

生死學

# 生死學語錄

【2009年新校對排版】



Lao Tzu Master Dalai Lama Master Yin Guang Professor Li Bing Na  
Master Dao Jheng Master Chin Kung Socrate Pope John Paul II  
Arthur Schopenhauer Albert Einstein



## *The Quotations of Life and Death*

了解「死亡」，你才能真正的活。

解決了生死的根本難題，今生就可以真實快樂地生活，也將有能力去掌控安排下一世的靈魂，以更高層次更快樂的形式存在。

本書擷取古今中外佳言按類分為六卷：

卷一：如何面對死亡？

卷二：現代歐美生死學專家語錄

卷三：生死學佳言

卷四：佛教生死學

卷五：歷代祖師生死學語錄

卷六：釋迦牟尼佛生死學金言

死

學道之人念念  
不忘此字則道  
業自成

釋印光書

時年  
八十



# 序



*The Quotations of Life and Death*

*Foreword*

## 序一

# 了解死亡，你才能真正的活

了解死亡，你才能真正的活。

死亡，是我們這一生最真實的朋友。它時刻提醒著我們：「生命短暫，人生無常；應當珍惜，把握命光。」好好利用此生，自愛愛人，自利利人，讓自己快樂，更讓別人快樂，積極布施行善，而非如行屍走肉的布偶，渾渾噩噩，虛耗生命。

絕大多數人把靈魂等同肉體看待，認為肉體死亡，呼吸停止，生命便沒有了。這種基本上認知的錯誤，讓絕大多數人害怕死亡、忌諱死亡、不敢面對死亡，一輩子活在死亡的陰影下，永遠恐懼不安。今生活著不





自在、不快樂，死後更是每況愈下，靈魂轉生到更苦的地方，以更壞的形式存在，這是生命最大的悲哀。

探討死亡，了解死亡，絕對不是悲觀，不是消極，而是勇敢，選擇更積極更正面的態度，去消除我們每一個人內心最深最大的恐懼。當你解決了生死的根本難題，生命將豁然開朗，今生可以更真實更快樂地生活，你也將更有把握，有能力去掌控安排，自己下一世的靈魂，以更高層次更快樂的形式存在。

從害怕死亡、忌諱死亡，到面對死亡、認識死亡，更進一步到與死亡為友、與死亡親善。無知、害怕、黑暗、恐懼，一層層地剝落，智慧、自在、光明、喜樂，一層層地迸露，我們的生命將提昇至，前所未有，無限寬廣，無限喜悅的境界。

了解死亡，我們終將體會，生命的真義——人不該自私，應當付出，積極去關愛一切生命，人不該短視，眼前盡是夢幻泡影，應當找尋，回歸靈魂最安穩快樂的家鄉。





## 序二

# 與死亡親善

### 【之一】

如果，你無法真正了解死亡，  
那你就無法真正的活。

### 【之二】

當我們出生的那一刻開始，  
有一件事是絕對確定的，  
那就是——  
我們一步步都在接近死亡。

### 【之三】

其實，我們每一個人內心深處，  
都知道一件事——  
我們一定會死。

### 【之四】

死亡，  
既然是無法避免的事實，  
與其忽略逃避，  
一輩子恐懼不安，  
倒不如勇敢去面對，  
了解死亡，  
並且與死亡親善。

### 【之五】

一個真正了解死亡的人，  
不論什麼時候死亡，  
他都會很自在很快樂。





## 【之六】

死亡，

是上天給我們最好的禮物，

死亡，

更是我們生命中最真實的朋友，

死亡，

教導我們人生的真相——

無常。

## 【之七】

死亡是大自然的定律，

死亡是無時無刻，

分分秒秒，

都在發生的，

真實。

## 【之八】

一如花開花謝，  
一如潮起潮落，  
一如朝陽升起，夕陽隱沒，  
一如春櫻、夏綠、秋楓、冬雪，  
四季的輪替，  
世間所有的一切，都是無常，  
生命會自然地凋零，隱沒，  
然後再生，  
死亡也是如此，  
是最自然不過的事，  
一點也不須要恐懼。

### 【之九】

死亡是這一世生命階段的結束，  
也是下一世生命階段的開始。

### 【之十】

死亡如同我們的呼吸一般，





是再平凡，再自然不過的事，  
為何我們不怕呼吸，  
卻恐懼死亡？

### 【之十一】

如果你一直認為，  
死亡是明天以後，  
或是很遙遠的事，  
現在一點也不準備或擔心它，  
那表示你的無常觀不夠，  
對於死亡，  
一點也沒有準備好。

### 【之十二】

死亡，  
猶如天空上盤桓的老鷹，  
隨時虎視眈眈，  
常在你一不留神的時候，  
突然地，

俯衝而下，  
將你掠奪而去。

### 【之十三】

死亡是隨時隨地都在發生的真實，  
我們身體內的細胞老了，  
細胞會死，  
死了以後，細胞會再生。  
毛髮老了掉落了，  
毛髮會死，  
死了以後，毛髮會再生。  
肉體老了，  
人會死，  
死了以後，  
靈魂會轉世，  
新的生命會再生。



### 【之十四】



死亡是上天給我們最好的祝福。

### 【之十五】

無常是佛陀給我們最好的法印。

### 【之十六】

古德云：

一旦無常到，  
方知夢裡人，  
萬般將不去，  
唯有業隨身。

### 【之十七】

普賢菩薩偈：

是日已過，命亦隨滅，  
如少水魚，斯有何樂，  
當勤精進，如救頭燃，

但念無常，慎勿放逸。

## 序三

# 重要的是靈魂，絕非肉體

### 【之一】

靈魂是生命的主體，  
肉體只是靈魂此生暫時的寄居。

### 【之二】

應當留意的是，  
靈魂的去向，  
絕非，  
肉體的不壞。





### 【之三】

靈魂是主人，肉體是客人；  
靈魂是旅人，肉體是旅館；  
靈魂是開車的人，肉體是被開的車；  
靈魂是永恒不滅的，肉體是暫時易壞的。

### 【之四】

我們絕大多數人忽略了靈魂，卻執著肉體，  
就好像——  
不注重主人，只在意客人，  
不注重旅人，只在意旅館，  
不注重開車的人，只在意被開的車，  
不注重永恒不滅的靈魂，  
只在意暫時易壞的肉體，  
如此，  
豈不顛倒愚痴？

### 【之五】

衣服舊了，  
我換一件新衣服，  
我還是我，  
我沒有改變；  
軀殼老了，肉體死了，  
我（靈魂）換一個新的軀殼肉體，  
我（靈魂）還是我（靈魂），  
我（靈魂）沒有改變。

### 【之六】

應當留心的是，  
靈魂的安寧自在快樂，  
絕非，  
肉體的堅固長存不壞。

### 【之七】

照顧靈魂，  
絕對比照顧肉體重要。





### 【之八】

千萬要記得，  
靈魂是生命的主體，  
是生生世世永恆不滅的，  
肉體只是這一世靈魂短暫寄居的軀殼，  
可惜的是，  
絕大多數的我們，  
卻錯誤地只重視肉體，  
卻忽略了靈魂。

### 【之九】

來生靈魂的去向，  
取決於今生我們思想行為的造作。  
那就是——業力。  
也就是說，  
命運完全掌握在於自己，  
自作自受，

上天堂或下地獄，  
完全看你自己。

### 【之十】

靈魂最快樂，最高層次的存在，  
就是往生西方極樂世界成佛。



xvi 生死學語錄【目錄】

序一：了解死亡，你才能真正的活 i

序二：與死亡親善 iv

序三：重要的是靈魂，絕非肉體 xi

卷一：如何面對死亡？

莊子 .....	1
老子 .....	1
達賴喇嘛 .....	2
阿姜查法師 .....	11
雷久南博士 .....	14
如何面對生命(一) .....	17
如何面對生命(二) .....	20
迴旋中參透宇宙奧義 .....	23
送別 .....	25

卷二：現代歐美生死學專家語錄

依麗莎白·庫布勒·羅絲 醫師 .....	27
----------------------	----

奇魯戴 醫師 .....	34
容格 .....	43
穆迪 .....	45
林格 .....	51

### 卷三：生死學佳言

聖經 .....	53
蘇格拉底 .....	53
柏拉圖 .....	54
愛因斯坦 .....	57
叔本華 .....	58
天主教教宗若望保祿二世 .....	58
生死學佳言(一) .....	59
生死學佳言(二) .....	66

### 卷四：佛教生死學

印光大師 .....	77
弘一大師 .....	88

xviii 生死學語錄【目錄】

道源老法師 .....	99
李炳南老居士 .....	102
道證法師 .....	111
淨空老法師(一) .....	119
淨空老法師(二) .....	124

**卷五：歷代祖師生死學語錄**

善導大師 .....	133
蓮池大師 .....	135
蕩益大師 .....	135
草庵禪師 .....	137
行策大師 .....	140
徹悟大師 .....	142

**卷六：釋迦牟尼佛生死學金言**

涅槃經 .....	145
金剛經 .....	145
正法念處經 .....	146

大佛頂經 .....	146
圓覺經 .....	147
佛說無量壽經 .....	147
無常經 .....	148
地藏經 .....	148
菩薩處胎經 .....	150
華嚴經 .....	150
屍迦羅衛經 .....	150
法句譬喻經 .....	151
大集月藏經 .....	151
大集經 .....	152
附錄一：為什麼我們念佛無法往生..	153
附錄二：修行十大要點.....	160





# 如何面對死亡？



# *The Quotations of Life and Death*

## *Part One*

*Lao Tzu    Master Dalai Lama*

*Master Yin Guang    Professor Li Bing Na*

*Master Dao Jheng    Socrates*

*Master Chin Kung    Albert Einstein    Arthur*

*Schopenhauer    Pope John Paul II...*

# 卷一

## 如何面對死亡？

1

### 莊子

✿ 死也，生之始。

### 老子

✿ 我本不願生，忽然生在世；  
我本不願死，忽然死期至。  
死死生生，真假莫辨，  
生生死死，苦海無邊。  
欲求了死，先求了生，  
欲求了生，必先超生。

## 達賴喇嘛

- ❁ 一個臨終的人，一定很感激有朋友來關心和分享他這個不幸時刻的經歷，使他感覺沒那麼孤獨。他也知道他即將死亡，但是我們會感到快樂一點。
- ❁ 最好是活著的人和臨終的人都能接受，這是人生必須經歷的終點。但是不管在什麼情況下，我們應該儘量讓這個終點時刻充滿祥和與愛。
- ❁ 兩天前，一個朋友來看我，他是甘丹寺 (Ganden) 的副住持，他得了胃癌，無法治療了。既然病情已經很確定，他便下定決心接受自己的生命已經沒有希望，是該走的時候

了。我們碰面的時候他一點也不喪氣，我告訴他：「如果你康復了，那很好，如果你死了，那也很好，現在是你思考下一個生命的時刻了。」

❁ 當然，我們都感覺到 he 立刻就要遠離了，但儘管如此，他還是很快樂，我可以看出來他沒有什麼擔心的，這是修行佛法的結果：相信輪迴，並擁有成佛的目標。

❁ 想像一個不相信輪迴的人，這個時候會有多難捱，想想這一生現在結束了，之後呢？沒了，沒什麼可信任的，沒什麼可相信的，那一定很可怕。

❁ 死亡的時候，最好的離別禮物是寧靜祥和，有了這個概念，醫護人員對死亡就會有更寬廣的視野。對於在生命中的非常時刻來依賴

他們的人，他們必須打開心胸，應該表現責任感和慈悲心，那是很不一樣的。

❁ 在他人出生或死亡的時刻幫助他們，是我們可以給予的最珍貴的服務。

❁ 西方人一般都避免去想到臨終和死亡。這樣做是為了要保護他們的幸福嗎？我發現這是不可能的，如果他們面對負面消極的事會覺得焦慮不安，就更應該學習如何面對它，好好思考如何以開放的心胸看待它，進而對它很熟悉。

❁ 對於老、死，如果觀照得愈多，就愈能把它看成是一個自然的過程，沒有什麼特殊的。

❁ 如果我們在這方面有充分的準備，等到事情真正發生時，接受死亡就像是生命裡很平常

的一部分，這樣，功課就做好了。我們可以很單純地想到「現在是我的生命即將結束的時刻」，我想那樣會比較好過些。

- ❁ 觀照死亡，以及接受它成為生命的一部分。最好是深層的觀照，並認知轉世、涅槃、輪迴的本質（俗世的、未澄明的存在），那麼死亡也不過像是更換一件衣服罷了。
- ❁ 當真正的覺醒從我們內心滋長，憂心的原因會漸漸消失。
- ❁ 因為那個潛意識的關係，死亡的時候你會更焦慮、更痛苦。
- ❁ 死亡的時刻極端重要，那是準備來生的最後時刻，平靜的心靈才是面對死亡的正面態度。

- ❁ 在佛教裡，我們每天練習持續提醒自己死亡的事實，那也是死亡過程的一種準備。
- ❁ 死亡的最後階段，心靈因為獨立於肉體之外，仍然存在著。
- ❁ 只要意識還在，我們必須試著去想空性和菩薩，並記住上師和佛、法、僧。這樣，在生命的最後階段，心靈就會注滿正面的能量。直接的效果就是正面的轉世。
- ❁ 死亡是重要的，這一世的出生是我們前世生命的結果。
- ❁ 在死亡的時刻，選擇下一個命運的力量卻仍掌握在我們手中，這就是為什麼這一刻這麼具有決定性。

- ✿ 無論你發生了什麼事，都是由於業力、行為和因果關係。
- ✿ 「死」只是「此一生命」之結束，「現世」之結束而已。
- ✿ 「死」的意義與換衣服相差無幾。我所披的法衣破舊了，再也派不上用場了，我會把這套法衣換掉，而以新的來裹身。舊法衣丟了，但是我的生命還是繼續活下去。
- ✿ 同樣，肉體滅亡了，生命還繼續活著，雖然它離開了當時的肉體。
- ✿ 生命本身，即所謂的魂魄，則是無始無終，活在無限的時間中。
- ✿ 棲息於某一具體肉身的生命，在具體的、特

定的條件之下誕生、生育，最後死去。這只是一個特定生命。

❁ 眾生，有知覺的生物，其存在本身是無始無終的。它常在，而且會繼續存在。

❁ 人懼怕死亡，最大的理由，可能就是看不透未來。

❁ 但是，人豈不是基於過去的經驗，具有推測明日，推測未來的能力嗎？以今日之存在做基礎，我們應該可以推測，明日大概就是如此。

❁ 實際上，人就是這樣，過著每日的生活，沒有人會由於不知明日如何，因而不安，不去接受明日。同理，根據「現世」，我們也可以相當程度的看到「來世」。既然如此，死

亡應該沒有特別恐懼的必要。

- ❁ 只要此身肉體存在，既已受生，不可避免的，就會有死亡來臨。我們只好把死亡當做人生的一部分來接受。
- ❁ 死亡既是人生不可分的一部分，而且又無法逃避，則與其過分恐懼死亡，不如與死亡親善。
- ❁ 人生如果能早日與死亡親善，則一旦死亡臨頭，恐懼當可減少。
- ❁ 想想晚年，對親善死亡很有幫助。想想自己的晚年，年老並沒有什麼特別的意義。大家都會老，晚年是美好人生的重要部分。
- ❁ 人會老，有一天會面臨死亡。這個時候，要

