

# 饶益的告别仪式

## 序

在人生的旅途中，您会经常出席亲友的葬礼，或甚至偶尔受托打点葬礼仪式。最后，您的亲人将会为您打点您自己的葬礼。丧失至爱的亲人本是一件痛苦的事，还得为其打点后事更是叫人痛上加痛。我衷心的赞叹这本小册子的出版，因为它减少了举行佛教葬礼而引起的忧虑和混淆。这本小册子提供的详细葬礼指南，应该契合佛陀对葬礼的要求——简单、庄严和有意义。

读过这本卓越的小册子，您会察觉一些毫无根据的迷信已完全被排除。许多在近代才有的奢华和无意义的仪式都如除污垢般的一一被删除。您将从这小册子中了解到捐款给慈善用途如捐助老人院比花钱在奢华的仪式上更有意义，同时赞助印刷佛教书籍比燃烧冥钱或纸扎屋更好(因为唯有浓烟才能到达天堂)。负责佛教葬礼的人应该慎重考虑这些明智的建议，并紧记什么是死者要给予其遗下的家人。

佛教葬礼的重点在于协助逝世的人往生善趣，同时帮助活着的人更加了解生命和死亡的意义。我的师父阿姜查经常会举起一只玻璃杯，并告诉我们玻璃杯的本质是脆弱的。终有一天，它会破碎。但是，若那是一只不易破碎的塑料杯，我们便无需小心照顾它。同样的，若你的身体不会损坏，而你就可以永远的活着，那么你也将变得粗枝大叶。不过由於生命都是脆弱的，而我们都会死亡，所以我们必须用心关怀生命。那些出席根据这本小册子而进行的佛教葬礼者，将会学习到关怀的重要。

Ajahn Brahm

写于澳州 柏斯

2004年9月

## 衷心感谢

马来西亚佛友合作社衷心将这本小册子献给慈悲的法师们，感谢法师在我们为会员所提供的葬礼及追悼会的仪式上给予协助。

我们也衷心感激协助这项葬礼服务计划的林志德师兄、沈文利师兄、陈文财师兄以及尹同乐师兄，还有於每个月协助安排供僧会的林爱英师兄与曾爱丽师兄，让会员有机会回向功德於过世的至亲。

感谢法善法师协助校订初稿及提供出版形式；我们也感谢王明俊师兄以及区文豪师兄协助把初稿编撰成简单以及容易理解的格式；以及协助中文版本的刘继光师兄、廖国民师兄、麦丽贞师兄以及张月娇师兄。还有马佛友合作社的会员以及所有护法的慷慨捐助印刷费用。最后，我们衷心感激出版商、所有赞助人、印刷商以及所有曾经伸出援手的护法大德，祝愿大家功德无量，阿弥陀佛！

区锦发

## 面对和接受死亡

当夕阳余晖逐渐暗去，而夜幕渐渐低垂，大地的一切开始准备迎接黑夜的到来。有的花儿谢了，有的花儿则刚要盛开及散发芬芳。出外觅食的鸟儿匆匆归巢。人们的心情也开始放松，准备与朋友和家人度过一个温馨和舒适的晚间。这是我们生活的节奏，是我们生命的韵律。

当生命来到尽头时，我们也准备归“巢”，并像花儿一样的凋谢，同时面对新的开始。我们的“巢”是家庭成员和朋友温暖的怀抱，至爱亲人恳切的关怀和爱护。我们的凋谢既是向身边的人最后的招呼 and 道别，说声“我爱您”，或者一直来难于启齿的“对不起”。最后我们凭着新的动力，安详的心情以及对佛陀不灭的信念，再度开始新生活。

那些协助亲人或朋友面对临终一刻的人扮演着极重要的角色。他必须营造一个温暖、关爱和美好的气氛，再加上对佛陀的信念，必定可让临终者安详的面对死亡。

以下是必须为临终者和其家人做的事：

- 作好坚定的心理准备：皈依三宝及增强对三宝的信念。
- 营造一个积极的心境：必要时向僧侣或专业人士求取忠告。
- 营造美好的环境：亲友不断给予他关怀，但不宜过量以致产生压迫感，以及诵经和其他法事。
- 协助家庭成员联络提供殡葬服务的单位以备后事。

## 与死亡打个招呼

当太阳下山时，星星和月亮渐渐展露光芒—开始时是黯淡的，天色愈黑其变得愈明亮；舞台落幕时我们向观众优雅地行礼。灯熄后，我们就得离开舞台。或许我们情绪激昂...可能因为工作完成而松了一口气，或是舍不得舞台和观众。

