

佛 学

与

死亡学

佛 日

死亡，是自然界对人类这个万物之灵的最大挑战。没有谁不面临这一挑战，没有谁不在与死亡的战斗中惨遭失败。明人袁中郎说得好：“茫茫众生，谁有不死？堕地之时，死案已立。”每个人从呱呱堕地便开始了向坟墓的进军，死神之绞索从一出生便套在每个人的脖子上，谁也不知道它哪一天勒紧。这威胁迫使人们内心深处隐藏着对死亡的深深恐惧和焦虑，美国现代心理学之父威廉·詹姆士称这种死亡恐惧为“深潜的蛀虫”，说它潜伏在人各种幸福欢乐的虚饰之后。西方人类学家 E·贝克尔等甚至认为：人类创造的一切文化，包括爱情、宗教、文学艺术、科学技术等，无不以反抗死亡的英雄主义冲动为出发点，终归为掩饰、转移死亡焦虑的“移情”手段。

• 14 •

人类从远古洪荒时代起，便开始了对自身必死之命运的思考，它折磨着一代又一代人，成为人类思索的永恒性问题。哲学，被柏拉图定义为“学会死的学问”，叔本华也说：“死的困扰是每一种哲学的源头。”宗教，更被公认为以死亡为母胎，费尔巴哈说：“若世上没有死这一回事，那亦就没有宗教。”又说：“唯有人的坟墓才是神的发祥地。”宗教之一的佛教，公开高张“了生死”为旗帜，释迦牟尼当年出家修道，以出游四门见老、病、死的苦况为启机，他出家时的誓言表明，他是因畏惧生老病死、为永断老病死之苦而出家求道；佛教教义纲宗四谛、十二因缘表明，佛学是一门专究断除老病死忧悲苦恼之方的学问；念死，为佛教徒必修的“十念”之一，印光法师教人：“要将‘死’字贴在额颅上”，常可见僧尼们将白骨、骷髅图像挂在寮房里作为警策。尽管中国近代佛教革命的领袖太虚大师等曾批评指出中国传统佛教为“学死的宗教”，主张佛教以发达人生为本，但客观地说，特重死亡问题，确是自释迦佛以来佛教一贯的突出特点。死与生紧密关联，对死亡的态度决定人对生活的根本态度，死亡也实在是每个人生命旅途中不容回避的大事，对此是应充分重视，着力解决。

死亡问题虽然很早就为人们所考虑，但把它当作一个重要问题，用近代科学的方法来研究，从而形成一门科学——死亡学(Thanatology)，却是最近几年的事。这门新兴科学，与医学、心理学、社会学、超心理学、生命伦理学等互相交叉，形成死亡心理学、死亡社会学等分学科。这门科学在西方诞生不久，尚属幼稚，在中国，目前还未见有人从事这方面的专门研究。

死亡学对人类长期以来专用以解除死亡焦虑的宗教，必须涉及，从科学角度对宗教有关死亡的学说进行研究，作出评判。佛学，当然属死亡学必须研究的对象。从死亡学的角度看佛学，可发现佛学中有不少可被死亡学研究所证实的智慧，佛学对于死亡问题的解答和用以解除死亡焦虑的操作技术，极具参考价值、开发价值。

法音论坛

死有、中有与濒死经验等研究

死的过程如何？人死时的感受如何？是像伊壁鸠鲁所说那样“什么都不知道”，还是有所知觉？是一死永灭，还是死后有某种灵魂之类的东西存在？这是人们无法体验、无从索解的问题。对此，佛学有颇为详尽的答案。

佛学分人的一期生命为生有、本有、死有、中有四大阶段，其中“死有”，即临死时的存在状态。按佛典之说，死有不可一概而论，人们因生前宿世所造业的不同，死亡方式和临死情状有种种差别。《十二品生死经》将人的死亡方式分为无欺死、欢喜死、悔死、横死等十二种。《瑜伽师地论》卷一将人的死亡方式归纳为三类：一寿尽死，谓活到天年而老死；二福尽死，寿数未到，因贫困饥饿等而死；三非时死，指横死。《佛说医经》谓人不到天年而早死的原因有食过饱、食所不宜、宿食未消而进食、性生活过度、不注意保护自身等九种，称为“九横”。人的生命，为寿、暖（体温、生命热量）、识（心识）三者的结合体，三者解体，即是死。三者之解体，由死亡方式的不同，大体分顿、渐两种情况。顿死（猝死）盖多属意外原因（如车祸等）导致的横死，死亡过程短暂，意识与体热于刹那间同时而灭。渐死，指一般的病死、老死等正常死，其身心有一渐变的过程。

