佛教殯葬儀禮中靈性儀式之關懷與運用

李翰林[1]　劉郁方[2]　李虹叡[3a]

摘要

在古老的原始社會中，人類已經能夠將抽象的的生死觀念，轉化成為具體的儀式操作；隨著人類文明意識的建展，現代人逐漸能夠從「死亡的意義」中，反顧「生命的意義」。

本篇論文主要研究殯葬禮俗行業中，以佛教儀軌辦理喪葬的過程中，靈性儀式所扮演的功能與意義。以佛道殯葬儀軌而言，目前殯葬業者結合宗教人士所安排的靈性儀式，大約分成四種類別。 靈性儀式的安排，必須符合華人社會根生文化的價值信念以及宇宙觀、鬼神觀、靈魂觀，才能達到悲傷輔導的具體功能。本文擬以華人生活圈中最常見的《佛說阿彌陀經》為例，說明靈性儀式的運用所能帶來的創意關懷與悲傷療癒。

《佛說阿彌陀經》是淨土三經中的其中一經。在很多佛教的靈性儀式中，由於《佛說阿彌陀經》簡短並且內容淺白，並且經文所述功德甚大，並且簡易做到，因此常常是靈性儀式中的首選經典，也流佈最廣。在儀式進行的過程中，儀式參與者「相信」自己有為亡者「做了些甚麼」，此種相信亡者得以往生西方極樂淨土的信念，也能夠即時同步增加生者心中的幸福與安定，達到悲傷療癒的目的。

關鍵字：佛教、殯葬儀禮、靈性儀式、創意運用

[1] 大仁科技大學生命關懷事業學士學位學程助理教授
[2] 大仁科技大學文化創意產業研究所研究生
[3a] 大仁科技大學生命關懷事業學士學位學程副教授，通訊作者：sungfung@tajen.edu.tw

The Warmth and Application of Spiritual Ceremony from Buddhist Funeral Etiquettes

Han-Lin Lee [1] ,Jia-Jen Liou [2] Hung-Jui Lee [3a]

Abstract

In ancient primitive culture, human beings are able to transform abstract concept of life and death into the ritualistic behaviors. With the development of civilization, modern people could be able to get the feedback of the meaning of life from the meaning of death.

The aim of current study is to investigate the meanings and functions of spiritual ceremony from the procedures of Buddhist funeral etiquettes. Four concepts, which are Chinese culture values, world views, supernatural views and spiritual views, should be involved in order to achieve the goals of grief counseling. The current study takes “The Buddha Speaks of Amitabha Sutra” as an example to explain how to obtain creative warmth and grief counseling for the applications of spiritual ceremony.

“The Buddha Speaks of Amitabha Sutra” belongs to one of “The Three Pure Land Sutras”. Because of its easy understanding and accomplishments, The Buddha Speaks of Amitabha Sutra is the first recommendation for spiritual ceremony. During the procedures of spiritual ceremony, participants believe that they have done something for the dead. Not only the goals of grief counseling but also the comfort and happiness for the living from the belief which the dead would go to the Pure Land could be achieved

Keywords: Buddhism, funeral etiquette, spiritual ceremony, creative application

[1] Assistant professor, Tajen University Bachelor Degree Program of Funeral Service
[2] Master student, Tajen University Graduate Institute of Cultural and Creative Industries
[3a] Associate Professor, Tajen University Graduate Institute of Cultural and Creative Industries
（Corrspondence： sungfung@tajen.edu.tw）

壹、研究動機與目的

在古老的原始社會中，人類面對生命的消逝，逐漸能夠將生死觀念的抽象理解，逐步轉化成為生者與逝者互動表達的具體儀式操作。因此，在人類文明發展的歷程中，從原始社會一步一步進入到人文社會，與生命與死亡有關的生命禮儀，非但沒有消失，反而成為民俗生活當中，很重要的文化景觀。

在華人的生活文化圈中，生命禮儀的表現是民俗文化中的具體教養，在儀式表達過程中，可以幫助生者在「事生」「事死」的具體禮儀操作中，獲得對治生死的生命安頓。禮儀，不僅傳達人類文明進程的生活價值觀，也匯集了自古以來，所有傳承的生命意識與智慧。在中華文化的民俗生活中，養生與送死具備同等重要的人文意識；人們要善始也要善終，才能夠在生命歷程的文化創造中，形塑出具有希望與尊嚴的人生價值。