在最后一刻，我们也可能随着情绪波动。然而，若我们坚持对菩提道的信念，回想我们曾经为至爱的人、家庭和朋友所作出的贡献，我们也可以潇洒地行个礼，充满信心和满足的离开舞台。

当我们陪伴着临终的亲人或朋友时，我们必须像夜空的星星，持续不断的散发我们的爱心和鼓励，并用诵经或佛曲来营造一个美好的环境。我们的重任是确保他放松自己，行个礼，潇洒地离去。在他离开黑暗的舞台时，我们应如星星一般照亮他的道路。

以下是给予临终者与其身边亲友的建议：

- 作好坚定的心理准备：皈依三宝及增强对三宝的信心。
- 营造一个积极的心境：诵念临终者所喜爱的经典，佛曲或经文。若有出家众在场会更好。
- 营造一个安详的环境：陪伴着临终者，让他带着爱与信心离去。

## 死亡来临时

死者生前或许曾经认捐身体器官给有需要的人。他的家属应该替他完成这崇高的意愿。

死者去世后该注意的事项如下：

- 捐献器官：若死者生前曾经认捐器官，请在三小时内联络有关当局。肾、肝、心脏和肺必须尽快的从死者体内取出，而眼角膜则可以留在死者体内长达八小时。
- 让死者保有尊严：家庭成员应清理遗体和为死者更衣。让死者穿上朴素端庄的衣服。可以把旧衣服放在棺内帮助吸收湿气。
- 最后的道别：收殓时，在场的亲友可诵念佛经。无需禁忌目睹为死者收殓，实际上此乃向死者致意。在家众或出家众都可以执行这项任务。

### 最后的仪式- 简单而庄严

夜晚到来时，植物和动物会进行他们夜间的例行活动，并准备迎接新的一天。同样的，我们为死者，也为自己准备迎接新的晨曦的到来——这是佛教最后仪式的意义。

佛教葬礼的意义是让死者和活着的人长养爱心、尊敬、信心乃至对佛陀的信念。当这些因缘都具足时，我们才能确定死者新的旅程已被照亮，而家庭成员也能好好的继续生命的旅程。佛教葬礼是简单又庄严的。它让家属向死者祭奠和体现孝道，也为死者累积功德。以下是一些实用的提议：

#### ❖ 信仰和尊重

- 在灵柩前设坛，坛上备有死者遗照、鲜花、灯和香等供品。
- 在坛前或旁边置放一尊佛像，以尊重他生前的信仰。
- 收到的花圈和吊文可摆放在灵堂内。

#### ❖ 平静祥和的环境

- 灵堂应该保持平静祥和的气氛。
  
- ❖ 实用和有效
  - 棺木应讲究实用而不是昂贵。
  - 家庭成员可穿上白色、素色或不鲜艳的衣服，以示哀伤。无需全程穿上黑色衣服。
  
- ❖ 正确的教诲
  - 邀请出家人主持最后的仪式及开示佛法，诵经和回向功德，以传达正确的教诲。在家众也可主持这项仪式。这对死者和亲友都有莫大的帮助。
  - 赞颂文—诵读赞颂文乃向死者表示尊敬和感激。家中的长者、生前的好友或亲戚都可诵读赞颂文。

大家必须了解佛陀教义并不禁止佛教徒奉行本身族群的传统和习俗。然而，我们应避免浪费金钱和迷信的排场。反之，应将这些资源和人力用来塑造一个安详，充满爱心和庄严的葬礼。

若你是出席葬礼的宾客，请向死者及其家属致意：

- ❖ 站在坛前，双手合十地向死者行礼或默哀或上香。我们也应为死者祝祷。
- ❖ 与死者家属一起诵经，聆听佛法开示或者在仪式进行时保持肃静。

## 最后的举动

没有明文规定死者遗体该停柩多久，也没有规定遗体该埋葬或者火化。因此应依据死者的遗嘱或由其家属决定。与最后的仪式一样，这最后的举动应该是简单而庄严的，以营造一个安详和关爱的氛围。

一般的方式：

### 正确的教诲和信仰宣示

- ❖ 邀请出家人前来主持仪式：包括诵念三皈五戒，与无常相关的经文和其他护持经文。
- ❖ 布施日常用品给僧团—通过护持僧众，我们增长对佛陀和法义的信念。
- ❖ 诵经和布施后，回向功德予死者。在一些佛教传统里(例如斯里兰卡)，家里的长者将进行倒水仪式，象征把功德回向予死者。

