

往生之鑰

目 錄

前 言

內容摘要

甲、重病尚未決定生死時應注意事項

壹、給病人的忠告（可讓病人閱讀或念給他聽）

貳、重病時家屬應注意之事

參、親友及大眾探病應注意之事

乙、病人臨危將要命終時應注意事項

壹、念給臨危病人聽的極重要文字（可預先給病人閱讀）

貳、病人病危時家人親友必須注意之事

參、普勸社會大眾都為臨終之人稱念「阿彌陀佛」

丙、亡者命終八～十小時內極重要事項

※壹、亡者停止呼吸後立即可做的重要開導

（病人家屬必先閱讀）

貳、亡者命終八～十小時內家屬必須注意事項

參、一般社會大眾及助念者須知

丁、命終四十九日（捨報三日半後算起）內可為亡者做的事——請為亡者

作中陰念誦、超薦福利等工作

壹、命終三日半後可為亡者所作的開導

貳、命終四十九日內家屬應注意事項

參、亡者親友及社會大眾對亡者可做的幫助

戊、最近的科學研究顯示死亡三天後仍有知覺

壹、自殺身亡者死後比生前痛苦千萬倍

勸請社會大眾歡喜信受佛力救度

附錄

(一) 慎終追遠——略談土葬與火葬

(二) 免費助念簡介，並請家屬盡量配合的事項

前 言

△不論生前、死後，
不論無罪、有罪，
不論平日信仰何種宗教，以及修為如何？
任何人等，我們都希望您能因此小冊得到利益。
其實，一切生命都是平等的，
也都具有遠離災難、痛苦，而去追求平安、喜樂的基本需求。
但是，如果我們用錯了方法，走錯了方向，
就會如同『蒸沙求飯』一樣，
永遠也達不到我們心靈中所嚮往的那塊樂土。

△從實際的助念工作經驗中，我們選擇了一些相當重要，却往往不容易和
大眾溝通的事項，整理成這本小冊子。

在彙編的時候，我們採用以直接建議讀者該如何做為原則；有時會配合以簡短的說明；而除非必要，都儘可能避免在理論上做太多的說明。使得一般讀者能夠只用很少的閱讀時間份就知道如何去直捷開導存者、亡者等，扶助他們；並依此能夠自助助他，進而更使大眾都能得到大利益。

△希望每一個人，不論生時、死時，都能永遠離苦得樂，常享快樂。這是我們彙編此文的目的，也是我們最大的心願。

內容摘要

甲、重病尚未決定生死時注意事項：

- 病人自己或家屬應當專心一意念『阿彌陀佛』（音 Y ㄇㄧˊ ㄊㄨˊ ㄉㄨˊ ㄈㄨˊ）。因為西方『阿彌陀佛』又名『長壽佛』、『無量壽佛』，假如病人尚有痊癒機會，就會使病況減輕而得以延壽，倘若無法救治，亦可往生最幸福安樂的極樂世界。

乙、病人臨危將要命終時應注意事項：

- 親友應安慰病人，請他放心一切，勿再牽掛俗世一切，應專心念『阿彌陀佛』，不但可因佛力加被減輕痛苦，倘有不測，亦可生到安樂的佛國。
- 最好請出家的法師或有經驗者為臨危者助念。
- 家人親友勿在病人前流淚泣啼（即使病人已呈昏迷）以免病人內心悲痛，應忍住悲傷為臨終者念『阿彌陀佛』聖號以減輕病人身心之痛苦。
- 已確知病人無藥可治時，最好讓病人在家中正寢。
- 病人若有痛苦狂亂情形，請為他念『南無地藏王菩薩』。
- 病人不喜歡的人，以及剛喝過酒，及進食五辛（蔥、蒜、韭、興渠、薤）等氣味濃烈食品之人，請勿靠近病人。
- 病人身上若有皮、毛（動物性）製品應拿開，以免牽致病人墮入畜生道。

丙、亡者停止呼吸後八～十小時內極重要事項：

- 在八～十小時內絕不可移動、碰觸亡者，否則會造成他極大痛苦，因此千萬不要急著為剛斷氣的亡者洗淨或是換壽服，亦勿放置乾冰。

- 千萬不可立刻就送往太平間或殯儀館的冰庫，這會使亡者處在『寒冰地獄』般的痛苦裡。
- 在八～十小時內輪流在亡者身邊助念『阿彌陀佛』聖號幫助亡者往生極樂世界，勿用錄音帶替代。

丁、命終四十九日內親人眷屬應為亡者做的事

- 切勿殺生祭拜，能素食最好。
- 應為亡者多做布施、濟貧、印經等善事，這樣可使亡者早生善處。
- 不可在七日內舉行火葬、土葬，否則若亡者神識未去，會造成極大痛苦。
- 應恭請有道行的佛教法師為亡者超度。
- 家屬應在亡靈前誦『地藏菩薩本願經』三～七遍或按日誦讀『西藏度亡經』指引亡者。

戊、最近的科學研究顯示死亡三天後仍有知覺

- 自殺身亡者死後將比生前痛苦千萬倍，普勸社會大眾絕對不可自殺，因自殺者罪逾殺人，必定長淪地獄。

己、家屬應請高明法師為亡者超度

- 人死後絕大多數墮入地獄、餓鬼、畜生道，因此為亡者請高明法師超度令他往生『極樂世界』絕對必要，這才是對亡者真孝順，真慈愛的流露。

庚、

- 火葬較土葬有更多優點，值得取法。

甲、重病尚未決定生死時應注意事項

△茫茫人生長路辛苦過，
悠幽此心愁緒怎却償？
身疲力盡大竭去，
千斤萬擔就此放！
兒孫自有兒孫福，各有歸宿各自忙；
褒貶當時多滋味，遊戲終了夢一場。

△人生本來無多路，一輪金日向西忙，
才豔東起新鮮色，轉瞬西射又淒涼。

△三界浮沈無常伴，六道苦海總獨航；
不肯放下夢中事，生生死死為誰忙？

△貪求世間無點益，生死隨緣休勉強；
看破本來無寸土，依止三寶向覺皇。

壹、給病人的忠告（可讓病人閱讀或唸給他聽）

△※（倘病人已呈昏迷，也請家人念給他聽）在生病的時候，我們要遵照醫生的囑咐，吃藥打針，安心休養希望能趕快恢復健康，重新回到人生舞臺演好自己的角色。

但是如果病情惡化或久病不癒時，我們難免會想到『死亡』兩個字，有些人便會生起一些憂慮和恐慌。

其實，有時候死亡本身並不可怕。
可怕的是我們不能確定死後究竟是怎麼一回事，以及憂懼會留下很多未了的心願和責任——或者是債務。

然而當知道，憂懼並不能使事實改變，反而使病情更加惡化。
而且萬一到了非走不可的時候，則這些擔心還不是非放下不可嗎？

所以，為何不敞開胸懷，各依平日的習慣，或靜養，或禱告，或念佛持咒等方法，好好的安心休養一下呢？

△以佛教的因緣果報輪迴觀來看，我們從好久好久——無法追溯的遙遠時間以來，我們生了又死，死了又生，一直在六道裡生死輪迴不息。受盡了百千萬種生、老、病、死等痛苦，都是因為我們的煩惱妄想執著，而不知尋求解脫，因此一直無法脫離痛苦的生存方式，而得到真正的寧靜與安樂。

這些，事實上都是因為我們不知道我們所生存的這個世界和人生，實際上祇是一個夢境，我們誤認夢境以為真實，所以在夢中產生了貪欲追求、瞋恨愚昧、得失恐懼等煩惱和執著，以致於始終在這生死輪迴的夢境中受苦不能覺醒。

因此，我們若要脫離生死的痛苦就應該看透世間以及人生的一切，都是夢境，不要再加以執著不放，這樣你才可能從這場大夢中醒來。然而，除了以上的認識，還要依靠佛菩薩的幫助，才能獲得真正的安樂，因為佛菩薩就是『覺醒者』，請求覺醒者將我們從夢中喚醒是很容易的，而要靠自己的力量從夢中醒來卻相當困難。

在佛經上曾記載，在這個世界西方極遙遠的宇宙中，有一個世界名叫「極樂世界」，極樂世界充滿了光明和微妙的音樂，那裡的大地，是由金玉珍寶所形成，那裡的人們，全身是金色散發著光明，極樂世界，是由『阿彌陀佛』的願力而形成的。『阿彌陀佛』又叫做『無量光佛』；或是『無量壽佛』因為祂的光明遍滿整個宇宙，祂的壽命沒有窮盡，任何人，祇要專心一意念『阿彌陀佛』，就可得到『阿彌陀佛』的幫助，減輕心靈的煩惱或肉體的病痛，如果病還可以救治，就會減輕延壽；如果病已無法救治，祇要他一心一意念『阿彌陀佛』，臨終時『阿彌陀佛』就會出現面前並接他到『極樂世界』由蓮花中化生。

任何人生到西方極樂世界就再也沒有任何煩惱和生、老、病、死的痛苦，衣物飲食僅心中一想就出現了，並且壽命無窮，享受永恆的快樂，無論想看宇宙任何一個世界或是聽那裡的聲音都可看到、聽到，並且可以分身無數，想到宇宙任一個世界，祇要一個念頭就到了，因此，如果思

念家人，可隨時回來看他們並幫助他們，最重要的是，您永遠不必再受六道輪迴的種種苦楚了！

某某居士（家人直呼其名），極樂世界這麼完美，這個世界卻充滿了生老病死、戰鬥、競爭、勾心鬥角的痛苦，請您不要再懷疑和猶豫，從現在開始，摒除一切雜念，一心一意地念『阿彌陀佛』，無論病好不好，是生是死，或是身心有多痛苦都不可放棄，要一直不停地念『阿彌陀佛』。如果有覺得應交代的事情，現在若有精神，就趕快交代下去，即使已無法交代，也要視如夢幻放下了，請您將世間一切名利得失，親屬愛恨等全部放下置之度外，決心不可再受任何一絲一毫俗情所牽掛，以一顆虔誠的信心，一心一意地念『阿彌陀佛』。無論身心多痛苦都不停止，將一切事物都視作夢幻，本來是空，過去、現在、未來事一概不想，現在，請在內心跟我一起念『南無阿彌陀佛』……（念念相續，愈多愈好！）

貳、重病時家屬應注意之事

△生死事大，但是應當謹慎，坦然的去面對它。對於親人在病苦、生死間的掙扎痛苦？固然應該正確選擇合適且必要的治療手段，但是千萬不可拘泥在錯誤的俗情上，或者只是怕被人批評，或是為了博取一般世間不具有正知正見的讚譽，而未能真正站在利益病人或亡者的立場去考慮；卻不知是否會害若了親人，如此不但會冤枉做了很多不必要的處置，同時不只是加深了患者的痛苦又會使他生起瞋惱心，而影響到了臨終時的善念，以致不能安詳的離開。

又當知道，也唯有助益自己的親人出離三界六道等生死輪迴之苦，才稱得上是真孝順，才稱得上是真慈愛！

※地藏菩薩本願經上記載著：「現在未來一切眾生，但念得一佛名號，功德無量，何況多名，是眾生等，生時死時，自得大利，終不墮惡道，△若有臨命終人，家中眷屬，乃至一人，為是病人高聲念一佛名，除五閻罪，餘業報等，悉得消滅。」

※觀無量壽佛經上記載：『臨命終時，遇善知識，種種安慰，為說妙法，

教令念佛，彼人苦逼，不遑念佛，善友告言，汝若不能念彼佛者，應稱無量壽佛，如是至心，令聲不絕，具足十念，稱『南無阿彌陀佛』，稱佛名故，故念念中，除八十億劫生死之罪，命終之時，見金蓮華，猶如日輪，住其人前，如一念頃，即得往生極樂世界。』

◎您的親人正在重病的情況下，雖然未來情形很難說，但是可以斷定不是病情好轉繼續活下去；就是病情惡化無可避免地走向死亡，以上這兩種情況都可能發生，無論未來演變如何，我們都建議您在病人清醒時教他念『阿彌陀佛』聖號，並且告訴他必須不斷地念下去，如果他一直在昏迷狀態，就請您和您的家人在他身旁不停地念超拔生死重罪的『阿彌陀佛』不可停止，因為阿彌陀佛的另一個名字就是『無量壽佛』，假如您的親人尚未走到生命的盡頭，您教他念並且為他念，便可使他受到佛的保佑使病情減輕好轉，壽命延長。相反地，如果病情已真的無可挽回，您教他唸這句『阿彌陀佛』或者為他念誦，都可以使他減輕臨終時的痛苦，並且在死後生到永無痛苦，永遠快樂的『極樂世界』，上面佛經上寫得十分清楚，請您絕對要相信，佛是從不說假話的。您的親人正需要您的幫助，請您教他念這句『阿彌陀佛』聖號，並由您和家人在他身旁輪流不停地念誦吧！

