

# 了生脫死

江陰繆滌源居士編輯

范古農居士校閱

## 目 錄

重印了生脫死序

序

了生脫死集自序

了生脫死全集（又名念佛救度中陰法）

中陰之說明

四大分離之循次及狀態

初入中陰境

眷戀情熱之驅使

惡業感招之怖境

勝劣色光之判別

冥界裁判

轉生之方式

轉生天界

轉生四洲

轉人身之揀擇

轉入惡道之情形

轉生傍生

超薦應具之條件

往生淨土

淨土預兆

諸趣預兆

作福

設祭

運掌助昇法

## 附 錄

智敏慧華金剛上師開示錄—臨終成就與中陰成就

智敏慧華金剛上師開示錄—臨終與中陰成就法的日常觀修

## 重印了生脫死序

台北金剛贈經會錢君智敏，朱君慧華賢伉儷函詢及「了生脫死」要訣。余即將「了生脫死」一書寄去。囑為再版，以廣流通。復問序於余。余以後學者繼往開來，責無旁貸。於是為之序曰：學佛行人，意欲得大解脫超出三界者，必先明瞭皈依真義，合掌儀式及真義，發菩提心要訣，及修心要訣。若依修心要訣修持，任持諸佛菩薩之一尊聖號，守其六根，念至一心不亂，得六根清淨，塵銷智圓，匯歸法界，此為上品成就也。若依此口訣，念至一心不亂，三昧現前，安住實報莊嚴土，此為中品成就境界。若依此口訣，念至一心不亂，三業清淨，往生方便有餘土，此為下品成就。至修淨土行人，念持名號，念至一心不亂，臨命終時，心不顛倒，即得往生凡聖同居土，帶業往生，此為下下品成就。查淨土要門最重要法本有數種。一、為彌陀十念心要，二、為直生淨土大法，三、為阿彌陀佛無上瑜珈三摩地法，四、為乘蓮花往生要門，五、為阿彌陀佛臨終法要，若依以上諸法中之一門修持，必獲大成就。至中國淨土宗係大眾化方便法門，祇要念持聖號至一心不亂，自力他力，打成一片，即可帶業往生，但品位不高，未免美中不足。倘能依最上乘念佛修心要門，必可得即生成佛。普願修淨土行人其勉諸。是為序。

中華民國六十三年歲次甲寅浴佛節  
佛弟子蓮華金剛藏行者吳潤江謹序

## 序

我佛出世。以有情究竟離苦得樂為大事因緣。故廣為有情。宣說法要。而於念佛往生淨土。處處指歸。無他。以淨土之生。常得見佛。凡所修行。不易退轉也。然十方淨土無量。而令專念西方阿彌陀佛往生極樂世界者。以彌陀願力大故。極樂國土勝故。持名願生易故。西土有文殊普賢馬鳴龍樹天親諸菩薩之所唱導。我國有慧遠道綽善導乃至慈雲蓮池諸祖師之所傳授。晚近有諦閑印光興慈弘一等諸大師之所宣示。爰使此法。如日月經天。江河行地。一切有情若見若聞。莫不依教信受。隨力修持。而捨報自在得生安養者。不可勝數。試一展覽古今往生傳記。有不讚歎此念佛往生淨土法門之能令有情離苦得樂真實不虛者耶。雖然

時丁末法。去聖愈遙。而有情根器愈劣。或信不足。或願不切。或行不力。而於念佛往生淨土法門。或未能獲其利益。古今大德。悲心未艾。或設臨終助念之教。或著策終津梁之文。或結淨業助道之團。不一而足。務使念佛之法。無論知與不知。行與不行者。皆沾佛力加被往生淨土之利。猶未已也。劉淨密居士有應用唯識之助生。西藏喇嘛有中陰救度之傳譯。皆足以擴大往生廣弘佛慈。而有裨於法門為無量也。然劉居士之助生。半盜於手術。西藏中陰之救度偏習於修密。或失之羸。或失之煩。而於極樂往生或獨未易收效。爰有繆子滌源婆心懇切。將飭終之法。運用之於中陰救度。使淨宗實際利生。更有把握。著述一編。名曰了生脫死。誠哉淨宗之功臣也。稿既成。囑余校閱並為乞序。余惟此書詳述死生之際及中陰之狀。得未曾有。使念佛同仁習熟之於識海。俾在中陰可以應感。而益以善知識之潛心啓發，則於念佛往生事半功倍。昔余閱藏密之中陰救度法。竊以為彼繁此簡。不若淨宗遠甚。今得此編而以長補短。將有神效不可思議矣。則斯編之行。豈曰小補而已哉。

中華民國二十七年歲次戊寅佛成道日

范古農謹序

## 了生脫死集自序

人生大事。莫如生死。而人生最難解決者。亦莫如生死。生從何來。死歸何處。人人怕死。物物貪生。果何故歟。問之莫不瞠目結舌。無以置答。夫人為萬物之靈。對此絕大問題不能解決。能無憾乎。至近世科學。偏重物質。謂人死後即歸消滅。豈不謬哉。昔季路問事鬼神於孔子。孔子曰。未能事人。焉能事鬼。又問死。予曰。未知生。焉知死。非不知也。儒教以人道設教。凡於鬼神皆不語也。然讀易繫辭云。原始返終。故知生死之說。精氣為物。游魂為變。故知鬼神之情狀。則孔聖於生死問題。顯然獨知默證矣。佛學極致。了生脫死。故其於生死言之獨詳。但教典浩瀚。讀者每興望洋之歎。鄙人有憾於此。久擬編著專集。以供讀者研究。今歲適應范古農老居士之邀約。擔任佛教日報編輯。即擬完成此集。偶於佛籍中發現「中陰救度密法」一書。係西藏格西達瓦桑杜喇嘛所著。其弟子現任英國牛津大學教授伊文思溫慈博士譯為英文。去歲復由張蓮菩提居士迻譯為華文。細閱內容。對死後狀態已言之詳矣。不禁歡呼讚歎。但其上篇所言盡是西藏雙身密法救度。未研密乘者一時讀之殊難了然。為此鄙人特依是篇。編輯一過。再參以「人死問題」「飭終津梁」「人生之最後」三書。以及大小乘經論。窮搜博引。再加以按語。編為是集。名曰「了生脫死」。又名「念佛救度中陰

法。」蓋吾國內地通行淨土宗，愚意亦欲仿彼西藏喇嘛之密法救度中陰。而改以念佛救度云爾。惟是鄙人才疏慧淺。茲編所云。又免掛一漏萬。深望 大德長者。有以匡正。不勝罄禱。

中華民國二十六年晚秋

江陰繆滌源自序於上海佛教日報社編輯室

## 了生脫死全集（又名念佛救度中陰法）

了生脫死。超生極樂。即不生不滅之謂也。然則了生脫死。豈易事哉。須篤信佛法。修持有素。或宿有善根。臨終逢善知識開示。一心念佛。仗佛菩薩力。接引往生西方極樂世界。或他方淨佛國土。固絕非若世俗之迷人。妄謂死後即了。蓋未了生。焉能了死。生而死。死而又生。生死不已。報轉輪迴。又云何了。信佛之人。因於世情看得淡。參得透。認得清。深知世道的是苦。人生的是悲。對於世情認得了了分明。故謂之了生。何謂脫死。即現生無論公私閒忙。一句彌陀全身靠倒。念念趨求樂邦。心心厭離娑婆。臨終決定往生。謂之脫死。然若彼未了生。未證脫死者。佛典謂入中陰境。中陰七日一死生。七七日始投生。茲編所述。即以念佛法。救度中陰。令其了生脫死。超生極樂也。茲分述於左。如能按旨循序依法救度。即證無生法忍。了生脫死也必矣。

### 中陰之說明

中陰又譯中有。即凡夫之人現身死時。便名死陰。又譯死有。後生再生。則名生陰。又譯生有。死後尚未轉生。過渡七七四十九日之間。乃別有一身謂之中陰。（俗稱謂靈魂。其實名雖略同。其義迥別。）

再淺言之。已離此處。未至彼處。已死未生之間。兩邊不著。中間所有。謂之中有。或名識神。即中陰也。惟修持有素。與極善之人。直至所至。或生淨土。或生天界。極惡之人。或墮種種惡趣。不入中陰。普通之人。皆入中陰之階段也。

按。俱舍論云。欲界中陰之身量。如五六歲小兒。諸根明利。但依於倒心。  
(倒心謂於男女起淫慾想)

