

南 華 大 學

生死學研究所

碩士論文

中陰解脫之研究 - 藏傳佛教「中陰超度法」的生死意識轉

化內涵

Research on the *Liberation of Bardo*--the Consciousness

Transference of Life & Death in *Bardo thos grol* of Tibetan

Buddhism

研 究 生：李 函 真

指 導 教 授：陳 又 新

中 華 民 國 九 十 三 年 六 月 二 十 七 日

本 論 文 榮 獲 蒙 藏 委 員 獎 助

南 華 大 學

生 死 學 系

碩 士 學 位 論 文

中陰解脫之研究—探討藏傳佛教「中陰超度法」的生死意識
轉化內涵

研究生：李 歆 真

經考試合格特此證明

口試委員：釋 慧 開
釋 依 空
陳 又 新

指導教授：陳 又 新

所 長：釋 慧 開 (陳開宇)

口試日期：中華民國 九十三年 六 月 十 一 日

謝 誌

是法界的一切善、慧之力加持，讓這篇論文得以完成!

感謝陳又新老師這一路的協助，由原典逐句逐字的翻譯解釋，到本文的字句調整，以及二年六個月的鼓勵，耐心等候我車禍重傷的復原，如此的師生情誼，是為眾生的中陰解脫之道而緣生。學術論文尚無前人開墾的路，欣慰有老師的慈心相伴!

車禍後，整整一年的時間無法側臥，半年的時間無法轉身，再加上不願年邁母親憂心而刻意隱瞞，以致身心健康狀況直趨下滑。曾幾度因為病痛太深，復健太苦而想放棄！是一場在職進修的分享報告，同事們誠執的回應與鼓勵，讓自己再次打起勇氣，肯定中陰解脫論題對大眾的重要與完成的必要。

整個進修的學程，親人、朋友、同事、同學都以成全與祝福的心情，期待論文的早日產出，大家的愛與祝福溶入在全部深耕的過程！這本論文充滿了善念與歡喜！

最大恩的上師 悉利公赤珠仁波切，是主要的精神核心支柱，授予我最殊勝的無上瑜珈密續，格魯派文殊師利忿怒尊吉祥金剛怖畏獨勇尊佛大法，教導至高之戒--為利眾生而發心行事的菩提心。雖根性驚鈍，但蒙善知識攝受，才得以生起猛利信心與精進，在困境當中堅持初志。

還要感謝高雄市寧瑪派噶陀虹光佛學會 敦都法王的幫助，耐心與我討論相關於原典內容的疑問。高雄縣東密道場光明王寺，館長（法脈傳人的住持稱號）亦是好友 釋徽定大法師，提供瓶頸時的討論與建議。

每當在傷痛極重而無法推進時，夢中前來醫治的無數前賢，真是非常感恩！雖然，我並不知那是什麼因緣，但一次又一次的醫治協助，卻能如實的令疼痛得以舒緩，那是否也是您們對論文產出的期待與祝福呢？

種種的善緣協助與自己對 大恩上師的誓言堅持，讓這無上瑜珈密續，中陰解脫的學術性論題研究有了起步。希望後續更多有心人投入，使生命關懷相關議題的理論建構得以深化，以架構出完整的生死學學術發展面向，讓大眾得到更真實而有深遠義理的學習。

釋慧開與釋依空二位老師，嚴謹地與予審閱和指正，讓論文達到更完整的呈現，並給了九十一的高分肯定和鼓勵，這是令人欣慰與振奮的禮物！

成果是以時間和努力所累積而成，此論題的完成只是一個小起步，希望有緣閱讀本文的人，皆能獲得法性光明的證悟與成就，毋庸經歷中陰之苦。

謹以此論文所生之善念與願力，報答生我劬我之母親、育我長我之有情!

即身悟入法性光明，證得俱生法喜，永斷輪迴之苦！

願

善知識常久住世 正法常久住世 法輪常轉

摘 要

以科學輪迴存在經驗，推證中陰實有，並探究意識轉化的可能，在法性時空度越生死輪迴的匡界，證成中陰解脫的義趣，更進一步析明無上瑜珈部行者，如何在中陰悟成佛果，這是「中陰解脫」研究的精義與內涵。

「中陰超度」在藏傳佛教，有其不同於顯乘的意義與內涵，最大之差異，在其中陰超度本身，是密乘無上瑜珈部的即身成就修練法之一，藉由中陰法性的自顯與法性本俱功德力的運作，以達證悟成就或生死解脫的境界。是由自度的教誡運用，而成為度他之功能。

正因為密乘成就的即身快速與中陰現前的作用力，是一般人所難以了解的內容，因此，在藏傳佛法的學習，俱德上師與完美傳承教導最為重要，尤其，顯學的基礎成為步入密乘的紮實首務；空性正見未立，就無本尊生、圓二次第的成就。

密乘四續部乃源於佛教，惟在解脫路徑與顯乘不同，但指向並無二異。因此，中陰的法性特質與成就方法，成為密乘無上瑜珈部的即身成就重要教導之一。由此，所演譯的「臨終中陰」、「法性中陰」、「輪迴受生中陰」、「遮閉胎門」、「投胎選擇」都有極其詳盡敘述；因為，對即身成就的養成與解脫目標的達成，是無上瑜珈部的修練主要課題。於密乘，「死亡」對中根器行者而言是證悟的機會，對常人而論是解脫生死的時刻。

由於，對中陰解脫特性深入之必要，因此，無上瑜珈部對整個死亡至投胎期間的教導巨細靡遺。尤其，在把握法性第一光明--「死亡光明」的解脫義上，對死亡消融八相進行內容與境象教導，次第分明且詳盡。這是超越一般醫學、科學知識的認知範籌，但卻是，目前臨終關懷與生命教育發展課題，所不足與無法深入之所由。故對無上瑜珈部的教導研究與探討，正足以深化上項二種課題的理論進程基植。

除外，從佛教的觀點，殯葬文化牽引人的認知與意識，對亡者的解脫產生直接與深刻的影響。密乘無上瑜珈部的中陰教導，是從解脫的死亡理論上起建，不僅對個人的生命昇華具積極引導，在殯葬文化改革的建構，也可以由此尋得一立論的基礎，以及推進的改革教育核心塑成。

中陰的解脫義建基於「法性共體」，因此，信仰與宗教的認知差異，成為中陰境象呈顯的投射原因，但不是法性俱否之必然條件。在中陰解脫義上，透過教誡認證法性的本有與幻象，是以當時融入之信念與等持力為解脫之要因。認證的力量與平日修持信念具增上相關性；信仰與宗教的差異性，是信念形構的成因，直接影響中陰境象內容，但無關法性之顯現。

雖是法性自顯的中陰易於解脫生死輪迴，但是，平日善念與空性正見的增長，才是決定中陰時期證悟的能力所在。因此，「本有」時期的善業資糧積集，具有中陰解脫與否之強大決定力。

中陰解脫之研究

探討藏傳佛教「中陰超度法」的生死意識轉化內涵

目 錄

第壹章 緒 論.....	1
第一節 研究主旨、動機與目的.....	1
(一) 研究主旨.....	1
(二) 研究動機.....	3
(三) 研究目的.....	6
第二節 本文研究進路與方法	8
(一) 研究進路.....	8
(二) 研究方法	10
第三節 本文研究的主要論題與限制	11
(一) 《中陰大聞解脫》中的議題.....	11
(二) 「中陰超度法」的論題.....	12
(三) 研究限制.....	13
第貳章 藏傳佛教之中陰.....	15
第一節 藏傳佛教之特色	15

(一) 藏傳佛法的特點	16
(二) 上師在藏傳佛法中的重要性	21
(三) 密法雙身圖騰之表義	24
第二節 中陰概念	29
(一) 輪迴轉世的議題	30
(二) 「中陰」之定義	32
(三) 「中陰身」如何存在	38
(四) 中陰身與其他	43
第三節 中陰解脫的析辨	46
(一) 觀世音菩薩在中陰解脫的地位	47
(二) 「且卻」、「妥噶」與「頗瓦」的解脫差異	51
(三) 「意生身」、「淨幻身」、「濁幻身」的解脫意義	55
(四) 信仰與中陰解脫	57
第參章 《中陰大聞解脫》超度法之內涵	61
第一節 臨終中陰徵兆與光明	63
(一) 死亡的徵兆與消融過程	63
(二) 死亡光明	68
(三) 其他	73
第二節 法性中陰的實相	77

(一) 法性中陰的特質	78
(二) 寂靜四十二尊與忿怒五十八尊	82
(三) 法性中陰境象與自性.....	85
第三節 輪迴受生中陰與投胎選擇	90
(一) 輪迴中陰境象	91
(二) 地獄幻象	92
(三) 投胎與出生境之選擇	94
第肆章 「中陰超度法」於生死間的共振.....	99
第一節 「中陰超度」之現代基植.....	99
(一) 光與能量	99
(二) 死亡與明光之共存	106
(三) 密乘超度與顯乘回向.....	112
(四) 經歷中陰身問題.....	119
第二節 密乘「臨終中陰」對臨終關懷之建構.....	121
(一) 臨終中陰與其系統.....	121
(二) 密乘的死亡判準.....	127
第三節 超度法對死亡的生命看待.....	134
(一) 由「中陰超度法」看生死教育.....	134
(二) 以「中陰超度法」探討殯葬意義	148

(三) 小結	164
第五章 結論	167
第一節 回顧與省思.....	167
第二節 發現.....	168
第三節 未來研究之展望.....	174
附錄	
一、 參考書目.....	177
二、 索引.....	187
三、 第三章總表(臨終中陰).....	191
四、 第三章總表(一七法性中陰寂靜尊).....	192
五、 第三章總表(二七法性中陰忿怒尊).....	195
六、 第三章總表(三七輪迴中陰).....	198
七、 第三章總表(遮閉胎門與投胎選擇).....	199
八、 第三章表二(死亡消融過程).....	200

第壹章 緒論

第一節 研究主旨、動機與目的

(一) 研究主旨

雖然，在藏傳佛教密續中，各派皆有其「死者之書」，但由於《中陰大聞解脫》卷已廣為大眾所熟知，有中、英譯本流傳具有普遍性，並且不若其他教派的法本為特定弟子所可修習，因此，而選以《中陰大聞解脫》卷為研究原典。

本文研究主旨，擬在探究藏傳佛教《中陰大聞解脫》(བར་དོ་ཐོས་སྒྲུབ་ཆོས་མཛོད།)「中陰超度法」的內涵、以及其對生死意識轉化(transference consciousness of life and death)所產生的影響。

生死意識轉化的意義有二：一、指對亡者從臨終到死亡，再經歷中陰而至投胎其間，所產生的意識面之影響；期間所謂生命的意識非但只有物質身體的物理生命，尚包含物理性生命結束時，意識面的中陰生命期。二、深入中陰超度法本身的內涵解析，討論其對一般人在生死意識上，所產生態度轉化可能性的探究。基於藏傳佛教思想的本質內涵，詮釋對意識轉化的層面意義，指引亡者由臨死的狀態直至解脫的可能正確知見。藏傳佛教的中陰超度法深俱如此特質，而目前熟為人知的，是藏傳佛教寧瑪派¹的崖傳經典《中陰大聞解脫》卷²。

本文側重在探究中陰超度法本質的形成，以及其理則如何能對生命意識產生轉化的可能性。故此，研究的焦點即在於：藏傳佛教的中陰超度法內涵，與藏傳

¹ 許得存著，《西藏密乘史》，北京，中國社會科學出版社，1998，頁197~208。藏傳佛教分有四大派：寧瑪派(ལོང་མཚན་པ།)、格魯派(དགེ་ལུགས་པ།)、噶舉派(བཀའ་བརྒྱུན་པ།)、薩迦派(སུ་བླ་པ།)。除此之外，尚有若四大教派之名氣而鮮為人知之傳承教授，如覺囊派、香巴噶舉等。

² 許明銀譯為《中有大聞解脫》，徐進夫譯本則譯為《西藏度亡經》，索甲仁波切之譯本則是《西藏生死書》；譯名雖異實則同一出處：《從〈憶念甚深法、寂靜忿怒尊密意自解脫〉》

《བར་དོ་ཐོས་སྒྲུབ་ཆོས་མཛོད་པ།》其一之法系《中陰大聞解脫》卷。於本研究以《中陰大聞解脫》譯之。

無上瑜珈部本尊的修持，對死亡時生死意識產生轉化的探究。吾人以爲，此一論題的解析與詮釋所開顯的理趣內涵，是藏傳佛教密續（*tantra*）無上瑜珈部³的精義內涵之一。

針對上述的內容進行論述，本文嘗試以詮釋的方法，析釋中陰超度法內涵。基本上「中陰解脫法」是來自佛教的義理，在形成的架構上，仍以佛教的密續無上瑜珈部教理爲其主軸。本文試圖由其中教導的方式、內容、程序中，了解其論理的基礎性，與詮釋的基本進路--析解中陰解脫的實質意義，並且能進一步的探對生死意識轉化的內涵。再則，廣義的中陰有其涵概面：自凡夫位到成佛位的解脫廣義定義，此與狹義的「中陰解脫法」所定義，從臨死中陰至投胎中陰⁴的解脫，在定義上詮釋與內容上有其釐清之必要；換句話說，呈現《中陰大聞得解脫》對中陰所施爲的解脫內容、論題基點及方法論特色須加以張顯，以作爲對中陰的生死意識轉化內涵論題詮釋與判準。最後，再藉由中陰解脫教導的基質義理，探究常人的認知，所能對生死意識產生轉化的理路所由，以確認自度與他度法的定位與貢獻。本研究所採取方法進路與判準的所在，是檢證《中陰大聞解脫》卷於所謂中陰解脫，「是否具有」與「如何具有」的一致性、不矛盾性與完備性以進行的探討。

依上所述理路，本文進一步探究以下幾項內涵：

1. 本文所進行的論題「中陰解脫」，具體以藏傳佛教的中陰超度法爲主要脈絡，而在其中又以寧瑪派的伏藏《中陰大聞解脫》爲最廣爲所知。是否能透過對其內涵的探究，而可開顯中陰解脫的基質於佛教的系統中完成，並且建立其

³ (1) 續部 (བཀའ་འགྲུབ་ཀྱི་ལྷན་སྐྱེས་)：密部的經典被稱爲「持明藏」或「續部」。持明的明原爲古印度吠陀二字的義譯，以後逐漸轉爲經典。「續部」，全稱「真言續部」，西藏佛教使用十分普遍。續，解釋真言咒語及儀軌，凡是成爲續的部類者，叫作「續部」。(2) 根據西藏密乘的判別，有二續部、三續部、四續部、六續部和七續部等，學術界以其中的四續部爲標準。索南才証，《西藏密乘史》，北京，中國社會科學出版社，1998，頁 1~7。(3) 又稱「怛特羅部」，解說大乘教中金剛乘或密乘灌頂、道次建立、修法和法義等的佛說經典。張怡蓀主編，《漢藏大辭典》，北京，民族出版社，1998，頁 574。

⁴ 索甲仁波切，鄭振煌譯，《西藏生死書》，台北，張老師文化出版社，1992，頁 141。狹義中陰或譯中有：中陰包括人由外呼吸已斷內呼吸未斷的「臨死中陰」，外、內呼吸皆斷未投胎之間的「法性中陰」、死亡之後將投胎受生的「業力中陰」，此生的「自然中陰」。索甲仁波切，鄭振煌譯，《西藏生死書》，台北，張老師文化出版社，1992，頁 141。

全面性的系統運用功能⁵。

2·法性（ཚལ་ཉམས།）⁶的問題：如何透過中陰的探究，以完成其於佛教密乘的立論基植，並且以其實存性而闡釋人的生死意識轉化可能，且由中陰超度藉意識轉化的操作，進而說明解脫意義。倘若於中陰的生死意識是可轉化，則同理，人於尚未面臨死亡前，即應可藉此法達到遷轉意識可能。由上，在密乘的各部派修行法當中，除了以亡者為主要對象的頗瓦法（པོ་བླ།）⁷外，對於一般人想要在死亡這事上，得到生死意識轉化的自由運用，其自度方法是何？藉由死亡自度與他度的分野，客觀地探究密乘的無上瑜珈部本尊修持法，對生死意識的轉化的張力所在。

就以中陰的議題，在科學實證上幾近是不可能，唯透過佛教經典文獻，結合瀕死者經驗記載試以客觀詮譯。在狹義的功用上，透過分析釋解而理出，相關於中陰的超度所引發生死意識轉化的探討；而於廣義的目的，則是試圖了解，個人於生死意識的轉化能把握的途徑及方法。

（二）研究動機

死亡教育（Death education）從 1960 年代開始，在美國受到重視與快速推動。近十年來在台灣的學校教育已有生命教育課程，內容設計與課程名稱則均稱以「生命教育」或「生死研究」，但與西方國家之「死亡教育」之本意宗旨已有差距：

「死亡教育目的在教育社會大眾正確之死亡觀念，不僅幫助個人減輕對死

⁵ 哥德爾系統原理：系統必須具備三大要件：不矛盾性、一致性、完備性。

⁶ 法性：梵文 *dharmata*，其意為一切萬物的內在性質或本質。法性是赤裸裸的、非因緣生的真理，是實相的性質，或是現象界的真實性。而於《中陰大聞解脫》卷指出，法性是光明，中陰之境均是法性所顯。

⁷ 頗瓦系藏文（པོ་བླ།）之音譯，其意是指意識的遷轉。

是充滿解脫機會，這是對死亡禁忌話題一極大挑戰。

美國布萊恩·魏斯 (Brian L. Weiss) 於其醫師專業治療所得，將有關個案追溯多生輪迴前世今生記憶實錄¹¹：

「一九八二年一項蓋洛普民意測驗顯示，幾乎有四分之一的美國人相信輪迴。」¹²

一九三八年，美國心理學家做了集體催眠的實驗，對五十四位自由意願的參與研究者進行催眠，企圖想知道人的內心深處被封住的意識部份，未被發現過的領域可以得到什麼啓示？找到什麼答案？作成有關生來死去的研究《投胎與出胎的催眠報告》，從其中再次的說明，人類的潛意識當中隱藏著多生輪迴的故事。¹³不僅學界逐漸公開的談論輪迴議題，而從人類潛意識當中發現輪迴的記憶，已被一般人廣泛的討論。若是輪迴轉世是存在的，那麼，對於亡者所作超度法事，是否亦將影響其生命下一世旅程？果若如此，則「中陰解脫」的超度法，則具如何實質力量呢？

除了東方佛教、道教對亡者有具體超度法外，中陰超度法在其他的民族中亦有提述，伊文思·溫慈博士 (Dr.W.y.Evans · Wentz) 說到：

「『埃及度亡經』正確的名稱是『從白天出來』(The coming Forth From Day)，暗指從生出來進入另一生之中的埃及聖道，或者法老時代的埃及話說，就是 Per em hru。同樣的，這部『西藏度亡經』，藏文的原名是『中陰得度』(The bardo Thodol)，意為『死後層面聞教得度』或『中陰聞教得

¹¹ 布萊恩·魏斯，譚智華譯，《前世今生》(many Lives, many Masters)，台北，張老師出版社，民 81，頁 3。布萊恩·魏斯 (Brian L. Weiss) 耶魯大學醫學博士，從事心理治療期間發現接受催眠治療的大部份個案有前世之記憶，經過大量的研讀相關研究，而花了四年時間才鼓足勇氣，甘冒專業的風險透露這些不正統的訊息出版。

¹² 參見《西藏生死書》，頁 115。

¹³ 霍穆·巴哈博士，朱文光博士譯，《投胎與出胎的催眠報告》，台北，老古文化事業公司，民 75，頁 1~89。

度』(Liberation by Hearing on the After-Death Plane)，含有一個進入『涅槃解脫』，超越『生死輪迴』的瑜珈法門。由此可知，這兩部描寫(處理)死亡的書，各個皆以其本身特有的方法，教導一種死亡和新生的藝術，只是較之歐洲中世紀基督教的論死亡之文 - 就中以『死亡的藝術』一書，也許可以作為一種對比的典型 - 更富象徵和秘教的意味而已。」

14

雖然佛教對輪迴轉世說，並不以「靈魂」稱之，而假以「意識」等名，但這並無減大眾對輪迴說的認知。從近代文獻所載，靈魂不死乃藉由此生肉體死亡，延續下一世生命，此中所呈現的輪迴說，已然由宗教對靈魂探索的謎惑，而成爲人們挖深生死問題一部份。因此，本研究動機主要有：

1. 中陰所具備的生命狀態¹⁵運用，藉由藏傳佛教特有超度法而解脫，如何於死亡當下、死亡後、投胎前運用意識轉化力量，達到生死解脫意趣。
2. 「自然中陰」時¹⁶，密乘的本尊修持方法如何能開啓吾人把握對中陰意識轉化，而於死亡解脫形成自度內涵。

(三) 研究目的

當前，相關死亡教育的研究與論文，多偏重於死亡態度、死亡概念的部份，其因，或者礙於目前台灣的學校教育尙未把宗教學納爲正統課程；再者，國內對於臨終的關懷面向則多側重於醫療部份，即便有宗教面的施爲，亦大多以淨土宗

¹⁴ 伊文思·溫慈博士，徐進夫譯，《西藏度亡經》，台北，天華出版公司，民 84，頁 15。

¹⁵ 《西藏生死書》，頁 142。中陰有一個特色是：「它們都屬於極度不確定的時段。……目前已經瀰漫的不確定性，在我們死後會變得更加強烈；諸上師告訴我們，死後的清明或混亂要「乘上七倍」。對於「乘上七倍」的部份，《中陰大聞解脫》卷原典所載，中陰身的意識之能力爲平日九倍。見《從〈憶念甚深法、寂靜忿怒尊密意自解脫〉》原典頁 120，第三行。

¹⁶ 《西藏生死書》，頁 141。意指人從出生世間到死亡之前的這一段時期，謂之「自然中陰」。其他不同的翻譯版本則有作不同之翻譯名詞，但其義皆相同，本文於後章節將作詳細解說。

為主。¹⁷因此，對死亡的研究或探討的相關層面令人無法深入之憾。然而，對死亡超度、死亡解脫或死亡自度，能深入的說明者大多存於藏傳佛教密續的經典。但是，由於漢、藏語文與文化的隔閡，導致在漢傳佛法中少人去討論這些論題。

「西藏佛教真正的價值，在於它從印度傳入的原典，以近原典的形態被保存下來、加以研究的。那些的佛典都忠實地被翻成西藏語。梵語原典的大部分在印度已不被保存下來，而且傳到中國的佛典，大部分變成另一形態。想了解近原典時，只有閱讀以西藏語所寫的經典和研究，而來想像原典。因此，真正想要研究佛教的話，務必要閱讀西藏所留下的經典。」¹⁸

雖近二十年來，西藏的宗教人士陸續大量進入台灣，提高國人對藏傳佛教的認識及學習，但本地能否廣泛深入藏傳佛法卻是一大疑問。至於運用中陰解脫的臨床教導，僅有成立於民國三十五年的諾那精舍¹⁹，有專屬臨終關懷義工團體，但仍鮮為人知。在美國，索甲仁波切以藏傳佛教的教義，從事臨終關懷的教育與工作坊已有二十多年的歷史，其本覺會（RIGPA）道場遍佈歐、美、澳洲。

再者，台灣民間的殯葬文化，由於大眾對死亡忌諱造成目前習俗，再加上部份不肖殯葬業者的剝削，以至對於死者的種種對待令人髮指，尤其是於亡者的超度法上更是毫無章法可言，虛耗金錢與枉顧死者尊嚴，更遑論超度的實效。究其因，悉皆喪家與業者不明超度的原義內涵，以及生死法則所在。

本文的研究乃有鑑於這些十多年來，生死教育受已到學界普遍重視，而臨終

¹⁷ 「佛教蓮花臨終關懷基金會~安寧病房」所作宗教施為對癌末病患之關懷的相關研究，
<http://www.lotushcj.org.tw/b-1.htm>

¹⁸ 許明銀，《試析寧瑪派版〈中有大聞解脫〉》，台北，藏傳佛教在台灣學術研討會，民 90，頁 13。

¹⁹ 財團法人圓宗智敏、慧華金剛上師教育基金會，《一念蓮華---生命關懷教育手冊》，台北，金剛贈經會，2001，頁 1~29。諾那精舍屬於寧瑪派，成立於一九八〇年，創有「財團法人圓宗智敏、慧華金剛上師教育基金會」，目前國內外已有助念團二十處，是為免費為亡者助念，二十四小時出勤。多年來所行，受各大醫院之肯定。

者，己是由來即存問題，因此，對其真偽之爭非是本研究研議所在。本文在詮釋其內涵義理外，亦由顯學經義與密續其他經典，對於《中陰大聞解脫》記述中陰所呈現的種種解說，寂、忿百尊呈現景象，以及其中所強調的「自性」呈顯種種之光的議題，與對生死意識轉化相關性記述加以嚴謹反復檢證，力求以客觀觀點解析生死意識轉化問題；再參以現時相關資料的對照，析釋出中陰超度法對生死意識轉化所形成的解脫境意義。經藏所載：

「爾時世尊內自思維，此中陰形極為微細，唯佛世尊能睹見。」²²

故此，能知中陰眾生存在於一般人所無法得見空間，除釋尊於二千五百多年前所言喻的教誡，只有在現時科學文明的紀錄中，少數人具有多生輪迴記。本文企以從佛典顯密經、續的記載，加上佐以現代輪迴記憶，如何從古時與今日的生命共流間取得二者相互銜續的轉換法則²³，以及生死意識遷轉不共原理。如何以常人不可見的中陰而依賴超度法獲得解脫？探究佛教教義「解脫」的內涵含概面，中陰超度法所詮「解脫」涵義，而此二者於「解脫」義上所植基與建構之理論的差異性。

除了探究、分析、論述以上所提重要相關議題外，一方面對照密乘其他教派記敘中陰超度法的法本，及大乘經、續所記載類關中陰得度教導，以期能對《中陰大聞解脫》所述中陰的解脫理論作一檢視，是否合於普效性。另一方面，從現代相關心理學的發展資料中，以及當代學人對《中陰大聞解脫》的評述與批判，以進一步思考中陰超度法對世人生死意識轉化所產生的影響與迴響。

綜合上述，本論文試透過中陰超度法來了解：

1· 藏傳佛教的「中陰超度法」理論背景，在時空不同的條件下，在自度或度他

²² 姚秦竺念佛譯，〈中陰經〉卷一，大正新修大藏經第十二卷，《寶積部下》，頁 1059。

²³ 在此意指生命輪迴（*samsara*）（梵文音 *samsara*）（transmigration of a soul）的因果法則。輪迴意味著存在的循環，人因為無明而如輪一般轉動投生六道，直至證得涅槃（*nirvana*）。

的問題，以經過前述層層開顯所獲得的思辨成果，總以建構系統化理論的方式加以詮釋。對此層次的論述，是以理解其中陰超度思想所開展出的意義為主，運用對比與批判的研究方法，最後綜合歸納方式，以呈現本文研究成果。

第三節 研究的主要論題與限制

(一) 《中陰大聞解脫》中的議題

為考量前述進路發展的合理性，本文將探討的重心置放於下述的主要論題上。而其餘相關的概念解釋與理解，則是配合主要論題的發展，以進行說明。於寧瑪派的《從〈憶念甚深法·寂忿尊自我解脫中陰大聞解脫〉》的內容，其論述的主要論題如下：

1. 死亡的分解階段、次序及內容？死亡天數產生不同景象，如何分類？
2. 死亡的類別認證？出現的景象？
3. 對亡者導以超度法的時機？人選？地點？
4. 中陰景象出現與亡者生前修為的相關性如何？
5. 亡者所應認證者為何？所應憶念者為何？
6. 超度的祈禱文？祈禱對像為何？祈禱的內容意義所在？
7. 中陰出現寂靜尊、忿怒尊的所由何來？辨證的教導內容？
8. 中陰的險峽是什麼？如何得超越而解脫？
9. 中陰所呈現的神通現象？如何是超然越過與在世親人情感牽絆？
10. 中陰呈顯的各種光明種類、意義與辨證？
11. 平日所學佛法，如何在中陰時產生轉化的力量？
12. 上師在中陰現前時的功德？佛、菩薩如何在中陰扮演超度的角色？
13. 選擇良善的投胎因緣方法？如何是辨識之方？如何入胎？

上述的議題，在本文的處理均以三種面向的架構：

- (1) 體性的認識：包含死亡現象本質、死亡內涵、死亡解脫義，這些理論的基本體性認識。
- (2) 呈顯的景象：在中陰的各個不同階段，所呈現的景象內容、如何呈現、如何認取與捨棄。
- (3) 解脫的口訣：對一切中陰的現象與痛苦，修道的教導、時機的辨取、解脫的掌握，這些口訣的修持之方。

前述，所提及橫貫面向的辯述主題，加入此縱貫面的架構予與詮釋、呈顯。在闡述中陰的超度法外，依筆者所見，《中陰大聞解脫》的核心問題即在於：生命的究竟解脫。因此，藏傳佛教密乘的「中陰超度法」思想的內涵即在於其理解、詮釋如何透過死亡機會，藉由生死意識的轉化而得究竟解脫。

(二) 「中陰超度」的論題

廣義的中陰是：由人的生死輪迴直至成佛的境界皆屬中陰範圍，在本文的研究中則如前面所述，是把範圍界定於狹義的中陰層面，即是鎖定於死亡解脫的中陰探討。因此，在此所闡明「中陰超度」係以人於瀕臨死亡至死亡的狀態，其生死意識如何藉由超度法獲得解脫。

探究藏傳佛教「中陰超度法」論題，將概含以下幾點加以論述：

1. 藏佛教「中陰超度法」的源流？
2. 傳密乘本尊法的修持，對中陰的自度與他度理趣？
3. 中陰超度法對不同信仰者的超度，是否具有等同功能？
4. 對中陰超度法的施法者，其自身的修為對亡者所產生的影響？
5. 藏傳佛教「中陰超度法」與顯乘超度法差異性？
6. 《中陰大聞解脫》超度法的中陰成就，是否具有系統性？
7. 對不同宗教信仰者，中陰現象是否具有共通性？

8. 《中陰大聞解脫》的超度法，所指解脫與一般佛教所謂解脫，其義如何？

以上，是本文在探究中陰超度法時，將鑲入前述議題加以闡釋，密乘的中陰超度法，若其論理基礎係以大乘佛法為基質，則其適用範圍必可擴及大小乘佛教、顯密佛法、內道與外道，並在內容論述上必有其完備性、不矛盾性、一致性的系統化存在。

(三) 研究限制

佛教藏傳佛法的傳授有其獨特的模式，對不熟機的弟子是不可隨意示以教導，即使是法本，不僅未曾受以灌頂（དབང་།）²⁴者不可翻閱，就是本尊圖騰亦難以見到。雖然近年來台灣密法興盛，呈忿怒本尊（ལྷ་དཔལ།）²⁵圖騰亦四處可見，或部份法本可在坊間尋獲中譯本，但撰寫本文由於以下原因，而致研究亦難免有所圍限：

1. 《中陰大聞解脫》的內容是屬無上瑜珈部（ནལ་འབྱོར་མ་གླ་ན་མེད་པའི་བློ།）²⁶，雖然此法本在台灣已多本譯本，然對其相關內容講解，在藏文雖或有之亦屬不易獲得，而中譯本則厥如。
2. 無上瑜珈的本尊修習法，對中陰成就法皆有教導，亦是受無上瑜珈灌頂者每日應習定課的誓言²⁷，礙於各個本尊法的法本無法隨意取得，故在撰寫本文

²⁴ 灌頂（དབང་།）是促使學者成熟，授予修習此法權力的儀式；亦表示受灌者取得修習此法之資格。而授予灌頂之上師則必需具備所傳之法的完整傳承之教導、口訣、圓滿閉關並經其傳法上師印可，始成為具足條件之可傳授此法之上師。至於一位密乘的上師並非具足每一種不同之教法，當然，亦有部份善知士同時具足不同法脈之法的傳承；學者對於密乘教法之傳授上師之擇選應慎重，其因在此。

²⁵ 本尊（ལྷ་དཔལ།）佛的稱謂。密宗最先方便，即有灌頂之法。先將佛陀智慧結晶代表性之臺尊智慧身。引入弟子心中，弟子之本身佛性，一時全體無餘開發，與此智慧本尊身融合為一；弟子即時具有如佛之本體之資格與身份。……此即全體起用，全用在體之開端。參見陳健民，《陳健民上師曲肱齋全集》（三），台北，普賢有聲，民 80，頁 28。

²⁶ 無上瑜珈（*tantra as supreme contemplation*），藏傳佛教把密乘分為事續、行續、瑜珈續、無上瑜珈續、分別代表密乘發展的四個不同階段。其於劃分方法上意見分歧；以一般人所熟知以補特迦羅（有情眾生）的思想根器劃分：具有貪欲的自在者，根器利，為其對治所說法為無上續；隨行具瞋遍入者，為中根器，為其對治而說的法為行續；具痴大梵者根器較低，為其而說之法為事續；凡是隨持三種者，其根器比較利，為其對治而說的法是瑜珈續。但依不同教別及學者，其分別方法與原則之異見則多有分歧。《西藏密乘史》，頁 14~17。

²⁷ 無上瑜珈修習誓言：在密乘的修習法之中，並非只有無上瑜珈有誓言之約定，凡密乘皈依弟

時，無法獲及足夠的不同法本相互對照。

3. 藏傳佛教密乘譯本並不多見，即便有少數中、英文外的譯本，但對現忿怒相本尊密秘表義仍無能述及。再者受限於筆者學養之寡、時間倉促，梵文與日文譯本亦無法取得並閱讀。唯大多依於《中陰大聞解脫》藏文原典，以及相關於中陰論題的英、中文論述；這於研究論題的對照與討論面，則不免有狹囿之憾。

從上所述，針對本文限制與缺憾，則盼以後繼續從於密續經典，與各教派所擅長各本尊中陰超度法，再加以深入研究，以補不足。

子，其所受戒律、密宗十四根本戒與上師五十頌之戒條，或所依止之根本上師之教誡，皆是應守之承諾，名為誓言。

第貳章 藏傳佛教之中陰

「中陰超度」(ལྷན་འབྲེན་པའི་རྒྱུ་) 在藏傳佛教稱為「頗瓦」(ཕོ་བླ་)；意為「遷識」。是藉由佛法的「薦超法」(ལྷན་འབྲེན་པའི་རྒྱུ་) 或「懺摩法」(བར་དོ་བླ་) ，在亡者死後七七期中，透過佛教的修習儀軌方式，令亡者的神識得以淨化，得生死解脫或遷識至佛國淨土。

「中陰超度」並不是藏傳佛教的專屬，除密乘以外的其他佛教教派，如顯乘的淨土派也都有「中陰超度」，甚至非佛教的宗教也以不同方式，為亡者舉行某些儀式，目的都含有對亡者相同祝福 (blessing) 之意，或惟於內涵與形式上有差別。

《中陰大聞解脫》(བར་དོ་ལྷན་འབྲེན་པའི་རྒྱུ་) 廣為西藏地區與其他地方所知，除了是寧瑪派(རྟེན་མཁའ་) 本身教派的重要典籍原因外，與部份西方人士的轉譯與推崇不無關係。它與「薦超法」或「懺摩法」雖然同為亡者神識轉化，但在內涵、方法與轉化層次上都有明確不同。簡言之，《中陰大聞解脫》卷乃著重在亡者生前所修習的瑜珈教導提醒，在某種程度上雖然必須藉由上師，或同門行人或他人唸誦，但其根本解脫之道有賴於亡者自身識持 (recognize and resting) 能力，來決定其解脫 (liberation) 的時間與解脫的程度。至於，其餘的超度法則完全偏重在修法者本身修持回向，其目的也大抵著於亡者神識轉入佛國淨土為宗。

「中陰超度法」其中他度力與自度力的交互影響內容，有其一定的佛學理據可依，本文僅以《中陰大聞解脫》卷的研析，作為核心主旨。

第一節 藏傳佛教之特色

依據藏傳佛教學者的意見，密的意義有三：(一) 密乘的經典 (གཏམ་པོ་ལྷན་འབྲེན་པའི་རྒྱུ་) 大多為報身佛及法身佛金剛總持 (Vajrayana) 與毘盧遮那佛 (Vairochana) 所說，這與顯乘的經典 (མཛེན་པོ་) 全是由化身佛釋迦牟尼 (Buddhaguhva Shakyamuni) 所說不同。化身佛所說法為一般了義及不了義經，須三大阿僧祇劫才能成佛，並且是屬

於不分別根器的廣傳。而法、報身佛所說法，若得俱量上師（ལྷན་པོ།）的口耳傳承並且依之而如法奉行，可得即身成就，故而稱密。（二）密乘於身、口、意謂三密，是甚深而微妙的作業。手結印契稱為身印；口誦真言稱為語密；心入本尊（ཕྱི་དཔལ།）三摩地（*samadhi*）稱為意密。以生、佛相應，是為三密加持，所以名為金剛乘（རྗེ་ལྷན་པོ།）。（三）從無相三密上說：法界森羅的體相無非是毘盧遮那佛的身密；水流風湧是佛的語密；一切心念照了則是佛的意密。依此，則所謂密者無非是「眾生自續之密」。二、三點為大乘諸宗所共許，至於第一點在顯密學者間仍多有爭議。

目前，台灣較為人所熟悉的密法，以日本空海大師為宗師之東密。東密也稱為唐密，與日本最澄所創的天台宗最早，都在唐朝年間到過中國求法，學得天台教義與密法，最澄同時也求密法於空海，此系統稱台密。密法典籍在東晉已傳入中國，《大灌頂經》與《孔雀王經》是為最早，但是真正成立密乘則是由唐朝開元年間來自印度的無畏、金剛智、不空三人所立亦稱「開元三大士」。期間雖有《大日經》傳播，然東密真正興盛，乃由空海求法回日後譯出《金剛頂經》開始。年至唐末戰亂，密乘式微，至元朝，因蒙古人改信奉西藏佛法，這期間的藏傳佛法仍與任何一宗教的盛衰起落流佈經歷相同的命運。¹

台灣時下民間盛行學密，主要是屬於藏傳佛教的密法系統，在民國期間由諾那上師、貢噶上師、章嘉活佛、敦珠活佛為主要代表人物。至於唐密與台密大抵盛興於日本本土，在台灣信奉者雖亦有之，但人口數反不若藏系之眾。

（一）藏傳佛法之特點

一般而言，佛教有顯乘與密乘之分，顯乘與密乘所追求的目標相同，只是在遵循佛學的思想理路和方法不同，二者最顯著的不同點就表現在修行的方法上。

¹ 金剛秀友，《密乘入門》，台北，牛頓出版社，1995，頁 1~5。

佛教的出家眾或在家修行人，並非一定是修習密法的金剛乘行者，此點應加以釐清。藏傳佛教這種學制與大眾對「藏傳密宗」的認知有極大差異性。⁵

從另一嚴格的論點，密乘也稱金剛乘，是無上瑜珈（*ནལ་འབྱོར་རྒྱ་ནག་མེད་པའི་བླ་མ་གྱི་བླ་མ་*）的通稱，在中國本土、日本、朝鮮佛教又直稱以「怛特羅」（*Tantra*）或真言乘，但是，「怛特羅」一語是梵語咒語的通稱，也名之「陀羅尼」，它只是作為修練密法的其中一途徑和方法，並不等於密乘全部。所以，怛特羅一稱充其量也只能代表初期密乘⁶不可與金剛乘劃上等號。再者，藏傳佛教續部尚區分四大密續（*གསང་པ་ལྔ་ལྔ་བླ་མ་གྱི་བླ་མ་*）：事部（*བླ་མ་གྱི་བླ་མ་*）、行部（*ལྟོ་བླ་མ་*）、瑜珈部（*ནལ་འབྱོར་བླ་མ་གྱི་བླ་མ་*）、無上瑜珈部（*ནལ་འབྱོར་རྒྱ་ནག་མེད་པའི་བླ་མ་གྱི་བླ་མ་*）⁷；因此，金剛乘實屬佛法最精華極致的無上瑜珈部教導。

綜論之，顯乘的經學基礎是進入密乘成熟的因，而密法的修練是成熟解脫道的果。若以為所有藏傳佛法都屬密學或不學顯學，這是極大的錯誤。

2·密學的修練

由顯學的學習基礎紮根，尤其在中觀般若的理解上進入實相勝解後⁸，始為進入密法前行。對於密學它的修持特點，歸納臚列如下：

- (1) 教法嚴密，次第分明。從尋求俱足法脈傳承的上師灌頂、教導與口訣到修習生起次第（*ལྟོ་བླ་མ་*）、圓滿次第（*ཐོག་ཐོག་བླ་མ་*），二者均有一定令為弟子成熟修行的方法，利於行者獲得現世成就（*ཐོག་ཐོག་ལྟོ་བླ་མ་*）。
- (2) 行者若根屬銳利，通過修行得即身成就，而小乘瑜珈根器者，只能修至阿

⁵ 許明銀，《西藏佛教之寶》，台北，佛光文化，民 87，頁 20~103。

⁶ 印藏佛學界對金剛乘的產生有多種不同之看法：一、出現於釋迦牟尼佛之前。二、釋迦牟尼佛講授四部密法。三、金剛乘源於佛涅槃後四十八年。四、毗盧遮那佛在色究竟天宣講金剛乘。五、佛弟子釋迦菩提自徒眾灌頂，阿闍黎鳩鳩羅闍（*Kukuradza* 喜犬）講授密法教誡、口訣、指導修練、七百弟子獲得持明成就。六、金剛乘密法作為大乘佛教的一部分，與大乘佛教同時興起，是大乘教法第三次結集之後，才隨著大乘佛教一起興起，而於香巴拉傳佈。索南才証，《西藏密乘史》，北京，中國社會科學出版社，1998，頁 1~34

⁷ 事部重在個人外在行為，行部重在外在行為和內在，瑜珈部重在三密，無上瑜珈部是所有瑜珈的最高處。

⁸ 中觀般若的實相了解，是指對空性正見之產生，若此，於密法之本尊生、圓二次第的學習上方能生起不惑而堅固之佛慢。

羅漢果位；大乘若瑜珈師根器略高，但其發願不若金剛乘行人猛利，故其現世果位成就唯至十地菩薩果位。

「因乘 (the cause vehicle) 就大乘而言，持戒、觀與空觀，皆是透過業的作用業展而成大悟的種子。此種法門之所以名為『因乘』，就因為它由開的種子或因緣加以培養。……果乘 (result vehicle) 與此相反的是，金剛乘之所以稱為『果乘』，乃因為它以此種大悟的結果為其路。在此法門中，學者並非注重開悟因緣的培育，而是時時刻刻看清其生活之中的悟境。」⁹

- (3) 行修方便多樣；宗喀巴把密乘的特點概括成三點：一是通達生死煩惱的一切道理後，貪變成無量光，是誦咒的意壇城。二是方便和智慧生為本尊的語壇城。三是生殖器為修行所依的身壇城。身、語、意三種壇城是入修密法的三條門徑。¹⁰
- (4) 以果為成熟因，是金剛乘入門助力，這是密乘不共軌範。而且，入密乘法門是為四皈依：上師、佛、法、僧許為密法共同皈依。本尊、空行 (མཁའ་འཕགས་ཀྱི་མཚན་མོ།)¹¹、護法 (འཁོར་ལོ་མཚན་མོ།) 合為不共三灌頂為，這也是密法特殊處。
- (5) 因本尊觀修生、圓二次第，日久薰習的止觀力漸深，上根者直到功德圓滿即身成就。中根者即使此生不得即身成就，但在中陰時期於何處認持自性，就於何處解脫，於何時認證自性，就於何時成就。法身、報身、化身三身成就的修習法，唯存在密法無上瑜珈部的教授，以脈 (རྩི།)、氣 (རླུང་།)、明點 (མཁའ་ལྷ་མོ།)，結合密法教導而令行者即身成就。縱有因根器頓劣，不能現世就得現量成就，或中陰期的生死解脫，甚至墜入三苦之途，但於惡業受

⁹ 《密乘解脫之道》，頁 88~頁 89。

¹⁰ 《西藏密乘史》，頁 32~33。

¹¹ 勇父與空行母，是佛法的護持者，行於空中而住。

報圓滿時即可得到聽聞正法的善因，最遲十六世必得成就，這是無上瑜珈部本尊法的保證。¹²

除此之外，密法四淨修行亦是其不共殊勝：¹³

- (1) 處清淨：想蘊轉成阿彌陀佛 (*Amitabha*)，行蘊轉成不空成就佛，此二種圓滿時，淨土即在自己身上，即行人所在地皆為佛土國淨土。
- (2) 身清淨：指六十妙音諸佛住世轉法輪，行者因灌頂而能得即身成就自成佛國。
- (3) 受報清淨：身口意清淨轉化為化身 (སྤྱུག་པ་སྐྱེད་པའི་སྐྱེད་པོ།) 佛、報身 (ལོངས་སྤྱོད་རྒྱུ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་སྐྱེད་པོ།) 佛、法身 (ཆོས་སྐྱེད་པོ།) 佛受報清淨，身時自觀本尊而作供養，則行人所為均是供養十方諸佛，自受用而圓滿福慧二資糧。
- (4) 行業清淨：密法有息 (མི།)、增 (ལྷོ།)、懷 (བཟང་།)、誅 (ལྷོ།) 之方便，尤以誅法利益眾生，此為無上瑜珈不共成就殊勝行業。

運用在中陰超度，自度或度他的頗瓦法，是屬於無上瑜珈部的圓滿次第修習方法，行者不僅是在生前依止他的根本上師勤修，甚至到臨終時更應該虔記生前所熟習的內容與口訣，或為自身的成就與生死的解脫，希驥一念憶起法性教導而得趨入正知正見。法性 (ཆོས་ཉིད།) 的正確認識，實是有賴顯學基礎的建立及學習並入中觀正見，方能在中陰現前時，全然融入當下境象得證悟。任何一密續無上瑜珈部的本尊法，其中圓滿次第都示以中陰成就的指導；「頗瓦」就是中根器的行者，因為在現世時無法成就即身成就的證量，所必須藉由中陰期法性現前的力量，因為能當下證入自性而得法、報、化三身成就。即便因為錯亂習氣牽引而不

¹² 《西藏密乘史》，頁 30。顯乘為因相乘；因相乘人把自己的身、語、意、蘊界、生處和般若六度當作道修行，需要三阿僧祇劫或更長時間才能修成正果。金剛乘人把自己的菩提心、身、語、意、蘊界、生處和本尊的身、語、意融為一體修行能即身成佛，或在中有階段成佛，最慢者需要十六世才能成佛。

¹³ 悉利公赤珠仁波切慧賢源生活佛，〈灌頂的意義與功德〉，台北，格魯巴月刊，民 87，第 21 期~27 期。

得，但也能因為識得自性所顯現的境象，安住於空性而得生死的解脫，這是無上
迦部的密意與功用力所由。

（二）上師在藏傳佛法中的重要性

在藏傳佛法中，「上師」(བོད་ལྷན་པོ་)的意義有二：一指精通佛教各大教理，諳於顯、
密各種教法、修持儀軌、品德高尚的大德高僧。另一是指佛、菩薩或其他本尊。
由於上師地位如此珍貴，密乘行人對皈依上師選擇有其一定德相標準，宗喀巴認
為所依善知識之相是：

「『知識調伏靜近 德增具勤教富饒 善達實性具巧說 悲體離厭應依止。』

其中調伏者三：俱足尸羅戒學；奢摩他定學與般若慧三學；於三藏等
成就多。達實性者，指殊勝慧學，指法短我性，或以現證真實為正，
或以通達教理亦可。¹⁴所謂具悲愍者，於宣說法等起清淨；因不忍眾生
苦不忍聖教衰，不利名聞利養而起慈悲心。最末，具精勤者，謂於利
他上勇悍剛決，數數宣說無厭倦。以被依止者本身若為人師應善自勤
學如上之德，而依止者亦應以如上所述之德循師而依止。」¹⁵

又言：

「善知識之依止，如是修行解脫之尊重，是究竟欲樂之根本。故諸欲求依
尊重者，應當了知，彼諸德相，勵力尋求。具其相者，諸欲為作學人依
者，亦應知此，勵力具足如是德相。」¹⁶

藏傳佛教對所依止上師，顯密所共相如是嚴謹的選擇，當然，為弟子者對於

¹⁴ 此處論指中觀空性正見之實性。

¹⁵ 宗喀巴，法尊譯，《菩提次第廣論》，台北，佛教出版社，民 80，頁 24~25。

¹⁶ 《菩提次第廣論》，頁 21~31。

自己所依止上師更要有一定的虔敬之心。經云以九種心在承事諸位善知識：

「如孝子心、如止剛心、如大地心、如輪圍山心、如世間僕役心、如除穢人心、如乘心、如犬心者、如船心者。」¹⁷

以上譬喻，旨在闡明上師在修學的過程的重要性，為學者應服以弟子之禮，身、口、意上一切恭敬承事，最重要的是視師如佛的心態。非僅如此，縱觀遠近歷代密乘的成就行者，皆以身家性命作為恭養，弟子被要求以看似不合常理的磨練，來作為加速成熟修行成就的加行。探其原因，乃因密法所追求的即身成就，其成就，是建立在淨治轉化無始以來的習氣與惡業，教導之上師以弟子個別不同根器施以不同要求，而各弟子間也無法得知其上師密意，一切唯有視上師如佛一般的依教奉行承事來轉化自己的心念，待一切習染被轉化淨治後，凡俗之身心（脈、氣、明點）堪於現世生起本尊功德作用，皈命上師才授以弟子更進一步的口訣教導。密乘教導的基植相符於大乘教理，但遺憾的是這個部份關係著更深層的實修證量問題，是常人所無法加以深入，當然也是文獻上不可取得的限制，已超越本研究能力所及。至於根本上師的珍貴：

「密宗教理甚至比佛還罕見，賢劫雖有千佛應世，只有第四位釋迦牟尼佛及第十一位和最後一位才傳密法。」¹⁸

顯乘的三皈依：佛寶、法寶、僧寶；藏傳佛教則置上師於佛之前而為四皈依，因為釋迦牟尼佛的即身成就密法，唯有依靠俱德上師的灌頂與教導傳佈，令行者修持而得成就，所以，宏揚密法之上師殊勝尤勝於佛的原因在此。對一位密乘行

¹⁷ 同註 15。

¹⁸ 格西格桑嘉，崔忠鎮譯，《大樂光明》，台北，文殊出版社，民 77，頁 10。第十一位佛是星宿佛，和最後一位佛是樓至佛。失譯，〈現在賢劫千佛名經〉，大正新修大藏經第十四卷，《經集部一》，頁 383。

人而言，事師不僅是顯學的禮法應如法承事，尙且要視師如佛一般恭敬承事，關於這一項是密法中弟子承待最爲困難。如何對一位外相與常人無異上師視如佛陀，而能不見其常人過患，由世俗而論已違常理；但是，以密法即身成就轉五識爲五智的意識流而言，可作爲切入理解的方便路徑。

《中陰大聞解脫》卷一再強調中陰顯像均由心造，當下應轉識而成勝解即得解脫。不論是由顯學或密法而言，心識的轉化由濁至淨的理論是相同，其分別唯在於密法行以猛烈立斷超脫方法，由俗間凡執當下轉識成智，這是歷代密法成就者任其上師施以不合常理的磨練，而仍堅守信念與誓言，以上師身、語、意如佛爲佛之身、口、意承事，而能成就法、報、化三身的重要原因之一。密法對熾盛五毒並非以顯乘所倡導的方法捨棄，反而是以轉化它令化爲利益眾生的功德，以利益眾生爲動機的生起大貪、大瞋、大慢、大疑與大忌，因爲法性所謂「空性無以害空性」。如吉祥金剛怖畏（*Yamantaka*）不共金剛上師灌頂續言：

「有結性空能清淨，性空能離諸有結，具足自性清淨心，有結轉成勝士性。」

19

一切的造善造惡徵結，全因爲對空性的不了解，即使了解也未必有空性證量，因此，對於金剛乘成就法的修行，尋得精神引導的金剛上師教導是首要之務。並且由事師的心念上轉化同時，自性佛境壇城逐步形成。這是視金剛乘修行上師爲金剛總持，由其處流出加持究竟力量道理所在。上師成就法提到：悉有成就源於阿睹梨，棄持船槳終難渡彼岸，自修行縱使有所得，若未依止師終難成。

「一切教授略義首，不捨依止善知識，依彼信及發心等，生諸功德之寶藏」

20

¹⁹ 慧源活佛，《慧源全集第八集—吉祥金剛怖畏獨勇尊佛自入壇城行修方便獲易經》，台北，格魯巴出版社，民 90，頁 146。

²⁰ 同註 18，頁 15。

密乘修習不僅上師必須俱足所傳的法脈傳承而授以弟子灌頂，由於密法成就快速險境更無法避免，尤其進入圓滿次第脈、氣、明點修習時，更需要修行路上經驗豐富的上師指導。²¹ 所有種種對待傳以本尊灌頂、教導、口訣的根本上師恭敬，於理路上已能澄清一、二。

（三）密法雙身圖騰之表義

顯乘的佛像圖騰都是慈眉善目，但是藏系佛法的圖騰--唐卡（ཐང་ཀླུ་）大多以忿怒佛尊，其間男尊與女尊相抱相，令人煞費心思不解其意。而《中陰大聞解脫》卷於中陰身所呈顯佛尊亦都呈現雙身相，此雙修圖騰於密法修行上，是否有具體的指向，或為只是修練法上表徵呢？

