

人間佛教的生死觀建構芻論 ——佛教生死輪迴觀的現代理解與詮釋

慧開法師

南華大學生死學系教授

一、前言

（一）生死的玄機

自從人類有史以來，面對生死的問題，就有下列一連串的問題不斷地被提出：有情的生命是一世？還是三世？生死的歷程是有限？還是無盡？生命是造物主之所創？抑或自然發生的？死後是否仍有靈性的生命存在？或是就此一了百了？這些都是千古以來的疑難與謎題。

針對生死的大哉問，古今中外，從來就不曾有過令眾人皆信服的定論，未來也不大可能有放諸四海皆準的解答。關於死後的生命存在與否，就世間現有的理論來分析，大致不出下列三種主要的觀點：斷滅見、恆常觀與輪迴說。

斷滅見認為人死之後，生命即隨之灰飛煙滅，不復存在，此乃唯物論所持的觀點，為東、西方各大宗教所駁斥。恆常觀則認為吾人在生時，有一永恆不變之內在自我主體，死後則成為一永恆不變之靈性實體，亦即靈魂，此為東、西方多數宗教所持之立場。至於輪迴說則以「生死輪轉」與「六道輪迴」來解說有情生命的遷流與生死的奧祕，一般皆以為此一說法是本屬於印度教與佛教生死觀點的教義內容。其實有關生命輪迴的說法，並非印度教與佛教所專有，

而是通於古今中外的，這一點將再下文中進一步說明。

（二）長壽的迷思——現代人的生死難題與老病困境

無論中外，人類自古以來就不斷地追求長生乃至永生不朽，例如中國的秦始皇、漢武帝，古埃及的諸多法老王等，但是都未能如願。及至現代，醫療科技長足地的進步了，大幅地延長了人類的平均壽命，表面上看起來是比古人長壽了，然而長壽帶給我們的並非完全是福音，同時也是另一種難題與困境。人類平均壽命的延長，產生了人口結構的改變，造成了日益高齡化的社會。值得關注的是，高齡化並不保證吾人生命與生活的品質也隨之提升，年長的族群很容易罹患退化性疾病，諸如：心臟病、癌症、中風等等，即使現代醫學的進步也無法徹底解決老化與疾病的問題。

現代社會日益高齡化的結果，除了在經濟、政治、社會等現實人生層面，產生種種棘手的問題或課題之外，也同時產生與死亡問題息息相關的種種生命高層次的心理或內在精神問題。傅偉勳教授的父親以九十一高齡逝世就是一個實例（以下引述 1993 年傅教授的話）：

約在三十多年前，他在台北患上半身不遂之後，由於我的四哥一家十分忙碌，無法自早至晚在家看護照顧，只好送他到一家特殊醫院安頓下來。不到一個月，家父開始大吵大鬧，說死也要死在家裡。無已，四哥把他接回。但是有一天四哥夫婦因要事不得不在外好多小時，家父就在這時不慎從床上跌到地板上，不得動彈，直至四哥夫婦回家才被發現。經過這次痛苦經驗與教訓，家父也同意，搬回特殊醫院，專由醫院護士照顧，四哥則每週總去一兩次陪他談天

《人間佛教》學報 · 藝文 | 第八期

解悶。以後二十年左右就如此在醫院一小房間，直至逝世為止。¹

傅老先生的案例十分具體地反映了現代社會結構所導致的個體孤離感與無依感，就如傅教授所言，個體死亡問題而言，現代人遠較古人或傳統社會的人們更感受到孤離無依，更會感受到面臨到自身的死亡問題，畢竟只能「自我承擔」，包括最親近的家人在內的任何其他人都無法取代絕症病人，在心理及精神上為他解決問題。² 然而「自我承擔」的結局，卻是在醫院或安養機構中求生不得、求死不能，猶如經歷漫漫長夜，等待死亡的來臨。這樣的案例，目前在台灣社會已經相當普遍，不但是當事人的痛苦，家人沉重的負擔，也是社會需要關注的現象。

死亡本身就是自然生命中不可或缺的一部分，然而現代醫療卻將「死亡」一律當成「疾病」來處理，不但在觀念上無法面對自然的死亡，在態度上也無法自然地面對死亡。因此，現代人的生死難題與老病困境有兩重：一者，現代人很難自然地尊嚴死，理想的「壽終正寢」有其現實的困難；二者，吾人有限的生命是否有一



重病患者的妥善照顧，是目前社會需要關注的現象。

（何曰昌／攝）

1. 傅偉勳著：《死亡的尊嚴與生命的尊嚴》，台北：正中書局，1993年，頁6-7。

2. 同註1，頁5。

個宗教或哲理上的出路？我們能否掌控自己的生死？規劃自己未來生命的出路與歸宿？這就是本文所欲論述的。本文嘗試從佛教生死輪迴觀的現代理解與詮釋，並提出生命的永續經營理念，以建構人間佛教的生死觀，一方面希望能夠幫助社會大眾消解面對死亡的恐懼，另一方面能及早準備，做好生命永續經營的規劃與實踐。

二、生命是一世與三世的辯證

生命究竟是一世、還是三世？這是自古以來的生命疑難與論題，各種說法都有，至今仍未有定論，未來也不可能有放諸四海皆準且令所有人都信服的答案。由於三世生命的觀點超越了常識及物質科學所認知的時空結構與範疇，無法普遍地用一般科學方法證明，因此科學主義者往往以迷信的論點看待三世的生命觀，一般大眾則以靈異的觀點半信半疑。殊不知一世或三世生命觀的辯證，還涉及超越現有時空的宇宙觀，不是單就一般所認知的物理與物質界而論世界，而是涵蓋眾生的心靈向度而論世界，如此則牽涉到眾生心識的層次與認知的向度等問題。下述數學的集合與定義域概念，以及物理學的空間維度概念，雖然不能直接證明生命的三世論觀點，但是可以幫助我們理解其可能性，以及其所蘊含的深刻生命意義。

