

八寒地獄

大圓滿前行 普賢上師言教
前行引導文

大綱

- 一. 八寒地獄的簡介
- 二. 八寒地獄的八種苦相
- 三. 八寒地獄的壽命
- 四. 轉生八寒地獄的因
- 五. 觀修時的思維方式
- 六. 懺悔
- 七. 討論題

八寒地獄的簡介

- + 八寒地獄的總苦相 是從輕到重的苦相表現為器界是連綿不斷的大雪山，地面全是寒冰凍結，是一種非常恐怖、不悅意的地方。晝夜不斷都是這種狀況，沒有一時不颶風、不下雪，總是處在風雪彌漫的覆蓋當中。而且赤身裸露，受著寒苦。從具炮地獄到裂如大紅蓮地獄 總的全是這種狀況。。

八寒地獄的簡介



八寒地獄的簡介

(一) 具炮地獄

- + 通常而言，寒地獄處在雪山、冰川的環抱中，到處狂風四起、暴雪紛飛，居此地獄的眾生赤身露體，遭受非常難忍的寒凍之苦，身體上不時長出水泡，由此稱為具炮地獄。
- + 我們可以想像冬天特別寒冷的地方，若不穿得嚴實一點，可能身上會凍出水泡。在藏地，冬天確實非常冷，冬天則如寒地獄一簡直可謂滴水成冰許多雖說人間的寒冷和寒地獄的無法相比但有些地方也有相似之處，可以借此去啟發思維。

八寒地獄的簡介

（二）皸裂地獄：

水泡慢慢破裂而形成皸瘡傷口，由此稱為皸裂地獄

（三）緊牙地獄：

有情難以忍耐寒冷的折磨，禁不住牙關緊咬，由此稱為緊牙地獄^[6]。

八寒地獄的簡介

（四）阿啾啾地獄：

有情不斷發出呼寒叫冷的聲音，由此稱為阿啾啾地獄

（五）矐矐婆地獄：

有情呼寒叫冷的音聲已經間斷，只能呼呼呼地長聲歎息，由此稱為矐矐婆地獄

（六）裂如青蓮花地獄：

有情的皮膚凍成青色，裂成四瓣，由此稱為裂如青蓮花地獄更有甚者，凍成黑紅色

八寒地獄的簡介

(七) 裂如紅蓮花地獄：

皮下之肉凍成紅色，並凍裂成八瓣，由此稱為裂如紅蓮花地獄。

(八) 裂如大蓮花地獄：

皮下之肉凍成黑紅色，裂成十六瓣、三十二瓣或無數瓣，由此稱為裂如大蓮花地獄。淪落在此地獄的有情，凍裂的傷口中爬入許多鐵喙的昆蟲咬噬著，同時還要遭受寒凍之苦。

+ 上述有八種全然不同的痛苦，所以才安立了八種名稱，這些統稱為“八寒地獄”。

八寒地獄的壽量

- + 八寒地獄的壽量實在也很難算。過去沒有電腦，如果一個數位的位元數太多，就沒辦法表示，只有用譬喻來說。就像劫的時間有多長，只有用長壽天每一百年拂一次巨石，直至拂盡，這樣的譬喻來說。那麼與之相仿，八寒地獄的壽量極其漫長，也是用譬喻表示。過去有一個薩羅城，裡面有一種稱量的容器叫“斛”，相當於一百升，一百升乘以兩百倍就是兩萬升。這麼大的一個槽，裡面裝滿了很細小的胡麻（即芝麻）。每一百年從中取出一粒，等到所有的胡麻都取盡了，寒炮地獄的壽量才窮盡。

八寒地獄的壽量

- + 比如一塊煤，點燃了就出火，這就表示他開始受報了，等到這一塊煤全部燒完，就表示受報的相續盡了。就像這樣，當業的膠片開始放電影的時候，就到了果位識，它就開始變現了。如果是不好的業，它就變現苦的境界；好的業就變現樂的境界，這叫“因果律”。就像那塊煤有一個相續的長度或者剎那數，這叫它的壽量，同樣的，一經造了這種黑業，壽量非常漫長。就連寒地獄裡最輕的炮地獄的壽量，都是那樣見不到邊際

八寒地獄的壽量

- + 好比一個人能活一百年，他的一生過後才取一粒芝麻，然後，兩萬升的斛裡面充滿了芝麻。一升有多少芝麻？那不曉得有多少個世紀，在這之上還要乘以兩萬倍，所以這是不得了的。我們從這裡應該認識到因小果大，一點點的黑業放大的果報都是非常可怕的。