植基人類文明對於生命意識的建立與開展，走入二十二世紀的現代人，也逐漸從「死亡的意義」中，開始追思反顧人類生命意義的價值所在。在台灣教育體制下的全人通識教育(生命教育)中，知識體系建構健全的殯葬教育，除了能夠整合華人生活圈中既有的殯葬民俗，更能夠積極創造符合民眾需求的新生命禮儀。在殯葬儀程當中，許多從業人員除了重視死亡過程的尊嚴，也越來越關注各種臨終服務與哀傷撫慰，讓台灣的鰾葬服務在近十年當中，有相當卓越的質化提升。

本篇論文主要研究，以佛教儀軌所辦理的殯葬儀禮，禮儀過程中靈性儀式所能扮演的功能與意義。喪禮流程中的各項儀式，是華人生活文化集體生死觀念的再創造與再結合，可以說是讓生者在緬懷以及祝福往生者的過程中的一種生命教育。人類生命歷程中的各種禮儀，喪禮儀式可以是一種非常重要的「身分轉變」的樞紐，在身分轉變的對象中包含了亡者與生者。亡者的消逝，帶給眾多生者多層面的角色轉換，人際之間的失落與重整，可以說是整個家族的大變動，也是往昔日常生活中，正常運行秩序的大破壞。在這劇烈轉變過程中的心理調適， 有很多的關鍵樞紐，必須積極經由儀式的進行加以調整或轉換，在調整轉換的過程中，所校強化的心理能量，應可藉由靈性儀式予以寬導。

在徐福全《台灣民間傳統喪葬儀節研究》一書中，可知華人殯葬儀式中的每一個禮節儀文，深究起來都是各種角度的生命智慧結晶，不僅是代代先祖在哲理上深度與廣度的開發，更是人類文歷程的傳承中，橫向與縱向的融合。仔細探索中華文化傳承已久的殯葬儀式，其實繼承了豐富的宇宙觀及生命觀，進一步經由現代生活的調和，成為今日儀式的意識走向與對應行為。

雖然，生命禮儀反映了人群生死相依以及渾然一體的集體生活操作模式，然而在現代化生活急促的步調中，各種生命禮儀(婚禮/喪禮)卻不斷被遺漏或者簡化。但可堪寬慰是，雖然殯葬儀禮已有許多的剪除或簡化，但是，在佛/道教形式所辦理的殯葬流程中，仍然或多或少保留了許多靈性儀式。靈性儀式中，最重要的是概念是「靈魂觀」，靈性儀式的意義從「靈魂」的觀點出發，闡述了生者深切關注的死後歸宿的答案。

因此，本篇論文預擬針對佛教殯葬儀中的靈性儀式為主要討論目標，嘗試剖析靈性儀式進行中所能達到的靈性關懷與悲傷輔導。靈性關懷的領域很廣泛，除了往生者臨終之前的精神關懷與輔導，更包含了對家族遺屬在往生之後的各種殯葬流程安排。這些安排的內容，包含了亡者所有的洗穿化入殮等遺體儀式，更包含了面對生者以及遺族賓客，所進行的悼傷／紀念／祝福等種種祭禮。

佛教殯葬流程中，經由祭禮的舉辦，讓生者認為可以達成溝通生死陰陽兩界的交流，也在許多儀式的進行中，傳達了生命中血脈相連的薪傳意義。祭禮，可以說是喪禮儀式中，一種心理治療的手段，在儀式進行的過程中，可以拉近亡者／生者交接的情感，幫助人們在儀式進行的過程中，完成安身立命的精神寄託。這種境界的完成，經由佛教靈性儀式的實踐，除了幫助家族遺屬提升傷逝的悲傷情緒，更能經由儀式的潔淨與嚴謹，體會到生命的莊嚴價值。

期由本論文的研究與分享，表述面對生命的具體存在與消逝，每一個人都能夠在生命長河中有所覺察關，證悟自己的生命，從起初到死亡，都應該要進行精神領域的自我價值開發，才是生命意義的永恆與無限。