据《俱舍论》卷十，渐死者，临死时身中水、火、风三大元素依次增盛，触及遍布全身、形相甚微的“末摩”，在生理上引起变化，最终令身体失去感觉。生理上的变化，因业而异，其外在表现有种种不同。至于临终之际的心理状况，《楞严经》卷八说：“临命终时，未舍暖触，一生善恶俱时顿现。”谓在身体未僵冷之前，心中会顿然快速重现其一生的经历。《瑜伽师地论》卷一分临终之际的心理状况为三类：一、善心死，谓现善的、幸福愉悦的回忆，先是“粗想”（粗线条的回忆），次转为“细想”（细致的回忆），见天神、佛菩萨、祖先等来迎接，或见宫殿、园林等悦意景物，令其心安理得，欣慰坦然，外相则表现为仰面含笑、神情

泰然、眼色清静、身无臭秽等；然后转为“无记心”（无善无恶），由此命终。这是由行善修德所致。二、不善心死，心中顿现恶的、令人痛苦不安、恼怒懊悔等回忆，见能扰乱自心、令人恐怖痛苦的境相，如见水火烟雾、大山来合、冤家讨债、鬼卒拘捕等，或感饥渴冷热痛苦难耐，也是由粗想转细想，在痛苦恐惧中死去，其外相则表现为张口不合、两目干枯、遗漏大小便、悲号啼泣、遍体流汗、口中嚼沫、身口臭秽等。佛经形容人死时寿暖识分离有如“生龟脱壳”之痛，当指不善心死者而言，乃作恶者的下场。还有一种无记心死，是在非善非恶、非愉快非痛苦的心理状态下死去。

按藏密之说，死亡过程分远死相、近死相、最近死相三个阶段。远死相，为死期将至的表现，有梦见骑驴往南方、手按两耳无声、瞳中不现影像、二鼻孔中出气不匀、性情突变、爱憎陡增、重病突然好转等征兆。近死相，为死期已至的表现，由听、味、视、嗅、触五种感觉的失灵及无精血，可判定六至一日后死。最近死相，指临终之际的身心变化，此又分三个阶段：一粗质收灭，由生理功能之衰竭，有精疲力尽、感官失灵、不辨亲人、呼吸断续迟缓、身体不能动等征兆，译分为二十个步骤。二细质收灭，身中地、水、火、风四大元素依次收摄，外现身不能动、体液干涸、发热、断气等相，内现如烟、阳焰、萤火、灯光四相。三极细质收灭，依次内现如月、如日、如黄昏、如黎明晴空之四相，称现、增、得、空，最后所现如黎明晴空之相，即离绝一切微细心识波动的本性光明。从断气到完全死亡，须经二至三日半时间。

佛学认为：人死后，身心必然相续不断，会再生于天人鬼畜地狱五道中，轮回不已，从死后到转生的过渡阶段，称“中有”（或译“中阴”、“中蕴”）。中有从临终一念不间断地生起，具身体、诸感知器官与心识，不过其身体由微细四大构成，凡人肉眼不能见，其心识则是生前心识的延续。中有的状貌，如生前或来生，然身高仅如五、六岁孩童，有黑白二色，作环走状，以香（气味）为食。《大宝积经·佛说入胎藏会》谓“地狱中有容貌丑陋如烧机木，

傍生中有其色如烟,饿鬼中有其色如水,人天中有形如金色,色界中有形色鲜白,无色界天元无中有。”中有生存的期限,有说七天,多说七日一死生,七七四十九日必投生,有说不定。《正法念处经》说投生于五道的中有境相有十七种,可从临终时所见境相而判别。藏密《中有救度密法》说临死八相过后,入无知觉状态,待知觉恢复后,生形似生前的中有身,于四十九日内,外现各种幻境,有如梦中,因不识幻境而起贪着或恐怖,遂生于五道中。生于此世界人中者,见壮丽宫室;生于畜类者,见山穴石窟烟雾弥漫;生于饿鬼者,见荒野空林,衰草枯根;堕于地狱者见黑暗陷阱等。显密经论皆说,从人临终时体温最后消失的部位,可测知其死后的去向。