## 四大分離之循次及狀態

人身堅硬屬地。流動屬水。煖氣屬火。動轉屬風。此四種物。遍滿大千世界。故稱為大。

(地大降於水大) 其時人體四週以至一毛孔間。遍覺有重大壓力侵襲內臟。乃至骨節俱感受窒礙之逼迫。其悶重苦痛。難言難宣。故有手足抽搐。筋肉顫動之表現此其證也。

(水大降於火大) 則遍體冷氣襲人。刺入骨髓。內臟肉顫。以至肝腸冰雪。內外霜寒交侵。爐火難祛其苦。雖裸臥冰雪。亦難道其萬一。此時外表色灰白。氣喘身顫。即其證也。

(火大降於風大) 其時生機大半退失。抵抗力薄弱。苦勢更張。風煽火熾。熱盛如焚。內臟外支如煎如蒸。肌肉筋節似剝似割。痛極而變僵木。此時外表面赤神昏。氣出少納。即其證也。

(風大分離) 其時病者之體。忽爾覺受一種如被極狂烈之風。吹拆其體。碎為塵埃。至極支解之痛苦。此時四大各散。六根敗壞。惟聽其神識隨生前造業輕重受報去矣。

按。如生西方淨土。有阿彌陀佛威神之力。接引而去。或生天界者。有諸天迎接。仗自身善業力。神識離體時。殊有快感。當無如上之苦痛也。惟最要者。家屬人等。切忌哭泣嘈鬧。恐被牽動愛情。貪戀世間。有礙往生。亦不可急忙移動。如抽除墊具。臥褥。洗滌。更衣等等。必須經過八小時後。方可浴身。更衣。入柩。否則八識未全離體。觸動時。感受苦痛。因瞋恚而墮入惡道也。

又按死者生時。或雖信佛。但其修持懈怠。或因未具深信切願。或因業障深重。臨終昏迷。認為未證往生者。當請淨宗善知識。對死者屍體。或對靈前。為之開示。家屬人等。每日三次輪班念佛救度。引其神識專注蓮邦。蓋此時生方未定。業風可轉。如法施救。令其反妄歸真。轉凡就聖。皆易易也。

## 初入中陰境

人於氣絕命終後。靈識離體未能即得解脫者。大都經過一種昏沉迷惚境況。為時三日半至四日之久。而頓覺清明。謂之初入中陰境。在此一剎那之清明。或可見家屬人等。

又通常死者離體之業識。每自迷悶。且自計曰。「我豈已死。抑尚未死乎。」彼亦恍惚能見其親屬人等。一一當前。猶如夢中相逢。

按。此時方不自知其已死。抑未死之際。親屬人等。當每日三次輪班代為念佛救度。（念佛照常課或飭終津梁）仗佛力故。以導其往生極樂。蓋雖有業力。亦不能為阻。譬如日出。昏夜破曉。妙明淨光。自能消滅其業力之黑暗也。又此際死者靈識倏入新界。正自莫知所可。故必趁此念佛以為救度。請善知識開示。使令趨歸樂邦。

又按。善知識開示云。

「某某。汝若向水中。或鏡中觀之。不見有面像映現。緣中陰身。已脫離此人間所具血肉等聚之四大色身故。當知已入中陰身境界。惟最切要者。汝此時不可有一念記掛於任何事。當一心專念阿彌陀佛慈父。大悲觀世音菩薩。來相救度。斯時阿彌陀佛。觀世音菩薩。當必立即應感而至。務祈善自作意。」善知識當作如上之朗誦開示（三遍）。家屬一日三次念佛救度。

### 眷戀情熱之驅使

中陰身於未證解脫。未經投生之前。其神識時昧時明。一時忽見某處之親友等。有如同夢中相逢。當向彼等說話。而彼等竟置不理會。於是懊惱莫名。忿怒異常。忽又重聞呼己之名。而哭泣之聲。驟見其眷屬親朋。向其屍身悲號哀泣。或見棹上供設各品。當自計曰。吾已死矣。奈何奈何。此念一生。自覺最極苦痛。猶如紅熱鍋中。被炸之魚。然尚是昏迷。見彼妻子等舉哀哭泣之際。仍是前往柔言撫慰。當告之曰。吾在此。不必哭。而哭泣者。亦置不睬。於是又羞憤交攻。怏怏而去。倏忽因愛見妄執又不能已。匆匆然重復又來。期補前遇之憾。不意所逢所受。仍如前次無聊。如是至再至三。其懊喪之鬱積。愈經愈烈。煩悶之驅使。變本加厲。甚至不願審察其境地之善惡若何。任何代價亦不顧惜。但求託生。以減飄忽無依之苦。因而投入惡道者。比比皆是。

按。中陰身。縱尙癡戀彼諸眷屬親朋。奈已與隔世。無可奈何。故切勿絲毫有所癡戀。又縱能再得四大之身。亦不過重歷生死之苦。是故當遣除企求生身之妄想。善自安止。一心專求阿彌陀佛。觀世音菩薩。來相救度。善知識當作如上之開示。家屬代爲念佛救度。

## 惡業感招之怖境

靈識在中陰界。昏迷復清醒。清醒復昏迷。深感極不安定。極不自在。且有一種極猛烈業風吹無定向。猶如風捲羽毛。任其往復吹送。或起或落。身不由己。漂泊無定。忽焉又有一種法界真空無比大光。驟然閃亮。光芒眩耀。莫可仰視。如秋雲善變。忽現奇形怪相。咄咄逼人。並且此強大光燄照射之中。帶有無比巨大之聲。千倍電雷之烈。聞之驚懼恐怖。心膽俱裂。更有極可怕之食人夜叉。執持種種兵仗。呼殺喊打直撲前來。欲斷己命。其數且極眾多。爭先恐後。奔躍而來。或復出現無數食肉野獸。追逐於後。或復為惡人暴客之所逼迫。或復狂風暴雨雷電雹石烏霾密霧將己籠罩。或山崩海嘯。或猛火飛焚。一切所見之相。所聞之聲。使中陰身驚怖欲絕。惶急無措。更已無路可擇。惟有望風狂竄而逃命。乃忽又被追逼至於深不知底。一白。一黑。一紅之三座懸崖絕壁。且已岌岌勢將下墜。此時不得不回身逃入山谷洞穴之中。即轉後身為蛇狼虎豹等身。永淪苦趣矣。

按。以上所述變現猛烈業風。強大光燄。巨大聲浪。皆自識業力所變現。須知中陰之身。非是血肉之身。乃是一種微薄四大和合之身。所有一切業風。光燄。聲浪。實不能壞之。即一白。一黑。一紅之三座懸崖絕壁。亦無非由自己多生多劫之貪欲。瞋恚。愚癡。三根本毒性所變現。此時惟有如實認知此諸種種。皆爲幻識所變現。如今不幸。身歷其境。惟有一心不亂。專求阿彌陀佛。觀世音菩薩。來相救度。善知識當作如上之開示。大眾念佛以資消除其業障。當得超登極樂。永離諸苦也。

## 勝劣色光之判別

中陰身因經歷諸苦。乃自計曰。「傷哉。我今所受。何其苦也。我將往覓任何之有生身體。」因此遂四處狂奔。心意散亂。莫自休止。有時或於橋梁處。阿蘭若（即廟宇）及浮圖（即塔）等處暫一停憩

。但不能過久。因中陰身之四大輕微。異於生前色身之粗質。能作勾留。於是又不免深自懊喪。自覺飄蕩。失所憑藉。悶苦惶悚。甚至自念。吾今但欲得人身。任何代價不惜。故輾轉覓取自己舊有軀殼。但屍身早經家屬親友運置入柩。或地葬矣。火葬矣。因無屍可入。乃悲不自勝。心灰意懶。無窮憂苦交攻蝟集。其時即有輪迴六凡道之劣光。倏忽顯現。業力應感何道。彼道之光。當愈益明顯。而現見（天道光）微白。（人道光）淺黃。（阿修羅道光）淡綠。（地獄道光）如黑煙。（餓鬼道光）淡紅。（畜生道光）淺藍。

又有五方佛界。放射強烈燦爛眩耀藍色光。清淨白光。黃色光。紅色寶燄妙光。強烈紅光。如是等種種佛光。交相互攝。奈因業力故。反畏縮懼怕恐怖佛界放射之種種強烈光。而喜著彼諸天。人。阿修羅。地獄。餓鬼。畜生道。所放射之種種薄弱光。於是即投入六道。永受諸苦矣。

按。以上所述六凡道光。柔和易入。殊覺可意。但此光係墮落之光。切不可喜著。應急避免。唯當一心誠敬。自己作意。振作精神。念阿彌陀佛。觀世音菩薩。務須捨易就難。毫無怯弱而投入其強烈光。彼強烈光是佛光。是恩光。是解脫光。是超凡入聖光。若舉身投入。即可身登佛國。永享極樂。永離六道沉淪之劇苦也。善知識當作如上之開示。家屬於此七七期中。仍當循次輪班每日三次念佛救度。蓋通常死者之業識。必須經歷七七四十九日迭變中陰之境界。如在此七七期中念佛救度。定能于任何一日。得如法度脫也。