從容的死，像從容面對晚年一樣。

❁ 該死就死，接納、承受就行了，這就是死亡。

❁ 死亡是變化時刻來臨的一種宣言。普遍存在——生命——要像丟掉破舊的衣服一樣，把老舊的肉體丟棄，改住新肉體。

❁ 人對死亡所起的反應，應該不會是恐懼；臨死時的恐懼，應該可以排除。積有精神修養的人，死亡愈加迫近，心就愈加充實安穩，充滿了喜悅。因為：「時刻到了！朝氣蓬勃、新鮮、充滿希望的肉體與新生命來臨的時刻已到！」

❁ 身為佛教徒，我把死亡當做是正常的過程。在我知道逃避不了死亡之後，就看不出有什

麼好擔憂的了。

❁ 死亡不是終點。

❁ 死亡是不可預測的，因此在死亡真正發生之前，我們有必要做些準備的工作。

## ≡≡≡ 阿姜查法師

❁ 良好的修行是非常誠懇地問自己：「我是為什麼而生的？」每天早上、中午、晚上都要好好問問自己這個問題。

❁ 我們的生和死是同一件事，不能有此而無彼。然而，面對死亡，人們是如何的傷心悲痛，對於出生卻是何等歡欣快樂，這是愚痴的。如果你真的要哭，最好是在一個人出生

的時候哭，為根源而哭，因為如果沒有生，就不會有死！

❁ 當一個人不瞭解「死」時，生活會非常煩惱。

❁ 佛陀告訴他的弟子阿難要徹見無常，要在每一次的呼吸中看見「死」。我們必須認識「死」。為了「生」，我們必須「死」。這是什麼意思呢？死，是緊緊地挨著呼吸的。

❁ 如果你修行得正確的話，你在生病時是不會恐懼的。當一個人死時，你也不會感到悲惱。

❁ 有些人從出生到死亡，從來沒有一次察覺到自己的呼吸在他們的身體裡進出，他們活得跟自己如此的遙遠。

- ❁ 當你到醫院裏去醫療時，在心中下定決心；如果康復的話，那很好；但，如果你死了的話，那也無妨。醫生是無法治療死亡或阻擋死亡的。佛陀才是唯一的醫師，因此，為何不去使用佛陀的藥方呢？
  
- ❁ 假如身體真的屬於我們的話，它就會聽從我們的命令。如果我們說：「不能老」或「我禁止你生病」，它會聽從我們嗎？不會的，它不聽從任何警告。
  
- ❁ 我們只是租了身體這棟「房子」，不是擁有它。如果我們認為它屬於我們的，當我們必須捨離它時就會痛苦。但事實上，並沒有一個恒常自我的東西存在，沒有任何我們可以把持而不會變遷的東西。
  
- ❁ 我們修行是為了要學習放下，而不是要增長

我們的執著。覺悟是在你停止希求事物時出現的。

## 雷久南博士

- ❁ 我們談到健康，還不能不談到死，因為我們每個人都要面對死，所以必須從靈性上去探求，怎麼樣才會有一個健康的死。
- ❁ 怕死，對我們的心理是一個很大的負擔。
- ❁ 如果你無時無刻不在怕死的話，就不能好好的活。
- ❁ 相反的，如果你能將怕死的心理除去，就能真正好好的活。

- ❁ 怕死的原因在於，我們認為死亡是一切都沒有了，我們會捨棄一切，離開親愛的人與財產。
- ❁ 對於死亡的無知，使我們感到恐懼。
- ❁ 但是根據佛教的講法：人不知死了多少次。所以生生死死不是沒有，如果你能真正去觀察的話，就像換一個家、換一個房子、換一個肉體。
- ❁ 我們認為現在所有的、所看到的是我的，所以才有恐懼感，因為一旦失去了就沒有我了。
- ❁ 事實上這個身體只是暫時借住的房子而已，這樣慢慢的去想，就會對死有另外一種看法。

- ❁ 你如果知道未來可能會有一個很好的來生的話（有一個更好的去處），那麼你對死的恐懼就會慢慢減少。
  
- ❁ 如果你在臨死時，充滿了愛心、慈悲心、善良心，你一定會有一個很好的來生。
  
- ❁ 而且臨終那時候，最好能夠想到佛菩薩，你就能得到佛菩薩的迎接，自然而然有個好死。
  
- ❁ 相反的，要是你死的時候，有一顆貪戀的心，什麼事都放不下，心中很不安寧，就不得好死。
  
- ❁ 所以，平常最重要的是訓練沒有貪戀的心，並且時時修善，這樣就可以準備輕輕鬆鬆的走。

## 如何面對生命（一）

- ❁ 對一切眾生來說，死亡通常是一種極為強烈的痛苦，而此種痛苦的感受在佛教中，尤其是在大乘與金剛乘的教義裡，基本上只是一種觀念而已。
- ❁ 死亡，或者死亡這個字所代表的概念，與出生的涵意是相同的。
- ❁ 死即是生，生即是死。死亡是另一剎那的再生，另一個存在，另一種對新環境的全然體驗。
- ❁ 出生，意味著死亡，是前一剎那的消逝，前一生所有生活體驗的完結，前一個時空的全

然轉移。

❁ 假如能如實地去透視死亡的實相，它其實就是另一個重生。

❁ 瑜伽修行者密勒日巴，曾在他的十萬歌集裡說，對於一個瑜伽行者，所謂的死亡並不是死亡。事實上，死亡是瞬間閃過的開悟經驗。死亡是當下剎那的了悟。

❁ 在金剛乘，死亡的經驗，事實上是對我們根本的佛心、根本的佛性的一種體驗；它也就是我們在日常生活中，在輪迴塵囂中很難體認到的自性本心。

❁ 在死亡的當下，我們有一個最佳的機會從塵囂的色、聲、香、味、觸、法等紛擾中解脫出來，所有這些紛擾此刻都停止了。

- ❁ 在死亡的時刻，在死亡的當下，我們會進入一個關鍵的時刻，一個珍貴的時刻——一個可以體驗到我們自心本然無念境界的寶貴機會。
- ❁ 密勒日巴說，對金剛乘的行者而言，死亡是決定何處、何時我們可以了悟自性的時機。
- ❁ 在顯教來說，就是可以了悟自心的本性，也就是在心經，以及其他很多般若智慧經典裡所闡釋的畢竟空性。
- ❁ 在小乘及聲聞乘裡，死亡是我們能完全體驗無常以及剎那生滅的一個機緣。
- ❁ 做為一位佛教徒，一位不論是金剛乘、大乘、小乘的佛教徒，我們都應期待去體驗它，這是一個我們應該盼望的大好機緣。

## 如何面對生命（二）

- ❁ 死亡本身並非一種好或壞、快樂或痛苦的體驗。如果我們能以其本來面目去經歷它，則此體驗將轉化為一個更深的悟境——自心本性的當下深悟。
- ❁ 把心安住於死亡的實相，並體驗它。這就是金剛乘與死亡打交道的方法，也是對死亡最真實的體驗與了解。
- ❁ 輪迴中的一切經驗，都帶著恐懼的本質。
- ❁ 變壞之苦其實就是無常之苦。如果我們不了解無常的本質，無常便會造成我們的痛苦。

- ❁ 死亡時的恐懼，是因為害怕失去「我」；害怕傷害這個我們極為執著，稱之為「我」的生命肉身。
- ❁ 從佛法的觀點來看，所謂的「我」基本上只是一種組合，一個肉體生命和心靈神識的組合。因此，我們真正的「我」，「我」的實際存在只是我們心識作用的延續而已——每一分每一秒，前世到今生，此生到來世。
- ❁ 心識剎那作用的連續，心識剎那存在的連續，從佛法的觀點來看，才是真實的自我。
- ❁ 死亡並不是什麼值得恐懼痛苦的事，因為它只是像搬換了一間公寓一樣——我們這個色身就像一間公寓，是一間租給我們心識住的房子。

- ❁ 肉體就像一間我們租來的房子，而我們的心識則像搬入新房子或搬出舊房子的主人，此生全看我們如何來使用這間租來的房子。我們可以期望搬進好一點的地方，或者壞一點的地方，因此，搬家不一定是壞事，死亡也不見得就要恐懼。
  
- ❁ 對於一位佛教行者而言，死亡是可以讓我們體悟自心真性、體悟我們心識真實本質的大好機緣。
  
- ❁ 心識的負面有恐懼、痛苦等情緒，例如：憤怒、憎恨、嫉妒、貪愛等，這些是屬於我們心識的負面；另外，心識有它的正面，正面的本質我們稱之為根本的清淨，或心的根本真善，它也是我們心的真實本性。

## 迴旋中參透宇宙奧義

迴旋舞(Whirling Dervishes)源自伊斯蘭神祕教派蘇菲派(Sufism)梅夫拉維(Mevlevi)教團的舞蹈，由著名神學家兼詩人魯米(Mevlana Jahahiddin Roumi)創立於13世紀，該派的大本營位於土耳其中部安納托利亞的古都科尼亞(Konya)。

梅夫拉維教團的創始者魯米，以自身詩歌方面的長才集蘇菲主義之大成，並根據宇宙旋轉的理論，創立了這項名為Sema的儀式，修行者藉由「靜默——沈思——旋轉」等動作之間不斷的轉換，達到冥想的修行境界。

對於蘇菲派教徒而言，死亡只是再生的一個過程，唯有真主才是最後的歸宿，死亡只是真主賜予教徒的贖罪機會，讓世人得以看破世

俗得失毀譽的虛幻與誘惑之後，進而藉由苦修和禁慾的方式，積極追求永恆的真理，達到人的靈魂與真主的本體合而為一的狀態。

於是修行者頭上戴著象徵墓碑的高帽，披著代表死亡的黑色罩袍，然後在揭去罩袍露出白衣後重生，開始以逆時針的方向旋轉，化身為宇宙間運轉不息的行星。接著，由胸前向上舉起的右手掌，象徵著接收上天賜予的無窮能源，而向下的左手掌，則是將這些恩賜轉而施與大地與人民。

就在這一連串無盡的旋轉之中，修行者逐漸拋棄了自我和身心窒礙，達到靈魂自我消解的「法納」(fana')和與真主交會的「巴卡」(baqa')境界。

迴旋舞可說是土耳其甚至伊斯蘭教的瑰寶。

## 送別

您已堅強勇敢地  
完成這一段人生的旅程  
令人感動 欽佩  
去除了肉體有形的束縛  
靈魂應更自由自在  
祝福您  
下一段的旅程  
更光明  
更快樂





# 現代歐美生死學專家語錄



# *The Quotations of Life and Death*

## *Part Two*

*Lao Tzu    Master Dalai Lama*

*Master Yin Guang    Professor Li Bing Na*

*Master Dao Jheng    Socrates*

*Master Chin Kung    Albert Einstein    Arthur*

*Schopenhauer    Pope John Paul II...*

## 卷二

# 現代歐美生死學專家語錄

29

### 依麗莎白·庫布勒·羅絲 醫師

- ❁ 死亡是前往另一個世界的旅程，如同蝴蝶破繭而出，高飛離去一般。
- ❁ 我們的肉體只不過是繭，只不過是人類存在的軀殼。
- ❁ 存在於我們之中的真正自我，就是「蝴蝶」，就是不死、不滅。並且，在被稱呼為死亡的瞬間，我們就自由了。
- ❁ 靈魂被肉體束縛時，便是生；靈魂從肉體解

脫了，便是死。

❁ 死亡乃是由繭化蝶的旅程。

❁ 庫布勒·羅絲女士總是抱著一個大繭般的布偶走路，藉以表現她的想法。布偶的背上有一條從上到下的拉鍊。拉開拉鍊，可以將整個表裏翻轉。這時，蝴蝶出現了，繭則隱藏在內側，消失蹤影。

❁ 羅絲女士把它展示給瀕死的兒童們看。她說明著：「你現在還是繭，但是，馬上就能變成蝴蝶四處飛翔了。變成蝴蝶可是遠比當個繭更美好呢。」

❁ 問：「您一點也不恐懼死亡，反而非常期待囉。」

羅絲女士的臉上充滿喜悅，微笑著並大聲說

道：「是的，我衷心等待它的到來。」

- ❁ 庫布勒·羅絲女士後來在美國曼哈頓「患者被當做動物、展覽品、實驗品，宛如惡夢般的精神病院」工作。在那裏，她傾注全部心力，救助那些被醫生放棄的嚴重精神病患。
- ❁ 之後，她到科羅拉多大學，擔任精神科的助手，開始接觸臨終關懷的問題。由於醫師經常忽視患者的死亡問題，所以，她開始呼籲醫師應該與面臨死亡的患者，共同省視這個問題。
- ❁ 脫離肉體（蛹）後，靈魂（蝴蝶）便能振翅而飛。
- ❁ 人死後，會以別種形式繼續存在。處於普通狀態的人類，是無法與那種存在的事物進行

溝通的。

- ❁ 人死後就如同蛹會蛻變為蝴蝶一般，靈魂會自肉體脫離，振翅飛向別的次元。
- ❁ 即使人死後，也只是改變形式而已，還是會繼續存在下去。
- ❁ 根據天主教的教義（庫布勒·羅絲是天主教徒），無論是誰，從出生後到死亡，都有守護天使在一旁守護著。先不論那是否是守護天使，擁有溝通的能力就能馬上與祂溝通的精神是存在的，祂存在於每個人的身邊，這是真的。
- ❁ 無論如何，我想另一個世界，應該是由精神力般的能源所支配的世界。

- ❁ 我們生活的這個世界，眾所周知，是由物理性的能源所支配的。換言之，這個世界與另一世界及兩世界間的臨界等三個世界，是各由不同能源所支配的，各持有不同的現實性。
  
- ❁ 發生超現實現象的是心靈的世界。換一個說法，心靈的世界所發生的事，在物理能源的世界中，便被視為超現實的現象。
  
- ❁ 在心靈的世界中，會發生物理能源的世界不可能發生的事。
  
- ❁ 在心靈的世界中，事物的存在與物理能源的世界中的一切完全不同。
  
- ❁ 我原本就是訓練有素的科學人士，除了物理性的現實外，對一切我都是抱持懷疑的態

度，所以，我非常排斥心靈現象，或者精神性世界的說法。科學家或者醫生們一直不願介入那樣的世界，因為基本上，那是無法證明或確認的事物。但是，在聽到一位體驗者的話之後，我開始覺得不接受那樣的現象，不傾聽那樣事物的態度，是身為科學家的一大錯誤。