進入析解雙修身圖騰來由前，先於佛法身（ཚཱ་ཤཱུ་）、報身（ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་ཤཱུ་）、化身（སྤྱུ་ཤཱུ་）先加以區辨：法身佛是指法性；報身佛，則是證悟後圓滿修行，萬德具足的佛身是功德的體性；化身佛則是佛陀為教化眾生所示現，如平日我們所見的佛像、唐卡、佛經均可視為佛的化身。為什麼雙身圖騰屬佛法身與報身？並且

²¹ 胡之真，《藏密法要》，台北，新文豐出版社，民 81，頁 1~23。「如果沒有灌頂，就是沒有種子，修也無用。因為蓮花生大士傳出的三部瑜珈，完全是宗教的意義。大手印瑜珈則不然，因為不修本尊，灌頂便似乎並非絕對必要。尤其是大手印四瑜珈，因屬因乘，確定不須灌頂。……大手印四瑜珈是漸教，完全依靠禪定來漸次認證佛法，一次比一次輝煌。當然，行者可能受到魔障，修持失誤，所以也需要上師加持。」但其於頁 114 同時又指出：「西藏行者，在修習大手印等密法以前，已皈依金剛上，發菩提心，甚至修持本尊多年，故藏中法本，向無皈依及發心菩提心等儀規之記述，然亦為實際修持所不可缺少者。」又說：「大手印是腳踏實地的法門，三根普攝。」前段依其所指，是無須經過密法灌頂即可行修大手印；然後段之言，其要意是指大手印行者實已完成本尊灌頂，再行以達「明心見性」之究竟。大手印之修習乃是藏傳佛法中，本尊圓滿次第頓悟之教。今引丹增喇嘛所言：「有二種：生起次第和圓滿次第。如先須依次接受三個灌頂，未經灌頂，則不准修法，亦無法可修。」（詳見《漢藏佛學同異答問》頁 67）格西格桑嘉措如此強調：「然而光靠閱讀這些指示，無法得到大手印之現觀，首先你要接受顯、密共同之學理訓練，如岡波巴之解脫寶莊嚴論及宗喀巴之菩提道次第廣論。修四加行也是很重，它能淨障、積集資糧。只要你有些出離經驗、自然的菩提心、中觀正見等等，你就可以接受無上瑜珈部灌頂，受灌後要謹慎地守護誓戒。最後，在努力精進證得些生起次第覺受後，你應該請具德上師指示大印。如果你踏實修完加行、前行，再以智慧、信心正修密宗教理，你無疑地能證得大手印的圓滿。」（詳見《大樂光明》序言）對「大手印」之釋說：「Maha-mudra 是梵文，它包括兩部皆：Maha 是大，mudra 是印，在顯乘系統中，大印指空，一如釋迦牟尼佛在三昧王經（King of Concentrations）中說：所有現象的 nature 是空，此處 nature 是指萬物之根本特性：空或無自性。這種空叫大印，因為萬象永遠不脫離、不變異於無自性狀態。既然空是萬久本質，就叫印，直接證空可得完全解脫、不入輪迴，它也叫『大』。」從以上辨正藏傳佛法的修習，上師（guru）是絕不可或缺的成就之源；而灌頂是成熟之因。此二者均為必要條件，胡君於密法大手印之闡釋誤植多且深。

只有在密乘的教導中顯現，在顯乘則無此圖騰呢？

一切眾生皆具有法、報、化三身的佛體性，只是依文獻經典所載，顯密具共同的個別解脫戒，出家人的出家戒，在家人的在家戒，而菩薩戒則是大乘所不共戒律。若要入密法，除了應具共與不共的大小乘戒律外，尚必須具共同加行，即是指自他交換的「菩提心」。因果七訣的菩提心（*Bodhicitta*）²²，只有對菩提心熟悉的行者才能得密法，最殊勝的菩提心是：為利眾生願成佛的發心。密乘成就有其要件：密宗共同戒：五方佛十九條戒，密宗無上瑜珈十四條根本戒。另外，如前述密續分事業部、行部、瑜珈部、無上瑜珈部四種修持。前二者的灌頂有加持性的四大灌頂，但卻是沒有真正的灌頂，只是本尊大灌頂後隨許灌頂，可以持有欲望存在之相好莊嚴的修持²³。若以即身成就的修持則，唯許無上瑜珈部的灌頂有之。

顯乘行者修至十地境界，稱普光明定毗盧遮那佛的法身示現即將成佛境界。就如同在南瞻部洲金剛座的地方化身一位釋迦牟尼佛下生，經修行再成佛一般。普光明灌頂是顯乘十地菩薩示現成佛所必須。²⁴這就是顯乘沒有雙修身圖騰的原因之一。

再者，既是無上瑜珈部獨有即身成就修持法，而灌頂是進入其法成熟的要因，則此灌頂與雙修身圖騰，和法性中陰時所呈顯雙修身佛父母，其間的相關性如下：

1. 因灌頂而生功德

如上所述，唯有無上瑜珈得真實灌頂，意即指即身成就法的成熟灌頂，其理為：

²² 因果七訣：知母、知恩、報恩、大慈、大悲、菩提心、增上意樂。

²³ 顯乘著於斷欲生善之修持，而密法則是轉識成智之修持，因此，欲念允許存在並加以轉化為利益眾生之動機，在行、住、坐、臥之受用，均作供養本尊的觀想，除能增上福德又可利益眾生。

²⁴ 慧賢源生活佛，〈灌頂的意義與功能〉，台北，《格魯巴月刊》，第 22 期第 3 版。

- (1) 灌頂分為四種：第一寶瓶灌頂，第二秘密灌頂，第三智慧灌頂，第四句義灌頂，此四者為所有密法共許。而灌頂壇城亦分為四：一者，真實灌頂最屬殊勝可直接成佛。二者禪定灌頂，俱德上師於弟子禪定中，以思考壇城為主。直接授予弟子灌頂，其功德是弟子當下通達三藏十二部經，了解菩提心空性正見。三者是塑造壇城，以布等繪畫壇城行灌頂。四者彩粉灌頂，是用無量無邊的珍寶研磨成粉狀，所做成的四方世界佛刹國土。
- (2) 寶瓶灌頂為基礎灌頂，餘三者才為殊勝灌頂。其又分為共與不共，共者為五方佛灌頂，不共者為金剛上師灌頂。若受金剛上師灌頂應閉關修習才能當金剛上師利益群生。故此，得五方佛灌頂者，未必得金剛上師灌頂；但得不共金剛上師灌頂者，必已得五方佛灌頂。五方佛各具五色，而一一佛也可各具五色，觀修壇城護輪是依觀修的本尊不同，可令五方佛位置互換。對五方佛灌頂功能，主要是淨化貪、瞋、癡、慢、嫉五種不淨業習，以令其轉化為五方佛智慧，並非去除五種障蔽後成五方佛。是法性五慧原本俱足，授以成熟之因令障去除而令本俱慧生起，此是灌頂真義，萬不可倒因為果。
- (3) 五方佛灌頂分別為：不動佛灌頂俱有生起了解空性功德。不了解空性，於密乘是為不通氣、脈、明點，故眾生種種病。依顯乘言，空性不解則我執（གང་ལྔ་གི་བདག་འཛིན།）、法執（ཚམས་ཀྱི་བདག་འཛིན།）因為無能力對治故生痛苦。寶生佛灌頂則是消除貧窮，令修行加行增上。寶生佛灌頂是為生起「平等慧」。阿彌陀佛灌頂功能是發揮「妙觀察智」，可以成就一切理想。不空成就佛的金剛鈴灌頂，是融入報身裡以和合相入口金剛，成熟諸法空性證悟的因，一切所辦皆能成，故而能圓滿息、增、懷、誅事業。大日如來名號灌頂是以前面所述的四方佛號灌頂，金剛上師灌頂是為第六灌頂。以上均屬瓶灌頂。
- (4) 秘密灌頂是依佛父母秘物，而得灌頂稱秘密灌頂。秘密灌頂是智慧灌頂，

是智慧母體性世尊所得到的和合七支金剛持果位。²⁵第四句義灌頂是第三個秘密灌頂時，佛父佛母自現微細心、微細氣和合七支報身相而得金剛身。第一、二灌頂為無上瑜珈生起次第，得灌後，以自觀本尊身為起修。第三、四灌頂是為圓滿次第灌頂，以自觀本尊意為修；以上，為灌頂主要功能。

上述的探討，無上瑜珈部的五方佛與上師灌頂皆是報身相，在第三秘密灌頂亦顯現佛父母和合相，以取密物而灌頂，此皆是屬於報身佛。至其第三和合七支金剛持果位灌頂，已為成熟行者修習成就報身佛功德。

綜以論之，密乘雙修身圖騰是法身佛與報身佛的表徵，有如鈴與杵、智慧與方便、佛父與佛母尊、微細心與微細氣等一切成就。概言之，是修行者藉灌頂功德修習法身佛及報身佛成就，以廣利一切有情。此法身、報身成就解脫與中陰直接融入法身，與法性中陰之解脫，在利益眾生功德上有其差別。而灌頂於密乘，由於它代表一種授權儀式，亦為成熟即身成佛之因，故其涵義深及重要如是。

2. 因修習而生功德

顯乘以去除一切欲望為修行法，尤其是在對治五毒上，其中最極欲克制者為「性」。但是在密法並非去其慾念，而是轉化慾念令其入道，其殊勝處正是對慾望的不捨，把一切慾望的對待轉識成智。故密法四大續部以不同層次，利用大樂轉化而進入所行道，唯各個層次所用方法有所不同。密續分別有四部：事部、行部、瑜珈密部、無上瑜珈密部，是果上行修教法；而顯乘則屬因上。行修教導，事部行者，引生大樂方法是觀想明妃²⁶，將大樂轉化入道。行部則除了目視莊嚴明妃外，還觀想明妃微笑，如此轉化大樂以入道。瑜珈部行者和空色明妃相視而笑，觀想抱持明妃等方法引生大樂入道。無上瑜珈部或和實體明妃雙運，或觀想

²⁵ 和合七支：和合支、受報支、大樂支、無自性支、大悲支、相續不斷支、無滅支。

²⁶ 指已證悟空性的女性瑜珈行者 (yogani)。

雙修將無上大樂轉化入道。密法雖是如此入於俗欲，然並非吾人所了解的一般觀念，亦非人人適於密法學習，如同薩拉哈大師所謂：

「每個人都因交合而興奮，只有少數人能轉樂入道。」²⁷

最無上殊勝亦具最大危險，引生大樂並非如一般大眾凡夫的性慾妄想，而是空性已了知，並能深入顯密甚深教義，經上師精準指導修練脈、氣、明點（*མི་ལུ་སྤྱོད་པའི་ལྷ་མོ་*）以成就和合報身金剛持果位。未經完整灌頂與圓滿生、圓二次第教導且實修的行者，何以堪受大手印與大圓滿修習？而欲藉實體明妃引生大樂以入道，此非但是最極大妄想，更是造下罪業。

3. 法性本俱功德

《大幻化網經》中言：在普賢王如來（*Samantabhadra*）法身中，安住其心輪是四十二寂靜尊，其頂輪為五十八忿怒尊，而這些寂、忿聖尊是原本法性俱足。普賢王如來有五種：化身、報身、法身、自性身、大樂智慧身，一切德相全部具足。然因無始以來一念無明妄動，造下五毒罪業，因此枉受輪迴之苦。於顯乘法身佛安以毗盧遮那佛為代表，亦即東密所謂大日如來，藏密以普賢王如來。²⁸

《中陰大聞解脫》雙身佛父母即是法身原俱之自性身，故行者於死亡時，當此身（物質色身）不再有功用時，微細身（不淨幻身；*མཉམས་པའི་ལྷ་མོ་*）出現，而原於法性本俱寂、忿諸尊則一一顯現，行者藉以認證而得解脫。

藏傳佛法的中陰身解脫與超度的理論基礎，即在法性本已俱足自性功用上而轉識起修。藏傳佛教於無上瑜珈的圓滿次第修習法，都有相關中陰解脫「且卻」、「妥噶」與「頗瓦」的成就教導。雖然，各派對中陰身呈現寂、忿尊意見並非全

²⁷ 《大樂光明》，頁 12。

²⁸ 陳健民，《曲肱齋全集二》，台北，普賢出版社，民 80，頁 392~421。

然相同²⁹，至於，報身佛的三十二相，八十種隨形好，臨死中陰時以不淨幻身呈現而成就清淨幻身的修法。因為可藉由自性光明顯現而成就法身、報身、化身三身成就，皆有相同教導。而自性光明顯現惟在睡眠與死亡時，故其成就教導，乃存在無上瑜珈部圓滿次第中；也是大圓滿法、大手印法、那諾六法等共同教導內容之一。

未經密法灌頂的一般人，雖然也有機會在死亡光明顯現時，直接融入法身而得解脫生死輪迴，但與修且卻的行者一樣，只是可以解脫生死的輪迴。換句話說，解脫生死輪迴與三身成就解脫生死輪迴，二者在意義與內容上都大不相同。本研究著於，雙身佛圖騰是為修習報身佛的本尊圖像，也表徵微細心與微細氣的和合報身，是義光明³⁰所觀習成就果持金剛。如此果證，源自法性體性本自俱足，在每一有情死亡時自然呈現；也唯有如此的辯正，「中陰超度法」的超度作用，才能在中陰時期產生運作。

第二節 中陰的概念

本文對「中陰」的討論議題，是界定於狹意定義，是以人此生生命結束，到下一世尚未出胎時期。「中陰身」是否存在？如何存在？為什麼存在？如此諸多疑問，在析解《中陰大聞解脫》時，對相關中陰的相關議題加以釐清。

〈佛為難陀說出家入胎經〉中，有此一段記載：

「佛告難陀：雖有母胎，有入不入。云何受生入母胎中？若父母染心，共為婬愛，其母腹淨，月期時至，中蘊現前。當知爾時，名入母胎。」³¹

²⁹ 對於蓮花生大士崖傳《寂靜忿怒密意自解脫深法》教授，日本學者山口瑞鳳之研究，稱以偽經之說。

³⁰ 由於悟空性的心所駕駕之氣，謂義光明；雖是同為死亡光明，因其能持的心識證悟不同，故名之。詳參本研究第三章。

³¹ 《寶積部》上，〈佛說入胎藏會〉(佛為難陀說出家入胎經二卷)，大正新修大藏經第十一卷，頁

此段記載中所謂的「中蘊」即是指「中陰」，由其中所述亦導出二義：其一，死亡後的意識游離狀態，等待與有緣的父母諸種條件的俱足，而後再入胎投生。其二，由生而死，由死而生，生命的顯現謂為生，而生命的不顯現謂之為死³²，如此生生不息的交替，猶如車輪轉動不已，即是「輪迴」之義。然此，吾人不免有所存疑：中陰身若是存在，何以不見？誰看見了輪迴？解脫所意指的是什麼？

（一） 輪迴轉世的議題

在東方的印度教、佛教信仰中，「輪迴轉世」(reincarnation and rebirth) 的說法是普遍地被一般人所接受的觀念，但對西方國家，尤其是非佛教民眾，「輪迴轉世」原為一陌生的名詞，直至一九八二年一項蓋洛普民意測驗顯示，幾乎有四分之一的美國人相信輪迴。³³然自美國西奈山醫學中心精神科的主治醫師布萊恩·魏斯發表《前世今生》(Many Lives, Many Masters)，並且被翻譯成十一國的文字後，「輪迴轉世」始被西方民眾普遍的討論與認識。³⁴

對一位受過科學訓練的西方醫者，要接受生命輪迴的觀念，似乎有極大的困難，但面對日益增多的類似溯及前世記憶的案例，致使布萊恩轉向各宗教探索輪迴，既而發現：不僅東方印度教、佛教，接受人有前世的觀念，回教之「蘇菲」神秘教派亦是，而猶太教的信仰基石也是輪迴轉世觀，至直西元 1800 到西元 1850 年為加速西化而改變。至於基督教《新約聖經》早先曾記載輪迴轉世的文字，但在西元四世紀時，為君士坦丁大帝以政治理由考量而刪除，之後的傳教士大家為

326。中蘊：即是指中陰身，亦譯為中有身。

³² 整個生命流程不斷延續，我們之所謂「生」只是顯現；我們之所謂「死」只是「不顯現」。而且，我們還執著我們自己這個世界，作為顯現或不顯現的標準，而不知道整個有情世間以及器世間，實在無非有如電視光幕中的情器世間。蓮花生大士崖藏，事業洲尊者掘藏，談錫永主編，《六中有自解脫導引》，台北，全佛文化，頁 23。

³³ George Gallup Jr., with William Proctor, *Adventures in Immortality A Look Beyond the Threshold of Death*(London:Souvenir, 1983)。

³⁴ Brian L. Weiss 醫生原是受過科學教育，並取得醫學博士學位，在他執醫的經驗中，因為發現許多的個案的故疾，牽涉著過去世的記憶，並且也因回溯了前世的記憶才不藥而癒。這使得 Brian 的科學訓練受到質疑。他花了四年的時間把個案的前世回憶整理成書，而同時也花了四年的時間掙扎，最後甘冒專業的風險透露這些不正統的訊息。

了明哲保身，也就無人膽敢再提「輪迴轉世」的問題，這又是宗教被政治迫害的另一例。³⁵

前世今生與輪迴轉世是無庸置疑的事實，同時，也由於自宗教面的探索而轉向醫學科學轉世之謎。布萊恩說：

「我反省到，不論是清潔派教徒（Cathars）、諾斯帝教徒、猶太神教徒，除了一致的輪迴轉世信仰外，他們對輪迴轉世另有一種完全相同的看法，那就是：直接的個人經驗，是超越於我們理性心靈所看、所知之上的；或者說，宗教所教導的東西，都是靈界的慧根源所傳達的。直接的個人經驗有能力提昇靈魂的成長和個人的成長。」³⁶

另外，美國研究前世記憶的心理學家，對五十四位自願者作前世回憶的催眠實驗，而這個實驗的開始動機，乃是基於個人內心存有：我到底從那裏來？我是誰？什麼是我的目標？。由於心理學者相信，人類的深處有可能未真正被發掘的記憶，而催眠正是可以到達人們潛意識被封閉的部份，因此，西元一九七八年元月，一場空前的大規模前世記憶的催眠於芝加哥的一家汽車旅館的會議室展開。參與的人士有百分之九十的人和作者本身是可以銜接催眠的相應，而經驗了前生的回憶。在《投胎與出胎的催眠報告》這一份報中，除了詳載部份的參與者的故事，同時也作了種種的歸類：研究進行的交待、經驗報告、是自願投胎嗎？性別選擇、靈魂何時入胎、出生.....。事實上，這份報告的重要結論是：生命輪迴存在人類的潛意識。³⁷

通靈人士艾德格·凱西（Edgar Cayce,西元 1877~1945）原為基督徒，在偶然的自我催眠治療眼疾的情況下，靈魂出體，不僅眼疾得癒同時也具有靈魂隨意

³⁵ Brian L. Weiss，黃耀漢譯，《生命輪迴》（Through Time Into Healing），台北，張老師文化出版社，民 83，頁 32~38。

³⁶ 《生命輪迴》，頁 34~55。

³⁷ 《投胎與出胎的催眠報告，1986》，頁 4。

脫體的超靈力，並能透視他人的轉世內容。他所留下的成千上萬的案例檔案，引起後人心理學的重視並加以整理而公諸於世。從整理的資料中所歸納出的要點：人的確存有輪迴轉世，並且不斷地透過它而學得種種美德。³⁸

二十世紀末期，東、西方諸多學者的努力，試圖由科學的領域理出「輪迴轉世」的玄機，直至目前，從東方的宗教信仰，到西方的心理醫學科學，「輪迴轉世」已經不再是存在或不存在的問題；它的問題已由存在與否的爭論，而是演變為：為什麼存在的層面？當然，「業力說」除了是佛教向來的解釋說法外，實際上，以上所舉的研究當中也絡絡歸結出「無私大愛」、「靈性提升」、「能力學習」、「完成責任」、「付出與學習」.....，此是靈魂轉世的目的，但在佛家的解說義中尚有更深入的義理。

泰錫度仁波切（Trangu Rinpeche）八世在釋論《了義大手印祈禱文》中：

「雖然就比較粗糙的論證看來，輪迴過程的出現，緣於心識的展現，不過，就比較精確層次的論證看來，涅槃的出現，也是心識的展現。」³⁹

輪迴與涅槃既是自性的呈顯，換另一個角度而言，輪迴的終止也就是涅槃的顯現；但就法性而言，輪迴與涅槃則是非一非二之空色不二，輪迴與涅槃是相依之二面。

（二）「中陰」之定義

藏傳密乘寧瑪派的崖傳法要《密意自解脫》，是其傳承中最著名的法要，而其普為人知則是以《中陰大聞解脫》卷它未必在學其法要，很多時候只是為法會

³⁸ 艾德格、凱西的奇事蹟，吉娜、舍明那拉著，陳家猷譯《靈魂轉世的奧秘》，台北，世茂出版社，民 87，頁 304~328。

³⁹ 泰錫度仁波切著，先饒多傑刺嘛英譯，《大寶法王造了義大手印祈禱文泰錫度仁波切八世釋論大手印最高成就修行法》，台北，唵阿啞出版社，民 87，頁 116。

時的修念作好準備。⁴⁰在《中陰大聞解脫》的超度法裡，時有出現<導引>指示，而此<導引次第>所指的是《密意自解脫》續⁴¹中所指的<六中陰自解脫導引>卷，是亡者生前所修習法要，亦即是在中陰階段所提示生前所修之法。

佛教密續以及寧瑪派其他的法典有四中陰的教授：處生中陰、臨終中陰、法性中陰、受生中陰。但是在《密意自解脫》<六中陰自解脫導引>的教授，則是加入「夢幻中陰」與「禪定中陰」而成「六中陰」。

前三者是以人在「本有」時期的中陰分類與修習，後三者則是死後的中陰分類與修習。因本文雖以死亡後的超度為核心探討的議題，但為了解各類中陰分別，仍對六中陰的定義加以解說：

1. 「臨終中陰」(འཇིགས་པ་དོན)

醫學人的呼吸、心跳將要停止而尚未停止，在此段期間是為「法性中陰第一光明」；因為臨終中陰分「法性中陰第一光明」、「法性中陰第二光明」、「法性中陰第三光明」。第一、二法性光明呈現可能時間，大抵是發生在醫學上的死亡判定後，在臨終中陰時內呼吸尚未停止，身體亦還有體溫在（即是意識尚存體內），故此臨終中陰區分成三個階段：一是尚未死亡，二是已判定死亡，但內呼吸還在，本文稱以「假死亡」，三是「真死亡」，內外呼吸皆停止。在《瑜伽師地論》有一相關詳載：

「若種善漸冷至頭面即死，若造惡業生鬼中者，從頭冷至腹即死。若生畜生至膝即死，若生地獄至腳即死，即皆無文證。又舊世親釋云：若作善業所起冷觸定應向上，若造惡業所起冷觸定應向下，人即觸云：若生善趣從足漸冷至頭方死，若生惡道從頭冷至足方死，此由未見此論故，信自人情，據實阿賴耶識當受生時，最初託處即名肉心，若識捨肉心即名

⁴⁰ 《六中有自解脫》，台北，全佛出版社，西 1992，頁序 1~14。

⁴¹ 密乘之經典謂之續（*tantras*）。

為死。」⁴²

依上文，前段是指小乘之說，以人身體最後冷卻處名為意識將投生之處；後段是大乘的辨正，以為人死後應以阿賴耶離開內心後才是真正的死亡。此一說明正可呼應臨死中陰後超度的意義。果不，則內呼吸停止後，體溫盡失即已定奪轉投生六道（six realms）之處，則超度已失其功用並喪失意識轉化的可能性。⁴³另則，從許多文獻中指出的死而復生，經歷其境者大多指出有見到光明的經驗⁴⁴，是否已真正的內呼吸停止的死亡下所見，將在下一個段落「法性光明與中陰身解脫」中容再作更深入的探討。⁴⁵

2. 「法性中陰」(ཚལ་ཉིད་པར་དྲི)

醫學上死亡(由醫學儀器上所顯呼吸、心跳停止、腦死)；但密乘(Vajrayana)對死亡的定義，不僅是外呼吸停止，也是內呼吸停止後的第一天起(體溫盡失，意識逸出身體)，這種死亡的算法，大概是一般於醫學上判定死亡第四天或第五天了。從密乘對死亡的定義來看，吾人倒可以發覺一項事實，所謂死而復生者，就是在「假死亡」內呼吸尚存的情況下發生。因此，關於死而復生的經驗，從本研究的探討，已經在藏傳佛法中得到可資憑藉的經驗落實的理論基礎。

「法性中陰」的時間，是由所謂「真死亡」開始。可維持至十四天，俗稱的頭七與二七，也就是醫學上死亡後第十八天為止。在「法性中陰」亦是《中陰大聞解脫》卷所稱第三光明。其間有第一個七天的「寂靜尊聖眾」與第二個七天的「忿怒尊聖眾」呈現時段。若是惡業較重的下根者，由於貪、瞋、癡三毒的轉增上加深內心的恐、怖、畏則會進入中陰身的下一個階段「輪迴受生中陰」，是將往六道投胎轉世入輪迴。

⁴²彌勒菩薩造，〈瑜伽師地論〉卷一，新修大正大藏經第三十卷，《瑜伽部上》，頁 322。

⁴³ 演培法師，《俱舍論頌講記(中)》，台北，天華事業，民 77，頁 102~103。

⁴⁴ 立花隆，吳陽譯，《瀕死體驗》，台北，方智出版社，1998，頁 283~301，頁 9377~402。死而復活者，雖然所見很雜，但是見光之比例高。

⁴⁵ 對於文譯「臨終中陰」亦或有翻譯為「臨死中陰」、「臨死中有」、「臨終中有」皆指同義。「中陰」是唐朝之前之舊譯，「中蘊」或「中有」則是唐朝以後之新譯，本研究則借以舊譯為稱。

3. 「受生中陰」(ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་)

此是，為在法性中陰未得解脫眾生而演譯的教導。如《受生中陰導引、受生自解脫》卷所載：喻為將未通的常道與另一水道接通的教授，這是受生自解脫。

⁴⁶ 受生中陰是在亡者經過中陰諸境的呈現，貪、瞋、癡等三毒赤盛者，依中陰當時所成熟業力而行將受生三惡道，或因恐、怖、畏原因增盛而投胎受生階段，也是輪迴下一世的開始，故在《中陰大聞解脫》卷稱「輪迴受生中陰」。

4. 「處生中陰」(ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་)

「處生中陰」或謂「自然中陰」，是人死亡以後經歷了法性中陰、受生中陰到出生。由出生再至死亡的這段期間，就是指人出生活著的這一世是為「處生中陰」，《俱舍論》的說法，指「本有」時期；依「中有」身結束而起。

5. 「夢幻中陰」(ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་)

此修法是為引導平日習氣，將轉為「淨光明道」。因為常人執著在世間一切為實相，即使認知上經過教導，已能知道「世事如幻」，但由於長久以來認為器質世間所有相用都是實質的不變常法，這使眾生產生迷亂。因迷亂而起三毒，輾轉成習氣而造罪無間歇，「夢幻中陰」即是此義。

《中陰大聞解脫》卷教誡，亡者仍未必能令其立得解脫，遂入輪迴中陰，是習氣的牽引力使然。此習氣難以去除的情形如何？

「長老畢麥伽婆蹉常患眼痛，是人乞食常渡恆水，到恆水邊彈指言：小婢住莫流！水即兩斷，得過乞食。是恆神到佛所白：佛弟子畢麥伽婆蹉，常言小婢住莫流！佛言：畢麥伽婆蹉懺謝恆神！畢麥伽婆蹉即時合手語

⁴⁶ 蓮花生大士造、談錫永譯《六中有自解脫導引》，台北，全佛出版社，1999，頁165。

恆神言：小婢莫瞋！今懺謝汝！是時，大眾笑之，云何懺謝而復罵耶？
佛語恆神：汝見畢婁伽婆蹉合手懺謝不？懺謝無慢而有此言，當知非惡。此人五百世來，常生婆羅門家，常自憍貴，輕賤餘人，本來所習，口言而已，心無也。如是諸阿羅漢雖斷結使猶有餘氣。」⁴⁷

習氣難斷如是，若在處生中陰時，藉夢幻中陰的修習方法熏習成性，臨死亡之際即可比較容易獲得解脫。「夢幻中陰」之意並非是侷限於人處夢睡時，而是喻指一日當中身、口、意均有其持修方法，令一切作為皆與空明自性相應，此空明即是法性之空明。如此「夢幻瑜珈」之修練不斷，而悟入光明自性的即身成就，無庸等待死亡的到來。⁴⁸這也說明，雖然中陰階是有生死解脫的方便力，但是，平日善少惡多之人，因為生前惡習過重，所以中陰時期難以生起善念，即使得到教誡，只怕惡業習氣使然而錯失解脫機會。「夢幻中陰」的修習，仍應積極累積善業資糧，以利生死解脫。

6. 「禪定中陰」(བསམ་གཏན་བར་དོ།)

禪定中陰指修行的方法，透過禪定力的觀修，而證悟本覺自解脫。本明覺性是臨終中陰時，所呈現之死亡光明。瑜珈士若能融入死亡光明，或於法性中陰認證法性光明，與諸境象無自性即可得生死解脫。但藉著遠離執著且超越世智直入正覺，應以禪定力為增上。

「由小心證驗以護持本覺，此即解脫，故稱之『本覺自解脫導引』。」⁴⁹

格魯派無上瑜珈部「吉祥金剛怖畏尊佛」修習儀軌當中，對中陰身的修持教

⁴⁷ 龍樹菩薩造、姚秦鳩摩羅什譯<大智度論>卷二，(釋初品中婆伽婆)，新修大正大藏經第二十五卷，《釋經論部上》，頁 70。

⁴⁸ 蓮花生大士造，談錫永譯《六中有自解脫導引》，台北，全佛出版社，1999，頁 104~121。

⁴⁹ 《六中有自解脫導引》，頁 12。

授所指導內容：觀修臨死法身、觀修中陰報身、觀修投生化身（尚未入胎前），而處生中陰的修習自是無庸言說⁵⁰。在其他教派的無上瑜珈部教法中，也同樣在法、報、化三身的修練上著力⁵¹。這由各派的核心本尊灌頂所專修法要⁵²，直到弟子成熟時授以大手印法，或大圓滿法之修習，已經很明顯的道出整個無上瑜珈部的修練，是在證得現世的即身成就。從臨死中陰到法性中陰時所得成就或解脫，只是中、下根器弟子的支節末法。由此得知，從生死一如的佛教深義來看，〈六中陰自解脫導引〉續中所加入「夢幻中陰」與「禪定中陰」的修習方法，是用在「處生中陰」⁵³時期的修練。那麼，其他無上瑜珈密法的本尊修習中，當然亦見眠寐瑜珈或討論禪定瑜珈的修習。⁵⁴顯而易見，即身成佛是行、住、坐、臥二十四小時中皆與佛性相應，此即是「瑜珈」的相應意。如此，不論是「六中陰」或「四中陰」，而從中陰解脫成就的究竟義上來看，就隱含無上瑜珈的核心修習目的--「即身成就」。若有行者雖然不屬上上根器，但因透過平日的薰習依傳法上師而修習，雖然無法在現世獲得成就，然於中陰現前時，因為有法性的顯現方便，也容易獲得解脫。這即是蔚然形成《中陰大聞解脫》卷普遍的原因；它是提示亡者生前所習教誡本，而非屬於任何一本尊的專習之法。

⁵⁰ 悉利公赤珠仁波切，《慧源全集第八集 吉祥金剛怖畏尊佛自入壇城行修方便獲易經》，台北，格魯巴出版社，民 90，頁 58~71。

⁵¹ 《西藏密乘史》，頁 397~477。噶瑪噶舉派的大手印、薩迦派的道、果、法（以《喜金剛續第二品》為修習的基礎）修練內容，皆討論佛之三身、四身或五身的問題，在無上瑜珈部的修習著於即身成就的脈、氣、明點修練。

⁵² 「無上瑜珈部」的本尊續：父續有「密集金剛本續」、「大威德金剛本續」、「時輪金剛本續」；母續包括「喜金剛本續」、「勝樂金剛本續」。

⁵³ 中陰身分類：「處生中陰」、「夢幻中陰」、「禪定中陰」、「臨終中陰」、「法性中陰」、「受生中陰」六中陰；此是蓮花生大士《密意自解脫》，〈六中陰自解脫導引〉的教授。此法係屬「處生中陰」時的修練教導；而在《密意自解脫》〈中陰大聞解脫〉的教授，並無提到「處生中陰」、「夢幻中陰」、「禪定中陰」的教導，究其因，乃是此三者中陰身的修習是為「成就的自度」之教授儀軌，而〈中陰大聞解脫〉的教授則是「度他成就」，因此，其內容的教導重於「臨終中陰」、「法性中陰」、「受生中陰」（許明銀所譯《中有大聞解脫》中譯為「輪迴中陰」的「死亡之教授」。

⁵⁴ 帕朋喀、德欽寧波編，法護譯，《吉祥金剛瑜伽母那洛空行成就法及生起次第導引合輯》，台北，南天出版社，1997，頁 1~93。

體形體，何以又名「意生身」，是否中陰的身仍具有異於物質之「身」？若是具有異於物質身，那是何身形呢？在第三章本文依中陰身具有其特性，將依身形、壽量、顯色、行動、境相分別於述詳解。對中陰身最大異於常人之處，如在《中陰經》上記載：

「爾時彌勒菩薩即從坐起。偏露右臂右膝著地。合掌叉手前白佛言。快哉世尊。昔所未聞昔所未見。中陰眾生形質極細。壽命長短飲食好醜。為何等類。願樂欲聞。世尊告曰。諦聽諦聽善思念之。 中陰眾生飲吸於風。 中陰眾生壽命七日。 中陰眾生面狀如化自在天。」⁵⁷

於此，能知中陰身眾生存在於一般人所無法得見空間，唯佛世尊才能見。但有少數俱「天眼通」的瑜珈修行者⁵⁸，或是具有靈視能力的通靈人士亦能見已入六道輪迴的「鬼魂」或「靈魂」，但並不能看見中陰時期的眾生，此二者應有所區分。《中陰經》是釋迦牟尼佛為天道眾生所開演之經；與瑜珈修行者或通靈人士所見並不相同。在《大智度論》〈釋初品中婆伽婆〉：

「阿羅漢 辟支佛均具三明，佛之三明悉圓滿，餘者或知一世或至八萬劫，過是以往不得知；……佛一念中生、住、滅時，諸結使分。」⁵⁹

如是區別，佛所能見中陰身又有異於本文所討論的「中陰身」範圍，因為廣義「中陰」所概括的範圍直至成佛前一切眾生，而一切眾生所概涵如無色界之眾

⁵⁷ <中陰經>，頁 1059。

⁵⁸ 「瑜珈」意為相應，乃梵音(yuga)直接音譯。部份坊間著作書為「瑜伽」，而國字「伽」音為「茄」非是唐譯之音「加」字；為尊重原著作，本文除對著作之沿用外，其餘之處的書寫採用近原音之(yuga)「瑜珈」。

⁵⁹ 云何明行足？宿命通、天眼、漏盡名為三明。問曰：神通、明有何等異？答言：直知過去宿命事，是名通；知過去緣行業滿是名明。直知死此生彼，是名通；知行因緣、際會不失，是名明。直盡結使，不知更生鬼生，是名通；若知漏盡，更不復生，是名明。是三明，大阿羅漢、大辟支佛所環。問曰：若爾者，與佛有何等異？，<大智度論>卷二，<釋初品中婆伽婆>，頁 71。

生；這已不是一般瑜珈士或通靈人士能力所及。值此故，瑜珈修行者或通靈人士所見大抵是已投生六道輪迴屬「鬼道」(ghost realm) 眾生，即便有瑜珈修行者能見天道、阿修羅道之類，或也少數出現於瑜珈修行者傳記中，皆不列為本文所探討範圍。

每個人死後是否都必然經過中陰身？有關輪迴的研究報告中，除了一般性的何時、何處、何人等等之類的記憶，鮮少有如佛教經典所載的六道的人道外其他五道：天、阿修羅、地獄、餓鬼和畜牲投胎記憶的陳述！是因為有輪迴轉世記憶的人，並非由此五道而來？或是五道的記憶性屬特殊難以記憶？或是如西方部份學者以為，人與畜牲是不會相互轉生？

「業趣無間故說修多羅及偈。謂作無間業已必先受無間報。然後受餘業報。亦必生地獄趣中。非餘趣。如汝所解。世尊說修多羅五無間業作已次第生地獄中。為要五無間生地獄中。」⁶⁰

造五無間罪⁶¹的眾生是沒有中陰身，因為罪大惡極之人死後業識力遷引直趨地獄；據原典所載，在臨終中陰之時若聽聞教誡，而能生起善念亦可得解脫。投生至無色界天的眾生亦無中陰階段；另外，因為修行得成就虹光身（*འཕེར་ལོ་ལྷ་ལྷོ་ལྷོ་ལྷོ་*）的行者，把色身化為虹光往空行淨土，故也沒有中陰身。修成「且卻」成就的行者，因自知死亡時至時，立斷生死直接證得法身，故無中陰。除此類，如同是否有天堂與地獄之疑，對人類諸多的轉世經驗，見於記載人道外的輪迴現時文獻仍是乏善可考。但基於人類文明所無法探知的部份，大大的超乎以所知所能想像，或因本研究能力所限制，有疏漏其他國家文獻。對此，本文抱以保留態度，待於

⁶⁰ 法救造，跋摩等譯，〈雜阿毗達磨心論〉擇品第七，新修大正大藏經第二十八卷，《毘曇部三》，頁 962。

⁶¹ 因造作重惡而投生阿鼻地獄（八大地獄之第八）者，受五種無間之苦：一趣果無間（在造業與受果之間絕無隔他生者）、二受苦無間所、三受苦時間無間斷、四壽命常相續無間斷、五有形與地獄同廣無有間隙。

來日有心之士進一步考證。

「法身中陰」與「輪迴中陰」眾生，雖同為意生身，然於意義上也不盡相同。故其「中陰身」的內函意義異於已轉生六道之「鬼道」，前者仍居於往生業力未定時，超度法的施行教導對其「中陰意識」有解脫（liberation）可能，此時之解脫當有別於已入六道輪迴眾生之解脫，何以如此？《中陰大聞解脫》卷內所開示，由於「臨終中陰」、「法性中陰」至「輪迴中陰」的入胎轉生前，是處於自性所顯現法性諸景象當中，若此時能不散亂而認證並融入（union），因是融入清淨自性法身故能得解脫生死。但是對已經轉生「鬼道」眾生並無此清淨法性呈現，雖然，仍可以透過藉由佛法的「薦超法」或「懺摩法」化度方式得解脫，但其解脫內容異於《中陰大聞解脫》卷的教導。

2·「中陰身」與「解脫」

「解脫」它泛指痛苦的解除，一般人也借喻為「死亡」⁶²。佛家對解脫義的教導，則側重於脫離一切煩惱的束縛，令此心自在。釋迦牟尼佛的教導核心教義即「解脫道」，並且以是否趨於「解脫道」究竟了義，而區分為「外道」與「內道」⁶³。而從由生死輪迴煩惱當中得解脫：

「居家懈怠則衣食不供產業不舉。出家懈怠不能出離生死之苦。」⁶⁴

這是泛指一般性的解脫（liberation）。在梵文中「解脫」有二字：「*nirvana*」系指小乘行者的生死輪迴解脫；「*parinirvana*」解脫意指究竟成佛的「涅槃」之境。

⁶² 《大辭典》，台北，三民書局，民 74，下冊，頁 4395。

⁶³ 「內道」與「外道」：非為究竟解脫之教義宗派名之為「外道」；釋氏之教法為達解脫生死究竟。以此之故，向以佛教謂之「內道」，餘者稱之「外道」。

⁶⁴ 失譯，〈佛說菩薩本行經〉卷一，新修大正大藏經第三卷，《本緣部上》，頁 108。

「能脫欲誰名，一根既返源。六根成解脫，見聞如幻翳。三界若空花，聞復翳根除。塵銷覺圓淨，淨極光通達。寂照含虛空，去來觀世間。猶如夢中事，摩登伽在夢。誰能留汝形，如世巧幻師。幻作諸男女，雖見諸根動。要以一機抽，息機歸寂然。諸幻成無性，六根亦如是。」⁶⁵

以上，解脫境界分別由凡夫位所生苦惱去除、小乘修行的生死輪迴終止，而至如諸根已淨的成佛；密乘無上瑜珈部的法身、報身、化身三身的即身成就解脫亦有之。針對解脫內容不論是於「世間法」或「出世間法」⁶⁶都有其極大內容與程度上區別。因此，對於「中陰身自解脫」的範疇定義，應是著於死亡後至投胎之間的中陰身終止，狹意的生死輪迴解脫。而《中陰大聞解脫》卷何以謂「中陰身自解脫」，而非「中陰身解脫」？其義所由？

從於臨終中陰、法性中陰、輪迴中陰或至投胎選擇，此《中陰大聞解脫》教導，謂一切顯像皆由本自性力用。識心止息認得本自空澄自性光明，剎那間，生死輪迴之苦遮止即得解脫。此中陰身解脫，因其可遮止生死輪迴之苦，融入法爾本性光明免經層層中陰之苦，亦不再受生六道，故曰「解脫」。而解脫之理，乃因一切眾生本自具有法性，但於色身命絕時至，瀕於臨終中陰時即自顯明，非由他力所給予，本自受用，若能認得即可停止六道輪迴生死之苦。能解脫與所解脫都是源自本性認得不認得的差別，此為「自解脫」義。自解脫之意有異於未死之前，因為，法性光明不得顯現，故欲得解脫的修行倍加辛苦。然於中陰因得聞教誡而自解脫的原因，仍決定於生前薰修始得。透過《中陰大聞解脫》卷教導，期於法性光明現前時融入光明而解脫生死，亦應於死亡前有充分準備，如此，則「中陰自解脫」之果可期也！

⁶⁵ 唐朝般刺蜜帝譯，〈大佛頂如來密因修證了義諸菩薩萬行首楞嚴經〉卷六，新修大正大藏經卷十九，《密教部二》，頁129。六根：眼、耳、鼻、舌、身、意各有所執著而不得自在。

⁶⁶ 世間法指一般社會大眾生活所認同遂循之道，亦稱俗諦；出世間法則是依釋氏為眾生脫離生死輪迴苦海至成佛的解脫道之教導，又作勝諦解。

「由小心證驗以護持本覺，此即解脫，故稱之『本覺自解脫導引』。」⁶⁷

死亡中陰身任何階段的解脫，成佛了嗎？遮止生死六道輪迴，與成佛功德的差別？解脫後去處？種種問題的呈現，正足以呼應「解脫」義理，應作必要的深入探討以釐清。

（四）中陰身與其他

法性中陰的時間，以死亡（內呼吸停止之真正死亡）第一個七天開始，應計算為死亡光明呈現起悶絕三天半後。依此算法若為計算之便而四捨五入採四天計，那麼，進入法性中陰身則是於內呼吸停止後第一天，但醫學上則已是死亡的第五天了。法性中陰由英文詮釋本轉譯有稱實相中陰，乃因此時亡者的神識已離開身體，而形成「意生身」或稱「如意身」，如此稱謂實因於此中陰之身具有其特性，將依身形、壽量、顯色、行動、境相分別於下述作詳解：

1· 中陰身身形：

中陰身顯形，在死亡光明結束之後，以死亡七相象的逆行，至粗心之八十分別現起之後。故此中陰身形無異於生前，因為亡者「業氣」⁶⁸猶在之故，並且具有微光的賢劫身⁶⁹。換言之，中陰身仍是諸根全俱，即使生前有任何殘缺。也能知自己已死，亦能見自己的屍體，俱有神變能力。依《中陰大聞解脫》所言，中陰身其意識為生時的九倍⁷⁰，除了釋尊的金剛座與母親的子宮無法穿過外，任何地方可隨念而往，故稱「如意身」。此時，可見到其他

⁶⁷ 《六中有自解脫導引》，頁 122。

⁶⁸ 以心識尚具習氣，而習氣之心所駕御之氣，而名「業氣」。

⁶⁹ 賢劫 (good Aeon)：過去之住劫名為莊嚴劫，未來之住劫名為星宿劫，現在之住劫名為賢劫。賢劫二十增減中有千佛出世，故稱讚之為賢劫，亦名善劫。「意生身」乃習氣之身，現世又為「賢劫」，故把「意生身」亦稱為「賢劫身」。

⁷⁰ 《西藏生死書》，頁 359~361。索甲仁波切引其上師之教導，則稱是七倍，是否有誤植之處不得而知，然此處之強調所在，為中陰身所具常人之意識之倍數能力，此列為中陰超度產生力量之由的探討要點之一。

相同業力之類的中陰身者。以吸食身氣味茲養身形，在中陰後半期會因為業力而顯現所將投生六道類的身形。一般所謂「見鬼」，或是指漂游於法性中陰類，或是已投生六趣類並無一定，但此二者有別；因修行而得「眼淨」的修行者是可以見到中陰身形的眾生，但是因為業力的關係而可以見著「鬼趣」的人，是無法看見中陰身形的眾生，這是因為中陰的眾生身形極其微細故⁷¹。

2·中陰身壽量

據文獻記載，中陰身壽期長短為七日。在七日中若不受生，則如前述的死亡一般，再現起死亡消融（dissolving）與死亡八相，又再次悶絕，復生中陰身，並尋求受生投胎……，若此生緣未能成熟，則如此反復，最長達七七四十九天，決定受生，此是中陰身的壽量。

尊者世友(Vasumitra)認為，中陰身的壽命，頂多不能超過七天，七天之後，可以死了再生，生了再死，一直到下一生投胎為止。所以，不會產生有斷滅的問題。法救(Dharmatrata)則認為若過七七仍無和合因緣，則中陰身將無限期的延續，直到和合的因緣呈現：

「七日者。有說。中陰七日止。身羸劣故。問若和合者應爾。若彼父母異處者。是人命終當云何。答當觀是眾生業轉不轉。七七者。有說。七七日止。乃至彼和合者。復有說。不定乃至未和合間常住。」⁷²

以中陰身的壽量計，中陰的壽量是七天，但是，至投胎前的中陰時期，中陰身由「死有」至「生有」可達七次之多，此七次是在中陰期所生，因此，

⁷¹ 演培法師，《俱舍論頌講記（中）》，台北，天華出版，民 77，頁 35~36。

⁷² 法救造，跋摩等譯，〈雜阿毗達磨心論〉擇品第七，新修大正大藏經第二十八卷，《毘曇部三》，頁 958。

有者說中陰壽量為七天，亦有說是七七四十九天，此二者，說法上的內容有所混淆，故此中陰壽量為七天。至於中陰身的維持時間有多長？雖然生緣未和合時，數死數生無斷壞，但大多是以七七說者為多。故於大乘佛教皆以四十九天為中陰身之壽量。故於寧瑪派的伏藏《中陰大聞解脫》所旨，亦以七七為其要義。

3· 中陰身顯色

此所謂顯色，乃謂中陰身時所現身形狀。成中陰身初期，由於習氣所使，故得如若生前之中陰身形，但隨著下一世業力逐漸成熟的牽引，其形色亦隨而改變。敦珠仁波切分有略說與廣說：所謂略說者，指後生在惡趣中陰眾生，則顯如黑色雨夜或深黑暗夜之色；倘若將後生於樂趣中陰，則顯現就如夜月光明或白色呢絨之色。至於廣說：是指後生將入地獄的中陰，則顯現如木塊被燒後的焦黑色；餓鬼的中陰則顯現如煙色。而旁生畜生道的中陰，顯現則如水色。天道、非天（阿修羅道）及人道的中陰，則顯如金色；色界中陰是如白色。⁷³

4· 中陰身行動

多處佛典載記，中陰身以吸食氣味而存，並尋找下一世受生處，故有其行動力。《中陰大聞解脫》言，意生身由於明智（luminous heart essence）與所依身體分離，因為不具有實體而是由意識所運作之軀，所以能夠穿越須彌山、房屋、土石、石山的一切，一念頭起即有來去自如能力，除母親的子宮與釋尊（*Buddhaguhva Shakyamuni*）成佛之道場菩提伽耶（*Bodhgaya*）的金剛座。⁷⁴

又以六道受生之別而加以說明：天道中陰，行動時頭常向上。人、旁生與餓鬼之中陰身行動時，頭是平行。地獄中陰身，行動時頭常觸地，但也有

⁷³ 《大幻化網導引法》，頁 287~290。

⁷⁴ 《中陰大聞解脫》，頁 89。

別說指三惡趣中陰，行動時頭皆觸地。

5 · 中身境相

中陰身時所顯現的境相，仍受個人善惡業差別所引，所謂因迷亂顯現故無有一定，猶如夢中所顯現而已，並且一切所顯不僅無有一定，亦不穩固。但由於心中三毒（貪、嗔、癡）之力，見到白、紅、黑三種崎嶇險阻的境象，迷亂的習氣亦會引見各式羅刹、夜叉、食肉鬼等各種現出恐怖幻象。以上是惡業重者所見的景象，但對於積集善業資糧或信奉佛法者，則是出現各種幸福圓滿的受用。中陰身境相尚有如下：

(1) 四聲 (forth voices)

- A · 地大力故，而聞山谷崩裂聲。
- B · 水大力故，而聞江河澎湃聲。
- C · 火大力故，而聞林木焚燒聲。
- D · 風大力故，而聞劫盡罡風聲。

(2) 三境

心中三毒之力，故見白、紅、黑三種險阻崎嶇現象。迷亂的習氣力故而現羅刹、夜叉、食肉鬼恐怖之境。

(3) 六相特質

- A · 無身影無阻礙，刹那意念能巡繞多處。
- B · 隨所作一切，他人所不能見。
- C · 能知悉他人內心所思。
- D · 無日月星曜顯現。⁷⁵

⁷⁵ 此時之身已離父精、母血之依存，故無有日夜星辰之分。成中陰身時的特性，對常人而言，或大部份內容唯屬難以思議，但若如研究文獻中所言中陰身猶若夢中之身 (the body of dream)，則或可易於理解。

於善念的生起，在憶持的同時融入光明而得解脫。從《中陰大聞解脫》卷中所載，眾多諸佛與菩薩中，對迷亂無所依也不能識持的亡者，獨推崇觀世音菩薩，為何觀世音菩薩在中陰迷亂時獨受重視呢？

觀世音菩薩在西藏佛教的普遍猶若中國本土，是最受歡迎的菩薩。據傳度母亦為觀音菩薩不忍眾生苦所滴眼淚的化身示現⁷⁶。之於觀世音菩薩有何殊勝處，而於中陰救渡受此青睞？由經藏部的文獻，得其與中陰救渡相關者有《法華部》與《寶積部》分別所載：

「此三千大千世界滿中諸鬼神。眾邪逆魅欲來嬈人。一心稱呼光世音名。自然為伏不能妄犯。惡心不生不得邪觀。

光世音菩薩。遊諸佛土。而普示現若干種形。在所變化開度一切。是故族姓子。一切眾生咸當供養光世音。其族姓子。所可周旋有恐懼者。令無所畏。已致無畏使普安隱。各自欣慶。」⁷⁷

「善男子。阿彌陀佛正法滅後。過中夜分明相出時。觀世音菩薩。於七寶菩提樹下。結加趺坐成等正覺。號普光功德山王如來應供正遍知明行足善逝世間解無上士調御丈夫天人師佛世尊。其佛國土自然七寶。眾妙合成莊嚴之事。諸佛世尊。

於恒沙劫說不能盡。善男子。我於今者為汝說譬。彼金光師子遊戲如來國土莊嚴之事。方於普光功德山王如來國土。百萬千倍億倍。億兆載倍。乃至算數所不能及。其佛國土無有聲聞緣覺之名。純諸菩薩充滿其國。」

78

⁷⁶ 《認識藏傳佛教》，頁 100~106。

⁷⁷ 西晉月氏國三藏竺法護譯，〈正法華經〉卷第十，新修大正大藏經第九卷。《法華部全》，頁 128。註：舊譯「光世音」今人皆以「觀世音」用之。

⁷⁸ 宋黃龍國沙門曇無竭譯，〈觀世音菩薩受記經〉，新修大正大藏經第十二卷，《寶積部下》，頁 356。

以上二列所引，依經載明觀世音菩薩已成佛的功德，且其調伏鬼魅力量甚大。另由〈大正藏〉的密藏部經典也多載有觀世音菩薩的咒語或修法的種種儀軌，由〈新修大正藏〉《密乘部三》第一〇三〇部至一〇七〇部，均為佛說相關於觀世音菩薩密咒修軌，探其內容大抵多為實用於生活上痛苦或災變祈求化解，其中也就包含了如遇鬼神、羅刹之類非人等危害的解除，甚或為得到究竟成就的記載，今擇其二記以詳觀世音名號能解鬼魅之厄：

「爾時觀自在菩薩。白佛言世尊若有善男子善女人。若持若誦此心真言。雖未加功。於一切怖畏之中即能衛護。一切疾病皆不著身。所出言訶令人信受。令一切眾生皆生敬念。一切天及鬼神藥叉羅刹必里多毘舍遮乾闥婆摩呼嚩伽等不敢侵犯。」⁷⁹

「佛告阿難王舍大城有一女人。惡鬼所持名旃陀利。彼鬼晝夜作丈夫形來嬈此女。鬼精著身生五百鬼子。汝憶是事不。我於爾時教此女人。稱觀世音菩薩。善心相續入善境界。阿難當知如此菩薩威神之力惡鬼消伏。」