## 冥界裁判

人之生前作善或造惡者。此時有司善之神。以白色小石數記其生前所作之善。又有司惡之神。同時亦現前。以黑色小石數記其生前所作之惡。中陰若一見彼。不禁極其驚懼倉惶。全身抖顫。然尚自愚癡。謊告彼曰。「吾未曾作如彼之惡。」於是司命鬼王。將謂之曰。「吾有業鏡可以照鑑。」即時於其鏡中。凡善惡業。無不朗然顯現。故縱謊言。亦無濟於事。於是即有可怕獄主。以繩繫頸拖之前行。施以極刑。斷頭。剖心。抽腸。吮腦血。食肉。嚙骨。極受痛苦。而得不死。身已碎裂。漸復完整。重受極刑。轉輾不息。



按。司善惡之神現前數其小石時。切勿驚怖。亦勿謊言。須知中陰身。縱經碎割。亦不死亡。因自身實性。當體本空。何須恐怖。即彼獄主鬼卒。亦皆幻識所變。其體亦空。空能壞空。理無是處也。如面見彼司命鬼王時。即直告此正直無私之王曰。我法名某某。皈依某師座下。於是汝縱受極刑。亦無傷害。善知識當作如上之開示。大眾念佛以救度之。雖已過七七之期。尙未得救度者。亦仍有得度之可能。

## 轉生之方式

死者生時對佛法未具深切信仰。中陰身歧路徘徊。蹉跎莫決。因其妄念熾盛。雖經導示。仍未往生者。乃不覺近至得到生處之候。此時中陰。若遇狂風暴雨冰雹黑闇。及惡類追逐等情。一時交臨。業重障深者。即難受其恐怖。因逃避而反入苦所。若具諸善業之人。則轉至安樂之處。在此千鈞一髮之頃。因宿世未修斷淫工夫。驟見男女兩體交合。邪念妄動心生憎愛。即投入其胎。或為馬。或為雞。或為犬。或為人。投雄者因憎惡其雄。認雌者為絕世美色。將身就之。忽感受一剎那之慾樂。投雌者憎惡其雌。心喜其雄。將身就之。亦感慾樂瞬即昏迷。而失其知覺。此即中陰身滅。而入胎卵矣。歷若干時後。開目之下。始覺已受生一犬子身。因就窩而長大。或為一豕子身。就豕圈而長大。或為一蟻。就蟻穴而長大。或為一蟲。或為一蛆。或為犢。或為羔。當由各各業力應生何道。即生何道。各經其相當之日月年。若干不同之壽命。既受如彼彼之身形。縱欲脫換。亦不可脫。且有盲。聾。闇。啞。愚癡。穢惡。任人宰割等等。其苦痛之劇烈。言莫能盡。

按。乃至尙有生入餓鬼地獄。苦痛廣如經說。如或幸得天。人。阿修羅。三善道。但皆是輪迴生死大苦。永無休止。善知識當作如下之開示云。

「哀哉。汝何惡習如是深結也。汝直至今時尙沉淪生死。而未得出離者。即此惡習為之病根也。及今猶不自拔。猶若有所愛憎妒嫉於其間。豈非自陷生死苦海。永無休止。長劫莫出耶。嗟吁。汝今即當猛利振作。永不再生此至極卑劣之愛憎。妒嫉。邪念。污穢心念。汝須如是自呵自警。堅立誓願。決勿自淪。教典有云。惟有此誓願。可閉息胎門。」

## 轉生天界

死者求生之念熾盛。雖經如上種種導示。然極難除其幻妄。故仍未得往生淨土者。此時中陰身因仗善業力。便見天界宮殿。伎女莊嚴。遊戲快樂。種種勝事。心即歡喜。急奔赴之。且有天神持天衣伎樂來迎者。爾時送終之親屬。雖悲啼哭泣。亦不能牽動其心。而反見死者含笑怡悅。顏色清淨。緣中陰心緣天樂。故人世哀啼。亦不復念及。如生陰未成。家屬若遞哀啼。尚足牽累其心。

按。託生天界。雖較人道爲上。但仍在三界。未脫輪迴。難免火宅之苦。何如西方極樂。究竟無漏之樂。

## 轉生四洲

中陰身具有不可思議之通靈。此通靈係中陰業力性所感成。能於一剎那間週遊四大部洲。環行彌嚕山王。或於屈伸臂頃。隨念而至任何欲至之處。乃至能具幻法之變現。

中陰身若感得彼東勝神洲之生處。即當現見一湖。中有鴻雁成群。雌雄追逐。水面遊嬉。若往彼者。即生彼洲。

按。須善自作意。堅決勿往彼洲。因往彼洲。雖得安樂。但不聞佛法。不能超脫。故不可往。

中陰身若感得彼南瞻部洲之生處者。亦必現見其中有宮室輝煌者。即是。

按。苟不免求生者。此爲差可。因該洲現有佛法。仍可修持超脫也。（即娑婆世界）

中陰身將感得彼西牛賀洲之生處者。將見一湖。其岸際有牛嚙草。牝牡俱有者。即是也。

按。此洲雖饒富厚。然無佛法。不可往彼。但當速反。

中陰身將感得彼北俱盧洲之生處者。將見一湖。其岸際亦有牲畜。及樹木者。即是。

按。此洲雖壽長福大。但無佛法。切不可往。故當速反。善知識對靈前當作如上之一一開示。

## 轉人身之揀擇

中陰身雖然流蕩於遠地。但一聞呼召。彼必立即來前。因中陰具有漏通力。且有前知回憶及明白事理之特能。生前雖耳眼不靈。此時聞性無不回復靈敏。奈彼竟為業力所牽。不免重入生死胎門。再臨人世。又中陰身。業經脫離血肉色身。非復粗質礙色。故雖是磬石。山陵。邱壟。泥土。宮室。乃至如彌嚕王山。須彌山。亦能通過。惟除菩提迦雅（即佛之金剛座）。及母體之子宮。不能穿過。（註。一入子宮。即成後身。）

按。密典有擇胎之要妙。善知識當作如下之開示云。

「某某。汝善諦聽。以汝多少具有通力。且可週察於上述各大洲地。如見某洲何處有佛法者。即往彼處。若當由不淨之會合物而出生。（此指父精母血等）。汝則忽覺一陣香味。聞而觸著。遂被吸入彼不淨體內。而胚胎矣。惟任何色相現於汝前。（此指胎門情景）。汝切不可作彼物之色相會解。既不可有所貪想。亦不可有所憎惡。因每以善胎誤認惡胎。而以惡胎反誤認作善胎。見善胎不可生喜著心。見惡胎不可生厭惡心。惟一心住於無分別境。否則因業惑邪念。反轉入畜生道中。如有任何胎門現見汝前之時。置之不理。惟一心專誠皈命三寶。并作如下之念言。云。『我今發願。願為世王。或婆羅門。如娑羅樹之偉大長者之子。或為悉地成就者之子。族系淨無點瑕。具備聖教正信。且有廣大福報。堪能利樂眾生。』待見白色光天趣。黃色光人趣。中有妙寶宮殿。堂皇宅舍。乃至美妙園林。放心直入其中。無所顧慮。若是者。自得生於善道。」善知識當作如是導示。（七遍）

又按如託生下賤之家。便聞種種紛亂威逼等聲。且妄見入於叢竹葦荻等非可意境。如生尊貴之家。便聞種種寂靜美妙等聲。且妄見昇宮殿。居園林等。諸可意境。

## 轉入惡道之情形

死者因業感所遇之黑暗。暴風。巨聲。大雪。雹石。冰刀。不一而足。恐怖欲絕。惟思脫逃。捨命狂奔。則見輝皇宮室。崖穴。地窟。草莽。荒漠。因急切避免。不暇細擇何處。但得避入一處。即不願出。以為出離即遭苦。此種畏難懼出。結果不覺反受下劣之身。而有種種不堪之苦痛也。茲將轉入惡道之情形。略述如下。

死者之業識將生於阿修羅道時。則見有可愛之樹林。及火輪。兩兩相對旋轉。如見其相。心生可喜。近其前者。即為投入阿修羅道。

死者業感將生畜生道者。見有山石穴窟或地中深洞。而必欲往者。即為投入畜生道。

死者業感將生餓鬼道者。將見一無草之平漠。或地中淺洞。朽草枯根等。是為餓鬼道之境界。倘生入其中。餓渴無極。苦痛無窮。鬼趣種類甚繁。莫能悉數。大綱可判為有威德、無威德兩種。有威德者。亦名勢力鬼。具神通。富資財。雖隸鬼籍。不受餓苦。如諸夜叉。鳩槃荼之屬。無威德者。大別三類。(一)少餓類。如希祠鬼。希棄鬼之屬。(二)多餓類。如針毛鬼。臭毛鬼。大瘦鬼之屬。(三)全餓類。如炬口鬼。針咽鬼。臭口鬼之屬。至威德鬼因生前能行布施。可感鹵簿相迎。受用樂境。如生前為宰官之人。枉屈人民。不順法治。而取財物以用布施。墮鬼神中。作鳩槃荼鬼。能種種變化。五塵自娛。又瞋狠憤戾。嗜酒食肉之人。生前能行布施。死後墜地行夜叉中。常得種種歡喜音樂。飲食。(詳見正法念經卷十六)今不具引。

