

死亡与再生

却发现不到自己的习气。
即使定力再好，
因为没有善用所培养的定力去观照身心，
开印阿闍梨法句

一、前言

荒村瘦马横僵卧，老道昏鸦乘夕阳。
蛄菌不经年又月，南柯何必笑黄粱。

老、死是人生无可避免的问题，再生乃大家所关注的焦点。德国哲学思想家海德格（Heidegger）曾经说：“人生是迈向死亡的历程。”中国老子也直指生命的历程是一种“出生入死”，既共存，又相渗透。重现实的孔子，则以为：“未知生，焉知死？”

上世纪俄、美科学家先后提出“死亡学”（Thanatology）研究，目的希望以科学方法研究人类的死亡，减少人类所承受痛苦的过程，达到改善生活的本质。

死亡学，根据《死亡百科全书》界定，是一门研究与死亡相关之行为、思想、情感及现象的学科。1993年7月，台湾出版了美国天普大学教授傅伟勋先生的《死亡的尊严与生命的尊严——从临终精神医学到现代生死学》一书，掀起了打破传统对死亡禁忌话题，开始关注与探索生死议题的风气。



二、生死真相

佛教谈死，也谈生。在四阿含里所谈的法门好像很多，但有它一贯的核心思想，那就是缘起（paṭiccasamuppāda）。以无明为缘而有行，乃至以生为缘而有老死，这定义就像常见定型句中的：“此有故彼有，此生故彼生；此无故彼无，此灭故彼灭。”意思是：生命的缘起中，总摄一切众生的名色关系而存在，没有单一的独立个体；一切皆因关系而集起，因关系而消灭。佛法是以有情为中心的，若不从有情的名色着手，偏于唯物或唯心，都不能把握佛法的真义。

生命的缘起中，
总摄一切众生的名色关系而存在，
没有单一的独立个体；
一切皆因关系而集起，因关系而消灭。

缘起不只空间上含摄三界，时间也贯彻三世。三界五趣的一切有情，皆因无明、行、爱、取、有的燃料供应不断，三界之火就必须继续燃烧下去，这是杂染的流转。通达了“此有故彼有”的流转之缘，自能破除种种疑惑，镇伏邪见，



并且确立了正信、正见、法住智¹，进而以还灭的“此无故彼无”截断生死相续的连系，趣入于涅槃。这是探索死亡与再生之根本意趣。

如佛陀在《相应部》说：

诸比丘！什么是缘起？诸比丘！以生为缘而有老死，无论诸如来出世或不出世，其道理已确立，是法住性，是法定性，是此缘性。

如来于此现等觉、现观之后，叙述它、开示它、宣布它、设立它、分析它、分别它、阐明它，然后说：你们当见！²

缘起非佛作，亦非其他人所作，包括上帝的指示安排。缘起是从佛陀深彻觉悟中宣说出来的一种普遍轨则。

1 Vism. p604。

2 相应部“因缘相应”《愚贤经》(S.12.20.p25-26)。汉译南传“相应部二”(14, 24)。《杂阿含 296 经》卷 12 (大 2, 84b)：“云何为因缘法？谓此有故彼有，谓缘无明行，缘行识，乃至如是如是纯大苦聚集。云何缘生法？谓无明行。若佛出世，若未出世，此法常住，法住，法界。彼如来自所觉知，成等正觉，为人演说、开示、显发，谓缘无明有行，乃至缘生有老死。”



有情身心，不外是色、受、想、行、识五蕴，或略说名色。众生界的色法、心法及心所法都是缘生法，都在此法则之内。

有情在没有边际的苦海里浮沉，轮回的根源是无明及有爱。因此，只要源头没有停止，后续之流，终无枯竭。既有生，免不了死；生了之后，还接踵而来有老、病、死等生理诸苦，以及愁、悲、苦、忧、恼等心理诸苦。生、老、死是人生渐变的常态，如佛说：

诸比丘！什么是老、死？凡是在各各众生部类的老、衰颓、坏朽、白发、皱皮、寿减、诸根颓坏，此即称为老。凡是各各众生部类的没灭、死亡、毁坏、隐没、命终、诸蕴破坏、尸体舍弃，此即称为死。如上，此是老，及彼是死。诸比丘！这就是所谓老、死。

诸比丘！什么是生？凡是在各各众生部类的生、出生、入胎、诞生、诸蕴显现，诸处获得。诸比丘！这就是所谓的生。³



3 相应部“因缘相应”《分别经》(S.12.2.p2-3)。汉译南传“相应部二”(14, 3)。

死亡，只象征着一期生命的结束，但不是就此结了，轮回不会因为死亡而宣告结束。佛说“彼无明不断，爱缘不尽，身坏命终，还复受身。”⁴无明不断、爱缘未尽，身坏命终之后必会再生。如此下去，轮回既没开端，也无止境，只见一堆造业与异熟苦。

2.1 死亡的种类

庄子曾说：“朝菌不知晦朔，蟪蛄不知春秋。”对一种朝生暮死的菌类，不必谈什么月亮圆缺的道理；对一只夏生秋死的蝉儿，更不知什么春季秋季。由于生命的无奈短促，见识亦必受限。

人类能依靠自己坚强的意志修行成佛，也有可能造下极重的五逆罪而堕落恶道。

“人类”，这个字在古印度的巴利语是 manussa，梵语 manuṣya，即“拥有灵敏或发达意智者”的意思⁵，马来语 manusia 与此有关，相当中国人的“人类是万物之灵”。人类的心智确实非常敏锐，因此不论在造作善业，或诸恶业都比较其他众生来得更加强势有力。人类能依靠自己坚强的意志修行成佛，也有可能造下极重的五逆罪而堕落恶道。因此，人间是苦乐、喜忧参半之处。

“圆首方足，皆人类也。”⁶人类绝不是昆虫、菌类、畜牲等低等生物。从古至今，人类想尽办法抵制、阻挡死亡之神的到来，点子之多，世上其他动物生类难可比拟。

传说古代有个行将就木的老皇爷，看看自己寿命将尽，于是赶快催人筑建高台峻阁，目的就是欲与神仙往来，求得长

4 《杂阿含 294 经》卷 12（大 2，84a）。

5 Bhikkhu Bodhi (1999) “A Comprehensive Manual of Abhidhamma” pp.191。寻法比丘中译本《阿毗达摩概要精解》(p181)。

6 《随书》卷 84 “北狄传·突厥传”。



生不死的仙方灵药。传说固然荒谬，但贪恋生命、害怕死亡则古今心同，现代人还不照样有“万寿无疆”、“永生不死”如出一辙的萨迦耶见吗？

下来，我们谈一谈佛教的死亡观。这里的“死”，是专指有情生命（名法命根）的断绝，不同于一般花草树木的枯萎死。

佛陀曾经说过：

诸比丘！人寿短促，不久便至来世。故当作善，当行梵行。生者决无不死。诸比丘！彼长寿者，百岁上下而已。⁷

常者皆尽，高者必堕，合会有离，生者有死。⁸

人生短促，一转眼老死之将至，很快的又要投生到别处去了。佛陀时常劝导修行人要好好珍惜生命，广集福业，多修善法，在有生之年不错过任何修善断恶的机会。

7 S. I, p.108。汉译南传“相应部一”（13，186）。

8 《法句譬喻经》卷 1（大 4，576b）。

2.1.1 福尽而死

福尽、寿尽及业尽，应该是来自阿含经的记载。如《梵动经》记述世界初成时，“有余众生福尽、命尽、行尽，从光音天命终，生空梵天中，便于彼处生爱着心。”⁹就谈到了这三组名相。对照南传长部《梵网经》的寿尽（āyukkhayā 即命尽）、福尽（puññakkhayā），少了的“行尽”，这也许就是中阿含《婆罗婆堂经》另译的“业尽”。¹⁰

