



大圓滿前行系列三·普賢上師言教

大圓滿龍欽寧體前行引導文 普賢上師言教講記六·輪回過患一

嘉維尼固尊者 講授

華智仁波切 記錄

益西彭措堪布 譯講

尚未定稿 請勿翻印

目 录

轮回过患原文.....	1
轮回过患讲记.....	20
总思轮回之苦.....	32
别思六道各自之苦.....	79

大圆满龙钦宁体前行引导文普贤上师言教

轮回过患一

益西彭措堪布 译文

第三 思维轮回过患

遍知轮回事事无坚实，大悲唯求恒时饶益他，
不著有寂行如大乘教，无等上师足下我敬礼。

第三义轮回过患的引导也分二：于法作讲闻之轨理，与前相同；所说之法。所说之法分二：一、总思轮回之苦；二、别思六道各自之苦。

如前所说，暇满难得今虽已得，然无暇久居而为死无常所吞没，死而后如水干火灭则是永灭了，然死后亦



非断无而需要取一个生，取了生后就不出轮回之处了。总的所谓轮回乃是对陶家轮、水车或瓶中蜂那样，接连不断轮转而说的。彼也如蜜蜂，若被置入瓶内而封其口的话，往何处飞也唯困瓶内，行不到瓶外的别处。如是，此轮回中无论生高低何处，都不出轮回之域，如瓶的上部为增上生人天之处，如瓶的下部为三恶趣之处。如是众生之处此六趣中，以有漏的善和不善业为因，不断地出生而轮转故，称为轮回。我等从无始劫来就漂流于此轮回处中，而轮回中的一切有情都曾互为父母及亲怨中庸三者，未作者一个也无。“此为此人之母，此为彼人之母……”如是一有情为母的母续之数，纵以大地土抟成柏子许的丸子而作计量，大地土将一切悉尽，然各有情为母的母续之数仍测不到边。经中所说此义，怙主龙树云：“大地尽抟柏子丸，犹不足数母边际”。如是从无始轮回至今，种种生无一不取故，为诸欲而截断的头颅、身支、支节亦不计其数，生为蚂蚁等微细含生的诸身支，若有聚集一处则高过须弥山王了，口内无食、背上无衣、饥渴寒等，受苦后仅一哭泣之泪若干而汇集的话，比外围大海之量还多，生于地狱之处而仅饮烓铜水也是比四大海水之量尤多地喝了，而仍然于此轮回之处刹那也不生起厌离之心，而为乐著、贪欲所缚的诸人，于无边轮回之中，将要受比之前还多的苦。

纵然以少积顺福德分善行感果如梵王、帝释，获得

寿命绵长、色身圆满、财富圆满的身所依，然而最终不能超越死处，死后也有孱弱地受用恶趣苦，则此所依身仅有少许自在无病等的快乐者，也仅是由数年、数月、数日而欺诳人，增上生的乐果一旦穷尽，极为贫乏困苦，或于难忍的恶趣苦，不欲的同时须受用故，现今的喜乐如美梦正浓即当醒般，有何实义？

暂时以微善之果现似安乐而欢喜的诸人，也于引业尽后虽一刹那也无力安住，坐于珍宝之座、天蓐垫上，尽享具足功德五欲而心喜满足的那些游戏的诸大天王，也有寿量尽后，瞬间即头面向下堕于地狱烧铁的地基之上而受诸剧苦；光明朗照四洲的日月天子，最终也有生到洲间漆黑之处，连自己的四肢屈伸也见不到的阶段。是故于现似轮回之乐，无可依恃。以如是故，心作是想：“在这次的生命中，无论如何也要修一个从轮回的大苦海中解脱而证得究竟安乐圆满之正等觉之果位。”具足加行、正行、结行三者而修持。

别思六道各自之苦分六：一、地狱十八类中八热地狱：从等活依次向下至无间地狱之间如楼层般层列而住，此等一切悉是地基及周围一切处，皆如铁匠所烧热铁般，仅由放脚所现之乐亦无，唯是火焰炽然界中，极为炽热。

如是八中，第一等活者，炎烧热铁地基之上，火烜炽然界中，无数地狱有情如暴风雪般，由业增上之力聚



会一处。彼等皆由嗔恚引业所感召，由彼之等流果，一切皆如见仇敌般互起嗔恚之心而斗争时，业所幻变器械难思难量，以手执取故，迭相击打尽皆死亡。尔后虚空中出如是声“愿汝复活”，由此无间皆得复活，仍如前般斗争等，万死万生轮番变现而受苦。其寿量者：人间五十年为四天王天一日，如是三十日为一个月，十二月为一年，如此计算的天五百年为等活地狱一日，如是三十日为一个月，十二月为一年，乃至其自年五百之间受苦。

第二黑绳者，于炎烧热铁地基之上诸阎魔卒，将地狱有情身躯如焦木般推倒，在画为四、八、十六、三十二等份的黑绳之上，以炽然烈火铁锯锯截，诸已断截者无间复合，如是数数锯截而受苦。其寿量者：人间百年为三十三天一日，如此计算的天年一千为黑绳地狱一日，能达其自年一千岁。

第三众合者，一一大铁臼量如地区，无数地狱有情倾注其中，尔时诸阎魔卒一一执持炎烧大热铁锤量如须弥，头上旋舞重击臼中，一切有情一一皆处于恸哭嗡嗡声、解支节苦及不可思议恐怖中而死，其锤起时无间复活，如前受苦。复有山谷四周相对山峰，一切皆成往昔自身所杀动物麋鹿、黄羊、山羊、绵羊等头部像，彼等角端烈火炽然，以角相抵而斗，无数地狱有情由业力驱逐入其中故，于撞击时悉皆死亡，后诸山分时仍得复活，又受如前夹合等苦，此合迫等苦，若以人间二百年为夜

摩天一日，彼天二千年为众合狱一日，须在众合自年二千岁之间备受。

第四号叫者，在无门炎烧铁室之中煎煮而受苦，想永无从此得解脱之时而猛烈号叫。人间四百年为兜率天一日，兜率天四千年为号叫狱一日，如是计算能达其狱自年四千岁。

第五大号叫狱者，阎罗狱卒执持器械，极可怖畏、数量众多，驱逐地狱无数有情，令入双重猛火炽然铁室之中，以锤等器击打，有情心想：内外二门为熔铁所浇铸故，纵脱内层难脱外层，遂大号叫。其寿量者：人间八百年算为化乐天一日，天年八千为大号叫狱一日，能达如是八千大年。

第六烧热狱者，量如三千大千世界大铁器中，铁水涌沸之内，无数地狱有情至极煎煮而受苦，每当涌至上方，有诸狱卒执持铁钩而勾取，更以铁锤猛击头部，忆念失坏之时，不觉有苦受，唯以此观为乐而极苦。人间千六百年为他化自在天一日，天年一万六千为烧热狱一日，其狱自年能达一万六千。

第七极热狱者，于猛火炽然铁室之中，由诸狱卒以火炽然三尖铁钁从二足底及肛门刺入，彻贯双肩及顶而出，又以烧铁穉褊遍裹其身，故极苦楚。寿量能达半个中劫，超出人间年数衡量之境。

第八无间狱者，十六近边增地狱所围绕猛火炽然铁



室之中，一块块烧铁片，犹如燃炭堆如大山，诸阎罗卒驱逐无数地狱有情入于其中，更以虎豹皮火筒，火身无二而焚烧故，苦受极为粗猛而仅有号叫之声，此外不见身体之相。求从中解脱之心相续不断生起，然无有解脱之时，有时火门每当稍许开故，心想逃脱时，诸狱卒以矛棍锤等毆击，并须俱受以烱铜灌口等前七地狱诸苦。此狱寿量能达一中劫。无有更强逼迫故，称为无间。此为造无间业有情及入密乘于金刚阿阇黎起邪见等所生之处，余业不能生此。

其眷属近边地狱：于无间地狱四方中各有糖煨坑、尸粪泥、利刃原、剑叶林四狱，即东方有四、南方有四、西方有四、北方有四，共为十六，于东南隅有一铁设拉末梨林，如是西南、西北、东北各隅，亦皆有一。

其中第一糖煨坑者，诸无间地狱业减薄者出外之时，从远处见到黑阴影火坑，喜而前行。游行至彼，遂堕入糖煨炽然火烬里，烧肉烧骨而受苦。

第二尸粪泥者，如是见到在远处有河，由于前一个大劫坏灭之间火聚中煎煮故极度干渴，由此见水欢喜而取饮，游行至彼，其处何尝有水？唯是漂着人尸、马尸、犬尸等腐烂极为臭恶，多有诸虫蠕动的泥潭，遂陷入其中，没至头顶，则有诸虫铁嘴锐利来刺，啞食而受苦。

第三利刃原者，又有从彼狱得脱而游行至此，见有一个青绿可爱平原，行至彼处，一切地面皆生如青草般

的热铁利锥，足行其上，左踏左穿，右踏右穿，起时即愈，落足又复割截如前，如是而受苦。

第四剑叶林者，又有从彼狱得脱见有一处可爱的园林，喜而驰往故，彼处何尝有一可爱园林，唯遇剑叶园林，铁树枝上生多利剑犹如树叶，风摇叶动，斫截其身，块块支离，而后复合如前，重受斫截之苦。

此外铁刺林是诸违犯净戒、失坏律仪或梵行者，及诸欲邪行者所生之处。以业力故至于可怖铁刺林前，见山顶上有喜爱自己的情人在唤着自己，遂趋登彼处，途中铁树所生的诸叶皆现向下而刺截其身。达山巅时，由铁鸟、铁鹫等啄食其脑及眼内脂肪。又见山脚下在唤着自己，如前趋往，所有树叶又皆显现向上而洞穿胸背。至山脚下时，可畏的铁男或铁女紧抱其身，咬头入口、嚼食其脑而从脸的两腮流溢白汁等，受苦无量。

如是八热地狱、十六增、铁刺林等眷属地狱，彼等之苦由自己善观察后，去寂静处闭目，如现量正生于彼地狱中般而修习。

当恐怖及苦的显现如现量一样生起时，心作是念：

“哦！这次我并未生于彼处，然而彼之苦仅仅心上取，也有如此的恐怖及苦。现在已生彼处的有情不可胜数，而彼等一切又都唯是自己前世的父母，此生的父母及亲人、朋友等诸多死后，也难保不生彼处，而生彼处的主要因即是嗔恚之业，我们又是在此生及余生中积过不可



计数的嗔恚烦恼之业，因而余生决定将生在彼等地狱之中。是故，这次在已得暇满人身、遇见具德上师，并听闻了甚深教授、有修证佛果位的此时，对于今后永不生彼诸恶趣之处的方便需要精勤。”如是数数思维。

对往昔所造的诸恶业，由猛利追悔而忏，并且心作是念：“今后对生彼地狱之处的业，纵遇命难我也宁死不造！”修如此猛利之誓愿。对于现今已生彼处的诸有情众修猛利之悲心，心作是念：“愿彼等一切恶趣有情现在即刻就从恶趣之处解脱！”如是祈愿等。具足加行、正行、结行三分而修持。

第二八寒地狱者，共同而言，一切地基及周围处所皆处在雪山、寒冰之中，唯由风雪弥漫遮盖之处。

彼中裸体由寒触逼身故，身上忽而生出诸疱故，为具疱者；彼等疱破裂后成疮之故，疱裂；不堪忍受寒痛而上下齿打战故，牙咩咩巴；悲号而持续不断叫苦故，阿切切；声调断故长叹则呼呼叫，呼呼而叫；外皮尽成青色而裂为四分故，裂如青莲；内肉红色显露，也由寒冻而裂为八分故，裂如红莲；进而较彼更成红黑而裂为十六、三十二等，乃至无数分故，裂如大红莲。如是所分裂之疮中，诸多利嘴铁虫钻入后啗食而受寒痛之苦。由此八种不同苦相而立八种名称，称为八寒地狱。

彼等寿量者，以萨罗城斛量二百倍为容量之槽满储胡麻，每百年从中取出一粒，胡麻尽时，即寒疱狱之寿

量。诸余地狱依次较前增二十倍，寿量愈长苦受愈重，即寒疱狱寿量二十倍为疱裂狱寿量，其寿量二十倍为牙啖啖巴狱寿量，如此等类推而算。彼等诸苦也如前般，于自相续上缘取后修习。心作是念：今于此人间冬季之时，仅裸体住刹那寒苦袭身尚且难忍，若生彼狱如何能忍？如前般于自相续过失忏悔静息，于生彼处有情修习悲心等。以具足加行、正行、结行三分而修持。

复次孤独地狱者，处所无定，苦相也无定。也就是有山崖中受挤压、坚石中受封闭、寒冰中受冻结、沸水中受烧煮、烈火中受焚烧，断劈树木故，作了断劈其身身肢及支节的近取而受苦，又有杵臼、扫帚、陶罐、房门、柱子、炉灶、绳子等经常使用的器具想为自身故而受彼等诸苦。譬如众生怙主朗吉日巴在羊卓雍湖中见有一条大鱼，大成就者唐东加波在一石中见有青蛙等，皆是其类。

蓝色羊卓雍湖，是由往昔益西措嘉空行母修行而住彼处时，投苯波纯金一钱而变为湖的，成为四大名湖之一，湖首为德龙冈钦，湖尾达赛玛格热，中间有多日路程。大成就者朗吉日巴观视彼湖而泣曰：“悲乎！莫食信财！莫食信财！”弟子问：“什么事？”回答说：“此湖中有一个享用信财喇嘛的识，已生孤独地狱而正受诸苦。”弟子请他示现其事。上师以神通力令湖水刹那干涸，有一条大鱼身量等同彼湖，由无数含生无有间隙遍



满其身而啖食，难忍其苦故正在翻来滚去。弟子问：“如此的罪孽者是谁的转生？”回答：“此是后藏黑马喇嘛的转生。所谓后藏黑马喇嘛，咒力及加持极大，诸被鬼魔折磨的人仅由作一下看式便出生利益等故，成了前后藏四翼的大供养处。信众为利亡者而供养财等，他高声念一个‘啪’就收很多牛马等，是有这么个事。”

大成就者唐东加波在一个大磐石上修气脉幻轮故，令彼石碎裂为两分，里面有一只大青蛙，身上无数微小含生粘附后蚀食故，难忍苦痛而正张着口，黑洞洞的。弟子问：“它是谁？”回答：“这是一位有肉才修仪轨的喇嘛的转生。”

如今喇嘛们也有，由施主宰杀一只肥胖、丰满的绵羊后，灌入咽喉、脾脏等，加入血肉而做成了香肠，放在颤动的热的脊椎骨精肉上面呈献时，穿著的披单被拉到了头上，之后像婴儿吮吸母乳一样食诸内脏，又抽出小刀来慢慢地食用诸外肉，享用完毕时口上油腻腻、头上热气腾腾，完全不是先前的他了，成了满面通红，然后头再抬起来。此生吃来吃去的债，来世在自身上要偿还时，在孤独地狱中大有苦在。

同样，沃大堪布具德护法在德格住时，有一天说：“今天在此俄达河里出现什么都不能放过。”使诸僧弟子去河边等待。约下午时，有一段大树干被水漂来，捞取后再没有出现其他什么。就此禀告，师说：“是彼，

劈开一下。”劈开后，树木里有一只大青蛙被众多小含生正蚀食着。上师为它修沐浴仪轨等，并说：“此是德格的管理信财的官员，名‘俄吉’的转世。”因此，诸人主、有名利者、部落食者也现在威势大，然而要思维此等地狱之处，之后谨慎行事。

如是，往昔世尊住世之时，聂巴城中有一位屠夫每于夜间持不杀生戒，后来生到孤独地狱，夜间住可意微妙宫，由四位美女奉献饮食、受用，极为快乐，而日间其妙宫转为烧燃的铁屋，四位美女变成可怖的恶狗而咬食。又有一个淫行者日间持不淫戒之故，日夜的苦乐与前相反而受。此是施律多亿耳尊者所见。

又可意僧寺中约住五百比丘，每日约日中时打犍椎，之后日中午斋聚会时，僧寺转为燃烧的铁屋，钵碗等器则转为兵器后唯作互相击打，午斋已过，又如初分离而住。此是往昔迦叶佛时有多比丘，午斋期间互相詈骂的异熟，经中说此。诸如此等就是实例。

如是八热、八寒地狱共十六，及近边、孤独二狱共十八，称为十八地狱界，于彼等的数量、寿量、苦相、生因等皆细了知后，于已生彼处的有情需修悲心，于自他一切从今以后不生彼处的方便需作精勤。若不如此，仅稍知稍闻即舍置而不修持，则往后将成法油子骄傲之因，以及为圣者呵责、智者轻笑之处。

从前在上师祥仁波切前，有一位威仪庄严、骄傲大



的比丘来拜见，上师问：“比丘，你知何法？”回答：

“闻法颇多。”又问：“那么所谓的十八地狱界是哪些呢？”回答：“八热、八寒共为十六，及黑帽、红帽噶玛巴，共成十八。”此师虽非不敬噶玛巴而算在地狱之数中，然孤独、近边二狱的名字忘了，而噶玛巴黑、红二帽当时具大名称，故胡乱就算在数中了。倘若成了如此，则求法后修持不必说，连文句尚不了知，诚然为惭愧之处。

第二恶趣处思维饿鬼之苦者：

总于饿鬼，有隐住和空游两类。初中又有具外障者、具内障者、具特障者等。

其中具外障者，乃至很多百年之间，仅水之名也未曾听闻故，极为饥渴而受逼恼，常时中励力求一些饮食而驰走，然毫无所得。有时候从远处见到有长河绿波涌流，处于关节脱位而难承腹部的苦中，踉跄疲极而行故，到了近前，水皆干涸，唯剩河槽，之后极生忧苦。又由见到远方果实累累的绿树，如前一样驰行而到了近前时，变成了枯干的大柴火树。又见有众多殊妙的饮食受用，然而到了近前，却有众多执持器械的士夫守护故，追逐后用器械殴打令受苦恼。于夏季中月轮也炎热而烧灼，于冬季中日轮也极寒而阴凉，因而特别忧苦。如是等即是外障苦。

犹如昔日亿耳尊者去了饿鬼之境中，以被饿鬼的慳

业之毒热所中而尊者口极渴，在一大铁堡门前，有一个可怖畏的黑面红眼的土夫，尊者问：“何处有水？”由此如焦木般的众多饿鬼集聚后，都说：“圆满的大土夫，请施舍水。”尊者说：“我也是没有得到水，才求施水故。”说道：“您说什么？我等已生此山谷中十二年了，连水的名字也除了这一回之外没有听闻过。”

具内障者，以仅如针眼许的小口，纵然饮到了大海之水，也在未入进仅细如马尾之毛的咽喉之前，由口毒之力而干消。假使有少许进入咽喉，而大如地区般的腹部也难以满足。纵然能稍令安适的一些量入了腹部，然而夜晚期间，体内猛火炽燃后焚烧心、肺等一切内脏，故极受苦楚。欲行走时如地区般的腹部，由仅细如茅草一样的身肢无法支撑，极为苦恼。

具特障之苦者，即是在各别饿鬼的身上，由许多虫做了巢后啖食等等。除此之外，还有很多不定的苦乐类别。

昔日亿耳尊者去了饿鬼境中，进了一座无量宫，里面有个美女身色妙好，庄严悦目，以珍宝严饰的宝座的四脚上系着四个饿鬼。她向亿耳尊者献食后说：“他们向您乞讨吃的时，一点点也不要给。”尊者吃食品时，由于诸饿鬼乞求，给予一鬼故顿成糠粃，又给一鬼故顿成铁丸而食，如是给一鬼而顿成自身的肉，给另一鬼而顿成脓血故，彼女来了说：“我没对你说不要给吗？难



道你的悲心比我还强吗？”

对此尊者问：“他们是你什么人？”回答：“此是我的丈夫，此是儿子，此是儿媳，此是女仆。”又问：

“他们由何业捉弄而生在这里？”她说：“诸瞻部洲的人难信故，不相信的。”尊者说：“我现量见了的话，他们怎么会不相信呢？”她说：“我是聂巴城中的婆罗门女，在一个节日前的夜晚备办了精美的食品，那天圣者大迦旃延来乞食，我生起信心后供献了食物。心作是念：让丈夫随喜供养的话，他会出现欢喜的。于是说：

‘王子啊！我向圣者大迦旃延供献了斋食故，你也供个随喜来。’他发怒道：‘乃至向诸婆罗门都没献供，对诸亲友也未作事奉，而你于彼秃头沙门给了食物的精华吗？彼秃头为什么不吞糠粃？’如是劝子故，彼也发怒说：‘彼秃头为什么不吃铁丸？’当夜，亲戚们给我带来很多好吃的，媳妇私自吃了，粗劣的给了我。我质问：

‘你是不是吃了好的，差的给了我？’她妄语说：‘较吃你的食品，我为什么不吃自己的肉？’同样我给亲戚们带去食物，女仆也吃了后说：‘较偷你的食物，我为什么不喝脓血？’对此，我心作是念：这些人受各自的果报时，愿我生在彼处亲眼看到，由此我便生为大力饿鬼女了。要不是那样，向圣者供献食物故，我已经生在三十三天了。

如果你去聂巴城的话，向我那个卖淫的女儿这样

说：‘我见了你父母等，他们说：“此业的果是不悦意的，此非圣法的罪要断除。”’她不信的话，就告诉她：

‘你先父的屋子里有四个盛满金子的铁铜器，还有金手杖和净瓶，取出这些后时常向圣者大迦旃延供献斋食，供后称我们的名字而回向功德，由此彼业将会薄弱、悉皆消尽。’”

如是，阿闍黎哲达日游方故，遇到一位饿鬼女，身色丑恶，是五百鬼子的母亲。她对阿闍黎说：“我丈夫去金刚座觅食经十二年了然未回，您去彼处的话，请转告他：‘不迅速回来的话，孩子们会饿死啦！’”问：

“你的丈夫长得什么样子？一切饿鬼都相同故，我能认出吗？”回答：“不至有误，他是嘴巴大、鼻子塌下、眼睛瞎了、身以不悦意九相庄严的一个。”阿闍黎去了金刚座故，见一个沙弥施水和丢弃诸多食子而行，诸饿鬼抢夺群中有他存在，便将他妻子的嘱托之语告诉他故，他说：“我在十二年中游荡，然只有一次由一位真实的比丘丢弃鼻涕，我等诸饿鬼抢夺此食故得到了一点，除此之外什么也没得到。”阿闍黎说：“此饿鬼身上现在还有由争抢鼻涕而被其他饿鬼打成的很多烂疮。”

如是饿鬼处所随生何处，也都由饥渴为主的种种苦而忧恼，将此苦相取到自心上修。现在我们早上不吃饭也有何种苦状，多年仅水的名字也不得闻的处所中生了



的话怎么办？受生彼处的主因是慳贪及吝啬故，我也积了不可称计的如此之业，心作是念：这次需要做一个无论如何也不生于如此之处。如是等由至心具足加行、正行、结行三分而修持。

第二空游饿鬼者：即是妖精、王鬼、死魔、部多、女鬼、独脚鬼等。此等也常时唯一行于怖畏及错乱显现中，常时处于恶心中故，唯一精勤于害他之业，由是因缘，死已无间多堕于地狱等的恶趣深渊。特别者每七日间，生前自己是由病、兵器或悬梁自尽等何法而死，即受其苦后欲转移至他身故，无论到哪里，都唯损于他无益于己。于生前的亲戚朋友等的面前以欢喜趋至，也唯令彼等发生疾病、疯狂等的不欲诸苦。由具力的密咒师做压、烧、抛故，或者长劫压于地下暗处，或烧于护摩火中，或以芥子、石子等物抛撒而击中，则头破百分、身碎为千分等，唯常时受苦外不越于此。冬日寒冽、夏日炎热等诸颠倒相，也与总饿鬼相同而现出。有些则现鸟、狗等色形故，色相可恶。如是等类，即是行于无法思量的差别苦中，故彼等之苦也取在自身上观修。之后对已生彼处的诸有情修习慈心及悲心等，以具足加行、正行、结行三分而修持。

第三恶趣处旁生之苦，也分隐住、散居二类。

一、隐住者：外边大海之中，鱼、鲸、螺、龟、虾等如酒糟般密密麻麻而有，其中大的如长蛇、摩竭鱼等，

可以围绕须弥山多匝，而小的细到如微尘、针尖许。然诸大者吞食小者，而诸小者也直钻大者而食，诸大含生各各身体被诸多小虫做了巢穴居住而食。又有生于洲间不见日光之处，故连自身支节的屈伸也不见，以是因缘而极苦恼。愚痴重故一切取舍之处皆愚蒙，是故当生苦无边际之处。

散居之旁生者：诸天及人境中有者，也唯一行于愚蒙及役使之苦中，龙等为金翅鸟损害、降热沙雨、愚痴、凶暴及具毒等，故而困苦。特别思维人间旁生之苦，不为人所所有的野兽等类，唯一行于畏惧之心态中，连吃一口食物也处在不安稳中吃，迭相吞啖，有数量众多的猎人及猛兽等的害者，以鹰吃小鸟、小鸟吃虫作为表示，常时积集迭互残杀的恶业，诸猎人等于恼害而杀彼诸有情的业之方便具善巧故，由陷阱、网罗、圈套、枪等诸多损害法瞬间击杀其命。又有因自身所生的角、毛、皮等而被杀戮，也就是海贝因珍珠而被杀；象因牙、骨等而被杀；虎、豹、水獭、狐狸等因皮故而被杀；獐子因麝香故而被杀；野骡、野牛等因血、肉故而被杀，自身即成被杀之因故极为苦恼。依于人的诸旁生者，由于愚痴，屠夫拿着刀到了面前也只是眼睁睁看着外，连逃避也不知道。如是“挤奶、负重、阉割、穿鼻、耕田等的役使的差别”认为未感受的一个也没有。负重之马等背部全成了疮仍然还在负重，以及由人乘骑而行走等，不