參、親友及大眾探病應注意之事

△『故看病者，為第一福田』，這是人間成道，偉大的聖者釋迦牟尼佛當年勉勵大眾探望病苦時所說的一句話。

我們希望社會大眾在聽到有人患病痛苦時，都能生起慈悲心前往探視並妥為安慰；開導『生死夢幻、六道苦趣』，都是起因於貪執眷愛所致，而勸請他們放下這些虛妄的煩惱。

△倘若想永久出離這種輪迴煩惱，則唯有皈依在上師、三寶（佛、法、僧）的慈悲攝受下，才能長享至樂。

然後再善巧引導他們嚮往西方極樂世界之種種勝妙莊嚴，並再為他們簡略的介紹阿彌陀佛的大慈悲願：『一切眾生，只要真切的希望投生到他的國土，不論是已經修持了很久，還是才剛開始學習的人；或者是曾經犯了很大罪惡，或者是有著很重習氣的人，都能得到接引，都能得到究

竟解脫。甚至於只是「十念」，也都能往生無疑。」

△另外，又應當消釋病人和他的家屬的疑惑，使他們生起淨信：『只要一心念佛，如果壽命已盡，則決定往生極樂世界。如果陽壽未盡，則病情也能夠趕快痊癒。』

『因為專心念佛，沒有其他雜念的緣故，就能滅除宿世的惡業而使病人恢復健康。』

△希望社會大眾，不要因循一些世俗錯誤的見解，以為念阿彌陀佛就是求死；或是大不吉利的事，以致於將病人的生死大事誤了。

△還有一點是相當重要的，就是在探望重症的病患時，最好儘量在佛法上幫助他，而避免閒談世俗無用的雜話，或者是當著病人談論到他的身後諸事，如此，恐怕會牽動病人的情緒，而影響到臨終的正念有礙往生。

△可能的話，應該儘量勸請病人和家屬，依止於經教所示，以正信的佛法去處理生死大事，千萬不可病急亂投醫，或到處求神問卜，甚至殺生祭拜，猷媚鬼神，這樣反而造作惡緣，於病家之生與死都有很大的不良影響。

△如果病人長期臥病，或病家有種種不吉祥事則勸請病家，或發心為他們誦讀『地藏菩薩本願功德經』。則必能得到如經中所示的種種利益，『無論存亡，於現前或當來必得解脫。』

(附錄)：念佛持咒的利益

△觀無量壽佛經：『……命欲終時，地獄眾火，一時俱至，遇善知識，……讚說阿彌陀佛十力威德，……此人聞已，除八十億劫生死之罪。』

地藏菩薩經：『……有佛出世，號寶勝如來，若有男子女人聞是佛名，畢竟不墮惡道，常在天上，受勝妙樂。』——稱佛名號品第九。

慧華金剛上師曾開示：『密咒乃是法界最深，最奧秘者，乃諸佛的心聲，只要依之而修，即會與本尊相應……如實圓滿。』

大乘寶王經：『汝能得是如意摩尼之寶（指六字大明咒），汝七代種族皆當得其解脫。』『如是之人，而永不受生老病死苦，愛別離苦。而得不可思議相應。』

乙、病人臨危將要命終時應注意事項

△生死雖屬幻化，

但是究竟只有少數人能於大限來到時泰然自若，甚至於談笑風生，神通自在。

這些人總是被認為如果不是久修有證的聖賢，就是豁達開闊的高士。

而普通人在臨命終前，如果不是愁腸百結牽掛情愛財產，就是恐懼哀號，痛苦震戰……。

種種的淒慘，

說不盡的悲苦。

還是不能不走！

再放不下，還是要走！

於是走得牽腸掛肚，走得痛苦莫名，

甚至於有的人走時，一陣人仰馬翻。

哎……

請你放下！放下一切世間的執著吧。

要想如同那些賢聖一般自在，只要放下！

千言萬語，

唯有請您先放下！

壹、念給臨危病人聽的極重要文字（可預先給病人閱讀）

※請注意：此段文字請親友或助念者、家人在病人臨危時，除了不斷為他稱念『阿彌陀佛』聖號（若助念人手不夠亦可以錄音帶、念佛機代替）並可將以下文字選擇數則或全部念誦給他聽，倘若病人已呈現呼吸不規

則現象（吸氣淺弱，呼氣長而強，喉頭作響時）則直接為病人念誦『阿彌陀佛』聖號直至病人呼吸停止，繼續唸佛號 108 遍後，再依下一章丙、壹、『對於呼吸停止後之亡者立即應作的重要開導』念誦，家屬念誦及助念佛號勿正面對著病人，亦不可帶哭泣音調，以免病人傷悲痛苦。

△（可由一人領眾先同誦『南無阿彌陀佛』聲數約二十一次即可，再轉四字『阿彌陀佛』聖號至 108 遍，祈佛慈護接引，並以令病人耳聞為要。）

△某某居士（家屬親友念誦則直呼其名）：請您不要慌亂，請您務必要一心念持阿彌陀佛（或持咒），因為這是決定您是否能跳出輪迴生死苦海的最重要時刻。

我們凡夫在剛死亡的時候，由於組成我們這副身軀的四種大元素；地、水、火、風等在逐漸分歸空大的時候，會有身體遭受重壓，或覺得很寒冷，或是感到有強風吹刮，或者感受到某些剝離或悶塞的痛苦，請您不要升起任何瞋惱的心念，只要一心一意專念阿彌陀佛聖號（或專持一咒），便可蒙佛慈佑免除或減輕痛苦。

△某某居士：或者您會看到一些可怕的魔怪或惡獸前來糾纏。或者是您的冤家仇人前來向您索討。或者是您那些早已死亡的祖先親友等前來招呼您，或者是美妙的音樂、仙女和漂亮的車乘、侍從前來邀請您。請您千萬不要逃避；也不可追隨！因為這一切所出現的人物，都只不過是您自身業力所感生的幻象而已。請您一定要定下心來，只管將『阿彌陀佛』一路念下去（或持咒），切願求生到西方極樂世界去，心中深信阿彌陀佛必定會以祂的本願前來救度您。那麼一切的幻象，怖畏就會逐漸消失。

△某某居士：這是決定您是否能跳出生死輪迴苦海的最重要時刻，請您千萬不要存有任何的憤怒、貪求、或者對於陽世間的種種牽掛煩惱。您要將此生此世中所有的善事、惡事統統丟下，不要再去想它；一切的子孫財產統統儘量放下。一絲一毫不可掛念，一心一意只念阿彌陀佛（或持咒）。否則僅只一念誤失，恐怕就要落入地獄、惡鬼、畜生三惡道中，那時候再怎麼後悔也來不及了。

△某某居士：這是決定您是否能跳出生死輪迴苦海的最重要時刻。請您務必安止一心念佛（或持咒）。

如果您是已皈依的正信三寶弟子，不論是久修或新學，都可各依您平素所修持的法門一路到底。就如金剛經中所言：『是法平等。無有高下』，不要去差別較量那個法門的高下，否則到時候無所適從，又不免要重受一番生死苦惱。

倘若您從未學佛，就請一心一意專念『阿彌陀佛』不可停止。某某居士，請您將世上一切都視作夢幻，本來是空。過去、現在、未來的事都不要去想它，只要一心一意與我們同念『阿彌陀佛』，一句佛號永不棄捨！

△某某居士：這是決定您是否能跳出生死輪迴苦海的最重要時刻，請您務必安止一心念佛（或持咒）。

如果您因平日對於教理甚少接觸，而感到惶恐不安時，請您牢記金剛經中的這一句——『凡所有相。皆是虛妄。若見諸相非相。即見如來。』雖然您現在可能還不是十分明白這一句話的真實意義，不要緊，只要您照著這一句話的指示去做，不久之後，您的智慧會開展到至少是您生前約九倍以上時，那時候您自然就能明白，並且可以立時證入法身得到成就。

貳、病人病危時家人親友必須注意之事

※地藏菩薩本願經記載著：「若有臨命終人，家中眷屬乃至一人，為是病人高聲念一佛名，是命終人，除五無間罪，餘業報等悉得消滅。」

※觀無量壽佛經上記載：「臨命終時，遇善知識，種種安慰，為說妙法，教令念佛，被人苦逼，不遑念佛，善友告言，汝若不能念彼佛者，應稱無量壽佛，如是至心，令聲不絕，具足十念，稱『南無阿彌陀佛』稱佛名故，於念念中，除八十億劫生死之罪，命終之時，見金蓮華，猶如日輪，住其人前，如一念頃，即得往生極樂世界。」

由以上經典記載可知，為臨終病人念佛持咒，不但可消滅一切罪業而且可以令他生到最安樂的極樂世界，請臨終病人的親人家屬一定要為臨終者著想，盡力為他念『阿彌陀佛』或是持咒，千萬不可視為迷信，以免病人在痛苦中墮入地獄、餓鬼、畜生道中受無盡的痛苦。

△首要安慰病人，不要憂怕，並勸請病人不要掛慮俗世的一切以及未了的心願，尤其不可動輒煩問他身後諸事（如遺囑、子女、財物等）。

△對於臨命終者，若有他平日相處得不愉快的人，應避免在他臨終前後，出現在亡者之前，恐怕亡者會因一念瞋恨，而墮入三惡道裡。

△如果是在醫院裡，在研判病情確難救治時，最好當機立斷，並取得其他親屬的了解同意後，迅速辦理退院，運返家中或其他安靜不易受打擾的場地靜養。一方面可以避免於不幸斷氣後，院方的種種不合適之處理。另外一方面也可以有足夠的時間及場地供眾人為亡者舉行種種佛事，而得到佛力的加被。

△如果無法運回家中正寢，則應於仔細研判病況後，對於已非必要之注射針及插管等（有些實屬於必要的救治，有些卻是安慰性質的），先行要求院方取下，免得到時候，病人才一斷氣，又急著拔下，致使亡者遭受很大的痛苦。這種痛苦，跟生前大不相同；就好像是火傷未癒，輕輕一觸便覺痛入骨髓的情況類似。

△最好能禮請出家的法師，（若是亡者生前的皈依師父更好），或是具有正知正見，又有處理類以情形等經驗的居士前來幫忙助念，並應儘量給予協助。

△應在病人臨終之前，儘可能的換下他身上的動物性皮毛製品，如皮帶、皮鞋等，以免亡故後，神識（靈魂）被牽入畜生道，或其他惡道。

△病人臨終前後，如果有剛剛喝過酒，及進食五辛（蔥、蒜、韭、興渠、薤）等氣味濃烈的食品之人，請不要太靠近病人（或亡者），因為此時病人身體極虛，對氣味相當敏感，而容易引致反胃、暈眩、噁心的反應，如因而產生煩惱，喪失正念，則恐怕會墮入下三惡道中。

（如果因為事實需要非接近不可時才建議您喝幾口濃茶，漱漱口，並戴上口罩）

△『愛之，適足以害之』，這句話有時候用在一個臨終前後，却不幸被一些不明白真實情況的親人所誤害的人身上，是再恰當不過的了。希望世間上一切真孝順、真慈愛的人士，仔細的審度臨終前後，你們為即將亡故的親人的所作所為，是否確實適當而有益嗎？

△臨命終的病人（或是久病慘苦者），若有顛倒狂亂，——如兩手向虛空亂抓，或畏懼胡語的情況出現時，請為他多念『南無地藏菩薩摩訶薩』。

△如果您什麼都不會，或者一時之間無法決定該用那一種宗教的方法來幫助即將亡故的親人，甚至您根本不願意用任何宗教的方法來利益您的親人，就請您什麼也不要做，就只要靜靜的陪伴著他，讓他安祥的，無牽無掛的離開……。