貳、殯葬基本流程與靈性儀式

本文研究者承擔大仁科技大學生命關懷事業學士學位學程系主任，培育學生提升殯葬流程中之各項專業能力及學養，雖非殯葬專業從業人員，但可歸納民間一般殯葬流程簡述下：

表 1 **民間一般殯葬流程表**

項目	喪禮儀式內容	做法及意義
1	遺體安置	今人大都是在醫院死亡，隨後即須移置殯儀館冰存。部分送回家中者，則需租用冰櫃冰存。
2	豎靈	「豎靈」即為死者豎立靈位與設立靈堂。

3	訃聞	親人亡故，訃告至親好友此不幸消息。
4	入殮	遺體應先沐浴、更衣、化妝後，大殮入棺。
5	出殯	出殯儀式或簡單肅穆或莊嚴隆重，一般仍有家祭、公祭或追思禮拜等奠祭儀式之舉行。
6	火化 安葬	火葬則是在火化場火化；土葬則在墓地掩埋。
7	晉塔	今人大都行火葬。遺體火化後骨灰以罈貯存，陳放於靈骨塔。
8	安位	出殯後為亡者之魂帛安置於祖先牌位之側，供日後祭祀，稱為「安位」。
9	慎終追遠	後續的百日、對年、三年、合爐及每年清明、忌日之掃墓祭拜。

資料來源：台灣殯葬資訊網

面對死亡，悲傷輔導與關懷的開啟，其實可以從往生者臨終之前就開始進行。當生命現象進入不可逆反應的臨終階段，關懷與輔導的重心在「生死兩相安」的照顧， 協助病人得到善終的過程，也可以安慰生者無可避免的不捨心情；而最後四十八小時的臨終道別與開示說法，目標都在協助病人降低死亡恐懼，提升內在力量克服臨終障礙；病人內在力量的提升，也能夠強化生者面對死亡的堅強態度。

本篇論文的靈性儀式的關懷運用，主要基礎從徐福全《台灣民間傳統喪葬儀節研究》一書中所提及的「過王」觀點出發。徐福全書中第六章〈葬後迄變紅〉文，對於「過王」儀式的論述如下:「…其俗相信，人死靈魂必歸陰府審判其生前之是非善惡，…亡人子孫唯恐先人在世有不德而將受地獄之苦，乃於做七詣明王時另備一香爐及牲禮金紙等虔敬供之以求寬宥，或更延僧道誦經薦拔，必祈亡靈能順利過殿，因名「過王」[1]。

「過王」這項儀式的進行，植基於華人文化中，相信人死後會到閻王殿

[1]徐福全，《台灣民間傳統喪葬儀節研究》，(台北：徐福全，2008)，頁 601。

接受審判，功過是非在閻王殿前都有明確記錄；生前所造種種惡業，會在十八層地獄中，一一承受因果報應。亡人子孫擔心亡者生前所做惡事太多，會在地獄受苦太多，因此為亡者延請僧道等宗教人士，藉由誦經的儀式，洗刷拔除罪惡。家屬遺族相信:在「過王」儀式的舉行中，亡者前往每一層明王殿前，可以比較容易「過關」，家屬遺族在宗教人士帶領下一起參與的「過王」儀式，是一種很「給力」的行為，可以為亡者帶來強大的力量，讓亡者順利過關。

植基於此種想法所進行的各種佛/道殯葬儀軌中，各種靈性儀式的辦理，都是家屬遺族相信自己在各種儀式中，「幫助亡者過關」的一種理念。這也是本篇論文所要探討的靈性儀式的應用以及悲傷關懷的輔助功能[2]。在殯葬流程中，「為亡者做些什麼」，可以有效處理生者面對死亡的諸多負面情緒，在負面情緒進行紓解與宣洩的過程中，宗教人士(法師/道士)的帶領祈福與生命智慧的開示，更可以幫助生者從死亡陰影的困境中得到提升與淨化，這就是宗教靈性儀式的關懷輔導；然而儀式進行中各種技巧的設計與運用，有賴於宗教人士(法師/道士)的威德攝受所帶來的力量感化；這有事宗教經典所常提及的「觀其根基，隨緣渡化」了。

