

南 華 大 學

生死學研究所碩士論文

佛教信徒瀕死經驗之研究
—以嘉義四位信徒為例

A Study on Buddhist Near-Death Experience
—Four Buddhist Examples at Chiayi

研 究 生：吳琦芬（釋覺了）

指 導 教 授：釋永有博士

中華民國九十三年一月

南 華 大 學

碩 士 學 位 論 文

生死學研究所

佛教信徒瀕死經驗之研究---以嘉義四位信徒為例

研究生：釋覺了(吳琦芬)

經考試合格特此證明

口試委員：李 杰 蓁

釋 永 有

紀 潔 芳

指導教授：釋 永 有

所 長：釋 慧 開 (陳開宇)

口試日期：中華民國 九十二年 十二月 十九 日

前 言

本論文的研究者在事務繁忙當中，能夠以短期時間修完碩士學位，誠為可貴，尤其在整個學習過程，表現精進、勤學的積極態度，值得嘉許！

以下提出個人對這篇論文的幾點淺見：

一、以研究領域而言，本研究應是台灣學術界首度以瀕死經驗作為碩士論文的正式學術論作，並且在內容上屬於跨領域，結合佛學與生死學的研究，十分具有創意。

二、瀕死經驗之研究在台灣才剛起步，已落後歐美二十多年，研究者希望能因而引起更多相關研究，與國際學術接軌，頗具開創意義和勇氣。

三、將西方瀕死經驗成果結合東方佛學理論，探討其中之關涉，有其困難度，然本論文時有慧心獨到之見解，實為難得。

四、本研究透過國內四個案例之深度訪談，呈現宗教文化方面的影響，對於瀕死經驗以及以量化為主之研究，此論文可提供具有深度內涵及另一視野之重要參考價值。

五、就瀕死經驗與佛教信仰之交涉，揭露死亡與死後世界的神秘課題。尤其透過學術研究的方式，來探尋這一方面的真相，為生命教育提供了更多的實用的教材。

瀕死經驗之探討是一門相關於醫學、心理學、哲學、宗教學，乃至生物科學等許多學科的學問，也是生死學重要的一環。本論文的完成，希望引起相關領域者的興趣與關注，研究者在瀕死經驗的研究領域，初步勇敢的嘗試，值得嘉勉和鼓勵，而本論文也有其貢獻之處。然若有不成熟之觀點，尚祈各方指教。

釋永有 2004.1.6

謝 辭

會來到南華大學就讀生死學研究所，要感謝眾緣的成就，特別是在家師星雲上人座前擔任六年的書記，有機會廣讀佛學經論，並親霑法乳，對佛法有些微的體會，並希望進一步結合生死學，是我考上研究所的主要動力。

生死學是一門新興學科，承蒙佛光山常住給我機會學習，讓我嘗試將佛學與世學做一個聯結與融通。瀕死經驗是與死亡擦身而過的特殊體驗，經歷者往往因此對生死大事產生極深刻的體悟。透過瀕死經驗之研究，探討死亡的真相，有助於個人生命意義與價值的提昇。感謝指導老師永有法師建議我研究這個主題，引領我跨越佛學的領域，將自己原有的生死觀融入瀕死經驗研究，獲致對佛法與生命更深的體悟。

二年多來，有許許多多的善知識提攜，如：南華人文學院院長及生死學研究所所長慧開法師的啟發和教導，南華大學李燕蕙教授耐心地與我討論，紀潔芳教授的鼓勵支持，各門學科老師的指點，如：蔡明昌、蔡昌雄、龔卓軍教授等，以及佛光大學藍吉富老師。佛光山的師兄長們更是我尋求協助的龐大顧問群：慈惠院長、永明、永進、永本、滿果、滿和、滿紀、滿悅法師等，都曾給予我關懷。在南華大學攻讀碩士學位時，幸承嘉義圓福寺師兄弟們的鼎力協助，特別要感謝永餘、妙凡法師，讓我能兼顧工作與學業，完成論文。尤其感謝四位瀕死經驗者之熱心參與和分享，本論文才得以完成。

要感謝的人實在太多，沒有佛光山和南華大學許多的因緣成就，那有我個人些許的成果展現！希望藉這篇論文拋磚引玉，讓更多人來研究瀕死經驗，幫助大眾瞭解生命真相，也在佛法和生死學方面有更多的探討。並虔誠祝福四位瀕死經驗者的心靈境界能更加提升。

中文摘要

「瀕死經驗」，英文為 Near-Death Experience，簡稱 NDE，即指發生在實際或者是已經非常接近死亡當中，我們的意識脫離肉體的清晰經驗。國外的瀕死經驗研究已有多年，國內則尚在起步。本研究從西方研究成果著手，提出不同文化角度的詮釋，並以本土四個個案為例，採取質性研究來深度探討佛教信徒對瀕死經驗之體驗。

本研究立基於美國凱尼斯·林格（Kenneth Ring）之理論，透過林格所提出的十項體驗要素（發現自己死亡的實感、安詳及欣快感、脫體感、感覺進入黑暗、遇見或聽見某人之聲音、回顧人生、看見光，被光圍住、看見美麗的顏色、進入光中、遇見「靈魂」），將訪談謄稿加以分類，逐項討論。藉由西方科學理論與佛教唯識說提出論點，引證瀕死經驗情狀之內在結構，是由意識思量作用所形成的光影投射。

體驗者在歷經瀕死經驗的特殊情景，生死觀受到極大的衝擊後，經過一連串的生命意義追尋，重新建立生死觀。當事人為了解釋自己的瀕死經驗而尋求宗教歸依，希冀從宗教中獲致心理平衡，找到解答。佛教信仰對瀕死經驗有相當之影響，一方面是因為瀕死經驗的內涵既是唯識所成，薰習心識記憶所在的環境文化自然成為重要影響因素；另一方面佛教信仰早已與中國文化結合，普遍深入民眾的生活中，一如基督信仰的文化因素，同樣地呈顯在西方瀕死經驗個案的描述中。

所以，在人生觀的表達上，西方個案所說的心靈提升、關懷他人、相信「神」的存在等，在本研究的呈顯就是以佛菩薩及其教理為人生目標，學習慈悲與智慧，自利利人。

關鍵詞：瀕死經驗、佛教信徒、唯識、生死觀。

Abstract

Near-Death Experience is abbreviated as NDE. The research on NDE in other countries is more than twenty years, but it is only at the beginning stage in Taiwan. The dissertation will focus on the outcomes of the research in the west, and raise my hypothesis and interpretation from eastern points of view. Based on pragmatic research, I would like to discuss how Buddhists interpret NDE and its meaning.

Based on the theory of Kenneth Ring of U.S.A., and ten kinds of experiences such as finding oneself dead, being peaceful and happy, feeling of out of the body, feeling of entering a dark place, hearing someone's voice, reflecting on one's life, seeing the light, being surrounded by the light, seeing beautiful colors, entering the light, encountering souls. I have categorized the contents of my interviews and discussed about them item by item. Based on scientific theory in the west and Buddhist Theory of Consciousness-Only, it can be proved that NDE comes from reflection of the light formed by the function of consciousness.

Those who have near-death experiences start to search for the meaning of life and develop new perspective of death. Many of them take refuge in religion in order to find the answer and to regain mental balance. Buddhist belief has certain impact on NDE. On the one hand, it arises from consciousness, and the consciousness is influenced by the environment and culture. On the other hand, Buddhist faith has intermingled with Chinese culture and been deeply rooted in people's minds, just as Christian belief is also connected with NDE.

With regard to the perspective of life, many cases in the west mention about mental enhancement, love and concern for others, and believing in the god, while this dissertation demonstrates the perspective of life, compassion and wisdom, benefiting others and self, based on the Buddha's teachings.

Key words: Near-Death Experience, Buddhists, Buddhist Theory of Consciousness-Only, perspective of life

目 錄

第一章 緒論	1
第一節 研究動機	1
第二節 研究目的	2
第三節 問題背景和重要性	3
第四節 研究範圍與限制	4
第五節 名詞界定	6
第二章 文獻探討	8
第一節 美國學者的研究	9
壹、庫布勒·羅絲	9
貳、雷蒙·穆迪	11
參、美國其他學者的研究	12
第二節 芬蘭拉威妮·麗娜·魯卡內·奇魯戴的研究	14
第三節 日本立花隆的研究	14
第四節 國內相關研究	15
第五節 本研究之理論基礎——凱尼斯·林的研究	17
第六節 佛教對瀕死經驗之相關理論	19
壹、佛典中有關瀕死經驗之說	20
貳、佛教對死後生命之專有詮釋——中陰身	27
參、死後世界之探討——佛教輪迴觀與他方世界	31
肆、佛教心性體認之瀕死經驗詮釋——萬法唯識	34
第三章 研究方法與步驟	40
第一節 質性研究	40
第二節 深度訪談	42

第三節 研究步驟	46
第四章 分析與討論	49
第一節 瀕死經驗之情狀	51
壹、發現自己死亡的實感	52
貳、安詳、欣快感	54
參、脫體感	56
肆、感覺進入黑暗	71
伍、遇見或聽見某人之聲音	74
陸、回顧人生	76
柒、看見光，或被光圍住	83
捌、看見美麗的顏色	86
玖、進入光中	86
拾、遇見「靈魂」	92
拾壹、其他	109
第二節 對死亡的看法	111
壹、死亡態度	111
貳、死亡真相	121
參、死後世界	122
第三節 佛教信仰與瀕死經驗之交涉關係	131
壹、佛教信仰影響瀕死經驗之內涵與歷程	132
貳、以佛教信仰詮釋瀕死經驗而獲致新的生死觀	135
參、瀕死經驗後尋求宗教的皈依	140
肆、瀕死經驗後加深佛教信仰與修持	142
第五章 結論與建議	152
第一節 結論	152
第二節 建議	161

參考文獻	162
附錄一	「佛教信徒瀕死經驗之研究」訪談大綱 169
附錄二	受訪同意書 170
附錄三	瀕死經驗自我陳述表 171

第一章 緒論

第一節 研究動機

當個人的生命走到生死交關之境時，生死之謎的探索，成爲生命個體最迫切的課題。例如：生命受到疾病與死亡的威脅、生命受到困難與挫折的威脅、生命失去意義的時候，而瀕死經驗正是與死亡擦身而過的特殊體驗，令生命個體對生死大事產生極深刻的體悟。

很多研究指出吾人對死亡的了解深深影響其面對死亡的態度。而死亡態度又與吾人的身心發展息息相關，Kastenbaum 及 Aisenberg (1972) 認爲吾人對死亡愈知覺、愈了解，則對生命的看法就愈加積極，愈能安排生命，而會在生存過程中創造統整的生命意義。心理學先驅人物 Avery D. Weisman 與 Thomas P. Hackett 曾說過：「吾人之生活方式決定其將來如何死亡；反之，吾人對死亡的看法也會影響其生活的方式」(引自張淑美，1996)。透過瀕死經驗之研究，探討死亡的真相，建立起健康的死亡觀，必然有助於吾人生命意義與價值的提昇。

死亡態度的研究很多，死亡恐懼只是死亡態度的一種，卻是大多數人自知或未知的主要心理反應。「在心理學領域中，首先承認一般人對死亡的恐懼是普遍存在的，可溯於 1896 年 Hall 對恐懼的研究」(張淑美，1996：pp1~2)。爾後發展出一連串的量化研究，但往往忽略研究對象主觀的態度，無法進一步了解死亡恐懼的心理變化及深層因素，因此，研究者擬從研究對象對死亡的了解與觀點來探討死亡態度對生命的影響。死亡的本身爲何，難以探究，因爲真正的死亡者無法以學界能夠接受的方式現身說法以求證，但是具有瀕死經驗者在心理認知上，承認自己已接觸了死亡，這是一條了解死亡認知對個體生命影響的好線索。從瀕死經驗來探討死亡對生命個體的影響是本論文研究動機之一。

國外的瀕死經驗研究成果已將瀕死經驗的內涵做過各種層面的分析，而國內尙缺乏

瀕死經驗之學術探索，研究者擬藉由國人的現身說法，探討不同文化背景之瀕死經驗情狀，此為研究動機之二。

研究者所認識的數位信徒表示，其信仰的對象在瀕死經驗中扮演了救度的角色，令他們對佛教信仰深信不疑。佛教信徒所謂的宗教感應如何呈現於瀕死經驗？佛教教義與瀕死經驗之關係又如何？此為研究動機之三。

一般人在日常生活中，向來忌諱討論死亡、準備死亡，所以一旦面臨生命中生離死別的事件，則悲痛不已，很難平復。因此，吾人應深思「預防勝於治療」，正視並思考死亡和生命的關係，了解死亡本身即包含在生命之中。研究者十分同意張淑美所言：「死亡本身並不可怕，可怕的是我們竟然毫無準備（張淑美，2001）。」當死亡由正面向自己襲來時，那些外在的、不得自於自我體悟的生死觀，是無法藉以超越生死的（岸本英夫，1997：P85）。由是，吾人必須有來自「自我體悟」的生死觀，方能真正達致超越生死，掌握生死的境地。透過質性研究，分析佛教生死觀之文獻，並訪談具有瀕死體驗的佛教信徒，藉由瀕死經驗個案的事例，作為接受死亡的心理準備，是為研究動機之四。

第二節 研究目的

基於上述之研究動機，研究者希望從對西方瀕死經驗研究之文獻聯結並探尋佛教經論對瀕死經驗之詮釋，並且選擇現代佛教信徒的瀕死經驗個案作為二者關涉之媒介，從中對應中西、古今之異同。茲將研究目的擬定如下：

- 一、探討佛教對瀕死經驗之詮釋。
- 二、探討佛教信徒瀕死經驗之情狀。
- 三、探討佛教信徒瀕死經驗內容與佛教信仰之關係。
- 四、探討瀕死經驗對當事人死亡觀之影響。
- 五、探討佛教信徒在瀕死經驗後心理及其行為之改變。

本研究擬以四位佛教信徒瀕死經驗之自我陳述為例，來探究以上五項主題。

第三節 問題背景和重要性

瀕死經驗的研究雖然很多，然而針對佛教信徒作深度訪談的就很少了，本研究藉由四位佛教信徒的瀕死經驗描述，以本國人的語言、文化描述基礎對照西方研究成果，嘗試以佛教理論的角度來詮釋瀕死經驗；進一步探究佛教信仰如何影響瀕死經驗者的所見所聞；乃至於有一些人在瀕死經驗之前並無佛教信仰的背景，卻在瀕死經驗見到菩薩的解救，從而進入佛教信仰。有些人雖然是佛教信徒，卻不十分虔誠或投入，但是經歷生死關頭後，將佛教信仰納入人生重要的修學課題，形成改變的動力。

關於瀕死經驗的發生，陶在樸（1990：pp56~72）歸納出下列幾種假說：

一、形而上的空間置換說：芬蘭的拉威妮·麗娜·魯卡內·奇魯戴醫學博士認為瀕死經驗乃至死亡，是脫掉肉體這件衣服，進入別的次元，就像將電視頻道從地上波切換成衛星轉播一般。

二、母體宇宙說：郭洛夫（S. Grof）認為 NDE 中的核心體驗——光與隧道，是人出生時的記憶重新建構。剛出生的嬰兒只能在朦朧中看見迎他入世的父母或助產士，瀕死體驗中的隧道與光正是混沌來到人生時的反射。

三、天擇演化說：有些經歷 NDE 的人宣稱在光中見到幽浮（UFO），雖然他們並沒有登上 UFO，但從此之後他們的超感應力（ESP）大大加強。基於這樣的現象，有人提出凡是有 NDE 能力的人，是人類正在進行的新演化過程中的天擇候選人。

四、腦內現象說：這是用腦神經的電流或化學機制說明瀕死的核心經驗（脫體、欣快、光、聲、美麗景色等）。例如當神經被刺激時（如注射化學藥劑、因疾病或受傷造成的壓力及腦部缺氧等），腦部會釋放腦內啡（簡稱腦啡），產生欣快感、幸福感及其他幻覺。

五、生命空間說：許多科學家認為要認識複雜的生死現象，應該建立多元空間的概念，否則許多靈異現象、時空分離的因果關係不可能得到揭示。例如：愛因斯坦基於「歐式三元空間」再加「時間」構成「四元的愛氏世界線」、一九二一年波蘭物理學家卡努

扎(T. Kaluza)以及一九二六年瑞典物理學家克來恩(O. Klein)等人提出「十一元空間」、一九八四年伯克來大學理論物理學教授勞舍爾(E. Rausher)提出八元空間等。

六、生命能量說：基於物理學第一法則——能量不滅定律，認為生命能源不會消滅，但會改變形態，而繼續存在某處。生命能量的內容眾說紛紜，有的是指一切有機體的能量總和，而這個總能又來自太陽能；有的指生命個體的「軀體能」和「精神能」；有的則以物理學界三種基本能量形式：熱能、運動能和勢能，質疑生命能如何以這三種能量來表述及轉換。另外，普林斯頓異常現象研究室的賈(Robert G. Jahn)和鄧恩(Brenda J. Dunne)用九年的時間(1979~1987)完成了意識能的研究，將意識看成是粒子(Particle)波動，每個生命個體由意識潛源(Potential Wells)發射意識波，如果個體沒有外部環境的干擾，個體之間得以自由波的形式互相感應。

七、能量態意識與生物態意識的統一論假說：這種假說是：假定有一個真實的「存在物」，可能因為你我感知之不同而結論相反(例如某甲身後的一棵樹，因為在視線之外，所以被某甲視為不存在)。每個人感知的不同是因為能量態意識(Energie Bewusstsein)與生物態事實(Biologische Wirklichkeit)的時間不同步而形成差異。

上述幾種假說是從各個層面來解釋瀕死經驗的發生，佛教對瀕死經驗的解釋又如何？死後生命的存在方式如何？許多具有瀕死經驗的人，他們對死亡的恐懼為何會消失呢？為何瀕死經驗會帶給體驗者一種更深刻的生存喜悅與活力？這些是很值得探討的問題。

第四節 研究範圍與限制

在調查瀕死經驗時，體驗者的報告到底有多少可信度，這是最難以下判斷的，因為這純粹是主觀的體驗。他們的描述可能因記憶模糊誇大修飾或擅加更改，也可能依據自己的世界觀加以解釋、修正。瀕死經驗者都覺得自己所經歷的體驗是難以用語言表達出來的，因此體驗的內容根據個人不同的語言表達方式呈現後，可能與實際內涵有所差距。

基於上述考量，本研究爲了減少體驗者的描述差異變數，選擇嘉義地區且親近同一佛教寺院的信徒作爲訪談對象。藉由四位具有瀕死經驗的佛教信徒親自敘說，作爲資料的主要來源。

而本研究所收集的文獻資料以中文爲主，從大正新修大藏經、佛光大藏經、現代人著作、譯作、國內期刊論文等範圍中，整理西方瀕死經驗研究與佛教對瀕死經驗之相關論述。

心理學研究者對瀕死經驗的解釋偏向心理逃避論，認爲人們害怕死亡，否定死亡，遂在心中創造出一個美好的死後世界或瀕死經驗的世界，藉由相信死後世界的存在來安撫自己的內心。這種論調不無道理，卻無法解釋瀕死經驗的共同模式存在之客觀事實，且對於死亡無恐懼者卻有瀕死經驗的情形也無法解釋（立花隆，吳陽譯，1998：p619）。瀕死經驗的解釋究竟是靈魂說還是腦內現象說較爲正確呢？靈魂說難以證明，甚至被認爲是背離科學的論調；腦內現象說也缺乏充份的實證，目前人類對夢的現象乃至視覺在腦部如形成具象的原理都無法了解，何況是探究瀕死經驗的生理基礎呢？

根據林格的研究，瀕死經驗具有明確、一貫，及真實感等特色，不可能僅藉由藥物或麻醉品而引起；另一方面，因休克帶來的幻覺通常是散漫、不連貫，而且因人而異，也判定與瀕死經驗無關。

其實，瀕死經驗並非單純的生理或心理的現象，依照佛教教義緣起法則的詮釋，它是多重因素和合的複合現象，而且每一位瀕死體驗者的發生因緣也不盡相同。因此，本研究不在探究瀕死經驗發生的原因，唯從心識變化的立場，來探討佛教信徒瀕死經驗的情狀與心理影響。

本研究以美國凱尼斯·林格（Kenneth Ring）的研究成果爲基礎，以嘉義某寺四位佛教信徒的瀕死經驗自我陳述爲樣本，嘗試對瀕死經驗作不同文化背景呈現的深入探討，尙無法概括其他佛教信徒的經驗。對於林格所強調的——經由光體所得到的啓發，在本研究中缺乏這一類樣本，只能藉由文獻分析來作探討。不過，這一類描述在被刻意地強調下，似乎成爲瀕死經驗的代表內容，但本研究期望藉由這四個個案反映瀕死經驗的客觀情狀，深入探討其內在結構。

第五節 名詞界定

壹、瀕死經驗

英文為 Near-Death Experience，簡稱 NDE。一九七五年雷蒙·穆迪（Raymond Moody）在他寫的《來生》（*Life after Life*）一書中草創了 NDE 這個名詞（B.Greyson，李傳龍等譯，2001；Elsaesser Valarino，李傳龍等譯，2000：p128）。NDE 是超心理學中一項很重要的研究課題。傅偉勳以「近死經驗」名之。立花隆（1998，吳陽譯，p1）則認為所謂瀕死體驗是指因發生事故或生病而瀕臨死亡邊緣的人，歷經九死一生，得以回復意識後，所訴說的不可思議的印象體驗。一般而言，即指：發生在實際或者是已經非常接近死亡當中，我們的意識脫離肉體的清晰經驗。美國國際瀕死體驗研究會 IANDS

（International Association for Near-Death Studies）會長林格（K. Ring）則提出瀕死經驗的五階段論（陶在樸，1990：p52）：

第一階段：幸福與欣快感。

第二階段：進入脫體狀態（Out of Body），即靈魂出竅，如以第三者的角度看見自己的肉體。

第三階段：進入黑暗或隧道。

第四階段：見到強烈的白光，時空感覺頓失。

第五階段：進入光的世界告別人生。

本研究以林格的研究成果「十項體驗要素」作為判定瀕死經驗的標準，個案是否瀕臨死亡，以第一項「發現自己死亡的實感」及其發生原因與場景描述作為依據。本研究之四位個案皆符合上述「因發生事故或生病而瀕臨死亡邊緣」與「發現自己死亡的實感」之條件。

貳、佛教信徒

正式的佛教信徒指皈依佛法僧三寶，表示自己從此信奉佛教，不再信仰其他宗教的人（釋星雲，1995：p1）。

本研究之四位個案只有一位是在皈依佛教後發生瀕死經驗，其餘三位都是在瀕死經驗後才接觸佛教，成為信徒。他們目前都是嘉義某寺的信徒，個案 A 每日到寺院大悲殿（供奉觀世音菩薩的殿堂）義務打掃，每逢寺院共修法會甚少缺席，經常擔任法會香燈義工，協助法會儀式的準備與進行。個案 B 定期參加寺院舉辦的佛學班，並且擔任寺院義工，協助寺務，或協助推動佛教團體所舉辦的弘法活動。個案 C 經常參加法會共修，協助寺院善款勸募。個案 D 於民國九十一年十二月皈依三寶，常參加大型法會、每週一次佛學班、每週定時到寺院擔任義工（中醫義診）。

第二章 文獻探討

大約在十九世紀，已有少數研究瀕死經驗（NDE）的案例，但真正系統性研究的開展始於二十世紀的七〇年代，庫布勒·羅絲（Elisabeth Kübler-Ross）與雷蒙·穆迪（Raymond A. Moody）等學者，將瀕死經驗視同一門學問認真地研究。

一九八二年經美國最有名的蓋洛普民意調查機構發現美國人有半數以上都相信死後世界的存在，推算應有八百萬人有過瀕死異常的體驗，自此掀起瀕死經驗研究的熱潮，許多電影及相關著作接籠而出。這陣旋風也吹到世界各地，如英國、法國、北歐等歐洲各國，在東方則有日本跟進，做出一番成就。國外的瀕死經驗研究雖多，本章節之介紹則以本研究理論基礎相關的為主。國內針對瀕死經驗作學術研究者很少，只有高雄林耕新醫師訪談了數十位個案，以量化的方式呈現各項體驗要素出現的機率，並非正式的學術研究發表。而釋永有所發表的〈金剛經第四類接觸〉，為本研究從不同文化的角度詮釋瀕死經驗，提供了最新的現代文獻。

瀕死經驗之內涵在各地學者的研究下，已有初步客觀的基本輪廓，然而各個學者所提出的理論，略有不同；凱尼斯·林格（Kenneth Ring）從一九七七年起，持續二十餘年的瀕死經驗研究，成果深入具代表性，是本研究擴展瀕死經驗詮釋的理論基礎，乃獨立一節說明。

為了探討本土瀕死經驗個案之描述，首先提出佛教信徒常誦經典中出現的瀕死場景與觀點，作為了解個案陳述內容之依據，如《藥師經》、《地藏經》、《大悲懺》、《水懺》、《阿彌陀經等》；然後整理出佛教教義對瀕死經驗相關內容的闡釋，以中陰身、輪迴觀與他方世界、萬法唯識等理論，建構出新的詮釋參考系統，作為與個案陳述及西方文獻對話的理論基礎。

第一節 美國學者的研究

壹、庫布勒·羅絲 (*Elisabeth Kübler-Ross*)

庫布勒·羅絲是臨終關懷及生死學的世界權威。剛開始研究死亡時，她認為人死後會如何，到時候就知道，不需在死前煩惱多思量，她只關心如何減輕末期癌症患者在肉體上及精神上的痛苦。但是在聽聞瀕死經驗者的描述後，她相信人死後只是改變形式而已，還是會繼續存在下去。庫布勒·羅絲在十年中已收集了二萬件以上的瀕死經驗個案了，二十年來她在世界各地旅行、演講，收集了各個民族的事例，她認為瀕死經驗或許會因人種、民族、文化、哲學等有所差異，但其本質與基本架構是一致的。死後的世界應該是由精神力般的能源所支配，或者說是由心靈的能源所支配，在心靈世界中，存在不是一種客觀，也不是一種普遍，而是被主體創造出來的，因此瀕死經驗的現實性是由當事人創造出來的，其內容會因人而異（立花隆，吳陽譯，1998：pp303~315）。庫布勒·羅絲對瀕死經驗的看法與佛教萬法唯識的觀點有類同之處。

庫布勒·羅絲從二萬個瀕死經驗個案研究中，確信每個人的死亡歷程是一致的，她將死亡歷程分為三個階段（Elisabeth Kübler-Ross，1991：pp9~20）。

第一個階段（死亡）：首先是肉體的死亡（death），失去生命存在跡象。

第二個階段（脫體）：感受到自我精神力（psychic energy）的存在，依舊能夠察覺（perceive）死亡現場一切人事物的進行，而此時的肉體沒有血壓、脈搏、呼吸，有些情況甚至是沒有腦波的。其特點如下：

- 一、瀕死經驗者可以知道現場每一個人所說的話，及他們的想法和行爲，能夠描述每一個細節。所以此時若有來不及告訴亡者的話，還可以對他說，他會知道的。
- 二、瀕死經驗者此時了解自己是一個完整的個體，例如：盲者可以看到世界、聾啞者能聽能說、行動不便者能健步如飛（數以千計須靠輪椅行動者在瀕死經驗後

表示他們有能夠再舞蹈的體驗）、因癌症失去頭髮或乳房者都感到自己完好如初。

三、此時沒有時間感，沒有空間和距離的問題，亡者可隨自己的心念到達其他地方，造訪自己的親友，而親友們卻渾然不知。所以亡者並不孤單。亡者能夠拜訪任何他想見的人，甚至是已死去的人，他們依然維持著死前的年紀，也許在他們的世界中一分鐘是我們地球的一百年吧！大體而言，瀕死經驗者所見到的都是那些最愛護他的人，可能是死去的父母、祖父母、親人，或是他自稱從小就看得到的守護者，以及他所信仰的對象。倒不會有瀕死經驗者說他見到了異教人物。

四、體驗這個階段後，瀕死經驗者了解死亡只是生命形式的轉換。

第三的階段（體會永恆 keep for eternity）：在經歷了漂過隧道（float through a phase），或是穿過一個入口，或是跨過一座橋或是穿越充滿美麗花朵的山坡等體驗後，瀕死經驗者在盡頭處看到光，光亮越來越強，越接近光就越能感受到無與倫比的愛，超越語言所能形容與想像的。在光中，瀕死經驗者回顧了自己的一生，從出生開始的一切，鉅細靡遺，檢視自己一生做了什麼？這當中沒有審判，只有無條件的愛；許多人認為那是上帝。這個體驗讓瀕死經驗者了解自己在地球上的人生是一種學習，經過考驗與學習後，透過死亡回到自己真正的家。經歷光的體驗後，瀕死經驗者必須回到現實的世界來，即使他並不願意，終究會回來，否則就會真正死去。

庫布勒·羅絲將上述瀕死體驗的歷程視為每個人死亡歷程的定律，認為人死後會脫離肉體，並且意識到自己處於一種完整存在的狀態，可以隨心所欲地自由行動，之後在穿過一個入口意象後，將與光相會，體會至愛，並回顧一生。

研究者認為其中有待商榷的是：

第一，如果這個假設是正確的，據瀕死經驗者的描述，其間所感知的歷程長短不一，有些歷程甚至短到不被發現的程度，以致具瀕死經驗者大多只能描述出部份的體驗。

第二，死後必能如願地去拜訪他人，甚至已故的親友嗎？研究者認為並不盡然，即使死後脫體具有「應念即至」的能力，並不表示必能「心想事成，萬事如意」。死後脫

體或許因為失去肉體的束縛，心識變得超強敏捷，但其所能成就的行為還會受到他靈與外在環境的影響與限制。

第三，死去的人是否必然維持著他們原有的年紀？庫布勒·羅絲（Elisabeth Kübler-Ross，1991：p15）說：「也許在他們的世界中一分鐘是我們地球的一百年吧！」這是假設死後只有一個歸處的結論。若依佛教生死觀來看，死後有多種歸處，各處時空與人類目前的時空對比，就有多種不同的可能性。

庫布勒·羅絲將瀕死經驗略分為死亡、脫體、經過通道、體會永恆等數個歷程，將經過通道的經驗視為體會永恆經驗的入口；然而在林格的個案中，有些人在脫體後，經過黑暗後，見到光，再度又以脫體的狀態返回生活世界。研究者懷疑，死後的歷程不一定是線性時間的次第；尤其瀕死經驗者並未真正死亡，可能在數個經驗中遊走，需要進一步探討經驗內容的整體結構。

貳、雷蒙·穆迪 (*Raymond A. Moody*)

最初開始正式研究瀕死經驗的是雷蒙·穆迪。在一九七五年所著的《來生》中，他將瀕死經驗的一些主要構成要素，歸納成下列情節：1.有人瀕臨死亡，在肉體痛苦達到最高點時聽到自己被醫生宣佈為死亡。2.傳來一種永世難忘的噪音（異樣的噪音）3.感覺快速通過黑而且長的隧道。4.脫離肉體。5.有人來跟他會面。6.光之人出現。7.評估自己的一生。8.體會友愛與和平的歡樂。9.塵世與來生之間的分野（生與死的交界線）。10.找不到人類的字句，足以描寫那些非塵世的情節（Raymond A. Moody，長安譯，1991：pp25~27）。穆迪的研究屬於定性分析，缺乏統計上的處理，因而受到科學家、醫學家的批判。穆迪十分重視死後世界的體驗報告，希望大家不要因為科學上或邏輯上的證明不能成立就否定其價值。他認為死後是否有生命存在，這件事是屬於信仰的問題，屬於心理上的問題，而非邏輯的結論，雖然無法證明，但可以相信。他說，現代化社會都是建立在科學主義的基礎上，但是這個世界上仍有許多現象是科學方法論所不能及的，如果

我們無視於這些現象的存在，所認識到的將會是一個錯誤的世界（立花隆，吳陽譯，1998：pp345~368）。

至今，瀕死經驗者所描述的某些現象依然無法獲得科學證明，但是對當事人以及聽聞者都構成對生命與死亡認知的影響，學術界可以藉由擴充瀕死經驗的理論面向，來真確理解其全貌。研究者不認同「死後是否有生命存在，這件事是屬於信仰的問題，屬於心理上的問題」，穆迪將「脫離肉體」、「與別人相會」、「與光相會」等列為瀕死經驗的主要構成要素之一，事實上許多人無須經歷瀕死，而是在生活世界中就具有這種體驗，非關信仰與否或單一的心理的問題。

參、美國其他學者的研究

本研究以一九七七年凱尼斯·林格（Kenneth Ring）之瀕死經驗研究成果為基礎，其內容於第五節詳述。

一九七六年佛羅里達的心臟醫師薛伯姆（Michael Sabom）花費六年時間訪問具有瀕死再復活的患者七十八人，他以嚴密公正且系統化的方式收集客觀數據，研究結果與林格十分相近，並於一九八二年出版 *Recollections of Death*（譯為「從彼世歸來」，或「死亡的回憶」）一書。林格與薛伯姆以科學方式研究瀕死經驗，已令世人正視瀕死經驗的存在及研究價值。一九八二年美國最有名的蓋洛普民意調查機構發表一份美國人對死後世界看法的民意調查（收錄在 *Adventures in Immortality*，譯為「死後的世界」），發現美國人有半數以上都相信死後世界的存在，林格據此推算有八百萬人有過瀕死異常的體驗，令人不得不相信瀕死經驗的存在（立花隆，吳陽譯，1998：pp267~270）。

在這樣的背景下，瀕死經驗之研究形成一股熱潮，相關的電視節目、電影、報章、書刊等相繼出籠，早期的電影作品有 *Resurrection*（復活之日）、*All That Jazz*（爵士春秋）、*Brainstorm*（尖端大風暴）等，近年來的電影有 *Ghost*（第六感生死戀）、*Flatliners*（別闖陰陽界）和 *Jacob's ladder*（時空攔截）等。自傳式的出版著作有：一九八五年英

國心理學家瑪哥·葛雷 (Margot Grey) 出版的 *Return from Death* (鬼門關裡走一回)。(Elsaesser Valarino, 2000: p129)、貝蒂·伊娣 (Betty Eadie) 的 *Embraced by the Light* (被光擁抱, 中譯本由希代出版, 名為「我有死亡經驗」)、芭芭拉·海瑞絲 (Barbara Harris) 的 *Full Circle* (圓滿人生)、Dannion Brinkley (1996) 的 *Saved by the Light* (死亡·奇蹟·預言) 等 (Kenneth Ring, 李傳龍等譯, 2001: p1)。

瀕死經驗的基本輪廓確立之後, 許多研究者進而探討瀕死經驗的特質及其對當事人的後續效應, 如艾瓦特 (Phyllis Atwater) 的 *Coming Back to Life* (重返人世) 及芭芭拉·海瑞絲 (Barbara Harris) 的 *Spiritual Awakening* (靈性覺醒), 論述重點在瀕死經驗者生活調適的問題。甘迦·史東 (Ganga Stone) 的著作 *Start the Conversation* (與死亡對談) 大多描寫如何利用瀕死經驗使人們得以從容面對死亡 (Kenneth Ring, 李傳龍等譯, 2001: p3、p347)。而查爾斯·弗林 (Charles P. Flynn) 的《超越之後》(After the Beyond) 則是一本探討瀕死經驗後續效應及其宗教意義的書 (Elsaesser Valarino, 李傳龍等譯, 2000: p129)。也有著重瀕死經驗中, 「光」對當事人的影響而探討的, 如 Melvin Morse, M.D. (1996) 的 *Transformed by the Light* (死亡之光——生命的另一個開始)。

現在, 心理學、精神、神經科醫師、腦生理學、宗教學、人類文化學、哲學等多方面的學者專家們, 都對這個研究抱持莫大的關心, 更有國際性的研究團體出現及研究專刊的問世。甚至, 這波行動也蔓延到歐洲、英國、法國、北歐等地, 引起了一陣的研究風氣。例如, 在英國, 瑪歌·葛蕾 (Margot Grey) 的 *Return from death* (起死回生) 是第一部討論此一議題的著作。在澳洲, 有雪莉·蘇德蘭 (Cherie Sutherland) 的 *Transformed by the light* (光體改變的人生) 和 *Within the light* (在光體之中)。在《瀕死研究期刊》(Journal of Near-Death Studies) 中有一篇愛米利歐·提貝利 (Emilio Tiberi) 寫的 "Extra Somatic Emotions" (超越軀體的情感), 是探討義大利人的瀕死經驗效應 (Kenneth Ring, 李傳龍譯, 2001: p417)。

以下專列兩個小節, 介紹其他國家研究中與本研究較為相關的內容。

第二節 芬蘭學者

拉威妮·麗娜·魯卡內·奇魯戴的研究

芬蘭的拉威妮·麗娜·魯卡內·奇魯戴醫學博士，在拉布蘭地方政府的醫學中心工作了十三年，她在一九六九年因急性腹膜炎手術全身麻醉時，經歷了瀕死經驗：脫體、置身隧道、遇見充滿溫暖與愛的強光及耶穌、聽見聲音啓示。她認為瀕死經驗是背離日常世界的精神性體驗，並且寫了《死亡不存在》一書，主張死亡只是脫掉肉體這件衣服，進入別的次元，就像將電視頻道從地上波切換成衛星轉播一般。她說，肉體是靈魂或者能源體的家。一旦脫離肉體的束縛，還回原來的能量體，進入沒有時間束縛、充滿愛與和諧的永恆世界，可以瞬間掌握所有的真理，因為最終的真理只有一個。所有的存在也是唯一的。全宇宙只有一個。當大家都擁有「一體的」宇宙時，就會進化到另一個新的階段（立花隆，吳陽譯，1998：pp109~165）。

佛教對死亡也有類似的詮釋，如星雲大師（1999：pp137~139）指出，依據佛經記載，人死後由於軀殼形體從有形有限轉化為無形無限，其道心真性可以自由自在來去，穿越時空。又說，「死如更衣」將身體喻為破舊的衣服（1999：pp171~172）。這種詮釋被陶在樸（1990：pp56~72）視為是「形而上的空間置換說」，歸屬到哲學的範疇。事實上，奇魯戴博士的詮釋來自其個人的親身經歷，除了意外的瀕死經驗外，他透過自我催眠的方式，具有幾次的刻意脫體經驗，還參加了冥想團體，發生了與他靈接觸的經驗，乃至於被告知有關生死的訊息，而有《死亡不存在》一書的著作。

第三節 日本立花隆的研究

日本瀕死經驗研究者立花隆得到 NHK 電視台的協助，花費一年的時間，在日本、美國、加拿大、義大利、印度等地取材，製作了稱為「瀕死體驗」的大型系列報導節目。這個節目在一九九一年的三月十七日「NHK 特別節目」中播出，另外並聯合擔任京都

大學教授的心理學學者河合隼雄、東京大學名譽教授的腦生理學者伊藤正男等人，一起討論瀕死經驗的種種問題，這個電視節目名為「探索瀕死體驗」，於三月十八日起連續播出三天（立花隆，吳陽譯，1998：p2）。立花隆將製作這個節目所獲得的文字資料，著書出版，名為《瀕死體驗》。

本書提供了許多日本人的瀕死經驗內涵，與西方研究成果最大不同之處是有關「冥河」與「在花田中漫步」的描述。作者將古代文獻與現代瀕死體驗比對，發現其類型一致。書中也舉出一些負面體驗的實例，從文獻資料可發現東方人出現負面體驗的個案較多。例如，在《日本靈異記》、《今昔物語》以及《宇治拾遺物語》等書籍中所提到的瀕死經驗，其中七成左右有閻羅王、小鬼、地獄受苦等場景的出現。這些內容和佛教經典或地獄畫冊的內容一致。作者認為瀕死經驗的內容絕大部份是腦部所產生的一種印象，這種印象是每一個時代、每一個社會對於死後世界所共同擁有的印象，當這種共同印象改變後，體驗的內容也會跟著改變（立花隆，吳陽譯，1998：p399）。

這種說法有待商榷。所謂的共同印象或許可以解釋為，針對某種感知以共同語言所描述出的共同文化意象。然而，以本研究個案 C 而言，她在十一歲時被蛇螫到，產生到地獄一遊的瀕死經驗，在這之前她對地獄沒有絲毫的概念，卻見到與地獄畫冊一樣的場景，令人匪夷所思，足見瀕死經驗的內容已超越吾人所在的時空。

第四節 國內相關研究

國內文獻有關佛教生死觀的相關論題頗多，由於本研究探討佛教信徒之瀕死經驗，所引用的文獻以佛教信仰日常課誦的經典與涉及瀕死經驗內涵的佛典為依據。其他相關的實地研究多為臨終瀕死、靈性、覺性與安寧療護心理輔導等課題，與本研究以瀕死經驗為主題不同，如：〈從超個人心理學看佛教中的瀕死經驗及其靈性——佛性對臨終者的宗教心理輔導〉（劉秋固，1998）。研究者僅於二〇〇一年六月版的《輔仁宗教研究》期刊中發現關有中的〈瀕死·雷蒙·穆迪「生後之生」的啓示〉及陸誠達的〈生死

與價值) 二文，申論瀕死經驗蘊含生命永恆價值之意義。一九九五年彰化師範大學輔導研究所潘素卿提出博士論文《佛教徒的死亡觀念與生命意義之關係研究及其在諮商上的應用》，以質性研究法研究佛教徒的死亡觀及佛法如何被應用於諮商上。

高雄凱旋醫院精神科醫師林耕新於二 00 一年訪問了三十四名瀕死患者，依據 Raymond Moody, M.D. 及 Kenneth Ring, PhD 之主要體驗要素選擇十項作深入訪談。研究結果有 14 人經歷 NDE，其中各項體驗率：無法表達的安詳與滿足感 (92.8%)、重回肉體 (92.8%)、脫體感 (78.6%)、異常視覺與聽覺 (57.1%)、進入黑暗空間 (35.7%)、看見強光 (28.6%)、與已故親友相會 (28.6%)、進入光的世界 (21.4%)、回顧一生 (21.4%)、走到生與死的交界 (14.3%)；經過瀕死經驗後，100% 不再懼怕死亡，58.8% 覺得人生觀發生正向改變，35.2% 趨向普遍性宗教的傾向 (聯合報，2001)。這項研究的主旨是希望喚起醫療人員對此課題的研究興趣，以協助臨終者減少死亡恐懼。從上述成果中不難發現本國人對光的體驗描述較少，大多是脫體產生異常的視聽場景。

二 00 一年五月十八日至二 00 二年五月十八日，周大觀文教基金會，動員三萬六千人次義工在街頭訪談，推估台灣應有十二萬人曾有瀕死經驗。二 00 二年七月十七日周大觀文教基金會宣布成立「台灣瀕死研究中心」，當為本土研究瀕死經驗的里程碑 (依品凡，2003：pp2~3)。在該中心策劃與林耕新醫師指導下出版了第一本屬於本土的台灣生死書——《重新活回來》，採用小說故事的筆法，介紹七個具有瀕死經驗的本土個案實例。本研究以個案自我陳述實錄為基本資料，並且論述瀕死經驗對個案之影響，從新的角度探究瀕死經驗。

