



這個故事是敘述  
西藏的度亡經「中陰解脫」

這是本課程最後一個單元，並非宣教，而是介紹佛教有如此生死觀點，雖不見得完全真實，但可引為參考。

沒有活人曾完整經歷死亡，也無法進行實驗。

然而，死亡是所有生命必經的最後一個節目。



我希望能夠善加利用那個剎那



『**中陰解脫**記載人死了會進入中陰狀態。我們唸這個經文導引他們安全前往，讓他們不要害怕，這就是我們的任務。』



『死亡是我們生命中最重要的一剎那，還說死亡是人類精神覺醒最適當的時機。』





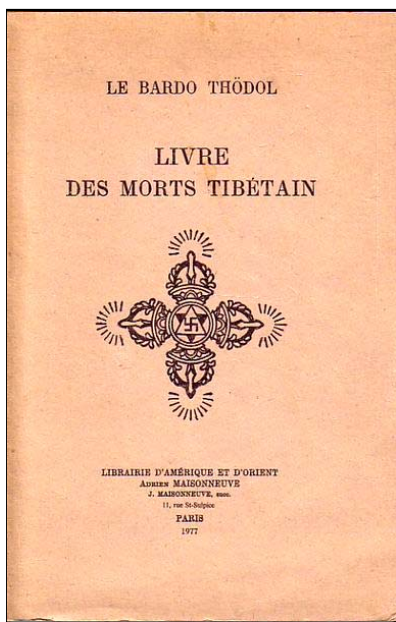
## 度亡經被翻成英文傳世，對西方世界有很大的影響



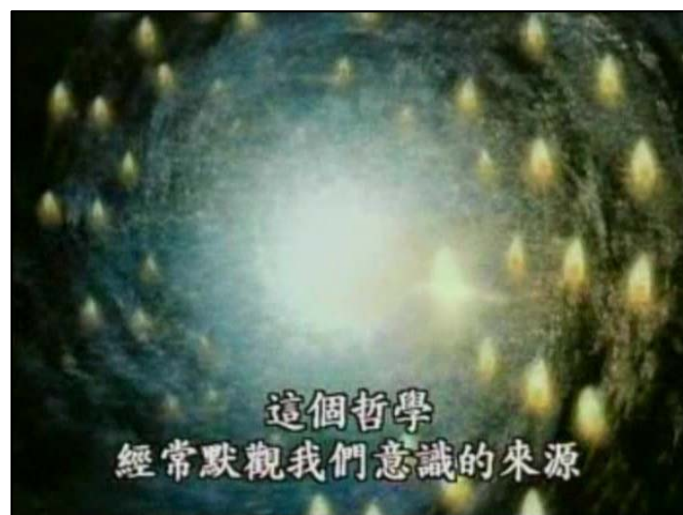
蓮花生大士寫成度亡經後，經埋藏了五百多年才被人發現。

被牛津大學人類學者溫茲等翻成英文，並定名為 *The Tibetan Book of Dead*。

心理學家容格稱度亡經為一輩子的伴侶，並從中找到超越現實的潛意識世界。



**中陰解脫**  
(人如何在死亡後的過度階段獲得自由與解脫)



度亡經的背景包含了佛教的哲學，經常默觀我們意識的來源。

**Bardo**



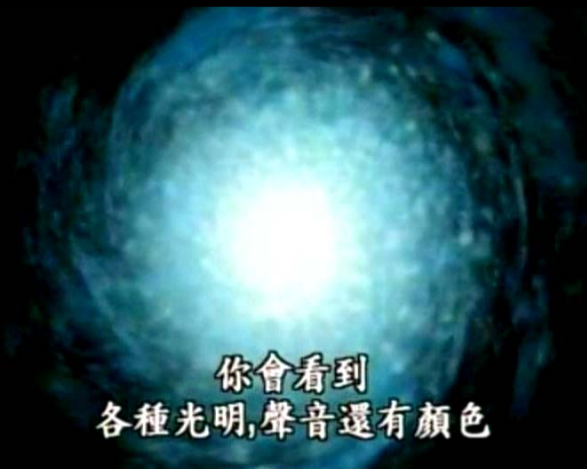
其實所有感受全是假像



你停止呼吸以後  
你會看到一道光明



讓自己溶入這道光



你會看到  
各種光明,聲音還有顏色



其實這些  
只是你的心靈的想像而已



現在你的神識離開了肉體



沃色

許多曾經面臨死亡的人  
都說看到了光芒



# 意識

## 42 個和平之神與 58 個憤怒之神都是自己意識之照映



圖丹,我給你看蘇南才仁  
在中陰時所會經歷的神祇



我覺得生命  
並不是件可喜的事情



和平與憤怒的神祇  
都是要來救人的



死亡並不可悲,生命並不可喜



死者看到的  
都是虛無的幻像



不同文化背景所見不同



這麼說起來  
我們的生命難到就沒有意義嗎

## 死亡是生命最後一個『關機』動作，一生只有一次權利



『... 是認識自己的時候了。』

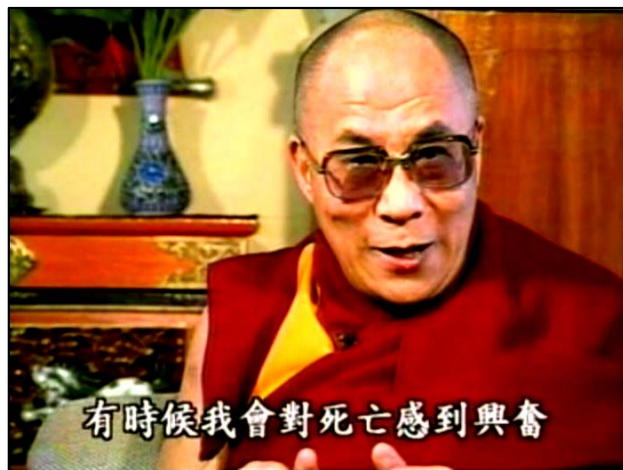
『... 我們認為真實的世界，並沒有想像中的真實。』

『我們必須在了解超越生死的靈魂之後，生命才會開始有意義。』



『人一出生的時候都會哭，可是全世界卻很開心；你死的時候全世界都會哭，可是你心中卻充滿著喜悅。』

達賴喇嘛：『如果你相信轉世，那麼死亡只是一個事件，生命就好像換衣服... 如果有這種認知，死亡不只是我們人生的一部份，也是體驗我們內在深刻內在經驗的好機會。』



達賴喇嘛：『有時候我會對死亡感到興奮... 我希望能夠善加利用那個剎那。』