

佛教觀點談靈魂

● 張元隆

因緣果報，流轉六道，這是佛教的基本思想之一。經典就形容眾生像車輪滾動般，無始無終、不停地在六道中生死輪迴（註一）。釋迦佛在身為太子的時候，也曾因為看到眾生，即使成為天人，還是會因福報用盡，而再墮落，感嘆眾生造作苦因，自受苦果（註二），流轉於生死，難有出期。因此，「出離六道，了脫生死」也就成為學行者修持佛法，常見的目標之一。

其他宗教或民間信仰，也都相信在人往生以後，會受到上帝、神、或閻羅王等等的審判，賞善罰惡。好的，或投胎到富貴人家，或到天堂，永遠過著幸福快樂的日子；壞的，當然也會被送到更不好的地方。為了貫穿那個受報的主體，所以就主張在生命結束以後，還會有靈魂存在，一來方便傳教與說明，有個靈魂可以去接受好壞大結局；二來，對死亡也就不那麼恐懼，因為死亡以後，「我」還是可以用靈魂的形態存在。

但是佛教的觀點，並不認為有靈魂。

這個說法，對其他宗教人士，或相信有靈魂的人來說，無疑是相當傷感情的。因為如果沒有那個「亙古長存、永恆不變、在表面現象千變萬化的後面的那個不變的實體」，那個被稱為「靈魂」的存在，那麼，在死後又要叫誰來接受賞罰呢？更可怕、更令人難以接受的



是，如果沒有靈魂的話，死亡以後，「我」豈不是要永遠消失了？即使對當今很多佛教徒來說，也會產生不少疑惑：既然說沒有靈魂，那麼又是誰在輪迴？誰在接受因果呢？善惡業力又是如何從今生傳遞到來生？要探討這個問題，應該從佛教的基本教義「緣起法」來談（註三）。

因為緣起，世間所有的一切，都是由於因緣和合而產生。依於緣起，所以佛教肯定一切的物質、精神、生命，都在息息變化中，沒有絲毫是不變的（註四），這就是無常的道理。而因為無常，再加上無我，就沒有一個恆常不變、可以自我主宰的本體，三世流轉，更是成立於無常無我的緣起觀上（註五）。一切生命就像瀑流一般，都在生滅變化中延續，並非有一個累世貫穿、本質不變的自我存在，這也就是三法印中「諸行無常」與「諸法無我」的基本道理。

這個如瀑流般的生滅，並不是靠靈魂來延續的生命，在佛教的歷史上，就有許多流傳很廣的著名譬喻。

譬如說點燃了一盞油燈，讓燈火通宵照明。初夜的火燄、中夜的火燄，和後夜的火燄，彼此並不完全等同，並不是相同的一個火燄，可是卻也彼此延續著，每一個火燄都要依靠著前面的火燄，才能共同照亮一整個夜晚。

還有奶酪的譬喻。由牛奶發酵，漸次可以製作成酪（酸乳或優格）、生酥（奶酪）、熟酥（乾酪或起司）、醍醐（酥油）等等，但不可以說奶和酪、酥等是相同的東西。在牛奶裡面，找不到酪、酥等的影子；在酪、酥裡面，也找不到牛奶（註六）；所以奶和酪、酥不是相同的（非一），而酪、酥等的確也是要依靠牛奶才能製作出來，所以他們也不是彼此毫無關聯的（非異）。並不是有一個什麼不變的東西，從牛奶裡跑到酪、再跳到酥，生命也是如此，