台灣知名臨終關懷輔導法師慧哲法師，在中國醫藥大學附設醫院美哲病房所提出〈佛化悲傷輔導個案〉專案報告分享中，依據本身臨床照顧的經驗與資料，將生死課題中，家屬的心態敘明為八：不信、不忍、不甘、不捨、不幸、不孝、不平以及不知（無知）。子女面對家族親長死亡，不孝的情緒，大多來自於在照顧過程中，家屬常會回顧或者自我認定:由於醫療決策或者照顧疏失，導致病人情況變壞而致死亡，這種心情轉化為對他人的指控以及對自己的苛責。另一種情緒樣態則來自於死亡事件的來臨太過迅速，「生命無常」雖是日常生活中的認知，卻無法成為生者面對死亡事件的情境後盾，也有更大的心情是「來不及報答父母尊長恩情」的愧疚之心。這種意欲反哺而不得的自責心態，常常也是殯葬儀式中，最需要被撫慰的一塊。

不論是憤怒還是自責，面對死亡課題中的諸多情緒，華人信仰中普遍認為宗教的力量，可以帶來對治破解的方法。為亡者辦理誦經祈福超薦的儀式，是家屬遺族最容易具體操作的方式之一，在如此儀式的操作過程中，觀想亡者的往生之路平安順暢一切吉祥，並且有諸佛菩薩的帶領，前往美好的淨土……如此觀想，可以有效達到寬慰生者的悲傷情緒，並且進一步提升生

[2]慧哲法師自台灣九二一地震後，投入安寧療護臨終關懷的工作，曾在台大醫院緩和醫療病房接受臨床佛教宗教師的訓練，加強臨床經驗。目前正積極推廣與提高人們對臨終關懷的認識，研究和撰寫有關這方面的論文，探討佛教觀，引導對病患心靈上的幫助與效果等。

者對於自己生命歸宿的嚮往與期盼，在紓解負壓以及提升淨化的過程中，是一種非常具體的悲傷療育。

爰於此項信念的論述，生者可以藉由儀式的辦理，給予亡者力量，讓往生者在生命軀殼轉換的過程中，以「功德迴向」得到強大的力量，除了往生之路吉祥沒有障礙，也為來生的資糧奠定良好的基礎。一般而言，平時有宗教信仰的人，很自然會以靈性儀式作為往生的祝福，而沒有宗教信想的人士，在面對死亡的巨大悲傷而無所適從時，也會願意相信佛/道靈性儀式所帶來的力量，配合此種儀式的進行，在儀式中為亡者盡一份心力。

目前，台灣殯葬儀式中，以佛/道教辦理的殯葬禮儀，殯葬從業人員配合宗教人士(法師/道士)所安排的靈性儀式，大約分成四種類別：

1. 引導生者疏導悲痛情緒：父母恩重難報經
2. 為亡者消除根本病障：藥師經
3. 為亡者懺悔往昔所造惡業：地藏經／八十八佛大懺悔文／慈悲三昧水懺
4. 為強化亡者善根力量，或為亡者祈福往生西方極樂淨土：金剛經/心經／淨土三經／阿彌陀經／三時繫念

各項經典儀式皆有其甚深意涵，通常經由宗教人士與家屬遺族討論之後議定；一般而言，家屬都會尊重法師之建議，依禮奉行；而最基本的〈佛說阿彌陀經〉，則是各種靈性儀式中，必然會進行的重要儀式之一。本篇論文擬以此經為例，解析其中內容與流程，嘗試解析依此經奉行之儀式，所能達到寬慰生者之各種功能。

參、靈性儀式之運用—以《佛說阿彌陀經》為例

一、儀式的定義

以宗教的角度來探索儀式的定義，最著名的定義是由特納所提出，他將儀式描述為：「用於特定場合的一套規定好了的正式行為。」[3]從這個角度出發，審視華人社會生活圈中的殯葬流程，所有的儀式進行，除了符合特納所定義的「特定場合」、「規定」、「正式行為」，更可以審視亞歷山大（Bobby Alexander）所強調的儀式的兩個因素：表演和轉換。

[3]宗教儀式的一個最著名的定義是由特納提出的，他將儀式描述為：用於特定場合的一套規定好了的正式行為，它們雖然沒有放棄技術慣例，但卻是對神秘的（或非經驗的）存在或力量的信仰，這些存在或力量被看做所有結果的第一位的和終極的原因。