能走时或被鞭子抽或被石头打，主人从不想“他们有困难和苦痛”。诸牛羊者在未遇老死之间被使用，衰老之时或被自家杀或卖给他人，无论哪一门都是受宰杀，而没有一个能自然死亡的。如是无法思量之苦悲惨驰行之故，见如是苦有情时，设想自己是它后，细分思维它有几许苦等。其后，对已生旁生之处的总体有情修习猛利的悲心，特别若有依于自己的旁生等，则慈悲爱护，下至虫蝇及微细含生在内，都无不具有苦乐之受，又无不曾做自己父母，故于一切修习慈心悲心等，以具足加行、正行、结行三分而修持。

如是三恶趣之处者随生何处都是诸差别苦长时猛利，以愚痴重及无正法光明故，唯一又复成办恶趣业因外别无其他。已生彼等处中则后面难得脱离，自相续中已有今生前世中所造的众多定生彼等恶趣中的业，是故在追悔往昔已造的罪业及今后的忏悔等上至心努力，于已生彼处的一切有情普修猛利的悲心，自己三时所积一切善果皆为已生彼等恶趣中的一切有情普作回向，发从彼等恶处中解脱的愿，以我此次值遇大乘之法后是有修行成办自他之二利的圣道，是故心作是念：“我当以为法难行精进而修持，而将彼等一切恶趣有情皆引度至净土中”，如是发心，复作是念：“由上师及三宝当加持我能如是而作”，于祈请圣尊及上师，及召请援助等上修作。如是所作之善也为利有情回向等，以三殊胜摄持

而修行。

大圆满龙钦宁体前行引导文普贤上师言教讲记六 轮回过患 一

益西彭措堪布 译讲



大
圆
满
前
行
系
列
·
普
贤
上
师
言
教

第三 思维轮回过患

记录者华智仁波切首先敬礼上师：

**遍知轮回事事无坚实，大悲唯求恒时饶益他，
不著有寂行如大乘教，无等上师足下我敬礼。**

此偈是总持颂，又是心要颂，揭示了由思维轮回过患而发展出大出离心的历程。

以下逐句解释金刚句甚深的内涵。

第一句：“轮回”，指生死此岸的事，即轮转范畴里的一切想法、做法，比如为现世而求学、经商、从政、护亲伏怨等等，都是基于我执去追求自身的离苦得乐。无论使用合乎因果正道的做法，或者不合乎因果正道的做法，这一切轮回事其实都毫无坚实。

所谓“无坚实”，是指每个人都想寻求真实的意义，然而，如同芭蕉乍看似有、寻找实无般，基于我执寻求今生或来世的世间快乐，从缘起这一分观察，最终都唯一落入苦中；从乐果这一点去观察，也是得不到什么。由此，应彻底看破轮回事完全没意义。

“知”是智慧的状态，实际有胜义空性的观照和世俗缘起的观照。此处单从缘起这一分就能明了追求现世法毫无乐果可得，叫做“知”。

第一句是观察轮回将带给我们什么，结果得出：在今生来世的范畴里，无论寻求哪种生死中的富乐，都决定惨败而归，都决定失望而归，只会得到苦。这是普贤上师以身垂范，明确点出思维轮回过患会彻底发生厌离心。

第二句讲，基于出离心在心中生起，之后就能发展出大悲心。普贤上师所具的德相是：已经看透轮回事，已经放下对今生和来世所有的追求；转而观察到，众生处在唯苦无乐的状况中毫不自知，



继续沿循可怕的缘起走向,不断以我执追求轮回法,结果堕落恶趣,惨不忍睹,或者即使暂时生到人天,最终也掉落恶趣。如是全法界盲无慧目的有情,都陷在深深的苦海中无法自拔。普贤上师为彼等发起大悲心,唯一希求利益众生。

第三句讲,普贤上师按照大乘教做到了既不著有边也不著寂边。这是相对于凡夫和二乘的缺点来说的。“凡夫”,指著于有边的人天等众生,“二乘”,指著在寂边的声闻、缘觉,他们都没有实行大乘教。相比他们,普贤上师已经明了一切法自性空而不著于有边,也明了并没有与三有相对的寂灭而不著寂边,犹如莲花不著水般离一切相、行一切善。这种无著的体性,落在智慧上即是具足般若,处在空性当中行一切善,因此,他做到了大乘教法的要求。

什么是有边和寂边呢?以有事作为自体的五蕴相续是此岸,或者说凡夫见行所摄的道是轮回边;断除五蕴相续的无事是彼岸,即涅槃边。凡夫一直落在有边,一直都有五取蕴;二乘断除五取蕴,安住在另外一种寂静中。但实际上,诸法本来的法性是两边都不住的双融大平等。也就是有事、无事两者中间没有第三品法,或者说,事和无事只是有法,二者在法性界中平等的缘故,即是所谓的因般若、如来藏、法界。于此生起的观照之心即是道般若。在不住两边当中,不住寂灭边这一分,

称为“般若度”。以如实证悟空性的缘故，一切边都不住，这就是按照大乘如实的道而行。

由于本传承强调完整的出离心，不但有出离恶趣的出离心，而且有出离轮回的出离心，还要具有出离私欲的出离心，以及出离二边的出离心，这是晋美朗巴尊者的传承，而普贤上师作为实证者，一一修证到量的基础就是观轮回过患。当见到轮回了无实义，自然会全部放下，也就是从轮回因果的道中退出，不求今生，也不求来世。接着发起大悲心，不再为一己求私利，而一心一意求利他，就又从小乘的私欲之道，或者唯求一己解脱的下劣作意中得以出离。之后，又从取相菩萨的过患中脱出，既不住有边，也不住寂边，实践大乘的无著之道。如是，已经出离了由虚妄分别所产生的一切粗粗细细颠倒心，对于这样的无等上师我（华智仁波切）恭恭敬敬地顶礼。

如果以“三主要道”来观察，第一句是赞叹上师具有出离心，第二句是赞叹上师具有菩提心，第三句是赞叹上师具有无二慧。首先，由了达轮回事全无实义而出现彻底的出离心。其次，想到众生也是唯苦无乐，如果单为一己求私利就不合理，应当推展此出离心，唯一希求利他，由此发起菩提心，以菩提心摄持行一切善，心心都是缘念苍生。再者，通达实相中没有有寂二边，由此，超越凡夫之著有、二乘之著空，普贤上师无所住而



生其心，在一切处利益众生。对于如是已经出现三主要道圆满的道体和支分，或者说完全按照大乘教法一一做到的无等上师恭敬顶礼。

此处敬礼，实际是引导学人唯一以上师为楷模，依照次第修心的道路，在内心发展出与上师同等的功德。也就是按照如理的修心，首先要有出离心，彻底从轮回——今生来世的事务中出离；其次发起大悲，从私欲中出离，从原来念念为我，变成念念为众生，专一为利他；再者，脱开三有和寂灭的执缚，不但不住三有边，连寂灭边也不住。由于敬礼师就是敬礼法，上师即法道故，以此敬礼为缘起，至诚随学上师所走过的路，必将在自己身上出现完整的大圆满之路。

修外前行的目的就是发展出离心，包括退现世心和退来世心。经由修习暇满和无常，会发现寻求现世法如扬空谷般毫无坚实义，而死亡说不定今天就会到来，因此应当将心转向来世。然而，仅仅求取来世的意义也并不究竟，应当在思维轮回过患和业因果后，发现来世也毫无意义，从而唯一希求解脱。也就是说，我们在修习前两部分之后，还要通过修习后两部分才能开发彻底的出离心，因此，以下就跟随普贤上师的引导来修学轮回过患这部分法要。

乙三、轮回过患之引导分二：

一、于法作讲闻之轨理，与前相同；

二、所说之法。

第三义轮回过患的引导也分二：于法作讲闻之轨理，与前相同；所说之法。

丙一、于法作讲闻之轨理，与前相同

讲法之前，先要了解对法进行讲闻的轨理。缘起非常重要，如果一开始没有进入讲闻的正轨中，就会从初一错到十五，所谓“如天成魔”，以正法反而成为造集无量罪业的因缘。因此，在每一章节讲法之前，普贤上师都提醒我们回顾讲闻的轨理。

无论讲者还是闻者，都需要处在与法相应的状况中。一切都是缘起，而缘起在于心，心若不正，必如蛇饮水成毒般，学什么都只增加邪悖。在讲闻的开始，需要有正确的等起，应当具足大乘显密两种发心。

按大乘显教共同发菩提心而言，是以知母、念恩、报恩，发慈悲心、菩提心为道轨。也就是要想到，法界一切众生都做过自己的母亲；为母时有生养等种种大恩；念恩后应当关注他们的处境，结果发现这无数母亲都在生死旷野中受尽艰辛，而且还会继续盲目地走向苦难的深渊，由此发起“我要报恩”的意乐。如何报恩呢？



把他们安置在善趣三有边不算报恩，因为轮回中并无真实乐，福果受尽又要下堕；安置在小乘果位也不究竟，因为并未显发本有的无量身智功德。最应当发心把一切母亲安置在无上正等正觉之地。如何才能实现这一目的呢？自身需要修习完整的佛道，就目前而言，应修习本法所示的殊胜道，而且是依照次第一步步修习。为此，我们学习外前行的第三部分——思维轮回过患。

有关密乘的发心也是基于一切随顺缘起，而缘起就在欲乐上，所以关键是自心相合诸法本相，相合大清净的本来面目。所谓“法法皆真，事事皆佛”，我们应当在金刚乘因道果无别的见解上发展观行。应当思维，在因位即是本来清净的，一切皆佛，一切皆真如的缘故，我们当然要如实作清净观。错乱的显现不算数，我们不能再随错乱的见解而转。比如当前学“轮回过患”，如果相应于导归西方极乐世界，就应该观想：说法者是西方净土大导师阿弥陀佛，一切听法众都是西方莲花部的勇士、勇母，所说的法是大乘常相续轮，所谓的时是没有生灭的清净时。原本即是如此，我们不应再随顺庸常的想法、状态而发生凡庸的取相和执著。

接下来转入闻法的行为中，应当明确什么是应断、什么是应取。应断的行为包括断器之三过、六垢、五不取。

首先，是要在听法时断除覆器之过、毒器之过、漏

器之过。第一、闻法者应全神贯注地倾听说法者的声音，一句一句地领取入心。第二、闻法时应秉持纯真之心，不夹杂邪见、贪嗔等。以清白的心才能领到清白的法，因此，在学人的心器中，不可杂有各种染污分别的毒素；否则会使正法在自心变质。第三、正确领到法义后，还要免除漏器之过，也就是要把法义记持在心中，数数思维。正如佛每当宣说一种法时，都教诫弟子：“谛听谛听，善思念之！”

结合本部引导来说，对于轮回过患，无论思维总苦还是别苦，对这一分一分的法义都应先以耳识来领取入心；同时，内心不可妄起邪见，不可滋生贪嗔等，应使清净传承的法流，有关轮回过患的一分分指示、引导，不走味地输入到自心中；之后如理忆持：这一堂课讲到了什么要点、什么理路、什么体相？从而把法的文句记在心里，把意义记在心里，在心中如法地发展观行，并逐步修出此心。也就是每次闻法以后，都应通过努力，把法义完全记在心中，或者至少把要点、理路、关要处持在心中。

不仅如此，我们还需要去除闻法的六垢，即不信心、慢心、不励力求心，以及外散、内收、疲厌。

首先，讲授轮回过患的引导，将会有个相当长的过程，在此期间，不应生起狐疑。本法从导师佛开始，代代相传，法师则是以清净的智慧眼、如实的证量向我



们开示轮回的真相，因此要相信法、相信法师。

其次，不可生起慢心。如果有慢，很容易形成大障碍，一切法都没办法纳入自心。因为佛法是师道，尊师重法、自身处在谦下位，才能处在承接的状态中。

再者，不能像画中人一样只有一个影像，而应当具备大希求心。比如，世尊因地求法，为了一四句偈，即使舍弃生命、家国都在所不惜，就是因为法太重要。我们为了出离轮回，也一定要认识到轮回的过患，以此消除自身顽固不化的乐颠倒心。轮回过患引导中的每一句法都重若千斤，它将启开我们洞见轮回真相的慧眼，将发展出我们的出离心，乃至最后能够远离私欲、脱离二边，意义极其重大。因此，在这一过程中，哪怕牺牲生命，也要求取正法。

再者，由于无始妄动的习性，我们的心会常常外散在五欲六尘里，这正是轮回的根源。而在领受法的过程中，不可接触网络上的各种杂乱信息，不可陷入绮语、贪欲以及各种散乱心的状况里，否则没办法以清明的心领取或受持法义，也没办法在一段时间里发展出清明的观行、到量的心态。

还有，在闻法中要防止内收。尽量放松，任着自身清明的心，一句一句听在心里，否则，过度紧张只会徒增障碍。

最后，还要消除疲厌。不能完全随顺自己的邪心，

认为讲法时间太长，或者讲得不好听，或者认为我已经懂了等。要想到：一步步发起出离心并不容易，看似简单，实际相当困难，这是由于我们的心对此非常陌生，而乐执的障碍却极为严重。出离心的引导正如百年一餐般极其难得，哪怕受再多的苦也要坚持，出现一些身心的劳累时不应退怯，应当欢喜听闻。

此外，还要避免五不取的过失。比如，只取字面的文句，就像幼稚者仅凭感觉听一些表面的话语，却不注重它的意义。或者自以为在修大法而只取意义，不肯受持文句。或者错乱次第而取、未正确领会而取、颠倒而取等等。总之，应当按照教法的规则，一字一句记持在心，再去思维它的意义，同时，也要按照由浅入深、从小到大等的次第，一步一步正确领会法义，如理地将法取到心中。

正面应取的行为是具四想、修六度。所谓“具四想”，即观想自己是病人，法是药，说法师是医生，殷重修是疗病。也就是态度要端正：我是轮回病人，尤其乐执的病特别严重，已经弥漫在相续中，碰到轮回法就误以为乐；以此错觉发起求取，是犹如飞蛾扑火般将自身葬送于苦海的颠倒行为。诸如此类，自己的病情其实已经非常严重，对于现世、来世各种轮回法，都误以为有意义，对各种苦，偏偏觉得是乐，放不下今生的饮食、男女、名利、感官享受，放不下关于来世的各种轮回梦想。这



就是非常深重的对妄相的实执病、对苦海的乐执病，是使我陷入轮回深渊的根子。

患病当然要寻找医生，而能医此病的就是说法师。他懂得苦谛，能够解释轮回的过患，而且具有从佛、祖师一脉相传的清静正法。法即是药，或许看似苦涩，因为从轮回总和别两方面，全数揭露苦的事实，没有丝毫乐可得——轮回犹如大苦海、罗刹洲，或者是妖魔鬼怪常居之地，是受刑之地，是大厕所，连一丝安乐的香气都没有。然而，只要不间断服药，眼翳般的乐颠倒病就能逐渐去除，正确的认识就能逐步生起。当我们完全痊愈时就不难发现，自己原来的所作所为全是愚痴、疯狂的。

如果不去治愈这轮回病，自己将会永劫沉溺；只有不断“服用”四外前行的法药，才会如处火坑般地一心希求解脱。面临这种往生死还是往解脱大乐洲上奔的问题，我们应当秉持正确的观念。具此四种想，就能发起正确的求法、依师、修法之缘起，从而踏上正道。

之后，还需要具足布施、持戒、安忍、精进、静虑、般若此六度。也就是在讲闻的清静法行中，应当有六度的修行：为法而作供养；听法过程中，一直持守清静的戒行，不令身口意堕入罪恶；为求法故安忍身心劳苦，以及能把法受持在心，不动摇；满心欢喜地听受法，如饥似渴地吸取法，如救头燃般地修习法；一心专注于法

义，不散乱在其他境上；破疑生信，起码要了知轮回各道苦的自性。另外，还要依止如法的威仪等。诸如此类，即是学习轮回过患这一分法时讲闻的轨理。

思考题

- 1、 细致思维顶礼句的涵义。本颂揭示了怎样的修心之路？
- 2、 为什么在正式宣说每一部法之前，都要作讲闻轨理的引导？我们应如何调整等起和行为而如理听闻？



丙二、所说之法分二：

- 一、总思轮回之苦；
- 二、别思六道各自之苦。

所说之法分二：一、总思轮回之苦；二、别思六道各自之苦。

丁一、总思轮回之苦

如前所说，暇满难得今虽已得，然无暇久居而为死无常所吞没，死而后如水干火灭则是永灭了，然死后亦非断无而需要取一个生，取了生后就不出轮回之处了。

“难得的暇满”，指前文由因、譬喻、数量等，说明得一个具足八暇十满的人身相当困难，如白日星辰般稀少。而今虽然已经得到，但并没有常时住留的闲暇，随时会被死无常吞没或携走。死后又如何呢？并非如水干火灭般一了百了，成为空无，而是需要再取一个生。之后，就不出轮回之处了，因此，我们的视线应当投注到来世。

来世即是所谓的“轮回之处”。轮回的状况如何呢？是不是安乐的处所，或者有少分安乐可得呢？这是我们必须关注的。如果观察下来发现有安乐可得，还允许发

希求心；如果只是一苦接一苦相续不断，完全是苦难之地，我们就不应该再抱持幻想，而应发生厌患。因此，下面就先从总体来认识轮回的状况。

总的所谓轮回乃是对陶家轮、水车或瓶中蜂那样，接连不断轮转而说的。彼也如蜜蜂，若被置入瓶内而封其口的话，往何处飞也唯困瓶内，行不到瓶外的别处。如是，此轮回中无论生高低何处，都不出轮回之域，如瓶的上部为增上生人天之处，如瓶的下部为三恶趣之处。如是众生之处此六趣中，以有漏的善和不善业为因，不断地出生而轮转故，称为轮回。

所谓的“总”，是指在思维轮回过患时要分成两分：一、总思；二、别思。总思，是认识轮回的总体苦状况；别思，是具体认识轮回中六道各自的苦。由这两分，就能发展出洞见轮回过患的智慧，继而出现唯一希求解脱的心。

“轮回”，属于印度文化的名词，是以譬喻而取名。文中举出三种譬喻：一、陶师的机轮，不断循环；二、水车，上下轮转；三、瓶中的蜜蜂，无论怎样飞都飞不到瓶外。“轮回”就是以此不断轮转的相来安名。

对于瓶中蜜蜂的譬喻，我们再做具体分析：蜜蜂如果被置入瓶内，再加上瓶口被封的这种状况下，无论往



哪里飞或者怎样飞，都始终被困瓶内，飞不到瓶外。这表明了一种轮回受困的状况，一种始终处在缘起掌控中的状况。其中，瓶的上部是比喻增上生人天之处，瓶的下部是比喻三恶趣。我们在这轮回的处所里，无论生在上下高低哪个地方，都不能超出轮回之域。如是以众生的有漏善业和不善业作为因，将会在六道当中一次接一次地受生而轮转的缘故，称为“轮回”。

我等从无始劫来就漂流于此轮回处中，而轮回中的一切有情都曾互为父母及亲怨中庸三者，未作者一个也无。“此为此人之母，此为彼人之母……”如是一有情为母的母续之数，纵以大地土抟成柏子许的丸子而作计量，大地土将一切悉尽，然各有情为母的母续之数仍测不到边。经中所说此义，怙主龙树云：“大地尽抟柏子丸，犹不足数母边际”。如是从无始轮回至今，种种生无一不取故，为诸欲而截断的头颅、身支、支节亦不计其数，生为蚂蚁等微细含生的诸身支，若有聚集一处则高过须弥山王了，口内无食、背上无衣、饥渴寒等，受苦后仅一哭泣之泪若不干而汇集的话，比外围大海之量还多，生于地狱之处而仅饮烓铜水也是比四大海水之量尤多地喝了，而仍然于此轮回之处刹那也不生起厌离之心，而为乐著、贪欲所缚的诸人，于无边轮回之中，将要受比之前还多的苦。

再者，我们在轮回里到底经历过什么？从中得到的是乐还是苦？受苦的数量达到了多少？我们必须以前车之鉴而免于复辙。也就是，对于从无始到今天为止的轮回，一定要做一番审视，才知道按现今状况发展下去，未来将出现怎样的结果。这就需要我们具有从缘起分观照三世的大眼界。

我们在轮回里真可算是“老众生”，从见不到开端开始就在里面一次又一次地流转。因此，轮回里的一切有情，都必定曾经和自己发生过父母、亲怨中庸等的关系，不曾有过关系的一个也没有。

其中从“为母”这层来认识，如佛在经中所说，可以通过一种方式来了解。也就是把整个地球上的土，乃至更大范围里的土，全部抟成柏子大的丸子，来计算一个有情在生死中做过母亲的次数。比如张三作为有情，在今世是一个女人，她做了今世孩子的母亲；再往过去世回溯，发现在三世之前，在某个地区做过某些孩子的母亲；再往前回溯两世，她成为一只母狗，做许多狗崽的母亲；再往前回溯十世，那时在天界做天女，成为小天子们的母亲……如是按照她轮转的历程往回翻，以某个丸子代表这一世做这个人的母亲；旁边那个丸子代表那一世做那个人的母亲……如此算下去，把大地上的土全部抟成丸子，然而张三曾经做母亲的次数还是没有算完。由此可知，一位有情曾在无数世中做过无数有情的



母亲，到底做过多少有情的母亲呢？是用大地土抟成柏子丸也算不尽的。

对此经义，怙主龙树菩萨在《亲友书》中归纳成偈颂说道：全大地的土一粒不剩，全部抟成柏子大小的丸子（丸子的数量用计算器都没办法测算），然而还是没达到一个有情曾经为母的边际量。也就是说，对一个有情而言，不必说其他身份，单是做母亲这个身份都有过无量无数，曾经做过无数有情的母亲。

循此思路，不难了知从无始以来，各种各样的生没有一者不曾取过，或者说，我们在轮回各个处所中，曾经出现过各种生、各种生命状况，曾经遇到过各种各样的人、事、物，有过各种欲、各种的爱恨情仇等。因此，我们在轮回中曾经有过无数关系，有过无数追求，有过无数斗争，造下以贪嗔痴所摄的无数业行，结果是沉入不见边际的大苦海。

其中的理路是，以“种种生无一不取故”作为因，就应当把每一类苦乘以无数倍。比如，做有情的母亲无数次，则所经历的生产艰辛就有无数次，养育孩子的辛苦也有无数次，所遇到的孩子生病、离别、死亡等苦也是无量无数。以此类推，也曾有过无数的伴侣、爱人，所以离别的苦也是无量无数。曾经做人或者做修罗、做天等，为了争取到各种五欲，发生的追求苦、失落苦、失败苦等也是无量无数。曾经与他者斗争，所截断的头

颇、所伤损的肢体也有无数。曾经以愚痴心堕为蚂蚁、蚊虫、苍蝇等微细含生，死亡后的身体支节若聚集一处，也已经超过须弥山。曾经做人、做饿鬼等，出现饥寒困苦，口中没有食物、背上没有衣服，又经受寒冷、挨打等的苦也都是无量无数。

以受苦而哭泣的缘故，所流的泪汇集在一起，决定比外围大海的水还多。生在地狱处所喝的烱铜水，比四大海的水还多，因为所造恶业极多的缘故，各种地狱身无一不取。所谓八热地狱、八寒地狱、孤独地狱、近边地狱，乃至五百地狱、八万地狱等，各种地狱处所都去过。在黑绳地狱所切割掉的身体支分，堆起来超过须弥山；在号叫等地狱被焚烧的身躯堆起来也超过须弥山；所吃过的热铁丸摆开来也超过大地边际。诸如此类，由于一切生无不受故，一切生苦的因缘无不经历故，任何一类苦综合起来都是无边无际的量。这就是“轮回大苦海”。

过去无量生世的轮回历程唯一汇成无边无际的大苦海，我们应当了知缘起法则不会有任何改变，如果对于轮回仍有我执和乐执，未来的轮回仍然相续不断，就必然发展出比过去更多的苦，而且是愈演愈烈，业越来越深重。因为每当串习一次，习气就更深，每当颠倒一次，业力就更重。比如，因爱欲所发生的苦曾经历过无数次，然而到了今天，爱欲仍然剧烈地发生，未来就必



然收获更多的离愁别恼。无数伤心的泪会流下，无数撕心裂肺的痛会出现，无数次彻夜难眠会发生，一夜白头将出现无数次，为爱而生的恨将出现无数次，饮恨而亡将出现无数次，为此而落入地狱也将出现无数次。

诸如此类，如果对于轮回仍然刹那不生厌离之心，仍然以为有乐可得而爱著、贪婪，就会一直被贪欲绳索系缚。缘起是无欺的，各种病态势必无限循环，会在无边际的轮回中感受比先前更多的苦。这就是未来的状况，可以一语断定。我们不必再幻想，出离心一定要发起，否则，不必说超出苦海，即使是转变或扭转这种苦命运的方向都不可能。