佛学所说死有、中有境况,古人记载有许多死后复活者自述、亡灵现形等例证。这类事件在近现代世界各地仍时有发现,西方医学、超心理学、死亡学等对此类现象作了收集研究,证明其确非编造。其中以“濒死经验”(Near-death experience)最为多见,研究者中颇有亲身体验的科学家,如十八世纪瑞典著名科学家斯威登堡、十九世纪杰出的地理学家阿尔伯特·海姆等。当代美国心脏病专家迈克尔·萨博竟以身家性命为赌注,以医学方法亲自体验死亡,复活后写成名著《死亡后的回忆》。雷蒙德·穆迪的《生命之后的生命》(一译《死后见闻》,1976)一书分析了150名濒死复活者的自述。同类著作还有斯·格罗夫的《死亡探密——人死后的另一种境况》等。大量案例表明,绝大多数死而复生者和濒死复生者都记得死后的历程,这种体验给大多数当事人留下极为深刻的印象,往往能改变其生死观,使其确信人死而不亡,不再畏惧死,变得更加热爱生活,更加慷慨。各人的濒死经验虽不无差别,但都有一些共同点:如感到有灵魂或自我离体出游、重现平生经历、看到明亮的光及亡故的祖先、天使等。有些当事人死后看到的事,复活后被验证为事实。濒死经验的事例,暗示着佛学所说死有、中有并非虚诞,《死后见闻》一书比较了濒死经验与藏密《中有救度密法》所述中有境况后

• 16 •

说:“这本书所记载的有关死亡早期阶段,与我所采访的几位有过濒死经验的人所言若合一契,令人惊讶不已。”

与濒死经验相近的现象,还有“临终体验”(死者临终时的体验),这种体验或由临死者自述,或从旁观其神情动作判断,率多是看到已死的家庭成员或宗教所说的天使、耶稣、佛菩萨等来迎接,称“临终视觉”。研究者们搜集有多例此类现象。研究者们还调查研究了大量“活见鬼”、死者“幽灵”现形等怪事。如当代美国物理学家克里斯多夫教授之妻死后,每晚皆见其妻到来,收拾房间,照顾丈夫,克里斯多夫在房间里安装了录像机、录音机、微波探测仪观测亡妻的幽灵,结果发现亡妻出现时,只有微波探测仪接收到电磁波信号。教授对多例新死者的尸体用微波探测仪检测,发现人在死后一、二小时内,有一种肉眼看不见的物质脱体而出,他认为此乃“灵魂”离体。他根据亲身体验和检测研究写成的《生命·灵魂》一书,成为美国死亡学的畅销书。俄罗斯科学家也发现人死后尸体中放出一种肉眼看不见的物质,可能是“灵魂”的载体。与此有关的还有“灵魂照相”——在拍出的照片上多出了某位已死者的形相,及记忆前生、人格转换等。对此类现象的进一步研究,有可能确证人死而不亡,为佛学的轮回说提供有力证据。而佛学非断非常的轮回观,对如何看待、分析此类现象,当不无启示。

佛教反对自杀

自杀,是死亡社会学、社会学所研究的重要课题。自杀现象由来已久,在文明高度发达的现代,尤其在发达国家,追求自杀者的队伍有越来越庞大之势,成为严重的社会问题。据统计,在英美日法德,每年自杀的人数一般在总人口的万分之一至三之间,大大超过他杀者的人数。由于自杀之司空见惯,还有专门介绍自杀方法、指导自杀的书和电视片问世。在当今中国,自杀现象也很严重,每年死于自杀的人数达14万,为死于交通事故者的三倍,自杀未遂及怀有自杀意图的人多达140万以

上。自杀者中不但有老年人,而且有大量的青少年、儿童,不但有普通人,而且有不少享有盛名、卓有成就的人物,如马克·吐温、杰克·伦敦、叶赛宁、马雅可夫斯基、法捷耶夫、海明威、王国维、老舍、川端康成、三毛,等等。

虽然那种在战败、被俘等情况下不屈服的壮烈自杀,所谓“杀身成仁、舍生取义”者,是被人敬仰歌颂的英雄行为,但这在自杀者中毕竟是少数,在现代自杀者中更为稀罕。因某种外在压力导致心理超负荷,如因失业、落第、破产、失恋、被强奸、受迫害、孤独无望、不堪学业重负等而自杀者,实占绝大多数。自杀本质上是对社会现实抗议,但并无补于现实之改变。自杀者本人不但毁灭了宝贵的生命,而且使其亲人朋友造成巨大心灵创痛,尤其是青少年、儿童的自杀,更令其父母悲痛欲绝,遗恨终身,才子名流的自杀,给社会造成巨大损失。