亞歷山大認為，儀式是按計劃進行的或即興創作的一種表演；通過這種表演形成了一種轉換；在轉換的關聯，某一些日常的基本形式或樣態被改變了。雖然所有的儀式，包括宗教儀式在內，都是以日常的、人的世界為基礎；然而，在宗教信仰中，傳統的儀式可以向日常生活，展現終極實體或某種超越的存在或力量，這種超越的存在，就是儀式進行中的轉變力量。

以華人的日常生活而言，儀式是一種「成熟的禮儀動作與語言」，傳遞集體共有的經驗/感情/知識/信仰。以往很多人總認為宗教儀式除了是往生者排場體面以及安慰活著的家屬遺族，尤其是一種表面功夫的儀式與作用，若以宗教的角度來看，卻有不一樣的詮釋與看法。宗教儀式主要超拔的對象是亡者，當宗教儀式在進行時，家屬與殯葬服務人員為了提供亡者最美好最淨化的力量，也都會帶著虔誠恭敬的心意進行儀式，也認為越強大的虔誠與恭敬，越能夠祝福亡者到達理想的境界。

學者鄭志明(2008，頁 79)有言:「殯葬最具體的是源遠流長的禮俗文化，是生者對亡者進行象徵性的儀式與活動，期求亡者能順利到達一個安息的世界，也能撫慰生者的悲傷情感。」另一位台灣知名殯葬學術作者尉遲淦教授(2011，28 頁)也述明:殯葬禮儀師不只是遺體處理者，也是死者與喪家情感關係的輔導者。

從上述兩位學者的角度而言，殯葬業的服務從業人員，服務範圍不只是殮、殯、葬的部分，延伸出去甚至還包括「臨終關懷」、「初衷關懷」、「後續關懷」的部分，讓臨終者、死者、與喪家，經由這種意義認知的服務，也就是殯葬儀式流程中的意義認知，化解死亡所帶來的情感失落的寬慰，以及關係調整改變的人際適應問題。

二、靈性儀式的功能

靈性儀式的使用，不論是佛教還是道教，最常見的就是出殯前一天尾七所舉辦的「藥師懺」。藥師懺儀式進行的開始，殯葬人員在現場用炭火煮起藥草。在藥草烹製的過程中，同時進行法會儀式。法會尾聲，殯葬人員邀請家屬至親(尤其是孝男或孝女)，將煮好的藥湯倒在瓷碗中，然後連同瓷碗裝進燙藥舉起，用力往地上一摔，喊:「阿爸(阿母) ！您的病都好了，以後都不用再吃藥了。」(避免波及旁人受傷，現代做法是將湯藥碗先用塑膠袋包起來再摔，效果相同，也可避免瓷碗與湯藥波及旁人)。

這個儀式的進行，相當具有震撼性。在炭火烹煮藥草的過程中，氤氳的煙霧與藥草的味道，先將法會會場的氣氛帶來一種肅穆與療癒，尤其對於久侍病床前的孝子孝女而言，熟悉的味道更容易將法會氣氛與生者在世時的某種記憶

做連結。即使往生者生前未服用中藥，而是使用西藥，「藥」這項物品所帶來的意涵，也能引起家屬遺族的認知與共鳴，共同進入法會儀式所要帶來的淨化與療癒。

法會進行中的儀軌文疏，一層一層傳遞往生者已從病破的身軀轉化昇華，轉而成為健康清淨。家屬至親將煮好的藥湯瓷碗，用力往地上一摔的動作，更可以抒發家屬長久侍病的各種情緒與壓力。用力的吶喊：「阿爸(阿母) ！您的病都好了，以後都不用再吃藥了。」同樣也具有釋放情緒與壓力的功能。瓷碗的破碎，象徵病體的痊癒，非常具有視覺形式以及認知意識上的療癒。在殯葬服務的過程中，也可以觀察到此時家屬的情緒會很激動，而這種激動是一種宣洩抒發，以悲傷輔導的角度而言，是好的。

從「藥師懺」儀式的辦理與功能療效來看，靈性儀式的活動進行，可以讓亡者的宿世因緣與福德得到淨化，也可以讓亡者家屬因此得到心靈的提升與寬慰，慢慢從死亡的悲傷中提升起來。喪禮儀式是對有限生命的終極安頓，在殯葬儀軌的流程當中，教導人們體會並且思考生死的真諦，靈性儀式所進行的活動，讓家屬在智慧與感情的投射下，意識到生命的超越存在與價值存在。因此，殯葬流程中的靈性儀式，啟動靈性儀式的關懷與悲傷輔導，正可以達到殯葬業者「生死兩相安」的境界。