二 00 二年十月釋永有 (2002) 於第二屆現代生死學理論建構學術研討會發表論文——〈金剛經的第四類接觸〉，從《金剛經》的感應錄中列舉出古代「中國佛教徒式的瀕死經驗」。研究指出，《金剛經》的瀕死經驗共通的體會是：主角被地獄來的使者所捉拿或帶至地獄，但假如他在世間有做過任何與《金剛經》有關的善事，他的陽間壽命就會被閻王延長，然後再度還陽。與西方研究之瀕死經驗所述及之隧道經驗和遇到光有所不同，感應者都是先去向閻羅王報到。唯一較能合理解釋的，應是當時的文化背景影響了一般人的死亡觀念。釋永有認為閻羅王的角色功能或類同於西方的天使或充滿愛的

光，是一個人往生後會遇到的他次元的生命，只是東西方的遣詞用字不同罷了，而文化背景的差異則使得東方的閻羅王和西方的天使形象大異。此項研究成果對於理解不同文化背景下之瀕死經驗提出另一種看法。

第五節 本研究之理論基礎

——凱尼斯·林格（Kenneth Ring）的研究

國際瀕死體驗研究協會（IANDS, International Association of Near Death Studies，一九八一年成立於康乃狄克大學）的首任會長凱尼斯·林格（Kenneth Ring）於一九七七年以一百零二位有瀕死經驗的人為對象做訪查，將瀕死經驗的要素重新分類，並依其重要性比重添加點數，提出「核心經驗比重指數」（陶在樸，1990：pp52~53）。內容如下：

一、發現自己死亡的實感	一分
二、安詳、欣快感	二~四分
三、脫體感	二~四分
四、感覺進入黑暗	二~四分
五、遇見或聽見某人之聲音	三分
六、回顧人生	三分
七、看見光，或被光圍住	三分
八、看見美麗的顏色	一分
九、進入光中	四分
十、遇見「靈魂」	三分

體驗者就其經驗項目計分，所有的分數相加，如果在五分以下者，林格將之稱為非核心體驗者，五分至十分者稱為核心體驗者，十分以上稱為深度體驗者。本研究的取樣

係採用林格的「核心經驗比重指數」作為選擇標準，凡分數在五分以上的體驗者，可成為訪談對象。

一九八〇年林格將研究成果寫成 *Life after Death* (死後餘生) 一書 (Kenneth Ring, 李傳龍譯, 2001: 序)。之後, 林格的研究焦點著重在具瀕死經驗者的意識變化, 從各種角度進行調查, 並將結果收錄於 *Heading Toward OMEGA* (邁向終點, 日譯本為《靈界探訪》) 一書。其中一項研究是探討具瀕死經驗者宗教觀的變化。以下摘錄一些當事人的看法 (立花隆, 吳陽譯, 1998: pp168~175):

- 一、體驗後, 我感覺神就在我身邊。
- 二、神是我的一部分。神是我最本質的部分。
- 三、體驗前, 我是無神論者; 認為所謂的神, 只是人類想像下的產物。但現在我確定神是存在的。所有存在的事物, 都包含著神的真髓。現在的我確實感受到。
- 四、我認為神就像一個非常巨大的能源。它是這個世界的核心, 人類是核心周圍的原子。神在我們當中, 我們都是神的一部分。

有關宗教方面的普遍結果可以歸納如下:

1. 對心靈的興趣提昇。
2. 認為人類具有無限的高層次力量。
3. 生命的尊嚴感提昇。
4. 精神上感受到神的存在。
5. 確信有死後的世界。

以上關於宗教觀的變化, 顯示出瀕死經驗者對神的重新定義, 如果「神」是佛教所言的生命最圓滿的解脫境界——「佛」的象徵, 那麼以上所傳達的訊息對佛教信徒而言,

則類同佛教教義的「佛的法身無所不在」、「眾生皆有佛性」、「心、佛、眾生三無差別」、「生命輪迴」等思想了。

一九九二年，凱尼斯·林格出版第三本瀕死經驗研究書籍 *The Omega Project*（譯為「曲終人未散」，或「終極計劃」）（Elsaesser Valarino，李傳龍等譯，2000：p129）。從事瀕死經驗研究二十餘年的凱尼斯·林格可謂此中專家，本研究以其研究成果為理論基礎，舉台灣佛教信徒為例作深度探討，從不同文化詮釋角度揭示瀕死經驗之相狀及其影響。

關於林格的研究成果進一步的內容，於本研究第四章研究成果與討論中，擇要與訪談描述作比較、討論。

第六節 佛教對瀕死經驗之相關理論

「瀕死經驗」研究是二十世紀的新興學科，然而類似的記載古今中外皆有，只是名稱並不相同。研讀西方瀕死經驗研究之文獻後，可以依據其性質特色找出佛教之相關理論。佛教中有關瀕死經驗的相關記載很多，針對本研究之立論基礎與訪談範圍，首先選出佛教信徒常誦經典之相關描述，如《藥師經》、《地藏經》、《彌陀經》、《水懺》、《大悲懺》等，這些都是信徒時常接觸且深受影響的經典。

從佛教的教義而言，「中陰身」是佛教對死後生命存在之專有詮釋，涵蓋了瀕死經驗的狀態，而對死後世界的探討，輪迴思想與他方世界都與瀕死經驗之描述有深遠的關係。上述屬於現象界的描述與解說，至於瀕死經驗的形成原理，佛教心性體認之瀕死經驗詮釋，以「萬法唯識」之說最具說服力，然而其立論之基還是與佛教的根本思想緣起性空息息相關。

壹、佛典中有關瀕死經驗之說

佛教信徒的生死觀深受民間普遍傳誦的佛典影響，例如《地藏菩薩本願經》、《藥師琉璃光如來本願經》、《阿彌陀經》、《三時繫念》等諸經。這些經典被應用於佛教寺院早晚課誦、消災祈福、超薦亡者的法會佛事中；許多佛教徒更以《地藏經》、《藥師經》、《阿彌陀經》，作為自己定課修持，其內容深深影響佛教信徒的死亡觀。其中，《藥師經》有一段經文，描述瀕死經驗者回顧一生的情景：

爾時眾中有一菩薩摩訶薩，名曰救脫。即從座起，偏袒右肩，右膝著地，曲躬合掌而白佛言：大德世尊！像法轉時，有諸眾生，為種種患之所困厄，長病羸瘦，不能飲食，喉唇乾燥，見諸方暗，死相現前。父母親屬朋友知識，啼泣圍繞。然彼自身臥在本處，見琰魔使，引其神識，至於琰魔法王之前。然諸有情，有俱生神，隨其所作，若罪若福，皆具書之，盡持授與琰魔法王。爾時彼王推問是人，計算所作，隨其罪福而處斷之。……彼識得還，如在夢中，明了自見，或經七日或二十一日，或三十五日或四十九日，彼識還時，如從夢覺，皆自憶知善不善業，所得果報。由自證見業果報故，乃至命難，亦不造作諸惡之業。」（佛光大藏經，1999，淨土藏·《藥師琉璃光如來本願功德經》，唐代玄奘譯：pp16~17）

此間瀕死經驗中，出現「琰魔使」引導「神識」至「琰魔法王」前，「俱生神」將此人一生所作呈給琰魔法王，琰魔法王乃推問是人，計算所作，有所審判。如果臨命終者，大難不死，回到人間，猶記前述經歷，從此不敢再做壞事。劉朗暄（1985）指出「神識」是指第六意識，「俱生神」是第八識，一生所作的善惡行為會記錄於第八阿賴耶識中，雖然第六意識會淡忘，但儲存在第八識中的行為種子不會消失。（有關八識的闡釋於下文討論，見本章節第四項「佛教心性體認之瀕死經驗詮釋—萬法唯識」）民國釋太虛（1999）進一步說明，「神識」、「俱生神」乃至「琰魔法王」都是詮釋方便之說，實

則一切唯識。

「琰魔法王」（亦稱閻羅王）象徵冥界的總司、地獄的主神，對一切陰司罪犯均能無私判罰，故為有罪眾生所招感，係共業所成（共業是指一群人所作之因果相關行為）。

《淨度三昧經》說明閻羅王的過去生因緣：「昔為毗沙國王，與維陀如生王共戰，兵力不敵，因立誓為地獄主。臣佐十八人領百萬之眾，頭有角耳，悉皆忿懣，因立誓曰：後當奉助，治此罪人。」故說閻羅王之實感受生是業力使然，若從方便示跡來說，則是菩薩為攝化眾生而示現的（釋竺摩，1980：p95）。意即閻羅王在過去生就發願死後再生要從事這項判罰亡者的工作。

《楞嚴經》卷八也說：「臨命終時，未捨暖觸，一生善惡，俱時頓現（大正藏第十九冊：p143b）。」意思是說人在臨終時，身體餘溫盡前，心中會頓然快速顯現一生所作的善惡業。由此可見，佛典中亦有與西方學者研究成果類似的「回顧一生」的說法，然而其閻羅王陰司對辯的呈顯，與西方文獻所呈現的光明與愛，有很大的差異。

《地藏菩薩本願經》是佛教中的一部孝經，重視超薦父母，以因果報應為宗趣，展示佛教的地獄觀，推崇地藏菩薩的信仰。地藏菩薩入地獄救度眾生的信仰能緩解對死後在地獄繼續受罪的深刻恐懼。《地藏經》中有一段關於死後至再生之間的狀態描述：

無常大鬼，不期而到，冥冥遊神，未知罪福。七七日內，如癡如聾，或在諸司辯論業果，審定之後，據業受生。未測之間，千萬愁苦，何況墮於諸惡趣等。是命終人，未得受生，在七七日內，念念間望諸骨肉眷屬與造福力救拔。過是日後，隨業受報。（大正藏第十三冊《地藏菩薩本願經》，唐代實叉難陀譯：p784b）

由上述內容可知，眾生死後七七四十九天之內，如癡如聾，渾然不覺；有的則依生前所造，感召業緣現前，經過一番審辯後，再去受生。死後到再度受生這段期間，稱為「中陰身」，是生命的過渡形態，還有機會改變再度受生之處，所以經云「念念間望諸骨肉眷屬與造福力救拔」。如同世人觸犯法律時，可以請律師為他辯護，若等到最後判決後，即成定局。有關七七超薦之說，釋印順（1995：p41）說：「中陰身七天死一次，

死後於第二念中立即再受另一中陰身。可能在第一天，第二天，就受後身果報，但最久的經過四十九日的七生七死，即決定受生。」中陰身的詳細說明於下文專述。（見本章節第二項「佛教對死後生命之專有詮釋—中陰身」）關於瀕死的現象，經文也有描述：

會中有一鬼王，名曰主命，白佛言：世尊！我本業緣，主閻浮人命，生時死時，我皆主之。……又閻浮提臨命終人，不問善惡，我欲令是命終之人，不落惡道，何況自修善根，增我力故。是閻浮提行善之人，臨命終時，亦有百千惡道鬼神，或變作父母乃至諸眷屬，引接亡人，令落惡道，何況本造惡者。
（大正藏第十三冊《地藏菩薩本願經》，唐代實叉難陀譯：p785b）

此段說明，主命鬼王曾說，他自己因為業緣的關係，負責於此方世界人類的生期與死期，盡量幫助人們，令其於死後不致生於惡道（如畜牲、餓鬼、地獄），並且保護他們在生時或死時，都能得到安樂。主命鬼王的角色與西方研究中所提到的守護者十分類似。文中並提到，即使是行善的人，在臨命終時，也有百千惡道鬼神，前來接引亡者，讓他們生到惡道去，其中有的甚至會變化成亡者的父母或其他親屬。

鬼類眾生是佛教所謂六道輪迴的一類眾生之一，從以上經文可推知：一，鬼類眾生與人間的關係密切，或能害人、或能助人；二，臨命終時所見到的親人或眷屬，有可能是惡道鬼神所變現的。根據西方學者的研究，瀕死經驗中也出現看見親人的情景，庫布勒·羅絲認為瀕死經驗者所見到的人物都是最愛護當事人者，或是他所信仰的對象。以佛教萬法唯識的立場來看，瀕死者在臨命終的時刻影現出他生命中最重要的人物或足以救度的對象，應是無可厚非的。然而，為何佛教經典會指出這些影現有時也出於惡道鬼神所變現，引導亡者投生到惡趣？因為既然是意識所影現的人物，也代表著意識對此類人物的戀著，其背後牽連著當事人的過去行為及業果，可能導向善道，也可能導向惡道。

無論是善良的保護者或是領人落入惡道的引導者，佛典中對這些不同生命形態的呈現有另一套文化詮釋，如：六道、佛、菩薩等，將於後面陸續討論。佛教雖然提出六

道輪迴乃至諸佛菩薩等各類生命形式的存在，終究匯歸於「萬法唯識」的思想，並以「緣起性空」的真理一以貫之。(於本章節第四項「佛教心性體認之瀕死經驗詮釋—萬法唯識」申論之)因此縱然有因緣果報的業力牽引，只要能透徹罪性本空的道理，此心能造，此心也能消。故佛教寺院經常舉辦法會懺儀，令信徒依教懺悔發願，淨化心靈，提昇自我，乃至到達善終的境地。如《慈悲水懺法》，先言罪性本空，復說罪福果報歷歷現前。

觀罪性空者，罪無自性，無有實相，從因緣生，顛倒而有。既從因緣而生，亦從因緣而滅；從因而生者，狎近惡友，造作無端；從因緣而滅者，即是今日洗心懺悔。是故，經言，此罪性不在內，不在外，不在中間，故知此罪，從本是空。……十方諸佛、諸大菩薩、諸天神仙，何曾不以清淨天眼，見於我等所作罪惡。又復幽顯靈祇，注記罪福，纖毫無差。夫論作罪之人，命終之後，牛頭獄卒，錄其精神，在閻羅王所，辯覈是非。當爾之時，一切怨懟，皆來證據，各言汝先屠戮我身，炮煮蒸炙，或先剝奪於我一切財寶，離我眷屬，我於今日，始得汝便，於時現前證據，何得敢諱，惟應甘心，分受宿殃，如經所明，地獄之中，不枉治人。若其平素所作眾罪，心自忘失者，臨命終時，造惡之處，一切諸相，皆現在前，各言汝昔，在於我邊，作如是罪，今何得諱，是時作罪之人，無藏隱處。於是閻羅王切齒呵責，將付地獄，歷無量劫，求出莫由，此事不遠，不關他人，正是我身，自作自受，雖父子至親，一旦對至，無代受者，我等相與得此人身，體無眾疾，各自努力，與性命競，大怖至時，悔無所及，是故至心求哀懺悔。(大正藏第四十五冊《慈悲水懺法》，唐代知玄述作：p971a)

此處關於臨命終時業果審判的過程，除了先前《藥師經》所說的琰魔法王（此云閻羅王）為審判主外，還出現了被害當事人的現場指證。前言「俱生神」記錄一生所作，此處更進一步提出，「十方諸佛、諸大菩薩、諸天神仙，何曾不以清淨天眼，見於我等所作罪惡。又復幽顯靈祇，注記罪福，纖毫無差。」由上可知，沒有人是單獨存活在這個世間的，吾人周遭似乎充滿了各類生命的存在，且時刻參與吾人的生活。也因此，對

於已經造作的罪業，有機會透過懺悔、改過修善的方式來消彌，一是因為自我心識的轉變作用（此心能造此心消），二是因為他類眾生心識的轉變作用（十方聖眾的護祐與十方靈祇的寬恕）。意識變化的影響於此方時空之萬事萬物具有主導性作用，可以想見死亡時脫離肉體後的意識作用更為千變萬化。

研究者所訪談的瀕死經歷者，大多會提到「佛」、「菩薩」在其體驗中扮演十分重要的角色。佛、菩薩是佛教信仰中修行、學習乃至精神崇拜的最高境界。而觀音菩薩的信仰在民間極為普遍，藉由禮拜觀音菩薩、誦持觀音菩薩名號及大悲咒，人們將生死大事之憂慮，付託於此。如《大悲懺》中闡述生命現象不生不滅的回歸境界及超越死亡之苦的具體實踐方法。

至心懺悔弟子某甲等，願與法界一切眾生，現前一心，本具千法，皆有神力及以智明，上等佛心，下同含識。無始間動，障此靜明，觸事昏迷，舉心縛著，平等法中，起自他想，愛見為本，身口為緣，於諸有中，無罪不造，……如是等罪，無量無邊，捨茲形命，合墮三塗，備嬰萬苦，復於現世，眾惱交煎，或惡疾縈纏，他緣逼迫，障於道法，不得薰修，今遇大悲圓滿神咒，速能滅除如是罪障，故於今日，至心誦持，歸向觀世音菩薩及十方大師，發菩提心，修真言行，與諸眾生，發露重罪，求乞懺悔，畢竟消除。惟願大悲觀世音菩薩摩訶薩，千手護持，千眼照見，令我等內外障緣寂滅，自他行願圓成，開本見知，制諸魔外，三業精進，修淨土因，至捨此身，更無他趣，決定得生，阿彌陀佛極樂世界，親承供養大悲觀世音，具足總持，廣度群品，皆出苦輪，同到智地。

（大正藏第四十六冊《千手千眼大悲心咒行法》，宋代四明知禮編集：

pp976c~977a）

從《大悲懺法》（簡稱）中，可知佛教主張一切眾生，本來就與佛一樣，具有千法神力及至高的智慧；只是因為「平等法中，起自他想」，然後產生自私自利的想法和行為，以致受到行為後果的牽引與限制，無法等同佛心，具足智慧神通。禮懺者希望透過

禮拜諸佛菩薩及誦持大悲咒的功德力，減少改過修善的阻力，並且在這一期生命結束後，得生阿彌陀佛極樂世界；在極樂世界親近觀音菩薩，令自己也有幫助他人的神力，去救度廣大的眾生，讓他們也能離苦得樂，獲得圓滿的智慧。

宋代釋知禮於懺文中表述死後往生極樂世界並非生命的最終依歸，而是一個學習場所，其終極目標則是完成自我，救度廣大眾生，讓他們脫離痛苦，得到大智慧。亦即見到阿彌陀佛（無量光、無量壽的表徵）或到極樂世界，並非生命的終極目標，只是學習與自我提升的過程之一。庫布勒·羅絲則因為瀕死經驗者體會永恆之光引起人生觀的鉅變，而認為人生是學習的過程，完成學習的人，死後就是回到自己的家，亦即與永恆的光在一起。瀕死經驗中「永恆之光」類同於佛教「無量光、無量壽」的意涵，經歷者彷彿到極樂世界一遊，見到阿彌陀佛。足見東西方對永恆之光所代表的生命意義詮釋差異。

在此有必要進一步說明「阿彌陀佛」與「極樂世界」之宗教意義。佛教信徒的往生佛事中，最常應用的《阿彌陀經》與三時繫念，皆以往生極樂世界為依歸。極樂世界有何特色？《阿彌陀經》云：

舍利弗！不可以少善根福德因緣得生彼國，舍利弗！若有善男子，善女人，聞說阿彌陀佛執持名號，若一日，若二日，若三日，若四日，若五日，若六日，若七日，一心不亂，其人臨命終時，阿彌陀佛與諸聖眾，現在其前，是人終時，心不顛倒，即得往生阿彌陀佛極樂國土。……若有善男子、善女人，聞是經受持者及聞諸佛名者，是諸善男子、善女人，皆為一切諸佛之所護念，皆得不退轉於阿耨多羅三藐三菩提。是故，舍利弗！汝等皆當信受我語及諸佛所說。舍利弗！若有人已發願，今發願，當發願，欲生阿彌陀佛國者，是諸人等皆得不退轉於阿耨多羅三藐三菩提；於彼國土，若已生，若今生，若當生。是故舍利弗！諸善男子，善女人，若有信者，應當發願，生彼國土。（佛光大藏經，1999，淨土藏·《佛說阿彌陀經》，姚秦鳩摩羅什譯：pp206~208）

阿彌陀佛的極樂國土是釋迦牟尼佛為人類介紹的一個死後歸處，只要有人善根福德

具足，能於七日內稱念阿彌陀佛名號，至一心不亂的境地，在臨命終時就能感得「阿彌陀佛與諸聖眾，現在其前，是人終時，心不顛倒，即得往生阿彌陀佛極樂國土。」一般人若在平時就信奉《阿彌陀經》，並稱念諸佛聖號，都能得到一切諸佛的護念，都能不退覺悟成佛的決心，於過去、現在、未來生於極樂國土。在中國歷代史籍乃至現代感應事蹟中，有許多往生極樂世界的實例，甚至也有死而復生者或至誠感應者稱說他們見佛放光的見聞。如：《東林十八高賢傳》記載東晉釋慧遠：

於般若臺之東龕，方從定起，見阿彌陀佛，身滿虛空，圓光之中有諸化佛，觀音、勢至左右侍立，又見水流光明，分十四支，流注上下，演說苦、空、無常、無我之音。佛告之曰「我以本願力，故來安慰汝。汝後七日，當生我國」。

（佛光大藏經，1999，淨土藏·《東林十八高賢傳》，pp13~14）

以上內容與西方瀕死經驗個案宣稱見到上帝、神，了知一切真理之描述十分類同。其他還有宋代釋戒珠編撰的《淨土往生傳》，記載梁、唐、宋代共七十五位僧眾之往生感應事蹟。明代釋株宏所輯的《往生集》則收錄歷代僧俗乃至畜生感應事蹟，計分九類：沙門、王臣、處士、尼僧、婦女、惡人、畜生、諸聖同歸、生存感應等二百餘件。清代彭希涑居士輯《淨土聖賢錄》，集錄自佛以至清乾隆時，往生西方極樂世界者之事蹟；胡珽居士復輯《淨土聖賢錄續編》，列敘清順治至道光末年生西之良範（佛光大藏經，1999，淨土藏）。中國佛教自古以來就著重瀕死經驗對生命的影響，將這些事例輯錄成書，成為從事心靈淨化修行的佛教信徒之聖典。

「阿彌陀」是無量光、無量壽之意，「佛」則是全知全能的覺悟真理者。明末蕩益智旭大師說，要信西方阿彌陀佛是我心具，是我心造。淨土法門全在「了他即自」（佛光大藏經《淨土藏·佛說阿彌陀經要解》：p63、p71）。民國釋斌宗也說，法法唯心，自性本具極樂，自性即是彌陀，極樂世界中的一切妙境，皆由自性顯發，不從他得，只要發願念佛，得到一心不亂，就能親證自性彌陀，親見唯心淨土（佛光大藏經《淨土藏·佛說阿彌陀經要釋》：p168）。故言：淨土以佛及菩薩的唯識智為體（佛光大藏經《淨土

藏·阿彌陀經疏》：p100)。以上論述與西方瀕死經驗之陳述有異曲同工之妙，如：「神是我的一部分。神是我最本質的部分」、「神在我們當中，我們都是神的一部分」、「所有存在的事物，都包含著神的真髓」（立花隆，吳陽譯，1998：p171）。人在死亡的時候，如果善根福德具足，得以親證自己的本來面目，或是蒙佛菩薩（上帝、善神等）現身放光接引，這些情景便是與西方瀕死經驗中「光」的經驗似有類同之處。

釋迦牟尼佛介紹的他方國土還有許多，另於文獻探討中說明（見本章節第三項「死後世界之探討－佛教輪迴觀與他方世界」）。西方學者所論述的瀕死經驗中，亦出現許多有關光或全知者的情景，東方佛教中佛及菩薩之境界或可作為另類詮釋。

貳、佛教對死後生命之專有詮釋－中陰身

佛教對死後到再生之前的生命以「中陰身」名之（或稱中陰、中有），關於中陰身的相關說明《佛光大辭典》（1988）綜合佛教原典經論歸納出以下內容：

- 一、「中陰身」又譯作中有，為四有之一。有情眾生之輪迴轉生，一般可分為中有、生有、本有、死有四期。臨終的一剎那，稱為死有。死有與生有中間所受之身就是中有。生有係生緣成熟，脫離中有而托生於母胎之初剎那。本有係生有以後漸漸長大，由出離母胎而嬰孩、童子、少年、壯年、老年，以至壽命將盡，接近死有之全部生命過程。有情眾生自死有入中有，自中有至生有，再由生有轉本有；若又起惑造業，復從本有經死有、中有、生有而復返至本有，如此次第輾轉生死，輪迴無窮。就四有期間之長短而論，生有與死有極其短暫，僅一念間為生死之一剎那；本有與中有則長短不定。
- 二、中陰身指人自死亡至再次受生期間之識身。乃由意所生之化生身，非由精血等外緣所成，故又稱為「意生身」。
- 三、中陰身常希求、尋察來世當生之處，故又稱為「求生」。
- 四、中陰身因其為本有壞死後，於來生之間暫時而起，故又稱為「起」。

五、中陰身之形相：據《俱舍論》卷九載（大正藏第二十九冊，唐代玄奘大師譯），中陰身由極微細之物質所構成。

六、中陰身之壽命：《俱舍論》舉出關於中有期間之諸多異說。

（一）法救：中陰身無定限，生緣（再生之因緣）若未和合則中陰身恆存。

（二）世友：中陰身最多七日，若生緣未和合即數死數生。

（三）設摩達多：中陰身期間最多為七七日（四十九日）。

（四）毘婆沙師：中陰身樂求生有，故不久住。此外，自古以來即依婆沙等之說，將人死後之七七日間稱為中陰。又由於中有期間共為四十九日，故產生七七四十九日誦經祈福之風習。即於人死後，每一個七日必誦經追薦，直至第七個七日即四十九日之滿中陰為止。世俗每謂該期間乃亡魂懵懂茫然之際，故特於彼時為之祈求冥福。

瀕死經驗中，脫體的狀態可以中陰身類比之，因為中陰身以意識為主體，如上所言「乃由意所生之化生身」，是一種暫存的狀態，由極微細之物質所構成，所以有的人會感知其似有似無的形體，或有人稱為微妙體、以太體、星光體。

西藏佛教對中陰身的狀態有更進一步的描述。寧瑪派的一部超度死人的念誦儀軌《中有聞教得度密法》（亦譯《中陰救度密法》），描述中陰身四十九日境界差別，頗為詳細，該書分中有（中陰身）為六種（陳兵，1997：pp199~200）：

一、處胎中有：指中有投生處於母胎中的階段。

二、夢境中有：謂夢中或神識脫體（出神），或修密法「夢觀法」而成就能自由離身的神識，亦稱中有。

三、禪定中有：指修禪定者定中所體驗如死亡或死後之境界。

四、命盡中有：臨終時，出息已斷，入息未斷之際。

五、實相中有：臨終時，出息已斷，入息未斷之際，身中靈熱（生命熱量）沉入位於心輪的「智慧中脈」，一切分別心念中斷，呈露出本來心地之光明，此光明「一如青天萬里無雲」，亡者自覺心識如真空，通體透明，無瑕無蔽，無中無

邊，此即實相、真如的暫現，名「實相中有」。實相光明停留之久暫，視亡者身中諸脈的強弱及生前業力、是否聞法修行而定，或者極為短暫，不知體認，或者為時較長。書中描述自性光明發射時，「恰如春天無邊景色，海市蜃樓，閃動其中」，並聞光中發出有如萬千雷鼓齊鳴的巨響，此乃實相本有之音。當靈熱與神識離身之際，亡者入昏沉狀態，所見光明由變暗到消失。《大幻化網導引法》則說，當氣入於識，忽然暈絕、內氣脫斷之際，名「法爾中陰」，斯時將見山河大地一切質礙統統消失，一切所見猶如錦繡，或如以紗束目而視日光，所顯境相皆極燦爛。

六、投生中有：二七以後，命盡中有轉為投生中有。

上述六種中有解釋了非瀕死狀態下所發生的脫體現象，如做夢、修定（禪坐、冥想等）；也涵概了瀕死經驗脫體後的部份內容，如實相中有相當於瀕死經驗者進入光中，體會至愛、永恒、全知、全能等場景。（於第四章第一節第三項「脫體感」進一步討論）。此處並提到瀕死經驗中有關聽到巨響的體驗。這些理論呈顯西藏佛教文化詮釋瀕死經驗的類型。

佛教對一個人從瀕死到死亡的歷程還有更詳細的說明。陳兵（1997：pp200~203）將《中有聞教得度密法》對人死亡後中陰身的狀態描述整理如下：

第一個七日內，寂靜（安樂）部的佛、菩薩及六道之光依次顯現。……當寂靜諸本尊智光與六道之光同時照射時，若平素無佛法上的修持，不知辨識，即可能隨六道之光，生於六道之中。

第二個七日內，忿怒本尊五十八位依次顯現：……這些忿怒本尊，據稱為五方佛、諸大菩薩等的化身，但形像卻猙獰可怖，……若平素不修持密法，不認識這些本尊，不知其皆為自心現相，則必然極度恐怖，往往被嚇得昏死過去，又復蘇醒，或驚惶逃避，墮下懸崖，落入惡道。或見冥府主宰閻王、獄卒等，手持善惡簿籍，口出「殺殺」之聲，蜂湧而至，中有在驚怖之間，即隨之墮入

地獄。

二七以後，命盡中有轉為投生中有，此時中有已確知自己已死，尋見生前親友，想與其通話，而見親友不睹不聞，於是悽楚悲痛，欲歸無所，孤苦無怙，時有強勁的業力狂風從背後吹來，推其奔波不已，想望得一歸宿之處。……此時六道之光愈益強烈，前來勾攝，中有被自作業力決定，應生何道，即身不由主，隨彼道之光而去。

上段描述說明，人在死時初際所見之光，凡聖俱現，愈到後時，愈多自己的分別妄想，影現出各類幻景。此中關於中陰身所見之描述屬於藏傳佛教的詮釋，與中國佛教所譯經典十分不同，然而光明、佛菩薩、鬼道地獄等都是基本題材。類比西方瀕死經驗研究的體驗要素「看見光或進入光中」，光的體驗在此被分為三個階段，第一個階段是安詳愉快的體驗；第二個階段是恐怖驚惶的體驗；第三個階段流離失所的感受漸增，生死掛礙交織，終至再度重生。這三類光景在瀕死經驗的陳述中應不陌生，只是在不同文化背景下有不同的語言詮釋。所謂一七、二七應屬化約，其歷程長短實有個別差異，有些甚至短到無以感知，或不為體驗者意識所察覺、記憶，因此有個案只留存愉快的回憶，有些則記得恐怖的體驗。

吳卓飛依據《中有聞教得度密法》將中陰身的生滅重新詮釋，分為三期（吳卓飛，1983：pp63~78）：

- 一、初期：真空的明光（法身）：人死之際，經驗意識或客體意識消失，清淨意識出現。垂死或剛死之人接受勸請，因而得見「明光」，並因此獲得解脫。那個無色的明光是無形真空的一種感覺象徵，而形體則以種種方式顯示色彩，因為色彩暗含形狀。（如：臨終之人憶念如來，能在死後得入如來淨土。）時間短則一彈指、一食頃，長則達三天半、四天。
- 二、中期：如果在初期亡者不能得到解脫（大多如此），是因為他在世間的業力將他牽引開去，錯失認證真空明光的機會。由於幻想雜念的關係，第一道明光看來有些昏暗，是為第二道明光。初期中陰完了以後，死亡意識從

「昏迷」中完全復甦，如夢般地活在死後的世界中，最初的境界與他在世的狀態一樣。此時，意識在徘徊觀望，不出它從前活動的範圍，業幻尚未出現，死者不致受到牽引乃至背離他的求悟目標，可指引其往生佛國淨土或諸善道。

三、後期：死後大約十五天，如果在此之前尚未得到解脫，就要尋求「再生」或「投生」了。此時，前生生活情景越來越模糊，來生可能有某些預兆，在他最初動念的當兒顯示出來，意識刹那變易的相續，最後，業力終於發起一種完全成形的慾望或心理作用，意識便找到一個適宜的母體作為它的居處，由此再生一種「誕生的意識」。

藏傳佛教的傳統佛典經過後代弟子的現代詮釋，有了新的面貌，然而本質不變。吾人可推知光的顯現與身心分離的過程有密切關係，及至瀕死經驗中脫體之後所見之光明亦與其他生命之存在相關。顯密佛典，皆一再強調中陰身如同夢境，一切所見所聞，皆是自己心識變現，然而未能了悟生死大事者，則視為實有，再生於六道。關於死後世界或六道輪迴之說，佛教有一套完整的參考系統，於下一節說明。

參、死後世界之探討—佛教輪迴觀與他方世界

依據佛經所言，瀕死經驗的內容與死後六道輪迴乃至他方世界的趣向有關。在佛教的生命觀中，人只是眾多生靈的其中一類，具有生命的一切「眾生」稱之「有情」。因此，在佛教的典籍中，談到生命大多以「一切眾生」、「一切有情」、「有情眾生」名之，而不單指人類而言。

眾生出生的方式有四類：胎生、卵生、溼生、化生。一般稱為「四生」。

一、胎生：在母胎中孕育而生。如：人及哺乳動物。

二、卵生：由卵所孵化。如：鳥類。

三、濕生：憑藉濕氣而生。如：昆蟲。

四、化生：由變化而有。如諸天或鬼。

眾生的生死有「分段生死」與「變易生死」二種。一、分段生死：指眾生由於每一世所招感的果報不同，而有形貌、壽命等區別，稱為分段身。受此分段身後，必有一期生命的結束。故稱分段生死。二、變異生死：指阿羅漢、辟支佛及大力的菩薩等三乘聖者因悲願心而來世間所受的生死。三乘聖者已跳出三界，結束分段生死，由於修行的結果，煩惱迷惑漸除，智慧聖果漸增，此種迷悟的遷移，感得意境的昇華，每一期都不相同，由前期轉入後期的變易，恰好一度生死（釋星雲，1999：之九 p133）。

如上所言，眾生依迷悟而有凡聖之分，而迷與悟的世界可分為十類，即六凡：地獄、餓鬼、畜生、阿修羅、人、天；聲聞、緣覺、菩薩及佛成四聖，合稱「十法界」（所謂「界」，尚包含其所依止的世界）。成佛可謂佛教生死超越的終極目標。迷界的眾生在六道中，死了又生，生了又死，死死生生，輪迴不已，即一般所謂「六道輪迴」。悟界的四聖係依各人生死解脫方式和度眾願力的差異而分。將釋星雲（1995 教理：pp395~411）詮釋每一法界的特色與果報因緣，摘錄如下：

一、地獄界：位於地下深處，有如人間的牢獄，被刑具所拘束，故稱地獄。造做重大殺害、偷盜、邪淫、妄言、綺語、惡口、兩舌、貪取、瞋恚及邪見之行爲者，當墮地獄界受苦。地獄之苦，好比一個羸弱的罪犯，揹負超乎他能力極限的重擔，行走於刀山熱沙之上，還要接受鐵鞭的笞打，生而復死，死而復生，綿綿不斷，永無止息。在三惡道中，它的苦痛最爲猛烈。

二、餓鬼界：因常向他人求取飲食以活命，並且多畏懼，故名餓鬼。造下品十惡業（十惡如前所述，作已能悔，稱為下品），或慳貪、嫉妒、諂媚、欺誑，乃至饑渴而死的，即墮餓鬼道。此界眾生壽命長短及身形大小差異很大。鬼的世界也是貧富懸殊，有美醜善惡，有家庭和社會，還需要工作謀生，彼此少不了是非恩怨。如何度化鬼道眾生呢？可以備辦簡單的素菜素果，以佛門的誦經持咒來利益他們，千萬不要宰殺牲畜來祭祀，以免增加他們的罪業。

三、畜牲界：畜生一詞係因由人畜養之意而得。另名「傍生」，以其形狀不如人之

挺直，傍生橫行故。造中品十惡業者（不明因果而造惡，但事後稍悔），便墮入此道。例如布施不淨物、邪淫、犯戒偷竊、負債不還、殺生、或悔罵惱害有情等。畜生最大的痛苦是互相殘殺，弱肉強食，因此常處於恐怖中，或為人驅使、鞭撻而勞役不停。

四、阿修羅界：此界眾生男眾極為醜陋，女眾極為端正，衣食之殊勝與天界相同，身形極大，但所食之物，最後一口會變成青泥；彼此貧富懸殊，常懷怖畏心。生前造做下品十善者，因瞋恚、我慢、猜疑心過重，因此不能升天，故墮此道。

五、人界：人者，忍也，因為能忍世界的種種苦樂。人道是五趣升沉的樞紐，因為人道苦樂參半，又有因緣得聞佛法，因此知道修福得以升天，乃至修得聖果，但也有惡性難改，造十惡業而墮三惡道者；而三惡道眾生受苦無量，無暇修善，天界眾生則沉溺於享樂之中，不知繼續修持善法，只有人界最為難得。持守五戒，以及實踐中品十善，是得人身的的原因。

六、天界：為六道中福報最殊勝的。依照其積善的多寡或煩惱斷除的深淺，又可分為欲界六天、色界十八天及無色界四天等共二十八天。欲界天有身體形相及物質、精神的享樂，有飲食、男女、睡眠（食、色、睡）三種根本欲求或需要；色界已經沒有飲食、男女、睡眠等欲望，但是還有身形、宮殿和精神上的情愛以及國家社會組織，以禪悅為食。無色界則完全沒有身體，只有微細的意識存在。

欲界、色界、無色界合稱「三界」，除了欲界天外，六道中的其他五道皆屬欲界。一般所言，六道輪迴，不出三界生死，由來如是。

七、聲聞界：指聽聞佛陀聲教而證得阿羅漢果，無須再來三界受生的聖者。修證聲聞果以不放逸六根、節制飲食、修禪定、安住於正知正見為主要修持，缺乏利眾的願心。

八、緣覺界：緣覺聖者乃因觀察外界的生滅變異的緣起緣滅，無師自證宇宙真理而出離三界生死，亦缺乏利眾的願心。

九、菩薩界：菩薩，為梵語「菩提薩埵」的簡稱。菩提指「正覺的智慧」，薩埵指「有情」，故合譯為「覺有情」，為覺悟的有情。有就是發起菩提心，「上求佛道，下化眾生」的聖者。菩薩具有慈悲的性格、般若的智慧、堅忍與精進的精神，修持六度（布施、持戒、忍辱、精進、禪定、般若）等種種利他的善行，歷經五十二階位才能成就佛

果。

十、佛界：佛是自覺、覺他、覺行圓滿，悲智雙運，永離生死的聖者。佛教教主釋迦牟尼佛說法四十九年，從佛經中可見釋迦牟尼佛為眾生介紹他方世界的佛菩薩及其國土，如：彌勒菩薩的兜率淨土、阿彌陀佛的西方極樂淨土、藥師琉璃光如來的東方琉璃淨土，乃至無量諸佛、無量淨土。諸佛在菩薩因地時，除了「眾生無邊誓願度，煩惱無盡誓願斷，法門無量誓願學，佛道無上誓願成」的總願外，各自有別願以成就其佛國淨土，如阿彌陀佛四十八願、藥師如來十二大願等。

佛教對圓滿境界之詮釋，主張人人本具佛性，皆可成佛，相較於西方宗教的一神信仰，是為最大差異所在。

佛教的生命觀乃至宇宙觀是極其寬廣的，但是這些現象界的形成與變異，與生命個體的心識息息相關，故佛教常言「萬法唯識」。瀕死經驗者所描述的他方世界及「遇見靈魂」之現象，可以十法界為理解之理論參考。

肆、佛教心性體認之瀕死經驗詮釋—萬法唯識

佛教認為瀕死或死後所見皆與心識有莫大的關係，故有進一步闡釋之必要。佛教唯識學將宇宙萬有的事物，歸納為色、心二法，也就是物質現象與精神活動。心法是精神作用的主體，可細分為眼識、耳識、鼻識、舌識、身識、意識、末那識、阿賴耶識等八識。前五識是各依眼、耳、鼻、舌、身等身體的器官，而緣取色、聲、香、味、觸等五種物質現象所產生的認識作用，但前五識的認識僅僅只是對境的了別功能，除此，必須與第六意識共同俱起，才能進一步分別、揀擇境界。第六意識是以第七末那識為所依，以一切色、心諸法為所緣，所產生的心理作用；可分為與前五識並生的「五俱意識」、續起的「五後意識」及單獨產生的「獨頭意識」。前五識只能緣現在法，第六識則能緣過去、現在、未來三世一切諸法。第七末那識是恒執第八阿賴耶識為實我、實法的心識。第八阿賴耶識則是前七識的根本，能含藏變現萬有的種子（釋星雲，1995 教理：

p166~167)。佛教唯識學認為宇宙人生的一切現象都是唯識所變，不離心識而存在，阿賴耶識是宇宙的本體，宇宙人生的一切都是此識的變現（施東穎，1997）。

八識的總體，尤其是第八阿賴耶識，含藏萬有的種子，遇緣起現行，現行又回薰成種子存藏於阿賴耶識中；具有本體與現象的雙重意義：就其本體說，識是變現一切事物現象的根本；就其為現象說，識是感知包括它們自身在內的一切事物現象的主體。由是，世界萬物、人的生命及其一切精神作用，都來源於阿賴耶識，都以阿賴耶識為其存在的最終理由。另一方面而言，宇宙萬有中存在著無數的生命個體，由阿賴耶識主導著生命的存在形態以及生存其中的環境；且個體的生命活動又不斷薰習著自身存在的阿賴耶識，所以個體的生命存在始終處於變動的狀態。無數不斷變動中的識體各自變現出其自身的生命存在及其相關的各種現象，產生了變動不居的森羅萬象的世界。此即唯識學所謂的「萬法唯識」（徐紹強，1995）。這種理論已經涉及客觀物理世界的詮釋，而非單純的形上學哲理，可解釋瀕死經驗者彼此不同境遇之差異原因。

釋星雲說：「世間一切的現象，不外是我們心靈活動的一種影象，一種投射。」「萬法唯識」的思想，說明一切存在皆由心識所變現。所謂「識」，是了別、分別、認識的意思。生命個體由於意識染著外境的不同（認知差異），造成各種不同的業因（行為），感受各種不同的果報（苦境與樂境）。例如，心識覺得是美味的東西，縱然是污穢難以入口的糞屎，也會變成山珍海味；心識覺得不舒服的極樂淨土，也會變成刀山劍海（釋星雲，1997 宗派：p614~617）。因此，當一個人陳述現象時，其實是主觀的心理認知，所謂客觀的現象（宇宙萬物）永遠無法離開人的主觀認知而被理解與詮釋。另一方面而言，心識主導行為，造就環境，所以山川大地、環境優劣，無不受心識所影響。吾人一己之心識造就自我認知的世界，同時也和宇宙世界種種眾生之心識交互影響，產生如同萬花筒原理般重重無盡的不可思議境界，難以用語言文字表達之。

