

2006年9月28日

妙音讲堂开讲  
第四十四讲

佛经说：「有情异熟难思议，世间一切从因生」。这句话指情器世间的众生果报都很不可思议，所谓不可思议是很难测知了解，即便我们不了解正报、依报的感果，其实都是来自各自的果，以及相顺因缘所生；从整体的一切世间现象都是如此。个别上，有情心的苦乐是由因缘产生，苦乐跟我们有很大的关系，众生的天性要乐不要苦；佛教的教法跟修行建立在如何以智慧跟方便，告知众生离苦得乐的方法。佛教的特质在于有前生后世，没有前后世的安立，大概一切佛说跟功过都不能成立，所以佛教是指三世因果观；特别讲六道轮回及三恶道果报，这是最基础的佛教教义，要充分的认识并且相信。

为什么会有六道轮回呢？刚才提到由「因」生。有情的异熟果投生于哪一道以及如何过活，什么样的好坏条件，都跟众生的业有关系。这部分只能依佛说而相信，即便不能以五根所接触，至少可以用第六意识去推知。以修行来讲，我们是很差的人，透过一些真实的修行，我们会发现自己内心有一些改变与调整。以我们这么差的人，稍微修一下都有感觉的话，推而广之，我们接触到的祖师大德，他们的修行经验及证悟情况，可以推知是有的，以及往昔的诸佛菩萨也一定有的。

十法界的六凡四圣而言，声闻、缘觉、菩萨、佛，他们不可思议的功德，我们都只有赞叹跟仰慕，他们如何成办呢？就是经由修道证果而

有，透过完美的修道证果，把心变成善良、慈悲、智慧，所以感得这样的果报是合理的话，往下推地狱、饿鬼、畜生他们受的苦有没有存在，我们可以从有情如果好好的修道证果，可以感得三乘菩提的话，那有情如果起贪瞋痴三毒，会蒙受三恶道的痛苦，也应该是有的吧！我们一定要相信善恶果报及三世因果是有的，当然我们没有亲见只是信佛说，也大概可以推知。总之，每个人都想离苦得乐，每个人都好好去过今生所剩下的人生，如法以正念去面对自己的临终，感得比较好的中阴，继续生生增上，来世碰到更好的因缘，透过佛法的修学让自己的身口意改善，心跟法相应、趣向善良，会比较有福报，人生也会比较多的善缘，来世的果报一定是很好的，我们要深信这部分。学佛是很积极而且可以帮助我们克服困难，前提就是如前所说——要相信前生后世、因果果报。依着佛说好好修行，修行并非要你离家出走，而是要你修心，修心就是将心垢慢慢去除，将心的功德慢慢增长，这样的过程跟结果就是修行。如果可以这样掌握的话，各位得到的暇身就变成有意义有价值，来世一定可以增上。

一般讲，我们学菩提道次第，主要是三士道。祖师说：「学下士道必须要中三恶道痛苦的箭，一心想拔出的心情来学；学中士道就如中轮回痛苦的箭，一心想拔出而学；学上士道就如中我爱执自利作意的箭，一心想拔除而学」。殷切体会每一种道次所要对治的是自己三恶道的痛苦及我爱执的痛苦。我们已经探讨过依师是外缘，暇满是内缘，在具足内外因缘之上，以自己的佛性来听师教说闻法而修行，修三士道的法

类，第一个就是念死无常，即使得到这么好的暇身也不久住，因为死无定期也不会一了百了，会随业而流转，依善业得善果善趣、恶业得恶果恶趣，今生当人是轮回的善趣，但是下一世根本不保证，今生所造作的烦恼跟恶业都没有忏悔，往昔也造作很多感得三恶道的恶业习气也都没有报，所以不保证一但断气之后，只能以业力感得三恶道的中阴，投生三恶道而轮回受苦。想想自己下一世的三涂苦，这样有什么好处呢？除了自己三恶道的痛苦之外，还有一切众生三恶道的痛苦，如此才会如实皈依三宝、奉行业果、断恶修善。就会想离苦得乐，因此好好思惟三恶道痛苦，这不是恐吓也不是骗你的，它是遍知一切的【佛】所教说，我们要深信。看文：

（八十六页第三行）

### **此中所修生死总苦，恶趣别苦，至极切要。**

我们要思惟轮回的蕴界处，依着烦恼跟业力的关系，一世又一世流转相续，今生当人身，来世当狗身一直不停的轮转。思惟轮回的总苦在中士道教法，五蕴生死的续流是一个延续一个感受的痛苦，也就是六道总的痛苦，特别是恶趣个别的痛苦，要多门数数思惟，因为不想痛苦不会想得乐的，不知苦焉知乐，要离苦才能得乐，不离苦怎么得乐，要好好思惟知苦为苦，知苦的过患想厌离，找苦因去截断才不会感苦果，所以要修行。不管是念佛或其它法行道理是一样的。

世尊最初宣说苦集灭道四圣谛，四圣谛应该是集苦道灭，因先说果再说，世尊先讲果而因后说，是因为要顺着有情不思惟苦不会厌离，不

厌离不找苦因，不找苦因不会想修行，所以一定要先宣说苦，这很重要。

谓若自思堕苦海理，意生厌离能息傲慢。由见苦是不善果故，于诸恶罪极生羞耻，不乐众苦故，而乐安乐。由见安乐是善果故，于修善法深生欢喜，由量自心而悲悯他，由厌生死希求解脱，由畏众苦，发起猛利真归依等，故是能摄众多修要大 陀南。

这是思惟痛苦的五德，谓若自思堕苦海理，自内反思自身的烦恼跟业让自己堕落，没人推你。师长说：如果我不造地狱的业，全世界的人把我抓起来也不能让我到地狱受苦；如果我造地狱的业，我一人的力量就去了。所以要反思自己堕轮回海的道理，要知苦离过患，当下而言，三恶道是纯苦。以下是五个功德：一、意生厌离，思惟痛苦让你内心会生起厌离是很合理的，见功德而希求是很正确的，没有厌离就不会想修行，因为你沾着贪爱怎么可能呢？所以苦德第一功德是意生厌离。二、能息傲慢，自己常觉得他人不及我，我非常了不起，一切都蛮圆满的。如果突然苦厄痛苦时，本来很贡高，这时我慢会降一些些，也慢不起来。

所以富贵学佛难，因为没有很多痛苦，一直看不到真相就会忘了自己，相反的，苦多乐少反而好学佛，烦恼比较不会那么炽盛，我慢是因为自身顺利才贡高，如果发现原来自己有那么多缺点有什么好慢的。三、由见苦是不善果故，于诸恶罪极生羞耻，不乐众苦故，而乐安乐，痛苦来自恶业的果报，自己痛苦来自恶因所产生，所以会想既然现在蒙受恶果是过去恶因的果报，以后我不想要痛苦就不会想造恶因。四、由见苦是

不善果故，于修善法深生欢喜，因为不喜欢痛苦喜欢安乐，安乐来自于善果，所以对于修善法会欢喜，乐于行善来自于痛苦的推动，好比生病希望痊愈，要痊愈就要吃药，同理就会想找乐因造善行。<sup>五</sup>由量自心而悲悯他，由自己的痛苦类推自己内心而悲悯别人亦复如是，如果我轮回到三恶道受苦，众生也和我一样这么痛苦，自身厌离生死过患而希求解脱，这是大悲心比度于他，自己的痛苦想一想别人亦复如是起悲悯，会厌离生死想解脱，会因为怕苦而皈依三宝，做很多善行。总之，由苦能生怖畏而信三宝起皈依真心修行等等，各位到寺院上供下施就是为积福净罪，基本上就是残缺不圆满，所以找方法解决及依止，推动你摄持多方面的关要，透过痛苦的深刻思惟，确实可以让你投入修行，以上是苦的五德。

世尊是以苦为师，教主未成佛之前是一位太子，四门出游见到生老病死苦，就舍家出家，示现告诉我们，没有苦就不会真正想出离，世尊舍家代表持戒，六年苦行代表禅定，转法轮代表智慧，世尊的行持告诉我们要修戒定慧三学。痛苦确实可以推动我们往前去修行。师长有一次告诉我：我就是因为病苦才闭关的，如果今天我身体很好就忙不完，哪可能想那么多佛法，因为痛苦害怕就想找依怙，依怙就想修行。这是师长很实际的话。

临命终时，身体如乌龟脱壳，八大溶次大分解，心会有很多幻觉慌乱，贪着不舍，除非有善念，俱舍论说除非重近串习，临终往哪一道取决于临终粗想现起，现行心念去投生的，临终苦不堪言，只是不能表

达。修行人会知道，以佛教经典教义所说苦以知道一二，临终者自己完全感受得到，内心世界很难表达的。

，如是亦如入行论云：「无苦无出离，故心汝坚忍。」又云：「复次苦功德，厌离除憍傲，悲悯生死者，羞恶趣善行。」

如寂天菩萨所造的入行论说：没有痛苦不会出离，心要由自苦深刻思惟而忍许出离。经过痛苦的思惟心要忍许出离。以天道而言，过于散乱欢乐，并不想修行，即使过去生是修行人，因为隔阴之迷，又碰到恶缘起退心不想修行，南瞻部洲的众生好修行是因为苦多乐少，苦乐兼杂报（花业）。太苦会退失，太乐会妄念放逸，如果苦乐兼杂，有善根的人就会出离去寻找圆满的方法。又说：苦有五德——<sup>一</sup>厌离、<sup>二</sup>除骄傲、<sup>三</sup>悲悯生死者（悲悯有情，由自己生死中受苦的经验，推广他方有情亦复如是起悲悯）、<sup>四</sup>羞恶（不敢造恶业）、<sup>五</sup>趣善行（造善事）。苦有五德，有苦有一切，痛苦不用无耐，因为只会苦上加苦，因为心思模式颠倒邪见，不能以正确如法的心看待痛苦，从痛苦中看到苦的五德而增上修行，有苦才有苦的断除，才有四圣谛，也才有三宝救护出三恶道及轮回苦，可以除涅槃执着的痛苦，所以安立解脱成佛。

告诉我们痛苦的深刻思惟可以导出整个佛道，三宝有能力救护，自身却不回头思惟三宝的教法，就如阳光普照大地，自身躲在山洞中，如何得到阳光的暖意，阳光没有分别的。不能思惟佛的教悔，再好的条件都很难，如饭煮好却都不吃，谁也无能为力，自身要有想学的心情，否则再好的因缘都没意义，有时太顺境也是障碍，如果透过对痛苦的深刻思惟，充分认识不圆满的意义，体会的过程蛮辛苦时，如此自身才会去

珍惜，才会感觉付出是真实，学佛是快乐的事，但是学佛要有所付出，世尊宣说痛苦不是强加你身上，是告诉你实况，告诉我们痛苦及痛苦的因，如果没有宣说对治道会让我们更痛苦，可是世尊先告诉我们如实认识苦的实相，告诉我们以苦为乐了，以及痛苦的因为何？这是自己的问题，之后如何对治才宣说灭道二谛，所以我们才有希望，不是只告诉我们苦而已，还告诉我们离苦之道，离苦之道修行之前要先了解苦是什么才会厌离。