這種非一、非異，沒有主體卻能延續的事實與觀念，使得佛教的輪迴和其他宗教，大不相同。

再說一個較為人知的果樹譬喻。以我國南部常見的芒果樹為例，人從樹上採了芒果吃，把果核種到土裡，幾年後長出新的果樹來，又結了芒果，人又吃了果子，種了果核，又再長出新的芒果樹來，如此週而復始，重複著更新果樹的循環；生命，亦復如此。這個譬喻更進一步解釋了業力的傳遞，每一棵芒果樹，彼此並不相同，這棵芒果樹並不等於那棵芒果樹，雖然沒有靈魂從一棵樹投生到另外一棵樹，可是彼此間還是有一種能量的傳承，那種能量就稱為業力。就像在芒果樹身中找不到芒果，可是芒果一定要依樹而掛，在我們的身體裡，找不到一個叫業力的東西，但業力卻如影隨形地，跟隨著我們，且會影響新果樹的優劣品種，影響下一個新生命的好壞命運，但業力本身卻又明顯地不構成輪迴的主體，業力並不是靈魂。

前文提到如瀑流般的生命，就好像一條奔流的河流瀑布，只要有水，都可以看見那條瀑布在那邊往前奔流。瀑布看起來似乎是同一條，可是其實在分分秒秒之間，組成瀑布的水珠，並沒有任何一滴相同，嚴格來說，我們看到每一剎那的瀑布，彼此都是完全不同的瀑布。

我們在課堂上分享無常觀的時候，會用年紀的推理，來體會這個如瀑流般生命的傳遞。大家會先思惟四十歲的我和四歲的我，是不是同一個我？這點很容易看出，這兩個都被稱為「我」的個體，其實是根本不同的兩個人，身形、外表、智商、感覺、經驗、想法、擁有、環境、友人等等，內外條件狀況因緣，統統不一樣，勉強來說，只不過有個相同的姓名而已，還不論有些人甚至連名字都會改變。如果四十歲和四歲是不同的兩個體，那麼，四十歲和十四



歲應該也是不同的個體，同理可推，四十歲和十八歲、二十四歲、二十八歲、三十八歲……都是不一樣的個體。如此越推越細，今天的我和去年的我，也不相同，今天的我和上個月的我、上星期的我、前天的我、昨天的我、前一個小時的我……，以至這秒的我和前一秒的我，也都可以說是不一樣的我。這些個個不同的我，像流水般串起了「我」的想法，其實根本沒有一個不變的我，從過去到現在，以至於未來。

在這個譬喻中，大多數的人，經過思惟，都可以接受並沒有一個固定不變的「我」，從這一秒跳到下一秒，從這一瞬間移動到下一瞬間。那麼，既然可以接受活著的時候，並沒有一個具體不變的個體傳遞，為什麼往生以後，就一定要有一個「靈魂」，從這一個生命跑到另外一個生命去呢？說穿了，還是我們對死亡的恐懼，對這輩子生命的依戀，對自我的執著不捨等等，情感的作祟而已。

其實靈魂的想法，往往經不起仔細的邏輯思惟。靈魂是不變的，還是會改變的？靈魂和身心的關係又是如何？靈魂是存在於身體的哪個部分？以什麼方式存在？靈魂是根據哪一輩子的樣貌而存在？或是靈魂自己有一個獨立的形象？靈魂會不會累積歷代的記憶？如果靈魂知道自已的前世，又為何在身體裡的時候，大部分人卻毫無所悉？是心還是靈魂在主宰身體？靈魂會不會死亡？還是永恆長存？其實，如果真有一個恆常不變的物質，那可會讓我們人生毫無希望，因為人間難免總有不圓滿的問題，我們總希望生命能向上提昇，越變越美麗。如果靈魂一樣是會變異、會生死的，那更是把原本生命的問題，推延到靈魂身上，只是讓問題更為複雜而已。

更多的混淆，是有些人把靈魂當成了鬼，這兩個觀念在民間

信仰中，一直糾纏不清。靈魂一下子是個獨立的眾生，一下子又變成了「這輩子到下輩子」中間的橋樑，靈魂投胎到身體裡面就出生了，靈魂離開了身體就死亡了，靈魂穿梭於肉體與肉體之間，好像是衣服穿老舊了，在換新衣服，或是房子住壞朽了，要換住新房。這兩個混淆靈魂的想像，都不是正信佛教的觀念。