自杀虽多出外界压力的逼迫,但主要还在于自杀者本人的心理素质和人生观有问题。缺乏对人生宝贵价值的充分认识,缺乏足以战胜内外压力、自我调节心理以摆脱困境的智慧和能力,是导致自杀的根本原因。死亡学、心理学对自杀的诊治,是宣传自杀的不智,通过心理咨询、心理治疗,帮助怀自杀意图者树立正确人生观,珍惜生命,掌握自我调节心理的技术。就此而言,佛学在防治自杀方面,特有价值。

佛教虽然力揭人生之缺陷,盛说有生皆苦,但却绝不像叔本华那样赞美自杀以速离痛苦的人世,相反,佛家极反对自杀,并通过戒律约束有效地制止佛教徒自杀。佛教各种戒律中,都以不杀生为根本戒之一,在家佛教徒遵守的五戒、十善,皆列不杀生为首条。不杀(不杀害有情识的众生),不仅指不杀他,并且包括不自杀,因为自身也属众生之列。自杀不仅杀害了自己,而且同时杀害了住在自身中的八万四千虫,何况自杀还会给自己的亲人带来痛苦。经载:释迦牟尼佛在毗舍离城猕猴江边讲堂中为诸弟子说不净观,诸比丘依法观修,厌恶身命,雇人杀死自己,死者

达六十人。佛从定起,闻知此事,乃制戒严禁自杀及受雇杀人,并说数息观以纠治不净观的流弊。佛所制僧尼戒律中,自杀与杀他一样,皆得最重的“波罗夷罪”,失却了做僧尼的资格,要被驱摈出僧团。佛教以因果业报法则戒人自杀、杀他,说自杀、杀他者,必堕入地狱受极重苦刑,地狱刑满,生饿鬼中受饥寒交迫之苦,饿鬼罪毕生畜类中,再生为人,还得受异熟果、等流果等余报,易再造自杀之罪或受被他所杀之报。本世纪三十年代,有红叶居士撰《自杀之后的真相》一书,援引古今中外的大量记载和心灵学等研究成果,对自杀的心理、自杀时的痛苦、自杀后的恶报等作了详尽论析,提出了如何正确对待人生、防止自杀的方法。此书畅行于佛教界内外,对教化世人、防止自杀起了相当大的作用。

佛教反对自杀的根本原因,及防治自杀的根本方法,在于其人生观。佛法认为:即此诸苦俱备、很不完美的人身,也是极为难得,极为珍贵,有如“盲龟值浮木之孔”。一失人身,万劫难复,堕于饿鬼、畜生、地狱,其苦况更百倍、千倍、万倍于人。既得人身,应识其难能可贵,极度珍惜,发挥人的优越性,创造最高的人生价值。起码应尽到必尽的家庭、社会责任,做一个俯仰无愧的好人,获得现世的安乐幸福。若积德行善,更可创造后世的安乐幸福。若能听闻佛法,皈依三宝,依法修学,可获究竟的解脱、永恒的安乐。若自杀而失去这宝贵人身,则失了现世、后世、究竟的利益安乐,是最无智、最可悲之举,为最大的亏失。至于生活中的各种压力、挫折、苦难,只要有珍惜人生的正确态度,以佛法无常无我的智慧如实观照,自不难以理智和毅力去战胜厄难、冲出重围,这正是人生的价值和意义所在。大乘菩萨道六度中的忍度,即含有锻炼承受、战胜厄难困苦的能力之意义。佛家还有持戒、忏悔、观心、禅定等自我平衡、主宰心理的操作技术,足以教会人战胜自杀念头,有效地防治自杀。一个正信佛教徒,大概是不会甘冒死堕地狱之险而做出自杀的愚蠢之举的。

如何正确对待死亡

这是死亡学的重要课题。对这一问题，东西方多家宗教、哲学，都早已作出过明确解答，主张各有不同。死亡学应从科学角度，对各种解答作出客观公正的评判。当然，如何对待死亡，大概终究是个宗教、哲学问题。