在他斷氣後，請記得千萬不要搬動他。並用一床較軟質的布料，將他由頭到腳覆蓋住，避免受風，然後請離開他，讓亡者自己一個人完完全全靜靜的休息一下，至少要八個小時。

△——特別要給家屬的幾句話：

當知天下無不散之筵席，古往今來，舉世無一能倖免於死之一字。雖然至親愛眷即將永遠離我們而去，心中悽痛至深至真，甚或有恨不能代之悲切，但是死生有命，徒然悲苦非只無補於事，反而會在此凡聖分判之最極要緊時刻，因一念痴愚而使親眷慘墮三惡道受諸苦毒；其時間之長，年代之久，實在是用天文數字都難計量，真孝慈者，豈能不謹慎嗎？

地藏菩薩本願經上說：『南閻浮提眾生，舉止動念，無不是罪，無不是業。』可知絕大多數的人，於此一期報盡，幾乎都是淪墮地獄、惡鬼、畜生等三惡道中依業受報，從劫至劫，受諸極苦，求出不得。縱使餘福未盡，暫免三塗慘苦，再生人身，也不過是重歷一次生死之苦吧了。再者，設若生前曾做小善，或宿昔嚮往天道、天堂，而能感生天趣者，也是還在三界之內，尚未出離六道輪迴，不過仍是依業受報，暫時享享福而已；只待天福一盡，仍然下墮三塗，依舊是在生死苦海內頭出頭沒，漂零無依，如此，有何究竟快樂可言？明白了這些，具智慧者，就會尋

思，如何才能助益親眷永出六道輪迴之苦；又當如何才能於親愛間永不復受此別離之苦？

當知，一切眾生，唯有皈依於佛、法、僧三寶，依止於佛法的正確指引才有可能永出三界六道，而且佛陀又悲憫末法眾生業重習深，多諸惡緣，對於經教難修難持，所以在海會眾中，不問自說宣說一部「阿彌陀經」，演示極樂世界之種種舒適、莊嚴、美妙；任一有情眾生，只要一往生到這裡，便都能成福壽盈綿，永無疾苦，永享安養的不退轉菩薩，即使是一個生前造作十惡五逆等極惡重罪之人，亦皆能因切願往生，於念佛聲中，蒙佛接引往生無疑。佛不妄語，應當信受。另者，我們既然有緣得聞此既殊勝又方便之微妙法門，又於親眷至情中難分捨離，則豈可糊塗錯失勝緣，自應率領一切眷屬齊同發願往生極樂世界。如此，先助此臨終者能往生極樂，待將來每一個眷屬於捨壽後，都必將在西方世界相會，從此在極樂世界永為眷屬，永遠不復再受分離之苦！唯有如此智慧的選擇，才是究竟的、正確的，切望善思勉之，請為臨終者多念『阿彌陀佛』！

叁、普勸社會大眾都為臨終之人念「阿彌陀佛」

△『一切眾生，臨命終時，若得聞一佛名，一菩薩名，或大乘經典一句一偈，我觀如是輩人，除五無間殺害罪，小小惡業，合墮惡趣者，尋即解脫』這是地藏經中相當重要的一段話。所以我們希望一切社會大眾，都能發心儘量的去幫助那些臨命終徬徨無依的人。即使是您自己未曾皈依佛法，或者是您對於佛經素無接觸，難道說就連手捧一部大乘佛經在臨命終人之前讀上一段，或者是念幾聲「阿彌陀佛」聖號都做不到嗎？您知道嗎？僅是這幾聲佛，就可以幫助臨終的人不致墮落到地獄、餓鬼、畜生道中受苦，而得到最大的安樂呢！

△普願社會大眾，都能秉懷人人本具的惻隱心、慈悲心，對臨終無依的人伸出援手。即便是您個人不大相信這個教義，甚至於是您素來不贊成這個宗教，但又何妨為之？

△有些人或許會受到長久以來一些落後觀念、習俗的影響，以為接近病人或亡者會沾惹霉氣，是大不吉祥的事；我們應該儘力去扭正這個錯誤的

想法。要知道能幫助他人減輕（除）痛苦，順利往生，乃是一件功德無量的事，就算是用上全世界的所有珍賢也無法讚嘆。

△又假使是您有心幫助他人，却不為人家所相信接受，也是有著莫大功德。依佛法而言：『即使一念微善，亦功不唐捐也。』

△『我見他人死，我心熱如火，不是熱他人，看看輪到我。』所以一個有真正智慧，具慈悲心的人，必定能在自己與他人，乃至一切眾生間的生死問題之前坦然面對，並且更會尋思如何盡力，且適當的幫助救度之。又印光大師曾說：『能成就他人往生，待至自己臨終，亦必有能成就自己往生者，切勿以（事）不關己而忽之。』諸位仁者，請善思之。

丙、亡者命終八～十小時內極重要事項

△『讓亡者平靜的離開吧！』
這是我們最懇切的禱願。

請善待亡者，
無論如何，請讓亡者死得有「尊嚴」一些，
不要急著立刻幫他洗澡，換衣服，
不要只顧著哭，更不可以靠在他的遺體上大哭、大搖，
不要立刻拔除他身上的針管，
不要急著送到冷凍庫、或施打防腐劑，
不要慌成一團，亂成一團呀，
請讓他在安祥肅穆中走完他人生最後的一程！

請善待亡者，
除了無法抵抗外，他的感受幾乎和生前沒有多大的不同，
聽啊，亡者的哀求。
——請不要碰我，不要動我，不要搖我，
我才剛跟病魔、死神經歷過了一場，
最激烈的搏鬥，

我覺得好累，好累
請讓我好好的休息一下，
不要打擾我，我太累，太累了……

請善待亡者，
他的心裡在流淚寸在哀求著：
——我才是這個喪事的主角呀！
請不要以你們的立場來決定我的感受吧；
更不要殺害其他生命來祭拜呀！
我已明白那種痛苦
因為我現在正在親自體驗那種痛苦。

請善待亡者，
幫助他順利達到他生前所嚮往的世界。
他必會庇佑你們的。
但如果你們和他沒有什麼信仰或依靠，
也請為他念「阿彌陀佛」聖號或「觀世音菩薩」聖號
就必然能為他減輕身心的痛苦。
在八至十二小時中，絕對不要碰觸、移動他的遺體！
『讓他在安祥與靜穆中走完他人生最後的一步。』

△一般人剛斷氣時，神識並不能立即全部離開肉體，所以尚會感受痛苦。
尤其此時肉體的四大組成，又在逐次分離中，所以種種的痛苦一下子都集中過來，也比生前對於痛的感覺更為敏感。但是活人還可以呼痛抗拒，但是一個剛斷氣的人，却要在神識還沒有完全離開的情形下，硬被當成死屍來看待，以致亡者冤枉受到極大痛苦，但一般陽世的家人親朋等，却因不瞭解這些事實，而往往害得亡者因心中生起一念瞋恨，就因瞋恨本身是一種下墮的力量，而使得亡者的神識（靈魂）墮落到地獄受那萬劫不復的苦刑。

壹、對於亡者停止呼吸後立即可做的重要開導

△（應當即於生前閱讀本文，以及其他有關了生脫死、命盡中有超登彼岸之經教，俾能掃除心理業障，透達輪迴幻象，開立甚深信願，而得於

安忍不動中，頓捨一切糾纏，於彈指頃便臻超世涅槃境界，或者往生淨土佛國。）

△（一切發心助念之善知識等，可於亡者近旁，以本文或其他習修之度亡往生之指示，依教開導、安慰亡者，如是再三叮囑，功德無量。）

※（當亡者停止呼吸後，請繼續念誦『阿彌陀佛』聖號或持六字大明咒，祈求佛菩薩保佑接迎亡者，接著在亡者耳邊念誦下段文字，念誦時，眾人在旁低聲念佛持咒不可停止，務請亡者親人家屬不可在亡者身旁哭泣，更不可碰觸亡者，若有哭泣者，暫請避於室外，以免亡者悲傷痛苦以致不能往生。）

△某某居士，請在內心念誦『阿彌陀佛』佛號或觀想持咒，不可停止，請您不要慌亂，定下心來仔細聽我說，注意聽啊！某某居士，您現在正見到一片無色無相的燦爛光明，這就是您真正的身，真正的心，也就是色即是空，空即是色，不生不滅，不來不去的，阿彌陀佛無量光，您要安住在自己內心的這片光明中啊！過去、現在、未來的事都不去想它，一心一意念『阿彌陀佛』聖號不可停止。（以上這段文字反覆三遍，再念『阿彌陀佛』聖號或『六字大明咒』，再接著念下段。）

△某某居士（呼喚其名字三次）請您不要慌亂，定下心來，仔細聽我說，某某居士，您現在應該想像『阿彌陀佛』或『觀世音菩薩』出現在您的面前（若亡者為密乘行者則告之上師本尊出現，並為持本尊咒），『阿彌陀佛』或是『觀世音菩薩』的形相就像水中的月亮的影子一樣光明而沒有實體，祂們來接迎您往生極樂世界，您應該想像自己和他們合為一體，有如一杯水倒入大海中。請您過去、現在、未來的事都不可想，一心一意在心中跟我們一同念這句『阿彌陀佛』不可停止。

△某某居士，從現在開始，無論有任何恐怖可怕的景象，或是您見到過去的親人朋友來接您，或者是冤家債主來逼迫您，甚至有美妙天仙迎接您，您都要瞭解這是三惡道鬼神變化成親友債主的樣子來騙你，逼迫您到三惡道去受苦，美妙天仙則是引誘您繼續輪迴的，您既不要害怕，也不要欣喜，某某居士，您千萬不可跟他們走，也不要與他們多說話，否則立刻會被他們牽去輪迴，所以意志一定要堅強，應對他說：「你們跟我

一起念『阿彌陀佛』，請先幫助我成就，我會回頭來度你。」某某居士請您將世間一切都看作夢幻，本來是空，對於身心的痛苦和過去、現在、未來一切事都不要再想它，一心一意和我們同念『阿彌陀佛』聖號，祈求阿彌陀佛放光加被，不可停止。

△某某居士，華嚴經上說：「心、佛、眾生三無差別，僅僅只是這一句話，就已經確切的標明一切眾生唯有依止於佛的教示，才能究竟離苦得樂；而且任一眾生只要深心於佛之教示，淨信不疑，切願力行，都能畢竟成佛，永出生老病死輪迴之苦。

而想要成佛，只有用這個心：「這是我如今流浪生死輪迴，遭受各種善惡幻業煎逼時的唯一依靠！不管在現在或未來有如何欣悅可喜，或怖畏可厭的各種情景出見，我都了知那是自心幻現，一切人物顯現都無實體，所以絲毫也傷害不了我。而我當安忍不動，無視一切擊殺糾纏，只將一句佛號（或一咒語）一路到底。不至成就，決不棄捨。」

△某某居士，當神識靈魂在要脫離肉體時，將會有一陣子或長或短的痛苦，請您務必要忍耐，務必要一心一意念『阿彌陀佛』聖號或是『六字大明咒』，千萬不可生起瞋恨心，無論現在、將來，您見到或想到任何事情，都絕對要知道那是業力的幻象絕對不可生起貪欲、瞋恨、驕慢和妒忌的念頭，您要知道，您祇要一出現這種念頭，就會使您墮到地獄、餓鬼、畜生的境界，受無盡的痛苦。某某居士，任何景象出現面前，您都要看作夢幻，本來是空，過去、現在、未來的事都不要再想它，一心一意念『阿彌陀佛』聖號，現在請您跟著我一起念這句『阿彌陀佛』不可停止。

△某某居士啊！所謂死亡這件事已經來臨了，您已經逐漸脫離這個充滿煩惱、痛苦的世間，您不要過份悲傷，因為並不是祇有你才會遭遇到死亡，有生必有死，人人都是一樣的。更何況我們已經輪迴生死無數次了，請您不要再執著這個肉身，即使您執著不捨，您也無法長留世間，反而會長期在輪迴中不斷生生死死，永無止息，某某居士啊！不要再依戀了！不要害怕啊！還是一心一意地念『阿彌陀佛』聖號祈求阿彌陀佛幫助您脫離生死的痛苦，進入不再有死亡的極樂世界吧！某某居士，請將世間一切，看作夢幻，本來是空，過去、現在、未來的事都不再去想它，一心一意只有『阿彌陀佛』，不可停止。