（一）數學與物理學概念對生死問題的啟發

在繼續討論生命是一世或三世之前，我們先從數學與物理學的角度來理解「問題的範疇」與「問題是否有解」，兩者之間的關連性。在自然數系中： $2 - 1 = 1$ ，而 $1 - 2 =$ 無解；在整數系中： $1 - 2 = -1$ ， $4 \div 2 = 2$ ，而 $4 \div 3 =$ 無解；在有理數系中： $4 \div 3 = 1\frac{1}{3}$ ， $\sqrt{4} = 2$ ，而 $\sqrt{8} =$ 無解；在實數系中： $\sqrt{8} = 2\sqrt{2}$ ，而 $\sqrt{-4} =$ 無解；在複數系中：

$$\sqrt{-4} = 2i, \sqrt{-8} = 2\sqrt{2}i。$$

從數學的集合（set）與定義域（domain）的概念來看，在自然數系中無解的算式，在整數系中有解；在整數系中無解的算式，在有理數系中可有解；在有理數系中無解的算式，在實數系中可有解；在實數系中無解的算式，在複數系中可有解；在複數系中無解的算式，在向量空間中可有解。換言之，在低階的數系或定義域較小的集合中，看似無解的算式或問題，放在高階的數系或定義域較大的集合中即有可能迎刃而解。當一個算式或問題看似無解，往往並非問題本身無解，而是所給的定義域太小。

從物理學的觀點來看也是一樣的道理，一度空間無解的問題，放到二度空間來思考就可能不成問題；二度空間無解的問題，放到三度空間來思考即有可能迎刃而解；三度空間無解的問題，就可能需要放到四度空間去解決。愛因斯坦的相對論物理學，就是以四度空間（三度空間加上時間）去解決牛頓物理學中三度空間無解的問題。生命、生死乃至死亡的問題也是一樣，在低階的思惟層次看似無解的生命、生死或死亡的難題，提到高階的思惟層次或放大視野來看，也許就不再是無解的難題，而很可能迎刃而解。生命視野的高度決定其廣度與深度，即唐朝王之渙（688-742）的〈登鶴雀樓〉所云：「欲窮千里目，更上一層樓。」

（二）假設生命只有一世的話

假設吾人的生命只有一世的話，死亡即是生命的絕對與全程終點，對有深度思考的人而言，死亡的結局將導致生命存在的斷滅，生命價值的失落，乃至生命意義的空虛，萬物之靈的人類，也終究將與草木同朽。假設生命只有一世的話，對少數人來說，死亡或許

人間佛教的生死觀建構與論——佛教生死輪迴觀的現代理解與詮釋

是一了百了的解脫；但是對絕大多數人而言，死亡無異就是令生命灰飛煙滅的黑洞，我們所必然面臨的生離死別與悲傷哀痛，也終究成了天人永隔的無解難題。

（三）如果生命有三世的話

如果生命有三世的話，亦即不僅有正在進行中的現在世的生命，還有已經歷的過去世生命，與將開展的未來世生命。從三世論的生命觀點而言，死亡只不過是芸芸眾生一期生命中，帶有相對意義的分段終點，或者是銜接前後世的轉捩點；是故，在此意義之下，吾人已不再只是「向死」的存在，更是「朝向生生不已」的存在。由此觀之，「死亡」一方面看似隔絕今世與來生的關卡，另一方面也是銜接今世與來生的樞紐。

承上所述，當我們把「死亡」分別放在一世觀與三世觀的生命架構中來思考，二者之間，其意義有極大的差別。進而論之，生命一世與三世的辯證，不但會直接影響到我們對「死亡」的理解與詮釋，也會影響到我們如何面對（自我或他人的）死亡，以及如何處理（自我或他人的）死亡，如何超克（或幫助他人超克）死亡的恐懼，乃至如何幫助他人度過喪親的悲傷等等。而為了對生命有進一步的認知與理解，我們需要重新檢視死亡。

有情的生離死別如果放到三世生命觀的宏觀視野來看，就有「感應道交」的精神共鳴，或者「天地何處不相逢」的因緣契機，可以轉化乃至超越心理上的悲傷哀痛。

三、三世生命觀的現代開展

「三世生命觀」或「輪迴說」以「生死流轉」（梵語 *samsara*）

的過程，來解說有情生命的遷流現象與生死的奧祕，一般大眾皆以為此一觀點是原本屬於印度教與佛家生死輪迴說的教義內容。其實輪迴說是通於古今中外的，而不只是東方思想所獨有，在古代西方哲學思想中，原本也有輪迴的概念。

古希臘數學家畢達哥拉斯（Pythagoras, 畢氏定理因其而命名）是輪迴說的提倡與擁護者，大哲柏拉圖（Plato）亦承襲其說，然不幸為後世所湮沒。早期的基督宗教也未排斥輪迴轉世的說法，在《舊約》與《新約》聖經之中，皆有輪迴的文獻記載，早期教會的神父也接受輪迴的概念，不少聖徒更相信他們有前世與來生。然而遺憾的是，《新約》聖經之中有關輪迴的文獻，卻被羅馬帝國第一位提倡信奉基督教的君士坦丁大帝所刪除，後來又被羅馬天主教會於 553 年召開的第二屆基督教大公會議（君士坦丁堡大公會議 Second Council of Constantinople）判為異端邪說而禁絕，因此在後來西方文化思想中，輪迴之說幾乎成為絕響。³

然而近年來，在心理諮商與精神治療的領域，由於催眠術的運用，而有跨越前世今生的臨床報告，例如 Brian Weiss 的 *Many Lives, Many Masters*（《前世今生》）、陳勝英醫師的《生命不死》⁴、《跨越前世今生》⁵ 等書，一時之間，輪迴轉世之說，彷彿突破了原本一般人認為是宗教迷信的窠臼，而進入現代深層心理學與精神醫學的探索領域。

雖然因為二千年來佛教的普及流傳，輪迴之說早已在中國文化

3. Brian Weiss, *Many Lives, Many Masters*, Simon & Schuster Inc., New York, 1988, pp.35-36.

4. 陳勝英著：《生命不死》，台北：張老師文化，1995。

5. 陳勝英著：《跨越前世今生》，台北：張老師文化，1997。

人間佛教的生死觀建構與論——佛教生死輪迴觀的現代理解與詮釋

傳統中成為多數百姓的基本信仰，與社會大眾耳熟能詳的概念，但是俚俗之說穿鑿附會，以訛傳訛的成分居多，而知識分子又多半直接斥之為迷信，以致曲解其義者多，真正了解其理者鮮少。輪迴究竟是事實還是迷信？到底有沒有所謂的六道輪迴？如何證明有前世來生？種種諸如此類的問題，對多數人而言，一直是懸而未決的疑惑，Brian Weiss 與陳勝英在他們的書中，記錄了透過催眠治療的臨床經驗，提供了不少回憶前世今生的真人真事具體事例，筆者則嘗試從義理抉擇的層面提出學理性的詮釋。