纵然以少积顺福德分善行感果如梵王、帝释，获得寿命绵长、色身圆满、财富圆满的身所依，然而最终不能超越死处，死后也有孱弱地受用恶趣苦，则此所依身仅有少许自在无病等的快乐者，也仅是由数年、数月、数日而欺诳人，增上生的乐果一旦穷尽，极为贫乏困苦，或于难忍的恶趣苦，不欲的同时须受用故，现今的喜乐如美梦正浓即当醒般，有何实义？

有些人还是不死心，他们认为：大梵天王果位崇高，帝释天王果位富贵，人间也有荣华富贵、男欢女爱等等，那些就是我心中所愿，我还是要求取来世乐。

其实，不必再做这种梦。引导文中说到：纵然积累少许顺福德分善行而得到像梵王、帝释等的大果报，寿命长达几亿年甚至几万劫；具足色身庄严，身光赫奕，超过人间第一美男子百千倍；所拥有的天宫、园林、歌舞、饮食、美女等都极其圆满，然而也不过是昙花一现，在有限的福德力耗尽以后，超不出死亡。届时，天王们会十分恐慌，发现一度荣华享尽，自己在死亡面前竟然毫无办法。死后又如何呢？灾祸降临，他们将全身发抖，跪在地狱的铁板上，匍匐在饿鬼界的荒原里，或者成为受宰的猪羊等，孱弱地受诸恶趣苦。

与之相比，我们只有少许自在和无病等快乐，却以这少许的几年、几月、几日等虚假欢乐光阴而受骗。这些增上生的乐果享尽以后，在现世就会极为贫乏而困苦，枯寂、衰残的境况令人难以忍受，如明星们陨落、政客们下台时，无不是落得一世悲苦。死后落入恶趣深渊，还要感受难忍的恶趣苦，在根本不想受的同时不得不去忍受。

所以，轮回犹如一场欢宴骤然消散，又如好梦方兴即当醒般，醒来之后恶梦连篇，无法忍受。这虚假一现的春梦幻境后边，紧跟着连绵不断的苦流，有什么实义呢？岂不是一场骗局吗？犹如押往刑场遭受断头之苦的途中得到少许欢宴、享受少许歌舞一样，随后就迎来挨宰的命运。我们为什么还要对这轮回途中的幻境耽著



不休呢？为什么不希求从这最大的苦牢狱、最恐怖的罗刹洲中超出呢？我们还是理智的人吗？

暂时以微善之果现似安乐而欢喜的诸人，也于引业尽后虽一刹那也无力安住，坐于珍宝之座、天蓐垫上，尽享具足功德五欲而心喜满足的那些游戏的诸大天王，也有寿量尽后，瞬间即头面向下堕于地狱烧铁的地基之上而受诸剧苦；光明朗照四洲的日月天子，最终也有生到洲间漆黑之处，连自己的四肢屈伸也见不到的阶段。是故于现似轮回之乐，无可依恃。以如是故，心作是想：“在这次的生命中，无论如何也要修一个从轮回的大苦海中解脱而证得究竟安乐圆满之正等觉之果位。”具足加行、正行、结行三者而修持。

再来观察那些暂时以积累少许善行而出现福报的人。他们看起来非常安乐，心情也很不错，然而引业穷尽时，连一刹那安住的自由都没有。以天王和日月天子为例：六欲天等的诸大天王们坐在珍宝合成的妙座上（它比人间任何华丽的宫殿、皇帝的宝座都高级百千倍），座上铺着妙好的茵蓐。他们享受具足功德的五种妙欲而自得其乐、无比满足，处在逍遥自在游戏的状态中。可是，寿量穷尽的瞬间，他们就头朝下直落到地狱烧热的铁板上，在地狱里受尽大苦。再者，日月宫殿中

的日月天子，身光不仅能遍照整个日月宫殿，而且还能普照整个四天下。天下万民都因他的恩蔽而享受光明，能够在白昼中生活、工作等等。可是，如此威光赫奕的日月天子，死后也会受生到大洲与大洲之间漆黑的水族处，连自己肢体的伸展都看不到。他们唯一是这样的下场。

由此断定，这些在轮转过程中似乎真有的安乐显现，其实根本没有可依恃之处。在那些现似安乐的假相过后，会落入一无所有甚至更加悲苦的境地。也就是说，漂流于轮回大苦海中，没有任何可依靠处，因为这里没有点滴安乐可得。

以此缘故，内心要思维：在这次的生命历程中，无论如何也要修一个从轮回大苦海中解脱，而得到究竟安乐的圆满正等觉果位。如是应发展出坚决的求解脱心。为此，具足加行、正行、结行三殊胜而修持。

思考题

- 1、以瓶中蜂为喻解释“轮回”的涵义。
- 2、“大地尽抔柏子丸，犹不足数母边际。”
依本引导解释此二句的意义。
- 3、从无始到今天，我们在轮回里受过多少苦？为什么对轮回不生厌离心，往后将要感受比从前更多的苦？
- 4、为什么轮回中的乐无有实义？



进一步分析

回顾以上思维轮回总苦而发起求解脱心，我们可以分成四个部分：

- 一、思维死后落生则不出轮回；
- 二、思维轮回的涵义；
- 三、思维落在轮回里的状况；
- 四、思维心要依止解脱的真实安乐。

一、思维死后落生则不出轮回

我们需要联系以上所学暇满和无常的法义，关注死后的状况。可分四段认识：

- （一）暇满；
- （二）无常；
- （三）死后还有生；
- （四）取了生就不出轮回。

（一）暇满

有为的世界上，一切都由因缘决定。由于流落了很久，邪作意的几率大，正作意的几率小，在法与非法中，出现修法的机缘是非常难得的。今生，由于旷劫以来所修的善根福德因缘成熟，出现了圆具八暇十满的人身，



即所谓“难得的暇满现在已经得到”，因此，我们应该用人身摄取实义。

（二）无常

得到人身以后，没有闲暇长久安住。由于宿业以及当前南瞻部洲业因缘的限制，只能存活有限的刹那，我们很快就会被死无常的力量所转。这一分是在无常当中主要修死无常，而在死无常当中，主要修死期不定。

死是无法抗拒的法性力量，我们要关注到：生在末世的南洲，以因缘得到了一期人身，由三根本、九因相思维可知，死决定要来，决定吞没此世人身，使面前变得一片漆黑。再者，南洲末世死缘众多、活缘稀少、活缘也无不成为死缘，以及所依身十分脆弱、犹如水泡的缘故，我们没有很长时间安住，必定会迅速死亡，而且说不定就是今天。诸如此类是思维死无常。

再者，众生唯一被死无常的力量所转。无常力大，无法抗拒，或者说决定逃不过这铁律、法性、法则。谈到此世界的人，决定是死无常，结合《阿含经》中的《抛石经》等很多篇章思维，其实都揭示了无常力大。对此，总结为本传承的引导教法即：当死来临时，一瞬间就跟着它走了。正所谓“阎王叫你三更死，谁敢留你到五更”。或者死的状况一旦发生，犹如暴雷击中心脏，没办法挽回。财富、权利、美色、军队、计谋、口才、眷属等，

甚至药师佛亲自降临来灌顶也无法遮退一分一秒。诸如此类，人们唯一被死无常的力量所转。在现世中也许有很多策略、方法，或者想要通过种种手段与死无常较量或抵挡，但是，因缘一到，必定立即出现死无常，任何人都没办法击退。

比如，世尊在示现圆寂前，向力士们显示了佛的力量。把十层楼那么大的巨石抛向梵天、碎为粉末，落下时又把粉末聚在一起，可见佛的力量不可思议。如是一层一层较量力量，最终说到：在有为世间，无常的力量最大，我现在要取涅槃。如是在无常面前，即使十力自在的如来也示现涅槃而无法转变，可见但凡有生，决定有灭，更何况我们得到的蕴身有诸多因缘突变、死缘众多、色身微弱的状况，因此，死亡说不定就在今天到来。

（三）死后还有生

死后不是断无，对此，我们从两方面观察。

如果死后像水干火灭一样也就罢了，没什么可考虑的。文中“水干”比喻不再相续下去。“火灭”，即再也不会出现新的火，也是比喻相续彻底断灭，如所说“人死如灯灭”般，一灭永灭，就不必再考虑后世。

然而，事实并非如此，此世死后会出现中有等，前蕴灭尽接着就取后蕴的相续，即所谓“需要取一个生”。



（四）取了生就不出轮回

“取了生”，意为有来生。来生的命运如何呢？一旦取生，就不出轮回。或者说有了生就不免轮回。

用形象化的表达来说：“生”这个东西，一旦你抓取它，就会被套进去，从此入于轮回的怪圈，一直在里面打转。又好比一个人一旦迈进无期徒刑的监狱，就始终在监狱的范畴里出不来。相反，如果没有去取生，就不会被绕进去。

接下来重点认识“取”的涵义。比如，在中有时，心识动念，随即入于某处取受某种生。如果当时不去取生，就没有与生相伴随的衰老、疾病、死亡等，或者就没有那种“生”圈套里的爱憎情仇等；一旦取受彼“生”，进入彼领域，从生至死的一切事情也就与自身紧密关联。取旁生的“生”，就入于旁生界；取南洲人类的“生”，就入于地球上的人间；取欲界天的“生”，就进入欲界天享乐的境界，或者说充满坏苦的境界；取恶趣的“生”，就流落到痛苦无比的境界，身不由己地被卷进去。

譬如，一个人娶了个老婆以后，家庭方面的琐事和各种苦就会接连不断地发生，人完全被系缚其中，乃至因缘消失之前，这些事件都会一桩接着一桩。又如误入贼窝后，那个组织里的各种事就会缠绕在身上，身不由己、一轮一轮地被卷进去。

又比如，不取彼名，就没有相关的事，不上彼位，

就没有那份因缘的牵缠。一旦取用某虚名，得到某种地位，这就会成为无数后患的所依。又如取一种富贵的地位，就会在这种身份上发生从上任到解任之间的各种事情。同样，一旦取受此身，四大不调的病就会一阵接一阵地发生，生老病死的苦一个也免不掉。这些都是由“取”而有，决定不出其范畴。又如，一旦取了明星的虚荣等，也就入于相关的圈套，极大的烦恼、业、苦将如暴风雪般无法避免地袭来，很难超出那种领域。又比如，一旦取受欲天其身，就决定顿时落入欲天的缘起圈内，大起大落、放逸、贪著，以及最后的失坏之苦，都会落到自身上来。

诸如此类，我们关联起来看，发现轮回好比一处集中营，只要取生，就像打开了门，之后顿时进入这种最大的受刑之地、最大的苦难之处。又比如一旦投入苦海，就会不断被业的力量冲击，被因缘循环的力量一环接一环地牵拉向下，此即是“取了生就不出轮回之处”。或者说，这叫做“结蕴相续”，因为取一个生就有一期蕴的相续，之后就连绵不断地在三界轮转。

最后，还要把握住“生则轮回，轮回则无穷苦海”。也就是说，只有认识到生是大患之本，是众累之根，是苦的源头，进而对生发生厌患，并出现遮生的欲，即所谓了脱生死的心，这才是最关键的地方。



二、思维轮回的涵义

方法是法喻相合，把比喻配合真实的法义，逐渐认识什么是轮回。此中可分三节：

（一）由三喻，从接连不断的轮转状况认识“轮回”这一名称的涵义；

（二）由瓶中蜜蜂的比喻，认识在轮回的机制解体之前，一直都被困在轮回区域里；

（三）从轮回的处、因、状况，精确地把握轮回的涵义。

（一）由三喻，从接连不断的轮转状况认识“轮回”这一名称的涵义

三个譬喻都是表达不断地“转”，只是转的方式有所不同：第一个是来回不断周而复始地转；第二个是上下循环不断地转；第三个是唯困瓶内不断地转。

我们把“轮回”拆成“轮”和“回”两字来体会。“轮”是比喻不断地转，“回”是循环之意。第一个，从陶家机轮的水平面来看，自起点到终点、自终点到起点，它一直来回不断地循环。第二个，从水车轮的纵截面，可以看到它从下到上、从上到下不断地转。第三个，蜜蜂一直都困在瓶内，转来转去脱不出圈套。由此可知“回”的涵义。

以下结合三个比喻来具体地认识。其中，第三个比喻在下一标题中详说。

首先，陶家的机轮在水平面上不断循环，周而复始，其实，我们也一直处在如是轮回的状况。对此，可从粗、中、细三个层面来认识：

粗略而言，若以一生为单位，此生死后还有来生，来生死后还有下一生，中间没有空缺。牛皮袋、马皮袋无所不取，猪胞胎、人胞胎无所不钻，一次又一次，死了又生，生了又死，总是在循环，没有一次无“生”的间隔，就像陶家的轮子，来回不断。

再具体一些，在一期生死的相续中，比如做人有少年、中年、老年等，一个阶段一个阶段地转换。童年过后是少年，少年过后是青年，青年过后是中年，中年过后是老年，没有一个阶段空缺。

再细致来看，是一天接一天在转换。早上日出，很快到了中午、到了下午，之后日落黄昏，又到了夜晚。之后出现新的一天，如是周而复始地转换。然后，春夏秋冬四季，也是一轮接一轮地转换。年岁也是一年接一年，不断循环。更细致一些，会发现一件事过后又冒出一件事，一个遭遇过后又出现一个遭遇，一个显现过后又出来一个显现，一种果报过后又出生一个果报。更细致地，就可以观察到是念念相续，蕴身一刹那灭后生起下一刹那的同类蕴身，总是这样不断地出现。如同一部



没完没了的连续剧，一幕一幕相继上演。

这种状况就叫做“轮回”。以此涵义，我们应当明确，自身正处在轮回的状态中，上演着一部无限长的轮回连续剧，一幕接一幕。而且，总是演个没完没了，总是演完了再演，或者那些同类的片段总在重复。

每天早上起来就处在这样的轮回中，每天应对的一些事也都是轮回的事件，所出现的各种生命中的插曲，各种虚假的幻相，全都是轮回的内容。每天醒来就是轮回，吃饭、下楼、开车、工作……一切的一切全是轮回。生的相续是轮回，蕴的相续是轮回，虚妄显现的相续是轮回，迷梦般的相续是轮回，并非处在什么所谓美好的乐园。

对于水车的比喻，我们要依据《入中论》观察到轮子是不断由下到上、由上到下，其对应的意义是：众生一直被我和我所执引起的烦恼和业的绳索所系，由心识推动，就像旋转水车的轮，在下至无间地狱、上到有顶之间广阔的范畴内，不断地循环而转。

再者，水车需要很大的功力才能上升，不必努力便会任运下堕，轮回的状态也同样如此，所谓高不会永久高，而将很快掉落，所谓低也不是永远低，这些都将有回转。总而言之，是不断地上下轮转。如云：“才从帝释殿前过，又向阎君锅里来”，表达的也正是这种状况。

再者，烦恼、业、生三种杂染，没有初中后的一定

次第。也就是不决定何者在前，有时是烦恼、有时是业、有时是苦首先显现。如是，十二缘起支中由三惑出二业，由二业出七苦的状况无有一定，各种杂染不断运转，非常复杂。

再者，时时都受着“水”的冲击，或者说不不断地被苦苦、坏苦、行苦所逼恼，直到如今都还没有超出之期，这种状况叫做“轮回”。

第三、蜜蜂困在瓶中。它再怎样不停地飞，也总是在旧有的循环圈里，在旧有的范畴当中来来回回地转，这种状况叫“轮回”。对此，以下将进行具体细致地抉择。

思考题

1、 “如前所说，难得的暇满今虽已得，然无暇久居当为死无常所吞没，死而后如水干火灭则是永灭了，然死后亦非断无而需要取一个生，取了生后就不出轮回之处了。”

(1) 这一段讲了哪几个关要？分别是什么涵义？

(2) 我们对这一段应如何思维？

2、 陶家轮、水车和瓶中蜂三者，分别从什么角度比喻轮回的状况？

3、 如何由陶家轮喻和水车喻认识轮回的状况？



（二）由瓶中蜜蜂的比喻，认识在轮回的机制解体之前，一直都被困在轮回区域里

如原文中所说：“彼也如蜜蜂，若被置入瓶内而封其口的话，往何处飞也唯困瓶内，行不到瓶外的别处。如是，此轮回中无论生高低何处，都不出轮回之域，如瓶的上部为增上生人天之处，如瓶的下部为三恶趣之处。”这段金刚句有很深的涵义。蜜蜂被置入瓶中，而瓶再被封口，无论它往瓶子的高处、低处哪个方向飞，都始终困在瓶中，没办法脱开，以此表明了轮回的状况。所谓“不断地轮转”，是指众生一直在此范畴中轮转，出不去。

什么原因使蜜蜂出不去呢？

以下就逐层分析抉择其甚深涵义。蜜蜂比喻我们的心识，它不停地飞，表示心识在刹那刹那相续。蜜蜂可悲的命运是被置入瓶内，且瓶口密封，它也就只能被困其中。这有什么深意呢？“被”是被动，表示被一种缘起的力量支配。“置入瓶中”，谁把它置入瓶中的呢？是当初一念无明。本来是本明，却偶尔起现认明的心，一念妄动就出现了能所二相。之后从外虚空、细四大、粗四大，心识进一步错乱，去转取少分四大，这时，识和色的四大出现一个积聚的状况，心识就误认为这是一整体而妄起蕴执；随即生起我执，把蕴的总聚执为是“我”，从此入于轮回区域。由此应知，是无明的力量



把自身置入如瓶般的轮回当中。

比喻中的“封其口”，是说假使瓶口没有被封，虽然会有一些碰撞、迷失，但还有机会飞出去，然而瓶口已封，就没有希望脱出。以此比喻众生自从一念步入轮回，就始终没有出现出离心和无我慧。也就是说，在无数次的轮转过程中，一直看不清整个世间的状况，不知道这是一条无有边际的苦河，还误以为其中有乐，由于不出现出离欲乐的缘故，就没有脱出的方向和机会。再者，不了知造业的根源是我执，不了知实际没有我，由于未出现这种无我慧，当然就不会有超脱的道。其中，没有出离的欲，也就是缘起的枢要不具备；没有无我观慧，也就是止息轮回的因不具备，因而始终处于轮回状态当中不断地运行，犹如蜜蜂一直都在瓶内打转。

以下再通过比喻来具体认识蜜蜂被困瓶内的这种决定命运。被置入瓶中，并且封口，在不出现通道的状况下，蜜蜂无论往高处飞、低处飞、左边飞、右边飞，无论用怎样的方便，或使出多少力量来飞，也总是飞不出去，它将唯一受困于瓶中，唯一在瓶内打转。以此比喻我们落入轮回，在没有出现出离心和无我慧的情况下，无论是在高处、低处，在三界任何地方受生，都不可能逃出这轮回的领域。犹如蜜蜂有时在瓶子上部飞，我们偶尔会受生在增上生人天安乐趣，但不出轮回；蜜蜂有时在低处飞，我们更多是受生于三界的下处——三

恶趣，照样不出轮回。实际上，这就表示了我们无数生死的状况，有高高低低这些地方的变化，但都处在如瓶般的轮回中。

蜜蜂往高处、低处，怎么都飞不出瓶子，这种受困的状况比喻众生自从堕入轮回，心识无论往高处生、低处生，也都不出轮回之域。比喻的涵义很深，也就是如果缘起的机制没有改变，没有出现以智慧领导的明行系统，就绝对一直处在此区域当中“轮转”不休。

蜜蜂飞来飞去表集谛，唯困瓶中表苦谛，在集谛解除之前，无论怎样做都是生死边事。往某处飞，是三界有爱或者欲作为行进的动力。以为有我，以为三界中有乐，是众生的盲目，这种无明加上爱的驱使，使心识无论飞到高处、低处，都不出轮回的范畴，无法到达生死之外。也就是一方面有我执，另一方面对于此生来世的世间乐还有希求心或者欲，如此一来，无论怎么做，也只是在轮回中生死，不必幻想出现一尘许的真实安乐。

轮回的因素一直存在，又没有其违品——解脱道的内涵，犹如蜜蜂被置入瓶中并被封口，它就只能一直在里面打转，同样，我们的心识一直在生死当中转来转去，这种状况即是“轮回”，根本逃不出去。又如被困狱中，无论走东走西，始终出不去。又如陷入湍急的河流，无论往左划、往右划，始终是被冲击着往下流转。如是应知，只要我们没有修解脱道，在缘起上就限定了会相续



不断地流转下去。

反观自心

要知道,那只小蜜蜂犹如自心,瓶子犹如当前环境,这些就是“轮回”的状况。自己的心一直以自我为中心,对于此生来世的各种世间乐充满了欲求,其实,无论怎样折腾都处在轮回中,自身一直都很危险。由于没有生起出离心,没有出现空性慧,决定是陷在轮回的锁链里,一次次经历这生死岸边的苦事。正如憨山大师所说,要在生死根上去断,生死的根就是爱,即对于三有的爱。我们应当明确,目前是什么状况、什么机制,自己一直是怎样在轮转、轮回。

与十二因缘关联而思维

比喻也表达了我们自从一念无明流落下来,其缘起状况即是环环相扣。如果能明确十二缘起支的流转原理,就不难发现十二缘起归摄于惑业苦三支当中,众生不断从三惑起二业,从二业出七苦,又从七苦起三惑,无论怎么做都陷在轮回当中。只有明知因果,去掉业果愚而行善,还可以生往上界;否则,以业果愚任凭自由意志而行,只会越堕越深。无论往上还是往下,全都困在轮回的锁链里,并不能到达轮回之外。也就是说,在缘起上的确已经决定,如果没有出现明行系统,决定会

如是连续下去，这种相续不断的轮转状况就称为“轮回”。

（三）从轮回的处、因、状况，精确地把握轮回的涵义

原文中说：“如是众生之处此六趣中，以有漏的善和不善业为因，不断地出生而轮转故，称为轮回。”我们需要通过思维认定的确存在轮回。在缘起上，有漏善业和不善业一直不间断的缘故，必然取三有中的生。不断地生在六趣转生死轮，这就是现相界最大的事实，我们对此接连不断轮转的状况就立名为“轮回”。

对于轮回极其广大的现相与状况，我们可以从三个方面来了解：1、轮回之处；2、轮回之因；3、轮回之相。

轮回之处是指“众生之处此六趣中”。“众生之处”与下文相连，因为是讲到轮回无边苦海的状况，自然就要从因推到果。在因上一定是落在跟众生发生各种亲、怨、中庸等关系，由此不断地起贪嗔，造各种业，果上才会发生无数苦，可见“众生之处”很关键。它的差别法有天、人、修罗、旁生、饿鬼、地狱六大生处，实际上包括了尽法界量无边无际六趣的生处。

轮回的因是有漏的善业和不善业。也就是自从一念被置入轮回范畴，我们一直不肯觉悟“这个蕴聚不是



我”，反而做什么都以自我为中心、为出发点；之后，按照合我意和不合我意两大类型，发生贪嗔等烦恼状态；而且，从中发起有漏的善业和不善业，我们以集谛或十二缘起的认识不难发现这些有无量无数。

同时，还要看到其中两点一线的法则：在我执上不能解除；不认识三有是苦谛，以为在此生来世的各种三有当中有真实乐可得，比如外在的五欲乐、内在的定乐等等，因此不能解除对三有的爱。如此一来，既有我执又有爱的驱使，自然发起各种烦恼和业的运行。

有漏善业和不善业是轮回的因，因上源源不断发生的缘故，在无边的众生之处——无数六趣生处当中，就接连不断地生，接连不断地转生死轮。的确有这样一种在极广大的六趣处所，以源源不断地“生”作为动力之源，发生不断轮转的现相。这就是自从一念沦落以后最广大的苦现相，如果没有佛陀明示，没有以缘起理来认定，谁都不会知道这种状况。其实，这也就是我们石火电光般的此生结束以后将要进入的领域，或者说是来世将会出现的情景，也是我们从无始以来曾经无数次陷入的境况，是我们最需要了解的事实。

三、思维落入轮回的状况

经过以上部分的思维不难知道此生极为短暂，很快

死亡后，由有漏业所牵，自身必定取一个生，而无论怎样“生”，都不出轮回。接下来就要关注落入轮回会是怎样的状况，对此又分两部分来决定：

（一）总的思维轮回为大苦海；

（二）特别思维生到善趣也终将落入苦中，由此断定轮回唯苦而发起大厌离心。

（一）总的思维轮回为大苦海

思维可由“五无量门”趣入，即受生无量、业缘无量、烦恼无量、业无量、苦无量。把握这条理路就能了知轮回的确是大苦海，理上可以证明，教上由佛的指示可以确认，这就是最深、最长、最漫无边际的苦之大海，一定要对它生起极度的厌患。

首先，由于无始劫来一直受生在轮回中，而轮回里的任何一种生无不取故，即是“受生无量”。在此受生过程中，与有情之间成立各种关系，即是“业缘无量”，包括做父做母、做亲做怨做中庸等。在这些业缘中，自心迷失了，执著一个自我，并且和有情之间不断地发生各种烦恼心态。顺自己意时就起贪，不顺自己意时就起嗔，为了得到一种圆满就和有情竞争，自身具功德相就起慢心，不具就起自卑感，不能容忍别人的圆满而起嫉妒等等，诸如此类，发生无数烦恼，并以烦恼驱使，发起身口意的各种业行。要知道，在此过程中，唯以我执