80

觀世音菩薩於法性中陰（ཚམས་ཉིད་ལྟར་སྤྱོད།）景象現前時，受推崇並列為在中陰解脫的皈依（refuge）對象，或有因於因願力故，以佛菩薩之善境對治中陰的惡境，因為一切都是自性空性的生起與對治。由佛教成佛功德而論，在《千手千眼大慈大悲廣說圓滿大悲心陀羅尼經》中，記載觀世音菩薩已成佛名號是光明王如來，那麼，在佛果上的成就而言，則已具有所成就的佛國淨土。中陰眾生在恐怖時，因平日習氣始然，對觀世音菩薩（Avalokiteshvara）已熟悉，並且有朗朗上口其名號的慣性，當然也就容易稱頌，這就彷彿淨土宗稱頌名號，求生西方淨土的道

⁷⁹ 三藏沙門不空譯，〈金剛恐怖集會方廣軌儀觀自在菩薩三世最勝心明王經〉成就事品第二，新修大正大藏經，《密乘部三》，頁 10。

⁸⁰ 東晉天竺居士竺難提晉言法喜譯，〈請觀世音菩薩消伏毒害陀羅尼經〉，新修大正大藏經，《密乘部三》，頁 35。

理。誠如《中陰大聞解脫》卷所載，由於法性中陰意識作用力大故，一念善起亦應得解脫。

再者，中陰救渡即為喚起亡者生前的善意識，雖然對法性中陰百尊無所認識，然由於生前對觀世音菩薩的熟悉，經憶起其名號則生前修習的善意念隨之而起。對一般學佛大眾而言，或者是對非佛教信仰的人，觀世音菩薩名稱並不陌生，《中陰大聞解脫》意指，亡者於法性中陰漂游無所依，內心恐懼與不安遠為其生前九倍，故其一念善的力量亦如生前九倍，如此論證合於常理。

以上所述綜合而論，觀世音菩薩在法性中陰獨受委以求解脫的重責，要點如下：

1. 大眾對觀世音菩薩慈悲救拔願力普及中陰之境，所以在法性中陰的境象現前恐懼當中，容易喚醒亡者記憶作為依怙；並且觀世音菩薩其名號普遍存於一般佛教信仰的民眾生活中。
2. 佛教經藏廣記觀世音菩薩行修功德，這是觀世音菩薩願心大的原因。
3. 觀世音菩薩的救渡事蹟，廣泛地被用以白話文字記載及流傳。
4. 恐怖的中陰境，因為觀世音菩薩的神變功德之力，任何一亡者能熟知並作為依怙，可因中陰身的九倍業流神通力，而能加倍增益亡者的轉識入善之力。
5. 生前親人朋友，對亡者中陰階段已失其依靠力，此時，亡者心更易趨向生前信仰，或中陰的教導。

由於研究的主題不在觀世音菩薩的功德等論證，唯以在中陰的救拔上稍對其重要性的原因詳以推理。因此，以上幾項結論的要點，只是依文獻以及常理加以簡要的推斷，並不足以說明觀世音菩薩的所有功德與羯摩方便。如果從佛教的教義上討論，必然有更加深刻的理趣，所得的內容想必極深且廣，這是在此必須加以強調說明。

(二) 「且卻」、「妥噶」與「頗瓦」的解脫差異

「頗瓦」是藏密的超度法，也是一般人比較熟悉的名詞，其意是「遷識」，亦是本文研究的核心所在；然對於「且卻」(ཚད་འགོལ།) 意為力斷及「妥噶」(ལྷོ་ལྷོ།) 其意為頓超，知此法要者其人有限，因為這二者不僅是密乘無上瑜珈部的圓滿次第即身成就修習，亦是大手印(ཕྱག་ལྗང་ཚུལ་གྱི།) 與大圓滿法(རྫོགས་ཆོས་ཀྱི།) 究竟教導之一。即便已得無上瑜珈本尊灌頂，也未必有機緣或是足夠福慧資糧，能得所依止的根本上師⁸¹教導。但是，由另一角度，佛法不是以生命斷滅為論，乃由無始以來的輪迴直至解脫生死而為依歸，所以無上瑜珈的修習，一得本尊灌頂而能終身奉行無有違越密乘戒律，速者即身成就。若為下等根器，最遲亦能十六世成佛⁸²，此與顯乘歷經的三大阿僧祇劫相較，是為密乘無上瑜珈部殊勝之一。因此，縱然未能現時得以成就「且卻」與「妥噶」果量，但是在中陰時，由於平日薰習本尊觀修法力引導，當自性顯境呈現時，藉由中陰不淨幻身或意生身功德，也能當下憶起善法而證入法性得生死解脫，此又為無上瑜珈部密法另一殊勝處。

1. 力斷與頓超

「且卻」(ཚད་འགོལ།) 意為「力斷」；所謂本來清淨見，是為修「且卻」成就之基本。其涵義乃在於能認識法性明體，無所緣而平等住及任持之，是所謂本來是佛，不假修成而證得解脫，故稱「力斷」，這是上根器者的修習。

「妥噶」(ལྷོ་ལྷོ།) 意為「頓超」，與「且卻」修法不同者是，前者對外境的顯現不須任持意度，只隨其形色長短方圓而顯色，外加以虹光圈五色炫耀。後者的修持則把所要觀的一切山河大地等，原是何狀便是何狀，各住各相不能澄淨，所以須藉觀待幻化空性的任持意度，而不能速疾得解脫。因為修「且卻」者，祇能使外境化為微塵量，但不能化為光明，若不能化為光明，則不能證究竟地，兩者

⁸¹ 根本上師：於密乘教法中，學人以一適於自己修行成就的佛或菩薩為本尊，傳以此本尊之完整灌頂、教授、口訣之上師謂之根本上師。

⁸² 《西藏密乘史》，頁 30。

有此差別。

再者，「且卻」的修持以對六根六塵不生貪著而入定，是大圓滿正見而現證法性，故唯有法性常寂光。但是，「妥噶」依此身內的六根而修，以智慧氣開光明之氣，內外一致，內在法爾智慧與外在光明無二無別，現量見法界光明，此亦是力斷與頓超二者受用上的差別。

「且卻」與「妥噶」雖然同為空性的修證，但在虹光身成就上仍有其差別。「且卻」是將異熟身觀想成空，分段肉身⁸³死時能化光入法身，而斷生死輪迴，但卻不能化成光明即無法成就金剛身。換句話說，以化光融入法身不能證得大遷轉有，也就無法成辦無邊利益眾生的事業。修「妥噶」者，仍是將此異熟身若觀想成空，但變成光彩，以光彩虹光成就虹身。其分段肉身能化成虹光身，不示現死亡，或隱或現有如虹彩，能廣利群生。

即便同為修習「妥噶」者仍有根器之分，上根補特迦羅⁸⁴即身成就，中根補特迦羅且中等精進者，祇能於中陰得成就。且修「妥噶」者必於「且卻」已具有一定基礎。在解脫相上，古來藏係佛教大德遠者如密勒日巴、馬爾巴、崗波巴、諾那呼圖克圖；近者如敦珠仁波切、蔣揚哲羅卓仁波切、頂果欽哲仁波切等，都是有史可考的大成就者，其示現圓寂成就有特殊之相。

「妥噶」密行者於解脫果上之相：

「共解脫法」：

- (1) 碎舍利：於解脫時，此物質色身逐漸縮小，縮至如八歲童子身大小，火化時五種慧明點⁸⁵不化，其心、和、眼、亦燒不壞，此皆碎舍利也。
- (2) 完整舍利：謂已將普通明點提升為智慧明點，圓寂時身體如上述縮至八歲童子身或不縮小者，若如把智慧明點所集中處如腦，擊之不碎，即若有損瞬間又完好如初，此是完整舍利。

⁸³ 《西藏密乘史》，頁 30。分段肉身：壽命長短差別意。

⁸⁴ 補特迦羅：指普通之一般有情眾生。

⁸⁵ 明點：廣義為人之內分泌，狹義意為男精女血。此處所指五種慧明點，乃透過大圓滿修行而成就五慧，所成之身體變化而得之結晶。

「不共解脫法」：

- (1) 身化虹光：於圓寂時，身如共解脫法逐漸縮小，只餘髮及指甲以利眾生，身體悉化為虹光。
- (2) 虹身飛去：所謂虹身飛去者，乃行者認為世緣已盡，或願離世界時，可隨時虹身飛去，並無所謂示寂。

以上對解脫之別作一析釋，以區分「力斷」、「頓超」與「頗瓦」的不同境界和功德，所作極為粗略探討。其要者，不論是上根器至下根器補特迦羅對且卻或妥噶的修練均是要花上大量的時間，跟隨俱德上師精進勤修，其次第與過程不僅是循級而上，更有一定證量可考，修習內容非經上師口訣，一般人不僅無法入門，即便識得文字盲修瞎練，除是無法獲其利外，對脈、氣、明點的錯誤導練至病苦齊至亦不可免。無上瑜珈部的修練，上師審擇弟子根器，弟子何嘗可輕易拜師求教呢？此戒條於密乘教理中，清楚地被強調！畢竟即身成就的速成法是人人希驥，然而在速成條件與代價絕非人人此世皆屬合宜，有心於有希求無上瑜珈的學人應以累積資糧心態，循序次第而上，此是密乘修學的根本認知。

2· 遷識與淨土

「頗瓦」(པོད་བླ་) 用在中陰時，亡者因為透過教誡，能認取中陰境種種顯象均為本然法性，依教導而轉為證悟解脫生死契機，或不入法性而遷識入佛國淨土。

「淨土」是對比存有生死輪迴的娑婆世界（指現時吾人所處世界）而說。依佛教義：眾生生死輪迴是苦，解脫生死則是苦之除盡，除了娑婆世界有苦受，其餘佛國是沒有苦受的。易言之，無有痛苦的佛國稱淨土，如熟為人知西方阿彌佛陀淨土。

《中陰大聞解脫》卷所指，中陰境相均是自己心識所顯，故可依引導轉化意識，於各種不同階段獲得生死解脫。上機者臨終中陰「根光明」認證即可證入，次者第二光明「子母光明會」亦可得，下根者則決定在法性中陰與輪迴中陰，依

恐、怖、畏之巨而祈求轉生至佛國淨土。何以能轉化呢？全因意識自作用力，而此即為「頗瓦」。

摩謝·菲登奎斯（Moshe Feldenkrais 1904~1984）⁸⁶云：人們由家庭、教育、社會的系統中長期發展下，腦的神經系統的細胞一部份被強化而開發，另一部份因為未被利用而壓抑，也因此形成人們的習慣動作或思考的連結，久而久之，由於缺乏自覺而受制於腦部神經系統的被動性控制，自發性的行為是很少的。他強調：

「人類的身體細胞會追求成長並表現它們的特定機能，神經系統的細胞亦是此。我們的學習會受到各種因素以及腦部神經皮層的密碼的影響。一般可將人類的存在狀態分為兩種：清醒及睡眠。我們也可再定義出第三種狀態：察覺。清醒狀態是由四個要素所組成：感覺、感受、思想及動作。」⁸⁷

從菲氏的論點來看，腦神經的發展是受於成長中的一切反應，包括感覺、感受、思想及動作所形成。然另一方面，腦神經已發展的細胞同時卻也左右了人的感覺、感受、思想及動作，原來由被動形成的組織，反躍然成為主動的控制者，如此循環不已的力量只待個體之自覺，由行動中的改變而轉化其力量；「自覺」（awareness）乃人類個體成長一極要樞紐。誠然個人的心理層面發展成的自我形像，不僅於人們清醒時在左右了個人，於夢中的活動更是由心識宰制個人的心理與情緒，那種無意識的力量，必然大過於人的清醒時分。於此同理，人在中陰無有自覺如同身處幻夢，一切顯像其來由何呢？佛家以第八識田作用力來解說，心理學者則稱以潛意識，但二者所言深度有巨大的層級上不同，後者只是前者所議小小部份而已。若於此時，善以教導令其心隨識轉，從慣性的思惟導以正面的

⁸⁶ 摩謝·菲登奎斯（Moshe Feldenkrais，1904~1984），NLP（nerve language process）神經語言程式學派的創始人，亦是身心整合的臨床權威。

⁸⁷ 摩謝·菲登奎斯，《從動中覺醒》，台北，世茂出版社，1998，頁 30~頁 50。

圖想而強化其自覺力，如人迷路示以善向，則遷轉意識由心理層面是可以作為的。綜論之，中陰解脫與輪迴幻相皆由自性呈顯，由於身處中陰恐怖之境，任何的教導對亡者的神識而言，都是旱饑甘霖無比可貴，特別是中陰身大於常人九倍的感應能力，更加促了善惡心念的轉化力量。若以科學面的心理層次來說，中陰之境與夢幻之境確實有相通處，故密乘藉此修習而作為中陰解脫增上緣，也的確語出可徵。

(三) 「意生身」、「淨幻身」、「濁幻身」的解脫

臨終中陰死亡光明（第一光明）後，《中陰大聞解脫》卷所指第二光明將呈現，而此第二光明的呈現是「不淨幻身」（མཛེག་པའི་ལུས།）將逐漸成形，也就是「意生身」又稱「濁幻身」。關於「濁幻身」、「淨幻身」（དག་པའི་ལུས།）、「意生身」（ཡིད་ཀྱི་ལུས།）三者其義涵上有極大不同，其間的差異性，是因為亡者本身是否修習無上瑜珈，與能否在此刻起觀本尊身，或憶持子、母光明會的口訣而決定其內涵。雖然三者同由意識轉所成，可是在成就事業功德的作用力大上有不同，所解脫層次更分屬凡、聖之別。析解臚列如下：

1. 臨終中陰死亡光明後的第二光明的「幻身」，並非「淨幻身」，而是「濁幻身」，但可以用「光明幻身」或「幻身」作為統稱，卻不可稱以「清淨幻身」。

⁸⁸對此「幻身」（ལྷུང་པའི་ལུས།）格西格桑嘉措（དགེ་བཤེས་གསལ་བཟང་ལྷ་མཚོ།）：

「幻身的種類及辨異：幻身有濁、淨兩種(impure and pure illusory body)，先有濁幻身，再進化為淨幻身；其判別在於心是否能了悟空性之當下即是。濁幻身之心是究竟喻光明，淨幻身是義光明。幻身就是真正的本尊身，它是由微細氣所構成的，證幻身能累福德資糧，這些資糧有助於空

⁸⁸ 由西藏學者達瓦桑杜格西所講《西藏生死書》中，對死亡光明之後續而起光明身，伊文思·溫慈博士之英譯為（The Shining illusory-body），乃所謂「光明幻身」。許明銀教授在其所譯《中陰大聞解脫》第 34 頁第六行譯為「清淨幻身」，實有誤植，原典載於第十七頁第二行，「（མཛེག་པའི་ལུས།）」本身是一專有名詞，而非如其於註解 33 中所解釋 ma 與 la 之原典所載之別。

樂不二。義光明：meaning clear light，又叫第四光明體悟空或內院天人。證濁幻身之行者能證義光明，當他一證義光明，幻身就消失，出定後現起淨幻身。究竟光明：ultimate clean light 或作根本淨光。當下直接用最細心，不經心理作意而悟入空，即稱之。其實證法是用內法(懷、持二法)、外法兩種來證義光明，這內外法都要將所有氣溶入不壞明點，現起第四空光明並以心注於空，最後不作意悟入空性即得義光明。...圓滿次第可分為五支或叫階次，這些階次都包含在大手印修習中。這五支一般都寫作：(1) 語遠離，(2) 心遠離，(3) 幻身，(4) 淨光，(5) 圓融，其他本尊的圓滿次第也有分六支。」⁸⁹

2. 「不淨幻身」(མེད་པའི་ལྷ་སྐུ།) 或稱「濁幻身」，是密乘圓滿五次第之一。以如幻如夢等譬喻論斷，修習三界一切器世間所有諸法皆是現分有而自性無。不論亡者能否悟空性，或有無得到密法無上瑜珈部灌頂的修習，於死亡光明結束後均將呈現「光明幻身」，但此時的「幻身」乃由微細氣所構成，也是由微細心所駕御，先呈現「不淨幻身」而後能悟空性的微細心得證悟空性，駕御的微細氣觀修成本尊，因而轉為「淨幻身」或稱「清淨幻身」。要言之，藉由「意生身」所起觀的「本尊身」，即是「清淨幻身」。這是圓滿和合七支的報身佛成就，在此報身成就同時也是法身成就，而化身成就是毫無疑問的一併得到成就。簡單地說，無上瑜珈的行者，可藉由法性光明現前，同時就法、報、化三身的佛果，這是密法無上瑜珈部的不共且無比殊勝的特點。

3. 「意生身」(ལྷ་སྐུ།) 所呈現的明確時間應於臨死中陰結束後，在法性中陰時呈現。易言之，即是在一七開始有「意生身」，直至亡者投胎後中陰意生身則結束。對生前善修密法的亡者，若於三七輪迴中陰時，能憶持所修本尊並堅

⁸⁹ 《大樂光明—金剛乘之大手印》，頁 207~210。

固之，則此「意生身」則已轉化為「本尊身」，此時「意生身」所成幻化「本尊身」即是「淨幻身」。⁹⁰因此，死亡光明現起後的第二光明之「幻身」，於理上不應稱為「清淨幻身」。

由上，「淨幻身」的產生唯於生前持有修習密法無上瑜珈部之亡者，且是受過本尊法灌頂，並得到本尊生起次第、圓滿次第教導者方能知如何是起觀本尊幻身。在無上瑜珈部修習脈、氣、明點的入、住、融收攝次第，或觀修本尊生、圓二次第的收攝，融入光明就是實地起修「淨幻身」成就之道。故此結論，雖一般未入密法的亡者亦能於中陰獲得生死解脫，然於成就法、報、化三身之佛果者，唯入無上瑜珈密法之行者可得。

（四） 信仰與中陰解脫

密乘（*Vajrayana*）的論點，中陰之寂、忿諸尊對於行者（*yogin*）⁹¹，因有信仰的熏習所以並不陌生。平日尤以供養觀修，讚嘆見畫形等，更能在中陰呈現的同時即歡喜接受，按《中陰大聞解脫》卷之教誡，即使下根器之人透過認證融入，也能於中陰獲得生死解脫。那麼，若由對密法毫無認知者，或是顯乘的信仰者，會有什麼影響呢？

對於處在恐、怖、畏熾盛的境象，亡者內心的恐懼心理自是必然，於是時其心是無有剎那散亂的空間，只能被所有恐怖的情緒所填滿。由於心識透過教誡故因而能專注，即可得仍解脫，但若不遇此教授之亡者，情形將是如何？據《中陰大聞解脫》卷所說，即是多聞如海之持律和尚及顯乘的法師，在中陰顯境現前之際，心思迷亂未能認取，仍當漂流生死輪迴，對大地一般凡夫更是如此。對以上之說法，本文覺得有其假設性命題應先釐清：

⁹⁰ 《中陰大聞解脫》，頁 102。

⁹¹ 一般修行人稱瑜珈行者（*yogin*），專金剛乘行者以（*mantrka*），而女性修行者稱（*yogini*）；以上皆是梵語譯音。

1. 寂、忿百尊的呈現，在中陰期是為必然之因，則平時排斥密乘之本尊等修法教義者，見此寂、忿諸尊當生怨敵之心，故生罪行而墮輪迴為其必然之果。
2. 寂、忿百尊的呈現，在中陰期是為必然之因，則平時排斥密乘之本尊等修法教義者，見此寂、忿諸尊未生怨敵之心，而生恭敬故亦可得解脫輪迴之果。
3. 寂、忿百尊的呈現，在中陰期非為必然之因，則平時排斥密乘之本尊等修法教義者，見此寂、忿諸尊當生怨敵之心，故無罪行亦未必墮入生死輪迴之果。
4. 寂、忿百尊的呈現，在中陰期非為必然之因，則平時排斥密乘之本尊等修法教義者，見此寂、忿諸尊未生怨敵之心，而生恭敬之心，故無罪行亦未必解脫生死是其果。

命題一與命題三之假設，在一般之觀念推理上是可成立，然以《中陰大聞解脫》旨趣則不成立，原因何在？

詳見總表輪迴受生中陰遮閉胎門之法中，以及《中陰大聞解脫》原典所欲標舉之旨；解脫輪迴之要義口訣即在於，對所有一切中陰之境，或觀見親人之舉，都應放下所有惡念。轉變心念生起一切善念，並且進一步地認證其空性。因此，不論生前識知密乘本尊之相與否，中陰之境觀所有顯象均為自性所顯，唯如此對空性的契入，才能悟解執境之苦而得解脫。《中陰大聞解脫》因植基於此所述，而提不敬密法的大過失。

佛教由凡夫位至究竟成佛（ཉམ་མཚན་འཕམ་པ་བླ་མ་།）廣義中陰立論而言，以佛教的論述，死後中陰身是存有的，但對此寂、忿百尊是寧瑪派的伏藏《中陰大聞解脫》之所示，於顯乘自無此一說，更何況於佛教之外的信仰？索甲仁切（Sogyal Rinpoche）對此回應：以其為自發性之產生，是以個人最為熟悉之形象而現，並無執為寂、忿百尊之必然性，然其作用力仍相同。而格魯派對中陰寂、忿百尊未曾提及。未提及並不等於就是認定其不存在，或許尚其他的議論內容，在此不

加以表述意見。以心理投射的角度來看這問題，各種可能的景象都會由心識投射在如夢境一般的中陰時期，因為，它是亡者自身五毒習氣所自然的反應景象，因此，寂、忿聖眾的呈現景象並不是問題的主因，深入了解所呈現與否的立論基礎，才是《中陰大聞解脫》卷教誠的要旨。也惟有「知其所以」之原委，才是根本解脫生死所然的力量所在。



第 參 章 《中陰大聞解脫》超度法之內涵

「中陰」(བར་དོ།)，其譯音為拔朵 (bardo)，其意前身已盡而後身未得，死後至投胎之間。廣義中陰定義，指眾生證得涅槃 (*parinirvana*；ཤར་ཐོག་ལས་འདས་པ།) 前均可謂為「中陰」¹，《中陰大聞解脫》卷的內容，是以人死亡至投胎間的解脫教導為其旨。因此，如何在現象界所無法目睹的「靈異」現象²，藉《中陰大聞解脫》所呈析的內容，其欲表述的超度結果，以及被超度的可能與可信。

以寧瑪派 (ལོ་མཚོ།) 伏藏《中陰大聞解脫》卷的超度法，析解其中陰超度的內容，並由現有文獻來探索臨終中陰 (འཕྲིན་ལུ་བར་དོ།)、法性中陰 (ཚེས་ཉིད་བར་དོ།)、輪迴受生中陰 (ཤིང་ལ་དང་སྐྱེ་ཤིང་བར་དོ།) 在生死意識間轉換的解脫 (བར་དོ།) 問題。首由析釋中陰的內容，次探討中陰的超度義理為深入，最後，則分析中陰身意識轉化延展空間的可能顯因。

《中陰大聞解脫》內容複雜，為使醒目清楚了解，故先依其對死亡的時間內容分類以簡要的表列表示如下：

¹ 朗欽加布仁波切講授，馬步芳整理，《中陰入門教授》，台北，慧炬出版社，民 90，頁 11。一般而言，眾生從開始就以錯亂為因，直到證得提之前，這段期所有一切，都可稱為「中陰」。基、道、果三者所含之一切法皆可稱為中陰。

² 「靈異」現象：此所謂「靈」乃指能識之覺（能量場），「異」則指不同於一般人類器官所能感觀之場域空間。

表一³

臨終中陰 (འཇིག་པར་དུ།)	法性中陰 (ཚམས་ཉིད་པར་དུ།)	輪迴受生中陰 (ཕྱིད་པ་དང་སྐྱེ་ཕྱིད་པར་དུ།)
<p>一、第一光明辨證：</p> <p>(一) 光明指示</p> <p>(二) 四大的融入教導</p> <p>(三) 死亡光明認證</p> <p>(四) 光明之教授</p> <p>二、第二光明辨證：</p> <p>(一) 教授生圓二次第觀修</p> <p>(二) 子母光明會</p>	<p>一、第三光明辨證：</p> <p>二、自性本來面目的認證</p> <p>三、寂靜尊聖眾顯現(第一七日)：</p> <p>(一) 第一至第五天逐日出現寂靜尊。</p> <p>(二) 第六日四十二寂靜尊一起顯現。</p> <p>(三) 第七日持明聖眾出現。</p> <p>四、忿怒尊聖眾顯現(第二七天)：</p> <p>(一) 第一至第五日五方佛忿怒尊出現。</p> <p>(二) 第六日由腦八方位出現八大寒林忿怒母與各獸首女神共十六尊。</p> <p>(三) 第七日出現四門守護獸面女神，與前計三十尊，此三十尊外有異類首二十八瑜珈女。此五十八尊忿怒尊聖眾同時顯現。</p> <p>(四) 一切飲血部本尊轉化為閻羅王，而入輪迴中陰。</p> <p>五、閻羅王顯現</p>	<p>一、死後境教導(第三七日)：</p> <p>(一) 中陰身相與超感官知覺</p> <p>(二) 中陰身壽量</p> <p>(三) 中陰恐怖幻象</p> <p>(四) 閻羅王審判之境</p> <p>(五) 自觀喪禮</p> <p>(六) 六道迷茫光的顯現</p> <p>二、轉生法：</p> <p>(一) 閉塞胎門：</p> <p>1.自觀本尊遮胎門</p> <p>2.閉緣熟所入胎門：</p> <p>(1) 觀上師雙身</p> <p>(2) 觀大悲觀世音雙身</p> <p>(3) 止愛憎觀修本身</p> <p>(4) 觀如幻不實，意念純一。</p> <p>(5) 心住光明</p> <p>(二) 選擇胎門</p> <p>1.五大洲概況</p> <p>2.防索命鬼法門</p> <p>3.遷識法：</p> <p>(1) 往生佛刹</p> <p>(2) 轉生人道</p> <p>(3) 皈依三寶，向大悲觀世音祈求。</p>

為忠於原典內容，並將之完整呈現，且避免內容過多繁複，以利本章的研討，先對整部《中陰大聞解脫》卷臨終中陰的詳細教導內容，以原典為主加以整理分類以表列出，將它區分為：臨終中陰、法性中陰的第一個七天、法性中陰第二個

³ 依《中陰大聞解脫》卷內文整理，英文之註解係依索甲仁波切(Sogyal Rinpoche)，《The Tibetan book of living and dying》，HarperCollins Publishers, Inc.，U.S.A.，1994，頁12。另亦可參閱《中陰大聞解脫》，頁18~20。

七天、與三七的輪迴受生中陰遮閉門與投胎的選擇。再以四種中陰境的總表見(附錄總表)，以及寧瑪派與格魯派對死亡消融過程比較對照表(附錄表二)，如此優點有二：一者可將繁複的內容簡約而具條理，二者於深入《中陰大聞解脫》內涵探討時，有利於詳解原著的旨旨。故於本文探討進行中，將依討論題要所須而輔以表項的對照分析，並將整理其相關細節呈現出來。

第一節 臨終中陰徵兆與光明

臨終中陰的時間在密乘有其一定的精準的辨識方法，對臨終時間的計算是在外呼吸將停未停開始，到外呼吸停止後三天半的時間，這三天半在密乘而言尚未死亡，因為尚有內呼吸存在。以密乘語言來說，就是指心跳、呼吸將停、已停而神識尚在的三天半期間，是屬於臨終中陰的階段。

(一) 死亡的徵兆與消融過程

實際上，對死亡徵兆外相粗質身的變化，除了<死兆具相>篇對死亡徵兆的描述，將死亡的外相變區化為：外死相、內死相、密死相、遠死相、近死相、零星死相外，藏傳佛教裡的密乘說法實是大同小異，不同的只是在於名相運用間的差別而已，其對死亡兆相的詳細辨別，無非是各別基於其在便利圓滿次第法修練即身成就上的需要，或在臨終時，藉由當時自然的融入法性明光而得成就。

對於死亡徵兆，寧瑪派敦珠仁波切（ལྷོ་འཕྲོ་མེ་རིན་པོ་འཇེ།，1904-1987）於《大幻化網導引法》（ཇུ་འཕྲུལ་འབྲུག་ཆོས་མཐོང་འབྲིན་རྒྱལ།）中依其次第分為二十種：

「粗質之消融者，如最初死時，外色身消融之次第，凡二十種。」⁴

⁴ 《大幻化網導引法》，頁 283。

而格魯派格西格桑嘉措（དགེ་བཤེས་གསལ་བཟང་གྱུ་མཚོ།）則列二十五種：

「一般情況下，當一個有情步入死亡過程時，他會經歷二十五種粗的現象，這些現象會消失於過程中。」⁵

寧瑪派所說的二十種與格魯派所說的二十五種死亡徵兆，經整理表列，如表二（在附錄）與表三。⁶

⁵ 《大樂光明》，頁 88。

⁶ 其中資料來源係以寧瑪派敦珠仁波切（Dudjom Rinpoche）所講，《大幻化網導引法》（The teaching of magical net of emanations），與格魯派格西格桑嘉措（Geshe Kelsang Gyaatso）所講，《大樂光明—金剛乘大手印》（བདེ་ཚེན་འོད་ཟེངས།）（Clean light of Bliss—mahamudra of Vajrayana）為主要內容。

表三⁷

八十種粗心		
三十三種白法指陳心	四十種紅增上指陳心	七種指陳黑成就心概念
大捨、中捨、小捨(不欲東西的心)	執著(未得之物心著於上)	愛恨均等
向外攀緣及向內執取	黏著(已得之物心著於上)	遺忘(消逝記憶及心識)
大憂愁、中憂愁、小憂(與心愛分離的焦慮)	大喜、中喜、小喜(被物吸引之心)	錯認(誤認陽陷為水之心)
安詳	高興	默(不想說話)
概念思惟(被外界吸引去的心)	貫注(一再經驗欲求之物的心)	蕭索(苦惱的心)
大畏懼、中畏懼、小畏懼(遇不可樂而生)	驚愕(專注於未見之物的心)	懶(不樂為善的心)
極渴愛、中渴愛、小渴愛(被可樂物吸引)	興奮	疑(不確定的心)
執(完全想持有受用之心)	悅意	
不善(於善行之懷疑)	擁抱(想擁抱之心)	
餓	親吻(想親吻之心)	
渴	吸吮(想吸吮之心)	
大受、中受、小受(樂、苦、不苦、不樂)	堅定(不動之心)	
識者之概念	努力(向善之心)	
能識之概念	傲(自視己高的心)	
所識之概念	活動力(完成一切活動之心)	
個人之調查(何者適合、不適合之心)	搶劫	
羞慚	強力(欲打敗他人之心)	
悲(拔苦之心)	欣喜(已習慣於行善之路)	
慈(保護目標之心)	大、中、小俱生(因傲慢而行不善)	
要看美麗東西的欲望	熱烈(無來由的想與優己者辯論)	
疑	調情取樂	
集(積集資財之心)	嗔	
嫉(不能忍受他人好運、長處的心)	善	
	清楚的字和真理(想與人了解的心)	
	誑(想改變某人對事實洞察的心)	
	堅定	
	不執	
	施捨	
	勸告(想勸解怠人去修法)	
	英雄主義(想克敵之心)	
	不漸	
	虛矯	
	嚴正(非常正直之心)	
	惡見	
	不柔(想傷害他人的心)	
	不誠實	

⁷ 《大樂光明》，頁 95。指陳(indicative)是《大樂光明》一書對八十種粗心的稱謂；這些概念是牽涉到御氣之概念對目標之粗糙活動，它們有益於指示明經驗到法性根光明。

依照以上二派對於死亡徵兆的分類，可以歸納其中異同如下：

1. 死亡的發生是由五蘊（*ཡུང་པོ་ལྔ།*）消融開始。因外在的支撐力消失開始，隨之而現的種種狀況，其消融的次第是依色蘊（*གཟུགས་ཀྱི་ཡུང་པོ།*）、受蘊（*ཚོར་བའི་ཡུང་པོ།*）、想蘊（*འདུམ་གྱི་ཡུང་པོ།*）、行蘊（*འདྲ་ཉིད་ཀྱི་ཡུང་པོ།*），識蘊（*རྣམ་པར་གྱི་ཡུང་པོ།*）依序而行。寧瑪與格魯二派對二十種粗相的消融作一比較，其結果是二者有極多相同點，所差者唯於名相與消融次第的劃分。
2. 魯派格西格桑嘉措（以下簡稱格魯派）所列死亡的粗現象為二十五項，是格魯派把識蘊含概於其中，而寧瑪派敦珠仁波切（以下簡稱寧瑪派）所列二十項粗質中缺識蘊：法界體性智（*Dharmadhatu wisdom*）、色塵、觸塵、意根，寧瑪派把識蘊則歸為內分解。
3. 格魯派與寧瑪派在死亡的外相分解，二者均以五蘊的消融：地融入於水、水融於火、火融於風為銜接識陰的消融等，惟寧瑪派把四大的消融列為細質，而識融入明點（*bindu*）後的消融名極細質。但格魯派在四大的消融上仍因御心之氣為粗氣，故仍列屬粗心；至死亡的第七現象「白法心」、「紅增上心」、「黑近成就心」名細心，而最細心是為「死亡光明」。⁸其實二派對消融的次第上完全相同，只是在名相上的使用分類法不同。
4. 雖然二派在死亡的外相、內相的消融分解上的分類是有所區別，不過由表二表三兩相對照所呈現內容，清楚可見其二者分內、外呈顯的現象，並解說消融的內容是全然相同的。
5. 表二、表三分別為二派對死亡八相的消融，除細質和極細質名相的區分有所不同，重點是強調在經歷粗質消融後，真正的內在死亡兆象有八，是由縷縷煙霧至死亡光明現起。⁹
6. 格魯派所謂「不壞明點」（*indestructible*），寧瑪派謂「都帝」（*bindu*）仍未脫

⁸ 《大樂光明》，頁 104、147~182。格西格桑嘉措在介紹心的本質篇幅中，對各種心的分類與調服及認識有極詳盡之說明，「死亡光明」即是最細心；其對光明之定義：「藉黑近成就心之力而現起，在黑近成就心消失後立即可經驗的最細心」。

⁹ 詳見表二（見附錄二）。

離，人尚有死而復生的機會。也就是說在死亡光明所能維持的三天半時間尚未結束前，此人不算是真正的死亡，只要亡者仍經驗在「死亡光明」中，他就要可能再度活過來。

7. 二派對明點 (essence (s)) 消融的解釋類同：死亡八相的第五相至第八相之名，寧瑪派以此時來自父親的白菩提，融入心輪時「一片白茫茫」(whiteness) 經驗謂的「顯現」；來自母親的紅菩提，融入心輪時呈現「一片赤紅」稱為「增長」，而二者會於心輪所呈現「一片黑漆」謂為「完全證得」；待由無意中蘇醒時，其景象逼萬里無雲的晴空一般「死亡光明」的心出現。這即是所謂「佛性」，是一切意識的真正來源。¹⁰ 格魯派則謂：「白景象心」又稱「初空」；「紅增上心」又稱「二空、廣空」；「黑近成就心」又名「第三空、大空」；「死亡光明」又稱「第四空、全體空」。可以看出此二派對此的解釋在名稱上雖有差異，但實則解說一致的內容。

8. 於死亡八相的第一景象，由於白明點從完全打開的頂輪脈結沿中脈 (ཅན་ཅི།) 下降，故見白色光的景象¹¹。此點現象與瀕死者的報告見著白光有相吻處，且其見白光的係數極高；由於亡者處於意識昏迷狀，或有不見白光而是見到白色景象物，這實與能否認取心識的清明度相關。因為在密乘對此的解說，乃著重於以心識對死亡過程中消融的景象認取與轉化力量強弱為解脫的要因，而行者則以最微細的心識駕駕最細氣行為達證悟。由於人到死亡時各脈輪自行打開，白、紅明點下降與上行的運作還原至入胎之始，而法性光明當於此顯現，這就是對死亡景象的正確認取與解脫的要義。¹²

¹⁰ 《西藏生死書》，頁 319。以上四相在《大幻化網導引法》劉銳之上師譯為「現」、「增」、「得」、「死光明」。達賴喇嘛說：「這個意識是最內層的微細心。我們稱它為佛性，這是一切意識的真正來源。這種心的連續體 (continual of mind)，甚側會延續到成佛。」

¹¹ 此所稱白明點依密乘所指為人入胎時，來自父親之精上升至頂輪，來自母親之血下降至臍輪，而人之身體主要三脈為：中脈、左脈、右脈。又七輪分別依中脈而盤繞，每一輪均職司各個不同部位之功能。紅派稱明點為白、紅菩提，實與此處意指白、紅明點同義。

¹² 在無上瑜珈部圓滿次第五支（或有本尊法修六支者），對脈、氣、明點的修習是分類極細的，因為本研究範圍無法承載，故不列為討論，其相關內容可參閱密乘各派之「大手印」與「大圓滿」法之修要。

對密乘而言，死亡的過程是清楚且以不踏矩的次第在進行；對亡者而言，每一種消融次第的現起認取，與堅持正確知見，是藉由死亡的來臨而獲得邁向解脫的機會。此一機會對任何一位亡者而言都將會顯現而且相同。但其差異，則是在於死者生前修行此法的禪定、駕馭能力與認知深度所在。因此，熟知方法是基本要義，但若未深入此法的練習，但由於臨命終時所產生的顛倒錯亂，也可令亡者忘失生前所習，而枉費解脫道現前的先機。《中陰大聞解脫》超度法對亡者而言，就是一再提醒亡者要記得生前所習之法；或若未曾熟習此法者，因為死亡光明現起時間亦可能一彈指頃的短暫，或一頓飯的長而不容易被亡者所掌握。只有生前熟於禪定者可延至更長時間，當然也就有利於其融入死亡光明而獲解脫，甚或是無上瑜珈部行者的究竟解脫。¹³

雖然寧瑪派和格魯派二者，對死亡八種景象的差異性只是在於名相上的差別，以及粗質元素（outer elements）、細質（inner subtle elements）、極（最）細質（innermost subtle element）的分法有所不同，但這部份的差異並不影響吾人對於死亡消融次第的認識，亦無損於對亡者施行中陰超度法時，亡者對其意識轉化解脫的需求。

（二） 死亡光明

死亡光明對於臨終解脫時機的掌握，是重要的關鍵所在，因此對於不能從藏文原典來了解，而由翻譯的名詞來認識是會產生差距的；對此，有加以釐清的必要。在表二（見附錄二）所舉臨死中陰第一光明顯現的時間，是外呼吸將斷未斷時所呈現的說法，此與敦珠仁波切和格西格桑嘉措的死亡光明，在索甲仁波切《西藏生死書》中的"ground luminosity"中文裡分別被譯作「地光明」、「根光明」或「基位光明」，使其呈現於時間與解說詞，出現不同的差異。

¹³ 解脫（小乘之涅槃）(ཉམ་འགྲོལ་མཉམ་པོ།) (*nirvana*) 與般涅槃（大乘之成佛）(ཉམ་འགྲོལ་མཉམ་པོ།) (*parinirvana*)，二者有所不同。小乘之解脫乃是不再受生死輪迴之流轉，但未達究竟果位；而大乘之成佛則是法、報化三身之同時究竟成就，二者於因、道、果位上均不相等。

1·光明的區別：

在寧瑪派的伏藏《中陰大聞解脫》卷中，臨死中陰分成二個階段，即臨終中陰的第一光明、第二光明。但在大手印（*mahamudra*）與大圓滿法的中陰修習法上，死亡光明是在死亡七相停止後才經驗到，因此稱為「根光明」或「死亡光明」，此由表二（見附錄二）二派的死亡的第八相中可明白了解。

2·死亡光明的定義：

劉銳之所譯《大幻化網導引法》，對第八相的死亡光明譯為「根光明」（*ground luminosity*），敦珠仁波切說：

「根光明者，謂實際光明也，即眠時所現之光明，及死時所現之死光明，如二者，無論曾否修習？或能否了知？一屆時，決定法爾顯現，是為根光明。」¹⁴

而格西格桑嘉措定義「死亡光明」（*clear light of death*）為：

「藉黑近成就心（*black near-attainment*）之力而現起，在黑近成就心消失後立即可經驗的最細心。」¹⁵

然而，上述二派的說明，均未對死亡光明作第一與第二的區分。

¹⁴ 《大幻化網導引法》，頁 275。

¹⁵ 《大樂光明》，頁 104。根據顯密的說法，顯者以心分「初心」及「心所有法」，前者有六，後者有五十一種。參見唯識學。而根據密宗，對心則有另一種分法，可區分為三：粗三、細三、最細心；眼、耳、鼻、舌、身五者為粗層次之心，第六識是意識，可分三種層次：粗、細、最細（或譯極細）。此段之細心的消融是指八十種粗心之消融。依密乘對氣之分亦有十：持命氣、下行氣、上行氣、平住氣、遍行氣、支分氣（行氣、循行氣、正行氣、最行氣、決行氣）。此十氣分別於母胎取生時開始，依成胎之次第一月、二月至十月次第而成，其各有所司之功能與所屬之脈位。另見《大幻化網導引法》，頁 199~222。

3· 死亡光明的現起：

《中陰大聞解脫》所指第一光明(ལྷན་པུ་)是外呼吸要斷未斷時，雖然在《大幻化網導引法》指出風收入識時，由於氣息出多入少，亦有可能停止；可是在表二當中均可見到的是：人失去知覺時，也是第七死亡景象現起時，而後死亡光明才因無知境界消失時現起。可見風收入識時外呼吸停止是特殊例外，大抵外呼吸欲將停止，仍限於死亡第七象現起時。若依此義而對應《中陰大聞解脫》的臨死中陰，應指此為法性第一光明的呈現。

4· 光明相的類別：

《中陰大聞解脫》所謂臨終中陰第二光明現起(詳見表二)時間，是指氣息進入中脈(རྩལ་མཚོ་)，但尚未進入左、右脈二之前。在二派圓滿次第中陰解脫教導當中，並未提及第二或第三光明，但若深入探究可發現：一者，疑為子、母光明(child luminosity and mother luminosity)的別說。原因是寧瑪派伏藏《中陰大聞解脫》係為一般亡者的教誡本，因受教者或未能深諳此法，或未曾聽聞上師教導口訣深義，無法撐握光明現前機會而得以解脫，故稱為第一光明、第二光明。二者，對於已深諳此法的瑜珈士，死亡光明現前時，因平日對此法已有修習，光明以第一、第二稱之，並無礙於證入光明得解脫的罣慮。

對於上述各家說法，進一步整理如下表：

表四¹⁶

格桑嘉措	母光明	睡時及死時自然現起	
	子光明	喻光明	經心理影像或概念證悟空性。(由究竟喻光明心所御之氣構成不淨幻身-濁幻身)
		義光明	子光明直觀或當下言語道斷證悟空性。(由義光明心所御之氣構成淨幻身)
敦珠仁波切	根光明	眠時之眠光明及死時之死光明	
	子光明	道光明	通義光明，以通達一切法無生，亦即空性，所認識之光明。以法爾無皆別智現證空性之究竟光明。晝修時、厚眠時及死時三者，由氣收攝入中脈，認識所生四空覺受者。依密義指示，為如無雲晴空，清淨極細如幻顯現
		果光明	謂親證雙融無學之光明。
索甲仁波切	母光明	地光明	一切萬物的基本和內在性質，是我們整個經驗的基礎，在死亡的一刻，顯現出它完全的輝煌燦爛
	子光明	道光明	是我們的心性，當心性完整地溶入時，認證也就完整，覺悟也就發生了。

上表是依據各文獻對死亡光明覺受名相譯述而區分，由其內容得知，雖然光明相的確有三種類別，而二種光明如何對應《中陰大聞解脫》中二種光明，所得結論將綜合歸納如下：

(1) 依光明類數而言，實為同義：

死亡光明同在於第一光明亦即為母光明；子光明同於第二光明。如此推理乃因於藏傳佛法當中，所謂子母光明會與解脫之義，對藏人而言非為陌生，雖未人人實習大手印或大圓滿，但是藏傳佛法的高僧大德傳記，對法性光明的空性證悟解脫記述頗多，如廣為人知《密勒日巴傳》、《岡波巴大師傳》、《喇氏金剛傳》等，其中對此中陰證悟解脫的借喻與描述甚多：

¹⁶ 《大樂光明》，頁 75~81、頁 212~230，即同義於敦珠仁波切所謂「根光明」。至於如何認證根光明、子光明，於此索甲仁波切對於如何認證的問題，以為不合宜於書中介紹，是應由自己對上師來介紹。而如何認證的問題，亦即為中陰報身證得的要件所在，即是果光明或義光明之處所指，則詳見《西藏生死書》，頁 9326~331。

「次彼中脈為祿姆，日月土夫來繫獄，清淨白紅子相見，廣大光明受報力，境執分別入鐵牢，痛苦險境漸次消，樂空本尊壇輪圍，二瓶氣行相交運，金剛誦修來助，西月土天離命，境執鐵翅悉碎解，左右中脈娘祿姆，於內清淨無盡苦，清淨白紅子相見，光明受報勝如昔，……。」¹⁷

其中所稱清淨白、紅子相見，即是白菩提下降與紅菩提上升，二者相會於心輪，此時死亡光明將呈現；二瓶氣乃指修寶瓶氣而令遍行氣入中脈，此法需透過金剛誦（རྗེ་འུ་མོ་ལྷ་མོ་）的修習而成就。

「認取中陰與相合，指示心性大手印，顯發俱生之口訣，三恆常修法也。非我誇口自讚自，我乃走獸獅王子，母胎之內三力圓，母行之處子亦行，母子同住雪山穴，任何猛獸我無懼。非我誇口自讚自，我是巨翅大鵬子，卵中翅形得圓滿，母驚飛禽處子亦飛。母子同飛太空中，任何飛禽我無懼。非我誇口自讚自，我是開悟上師子，剎那開顯心性已，父子同時心滿足，劣慧諸人豈能知？」¹⁸

「口授傳承廣大也，未來事業無盡也。雪山嵯峨上參天，見道無與比倫也；日月環繞山之巔，悲智雙運修觀也。光明遍滿虛空者，大悲淨除無明也。遍地草木叢盛者，事業無盡弘傳也。四方河川不斷流，成就四灌口訣也。河水浸潤諸眾生，成就解脫有情也。河水趨入大海者，子母光明相會也。萬千花卉吐放者，離垢覺受果位也。此夢非惡此夢善，與諸子應諦聽！」¹⁹

由這三則偈誦皆指因修行力，而證光明幻身之果。故於寧瑪派伏藏《中陰

¹⁷ 《喇氏金剛傳》，頁 93~99。

¹⁸ 《岡波巴大師傳》，頁 34~61。

¹⁹ 《密勒日巴傳》，頁 99~106。

大聞解脫》中對此死亡光明的描述，曉以簡潔第一光明、第二光明、及入法性中陰第三光明引導，並不難理解其背景所由。

(2) 依光明現起的時間而言，實為同義：

當死亡第八景象現起，即是死亡光明現起，一彈指頃後，此時悶絕時間常人可住三天半，即在此刻，熟稔大手印或大圓滿次第的行者，即可藉不淨幻身顯現而成就本尊淨幻身的報身果位。這是所謂第二光明現起，但對行者而言，則是因為喻光明心駕御氣入中脈，若因此能直悟空性，則喻光明心就不稱為喻光明心，而是名謂義光明心，由其駕御直接證入空性果位。因此，子光明呈顯時應該是同於喻光明或義光明，並藉以獲得中陰解脫，此則是全取決於修行者對空性證悟義層次而定。

(3) 依進入法性中陰的次第而言，實為同義：

《中陰大聞解脫》認為於第二光明消失後，即進入法性中陰階段，故《中陰大聞解脫》又稱為第三光明。這和大圓滿法與大手印法解說次第上是不違背的。換句話說，依表二內二派的所引述，整個子母光明會的進行乃在亡者處於死亡光明經驗中，即是常人的三天半悶絕時間內，而對於修習大手印或大圓滿法的禪定行者，其時間甚或更長，全賴個人修習程度而別。若未於其中獲得解脫，則當亡者從悶絕中醒來，即刻將進入下一程的法性中陰。如此時間上次第而言，母、子光明與第一、第二光明實是相同，唯名相有異，此亦為其義相同處。

(三) 其他

索甲仁波切對根光明的描述：

「有一點很重要的是，既不可以把它當成我們所知道的物理光線，也不可

以誤認為它就是下一個法性中陰所顯露的光；死亡時所生起的光明，是本覺智慧的自然光芒，「不管是在輪迴或在涅槃之中都一直呈現的真如本性」。這是因為人近死亡之時識心逐漸止息，它既非物理性之光，也非同於而後出現的法性中陰之光明。」²⁰

這項說明乃爲了強調根光明的非物理性，而且也不同於法性中陰時所出現五方佛的解脫光，以及伴同解脫光所出現的輪迴光。

東、西方世界所作有關於瀕死經驗統計當中，臨終者見到明光的比列極高，其相關係數高達〇、五八，這與《中陰大聞解脫》卷所指出，人於臨終時的第一光明出現，不論於其顏色或出現比例上，均有不謀而合之處。而何以此時所見的光是爲白色？藉由格西格桑嘉措解說來對照：

「白法心認取了無雲天空徧滿了白色亮光像。這種現起是因為頂輪之脈結已完全打開、放出白明點沿中脈降下，這種白光在明點落到心輪時出現，並持續到明點到達不壞明點之頂端，所以那時候認取之象就『空曠的天空』但因明點下降之故，所以有白光徧佈」。²¹

第十四輩達賴喇嘛對死亡的法性光明（ཚམས་ཉིད་འོད་ཟེངས་）解釋：

「根據佛教的解釋，最終極的創造元是意識。意識有不同的層面。我們稱爲最內部微細意識總是在那兒。那個意識的連繫作用幾乎是永恆不變的，就像宇宙粒子。在物質的領域裡，那是宇宙粒子，在意識的領域裡，那是「明光」（Clear Light）……『明光』，以其特殊的能量，能夠和意識連接。」²²

²⁰ 《西藏生死書》，頁 327。

²¹ 《大樂光明》，頁 75~113。

²² His Holiness the Dalai Lama, in a dialogue with David Bohm, in Dialogues with Scientists, and

實際上，不僅是大手印金剛誦（རྒྱུ་ལོ་ལོ་ལོ་）中如此說明，在無上瑜珈部頗瓦修持法，也都對此加以解說。因此，依藏傳佛教密乘說法，死而復活者，是當事人悶絕期間在死亡光明經驗中，並非真正死亡，所經歷的白光經驗者有二：一是白菩提下降時所顯白光，二是死亡光明呈現時的強烈光。格魯派也對此詳實敘述死亡八象的背景，並且強調這個死亡消融的過程，不僅僅是在死亡時發生，它的期程是在七七四十九天當中，因為中陰身七天壽量到時就會重複地發生，所以，會有多次的經歷直至受生為止。

除了寧瑪派與格魯派二派如此說法外，噶瑪噶舉派堪布卡特仁波切在註解岡波巴大師《解脫莊嚴寶論》中，對一個人臨終現象也作了如下簡單解說：

「體內地大會先衰竭，身體變得遲鈍，移動困難，接著水大衰竭，眼、口和體內各器官變得乾燥、缺食，再接著火大衰竭，體溫由四肢尖端散去，六識也隨衰退，這時臨終的人會感到外界的形色和聲音愈來愈遠，且愈來愈模糊，最後風大衰竭，這時候，有些臨終者會試著移動他的手，如果有人看著他，他會像是要觸摸那個人似的移動，但他本身對此動作完寫沒有意識知覺的存在，同時風大呈現衰弱徵兆，臨終者呼吸變短，直到他無法再呼吸時，氣息便停了。」²³

上述說法與表二內容對照，則於密法對無上瑜珈部圓滿次第教導，由於長時間的傳承延續與發展，所以在名相上的區分與次第所置放名稱略有不同外，從解說教授內容對死亡內、外相消融次第並無軒至。至於藉由中陰死亡景象與各階段外、內相的消融次第認取，正是無上瑜珈行者對大手印等修練成就借力

Sages, The Search for Unity, edited by Renee Weber, (London: Routledge and Kegan Paul, 1986), p.237.另見《西藏生死書》，頁 124。

²³ 堪布卡特仁波切，《大手印演講集》，台北，施法苑出版社，1991，頁 108~109。

所在；所以於無上瑜珈部對死亡消融次第如此詳盡，其內容旨趣相同已見一般。

頗瓦法施行，使亡者藉聽聞教誡掌握自性，進而能當下證得涅槃與解脫生死輪迴是具有重大深義。這不僅是頗瓦法殊勝處，也是對死亡判鑑有同等殊勝。同理，正因為頗瓦法對亡者意義深遠，故使密法在死亡判鑑上需如此精密的作差別分，其意義當然是為免於因誤判而超度反成為弑佛。²⁴頗瓦法的施為應於確定死亡之兆呈現，此人已瀕臨終之時始可為，這是由外相的變化來判定，亦即是以身體變化來判定死亡之期。然於頗瓦法的施行，除了外在死相確定時，即便於外呼吸停止後，依密法而言，內呼吸尚在；換言之，雖然眾人有個別的差異性，但在一般情形下外呼吸雖然停止，但亡者內在的死亡消融仍然繼續在進行。在外呼吸欲絕而未絕時，也正是死亡光明將呈現時間，藉由以上外相死亡徵兆，可利於判別其顯現時間，也是修法最佳時效，期臨終者可善加把握法性第一光明呈顯，順勢融入法性而得解脫生死，此是藏傳佛教超度法上，有別於其他度亡儀式的特別殊勝處。