三、《佛說阿彌陀經》的悲傷療癒

靈性儀式的安排，必須符合華人社會根生文化的價值信念以及宇宙觀、鬼神觀、靈魂觀，才能達到悲傷輔導的具體功能。本文擬以華人生活圈中最常見的《佛說阿彌陀經》為例，說明靈性儀式的運用所能帶來的創意關懷與悲傷療癒。

《佛說阿彌陀經》是淨土三經中的其中一經。淨土三經是淨土宗的修行法門中，主要持受的經典，包含以下三部經典：《無量壽經》、《觀無量壽經》以及《佛說阿彌陀經》。在華人的生活圈域中，很多寺院的經典流通處，都有置放這三部經典與大家結緣，尤其是《佛說阿彌陀經》，更是日常生活中隨手可得的書籍。

相較於其他各種宗教經典，《佛說阿彌陀經》以及《父母恩重難報經》兩者的文字內容較為簡短，並且義理淺白容易理解，是殯葬儀軌中最常進行的。尤其《佛說阿彌陀經》所描述的淨土世界，是眾所嚮往的，也由於流通廣大，因此常常是靈性儀式中的首選經典。

《佛說阿彌陀經》的經典內容，可分說如下：

1.宣說西方極樂世界的種種莊嚴。

2.阿彌陀佛佛號由來與意義。

3.勸導眾生要積極誦念阿彌陀佛的名號，以便能夠往生西方極樂世界。

4.經典最後以東、南、西、北、下、上、東北、東南、西南、西北等十方諸佛名號，勸導眾生相信阿彌陀佛以及極樂淨土世界。

在大乘佛教的觀念中，認為虛空法界無處不佛，十方法界之中皆有佛法；而每個佛淨土中，都有一位佛作為教主，並以此淨土為教化的世界。

對於信仰淨土的佛教徒來說，這些極樂世界都是真實存在的地方，然而更深一層的意義，其實每一個淨土所代表的，都是人們內心裡各種覺悟的境界。根據《佛說阿彌陀經》所說，極樂世界的眾生皆以蓮花為居所，阿彌陀佛並以蓮花接引眾生，在此淨土中，沒有畜生、地獄、惡鬼等三惡道，人民壽命無量，生活圓滿無缺，並且可以不再受輪迴之苦。《佛說阿彌陀經》表述了不同方位（東方琉璃世界、西方極樂世界等）的世界，有不同的表法與意義。在淨土的修行中，最大的好處是修行不會因為生命輪迴而遺忘、退轉道心，在永恆的生命中可以在此淨土世界接受教化，直到成佛為止。

在《佛說阿彌陀經》的經典內容上，極樂世界的居住地如此美好，前往極樂世界的方法如此簡易(專心持此阿彌陀佛名號一心不亂即可)，對於《佛說阿彌陀經》靈性儀式的燦裕者而言，是相當大的信心與鼓舞。此外，在儀式的進行中，首先有法師的香讚帶領：

「爐香乍爇。法界蒙熏。諸佛海會悉遙聞。隨處結祥雲。誠意方殷。諸佛現全身。南無香雲蓋菩薩摩訶薩（三稱三拜）」與蓮池贊：「蓮池海會，彌陀如來，觀音 勢至坐蓮台，接引上金階，大誓弘開，普願離塵埃。南無蓮池海會佛菩薩（三稱三拜）」

在旋律緩慢的唱誦以及跪拜中，主要是鋪陳儀式的莊嚴，以及讓儀式參與者的身心跟隨。在香贊的儀式中，讓裊裊香菸的味道與氣氛，讓參與者從靈堂現場轉換自己置身於靈山妙境的想像；在蓮池贊的儀文唱誦與跪拜中，讓儀式參與者藉由場景的莊嚴，想像諸佛的蒞臨參與，接引往生者共同前往淨土世界。此種殊勝的想像與氣氛營造，讓生者以最大的祝福，祈禱亡者脫離五濁惡世，從此在淨土世界中淨化修行。