- ❁ 醫生只要認真聽一聽原本被認為是幻覺或精神異常之患者的話後，就能發現其中有令人不可忽視的真實。
- ❁ 我一點也不害怕死亡，更不避諱。我認為死亡只是從這個世界畢業而已，應該好好慶祝一下。
- ❁ 我為自己即將死亡一事，感覺喜悅及興奮。

- ✿ 在那裏，我回顧了人生的點滴。我人生中的全部行為、所有的話語、所有的思想都復甦了。然後，在對面有一個光輝燦爛的世界，我直直地朝那裏飛去。那裏真是充滿安詳與愛的世界。
  
- ✿ 死亡是生的成長終極階段。沒有總結的死亡，只是肉體死亡罷了。
  
- ✿ 稱呼為自己、靈魂的事物，無論您怎麼稱呼，它都是永遠的。
  
- ✿ 肉體即使死亡，靈魂仍是不滅的，只是改變存在的次元，永遠地存在著。這種從希臘哲學傳承到基督教的古典靈魂不滅說，也傳續到羅絲女士身上。
  
- ✿ 在另一個現實的世界中，人類是能如光速一

般，移動到任何地方去的。

## 奇魯戴醫師

❁ 現在你把衣服脫掉，變成裸體，會讓意識不正常嗎？脫下衣服前後，意識應該不會有所改變吧！

❁ 所謂肉體，就好像我們在這世上穿著的衣服一樣。絕不會因為脫掉它，便使意識變得奇怪。反而感覺好了起來。

❁ 最簡單的說明，就是瀕死體驗是背離日常世界的精神性的體驗。也可以說是離開三次元世界，進入四次元世界一般。

❁ 所謂瀕死體驗，就是從成立這個日常世界的

次元，進入別次元世界的橋樑。

- ❁ 所謂的死亡是不存在的。
- ❁ 一般認為的死亡實體到底是什麼呢？就是在三次元中，我們所穿著的所謂肉體這衣服，脫下它，就進入別的次元。
- ❁ 所謂進入不同次元的世界，或許大家會覺得很困難也說不定，但實際上，是一件非常簡單的事。就好像將電視的頻道從地上波切換成衛星轉播一樣。
- ❁ 將電視從地上系統轉換成宇宙系統，即使切換系統的次元，你自身的存在也不會有任何的變化一般。即使從三次元的世界將存在的系統推進別的次元，離開肉體的你自身本質的存在，也不會有任何的變化。在別的次元

裏，你繼續存在著、思考著、感覺著。

❁ 因此，不需恐懼死亡。醫師應該早日察覺到這一點，並且應告訴在臨終階段的人們。

❁ 愛因斯坦也說過：能源是不滅的，只是改變形態而已。如果將靈魂視為能源體，依據能源不滅法則，可以簡單地導出靈魂不滅。

❁ 我想能源體與肉體的關係，恰可比擬為司機與車子的關係。即使下車，司機也還是活著的。在這個關係裏，醫學又做了些什麼呢？醫學在發生事故時，進行救難活動，但是到了事故現場卻忽略司機，一味的處理車子。車子與司機到底何者較為重要，雖然不點自明，但卻……。

❁ 思想、感情、所有的一切，都在能源體上。

- ✿ 所謂能源體，是舊蘇聯的研究者最先使用的名詞，相當於魂或靈。
- ✿ 那時（奇魯戴醫師的脫體經驗），一想到死亡，不由得害怕起來，心理上馬上陷入恐慌狀態。然後，彷彿戰場上的士兵面臨生命危機時，不由自主大叫：「媽媽！」一般，我也開始大叫：「媽媽！媽媽！」。結果那時，你猜發生了什麼事？我在一瞬間，飛到千里外赫爾辛基雙親的家中客廳裏。
- ✿ 在脫體經驗中，像上述一般，瞬間到達自己想去的的地方，是會發生的。
- ✿ 在客廳裏，有我的母親和姪女。那是我姐姐的五歲女兒，她坐在地板上畫畫。母親正縫著有花朵模樣的長袍，看起來好像姐姐託母親代為照顧她女兒一樣。我一想到姐姐不知

去哪裏時，突然間，情景又改變了。

❁ 眼前出現一處嶄新、光鮮的雞尾酒吧，我看到姐姐正與一個男人很高興地說著話。我又想到姐夫，於是四周看了看，可是沒找到。那樣的景象看著看著，覺得很無聊，就很想回去自己的家，一想到這裏，場景馬上又改變，我回到千里外拉普蘭德的家中。

❁ 只是想著而已，便反覆好幾次移動到心裏想去的地方。

❁ 隔天早上，奇魯戴醫師馬上撥電話回赫爾辛基的家中。來接電話的是父親。

「昨天晚上八點左右，媽媽在哪裏，又在做什麼呢？」

奇魯戴醫師向父親問道。父親表示不願回答她的問題。

「無論如何，你母親正在為你準備聖誕節禮物。」

「我知道了，是一件親手縫製的有著花朵模樣的長袍吧。」聽到這裏，父親嚇了一跳。

「妳怎麼知道？」父親問道。

奇魯戴醫師說明事情的經過。

❁ 接著奇魯戴醫師又打電話到姐姐家，還問姐姐昨晚的行踪。姐姐支吾其詞不回答。

奇魯戴醫師說出雞尾酒吧的事，姐姐好像嚇了一跳。

「我好像沒有看到姐夫，為什麼？」我問道。

「他因為工作暫時去柏林。」姐姐回答。

「啊，那妳是和×××在酒吧裏暢談吧。」

我說出那位男士的名字。

「妳不要多管閒事！」姐姐很生氣地切斷電話。

- ❁ 一旦將眼光離開地球，把宇宙全體放進視野中，就會發現那裏有許多不同的星球，有許多不同的生命體，有許多不同的知性存在。
  
- ❁ 擁有宇宙意識，可以自這個小行星得到解放。
  
- ❁ 唯有將所有的事物放進視野中，擴大意識，才是正確的路。
  
- ❁ 在瀕死體驗中，人類超越三次元空間，進入不受時間與空間束縛的高次元空間。死亡只存在於三次元空間，超越這個空間，就沒有死亡了。
  
- ❁ 一旦脫離此處，也就除去肉體的束縛，還回原來的能量體。

❀ 七百年前，波斯的一位神祕主義詩人寫了這樣一首詩。

身為石塊的我死了，然後化身為花；

身為花朵的我死了，然後化身為獸；

身為野獸的我死了，然後化身為人；

所以，死有何懼？

難道死亡讓我更卑微？死亡令我為惡？

身為人的我死去時，將化身為一道光芒，

抑或為天使？

然後呢？

然後只有神，

其他煙消雲散。

我將化身為沒有人見過，

沒有人聽過的物體。

我將化身為星空中的星，

照耀生與死的星。

❀ 愛德·米契爾所言：「宇宙的本質非物質，而

是靈性。也就是神。」「從物質層次來看，人類是個別的存在；精神層次上則是相互結合的。不只人類如此，世界上所有物體，在精神上都是一體的。」

- ❁ 伽利略倡導地動說時，不是也沒有人相信嗎？民眾總是不相信新的想法。科學家也是。伽利略也被同時代的科學家聯手攻擊過。
  
- ❁ 就連愛因斯坦，他到法國科學院演說相對論時，還被科學院會員嘲弄。我的想法會受到這些抨擊也是必然的。但我一點也不擔心。因為我相信，最後一定會有科學的解釋來證明我是對的。

## 容格

- ❁ 容格透過瀕死體驗，來洞察人類存在的本質。
  
- ❁ 當我靠近通往岩石入口的階梯時，發生了不可思議的事。也就是說，我感到所有的一切開始脫離自己，我的目標、希望、思考及一切地上存在的事務，就像走馬燈一般，從我身上消失、脫離。這個過程非常痛苦，但是，還有一些東西留了下來。
  
- ❁ 那就是我曾經經歷過的、做過、周圍發生過的一切，所有的一切都彷彿與現在的我一起存在。那些事物與我一起，或許我就是那些事物也說不定。換言之，我就是由那些事物

所構成的。

- ❁ 我強烈感覺到，我是存在於自身的歷史中，那正是我。「我就是存在的事物，成就的事物的集合體，」
- ❁ 人類死亡的時候，所有屬於人世的一切都會拋棄；同樣的事情，也發生在瀕死體驗上。被捨棄消失的，不只是物質的存在，屬於這世間思想的一切也被拋棄，包括欲望、執著，甚至希望也隨之消失。
- ❁ 全部捨棄後，最後的最後只剩下什麼呢？唯有那剩下的，才可稱做「我」。那是發生在我周圍事物的總體，是我自身的歷史，也是我成就的事物的總體。

## 穆迪

- ✿ 柏拉圖哲學的靈魂不滅說。
  
- ✿ 在擔任哲學教授的三年之間，我深深感到自己尚有許多事需要學習，而且我覺得與其扮演一個傳授知識的角色，倒不如接受別人的教導要來得適合自己。
  
- ✿ 基督教基本教義派的重要教義之一是地獄，教徒們堅信壞人死後會下地獄。
  
- ✿ 以相對論及四次元時空為依據，主張預知未來是有可能的。
  
- ✿ 死後是否仍有生命存在，這件事是屬於信仰

的問題，而且我相信目前為止所討論過的現象，都可以明白顯示出來世的狀況。

❁ 人類在肉體死亡後仍然可以繼續存在。

❁ 我是相信死後世界存在的。

❁ 關於死後生命是否繼續存在這個問題，從我個人所接觸的案例來看，我已是十分相信的了。但是我並沒有打算要求別人也相信我所相信的事，因為畢竟這件事尚未經過科學的證明，因此若有人依然不信，這也是理所當然的。

❁ 以前，我們認為自己知道全世界所有的事，然而現在，我們才知道原來自己以前的所知竟是如此有限。

- ❁ 事實上，我們對於這個世界可以說幾乎沒有多少認識。
- ❁ 死亡或許可以說是一件令人期待的事。
- ❁ 我在從事瀕死體驗的研究過程中有一項很大的收穫，那就是自己已經完全從死亡的恐懼中解放出來。
- ❁ 現在的我，對於死亡完全不感到害怕，而且正因為對死亡無所恐懼，因而對於生存也變得極為重視。
- ❁ 當我從生死的問題解放出來時，我發覺存活在這世界上，有更多應該要去做的事。
- ❁ 確信死後生命仍然存在，對死亡不感到恐懼，以及死後的問題必定不會擾亂我的心靈

等等，對於這幾點的信念我是不曾動搖的。

❁ 嚴密的科學主義讓世界變得過於狹小。這個世界上，仍然有許多現象是無法適用於嚴密的科學方法論的。

❁ 我們不可以無視於這些現象，因為一旦無視於這些現象，所認識的將會是一個錯誤的世界。

❁ 人類心靈的世界對於我們而言還是完全陌生的，目前的科學只停留在人類心靈世界的入口而已。

❁ 人類的內心世界仍然充滿著許多未加開拓、不可思議的部分。

❁ 面對這些未開拓的領域，想要以一貫科學知

識做為基本的武器，在明晰清醒的意識下來進行合於邏輯的分析，這種做法是沒有用處的。如果我們一味的依靠這種做法，那麼便會錯失了解許多領域的機會。

✿ 在心靈之中，經由清醒的意識所能見到的部分極為有限，有一大部分其實是隱藏在無意識的層面中的。

✿ 人類心靈的豐富性及不可思議性，也可以說幾乎完全潛在於無意識的層面中。

✿ 另一個世界不論在時間上或空間上並無分隔，而是連結在一起的；甚至於可以說，這兩者不就是相同的世界嗎？在相同的世界中，我認為不同的只是看法上的差異。

✿ 舉個例子來說，在我還是小孩子的那個年

代，電視只有三個頻道，而且還是黑白的，播放時間只有從早上到晚上，新聞報導也只有十五分鐘而已。當時由於沒有衛星轉播，因此國外新聞只能用黑白的單張照片來報導。然而至今，電視甚至已多達四十一個頻道，有彩色畫面及立體音響，新聞也是二十四小時播放，而地球另一端發生的新聞可以藉著衛星來實況轉播。

- ❁ 在死亡時，人類的認知能力會無邊無際擴大，因此以前所看不到的各種事物在死亡後都會一覽無遺。
  
- ❁ 瀕死體驗是人類邁向更高層次精神進化的前兆。

## 林格

IANDS（國際瀕死體驗研究協會）會長

康乃狄克大學教授

- ✿ 我們真正的存在是更廣大的，只是在這世間受到時空扭曲，硬塞進肉體這個容器內。那是可以隨肉體的死亡而回復原狀。
- ✿ 在這物理世界的是真實存在的一部分，離開肉體時，才真正回復全部的真我。
- ✿ 體驗者大多不願回到這個世界，想一直留在那個世界。那也許是一度體驗過真實存在的世界後，再也無法忍耐這有如牢獄般假象的世界，存在次元低的世界生活吧。

- ❁ 我在經過十五年的研究，覺得經歷過瀕死體驗的人所說的實際感受，最接近真實。
- ❁ 我覺得研究瀕死體驗後，方知死為何物，方知人為何活。
- ❁ 我以為進化程序正在加速地進行中。在這二十年左右，世界諸多動靜中，可以發現許多人類向新的高次元意識擴大自我意識的現象。
- ❁ 在那裏，人不用言語，只用眼睛去看。
- ❁ 那個世界的美妙，傾所有言語也表達不了。
- ❁ 對在這物理世界生長、培育認識能力的人們而言，與這世界不同次元世界的存在樣式，不可能如此輕易就被人類了解的。