（一）佛教輪迴觀的意涵

案「生死輪轉」或「輪迴」⁶一詞，梵文為 *samsara*，又作「生死、生死輪迴、生死相續、輪迴轉生、淪迴、流轉、輪轉」等。意謂大地的眾生由惑業煩惱之因（即貪、瞋、痴三毒）而招感三界、六道生死輪轉之果，恰如車輪之迴轉，永無止盡，故稱輪迴。



藏傳的六道輪迴圖

6. 「輪迴」本為古印度婆羅門教主要教義之一，佛教沿用之而加以發展，並注入自己之教義，因此二者之間存有頗大的差異。婆羅門教認為四大種姓及賤民於輪迴中生生世世永襲不變，而佛教則主張業報之前，眾生平等，下等種姓今生若修善德，來世可生為上等種姓，甚至可生至天界；而上等種姓今生若有惡行，來世則將生於下等種姓，乃至下地獄，並由此說明人間不平等之原因。

如《雜阿含經》中所述：

佛告諸比丘：於無始生死，無明所蓋，愛結所繫，長夜輪迴，不知苦之本際。有時長久不雨，地之所生百穀草木，皆悉枯乾。諸比丘，若無明所蓋，愛結所繫，眾生生死輪迴，愛結不斷，不盡苦邊。諸比丘，有時長夜不雨，大海水悉皆枯竭。諸比丘，無明所蓋，愛結所繫，眾生生死輪迴，愛結不斷，不盡苦邊。諸比丘，有時長夜須彌山王皆悉崩落，無明所蓋，愛結所繫，眾生長夜生死輪迴，愛結不斷，不盡苦邊。諸比丘，有時長夜此大地悉皆敗壞，而眾生無明所蓋，愛結所繫。眾生長夜生死輪迴，愛結不斷，不盡苦邊。⁷

換言之，凡夫的生命相貌，從生到死，死而又生，生生死死，永無止境。同時也引申為生死輪轉的時空結構，生住異滅，成住壞空，循環不已。

（二）佛教輪迴觀的哲理解讀

筆者嘗試提出一個具有現代觀點的哲理詮釋進路，所謂「生死輪轉」，一言以蔽之，乃是佛陀對宇宙人生整體變化之「生態系統」，從現象觀察的角度所作的綜合說明。從哲理上來解析，輪迴說屬於世俗諦層次，是對三界有情的生死流轉，所作現象上的描述（phenomenological description），而非形而上的定義（metaphysical definition），也不是究竟意義（即佛法所謂勝義諦層次）的宇宙真理與人生實相。

從現象上來觀察，輪迴是宇宙人生整體的「生態系統與流程」。

7. 《雜阿含經》卷 10，第 264 經，《大正藏》第 2 冊，頁 69 中。

人間佛教的生死觀建構與論——佛教生死輪迴觀的現代理解與詮釋

吾人不了解輪迴的相貌，是因為「不識廬山真面目，只緣身在此山中」。從生死輪迴的觀點而言，一切有情生命的流轉，乃是生死交替循環，無有終始，是故生命的「斷滅」（亦即絕對意義的死亡）不能成立；反之，「死有」（亦即相對意義的死亡）則成為分段生死的轉捩點。

換言之，「死亡」只是一切眾生的無限生命，在跨越生死之際，所經歷的一種時空轉換狀態，從當世的角度觀之，是一期生命的終結，從來世的角度觀之，則是過渡到下一期生命的開始。

一般社會大眾皆誤以為「輪迴」之意，是在眾生命終之後，依其善惡業報，去投胎轉世，此一片面的理解並非生死流轉之正確意義。廣義而論，「輪迴」的真正內涵，具體地描述，就是在吾人的整體生命歷程之中，每一分、每一秒都是親身處於「輪迴的系統」之中隨波逐流而不自覺，所以佛典中，常用「生死大海」一詞來譬喻及描述芸芸眾生身陷「無所逃於天地之間」的「生死輪迴」現實處境。

例如《大般涅槃經》卷上云：「一切眾生皆悉漂沒生死大海。」⁸就是由於生死輪迴是宇宙人生整體無窮無盡、無始無終的生態系統。因此，要洞悉生死輪迴的如實相貌，根本就不需要也不能等到死亡來臨之際。而且從佛教強調觀照工夫與注重修持實證的立場而言，要參究有情生命流轉的實相，乃是隨時把握當下現前一念，留心觀照內外諸法緣起緣滅的契機。

（三）「六道」乃生死的場域及舞台

至於所謂的「六道」又作「六趣」，為眾生各依其業因、業緣與業果而趣往之世界，包括：1. 天道、2. 人道、3. 修羅道、4. 畜生道、

8. 東晉·法顯譯：《大般涅槃經》卷上，《大正藏》第1冊，頁193上。

5. 餓鬼道、6. 地獄道。換言之，六道是三界有情在生死輪轉的過程中，所賴以活動的六個不同層次的場域或舞台，而居於三界的眾生又是這些生命大舞台的設計者、建造者與破壞者，同時也是大舞台上的演員、編劇、製作、導演兼觀眾。至於生死輪迴及六道場域的虛實若何？

從勝義諦的層次觀之，緣起性空；從世俗諦的層次觀之，則宛如虛擬實境（virtual reality），五花八門，層出不窮，森羅萬象，變化多端，但皆有而非實，譬如永嘉禪師《證道歌》所云：「夢裡明明有六趣，覺後空空無大千。」此處並非是說六道的場域完全是空虛幻化的，而是說彼等境界均是因緣際會的假有，從現象上觀之則有，從本質上探究則非實，故說有而非實，有而無常。

從天文學與物理學等科學的角度來看，六道之中的「天道」與「地獄道」之說，似乎是無稽之談的迷信，不能用科學方法來客觀地證實。然而徵諸古今中外的歷史，天堂與地獄的概念及其流傳，源遠流長，不絕如縷，可說是共通於全人類的文化遺產，雖然各不相同的民族與文化，對於天堂與地獄的景象，有其不同的描繪與詮釋。