頗瓦法對臨終者的關懷，從現代醫學臨終徵象，與密乘教派對死亡徵兆的外相所描述，不僅僅有其多處相符處，可說現代西醫學於臨終徵兆的研究內容係含概於藏傳佛法死亡相兆之內。惟於密乘對死亡的內相（心識的細微變化）巨細靡遺的述敘，是西醫學上無法加以釐證，但由瀕死經驗諸多報告中，從不同探索角度，以社會死亡關懷論點而言，密乘頗瓦法對臨終中陰的解脫教誡與其實質內涵，反倒是提供了經驗落實的論理基礎。

然而，綜上分析藏傳佛教對死亡對粗質、細質、極細質消融之死亡光明相所作教導時，亦見其極為強調者：

「由此應知，所有六趣一切有情，於死光明，均當一現，但不能識持而

²⁴ 密乘謂有情具佛性，可藉此色身即生成就，因此，死亡時間未到而強行修頗瓦，令其意識離開身體而死亡，故曰「弑佛」。

已。……能證光明，則不經中有。」²⁵

雖然在念佛往生西方文獻記載中，同樣強調求生西方阿彌陀佛淨土的善人，死了當下即往生西方，而不需經歷中陰²⁶。是否經歷中陰並非《中陰大聞解脫》卷最主要目的，如何得解脫才是它的本懷。與其說頗瓦法提供將亡之人宗教信仰一種慰藉，毋寧說是其意欲藉由死亡時刻人人本具法性顯現--「死亡光明」，由是而獲得生死輪迴解脫。這不僅是「中陰超度法」最終極希冀與關懷，實際上亦是佛法關懷核心，當然更屬無上瑜珈深法密意。

第二節 法性中陰的實相

臨終中陰一般人約維持三天半時間，但並非一定是處於死亡光明中；對一般人而言，死亡光明呈現的狀態只是一彈指或一頓飯久，唯對禪定功夫深且得力的修行人，有可能維持三天半或更久。待其結束後，亦即是亡者由悶絕期酥醒時，再依死亡第七景象、第六景象、依次倒行…至最粗氣，也就是八十分別心的現起；如此倒行死亡七景象後，法性中陰之身即得。在時間上也隨而進入中陰的實相（*Bardos and Other Realities*），在此所謂的中陰實相並不是一般吾人所說的物理的實相，只不過是臨終中陰後，也就是死亡光明結束後，後面所接著在中陰時期，出現法性中陰的十四天與將受生而輪迴或投胎等等景象，因此名為法性實相中陰，這是索甲仁波切《西藏生死書》的用法。至於原典《中陰大聞解脫》卷則無此一說。另外，整個中陰時間都是法性自然的呈現，所以，即使在臨終中陰時期，原典對第一光明或第二光明，也分別稱為第一法性光明或第二法性光明。因此，死亡以後到投胎前可以統稱為「法性中陰」，當然，

²⁵ 《大幻化網導引法》，頁 275~287。

²⁶ 佛陀文教基金會，《怎樣念佛往生不退成佛》，台北，佛陀教育基金會，2003，頁 52~78。「上品大惡之人直趨地獄亦無中陰之身。」

實相中陰一詞用法，它的目的也就是爲了要區分一七及二七「法性中陰」，這個矛盾的疑點加以釐清後，在閱讀與了解上就足以清楚看到，關於《中陰大聞解脫》卷對中陰階段作細分，並有不同的中陰名相，其目的不外是爲了能令亡者，易於分辨了解融入法性顯境的時間與解脫方法。雖是如此，爲了能令本文閱讀流暢與前後一致，則不以「實相中陰」一詞混淆臨終中陰之後時期的「法性中陰」，概皆以法性中陰解說一七與二七的景象。

（一）法性中陰的特質

法性中陰時期將會出現寂靜尊與忿怒尊，《中陰大聞解脫》卷稱謂之法性的第三光明。寂、忿尊即是於法性中陰（ཚེས་ཉིད་བར་ནི།）顯現。法性中陰的議題內容如總表（見附錄一）所列，第三光明顯現時，即是第一個七天寂靜尊（peaceful deities）四十二聖眾、第二個七天忿怒尊（wrathful deities）五十八聖眾、與閻羅王（Yama）等景象出現。在總表中均對法性中陰所顯諸聖眾（deities）出現時間、方位、景象、體性與超度內容的要義口訣（མཉམ་པ།）加以整理述明，於本文中爲免其繁複與篇幅承載負荷，因此不作重述，僅對特點與疑點之處，詳加分析討論。

《俱舍論》第十卷中所稱中陰身與《中陰大聞解脫》卷所指法性中陰（bardo of dharmata）時期相同；此論說明中陰身有五個名字：「意生身」、「求生」、「食香」、「中有」、「起」。由《俱舍論》所詮釋的中陰身，是以物質世間的有情眾生對照而言，顯然中陰身並無實質形體，不過卻有如生前習氣身以光的形體：

「『此一業引故，如當本有形，本有謂死前、居生剎那後。』²⁷

釋曰：『有情的輪轉，是由於業力，業有引業、滿業的兩類。中有與本有，就其引業說，是相同的，就其滿業說，是別的。由於死後的中有與當

²⁷ 《俱舍論頌講記（中）》，頁 33。

來的本有，為同一引業之所牽引的，所以中有的形狀就如當來本有的形狀，明白點說，當來本有的狀態怎樣，現在中有的狀態也就怎樣。」²⁸

於此產生一疑惑，若無具體對物質形體，中陰身何以須依香而尋？若無具體形體，何以又名「意生身」(ཡིད་ཀྱི་ལྷ་སྐུ།)，是否中陰身仍具有異於物質之「身」？若是具有異於物質身，那是何身形呢？在《中陰經》上記載：

「爾時世尊內自思維，此中陰形極為微細，唯佛世尊能睹見。」²⁹。

中陰身眾生存在於一般人所無法得見空間，唯佛世尊才能見。但有少數俱「天眼通」的瑜珈修行人³⁰，或是具有靈視能力的通靈人士亦能見「鬼魂」或「靈魂」有別。《中陰經》是釋迦牟尼佛為天道與中陰眾生所開演，通靈人士所見是已投生六道輪迴中屬「鬼道」的眾生，瑜珈行者修得「淨眼」，可見處於中陰階段的「中陰身」眾生呢。法性中陰「意生身」尚是業趣未定的中陰身，釋氏所見是天道的中陰眾生，和尚有因業力而處生在六道地獄與鬼道所有一切眾生。一切有部法救 (*Dharmatrata*) 對中陰身描述：

「界趣地必定，中陰五無礙，說名為香食，求有乘意行。

七日或七七，乃至彼如合，或裸形食香，諸根悉具足。

隨行量不定，或有見不見，入則從生門，或生顛倒想。

當知有中陰，世尊之所說，譬如村間道，彼則有俱過。」

當知一切有，非有一切相，一切無一切，無有化相法。」³¹

²⁸ 演培法師，，天華出版，台北，民 77，頁 33。

²⁹ 《中陰經》，頁 1059。

³⁰ 「瑜珈」意為相應，乃梵音 (*yuga*) 直接音譯，其原意為牛背上之背軛，喻修苦行之修行人。部份坊間著作書為「瑜伽」，而國字「伽」音為「茄」非唐譯之音「加」字；為尊重原著，本文除對著作之沿用外，其餘之處的書寫採用近原音之 (*yuga*)「瑜珈」。

³¹ <雜阿毗達磨心論>擇品第七，頁 958。

法救（Dharmatrata）雖是小乘佛教一切有部論師，然他所舉證中陰身存有仍依釋迦牟尼（Buddhaguhva Shakyamuni）之教示。第一句「界趣地必定」，於蘇軍釋譯《雜阿毗達磨心論》（佛悅：民 87，頁 249~250）釋為三界（欲界、色界、無色界）中陰必生於其三界之中；而六道眾生中陰，也依六道所成生有而再投生其道。此說法必須加以說明，敦珠仁波切：

「生無色界，亦不經中有，隨死時即得無色之蘊。若由無色界生欲色二界，則須經中有身。」³²

佛說因果與中陰之趣，依本文所探究其中陰義涵，其意應是眾生死亡後入中陰身，其因業力（*karmas*）因緣故，中陰身乃依其生前「本有」時期的業果，而成中陰身，所以具有與「本有」時相同的習氣身形，這是第一種狀況。第二種情形是中陰身形，依他將投生三界六道「生有」的界趣處，也就是未來「本有」的身形，而成為中陰身。並非投生的中陰身形仍依他原處「死有」時三界六道處的身形。所以，中陰期眾生在中陰身結束生命的同時，將依往投生的三界六道處發動「死有」與產生「生有」。所以，是三界中陰眾生是依其「本有」的結束而「死有」成於先，而成為了中陰身軀的「生有」存於後。至於，這種先後的方便性說法，亦有同時運作的見解存在。之後，再依因緣投胎出生入輪迴而為「本有」，這是《俱舍論》的解說。另外《阿毘曇毘婆沙論》也有述及：

「云何色界死。還生色界。非色界有相續耶。答曰。色界死。欲界中有現在前。色界死。生欲界。是凡夫人。欲界中有。於色界現在前。廣說如上。色界死。是色界死有。生色界。是欲界中有。非色界有相續。所以

³² 《大幻化網導引法》，頁 275~287。

者何。欲界有相續。是欲界中有。云何色界有相續。非色界死。非色界生。答曰。如欲界死。色界中有現在前。欲界死。生色界。亦是凡夫。亦是聖人。彼色界中有。於欲界現在前。廣說如上。」³³

論又曰：

「有如欲色界死。生無色界。亦是凡夫。亦是聖人。非無色界死。所以者何。欲色界死。是欲色界死有。無色界生。是無色界生有。無色界有相續。是無色界生有。欲界死。還生欲界。此人有四。欲界凡夫聖人。色界凡夫聖人。色界死還生色界。此人有三。色界凡夫聖人。欲界凡夫。無色界死。還生無色界。此人有二。無色界凡夫聖人。欲界凡夫。」³⁴

以上，是「界趣地必定」一語的正當釋意所在，是以善惡業果為投生之趣的定業，除了將投色界、界欲的無色界眾生外，中陰身的生有處是在其尚未投生前，依將入「本有」的界趣地而定，而不是指死時「本有」處界趣地而定。換言之，中陰身生有界趣地，必與下一投生之欲、色二界相符；而無色界眾生則沒有中陰。無色界眾生在死有時，若將投生於欲、色二界，則其中陰身的生有處是於欲、色二界形成。而欲、色二界眾生死有已生時，若將投生無色界時，就無中陰期，當然就沒有所謂中陰身的生有。

中陰身形是由本有的業力而成，那麼，「意生身」、「求生」、「食香」等對中陰眾生的定義，也就是因為中陰眾生都具足了所有「本有」時一切習性，因此，在中陰時仍依生前一切習性而作意活動的存在。另外，對中陰期業力未定的中

³³ 迦旃延子造，天竺沙門浮陀跋摩共道泰等譯，〈阿毘曇毘婆沙論〉第三十六卷，新修大正大藏經第二十八卷，《毘曇部三》，頁 261。

³⁴ 同註 33。

陰眾生和投生二惡道眾生，二者所能被見範圍是有所不同；中陰身只有修成具「淨眼」的修行人可見，因業力而可以見到鬼道眾生的人是無法見著。³⁵

（二）寂靜四十二尊與忿怒五十八尊

亡者經歷過臨死中陰，而進入所謂法性中陰一七天與二七，第一七是以「寂靜尊聖眾」（ཞི་བའི་ལྷ་ཚོགས།）景象呈現，與二七是以「忿怒飲血部尊聖眾」（ཐོས་པའི་ལྷ་ཚོགས།）呈現。寂靜尊四十二尊是由習氣心所生，而忿怒飲血部雖同為習氣增上所生，但卻由腦部八方所由，二者所出同出於自性（རང་བཞིན།），但發生作用力不同。時間的區別，在醫學上死亡後第五天至第十一天是為中陰一七，死亡後第十二天第十八天是二七。³⁶

本章總表（見附錄一）係依《中陰大聞解脫》卷內容所述而作成³⁷，由表中可知，人從外呼吸停止後起第一個七天開始，正是卷中所舉寂靜諸尊呈現時。依格魯派對中陰幻象的形容，是亡者於死亡光明覺受消失時，在中陰狀態中經驗到逆行現起之死亡八相，而後中陰身形成；如果七天中，此中陰生命尚未找到業緣投生處，那麼，這生命又將會再小死一次而得另一種中陰，那麼在此同時，死亡八象（從海市蜃樓到光明）又將於第一次中陰身生命結束時再一次現起；如同之前情形，逆行的七種景象（從黑成就心到海市蜃樓）在第二次中陰狀態性命的開始時候而現起。人從死亡至下一世的業緣成熟再生，就是如此循

³⁵ 《俱舍論頌講記（中）》，頁 33~36。

³⁶ 法性中陰的寂靜與忿怒尊諸聖眾的顯現，是寧瑪派的伏藏《中陰大聞解脫》倍受爭議的部份，除是日本學者山口瑞鳳等對事業洲尊者（Karma glingpa）的伏藏多所質疑，筆者由有限的關於各派修習大手印法或大圓滿法內篇，之於頗瓦、頓超或力斷之文獻所得，對法性中陰的寂靜尊與忿怒尊諸聖眾描述付之厥如，唯於白、紅明點之消融的過程中，各類的心識一由粗心至極細心消融所產生的能識持或不能識持之總總幻象（delusions），而此一切幻象卻是緣於五毒（fire poisons）而來是有詳盡之說明，但並非以《中陰大聞解脫》卷寂、忿二部聖眾示之。再者，於密乘（Vajrayana）的本尊當中的寂靜尊與忿怒尊，確實是以五毒的轉化為其表徵，而是否就可以此為解釋中陰時，由於得（full attainment）、增（increase）、現（appearance）三者同時逆行而現，就是中陰一切假現塵境是為寂、忿諸尊呢？詳見表四與格魯派則以「空」「初空」（白景象心）、「廣空」「第二空」（紅增上心）、「大空」「第三空」（黑成就心）、「全體空」「第四空」（死亡光明）之名相作為解說。

³⁷ 主要以許明銀，《中有大聞解脫》為主，其餘譯本為輔，原典所載作為所有疑點處的對照之修正標準。

環的經歷最長至七七四十九天，此七七四十九天亦即是中陰身壽量。換句話說，死亡第八景象「死亡光明」現起後，若未於法性中陰時獲得解脫，則倒行七兆現起，至八十種指陳心隨現，³⁸法性中陰身即成。對於法性中陰的七七現起次第，寧瑪派大圓滿法的教導作如是說。至於寂靜、忿怒諸眾的描述則僅限於因三毒力所現白、紅、黑三種崎嶇景境。且因迷亂習氣色影之力，而見羅刹、夜叉、食肉等作損惱者。

法性中陰一七法性中陰與二七輪迴中陰內容清楚可見，其於出現本尊與方位、解脫光顏色、輪迴光顏色與心識本質……，都具有相關性延續。一七寂靜尊表自性貪、嗔、癡、慢、妒習性而起，一七寂靜尊由第一天至第五天，五方報身佛依次呈現；第六天依《中陰大聞解脫》原典所載，四十二尊於此時間一同出現³⁹。文中敘述，五部佛尊外層有守門的忿怒明王八尊、護門天母八尊六道佛六尊；因於法性中陰諸尊均以報身相⁴⁰呈現，則五方佛與守門明王、天母和六道佛，再加其文所記普賢如來與普賢佛母，則共計四十二尊。其數以下詳記：（見附錄總表《法性中陰第一個七天》與《法性中陰第二個七天》）

1· 五方佛父母親(十尊)

毗盧遮如來佛父母、金剛薩埵不動如來佛父母、寶生如來佛父母、無量光如來佛父母、不空成就如來佛父母、金剛總持佛父母（普賢王如來報身像）。

2· 五方佛眷屬（十六尊）

地藏與慈氏·舞女與花女。虛空藏與普賢菩薩、嫗女與香女。觀音與文殊菩

³⁸ 「指陳心」為《大樂光明》一書之對粗心的稱謂。

³⁹ 藏文原典《中陰大聞解脫》，(ཞུགས་པ་ལྷན་དུ་བཞུགས་པའི་མཛུགས་ཀྱི་མཛུགས་)，頁 62。

⁴⁰ 圓滿之報身乃以雙身之像呈現，因為其表智慧與方便圓融。而在法性中陰所呈現的境象，除五方佛與部份護法外，亦有部份為單身之像，如眷屬與六道佛等。以密續解說淨土記要所述，此為佛之所化半報身半化身之像，或半報身半化身之淨土，並不屬報身佛國之淨土；圓滿的報身佛國淨土其眾均以報身相呈現。因此，於法性中陰的聖尊是屬自性所顯，然不屬圓滿之報身淨土之佛果位聖眾，故在《中陰大聞解脫》卷內所言，報身四十二聖眾由自心間射出，非屬圓滿之報身，而是半報身半化身。換句話說，此間經中所言圓滿之報身聖眾，部份為化身之聖眾顯現。

薩、歌女與燈女。金剛手與除蓋障菩薩、塗香與食女。

3· 守門者忿怒明王：(四尊)

毗闍耶、大威德、馬頭、甘露軍荼利。

4· 護門天母：(四尊)。

金鉤母、金剛索、金剛鎖、金剛鈴母。

5· 六道世尊佛：(六尊)。

天道佛的帝釋天、阿修羅道佛的毗摩質多、人道佛的釋迦獅子、畜牲道的獅子善住、餓鬼道佛的焰口母、地獄道佛的閻羅王。

二七所現忿怒飲血部諸尊呈現，則是自性於五毒現起情形下，因為無知所以害怕加劇，恐、怖、畏三力因而引發，呈現時間仍在二七的第六天。五十八忿怒尊：

1· 五呬嚕迦與五訖洛底濕縛哩（共十尊）

2· 八大寒林女神吉鳥哩瑪與八境獸女神頗羅悉瑪（共十六尊）。

3· 四門守護忿怒四女神：東白馬面鉤女、南黃豕面索女、西紅獅面鎖女、北綠蛇面鈴女。（共四尊）

4· 異類面首二十八瑜珈女（東南西北各六瑜珈女圍繞在飲血部三十忿怒尊呬嚕迦外圍），再加護門的四位瑜珈女。（共二十八尊）

東六瑜珈女：暗褐色牛首羅刹女、紅黃蝎蛇首梵天女、淺綠色豹首大天女、青色黃鼠狼首欲天女、紅色馬熊首童貞女、白色熊首帝釋女。

5· 南六瑜珈女：黃色蝙蝠首金剛女、紅色摩羯魚首寂靜女、紅色蠍首甘露女、白色鷓首月明女、深綠色狐首持棍女、棕黑色虎首羅刹女。

6· 西六瑜珈女：深綠色鷲首肉食女、紅色馬頭歡喜女、白色鵬首大力女、紅色太首羅刹女、紅色戴勝鳥愛染女、紅綠色鹿首護財女。

7· 北六瑜珈女：青色狼首風女、紅色野羊妙鬘女、黑色豕首亥女、紅色鴉首金剛女、綠色象首大鼻女、青色蛇首水天女。

8·護門四位瑜珈女：東白色杜鵑金剛女、南黃色山羊首金剛女、西紅色獅首金剛女。

不管是寂靜尊或是忿怒尊，或是其出現的數目、法器、形相都具有佛教的義理在其中，這只有從於實修並接受此寧瑪派大圓滿法灌頂與講解，從上師處得到真實教導，才能如實不誤的了解。對實修無上瑜珈密法的人，本尊寂息相與忿怒相各代表不同意涵，但都以大般若經的空性為依歸，並依不同寂、忿相作息、增、懷誅羯磨事業的本尊觀修。有心於此更為深入者，可藉實修機緣而契入其義。

（三）法性中陰境象與自性

依據《中陰大聞解脫》解釋，寂、忿聖眾的景象出現時，若對亡者唸《中陰大聞解脫》口訣（མཉམས་པོ།），即是教誡亡者所見景象，一切皆來自自己心識（spontaneous presence）所呈現。如此的慰藉正是漂泊於中陰時期亡者神識所需，同時也因為中陰身恐怖痛苦無所憑依，加上習氣所形成等流業力神變，正確教導可令亡者憶起生前所熟習的信仰，剎那間一念意識轉化入善，即可融入本無自性本尊所顯法性光明，或遷識入淨土得解脫。關於自性：

1·一七與二七寂靜、忿怒諸尊皆被強調為自性所顯現。此與佛法教義不相違背也就是說與法性本俱足一切功德體性立論相符。

「有情皆是大印所化出，變化自性法界本不生。一切苦樂二取現象者，皆是法性大印所遊戲。遊戲無實無常轉變故，終不超越本性空印中。」

「各種境界皆自心，生死涅槃無分別，諸佛眾生皆無異，譬如水與水波瀾。」

41

⁴¹ 貢噶卻已生格仁波切講授，〈密宗道次第心要講錄〉附錄《大手印朵哈藏論》，台北，慧炬出版

在《十住毗婆娑論》：

「不深著色力，法身亦不著，善知一切法，永寂如虛空。」⁴²

又釋曰：

「信空法故，知諸法如虛空，虛空者無障礙故。障礙因緣者，……如是無量障礙因緣，何以故，是人未得天眼故，念他方世界佛，則有諸山障礙。」

43

在法性中陰是一切無有障礙，若有障礙也是自心所顯。此中，雖然是勸說念佛法要，然於法性本體諸法皆同，此即是法性中陰解脫口訣要義所由。

2·東、西、南、北、中所表本尊與淨土，《中陰大聞解脫》卷所列亦與一般密乘所修本尊內容相吻合，及其五蘊 (skandha) (five aggregates) 所轉之識和所成就之慧均無相背處。在無上瑜珈部五方佛的五處方位所排列位置，向來是依其不同本尊法而可以異動，並非採固定本尊原來所安立東、南、西、北、中方位，以觀修上不同本尊依不同的修軌而安立中央位置。但是，本尊位置的安立可任意調動，這和於東方、南方、西方、北方中央之佛國淨土稱號或佛號是固定而不變，這一點應加以認識⁴⁴。基本上五毒轉化爲五種智慧，其本體所屬五方佛是固定不變，易言之，五方佛體性並無方位上的區分，是依佛體性而存在，不可因本尊方位不同而改變。五毒習氣也是依隨五方佛功德而產生，所以其理相同。詳加說明：如愚癡性 (ignorance) 淨化 (arise) 成「虛空藏智」 (wisdom of all-encompassing space) 表毗盧遮那佛 (Vairochana)；瞋恚性

社，民 90，頁 109~205。

⁴² 天親菩薩造，鳩摩羅什譯，〈十住毗婆娑論〉助念佛三昧品第二十五，新修大正大藏經，《釋經論部》，頁 86。

⁴³ 同註 43。

⁴⁴ 《甚深勝義精華》爲寧瑪派修習法儀軌之一，亦名《摧滅金剛獄唯一法印成就法》，其卷內中央則安不動佛金剛薩埵，東方毗盧遮那佛，而五煩惱變五智亦隨之改變，即中央轉瞋爲法界體性智，東方轉癡爲大圓鏡智。《大幻化網導引法》，頁 120~136。

(anger) 淨化(arise)成「大圓鏡智」(mirror-like wisdom) 表不動佛 (Akshobhya)；我慢性 (pride) 淨化(arise)成「平等性智」(equalizing) 表寶生佛 (Rkshobhya)；貪吝性 (desire) 淨化(arise)成「妙觀察智」(wisdom of discernment) 表無量壽佛 (Amitabha)；嫉妒性 (jealousy) 淨化(arise)成「成所作智」(all-accomplishing) 表不空成就佛 (Amoghasiddhi)。對於佛號稱謂或有因譯本或譯者之見而不同，但依文獻深入了解析其義涵，在體性功德上並無有二異⁴⁵。

- 3· 解脫道光與輪迴光的區別，大抵以解脫道光為刺眼而明亮五色，而輪迴光為晦暗。由總表（見附錄一）所見解脫光與輪迴光亦各有五色，何以用五色為分呢？又為何是舉白、紅、藍、黃、綠五種顏色呢？雖然在《中陰大聞解脫》卷與〈六中陰自解脫導引〉皆無詳解，但可以從無上瑜珈成就法脈、氣、明點修練上，以及現代心理學來探討其相關性：

(1) 壇城 (མཎའ་ལྷོ་མཎའ་) 或本尊或護輪儀軌觀修，有白色、黃色、紅色、綠色、藍（青）色五種根本顏色，因為此五種顏色各代表地大、水大、火大、風大、空大。

(2) 五種顏色除了與五方佛，和地水火風空五大元素深具關連性外，於脈、氣、明點修習上也直接相關，或可說是同為一體⁴⁶。從表五來分析：

⁴⁵ 毗盧遮那如來或譯大日金剛如來，金剛薩埵不動如來或譯不動金剛如來，無量光如來或譯蓮花金剛如來，業積如來或譯成義金剛如來或不空成就如來。

⁴⁶ 《大樂光明》，頁 33~42；《大幻化網導引法》，頁 198~232；另見《密宗道次第廣論》，頁 465~484。與《慧源全集第八集-吉祥金剛怖畏獨勇尊佛自入壇城行修方便獲易經》，頁 63~64、116。

表五

五大	所持氣	五方佛	所在位置	五色	五蘊	功 能
地界	下行氣	寶生佛	肛門、生殖門	黃色	色蘊	持放糞、尿、精、血
水界	持命氣	不動佛	心	白色	想蘊	支持與維持生命
火界	上行氣	阿彌陀佛	喉	紅色	受蘊	說話與吞嚥
風界	平住氣	不空成就佛	臍	綠色	行蘊	燃拙火、消化食物等
空界	遍行氣	毗盧遮那佛	三百六十關節	藍色	識蘊	使身體可運作

脈 (ཐཱ་)、氣 (རླུང་)、明點 (མེད་ལྗང་) 修成就的果位上加以區分，氣是慧、脈為壇城⁴⁷、明點是化身佛 (སྤྱུལ་སྤྱེ།)，明點融化光。修「妥噶」行者的成亡虹光身 (རྩེད་ལྗང་གི་ལྗང་ལྗང་།)，就是藉由脈、氣、明點修練而成就利益眾生事業。據此推論，人死亡，由於氣入中脈與明點分解的進行，所以呈現法性本然之光。因此，五方佛所顯現的解脫光是明亮而耀眼，其亮度、色度、飽和度呈極致狀；反觀輪迴光則有顯然不同。⁴⁸

(3) 人類心理上覺知基本顏色即是紅、藍、黃、綠四種⁴⁹，而所有光線之加色即是白色，謂「相加的混合色」(additive mixture)；顏料因為會吸收若干光波，所有顏色相混合後，則呈黑色，謂「相減的混合」(subtractive mixture)。從心理學視覺感覺理論，而至藏傳佛法無上瑜珈部的成就法，於基礎顏色論點上有不期而然的吻合結果。故於密乘佛法與現代心理學，二者對光感應與呈現；即於中陰期所見解脫光是為紅、藍、黃、

⁴⁷ 壇城 (mandala)：代表本尊之淨土，以本尊為中心點，而各方位對稱之具表義的圖形，用畫表之。

⁴⁸ 依文獻所論，凡人由於氣 (lung)、脈 (tza)、明點 (tiple) 無法卻淨，故有妄念煩惱，而於法性中陰，五毒 (five poisons) 習染與法性的清淨五智 (five wisdoms) 同時生起，即此是否為解脫 (liberation) 與輪迴 (reincarnation) 明光同為現起之因？所現輪迴之光其色彩、亮度、飽和度均顯暗晦。心理上的顏色向度：(dimension) 色彩 (hue)、亮度 (brightness) 和飽和度 (saturation)；色彩即是顏色之名字，亮度決定於振幅，飽和度即顏色之純度。飽和度大的顏色純而不帶灰色；飽和度和光波的複雜性有關，單一波長或只由少數不同波長組成的光波，其飽和度大，反之則低。Rital Atkinson, Richard C. Ctkinson, Edward E. Smith, ernest R. Hilgard 著；鄭伯壘、洪光遠、張東峰編譯，<Introduction to psychology>《心理學》，台北，桂冠出版社，1991，頁 218-270。

⁴⁹ 《心理學》，頁 235。

綠與白，雖於發展時間上差距數千年之久，本研究發現其可覺知的色光內容竟是相同，這種偶然的吻合，只有更加確定中陰身存在的肯定性論証。

(4) 各式本尊的呈現，從心理學「心理投射」(psychological projection) 角度而言，足可解釋《中陰大聞解脫》卷對亡者的教誡，「一切皆是自心所現」，不論是由佛教教理或心理科學層面而言，此話可徵。不論是寂靜尊或是忿怒尊皆存於心輪位置，因為眾生儲存記憶第八意識即住於此，是轉世(reincarnation) 主人翁。依佛法教理，這種解說當然可以被接受，但是，不曾修習藏傳佛法者，或不曾見過寂、忿百尊者，在其死亡的法性中陰，是否同樣會見到這些本尊呢？這是本研究必須提出疑問。索甲仁波切對此問題回應是：

「法性中陰是『自發性的顯現』，是表聖尊皆是本具且無礙，它的生起並不需要人們任何的精神體悟，然若是認證它們才需要精神的體悟。它們是以普遍而基本的經驗而存在，依個人之熟悉經驗而顯現，不論其形式為何，其於本質上是不異。」⁵⁰

法性中陰寂、忿諸聖眾，從總表中到看，各有方位、眷屬、座騎、所持法器等等，所有這些象徵在密法教導中，都有著它更深入的表徵意義。關於這部份的探討是本研究所無法加以深入的限制！因為其項煩鎖，並且在密乘教法當中，本尊法的修持並非可以隨意示人，當然也就不可能有足夠的文獻來加以深

⁵⁰ 《西藏生死書》，頁 352~353。對於法性中陰所呈現之描述，對一般人而言是難以思議之事，而處於其中之亡者神識(conscious) 能否覺知，而因得教導而獲解脫之起度，此是無法評估與驗證之事實。雖或有大成就之證悟者可得知，然於現世之世界或只能以如人處夢中之惡境，一經人喚是故夢醒，恐怖亦隨之而消解譬喻之。此說亦即為夢幻瑜珈(yoga of dream) 修習法擬境法性中陰之修習法，稱之「夢瑜珈」。另見《六中有自解脫導引法》，頁 104~121。

入討論，這是原因之一。再者，即是有文獻可以深入了解，但非本尊的受法者也不得其門而入。第三，無上瑜珈部本身分為母續與父續，或含母續與父續二者本尊的修法，在不同續中所持法器代表之義也就不同，因此，想要在本研究中討論中陰諸聖尊的表義，幾乎是不可能的事；唯一可本文可資提供者，文獻上所述及，本尊所持法器或本尊的怒相等，皆不離佛教的教理。簡單的說，密乘行者對其自身所選擇本尊修持的要點，必須清楚了解祂的身相所有表義，如此，可期望在生、圓二次第的觀修上所有身、口、意均不離本尊之功德，這是清淨意念的方便法功用之一，當然，本尊法的圓滿次第成就也就不僅於此了，與本尊無二無別的即身成就是終極的目的，而所有這些成果與深入和實修的方法，都要依止俱德的根本上師的教導始得。

第三節 輪迴受生中陰與投胎選擇

中陰大多為三七二十一天即因投胎受生轉入輪迴而告結束，這是指一般業力條件，然中陰時期最長亦可達七七四十九天，於七七結束後必然投生六道，但南傳佛法有部法救法師則持，中陰身因為沒有和合因緣，故而有無限期的等待之論。輪迴受生中陰是繼一七與二七之寂、忿百尊後的延續，即是指三七，為醫學上死亡判定的第十九天至第二十五天。其景象形成仍由五毒轉為更加赤盛而引發。前述所討論相關於中陰身特質，實際上依寧瑪派伏藏《中陰大聞解脫》內容所述，是於輪迴中陰時才是其形成受業力牽引的時刻，但也非全然如此，因為每一亡者業力牽引力作用各自不同，或於一七、二七時即以投生六道，而投生無色界眾生卻不經中陰身。故於此所述皆僅是一般性通則，或見有其他文獻持以不同著述，也無可詆疑。

（一）輪迴中陰境界

輪迴中陰有幾項特點，包含恐怖幻象、所能停留之地等等分述如下：

- 1· 此時之身如賢劫光明身，具有少許三十二相八十種隨形好。
- 2· 只有極短得的時間能依附在橋樑、精舍、寺廟、茅庵與佛塔。是因為神識恍惚不定原因，而產生的寒冷感覺並且生起生氣的情緒。
- 3· 食物只能吸食為自己所供養的食物（的氣味）。
- 4· 看到自己的家鄉、親人、朋友、和自己的屍體，而產生想尋求色身的渴望。
- 5· 雖然可以進入自己的屍體達九次之多，但是法性中陰時間太長，冬日屍凍夏日屍腐。對不能再用的屍體令內心非常不悅，而立即產生如被塞入一切的巖石和土石隙縫的景象。
- 6· 由於四大作用力轉盛故，恐怖聲、色境界更加增強。
- 7· 以吸食氣味而生存，並尋找下一世受生處，故具有它的行動力。意生身由於明智與所依身體分離，不具實體之軀，可穿越須彌山、房屋、土石、石山等一切，一念頭起即有來去自如能力，除母親子宮與釋尊成佛道場菩提伽耶的金剛座。
- 8· 可見同類中陰身，並於下一世投生六道的身形已經逐漸成形。
- 9· 對亡者教誡：即使大如虛空凶惡的閻羅法王，也是來自自心所變現，應誠心向上師、本尊或大慈大悲觀世音菩薩作祈請。並對如千佛降世時的光明意生身，加以認證等持即可獲得解脫。

由一七寂靜尊的呈現，到三七閻羅法王的呈現，《中陰大聞解脫》卷均是教誡予由自心所變現的口訣，能否在中陰期獲得解脫，也全在於亡者的識持，能否對於教誡由衷產生信念，堅定自識所生一切景象與幻化本質。瑜珈行者靠生前所熟習的自度修行，即是在於中陰呈現時，出現各種現象及所處狀態，得以因平日所熟本尊，藉由中陰等流業力的神變功德，經認證而獲幻身成就

或生死輪迴解脫。至於昏昧的中陰亡者，只能藉由他人誦讀教誡，喚起生前善念意識，而加以認證獲得生死輪迴的解脫。而對於毫無信仰者，則是藉由教誡，依當時個人所能由內心生起的信仰多寡來決定，此是輪迴中陰救渡得解脫精要。

（二）地獄幻象

輪迴中陰除如前所述景象外，尚因意生身微細力故，⁵¹可以看見自己的親人爲亡者自身所作一切身後事，因內心所生起的貪、嗔、癡三毒之力，將引亡者神識往地獄、餓鬼與畜牲三惡道之途，爲避免亡者因如此無明三毒所禍害，中陰教誡中示以輪迴中陰恐怖幻想與苦楚、閻羅王審判的情景、觀看自己的喪禮、六道迷界光現前等四境，特別加以教誡說明：

1. 恐怖幻象與苦楚：

受巨大紅業風自背吹送，猛烈而瀰漫，極難忍受。並有極大黑暗迎面而來，出現打殺叫喊的嘈雜聲。如果是極大罪惡者，由於業力所造下的惡業，引生呈現許多食肉鬼、羅刹，各手持兵器追殺，同時亦有猛獸追趕。山崩塌、湖水溢出、火燃燒、颳大風等等巨響聲，迫使害怕而逃亡至三座懸崖所擋，墮至白、紅、黑三個深淵。此三個深淵是貪、嗔、癡三毒，這就是已陷在輪迴中陰境，應於此祈請上師（guru）、大悲觀世音菩薩、三寶（佛寶、法寶、僧寶）救濟。

生前累積善業的亡者，此時所呈現者卻是五妙欲的色、聲、香、味、觸與任何安樂。雖是如此，仍不應起貪欲心，而供養於上師三寶，將心安置在無散亂等持狀態。若是因爲覺知自己已經死亡，反而又生起欲尋找安住之地和一個身體，則意生身也將會產生無限煩悶，即便可進出屍體達九次之多，

⁵¹ 此微細力，乃因無物質之身，故其感覺敏銳度均爲常人九倍，是屬超感覺的覺知能力。

但是，對不能再使用的身體，令亡者更加痛苦。因此，教誡中的要訣，應該是對於一切苦樂皆不應予取受，能令心識安住在寂定當中，則於輪迴中陰可得解脫。

2· 閻羅王審判的情景：

倘因惡業力牽引，於前境象仍無法得解脫，此時教誡則告知亡者，因生前自造惡業力故，俱生神與俱生鬼會前來計算他的善業與惡業，閻羅王亦將以業鏡審其所答，刑盡一切苦楚，死而復生如是反復受苦。

亡者對此境象不應害怕，深信此意生身何來痛苦？即使是鬼吏與閻羅王亦是自已錯亂幻覺，空性又如何能傷害空性，如是認證而安住心性即可證覺。

3· 觀看自己的喪禮：

此階段已是死後第十九天，由於亡者的意生身俱有微細神通力故，對生前親人爲其所作後事的心思，均可明了他們內心的念頭，或對爲其修法執事者亦是。因此，《中陰大聞解脫》教誡亡者，不論親人爲其所作身後事是否有清淨意念，亡者自身均應心存感謝並以清淨心看待一切，莫起歡喜或瞋怒，因爲歡喜之心而令心識趣入善道輪迴，而瞋怒心則結使地獄道投生。在此時，仍沒有依怙對象的亡者，就應一心祈請大悲觀世音菩薩來作爲引導。

4· 六道迷界光現前：

在輪迴中陰後期，亡者生前習氣身的身形逐漸消失，而投生下一世六道的業果身亦逐漸顯現。此時，亡者心感悲傷，因而急欲尋找可資憑依之身，一念起故隨之飄搖而去，六道輪迴光於是現前，以亡者成熟的業力所生起的任何一道，其道所升起的光比較明顯。《中陰大聞解脫》教誡亡者應認證爲大悲觀世音菩薩之光來修習；這是極深奧的要點，能遮閉胎門而不投生。另外，對於生前所修習本尊應加以憶起，如幻如夢地任持觀修，此本尊身觀修

的方法即是所謂「淨幻身」。觀成本尊身形後，由外而內次第消融入空性光明，如是安住，再由光明起修本尊，而後如前述再入任持空性光明，反復觀修，法身遍滿一切，安置於法身不滅遠離戲論之境，如是可遮閉胎門並得解脫。⁵²

（三）投胎與出生境選擇

輪迴受生中陰後，一般情形整個中陰歷程即結束，亡者也因投胎而將進入下一程輪迴階段，但是《中陰大聞解脫》卷仍然對於亡者投胎殷殷教誡，除了殷切期許能不入胎而要得生死解胎外，如果因業力之故致無法遮閉胎門，還是教誡以如何擇選有佛法可以聽聞的善地去投生，莫要被各種業力習氣所趨情緒下而入錯胎門。

1· 胎門閉塞法

出現胎門時已決定受生六道，對曾受密法的信士，觀修所見男女交合之相為上師佛父母而以虔心頂禮，或把上師佛父母觀想為任何一本尊佛父母身，或為觀世音菩薩而作意念觀想的方式種種供養，除一心專注外，至心祈求獲得解脫生死成就，如此專注的心一起胎門就可遮閉。專注意念此世間一切是幻化不實，或持光明的修習，心識遠離戲論之空性，如是等等胎門均可遮閉。

如此觀修，是藉亡者善念生起時，或由對上師、本尊與觀世音菩薩的思念，而憶起生前所習與化解內心對中陰景境幻象的恐怖情緒，故能轉迷亂心為正念，如此證入自性光明即得解脫。

2· 出生境選擇

選擇胎門，除天道與人道南瞻部洲（Jambudvīpa）因為有佛法可聞而應選為

⁵² 《中有大聞解脫》，頁 102。此屬密法無上瑜珈部之生起次第、圓滿次第的觀修口訣。

投胎處，餘者東勝身洲（Superior body）、西牛貨洲（Cow Enjoyment）、北俱盧洲（Unpleasant Sound）、阿修羅道（demigod realm）、畜生道（animal realm）、餓鬼道（hungry ghost realm）、地獄道（hell realm）皆是不可以投胎之處。若因業力所迫見閻羅王的鬼卒等驚恐景象前來追趕，以致內心生出必須任選一地方躲避的渴求，所欲躲避之處就是受生之處，此時應觀起生飲血部中任何一忿怒尊、自身的本尊（deity）或觀世音菩薩，觀其身有如虛空大一般，如此觀想而令一切違害景象剎那消失。

亡者亦可藉自力遷識，即是自行「頗瓦」。至心皈依任何一佛國淨土，誠心祈請轉識於佛國淨土以蓮花化生，一心一意至心祈求。往生淨土之遷識與胎門選擇，同時可以防護業力所現索命鬼的方法。

若於上二法真是無力施行，則應對亡者加以告誡，唯有人道蔚藍光與天道白色光可親近，餘者之光：煙灰色地獄道的光、昏黃色餓鬼道的光、昏綠色 畜牲道的光、昏紅色阿修羅的道光皆不可親近。⁵³

由《中陰大聞解脫》卷教誡解脫的宗意，是以協助亡者由死亡過程獲得解脫，由臨終中陰最佳先機，「死亡光明」呈現時的融入，而後的法性中陰、輪迴受生中陰，至最末投生時的解脫獲得，除以教誡憶起亡者生前所修習的佛法，即便對未曾聽聞法教者，亦仍付囑以祈禱文作為引導。最重要的教誡是，中陰種種境界呈現無非是「自性」的投射，此精要就是中陰解脫口訣。至於能否因了悟自性而得到解脫，這與生前習氣牽引力息息相關，當然，亦與亡者當時中陰心識力量強弱，及對教誡內容信仰的深度密不可分。換句話說，雖然《中陰大聞解脫》卷藉死亡力量，示以亡者最直接生死解脫法要，然其解脫與否之關鍵，並非決定於其是否聽聞《中陰大聞解脫》卷且了解；而是取決於聽聞者能否生起決定性信仰，並強而有力的認持與證入。

⁵³ 詳見於附錄一總表輪迴中陰，投胎細分內容亦將四大部洲之情境詳述。

雖然在無上瑜珈部的修行結果上，以得現世即身成就列為上根之器，而在中陰的臨終中陰，死亡光明呈現時即得解脫生死成就的瑜珈士列為中根成就，那麼在法性中陰以至輪迴受生中陰得成就以下根器稱之。但在本章為解說上方便，惟以中陰解脫的時間上，對解脫的眾生根性加以分別。中陰解脫依不同要件有遲速之分，那麼，不同根性者將依其所具條件而於中陰不同階段解脫生死：

- (1) 上根瑜珈士在臨終時，於死亡光明呈現時已遷識往生，不需要經過中陰。
- (2) 中根瑜珈士在臨終時，在臨死中陰能認證法性光明亦得生死解脫
- (3) 下根之士，在法性中陰時，於每七天之中，寂、忿聖尊幻影逐步起現，雖業報和根器不同，雖然不能一次即得解脫，但再一次就可得解；中陰期間險峽甚多，在何處認證其為自性所顯，即於何處可得解脫。
- (4) 再者，福報較差與罪業較重者，因不能於法性中陰得解脫，故入輪迴受生中陰，但於選擇胎門教授若能取證，亦可生六道的天界無量功德。
- (5) 最下根之類，也能由皈依三寶功德，而由惡趣返回人道，獲得寶貴人身，瑕滿之身在來世得見上師、善知識攝受教授修習而得生死解脫。
- (6) 在新亡者屍體旁，直至血液或黃水流出前⁵⁴，《中陰大聞解脫》卷重複地或使死者憶念此法，都是助其生死解脫最佳時機。然於中陰教誡超度，在七七四十九日內均可行之，藏傳佛教各派也各有其不同的本尊超度法。

中陰境前法性自然顯現，「何處識得自性，何處得解脫生死」，「何時識持自性證入空性，何時即可得生死解脫」，這就是《中陰大聞解脫》殷殷教誡的重點。在解脫層次上雖然有別，但是，中陰的體性顯現是凡聖皆相同。所以，在「本有」的現時生活當中，對生命的培養教育內容，當然直接關係著「死」時中陰的解脫方便與生死解脫的層次。從《中陰大聞解脫》要義的洪流而言，生與死，死與生

⁵⁴ 依本章節對無上瑜珈圓滿次第之討論與解說，此處應指白、紅菩提未流出身體之前。許明銀《中有大聞解脫》，頁 28，註解黃水為淋巴液。

是相互共振的原理，因為「死生與生死」同為「中陰法界」⁵⁵洪流中的脈動。雖然更究竟的大乘佛教義理，以「輪涅不二」、「色空不二」的法性起用，但畢竟如此的究竟了義，並不是一般社會教育或人士所能深入的理趣，即便透過《中陰大聞解脫》的探討，已經可以窺見所謂「法性光明」、「中陰境象」、「自性」等等起用歷程，在死亡過程和人類的生死解脫上，都是源於共同存有的體性起作用，但是，演譯為普遍而可以被接受的義理作死亡教育之施為，仍有一段長遠規劃可以努力。期待以此藏傳密乘「中陰超度法」的論理基礎，能夠引發後起更多相關的研究或探討，讓死亡議題與死亡關懷有更多經驗可資憑以落實的理論，並且加寬加深觸角。

⁵⁵ 此處借喻，由無始以來至成佛的廣義中陰定義。

第 肆 章 「中陰超度法」於生死間之共振

《中陰大聞解脫》雖然是出自藏傳密法，但其根源是植基於大乘佛教思想，也可說是以佛教教義為內涵核心。中陰超度本懷以解脫生死流轉束縛的煩惱，藉由死亡本俱體性的自然呈顯時識持，以臻生死解脫，或至諸根瑜珈行者的中陰成就。雖然在經驗上屬密乘行持法要，但依其教導的旨趣，在理上則是一切有情本體上起作用的自覺教誡；故此，為探討社會大眾對中陰超度認知，以作為建構死亡命題經驗的落實，並以《中陰大聞解脫》卷內涵所能演譯於死亡議題的關懷，依目前社會對死亡觀念現況作討論。輯此目的，一使「中陰超度」義涵植入於社會經驗層面的落實，二來證成對個人生命意識轉化產生正向提升。

第一節 「中陰超度」之現代基植

（一）光與能量

二十世紀前，自然科學的基本假設是物質無法被創造或毀滅，這種觀點在日常生活中得到驗證，例如，一個大小既定的冰塊溶化前後重量階相等。物態轉變時並未產生物質的增減，簡言之：能量不滅定律敘述一件事實：利用一般的物理或化學方法無法創造或摧毀物質。那麼，質能守恆定律也告訴我們同樣結論：日常生活中有兩種機械能：動能與位能，動能是運動的能量，位能是儲存的能量，二者可以互相轉換。因此，所謂能量守恆定律就是：能量形式雖可以變換，但卻無法被創造或毀滅。但是，經驗上所告訴我們的一個事實，是化學變化會改變物質的特性，但是，在反應中原子數目卻不變。然而，西元 1896 年貝克勒（Henri Becquerel）卻發現放射現象，即是某些元素會放出次原子而損失質量。這種輻射損失的質量正好相當於所釋放出的能量。故此，於西元 1905 年愛因斯坦

(Einstein, Albert 1879-1955) 提出質能互換公式： $E=mc^2$ (E 是能量，m 是質量，c 是光速；物體運動速度不可能超越光速)，愛因斯坦的成就導出一種守恆定律新知：雖然質量與能量可以互換，卻無法被創造或毀滅。換句話說，宇宙中所有質量與能量總和不變，通常也稱為質能不變，這即是愛因斯坦相對論的基本論點。

對此疑問，如果質能不變，那麼，人死亡其身體重量是否為屍體相加於意識之重量呢？換個命題說法：若是人是有意識的存在，那麼，在物體死亡之後，意識應是有重量才是；也就是說，宇宙之間質能不變，假設靈魂真是存在，而靈魂重量應如何計算呢？

1· 靈氣重量的探究

自然科學觀點而言，「靈魂」存在無法被普遍性看到，一切輝煌的研究成績皆囿限於物質現象世界。雖然，質能不減定律亦曾於十九世紀之時，被哲學、宗教、靈學等形上學學科作為討論，但並無具體之結論，只是猶如其他學科一般，必順經過多重不同探究，最後之定論仍是限於實驗室的成績。即使此世上偉大之定律並未對靈魂提出可重複之實驗科學，甚或得到舉世共同之認同。而透過蘇俄科學家克里安 (Semyon Kirlian) 在高輻射場的攝影技術，已經能證實「氣場」、「磁場」，但是「靈魂」存在的科學性問題，依舊無法脫於形上學或靈學之領域巢窠，躍入自然科學堂奧。

美國對靈魂科學研究成績曾斐然躍動，那是由麻洲洲立院醫生馬克·多嘉爾做「靈氣重量實驗」，以及康寧頓博士用特製布屏映現靈魂之樣兒。

馬克·多嘉爾醫生經取得將死亡病人同意，把身體放置在他特製床舖，其下邊與磅秤相連，秤的敏感度可達十分之一盎司 (二、八克)，如此可以觀察到臨終時身體重量變化。在第一階段每小時體重平均減少一盎司 (約二十八克)，減少原因是由於患者呼吸時，所呼出的水分與皮膚所排出之水分的蒸發，此時秤的指針是隨著體重減輕而逐漸移動，但是經過三小時四十分之後，即是在患者死亡的一瞬間，指針突然下降，減少約四分之三盎司 (二十一克)，自此之後，指針

不再有變化。馬克·多嘉爾醫生實驗了六次，所得結果均相同。也就是說：人在死亡一瞬間，體內有大約四分之三盎司的「物質」離開軀體¹。達賴喇嘛說：

「世親的『俱舍論』中說，生命為暖與識之基，而死亡則是暖與識之功能的終止。因此，當我們這俱粗糙的身體與識結合時，我們就活著；分開時，我們就死了。粗糙之身心、精細之身心與最精細之身心，必須分清；死亡是識與粗糙之身分開，因為最精細之識無法與最精細之身分開，後者只是識所乘之氣或內在活力而已。」²

「死亡是識與粗糙之身分開」，與「人在死亡一瞬間，體內有動約『四分之三盎司物質離開軀體』的實驗，有共同點之巧合，這是否表示那四分之三盎司的「識」呢？

康寧頓博士是心靈研究學家，其紐約女友重病已於彌留狀，他想到馬克·多嘉爾醫生實驗，人死亡之時重量的減輕但是卻看不到「靈魂」飛出身體。而倫敦聖託瑪斯醫院的基爾拉博士，曾發表論文聲稱自人體所發光的微光是人肉眼所無法看見，不過卻可以在化學藥品「第西亞寧」染料所染的布屏上顯現。於是，康寧頓博士取得女友的醫師協助，把染上「第西亞寧」的布屏放置在女友病榻側面。不久，女友身上發出微弱的光，好像雲霧昇騰一般，射到布屏上逐漸拼湊成人形，其樣兒正是女友睡姿，很快又飛離布屏繼續向天花板冉冉上昇，就這樣不見了。康寧頓博士不禁失聲大呼：「靈魂飛出去了！」，再低頭看時，女友已溘然長逝！

3

人的「靈魂」若如上述記載，具有一定之重量，那麼，人之體重各個不同，而「靈魂」的重量經實驗所得是四分之三盎司，修習密法大成就者如貝雅達賴、

¹ 青年戰士報，68.1.10（星期三），第12版轉載自「美國心靈研究協會」的期刊：Junal ASPR。刊期待查中。

² 達賴喇嘛於西元二〇〇二年，維吉尼雅大學演講。

³ 同註1。

諾那呼圖克圖，敦珠法王、頂果欽哲仁波切……，這幾位有證可考近代成就者，涅槃後的身體都只有原來生前三分之一大小，頂果欽哲法王甚至縮到如嬰兒般大小。⁴那麼，他們「離開身體的物質」之重量，若以質能不滅定律原則來計算，其重量就非凡人所可比擬！也就是說，所脫離的物質豈僅是四分之三盎司而已？這種與常人不同的變化，是否正是密乘行者修習法、報、化三身成就法所形成差異性所由呢？此則有待來日，期有心之科學家能更深入研究。

從以上之經驗證實，靈魂不僅是人們活命之時的主宰，其形體是以人類肉眼所無法見之光體存在，並且在肉身死亡之時離開身體。於密乘續部所載，此時之光身如八歲之童子大小，狀如生前之習氣形體，然其非為吾人一般所認知之入六道輪迴之「鬼魂」，而是可藉以修習報身佛成就之不淨幻身，這部份的觀念應加以清楚釐清，以免有誤。大眾對於「靈魂」與「鬼魂」實際言語上常指同物，大都是六道中之鬼道眾，這與在中陰業力未定的「意生身」有所不同，而且中陰眾生也只有具「淨眼」的修行人看得見，這在前章已有詳盡探討。

2·光之謎彩

如前所言，「意識」之光體⁵，亦即吾人所言「靈魂」，是肉眼所不可見，原因在於人可以感知光很有限。光（luminosity）是肉眼可以感覺到的電磁能，不過可見光僅占電磁輻射光譜之一小部份。光譜共包括無線電波、紅外線、可見光、紫外線、X 射線與 r 射線。而可見光的頻率大約為 $4 \times 10^{14} \sim 8 \times 10^{14}$ 赫茲。光可視為電磁波或粒子（亦稱光子）子二種。光同時具有波與粒子之特性。光的能和動量並不是一種連續分布，而是分布在像粒子一樣的點上，稱之為光子。頻率愈高（或波長愈短）其光子能量愈大；所以可見光子能量亦很小，大約是一兆分之一耳格。100 瓦燈泡每秒鐘就大約發出十億兆個光子，所以光束看起來是連續的。