东西方诸家哲学宗教对待死亡的态度虽有不同，但出于人求生之本能，力图以自认为有效的方式抗拒死亡、解除死亡焦虑的实质是一样的。其用以对付死亡的策略，大略有达观主义、信仰主义二途。达观主义的死亡观，多认为人必有一死是不可逆转的自然规律，人应正视此现实，无须畏惧死，无须白费力气去考虑死的问题，应把全部的注意力凝集于现实人生价值的创造。中国儒、道两家的死亡观，即属此类。儒家从理性实用主义出发看待死亡，孔子“未知生，焉知死”的名言，集中表现出儒家对待死亡的根本态度。死，在儒家看来是不足为虑的，为人应考虑的是如何正确生活，求道求仁，治国平天下，立功、立德、立言，以垂范千秋的精神不朽战胜死亡。这种死亡观至今尚为很多人所认同。西哲伊壁鸠鲁、斯宾诺莎等的死亡观颇近儒家，伊壁鸠鲁认为死的问题根本用不着去考虑，斯宾诺莎说：“一个自由的人很少考虑死，他的英明就在于不考虑死而考虑生。”道家庄子则从自然主义出发，对生死作了更深刻的洞察，主张“齐一生死”，将个人生命融入自然中，做到“生而不悦，死而不祸”，以保全性命之真为人生价值所在。达观主义死亡观虽然可支持一些哲人智士在死亡面前表现出超然洒脱的态度，但骨子里仍透出一种于死亡现实无可奈何、退而求其次的悲哀。儒家虽不患死而“哀死”，正是无力改变死亡悲剧的失败情绪的流露。庄子的齐一生死，则以“与道为一”而获永恒的自在为追求，实有信仰主义的成分，即使如此，当庄子反思人生价值时，也不能不对人们“其形化，其心与之然”的死亡下场表示“大哀”。至于多数芸芸众生所抱达观主义的死亡观和只着眼现在、不考虑死的人生态度，往往流于享乐主义、纵欲主

• 18 •

义，成为孳生许多丑恶现象的渊藪和作恶者的精神支柱，何况它仍不能从根本上解除死亡焦虑。

信仰主义死亡观，多由虔信某种宗教之说，获得战胜死亡的精神安慰。如信基督教、伊斯兰教等神教者，相信肉体虽死而灵魂不死，只要按神降谕的法则生活、忏悔，死后便会蒙受神恩，灵魂永生于天国享“永恒净福”。道教徒则相信通过修炼可达长生不死或阳神永生于天界、仙境。很多中国人起码相信死后会去做鬼，不是一死永灭。宗教的来世幸福、永生不死之说，对宗教信仰者来说，的确提供了一种足以使他们摆脱死亡焦虑的解毒剂，其实际功用为叔本华、马林诺夫斯基等人所肯定。著名心理学大师荣格说：“在一位心理治疗的医生看来，……相信宗教的来生之说是最合乎心理卫生的。当我住在我知道两个星期后就会倒塌的房子里面时，我的一切重要的生理机能都会受到这种观念的影响而遭到破坏。可是，相反地，如果我自己觉得很安全，我便能很正常、很舒适地住在里面。因此，从心理疗法的观点来讲，人最好还是把死亡只看做是个过渡而已，只是生命过程的一部分，它的范围的持久性超出了我们的认识领域。”（《探索心灵奥秘的现代人》）当然，宗教永生的信仰，也有其严重的缺陷：它对越来越多的不信仰宗教者丝毫起不到安慰作用；神教教义经不起近代理性的考核，死后是否真的永生，难以证实，在逻辑上反而容易证伪，而且，将永生的希望完全寄托于神的恩赐，寄托于来世，未免过于消极，有“精神鸦片”之嫌。至于道教追求的长生不死，因乏成功例证，更难令多数人相信。

佛教作为宗教的一种，其死亡观从表面看亦属信仰主义一类，当然也就具有其它宗教永生信仰的解毒作用。若进一步深入考察，可发现佛教死亡观独具特色，兼有达观主义、信仰主义死亡观之长，又可免二者之弊。佛家对待死亡的态度，大略有三个层次：