和我所执为根源，所发起的烦恼无量、业无量；所发生的果报也都是苦的性质，决定是苦无量，并且可归摄在苦苦、坏苦、行苦三类当中。

如是，在因上有无量的苦因，在果上决定就有无量的苦果，自无始受生以来一直到现在为止，在无尽生死长河中出现的全是苦的浪花、苦的种类，一丝一毫真实的安乐都没有。

由五无量门观察过去轮回生涯的真实状况。首先是受生无量：凡是果法必定由因而来，而此因又由前因而来，如此推究而发现，在我们没有出现解脱道的内涵——出离心和无我慧期间，每一次都以我执起惑造业，被业行牵引而受生；从无始劫来直到今天，不断漂流在轮回当中，一次又一次取轮回中的生，决定是受生无量。

进一步来说，每一次生在众生之处，由往昔与众生之间的业缘，都会发生各种亲、怨、中庸的关系。彼此做父母、师长、兄妹乃至仇敌等，发生的业缘关系有无量无数。按照佛陀经教，单是自己在无量世中的为母之数，把尽大地土抟成柏子许的极小丸子来计算，“这一粒代表某一世做过某人的母亲，这一粒代表某一世做过某旁生的母亲……”，然而，自己当过母亲的序列数目都是没有边际的。由此一例推广开来，自身曾经做过有情的父亲，做过有情的兄弟姐妹，做过有情的老师、爱人、冤家、下属等等，每一种也都是无量无数，即业缘

上的各种身份都是无量的，叫做“业缘无量”。

再者，每次发生业缘关系，凡夫都以自我为中心，以自私为动力，在此过程中必然烦恼无量。也就是说，对适合己意的生起贪著，希望握在手心上，永远不离开，能够拥有等等，这些都是贪心；对不合己意、跟自我意愿相违的就生起排斥感，出现嗔恚心。诸如此类，在各种业缘关系中相处，会发生无数烦恼，不断伴随着十根本烦恼、二十随烦恼等兴起各种不寂静心态。

以烦恼的力量驱使，身口意发出无数业行，即“业无量”。每一种业行都是有漏业，以善业生在高处，以不善业生在低处。生在高处有无数的堕落等苦，生在低处有无数的寒热饥渴等苦。如此逐类计算，以业无量故，当然苦也无量。

通过以上五无量门不难了知，从无始轮回以来直到今天，每一刹那出现的都是苦，每一个结果都是苦。而且，由于因上业缘无量、惑业无量的缘故，苦的种类有无量无边。如果去计算，任何一类苦合集起来也都是无量无数。可见，无论经上所说，还是祖师的引导，都是要在这一点上让我们认清轮回极大苦海的事实。

为此，引导文中说到曾经为了诸欲，和有情竞争、拼搏、斗争等被截断的头颅，一个一个堆起来高过须弥山王；曾经由于愚痴堕为小虫子，死去的肢体堆起来高过须弥山王；曾经由于受饥寒之苦而哭泣的泪水，合集



起来超过大海的量；曾经由于严重的嗔恚业堕入地狱，所喝的烱铜水总量超过四大海。诸如此类，我们要明白，既然每一类苦合起来都是无量无数，轮回本身岂不就是大苦海？

此处是按照佛在《除忧经》中所说来思维，容易发生厌离心。经云：“数于地狱中，所饮诸洋铜，虽大海中水，非有尔许量。生诸犬豕中，所食诸不净，其量极超过，须弥山王量。又于生死中，由离诸亲友，所弃诸泪滴，非海能为器。由互相斗争，及所截头首，如是高耸量，出过梵世间。为虫极饥虚，所啖诸土粪，于大乳海中，充满极高盛。”

过去在轮回中是如此苦的遭遇，我们了知后转而观察未来：如果现在仍然对轮回刹那不生厌离，内心就会仍然爱著这苦的世间，充满贪欲；如此被贪欲束缚，将来必定在无边际的轮回中感受比以前更多的苦，这一点通过五无量门就不难确认。

也就是，如果连出离心都发不起来，无我慧就更加免谈，如此一来，必将继续被我执引生的烦恼和业的绳索所绑缚，当然会继续受生。以受生无数的缘故，在受生期间与有情之间互相为父为母、为亲为怨等的业缘无量。由于业缘无量，内心又没有解脱道内涵，自然会为私我得到所爱的五欲等而跟其他有情竞争，比如争名誉、争地位、争享受、争异性、争国土等，又将出现无

数的烦恼和业，继而出现无数的苦。

再者，如果不加以治疗，这种轮回病会越发展越严重。也就是烦恼越来越强，越来越以自我为中心，就会使烦恼和业的波浪更加汹涌，所受的苦也会更加剧烈。按这条路走下去，仍旧随顺自由意志，仍旧以自我为中心，不停地起惑造业，就不必幻想未来还有什么好前途，因为注定会更加苦。可见，解脱道不能不修，我们不能再继续贪著此生和来世的世间乐，以免陷入更可怕的苦深渊。

以上由五无量门，已经开通了观察的理路。我们不妨举一反三来思维各类总集之苦，分析为名誉、为地位、为财富、为爱情等各种门类曾受过多少苦，或者与怨敌斗争、与亲友离别等受过多少苦。不难发现每一类苦都是无量，而轮回就是最大的苦海。再从过去推及未来，知道缘起法则是通用的，如果仍然希求来生享乐，就会扩展出更加漫无边际的苦海。诸如此类即是观察的方法。

思考题

- 1、彼也如蜜蜂，若被置入瓶内而封其口的话，往何处飞也唯困瓶内，行不到瓶外的别处。
 - (1) 分别解释“蜜蜂”、“被置入瓶内”、“封其口”、“往何处飞也唯困瓶内，行不到瓶外的别处”所表示的意义。
 - (2) 这一比喻说明了什么？
 - (3) 思维此比喻的涵义，认识自身轮回的状况。
- 2、从轮回之处、轮回之因、轮回之相三方面，解释轮回的涵义。
- 3、什么是“五无量门”？如何由五无量门认识自身过去轮回生涯的状况？如何由五无量门确认“不厌离轮回将会感受更多的苦”？



三、思维落入轮回的状况分二：

- （一）总的思维轮回为大苦海；
- （二）特别思维生到善趣也终将落入苦中。

思维落入的轮回的状况分两个方面：首先，总体上由缘起理看到轮回是纯一苦海；接着，最让我们不舍不下的是善趣中那些诱人的安乐，因此，要特别思维善趣安乐唯是苦性。

前面讲完了第一个方面，下面进入第二段，特别针对善趣乐作观察。如果能从这里窥破善趣乐的虚诞，看清它唯是苦性，那就对轮回再也没有留恋了。

（一）特别思维生到善趣也终将落入苦中分二：

- 1、此世喜乐无有实义；
- 2、善趣之乐高下变易的过患。

1、此世喜乐无有实义

首先观察自己在轮回里的前途，这又要由对比法来认识。梵王、帝释的寿命、色身、财富都非常圆满，但最终也不能超越死，死了以后要非常弱小地受恶趣诸苦。与之相比，我们这一世得人身的乐非常渺小，享乐的时间也非常短暂，然而，我们却被这几天、几月、几年乐的假相所蒙骗，以为是真实的乐。其实，一旦乐果



享尽，一定会出现两种非常可怕的状况：第一、在此生，后半生变得贫乏困苦，落入非常可怜的境地；第二、死了以后，来世在恶趣里感受非常难忍的苦，不想受也要受。所以，现在的乐就像短暂的美梦正浓时马上就醒来那样，最后落入大苦海中，可见这种乐只是暂时的假相，没有实义。

这一段的扩展思维

这里要与之前的无常引导中，思维世间主的情形相连，也就是要有了知帝释天王、顶生王等世间尊主的无常情形这个基础。如果要扩展思维，应当先对《念处经》有一定程度的闻思，对于欲界诸天里的天王、天人们的生活有所了解。再反照我们此世——末世南洲人类的状况，就会认识到，自身目前的生活就像纳米区间里的状况，极其渺小、短暂，如秋蝇一般。

也就是，在千万亿年天人生涯的比照之下，我们的生命如同水中蜉蝣一般，朝生暮死。再者，跟天王所受用的宫殿、园林、妙乐、衣食、天女等等作比较，我们的一点点快乐就如同微生物的受用一样。在这种强烈的对比下会发现，现在的安乐就像一瞬间的美梦，才刚刚做就醒来，马上跌入极苦的深渊。这种强烈的对比观，会让我们知道浮生一梦，毫无实义。

因此，如果要作广大、透彻的观察，发起深刻的定

解，需要有非常多的《念处经》《阿含经》等经教的熏习。非常可行的方案是，闻思《念处经》里讲的几十个欲天天人们的实例。当有了一定的量以后，心中就会形成观念。然后立即会发现，末世地球人类的生命的确实非常短暂，所拥有的喜乐像蚂蚁窝一样微不足道，瞬间就破灭了，会马上见到这样的人生没有实义，因此，唯一应当利用此世人身求取究竟的安乐。

2、善趣之乐高下变易的过患

接着要从高下变易，看出轮回似真的乐没有可依靠处。以暂时的一点善行，会感得一些乐果，然而这并不是真实的乐或自性的乐，所以，引业一尽，连一刹那安住的自在也没有，马上就掉落下去了。它不是自性的乐，只是善业给你现一个乐的假相。落入轮回就是自性的苦，里面没有真实的乐。暂时抛出的假相并不符合实相、本性的缘故，马上就会变掉，而一变掉就落到下面去，苦顿时就出来了，所以它不是坚地。从这里要看到，轮回乐是假的，因此称为“假乐”或“现似的乐”。

一举看出轮回乐的欺诳，是一个非常重大的课题。首先要通过两个典型的例子来得到确认，之后作推广法，看到轮回的一切盛事全是欺诳。也就是，先看到崇高必堕落或者假乐必幻灭，进一步观察就知道，的确是



积聚必消散，会合终别离，有命咸归死，轮回里的一切乐全是欺诳。所谓的“没有可依靠处”，是指如果依止各种有漏有为法的乐，那最终无不破灭。即使得到了天王的乐也无可依靠，最终会全部破灭，全数陷入苦境，这样就知道全是虚假的。

以下分两步思维：

- （1）两个典型例子的思维；
- （2）推广思维。

这一切都要用“前后对照法”，也就是要看到前面是如何兴盛，后面是如何衰灭。当看到先前那么辉煌、灿烂、圆满的相，最终落得那么败坏、凄惨，前后一对比就知道是假的。也就是，对于目前极具欺诳性的假相，一旦看到它的后边际，就知道现在的这个不是真的。再者，一个一个对比，会越来越看清乐的假相，知道当初那个是骗我的。

（1）两个典型例子的思维

首先看诸大天王。他们头朝上，坐在宝座上，志得意满；后来头朝下毫无自在地堕落下来，而且，先前的一切圆满，一刹那间全部没有了、破灭了，真是太欺诳了。再者，前面坐在珍宝座、天褥垫上；后面掉在烧热

的铁地上，在地上匍匐，非常苦，惨兮兮的。前面尽享天界的高级五欲；后面倍受地狱大苦。前面心满意足；后面难忍难堪。前面是天王；后面是囚徒。前面自由快乐；后面毫无自在。这样一个一个地前后对照，就发现全是欺诳的。

一定要认识到，前面现的乐是骗我的，它是暂时抛出的假相，让人误以为非常真实。如果依靠它，那享完了以后，就会出现这种结局，可见是非常可怕的。比如年轻时以为自己很美，到老了的时候，发现曾经任何一个美丽的相都变成了丑陋的相，任何一个健全的相都变成残缺的相等等，可见当初的美好都是假相。又比如看到一束花，是多么鲜艳美丽，当看到它后面凋零的相时，就知道当初的美景都是虚假的。以为可以得到快乐的境相，能够把握住幸福的人生，但是最终所有的幸福全部败落了，变得无比悲苦。这才知道，轮回里的乐全是骗我的，就像肥皂泡骗小孩一样，根本抓不到，最终全灭了，反而变得更加悲苦难堪，真是上当了！

第二个典型的例子是日月天子。他们身上的光明能照耀四天下的范围，是那么明亮、晃耀；后来一下子堕到阴沉沉的黑暗处，连自己手脚的伸展都看不到。可见，前面的光明是欺诳的，当初的光耀、辉煌等全是骗人的。如果它是真实的，持着自身的体性，那就不应该变掉；然而到了后面，一瞬间连一点影子都没有了，过去那个



光明晃耀的天子，现在生到黑漆漆的地方，什么都看不到，因此，不要以为这是真实的乐。

（2）推广思维

接着推广周遍地观察，认定三有中的一切盛事，后边际全部落入衰败，没有一个例外，由此对世间乐彻底失望，甚至发呕吐心：这一切全是骗我的，把我骗得太惨了，我为它付出那么多努力，最终却只收获了悲苦。

也就是，要更广大地一类一类看到，比如那些转轮圣王们后来做了奴仆，低三下四地给人擦鞋、扫地等等。前面做帝释天王，普受天下人的供养，后来堕落下趣，就像顶生王那样，一下子掉到人间的地上，从前的荣耀彻底消失了。前面在须弥山顶，踩在柔软的地上享诸快乐，后来堕入糖煨坑、尸粪泥里，惨不忍睹。前面在天界的瑶池里和诸多天女一同游泳、嬉戏，后来落入地狱极其滚烫的沸水河里，被煎熬得不见身躯。先前在梵天世间享受离欲之乐，后来堕入无间地狱成了烈火中的薪柴。诸如此类，通过观察轮王、天王们后边际的相，就会认识到，轮回里的一切乐都是欺诳的。还要结合此世最近的人间现相来观察，一代代帝王，一个个富豪、明星等，这些上层人物、人们所羡慕的对象，最终一个个如流星般殒灭，或者全部翻到相反面了。

要像这样，彻底认识到所有三有中的盛事，都将从

高处堕下，从而厌患三有。三有中的一切盛事，最后唯一落入衰败，没有第二种结果。因此，佛在经中说：“积聚皆消散，崇高必堕落，合会终别离，有命咸归死。”这样就对现前生死中的快乐有一个断定：凡是会变的都不是真的，最终都是凄苦无比；不会变坏的才是真的。进一步看到，变坏的乐不但是假相，还会引来无穷的后患，所以根本不是依靠处，而且决定不能依它。

要明白引导句中“无”和“无可”的涵义。“无”就是彻底点明，这不是真实的依靠处。“无可”是警诫词，意思是绝对不能依赖它，依赖它有大患。因此，对于生死中的乐如弃唾液般，不再恋著。

又要进一步抉择，为什么会有大患来临呢？比如，现前的名誉不是真实的乐，一下子烟消云散，落入失去名誉的苦中。那种不甘心、没法接受等等，使得心里非常苦，甚至没脸见人，感觉自我无处容身。再者，世间的地位也是一朝高高在上，一朝跌落低谷，惨不忍睹。有地位高的乐，就有地位低的苦。而且两者成正比例，地位越是崇高、实现自我的乐越大，下台时失去自我的苦就越大。在当今时代，世上出现了各种心理病症，人们有各种悲惨的命运，就是由于执著现前人世间的富贵所导致的。

这样推广来看，此世的名誉、地位、权势、爱情等营造的乐，全部都要落入苦中。有意识地去营造聚会的



乐、五欲的乐、现代生活的乐、事业成功的乐、拥有财富的乐等等，这一切都终将在因缘消散时，刹那间消失无余，而且落入极大的悲苦之中，所以，这一切都是欺诳的，不是真实的乐。

像这样，由过去所造的福业力，会投出乐的幻影，过后一个个都破灭无余，就像一场电影的收场一样，所以，不要以为是真实的乐，不要把幻影当成真的。但是它看起来很真，非常适合人的欲望，让你感觉满足，陶醉其中，所以叫做“现似之乐”。明白了现似之乐其实就是假乐，并非是乐，之后就不应再把它执为所追求之处。

胶片放映的譬喻

这里要由譬喻来了解。从前稍微积过顺福德分的善行，也就是起了一些好一点的分别。由于心顺合天理就没有业果愚，但由于不了知无我，所以总是落在粗细二取里，这样起了妄分别来行善，就叫做“顺福德分”。当行善以后，就在识田里熏了业习气，到了果位的时候就出现果位识，不断地演一些较好看的影片。但由于输入的胶片是有限的，所以，演若干次就结束了，当引业穷尽时，连安住一刹那的自在也没有。譬如拍摄了一些较好的胶片，然后把它们放映出来，放出天王、轮王等的好影片。当放到一定程度，到了结束时，连安住一刹

那的自在也没有，因为它是有为法，一下子就没有了，随后就出现了可怕的片子。从这一点就知道有为法的欺诳。

懂了这个譬喻以后，把它放在一切现前似乐的状况里观察。只因为过去有一点好的分别，就录下了胶片，以它的力量，在成熟时就放出一段影片。这些影片适合自己的心意，感觉很快乐，实际只是分别投出的影像。再者，当因缘消散时，连一刹那继续放映的可能性也没有。由于它是随因缘力转的，所以叫“无自在”。由于因位行善时丝毫没有认识无我空性，所以属于真实义愚。由这种妄分别所现的境相哪里是真实的乐呢？当因缘消散时，由妄分别所支配的这一切，哪里有继续安住的自在呢？一下子就没有了。

我们去推现世的人生，似乎有爱情、地位、权势、享受等等，也无非是放出来的一段好片子。这一幕幕影像一下子就演完了，再想演是不可能的，美梦顿然破灭。再上推到欲天、色天等，那些境相无非是顺福德分的业或者好一些的分别放出的影片。当引业穷尽，也就是能引的业势力或者胶片放完时，连再演一刹那也不可能，顿时就没有了。从这里就能窥破，尽三有世间从此世到来生的所有轮回乐全是虚假的。

两个要点



两个要点：一段影片过后就是空白，一段喜乐剧过后就是恐怖剧。知道了这两个要点，套在任何处都可以趣入思维。

譬如人生中遇到一场爱情，看起来非常甜蜜，这样的一段影片过后就再也没有了，要么分手，要么成了冤家。或者人生的青春时代，也不过几十年而已，演一段之后就再也没有了，很快就迎来了衰残的老年。或者所经营的世间事业，也只不过是一部成功剧，一段胶片过后就出现了空白，再也没有了，接着就是破产。

像这样，在每个地方去想，其中的引业就是过去积的顺福德分善根。由于不明了无我，以执著有我和想得乐的分别做了一点善行，由那种虚妄分别所持，就在识田里熏下了业习气成为因位识。到了果位，那些善业的胶片就毫无紊乱地放映一些快乐的影片。而有限的引业一旦穷尽，人就死了，就像放完了胶片，银幕出现一片空白那样，接着开始演恐怖片。轮回里上映的所有喜乐剧全是这种状况。因此，有限的因缘力一尽，即引业穷尽时，连安住一刹那的自在也没有，一下子全部破灭。其实用智慧去观察，当它正放映时也是假的，只不过没识破而已。到了最后，彻底暴露出一无所有的真面目，紧接着就是非常恐怖的片子。结合此生各阶段的状况去观察，求学、谈恋爱、成家、做事业、得到名位等等，总是一段喜剧片过后，迎来悲惨的苦剧。

再往上看上界的天王、天众们，他们也只是不过因为当初的虚妄分别好一些，持久一些，所以演的片子更加富丽堂皇，剧情更丰富，时间更长。但胶片演完以后也是顿然一空，出现堕在地狱热铁板上倍受煎熬的苦相。或者先前日月天子光辉灿烂，然而引业一尽顿然下堕，落到伸手不见五指的黑暗之地。诸如此类，一旦窥破其中的机制，就知道只是分别投出的幻影，没有实义。因此，要寻求真实的安乐，那种安乐就是回到了正路。

四、思维心要依止解脱的真实安乐

以如是故，心作是想：“在这次的生命中，无论如何也要修一个从轮回的大苦海中解脱、究竟安乐的圆满正等觉位。”具足加行、正行、结行三者而修持。

已经明白现在的乐不是真乐以后，就要认识什么是真实安乐，从而建立真实的所愿境，它不会欺诳我们，而且，按照诸佛开示的法道，终将得到真实安乐。因此，辨别真假十分重要，否则像瞎子一样看错方向的话，追求乐却会落入苦中。

“究竟安乐”，指一切幻妄的客尘都息灭了，回到本来的坚实之地，那是不会变的，因为它是本自元成的自性。凡是观待都是假的，不观待才是真的，因此，无



论如何我要修一个圆满的正等觉位。也就是，从轮回大苦海里解脱，彻底息灭二取或我执所生的流转状况，达到真常不变的大乐之地，此即是圆满正等觉之位。不像有漏法里的崇高，最终全部堕落而坏灭，圆满正等觉之位不会变，它没有圣凡两边、高下两边等的任何相，是我们本来的地位，也就是流落之前的本来正等觉之地。

我们现在已经落入虚假的轮转里，因此要好好修道，回到本来的法界。这是从证德方面来说的，从无明睡眠中醒来，广大的智慧已经开启，就像莲花盛开那般。所谓证到了最圆满，就是指本来的正等觉佛性无余开发。这个本来之地不是因缘所生，而是本自元成的自性，一旦证得它，是不会坏、不会退、不会变的，这是真实的乐，其他全是假的。因此，我们唯一要修的就是从轮回大苦海中解脱、究竟安乐的圆满正等觉之地。

按甚深义而言，所谓的“圆满正等觉位”，“正”，是指实际理地没有虚妄分别所现的一切惑业苦杂染相；“等”，是指一切二边对待的法本来没有；“觉”，指并不是冥顽不灵的虚空，而是明觉的；“圆满”，就是一分也不缺少，本来是佛；“位”，指诸法本来住在法位中，没有脱开过。所谓的“究竟安乐”，是因为它本来没有迁变，是无为法的本性之地，极为坚实，一旦回到这里，就是永恒的大安乐。

因此要明白，幻梦般的业识相续就是所谓的“轮

回”，从中发展出无穷无尽的苦就是“大苦海”。在我们这一生中，出现了极难得的修法机缘，因此，我们的第一目的就是返回本来正觉之地。这时要有求解脱心，唯一希求出离迷梦般的轮回相续。

在抉择透彻以后，就知道不必求此生的乐，因为它并非真乐，很快就随死无常的力量而转，无法抗拒。这样就知道，此世没有真实安乐，不必去求，从而退掉耽著现世的心。那么，来世有没有真实的乐呢？来世落在轮回里也只是幻梦，最终落得一场空。可见轮回里没有一点真实乐可得。因此，这一世得人身的意义唯一是求解脱，也就是从唯是苦性的相续里脱离出来。我们要求什么样的乐呢？究竟的真实大乐。什么是究竟的真实大乐呢？就是返回本来正等觉之地。

明了以上的法理后，就知道耽著此世的心、耽著来世的心要一概退尽，彻底地发出求解脱心。按照这种见解不断地作意：我这一生一定要从轮回大苦海中解脱，得到究竟安乐，也就是回到本来圆满的正等觉位。

要具体加行、正行、结行三殊胜来修持。

思考题

- 1、 如何用对比法认定此世喜乐无有实义？
- 2、
 - (1) 如何用前后对照法认定轮回乐无可依恃？以诸天王和日月天子为例思维。
 - (2) 为什么耽著轮回乐有大患来临？
- 3、 胶片放映的譬喻说明了什么？思维的要点是什么？掌握后结合自身情况如理思维。
- 4、 什么是真实的乐？解释“究竟安乐”“圆满正等觉位”的涵义。



丁二、别思六道各自之苦

别思六道各自之苦分六：一、地狱十八类中八热地狱：从等活依次向下至无间地狱之间如楼层般层列而住，此等一切悉是地基及周围一切处，皆如铁匠所烧热铁般，仅由放脚所现之乐亦无，唯是火焰炽然界中，极为炽热。

戊一、思维地狱之苦分三

己一、思维十八种地狱中的八热地狱分二：

- 一、共同苦相；
- 二、差别苦相。

一、共同苦相

在共同苦相中把握两点：

- 1、八热地狱的地理位置；
- 2、共同的苦相。

从地面往下，依次从等活地狱渐次地到无间地狱之间，就像八层楼那样，一层一层地次第排布。在经论中更细地说到，从此地面往下，经过三万二千由旬，之下有等活地狱，然后间隔四千由旬就会有下一地狱，这样有其余七种地狱。

八热地狱的共同苦相，要由范围和程度两点来认



识。所谓“范围”，就是周遍，没有一处例外；所谓“程度”，极为炽热。用譬喻来认识，这就像铁匠铁炉里烧的铁那样，红红的铁块的上下左右任何处都是炽热的，连稍微程度轻一点的都没有。这是指地狱的烈火炽然的界中，无论是整个地基还是前后左右的铁壁等，一切处全部都是极为炽热，连能放脚、稍稍凉一点的地方都没有。它的程度是，在火焰炽盛界里极其炽热，从等活到无间的八种地狱，全是这样的共同苦相。

“唯”字反映了业果的决定相，更深层来说，指示了唯识变现的决定相。也就是，由嗔恚等的深重恶业，唯一出现周遍的火焰界炽热的苦相，不可能发生丝毫清凉的安乐之相。由唯识变现的定律来看，由于在因位造作嗔恚等如火焰般炽热的黑业，在识中熏建了业习，至成熟位果位识现行的时候，唯一显现炽然火焰界极度的热苦之相。此相有三：一、空间上周遍；二、程度上猛利；三、时间上漫长。也就是，要想从嗔恚烈火般的业习出现丝毫的清凉乐相，绝不可得。再者，由于恶业的程度重，所以在果位上发生得非常猛利，因此说为“极”。再者，相续极其漫长，有以下等活等无量百千万年的受苦。