南传《清净道论》谈到四种死中，“福尽”（puññakkhayena）在《摄阿毗达磨义论》则用“业尽”（kammakkhayena），意义上同样指令生业成熟的死亡，差异不大。不过，北传论典有时把福尽、业尽及寿尽三者并用，再加上一个横死，共有四种的死。

以下，依《清净道论》从时死、非时死的分类，先做说明：

一、时死（kāla-maraṇa）：

1. 由于福尽，
2. 或寿尽，
3. 或两者具尽所发生。

二、非时死（akāla-maraṇa）：

4. （生存）业为毁坏业所毁。

虽有令寿命存续的缘存在，但因令其结生的业成熟故死，称为因福尽而死。

如现时（閻浮提洲）的人，不具（诸天的）趣，（劫初人的）时，（北具卢洲人的）食等，仅尽百岁的寿量便死，名为由寿尽而死。

⁹ 长阿含《梵动经》卷14（大1，90b）。D. I. Brahmajāla-sutta.[No. 21]

¹⁰ 中阿含《婆罗婆堂经》卷39（大1，674b）。



如度使魔（dūsīmāra）及迦蓝浮王（kālabu-rāja）等，由于可令死没的业，即在那时那地断绝其生命的延续，或者由于宿业关系，用刀剑等的方法断其生命延续而取死者，即名非时死。¹¹

这分类跟《瑜伽师地论》有的相似：

云何死？谓由寿量极故而便致死。此复三种：谓寿尽故，福尽故，不避不平等故。当知亦是时、非时死。或由善心，或不善心，或无记心。

云何寿尽故死？犹如有一随感寿量满尽故死，此名时死。

云何福尽故死？犹如有一资具阙故死。

云何不避不平等故死？如世尊说，九因九缘，未尽寿量而死。（略）此名非时死。¹²



¹¹ Vism. 229。

¹² 《瑜伽师地论》卷1（大30·281b）。



福尽，《清净道论》是说“令其结生的业成熟故”，《瑜伽师地论》则指为“犹如有一资具阙故死。”¹³《摄阿毗达磨义论》谈到死亡的四种原因时，采用了“业尽”。这里的业尽，是指福业的耗尽，如刚才所说：同指令生业的耗尽死亡；在定义上，也许与北传的业尽不全然一致。

《清净道论》的福尽而死，可喻如一盏灯的灯油。虽然灯芯还很完好可供燃烧，但油已尽，灯火也会因此而熄灭。油像生命中的福业，今世的令生业有多少的福业（油），就起了决定性的关键。这里所说的福业，指欲界的八大善心和色界的四种禅那善心，投生人间的令生业，当然是欲界善心了（北传阿毗达磨将色界禅那善心列入不动业中）。

令生业（janakakamma）是在结生及一期生命里产生异熟心、心所及业生色的善思或不善思。



13 窥基《瑜伽师地论略纂》卷1（大43，9b-c）：“寿尽死，则业命终。福尽死，则衣食阙。不避不平等，则余缘枉横死。（中略）对法说三死：一、寿尽故死：如生此州极寿百岁，业虽未尽，命尽故死。二、福尽故死：耽定衣食阙，横缘故死。三、业尽故死：三时业尽故。”

2.1.2 寿尽而死

有情的寿命，在各不同生存地就有不同的寿量。现在时段閻浮提人的寿命大约在百岁之间。劫初的人，欲界天人，色、无色界的梵天众一般上寿命都比我们人类长寿，所以上二界天又被称长寿天。

在《摄阿毗达磨义论》“第五·摄离路分别品”谈及四种结生时，曾概略介绍各界有情的寿量，从人类、四王天、三十三天、夜摩天乃至色、无色天的寿量，此不赘述。

我们现在介绍人类的寿量：

在此（欲界）中，四恶趣、人与苦处阿修罗的寿量，是没有定数的。¹⁴

虽说现时段的人，其寿量大约在百岁上下，但不是说永远都如此，它会循序渐进在十岁与八万岁之间增减，没有固定。

14 纵使结生为人，也因时段不同而有差别，如长部26《转轮圣王师子吼经》所说，由于善恶业因缘，人寿在八万年至十岁之间上下浮动。《瑜伽师地论》卷4（大30，295b）：“赡部洲人，寿量不定。……或于一时寿无量岁，或于一时寿八万岁，或于一时寿量渐减，乃至十岁。”



寿命就犹如油灯里的灯芯，也有烧尽枯竭的一天。人类之所以能够存活下来，除了油量（福业），还必备有一定长度的灯芯，芯愈长可燃烧就愈久。灯芯，就像拥有一定燃烧时量的寿命。

2.1.3 具尽而死

福、寿具尽而死。犹如油量、灯芯两者同时耗尽熄灭一样。以上，皆属于“时死”。

2.1.4 非时死

非时死，是一种遭受断坏业（upacchedaka-kamma）突然从中断截命根，中止了令生业的延续而导致死亡。

如过去强大的恶业突然现前，提前结束了生命。这就像一盏灯芯完好、油量充足的灯，突指遭到外来一阵强风吹熄。

对人间善道来说，强风就像不善毁坏业（upaghātakakamma）中断了较弱的善业（不让它继续产生善异熟），提早结束生命，或导致五根败坏、聋哑残障或变性等。对强而有力的毁坏业而言，突遭夭折，是一种“非时死”。



灯、油、炷的譬喻

这是譬喻有情的漫长轮回。如在《杂阿含经》里可看到，佛告诸比丘：

我忆宿命，未成正觉时，独一静处，专精禅思，生如是念：世间难入，所谓若生、若老、若病、若死、若迁，若受生，然诸众生生、老、死，上及所依，不如实知。（略）

诸比丘！于意云何？譬如缘膏油及炷，灯明得烧，数增油、炷，彼灯明得久住不？答曰：如是，世尊！¹⁵

无明、爱、取未尽，必然遭受无数生、老、病、死乃至纯大苦聚等。在印顺导师《杂阿含经论会编》比对《瑜伽师地论》的相应文句是：

如观老死，生、有、取、爱，各由二种如理观察，当知亦尔。如是名为始从老死，次第逆观苦、集二谛缘起道

¹⁵ 《杂阿含 285 经》卷 12（大 2，80a）。相应部“因缘相应”《结经》（S.12.53-54）：“诸比丘！譬如油灯，依于油与炷而得燃烧。”参《汉译南传》相应部二（14，103-105）。

