

中阴身的自救法

张通文居士著

序

[第一章 比较神权宗教和佛法度众生两者之间的精神](#)

[第二章 如何认识人生的最大威胁—死亡](#)

[第三章 四大分解的现象](#)

[第四章 进入中阴期的前后](#)

[第五章 中阴身首十四日的感应及自救法](#)

[第六章 如何了解第八识](#)

跋

[念阿弥陀佛十种功德](#)

序

众生因为不知正确的修行方法，以致生死不休。这是迷的现象，如果要从迷中醒觉先要认识人生的苦。人的苦归纳起来有八大类—

1、生—这是指人在母胎中所受的痛苦，窒闷痛楚，有如被煎熬的感觉，佛法称之为‘胎狱’。及至出生之一刹那，与空气接触，有如刀割之痛。

2、老—这是众生的福寿渐漏之故，当人衰老的时候，身体各机能退化，形成不便及痛楚。精神亦不平衡，记忆力减退，必须作各方面的适应，才能生活。

3、病—人因七情六欲的影响或饮食天气的不适应，以致身体机能失去平衡，不能抵抗病菌或消除病毒而生病。有时病来骤急，有时却长月缠绵，但都使人痛苦非常。

4、死—人生匆匆，所以有‘人生七十古来稀’之说，可以见到‘死’实在是无可奈何的，亦是众生的最大威胁，是苦中的最苦。死亡使人恐惧的原因就是‘前路茫茫，不知去向’，又以为‘人死变鬼’，令人更忧恐莫名。

5、爱别离—这生离之苦，即是与亲人分手，不知重逢之日期。最甚的生离是送子出征，战乱冲散，家贫卖子(女)，亲人坐牢，恋人另娶(别嫁)等，都是使人肝肠欲断的爱别离苦。这有时亦指失去宠物之痛苦。

6、怨憎会—这是说和自己过不去的或不愿意相见的人偏偏因工作、居住、学业等而聚在一起，使得生活平添苦恼及不方便。

7、求不得—求而不得的苦范围颇大，占了众生生活的各方面，名利、地位、学业、职业、恋爱、移民各样都可以引起求不得的苦。不但如此，一个人有可能同时有几种求不得苦的。意志薄弱的人可因是而自杀或神经错乱。

8、五阴炽盛——人的五阴即是五蕴，包括色、受、想、行、识。色是指人的肉身，受是感受，想是意念和记忆，行是心念不断的动态，识是各种判别的功能，例如眼（视觉看物时的判别），耳（听觉的判断），鼻（嗅觉的判别），舌（味觉的判别），身（触觉神经的判别），意（念及记忆上的判别），我执（人我之间的判别），收藏（业力收藏的总汇）。

即如在第4种苦条内说明，各种苦中，死为最令人痛苦的事。死者自然苦，亲人亦因与其人死别而苦，所以自古以来，人类一直希望有长生之药或道法，可以令人不死，但一直都没有成功。事实上，贪生怕死并不单见于人的世界，在畜道里，天堂中，种种生灵，无一不因‘衰老’以至‘死亡’的现象而苦恼。因此很多人在有生之日寻求种种办法，以冀对生死有所解释。很多人便归附神道，希望宇宙天地，另有主宰，如日夕敬之拜之，则寿终之际，神力加身，便可得到死苦的解脱，或得永生，或自成仙，或与天地共存，不一而足。但是这些都是人类的幻想，基于幻想的希望一定是失望，因为实际的生死关键并非如此。释迦牟尼本慈悲大愿，示现世上，醒众生于迷执，破诸邪之恶见，于无量世代中，不知现身多少次，又复于末法时代，敕令菩萨及阿罗汉，以种种形，示现于世，普度有缘。惟是众生顽愚，福薄慧浅，面对正法，不知抉择，乃于生死苦海中随波逐流，不得解脱。每因死期之至，于轮回三岔路口，惊惶备至，十分可悯。

在这个中阴期间，一般而说每个人有一段七日至四十九日的自由生命，因人而异，叫做中阴身。一个人在生时没有修学过醒觉的法门，便不知生死的因果。到中阴身的时候，就会很惊慌，这是十分值得同情和悲悯的。所以最好在有生之时，先知道中阴身的各种情形和感应，便不怕不知道怎样去应付当时的危机了。看本书有四大利益：1、于命终时，可以应用本书所说的自救法，不再轮回。2、命终后亲友协助超度自己时可以即时明白他们的做法，因而脱离轮回圈，不再生死。3、可以转告亲友此法门而利益他们，或在亲人临终时或甚至命终后用此方法去教他超升，离开轮回，不再生死。4、如果常常记著此书所说的，又常转告他人，或常协助临命终的人用此法，或用此法超度已亡的亲友（四十九天内），则自己临终时，可免却中阴境界，直升佛国，不再生死。所以阅读本书有无限利益，除了佛教徒之外，任何宗教人士，无宗教人士，科学界等都是本书的对象。当然各界人士都各有其坚固的信仰，但是这里不是要任何人立即起信，而是先知悉此法，他日其他的法门不灵验时便得应用此法来自救了。这是很重要的事，有关了断生死的问题，不是一般哲理空谈。

中阴身超度法本是密宗所传，修他宗的人很少知道的。净土宗的超度和密法异曲同工，只不过密法有关中阴的际遇说得很清楚。显教的净土宗则略去不说，只谈超度法门。本书把密法的中阴境界用简单文字描述出来，并配合净土宗的念佛超度法，以竟圆满效果。密法的超度法和净土超度法门比较，在末法中那一法较为稳当呢？

首先要知道修密法的人必须有智慧的根基，又要有特殊的机缘，遇见有道的金刚上师。上师是传密咒的人，受皈依的密宗佛教徒便得依法持咒，天天不可间断。在其人临命终时，密咒可以令他不堕中阴，或虽然已入中阴，但因学过密法之故，很容易便可以脱离此中阴境，而了决生死的。但是在现代中，真正得道的金刚上师如凤毛麟角，根本没有办法遇得上。当然没有得道的上师也可以传咒语，但末法众生持咒，成功的机会微之又微。到临命终时，仍没有成功，便堕入中阴了。因为密咒在现世中是很少人真能修持成功的，所以其可靠力不显著。说一个比喻，末法时代持咒有如见到贼人口中念著「警察」，但说话中的警察究竟是没有制贼能力的，因此贼不能退。聪明人则打电话报警，警察即来。知道打电话报警的人等于有智慧根基的人持咒，马上生效。不知打电话只是口念「警察」的人比喻末法时代的人，持咒不生效。

净土宗的念佛法门是不计条件的，任何人依法念佛，便一定蒙受佛的接引，往生西方极乐世界的。这是一个最简单而便当的法门。任何人等，有智慧的，愚昧的，有罪无罪，业重的，男的女的，老的少的，通通都受佛的接引，不陷中阴。修念佛法门不须有道高僧传法，任何人只要‘恳切专勤’的去念，即得往生，不再生死，一生念佛的人必受接引，临终十念以至一念亦可以得佛摄受。所以这是三世诸佛齐声赞扬的法门。有关详细的解释，请看第六章乙、‘念佛法门的感应’的一节。

既然念佛人必往生，为甚么本书又说中阴境遇呢？念佛人必往生，所以净土宗略去中阴之说，而本书主要是给不修念佛法门的人看的，包括部份佛教徒、基督徒、天主教徒、回教徒、神教徒、无宗教者在内，使他们在危急的中阴期内，得用以自救。本文作者，忝续慧命，又得本会会员及各方助印者支持，出版流通，希望无数人因学知此法而得以自度度人。本书以密法为体，净土法门为用，相得益彰，但愿各位仔细研读，他日轮回路险，便可应用，了脱生死。

一九八六年八月十一日
张通文序于温哥华

第一章 比较神权宗教和佛法度众生两者之间的精神

一、世间神权宗教拯救世人的精神

神权宗教即是以崇拜神为主宰之宗教，分一神及多神两种。一神宗教主要者有天主教、基督各教派、回教、印度神明教、犹太教等。多神教则有印度教、道教、以及民间诸神道杂教等。不论其为一神或多神也好，世间宗教有一共同点，那就是各以其所信奉之神为真，其他皆假。又以其所行之法为正，其他为邪。在此‘我是他非’的信念之下，任何人如不依照其法奉行，便一定失落，于死后下地狱受苦。这一来便形成宗教之间的紧张，积极方面的影响便是各出奇谋，发展教务，吸收会员。消极方面的影响则是各自排斥，水火不容。轻微的可引起地区性的争论，严重的则可导致纠纷，甚至战乱的，在历史上有耶、回两教的战争，便是宗教争执之极端。这皆因各宗教皆以为自己在替天行道，诛魔降妖。这样救世人还未做到，生灵却遭受涂炭了。

从以上可以了解，世间宗教的精神不够广阔，亦无从扩大，因为先天性的信念使其信仰者狭隘。由于此信念多为教徒相信是来自神意，是以‘顺我者生，逆我者死’是千古不移的教条。所以耶教各派俱相信只有耶和華是道路，真理和生命。只有敬奉耶稣说话的人才能升天享受永生。其他的人无论良善到怎样，如不肯接受耶稣救赎之说，便一定落地狱受永远痛苦的。回教则说只有可兰经的话才是真实，人如不奉照可兰去做，则必下地狱无疑。其他宗教亦大同小异的说只有其法方真，使人升天，成仙，成神不等。这里且不讨论各教的可信或不可信，而专在讨论其救世人的精神。正因各教只救信服其教义的人，所以可以断言其弊病在于精神过于狭隘。环境各宗教除了拯救顺其神意的一小撮人之外，余者置诸不顾。那末不信其神的好人不救，未知其神的人不救，已下地狱的人不救，畜生不救，魔鬼更不救。这样不单显示各宗教的精神之不可能伟大，还使人怀疑创造万物的神是否真的全能全知。