根據佛教唯識學的理論，人的心識所感知、言詮的現象可分為三類（釋星雲，1997 宗派：pp639~650）：

一、性境：指真實的境界，包括所有的物質（身體及身體器官接觸的境界色、聲、香、味、觸）以及第八阿賴耶識含藏的種子。「種子」是一種「生果的功能」，位於阿賴

耶識中，產生存在的力量。這種力量絕非現代科學所說的「外在能源」，而是自我內心深處不斷對境發生作用，所產生的功能。過去的行爲，已經以種子的狀態藏在第八識中；現在的行爲，正在變成種子，即將藏於第八識中；未來的行爲，也將會以種子的形式藏於第八識中。因此，第八識所藏含的內容，就包括過去、現在、未來的行爲餘勢，它們不會消失，將來待具足眾緣，就會顯現出來。大乘佛教瑜伽學派的種子說來自佛陀原始佛教時代的業力說，如前所言，業力是過去生的行爲所造成的行爲餘勢，取其感受報的因果原理，名爲「種子」。

二、帶質境：前五識緣有實體的性境，而於第六識中呈現其影像，但其影像不是所緣性境的本質，而爲妄情所支配，有性境本質和主觀妄情，例如：視繩爲蛇。

三、獨影境：由第六意識妄想、顛倒認識而生起的境。此境並非真實存在的影像，是心識想像而有的，只是一種幻覺。又可分爲二種，一是有質獨影：屬於實有物的影像重現，如回憶兒時情景；二是無質獨影：純粹是幻想、幻相，無中生有的，如龜毛、兔角等境。

瀕死經驗者所描述的現象，依佛教唯識學三類境之說，有的屬於性境：即來自身體與身體器官所接觸到的物質世界，以及第八阿賴耶識的種子起現行；有的屬於帶質境：即因主觀妄情作用，產生與原來之性境有別的扭曲現象（神經系統之變化）；有的則屬於獨影境：即純粹是心識記憶重現或幻想。

佛教唯識學派萬法唯識的理論，有助於理解瀕死經驗如夢似幻，卻又歷歷在目的現象。

現象所呈顯的森羅萬象，其當體即是實相（本體），亦即離開萬有（現象），別無實相可言；離開實相，也不能展現萬有（釋星雲，1995 教理：p215）。所以說，心識具有本體與現象的雙重意義。如，佛教常舉辦的往生儀軌《三時繫念佛事》中所言：

心、佛及眾生是三無差別。所謂心者，心有多種，曰肉團心，乃現在身中，父母血氣所生者是。曰緣慮心，即今善惡順逆境界上種種分別者是。曰靈知心，是混千差而不亂，歷三際以靡遷，炳然獨照，卓爾不群，在聖不增，在凡不減。

處生死流，驪珠獨耀于滄海，居涅槃岸，桂輪孤朗于中天。諸佛悟之假名惟心，眾生迷之便成妄識。是以佛即眾生，眾生即佛，且心外無佛亦無眾生，唯迷悟之有間，故凡聖有而迥異，豈知心佛眾生三無差別。(佛光大藏經，1999，淨土藏·《中峰國師三時繫念佛事》，元代中峰明本撰：pp424~425)

此等理論，與瀕死經驗者在宗教上的體驗，如見到神，感覺自己是神的一部份等，有類同之處。然而，心識中的阿賴耶識除了「能藏」萬有的種子，與「所藏」回薰萬有的種子外，還有第三個意義——「我愛執藏」；意指第七末那識妄執第八阿賴耶識為實我、實法。這種執持「我」的作用就是有情眾生流轉生死的主因，瀕死經驗者以凡夫我執的情識作用體悟到的永恆之光，也只是本體與現象交融的驚鴻一瞥，缺乏真智的修行印證，無法透徹宇宙真相。佛教信徒的瀕死經驗藉佛教真理之探究與修行，其生死觀之重建有別於西方瀕死經驗之研究。

佛教的唯識學只是用以說明宇宙萬有形成的原理及本體與現象之關係，並非主張世間實有或梵我的存在。

唯識思想，是導源於緣起論的，它是緣起論的一種說明。(釋印順，1985：p37)「緣起性空」的思想強調一切存在都是相互依存的，不主張「無」，也不主張「有」，是離有無二邊的中道觀(釋星雲，1997 宗派：p576)。世間萬物的生成演變，乃在各種因緣條件和合之下，才能現起與消滅，此即佛教所謂的「諸法因緣生，諸法因緣滅」、「此有故彼有，此無故彼無」的佛教真理，稱之為「緣起法」。緣起法則在生命現象的詮釋則是佛教生死觀所強調的生命個體「業力」牽引的因果律。業力是過去生的行為所造成的行為趨勢，就像慣性定律一般，行為所產生的作用力會隨著力的方向延伸。生命業報的因果關係是跨越前世、今生與來世的。這種因果業報的輪迴法則深深影響佛教信徒的生死觀，本研究四位個案皆以此說明他們的生死觀。

緣起法蘊含著三種深義：

一、諸行無常：互為因果關係的宇宙萬物，彼此影響，交互作用，隨時處於變動的狀態，所以沒有任何事物是固定常態的，時時刻刻在變動中。佛教認為宇宙萬物乃緣起

而有，緣滅則無，沒有所謂的「真實存在」，如《金剛經》云：「一切有爲法，如夢幻泡影，如露亦如電，應作如是觀」，所謂的「存在」，也只是極短暫的，下一刻又變樣了。不過，世人多半認爲宇宙萬物是真實存在的，當「無常」的真理應現，周遭的事物毀滅時，便感受到極大的衝擊與痛苦。

二、諸法無我：因爲宇宙萬物互爲因緣而存有，且隨時在變動，所以沒有任何事物具有自主性、主宰性，可以支配其他事物，故說「緣起性空」；這是一種平等性，也可說「同體共生」，牽一髮而動千鈞，彼此密切相互影響著。不過，世人多半認爲有「我」，有一個真實的自我，故以自我爲中心，而與其他入、事、物形成相對關係，許多來自自我的執著以及他人自我的執著交相煎，彼此皆意圖主宰外在的人、事、物，產生無窮的煩惱。

三、涅槃寂靜：「涅槃」是梵語，乃指佛陀所證悟的境界，是宇宙的實相。《大乘義章》卷十八說：「外國涅槃，此翻爲滅，滅生死故，名之爲滅。離眾相故，大寂靜故，名之爲滅。」佛陀了悟宇宙萬物緣起的真相後，破除根本無明，超越了生死輪迴，並且將此真理告訴弟子們，弟子依法修行，有很多人因此也達到了生死超克的境界。所謂「離眾相」，意指無常、無我的現象界，看似森羅萬象，其實都是因緣條件所組合的「緣起法」，隨時在變動著，本質上沒有固定性，是建立在「空性」上的，故說「緣起性空」，了知性空，就能「離眾相」，超越現象界的執著與限制。從現象緣起的立場而言，宇宙萬物雖有千差萬別，都不是孤立的個體，而是互相緣起；從本體性空的立場而言，宇宙萬物的本質都是無自性的，或稱空性，因爲是釋迦牟尼佛所傳，又稱「佛性」（佛的本性）、「如來性」、「覺性」（眾生成佛的覺性）、「本來面目」，也稱爲佛的「法身」、「實相」；此外，《勝鬘經》以「如來藏」、「自性清淨心」爲涅槃。

涅槃的境界原是超越語言文字，「說一不中」的，然而經過言詮，成爲足以議論的「實相」、「佛性」、「如來藏」、「自性清淨心」等。這些名相建立在凡夫修行的相對法中。依緣起法「凡有對法不相捨離」（互爲矛盾關係者必以對方爲自己成立的條件）的法則，既有俗我、小我、假我，則必有大我、真我；既有生滅無常、生死輪迴、煩惱污染的眾生界，則必有不生不滅、不生不死、「常樂我淨」的涅槃界。是故，據緣起法對立雙方

統一於一體的道理，大我、涅槃不可能在俗我、生死之外，只有從如實認識俗我、生死中去發現證實（陳兵，1997：p79）。佛教信徒若能以對「無常苦空」的了解，體悟法身實相，此即是「常樂我淨」的極樂世界；然而在出離煩惱、超越生死的聖者境界中，則是本體與現象不二、染淨不二、生死不二。

佛陀成道後，勸人依法修行，體證空性，就能滅卻煩惱，了脫生死，達到寂滅、如如不動的大自在，這種遠離貪、瞋、癡，解脫生死，不受後有輪迴的境界，名之為「涅槃」（釋星雲，1995 教理：p91）。涅槃，只是如實觀察無常、無我的實際，而熄滅了心中所起煩惱、無明後，淨化了的精神境界，煩惱雖滅，淨心恆存。因此，涅槃是超越生死的而瀕死的狀態能令人融入光而有所體悟，卻不代表是死後必然的境界，也不一定僅於死亡的狀態產生。

由此可知，涅槃乃佛教修行者曰「心性體認本位」的終極真實而立名，是悟證後的生死超克境界。不過，「心、佛、眾生三無差別」，「迷即眾生，悟即佛」，依緣起性空的真理而言，生死與涅槃實為一體兩面，心迷的世界是生死，心悟的世界是涅槃，離生死之外，別無涅槃可求，唯有從現象界的生死中，才能提昇心性至不生不滅的涅槃。沒有生死之畏懼，何來涅槃之求證？若能離二邊，「大悲不住涅槃，大智不滯生死」，則是應世無畏的生死解脫之道（菩薩道）。此為「生死即涅槃」的真義。

佛教信徒對於佛教教義之理解是否展現於瀕死經驗之內容中，乃至瀕死經驗是否也影響當事人對佛教教義之理解，是值得探討之課題。心靈領域的真相並非當今生物科技能揭示，必須結合深層心理探索和宗教思惟，因此本研究擬以西方學者瀕死經驗研究為基礎，以國內四位佛教徒具瀕死經驗者之體驗，探討佛教生死觀與心靈之間的關係。

第三章 研究方法與步驟

國外的瀕死經驗研究已達高潮，國內則尚在起步，本研究僅從西方研究成果著手，提出不同文化角度的假說與詮釋，因此採取質性研究，希望深化並擴展瀕死經驗的理論。由於「瀕死經驗」一詞在國內尚未流傳開來，研究者首先藉由熟悉西方瀕死經驗研究之內容，培養研究主題視域，然後設計訪談大綱，並檢選佛教經典中與瀕死經驗相關之理論，才開始物色訪談對象。

透過林格所提出的「核心經驗比重指數」確認訪談對象，在每一次的訪談後，再度檢視西方文獻與佛教相關理論，進而修正訪談引導，並從中探討三者之關聯。即使在訪談之後，整理錄音帶謄稿，往往還有新的思惟與醒悟，體會聽與讀對心靈的啟發有不同層面的影響，及至著手撰寫論文，對研究內容有更為深刻的體悟，整個過程在「經驗」—「介入設計」—「發現/資料」—「解釋/分析」—「形成理論解釋」—「回到經驗」的圓圈體系中，逐漸形成結論。

第一節 質性研究

質性研究已經經過多次知識論（epistemology）的演變，從單獨的「現象探索和描繪」發展到「理論建構」的層次；在國內學術研究更具備了突破「知識移植困境」，達到「本土紮根」的意涵（胡幼慧，1996：pp7~8）。

Wilson（1989）指出質性研究的目的，包括探索和描述現象；在質量綜合研究中，作為量性資料的說明或舉例；發現和解釋經驗；以及擴展現存理論（引自陳杏佳，2000）。透過質性研究來觀察生活現象，可以比較接近真相（Truth），但卻不可能得到真相，其原因是：一，吾人的理解與真相之間總是有一個文化過濾器（a cultural filter）存在，文化限制且引導吾人對真相的理解；二，事實往往借由理論來呈現，而非真相本身的呈現（Willian L. Miller & Benjamin F. Crabtree，黃惠雯等譯，2002）。現今有關瀕死經驗之

學術研究多來自西方，所呈現的理論與經驗內容亦屬於西方文化的產物。藉由本土化的質性研究發揮描述場景的功能，可以提供事件及情景發生的背景，幫助研究者了解研究主體的解釋，同時亦能提供讀者資料，評價研究者的分析及解釋，提供更深層的發現。

不同的質性研究方法，有著不同的傳統，被不同學術領域採用。Habermas (1968) 提出三種研究典範 (paradigm)：量化研究的典範、循環式建構主義研究、批判式/生態式鉅觀研究。其中，循環式建構主義研究 (Circle of Constructivist Inquiry) 典範主要探究人們的符號、解釋和意義建構，認為沒有「絕對真相」，所有的知識都是與情境脈絡聯結的 (context-bound)。其方法是，不斷在「經驗」－「介入設計」－「發現/資料」－「解釋/分析」－「形成理論解釋」－「回到經驗」的圓圈體系 (引自胡幼慧，1996：pp8~12)。本研究採質性研究探討佛教信徒對瀕死經驗之解釋和意義建構，認同瀕死經驗之內容呈現並無絕對客觀之情狀，乃係當事人與生活情境脈絡聯結之意象表徵，故採用「循環式建構主義研究典範」，藉由佛教信徒瀕死經驗之訪談，假以西方文獻與佛教生死觀之詮釋，來探討佛教信仰與瀕死經驗之關係。

本研究探討的範籌 (domain) 為個人生活世界中發生的瀕死經驗及其解釋，並進一步瞭解其歷史及社會文化的情境脈絡，以及其經驗解釋在行動、實踐面的表達，故選擇詮釋學 (hermeneutics) 作為研究進路。

詮釋學理論的基本原則是「文本應依其自身而非外來的獨斷教義來理解」(畢恆達，1996：p27)，為了避免以佛教教義或個人價值觀獨斷地理解佛教信徒的瀕死經驗，詮釋規則的系統運用是必要的。本研究遵循詮釋的循環 (hermeneutic circle)，以美國凱尼斯·林格所提出的十項瀕死經驗要素作為「部份」理解的基礎，設計佛教信徒瀕死經驗(「部份」理解為「整體」意義所引導)訪談的範籌與描述內容的歸納方法，並進一步對照林格研究成果與本土訪談描述之異同與推論，從而達到佛教信徒瀕死經驗之「整體」理解(整體的理解有賴於部份理解以達成)。

施萊爾馬赫 (Schleiermacher) 認為理解是「再經驗」當事人的心智過程，為了解其人內心世界，他提出文法 (grammatical) 與心理 (psychological) 二種詮釋方法。所謂文法詮釋，意指分析文本的語言，辨明其準確的意義。心理詮釋則將文本視為當事人

生命歷史的一部份，去找出當初驅動當事人想要溝通的動機（畢恆達，1996：p28）。爲了達成文法詮釋，本研究文獻探討中提出四位個案所提及的佛教名詞（如因果、業力、佛、菩薩、地獄等等）之教義解釋。爲了達成心理詮釋，本研究提出四位個案的基本資料，如：性別、年齡、學歷、職業等，訪談內容包括：瀕死經驗發生時間、原因與歷程，體驗前之信仰背景、學佛因緣、體驗後之觀感等。藉由這二種思考原則，文獻與訪談描述所構成的文本展開對話，詮釋四位佛教信徒瀕死經驗的相狀及其與佛教教義之關涉。

第二節 深度訪談

個人深度訪談是本研究資料收集的主要方式，重點在於促進訪談者和受訪者一起建構經驗和研究主題的理解，因此強調深度、細節、生動和細微差別。本研究採用半結構式，以「訪談大綱」來進行訪談。首先從文化、文獻和自我反省中開始勾勒研究主題，之後進行設計階段，建構抽樣策略、擬訂訪談大綱與訪談同意書。在進行真正訪談之前先作預視訪談，首先找尋符合「因發生事故或生病而瀕臨死亡邊緣」之條件的對象。其詳細內容如下：

抽樣：依據美國凱尼斯·林格（Kenneth Ring）所提出的「核心經驗比重指數」（參見第二章第五節），製作取樣表，核對個案之體驗內容，由研究者評分，總分在五分以上，屬於林格歸類的核心體驗者，得爲本研究之樣本，預計樣本數爲四。本研究爲了減少體驗者的描述差異變數（如語言、文化等），選擇嘉義地區且親近同一寺院的信徒爲研究對象。

取樣表

	體驗項目	評分標準	個案得分			
			A	B	C	D
1.	發現自己死亡的實感	1	1		1	1
2.	安詳、欣快感	2~4	3			
3.	脫體感	2~4	4			4
4.	感覺進入黑暗	2~4	4	4	4	
5.	遇見或聽見某人之聲音	3		3	3	3
6.	回顧人生	3		3		
7.	看見光，或被光圍住	3	3	3		
8.	看見美麗的顏色	1				
9.	進入光中	4				
10.	遇見「靈魂」	3				3
	總分		15	13	8	11

備註：研究者依據個案瀕死經驗自我陳述，判別符合哪些體驗項目，給予得分。總分在五分以上者，符合本研究樣本選取標準。

上表中，四位個案有三位總分超過十分，屬於深度體驗者。A、C、D 在瀕死經驗前刻有接近死亡的心理準備；A、B、C 都有進入黑暗的感覺；樣本中缺乏「看見美麗的顏色」和「進入光中」二項。研究者在評分時遇到一些困境，例如：個案 B 見到菩薩灑水救他，但是沒有「光」的描述，也不適合列入「遇見靈魂」，因此無法列入評分。個案 C 遊歷地獄，以旁觀者的角度見到行刑者與受刑者，列入「遇見靈魂」也不是很恰當，因此也無法評分。個案 D 看見佛祖，也沒有「光」的描述，不知要列入哪一項。凡此都顯示量化的評分比，不足以完整地呈現瀕死經驗之情狀，必須深入探討每個個案的描述場景，方能進一步理解瀕死經驗之內涵與意義。

擬定訪談大綱：訪談大綱列出「受訪者基本資料」，項目包括：姓名、性別、年齡、服務單位、職稱、學歷、職業、住址、電話；這些資料，可以作為理解個案生活背景的參考，增益心理詮釋之客觀性。研究者將五位個案的性別、年齡、職業、學歷等資料製表陳列，作為研究過程的參考項目。

個案基本資料表

	性別	年齡	瀕死經驗距今多久	學歷	職業
A	女	41	4年	高職	文具店老闆娘
B	男	59	31年	高職	貿易公司職員
C	女	50	28年	國小	素食店老闆
D	女	44	6年	高職	貿易商

訪談大綱如下：

- 一、您何時開始學佛？何時皈依正式成為佛教徒？
- 二、您在何時、何地、何種情況下經歷瀕死經驗？當時有其他人在場嗎？
- 三、請詳細描述您瀕死經驗的過程。當時您的身心有何感受？意識清楚嗎？
- 四、這個體驗在時間方面持續了多久？若有脫體、隧道、光、遇見他人等情境，各自持續多久的時間？
- 五、您在經歷瀕死經驗前後，對死亡的看法有何不同？是在瀕死經驗之後立刻改變的嗎？
- 六、您經歷瀕死經驗後，生活方式有何改變嗎？
- 七、瀕死經驗與您的信仰有關係嗎？您的佛教信仰是否影響瀕死時的體驗？如何

影響？瀕死經驗是否影響您的佛教信仰？如何影響？

八、您曾經有過其他類似超常經驗嗎？

訪談大綱只是提供個案述說瀕死經驗及其影響的引導。個案多半無法明確、深入地針對問題作答，需要研究者的提問與回應來協助其回憶並聯想經驗。

擬定訪談同意書：同意書的內容包括：研究者的身份、研究題目及其定義、瀕死經驗之基本要素、研究目的、訪談時間、保密原則及保護措施。（附件二）

預視訪談：向來寺信徒詢問：是否知道哪些信徒因意外生病、或開刀等情況，險些喪命，期間曾有身心之特殊體驗者？研究者與該寺信徒經過半年的往來，已有熟識基礎，於二〇〇二年四月開始作預視訪談。研究者向信徒表示自己目前在研究的主題，探詢是否知道哪些信徒具有相關經驗，就符合取樣標準者，進行個別預視訪談，了解其體驗基本內容，是否符合樣本的要求，然後約定正式訪談時間，並告知訪談過程將進行錄音。

正式訪談：事先將訪談大綱及知情同意書交給個案。訪談時所選擇的地點都在寺院無人干擾的會客室，以當事人為主，個案有的會與家人一同出席。個案就訪談大綱自行陳述，研究者則引導受訪者描述瀕死經驗之發生場景、細節、原由以及事後的改變，受訪者的回答呈現以瀕死經驗內容及其對當事人之影響為焦點的內容，藉由訪談的溝通方式，產生研究主題和敘事內容。訪談過程中，研究者透過「適時不固定的提示」以幫助個案順利陳述研究主題，包括：沉默（適時停頓）、關心式的傾身、專注的眼神與口頭的肯定（如「嗯、嗯」、「是」等）、回應的提示（重覆個案的話語，以便確認或引伸更多內容）、重述要點（對個案述說之內容作簡短整理）。

訪談轉錄：研究者將訪談錄音帶逐字謄寫成爲原始文本，然後以凱尼斯·林格（Kenneth Ring）所提出的十項體驗要素爲主，增列「其他體驗」項目（以呈現不在此十項要素之內的體驗），再依據訪談大綱列出「瀕死經驗之影響」項目，共十六項，製成「瀕死經驗自我陳述表」（附件三）。將錄音帶謄稿依據「瀕死經驗自我陳述表」的十一項體驗要素劃分成小單位，編碼識別，然後摘錄填入「瀕死經驗自我陳述表」中，成爲研究主題分析與討論的藍本。文本編碼的方式是以個案的代碼（如：A、B）爲首，連接十一項內容要素識別碼（如：01、02），然後將已劃分成不同主題單位的錄音帶謄稿內容標上流水號（二位數字碼，如：01、02）；完整編碼形式爲：A0101。

分析策略：分析過程應包含三個層面：組織、連結和證實/合法化（Benjamin Crabtree William L. Miller，2002：P21）。訪談資料經過編碼劃分成小單位後，透過「瀕死經驗自我陳述表」加以重新「組織」，然後與西方文獻、佛教相關文獻「連結」，作異同之比較分析與討論，最後產生結論。爲了讓研究過程客觀化，研究者在「瀕死經驗自我陳述表」完成後，與個案共同檢視內容是否需修改或補充，然後邀請三位研究者檢視筆者對訪談逐字稿所整理出的單位意義與主題之描述、結果與討論，並以文字表達其意見。

第三節 研究步驟

根據研究設計的內容，將研究步驟條列如下：（見圖 1）

一、搜集並閱讀文獻資料，節錄整理與本研究相關之理論。首先閱讀國外瀕死經驗之研究文獻，了解學界對瀕死經驗之界定及研究成果。然後提出佛教對瀕死經驗之詮釋的理論基礎。

二、擬定訪談大綱：依據文獻資料與研究目標定出訪談大綱，作爲引導個案自我陳述的媒介。

三、選擇訪談對象。研究者研究期間在嘉義某寺院服務，就來寺共修的信徒中訪查

具有瀕死經驗者，預視訪談後，找到四位佛教信徒作為研究對象。

四、進行訪談錄音。事先將訪談大綱提供給研究對象，說明研究目的，徵求個案同意後，約定時間訪談並錄音。其過程盡量讓受訪者自主陳述訪談大綱之主題，研究者只扮演傾聽並澄清受訪者陳述意涵的角色。

五、謄寫訪談逐字稿。盡可能包括重要的非口語訊息與言下之意的溝通內容。所以在逐字訪談右半邊留白，讓研究者作相關補充或說明。

六、以整體感來聽訪談內容，整理出的概略性意義單位並編碼。依據「瀕死經驗自我陳述表」的十六項體驗要素將訪談逐字稿劃分成小單位，編碼識別。

七、描述與研究主題相關的意義單位。反覆檢視訪談逐字稿，以受訪者的立場摘要出受訪者所表達的基本意義，摘錄填入「瀕死經驗自我陳述表」中，成為研究主題分析與討論的文本。

八、將「瀕死經驗自我陳述表」交給受訪者，作書面之修改或補充。

九、資料分析與討論。將「瀕死經驗自我陳述表」與西方文獻、佛教相關文獻「連結」，作異同之比較分析與討論。具有瀕死經驗者的自述內容，通常包含感覺訊息與解釋訊息，研究者應進一步釐清其間的差別，屬於原始感覺者，列入體驗項目；屬於體驗者主觀的解釋者，列入影響項目。

十、撰寫論文。

十一、訓練其他獨立的判定者確認相關意義的單位。邀請三位研究者閱讀論文初稿，檢視筆者對訪談逐字稿所整理出的單位意義與主題之描述，並以文字表達其意見。

十二、修改論文初稿之內容。

十三、結論。

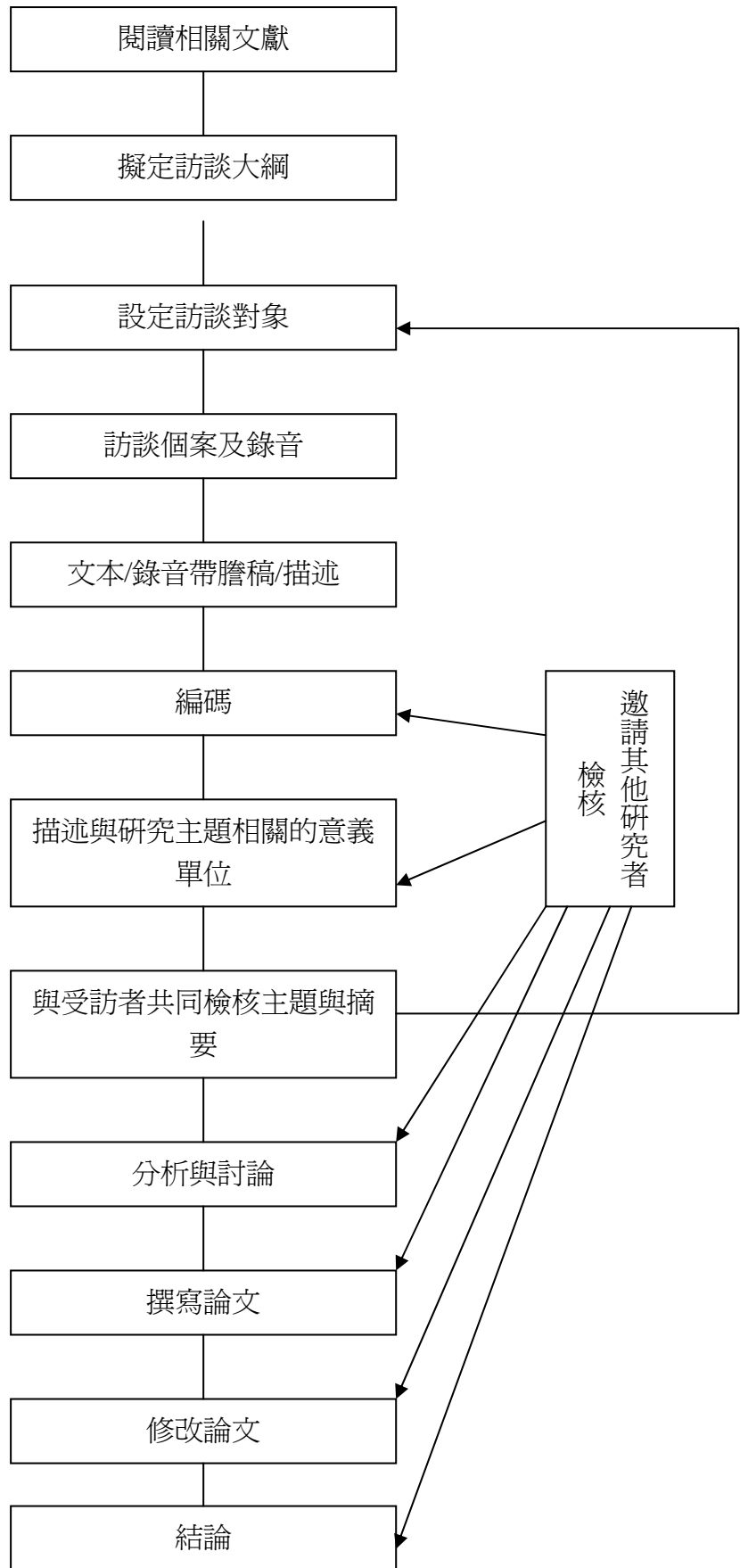


圖 1：研究步驟

第四章 分析與討論

本研究立基於美國凱尼斯·林格（Kenneth Ring）的研究成果，其中，他於一九八四年出版的 *Heading Toward OMEGA*（奔向終點）一書，是針對瀕死經驗的長遠效應所提出的研究報告，說明瀕死經驗是由一些特殊要素所構成的一種行為模式，而瀕死經歷者其後於人生各方面所產生的各種變化，也可以歸納出一些共同要素。此後的許多相關研究也肯定了他的基本觀點，他將瀕死經驗後的各種變化，歸納要點如下：感激生命、自我接納、關懷他人、尊重生命、反物質觀、反對競爭、心靈至上、渴求知識、具使命感、無懼死亡、死後新生、相信「神」是存在的、增長心智、超常的敏感度、療傷治病的能力（Kenneth Ring，李傳龍等譯，2001：pp165~171）。這些特點取自於西方瀕死經驗個案的自我描述，本研究以台灣四名佛教信徒個案為例，並且使用本地語言呈現瀕死經驗之內容及其對當事人的影響，有別於西方研究經過語言翻譯的文化隔閡，直接接觸當事人的心靈世界，呈現本土個案之內容。

四位個案所呈現的瀕死經驗自我描述內容概略如下：

項目	A	B	C	D
基本資料	女，41 歲，文具行老闆娘	男，59 歲，貿易公司職員	女，50 歲，素食店老闆	女，44 歲，貿易商
瀕死經驗發生的原因	37 歲做引產手術（1999），距今 4 年	1. 第一次：29 歲遇瓦斯爆炸（1972），距今 31 年 2. 第二次：43 歲車禍（1986），距今 7 年	12 歲被蛇咬到，昏迷二、三天，距今 38 年	1. 第一次：32 歲白血病休克（1991），距今 12 年 2. 第二次：34 歲白血病休克（1993），昏迷二天，距今 10 年

項目	A	B	C	D
體驗項目 (依序排列)	1. 隧道經驗 2. 感覺進入黑暗 3. 見到光 4. 脫體	第一次 1. 透視 2. 回顧一生 3. 遇見「靈魂」 第二次 1. 感覺進入黑暗 2. 見到光	1. 感覺進入黑暗 2. 遇見「靈魂」 (地獄、阿伯)	第一次 1. 脫體 2. 遇見「靈魂」 第二次 1. 脫體 2. 看見佛像
體驗前之信仰背景	1. 公公得到肝癌，每日來拿大悲咒水，延壽三年。 2. 1992年學佛、皈依佛教，常求菩薩讓自己順利來寺院。 3. 認為業報盡了，就會往生極樂世界。	1. 小時候就喜歡禮拜自家附近觀音菩薩聖像。 2. 對佛教並無其他接觸。尚未皈依佛教。	1. 住在山上，父母信仰帝爺公(民間宗教)。 2. 沒有接觸佛教。尚未皈依佛教。	1. 讀國中、高中時，曾經二次在醫院看過死亡者脫體後之靈體。 2. 到日本大阪治病，順道去京都佛寺禮佛，穿過長命洞。 3. 偶而到寺院參拜對佛教的了解不多，尚未皈依佛教。
體驗後之影響	1. 慶幸自己在瀕死經驗中不忘跟隨佛菩薩。 2. 深深體會無常，認為死亡隨時會來到。 3. 練習放下對兒女的情執牽絆 4. 較勇於表達自己的想法。 5. 不怕死亡，更加努力修行，	1. 受到死亡的衝擊，認為也許是做了壞事才會遇到這種事。 2. 認為觀音菩薩救命。 3. 尋求心靈的依歸，慢慢走向學佛之路。 4. 1996年皈依佛教。 5. 認為死亡並不	1. 瀕死經驗後具有預知能力(例如：預知親友來訪)。 2. 十九歲因病禮拜觀音，發願吃素。 3. 信仰觀音菩薩後，展現預知能力更為頻繁。 4. 1972年學佛，1989年皈依佛	1. 常常脫體。 2. 常常見到他靈。 3. 遊地府二次。 4. 有預知他人意外事故之能力。 5. 2002年12月皈依佛教。 6. 學佛後，用佛教信仰來解釋瀕死經驗。(因果業報)

項目	A	B	C	D
	累積來世的資糧。	可怕，業力到了也沒有辦法。相信因緣果報。認為因緣甚深難以探測，不必在表相上探求。	教。 5. 學佛後夢中預知的事大多與信仰有關（例如：超薦、建寺、僧人等）。 6. 用佛教信仰來解釋瀕死經驗。認為若不是信仰觀世音菩薩早就命絕。 7. 不怕死亡，因為可以跟佛祖去。	7. 不怕死亡，希望幫助更多的人。

本章將依林格的十項核心體驗要素，逐一討論四位個案的陳述內容，對照西方瀕死經驗之案例，結合西方科學理論與佛教教義之言詮來探討佛教信徒瀕死經驗之情狀及其對死亡的看法，並進一步申論佛教教義與瀕死經驗之交涉關係。

第一節 瀕死經驗之情狀

四位個案的瀕死經驗的體驗內容，缺乏「看見美麗的顏色」與「進入光中」這兩項的描述。根據林耕新醫師的訪查，國人對「進入光中」的體驗描述，比例並不高；而且瀕死經驗者大都只經歷體驗要素的某幾項，少有全部經歷者。本研究僅訪談四位個案，難免缺乏「進入光中」的體驗描述，然而由於文化背景的差異，東西方文字語言描大相逕庭，雖然沒有「看見美麗的顏色」與「進入光中」的言詮，不一定就表示沒有這種體驗，例如個案 D 昏迷兩天，都處在與一尊大佛相視而笑的場景，極可能是屬於「進入

光中」之情狀，或許是本國人不習慣這類表達。

今就美國凱尼斯·林格（Kenneth Ring）所提出的十項體驗要素分類，藉由文本內容與文獻資料作比對討論。研究者發現，第三項「脫體感」是瀕死經驗描述的關鍵所在，其後的各項體驗，可以說都是在脫體後產生的場景，藉由西方科學理論與佛教唯識說提出論點，引證瀕死經驗情狀之內在結構，是由意識思量作用所形成的光影投射。因此，研究者將「脫體」及「看見光」的描述加以整理歸納、分類，以佛教唯識說及十法界的教義為歸結。

在第十一項「其他」中，本節也補充了「異樣的噪音」和「生與死的交界線」的詮釋。

壹、發現自己死亡的實感

「瀕死經驗」的界定，目前並無確切的定說，庫布勒·羅絲（Kübler Ross）認為首先是肉體的死亡，即失去生命的跡象，例如心跳停止、醫生宣告死亡等；然而在這種情之下，依然有人回復生命的跡象，可見醫學上的認定標準，不能代表真正的死亡。許多瀕死經驗者在休克或意外事件中到達瀕死的境地，經歷瀕死經驗之內涵，卻不見得符合醫學上所認定的死亡定義。本研究採用林格的研究成果，以「發現自己死亡的實感」作為瀕死經驗判斷的第一項要素。

根據四位個案的陳述，當事人都在不醒人事後，進入瀕死經驗，當時都被眼前的場景所震懾，並沒有立即想到自己是否已死亡，不過醒來之後個案都覺得自己差一點死去，對於自己的體驗內容感到驚訝與不解。除了個案自己對死亡的實感外，並提供當時之場景描述，作為第三者客觀判定之參考。

個案 A 在引產手術前知道自己可能有生命危險，並默念觀音菩薩的聖號，做好死亡的心理準備。當麻醉劑注射後，她立刻進入快速滑落的遂道經驗，並且在停下來之後，持續其先前對死亡的心理準備，追隨光而行，在看不到佛菩薩的情形下，決定往回走，

最後回到手術室，看見自己的身體，然後與之合一。因此，個案 A 肯定自己這條命就是因為她信仰的佛菩薩並沒有來接她而得到重生。當時她並沒有確認自己是否死亡，甚至醫護人員繼續手術工作，也沒有判定其為死亡狀態，卻發生了典型的瀕死經驗。

個案 B 第一次經歷瀕死經驗是在洗澡時，突然遭遇瓦斯爆炸，自己在瞬間透視到屋外，並回顧一生，昏倒，然後因為感到有人灑水，甦醒，自己爬起來找衣服穿，然後走下樓到屋外去，昏倒送醫急救。第二次瀕死經驗也是突然被車撞得不醒人事後經歷的，當時他的意識直接轉換到走在一條黑暗的街道上，兩旁是極高的銅鐵建築物，遠處是遼闊的廣場，之後是光的出現，然後醒來。當時他一方面奇怪自己怎麼會走了一個陌生的地方，同時又聽得見妻子與醫生的對話，並沒有意識到自己是否已經死亡，醫生也沒有宣判其死亡。

個案 C 在被毒蛇咬到後，返家吃藥，然後吐到昏死過去，迷矇之間發現自己走在黑暗之中，陸續看到許多地獄中的行刑慘景，心裡很駭怕，接著出現一位老者指引她走回家門外，在看到家門口的火把後，發現自己已回到屋內的床上。她醒來之後，一直認為自己剛剛一定是死了（昏迷二、三天）。

個案 D 第一次瀕死經驗時，是因為白血病身體不舒服，躺在自己家裡沙發打點滴時，休克昏厥，發現自己竟然跑到娘家裡的樓梯坐著，並且看到一個清朝男子，同時還能意識到自己的身體在家裡的沙發上，她對這種場景感到驚訝。她知道自己有生命危險，但並沒有死亡意識。第二次瀕死經驗則是在病況危急時送醫急救，當時昏迷了二天，醫生宣判無救，但她還是活過來了。一開始她就看見一尊好大的佛像，一直對著她笑，然後她意識到這是京都那尊大佛，同時她也可以聽到旁邊的人在叫她，也看到自己的身體躺在病床上。她認為是這尊大佛救了她的生命。

貳、安詳、欣快感

四位個案沒有人強調其體驗歷程的安詳、欣快感。研究者主動問個案 A 是否有安詳、欣快感？她的回答卻是提到在其快速滑落的隧道經驗，有一種快感。

曾經有舒服的感覺應該從滑落的那一剎那。……有一個快感，速度的快感。(A0202)

由於此一體驗要素是大多數瀕死經驗者所共有的，上述的答案似乎不太相同。特別是光的經驗一再被強調是安詳、愉悅的。個案 A 對於這種欣快感的描述，比較像是來自速度感或認知感，如以下陳述：

當你看到有光的時候，你就會有一個安全感，因為在自己的認知裡面，你會認為說那是一個安全的地方，有佛菩薩引領你去的的地方。再來所謂的舒服，是因為我有盼望，因為我要去那個地方，阿彌陀佛的地方。(A0704)

對於研究者的再度追問，個案 A 的回答是，看到光後，她有一種接受死亡，蒙佛接引的舒服感。

舒服的感覺？應該可能是一心求死吧！好像是說我可以到極樂世界去了，我可以去阿彌陀佛那裡去了。而不是那種感官上的舒服，是精神上的。(A0201)

個案 A 的回答好像是被研究者導引出來的，有一點牽強，因此在後來的訪談中，研究者決定不再過份導向既有的體驗項目，讓個案自然回答，以免個案添加過多的想像

與詮釋，致使內容失真。就「安詳、欣快感」這項要素來推求其他個案的陳述內容，個案 C 完全沒有提到，個案 B 和 D 出現的情況是：

我那個，倒下去的時候，我自己就，好像…後來我感覺到，我的上面，有一個人，那時候我也不知道是什麼人。好像拿一個那個什麼？有一個人就對了，把那個水灑下去。我感到非常的清涼，那種清涼，不是說什麼…很舒服啦！那個時候我已經燒了很嚴重了，可能百分之五十以上。我就爬起來，都不會痛，全身都不會痛，就感到非常的清涼。我還，我就開門出去。(B1001)

佛祖好大一尊，在上面，一直對著我笑。我感覺說，他對著我笑，我就對著他笑。……那尊佛像真的蠻大一尊的。(研究者問：佛像怎麼會笑？)他就一直對著我笑，衝著我笑。真的一直不斷的微笑，對著我笑。(D1101)

上面二種情況所產生的「安詳、欣快感」屬於外在景物與個案互動的結果，如：個案 B 看見有人在灑水，感到清涼；個案 D 則是看見佛像對她笑，她也以笑回報。這種內容描述有互動情節，涉及意識的認知狀態，令人對西方研究成果所謂的絕對狀態的「安詳、欣快感」，有不同且更為深刻的理解——這些外在景物能與個體互動產生良好的感受。

而個案 C 看到地獄景象則始終處於驚懼之中，沒有安詳、愉快的感覺，雖然這些外在物沒有與個案互動，卻因為內容血腥、暴虐，令人十分駭怕。

另外，個案 B 在瓦斯爆炸後快速回顧一生時，提到他的感受：「但是我那個時候沒有什麼喜怒哀樂。」(B0601)

東西方個案的描述有些差異，本研究四個個案並沒有主動提及瀕死經驗的安詳、欣快感，在西方的研究中，寧靜與安詳，乃至愛與溫馨這類感受幾乎是每一個瀕死經驗者的共同體驗，出現在黑暗中或與光融合為一時

的描述，但本研究之東方個案似乎較少這類描述。研究者將在第四項「感覺進入黑暗」和第九項「進入光中」進一步討論這種「安詳、欣快感」的可能來由。

參、脫體感

瀕死經驗進入脫體的階段，應是每一個個案的共同經驗，只是有些當事人沒有察覺自己已經脫離肉體，進入別的次元時空（佛教稱「法界」）。因此，本小節除了歸納出脫體的數種類型外，將引用科學物理研究、西方瀕死經驗研究和佛教教理延伸討論脫體的基本原理。

一、脫體的類型

脫體感比較明顯的陳述是個案能以第三者的角度看到自己的身體或出現在生活世界中的真實環境。如個案 A 在看見光後往回走，回到手術室內，有十分詳細的陳述：

那當我覺得說我是在手術台上方的時候，我很清楚地看到這些護士還有醫生，拿著那個鉗子呀，拿著那個手術的東西在那邊，在我的身體上做一些動作啦！那我就很盡興地在那邊看著哦，也看到護士小姐和醫生在對話，很清楚，也能聽到他們的對話內容。(A0301)

當他做完這些動作以後，只是，好像感覺哦，不曉得是我自己想要下來，還是說，我應該下來吧，就感覺，感覺就像卡通裡面的那個，那種情節，上面那個，天上的那個，手術台上面的那個我，一直往手術台下面的這個我，一直在重疊當中，慢慢就降下來。(A0302)

上面的我，上面的那個所謂的神識的我吧，看到那個手術台肉體的我，就一直往下掉，不由自主的哦。(A0303)

是面對面合在一起的。(A0304) ——這是指個案的意識視點朝著手術床上的身體。

上面那個好像沒有，沒有手，好奇怪哦！也不是，他那種感覺（努力回想）只是好像是一個，一個物質吧，沒有什麼形狀，可是它卻有意念要回到身體裡面的那個你，所以，那個時間是很短的，直接就可以，慢慢就下來了，跟手術台下面那個你就合而為一。慢慢地那個護士小姐拍你的臉的時候，你就有感覺，似醒似睡，她叫你，你會突然說喔，喔，喔，這樣子，會有回應，但是身體上是麻麻的那種感覺。就退到休息室去休息，慢慢地就甦醒。(A0305)