**又云：「我由畏怖故，将自奉普贤。」此诸苦德，入行论中虽依自身已有之苦增上而说，然其当受众苦亦尔。以是因缘，思恶趣苦。**

又说：我因为害怕痛苦，我将自己今生完全普遍修善行，来世可以得到普遍的善乐。这里的普贤不是普贤菩萨，藏文是「滚伦桑玻」，也是滚桑的意思，是普遍善行的意思。痛苦的功德好好思惟可以让我们断恶修善，自己是自己的怙主一切苦乐没有创世主，因此现在已经感得苦的果报而言，依自己当下受的痛苦去思惟害怕自己将来将受的果报，举个例子：如果明天的你会被关起来，今天的你会操心害怕吧！表示将来要受的苦今天的你是蛮在乎，只是因为无知所以没有去思惟而已。当下所受的异熟苦果，将来将受的异熟苦果就要好好想一想，现在害怕痛苦是要截断未来不要承受，所以以此因缘可以进一步思惟我的来世三恶道痛苦。现在我虽人道也还没蒙受三恶道苦，可是几乎快接近了，这部分可以想一想，以次第上而言，先有厌离轮回别苦的三恶道痛苦之出离心，才有厌离轮回总苦的出离心，三恶道痛苦都不能如实生起出离，不

可能生起出离轮回总苦的。所以要解脱，思惟三恶道的苦是下士道的基础。

由痛苦的思惟产生修行，为此缘故思惟自己当来受三恶道痛苦。

（第八十六页十行）

其中分三<sup>一</sup>思惟地狱所有众苦<sup>二</sup>旁生所有众苦<sup>三</sup>饿鬼所有众苦。

初中分四<sup>一</sup>大有情地狱<sup>二</sup>近边地狱<sup>三</sup>寒冰地狱<sup>四</sup>独一地狱。今初

思惟三恶道痛苦不分东方、西方、天南、地北，众生不论信不信都有六道轮回，业力、果报、六道轮回不管信不信都有的，因为是事实。在此先讲一个公案：在康区有一座寺院，一天下午有位西藏人要找住持，侍者回答：住持不在，因为住持又去乡下吓唬老太婆了（说法内容为三恶道苦故）。以西方而言，因为没有学佛传统，讲依师之理及三恶道痛苦，他们会觉得迷信，不太适合。可是不是时间地域的关系，这些痛苦确实存在，我们只是无知不认同罢了，不能以不见就说没有，很多看不到的东西还是有的，相反的所见到的不一定有，因为你看错也不少，没看到的更多。

三恶道以畜生道比较可以现见，粗糙可以看到，细分的不能沟通（如何跟狗讲话等），地狱、饿鬼数目最多，受苦最重，时间最长，也是众生恶业感果最重的地方，有没有存在是极隐义法，法有分三：显见分（可看见）、隐义法（无常空性看不到，依佛说来证成，以正理安立）、极隐义法（以业果甚深难思议，今生投生哪一家，当谁的孩子，



穿什么衣服等)。过程、感果及结局如何而有？我们只知是恶业及善业而已。关于何时造及何种心情而造、对谁而造、造的当下动机如何？我们都不会知道，只有问【佛】。

以有、无修力而言，占卜、占星相会有错误，神通力不会错误，感果过程只有靠圣言量，因为是极隐义法。如同地狱、饿鬼、畜生怎么感报，我们根本无法知道，只能依佛说而相信。《四百论》说：「要义不欺故，以理可比知」。此意指：佛陀的话可以成立且不欺诳的话，其它的话可以模拟成立去接受。举个例子：解脱、空性、四圣谛主要教法成立，而透过我们去观察主要佛说合理、可接受，则佛说其它法如业果，我们虽无法证悟，但可以以此类推。所以佛说有三恶道，我们要取信；第一先思惟：我将去的三恶道痛苦而害怕求出离求救护；第二思惟：我的如母有情三恶道的痛苦，一心想求救护而想成佛。忆念三恶道痛苦主要法类就此两类，前者属于发起自己的皈依心、奉行业果，后者是生起大乘道的主要因素。我们千万不要有看节目般的数数目，有几层有几种地狱而已，其实那就是你要去的地方，就算不想自己，可知道有多少亲人正堕在那里吗？不说前世亲人，今生亲人也许正堕在那里，你不想他们很痛苦而想救他们吗？这思惟可推动你想修行。思惟三恶道痛苦产生怖畏而寻求离苦之道，推而广之，我的如母有情也在那里受苦而去救拔。

谓从此过三万二千踰缮那，下有等活地狱。从此渐隔四千四千踰缮那下，而有余七。

这是大有情地狱，从此（根据瑜伽师地论及俱舍论所提是指金刚座

底下）往下三万二千踰缮那（由旬）有一等活地狱，隔四千有一黑绳地狱，往下越来越深。业世界会间隔的，比如我们看不到饿鬼道，饿鬼道看不到我们，这是业界。中阴生跟我们没有关联，这也因业界阻隔的关系，所以有业就有依报、正报。如何形成？由心造业感得这一切的呈现，由心造善、造恶，感得善业、恶业，以罪心现出这一切而去受报，不能以我们的想法看这一切；举个例子：佛经讲色界十七天、无色界四天、欲界六天在哪里？连科学家也找不到，可是你不能说没有，因为宇宙天文科学还无法找到。佛是徧智三世而说，以我们的智慧如何能比，这一切还待发觉领域。由共同众生共同所现见的世界叫业界。

**如是八中，初等活者，谓彼有情，多共聚集，业增上故，种种苦具次第而起，互相残害，闷绝躑地，次虚空中，发如是声，汝诸有情可还等活。次复？起，如前残害，由是当受无量众苦。**

第一有等活地狱，一直不会死一起活过来叫等活。很多众生都聚集在一起，因为业力的关系，会有很多刀剑兵器，有情各自拿兵器互相仇视、杀害，互相残杀之后倒地不起，虚空中就发声：你们还可一起活过来，所以有情就会一起又活过来又互相拿刀仇视残杀，如此又死又生，业力不尽不会报完，等活是八热地狱中最轻的受报处，想一想我将要去那里，我的母亲也在那里，我们会是什么心情呢？举个例子：六世朝灵鹫山时，看到整个灵鹫山的阶梯是般若经迭起来的，不敢往上走，看不到的人都爬上去。虽然现场只是很小的一块丘陵地，如何容纳当时佛讲经时的二千五百人，师长说：可以的。业清净者，所感得的世界是不一

样的。所以，中阴身我们也看不到，可是一定有的，等活地狱的业报就是如此，想一想你如果如此业报，天天杀来杀去的苦不苦。

投生等活地狱的因：「猛力瞋心的业。」杀害有情的业。不忏悔不遮止的话会去那里受报的。

**二黑绳者，其中所生诸有情类，谓多当受如是众苦，诸守狱卒，以黑绳拼，或为四方，或为八方，或为种种非一纹画，如其所拼，如是以刀，或斫或割。**

第二有黑绳地狱（以黑绳在罪报身上画线割解），投生在其中的有情都当受以下的众苦，地狱使主现牛鬼蛇神的样子，以黑绳将你绑成四方或八方，而且在身上不只一处画上很多线，并在一起以线割锯你的身体。

投生黑绳地狱的因：「对三宝及父母瞋心。」让众生造恶行（逼令众生造恶业）。

**三众合者，谓彼有情，或时展转而共集会，尔时狱卒驱逐令入，如二犄头铁山之间，从此无间两山合迫，尔时从其一切门中，血流涌注，如是如诸羊马象狮及如虎头，合迫亦尔。又集会时，驱逐令入极大铁槽，压迫全身，如压甘蔗。又集会时，有大铁山从上而堕，于铁地基若斫若剖，若捣若裂，如是等时，血流涌注。**

第三是众合地狱（众山和合），有情有时辗转共聚，狱卒将有情赶往两座山的里面，善的形状如羊头铁山，两座山就如挤榨甘蔗一般的压迫在一起，有情的七孔、身体血流涌注，还有如羊头、马头、象头、狮头等山也是一样合迫在一起。又有一种集会情况，把有情赶到很大的铁槽里，压迫全身如榨干蔗一般，又有一种集会时，很大的铁山从上而坠

下，将有情压在地上，全身压扁血流涌注，这是众合地狱。

投生众合地狱的因：犯了很重的杀、盗、淫、妄等业的果报。

**四号叫者，谓彼有情，寻求宅舍，即便趣入大铁室中，始纔入已，火便炽起，由是燃烧。五大号叫者，多与前同，其差别者，谓其铁室层匝有二。**

第四是号叫地狱，因为外面太苦，有情想离苦得乐，找一个地方避一避，就如下雨我们想找一地方躲雨一样，结果因为业力故，进入一座很大的房子里面，一进入之后火就燃烧，有情痛苦不已而号叫。

第五是大号叫地狱，有两层大铁屋，不好逃。有一些行为，以众生来取乐及活生生剥皮烧煮让众生痛苦的跳来跳去，地狱情况亦复如是。时间长、痛苦号叫不已。

投生号叫、大号叫地狱的因：生前将鸡鸭放在燃烧的铁笼里，鸡鸭痛苦号叫也不管它们，将香料灌入它的口中，活活的将它折磨到死，内心一点慈心都没有。当初以何方式残害对方，将来对方就以何方式来残害你，很合理形态不同罢了。当我们在痛苦时都认为为什么是我，其实当初已经做过了，因为没忏悔，一定感果。

**六烧热者，谓彼有情为诸狱卒，置于众多踰缮那量，极热烧燃，大铁？中，展转烧，犹如炙鱼，炽燃大铁地上，或仰或覆，以极炽然炎热铁椎，或打或筑。**

第六是燃烧地狱，狱卒将有情放在面积很大（踰缮那量）的大铁锅中，如煎鱼一般，极炽燃炎热的铁椎，从下往上刺入贯穿，七孔热火驕烧，这是一种受苦之理（烧热）；又放在炽燃的大地上，或仰或俯，以燃烧的铁锤打有情，以燃烧地狱故。

投生热地狱的因：对三宝、父母及大多数的有情做杀害的业报。十恶业道中，地狱的业报杀业最重。以业本身而言，由前而后，身三口四的业最重。

七极热者，谓以三尖大铁？，从下贯入左右二锋，彻左右髀，中从顶出，由是因缘从口等门，猛焰炽生。又以炽燃炎热铁鑊，徧裹其身。又复倒掷，炽燃涌沸弥满灰水大铁镬中，其汤涌沸，上下漂转，若时销烂皮肉血脉，唯余骨瑯，尔时漉出，置铁地上，待其皮肉血脉生已，还掷镬中，余如烧热。