二、佛法度众生的精神

佛法不同世间宗教，主要在乎佛法不教人求一神或多神拯救，而是人人依因果律而修行，即是修学醒觉的方法而实践之于生活中。佛之示现世间主要是指出修行不可依靠神权，并说明了六道轮回中，神不过像人一般的占一道而已，也开示了神福比人福大，但人的智慧实比神高。佛也说了例子，显示天上的神，有时反要向有道的世人求救，以解灾难。迷者不察，以为神的智慧高过人的智慧，向神求拯救，直等如向木石救助一样了。所以一迷一觉重点在乎了不了解人神之关系。如向外求者为迷，回光自照者为觉。世人觉者当然不多，有迷于神权的，有迷于钱财的，有迷于享受的，有迷于名利的，不一而足。所以已知觉或能觉的便要引导迷者，令他也觉，所以说诸佛菩萨都自觉觉他。基于此，佛法信奉者的度众生精神乃可无边宏大，即是凡有迷的众生，都要去醒觉他们，不论在天的，人间的，甚至畜生，鬼和地狱界的，都要去以开悟各道的生灵。因此，在世界上，佛教不排斥任何别的宗教，不但不排斥，反而要找寻机会去警醒外道信仰者。但是，有一点要说清楚，‘不排斥’的意思不是说不指出他们的错处，而是对他们和对任何人一样的慈悲。事实上众生千品万类，业不重不为人，愈是走错路的众生，或大邪大恶的人，愈要先度他们。所以诸佛菩萨普度众生，包括天魔与恶神在内的。这一点又和世间神权宗教不同。在神权宗教里，神与魔就如同善与恶的对立，藉以解释人性的超升和堕落。即是靠神的超升，倚魔的堕落。因此从有人类之始，便得有魔，不然便无从解释人类的罪过，也无从卸下全能之神因何不造全善之人的责任。佛法则不须对人之罪过有所交代，因为一切都依因果以及助缘而生起，一切现象都是报。所以善与恶不是对立的，而是两种因缘和合以后的暂有假相。善的因缘可引伸更多的善报，恶的因缘则可招延更多的恶报而已。因此菩萨度众生不必一定以善或好人的身份去度恶人，亦可以现恶人相去度恶人，甚至以恶相去度善人的，此之所谓以种种形而普度诸有缘了。

由此可以明白，佛法是没有像神道宗教那样传教工作的。事实上佛教不是一个具体的组织，而是一种宏大无比的慈悲愿力，任何众生有难，不论那一界，都要去替他度脱之，更进一步，使之出轮回，彻底了断生死。因此佛法的度人精神不在乎令人加入甚么团体或组织的，而在乎使人实实在在的明白佛传授的法门，依法生活，解脱生死之痛苦。这些解脱生死苦之法是人人都应学习的。学法是份内事，不学便对自己不住，也即是对不住众生，因为学法除了自度之外，还有无量无边众生等著成道的人去度他们的。我们这样的一懈怠，无数众生便延长了受苦期。

这样看来，一个真正明白佛法的人要时时刻刻惦记著众生的苦，有机会便要教他们或告诉他们真正可行的解脱生死方法。这样的做法是艰辛的，因为众生业重，兼且迷失长久，一旦要他们放弃依神鬼之法，很不容易。所以度众生工作是不计人我，酬报或条件的，也不论其为亲人或仇人，总之有肯听的便告诉他。如不可以用直接方法教他，也要用间接方法行之。即使有些人未能立刻信服，但也可藉此结来生之缘，或下道种，以成将来接受佛法之因。如是工作方是佛法度众生的精神。

第二章 如何认识人生的最大威胁—死亡

一、众生因何有生？

未解说死之前，首先要说受生的原因。人之所以有生命皆因一种无明之愚痴盲目冲动力而起。这个无明力量自无始以来已主宰著人的一切，连一念之微也受它影响著。无明之后，当然是光明无量的佛性，可是佛性经无明痴妄掩盖之下，发挥不了作用，以致众生受种种苦恼。所以要超脱生死，必先要对付无明。无明的冲动力起，则业增聚，逐渐成为个性，这时一如电脑中的贮藏系统，凡事皆以之根据了。这时愚昧的无明在结合业力之后便令生起

种种‘合我’或‘不合我’之意识，成‘分别’功能，又为执行此等分别功能起见，乃形成肉身以及精神的元素，以便执行个性的情念。例如肌肉，骨骼，血液等以满‘自我’的观念，但是因为有了这个‘我’的肉体之后，继而生起要保护和利养‘我’的念头。于是乃依业力起判别甚么是好坏、善恶、美丑等。因此每个人的意见都会不同。相同业力的人聚在一起便觉亲切，不同业力的人相遇便觉话不投机，就是这个原因，众生之浊亦是这样产生的。（注：佛说这是五浊恶世——劫浊、见浊、烦恼浊、众生浊、命浊、使人受苦不堪。）这时当肉体著业力而形成之际，个性起了一种念，就是觉得还要多些部份以表达业力或吸收更多‘利益’我的经验和知识，于是便逐渐形成眼睛、耳朵、鼻子、舌头、触觉神经系统以及能思量和记忆的意念等六个官能。因为这六个官能都是依业力而形成，所以每个部位都表示出一个人的个性，人因经验的累积，加以演绎推理（例如易数）而发明人相学，医学上的观察，化妆术的理论，以至催眠术，赌术等无一不是从人的身体各部找出其个性的强弱点而下定论或施术的。

有了这六个器官之后，这个假我便可以开始展开一系列的活动。首先当然是对外界的接触了。至是眼司看，耳司听等，各有其功能。因业力所限，眼不能听，耳不能看等，引起种种不便，甚至烦恼，一如盲人或聋人等。这些对外接触的意识，人在母胎中已开始，是故‘胎教’有一定的作用。因为接触的结果会引起种种感受。对假我的个性有利的，和谐的顺势的都为假我所接受，并引起快乐舒服的感受。否则便引起不快乐或抗拒的感受。所以当一个人的个性改变了之后，以前他不喜欢的事物也会变成他乐于接受的事物，因事物本无快乐或不快乐之质素，只是人对它的感受不同而已。因感受而引起的快乐便是爱意。当假我喜欢某一事或物之后，必想再做或再看见它。爱之余便生起拿取之意，到拿取得到之后，又想占有和保持。所以对于假身众生皆想保著，引起种种固执不舍。因此人一出生，经业力，肉身和精神各方面的柔合，起贪生怕死之意，十分苦恼不安。又因业力的缺憾带来多种不方便，于衣食住行及人事关系中引起烦恼。由不明业力因果故，乃幻想神力或神的旨意，使其如此或如彼，成立不合理的解释，但当每见世事之发生超出其幻想理论时，便感到十分困扰，生死便是其中的一个问题，永远困扰著信仰神权宗教者。

二、众生因何有死？

说明了人的生命来源实乃一念无明之冲动力之后，便要解说人为何有老和死了。人因业力而受生，但也须要很多条件的辅助才能成事。因此人之出生实在是一件不可思议的事，而得到了人身的众生应该是十分珍惜此机会的。经云：‘一失人身千万劫。’便说明了人身的宝贵，如不慎失去了，即是堕三恶道成为畜生、饿鬼、或地狱的受苦者便很难才能够恢复人身的。因为这全是自己的个性使然，如果人不检点，胡作乱为，杀生邪淫，酗酒偷盗，使自己的个性吻合畜道或地狱道，死后再受生时，业力必带之感应畜类，或生于地狱不等。辅助众生得人身的条件是多方面而又玄妙的，除了父母，物质之外，还有世界。

人的身体是因接受业力之报而来，故称报身。使人得安住的是世界，名报土。种种条件齐备之后便是‘机缘成熟’，人乃可出生。出生之后一直倚赖各种条件生存，到这些支持生命的条件用尽之后便是一期缘尽，即临死亡。由于各人的条件不同，故此人的寿命有长短，不是由任何神安排的。‘因不同，报亦不同’是很合理的，所谓‘诸法因缘生，诸法因缘灭’便是这个道理了。但众生是迷的，只见现前果，不知过去因，又不知今生之因可招来生之果，所以十分困惑，甚或苦恼。如不醒觉，不研究因果，这种困苦之报会生生世世延续下去，不得解脱。

众生的生命，一如宇宙间任何事物，都因条件成立而出生，因条件的持续而生存，因条

件之渐去而衰老，因条件之耗尽而终亡。这亦即‘成、住、坏、空’，‘生、住、异、灭’或‘生、老、病、死’的四个千古不移的阶段。当然好的条件会使生命好些，因此结好缘是修行的必做功夫。明白佛法这一点，便会明白为何有生必有死了。要不死惟有证无生。无生是究竟法，永生是人之幻想，希望如是而已。