其實，天堂與地獄的概念普遍存在於吾人的生死認知之中。從宗教與生死探索的角度來看，宇宙與人生二者相依相成，是不可分割而單獨成立的，沒有宇宙，有情的生命如何開展？沒有眾生，空寂的宇宙有何存在的意義？是故，宗教宇宙觀是呼應宇宙與人生的相互依存關係而論之，亦即吾人對我們所居住的世界與依止的環境，從宗教的觀點所作的整體觀察與認識，進而提出系統的說明及詮釋。

此處所言之「宇宙」，不單指純粹物理或數理意義的宇宙，諸如：山河大地，日月星辰，銀河星雲等，而是作為眾生現世活動的場域

人間佛教的生死觀建構與論——佛教生死輪迴觀的現代理解與詮釋

或舞台，以及生命流轉的連續時空結構。因此，廣義的宗教宇宙觀，除了探討「物理世界」的成、住、壞、空等變化之外，還包括從個人身心、社會群體、人倫道德、人生價值、人文精神等層面所建構的「心理世界」與「精神世界」，乃至超越世俗層面的「靈性世界」，因此所有的宗教都必然會論及「天堂」與「地獄」等不同層次世界的存在及其意義。

筆者以「生死的場域」來譬喻不同的宗教世界觀，我國民間信仰自古即有陰陽二界之說，亦即人間世與陰曹地府之相對，基督宗教也有現世、天堂與地獄之說，佛教則有三界、六道、十法界、三千大千世界之說，凡此皆是一種「多重次元的宇宙與人生」之觀點。

一般知識分子多以迷信或靈異的角度來看待宗教的宇宙觀，因為它超越了常識或科學所認知的時空結構與範疇。殊不知宗教的宇宙觀不是單就物理與物質界而論世界，而主要是就眾生界而論世界，如此一來，則牽涉到眾生心識的層次與認知的角度等問題，因而很難單獨用物理法則來規範，而需要以宗教的義理面向來詮釋。

（四）輪迴的現象展轉不斷

或問：既然生死輪轉並非宇宙之真理與人生之實相，為什麼還會有輪迴的現象存在呢？這不是一個從邏輯的立場可以理解的問題，而必須從因緣法、唯識學、心理學及現象學的角度切入，筆者的觀察及詮釋為：緣起即是性空，性空不礙緣起，輪迴的現象也是因緣所生法，此有故彼有，此生故彼生。

就是因為六道裡的眾生太沉迷於這場生死大戲與輪迴之劇碼，並且執著於人物的刻劃、角色的扮演、場景的布局、劇情的發展、觀眾的反應……。再者，上演的戲碼還不能過於平淡單調，一定得要「峰



每個人都是生死輪迴大戲中的演員。圖為清代描繪知名戲曲演員的畫作《同光十三絕》。

迴路轉、柳暗花明、宛轉曲折、柔腸寸斷、扣人心弦、賺人熱淚、高潮迭起、欲罷不能、……」，演起來才精采，看起來才過癮。大夥兒輪流粉墨登場，樂此不疲，捨不得不一場接著一場演哪！只要眾生的無明煩惱未盡，生死輪迴的戲碼就會一再上演，無怪乎白居易在他的《長恨歌》結語中說道：「天長地久有時盡，此恨綿綿無絕期。」

（五）三世生命的事例

美國維吉尼亞大學經神病學系教授，伊安・史帝文生（Ian Stevenson, 1918-2007）用嚴謹的科學態度，投入到輪迴轉世的研究中。他在世界各地從事兒童自發性的前世記憶科學研究，直到他過世之前，累計的案例達三千件。他運用嚴謹的科學方法來檢驗所有蒐集到的資料，雖然有少數人批評他的研究報告是偽科學（pseudoscience），但是更多的西方人基於理性與科學的信念以及不妥協的態度下，開始認真而嚴肅地看待輪迴的課題，甚至接受它是真實性。

史帝文生對於兒童自發性前世記憶的科學研究，基本上採取歷

人間佛教的生死觀建構與論——佛教生死輪迴觀的現代理解與詮釋



史學者與律師的研究方法，而有一套嚴謹的驗證程序：發現對象、獲取資料、立案質疑、當面取證、追蹤觀察、寫出報導。⁹ 透過嚴謹的研究方法與步驟，他在 1966 年出版了 *Twenty Cases Suggestive of Reincarnation*（《二十案例示輪迴》）一書，引起了西方學術界的震驚與熱烈的討論，可說是當今世界研究

「輪迴轉世」此一領域中最具學術價值和權威性的參考文獻。

書中的二十個輪迴轉世案例，是史帝文生於 1961 年至 1965 年間，從印度、斯里蘭卡、巴西、美國的阿拉斯加東南部的印地安部落與黎巴嫩等地所蒐集、整理和驗證過的案例的一部分。由於這本書中的案例，都是經過作者與研究團隊實地考察，並經由一連串嚴謹的驗證程序以排除造假及誤謬的部分，因此引起歐美科學界的重視。

根據史帝文生的研究，如果有兒童在年幼時自發性的說出自己前世的訊息，譬如自己前世的姓名、居住的村落、前世親人狀況、前世自己死亡時的情形等，史帝文生的研究團隊在得知消息後，會趁該兒童及見證人記憶猶新的時候趕赴個案所在。史帝文生抵達現場後，一開始會先盡可能否定這個小孩子的前世記憶，他運用法界辦案的查訪與驗證方法，分別約談孩子、家人、親戚和村民，嚴密檢驗他們說詞

9. Ian Stevenson, *Twenty Cases Suggestive of Reincarnation*, University Press of Virginia, Charlottesville, 1999, pp.1-14. 此書於 1966 年由美國心靈研究學會（American Society for sychical Research）出版，1974 年由維吉尼亞大學出版社發行第二版，之後版權收歸維吉尼亞大學所有。

《人間佛教》學報・藝文 | 第八期

的正確性，再相互比對，找出箇中矛盾之處，以排除不確實的內容。他堅持只訪談親耳聽到訊息的人士，而不接受第二手的資訊。

在他的研究案例中，儘管這些兒童的年齡大都在六歲以下，但他們卻能清楚地描述自稱前世居住過的村鎮，包括具體的情況以及發生在十幾年前、甚至更久以前的事情的細節，有些前世記憶中的村鎮距離個案現在的居住地遠達百公里之外，很多兒童甚至可以說及其他種族的語言。這些案例中的很多細節，都由史帝文生的研究小組仔細地查證核實。