依佛教誦經儀式，在《佛說阿彌陀經》的經文開始前，先有「開經偈」開啟大眾對佛法經典的恭敬心。恭敬心的啟動，也會引領儀式參與者對經典內容的鋪陳，能夠盡最大心力去試圖理解。即使是對經典內容理解不到，也會因為恭敬經典之故，完成亞歷山大（Bobby Alexander）儀式中的「表演」因素。

經文開始，在法師導引下，眾人一字一句誦讀《佛說阿彌陀經》經典中，

描述了西方極樂世界的概貌：

「極樂國土，七重欄楯、七重羅網、七重行樹，皆是四寶周匝圍繞，是故彼國名曰極樂。又舍利弗，極樂國土有七寶池、八功德水充滿其中，池底純以金沙布地，四邊階道，金銀琉璃頗梨合成。上有樓閣，亦以金銀琉璃頗梨車磲赤珠馬瑙而嚴飾之。池中蓮花大如車輪，青色青光、黃色黃光、赤色赤光、白色白光，微妙香潔。舍利弗，極樂國土成就如是功德莊嚴。」

由於文字淺白易懂，誦讀者容易隨文觀想，經文中對淨土世界的細節描述甚為細膩，也讓儀式參與者容易想像往生者未來的居住場所的景象，進而對此景象產生祝福與嚮往。因為能夠理解與想像，所以也能夠完成亞歷山大（Bobby Alexander）對於儀式定義中的「轉換」。

也就是說，誦讀經文的過程可以協助儀式參與者去「轉換」往生者的處境-往生者的處境已經從「死亡」轉換成為「得生佛國淨土」。認同往生者的轉換之後，對於生者的心情是一種很大的寬慰。

由於經文內容也積極陳述，要前往這個淨土世界並不困難，因此在經誦讀的過程中，對於儀式參與者(家屬遺族)容易產生未來得以相聚的嚮往與信念，對於傷逝的悲痛與哀傷可以起到舒緩與療癒的效果。

「若有善男子善女人，聞說阿彌陀佛，執持名號。若一日、若二日、若三日、若四日、若五日、若六日、若七日，一心不亂。其人臨命終時，阿彌陀佛與諸聖眾，現在其前，是人終時心不顛倒，即得往生阿彌陀佛極樂國土。」舍利弗。眾生聞者。應當發願。願生彼國。所以者何。得與如是諸上善人俱會一處。

經文中，「諸上善人聚會一處」的想像，是一種強大的悲傷輔療，往生者已經前往彌陀淨土與「諸上善人聚會一處」，而活者的人只要能夠「執持名號…心不顛倒，即得往生阿彌陀佛極樂國土。」這樣的相聚，來自於誦經者的發願：「願生彼國」，就可以達成。面對死亡的無助與失落，能夠經由此種靈性儀式的淨化祝禱，產生安頓人心的力量。

儀式結束後，一般葬儀社所邀請的經懺法師會以簡短語言向參與者說明往生者經此法會儀式後，所得功德可助亡者前往西方極樂淨土，此儀式即宣告圓滿。有別於一般經懺師父的結語，佛光山系統的經懺法師在靈性儀式結束後，會以約略 15 分鐘的時間，向家屬遺族慈悲開示人世間苦寂滅道與生活相映證的道理，並且藉由亡者「萬緣放下」的離世，勸囑生者面對紅塵人世要有感恩惜緣之心，面對十方法界要有謙卑恭敬之心，面對佛法無盡要有精進勇猛之心。

由於靈性儀式甫結束，儀式參與者的心情都還停留在虔誠恭敬的樣態中，出家師父的開示與撫慰，常能深入人心，深刻達到關懷與輔導的功效。尤其在告別式當天的儀式中，主法和尚在靈性儀式(金剛經及心經)之後，還有一篇「為亡者祈願文」祈求佛陀納受祝禱，由於語言文字相當淺顯直白[4]，非常容易得到所有儀式參與者的認同與共鳴，在告別式的場合中能夠得到極大的關懷與輔導的作用。