死者業感如以地獄為生處者。此時忽聞歌聲。極其悲哀淒切。即入彼中。身不自由。或被驅入內。無法抵抗。其地黑暗。屋宇或黑色。或白色。地中黑洞道路昏暗。其中或烈火焚燒。或寒冰酷冷。乃至無量諸般無比之苦。於中受苦窮年累劫。求出無期。

又死者業感將生地獄者。自覺身為冷雨寒風所逼。見熱獄火焰熾然。情欣煖故。遂急投之。又應生大寒地獄者。先感自身為熱風盛火所逼。見寒獄涼氣爽然。情欣冷故。亦急投之。繫不能脫矣。

又死者生前造業之時。每有同伴助成。妄見先時同伴出現其中。觸動舊興。欣然赴之。赴已境界全改。遂受劇苦。

按。若見以上種種境界。當善自堅決。切不可往。惟一心皈命西方極樂世界。阿彌陀佛。來相救度。善知識當作如上之導示。（七遍）。庶可令其往生。蓋中陰身記憶力。比生前有九倍之強。雖在生或庸。或魯鈍。既入中陰。因業力使之非常靈敏。故善知識如經開示。定有功效。或其信願雖不在西方。然仗念佛之力。亦能改惡趣而轉生人道。或天界。念佛功德決無虛擲也。

## 轉生傍生

死者業感轉生傍生趣者。有胎卵濕化四類。胎卵者。若慳嫉偏強。則投入餓狗等類。瞋習偏強者。為蚨蝮蛇螫。淫習偏強者。為鴛鴦鴿雀。乃至掉戲為彌猴等等。總之根本過患。則在於愚癡。又或於當生之處。見己同類可意有情。遂欣然奔赴。雖假父母因緣和合託生。然拘束條件較人類為簡。故易墮入。濕生者。有嗅知當生之處之香氣。深起愛染。便奔赴其中託生。（所謂香氣。大都均依不淨濕氣為體。亦不無父母遺質化合其間。）至濕氣之所附屬。或腐肉。或穢糞。或其他種種殘壞之物。各視其業之所近而愛染託生。化生者。龍及金翅鳥本四生。（胎卵濕化）惟化生最勝。享用與天同等。中陰若託生此類。其感境界。亦與天來迎相若。

## 超薦應具之條件

依密法言。成就菩提計有三等。上焉者剋期取證。中焉者命終升登。下焉者中陰成就。親屬如為作佛事功德。定有特效。（念佛為主）。蓋中陰身。具有漏通力。故其被種種驚慌恐怖之所驅迫。彼當自計有何善法。令彼脫離。若有種種導示。念佛。超薦。當極感受。願樂欲聞。效力每出意表。但須具有下例三種條件。

- （一）齋戒。舉家一律持齋。來賓亦不得特設酒肉。其他污穢並須禁戒。
- （二）誠懇。對於亡者應誠懇思念。以求感通。不可以飾門面為心。不可徒委責於人。

按。宋屠長卿筆記云。「通州司馬養謙。嘗為亡夫人廣修佛事。數年後其妾暴亡。經宿甦。哭告司馬曰。妾死入冥府。見夫人被閉一暗室。謂在此間苦不可

言。請急作功德。以救之。妾曰。夫人亡後。相公大作佛事。都無益耶。夫人曰。經懺薦度。固須慎選有道之僧。尤須主者齋戒至誠。乃滅罪增福。向者沙門誦經堂上。相公弈棋室中。何益之有。司馬聞之。亦大哭。乃擇戒德名僧。清淨嚴肅。作道場三晝夜。」此長卿目睹之事。斯亦孝子賢孫所當知也。

(三) 揀擇。對於法師。宜揀擇道行真正者而禮聘之。其恣意破戒。及唯利是視之輩。皆勿濫請。

按。法師如戒律淨行有所缺犯。或於儀規未合。或昏沉。或妄想。中陰具漏通力。以為欺誑於彼。即必自覺失望而悔生。因悔生而發瞋恨。淪入苦趣矣。善知識當作如下之開示云。

「某某。僧伽身即佛身。當作依法不依人想。任彼作法之人如何錯誤。必因我之意業未盡。譬如照鏡之人。其面不淨。鏡相亦復不淨。是必我自心念本不淨。汝當如是作意。至誠敬愛。則凡所修。變為純白佛事。仍不失歸於自身之利樂。」家屬如延僧為作佛事。可預對靈前導示七遍。雖修法失恭。當仍獲利益。

## 往生淨土

修淨業有素之人。臨終直至所往。即生淨土。不必經如上之種種境界。但七七日中。代為念佛。亦能令其增高品位。功不唐捐。至往生淨土。原本十方均可。惟極樂世界獨推緣厚。往生種種感見。依據觀無量壽經分之為九品。茲謹述於下。

上品上生感見三聖及無數化佛。百千比丘聲聞大眾。無量諸天。七寶宮殿。現在其前。以金剛臺迎接而去。頓生彼國已。聞佛說法。即獲無生法忍。隨遍歷十方佛土。次第受記。

上品中生。感見三聖有無量大眾眷屬圍繞。以紫金臺迎之。即生彼國七寶池中。經宿華開見佛。

上品下生。感三聖與諸菩薩持金蓮華。及五百化佛來迎。即生七寶池中。經一日一夜蓮華乃開。七日之中得見佛面。

中品上生。感見阿彌陀佛與諸比丘眷屬圍繞。放金色光。現前演說讚歎。已遂坐蓮華臺往生。蓮華尋開。聞妙音聲。得阿羅漢道。

中品中生。感見阿彌陀佛與諸眷屬放金色光。持七寶蓮華來迎。即生彼國寶池中。經七日華開。讚歎世尊。聞法歡喜得須陀洹果。

中品下生。此類根機。因聞善知識開示。歡喜信受。乘願而終。不詳境界。惟既生彼國。經七日已。遇觀世音大勢至。聞法歡喜。亦得須陀洹果。

下品上生。感見化佛化觀音化勢至來迎。即乘寶蓮華隨化佛往生。在寶池中經七七日華開。見二菩薩說法。

下品中生。先見地獄猛火。後忽化涼風。吹諸天華。華上皆有化佛菩薩。即被迎接而去。生七寶池中。經時六劫。乃得華開。見二菩薩說法。

下品下生。感見金蓮華。猶如日輪。現在其前。隨即往生。於蓮華中滿十二大劫。方能開敷。見二菩薩說法。以上三種。皆緣善知識開示念佛。及自己懺悔罪愆為主因。

## 淨土預兆

證無生法忍之人。十方淨土皆能隨意往生。凡夫或仗願力。或仗密力。得入淨土。皆屬帶業往生。兩種境界高下不同。其能超娑婆則一。臨終預兆約當人自見。不外淨境現前。最勝者。依正莊嚴畢具。次惟見佛菩薩。又次惟睹蓮華。然皆無與旁人也。若就旁人共感之預兆言之。觀古來聖賢往生遺跡可考據者。計有十種瑞應。

一心不顛倒。二預知時至。三淨念不失。即念頭獨羨淨土。決棄娑婆。四洗漱更衣。五自能念佛。或出聲。或默念。六端坐合掌。七異香滿室。八光明照身。九天樂鳴空。十說偈勵眾。以上十條瑞應。全具者。生品固高。其但得一。三。五條亦可往生。至神識離體。並非全身一時頓冷。有上身先冷。有下身先冷。偈曰。善業下先冷。

惡業上先冷。心留暖最久。餘暖次第捨。出世頂後冷。天面人齊上。餓鬼小腹邊。傍生膝獄腳。依此測驗。死者當來果報。不難加以斷語也。

按。此偈要義詳解之。善業下先冷者。謂造善業者。神注於上。故下身先冷。上身後冷。造惡業者。神注於下。故上身先冷。下身後冷。乃至出世之人頂上留暖最久。即生西之徵也。

## 諸趣預兆

眾生宿世所造善惡諸業。臨終交湧於心。力強者。輒牽入其於相當境界。善業強。則所顯之境樂。惡業強。所顯之境苦。境樂為生善趣之預兆。境惡為生惡趣之預兆。茲於苦樂中。將牽入何趣者。分條目依守護國界主經中卷十要項略述於下。