# 生死學佳言



# *The Quotations of Life and Death*

## *Part Three*

*Lao Tzu    Master Dalai Lama*

*Master Yin Guang    Professor Li Bing Na*

*Master Dao Jheng    Socrates*

*Master Chin Kung    Albert Einstein    Arthur*

*Schopenhauer    Pope John Paul II...*

# 卷三

## 生死學佳言

57

### ≡ 聖經

✿ 凡事都有定期，  
天下萬物都有定時，  
生有時，  
死有時，  
栽種有時……。

~ 聖經 傳道書 第三章

### ≡ 蘇格拉底

✿ 求知的人們傾其一生，讓靈魂自肉體的束縛中解脫，就是為了單純地追求自我應有的原

貌，不是嗎？然而，為何還要恐懼死亡？那不正是求知者終生願望的實現嗎？

### 柏拉圖（斐都）

## 柏拉圖

❁ 這是一個勇敢的戰士，身上流著龐及利亞族血統的愛梅尼奧斯之子，艾爾的故事。

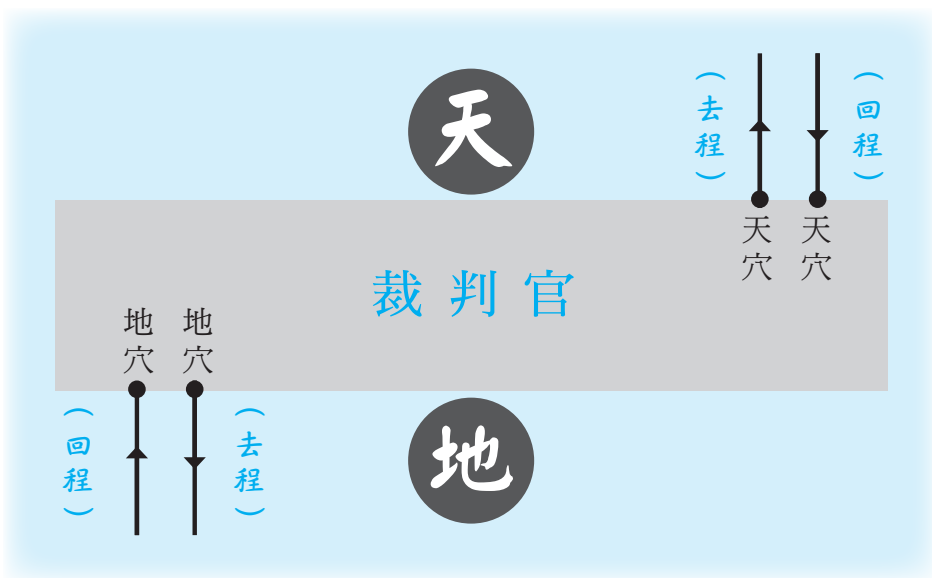
很久以前，艾爾在戰爭中壯烈的犧牲了。十天之後，大家收拾無數的屍骸準備埋葬時，其他人的遺骨都已經腐敗了，但艾爾的遺體仍然完好。於是他的遺體當場就被運回家中。到了死後第十二天，家人準備埋葬他。正當將他的遺體放到荒野中的柴薪上時，艾爾復活了過來。然後說出許許多多另一個世界的事。他說：

「……他的靈魂離開身體之後，便與其他眾多靈魂一同在路上前進，不久就到了一個很奇妙的地方。在那裏，地面上並排著兩個大洞穴，天上也有兩個，與地上相對應。

在這天與地的洞穴中央，坐著裁判官們，他們面對著川流不息的亡者，一個個地做大判決。對生前舉止良好者，便把記有判決內容的印記別在他們胸前，命令他們前往右側通天的路去。而生前舉止不正者，則把記載他們生前所犯諸過的印記掛背後，命令他向左下方的路上走去。」

艾爾的故事綿延數頁，講述著現世與彼世界間是如何如何地相關連。一言以蔽之，就是輪迴轉世的世界。人和動物的靈魂最後都會飛升上天，然後依各人在世上的日常作為，來決定賞升天堂或罰墮地獄。無論賞罰都將

延續千年，結束時，都必須重返地上。當時  
候到了，就到引導各人命運的「戴默」（神  
靈）之前抽籤，依籤決定自己的命運，有人  
變成動物，也有動物變成人。



❁ 人類的靈魂是被囚禁在稱為肉體的牢獄中，  
是像犯人一樣的存在。

❁ 我們人類處在真實魂魄封閉在肉體內的狀態  
下，隨著死亡，魂魄自肉體牢獄中解放，奔

赴真實理念世界。由已死的肉體解放後，我們才重立於真正存在的形態上。

✿ 凡人在世有一罪者，在死後當受十倍的懲罰。

✿ 凡人在世有公道而勇敢者，在死後每一項亦受十倍之報酬。

## ≡ 愛 因 斯 坦

✿ 能源是不滅的，只是改變形態而已。

✿ 沒有宗教的科學是跛子，沒有科學的宗教是瞎子。

✿ 我嘗想一個人的宇宙觀，不妨悲觀一點，因

為一個人難逃生老病死的厄運。但人生觀，則該積極進取，同時應了解，人並不僅為自己而活的道理。

❁ 我深信現今時尚以科學理論來解釋人類生命的所謂公理，則不單只是完全的錯誤，而且這種看法，應該受到指責。

## ≡≡≡ 叔本華

❁ 死為生命之最後，而非為自己存在之最後。

## ≡≡≡ 天主教教宗若望保祿二世

❁ 不要為我哭泣，我是快樂的，你們也應該快樂，讓我們以喜樂的心情祈禱！（教宗死前遺

言)

✿ 邪惡當道，自私和恐懼吞噬心靈，有時候人類的靈魂不免走向墮落。但是天父的愛，終究會讓人們學會寬恕，讓靈魂重新擁抱希望。愛可以修煉心靈，帶來和平。

## ≡ 生死學佳言(一)

- ✿ 這個世界仍有其不為人知的精神層面。
- ✿ 所謂的上帝並不具有形態，上帝是以能量的形式存在於各處，只要我們想望，都可以在任何時候獲得上帝的一部分。
- ✿ 在人類宇宙所屬的時間與空間之外存在著某個「無次元的空間」。在該空間中，所有的

事物都串連在一起而形成龐大的知性網路，任何存在的個體都是整體網路的一部分。

❁ 在這個世界上所出現的一切事物，其實只不過是永遠且唯一的存在者的自我認識過程罷了。

❁ 人類的意識遠比想像中來得廣大而深奧。

❁ 每一個人先天上都擁有所謂的宇宙精神。

❁ 只要是想像得到的事物都是存在的。

❁ 在心的領域中，人們相信是真理的事物便是真理，或會成為真理。

❁ 巴辛卡博士認為與其排斥宗教體驗，倒不如更加重視它。

- ✿ 宗教體驗可以給予體驗者真理掌握在自己手中的感覺，也可以為體驗者帶來生存的意義與生命的力量。
  
- ✿ 人類存在的本質就在於具有靈魂。
  
- ✿ 人在即將死亡時，聽覺是一種可以延續到最後的感覺。
  
- ✿ 離開肉體的才是「那個真正的自我」。
  
- ✿ 每一位發生過脫體經驗的具瀕死體驗者在看著自己的肉體時，據說都會覺得躺在那裏的肉體好像只是一件東西，而看著那個肉體的自己才是真正的自我。
  
- ✿ 死後的世界也和白人社會一樣充滿了高科技的產物。

- ❁ 彼世是科技化的世界。
  
- ❁ 人類生存的世界與死後的世界彼此並不是隔絕的，死後的世界與現實世界其實是互相重疊且同時存在的。就某種意義而言，這兩個世界在平常是有聯繫的。
  
- ❁ 人類是由肉體與精神（或是靈魂）結合而成；精神是人類本質的部分，而肉體不過是精神所寄宿的物質而已。
  
- ❁ 「我」這個認知主體存在於精神的部分。當一個人死亡時，精神會脫離肉體而繼續生存，即使肉體已經腐朽，精神仍然不死。
  
- ❁ 靈魂就如同「脫離出來的心」一般。
  
- ❁ 原本現實的物質世界只是屬於存在的一部分

而已，在物質世界的背後，另外尚有更加巨大的非物質性精神世界與其平行共存。

- ✿ 所有人在死後都將擺脫肉體而進入死後的世界。
- ✿ 印度恒河邊的聖地，有一所為從容迎死的人所設的「待死之家」。許多印度人，進入老境，就會放棄工作，整理財產交給孩子，與家族知己告別，前往巴那拉斯或哈魯多厄之類的聖地所設的「待死之家」。他們每天在聖河沐浴，向眾神祈禱，靜待自己死亡來臨。
- ✿ 眾生會依累世的行為（善行、惡行），在這六道中，上下生死，這就是輪迴思想。
- ✿ 死後進入中陰（死後尚未轉生的神識）的生

命，即存在本身會再生；再生是前世所行之業的結果。

❁ 所有精通佛教哲學的人都認識：對於受生於此世的任何東西而言，生與死並非只起一次的現象。在我們的內部，任何一個瞬間，都有某種東西死亡，某種東西再生。

❁ 眾生在死後會轉世，繼續生活。

❁ 人不生也不死，不曾存在過，也不會停止存在。人不生，但是是永續的，是無限的，是原始的。縱然肉體消滅了，人也不滅亡。

❁ 人的生命或存在本身，被視為是像物理所說的能量。能量可以有水、石化燃料、電力、熱量、高度、力量等等形態，但是能量本身，不會消滅，這是能量不滅定律。

✿ 就像一到夜晚可見滿天星星一樣，白天還是有星星，卻看不見，但因為太陽的光線太強，遮蓋了星星微弱的光。當夕陽西下，若沒有其他壓倒性的強光，就可看見滿天星斗，到那時我們才看得見宇宙的寬廣。

✿ 靈魂已經離開肉體，肉體如何已經不重要了。

✿ 先夫將死時，我所體驗過離開肉體的靈魂仍舊存在的事實，給了先夫很大的心理力量。不只先夫而已，對我們家族全員均是如此。先夫去世的瞬間非常優雅。

✿ 沒有靈魂的肉體，不過是血肉骨頭的集合體罷了。

✿ 我的瀕死體驗證明了人的生命在死亡之後，

仍然存續著，所以不必害怕死亡。體驗者都是如此，對死毫不畏懼。

❁ 人死時，靈魂離開肉體，飛向天國，接受永恒的生命。那裏有稱為神的至高存在，祂照顧所有靈魂，在那裏沒有痛苦煩惱。我如此相信，所以一點都不害怕死。

❁ 他不再畏懼死亡。後來，他也接受了自己罹患胃癌的事實，以及心臟手術，他的無懼死亡令周圍的人吃驚不已。而且，他抱持著活的時候要多留下美好的回憶，因此非常珍惜每一天。

## ≡ 生死學佳言（二）

❁ 我一直抱著這樣的想法。但是，這一次我感

到自己的人生觀、價值觀，在根本上產生了改變。

- ✿ 除了現世的客觀世界外，還有一個存在於別次元的靈異世界，人死後，會從現世移到另一個世界。活著的人們中，有一些特別具備靈異能力的人們，可以看見那世界，包括純淨無邪的兒童們。
  
- ✿ 所有人都以自己的方式生活，而你們目前的生活方式決定了你們在這裏的世界；你們的生活方式決定了你們的魂是該上來？還是下去？
  
- ✿ 小時候想像的神是長著白鬍子的老爺爺，其實不是。祂只是一種能量，或者說是力量，總之是無形的。

- ❁ 死不是終點，在前方，另一個世界已經為我們展開了。
- ❁ 許多患者都是聽了這些話才安然死去的。
- ❁ 在人們由此世往彼世的最後階段，向他們伸出援手，在我看來，是一件非常值得敬重的事。
- ❁ 實踐比知道還重要，既然知道愛，就要去愛；知道善，就應該為善。
- ❁ 超越了死的境界，便超越了時空，進入超越人類智慧的世界。
- ❁ 所謂人類，並非只憑肉體及物質便能生存。是因為有生命能源，才開始生活的。

- ❁ 生命能源的主體就是靈魂，人類是因為肉體與靈魂渾然成一體，才有生命的。
- ❁ 因此人死後會變成如何？根據物理學第一法則，就是能源不滅。能源不會突然生成，也不會突然消滅。所以人類死亡時，生命能源不會消滅，會改變形態，而繼續存在於某處。
- ❁ 總之生命能源會存續下去。釋迦牟尼說的生命永遠，或許就是這個意思吧！
- ❁ 生命能源的根源就是包含動物、植物的食物；而動植物能源的根源，就是太陽；太陽能源的根源，就是宇宙。結果，在充滿全宇宙的巨大能源中，人類存在其中，而人類的生死，在巨大的能源洪流中，只是改變形態而已。

- ❁ 能源不滅法則是確實無誤的。若能將物質視為能源的一種形態，那麼，宇宙是一個巨大能源洪流的能源一元論，便確實成立。
  
- ❁ 生命體存在於能源洪流中，也是一種事實。在洪流中，即使個別生命體的能源形態改變，也能繼續存在。
  
- ❁ 迎接死亡的人是抱著幸福感走入死亡世界的。
  
- ❁ 彷彿轉換電視的頻道一般，兩個世界的畫面咻地轉換來轉換去。
  
- ❁ 將自己的人生從根本予以改變的體驗。在體驗過後，體驗者都說自己不再害怕死亡了。
  
- ❁ 我一點也不恐懼死亡。若能那麼地死去，我

一點也不怕死。

❀ 我一點也不畏懼死亡。死亡的時候，我相信自己一定比誰都欣然接受。

❀ 在瀕死體驗中見到影像，就如同夢境一般，反映了那人的心理狀態。如同人們心中暗藏著願望、欲求、不安及恐怖等，會在夢境中影像化。

❀ 若依這個說法，想去天國的人，他的欲望就會讓他看見去天國的景象。

❀ 良寬和尚：「死亡時節死亡，就是適當之時。」

❀ 良寬和尚：「今日乞食逢驟雨，暫時迴避古祠中，可笑一囊與一鉢，生涯瀟灑破家風。」

- ❁ 何時死都可以，只要是輕鬆地死去。
  
- ❁ 那種愉悅，心靈的平靜等等，使我認為死亡是一件輕鬆的事。因為很輕鬆，所以不害怕；因為很輕鬆，所以可以接受。
  
- ❁ 世界存在的本質並非是物質，而是精神。
  
- ❁ 世上所有的物質都只不過是假象而已。
  
- ❁ 脫離了肉體，靈魂（精神）會永遠存續下去。
  
- ❁ 人類的科學尚處於非常原始的發展階段。
  
- ❁ 牛頓曾經為自己對真理所知的渺小而感嘆，他曾說自己就如同是一個在真理之海前的沙灘上，玩著沙子的幼兒一般。

- ❁ 目前科學的視野只及於沙灘的一小部分而已，而真理之海卻是向無限遠處延伸的。
- ❁ 除了「對死亡不再恐懼」之外，具瀕死體驗者們還有另一個共同的感想，那就是「經過了瀕死體驗之後，更深切體認到生存的重要性。」因而也想開始追求更有意義的生活方式。
- ❁ 從神經生理學方向，來研究脫體現象的加州大學戴比斯分校的查理士·泰德教授，舉出下列四項脫體現象的主要特徵。
1. 飄浮。
  2. 從外側觀看自己的肉體。
  3. 在外側一想到遠方的某處時，可以瞬間到達那地方。
  4. 陪伴非物理性的身體。