由上可知，個案 A 對於身體以外的意識存在稱為「神識的我」，她不稱之為「靈魂」，也不認為是純意識，而是一個沒有特別形狀的「物質」，並且有意念回到身體裡面。由此可推知脫體之後，依然有細微物質的存在感，能隨意識去來，但非實質的肉體，與佛教「中陰身」之說一致（參見本研究第二章第六節第二項）。

佛教認為人是由「五蘊」—色、受、想、行、識所積聚，色是指物質的身形，受是感情作用，想是認知作用，行是意志作用，識是了別與記憶的主體。人在脫體之後依然有一個五蘊之身，足見在世間的肉體猶如一件外衣，並非吾人的真實存在。不過，佛教認為死亡後的存在只是生命輪迴的過渡時期，所以在下一期生命未定之前的死後存在，以「中陰身」名之，亦非吾人之真實存在。

一般人對脫體沒有明確的概念，難以分辨其經驗是否屬於脫體，如個案 C 一開始

說：「就眠夢講下去一個所在，人現在就是講地獄（台語，C1001）。」聽起來像是夢境。
再看她回到現實世界的描述：

我們厝真正在那兒，我看到而已，我就豆豆啊驚神，就看到我們那兒是那燈火嘞，以早無電火，有油燈嘿呀，眼睛慢慢睜開，ㄟ，紅紅，真正在我們家。阿我是走去哪兒？我哪會在眠床上？在我家，阿那個阿伯是帶我去哪兒？我剛才才夠驚，好像另外一個世界，就恐怖ㄟ。（台語，C1002）

這一段描述顯示，個案 C 在跨越兩界的時候，意識是清楚明白的，不是在做夢，而是脫體到他方世界。

個案 D 對於自己的脫體經驗一開始也是無以名之的，如第一次瀕死經驗所描述：

那時候我說奇怪，我人躺在那邊，為什麼我會跑到我媽媽家去坐，客聽去坐，而且是樓梯下來。那奇怪，有個清朝的人，很兇。但是我旁邊兩個樓梯整個都是燈火，但是我知道有一個人在旁邊保護著我，讓那個人沒辦法靠近我。可是我明明是躺在我家的床上，躺在學校旁邊那個租的地方，我也不知道為什麼我人跑到那邊去，我可以，在我媽媽那邊（脫體跑到母親家），我可以看到我人躺在那邊（自己家裡）。……那時候我還不知道是什麼情況，直到，我兒子，我有聽到我兒子一直在叫，我父母親一直在叫。原來是我兒子從學校跑回來找我。……那時候我不是躺在床上，我是躺在沙發上吊點滴。那時候我對面是衛生所，他過來幫我吊點滴，那時候我已經不能夠動，在吊點滴。……從那一次以後，經常會有這種情況。
(D0301)

個案 D 很難一下子描述出她脫體的經驗，也沒有使用靈魂出竅等一般的說法。因為脫體後是到另一個現實世界，她也沒有如同個案 C 般使用好像是做夢的說法來類化

脫體的經驗。之後，個案 D 就常有脫體的經驗，感覺自己出現在其他地方（這些地方有些她在生活世界中真實去造訪），有時候則不須經過脫體，而在生活世界中看到這位第一次瀕死經驗中出現的清朝人物。

研究者推論，個案因為生病所引起的生理變化，導致瀕死經驗。其後持續的異常經驗則是因為生理變化的因素依然存在（體質改變），以及瀕死經驗帶給個案的心理衝擊，讓他們更有機會產生異常經驗。

個案 D 在二年後又經歷一次具體明確的瀕死體驗，她已經很習慣自己可以離開身體，只是這一次脫體後的內容和以往很不一樣，以後也沒有類似的情景。下面是個案 D 第二次瀕死脫體的自我陳述：

可是我發覺到我，有聽到很多聲音啦，可是我人出來了，不在我身體裡面，我人已經離開我身體，可是我就是看到那尊佛祖好大，好大好大。我一想說這個原來在哪裡看過？原來是京都的。那個佛祖真的在我面前，他一直對著我笑，那我也對著他笑，可是我明明聽到旁邊有人在叫我，可是我看到我人躺在那邊。……週圍整個全部都是空白的，但是我人躺在那邊，但是我看到我的身體在移動，因為人家幫我……，後來我醒過來是知道我是休克了，我已經休克送醫院了。那時候我看到我身體在移動，是人家把我送去醫院，但是我聽到週圍有很多人在講話。等我醒過來，已經是兩天之後的事情。……（兩天當中）我就一直跟著那佛祖，我覺得時間很短啦，可是我醒過來，人家說已經是兩天以後了。我就是從頭到尾都是那尊佛祖在上面。我只記得聽到聲音，可是我怎麼回去我也不知道耶。(D0302)

從這一段文知道，個案 D 休克後，可以看到自己躺著的身體，聽到許多人的聲音，同時又看到一尊佛祖。她對現實世界的感知只在被送去醫院這一段，後來昏迷的兩天她對現實世界並無感知。這一次個案 D 很明顯的描述自己脫體的狀態：「可是我人出來了，不在我身體裡面，我人已經離開我身體」。

再看個案 B，他在突然被車子撞到後失去對現實世界的知覺，而直接轉換到另一個境界——走在一條昏暗的路上。下面是他的陳述：

忽然間我就走在那裡，可能被(車子)撞了之後，我就去了那個地方。(B0403)

走了一段時間，我有聽到聲音，但是又沒有人，那個聲音，又好像在旁邊，但是又好像隔著另外的地方，但是那個聲音又好像在旁邊。……我聽到她(指太太)在講話。但是我又聽不清楚，那個很像是她的聲音啦。但是我又不知道要怎麼回去，怎麼回去那邊，有聽到聲音，不知道要怎麼回去。那個地方又是很荒涼，對不對？兩邊都是圍牆，前面遠遠的稍微可以看到空地這樣。這樣我要怎樣過去她那邊，沒有辦法。阿前面那個燈…，雖然我有聽到聲音，人的聲音，根本就沒有看到半個人。但是我又很清楚，有聽到聲音，但是不知道要怎麼樣過去。也沒有看到半個人哪，但是我有聽到…，我的想法可能就是隔一個界啦。(B0702)

與個案 D 比較，同樣是昏迷，個案 B 對被送到醫院這一段情況是沒有感知的，而最先與現實世界接應的是聽覺，此時當事人的意識依然停留在他方世界，感覺自己在一個陌生的地方行走。研究者推論，這種情形也是脫體一個類型。

脫體後的場景描述可歸納出幾個類型：

- (一) 出現在身體旁邊的現實生活中：看到、聽到世間的人正在對自己的身體進行救護。
- (二) 出現在現實生活的其他環境中：可識別在何處(如自宅或其他親友家)，也有無法識別在何處的(如不知名的城市或郊外)。
- (三) 出現在他方世界：如黑暗中、花園、田野、地獄、天宮，或其他可識別不在人間的地方。

脫體後的形體描述也有幾種類型的描述：

(一) 有微細物質的身形感。如前述個案 A。《來生》中也有類似的描述：

我是另一種形態的形體……不全然像人體，也並不是一大塊物質。有形狀但無顏色。我知道我依然有那種你可以管它們叫「手」的東西。(Elsaesser Valarino, 李傳龍等譯, 2000, p56)

(二) 感到自己的身體完整無缺。如庫布勒·羅絲 (Kübler Ross) 所言，因癌症失去頭髮或乳房者都感到自己完好如初。(Elisabeth Kübler-Ross, 1991 : p13)

上述二種情形，林格認為當事人在脫體後基本上是一個意識中心，但在難以描述以及知覺暫存的心態下，附會地說有一個靈體或光體 (Elsaesser Valarino, 李傳龍等譯, 2000, p136)。研究者則認為脫體後微細身形是意識作用造成的物質粒子凝聚 (科學家已證實，意識的觀察會影響能量的形態，物質解析至極微，也是能量共振的狀態，參見 Elsaesser Valarino, 李傳龍等譯, 2000, p247)。

(三) 沒有時間感，沒有空間和距離的問題，可隨自己的心念到達其他地方，造訪自己的親友，而親友們卻渾然不知 (Elisabeth Kübler-Ross, 1991 : p14)。《來生》中有一段典型的描述：

每當我看著一個人，想知道他在想什麼的時候，就如同透過近距特寫鏡頭一般，看到我想看的任何東西。我的一部份——我管它叫意念——好像仍在那裡，在我身體幾碼之外。當我想要看遠方的某人時，我的意念就會像追蹤器一樣，馬上去到那個人的身邊。當時我覺得如果世界上任何地方發生什麼事情的話，我都可以立刻抵達現場。(Elsaesser Valarino, 李傳龍等譯, 2000, p65)

這種能力也是回顧人生的特色之一。即使是盲者在脫體後也此一能力 (Kenneth

Ring，李傳龍等譯，2001，p127)。

(四) 只有純粹的意識。(Elsaesser Valarino，李傳龍等譯，2000，p55)

(五) 沒有肉體，但強而有力的能量中心。(出處同上)

(六) 林格認為，那似乎是一種思考的功能，一種智力的概念。(出處同上，p122)

據上可推論，脫體可能是人體受到極大痛苦，超過身心的負荷，而產生的一種身心脫離意識。脫體後的意識，沒有身體的羈絆，發揮了極大的想像功能，在自我意識與外在刺激的交互作用下，產生許多不可思議的影像境界。脫體後的意識一開始總是被動地受外在刺激（黑暗、光、靈魂、他方世界之影現等）而思惟，漸漸地也可以嘗試加入自己的意志作用來行事，一如在人間大部份受制於外在環境，其實也可以靠自己的意志力選擇改變環境。

其實，靈魂出體、冥想、瑜珈、禪坐、巫師通靈、迷幻經驗、神智清醒的夢、自發的神秘或宗教經驗等，都可能會產生遇見光體、安詳、欣快感及全知等與瀕死經驗類似的現象。林格認為瀕死經驗中的一切並非潛意識的產物，他稱之為「意象的」(imaginal) 空間——不是想像的 (imaginary) ——人們只有在接近死亡的狀態下，才能察覺到其中的特性。他相信那是一個真實的領域，存在於超越的秩序中。瀕死經驗相似的客觀性可能是接近死亡階段時，神經系統對意識所造成的影響。林格說，它不能以內在經驗或來自外在而二分之，「它是事物本質的揭露」。它的作用「傾向以當事人熟悉、能夠理解，且對其潛意識有意義的象徵形式呈現，好讓人們易於理解。這可能是潛藏在背後的智慧針對個別經歷者所做的安排。」這種智慧透過各種信仰體系、傳統和文化被反應出來時，其相狀的差別可能很大。例如光體穿越三稜鏡會折射各種繽紛的色彩，然而其本質還是

光 (Elsaesser Valarino, 李傳龍等譯, 2000, pp119~194)。瀕死經驗的內容之於當事人如同光的折射, 隨著感應體(心識)的差異, 有多種樣貌, 卻依循著某些共同的模式(如林格所列的體驗項目); 然而當事人傳達瀕死經驗的訊息出來時, 又經過再度的折射, 受到語言系統、表達能力及記憶能力的影響, 非經驗者也只能從中領略到一二了。

二、意識作用所成之光影與脫體情境之關涉(以唯識說與西方科學為論證)

本研究提出佛教的觀點詮釋瀕死經驗。意識所形成的境界, 佛教稱之為「法界」。瀕死經歷者脫離肉體後的遭遇, 如感覺進入黑暗、遇見或聽見某人之聲音、回顧人生、看見光、看見美麗的顏色、進入光中、遇見「靈魂」等等, 可以佛教「十法界」與唯識學的「三類境」來理解(參見本研究第二章第六節第四項), 係由心識與心識交互作用所招感的光影境界。

西方科學的研究可以印證佛教主張意識形成各種境界的觀點。

科學家發現原子是組成萬物的基本單位, 由電子、中子和質子所構成, 是一種能量, 其存在無可限量, 無法被摧毀, 只能改變狀態。物理學家盧帕斯可(Lupasco)則說, 「能量必須在潛存和發揮之間不斷循環」(令人聯想到唯識學說的「種子起現行, 現行熏種子」之理論)。此說與佛教的輪迴思想有異曲同工之妙:

世間一切的現象都離開不了輪迴循環的道理, 宇宙物理的運轉是輪迴, 善惡六道的受生是輪迴, 人生生死的變異也是輪迴。宇宙物理的自然變化, 譬如春夏秋冬四季的更遞, 過去、現在、未來三世的流轉, 晝夜六時的交替, 是一種時間的輪迴。東西南北方位的轉換, 這裡、那裡、他方、此處的不同, 是空間的輪迴。綜合觀之, 我們日常生活中的種種, 何嘗不是輪迴現象的詮釋? 譬如風起雲湧, 凝聚成雨, 雨水被太陽蒸發成雲, 雲再轉變成雨, 如此週而復

始，是輪迴現象。開車使用汽油，汽油產生熱能，熱能變成二氧化碳，二氧化碳以另一種形態散佈於空氣之中，日久又形成一種燃料供給使用，這也可說是一種輪迴。又如我們食用菜蔬，經過消化作用，排泄廢物成糞便，糞便再拿來灌溉菜蔬，是一種輪迴。燈光亮了又熄滅，熄滅之後又點亮，也可視為輪迴的現象。(釋星雲，1987，p148)

生化博士路易馬利·文森(Louis-Marie Vincent)表示，根據愛因斯坦的相對論，「若沒有物體，空間是不能存在的。的確，正是物質，也就是能量，才能創造空間，而且如果沒有空間也就沒有時間。這也就是所謂的『相對時間』。」時空是由能量所形成的(Elsaesser Valarino，李傳龍等譯，2000，p206)。

綜上而言，科學家發現原子是組成萬物(物質)的基本單位，其本質是一種能量，其狀態形成空間與時間。時空由能量所形成，其展現方式依目前人類所知，可以分為二種層次，一是物質，二是意識。心物是一？是二？哲學家各有論說，尚無定論。佛教所提出的看法是：前者稱為「器世間」(即國土世間，指山河大地等外在環境)，意識個體為「有情世間」(即眾生世間，指由五蘊所成的一切眾生)。器世間與有情世間二者之通體稱為「五蘊世間」(十界中五蘊各有差別)。物質與意識的關係，科學家已有新的論點：

文森博士將生命視為一種物質變化狀態，其中組成物質的原子彼此密切相連。生命狀態與「空間和時間中原子特定的排列方式」有關。這種特定的排列方式來自一種訊息，即非物質的「意義」，它存在於意識的層次。他認為思想也是一種能量形式，提出一種新的假設：將「愛」看做是最高層次的能量，可以被轉換成具有功能的光、電、機械能等。這種假設來自光能可轉換為電能，電能又能轉換為動能，動能再轉換為熱能的事實；人類發明渦輪機將熱轉為電，發明電熱器將電轉為熱能，文森博士則提出：為何不能將「人」視為是將「愛」轉換為其他能量類型的機器呢？佛教唯識思想足以支持西方科學家的假說。

「萬法唯識」之說主張阿賴耶識「能藏」萬法之種子，種子遇緣起現行後，又成為

新的種子回存於阿賴耶識「所藏」之中，而種子變現的主導作用則在於阿賴耶識被第七識妄執為「實我」，而生生不息，因此阿賴耶識又稱為「我愛執藏」。佛教將意識的能量作用以「藏」名之，並標明其能藏、所藏、我愛執藏之三種功能與特色，或許可以視為物理學界舉出的三種基本能量形式：運動能、勢能、熱能；「能藏」表運動能，「所藏」表勢能，「我愛執藏」表熱能。文森博士將「愛」視為最高層次的能量，能被轉變成光、電、機械能等能量形式之假設不謀而合，恰似「我愛執藏」具有種子起現行，衍生萬法的能量轉變理論。

為了進一步解釋生命的物質部份如何受到意識的直接影響，文森博士舉 DNA 為例，說明包含在 DNA 分子的遺傳內碼中的「資訊」，由物質成分和抽象成分（意義）所構成。有許多研究證明，細胞之間確有資訊的傳輸，訊息由不同的分子進行傳輸，同時也藉著接力由電衝進行傳輸，這些情況只能以一種智能形式的存在來解釋，這形成了身與心無時無刻的互動狀態。其實，身體的物質部份不斷在更新，包括 DNA 在內，人一生的成長過程猶如是一股物質流不斷流過一個肉眼看不見的形體。（此處以「形體」一詞代替「身體」，強調其不斷更新的變動性。形體是一度、二度、三度……一直到 n 度空間的空間範籌，就人類而言則是一個容量，在這個容量內，能量互相轉換著。）上述這種「身體其實是不斷變動更新的假合形體」之論點，在佛教中已流傳千年。依佛教教義而言，生命個體係五蘊所成（色、受、想、行、識），肉體的部份只是其一（色），《心經》：「色即是空，空即是色，受、想、行、識，亦復如是。」所謂的「空」意指萬物皆是各種因緣條件具足下的暫存狀態，因緣條件隨時在變動中，因此稱之為「緣起性空」，佛教的空性論說揭示了萬物因變動無常而無我（沒有一個具主宰性的實存體）的現象觀察；不惟物質性的身體（色）如此，精神性的意識（受想行識）亦如是。

據文森博士所言，細胞之間的資訊傳輸，影響身心的發展，佛教則說：生命個體受到過去行為的業識影響，而形成果報之身的業報理論。也就是說，過去的行為已然發生，變成記憶，成為生命意識的一部份，這些舊有的意識訊息即可能透過細胞被傳輸，影響身心的發展。

意識既非物質，究竟是以何種形式被傳遞呢？文森博士主張資訊的抽象成分（意義）

需要一種物理的或超物理的媒介來保存，例如超光速粒子。資訊可分為二大類，第一類是以基因方式傳輸，關係到軀體的形成及其功能；第二類是一生當中所獲得的資訊，這種資訊構成了經驗的記憶。思想是經驗的記憶及其運用，人死後物質分子瓦解了，這些抽象功能依然存在，基督教認為被容納在稱為靈魂的精神元素之中，文森博士則假設它回歸到超光粒子的量子場。（數學家將「場」定義為空間的一部份，在這個場內，任何力都在發揮作用，例如磁力、電力，或是資訊。）這種假設可以作為瀕死經驗為何只能保有視覺和聽覺的一種理解，因為光和聲是以波來傳送，而嗅和味則是藉由分子等物質來傳送。不過瀕死經驗中的影像不一定來自視覺，經歷者可以將其它意識體的「空間訊息」解碼，此訊息可以虛擬實境的方式來界定它的展現形態。例如我們看到 $x^2+y^2=100$ 的公式時，會想到一個半徑十公分的圓（Elsaesser Valarino，李傳龍等譯，2000，pp201~229）。文森博士的假設尚未能獲得科學的證明，然而他的解釋與佛教認為意識能構成世界萬象的觀點有相近之處。

此外，黑吉·杜德耶醫師（Regis Duthiel, M.D.）則提出一種超光速意識的假設，主張意識是一個超光速物質的場域，屬於真正的根本宇宙，而我們的世界只是該宇宙的一個次光速全像式投影。這種假設來自於量子學，因為觀察者和觀察物之間會產生互動，意識會影響量度，意識與所觀察的量子物體形成互動的粒子場，這個粒子場的顯現即可能是我們所在的宇宙世界，由次光速粒子所構成。而意識本身可以假設是由一種超光速的粒子所構成，在這種超光速物質的場域裡，時間滯留不動，空間本身會以我們無法想像的方式不斷變化（Elsaesser Valarino，李傳龍等譯，2000，pp237~238）。在意識的超光速物質場域裡，時間不動，空間千變萬化，在其中所感受到空間影像決定當事人的時間感，足以解釋昏迷二天的瀕死經驗者只覺受到短暫時刻，如果其覺受之影像沒有移動，更容易有時間消失之感。

黑吉主張的意識超光速物質場域之根本宇宙投影出次光速的人類宇宙世界之假說，與佛教主張能所不二的心識功能之說類似：如，八識的總體，尤其是第八阿賴耶識，具有本體與現象的雙重意義：就其本體說，識是變現一切事物現象的根本（猶如根本宇宙）；就其為現象說，識是感知包括它們自身在內的一切事物現象（猶如次光速宇宙）

的主體。世界萬物、人的生命及其一切精神作用，都來源於阿賴耶識，都以阿賴耶識為其存在的最終理由（參見本研究第二章第六節第四項）。

前述之假設來自量子學，美國物理學家范因伯格（G. Feinberg）將粒子分為三類：第一類是緩子（bradyon），比光速慢（次光速），如電子、質子等，我們的宇宙就是由這些粒子組成；第二類是亮子（luxons），以光速等速運行，如光子。第三類是被稱為迅子的假想粒子，比光速快（超光速），由推論產生，難以觀察（Elsaesser Valarino，李傳龍等譯，2000，pp234~235）。黑吉基於德國物理學家觀察到超光速的波，推論光子是由一個緩子和一個迅子所構成，在某種情況下，光子會分解釋放出迅子。黑吉假設，意識或心智是由一個迅子場或超光速物質所組成，位於光界另一端的超光速時空中，稱為基礎宇宙。我們的次光速宇宙只不過是基礎宇宙的全像式投影，這個投影透過腦皮層成形，腦皮層扮演篩檢的角色，只允許少量的資訊和意義進入到投影中。由光子所組成的場域是兩個宇宙的共同區域。黑吉說，瀕死經驗者脫體後所經歷的黑暗或隧道，可能就是兩個宇宙之間的真實邊界，或稱之為光牆。在穿越通道的那一刻，經歷者的部份意識通過了光牆，意識中充滿了以光速運行的粒子，也就是光子。經歷者本身變為光，身邊的一切變得黑暗，產生通過黑隧道和一片黑暗空間的感覺（Elsaesser Valarino，李傳龍等譯，2000，pp241~244）。

這個假設幫助我們理解宇宙萬物與意識的關係，但是在解釋瀕死經驗時，出現了牽強附會的矛盾理論，如「光牆」的假設，令人誤解有一個實存時空被切割成超光速宇宙與次光速宇宙，而光速量子場的本身是否為另一個宇宙？光牆又位於何處？當經歷者本身變為光時，為何身邊的一切變得黑暗，黑暗又是屬於那一種宇宙？在此困境中，研究者提出佛教唯識的理論以承接現代科學的假設。意識如果是由迅子組成，它也是光子的組成份子之一（根據科學觀察推論光子是由一個緩子和一個迅子所構成），也就是它隱藏在等速的光的運行中。迅子、光子、緩子其實是一種共在的模式，迅子代表本體的性質，緩子代表現象的性質，本體與現象交涉的媒界是光。本體如果是意識，光就是本體的智用，現象的展現則不是一個宇宙所能涵蓋，所以佛教稱之為「法界」。吾人一己的意識只是本體的一部份，意識的智用無窮，法界也無限，但若執著部份意識以為「我」

的實存，自外於本體，就會認假為真，落入迷妄苦惱的業感輪迴中。

意識是否是一種粒子？從量子論而言，「粒子只不過是觀察者腦海中的虛構之物」（Elsaesser Valarino，李傳龍等譯，2000，p247）。如前述所言，觀察者和觀察物之間會產生互動，意識會影響量度（測量結果），意識與所觀察的量子物體形成互動的粒子場。同理，佛教唯識學舉出心識中前六識了別外境起心造作的行為種子回薰到第八阿賴耶識中，而第七末那耶識則妄執第八識為實我，形成「現行薰種子，種子起現行」的互動循環。唯識學以三量說來判攝意識觀察、了別、思量的結果：一、現量，由五官能力直接覺知外界之現象者；二、比量：由既知之境推理所得；三、非量：非正確之現量與比量或非可量之量。「物理學家們相信有量子體系存在，它們是固定波，由於觀察者意識的介入，使得這些量子體系轉變為某種體積，於是人們便以為它們是粒子（Elsaesser Valarino，李傳龍等譯，2000，p247）。」這個粒子場的顯現即可能是我們所在的宇宙世界。科學推論，意識有能量的功能，其所量的結果變成意識的投射，也就是我們所在的世界。根據唯識學的三量說，量子體系（固定波）屬於現量，量子體系受到觀察者意識之影響轉變為粒子，屬於比量（意識的投影），如果觀察者錯知現量與比量的結果就是非量（推理錯誤，又再度推理，形成各種投影）。

那麼，意識所量的對象（量子體系中的固定波）又是何物呢？根據「光子是由一個緩子和一個迅子所構成」的科學推論，研究者推論，這個固定波就是「光」，是意識的思量作用，意識的量子場成等速運動狀態，形成光及其投射。這種投射是多層次、同時存在的，而且與意識共在，如果人死後回到本體意識，就能同時看到這些多層次的投射世界，感到時間與空間的不存在。根據這種假設，世界中的生命個體意識，與本體意識無二無別，只是受限於時空的角度，只能覺察到意識所投射的世界，並且於其中再度思量及交叉投射，產生二度投射、三度投射……n度投射。佛教常以重重無盡來形容世界（法界）的構成。

意識的思量作用形成「光」，可以從西藏佛教「大圓滿法」的理論中探知：

在大圓滿法中，一切事物基本的、本具的性質稱為「地光明」（Ground

Luminosity) 或「母光明」(Mother Luminosity)。它遍滿我們全部的經驗，因此也是我們心中生起的念頭和情緒本性。……這把鑰匙將為我們打開通往全智慧之門，我們稱它為「道光明」(Path Luminosity) 或子光明 (Child Luminosity)。當然，地光明和道光明基本上是相同的，但為了說明和修習起見，只有如此的分類。……當念頭或情緒產生時，道光明 (本覺) 立刻認出它是誰，認出它的自性 (地光明)。在那個認證的當下，兩種光結合在一起，念頭和情緒即獲解脫。(索甲仁波切，1996，pp212~213)

從上述的說明中可知，無論是念頭的生起，或是覺察，都是意識的思量作用，而且都是光明的呈現。索甲仁波切說，每一個人在死亡的剎那，地光明會大放光明，亡者如果已學會認證它，安住在本覺的純粹現前，就是完全解脫的機會。經歷地光明的狀態之後，意識就會離開肉體。地光明也被稱為「實相中有」或「明光」，其詳細內容在第二章文獻探討已陳述 (參見本研究第二章第六節第二項)，在死亡歷程在地光明之前，還有意識的分解。

《西藏生死書》說明死亡的歷程可分為色身的外分解和意識的內分解。在內分解的過程中，粗細意念和情緒都在逐一分解 (索甲仁波切，1996，pp318~319)：

- 一、顯現 (appearance)：由三十三種瞋所產生的一切意念全都停止運作，覺察力變得非常清晰，經驗到「一片白茫茫」，像「被月光所遍照的清淨天空」一般。
- 二、增長 (increase)：由四十種貪所產生的一切意念全都停止運作，有快樂的強烈經驗，感到「一片赤紅」，像清淨的天空中太陽照耀一般。
- 三、完全證得 (full attainment)：由癡所產生的七種意念全都停止運作，經驗到一團漆黑，就像是天和地的會合。

顯現和增長產生的次序不一定，二者的會合就是證得。從瀕死經驗者的描述，「感覺進入黑暗」可能就是這種經驗，具有安詳、欣快感，這是一切意念停止運作的原貌。在稍微恢復意識後，就是地光明的顯現。瀕死經驗者所見到的光，應注意所伴隨的黑暗

或隧道經驗，如果在其之前，屬於意識分解的部份，如果在其之後，經過「完全證得」（full attainment）的漆黑狀態，應屬脫體後的經驗；詳情待第九項「進入光中」再作討論。

綜上所言，宇宙從何而來？可以說是從意識來，意識又從何來？意識是一種能量狀態，能量變化，形成光（固定波）及其投射世界（粒子場），粒子被視為物質，其不同排列方式構成宇宙的萬事萬物。如先前所言，物理學家盧帕斯可（Lupasco）說，「能量必須在潛存和發揮之間不斷循環」，宇宙世界也隨之不斷變化，形成大小不同的各種輪迴體系。

能量的循環作用，普遍呈顯在物質的變化，當這種循環或因時間因素，或因意外刺激（例如循環與循環之間的交涉影響與聯結）達到某種奧妙的境地，而有生命現象，形成生物。

科學哲學教授米榭·勒佛夫（Michel Lefevre）提出「意識」的起源說：每一種生物都有一種「主觀性」，這種主觀性是它們之所以存在的內在性，能自發，能與外在環境互動，甚至有交配與繁殖的作用。換句話說，主觀性就是生物的存在模式；是生物獨一無二的特徵；儘管物質和能量之洪流不斷流過，儘管分子和細胞持續地以生物有機體為中樞進行更新，主觀性卻使生物體能終其一生保持自身的同一性及形體。一個生物體就是一種透過不斷的新陳代謝所達成的自我接續，來與外在環境互動的生物（Elsaesser Valarino，李傳龍等譯，2000，pp344~353）。米榭所說的生物的主觀性在佛教則稱為「我」、「主宰性」、「自性」，他認為意識的產生源自於神經細胞的出現，以及其在腦部組成的中央系統，所以意識是生物進化至高等哺乳類才能產生。這與佛教所言，意識在六道中輪迴的理論不同。六道中的畜牲道，除了人以外，涵蓋了所有的生物，所謂四生九有都是有情識的眾生（參見本研究第二章第六節第三項）。

佛教將物質名之為「色法」，有質礙之義，由地（堅硬性）、水（濕性）、火（煖性）、風（動性）四種性質所積聚，進一步說明了能量狀態的性質。由於能量循環，形成積聚。萬事萬物都是一種積聚，各種因緣條件的組成，隨時在變動中，所謂「緣起性空」，沒

有自性。而有情眾生是色、受、想、行、識五蘊的積聚，除了物質的身體外，還有意識的作用力與記憶力，《心經》：「色不異空，空不異色，色即是空，空即是色，受想行識亦復如是」。窮其究竟，意識的存在與作用也是緣起性空的，所謂「此有故彼有，此無故彼無」，宇宙萬物與意識是相生相成的關係，是一個循環的圓，無始無終。然而其中的變化，意識具有極大的影響力。人類想要一窺宇宙之奧秘，何妨從自身的意識進化著手，讓自己回歸本體意識，心包太虛，量周沙界。

本研究以上述佛教對意識與宇宙萬物形成與演變的整體構思為基礎，逐項討論瀕死經驗的各項內容。

肆、感覺進入黑暗

前面已討論當瀕瀕臨死亡的剎那，意識突然處於失去肉體羈絆的情況，感覺進入黑暗，此時在黑暗中，意識一時失去物質存在所形成時空感，一切經驗顯得異常而奇妙。

個案 A 進入黑暗的經驗是伴隨著快速的滑落感，並且是具像的，如下所述：

不省人事以後我覺得好像，人好像坐雲道飛車或者是坐溜滑梯吧，就一直往下滑，那速度相當相當快。(A 四 01)

而且好像是黑暗的，像我們坐火車經過隧道、山洞那種感覺，很快。(A 四 02)

沒有聲音。(A 四 03)

先看到隧道，是黑色的，一直往下掉，一直往下掉。……直的，類似像幾度空間是這樣交錯交錯交錯的。……那你人的，我不知道那是不是人，你就可以從那個交錯的空間當中，非常的細小，那個空間很大的話你也可以從那個空間跌下去、溜下去，那個交錯的空間很小的時候，你也有辦法從那細的空間滑落下去。……不是同樣一個寬度，沒有。它就像積木，是這樣子，有不規則性的。……黑色的。……有時候是黑色的，有時候又像是灰色的，有時候又是很

亮的那種顏色，但是他的亮不會讓我們感覺那是藍色、或是黃色、紅色呀，不是那種顏色。(A0404)

這種快速通過「隧道」的經驗是特殊的，個案 A 所描述的情景是幾何圖形，難以理解的是「它就像積木，是這樣子，有不規則性的」，顏色有暗有亮，但是黑白色系的，沒有聲音，感覺自己穿過大大小小的空間，不斷滑落。個案 A 在手術前就有死亡的心理準備，而且在產生這種快速滑落經驗後，是透過自主的力量停下來的，因此，研究者推論這是心情緊張的結果，在脫體後快速行進產生的視覺感。

在心情平靜的時候，對周遭的黑暗情景會有較容易理解的描述。所以個案 A 在滑落一段時間後，注意到亮的地方，產生朝向亮光行進的念頭，速度就慢了下來。如下所述：

往下滑有一點距離以後，我發現，有亮的地方，我就往亮的地方走，而這個亮光，並不是很強烈，但是它能吸引到我，因為我認為，應該說在我的概念裡面，有佛菩薩的地方應該就是有光吧。那時候不滑了，感覺上是用走的。(A0701)

是看到了光，自己想要停，就不滑了。(A0702)

在黑暗中行進，是典型的瀕死經驗描述，當事人在此一過程可以隨意減速或停止。此時當事人的意識處於簡單的意象中，依然有思量作用而自身形成光，在黑暗中行進而具有隧道感。個案 B 是突然被車子撞到，進入黑暗的，他當時可能還沒意識到自己發生了意外，沒有臨死的緊張心情，以原來走在路上的速度切換到另一空間：

我是走了一個…非常…寂寞的地方，那個，那個，那個地方，不會很亮，稍微是昏黑，好像沒有電燈。又知道是，旁邊是很高的圍牆，很高的圍牆哦，很高的圍牆裡面到底圍的是什麼東西，我不知道，反正是很高的圍牆。圍牆跟

圍牆的中間有一條路，我就在那邊一直走。心裡面也沒有什麼喜怒哀樂，就這樣走。(B0401)

我想我怎麼會到這個荒涼的地方來。到底是什麼地方？我就一直走。那圍牆很高，我又不說去爬，因為那根本就爬不起來，因為那圍牆很高。……材質？看不懂，好像是鐵。好像那個灰色的。像一條巷子，兩邊都是很高的圍牆。後來我就走，我又看看前面那邊，前面那個地方好像很荒涼，很空曠。兩邊都是牆，但是你可以看見前面的路，圍牆那個一定是，不知道是什麼……建築物。很高嘛，我又看不到那個屋頂，就是圍牆很高。……又暗，看不到。……好像看不到邊。……前面又知道那個是很荒涼的地方。(B0402)

這種進入黑暗行進的感覺，一般稱為「隧道經驗」，如個案 C 雖然是去遊地獄的描述，大體而言也是隧道經驗，只是內容比較多樣豐富，如下所言：「暗暗。就是暗，好像霧很重，看不清楚（台語，C0401）。」「那好像一個黑洞進去（台語，C0402）。」

由上述可推知：瀕死情形會讓當事人進入黑暗，在黑暗中行進而有隧道經驗的感受。以上三個處於黑暗的例子，沒有伴隨「與光融合為一」之歷程。另外有一類是靜止在黑暗中時，感到身心脫落的自在感，如林格的個案尼夫（Neev）：

在 X 光檢查室內，我無法再看到我的身體，我雖仍在體外，但此刻卻甚麼也看不見。眼前一片漆黑。我感覺到自己的存在，但卻沒有任何實在……倒是有一種不可言喻的愛和溫暖之感。就好像是嬰兒出生前卷臥在娘胎一般。我感到無比的平靜和安祥。我壓根不想離開——好像這就是我窮畢生之力所要尋找的地方。除了我孤身一人之外，這個地方各方面都無懈可擊。我一想到這個念頭，我在黑暗之中感受到的靜止狀態，立刻像閃電般地動了起來。我感到凡是我要知道或是想知道的所有事，我都能知道。當我問「我為何會在這裡？」時，整個人忽地停止移動。我知道內心裡早有了答案，我根本不需要對任何人

說——所有的事都自然發生。每當我想到什麼時，它就像顯靈般地出現在眼前。(Kenneth Ring, 李傳龍等譯, 2001: p28)

上文顯示，尼夫是在脫體後見到自己的身體後，再度進入黑暗之中，他在黑暗中的這種「愛」、「溫暖」、「平靜安祥」和「全知」的感受，與瀕死經驗中與光融合為一的體驗特質一致。依據本研究之文獻探討「人死之際，經驗意識或客體意識消失，清淨意識出現」，亦即「一切分別意念中斷」，可以體會「實相暫現」之解脫、光明與法樂。(參見本研究第二章第六節第二項)因此可以得知，瀕死經驗中的這些感受是因為處於黑暗或光體中，造成身體形像與心理差別認知的消融。當身心存在的認知消融於黑暗或光體之中時，使人有一種解脫自在的感受，其特色是「愛」、「溫暖」、「平靜安祥」和「全知」。再舉一個林格的個案羅拉琳 (Laurelynn)：

接著我遊到另外一個國度，那裡是一片安祥寧靜。沒有絲毫苦惱，只有處在一個溫馨、黑暗、安靜的空間裡的那種幸福感。在這樣一個充滿無條件的愛和被接納的環境中，我受到「至福」的層層包圍。那一片無限伸展的黑暗是如此的美。這種絕對的平靜，無拘無束的感覺，令人心醉神迷的程度，是我在人世間從未感受過的。(Kenneth Ring, 李傳龍等譯, 2001: p38)

尼夫和羅拉琳在黑暗中的體驗感受與其他瀕死經驗者與光融合為一的體驗感受一致，在第九項「進入光中」，再作進一步探討。

伍、遇見或聽見某人之聲音

本研究的四個個案並沒有強調聽見某人的聲音。研究者從自我陳述表中推察，符合這一要素者可分為兩類。

一、聽見現實世界的人在身旁講話。

個案 A：進行引產手術麻醉後脫體，回到手術室看見自己的身體躺在床上，並且聽見醫護人員進行手術的對話。

個案 B：被車子撞到後發現自己走在一條荒涼的路上，卻聽見妻子問醫生的話。

個案 D：白血病休克，脫體看到自己躺在床上，聽到親人及醫護人員的講話聲。同時又在另一類空間看到一尊佛像。

二、聽見他方世界的人說話（不一定有聲音，而是一種意念的交流。）

個案 C：被蛇咬到昏迷，遊地獄，後來遇到一位老伯伯帶她回家。如下所述：

一個阿伯來給我講，我帶你回來。我講我們家在哪裡？他講你們家在頭前而已。我就清醒起來，叻，我們家在頭前，啊這兒對啦，我們厝邊那兒有一個，有一掌大掌𦵏樹，差不多三百年的樹仔，這邊也有竹林。他給我比說，你們厝在那兒。（台語，C1002）

林格的個案羅拉琳（Laurelynn）的實例可以作更清楚的說明：

我覺得在我的右上方有一個靈魂之類的東西向我接近。當我察覺到那竟然是我的姐夫時，我更加感到無比地快樂和安祥。他在七個月前過世，享年三十歲。我不是用聽的，也不是用看的，但憑直覺我就知道那是他沒錯。他沒有形體，只是一個靈魂。但我可以感到他的笑容、笑聲和他幽默的談吐。……我記得心裡仍在想，我不想回去，這時他的想法又閃過我的腦際：「不要緊，我們哪兒也不去，我們會再來這裡找妳。」他最後的想法是：「告訴你姐姐，我在

這裡很平安。」(Kenneth Ring, 李傳龍等譯, 2001: pp39~40)

人類彼此的溝通向來仰賴語言表達，在瀕死經驗中這種意念交流的訊息傳遞，當事人很自然地以「說」來作為描述，所以當個案陳述自己聽到什麼或別人說了什麼時，其實是透過自己的語言系統轉譯出來的。乃至個案描述自己瀕死經驗的見聞時，都含有個人理解能力、價值觀與文化背景的變數。個案 B 和羅拉琳所遇到的「靈魂」，屬於他方世界的意識個體，他們用自己的意識展現出形體（如個案 B 看到一個老伯伯）或意識型態（如羅拉琳雖不見姐夫的形體，卻可以感受到他的存在模式）。我們或許可以如此來解釋這些現象：宇宙中存在無數意識所成的法界，法界與法界的交流在於意識與意識的思量作用達到能量共振一致而形成互動的粒子場。(參見本研究第四章第一節第三項)

陸、回顧人生

本研究四個例子中，只有個案 B 的第一次瀕死經驗，在瓦斯爆炸後有此一經驗：

就那一剎那，那個不知道停留幾秒鐘，反正我有意識的時候，我看的全部都是紅色的，連那個磚都是紅色的，而且可透過去，我就看到她（太太），抱小孩子，跑到樓下去。但是那個我是清醒還是怎麼樣，我不知道。那後來，很快，從我腦海裡，很快，從我那個，出生哪，很快很快，好像在做電影一樣。但是我那個時候沒有什麼喜怒哀樂。好像自己看到，自己從那個，以前小的時候，自己做過什麼壞事、好事，好事可能比較少。那個，那個，那個小時候都是去，因為那個時候生活很苦，抓魚呀、抓青蛙，或者去偷摘寺廟裡的香蕉呀…，反正很多事情在那一下子掠過，都沒有遺漏這樣子啦。阿自己，就那一剎那，自己心裡就這樣講：我一生就到這裡為止了，就不知道了，我就不知道到哪裡去了！（B0601）

個案 B 顯然已經意會到自身處境的危險，緊接著有了回顧一生的經歷；因此，回顧人生與當事人意識到自己面臨死亡危機的引導有關。例如，林格的個案克雷格(Craig)在一次翻船事件中，眼看自己即將淹死，腦海裡思潮洶湧。他描述自己以旁觀者的角度，看到自己的一生場景以超高速度一幕幕地展現在眼前。「我意識到這些影像可能是我人生最後的一章，當這些影像停下來的時候，我將永遠地喪失意識。」這種體驗與個案 B 的描述一致，當事人在回顧人生的同時，意識到自己即將死亡。比起西方的案例，個案 B 的描述簡單而含蓄，不若西方人勇於表達更多的內心感受，並且善於分析自己的心理狀態。根據林格的研究成果，人生回顧有以下特點 (Kenneth Ring, 李傳龍等譯, 2001 : pp198~252) :

一、重新體驗每一件事，包括自己和他人的感受。

那就像我又身歷其境。……它不完全是視覺上的。……感覺像是我重新活了一次，而且情況一模一樣，只是角度有所不同。

我的整个人生都被呈現出來，每一分、每一秒……我的所見所聞、每個人、每件事，一樣不少。

我完全清楚地知道我的一生所發生的一切，包括那些我不記得的無關緊要的事。

二、感知能力強：每個事件鉅細彌遺，能夠看穿自己當時的動機（也許那時自己並未完全意識到，或者早已忘掉），能夠理解別人的想法和情緒（好像自己變成了他人）。

譬如說，我以前不知道我家附近有多少蚊子。可是在人生回顧時，我甚至可以數得出有幾隻蚊子。對每一件事的感知，都比對原來發生在現實世界的每一件事的感知來得清晰明確。

我不但重新經歷了八歲時的心態，還有惡作劇卻僥倖過關的快感，我也能從一個三十多歲的大人的角度來觀察這整個事件。而且還不止如此。我好像變成了我阿姨。我完全能夠體會得到，那些草被割掉的幾天以後，她來到後院，發現我做的事情之後心裡的感受。