第七是极热地狱，以三尖三孔的大铁？由有情的下方及左右一起插入贯穿，由头顶刺出，身上多孔烧炎炽盛，这是一种受苦方式，令一种受苦方式：以炽燃的甲冑包裹身体，将地狱有情颠倒抓起，丢入沸腾的大铁锅，就如榨东西一般，榨到剩下皮肉骨头时，再将有情捞起漉出放在铁地上，因为业力关系，长出皮肉后又放进烧榨，直到业尽。

投生极热地狱的因：自意杀害声闻、缘觉、阿罗汉、菩萨，特别是杀害有德者（三乘行者）的果报。以我们而言，比如杀母亲，母亲已是阿罗汉，这样的业最重。

八无间者，谓自东方多百非一踰缮那地，猛火炽燃，即从其中腾焰而来，由此渐坏，彼诸有情，皮肉筋骨，直彻其髓，徧身一切猛焰炽燃，烧如脂烛，所余三方，悉皆如是。四方火来，于彼合杂，所受苦痛，无有间隙，唯因号哭叫苦声音，知是有情。

第八是无间地狱，从东方很大的广大由旬地，猛火从四方烧过来，因为火炽盛，烧到有情的皮肉筋骨，乃至烧至骨髓都烧不死，东方是这般情形，西南北亦复如是，四方猛火合烧，痛苦没有间隙，因为痛苦太

长无间断，只有听有情号哭凄惨叫苦的声音，才知道里面有有情在。无间的定义，在地藏经有五种说法：<sup>一</sup>受苦无间，<sup>二</sup>直接感果，<sup>三</sup>时间无间，<sup>四</sup>寿命无间，<sup>五</sup>身形无间。一人受苦，多人也受苦，一般讲，他世不间隔、立即感果叫无间。

又于盛满炽燃铁炭大铁箕中，而为揃簸。又命登下热铁地上。诸大铁山。又从口中拔出其舌，以百铁钉，钉而张之，令无皱褊，如张牛皮。

又在盛满炽燃的大铁箕中，让有情在上面走动，有令有情在热铁地上，从有情的口中拔出舌头，以很多铁钉钉住，撑开如牛皮般。

又置铁地令其仰卧，以大铁钳，钳口令开，炽燃铁丸，置其口中。有以洋铜而灌其口，烧口及喉，彻诸腑脏，从下流出。所余诸苦，如极烧热。

又令有情仰卧在铁地上，以大铁钳将炽燃的铁丸放入有情的口中，洋铜灌口，烧口及喉，彻诸腑脏，从下流出。这些苦包括无间地狱，主要以前者为主，受苦无间不知有人只听到声音。

投生无间地狱的因：<sup>一</sup>颠倒谤法。<sup>二</sup>对上师、佛、菩萨起瞋心。<sup>三</sup>邪见（不认同前生后世的邪见）。

此但略说粗显苦具，非余种种众多苦具而不可得，如是所住，住处之量及诸苦等，是如本地分中所说录出。

以上八热地狱，从等活到无间地狱，主要「受苦的情况」跟「因」要好好思惟，虽然我们是人道，可是很多众生还在那里受苦，苦的情况，宗大师只是粗糙讲一下，很多的苦千差万别说不尽，住处的量及受苦的情况都来自无着菩萨所造《瑜伽师地论》的本地分。

（第八十八页`八行）

此诸大苦，要经几时而领受者，如亲友书云：「如是诸苦极粗暴，虽受经百俱胝年，乃至不善未尽出，尔时与命终不离。」谓其乃至受业力未尽以来，尔时定须受彼诸苦。

接着是时间（苦剧而长时）。这些的苦因为业力的关系，会受很大的痛苦跟很长的时间，会从地狱出来是因为往昔的善业习气成熟才可能，因为地狱、饿鬼是纯苦、要造善业很难，如果是菩萨在地狱会修行，虽不小心堕地狱，由忆念地狱苦而起厌离心，因为有修行力故，所以是拍球地狱。如亲友书说：「这些痛苦粗暴猛力，虽经很长的时间，乃至恶业果报还没报尽以前，不会舍寿死亡。」佛力不思議、业力不思議。业力感果能力没报尽以前含遍跟寿命一样的长时受苦。

此复人间五十岁，是四天王众天一日一夜，以此三十为一月，十二月为一岁，此五百岁是四天王众天寿量。总此一切为一日夜，三十日夜为一月，此十二月为一岁，此五百岁是为等活地狱寿量。

以欲界六天（四天王天、忉利天、夜摩天、兜率天、化乐天、他化自在天）最低层是四天王天，而人间五十岁是四天王天的一天，以人道三十天为一个月，十二月为一年，以四天王天的岁寿是五百岁而言，人道是九百万年。总此一切为一日夜，以四天王天的一日一夜为一天，一年为十二月，四天王天的五百岁是等活地狱的寿量。（此部分 师父没特别说明，是否是九百万年乘以五百岁之意？因为总此（前所说明的人道九百万年为四天王天的五百岁）一切为一日夜，有全部加总的意思。）

如是人间百岁二百四百八百千六百岁，如其次第是三十三，乃至他化自在诸天，一日一夜，其寿量者，谓各自天千岁二千四

千八千万六千岁。如此次第，是从黑绳，乃至烧热一日一夜。以各自岁，从千乃至一万六千。

如是人间百岁二百四百八百千六万岁，这是次第增加，如其次第是三十三，指兜利天，乃至他化自在天的一日一夜，前已谈到人道五十年为一日一夜算起，现以一百年、二百年一直增长算起为一日一夜，人道一千六百岁为他化自在天的一日，人道的五十岁为四天王天的一日，从四天王天到他化自在天诸天的寿量，一千岁至一万六千岁这些次第为黑绳地狱至烧热地狱的一日一夜。

俱舍论云：「人中五十岁，是欲界诸天。下者一日夜，上者俱倍增。」又云：「等活等六次，日夜与欲天，寿等故彼寿，数与欲天同，极热半无间中劫。」本地分中亦同是义。

以寿命而言，俱舍论说：「人道的五十岁，四天王天的一天，往上诸天寿量倍增。」又说：「等活等六次指极烧热地狱依六种次第，依次第递增，极热（无间地狱）是一中劫。」以成、住、坏、空而言，共有四劫，各有二十中劫，共八十劫为一大劫。「成劫」开始形成有情及山河大地，「住劫」时贤劫千佛会降临，坏劫有二十中劫，之前的十九中劫开始从地狱先空（依业力未尽，再往他方世界地狱继续受报，或业力尽往生人道，他方世界也有六道。），依次往上到火劫时，初禅天的众生都没有了。到水劫坏二禅以下，因为有喜乐。风劫时坏三禅以下，因为有呼吸。第四禅天不会坏，因为没有地摄风。所以为一中劫，从无间地狱至四禅天以下都坏光。空劫只有虚空而住，再从混沌开始循环——成住坏空一轮。

（第八十九页四行）



近边者，谓八种大那落迦，一一各有四墙四门，其外皆有铁城围绕，其城亦复各有四门，一一门外，有余四四，有情地狱。谓煨坑。尸粪臭泥，恶臭如尸。利刀道等。无极大河。

近边地狱指十六油蒸地狱，八种热地狱，各有四墙四门，一门各有四门，近边地狱以受苦性质，主要有四种（煨坑、尸粪泥、利刀道、无极大河。）

其中初者，谓有塘煨，没其膝许，彼诸有情，为求舍宅，游行至此，下足之时，皮肉及血，并皆销烂，举足之时，皮等还生。

最初为塘煨（似未烧完的灰烬），有情为逃避受苦跑到此处，不知地下有塘煨，脚踏下去时，皮肉及血都销烂，脚一抬起皮肉又还生，继续受苦，一道一道的游循受苦。

投生近边地狱的因：邪命生活、纵火烧山、恣杀虫兽。

第二者，谓即与此无间，相邻有秽粪坑，臭如死尸，彼诸有情，为求舍宅游行至此，颠陷其中，首足俱没，其粪泥内，多有诸虫，名曰利？，穿皮入肉，断筋破骨，取髓而食。

与塘煨无间相邻的粪尸泥，臭如死尸，有情至此掉下去，里面有虫吃有情的肉与血，断筋破骨，取髓而食。

第三者，谓与此泥无间相邻，有多利刀，仰刃为路，彼诸有情，为求舍宅，游行至此，下足之时，皮肉筋血，悉皆刺截，举足之时，复生如故。与此无间，有剑叶林，彼诸有情，为求舍宅，游行至此，遂趣其阴，纔坐其下，众多叶剑，从树而落，斫截其身，一切支节。

这是利刀道的受苦之理，与粪尸泥无间相邻，道中多利刀，仰刃为路，有情至此，皮肉筋血皆被刺穿，以业力故，脚一抬起又复合。还有

树叶如剑的剑叶林，有情到此想稍歇一下，坐在树荫下乘凉，而树叶掉下来就如剑一般，截断有情的身躯，如此无间断的受苦。

**是诸有情，便即躡地，来诸厘狗，？制脊？，而噉食之。从此无间，有铁设拉末梨林，彼诸有情，为求舍宅，游行至此，遂登其上，当登之时，诸刺向下，欲下之时，复回向上。由是贯刺一切支节。**

有情被剑刺倒在地，狗就跑来吃有情的身体，在此还有一座铁设拉末梨林，有情至此往上登，铁剑树叶朝下，往上走被割，往下走，铁剑树朝上，一样被割。假如你生前对有情贪爱，被你贪爱者会显现在树上方呼唤你往上，当你往上时，刀叶就往下刺向你，然后被你贪爱者又会显现在树下呼唤你，你又往下，刀叶又往上刺，你就会被割解，有所执着就会有此痛苦的果报，这是因为业力的原故。

**次有大鸟名曰铁？，上彼头顶，或上其膊，探啄眼睛而噉食之，是等同刀剑苦害，故合为一。**

也有铁鹰铁鸟抓有情的眼睛而噉食，类似为剑树林的痛苦，所以合而为一。以上是煨坑、尸粪泥、利刀道为近边地狱的其中三种受报。地狱众生分四种——八热、八寒、近边、孤独。以上已讲完八热地狱，苦因、受苦形状、寿量等，还有一部分近边地狱，一定要结合自身来思惟自己及有情所受的三恶道痛苦。