(甲) 牽入地獄者。有十五種徵驗。

- (一) 于自配偶。男女眷屬。惡眼瞻視。
- (二) 舉其兩手。捫摸虛空。
- (三) 善知識教。不相隨順。
- (四) 悲號。啼泣。嗚咽。流淚。
- (五) 大小便利。不知不覺。
- (六) 閉目不開。
- (七) 常覆頭面。
- (八) 側臥飲嗽。
- (九) 身口臭穢。
- (十) 腳膝戰掉。
- (十一) 鼻梁欹側。
- (十二) 左眼瞶動。俗謂眼跳。
- (十三) 兩目變赤。
- (十四) 仆面而臥。
- (十五) 蜷身左脅著地而臥。

(乙) 牽入餓鬼趣者。有八種徵驗。

- (一) 好舔其脣。



- (二) 身熱如火。
- (三) 常患飢渴。好說飲食。
- (四) 張目不合。
- (五) 兩目乾枯。如雕孔雀。
- (六) 無有小便。大便遺漏。
- (七) 右膝先冷。
- (八) 右手常拳。即心懷慳吝之表示。

(丙) 牽入傍生趣者。有五種徵驗。

- (一) 愛染妻子。貪視不捨。
- (二) 蜷手足指。
- (三) 遍體流汗。
- (四) 出麤澀聲。
- (五) 口中咀味。

(丁) 牽入人趣者。有十種徵驗。

- (一) 臨終能起善念。謂起柔軟心。福德心。歡喜心。無憂心等。
- (二) 身無痛苦。
- (三) 少能似語。一心憶念父母。
- (四) 于自配偶男女。作憐愍心。如常瞻視。無愛無恚。耳欲常聞兄弟姊妹親識姓名。
- (五) 于善于惡。心不錯亂。
- (六) 其心正直。無有諂誑。
- (七) 知父母親友眷屬善護念我。
- (八) 見所管理。心生讚歎。
- (九) 遺囑家事。藏舉財寶。示之令出。
- (十) 起淨信心。請佛法僧對面皈依。

(戊) 牽入天趣者。亦有十種徵驗。

- (一) 起憐愍心。
- (二) 發起善心。
- (三) 起歡喜心。
- (四) 正念現前。

- (五) 無諸臭穢。
- (六) 鼻無欹側。
- (七) 心無恚怒。
- (八) 于家財寶。妻子眷屬。心無愛戀。
- (九) 眼色清淨。
- (十) 仰面含笑。想念天宮當來迎我。

以上五門徵驗。非必一一全具。惟重要之件。應當表現。可細察之。如天人兩趣。意識皆清。名起善念。然一則惟念天宮。能捨人事。一則頻憶親故。遺囑家務。獄鬼兩趣。意識皆迷。各呈苦況。然一則大乖茲和。狀態丕變。一則獨彰熱燥。飢渴可憫。至傍生趣。汗流聲澀。猶戀眷屬。他經云。將生人趣。有手向虛空作抱物。或拒物勢。與地獄項下兩手捫摸虛空之相頗類似。復有臨終落於無記心。苦樂情形不可見者。凡此等等。欲定當生何處。皆須俟捨暖時再決之。

## 作福

作福之道。布施為主。或取亡人遺資最佳。或由親友集資亦可。遺資作福。亡者定蒙利益。無常經云。「若命終後。當取亡者新好衣服。及以隨身受用之物。可分三份。為其亡者將施佛陀。達摩。僧伽。由斯亡者業障轉輕。獲勝功德福利之益。不應與死屍著好衣等。將以送之。何以故。無利益故。」此印度天竺國。當日所行之法也。至現代情形。應以遺物變易錢幣。莊嚴佛像。印送經典。布施僧伽。若更有餘資。兼及濟貧。放生。種種利益眾生之事。集資作福。亡人若入鬼趣。得益較著。優婆塞戒經第五云。「若父喪已。墮餓鬼中。子為修福。當知即得。若生天中。都不思人中之物。何以故。天上成就勝妙寶故。若入地獄。身受苦惱。不暇思念。是故不得。畜生之中。亦復如是。若謂餓鬼。何緣獨得。以其本有愛貪慳吝。故墮餓鬼。既為餓鬼。常悔本過。思念欲得。是故得之。」此詳鬼趣之得益。然作福之功。終不虛擲。因有其他親屬亡魂。共分得故。本經續云。「若所為者。生餘道中。其餘眷屬。墮餓鬼者。皆悉得之。是故智者。應為餓鬼勤作福德。」

按。取亡者遺資作福時。先須察亡者生前是否慳吝。如其生前慳吝。見家屬將遺資爲作佛事。及行布施。妄見自己之物。今爲他有。心生瞋慳。鄙劣不甘之心。如是邪念一生。即當召發業力。立即牽入惡道。善知識或家屬。當作如下之開示云。

「某某。今爲汝將遺資作佛事。或作福德。化有漏爲無漏。仗斯功德。當得超生淨土。汝當一心誠求阿彌陀佛。來相救度。對一切遺資遺物。當存棄捨。毫不置念。全無吝惜。不可稍存鄙劣貪著之想。因彼諸世財。縱仍一一與汝。亦不復再能享受。於汝實已無用也。」

## 設祭

設祭切忌殺生。因殺生之業。能重累死者受報。中陰一見此事。即力呼止。奈眷屬人等。陰陽所隔。置若罔聞。殺生如故。於是死者不禁有瞋念生起。如瞋心一起。立即墮入惡道。設祭者切宜注意。若欲祭者。當用素食。香花。乳酪。酥果。地藏經云。「汝所殺害。乃至拜祭。無纖毫之力。利益亡人。但結罪緣。轉增深重。假使來世。或現在生。得獲聖分。生人天中。緣於臨終。被諸眷屬。造是惡因。(即殺生等惡)亦令是命終人。殃累對辦。晚生善處。何況臨命終人。在生未曾有少善根。各據本業。自受惡趣。何忍眷屬。更爲增業。」

順正理論卷三十一略云「有名希祠鬼者。行動自由。能歷異方。如鳥凌空。往還無礙。所以墮此之故。有二。一為生平迷於習俗之論。以為死必作鬼。每希命終之後。子孫餐以飲食。由執此見。兼有宿善。遂流入此類。常餐祠祭。二為生平性愛親知。欲令皆富。惟己所積財物。慳吝居心。雖有餘剩。不能布施。乘斯惡業。亦流此類。以戀生前財物故。故住本舍旁邊。便穢等處。親知追荐。見而生感。頗悔前愆。由此善念。亦餐祠祭之福。」

灌頂經卷六略云。「生平無善無惡。臨終又不遇他種異熟果出現。死後爲鬼。頗得自由。此類之鬼。每棲於自他墳墓中。藉骨骸餘氣以爲靈。有祭之者。亦得享受。骸骨既朽。則失所依。而別求未朽而無主者附之。」

正法念處經卷十六略云。「有名悻望鬼者。生平賣買價值。不以道理。欺誑取物。自鳴得意。布施。誠信。福德。禁戒等。皆非所

講。常懷嫉妒。不親善友。命終即墮斯類。是鬼面色皺黑。淚流而下。手腳破裂。頭髮覆面。飢渴逼身。辛酸悲叫。若其子孫。為其先靈設祀。此鬼乃得食之。餘一切食。悉不能受。」

### 運掌助昇法（宋堯階居士補錄）

氣絕後。身未冷盡。仍須近耳喚佛。及敲磬和音不斷。如其全身皆冷。惟有頭頂尚溫。可知生西無疑。不必再喚。但為敲磬念佛。待念至頂溫散盡為要。（足底溫入地獄。膝蓋溫投畜生。腹溫落鬼道。胸溫轉人道。眉間溫登天界。頂溫超生西方。）若探其頭頂先冷。而胸腹膝足等處。或有尚溫。則其性靈尚在溫處。佛聲磬聲。仍不可絕。並可請人用掌運之法。助其性靈由溫處昇向頂門。因生西者。必從頂出也。運掌之法。可平展兩掌。虛覆在溫處之上。惟不可著身。約離身半寸。遂將兩掌用勁向上推運。直至頭頂。兩目精神專注於掌。默想其靈隨掌直向頂門上去。此時口中禱告曰。「南無大慈大悲阿彌陀佛。來接引某某之靈。從頂門出。往生西方極樂世界。決定往生。決定往生。」頻頻運掌。反覆禱告。再念彌陀觀音聖號。如是神注掌運口念。三業並施。倦則換人輪流。或半日。或一日。切勿中止。必至其身各處冷盡。惟留頂溫乃止。此之性靈。既得佛聲磬聲提醒不絕。又得掌運神注助力不息。或遲或早。必能昇向頂門。見佛往生也。然呼喚及掌運之人。能請得念佛功深。慈悲心切者為上。