三、同時看到所有事件，它們按照時間先後排列：相關描述如下。

1. 彷彿進入一個全像式攝影的領域，所有資訊都被壓縮在一個無所不包的「一體」中。(時間被空間化)。例如：「就像腳下的一幅全景圖。」
2. 好像漂浮在空中的數不清的氣泡，每一氣泡都包含著人生的一景。
3. 一生出現在由「細小的光點和光的圖案」所形成的陣列之中。
4. 猶如成千上萬幅畫面的影片以超快的速度播映。

四、可以依照自己的意願去放慢影像的速度或快轉略過，以及放大

某些影像，甚至將某些令人感到不快的部份完全洗掉。

例如：「某些我最有疑問的事情，或是我想要更了解的事情，則更加突顯。」

回顧人生讓個案了解自己的所作所為，對周遭人事物的深遠影響。西方研究的個案強調在此一過程沒有外來的審判主（Kenneth Ring，李傳龍等譯，2001：pp222~226），但是「善有善報，惡有惡報」的因果定律，讓當事人自然而然地在此一過程中嚐到了他對別人的作為所換回來的報應苦果。另一方面，他們感覺到自己所作的一切，不僅沒有

被審判，而且無條件地被寬恕了。有些神學家批判這種沒有經過痛悔就無條件被寬恕罪孽的「廉價恩典」，是人們對瀕死經驗入迷的原因之一，它也許是一個被誤導的訊息。事實上，瀕死經驗者在回顧人生的過程中，已承受其行為所帶來苦受，而在返回人世中有了改過遷善，重新做人的決心與行為改變，這就是一種懺悔。以下是林格的個案尼夫（Neev）的描述：

我看到了我的人生，重新體驗了我的一生。我感到了從前所未感到的一切。當我說「一切」時，我指的是在人生的每一個階段中所受到的傷害，經歷的痛苦，起伏的情緒，與對各種事物的感覺。同時我也看到了自己的人生對周遭人所產生的影響……我感受到了他們所感受到的一切，透過這種感受，我才瞭解善有善報，惡有惡報。回顧人生讓我見識到了我一生中最美好的事物，同時也看到了最駭人的景象。（Kenneth Ring，李傳龍等譯，2001，p29）

回顧人生對當事人的影響，就如同尼夫所說的：「我討厭我所看到，就是那種回顧人生激發了我要將自己做一些改變的念頭。」研究者大膽假設，回顧人生與自我意識有極為密切的關係，當事人在意識到自己到了生命的盡頭時，很自然地回首來時路，在極短暫的時間中再度經歷一生，且絲毫沒有遺漏。當以第三者的眼光看著自己的所作所為時，當事人可以客觀地知道其行為帶給周遭人的感受，而了解所作之是非善惡。林格的個案羅拉琳（Laurelynn）的實例可以作為說明：

我在五歲時曾經把一個和我同年的小女孩弄哭了。我現在很能將心比心地體會出那個小女孩的感受。她的沮喪、她的淚水和她的孤寂感，現在都變成我自己的了。……我已經把這些事情淡忘了，認為它們不重要，直到後來我以客觀的角度和友愛的心情回顧這些事情時，我才又記起來，並且發覺它們意義非凡。（Kenneth Ring，李傳龍等譯，2001，p39）

上述這種以客觀的角度和友愛的心情回顧人生的心理基礎，研究者認為是人生事件的全景同步出現（客觀照見每一件事的前因後果），以及自他一體深刻感知。它的影響是矯正了當事人對自己人生事件的錯誤認知，例如：

我的整个人生都忽然出現在我的面前，而我也因此了解到什麼事情是重要的。……我認為一生中不重要的事卻成了我的救星，而我認為重要的卻變得一文不值。（Kenneth Ring，李傳龍等譯，2001，p209）

我對我一生中發生的每一件事都完全了然於胸……所有的事情就在那一刻，讓我更加了解了每一件事情。一切都如此清楚……我才明白每個人來到世間都有必須理解和學習的事情。……去了解你一生中所做的每一件事都記錄有案，即使你當時沒有用心，任它過去，它還是會回過頭來找上你。（Kenneth Ring，李傳龍等譯，2001：p210）

上述最末一段「去了解你一生中所做的每一件事都記錄有案，即使你當時沒有用心，任它過去，它還是會回過頭來找上你。」是西方個案對「回顧一生」的詮釋結論。對照佛教經典的相關陳述，如《藥師經》、《地藏經》、《水懺》所說的「琰魔法王」（閻羅王）、「琰魔使」（民間所謂黑白無常）、「俱生神」等角色的出現，及「在諸司辯論業果，審定之後，據業受生」的歷程，（參見本研究第二章第六節第一項）可見經過佛教文化詮釋後，瀕死經驗中「回顧一生」的相狀，與個案所陳述之內容有相當大的差異。中國人普遍相信死後有閻羅王審判之事實，受到既有文化的影響，極可能造成個案傾向同類的詮釋，甚至主導瀕死者之自我意識產生地獄一遊之體驗；然而佛教唯識學派依然將之歸於意識的作用，而非實有，亦屬於意識所成的法界之一，經由意識與意識的相應而有交涉作用。

其實，仔細審查個案之陳述與佛經之內容，二者有其共同性，研究者認為自我審判

的觀念經過口口相傳，逐漸變成擬人化、或教育化，而形成閻王審判之說，形成社會文化後，在人們的心中有了具像作用，甚至出現在夢境或瀕死情景中。乃至如佛經所言，由於業感所致，形成了地獄法界，有情眾生於彼處受苦無窮。另一方面，如《水懺》所言：「當爾之時，一切怨懟，皆來證據，各言汝先屠戮我身，炮煮蒸炙，或先剝奪於我一切財寶，離我眷屬，我於今日，始得汝便，於時現前證據，何得敢諱……（參見本研究第二章第六節第一項）。」此等情景，就如同林格的個案所陳述：

畫面上有數不清的我認識或見過的人，還有千百的我從未見過卻間接被我傷害的人。我又重新經歷了一遍我長期犯罪生涯的鉅細靡遺的過程，再加上無意之間未經思考的言語、表情和疏忽對別人所造成輕微傷害的經過。很顯然地，我做過的錯事，沒有任何一件可以逃過這種可怕的夢魘。最可怕的事是，我對他人所造成的每一個痛苦和折磨，現在都輪到我自己來承受。（Kenneth Ring，李傳龍等譯，2001，p216）

瀕死經驗之人生回顧帶給人類的啓示，不僅止於人我一體，而是與萬物共生共存。例如：

你確實會影響植物。你確實會影響動物。你確實會影響這整個宇宙。在你的生命回顧中，你將會是這個宇宙，經歷到你自已以及……你如何影響這個宇宙……包括寄生在你眼睫毛上的小蟲子，而你可能對牠們的存在一無所知。這就是你與自己和這些住在你的眼睫毛上秋生的小生命之間的一種共生共存。（Kenneth Ring，李傳龍等譯，2001，p239）

我知道一生中發生的每一件事都是「自作自受」。所有一切都是公正的。我看到我的所作所為彼此之間環環相扣。沒有罪惡感或自責，或來自上帝的責備。只有徹底地認識到，我一生中所發生的一切都是其來有自，沒有什麼好抱

怨的。(Kenneth Ring, 李傳龍等譯, 2001: p251)

每個人在死後一定會經過回顧人生的階段嗎？西方瀕死經驗的研究在回顧人生時有些人是經由光體的引導或在光中進行，也有些人則完全沒有提到這些情景。如前所言，在佛教經典記載人死後回顧一生的情景，雖然多以閻羅王審判情狀呈現，但是經過後世學者的再詮釋，則歸於「心識」的作用。根據佛教教義業力牽引的原則，人死後，心識依其行為的慣性勢力有其重生的導向，但對於有重大善行或惡行者，由於作用力明顯，很快就相應到受生處，此種情形，稱為「隨重受生」。除此之外，如果平時有些特別的思惟、行為模式，因著此習慣受生者，稱為「隨習而生」。在這二種之外的，多半就會隨著死亡當時的念頭，忽而思前，忽而想後，隨意念受生了。依據人在自知將死而自然回顧人生的推論，死後的神識再次經歷一生中的重大事件（無論是善行或惡行），其感情作用或認知作用（即五蘊中的受和想），極可能滯留在某一事件的影像及其反思中，甚至導致其意志作用強烈主動造作某些行為，進而形成再生。一般人沒有極善極惡的人生回顧，其神識多半時而被動地隨著死後影現的人事物而思惟，時而又主動地思前想後地隨意念影現更多人事物，在這些人事物的影現當中徘徊、反思，終至形成再生的主導力量，隨業往生。業是指行為的造作，一個人生前所造的業，會影響其死後再生的抉擇，瀕死經驗者在回顧人生的體驗中，深深體會這種因果相生，善惡有報的業力影響，返回人世後就有了洗心革面的行為改變。

林格認為，「人生回顧在心靈上和心理上都說明了一個事實，那就是世界上其實只有一個人——而那個人當然就是你自己。你對他人的每一個動作、想法、感覺、情緒——無論你是否認識此人——後來都會親身經歷（Kenneth Ring, 李傳龍等譯，2001: p219）。」這是從當事人的心識立場而言，事實上若綜觀宇宙間存在的無限心識，彼此又有所交感，其顯像與後續發展就更加錯綜複雜了，這也是死後世界難以探知的奧妙原理，因為心識隨時可以再變化，其後果也就千差萬別了。

至於回顧人生中的光體（有人認為是上帝）或是閻羅王，只是文化差異所表現的語言文字，其內涵將在第九項「進入光中」討論。

柒、看見光，或被光圍住

「看到光」的情況有許多類型，「被光圍住」是其中一種，本研究四位個案並沒有「被光圍住」的場景描述；而屬於「進入光中」的部份不在本小節，於第九項討論。本研究關於光的部份不多，也與西方研究大力推崇的典型不同。首先看個案 A 的描述：

往下滑有一點距離以後，我發現，有亮的地方，我就往亮的地方走，而這個亮光，並不是很強烈，但是它能吸引到我，因為我認為，應該說在我的概念裡面，有佛菩薩的地方應該就是有光吧。那時候不滑了，感覺上是用走的。

(A0701)

順著那個亮光拼命的想要走，想要看到觀世音菩薩。所以當走到一段路後，覺得說，「一」，為什麼好像沒看到我想要看到的佛菩薩以後，我自己開始惶恐。我認為說好像我走錯路了。還是說，我的業未盡，所以佛菩薩不願意來接我。那我也害怕自己不知要淪落到哪一道，就這樣子很清楚，我就轉過頭來，我就照著我原先走過來的路，重新再一次走回來，走到原點吧，但是原點的地方，到我發現的時候，我已經在手術台的上方了。(A0703)

個案 A 一開始看到光的時，就充滿了宗教性的期待——光就是佛菩薩的象徵，但是在主動接近光而無所獲時，她判斷佛菩薩並沒有出現，同時也感到惶恐，怕自己不知會淪落到何處去投胎。另一方面她也懷有一種或許自己死期未到的想法。最後選擇轉身往回走。從這個經驗中，個案首先把光預設為佛菩薩的象徵，用她對死亡的先前預設來面對瀕死的所見。結果是：一，看到光不一定有佛菩薩出現，可能所見到的不是菩薩的光。二，她可能走錯路了。三，她靠著自己的決定，回到了現實世界。這個經驗讓個

案 A 對死後世界的預設有所修正，影響了她對死亡的看法，這一部份於後面的章節再討論。

對於這個「可能不是佛菩薩的光」，個案 A 有進一步的描述：

它那個光，我覺得有點像……溪頭的那個、溪頭的那個霧，但是突然有車輛在打那個燈的時候，那種光。不是很強烈，但是它卻能很清楚。(A0706)

當你覺得它…它…，你走到那個地方，覺得稍微有點暗的時候，它那個地方又變得比較亮，當你又走到那個地方的時候，比較暗接著又比較亮，不斷的好像一直吸引著你去，一直吸引著你去這樣子。只是，自己覺得說，都已經走了好一段路了，為什麼都沒有看到我所想要看的，或我等待的人，為什麼都沒有，自己才發現到，是不是，開始在考慮到是不是走錯了，也就不太敢走下去啦，只想到我要往回走。(A0707)

它是有一個方向的，我人是一直順著那個，例如，它是直的，那個就是跟你反方向的地方打過來的，那你就跟著那個燈，所謂的那個光，到了比較暗的地方，它那個光就會讓你覺得好像暗了，突然它又會好像增加那個亮度，讓你又走過去，又暗了，它又這樣子打過來。(A0708)

由上可知，個案 A 所看到的光體，其亮度不持久，當她走過去後，這個光體變暗了，之後又再度發亮，讓個案 A 有被引導往前的感覺。值得一提的是，個案 A 所見到「光」，在其生活世界的判斷，應該是比較像「燈」的，然而由於她的宗教期待，令她一開始就選擇「光」這個名詞來詮釋。這一點可以從她對所見之「光」的進一步描述察覺，甚至於可以看出她認為這個「光」是一個生命體，一個既然不是「佛菩薩」，就是可能會引導她到六道輪迴的生命體。整個過程中，個案 A 全然受到佛教信仰的思惟所影響。

再來看個案 B 所見到的光：

走了一段時間，我就看到有一個，有一個黃色的燈，在前面。黃色的燈前面那邊，圍牆過去那邊好像有空曠荒涼的地方。後來我看到那黃色的燈，我就沿著那個黃色的燈一直走，我就想，怎麼走這麼久？到什麼地方去？（B0701）

走了一段時間，我看到有個黃色的光，遠遠的現著這樣。我就很自然的，就跟那黃色的光，就一直走，那個黃色的光就越走就越亮，走了一段時間，我有聽到聲音，但是又沒有人，那個聲音，又好像在旁邊，但是又好像隔著另外的地方，但是那個聲音又好像在旁邊。……我聽到她（指太太）在講話。但是我又聽不清楚，那個很像是她的聲音啦。但是我又不知道要怎麼回去，怎麼回去那邊，有聽到聲音，不知道要怎麼回去。那個地方又是很荒涼，對不對？兩邊都是圍牆，前面遠遠的稍微可以看到空地這樣。這樣我要怎樣過去她那邊，沒有辦法。阿前面那個燈…，雖然我有聽到聲音，人的聲音，根本就沒有看到半個人。但是我又很清楚，有聽到聲音，但是不知道要怎麼樣過去。也沒有看到半個人哪，但是我有聽到…，我的想法可能就是隔一個界啦。後來我就照那個黃色的燈，走到後來，那個燈忽然間，變得非常的亮，很刺眼，很亮。我那個時候就…就醒了。……我有聽到有一個人的聲音說：他是不是失去記憶？那個時候就聽到，但是我不知道要怎麼樣過去。那個時候光，非常亮的時候，就在那個地方，我就醒來了。我醒來了，還一直奇怪說，剛才我還走在別的地方。（B0702）

個案 B 一開始就用「燈」這個名詞，雖然有時候也用「光」，但仍然可以看出他認為那是「燈」。這個燈不是一開始就出現在他所走的那條荒涼黑暗的路上，是走了一段時間後才出現的，最後那個燈「忽然」變得很亮、很刺眼，就在這時候他回到現實世界中，也就是當他走進光中時，就回到現實世界來。

瀕死經驗者所看到的光體是什麼？會移動？會變暗？會變亮？能與瀕死經驗者融合為一？這些問題將在第九項「進入光中」討論。

捌、看見美麗的顏色

本研究四位個案陳述，缺乏「看見美麗顏色」這一項。

林格的研究個案大多描述自己看到燦爛的白光或金光，然後與之合一，或者再從中看到其他影像的出現。美麗的顏色也是光的一個類型，有些瀕死經驗者看到五光十色的炫麗光芒，(Kenneth Ring, 李傳龍等譯, 2001: p48、p303、p400、p402) 但是有一些瀕死經驗者則看到各色各樣的花。(Kenneth Ring, 李傳龍等譯, 2001: p53、p104、136、138) 光影不成具有意義的境界時，呈現出來的就是「美麗的顏色」，然而被當事人表達出來時，可能賦予自己的想象或附會，成為具有特別意義的景象。

玖、進入光中

這個部份是本研究訪談的四位個案所沒有的體驗，卻是瀕死經驗備受矚目，甚至舉為代表性的項目，似乎成為瀕死經驗的主體。實際上，有許多瀕死經驗的個案，並沒有經歷這個體驗。

林格將「進入光中」獨立為一個項目，自應與前面第七項「看見光，或被光圍住」的情形不同。前面所言，瀕死經驗者與光為主客對立的關係，此項「進入光中」特別強調與光融合為一的感受。如克雷格 (Craig) 的實例：

我靜靜地坐在那兒一動也不動。這時，這團光好像衝著我飄了過來，似乎要把我預留在我們之間的距離縮短。不一會兒，他就把我完全納入他的懷抱之中，我感到好像和這團光合為一體。他似乎無所不知，把我看成他的一部份。

有好幾分鐘我覺得接觸到了全知。剎那間，萬事萬物都井然有序。整個世界已融為一體。我記得當時心想：「這就對了。萬事萬物在各方面都是那麼純淨無暇。」……在光的懷抱裡，我依然可以觸摸到自己的形體，可是，同時我又感到自己也是光，與祂同在。透過光體，我感到自己膨脹到方圓數里那麼大的面積，然後又縮回原來的大小，此刻我已成為一團兩、三呎寬的蛋形能量。這種感覺比我一生中的任何時候都要美好。我好像沐浴在至愛和寬恕中，在祂的光輝庇護之下，感到無比的溫馨，祂讓我有一種漂泊四海後落葉歸根的感覺。

（Kenneth Ring，李傳龍等譯，2001：p17）

前面討論第四項「感覺進入黑暗」時，發現瀕死經驗者在黑暗中或與光融合為一時有安詳、愉悅感。研究者推論這是當事人受到黑暗或光明的刺激，產生身心消融的感受。由上可知，外在的光體會主動靠向當事人，這與本研究個案 A 看到光體，卻有意遠離的情形不同。（參見本研究第四章第一節第七項）在這個例子中，當事人仍然可以意識到自己的形體，甚至可以變得極大或極小，足見身形是靠意識想像而覺受到的。在此可以看到，與光融合的體驗（或者是說身心消融的體驗），除了「愛」之外，還有「全知」、「寬恕」、「落葉歸根」的感受，可歸納也是一種完美無缺感，佛教則說圓滿自在，猶如涅槃的解脫境界。

克雷格（Craig）在與光融為一體之後，又經歷了脫體飄離水面的過程，看到自己溺水的身體，嘗試與同伴們溝通，才赫然發現自己彷彿可以在頃刻間走到宇宙的任何角落。這個例子反駁了美國庫布勒·羅絲的死亡階段論（參見第二章第一節第一項），與光融為一體的經驗未必是瀕死經驗者最後的體驗歷程。

也有人一脫體後不久就置身於光中，如林格的個案莎莉（Sally）：

我不知道我待在那兒看著自己的身體有多久，可是突然之間，我來到了一個燦爛無比的金光懷抱之中，然後就待在那兒。我感受到一股如此巨大的關愛、平靜、安祥和幸福的暖流。當時那種美妙的景象實在無法用言語來形

容。金光不但緊密地包圍著我，也充滿著我的內在。我已與金光水乳交融，合而為一。我沒有想到任何人或事，與金光在一起我什麼也不缺。那兒有那麼強烈的愛、那麼多的愛、那麼多美妙的事，有愛、有同情、有理解、有知識。那兒才是真正的家，而這裡是我在塵世間的家。後來我和一位身穿棕色長袍的人走在一條美麗的小徑上，看到許多美麗的花朵。我們正走向一座山——好美！真美！美極了！——我從來沒有見過那麼美麗的花。我不知道我在那一片金光裡待了多久，突然之間，我又回到了我的體內。(Kenneth Ring，李傳龍等譯，2001：p47)

莎莉在經歷與光融合為一的體驗後，在光中與一位身穿棕色長袍的人走在一條美麗的小徑上，這部份已是多色光影的顯現，和純粹的與光無二無別的融合為一體之境界不同。

與光融合為一的體驗，可以類比西藏佛教對瀕死的描述。《西藏生死書》說明死亡歷程中，一切意念停止運作的經驗是「一團漆黑」，在稍微恢復意識的時候，地光明就會出現，達賴喇嘛說：「這是意識最內層的細微心。我們稱之為佛性，這是一切意識的真正來源。這種心的連續體 (continuum of mind)，甚至會延續到成佛。」(索甲仁波切，1996，pp318~319) 陳兵整理《中有聞教得度密法》(即《西藏度亡經》)對地光明有進一步描述(參見本研究第二章 pp25~27)。

臨終時，出息已斷，入息未斷之際，身中靈熱(生命熱量)沉入位於心輪的「智慧中脈」，一切分別心念中斷，呈露出本來心地之光明，此光明「一如青天萬里無雲」，亡者此即實相、真如的暫現，名「實相中有」。(陳兵，1997)

上述所言，一切分別心念中斷之際(瀕死經驗者身心消融於黑暗或光明之中時)，會呈露本來心地之光明，此時人的自身也是一種光體，這種光體的相狀是「自覺心識如真空，通體透明，無瑕無蔽，無中無邊」，這種「圓滿自在」(完美無缺)的感知是「實

相、真如的暫現」。「實相」、「真如」是佛教修行解脫自在的涅槃境界（參見第二章 pp34~36），人在死亡之際或可藉由超度儀式，讓亡者體證此一境界，進而達到更高提昇。如後世佛弟子對《西藏度亡經》的再詮釋：

人死之際，經驗意識或客體意識消失，清淨意識出現。垂死或剛死之人接受勸請，因而得見「明光」，並因此獲得解脫。那個無色的明光是無形真空的一種感覺象徵，而形體則以種種方式顯示色彩，因為色彩暗含形狀。（吳卓飛，1983）

上述這一段文是用來詮釋西藏佛教古代經典，其原文如下：

第一個七日內，寂靜（安樂）部的佛、菩薩及六道之光依次顯現。……當寂靜諸本尊智光與六道之光同時照射時，若平素無佛法上的修持，不知辨識，即可能隨六道之光，生於六道之中。（陳兵，1997）

佛教認為人死後會遇到各類光體，佛的光類比經驗意識消失，一切心念中斷的通體透明無礙感，菩薩則屬清淨慈悲的意念，至於六道尚在自我意識的善惡分別意念，會招感念念相續的求生意志，落入生死輪迴之中。

光明不離心識的變現，其最高的境界是經驗意識消失，一切心念中斷的通體透明無礙感，所以瀕死經驗者在黑暗中或與光融合為一時，能有這個短暫的體驗。然而隨著心識的牽動，隨之影現出各種境界，佛教將這些自我心識境界以十法界類別之（參見第二章第六節第三項），然而心識的存在不惟吾人一己，宇宙中的無量心識彼此交感影現出森羅萬象的世界（參見第二章第六節第四項）。因此，瀕死經驗者會有「遇見靈魂」，乃至看見他方世界的體驗。

綜上所述，瀕死經驗所遇到的光體，約可分成幾類：

一、遠處的光體

當事人描述在一定距離之外所看到的光，如第七項所討論「看見光」。

二、與光融合爲一

此有二種，一種情形是一開始就自覺與光同在；另一種是看到光之後，再與光靠近融合爲一。與光融合爲一的相狀又有幾個類型：

- (一) 當事人只感知到光的德性，如愛、溫暖、全知、落葉歸根之感，自覺完美無缺。
- (二) 當事人除了感知到以上的德性外，肯定光體具有性格，是一個實體，但沒有形象。
- (三) 除了德性與性格實體，當事人還描述了光體的形體相貌。這種情形將在第十項「遇見靈魂」討論。

三、疑似光體的靈魂

當事人只描述看到什麼樣的人，但沒有提及對方是否屬於光體。依據從感光顯像原理而論，影像中的形體色彩就是光影的一類，它們或者是屬於亮度較弱的光體，或者只是光體的折射影像。這部份的內容可以在第十項「遇見靈魂」的時例中去理解。

林格的個案佩姬（Peggy）所描述的光體，就是屬於具有人格但無形象的光體：

我記得當時我人在漂浮，卻不知身在何處。我完全陶醉在那種奇妙的感受中，根本無暇去考慮其他。更確切地說，直到我從左肩處望見一小團亮光，我才想到一些事情。當時我並不覺得自己是在一條隧道中向著光前進，反而感到那團光正向我接近，而我只是從容不迫，安安穩穩地漂浮著。這團圓形的光愈變愈大，以一種飛快的速度在擴大。如此說來，實際上可能是我自己順著隧

道向光推進，而我自己確渾然不知。正如所有看過這種光的人們所說，祂看起來是比想像中最亮的光還要亮上一萬倍的藍白色光。當祂向我靠近時（或者可以說我移向祂），並不如我認為的那樣會刺傷我的眼睛，但我還是有一點怕。事實上，我越是看著祂，越是覺得自己身心都處在一片寧靜和安詳之中。接納祂，讓人感到心曠神怡、歡欣愉悅。我立刻明白這光並不僅僅是光而已，而是一個活生生的實體！祂擁有性格和超凡的智慧。……我確信這光是有生命的。我也確信這有生命的光就是神，而且無陰陽之分。此外，我覺得這光「正在講話」……但祂所講的內容是那麼地深奧微妙，讓我難以理解……就在祂從四面八方將我包圍之際，我意識到祂對我的一切早已瞭如指掌。（Kenneth Ring，李傳龍等譯，2001：p63）

佩姬後來還是瞭解到這個光體所傳達的訊息：

這個光體告訴我世界是一個假像。我只記得我正在往下看（看著祂所謂的地球）……好像所有物質層面的東西，包括我們的肉體在內，都是為我們的靈魂所準備的道具。我們所見的較為沉重的東西是低層的實相，但並非如我們所想像，而在較高的層次上面有我們目前無法看見的東西，它們卻遠較其他東西真實，非常、非常、非常的真實。……所有意識都不像人在世上那麼有限。除了一般人的五種感官以外，我好像還擁有其他一百二十五種感官。我可以不費吹灰之力去做、去想、去理解，想幹啥就幹啥，事實就清清楚楚擺在眼前，不必擔心會有所誤解，真相就在這裡。沒有任何隱瞞。溝通就在你想、你問、你答之間完成。（Kenneth Ring，李傳龍等譯，2001：p64）

上述內容說明心靈層次的重要性高於物質表象。以人類的五官所得到物質表象往往與事實真相相去甚遠；除去身體五官的限制後，心識變得格外靈敏，自然能如實觀察理解事實的真相。

佩姬也從光體得到時間也是一種假象的啓示，並了解到萬事萬物的存在無論善惡都有其內在含意，只是人類無法以有限淺薄的理解力來洞悉事實真相。

光告訴我宇宙萬物都是愛，我真的是指天下一切事物！我從前一直都認為，愛不過是世間人有時感受到的一種情感，作夢也沒想到愛實際上就是萬事萬物。我這才明白人們是被多麼地關愛著。這也證明了光是無條件地，一視同仁地愛著每一個人！……我已完全與光融合為一。我知道自己沒有缺點，完全沒有。在那短暫的時刻，我沒有想到自己的完美——我就是完美。我不僅與光同在，我已成為光，我已在一瞬間成為萬事萬物。（Kenneth Ring，李傳龍等譯，2001：p65）

宇宙萬物都是愛，愛實際上就是萬事萬物。——這種道理令人想到佛教所說的「有情世間」。有情是佛教對一切生命的別稱，亦即有情識的眾生，其存在根源於我執、我愛（一如阿賴耶識的我愛執藏之義），然而依有情心識的淨化與果報不同，有十法界的差別相。此境界似類同於佛與菩薩的境界展現出的無緣大慈，同體大悲。依照佛教教義而言，三界唯心，萬法唯識——宇宙中充滿了有情生命，萬事萬物的形成與轉變無不與有情生命的生滅有關。佩姬從光體中感知的愛是一種純淨的大愛，也因此讓她有一種與萬物同體的感知。因此，心靈層次的提昇，可以讓人擴大對世界的認知與體證，甚至到了與萬事萬物一體的大愛境界。

拾、遇見「靈魂」

所謂的靈魂，若以佛教的解釋應稱為「眾生」，是眾緣和合而生，因為有情識作用，又稱為有情眾生。有情眾生依其心識特色約可以十法界類別之，其中，「人」、「畜牲」是人類世界較能觀察把握的，其他存在狀態，只能以被人感知的部份來理解。瀕死經驗

者提供了許多相關的經驗描述，所遇見的鬼魂，有可能是他界眾生。

個案 B 在瓦斯爆炸倒下後，感覺到自己是被人用水澆醒的，這種被某人用某物把水灑在燒灼過的身體的感覺，是難以言喻的清涼，甚至讓他能夠自如地站起來，走到另一棟建築物去找衣服，其間還跨過另一具被燒焦的屍體，足見意識十分清楚。不過，這種清涼感只持續到個案 B 下樓，看到家人後他就感到身體被灼傷的痛了。以下是他的自我描述：

我那個，倒下去的時候，我自己就，好像…後來我感覺到，我的上面，有一個人，那時候我也不知道是什麼人。好像拿一個那個什麼？有一個人就對了，把那個水灑下去。我感到非常的清涼，那種清涼，不是說什麼…很舒服啦！那個時候我已經燒了很嚴重了，可能百分之五十以上。我就爬起來，都不會痛，全身都不會痛，就感到非常的清涼。我還，我就開門出去。……那個衣服全部燒了，廚房都亂七八糟，他們都沒有人敢上來。那時候我出去的時候，人家也不知道我怎麼樣了。我出去的時候，那個在廚房的那個，燒的黑黑的，他本來很高的，燒得縮到比較很小一團這樣。我還從他的身上跨過去，跑到那個陽台，別的，那一棟。因為沒有衣服嘛，那一棟比較沒那麼嚴重，去找人家浴室那個衣服。換好了衣服，就這樣下去。後來，看到他們的時候，才開始真正感覺到痛苦啊，燒的那個。(B1001)

個案 B 認定在這次瀕死經驗中是觀音菩薩灑甘露水救他的。他在小時候就禮敬觀音菩薩，當兵、出遠門前，都會到家裡附近的觀音像前禮拜，祈求平安。當他面臨性命交關之際，薰習已久的「祈求觀音菩薩救度」的意識，極可能於此時出現，形成內外感應道交的神蹟。以下舉林格的個案史提夫 (Steve) 為例，作為進一步理解的參考，他在一次口腔手術前，因為注射鎮靜劑無效，又服用催眠劑無效，被注射了四瓶鎮靜，手術兩小時後，被推入一間漆黑沒有窗戶的恢復室中，經歷了瀕死經驗：

我醒來的時候，一道強烈的白光照得我眼花目眩。我以為那是全身麻醉的後作用。奇怪的是這道白光穿過了我的視神經，滲透到我的全身。我立刻就站了起來，看著扶著我的那位護士。可是她並非護士。她全身披著光芒，亮麗動人，是我平生所見最漂亮的女子，想到這裡我幾乎要哭了出來。她身穿寬鬆的白袍，袍子本身散發著微光……環繞著她的光輝如朝水般地瀉入我的體內，進入一切……從她的中心發出的光無比的燦爛。這道光和她的五彩繽紛令我震撼。她的面貌全被這道光芒所掩蓋。我確實可以感覺得到她給我的愛和關懷……我得到的印象是她很瞭解我，跟我很熟，她只是沒說。我回頭往下看著我的身體，……她打斷我的思緒說道：「不用擔心，你沒有死。你仍活著。你的心臟還在套跳。你看！」我可以看到自己心臟的內部，看到血在心室心房之間流進流出。……「你的呼吸不太規則。我們擔心你的呼吸隨時會停止。我來的目的是要幫你穩住呼吸，以免你的病情越來越嚴重。」(Kenneth Ring, 李傳龍等譯, 2001: pp52~53)

在這例子中，光體女子好像可感知當事人的思惟，立刻有所回應，後來她還告訴當事人有關未來將出生的小孩之事，表示她有看穿他心念及預知未來的能力。上述兩個例子都是當事人遇到比人類更高層次的靈，具有神力幫助世人。

個案 C 所見到的是一群「靈魂」，其中可以分為三類，一類是長像奇異的行刑者，一類是較像一般人的受刑人，還有一個顯然與前面二類是不同世界的老人（阿伯），擔任引導的角色，引領個案 C 回到自己的家中。關於這三類「靈魂」的描述如下：

那好像一個黑洞進去，人一直輕起來，一直輕起來，走也好像無土那樣，都那個沿途頭仔是黑黑，再來是紅色，那兒的人頭髮也不像我們的頭髮黑色的，就那樣無桑像人那樣啦，都穿像樹葉也是什麼這樣啦，喔，那個肌肉和那個腳喔，我都記得就清楚，我就是就驚。我一直走進去，那真正用土做的鍋那樣，一直冒（泡），一直滾，真正一直滾。阿有人綁著那樣，那樣一位一位一直去，我驚得一直驚起來，講這是什麼所在，那會變這樣，我踏無在我

們家，我們家在哪裡。一直走，愈走愈驚，尾呀碰到一個阿伯呀，那好像有竹仔那樣，我想講這有竹仔就要像我們那兒，我們那兒都有竹林嘛。不過霧霧，好像輕輕那樣。(台語，C1001)

一個阿伯來給我講，我帶你回來。我講我們家在哪裡？他講你們家在頭前而已。我就清醒起來，嘞，我們家在頭前，啊這兒對啦，我們厝邊那兒有一個，有一掌大掌ㄟ樹，差不多三百年的樹仔，這邊也有竹林。他給我比說，你們厝在那兒。我們厝真正在那兒，我看到而已，我就豆豆啊驚神，就看到我們那兒是那燈火嘞，以早無電火，有油燈嘿呀，眼睛慢慢睜開，ㄟ，紅紅，真正在我們家。阿我是走去哪兒？我哪會在眠床上？在我家，阿那個阿伯是帶我去哪兒？我剛才才夠驚，好像另外一個世界，就恐怖ㄟ。(台語，C1002)

一個阿伯那樣，穿黑色ㄟ，他的面哦，我現在信佛教，猜想起來就像我們那個阿羅漢，就像我們淨土洞窟裡面有啦，就像那種那樣，那個面型就像那種那樣。我以早不識呀，只講那是一個阿伯那樣。……(頭髮)無概長，還是他用綁ㄟ，我也不知，我看到他那個面型，那個面型就像ㄟ啦，我就是曾去參觀過，…我想這個羅漢我好像曾看過，就是又給想，哦以早那個阿伯啦。我也不知樣他是誰，他給我講你家到了。(台語，C1003)

嘿看到就不像人勒，真正無像人。多少個？無很多，也有綁著ㄟ。(研究者問：給人綁ㄟ跟無給人綁ㄟ敢生著不同款？)那就像我們嘿什麼圖哪，我們去做三時，就籠有掛嘿圖嘿，我就是尾呀卡知樣，信佛教卡知樣，原來看到嘿真正有嘿，阿嘿比我們畫起來ㄟ圖還卡歹看。那種人…(研究者問：他們穿什麼裳？你說樹葉仔？)嘿在給人刑ㄟ嘿都這兒一截一截掩著這兒，春勒(剩下)都無，阿打赤腳，嘿手都不是金金喔，都一絡一絡，嘿肉都一文一文那樣。被人刑嘿是都白的啦，長頭髮啦，頭髮就清楚ㄟ。真正像那樣刺那樣啦。(研究

者問：刺？是那個…你是看過幾樣？）就有那個油鍋啦，阿磨ㄟ嘿啦，嘿磨下真正像石粉磨下有血哪，有夠恐怖ㄟ恐怖，我那想到嘿有夠驚ㄟ！那樣啦，走過好像三位啦，三位有那個恐怖ㄟ。最有印象就是嘿啦，嘿用在柱仔，紅共共嘿，還有嘿油真正泡泡叫，泡泡叫，不像我們這種鍋，好像用土做ㄟ，圓圓就大片那樣。嘿給人刑那些人我看一下講，害呀，都無看見我們這種有穿裳ㄟ人，正經被人刑嘿都白的啦，頭髮長弄弄。（研究者問：男的還是女的？）就像男的，被人刑ㄟ嘿就像男的。就不像女的。（研究者問：無人看到你哦？）都我在看他們，阿他們做他們工作那樣，好像一間工廠走過，他們都和我們無相識那樣。（台語，C1004）

這個例子是個案 C 十二歲被蛇咬到昏迷後的情景，完全超乎個案的人生經歷，研究者認為有種可能，一，可能與個案的過去世意識有關；二，可能與個案居住所在地有關（山林中）。個案 C 所看到的「阿伯」，二十餘年後再度出現在其公公托夢做超薦的場景中，她很快就連想到是小時候瀕死經驗中的那個「阿伯」。在西方研究中，像上述那個「阿伯」所扮演的角色，在西方瀕死研究中被稱為「嚮導」或「守護天使」，有些對當事人的過去與未來十分了解。如穆迪（Raymond Moody）《來生》中的一個案描述（Elsaesser Valarino，李傳龍等譯，2000，p37）：

當我死的時候，消失於無形之際的那一瞬間，我和人們談了話——然而我又不能說自己和任何有形體的人說過話。我只是覺得身旁有人，我感到他們的存在，感到他們在移動，雖然我看不到任何人。我偶而會和一個人交談，可是我看不到他們。每當我開始想弄清楚究竟時，我總會得到他們當中某個人的回應，告訴我一切都很好，我雖然快要死了，不過並不需要擔心。所以我從來不擔心自己的狀況。我的所有問題都有人回答。他們並沒有讓我的心智空白。

林格的個案克雷格 Craig 所遇到的更爲典型：

我看到了一個人影，部份身體是透明的，外表看起來是個長者。當我弄清楚這就是剛才和我對談的那個「人」時（其實是用心靈溝通），我注意到他左邊又出現了五張面孔。（而這些「人」也給了我進一步的勸告。）我可以體會到這些精靈或靈魂似乎對我瞭如指掌，好像是我過去的血親，可是我並不認識他們。（Kenneth Ring，李傳龍等譯，2001：p20）

接著看個案 D 所見到的靈魂：

那時候我說奇怪，我人躺在那邊，為什麼我會跑到我媽媽家去坐，客廳去坐，而且是樓梯下來。那奇怪，有個清朝的人，很兇，但是我旁邊兩個樓梯整個都是燈火，但是我知道有一個人在旁邊保護著我，讓那個人沒辦法靠近我。
(D1001)

個案 D 應該是遇到兩個靈魂，一個是看得到長像的清朝男子，一個是「感知」到的保護者。前者此後便常常讓個案 D 看到，而且彼此可以互動。

他本來是住在北港路那邊，北港橋下有一間應公廟，萬善祠就對了，後來好像搬家，搬到這邊。（研究者問：他們的廟遷了？）不是，他們自己人會搬家。（研究者問：他們也可以搬家嗎？）對，他搬過來的。我跟他說，不然你就跟我到寺院裡面來，但是他說他進不來。他說，我沒辦法進去，我說這又很近，你為什麼沒辦法，你沒辦法進來，你找我我也辦法幫你任何事情。（研究者問：他常常找你嗎？）對呀，可是我會排斥他。因為我既然叫你來的話你不來，那你甘願住在那邊。他說他沒辦法超生啦。我說，你為什麼沒辦法，他說，

好像不是他自己心甘情願的壽終。(研究者問：他放不下嗎?)不是，他說他好像不是什麼啊?…壽終…正寢的。(停頓)我搞不清楚怎麼回事啦。……他很兇，很高大，喔，蠻壯的。大概一百八十五有喔。就是很高大，很壯。穿那種服裝，看起來是很帥，可是很嚴肅，很兇。真的很兇悍，看起來很像清朝那種官員的，那種衣服。(研究者問：什麼時候出現?)不太一定。(停頓)他說，他要出現也不太一定什麼時候啦。可是要看我高不高興，現在的話可以看我高不高興見他，可以感覺得到，但是我不高興見他的時候，可以不跟他講話。(停頓)有時候我會很火大的時候，我跟你講我會做什麼，我會拿佛珠起來，他就飛不見了。我現在我很不高興的時候，因為我有那個佛珠嘛，我在念佛，我不高興的時候，我就不管三七二十一，櫃子一打開，佛珠一拿起來，他就會走了。(停頓)因為你兇，你對我兇沒用，我已經能做的都做了。我要幫你的話，之前我也找人幫你了，你還是走不了。(D1521)(曾經找道士作法。)

個案 D 在第一次瀕死經驗中看到這位清朝男子，二年後第二次瀕死經驗見到佛祖的像，此後經常可以看到或感知到其他有形或無形的靈魂。例如：

但是我很困擾就是，只要我覺得不太對勁，還是有什麼法會，像梁皇寶懺之前，我就很困擾。我去○○○他們家，我就跟她講，你家有東西。那段期間，有很多東西跟著我。但是我已經很習慣，可是我覺得很困擾，你這樣動不動，一天到晚跟上跟下，跟蹤我一樣，就在旁邊。後來，我說，你們如果要跟我度的話，那麼梁皇這段時間，你就跟著我來。……我只看到一尊黑黑的，但是什麼人我不知道。就以這次梁皇(法會)這次好了啦，差不多前一個禮拜。我就可以看到，東一個，西一個過來，但是沒辦法靠近我。但是我有看到觀世音菩薩。……觀世音菩薩是我心裡感覺到有點恐懼，覺得蠻多人的。我在家裡面都可以看得到他們在我周圍，在路上也都有，到處都看得到。可是我心裡感到有一點恐懼的時候，我就看到觀世音菩薩，好像是叫我不要怕。我的感覺是

觀世音菩薩叫我不要怕，祂會幫我，這些人可能就是要讓我帶他去度他。因為他們本身可能沒辦法走這條路，希望我度他。但是我看不清楚是什麼人，就知道是黑黑的一尊一尊的，一個一個的。(D1520)

由上可知，這些靈魂的存在，其實到處都可感知到，但是在某些情況下是有特別意義存在而被人感知的，除了被跟隨特定對象外（如個案 D），還有如超薦或普度之前或是某些被靈魂依附的地方。下面是個案 D 七月普度所見：

事實上也沒什麼，他們只是出來吃東西。ㄟ很奇怪，他們沒有頭只有脖子喔，他們也能夠把東西塞進去。你弄個毛巾在那邊，他還會洗手。但是很好玩，因為平常的話，人家都會插香在那個，像我們在這邊拜拜對不對，平常的話，你沒有插香的地方，他就不能吃喔，一定要每一碗，每一個東西都插香，要有一條路，要插一排香讓他走過來，沒有插他會找不到路。……我看他去別人那邊，他會尋那香走過來吃東西。……好像他們有用那排，我沒有用那一排，我說你就過來。我們隔壁阿桑說你在細細念念什麼？我說，沒有啊，我在…我在聊天。我說我在跟我自己講話。……我說就在這邊，你們幹嘛在那邊繞來繞去，好像是沒引導他們過來。他們說什麼有的騎馬的，要用給馬吃，根本他們就沒騎馬，他們是這樣走過來。(D1522)

以上可以發現，有些眾生的生活與人類有所交集，因為人類的宗教活動主動邀約了某類生命個體，或許一開始有其淵源或典故，漸漸形成風俗文化，宗教儀式也揉和了歷史意義在其中，在戒慎恐懼、因循傳統的承襲下，儀式的內容已成為象徵，而非因應現實。因此，個案 B 以其所見調整「拜拜」的方式，例如，她不會再為馬準備食物。