问：我们如果依此修三恶道苦，对方不接受呢？

答：不接受你还是要修，因为你修真正得利益是你自己，对方不接受是因缘不到及自己能力不足，对方没善根等等。

问：

答：不能认为是行业就可以合理没罪，因为是杀生而且为了贪着金钱及糊口而起杀心，有人吃有人杀，所以才有共业。刻意为我而杀，虽没亲手杀，吃它也有罪。

# 菩提道次第广论 宗喀巴大师造 法音法师讲述

2006年10月5日

妙音讲堂开讲  
第四十五讲

在色拉寺学习时，师长曾说：「众生无边。」南瞻部洲的娑婆世界有六道，它方无量世界国土也有六道，所以在无量无边的国土都有无量的六道众生，都是依有情无始以来，自己的引业、满业所感报。因为众生无边，无始以来，诸佛以此降临世间度化众生，当然还有无量众生尚待度化，基于众生都有佛性，众生毕竟会成佛；因为业力的关系，让有情依自己的业力感得总的共业果报及各别的别业果报。师长常说：轮回只有轮回的善趣、恶趣，轮回善趣有情数目少，轮回恶趣有情数目多。因为无始生世的轮回，暂时投生在善趣的有情，心中还有投生恶趣的业习气。同理，即使投生三恶道的众生，数量无边，长劫受苦，但是轮回生死无边故！心中还是充满投生善趣的善业习气；业习气是主因，如果没有忏悔，只要遇俱作缘即可感果，这是千真万确、毋庸置疑。

看待众生的福报跟业缘，以无数生世能够自主转世的「仁波切」而言，都仍投生无定、怨亲无定，何况以我们不能自主的轮回者。在轮回当中，怎么会有决定呢？决不决定都是业的关系，业是决定会报，要常

思惟不到一百年的今生，很多的人事物不要太执着，执着不但解决不了事情，只会苦上加苦。如何以有限的今生岁月，透过闻思修学教法，累积佛法的福报，生起佛法的智慧，实际的面对一切人事物，当以佛法的见行，面对顺逆境人、事、物，就已经在累积福慧资粮，对自己的临终跟无穷的来世一定有帮忙。

佛法的福报跟法的果报，有时看不到，如将钱存入银行，会有本金跟利息，可以随时提领；比喻福慧的业因缘有种下，只要加入成熟的缘，一定会感果，也许临终或来世。每个人都爱自己，都希望快乐过日子，临终没有颠倒具足正念，来世越增上，如果还再轮回里，每个人都希求善的引、满业果报。这部分要靠身口意三门造作佛法的业行，如此才能真实调心累积福慧资粮，能够生起相应功德，必须对法义多思惟串修，主要来自了解跟听闻，为了真实改造自己的身口意，才必须调心累积福慧资粮，透由听经闻法加以思惟法义及串习，让内心产生佛法力量，若干时候，心境与业相会不一样，就已经种下福慧资粮的果报，有此希求就必须作此加行，光有信心、祈愿、勉强是不够的，一定要精进加行，让每一天过有法义的生活也比较快乐，日日、月月、年年、临终、生生世世就会完全不一样，否则学佛对自身有没有功用、利益性多大就不一定了。业是自造自得的，一切的人、事、地、物都只是缘，自身不接受，有缘也没用，自己要有自愿取受，自觉修行的想法，慢慢的几年之后，在心思续流上安立法的善习气才是得救之因，要深思忆持及精进累积。

当下所研讨的三恶道内容，根据本生论及俱舍论的观点来诠释，以重点式的方式来忆念我的生命无常，很快会面临死亡，死亡后不会一了百了，还会依业力而投生，业只有善业跟恶业，所以只能感得善趣跟恶趣，我自身心中恶业比较多，所以堕恶趣的机会比较大，因此趁自己未往生之前，多思惟下一世很可能以自己的恶业力量，以三毒为动机造十恶业道，感报投生在三恶道受苦。因此，思惟将来投生的地方是三恶道，三恶道的苦有哪些，以及无始以来对我有极大恩泽的如母有情，很多都正在三恶道受苦，所以好好思惟三恶道苦，思惟自己的三恶道苦产生怖畏，生起皈依心寻求出离之道，如断十恶业（堕三饿道的主因）。忆念如具恩母有情正在三恶道受苦，心生不忍想要救拔而好好学三士道次第，自己要具有功德及能力才可以度化众生，所以对三涂苦的思惟，对自利可以避免造业行受苦果，利他而言，可以起悲心度化有情。

三恶道（刀涂 || 地狱、血涂 || 饿鬼、火涂 || 畜生），以地狱而言，有十八地狱，有八热地狱 || 等活、黑绳、众合、号叫、大号叫、烧热、极烧热、无间。还有四种近边地狱 || 塘煨、尸粪泥、利刀道、无极大河。我们已讲完前三种近边地狱，以下是第四种：

**第四者，设拉末梨，无间相邻，有广大河，名曰无极，沸热灰水，弥满其中。彼诸有情，为求舍宅，堕中煎煮，上下漂没，如以豆等置大镬中，以水弥满，猛火煎煮。其河两岸，有诸狱卒，手执杖索，及以大网行列而住，遮不令出，**

第四设拉末梨（铁棘林），是利刀道的一种，无间相邻，有广大河叫无极。滚热的灰水弥漫其中，近边地狱有情为离苦得乐逃避到此，却

受到煎煮，在弥漫的灰水中如豆子一般，有情放入大铁锅里用猛火煎煮，苦不堪言，河边两岸有业力所感的狱卒，拿着木棍跟绳索与很大的网，让有情无法逃出，身受极大的苦受，心想出离也没有能力，这是业力所感的受苦之理。

**或以索？，或以网漉仰置炽燃，大铁地上，问何所欲，彼若答曰，我等今者竟无觉知，然甚饥渴，便以极热烧然铁丸置其口中，及以洋铜而灌其口。**

再以索网将有情漉起，仰躺在炽燃的河边大铁地上，狱卒问有情：在里面被极热灰水，煎煮甚久，今放于大铁地上，有何想法及想要的？有情回答：现已苦到无感觉，只感到很饥渴。狱卒就以热铁丸洋铜灌口，让有情解饥渴。洋铜铁丸吃入只会烧坏内脏，生起极大痛苦。人道稍为一点损伤就抹药疗伤，地狱可不是如此；地狱有情他们也有觉受也想离苦得乐，这些纯苦果报，不会麻木或习惯，只会苦不堪言。即使人道一位重病者，生病很久也不会习惯而且还会很痛苦，这是我们可以同理的。

假如是你的亲人及最爱的有情，怎么办？你的内心想法会不一样的。思惟我的母亲在地狱道受苦，会感受一种推动你学习佛法的力量，因为那些人对你有恩泽，以佛经论思惟受苦之理，地狱受的是有口难言的纯苦，我们心中怎么能忍受呢？

**此等皆如本地分说，其中复说近边，独一，二中寿量，无有决定，然其能感如是苦业，乃至未尽，尔时即当于如是处，恒受诸苦。**

宗大师

以上八热、近边共十二种地狱众生，以何因感得何处所、受报之因为何。皆来自无着菩萨所著作的《本地分》，其中谈到近边及孤独地狱的寿命没有一定，而八热地狱众生的寿命是一定，时长（恒长）而苦剧（猛力）。寿命不定指投生此处所的众生，每个人的寿命都不一定之意，好比人道寿命一百岁，可是不决定一样。依苦的业因感得苦果，业不报尽不会结束，后悔哀求也无益，

曾问过师长：圣者菩萨去何处？师长回答：有六种地方圣者菩萨不会去的（无色界、无想天、道还天、北俱庐洲、地狱道、。）师长又说：去也没用，因为圣者菩萨所做，均有利益性才做，没利益性不做，业报不尽难得善业增上。

（第九十页八行）

**八寒地狱者。谓从八大有情地狱，横去一万踰缮那外，是有比处。即从此下三万二千踰缮那处，有寒疱狱。次下各隔二千二千踰缮那处，有余七焉。**

八寒即八种寒冰地狱，从八热地狱横向而去一万由旬之外，从此而下三万二千由旬以业力投生此处，最上方是寒疱地狱，以下各隔二千二千由旬，还有其它七种。

**其中疱者，为遭广大寒触所触，一切身分悉皆卷缩，犹如疮疱。疱裂之中，所有差别，谓疮卷皱，如泡溃烂。嘶蛄。郝郝凡。虎虎凡者，是以叫苦声音差别，而立其名。**

八寒地狱有两种痛苦——冻到长疱、冻到裂开。前两种为寒疱，天寒地冻，身体的支节、器官犹如疮疱卷缩，长时苦剧。第二是疱裂，因为疮疱卷缩而如泡溃烂，此痛苦不可思议，业不报尽不会死亡。嘶



訖。郝郝凡。虎虎凡都是指牙齿颤抖的声音。前三组是疮裂，后三组是被冻牙齿颤抖叫苦的声音而有差别，以有情受苦情况跟叫苦声音安立名字。

裂如青莲者，谓遭广大寒触所触，其色青瘀裂五或六。裂如红莲所有差别，谓过青已，变为红赤，皮肤分裂，或十或多。裂如大红莲所有差别，谓其皮肤，变极红赤，分裂百数，或更繁多。如是次第，处所量齐，及诸苦等，皆是依于本地分说。

后三者而言，如青莲者，指遭无尽广大寒风吹触，身体青瘀裂为五瓣或六瓣。裂为红莲指从青瘀变为红赤，火烧及冰冻至极都会如此，裂开十瓣或者更多。最严重如大红莲，皮肤变为极赤红，分裂百瓣或更多。如是八寒地狱受苦果报及受苦处，都依次第而有，受苦的寿量及受苦情况，来自无着菩萨《本地分》所说，无着菩萨也依佛经而说，我们只能相信圣者所说。

寒冰地狱的业因果报：<sup>一</sup>于佛像、佛经刮金盗衣（盗佛宝物）。<sup>二</sup>夺取僧衣与饮食及夺取父母衣食（僧伽与父母为所缘境）。<sup>三</sup>践踏佛经（将佛经放于污秽处）。<sup>四</sup>断见（不信因果）。能让地狱空的方法——教化众生行善法。换言之，教化众生三士道，众生本身实际修行。所以佛经、法宝要恭敬。

本生论云：「断无见者于后世，当住寒风黑暗中，由此能销诸骨节，谁欲自利而趣彼。」此说住于黑暗中，

本生论说：「断无见者——减损邪见、拨无因果、没有凡圣、没有前生后世、一向认定合理再告诉他人，于后世当堕寒风黑暗中（寒冰地狱），一人孤零零在寒冰雪地中，如果爱自己，谁会去彼地呢？」住于

黑暗指寒冰地狱。

有一回住山上关房，下雪又停电，铁皮的泥土屋，有棉被有瓦斯也没用，真的冷的受不了，只能早睡晚起，坐着修躺着也修，没人没电，一想起那次的闭关，真的冷的受不了，再思惟到寒冰地狱的有情呢？我觉得很惭愧，所受的一点点冷算什么呢？为什么减损邪见、断无因果会堕寒冰地狱，凡是邪见有三种过患，因为比瞋心还严重，第一、惰三恶道。第二、坏乱教法。第三、断解脱命根。所以好好的听经闻法，今生安立一些佛陀教法正见习气，来世入邪见机会比较小。