△某某居士（呼喚其名三次）請您注意，務必定下心來仔細聽我下面告訴您的話，並請您牢牢記住，不可忘記！

某某居士！無論是現在或是將來，不論有多麼恐怖可怕的景象出現在你的面前，你都不要忘了下面這段話，並且要牢牢記住這些話的意義，當你遇到恐怖景象時您要告訴自己：「如今實相中陰的種種幻象已出現在我的面前，但是我完全明白任何恐怖景象，都祇不過是我的心所反映出來的幻象，所以我毫不害怕，在這個難得的時機，我願意進入佛的世界，所以無論我見到寂靜安樂的佛菩薩形象，或是忿怒威猛的佛菩薩形象，我都知道是我心所變現，毫不害怕，我必祈求祂們，引我進入佛的世界。」某某居士，在您未來的四十九天內，前十七天您將見到和天一樣高或是像山一樣高的佛像，他們有的是寂靜安樂的樣子，有的則是忿怒威猛，三頭六臂的樣子，由祂們胸中射出強烈不可逼視的藍、白、黃、紅、綠的耀眼光芒或是火焰，以及有如千雷齊鳴的巨大聲音來救度您，請您不要害怕，這些佛相，光芒和聲音，都是由您自己身心所顯現出來保佑並迎接您往生極樂佛國的，更何況您已不再擁有肉身，火焰和聲音是無法傷害您的，某某居士，您一定要確信啊，這些佛相、光芒和火焰，就是您脫離肉體後，真正的身，真正的心，請您一定要明白這一點啊！立刻將它當作自己新的身體吧！

某某居士，在未來四十九天內，您要謹記金剛經上所說：「一切有為法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀。」以及「若見諸相非相，則見如來」無論見到任何恐怖或是可憎可喜的景象都要視同夢幻，本來是空，過去、現在、未來的事都不去想它，一心一意念誦這句『阿彌陀佛』，不可停止，現在，請您與我（們）一齊念誦『阿彌陀佛』聖號（或者『六字大明咒』）

※（上段文字念誦三遍後，眾人專心為亡者助念『阿彌陀佛』聖號或持咒，在亡者去世八～十小時內輪班念誦，不可停止，尤其重要的，在這段時間內，絕對不要碰觸亡者遺體。）

貳、亡者命終八～十小時內家屬必須注意事項

△根據一些曾經有過瀕死經驗的人，事後回憶時指出：「……能聽到家人

的叫喚和其他各種聲音，却回答不出來，連一點也動彈不得，就連要眨一下眼睛也不可能，意識有的呈半昏半醒狀態，全身上下一切器官，似乎全都死了，唯獨耳朵還能聽到聲音。」

這些經驗，可以印證佛陀所言不虛，此所以為臨命終者誦念這句『阿彌陀佛』及予以安慰開導是絕對必要而有效的，阿彌陀佛是宇宙中最慈悲的聖者，祂不忍見到任何生命在痛苦中，尤其對於臨命終的人，祂一定盡最超越的佛力使臨終的人減輕痛苦，並迎接他進入永遠安樂無痛苦的極樂世界，因此對於臨終的親人，定要忍住悲傷，為他誦念這句能超拔生死的『阿彌陀佛』的聖號，如果自己不能為之，也要請親友代為念誦。念誦最好要輪班持續地念八～十二小時才可停止，這段時間對您剛過世的親人極為重要，他需要佛力的幫忙。

△要用一塊乾淨的軟布，將亡者由頭到腳全都覆蓋住，一方面可以避免風凌之苦；另外一方面是因為一般亡者，眼睛多未完全閉上，有的人還會殘存少許視覺，但因眼球無法轉動，及瞳孔無法再有放大、縮小的動作，所以他的視野很狹窄，視力又很弱，就好像是一個醉酒很深的人所看到的樣子，範圍很窄小又不清晰、不穩定。所以要幫亡者蓋上布幔，則可以避免亡者因看到親人等而起情執，或其他如蚊蠅等昆蟲叮咬所引起的煩惱。

△※千萬不可急著為剛斷氣的亡者洗淨、換衣服，或者改正他的姿勢，因為在八～十二小時內，亡者神識（靈魂）尚未完全離肉體，加以肉體之四大正逐漸分離，此時若動他，會令他感受到極大痛苦，倘若因此而使他生起瞋恨心，則不免沈淪地獄。並且不必擔心經過的時間太久，亡者的屍體會因僵硬而無法更衣，可在完成八～十二個小時的助念後，用熱水潤濕毛巾，敷蓋亡者關節，自能柔軟。又有時候經由佛咒佛號的助念，也可使亡者的關節軟化。

△絕不可以立刻就送往太平間或殯儀館的冷凍庫裡，這會使亡者處在『寒冰地獄』般的痛苦裡，也不可以為了怕屍體腐敗發臭，就立刻施打防腐劑。如果味道實在受不了，可以斟酌燃些檀香；或者在室內放置一些冰塊或開大冷氣，來降低溫度，藉以減緩屍身腐敗的速度。但切不可將冰塊直接置於亡者遺體上，或太靠近亡者處。

△若亡者在臨終時，有很多掛心不下的事，可以再三柔言安慰亡者，「世間一切都是無常的，何必太放不下呢？我們連一粒米也帶不走的！」如此開導他，並勸請他要一心念佛往生。另外務請暫時忍住悲傷，最低限度不要將眼淚滴到亡者身上，或者請暫避他室，令激動的情緒平靜下來。

△在此八～十二個小時中，請儘可能不要去憂煩任何雜事，或是急著去安排張羅亡者的身後事宜，目前實在是亡者『凡聖一線』的最重要時刻，究竟他是否能跳出六道輪迴苦海，得以往生真正安樂的極樂世界，就看我們是否將全副心力投注在佛法上來幫助他了。

△所以當務之急，就是家中大小都一齊念『阿彌陀佛』聖號或持咒，讓亡者能在親眾的助念聲中，肅穆安祥的離去。如若不能，最起碼也要避免在亡者附近吵鬧爭執。

△有一些鄉俗的陋習，常會有抱著屍身哭搖呼叫的舉動，這是相當嚴重的錯誤行為，應特別防患。又對於有些情深不捨，哀切難忍的家屬，應委婉請其暫避室外休息，以免牽動亡者的情執，而使往生無望。

△對於發心前來助念的善知識等，應儘可能給予方便，接納他們的建議。而避免因循民間不正確的俗情（如焚燒冥紙、拜腳尾飯等），實在是亡者的超越生死大事隨便不得啊！

△對於前項善知識的助念，應儘可能大家輪班跟著助念，不可以將助念工作就交給發心前來的助念團。因為只有自己親人的至誠懇切，則不只感應迅速，而且力量又大呢！

△即使不以正信的佛法來幫助亡者，也應當儘量避免殺生、祭拜等行為，以及其他種種不合適的舉動，否則不只亡者本人會淪落入悲慘的三惡道（地獄、惡鬼、畜生）中，即連我們這些活著的眷屬等，也會因而造下了無數的惡業，而消滅我們的福報。

△近來，同是佛教的密宗修行風氣愈見興盛，他們的修持方式是以結印、

持咒、觀想為主，所以有很多行為和過去所習見的顯教是不大相同的。但是他們決定是大乘佛教的修行人是不用懷疑的，所以如果遇有真正密宗的修行人前來協助我們，只要確定他們是正知正見的佛門弟子，就請不要以他們的行為而見怪，甚至排斥！另外，也不可較量念佛、持咒、誦經、修法那種功德較大，以免耽誤了亡者的生死大事。

參、一般社會大眾及助念者須知

△應在平日嫻熟有關如何以正確佛法，饒益臨終前後病人的各種知識。俾能隨時利益存亡，功德無量。

△應心存是來與亡者及其家屬「共修」。可減免功德心及掉舉妄想等，否則不免自誤誤他。

△無論亡者和他的家人是否正信學佛，或有無修持等，都應發揮同體大悲心，儘力去幫助他們，並隨順他們的方便，以淺顯善巧的道理來開導他們。

△即使是一些老修行人，在臨命終時，因為提不起正念而墮落的事情，還真有不少，所以遇有助念，應當在亡者的身旁作合適的安慰，來導引他淨念相續，而得到解脫。

△「亡者才是真正的主角！」應該如此建立喪家的正確觀念，所以對於亡者的一切施為，應當完全以亡者的立場是否確實得利、受害為主。切不可因循俗情，或是為了避免受到他人的批評，或是完全只考慮到活人是否得利，或是基於一種「想當然耳」的態度去行事，而做出了種種甚不合適的行為。

△助念工作，應不疾不徐，循序漸進。不可急躁草率，不要太勉強或過於勞累；免得生滅妄念叢生，反致瞋惱亡者，使自他皆不能得到利益。

△又應特別勸慰亡者：「三塗慘苦，甚可畏怖。只因您一時瞋怒，即可能因之立墜地獄；於一日夜中，萬死萬生，求出無期」，「所以，無論您的遺眷或其他人等，有任何不妥當的行為，您應把瞋心調伏不令生起，最

好是對於一切人、事等住於敬愛之念，不加分別。唯只一心念佛持咒，非至成就，決不棄捨」。

△又應建立一個觀念：「最主要的助念者是亡者的家屬」。所以助念者是以自身去示範其家人，使他們知道應如何做，才能給予亡者適當的幫助，而使得亡者順利往生，並且又應準備一些經書、法寶贈送結緣。（如地藏經、了生脫死、什麼是佛法等上列諸書。台灣諾那、華藏精舍大量印製，長期免費結緣流通，另外又有金剛砂、咒輪貼紙、往生被不可思議功德法寶文物免費廣贈有緣，歡迎請供）。

丁、命終四十九日內可為亡者做的事

——請為亡者作中陰念誦、超薦福利等工作

「是命終人，未得受生，在七七日內，念念之間，望諸骨肉眷屬，與造福力救拔，過是日後，隨業受報，若是罪人，動經千百歲中，無解脫日。」

「若有男子女人，在生不修善因，多造眾罪，命終之後，眷屬小大，為造福利一切聖事，七分之一，而乃獲一，六分功德，生者自利。」

「若能更為身故之後，七七日內，廣造眾善，能健是諸眾生，永離惡趣，得生人天，受勝妙樂，現在眷屬，利益無量。」

「臨終之日，慎勿殺害，及造惡緣，拜祭鬼神，求諸魍魎，何以故，爾所殺害，乃至拜祭，無纖毫之力，利益亡人，但結罪緣，轉增深重。」

——恭錄地藏菩薩本願經，利益存亡品第七。

※「此法名為『聞教得度』，凡人縱有造作五無間罪業等，耳聞此法，亦必得度，應向群眾、親戚、朋友、父母、夫妻，念誦講解，起碼對於聞法的人，即或未解，而能在中有之際（亡故後四十九天之內），其記憶強於生前九倍，是故應向世人廣為宣說，病榻之旁，亦應誦讀，亡靈之前，尤宜念誦，務使廣傳世間，咸蒙聖澤。」

壹、命終三日半後可為亡者所作的開導

※因亡者往往依戀遺體，投在其遺體旁誦讀最為適宜，如若不能，則在亡者生前起居處設靈堂，呼喚亡者來聽聞，念誦時千萬不可號泣悲歎，否則不利於亡魂。※每日應依法將內文念誦三～七遍。

△（亡者過世三天半～十天半期間內每日應唸誦文字）

※先淨心念『阿彌陀佛』一〇八遍，祈求佛力加被亡者。

內文：某某居士（家人念誦則直呼其名）請您心不要慌亂，仔細聽我下面告訴您的話，您現在在處於中陰身的靈魂狀態，在這中陰的漂流狀態中，祇有佛菩薩能夠幫助您，請您一定要深信不疑，如果您過去已曾修習佛法，就請您安住一心，繼續平日所熟悉的法門一路到底，如果您未曾修習佛法，就請您從現在起，一心一意念『阿彌陀佛』聖號不可停止，無論見到任何恐怖或令人貪愛喜悅的境界都要看作夢幻，本來是空，過去、現在、未來的事都不去想它，現在，請跟我同念這句『阿彌陀佛』……某某居士，現在我向您說明在中陰的狀態下，您可能遭遇到的景象，和您應該採取什麼樣的態度。某某居士，在任何時候，祇要您見到極為強烈、明亮而閃耀的藍色強光，或是白色強光，黃色強光，紅色強光，綠色強光，以及白、藍、黃、紅、綠的五色強烈光明，您都要立即勇敢投入，不必驚疑逃避！因為這些強烈的光明，就是佛菩薩接迎您前往佛的世界的佛光，雖然這五種顏色光帶很是強烈燦爛，令人有眼睛都睜不開的感覺；它們有時各別出現，有時一齊出現。但是不論在什麼時候碰到這五道色光的其中任何一種時，都應該迅速的勇敢投入，同時要一心一意，念誦『阿彌陀佛』聖號或是持咒，不可停止。