只要大四爺贊普的時候，有那個流水席，那個時候最多，真的是好像他們

在過年一樣。……可是他們會哭耶，會掉眼淚耶。(研究者問：你怎麼知道?)
我就有看到他們呀。我不知道為什麼，他們在吃東西，好像看到什麼人，什麼
熟人，會掉眼淚耶。……沒辦法跟他們講話呀，他們沒辦法開口。我在想是不
是他們有看到他們的親人或怎麼樣?……像那個沒有頭的呀，也可以感覺到他在
哭呀。(研究者問：這樣怎麼感覺?)因為他這個全部都濕了呀。他…根本
看不到肉，就是這邊一個洞洞呀，只有肩膀，有衣服啦，可是衣服都破破爛爛
的，可是看到他這邊(指衣衫)全部都溼了，那就表示他在哭呀，哭得很傷心，
因為發覺到他不吃東西呀，好像在那個。(D十五23)

所謂某些被靈魂依附的地方，舉例如下：

我們隔壁有一個阿桑，也是沒多久，她是自殺死的，因為她不是人家親生
母親，子女就不孝順。前天晚上死，昨天晚上法官來驗屍，今天早上就把他放
鞭炮這樣送出去了。可是我知道她還在裡面，她說她不甘願，她再怎麼樣她就
是要留在那邊。(研究者問：你怎麼知道?)因為她現在目前人還在那邊，就
在我們家附近，火車路再上去那棟大樓的樓上。(研究者問：那你要不要幫她?)
我沒辦法幫她，她恨很重，怨很重，那個阿桑我也很熟，她怨恨很重，難怪她
怨恨重，我們認識的人都知道，我幫不了她，除非她自己要把這個怨化掉，不
然他這個家庭就不平靜。(D1309)

那個車禍的，他雖然已經往生了，只要把那個罩子拿掉就那個了，那是在
醫院裡面，可是他的魂魄還是在醫院裡面，他們家人想說，直接把那個氧氣罩
給他帶回家，他就會跟他回家，可是沒有，他一直留在醫院裡面。他想說回家
往生嘛，有的說要回家斷最後一口氣，事實上他沒跟回去，他還留在醫院。……
照理講的話，他是車禍應該是還有一口氣在，但是送到那個地方的路上可能已
經斷氣了，魂魄會跟著他的屍體過來，跟著屍體過來後，不見得知道路回去，

就留在醫院裡，他就在醫院急診室到處這樣走，整個臉好像是，怎麼講，好像很憂愁，在那邊找不到路回去，以前我也不知道那是什麼原因，因為那時我也是高中。（研究者問：可是為什麼有些人他是一直待在家裡面，他們不一定是家裡面往生的呀。）那他們可能是，人家講說是超度吧，超度的話，他會回家沒有錯，但他捨不得離開。（研究者問：看他喜歡什麼？有的人是因為找不到路回來，有的人是因為回來以後不想離開？）如果家裡面的人知道，你跟他超度的話他會回來。（D1310）

以上都是屬於在個案的生活世界見到的靈魂，以下是她在幾次脫體經驗中到他方世界所見到的靈魂。

（幾年前）那段時間好像是我剛從國外回來沒多久，那時候是去印尼，跟小朋友（兩個兒子）去印尼度假，去印尼度假的時候剛好去巴里島那邊，我那邊有朋友。……那一次回來以後，沒多久，就晚上睡覺的時候，說睡覺那時候也沒睡覺，我沒那麼早睡呀，因為我已經有這個情況，就是晚上十一點以後，十二點中間，有時候我會有這種狀況，我現在就比較晚睡。可是我想說我坐在那邊，說想睡覺那時候也不想睡覺，就是想睡的感覺，我就知道有狀況。有一個人很慈祥，他帶著我去玩，我不知道那個地方是什麼，我想說唉呦還有火車坐，怎麼這麼漂亮，因為去看裡面，好漂亮喔整個，好像是花園什麼，但是坐著火車。……他穿的衣服不是我們這個時候的。（研究者問：古代的嗎？）說古代也不是古代，類似那個什麼中山裝那種樣子的衣服，不像我們這個時候的，也不像以前的。他說我帶你去到處走一走，看一看。我說好啊，那去哪裡我也不知道呀，結果就去了，看了蠻漂亮的。帶我來看花園，花園沒什麼好看的，就是很漂亮而已呀。我說，奇怪為什麼你，旁邊都是花，就中間有個火車路在走，而且又是小火車，又不是大火車，我說這裡是哪裡，他說這裡是地府。我說你帶我來地府做什麼，他說沒有，帶你來看

一看，走一走。我說，那我回不去怎麼辦，他說你不會回不去的，你還沒有到那個時候啦。我說可是不行啊，我兒子他們會找我。他說不會啦，你自己看看嘛，你兒子他們在睡覺，我說對呀我兒子在睡覺。那就走，看完以後，我說只有這邊，可以回家了吧，他說沒有，我會帶你去看別的地方。(D1512)

以上是個案 D 是在意識清楚的情況下體驗的，可以確知是脫體的經驗而非做夢。

結果火車到了以後，好像穿過一棟，它看起來不像是牆，但是黑黑的東西，穿過去以後，我就沒有坐車了，我就站在地上。……好像是四十幾年我小時候那種街道吧，但是那些人穿的衣服又不是，可是那些人臉上都沒有笑容。(研究者問：沒有笑容?)完全沒有笑容。可是有在賣東西，有在賣什麼吆喝。可是我在跟他們講話，他們好像聽不到。就覺得很奇怪，我說這裡怎麼這樣，他說這裡是地府，我說地府怎麼跟我們平常的地方一樣，可是他們沒有笑容。他說他們心裡面有牽掛當然沒笑容，可是那時候我可以聽到那個伯伯講的聲音，但我看不到他的人。……我會問他，但是他會回答我。我覺得那些人很可憐，我說生活在這個空間裡面不是很累嗎，為什麼在這個地方，而且這樣走路，可是心裡有牽掛，一點笑容都沒有，不是很辛苦嗎，人應該常笑才對。他說他們沒辦法，他們不能笑呀。我說為什麼不能笑，他說以後你就知道了，我說我現在就是不知道，因為我喜歡追根究底啦。我去問他們，買東西，問他們賣那個什麼東西，他們都好像聽不到我的聲音。……他們會看我，我過去問，他們會看我，走過去他們也會看，可是我問他們，他們……，但是好像有一層，怎麼講呢，好像有一層薄膜，就像好像你人在那邊，但是有一層薄薄的東西附著在我身上這樣子，……那什麼東西我不知道。可是我問他們，跟他們講話，他們好像聽不到。……到現在我還解不開。(D1513)

這一段描述與瀕死經驗的特色有許多類似之處，如脫體、出現引導者、隧道經驗(穿

過暗處)、遇見靈魂等。將以上內容歸納如下：

- 一、脫體後的第一個場景是一個類似花園的地方，有一條通道（中間是火車路），兩旁是花。有身著類似中山裝的引導者（很慈祥的伯伯）出現。
- 二、到達他方世界前的二個條件：一，行進（坐小火車）。二，穿過入口（一棟黑黑的東西）。
- 四、到達他方世界後，引導者以沒有身形的方式與個案 D 對話。
- 五、在他方世界中，個案 D 以一種身附薄膜的方式出現，而當地的人看得見她，但聽不見她的聲音。
- 六、這個被引導者稱之為「地府」的地方，呈現出類似四十幾年的城市與居民相貌，其特色就是人人沒有笑容。

以下是當地的進一步描述：

他們就固定在那個地方了，因為他們沒辦法再轉世了，就像我們講的，六道輪迴沒辦法了。所以他們就固定在那邊，所以他們為什麼沒有笑容。那個老年人那個老伯伯他跟我講，因為他們沒辦法轉世所以就在這個地方，這個就是他們生活的地方。所以雖然他們的生活空間有吃的、賣的，什麼都有，還有旅館，還有養畜牲，還有畜牲。……我去的時候是白天。那邊是白天還是晚上我不知道。……好像是陰天這樣子。(D1514)

他們心裡很苦，情況怎麼樣我不清楚。他們穿的不是我們現在這種衣服，是以前那種，什麼時候的衣服我不知道，因為我沒有研究。就是不是現代的就對了啦，有的像是清朝，有的像是民國初年的，反正衣服很多種就是那一些。還有攤販啊，還有狗啊，還有豬啊，還有雞呀。可是那狗不會叫，雞也不會叫，都沒有聲音，靜悄悄的，就在那邊走，全部都是靜悄悄的。攤販那個東西好像是竹子做的。……都是用竹子、木材那種板子都是很舊的。都沒

講話。(D1515)

他方世界的型式有多種，例如個案 A 所去的地方，與中國民間所描繪的地獄一樣。但是個案 D 所去的地府卻是截然不同的描述。以下是個案 D 的另一次經驗：

(隔年) 還有一次看到的是比較恐怖。也是那個伯伯帶我去看的。……我說你是誰？他說我跟他們是不同世界的啦，跟你也不同世界啦。我說為什麼不同？以後你會知道。可是他很慈祥。他說他跟他們不同世界，他不是第三世界，也不是我們這個世界，那是什麼世界我不知道，他說以後我就會知道。可是他很慈祥，很慈祥。……他說想要讓我了解一下，讓我知道一下世間上有很多苦，有很多人需要幫助。我說，我幫助，我能力也不夠。我說你上一次帶我，隔了好像有一年吧，我說你上次帶我，回去以後，我很累呢，我全身都很累。……我說累得將近一個禮拜左右耶。他說沒關係，這次帶你，但是你要有心裡準備。結果下去看了真的是很難看的人。(D 十五 16)

他直接帶我下去，我說，我要回家了，我要回家了。你那麼早回家幹嘛，你剛下來。因為我看到，我第一個看到，我就心裡有點恐懼，他說你不要怕，他的手拍著我的肩膀，但是我看不到他的人，他要帶我的時候，我看得見，可是他拍著我肩膀說你不要怕，你怕的話你自己本身就有問題。因為我下去看到那種景象我就嚇著了。(研究者問：什麼景象？) 因為那些人都很難看。……那些人都很難看，整個…講句難聽一點的，就是血淋淋的。(研究者問：被人家弄的？) 不知道，反正感覺起來就是血淋淋的。我說我要回家，我怕我孩子找不到我，他說你孩子在睡覺，你不要擔心，你可以看看。真的我小孩子在我旁邊睡覺。……可是那些真的血淋淋的，有缺腳的，而且都是血，那樣在流，沒有頭的，有那個整個全部都是……，真的很難看就對了啦。……他說這些幾乎都是冤死的，有的是自己造孽的。我說那怎麼辦？他

說有些人還能夠輪迴，他說有些人還能夠活過來，去輪迴呀，他說有些人能夠再回來轉世，有些人就不會再轉世。我說，為什麼？他說這是他們造的因。那時候我也聽不懂，我現在了解到他說的話。(研究者問：為什麼？)因為現在我來這邊，我多少知道一點，我正在學，但現在我知道什麼是因，什麼是果。就是說，可能是他們人身的時候，他們所造的業障吧！所以讓他們沒有辦法再輪迴。(研究者問：做了那麼多不好的事？)可能是這樣的意思吧。因為我還沒有辦法證悟，悟到這個啦。這是那個伯伯跟我講的。可是那個伯伯很慈祥，我在想說，會不會是我們這些佛菩薩幻化過來給我看還是怎樣。……我是後來才這樣想的。我是慢慢接觸，後來比較精進一點，常來這裡後才這樣想。(D1517)

那個是在外面呀，整個好像在荒郊野外的地方這樣子。……人就在那邊走而已。就好像沒有靈魂這樣走來走去，也不會彼此交換，彼此講話這樣，不會直接這樣走過來，大家走來走去。……(研究者問：他會不會看別人？)不會怎麼看，會轉身而已，有的有頭，但是臉上完全沒有笑容，很難看，有些是整個臉好像是…怎麼講，好像是碎掉這樣。(D1518)

另外，這邊的也沒講話，但是比較活潑。之前那個好像是死死的這樣，走，看你，都是慢吞吞的那種感覺啦。接下來這邊的就是比較活潑，比較有活力，但是會流血，什麼都有，另外那些都是有穿衣服，但是衣服穿的各式各樣都有，我不知道那是什麼時候的衣服，這邊的話就是什麼都有，而且那個血肉模糊的很多，衣服就跟我們比較像。……那時候我看到的完全沒有建築物，全部都是一片空地。……有山啊，就是一片好像荒野一樣啦，反正是沒有建築的東西，有山有樹木，但是就是暗暗的。……蠻多人的。……就是在那邊走，好像是我們過年的熱鬧還是什麼媽祖出巡喔，很熱鬧很多人這樣子，擠過來擠過去，擠過來擠過去。但是有一個好像很特別，那一個好像在管他們的。有一個好像專

門在管理他們的，那個就是他手上有拿一個那個不知道是什麼東西。如果看到有人行為比較……，好像有人會打架，那個人只要過去，他們馬上分開。就那個比較特別，那個很完整。……那個穿著很完整，可是他穿的那個衣服我不知道他穿什麼。……穿褲子。……顏色蠻亮的，類似淡淡的…好像金黃色那個衣服。……很容易認，一下子就看到那個人跟人家不一樣。……走來走去，好像是在管人，應該是在管理秩序的吧。可是那個人很兇耶，表情很嚴肅，會有看到他嘴巴在動，但是不知道他在說什麼。(D1519)

上面所描述的又是另外一個他方世界。個案對於自己所遇到的靈魂，約分為二類：

好的跟壞的，我有感覺。一個是熱的，一個是冷的。……像我看到佛祖的時候，全身是熱熱的，像那個伯伯，我也覺得是熱的，很暖和，好像很關愛這樣。另外，看到那些東西，我就會覺得冷冷的，有時候會起雞皮疙瘩。……我覺得不好，希望能夠把這個化掉。(研究者問：你是說不要看到那麼多奇怪的東西?)最好都不要看到，為什麼你知道嗎，因為這樣的話我的身體狀況都不會好。(D1524)

拉得很厲害，沒吃東西就一直拉。拉到第二個禮拜二，全身虛脫了。……就是那種東西在作怪，我弄到那個東西，碰到那個東西，所以禮拜二那天，還是撐到這邊，為什麼你知道嗎？我到這邊來，佛祖會幫我帶。……我沒講出來，講出來做什麼，人家有些人會怕。我想說，算了，反正我禮拜二我到這邊來，我就私底下跟菩薩講說，佛祖講說，幫我解下我身體的不舒服。幫我解除掉，讓我好一點。……我知道發完燒以後，就差不多要過了，但是我還是要…身體會虛一點，要補充營養。……我的經驗，那就沒跟著我了。但是我喝大悲水也沒用呀。我再怎麼求，在這種情況，我喝大悲水都沒有用。(D1528)

如果說非人類的靈魂其實到處可見，為何大多數的人都看不見？這裡舉一個訪談歷程中的實例：

從我們剛進來開始在講說我見到佛祖，就有一個很慈祥的婆婆，她就一直跟我們在一起，一直在笑。但是我在想說該不該講，剛剛我就問她，我說我該跟師父講嗎？她點頭。……她有時候會變成一個美麗的小姐。……很漂亮，很莊嚴，很慈祥。我不知道她是誰，因為她沒有告訴我，她一直在笑。……她就一直對著我笑呀，那我跟她說我，我問她是誰，她也沒有說，她就變成一個很漂亮、很莊嚴、很…怎麼講？（研究者問：現在還坐著嗎？）還在那邊。（研究者問：那內個，我感受不到？）我不知道，我就全身很發…，你沒有感覺到我一直流汗嗎？……剛剛我就一直很熱，現在我講出來以後，就比較不會那麼熱呀。……我說你是誰，她沒有回答我，她變成一個很漂亮的小姐，很莊嚴，我跟你講，頭髮有梳像髮髻那種…古時候那種髮髻吧。她現在就是這樣，頭髮是長的，有梳個髮型，但是很漂亮，瓜子臉，很漂亮那個瓜子臉。（研究者問：然後？）她就盤坐在那邊。……我想我大概知道她是誰。我想我大概知道她是誰。（研究者問：哦？）觀世音菩薩。我想應該沒有說錯（笑，笑出聲來）。應該是觀世音菩薩。因為我曾經見過，但是不是她這個樣子，她的形狀，她的穿著，應該是觀世音菩薩沒有錯。但是是那一個菩薩我不知道。……她現在知道我們在講話，那時候我講到佛祖的時候，她才出來的，她就是無形中就出來了，她怎麼出來的我不知道。……她現在穿的衣服，她臉很漂亮，她穿的衣服旁邊有鑲金邊，前面這個地方有鑲金的，鑲金邊，整套是很白的，很漂亮的。（研究者問：你們要交談嗎？）她不談呀。我有問她，剛你第一次出去的時候，我有問她，她就不講話，她就笑。這次你又出去，我又問她，她就點個頭，又笑。就變成一尊小姐，本來是個老婆婆，很福泰很福泰的一個婆婆，很慈祥的一個婆婆，她現在是一個小姐，是誰我不知道，我想，應該是觀世音菩薩吧。（研究者問：妳第一次看到嗎？）（停頓一會兒）我以前看到的不是她，是菩薩，

但是不是她。(研究者問：在這裡嗎?)不是。在家裡，在每個地方，很多，包括在國外。……這個婆婆我是第一次看到。可是這個小姐的話我是…應該看的話跟之前的不太一樣，因為之前那個年紀比較大。她在笑(笑著說)，年紀比她還大，但是比較莊嚴。之前我跑出去的時候，看到的是比較莊嚴，比較笑得沒有那麼開心的，她是很開心，其他我不知道，不知道是不是同一個人啦。(D1525)

我講完以後就不會一直流汗了，不會那麼熱了啦。(研究者問：為什麼?你覺得有講跟沒講有關係嗎?)不是，因為可能是她給我是我跟她之間的一個感應而已，現在的話是我問她是不是能講出來，她可能也是要讓你知道，但是我一直沒開口問她。我感覺上就不會那麼熱了，我覺得我全身很熱，心跳很快。(研究者問：因為你太壓抑了。)我沒有覺得我壓抑呀，但是她在不在，怎麼講…我已經很習慣了。(D1526)

(研究者問：你怎麼知道別人一定看不到?)知道。因為他讓我看到，我也知道他不让別人看得到，除非說他自己願意。(D1527)

到目前為止，可以歸納出瀕死經驗中所謂的遇見靈魂兩種情況：一種是當事人脫體到他方世界所見。一種是主動出現在當事人的境界中。遇見的靈魂可大分為兩類，一種是溫暖、慈祥的；一種是冰冷、恐怖的。佛教以「十法界」來詮釋眾生的存在特徵及其所依止的世界，是根據宇宙中各種生命的型態而分類的，這種分類也只是概略性的，一一眾生，各有其不同的生存因緣及樣態，只是時至今日，人們於其生活世界中所能感知的生

命個體，亦不出這十類。佛教文化系統在中國有千年的歷史，早已與人們的生活合而為一；瀕死經驗者的異常遭遇，可以在佛教教義的詮釋和信仰中得到理解，並尋出自我人生的新出路。

拾壹、其他

這個項目要討論不在林格所列的瀕死經驗十種要素之內的情況。美國雷蒙·穆迪（Raymond A. Moody）在一九七五年所著的《來生》中，他將瀕死經驗的一些主要構成要素，歸納成下列情節：1.有人瀕臨死亡，在肉體痛苦達到最高點時聽到自己被醫生宣佈為死亡。2.傳來一種永世難忘的噪音（異樣的噪音）3.感覺快速通過黑而且長的隧道。4.脫離肉體。5.有人來跟他會面。6.光之人出現。7.評估自己的一生。8.體會友愛與和平的歡樂。9.塵世與來生之間的分野（生與死的交界線）。10.找不到人類的字句，足以描寫那些非塵世的情節（Raymond A. Moody，長安譯，1991：pp25~27）。其中，「異樣的噪音」、「生與死的交界線」，這三項在林格的分類中，沒有被納進主要構成要素，其他項目如：體驗內容的無法表現性、生還這兩項被視為必然之要素，所以不再特別列出。關於「異樣的噪音」這一項，本研究有個案 C 的實例可以說明：

我也不知樣他是誰，他給我講你家到了，阿有嘿炮仔聲，結果驚神，無嘛。
有人在放炮ㄟ聲，阿他給我講你家在那兒。（台語，C1101）

轟轟叫，都是轟轟叫的聲。好像在磨什麼面件ㄟ聲。（研究者問：像工廠那樣喔？）不是，像在磨什麼，…像日本時代磨那個米呀，還有一個古早在磨嘿，就是曾聽過那種聲，像嘿土快要…，要地震那種聲啦。（研究者問：就大聲？）
整個裡面都那一款聲，就恐怖。（台語，C1102）

噪音的由來是什麼呢？在林格的研究成果，這一部份幾乎沒有被提起，西藏佛教《中有聞教得度密法》提到：自性光明發射時，「恰如春天無邊景色，海市蜃樓，閃動其中」，並聞光中發出有如萬千雷鼓齊鳴的巨響，此乃實相本有之音。可能是「當靈熱與神識離身之際」，所產生的現象（參見本研究第二章第六節第二項）。

有些人在瀕死經驗中看到了象徵生死的界限或出入口，如林格的個案克雷格(Craig)看到一個身體部份是透明的長者及五張面孔，以聲音勸告他不可輕生（其實是心靈交流），這些人好像對他很熟悉，指引他看到一條象徵生命的淡橘色光線向兩端無限延伸：

這個主聲音向我表示現在回頭還不嫌太晚。忽然間，我看到漆黑的背景出現了一條淡橘色的光線，是一條水平線，同時由一小段紅色而較厚的區帶向兩端延伸。這個聲音對我說：「這個紅色地帶就是你的生命。」然後一條黑色直線在紅色地帶四分之一處把它切斷。這個聲音於是又對我說：「如果你現在就死去，你的生命就在這四分之一處結束，可是如果你選擇繼續活下去的話，除了迄今已經體驗過的四分之一人生以外，你還可能再體驗另外四分之三的人生。」(Kenneth Ring, 李傳龍等譯, 2001: pp20~21)

這種象徵生死界限的描述，可以幫助吾人理解生命存在的實相。以下再介紹林格的個案史提夫(Steve)所描述的另一種生死交替的說明，他在瀕死經驗中看到一位光體女子：

有兩道牆把我們分開。她的背後有一帷能量的布幔，隔開了她的世界與我的世界。我立刻就領悟到我不許穿過那一片帷幔。「它是單行道。一但你穿過了它，就無法再回頭。你的生命就此結束，那你也就無法完成應當完成的工作。」五彩繽紛、光耀奪目的光在入口處閃爍跳耀。它們忽隱忽現，好像光能在兩個世界的接觸點那兒被分隔成不同的能級。(Kenneth Ring, 李傳龍等譯, 2001:

瀕死經驗中的「靈魂」爲了傳達某些訊息，似乎也發揮了他們的意識能力，顯現光影來讓當事人明白一些道理。

第二節 對死亡的看法

瀕死經驗者往往在身心劇變後，因爲體驗內容的不可思議境，造成心理極大衝擊，特別是對死亡的看法。他們回到現實生活中，卻無法忘懷瀕死經驗的奇異感受，有些人甚至在身心持續的互相影響下，不斷有超乎常人的覺受與境界現前。每位經歷者在重新面對日常生活後，爲了求得心理的平衡，必然會重新調整其人生觀，在這個過程中，他們聯結生活世界的知識，來詮釋瀕死經驗，甚或希望獲得更多的了解。本研究的四位個案選擇佛教信仰作爲他們瀕死經驗後的心靈寄託，他們對死亡的看法，除了原有的體驗之外，深受佛教教義之影響。

本節就四位個案的訪談錄音帶謄稿中，選擇與死亡議題相關的描述，將其內容歸納如下：

壹、死亡態度

一、不怕死亡，接受死亡

四位個案都有「不怕死亡」的看法，這是瀕死經驗研究普遍的結論。林格曾和學生在康乃狄克州老人中心實施一項瀕死經驗教育的計劃，透過爲期三天的課程介紹瀕死經驗，其課程內容是：瀕死經驗簡介、播放介紹瀕死經驗的錄影帶、邀請一位老年人做個

人瀕死經驗報告，課程結束後從問卷調查中得到以下效益：一、懼怕死亡的情緒減低；二、認為死亡那一刻是平靜而安詳的信念加強；三、認為死後復生的信念加強；四、認為死後生活不會快樂的信念減低；五、認為死後將與過世的親人團聚的信念加強；六、對上帝的信仰加強（Kenneth Ring，李傳龍等譯，2001：pp350~351）。上述研究顯示，沒有瀕死經驗的人在西方式的瀕死經驗介紹後，也能降低對死亡的恐懼。幾乎所有的研究都稱說，當事人不再害怕死亡，若依據上述林格的研究成果，可以歸納出具有瀕死經驗認知者不害怕死亡的原因有：一、體會死亡境界的平靜與安詳；二、死後世界並不可怕；三、死後可以與過往家人重聚；四、死後能再重生；五、死後能見到上帝（或佛菩薩）。

其實，一般人對死亡的認識來自：一、家庭、社會與文化的教育；二、自己的親身體驗（自己與他人的死亡經驗）。人們害怕死亡的原因可歸納如下：怕死狀淒慘難堪、捨不得離開生活中的人與物（心願未了）、對死後世界的無知與恐懼。瀕死經驗只是認識死亡的媒介之一，並不能等同死亡經驗；而且瀕死經驗的內容雖然有共同性，但是個別差異極大，值得注意。例如：林格將瀕死經驗的特性歸納出十個項目，但是一般經歷者只體驗到其中的一個或數個項目，即使是同一個項目，其場景描述差異極大，甚至可以再區分出數種類型，如本研究上一節所討論。現在研究者以具有瀕死經驗的東方佛教信徒為樣本，深入探討他們不怕死亡的原因。

（一）死亡有定數

【個案 A】：生命是業報而來，業報盡了就會死。死後以極樂世界為依歸。

因為我這樣子的經驗是在我學佛以後發生的，所以基本上，……我並不怕死。所以你說對我，對死亡的概念是什麼，說實在話……，嗯，我總認為業報盡了，就會往生極樂世界。那，因為，我對我的宗教，我非常非常的……應該講說

自信吧！信心很足夠，所以，……我也相信，這次的經驗以後，讓我覺得說，……我在這方面的信根，我是有具足的，當我在危險的時候我還是能夠，能夠想到觀世音菩薩，所以，這是我覺得蠻慶幸的一點。……我不怕，而且我有一個依歸。……在這個過程中，我若沒看到祂，我就不去……，誰來帶我，都沒有用的，這樣子。這是我覺得我這次經驗，我覺得比較……起歡喜心的地方吧！……是佛菩薩，只有祂們，真的唯有祂們出現後，我願意跟隨。(A1304)

個案 A 對死亡不害怕的原因，類似「死後能見到佛菩薩」的心理，但是她的信心並非因為在瀕死經驗中見到佛菩薩，而是確認自己在瀕死之際，能夠不忘追隨佛菩薩。佛教的死亡教育是成功的，信徒認知生死與業報的關係，生命有限短暫，對死亡早有心理準備，也預先立好趣向。瀕死經驗對佛教信徒的影響是：一、證知生命無常，死亡乍到；二、證知自己對死亡的真實反應，是否符合平時的準備。

【個案 B】：生命是因緣果報而來，有前世今生，業力到了就會死。

生命可能是有那個，像我們前世今生有業力在拉。應該是我們造什麼業，你的因緣果報，你的福報在什麼地方，可能是這樣子牽來的。跟什麼人有緣，但是這些要認真去想的話，這種緣起非常的深，不是我們可以釐清的。(B1422)

像我那個身體檢查，我都不會去那個啦，說那個早檢查早發現早治療，如果說真正的，那業力到了，你說早治療也沒有辦法。……所以說，死亡並不是那麼可怕。(B1301)

個案 B 從小禮敬觀音菩薩，在瀕死經驗發生時，體驗回顧一生、菩薩現身救度，認為自己做惡者多，從善者少，深信菩薩慈悲救度，開始尋求宗教歸依，但不夠積極。他在第二次瀕死經驗中體驗到行進於巨大鐵城間的走道，黑暗而荒涼，認為是地獄鐵城

的邊際；從此積極尋求宗教信仰的皈依，足見死亡逼迫感的刺激極大，但並沒有提到不怕死亡的體會。個案 B 是在瀕死經驗後，皈依學佛後，研究教義的。他對死亡認知也是來自佛教業報輪迴的義理，但是並不強調佛菩薩的救度，而是進一步希望依自力修行達到生死自在。因此，個案 B 不害怕死亡的原因，不是瀕死經驗的直接影響，而是尋求生死詮釋所得到的佛教業報理論；而他不害怕死亡的原因歸類是「死後可以再重生」。

【個案 C】：死亡有定數

（五年前，醫生說子宮長瘤要開刀）反正我那時心就一直想講，我們學佛的人，我們來這個世界差不多多久都注好好勒，我們那可以去，就去佛祖那兒啦。我就相信佛祖ㄟ。（台語，C1301）

個案 C 十二歲時因為被蛇咬到，昏迷二天，其瀕死經驗是到地獄一遊，體驗之前她也沒有宗教信仰，對體驗的內容陌生不解並且害怕，甚至不敢再到出事地點。她不怕死亡的原因，也是來自後來學佛後，認知一期生命有限，死後可以追隨佛祖；歸類為「死後可以見到佛菩薩」。

【個案 D】：死亡有定數

我認為，我該去哪裡，我來自哪裡，我該去哪裡，這個應該是早就定好的，不用我擔心。因為我來的時候來自哪裡，我也不曉得呀，我只知道我從我母親身體生出來，但是我要回去哪裡，這個不是我所能決定的。而且，我要去哪裡，我想，我自己我也不知道。就像我剛講的嘛，天堂地獄就在心裡面呀。（D1303）

個案 D 第一次瀕死經驗看到他類眾生（清朝男子），體驗身心脫離的奇妙經驗，相信各類眾生的存在；第二次瀕死經驗看到佛祖對她笑，認為是佛祖救度她。她認為生死

有定數，有一個定律，但是與自我的作為有關，生死的結果不是個人能完全主導的。個案 D 雖然在瀕死經驗中體驗到佛祖的救度與安詳，但不因此相信死後就能見到佛菩薩，也不特別寄望死後見到佛菩薩；這是因為她在瀕死經驗後常常見到他類眾生（包括鬼魂、菩薩等），深信「死後可以重生」，由於身體病痛纏身，認為自己業障深重，不是一世可以償還，對死後世界沒有把握，但也不用擔心，只要積極行善，死後自有歸處。（D1304、D1305）

四位佛教信徒都認為身體性命是業報而來的，死亡有定數，是必然的，不一定就不好，沒有那麼可怕。這種想法主要是從佛教的教義得來，瀕死經驗只是引發當事人探討生死詮釋或印證教義的契機。

（二）對死亡有所準備

有些人縱使了解死亡有定數，接受人命無常的說法，依然會害怕死亡，那是因為他還沒有做好死亡的準備。佛教信徒平時對死亡有所準備，是透過教義所達到的無懼死亡的效果，以下進一步引證：

【個案 A】：要追隨佛菩薩到極樂世界

我總認為業報盡了，就會往生極樂世界。那，因為，我對我的宗教，我非常非常的……應該講說自信吧！信心很足夠，所以，……我也相信，這次的經驗以後，讓我覺得說，……我在這方面的信根，我是有具足的，當我在危險的時候我還是能夠，能夠想到觀世音菩薩，所以，這是我覺得蠻慶幸的一點。……我不怕，而且我有一個依歸。……在這個過程中，我若沒看到祂，我就不去……，誰來帶我，都沒有用的，這樣子。這是我覺得我這次經驗，我覺得比較……起歡喜心的

地方吧！……是佛菩薩，只有祂們，真的唯有祂們出現後，我願意跟隨。(A1304)

【個案 B】：要透過修行自己作主

我的想法是說，我最好能夠在我走之前我自己解決。當然哪，有人幫我助念是很好，但是我的理想是，我能自己處理是最好的。(B1421)

【個案 C】：要追隨佛祖，去佛祖那裡

反正我那時心就一直想講，我們學佛的人，我們來這個世界差不多多久都注好好勒，我們那可以去，就去佛祖那兒啦。我就相信佛祖ㄟ。(台語，C1301)

進去開刀ㄟ時，未啦，就勇敢想講，我有佛法勒，我就跟佛祖來去。(台語，C1302)

【個案 D】：怎麼活，就怎麼死（自有因緣果報）——盡量做，不害人

我從哪裡來我從哪裡去，我只要不害人，但是我該去哪裡的話，這都是事先安排好的。因為我怎麼做，到我生命終止那一天，就是我這一輩子做的，無形中就有個人，有個會計師在那邊幫我算了，等到我終了那一天，我該到哪裡，他就會幫我算了，我盡量做，但是我不害人就好了。人家毀謗我，我覺得無所謂，我這聽了承受就是了。(D1306)

(三) 死亡只是永恆生命的短暫真相

佛教因緣果報（業報）的教義落在生命的詮釋是貫穿過去、現在、未來三世的，究其起源，係佛陀的十二因緣說；而佛教主張整個宇宙人生的現象是各種因緣條件的和合，風起雲湧，因緣際會，隨時在變動中，是為「緣起」說。個體一期的生命在這個四維上下、縱貫三世的大宇宙中，只是萬象變動中的暫時假象，人們生了又死，死了又生，在時空的長河中，生命未曾真正消失，只是改形易態。雖然是緣起的世間，但是沒有不變實體，是為「緣起性空」，從本體論而言，空性就是佛陀的法身。這種道理一般人耳熟能詳的《金剛經》就是代表之作。個案 B 以《金剛經》為自課，其死亡觀深受佛教大乘空宗教義「無相」思想的影響，超越學佛之前，瀕死經驗中菩薩救度或地獄鐵城帶給他的「有相」影響。

對死亡，我不會像人家這樣子，很恐懼。我一點都不會。……我就覺得死亡也不是說，不是說不好。當然有時間嘛，如果說真正的，是沒有時間這觀念。像大師講的，時間只是一個間隔，是眾生的不一樣。像有東西南北嗎？根本就沒有，如果進入到虛空裡面去，哪裡是東，哪裡是南，只是一個方向的界定。死亡也是一樣呀，我們是凡夫，佛陀也有時間的限制，會消失呀，但是他的法身還如如不動，何況我們人。如果說去探討有的人會怕死，當然他有很多的執著，對不對？（B1301）

上述內容充份顯示，個案 B 從佛教教理中學習到：時間和空間是尚未超脫生死輪迴的眾生的差別觀念，永恆的生命是超越時空的。日內瓦大學圖書館長愛芙琳·瓦拉利諾（Evelyn E. Valarino，李傳龍等譯，2000）在《柳暗花明又一生：瀕死經驗的跨領域對談》一書中，針對靈的存在問題，訪問腦神經的科學家、物理學家、心理學家及宗教學家，他們大抵都肯定心靈生命永恆存在。

綜上而言，具有瀕死經驗的人所謂的不怕死亡，原因有多種，表面上或許都符合：一、體會死亡境界的平靜與安詳；二、死後世界並不可怕；三、死後可以與過往家人重聚；四、死後能再重生；五、死後能見到上帝（或佛菩薩），這五個原因。實際上究其

個別瀕死經驗內容及其後的生死詮釋歷程，不怕死亡的原因，不盡然是瀕死經驗的立即效應，而是對生命與死亡的意義追尋所致。以本研究四位個案而言，他們對死亡不害怕的原因，都受到佛教教義的影響。

二、體會生命無常，色身短暫

(一) 死亡隨時會來到

從個案的陳述中不難發現，瀕死經驗對當事人有被通告死亡的真實感，相對地對身體生命的存在有了新的態度。

我認為說，當我們從小到大，甚至從早到晚，我們都很照顧我們的色身，我們的身體。眼睛一睜開，刷牙洗臉都是在照顧我們的身體，甚至晚上睡覺、休息，也是為了要養我們這個色身。但是如果有一天我們要跟我們要跟我們的色身商量的時候，未必能夠商量呀。當你這個，所謂的肉身不存在的時候，要做任何事情都不太可能，你也不能夠誦經，你也不能夠拜佛，不能夠做你喜愛做的事情。所以，現在我都會問我說，我準備好了沒有，我準備好死了沒有？我每天都會問我。(A1305)

那時候以前的我是一種物化，物質呀，應該講說比較去追求感官刺激吧！……因為我認為我還年輕呀！因為我認為我不可能這麼早死。……當他意識到這是一件千真萬確的事時，他不會花那么多時間在這些事上，他可以有更遠大的目標、更永恆的事。……也許還沒有去體悟到無常吧。當尚未面臨生命的脆弱性的時候，他們會去追求他們喜愛的事情。他們所認為的一些事情都會變得理所當然，不管外在人家給予的，或者是你自己給予別人，因為他從自己出

發，從「我」開始，還認為說我理所當然，任何事情就變得很正常。……你覺得這個「我」是沒有辦法去掌握的時候，你會害怕，你不知道你要去哪裡呀！

(A1307)

我沒有想到生命會從有變成沒有。(A1309)

上述個案 A 認為死亡來的時候，身體變得毫無用處，什麼也不能做，平時支使身體的「我」，到了死的時候究竟能掌握的是什麼？瀕死經驗讓當事人體驗到「有」身體的生命突然變成「沒有」身體的狀態，是死亡時可能發生的情景，那時候一定會害怕，不知如何自處。這個問題是一般人所忽略的，只有面臨死亡的人必須正視它，然而誰無一死呢？死後會去哪裡？要去哪裡？是現代生死學的課題，也是每個人做好死亡心裡準備的基本思考。除此，個案 A 也看到了身體生命的無常與限制，重新定位「身體」與外在物質只是一期生命中的工具，不必過度執取，應該將生命的重心放在更遠大、永恆的目標上。

(二) 身體是借住的，不必留戀

具有瀕死經驗的人體會到死亡來的時候身體變得毫無用處，而且還有一個精神性的「我」可以獨立於身體之外存在，於是有了身體是「心外之物」，不必眷戀的態度。

我往生的時候一定要把我器官捐出去，燒一燒丟到海裡去。(D1301)

那身體本來就是借住的呀，你想想嘛，一個人走了以後還能留下些什麼？包括財產、功名什麼都不能留下。那你為什麼不趁著你現在還能在這邊的時候，也能夠有能力幫助人的時候，為什麼不幫助人？包括現在很多人需要我們的器

官，為什麼不能把你的器官，你走了以後這又帶不走，為什麼你不能把這些東西給人家呢？(D1302)

貳、死亡真相

一、死亡境界與自我意識的投射有關

個案 A 比對自己學佛前的一次手術經驗，兩次都有產生滑落現象，而她這次決定不再滑落，並且看到光的情況，是因為宗教信仰讓她對死亡已有認知，進而影響她面對死亡的應對態度。

(做引產手術麻醉後)我那時候只是想說，為什麼一直往下滑，好像沒有一個定點，我還要滑多久？……這時候心裡想說，我滑的地方，終極的地方，應該是有佛菩薩會來接我，為什麼都沒有光？有生起想要看到光源的那個，應該講說那個，希望有個所緣吧，有一個想要……想要停止的那個意念。那若干年前我手出車禍那一次，是因為我完全沒有概念。……所以我才自己有在想，是不是這個光源這部份，是不是我內心的一個反應吧。平常因為有宗教的薰習，所以我就會想有那樣一個地方，所以我有反射出那樣的景象。(A1302)

所以我在想是不是死亡，人在死亡那時候也是這樣子呢？因為畢竟我有宗教信仰，我有一個依靠，所以我那個念頭是在觀世音菩薩的身上，所以我後面所變現的，所變現的景象，有光，希望佛菩薩來接引，希望這種種的。(A1303)

個案 A 在滑落的過程中，開始思考並且期待：生命的盡頭，應該有象徵佛菩薩的光出現，因此她不再循著原本不由自主滑落的情形，並且有意志地停下來。個案自己推

論：死亡的境界是自我意識的投射。因為瀕死經驗中所出現的場景，不一定都符合當事人的預先期待，然而根據本研究的討論，意識對瀕死經驗內容有相當重要的影響。是故，個案依據自己的瀕死經驗對死亡的看法就是：死亡境界與自我投射有關；也因為這種認定，個案 A 開始更加積極地參予宗教活動，對於世間的人情也訓練自己看淡，以期主導死亡的境界。

二、死亡的境界是個變數

瀕死經驗者雖然體驗到許多彷彿實在的內容，卻知道死亡的境界其實是個變數。如個案 A 所說的：

很慶幸說自己還能活下來。那萬一沒醒過來，那個世界，真的那個世界我就知道了，我到底要到哪裡去我就知道了。(A1308)

死亡後身體不聽使喚時，「我」還能掌握什麼？甚至連這個沒有身體的「我」都無法掌握他自己會去哪裡。先前提到「死亡有定數」，是就因緣果報的定律而言，種什麼因，得什麼果—「種瓜得瓜，種豆得豆」。但是從「因」到「果」中間還有「緣」，如果種瓜缺乏陽光、水份，瓜就長得不好，甚至長不出來。就像個案 D 所說「怎麼活，就怎麼死」，只要還活著，死亡就是個未知數，因為都還有機會改變。在佛教因緣果報的教義影響下，瀕死經驗者體會生死境界的奧妙後，深信因果，過去所做的行為，成為現在要面對的「業障」，但是自己的努力改善就是消業障的「緣」。個案 D 下面這段陳述，是最好的註解。

我認為沒辦法選擇的，即使我現在一直在修，我修得很好，可是我沒有辦法像佛陀一樣，我能夠修得很正。因為人在世，不可能出生一輩子都在做對的

事，那我說我要把我的業障消完，我不敢說我這輩子就能消完，我想搞不好還有下輩子要修，那倒不如我把這輩子我所做的，能夠的話我回向給周圍的人。

(D1305)

參、死後世界

一、相信輪迴

本研究的四位個案都是在瀕死經驗後，感知到別於身體之外，另有精神性的「我」存在，在了解佛教教義後，以因緣果報來作為生死詮釋，而深信輪迴轉世的義理（如下所舉）。不過，先前討論他們不怕死亡的原因時，發現他們都不希望繼續在六道中輪迴，有的緊緊跟隨佛菩薩，有的想要今生得到生死解脫，有的努力行善修持，改善來生。

我希望我透過今生的一些所謂的修持法門，我能夠對我的來世，更有把握一點。(A1401)

下輩子我要怎樣，我不知道，我知道我的業可能沒有辦法。我這輩子我身體會這樣可能是我的業很重，所以我下輩子我可能還要繼續來還，我現在的觀念就是這樣子。(D1304)

往後我不要再到六道輪迴，這樣很累，我認為說這不是我們能決定的，我們即使做得再怎麼好，你的債還沒還完的話，你的業還沒還完的話，你是必須再六道輪迴。(D1305)