**弟子书中亦云：「无比严寒侵骨力，徧身栗战而缩屈，百疮起裂生诸虫，嚼抓脂髓水淋漓，寒迫齿战毛发竖，眼耳喉等悉寒逼，身心中间极蒙蔽，住寒地狱苦最极。」**

弟子书也说：「地狱的苦业报，无比严寒侵骨力，天寒地冻全身颤抖，疮裂生虫痛入骨髓，极冻寒迫到毛发直竖，所有器官都受寒逼，身心都被蒙蔽，一人独住寒冰地狱极大苦受。」想一想无数的母亲堕在这里，自身也可能堕这地方，他们有觉知、有我想、有佛性，想离苦得乐，我如果去到那里怎么办？如此果报因为极隐义法（五根无法现知、心无法推理），乍看难以相信，只有依圣言量取信。

（第九十一页五行）

**受如是苦经几时者，谓乃至未尽如是恶业。此又如是本地分云：「生寒地狱有情寿量，当知望于诸大有情地狱有情，次第相望各近其半。」**

八种寒冰地狱的有情异熟痛苦及苦况，需要多少时间？业感未尽果报不会消除。业感果方式有二种，一者为业力感报完业才消。本地分

说：寒冰地狱众生寿命，当知望于诸大有情地狱有情指相较于八热地狱众生，次第相望各近其半指次第相比较，人间二十五年是天道一天，八热地狱的一半，等活地狱一半寿命是疱寒地狱寿量。

俱舍释中引经说云：「诸苾刍，譬如此间摩羯陀国，纳八十斛胡麻大籩，以诸胡麻高盛充满。次若有人经越百岁，取一胡麻，诸苾刍，由是渐次容八十斛胡麻大籩，速当永尽，然我不说生寒疱中诸有情寿，而能永尽。诸苾刍，如二十疱，如是乃为一疱裂量，广说乃至。又诸苾刍，如其二十裂如红莲，如是裂如大红莲量，其一亦尔。」谓乃至尔许寿量受苦。

世亲菩萨所造《俱舍论》中引佛经说：「诸比丘，譬如此间指印度的摩羯陀国（比哈省一带）以充满高盛的八十斛胡麻，有一人每一百年取一颗胡麻。比丘们，如此渐次将胡麻取完，可是我（佛陀）不说生寒冰地狱的寿命可以永尽，诸比丘，长二十疱，为一疱裂（第二寒冰地狱）的量，以此类推，又诸比丘，如二十种大红莲受苦时间，是一大红莲的量。」这是长疱、冻裂无尽寿量之苦。

从此中可看出佛的慈悲，金刚座就是在比哈省，印度很贫穷的地方，佛总是在众生越苦的地方越度化有情，而且佛教不是专门度化有钱人，虽说百川纳大海，不分种姓，但佛法总是在最需要的众生身边，如果以富不富有判断有没有佛法，这是邪见。以三世因果而言，各有各业报。

想想人道稍冷就多穿衣服，外面冷就开暖气，有时还保养一下，如果到寒冰地狱时还能保养吗？能够在生前有福报、有智慧、有因、有缘、有心来忆持法义是庄严，因为病时、老时、到那时都太晚了。我们

趁生前能够思惟，而遮止「因」是对的，这不是吓唬，而是真有这样的果报。

（第九十一页十一行）

**独一地狱者，谓于寒热地狱近边。本地分说人间亦有。事阿笈摩，亦说住于近大海岸，犹如僧护因缘中说。**

孤独地狱即是独一地狱，位于八寒八热地狱旁，《本地分》也说人间也有孤独地狱众生，此地狱果报特别，某时造善、某时造恶，所以将来感报某时没事，某时有事，师长说过树木也有孤独地狱，有说「人间地狱」一词，其实是人道就不是地狱，六道是相违的，以假名安立当下的因或行相（如非洲难民，一念瞋心起等说法），并非真的地狱，即是人道就不可能为地狱众生。

树木为孤独地狱是具相的，孤独地狱山间海边都有。有一个公案：有一商人入大海采宝，上岸见一庄严豪宅，多位出家众共聚一块，一起食用丰盛斋饭，邀约商人一起用斋，商人说时候还早，为何要如此早用斋，出家众说一定要先用。等商人斋毕走出豪宅，躲在近处偷窥，到晚上看到用斋时庄严的豪宅，变成一座铁屋，住在里面的出家人拿着杯盘化成的兵器互相残杀，隔天又变成一庄严豪宅，最后问佛为何如此，佛说：这些出家人就是孤独地狱的果报，在迦舍佛时，有比丘出家之后，白天和平相处，夜晚就拿兵器互相斗争，以此业力感得相顺果报。业力不可思议，很多不同的业报形相，我们不会知道，只有受报。

**俱舍释亦云：「如是十六有情地狱，是由一切有情共业增上而成。独一地狱，或由众多，或二或一，别业而成。此等形相差别非一，处所无定，若河若山，若旷野处，若所余处，若于地**

下，悉皆有故。」如是能感于彼等中受生之因，如下当说。

俱舍释说：「八寒八热众生以共业而成，孤独地狱则是由个别因缘或众多因缘而成，处所不定，山间、海边、旷野都有，或是地下也有。」能感彼等（四种地狱道）投生业因，如下说明。

（第九十二页一行）

**极近易为，于日日中亦集多种，先已集者现有无量，是故不应安稳而住，应思此等深生畏怖，与彼中间唯除隔绝，悠悠之息而无余故。**

地狱有情受此果报及造作者是谁？是否因有情六识受无明习气染污损害，才妄见颠倒执取地狱境界吗？不。是彼有情的无明习气发起而造恶业，由恶业力感得地狱境界；总说地狱道苦报跟境界，都为有情的恶心所造。是罪心所造的境，不是心所现的幻境。地狱不是颠倒妄见而是具量而有，以恶心造恶业感得恶果。以临命终所现的境是幻觉，中阴身也有地水火风幻觉，以唯识而言，有能见业，没有受用业（如走过富有人家的门口，只有能见业没有受用业。）**极近易为**，以十恶业道我们极容易造作，每日都积很多恶业因，师长所说：心想只有烦恼，行为只有恶行。往昔已作、现在所造的恶业都未感报，**是故不应安稳而住**，因此不应安隐而住，不应如已证阿罗汉果一般安然。

**应思此等深生畏怖，与彼中间唯除隔绝，悠悠之息而无余故**，思惟十八地狱痛苦而起怖畏，从今生的人道与来世的三恶道，乃至断气之间都不曾间隔。

如是亦如入行论云：「已作地狱业，何故安稳住。」亲友书亦云：「诸作恶者唯出息未断之时而间隔，闻诸地狱无量苦，如

**金刚性无所畏。见画地狱及听闻，忆念读诵造形相，尚能引发诸恐怖，况诸正受猛异熟。」**

寂天菩萨所造《入行论》说：「无始以来以猛力三毒（贪——饿鬼感。瞋——感地狱。痴——感畜生。）造了地狱业道（十恶业道），已造作为何还安隐呢？」已造未忏悔，新造又未忏，怎么办？《亲友书》说：「造恶业之人因生前串习故、业力故、众业所感故，生前以何法多所串习，临命终时随彼法而转。一息不来就到地狱受苦，不用买票、不用做车、也不是相隔几千公里，只在断与未断气之间，听到地狱无量之苦，心还安然如金刚心的无所谓，见到地狱图像或听闻地藏经所讲内容，尚会感到恐怖，何况正受异熟果怎会不怕呢？」

师长说：如果没有忏悔跟修行的话，造大善大恶者易先感果（以感果方式——如「本有」造很大恶业，「死有」现起时，会感得三恶道中阴身「中有」，断气后，化生「生有」为地狱道众生。）一般而言，死亡净光心，红白菩提流出要三天以上。

**生死苦中，诸恶趣苦，极难忍受，其中复以地狱诸苦极难堪忍，于一日中，以三百矛，无间猛刺，所有痛苦，于地狱中，微苦少分，亦莫能比，诸地狱中，有以无间苦为至极。**

生死苦（轮回苦）中，恶趣苦最难忍，以人道一天用三百茅刺你，跟地狱少分痛苦都无法比拟，所以人间的痛苦是地狱的安乐，而地狱中以无间地狱为最苦（时间、形色、受苦、寿命等无间）。

亲友书云：「如于一日安乐中，永尽诸爱为乐主，如是一切众苦中，无间地狱苦极粗猛，此间日以三百矛极猛贯刺所生苦，此于地狱轻微苦，非喻非能及少分。」

亲友书说：「如于一日安乐中，永尽诸爱（断尽烦恼障时）为怙主，苦当中以地狱苦为最苦，此中人道以三百茅刺的所有苦，与地狱轻微痛苦都无法相比。」，此中告诉我们何者最苦？何者为乐？透过精进心生起对治道，将心垢断除时的解脱与涅槃为最乐（解脱之乐），涅槃妙乐殊胜在于寂灭为乐，二乘阿罗汉虽因佛劝请回小向大入大乘，虽也发菩提心、学菩萨行、想成佛，因为过去生证阿罗汉果，有等持寂灭习惯，会常不自主等持寂灭，缺失是障碍慢成佛（无法累积福报）。

人间的火热烧烫，较之地狱的猛火还是冰凉的。以前在色拉寺学佛时，天气炎热，一日到师长家中，问师长为何不开电扇？师长回答：

「是有点热，可是比起热地狱，认为这样是热，太无知了。一口气不来到热地狱，现在的热还没有到不能忍受的时候。」

**能感如是众苦之因。唯是自内三门恶行，如是知己应尽士夫力用策励，轻微恶行，莫令染着。即前书云：「此诸不善果种子，即身语意诸恶行，汝应尽力而策励，纵其尘许莫令侵。」**

五浊恶世持戒，功德不可思议，因为不好造善业，造善业三行也不圆满故，以十恶业道所感得的果报，三门恶行指很猛力粗重恶行，因害怕受苦应尽可能去遮止，小善必做，小恶不犯，犯了未感果前要忏悔，佛很慈悲才告诉我们忏悔法门，新业尽可能造善，旧业要靠忏悔。亲友书说：「此不善种子都是地狱因，都是自身三门的恶行，不是他人所给，所以应尽力策励自身，即使很小的恶也不被染污。」往昔已造励求忏悔，将生过失令其不造。

以上讲说完十八种地狱受苦情况，乍看不可信的受苦之理，但是常

说调心调心，心调不调有关系，由心调伏可成佛，由心不调害众生，感得地狱受苦很合理；十法界（六凡四圣）来自十种心，感得十种果报（由心造业），四圣者的心调伏，感得好的果报，我不能接受，六凡因心不调伏轮转蒙受地狱果报，极为合理。一切依心造业而有。