第一，正视死亡，畏惧死亡。在诸家学说中，佛家以大谈死亡而著称。佛教教义纲宗“四圣谛”之首“苦圣谛”，即揭示死为人生最

深重的痛苦,对死苦多所描述。如说人“独生独死,独去独来”(《无量寿经》),生时死时都是极其孤独凄惶的;死时身心分离,其痛如“生龟脱壳”,死时永诀人世,永离所爱,永离人世诸般幸福,所爱的东西一样也带不走,所谓“万般将不去,唯有业随身”,不仅自己哀痛,其亲人眷属也都悲戚哀伤,如《佛说无常经》的一首偈子所述:“父母及妻子,兄弟并眷属,目观生死隔,云何不愁叹!”《无量寿经》描述人死别时,“或父哭子,或子哭父,兄弟夫妇,更相哭泣,一死一生,迭相顾恋,忧爱结缚,无有解时。”佛家如此力揭死苦,旨在教人直面死亡现实,从终极价值的角度冷静反思人生的价值与意义,把对死亡的本能性畏惧转为理性的畏惧,由畏惧而激发战胜死亡的强大意志。这与被死亡学所赞同的西方存在主义哲学家海德格尔“先行到死”以超越存在的态度颇为相通。海德格尔说:“谁以最大的悲观态度来看待人的将来,谁倒是真正把改善人类前途的关键掌握在自己手里了。”按此,则佛教无疑当得起以悲观态度看待人的将来(指死亡与死后)之冠军,当然也就最有可能真正掌握改善人类前途、超越死亡的关键了。中国佛教徒常言:“人生之腊月三十日,应及早备办。”这种态度较之不考虑死,显然要聪明、积极。若连死亡的可悲现实都不敢承认,不敢正视,故作掩饰,或从实用主义出发而不予考虑,强作达观,则何以作出超越死亡的努力?按佛学和存在主义的立场,“未知生,焉知死?”应反转来说:“未知死,焉知生?”不知、不以智慧审视死亡现实及死亡真相,人生意义何以确定?生命谜底何从揭破!

第二、依自力、依智慧切实超越死亡。这是佛家对待死亡的根本立场。在佛家看来,战胜死亡、获得永恒的幸福安乐——涅槃,是人生应有的目标、最高的价值。佛书常言:“生死事大”,不解决自身存在的根本问题,“与畜生同死,自投黑暗”(《中阿含·箭喻经》),无异于“人身牛”,是枉度了此生。佛家自信:人有战胜死亡、证得涅槃的能力和智慧,“众生皆有佛性”,“自心宝藏一切具足”,

就看善不善于挖掘、开发。超越生死,无须仰赖神明恩赐,全靠自己,要在用理性如实观察宇宙人生的真实,调摄自心令与真实相应。佛陀和无数佛门弟子已通过修行实践,开辟了超生脱死的大道,只要肯依其成功经验修行,人人都可或快或慢地战胜死亡,臻于常乐我净的涅槃境界。

第三、了死在于了生。从佛法看来,了死、超越死亡的关键,在于“了生”——参透现实人生的真相,过好此生。因为死从生而有,生为死之本,也是超越死亡之本。战胜死亡,全凭此身,“人身难得”,至为宝贵,须珍重爱惜,万勿虚度浪掷,应过得有意义、有价值,尤其是应趋向、创造超越死亡、证得涅槃的终极价值。从四谛、十二因缘到禅宗、密法,都以如实观照人生现实为佛法核心内容,以如实认识自心为了生死的诀要,落实于具体操作技术,则是如实观照现前一念,照破其从缘而生,空无自性,生无所从,去无所至,本无实体出生(“无生”),无生则无灭,无生无灭则本来涅槃。“佛唱无生”,成为人们对佛教生死观的概括。涅槃就在世间,是世间、人生“无生”的本面,不在遥遥彼岸,不在天国仙岛,不在他生后世,只有从如实现察现实人生去体悟,从如法修行中去实现。所谓修行,终归是以智慧为导,过好此生。首先诸恶莫作,众善奉行,过好物质的、伦理的生活,做个好人,获得今生现世的安乐乃至后世的安乐;再上则修定修慧,净化自心,断诸烦恼,以期即生超出生死。最上者行大乘道,发尽度众生皆趋涅槃的宏愿,在社会生活中修六度四摄,赤诚奉献,在“利乐众生、庄严国土”的不懈活动中,趋向超出生死而又不独享安乐的“无住涅槃”。近代太虚大师等称此为发达人生为本的“人生佛教”、“人间佛教”,实际乃佛教一贯的主旨。

从佛教教义及修行实践看,佛家虽然从重视死亡、畏惧死亡出发,而落脚点终在现实人生的价值创造、潜能开发,与其说其重死,无宁说其重生。死亡的悲剧,在佛家成了战胜死亡的能源,用佛法的慧眼观来倒成了值得庆幸的事。一个行大乘菩萨道的人,既然参透无生之本面,体悟到永远不死的法身,全身心

浸润在普渡众生、利乐众生的无尽悲愿和忘我奉献中,就不会汲汲于考虑肉体的死亡,也甘愿无数次再来人间受死,出入生死,在他们看来不过是一种游戏,何有畏惧焦虑之可言!纵使不能臻此境地,只要认同佛家之说,在自心田中播下了菩提种子,多少修学佛法,有了做人的主心骨,有了终将超越死亡的信心,即便是只相信六道轮回,其死亡焦虑也会大大减轻,其人生也会过得较有意义,较为道德,起码不至于像享乐主义、拜金主义者那样放肆作恶。从死亡学的角度看,佛家这种正视死亡、立足人生,以现前获得超越生死的真凭实据为旨的死亡观,无疑胜过诸家,值得开发推广。