上述個案 D 的生死觀顯然比較消極。其實，在四位個案中，她的體驗內容最特

殊、豐富，從第一次瀕死經驗看到清朝男子，第二次瀕死經驗看到佛祖，乃至以後常常感受到他類眾生的存在、菩薩的護祐等。研究者認為這些經驗反而障礙她超越有業有報的有相世間，去相信純淨善美的佛國淨土或緣起性空的無相境界。

二、相信死後生命的存在

四位個案都曾經歷身外之「我」的體驗，對於死後生命依然存在無可置說，這裡主要是要藉由個案 D 的生活經驗，來進一步了解死後生命的存在情形。例如個案 A 在手術室中身心脫離，漂浮在身體上方的情況，有些人可以第三者的身份看到：

（國三的時候）我看到有曾經看過是，第一個是個女的，她躺在那邊，上面她人在上面看，而且後來那個有活。（D1501）

上面的例子是典型的瀕死經驗。下面則是個案 D 看到別人的死亡經驗。

（高中的時候）但是後來我看到一個就是年紀蠻輕的，我不知道幾歲，應該比我還小，在那邊，可是最後那個人他在看他自己，他在手術，但是他站在旁邊看他自己，可是最後的話他一直在掉眼淚，他走了，回頭，有兩個人來帶他，他就跟著他們走了。後來是聽說手術失敗，在手術台上他就走了。……我是有看到這樣的情況，因為他在那邊動手術，那個人是男的，他人在旁邊，發覺他在哭，有兩行眼淚，後來他就轉頭，一邊轉頭一邊掉眼淚，他就走了。接下來就是手術。……對呀，有人來帶，那人是什麼我不知道。……那時候因為打籃球比賽，……我打到最後手肌肉腳拉傷去醫院看到的。……我躺在急診室的時候看到，因為那個人是車禍送進來，可是送進來的時候，雖然是看到他在呼吸，可是他魂並沒有在身體裡，他人是跟在旁邊走的。可是我看他已經救不

活了，因為他那個魂魄在旁邊，他躺在那邊，是送進來，可是看到他魂魄在旁邊整個人很憂愁的時候，看著他自己，我的第一個感覺啦，這個人救不活了，在急診室裡面，我知道這個人已經救不活了。(D1502)

國內外瀕死經驗的研究，都是當事人描述自己的脫體經驗，因此常被質疑是幻覺或錯覺。上面這段陳述，佐證了瀕死經驗者脫體經驗的客觀存在性。先前討論到：人在瀕死的時刻，還有一個精神性的「我」可以獨立於身體之外存在，現在則更進一步地證實這個精神性的「我」有形體，可以被第三者看見。

死後生命的存在，有人稱之為「靈魂」，佛教認為個體生命有不同的展現形式，而不斷輪迴變異，死亡就是不同生命形式變異的過渡階段，在新的生命形式尚未確認呈現前，生命體的狀態稱為「中陰身」。本研究第二章對中陰身有詳細的說明，其別名「意生身」，乃意識所成之身；據《俱舍論》卷九載（大正藏第二十九冊，唐代玄奘譯），中陰身由極微細之物質所構成。佛教的說法與本研究個案的陳述一致，這裡要進一步地推論：依據先前所討論的結果，意識能投射出各類光影（意識能影響物質結構），形成瀕死經驗的內容；這些內容的展現是物質積聚的一種型態，例如獨立於身體之外的精神性自我，其強烈的自我意識觀，凝聚物質而成為形體，這個形體不是父精母血所成的肉體，而是佛教所說的「意生身」，其本質也不是實有的，係「於來生之間暫時而起」，且「常希求、尋察來世當生之處」，故與一般所謂的「靈魂」的存在解釋不同。

下面的例子，說明中陰身的狀態：

人往生了很難過是沒有錯，可是你哭沒有用，我要跟你講，你往生就往生了，不要再讓他捨不得走，不要掉眼淚，你要掉眼淚，掉在心裡不要掉在外面讓他看到，人家說我這樣很無情，我說這不是無情，你掉眼淚讓他看到，反而是對他無情。因為我，我不知道啦，我知道說，很像往生七日的話，他的靈都還在他家裡面，都還在他的魂魄周圍。(D1307)

我奶奶他們過世的時候，他們也都是一樣呀，一個禮拜之內，她都還在周圍，她根本就沒有走，而且掉眼淚可以感覺到她很傷心。(研究者問：她會不會來跟你講話？) 她不會，不能開口。從頭到尾沒有開過口。就像我同修他奶奶過世的時候，那時候我人在台北，我接到電話的時候，他已經往生了，他趕著要看我最後一面，可是我去的時候，她還在，她的魂魄還在周圍，但是七天以後，她就不在了。(研究者問：一定是七天嗎？) 差不多一個禮拜嘛。(D1308)

有一個，她先生往生不到一個禮拜她就把他出殯了，……結果他人還在家裡面。他還沒走呀，你就把他火化掉了，我說我覺得我很心疼。還有我們隔壁有一個阿桑，也是沒多久，她是自殺死的，因為她不是人家親生母親，子女就不孝順。前天晚上死，昨天晚上法官來驗屍，今天早上就把他放鞭炮這樣送出去了。可是我知道她還在裡面，她說她不甘願，她再怎麼樣她就是要留在那邊。(研究者問：你怎麼知道？) 因為她現在目前人還在那邊，就在我們家附近，火車路再上去那棟大樓的樓上。(研究者問：那你要不要幫她？) 我沒辦法幫她，她恨很重，怨很重，那個阿桑我也很熟，她怨恨很重，難怪她怨恨重，我們認識的人都知道，我幫不了她，除非她自己要把這個怨化掉，不然他這個家庭就不平靜。(D1309)

以上三段描述可歸納出：中陰身有情意作用，眷戀生活世界而停留在其中。個案 D 說七天後會消失，這個數字應該是受民間傳說的影響，以「七」為限；依據中國民間信仰，人死後四十九日之中，每七天要超薦一次，她卻認為不需要那麼久，在他的經驗中，中陰身七天後就不在其生活世界中出現了。不過，也有例外，如上述這位心有不甘而自殺的老婦人，隨其意志久住不去；可見中陰身的壽命，也是受到意識的左右，只是一般情況在其「暫起」與「求生」的兩個特質下，七天後就不再停留在其原先的生活世界。

下面這個例子，可以看出中陰身與肉體之間的關係：

那個車禍的，他雖然已經往生了，只要把那個罩子拿掉就那個了，那是在醫院裡面，可是他的魂魄還是在醫院裡面，他們家人想說，直接把那個養氣罩給他帶回家，他就會跟他回家，可是沒有，他一直留在醫院裡面。他想說回家往生嘛，有的說要回家斷最後一口氣，事實上他沒跟回去，他還留在醫院。……照理講的話，他是車禍應該是還有一口氣在，但是送到那個地方的路上可能已經斷氣了，魂魄會跟著他的屍體過來，跟著屍體過來後，不見得知道路回去，就留在醫院裡，他就在醫院急診室到處這樣走，整個臉好像是，怎麼講，好像很憂愁，在那邊找不到路回去，以前我也不知道那是什麼原因，因為那時我也是高中。(研究者問：可是為什麼有些人他是一直待在家裡面，他們不一定是在家裡面往生的呀。)那他們可能是，人家講說是超度吧，超度的話，他會回家沒有錯，但他捨不得離開。(研究者問：看他喜歡什麼？有的人是因為找不到路回來，有的人是因為回來以後不想離開?)如果家裡面的人知道，你跟他超度的話他會回來。(D1310)

有些人在其瀕死經驗的自述中，提到脫體後的形體與肉體間有一條微細的銀線連著(立花隆，1998：p6)，也有人認為脫體後的微妙形體，其實依然受到肉體狀態強烈的影響。上述的例子則顯示中陰身可以不受肉體所在的牽制，在其他地方停留，卻也因此有迷失在其他陌生環境而四處飄盪的可能。在日常生活中，我們常聽到某些發生車禍的地方，特別容易發生靈異事件，似乎亡魂依然在彼處飄盪。個案 D 依據其經驗，肯定超度可以讓中陰身回到家中來；這種說法符合「意識主導中陰身」的推論。在瀕死經驗中，當事人可以隨心所欲到達任何地方，中陰身應該就是這樣的，為何會老是停留在某處不去呢？個案 D 說醫院裡的中陰身不見得知道回家的路，但是超度可引導他回家。中陰身不知道回家的路，不符合瀕死經驗的研究結果。依佛教的解釋及本研究的推論，中陰身受意識主導，對於自身肉體已經敗壞的情形無法接受，乃至停留在發生事故的時空中，不捨離去。

下面這個例子，讓我們更了解中陰身滯留在死亡事故發生之處。

那些淹死的，在水裡面淹死的，真的沒有穿衣服。所以那些沒有穿衣服的，真的是，燒衣服給他應該可以收得到啦。我沒有看到他收到，但是我有看到他們都沒有衣服穿。……因為他們看到他們的靈的時候都沒有穿衣服。他們下去的時候，不錯啦，撈起來的時候都有穿衣服，可是他們的靈沒有穿衣服。……就在我們家旁邊呀。唉，你天天…常常看這些…可是我已經很習慣了。我不覺得怎麼樣，因為我也沒存心害他們。(D1314)

淹死的人在身心脫離的剎那，在了知死亡的那一刻，似乎受到極大的驚嚇，其強烈的自我意象與固執，形成出沒在溪水邊的中陰身，被人們發現、看見。

有過瀕死經驗的人都相信死後生命的存在，他們如何看待死後世界呢？其實與他們體驗到的內容有關，許多人只能就著自己有限的體驗內容，在生活世界中尋求答案與解釋。本研究的四位個案都是因此而深入佛教信仰的

他們存在。我覺得有第三世界，就像我們這個世界也是有第三者存在一樣的道理嘛。(研究者問：可是不一定跟我們的生活有關吧？)不會啦。除非說你本身運勢，如果一個人的運勢比較低的話，但是他們讓我們看到不好呢，就不能輪迴轉世。(研究者問：為什麼？)他們好像有個法律，就像我們這邊有法律的話，你出來讓人家看到嚇到人家，那你就必須判刑。他們有這個規定。因為這個是我下…第二次到那邊的時候，那個有一個穿不一樣，穿金黃色衣服那個，那個講的，如果說平常他們出來嚇到人的話，剛好那個人運勢比較低，嚇到病

的話，那個人要被判刑。(研究者問：這樣子？可是為什麼有的人老是碰到呢？) 有些人老是碰到，那是他本身的…就像我一樣。那另外平常你看不到，嚇到的話那個就是。(研究者問：那為什麼有的人會被跟、被煞到？) 被煞到那個，我就跟你講說是一個人的運勢吧。(我們在佛教都說是有緣。) 對呀，有緣就是在平常講的話就是運勢較低。(研究者問：不知道，我們不是這麼講的。) 我也不知道，我只知道有，有時候我會碰到，你碰到的時候就會倒楣。(研究者問：那他怎麼可以這樣？可以一直跟著？) 就像人家，我也去問為什麼一直跟著我呀，就有師父跟我講，他要讓你度，你就度他，把他帶到寺廟裡去度他就好了。

(D1315)

上述個案 D 在瀕死經驗後，很容易感受到其他非人類的生命體存在，並且將之解釋為「運勢低」，碰到就會倒楣，足見她對這些現象的解釋深受民間信仰的影響。她慢慢接觸佛教後，希望藉由參加消災或超薦法會，獲得改善。她常與那些圍繞在身邊的其他生命體對話，奉行「有師父跟我講，他要讓你度，你就度他，把他帶到寺廟裡去度他就好了。」的佛門方便法門而親近寺院，但尚未能進一步對佛教的「緣起性空」有真確的認知。從個案 D 的親身體驗中，可以知道其他生命體有其團體生活法則，一如人間有社會規範一般。由此，可以驗證其他生命體（十法界的眾生）的意識不僅在瀕死時影響當事人，在日常生活中對人類也有影響力，只是一般人看不到，而且即使是看得到的人，也是一知半解。

民間信仰就是從這些一知半解個人生命體驗中，慢慢經由人為詮釋出一套文化體系，個體生命在這套文化體系下生存、死亡，其生命意識帶著生前的生死認知，於中陰身或成為其他生命型態的意識體，與人類生活世界繼續交互影響，形成龐大的生命群體，其範圍可大至整個宇宙人生，意識體在其中各自執持自我意識的存在相狀，不斷生、住、異、滅地循環，也造就山河大地物質世間成、住、壞、空的循環。佛教的「緣起性空」，藉由「萬法唯識」的理論來解釋這種意識與物質、意識與意識交互影響，眾因緣和合現象界的森羅萬象，沒有實存不變的真實存在，而是

生滅不已的性質狀態，其本質乃導向「無常、無我、涅槃寂靜」的空性。

三、相信超度的功能

對於具有瀕死經驗的佛教信徒而言，死後還有意識的存在，即佛教所謂的「中陰身」；而超度就是與中陰身對話，改善其現狀，令其有更美好的往生趣向。佛教信仰認為中陰身的狀態，最久不會超過四十九天，這是一種約定俗成的說法，如果超越了中陰狀態還在舊地徘徊，或者可以說亡者已成為十法界中的鬼道眾生。即使是鬼道眾生，也可以藉由超度法會轉換為更好的生命型態。

從下面的描述，可以進一步了解死後世界的面貌：

家裡面一定會有一個人比較有特殊會感應，因為他會去找那個人。尤其是剛出生的小孩子。剛出生還沒滿週歲的小孩子都可以感受得到有這個東西的存在。……我發覺很多小孩子他都會感覺到那種東西。但是他不會講，他會拉著你一直要走開，他不願意待在裡面。所以可以感覺得到，就是說看你怎麼去看，家裡面一定有一個很特殊，他會讓那個人去感應，只要有這個靈在，他會讓家裡某個人感覺得到。……他都會表達，因為沒有人不願意，不願意輪迴的，不願意超生的。沒一個人要在那個世界裡，那個世界我看過真的很苦，那個世界真的很苦，一點歡樂都沒有，一點笑容都沒有。（研究者問：不是他自己放下就可以了嗎？為什麼還要透過…去找人幫忙？）要呀，就像我們講的超度，人家已經去帶他的時候，他沒被帶走嘛，那是不是我們要借助我們法力，法師、師父這邊幫他超度，他才能夠走，因為帶他的人已經走了，離開他了，當時人家

來帶他的時候，他可能躲起來，不要被帶走，他捨不得，現在的話他沒走不行，他在那個地方裡面就像沒有戶口一樣，幽靈人口一樣，所以他很苦，在那個世界真的很苦，因為我曾經看過，真的很苦，一點笑容都沒有。（研究者問：就是你第一次去地府那裡？）應該比第一次的世界還苦，因為至少還有很多人，還很熱鬧，但是他那個世界沒有，只有他自己一個人。（研究者問：這又是什麼？這個你好像沒有提到？）因為他那個世界他不能…因為他是幽靈人口，等於沒有戶口，沒有戶口的話不能留在那邊，也不能到在斷頭斷腳的這邊。只能自己固定一個黑暗的地方。（研究者問：這個你感受到？）感受過，我跟他講說，你就跟著我來，跟著我走。……像一個幽靈人口吧，沒有戶口的。所以我說我常常看到的那些就是沒有戶口的。（停頓）我不知道我的感覺對不對，我的感受是這樣子，我本身的感受是這樣，所以他必須要有人去度他。所以家裡面的人如果有心一點的話應該會。（研究者問：所以我們才說七七四十九天之內盡量幫他做超度。讓他機會多一點。）我是覺得說你七天裡面的話你雖然很難過，但是一定要把事情做好，不一定要七七四十九天。就像做一個大型的法會直接幫他超度就好了，不一定要七七四十九天。（D1312）

（研究者問：不是說要做七個七？）做七個七那個很累啦，根本有沒有做到都不知道，燒那些紙而已啦，鏗鏘鏘鏘的吵得要死，根本沒什麼作用，倒不如做一場大型法會，我發覺到這樣反而比較有效果。所以那些鏘鏘的，我每次看他，你在那邊鏘，旁邊的人站在那邊，根本沒有超度到呀。……如果人已經往生了，已經被帶走了，已經去輪迴了，帶到另外一個世界去了，你根本再超度他也收不到。（研究者問：如果以我們佛教來講的話，只是替他做功德。）可是做個功德，就做個大法會整個回向給他就好了，這樣他反而收得到。那些鏘鏘的不是我排斥啦，我也不排斥，但是我發覺到說我看到的是，他根本沒收到，他人還在那邊，有些根本人也不在這邊，你燒那些紙他收得到嗎，有些也收不到。……道士有分真的跟假的，真的道士他來的時候，那個道袍一穿下去，感

覺就不一樣，現在幾乎很難找到真的，所以那就不一樣了。……那個引導都不是他在引導，他是尋著他那個聲音，他在敲鑼那個「扣扣扣」，那個聲音走的，那個聲音會引導他走。我發覺他是跟著那個聲音走的，跟著他們那些人走，跟著他們那些木魚的聲音，那個聲音可以引導他，他是跟著聲音走。(D1313)

在個案 D 的體驗裡，死後世界是十分真確的，遊地府的二次經驗以及尋常出現在她身邊的遊魂，都是她感知到的另類生命型態，這當中加諸了她個人的言詮，畢竟有許多情境是難以描述的，特別是那些沒有確切形相及身世背景的遊魂，只能用片面的感知與推論，描述出一個合理的邏輯。這個邏輯符合西方瀕死經驗的研究，如死後會有人來引導，這類引導的角色在不同文化中被發展出各種不同的角色，例如西方的天使、守護神、中國的黑白無常等，同時也反應出了不同文化的死亡觀。

佛教誦經超薦之功效，根據《地藏經》的說法：誦經的功德亡者能夠得到二、三分，而持誦的人可以得到六、七分。誦經、超薦對於亡者的貢獻好比出門旅行需要持帶身份證、護照一樣，誦經的功德讓我們方便往生諸佛國土。一塊大石頭放在水中，很快就會沈陷下去，如果把它擺在船上，可以安然地運載至彼岸。眾生頑強如磐石的罪業之身，透過誦經功德的慈航普渡，免於在生死大海之中沈溺。一畦稻田裡，如果長滿了豐碩的稻禾，縱然有一、二根莠草也起不了作用，誦經的功德可以使我們的善業禾苗增長，雖然有一些罪根埋在土裡，但是不容易滋長罪業。因此我們應該趁著自己身強體健的時候，儲備一些功德資糧，不要等無常來臨，才勞駕別人為我們誦經超度，功德畢竟有限（釋星雲，1987：P149）。

第三節 佛教信仰與瀕死經驗之交涉關涉

接受訪談的四位個案都是選擇佛教信仰作為其瀕死經驗後的心靈依託，主要是因為他們認為佛教信仰較能解釋其體驗中許多不可思議的現象。如個案 A 將光與佛菩薩聯

結；個案 B 認為是救苦救難的觀音菩薩救他一命，並將另一次體驗中的鐵城視為佛教所說地獄；個案 C 則是到地獄一遊，後來又崇信觀音菩薩；個案 D 於體驗中就是見到一尊大佛。四位個案的體驗的內容都與佛教有關，應是他們選擇佛教信仰的理由之一，而佛教教義的廣度與合理性也足以讓他們藉以重建生死觀，特別是以佛菩薩的慈悲和智慧為生命淨化的方向，與西方瀕死經驗後續影響之研究成果有極為相似之處。

壹、佛教信仰影響會瀕死經驗之內涵與歷程

【個案 A】：在瀕死經驗中主動追尋象徵佛菩薩的光，又在看不見佛菩薩的情況下，主動背光而行，回到自己的身體中。

當時的情境是說我很清楚我要做這樣的一手術以後，我有跟諸佛菩薩這樣許了願，假如我業盡了的話，請他們帶領我去他們的佛國淨土去。如我業未盡，我也必須繼續留在這個娑婆世界，我也必須要盡本份。(A0102)

我被護理人員推進手術室裡頭，……我心裡頭也一直默念著觀音菩薩的聖號。(A0103)

往下滑有一點距離以後，我發現，有亮的地方，我就往亮的地方走，而這個亮光，並不是很強烈，但是它能吸引到我，因為我認為，應該說在我的概念裡面，有佛菩薩的地方應該就是有光吧。那時候不滑了，感覺上是用走的。
(A0701)

是看到了光，自己想要停，就不滑了。(A0702)

順著那個亮光拼命的想要走，想要看到觀世音菩薩。所以當走到一段路後，覺得說，「一」，為什麼好像沒看到我想要看到的佛菩薩以後，我自己開始惶恐。我認為說好像我走錯路了。還是說，我的業未盡，所以佛菩薩不願意來接我。那我也害怕自己不知要淪落到哪一道，就這樣子很清楚，我就轉過頭來，我就照著我原先走過來的路，重新再一次走回來，走到原點吧，但是原點的地方，到我發現的時候，我已經在手術台的上方了。(A0703)

這個例子顯示佛教教義對當事人瀕死經驗的影響，在體驗中，當事人不忘依據教義尋求佛菩薩的蹤跡，事後當事人也推論這種情境或許是她自己的意念所造成的。在西方瀕死經驗的研究中，看到光與否，與宗教信仰並無相對關係。在這個例子中，我們無法證明個案 A 所看到的光是否為宗教性的人物？是否為她的意識所創造出來，但卻可以明顯地看到，她對佛菩薩的信仰引導她與光的互動，深深影響其瀕死經驗過程的演變。從未進入瀕死經驗前的稱念菩薩聖號，到滑落體驗中看到光而主動停滯，然後追尋光，乃至因為懷疑光就是佛菩薩的象徵，返回到自己的身體。個案 A 可以說是主導了自己的瀕死經驗內容，也歸功於她自己對佛菩薩的信仰，所以再度活過來。

【個案 D】：到京都的佛寺禮拜，穿過長命洞；兩天後的瀕死經驗就見到京都的佛像出現在瀕死經驗中。

(民國八十二年) 那時候真的，有時一天到晚都在吐血，拉得很厲害。而且醫生怎麼看都沒辦法止。……他說，日本有醫療不錯，……結果那天一邊打針一邊在吐血。可是隔天我們要去京都那邊，京都那邊有個大佛廟，在那邊待一個晚上，就說有個大佛廟要去那邊玩。我爸媽就說好呀，帶一群人去走一走。結果第一個印象就是，有一尊好大的佛祖在那邊。阿那間廟已經很舊很舊了喔。那時候他們就在開玩笑說，旁邊有個柱子，你可以爬過去那個洞，好小好小，在佛祖廟旁邊。我說好，爬得過去可以長命百歲，我說我完全可以爬得過去，

冬天我穿著很厚的衣服，有照相起來，就整個拉過去，就爬過。可是我沒有辦法去大佛廟那邊，我繞一半，繞那個佛祖到了後面那邊，走到一半我就走不了了，因為真的拉血拉得很虛呀，所以就一群人扛著我上車。(D1401)

兩天後，病重休克，被送到醫院去。

可是我發覺到我，有聽到很多聲音啦，可是我人出來了，不在我身體裡面，我人已經離開我身體，可是我就是看到那尊佛祖好大，好大好大。我一想說這個原來在哪裡看過？原來是京都的。那個佛祖真的在我面前，他一直對著我笑，那我也對著他笑，可是我明明聽到旁邊有人在叫我，可是我看到我人躺在那邊。……週圍整個全部都是空白的，但是我人躺在那邊，但是我有看到我的身體在移動，因為人家幫我……，後來我醒過來是知道我是休克了，我已經休克送醫院了。那時候我看到我身體在移動，是人家把我送去醫院，但是我聽到週圍有很多人在講話。等我醒過來，已經是兩天之後的事情。……（兩天當中）我就一直跟著那佛祖，我覺得時間很短了，可是我醒過來，人家說已經是兩天以後了。我就是從頭到尾都是那尊佛祖在上面。(D0302)

個案 D 從休克後開始進入瀕死經驗，看見京都的佛祖，而且時間感與平時不同。在上一個例子中：個案 A 以先入為主的佛教信仰介入其瀕死經驗的過程，同理可證個案 D 也將她對京都大佛能救命的信仰投射到瀕死經驗的過程中，只是這種心理過程極短，連當事人都難以發現。大佛的影像是個案 D 的幻想嗎？本研究認為是意識所成。由於個案 D 的強烈信念，與京都大佛的願力感應道交，令其意識持續處於脫離險境的奧妙境界，超越生死的時空。這種力量在個案 B 從小禮拜觀音菩薩，而在瓦斯爆炸時，蒙觀音菩薩灑淨救護的原理一般（參見本研究第四章 pp84~85）。

貳、以佛教信仰詮釋瀕死經驗而獲致新的生死觀

【個案 A】：認為瀕死經驗中看到光是受到宗教信仰的影響，而產生自我意識投射的景象。

更久遠的時候，那時候我還沒學佛的時候，我曾經右手出車禍斷過，那在手術的當中，那時候我沒有學佛，我的這個經驗只在我前段的經驗就是一直往下滑、一直往下滑、一直往下滑這個經驗而已，就只有前面這段經驗而已。

(A1301)

我那時候只是想說，為什麼一直往下滑，好像沒有一個定點，我還要滑多久？……這時候心裡想說，我滑的地方，終極的地方，應該是有佛菩薩會來接我，為什麼都沒有光？有生起想要看到光源的那個，應該講說那個，希望有個所緣吧，有一個想要……想要停止的那個意念。那若干年前我手出車禍那一次，是因為我完全沒有概念。……所以我才自己有在想，是不是這個光源這部份，是不是我內心的一個反應吧。平常因為有宗教的薰習，所以我就會想有那樣一個地方，所以我有反射出那樣的景象。(A1302)

所以我在想是不是死亡，人在死亡那時候也是這樣子呢？因為畢竟我有宗教信仰，我有一個依靠，所以我那個念頭是在觀世音菩薩的身上，所以我後面所變現的，所變現的景象，有光，希望佛菩薩來接引，希望這種種的。(A1303)

當事人在體會瀕死經驗後，這些異於常態的景象，歷歷在目，心裡受到極大的衝擊，希望尋求答案來解釋這些現象，自然歸向具有神秘經驗的宗教信仰，乃至加深信仰的力量。

這次的經驗以後，讓我覺得說，……我在這方面的信根，我是有具足的，當我在危險的時候我還是能夠，能夠想到觀世音菩薩，所以，這是我覺得蠻慶幸的一點。……我不怕，而且我有一個依歸。……在這個過程中，我若沒看到祂，我就不去……，誰來帶我，都沒有用的，這樣子。這是我覺得我這次經驗，我覺得比較……起歡喜心的地方吧！……是佛菩薩，只有祂們，真的唯有祂們出現後，我願意跟隨。(A1304)

【個案 B】：認為兩次遇到生命危險，都是觀音菩薩救助的。

(瀕死經驗之前)之前哪，「就鐵齒ㄟ」(台語)，就以為人定勝天。我以前讀書的時候，真的是「就鐵齒」，小孩子，以前小的時候，人家看到那個都會怕。我跟朋友都去「夢阿鉢七投」(台語，墓地去玩)。那個時候，小時候「就鐵齒」，家裡拜神，但是很奇怪，我就是喜歡觀世音菩薩。……不太相信那些有的沒有的。(B1405)

個案 B 是另類典型的信仰者，他不崇尚怪力亂神或神秘經驗，卻對觀音菩薩有莫名的崇敬。

我從小就很喜歡觀世音菩薩。我那邊就有一個，那個寺，就比丘尼的。我小時候就很喜歡去那裡。……我都會去那個，那尊觀世音菩薩前面，千手千眼的，我就很喜歡，走到前面去…。我小時候就很喜歡。我如果說，每一次要去當兵，或者出遠門，我都會去拜過了，才去坐車。我都這樣子。那時候還沒學佛，但是我會去拜。每次禮拜天，我都會去，都沒有忘記就對了。(B1407)

(第一次瀕死經驗瓦斯爆炸，回顧一生，昏迷，感覺有人灑水，自己走到外

面，被送去醫院，住院期間）後來我就跟她（指太太）說，你要拿香，那個時候我還沒有真正知道佛教是什麼，在那種民間拜拜那裡面，但是我的心裡面，一直在想著，可能是觀世音菩薩有照顧我，所以那時候我就一直叫她跟我去拜一些觀世音菩薩。(B1401)

他對自己瀕死經驗內容解釋，自然地與佛教的菩薩救度以及業報理論結合，雖然他當時還不是一個皈依三寶的佛教信徒，然而佛教信仰在其生活世界中早已是耳熟能詳的，在瀕死經驗後很快就被用來解釋自己的奇遇。

那個時候，就有想到說，人可能要那個，好像說有那個，善惡啦，善惡都有那個，都有報！我自己那個時候，我一直想，我殺生太多，或者做一些比較不好的。……我那時候一直想，是不是我，做了很多不好的事情，才會遭到這種…(B1406)

（第二次瀕死經驗被車撞到）在那撞的時候，在馬路上也沒有人敢停下來載你去醫院。後來，她說有一個年輕人，大概二十幾歲，長得非常那個，清秀，很好看。自動的就停下來，停下來就跟她說好像是認識的，好像很面熟，……送到那裡（醫院）。她翻身要來謝那個人的時候，根本就沒有看到那台計程車在那邊。(B1402)

佛教信仰的影響力在個案 B 第二次瀕死經驗後，更加徹底，他甚至相信一個在生活世界中出現的救命者，就是觀世音菩薩的化身。

哪有可能在那種情形有這種事，後來（學佛以後）我們都說那是觀世音菩薩。(B1403)

他如果說不是的話，他的行為就是觀世音菩薩。(太太補充：好心人)。也沒有拿你半毛錢，對不對？(太太補充：我那時候叫他留個電話，他都不肯。)

(B1404)

從上面這段描述，可以看到佛教信仰在信徒的認知中具有感性與理性二個層面。在情感上，菩薩應化是眾生苦難的救護，其神通與願力可以超越現實生活的限制，無所不在；其應化原理(以慈悲智慧成就神通與願力)的理性認知，讓信徒能合理地在各種時空中，詮釋自己的感應或遭遇。

【個案 C】：認為瀕死經驗中遇到的引導者很像阿羅漢。認為信仰佛教後才明白瀕死經驗中的情景是什麼。個案曾歷經三次生命難關，第一次是十二歲時被蛇咬到，差一點死去，於瀕死經驗中遊歷地獄。第二次是十九歲得到怪病，全身奇癢無比，後來經觀音菩薩指點吃素痊癒。第三次是五年前子宮長瘤開刀，夢見羅侯羅(參見附錄四 B1204)。因此，個案肯定宗教信仰幫助自己度過生命難關。

(瀕死經驗中引導她回家的靈魂)我現在信佛教，猜想起來就像我們那個阿羅漢，就像我們淨土洞窟裡面有啦，就像那種那樣，那個面型就像那種那樣。我以早不識呀，只講那是一個阿伯那樣。(台語，C1402)

(瀕死經驗中遊地獄)那就像我們嘿什麼圖哪，我們去做三時，就都有掛嘿圖嘿，我就是尾呀卡知樣，信佛教卡知樣，原來看到嘿，真正有嘿，阿嘿比我們畫起來的圖還卡歹看。(台語，C1403)

個案 C 引用佛教信仰來解釋瀕死經驗是在她學佛之後，看到佛教法會所用的圖像。這個例子是直接以生活經驗連結過去瀕死的經驗，和前面二位以佛教教理的內容來推理

瀕死經驗稍有不同，可以說是直接印證的方式。個案 C 發現佛教信仰與自己的親身體驗不謀而合（其人預知感應甚多，學佛後感應內容多與佛教有關），產生堅固的深信力，即使自己的人生有再多的苦難，也能以信仰來詮釋、過渡。

我那無信我們的觀音菩薩，又後來去皈依，這條命，三條也不夠，早就往生去呀。真正入，那次死無去，可能就是觀音菩薩講「你還要活著，你也有代誌要做。」阿無那會一次過一次？（台語，C1203）

【個案 D】：在瀕死經驗中見到佛像，認為自己的命是佛祖救回來的。瀕死經驗後，能預知他人將發生意外，認為是前輩子有些恩怨，這輩子幫助他們，就是還他們的債。這是自己的業障。

我醒過來我就我爸媽講，我就說我一定要跟如果有去日本的話，我一定要跟京都的佛祖謝謝他，我這條命是佛祖救的。（D1402）

（瀕死經驗後有預知能力）我認為這好像是，應該是我前輩子欠他們的吧。所以這輩子有時候我就是該還他們。（研究者問：你這樣想？）我這樣想。我想應該是我前輩子跟他們有些恩怨，這輩子他們有問題我來幫他們解決，就是還了他們的債。（研究者問：你很願意這麼做？）我願意這麼做。雖然我覺得我很累，只要講了以後，只要我說出來，我自己本身就會有不舒服。（研究者問：你怎麼解釋？）我不知道。……真的是這樣，很不舒服。因為我認為這是本身我該受的業障。我認為說那是我的業障，以前我不知道什麼是業障，現在我知道了，我來這邊上課，我知道了。（D1404）

個案 D 用佛教信仰來解釋瀕死經驗是理所當然的，因為她在體驗中親身感受到佛祖的慈悲願力現身救度。值得一提的是，同樣常為病所苦，並多有預知感應與天眼通，

個案 D 並沒有立刻真正投入佛教的信仰，這可能與她依賴感應力來看待生活世界有關。例如，她每年固定參加佛教大型法會，但並不熱衷深研義理。直到後來，她有因緣更深入佛教（爲了讓兒子順利考取專業執照而發願當義工），參加佛學班後，開始以佛教教義來詮釋她的生命體驗（如「業障」之觀念）。然而她無法像個案 C 一樣把生死交給佛祖，一方面是因爲她看到太多他類眾生，難以建構超越的佛國淨土，另一方面也受到她自己的人生價值觀的影響，對教義的深入動機不夠，獲益有限。可見信仰對生命的影響還是立基於當事人對信仰的了解。

參、瀕死經驗後尋求宗教的皈依

尋求宗教的歸依動機，前面已述，下面是個案的心路歷程，與從第三者的立場詮釋有所不同。本研究認爲當事人爲了解釋自己的瀕死經驗而尋求宗教歸依，然而在當事人的描述則爲尋求心靈的寄託。這種渴求來自因爲瀕死經驗所造成的迷惑與失衡，改變了對世間原有的認知與價值體系，而希冀從宗教中找到解答，獲致新的心理平衡。

（第一次瀕死經驗後）開始的時候，就這樣想，後來，我就慢慢的對這個宗教，就比較有個心，要去尋找，有那個寄託，好像人家說那個歸依宗教那種。
(B1407)

（第一次瀕死經驗後，曾積極尋求宗教信仰，但沒有遇到適合的。）後來，開始，都沒有再去找，但是對寺廟啦，如果有遇到，我就會去拜，或者是很虔誠這樣子。……但是，已經，慢慢的會去尋找信仰了。(B1408)

（第二次瀕死經驗）七十五年以後，我就有想到說，找一個真正能夠說，能夠寄託的那個宗教。……就很迫切。(B1410)

西方瀕死經驗研究成果強調「不怕死亡」的後續效應，本研究之個案在接受訪談時，也明白表示「不怕死亡」。研究者認為個案從瀕死經驗的發生到「不怕死亡」的結果，有些人其實是經過對瀕死經驗的探究與詮釋的，例如本研究的四位個案都希望透過宗教信仰的修行，來達到生死解脫，他們的「不怕死亡」建立在「接受死亡」、「面對死亡」、「準備死亡」的心理基礎，從而藉由佛教的生死觀來達到「不怕死亡」的人生觀。這可以從他們在瀕死經驗後，具體的追求宗教信仰行為來檢視。

那時候是一直會到廟裡去，去拜呀。一直會拿那個善書來看，善書有的也會有講那個，佛經裡的句子，那些句子對我會有影響。後來有一本善書，是講觀世音菩薩的，他那個前面是說，南無佛，南無法，南無僧，南無大慈大悲觀世音菩薩，天羅神，地羅神，人離難，難離身，一切災厄化為神，南無大悲觀世音菩薩，南無摩訶般若波羅蜜。就有這樣的句子，那個時候看了，騎摩托車都會這樣子念：南無佛，南無法，南無僧，南無大慈大悲觀世音菩薩，天羅神，地羅神，人離難，難離身，一切災厄化為神，南無大悲觀世音菩薩，南無摩訶般若波羅蜜。念到後來會想，摩訶般若波羅蜜是什麼東西？後來那後面那一頁，又有大悲咒，又有波羅蜜多心經，大悲咒我不會念，就會看那個心經，慢慢的，還不懂什麼意思。慢慢的有那個因緣，就到○○寺來了。所以說，到○○寺來，給我的人生轉變最大。(B1409)

(瀕死經驗中見到大佛像)之後的話，我就…就開始○○○她們一直找我。只要她們開口邀我，只要我在台灣，我就跟她們走。(去佛寺)……那時候我開始來就是第一次的梁皇寶懺。……那時候我第一次來，奇怪，拜到後來怎麼每次拜都有狀況。而且我嘴巴無形中都會流血。……那師父跟我講說，你是在消業障。那時候我第一次來就是參加梁皇寶懺。從那時候我人比較舒服，只要我一有空，我不在國外，在國內的話，○○○她們找我，督導他們找我，我可能

就會就會過來。(D1403)

你信就有，不信就沒有呀。比方我的話，我什麼都信，什麼都不信，所以我沒有天堂，也沒有地獄。天堂地獄在心裡面。我是這樣回答他的，天堂和地獄是在心裡面。一線之隔就是在心裡面。你的心就是天堂就是地獄。……我經歷這麼多，而且又從鬼門關走一趟回來以後的體驗。真正會讓我走佛教這條路就是當初讓我看到佛祖，還有菩薩。(D1406)

佛教將學佛的歷程分爲信、解、行、證四個階段，個案以瀕死經驗爲信仰的起點（信），上述兩個例子就是有力的證明。信佛、拜佛的人漸漸會進入了解與認知佛教義理的階段，建構新的人生價值觀（解）；然而佛教生死觀最重要的在於教義的實踐（行）與體證（證），達到真正的生死解脫。

下面舉例說明，瀕死經驗者選擇佛教信仰，進入義解的階段，影響了自己的生死觀、人生觀。

（皈依以後）那時候我非常喜歡看生死的書，像臨終怎樣怎樣啦，救度中陰啦，生死學那些，我那時候都一直在看那些書。……我就好像想要從那些書去找到我以前遇到的那些事情。我要求答案，所以我看了很多這種的書。……有得到答案。我那個…，我就知道因果業報，我那個時候就已經知道了。……皈依以後，陸陸續續有聽師父的開示。那時候都是來幫忙比較多，還有參加法會。有時候我會…，因為我看過很多這方面的書，慢慢我就想到因緣果報這些事。(B1414)

肆、瀕死經驗後加深佛教信仰與修持

從信佛、拜佛到了解教義，之後的具體行為就是將佛教的修行方式納入生活的一部份，透過誦經、持咒、禪修、懺悔、發願、布施、持戒、忍辱、精進……等修持法門，改變身心，對人生有了新的體認。本研究所搜集到的訪談資料，可以歸納出個案的修持動機有三類：為來世而努力、為死亡做準備、改善現世生活。

一、為來世而努力

（瀕死經驗後）現我除了求懺悔以外，我希望的是我有勇氣走過去，有那個智慧走過去，讓因緣早日結束，從惡緣轉到善緣，我會用這樣的法門。那這些年來，我認為……，我蠻注重拜懺這件事，因為我覺得說，真的有些習慣上吧，應該講說習氣上啦，有時候我們不想要去做這些惡的身口意去傷害別人，但是不由自主，所以，我認為說，只有懺悔力吧，我們很誠心就長跪在佛菩薩面前，一次再一次，一次再一次的，把我們腦袋裡面所存留的一些不好的記憶，把他洗除掉，那在我們誦經的當下，而我看到這些文字，我們把他放在記憶當中，我們再一次想要生氣的時候，再一次想要發怒的時候，我們會有那個能力，很快的察覺到，我快要，我快要去惱怒對方了，所以我不能夠再做這些所謂的壞事情，或是惡業。……但是學佛，慢慢，這些年來，我總是希望能夠從後知後覺到先知先覺，那樣子你才能夠，應該講說身口意上的惡業才能夠停止啊。不然的話，你一直在做惡業，又一直在累犯，累犯當中，你又一直在拜佛，也不是辦法。……對呀，在佛法上比較會去探究啦。……（以前）是一種有漏善。應該講說有漏善，因為有求嘛，希望佛菩薩對我加被，希望佛菩薩給我這些。……

（瀕死經驗後）把握自己有限的生命做一種，應該講說潛力發揮吧！因為誰也沒有料想到哪天會 over，那不管自己在意的或不在意的，所惱怒的，所喜歡的，終會成為過去，也許在這一期的生命當中，我沒有辦法去掌握，應該講說我沒有辦法全心全意的去掌控吧。但是我希望我透過今生的一些所謂的修持法門，

我能夠對我的來世，更有把握一點。……我希望我的生命能夠比較昇華一點吧！……我覺得透過這些所謂的修持，讓自己能夠慢慢淨化。……因為人的心也無常嘛！而且應該講說累世來的那種種子，那種習氣太深了。……因為我這一世的修為呀，我這一世的修持呀！我慢慢在淨化當中，所以我不好的種子我相信能慢慢把他淡化淡化淡化。……（到了來世，難到就會改變嗎？）……因為我這一世，我慢慢都在，都在，最起碼我腦袋裝著那些東西都比以前好。所以它所浮現的機率，那份機率就會比較少。(A1401)

上面這個例子很明顯的是從信仰到實踐的展現，從向外追求到反諸自己的身心淨化，其修行力量立基於佛教的三世因果觀，透過對教義的了解，主導自我生命的領航，朝向更善美的來生，因而「死亡」不再是生命的終點，只是過渡，也就「不怕死亡」了。

我相信生命是永無止盡的。……我認為這是真的，因為，因為，我這是推理啦。你看，這生命是永無止境的，這當然嘛，因為，你看，人，你沒有好好做，就會當鬼嘛，對不對，再不好好做，就變畜牲道嘛。就是一一直在輪迴，那你說，有止境的話，如果說有選擇的話，是不是每個人都想再當人，誰願意當畜牲道？誰願意當餓鬼道，是不是？所以呀，這樣的推理之下，我會要求我自己要往善的地方去。……因為我知道做壞事一定要受果報嘛，所以我要求我自己不可以去做壞事。所以那個思想就變得很單純，我只是要做好事。我自己有判斷，也許這個判斷是錯誤的，最起碼跟以往是，是做壞事都還不知道，對不對？……現在不會呀，我會有所選擇，在行為造作上，我會認為這是好的，這是善的，這是利於大眾的，我會去做。……即使外在條件目前我沒有這個因緣改變，但是，應該講說，我個人的行為，我是可以做主的。(A1402)

我想要廣結善緣。……這一世當中，婚姻走得很坎坷，所以我自己也有發願來世必當比丘，那我不想要有任何的女難或是男難，當你要作為一個比丘的時候，必須要福德具足，那你沒有人緣或是說廣結善緣的話，以後你希望別人來成就你的道業的時候，你又如何去發揮呢？你沒有任何資糧去做呀。你說你要說法的話，也要有人聽呀。……你才有辦法去做更多的事，所謂弘法利生的事情。……當然要，生生世世呀！（A1612）