❁ 我一點也不害怕死亡喔，因為我知道死亡後會去哪裏。

❁ 大家為什麼那樣悲傷地哭泣呢？死亡並不是一件壞事耶。

❁ 死亡是另外的一種生，我期待未來生，何況我們大家在念佛，後輩子一定解脫，一定出生在極樂世界。

只要你有信心、發願念佛，保證沒問題。

所以，死亡對我們來講，是快樂的，是超越的。

❁ 在每一個生命的身軀裡面，都存在著一個永恒的精神之魂。

❁ 世間萬物都有一定的時辰，  
四季運轉，

生死哀樂，  
播種收成……  
都有一定的時辰。  
因此，  
生，有時，很自然，  
死，有時，也很自然，  
面對生死，  
要有一顆很自然很開闊的心。

✿ 所有的繽紛華美，  
都不得不結束，  
所有的馥郁芳醇，  
都不得不凋零。

✿ 人生於世，  
就好像遠行客一般。  
來，沒有人可以阻止，  
去，也沒有人可以挽留。





生死學語錄 卷四

# 佛教生死學



# *The Quotations of Life and Death*

## *Part Four*

*Lao Tzu    Master Dalai Lama*

*Master Yin Guang    Professor Li Bing Na*

*Master Dao Jheng    Socrates*

*Master Chin Kung    Albert Einstein    Arthur*

*Schopenhauer    Pope John Paul II...*

# 卷四

## 佛教生死學

83

### 印光大師

- ❁ 死——學道之人念念不忘此字，則道業自成。
- ❁ 生——若生西方，庶可與佛光壽同一無量無邊矣。
- ❁ 世間最可慘者，莫甚於死，而且舉世之人，無一能倖免者。
- ❁ 有心欲自利利人者，不可不早為之計慮也。

- ❁ 實則死之一字，原是假名，以宿生所感一期之報盡，故捨此身軀，復受別種身軀耳。
- ❁ 不知佛法者，直是無法可設，只可任彼隨業流轉。
- ❁ 今既得聞如來普渡眾生之淨土法門，固當信願念佛，預備往生資糧，以期免生死輪迴之幻苦，證涅槃常住之真樂。
- ❁ 若得重病，勢難痊癒者，宜發孝順慈悲之心，勸彼念佛求生西方，併為助念，俾病者由此死已，即生淨土，其為利益，何能名焉。
- ❁ 今列三要，以為成就臨終人往生之據。語雖鄙俚，意本佛經；遇此因緣，悉舉行焉。言三要者：

第一、善巧開導安慰，令生正信。

第二、大家換班念佛，以助淨念。

第三、切戒搬動哭泣，以防誤事。

❁ 果能依此三法以行，決定可以消除宿業，增長淨因，蒙佛接引，往生西方。

❁ 一得往生，則超凡入聖，了生脫死，漸漸進修，必至圓成佛果而後已。

❁ 如此利益，全仗眷屬助念之力。能如是行，於父母，則為真孝。

❁ 切勸病人，放下一切，一心念佛。

❁ 如有應交代事，速令交代。交代後，便置之度外，即作我今將隨佛往生佛國。

- ❁ 世間所有富樂、眷屬，種種塵境，皆為障礙，致受禍害，以故不應生一念繫戀之心。
  
- ❁ 須知自己一念真性，本無有死。
  
- ❁ 所謂死者，乃捨此身而又受別種之身耳。
  
- ❁ 若不念佛，則隨善惡業力，復受生於善惡道中。
  
- ❁ 若當臨命終時，一心念南無阿彌陀佛，以此志誠念佛之心，必定感佛大發慈悲，親垂接引，令得往生。
  
- ❁ 須知吾人本具真性，與佛無二，但以惑業深重，不得受用。
  
- ❁ 今既歸命於佛，如子就父，乃是還我本有家

鄉，豈是分外之事？

❁ 佛昔發願：若有眾生，聞我名號，至心信樂，乃至十念，若不生者，不取正覺。

❁ 一切眾生，臨終發至誠心，念佛求生西方者，無一不垂慈接引也。

❁ 千萬不可懷疑，懷疑即是自誤，其禍非小。

❁ 離此苦世界，生彼樂世界，是極快樂之事，當生歡喜心。

❁ 千萬不可怕死，怕死則不能不死，反致了無生西之分矣，以自心與佛相違反故。

❁ 阿彌陀佛萬德洪名，如大冶洪鑪；吾人多生罪業，如空中片雪。業力凡夫，由念佛故，

業便消滅；如片雪近於洪鑪，即便了不可得。

❁ 切不可隨順俗情，求神問醫。大命將盡，鬼神醫藥，豈能令其不死乎？

❁ 許多人於父母臨終，不惜資財，請許多醫生來看，此名賣孝，欲世人稱我於父母為能盡孝，不知其天地鬼神，實鑑其心。

❁ 凡於父母喪葬等事，過於張羅者，不有天災，必有人禍。

❁ 為人子者，宜注重於親之神識得所。

❁ 彼世俗所稱頌，固不值明眼人一哂，況極意邀求，以實罹不孝之大咎乎。

- ✿ 開導病人，令生正信。
- ✿ 然彼病人，心力孱弱，勿道平素絕不念佛之人，不易相繼長念，即向來以念佛為事者，至此亦全仗他人相助，方能得力。
- ✿ 家中眷屬，同應發孝順慈悲之心，為其助念佛號。
- ✿ 若病尚未至將終，當分班念，應分三班，每班限定幾人。頭班出聲念，二三班默持，念一點鐘，二班接念，頭班、三班默持。
- ✿ 若有小事，當於默持時辦，值班時斷斷不可走去。二班念畢，三班接念，終而復始。念一點鐘，歇兩點鐘，縱經晝夜，亦不甚辛苦。

- ❁ 須知肯助人淨念往生，亦得人助念之報。
  
- ❁ 成就一人往生淨土，即是成就一眾生作佛，此等功德，何可思議！
  
- ❁ 三班相續，佛聲不斷。病人力能念，則隨之小聲念；不能念，則攝耳諦聽，心無二念，自可與佛相應矣。
  
- ❁ 念佛聲不可太高，高則傷氣，難以持久；亦不可太低，以致病人聽不明白。不可太快，亦不可太緩。太快則病人不能隨，即聽亦難明了；太緩則氣接不上，亦難得益。
  
- ❁ 須不高不低，不緩不急，字字分明，句句清楚。令病者，字字句句，入耳經心，斯易得力。

- ❁ 念佛法器，惟用引磬，其他一切，概不宜用。引磬聲清，聽之令人心地清淨。木魚聲濁，故不宜用於臨終助念。
- ❁ 宜念四字佛號，初起時，念幾句六字，以後專念「阿彌陀佛」四字，不念「南無」，以字少易念。病人或隨之念，或攝心聽，皆省心力。
- ❁ 不可一起念，歇歇又念，致令病人，佛念間斷。
- ❁ 若值飯時，當換班喫，勿斷佛聲。
- ❁ 若病人將欲斷氣，宜三班同念。直至氣斷以後，又復分班念三點鐘，（飭終津梁此處原文有「時間愈多愈妙」。近代大德普遍提倡續助念八小時至二十四小時。 編者敬註）然後歇氣，

以便料理安置等事。

- ❁ 當念佛時，不得令親友來病人前，問訊諭慰。既感情來看，當隨念佛若干時，是為真實情愛，有益於病人。
- ❁ 若用世間俗情，直是推人下海，其情雖可感，其事甚可痛。全在主事者明道理，預令人說之，免致有礙面情，及貽害病人，由分心而不得往生耳。
- ❁ 病人將終之時，正是凡、聖、人、鬼分判之際，一髮千鈞，要緊之極。只可以佛號，開導彼之神識。
- ❁ 斷斷不可洗澡、換衣，或移寢處，任彼如何坐臥，只可順彼之勢，不可稍有移動。

- ❁ 亦不可對之生悲感相，或至哭泣。
- ❁ 此時身不自主，一動則手足身體，均受拗折扭捩之痛，痛則瞋心生，而佛念息；隨瞋心去，多墮毒類，可怖之至。
- ❁ 若見悲痛哭泣，則情愛心生，佛念便息矣。隨情愛心去，以致生生世世，不得解脫。
- ❁ 此時所最得益者，莫過於一心念佛；所最貽害者，莫過於妄動哭泣。
- ❁ 若或妄動哭泣，致生瞋恨，及情愛心，則欲生西方，萬無有一矣。
- ❁ 切不可屢屢探之，以致神識未離，因此或有刺激，心生煩痛，致不得往生。此之罪過，實為無量無邊。

- ❁ 願諸親友，各各懇切念佛，不須探彼熱氣，後冷於何處也。為人子者，於此留心，乃為真孝。
  
- ❁ 若依世間種種俗情，即是不惜推親以下苦海。
  
- ❁ 若病人能志誠念佛，再加眷屬善友助念之力，決定可以帶業往生，超凡入聖耳。
  
- ❁ 不須專事探試徵驗，以致誤事也。至囑至禱！

## ≡ 弘一大師

- ❁ 古詩云：「我見他人死，我心熱如火，不是熱他人，看看輪到我。」

- ❁ 人生最後一段大事，豈可須臾忘耶！
- ❁ 當病重時，應將一切家事及自己身體悉皆放下。專意念佛，一心希冀往生西方。
- ❁ 能如是者，如壽已盡，決定往生。如壽未盡，雖求往生而病反能速癒。
- ❁ 因心至專誠，故能滅除宿世惡業也。
- ❁ 儻不如是放下一切專意念佛者，如壽已盡，決定不能往生，因自己專求病癒不求往生，無由往生故。
- ❁ 如壽未盡，因其一心希望病癒，妄生憂怖，不惟不能速癒，反更增加病苦耳。
- ❁ 病未重時，亦可服藥，但仍須精進念佛，勿

作服藥癒病之想。

❁ 病既重時，可以不服藥也。

❁ 余昔臥病石室，有勸延醫服藥者，說偈謝云：「阿彌陀佛，無上醫王，捨此不求，是謂癡狂。一句彌陀，阿伽陀藥，捨此不服，是謂大錯。」

❁ 因平日既信淨土法門，諄諄為人講說。今自患病，何反捨此而求醫藥，可不謂為癡狂大錯耶！

❁ 若病重時，病苦甚劇者，切勿驚惶。

❁ 因此病苦，乃宿世業障。或亦是轉未來三途惡道之苦，於今生輕受，以速了償也。

- ❁ 自己所有衣服諸物，宜於病重之時，即施他人。
- ❁ 若依地藏菩薩本願經，如來讚歎品所言供養經像等，則彌善矣。
- ❁ 若病重時，神識猶清，應請善知識為之說法，盡力安慰。
- ❁ 舉病者今生所修善業，一一詳言而讚歎之，令病者心生歡喜，無有疑慮。自知命終之後，承斯善業，決定生西。
- ❁ 臨終之際，切勿詢問遺囑，亦勿閒談雜話。恐彼牽動情愛，貪戀世間，有礙往生耳。
- ❁ 若欲留遺囑者，應於康健時書寫，付人保藏。

- ❁ 儻自言欲沐浴更衣者，則可順其所欲而試為之。
- ❁ 若言不欲，或噤口不能言者，皆不須強為。
- ❁ 因常人命終之前，身體不免痛苦。儻強為移動沐浴更衣，則痛苦將更加劇。
- ❁ 世有發願生西之人，臨終為眷屬等移動擾亂，破壞其正念，遂致不能往生者，甚多甚多。
- ❁ 又有臨終可生善道，乃為他人誤觸，遂起瞋心，而牽入惡道者，如經所載阿耆達王死墮蛇身，豈不可畏。
- ❁ 臨終時，或坐或臥，皆隨其意，未宜勉強。

- ❁ 若自覺氣力衰弱者，儘可臥床，勿求好看勉力坐起。
- ❁ 臥時，本應面西右脅側臥。若因身體痛苦，改為仰臥，或面東左脅側臥者，亦任其自然，不可強制。
- ❁ 大眾助念佛時，應請阿彌陀佛接引像，供於病人臥室，令彼矚視。
- ❁ 助念之人，多少不拘。人多者，宜輪班念，相續不斷。
- ❁ 或念六字，或念四字，或快或慢，皆須預問病人，隨其平日習慣及好樂者念之，病人乃能相隨默念。
- ❁ 今見助念者皆隨己意，不問病人，既已違其

平日習慣及好樂，何能相隨默念。余願自今以後，凡任助念者，於此一事切宜留意。

❁ 又尋常助念者，皆用引磬小木魚。以余經驗言之，神經衰弱者，病時甚畏引磬及小木魚聲，因其聲尖銳，刺激神經，反令心神不寧。

❁ 若依余意，應免除引磬小木魚，僅用音聲助念，最為妥當。

❁ 或改為大鐘大磬大木魚，其聲宏壯，聞者能起肅敬之念，實勝於引磬小木魚也。

❁ 但人之所好，各有不同。此事必須預先向病人詳細問明，隨其所好而試行之。或有未宜，儘可隨時改變，萬勿固執。

- ❁ 既已命終，最切要者，不可急忙移動。
- ❁ 雖身染便穢，亦勿即為洗滌。必須經過八小時後，乃能浴身更衣。
- ❁ 常人皆不注意此事，而最要緊。惟望廣勸同人，依此謹慎行之。
- ❁ 命終前後，家人萬不可哭。
- ❁ 哭有何益，能盡力幫助念佛乃於亡者有實益耳。
- ❁ 若必欲哭者，須俟命終八小時後。
- ❁ 但能平日信願真切，臨終正念分明者，即可證其往生。

- ❁ 命終之後，念佛已畢，即鎖房門。深防他人入內，誤觸亡者。
- ❁ 必須經過八小時後，乃能浴身更衣。（前文已言，今再諄囑，切記切記。）
- ❁ 因八小時內若移動者，亡人雖不能言，亦覺痛苦。
- ❁ 八小時後著衣，若手足關節硬，不能轉動者，應以熱水淋洗。用布攪熱水，圍於臂肘膝彎。不久即可活動，有如生人。
- ❁ 殮衣宜用舊物，不用新者。
- ❁ 其新衣應布施他人，能令亡者獲福。
- ❁ 不宜用好棺木，亦不宜做大墳。此等奢侈

事，皆不利於亡人。

- ❁ 七七日內，欲延僧眾薦亡，以念佛為主。
- ❁ 若誦經拜懺焰口水陸等事，雖有不可思議功德，然現今僧眾視為具文，敷衍了事，不能如法，罕有實益。印光法師文鈔中屢斥誡之，謂其惟屬場面，徒作虛套。
- ❁ 若專念佛，則人人能念，最為切實，能獲莫大之利矣。
- ❁ 如請僧眾念佛時，家族亦應隨念。但女眾宜在自室或布帳之內，免生譏議。
- ❁ 凡念佛等一切功德，皆宜迴向普及法界眾生，則其功德乃能廣大，而亡者所獲利益亦更因之增長。