八寒地獄的壽量

- + 諸餘地獄依次較前增二十倍，壽量愈長苦受愈重，即寒皸獄壽量二十倍為皸裂獄壽量，其壽量二十倍為牙嘽嘽巴獄壽量，如此等類推而算。

轉生八寒地獄的原因

- + 我們瞭解地獄的痛苦，最終要達到什麼目的呢？目的就是讓我們謹慎地取捨善惡。我們應該知道造成熱地獄、寒地獄異常深重痛苦的因是什麼呢？就是過去所造的惡業，包括五無間罪、近五無間罪、四重八邪還有十惡等自性罪以及已受別解脫戒、菩薩戒、密乘戒後違反戒律所造的佛制戒罪，那麼現在因位的時候，我們就應該精進於斷除能夠導致下墮輪回的因——惡業，精進於令我們未來享受究竟安樂佛果的資糧，修各種善業，否則未來就還要受苦。並非知道輪回痛苦後，就到其他地方去看熱鬧，僅僅知道輪回的痛苦並沒有太大意義，所以請各位小心謹慎，不要虛擲光陰。

轉生八寒地獄的原因

- + 另外轉生八寒地獄的因還有什麼呢？有些經論中說，讓眾生在寒冷的冰或水裡凍死，即會轉生於此地獄。例如捕魚為生的人，很明顯在造這種業。他們用機器從海裡撈出無數魚蝦，然後直接放入冰箱，把那些眾生活活凍死 把動物得皮 拿來做衣服 或是包佛經書的布 拿來當衣服穿 都是八寒地獄的主要因

觀修時的思維方式

- + 首先通過聞思，把這些地獄的苦相都觀察好，心裡都記得，而且有了定解。然後到靜處，環境非常安靜，心也很清淨。之後趣入觀修，讓這些相都能現得出來，要感覺自己現量就掉進去了。從共同來說，一掉進去，好像眼睛一眨就入了夢一樣：這是哪裡？周圍全是雪山，寒風凜冽，整個環境裡風雪彌漫，看不到太陽，沒有一點光和熱，冷極了。由於要受寒苦的業報，業識變現為全身裸體無衣，劇烈的寒觸侵到身上，忽然間全身都起了炮，從頭到腳全部是炮。這就知道：哦！我已經生到寒炮地獄了。

觀修時的思維方式

- + 再繼續想：這種狀況要持續多久呢？好比在人間，冬天身上生了凍瘡，就想什麼時候才能好呢？這個時間並不長。但是，墮到了寒炮地獄就極其漫長了。像前面說的，過了一百年，才從那個大槽裡取一粒芝麻，再過一百年，又只取一粒。像這樣，取完了一升芝麻，人間不曉得經過了多少滄海桑田，然而在這裡受苦的時間才過了兩萬分之一。這就知道，受報的時間太長了，在業功能沒有消盡之間是沒辦法脫出的。

觀修時的思維方式

- + 再繼續想：這種狀況要持續多久呢？好比在人間，冬天身上生了凍瘡，就想什麼時候才能好呢？這個時間並不長。但是，墮到了寒炮地獄就極其漫長了。像前面說的，過了一百年，才從那個大槽裡取一粒芝麻，再過一百年，又只取一粒。像這樣，取完了一升芝麻，人間不曉得經過了多少滄海桑田，然而在這裡受苦的時間才過了兩萬分之一。這就知道，受報的時間太長了，在業功能沒有消盡之間是沒辦法脫出的。

觀修時的思維方式

- + 如此，一旦陷入就無法擺脫，這就是因果的事實。一定要認識到這個事實，從而很理智地決定行為。這樣的話，就不能跟過去一樣。過去非常愚癡，叫做“業果愚”，任憑自己的心想怎麼作就怎麼作，傷天害理的事盡去做，違逆的事盡去做，損人的事盡去做等等，這樣很快就要墮到寒地獄裡去，墮進去就無法忍受。

懺悔

要這樣想：我過去造了很多惡業，就像癌細胞已經侵入體內，現在還在造惡業，這樣就知道自己好顛倒。一個個黑業造下的時候，第二剎那就在識田裡種了種子。種子種了以後，如果不拔除，它會無緣無故消失嗎？它在潛滋暗長，天天都在增，當增到一定程度，到了成熟位時，就要墮地獄了。就像病毒入體以後會不斷地蔓延，必須儘快清除才有救那樣，所以，懺悔是當務之急，一定要如法懺悔。

懺悔

- + 懺悔時要有猛利的追悔心。在因果上得了勝解，就知道自己非常的愚癡，所造的惡業非常可怕。一想到它的異熟果、等流果、增上果就感覺害怕，沒辦法，萬一真的陷進去怎麼得了？這時候就以猛利的追悔心來懺，它的關鍵是在緣起上要起一個相反的心，叫“猛利的追悔”。就是回想起所造的罪業很後悔，就像吃了劇毒一樣，特別後悔。平日可以念百字明咒來懺悔

總結

- + 首先瞭解八寒地獄的環境 種類 苦相 接著明白墮入的原因 如果此生還有觸及地獄的因 要趕快斷惡修善 並且修悲心 幫助眾生
- + 以具足加行、正行、結行三分而修持。

討論題

- 1 八寒地獄的總苦相是什麼？
- 2 從炮地獄到裂如大紅蓮地獄，每一種地獄的苦相是什麼？壽量是多少？
- 3 對於八種寒地獄，觀修時有哪些要點？分別應如何來修？
- 4 自由分享