理。应知此中，顺集谛法犹如灯炷，即此集谛如膏油等，苦谛类灯。

诸非聪慧补特伽罗，譬于灌油并集炷者，如是苦灯烧然长世。¹⁶

非聪慧者不断灌油、加炷等，如是纯大苦聚集的灯火必长世不灭。无明、行、爱、取、有就像膏油，借此助缘，轮回之火不会熄灭。漏尽圣者没有了膏油（集谛），剩下的唯作，不会形成招续后有的令生（福）业。（《清净道论》和《瑜伽师地论》的福尽定义不尽相同，要辨别开来）

以无明等的断尽，佛陀的大般涅槃并不属于这财尽、寿尽二类的死亡，如《阿毗达磨大毗婆沙论》引据《施設论》加以评述：

《施設论》说，有四种死（略）。佛虽财寿具未尽故而般涅槃，然非横死，边际定力（dhyāna-balena 以静虑力）所成办故，功德威势未穷尽故。诸余有情于命终位威势穷尽，佛不如是。¹⁷

一般有情在临命终时“威势穷尽”。佛不是这样，佛以上品静虑禅定威力而成就大般涅槃，财寿未尽，更非横死。如《大般涅槃经》记载，佛陀入灭尽定，由灭尽定出起转入非想非非想定，……乃至从第四禅出起之后，佛陀直入于涅槃。¹⁸

2.2 死亡的到来

贪生怕死，为人之常情。所以古德曾对存丝毫“望安隐（而）不死”的人，加以呵斥之为“是心痴人所生”！¹⁹

16 《瑜伽师地论》卷93（大30，829a）。另卷11（大30，328a）有类似譬喻：“问：几缘起支当知如炷？答：识乃至受。问几支如膏？答：无明、行、爱、取、有。问几支如焰？答生、老死应知。”

17 《阿毗达磨大毗婆沙论》卷20（大27，103b）

18 D. 16. Mahāparinibbānasuttanta. pp156，《大般涅槃经》汉译南传（7，111）。

19 《大智度论》卷20（大25，228a）。



《大智度论》谈的死，也与上大致相同：

有二种死，一者自死，二者他因缘死；是二种死行者常念，是身若他不杀，必当自死。如是有为法中，不应弹指顷生信不死心。²⁰

忘了死，才会放逸、造诸恶业，
是痛苦烦恼的罪魁祸首。

他因缘死，相当《清净道论》说的非时死；自死应是福尽、寿尽二死。或许有人会问：学习世间种种技艺学问，有好处，念死的好处在哪？当知“众生多以忘死故，起不善业。”²¹忘了死，才会放逸、造诸恶业，是痛苦烦恼的罪魁祸首。念死之人深知命如坠石，时日不多，还不警策在心而继续造诸恶业？根据《清净道论》，念死可镇伏五盖，证得近行定（upacāra-samādhi）。

20 《大智度论》卷20（大25，228a）。

21 《成实论》卷14（大32，350a）。



念死之人临终不惧。就如看见一道闪电后，心知轰隆隆的雷声“即将到来”。早已习惯了生命脆弱、无常、不自主。

佛教认为真正的死，一种叫死亡心的异熟必然生起，接着才是命根断灭。如中部《有明大经》说：

死亡的命终者，他的身行已息灭。语行……乃至心行已息灭，寿尽、暖消，诸根败坏。²²

有些濒临死亡的报告书，搜集了一些临终现象的反应，终究还不是死亡报告。死了不会说话，报告不了什么心得。过去有以为心脏跳动停止，就是死亡；或以瞳孔放大、脑缺氧或脑死视为死亡。最近见有媒体报称，西方有一人脑死、瞳孔已放大了，但却又“复活”了起来。除非不是真的命根断绝、死心生起，否则如经论中所说的命断、寿尽、暖消、根坏之后，不应再有“复活”。

佛教的死亡心与医学证明的脑死，依据精神（名法）或物质（色法），各有偏重，精确度上还有讨论的空间。

22 中部《有明大经》汉译南传（10，p15）。
中阿含《大拘稀罗经》（大1，790c）。或参考 Vism. p709。



三、色的转起次第与种类

3.1 色的转起次第

欲界、色界的众生都有色法，也必指依色而存活。依照阿毗达磨分析，色或色聚的来源不离“业”（kamma）、“心”（citta）、“时节”（utu）及“食素”（oja）这四种方式而来，既各有特色，也彼此相互影响。²³

在生起次第上，业生色第一。因为它在结生时即已经转起了，接着才是结生后第一个有分心转起的“心生色”，以及“时节生色”。最后是母体传达至胎儿的“食生色”。欲界的众生，就是依靠这四种的色法不断相续而起，犹如灯焰，亦如河流，一直到有情的寿命结束为止。

如是有情死，再生于后有；取得而结生，其色又转起。



23 Vism. p613, 623。



3.2 色的种类

3.2.1 业生色

以下，将介绍“阿毗达磨”理论中的色法。

第一刹那来到人间的心，叫做结生心。这时同时带来的色，就叫“业生色”。什么是业生色？《清净道论》：“对于业生色，以六处门而得明了。”²⁴ 在入胎时，已同时带来了三种十法聚：身十法聚、（男或女）性十法聚，及心所依处十法聚。其余眼根等，是后面才相续生长。

²⁴ Vism. p624。

一般正常的人都拥有眼净色、耳净色、鼻净色、舌净色、身净色、男或女根色、命根及心所依处色，这八种都是由于过去业的“思心所”（cetanā）所招致的色法。详细说法，还包含九种业生色聚里的“八不离色”和空界，一共十七种业生色。²⁵

一般正常的人都拥有眼净色、耳净色、鼻净色、舌净色、身净色、男或女根色、命根及心所依处色，这八种都是由于过去业的“思心所”（cetanā）所招致的色法。

²⁵ 理论上，男女二性色皆含在内共 18 种。依真实情况只有 17。



诸根圆缺，男女性别等都决定与业有关。例如一般胎生有情，在结生的刹那，身、性、心所依处三种十法聚都必然转起。若具有异熟障者，极有可能某一净色不能正常运作转起，造成某根缺陷；纵使胎儿细胞分裂正常，或胚胎成长也没异样，就因为业生的净色出了问题，而得不到过去业的支援，即此得了残缺。

性色为业生色之一，也是 24 种所造色的其中一部分。根据《摄论》第六品，有谈到胎生者结生得不到性色。《清净道论》说，一类无性胎生者，在与结生心同时转起的只有心所依处十法聚及身十法聚色法，和三种无色蕴（受、想、行）。识缘名色的名色，共有 23 法。若具男性色或女性色的胎生者，再加上性十法聚，共成 33 法。²⁶

“性色”容易被误认为是遗传学上的“性染色体”（sex chromosome）。两者看来也确有相似处。但在阿毗达磨里早已清楚交待：性色是属于业生色。若要找到归属处，充其量只能说：性染色体，相当于时节生色的范围内。