### 智敏·慧華金剛上師開示錄——臨終成就與中陰成就

時間：佛曆三〇二一（公元一九九四）年元旦

地點：諾那·華藏精舍臺北總舍

臨終或中陰成就，必須於生前習慣下列修持；

- （1）修本尊法——習慣於自成本尊，佛慢堅固，悲心廣運，與本尊三密相應。
- （2）修體性法——習慣住於空或者明空，知一切法皆由體性幻現。
- （3）修如幻三摩地——於日常生活中，了知一切情世間、器世間都如夢如幻、空幻一如。既知一切皆幻、能所皆幻，即能事事當下不離真心。真心猶如虛

空、而無虛空之量，猶如虛空之恆住於法界，它永恆地不生不滅、不垢不淨、不增不減，永恆長住、永恆不動，在體無增減來去，在用卻能恆現法界一切情、器、時世間。恆常安住於此真心，而以如幻之身、修如幻之法、度如幻之眾生、成如如之佛。修此如幻三摩地，當下可同破我法二執，次之，亦可在臨終成就。

不論住於體性、或者如幻起用，都要恆常如此修，捨報時才有把握，才能契入法性，或者往生本尊刹土。每天早上有如生命的開始；每天晚上做夢，有如到了中陰。若能於每天早起時，就自然深住體性、或者自成本尊，甚至連在夢中也能如此，則於中陰身必能成就；若在夢中不能如此把握，則在中陰身亦不能有絕對的把握。進而乃至每一個念的生滅，都有如一次的生死，每一個念起，都是深住於體性起如幻妙用，念念如此，自然就有絕對的把握。唯有每一個念都做得了主，才能免於輪迴、才能度盡眾生。

## 臨終成就

### 一、臨終現象

#### (1) 四蘊收攝：

1. 色蘊收歸大圓鏡智：身體衰弱，容貌損壞，心智黯昧，眼睛不明。
2. 受蘊收歸平等性智：口水乾枯，耳朵聽覺不靈。
3. 想蘊收歸妙觀察智：無法認人，飲食不能化，鼻子沒有嗅覺，舌無味覺。
4. 行蘊收歸成所作智：不能行世界一切的事情，所有氣息返歸原來的體性。

#### (2) 四大收攝：

1. 地大攝入水大：身體無法支持安住，識如陽焰、或如朝露。
2. 水大攝入火大：口水乾枯，識如一縷一縷的輕煙在飄。
3. 火大攝入風大：身體慢慢變冷，由手腳開始冷起，識如螢光。
4. 風大攝入識大：外洩便溺、內洩五毒，心如燈光安定不動，如燈罩裡點的煤油燈一樣，不被外面的風所動搖。

#### (3) 識入中脈：

- 1.如月光。
- 2.如霧裡的日光。
- 3.如黃昏黑暗的餘光。
- 4.完全的黑暗。

(4) 自性光明現前。

## 二、契入臨終自性光明之方法

(1) 修明空三摩地或大空三昧：

平時能安住法性，此時安住不動，即能自然契入臨終光明，匯歸法性。臨終一念安住明空三摩地，或安住大空三昧，可證法身。

(2) 修如幻三摩地：

平時念念了知一切如幻，安住不動之本體，臨終一念亦如是安住，即能匯歸法性。

(3) 修彌陀大法：

觀想自心種子字或明點衝出頂門，契入臨終法性光明或頂上彌陀心中。

(4) 修其他淨土法門：

能見來接引的佛不是真正的佛，而是化佛。若自己能安住體性，或時刻自成本尊、持咒不斷，則化佛來迎時不要跟他去，只求佛放光加被自己安住甚深禪定，即可證入實報莊嚴土。

## 實相中陰成就

中陰身初期，文武百尊各放極其強烈之佛光，其威猛如百千日月之光，接迎中陰身往生佛土；但同時又有眾生業力所現之暗淡、模糊的六道輪迴之光，同時現前。中陰身多畏懼強烈佛光，而墮入適意、暗淡之光明中，再入輪迴。

謹記：此時為成佛或輪迴之關鍵時刻，此時應化光融入猛烈佛光，不可絲毫猶豫，如斯即成佛矣。

並於在生之時，即常觀想虛空強烈佛光加被，並化光融入，令其純熟，屆時即使落中陰，亦可往生佛土。

倘使在生的時候，百字明已誦滿了十萬遍為基礎，即使現生沒有成就、臨終也沒有得度，則在中陰文武百尊次第現前時，自然容易契入本尊刹土。

### 契入文武百尊的方法：

- (1) 安住明空三摩地，或大空三昧。
- (2) 觀想自身化為一點明點（自性明點），與文武百尊的強烈光明融合為一。
- (3) 觀想自心放光，與諸佛光明打成一片。契入諸佛光明，即與諸佛一體。
- (4) 觀想諸佛光明，由自己梵穴，進入自心與自性光明打成一片。
- (5) 若不能觀想，就一心想自己投入佛光中，即能與佛光打成一片，因中陰身已非血肉之身，祇一幻影，心想衝入佛光，即契入佛光矣。

### 投生中陰成就（包括已墮鬼道之眾生）

#### (1) 明空三摩地

修明空三摩地者，事實上不可能落中陰。「即使」到了中陰，若能安住在大空三昧，對一切不分別、不愛惡、不取捨，了知自己真身猶如虛空——但不是虛空——像虛空般無形、無相、無念、無願，如是安住大空三昧，或是安住於明空三摩地，自性的光明，猶如大光明藏，遍滿在宇宙，如此觀想，所有的怖畏、壓迫、以及投生六道的種種景象，當下全空，馬上契入法性，匯歸性海，證到諸佛的果位。

#### (2) 如幻三摩地

只要確信在中陰受怖畏的身、在鬼道受苦難刑罰的身皆幻，周遭一切可怖的情景、一切苦難、一切刑罰都是幻，乃至一切受苦難的眾生都是幻；我真正的身猶如虛空，安住在法界。僅此一念堅信，所有的刑罰。所有的怖畏，當下消滅。不但自度，還可以同度中陰道和鬼道的有情，一起超生、或者匯歸法性。

#### (3) 本尊法

不忘自己是如幻的本尊，度如幻的中陰道的有情；到鬼道也是如此。若能時時安住如幻之本尊身，即使投生任何一道，都當為這一道的王，去度這一道的眾生。

當我們在萬分驚恐怖畏的時候，還要持得住的話，一定要靠我們在生的努力。要不斷地增長定力，讓定力堅固、再堅固，即使千軍萬馬來，自心能不動，體性不動；即使原子彈來了，曉了即使世界毀滅，我的體性絲毫不受損壞。唯有如此，才能在輪迴道中超越輪迴，恆住彼岸。

## 智敏慧華金剛上師開示錄——臨終與中陰成就法的日常觀修

時間：佛曆三〇二二（公元一九九五）年十一月

地點：諾那·華藏精舍臺北總舍

圓覺宗弟子每晚睡前，視為自己在此世間最後一刻，即將捨報，雖然並無臨終種種現象現前，但亦作臨終四大分解之觀想，則一朝捨報，自心可不亂而按部契入法性。

凡人臨終時，有如下情景一一現前，可依次作觀而熟習之。

### 一、地大入水大

感到如同受到高山下壓，像是要把自己壓死，身體變得很重，不能支持自己行住坐臥。內心心眼見到如陽焰的景象，有如沙漠中水蒸汽顯現的海市蜃樓幻景。

### 二、水大入火大

感到波浪滔天，彷彿自己在水中即將淹死一般，身體覺得口鼻乾枯，五官的功能減弱，心眼覺得煙霧瀰漫在自己四週。

### 三、火大入風大



外感火焰衝天，彷彿自己即將被大火燒死，體溫下降，身體逐漸變冷，內心覺得見到螢火蟲飛舞。

#### 四、風大入識大

外感飛沙走石，彷彿自己被颱風颳到空中，自己將要跌死，呼吸不能自如，呼出的氣如風，吸氣則在喘，內心覺得見到如蠶豆大的燈火不動，好像古代的煤油燈中間的那一點燈火。

此時，五官功能逐漸失去，漸漸沒有知覺，但是仍感到親屬家人的聲音，其聲逐漸遙遠而微弱，這就是此生決定要終了之時，應徹底明瞭世間一切皆屬無常，自己即將捨報，六根與六塵接觸的一切法，體性本空，即於體性空中觀種子字，剎那自成本尊，然後放光上供諸佛，承諸佛回光悲智力用之加被後，再放光度眾生，令一切眾生皆成本尊，一切器界成淨土，然後傳承諸佛、自他所成之本尊、淨土皆化光融入法界光明，即於光明中安住。倘若屆時來不及這樣觀想，祇須一念觀情器、自他悉皆化光，整個法界是光明，在光明中入定，若無法入定亦無關係，祇要觀想住於光明亦可。平時就要時時練習純熟，在臨終時更要這麼修，無論有多大的痛苦，這一念都要持住，因為僅僅這麼一念，就可使自己超出六道輪迴而到淨土聖境，得到永恆的生命與永久的妙樂。