由於這樣的研究方法耗費經年累月的時間與大量的人力資源，必須花費大量時間和金錢才能完成，因此很難普及。然而，史帝文生從理性及科學的角度，開闢了一座橋梁跨越了理性認知與生命輪迴之間的鴻溝，對現代生死學的理論建構有著莫大貢獻。可以作為三世生命觀的有力旁證。

（六）亨利·福特的輪迴觀自述

另外一個有趣的例子，出自英文版的網路《維基百科》，美國汽車大王亨利·福特確信他有過去世的生命，最近一世是在蓋茲堡戰役中陣亡的士兵。根據 1928 年 8 月 26 日的《舊金山訊問報》（San Francisco Examiner），刊載了一段福特在訪談中透露自己的輪迴轉世信念：

當我二十六歲的時候，我接受輪迴轉世的理論，這個觀點與宗教信仰無涉。甚至於工作都不能讓我完全滿足，假如我們無法將我們在一世生命中所累積的經驗運用到下一世的話，工作是徒勞無用的。當我發現輪迴轉世時，就好像我已經獲得一項宇宙的計畫，讓我了解到有一個機會去實現我

人間佛教的生死觀建構與論——佛教生死輪迴觀的現代理解與詮釋

的想法。時間不再是有限的了，我不再是時鐘上指針的奴隸。天才只是經驗，有些人好像認為那是天賦才能，但是我認為那是在多生多世中長遠經驗的果實。有些人跟其他人比起來是比較老練的靈魂，所以他們知道的比較多。輪迴轉世的發現讓我心安了。如果你保留一份這段談話的紀錄，寫下來好讓人們都心安。我很樂於將生命的長遠觀所帶給我們的心安傳達給其他人。

亨利·福特的輪迴觀，無關宗教信仰，而是建立在一種生命經驗可以生生世世延續傳承的時空結構上，這當然是他個人的理解與詮釋，真實與否暫且不論，但是其論點透露出一種突破生命局限而無線開展的可能性。

四、生命不死與分段生死

德國哲學家海德格在其經典之著《存在與時間》（*Being and Time*）一書中，對死亡作了實存分析（*existential analysis*）而提出人是「向死的存在」（*Being-towards-death*）此一概念，揭示「死亡」本是吾人「存在」的一部分¹⁰。海德格的實存分析，從探討的脈絡來看，似乎是預設了「一世生命」的立場與觀點而論的，因此死亡對人生而言是具有絕對意義的「全程終點」，是故他說人是「向死」的存在。然而，從「三世論」的立場與觀點而言，一期生命中的死亡只不過是眾生之無盡生命中，帶有相對意義的「分段終點」，或者是銜接前後世的「轉捩點」。是故，在此意義之下，芸芸眾生已

10. Martin Heidegger, *Being and Time*, (A translation of *SEIN und ZEIT* by John Macquarrie and Edward Robinson), Harper & Row Publishers, New York, 1962, p.277.

經不再只是「向死」的存在，更是「朝向生生不已」的存在。「生生不已」的生死觀，也是共通於儒、道、釋「三家心性體認本位的生死智慧」。

吾人若能開展對生命更為寬廣角度的理解，則得以進窺探索生死流轉的相貌，如果從生命連綿不絕的宏觀立場，來觀照生命的進程，其實是生死交替的過程，是故佛教稱之為「分段生死」¹¹。再就事相上來觀察，眾生的分段生死又可區分出「四有」¹²次第之相，其內容分別為：1. 本有：從出生至死亡之間，亦即眾生一期之生命；2. 死有：臨終且即將轉生（或往生）之際，眾生一期生命的結束；3. 中有：又稱為「中陰」，乃眾生死生之間的過渡階段；4. 生有：出生，眾生另一期生命的開始。此「四有」之相次第循環，無始無終。¹³

由此觀之，生命的流轉，既是生死交替，無有終始，則生命的「斷滅」——亦即絕對意義的死亡——不能成立；反之，「死有」——亦即相對意義的死亡——則成為分段生死的轉捩點。弔詭的是，死亡一方面是隔絕今世與來生的關卡，另一方面卻是銜接今世與來生的樞紐。因此，廣義地說，生命不死；究竟而論，「死亡」只是芸芸眾生死生過渡之際的表相，也可說是生命在輾轉兌化過程中所呈現出的一種「虛擬實境（Virtual Reality）」。換言之，死亡只是眾生的無限生命在跨越時空之際所經歷的一種轉換狀態，從當世的角度

11. 從佛教的觀點而論，眾生有二種生死：「分段生死」與「變異生死」，前者指身處生死大海中的凡夫在六道中的輾轉輪迴，生死交替；後者指超越生死的聖者，其修證階位的轉換與悟境的層次。

12. 「四有」的出處有《大毘婆沙論》、《瑜伽師地論》、《順正理論》、《成唯識論》等論典。

13. 可參考索甲仁波切（Sogyal Rinpoche）著，鄭振煌譯：《西藏生死書》（*The Tibetan Book of Living and Dying*），台北：張老師文化，1997年。該書是從藏傳佛教的觀點，解析生死的過程。

人間佛教的生死觀建構與論——佛教生死輪迴觀的現代理解與詮釋

度觀之，是一期生命的終結，從來世的角度觀之，則是過渡到下一期生命的開始。

（一）瀕死經驗（NDE, near-death experience）

以上所述，偏向就哲理面向而論之，若就現實面向而論之，生命不死的佐證事例之一，即是「瀕死經驗」，自古以來，就有不少這方面的文獻記載，近代則有比較學術性與系統性的探討。美國著名的精神醫學與臨床死亡學專家伊莉莎白·庫布樂·羅絲醫師（Elizabeth Kübler-Ross）在她的名著《論死後的生命》（*On Life after Death*）一書中，提到她曾臨床研究過二萬名有瀕死經驗的個案。

綜合其在醫院中與病患們訪談的內容，許多人在瀕臨死亡之際，居然能遊歷天堂，遇到天使，或是得到守護精靈的眷顧與撫慰，乃至親眼目睹耶穌基督、聖母瑪莉亞等聖靈。凡此種種，皆是許多歷