肆、結論

一般而言，悲傷輔導的面向約略可包含以下四項，而靈性儀式的運用，因人因時因地之不同，或許可達到不同程度的悲傷療癒[5]。

(1) 接受失落的事實(即:往生者已經消失不在的事實)：但是，由於死亡的悲傷太過強大，面對這種失落的事實否定，可能產生不同程度的妄想。而靈性儀式的辦理，可在儀式進行的過程中，帶領儀式參與者的想像，進入可昇華的淨土世界。

(2) 體驗悲傷的痛苦：包括生理、情緒、行為上的痛苦；藉由靈性儀式的辦理，理解生命無常的苦痛，認知的理解，可幫助傷痛者提升情緒上的接納。

(3) 重新適應逝者不在的環境：靈性儀式具備有轉化的功能；死亡會迫使生者重新調整傷逝之後的身份認可，但經由儀式的自我淨化，可以具備更正面的能量與態度去調整自我概念、生存價值以及人生觀。

(4) 轉移注意力去建立新關係:生者往往緊抓著對過去的依戀而「不再去愛」，所以要協助生者轉移目標去開創新生活。此時靈性儀式的融入，讓儀式參與者經由經文內容對於彌陀淨土的嚮往與期盼，而轉移傷逝的悲通。

面對死亡，所需要的的各種靈性儀式運用中，社會工作者雷利(Reilly D.M.)[6]說：「我們並不需要一個新的悲傷輔導專業。而是要現有的專業人員：包括神職人員、葬儀人員、家庭治療師、護士、社工人員及醫師，對悲傷這個議題有更多的思考、更高的敏感度、和更多的行動。」這也正是本篇論文所想要

[4]星雲法師（2010）。佛光祈願文-為亡者祈願。民 108 年 12 月 15 日，取自：http://www.fodizi.tw/qt/xingyunfashi/306.html

[5]許禮安（1997）。安寧療護入門：心手相蓮。花蓮市：財團法人佛教慈濟綜合醫院。前言文中，談到哀悼的四項任務，包括：接受失落的事實、體驗悲傷的痛苦、重新適應逝者不在的環境、轉移注意力去建立新關係等四項。本文參考其論述，結合靈性儀式之意涵，予以闡述。

[6]許禮安(1997)。安寧療護入門：心手相蓮。花蓮市：財團法人佛教慈濟綜合醫院，前言論述。

探究的:在殯葬儀式過程中所舉行的靈性儀式，經由專業執事人員的多一層關懷與引導，應能帶來的難以言喻的悲傷療癒效果。

緣於死亡的悲痛大過強大，平日沒有宗教信仰的人，在這種生死交接的時間點，為了往生者的平安喜樂，大部分都會願意放棄平常不信鬼神的執著，跟從習俗或者跟隨有宗教信仰的家人，或者採納殯葬禮儀專業人員的建議，進行一些靈性儀式。

在儀式進行的過程中，儀式參與者「相信」自己有為亡者「做了些甚麼」，這種相信除了可以排除自己對往生者的罪惡感或愧疚感，也在儀式進行的過程中，「相信」往生者可以因為此種靈性儀式，死後的靈魂得到更好的歸宿。這種相信亡者得以往生西方極樂淨土的信念，也能夠即時同步增加生者心中的幸福與安定。而平常就有宗教信仰的人，更能夠在這種靈性儀式中，不僅強化往生者與自己個人的生命安頓，並在儀式進行中再度安對自己往生後的靈魂歸屬，而這種歸屬能夠幫助自己在日後的生活中，一種提升與淨化的生活信念。

以上四項悲傷輔導的任務完成之時，一般即可認為達成哀悼結束之時；哀悼是一種過程而不是一個狀態，悲傷的人必須履行一些任務，才能完成失去親人的悲傷情緒中，調適失落的心路歷程。

參考文獻

本刊編輯室（2014 年 12 月 15 日）。*生命回顧，安詳善終的方便法門─專訪慧哲法師，慧炬雜誌，591*，3-9。

徐福全（2008）。*台灣民間傳統喪葬儀節研究*。台北：徐福全。

許禮安（1997）。*安寧療護入門：心手相蓮*。花蓮市：財團法人佛教慈濟綜合醫院

菲奧納.鮑伊（2004）。*宗教人類學導論*。金澤、何其敏譯。中國：中國人民大學出版社。

鄭志明（2010）。*中國殯葬禮儀學新論*。中國：東方出版社。