前者所提到的鬼，也是六道輪迴的眾生之一，人有生有死，鬼也一樣有生有死，人死了之後不一定變成鬼（有可能升成天人，或一樣轉世為人，甚至變成其他動物等生命形態），鬼死了以後也一樣在六道輪迴。所以，鬼不是一般人想像中的靈魂，一旦混淆，就會成為兩個根本矛盾的概念。

後者所說的更衣換房的想像，還是起因於對今生的依戀不捨，對自我的執著，所產生一廂情願的看法。在正信佛教的觀念裡面，所有的物質都是由因緣和合而產生，適合它產生的有形、無形條件齊備了，就叫因緣聚集了，於是就生出來了；因緣散滅了，就叫壞了、死了或不見了。所有一切的存在，都會經歷「成、住、壞、空」的階段，不惟只是肉體的、物質的東西會變壞、會消失；心理的、精神的內容，一樣也會成住壞空。尤其我們的心裡，起落不定，變化無常，歡喜悲傷，來去無蹤，相信人人都有這方面的經驗。不能只因為我們對身體的生老病死，無可奈何，就安慰也欺騙自己說，有一個不會老死的精神層面（叫作靈魂或任何稱呼），以滿足我們對今生的執著與依戀。

在我們初步理解，並暫時接受了，並沒有一個不變的，叫作靈魂的主體，從這一生跳到下一生，躲在肉體裡面，作為生命的主宰以後，接著我們還是稍微說明一下，因果業力是如何影響來生，以至於以後的生命。

我們的善惡業行，是在「識蘊」裡面儲存輸出、產生影響。因



為前六識是隨著生命的結束而終止，所以這邊是指第八識「阿賴耶識」。阿賴耶識就像一個分分秒秒、隨時在搬進搬出的倉庫，因為每一瞬間的起心動念、造作行為，都是過去的因累積出的果，也同時將成為未來的因，循環不已。而第七識「末那識」則是管理著倉庫的儲存，依循因緣，由第六識來搬進搬出，交給前五識來運作製造，產生影響。這些因果，就如同前面舉例的芒果種子，搬進去的叫業因，搬出來的叫業果，果又會造因，因又會結果，累積著因果種子的業力瀑流（註七），形成了過去、現在，與未來的每一期生命，連貫了前世今生，傳遞了生死相續。

這邊最容易產生的誤解，就是把靈魂換一個名字，借屍還魂，改名叫阿賴耶識，還是讓我們想像成一個永恆不變，貫穿累世生命的本體，所以佛陀也曾在經典上，提醒過我們（註八），阿賴耶識是相當深細微妙的，千萬不要把它當靈魂看，又落入我執的邪見幻覺裡。

我們可以把識，看成果種子的累積，離種子就沒有識，而生命的連續，也是五蘊聚集的產物，一生與一生之間，五蘊生了又滅，而由阿賴耶識載著因果種子來貫穿，但阿賴耶識一樣是不離緣起，隨著生滅，變化無常（註九）。這些觀念的辨正，在大小乘經典裡，都可以見到佛陀殷切的叮嚀。生滅的阿賴耶識，不但不能被誤解為靈魂，甚至也不等同於我們的「心」，《楞嚴經》裡面就曾形容它是第二個美麗的月亮，而不是原本月亮的影子顯現（註十）。

如果接受了沒有靈魂貫穿的「無我」觀念以後，因為太過於震驚，有些人難免會「自暴自棄」，認為所謂的下一輩子，豈不就是一個「不是我」的新生命？那麼作惡業、受苦果的又不是我呀？從某個角度看，似乎是的。但我們設身處地想一想，如果我

們今生遭受了許多挫折苦難，命運多舛，當我們知道這些不幸，是由於過去生某個「不是我」的人所造下的苦果，我們對「他」是不是會有幾許哀怨？是不是很希望「他」當年能作好一點，多累積一些善因緣呢？更何況，造作惡業，讓我們又離菩薩遠了一些，離成佛就更遙遠了。