經瀕死階段的病患們之共同愉悅經驗，不論其為男女老少，也不問其種族、國籍、文化與宗教背景之異同。她還說道：「每一個人都會面臨他心目中的天堂。¹⁴」

由此可見，天堂與地獄是存在於人類心靈的另一個向度與範疇，即使是先進的科學理論，也無法否定與抹煞人類共同的深層心理經驗，尤其是臨終病患的特殊深層心理經



根據有瀕死經驗的人描述，瀕死之際曾遊歷天堂。

14. Elizabeth Kübler-Ross, *On Life after Death*, Celestial Arts, Berkeley, California, 1991, p.16.

驗，這就需要仰賴深層心理學以及臨終精神醫學的進一步發掘與探究了。

此外，瀕死經驗所透露出的消息有二：其一，是破除一般大眾對於死亡的恐懼與迷思，突破了常識所認為的生命極限，顯示出死亡的境界非但不是生命的終點，反而開啟了另一道生命之門。其二，是打破吾人對於世界的有限認知，顯示出宇宙連續時空結構的多重向度或次元。瀕臨死亡的身心狀態，不但突破了肉體的束縛與日常心識的關卡，同時可以身（心）臨其境地神遊太虛，經驗到廣闊無涯的另一次元時空境界，許多死而復甦者所經驗到的「天堂」，可以用這樣的角度及觀點來理解與詮釋。

（二）死亡的意義

即使廣義的生命不死，對大多數人而言，相對意義的死亡仍然是哀傷痛苦的，恐怖而又無可逃避的現實。從現象上來觀察死亡，它有三個孿生兄弟，即是「衰老腐朽」、「惡疾絕症」與「災難橫禍」；換言之，這三者是導致我們的肉體色身終究要告別生命舞台的主要及直接原因。弔詭的是，死亡的「原因」卻遠比其「結果」還來得可怕，也就是說，假設吾人的肉體只會老朽退化、罹患疾疫、遭遇災禍，卻不會死亡，則我們會陷入一種求生不得，求死不能，生不如死的困境，例如植物人般的情況，其後果實在不堪想像。因此死亡對生命而言，是必要而有深刻意義的。

換言之，死亡並不完全是個障礙，它讓生命得以休息之後再出發。海倫·聶爾寧（Helen Nearing）在她的《美好人生摯愛與告別》（*Loving and Leaving the Good Life*）一書中說到：「人生無死亡實在是令人難以忍受的」，又說：「死亡讓人們有機會在奮鬥了幾十年後

人間佛教的生死觀建構與論——佛教生死輪迴觀的現代理解與詮釋

得以休息。」¹⁵

世間任何物質的組合，包括日月星辰、山河大地、乃至我們的色身，都有其相應的使用年限，汰舊換新本是自然常態。因此，如秦始皇、漢武帝等，千方百計祈求長生不死，根本不切實際。如果獨居於廣寒月宮裡的嫦娥真的是千秋萬壽，想必日子過得十分辛苦，李商隱的〈嫦娥詩〉說得好：「嫦娥應悔偷靈藥，碧海青天夜夜心。」

五、前世記憶的保留與遺忘

或問：既然生命不死而又有前世今生的話，為什麼我們都不記得了呢？這個問題就涉及到佛教唯識學與深層心理學的範疇了。綜合唯識學與心理學的觀點來看，筆者認為，對於尚未解脫無明煩惱的芸芸眾生而言，在生死輪轉的歷程中，遺忘前世的種種，其實是一種維持身心平衡與健康的內在保護機制，讓吾人現世的生活比較好過一點，否則「人生不滿百，常懷千歲憂」，日子就很難捱了。

進一步分析，佛典中有所謂「隔陰之迷」或「隔陰之昏」的現象，意即吾人從此生過渡到下一生，處於母胎之中乃至出生之時，會喪失前世所有的記憶。這種隔陰的現象，對於累世精進的修行者而言，當然會形成一種修道的難關，讓他每一世都要從頭開始，因此行菩薩道的大乘行者，必須修習總持法門，令所學不易忘失。

然而對一般人而言，隔陰之迷則並非全然是個負面的障礙，假設吾人在生死輪轉的過程中，不但不會遺忘，而且把前世的記憶，都鉅細靡遺地保留下來，如此一來，則每個新生的嬰兒都可能要背負著前世數十年，乃至累世千百年所累積下來的是是非非與恩恩怨

15. 海倫·聶爾寧（Helen Nearing）著，張燕譯：《美好人生的摯愛與告別》，台北：正中書局，1993年，頁321-322。

怨，我們無法想像他們如何能健康快樂地成長？因此，對芸芸眾生而言，遺忘前世種種是非恩怨，在精神上反倒是某種程度的解脫。

但是從另一方面來看，遺忘也讓我們無法記取前世所學以及寶貴的經驗與教訓，再加上由於習氣與業力的牽引，而使得我們可能不斷地重蹈覆轍，以致於無止境地輪迴下去。因此，對前世的記憶或遺忘，落在今生今世，要論其利弊得失，就形成了一種弔詭的辯證關係。換言之，前世記憶不論是保留或遺忘，對今生都有其正面與負面的影響，如何面對並超越這種兩難的困境，就成了人生的一大課題。

（一）催眠治療的意義

從眾生心識作用的觀點而論，遺忘前世並非把過去世的所有記憶均徹底地清除，而是將之轉換而儲存到吾人更深一層的意識結構之中，佛教唯識學稱之為「阿賴耶識（*alaya-vijnana*）」，又稱為「心田」，意為「藏識」，其中含藏著過去世的所有經驗與記憶。傳統西方心理學，特別是佛洛伊德的心理分析，雖然不涉及前世今生的說法，但是認為吾人會將負面或者不願直接面對的早年經驗，迴避而壓抑到意識的底層，稱之為潛意識（*subconsciousness*）或無意識（*unconsciousness*）。¹⁶再者，吾人前世的種種經歷雖然已被遺忘，但是透過業力作用所薰染的習氣，仍然延續到現世甚至於未來，並且無時不刻地影響到吾人現前的身、口、意三業而不自覺。

如果我們將有情生命的場域只定義在一生一世的有限時空結構之內，則許多人生的棘手問題，特別是眾生的善惡業報，人際之間的

16. 當然西方心理學與佛教唯識學在範疇及方法上，都有所不同，不能率爾並論，在此是為了解說的方便而並列。

人間佛教的生死觀建構與論——佛教生死輪迴觀的現代理解與詮釋

是非恩怨，都會面臨無解的困境；反之，如果我們擴大對於時空範圍的認知，將過去、現在與未來都納入生命的劇目與場域，則原本彷彿無解的身心障礙、人際關係、恩怨情仇、乃至窮通禍福等等問題，則有可能循著前世今生的脈絡，而找到繫鈴與解鈴的關鍵。