對於修心有成就的行者，尚有以下四種境界顯現：當識入中脈時，心眼先見到白色，繼而見到紅色，之後見到黑色。見到黑暗時，即是禪宗所說的「黑漆桶底」，在這黑的狀態中，自己將失去知覺一剎那、幾秒或幾分鐘。之後又有白色的光明，帶著幾乎看不出的微黃色，此即自性本有的光明現前，應當下認證此即自己真心，剎那之間與法界子光明打成一片，名為母子光明會，即如過去那些密宗大德一樣契入法性，成法身佛。若於法性空中，又觀種子字，種子字化為本尊，即成報身佛。由自成報身佛之心中放光，一一光端有自己的化身在一一有情之前普門示現，應以何身得度，即現何身度脫，即是化身佛。如是一體三身，圓證法報化三身成就。

本法決不可到臨終時才修，要在平日天天修。每天夜晚，都當作此生即將捨報，雖然還沒有四大分解的感覺，但不妨如幻地想：地大入水大，是何種情形，水大入火大、火大入風大、風大入識大，各為何種情景；閉著眼睛，以心眼看到白色，接著為紅色，然後是黑色，跟著就失去知覺，再顯白光時，心識已離開肉

體，住於虛空，如是化光契入虛空，母子光明會，即成法身佛；若於光明中，再現種子字化為本尊，本尊即是自己，就成報身佛。法身佛無形無相，報身佛有身，能在淨土度登地以上的菩薩聖眾。報身佛心光遍顯於法界，一一光端有化身佛在十方刹土隨類現身，普門示現度脫一切有情。

此法每日早、晚、睡前都要修，將每一階段的顯現都牢記於心，要熟悉到如他人呼喚自己的名字，不假思索立即就可以反應的程度，否則，到臨終時眾苦交逼，想修亦修不入。又當重病知道自己不久於人世時，應將家產廣行佛事，印經布施，或贊助佛教道場，為下一站鋪路。

此外，平日修法時要養成習慣放光供佛，即使臨終未能成就，昏迷三天半後醒來之後的二七日內，皆是文武百尊放強烈光明接迎眾生往生佛土，此時即可自心放光契入佛之光明，亦可契入。因此，平日修法，要了知人生及世間一切如夢如幻，而不攀緣執著，常觀本尊諸佛之光明如百千日月，在生時修慣熟練，到臨終及中陰時自然用得到，看到很強烈的光即知道是佛光，不會逃避，契入佛光而成就。但是，特別要注意的是：與佛光同時出現的，有暗淡、不刺眼的六道輪迴之光，就像在世時平日陰霧天所見到的光明一般，由於熟悉，就很容易喜歡此種光明。中陰身一生喜歡之念，即進入此種光明而墮入六道輪迴。因此一定要牢記，要堅拒此種暗淡光明，選擇強烈佛光投入，即不再輪迴矣。

法本中常有「於自性空中現種子字放光供佛，諸佛迴光加被成本尊」乃至「化光融入諸佛光明」之類的觀想，要在平日時時修，養成習慣，否則到捨報時臨時抱佛腳，則不易得力，為自己所造之業的業風吹入輪迴矣！又，修習的時間要由短而長，本法為無上法門，一分鐘如是安住於佛光，即一分鐘是佛，十分鐘如是安住於佛光，即十分鐘是佛，如是一直延長，乃至永恆常住於佛光，即為真正的佛。

本法每天至少臨睡時要修一次，每天能修而又一心淨信的人，個個都能成就。圓覺宗成就的弟子會很多，各位每天都不忘修這個法，則各位也將是成就者之一。若能夢中也如是觀修安住，則臨終及中陰成就可以肯定；倘若於禪定中現如是境界而母子光明會，就是即身成佛。

本法是最大、最快、最究竟的法，並且每一個人都決定要走到臨終這一步，能於臨終契入諸佛光明，是最究竟的一步，沒有比這一步殊勝了。

## 生命之鑰

智敏·慧華上師基金會編輯組

(本文特將具恩根本智敏·慧華金剛上師，多年來再三開示、叮嚀之「中陰得度密法」重點匯整，並加上科學觀察、統計之結果做一對照，以堅定有緣大眾對中陰得度密法之信心，祈願人人皆能把握此生最後得度機會，而解脫輪迴苦海。)

愚者逃避生死，不敢面對生死問題，終至輪迴生死，受苦無量。智者面對生死，勇於探索生死問題，終至解脫生死，永享安樂。

死亡於佛教謂之「捨報」，祇是肉體壞了不能再用，而其神識是不滅的，隨著其生前所作善惡果報流轉，輪迴六道，繼續受苦。若能解脫生死，則其神識往生到極樂世界或諸佛淨土，不生不滅，永享安樂。孔子云：「朝聞道，夕死可矣！」本文即是要告訴大家——於死亡來臨時，如何把握住諸佛大願，迎向強烈佛光（有如百千日月同時照射之光明），避開輪迴弱光，即可往生淨土，不再輪迴受苦。聖經亦記載者：「穿越死蔭幽谷，光明必定現前。」故只要人人能把握此強烈光芒，生生不息之生命希望，方能真正擁有。

有生必有死，人人都須面對，故無須逃避；本文所敘述之方法，是人死後尚未投胎之前，如何於生命最後機會，藉由佛菩薩悲願而承蒙救度。本文至為重要，實為此生能否決定往生諸佛淨土，不再輪迴之關鍵。因此不論你是佛教徒或是其他宗教徒，有修行或無修行，對本文有信心或沒信心，若能熟記本文確可受益無窮。一旦死亡來臨，面對文中所敘述現象，方不會倉惶失措，而錯過最後得度機會。故人人皆應熟記，並時而練習，更應努力為自己所摯愛的家人、親友、鄰居宣說此法，以祈人人皆能於此生解脫生死，永享安樂，不受輪迴之苦。

由於解脫生死之方法包括「自力」與「他力」二大部份，「自力」即依佛法修持而即身解脫生死，當然為最隱當之方法；「他力」則為諸佛菩薩救苦救難，不可思議之悲願加持，故亦千萬不可忽視。若能「自力」與「他力」配合，雙管齊下，實為最有保障、最有智慧之抉擇，且是萬無一失之良策。

本文以「他力」——佛菩薩悲願之極致，為敘述重點，由於方法至簡易行，故請有緣聽聞此法者，務必珍惜。

美國的統計專家 George Gallup 發現美國有八百萬人曾經歷過瀕死的經驗（Near death experience）。以下是總結各種體驗的百分比：

瀕死體驗（NDE）	%
離開身體·····	26
正確的觀察力·····	23
聽到聲音·····	17
感受到安祥無痛·····	32
見光現象·····	14
一生的回憶·····	32
去到另一個世界·····	32
遇到其他世界的生命·····	23
入洞的感覺·····	9
能看未來、特異功能	

另一位美國醫生穆迪，他在一九七五年出版一本書叫《來生》。他亦蒐集訪問了一五〇位死而復活的個案，他說：「在我研究死而復活的個案中，最令人難以置信，且對當事人影響最深的一個共同點，就是他們遇到一片強烈的光芒。一般說來，光芒剛出現時較為暗淡模糊，但是很快就越來越亮，最後達到人世間所沒有的燦爛亮度。沒有人對那片光是個人形表示懷疑，而且是一個很清晰的人形。這人形體對將死的人散發著愛心與溫暖，非言語所能形容。他們感到全身籠罩、融合於其中。……」

瀕死之體驗與「西藏度亡經」（修持密法行者，此生解脫生死必熟閱之書，為藏密開山祖師蓮華生大士所著）所記載之內容非常類似。「西藏度亡經」受目前歐美醫學家、學者所重視之原因，即是此書對人死後未投胎前 49 天內（謂之中陰身），亡者的心境及其會面對的各種喜愛（如前面之瀕死體驗）、或恐怖的情景，記載非常詳細。最可貴的，書內將「亡者面對各種現象時要如何自處才能突破危機」，以及「要如何做才能蒙受諸佛菩薩救度，而往生諸佛淨土」之敘述