再深入一點說，這樣子的想法，只是因為「無我論」自古以來，即很難被外道接受。有我的時候，偏向於「常」，無我的時候，又落入於「斷」；當我們用靈魂貫穿不同的生命體時，我們認為是「一」，那個生命體「就是我」，當我們發現根本沒有靈魂存在時，我們又會把來生的個體，認為是「異」，立刻把「不是我」的他，推到和自己沒有一丁點關係，這些都是偏見、邊見呀。

話說回來，靈魂的觀念，其實是深根蒂固在一般人的心裡面。近來由於科技發達，物質享受從工業革命開始，數百年來，無止無盡，所以人們開始省思精神的層面，坊間掛名「身心靈」的講座、活動、課程、甚至產業，如雨後春筍般地興盛起來。究其名稱，指的是我們的身、心以外，還有一個靈魂（或靈性等等）的存在，這是和佛教的觀點大相違背的。對於社會大眾，能夠在物質以外，開始也重視精神層面的探討，深入身心的探索，當然是生命提升、社會進步的表徵，理應樂觀其成。我們佛教徒，或許也可以方便隨俗地詮釋「身心靈」是指「身」與「心靈」兩方面，但若是佛弟子也人云亦云地，舉辦取名為身心靈的活動，認為「身、心」以外，還有一個「靈」可以探求，那就不知道該怎麼說了。

最後，前面提到不一、不異等中道的概念，如果從般若空觀的深慧來看，直接敘述說「沒有靈魂」，似乎也不盡圓滿，但那不在本文所探討的層面和範圍。對於在通俗環境中，充斥我執、恆常



高漲的一般觀念裡面，初學凡夫如筆者人等，還是先從「佛教的觀點，並不認為有靈魂」來開始學行，較為妥善。⑨

註一：《大乘本生心地觀經》卷三〈報恩品第二〉：「有情輪迴生六道，猶如車輪無始終，或為父母為男女，世生生互有恩。」唐屬賓三藏般若譯。

註二：《過去現在因果經》卷二：「諸天雖樂，福盡則窮，輪迴六道，終為苦聚。汝等云何修諸苦因，以求苦報？」宋天竺三藏求那跋陀羅譯。

註三：巴利文學會版《中部經》第三集，《雜部經》第三集：「比丘們啊，要在一切處、一切事、一切物中見緣起。」法嚴法師譯。

註四：《學佛三要》第二章，印順導師著。

註五：同前註。

註六：《大般涅槃經》卷二六〈師子吼菩薩品之二〉：「乳時無酪，亦無生酥、熟酥、醍醐，一切眾生亦謂是乳。……」北涼天竺三藏曇無讖譯，宋沙門慧嚴等依《泥洹經》加。

註七：《本事經》卷一〈一法品第一〉：「世間諸有情，居前中後際，皆屬於自業，業為其伴侶，業為彼生門，業為其眷屬，業為所依趣，業能定三品，隨業彼彼生，不定如輪轉，或處天人中，或居四惡趣，世間諸有情，皆隨業力轉。」唐三藏法師玄奘譯。

註八：《解深密經》卷一〈心意識相品第三〉：「阿陀那識甚深細，一切種子如瀑流，我於凡愚不開演，恐彼分別執為我。」唐三藏法師玄奘譯。

註九：《雜阿含經》卷一三〈三三五經〉：「云何為第一義空經？諸比丘！眼生時無有來處，滅時無有去處。如是眼不實而生，生已盡滅，有業報而無作者，此陰滅已，異陰相續，除俗數法。」宋天竺三藏求那跋陀羅譯。

註十：《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》卷二：「佛告阿難：且汝見我，見精明元，此見雖非妙精明心。如第二月，非是月影。」唐天竺沙門般刺蜜帝譯。