三、如何认识死亡？

人因业因而招果报，所以报土的种种境相也是因著业力而感应的。同住于一个世界上的人都有著类似的业力，所以看到的或听到的都相同（但感受则各自）。当一期缘尽之际，业力转变，即时所见或所闻的都突然改变了。感应生天的是善业，善人命终时即见天人来接，不复见这个污浊世界的人物。恶人命终时即见夜叉恶神，前来锁拿，因是恶业使然，亦即时不见这世界之美好，只见种种刑具报应。这种从一种业力感应转到另一种感应去，在佛法中唤做‘转流’。用现代生活上的科技来作一个比喻，便不难明白这个转流的道理。比如说人的业力有若电波，同住一个世界上的人有相同的电波频率，故大家感应相若。到一期报尽，在垂危时，频率改变，一切境物全非。到命终后，电波全改，便再也看不见这个世界，而生存的人，也看不见命终的人的世界了。这如同观看电视一样，第二台的频率和第三台的不同。一经按钮转台，画面改变。人之生命结束之际，有如转台，一切亲人境物，不能复见。依过去世的业力，重新成就新的报身和报土。善业招善报，恶业招恶报。此时任由高呼神名鬼号，也不灵验，因业已转流。以前所知所见，只是以前的虚幻感应，全如梦境。以前所奉的神灵，亦是一种虚妄的了解，亦已因转流而成泡影。佛法说一切相本无自性，俱是空体而已。人要了结生死，必先要明白生命和死亡的关系，不然便任由盲目摸索，似是而非，到一期报尽时又不知何处是家乡了。

明白了佛法便知道死亡是不可怕的，但却要作好准备功夫。有些人以为死亡既不可怕，佛教徒大可以自杀命终，不是省了烦恼？这是不合佛法的话，须知业报未尽，人还是要安心受报的。如勉强自行了断，反增恶业，招来生更痛苦之报应。那末所谓准备功夫又是甚么呢？说来也不复杂，就是首先认识生命的来龙去脉，心中有一个步骤去接受此人人皆不能避免，而实际并不可怕的一日。如果已经是佛教徒，则更容易，只要天天念佛，业力中便加强与佛的感应，到临终时，佛来接引，便即往生极乐国土。如果念佛功夫够纯，则更可预知时至，身无病苦，如入禅定，即时往生。这当然是最理想的结局。但是一般非佛教徒又怎么办呢？或者虽然是学佛，但因功夫不足，以致临终不能感应阿弥陀佛来迎便又怎样？这也简单，只须阅读以下的三章，便可在最危急的关头，自救出险。虽或恶道现前，还是一样可以化险为夷，往生西方极乐世界的。切记不可以等闲视之，自救之外，还可救他，除此法外，别无他法。

第三章 四大分解的现象

一、生命结束的前后

人因为一期业报已尽，生命便自然结束。这时修学过佛法的人，便知道应付的方法。但是，没有修学过佛法的人，这时便要接受死亡来临的痛苦。富有的人便会因要舍离一切钱财产业而痛心。子孙多的便觉得十分依恋亲人，不愿意离开。即使没有留恋而又达观的人，这时也会有一种莫名的恐惧，因为不知人死后的去向。时光不留人，死亡的时刻一到，生理改变活动，不论其人一生曾拜甚么神，修甚么道，此时都不见效，也不会见到甚么神来迎接，只见由其业力反映出的种种境相。生平曾行十善的人，这时便有天乐迎接，感应天人法界。

大恶的人，地狱或饿鬼相现前，即堕落受苦。这些恶人，先受病苦缠绵不堪。这时除非有人以佛法超度他或教他念佛，否则便随业风，入恶道受苦了。不是大善或大恶的人，临命终前数天，或数星期，先患病苦，见种种鬼物境相，或见夜叉，恶兽，或见阴魂往来，或见冤鬼索命不等。这些都是按照自己业力感召而来。这时，惊恐莫名，有些甚至不愿瞋眼，有些要求亲人留在床边，有些则开口大骂，以冀驱走恶鬼或改变凶象。然而生机逐渐衰坏，四大于是分解。

二、四大是甚么

四大即是人的物质身体的四种组合元素：地、水、风、火。人身的肌肉等坚固质属地，流动如血液津液等属水，体温属火，以及体内气分属风。此四种物皆见于大千世界，故称为大，人从入胎以至出生是四大和合之时。至长成后，四大坚强，生命力充沛，合乎所谓‘四大围空，识住其中，是为人。’即是四大形成一个假我，中心是判别的功能。到人命终时，四大分解，识乃离去，以其业力，成就另一期四大和合，以表达其业力功能。所以人必须记著此点，不可被四大的假相愚弄。

三、四大分解

四大分解时，首先是地大降于水大，这时候人便会觉得四周有一股强大的压力逼来，加于身上，以至每一毛孔，不一时间，直侵内脏骨节。其人乃感觉十分窒闷，沉重痛苦，有口难言。这时候旁人便会看见他筋肉颤动，以及有手足抽搐的表现。亲人千万不要触碰其人，例如给他按摩等，否则便反而会增加他肉身的痛苦。

其次是水大降于火大，这时其人会感觉遍体冷气袭迫，深入骨髓，内脏有如冰藏，全身痛苦不堪，虽然室内有暖气炉火，亦告无效。其人感觉到的冰寒痛苦，远超裸卧世上冰雪，跟著面色会转为灰白，气喘急促，任由祈求神灵，皆不能停止。

再次就是火大降于风大，这时其人生理各方面的机能已大半萎失，毫无抵抗能力，所以痛苦愈甚。他感觉到忽然热力骤起，有如焚烧，内脏外肢，有煎熬蒸煮的感觉，肌肉筋节，有如挖割，痛极而变僵木。这时其人忽似火烧，面部通红灼热，神色昏迷，气出多于纳入，奄奄一息了。

最后是风大分离，病者的身体，忽然觉得受到一股狂烈之风，吹其身体，使之节节破碎，化为微尘，受极尽的支解痛苦。到这时四大俱已各散，六根败坏，生理不复保持，医学上乃称此为死亡，但依佛法说，其人的识神，即第八识的种种尚未离去。所以亲人仍然不可触动，否则其人神识，仍然有痛楚的反应，以致使他起嗔恨心，连累他感应地狱也有可能的。因此，这时实在是紧急关头，亲人如曾修学佛法的，最好在旁给他称念佛号。没有修学过佛法的人，亦不宜碰触或移动其人，应尽量给他安静。但是这些都不是最重要的，最重要是病者在四大分解时应怎样应付以自救于极危殆之中。以下是各类人的归纳分析：

1、已信佛法但因懈怠于修行，以致未能证入圣界，这时必须屏除一切意念，专心念佛，便可免却四大分解的痛苦，并获佛接引生西方。

2、信奉神权宗教，这时会因痛苦而诚心祷告，祈求所信奉之神加以恩待。又或以为神加以最后的考验，故矢志不移地祈祷。但是都一定无效，这时应该专心称念‘南无阿弥陀佛’

(注意:弥字应读‘眉’音,因是梵文AMITA的音译),不可间断,这样不但痛苦逐渐消失,亦可蒙受接引,往生西方极乐世界的。

3、甚么也不相信,平时只按照自己原则做人,这时因痛苦而彷徨,不知所措,甚或以为一死了事。这是不对的,应立即效法佛教徒,起忏悔心,专心念佛,不可间断,痛苦自然消失,境相光明,便受接引,往生西方。

以上所说三类人,即使于四大分解时仍可自救,因为阿弥陀佛以其慈悲伟大的愿力,接引任何称其佛号的人,生其净土,永不退转,故名极乐世界。这儿要强调在死亡中的人,受四大分解之苦的时候,万般祈祷求神无效之时,必须应用念佛法门以自救,一经尝试,如立竿见影,立即生效的,信神道者,不论一神或多神,或信科技者,或无信仰者,切记此法,以免受苦长劫,不得出轮回痛苦。

其次要指出即使一个人生平为善,临终时没有四大分解的痛苦,并且可以升天,享受天福,但依佛法说,天福是不彻底的修证结果,因为诸天其实都是一期因缘,缘尽天自灭,到时即使寿与天齐也一起毁坏,即是天神也会死亡。到时又轮回去了。所以天人也有苦,其中最大的苦便是不断三涂,即是天人死亡后仍有堕落为畜生、饿鬼、地狱的危险。故此生天的人仍然受轮回威胁,不得彻底快乐。因此临终的人,虽然见天神来接,也不可以去,仍然专心念佛、境随念转,便可往生永不退转的阿弥陀净土了。

最好的应付办法当然是平日修学佛法,执持念佛法门,恳切专勤,一心皈命,到大限时,必无四大分解的痛苦。很多没有学过佛法的人都会怀疑往生的真实性。他们不知道佛法不是空谈,而是实证的。一般神权宗教反落空论。例如死后升天,全无佐证,反见一生侍奉神的人在临终时,痛苦万般,与祈望受神恩待的绝不相应。念佛往生净土,命未终时,或先三、四月,或二、三十天或一、二星期,乃至一两天不等,视念佛功力而定,已有吉祥瑞应,归纳起来有以下各种预兆:

- 1、心不颠倒(不再受眼前境物影响而起情念)。
- 2、预知时至(预先知道何月何日何时寿终往生)。
- 3、净念不失(不再有染杂的意念,坚决往生,不再依恋人间)。
- 4、洗漱更衣(自己洁净和更换衣服)。
- 5、自能念佛(出声念或默念)。
- 6、端坐合掌(时限到便端正坐著合掌)。
- 7、异香满室(香气不平常,亦不知何来)。
- 8、光明照身(室外有光辉射在身上)。
- 9、天乐鸣空(户外空中有仙乐飘飘)。
- 10、说偈励众(即使没有读过书的人也会留几句偈语以勉励后人念佛)。

