

了生脱死全集

释净空敬题





了生脱死

(又名中陰身救度法)

淨空法師 監定
江陰繆滌源居士 編輯
現代妙音 譯整



了生脫死全集目次

序：繆滌源居士著了生脫死……………	二	轉生四洲……………	四五
了生脫死集自序……………	五	轉入人身 的揀擇……………	四九
了生脫死全集……………	九	轉入惡道 的情形……………	五四
中陰的說明……………	一一	轉生傍生(也就是投生到畜牲道)……………	六一
四大分離的秩序及狀態……………	一三	超薦應具備的條件……………	六四
初入中陰的境界……………	一八	往生淨土……………	六九
眷戀情熱的驅使……………	二一	往生淨土的預兆……………	七五
惡業感招的恐怖境界……………	二五	牽入投生諸趣的預兆……………	八〇
勝劣色光的判別……………	二九	作福……………	八九
幽冥界的裁判……………	三四	設祭……………	九二
轉生的方式……………	三八	運掌助升的方法(宋堯階居士補錄)……………	九九
轉生天界……………	四三		

序繆滌源居士著了生脫死

我佛出世，以使有情究竟離苦得樂爲大事因緣；故廣爲有情，宣說法要；而於念佛往生淨土，處處指歸，無他；以淨土之生，常得見佛，凡所修行，不易退轉也。

然十方淨土無量，而令專念西方阿彌陀佛往生極樂世界者；以彌陀願力大故，極樂國土勝故，持名願生易故。西土有文殊、普賢、馬鳴、龍樹、天親諸菩薩之所倡導，我國有慧遠、道綽、善導乃至慈雲、蓮池諸祖師之所傳授，晚近有諦閑、印光、與慈、弘一等諸大師之所宣示，爰使此法，如日月經天，江河行地，一切有情若見若聞，莫不依教信受，隨力修持，而舍報自在得生安養者，不可

勝數。試一展覽古今往生傳記，有不贊嘆此念佛往生淨土法門之能令有情離苦得樂真實不虛者耶！

雖然時丁末法，去聖愈遙，而有情根器愈劣，或信不足，或願不切，或行不力；而於念佛往生淨土法門，或未能獲其利益。古今大德，悲心未艾，或設臨終助念之教，或著飭終津梁之文，或結淨業助道之團，不一而足；務使佛之法，無論知與不知，行與不行，皆沾佛力加被往生淨土之利，猶未已也。劉淨密居士有應用唯識之助生，西藏喇嘛有中陰救度之傳譯，皆足以擴大往生廣佛弘慈，而有裨於法門爲無量也。然劉居士之助生，半盜於手術；西藏中陰之救度，偏習於修密，或失之粗，或

失之繁，而於極樂往生或獨未易收效。爰有繆子滌源婆心懇切，將飭終之法，運用之於中陰救度，使淨宗實際利生，更有把握。著述一編，名曰了生脫死，誠哉淨宗之功臣也！

稿既成，囑余校閱，并爲乞序。余惟此書詳述死生之際及中陰之狀，得未曾有，使念佛同仁習熟之於識海，俾在中陰可以應感，而益以善知識之潛心啓發，則於念佛往生事半功倍。昔余閱藏密之中陰救度法，竊以爲彼繁此簡，不若淨宗遠甚。今得此編而以長補短，將有神效不可思議矣！則斯編之行，豈曰小補而已哉！

西元一九三八年戊寅歲之佛成道日

了生脫死集自序

人生大事，莫如生死；而人生最難解決者，亦莫如生死。生從何來？死歸何處？人人怕死，物物貪生，果何故歟？問之，莫不瞠目結舌，無以置答。夫人爲萬物之靈，對此絕大問題不能解決，能無憾乎？至近世科學，偏重物質，謂人死后即歸消滅，豈不繆哉！

昔季路問事鬼神於孔子，孔子曰：「未能事人，焉能事鬼。」又問死，子曰：「未知生，焉知死。」非不知也，儒教以人道設教，凡於鬼神，皆不語也。然讀易系辭雲：「原始返終，故知生死之說；精氣爲物，游魂爲變，故知

鬼神之情狀。」則孔聖於生死問題，顯然獨知默證矣！

佛學極致，了生脫死，故其於生死言之獨詳；但教典浩瀚，讀者每與望洋之嘆！鄙人有憾於此，久擬編著專集，以供讀者研究。

今歲適應範古農老居士之邀約，擔任佛教日報編輯，即擬完成此集；偶於佛籍中發現「中陰救度密法」一書，系西藏格西達瓦桑杜喇嘛所著，其弟子現任英國牛津大學教授，伊文思溫慈博士譯為英文。

去歲，復由張蓮菩提居士移譯為華文。細閱內容，對死后狀態，已言之詳矣！不禁歡呼贊嘆，但其上篇所言，盡是西藏雙身密法救度；未研密乘者，一時讀之，殊

難了然。爲此鄙人特依是篇，編輯一過；再參以「人死問題」、「飭終津梁」、「人生之最后」三書，以及大小乘經論，窮搜博引，再加以按語，編爲是集，名曰「了生脫死」，又名「念佛救度中陰法」。蓋吾國內地通行淨土宗，愚意亦欲仿彼西藏喇嘛之密法救度中陰，而改以念佛救度雲爾。惟是鄙人才疏慧淺，茲編所雲，又免挂一漏萬，深望大德長者，有以匡正，不勝罄禱。