26 Vism. p559。



3.2.2 心生色

什么是心生色？欲界的 8 大善心，12 不善心，10 唯作心，及由于善与唯作的 2 种神通心，这 32 种心都将会产生色法，所以叫心生色。

如上述生灭、起落无数次的心理反应，将会影响生理的变化，这是心生的色。如《清净道论》说：

对于心等起色，以喜忧而得明了。即喜时生起之色是润软丰满与快触的。于忧时生起的色是萎疲丑恶的。²⁷

色法的变化可以在情绪波动时、人逢喜事精神爽时，或悲伤哭泣时、生气激动时等等反应。不善心方面，如愁、悲、苦、忧、恼、爱别离、怨憎会、求不得等；善心如布施、持戒、止观禅修等十福业中所说。这些心识皆能影响或转起色法。

虽欲、色二界有情，在多数的心识都有可能生起色法，但以下情况则例外：善、不善异熟眼识等双五识，一切

27 Vism. p624。

有情的结生心，漏尽者的死心，以及四无色界有情的异熟心，这 16 种心是不会转起色、四威仪及身、语二表色的。

心识正处于“生”时，依靠前生的心所依处而转起色法。住时、灭时的力道羸弱，转不起色法。

心智若久处于五欲状态，那真如老子说的
“五色令人目盲，五音令人耳聋。”
让人看不清真相。

现代科学的研究发现，人类大脑内部有个叫“下视丘”的地方，是一群神经核的组合，其中每一神经核都在控制着我们的生理欲望。一旦受到外缘刺激时，下视丘会自动制造催产素充斥整个大脑，催产素跟脑内啡的构造相似，也像鸦片一样，让人有种温暖、飘飘然的感觉，是一种属于容易上瘾的化学物质。一般人不易拒绝生理的乐受，有时宁可上瘾也不愿放弃追求欲乐，目的就是为了体验所带来的快感。心智若久处于五欲状态，那真如老子说的“五色令人目盲，五音令人耳聋。”让人看不清真相。因此，当一个人欲望冲动浮现时，脑内额叶正常的人还可以自我控制，但这方面有受损的人倒有点像小孩，容易随原始欲望起舞。此即佛教所说的：识缘名色，名色亦缘识；身心的相互影响。

不仅如此，佛教所说的名色互依，还谈到过去世与现世的关联，也说现世亦与未来世的关系。

过去世的业，影响了或形成今世业生色的部分，如眼净色等，若缺此业生净色，我们也无法见色、闻声、嗅香、尝味、觉触、知法等，说得严重些连生存都成了问题，因为心识所需依止的依处色都没了，生命如何转起？如何结生？因此过去业（心）与现在异熟（色），今世业与来世异熟关系，三世亦复如此。



附带一提同性恋。过去医学界曾将同性恋列为心理病来治疗。那佛教视它为什么？业生抑或是心生？

依阿毗达磨来分析：决定男女的“性色十法聚”是业生色，但“性染色体”来自于父母，自非业生色而实际是时节所生色。从遗传学研究报告显示，一般从小即有先天同性恋倾向者，以男性居多，且他们的基因一般上都有异于常人的地方。现代医学也不再单纯视为心理病，已开始跨越到基因治疗方面去了。

有的同性恋是后天形成，与成长背景、心理因素、家庭关系及环境都有丝迹可寻。据如泰国著名人妖（男人女性化）为例。

所谓“人妖”，小时候与一般天真小孩没两样，有过幸福童年，他们也需要父母关爱，他们也讨人喜欢。部分因出生于不幸家庭，或自小即被人拐卖，小学基本教育没完成，小小生命就已操纵在不法集团的手里，听天由命，任人摆布。随着幼童时开始注射“雌性荷尔蒙”，必要时还动了生殖器官的变性手术。荷尔蒙失调，生理改变，从小被迫接客等等，岂不会造成幼小心理的创伤与严重扭曲？他们在无奈夹缝中求生存。有的就此无选择地走向了同性恋的不归路。



有称“人妖”平均只活四十岁，多死于爱滋病。

由此事故，证明了：同性恋者有先天因性染色体异常，也有后天人为因素在内。简言之，同性恋不尽是心生色，业生部分亦不容忽视。

3.2.3 时节生色

什么是时节生色？《清净道论》说：

对于时节所成色，是以寒热而得明了。即于热时等起的色是萎疲丑恶的，于寒时等起的色是肥满润软及快触的。²⁸

时节所生，意指与空气、阳光、气候等大自然环境引起的，乃至父母遗传的基因。性色是业生，而基因只是现世父母所遗传转起的色法，是时节生。

我们身体里的胃中物、粪、脓、尿等四个部分，纯粹是一堆的时节生色。泪、汗、唾、涕则是时节与心所共等起；刚吃进胃里的食物是时节生色，经过业生胃火消化，随后被身体胃肠大量吸收之后所制成的营养成份，才是食生色。²⁹

遗传学问世以来，大家对性别问题有了比较科学的认识。我们身体由亿万个细胞组成的，每一细胞有 46 条染色体，其中两条决定着人类的性别，它被称为“性染色体”。

以前想知道胎儿的性别最快也要三个月，一般是用超声波检视得知。不过，最近媒体报导美国即将推出一种新的检测器，只验孕妇一滴血，就可以在 48 小时之内得悉胎儿的染色体，从而辨知性别，且还宣称其准确度竟高达 99.9%。



28 Vism. p623-624。

29 Vism. p366。



利用性染色体作为性别检测的标准，并非创新。例如 XY 是男，XX 是女，曾一度被视为万无一失的检测依据，不过到了 19 世纪的 70 年代后，信心开始动摇了，原因是由于发现除了 XX、XY，竟然还有 XO、XXY 等例子，不再单纯的以为男精（X 或 Y）与女卵（X）结合论定。

科学界也有发现，一些好求刺激、不惧死亡，先天具有冒险精神的勇敢者，在他们第 11 条编号为 D4DR 染色体的长度，总比一般人更长。也发现胆小者的显得较为短小。不过，据知这方面研究还没定论。

有人认为，也许未来的的基因改造工程，再加上从大脑功能、心智开发及营养上着手，人类生理就可以得到进步改善或更长寿。其实无论是进行药物治疗，或基因改造工程等等，都应该包含在阿毗达磨所说的时节生色范围内，也没脱离四种生色条件的原理。

业、心、时节及食皆不能单独存在，它们还需要互相支助对方，如四大互不相离。人死了之后，遗留下来的尸体已没有业生、心生成份，食生也将停止，最后剩下的只有时节生色而已。



3.2.4 食生色

什么是食生色？《清净道论》说：

对于食所成色，是以饥饿与饱满而得明了。即于饥饿之时所等起色是萎疲的，色形丑恶，好像烧过了的木桩及如藏伏于炭萎之中的乌鸦一样。于饱满之时所等起色是肥满润软及快触的。³⁰