以上十条吉祥象征有时并不是每条都全见于一人身上的,只要有一两样即可往生西方,尤其是第二条。念多则品位愈高,这是修行功德的感应,是十分合理的。外道不明白因何净土莲生分九品,以为这是一种分阶级,或不公平或苦的结果。他们不知佛法是自修自证之法,不同‘神赐’的理论。举个例子来说明此点,进学校读书考试,全仗自己功夫,学问必须勤学始得,考试也要真功夫才能合格。分数升级不是由老师赐予,实是视乎自己的学习程度而定。勤学者升级容易,疏懒者留级自然,甚或被斥退学也与人无尤,也不得说学校不公。但是留级者或退学者能发奋精进,亦可以有成功之学业。这个例子说明阿弥陀净土虽容纳

任何愿意往生的人，但是各人修行功德必然参差不齐的，故有九品之别，但每品人皆可用心精进，以求上品的，甚至成佛，亦是可能。

四、其他临终时的征兆

佛法是实在的法门，不尚空谈。生死既是重大问题，所以临终的去向也说得十分清楚。这些情形，在医院任职的人或亲见过临终亲友的人都会知道的。反观世上宗教，多只给人一个‘天堂’的希望，对于实在的问题，全无合理解释，对于临终各事更不知情。对于临终痛苦，只委诸‘神的试验’了事。所以希望诸神教信者注意，当身临死苦时，呼神不应，便得自救了。又或如见平日虔诚奉神的亲友，忽得痛苦的死亡，则必须教以自救法，以免他受长劫痛苦，则度人者的功德无可限量。

人将命终，两种习气——生者顺习死者逆习，两相交涌，一生善恶现在眼前。善业强感应善道(天、人、阿修罗(凶神))，恶业强则感应恶道(畜生、饿鬼、地狱)。这全是因果感应，无傍者判决，各界天神，虽欲加援手，亦奈何不得。业由自作，报将自受。于是时病人乃有种种征兆，显示其感应之方所。

一般来说，感应善道的下身先冷，感应恶道的则上身先冷才死亡。偈曰：‘善业下先冷，恶业上先冷，心留暖最久，余暖次第舍，出世顶后冷，天面人脐上，饿鬼小腹边，傍生膝狱脚。’由此可测知面部最后冷的升天，心窝最后冷的再为人，小腹旁边最后冷的堕为饿鬼，膝盖最后冷的落畜道，而脚部最后冷便下地狱。至于超出世间，不再受轮的全身冷却头顶仍然温暖。

甲、感应地狱的在四大分解时会有下列征兆：

- 1、恶目瞻视诸亲眷属，虽是配偶，亦如是相向。
- 2、举手摸索虚空。
- 3、虽然有人教以善法，不听不随。
- 4、悲哭流泪。
- 5、大小便自利，失去控制。
- 6、闭目不开。
- 7、常覆头面。
- 8、侧卧饮啖。
- 9、身口秽臭。
- 10、脚膝战掉。
- 11、鼻梁欹侧。
- 12、左眼跳动。
- 13、双目变赤。
- 14、仆面而卧。
- 15、踰身左胁著地而卧。

乙、感应饿鬼的有八种征兆。

- 1、好舐其唇。
- 2、身热如火。

- 3、常患饥渴，好说饮食。
- 4、张目不合。
- 5、两目干枯。
- 6、没有小便，大便遗漏。
- 7、右膝先冷。
- 8、右手常常握拳，此为怪吝之表现。

丙、感应畜道的有五种征兆：

- 1、爱恋妻子丈夫，贪视不舍。
- 2、踣曲手指和足趾。
- 3、遍体流汗。
- 4、出声沙涩。
- 5、口中咀味。

丁、感应人道的有十种征兆：

- 1、临终能起善念，例如福德心欢喜心，无忧心等。
- 2、身无痛苦。
- 3、少说话，一心忆念父母。
- 4、于配偶作怜悯心，但无叹无爱，常常喜欢听亲人姓名。
- 5、能清楚辨别善恶，心不错乱。
- 6、其心正直，不谄不诳。
- 7、知亲属家眷善护念之。
- 8、见亲属对事之管理，常加赞叹。
- 9、嘱咐家事，示藏财宝。
- 10、能起净信心，愿意皈依三宝。

戊、感应天道的亦有十种征兆：

- 1、起怜悯之心。
- 2、生善良意。
- 3、起欢喜心。
- 4、正念现前。
- 5、身无臭秽。
- 6、鼻无欬侧。
- 7、心无恚怒。
- 8、不恋家财亲眷。
- 9、眼色清净。
- 10、仰面含笑，想念天神来迎接。

以上五门征兆俱系归纳大概之表现，个别情形间有不同。亦不是要每项具见，方是感应，有二三条者，亦是牵入各趣。有时入人道的亦会两手向虚空作抱物或拒物之状，须小心辨认。又有临终时落于无记心，不示苦乐。凡此种种，还须等候观察变冷时各部份的先后而决定去向。

第四章 进入中阴期的前后

一、临终概要

人因未曾修学佛法，以致受四大分解之痛苦。四大分解之后，灵识（第八识）离体，进入中阴期，其体即是中阴身。这是另一期痛苦彷徨之期。所以趁有生之日，先熟习此法，以便到时能够自救于极端危殆的情境。人将命终时，最后一次吸气之后而不再吐气者，尚未真正死亡。所以亲人等万勿啼哭触碰之，以免令生嗔恚之心而下恶道。这种似死非死之久暂，与平日身体强弱，意念定或乱等有关。身体强壮，定力大者出息的时间较久。定力弱或多恶行之人则很快便会呼出最后一口气。同时要观察各窍是否有一处或多处流出一种黄色液体。这种液体流出后，方算真正死亡。在这时候，滞留于似死非死的当儿，其人必须紧记灵识会受业力的牵制而欲下坠。如一过左脉下端便难超升，即是堕落。所以必须趁其尚在中部，便须速行以下方法以自救。其人须反覆自告，业力重故，难以把持，必须藉阿弥陀佛的慈悲愿力，方能不坠，当即一心称佛洪名，祈求接引。信奉神权宗教的人往往在此急要关头，称神名号或作祈祷，以致失诸交臂，因执实相故，灵识受业牵引，直速下坠，错失先机，必须等待另一次机会了。

倘若其人能把握时机念佛，则一经命终，便睹光明，于是时也，化佛现身，接引往生西方净土而去。但如果没有专意行事，则经过一食顷时，净光再现，但因业力故，已不如前光亮，但其人生前曾修念佛，此时便会再专心称名，亦可获得接引。诸亲友辈，能为分班助念，则更佳，成功必然，如用他法，难以成功。至于求神拯救，更如以沙煮饭，永不可得。如果错过了这次机会，灵识于离体后便陷昏迷，经三日半至四日之久，方能苏醒，这便是中阴身的第一天。所以中阴期的四十九天计算，不是由命终那一天起算，而是命终后三日半至四天方算是第一日。

二、中阴身的一般情形

初期的中阴身每天都有佛菩萨化种种相，欲加接引。除此之外，中阴身的各种情况大致如下述。

中阴身乃系一种极微薄之四大和合体，有九倍生前之记忆力，身高约三尺。首七日之中阴身光明灵通。当一苏醒之际，多数不知道自己已死，或尚未死。因此每自纳闷。如果亲属为其举丧出殓，哀呼其名，则可以立即去到其尸体旁，方确知自己已死。又或自照镜前，不见影像，才知已死。于是便会觉得十分哀伤。那知伤感一起，马上便觉得有如下油镬般的灼痛。及至见到家人因他之死而悲哭，便上前安慰，但因不同流故，没法令人听到他的说话。中阴身便觉得十分苦闷，结果经过几次都是这样之后，便会快快而去。但因为执著故，不久又回来，重新欲令人听他说话，结果当然又是失意，便又离去。这来回来去多次，每次之后，更觉困苦，无法解决，急极之余，便不再留心观察眼前善恶境相，但求有以托生，不论何种身体，或那一法界，都愿投生，以终止此飘忽之苦。很多人竟因此而投入恶道，十分惨痛。

中阴身往来飘荡，十分惶悚，心意散乱。有虽欲停留休憩，无奈四大不同人间，不能作太长的逗留。有时甚焦急，渴望得回人身。于是便回到家中，但尸躯早已埋葬或火化了，乃十分悲痛，悔恨莫名，每自思量，希望可以想得一法，以解脱此苦。生前曾信奉任何神教的，于此时必定高呼其上主圣名，以求拯救。但无论怎样大叫，诸天神等，无从援手。如果这时，