極爲精要；甚至錯過此得度時機時，應如何選擇好的投胎對象，都有非常詳細的解說，故誠爲千載難逢之「希望寶典」。

一般人千萬不要以爲人死後之情景皆是如「瀕死體驗」那般美好。依經文記載：

人於氣絕命終後，靈識離體未能即得解脫者，大都經過一種昏沉恍惚境況，為時三日半至四日之久，而頓覺清明，謂之初入中陰境。在此一剎那之清明，或可見家屬人等。

又通常死者離體之業識，每自迷悶，且自計曰：「我豈已死？抑尚未死乎？」彼亦恍惚能見其親屬人等，一一當前，猶如夢中相逢。

中陰身於未證解脫、未經投生之前，其神識時昧時明。一時忽見某處之親友等，如同夢中相逢，當向彼等說話，而被等竟置不理會，於是懊喪莫名，忿怒異常。

忽又重聞呼己之名，及哭泣之聲，驟見其眷屬親朋，向其尸身悲號哀泣。或見桌上供設各品，當自計曰：「吾已死矣！奈何奈何！」此念一生，自覺最極苦痛，猶如紅熱鍋中被炸之魚。

又見彼妻子等，舉哀哭泣之際，仍是前往柔言撫慰，當告之曰：「吾在此，不必哭。」而哭泣者，亦置不睬，於是又羞憤交攻，怏怏而去。

倏忽因愛見妄執又不能已，匆匆然重復又來，期補前遇之憾，不意所逢所受，仍如前次無聊。如是至再至三，其懊喪之鬱積，愈經愈烈，煩悶之驅使，變本加厲。甚至不願審察其境地之善惡若何。任何代價亦不顧惜，但求託生，以減飄忽無依之苦，因而投入惡道者，比比皆是。

靈識在中陰界，昏迷復清醒，深感極不安定，極不自在。且有一種極猛烈業風，吹無定向，猶如風捲羽毛，任其往復吹送，或起或落，身不由己，漂泊無定。

忽焉，又有一種法界真空無比大光，驟然閃亮，光芒眩耀，莫可仰視。如秋雲善變，忽現奇形怪相，咄咄逼人。並且此強大光焰照射之中，常有無比巨大之聲，千倍電雷之列，聞之驚懼恐怖，心膽俱裂。

更有可怕之食人夜叉，執持種種兵杖呼殺喊打，直撲前來，欲斷己命。其數且極眾多，爭先恐後，奔躍而來。或復為惡人暴客之所逼迫，或復狂風暴雨、雷電電石、烏霾密霧，將己籠罩。或山崩海嘯，或猛火飛焚。一切所見之相，所聞之聲，使中陰身驚怖欲絕，惶急無措，更已無路可擇，惟有望風狂竄而逃命。

乃忽，又被追逼至於深不知底，一白、一黑、一紅之三座懸崖絕壁，且已岌岌勢將下墜。此時不得不回身，逃入山谷洞穴之中，即轉後身為蛇狼虎豹等身，永淪苦趣矣。……

其實能「死而復生」者，皆是具有大福報之人，而其死而復生，無不在警示人們——真有來世，非一死百了，此生若不努力行善立德，絕無法擁有美好未來。

詳細內容請至財團法人圓覺宗智敏·慧華金剛上師教育基金會免費索閱「了生脫死」或「夢幻生死」（此二書皆取自「西藏度亡經」）。

為方便大眾熟記，以下直接分段擇錄圓覺宗第七代住持智敏·慧華金剛上師之精要開示：

「人在剛捨報之時，法性的光明都會現前，修持佛法的人，若能掌握這一剎那契入法性光明，當下即能匯歸毗盧性海，證到佛的果位。但是，一般未修佛法的人，就往往錯失這一剎那而無法契入。此時，有些人，會發現自己的神識離開了身體，到虛空中，甚至看到家屬在悲哀、痛哭。過了這個階段，亡者將昏迷大約三天半的時間才會醒來，並開始經歷從死亡後三天半算起，四十九天的中陰狀態。

在中陰的初期，諸佛會放光來接引亡者，但是未曾修持過佛法的亡者，往往對諸佛接引的強烈光明感到害怕，不敢迎向前去，反而對隨著諸佛光明同時出現來勾攝亡者的六道輪迴光明感到親切。

因為這種輪迴光明，正如我們平常所習慣見到的光明，此為業力所現，一旦接觸這種光明，亡者就再度墮入六道輪迴之中。因此，此時對強烈光明無須害怕，應勇敢迎向並投入這強烈光明，在剎那間，你就已往生諸佛的剎土。倘若依賴平常的習慣，而接近另一種你所熟悉的較暗淡柔和的光明，則在進入的剎那，你又墮入六道輪迴之中。

因此，在臨終或中陰狀態時，在生時若是學會持念佛菩薩密咒的人，就應當持咒不斷，顯教習於念誦佛菩薩聖號者，亦應該一直唸誦，任何境界現前，都應持心不動，曉得一切皆是虛幻的夢境；或觀一切鬼怪都是阿彌陀佛，一切險境都是極樂世界，如此就能度過中陰險境，而往生佛土。

然而，因果為三世不移之定律，六道輪迴之暗淡光明為眾生無邊業力所現，所以亡者生前，如惡業深重，即使已聞中陰救度密法，極思契入諸佛接迎之強烈光明，無奈六道輪迴之光如強力磁鐵一般將其吸之而去，或如被洪水般沖之而往，根本不容亡者有所選擇。所以在生應皈依佛門，懺悔罪業，極力行善戒惡，廣積功德。本宗弟子更應把握寸陰，行住坐臥，精勤修持，安住體性，以期即生成就，次之，亦能於臨終或中陰成就。」

上師更慈悲匯成精要重點，以方便有緣大眾熟記與練習：

1. 一旦死亡來臨，必須確實了知：世間是幻，什麼都帶不走，一切不取，一切放下，因為不放下也不成；惟有全心念佛持咒，方能蒙佛接引，往生諸佛淨土。

2. 如果見到已經過世的親友來迎接你，或是冤家來逼迫你，甚至有天上的天仙來迎接你，千萬不要跟他們走，你應該要告訴他們：「請你們跟我一齊念「阿彌陀佛」，我成就後，會回來度你們。」然後專心念「阿彌陀佛」，不要再和他們講話，以免被引入輪迴。

3. 中陰期之一切境界皆是虛幻、是夢、不是真的，皆由自心如幻顯現，故不須畏懼害怕；祇要不取不捨，一心念佛持咒即可避開危難，往生佛土。

4. 必須切記：佛的光明非常強烈，有如百千日月，光芒眩耀，莫可仰視。由於中陰身已無質礙肉身，故只要心想投入佛光，或當下祈求接引，即能往生淨土。而與佛光同時出現有暗淡、柔和、不刺眼的光，千萬不可去，亦不可靠近，否則就會墮入六道輪迴，受苦無量。

上師悲心深切，為令有緣見聞之大眾，皆能熟練於心，以備中陰之時究竟解脫，故特別傳授平時簡易修持之法：

平時可於清晨或黃昏，看初昇之旭日或夕陽，注視於太陽之下二、三尺處之陽光（勿直視太陽，恐傷眼睛），心想：「此光即是諸佛之光，我要投入！」時時如是練習，到中陰身時，見到強烈光焰，也能作如是想，則心念才動，已入其中。此諸佛光焰雖極熾烈，但投入其中，卻是無限的清涼。

至聖先師孔子曾云：「朝聞道，夕死可矣！」本文之重要，適可與之比擬。若能聽聞且能確信此解脫生死輪迴之密法，死亡又有何懼呢？（從眾多的死而復活之實例中，確實可發覺：只要在世之時，不做虧心事並且多行善事，其所經歷之死亡體驗大多是溫馨美好境界，故其皆不再害怕死亡即是明證。）

迴向：



經云：菩薩摩訶薩作大國王，於法自在，普行教命，令除殺業，閻浮提內城邑聚落，一切屠殺皆令禁斷，種種生類，普施無畏，廣修一切菩薩行，仁慈蒞物，不行侵惱，發妙寶心，安穩眾生，於諸佛所，立深志樂，常自安住三種淨戒，亦令眾生如是安住。所謂：願一切眾生發菩提心，具足智慧，永保壽命，無有終盡。願一切眾生住無量劫，供一切佛，恭敬勤修，更增壽命。願一切眾生具修離老死法，一切災毒，不害其命。願一切眾生具足成就無病惱身，壽命自在，能隨意住。願一切眾生得無盡命，窮未來劫，住菩薩行，教化調伏一切眾生。願一切眾生為壽命門，十力善根，於中增長。願一切眾生善根具足，得無盡命，成滿大願。願一眾生悉見諸佛，供養承事，住無盡壽，修習善根。願一切眾生於如來處，善學所學，得聖法喜，無盡壽命。願一切眾生得不老不病，常住命根，勇猛精進，入佛智慧。如是諸佛密意，我等願以此功德迴向，懇祝所願皆得圓滿。

以此功德，四恩俱報，三有齊資，法界眾生，同圓種智。

上來功德殊勝行，無邊福智皆迴向，普願沈溺諸有情，悉生無量光佛刹。