二、差别苦相

依序由等活到无间之间，一一地按照其中的环境、施刑者、刑具、受苦之相、寿量等来作思维。

如是八中，第一等活者，炎烧热铁地基之上，火炽然界中，无数地狱有情如暴风雪般，由业增上之力聚会一处。彼等皆由嗔恚引业所感召，由彼之等流果，一切皆如见仇敌般互起嗔恚之心而斗争时，业所幻变器械难思难量，以手执取故，迭相击打尽皆死亡。尔后虚空中出如是声“愿汝复活”，由此无间皆得复活，仍如前般斗争等，万死万生轮番变现而受苦。

等活地狱的苦相要这样逐层地认识：在那种像铁炉里烧得红红的铁、冒着烟的地基上面，整个周遍是火焰炽盛的界当中，地狱的有情就像漫天的暴风雪那样密密麻麻、无量无数，以业的增上力聚在一块。然后，这些有情由于嗔恚引业的感召，在彼此相处的时候，当时出现了造作的等流和领受的等流。所谓的“造作等流”，就是出现了与因位造业同样的习性，彼此如见仇人一样，生起嗔恚心。一个打一个这样斗争的时候，自然以业幻变出各种刀、枪、剑等的兵器，没法思议的业力变现出那么多，然后这些有情手里拿着兵器，一个打一个。比如，张三打死了李四，王五又打死了李四，诸如此类，像这样转相击刺，全部都死掉了。然后，空中就会出一



个“愿复活”的声音，立即就又活过来了，然后，又像前面这样争斗等，死了又活，活了又死。像这样万死万生，不断地受苦。

其寿量者：人间五十年为四天王天一日，如是三十日为一个月，十二月为一年，如此计算的天五百年为等活地狱一日，如是三十日为一个月，十二月为一年，乃至其自年五百之间受苦。

等活地狱所受这样的大苦要经过多长时间领受呢？一直到嗔恚等的业力没有尽之间，一定受这样的大苦。此受苦要延续多久呢？具体这样计算：人间五十年是四天王天的一天，这样的三十天是一个月，十二个月是一年，这样的五百年是四天王天的寿量，相当于人间九百万年。而四天王天的一生，算成等活地狱的一天，三十天算一个月，十二个月算一年，这样的五百年，也就是十八万倍的四天王天的寿量。相当于一个四天王天天人的一生的十八万倍，这么长的时间受苦。计算为人间的一万六千二百亿年。

这里就要分两级来认识：一要认识到四天王天是人间九百万年。一个世纪是一百年，过了九万个世纪，不知道经过了多少的沧桑，就结束了一个天人的寿命。然而，就是像这样的天人转过十八万次，等活地狱的有情

才受完了他的业报，可见受苦极其的漫长。

第二黑绳者，于炎烧热铁地基之上诸阎魔卒，将地狱有情身躯如焦木般推倒，在画为四、八、十六、三十二等份的黑绳之上，以炽然烈火铁锯锯截，诸已断截者无间复合，如是数数锯截而受苦。其寿量者：人间百年为三十三天一日，如此计算的天年一千为黑绳地狱一日，能达其自年一千岁。

第二、黑绳地狱的苦相。显现出的环境是，烧得炽热的热铁所合成的地基上面，阎魔手下的狱卒们过来，把犯人如同焦木般黑黑的身体推下去。之后就在上面画黑线，画成四份、八份、十六份、三十二份等等。之后用冒着炽然火焰的锯子，沿着这些黑线作锯割，之后身体就割开成一块一块的，然后立即复合如初。接着又是用锋利的、冒着火焰的锯子，在所画的黑线上锯割开来，一下子全部分解成好多块，之后再聚合，然后再分解，就像这样重复地受苦。

黑绳地狱里受锯截的大苦，要经过多长时间呢？人间一百年算为三十三天的一天，此天的寿量一千年是黑绳地狱的一天，这样算到一千年，是他的寿量。

这里计算出来，三十三天的寿量是人间的三千六百万年，相当于经历了三十六万个世纪。这样的天人死了



再生，经过三十六万生，就是黑绳地狱受报的年数。可见三十三天的天人经过了三十六万次的生涯，黑绳地狱的业报才告终。所谓“能达”，表现了嗔恚等业的功能，也就是它变现的相续能够达到相当于人间十二万九千六百亿年。可见业因小果大，以这个变现的力量，相续不断蔓延到不可计数的年岁。

第三众合者，——大铁臼量如地区，无数地狱有情倾注其中，尔时诸阎魔卒——执持炎烧大热铁锤量如须弥，头上旋舞重击臼中，一切有情——皆处于恸哭嗡嗡声、解支节苦及不可思议恐怖中而死，其锤起时无间复活，如前受苦。复有山谷四周相对山峰，一切皆成往昔自身所杀动物麋鹿、黄羊、山羊、绵羊等头部像，彼等角端烈火炽然，以角相抵而斗，无数地狱有情由业力驱逐入其中故，于撞击时悉皆死亡，后诸山分时仍得复活，又受如前夹合等苦，此合迫等苦，若以人间二百年为夜摩天一日，彼天二千年为众合狱一日，须在众合自年二千岁之间备受。

第三、众合地狱非常广大的区域，地基和周围全是烧燃的热铁。在这个当中，有好多高大的阎罗卒，在他们面前都放着一个大如山区般的大铁臼，然后，把无数有情就像倒小鱼虫那样，倾注在一个一个的大铁臼里。然后，这些可怖的阎罗卒飞舞着量如八万四千由旬须弥

山王那样大的大铁锤，头上飞舞以后重击下去，一时间在每一个铁臼里传来无数有情恸哭的嗡嗡之声，他们受着不可思议的解支节苦和处在不可思议的恐怖当中，一下子死掉。狱卒们再举起铁锤的时候，无间全部复活，之后，再次感受像前面一样的铁锤击打的压逼之苦。就像这样，死而生，生而死，无数次地受逼迫粉碎之苦。

另一种情形是，非常可怖的山峰两两相对，都呈现出过去所杀动物头部的形相，鹿头、黄羊头、山羊头、绵羊头等等，那巨大头部上面有角，角上燃着火，相对的两个头部，角抵着角而相斗。然后，无数的地狱有情以业力驱逐，而赶进了这个范畴。以这个缘故，两山撞击的时候，全部被压得从身体的一切门当中血流涌注等，立即死去。两山一分的时候当即恢复如初，然后，再次两两相撞的时候，又感受合迫、极大恐怖、从身体的一切门血流涌注等的大苦。就像这样，合了又开，开了又合，感受无数的两山逼迫的大苦。

那么，受诸如此类的众合地狱之苦，要经历多长时间呢？以嗔恚恶业等的变现力量，以人间两百年算为夜摩天的一天，夜摩天的两千年的寿量算为众合地狱的一天。达到两千年一直不断地受这种苦，可见业力是不断地重复变现，这就是因小果大。就像得了个恶病，然后不断地发生同样的病状那样。这种病等于前一种地狱寿量的八倍，那真是见不到边际的年数里，不断地受这



样的如同列车迅速压过身躯的大苦，死了又生，生了又死，所以业是非常可怕的。

第四号叫者，在无门炎烧铁室之中煎熬而受苦，想永无从此得解脱之时而猛烈号叫。人间四百年为兜率天一日，兜率天四千年为号叫狱一日，如是计算能达其狱自年四千岁。

第四、号叫地狱。一个燃烧着的铁所合成的铁屋，没有门，地狱有情被驱使进去了以后，受着猛利的煎熬的大苦。他心里想：从此再没有解脱的时候了，由此惨烈地号叫。那种声音如果听到了，简直撕心裂肺，太可怕了！全部都封死在这里，整日整夜受煎熬之苦。

人间四百年算成兜率天的一天，兜率天的四千年的寿量算为号叫地狱的一天。这样计算，在四千年的时间里受苦。“能达”是指嗔恚的业力等，能够变现这么漫长的苦的相续。

第五大号叫狱者，阎罗狱卒执持器械，极可怖畏、数量众多，驱逐地狱无数有情，令入双重猛火炽然铁室之中，以锤等器击打，有情心想：内外二门为熔铁所浇铸故，纵脱内层难脱外层，遂大号叫。其寿量者：人间八百年算为化乐天一日，天年八千为大号叫狱一日，能达如是八千

大年。

第五、大号叫地狱。那个恐怖的环境里出现好多持着器械、非常恐怖的阎罗卒，他们驱使着无数的地狱有情纷纷地进了烈火炽然大铁屋。这是两层铁屋，在那里，狱卒们用锤子等猛利地击打有情。当时他想逃脱，但是，看到内外的两重门都是熔化的铁水做了浇铸，没有一点缝隙，心想：即使从内层脱离，也无法脱开外层，真是绝望了。由此他惨烈地号叫。超过了前者地狱的那种号叫声，所以叫“大号叫”。

这样剧烈的苦要感受多少年呢？以人间的八百年算成化乐天的一天，化乐天的八千年的寿量是大号叫地狱的一天，在长达这样的八千年里相续不断地受苦，没有解脱之日。这个更重的黑业病所出现的症状，能长达这样的无量无数年，是前面号叫地狱的八倍。所以，业造得越是恶劣，它的果报的现行就越加猛利而且漫长，因此，我们千万不要造嗔恚等的恶业。

第六烧热狱者，量如三千大千世界大铁器中，铁水涌沸之内，无数地狱有情至极煎熬而受苦，每当涌至上方，有诸狱卒执持铁钩而勾取，更以铁锤猛击头部，忆念失坏之时，不觉有苦受，唯以此观为乐而极苦。人间千六百年为他化自在天一日，天年一万六千为烧热狱一日，其狱自



年能达一万六千。

第六、烧热地狱。先要看到这地狱的环境。比如一个须弥山、一套日月，加上四大部洲，这算一个小世界，我们的地球只是其中一个小小的区域。这样的世界累积到十亿个那么巨大的三千大千世界的范围，就是一个大体积的量。里面无边无际的涌动的热水，好像是一个热水的极巨大的大海，无数的地狱有情淹没在里面，受着极度炽热的煎熬，而受着无法言述的苦楚。这个热水涌动，把大批的有情都涌到了上方，在巨大铁器的旁边，就站立着巨大的狱卒，把这些浮在上面的地狱有情勾取过来以后，用大铁锤猛利地击打，一下子多少的地狱有情全部失去了念力。他们的苦就是，以这种失掉了念以后不取苦受为乐，此外是无法忍受的大苦。

而这样的苦要受的时间太长了，以人间一千六百年为他化自在天的一天，此天一万六千年的寿量是烧热地狱的一天。业报竟然长达这样的一万六千年，是前面大号称地狱的八倍。

第七极热狱者，于猛火炽然铁室之中，由诸狱卒以火炽然三尖铁鼎从二足底及肛门刺入，彻贯双肩及顶而出，又以烧铁磙遍裹其身，故极苦楚。寿量能达半个中劫，超出人间年数衡量之境。

第七、极热地狱。呈现出烈火炽然烧热的铁室，这里温度极高。然后狱卒用烈火炽然的三尖铁鼎，从地狱罪人的两脚和肛门刺入，直穿到头部、两肩而出。由于三尖鼎是烈火炽然，所以，所经过处都受焚烧之苦，而且从口等一切门中出现火焰。此外，用烧燃极热的铁衣服从外面周遍地包裹罪人的身体，所以，就感受极大的烧热之苦。

这种苦报要达到半个中劫，也就是由罪业的力量，一直不断地显现，在业未尽之间决定要受的。这表达了业变现的能力非常的大，从这种因，可以源源不断地在长达半个中劫中，现出这么大的苦报。这个寿量超越了用人间年数所能衡量的度数。

第八无间狱者，十六近边增地狱所围绕猛火炽然铁室之中，一块块烧铁片，犹如燃炭堆如大山，诸阎罗卒驱逐无数地狱有情入于其中，更以虎豹皮火筒，火身无二而焚烧故，苦受极为粗猛而仅有号叫之声，此外不见身体之相。求从中解脱之心相续不断生起，然无有解脱之时，有时火门每当稍许开故，心想逃脱时，诸狱卒以矛棍锤等殴击，并须俱受以烓铜灌口等前七地狱诸苦。此狱寿量能达一中劫。无有更强逼迫故，称为无间。此为造无间业有情及入密乘于金刚阿阇黎起邪见等所生之处，余业不能生此。



第八、无间地狱。现出一个由十六种近边地狱围绕、非常大的、烈火炽然的铁室。在这个广大的空间区域里，有一块块炽热炎烧的热铁片，像燃烧的炭火那样，堆积成一个巨大的山峰一样的状况。然后，阎罗卒们把无数的地狱有情驱逐到炎烧铁片大山的中间，之后，狱卒们用豹皮、虎皮等的皮火筒呼呼地吹，一下子烈火腾起来了，四边蔓延熊熊的火焰。之后，四方的火夹逼过来的时候，中间所有的地狱有情都烧得火身无二。就像一座屋子，上下左右的一切分全部都烧出火来了，虽然那个屋子本来的相，但是由于全部都出了火的缘故，看不到它原本的相。同样的，这里面的地狱有情从头到脚全部都燃成了火，因此，他原本的相不见，只听到惨烈的号叫。由于苦得特别厉害，他们想解脱的心，相续不断地生起，然而没有解脱的时候。有时每当火门稍稍开的时候，他心里认为有逃脱的机会的时候，那些狱卒们又用铁矛、棍棒、铁锤等毆击。而且，在这里要感受用熔化的烱铜水往口里灌等的前七种地狱中的各种苦的种类。

在无间地狱当中要受苦达一个中劫。也就是，由那些非常重的恶业，会相续不断地现出这么猛利的苦报，在漫漫不见边际的年劫当中不断地焚烧。

因为没有比这更重的苦的逼迫，所以称为“无间”。造了五无间业的有情，以及入密乘后对金刚阿闍黎生起

邪见等，就会生在这个地方，此外其他的业不会生在这里。

思考题

- 1、八热地狱的地理位置在哪里？其共同的苦相是什么？
- 2、阐述八热地狱中每一种地狱的环境、施刑者、刑具、受苦之相和寿量。



其眷属近边地狱：于无间地狱四方中各有煆煨坑、尸粪泥、利刃原、剑叶林四狱，即东方有四、南方有四、西方有四、北方有四，共为十六，于东南隅有一铁设拉末梨林，如是西南、西北、东北各隅，亦皆有一。

八热地狱和近边地狱是根本和眷属的关系。教典中说，每一种有情大地狱的四门旁边都有四个眷属地狱，称为“十六近边地狱”。此处单就无间地狱旁边的十六近边地狱思维苦相。

所谓“根本与眷属”，即过去以嗔恚等恶业，在识中熏建业习气，到成熟位就成为果位识，变现出时间极为漫长、苦报极为深重的苦相。这就如同人体某器官患病，有报得很重的受苦状态，也有过后较轻的受苦状态，同样，地狱众生先是要在根本的刑罚场所——八热地狱里受苦，当重报已过，将受次报时，感得狱门打开，他们逃出根本地狱，到近旁的眷属地狱再次受苦。

所谓“根本与眷属”即主与次的关系，这也是法界的惩罚机制，使果位识上的变现有一定程序。而且，当业减轻时，业力自然遵照次序把有情发遣到各眷属地狱中继续受报。如此井然有序的业报，是任何有情丝毫都逃不过的。以无间地狱为例，在业力未尽之间，必须身处那种极其苦难的地方受报一个中劫。之后，在近边地狱忍受程度较轻的苦报，然而实际也是极其苦楚。

近边地狱的地理位置是在主地狱的四方，分别排布有四种地狱，即塘煨坑、尸粪泥、利刃原和剑叶林。“塘煨坑”，意为充满炽热火烬的热灰坑，身处其中要备受烧烤之苦。“尸粪泥”，即充满各种腐烂尸体的泥沼。

“粪”意为臭秽。身处其中要感受利嘴铁虫穿皮、破骨、吸髓等大苦。“利刃原”，即满布利刃的受苦之平原，于此感受尖刀穿入脚部等苦。“剑叶林”，即长满剑叶的恐怖林园，于此感受飞剑斫截身体的大苦。无间地狱的每一方都有这四种近边地狱，四方总共十六个。在十六近边之外，还有所谓的“铁刺林地狱”，它处在四隅，即东南、西南、东北、西北四个犄角处各有一个。以上是近边地狱的总说。

近边地狱的苦相又是如何？本来这些都是事实，通过佛和祖师的宣说，我们就要真切了解到事件的真相。其中，按照引导文清晰地观察到缘起上的前因后果如何，以及地狱有情在整个过程中错觉、心态、行为、最终的结果如何，由此生起定解后，不难明白这就是事实。而且会思维：造嗔恚的业太可怕了，决定会陷入地狱中。以嗔恚业的功能，决定会变现如此漫漫无期的大苦。

进一步反观自己就会发现：我过去曾造过众多嗔恚的业，如果不忏悔，就会处在这种情形中受报。一切世间现相都由因果律在支配，苦乐的法则就在因果律上，其中，嗔恚业唯一变现出地狱的苦相，因此，我应当发



起断恶之心。诸如此类,要知道怎样来处理自己的前途。也就是说,一定要截断这种恶的相续,而且发誓遇到命难也绝不再造。

随后,应当发起悲心。要知道,无数有情由于业果愚,正身陷其中。他们想求乐,但由于造下嗔恚业的苦因而堕入绝望的境地,在无数年岁中感受连绵不断的苦报,这也唯一是唯识变现的法则所决定。还要思维:如果我不去救度,谁去救度这些母有情呢?我应当发起大悲心,愿一切众生即刻远离这些近边地狱的苦。诸如此类,令自心由思维而发生转变,才能学一分法就有一分受用,渐渐如同变换了一个人般,这才是善于学法的人。

下面就一一认识五种近边地狱的苦相。

其中第一煇煇坑者, 诸无间地狱业减薄者出外之时, 从远处见到黑阴影火坑, 喜而前行。游行至彼, 遂堕入煇煇炽然火烬里, 烧肉烧骨而受苦。

首先思维煇煇坑地狱。这又要从以上无间地狱的受报事件延续而观察: 业的变现状况是如何进一步发展的。所谓“诸无间地狱业减薄者”, 是先前造下五逆、谤法等地狱业, 这类业的变现力极其可怕, 经过一个中劫烧得不见身体、唯见火焰的状况, 之后业的功能逐渐减弱。当减到一定程度时, 那些唯心变现的无间地狱果

报消失，显现为无间地狱的四个门打开，接下来眷属近边地狱的苦相还算是轻一些。业力就这样自然转换了它的影片。

此时，那些有情感觉从无间地狱的大火中逃出来了。他们奔驰在外，由于先前长劫感受焚烧苦的逼迫，内心不断有一种寻求舍宅的欲。于是，自然把远处的火坑看作一个黑乎乎的阴影，以为很阴凉，其实是以他们的错觉力才出现这种现相。之后的“喜”字是说他们的欲，他们非常希望离苦得乐，在见到所欲境时非常欢喜，之后产生行动，往前奔进。

真正游行到所认为的阴凉处时，“遂堕”表示唯一的结果（可见，有情很可怜，虽然有离苦得乐的愿望，想得一个安歇处，然而因果律丝毫不爽，嗔恚业不可能变现阴凉，所以，当业的胶片在果位心识前放映时，就唯一显现为堕入糖煨炽然的火烬中）。“糖煨”，即炽热的火灰坑。“炽然”，表示以嗔恚业现前的苦报强度非常大。“火烬”，是如同烧红的煤炭般。糖煨的深度是没到膝盖以上，有情一旦陷入热灰当中，全身都感受着炽然的火烧。

当时的苦相是，从外皮到肉到骨全部烧干，烧干后又恢复，又继续受苦。这就是唯心变现的法则，嗔恚的业唯一变现出烧肉烧骨的大苦。过去的业势力在识中熏建了习气功能，如同已经拍好的胶片，在果位成熟时，



便连绵不断地显现出来。这种近边地狱的情形，将显现无量余年。

那些有情都想离苦得乐，想寻找清凉，然而过去所行的唯一是造苦之道，唯一造嗔恚业，以此绝不可能显现安乐。也就是说，苦的根源其实是业果愚，驱使有情堕入恐怖的地狱。

我们自身要明白，除了遵循善的法道之外，没有另外的安乐之路。要想不堕入糖煨坑地狱，就一定要除掉嗔恚的业。因此，我们时时处处都需要谨慎心中的糖煨坑，因为一旦造下嗔恚业，业因就已经形成，将来业习气成熟时，唯一会变现在糖煨坑中感受万烧万复、惨不忍睹的大苦，而且历经不可思议的年数。

这是真实的事件，我们应当认识到它唯一是识所变现，因果法则不紊乱，嗔恚业只会出现炽然的火坑，只会出现烧烤的苦，而绝不可能出现丝毫阴凉。只要没有远离嗔恚业因，所寻求的阴凉就绝不可能实现。如是一定要得到对因果的定解，了解整个事件的原委，还要知道在自身上如何处理，如何做一个理智的人，以及如何息灭这些嗔恚的业，并发誓永不复造。再者，还要发起悲愍心，怜愍一切堕在糖煨坑中的父母有情。诸如此类，力求通过这一次的修心来发生大的转变。

第二尸粪泥者，如是见到在远处有河，由于前一个

大劫坏灭之间火聚中煎煮故极度干渴，由此见水欢喜而取饮，游行至彼，其处何尝有水？唯是漂着人尸、马尸、犬尸等腐烂极为臭恶，多有诸虫蠕动的泥潭，遂陷入其中，没至头顶，则有诸虫铁嘴锐利来刺，啗食而受苦。

第二、尸粪泥的苦相。这一切同样都是业的变现，从前到后的整个过程无不如此，我们应当对此发起胜解。从前到后地观察，就称为“如实思维”，即本来如是而如是见到。

先前在地狱中长劫受苦，到了业减轻时，就显现出城门打开，他们从中奔跑出来。这时由于离苦得乐的欲，会见到远处有河。也就是过去饱受烈火逼迫，他们此时幻想前方有一条清凉的河流，这是出现的所乐境。再者，他们的心态如何呢？经过一个大劫坏灭之间，一直在烈火当中极度煎煮的缘故，他们干渴到了极点，于是在幻觉中见到河流，又欢喜到了极点，马上要去河边取水喝。由此，不难看出有情离苦得乐的强烈愿欲。

“游行至彼，其处何尝有水？唯是……”，从这一句可知黑业不会变出安乐境界。地狱有情走到彼处的时候事与愿违，怎么可能有水呢？也就是说，嗔恚业决定变现不出清凉可口的水，这是业决定的法则。黑业唯一变现苦境，嗔恚业唯一变现尸粪泥的境，所以说到“何尝”、“唯是”，意为在缘起律上不可能出现安乐境界。



此处应从唯心变现的法则来观察，包括因位嗔恚心的火焰，以及它的污秽，之后思维：这种嗔恚的心能变出清凉的水吗？能出现饱饮的乐吗？不可能。所谓“唯是”，表明识的变现不会有丝毫错乱，这是因果的“铁律”。比如。内心生起嗔恚，在因位就可以看到，哪有什么清凉？哪有什么乐的受用？哪能感觉很清净？心里乌七八糟，好像到处蠕动，身心被嗔恚的火吞噬，被烦恼咬动，自心明显沉陷。因位的相尚且如此，在果位一定以放大法则变现出更难以忍受的苦境。因此要明白，“何尝”、“唯是”，都是讲唯心变现的铁律或法则。

再者，联系前后来观察，虽然有情都有离苦得乐的愿望，但如果不顺合天理，不顺合安乐法则，结果决定是事与愿违。比如，以自己的愿望显现出清澈的河，以自己的欲极想立刻喝到，然而并不能实现。可见，外境决不是随主观愿望或凭个人幻想，或凭各种颠倒的做法就能够出现；只有自心合乎天理、合乎因果律，按照安乐法则去行，才能如愿产生。而且，在因果律上，绝不可能从黑业产生一刹那的安乐，否则，因果律成了紊乱，诸佛所见也成了颠倒。

如是，不难体会当他们行到近前时，决定是失望的。“河”里没有一滴水，唯一漂着腐烂的人尸、马尸、犬尸等，非常臭秽，即所谓“尸粪”，这是一个有好多虫

子在里面蠕动的泥潭，所以叫做“泥”。而且，地狱罪人以业力的缘故，脚一踩就陷进去了，即是“沉陷”。一直没到头顶，即“充分受报”。泥潭里面有许多铁嘴的虫子，它们用针尖一样锐利的铁嘴从罪人的皮肤深刻进去，穿过了血肉，扯断了筋，一直刺到骨头里去吸食骨髓。可见，以嗔恚的业得不到精髓、有实义的法，反而是身体的一切精髓都要被吃尽。地狱的苦报昭示了业果的可畏。再说，当他被啃噬以后，很快又会恢复如初，再次受报。乃至这种业成熟时都会不断地重复受报，这叫做“重复性”。

总之，要观察到嗔恚的业决定变现出此等苦境、苦报：一是环境苦，尸粪泥中极其臭秽、肮脏、陷溺；二是从六根所受用境来说，气味极臭，触觉上污秽沾身，还要被诸虫的利嘴刺食。六根所受用的境界，以及意识的境界都是纯苦，而且是极度的苦；再者，从业的重复变现来看，由于业种子的功能还在，所以就要在无数年中不断地显现。