- ❁ 開弔時，宜用素齋，萬勿用葷，致殺害生命，大不利亡人。
- ❁ 出喪儀文，切勿鋪張。毋圖生者好看，應為亡者惜福也。
- ❁ 七七以後，亦應常行追薦以盡孝思。蓮池大師謂年中常須追薦先亡。不得謂已得解脫，遂不舉行耳。
- ❁ 勸請發起臨終助念會，此事最為切要，應於城鄉各地，多多設立。飭終津梁中有詳細章程，宜檢閱之。
- ❁ 殘年將盡，不久即是臘月三十日，為一年最後。
- ❁ 若未將錢財預備穩妥，則債主紛來，如何抵

擋。

- ❁ 吾人臨命終時，乃是一生之臘月三十日，為人生最後。
- ❁ 若未將往生資糧預備穩妥，必致手忙腳亂，呼爺叫娘，多生惡業一齊現前，如何擺脫。
- ❁ 臨終雖恃他人助念，諸事如法。但自己亦須平日修持，乃可臨終自在。
- ❁ 奉勸諸仁者，總要及早預備才好。

## 道源老法師

- ❁ 釋迦佛說末法時代的眾生要想超出苦海、脫出輪迴、了脫生死，必須相信淨土法門。

- ❁ 要發願往生西方，一心持念阿彌陀佛的名號，求阿彌陀佛來接引你，在命終之後生到西方極樂世界去。
  
- ❁ 苦勞一生到頭來仍然免不了一死啊！為什麼人都怕死呢？因為死的時候太苦囉！
  
- ❁ 你想死的時候不受痛苦，只有一心持念阿彌陀佛的名號，求阿彌陀佛來接引你，你就會歡歡喜喜的生到西方去的。
  
- ❁ 我們這個世界叫做苦海，你想超出這個苦海，只有念阿彌陀佛的名號，生到西方極樂世界去才可以啊！
  
- ❁ 為什麼要生到西方去呢？因為西方極樂世界具足一切快樂，沒有一點苦惱。

- ❁ 我們這裏的人壽命很短，活不了幾十年就要死了，死的時候等於那活生生的烏龜把甲殼給它解下來那樣子的痛苦，可是人人皆免不了一死啊！也就是人人皆有解殼的痛苦。
- ❁ 西方極樂世界就沒有這種死的痛苦，因為極樂世界不但是阿彌陀佛的壽命無量無邊，就是生到那裏去的人民壽命亦然。
- ❁ 在這個世界上多活一天就多受一天苦，還有什麼可貪婪的？
- ❁ 一個人到了臨命終的時候，連自己的生命都保不住了，還有什麼可貪婪呢？
- ❁ 身體是眾苦的根本，一切痛苦皆由身體生出來的，你想想看，假如沒有身體還會害病嗎？假如沒有身體還會死嗎？

- ❁ 這個身體實在是罪惡之物，應該趕快把它捨掉，這個臭皮囊不久就要爛壞的，還有什麼值得掛念呢？
  
- ❁ 死了再生，生了再死，叫做輪迴之苦，又叫做生死之苦，要想免除輪迴生死之苦，只有一心念佛往生西方才可以啊！
  
- ❁ 生命只在呼吸之間，一口氣不來便結束了一生的生命，趁著這口氣還在，你就放下一切趕快念佛吧！

## ≡ 李炳南老居士

- ❁ 死時，正往生時也。
  
- ❁ 淨土宗有兩個字「欣、厭」。欣：看見這個

事情這樣，希望我要這樣，用現在的話，叫「希望心」。厭：就是厭離、討厭。……淨土宗妙訣就在這兩個字上。

- ❁ 你看見這世界一切一切什麼也別貪戀，因為皆是假的，沒有一樣真的。
- ❁ 娑婆世界是個污穢世界，等於一個糞坑、垃圾筐，有什麼好處？
- ❁ 娑婆世界沒有一條是好的，討厭這個地處，不願常待，想早點離開，要存這個心，你要是在這一貪戀，就在這栓住腿了，走不了啦！
- ❁ 阿彌陀經總得多看幾遍，那兒事情無一而不好，所以就喜歡那裏，這是欣。
- ❁ 討厭這裏，喜歡那裏，「欣厭」很要緊，是

很大的幫助。

- ❁ 這兩個字「欣厭」常記住就可以。
- ❁ 存這個懺悔心，在心裡求阿彌陀佛趕快把我接走。
- ❁ 不論幹什麼，不要忘了阿彌陀佛，不必嘴裏出口，在心裏想，就把境界換過來，這是「憶佛」，心裏不要忘了佛。
- ❁ 臨終佛來接引，接引什麼？不是這個臭皮囊，也不是妄念，是來接念佛的心。
- ❁ 口裡念著佛，心還想著他事，那就壞了，正念佛時，心一想念富貴，就出不去六道輪迴。
- ❁ 人生於世，自古均免不了一死。即使是世間

的聖人，時候到依然得死。只有出離世間的聖人，才能解決生死問題。

- ❁ 大家必得相信——人人得死。
- ❁ 全球宗教修到最高只能升天，唯佛法可了生死。
- ❁ 吾人修淨土，既發願要往生西方極樂世界，則永不更改。
- ❁ 有人云：「死了就完了！」沒那麼簡單，死後尚有靈魂，尚有輪迴，現在造何因，將來受何報應。
- ❁ 淨土法門是以往生為原則。
- ❁ 時時心存現在就是命終，彌陀即將來接引，

看自己如同坐化，佛七大眾都是來為我助念的蓮友。

❁ 淨宗祖師教我們要發願往生西方，娑婆無論何事，一切皆厭離，極樂一切皆欣慕。

❁ 雖未能得一心，只要有往生極樂的願力，亦可成就。有願必得往生，這是祖師慈悲開示，絕不虛言。

❁ 學人也是快死的人了，辦真實事，我就辦，不是真實事，我就不辦，我沒閒工夫去幹虛假的事情。

❁ 今天起大家用一個方便方法，作一點觀想，我來念佛為求一心，還不必急著求一心，現在就求著往生西方極樂世界，我這一念，阿彌陀佛就來到跟前接引我了，佛就在眼前，

你捨得這世界嗎？佛在跟前，捨不得走，怨誰？佛沒有工夫等你，你得先捨得，好！我就走！放下一切，今天來這裏念佛，佛就來接你，我就跟著佛走，什麼也不戀，你得有這一種決心，有這決心就容易接到阿彌陀佛那兒去了。

❁ 要曉得阿彌陀佛在眼前，你肯捨就能走，當下就是西方極樂世界，只要一遲延不肯走，後邊就是三途。怎麼立下這個決心？大家試驗試驗。

❁ 最忙最痛苦就是臨命終的時候，那時候太忙、太痛苦了，你說等你好了再念，誰能叫你好啊！

❁ 即使原子彈就在頭上落下來了，我也是念佛。

- ❁ 心掛於彼則得彼身，心掛於此則得此身，何人不愛眼前假身？如此身見一關打不破，則不得往生西方極樂世界。
  
- ❁ 汝能不愛此身，則心漸不掛於此而掛於彼，則能往生矣。
  
- ❁ 凡是動、植、礦物，有生便皆有死。
  
- ❁ 諸位要想了生死，全球上什麼樣的學問也沒用處，唯有學佛才能辦到。
  
- ❁ 我願意今天就死，我就上西方極樂世界受樂去，我何必在這地獄似的受苦呢？一生解脫這是一種大樂處。
  
- ❁ 佛以一大事因緣出現於世，此大事即為生死大事。如將此事徹底解決，則天下自然太

平。

- ✿ 生死有何大處？大即指受苦，一生一死，這便是苦中最大的，無論地位、財產怎樣高貴，對死之一事，即毫無辦法。
- ✿ 人人既是怕死，便要追究其來源，因為有生才有死，就是死由生來。
- ✿ 人但知死苦，卻疏忽了生苦，實在一生便帶來一切苦。
- ✿ 生從何來？這問題不是簡單可以講清楚的，好在大家正聽「大乘起信論」，曉得本性平等不動，因一念成迷，展轉而有此身。
- ✿ 身是苦本，越苦越迷，一念起迷，便越迷越起念，越念越迷。

- ❁ 我人自多劫以來，一直迷到現在，若問迷的什麼？就是內起貪瞋癡慢疑，外緣財色名食睡，迷即由這些東西將內外皆迷住了。
  
- ❁ 假若念善，便是人天二道，念惡則墮三途。但不問善惡，終不能跳出輪迴。要知善報盡時，縱在人天，亦仍需再墮三途受苦報的。
  
- ❁ 其他宗教並非不好，但只懂世間法，不能徹究本性。佛教獨得之妙，即是此「性」字，講的無欠無餘。
  
- ❁ 性者，平等不動，起念即動即迷，即入輪迴。假若不起念頭，即能成佛跳出輪迴。
  
- ❁ 試問諸位誰能不起念頭？能一天不起念頭嗎？或一時一分或一秒間不起念頭嗎？

- ✿ 念頭有三細六粗，沒說細念，連粗念我們尚且不覺，所以是迷。
- ✿ 縱然了覺自己起妄念，要去斷它大非易事，那麼怎麼辦呢？因為斷念不易，所以叫諸位念阿彌陀佛。
- ✿ 念不是念貪瞋癡，也不是念財色名食睡，而是念阿彌陀佛，因為除了念六字，以外均係污穢念頭，一概把它排去！
- ✿ 此六字稱為萬德洪名，包括著三藏十二部的妙義，念念則具萬德。

## 道證法師

- ✿ 我學習到如何度過癌症的日子，而且學習活

一天感恩一天，活一天快樂一天。

❁ 這個世間是個苦海，您看九二一大地震，一夜之間就有多少人受傷、斷頭、斷腿、死亡。

❁ 老實說，這苦海的世間，並不是活得愈久愈快樂，就好像是很難吃的菜，並不是吃得越大碗越幸福。

❁ 佛告訴我們宇宙的真相，生命是無限的，其實我們都不會死，不用怕，只是會輪迴，一世又一世地換身體，好像換車子或是搬家一樣。

❁ 在重新投胎（要換車子）的時刻，是最要緊的時候，因為如果心很痛苦、心很亂，一不注意，有時候就會換到更壞的車子——換到一個更壞更苦的身體。

- ❁ 醫生說您的身體壞了，但是您不要怕，因為生命是無限的，我們都不會死，只是會「換身體」而已。
- ❁ 這個身體只是像一部車子，我們的心才是主人。
- ❁ 車子壞了，我們就換一部更新、更好的，這個身體壞了，就換一個更新、更好的佛身。
- ❁ 一般人胡思亂想，可能會換更壞、更糟糕的身體。
- ❁ 有一個很好的辦法，可以換很好的身體！——阿彌陀佛發願，要幫我們換一個最好最快樂的佛身，而且是永遠金剛不壞的。
- ❁ 在我們臨終要換身體的時候，只要信得過，

呼喚阿彌陀佛的名字，阿彌陀佛就馬上來為我們做最好的安排，帶領我們。

- ❁ 在阿彌陀佛的帶領之下，一切都會很順利，不必擔憂，您一心念佛，很快就會脫離一切的痛苦，換上舒服安樂的佛身。
- ❁ 很多人，信靠佛力念阿彌陀佛，都真的得到佛的帶領和幫助，只要您相信，願意接受佛的慈悲，一心信靠他，阿彌陀佛隨時就在您身邊幫助您。
- ❁ 我們只要靜下來專心念阿彌陀佛，一個字一個字聽清楚安心念，就和佛搭上線。
- ❁ 能夠念「十念」就成功了，甚至只念「一念」也可以成功。

- ❁ 阿彌陀佛一心一意要幫助您，非救您不可，您不要怕，放心念佛交給佛安排（此即「南無阿彌陀佛」）。
- ❁ 請大家記得——只要「至心信樂，乃至十念。」就可以成功了！
- ❁ 往生——並非死亡，是一往不退，生活在快樂佛世界。
- ❁ 心念頻道改變，畫面節目就改變。
- ❁ 我們一再強調：往生西方極樂世界並不是死了以後才去的，是活的時候當下就可以去。
- ❁ 極樂世界就是沒有痛苦、清淨快樂的世界，是阿彌陀佛慈悲光明的世界，他和我們這個世界中間並沒有圍牆隔起來，中間也沒有界

線。

❁ 極樂世界和我們這個世界就好像同一個電視螢幕中不同頻道的節目，螢幕雖然是同一個，但是節目完全不一樣。

❁ 因為心念的頻道不一樣，所以畫面和風景就完全改變。

❁ 一個人如果忽然覺悟了，肯換節目，趕緊把節目號碼改變了……號碼一改，畫面就隨之改變。

❁ 由今天現在開始就調整頻道，讓它出現極樂世界清淨美好的畫面，馬上讓自己活在阿彌陀佛快樂的世界。

❁ 用念佛來安住我們的心，享受清淨光明。現

在就牽上阿彌陀佛的手，當然就不必再擔憂生死的問題，現在歡喜，臨終那一天更加歡喜。

❁ 假如現在不能夠開心歡喜地發揮生命造福大家，那麼說實在，爭取明天也沒有用，爭取更長的生命也沒有用。

❁ 我並不貪求長壽，假如我的生命已經到期了，我很歡喜的就跟隨阿彌陀佛到西方極樂世界去。

❁ 假如我在這世界上多活一天，那都是多出來的，意外得來的，我應該更加的珍惜，祈願一切眾生同享佛法甘露，離苦得樂。

❁ 放生——放慈悲心生，放自己重生。

- ❁ 放它生——放己重生。
  
- ❁ 當人們生命終了的時候，即使有再多的錢財、再高的學位也無法買得一分鐘的生命。
  
- ❁ 生命是這樣的可貴，即使是一隻很小的蟲子，我們也沒有能力讓它死而復活，所以在它活著的時候就珍惜它，讓它自由安樂吧！
  
- ❁ 平常用很少的錢財就能夠免除動物被殺的恐怖，放它一條生路，為什麼我們不肯放？
  
- ❁ 當你忽然面臨死亡，或者忽然你的生命操縱在別人手中，就會了解那種渴望被放生的心情。
  
- ❁ 我多活一天，就要為眾生多做一些事，如果那一天時間到了，我該回去，我一生就等待

這一天，阿彌陀佛會來接我！

- ❁ 不必煩惱「沒多久可活」，應下決心「無論活多久，都要好好活」。

## ≡ 淨空法師（一）

- ❁ 普賢菩薩說：「是日已過，命亦隨減。」明眼人看到的是光陰一天比一天減少；換言之，就是更接近死亡。
- ❁ 一個真正覺悟的人，是要以了生死為目標的。
- ❁ 我們要念念想著家鄉，家鄉是西方極樂世界的依正莊嚴。要把這個放在心上，其他的與我們無關。