從以上這些描述可以看出，個案 A 相信生命是永無止盡的，她知道這種想法缺乏科學證明，也坦誠地表示這是推理；這種推理來自瀕死經驗，她接受佛教六道輪迴的教說，也領悟生命在未來時空的持續呈現，與他人息息相關，要成就自己的圓滿生命，就要「廣結善緣」，一方面修正自己，一方面從事利他的服務。

二、為死亡做準備

我還沒有正式歸依以前，……因為騎遠門，我都怕出什麼事情，我都把《金剛經》帶著。那時候我就想《金剛經》會保護我，我就把《金剛經》帶在身上。……比較高深，一定「就來」（台語，很銳利），金剛嘛，一定會破什麼邪的。（B1415）

我現在怎樣想，我自己在計劃，一個禮拜最少誦四部《金剛經》。……我自己在想，我年紀這麼大了，我是期望在我走之前能夠開悟。……所以說，我會訂這樣，要誦四部。那《普門品》跟《彌陀經》，一個禮拜最少要誦一部，那《八十八佛》一個月至少要誦一部。（B1416）

個案 B 把生命的重心直接放在「準備死亡」上，他的方式就是「誦經」，尤其以《金剛經》為重。先前討論過他對死亡的看法是「死亡只是永恆生命短暫假相」，並以佛教空宗的思想來詮釋生死，因此他期望在今生開悟、了脫生死。值得注意的是，個案

B 以菩薩救度來認定第一次瀕死經驗的遭遇，對佛教信仰生起信心；又推斷自己第二次瀕死經驗中出現的鐵城是地獄的邊界，令他更加積極尋求宗教信仰。他選擇一般人譽之最具法力的《金剛經》來持誦，也以其中的空性、無相等思想來建構生死觀，然而他的解脫之道卻是偏向有相的「誦經」形式，可以看出他藉佛教教義來平衡第二次瀕死經驗中地獄鐵城邊界帶給他的衝擊，又受到第一次瀕死經驗的影響，深信佛教聖者與聖典能幫助他悟道、解脫生死。他對死後的歸向並不寄望在來生，而是面對死亡、為死亡做準備。

三、改善現世生活

我發願我兒子考過國際工程師牌照，我就繼續當義工，那時候我剛來這邊當義工，兒子就真的考上了，我來發願以後，我兒子就真的考上了，我跟你講我要一直當下去，禮拜二。（每週二中午中醫義診包藥，四月開始。）（D1405）

拉得很厲害，沒吃東西就一直拉。拉到第二個禮拜二，全身虛脫了。……就是那種東西在作怪，我弄到那個東西，碰到那個東西，所以禮拜二那天，還是撐到這邊，為什麼你知道嗎？我到這邊來，佛祖會幫我帶。……我沒講出來，講出來做什麼，人家有些人會怕。我想說，算了，反正我禮拜二我到這邊來，我就私底下跟菩薩講說，佛祖講說，幫我解下我身體的不舒服。幫我解除掉，讓我好一點。……我知道發完燒以後，就差不多要過了，但是我還是要…身體會虛一點，要補充營養。……我的經驗，那就沒跟著我了。但是我喝大悲水也沒用呀。我再怎麼求，在這種情況，我喝大悲水都沒有用。（D1528）

個案 D 瀕死經驗的異常體驗直接延續在日常生活中，菩薩與眾生就在她身邊不時出沒，親身經歷的真實感勝於一切文字假說與推論，她知道自己超常的能力，連一般的

神職人員都沒有，因此她並沒有企圖在佛教的教義中找到一套詮釋的系統。她的生命重心不重於寄望來世，也不努力準備死亡，而是把握今生，以佛教信仰做為改善現世生活的方法，認為現在怎麼活，將來就怎麼死。她始終為病所苦，認為佛教修持不能完全消除她累世的業障，誦經持咒的解脫功能有限，因此無法生起大信心，徹底精進學佛。這是對佛教教義不夠深入所致。

四、以佛菩薩及其教化為人生目標

無論四位個案深入佛教修持的動機如何，他們都有共同的目標——信仰佛菩薩，並且以佛菩薩的教化為人生的目標，教化的內容從寺院的法會、佛經典籍與法師開示授課得來。經過信、解、行、證的歷程，他們所建構出的新人生觀，深受佛教信仰影響。

(一) 學習菩薩的慈悲、柔和、平等

我一直很想要到監獄去佈教，因為我覺得那是一個很苦的地方。……我有發願生生世世要當觀世音菩薩的侍者，我要學習祂的精神。(A1403)

人生的意義對個案 A 而言已擴及到關懷更多的人，而這種價值觀是建立在觀音信仰上的，因為觀世音菩薩大慈大悲、救苦救難，令人景仰，從而效法其精神；是故個案 A 發願要去一個很苦的地方——監獄，以佈教弘揚佛教真理的方式，讓他們得到精神上的解脫。

成佛哦…，每個人都有佛啊！……你做善就是佛呀，就是佛菩薩，你做惡，就是修羅，那為什麼一定要「坐在那裡給人拜」。(這一句用台語，並且大笑起來)……我覺得所有的諸佛菩薩裡面，可能是累世來的薰習吧，我非常非常景

仰觀世音菩薩，我欣賞祂的柔和，我欣賞祂的那份慈悲。……因我想要學習祂，成為別人生命中的觀世音菩薩。(A1404)

以上進一步呈顯：正信佛教徒了解生佛平等道理，佛菩薩不是高高在上的宇宙主宰者，而是一步一腳印的真理實踐者，更是人人都能達成的聖賢模範。

因為菩薩來講，應該怨親平等，或是說貧富平等。可是我覺得我目前好像比較著重在貧，比較著重在苦，這都不對，不究竟呀，不合乎中道。還是有分別性，而且好像落差蠻大的。(A1405)

個案 A 以菩薩為生命典範的人生觀是嚴謹且具反省力的，本段陳述彰顯出菩薩的位格基礎來自「法」的意義，佛教將生命型態的不同依煩惱斷除的差異，分成十法界。個案 A 從佛教的義理中學習到菩薩以「怨親平等」不偏不倚的中道法義，展現其究竟解脫的境界，並反省、檢查凡聖的落差。

(二) **學習佛的智慧，開發內心的潛能**

我們如果說學佛的話，當然是每一分每一秒會來開我們的智慧，對不對？我們本就有一個佛性嘛，我為什麼不把自己那個佛性，把他……把他開起來，對不對，我有時會這樣想。所以說，有時候我自己，在向心裡面探討。(B1417)

佛教教義宣說人人皆有佛性，都能成佛的生命願景，對於正在找尋生命定位的瀕死經驗者，成為一個極具吸引力的選擇，他們在佛教信仰中找到安身立命之處，不斷繼續探討心靈的無限可能性，是瀕死經驗讓他們肯定成佛的生命潛能。

(三) 超越表相，追求真理

我們所看到的是表相的東西，根本不是這樣子，你如果一直在事相上去追求的話，徒勞無功，那根本是很難究竟，因為那個理是真正不變的，那個事是千變萬化，那只是一個方便。一直在事相上追的話，那你在那個理的上面你就沒有了。(B1418)

瀕死經驗的場景是異於生活世界的影像，個案雖然受到震撼，卻從佛教教義中領略到「凡所有相皆是虛妄」的真理，事的千變萬化來自心識的轉變，因此在前一段陳述中，他將生命的探索導向自心。

一切有為法如夢幻泡影，我們不能執著空呀，有也要兼顧，但是你知道理，事相上也要知道。佛陀說他是一個法身，他那個報身，報身跟那個應身是那個法身出來的嘛，對不對？你如果說，人家說佛陀怎麼會涅槃，他那個應身當然有一個時間嘛。他不可能說，從法身出來的那些相，永遠在這個世上。(B1419)

此處再次展現出佛教所強調的中道義，個案 B 認為不能著空廢有，既肯定生命形成與展現的法則與根本立場，也承認萬事萬物森然羅列的實際功能。他以佛為例，說明佛陀生命的呈現立基於法身之根本，展露報身的功德法相，而終難免一期無常生命的應身示現，反映出其對生命存在的詮釋，全然地接受死亡的必然性。

以前我嫉惡如仇，現在不會呀，現在都會替人家想。都會想那些緣起的分析，為什麼他會這樣子？此有故彼有呀，我都會想這樣子，但是想很多後，我就會想說這緣起甚深的東西，我們花很多時間可能也理不出頭緒，但是總而言之，那是有因有緣，自己會這樣子想，所以很多事情自己都會，比較會釋然啦。

對很多什麼挫折啦都不會說很在意啦。(B1426)

在瀕死經驗後重尋生命意義的過程中，個案 B 接受佛教緣起性空的教義，雖然未達透徹究竟解脫的境界，但已是因應人生困境的最佳指導原則，其中內蘊的是對真理信仰的力量及其真實體證。

學佛給我很多的改變，對事情的真相，我不會去看那個相，我會去想那個真正的原因。你如果說一直往那個相去打轉的話，你就慘了。(B1427)

(四) 行菩薩道，利益大眾

人生本來就要走菩薩道，我們是佛教徒，我們每天都在念那個無邊眾生誓願度。……自己花那麼一點點力量可以引來二百人靜靜地坐在那邊聽演講，這種潛移默化的力量非常大。我們如果不做，社會上不是亂還是亂，現在已經夠亂了，我們不注一點水，把他稀釋一下，枉為做佛教徒。(B1420)

萬法唯識，緣起性空的大乘佛教教義，一方面令信徒看透萬般皆空的本質，放下對事相執著；另一方面也不斷提醒著信徒，自己的心念時刻影響所在處境的變化，將自他緊密關聯，而有同體共生的教化悲願。

我曾經有一段時間，好像那個小乘的思想，有一段時間很強烈，自己去去這樣來苦修哦。因為人很難度嘛，人很難度，我有時候，也會很灰心呀！……我的想法是說，如果自己能夠修得開悟的時候，我們再來度人比較容易。……看那個《金剛經》以後，我就想到不是這樣子。佛陀說，《金剛經》要修大乘才可以去看，不然你修《金剛經》做什麼，對不對？後來又慢慢回到那個…開始

又念無邊眾生誓願度。(B1423)

佛教信徒以稱念諸佛菩薩、修學佛經教典為解脫之舟航，藉著這股信心與力量，轉迷為悟，轉苦為樂，轉凡為聖，讓生命雖在起落之間，以菩薩道為己志，難行能行，難忍能忍，也漸次達到提昇與淨化。

(五) 佛菩薩是精神的寄託，心靈的導師

(研究者問：你理解到的佛法是怎樣?)我跟你講，我不知道，我只知道看經書，不要害人，心存善念。……佛菩薩?第一個講啦，讓我們精神上有寄託，最基本的，宗教就是，佛菩薩讓我們心靈上有寄託，不要讓我們去學壞，當我們碰到事情的時候，問題的時候，沒辦法跟任何人講的時候，我們可以跟他講。他可以讓我們舒解心裡面的垃圾。至少他能引導我們往正的方面走。……我認為有他們的存在，因為我看到他們呀。我感受得到他們，所以我認為有他們的存在。……我說拜佛，不管你拜什麼，都是要用心，不是拜在嘴巴裡面。……你說認為有沒有佛菩薩存在，……我說用心去感受，你可以感受得到。(D1407)

只要用心就能感受到佛菩薩的存在，心是眾生與佛菩薩交流的橋樑——心、佛、眾生三無差別，可以說是佛教信徒共同的體認，學佛是追尋生命的源頭，也是圓滿生命的終極關懷。

對佛教信徒而言，佛菩薩的境界就是更高的精神世界，瀕死經驗者在體悟死亡的真實感後，印證人生無常的佛教教義，將自己的生命重點放在精神的提昇上，以佛菩薩為指標，讓自己能從短暫人生超越生死輪迴乃至達到美好的永恆生命。

第五章 結論與建議

第一節 結論

瀕死經驗的形成與解釋，雖有醫學、心理學、物理學、化學等各家之論說，但都無法蓋括或證明其真實情狀，本研究以佛教唯識的觀點詮釋瀕死經驗情狀，佐以西方科學理論加以論證，說明瀕死經驗是意識所成之光影呈現，以期豐富瀕死經驗理論之建構。

本研究立基於林格的瀕死經驗研究，依據十項體驗要素逐項深入分析，除了提供本國佛教信徒的描述外，也歸納出許多新的觀點，一方面重新以東方的角度理解西方的瀕死經驗詮釋，另一方面也突顯出東西方詮釋的差異。

關於瀕死經驗之後續影響，本研究從當事人對死亡的看法之表達，分析其心理狀態，對於不怕死亡的普遍反應，提出三類不同的心態。不怕死亡的不同心態與當事人在瀕死經驗之後，探尋死亡真相所獲致的死亡觀有關。本研究個案對死後世界的認識，除了西方研究成果所提到的「相信死後生命的存在」外，特別反應出「相信輪迴」與「相信超度的功能」，這是佛教文化所衍生出的論點。

因此，佛教信仰對瀕死經驗有相當之影響，一方面是因為瀕死經驗既是唯識所成，薰習心識記憶所在的環境文化自然成為重要影響因素；另一方面佛教信仰早已與中國文化結合，普遍深入民眾的生活中，一如基督信仰的文化因素，同樣地呈顯在西方瀕死經驗個案的描述中。所以，在人生觀的表達上，西方個案所說的心靈提升、關懷他人、相信「神」的存在等，在本研究的呈顯就是以佛菩薩及其教理為人生目標，學習慈悲與智慧，自利利人。

壹、瀕死經驗之情狀

一、本研究對瀕死經驗情狀之詮釋

科學家發現原子是組成萬物的基本單位，由電子、中子和質子所構成，是一種能量，其存在無可限量，無法被摧毀，只能改變狀態。——能量必須在潛存和發揮之間不斷循環。本研究據此申論，宇宙時空由能量所形成，其展現分為二種層次，一是物質，二是意識。意識是一種能量狀態，能量變化（意識的思量作用），形成光（固定波）及其投射世界（粒子場），粒子被視為物質，其不同排列方式構成宇宙的萬事萬物。

宇宙中能量的循環作用，由於意識的作用行成積聚，普遍呈顯為物質的變化。物質能量的循環達到某種奧妙的境地，有了「主觀性」（生物的存在模式）而有生命現象，形成生物。意識的思量作用，使得意識的量子場成等速運動狀態，形成光及其投射。這種投射是多層次、同時存在的，而且與意識共在，如果人死後回到本體意識，就能同時看到這些多層次的投射世界，感到時間與空間的不存在。根據這種假設，世界中的生命個體意識，與本體意識無二無別，只是受限於時空的角度，只能覺察到意識所投射的世界，並且於其中再度思量及交叉投射，產生二度投射、三度投射……n度投射。

意識作用所形成的境界，佛教稱之為「法界」。瀕死經歷者脫離肉體後的遭遇，如感覺進入黑暗、遇見或聽見某人之聲音、回顧人生、看見光、看見美麗的顏色、進入光中、遇見「靈魂」等等，可以佛教「十法界」與唯識學的「三類境」來理解（參見第二章第六節第三項與第四項），係由心識與心識交互作用所招感的光影境界。

瀕死經驗是人體受到極大痛苦，超過身心的負荷，而產生的一種身心脫離意識。脫體後的意識，沒有身體的羈絆，發揮了極大的想像功能，在自我意識與外在刺激的交互作用下，產生許多不可思議的影像境界。脫體後的意識一開始總是被動地受外在刺激（黑暗、光、靈魂、他方世界之影現等）而思惟，漸漸地也可以嘗試加入自己的意志作用來行事，一如在人間大部份受制於外在環境，其實也可以靠自己的意志力選擇改變環境。

二、本研究對瀕死經驗情狀之描述（與林格的研究成果相同者也在此總結）

首先將四位個案訪談陳述列出簡表如下，並於後歸納條列說明：

	體 驗 項 目	個案陳述			
		A	B	C	D
11.	發現自己死亡的實感	小產手術	瓦斯爆炸	被蛇咬到	白血病
12.	安詳、欣快感	滑落的快感	菩薩灑水感到清涼	見到地獄景象感到恐怖	見到佛祖對自己微笑
13.	脫體感	在手術房見到自己身體	走在暗路卻聽見家人與醫生說話	走在山洞中遊歷地獄回到家門口	看到自己身體醫護人員在身旁
14.	感覺進入黑暗	在隧道中滑落	走在暗路上兩旁是鐵城	走在黑暗的山洞中	無
15.	遇見或聽見某人之聲音	聽見醫護人員談話	聽見家人與醫生說話	一個老伯告訴她家就在前面	無
16.	回顧人生	無	自己的一生像電影快速閃過，大多是做不好的事	無	無
17.	看見光，或被光圍住	看見遠處有光，一靠近又跑遠	遠處有黃燈，走近變巨大，醒來	認出門前的火把回到家門口	無

18.	看見美麗的顏色	無	無	無	無
19.	進入光中	無	無	無	無
20.	遇見「靈魂」	無	無	地獄的行刑 人與受刑 人，引路老伯	清朝男子
21.	其他	與身體合而 為一	感覺有人在 灑水（菩薩）	巨大響聲	見到佛祖對 自己微笑

（一）在西方的研究中，寧靜與安詳，乃至愛與溫馨這類感受幾乎每一個瀕死經驗者的共同體驗，出現在黑暗中或與光融合為一時的描述，而東西方個案的描述有些差異，本研究四個個案並沒有強調瀕死經驗的安詳、欣快感。

（二）個案因為生病所引起的生理變化，導致瀕死經驗。其後持續的異常經驗應是因為生理變化的因素依然存在（體質改變），以及瀕死經驗帶給個案的心理衝擊，讓他們更有機會產生異常經驗。

（三）瀕死經驗者脫體後的場景描述可歸納出幾個類型：

1. 出現在身體旁邊的現實生活中：看到、聽到世間的人正在對自己的身體進行救護。
2. 出現在現實生活的其他環境中：可識別在何處（如自宅或其他親友家），也有無法識別在何處的（如不知名的城市或郊外）。
3. 出現在他方世界：如黑暗中、花園、田野、地獄、天宮，或其他可識別不在人間的地方。

（四）脫體後的自我形體描述有幾種類型：

1. 有微細物質的身形感。
2. 感到自己的身體完好無缺。（身體的殘缺獲得恢復，如殘廢、眼盲等）。
3. 沒有時間感，沒有空間和距離的問題，可隨自己的心念到達其他地方。

4. 只有純粹的意識。
 5. 沒有肉體，但強而有力的能量中心。
 6. 似乎是一種思考的功能，一種智力的概念。
- (五) 脫體可能是人體受到極大痛苦，超過身心的負荷，而產生的一種身心脫離意識。脫體後的意識，沒有身體的羈絆，發揮了極大的想像功能，在自我意識與外在刺激的交互作用下，產生許多不可思議的影像境界。
- (六) 脫體後在黑暗中行進而有隧道經驗的感受，猶如人於黑中持火把前行，行進的速度可以透過自主的力量快或慢，甚至停下來。此種情形是因為當事人單純的意念作用，自身形成光體。
- (七) 瀕死情形會讓人失去肉體的存在感，經驗意識或客觀意識消失，感覺進入黑暗，體會本體意識全知與安詳的圓滿境界。
- (八) 西方研究中，瀕死經驗在黑暗或與光合一的「愛」、「溫暖」、「平靜安祥」和「全知」等感受，來自身體形像與心理差別認知的消融。當身心存在的認知消融於黑暗或光體之中時，使人有一種解脫自在的感受，其特色是「愛」、「溫暖」、「平靜安祥」和「全知」。
- (九) 瀕死經驗者在光中可以意識到自己的形體，甚至可以變得極大或極小，足見其時身形是靠意識想像而覺受到的。
- (十) 與光融為一體的經驗未必是瀕死經驗者最後的體驗歷程。
- (十一) 佛教認為人死後會遇到各類光體，佛的光明可以類比經驗意識消失，一切心念中斷的通體透明無礙感，菩薩則屬清淨慈悲的意念，至於六道尚在自我意識的善惡分別意念，會招感念念相續的求生意志，落入生死輪迴之中。光明不離心識的變現，其最高的境界是經驗意識消失，一切心念中斷的通體透明無礙感，所以瀕死經驗者在黑暗中或與光融合為一時能夠這個短暫的體驗。然而隨著心識的牽動，隨之影現出各種境界。
- (十二) 瀕死經驗所遇到的光體，約可分成幾類：
1. 遠處的光體：當事人描述在一定距離之外所看到的光。

2. 與光融合爲一：此有二種，一種情形是一開始就自覺與光同在；另一種是看到光之後，再與光靠近融合爲一。與光融合爲一的相狀又有幾個類型：
 - a. 當事人只感知到光的德性，如愛、溫暖、全知、落葉歸根之感，自覺完美無缺。
 - b. 當事人除了感知到以上的德性外，肯定光體具有性格，是一個實體，但沒有形象。
 - c. 除了德性與性格實體，當事人還描述了光體的形體相貌。
3. 疑似光體的靈魂：當事人只描述看到什麼樣的人，但沒有提及對方是否屬於光體。依據從感光顯像原理而論，影像中的形體色彩就是光影的一類，它們或者是屬於亮度較弱的光體，或者只是光體的折射影像。

(十三) 瀕死經驗中所謂的遇見靈魂兩種情況：一種是當事人脫體到他方世界所見。一種是主動出現在當事人的境界中。遇見的靈魂可大分爲兩類，一種是溫暖、慈祥的；一種是冰冷、恐怖的。

(十四) 瀕死經驗中的「靈魂」爲了傳達某些訊息，似乎也發揮了他們的意識能力，顯現光影來讓當事人明白一些道理。

(十五) 回顧人生與當事人自我意識的引導有關，當事人在回顧人生的同時，意識到自己即將死亡。

(十六) 回顧人生讓個案了解自己的所作所爲，對周遭人事物的深遠影響。西方研究的個案強調在此一過程沒有外來的審判主，但是「善有善報，惡有惡報」的因果定律，讓他們自然而然地在此一過程中嚐到了他們對他人的作爲所換回來的報應苦果，而在返回人世中有了改過遷善，重新做人的決心與行爲改變，這是一種懺悔的表現。佛教對人死後回顧一生的情景，雖然多以閻羅王審判情狀呈現，但是經過後世學者的再詮釋，則歸於「心識」的作用的展現。回顧人生所出現的光體（有人認爲是上帝）或是閻羅王，只是文化差異所表現出的象徵不同。

貳、對死亡的看法

本研究四位個案之瀕死經驗距今皆四年以上，他們對死亡的看法深受瀕死經驗的影響，這些看法並非直接在瀕死經驗後立刻產生，而是在歷經瀕死經驗的特殊情景，生死觀受到極大的衝擊後，經過一連串的生命意義追尋，重新建立死亡觀。

一、死亡態度

(一) 不怕死亡，接受死亡：個案在提到不怕死亡時，以佛教教義來做為說明，對生命及其歸向有新的詮釋，顯然是後續的反應。約可歸類為三點：

1. 死亡有定數：生命是業報（因緣果報）而來，業報盡了就會死。
2. 對死亡有所準備：要追隨佛菩薩到極樂世界。要透過修行自己作主。怎麼活，就怎麼死——盡量做，不害人。
3. 死亡只是永恆生命的短暫假相。

(二) 體會生命無常，色身短暫：這一點是西方研究中較少提到的，對於神識與肉身的分離實感，西方人比較不容易立刻否定身體的重要性，只是會強調精神的層面，肯定永恆世界的存在。本研究的個案所呈現的是中國人常談的「人生無常」、「天有不測風雲，人有旦夕禍福」、「臭皮囊」、「四大皆空」等觀念，而有以下之陳述：

1. 死亡隨時會來到。
2. 身體是借住的，不必留戀

二、死亡真相

(一) 死亡境界與自我意識的投射有關。

(二) 死亡是個變數。

雖然是與死亡擦身而過，個案對死亡的真相也不會斬釘截鐵地表示定論。死亡境界與自我意識的投射有關，是個案 A 提出來的，研究者進一步於討論「脫體」這個項目中，以佛教教義與西方科學研究成果加以論證，提供對瀕死經驗的另一種觀點。然而無論是從瀕死經驗者的親身體會或是佛教教義的論證（因緣業果的不斷變化），誰也無法論定自己真正死亡後的方向，死亡是個變數。

三、死後世界

人類對於死後世界的說法有多種，從學術研究的立場難以論定何者是真實的、必然的結論，然而本研究的四位個案所呈現的是下列三點，前二者是瀕死經驗者普遍的後續影響，「相信超度的功能」則是個案選擇以佛教教義來安身立命的特有觀點。

(一) 相信死後生命的存在。

(二) 相信輪迴。

(三) 相信超度的功能。

參、佛教信仰與瀕死經驗之交涉關係

本研究以佛教信徒為訪談對象，從佛教教義的觀點來探討瀕死經驗，不外是想理解佛教信仰與瀕死經驗之交涉關係。四位佛教信徒中只有一位在瀕死經驗之前已皈依三寶，但是對佛教義理並不十分深入；瀕死經驗令她更加虔誠，並致力於教義之實踐。而其他三位個案則是經過一段探索歷程後，安身立命於佛教的教義信仰。他們的改變可歸納如下：

一、佛教信仰會影響瀕死經驗之內涵與歷程

二、以佛教信仰詮釋瀕死經驗而獲致新的生死觀

三、瀕死經驗之後尋求宗教的皈依

四、瀕死經驗之後加深佛教信仰與修持

個案選擇佛教信仰以安頓因瀕死經驗而失衡的身心，其加深信仰與修持的行為動機略有不同，約可分為三點：

- (一) 為來世而努力。
- (二) 為死亡做準備。
- (三) 改善現世生活。

五、以佛菩薩及其教理為人生目標

- (一) 學習菩薩的慈悲、柔和、平等。
- (二) 學習佛的智慧，開發內心的潛能。
- (三) 超越表相，追求真理。
- (四) 行菩薩道，利益大眾。
- (五) 佛菩薩是精神的寄託，心靈的導師。

從瀕死經驗的研究可知，死後的神識會再次經歷一生中的任何事件（無論是善行或惡行），或者因其意識作用或其他外來的意識作用形成各種光影，產生感覺作用或知覺作用，亡者極可能滯留在某一事件的影像及其反思中，甚至導致其意志作用強烈主動造作某些行為，進而形成再生。一般人沒有人生回顧等瀕死經驗之體驗，死後之神識多半時而被動地隨著死後影現的人事物而思惟，時而又主動地思前想後地隨意念影現更多人事物，在這些人事物的影現當中徘徊、反思，終至形成再生的主導力量，隨業往生。業是指行為的造作，一個人生前所造的業，會影響其死後再生的抉擇。人們或許會認為死後一定就像一般西方瀕死經驗者描述的那麼美好，然而本研究四位個案的描述，強調的重點卻是不再畏懼死亡的心路歷程，進而希望達到超越生死、解脫生死輪迴等佛教教義所主張之最終目的。

世界比我們所知的更為寬廣，從對死亡的了解中，能幫助吾人領悟生命的意義。林

格認為，瀕死經驗的啓示是「我們在人世的所作所為會延續到來生，只有間斷而沒有結束，只有變遷而沒有毀滅」。(Elsaesser Valarino，李傳龍等譯，2000，p180)本研究以佛教的觀點來理解瀕死經驗，揭示萬事萬物都不離心識變現的現象變化；生命的緣起緣滅，誠如釋星雲所言：「人之生也，必定會死；人之死後，還會再生。生生死死，死死生生，如環形的鐘錶，如圓形的器皿，沒有開始，也沒有結束。生死只是一個循環而已」。(釋星雲，2001)至於佛教唯識變現的原理法則與宇宙現象之交涉關係，留待日後有機緣再作更進一步的探討。

第二節 建議

本研究雖然只訪談了四位個案，不足以概括具有瀕死經驗之所有佛教信徒，然而本研究試圖呈顯西方以科學研究瀕死經驗之結果與佛教傳統信仰之交集，拓展新的思維。因此，對於現代生死學之探討，有以下建議：

一、佛教信徒可藉由對瀕死經驗之瞭解，來比對探討佛教相關義理，及生死解脫之道，讓原有的教義和現代的案例互相佐證。

二、佛教學者可以結合人類學、社會學等研究方法，擴大探討教義對信徒生死觀之影響與重建，並製定一套佛教生死教育課程。

三、生死學教學者或從事生命教育者可以國內瀕死經驗之實例，以文字、影片或當事人現身說法等方式作為課程內容，並評估其效應，作為國內生死學或生死教育之教材。

四、瀕死經驗之課題可作為防範自殺之教材，透過回顧一生的體驗，揭示生命個體行為因果循環的道理，引導具自殺傾向者愛惜生命，對自己的行為負責。

五、對瀕死經驗之研究有興趣者，可以進一步探討佛教修行所達到脫體感或禪定，與 NDE 之差別，以及二者對當事人之影響有何不同。

參考文獻

一、英文著作：

Atwater, P. M. H. *Coming back to life: The after-effect of the near-death experience*. New York: Dodd and Mead, 1988.

Atwater, P. M. H. *Beyond the light: What isn't being said about the near-death experience*. New York: Birch Lane Press, 1994.

Elsaesser Valarino, Evelyn. *On the other side of life: Exploring the phenomenon of the near-death experience*. New York: Insight Books, Plenum Press, 1997.

Kastenbaum, R. et al(ed). *Encyclopedia of Death*. 1989.

Kübler-Ross, Elisabeth. *On death and dying*. New York:Macmillan, 1969.

Kübler-Ross, Elisabeth. *Questions and answers on death and dying*. New York: Collier Books, 1974.

Kübler-Ross, Elisabeth. *Personal communication*. New York:Macmillan, 1976.

Kübler-Ross, Elisabeth. *On children and death*. New York:Macmillan, 1983.

Kübler-Ross, Elisabeth. *Death is of vital impoytance: On life, death and life after death*. Tarrytown, NY: Station Hill Press, 1995.

Moody, Raymond A. *Life after life: The investigation of a phenomenon-survival of bodily death*. Covington, GA: Mockingbird Books, 1975.

Moody, Raymond A. *Reflections on "Life after life."* Atlanta, GA:Bantam,1977.

Moody, Raymond A. *Elvis after life: Unusual psychic experiences surrounding the death of a superstar*. Atlanta, GA: Peachtree, 1987.

Moody, Raymond A. *Coming back: A psychiatrist explores past-life journeys*. New York: Bantam,1990.

Moody, Raymond A., and Perry, Paul. *The light beyond*. New York: Bantam,1998.

Moody, Raymond A., and Perry, Paul. *Reunions: Visionary encounters with departed love ones*. New York: Villard, 1993.

Morse, Melvin, and Perry, Paul. *Closer to the light: Learning from children's near-death experiences*. New York: Villard, 1990.

Morse, Melvin, and Perry, Paul. *Transformed by the light: The powerful effect of near-death experiences on people's lives*. New York: Villard, 1992.

Ring, Kenneth. *Life at death: A scientific investigation of the near-death experience*. New York: Coward, McCann and Geoghegan, 1980.

Ring, Kenneth. *Heading toward Omega: In search of the meaning of the near-death experience*. New York: Morrow, 1984.

Ring, Kenneth. *The Omega project: Neardeath experiences, UFO encounters, and mind at large*. New York: Morrow, 1992.

Stevenson, Ian. *Twenty cases suggestive of reincarnation*. (2nd ed.) .Charlott, VA: University Press of Virginia, 1974.

Stevenson, Ian. *Children who remember previous lives*. Charlott, VA: University Press of Virginia, 1987.

二、中文譯作：

B.Greyson (2001)。李傳龍、李雅寧譯。〈序〉《穿透生死迷思》。台北：遠流。

Dannion Brinkley (1996)。羅若蘋譯。《死亡·奇蹟·預言》。台北：方智。

Elisabeth Kubler-Ross (1991)。On Life After Death。CELESTIALARTS：California。

Elsaesser Valarino (2000)。李傳龍、李雅寧譯。《柳暗花明又一生：瀕死經驗的跨領域對談》。台北：遠流。

Kenneth Ring & Elsaesser Valarino (2001)。李傳龍、李雅寧譯。《穿透生死迷思》。

台北：遠流。

Melvin Morse, M.D. (1996)。李佳蓉譯。《死亡之光——生命的另一個開始》
(Transformed by the Light)。台北：方智。

Raymond A. Moody (1991)。賈長安譯。《來生》(Life after life)。台北：方智。

William James (2001)。蔡怡佳、劉宏信譯。《宗教經驗之種種》(The Varieties of Religious Experience)。台北：立緒。

Willian L. Miller & Benjamin F. Crabtree (2002)。黃惠雯、童琬芬、梁文蕓、林兆衛譯。《質性方法與研究》(Doing Qualitative Research)。台北：韋伯。

立花隆 (1998)。吳陽譯。《瀕死體驗》。台北：方智。

岸本英夫 (1997)。闕正宗譯。《凝視死亡之心》。台北：東大。

三、大藏經：

大正新修大藏經 (1932)。第十三冊《地藏菩薩本願經》，唐代實叉難陀。台北：新文豐。

大正新修大藏經 (1932)。第十九冊《大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經》，唐代般刺蜜帝譯。台北：新文豐。

大正新修大藏經 (1932)。第二十九冊《俱舍論》，唐代玄奘譯。台北：新文豐。

大正新修大藏經 (1932)。第四十四冊《大乘義章》，隋代靜影寺慧遠撰。台北：新文豐。

大正新修大藏經 (1932)。第四十五冊《慈悲水懺法》，唐代知玄述作。台北：新文豐。

佛光大藏經 (1999)。《淨土藏·佛說阿彌陀經》。姚秦鳩摩羅什譯。高雄：佛光大藏經編修委員會。

佛光大藏經 (1999)。《淨土藏·藥師琉璃光如來本願功德經》。唐代玄奘譯。高雄：

佛光大藏經編修委員會。

佛光大藏經（1999）。《淨土藏·阿彌陀經疏》。唐代窺基著。高雄：佛光大藏經編修委員會。

佛光大藏經（1999）。《淨土藏·中峰國師三時繫念佛事》。元代中峰明本撰。高雄：佛光大藏經編修委員會。

佛光大藏經（1999）。《淨土藏·佛說阿彌陀經要解》。明末蕩益智旭著。高雄：佛光大藏經編修委員會。

佛光大藏經（1999）。《淨土藏·佛說阿彌陀經要釋》。民國斌宗著。佛光大藏經編修委員會：高雄。

佛光大藏經（1999）。《淨土藏·東林十八高賢傳》。佚名。佛光大藏經編修委員會：高雄。

佛光大藏經（1999）。《淨土藏·淨土往生傳》。宋代釋戒珠編撰。佛光大藏經編修委員會：高雄。

佛光大藏經（1999）。《淨土藏·往生集》。明代釋祿宏輯。佛光大藏經編修委員會：高雄。

佛光大藏經（1999）。《淨土藏·淨土聖賢錄》。清代彭希涑述。佛光大藏經編修委員會：高雄。

佛光大藏經（1999）。《淨土藏·淨土聖賢錄續編》。清代胡珽述。佛光大藏經編修委員會：高雄。

佛光大辭典（1988）。高雄：佛光大藏經編修委員會。

四、現代人著作：

王季慶（2001）。B.Greyson 著。李傳龍、李雅寧譯。〈開悟的一瞬〉《穿透生死迷思》。台北：遠流。

吳卓飛（1983）。徐進夫譯。〈前言〉《西藏度亡經》（蓮華生大士原著）。台北：天華。

依品凡（2003）。《重新活回來》。台北：遠流。

胡幼慧（1996）。〈轉型中的質性研究：演變、批判和女性主義研究觀點〉《質性研究——理論、方法及本土女性研究實例》（胡幼慧主編）。台北：巨流。

姚美華（1996）。〈一些質性方法上的思考：信度與效度？如何抽樣？如何收集資料、登錄與分析？〉《質性研究——理論、方法及本土女性研究實例》（胡幼慧主編）。台北：巨流。

施東穎（1997）。〈《宗鏡錄》的法相唯識思想〉。四川大學宗教學研究所碩士論文，收錄於《中國佛教學術論典 30》。高雄：佛光山文教基金會。2001：p359。

徐紹強（1995）。〈唯識思想及其發展〉。中國社會科學院博士論文，收錄於《中國佛教學術論典 30》。高雄：佛光山文教基金會。2001：pp22~24。

索甲仁波切（1996）。《西藏生死書》。台北：張老師。

陶在樸（1999）。《理論生死學》。台北：五南。

黃瑞琴（1991）。《質的教育研究方法》。台北：心理。

陳兵（1997）。《生與死的超越》。台北：圓明。

陳杏佳（2000）。〈現象學方法論與護理研究應用〉《新臺北護理期刊》。第二卷第二期。

陸誠達（2001）。〈生死與價值〉《輔仁宗教研究》。6月。

畢恆達（1996）。〈詮釋學與質性研究〉《質性研究——理論、方法及本土女性研究實例》（胡幼慧主編）。台北：巨流。

張淑美譯（1989）。〈死亡及自殺教育的重要性〉。高市文教，4月：pp44-47。

張淑美（1996）。《死亡學與死亡教育——國中生之死亡概念、死亡態度、死亡教育態度及其相關因素之研究》。高雄：復文。

張淑美（1992）。〈死亡的意義與其對教育的啓示〉。高雄師大學報第三期：p270,p283

張淑美（2001）。《中學生命教育手冊》。台北：心理。

- 傅偉勳（1998）。《死亡的尊嚴與生命的尊嚴》。台北：正中。（五版七刷）
- 劉秋固（1998）。〈從超個人心理學看佛教中的瀕死經驗及其靈性——佛性對臨終者的宗教心理輔導〉《第三次儒佛會通學術研討會論文選輯》。台北：華梵大學哲學系。
- 劉朗（1985）。《藥師經注輯》。台北：大乘精舍印經會。1985 初版，1987 三版。
- 鄭石岩（2001）。〈不知死焉知生〉《穿透生死迷思》。台北：遠流。
- 潘素卿（1995）。《佛教徒的死亡觀念與生命意義之關係研究及其在諮商上的應用》。彰化師範大學輔導研究所博士論文。
- 關有中（2001）。〈瀕死·雷蒙·穆迪「生後之生」的啓示〉《輔仁宗教研究》。6 月。
- 釋太虛（1999）。《藥師琉璃光如來本願功德經講記》。佛光大藏經·淨土藏·藥師經直解外二部。高雄：佛光。
- 釋印順（1985）。《唯識學探源》。台北：正聞。
- 釋印順（1995）。〈地藏菩薩之聖德及其法門〉《地藏菩薩聖德新編》，藍吉富主編。台北：迦陵。
- 釋永有（2002）。〈金剛經的第四類接觸〉。現代生死學理論建構研討會論文。嘉義：南華大學。
- 釋竺摩（1980）。《地藏菩薩本願經講話》。高雄：青蓮印經會。
- 釋星雲（1987）。《星雲大師講演集（三）》〈佛教對輪迴的看法〉。高雄：佛光。
- 釋星雲（1995）。《佛教叢書之一·教理》。高雄：佛光山宗務委員會。
- 釋星雲（1997）。《佛教叢書之一·儀制》。高雄：佛光山宗務委員會。
- 釋星雲（1997）。《佛教叢書之六·宗派》。高雄：佛光山宗務委員會。
- 釋星雲（1999）。《佛光教科書之二·佛教的真理》。台北：佛光。
- 釋星雲（1999）。〈第十八課佛教對生老病死的看法〉《佛光教科書之六·實用佛教》。台北：佛光。Pp171~172
- 釋星雲（1999）。〈第十三課生死〉《佛光教科書之九·佛教問題探討》。台北：佛光。Pp133~140

釋星雲（2001）。〈生死泰然〉《迷悟之間（一）》。台北：香海文化。

五、影音參考資料：

財團法人周大觀文教基金會（2003）。VCD：重新活回來－台灣瀕死經驗訪談錄。
台北：遠流。

法國★ALPA★製作。Vedio：天外有天－死亡的追憶。台北：財團法人廣播電視事業發展基金。

附錄一

「佛教信徒瀕死經驗之研究」訪談大綱

訪談日期：_____

受訪者基本資料

姓名： 性別： 年齡：

服務單位： 職稱：

學歷：

經歷：

住址：

電話：

1. 您何時開始學佛？何時皈依正式成為佛教徒？
2. 您在何時、何地、何種情況下經歷瀕死經驗？當時有其他人在場嗎？
3. 請詳細描述您瀕死經驗的過程。當時您的身心有何感受？意識清楚嗎？
4. 這個體驗在時間方面持續了多久？（若有脫體、隧道、光、遇見他人等情境，各自持續多久的時間？）
5. 您在經歷瀕死經驗前後，對死亡的看法有何不同？是在瀕死經驗之後立刻改變的嗎？
6. 您經歷瀕死經驗後，生活方式有何改變嗎？
7. 瀕死經驗與您的信仰有關係嗎？您的佛教信仰是否影響瀕死時的體驗？如何影響？瀕死經驗是否影響您的佛教信仰？如何影響？
8. 您曾經有過其他類似超常經驗嗎？

附件二

訪談同意書

您好：

我是南華大學生死學研究所在職專班的研究生，目前正在撰寫碩士論文「佛教信徒瀕死經驗之研究」。所謂瀕死體驗是指因發生事故或生病而瀕臨死亡邊緣的人，歷經九死一生，得以回復意識後，所訴說的不可思議的印象體驗。本研究探討佛教信徒瀕死經驗之情狀、瀕死經驗對當事人死亡觀之影響、探討佛教信徒在瀕死經驗後之改變。

研究進行中，我將會與您約談一次或二次，每次大約是二小時。為維持資料的完整性，在會談過程中將會使用錄音機錄音，錄音帶只供研究使用不作他途，且以匿名方式呈現資料，不陳述能夠識別個案本人的相關資料，以確保個人隱私權，除非經過本人同意。

訪談及研究期間，您若有任何不適或不想參加研究，可以隨時向研究者提出。感謝您的協助，讓本研究得以順利進行！ 順頌

吉祥如意

南華大學生死學研究所研究生 釋覺了（吳琦芬）

連絡電話：05-2772563

我已了解上述研究過程與目的的相關說明，且同意參加本研究。
同意書一式二份，雙方各執一份。

同意人：

日期：

電話：

住址：

附件三

瀕死經驗自我陳述表

個案基本資料表				
個案	性別	年齡	學歷	職業
備註				
	體驗項目	體驗內容		
01	發現自己死亡的實感			
02	安詳、欣快感			
03	脫體感			
04	感覺進入黑暗			
05	遇見或聽見某人之聲音			
06	回顧人生			
07	看見光，或被光圍住			
08	看見美麗的顏色			
09	進入光中			
10	遇見「靈魂」			
11	其他			
	瀕死經驗之影響	內 容		
12	學佛因緣			
13	對死亡的看法			
14	信仰與體驗之關係			
15	其他超常經驗			
16	其他影響			