注：本書之翻譯整理，承蒙妙音師兄大力協助及潤飾，特此致謝。

西元一九三七年晚秋

江陰繆滌源自序於上海佛教日報社編輯室

了生脫死全集（又名念佛救度中陰法）

淨空法師 鑒定

江陰繆滌源居士 編輯

現代妙音 譯整

了脫了六道輪回的生死苦海，超生到西方淨土的極樂世界，就永遠沒有生老病死，也就是回歸到自性不生不滅的大涅槃境界啊！然則要脫離六道輪回的生死苦海，又豈是容易的事情啊！必須要深信佛法，如理如法認真的修持；或是往昔的善根深厚，臨終的時候，又遇到善知識開示，一心念佛；仗著佛菩薩的威神願力，接引往生西方極樂世界，或是他方的佛國淨土；但這絕對

不是像世俗的迷人，妄說：人死了以後，就一了百了了。因爲未能夠了生，焉能夠了死呢？而生了又死，死了又生，這樣的生生死死，一直在輾轉不停，生死輪回，也就是佛所說的生死疲勞啊！如此又怎麼能夠說是了了呢？

信佛的人，因爲對於世間的事情看得淡，參得透，認識得清楚，深深知道這個世間的一切總是苦，對宇宙人生，世法無常悲苦的真相，能夠徹底的了解和深刻的體悟，對於世情認識得了了分明，所以叫做了生。什麼叫做脫死呢？也就是現生無論是公私間忙，要一句阿彌陀佛，全身靠倒，念念必須要趨求西方淨土，心心要厭離這

個娑婆世界。如此則臨命終的時候，決定是往生西方，這叫做脫死。然而若是沒有能夠了生，未能證得脫死的人，佛經上就稱之爲進入了中陰身的境界了。

而中陰身七天就有一次的死生，最慢在七七四十九日就得要投生。本編所述的，就是以念佛的方法來救度中陰身，使得中陰身也能够了生脫死，超越六道輪回，往生極樂世界。現在就分別的敘述於后，如果能够按旨循序的依照方法救度，就能够證得無生法忍；而證得了無生法忍，則必定能够了生脫死了。

中陰的說明

中陰又翻譯作中有，也就是凡夫之人，現身死的時候，便名爲死陰，又翻譯作死有。后生再生，則名爲生陰，又翻譯作生有。而死了以後，尚未轉生，在過渡七七四十九天的這段期間，而另外有一個身，叫做中陰身。（俗稱爲靈魂，其實名稱上雖然是略爲相同；然而在意義上，則是差別甚大。）

再簡單的說，已經離開了此處，尚未到達彼處，已經死了，尚未投生的中間，兩邊都不著，而中間所有的，叫

做中有；或是稱爲識神，也就是中陰身了。而惟有在佛法上修持有了功夫，與極善的人；則能够直接的到達所要到的地方，或往生淨土，或是生到天界。而極惡的人，或是直接的墜入種種的惡道之中，而不進入中陰的階段；而普通的一般人，則是皆有進入中陰身的階段啊！

按：俱舍論上說：欲界衆生中陰身的身高，高約三尺。如同五六歲的小孩一樣，六根的作用，非常靈敏廣大，但是却依於倒心（倒心就是心迷惑顛倒，對於男女起了淫欲的想法）。

四大分離的順序及狀態

四大是指：地、水、火、風，也就是人身體的四種組合元素。人的身體像肌肉骨頭等堅固的質是屬於地，流動的像血液，津液等是屬於水。體溫屬於火，呼吸及體內的氣屬於風。而此四種物，遍滿了大千世界，所以稱爲大。

一、地大降于水大：四大分解的時候，首先是地大降于水大，這時候人遍覺得四周有一股強大的壓力逼來，加于身上，以至每一個毛孔；不久之後，直侵內臟，乃至骨節。這時人便會感覺十分的「窒悶」，沉重痛苦，實

在是苦不堪言，所以會有筋肉顫動，以及手足抽搐的現象出現，這就是地大降於水大的證明啊！

二、水大降於火大：其次是水大降於火大，這時候人便感覺到遍體都是冷氣襲迫，而且深入骨髓，內臟有如冰凍之寒，全身痛苦不堪，雖然室內有暖氣爐火，也很難去除其痛苦。其人感覺到的冰寒痛苦，遠遠超過了裸卧在冰雪之上；這時候面色便會轉為灰白，氣喘急促，身體顫抖，這就是水大降於火大的證明啊！

三、火大降於風大：再其次就是火大降於風大，這時候身體各方面的機能已大半退失，抵抗力相當的薄弱，所以痛苦愈來愈嚴重。會忽然感覺到熱力像風扇火般的驟然發起，有如大火焚燒一般，內臟跟外面的肢體，

有如煎熬蒸煮般痛苦的感覺，肌肉跟筋節，有如挖割般，痛苦極了而變成如木頭般的僵硬。這時臉部通紅灼熱，神色昏迷，出氣多而吸氣少，這就是火大降於風大的證明啊！

四、風大分離：最后是風大分離，這時候臨命終人的身體，忽然覺得受到了一股狂烈之風，吹刮拆散他的身體，使之節節破碎，化爲微塵，受到了極盡支解的痛苦。到這時候，四大都已經各自分散了，六根也都敗壞了；此時，惟有聽憑他的神識，隨著他生前所造作的善業惡業，依著善惡業的輕重，而去受報應了。

按：如果是往生西方淨土的人，則有阿彌陀佛威神