- ❁ 要有時時刻刻想回家，想往生的念頭，這個念是正念。
  
- ❁ 往生是生，不是死，而且是真正的「永生」——不會再有生死輪迴。所以那是真正「生」的開始；不能往生，那就有生死。
  
- ❁ 往生就是證得法身慧命的開始，是真常的開始，不是無常，在世間搞的是無常。
  
- ❁ 人生在世短短幾十年光陰，空手而來，還是空手而去。古德講「萬般將不去，唯有業隨身」，這個世間沒有一樣東西帶得走，帶走的只是在這裡所造的一些業，這多可怕！
  
- ❁ 我們一定要把握機緣，而這個機緣並不長，因為人的壽命很短促，縱然活一百歲，也是一彈指、一剎那而已。

- ✿ 人在臨命終時，會看到已過世的家親眷屬，這些家親眷屬不是真的，都是自己的冤家債主，變現家親眷屬的模樣來誘導我們，向我們報復。
- ✿ 現在世界動亂不安，好日子不多，更應該把握機會，用功努力修學。經論所說的「生死事大」、「人命無常」、「國土危脆」，這都是真實話，是高度的智慧、高度的警覺。
- ✿ 除了往生西方極樂世界，都免不了生死。
- ✿ 修學淨土，終極的目標是要往生西方極樂世界。
- ✿ 對於這句佛號，要有堅定的信心，我得了重病，我念佛求生西方極樂世界，我不要去醫，也不要吃藥，我不想病好，只想早日往

生淨土。要有這樣的決心、毅力，這個人才能成功。

❁ 不貪生怕死，不貪圖這個世間五欲六塵，只有求生西方一念，愈早愈好，愈快愈好。要有這個心，才是真正發願，願生彼國。

❁ 一切眾生無一不是因緣果報循環相續的現象而已。

❁ 神識，即中國人所說的靈魂，是不生不滅的。根本沒有生死，只是換個身體，換個生活環境，好像移民一樣，換了身份而已。所以了解宇宙真相的人根本不怕死。

❁ 一切眾生不生不滅，只是轉變而已。

❁ 人有生當然也會有死，壽命長短無所謂啊！

不要怕死，不要貪生，學佛的人喜歡死，死了就到極樂世界去了嘛！早一點離苦得樂，我不怕死，我喜歡死，我很喜歡早一點死啊！

❁ 世間人都怕死，但是修行人絕不怕死，因為他們明白，了脫生死，就不受後有。

❁ 生死可不可怕？不可怕。生死非常正常，只要明白道理，你就不會貪生怕死。

❁ 生跟死是一樁事，不是兩樁事。通達的人對於捨身受身，就像脫衣服、換衣服一樣。

❁ 我們把衣服比喻作身體，衣服穿的時間久了，髒了，破了，自然會把它脫掉，這個身就不要了，再換一件衣服，就是再換一個身。

- ✿ 對於生死這樁事參透，知道事實的真相，貪生怕死的念頭就沒有了。
- ✿ 無論在何時，無論是什麼方式死亡，都會歡歡喜喜，為什麼？知道這個身捨了之後，馬上換一個比現在更好、更殊勝的身。我們要有信心，有把握。

## ≡ 淨空法師（二）

- ✿ 蓮池大師講：「三藏十二部，讓給別人悟；八萬四千行，饒與別人行。」他自己晚年，專持一部《阿彌陀經》，一句「阿彌陀佛」，專修專弘。這才是真正徹底的覺悟。
- ✿ 一切時，一切處，念念反省，永遠不離開佛菩薩、祖師大德的教訓。

- ❁ 要知道世出世間一切法都不是真實的，唯有念佛求生淨土是真實的。
- ❁ 發菩提心就是真正發願求生淨土。
- ❁ 這一生中，我什麼都不要，就要西方極樂世界；什麼都不求，只求見阿彌陀佛。
- ❁ 須知人生在世只是過客，此地不是我們的家鄉。我們在這裡既是作客，何必認真計較？不多時日就走了，要用這樣的態度處世。
- ❁ 古人講「人生在世，有如過客」，像是來旅行的，從這裡經過就要走的。
- ❁ 真正會修的人是自己修，不看別人。
- ❁ 惠能大師說得很好：「若真修道人，不見世

間過。」見到別人過，馬上反省——過在自己，絕對不在別人，斷惡修善，這才是真正修行人。

- ❁ 身確實不是我，身是我所有的，像衣服一樣，衣服是我所有的，衣服不是我。
- ❁ 我在六道輪迴裡捨身、受身，就像穿衣服、脫衣服一樣。
- ❁ 愈是真有修行的人，愈是平易、平常，看不出一點點特殊的地方。
- ❁ 蕩益大師在《要解》裡講得好：「往生與否，全憑信願之有無。」往生的基本條件是真信、真願，決定沒有懷疑，沒有夾雜。
- ❁ 一心一意只想往生，只想阿彌陀佛，這是大

智慧。

- ✿ 這句「阿彌陀佛」就是淨化心地，一切妄想、執著、煩惱現前的時候，立刻回歸到一句「阿彌陀佛」，什麼事都沒有了。
- ✿ 一定要把心量拓開，要以真誠心、清淨心、平等心、慈悲心去愛護別人，成就別人。
- ✿ 善中之善，至善無過於這一句六字洪名。
- ✿ 大勢至菩薩講「淨念相繼」，整個修行的功夫，就這一句「淨念相繼」。
- ✿ 心裡掛念阿彌陀佛，除阿彌陀佛，什麼都不要掛念，這人才有智慧。
- ✿ 這一生就一個目標：想見阿彌陀佛，想到極

樂世界去。

- ❁ 我們不想墮在無明，也不想墮邪念，只有一個方法：想阿彌陀佛，必定超越無明，超越邪念。這個法子簡單容易，真是妙絕了。
- ❁ 二六時中心裡只有一個阿彌陀佛，除阿彌陀佛之外，什麼都沒有。我今天把這個秘訣傳授給諸位。
- ❁ 「阿彌陀」三個字是密語，就是密咒，是咒中之咒。
- ❁ 有人問道：念佛人還要不要念楞嚴咒、大悲咒、往生咒……？當知「阿彌陀佛」是咒中之王，念「阿彌陀佛」，那些咒就不要念了，都包括在這咒王之中。

- ❁ 要想功夫得力，有一個秘訣，你們願不願意知道？即是什麼閒事都不要管，你喜歡管閒事，到處打聽是非，這一生佛都白念了。
- ❁ 身體是一部機器，無數的細胞就是組合的零件。什麼力量在控制它，組合它？就是「念頭」。我們常常想病，那就生病，就受病苦。若念念想作佛，它的組織就不離佛，就會改變體質。
- ❁ 治療身心一切病苦，最好的良藥就是——「老實念佛」。
- ❁ 財布施得財富，法布施得聰明智慧，無畏布施得健康長壽。
- ❁ 健康長壽的因是「無畏布施」，放生跟不殺生都是屬於無畏布施。

- ❁ 令一切眾生永離恐怖，離開憂慮，離開苦難，這稱為無畏布施。
  
- ❁ 我們幫助別人脫離苦難，得到平安，這一種布施就得健康長壽的果報。
  
- ❁ 你這一生殺害他，他來生殺害你。果報是循環的，沒有佔便宜的，也沒有吃虧的。冤冤相報才是六道輪迴的事實真相。
  
- ❁ 我們念這句「阿彌陀佛」是禪定，是止觀。念佛的時候心裡一個妄念都沒有，就是「定」，就是「止」。這句「阿彌陀佛」清清楚楚，了了分明，就是「觀」，就是「慮」。
  
- ❁ 世間做種種好事、種種功德，都不如念這句「阿彌陀佛」。

- ❁ 要修福、修慧，不需要修別的，老實念這一句「阿彌陀佛」就行了。
- ❁ 不想往生到西方極樂世界去親近阿彌陀佛，這個人就像李老師所說的「非愚即狂」，不是愚癡，就是狂妄。換句話說：頭腦不正常。
- ❁ 要真正的「信」，要如實的接「受」，老實照做，若能照做，就是如來第一弟子，將來決定往生。
- ❁ 在大劫難的時候，佛會現身接引你。一定要有信心，要真正相信佛所說的，無論遇到什麼災難，隨時皆可以往生，這是佛為我們授記，真的給我們念佛人一顆定心丸，再也不懷疑。

- ❁ 除了極樂世界之外，在六道裡始終是孤獨的。
- ❁ 真知道這一句佛號能讓我們永脫輪迴，一天到晚決不中斷，這才是命根子，是一生中最大的一樁事。
- ❁ 什麼事都可以放下，這一樁事不會放下，死心塌地念這句佛號，一心一意求生西方淨土，才是真正發菩提心，真正覺悟。



# 歷代祖師生死學語錄



# *The Quotations of Life and Death*

## *Part Five*

*Lao Tzu    Master Dalai Lama*

*Master Yin Guang    Professor Li Bing Na*

*Master Dao Jheng    Socrates*

*Master Chin Kung    Albert Einstein    Arthur*

*Schopenhauer    Pope John Paul II...*

# 卷五

## 歷代祖師生死學語錄

141

### 善導大師

- ✿ 漸漸雞皮鶴髮，看看行步龍鍾，  
假饒金玉滿堂，豈免衰殘老病；  
任汝千般快樂，無常終是到來，  
唯有徑路修行，但念阿彌陀佛。
- ✿ 凡人臨終，須不得怕死，常念此身，多苦不淨，若得捨此幻身，超生善道，乃是稱意之事。
- ✿ 凡有疾病，但念無常，一心待死。

❁ 若我成佛，十方眾生，  
稱我名號，下至十聲，  
若不生者，不取正覺。  
彼佛今現，在世成佛，  
當知本誓，重願不虛，  
眾生稱念，必得往生。

### 《四十八字 願成釋》

❁ 言「南無」者，即是歸命；亦是發願迴向之義。

言「阿彌陀佛」者，即是其行。以斯義故，必得往生。

❁ 一者決定深信：自身現是罪惡生死凡夫，曠劫以來常沒常流轉，無有出離之緣。

二者決定深信：彼阿彌陀佛四十八願，攝受眾生；無疑無慮，乘彼願力，定得往生。

## 蓮池大師

✿ 生死事大。

✿ 吾但知念佛，無他術也。

✿ 大藏經所詮者，不過戒定慧而已，念佛即是戒定慧，何必隨文逐字，閱此藏經，光陰迅速，命不堅久，願諸人以淨業為急務。

✿ 寄庫來生，不如現在作福念佛。

## 蕩益大師

✿ 世人談及生死，鮮不悚慮。往往不能真為生

死者，眼前活計放不下耳。然所以放不下者，祇不曾徹見生死之苦。

❁ 人能痛念生死事大，覷破一切世情，若順若逆，總虛妄不實，過眼便是空花。獨一念持戒禮懺篤信三寶之心，生與同生，死與同死。

❁ 何不趁早放下幻夢塵勞，勤修戒定慧。

❁ 三界之中，無非牢獄；暫時快樂，終歸無常。

❁ 心厭娑婆苦，深求出離。

❁ 常想病時則塵心漸減，  
常想死時則道念自生。

- ❁ 得生與否，全由信願之有無；  
品位高下，全由持名之深淺。
  
- ❁ 若信願堅固，臨終十念一念，亦決得生；若無信願，縱將名號持至風吹不入，雨打不溼，如銀牆鐵壁相似，亦無得生之理。
  
- ❁ 予嘗謂：信如將，願如謀，行如軍旅，有將有謀，老弱亦可取勝，苟無將謀，雖勇壯亦潰矣！

## ≡ 草庵禪師

### 念佛訣——死

- ❁ 阿彌陀佛，誰不能念，而偏難念。西方極樂，誰不願生，而罕得往生者，蓋念佛之人

未得其訣耳。

- ❁ 教念佛而使之真切者，其惟死之一字乎。
- ❁ 死之一字在念頭上，境緣自然冷淡，情愛亦自輕微。
- ❁ 名利勢豪，向此處俱用不得，到此時卻使不行。四大各離，將何所靠，孤魂無主，安得自由。
- ❁ 此時不見彌陀，恐逢羅剎。此時不生淨土，恐入驢胎。
- ❁ 縱無惡業，亦不免人道往還。即有善因，其曾奈天福易盡。
- ❁ 莫云自有主宰，業果所牽，誠難迴避。

- ❀ 莫道本無生死，識心未盡，總屬輪迴。
- ❀ 莫視此事為緩，明日之事，今日不知。
- ❀ 莫將此事為輕，錯過此生，沈淪永劫。
- ❀ 是一切事，無如生死大事，則事事皆不切之事。
- ❀ 於一切時，總作臨命終時，則時時皆念佛之時。
- ❀ 如是念佛，斯為切心。如是切心，方生淨土。
- ❀ 須下死功夫，纔成淨業。常念死時節，方肯切心。此乃成佛之階，是誠念佛之妙訣也。

## 行策大師

- ❁ 凡我同倫，宜各痛念娑婆險惡，早求出離六道。
- ❁ 若不專念，求生彼國，必至隨業流轉，受苦無量。
- ❁ 一心念佛，以求速生安養。
- ❁ 華嚴末後處，以十大願王導歸極樂。惟令生安養世界，惟願見阿彌陀佛，其專切勸發，反覆叮嚀，具在行願品中。
- ❁ 專念西方阿彌陀佛，以諸善根，回向發願，決定得生，永不退轉，親近彌陀。

- ✿ 具真實願，發忻願心。視三界如牢獄、視家園如桎梏、視聲色如鳩毒、視名利如韁鎖、視數十年窮通際遇如同昨夢、視娑婆一期報命如在逆旅。信速捨離，惟以一心念佛，願共同生淨土。
  
- ✿ 如囚赴市，步步近死，直需孜孜晝夜，矻矻暑寒，一句洪名，無時間歇，淨土決定可生，慎勿銳始怠終。
  
- ✿ 專求出離，不求世間福報。
  
- ✿ 惟願命終得生彼國，脫生死苦。
  
- ✿ 當念流光如駛，衰老日侵，勿虛度好時節。定課外有餘暇，但只加持佛號。若楞嚴咒、大悲咒等，客路俱不必也。

- ❁ 餘光有幾？至穩至易之途，僅以六字真言勸勉。此是海上奇光，能療急病。標本齊治，緩急咸宜，貴在深信、力行、專持耳。
- ❁ 修行之人，若無正信，求生西方，泛修諸善，名為第三世怨。

## ≡ 徹悟大師

- ❁ 真為生死，發菩提心，以深信願，持佛名號。此十六字，為念佛法門一大綱宗。
- ❁ 若真為生死心不發，一切開示，皆為戲論。
- ❁ 即今痛念生死，如喪考妣，如救頭燃也。
- ❁ 但發願持名，即得往生。此乃佛心佛眼，親