（第九十二页十二行）

**思惟旁生苦者。谓旁生中诸涿羸劣者，为诸强力之所杀害。又为人天资生之具，自无自在，为他驱驰，遭其伤杀捃打损恼。**

以异熟苦而言，地狱为最、饿鬼次之、畜生较轻；宗大师之所以把旁生苦当第二，因愚痴难学佛，以修行而言，畜生道难修行（愚痴苦故）。

思惟旁生苦，旁生中诸涿羸劣者指弱肉强食，为诸强力之所杀害，为强者所杀害，不管同不同类亦然，大欺小，同类也怕，不同类也怕，心害怕不安，一直被怕伤害的心折磨，以狗而言，人道伤害可以逃，同类伤害跑不掉；第一、旁生中诸涿羸劣者，为诸强力之所杀害指互相吞噬苦。第二又为人天资生之具，自无自在，为他驱驰，遭其伤杀捃打损恼指使役杀害苦。

**本地分说，与诸人天共同依止，无别处所。俱舍释云：「旁生谓诸水陆空行，其处根本是谓大海，余者皆从大海散出。」**

本地分说：人天善居，包括陆、海、空。俱舍论释说：「畜生道以大海中为最，其它从大海散出，数量、种类、受苦情状各异。」要牢记受苦之理、处所为何、投生旁生道之因。

**亲友书亦云：「旁生趣中遭杀害，系缚打等种种苦，诸离寂静净善者，互相吞噉极暴恶。有因真珠及毛骨，由肉皮故而死**



亡，无自在故由他驱，足手鞭钩及棒打。」其中初颂，显示总苦，其第二颂，显示别苦。

亲友书说：「畜生道受苦之理，第一旁生趣中遭杀害，系缚打等种种苦指杀害之苦（人道或同道的杀害），诸离寂静净善者，互相吞噉极暴恶指生道的体性以愚痴为根本（愚痴苦），以上为总苦（共同所受的苦）。有因真珠及毛骨，由肉皮故而死亡，足（马）手（髦牛）鞭（驴子）钩（大象）及棒打（一般牛）指五种畜生道，」其中初颂，显示总苦，从遭杀害到吞噉极暴指总苦。其第二颂，显示别苦，从有因真珠到棒打指各别苦；如鸡、鸭、老虎、牛、羊等。如果人没有善心，运用智慧杀害生灵，绝不是畜生道所能比喻，恶心的话，人类是万物浩劫原凶，有人类世界不能和平，未来科技发达、心灵很痛苦，这是共业，自身会感得相顺因缘。

言打等中，等摄驱驰及穿鼻等，此是依于由人非人作杀害等。互吞噉者，是约傍生众同分中，所为损害。寂灭净善者，谓能证得涅槃善法。远离此者，显极愚蒙，不堪道器。从足踢使，至以棒打，而为驱使，五事如次，谓马水牛驴象牛等。

棒打中等同驱使及穿鼻，受人非人所杀害，互相吞噬指受畜生道同类所损害。有一位出家人不清净受用信施，来世转为一条大鱼，供养者转世为大鱼身上小虫吃大鱼的肉。因为远离善法所以愚痴且不堪为道器，以人到再如何苦、如何老、如何病，总会念一句佛号。畜生道除少分善根因缘外，大部分都不堪为法器，尊者阿底峡入藏时，同体大悲身边有一只狗，尊者也无法救它，上师有大悲心及意愿，也无法改变，一旦披毛带角时，自身能做什么？只能依业力运作它的生活。

此等是如亲友书释中所说，其余尚有生于黑暗及以水中，老死于彼，负重疲劳，耕耘剪毛，强逼驱使。又以非一，杀害方便，苦恼而杀。又受饥渴，寒暑逼恼。又由猎士，多方恼害，应于此等，常悬畏惧，思惟众多苦恼道理，厌患出离。

亲友书说：其余尚有生在黑暗当中及水中，老死、负重、剪毛、驱使、种种杀害情况，因为业增长广大故，未来还报身上只会苦上加苦。又受到饥渴、热冷、及猎杀的种种痛苦，这些还属次要，主要是愚痴无法听闻三宝。总之，旁生苦有五种——<sup>一</sup>愚痴。<sup>二</sup>受冷热苦。<sup>三</sup>受饥渴苦。<sup>四</sup>使役杀害苦。<sup>五</sup>互相吞噬苦。尊贵大悲尊者说：「思惟地狱、饿鬼苦不能现见，思惟畜生道苦可以现见。我们如果忽视它，以看戏心态讲半天，根本不可能有受苦，要信解自身投生畜生道，病无医院、吃无定食、睡处风吹雨打、被同类不同类欺侮。太多的痛苦折磨，只有厌离及断恶修善。」

讲三恶道苦及旁生苦的目的，要能熟记种类、受何异熟苦、寿量如何、以何因缘产生，以此产生怖畏而修行。

不厌离三恶道苦就不厌离轮回苦，粗分痛苦都不厌离，细分痛苦更不可能厌离，所以思惟三恶道苦是基础，更进一步，多少的如母有情在此中受苦，自身不能忍受而生猛力心修行。

**其寿量者，俱舍论云：「旁生长经劫。」谓寿长者，能达劫量，短则无定。**

前已谈受苦之因、受苦之理、受苦项目，此处谈受苦之量（寿量），寿量与命根（凡是有暖气或心识所摄持者）同义。没有暖气及心识就断了命根。俱舍论说：「畜生道最长的经过一劫数。」**寿长者，能达**

劫量，人寿最低四十岁，每百年减一岁，再往上增到无量寿，一增一减为一劫；佛经中提到畜生道可以发菩提心受菩萨戒的只有龙族，虽可受戒却不能出家（只有人道），受用虽大毕竟还是畜生身。短则无定，如浮游般朝生暮死，旋生旋灭。师长说：「以对象不以意乐而言，杀身体越庞大的畜生罪越重，杀身体越小的畜生罪越轻。」畜生道共同特质是愚痴，可是有其差别性，因为往昔习气及诸恶业，寿量及受苦之理都跟业有关，畜生道胎湿卵化四种都有，主要是湿生跟卵生居多。

畜生道到此以讲授完毕，我们不要以看节目的心情，饿鬼、地狱不学佛的人不知道，学佛的人有时也不信，我们只能依圣言量来承许，畜生道我们可以现见，所受的苦我们也知道，假如我们是它，我们怎么办？既然不想投生三恶道受苦的话，必须断除投生畜生道的因——愚痴及伤害有情。

## 菩提道次第广论卷三终

# 菩提道次第广论 宗喀巴大师造 法音法师讲述

2006年10月19日

妙音讲堂开讲  
第四十六讲

## 菩提道次第广论卷四

基于众生不同根器，世尊宣说各种不同调心法门，以各种不同方式来学习佛法，总归而言，学佛目的无非透过佛法创造法业，让身口意跟法相应，而且自造自受。

尊者阿底峡德高望重，虽年纪老迈仍百事自来，对一些微细法行（供水、礼拜等）都自己做，弟子说：「师长年迈又德高望重，弟子可替尊者做微细法行。」尊者说：「你可以替我吃饭吗？」告诉我们业自造自得。

佛法很实际，也会产生力量，一般善有两种——加行所得之善（依后天正确方法精进，依善心造善行得善果。）<sup>一</sup>生力所得之善（以生俱来，无始所安立的习气，任运而有善心、善行、善业跟善果。）尽可能造作后天加行所得之善；以纯正动机，认识学习佛法方式内容，安立正法习气而学习，透过学习来修行，修行而调心，运用在生活中改变身心，可以安立来世正法习气，让今生正行造作善行，符合学佛意趣。

佛法内涵是净化内心的修心方便，心种类很多，有利益性为善心，

损害心为恶心，无记心无害也无利，学佛主要让利益善心生起，遮止损害恶心不生，也就是所谓四正勤（已生善令增长、未生善令生起、已生恶令遮止、未生恶令不生。）佛法不是外在建设，而在于内心建设为主，靠心依法修行而承办，学佛就是将心不好的品类对治，让心好的品类生起。佛法如镜，见照自心污垢。佛法不是照妖镜，专学佛法看他人过失，而自赞毁他，如此已违背自净其意意趣。

常啼菩萨说：「修行力量必须具足毒箭穿心之念。」下士夫心中，如中毒箭非拔不可之心，忆念自己三涂苦祈求救拔而学下士道次。中士夫心中，如中毒箭非拔不可之心，忆念轮回苦而学习中士道次。上士夫心中，要如中毒箭非拔不可的意志，忆念一切自他有情苦而学不共上士道次。学佛要先认识苦，今生等流果、异熟果、增上果的苦，来世三恶道、三善道的苦，以此基础之上忆念有情苦，从苦的认识，才能找到快乐，因为痛苦所以希求快乐，所以要有乐因的方便（佛法的闻思修学）。从中认识学佛不是很遥远，越为来世而学，今生越有好处。佛法可以帮助来世，也一定可以帮助今生，如法在今生生活，一定有益来世，当下可克服困难，临终不会失念，来世有修行经验跟正念，两者相辅相成，是累积佛法的开始。学佛不容易可是很值得，不要困难就放弃，点滴累积、不求速成、边净罪集资、边学法行，来世继续增上。

缘起的外缘靠上师慈悲教化，内缘靠自身已得暇满人身，自觉而投入修行劝取心要，所谓心要指共下、共中、不共上士道次，共下士道有四法类——忆念自己粗分无常，忆念自己来世三恶道痛苦，由忆念三恶道痛苦产生怖畏而皈依三宝，由皈依三宝而奉行业果，由奉行业果而以四力忏悔往昔恶业，从今以后尽可能造作善业。如此法行感得下世人天善趣的方便，当下提到死无定期很快就面临来世，以业决定来世（善业得善趣、恶业得恶趣），因恶业多，因此思惟以业力感得三恶道蒙受痛

苦，而有所警觉怖畏而遮止及寻求救护，一心皈依三宝好好学佛。

思惟三恶道苦有二：「思惟自身将感得三恶道痛苦，产生怖畏寻求出离造作法业。」思惟对我有深恩正在三恶道受苦的如母有情，所受痛苦我怎能忍受，一心想救拔所以好好学佛。思惟自苦而怖畏，思惟他苦心生不忍而好好学佛。

已研讨过八寒八热地狱，就异熟果痛苦而言，饿鬼比畜生道还苦，广论先谈畜生道，后谈饿鬼道，理由在于畜生道（愚痴）对修学佛法有很大的障碍。宗大师说：「心最大的痛苦是愚痴，身体最大痛苦是死亡。」畜生道的愚痴很难蒙受三宝摄受，因此将畜生道苦列为第二。接着是饿鬼道苦，主因是悭吝不舍，阻碍他人不要布施，瞋恨布施。

师长谈过如果人临命终时，很排斥食物，家人又要他吃，病者仍一直排斥的话，死后堕入饿鬼道，因为不想吃为因，就受长劫饥渴苦。所以亲人有此情况，不想吃就不要勉强，否则会让亲人堕饿鬼道。