净土法门与老年问题、临终关怀

老,被佛学列为人生大苦之一。人到老年,身心衰退,有如日薄西山,气息奄奄,死亡威胁步步逼近,对死亡之焦虑自然最深,考虑宗教问题、信仰宗教者自然要比其它年龄段的人多。当代社会,人寿增长,老年人在全人口中所占比例越来越高,在有些国家已高达四分之一以上。老年期的时间,也占了全部人生旅程的四分之一。老年问题的重要性,日显突出。老年人中,普遍存在着老年病、养老、家庭矛盾等多种问题,尤以心理、精神问题最为严重。搁下了劳苦工作的重担,该是轻松自在了,然而消闲无事,更显出意识深处死亡焦虑的纠缠,游山玩水、栽花种草、养鸟戏犬、写字作画、搓麻将、听戏曲,终究是难以排遣。眼见得身体一年年衰老,白发一缕缕增添,老友故旧一个跟着一个去了,怎令人不愁叹心焦!退出社团的寂寞,失去权位的炎凉,与青少年代沟的日益加深,再加上儿孙的不孝、丧偶的悲痛等,使老年人精神颓丧,心境悲凉孤寂。据死亡学的统计,西方国家的自杀者中,老年人占65%以上。老年心理、精神问题中,最普遍、最根本、最难以解决的,是对于死亡的焦虑、恐惧。

“世间此病无医药,只有《楞伽》四卷经。”(王安石诗)若论根治老年人死亡焦虑

心病之良方,恐怕只有宗教这一味药了。老年,确实最适合于信教:老年面临死亡,超越死亡宜列为生活的主题;老年阅历已深,正好深思细品人生百味,认同宗教人生观;老年已释社会、家庭重负,休闲无累,正好修行。古印度婆罗门教分人生为四期,规定晚年期的职份是专门修道以求永生,实在是合乎情理。老年人信教修道,最合适不过信仰教义圆满究竟的佛教,修学佛教中最宜于老年人修、最易解除死亡焦虑的净土法门了。

净土法门,为大乘诸宗之归宿,此法门依阿弥陀佛的本愿功德力,与修行者超出生死的深切愿力与念佛等功德力结合,保证在临命终时蒙阿弥陀佛接引,往生于西方极乐世界莲花之中,从此永超生死。它虽与基督教等往生天国的信仰表面相似,而实质颇有不同:往生天国只求个人灵魂永生天国享受净福,且只能永作上帝的奴仆;往生极乐是为在最优越的条件下尽快修成种种方便,早日来此世界实现济度众生皆共成佛的宏愿,有如留学深造,终为的学成归国报效祖邦。何况天国尚在世间,既有生则还必有死,难免劫灾之祸;净土则超出世间,乃无生而生,一得往生,即永出三界生死,解决了依佛教通途修行须多生多世乃至多劫才能解决的根本问题。

净土法门简便易行,非必广学经教,非必遍访名师,非必出家入山,不像修密法那样须得健壮身体、成就上师,不像修禅宗那样须得上根利器、明眼宗师。只要深惧生死,急求超出,确信净土法门,发菩提心和往生净土之愿,在尽到为人职责、持守五戒、随力修善积德的基础上,随时随地称念阿弥陀佛名号,或观想阿弥陀佛、西方净土庄严,乃至下至仅临终十念念佛,便都有了往生的保证。一入此门,便彻底解除了死亡焦虑,时常想到死亡是离苦趋乐,有如浪子还家、狱囚获释,乃是极大喜事,有何畏惧焦虑!于念佛心中,自感沐浴在阿弥陀佛慈力护念中,自然会淡忘了人世的种种烦恼怨愁、凄惶寂寞,心境自然愉悦、安祥,心态自然慈悲、柔和,气功效应自然发生,身体自然健康,寿命自然延长,灾患自然消解,念到功深力极,本来无生之自性自然

呈露。沉浸在优美恬静的念佛、赞佛声中,及对西方净土种种清净庄严的想象中,还是一种高级的艺术享受。即不论死后的往生,仅这现前令身心健康、生活安乐的利益,从死亡学、医学的角度来看,也是值得赞叹的。