食生色是吸收食物营养之后转起的色法，可以包括广义上的一般食品，及某些不易将之与时节彻底分开的化学药物。

胃中物跟粪、脓及尿三种，是时节生食素八法聚所组成。我们胃里的食物，在获得业生之火消化后，能够产生多代、维持多天且遍布全身的色聚，这是食生色。

现代人常吃进体内的一些加工食品，内含化学药物，没有助长身体的好处，反有坏处，并不十分确保合乎阿毗达磨所说的食生色（倒比较类似时节生色）。还有一些母亲怀孕时，长期服用或大剂量地服用人工合成的孕激素或抗生素之类，结果胎儿受害或男胎儿有女性化前兆（据发现这是同性恋来源之一）。

30 Vism. p623。



《清净道论》从等起角度，总归 42 部分与四种生色的关系，就不赘言了。³¹

四、业与异熟

4.1 有情依宿因决定的生

俗话说“一样米养百样人。”人人性格都不同。在心理学上，将人在适应环境的过程中之行为和思想上所形成的独特个性，通称为“性格”。

《清净道论》“第三章说取业处品”教导禅修者如何了解自己性行（cariyā）时，谈到了“顺适自己性行”（attano cariyānukula），依据方法可从宿因、界及病因等来做考察分析，内容详述，此不赘言³²。另菩提比丘著《阿毗达摩概要精解》亦曾指出：



31 Vism. p366。

32 Vism. p101-110。

“性格”或“习行”（caritā）是指个人的本性——通过个人的自然态度与行为而显露出来的性格。由于过去所造的业不同，人们之间的性格也因此不同。³³

如果想得到更圆满的答案，就该从佛陀开示的缘起去寻求。缘起，不只谈从小到大的今世成长过程，还顾及前世与今生的因果关连，唯如此才算彻底。

“性格”或“习行”（caritā）
是指个人的本性——
通过个人的自然态度与行为而显露出来的性格。

因此，当欲探索有情种种不同性格的背景时，绝对少不了“宿因”部分。“因”是指贪、瞋、痴因，或无贪、无瞋、无痴因。根据上座部诸义疏师的《增盛说》（ussada-kittana）认为：

有情依宿因决定（pubba-hetu-niyāmena）而有贪增盛、瞋增盛、痴增盛；无贪增盛、无瞋增盛及无痴增盛。如是当知：于贪等中，随于何种业而结生者为性行之因。³⁴

过去贪、瞋、痴或无贪、无瞋、无痴的偏重，形成现在性格的差异。成长过程中的教育，也不容忽视。总之，性格与先天异熟、后天教育有关。

最好就是追根究底，回到根本问题——烦恼。从过去到现在，从小到大，如斯推前移后的寻找，其结论总比短暂的几年或几十年来得更为完善。

33 菩提比丘着·寻法比丘译《阿毗达摩概要精解》（p327）。

34 Vism. p103-104。对于多种辨知方法中，有的仅依阿闍黎个人经验，非出自圣典或义疏。《清净道论》（p107）信赖义疏师意见，如“对于诸义疏中所说的性行辨知法，当为确信。”



4.1.1 四生三因

接下来，我们再谈谈有情的四生。四生即“卵生”（aṇḍaja）、“胎生”（jalābuja）、“湿生”（saṃsedaja）及“化生”（opapātika）。

卵生有情如家禽鸟类；胎生有情如人类、猴类、海洋里最大的动物鲸鱼等；化生有情的涵盖面广，包括人类肉眼所不见的天人、鬼神、地狱有情等；湿生有情如蟋蟀、飞蛾、蚊虫等及部分细菌类。³⁵ 卵、湿生类唯属恶道有情的异熟，胎、化生类通于善、不善道有情异熟。

若依严格的定义剖析，有情三因等依 19 种不同性质，即欲界 10 种（善异熟为 4 三因、4 二因及 1 无因，而不善异熟只有 1 无因），色界 5 种（唯三因），无色界 4 种（唯三因），总共 19 种异熟。三因心、二因心或无因心都是异熟心。结生（paṭisandhi），有分（bhavaṅga）或死亡（cuti）是离心路的异熟，眼识等是心路中发生的异熟。如此，上座部佛教即将一切转起心识总归于 89 种，以 14 种行相而转起。

35 资料来源：《佛光大辞典》p1680。有部分的归类，还须斟酌。



4.1.2 异熟障

“三因生者”：为过去世殊胜三因善业（四智相应心）的异熟。“二因生者”：为过去世劣质三因善业（四智相应心），或殊胜二因善业（四智不相应心）的异熟。“无因生者”：为过去世劣质二因（四智不相应心）的异熟。

无因生者可分两类：一是善道的无因生者，二则属于恶道的无因生者。差别在于他们以善或者是不善的无因“舍具推度异熟心”。凡堕入地狱、饿鬼、傍生的恶道有情，几乎是无因生类。欲界人天的善道有情，有三因、二因及无因。欲界二因、无因有情虽属于善异熟，不过碍于异熟具有障碍，今世仍难成就色、无色禅那安止及四道智。

什么是异熟障？先天六根不全、残障、智障等身心异常的人，多属无因生者。无因生不仅于此，有的还因过去业而得了今生的“异熟障”（vipāka-varaṇa），如半择迦（paṇḍaka）

的不具男根或不完整等³⁶。《清净道论》将它与两性者（阴阳人）、决定邪见者归纳成为“具足烦恼障者”，或“异熟障”³⁷。

《俱舍论》也认为，“由二所依所起烦恼，于一相续俱增上故：于正思择无能故，无有极重惭愧心故。”类如“扇搥及半择迦具二形者。”³⁸由于没有正思择力及没有强大极重惭愧心，身心皆障，成为出家十三难之一，如佛说：

黄门于我法中无所长益，不得与出家受具足戒。³⁹

身心不协调，烦恼多，实在不适合荷担如来家业，弘法利生，也不易成就道果。异熟障不仅显现于生理功能，心念也受到了直接影响。

36 Vism. p457：“堕于人类中的半择迦等人，转起了力量薄弱的二因善异熟，以舍具无因异熟意识界结生。”

37 Vism. p177、457.

38 《阿毗达磨俱舍论》卷5（大29，80b）。

39 《四分律》卷35（大22，812b）。



4.2 业的种类

总说，业有四种：

- 一、重业；
- 二、惯行业；
- 三、接近业；
- 四、已作业。

4.2.1 重业

什么是重（garuka）业？《清净道论》说：

无论是善或不善，在重不重之中如弑母等业或大（上二界）业是重业，为最初成熟（受报）。⁴⁰

重业是一种不可回转的业。
纵有其他事故发生或补救，也无济于事。

40 Vism. p601。



重业是一种不可回转的业。纵有其他事故发生或补救，也无济于事。譬如曾犯五逆罪的人，临命终前也没法改变他堕恶道的结果。佛陀晚年开示《沙门果经》，提到早年为夺王位而弑父的阿闍世王（Ajātasattu）时说：