家属能以佛法，替他超度，则念佛声可达中阴，如此中阴身能跟著念诵，胜境便可现前，往生极乐世界。如果无人超度，中阴身于极端痛苦，渴望解救的时候，便会见到六道光，倏忽显现。业力感应那一道，该道光芒便强烈些。如业力感应天道的，则见白色光强烈，人道光是浅黄，阿修罗淡绿，畜生道浅蓝，饿鬼道淡红，地狱道黑烟。这些都是劣光，不光亮明朗的。如中阴身不察，置身其中，便被摄去受轮。但中阴身是不明白这六种光的意义，乃十分困惑，便以直觉去判断好坏，即是依其个性去取舍。于此紧急关头，五方佛界，恐其又选择轮回，即以五色宝光，直射向中阴身，即是强烈灿烂但又不眩目的蓝色宝光，清净白光，妙丽黄光，红色宝焰光，瑰丽红光，希望中阴身选其中一光，以念相合，即可将之摄受，接引往生。但中阴身生前不修佛法，业力反使之恐惧躲避佛光，以为是魔光，于是反而急速反身投入六道光中，受轮回之苦而去，十分可惜。要注意的是，这五种佛光，很多时不是一齐现出，而是分日现出，在下一章中有详细的说明，即使现在不信的人，也须记著，将来可以应用。

在这里作者欲向不修佛法的人说几句话就是信奉基督教，天主教，回教，或多神教的人，现在一定不会相信本书的说话的，作者著此书之原意，并无好胜心，只有慈悲心，亦不算辩论，亦只希望一切修神权宗教的人，或全无宗教信仰的人，读过本书后，即有印象。等到在中阴期间，彷徨之际便一定想起应用此自救之法而得以超脱苦海，但愿各位读者，皆切记之。将来大家在西方净土中打个招呼，便满我愿。

三、恶业感应的凶兆

（甲）畜生道

中阴身通常每七日一昏死又复清醒，极感不安，但因未修过正法故，觉得彷徨恐怖。如果在这时候，亲人因办他的丧事而杀生，例如割鸡杀鸭以宴亲朋，他便会感应更凶恶的境相，加速坠落三恶道。所以奉劝办丧事者，千万以素筵为之，否则便简直是推人下刀山油镬，惨不堪言，长劫不出。

如果中阴身的生前，曾信奉神教，这时家人多为其祈祷做礼拜，献弥撒或祭祀等，但因俱系执相之世间法，功德不能达到其身上。如有此等现象，中阴身自己，于此紧急关头，赶快一心称念‘南无阿弥陀佛’，则恐怖境相，便可依念佛力而改变，转见安乐胜境，而得生西，也不稀奇。但如果中阴身未能如此做，或从来没有人教过他念佛法门，以他生前的恶业故，便会感应以下的恐怖情景。中阴身忽觉身如毫毛，任风吹送，起落不已，身不由己，全无控制。忽然又见猛烈光芒，不可仰视。光焰之中，带有雷电之声，使人心胆俱裂，恐惧惊惶，跟著便见，可怕夜叉，手执兵器，呼叫喊杀，其数无量。又有无数恶兽，追逐过来，又有山崩海啸，猛火逼身，凡此种种，使中阴身惊怖莫名，惟有望风狂奔，大呼大喊，无人加援。最后被追至三座悬崖之前，一白、一黑、一红，深不见底，夜叉恶兽又将追至，逼不得已，回身觅路，忽见有些山谷山洞，大喜过望，则逃入避难。身才进谷洞，已投生为蛇狼虎豹等类，永沦畜道了，翻身无期。

其实这些夜叉恶兽都是生前恶业的幻影。一白、一黑、一红的悬崖是多生多世的贪嗔痴的三毒变现。如果中阴身能如此辨认凶境，兼且专心念佛，则胜境现前，超登极乐世界，永离苦海。此仅是一念之差，善自把握之，不可再荒废时光求神力庇护或恩待了。

（乙）饿鬼道

饿鬼乃系因无限慳贪业力感应而来。因其汲汲然无厌，故饿鬼充满求不得苦。如中阴身有这种恶业，则会发觉自己在一沙漠中，或在地中浅洞里，只见朽草枯根。饿鬼种类甚多，难以数计，但大致可分为有福德和无福德两种。有福德的鬼有灵力，亦名势力鬼。世上很多人拜神，或拜仙类，往往其实是拜这类灵鬼而已。这些灵鬼，没有饥饿的痛苦，且富资财，例如夜叉，山神，土地便属于这类鬼。这些福德鬼类、生前能行施，周济穷苦，但因取财不义，作事不忠不信，便堕为鬼类而有威德。又或生前为人，嗔狠愤戾，饮酒杀生，但能广作布施善业，死后为夜叉。又有些善人，迷信鬼神，常作种种准备，以便死后为鬼，结果死而为希祠鬼。

无福德之鬼分三类：（一）少饿鬼，（二）多饿鬼，（三）全饿鬼。堕落为少饿鬼的原因，生平买卖不公，欺人骗人以谋利，还自鸣得意。平日不肯布施，不诚不信，全不积福，不谈禁戒，而且于亲属中，常怀嫉妒不亲五伦，命终即为恹望鬼。这类鬼面色皱黑，深蓝或深红色也有，双目流泪，手足破裂，发长覆面，饥渴逼身，只能食到子孙祭祀之物，或以佛法普供之素食，余一切食物皆不能受。多饥鬼例如针毛鬼，臭毛鬼大瘦鬼之类，身受痛苦，平口不得饮食，但可领受以佛法普供之食。全饿鬼则完全得不到饮食，例如炬口鬼，口吐火焰，食物才到口旁，即被烧为火炭，又如针咽鬼，腹大如桶，咽细如针，无法吞食腹中所需。这类鬼要仗盂兰盆会上之供法，方能得食，否则长劫受苦。如中阴身见感应此界的凶兆，赶快一心称念阿弥陀佛洪名，便得立即解脱，登极乐国土，非佛教徒，不可再耽於呼叫神的名号或施符术，不然后悔莫及，身陷鬼域是很难超脱出来的。

（丙）地狱道

中阴身如带五逆十恶之罪业，于此时便会感应以下的情景。有人会听闻歌声，其曲调十分悲哀凄切。乃循著歌声去找寻其歌声的来源。结果进入石屋，地洞，其色黑或白，跟著走进昏暗的地道中。这些都是感应地狱的凶兆，但这时如能一心念佛，尚未为晚。佛号一宣，景象即变为安乐景。如于此时，尚执迷神道便堕入地狱受苦了。

另有人会觉得寒风瑟雨，忽见热火炽盛，大喜过望，便跑近去取暖，遂下炎热地狱。又有相反的感到炎热不耐，忽遇冷气凉风，亦急投身其中，便下寒冰地狱了。又有人忽见生前亲友招引，便十分高兴的跑过去，那知到时忽然境物全非，乃下地狱。

地狱相现前，除了即用念佛法门之外，别无他法。所以在有生之日，快学此法，快读本书，则身陷中阴之时，因有九倍生前的记忆力缘故，必定可以念佛超脱地狱之苦。如能教人，功德无量。

如果生前有恶业，尤其是杀业，则会见到食人夜叉，手执兵器，高声喊杀，直冲而来，要杀其人。又或见到无量凶猛恶兽，追逐而来。又或见到种种灾害，例如狂风雷电交加，山崩海啸，猛火飞焚，使中阴身惊惶无量，心胆俱裂。这时如见三座悬崖，一白、一黑、一红，便是贪、嗔、痴之三毒业力化现生起。如果在这时刻，过于惊慌，乱跑乱躲，便堕三恶道，千万要镇定高声称念佛号，便即景转势移，往生净土了。

凡是生前没有修学佛法的人，在这时候，多高呼其神之名，或是基督，或是天主，或是天尊，或是圣母，但都不会有丝毫感应的。这时中阴身在试呼其神名号之余，最后不要忘记这唯一的念佛法门，因为除念佛名号之外，其他办法都不能自救出险的。如再固执不定，便会见到鬼王判官出现，以黑白小石来显示其人生前的善恶，白色子多则善重，黑色子多则恶

重。如果中阴身一见黑色子多，必定十分惊惶，心欲抵赖。鬼王乃令之观业镜，有如现代的录影机，一生善恶，历历在目前，无可否认。如果这时立即念佛，还可感应佛力，度出险境。否则，便被鬼牛拖进狱门，受无限苦去了。所以一切修外道的人，在地狱门前，还有自救之法的，就是念佛。念佛洪名是无上道，是十方诸佛皆称赞之法门。

(丁)阿修罗道

阿修罗本是善道之一，但因为其常常带有嗔恨之心，执著争斗之意志，终非真正的善类。男修罗于各道中，常常兴波作浪，好勇斗狠，于诸天中，不时攻打天王，以谋夺位。女修罗貌美，时常迷惑众生，使难修行。故此阿修罗虽然不用受苦，但死后堕落三恶道机会甚大，故列之为恶道亦无不可。

中阴身生前好胜，好分善恶，死后进入中阴，即见有美好树林，以及二火轮，相对旋转，十分好看，如中阴时见此相，心喜走近，即投生为阿修罗，切记立于此时念佛，便可得解脱。

四、应感善道的先兆

甲、人道

按阿含经所说，人间有四个天下，亦即四大部洲。一是东胜神洲，二是南瞻部洲，三是西牛贺洲，四是北俱卢洲。四洲除了南瞻部洲(即是我们现住的世界)之外，皆没有佛法。尤其是北俱卢洲福寿非常，使人沉迷享乐，不可望生于这个地方。如果中阴身有感应东胜神洲的善业，这时便会见到一个大湖。湖中雁群，往来嬉戏。如果中阴身乐于此境，走向湖中，即投生此洲。所以如见此境，不可再犹疑，赶快念佛，便可超脱，不再轮回。中阴身如果感应得南瞻部洲的，便会觉得寒风雪雨，急欲找得躲避的地方。如果生前曾修大善，便见宫殿辉煌，入内即投生为皇室或大富大贵之人。如曾修一般善业的，则按比例而见大厦，小屋，茅房等而成为中富，小康或贫穷之人，如只见墙壁便生为叫化子之类的穷苦人了。此时千万不可随便进入任何室中，但一心称念佛号，则一切境相，便会改变，往生净土了。