净土法门还有相当于死亡学、心理学“临终关怀”的妙法——助念。净土信徒在莲友、亲友临终时,约集同道看护,予临终者种种安慰开导,劝其念佛求生西方,并齐声念佛,造成一种特殊气氛,帮助临终者正念念佛,在念佛中安祥而去。即使不论此法帮助往生的实效,仅其对临死者所起关怀安慰、解除垂死痛苦的作用,也是值得赞许的,较之死亡学、生命伦理学正在探讨的“安乐死”法,自有其殊胜之处。藏传佛教流行的延请僧人为临终者念诵超度经文,讲解死有、中有超脱之要,与

净土宗之助念法有异曲同工之妙。人死后的荐亡超度法事,则能解除死者亲属的悲伤悼念之痛。

当然,修持净土法门,需要深厚善根,并非人人皆能深信。若不能信入此门,佛教还有其它法门:慧根悟性好者,可修禅宗,了本来无生,则死何足畏;具殊胜意乐(特别爱好)者可修密法,尤其是密法中专用以自主生死的颇哇法、夺舍投胎法等。只要能信能修,都可令人现前受益,为桑榆晚景增晖,将死亡焦虑根除。

当代多门前沿科学、新兴科学,都表现出与佛学接轨之势,死亡学为与佛学交接点最多的新兴学科之一。死亡学吸收佛学精华,促进佛学现代化,将会给人类切实战胜死亡开辟出一条生路。

一九九五年度法音荣誉订户

江西南昌圣伽法师	500 元	河北秦皇岛夏凤梅居士	500 元	江苏天宁寺松纯法师	4150 元
江苏盐城常衡文居士	500 元	浙江鄞县阿育王寺	3000 元	山西太原刘乃英居士	500 元
辽宁鞍山赵晓刚居士	555 元	广东石狮子佛教协会	1000 元	四川资中县智常法师	500 元
广东弘广法师	1000 元	江苏镇江茗山法师	1000 元	广东梅州市居士林	500 元
广东汕头张玉华居士	1000 元	甘肃兰州市佛协	1000 元	广西桂林市能仁寺	500 元
广西容县庆寿岩常住	500 元	广东深圳黄宽慈居士	1000 元	江西贵溪县孙超居士	600 元
湖南南岳慈莹法师	500 元	甘肃武威理智法师	500 元	广东塔山管委会	1000 元
广东广州光明法师	1000 元	湖北大冶正勤法师	500 元	兰州市融开法师	1000 元
广东广州华林寺常住	1000 元	上海苏明明居士	500 元	宁夏保安寺宗相法师	1000 元
广东潮阳林成宗居士	500 元	甘肃兰州嘛呢寺	500 元	江苏南通市郑菲	500 元
广东潮阳佛教协会	500 元	甘肃兰州浚源寺	500 元	北京法源寺能行法师	500 元
辽宁辽阳郭奎满居士	500 元	浙江永康元清法师	500 元	浙江义乌市陈海花居士	2000 元
福建晋江蔡秀莺居士	500 元	北京何守仁居士	500 元	江苏南通市张桂馨	500 元
福建晋江王明满居士	500 元	北京仁娟居士	500 元	四川龙兴寺圆彻法师	500 元
福建晋江吴素珍居士	500 元	北京唐建华居士	500 元	河北张家口焦月光居士	500 元
广东深圳潘成辉居士	500 元	辽宁丹东潘国朴居士	500 元	浙江绍兴市云栖寺光如法师	1000 元
江苏常熟宣耀明居士	520 元	广东汕头达善法师	500 元	广东澄海杨坤英居士	500 元
新疆乌鲁木齐梁文英居士	500 元	广西玉林吕传振居士	500 元	重庆温泉寺惟一法师	5000 元
辽宁沈阳宝和法师	2000 元	新加坡孙泽智居士	美金 200 元	三亚市南山寺圆湛法师	1000 元
台湾台北陈慧剑居士	美金 200 元	内蒙玉泉观音寺	500 元	广州光孝寺明生法师	500 元
台湾台北游祥洲居士	美金 200 元	江苏睢宁高子玉居士	532 元	广东阳江市石觉寺莲宗法师	500 元
河北唐山延守和居士	500 元	广东法华庵严光法师	500 元		
福建福清颜开居士	501 元	吉林长春市王天昌居士	1000 元		
江苏无锡许铁臣居士	500 元	江苏常州天宁寺松纯法师	1 万元		
山西临县宣一法师	500 元	河南南阳市印光法师	500 元		
广东开平吴健辉居士	500 元	广东青莲庵	526 元		
广西南宁启荣法师	1000 元				