诸比丘！如果这位国王不杀害自己的父亲，今于座上，应能离尘垢而生法眼。⁴¹

重恶业

重业，又有善重业及恶重业之分。重恶业即弑父、弑母、弑阿罗汉、出佛身血及破和合僧，有死后必堕恶道的“邪性决定”（micchatta-niyāma）。

实际上印度佛教所传的“业障”，是指五逆罪。也许后人从广义上来说，只要造了任何不好的业都会阻碍修道也叫业障。但在《摄阿毗达磨论》只将之归类为“阻碍业”，不是业障；真正的业障是五逆罪。



41 长部2《沙门果经》汉译南传（6，96）。



虽然造重恶业必堕恶道，若真诚发露悔改，薰习善法，虽堕地狱就像阿闍世王一样未来还是有重生善道的机会。传说阿闍世王堕入拍球地狱，一拍下去，又弹上来。

根据南传觉音《沙门果经》注释书，是投生到“铜锅地狱”里，向下沉着三万年到了锅底后，又再向上浮游三万年，之后才被释放出来。地狱一小弹，人间不知多少年了。恶道总比人间善道漫长难过，切莫小看了“拍球地狱”。

重善业

凡修习证得色、无色界禅那善业，直至临终前仍能保持不失，这样的人即具备了重善业。万一不幸临终前发生严重车祸，或被谋杀，其仍可在刹那间投生到善趣，丝毫不受痛苦影响，这就是重善业的威力。如《清净道论》说：

临终之时，他的善业悬于他前。如果（生前）积有大业（上二界禅定）的人，则只有业相来现。⁴²



42 Vism. p550。



奢摩他业处成就者，临终之时有“禅相”（nimitta）自动现前；禅相是生前重善业的相。例如一位安般念业处证得安止定的人，往生时即可依靠此善业而投生善道（色界天）。南传上座部佛教认为，色界天仍有闻法修行的机会，不属边地（除无想有情天）。

对有意再来人间的行者，或人间菩萨行者，今生却修证得了上二界禅定，那该怎办？曾就此请教过缅甸帕奥禅师，禅师说：

禅修者可以透过欲界善业，或以个人意愿。对于有意行菩萨道的人来说，人间是最殊胜的！

另，缅甸著名明昆大长老所编《南传菩萨道》第二章里，也同样指出：菩萨在还未圆满波罗蜜时，不选择生天。菩萨纵使有投生至长寿天界的大善业，但他宁可选择“决意死”（adhimutti-marāṇa），以缩短天界里的异熟，再返人间，继续修学他的波罗蜜。⁴³

43 敬法比丘中译《南传菩萨道》（p15）。

我们也看看提倡大乘菩萨道的《大智度论》。在这里一样可以找到类似的文句。虽然论里有不同根性菩萨的记述，有生色天、欲天或人间的，如：

何以生彼（欲天），而不生人中？有菩萨摩訶萨行般若波罗蜜，以方便力入初禅。此间命终，生梵天处作大梵天王。⁴⁴

一般已修得色、无色禅定的重善业者，死后多生彼界。现有菩萨具备了初禅等不生天，欲来人间，到底依靠了什么力量？此论点出了关键，即菩萨到了临命终时“为度众生”故起欲界善心。如问答中说：

问曰：若命终时舍此禅定，初何以求学？答曰：欲界心狂不定，为柔软、摄心故入禅。命终时，为度众生起欲界心。⁴⁵

菩萨是为了令心柔软而修定，否则“虽有智慧，其用不全”。但菩萨“身虽离众生，心常不舍（众生），静处求定，得实智慧以度一切。”⁴⁶ 习定不生天的提撕，值得参酌。

4.2.2 惯行业

什么是惯行（āciṇṇa）业或多作（bahulam）业？《清净道论》说：

于屡屡（bahulā 多数）的好习惯（susilyam 善性）或不好习惯（sussilyam 不善性），同样为最初成熟。⁴⁷

我们平时的所作所为，日积月累，久了必然养成一种习惯，这习惯业就是因此而得来。

44 《大智度论》卷 38（大 27，340b）。

45 《大智度论》卷 38（大 25，340a）。

46 《大智度论》卷 17（大 25，180b）。

47 Vism. p601。



我们平时的所作所为，日积月累，久了必然养成一种习惯，这习惯业就是因此而得来。虽然这业不重，但做多了，积少成多，积沙成塔，日子久了也会形成一股力量。

业，发于意门，再经身、口造作。好的行为习惯，可能出现在具有道德意识的佛教徒、异教徒乃至无信仰者身上。善、不善业都可以形成习惯。

以下，略举几项与数习业的相关说明。

改坏习惯

修行，即修正自己的行为。想要轻易在自己身上找到几项坏习惯，相信不难。所以说“学佛第一步，要发现自己错。”从不断发掘自己的问题着手，而不是天天拿把有色尺来四处量人，更非文献堆里找答案。

人总难免有点习气。习气，来自梵语 vāsanā，是一种内心的遗留痕迹或影响力。“从释尊本教上看，习气就是烦恼的

气分，此外好像没有什么习气。”⁴⁸ 了解自己习气“真相”，可从认真学习戒律和止观禅修的内省观察而来，方法最为直接也可靠。否则，就恳请一些熟稔亲友坦率告知自己的性行偏向。佛陀叮嘱出家者应时常观察十法，如其中说：

出家者应经常观察：我那些贤明的同梵行者，有无以尸罗 (sila 戒、具有品德的好习惯) 来纠正 (upavadanti) 我呢？⁴⁹

善知识的扶助指正，
配合自己坚定的改过意愿，
相信欲弃绝恶习也指日可待。

善知识的扶助指正，配合自己坚定的改过意愿，相信欲弃绝恶习也指日可待，否则一般到了临终时所浮现的诸多业相，还是以前累积的恶习为多！

坦白真诚的面对与改过，需要勇气，且还要极其坚强的惭愧心作为基石。如说：

世间若成就，惭愧二法者；增长清净道，永闭生死门。⁵⁰

学佛以知错、肯改为要务，从惭愧基础增上，逐渐通向解脱生死的涅槃城。

所谓“知错”，即拥有省察自己过失的知见能力；“肯改”，才有真正的进步。不然，学佛多年仍恶习如山。眼睛看得到的，手却永远都触摸不了，这是佛法“理论认知”与“务实经验”之间有一大段落差，对某些人而言甚是一辈子的遗憾！

48 印顺导师《唯识学探源》(p137)。曾请导师，本教即指四阿含(不含小部)。如《杂阿含 103 经》卷 5 (大 2, 29c) 或《相应部》(s.22.89.Khema) 里的差摩比丘所说“习气”(香)。《瑜伽师地论》卷 88 (大 30, 797c) 对应此经的注释亦可参考。今据南传注释书 (khandhavagga-aṭṭhakathā) 说法：“习气”(gandha 味道) 乃已断五下分结圣者所遗留，须进一步以“阿罗汉道智”(arahatta-magga-ñāṇa) 的香薰，方令遗习殆尽。

49 《出家反省经》(pabbajita abhinha-suttam)。汉译南传 (24, p275) 《增支部》十集·第五“骂詈品”第 48 经。upavadanti 旧译作非难、骂詈，菩提比丘新译作 reproach “责备”，明法比丘译为“纠正”。