⁴ 陳念萱，《不丹、深呼吸》，台北，大塊文化，民 91，頁 20~23。

⁵ 佛教教義之中並無靈魂之名相，而以微細心所駕駕的微細氣所形成的習氣身，為中陰之身形。

光的量子性質只有在與別的原子或電子作用時才非常明顯⁶。如果 100 瓦燈泡以人的視覺是可見，那麼，人死亡之後「光形式的靈體」⁷無法被一般人所見，或「鬼魂」亦只有特定人士才能見著，這如同狗所能聽聞的頻率與人類不同之理相同，那麼，它的頻率已超過 $4 \times 10^{14} \sim 8 \times 10^{14}$ 赫茲。再者，大衛·波姆 (David Bohm) 說：

「物質是濃縮或冷凍的光，……一切物質都是光的濃縮，以平均小於光速的速度，反覆地以特定模式運動。……是能量，也是資訊內容、形式和結構。它是一切萬物的潛能。」⁸

整個宇宙能源來自太陽之光，所有物質為濃縮或冷凍之光，那麼，死亡是否是物質界還原為光源呢？《中陰大聞解脫》卷所言的法性光明並非指此物理光明；但是，佛教又以大日如來作為代表世間物質與非物質之一切，這當然是包含了物理之太陽光與非物理之中陰之明光，祂表「無始無終佛」。日本空海大師的說法，大日如來就是包含了一切存在的大宇宙，如其名而象徵太陽，大日如來之梵文 (*Mahairocana Buddha*) 中譯「毗盧遮那佛」⁹。中陰身之超度指引亡者認證明光，投入大光明的引導融入法性而得生死之解脫，正猶如物質界之還原於生源一般。在此之疑問是：「死亡光明」不是物理性之光嗎？索甲仁波切提到：

「有一點很重要的是，既不可以把它當成我們所知道的物理光線，也不可以認為它就是下一個法性中陰所顯露的光；死亡時所生起的光明，

⁶ 卷爾·阿德利，《新世紀科學學習百科》，台北，貓頭鷹出版社，民 84，頁 69~147。《大美百科全書》，台北，光復出版社，Vol.10-頁 79~81，Vol.17-頁 283，Vol.18-頁 253~254，Vol.21-頁 27~28，Vol.22-頁 489。

⁷ 中陰之意生身 (ལྷན་པོ་ལྷན་པོ།) 乃賢劫之「光身」，具些微之三十二相八十隨形好。

⁸ In *Dialogues with Scientists and Sages: The Search for unity* edited by Renee Weber (London: Routledge and Kegan Paul, 1986) pp.45~46

⁹ 十四世達賴喇嘛，大谷 幸三取材構成，江支地譯，《生命之不可思議》，台北，立緒出版社，民 84，頁 134~140。

是本覺智慧的自然光芒，『不管是在輪迴或涅槃之中都一直呈現的真如本性』。¹⁰

但他同時又提到：

「我發現瞭解死亡過程中『外分解』和『內分解程所發生的事，最容易的就是把它看作是逐漸微細的意識層次的發展和出現。身和心的構成元素持續分解時，每一個微細的意識層次的發展就相應出現，直到最後顯露出最微細的意識：地光明或明光。」¹¹

依「大手印」之解說「死亡光明」：

「當『光明』現起有的氣都融入不壞明點，在這過程結束之後，由最細紅、白明點構成之不壞明點最後才分離，最細心、氣走向另一生命的行程才會發生……。光明可以定義為『藉黑近成就心之日而現起，在黑近成就心消失後即可經驗的最細心』。……構成幻身的主因是最細氣，此氣之御者的是最細光明修空心。……圓滿次第的要點在經驗到最細心，雖然光明心是最細心，但不是每一個最細心都是光明心。何以故？此既每個活著的有情已有一最細心，但不是光明。一般人只有在睡時、死時才經驗到光明；只有行者才能在禪修時經驗到光明。……心之能力要想運作，端賴所御之氣。如果氣不淨，其上的心自然也不淨。另一方面，如果氣是智慧氣，其上自然是智慧心。……不了解心是無自性—沒有心的本來存在性。這種無自性非常細微，甚難了解，然而清淨、能取卻相對地容易了解、不那麼細微，這就是為什麼行者會對心之究竟本質起錯誤

¹⁰ 《西藏生死書》，頁 327。

¹¹ 《西藏生死書》，頁 321。

由以上摘述，我們很難界定所謂「死亡光明」是屬物理光，或屬非物理光？因為心的決定由其所御之氣為名。若真正之心仍是光明，而心又是無自性，那麼，它的命名必以所駕御稱之。即是說，是能緣的心以所緣的氣為名；但是，心若無自性，氣又何來有自性？氣（air）又確實行徑於人體之中和大氣空間當中，又怎能解說是非物理光？因為氣的濃縮即是光！而一切氣也不是因為太陽光解凍才存有，所以，「死亡光明」也未必是物理之光。因此，本研究以為「死亡光明」不能以物理光名之，但也不可以非物理光稱之。至於進一步之究竟有待後續研究之深入。

諸多無法訴諸科學實驗之事實，包括人類腦力智識無能思及的問題，致使「超覺」空間質能無法普遍性被認知與學習，甚或被部分科學否定。但觀看由十九世紀至二十世紀科學進化，更宇宙神秘的新知也被討論與了解，而質能不滅定律更是給予人類一種省思的啓示。這宇宙空間一切物質與能量均已存在，只是分子不斷的被重新組合成不同結構物質或能量，在質能不斷地被置換當中保持平衡。愛因斯坦認為：人類未知事物永遠大大超過已知的部分；由是，人類意識於肉體死亡之後，將以光形式所產生之種種中陰現象，用質能不滅定律來解釋並不背邏輯。以前述幾項的「靈魂」不斷重複實驗的舉證，似乎還不足以讓中陰存有與一切有情物種本具佛性的觀點，跳脫出一般人把它歸納為宗教理論的觀點，而成為普遍被接受的認知。從西元四世紀坦丁大帝（Constantine the Great；西元 287-337），以政治理由扼殺基督教輪迴轉世文獻之後，基督教教義傳播從此否定輪迴轉世，一般教徒對這種演變歷史也並未深入追溯，因此，整個基督教已沒有輪迴轉世之說，這是一種宗教性本論的層面性問題。

¹² 《大樂光明》，頁 103~159。

以輪迴轉世存有論，生死是不斷輪轉，那麼，在生與死之間的空窗期就是佛法所界定的狹義中陰，因為，中陰本義就是指未定的狀態。如何在宗教理論之外，有更多科學實證來加以詳實記述中陰狀態，若是在這個論點上能夠有更多科學上實證，那麼，當中陰身觀念能普及社會教育時，人類對死亡的觀點將會有重大改變，而對生命的態度也必會有積極性的調整。當然，這種全面性認知改變，所影響層面就不是目前所能預知。

（二）死亡與光之共存

於中陰身種種顯象呈現時，同時伴有各種不同明光（མཁའ་ལྗང་།），而明光顏色、亮度、出現時間各有其表義與內涵。以類別來分有「解脫光」與「六道輪迴光」，而亮度大抵前者是強烈明亮而刺眼，後者則以晦暗不明為顯現。除明光之別外，尚伴隨著各式本尊形象顯現，無論是臨終時的死亡光明，或法性與輪迴受生中陰時各種明光與本尊，一切所顯不離「自性」及「五方佛」與「五煩惱」¹³所反射的明光，三者在中陰身顯像與中陰身解脫上，深具關聯性。同時。三者也是密乘教法接引初機弟子以瓶水灌頂淨其身業、口業、意業三業所集諸罪轉化為五方佛之自性身，而期成就現世化身之功德，屬於第一五方佛寶瓶灌頂共許之瓶灌。¹⁴

一．「解脫之光明」

「臨死中陰」呈現的光明空澄澄、清淨虛無、赤裸無染是自身本來面目，是法性普賢如來佛父母，亦是佛之法身。而後法性中陰第一個七天所呈現不同方位，中、東、南、西、北之本尊五種色光：湛藍、白淨、黃淨、紅淨、綠淨之光，乃

¹³ 「五蘊」：舊譯為陰又譯為眾，新譯為蘊；積集之意。因色、受、想、行、識五陰而生五煩惱成五障。在密法之弟子五灌頂：瓶水灌頂、寶冠灌頂、寶杵灌頂、鈴灌頂、名號灌頂，即是以瓶灌頂，為滌淨成佛之垢障，亦為莊嚴各部主故。此上灌頂，為轉五蘊五障成五智之方便，及現前堪能成熟五方佛之自性；可成就法身、報身、化身之究竟功德。貢噶卻己仁波杰講授《密宗道次第心要講錄》，慧炬出版社，台北，民 90，頁 42~47。

¹⁴ 三種佛身略稱三身；身是聚集之意，此處非指此色體。法身：聚集理法之身。（為大圓鏡智所成就）報身：聚集智法之身（為平等性智所成就）。化身（又稱應身或應化身）：聚集功德之身。（為成所作智和妙觀察智所成就）。

至第二個七天和第三個七天輪迴受生中陰，所有解脫光亮度，不論所代表是五方佛性智之任何一方，光的亮度均以明澄耀眼為描述。

解脫光的顯明呈現，是否為死亡後中陰期必然之果呢？

最初開始正式研究瀕死體驗的雷蒙·穆迪（Raymond A. Moody, Ph.D MD），他將瀕死體驗一些主要構成要素，歸納成以下十一個要素：

- 一、體驗內容的無法表現性。
- 二、聽聞死亡宣言。
- 三、心靈的安寧與靜謐。
- 四、異樣的噪音。
- 五、黑暗的隧道。
- 六、脫離肉體。
- 七、與別人相會。
- 八、與光相會。
- 九、回顧人生。
- 十、走到生與死的交界線。
- 十一、生還。¹⁵

歐、美國家人士依據瀕死經驗所作統計，對光的體驗率達百分之四十三。另外，布魯斯·格雷森（Bruce Greyson）於西元一九八二年針對瀕死體驗的七十四人，所設計瀕死經驗項目主要三十三項中也有此發現，同時，發現對光的體驗經驗的相關係數高達〇、五八，僅次於「脫體」經驗，而高居所有體驗率較高項目中第二位。但是另一方面，關心日本社會的作家立花隆也同時對日本民眾作類似研究，其結果卻大異歐、美人士的經驗。最明顯所在是對光的體驗在日本卻很少，

¹⁵ 立花隆，吳陽譯，《瀕死體驗》，台北，方智出版社，1998，頁 63。

反之，美麗花園經驗是最高。再者，歐美因對宗教信仰關係，大多數把光與天主、基督之愛連結，也能與之對話¹⁶，其對此差異性所作結語是：

「所謂的瀕死經驗是結合了體驗者本身所接受的原始觀念，以及體驗者的知性或感性的複合詮釋，這樣設想或許比較妥當。如果能夠不分民族蒐集大量案例，那麼，或許可以發現之光的體驗是每個民族皆有的。然而就光的詮釋與光所代表的意義來看，則恐怕會相當程度受到體驗者本身的主觀所左右。」¹⁷

「光的體驗」成爲瀕死經驗一項重要指標，顯而易見「明光」出現是死亡初徵時的現象。從歐、美與日本的差異性看來，雖然「光的體驗」仍是被肯定，同時，光在瀕死階段呈現的必然性，以及光所產生之力量有其無法抗拒性。據瀕死經驗人士所報告，他們經由光的回應¹⁸經驗之後，對生命產生了人生不同的包容性與正面積極態度。

以《中陰大聞解脫》法性中陰「明光」之呈現，與「見光明」的經驗作一比對性討論：

- (1) 依據《中陰大聞解脫》卷對最初的「根光明」解釋，是眾生本具有，因此，瀕死經驗者見著之光有部份應是屬於「根光明」；索甲仁波切認爲，此光明不同於一般所能見之物理光。
- (2) 依據《中陰大聞解脫》卷所釋，一般人由外呼吸停止至意識脫體可維持三天半時間，而這「悶絕期」是產生母子光明會的時機，因此，死者所見之光明仍屬「根光明」或「子光明」，亦即是《中陰大聞解脫》卷內所云第一

¹⁶ 瀕死經驗者與光之對話，都爲心意相通的方式而無實質性的由語言。

¹⁷ 詳見《瀕死體驗》，頁 377~398。

¹⁸ 從瀕死經驗者所得，瀕死時的光給予大愛的啓示，大部份經由光的包容、慈愛、啓示等回到陽世的民眾，他們的人生觀與對待生命的態度均產生了正向的明顯改變。

光明與第二光明，其中的任何之一光明呈現。

- (3) 據大手印與大圓滿法教導，亡者「悶絕期」時間，因內呼吸尚在，「意識」之「明智」未離開身體，故均未真正死亡，這也就是何以醫學上判定死亡之死者，有死而復活之根據立論。於《弟子死復生經》上亦有此一段記載：

「爾時有賢者優婆塞。本奉外九十六種道。厭苦禱祠委捨入法。奉戒不犯精進一心。勤於誦經好喜布施。竿意忍辱常有慈心。暴得疾病遂便命過。臨當死時。囑其親屬及其父母言。我病若不諱之日。莫殯斂七日。若念我者不違我言。遂奄忽如死。父母親屬諸家如其所言。停屍七日。到八日親屬諸家言。死人已八日。眠眠無所復知。當急殯斂。父母言。雖已日久亦不脹。亦不臭處。小復留之。以到十日。語言未竟。死人便即開眼。諸家父母大小踊躍歡喜。未能動搖諸家共守之。至十日便能起坐善能語言。眾人問所從來。盡見何等。」¹⁹

- (4) 白菩提下降時，也是一片白光遍佈，是死亡消融第五景象，在第三章的表二裡可以詳加對照，因此，瀕死經驗報告見白光，除了是「死亡光明」外，也可能是白菩提下降的白光。
- (5) 瀕死者所見明光，大都以白光呈現，這正是「根光明」空澄澄、赤裸裸無垢之明光狀。是故，此時所見並非是《中陰大聞解脫》卷所稱二七之後「法性光明」中所呈現寂、忿諸聖眾之光。
- (6) 於《中陰大聞解脫》卷所述，在法性中陰光明呈現寂、忿尊之解脫光明，都是同時伴隨著六道輪迴之光，然於瀕死經驗報告中，所見明光大抵是單純而不交雜的白光。可知，死亡之「根光明」確實為瀕死者所經驗。

¹⁹ 沮渠京聲譯，《弟子死復生經》，新修大正大藏經第十七卷，《經集部四》，頁 868。

與醫學報告，見到「瀕死光明」之人士，部份人已被醫學上宣佈死亡，或有些是因病、意外而處在深度昏迷狀態，部份則是因手術時麻醉而昏迷。實際上，現代醫學的麻醉藥品施打也能產生如瀕死狀態時的感覺，這一點在有關瀕死經驗研究或探討報告上均普遍性地被討論。對於「解脫光明」綜合上述，不管是瀕死者的見光經驗發生，是處於那一種環境條件下，「死亡之光」於人將死或醫學上宣判之死亡時，均會自動呈現，此點已被證明；如同輪迴轉世存有問題被肯定一般。本研究所欲意進一步探討：此「死亡光明」與「解脫」之相關性。

密乘無上瑜珈部修練導引中，對「臨終中陰」法性光明（ཚལ་ཉིད་འོད་ཟེངས།）的認證任持均有詳盡教導，其要旨是爲了能在臨終中陰法性第一光明²⁰顯現之時即刻認取，平時的修練是爲薰習熟悉成性，當臨終第一光明呈顯時，則猶如「子會母」一般親切，當下產生「子母光明會」融入法身而得解脫。²¹無上瑜珈部即身成就教導「中陰身成就」導引，主要目的於此。行者²²透過俱德上師傳授本尊灌頂教導，並完成準備工作。四加行與不共四加行的生起次第之後，依教導推進而修脈、氣、明點的圓滿五次第最終達即身成就²³。這是無上瑜珈部任何一本尊修習生、圓滿二次第中均有的大手印修習方法。「根光明」也是任何一有情所俱有的「法性」，法性即是光明。猶如敦珠仁波切在《大幻化網導引法》中所示：

「根光明者，謂實際光明也，即眠時所現之眠光明，及死時所現之死光明，

²⁰ 「法性第一光明」即是「根光明」，是每一位有情眾生均本俱之法性。《中陰大聞解脫》卷：一切事物的本性是開放、空曠的，赤裸如天空。光明的空性，沒有中心，沒有圓周；純淨、赤裸的本覺露出曙光。（詳見第三章之深討論）

²¹ 「母子光明會」：「母光明」是對「地光明」或「法性中陰時的第一光明或基位光明」的稱呼，也就是指「根光明」而言。「子光明」是指我們的「心性」，又稱「道光明」或有譯「義光明」，若經由上師的指導，或生前曾有修習，而被我們所認證，就可以逐五漸透過禪來穩定化，同時也逐次完整地融入平日生活當中，或是在中陰當心性完整地融入時，認證也完整，覺悟也就發生了謂之「母子光明會」。

²² 專指金剛乘之瑜珈行者（*mantrka*）。

²³ 大手印屬無上瑜珈部生、圓二次第之圓滿次第。生起次第分：四加行（1.皈依、發菩提心：從此成爲佛子、大乘行者。2.供曼達：累積福德資糧的方法。3.觀想金剛薩埵及唸誦百字明：清淨業障的方法。4.上師相應法：獲上師加持之法。），不共四加行：每一本尊均有其不共之生起次第的加行法，應依所依止之上師教導口訣而修。圓滿次第是在生起次第堅固之後，以根本上師口訣教導勤修大手印而證得與本尊無二無別之即身成就。

如二者，無論曾否修習，或能否了知，一屆此時，決定法爾顯現，是為根光明。」²⁴

「解脫之光明或是明光」是每一位有情眾生均原本俱有。「根光明」、「地光明」、「第一基位光明」，是「法性」、「法爾如是」、「如來」、「佛性」、「本來面目」……，不論所用名相有何不同，在此所得結論是：對臨終時所呈現的「光明」若能認取並執持而融入，那麼，解脫生死輪迴即可獲得。

「解脫之光明」如何認取和執持？或是「解脫之光明」的認取是如此簡易嗎？除外，一般人還有一個普遍性問題：解脫之後去那裡了？中陰超度法的實質內涵已作了探討：融入法性光明就是生死解脫。

3·死亡與明光

相對於有高亮度、高明度「法性光明」(ཆོས་ཉིད་འོད་ཟེང་ལ།)的「解脫光」，所伴隨出現的「六道輪迴光」是比較晦暗、不刺眼。代表解脫的「根光明」是眾生原本與生俱有，而六道輪迴的光不是嗎？他們又是如何產生呢？

《中陰大聞解脫》卷內所述：六道之光乃是貪、瞋、癡、慢、嫉五毒所形：

- (1) 強烈的愚癡是白色天道光；是識蘊轉化之後為法界性智湛藍色光。
- (2) 瞋恚與罪障是煙灰色地獄道光；是色蘊轉化之後成為大圓淨智白色淨光。
- (3) 我慢是暗晦青色人道光；是受蘊轉化之後成為平等性智黃色淨光。
- (4) 貪欲與吝暗晦黃色餓鬼道光；是想蘊轉化之後成為妙觀察智紅色淨光。

嫉妒暗晦紅色阿修羅道光；是行蘊轉化之後成為成所作智綠色淨光。

現代科學克里安(Kirlian)照像術²⁵已能把生物體周邊的能量場顯現，並由其

²⁴ 敦珠仁波車造，劉銳之上師譯，〈金剛乘全集(乙)之一《大幻化網導引法》〉，香港，金剛乘學會，1983，頁275。在索甲仁波切所著《西藏生死書中》頁327譯為基楚地的「地光明」：死亡時所生起的光明，是本覺智慧的自然光芒，「不管是在輪迴或在涅槃之中都一直呈現的真如本性」。而許明銀，《中有大聞解脫》，頁25，譯為「死位中有的基位光明」。皆同指人臨終之時「風大將融於空(識)大」時，一切的成分、知覺和外境都被分解時所呈現的死亡光明。

²⁵ 克里安(Kirlian)照像術：又稱輻射場攝影，高頻高壓電場下，被照對象周圍可顯示電暈放電的

中見到能量各種不同之顏色與強弱。朱文光博士指出人類思想是形成身體的能量氣場的一重要因素，並且強調，不同思想不僅有不同的顏色，也形成個各種不同形狀。正面思想促成能量場的光亮與鮮明顏色，負面思想則形成能量場顏色之晦暗與形狀之憎惡。²⁶從佛教角度看人類心中所升起的貪、瞋、慢、嫉五種毒都是由心性所顯現，不論是否有佛教信仰，人們在死亡之時，內心所呈現均是由自心所來，只是在不同信仰中所浮現的顯像不同，但其本質是一樣。換句話說，處於輪迴受生中陰時所呈現寂靜尊和忿怒尊，解脫光和六道輪迴光都是自心對色、受、想、行、識所反應之正向與負向的心理反應，一切中陰呈顯之境正是心識一體之二面的對照；中陰身是顯現平日生活，心理活動面的投射（**projection**）²⁷。那麼由朱文光博士觀點而論，對於中陰身解脫光與輪迴光的區野也是可以理解並接受的。

（三）密乘「中陰超度」與顯乘「回向」

所謂「超度」者，是由生死輪迴苦海之此岸，投往終止痛苦生死之彼岸；然此岸與彼岸唯在意識轉化間。超度法中，《中陰大聞解脫》是以明確指導死亡各個歷程引導亡者，教導對法性及自性的認知，而令其放下對世俗的執著。融入法性解脫生死。顯乘以佛教經本作為薦超之用，而後再以「回向」方式祈禱亡者往生西方淨土，或是遠離三惡道往生善道；回向之力量如何產生呢？

1. 「念力」的科學觀與「回向」

心靈學（Parapsychology）在西方國家發展已有一段歷史，是對超感官知覺

發光圖象，近年來國內外學者以克里安照像術用於能量場的實質說明。為蘇俄人克里安(Kirlian)所研發。

²⁶ 朱文光博士，《生命的神光》，頁 1~89。

²⁷ 投射作用（**projection**）在某種環境下，個體按自己的心情、動機或慾望去覺知情境。如杜甫詩中「感時花濺淚，恨別馬驚心」就是在觀察景物時，投射了自己的感情。這是屬於有覺知的意識層面之投射；投射作用也可能是無法覺知的潛意識之運作，例如人處夢中時對夢境的反應，而中陰身的自性寂、忿諸尊之呈顯同此之理。

(Extrasensory Perception) 和「念力」(Psychokinesis) 的科學研究。PK 是以精神意志直接影響一件物體。美國科學家萊因 (Joseph Banks Rhine) 在一九三〇年代最先使用「念力」(Psychokinesis) 這個名詞，現代則部份譯為「心靈致動」。「念力」在過去幾世紀以來，即使人類居處不同國度環境，卻都有共同的相關報告。依據文獻指出，廣為人知在歐洲聖約瑟禱告時，人浮空中移動是最普遍的流傳。至於鬼怪的作祟而使東西移動、出現怪聲、或一些無法以常理解釋的怪事發生，就顯得難以被普遍了解。另外，藏傳佛法的記述傳記，以念力呈現的神奇事蹟更是不勝枚舉，如蓮花生大士身上出火、出水，密勒日巴身體化成各種動物等。這種單獨作精神運用，而無任何肌肉與身體運動，去達成對物體或自身的改變，是屬於一種精神控制物質現象，即是所稱之心靈致動。

首用對照研究念力始於一八七〇年代，英國科學家克魯克斯爵士 (Willian Crookes)，他的研究對象是霍姆 (Daniel Dunglas Home)。克魯克斯在控制的實驗室內氣流及地板振動的情況下，考驗難姆以念力將槓桿抬起，結果是槓桿彎曲但並未移動。類似的研究都證實念力的存在，而且凡人也相同的具有念力的能力，在可控制的情況下，念力也可以控制放射性物質的發射、酶的化學變化、隔離室內溫度改變，以及拍立得照片的變化。受測者從超感應知覺得來的記憶、印象及發現，有時可出現於照相機的影像中。²⁸

心理學者認為，念力與個人的情緒有關。在第二次世界大戰快結束時，曾服務於蘇聯紅軍年輕女兵十四歲的妮艾爾·庫拉基納 (Ninel mKulagina) 被德軍砲彈碎片所傷，得經長久時間的治療。她回憶說：

「有一天，我的心情不好，又怒又煩，我向著碗櫥走，不料一個罐子溜到架子邊緣，然後跌下來摔碎了。」²⁹

²⁸ 《大美百科》，Vol.21，頁 276。Vol.22，頁 488~489。

²⁹ 《瀛寰搜奇》，頁 389。

類似此類的怪事不斷發生，後來她發現移動物件的力量來自她的體內。愛德華·紐莫夫（Edward Naumov）是最早注意到她的科學家之一：

「當妮艾爾、庫拉基納集中注意力時，可以使用念力進行物件的移動，甚至把已打破的雞蛋之蛋黃與蛋白分開。有關的實驗紀錄片六十餘部。裝在她身上的儀器顯示，她受到極大的情緒上及精神上壓力。」³⁰

另一位相似之案例是透過美國科學家研究的以色列人尤里·傑勒（Uri Geller，一九四六年生），他在三歲時就已經知道自己可以「做很多事」。從一九六九年開始表演他的超能力，當時在以色列他只是大家心中以為的魔術師而已，但在一九七二年於德國表演，把用過餐後的湯匙折斷，當他離去所經過過的餐叉也慢慢彎曲，在場的手錶會停止再走或整個散開。更令人驚嘆的是，他可以蒙著眼精在慕尼黑擁擠的街道開車。儘管其大名傳到美國，紐約的醫師兼研究科學家普哈里奇（Andrija Puharich）加洲門洛園（Menlo Park）史丹福研究所都曾分別對其做過嚴謹的科學實驗，所得結果皆是相同。傑勒不一定隨時都可以表演，在他有一種「振奮」的感覺出現時，他就知道他能表演了。於一九七三年他在電視上表演，數以百計的觀眾在節目結束後，打電話到電視台反應，當傑勒出現時，家裏的金屬物品彎曲的彎曲，折斷的折斷。還有壞了多年的手錶竟又忽然走動。對這個特異的能力，離子體物理學研究所（Max Planck Institute for Plasma Physics）幾位科學家說：

「在理論物理學上至今仍無法解釋的特異現象。」³¹

³⁰ 讀者文摘，《瀛寰搜奇讀者文摘遠東公司》，〈意志力特強對女人〉，香港，讀者文摘遠東公司，1978，頁 389。

³¹ 《瀛寰搜奇》，頁 419~420。

普哈里奇博士與傑勒一起的時間很長，他則說：

「世上有一重外太空的靈力，在傑勒身上工作，不過這種靈力存在的狀態不屬於我們所知的任何一種。」³²

近代的「能量治療」也稱「靈性治療」，把能量來源作三種明確的分類：個人能量：由人體所產生的能量，在東方稱之為氣。第二類為心靈能量：這是集中在心靈力的能量，以及第三種透過思想來引導的能量。第三類稱為靈性的能量或神秘的能量。此類能量是來自宇宙之空間，是個人透過靈性（心靈的訓練）的能量而與個人之心中所信仰之神向其祈禱，而一起運作所獲能量。個人愈是放下自我，愈能與宇宙能量結合，而達到為人治病之效。能量治療法宣稱，治療者本身只是大宇宙的能量傳導者，若不是如此，只是以自身之能量作為治療，很快的自己能量就會耗竭。³³

對於吸取宇宙能量作為治療，亦如印度及瑜珈的『普那』概念。這是吸取自週遍環境中一種重要的能量形式，它是由陽光中的一種微妙的能量成份所攜帶。經由呼吸被帶入人體內的微妙能量，而治療師往往可以感覺到病人的體內往往是缺少「普那」這種成分。「普那」類似於人體活力的微妙能量，治療師本身就如同一個充電系統，把能量傳導入被治療者體內。在能量的療法當中，它所運用的成功工具是「思想」與「愛」的力量。

再從身心醫學的觀點探究人類思考的力量，身心醫學（*Psychosomatic medicine*）在二十世紀初期，現代的身心醫學才開始發展，主要在探討由情緒因素促成，或使之持續的身體疾病之治療。這類疾病又稱心理生理性疾病，其特徵是患者潛意識對矛盾情緒衝突，而造成身體症狀及疾病；據估內科病患的疾病，

³² 同註 31。

³³ Micheal Bradford，鄭濬陽譯，（*Hands-On Spiritual Healing*）《雙手能量療法》，台北，世茂出版社，1998，頁 54~94。

部分或全部是屬於精神疾病。心身症多表現於自主神經系統控制的器官，其與各種情緒狀態有關，因此，而導致器官的生理變化。例如，有強烈競爭心、容易不安、經常緊張的人容易有特定的生理特徵，包括血液中三甘油脂與膽固醇濃度增高，因而造成冠狀動脈性心臟病。常見的心身症：心理生理性腸道疾病、心理生理性呼吸疾病、心理生理性皮膚疾病、心理生理性心臟血管疾病等。事實上，不論是身體或心理的疾病，於現代醫學的治療上，身、心、靈三者的整合相當被重視的，尤以心理學的發展，人們已易於了解，在人類的成長過程中，不僅生理的發育會左右人的心理狀態，同理，成長的環境所造成的情緒上和思想上之障礙，影響人類的身體健疾與心智發展。顯然，以人類社會的演化經驗，「思想的世界」是產生轉化的原始力量所在。

《中陰大聞解脫》的超度力量，是來自痛苦中經由對「法性景象」的認知，透過意識轉化作用，從輪迴生死的苦當中獲得解脫自在。它的作用力在於缺少物質身體負擔之時，一切感應覺知均為生前九倍，且融入「法性光明」即是與法性合為一體。據瀕死經驗文獻記載，「光明」充滿無我之大愛，是極大之安詳與無法形容的快樂；體驗此光明的瀕死者對事後的問卷調查，所得對死亡的感覺為：恐懼死亡者為零。³⁴

由上所述物質、非物質界現象的綜觀，念力的作用的確是存在於無法被物質界科學家所理解的領域。雖然，還有大部份是無法以科學加以解碼，但整個宇宙空間的力量，以質能不滅定律的角度，並不會因為人類的無法探知而消失，當然也不會因為人類的探知而增加。

2·回向與法界能量

「回向」在佛教的儀式中占極重要之意義，其意如同結束的謝幕儀式。由誦唸經本或超度儀式之讚誦開始，進入正文而結束之回向，才算是完整的儀式程

³⁴ 《瀕死體驗》，頁 157~301。

序。在密乘則稱為結行。但回向仍是涵概於結行一部份，是祈求去向，把所有前面所行持的功德作一具體回饋的願圖陳述。藉能量學的說法，這是一種將產生力量的「意念」聚集，指向一定方向。如果透過前段所探討的念力問題，再加上對「回向」意圖成功可能性的探討，問題將變得單純而易於了解。因為，透過意念聚集所產生的能量，並不是可能與否的問句，而是何時見效的疑問。早期的一位理論學家教他的學生：

「西方科學的基本理念就是如此：如果你正計算地球檯面上的一顆撞球，你就不必去理會另一座銀河系統其星球上樹葉的掉落。很輕微的影響可以忽略，任意小的干擾，並不會膨脹到任意大的後果。」³⁵

又說：

「通常無解的非線性系統應被排除在科學研究之外。」³⁶

但是，「混沌理論」根本駁斥上面這二種說法。當外相看似分工精細的科學，逐漸無法解開人類對整個大自然的迷惑時，混沌理論提供了連接的路徑。為大家所熟知的「蝴蝶效應」³⁷，正足以說明在宇宙空間的任何一項無法預知的變項，都將影響原先人類科學所設定的固定預測模式，不論是在數學科學、物理科學、自然科學、醫學科學等所有一切人們所謂之科學的領域。「混沌」的理論發展了二十年，成為二十一世紀科學的新寵，科學家試圖由其中尋找大一統的可能，因為「無常」的變化，已然喚醒科學家由科學死胡同走出的覺知；它強調發展的結果對初始條件的依賴程度。本研究沒有足夠的能力對科學加以評判，相反的，是

³⁵ James Cleick，林如譯，(Making a New Science)《混沌》，台北，天下文化，1991，頁 114~117。

³⁶ 同註 35。

³⁷ 「蝴蝶效應」：為氣象學家勞倫茲所提出；氣流的變化是非線性的，任何外在的一點小小壓力，即可改變原本的物理之週期，其差別唯於發生之時間不定，故言，今天北京一隻蝴蝶展翅翩躚對空氣造成擾動，可能導致下個月紐約的大風暴。

要藉由科學的新理論「混沌」，彰顯「回向」力量的產生，正如原屬線性週期的自然界現象，會因為極其微細的外來刺激而改變。

宇宙的空間，就是佛教所謂的「法界」，人的思想、情緒、感覺、行為都將對腦神經的細胞發展形成影響。人身上的氣場也會因為思想、情緒、感覺、行為之改變而隨之改變。氣場是以多層光圈表現出來，而光圈則由光離子所組成，居外層之光離子會因為人的念力而移動其方向，不僅僅是移動方向，也會因人的不同的思想、情緒、感覺、行為形成不同顏色、亮度、形狀。³⁸Michael Bradford 以其運用雙手的能量療法之經驗：

「思想形就是一些觀念、概念或恐懼，也許是自己的或別人的，這些我們在某些層面上，都將它們視為真實的。這些思想形能在他人的靈光裡看出來；他們同時存在於人的心裡和能量場裡，每一個都在影響我們的日常生活。……思想可以是正面，而使人能量提昇的，當然也會是負面而令人的能量流失。」³⁹

民間常聽聞「加持大悲水」、對動植物的「愛氣」傳遞等⁴⁰，透過科學的儀器分析都可見大悲水的水分子結構改變、牛奶產量增多、植物長得更好，這已是眾所週知之科學實驗，而按朱文光博士認為，是念力傳遞了光離子的游動方向，因此，水分子結構變美了，甚或大悲水起水泡。

如此說來，結合混沌理論與能量學，「回向」力量的產生不無可能。只是當它的動力尚不夠推動原有的狀態時，就如同在北京拍動翅膀的蝴蝶，那個動力的傳送可能要經過一個月才能到達紐約一般。《中陰大聞解脫》卷內所學，中陰身九倍之感應力量，是令亡者一經認證「自性」即可融入而得「解脫」的重要力量。

³⁸ 《生命的神光》，頁 1~88。

³⁹ 《雙手能量療法》，頁 114~117。

⁴⁰ 「愛氣」：以一種關愛的心境，給予食物、植物、人等等的祝福，而被祝福的對象會因此而有好的轉變。天龍達也，黃雅茹，《探索氣的能量》，台北，輝鑫出版社，民 88，頁 137~174。

因爲，自身也是法性所幻化，所以一切恐怖景象無法傷害自己，因爲「空性無法傷害空性」。《中陰大聞解脫》教導的目的，是一種促動立即性的自力反應而解脫方法；而「回向」的功能則是依他力方式，累積意向以產生脫離痛苦的成果。

（三） 經歷中陰身問題

「中陰身」是否存在，在佛教信仰的世界普遍被接受，而對於非佛教信仰者而言，它是不是不存在的呢？這問題會是一般人的深層疑問。當然，如前文討論，透過文獻記載，初始的基督教信仰有輪迴之宣說，但目前，基督教的信仰已把死亡後的世界化約爲天堂及煉獄之別，對輪迴問題避而不談，甚至已否定輪迴之存在，如此的迴避如同不相信有來生之觀念一般。只是透過心理學的催眠世界去了解人類內心的記憶，輪迴之事實存在最深層的意識當中，欲加以否認的人士或宗教，已顯詞貧而力乏。假如「輪迴」確鑿如是，那麼，中陰身的幻變存在，可爭議性的應是中陰景象，存在各不同文化之差異，它的內容型態是否是一致？而對於抗拒密乘「中陰超度」的人，若對其施行超度法，是否可於其中獲得成效利益呢？

《中陰大聞解脫》卷對中陰身所呈顯的種種幻境，均告知亡者是其內心赤盛的五種煩惱所形成；即使人們的信仰有異，但是，貪、瞋、癡、慢、疑的煩惱心人人有之，那麼，發生由潛意識所投射的外境情形，顯然，並不須要宗教或者是信仰上的一致性。索甲仁波切所作詮釋：

「常常有人問我『諸聖尊會對西方人示現嗎？』法性中陰的顯現被稱爲『自發性呈現』。這表示它們是本具和自在無礙的，存在於我們所有的人。它們的生起，並不倚賴於我們可能會有的任何精神體悟；唯有認證它們才需要精神體悟。它們並非西藏人所獨有，它們是一種普遍而基本的經驗，但我們如何認知它們，則視個人的因緣而定。因為它們在本質上是

無限的，所以它們可以任何形式顯現。

因此，諸聖尊會以我們在世時最熟悉的形式顯現。譬如，對基督徒而言，諸聖尊可能以基督或聖母瑪利亞的形式顯示現。一般來說，諸佛示現的目的是為了幫助我們，因它們會以最適合也最能幫助我們的任何形式示現。但不論諸尊是以何種形式示現，我們必須明白它們的本性絕無任何差異。」⁴¹

這一段文字解釋，中陰諸尊的顯現是本質性的俱有，其形式或者會因人們活著之時的體驗不同而有形相上差異，但結論是，對一般人而言，它們還是會在中陰顯現，但是形像即便不同，由恐、怖、畏之情緒所投射卻不會相異。最重要的是，如何幫助亡者的心識，在死亡的最後一個念頭生起善念，這是不分宗教派別均可為的事。至於，如何才是令亡者在中陰，以能認持法性的力量，而證得生死解脫，在這個範籌應該是任何一種社會教育所可以努力的方向。

第二節 密乘「臨終中陰」對臨終關懷之建構

臨終關懷立論於密續中已有一千多年，它的存在，除了是無上瑜珈部修習「中陰解脫」，對死亡的消融過程須要詳加明白外，在這種「自度」外的「度他」法--「頗瓦」，同樣得準確的拿捏死亡的時刻。因此，系統化的死亡辨識方法在密乘無上瑜珈部的學習，是必要且重要的課題，相較於西方醫學所發展三十多年的臨終關懷，在系統性、深入性與周延性有過之而無不及。

（一）臨終中陰與其系統

臨終中陰是發生在臨死之際，而後內呼吸停止的真正死亡之前最初階

⁴¹ 《西藏生死書》，頁 353。

段，在這個階段有幾項議題直得重視，尤其在「中陰超度法」上，對於獲得生死的解脫深具特別意義。上根的人（平日勤修口訣者）可於此階段直接進入法性光明而獲得解脫。從另一角度，若不欲入實相中陰受苦，必先於臨終中陰時獲得解脫。據《中陰大聞解脫》卷所指的臨死中陰階段，常人的時間長達於醫學上判定死亡後三至四天之久。人的呼吸有內、外之分，外呼吸存息與否，一般仰賴醫學的判定；至於內呼吸則是指所謂「意識」是否離開身體而言。此處，所言常人內呼吸住持時間可長約三天半之久，即是此意。然此「意識」離開肉體與否，又與一般人所謂「靈魂」脫體有別。⁴²

1、東西方於臨終的判定

西方醫學對死亡關懷的著力點，主要在於可否醫治的判定，與不治之後至死亡的照顧。對於人壽將盡的徵兆進行具體整理與系統性的歸納，並對生命即將終了的症状進行照顧，開始於西元一九六七年，英國女醫師桑德絲（Dr. Cicely Saunders）在倫敦近郊成立「聖克里斯多福安寧院」專門照顧癌症末期臨終病人的療護工作。此後，對於癌症末期病人的照顧才被納入醫療系統，世界各地對癌症末期病患的療護在醫界專業領域上也漸漸被重視，並逐漸累積了一些文獻可供醫療、社工、病人、家屬作面對親人死亡的準備，協助當事者生命的結束有一定程度的基本尊嚴。

相對這個議題，中國醫葯的發展史上，不僅是強調人合於天地與陰陽五行，對於不可醫治之病亦直以斷論。

「人一呼脈再動，一吸脈亦再動，呼吸定息，脈五動，閏以太息，命曰平人。平人者不病也。」⁴³

⁴² 死亡之「意識」脫體乃持命之命根氣（語出唯識俱舍論與百法明門論）已斷，而常人之靈魂出體乃持命之氣未所，故夢中或禪定力之原因者，有靈魂出體可能。於中陰期所謂之「意生身」於此皆以常人之條件而言，「意生身」可因修行力量與境界之差異，分別各種不同層級，茲因非為本文探討主旨故不深入贅述。

⁴³ 楊維傑編譯，《黃帝內經素問譯解》，〈平人氣象篇第十八〉，台北，志遠書局，民 84，頁 145~174。

這是對一般正常人的脈象所作的判定診法，而以此作為判準，用在診療屬於無可救治的死脈：

「人一呼脈四動以上曰死，粵絕不至曰死，乍疏乍數曰死。

平人之常氣稟于骨，胃者平人之常氣也，人無骨氣曰逆，逆者死。

春胃微弦曰平，弦多胃少曰肝病，但弦無胃曰死。……

長夏胃微軟弱曰平，弱多胃少曰脾病，但代無胃曰死……

夏胃微鈎曰平，鈎多胃少曰心病，但鈎無胃曰死……

秋胃微毛曰平，毛多胃少曰肺病，但毛無胃曰死……

冬秋微石曰平，石多胃少曰腎病，但石無胃曰死……」⁴⁴

除脈象的死症判準外，〈陰陽應象大論篇第五〉記載，由陰陽調合與否之徵，亦可辨其可治與否：

「陽盛則身熱，腠理閉，喘麤為之俛仰，汗不出而熱，齒乾，以煩冤腹

滿死，能冬不能夏。陰盛則身寒，汗出身長清，數慄而寒，寒則厥，厥

則腹滿死，能夏不能冬。此陰陽更勝之變，病之形能也。」⁴⁵

脈象與陰陽的判別是其中的一個基礎，事實上《黃帝內經素問》的各論篇，不僅論及病的疹候如何，更詳記各類診斷的死症症候；由聲音、氣色等均是診病的方法。對無葯可治的病亦詳以實告，以便家屬即早有心理準備。中國醫葯的發展可追溯的年代久遠，而若以有系統的記載文獻為準，也有二千餘年的歷史。從中國醫學的經典著作，歷代醫學家奉為圭臬的《內經》，由《黃帝內經素問》與

⁴⁴ 同註 43。

⁴⁵ 《黃帝內經素問譯解》，〈陰陽應象大論篇第五〉，頁 53~54。

《黃帝靈樞素問》合輯，⁴⁶據傳成書於春秋戰國時代。由《內經》對死症的詳載，可以理解到早期中國的醫學對死亡並無忌諱，當然，對於家屬自必詳以告之。

至於，在藏傳佛教傳揚的地區，由於中陰成就法的教導是屬於密乘無上瑜珈部（མཉམ་མཉམ་ཐུགས་ཀྱི་ལཱ་ལོ་བྱེད་པའི་བྱུང་སྐོར།）的圓滿次第修習法⁴⁷。因此，無上瑜珈的圓滿次第（ཐོག་མཐོག་ལོ་བྱེད་པའི་བྱུང་སྐོར།），含括中陰成就法的教導，亦為《中陰大聞解脫》卷的「中陰超度法」（བར་དོ་མཉམ་མཉམ་ཐུགས་ཀྱི་ལཱ་ལོ་བྱེད་པའི་བྱུང་སྐོར།）內容的依據；那麼，由密乘無上瑜珈部理論的發展歷史時間而言，藏傳佛教對臨終者關懷的史料記載，應是在公元七世紀開始已具完備系統。索南才証對此之研究：

「如果我們把公元七世紀中期波羅王朝的建立作為密教信仰組織的開始，到十三世紀初期波羅王朝的徹底滅亡，密教最起碼在東南印度和北印度興盛了五百餘年。當然這並不意味者密教起源于公元七世紀，這是無上瑜伽密法，包括密法系、勝樂法系、大威德法系和時輪法系等最興盛的五百年，也是密教思想趨向完善的時期。」⁴⁸

雖然，西方醫學對臨終者的身心變化的文獻研究發展已經有三十多年歷史，這與東方世界對人壽的診候系統發展時間相較，差距二千餘年；若不以中國醫葯發展雛具系統的時間為計算，則二者對於死亡議題的關懷對時期差距，恐不僅於此。另外，西藏中陰超度法對臨終者的理論系統，為關心臨終者身心變化以掌握超度時間，而發展出臨終徵兆的資料呈現，兩者在發展時間上更是有逾一千年以上的差距。尤其是西藏中陰超度法對臨終者的種種身心徵兆描述，均明顯地顯示，西方的醫學臨終症候研究的內容不若其詳盡與系統化，這是在深入探討臨終

⁴⁶ 楊維傑，《黃帝內經素問譯解》，台北，志遠書局，民 83，序頁。

⁴⁷ 密法之經典謂之續，分四大密續（བཅའ་མཉམ་མཉམ་ཐུགས་བྱེད་པའི་བྱུང་སྐོར།）：事部（བྱུང་སྐོར།）、行部（སྐྱོད་བྱེད་པའི་བྱུང་སྐོར།）、瑜珈密部（མཉམ་མཉམ་ཐུགས་ཀྱི་ལཱ་ལོ་བྱེད་པའི་བྱུང་སྐོར།）、無上瑜珈密部（ཐོག་མཐོག་ལོ་བྱེད་པའི་བྱུང་སྐོར།）；每一續部均有其法所事與所依經典，然各派與學者對其劃分之法意見分歧。詳見索南才証，《西藏密教史》，頁 12~32。

⁴⁸ 《西藏密教史》，頁 10。

關懷議題的發展上，可作為借鏡與深思之處。

2、密乘系統化之死亡辨識法

儘管藏傳佛教為臨終者舉行頗瓦法（ཕོ་བླ་མཁའ་ལྷ་མོ།）極為普遍，但也是極為慎重之事，它對於死亡的徵候判讀更顯得重要。因此，在現代醫學上有關臨終症狀的臨床歸納，與藏傳佛法對臨死亡的辨識，有否其互為呼應之處？或有相互補足之功？將二者作一整理與比較與釐清。

其次，再從現代醫學上癌末症狀，與藏傳佛教密乘系統，分別說明兩者對臨終的死亡辨識方式：

（1）醫學上癌末症狀

根據榮總崇德病房針對照顧癌症末期病人，所整理出的相關資訊，在生理的反應上，以及對家屬和病人指導可能出現之相兆：

表一⁴⁹

期 末 癌 症 病 人 生 理 症 狀		
癌末常見症狀生理症狀		癌末常見症狀可能徵狀
1	疼痛	生理功能逐衰，對常物與水需求減低，吞嚥困難、口腔乾燥。
2	全身倦怠感	病人花更多的時間在睡眠。
3	抽搐式的陣痛噁心、嘔吐	對人物、時間、地逐漸混淆。
4	暈眩	病人可能躁動，看見其他人所看不見的人或景象，(腦部缺氧或變化造成)
5	水腫	連量漸少、大小更失禁。
6	腹水	有「瀕死之嘎嘎之音」，係口腔分泌物更多聚在喉嚨的後部。
7	失眠	視力、聽力的清晰度逐漸減弱。
8	食慾不振	血循環變慢，整個膚色顯得黑暗，體溫較低。
9	呼吸困難	張口費力呼吸、速度較快、停頓 10—30 秒的暫停，是呼吸將停的重要徵兆。
10	便秘	死亡臨近時，疼痛和不舒服之感減弱，再也無法言語。
11	釋出令人不舒服的氣味	靈魂出體經驗

由表一大略可以分辨出末期病人的生理轉變，雖然不能直接看出生理與徵兆上完全之對應性，事實上，每一個體的病因與生理功能的反應不同，隨著生理機能的衰退，生理的功能也必逐漸退失，在結束此一生的最後階段，因個別身心狀況的差異性，身心理上所反應具有一般性，而不可能一致性⁵⁰；另外，由表中所見呼吸困難卻極其明顯。《台灣醫學》對癌症末期病患常見症狀，更作了一明確的百分比分佈：⁵¹

⁴⁹ 參考台北榮總大德病房、高雄榮總崇德病房、台灣大學附設醫院、花蓮慈濟醫院、臨終關懷照顧基金會等之家屬與病人指導單張整理。參閱台北榮總大德病房護理長林瓊玲：何謂安寧療護；與註 5 之相關者作。<http://www1.vghtpe.gov.tw/webser4/marker.exe?s=1&p=安寧照顧%26大德病房&i=12163>。表一之長見之臨終症狀是由安寧照顧的護理人員，累積長期經驗之著作，其中之報告均反應了臨終病人身心靈上的大部份普遍性現象，以及部份之不共的個別性。靈魂出體則參閱 Maggie Callanan 與 Patricia Kelley 著，王明波譯，《最後的禮物》，台北，正中出版社，民 83。Miriam Schneider 與 Jan Selliken Bernard 著，王添源譯，《死亡無懼》，台北，台灣中華，民 88。Elisabeth Kübler-Ross, M.D. 著，李永平譯，《天使走過人間》，台北，天下，民 87。此三本著作之共同特點有三：臨終照顧者均是臨床護理人員、經驗長達十年以上甚或一生、內容皆用案例述解析進行。

⁵⁰ 《死亡無懼》，頁 133。

⁵¹ 《台灣醫學》，1977，頁 197~208。

表二

癌末常見症狀	%	癌末常見症狀	%	癌末常見症狀	%
全身倦怠感	89.7	噁心、噁吐	44.0	舌嚥困難	30.4
疼痛	85.5	憂鬱狀態	36.9	口腔炎	22.9
食慾不振	79.9	口乾	36.9	潰爛傷口	22.5
便秘	67.8	出血	34.1	暈眩	19.1
呼吸困難	56.6	腹水	32.2	胸水	18.3
水腫	50.0	發燒	31.8	意識不清	16.4
失眠	48.1	不安	31.3		

全身倦怠的比例最高，也是癌末病人最初的症狀，對照第三章的表二（在附錄）死亡消融歷程，「地大收滅」的情形就是如此。醫學上對末期癌病人，除根據表二所載的統計資料，以處理身心上病痛反應之外，由於面對死亡的迫切感，而產生生命本體的疑問，這是關於靈性的根本疑惑，臨終醫學稱之為「靈性痛」。對靈性痛也有治療的準備；在臨床的經驗上癌末病人所之於靈性痛所顯現的問題是：

「靈性痛常在重大危機時出現，病人常出現下列問題：

- 人為何而生，為何而死？生命是否有什麼特別的意義？
- 是否有神的存在，人與神的關係為何？
- 為什麼人要受苦？是不是痛苦是因做錯了什麼事的處罰？
- 人死了以後會怎麼樣？」⁵²

對於靈性痛的問題，安寧照護在作法上是協助臨終病人需完成的過程，它是依據下面的項目而一一逐項完成：

- ◆ 對生命產生新的意義
- ◆ 重新建立社會人際關係
- ◆ 結束世間一些事務，如財產、法律……。

⁵² 王英偉著，《安寧緩和醫療臨床工作指引》，台北，安寧照顧基金會，2000。

◆ 接受生命的終結與自然定律⁵³

以臨終醫療的發展過程來看，生理疼痛的減除列為首要，心理的照顧則輔以價值澄清、義意治療、藝術治療等廣為推用；至於病人對靈性的需求，宗教師的介入亦已能為病人所接受。台灣臨終病房的靈性宗教運用，在佛教仍處在顯教淨宗（求念佛往生阿彌陀佛淨土）為宗。藏傳佛教寧瑪派索甲仁波切，把中陰的現象作為臨終教導課程之一的「本覺會」（RIGPA）與各分會，在美國等的西歐國家卻已行之有年，該會教導不以醫葯減除疼痛，而以冥想的方法解除之。但在台灣，對於運用以密乘系統來解說臨終時內、外四大解離相徵、或令亡者對身心靈問題均能明白的團體或研究資料，甚或相關的靈性需求詳實內容，尚付之厥如。

（二）密乘的死亡判準

佛法對此器質世間的構成，乃界定由屬堅性的地（མཁུ）、屬濕性的水（ཤི）、屬暖性的火（མཚ）、屬動性的風（རླུང）四大元素條件聚合，而屬無礙的是空，「空」在有情物種則稱為「識」。因此，對人類死亡的判定，與西醫學的研究文獻的差異性？

藏傳密法視死亡為一小開悟的機會，對無上瑜珈部（*maha-anutaara-yoga*）的修行者而言，若錯失於「本有」時的即身成就（*parinirvana*）⁵⁴，則在臨終之時與後續中陰身的時機裡亦可證得佛果，或得解脫生死輪迴。因此，臨終的徵兆辨識不僅成為生時修行的重點，同時也是決定為亡者舉行頗瓦法超度時機的依據。而重要的關鍵是時機判準要正確而無誤，因為根據續部（*tantras*）所載，一個人尚未至死亡將至之時，而為之修頗瓦，無異於令其死。

⁵³ 同註 52。

⁵⁴ 本有指此生之時期，在生有之後與死有之前的壽命長短為其時間長短。《俱舍論》依人之分段生死而區別為：本有、死有、中有、生有。演培法師。《俱舍論頌講記(中)》〈分別世間品第三〉，頁 27~32。

「但若死相未具足即修遷識，其罪如殺本尊（佛），自身亦犯自殺惡行。

據《死兆具相自解脫》以觀察遠死相、近死相、不確定死相、確定死相。」

55

因此，密法在臨終生命長短的時機與跡象上，有其特殊的辨識方法。寧瑪派的伏藏《六中有自解脫導引》中噶瑪林巴（Karma gLing-pa）所述〈死兆具相〉篇，把死相分為六種：