還有，在這五種強烈光亮出現的時候，不管這時伴隨著有如何驚天動地的巨響，還是有著如何奇異變化，或是令人恐怖、害怕的人物、景像等一齊出現時，都不用去害怕和逃避，因為這些都只不過是由於自己內心意識所變化出來保護自己的，所以不應逃避。再說，此時自己也沒有了肉體，根本不會再受到任何傷害，所

以不必害怕。

另外，特別要注意的就是，會同時出現，感覺得較柔和易入的五種色光，或者是伴隨著有煙霧瀰漫的區域，請千萬不要因為它們的光焰，比較前面那五種帶有威赫勢力的「得救聖光」，來得柔和舒目而去趨近；我們應該瞭解那就是引人進入六道輪迴的業力劣光！不論它們伴隨有如何美好誘惑人的景像出現，請千萬千萬不可靠近。切記！切記！切記！（內文畢）

※將內文唸三～七遍後，再度呼請亡者：「某某居士，您已對世間的一切了知是夢幻，本來是空，過去、現在、未來的事都不必再去想它，一心一意跟我同念這句『阿彌陀佛』」（一〇八遍，愈多愈好，念畢將所有念誦助德祈願亡者往生極樂世界。）

△（亡者過世十天半～十七天半期間內每日應念誦文字）

※先淨心念『阿彌陀佛』一〇八遍，祈求佛力加被亡者。

內文：某某居士，請您仔細聽我下面將要告訴您的話，由於前面七天，佛菩薩雖以慈悲的形象放出強烈的佛光來接迎您，您卻由於過去的業力，未能投入而往生佛的世界，因此，現在佛菩薩將以威猛的形象出現來救度您，假如您見到身體暗藍色，或是黃色、深紅色、深綠色，具有三頭六臂，以四足站立的巨大威猛相，或是各種令人畏懼的各種顏色具有野獸頭或是非野獸頭的忿怒女神，他們的形體和天一樣高，也像須彌山或是有您身體的十倍到八倍高，他們的身上都發出強烈的火光，口中都發出巨大而可怖的聲音。

某某居士啊！請您千萬不要害怕，您要知道他們都是您的心中和腦中所變化出來的幻相，他們其實正是佛菩薩變成，來保護接迎您，您應當了知他們都是阿彌陀佛，他們所發出的任何聲音就是念『阿彌陀佛』慈悲的聲音，他們所發出的火光，就是阿彌陀佛的佛光，您祇要一心一意念這句『阿彌陀佛』不要停止，毫無畏懼地和他們合而為一，就可進入佛的世界。

某某居士，您如果害怕逃避，他們就會轉變成閻羅王和他的無數

獄卒，他們手中拿著「善惡簿」，口中喊著「打」、「殺」，您不要害怕，他們祇是幻相，何況您現在的身體祇是意識所成，並非血肉之軀，他們是無法傷害您的，遇到這種情形，您同樣的要了知他們並非實有，專心念這句『阿彌陀佛』，當您念佛是沒有任何事物能傷害您的，您進一步想他們即是阿彌陀佛，與他們合體，就能進入「極樂世界」。(內文畢)

※(將內文念誦三～七遍後)某某居士，請您將任何恐怖的景象了知是夢幻，本來是空，過去、現在、未來的事都不去想它，專心一意跟我同念『阿彌陀佛』聖號。」……。(一〇八遍，愈多愈好，念誦完畢將所有念誦功德迴向亡者，祈願他往生極樂世界。)

△(亡者過世十八天半～五十三天期間內每日應念誦文字)

※先淨心念『阿彌陀佛』一〇八遍，祈求佛力加被亡者。

內文：某某居士(家人念誦則直呼其名)，請您不要慌亂，請您一邊持誦這句『阿彌陀佛』的名號，不可停止，一邊仔細聽我告訴您的話，要牢牢記住，不可忘掉。您現在處在中陰身的靈魂狀態，雖然具有各種神通變化的能力，但是並非長久，您不可貪求希望永遠擁有它，您現在見到任何奇特的形色，千萬不可起貪求之心，也不要怯弱害怕，否則您將墮入六道，受苦無盡，任何情形，您要一心一意念這句『阿彌陀佛』。

某某居士，您可能遇到以下幾種情形：您也許見到了您生前的親友，但是他們看不到您，也聽不到您的聲音，您不要悲傷，也不可生氣，您應該一心一意念『阿彌陀佛』聖號求佛幫助您。您可能被狂風吹著，或是無邊的黑暗濃霧中見到吃人的羅剎、鬼眾和猛獸，聽到山崩、海嘯的巨大聲音，或是見到白、黑、紅的千丈懸崖，走投無路，這些恐怖的情景都是您心中的幻象啊！請您一心一意念『阿彌陀佛』聖號，求佛救助您！

您可能見到閻羅王、判官、牛頭、馬面審判您，並施予種種可怕的刑罰，您要知道他們祇是您心中所生出來的幻象，實際並不存在，您要知道「色不異空，空不異色，色即是空，空即是色」以及「若見諸相非相，即見如來」，您現在的智慧比生前高九倍，應

當能明瞭此意。倘若您不能明白，就請您想像一切恐怖之相，就是自己，或是阿彌陀佛所變化，並持念『阿彌陀佛』聖號不可停止。

某某居士，您可能見到家人所作不如您的心意，或是為您念誦的人不夠清淨，您一定不要起瞋恨之心，否則您立即會墮入地獄，您應對一切事物生起喜愛敬信，不加分別的心才能不落入險惡情境中。

某某居士，您如果還不了悟，就會出現六道輪迴暗淡之光，天道灰白色光，阿修羅道淺綠色光，人道暗黃色光，畜生道暗藍色光，餓鬼道暗紅色光，地獄之光有如煙霧，您的生前行為將使您生於那一道，那一道光就會來勾攝您，某某居士，千萬小心啊！無論那一道出現來勾引您，您都要想像是阿彌陀佛的佛光，您專心一意念『阿彌陀佛』聖號，阿彌陀佛有如水中之月光明的形象就會在那一方出現救度您。

某某居士，如果您見到男女在行房交合，千萬不可起愛憎妒嫉的念頭參與其事，否則您立即會入胎，出生時成為豬、牛、狗、羊而不自知，您心中不要起貪愛、瞋恨、驕慢、妒嫉之念頭，要持續保持善念，了知「一切有為法，如夢、幻、泡、影，如露亦如電，應作如是觀。」或是觀一切即是自心有如夢幻的顯現，自心本來不生不滅，本來是空。

某某居士，如果您無法了悟，您祇好想像男女即是觀世音所變化，生起恭敬心，一心一意念「恭敬觀世音菩薩」就可去淫欲之念，而不致入胎。

某某居士，如果以上的方法都無法救您，萬不得已必須入胎時，您要注意選擇：湖中有雌雄鴻雁追逐之處不可去；湖濱有成群牛馬放牧處不可去；湖濱有樹木及成群牲畜處不可去；有火圈相向旋舞的樹林不可去；山穴石窟，煙霧迷漫處不可去；原野荒蕪，空林草枯處不可去；黑白房子交錯，有悲哀歌聲處絕不可去，若遇惡鬼追逐，不可以躲到任何地方，否則會入惡劣之胎；這時應

該想像『阿彌陀佛』或是『觀世音菩薩』變成比他們更巨大忿怒之相，把他們趕走，您再找尋有佛法的地方入胎，入胎時要一心一意持念這句『阿彌陀佛』的聖號，並想像自己進入佛的世界，將行菩薩道，利樂眾生。某某居士，從現在起，您要持念這句『阿彌陀佛』聖號，不可停止。（內文畢）

※（請將內文誦三～七遍後，再接後面帶領亡者持誦佛號）某某居士，無論見到任何恐怖的事，您都要知道那祇是夢幻，請您過去、現在、未來的事都不去想它，專心一志跟我同念『阿彌陀佛』聖號。……（一〇八遍，愈多愈好，念畢將所有念誦功德迴向亡者，祈願亡者往生西方極樂世界。）

◎以上念誦內容摘錄自「西藏中陰救度經」加以簡略再配合淨土念佛方法而成，若欲以原經每日更詳細為亡者念誦，可向台北諾那·華藏精舍請「夢幻生死」一書或就近向書局請「西藏度亡經」。

貳、命終四十九日內家屬應注意事項

△切莫殺生祭拜。能素食更好。

因為殺生祭拜，一切的罪過，都是要由亡者承擔、償付。就算是他本來能夠上升到天道去享享福的，也會為那些因要祭拜他而被殺的生靈之怨訴，而使得他必須留下來與那些亡靈辯解，以致會遲生到善處（如天堂等），更何況絕大部份的人，在生前未必做過多少善事，而假使能夠發心素食，及用素食供祭亡者，則家宅中來往出入的鬼神，會使得善神佔了大多數，不論對於亡者，以及家中其他大大小小等都較不會有妨害。

△應在這四十九天內，繼續為亡者多做布施、濟貧、印經、放生、供養等有確實幫助的善事上，而不要將金錢和人力浪費在喪儀的排場上，比如過量的儀隊、花車等，往往祇是生者好面子，或是怕被批評，但是實際上這對亡者毫無幫助，請您務必相信。

△儘管有些人在生前並沒有做過多少善事，或者甚至於還更造作了很多罪業，但在他死亡後，他的陽世眷屬若能為他多做一些印經、賑濟等慈善行為，則他仍然可以得到七分之一的功德，而略減冥獄的苦刑。（因為其他七分之六的功德才是要歸於這些發心作功德的人的。）

△普通一個人在死亡之後，會有大約四十九天的時間是處在一種稱為「中陰身」的狀態中的。有些亡者會稍有長短，是隨著他生前的善、惡行為之多寡來決定。而在這一段期間中，他一方面會受到陣陣業風的吹捲，一會到東，一會到西，飄泊無依。另外一方面，又會各據業感看到很多可怕的景像，和冤鬼魔魅來追打他；有時候又會到陰司地府中和審判罪賞的冥官，辯論那些他在生前所作的種種行為。所以，在這段期間中，亡者會有萬千種愁苦煎逼著他，使得他一直在痛悔他生前為何在不知不覺中造作了那麼多的惡業，又為什麼不多做一些善事？如此，在他們心中念念所祈求的，就是他們陽世的至親骨肉及眷屬偶能發心為他們修建佛事，供養、布施等功德，而得以仗著佛力的救拔，免除這些無能忍受的刑苦，進而更能上升到福樂自在的環境去。同時，家屬們最好能在靈前每日誦念前面所摘錄的「中陰救度經」或原文，乃至一切大乘佛經、佛咒（例如「阿彌陀經」、「地藏菩薩本願經」、阿彌陀經聖號、大悲咒、心經、六字大明咒等等…。）

△不可以太早舉行土葬、火葬，最少必須在七天以後才進行安葬或火化。否則恐怕又會多造出一件慘劇，因為有時亡者若對肉體或世間俗情的嚴重執著，使得他的神識不容易和肉體完全脫離，若太早進行火葬，會使他感到極慘的痛苦。再說曾經有過不少記載，是亡者在死後好幾天又復甦的例子，所以怎能不謹慎呢？

△如果是佛教徒，除了上述的種種作為外，更應為亡者多念佛、持咒，並且要觀想亡故的親人在跟著我們一同念佛、持咒。這點，尤其是對於那些經濟財力不是很寬裕的家庭，應該要多做，只要真誠懇切的做，功德與布施大量的金錢是毫不遜色的。

△若家屬發心禮請法師為亡者做追薦超度的佛事時：

- ① 務必要仔細挑選具有真正道行，且修持嚴謹者。一般最保險的方法，就是去瞭解這些法師們過去超度的情形如何？再根據事實（例如亡者能燒出舍利子等）而做出最正確的研判。
- ② 要具有誠心，一方面對禮請的法師恭敬對待（即使是覺得對有些法師的作為不以為然），另一方面要對亡者深具誠心，大家隨同主壇法師持咒念佛，切望亡者往生佛國。

③ 儘可能素食，可招來善神。

參、亡者親友及社會大眾對亡者可做的幫助

△無論亡者及其眷屬是何種宗教信仰，或是有任何較特殊的民俗習慣，都可以儘量勸請他們以較簡約、合理、肅穆的方式去安排喪儀，但應避免爭執，或是其他種種扞格的情況，以免引致不必要的誤會。