50 《杂阿含 1243 经》卷 47 (大 2, 340c)。



广修福业

《摄阿毘达磨义论》“第五摄离路分别品”提到布施等三端正法，及广义的十福业。

十福业是每天随时可修可行的善业，是引发欲界八大善心的事业。如恭敬是对治傲慢的良药，常怀恭敬福业的人，所到之处，普受欢迎，于己于人没有亏损。反之，一旦养成怠慢的恶习者，人见人畏，且是损福恶行。

三宝弟子时时修习十福业，应用在生活里，成为具有良好品德的人。除了每天拨点时间在止观禅修上，对人要有礼貌，多留意与省察自己处事待人和沟通方法。

《阿含经》有一段树倾喻的开示。一棵树日久已习惯往某个特定方位生长，重心偏向一方，当它倒下时必然往之前的习惯位置。数习业就像树倾喻一样，习以成性。

4.2.3 已接近业

什么是已接近 (āsanna) 业？《清净道论》说：



于死亡之时随记忆的业，名为已接近业。即已接近于死的人能够随其记忆而生。⁵¹

有的人没啥重大善业或恶业主导，它凭藉临终前的一些记忆，如随风而倾倒一样。中部 143《教给孤独经》记载佛世时舍利弗尊者为病中长者说法助念的实录，另外《清净道论》也有详细指导，如下：

在临终之时，他的亲属拿一些东西到他（看到，听到，嗅到，尝到，触到）的五门之前，如以花环、幢幡等色所缘，或以闻法及供养音乐等声所缘，或以焚香的烟及薰香等香所缘，然后对他说：“亲爱的！这些供佛的供品是替您作供养的，您应心生喜乐。”

对于此等现在他面前的色等所缘，次第生起确定（心）作用之后，因近于死亡故而速行之力迟钝，只生起五（个刹那的）速行及两（个刹那的）彼所缘。此后即以有分之境为所缘生起一（个刹那的）死亡心。

51 Vism. p601。

于彼（死亡）心之后，前往对于（与临终）同样的所缘，一心刹那而生起结生心（投生来世的第一个心）。⁵²

临终者是依靠现前的善所缘而往生。其余方法，还有让临终者回忆起一段善行的、美好往事作为所缘，引发其欲界善心的转起。关于伤心事、瞋恶事等皆不宜再提。假若能够为临终者多做善业，如供僧、修福或三皈依五戒、诵经、称念三宝（或佛号）等，只要能提起他一丝丝的善念，都可考量去做。

没重善业的人，临终前的一些善缘扶助是非常关键性的。

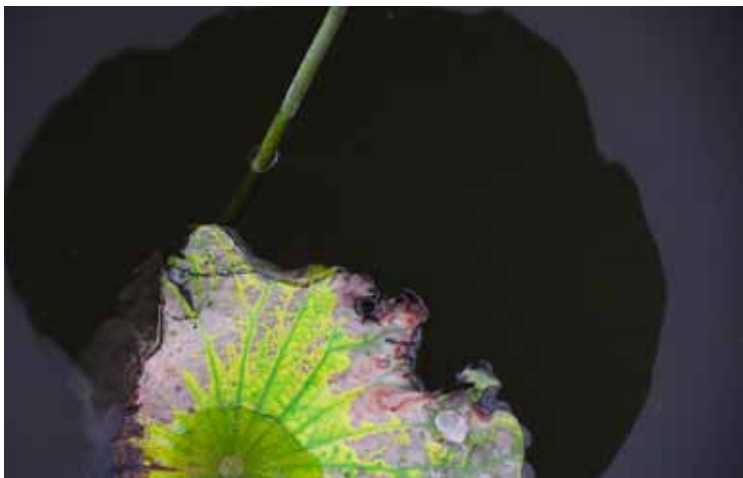
4.2.4 已作业

最后，什么是已作（kaṭatta）业？《清净道论》说：

除了此等三种业之外，再再（punappuna）已得亲近依附（laddhā-sevanam）的业为已作业，是在没有那三种业时而引起结生的。⁵³

52 Vism. p550。

53 Vism. p601。



已作业，是在没有重业、惯行业或临终的已接近业时，以一而再、再而三浮现于意门生效的业。譬如一些出世不久旋即夭折死亡的婴儿，今世没造什么业，遑论重业。因此，它也有可能依靠所浮现的业而投生。

有情在无始轮回里的业，实在难以计数。业的说明，就暂时到此。

五、死亡预兆与结生

5.1 死亡的预兆

当生命将告结束前，出现一般所谓的临终现象，有业、业相或趣相。南传上座部佛教于临终现象言之凿凿，分析甚详，如《清净道论》所说。这里根据《摄阿毗达磨义论》的扼要内容，略加叙说，如云：

临终者在死的时候，由于业力，于六门的任何一门现起（如下三种情况之一）：

面向于后有能得结生的业（kamma）。



或在以前作业的时候曾得色等工具的业相（kamma-nimitta）。

在濒临死亡（临终速行之前）所出现的业，有时可以因当事者的如理作意（yoniso manasikāra）或不如理作意（ayoniso manasikāra）而有所改变。

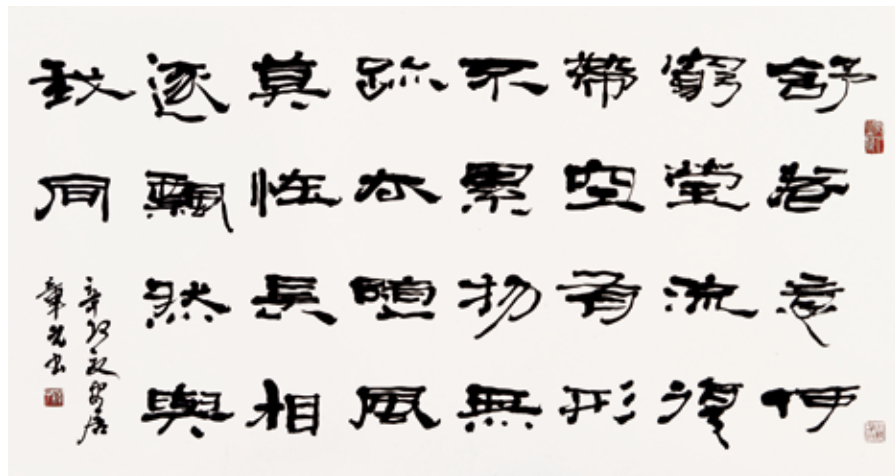
或于后有当得享受（苦、乐）的趣相（gati-nimitta）。

此后，便住于那现起的所缘（业、业相或趣相）。依照成熟的净或染及依照将得（生）有之处，他的心相续数数转起，极大地倾向于彼处。或者是令生业如重新造作呈现于（意）门。⁵⁴

在濒临死亡（临终速行之前）所出现的业，有时可以因当事者的如理作意（yoniso manasikāra）或不如理作意（ayoniso manasikāra）而有所改变。临终者依据已成熟的清净（parisuddha）或杂染（upakkiliṭṭha）业，相续不断的转起，然后投生于与业相符之地。