表三⁵⁶

外死相	1.食量減少 2.耳目失聰明 3.身語意皆暴 4.無故多憂惡夢 5.手足甲失去光澤 6.後頸頭髮上豎 7.大小便噴嚏同出 8.糞尿精同出 9.身出異味 10.鼻顯塵土色 11.指壓兩目光量現而頓失 12.以指塞耳不聞嗡嗡聲。
內死相	1.七支座時風息只由一鼻孔。 2.口鼻肛門同時有風息出入。 3.若夢騎貓往東、見虎狐騎屍往南、見自穿黑衣往下、見自入牢籠網罟、見被婦人剖腹取心、見自裸體且鬚髮剃盡、常見已死之人作伴、見自入女人胚胎中酣睡、見自身年老負重而行、見倒頭跌入深坑。
密死相	1.男子明點發黑 2.女子經水發白 3.女子經病而夢採紅花 4.男子杵頭忽出黑斑。
遠死相	1.於十五月下自視身影有缺，依其缺部位而定死期。
近死相	2.五根崩敗：鼻樑陷、雙目不能凝視、如面現黑斑點、雙耳扁平貼頭之類 2.手指抓眉心時雙目瞧手而覺其中斷或極細微 3.大便熱氣少 4.壓雙目而不見光量。 ⁵⁷
零星死相	1.眼不能見鼻尖 2.照鏡不見己眼 3.哈氣手掌而手掌覺涼 4.沐浴時胸口不沾水 5.彈指不響 6.踏鬆土而無腳印 7.四大消融等臨死相。

另外，噶瑪林巴也認為：除第六種的零星死相出現時必死無疑之外，餘者皆可藉修特別的長壽法而禳命。⁵⁸至於死亡的消融次第，寧瑪派的分類：

⁵⁵ 談錫永，《六中有自解脫導引》，香港，密乘佛學會，1999，頁 134~136。

⁵⁶ 《六中有自解脫導引》，頁 134~138。

⁵⁷ 敦珠仁波切，劉銳之譯，〈金剛乘全集(乙)之一《大幻化網導引法》〉，香港，密乘密出版社，1983，頁 298~300。敦珠仁波切：「耳失聽覺，則六日死，如失味覺，則五日死，目失視覺，則四日死，鼻失嗅覺，則三日死，身失觸覺，則二日死；若無精血，則一日死。」

⁵⁸ 外死相、內死相現時是以修贖命以禳解死亡；內死相現時應修不共贖命；密死相現更難修共贖命，故應修不共贖命；遠死相與近死相現則修不共贖命三次以上；零星死相現時已決定死亡。當然，贖命法又屬密乘之無上殊勝法要，非是一般人可修，須由證量傳承之上師施之。另參見註 57。

表四

寧瑪派敦珠法王所述之大幻化網						
二十種初死之收滅次第（粗質）			四種內四大（細質）與四種明點（極細質）之收滅			
序號	內容	相應之外相	死亡八象	內四大收滅	外相	內相
1	收色蘊	則身衰弱，而力窮盡。	一	地大收入水	身不能動，且不能持，自覺山地崩頹，沉重不堪。	識如縷縷烟霧。
2	收大圓鏡智	則心不明，而所緣翳昧。	二	水大收入火	汗液與唾涎均已乾枯	識如飄動之陽燄，是時已滅除由瞋性所起三十三分別。
3	收地界	則身枯瘦	三	火大收入風	暖由手足尖收攝，身之煖熱減少。	識如螢火，僅得少許光明，是時已滅除由貪性所起四十分別。
4	收眼界	則視察不明，眼球不能轉動。	四	風大收入識	氣息出多入少，甚或停止。	識如燈光朗然，不被風所搖，是時已滅除由癡性所起之七分別。
5	收色	則身之容顏光彩，消失殆盡。	極 細 質 之 收 滅			
6	收受蘊	則身所領受減少。	次第	明點收滅	感 受 現 象	
7	收平等性智	則不知苦、樂、捨三受。	五	識收入現	因來自父親之白菩提自中脈降下，景象覺如晴空無雲，顯現月光潔，蓋如月下觀物，不大分別也。	
8	收水界	則汗液與唾涎，均已乾渴。	六	現收入增	因來自母親之紅菩提自中脈上升，景象覺如晴空無雲中，顯現紅黃色早日初出一線光明之狀。	
9	收耳根	則內外聲音不明。	七	增收入得	如傍晚晴空無雲，黃昏徧滿，黑暗如漆之狀，是時知覺失矣。	
10	收聲	則自聲、他聲不聞。	八	無知境界消失時死光明顯	則如黎明時晴空，而無月、日、黃昏之染緣，於是頂白明點下降，臍間之紅明點上升，此二明點，攝入於心間中脈都帝時，即為死光明顯現之際。	
11	收想蘊	則不知一切諸法。				
12	收妙觀察智	則連親戚與近侍人等名號，亦復不知。				
13	收火界	則不能化飲食。				
14	收鼻根	則上氣斷續緩行。				
15	收嗅	則不知自身臭穢。				
16	收行蘊	則身於一切事業，均不能行。				
17	收成所作智	則不知事業與所需。				
18	收風界	則十氣各返住自處。				
19	收舌根	則舌短且粗大。				
20	收味	不知領受六味。（甘、醋、鹹、辛、苦、淡）				

醫學上癌末病人的生理變化，與〈死兆具相〉篇內對死亡徵兆劃分，明顯地可以歸納出此二者間的相關性；意識不清與不安的情緒面，是內在死相所引發而可由外相觀察得知。實際上，〈死兆具相〉篇內詳細的描述概括了前者所無法得知的內容。再由表四的死亡消融過程，整個地、水、火、風的收滅都屬於醫學上

可以觀察，同時也是臨床上的外顯症兆；而此同時，臨終者在心識的轉變也在進行，只是，這個部份卻是西醫學上所無法得知的疑惑。第三章的表三列有八十種粗心的類別，而這八十種粗心正是四大收滅時的心識作用力轉變所依。

「雖然緩和醫療病房在台灣的設立已經邁入整二個十年，但是我們對於病人的整體臨終現象並沒有一個比較完整的理解，主要的原因不僅在於不同病人之間所展現出來的臨終現象相當歧異紛雜，臨終病人除了逐漸轉入沉默、不使用語言來表達之外，還會發展出許多健康者難以瞭解的行為，包括：情緒轉變、完全不同個性的變化、病人和一般人看不見的擬象互動、或是出一些異的行為。專業的醫療照顧和病床邊的家屬，大多不知道如何有系統的瞭解這些臨終現象，充其量只能夠片段式地運用現有的文化、民俗宗教論述加以解釋。而在照顧的實務中，也經常發生因為無法理解所造成的照顧困境，使得原本置身在不同存在模式的病人和照顧者更加難以接近。」⁵⁹

《臨終過程心理質變論述的探討》這一段文字敘述，充分的表達臨終照顧對臨終現象的無法了解與無助。其研究把臨終病人概分為「知病」：社會期、由轉落期銜接的病沈期及邊界經驗與「知死」：從轉向期進入擬象轉換、深度 IT(Inward Turning) 二段四期。根據密乘的死亡消融的系統性，試加以整合此二段四期的現象：

1· 四大的收滅

在社會期與病沈期中間有個「轉落期」，病人的身體症狀：

⁵⁹ 余德慧等，《臨終過程心理質變論述的探討》，南華大學生死學系所，第二屆現代生死學理論建構學術研討會，2002。

「病人已經認不出來是哪一個特定部位的疼痛，甚至說不出什麼原因讓他感到不舒服。也就是，病人逐漸發展出一種比特定部位的疼痛還要不舒服的感受，我們稱之為『無法敘述的整體痛』（undescrivable whole pain，或醫學稱之為 Total pain）這意謂著病人身體的統合性（integration）已經逐漸散失，而朝向一個原來的心智所把握不到的狀態，……。」⁶⁰

對內在的情緒影響是：

「病人的累則在於意識本身已經逐漸向身體沈入，微弱的心智感受到生病身體的沈重感，心智的運作逐漸近身體，並且跟不上世界的運作速度，……取而代之的卻是失整的不穩定感。整體而言，煩、累、亂等種種心智沒有辦法做什麼的沈重感，經常會讓病人想要求取解脫。」⁶¹

表四死亡消融指地大收時：身不能動，且不能持，自覺山地崩，沈重不堪，同時也是收色、大圓鏡智、收眼界、收色界。與上述的描述大致可以了解臨終者的症狀正是地大收滅的現象，當然，此收滅也有個人病情與心識差別程度上的深淺，只能是原則性的歸納，而不能是病情上的統一。

「病人洗完澡後，突然全身發冷，不管穿多少衣服都沒用，也無法控制溫度。……病人突然感覺到吸不到空氣，……病人突然忘記自己是誰，不知道自己為什麼現在在這個地方，在這裡作什麼？……病人的第一次大出血，包括：傷口突然冒出大量的血，或是嘔吐出大量的血。……病人報告『天旋地轉，那是一種非常恐怖的感覺、無法形容……。』」⁶²

⁶⁰ 同註 59，頁 10。

⁶¹ 同註 59，頁 11。

⁶² 同註 59，頁 22。

火大收滅時，身體之煖熱減少，上行氣緩行所以呼吸有間斷之現象，妙觀察智也在火大收滅時進行，對自己與人名有忘失的情形。從水大收入火開始，內在的八十種粗心也逐漸止息，這種止息的過程將顯現一生所經歷的色塵、聲塵、香塵、味塵，種種的幻象由心識中投射，這就產生研究所述及的「擬象世界」的魔象：

「這使得我們推測在視覺邏輯中，病人的內在狀態呈現並沒有結構存在。反觀心理世界的相續，是我們使用邏輯的結構串連事件的相關性，而使得世界可以相續，而影像邏輯中的不相續，也進一步顯露出病人的存在狀態實屬於一種『非捕捉』的狀態，擬象影像的出現、移動或消失，病人只能夠用類似『浮雲觀』的方式觀看，卻難以實質地對影像進行操控。……病人所顯露的『亂』在於他無法抓住秩序，視覺邏輯中的事件之間，失去相續的連結關係。」⁶³

從四大的收融過程所產生的狀況，與《臨終過程心理質變論述的探討》的研究是可以對應及解釋。當然，密乘系統化的死亡消融，是一個大原則的分辦法，至於臨床的研究資料，不難依四大消融的類別找到其答案。

2·極細質的識之收滅

對於列為極細質的收滅，是屬於識之部份，在這部份臨床研究稱為「深度 IT」（Deep Inward Turning）期，對它的描述如下：

「『完全進入 IT 以後只剩下一息尚存的時候才會有叫作「細微意識」。對病人來講，常常是在臨終前很短的時間，才會進入微細意識。在微細意

⁶³ 同註 59，頁 31。

識裡，病人的自我/非自我之間的時間被打破，宛若回到胎兒在羊水的眠狀態，呼吸呈現多吸少呼的快速喘息，直到死亡斷氣』，……『這時候病人比較接近解脫、空無的狀態，也就是朝向『與存有之母癒合』的時刻。……往往在這個時候，照顧者很容易體驗到自己內在慈悲的生成，一旦能夠用自己的慈悲和病人在一起，照顧者也被及入沒有世界的萬物流轉狀態，共同融入宇宙人我之中。這也可算是臨終者留給在世之人最後的禮物。』⁶⁴

意識的消融帶進「現」、「增」、「得」、「死亡光明」呈現，當死亡光明呈現時，即使時間很短暫，但仍是每一位臨終者所共同可以經驗。因此，在那一刻當中，照顧者所產生的心理狀態，正是死亡光明呈現的階段，這在臨終照顧者的身上經常被經驗重複地發生。

對於臨終照顧的醫療團隊，為能有效的安置臨終現象的定位，以便可以有系統的發展對臨終各不同階段症兆的照顧，所作的臨終心理質變研究，已經具有雛形。在密乘的觀點上言，它都是屬於四大的收融範圍，當然，醫學上對外在病症的描述也大多與之相符，對於病人情緒上的反應也多所記述，遺憾的是病人的情緒往往是來自於對這種變化無法了解，更對於因為生理性的消融所引同的心識變化的無知，因此而徒增困擾。事實上，在無上瑜珈的教導當中，對於生理結構各個脈、氣、明點的部位、功能、失能之種種現象有更多非常詳盡的解說，但礙於本研究之承載，無法再進一步的深入。對於有志臨終關懷之後續研究者，密乘無上瑜珈的教導，是頗具深入研究價值的系統資料。

醫學上由癌末病人的臨床統計上的症兆，並不若密乘對死亡消融內記述一般詳盡系統化與豐富性。換句話說，密乘對於人命將終的判別，比已知的西醫學上綜合統計項目更為深入及詳盡。故此，相關於密乘的死亡文獻探索研究，實在值

⁶⁴ 同註 59，頁 33。

得西醫學在對癌末病人身、心、靈變化關懷研究上的參考，並進一步的延用。

第三節 超度法對死亡的生命看待

以《中陰大聞解脫》卷的角度來看「生死」二字，事實上，生存與死亡都在中陰超度的「生命」範圍；死亡只是生命的延展，而出生則是為另一次的死亡而準備。不論物質的生命是生是死，這從中陰超度的深質意涵面是毫無分別的，因為，中陰超度的用意並不在於如何使物質色身得到善待而壽長，而是透過覺悟解脫之後，在超越物質面的意識上化出羽翼，駕乘無自性的空性自在地任遊法界。因而，「死亡只是出生的對比，出生只是死亡的死亡」，都屬於物質世界的二元論，如此輪迴不休，直至意識的覺醒而由是中止輪迴，由是而解脫。狹義的「中陰超度法」雖然是對死亡施為，但其要義卻是生時的教覺；廣義的「中陰超度法」雖然是生時的教覺，但卻是為死時的清明而準備。「以生而教死，以死而教生」，在中陰解脫義涵中，生與死只是意識受囿限在物質裡面之顯與滅的幻象。

（一）由「中陰超度法」看生死教育

由於台灣中學教育課程，缺乏相關於人生價值觀與生死觀的內容設計，故在民國八十九年教育部推動生命教育的課程。教育部之所以選擇在中學階段作為一個開始，因為，青少年階段正值對人生的探索年齡，在人格發展上亦趨於個體獨立思考的形成。不論是透過對自我身體發展認知主體性，或是與同儕關係的建立學習而連結成社會性人格，都是對生命正向積極態度學習的重要學齡，所以教育體制開始重視生命教育融入教學課程。

最近教育部核定高中新課程標準總綱，在九十四學年度起，高中課程比照國中小九年一貫課程，屆時，其中生命教育類被列為選修科目之一，這當然是說明生命教育，在台灣學制教育中已被普遍的重視，為台灣生命教育發展史添上大

躍進的一頁。

「死亡教育」也是生命教育中的一環，如果教育的功能之一是要訓練、幫助學習者適應未來的生活，並對將所遭遇的種種事件、問題預作準備，而「死亡」既是生命中不可逆的事件，雖然只是生命的最後一個階段，但也應該包含在生命教育的範疇之內。如同美國死亡教育大師 Feifel 指出，死亡觀會影響一個人如何看待自己的生命，以及如何的選擇生活。那麼，對死亡的真切認識與學習，的確是人類生命教育中首為重要的課題，因為建立由死亡議題所引發的種種，而以積極態度去迎向，那麼，生活的選擇必也積極；反之亦然。國內外許多的學者專家已經對死亡教育作過諸多的定義，依其定義而綜合整個死亡教育的目標，Rosenthal 和 Knott 二人提出：1.資訊的分享與知識的獲得。2.自我意識與價值澄清。3.助人、解決問題技能與調適行為。⁶⁵

對於生命教育或死亡教育的宗旨，已能清楚被普遍了解與接受，雖然本文並不認同部份學者把「死亡學」與「生命學」視同等號，⁶⁶因為，用「中陰超度」對死亡的看法，在起始學習基點上，「以生教死」及「以死教生」預設之教育目標雖然相同，但是，由於認知的架構、過程、經驗、心得、影響、結果面皆不會產生一致性的效應。這如同氣象學家對「混沌」的強調重點：發展結果對初始原因的依賴程度。因為，大自然的一切發展，包括人類的學習都不全然是「線性發展」，起點初因與中間歷程，存在無數促成「非線性發展」的因子。

「我之所以主張，死亡學應該放在廣義的生死學探討範圍之內，乃是由於生與死構成不可分離的一體兩面之故。生命的意義必須假定死亡的意義，才會彰顯它的終極深意，反之亦然。如說孔子所云『未知生，焉知死』，有見於『生』而無見於『死』，故屬一邊之見。死亡學也有偏重『死』而忽略『生』的危險，亦屬之見。因此，我們必須結合『生』與『死』，生、

⁶⁵ 黃天中，《死亡教育概論 II》，台北，業強出版社，1992，頁 6~11。

⁶⁶ 張淑美，《中學「生命教育」手冊》，台北，心理出版社，民 90，頁 I~X，頁 3~36。

死問題的學理探討一時並了，而讓死亡學在現代生死學的研究領域，發揮它的學理功能與真實意義出來。」⁶⁷

這是傅偉勳教授對生死學命題所提出的看法，但觀目前國內的生命育，雖然在架構當中也置放了對死亡教導，但大抵是局限在死亡的認知與態度，這與對死亡本身深度的認識，而產生對生命態度之轉換，實際上有極大的差距。因此，本文所持看法「以生教死」的生命教育架構，和「以死教生」的生命教育架構，各別在受教者的生命態度上，所產生的學習轉換效應與歷程是將有所不同。至於差別性如何？可於後續的研究當中，以二種不同架構的生命教育教材設計，分別作實驗性的分析，但這並不是本論題的核心。因此，以下是依目前的中學生命教育內容，試以「中陰超度」的深質意涵加以討論。

1. 「以生之取向」的生命教育課程

從整個台灣生命教育的推動脈絡細觀，護校生因為接觸死亡的機會比一般學科的學生多，因此在七〇年代就有學校開設死亡教育類似的課程⁶⁸，但是死亡的議題，是於六〇年代開始陸續由專業的邀請而帶進國內。以傅偉勳的《死亡的尊與生命的尊嚴》對現代生死學建構，所肇劃的生死學研究所，則起於民國八十五年的南華大學。至於，國內以生死學為正規教學部份的課程則始於民國九十年，其發展至目前課程設計較為完整版，以民國八十七年前省教育廳委託曉明女中結合專家學者及數十位高中教師規劃及編纂的教材，另一是財團法人台北市得榮社會福利基金會「生命教課程研編小組」所設計的課程。針對前二版的生死教育課程設計內容所作分析研究，依其不足而刪補的「生命的彩虹」生命教育課程設計，列入有關死亡的「生命的河流」單元：⁶⁹

⁶⁷ 傅偉勳，《死亡的尊嚴與生命的尊嚴》，台北，正中出版，民 82，頁 176~187。

⁶⁸ 曾煥棠，紀惠馨，陳錫琦，《護生對生死學課程內容需求及其影響因素之調查研究》，現代生死學理論建構學術研討會，南華大學生死學研究所，民 90，頁 3。

⁶⁹ 吳庶深，劉欣懿，《「生命的彩虹」高中生死教育課程設計之特色》，第二屆現代生死學理論建

表五

單元名稱	生命的河流
單元目標	1.認識死亡是生命自然的現象與意義。 2.有能力面對失落。
教學目標	1.了解死亡的本質並接受死亡為生命歷程中自然的一部份。 2.能思考死亡的迷思並省思自己對死亡的感受和態度。 3.能適切的表達對死亡的感受。 4.同理喪親者的失落情緒，展現調適失落的技巧。 5.接受死的事實，珍惜當下所擁有並規劃未來生活目標。

上表所列可清楚知道，讓學生了解死亡並且能接受死亡，是這個單元的目標，對死亡本身的議題其實仍是著筆於接受死亡的態度建立。

至於死亡教育內容大多衍自美國 Leviton 所提出的三個層面之探討：「死亡的本質」、「對死亡及瀕死的態度和其引起的情緒問題」、「對死亡及瀕死的調適」等相關議題（Leviton,1969；Eddy&Alles,1983）張淑美則將其歸納為：⁷⁰

(1) 死亡的本質及意義：

- A.哲學、倫理及宗教對死亡及瀕死的觀點。
- B.死亡的醫學、心理、社會及法律上的定義或意義。
- C.生命的過程及循環；老化的過程。
- D.死亡的禁忌。
- E.死亡的泛文化比較。

(2) 對死亡及瀕死的態度：

- A.兒童、青少年、成人及老年人對死亡的態度。
- B.兒童生命概念的發展。
- C.性別象色和死亡。
- D.了解及照顧死者的親友。

構學術研討會，南華大學生死學系，2002，頁9。

⁷⁰ 張淑美，《從美國死亡教育的發展兼論我國實施死亡教育的準備方向》，國立高雄師大教育系，教育學刊，14期，民87。

E.瀕死的過程與心理反應；死別與哀傷。

F.為死亡預作準備。

G.文學及藝術中的死亡描寫。

H.寡婦、鰥夫和孤兒的心理調適。

(3) 死亡及瀕死的處理及調適：

A.對兒童解釋死亡。

B.威脅生命重症的處理；與病重親友間的溝通與照護；對親友的弔慰方式；
「安寧照顧」的了解。

C.器官的捐贈與移植。

D.有關死亡的業務：遺體的處理方式、殯儀館的角色及功能、葬禮的儀式
和選擇、喪事的費用等。

E.和死亡有關法律問題，如遺囑、繼承權、健康保險等。

F.生活型態和死亡型態的關係。

(四) 特殊問題的探討：

A.自殺及自毀行爲。

B.死亡倫理與權利：安樂死、墮胎、死刑……。

C.意外死亡：暴力行爲、他殺死亡。

D.愛滋病。

(五) 有關死亡教育方面：

A.死亡教育的發展及其教材教法的研究。

B.死亡教育的課程發展與評鑑。

C.死亡教育的研究與應用。

所有的生命教育教學範圍，護校生對死亡的接觸，比其他學科的學生次數來得頻繁，因此，曾煥棠等依據國內外十四位學者專家，所提出的生死學相關課程

內容所整理：⁷¹

表六

1.死亡和瀕死的定義(醫學、生物學、心理學、社會學、法律方面)	21.器官捐贈的倫理議題	41.瀕死病人家屬的心理及靈性照護
2.死亡和瀕死的歷程	22.墮胎的倫理問題與爭論	42.失落的定義
3.文學音樂藝術中對死亡的描述	23.自殺的(社會學、心理學、物學等)闡釋	43.失落的種類
4.不同文化風俗對瀕死及死亡的反應	24.自殺的跡象	44.失落後的悲傷反應
5.當前發生的社會議題如 921 地震、華航空難等	25.自殺的處理措施	45.影響悲傷的要素
6.心理學對死亡的觀點	26.自殺的倫理問題與爭論	46.正常與病態悲傷反應
7.哲學對死亡的觀點	27.安樂死的倫理問題與爭論	47.失落和悲傷的處理
8.民間宗教的生死觀點	28.安樂死的定義	48.面對瀕死病患應有的態度
9.佛教的生死觀	29.安樂死的種類	49.如何面對親人、朋友的死亡
10.回教的生死觀	30.預立遺囑(生前預囑)	50.面對瀕死或死亡病人,個人的心理調適
11.基督教的生死觀	31.病人的權利	51.覺察與探索個人對瀕死及死亡態度
12.國內、外死亡教育的現況發展	32.遺體處置的爭議問題	52.護理瀕死病人經驗的分享與討論
13.死亡教育的教學方法和教材	33.安寧療護的現況與發展	53.生命最後旅程的規劃
14.死亡教育對護理專業的重要性	34.瀕死或接近死亡經驗的相關研究發展	54.各宗教的喪禮或追悼儀式
15.死亡教育者應具備的條件	35.瀕死病人的需求	55.喪葬儀式的功能
16.兒童對死亡概念的認知	36.瀕死患者的症狀控制	56.台灣喪葬的現況發展
17.青春期的死亡的態度	37.如何與瀕死病童溝通	57.失喪者家屬可能面臨的喪葬問題
18.成年人對死亡的態度	38.角色扮演與瀕死病人的溝通	58.如何規劃葬禮
19.老年人對死亡的態度	39.如何協助瀕死者面對死亡	
20.生態環境與死亡	40.瀕死病人照顧的護理演練	

上表與 Leviton 所提出的三個層面之探討：「死亡的本質」、「對死亡及瀕死的態度和其引起的情緒問題」、「對死亡及瀕死的調適」等相關議題大致相同。

雖然國內、外的學者專家已投入死亡議題研究多年，並且能對死亡議作如此周延宏括，但實際上，是否這些議題被帶出討論之後，就全然的解決人們的死亡迷思呢？

生命教育或生死教育或死亡教育，整個範圍已具有完整的願景，從如此的目標再逐步細部深入與擴大，約略的可以看出「以生教死」的「生之取向」教導運用，雖然亦有學者強調死亡教育是「以死教生」，但唯缺「死亡本身」內容的教材，都構不上是「以死教生」，即使加入「臨終關懷」的諸多內容。

⁷¹ 同註 60。

從《中陰大聞解脫》卷的內涵，以上的課程設計，無關死亡本身而是存活者面對死亡的態度與認知。當然，如果由廣義面來看，這對生存意義建立的需求，自然可以產生比較清晰可塑的方位，也有利於個人未來面對死亡時的心境。只是，它的內容仍然是「死亡本身」之外的事件，所以本文才稱之「以生教死」。面對人類多元性的個別性需求與死亡的深質本體，很顯然地，看似完美的建構死亡教育版圖並不能全然的解決人們面對死亡之時的深底疑問。

由六〇年代到九〇年代，從國內到國外的護生都對照顧瀕死患者所獲得的幫助不滿意，而且個人在身心上更是受到影響。⁷²依死亡教育相關的研究資料顯示，對死亡的疑惑仍是在前述相關死亡議題的範圍之內，那麼，接觸死亡機會最多的護校生，無法感受充份的接納接觸死亡所引發的種種問題，這啓示「以生教死」對「死亡本身」的探索深度上有盲點，或是對死亡教育所提供的教導，存在著能力未及的區域。當然，也有可能是「生死教育」推動的方向，刻意規避深入宗教面的探索，因此，而引發死亡議題上的諸多道德難解衝突和情緒。針對目前國內生命教育的教材設計，已經有甚多專業學者投入其中，這並不是本文所要加以討論的重點，只是藉由對生死教育的內容議題之呈現，提出目前「以生之取向」的死亡教育，比較「中陰超度」論題所深入的死亡本質，提出批判性的思考作為死亡教育發展基植的省思。

2· 建立「知死為基源」的生命教育

用「中陰超度」的死亡意涵，把死亡的物理性過程，以及超物理性的意識面探討植入死亡定議、權利、倫理……等加以討論。所以，由《中陰大聞解脫》卷對死亡的本體性層面和生命終極發展的關懷，用「以死教知」的基礎，將可以清楚地處理相關死亡問題諸多難題，原因不外是現有的文獻對死亡的深層面，無法提供更多細節的解釋，只是作經驗與學理的現象陳述之統計，雖然以 Leviton 所

⁷² 同註 60。

提出的三個層面之探討：「死亡的本質」、「對死亡及瀕死的態度和其引起的情緒問題」、「對死亡及瀕死的調適」的確是足以含概所有相關死亡議題所衍生的問題，但衝突性的問題之所以沒有得到周延性的結論，除了各家學者持不同己見之外，事實上，若從密乘「中陰超度」的觀點來看，社會上普遍存在對死亡的本體深質與精義的無知，致使人們的探索解答的路徑，仍然囿限在臨床經驗的現象面詮釋，以及各宗教義理的表面上打轉。當然，本文並不以為把密乘無上瑜珈部的相關中陰教導加諸其上，所有的生命與死亡議題，就能讓所有人類的需求獲得滿足，或是成為放諸天下皆準的原則。畢竟這是一個多元、獨立思考的人類社會，這種期待不可能發生！惟於現有的研究與問題當中，提供本研究所發現而野人獻曝，期可在思索死亡議題之同時，提供對學界更有幫助的發展路徑。

將表六的內容依「死亡定義及權利」、「學理與宗教的死亡觀」、「生命發展與生死教育」、「死亡與社會性」四項作為劃分如表七，以方便並以「中陰超度」對生死意識轉化的內涵加以討論：

表七

死亡定義及權利	1.死亡和瀕死的定義(醫學、生物學、心理學、社會學、法律方面)	31.病人的權利
	2.死亡和瀕死的歷程	32.遺體處置的爭議問題
	3.文學音樂藝術中對死亡的描述	35.瀕死病人的需求
	4.不同文化風俗對瀕死及死亡的反應	36.瀕死患者的症狀控制
學理與宗教死亡觀	6.心理學對死亡的觀點	9.佛教的生死觀
	7.哲學對死亡的觀點	10.回教的生死觀
	8.民間宗教的生死觀點	11.基督教的生死觀
生命發展與生死教育	12.國內、外死亡教育的現況發展	43.失落的種類
	13.死亡教育的教學方法和教材	44.失落後的悲傷反應
	14.死亡教育對護理專業的重要性	45.影響悲傷的要素
	15.死亡教育者應具備的條件	46.正常與病態悲傷反應
	16.兒童對死亡概念的認知	47.失落和悲傷的處理
	17.青春期的死亡的態度	48.面對瀕死病患應有的態度
	18.成年人對死亡的態度	49.如何面對親人、朋友的死亡
	19.老年人對死亡的態度	50.面對瀕死或死亡病人，個人的心理調適
	33.安寧療護的現況與發展	51.覺察與探索個人對瀕照及死亡態度
	34.瀕死或接近死亡經驗的相關研究發展	52.護理瀕死病人經驗的分享與討論
	42.失落的定義	53.生命最後旅程的規劃
死亡與社會性	5.當前發生的社會議題如 921 地震、華航空難等	37.如何與瀕死病童溝通
	20.生態環境與死亡	38.角色扮演與瀕死病人的溝通
	21.器官捐贈的倫理議題	39.如何協助瀕死者面對死亡
	22.墮胎的倫理問題與爭論	40.死病人照顧的護理演練
	23.自殺的(社會學、心理學、物學等)闡釋	41.瀕死病人家屬的心理及靈性照護
	24.自殺的跡象	54.各宗教的喪禮或追悼儀式
	25.自殺的處理措施	55.喪葬儀式的功能
	26.自殺的倫理問題與爭論	56.台灣喪葬的現況發展
	27.安樂死的倫理問題與爭論	57.失喪者家屬可能面臨的喪葬問題
	28.安樂死的定義	58.如何規劃葬禮
29.安樂死的種類		

佛教密乘對「死亡消融」過程已作精深的描述，這是死亡教育所欠缺的內容，至於，是不是死亡教育所需要的部份，試由以上的分類角度加以討論：

(1) 死亡定義及權利

此項的歸納除了醫學、生物學、心理學、社會學、法律方面的定義問題之外，另外，相對於病人本身權利與疼痛處理，或民俗文化對死亡的反應，以及對死亡現象的描述無有太大的爭議性，針對死亡的定義所引發的問題，就足以令吾人深

思目前對死亡的判準，是否足以滿足人類死亡經驗的解釋？Robert M. Veatch 是華盛頓特區治城大學甘乃迪社會、倫理和生命科學機構的醫學倫理學教授（Associate for Medical Ethics and Life Sciences at Georgetown University in Washington, D.C.），也是當代大多數討論有關醫藥倫理問題的主要作者，在其所著《死亡、瀕死和生物學革命》（*Death, Dying and the Biological Revolution*）多方面的引述不同層面對死亡的判準定義與討論，下表是目前西醫學上對死亡的判準不同之見，引自其附錄：

表八

死亡的概念	死亡的定位	死亡的判準
在死亡時本質意義的哲學或神學上的判斷改變	如果一個人死亡，指出可以查看、可以決定的部位	醫師或其他官員所使用的測量去決定一個人是否已經死了一經由科學的經驗性研究而決定
1.「活化」身體流體的流體不可原的停止，例如：血液和呼吸	心臟和肺臟 呼吸的觀察？	呼吸作用的可見觀察或許經由鏡子的使用 2.感覺脈搏，可能使用腦波圖
2.靈魂自肉體不可復原的喪失	松果體（根據笛卡兒）呼吸管	呼吸的觀察？
3.身體整合和社會互動能力不可復原的喪失	腦	1.無法接受性和無反應性。 2.無法運動或呼吸。 3.沒有反射作用（除脊髓的反射作用外）。 4.腦波圖呈現平線（視為確證性證據被使用）。 所有測試必須重覆廿四小時之後（下列狀況除外：降低體溫法和中大神淑系統因藥物使用呈現鎮靜）
4.意識的不可復原的喪失或身體整合和社會互動能力不可復原的喪失	可能是大腦皮層	腦波圖

其中在死亡的概念中第 4 項是把人性的觀點放在社會角色上，這種死亡判定法很少被使用。目前在美國較廣為人知的死亡的定位是第 3 項，這個研究是經由

「哈佛醫學院檢腦死定義特別委員會」所執行的真正任務，這個報告是經由二千六百五十位病人在廿四小時的期間有著相同的腦波圖，去除測到 CNS 鎮定劑的麻醉量三個人，不是被這個報告所包括的病人群，沒有一個病人復原，因此，報告說：「有最大的確證性的價值」。⁷³對以上的死亡定義與判準，討論如下：

A·醫學上的判定死亡，是以器官性功能的喪失為判準，第 2 項的死亡定義是笛卡兒所提出，至於他為什麼把靈魂界定是存在松果體，或有依源可考，這並非由「中陰超度法」看死亡定義的重點。從唯識學的角度「意識」就是「先來後去作主公」的「意識」，這個一般謂「靈魂」在密乘的解說的確是在所謂「心輪」的位置。「輪」是能量所在的位置；心輪所在是雙乳之中心位於中脈，中脈在人體住中位置。但是，因為無明錯亂漸移於後，所以大部份人之中脈是住在脊柱中。⁷⁴因此「意識」脫離身體是否心臟就停止跳動，而連帶其他受心臟所支配的器官也停止？或者，心臟停止跳動時「意識」就離開身體？或者是其他的神經系統等等之功能的喪失，在密乘的觀點看來這不是邏輯性的問題，二者並無絕對的相關性，也不是以此來定義死亡。

B·「持命氣」是密乘修脈、氣、明點之一，它的重要性：

「持命氣住於中脈，五脈集合處之上。八識與染污意之第七識俱，住於其中。

持命氣於現生之作用，為與氣息動作相合，臨死時則去，而識往他方；故名虛空依怙。

持命氣之住也，為增上生起我執與分別。

⁷³ Loius P.Pojman, 魏德驥等譯,《解構死亡》(Life and Death:a Reader in Moral Problems), 香港, 翰林書店, 民 86, 頁 31-56。

⁷⁴ 《大幻化網力引法》, 頁 201。

持命氣若不住中脈，而住餘處，則令人昏亂及瘋顛，甚或致死。」⁷⁵

所以，所謂「靈魂出竅」者意識離開身體，但身體器官尚在運作所以不是死亡，是因為持命氣尚留中脈。《中陰大聞解脫》卷指常人外死亡發生時，是醫學上的外呼吸停止運作，但是持命氣未盡意識尚未離去可達三天半的時間，這就是所以稱「內呼吸」尚在。依密乘對死亡的解說，死而復生者應是發生在這個時間內，所以，密乘的死亡概念定義：持命氣已盡，意識往他方（離開身體）。死亡的定位：持命氣所在的心輪。死亡判定：醫學上死亡三天半之後。

靈魂學對死亡的定義與密乘的死亡定義是相同的，雖然佛教本身並無靈魂的名相用法，靈魂與中陰的意生身之區別，如之前第三章所深入討論的也不相同，但以「死亡」此單一事件上的界定而言是相同的。對此，死亡概念的陳述應再加入密乘的死亡界定，一來可以補足醫學上科學所缺，二者也能呼應與補足靈魂學的解說，三是讓死亡的關懷可滿足人類的多元觀點。

（2）學理與宗教死亡觀

於此，雖然已經有佛教的死亡觀，但基本上，由於密法向來不屬於普遍公開的法門，因此，外界不僅不能了解它的深奧，更加無法體會死亡在密乘所函概的精義。因此，一般所見佛教的死亡觀只能是大原則，更可說是佛教顯乘的死亡觀。因為，據本研究分析所得，佛教密乘的死亡觀點實在有別於顯乘上所談論。在密乘無上瑜珈的死亡觀點，是積極而且充滿成就的機會；它不是生命的結束或輪迴的循環，而是生命的開展是輪迴的終止。是透過物質性解構的生命返源，是成佛的極佳時機。值此之故，密乘的死亡觀理應獨立於宗教死亡觀，以別於一般佛教死亡觀，以突顯其殊勝處與不共性。

⁷⁵ 《大幻化網力引法》，頁 220。

(3) 生命發展與生死教育

把死亡消融過程作系統介紹，可以達到如此巨細靡遺，只有在乘密的無上瑜珈部可見。它超越醫學科學的認知，也超越物質世界所可探測的領域；但是，它不違背醫學科學所能推理的認知，也不違背物質世界所能解說的範圍。所謂科學是可以重複地被實驗，從臨終者的生理性反應都含概於密乘的死亡消融系統，瀕死者的經驗統計都可以在死亡八相的描述當中落實，這即可以說是一種重複性的實驗；已能被重複實驗的結果，科學所不能接受的理由為何？

如果生死教育是為了能在生存的生命期產生積極面影響，那麼，來自於宗教的死亡教導，就不應該被排除在外。尤其，當現存的研究結果無法提供人們更多相關於「死亡本身」的教導滿足，佛教的「密乘死亡學」更應該被善加運用於生死教育，原因是由死亡消融之識心收滅次第，八十種粗心最後所收滅者將直接影響亡者的中陰心境，與下一世的因緣成熟。類此的教導無非是對一個人生活的行徑之告誡，這種從死亡本身為基礎的指導，而延伸至生前生活態度的保握，的確比一般的生命教育之內容更具震撼與啟發。至於，如何淡化其宗教性及教法與教材的架成，這是在其融入生命教育課程之前，可以先行施測的研究，也是從事生死學研究者可以深入的後續研究。

(4) 死亡與社會性

死亡與社會性的關係當中，牽連較深的就屬死亡倫理的問題。墮胎、自殺、安樂死從中陰存有性的角度，都是屬於「非法」的行為。在哲學與其他的神學也有類似的主張。試看密乘「中陰超度」更深層的角度又如何：

A·佛教對「人」的肯定價值是等同「佛」，迷時謂之眾生，覺時謂之佛；密乘於此更是如此，而且，密乘是果上起修，當下證成佛果的即身成就。「中陰」對無上瑜珈部的修行者而言是成就的機會，而對臨終者務必判得準才能修「頗瓦」，令其遠離中陰的種種痛苦景象，直得生死輪迴的解脫或遷識其他

佛國淨土。若是未達修遷識法的時間而修之，就等同殺佛一般的重罪。由是來看墮胎、自殺、安樂死等倫理問題，在密乘的看法答案已然清楚明白。

- B· 器官捐贈在個人意願下是可以作自由的決定，而以《中陰大聞解脫》卷對死亡的教誡，即使醫學上死亡後的三天半時間由於神識尚在，對外界環境實際上是可以覺知的，而卷中所指念頭的起落就是解脫與輪迴的原由所在。因此，若當事人未深明器官捐贈的深義並出於自由意志，器官的捐贈問題由密乘的觀點來看，似乎是值得深加商榷。當然，以佛教顯學或密學都講求利他之菩提心，如果，臨終者在生前已明白自己的決定，並且深刻的肯定自己的抉擇，於臨終之時或亡後都保持如此的堅心，這種器官捐贈的善舉無非是解脫道上的加分。
- C· 民間透過各式的喪葬儀式來追悼亡者，一來在生者的心理上自有安撫的心理作用，二者，這種已然成俗的儀式對於亡者所產生的實質意義，由「中陰存有」的觀點有更深入討論的必要。若是對亡者無法產生實質性的幫助，那麼，以「中陰超度」意涵為基植，而所能衍生的殯葬文化與改革，是刻不容緩的事業。

於上，任何的相關死亡之教育，都能對生命產生轉換性的學習作用，本文也對目前國內學者專家的努力持肯定之看法。闢此單元討論生命教育的目的，是以《中陰大聞解脫》卷之觀點演繹之，這是目前學界在設計死亡教育課程時所欠缺的基質，原因如同前述。由於，入密的修習必須經過出離心、菩提心與空性正見的學習並達堅固，學習的歷程尚有福慧二資糧的累積，與加行次第的建立。雖然，密法可以速得即身成就，但也絕不是常人想像中的輕易可為。所以，為免一般人因為無知與不解密意而生誹謗之心，故密乘教導原屬密而不宣，學界要獲此文獻實屬不易，遑論能以「死亡本身」作為「以死教生」之生命教育！而又能深入探討也須具緣機會，本研究適逢對論題之深入而有意外之發現，亦屬始料未及。

(二) 以「中陰超度法」探討殯葬意義

「殯葬文化」是隨者各國的民情風俗而產生，當然，台灣目前的殯葬文化也自有其發展的背景，但是另一方面，因為人類社會的人文結構，也會隨著經濟發展結構的轉變，而逐漸形成舊結構的瓦解與新結建構的成形。雖然，從《禮記》以下，歷代有關禮學的著述中，都是以喪禮、喪服所佔對篇卷最多，但演進至今已大多失其原意，或不知其原意為何？加上人人忌談死亡，也因此喪禮的繁文褥節多操於殯葬業者，不僅是內容上因為無知而生厭煩，在費用上也任由業者剝削⁷⁶。對於殯葬文化的改革之見，除了經濟文明下個人認知之需，在台灣尚存有諸多社會性因素，如土地的有限性、鄰避問題、社會成本……。

「殯葬」與「喪葬」在字面上看似相同，實則有異；人死之後入殮至下葬之前的時間謂「殯」，而整個對屍體的處理期間都可稱為「喪」。死亡的喪禮過程對生者而言，有其心理層面、社會層面、宗教或哲學層面的功能性⁷⁷，這是任何一個民族的喪葬習俗所共同的內質。因為，對亡者喪葬處置過程，原本就是依生者的認知而進行，不論這認知所依為何，它仍是由心理意識運作所產生。本文依喪禮的本質差異處，就其演譯的初意取向歸分為本體性、經濟性、信仰性、文化性。台灣殯葬文化是建立在以生者的需求上，它的發展乃由最原始的悼念亡者，逐漸加入儒家的思想，又融入了道教的觀點，而演變至今所加上的殯葬業者商機考量的多樣化。從「中陰超度法」來探討殯葬文化，是以其立論內容的意涵，以亡者本身利益為主體，由本體論的觀點為基植加以評述。

1· 殯葬制度起源與演變

「事死如事生」可說是中國喪葬禮儀的原生觀，再加上中國社會發展以農立國，所講求的「多子多孫多福氣」與「禮儀之邦」，因此，從死亡所演伸出的喪禮自是面面俱到，也更顯繁褥。在《禮記》詳載了中國喪禮的內容，並且說明其

⁷⁶ 周何，《古禮今談》，台北，萬卷樓圖書，民 82，頁 123~128。

⁷⁷ 林綺雲等，《生死學》，台北，洪葉文化，民 89，頁 257~287。

禮的原由；但這並不等於喪禮於始於周朝，而只能說中國的禮制發展，到了周朝達到最完備的階段。另外，從各古籍當中也多有散記喪禮之事，如漢初所流傳的《儀禮》、《荀子》〈禮論篇〉、《論語》〈陽貨篇〉、《楚詞》〈招魂篇〉、《說文》等：⁷⁸

(1) 以喪服區分與死者之親疏

喪服制度大約是起源於周代，漢初《儀禮》中詳述有關喪服的記載，它的起源追溯所應於中國濃厚及嚴密的家族組織，而喪服的制定為的就是區別生者與亡者之間的親疏關係。由最粗質的麻「斬衰」、「齊衰」、「大功」、「小功」至「細麻」共分五服；子女為父所披或父為長子用「斬衰」，曾孫、外孫用「細麻」，顏色亦由重而淡，外親等亦有其他配件識別。

喪服制定目前仍被社會民俗所延用，這是為了在喪禮當中，如同與亡者生前之血緣等次而所須，若有增損也不離此家族性的原則。

(2) 為祈亡者能復活故三日而斂

「斂」是收藏之意，分「小斂」與「大斂」；小斂要求善，大斂則求妥。小斂含沐浴、化裝、更衣等，目的是對亡者的珍視；大斂入棺，其旨是保存。古時的入斂時間是斷氣三日後為之，由《禮記》〈問喪篇〉所載：

「孝子親死，悲哀志懣，故匍匐而哭之，若將復生然，安可得奪而斂之也？

故曰三日而後斂者，以俟其生也。三日丁不生，亦不生矣，孝子之心亦

益衰矣。家室之計，衣服之具，亦可以成矣；親戚之遠者，亦可以至矣。

是故聖人為之斷決，以三日為之禮制也。」⁷⁹

⁷⁸ 《古禮今談》，頁 123~227。

⁷⁹ 鄭玄，《禮記鄭註》，台北，新興書局，民 60，頁 203。

即使在亡者已斷氣，都抱持有可能死而復生之心，這是對親人的至情之流露，而在這三天之中，親屬並非是空等待，據載要為亡者舉行招魂的「復禮」，如上之「若將復生然」，即是「復」的招魂冀望。

(3) 招魂的原意為望魂兮歸來的復活

王逸作《楚詞》〈招魂〉序：

「魂魄放佚，厥命將落，故作《招魂》，欲以復其精神，延其年壽。」⁸⁰

「復」禮的儀式在《儀禮》〈士喪禮〉有載，行復者上正屋的東角上去，站在屋脊中央面向北方，手中拿死者綁在一起的上衣與下裳，大聲喊叫亡者男稱名女以字，並用力搖動手中亡者衣物。經過三日大家輪番招喚後，若不見亡者復生，此時，生者在心理上也經過了舒緩期，對於親人已經辭世的事實也較能接受，因此，小斂與大斂之禮也隨之而進行。⁸¹

(4) 「殯」期間的「晨昏定省」

大斂之後停放在廳堂的時間，為人子女者仍承襲對父母「晨昏定省」的孝道，然對人物已非昔之景，用奠祭方式替代之，喪禮謂之「朝夕奠」，並制定唯在「朝夕奠」可以哭之外，其餘時間不許無限的頹廢哭喊。這是教生者節制自己的情緒，逐漸地由悲傷激動轉為平靜，從現代心理學或情緒管理智商的觀點來看，都是很合乎人情理性。

殯期的長短在古禮中是有制定：天子七日而殯，七月而葬；諸侯為五日而殯，五月而葬；以下之官階與一般庶民則三日而殯，三月而葬。古禮的制法是以當時民情為依推，自有其時代的背景，在講求時效的今日社會，親人一過逝大多交由

⁸⁰ 《古禮今談》，頁 148。

⁸¹ 姚漢秋，《台灣古今談》，台北，臺原出版社，民 88，頁 40。

葬儀社一手包辦，即使在鄉間尚有自己親人辦理之事，但也無法如古制之禮一般依講求孝道而循禮法進行。不論是民俗演變因素或社會結構的不同，在殯期的實施上都有極大施行困難。

(5)「代哭」與「反哭」、「卒哭」的「虞」祭

親人過逝之後哀傷是人之常情，在古禮上確實有「代哭」一詞，但此代哭與目前台灣的殯葬中之「代哭」其意不同。《儀禮》〈士喪編〉記在小斂之後：乃代哭，不以官。鄭玄注說：

「君喪，虞人出木角。狄人出壺。雍人出鼎。司馬縣之。乃官代哭。大夫官代哭不縣壺，士夫代哭不以官。」⁸²

「代，更也。未殯，哭不絕聲，為其罷倦，既小斂，可以為漏刻分時而更哭也。」⁸³

所以「代」的本意是輪替、更續、相繼以使哭聲不斷表示悼念不捨，並不是因為喪家因傷心過度哭不出而請人代為。時下殯葬業的五子哭墓等代哭花樣，與原意實是相左且不合古制喪禮之美意。

「反哭」是由於古制喪禮為使生者節哀順變，所以對「哭喪」有許多的限制，但是到葬儀結束後返家，為能舒解生者的哀痛之餘，安排了讓親人盡情宣洩的「反哭」，之後連續多日的「虞」祭。虞祭表面上是安頓亡者漂蕩之靈的喪祭，但實則給生者在全然絕望中，多多少少得到一些心靈上的安慰。從親人亡後的「哭踊無數」，而「晨昏定省」二次的朝夕哭，喪禮中的「代哭」與虞祭結束後不得再哭之「卒哭」，可見整個古禮對喪親之痛的心情，是依人情所需而依序化解悲傷

⁸² 元陳澧，《禮記集說》，台北，世界書局，民 51，頁 243。

⁸³ 《禮記鄭註》，頁 150。

之情。

一切有關禮節的制成，中國人的沿襲皆其來有自，只是經過時代的更迭與社會環境的變遷，大多數的禮儀已被簡化甚或消失。但對於喪禮的部份，因為人們對死後世界的無法測知，以及對死亡的禁忌，因此，喪禮仍不見其略減或消失，反顯與古禮所載看似相符，但其質卻相背的現象。尤其，在後來幾個朝代更替，加入了道家、道教、佛教、陰陽學、……西方喪葬文化，與社會經濟成本問題相交雜陳，已經使得台灣的殯葬文化顯得亂無章法可言；無法區辨所循何禮？所依何情？所利何由？

2·現行台灣的殯葬內容

殯葬儀式在中國一路演變而來，台灣目前所承襲的並不是台灣原住民的喪葬方式，而是由漳州、福州等地所謂「唐山過台灣」的文化，這也包括「地理風水」的觀念和技術。但是，中國歷史的發展又非單一文化或單一國教，因此，整個殯葬發展到目前更顯得凌亂而無序。再加上由晉朝郭璞所著的《葬書》為風水一事所奠的基礎，更使得原本以懷思孝道為本意所制定的喪禮，已脫變為子孫以亡者為庇佑的私己動機的殯葬禮俗⁸⁴。如此所帶引出的問題，在早期地廣人稀的時代問題不大，但在今日工商時代會社，以及個人意識本位和國家整體性發展的考量下，要談殯葬改革，已經成為行政、立法、教育等各方要齊行並進的長遠願景。

台灣省政府社會處於民國八十七年進行喪葬設施使用及費用概況調查報告指出：由受訪者之宗教信仰來看，信仰道教者最多 47%，其次是信仰佛教者 36.3%；而親人喪葬儀式主要也以採用道教儀式居多 61.5%，佛教儀式次之 29.5%。認為喪葬儀式應屬簡單隆重比率最高 63.4%，並且以取佛教、回教、天主教或基督教。可見台灣目前的喪葬是以道教方式的比率為高，但是卻生起簡單隆重的改革期待，而且是認為道教的儀式過於煩繁。

⁸⁴ 楊國柱，《苗栗市大坪頂殯儀館火葬場規劃選址鄰避衝突問題之解決：以風水文化為觀點之分析》，南華大學生死學研究所，「現代生死學理論建構」學術研討會，民 90。

在談改革與建議之前，必要對目前的殯葬文化大致內容有所了解，才可期與古禮對殯葬制禮的原意，與時下改革方向產生實徵性的對照，這種脈絡的溯循可以幫助了解，社會上對殯葬的期待和認知所由，也才能加以批判及有效建議。目前台灣已有部份人可以接受屍體火化，但畢竟有限的土地仍無法迎解現存以土葬本位思想的子孫。故此，本文仍以台灣所行道教的殯葬流程，將其分為四個階段加以說明：

(1) 彌留到斷氣階段

- A. 「擗廳」：清理大廳之意。台灣人判定人將入彌留狀態時，其所循是「男穿鞋，女戴紗」，是對於浮腫部位的形容。見此，而進行三件事：穿壽衣、「掠紙轎」、「擗廳」。
- B. 搬舖：將臨終之時把人移至大廳，以正廳之男左女右方位，置放在所架的簡易床待其斷氣，此時即更換為「壽衣」，此衣為清朝民間的服飾。
- C. 「分手尾錢」：表示死者富有，留有餘錢給子孫，即使是債台高築亦然。
- D. 燒轎：意思人死之後，其一魂馬上向天報告消息。是用竹架紙糊的轎子代表，並備飯、肉米酒各一以宴請抬轎之車伕（由紙糊的），燒銀紙為過路費。
- E. 「做譴爽」：做譴爽是亡者斷氣後「唸好話」的儀式，內容都是以利生者為主的內容，在做完儀式後家屬才可以開始放生大哭。其中儀式唸詞（台語）：

「竹篙掛廉簷，互這的囡孫代代富萬年。」

「損破瓷，互這的囡孫錢銀蓋萬年。」

「孝男孝女哭出聲，金銀財寶滿大廳。」⁸⁵

F. 「拜腳尾飯」：早晚二次祭飯儀式。從斷氣之後到殯期結束出葬，都早晚二次拜飯。這應是沿自古禮的「晨昏定省」之孝道，與節哀的禮制，而不是目前習俗中所說「活人吃三頓，死人吃二頓」的傳言。

針對個這階段儀式，歸納如下：

- A · 以長年的經驗累積人必將死的症狀；不論時下台灣「搬舖」已經加入更多的忌諱，但是，移亡者至大廳與古禮仍相同，這或許是因為對往後喪儀的進行有方便之處。
- B · 對「分手尾錢」與「做譴爽」都是以生者「利己」的心態所演生的儀式，尤其是「做譴爽」的內容更顯台灣傳統「忌死」的心情。
- C · 古禮見親人死且哭而跪匍前進，但台灣的習俗卻得等到行畢「做譴爽」後才能放聲大哭，是何道理？是節制悲痛或是求平安之心態？或演進與佛教的莫於亡者身邊哭泣免令其不捨之說有關，已不得而知。
- D · 道教的喪禮從人死亡開始，已把亡者界定為必入陰曹地府，所行事的儀式都有著賄賂的社會行為模式意味。