△若死者是已出嫁的女性，則溝通的重點有時候要落在亡者的娘家方面，因為依照某些民俗，亡者的娘家此時有著很大的干涉權利，不可不慎。

△如果您本身對「中陰身救度法」，或是其他各種有關人死後的種種情形都有相當了解，並且又取得喪家的同意，希望你能更發大心，在這四十九日內，繼續為亡者作種種開導安慰的工作。

△如果喪家願意採用佛教鈞方法去處理亡者的喪儀，則應勸請他們多做超度、印經、佈施等工作。

△儘量勸請亡者家屬在四十九天中（俗謂七巡）能親自為亡者高聲誦讀地藏經至少三遍。並可適當的介紹給他們一些簡要的經論，勸請他們在守靈的時候多看看，如此，可以補正口頭敘述的不足，還可以幫他們種下一顆學佛的種子。

戊、最近的科學研究顯示死亡三天後仍有知覺

△如果有人對於本文所述者甚不以為然，乃至隨手丟到一邊去，不管是因為那些理由——荒唐、迷信、不吉利等，或者是抱持著人死如燈滅的態度來看待本文。

我們痛心您對生命不夠尊重，對現實更是視若無睹，我們願建議您有空多到加護病房、急診室等地方看看那些可憐的病患在生死邊緣所作的種種悲慘掙扎。再到太平間及殯儀館去親自感受一下生命體在死亡後的種種淒涼。並且可再閱讀目前科學界、醫學界及其他學術、社會各界所已經提出來的各種最新修正的研究報告。我們確信「事實」將可以改變您

現在的觀念。

說到這裡，又不免令我想起這句古話：「人生惟獨生死大，幾人肯向死前修？」所以唯有真智慧者，真勇敢者，真慈悲者，才敢去坦然面對生死大事，不但毫不忌諱，而且能未雨綢繆，早作安排啊！

△根據最近在日本的一家國際性公司，嘗試藉著電腦及電訊及電極等儀器的幫助，進行測試一些即將死亡人士的電腦波，這些自願者分別來自不同國度，年齡則由十九歲到七十五歲都有，結果竟然發現到有部份亡者的腦波會在「死後三天」，出現在電腦終端機的螢光幕上，顯示出他們仍有知覺存在的報告。

看了上面的那則研究報告，再檢視早自第八世紀以來，一直在西藏被拱視珍藏的「西藏度亡經」中所說，常人死亡，於八至十二小時後，會進入一種完全昏睡的狀態，一直到第三天半後，識覺才又開始恢復（此時神識已脫離肉體，而處在一種清虛的中陰身狀態）的敘述中，居然有著不謀而合，相互呼應的旨趣呢！

△在編述這本小冊子的時候，為了儘量節省讀者的閱讀時間，我們曾在很多寶貴的資料中，為了取捨與否煞費思量，所以遺珠之憾及錯失之過一定難免；希望若有想知道更進一步詳情的讀者，能逕自參閱有關經論及其他著述。並祈願您能以所學所修去廣利一切有情大眾。功德無量！

壹、自殺身亡者死後比生前痛苦千萬倍

自殺身亡者死後將比生前痛苦千萬倍，任何人不管您目前的情況如何的惡劣，請絕對絕對不能用自殺來解決問題，因為自殺非但不能一了百了，得到所企盼的解脫外，反而會使問題更加惡化！

其主要的理由有下列三點：

- （一）通常一般人即使是壽終正寢，除非他有特殊的因緣（如臨終時能一心持咒念佛，或是在生前真正做了很多善事等等）之外，他的靈魂（神識）在與肉體脫離的時候，會有如將全身上下被一塊一塊碎散的病苦感受；或者有如將全身擠進一個小針孔般的壓

迫悶絕感。但是自殺的人，因為是將本來不該這麼早就結束的生命給勉強截斷，所以靈魂與肉體的粘結情形還是很牢固的，以致於在兩相分離的時候，造成有如一寸寸、一絲絲被生裂活剝般的痛苦，而且此段受苦的時間相當長；有時會長達好幾天，甚至好幾個月，實在那種酷烈的慘狀令人不忍宣說。大概言之，如前者的自然捨壽，就好比鐵器用久，蝕銹能自然剝離一般，困難及痛苦較少。但後者如自殺的人，就如同在尚無多少蝕銹的鐵器上，要硬生生的剝離一部份下來，其困難可以想見。

(二) 自殺的人，不止是在死時遭受到如上面所述的極苦之外，尚且在死亡之後，還要永遠受苦——「每天定時要按照生前的自殺情形再重新經歷一次。」其原因是冥府閻王最痛恨那些自殺的人，最痛恨那些不知珍惜「人身難得」應該要好好把握精進修行的人；所以處罰他們要永世重複的去經歷自殺時那種激烈的痛苦，如此，能稱自殺是一了百了嗎？

(三) 不要以為只要自己一死就不會拖垮親人；要知道，非但自己的壽命有著定數外，其他的一切家人親朋間，也有著若干程度的「恩怨共業」。更要知道，若此一念輕生，會在他們的心中造成了多大的傷害？——那是一個幾乎永遠也無法彌補的傷害；他們辛辛苦苦努力，朝朝暮暮盼望的，就是希望您的身心能恢復健康，但是您就這樣一走了之，萬一他們之中也有人傷心到了極點，悲痛到了無法忍受之時，也學著您一走了之、一了百了，請問，您能忍心嗎？

哎！太多的事例及理由實在無法一一列舉。總之，不要去妄想有任何的自殺方式可以免除死亡前後的種種痛苦。因為不管任何方式的自殺（即使如槍擊、電殛、雷射等迅疾的方式）不論是昏睡多久，終究要再清醒過來，去感受那種極端的碎裂之苦。只不過一般人眼見死者瞑目不動，而錯以為亡者毫無痛苦，其實又那裡知道，他正是千苦萬苦，卻無法有效的表達出來而已。

千言萬語，我們只想誠懇勸勉各位，千萬不要去嚐試那種被一寸寸割裂，一絲絲燒烤的痛苦。

又依佛家所說，一切的罪業中，殺生的罪業最大，而在一切的殺生罪惡中，又以自殺的罪是最嚴重的，並且是「不通懺悔」的。是故又何苦去為自己製造那種死後不斷必須按時「重新自殺」千萬次的苦刑呢？

儘管有再大的痛苦難解之事，請您淨信持念這一句『南無大悲觀世音菩薩』只要虔誠的祈求佛菩薩的加被，必能滿願。

△勸請大眾一定要掃除心頭疑慮，勇敢的去接受諸佛慈光的威力救拔。在實際的

工作中，我們經常會碰到一些滿懷疑慮不安的大眾詢問我們說：「我等亡者素無修持，甚至多造惡業，當真可以僅憑這個助念而得度脫？」其實任何人等。乃至一切含識的有情，能在命終之時遇到佛法的加被，即使只是一個咒音，一句佛號，都能夠得到不可思議的大利益。然而如此殊勝的因緣，也決對不是偶然僥倖所能獲致的；往往是他可能已在過去生生世世之中，供養、承事、讚嘆過無數佛菩薩所致；所以不必以為自己或亡者此生並沒有什麼修為，而不敢去面對佛菩薩的慈悲攝受，反而應該更要歡喜的，勇敢的去接受諸佛菩薩的恩光威力救拔。

希望一切有緣得聞佛法的大眾，不論是存者、亡者，不論是新學久修，都能夠從善知識的開導中任擇一法，深入不輟，或者繼續您平日所熟悉的法門一路到底，不到成就，決不棄捨。

附錄：

慎終追遠

——略談土葬與火葬

△雖然每一個人都會死，但能死得漂亮的人卻沒有幾個。

因為絕大多數的人都不免抱著能拖一天算一天的駝鳥心態，所以雖然明知早晚必須面對死亡，卻總不肯在平日多少花費一點時間，早些預計這個人生百年大事。所以往往在死亡降臨之時，子孫及家人等才在匆匆忙忙

之中，手足無措的張羅一切；以致於每每將一場莊嚴的收場工作弄得凌亂不堪，甚至一塌糊塗！

我國自古以來便以禮儀之邦著稱，原就有一套甚為完整的養生送死禮儀規範，然而沿襲至今，因年代湮遠，及各地民俗的分異，使得舊制的喪葬禮俗已經產生了很大的變化；再加以晚近以來社會工商化的丕變，以及人民消費能力的提高，又增累出不少奇特的儀式。

其實，若以我們觀察的結果，目前台閩地區的有些喪葬過程中，真可以用得上一個「亂」字來形容——如五子哭墓、牽亡陣、電子歌舞花車等不甚得體不夠莊重的安排。而之所以造成這種混雜情況的演變，除了前面敘述的原因，國人講求風水勘輿，偏好土葬，以及恐怕獲致不孝罪名，所以不得不大事鋪張等等原因，也是形成今日混亂情況的一些重要原因。

「錯誤的因循和錯誤的創新同樣可怕」，這是我們在接觸到這些喪葬過程時所產生的一個共同感想。處在這個新舊更替百制駢陳的時代，一般人總是很難明確判斷什麼才是真正的對或錯，於是就會產生一些保守傳統與創新前進的極端選擇現象，但是往往就在這種缺乏圓熟智慧下所作的行為裡，造成了很多本來可以避免的錯誤！。

基於「生事之以禮，死葬之以禮、祭之以禮」的認識，我們願以我們對於有關喪葬事情的一些瞭解，提供出來與社會大眾共同做個研究參考。

就如眾所周知的，一般喪葬方式通常就有土葬、火葬、海葬、以及較特殊的天葬（鳥葬）等。而在這幾種方式中，除了土葬以外，其他的幾種方式都稱得上簡單隆重（其實土葬本來也是相當制約肅穆的）。可是為什麼國人總是較偏愛耗累傷財的土葬呢？這裡面除了牽涉到我們前面所提到的幾個諸如傳統習俗、禮教文化等因素外；不可否認的，今日土葬儀式的繁瑣鋪陳也多少摻雜一些炫耀富貴，或是因此博取聲名等不良觀念所混淆。但限於篇幅，我們不擬對產生這些現象的原因作較多的探討，僅只就目前國人所較常採行的土葬及火葬，列舉其優劣點，簡略的做個說明比較，希望能幫助大家在選擇葬儀方式時有個可以參考的資料。

我們或許都聽過這麼一句話：「入土為安」。其實這一句話在今日已值得好好斟酌了——我們反而以為應該修正為「入土不安」或許還來得較恰當一些。為什麼呢？

通常一般民眾在選擇墳地時，總會延請勘輿術士到場推算，這個原本也是無可厚非的事，但是晚近以來流風大變，現在一般大眾之所以注重風水，實在是較多偏重於自身的現實利益；諸如庇旺家運興隆、福壽子祿樣樣不缺等。所以，要在經濟能力許可的範圍時，莫不是費盡心思百般營求一個龍穴鶴墩，然後又在一番千計萬算後，終於選定一個諸事大利的黃道吉日，隨著一陣吹吹打打隆重入土。

如果就這樣能令死者寢然安息，活人也心懷安慰，那麼前面的這一段辛苦也算有了一些收穫。可是從很多過去所曾經發生過的例子看來，可憐的死者並沒有從此便得到安息；很可能就會因為陽世眷屬的一些身心疾恙，或是家宅內出了一些小意外，或者甚至只是一兩句閒言閒語，就又疑神疑鬼寢食不安起來；或者又因江湖術士的鼓舞，便又怪罪祖先風水不好，然後又是辛苦算計，再次鄭重的覓地重葬。有些較持重一點的人，雖然還不致於動輒遷墓，但暗地裡懷疑不安者，仍然佔有相當大的比例。如此，既花費了鉅額資財，又耗費了不少人力精神，卻誰也無法保證從此會一切順利平安，則又怎麼能談得上是「入土為安」呢？

再說台灣本地由於侷促於一隅海島，加上多年以來的長期生聚教訓，使得人口密度已進列世界前茅之中；然而土地資源卻一直無法作相對應的有效增加，所以目前即使是將生活空間壓縮到最小要求，都還有一地難求的感慨呢！就拿時下一般的中上薪水階級而言，必須以他們一生中最寶貴的二、三十年黃金般的青春歲月，辛苦攢積的結果，才能夠擁有一間可略為遮風避雨的小房子。就在這種生人幾乎已無立錐之地的情況下，只因為國人迷信風水的結果，於是用盡心思，開闢出一山大過一山的墓園，高價賣給活人來安頓死者，以致形成有不少新興社區公寓窗外即是墓地的奇特景觀環境。看到這種活人與死人相互爭地的慘狀，怎麼能不令人憂心呢？