知親見之境界。非彼三乘賢聖所能知見也。

❀ 餘門修道，須斷煩惱，若見思煩惱，分毫未盡，則分段生死不盡，不能出離同居國土。

❀ 惟修淨業，乃橫出三界，不斷煩惱，從此同居土，生彼同居，一生彼土，則生死根株便永斷矣。

❀ 一句佛號，不雜異緣，十念功成，頓超多劫。於此不信，真同木石，捨此別修，非狂即癡，復何言哉，復何言哉。

❀ 但斷見惑，如斷四十里流，況思惑乎。若見思二惑，毫髮未盡，分段生死，不能出離。此所謂豎出三界也，甚難甚難。

❀ 熾然時使心中，但置一信願持名之心，即轉

生界緣起，為佛界緣起。此於修道門中，乃點鐵成金極妙方法。



# 釋迦牟尼佛生死學金言



# *The Quotations of Life and Death*

## *Part Six*

*Lao Tzu    Master Dalai Lama*

*Master Yin Guang    Professor Li Bing Na*

*Master Dao Jheng    Socrates*

*Master Chin Kung    Albert Einstein    Arthur*

*Schopenhauer    Pope John Paul II...*

# 卷六

## 釋迦牟尼佛生死學金言

155

### 涅槃經

✿ 一切諸世間。生者皆歸死。壽命雖無量。要必當有盡。  
夫盛必有衰。合會有別離。無有法常者。一切皆遷動。

### 金剛經

✿ 一切有為法。如夢幻泡影。如露亦如電。應作如是觀。

## 正法念處經

- ❁ 少年必當老。諸欲猶如夢。是故有智者。不應樂放逸。
- ❁ 死王吞眾生。衰老飲少年。病至強健減。世間無知者。
- ❁ 第一勝念。所謂念死。以常念死。則懷怖畏。以怖畏故。不造惡業。

## 大佛頂經

- ❁ 眾生生死相續。皆由不知常住真心。性淨明體。用諸妄想。此想不真。故有輪轉。

## ≡≡≡ 圓覺經

✿ 愛欲為生死之根。

## ≡≡≡ 佛說無量壽經

✿ 人在愛欲之中。獨生獨死。獨去獨來。苦樂自當。無有代者。

✿ 愛欲榮華。不可常保。皆當別離。無可樂者。當勤精進。生安樂國。

## 無常經

- ❁ 假使妙高山。劫盡皆敗壞。大海深無底。亦復有枯竭。大地及日月。時至皆歸盡。未曾有一法。不被無常吞。

## 地藏經

- ❁ 臨命終時。父母眷屬宜為設福。以資前路。
- ❁ 若能更為身死之後。七七日內。廣造眾善。能使是諸眾生永離惡趣。得生人天。受勝妙樂。現在眷屬利益無量。

- ❁ 眾生臨終之日。慎勿殺害。及造惡緣。拜祭鬼神。求諸魍魎。何以故。爾所殺害乃至拜祭。無纖毫之力利益亡人。但結罪緣。轉增深重。
  
- ❁ 臨命終時。亦有百千惡道鬼神。或變作父母乃至諸眷屬。引接亡人。令落惡道。
  
- ❁ 是諸眷屬。當須設大供養。轉讀尊經。念佛菩薩名號。如是善緣。能令亡者離諸惡道。諸魔鬼神。悉皆退散。
  
- ❁ 一切眾生臨命終時。若聞得一佛名。一菩薩名。或大乘經典一句一偈。我觀如是輩人。除五無間殺害之罪。小小惡業合墮惡趣者。尋即解脫。

## 菩薩處胎經

❁ 煩惱深無底。生死海無邊。

## 華嚴經

❁ 時光遷流轉。忽至五更初。無常念念至。恒與死王居。勸諸行道者。勤修至無餘。

## 屍迦羅衛經

❁ 人生不精進。喻若樹無根。採華置日中。能得幾時鮮。

人命亦如是。無常須臾間。勸諸行道眾。勤

修乃至真。

## 法句譬喻經

✿ 命如華果熟，常恐會零落，  
已生皆有苦，熟能致不死。

✿ 是身為死物，精神無形法。

✿ 終始非一世，從癡愛久長，  
自作受苦樂，身死神不喪。

## 大集月藏經

✿ 末法時代，億億人起行修道，無一得者，唯  
依念佛，得度生死。

## ≡ 大集經

✿ 末法億億人修行，罕一得道，唯依念佛，得度生死。



# 附 錄



*The Quotations of Life and Death*

*Appendix*

# 附錄一

## 為什麼我們念佛無法往生

### 介紹淨土法門

淨土法門是阿彌陀佛所建立，釋迦牟尼佛所宣說，十方一切諸佛共證明讚歎的超勝異無上大法。

只要相信真實有西方極樂世界，相信真實有阿彌陀佛的存在，相信阿彌陀佛成就了大誓願力，有能力並且願意救度一切稱名眾生。

由此深信，而發出真實的願望：厭離娑婆，不怕死，願意捨棄世間無常的一切；欣求極樂，喜歡死，願意早一點死，早一點往生西方，親近彌陀。





具備這種信願的心情，十方世界任何眾生，只要呼喚阿彌陀佛，阿彌陀佛必依誓願親自接引，以佛力救度念佛眾生，了生脫死，永斷輪迴！

### 為什麼我們念佛無法往生

照理說，淨土法門是阿彌陀佛的佛力救拔，是百分之百保證往生的，但為什麼放眼當今念佛的人很多，但真正往生的人卻很少呢？

這是一個非常嚴肅關鍵的問題，每一位念佛人當凜凜於此事，千萬不能輕忽！

當今我們念佛無法往生的關鍵在於——「沒有信願，懷疑不安，怕死，根本不求往生。」

當今念佛人念佛，只是求保佑、求財富、求功名、求平安、求順遂、求消災、求

免難、求治病、求長壽，求世間一切利益，但絕不求往生西方！

## 真念佛人VS假念佛人

且讓我們真實地檢驗自己，不要再欺騙自己了，深入地檢討內心吧！

如果，現在阿彌陀佛馬上要接你去西方極樂世界，亦即現在馬上得死，馬上得離開這個世間，你願不願意？

一個具備信願的真念佛人，一定是視死如歸，一點也不怕死，滿心歡喜地從容就死，馬上願意跟阿彌陀佛回極樂故鄉。

而虛信偽願的假念佛人，則是推三阻四，找種種冠冕堂皇的理由藉口拖延推辭，不想死，怕死，根本不想往生。

再看看那些生重病得癌症的病





人，病人以及家屬無不努力念佛求病癒、求健康、求長壽、求平安，但有誰能念佛一心求死，不怕死，求早一點死，早一點往生西方？

要知道，只此一怕死，不願死，不求往生西方的心，念佛人最重要的「信願」就完全失去了。沒有了信願的念佛，就與阿彌陀佛的救度誓願相違逆，佛要接你、救你，你不願被接、被救，無法與佛心佛力感應相通，是絕對無法往生的。

## 念佛人無法往生的真相

「當今念佛人千有九百九十九多為假念佛人」——這就是為什麼念佛人無法往生的真相。

平素我們念佛，心口不一，假信虛願，心中所在意眷戀的，絕非生死事大，而是世間一切利益；一到生死關頭，看不破，放不

下，掛念東，憂慮西，但絕不求死，絕不求早點死，早日往生。

所以，絕大多數的念佛人把價值連城的無上鑽石只換一根糖吃，念佛只成人天福報，翻為第三世怨，永遠在生死輪迴中受苦不已。

### 反省、慚愧、懺悔

念佛法門敗壞至當今這種地步，是我們每一位念佛同修當痛切反省，慚愧懺悔的。

我們辜負了阿彌陀佛累劫的思念等待！也辜負了釋迦牟尼佛苦口婆心的殷切叮嚀！更辜負了十方一切諸佛共勸進宣揚證明讚歎的悲心期盼！思及此處，每一位念佛人當痛哭流涕，無地自容！

每一位教導念佛的人，應當反省：為什麼把依靠佛力的決定安心，





信願念佛必定往生成佛的彌陀大法，教成了依靠自力的疑惑不安，不得一心無法往生？

每一位學習念佛的人也應當反省：為什麼信願具足，倚仗佛力，確定往生，不怕死，歡喜死，想早一點走的淨土妙法，學成了虛信假願，懷疑自卑，不敢承擔接受，害怕死，憂慮死，一點也不想早一點走？

### 找回念佛人最重要的「信願」

在邪師說法如恆河沙的末法今日，如何找到原汁原味的淨土法門，讓絕大部分迷失自誤的念佛人重新找回，念佛人應該具備「倚仗佛力必獲救度的決定安心」以及「不怕死，喜歡死，隨時隨地願意早一點死的快樂心情」，亦即——「找回念佛人最重要的信願」是當前最重要、最迫切的課題。

## 真實信願，念佛必生

希望每一位念佛的同修，都能深深自我檢討，放下虛偽的假面具，真心找回念佛人「完全依賴佛力，安心確定，不怕死，喜歡死，樂意隨時隨地早一點走。」的真實信願，從茲擁有「阿彌陀佛必救度我，我必蒙阿彌陀佛救度」的安心自在，決定快樂的心情，成為真真實實「信願念佛，決定往生」的佛弟子。

由此自行化他，普勸念佛，令一切人同沐佛恩，一人念佛，一人往生成佛；千萬人念佛，千萬人往生成佛，讓人人都能真正享受到離苦得樂，了生脫死的究竟利益！





## 附錄二

# 修行十大要點

### 一、孝養父母

佛教以孝為本，孝養父母是佛門的最大根本，也是做人最基本的要件，試想連烏鴉尚知反哺報恩，如果我們不能孝養父母，豈不是連禽獸也不如嗎？

父母是我們一生中最大的福田，孝養父母與孝養佛的功德無二無別，不能孝養父母是人生最大的過錯，不孝之人是一點也談不上學佛的資格。

此外，勸父母信願念佛，求生西方，永脫輪迴生死之苦才是最究竟最圓滿的孝道。

## 二、恪盡本分

人生世間，每個人都有自己應盡的本分與職責，學佛人應當在自己的工作崗位上精進努力，做家庭、社會、國家的模範榜樣，能孝順父母，教育子女，愛護家庭，利益社會，報效國家，方是真學佛人，逃避了自己應盡的職責，不能恪盡本分，侈言學佛，都是自欺欺人，學佛不可能有所成就。

## 三、深信因果

整個佛法的核心就是「因果」二字，種了善因必得善果，種了惡因必得惡果，因果報應，絲毫不爽，不是不報，時候未到。學佛人當深信因果，以戒為師，日日反省，隨時改過。

此外，念佛人深信種了念佛的善





因，必得成佛的善果，這是最最深奧的因果。

#### 四、戒殺吃素

學佛人當諸惡莫作，將一切的罪惡行為努力斷除。而所有的罪惡中，以殺生吃肉的罪惡最重，因為眾生最寶貴的，無非自己的生命，殺牠吃牠，牠最惱恨，怨仇結得最深，將來殺債殺報，血債血還，惡果最為慘烈，因此，諸惡莫作中以戒殺吃素為急！

#### 五、放生救命

學佛人當眾善奉行，任何的善事，只要有機會當努力實踐。而所有的善行中，放生第一，因為放生是救急救命的行為，功德最大，非其他小善所能比擬。而眾生最寶貴的，無非自己的生命，放牠救牠，牠最感激，善緣結得最深，未來福德善報最不可思

議，所以，眾善奉行中以放生救命為先！

## 六、竭誠盡敬

誠心敬意是成就天下任何事業的基礎，印光大師更教導我們要竭心盡力地把誠敬二字做到了極點，有一分誠敬，就有一分功德，有十分誠敬，就有十分功德，這是學佛成功與否的絕妙秘訣，大家絕對要謹記在心！

## 七、發菩提心

學佛的功德大小與自己的心量成正比，心量有多大，功德就有多大。因此學佛人的心量一定要大！做任何事絕不是為了自私自利！一定要從內心發真誠心，真實為利益一切眾生。我們上求佛道，發心成佛後有能力要普渡眾生；我們下化眾生，發心有機





緣一定要把佛法最精要的重點傳播大眾。

此外，真正願意念佛求生西方極樂世界的心，就是真正的發菩提心。

## 八、拜佛懺悔

我們累世以來所造作的罪業，若是有體有相，是盡虛空也裝不下，我們其實只不過是個業障深重的濁惡凡夫罷了。因此，學佛人當發慚愧心及懺悔心，勤行禮佛，因為禮佛一拜，罪滅河沙，拜佛懺悔是表達我們誠心敬意，慚愧自省最好的方法。

## 九、信願念佛

淨土法門是依靠佛力救拔，信則信西方極樂世界有一尊阿彌陀佛，願則願意速生彼樂世界，厭離此苦世界，行則老老實實執持一句「南無阿彌陀佛」聖號，只要「信願

行」三資糧具足，就可當生倚仗阿彌陀佛的大誓願力救拔，超生脫死，永斷輪迴，是佛教一切法門中最深奧最奇妙最特別最方便的法門！

照理說，一句「阿彌陀佛」是靠佛力救拔，是絕對絕對保證往生西方的，但為什麼當今念佛的人多，而真正往生西方的人卻很少呢？

這是一個非常嚴肅關鍵的問題，當今念佛人無法往生的關鍵在於——「缺乏信願，怕死，根本不願往生。」當今念佛人念佛只是求長壽求健康求平安求富貴求順遂，求世間一切利益，但絕不求往生西方！

「死」之一字即可勘驗念佛人是否具足信願。捫心自問，你怕不怕死？如果現在馬上得死，馬上阿彌陀佛就接你往生西方，你願不願意？一





個真正厭離娑婆，欣求極樂的真念佛人，一定是視死如歸，隨時願意早點跟隨阿彌陀佛到西方極樂世界去的，是絕對不怕死，馬上願意死，馬上願意隨時往生的。至於表裏不一，假信虛願的假念佛人，則是貪生怕死，不願意死，不願往生，求多活幾年，有太多太多的理由牽絆敷衍。要知道，只此一怕死，不願死，不願求往生之心，即與阿彌陀佛的心相違逆，信願行三資糧不具足，如何成功地往生西方呢？

當今念佛人千有九百九十九多為假念佛人，「死」之一字，當時時刻在心頭，時時檢驗自己，只要念佛人不怕死，喜歡死，隨時願意死，隨時願意早一點往生極樂，就是真正的「厭離娑婆，欣求極樂」的真念佛人，這種人千念千生，萬念萬生，絕無不生西方之人！

## 十、實踐力行

佛法最重要的是實踐，一個一字不識，完全不懂經教，只會吃素拜佛，老老實實執持一句「阿彌陀佛」的老太婆，學佛的成就往往遠勝於辯才無礙，精通三藏的大通家，關鍵即在於是否能夠實踐力行，能知不能行，猶如紙上談兵，說食數寶，只是惘然！

總而言之，學佛但求專精，最忌夾雜，只要掌握住要點努力實踐，就能真正得到佛法的實益。



生

若生西方庶可  
与佛光寿同一  
无量无边矣

智生鑑

印光書