有个公案：有一位近代仁波切的出家弟子，生前贪着金钱，死后堕饿鬼，仁波切以神通力看到这位弟子堕饿鬼道，一天堕饿鬼道的弟子跟仁波切说他很苦，找不到任何东西吃，仁波切叫侍者烧沾粑粉类似烟供来喂食他，结果这位饿鬼道法师都无法靠近，最后只能用很破烂的陶瓶装烟香，才让此饿鬼道弟子饱食一番，这是近代真实故事。业就是如此，没有业去受用名贵的容器与食物，人道亦然；咽喉患病，再好的东西也无法下咽，饿鬼道确实存在。

（第九十四页一行）

**思惟饿鬼道苦者。谓诸习近上品悭者，生饿鬼中，彼复常与饿渴相应，皮及血肉悉皆枯槁，犹如火炭，散发覆面，口极干焦，舌常舐略。**

有情以业力故，投生饿鬼时，过于熟悉靠近造作上品（很猛力）悭

贪业（不喜布施也不障碍他人布施，宁愿财物损坏还舍不得用），自身业报所得财物，除非用法不当，否则自己享用没罪，因为没有害众生，可惜在于不能以福报转投资。享用（自己还愿意用）跟悭贪（自己都不舍用）不同，上品悭贪对自他都不好，基本上，造恶业才会投生三恶道，不共烦恼在于贪瞋痴。投生饿鬼道有三十种，共同的业是常与饥渴相应，业很微妙，造作如何业行就得何果报，皮肉都干枯如火炭，散发覆面、口极干焦，常用舌舔舐。

鬼道有福报大小之分，大部分是饥渴苦的异熟果，以善根而言，一般福报善根是世间有漏福，主要福报是具足希求佛法的出世间善根为最善。

**此中有三，于诸饮食有外障者，谓彼若趣泉海池沼，即于其处，为余有情持剑枪矛，遮其泉等不令趣近，及见其水变为浓血，自不乐饮。**

饿鬼道分三类，此中指外障（外在有障碍遮止而不得受用）饿鬼道，因为长劫饥渴一直找不到食物，忽然见到清澈的池沼，因为长时疲倦饥饿，依然拖着身躯往池沼，因为业力故，岸边有大力鬼王持剑矛，不让饿鬼有情靠近，这是求不得苦，以偷盗而言，偷贫穷者的资具，罪重于偷富有者财物，因为对贫穷者的任何资具都是命根。何种果报面临何种应对都是有因有缘，即使疲惫饥渴仍徒劳而返，那样的痛苦与失望是猛剧求不得苦。

第二类不但被挡，池水也变为浓血，自不乐饮，这是业力所使，以水见为浓血。以业力而言，过去造作感得如是受用的业，不但有现见业而且有受用业，以佛陀的马麦之灾，转化成天厨妙供，这是功德力与业行的关系。人间也有饥荒没有受用的事例，但不是饿鬼道，而是类似饿鬼的受苦之理，毕竟是人道，饿鬼道苦犹胜于人道苦。

于诸饮食有内障者，谓有其口细如针孔，口或如炬，或有颈癭，或腹广大，纵得饮食无他障碍，自然不能若食若饮。

此是内障饿鬼道，饿鬼有情的咽喉如针孔细或如炬火有颈癭，或肚大如山，食物难寻，即使找到也难吞咽，入口不会饱足（肚大如山）。佛教有施食法行，自有它的缘起，是很好的财布施。最好结合菩提道次第意乐，遍观鬼道有情到此好好受用；当我们体会到苦，最好结合施乐受苦，饿鬼道的苦，身不由己，因业力所感没有功德，批星戴月追求佛法受苦是福报是庄严；两者意义不同。不会转念，受苦是苦谛，有佛法，会转念者，受苦是福报。

于诸饮食自有障者，谓有饿鬼名猛焰鬘，所有一切若饮若食，悉皆燃烧，有名食秽，食粪饮溺，及有唯能饮食不净，生熟臭秽，有损可厌，或有唯能割食自肉，不能受用净妙饮食。

饮食自障名猛焰鬘，一切饮食到口中成猛火或炭，不得受用。饮食不净名食秽，如屠宰场一些不洁净物，生熟臭秽，有其损害性及其形状味道都不好，甚至割自肉而食都不能饱食。没有受用妙净饮食之业力。当业力不好时，增上果也不好，好看的食物未必好吃及洁净，饿鬼道本质及形状都不妙净。以上所谈为内障、外障、及自障饿鬼道有情。

（第九十四页八行）

是等处所如俱舍释云：「诸饿鬼王名为琰魔王国，于此瞻部洲下过五百踰缮那而有，从此展转散居余处。」

是等处所指鬼国，如《俱舍释》说：「饿鬼道处所为琰魔王国，在南瞻部洲下过五百由旬，以本处为主而展转散居各处。」

亲友书亦云：「于饿鬼中须依近，欲乏所生相续苦，无治饥渴寒热劳，怖畏所生极暴苦。或有口细如针孔，腹等山量为饥逼，下劣捐弃不净物，尚不具寻求力。有存皮骨裸形体，如枯枝叶多罗树，有于夜分口炽燃，受用口中烧燃食。有下种类诸



不净，脓粪血等亦无得，面互相冲有受用，颈癭成熟所生脓，诸饿鬼中于夏季，月炎冬季日亦寒，令树无果诸饿鬼，略视江河亦当干。」其中初颂显示总苦，所余诸颂显示别苦。

亲友书说：「饿鬼道有欲乏（求不得）所依相续之苦，无能力解决寒热饥渴之苦，怖畏所生极暴苦，因此怖畏长时受苦及他有情阻挡受用，咽喉如针、肚大如山，下劣捐弃不净物，尚不具寻求力，所得都是不净物及努力寻求还得不到，有存皮骨裸形体，如枯枝叶多罗树，饿到裸形体，皮肤如枯叶多罗树，有于夜分口炽燃，晚上不但无法清凉，反而口中炽燃，受用口中烧燃食，所食的都是燃烧的饮食（猛焰），有下种类诸不净，纵使下劣低贱的饮食也不可得，脓粪血等亦无得，面互相冲有受用，颈癭成熟所生脓，课堂未授，请师补充，诸饿鬼中于夏季，月炎冬季日亦寒，冬季日光与月光都很冷，身不堪受，令树无果诸饿鬼，略视江河亦当干，因为没福报，果树也没有果实，所见河水也干枯。」

有一公案：「有一鬼母，有两个鬼子，住在鬼国中，到人间寻找食物，非常饥渴，五百年才得到一口痰。一回，鬼母遇目建连尊者，告之尊者其丈夫到人间寻找食物，请尊者代为找寻丈夫带饮食速回。」想想自己的孩子，一天没得吃，我们就受不了了，何况他们也是众生、有佛性、有感受、想快乐不要痛苦，但是业力如此。以人间也有饥渴处，情况类是如此。其中初颂显示总苦，所余诸颂显示别苦，其中第一句显示总苦，所有余句显示别苦。

劳为食故，徧处驰求。畏谓由见，执剑杵索诸士夫故，而起怖畏。下劣捐弃，谓随意弃。夜分者，谓至夜间其口烧燃。口中烧燃者，谓随所食皆烧其口。受用谓食。眼如恶毒之所燃烧，甘凉泉河，悉当枯竭。

此中说明别苦，为饮食疲惫到处寻找而求不得，即使见到食物旁却有执剑杵有情而生怖畏不敢靠近。异熟果很低劣时，如果没有佛法，被

欺侮时会退却且不容易生我慢，基本上，人道、天道、鬼道、畜生道，福报区别大小，互相欺凌而生怖畏。

**下劣捐弃，谓随意弃**指他人不要物，弃舍才能得。夜间其口烧燃，随所食皆烧其口，指不易得饮食，所得又不能饮用，眼睛猛炽燃烧，因为业力故，所见甘凉泉河都是枯竭。

业有能见业、受用业、看不到也不得受用三种；如一样的家庭不一样的果报（别业），当初慳贪让有情不得受用，反射自身也什么都没有，业未报尽，只能一直蒙受其苦。

**又于一类显示猛焰，火炭充满。又于一类显为脓河，种种秽虫弥满流注，是释中说。**

又一类显现河中显现干涸或充满火焰不能受用，又一类显现浓血与秽虫弥满流注，如《亲友书》所说。

弟子书亦云：「猛渴遥见无垢河，欲饮驰趣彼即变，杂发青污及烂脓，臭泥血粪充满水，风扬浪洒山清凉，檀树青荫末拉耶，彼趣猛焰遍烧林，无量株杌乱杂倒。若奔畏浪高翻滚，泡沫充溢大水藏，彼于此见热沙雾，红风猛乱大旷野。此住其中望云雨，云降铁箭具炭烟，流飞炽炎金刚石，金色电闪降于身。热逼雪纷亦炎热，寒迫虽火亦令寒，猛业成熟所愚蒙，于此种种皆颠倒。针口无量由旬腹，苦者虽饮大海水，未至宽广咽喉内，口毒滴水悉干销。」

《弟子书》说：「猛力饥渴遥见无垢河水，倍极辛苦往彼处走，河水却变成杂发青污，充满烂脓、臭泥血及粪水，见风扬浪洒山清凉的檀树青荫末拉耶时，到彼处变成猛焰遍烧林，无量杂草丛生的树林，水如浪高翻滚，泡沫充满的大水藏，见到如阳焰的热沙雾，猛风旷野中非常的饥渴，希望下雨时，云中下了具炭烟的铁箭，雨如金钢石般的落下，闪电降于身，内身因热火炽燃，雪也成炎热，因内心寒迫，火亦如寒

冰，此是猛业所颠倒成熟。内障而言，咽口如针，肚大如山，即使饮入海水亦不得受用，因滴水不能入喉，解不得饥渴之苦。」

如此异熟乍看事不关己，却是真实业力所感，人怕鬼，其实，鬼比人更苦，因不闻三宝名，异熟果是长劫饥渴，难积福慧资粮，业不尽不会舍报；善法不能累积，异熟感报不尽。人道再苦也会有因缘念一佛名，鬼道虽长劫猛力蒙受异熟，但最苦还是不闻三宝名。人道再怎么没得吃，总是还有社会救济，有苦难时，还能互相帮忙，最可贵还有三宝可依止，试想自身如在彼处如何蒙受彼苦，忆念有多少对我有恩泽的有情此时在彼处受苦，饿鬼道不远，它是真实存在，一切业决定。

（第九十五页十二行）

**其寿量者，本地分及俱舍论说，鬼以人间一月为一日，乘此自年能至五百。**

鬼道三十天为人道一日，人道一月为鬼道的一日乘以一年至五百年，以饿鬼道而言，亦非定寿。

**亲友书云：「常无间息受众苦，由其恶行间业索，系缚一类有情寿，五千及万终不死。」其释说为一类饿鬼寿量五千，或有一类寿量万岁。**

《亲友书》说：「没有间断受众苦，恶行坚固为业绳索所系索，系缚一类有情寿命为五千年或一万年，一直到业尽方休。」一切由业所决定，业来自自己的恶行，想想自己或亲眷如堕饿鬼道，寿命长时受苦如何能忍受呢！人道还有苦尽甘来，但饿鬼道却苦无尽期。