特別是一般的墓園多選在山坡地，本來在水土的保持上就甚為不利；即便是不挖不掘就已經很容易造成災害，何況是毫無秩序的到處砍伐林木、鑿穴築墳呢？尤其台灣的地勢是由中央山脈向東西兩邊陡然「瀉」下，

一遇大雨，每每容易形成山洪爆發及山崩等災害，不止危及山下或下游居民的生命財產安全，有時候也可看到一些可憐的死者骸骨隨著大量泥水翻傾而沒，不知他們的陽世眷屬在想像這幕景象的時候，會做何感想？甚至於曾經有過這麼一個談笑的傳言：到山野溪林區的旁邊，就有墓壘散落在黃土薄覆之下，很可能因一不小心，就會一腳踩塌一個墳包。

所以，對於入土為安這一句話，我們抱持著相當保留的態度。反而我們更願意以「福地福人居」這一句話來和大家共勉。上面的這一句話若以佛法的觀點來說，就是因緣果報，有如是因方有如是果的宇宙真理。這是一種貫通三世（過去世、現在世、未來世）的因果酬償觀念；我們在今生所遭受的一切樂苦之報，莫不都是由於過去世中，所曾造作的善惡種子在此生此世中，因為條件具足而顯發的。因此，倘若我們在過去生中沒有種植多少福德種子，則在這一輩子不論您如何辛苦鑽營，也會因為在「法界銀行」裡的存款不足，而無法提領到心裡面所想要的資財。

其實若撇開這層道理不談，我們也經常可以看到有人在費盡心血，終於找到一處差可滿意的地理之後，忽然一次颱風，或是一場豪雨，一個地震，或者是一個計畫道路的開墾，甚至於只是一根電線桿的豎立，都很可能就在一夜之間，將他們辛苦找了幾十年的家穴給嚴重的破壞了！所以風水地理的不可依靠由此可見。那麼什麼不在選擇安葬我們亡故親人的方式時，就以簡單隆重、更具孝慈，又可免去諸多不必要麻煩的火葬呢？

其實若一提起火葬，我們總覺得目前一般社會大眾，對於火葬一事似乎還不是很能夠接受。所以往往才在一提到火葬時就會遭受到很多的阻力，特別是在鄉村中或老一輩的保守觀念中，尤為顯著。底下是幾個比較經常會碰到的情況：

- 一、火葬容易被誤會捨不得喪葬費，所以若不在父母親人等葬儀中大舉鋪張，便是不夠盡孝，不夠盡心。
- 二、火葬是窮苦人家在花不起喪葬費時所不得已採用的；所以若選用花錢少的火葬，會因為太簡單了，而覺得不夠面子，以致不願意採行火葬。

三、火葬因無法保留完整屍骨葬在良好的地穴下，以致不能福蔭後代子孫。

四、火葬燒起來很痛，若使用火葬會使亡者遭受到很大的折磨。

五、夭壽、意外、橫死、自殺、或無子嗣者才使用火葬，因為這些人不是正常的壽終正寢，為恐亡靈含怨作祟，所以採用焚化方式。

這些觀念都並不怎麼正確，現在我們依次說明如下：

依照我們現在所獲得的資料看來，在目前所習用的諸多喪葬方式中，火葬可以說是既經濟，又能切合現代社會環境需要的一種相當理想的喪葬方式。可是只要一談到火葬，較年長、或保守的一輩通常都無法很坦然的接受；甚至於會影響到後來年輕一輩的人也不敢太主張採用火葬，因為深怕被旁人批評為不孝順。

而若是佛門弟子或是其他宗教信徒，則更容易被曲解為對所信奉教義的執迷。其實只要是真正用心去研究過佛教經典的人，便不會以為佛教是不講孝順父母的宗教。過去佛陀曾經開示：「假使有一個人，以一肩荷父另一肩擔母，聽任父母在他的肩上大小便利，又用極世奇珍衣食供養父母，如此盡他一生壽命而不暫捨，猶不能報父母之深恩」；諸如此種有關佛陀推崇孝道的教示，並散見於各大小乘經律之中。所以在主張採用火葬的時候，絕對不要受世俗陋見的影響，誤解為佛教徒是反孝的作法。

佛教徒倡行火葬，已有很長的一段時間了，事實上，火葬是最能兼顧目前工商社會實際生活現況；又能照顧到亡者利益，並且又是最能庇佑到子孫平安興隆的一種喪葬方式。因為亡者在採行火化的時候，不只是可以先請戒行精嚴的具德法師為亡者舉行追薦法事，並且在焚化時還可以隨同諸佛菩薩的法寶（註一）等一同火化，如此而能獲得不可思議的佛力如被。

另外，還可以將焚化後的骨灰寄存在寺院或骨灰塔中，使得亡者於朝朝暮暮都能聽到清涼梵唄的洗滌，由是懺除業障，再進一步得到究竟出離生死輪迴的苦趣，因此，家屬亦因而增福除障，獲得極大的福利和庇佑。因

為依佛法而言：任何一個眾生，唯有依止於正信的佛法，並如實的精進修行，才有可能完全的脫離輪迴業力的束縛。而亦唯有從佛法得到如實成就的有情，也才會有能力去真正庇護他的眷屬；否則若自己尚受六道業力的牽纏，往往是自身尚且不保，又那裡還有餘力來照顧他人？所以我們建議大家採行火葬，非只是為了亡者超生，更且也是為了使存者得到大利益，是故請不要再因循世俗陋見而排斥火葬。

接下來，我們要討論火葬是否貧困人家為了節省喪葬費所採用的。實在這也是一個很不恰當的說法，因為就我們所知，在以前佛法流佈的地區，一些能夠以火葬處理的遺體，多屬富貴人家或是長者耆宿之流；反而是一般普通庶民多半採用其他如天（鳥）葬、土葬等方式。原因是一般平民並沒有能力購足火葬所需的大量薪柴及香料等。然而演變到現在，在焚化技術有著很大改變而能大幅減少費用的今天，社會大眾非但不知好好珍惜，卻反而以為是貧困人家的寒酸表示，委實令人不勝感慨！

根據有關單位（註二）的研究報告中指出：火葬的費用大約是土葬約五分之一。然而就我們實地所瞭解的，這還只是最保守的估計。因為在我們的經驗裡，就有不少的喪家有時候單單只是為了尋求一塊土葬用地的花費，就足夠完成一次全部的火葬儀式有餘。所以若是再計入其他如建築、維護看管等費用，動輒數十萬，乃至數百萬的人大有人在。

然而佛門弟子不願意厚葬的原因，除了人們以為的宗教信仰因素以外，也是因為不忍心耗費社會大眾有用的資財及時間，進而願意將所節省下來的喪葬費用。轉移作其他有益於亡者的慈善事業；如印經、濟貧、放生、賑災及供養法師等，如此一方面可嘉惠社會大眾，另外一方面又可幫助改良社會風氣；同時也是為亡者添造了很大的功德，乃至於存者也必定蒙受佛力如被而享平安吉祥。

另外，火葬除了較土葬簡單隆重及整潔衛生外，又能夠大量減少對墓地的需求，可以免去佔用及擴充墳地的麻煩；所以不僅只是經濟方便，還更是符合了當今民眾的智識水準普遍提高後，對於生活環境品質的要求。再如大家所抱怨的——每年到了清明掃墓時節，東西南北的道路條條壅塞，每一個人人都飽受進退不得之苦，而且還時常有因焚燒冥紙不慎引燃山林大火的事件發生，再加上因民眾的公德心不夠，往往留下滿山遍野的垃圾

蔚為奇觀。

所以我們還是再一次建議大家採用火葬，因為以如此的葬儀方式，不論是在實際的作為上，或是心胸的涵量上，以及爾後的影響上，都足以稱得上是大富貴的一種選擇，又怎麼可以錯指為是貧困人家才用的方法呢？

繼續我們要談到：「火葬因無法保留完整屍骨，葬在良好的風水地，以致不能福蔭後代子孫」的說法是否得當的問題。

長久以來，地理風水的想法在國人的觀念中已相當牢固，但因諸家爭長而互有不同闡釋，所以論述相當龐雜，以致於一提到風水地理時，往往眾說紛云，卻找不到一個能令大家公認的定論。而佛家因主張修持重在修心，向來就對皮色外相不太注重，又佛陀在遺教經中說：「為佛弟子，不可仰觀星宿，占相問卜」，所以不免有人指責佛教徒否認地理風水的存在，其實這又是一個很大的誤會。

事實上，地理風水這種事，在尋找時是一項麻煩，在營造時又是一項麻煩，即使是建好了，還是會有很多困擾。因為這裡面牽涉到很多繁複的問題必須周詳考慮到；但實在說來這其中的任何一種都算得上是極深奧的專門知識，這又那裡是一個平凡的眾生所能完全掌握並考慮周全的呢？而且，所謂「積善之家必有餘慶，積不善之家必有餘殃」，家族是否興盛，是隨家族成員之為人處世而決定，倘若處處為善，家族一定會興盛，否則，即使費盡心思找塊福地，也會因為無福承受而成為兇事，因為福禍其實是隨行為的善惡業力決定的。

因此佛家雖不否認風水地理的存在，但也不去特意的研究它。因為在佛家的修行中，這些都只不過是在色身外相上下功夫，不能究竟。因為即使再長久的色身都終不能免除最後的壞空，還是不能畢竟脫離六道輪迴苦趣的。實在說來，相曲心轉，而心（意）又隨時在變，所以占相不如修心，又何必在這無有定軌又瞬息丕變的風水問題上辛苦糾纏呢？

有時候想一想，還真為那些曾經為人父母尊長的人感到哀憐。因為有很多的人，在用了他們一生之中最寶貴的黃金般歲月，費盡心力，辛苦的將子女撫養長大成人之後，有的甚至於根本還沒有嚐到一丁點兒應享的回報

時就撒手西歸。然而不幸死後，卻還必須要用他那一把最後的老骨頭去「負責」後代子孫的福壽名財子祿呢！倘使一個弄不好，只要陽世眷屬中有個風吹草動便疑神疑鬼，甚至於春葬秋遷，弄得亡者骨散魂亂滿腹委曲！像這種不思自己克苦勤勞賺取自身幸福，卻反而將之托付、歸罪一付曾經不辭任何劬勞，恩重如山的枯骨來承擔，是不是應該感到慚愧呢？

再者，目前通行的土葬儀式中，往往又隨民眾之一時興起添加了一些原來沒有，也非必要的禮俗。如此非但增加了很多不必要的花費，並且又容易引起亡者的煩惱而致墜入下三道（地獄、餓鬼、畜生）之中。本來世界各地無分古今，普遍都相當重視人死後的種種措施，也或多或少相信人死後尚有一個不可知的世界，所以多有種種處置安排；但是本國同胞演變到後來，形成只偏重在活人的面子上作表現，因而喪失了原來純樸良善的本意。

所以，我們還是誠懇的建議大家共同來推廣火葬，若想以祖先的風水來庇旺子孫，是一種錯誤的觀念。

再來我們要談談火葬是否會令亡者遭受到燒炙痛苦的問題。

為了說明方便起見，我們還是先用佛教的理論來做一個簡單的說明：依佛教觀點，普通一個人在捨報（死亡）之後，在最初的八至十二個小時間，神識會逐漸脫離肉體，但因此時尚有若干知覺存在，所以此時亡者會有如生龜脫殼般的痛苦感受。這也就是為什麼佛教徒堅持，在亡者捨壽後的最初這幾個小時不要去移動亡者的一個最主要原因。

在這一段期間不能進行任何遺體的處理工作，甚至連碰觸到亡者或者強風、強光等都會產生令亡者難以忍受的痛苦。而且不只是火物，其他如冰塊或針物等也都不應放置到亡者身上。

如此經過了這八至十二個小時之後，亡者的神識會進入一種「昏睡」的狀態。一直到第三天半後才又恢復清醒，也是要到這個時候神識才能完全脫離肉體，而不再會感受到肉體所遭到的種種痛苦。換言之，即是說要等到這個時候才能著手去進行如何安葬遺體的工作。但是為了考慮到亡者初入中陰（註三）時，一時間還不能完全接受他已死亡的事實；以及亡