至於要如何切入前世今生的網路聯結，而喚起過去世的關鍵記憶，從佛教修持的觀點而言，是要經由禪修的定力與智慧的觀照，這當然超乎一般人的能力範圍。除此之外，催眠治療是一項可行之替代途徑。在某種程度內，催眠能幫助我們解開前世經驗之鎖，進入深層記憶的資料庫（database），讀取相關的訊息。

然而僅有前世的回憶是不夠的，因為過去世所發生的事件，即使是客觀的事實，也已經轉化為主觀的認知與經驗，這其中就有見仁見智的理解與詮釋等問題，如果我們不能正確地或是高明地解讀過去世事件所蘊含的哲理與心理意義，則前世的記憶與經驗不但無法深化為解決問題的智慧，反而可能惡化為負面情緒的反應，就如同蔣百里先生所言：「人類從歷史得到唯一的教訓，就是人類從不肯接受歷史的教訓。」我們即使擁有過去經驗與記憶，也還是可能不斷地重蹈前世的覆轍。因此在催眠之外還必須加上心理輔導或靈性治療，在回憶前世之過程中釐清事件的脈絡與意義，才可能對眼前所面臨的問題有所助益。

（二）宿命的解套

生命之流既然是生生世世不斷，因果業力相續，如果現前的一切都用前世今生的因果業力來解釋，那麼人生豈不是被宿命的公式所套牢？世俗所流傳的三世因果或者業障之說，常常會使人產生宿命的疑慮與困惑。然而矛盾的是，多數人並不了解也不願深究因果業

力的道理，遇到複雜難解的人生問題時，又喜歡亂套三世因果的公式，強作解人，誤導眾生。

人生到底是否為宿命所束縛？倘若答案是肯定的，則「宿命」的立論就 成了偏於非主體性的、存有的、辯證思惟的哲學命題；倘若答案是否定的，則所謂「宿命」的問題就是一則主體性的、現象的、參究心識的「現成公案」。一般人面對人生的困境與僵局，會有宿命的錯覺，一方面是因為只注意到過去業因的牽引力，而忽略了現前抉擇的對治力；另一方面則是因為多數眾生 意志薄弱，心隨境轉，身口意三業往往被性格與習氣所制約，以致行為模式 不斷重複而無法改變。

其實，在現前當下這一刻，「過去的業因」與「現前的抉擇」同時都是影響未來生命開展之最主要的因素，至於未來業果之相貌如何，則須考量二者的質、量與勢力之消長。站在佛教修證的立場而言，如果沒有自覺的工夫，而只是隨順個人的習氣，跟著感覺走，就現象上而論，則人生多半會因循苟且，積習難返，看起來幾乎就像是被宿命所拘囿，無怪乎算命、看相、分析星座等等行業，無論古今中外，都一直十分流行。如果努力參究，用心察覺自我的煩惱，掌握當下一念觀照的契機，作出智慧的抉擇以轉化習氣，則可以破解宿命的窠臼。明朝的袁了凡先生，以個人扭轉命運的親身經驗現身說法，著有《了凡四訓》一書¹⁷，可以作為化解宿命牢籠與藩籬的極佳佐證。

17. 明・袁了凡著：《了凡四訓》，台北：慧炬，1990 年。

六、人間佛教的生死觀建構芻議——生命的永續經營理念

基於上述的討論，筆者基於三世的生命觀而提出「生命的永續經營」之理念雛型，作為人間佛教的生死觀建構的核心概念，再由此開出二階段的建構芻議：一者，對死亡意義的省思與肯定，以建立正向的生死觀；二者，死亡（往生）的準備，及早規劃個人生命的永續經營，分項條列簡述如下：

（一）對死亡意義的省思與肯定——建立正向的生死觀

1. 如實了解導致死亡的原因：老朽、疾病與災禍。如本文第四節所論，「老朽、疾病與災禍」這三者是導致我們的肉體色身終究要告別生命舞台的主要及直接原因，而且是避免不了的。平時應注重個人的衛生保健與養生之道，當面臨老病之時，則要以平常心面對。

2. 了解死亡的難題與挑戰：能否善終而有尊嚴。然而我們面臨死亡之際有一項難題，就是能否善終而有尊嚴。《尚書·洪範》篇中說人生有五福（也就是「五福臨門」這個成語的出處）：「一曰壽、二曰富、三曰康寧、四曰攸好德、五曰考終命。」¹⁸最後一福「考終命」即是善終；換言之，也就是死亡的尊嚴與品質。古哲將善終列為人生五福之一，而且是五福之終極，可見其對人生有十分重大的意義。

3. 肯定死亡的意義：休息之後再出發（Life without death is unbearable）。如果生命只會老化而不會死亡，那是很可怕的事，因此死亡對生命而言，是必要而有意義的。沒有死亡的人生是不能忍受

18. 吳璵注譯：《新譯尚書讀本》，台北：三民書局，1997年，頁81。

的，死亡並不完全是個障礙，它讓我們休息之後再出發。死亡是生命的一種轉換，絕不是終結，而是另一個開始。從心理建設上出發，肯定死亡的意義，進而以正面的態度迎接死亡的自然到來。

（二）死亡（往生）的準備——及早規劃個人生命的永續經營

既然面對生死大事是人生中心一門必修的課程，我們就應該及早作研究的功課與死亡（往生）的準備，免得「平時不燒香臨時抱佛腳」，屆時措手不及。面對死亡（往生）的預備功課，包括靈性層面的提升，宗教哲理的探求與思惟，生死觀的建立等等。在世間人倫與法律層面，則有預立遺囑，以免身後引起子孫的紛爭。具體的工夫則有平日的養生之道，以及宗教修持，以期能預知時至，瀟灑走一回。