中阴身感应西牛贺洲的便见一湖，湖边有牛食草，如趋前置身境中，便投生此洲了。这洲虽然富裕，但无佛法，不可投生，赶快念佛，即得往生。中阴身感应北俱卢洲的亦见一湖，岸边有畜性及树木。如入境中，便是投生此洲。这个洲虽然有种种福乐，寿命千年，因为没有佛法之故，千万不可大意走近此湖，必须一心念佛，便得接引，往生净土，永不受轮回了。

中阴身如因未曾修学佛法，以致投生人间，则必先见生身父母交合之情景，心起欲念，与父缘重者而生亲父之心，生而为女。与母缘重者生亲母之心，生而为男。中阴身机灵无碍，可穿过须弥山，飘游四大洲，但一入胎，虽有悔意，却不能穿过母体之子宫，而成后阴身了。所以中阴身务须紧记不可入胎。见男女合体，即一心念佛，便得解脱。此所以五戒中之邪淫戒是重获人身之基本戒条之一。如一个人生平喜邪淫，则于中阴期间，一见男女交合，便即起邪念，因而兴加入之意，便一定投入畜生之胎，失去人身。

乙、天道

中阴身如生前有十善业成就，便于这时见到柔和白光，仙乐飘飘。倏忽间便见到天界

宫殿，天女美艳无比。因福德故，见本部天神，手执天衣，伎乐仪仗，前来相迎。心中十分喜悦，有些善人，未命终而将进入中阴时，已开仙乐，还可以开口对亲属言，教他们不必悲伤，因为他觉得十分快乐之故。

当中阴身听闻仙乐，见天人相迎，便不再顾卢亲属因他死亡之哭号声，很高兴地追随天神，迳往所属宫殿中而享天福。这是紧急关头，任何人皆须紧记，不可随天神升天，因为天界仍是六凡之一，生天将来亦会死亡，到时便一样会堕落人间或三恶道。所以，于此时际，当即专心念佛，不贪天福，便可以转变眼前境相，净土现前，即得往生。

通常没有依佛法而修的善人，多会修至四天王天，或帝释天。按阿含经说，欲界有六天，故称六欲天。我们之上为四天王天，再上为三十三天，即帝释天。三十三天是由东、南、西、北各八天，加上一天居中所组成。帝释亦即是很多神权宗教所崇拜的神、上帝、天主或玉皇大帝，他管人间善恶，依因果之报应以及维护天地，使幽冥类不犯人间。再上依次是夜摩天、兜率天、化乐天、与及他化自在天，诸天之中，除了将快下生成佛的弥勒菩萨所居的兜率天内院可以往生外，其余各天的福报皆属有漏，享罢还须堕落，所以不应投生。

不生天上是佛法的专有理论，其他神权宗教不知道的。世上的宗教都教人敬神奉神，求神接他们上天。佛法是依因果而立论的，因法界皆有生、住、异、灭外的阶段。天界亦不过是一时的因缘和合而已，故此天人将来亦会坏空。故此说天道不可靠，天神非皈依之对象。所以当阴身一见天上宫殿景物，一闻天乐便须马上一心称佛名号，依净土法门而行便可以逃过天门，往生极乐世界了。

第五章 中阴身首十四日的感应及自救法

中阴身因生前未有遇上善知识而受业力牵制，而沦落中阴，心忙意乱，彷徨不知所措，痛苦不堪。如今当有七七之期，由命终后三日半至四日为第一日，因为此时中阴身苏醒，觉得诸根齐备，即是眼、耳、鼻、舌、身、意六根都很灵活。生前盲的聋哑的现时皆可以看、听和说话。身体因灵通力故，可以任意游行四大洲，不受障碍，真是飞行无阻的。除了会感应第四章所说的一般景象之外，每日会感应以下所说情景，每中阴身能够记得本书说的自救法，到时便可以跳出轮回苦海，直登西方极乐世界的。所以这一章所说亦是十分重要，但愿大家都紧记之。

甲、首七日面对喜乐部诸尊的自救关键

喜乐部诸尊是诸佛菩萨尊者，皆现慈悲相。

第一日—中阴身会见到一片蓝色，有如晴天，中央有毗卢遮那佛，坐著狮子宝座，心中发出灿伟蓝光，直射中阴身。同时亦有一道柔弱白光射来。这时赶快受摄入蓝光中，因为白光实是天道之光。如入蓝光，即生中央净土，了脱生死。

第二日—有水大白净光直射中阴身，此乃持金刚部佛，坐象王宝座上所发出之光，欲接引中阴身，佛旁有地藏及弥勒两大菩萨。同时又有一度如烟雾之光照来，此乃地狱之光，中阴身千万不可受业力牵制而避开白光，或反而投入烟雾之中。自救之法便是振作起来，一心尊敬世尊，投入白光中，即生东方上胜妙乐土。

第三日—有黄色地大妙净光，是坐在宝马座上的宝生如来发出者，直射中阴身。佛旁有虚空藏及普贤两大菩萨。同时人道亦射出微黄而带少蓝的光，这时中阴身千万不可执著傲慢心而避开黄色的佛光，应一心向宝生世尊，即永可免除生死之苦。

第四日—有清净火大红色宝光，系由西方极乐世界坐在孔雀王宝座的阿弥陀如来发出，直射中阴身，两旁有观世音及大势至两大菩萨，同时又有饿鬼道之柔弱红光，照著中阴身。此时千万不要害怕强烈之红光，因为饿鬼光虽柔和，但其实是因慳贪业力所引起。中阴应即一心皈命阿弥陀佛，称名顶礼，即为强烈之红光所摄，往生极乐世界。

第五日—有清净风大之绿光，乃由北方坐在人身鸟体兽王宝座的不空成就佛发出者，直射中阴身。两旁有金刚手及除盖障两大菩萨。同时亦有一道暗淡绿色光辉，照射而来。此系阿修罗光，系因嗔恨嫉妒心所感应。千万不要投入此光，而赶快一心礼佛，诚心忏悔嗔妒业障，便可生北方净土。

第六日—如果中阴身至此仍未受接引，则必定是业力深重，或未闻佛法，或受神教毒深，这时先前发光照射的五位佛陀，于第六日便同时一齐再发光射来，五色灿烂，中阴此时不可再因循犹疑，须知此等佛光，实由自己本来清净光明之佛性感应而来，是真家乡，非外来者，赶快认识其中一色，一经摄入，便了生死，返抵家园了。但是同日同时，六道光色又因业力而再生起，照射中阴身。即是天道微白，阿修罗暗绿，人道淡黄，畜生道呆蓝，饿鬼道亚红，地狱道烟雾是也。这六道光，混在佛的智光中，杂射而来。千万不要怖畏烈光，反亲近劣光，不然便又生死轮回去了。这时要坚固己意，最好一心皈命西方之红焰宝光，即可往生极乐世界，永不退转了。生前一向信奉神者，这时不要再执求天福，而投身白光，不然后祸无穷，生死不绝了。

第七日—如中阴身错过第六日之妙胜机缘，则便进入第七日。这时有五部尊者现身，分踞东、南、西、北、中五方，各高举右手，结降伏手印（无名指屈入掌心，中指与大指相捻，食指及小指伸直），持偃月宝刀，左执人骨碗，内盛血物甘露，作欢舞式，各以光芒射向中阴身。同时又有畜生道蓝光射来。当各尊者智光射来，必带有千倍雷鸣，及喊杀之声，中阴身千万不可惊怖而投入柔弱之蓝色劣光，尊者智光实是由本体光明而来，而畜道光实系自己的愚痴业力感应。因此必须赶快念佛名号，一心皈命阿弥陀如来，则仍可往生西方净土的。

乙、次七日面对忿怒部诸尊的自救法

如中阴身业力深重，于首七日错失良机，不能证入，便即是其人生平无明妄念坚固难破。诸佛菩萨之慈悲相未能摄受之，至此时便改以忿怒相而惊觉之。要知道凶恶的众生，忽遇见忿怒诸相，反觉亲切，有如归家。诸佛菩萨利用众生之恶性，化身忿怒诸相而吸引之，使众生亦可得度，用心良苦，不可忽视。但一般从未学习此中阴身救度法的人，佛教徒也好，非佛教徒也好，有时见忿怒相的佛化身，反而不认识而错失机会的。所以必须要细读此章，以备将来自救。

第八日—有饮血忿怒尊者现身，深棕红色，三面六臂，四足，右面白，左面红，中面深棕红色，周身智焰，共有九目，放光惊人，利牙外露，眉毛发光如电，发粗大声吼：‘阿拉拉，哈哈’此实是毗卢遮那佛之化身来摄中阴身，千万不要惊惧，要向之顶礼便可证入佛之智光。如于此时，专心称念阿弥陀佛洪名，亦可证生西方净土。

第九日—又有金刚部饮血忿怒尊者现身，深蓝色，三面六臂，四足，右面白，左面红，中面深蓝，此实是自识之感应生起，亦即金刚菩萨之化身，千万要认识之便可证入佛国。如于此时念佛，亦可即时往生西方。