第三利刃原者，又有从彼狱得脱而游行至此，见有一个青绿可爱平原，行至彼处，一切地面皆生如青草般的热铁利锥，足行其上，左踏左穿，右踏右穿，起时即愈，落足又复割截如前，如是而受苦。



第三、利刃原。我们同样要了解到整个缘起的过程，要观察到是什么原因驱使他们出现幻觉，实际上又是什么现相，他们是如何完全陷入其中，感受怎样的苦相以及一次次的重复。诸如此类，要按照引导文精确认识到此等状况，继而发起胜解。之后观想：如果我有这种业，处在这种状况下，必定无法逃出利刃原的苦境，而且要成千上万次反复地受苦。可见心中的嗔恚业有多么可怕，它的变现功能正是这一切利刃原现相的根源。此中没有任何侥幸可得，乃至嗔业没有消尽之间都会不断地显现。这就是唯心变现的法则，我们必须以猛利的追悔来忏除这种业习，以猛利的立誓来截断它的相续。之后，对于一切陷在利刃原中的众生会发起悲心。诸如此类，经过这一段修习，我们将出现心上的转变。

思维利刃原的状况：此前被焚烧了一个中劫，想寻求一个安身之处，于是到处寻找。之后，以离苦得乐的欲出现幻觉：前面有宽阔的平原，青青绿绿，清凉可意。由此，生起一种欢喜心，往那边驰奔过去。现相如何呢？遍地都是燃烧的铁地，长着形状像草的尖锐刀锥。也就是说，由嗔业变不出丝毫的清凉、柔软等。如果到了天界，地是柔软的，触到青草会有乐受，这些都是善业所现。如果到了净土，会有更妙的无漏乐受，属于是殊胜的净业所现。可是，嗔业所现近边地狱的利刃原当中，地面上周遍是热铁利锥，没有一寸安乐的境相。此处“一

切地面皆生”，体现了因果法则的无欺。

之后再观察苦相：那些地狱有情落到利刀原以后无处可逃，他们的命运是在亿万年中连续不断地感受尖锥穿透脚部的苦。也就是，左脚踩下去，左脚被刺穿，右脚踩下去，右脚被刺穿，整个平原全是利刃，无处可逃。之后，他们还要万死万生，当脚抬起来的时候恢复如初，再落脚时又重新受此割截之苦。这就是业报的重复性，在同类的嗔业习气没有消失之间，如同一张张相似的受苦的胶片，放出的是一部部相似的受苦的影片。这种可怕的重复性其实是反映了业的增长律。

知道这种真实状况以后，我们就不难完全定解唯心变现的法则。同时会认识到，必须要忏除内心的嗔恚业习，并且发誓纵遇命难再也不起这类嗔心。唯有以此猛利道心，才可能截断嗔恚的业流。之后，会观察到一切众生竟然如此愚痴，由业果愚的支配，不断地造作嗔恚恶业，很多有情已经陷入利刀原的大苦中，还有无数的有情将会陷入其中，因此，我们要发起悲愿，要让一切有情即刻远离利刀原的苦处。

经过以上一番修习，自己的心就能发生很大转变。以前自心很僵硬，对因果律一点都不相信，根本不知道这些是在心上发生的事。现在开始信解因果，相信这一切苦相都是自心嗔恚利剑的反射，怨不得别人；又会成为一个理智者，知道怎样在缘起上破除过去嗔恚的业



习，以及如何防护，如何发起悲心。

通过以上修心，我们对于轮回确实不再抱有任何希愿，对于众生却充满了悲愿。如同普贤上师所示范般，我们也要观察到轮回中的确毫无实义，唯一需要发起悲心去救度众生。诸如此类，应当反复修习，发生心上的转变。

第四剑叶林者，又有从彼狱得脱见有一处可爱的园林，喜而驰往故，彼处何尝有一可爱园林，唯遇剑叶园林，铁树枝上生多利剑犹如树叶，风摇叶动，斫截其身，块块支离，而后复合如前，重受斫截之苦。

第四、思维剑叶林，也是要观察到缘起的真相。究竟是由什么原因现出此等境相，此中有情又是以什么欲驱使而出现错觉，又以黑业的力量出现怎样的现相，之后陷入怎样的苦中。而且，唯识变现是相续不断的，不可能另有乐境现前。

由于在前面的地狱中已经遭受长时的焚烧之苦，这些有情特别盼望有一种微风吹拂，或者在树荫下歇息等的清凉乐受。他们从前一处地狱脱出后，以离苦得乐的欲，幻觉中会见到有一处郁郁葱葱、微风拂面的可爱园林。于是此等有情发生很大的欢喜心，往那边奔驰而去。

“彼处何尝有一可爱园林”，可是，到了那里以后，

以嗔恚业的力量，根本不见可爱的园林。“唯遇剑叶园林”，是指从嗔恚业习的胶片所放映出来的唯一是剑叶园林，一棵棵铁树的枝上生有许多状如叶子般的利剑。此处哪里会有微风拂身的乐受，或者树下休歇的安闲呢？紧接着，业力就自动变现出一阵阵风，吹得树枝摇动，无数利剑在空中飞舞，从各个方向斫截罪人的身体。之后，如同被斧头劈开或者拦腰腰斩般，地狱罪人则是被切成了许多片。随后，以业报未尽的缘故，自然又恢复成一个完整的身躯，重受斫截之苦。如是一遍又一遍地上演恐怖片，在业的功能没有消除之间，在百千万亿年中不断地重复这种苦的境相，犹如恶梦的习气没有消除，就会不断地出现恶梦。

也就是说，自他有情的嗔恚业习即是心中的剑叶林，一旦成熟到了果位识，如同胶片全数被放入放映机，在因缘集聚时接连不断地上演这些的影片，而绝不会演出其他。所以，“何尝”、“唯遇”，都是指业变现的决定定律：黑业不会变出丝毫乐受，以嗔恚业只会出现剑叶林地狱等的无数恐怖相。而且，以业的放大律，在果位识顿然就现出极其广大的恐怖现相。现相是唯一的，定律是不变的，这就是“天理”。一直到恶梦般的业因消尽，才会从这种苦相中脱出。

由此可知，我们一定要在心上去除嗔恚的习性，并且发愿以后宁死也不造嗔恚业，不使自己洁白的心地染



上黑业的习性，不能去放纵自己。毁灭自己的是心中的嗔，这是最危险的烦恼敌人。然而，众生由于放纵私欲的缘故，与人竞争斗争等时会发生很多嗔恚业。他们已经建立了嗔恚的习气，或者正在建立嗔恚的习气，或者将要建立嗔恚的习气，由业无欺的法则，他们已生、正生或者将生于剑叶林中受苦。面对无量无数的这些父母有情，我要发起悲愿：愿这一切有情，心前剑叶林的苦相顿时消失，出现净土妙相！愿他们都能脱出业习气的困扰，到达大乐之地。如是再再祈愿。

通过思维剑叶林地狱，心中就会认识到一定有这样的地狱，因为唯心变现的法则不会变，天理昭然。当内心处在嗔恚利剑般的状况中时，现前就有身受割截的相似感。之后，在业识成熟时，就会顿时陷入这样的苦境，先是无间地狱的苦，再到眷属近边地狱里重复受罚。可见，一个人如果违逆天理，违逆法界的正道来造业，所受的惩罚简直太厉害了，而且一点一滴都逃不过去。其实，如果不是这样受惩罚，人的邪心还会不断地发展、放肆而为。因此，人们只有一条自救的路——依正法而行，唯一要删除所有私欲的狂乱妄为，之后才能进入安乐之道。我们应当从中得到觉悟。

此外铁刺林是诸违犯净戒、失坏律仪或梵行者，及诸欲邪行者所生之处。以业力故至于可怖铁刺林前，见山

顶上有喜爱自己的情人在唤着自己，遂趋登彼处，途中铁树所生的诸叶皆现向下而刺截其身。达山巅时，由铁乌、铁鸢等啄食其脑及眼内脂肪。又见山脚下在唤着自己，如前趋往，所有树叶又皆显现向上而洞穿胸背。至山脚下时，可畏的铁男或铁女紧抱其身，咬头入口、嚼食其脑而从脸的两腮流溢白汁等，受苦无量。

此外的铁刺林是破戒者、邪淫者等罪人的所生处所。业的胶片藏在八识田里，到了放映之时，就会以缘起的势力，一层一层地开演或者推进，这叫“增上之力”。这种力量自然把罪人的心识推到非常恐怖的铁刺林的境相前。也就是说，当因缘成熟时，果位识就开始放映恐怖片，一幕一幕地连续播出。由于胶片太稠密、太相似、数量极多，果位心识上就会错觉为真的有一片铁刺林，自己真的正在一步一步往那边走，似乎一切全是真的。

这种唯识变现的状况来自淫欲的习气，它自然会变现出一个喜爱自己的人，非常有魅力地在呼唤着自己。当这种境相出现时，造作等流就随之而起，于是一定要去找对方。而且，过去有邪淫、破人婚姻等的罪业，这一次就会演出处处坎坷的爱情之剧：所有树上的叶子都显现成锐利的铁刺，自然朝向下方穿入自身，所以，一路上都是被锐利的铁刺刺穿身体。到了山顶，哪里有



曾经喜爱自己的情人？只有铁鸟、铁鹫等飞过来啄食自己的脑部，它们啄掉眼睛，再吃眼里的脂肪。由于因位的邪淫心不正、眼不正，自然果位识就会受到这种惩罚。心识变现律总是这样调转过来使自己受报。过去动了邪念，此时就要被吃掉脑袋；过去眼见邪色，寻求不正的性伴侣，此时就要被啄掉眼睛。

这一段虽然没有明显说，实际也蕴含了“何尝”、“唯一”四字的涵义。哪有所谓的情人，都是淫业变出来让人领受惩罚的。当初使别人的家庭出现种种不幸遭遇，这一次则是在自身上显现格外坎坷的爱情之路：一路荆棘，处处刺向自己，所有境界没有丝毫可意、顺利、安乐之处。由邪淫业习所熏建的识唯一变现苦境，绝不可能出现丝毫安乐的境，这是因果无欺的法则。

再者，到达“情人”处才发现只是自己的幻觉，根本没有情人，而只有受到鸟鹫啄食头部和眼睛的苦。真是天理可畏，黑白分明，其实，这一切也并没有识外的境。罪业习气到了成熟位，只会铺天盖地地上演一部部恐怖片，只会同类相应地领受天理的惩罚。

再者，更可怕的是业报的重复性。当罪人到达山顶，又听到情人在山下呼唤自己，于是奋不顾身地又去追求。然后，在这条爱情之路上，仍然处处遭遇荆棘刺身。到了山下又有铁男铁女拥抱，啃嚼脑袋，白汗从它们的嘴角流出，沿着两腮流下。罪人就在这种情形下反复受

苦。

要知道，这一切都是错觉为因，错觉为果，可见错觉有多么可怕。起初，犹如患上精神病，每次错乱都要发作无数次，同样，一旦染上淫欲的习气，就会数数出现幻觉，会为着私我去寻求欲乐，不顾一切。比如，看多了现代的爱情片，染上了这种业习，而且长期以来都洗不掉，就会常常出现同类的等流习性。由于不畏因果，不畏天理，一定要寻求到可意的境来得到淫欲之乐。结果，以这种心理驱使，一直到地狱里还是这种等流，哪怕被削掉了脑袋，啄掉了眼睛，幻觉里还是山下的情人在唤，自己还是疯狂地去追求。这样的心、欲、苦会重复无数次，体现了种子成熟起现行的道理。

其实，这一切都源于不正确的观念。之后生起欲求，造下非福业，心上就熏入了这些业习。一旦到了成熟位，就唯一是以这种业习的势力，放映出各种错觉的相。以其业习违背天理的缘故，所放映的一切连一微尘、一刹那许的安乐境界都不会有，而且，变现出来的全是与因同类的境界。由此，我们要明确一切都是唯识变现的道理。

思考题

- 1、什么是“近边地狱”？它位于哪里？近边地狱与八热地狱是什么关系？
- 2、对于煆煆坑、尸粪泥、利刃原、剑叶林、铁刺林这五种近边地狱，分别思维：
 - (1) 有情离开无间地狱以后，以什么欲驱使，出现怎样的错觉？
 - (2) 此地狱的苦相如何？重复的情形如何？
 - (3) 从唯心变现的法则思维：为什么此地狱的苦相是无欺的事实？



为什么会出现八热地狱的一切呢？关键是要认识唯识变现的定律。造下嗔恚业，第二刹那在识中熏染习气，此识即是“因位识”。当它受滋润而成熟为果位识，就会开始放映业的影片了。唯一由自己的识变现，叫做“唯识所现”。由业的势力所支配，叫“业决定”。最初出现地狱有情身心和合的状态，叫“名色”。六根出现，即是“六处”。出现根境识三者和合而分别的状况，叫做“触”，即是境界受用。由于极不可意而发生苦受，即是异熟受用。识的变现在不断地重复，其中所经历的刹那数即是寿量。

由嗔恚业所熏染的识，唯一只现火焰炽盛等，由损害他者的缘起，唯一出现被惩罚，这些都是因果的同类相应性，如同做梦是以识变现一切。此时，也是犹如梦到非常恐怖的地方，出现惩罚的狱卒、受刑的场面等。又好像在人间，可以变现出广大的虚空界，地球、日月、其他天体等，以及很多人共处的社会环境，一切共同方面都是同分妄见。再者，由于是同一个法界的变现规则，法界是不二的，它能无碍地作安排，比如在等活地狱，无数个业识可以安排在一起各各受报，这也是法界定律的不可思议之处。有了这些认识，就能从深层了解唯心变现的法则。以下举例说明：

思维大号叫地狱，缘起是怎样把罪人推进去，其中，唯识是怎样显现器界、苦具、苦相、寿量等相。嗔恚的



业唯一现出炽盛的火焰界。当时，还人以自己的心现出很多狱卒，就如同梦中现出恐怖境相般。或许有人会想：唯一是自心，怎么还有施行惩罚的狱卒呢？其实这就如同梦中会出现很多人，或者如同演电影一样，自身造下恶业，到了成熟位就会出现各种乱相，出现许多可怕的狱卒，把地狱有情赶进双重铁室中。

由于业力比号叫地狱更深重，所受惩罚的量也就更大。这时候，识自然变出两重铁室，进去就被猛烈地击打，使地狱有情处在极度绝望当中。同时，自身也会感觉到：业一旦变出果报，就不会很快消失。而且，业力表现得变本加厉，在铁室中被封锁的状况是，有两重门，全部由熔化的铁水做了浇铸。也就是说，即使侥幸从里门解脱，也没办法从外门解脱，为此，只有更加剧烈地号叫。

他们的寿量是大号叫地狱的八千年。这到底是怎样一个概念呢？人间八百年是化乐天的一天，相当于从宋朝到今天所经过的漫长岁月，可是，化乐天才过了一天。这样的三百六十倍再乘以八千，大约三百万倍，才是化乐天的一生，也是大号叫地狱的一天。这个数量再乘以三百六十倍，再乘以八千，约是三百万倍，才是大号叫地狱的寿量。也就是说，在化乐天一个天人的寿量结束以后，还要有三百多万次在化乐天的转生。或者说，是在人间的六千多万亿年的漫长时间中，一直被困锁在双

重铁室里面。业力感果的相续是这样漫长，而且完全是事实，就叫做“业的增长广大定律”。

又比如思维烧热地狱也是同样：按照佛语和祖师引导等，真正进入观修就不难了知，业力自然会这样变现。以更重的嗔恚业会出现炽热熔化的烱铜水、三千大千世界一样大的铁器，放出来的是场面非常惨烈、情节非常恐怖影片，无数地狱有情都在其中煎熬受苦。也就是说，唯识变现的时候自然如同放电影，一段一段都会出现。如果不相信，我们可以去观察梦境，一般白天造恶，晚上做梦的时候就会出现很多恐怖境相，比如，一大群狗在扑咬自己等等，这些都是会一幕一幕变现的。只不过到了地狱，业变现得更加广大、周遍、恐怖：被放到烱铜水里煮，锅中沸腾翻涌，每当浮到液面的时候，就会有狱卒用钩子勾起来，用铁锤猛击头部，于是，罪人顿然失去知觉。此时虽然是苦，但没有领受的缘故，罪人视此为乐，此外都是极苦的状况。

这种业力的胶片要放映多长时间呢？人间一千六百年，相当于中国晋朝到现在为止的时间，人世间已经过了几十代的人，而他化天才过了一天。如此漫长岁月的三百六十倍再乘以一万六千，才是烧热地狱的一天。而这样的时间又要经过三百六十倍乘以一万六千，超过百万倍的量，才是烧热地狱的寿量。对此，我们可以发现它有多可怕，业果的增长放大率太大了，远远超过外



在植物的增长率。

而且，识所变现出来的都是同类的相。比如，在众合地狱里，自然都显现为原来杀过的獐鹿、山羊等。也就是说，山谷旁边的山峰都呈现出那些被杀旁生的相，它们头顶上自然冒火，都是红红的、炽热的火。地狱有情就处在这种由嗔恚业自然放映出来的恐怖片中领受惩罚。两山自然显现出所杀动物的角和角相抵，中间有个空间，无数的有情被驱赶进去。随后两山相撞，有情被严重压挤，于是，从他们的眼、口等一切门中涌出鲜血，之后两山分开，又压挤，如是重复千万次。

往昔造下的黑业违背良心、天理，自身又不曾忏悔，恶业就会一直积压于阿赖耶识中。如果及早忏悔，也许还能很快转化。相反，如果自心一直违逆，或者只要有一种烦恼藏在心里、有一种罪恶藏在心里，不肯发露、不肯忏悔，到时就必定遭受惩罚。即使处在因位，也必定不断地受到良心的谴责，更何况这种情形自然会重复一百次、一千次等。因此，我们应该敏感到要及时忏悔，否则一旦堕到地狱当中，这一切还会不断地恶化。因为是违逆，所以成熟时也会不顺；因为是伤天害理，所以一定会受到惩罚，而且是在漫长的时间当中一次又一次地受报。只要是尚未袒露，恶业就会如同不见阳光的食物，时时都在腐化。

唯识的变现极其可怕。嗔业所感的地面全都是炎烧

的热铁，不仅如此，地狱中的锯子也带着火焰，铁锤也带着火焰，三尖鼎也带着火焰，铁室也都是炽然的。也就是说，嗔恚业熏进去了以后，果位识自然出现同类的相。所以，三界犹如幻化，只有自己的识在不断地变现，而且毫无错乱。最可怕的是嗔恚的业识，到了成熟位就会变现出极其恐怖以及相当漫长的境界。那时，已经被业自在而转的身心没办法逃脱，只有在地狱中万死万生，不断地重复。

要知道，最大的恐怖片就是恶业所熏、心识所变的境界，没有比它更厉害的了。地狱的那种深度、广度、相续的漫长度，都是恶业习气所变现，它比一般的恐怖片不知道强化了多少倍，那才是真正的惊心动魄，真正的大恶病，而且一旦现出来就是铺天盖地的。因为没有识之外的东西，当识被熏上嗔恚以后，它所变现出来的就只有恐怖相遍满一切处。无论如何，唯一自己的识是作者，唯一业是变现者，一切全是业识的上演。其中，恶业的作品最大、最恐怖，它为我们昭示着天理可畏、因果律可畏，让我们了知法界定律的威严。

人们都会说“唯识、唯心”，说当下的心即地狱，心外没有地狱等，但人们往往都是以理废事。事实上是，从八大地狱开始，所谈到的地狱里的环境、苦具、苦相、寿量等，所有这一切都是唯识所现。我们不能离开这些去谈唯识，而恰恰要从这些相中去认识到：每一处、每



一个细节、每一种相都是唯识的反映，都是在显示昭然的天理。结合事相去认识理，就不难了知这一切都是识所变现，没有比这一点更无欺的了。

也就是说，起嗔造业就如同服食剧毒，而且是比服毒还要愚痴百千万倍。人们应当知道：最大的元凶就是心中的业果愚。忏悔时，要想发起猛利的追悔心，也是先要对业果产生胜解才行；进一步立下猛利的誓愿来截断恶业相续，也是基于这种胜解；再者，推己及人，对一切众生发起悲心，也是先要对业果产生真实的认识与胜解，之后才能油然而发起悲心，并逐渐增长到猛利的程度。

八热地狱和近边地狱相比，苦难更加深重。我们要敏锐地觉察到，在近边地狱还能有一些身体的活动，而在八热地狱里面，深重的业力惩罚导致有情几乎没有自身的活动，非常可怜。

诸如此类，我们一分一分地去认识地狱的苦相，就容易逐渐相信而生起定解，从而对于生死界的观感完全不同。逐渐思维下去，会觉得轮回太恶心了，一想到就要呕吐，不愿在里面待，想早点脱离，如是容易生起决定的出离之心。或者希求：今生最好马上生到净土，脱离苦海。或者对有情的愿望是一切父母有情立即从苦海界中解脱。这类心会相应地生起，自身的观念会通过以上的观修发生转变。

观修总要

此处，总的引导包括三个方面：

- 一、修的前提；
- 二、正修的要点；
- 三、兼带修忏悔和悲心。

一、修的前提

如是八热地狱、十六增、铁刺林等眷属地狱，彼等之苦由自己善观察后，去寂静处闭目，如现量正生于彼地狱中般而修习。

首先，修的前提要具有到量的闻思。也就是以上说到了八大地狱及其眷属——十六增地狱、铁刺林地狱等，对于其中的苦我们要善加观察，这是指闻思的量。

所谓的“善”，是要按照教、按照理，清晰明白地了达地狱总的苦相、差别的苦相。比如，按照教典，思维热地狱等的总苦相，包括环境如何、苦状如何；思维等活到无间之间每一类地狱是怎样的差别苦相。在理上，要由业感缘起或阿赖耶缘起决定地认识到：这就是由业果律支配的无欺事实。

观察地狱苦又有略和广两类。略者即是按照本引导



文，首先听闻了解，然后思维确认，从而具体地认识到各类地狱苦的因缘、如何随着业力而变现有情的苦处，以及如何出现境界、根身等的境界受用、异熟受用，当时环境如何、苦具如何、苦受如何、苦相如何、寿量如何等，以及有情当时的欲、他的绝望、他的造作等流、领受等流等等。诸如此类，这些实际都是贯穿着缘起理的无欺显现，需要通过思维来决定。所谓广的闻思，要按照各大引导文所指示的，数数阅读《正法念处经》，并对所阅处如理思维。

一方面自心能清晰记忆其中的内容、理路；另一方面，对这些产生了定解，确认不疑，如是在已经具足闻思、取得胜解后，就要进入正式的观行。观行的要求是去寂静处，然后闭上眼睛，如同正现量生在地狱般来修习。

“去寂静处”，又有外寂静、内寂静两方面，目的是使心极其清明，并渐次趣入观修。如《入行论》所说：“若心散乱修，佛说无义利。”意为以散乱心修行的义利极小。所谓“外寂静”，是指离开网络、杂乱的人群、话语等等的染污缘。“内寂静”，是远离昏沉、掉举等违品的状况。也就是说，要想使观修契入，除了当前的所缘之外，在其他善、不善、无记三类等方面都不能散乱；而且，在观修所缘时需要断除昏沉、掉举等，由此，心才能极为清明地依序修习。

具足以上因缘，就可以趣入观修。依照次第，首先是观修八热地狱的总苦相、差别苦相。其中，对于差别苦相又要依照每一段引导来使心现量亲临般趣入观修。当那种恐怖和苦的显现如现量亲受般在心中出现时，自然会有非常真切的感受、体认，由此转变自心，就要开始对自他有情的前程作数数思维。思维时又有两方面的内容：一方面要生起共下士道的意乐和加行，另一方面要配合忏悔以及大乘的修悲。其中，又是以前者——趣入共下士道作为基础。

二、正修的要点

当恐怖及苦的显现如现量一样生起时，心作是念：

“哦！这次我并未生于彼处，然而彼之苦仅仅心上取，也有如此的恐怖及苦。现在已生彼处的有情不可胜数，而彼等一切又都唯是自己前世的父母，此生的父母及亲人、朋友等诸多死后，也难保不生彼处，而生彼处的主要因即是嗔恚之业，我们又是在此生及余生中积过不可计数的嗔恚烦恼之业，因而余生决定将生在彼等地狱之中。是故，这次在已得暇满人身、遇见具德上师，并听闻了甚深教授、有修证佛果位的此时，对于今后永不生彼诸恶趣之处的方便需要精勤。”如是数数思维。



首先要了解，在何种情形发生之后，才会对自他的前途进行考虑。其实就是，那些地狱所描述的恐怖和苦的显现如现量亲受般在心中出现，这时才会有后来一系列的心理活动。

当那些地狱境相在心中出现的时候，就应当开始思维：“哦！”藏文即“噶类”，是表示一种考虑的状态。怎样考虑呢？要广大地考虑到自己现前的状况、未来的状况，以及一切父母有情现前的状况、未来的状况。如何决定是否生地狱呢？唯一是由业因来决定的。由此考察可知，这是非常不妙的事。