者的神識或者還會對他的肉體有著很深的貪執，也有可能亡者還會復活過來，所以佛教往往都主張應在第七天後才進行火化。

事實上不僅只是佛教界有前述的認識及主張，我們從一些已經陸續公佈出來的研究報告中發現，很多死而復生的實例都直接或間接舉示人死後尚有意識、生命。而且由不同的事件報告中，經常會不約而同的顯示出一個共通點，那就是當這些亡者能以旁觀者態度審視自己的時候，並不會感受到肉體方面的任何痛苦及不愉快。反而有的人會對於醫護人員在急救他的身體時感覺有趣：「我很好呀！請不要傷心，不必那麼著急」；其至於還有人曾有：「我死了？奇妙啊！」的奇特反應。可知人死後當神識與肉體真正分開後，亡者是不會太在意肉體的遭遇的。

所以說火葬會使亡者遭受到燒炙痛苦的說法，是不切合於事實的一種錯誤的想像。其實若一定要說火葬會令亡者的內體受苦，那麼土葬才更是會令亡者痛苦百十倍的安排呢！因為若以目前火葬場的設備，大約只要五十分鐘左右，就可以完成整個火化作業。可是土葬就沒有這麼快速了，亡者的遺體至少必須待在土裡六～八個月的時間，忍受那種讓千百萬隻腐蟲慢慢搔爬啃嚙，直到一堆膿泡涕沫，終於剩下一付白骨為止。如此您還能說火葬比土葬苦嗎？

不過還是要再次特別叮嚀一下，火葬最好在死亡七天後才舉行。但如果天氣炎熱屍體已經腐爛，在亡者確實沒有可能復活的情況下，也可以不滿七日就予以火化。

最後我們來談一談另外一個錯誤的成見：「橫死夭折、自殺意外、或是沒有子嗣的人才使用火葬」。

面對國人這種人云亦云，自己卻對事情的真相不求甚解的行事態度，我們有時候在心中也不免充滿了無奈的感覺。因為選用火葬的理由，除了我們前面所說的那些好處以外，也是為了要令亡者速急擺脫對色身的執著，否則恐怕會影響到往生淨土的順利。所以佛教主張在人死後，應該將構成這具臭皮囊的四種大元素：即地、水、火、風四大元素迅速歸還，愈快愈好。而這其中就以還歸火大的焚化方式最為有利於亡者。

又佛教徒不主張埋葬屍體在土裡的原因，是恐怕在土葬之後，遺體因會有一陣比較長時期的壞空過程，招致亡靈（不一定是亡者本人的）附著在屍身上日久成為禍患；如果又因某些特殊條件的幫助，形成不會腐腐壞的「蔭屍」（註四），則往往會弄得陽世子孫災事頻頻。但若是舉行如火葬等能迅速消壞屍體的方式，就可以防止屍身作祟。

看看今日國人注重地理風水，不惜花費大筆資財的結果，非只不能保證得到想要的先人庇蔭，反而有時候造出了不少為患子孫的「戀屍鬼」。如何能不令人心生感慨呢？

總而言之，火葬的優點計有：

- 一、費用低廉，減免為了張羅喪葬費所引發的困擾。
- 二、儀式莊嚴、簡單而隆重，較少令人啼笑皆非的場面出現。
- 三、有益於環境、清潔衛生的維護——特別是在今日人們智識水準提高，環保意識高漲的今天尤然。
- 四、不需浪費土地，並可改善山林景觀。
- 五、免除作墳及看風水的麻煩。可以減輕存、亡兩者之間種種非必要的負擔。

在本文即將結束之前，我們忍不住還想嘮叨一句：我們並非刻意的在反對土葬。只因為就我們所知道的，已經不知道有過多少原本相處甚為融洽的親朋好友，常因一次喜、喪禮俗中的意見錯雜，而影響到了彼此間的和睦關係。蓋因每一個人都有他的見地，特別是一些主觀剛強的人，往往固執他所認定的禮俗，而排斥他人的作法。再加上一地一方又有相異的習慣，又或者固守舊俗不改，更增新制，弄得整個葬儀過程龐雜熱鬧萬分，如此，又怎麼能不出問題呢？

註一：如經過有實際證量的法師所加持過的金剛沙、往生被、或其他法物等，與亡者遺體一同火化，均可使亡者獲得大利益。

註二：詳情可參考七十二年六月所印行的「台灣地區現行喪葬禮俗研究報告」。係由中華民國台灣史蹟研究中心研究組所編輯完成的。

註三：即是亡者神識在經過前面的三天半昏睡後，在又恢復活動的時候所感生的另外一種由微細物質所成的化生身。行動自由迅速，具有少量神通能穿牆越壁不受阻礙。但一般最多只能維持四十九天，便又要隨著生前所作善惡業力的牽引，投生到他應得的胎胞中。

註四：閩人俗稱，屍體久葬不腐者便為蔭屍；言其只能蔭福亡者，卻反而會損折活人福份的意思。

免費助念簡介——並請家屬儘量配合的事項

各位善信大德：

我們是「世界佛教圓覺宗諾那·華藏精舍助念團」的團員，今天來此的目的，純粹只是為了想要幫助即將命終（或剛逝世）的親友，希望他們能夠在蒙受佛陀慈悲救度的光明中，使不該命終者得以宿疾痊癒安享餘年；而對於捨壽命終的善者，也可以承仗佛菩薩的甚深悲願，而幫助他們解除臨命終及死亡後身心所感受的萬種痛苦；並且也可以消釋亡者生前都難免會偶而犯下的一些或大或小惡業糾纏，乃至於更有可能就以此大眾助念的功德力，幫助亡者現證自己本來明空不二的湛然覺性；而卸脫三世業障，頓得當下趣歸無生佛果。或者也可以遵照亡者本身的意願，根據釋迦世尊所述的阿彌陀佛西方極樂世界的種種不可思議功德，種種不可思議勝妙莊嚴，以亡者本身的切誠懇願一念求願往生彼國，而感應阿彌陀佛、觀世音菩薩、大勢至菩薩及諸大聖眾的現前接引，往生到那個永遠不復再受到生老病死，無量苦痛輪迴的極樂世界中去。

我們的助念團成立數年以來，始終秉持著默默誠懇付出的一貫態度，所以屢受喪家及各界人士給予「端正實修」的肯定，舉凡一切助念行儀無不堅守佛陀經教的慈訓而作，絲毫不敢妄自增減有無而致捐惱到往生菩薩的生死大事，之所以如此的戒懼謹慎，實在是「因果可畏而善緣難逢」；所以誠懇的勸請各位，都能夠憐憫一切臨命終者，猶如生龜脫殼、熱油澆

身般的慘苦情狀，儘量的配合我們助念團的行事來饒益您的親人。不論存歿，相信他們都會感謝你們的，並且會將一切功德都迴向給你們，或是在冥冥中庇佑你們的。

如果你們一時之間，實在難以決定要以何種方式來幫助你們的親人，那麼，也勸請你們務必要聽受我們的建議：「讓亡者很尊嚴肅穆的走完他人生最後一站」——就是「什麼都不要做，只是讓亡者安安靜靜的躺（坐）在那裡八～十二個小時」，你們可以靜靜的陪伴在他身旁，或者是輕聲默念，勸請亡者丟開身心一切牽掛，放心安然睡去。也可以不斷的播放一些祥和清逸的音樂或佛號梵唄。除此之外，千萬別急著為亡者淨身、換衣、哭泣、搖晃、拔掉針管、塞手尾錢、送入冰庫等等非常不妥當的處置，因為這些行為大家一直習以為常，認為理所當然的舉動，實在就佛教的觀點來說，都是最會嚴重傷害到亡者，令他們升起無可抑止的瞋心怒火，而導致墮落到悲慘難言的地獄、餓鬼、畜生三惡道中去的最不好行為。

倘使亡（病）者有幸，你們能夠信受我們的助念，也希望你們儘可能的配合我們幾點請求：

一、請儘可能委派家屬親友，輪流與我們一同助念共修。依照地藏經上所載：「以家屬誠懇的為亡者所做的佛事功德最大」，因為亡者最容易接受、感受的還是自己親人的關懷。而且在所做的一切功德中，家屬本身實際可以得到六分，而亡者也只能得到其中一分的功德。但是切莫小看這僅僅一分的功德，卻遠遠超過一般以金錢邀請而來的那些平素不持清淨，又沒有什麼真正修持的作法者，在畫樣般有口無心的唱作下，所能真正蒙受到的利益要多。

二、除了前面所說的不要急於為亡者淨身、換衣、哭泣、搖晃、送入冰庫、拔掉亡者者上的針筒插管、塞手尾錢外，也請不要焚燒大量的冥紙及拜腳尾飯等，因為所做的這些非但無益於亡者往生極樂世界，反而會招引來很多令亡者心生恐怖的種種惡象，糾纏亡者而墮入鬼趣之中。另外也請勿焚薰太多的檀香，因為助念團員在專精竭誠為亡者助念導示的時候，身體需消耗大量的空氣，此時空氣中的檀香會嗆傷團員的呼吸系統，而影響到助念的順利進行。

三、請在我們的助念圓滿結束前（從斷氣算起八個小時），不要急著找來道士術師或其他宗教的信修者，前來為亡者做一些諸如引魂、開魂路、祭拜魚肉酒葷等，會令亡者不升反墮的不妥行為。我們是祈請西方極樂世界中無上尊貴的阿彌陀佛慈悲現前，來為亡者「引魂」、「接魂」的，所以請各位無須對亡者的去處抱有疑慮。

四、即便是在整個的助念圓滿後，如果察覺到亡者的身軀任何部位還有餘溫時，請不要就送入冰庫或殯殮蓋棺，因為在七日之內，已曾有多起亡者回魂的事例。所以除非亡者死於嚴重病故，或是天氣炎熱致使遺體腐敗出味，或者是如車禍、外傷等致身軀嚴重殘破，確定完全不可能復甦者外，只要亡者尚有餘溫或是遺體素淨無味，請避免在七日內就為亡者進行冰凍殮葬。

五、我們的助念團員，隨身都供奉著有金剛明砂、陀羅尼經被、咒輪貼紙等準備利益一切存亡，都是殊勝無比的佛寶；懇請各位珍惜敬重，並允許我們將之施益於亡（病）者身上，和張貼於府上，則可感蒙佛力加被，一切冥陽存亡吉祥圓滿。

我們都會完全尊重家屬的意願，隨順目前一般大眾所習慣的四字「阿彌陀佛」來為亡者助念。但是，由於我們本身是佛教密宗的修行人，素來修行均以持咒三密相應為主，所以也很希望能為亡者持誦密咒，希望能提供給亡者更多的幫助。因為密宗裡的每一個咒都有著很大的功德，也蘊有不了思議的威力。可以感應到諸佛的力量來幫助亡者。令亡者滅除無量業障纏縛，速疾成就。但是，也因為這些密咒是以西藏文字來發音持誦的，也許會使得各位一下子因聽不懂而不大習慣。所以我們將持誦的佛咒略述如下：

「六字大明咒」，是大慈大悲聞聲救苦，無刹不現身的觀世音菩薩微妙心咒，能令一切觸聞此咒的眾生悉蒙菩薩救度。能滅除一切障惱罪愆，無論生前死後均得平安吉祥。

觀世音菩薩的六字大明咒，是可以不經皈依灌頂的任何人都能持誦的，這實在是菩薩以其甚深悲心一一願代眾生受無量苦，所以才得以如此垂傳廣佈的！其咒功德威力微廣難測不可思議，乃至蓮花上如來在大乘莊嚴寶王

經上也讚嘆說：「若有念此六字大明陀羅尼一遍，所獲功德，而我不能數其數量」，所以請各位勿以此咒得來容易而輕慢之。

總之，一切有情眾生的生死事大，千萬不可掉以輕心，因為無上甚深微妙的佛法，是百千萬劫甚難遭遇到的，所以亡（病）者若錯失了此生在命終前後之時，可能是最後一次蒙受佛法利益的機會，則將以一念迷茫而又輪墮在三界六道的生死苦海中掙扎，若想要能再次值遇佛法，則恐怕就不曉得會是在幾千千萬萬年之後了，請各位慎之！慎之！

敬祝吉祥圓滿！