### 盖棺

- ❖ 死者家属可参与盖棺和把灵柩抬上灵车，因为这是他们为死者服务的最后机会。此时，所有在场的人必须保持肃静，以示对死者最后的尊重。众人亦无需转身回避。

### 出殡

- ❖ 出殡队伍必须整齐和安静。一般上，死者家属会走在灵车之后，象征送别死者。亲友和家人可以继续回向慈爱给死者和其家属，同时诵经加持他们。

## 土葬或火化仪式

演出完毕后，我们不仅要离开舞台，还得离开剧院，而观众也必须回家去。生命走到终点时，我们的遗体也要去所期望的地方——墓地或者火化场，让我们的遗体使大地或大海变得更加肥沃。选择的权利在於我们。

一般佛教土葬或火化仪式的程序如下：

### 皈依和回向

- ❖ 受邀主持仪式的出家众接受日常用品的布施（若之前尚未布施的话）。此乃一项大功德，出家众将此功德回向给死者。众人并朗诵回向经文。

### 处理死者遗体

- ❖ 在诵经声中，灵柩被放入墓穴或者置放在火化炉里。
- ❖ 火化仪式进行后的第二天，死者家属可以回来收集骨灰，把骨灰放进瓮并安置在骨灰塔里，或把骨灰撒在大海或地面上。
- ❖ 出家人可受邀主持这些最后的举动：坟墓的完成、安放骨灰或将骨灰撒向大海或地面上。

## 继续向前

电影完结后，人们将记得它的剧情；太阳下山后，人们欣赏星星和月亮；花朵凋谢后，将长出新的花蕾；同样的，逝世的亲人会在另一个空间继续生存，家庭成员也会继续生命的旅程，即便开始的时候步伐会稍为缓慢。

无论如何，我们了解生命是流转不息的——不论在心灵或物质上，不断的变易是唯一的成长方式。考虑到这重要的康复过程，佛教社群从而进行一些后续的活动。

一般的活动如下：

### **延续他的善业**

- ❖ 亲友所捐献的帛金(奠仪)可以有很多用途，如抵销殡葬费用(别忘了佛教殡葬费用不大)；印刷佛法书籍，作为弘扬佛法之用，和捐献慈善机构，作为帮助有需要的人士之用。

### **追悼会-祭奠和纪念死者**

- ❖ 家属可根据传统 (如亲人逝世后的第 3，49 或 100 天)或在适当时候举行追悼会。
- ❖ 一些家庭在死者逝世周年纪念日举行追悼会，以纪念和祭奠死者。这好比华人传统的清明节。
- ❖ 举行上述追悼会时，家属可以逝世亲人名义进行以下活动：
  - 在寺院或家里举行供僧仪式。
  - 通过印刷佛法书籍或其他媒介弘扬佛法，或直接捐款给寺院。
  - 邀请亲戚朋友参与此有益的行动。把此行动的喜悦和功德回向给逝世的亲人。

这一些积极的行动将带给死者及其家人无量的功德。这永远是爱的表现。

## **佛教葬礼总结**

诚如前文所述，佛教葬礼是爱与感恩的表现，同时是庄严和饶益的。

以下总结一些要点：

- 增强对三宝的信仰和实践佛法的决心是佛教葬礼的重点。它给予我们和死者生命的目标和方向。
- 僧团成员和佛教长者主持葬礼。他们给予我们正确的教诲、鼓励和慰藉。
- 一个简单、有意义又经济的哀悼逝世亲人的方法，也是一个庄严表现孝道的方法。金钱应花在实用的事物上，而不是花在无意义的仪式上。佛陀的教诲是免费、无价的！
- 符合传统仪式的要求—省却各种迷信的仪式。然而，仍然必须考虑家庭成员的传统信仰，最好能够达到共识。
- 由於它牵涉到朋友，亲戚和教友所给予的支持，佛教葬礼是一个社群的活动。出席葬礼的宾客参与弘法会，诵念圣洁的经文和唱颂佛曲。

一般上，停灵期间的活动程序为：

- 出席者就座
- 出家众就座
- 三皈五戒
- 诵念经文
- 佛法开示
- 赞颂文
- 忏悔文
- 唱颂庄严的佛曲
- 布施日常用品
- 回向功德

## 实用联络电话

马来西亚佛友合作社(八打灵)

林爱英师兄 03-78752808

八打灵，莎亚南，巴生，吉隆坡

林志德师兄 019-3355503

曾爱丽师兄 019-3883718

大山脚，居林，鲁乃士，北海，槟城

沈文利师兄 012-4658349

黄振源师兄 016-4884079

新山

陈健熙师兄 019-7627433

**马来西亚佛友合作社可以如何协助您？**

如果会员已决定由马佛友合作社协助提供服务，请即刻联络佛友会代表