我们要依照理路而考虑：这次我获得了人身，生在地球上，没有生在可怕的地狱之处，但是，那些苦仅仅在心上缘取，竟也有这样的恐怖和苦。而且，现在生到那里的有情无量无数，不可说不可说，数目难以表达。如经中所说：得人身者如爪上土，失人身者如大地土。在失人身的恶趣众生中，地狱有情是最多的，与饿鬼相比，多了无数倍。比如说，生在热地狱等中的有情不计其数，那他们跟自己无关吗？他们都正是自己前世的父母，有生我、养我的大恩德。这是观察已经生在地狱的有情的状况。

还要观察到，自己这一生的父母，以及父亲、母亲各方的亲戚，比如伯父、阿姨以及朋友，包括同学、同事、道友、邻居等，他们好多人都已经死了，也难保不

生地狱，因为生前所造的黑业很严重，根本没有不生彼处的断定。生到彼处的因，主要是嗔恚的业，也就是在十黑业当中的三种意业之一。

又要考虑到，我们这些人在今生，以及今生以外的过去无量生中，积集过不可计数的嗔恚烦恼所起的意恶业。如果没有忏悔清净，这些业当然就会成熟果报，逐个观察下来，基本都是地狱报。由此可以决定，在这一生死亡以后，后世决定会生在那些地狱当中。

因此，这时候就会有迫切想要修行下士以上正道的欲，如果此生不能脱出，后果将非常可怕。今生已经获得暇满人身，便于修法，也遇见了具德上师，有殊胜的增上缘，又听闻了甚深教授，知道出苦的道，如是处在有修无上佛果因缘的时期，目前下手的第一步，就是取得下士道以上的成果。也就是，目前不必谈其他，最重要的是在不生恶趣的方便上精进努力。如是反复思维。

到此为止，关键要取得共下士道的意乐和加行。所谓“意乐”，是已经知道恶趣苦极其难忍、极其可怕，因此，自己有迫切想脱离恶趣的欲乐。以这种迫切心推动，自己会再再地思维：当前最大的重点是，我要寻找不生恶趣的方便或者正道；找到以后，我要昼夜不断地勤修。

不生恶趣的方便，包括修金刚萨埵等的忏悔法，在思维业果、归依三宝等的基础上具足四力，念修金刚萨



墮咒等，或者修更高的空性法門，以及求生淨土、修往生法等等，在這些方面需要非常努力。如是在數數思維決定之後，真正發起精進。

以上在伴隨著正式修習八熱等地獄苦的同時，心會生起感受。也就是所描述的那些恐怖、苦的境相，猶如現量親臨般會現在心前，這就是有很大的濃度、有非常真實的感受。如此一來，當然就害怕，之後，跟過去悠悠蕩蕩、若無其事時而又狂亂胡為的心態就完全不一樣。比如，阿難尊者的兩個外甥起初耽著世間的五欲，懶散放逸，後來現量見到地獄的狀況，心完全被恐懼攫奪，他們才開始一心精進，想要脫離那種大苦。如是當害怕的心生起以後，心的觀念就能轉變，當然不會再去尋求今生的五欲，也不是尋求來世的五欲，而是要解決當前最大的問題，要脫離惡趣。脫離惡趣也並不是口頭說說，而是要在能脫離的方便上精進。因為因緣具足才能脫離，沒具足就不能脫離。如此一來，當前第一步就是要保住善趣身，得到下士以上的成就。應當思維：我當前的第一步不在別處，是要晝夜不斷地精進於不生惡趣的方便。

如此通過數數思維來觀察緣起，我們的心就能轉變，包括轉變對於前途的考慮，以及認識到目前的重點。此後，就能決定修行的方向，就會發起包括自他兩分的立願與修習。自己方面，要以懺悔來破除恶業的現行以

及相续，由此脱出恶趣。对于其他的父母有情，观察到他们正陷在地狱中，自然要修习悲心。也就是说，所谓“自”，是在自身上考虑，所谓“他”，是为一切父母有情考虑，这些都会相应地出现。

三、兼带修忏悔和悲心

对往昔所造的诸恶业，由猛利追悔而忏，并且心作是念：“今后对生彼地狱之处的业，纵遇命难我也宁死不造！”修如此猛利之誓愿。

在自身上当然应修忏悔。在四力当中，最关键要具足两种：一种是破坏现行力，一种是遮止现行力。前者是用猛利追悔来破除罪业的现行，后者是用猛利立誓来截断罪业的相续，总的就是这两个要点。

我们过去造过很多嗔恚等的恶业，现在先要思维业果，感觉到自己像吃了剧毒一样非常愚痴。随后要生起追悔心，而且是达到猛利的程度。之所以要达到猛利，是因为反面的恶业习气长期串习，势力雄厚，只有生起猛利的追悔心，才能够有力地破除其现行。或者说，为了断除恶业增长，需要在缘起上出现相反的状况，即猛利追悔，这是它的要点。

再从未来的方向上观察，一定要有猛利的立誓，才



能截断相续，否则自心总是狂妄、混乱而不知畏惧。因此，我们要思维：“从今往后，对于转生地狱的业，纵然遇到刀架在脖子上的命难，我也宁死不造！”在死和造恶之间，宁可选择死，因为死只是结束一世的生命，而造恶却导致长劫在恶趣中受苦。如是以一种很坚决的心，立猛利的誓愿，跟罪业一刀两断，才能有力量管住自己，由此达成断恶相续的目的。

以上是在自分上修地狱苦而相应出现忏悔的修行。接下来，由于本引导在一开始就关联着大乘的修法，因此需要脱离私欲。思维苦作为大出离心修法的一部分，紧接着就要修习大悲。

对于现今已生彼处的诸有情众修猛利之悲心，心作是念：“愿彼等一切恶趣有情现在即刻就从恶趣之处解脱！”如是祈愿等。

对于现在正处在地狱的无量无数诸有情，应当修习猛利的悲心，犹如母亲不忍独子陷在苦海中那样。随后应修祈愿。悲以拔苦为相，我们要祈愿这一切恶趣有情，现在即刻就从恶趣中解脱，是如此迫切的悲。

悲的行相有三分，也就是要考虑到：我怎样才能使这一切苦有情脱苦；愿其离苦；我当令其离苦。此悲心行相的广大、迫切、猛利程度是：普遍观照尽法界量的

所有恶趣有情，愿彼等不隔第二秒，即刻从恶趣中全部解脱。诸如此类，应当不断地去修愿，即“祈愿”。

具足加行、正行、结行三分而修持。

对于以上修的内涵，应具足加行、正行、结行三个部分来修持。

思考题

- 1、什么是唯识变现的定律？结合众合地狱、大号叫地狱、烧热地狱为例来说明。
- 2、总的观修热地狱及其眷属地狱方面：
 - (1) 正式观修之前，闻思要达到怎样的量？
 - (2) 正式观修时该怎样修？
 - (3) 在发生何种情形后，可以开始对前途的考虑？
 - (4) 如何考虑自身的前途？详细阐述思维的理路。
 - (5) 观修后，相应自分应如何修忏悔？相应他分应如何修悲心？



己二、思维八寒地狱苦相分三：

一、思维总苦相；

二、思维别苦相；

三、总结修要。

思维八寒地狱的苦，要具体按照引导文和佛语，了解到这是事实。同时，还需要具体化地从共同和差别两个方面来认识。

庚一、思维总苦相

第二八寒地狱者，共同而言，一切地基及周围处所皆处在雪山、寒冰之中，唯由风雪弥漫遮盖之处。

八寒地狱的总苦相，表现为器界是连绵不断的大雪山，地面全是寒冰冻结这样一种非常恐怖、不悦意的地方。这种状况昼夜不断，没有一时不刮风、不下雪，总是处在风雪弥漫的覆盖当中。而且，罪人赤身裸露地感受着寒苦。从疱地狱到裂如大红莲地狱，总的全是这种状况。

庚二、思维别苦相分二：

一、思维八寒地狱差别苦相；

二、思维八寒地狱差别寿量。

辛一、思维八寒地狱差别苦相

彼中裸体由寒触逼身故，身上忽而生出诸疱故，为具疱者；

当时由业识现出裸体的相，身上没有一片衣服，全身一切处都要遭受寒苦的逼迫。又以黑业的轻重程度，现出从轻到重的苦相。寒地狱中，第一层是寒疱地狱。也就是当时会现出寒疱地狱的名色、六入，之后，裸露的身体就处在周围全是雪山、寒冰的境地，虚空中风雪弥漫，完全见不到阳光。由业变出来的身体皮肤非常薄弱娇嫩，犹如初生婴儿或者疮疡溃破后新长出的外皮肤般，寒风吹来立刻起疱，结果全身都起满了疱，这就叫做“寒疱地狱”。

彼等疱破裂后成疮之故，疱裂；

黑业更重的有情就会出现更重的苦相。处在冰雪严寒之地，风雪弥漫、寒触逼身，身上顿时出疱以后，很快就破裂。破裂以后，有很多利嘴的小虫在身上咬噬。如是出现全身疱裂成疮的苦相，非常难受，这叫做“疱



裂地狱”。

不堪忍受寒痛而上下齿打战故，牙啾啾巴；

更重的苦相是，已经没办法忍受寒痛之苦，以至于牙齿不断地打战，这叫做“牙啾啾巴地狱”，以牙齿打战的相来表述其苦。如同人们裸体待在寒冷的环境里，马上身体就会抖，牙齿会不断地打战。

悲号而持续不断叫苦故，阿切切；

由更重的业力出现比以上更重的苦相，不仅仅是牙齿上下打战，还有进一步持续不断的哀号，即不断地出现“阿切切”的叫苦声，叫一叫才好受一点。

声调断故长叹则呼呼叫，呼呼而叫；

上一处地狱的苦相是一直不断地发出“阿切切”的叫声。而此处苦报更重，严重的寒苦把身体精力全都耗尽，罪人就像临终的病人一样，口里发不出明显的声音，叫不出“阿切切”的声调，要很用力才有“呼—呼—呼—”的叫声，苦受深重，似乎叫出来才好受一点。

外皮尽成青色而裂为四分故，裂如青莲；

冰冷的恶业如果更深，就会出现程度更重的裂如青莲地狱。这时，不光是发出惨烈的长叹声，就连身体的外皮也都顿时冻成青色，皮肤分裂为四部分，这叫做“裂如青莲地狱”。“青”，表示冻成青色，“裂”，是身体开始分裂，总的裂开成了四分。

内肉红色显露，也由寒冻而裂为八分故，裂如红莲；

黑业更深，变现的剧烈程度就更重了，出现的寒苦相更加可怕。不但外皮变成青色而裂开，里面红色的肉也露出来了。而且，这红色的肉由寒冻的力量顿时分裂成八分，所以叫做“裂如红莲地狱”，情况更为惨烈。“红”，表示红色的肉露出来了，“裂”，表示更多地裂成了八分。

进而较彼更成红黑而裂为十六、三十二等，乃至无数分故，裂如大红莲。

黑业如果更重，反应出来的苦相也就更大。好比病毒已经严重入身，由此因缘出现的苦会非常剧烈，苦状简直不得了，甚至器官都腐烂，这些当然都是缘起的相。



而寒地狱的缘起属于内缘起,是由业变现的。也就是说,因位造下恶业,第二刹那就在阿赖耶识田中熏建了业习气。由于当时造业的境、意乐、加行、究竟等各方面和合的状况严重,导致业势力就很深重。比如,暗杀一位大德的业相当厉害、相当深重,由于当时的心是阴冷的,所以被判入果报更严重的寒地狱,自然现出这种苦相。

缘起的力量太强大了,所以当它突然出现并且非常剧烈地进展时,不但冻破了外皮、露出了内肉,而且,红色的内肉顿时变成红黑色,寒苦的程度更深更重。然后,红黑色的肉裂开成十六分、三十二分、六十四分,乃至无量无数分。这就是最重的裂如大红莲地狱的苦相。“大红莲”,是表示红的程度已经转黑,再者,裂开的数量也變得更多,这都是它自然如此的变现律。

要知道,唯识的变现并不是一句空理。比如,过去造的业不善妙,转生在西伯利亚,那种寒苦的相是非常具体的。凛冽的寒风刮在身上如同刀刮,手一伸出去马上就冻裂,很快裂得越来越厉害。诸如此类,都表示因果定律丝毫不爽,而且一一都会相应变现,由此我们应当知道因果律的可畏。

如是所分裂之疮中, 诸多利嘴铁虫钻入后啮食而受寒痛之苦。

以上从疮裂地狱乃至裂如大红莲地狱，不但身上出现种种破坏的相，而且在裂开的疮当中，以业力自然变现出很多有锐利铁嘴的虫子，钻到里面不断地咬食，所以其实非常苦。“铁”，是一种坚固的相。过去造业的心非常僵硬、不柔软，结果它就变现出铁的相。再说，所造的业非常厉害，感受果报时就出现“利嘴”的相。再说，是一种损害、破坏的业，所以感受果报时会反过来被咬食。

也就是说，全身的疮裂开了以后，到处都是利嘴的虫子在咬，并嚼食里面的精髓等。这些地狱的众生不断地感受被咬食的大苦，无法忍受。

由此八种不同苦相而立八种名称，称为八寒地狱。

由恶业的不同程度而出现如此八种不同的苦相。根据相应的苦相，佛在经中给它们取名为“疮地狱”、“疮裂地狱”乃至“裂如大红莲地狱”。这每一者都是名实相符，而不是某个恐怖幻想家凭空想像出来的事情，毕竟那些幻想出来的并不可畏。对于这本来事实，我们必须去重视，因为它离我们很近。也就是由于我执，我们很容易出现冰冷的、冷漠的、损害性的心，而它就是寒地狱的因。

当业习气成熟时，会变现出此等苦相，苦相大类有



八，而且都是根据不同苦相立出相应的名字，这些全部都是事实。想到这些，就应当震动我们的心，因为这世上的确有八个寒地狱名字所昭示的大苦相。从此，我们不要忘记，八寒地狱是非常可怕的事实，这是无数众生正堕入以及将要堕入的苦境，这是必须尽快消除的苦患。

辛二、思维八寒地狱差别寿量

彼等寿量者，以萨罗城斛量二百倍为容量之槽满储胡麻，每百年从中取出一粒，胡麻尽时，即寒疱狱之寿量。

当业变现的时候，它的放大率是因的许多倍，因此，八寒地狱的寿量非常漫长。如譬喻所说，植物的种子很小，长出的果实却非常多，而且年年不断，这就是因果大的定律。同样的道理，我们的内心一旦熏建了地狱的业习气，当它变现果的时候，相续也会极长，这是定律。业一旦发展到果位，感受果报的时间非常漫长，这不是哪个人去决定的，而是本来就如此。由此，我们应当知道为什么要在心上善加防护，避免妄起我执，以贪嗔等的烦恼造下罪业。这是唯一要防护的地方，也是最危险的地方，三恶趣都是由此出现。相信这一点，才会懂得为什么人必须守律仪，为什么处处都要按照因果

律、按照天理来做，不能够违越。

八寒地狱的寿量实在也很难计算。过去没有计算机，如果一个数字的位数太多，就不容易表示，只有用譬喻来说。比如，劫的时间有多长？是长寿天每一百年拂一次巨石，直至拂尽，只能用这类的譬喻。与此相仿，八寒地狱的寿量极其漫长，也是用譬喻表示：过去有一个萨罗城，城中有一种称量的容器叫“斛”，相当于一百升，一百升乘以两百倍就是两万升。这么大的一个槽，里面装满了细小的胡麻（即芝麻）。每一百年从中取出一粒，等到所有的胡麻都取尽以后，寒疱地狱的寿量才穷尽。

比如一块煤被点燃后立即冒出火焰般，罪人进入地狱就开始受报。又比如这一块煤逐渐全部烧完般，地狱罪人受报的相续也渐次消尽。同样，当业的胶片开始放电影，也就到了果位识变现的阶段。先前造的是恶业，这时就变现出苦的境界；造的是善业，就变现乐的境界，这叫做“因果律”。如同燃烧的煤块有一个相续的长度或者刹那数，即是它的“寿量”；同样，一经造下堕地狱的黑业，受报的寿量将非常漫长。即使是寒地狱中受苦最轻的疱地狱寿量，也都根本见不到边际。以一个人能活一百年来计算，他的一生过后才能取一粒芝麻，然而，两万升的斛里面充满了芝麻。一升有多少粒芝麻？取尽一升芝麻需要多少个世纪？以此数目还要乘以两



万倍，所得出的寿量是不得了的。我们从中应当认识到因小果大，少许黑业放大的果报都是非常可怕的。

诸余地狱依次较前增二十倍，寿量愈长苦受愈重，即寒疱狱寿量二十倍为疱裂狱寿量，其寿量二十倍为牙啍啍巴狱寿量，如此等类推而算。

其余地狱的寿量还要在此数目的基础上递增，也就是二十倍、二十倍地递增。比如，疱裂地狱的寿量是疱地狱的二十倍，而且，所受的苦也会加剧，不仅仅是全身长疱，此地狱中疱都裂开，全身长满了疮，还有好多虫子在里面咬，咬得剧痛彻心。比起前前地狱，其余地狱所受的苦更加剧烈，受苦的时间更长，所患的业的恶病也更大了。

要知道，业是有病的。比如我们过去也造过恶业，堕过恶趣，刚出来的时候还是会很颠倒，各种心态都不正常；在这一生做人也都有等流果，身体不舒服，心绪经常不对，很多心理习惯以及各种感受也不正常，但这些都算是很轻微的。如果想要恢复正常，就必须在因果律上得一种定解，之后好好断恶修善才有希望。

再说疱裂地狱的寿量是疱地狱的二十倍；牙啍啍巴地狱又是疱裂地狱的二十倍；阿切切地狱又是牙啍啍巴地狱的二十倍……不仅寿量二十倍、二十倍地递增，苦

也是越来越剧烈，第八裂如大红莲地狱是最凄惨的。也就是说，二十乘二十，到了牙啾啾巴地狱，寿量就是疱地狱的四百倍；到了阿切切地狱就是八千倍；到了呼呼而叫地狱是十六万倍……逐渐递增上去，裂如大红莲地狱的寿量百千万倍超过了疱地狱，而且越来越苦。

由此可知，有情堕到地狱中实在太可怜了，我们应当发起悲心。他们都是曾经的父母，我们不能坐视不管，学大乘佛法做什么呢？就是要极致地推广孝道。不光孝养今世的父母，还有过去生无量世的父母都正陷在地狱的苦境当中，更要发愿救度他们。尤其要认识到：轮回不是好住处，它特别可怕，但又不是外在有一种惩罚的处所，不是狱卒们在惩罚罪人，而是我们的心颠倒了，由此自然感受惩罚。所以，以后唯一要顺法而行，一定不能相信自己的分别心，因为分别心充满了颠倒，并不是我们本来的面目。

庚三、总结修要分三：

- 一、思苦；
- 二、忏悔；
- 三、修悲。

辛一、思苦



彼等诸苦也如前般，于自相续上缘取后修习。心作是念：今于此人间冬季之时，仅裸体住刹那寒苦袭身尚且难忍，若生彼狱如何能忍？

对于寒地狱的苦，如同观修八热地狱那样，也要以自心缘取来修。不能把这些当作心外的事，而要把自己当成第一人称的“我”，进入地狱的角色并模拟现场。

为什么要这样观想呢？实际上，没有佛带我们去地狱看，因为这种机会不出现，但我们相信佛所见到的是事实，也相信自己曾经堕过地狱，而我们现在有地狱业，如果不采取措施，很快就会落到这种处境里。我们应该为自己的大前途担忧，这不是仅仅为后半生的功不成、名不就特别伤心，而是无常很快到来，自己离地狱只有一息之隔，呼吸一旦停止自己就会堕下去。因此，现在就要观察地狱是什么状况，好比是知道关进监狱是怎样的状况，自己又很容易被关进去，为此就要尽快采取逃避措施那样。

这就需要首先通过闻思，观察这些地狱的苦相，忆持不忘并生起定解。然后到环境寂静处，以清净的心趣入观修，让这些相都能在心前一一浮现，要感觉自己是真正掉进去了。从同分妄见来说，一旦掉落进去，好像眼睛一眨就已经入梦般：这是哪里？周围全是雪山，寒风凛冽，整个环境风雪弥漫，看不到太阳，没有一点光

和热，冷极了。而且，由于要感受寒苦的业报，业识还变现为全身裸体无衣，剧烈的寒触侵袭自身，忽然间全身都起了疱，从头到脚全部是疱。这时才知道：我已经生到寒疱地狱了。再继续观想：这种状况要持续多久呢？好比在人间，冬天身上生了冻疮，就盼着什么时候才能好，其实这个时间并不长。但是，堕入寒疱地狱寿量就极其漫长了。如上所述，过了一百年，才能从两万升的大槽里取出一粒芝麻，再过一百年，又只取一粒。如是直至取完了一升芝麻，不知道人间经过了多少沧海桑田，然而在寒疱地狱受苦的时间才过去两万分之一。无论感到多么漫长难熬，自己在业功能没有消尽之间都没有办法脱出。

对于这种一旦陷入就无法摆脱的因果事实，我们一定要认识清楚，才有可能进一步理智地决定行为。不能再跟过去一样，以自己的“业果愚”任凭分别心想怎样就怎样，做尽伤天害理的事，做尽违逆的事，做尽损人的事等等，否则，很快就要堕入这无法忍受的寒地狱中。以上是首先对于疱地狱的观想。

再看疱裂地狱。也是观想自己顿然掉落进去，一睁眼已经到了雪山寒冰之地。这是一种风雪弥漫的惩罚场所，由黑业的功能不断地变现出寒苦逼身的状况，无法摆脱。患上这种业力病，就只有等业消完，根本不是吹一口气就可以出来的小事。相比寒疱地狱，此处受报的



程度更深。就如同病也有轻有重，患上小感冒只是稍微有点不舒服，而如果染上重病，整个人就完全不对劲了。在疱裂地狱，全身长满了疱，而这些疱又全都破裂成疮。还要观想：业力变现出好多利嘴的铁虫，它们都是铁的、硬硬的，嘴巴非常尖利，钻到疮里面去咬食，咬得痛彻心腑。之后又观想：过一百年才从大槽里取一粒芝麻；地球不知道变了多少次，才取完一升芝麻；这种时间再乘以两万倍，疱地狱才结束；然而，这时我还没有出来，才过了二十分之一，还要乘以二十倍，还要在数不清的年月感受漫无边际的苦难。

不难意识到，业力竟是如此可怕，而下一个地狱受报就更厉害。诸如此类，我们要一个接一个地观想下去。

所谓“于自相续上缘取后修习”，意为观想自己已经掉落进去，现量感受那种苦。我们可以体会到：现在在人世间，如果冬天不穿衣服，在零下几十度的户外站立一刹那，那种寒苦的侵袭令人难以忍受，整个身体都在颤抖。如果站立五分钟，当然更是无法坚持，马上就会逃跑。假使受到暴力惩罚，一个晚上都被绑在树边，到了第二天早上大概已经冻僵了。对此冻僵的状态我们或许还容易体会，但是一旦生到寒地狱，较此人间寒苦的程度增加百千万倍，根本就无法想像、无法忍受。

今天的我是如此放肆，好像没有天理，没有因果律，好像什么都可以自由，其实，这种业果愚岂不是最大的

自残、最严重的摧毁？所以，不必向外去寻找原因，而要认识到自心的颠倒，否则，连忏悔的机会都没有。因为忏悔的前提是要认识到自己愚痴，认识到那些颠倒的行为完全是在吃毒。

辛二、忏悔

如前般于自相续过失忏悔静息，

应当思维：我过去造下很多恶业，如同癌细胞已经侵入体内，现今也在造恶业，真是颠倒。一次次造作黑业的时候，第二刹那就在识田种下了种子，之后如果不拔除，它会无缘无故消失吗？不会。业的种子潜滋暗长，当增长到成熟位时，造业者就要堕地狱了。比如，病毒入体以后会不断蔓延，必须尽快清除才能救回病人，同样，忏悔是当务之急，我们一定要如法忏悔。

忏悔时须要有猛利的追悔心。在因果上获得胜解，就知道自己过去非常愚痴，所造的恶业非常可怕。想到它的异熟果、等流果、增上果就感觉畏惧，真的陷进去还怎么得了？这时候就以猛利的追悔心来忏，忏的关键是在缘起上发起一种相反的心，即“猛利的追悔”。既然“猛”，就不是很柔、很缓、很弱。“利”，是明利，如同一把快刀。追悔心要快利无比、能够切入，才叫“猛



利”。“追悔”，意为回想起所造的罪业，就如同吃下剧毒一般，非常后悔。

之后要使它静息，即以誓愿的力量来截断它的相续。“静”是静止，“息”是停息。比如对一只狂狗，须要用锁链把它锁在桩子上才不会去咬人。同样，凡夫的恶习太过深重，须以锁链般誓愿的力量才能把心钳制住，否则，妄心的狂狗一旦遇境就会出来。也就是说，誓愿的力量要达到猛利。

猛利到什么程度呢？假使遇到生命危险，也是宁死不造罪。这表示对因果律有胜解，所以深明大义，知道死只是截断一世命根，而造罪业的结果是长期堕落恶趣，就太可怕了。假设有人拿刀抵着你的胸口说：“现在舍弃三宝可以饶你一命，不舍弃就立即处决。”你就说：“处决吧，我宁死也不舍三宝！”如是对法道有坚定的信心，知道地狱是真实的，我就是要信仰真理，不去随顺颠倒。世人或许很难理解，学法没得胜解的人也不明白是这样一种道心。