(2) 買棺至入殯階段

- A · 著喪服：都以深色為主，出殯之時亦如古禮分五衣判親疏。
- B · 「接壽」：就是買棺木之意，外加銀紙，蓮花紙等塞在棺內固定屍體之用，而其用法亦有一定，此不贅述。迎棺木入家門也有全家跪接，以及行儀式的「唸好話」，內容仍著於對生人的吉祥被蔭。

⁸⁵ 黃文博，《台灣人的生死學》，台北，常民文化，民 89，頁 23。

C·「印錢幡」：就是道教的符錄，是為免亡魂往陰府之路被干擾所用，是入斂時套綁在亡者的背部。

D·「入斂」：雖然台灣不守時的習慣頗盛，但是在婚喪禮中卻絕對格外的守時。它的儀式「唸好話」還包括叫亡者認知已死，不要回來糾纏的內容和置放代表物，以因亡者身份之別而有不同，故此不加詳記。

入斂後的棺木下釘固定，也分有種種位置的名目，大抵皆離不開帶給亡者親眷福錄壽涵意。

E·「倚靈」：是入斂後設靈桌供奉亡者之表義。

F·「殯期」：台語為「打桶」，由入斂至下葬這一段時間，習俗上以為殯期愈長，表示亡者愈命好，因為子孫對它有孝思，時間長短則因人而異，不若古禮制度。

大致在第二階段仍是受限於道教的說法，已定亡者神識必入陰曹地府，這從「印錢幡」可明白。至於看吉時的習俗，是來自陰陽學家《許真君錄記》的《玉匣記》或《玉匣記通書》所影響。⁸⁶

(3) 下葬至除靈階段

A·尋「好風水」：為亡者找尋最後居處的墓地。看風水的吉凶法分「巒頭法」（又稱形法）與「理氣法」，目的無非為了先人的屍體葬於好風水處，而子孫則能藉其福蔭升官發財，這又屬另一中國人的哲學專業。

B·遷棺：即是移柩儀式，內容包括道士先「超靈招魂」再移棺，而在這之前尚有「陣頭」表演。

⁸⁶ 《台灣人的生死學》，頁 41。

C·告別式：這是大家比較熟悉的部份，不管是在家舉行或殯葬館舉行，流程上都是相同的。

D·發引出殯：內容含開路陣頭、銘旌旗、捧斗放紙、捧遺相、陣頭（鼓吹陣引棺行進）、道士、靈柩、喪家大小、送行親友。

E·入壙安葬：下葬後道士或地理師以「羅經」測定方位，還要擲筊徵求神明認可，再拔棺木上的「囝孫釘」，意表後代都生兒子之意。要以土掩埋之前，親人用衣腳盛起沙土倒向棺木喊：某某！起來喔！然後替「神主牌」開光迎回家奉侍。

F·除靈安位：送殯畢入家門前要「過火」（點燃一束稻草讓人跨過）以除身上之穢。之後將所有要給予亡者的庫錢、喪物、銀紙、紙厝等全部火化，這稱送靈也叫除靈，除靈之後再安神位。

所有以上的儀式來自台灣的習俗，已經深植在人俱有三魂七魄的觀念，一魂向陰間去報到，一魂在墳地所以要掃墓，一魂在神主牌位，所以安葬後要請回家，至於七魄則隨遺體在地下消失。討論如下：

A·《孔子家語》〈哀公問政〉：

「死必歸土，此謂鬼；魂氣歸天，此謂神。」⁸⁷

《白虎通·崩葬》：

「三日之時，魂氣不還，終不可奈。」⁸⁸

《左傳·昭二十五年》：

⁸⁷ 《大辭典》，台北，三民書局，民 74，頁 5472。

⁸⁸ 同註 87。

「人生始化曰魄，既生魄，陽曰魂；用物精多，則魂魄強。」

「心之精爽，是謂魂魄；魂魄去之，何以能久。」⁸⁹

在注疏上則是說：

「魂魄，神靈之名，本從形氣而有；形氣既殊，魂魄亦異，附形之靈為魄，附氣之神為魂也。附形之靈者，謂初生之時，耳目心識、手足運動、啼呼為聲，此則魄之靈也；附氣之神者，謂精神性識，漸有所知，此則附氣之神也。」⁹⁰

由上，只見有魂與魄之語，並不見論及所謂三魂七魄區分。

B·在中醫學生《黃帝內經素問》〈六節臟象〉篇關於與古籍所載相關之神、精、魂之記述是有三則：

「心者生之本，神之變也；其華在面，其充在血脈，為陽中之太陽，通於夏氣。」

「腎者主蛰，封藏之本，精之處也；其華在髮，其充在骨，為陰中之少陰。通於冬氣。」

「肝者，罷極之辭，魂之居也；其華在爪，其充在筋，以生血氣，其味酸，其色蒼，此為中之少陽，通於春氣。」⁹¹

中醫學向來講精、氣、神，此三者正是由腎、肝、心三臟所主，是否這是三魂之說的演變所由？至於七魄亦有可考之迹：

⁸⁹ 同註 87。

⁹⁰ 同註 87

⁹¹ 《黃帝內經素問譯解》，頁 89~91。

「肺者，氣之本，魄之處也，其充在皮，為陽中之太陰，通於秋氣。」
「脾、胃、大腸、小腸、三焦、膀胱者，食稟之本，營之居也，名曰器，
能化糟粕，轉味而入出者也，其華在唇四白，其充在肌，其味甘，其
色黃，此至陰之類，通於土氣。」⁹²

肺加上脾、胃、大腸、小腸、三焦、膀胱者為七，而魄與土氣相通，故合為七魄。

《禮記》〈問喪篇〉所載：送形而往，迎精而反也。這來為了慰藉生者對亡者的懷思，故有念其生前精神所遺之功的作法。台灣喪俗亦相信「魂昇於天，魄降於地」，這是與中醫學的「陽升陰降」，或陰陽學家的「陰陽理論」有諸多相同點。至於它的發展是誰於先以開發，誰於後而沿用推演？

中醫學的問世於「神農嚐百草」的年代即已開始，最有系統的集結成書《素問》與《靈樞》二部合稱《內經》。這部著作相傳是黃帝與天師岐伯、雷公等賢臣問答之辭，故名《黃帝內經》。就時代背景而言，黃帝約當西元前二六九七~二五九七年之間，依當時文化的推斷，要有如此精著的產出似不可能。反而以另一傳說較有可徵性，相傳是成書在春秋戰國「諸子蠡起，百家爭鳴」時代，距今二千餘年。但是，以《內經》內容之完備與精確而推斷，不可能是一時之作。中國醫學在此之前，已有相當長久的時間了，是由長時間的累積相傳而集成之經典。另外，道家始創者老子是生於公元前五、六世紀，距今年代二千多年。《易經》也是記述陰陽，約於西元前十一世紀，距今已有三千餘年。但都是被道教納為其神學理論的思想部份，甚至老子竟成為道教的原創者，即使他的學說與宗教毫無關連。但是，真正形成道教神鬼說的最直接影響者，是墨子。

儒家和墨子在戰國之世，併稱「顯學」。墨子的全部兼愛學說從小生產者的利益為出發，反對奴隸受貴族的壓迫，但又把兼愛的思想擴張至貴族。為了要實

⁹² 同註 91。

現這種不著實際的學說，提倡尊天事鬼，於是落到宗教的窠臼。「天志」與「明鬼」是墨子宗教思想的兩大核心。雖然，墨學自秦漢以後消沉下去，但是它的「天志」與「明鬼」宗教思想卻在社會流傳下去，被我國道教正式的吸收進去，而表現在《太平經》有關社會政治的思想。⁹³

《太平經》是後漢原始道教的經典，編撰于公元二世紀前期，據范曄所載，是琅邪宮崇把他的老師于吉《太平清領書》一百七十卷獻給順帝，這就是《太平經》。它的思想屬於社會的意識形態，與當時的政治、經濟、哲學與倫理都息息相關，也是長期演變的產物。相信有神靈主宰和吉凶報應，而且把許多傳統的宗教信仰集中，加以充實發展，形成原始道教神學體系。

「《太平經》篇章繁富，來源眾染，又經不同人編纂，帶著不同的成見，因此就不知不覺地染糅了相互矛盾的論點。……唯物主義的觀點到底從哪兒概括得來的呢？我們以為除了受道家的“法道自然”思想的影响外，主要是從天文學和醫學得來的，尤其是天文學。我們道漢代的醫學很發達，《太平經》從理論上重視草木方、生物方和針灸法等，……。」⁹⁴

另外，《黃庭經》是道教內丹派養生之著作，注重五臟六腑，固經煉氣，以蘄神仙。但其中謂五臟有神，先由《太平經》和《河上公老子章句》而來，如後者記，人如果能養神就可以不死，而神有五藏神。肝藏魂。肺藏魄，心藏神，脾藏意，腎藏精與志。如果五臟皆用盡其功能，那麼五神就離去。這都是具有神靈色彩並且命名以資崇拜。《黃庭經》距華陀之醫術年代更近，因此自然受其影響深遠。在其〈脾長章〉就提到所謂人身有三尸，此三尸欲使人早死，因其會伐人

⁹³ 王明，《道家和道教思想研究》，四川，中國社會科學出版社，西元 1984，頁 3~36，99~107。

⁹⁴ 同註 93，頁 131。

五臟。所以，依煉術以去三尸蟲也。⁹⁵

查閱各大詞源，對「三魂七魄」的註解並不普遍，若有註解亦由道教本身的著作引述。《黃庭內景經注述》中《抱朴子》：

「欲得通神，當水火形分，形分自見其身三魂七魄」⁹⁶

對「三魂七魄」的註說，《靈笈三籤》釋：胎光屬天、爽靈屬五行、幽精屬地。七魄的名相是尸狗、伏屍、雀陰、吞賊、非毒、除穢、臭肺。另外在《道藏》的書目中，都可見到中醫經典《素問》與《靈樞》。這已明顯的說明，道教的理論龐雜內容，及養生煉丹所依的演變發展過程，受中醫學術的影響非常深遠。又把神靈之說放在一起，這種三魂七魄的說法就應運而生。⁹⁷

據此推論，不管是由任何一種論點來看，道教對陰陽的攬用皆來自其他的學派之說，而其中所謂「三魂七魄」最可能的出處，就是由中醫學的理論所演變成的訛誤。

在此，本文所欲探討的是，此來自陰陽之分的三魂七魄所依據者，若是中醫學之說，則對於道教在殯葬上所引用之原意，已偏離大矣！若是依周公所制《禮記》之說，亦有錯！因為「迎精而反」的本意⁹⁸，是為安慰生者對亡者思念的權變作法。而台灣時至今日由道教所主導的招魂與「復禮」不吻合之外，演變的孝思之情的「迎精而反」也成為「鬼神說」之類，這種殯葬文化與古禮原意相背甚遠原因，恐大多因為人們忌死，又任由商家擺佈所形成的垢端。因此，如果以上所探究的二種原因成立的話，那麼，為亡者覓得好風水以庇佑子孫之舉，亦成為心理效應大於實質意義之流俗，而所謂好風水子孫興旺，只怕是偶然率問題而造成。

⁹⁵ 同註 93，頁 324~371。

⁹⁶ 方毅等，《辭源》，台北，商務印書館，民 4，頁 2。

⁹⁷ 楊逢時，《中國正統道教大詞典》，台北，逸群圖書，民 85。

⁹⁸ 《禮記鄭註》，頁 202。「……悲哀痛疾之至也，故曰：『辟踊哭泣，哀以送之。送形而往，迎精而返也。』」

(4) 造墓至謝土階段

這是最後的階段，在下葬後的三、四天以後前往祭拜，也請土地神加以庇佑亡者，看看所造新墳是否無恙，整個殯葬就於此完畢。

台灣殯葬文化的複雜性與死亡的忌諱心態，是形成改革的最大絆腳石。從古禮制喪的脈絡尋源，種種喪禮的儀式全在一個所謂「人情」上起建，把對亡者的思念與追思化為有系統的儀式而進行。整個喪禮的儀式無非爲了要達到對亡者盡孝與對生者安撫的效益。也由於順應人情之所需，由古時的實物陪葬到東漢蔡倫造紙以後，爲免錢弊的流失故行冥紙紙制，一直演變到時下的金紙、銀紙、冥紙、蓮花紙、往生紙等等種類繁多，仍是順應人情所爲。只是這種順應人情所須的演變，加入商人的營利動機融雜後，早已離經叛道違反喪禮的本意，是一種「想當然爾的人情」殯葬文化，以活人的求利心態去處置死人的一切，真實意義所剩無幾？

3·以「中陰超度」看台灣殯葬

「中陰超度」是一種完全植基於「亡者利益」爲導向的立論，若作與殯葬的現行儀式相互比較的意義不大。因爲從「人情所需」而演變的喪禮儀式，或台灣目前的殯葬是以「生者利益」想當然爾的作法。因此，從儀式作意義區辨與討論了不可得；但是，若以殯葬的儀式所對亡者產生的生死意識內涵影響面向，從《中陰大聞解脫》卷的觀點來加以探討批判，所產生的結果與意義也就全然不同，並且也具有實質的內涵。「中陰超度」所著重者並非儀式的進行，若以《中陰大聞解脫》卷的內涵而言，更無任何的儀式可言，全然是一種教誡的指導，這與殯葬文化在基礎點上，已經產生根本的路徑指向上的差別：

(1) 所持根本立論的錯誤

從人一斷氣就已判定往「陰曹地府」報到，這就和佛教的「輪迴與因果」觀點大大的不同。如果說人死皆往地獄，那麼換一個說法，人人也皆從地獄而來，

行善行惡也就了無意義可言。道教的十獄閻王是否轉述自佛教？原意是以勸人爲善，後來成爲喪葬的一種儀式，值得另僻研究加以深入。

(2) 斷氣時的儀式阻撓亡者經驗「光明」

斷氣時，對亡者所作的種種儀式，如「穿壽衣」、「分手尾錢」、「睡石頭枕」、「摔破碗」等等，是在告訴亡者已死。但依《中陰大聞解脫》卷所載，此時，意識正在經歷死亡的消融過程，也就是認證法性光明的時刻，即使未有信仰或未經教導者，仍要經歷此死亡光明，並能在其時刻感受最極殊勝的境界，若能融入必得生死解脫，若未能融入而仍經驗之，對其心識亦有正向之啓示。因此，這時候的儀式無非是對亡者極大的干擾。

(3) 招魂既違古禮也與實情不符

「復禮」是斷氣之後三天內，意欲亡者的神識回復而期望活過來。因此，既不入斂並且也不斷地招魂。但看目前的殯葬，將斷氣時已爲他換壽衣，抬至大廳等其斷氣，在入斂之後出殯起棺之前才行招魂……，這種做法已無依據可言，也離經背道，既稱不上孝思更有不孝之嫌。

古禮的三天後入斂，雖然在立意上與《中陰大聞解脫》卷立意不同，但是從內呼吸可維持三天半的時日而言，不管亡者是否復生，最根本的好處是亡者可以不受干擾的經歷光明待死亡八相結束而意識脫體，以免因爲受干擾而起的煩惱引發亡者惡業的先行成熟。

(4) 望亡者庇蔭了不可得

中陰眾生因自己業力故，在法性中陰經歷諸多自性投射恐怖景象，其心識已驚恐不已。但是，台灣殯葬文化中的許多「譴爽」卻都期望亡者來庇蔭，這對亡者而言無寧是雪上加霜，傷口加鹽一般的痛楚與無奈。再加上「陣頭」所演的內容是往地獄路上，《中陰大聞解脫》卷所告誡亡者莫懼自性所顯的中陰境，在「陣

頭」的歌詞中反而一再的提供大恐怖影象，只怕尙未唱到送往如來佛祖之前，亡者已驚嚇得投錯胎，或者生起極怨恨之心而入地獄道。

(5) 立牌供奉亡者易引|投生鬼道爲遊魂

原以懷思之意的追悼，從東漢丁蘭以材刻父母像爲懷思之後，在禮記所載有以木頭長三尺，使亡者的精魂有所依憑，當時稱「重」，有敬重的意思。隨著年代演變爲今日以「神主牌」的種種儀式與祈求，孝思的原意仍被荒腔走調的延用。⁹⁹由殯葬的紙屋、紙車、冥紙等到立「神主牌」，把這些內容依古禮的脈絡追溯，已經明白的顯示孝親之意，在台灣目前的殯葬文化內容蕩然無存，所存在的是因無知而追隨的迷信。這種以生前的種種習慣而行的儀式，在在都是加深亡者的執著意識，若因執著意識強烈，更容易因此而錯失生死解脫的機會，甚或淪爲游蕩在空間中的遊魂，成爲台灣人口中的「家神」，實在就是無法「好死」的親人，成爲沒能再投生善道反因執著而成「鬼道」的眾生。不僅不能「保佑」自個兒家人，連「善待」自己也成困難。台灣這種錯誤觀念所形成的「怨鬼」不知幾多，而鬼道眾生俱有神通之力，凝聚無法善生投胎的負向念力，不能對鬼道的前世親人有益，也對整個社會空間形成負面的作用力，這只怕是一般人對殯葬文化的迷戀所無法推理的附產物。

「中陰超度」不是目的，它是促成圓滿解脫或求得再一次善生的方法；是實踐深入生命基底關懷立論之手段。對人類最疑惑的死亡，在密乘的無上瑜珈部卻最爲鮮明與具系統，如何移植至科學或文化所不足的缺陷處，這首要的具備「信念」而非關「信仰」問題。一切人類文化所演進的無非是前人所遺留，而漸次的轉化，或被吸收、或被捨棄、或被添加、或被扭曲……，但都是由人與大自然之間，人與人之間相互交融所產生，幫助生命達到更協調與美好的遺物。因此，打

⁹⁹ 黃俊郎，《禮儀之邦的寶典--禮記》，台北，黎明文化事業，民 82，頁 126-155,

破「是否屬於宗教性的問題」之二元對立論，從幫助生命達到更趨真、善、美的信念，就值得去評析其價值而攬用，因為，它仍屬於人類的文化一部份，「宗教信仰」的名稱，只是區辦人類嗜好的辨別，對協助解決生命問題不應被忽視。

（三）小 結

佛教有「中陰超度法」的原因，探其其意涵有二：其一，佛教肯定人類的生命價值，其二，佛教同時也肯定人類死亡的價值。而所謂的「生命」在佛教的定義裡泛指一切的「有情」；有情不只是單指人類而言，尚概括人類之外的一切有生命活動力的物種。只是在所有能受教的輪迴眾生當中，以能得人身的眾生最為珍貴，因此，要證得覺者的佛果機會，也只在此苦樂俱有的世界成就：

「人生當有死。無有不死者。持戒善人不惜身命。但念大慈大悲拯濟一切。為眾人作唱導。菩薩不懼生死之變。入生死度生死。入地獄說經戒。止惡為善。入餓鬼為說布施。入畜生為說淫泆。亡人身上天生為教諸天。人中為作法惡為善。人作地獄行則有地獄想。人作畜生行則有畜生想。人作天行則有天想。人作餓鬼行則有餓鬼想。人作人行則有人想。一切萬物皆無所有。但依所作名便有思想。今是賢者。眼所見其證分明。於世生已得為人有福德奉正法。何不努力可自致得佛尊貴。」¹⁰⁰

前段是對死的教誡，不畏死亡也不畏懼輪迴的善人或菩薩，為利益他人而入生死輪迴；後段是對生者的教誡，心識如何的轉變人生將是如何的隨轉。

針對死亡的生命，中陰超度的義涵尚且如此的積極期待與教誡，為的是令生命還可以在中陰時重獲最終極的成就。是此，無上瑜珈部的即身成就--與本尊無

¹⁰⁰ 《弟子死復生經》，頁 870。

二無別修持法，即是對生命最為至高的肯定與完美的教育。當然，佛法對生命的期許與教導都涵有如此精神，終極的關懷與殊極圓滿在透過生命的輪迴之銜續與學習，所有一切有情的機會與成就皆相等。大乘與小乘，顯法與密法則只是因材施教的路徑之別。時下，當整個人類社會大聲疾呼生死教育之時，我們的核心精義所依的基植在那？若是撇開佛教的死亡深義為支撐時，生死教育尚存的問題能否得到解答的骨幹？或只是一副空俱完美表象的願景？人類文化是隨著時代背景的變遷而不同，教育的建構當然也是為適應時代而調整，但是，生命教育的需求生成是如何而來？生命的善變性教育要如何面對調整？死亡的不可諍之幻滅又如何？從《中陰大聞解脫》卷的教誡之精義來看，生與死並非單一而獨存的關係，生與死是相互關連與銜續。所以，不僅死亡本身具有教育的意義，生存教育本身就是直接影響死亡。那麼，殯葬文化也就直接牽引亡者的意識，另一方面，所謂的生命教育自然地關係著意識如何去解讀死亡。

密乖是佛學中的精華，在即身成就的標舉當中，不僅是對生命的提煉力求至上的成果，在死亡之上更是強調其生命本體的成就，且不亞於生命「本有」時期。由此，更可知「生」與「死」，對密乖的行者而言是同為一體，這不正是「生死教育」的最高目標嗎？「所謂大海不拒細流，高山不拒坯土」，密乖對「死亡本身」詳解，既已經如此的明白，那麼，就不應該是因為它的宗教性，或它的無法實證性原因而被忽視；相反的，如何令密乖的學理能更加張顯與受學界的重用，這須藉由後續以密乖為基植的研究來努力，也唯如此，生死學的理论建構才顯得周延與深入。

再從殯葬的改革來說，「中陰超度」的立論，是由亡者利益著點的基礎，果能由此建構殯葬改革，再加上與古禮制喪的原意相呼應，改革始有完整的構植與路徑。上面所舉的台灣現行殯葬內容，只是以其大者為列，實際上在各個階段中，尚有更多顯現全然以生者利益為導向的細節與內容。欲改革台灣的殯葬文化，恐怕得等有心人能從整個喪禮制定的古制，再加上目前殯葬內容，循著歷史發展的

脈絡，研究探討文化演進當中，各學派與宗教的起落所加諸於喪禮的影響與內容。以歷史的追溯方法，呈現喪制的原意與演變的過程，以及商人為利益而置入商機的痕跡。這樣的深入探究所呈現的脈絡圖象與變折點的標明，才能提供社會大眾對死亡本身認識，以及殯葬文化意義的思考。這種改革立論形成的進行若期望在短時間有所成果，它需要研究團隊，分別由不同的面向進行：喪禮的研究、道家與道教的源流內意、堪輿學而立論、能量學與人體、中醫學的魂魄論、靈魂學的見解與佛教的輪迴觀等，再加以整合而提出對亡者最感哀榮與助益的結論，如此的縝密面向才有能力化解目前台灣殯葬文化的迷思。任何一種宗教性的或教育性的單一口號，都無法達到普遍性的接納效應。雖然，透過政府立法的加以限制是最快速而有效的方法，但是，從另一角度而言，對於沉痾已久的民俗，多少力道的強制手段，只怕就得付出多少倍數的社會成本，反不若以學術的路徑，循根本的認知教育去深耕來得長治久安。這樣的期許，留待有心殯葬文化改革的學術單位與學人一起努力，本研究僅是引一小小之見，望後續有更多之研究新解，能對殯葬文化產生調整的影響力量。

第五章 結 論

第一節 回顧與省思

「中陰解脫之研究」因其命題來自佛教教義，因此，在切入的路徑以佛教教理為最直接，整個解析與批判的過程中，難免會以佛教的論點架構整個主題核心。其中，雖然也有試圖以科學的面相，行反向的論證方式加以釐清，但由於，研究者本身對主題深入解析的企圖，以及建構生死深度關懷理論的動機，因此，所採用的分析統整之歸納，自是形成論理構成的強勢。若能在其他相關立論的批判面增強，或者在主題本身以佛學各部派，如唯識、中觀等的反復論證，這於研究的內容問題討論與析判，將更能強化其學術的深度與學理的價值。

大藏經經部對於中陰的議題所述，大抵囿於對中陰境因緣的述敘，至於解脫的實際操作羯摩唯屬密續才有詳載。然於事實所顯，密續儀法軌範若非經由教導，實無法趣入其旨要，如此現存的限制，使得對中陰身解脫的研究，必須考量其研究本身所應評估的信度與限制。故此，擇以《中陰大聞解脫》卷為切入中陰身解脫的主要核心研究，以此利用演譯詮釋與歸納並行之方法齊進。

《中陰大聞解脫》卷原典乃為藏文，於其精要部份，研究者雖經逐句逐字之指導，然於論述分析之所須文獻仍有不足，因此，只能擇以現有的中文譯本及相關資料對照。雖是如此，密續之精華與賅要何嘗止於此？所以對《中陰大聞解脫》卷之內容的析解與討論所涉及法要，限於研究者藏文學養不足，致未能進入藏文著作文獻之討論與批判，也是本研究不足其二。尤以對大圓滿法與大手印法，在名相上使用不能以藏文原典文獻資料的呈現，和藏文名詞之相互對照比較，深感缺憾！即使，原典的取得本身已有盜法之嫌，但是本身學養粗淺才是最大主因。

至於，本研究進行當中，所逐一浮出的每一論題，不僅圓成研究的初始動機與完成研究之目的，而且，都具有單獨進行專題深入研究的價值，可以成為臨終

關懷、生命教育與殯葬改革等生死理論建構的深入參值，這是研究者最感欣慰的收穫，也是作為後續研究起步的基礎。

第二節 發 現

《中陰大聞解脫》卷雖是對亡者的解脫而撰寫，它所教誡強調的內容，都是指向中陰境遇是自性所顯，只要亡者能即時認取，那麼，於臨死中陰「死亡光明」、法性中陰「寂、忿百尊」、輪迴中陰等任何階段都能因為亡者一念覺醒認取本自體性而融入，獲得生死輪迴究竟解脫。即使錯失以上三個階段之時機，在受生現前的時間尚且可以因為憶念觀世音菩薩功德與對祂祈求，而得到生死輪迴解脫。最後階段，不得不入胎再次輪迴受生時，還可以依於上師、本尊或觀世音菩薩的觀修，藉以選擇善途去投胎，藉能聽聞佛法再獲生死解脫。這個要義不離佛教本懷，最大特點在於《中陰大聞解脫》卷，是為亡者喚憶生前所修習的善法，對於熟悉密法的人極易在中陰得生死解脫；而對於未曾修習密法的亡者，也可以因為聽聞此法，在中陰境象現起時，因強力的正信認知而得生死解脫。

《中陰大聞解脫》被日本學者舉為偽經，所指《中陰大聞解脫》卷不是寧瑪派開山祖師蓮花生大士所親筆書寫，而是事業洲尊者本人先行崖藏再取，此批判並非以是否合於釋迦牟尼佛所說解脫教義為基準。

若以佛教傳播的源流為基據，除了大藏經當中，由佛教之教主所開演的經與律，餘者皆不當計為真經之說。現時所謂佛法與佛典，其根源皆來自於釋迦牟尼教導的流佈，其間或有高人賢者依其玄義而書撰闡釋另成版本，但是，本研究以為，以佛法教義為主的典籍，應以究其義旨，比對本源出處是否合於佛法教導作為判準核心，如此的真偽之說，才能對後人產生醒寤作用，其餘判準真偽的依據方法，應深思對大眾本身的益處為何？

經律的深奧浩廣，常人實在不容易深入其堂旨，故有聖賢人等為它講註釋

議，以意契釋迦牟尼佛原意並普受認可；如大藏論部的著作即是廣為佛教界接受而名列佛典，至今也無有所謂偽經之說。今評論《中陰大聞解脫》卷是為偽經之說者，是以年代為歷史考證而舉其並不是蓮花生大士之親著。如果，由前述探究佛法根源說作為判斷，以及對後人入解脫道的引導價值，依了解，《中陰大聞解脫》卷對於亡者的教誡所依據的根源，是密續無上瑜珈圓滿次第法要，並且是寧瑪巴本身大圓滿法的中陰成就之修要。在佛教解脫生死旨要，和密乘中陰成就法要義比論，所謂真偽之論，對中陰解脫的宏旨上，是了無意義可言。因為，寧瑪巴密續的大圓滿法本身，就是蓮花生大士的傳承，並且，《中陰大聞解脫》卷本身並不是某一法的法本儀軌，而是一本對亡者提示，令他憶起屬於生前所修習的任何一本尊法；它是教誡本，是摘要，而不是某一本尊法。因此，真偽之爭議對實修的大圓滿法或其他密法的瑜珈士，形同虛言毫無意義。這一點要特別的說明，而這也是評《中陰大聞解脫》卷是否為偽經之說法上，本研究所持論點之基植，更是研究進行中所發現《中陰大聞解脫》卷立意所在。除外，研究的發現與斬獲尚有：

（一） 超度乃植基於意識體性共有

基本上，《中陰大聞解脫》卷所依，是密乘無上瑜珈部圓滿次第法。它是一種對亡者生前修習本尊法（*yidam*）記憶之喚醒，最主要者，不只是中陰身獲得生死解脫而已，而是能藉由「不淨幻身」即是「意生身」現起之時，以觀修本尊力而轉換習氣，使意生身經觀修轉化成為清淨的「本尊」佛身。「不淨幻身」一經轉化為「清淨幻身」本尊，則此境界即是成佛之果（*parinirvana*）。此是無上瑜珈圓滿次第修練的最終目的，令五蘊意識的完全淨化，轉換成五方佛慧而力用自在。中陰身成就並非密乘之極致結果，它尚屬中根瑜珈士的成績；上根者於現世「自然中陰」之時即已證得「清淨幻身」即身成就。下根者依各本尊之密續所載，於幾世輪迴的不斷累積之後，也能證得涅槃的究竟成就。

密乘超度法同樣可以推用於顯學或無信仰者，因為，中陰種種現象乃緣於「法

性」，只是沒有「清淨幻身」的本尊報身成就，但仍然可以因為對空性的證悟，而解脫生死輪迴。

（二）六道輪迴與體溫失遺處無關

唯識稱「阿賴耶」識離開身體為死亡，而俗稱「頂聖眼生天，人心餓鬼腹；畜生膝蓋離，地獄腳板出」並不是佛教的教導，是外道的經典所傳播。這也呼應臨死中陰之後超度的可能意義所在。果不，則內呼吸停止後，體溫盡失即已定論投生六道之處，那麼，超度已盡失其功用，並且喪失意識轉化可能。所以，死亡應以心識脫離身體為定義。

（三）死亡是物質的返源過程

整個宇宙能源來自太陽光，所有物質為濃縮或冷凍之光，那麼，死亡就如同是物質界還原為光源一般。《中陰大闡解脫》卷所謂根光明，並不是指這種物理明光；但是，佛教又以大日如來（*Mahavairocana Buddha*）作為代表世間物質與非物質的一切，這當然是包含了物理的太陽光和非物理根光明，因為，祂表「無始無終佛」。中陰身超度指引亡者認證明光，投入大光明的引導融入法性而得生死解脫，這猶如物質界的還原一般。

在整個物質還原為光的過程，其中，除了物質性的身體自然分解，對於最終究可終止輪迴的解脫，本文假稱「保持在與光明結合之狀態」，這須要藉由「意識」之力量。如此說來，「回向」力量的產生也就不無可能了；因為「回向」本身即是藉由「意識」之傳達，推動「極細微物質」的移動，只是當它的動力尚不夠移動原有的狀態時，就如同在北京拍動翅膀的蝴蝶，那個動力的傳送可能要經過一個月才能到達紐約一般。這也是中陰身解脫與超度的理論基礎，必須是建立在法性本已俱足的共同體性上的論證。

（四）臨終症狀關懷東方早於西方

西方醫學對臨終的身心變化關懷，是在推動臨終關懷納入醫療系統開始，發展時間只有三十多年，這與中醫學具有系統性的發展時間相比較，仍然差距二千餘年；若不以中國醫葯發展雛具系統時間作計算，二者在死亡議題的臨終症兆關懷時間差距，恐不僅於此。再則，西藏中陰超度法對臨終者，因為關心他的身心變化，以便掌握超度時間，由此所發展臨終症兆的系統資料，不僅是時間上比西方醫學亦早了千餘年，其內容均清楚地顯現，西醫學對臨終症兆的研究有更多努力空間。這是現時在探討臨終關懷發展時，可憑以深思與輔佐之發現。

頗瓦法的臨終症兆關懷，從現代醫學臨終症兆，與密乘教派對死亡徵兆（包括死亡消融的內相變化）的外相所描述做對照，不僅有多許相符之處，也可說西醫學在臨終症兆的研究內容，係含概於藏傳佛法死亡八相之內。唯密乘對死亡的內相（心識的細微變化）巨細靡遺的述敘，是西醫學上無法加以釐證與了解的部份。但另一方面，由瀕死經驗的諸多報告，與由不同的探索角度，用死亡深度關懷的社會教育角度來看，密乘頗瓦法對臨終中陰解脫教誡與其實質內涵，反倒是提供了西醫學對瀕死經驗，和臨終者無法被了解的心理質變部份，一個很好的論理落實基礎。

（五）「白光」是死亡明光與復活的閥限

如前面章節已述，東西方關於瀕死經驗的統計當中，見到明光的比列極高，這與《中陰大聞解脫》卷指出，臨終時的死亡光明顯現時間、顏色與出現都有不謀而合之處。

翻閱無上瑜珈部頗瓦的修持，都有對死亡消融與死亡光明的解說。因此，死而復活，在密乘說法，正是經驗於消融的第五至第八景象的悶絕期。第五象的「白菩提下降」有白光遍佈之外，到死亡的第八相「死亡光明」現起也是白光。因此，死亡光明未消退之前，就不是真正之死亡，亡者隨時有復活的可能，故瀕死者經歷白光的經驗，已經在無上瑜珈部得到立論依據。

（六）密乘無上瑜珈是意識昇華極致路徑

人類心理覺知的基本顏色紅、藍、黃、綠四種，再加上所有光線的相加混合是白色，這與藏傳佛法用五種顏色分別表非五方佛之顏色，以五種智慧分別表示五種習性之毒的昇華；不僅在「本有」時期運用，在中陰亦如此，這與人類心理所能覺知的色光是相同的。以「心理投射」理論，密乘所要標舉者，無非就是一切外相均是自性的顯現，而對呈現之外境，教示如何轉化令其昇華至最完美境界 - 「成佛」(*parinirvana*)，是密乘果上起修獨到之教法。以不離世間普遍存有的欲望，藉由赤盛的私我欲望驅力，轉化使之昇華為利益眾生的動機，最後成果是無私大我的終極成就。雖然，實現欲望的過程相同，但是，動機與最後結果指向不同，使心識轉化達於昇華的境界。因此，面對一切外在所存有，由於動機上的轉化，故由「內心所投射」的心象也將隨之不同。

對上師 (*ལྷ་མོ།*) 視如佛的承事恭敬，與各式本尊 (*ལྷ་དཔལ།*) 之全心投入的觀修，至最後圓滿次第時的與本尊圓融的自我完成，從心理學「心理投射」角度而言，正足可解釋如此的歷程是心識轉化的昇華訓練：由本我 (*id*) 自我 (*ego*) 至大我 (*super-ego*) 的完成。雖然，這種說法也只是藉由弗洛伊德的心理學角度看密乘教法的意圖。必須強調，心理學所謂的大我或超我，與密乘或整個佛教教義之終極關懷所指向層次是大不相同的。

各個本尊與其眷屬均手持各項法器，法器於密法修行上有其象徵意義，然因事項繁多，也非屬本研究討論的重點，故並未多加以深入，唯在表義上，它的象徵是不離三藏十二部佛典所教導，如勝俗二諦、清淨身語意三業、三十七菩提道行、法性光明 種種，是對修行者本身轉化意念，證得與本尊無二無別之功德意。從生起次第起修時的自觀本尊，無非是藉由對本尊所俱一切表義，而達到淨化心識的效果。當然，這樣的觀修日久成習之後，必產生所謂的「學習轉換」作用，待生起次第堅固，圓滿次第的自成本尊意，意即已堅固本身本自俱有的本尊功德信念。整個過程有其實質的精密修習教導，和修成就的果相，在此，本文僅依其表相要義作一簡單說明。

（七）自殺與安樂死不合乎生命終極發展課題

從中陰存有的觀點來看，人的意識、情緒、思想、行為是由「生」延續至「死」，由「死」延續至「中陰」，再由「中陰」延續至「生」，如此循環不已。因此，自殺與安樂死對生命本質的解脫是零。也就是說，以密乘無上瑜珈部的立論點，不自然的死亡，或人為的提前結束生命，是弑佛，有罪！此罪來自在物質色身上的結束，加深了意識面的負向作用力，這也使得中陰身的意識更形痛苦。而這種痛苦煩惱形成惡業成熟的因，對生命解脫的本身或下一世的輪迴轉世，均是負向的作用。所以，自殺或安樂死對生命學習發展，與生命終極解脫義上而言，都屬於中斷並且加深痛苦的增上作用。

（八）以「知死」為內容的生命教育與殯葬改革

「死亡本身」是一個令人不解的內容，而對死亡本身可以巨細靡遺的剖析，唯獨在密乘的無上瑜珈部圓滿次第法可見。生命教育或殯葬的改革已於第四章所詳述，若不將其歸為宗教的屬性而看「死亡本身」的發現，那麼，對於許多目前在生命教育或殯葬改革上所難以著力的問題，將可建立起很好的立論基植，這是吾人以客觀的角度了解問題時，不得不承認的。誠如「死而復活」是醫學上所無法詮釋的現象，但是在臨終中陰的消融過程中，卻屬自然不過的事情，這種尋找經驗落實的過程就是生命教育的一環。

當然，以「活人意識」為主導的殯葬儀式，也應該可以有「亡者利益」為主導的轉變。從對亡者真正產生助益的立論點上為出路，使社會大眾重新省思殯葬的意義所在？調整殯葬的儀式，由忌死的被動成為積極的參與，讓死亡的事件不再是玄而不可得知的謎，反而是人人隨時都與之共存的過程。唯有如此真實的以「知死」之認識，生命教育或殯葬改革的推動，才能更有機會深入人們生命底層，一起參與生命成長的脈動。

第三節 對將來研究之建議

佛教精義所在，旨在徹底的開悟與證量，然向來又分顯法與密法之別，其原因無外乎是大眾因緣條件各不相同，但若以終極關懷而論所趣相通，唯在於所擇選的路徑有別，歷經時間也不同。以現時藏傳佛教於世界各地普受接受與學習的趨勢來看，如何在超感研究（ESP）與心靈致動（PK）的科學發現成果，結合密乘脈、氣、明點修練的成果，加以探論其相關性，這是科學與學界值得努力的方向。《中陰大聞解脫》卷既是屬於密乘無上瑜珈部成就法，那麼，若能由密乘的本尊法之修習即身成就旨要深入探索，以其修習的路徑 方法 功用上加以析研，將有機會對人類意識昇華的登峰之極一揭蒙紗。

實際上，密乘的本尊法應經過完整求法儀式，並經其所皈依上師許可與教導，始得以深入密續該法的閱讀。但一般從事學術研究者，若於此論題有深入之期許，則藏文之學養與密乘本尊法實修，以二者所俱之力道啟用於即身成就法的研究，才可豐實研究的深度與結果。故此，有志於藏密教法對生死議題的深度關懷，第一之要，應以藏文之融會貫通為要務。再則，現存完整的大藏經唯剩漢譯版與藏文版，梵文大藏經已失全。而藏文之發展乃以梵文為其母，所以，藏文不僅是於藏學研究者所需，理上，欲深窺佛教義理旨趣者，皆應以藏文之大藏經為其主要書目，若以密續四部而論，藏文之研修更顯重要。

密乘之於生命的開展性，既是切合一般生活所需，但同時，卻也是一般大眾所無法了解，這是它吊詭難解之處，也正是入密法所必須具備顯學的紮實基礎所由。因此，在即身成就法或密乘之相關研究上，對於顯學的關切與強調是不可越漸，尤其，於無上瑜珈部之觀修法上的詮譯更應加以小心檢推，才不致落入「入密無須顯學」謬論。

愈趨文明的國度，死亡關懷的議題愈被多元社會所廣為討論，二十世紀在尊重生命課題的成就上，臨終關懷納入醫療體系此舉堪稱影響深遠。經過三十多年

西方社會對臨終關懷的醫療上努力與研究，也的確產出令人可敬的成績，但由本研究中已得知，除了臨終關懷納入醫療體系之舉，東方國家的中醫學與佛教的密乘，在臨終症狀的分析關懷與宗教性施為的關懷，並不亞於西醫學。針對有志於臨終關懷推動或研究者，期能於中醫學死症的診候與密乘之死亡徵候的研究上，更為深入地加以文獻的彙整，詳加分析評證並應用科學之檢測，裨於臨終關懷臨床上，起建實用性的完整理論建構的基礎，使生死學的關懷在物理性、精神性、宗教性三種層面上得到圓成的整合，這是本研所能引發於後續研究的毫毛之獻與期許。

附 錄

一、參 考 書 目

藏文原典（《從〈憶念甚深法、寂靜忿怒尊密意自解脫〉》）

《ཟབ་ཚིག་ཞི་ཤོ་དགོངས་པ་འདྲ་གྲུབ་ལས།》

中文參考書目

大藏經

1. 《大智度論》，新修大正大藏經第二十五卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。
2. 《中陰經》，新修大正大藏經第十二卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。
3. 《佛說菩薩本行經》，新修大正大藏經第三卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。
4. 《阿毘達磨大毘婆沙論》，新修大正大藏經第二十七卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。
5. 《菩薩本生鬘論》，新修大正大藏經第三卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。
6. 《瑜伽師地論》，新修大正大藏經第三十卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。
7. 《雜阿毗達心論》，新修大正大藏經第二十六卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。
8. 《正法華經》，新修大正大藏經第九卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。
9. 《十住毗婆娑論》，新修大正大藏經第二十六卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。

10. 《大方廣佛華嚴經》，新修大正大藏經第十卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。
11. 《三劫三千佛緣起經》，新修大正大藏經第十四卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。
12. 《俱舍論》，新修大正大藏經第二十九卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。
13. 《現在賢劫千佛名經》，新修大正大藏經第十四卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。
14. 《弟子復生經》，新修大正大藏經第十七卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。
15. 《金剛恐怖集會方廣軌儀觀自在菩薩三世最勝心明王經》，新修大正大藏經第二十卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。
16. 《請觀世音菩薩消伏毒害陀羅尼經》，新修大正大藏經第十二卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。
17. 《觀世音菩薩受記經》，新修大正大藏經第十二卷。中華電子佛典協會·大正新脩大藏經電子版 2003。

著作

1. Brian L. Weiss, 黃耀漢譯, (Through Time Into Healing)《生命輪迴》, 台北, 張老師文化出版社, 民 83。
2. Elisabeth Kübler-Ross, M.D 著, 李永平譯, 《天使走過人間》, 台北, 天下文化, 民 87。
3. James Cleick, 林和譯, (Making a New Science)《混沌》, 台北, 天下文化, 1991。
4. Loius P.Pojman, 魏德驥等譯, 《解構死亡》(Life and Death:a Reader in Moral Problems), 香港, 翰林書店, 民 86。
5. Maggie Callanan 與 Patricia Kelley, 王明波譯, 《最後的禮物》, 台北, 正中書局, 民 83。
6. Micheal Bradford, 鄭濤陽譯, (Hands-On Spiritual Healing)《雙手能量療法》,

- 台北，世茂出版社，1998。
7. Miriam Schneider 與 Jan Selliken Bernard，王添源譯，《死亡無懼》，台北，台灣中華，民 88。
 8. Rital Atkinson, Richard C. Ctkinsion, Edward E. Smith, Ernest R. Hilgard，鄭伯璦、洪光遠、張東峰編譯，〈Introduction to psychology〉《心理學》，台北，桂冠出版社，1991。
 9. 十四世達賴喇嘛，大谷 幸三取材構成，江支地譯，《生命之不可思議》，台北，立緒出版社，民 84。
 10. 丈勒菩薩，法尊法師譯釋，《現觀莊嚴論疏釋》，台北，老古文化事業公司，1990。
 11. 元陳澹，《禮記集說》，台北，世界書局，民 51。
 12. 王明，《道家和道教思想研究》，北京，中國社會科學出版社，1984。
 13. 王英偉，《安寧緩和醫療臨床工作指引》，台北，安寧照顧基金會，西 2000。
 14. 布萊恩·魏斯 (Brian L. Weiss)，譚智華譯，《前世今生》(many Lives, many Masters)，台北，張老師出版社，民 81。
 15. 布頓，《布頓全集》，台北，華宇出版社，民 77。
 16. 立花隆，吳陽譯，《瀕死體驗》，台北，方智出版社，1998。
 17. 伊文思·溫慈博士，徐進夫譯，《西藏度亡經》，台北，天華出版公司，民 84。
 18. 吉祥金剛怖畏法脈第十祖德慧獅子師撰，吉祥金剛怖畏法脈第三十九祖黃教第二十五世大乘法王慧源活佛譯講，《慧源全集〈第二集〉吉祥金剛怖畏第八祖喇氏金剛尊略傳》，台北，格魯巴出版社，民 88。
 19. 吉祥金剛怖畏法脈第三十九祖黃教第二十五世大乘法王慧源活佛，《慧源全集〈第八集〉吉祥金剛怖畏獨勇尊佛自入壇城行修方便獲易經》，台北，格魯巴出版社，民 90。
 20. 朱文光博士，《生命的神光》，台北，老古文化出版社，民 78。
 21. 艾德格·凱西的奇事蹟，吉娜·舍明那拉著，陳家猷譯，《靈魂轉世的奧秘》，台北，世茂出版社，民 87。
 22. 佛陀文教基金會，《怎樣念佛往生不退成佛》，台北，佛陀教育基金會，2003。

23. 吳瀛濤，《台灣民俗》，台北，眾文圖書，民 81。
24. 李秀娥，《祀天祭地》，台北，台灣閱覽室，民 88。
25. 見金剛秀友監修，《密教入門》，台北，牛頓出版社，1995。
26. 卷爾、阿德利，《新世紀科學學習百科》，台北，貓頭鷹出版社，民 84。
27. 周何，《古禮今談》，台北，萬卷樓圖書，民 82。
28. 宗喀巴大師，法尊法師譯，《菩提次第廣論》，台北，佛教出版社，年不詳。
29. 帕朋喀、德欽寧波，法護譯，《吉祥金剛瑜伽母那洛空行成就法及生起次第
導引合輯》，台北，南天出版社，西 1997。
30. 林明義，《台灣冠婚葬家禮全書》，台北，武陵出版社，民 87。
31. 林綺雲等，《生死學》，台北，洪葉文化，民 89。
32. 姚漢秋，《台灣喪禮古今談》，台北，台原出版社，民 88。
33. 胡之真，《藏密法要》，台北，新文豐出版社，民 81。
34. 朗欽加布仁波切講授，馬步芳整理，《中陰入門教授》，台北，慧炬出版社，
民 90。
35. 格西格桑嘉，崔忠鎮譯，《大樂光明》，台北，文殊出版社，民 77。
36. 泰錫度仁波切，先饒多傑刺嘛英譯，《大寶法王造了義大手印祈請文泰錫度
仁波切八世釋論大手印最高成就修行法》，台北，唵阿啤出版社，民 87。
37. 烏金祖古仁波切、敦珠法王等，黃英傑譯，《大圓滿之門》，台北，全佛出
版社，2002。
38. 索南才証(漢名許得存)，《西藏密教史》，北京，中國社會科學出版社，1998。
39. 貢噶卻己仁波杰講授，《密宗道次第心要講錄》，台北，慧炬出版社，民 90。
40. 張淑美，《中學「生命教育」手冊》，台北，心理出版社，民 90。
41. 第一世帕繃喀仁波切講解，《掌中解脫 II》，北台，白法螺出版社，民 89。
42. 許明銀，《中有大聞解脫》，香港，香港密乘佛學會，2000。
43. 許明銀，《西藏佛教之寶》，台北，佛光文化，民 87。
44. 陳念萱，《不丹、深呼吸》，台北，大塊文化，民 91。
45. 陳健民，《曲肱齋全集二》，台北，普賢出版社，民 80。
46. 傅偉勳，《死亡的尊嚴與生命的尊嚴》，台北，正中書局，1993。

47. 堪布卡特仁波切，《大手印演講集》，台北，施法苑出版社，1991。
48. 敦珠仁波車，劉銳之上師譯，〈金剛乘全集(乙)之一《大幻化網導引法》〉，香港，密乘密出版社，1983。
49. 黃天中，《死亡教育概論 II》，台北，業強出版社，1992。
50. 黃天中，《死亡教育論 I——死亡態度及臨終懷研究》，台北，美強出版社，民 80。
51. 黃文博，《台灣人的生死學》，台北，常民文化，民 89。
52. 黃俊郎，《禮儀之邦的寶典--禮記》，台北，黎明文化事業，民 82。
53. 楊維傑，《黃帝內經素問譯解》，台北，志遠書局，民 83。
54. 楊維傑，《黃帝內經靈樞譯解》，台北，志遠書局，民 65。
55. 楊維傑，《中醫學概論》，台北，志遠書局，民 72。
56. 楊維傑，《中醫治法學》，台北，志遠書局，民 74。
57. 聖嚴等，《漢藏佛學同異答問》，台北，東初出版社，民 81 年。
58. 演培法師，《俱舍論頌講記（中）》，台北，天華事業，民 77。
59. 窪穆巴哈博士，朱文光博士譯，《投胎與出胎的催眠報告》，台北，老古文化事業公司，民 75。
60. 蒲慕州，《墓葬與生死》，台北，聯經出版社，民 82。
61. 摩謝、菲登奎斯（Moshe Feldenkrais），陳玉鳳譯，《從動中覺醒》，台北，世茂出版社，1998。
62. 蓮花生大士嚴藏，事業洲尊者，談錫永主編，《六中有自解脫導引》，台北，全佛文化，1999。
63. 蔡東照，《白話本西藏度亡經》，台北，曼尼文化，民 92。
64. 鄭玄，《禮記鄭註》，台北，新興書局，民 60。
65. 鄭振煌，《認識藏傳佛教》，台北，慧炬出版社，民 90。
66. 嚴耀中，《漢傳密教》，上海，學林出版社，1991。
67. 蘇軍釋譯，《雜阿毗達磨心論》，台北，佛僑書局，民 87。
68. 讀者文摘，《瀛寰搜奇》，香港，讀者文摘遠東公司，1978。
69. Sogyal Rinpoche，The Tibetan book of living and dying（New york：

HarperCollins Publishers,Inc. , 1994)。

論文

1. 余德慧等，《臨終過程心理質變論述的探討》，南華大學生死學系所，第二屆現代生死學理論建構學術研討會，2002。
2. 余德慧等，《臨終過程與宗教施為》，『宗教現象之心理學研究—應用心理學的研究方法探討宗教現象』，真理大學宗教系，民 90。
3. 吳庶深，劉欣懿，《「生命的彩虹」高中生死教育課程設計之特色》，第二屆現代生死學理論建構學術研討會，南華大學生死學系，2002。
4. 吳庶深，劉欣懿，《安寧緩和照顧融入高中生死教育之課程設計》，第三屆「現代生死學理論建構」學術研討會，南華大學生死學研究所，民 92。
5. 李安德，《超個人心理學與宗教的關係》，『宗教現象之心理學研究—應用心理學的研究方法探討宗教現象』，真理大學宗教系，民 90。
6. 林綺雲，《死亡教育與輔導》，「現代生死學理論建構」學術研討會，南華大學生死學研究所，民 90。
7. 紀潔芳，《生死教育教師素養之探討：兼談師資培育》，「現代生死學理論建構」學術研討會，南華大學生死學研究所，民 90。
8. 紀潔芳，《童繪本在生死教育教學中之應用》，第二屆「現代生死學理論建構」學術研討會，南華大學生死學研究所，民 91。
9. 紀潔芳，《視聽媒體在生死教育教學運用之探討》，第三屆「現代生死學理論建構」學術研討會，南華大學生死學研究所，民 92。
10. 張淑美，《從美國死亡教育的發展兼論我國實施死亡教育的準備方向》，國立高雄師大教育系，教育學刊，14 期，民國 87。
11. 梅靜軒，《佛教臨終處理的理論探討》，第二屆宗教學與佛學論文研討會，南華管理學院比較宗教研究所，民 87。
12. 許明銀，《試析寧瑪派版〈中有大聞解脫〉》，蒙藏委員會，藏傳佛教在台