第十日—有宝部饮血忿怒尊者现身，黄色，三面六臂，四足，右面白，左面红，中面深黄，此亦是自识所变现，亦实即南方宝生如来所化，应一心称念之便可超脱。如于此刻，认识本性之后，专心念佛，即往生净土。

第十一日—有莲华部饮血忿怒尊者现身，黑红色，三面六臂，四足，右面白，左面蓝，中面深红，此为自识变现，亦即阿弥陀佛之化身。如是认识，当即一心皈命，恳切称名，即得往生西方净土。

第十二日—有羯摩部忿怒尊者现身，深绿色，三面六臂，四足，右面白，左面红，中面深绿，威猛庄严，此为自识变现，亦即不空成就如来之化身，当称念之便可证入。如于此时，一心念佛，亦可往生西方。

第十三日—中阴身因业力执著，不能脱离幻相，十分危险。于此日乃有八嗔怒尊者及八名异类头女人身尊者现身。各踞八方，两层围绕著，各现凶恶残暴之相。此皆是中阴身自识生出之幻相，切不可恐惧，小心认识之，并同时专心念佛，自不会受业影响而得往生。

第十四日—自识又现出四门守护的女身异类之嗔怒尊者，又有外围之二十八女身异类尊者如下：

东方—

- 1、深棕红色牛首，持杵及人头骨碗
- 2、红黄色蛇首，持莲花
- 3、绿黑色豹首，持三叉
- 4、黑色猿首，持轮
- 5、红色雪山熊首，持短矛
- 6、白熊首，持肠索

南方—

- 1、黄色蝙蝠首，持匕首
- 2、红色水居狮首，持香炉
- 3、红色蝎首，持莲花
- 4、白鸢首，持杵
- 5、黑绿色狐狸首，持棒
- 6、黄黑色虎首，持人脑盖骨碗

西方—

- 1、绿黑色兀鹰首，持小杖
- 2、红色马首，持无四肢尸身

- 3、白色鹰首，持棒
- 4、黄色犬首，持杵及匕首
- 5、红色高冠细颈曲喙鸟首，持弓箭
- 6、绿色大鹿首，持宝鼎

北方—

- 1、蓝色狼首，持小旗
- 2、红色大湾角山羊首，持尖端木棒
- 3、黑色野猪首，持牙根串索
- 4、红色鸦首，持孩尸
- 5、绿黑色象首，持尸及人骨碗
- 6、蓝色蛇首，持蛇绳

守外围四门者：

东门—黑色杜鹃鸟首，持铁勾
南门—黄色山羊首，持索
西门—红色狮首，持铁炼
北门—绿色蛇首，持铃

凡此种嗔怒尊者，俱从如来悲智所出，必须仔细辨认，不生恐怖，毫不畏缩，专心念佛洪名，即得解脱，生西方净土，于一念间。

如果中阴身经此十四日仍未证入佛道，未能往生，则于此时司命鬼王鬼卒现身，高大凶猛，作凶残行，食人饮血。如中阴身见此形状，不可恐惧，速念诸相本空，无可亡灭，一切现前之恶相，皆由自识妄计而起，速速念佛，一心皈命，便可以改变境遇，立生净土，受极端福乐。

人在有生之日，常常阅读此书，想像各种中阴幻相，至寿终后，一见此等恐怖幻相，即以其九倍生前之记忆力，认识各凶像，不为所怖，专心念佛，即可出轮，了断生死了。此是唯一自救之法，信神道者，不可再执神力，信以为真，因为在中阴时，任何神力俱不能达。故此实为珍贵之自救法，凡人皆应学习而好好的记忆下来。

丙、二七之后

中阴身经十四日之后仍未能俟机受摄，便会更觉恐慌。这时会感觉到有更大的业风，从身后猛力吹来，又或见到前面一片黑暗，又常听到喊杀的凄厉叫喊声。千万不要惊慌，要认识这是自己的恶业现出来的假相，只要在这时候，专心念佛，仍有机会受佛接引，往生净土的。

第六章 如何了解第八识

甲、识的感应

看了以上五章有关中阴身的种种感应，便会有一个问题，就是自识因何会现出那么多的境界、人物、鬼神、光芒等？其实人之受生、轮回、受苦、升天等等，无一不是因第八识的感应而起。第八识亦即是阿赖耶识，其作用可以引起种种妄念，依妄念而生报身，感应报土，其过程是不可思议的。引用作者在‘唯识与电脑’一书所说过的一段有关阿赖耶的说话来描述阿赖耶——

“(第四页)……这个第八识梵语称为‘阿赖耶’，是‘藏’的意思。这个藏识的功用有如电脑的贮藏部，把资料和知见收藏起来，永不能自动消灭，除非众生本身另行输送新资料，以消除旧的知见。由于众生以往多生多世的知见都是基于贪、嗔、痴、慢、疑等基本烦恼之上，不然就不会轮回受苦，所以佛法称这些颠倒知见的收藏为‘业’……”

又在‘心经与生活’一书中作者曾说过——

“(第四十六页)……众生一期生命结束时，最后舍弃离开肉身的便是此识。但在其投生时却最先入胎或化现。以业力故，依六道法界而生成各种面貌、体格、个性等等……”

阿赖耶识中实在收藏了无限劫的业力。如人不认识此点，不改变对宇宙和生命的看法，则妄计永远不能消除，惟有在生死轮回中打转了。所以愿意了解第八识的第一念是很重要的。这一刹那时刻便是一般所说的‘回头是岸’、‘回光反照’，或‘放下屠刀，立地成佛’了。

第八识因种种妄计，主宰生命，有‘去后来先作主翁’的控制力。所谓‘去后’即是人寿命终之际，这识是最后才离开躯体的。但投生时却最先入胎，影响著整个生命生长的各样。既然此识有这样决定性的影响力，人必须要好好认识之，然后设法消去内里的虚妄印象。如果人不能认识此藏识的利害，一于只在感上下功夫，信感应为真，则不但以为人生是真，在中阴期中的种种自识感应也自然地信以为实，那么便会受惊失措，以致惶惶投生，受苦轮回了。

还有一点，人自无始来即畏惧神力，这亦是因识中错误颠倒的妄念计度而起的。把自识的感应当作神造万物，成立见解，难以攻破。今天科学昌明，但因不明阿赖耶的作用，只靠妄念的带领，很多人惟有倚赖神力造物之说，以解说生死。可是人修神道，则在六道中的鬼神，便各自以其第八识的妄念（凡众生皆有此识，鬼神亦是众生之一），成就其鬼神世界，各拥信徒，互以业力，共同支持其领域。所以人崇拜鬼神，便是助长建立鬼神的能力，而人不论拜甚么神，一神或多神，信那一种神权宗教都有感应，便是这个道理。感应大了，强烈了，鬼神之力自然与人沟通，人不知走错路，还以为神恩加宠，倍作供奉，使神业更大，互为因果，神与人同生魔心，将来灭后，神与人共堕无间狱，以报虚妄之罪。所以很多天主教王，皆怀愿意醒觉之心。希望成为佛的弟子，修学醒觉之道。例知，三十三天主帝释和大梵天天王便曾请佛说法，皈依座下，以冀同后修成正果的。识中的多生多世印象当然是很难消除的，所以众生都是受缚凡夫。唯一办法便是藉著阿弥陀佛的大愿，先行往生西方净土，得无漏神通，永不退转，便可以修行，把藏识的无明消除了。

基于以上所说作一个总结，识的感应，在迷的众生来说，实在是很可怕的。识可以因善的印象而生起天堂或人间的各种福报。已感应得的法界，如人间，是多么的实在。感应不到的法界，如天堂，是多么的虚幻和了不可得。

识又可因恶的印象而生起三恶道，即是畜生、饿鬼和地狱。感应是暂有的，是每一期都

不同的，都是本著因、缘而生果，缘尽则灭，因此凡现象皆无常性。众生亲神，自有神的感应；亲鬼亦有鬼的感应。众生之迷就迷在感应的短暂现象中。不知这是自识的作怪，只管看目前。感应使每一个宗教都有其短暂性的实在。佛法教我们看清楚识的作用，以及其感应的不可靠，这是‘如实观’，是要想从迷转悟的第一步功夫。

乙、念佛法门的感应

很多不信念佛法门的人不知其法的奥妙和不可思议。一如上述，众生自无限劫以来即为自识所左右，要完全地消灭第八识中的妄念是很难一蹴而就的。因此阿弥陀佛以其四十八宏愿，协助众生渡过首要难关——轮回。佛令众生往生其净土中，然后慢慢学法，渐次证道，便可以洁净识中的虚妄业力以及无明了。所以念佛法门是一个高深莫测的心理治疗法。这个治疗法不单止医治今生的心理病，也彻底治愈无始以来的颠倒。

阿弥陀佛为方便众生，其定下的往生要诀亦很简易，就是单念其佛号便可，不论何人，甚至鹦鹉、猩猩，能念的都可在命终时往生。有些人怀疑这个法的理则性。其实要明白念佛效力的来由，亦可从认识第八识感应力著手。首先要知道第八识的感应是依过去和现在世的业力，互相揉合而成的产品。如只看一生的作为，是不能知道该人下一生的去向的。所以单靠今生为人善良，以为下一生一定有好报是靠不住的。因为第八识实在收藏了很多业力，其中如有罪业，则罪业加今生善业，仍是恶报。所以第八识的业加现业产生的叫‘异熟果’，是另有现象的，一如氢氧两种气体相加成为流质的水，是异熟果。