1. 培養及建立「十方三世」的宇宙觀與生命觀，了解宇宙之廣大浩瀚，以及生命境界無限提升與開展之可能，以克服面對色身老朽衰敗乃至死亡的無謂恐懼。

2. 預立遺囑：預作規劃及安排個人的生死大事，包括：安排家務，處分財產，付囑後事，交代心願，期無後顧之憂。

3. 開展未來生命的規劃：依個人願力的抉擇，未來生命的規劃與開展，有二個大方向：一者，發願往生佛國淨土，或者依其個人的宗教信仰與心願，往生天國樂園等處；二者，乘願



平日就要注重養生之道以及宗教修持，及早為往生作準備。（慧豪法師／攝）

人間佛教的生死觀建構與論——佛教生死輪迴觀的現代理解與詮釋

再來，迴入娑婆世界，行菩薩道，普濟眾生。

4. 迎接死亡（往生）時辰的到來：當個人步入生命的後期，面臨老病之際，能預知時至，從容準備，以期身無病苦，心無罣礙。

5. 萬緣放下以告別今生、迎接來世：當個人世緣已盡，臨命終時，能正念現前，無有恐懼，心不貪戀，意不顛倒，如入禪定，瀟灑走一回。今生善終的結束，即是來世善生的開始。

七、結語——生命的永續與挑戰

生命的經驗，尤其是生死大事，其實很難完全用理論來規範。生死的疑惑並非只是學術殿堂裡的課題與論述，而是在大眾日常生活中，親身面對生老病死的現象時，都可能在心中產生的罣礙與困惑，這也是吾人在生命歷程中，遲早所必然欲探究的終極關懷。

十一年前（1998）的暑假，筆者應邀赴香港及澳門演講，佛香講堂的法師介紹了一位鄭姓醫師來找我面談。原來，鄭醫師之前就來過講堂，欲向法師們請教有關死後生命的問題，講堂的法師告訴他，已邀請我在暑假期間來香港演講，屆時可與我見面深談，鄭醫師聽了很歡喜，就與講堂的法師預約與我會面的時間。見面之後，他告訴我，他為了探索死後生命的問題與生命的究竟真相，讀了很多書，看了很多經典，請教過很多人，都沒有得到令他滿意的答案，所以才會找到佛香講堂來。相談之下，了解到鄭醫師好學深思，但是太急切於從知識的層面，獲得到確切的答案。我請他先說出他心中最罣礙或疑惑的問題是什麼？以下是對話的大致內容：

醫師問：人死了以後，到底還有沒有？

我反問：你到底擔心什麼？

醫師說：我擔心死了以後，什麼都沒有了。

《人間佛教》學報・藝文 | 第八期

我再問：如果死了以後，什麼都沒有了，灰飛煙滅，一了百了，那你還需要擔心什麼呢？

醫師一時無言，接著又說：你說得也有理，好像沒什麼好擔心的；但是如果什麼都沒有了，一切都歸於虛無，那麼我這一輩子的努力又有什麼意義呢？努力與不努力、認真與不認真、行善助人與作奸犯科，又有什麼差別呢？

我說：的確，如果人死了以後，什麼都沒有了，必然導致生命存在的斷滅，生命價值的失落，乃至生命意義的空虛，從哲理上來說，你心中的疑惑與罣礙是有很深刻的道理和意義的。

醫師又問：那又如何能解決呢？

我說：你所擔心的「死後什麼都沒有了」，佛教稱之為「斷滅」，不過佛教認為生命是不可能斷滅的。雖然有一類的聲聞行者證到阿羅漢果，入無餘涅槃，不受後有，不來人間，看起來似乎是一了百了，但是他們的生命絕非斷滅，只是因為斷盡見思惑的煩惱，而不再經歷生死輪迴。但是未來若發菩提心、行菩薩道，就會乘願迴入娑婆世界，出生入死，普度眾生。至於絕大多數的芸芸眾生，則是無明煩惱纏身，天長地久有時盡，此恨綿綿無絕期，生命的歷程是沒完沒了的，死了以後不但有，而且還會輪迴再來的。

醫師鬆了一口氣，說道：那我就放心了！

我接著又說：可是我卻反而開始擔心了，為什麼？就是因為生命「沒完沒了」，死了以後還會輪迴再來，那麼來生你到底要去哪裡？又可能會去哪裡？這就成了一項嚴重的問題，怎能不令人擔心呢？有人說那是下輩子的事了，反正也無法事先預知，所以就不要再操心了。這樣說其實是非常不負責任的，萬一不慎轉生到戰亂地區變成難民，或者生到落後地區變成文盲、乞丐或奴隸，不是很可怕

人間佛教的生死觀建構與論——佛教生死輪迴觀的現代理解與詮釋

嗎？所以在今生結束之前，應該要好好規劃來生的方向。

以上的對話的內容，其實並非特殊的個案，而是反映了多數大眾的心聲，其中蘊含了面對死亡的恐懼、罣礙與困惑，但同時也懷抱著來世生命的希望與出路。生死的課題是需要用功參究才能深刻契入的，絕大多數人終其一生都汲汲營營於名利，多半未曾認真地思惟生死課題，因此對生與死的困惑是難免的。雖然如此，生死的玄機是人人得以參究且證悟的，即使尚未證悟，而未來生命的希望從來就不曾消失過。

綜合本文的論述，從三世生命觀的宏觀視野來看的話，絕對斷滅意味的死亡是不存在的，因此，擔心死後墮入虛無而產生莫名其妙的恐懼，其實是沒有必要的。然而就眾生分段生死的自然歷程而言，每一世生命的結束與下一世生命的開展，仍然是吾人不得不面對的重大課題。在生命流轉的過程中，如何活得心安理得，在生離死別之際，如何走得瀟灑自在，在死生蛻化之際，如何抉擇開展未來的新生命，是芸芸眾生永遠的必修課題。

三世生命觀蘊含著一種積極而且有開創性內涵的生命觀架構，提供了一種生命永續經營的視野與理念，可以破除斷滅的迷思與謬見，可以消解面對死亡無謂的恐懼，以及打破一世生命觀帶給我們在思惟上的局限。雖然三世的生命觀帶給我們無窮的希望，但絕非意味著生死的問題就此都解決了，反而有很多功課要做，因為在生命展轉蛻化的輪迴歷程之中，面對過去有累積的業力與習氣的牽引，面對未來則充滿了眾多內外因緣變數與可能性，所以也帶給我們持續不斷的挑戰。

若欲根本解決吾人生死大事的問題，就不只是純粹的理論課題，而是需要回歸到每一個人主體性的智慧抉擇，以及具體的實踐工夫。