**本地分说，三恶趣中身量无定，由其不善增上力故，大小非一。**

无着菩萨所著《本地分》说：三恶道的身体、高低、大小无定，一般言，人道的身高不是很高，畜生道则不定，饿鬼是很高大的，而地狱道的身高很高，天道亦然，两者为两极化，地狱道身体高，受苦长，天

道身体越高，福报越大。由其善品不善而堕地狱，中品不善堕饿鬼，下品不善堕畜生；换言之，以往昔的大小业因，感得包括身量等等一切不同果报。

**若思如是恶趣众苦，应作是念，现在探手煇煇之中住一昼夜，或于严冬极寒冰窟裸而无衣，住尔许时，或数日中不用饮食，或蚊虻等，嘶咬其身，尚且难忍，何况寒热诸那落迦，旁生互相吞噉，是等众苦，我何能忍。度现在心，乃至未能转变心意，起大怖畏，应勤修习。若虽知解，或未修习，或少修习，悉皆无益。**

前所言种种三恶道痛苦，总结于此是重点——细思了知，我将感得恶趣，投生何类、受何种苦、以何因而得，如此恶趣众苦情境，不可以眼不能见而以为虚假，因在世间诸多眼不能见者，实际上是存在的，也都出于佛经所说，佛根本不用妄语，故当信其有，不可信其无。以业力故，此些苦是真的有。

以观待而言，生前于人道时，手伸入火坑里一整天，或住其寒冰中身不着衣，以此冷热之苦，我们应无法忍受片刻的。甚至几天不得饮食、蚊虫咬我们的身体，都无法忍受了，何况寒、热的地狱，畜生道互相吞噬等等的苦，我们又如何忍受呢？度现在心，「度」是指返观、推策、比度现在的心，透过心上思惟，有何觉受，到底是以看节目、文字游戏、或感同身受，乃至心未起怖畏时，让心转向法，不以今生俗事一直造恶业，应勤修断恶道的因（断十恶业），即使了知之上而不修习，或少修习亦不得利益，应起大怖畏——今生一切如一日梦境般，醒来面临的是三恶道，心能不起怖畏吗？

师长说过，人间的热如地狱的冰一般凉爽，两者无法比拟。有一次，师长身体违和，师自言快往来世了，我与师说：你不是计划五年要

回家乡吗？师长说：不能作主了，我快走了。我又与师说：那有何关系，今生您心中安立多少《现观》的习气，而且教化众生，自身饱学又有修行，您去来世也不过是等于回家罢了。师长说：不，看起来，我恶趣习气较多，佛法习气较少，因无始轮回故。这是师长的谛实语。

另一公案：有位密宗行者，平时对弟子说自己有修有证，所以往香巴拉或任一净土，随时可去，倒是可怜弟子们要一直受轮回苦。一日，这位上师要往生了，弟子们就祝愿上师往净土，这位上师居然害怕起来，直说净土如何去得了，我宁愿跟你们一样，最好不要死。

从师长的回答与公案里，让我们去反思，以师长的回答，可看出师长有佛法，因为他相信无始生死以来的业力。今生所造的业力，为一组，果待感，今生所报的果是前世的因，为一组，各报各的，不能相抵，可以减轻不感异熟，抵销却很难。所以此中才提到少修习不可以，一定要常思惟常修行，如集学论说，一位重病者，只吃一次药是没有效果的。何况以今生我们的所思都是烦恼，所行都是恶行居多，造善业也不是很甘愿，心要改变一定要持续学习，只要不间断学习就有希望，以上是宗大师的教诫。

如事阿笈摩说，庆喜妹家二甥出家，教其读诵，彼读数日，懈怠不读，附与目犍连子，仍如前行。庆喜嘱曰，应令此二意发厌离。目犍连子引至昼日所经处所，化为有情大那落迦，彼等闻其喷斫截等声，遂往观视，观见斫截所有众苦，又见彼处有二大镬，涌沸腾然。问云此中全无入者耶，报云阿难陀有二甥，既出家已，懈怠废时，死后当生此中，彼二惶恐，作如是念，设若知者，现或置入，次返目犍连子处，详白所见。目犍连子告云，二求寂，若此过患，若余过患，悉是由其懈怠所生，当发精进。彼二遂发精进，若未食前，忆念地狱，则不饮食，若于食后而忆念者，即便呕吐。

事阿笈摩公案说：庆喜（阿难）的妹妹有两位孩子出家，教导读诵，都常懈怠玩乐，后交由目犍连教化，仍如前懈怠，阿难即说如此不可为，定要让两位生起厌离起精进。目犍连以神通变化，白天所经过处，化成热地狱，让此两者听到砍杀、烧煮因缘的声音，既好奇的往前看，见旁有一大锅子正在燃烧，即问：怎么没人在里面？回答：阿难陀两位出家的外甥懈怠荒废时日，死后当在此锅中。两位外甥听后很惶恐，回来告知目犍连他们所见到的情形。目犍连即告诉他们：两位出家有情，（求寂指沙弥。藏文名「给敦」，意指求善、求寂，意思为求解脱、寂灭之乐的意思。）所见到或未见到的过患，皆由不精进及放逸（该作而不具警觉力）懈怠（不喜行善、喜造恶行）所生起，由此造恶业。两人听此言，未饮食前，忆念到地狱诸苦即不敢饮食，若已饮食而忆念起地狱诸苦，马上呕吐，这是很好的善根才会如此。

贪如阿难陀，瞋如指鬘尊者，虽有很大的三毒，听佛教化马上得度，是因为因缘已经成熟了，如前者一想就呕吐即是很定解，以我们都只是慢慢安立习气，要信不信的，怕也不怕的感觉，此是没定解的行相，善根亦有所差异。

有引至余昼经行处，于余一处，化为诸天，彼由闻其琵琶等声，岁往观视，见有天宫，天女充满而无天子，问其无有天子因缘，答云，阿难陀有二甥，既出家已，发勤精进，彼二死后，当生此中，彼二欢喜，还白目犍连子。教曰，二求寂，若此胜利，若余胜利，悉从勤发精进而生，应发精进。次发精进受圣教时，见如前引，真实相应经中宣说，从诸善趣而生恶趣。

这是正面的引导，将此两人平时常走之地，变化成天道有情处所，奇花异草、琵琶乐声，听得悦耳即往前一探，见一天宫，天女充满而无天子，即问为何无有天子，回答因阿难陀两位外甥生前精进，死后就可

至此处享受，两人就很欢喜，告知目犍连所见之事，目犍连告之两位沙弥，这些都是从精进而有，因为精进是百法的根本，因此定发精进才是因精进而受持世尊或长老所说的圣教，见如前所引，《真实相应经》所宣说——善善趣生恶趣之理；即以恶业故。

**问云圣者，我等若从人天之中死后复生三恶趣耶。告云二贤首，乃至未能断诸烦恼，尔时于其五趣生死，如犍鞭理，应须轮转。彼二厌离，作是白云：今后不行烦恼行，惟愿为说如是正法。目犍连子为说法已，证阿罗汉。**

问圣者（目犍连）地狱我们害怕到呕吐，天道则为精进的果报，如果从人天死后仍堕恶道吗？告知（二贤首指腻称或尊称之意；类似仁者。）如不断分别及俱生烦恼种子的话，不断集谛仍得五趣的苦谛轮回，烦恼是缘，业是因，有烦恼的话，恶业会感果且又造新业，没烦恼旧业不感、新业不造，因此忏悔业障如儿戏，应是忏悔烦恼才是。心中三毒因都还在，也只是暂时不感果，佛教是涅槃法，不断烦恼，不算真正的佛法，有烦恼就有业障，除滋润旧业亦会造新业，故应修习断烦恼之道——先认识烦恼过患、生起之理、能断道、好好修证、配合福慧资粮双修而断障证果，此是主要。

故如集水轮一般，上上下下轮转，两位外甥心中即起厌离，发愿以正法为修习断烦恼之道，目犍连即为两者说法，即证阿罗汉果。

证果是以初果、二果……等证成，但以利根言，当生入见道从初果入四果。证身闻的阿罗汉果最快三世，最慢时间则不定。

**是故能灭懈怠，能发精进，勤修正道，策发其意，令希解脱，及证解脱。其根本因者，谓赞修苦。纵有大师现住世间，于此教授，更无过上而可宣说，即于此中，发生下中士夫意乐，次第极显。净修心量，亦是乃至未起如是意乐以来，应须恒常励力修习，**

因此应以苦为师，破除贪着世法，心力广大精进、不退心、推延、懈怠，喜善行于法道，依精进勤修正道，将师长所正确圆满之教授，励

力闻思修学，转化内心于善法欲，令心厌背三有苦、希求解脱乐，亦言：修解脱道、证解脱果。从最初学时之懈怠，至生起顺缘之精进，对于实修而得的解脱道果，根本因在于——皆以苦推动——知苦（有漏法）为苦性，让自己生厌离。

思惟我一旦堕三恶道，只能长劫造苦因受苦果，无法造乐因得乐果，如此不断深深思惟；对已造恶真心忏悔，对未造、将造、立造善业而不瞋心，如此才不会坏善根，且多做防护力并回向——已造恶真心忏悔、未造令造善而不起瞋，多所防护三门，广大回向——此乃修行之理。

纵有大师现住世间，即使佛陀住世亦宣说此法，透过知苦为苦策发厌离，寻找苦因励勤断除，离苦得乐须先知苦为苦而厌离。厌离三涂苦为下士夫意乐，厌离轮回苦为中士夫意乐，进一步思惟自己三恶道苦而求救护，更进一步思惟我的如母有情堕三恶道受苦而起悲心欲救拔而学佛，故次第很明显，为深思三涂苦之前，要恒时不断修习，由衷的畏苦精勤修习，如是三门易趋善行善法，亦因思惟三涂苦而怖畏寻求离苦之道，不只修习一此为足，内容与其中之量透过勤修不断累积。

今日所研讨为饿鬼道之苦，包含内、外二障，饿鬼道所有障碍皆引经俱论证成，总结，由不善业感得不善果报，如前所说好好思惟果报的痛苦，观待于人道的我们，小小的痛苦都不能忍受，何况堕于饿鬼道，因此心能生怖畏而修行——修行来自听闻、了知、多所修习。文中引用两位外甥的公案，宗大师亦叮咛以苦为师——下士道需拔自身三恶道痛苦的毒箭，中士道需拔自身生死苦的毒箭，上士道需拔一切有情苦的毒箭；故有苦有出离、有苦有悲心、有苦有菩提。

问：请问悭贪与节俭有何不同？

答：节俭是不随便乱花钱，悭贪是吝啬，两者法的行相不同，悭贪是烦



恼心所之一，节俭是美德，两者不能混为一谈。