- 灣學術研討會，台北，民 90。
13. 陳錫琦，《大學生印象深刻的自他死亡或接近死亡經驗及其影響之生期研究》，第二屆「現代生死學理論建構」學術研討會，南華大學生死學研究所，民 91。
 14. 曾煥棠，《生命意義探索的建構》，第三屆「現代生死學理論建構」學術研討會，南華大學生死學研究所，民 92。
 15. 曾煥棠，《美國生命教育發展的省思》，第二屆「現代生死學理論建構」學術研討會，南華大學生死學研究所，民 91。
 16. 曾煥棠，紀惠馨，陳錫琦，《護生對生死學課程內容需求及其影響因素之調查研究》，現代生死學理論建構學術研討會，南華大學生死學研究所，民 90。
 17. 楊國柱，《苗栗市大坪頂殯儀館火葬場規劃選址鄰避衝突問題之解決：以風水文化為觀點之分析》，「現代生死學理論建構」學術研討會，南華大學生死學研究所，民 90。
 18. 楊國柱，《從交易成本觀點論殯葬施設置鄰避衝突之問題》，第二屆「現代生死學理論建構」學術研討會，南華大學生死學研究所，民 91。
 19. 蔡明昌，《轉換學習理論與成人生死教育》，第二屆「現代生死學理論建構」學術研討會，南華大學生死學研究所，民 91。
 20. 賴明亮，《論植物人安樂死之不合醫學倫理：由死刑及腦死談死》，「現代生死學理論建構」學術研討會，南華大學生死學研究所，民 90。
 21. 釋永有，《前世療法與生死學》，「現代生死學理論建構」學術研討會，南華大學生死學研究所，民 90。
 22. 釋道一，《論安寧療護的自利利他行》，2001 佛學論文獎學金得獎論文集，財團法人台中市正覺堂，2002。
 23. 釋道興（民 86），《從佛教瞻病送終談臨終關懷》，碩士論文，台北，中華佛學研究所。

24. 釋演莊，《死亡觀之初探—以〈阿含經〉及〈瑜伽師地論〉為主》，2002 佛學論文獎學金得獎論文集，財團法人台中市正覺堂，2002。
25. 釋慧開，《孔子生死觀探究》，「現代生死學理論建構」學術研討會，南華大學生死學研究所，民 90。

期刊

1. 《格魯巴月刊》，第 21 期~第 27 期；悉利公赤珠仁波切慧賢源生活佛講〈灌頂的意義與功德〉。
2. 達賴喇嘛於西元二〇〇二年維吉尼雅大學演講。

工具書

1. 《大美百科全書》，光復出版社，台北，民 81。
 〈第六冊〉，〈第十冊〉，〈第十一冊〉，〈第十七冊〉，〈第十八冊〉，
 〈第二十一冊〉，〈第二十二冊〉。
2. 《大辭典》，三民書局，台北，民 74。
3. 《文科大辭典》，新文豐出版社，台北，民 63。
4. 《望月佛教大詞典》，世界聖典刊行學會，日本，昭和 49。
5. 《藏漢佛學詞典》，四川民族出版社，四川省，1993。
6. 扎西次仁，《英藏漢對照詞典》，民族出版社，北京，1988。
7. 方毅等，《辭源》，商務印書館，台北，民 4。
8. 修定新版《大藏經總目錄》，新文豐出版公司，台北，民 81。
9. 高觀廬，《實用佛學辭典》，高雄淨宗學會，高雄，民 23。
10. 張玉書等，《新修康熙字典》，啓業書局，台北，民 70。
11. 張怡蓀，《漢藏大辭典》，民族出版社，北京，西 1998。
12. 楊逢時，《中國正統道教大辭典》，逸群圖書，民 85。

13. 熊鈍生主編，《辭法》，台灣中華書局，台北，民 69。

二、索引

1. 《中陰大聞解脫》(བར་དོ་ཐོས་ཤིང་ཆེན་མོ།) (Bar-Do Thes-Thos-Chen-Mo)/1,15,84
2. 《從<憶念甚深法、寂靜忿怒尊密意自解脫>》(ཞི་བོ་བཤོལ་སེམས་པ་རང་གྲོ།)
(Zhi-Khro-dGongs-Pa Rang-Grol)/1,4,8
3. 格魯派(དགེ་ལུགས་པ།) (dGe-Lugs-Pa) /1,17
4. 寧瑪派(རྟེན་མེ་པ།) (rNying-Ma-Pa)/1,15,17,61
5. 薩迦派(སུ་གླུ་པ།) (Sa-sKya-Pa)/1,17
6. 噶舉派(བཀའ་བརྒྱུད་པ།) (bKa'-brGyu-Pa) /1,17
7. 頗瓦(ཕོ་བ།) (Pho-Ba) /3,8,15,53,124
8. 法性(ཚོས་ཉེད།) (Chos-Nyid)/3,21,24
9. 密乘(གསང་ཐུགས་རྒྱུད།) (gSang-sNgags-rGyud) /8
10. 處生中陰(ཕྱི་གནས་བར་དོ།) (sKye-gNas Bar-Do) /10,35
11. 臨終中陰(འཆི་ཁ་བར་དོ།) ('Chi-Kha Bar-Do) /10,33,59,20
12. 法性中陰(ཚོས་ཉེད་བར་དོ།) (Chos-Ngid Bar-Do) /10,34,50,61,62,78
13. 輪迴中陰(མྱིན་པ་བར་དོ།) (Srid-Pa Bar-Do)/10
14. 輪迴(མྱིན་པ།) (Srid-Pa) /9
15. 般涅槃(ཀླུང་ན་ལས་འདས་པ།) (Mya-Ngan-Las-'Das-Pa) /9,59,68
16. 口訣(མནང་ག།) (Man-Ngag)/10,78,85
17. 灌頂(དབང་།) (dBang) /13,24
18. 本尊(ཡི་དམ།) (Yi-Dam) /13,16,172
19. 無上瑜珈密部(རྣམ་འགྲོ་རྩ་གླེན་མེད་པའི་རྒྱུད།) (rNal-'Byor-bLa-Na Med-Ba'i-rGyud) /13,18,123
20. 中陰超度法(སྤེལ་འདྲིན་རང་གྲོ།) (sNa-'dren Rang-Grol)/15,123
21. 薦超法(སྤེལ་འདྲིན།) (sNa-'Dren)/15
22. 懺摩法(བར་དོ་བ།) (Bar-Do Ba)/15
23. 經部(མདོ།) (mDo) /16

24. 續部 (གསང་ལྷགས།) (gSang-sNgags)	/2,15
25. 上師 (ལྷ་མཚན།) (bLa-Ma)	/16,21,172
26. 金剛乘 (རྗེ་ཐེག་པ།) (rDo-rJe Theg-Ba)	/16
27. 格西 (དགེ་བཤེས་པ།) (Dge-bShes-Ba)	/18
28. 事部 (བྱ་རྒྱུ།) (Bya-rGyud)	/18,123
29. 行部 (སྟོན་རྒྱུ།) (sPyod-rGyud)	/18,123
30. 瑜珈密部 (རྣལ་འབྱོར་གྱི་རྒྱུ།) (rNal-'Byor Gyi rGyud)	/18,123
31. 生起次第 (སྐྱེས་རིམ།) (sKyes-Rim)	/19
32. 圓滿次第 (རྫོགས་རིམ།) (rDzogs-Rim)	/19,123
33. 即身成就 (ཐོབ་ཚེ།) (Thod-rGol)	/19
34. 四大密續 (གསང་ལྷགས་རྒྱུད་བཞི།) (gSang-sNgags rGyud bZhi)	/18,123
35. 法身 (ཚོས་སྐྱེ།) (Chos-sKu)	/20,24
36. 報身 (ལོངས་སྟོན་རྫོགས་པའི་སྐྱེ།) (Longs-sPyod-rDzogs P'i sKu)	/20,24
37. 脈 (རྩ།) (rTsa)	/20,28,88
38. 氣 (རྩལ།) (rLung)	/20,28,88
39. 明點 (ཐིག་ལེ།) (Thig-Le)	/20,28,88
40. 息 (ཞི།) (Zhi)	/20
41. 增 (རྒྱས།) (Rgyas)	/20
42. 懷 (དབང།) (dBang)	/20
43. 誅 (འགྲུག།) (Drag)	/20
護法 (མགོན་པོ།) (mGon-Po)	/19
44. 空行 (མཁའ་འགྲོ།) (mKha'-'Gro)	/19
45. 化身 (སྐྱེལ་སྐྱེ།) (sPrul-sKu)	/20,24,88
46. 唐卡 (ཐང་ཀའ།) (Thang-Ka)	/24
47. 我執 (གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན།) (Gang-Zag Gi bDag-'Dzin)	/26
48. 法執 (ཚོས་ཀྱི་བདག་འཛིན།) (Chos Kyi bDga-'Dzin)	/26

49. 不淨幻身 (མ་དག་པའི་ལུས།) (Ma Dag-Pa'i-Lus)	/28,55,57
50. 夢幻中陰 (རྗེ་ལམ་བར་དོ།) (rMi Lam Bar-Do)	/35
51. 受生中陰 (སྐྱེ་བྱིད་བར་དོ།) (sKye-Sri Bar-Do)	/35
52. 禪定中陰 (བསམ་གཏན་བར་དོ།) (bSam-gTan Bar-Do)	/36
53. 中陰身 (བར་དོ་བ།) (Bar-Do Ba)	/38
54. 觀世音菩薩 (ལྷན་རས་གཟིགས།) (sPyan-Ras-gZigs)	/47
55. 力斷 (ཚད་འགོལ།) (Chad-'Gel)	/51
56. 頓超 (ཐོད་རྒྱལ།) (Thod-rGol)	/51
57. 大手印 (ཕྱག་རྒྱ་ཆེན་པོ།) (Phyag-rGya-Chen-Po)	/51
58. 大圓滿法 (རྫོགས་ཆེན།) (rDzogs-Chen)	/51
59. 淨幻身 (དག་པའི་ལུས།) (Dag-Pa'i-Lus)	/55
60. 意生身 (ཡིད་ཀྱི་ལུས།) (Yid-Kyi-Lus)	/55,56,79,103
61. 幻身 (ལྷུ་ལ་པའི་ལུས།) (sPyul-Pa'i-Lus)	/55
62. 輪迴受生中陰 (སྤིང་པ་དང་སྐྱེ་བྱིད་བར་དོ།) (Srid-Pa Dang sKye-Sri Bar-Do)	/61,62
63. 格西格桑嘉措 (དགེ་བཤེས་བསྐྱེད་བཟང་གྱུ་མཚོ།) (Dge-bShes-Ba sKal-bZang-rGya-mTsho)	/55,61,64
64. 究竟成佛 (ཀྱང་ན་ལས་འདས་པ།) (Mya-Ngan Las 'Das-Pa)	/60,61
65. 中陰 (བར་དོ།) (Bar-Do)	/61
66. 解脫 (ཐར་པ།) (Thar-Pa)	/68
67. 敦珠仁波切 (ལྷན་འཛོམས་རིན་པོ་ཆེ།) (sDud-'Dzom Rin-Po-Che)	/63
68. 大樂光明 (བདེ་ཆེན་འོད་ཟེངས།) (bDe-Chen 'Od-Zer)	/64
69. 大幻化網導引法 (རྗེ་འགྲུལ་འདྲེན་ཆེན་མོའི་འབྲིན་རྒྱལ།) (rDzu-'Phrul-'Dra-Ba Chen-Mo'i 'Dren-Tshul)	/63
70. 五蘊 (ཕུང་པོ་ལྔ།) (Phun-Po lNga)	/66,86
71. 色蘊 (གཟུགས་ཀྱི་ཕུང་པོ།) (gZugs Kyi Phun-Po)	/64

72. 受蘊(ཚོར་བའི་སུང་པོ།)(Tshor Ba'i Phung-Po)...../66

73. 想蘊(འདུས་ཤེས་ཀྱི་སུང་པོ།)('Dus-Shes Kyi Phu-Po)...../66

74. 行蘊(འདུ་བྱེད་ཀྱི་སུང་པོ།)('Du-Byed Kyi Phung-Po)...../66

68. 識蘊(རྣམ་པར་ཤེས་པའི་སུང་པོ།)(rNam-Par-Shes Pa'i Phun-Po)...../66

75. 涅槃(རྗེང་འདས།)(Myang-'Das)...../66

76. 明光(རིག་པ།)(Rig-Pa)...../70,106

77. 中脈(དབུ་མ།)(dBu-rTsa)...../67,70

78. 金剛誦(རྗེ་མེད་ཚེག།)(rDo-rJe'i Tshig)...../72,75

79. 法性光明(ཚོས་ཉེད་འོད་ཟེང་།)(Chos-Ngid 'Od-Zer)...../74,110,111

80. 寂靜尊聖眾(ཞི་བའི་ལྷ་ཚོགས།)(Zhi ba'i lHa-Tshogs)...../82

81. 忿怒飲血部尊聖眾(ཁྲོ་བའི་ལྷ་ཚོགས།)(Khro ba'i lHa-Tshogs)...../82

82. 自性(རང་བཞིན།)(Rang-bZhin)...../82

83. 壇城(མཇལ་ལ།)(manDal)...../87

84. 虹光身(འཇའ་འོད་ཀྱི་ལུས།)('Ja'-'Od Gyi Lus)...../40,88

85. 地(ས།)(Sa)...../127

86. 水(ཇ།)(Chu)...../127

87. 火(མ།)(Me)...../127

88. 風(ལུང་།)(rLung)...../127

附錄 (第三章 總表) 臨終中陰

臨 終 中 陰																				
死亡天數		所處中陰境界	境況描述	中陰身的光色			呈現本尊						本尊眷屬		依他度之超度法事					
外呼吸停止	內呼吸停止後			解脫光的顏色	輪迴的習氣	輪迴光的顏色	本尊聖名	本尊之佛母	呈顯刹土	座具	本尊顏色	本尊手持法器	方位	數量	施法時間	主事者	超度內容簡摘			
醫學上的呼吸、心跳將要停止而尚未停止。		臨終中陰(法性中陰的第一光明)	外呼吸要斷未斷之時。	1.空澄澄、無際無中分、清淨虛無的光明。自己認識自己的本來面目之明知呈現,如是安住。 2.第一中陰法性光明,空澄澄、赤裸無垢的明知。			1.法性普賢佛母與普賢如來。 2.佛之法身。 3.無生死光明的不動光佛,安住於此佛之意趣。											1.要斷氣未斷氣時,為修「破瓦」法的最佳時間。 2.直至黃水流出,均應殷重地重複作<光明引導>。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1.對三寶獻上最豐盛實質供養與意化之供養。 2.無財產時的意化之供養。 3.對所行超度法儀式均唸誦多次。 4.此時善修「破瓦」法。 5.無修「破瓦」法時,則告知所產生之景象的引導,並行多次。
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死)	外呼吸停止內呼吸尚在,全身熱溫度盡失前,一般人維持三天半時間。	臨終中陰(法性中陰的第二光明)	1.外呼吸停止,內呼吸尚在,遍佈全身之氣將融入中脈之時。風入中脈未入左、右脈之時行法,時間約是一頓飯時間(二、三十分鐘)。 2.風入中脈之時,也依脈象好壞而有時間維持長短之差別(一般稱「悶絕」,黃水尚未出,常人可住三天半)。 3.不認識自己死與不死,「不淨幻身」將會出現,親戚與相關者尚看得見也聽得到。兇猛的業力幻影尚未出現。															仍繼續行<光明引導>的唸誦。 1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 5.發音正確且會唸詞句者。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 5.發音正確且會唸詞句者。	1.給予教誡內容為圓滿次第與生起次第。 2.圓滿次第是重複施予<光明引導>,生起次第則是提醒其本尊、和本尊壇城之觀修。 3.未受密法者,教導應觀想大悲觀音菩薩。 4.接受教授證母子光明會。 5.逐漸出現意生身(即指不淨幻身),與生前相同的可以產生能見對像。

法性中陰寂靜尊表 1-1

法性中陰的第一個七天寂靜尊聖眾呈現內容																	
死亡天數		所處中陰境界	境況描述	中陰身的光色			呈現本尊						本尊之眷屬		依他度之超度法事		
外呼吸停止	內呼吸停止後			解脫光的顏色	輪迴的習氣	輪迴光的顏色	本尊聖名	本尊之佛母	呈顯刹土	座具	本尊顏色	本尊手持法器	方位	數量	施法時間	主事者	超度內容簡摘
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死，死後的第五天)	內呼吸停止後的第一天。(體溫盡失，意識逸出身體)	法性中陰寂靜尊呈現	1.從悶絕中醒來，生起發生什麼事的疑問？ 2.從輪迴的回轉，一切現象化為光，遍虛空呈現蔚藍色的光。 3.延續法性中陰的第二光明。 4.出現業力幻境，聲音、光、亮燦。 5.親屬哭聲與哀號，並除去死者食物、衣服、移動臥處；死者可見家屬所作一切，但家屬卻不見死者，死者因而起煩惱欲離去。	1.蔚藍色的光 2.識蘊轉化為法界性智。	強烈的愚癡	白色天道光	世尊毗盧遮那如來	虛空法界自在母	中央密嚴刹土	獅子寶座	白色	八輻劍鋒輪			繼續行<法性中陰大引導>超度法。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1.身體與心分離時，清淨法性的微細明相，清明、澄清發光；自性燦爛而恐怖。如同陽焰在春季的平原，盛火閃現出來。 2.從光的內部，法性的本聲，強大巨響，如千雷震響，隆隆雷聲來到面前。 3.述說此時中陰的情境，教誡保持正念融入本尊蔚藍色光，勿擇輪迴的天道白光。 4.作啟請中陰本尊加持往登佛土，並化成虹光融入佛父母心間。 5.開示中陰有六種：自然處生、夢境、禪定、臨終、法性、輪迴受生等中陰，而目前所處之中陰身是屬<法性中陰>呈現的臨死中陰、法性中陰和輪迴中陰。 6.從光的內部，清淨法性的本聲巨大，適逢重要關口時，寂、忿尊將自現，莫害怕！是自性生。 7.一切都是自識所現，由習氣所成的意生身，無由受傷害。這就是中陰。
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死，死後的第六天)	內呼吸停止後的第二天。(體溫盡失，意識逸出身體)	法性中陰寂靜尊呈現	1.從悶絕中醒來，生起發生什麼事的疑問？ 2.從輪迴的回轉，一切現象化為光，遍虛空呈現蔚藍色的光。	白色淨光(水大元素) 色蘊轉化大圓鏡智	瞋恚與罪障	煙灰色地獄道的光	世尊金剛薩埵不動如來	女尊佛眼母	東方妙喜世界	大象寶座	藍色	五鉤金剛杵	地藏與慈氏、舞女與花女二女尊圍繞於虹光曼荼羅海。	四尊	繼續行<法性中陰大引導>超度法。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1.述說此時中陰的情境，教誡保持正念融入本尊白色淨光，勿擇輪迴的地獄道煙灰色光。 2.作啟請中陰本尊加持往登佛土，並化成虹光融入佛父母心間。
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死，死後的第七天)	內呼吸停止後的第三天。(體溫盡失，意識逸出身體)	法性中陰寂靜尊呈現	1.從悶絕中醒來，生起發生什麼事的疑問？ 2.從輪迴的回轉，一切現象化為光，遍虛空呈現蔚藍色的光。	黃色淨光(地大元素) 受蘊轉化平等性智	我慢(註3)	不顯眼的青色人道光	世尊寶生如來	佛媽媽媽給	南方極妙世界	駿馬寶座	黃色	神珠寶	虛空藏與普賢菩薩、嫗女與香女二女尊圍繞於虹光曼荼羅海。	四尊	繼續行<法性中陰大引導>超度法。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1.述說此時中陰的情境，教誡保持正念融入本尊黃色淨光，勿擇輪迴的人道青色光。 2.作啟請中陰本尊加持往登佛土，並化成虹光融入佛父母心間。

法性中陰寂靜尊表 1-2

法性中陰的第一個七天寂靜尊聖眾呈現內容																	
死亡天數		所處中陰境界	境況描述	中陰身的光色			呈現本尊						本尊之眷屬		依他度之超度法事		
外呼吸停止	內呼吸停止後			解脫光的顏色	輪迴的習氣	輪迴光的顏色	本尊聖名	本尊之佛母	呈顯刹土	座具	本尊顏色	本尊手持法器	方位	數量	施法時間	主事者	超度內容簡摘
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死、死後的第八天)	內呼吸停止後的第四天。(體溫盡失，意識逸出身體)	法性中陰寂靜尊呈現	1.從悶絕中醒來，生起發生什麼事的疑問？ 2.從輪迴的回轉，一切現象化為光，遍虛空呈現蔚藍色的光。	紅色淨光(火大元素) 想蘊轉化妙觀察智	貪欲與吝	不顯眼的黃色 餓鬼道光與智光	世尊無量光如來	佛母白衣母	西方極樂世界	孔雀寶座	紅色	蓮花	觀音與文殊菩薩、歌女與燈女二女尊圍繞於虹光曼荼羅海。	四尊	繼續行<法性中陰大引導>超度法。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1. 述說此時中陰的情境，教誡保持正念融入本尊紅色淨光，勿擇輪迴的餓鬼道黃色光。 2. 作啓請中陰本尊加持往登佛土，並化成虹光融入佛父母心間。
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死、死後的第九天)	內呼吸停止後的第五天。(體溫盡失，意識逸出身體)	法性中陰寂靜尊呈現	1.從悶絕中醒來，生起發生什麼事的疑問？ 2.從輪迴的回轉，一切現象化為光，遍虛空呈現蔚藍色的光。	綠色淨光(風大元素) 行蘊轉化成所作智	嫉妒	不顯眼的紅色 阿修羅道光	世尊不空成就如來	佛母三昧耶多羅母(綠度母)	北方業積世界	大鵬寶座	綠色	十字金剛杵	金剛手與除蓋障菩薩、塗香與食女二女尊圍繞於虹光曼荼羅海。	四尊	繼續行<法性中陰大引導>超度法。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1. 述說此時中陰的情境，教誡保持正念融入本尊綠色淨光，勿擇輪迴的阿修羅道紅色光。 2. 作啓請中陰本尊加持往登佛土，並化成虹光融入佛父母心間。
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死、死後的第十天)	內呼吸停止後的第六天。(體溫盡失，意識逸出身體)	法性中陰寂靜尊四十二聖眾齊現	1.從悶絕中醒來，生起發生什麼事的疑問？ 2.從輪迴的回轉，一切現象化為光，遍虛空呈現蔚藍色的光。	白色淨光(色蘊轉化大圓鏡智) 蔚藍色的光(識蘊轉化法界性智) 黃色淨光(受蘊轉化平等性智) 紅色淨光(想蘊轉化妙觀察智) 綠色淨光(行蘊轉化成所作智)	強烈的愚癡 瞋恚與罪障 我慢 貪欲與吝 嫉妒	白色 天道的 光 煙灰色的 地獄道 的光 昏青色 人道的 光 昏黃色 餓鬼道 的光 昏黃色 畜牲道 昏綠的 光 昏紅色 阿修羅 的道光	1.世尊毗盧遮如來 2.世尊金剛薩埵不動如來 3.世尊寶生如來 4.世尊無量光如來 5.世尊不空成就如來 6.金剛總持(此為報身像) (以上含佛母共 12 尊)	1.虛空法界 2.自在母女尊佛眼母 3.佛母媽媽給 4.佛母白衣母 5.佛母三昧耶多羅母(綠度母雞) 6.普賢佛母	1.中央密嚴刹土 2.東方妙喜世界 3.南方極妙世界 4.西方極樂世界 5.北方業積世界	1.獅子寶座 2.大象寶座 3.駿馬寶座 4.孔雀寶座 5.大鵬寶座	白色 藍色 黃色 紅色 綠色	1.八輻輪 2.五鈷金剛杵 3.神珠寶 4.蓮花 5.十字金剛杵	五方佛尊外層：守門之雙身明王四尊、雙身護門天母四尊、六道之雙身世尊六佛(共 14 尊)	1.同東方、南方、西方、北方之本尊之眷屬數目。(共 16 尊)	繼續行<法性中陰大引導>超度法。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1. 述說此時中陰的情境，教誡保持正念融入五方佛本尊心間所同時放射的四智之淨光(因為自己的心智本具力用尚未圓滿，故成所作智的綠光不顯現)，勿擇此同時出現輪迴的六道輪迴光。 2. 作啓請中陰本尊加持往登佛土，並化成虹光融入佛父母心間。 3. 五部佛尊的外層守護諸佛尊，在此時同時出現，報身的四十二尊從自心間出現。

法性中陰寂靜尊表 1-3

法性中陰的第一個七天寂靜尊聖眾呈現內容

死亡天數		所處中陰境界	境況描述	中陰身的光色			呈現本尊						本尊之眷屬		依他度之超度法事		
外呼吸停止	內呼吸停止後			解脫光的顏色	輪迴的習氣	輪迴光的顏色	本尊聖名	本尊之佛母	呈顯刹土	座具	本尊顏色	本尊手持法器	方位	數量	施法時間	主事者	超度內容簡摘
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死，死後的第十一天)	內呼吸停止後的第七天。(體溫盡失，意識逸出身體)	法性中陰持明尊出現	1.從悶絕中醒來，生起發生什麼事的疑問？ 2.從輪迴的回轉，一切現象化為光，遍虛空呈現蔚藍色的光。	五色雜光復(習氣法爾清淨)	愚癡與煩惱	不顯眼的畜生道綠色光	1.中央蓮華舞自在，異熟無上持明 2.東方地居持明 3.南方壽自在持明 4.西方大手印持明 5.北方任運持明	1.中紅色空行母 2.東白色空行母 3.南黃色空行母 4.西紅色空行器 5.北綠色空行母 (明妃所持法器皆為：右手持彎刀左手持注滿人血的顛器)	虹與光所籠罩的曼荼羅		1.中央五光色澤 2.東方白且含笑 3.南方黃色妙嚴 4.西方紅色含笑 5.北方綠半怒笑		持明的外圍： 1.八大尸林空行 2.四種姓空行 3.十方空行 4.二十四區域空行 5.勇父和勇母 6.緊迦羅與護法者 7.偕同護法神	無量的空行母群	繼續行<法性中陰大引導>超度法。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1. 述說此時中陰的情境，教誡保持正念融入清淨空行刹土持明聖尊之心間，勿擇此同時出現的綠色畜生道輪迴光。 2. 啟請中陰持明尊加持往登清淨空行刹土，並化成虹光融入空行持明德父母心間。 3. 持明聖尊的外層守護法尊，在此時同時出現，皆是由自己心間所化現。

法性中陰忿怒尊表 1-1

法性中陰的二七飲血部忿怒尊聖眾呈現內容

死亡天數		所處中陰境界	境況描述	中陰身的光色			呈現本尊						本尊之眷屬		依他度之超度法事		
外呼吸停止	內呼吸停止後			解脫光的顏色	輪迴的習氣	輪迴光的顏色	本尊聖名	本尊之佛母	呈顯刹土	座具	本尊顏色	本尊手持法器	方位	數量	施法時間	主事者	超度內容簡摘
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死、死後的第十二天)	內呼吸停止後的第八天。(體溫盡失，意識逸出身體)	法性中陰忿怒尊呈現(法性中陰的第三光明呈現之後)	1.從悶絕中醒來，生起發生什麼事的疑問？ 2.從輪迴的回轉，一切現象化為光，遍虛空呈現蔚藍色的光。		恐、怖、畏三種力增上		大吉祥佛陀 呬魯迦(三頭六臂，四足展立，面為右白、左紅、正面紫黑)	訖洛底濕縛哩 右樓男尊 脖子左捧赤色海螺	虹與光所籠罩的曼荼羅(腦的中央出現)	大鵬鳥所頂撐金剛寶座	紫黑	右手：上持輪、中持鉞、下持劍 左手：上持鈴、中持犁、下持容器			1.在中陰的第二光明未解脫時(光明引導)，即繼續行(法性中陰大引導)法。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1.此時景象均是自心所呈現，是自證智身不要畏懼，不要害怕，不要驚嚇， 是世尊毗盧遮那父母雙尊之體 ，若能認取則立即解脫。 2.述說此時中陰的情境，教誡保持正念，認取本尊後融入為一體無二。
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死、死後的第十三天)	內呼吸停止後的第九天。(體溫盡失，意識逸出身體)	法性中陰忿怒尊呈現(法性中陰的第三光明呈現之後)	1.從悶絕中醒來，生起發生什麼事的疑問？ 2.從輪迴的回轉，一切現象化為光，遍虛空呈現蔚藍色的光。		恐、怖、畏三種力增上		飲血金剛呬迦(三頭六臂，四足展立，面為右白、左紅、正面蔚藍色)	女尊金剛訖洛底濕縛哩 右樓男尊 脖子左捧赤色海螺	虹與光所籠罩的曼荼羅(腦的東方出現)		蔚藍色	右手：上持金剛杵、中持容器、下持鉞 左手：上持鈴、中持容器、下持犁			1.在中陰的第二光明未解脫時(光明引導)，即繼續行(法性中陰大引導)法。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1.此時景象均是自心所呈現，不要畏懼，不要害怕，不要驚嚇， 是世尊金剛薩埵父母雙尊之體 ，若能認取則立即解脫。 2.述說此時中陰的情境，教誡保持正念，認取本尊後融入為一體無二。
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死、死後的第十四天)	內呼吸停止後的第十天。(體溫盡失，意識逸出身體)	法性中陰忿怒尊呈現(法性中陰的第三光明呈現之後)	1.從悶絕中醒來，生起發生什麼事的疑問？ 2.從輪迴的回轉，一切現象化為光，遍虛空呈現蔚藍色的光。		恐、怖、畏三種力增上		飲血寶部珍寶呬魯迦(三頭六臂，四足展立，面為右白、左紅、正面深黃色)	女尊珍寶忿怒母 右樓男尊 脖子左捧赤色海螺	虹與光所籠罩的曼荼羅(腦的南方出現)		深黃色	右手：上持寶、中持天仗、下持棒 左手：上持鈴、中持容器、下持三叉戟			1.在中陰的第二光明未解脫時(光明引導)，即繼續行(法性中陰大引導)法。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1.此時景象均是自心所呈現，不要畏懼，不要害怕，不要驚嚇， 是飲血金剛部世尊寶生父母雙尊之體 ，若能認取則立即解脫。 2.述說此時中陰的情境，教誡保持正念，認取本尊後融入為一體無二。
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死、死後的第十五天)	內呼吸停止後的第十一天。(體溫盡失，意識逸出身體)	法性中陰忿怒尊呈現(法性中陰的第三光明呈現之後)	1.從悶絕中醒來，生起發生什麼事的疑問？ 2.從輪迴的回轉，一切現象化為光，遍虛空呈現蔚藍色的光。		恐、怖、畏三種力增上		飲血蓮花部蓮花呬魯迦(三頭六臂，四足展立，面為右白、左青、正面暗紅色)	女尊蓮花忿怒母 右樓男尊 脖子左捧赤色海螺	虹與光所籠罩的曼荼羅(腦的西方出現)		暗紅	右手：上持蓮花圈、中持天杖、下持棒 左手：上持鈴、中持血顯器、下持小鼓			1.在中陰的第二光明未解脫時(光明引導)，即繼續行(法性中陰大引導)法。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1.此時景象均是自心所呈現，不要畏懼，不要害怕，不要驚嚇， 是飲血蓮花部世尊無量光佛父母雙尊之體 ，若能認取則立即解脫。 2.述說此時中陰的情境，教誡保持正念，認取本尊後融入為一體無二。

法性中陰忿怒尊表 1-2

死亡天數		所處中陰境界	境況描述	中陰身的光色			呈現本尊					本尊之眷屬		依他度之超度法事			
外呼吸停止	內呼吸停止後			解脫光的顏色	輪迴的習氣	輪迴光的顏色	本尊聖名	本尊之佛母	呈顯刹土	座具	本尊顏色	本尊手持法器	方位	數量	施法時間	主事者	超度內容簡摘
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死、死後的第十六天)	內呼吸停止後的第十二天。(體溫盡失，意識逸出身體)	法性中陰忿怒尊呈現 (法性中陰的第三光明呈現之後)	1.從悶絕中醒來，生起發生什麼事的疑問？ 2.從輪迴的回轉，一切現象化為光，遍虛空呈現蔚藍色的光。		恐、怖、畏三種力增上		飲血羯磨部羯磨四魯迦(三頭六臂，四足展立，面為右白、左紅、正面深綠色)	女尊事業忿怒母 右摟男尊 脖子左捧赤色海螺	虹與光所籠罩的曼荼羅(腦的北方出現)		深綠色	右手：上持劍、中持天杖、下持棒 左手：上持鈴、中持容器、下持犁			1.在中陰的第二光明未解脫時(光明引導)，即繼續行(法性中陰大引導)法。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1.此時景象均是自心所呈現，不要畏懼，不要害怕，不要驚嚇，是飲血羯磨部世尊不空成就佛父母雙尊之體，身形龐大、肢體粗壯、量等虛空，若能認取是自心中現起的影像，則立即解脫。 2.或曉得是自己的本尊，是母光，以及後來現起的自然子光二者，如母子之相遇，將自證自明，自我解脫。 3.此日之後八大寒林女神、八境獸首女神、獸面忿怒女神與異類面首女神等將前來迎接，若不快快認取，屆時會起大恐怖。
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死、死後的第十七天)	內呼吸停止後的第十三天。(體溫盡失，意識逸出身體)	法性中陰忿怒尊呈現 (法性中陰的第三光明呈現之後)	1.從悶絕中醒來，生起發生什麼事的疑問？ 2.從輪迴的回轉，一切現象化為光，遍虛空呈現蔚藍色的光。		恐、怖、畏三種力增上		八尊寒林女 東：白色水牛女 南：黃色盜賊女 西：紅色惑亂女 北：黑色鬼女 東南：紅黃獵人女 西南：深綠大食女 西北：淡黃旃陀羅女 東北：深藍尸林女 (其外圍繞五方飲血男尊，亦從已腦內升起而來)		虹與光所籠罩的曼荼羅(腦的八方出現)	東白 南黃 西紅 北黑 東南紅 黃 西南深 綠 西北淡 黃 東北深 藍	1.右骨杖 左顛器 2.手張弓箭 3.手持摩竭鐘 4.右杵左顛器 5.右持人腸左食之 6.左血顛 右攬取 7.右取人心左食其驅 8.撕裂腐尸身首食	八境獸首女神： 東：紫黑獅首辛哈 目佉女南：紅虎首 毗哩目佉女 西：黑狐首悉哩拉 目佉女北：深藍狼 首濕縛南目佉女 東南：淡黃鷲首訖 哩陀目佉女 西南：深紅鴉首 岡迦目佉女 西北：黑烏鴉首迦 迦目佉女東北：天 藍梟首呼魯目佉 女	八尊獸首女神(外圍繞五方飲血男尊)共十三尊	1.在中陰的第二光明未解脫時(光明引導)，即繼續行(法性中陰大引導)法。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1.此時景象均是自心所呈現，不要畏懼，不要害怕，不要驚嚇，若能認取是自心中現起的影像，是自己的意識之本身力用，則立即解脫。 2.八寒林女尊外圍五方飲血男尊，與八獸首女及其外圍五方飲血男尊等眷屬從腦的八方出現，其境極其恐怖但是，萬莫害怕，皆是自己的心所顯像。	

法性中陰忿怒尊表 1-3

死亡天數		所處中陰境界	境況描述	中陰身的光色			呈現本尊						本尊之眷屬		依他度之超度法事		
外呼吸停止	內呼吸停止後			解脫光的顏色	輪迴的習氣	輪迴光的顏色	本尊聖名	本尊之佛母	呈顯刹土	座具	本尊顏色	本尊手持法器	方位	數量	施法時間	主事者	超度內容簡摘
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死，死後的第十八天)	內呼吸停止後的第十四天。(體溫盡失，意識逸出身體)	法性中陰忿怒尊呈現 (法性中陰的第三光明呈現之後)	1.從悶絕中醒來，生起發生什麼事的疑問？ 2.從輪迴的回轉，一切現象化為光，遍虛空呈現蔚藍色的光。		恐、怖、畏三種力增上		四門守護忿怒四女神： 東：白馬面鉤女南：黃豕面索女西：紅獅面鎖女北：綠蛇面鈴女 異類面首二十八瑜珈女 (東南西北各六瑜珈女圍繞在飲血部三十忿怒尊呬嚕迦的外圍) 護門的四位瑜珈女		虹與光所籠罩的曼荼羅 (腦的內部所升起)		東白南黃西紅北綠	1.右持鉤左持血顛器 2.持索 3.持鎖鏈 4.持鈴	1.東南西北各六瑜珈女圍繞在飲血部三十忿怒尊呬嚕迦的外圍，共為二十四自在瑜珈女 2.護門的四位瑜珈女	二十八位自在瑜珈女	1.在中陰的第二光明未解脫時(光明引導)，即繼續行(法性中陰大引導)法。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1.此時景象均是自心所呈現，不要畏懼，不要害怕，不要驚嚇，若能認取是自心中現起的影像，是自己的意識之本身力用，則立即解脫。 2.從法身空部份所變現的是寂靜尊，而從法身顯明部份所變現的是忿怒尊。五十八尊飲血聖眾在升起的此刻，應當了知顯現的一切皆是自己的意識之光彩，應隨即與飲血部聖之身無二的交融，證得佛位。
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死，死後的第十八天)	1.內呼吸停止後的第十四天。(體溫盡失，意識逸出身體) 2.佛三十二尊出現而無法認證時，因恐怖力增，本尊轉化為閻羅王，均同時在第十四天呈現。	法性中陰忿怒尊呈現 (法性中陰的第三光明呈現之後)	1.從悶絕中醒來，生起發生什麼事的疑問？ 2.從輪迴的回轉，一切現象化為光，遍虛空呈現蔚藍色的光。		恐、怖、畏三種力增上		寂靜尊身體被視為大黑護法之身 本尊身體被視為閻羅法王之身 自心所現起的一切影像變成魔		輪迴中陰		青黑	刑板		1.在中陰的第三光明未解脫時(光明引導)，即繼續行(法性中陰大引導)法。	1.所事根本上師。 2.受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3.一樣法脈的善知識。 4.發音正確且會唸詞句者。	1.閻羅王等也是從自己意識的本光所現起，故無實體，空性無損於空性，除了本身的意識對作用力所起現外，一切外顯的寂靜、忿擊、飲血諸部眾皆無實體，如此認證而融入其身無二無別而證得佛位。 2.從法身空部份所變現的是寂靜尊，把祂視遍大黑護法之身；而從法身顯明部份所變現的是忿怒尊，把祂視為閻羅法王之身後，則所有一切影像變成魔，遂流浪於生死輪迴。 3.當對飲血部諸尊作祈禱，一切法性本聲如千雷震時，悉皆轉成六字大明咒之聲。 4.中陰所處后是意生身，故一切恐怖形像均無傷於意生身，應如是認知，則若免於輪迴中陰之苦。	

輪迴中陰表 1-1

輪 迴 受 生 中 陰																
死亡天數		所處中陰境界	境況描述	中陰身的光色			呈現輪迴中陰的內容					本尊之眷屬		依他度之超度法事		
外呼吸停止	內呼吸停止後			解脫光的顏色	輪迴的習氣	輪迴光的顏色	本尊聖名	中陰身的時期	輪迴中陰的恐怖幻象與痛苦	輪迴中陰的停留地	方位	數量	施法時間	主事者	超度內容簡摘	
醫學上死亡(呼吸、心跳停止、腦死，死後的第十九天)	內呼吸停止後的第十五天。(體溫盡失，意識逸出身體)	輪迴中陰(法性中陰的忿怒飲血部五十八諸尊變現之閻羅王)	1. 意志逐漸清醒，如生前的身體一般之意生身出現(習氣之身)，是如賢劫之身，具少許的三十二相、八十種好與光。 2. 由於業力所感，將與相應之六道的任何一道景象感應而能見同類。 3. 一切感覺器官完整無損，不管生前有任何身體上的殘缺。意生身除了母親的子宮和菩提伽耶的金剛座之外，可穿透任何一切。 4. 具有業等流的神變修持功德。	生前的習氣，身，是賢劫的光身，應予認證即得解脫	一切惡業習氣	專注時可見業感之同類	五十八尊所變現的閻羅王	輪迴中陰一般為二十一天；但也有出現四十九天；一七、二七、三七、四七、五七、六七、七七、並無一定，是隨個人的業力而定。	1. 出現巨大的紅業風、極恐怖的大黑暗、並有打、殺的叫喊嘈雜聲迎面而來。 2. 罪極大惡者，由惡業力所造，很多食肉鬼、羅刹、手拿各種兵器兇暴打殺聲；亦有各種可怕的猛獸追趕景象。山崩塌聲、暴風雪與黑暗、火燒巨響、大風刮；因心生害怕而逃卻被三座懸崖隔開，墮落在白、紅、黑三個悲慘深淵。 3. 對於善集資糧的純正奉行佛法者，則是出現各種圓滿受用。	1. 很短地的時間只能依附在橋樑、精舍、寺廟、茅庵與佛塔。神識恍惚不定，少許寒冷且生氣。 2. 食物只能吃為自己所供養的。 3. 看到自己的家鄉、親人、朋友、和自己的屍體，而產生想尋求色身的渴望。 4. 雖然可以進入自己的屍體達九次之多，但是法性中陰時間太長，冬日屍凍夏日屍腐。對不能再用的屍體令內心非常不悅，而立即產生如被塞入一切的巖石和土石隙縫之象。	同於五十八尊之所有眷屬		1. 在中陰的第二個七天忿怒尊呈現未解脫時，即繼續行(輪迴中陰大引導)法。	1. 所事根本上師。 2. 受同樣三昧耶戒之同門師兄弟。 3. 一樣法脈的善知識。 4. 發音正確且會唸詞句者。	1. 閻羅王等也是從自己意識的本光所現起，故無實體，空性無損於空性，除了本身的意識對作用力所起現外，一切外顯的寂靜、忿怒、飲血諸部眾皆無實體，如此認證而融入其身無二無別而證得佛位。 2. 任何的恐怖、可愛景象均是業力所現，不應執著。對親朋與自己的屍體也要遠離，不起貪戀。 3. 當對上師與大悲觀世音作啟請，並認證一切如幻化，心應安住而不作力。 4. 所見俱生鬼計算善惡，業鏡呈現善惡，閻魔法王處以種種酷刑，一切均是空性所生之習氣，意生身亦是空性所生，無有傷害可生，不用害怕。	

輪迴中陰表 1 - 2

遮閉胎門的解脫法與受生處的選擇法

閻羅王的審判情形		觀看自己的葬禮	六道迷界光現前	轉生：避免生死閉塞胎門	選擇胎門	各種生處所現景象	防護索命鬼法門	遷識至佛國淨土	轉生再入胎之選擇	皈依三寶	總結	
1. 俱生神以白石計惡業；俱生以黑石計惡業。	1. 閻羅王繫你脖子、殺頭、取心、抽腸、舐腦、飲血、吃肉、嚼骨。意生羅王重複受巨鏡問苦。	1. 因受三毒之苦，對親人所作法事、財產、修法者、生起不清淨的煩惱，由於微細的神通可見一切，因貪嗔癡赤盛而墮三惡道。	1. 前生身形漸失，下一世業感之身漸成，內心悲傷而胡亂找尋身形，此時六道之光同時升起，依業感的成熟而呈現較強之道的色。 2. 天道、阿修羅道、人道、畜生道、餓鬼道、地獄道分別是：不顯眼的白光、紅光、蔚藍光、綠光、黃光、煙霧。而自己的身色也呈現出投生道的光色。	1. 不熟悉與修習十分差的行者，未能認證一切自心所變現，此時仍是錯亂並徘徊於胎門前。 2. 施以「 閉塞胎門教誡 」：無本尊者要憶念大悲觀世音菩薩。能入之有清楚地觀修成本尊，無自性、似水中月，由外而內隱沒消失，所顯一切皆是不可得的明空。依此而修不入胎門。果若不得，則應有入胎之準備。	閉塞胎門法五： 1. 男女交合幻影視為上師父母雙尊，至心頂禮供養，請求正法，只稍一專注胎門即閉。 2. 將上師雙尊觀修成任何一本尊或觀音菩薩，意變供養，賜求悉地。 3. 永斷愛妒修上師雙身，可閉塞胎門。 4. 專注憶念世間如幻不實之觀修，胎門即閉。 5. 光明之觀修，一切法自心現，此心是離三滅的空性，淨化自心後，安住而不造作胎門必閉。	1. 先誦祈求諸佛菩薩的折願，再誦四皈依、發菩提心。 2. 詳說四大部洲的情境，唯南瞻部洲的人道可再聞佛法可往去投胎，餘東勝身洲、西牛貨洲、北俱盧洲勸說不可前往。 3. 詳說除人道（南瞻部洲）與天道之外，餘阿修羅道、餓鬼道、畜生道、地獄道景象，不可前往。	1. 東勝身洲：雌雄的雁所飾之湖泊，雖有安樂但無佛法傳播。 2. 南瞻部洲：可見心喜的華宅，是此時吾人所居之國土，可聽聞佛法。 3. 西牛貨洲雌雄的馬所嚴飾的湖泊，有大量財富可享用，但無佛法傳播。 4. 北俱盧洲：有牛群嚴飾的湖泊，或是見樹木嚴飾的湖泊，此洲壽福無量，但無佛法傳播。 5. 天道：各種珍寶所成的頂好越宮，可往那裡受生。 6. 阿修羅道：賞心悅目的樹林，或見旋轉的火圈，不可投生該從。 7. 畜生道：見到石洞、小屋和煙霧的情景，不可進入。 8. 餓鬼道：見殘樹幹、森林空地、崩塌的峽谷或黑暗和陰影，不可前往。 9. 地獄道：業力所感的歌聲。若是不由自主的進入，則出現陰暗的洲島、黑屋、紅屋、黑暗的地洞、行走於黑暗道路等，不可進入該處。	1. 閻羅王的鬼卒和劊子手前來索拿，黑暗、狂風、大風沙、嘈雜聲、雨雪、冰雹、刮大風雪，而令你想逃。 2. 躲藏至先前提的六道景象中，取得任何一個可以取得的身體，於是要領受各種的痛苦。 3. 由於強烈的恐懼，而剎那間憶念世尊吧嚕迦（飲血本尊）、馬頭明王、金剛手或是自己的本尊，觀其身形瀟灑、粗壯肢體，令一切障礙可碎為微塵之忿怒明王可怖者而立於前。 4. 觀修觀音菩薩或馬頭明王，藉微細之神通力，了知一切處所，當加選擇。 5. 復有二法可解脫輪迴：一為清淨佛土遷移法（破瓦法），二為不淨輪迴胎門選擇法。	1. 至心想著中有的苦，至誠發心前往西方阿彌陀佛的淨土，化生於其蓮花之上。 2. 或至任何一個淨土；如妙喜世界、密嚴刹土、楊柳宮（金剛手菩薩和多聞天子所居之宮殿）、多羅山（指普陀或普陀洛一，是觀世音菩薩刹土）、鄔堅刹土（蓮花生大士的香巴拉國土）、彌勒兜率天。唯重要的是心要專注一心一意求往佛國淨土。	1. 對出現的任何情景均不執持 ，當善發願：為饒益一切有情，願生遍轉輪聖王、善生種姓、大成就者之子或無垢法脈的族姓，或生於父母俱足正信之族姓，為利樂一切有情，而受取一種德具足之身。 2. 對所入之胎放光加持，觀為本尊無量越宮。對十方諸佛、菩薩、本尊、特別是大悲觀世音菩薩啟求灌頂。 3. 大部份人壞習氣難以拔除，或下根器罪重之人，及愚癡如畜生者，當令其皈依三寶以遮止習氣之牽引。	1. 既不會選擇胎門，也不能捨離愛憎，因此現前的任何景象均要唸誦三寶名號，並且皈依，向大悲觀世音菩薩啟請，認識中陰，斷除對生前親朋的貪戀。 2. 要進入人道的蔚藍光和天道的白色光，進入妙寶宮殿和歡喜園。 3. 以上宣說七遍後，唸誦〈中陰的誓願救難〉〈中陰攝頌〉〈假名解脫蘊自我解脫〉〈法行·習氣自我解脫〉。	1. 上根瑜伽士在臨終時，已遷識往生，不需經過中陰身。 2. 中根瑜伽士在臨終時，在臨死中陰能認證法性光明而得解脫。 3. 下根之士，在法性中陰時，於每七天之中，寂忿聖尊幻影逐步起現，因業報和根器不同，雖不能一次即得解脫，但再一次就可得解；中陰期間險峽甚多，在何處認證，即於何處可得解脫。 4. 再者福報較差與罪業較重之人，因不能於法性中陰得解脫，故入輪迴中陰，但於選擇胎門之教授若能取證，亦可生上界無量功德。 5. 最下根之類，也能由皈依三寶之功德，而由惡趣返回人道，獲得寶貴人身，瑕滿之身在來世得見上師、善知識攝受教授而得解脫。 6. 在新亡人屍體旁，直至血液或黃水流出之前，重複地或使死者憶念此法。

寧瑪派大幻化網與格魯派大手印在死亡收滅次第之解說比較

寧瑪派敦珠法王所述之大幻化網							格魯派格西格桑嘉措所述金剛乘大手印							
二十種初死之收滅次第(粗質)			四種內四大(細質)與四種明點(極細質)之收滅				二十五死亡之粗的現象							
序號	內容	相應之外相	死亡八象	內四大收滅	外相	內相	序號	收滅	內容	概含內容	五陰收滅的外相(粗心與氣融化)			五陰收滅的內相
1	收色蘊	則身衰弱，而力窮盡。	一	地大收入水	身不能動，且不能持，自覺山地崩頹，沉重不堪。	識如縷縷烟霧。	1	五陰	色陰	色陰、大圓鏡智、地大、眼識、一生所歷之色塵。	色	一	身體四肢變瘦，身體變弱，無力。	1.內象為海市蜃樓般的景象。 2.因地大之氣融入中脈而現起。 3.地大氣之力弱，水大氣之力變得明顯，故覺如此像。
2	收大圓鏡智	則心不明，而所緣翳昧。	二	水大收入火	汗液與唾涎均已乾枯	識如飄動之陽燄，是時已滅除由瞋性所起三十三分別。	2		受陰	受陰、平等性智、水大、耳識、一生所歷之聲塵。		二	視力模糊不清。	
3	收地界	則身枯瘦	三	火大收入風	暖由手足尖收攝，身之煖熱減少。	識如螢火，僅得少許光明，是時已滅除由貪性所起四十分別。	3		想陰	想陰、妙觀察智、火大、鼻識、一生所歷之香塵。		三	身體變瘦，四肢鬆垮，感覺向下。	
4	收眼界	則視察不明，眼球不能轉動。	四	風大收入識	氣息出多入少，甚或停止。	識如燈光朗然，不被風所搖，是時已滅除由癡性所起之七分別。	4		行陰	行陰、成所作智、風大、舌識、一生所歷之味塵。		四	不能再睜眼、閉眼。	
5	收色	則身之容顏光彩，消失殆盡。	極細質之收滅				5		識陰	八十種指陳概念、白景象心、紅增上心、黑近成就心、死亡光明心		五	容光不再煥發、美貌消失。	
6	收受蘊	則身所領受減少。	次第	明點收滅	感受現象		6	四大	地大		受陰	六	身體感覺不再能經驗樂受、苦受、不苦不樂受。	1.內相為煙狀景象。 2.水大失去力勢，火大變得明顯。
7	收平等性智	則不知苦、樂、捨三受。	五	識收入現	因來自父親之白菩提自中脈降下，景象覺如晴空無雲，顯現月光潔，蓋如月下觀物，不大分別也。		7		水大			七	不受能個別地經驗心情平和、痛苦、冷漠。	
8	收水界	則汗液與唾涎，均已乾渴。	六	現收入增	因來自母親之紅菩提自中脈上升，景象覺如晴空無雲中，顯現紅黃色早日初出一線光明之狀。		8		火大			八	體內液體已乾竭。	
9	收耳根	則內外聲音不明。	七	增收入得	如傍晚晴空無雲，黃昏偏滿，黑暗如漆之狀，是時知覺失矣。		9		風大			九	不能再聽到外界的聲音。	
10	收聲	則自聲、他聲不聞。	八	無知境界消失時(死光明顯)	則如黎明時晴空，而無月、日、黃昏之染緣，於是頂白明點下降，臍間之紅明點上升，此二明點，攝入於心間中脈都帝時，即為死光明顯現之際。		10	六根	眼根		想陰	十	迴響在耳內之聲不再能聽到。	1.內相是燭光或火花景象。 2.火大之氣弱，是風大變得明顯之原故。
11	收想蘊	則不知一切諸法。					11		耳根			十一	不再能認知近親及朋友。	
12	收妙觀察智	則連親戚與近侍人等名號，亦復不知。					12		鼻根			十二	不再能記憶近親、朋友之姓名。	
13	收火界	則不能化飲食。					13		舌根			十三	心已離身、消化作用停止。	
14	收鼻根	則上氣斷續緩行。					14		身根			十四	入息變弱、淺、出息變長而強，開始喘，喉頭作響。	
15	收嗅	則不知自身臭穢。					15	意根		十五	不再能分辨香味及自己的氣味。	1.內相是燈焰景象。 2.身體已無法再經驗任何的覺受，一生所歷之觸法也消失了。 3.到此，大部粗心及氣已融化消失，唯剩識陰消融之經驗。		
16	收行蘊	則身於一切事業，均不能行。					16	色塵		行陰	十六		不再能動彈。	
17	收成所作智	則不知事業與所需。					17	聲塵			十七		不再能記憶工作、活動目的、也不知自己將死。	
18	收風界	則十氣各返住自處。					18	香塵			十八		鼻孔不再出入、呼吸停止，十種氣已集中在心輪。	
19	收舌根	則舌短且粗大。					19	味塵			十九		舌頭變短、厚，舌根變藍，不再清楚說話。	
20	收味	不知領受六味。(甘、醋、鹹、辛、苦、淡)					20	觸塵			二十	不再能嚐味。		
							21	五智	大圓鏡智		識陰	二十一	三十三種白景象指陳心：詳見表三	
							22		平等性智			二十二	四十種紅增上指陳心：詳見表三	
							23		妙觀察智			二十三	七種黑近成就指陳心：詳見表三	
							24		成所作智			二十四	死亡光明現	
							25		法界體性智					