

第三百三十六讲 《大圆满前行引导文》讲解之四十九

我们本节继续学习前行引导文。

八无暇我们简介了四无暇，但是在我們修的時候，要非常清楚，我們如果這輩子結束，一定落入輪回，沒有例外。

落入除天道外其余各道，都是非常非常痛苦的，没有例外。落入人道和天道是非常非常难的，也就是说，我们基本上不应该有任何的侥幸心理自己下辈子不在下三道中，我们绝大部分的可能，下辈子是落在地狱饿鬼畜生中的。因为我们这辈子没有少吃众生的肉，也没有少发火，

也没有做太多的善业来偿还我们的恶业，杀盗淫妄酒，一条条来对照我们自己，没有哪条是不犯的。

佛学中最基础的五戒所戒的事情，是招感最重的恶业的因。我们一条戒都守不了，所以我们不要自欺欺人，觉得自己不会落入恶道。如果

不想落入恶道，当下就应该开始认真修行，希望在我们剩下不多的余生当中，能累积一些善根，能快速搭上佛法的这趟列车。

我们从地狱道说起。我们打坐观修的时候，要认认真真真观修每一道众生的境遇，认真思维，不要像看电影一样去思

维，而是知道我们以前某一辈子，或以后某一辈子，就是这些众生中的一份子，一定要用第一人称来代入，真正进入这样的境遇中，我们才能生起极其强烈的出离心。而对佛法的解脱带来的光明未来，有更大的渴望和期许，才有更强大的动力去修行。

要知道，这世间很多修行人是没有修好前行出离心，就开始修各种证悟的法门的。一旦寿命现前，很多苦修了无数年的修行人，就还是直接落入六道轮回中。当中不缺乏各种大师，各种有神力神通的人。死亡来临的时候，和普通人没什么两样，六道之中不知道到哪一道去受

苦。出离心没有修好，
如浮沙筑塔。

又有人觉得修出离心，
理论很浅很简单。但是
实际上，非常难，而且
很多修行人是在修出离
心和菩提心的过程中就
证悟了。

我们将佛法的光明放在
自己前方当作目标，看

看如果我们没有搭上佛法这艘船，等待我们的是什么。

如果我们嗔心极强，贪心极重，很可能我们是到地狱道去的。我的身体降生到了地狱，真正感受到的是一片漆黑，整个大地是炽热的烧铁地，地上全是红黑的炭火，连放脚的地方都没

有，黑褐色的火山燃起一尺高的火焰，天上降下火烬，烧烫的石头和兵刃的雨，全落在我们身上。我们降生在地狱时候的身体，是在人间的四倍以上，身体的颜色就像血染一样，或者像杂乱的黑羊毛片，或者就像刚刚出生的孩子的皮肤一样只有薄薄一层，肌肤紧绷着，非常

透明，就像伤口刚愈合的新肉一样，不能受到一点点触碰。我们不分日夜，不能睡觉，被天上降下来的烈火焚烧，兵器割割，没头没尾地被烧灼和折磨，没有一丝一毫安宁的机会，一直饱尝着痛苦。地狱众生的寿命，已经超越年数的限度，我们要在这样痛苦的折磨中感受长

达中劫的果报。如果我们降生在八寒地狱，风雪交加，冰天雪地，时时刻刻受到严寒的折磨。

无论投生到八热地狱还是八寒地狱，我们根本不可能有解脱的机会，寿命比起我们现在一百年来说，根本是一个无限的出期。

我们想像自己在日常生活中，如果一块烧红的炭落在自己的皮肤上，会是什么感觉？一定是痛到骨头里。我们想像这个景象，再想象如果我们被扔到炭火中焚烧是什么感觉？那种惨状，我们可能没有几秒钟，就已经体无完肤，在痛苦中被烧死。我们是人，还有死的权利，虽然痛

苦，还不会太久，但是当我们在地狱中的时候，连死的权利都没有。被焚烧折磨死去，又会马上复活，继续承受这个折磨，还要在这样的痛苦中煎熬千万亿亿年。这是什么感受？我们是没有办法想像的。这样的境遇，哪怕有佛法，我们有机会坐下来修行

吗？显然是不可能的。
除了痛苦，还是痛苦。

我们当中非常多的人，
死后是基本上下地狱的，
占绝大部分。我们认真
思维一下，我们吃过多少
众生，我们向多少身边
的人发过火，算下来
我能保证自己不下地狱
吗？自己也很可能下地
狱，所以我无论如何，

一定要认真开始修行了。
这是非常非常紧迫的事情，时时想象地狱的景象，我们对出离就会越来越强烈。

然后是我们在打坐的时候观修饿鬼之道。如果我们这辈子贪婪，又非常小气，从来不肯施舍一针一线给身边的人，或是但凡是施舍，都是

有目的的，那么我们很可能会落入饿鬼道中，实际上我们过去的生生世世，也有很多世落入饿鬼道中。如果我在饿鬼道中降生，我所住的地方，到处都是瓦砾、碎石，到处是枯的树干和毒刺，河岸是干的，灰蒙蒙一片，干枯的苔藓杂乱无章。我的身体，就像经久历劫的骨架，

又像干巴巴的蘑菇和硬邦邦的牛皮口袋一样，不要谈什么美感，只是个摆设而已。我的头就像酿酒的大瓮，脖子就像针尖一样细，肚子大得像一个足球场那么大，四肢像草一样细。我感觉夏天的月亮也是喷火的，冬天的太阳也是寒冷的，每天都被无尽的饥饿折磨着。看到果树，

等我走近的时候，树已经化为乌有；看到湖水，走近就会干得一滴不剩。我受着饥饿的折磨，到处找水找食物，根本找不到。而我的寿命长达万年，在这万年之中都要时刻受着这样的折磨。

我们可以想想这一世在人间，那些非洲受着饥饿之苦的难民，他们所

受的就如同饿鬼一样，
但是比饿鬼轻很多。我们如果在非洲作为难民的一员，都会觉得这个人生痛不欲生，更不用说我们如果真的落入饿鬼道会怎么样了。

思维完地狱和饿鬼之道，
我们要知道这辈子，千万不要随意嗔恨他人，千万不要随意去伤害众

**生，不然我们很可能是
为自己种下地狱和饿鬼
的种子，同时我们要抓
紧开始修行解脱之道，
不然，真的来不及了。**

**这就是本节的分享，感
恩大家！**