54 《摄阿毗达磨义论》“第五·摄离路分别品”。参考 Vism. p548。



死亡学自十九世纪以来，已经为数有不少的科学界、心理学界人士不断涌入研究。曾在台湾花莲佛教慈济医院“心莲病房”担任过志工的余德慧博士，在其著作里提到病人临终前出现“光影”的一回事，并认为：

（光影）存在于（病人）他脑部的记忆体，接近下视丘。为什么说光影比较接近下视丘？因为下视丘储存比较有情绪性、有感觉的东西。病人临终前会忘掉以前学过的知识，因为那些知识不在下视丘。⁵⁵

加拿大的神经科学家培辛吉（Michael Persinger）则认为，只要刺激脑内一个叫颞叶（Temporallobe）地方的皮质，就会产生一种宗教的特殊感觉。⁵⁶

关于“临终者在死的时候”，佛教是指濒临死亡的五个临终速行心，非死亡心。死亡心为人生最后的异熟心，临终心则是人生最后的速行心，但此时速行不再造业，而只是如同重新再次造作般的呈现（abhinavakaraṇa-vasena）。

55 余德慧、石佳仪着《生死学十四讲》（2003）p179-82。

56 丽塔·卡特着，洪兰译《大脑的秘密档案》（p24）。



临终者自动倒带、回顾以往的感觉，或出现非理性的画面、光影、业相等，与阿毗达磨所说：重新再次造作般的呈现，极为类似。

令生业是结生、转起异熟蕴的关键业。
在结生时令生业产生了结生心及业生色。

5.1.1 令生业的结生功能

令生业是结生、转起异熟蕴的关键业。在结生时令生业产生了结生心及业生色。在一期生命里相续于五根、性色及心所依处转起异熟心及业生色。

到了临终，它依靠已成熟的业产生了下一世的结生心。故说，令生业是“于结生及转起令生色与非色异熟蕴之善、不善业”⁵⁷。在临终心执行转起结生心的，是“已足道业”或“已所作业”。不过《阿毗达摩概要精解》译者，在其译著里提出有依“未足道业”亦堕入地狱的说明例子。⁵⁸

57 参考 Vism. p601。

58 寻法比丘译《阿毗达摩概要精解》p.194 之译按内容。



5.2 生离死别

千百年来，人类对生死大事已有既定的礼俗，“生”带欢喜，“死”要悲伤。据说庄子的太太死了，惠子前来吊唁，见庄子席地而坐，鼓起盆来在唱歌。于是，惠子见后立即责问道：

人家与您夫妻一辈子，为您生子，现在老了，逝世了，您不哭也就算了，干嘛还鼓盆而歌，不太没人情了吗？

庄子回答说：

不！不！不是这意思。她刚死的时候，我怎会不感到悲伤呢？后来经过反覆思量的结果，发现她起初本来是没有生命的，不仅没有生命而且还没有形体，不仅没有形体而且还没有气息。这样生来死去的变化，就好像春夏秋冬四季的运行一样。人家静静地安息在天地之间，而我却还在哭哭啼啼。后来想通了，也就不再感到悲伤。⁵⁹

这即“庄周丧妻，鼓盆而歌”的故事。随后，有人形容庄子洒脱解脱，认为这是心灵自由的展现。但也有不以为然，

⁵⁹ 语出《庄子》“至乐篇”。



认为庄子荒唐到了极点。总之，不论后人的诠释如何，庄子哲学之所以会盛行而不衰，与他寻找到人类痛苦根源有密不可分的关系，那就是“自私”两个字！

5.2.1 遗嘱交待

一份遗嘱，算不算是留给活人“最后的许诺”？还是一份“最后的解脱”？

有人在命终尽头，还尝尽各种惨痛且没尊严的抢救动作。医生的职责是使人：一、保持健康；二、祛除疾病；三、延年益寿。⁶⁰除非先有遗嘱交待，讲清楚、说明白，否则医疗人员基于职责不能不做，明知无救还得“尽力而为”，这不是为生人及死人所难吗？

死后，留给家人一脸错愕、彷徨、恐慌及无助焦虑之外，有的后事交待不清，意见相悖，都会给家人带来诸多不便和不愉快。其实，“生死两憾”不必要的局面是可以避免的。方法就是：预先立下的遗嘱，交待清楚。⁶¹



⁶⁰ 转引自〔德〕弗兰茨·贝克勒等《向死而生》（1993）p32、35。

⁶¹ 预立遗嘱的方式，可参照台湾佛教莲花临终关怀基金会、民生报及中华民国佛教医事人员联合会所编辑出版的《最后的许诺》小册子。



预先立下遗嘱，不但在走之前得到妥善的临终关怀（Hospice Care）；走了以后，大家凭着一份“最后的许诺”按图索骥办事，很方便。不留后人“最后的麻烦”，别人省事，自己也走得安心——“最后的解脱”。

六、结语

将以上所说的内容，总结一下。

打从入胎结生的一刹那开始，直到死亡，异熟足足影响我们的一期生命。

濒临死亡的“自动倒带”现象，“回顾以往的感觉”而不能自主的一些画面、光影、业相等，与阿毗达磨所说：重新再次造作般的呈现（abhinavakaraṇa-vasena），竟然不谋而合，或至少极为类似。临终的速行心已不再造业，只是将陈年无论是善是恶，是隐是显的往事一一掀动重演，是重业或惯行业的一种。

阿毗达磨说：异熟如此，速行可改变！我们既在欲界，总难免有欲界的原始欲望，学佛的好处即在这一股蠢蠢欲



动的本能还没发动为身、语表业以前，“如理作意”就是最好的守护神。

学佛重在改恶习，修善业。无论是努力朝向于修习重善业，或拥有良好品德的惯行业，或临终前极需要助念来扶持“如理作意”的人，一切都还有改善的机会。

我们如果多做
布施、持戒、修止观等十福业，
或“诸恶莫作，众善奉行”的实践就是了。

一切善法从“如理作意”开始。我们如果多做布施、持戒、修止观等十福业，或“诸恶莫作，众善奉行”的实践就是了。有修行，今生、来世皆有好报。

死亡与再生，其实就是三世连结的业与异熟。三世说为《阿含经》里常见的分别文句，这是根源于佛法的实践性，如印顺导师说：

佛陀开示的修持法，无论是厌，是断，是修，是观，不如后代人师的直提『当下』，而是绵历于三世的。对不



善法来说，要三世尽断，才不会再受过去不善的影响，引起未来的再生。⁶²

如果已经把握了“业与异熟”之缘，如实见名色、知缘起的甚深义，通达三相，成就“法住智”，并依此做为圣道的近因，契入于涅槃，那就显得更加地殊胜了！

虽然“业与异熟”的自性差别智，唯佛最究竟。不过，

当大家认真实践正确的、完整的毗婆舍那（vipassanā 观）时，也能通达的。

没有业的作者，没有异熟的受者；
只是诸法转起，这是正确的见解！⁶³

乙酉（2005）年8月2日
寂静禅林夏安居

62 印顺导师《说一切有部为主的论书与论师之研究》（1968）p94。

63 Vism. p602-605。