以下的公式要知道——

现世业 + 过去世业 — 异熟果

例(一)

现世好施 + 过去杀业 — 地狱报

例(二)

现世不妄语 + 过去愚痴业 — 畜生报

当然这两个例都是假设来说明过去业，只是依因果律来作一个推想。因为有杀业的人，天地不容，所以修行首重戒杀，亦是想重得人身的头条戒律，而愚痴业力便使人堕畜道，今生虽不妄语也是难免，所以说六道中无安全的地方，反有火宅之称，赶快离开为妙，以此缘故，佛说的念佛法门，以佛的功德来改变众生的堕落倾向，因而得超升，依异熟果的因缘说，亦可了解如下——

(一) 不念佛的人

今生业 + 过去世恶业 — 恶道

(二) 念佛的人

今生业+过去世恶业+佛号往生净土

有人怀疑因何佛号的力量这么大，不知这正是阿弥陀佛宏愿的伟大和不可思议之处。如欲以世间道理来解释之，则‘阿弥陀佛’四字洪名有如电脑密码，虽然只几个字，但密码配合正确的频率，不论多大多重的机器也可以启动。因此宿世业力多便得多念佛号，便得每个业力都配上一句佛号便往生可期了。

很多已经是佛教徒的人，也会以为他们所修的本宗和念佛的效果一样的。不知道他宗的法门虽然一样玄妙，但各皆要有宿世根基的。末法众生，智慧浅薄，不见本性，没法知道根基所在，所以都是胡乱的去选法修行，结果是很危险的，倒不如专修念佛，必得往生的保证。念佛法门不单见于阿弥陀经，也见于其他很多的经典。不用说无量寿经或观无量寿经了，佛在妙法莲华经、华严经、楞严经、大集经、大云经、般舟经等都曾提过这无上法门。诸圣贤中文殊师利菩萨、大势至菩萨、观世音菩萨都推崇备至，发愿念佛。古代龙象如马鸣、龙树、慧远、憨山、智者、藕益等都以念佛为修行首要，近代如太虚、弘一、印光、虚云诸大法师皆教人念佛，而在家出家四众以念佛而预知时至往生的不知凡几。足以证明这个法门的可靠性是百分一百的。

事实上念佛法门是诸法之法。修禅宗的有渐、顿两派，渐法教人慢进，最后参见本性。顿法依根基而忽然悟道，明心见性，瓜熟蒂落。这些境界，念佛亦可以证得，一生念佛至成熟时，预知时至，即见本性，乃证念佛正定。有些人临终时得善知识教念佛，随口而念，未几命终，即得佛接引，一如顿法的明心见性。但参禅可招魔侵，念佛绝对安全。

修密宗的持咒法门，不是单单学会咒语便有效果的。持咒也得要有宿世根基，假以时日恒心，方得成就，但临终没有保证，如果宿世业重，一时失去正念，咒持不起来，便又轮回去了。而且密法不是末法时代的修行法，修时机已过的法门，难保不失。念佛法门是末法时代的法，修之一定可以往生，而且‘阿弥陀佛’四字实是诸咒之咒，一经念动，一念十念都受接引的。所以目连尊者说过，如阿弥陀法门这应简易的法门也不修，反去修外法，则此人必定是无眼无耳的。

念佛法门的律例也十分简单，只是‘恳切专勤’四个字。当一个人诚恳认真念佛的时候便一定真心信服阿弥陀佛的大愿，承认轮回之苦，并求脱离。承认轮回苦即是知过去所奉行都是不对，现今决定归正道。当一个人逼切地念佛的时候便表示了明白生死无常的逼切，很愿意于今生命终止时即得解脱，往生净土。当一个人专心念佛时，即是不再依恋任何不究竟，不稳当的法门，以符合一心皈命阿弥陀佛的誓愿。当一个人勤于念佛便显示不敢懈怠，以求精进。在这四字念佛秘诀之下，第八识田中的印象得以改变，本来光明无量的佛性便会显露，这亦即是自性弥陀。此光明无垢之本体，原与佛一般无异。阿弥陀佛乃得以此机缘摄受其人。所以念佛在临终时，即得四方诸圣的围绕，不令恐怖，即得往生。

人因迷而感应六道轮回，因觉而感应净土，同出一理。都是自识的作用而已。念佛人天天念佛，识中自与佛的慈悲吻合。造罪者天天作恶，识中自与恶的法界联系。当然念佛要口心相应才获其功德。口中念佛，心中却行恶意，则识中妄计岂能消灭？反之恶人如能真心念佛亦得往生。

丙、双身佛的感应

佛入无住涅槃，示现之际无固定形式，但求可以度得有缘，则可以任何形现身度之。众生轮回固然是因为业力关系，但于中阴入胎时，必先见父母合体的情景。迷的众生，因从未修断淫故，乃起颠倒想，并起加入之意。至是便感觉一阵迷惘，便已入胎了。佛度众生，岂有不知众生之弱点。因此很多中阴身在首七日中，会见到佛现双身，一如男女拥抱。中阴身见状，触起颠倒意，趋前投入，佛即便可以将其人接引了。所以有人把佛的双身形状，雕刻出来，以供人观看，藉此先入印象，等到万一落在中阴界，亦可以认识这是佛的双身而赶快加入，受佛摄受，往生净土。不明白诸佛用心的人，尤其是外道行者，以为此是邪像，邪意，真是不知佛度众生的苦心了。反观神教的天父，只被认造了人类万物，赋以各种物质，及至人被引起情欲之后，神只是诸般向人留难，试探，那里有体恤人类之心，不要说同样被造的畜类了。

丁、信仰世间神权宗教的感应

众生自无始以来，因不遇如来，不知正法之故，对神威力崇拜畏惧的心理已根深蒂固的藏在第八识里。受人敬拜的神亦自久远以来惯于接受信奉他们的人供奉。所以在迷的众生的圈子中，亦即是轮回的六道中，神是愿意众生继续拜祭他们的。当人供养神的时候，便会得到神的感应，人因此以为得神恩待而加强信心。这是迷的主要关键。所以说凡奉世上任何宗教的都是迷的一份子，佛法其实是破迷的方法。

人在希望和幻想之下，猜测神的意思，但神却从来没有明朗直截的告诉拜神的人有关天地万物的真相，因为有很多现象，根本神本身也不知道的。至于那些为神所知的现象，因怕失去供养，不肯使人知道。所以信仰神教的人，临终转流时多不能说话，因为神恐其泄露秘密，先把人的说话官能破坏了。这时其人已接近中阴期，力知所信奉的都是虚假，十分恐惧，但已后悔莫及了。

看过本书的信奉神者，则在这紧急关头，专心念佛，便可以得到一种定力，等到第一次光出现时，便可以立即受到接引。但如果还是不悟，便会以为这光来自其神，即便错失良机了。外法不能得定的原因就是外道不能消除‘杀’、‘妄’二业。信神教的人以为可以杀畜类，或自食，或用来拜祭。有杀业必不能感应天福。信神教的人又必定会向人传道，教人归神，自作教他，以之为无上道，犯大妄语，亦不能感应天福。五乘佛法中的天乘，不同神教的修法。天乘是以十善道修得，即是——

身三业——不杀生、不偷盗、不邪淫、（这是身业净）

口四业——不妄语、不两舌、不恶口、不绮语、（这是口业净）

意三业——不贪、不瞋、不愚痴邪见、（这是意业净）

合共三业清净，感应天堂福报。

信神教的人亦有依此三业清净标准为人，亦可升天。但这已超出其教义范围，非其教法之功，实在是他们自己的善根而已。所以奉告信拜神权宗教的人，赶快趁有生之日，回头是岸。

跋

平生至诚念佛，广修善德，临终一心不乱，弥陀观音便即现前，接生极乐，不历中阴惶恐境界，所以平时勤力修行，最为实际。

念阿弥陀佛十种功德

若人受持一佛名号者。现世当获十种功德利益。

一、昼夜常得诸天大力神将。并诸眷属。隐形守护。

二、常得二十五大菩萨。如观世音等。及一切菩萨。常随守护。

三、常为诸佛昼夜护念。阿弥陀佛常放光明摄受此人。

四、一切恶鬼若夜叉罗刹皆不能害。一切毒蛇毒龙毒药悉不能害。

五、一切火难。水难冤贼。刀箭牢狱。桎械横死。枉死悉皆不受。

六、先所作罪。皆悉消灭。所杀冤命。彼蒙解脱。更无执对。

七、夜梦正直。或复梦见阿弥陀佛。胜妙色像。

八、心常欢喜。颜色光泽。气力充盛。所作吉利。

九、常为一切世间人民。恭敬供养。欢喜礼拜。犹如敬佛。

十、命终之时。心无怖畏正念现前。得见阿弥陀佛。及诸菩萨圣众。手持金台。接引往生西方净土。尽未来际。受胜妙乐。

普为出资及读诵受持
辗转流通者回向偈曰

愿以此功德 消除宿现业
增长诸福慧 圆成胜善根
所有刀兵劫 及与饥馑等
悉皆尽灭除 人各习礼让
读诵受持人 辗转流通者
现眷咸安乐 先亡获超升
风雨常调顺 人民悉康宁
法界诸含识 同证无上道