总之，自己方面要以猛利追悔来破除罪业现行，以猛利的誓愿来静息罪业现起，这叫做“断相续”。

辛三、修悲

于生彼处有情修习悲心等。

仅为自己修还不足够，因为此处的引导连结大乘法。要修大出离心，就先要遣除私欲，不能只为自己一人着想。好比自己被关在监狱里，一起被关的还有父亲、母亲。如果只想着自己一个人怎样逃出去而不管父母，这就太惭愧了。我们应当思维：“我要把此地狱中的一切有情全部拔济出来。”生起这份心以后，至于能力、因缘如何另当别论，这份心是必须要有的，所以现在首先修悲心。

我们不能呆板地认为：地狱有情无量无数，我修悲心有什么用？比如说，修行布施并不是外境上所有有情的贫困都遣除后，才叫做布施波罗蜜多圆满，否则，岂不是诸佛都没有圆满布施度？因为还有无数贫穷的有情。同样，对于地狱有情，我们不能没有这种悲心。

我们要修持悲心，不能坐视不管，对于沉溺在寒冰地狱里的一切有情，必须要修习拔苦的悲。应当考虑：我如何能拔济他们的苦？愿我能够亲自拔济他们的苦，愿他们当即离苦。这种愿在心上建立，当不断地修习若干次以后，它就会成为坚固的愿力。也就是说，悲愿是不可缺少的，否则根本入不了大乘道。

再者，修悲心要达到猛利的程度。心情急切，根本没办法等下去，不能让他们再多苦一刹那。而且，不遗漏任何一个有情，尽法界量八寒地狱中的所有有情，都是我往昔的父母，没有一个例外，因此不能坐视不管。



数数思维修习：“愿这一切父母有情无一例外，不隔一个刹那，全数从寒地狱中脱出！”生起这种拔苦的悲心才算到量。

如上所述，对八热地狱众生如何修习悲心，此处也差不多，毕竟法道相同，要发展的心也是同样。只是在此要缘念八寒地狱再修一次。逐渐逐渐地修，从八热到八寒，一直到天宫之间，所有的有情全部成为悲心观照的对象。

当这些都修到量之后，再合到一起，就会知道总的该怎样在自心上转变观念，该怎样杜绝轮回，以及观察到轮回全部是苦。当然，一类一类的差别苦相都要了知，之后忏除相应的罪业，从此不再往那条路上走。再者，对于从地狱到天界之间受生的诸有情，乃至对于全法界的生死有情，都要修出一种平等的、拔苦的大悲。平时我们对这些很陌生，从来没修过，过去熏的都是世间颠倒观念，如今，我们就要通过逐步修习来使自心发生转变。

以具足加行、正行、结行三分而修持。

如是具足加行、正行、结行三分来修持。

思考题

- 1、八寒地狱的总苦相是什么？
- 2、从疱地狱到裂如大红莲地狱，每一种地狱的苦相是什么？寿量是多少？
- 3、对于八种寒地狱，观修时有哪些要点？分别应如何观修？



己三、思维孤独地狱苦相分二：

一、思维苦相；

二、举例说明。

庚一、思维苦相分二：

一、总说不定；

二、分说差别。

辛一、总说不定

复次孤独地狱者，处所无定，苦相也无定。

所谓的“孤独地狱”，它有不定的相。也就是有四种不定：一、处所不定；二、色身不定；三、苦相不定；四、寿量不定。

与大集团的地狱——八热、八寒、近边等不同，孤独地狱不一定有很多众生聚在一起，也没有固定的处所、固定的苦相，也没有八热地狱、八寒地狱那样固定的寿量。孤独地狱的情况是，少数类的众生，或一个、或两个、或少数几个，由于特殊的罪业，会在各个地方感生，因此处所不定，比如在山崖、坚石、寒冰中，乃至各种工具当中。由于业的状况各式各样，所现出的色身形相也就不定，有些是动物的形相，比如鱼、青蛙等，

还有些把各种工具执为自身，认为自己是一把扫帚或者一扇门等等。同时，所感得的苦相也不固定，比如受挤压、冻结、烧煮、切砍等。再者，寿量也不固定，短至一刹那，长至多年。

所谓“孤独”，并非仅有一个有情，而是指属于少量众生、以特别的罪业而现出来的地狱，相比于那些大规模的地狱而言，似乎是一种孤独性的地狱。

辛二、分说差别

也就是有山崖中受挤压、坚石中受封闭、寒冰中受冻结、沸水中受烧煮、烈火中受焚烧，断劈树木故，作了断劈其身身肢及支节的近取而受苦，又有杵臼、扫帚、陶罐、房门、柱子、炉灶、绳子等经常使用的器具想为自身故而受彼等诸苦。

孤独地狱的差别相，同样是由处所、苦相等来认识。引导文举出两类例子，一类是处在山、石、冰等处所中受苦，另一类是把工具执为自身而受相应的苦。

首先观察第一类。由于造下恶业，在识中熏建了恶业习气，一旦成熟，到达果位识的阶段，忽然就会发现，自己已经落在山崖当中感受挤压之苦。也就是说，以因位逼迫性的恶业，唯一感现受挤压之苦。



或者有一类有情在恶业成熟之时，忽然感觉自己已经被关入坚硬的磐石里，不见天光，直至业尽之间都受着封闭之苦。

又有众生，一刹那间发现业识已经来到极其寒冷的冰块当中，感受着冻结之苦，如同冰箱里的鱼。

或者发现，如同进入恶梦般，在业识成熟之际，已经到了沸腾的热水当中，受着猛烈的烧煮之苦。

又有众生，由特殊的恶业成熟，生到烈火当中（那些烧得通红的火中时而就有众生被焚烧）。

又有一类众生，心识潜入树木当中，以树为处所。在此中受怎样的苦呢？当砍柴人砍断树木的时候，他感到自己的身体也被一劈两半。砍柴人对砍断的两段木头再进行细劈的时候，地狱众生的若干支节也随着劈砍而分裂成许多段。同时，他的身体有被劈开、被砍截的大苦。

第二类，执著工具为自身。对这类众生所感受的苦又要把握苦因、苦相两个方面。苦因是，地狱众生以想蕴把那种器具执取为自己的身体。当这种器具在使用的时候被摩擦、挤压、打结、撑持、焚烧等等，他也要感受相应的苦。他的心识已经执著上去，认为扫帚、陶罐、炉灶等是自己，心识一旦执著，果然就按照那样来变现。譬如我们投胎的时候，执著父母精血的聚合是自己。之后心识投入其中，由名色发展出来的色身上面有

挤压、烧热等时，就会感觉自己在受苦。其实精血也不是自己，只是由于很大的摄持力量，到了今天已经出现此身体，就真的认为这是自己。身体一旦受到火烧、刀刺、重压等，就会感觉非常苦，其实只是识在摄持。同样的道理，当有情的业识摄持各种工具以后，伴随着使用这些工具做压、挤、插、打等，他也会相应地、经常性地感受特别难忍的苦相。

举例来说，当业识成熟为果位识，刹那之间就出现了后世。比如，识把臼执著为自己的身体。当人们用杵不断地击臼打粉的时候，认为它不过是一块石头或一个工具，而地狱众生也不是胎生，找不到母亲，但他还是以业力直接就投入臼中，并由此不断地受着强大的击打之苦。

又比如，识把扫帚执为自己，识就著在上面。当人们拿着扫帚扫地的时候，他的身体就不断地跟地面发生剧烈的摩擦，受着擦痛之苦。

再者，假使识执著柱子是自己，而柱子支撑房梁、承受重压，所以，他就感觉身体每天都在难以承受的重压下度过。

再者，假使识把炉灶执为自己，而灶每天都要被烧燃，当通红的火烧起来时，他就一直在里面受火烧之苦。

再者，假使把绳子执为自己，当人们用绳子使劲打结的时候，他就感觉整个身体被拧转。或者人们用绳子



绑着木柴背在背上，突然之间绳子被磨断、木柴掉落，他就感觉如同蚯蚓断身般，自己的身体也断开了。

再者，如果把陶罐执为自己，人们不小心把罐子摔碎了，他就会感觉自己的身体全部坏碎。或者罐子里装着很多米，他也会感觉身体压迫难受。

诸如此类，由于把工具想成自己身体的这种执著力，他时常感受被压、被打、被擦、被烧等的大苦。这是古代西藏的情况。我们不能认为现在已经不使用陶罐、扫帚等的工具，或者身边也没见到山崖、坚石、寒冰等等，是不是就没有孤独地狱众生。事实上，不同的时代会有不同的苦相，但法则不会改变。如果以理来推，可能就在我们身边的电梯、手机、电脑，或者冰箱、煤气灶、轮胎、吸尘器里，当恶业成熟时，自然有众生被困在其中受苦。可以推想，假使他执著电梯是自己的身体，当电梯不断上下的时候，他感受翻腾之苦；或者执著手机是自己，手机被使用时，他感受电波的刺伤；或者执著轮胎是自己，车子在路上奔驰时，他就要不断地感受摩擦的大苦……或许这些就是现代孤独地狱的苦相。

庚二、举例说明分二：

- 一、现为旁生身形的苦相；
- 二、苦乐轮番显现的苦相。

辛一、现为旁生身形的苦相

譬如众生怙主朗吉日巴在羊卓雍湖中见有一条大鱼，大成就者唐东加波在一石中见有青蛙等，皆是其类。

蓝色羊卓雍湖，是由往昔益西措嘉空行母修行而住彼处时，投苯波纯金一钱而变为湖的，成为四大名湖之一，湖首为德龙冈钦，湖尾达赛玛格热，中间有多日路程。大成就者朗吉日巴观视彼湖而泣曰：“悲乎！莫食信财！莫食信财！”弟子问：“什么事？”回答说：“此湖中有一个享用信财喇嘛的识，已生孤独地狱而正受诸苦。”弟子请他示现其事。上师以神通力令湖水刹那尽涸，有一条大鱼身量等同彼湖，由无数含生无有间隙遍满其身而噬食，难忍其苦故正在翻来滚去。弟子问：“如此的罪孽者是谁的转生？”回答：“此是后藏黑马喇嘛的转生。所谓后藏黑马喇嘛，咒力及加持极大，诸被鬼魔折磨的人仅由作一下看式便出生利益等故，成了前后藏四翼的大供养处。信众为利亡者而供养财等，他高声念一个‘啪’就收很多牛马等，是有这么个事。”

变为鱼身的孤独地狱的苦相如何呢？

此处讲到，大成就者朗吉日巴曾经在西藏四大名湖之一的羊卓雍湖里见到一条大鱼。情况是这样的：湖呈蓝色，当初本来没有湖，过去益西措嘉佛母住在那里修



行的时候，投了一枚苯波纯金钱币，结果就变成了湖，而且成为西藏四大名湖之一。湖头在德龙冈钦，湖尾在赛玛格热，头尾之间的距离很远，要走许多天的路程。就在此处，有一次大成就者朗吉日巴观察湖里的情景，哭着说：“阿卡卡！不要吃信财！不要吃信财！”

身边的弟子们就问：“这是怎么回事？”

上师回答：“这湖里有一个享用信财的喇嘛的识，已经生在孤独地狱，正受着很多苦。”

弟子们就请上师来示现这件事。当时，上师用神通力，一刹那间让湖水无余干涸（也就是在这些不共的、受加持的识面前，湖水当即不见了）。于是，里面的情景显现出来，大家就见到一条非常大的鱼，身体铺满了从湖头到湖尾的范围，无数小虫密密麻麻、没有间隙地在大鱼身上吃着。被咬食的苦极其难忍的缘故，那条巨大的鱼不停地翻来翻去。

弟子们问：“这样的罪孽者是谁的转生？”

上师回答：“这是后藏著名的黑马喇嘛的转生。黑马喇嘛持咒的力量和加持的力量都很大，他还有一大本事，就是对那些着了魔和鬼祟的人作一下看式，马上就能出生效果。以此缘故，他成为前后藏四翼极广大地区的共同供养之处。当人们为了超度亡人供上各种财物等时，他高声地念一个‘啪’字，就可以收取好多牛马等，是这么一种因缘。”

此孤独地狱的处所是在一个大湖中。身是现成大旁生的相，即一条大鱼。苦相是身上密密麻麻全是小虫在嚼咬，痛到不停地左翻右滚。因缘是，他前世是一位非常有名望的上师，有三大本事：一、咒力大；二、加持大；三、化解魔祟有力量，对于着魔的人，他只作一下看式，就能马上有效果。所以，他成了广大地区的佛教明星，而且表现得很潇洒。别人请他超度，或者作其他佛事，他念一个“啪”字就完事，之后就收马、收牛等。如是，在因果上欠债的缘故，堕入孤独地狱。由此可知，无论是什么样的人、有什么身份，一旦违越因果，决定堕落恶趣。

大成就者唐东加波在一个大磐石上修气脉幻轮故，令彼石碎裂为两分，里面有一只大青蛙，身上无数微小含生粘附后蚀食故，难忍苦痛而正张着口，黑洞洞的。弟子问：“它是谁？”回答：“这是一位有肉才修仪轨的喇嘛的转生。”

第二个是青蛙的公案。有一回，大成就者唐东加波在一个大磐石上修气脉的幻轮（也就是修扎龙会有很多动作，身体有跳、有动等等），他的成就很高，在这上面坐的时候，那块大磐石突然裂开成两分，里面出来一只大青蛙，数不清的小虫粘在它身上不断地咬食。以此



缘故，它苦得难受，张开黑洞洞的口。这就是所出现的苦相。因为实在难受，它只有张开口才好受一点。

弟子们问：“它是谁？”

唐东加波尊者说：“这是一位有肉才修仪轨的喇嘛的转生。”

过去在西藏，僧人们去信众家念经，施主们会将其奉为上宾，之后杀一些上好的牲畜。这位喇嘛生前是有肉才念修仪轨，以这种贪心，欠了很多信施的债。死后直接堕入孤独地狱，生到大磐石中，漆黑一片。以黑业的力量，自然现出许多小含生在它身上不断地咬食，它就以这种方式来偿还业债，可见，因果律的惩罚是非常可怕的。汉地丛林有一句名言：“施主一粒米，大如须弥山，今生不了道，披毛戴角还。”披毛戴角还算好一些，那是去做旁生，假使堕入孤独地狱，所要受的苦就太难忍了。

可以想像，处所是在磐石内部，当然封闭、不见天日；再者，身体成为一只大青蛙；受的苦是黑暗、憋闷，有无数的小虫在身上咬食。如是一直到他业尽为止。

如今喇嘛们也有，由施主宰杀一只肥胖、丰满的绵羊后，灌入咽喉、脾脏等，加入血肉而做成了香肠，放在颤动的热的脊椎骨精肉上面呈献时，穿著的披单被拉到了头上，之后像婴儿吮吸母乳一样食诸内脏，又抽出小刀来

慢慢地食用诸外肉，享用完毕时口上油腻腻、头上热气腾腾，完全不是先前的他了，成了满面通红，然后头再抬起来。此生吃来吃去的债，来世在自身上要偿还时，在孤独地狱中大有苦在。

所谓的“有肉才修仪轨”，在普贤上师在世的时代也是司空见惯的，因此说“如今喇嘛们也有”。藏人们都信奉佛教，需要遣除违缘、疾病、凶险或者作其他的佛事，这时都会请喇嘛们来念经或者修仪轨。施主们当然态度很好，把喇嘛们待为上宾，当喇嘛们要来吃饭的时候，糌粑和肉是不可缺少的。而且，施主用的不是牛肉、山羊肉，而是绵羊肉。肥胖、丰满、有油的绵羊肉，吃起来比牛肉还美味、营养。因此，他们往往都要宰杀一只这样肥美的绵羊。

之后，要做成两样可口的食物，一是好吃的香肠，二是排骨肉。这其实是他们自己都舍不得吃的。怎么做呢？把一只肥的、有油的、有营养的绵羊杀死以后，把喉咙、脾脏等内脏（这是主料）切得细细的，然后把肉剁成末状，加上血和这些肉末和灌到大肠里面（大肠是有油的）。这样做完以后，放在一个刚烧好、还在颤抖的、热的脊椎骨的精肉上面献上来。

喇嘛们似乎不好意思，就把穿著的披单拉到头上，之后头可以低下一点，这样吃下去是比较方便的。因为



香肠里装的主要是内脏，还有血、肉，蒸了以后里面会有很多油，吃的时候，就要像婴儿吮吸母乳那样，手里拿着肉肠，嘴巴吮吸。油多的缘故，要一直拿着它吃，不然油就会流下去。

等到吃得很够味以后，接下来第二项就是吃脊椎骨上的精肉。喇嘛们身上都带着一把小刀，他们把腰上的刀子抽出来以后，在靴子左边的皮上擦一下，右边的皮上擦一下（按古代西藏的习俗，藏人都穿长靴，靴子一直拉到小腿以上，靴子的底是皮子做的，左右两边也都是皮子），然后就开始行动了：手里拿着脊椎骨的精肉，用刀子削着，慢慢地来食用。等到吃完的时候，热量充足，口上油腻腻、头上热气腾腾，跟之前的状态完全不同，他变得满面通红。之后，头才肯抬起来，当头抬起来的时候，披单就滑下去了。

要知道，这其中信施的债其实很大。一生吃来吃去，到来世自身要偿还的时候，就会落到孤独地狱，那时候也是大有苦在。如上所述磐石里的大青蛙，也是身体蛮大，身上密密麻麻全是虫子在吃，它痛得张开黑乎乎的口。如是一直到业债消完为止，都会不断地感受万虫钻身之苦。

也就是说，美食不是白吃的，是要给信施办事的，或者超度亡者，或者要为他们遣除障碍、成办事业等等。然而，如果喇嘛们的等起是“有肉才修仪轨”，心里贪

求那种饮食的乐受，想必念经就很差，而且，欠下很大的债。一生吃来吃去，到后世要还债的时候，就不是像现在吃得这样酣畅淋漓了。每次吃最好的，吃完以后满脸通红等等，这些都是有债务的。以此业因会堕到孤独地狱，比如那只大青蛙一样，感受极大的苦。

继续举例：

同样，沃大堪布具德护法在德格住时，有一天说：“今天在此俄达河里出现什么都不能放过。”使诸僧弟子去河边等待。约下午时，有一段大树干被水漂来，捞取后再没有出现其他什么。就此禀告，师说：“是彼，劈开一下。”劈开后，树木里有一只大青蛙被众多小含生正蚀食着。上师为它修沐浴仪轨等，并说：“此是德格的管理信财的官员，名‘俄吉’的转世。”因此，诸人主、有名利者、部落食者也现在威势大，然而要思维此等地狱之处，之后谨慎行事。

（“沃大堪布”，指沃尔寺的堪钦。“堪钦”意为大堪布。）

沃尔寺的堪钦华登曲炯，他住在德格的时候，有一天说：“今天在俄达河里出现什么都不要放过。”于是，让那些僧弟子们去河边等待。大概在下午的时候，水上漂来一段粗大的树干，弟子们就把它捞取上来，此外没



有发生别的事。他们回来以后，给上师转报。上师说：“就是这个，把树干劈开一下。”劈开后，见到树木里面有一只大青蛙，很多小含生正在它身上吃它的肉。当时，堪钦给它修沐浴仪轨等（类似于给它洗澡般修一种法，一般以修不动佛仪轨、金刚萨埵佛仪轨为主，对亡者还要修破瓦法等，即“沐浴仪轨”），并说到：“唉呀！这是德格管理信财名叫‘哦吉’的官员的转世。”

所以，那些人中之主、有名利者，或者食税的酋长（藏地过去有一个个部落或家族，其中有一个人当酋长，下面的人要给他上交财物，所以称他为“食税的酋长”或者“部落食者”），这些为官的、做主的人，现在看起来很有威势，但如果利用职权来谋私，将来落到孤独地狱里的果报也是非常可怕的。所以，做官的要多思维这些地狱处的苦，并在做事过程中多留心、慎重，万不可擅自乱为。否则，信众的钱财是极重的负担，一旦吃得过份，必然会堕到地狱里还报。业债难偿，应当三思而后行，不要为一时的私欲换来万世的苦报。

思考题

- 1、孤独地狱有哪些不定之相？为何称为“孤独”？
- 2、孤独地狱具体有哪些情况？分别解释其苦相。
- 3、阅读“黑马喇嘛”、“有肉才修仪轨的喇嘛”、“官员俄吉”三个公案，并一一思维：
 - (1) 他以什么因缘堕入孤独地狱？
 - (2) 其受苦的处所、身形、苦相如何？
 - (3) 这一实例对我们有何警醒或启发？



辛二、苦乐轮番显现的苦相分三：

- 一、屠夫的案例；
- 二、性解放者的案例；
- 三、比丘的案例。

壬一、屠夫的案例

如是，往昔世尊住世之时，聂巴城中有一位屠夫每于夜间持不杀生戒，后来生到孤独地狱，夜间住可意微妙宫，由四位美女奉献饮食、受用，极为快乐，而日间其妙宫转为烧燃的铁屋，四位美女变成可怖的恶狗而咬食。

过去世尊住世的时候，在印度边境一个叫做“聂巴”的城市里有一个屠夫，他白天去杀猪、牛、羊等的畜生，晚上守不杀生戒。后来，在识田所熏建的业习气成熟，他堕进了孤独地狱，在果位识上就变现出轮番苦乐的相。

于是，这位屠夫晚间住在非常可意的宫殿里，由四名美女殷勤地奉献种种饮食和歌舞等的受用，极其快乐。

对此持不杀生戒的善业习气所变现的悦乐之相，我们可以通过处、受用、身三分来认识。所谓“可意”，指适可心意，也就是由善业现出来的相都是非常适合心

意的。以处所来说，那是非常美妙的宫殿，宽阔、明亮，充满了芬芳，有各种华丽的色形与严饰，住在其中令人适悦、安乐。再说受用，有四名容色殊妙、温情款款的美女服侍，她们适时地献上妙好的饮食，之后还有歌舞等。再加上宫殿环境里的色声香味触等，这些都是善业习气成熟所变现出来的安乐受用。再说根身，由受用可意的境界，当时的眼、耳、鼻等根自然生起乐受。

但是，当这一晚的快乐过去以后，一切现相陡然而变，另一个杀生业习气成熟的果位识开始放映它的影片，处、身、受用都不同了。上一集演悦意片，这一集演恐怖片。因上习气转换，果的显现也就转换了。因上是白天以嗔恚之心非常残忍地杀牛、杀羊等。业习气在识田中如同拍了胶片般熏习进去，之后到成熟位，当然就出现同类的相，变现出恐怖境。

也就是说，晚上的“总统宫殿”突然转成了火焰熊熊燃烧的铁屋，成了极其可怕的受刑场所。四名美女都变作凶猛的恶狗，在他的头部、身上、四肢等处不断地疯咬，咬了以后还要啃着、嚼着。这时他的受用是被焚烧、被咬食，其实都跟当初的杀生业有关。因为若不是嗔恚的心，当下是没办法下手的，发出嗔恚的火以后就开始宰杀，把牛羊等开膛破肚、割头割脚等，造下很凶残的业。那种习气变现出来的受用，当然是自身不断地被恶狗咬食，身首异处，被分解以后又合成，合成以后



又分解，连续不断都是苦受用。

要知道，嗔恚业的习气一旦成熟，变出来的器界，就是一间燃烧的铁屋。当初用心又狠又硬，此时现出来的就是铁。当初嗔恚的火在心中燃烧，此时现出来的就是火焰熊熊。再者，以宰杀众生的领受等流，现出来四只恶狗不断地咬食身体各个部分。到处唯是不可意的境，出现的唯是逼恼的苦受。

业的影片交相放映，周而复始，到夜晚的时候，他的面前又出现可意的宫殿、温情的美女、饮食歌舞，以及美妙宫殿里的各种快乐受用，根身处在适悦当中。诸如此类，从善业放映的是安乐片，而从恶业放映的是恐怖片，一直都是不断地由业在变现这些景象。

壬二、性解放者的案例

又有一个淫行者日间持不淫戒之故，日夜的苦乐与前相反而受。

又有一个淫行者，白天持不淫行的戒，到了夜间就肆意行淫。结果死后堕入孤独地狱，日夜的显现跟上述屠夫正好相反，也就是“日乐夜苦”。白天以持戒习气显现为安乐，有处所、身体、受用等的悦可心意的乐相；而到了夜晚，就出现疯狗乱咬等的极大逼恼苦。到第二

天白天又显现为乐，夜间又显现为苦，如是周而复始。

由此可知，善业唯一变现安乐，丝毫不变现苦患；恶业唯一变现苦境，丝毫不变现乐境，因果相的反差极其分明。由不淫的清净戒行，唯一显现为乐；由性解放的淫欲恶行，唯一显现苦报，因果律是决定的。为此，我们再次提醒，千万造不得恶，也不可能以此善来代替彼恶。也就是说，虽然晚上肆意行淫，但白天守持不淫戒，是不是就能以不淫的善行来代替行淫的恶业呢？这不可能。因此，他在孤独地狱，白天显现安乐，夜晚显现大苦，而且每一天都是这样度过，直到性解放恶行的业功能消失为止。

如何才能消除这样的苦呢？唯有受报完毕或者忏除掉淫行的恶业。业功能消尽才能灭除在夜晚显现的苦报。

此是施律多亿耳尊者所见。

以上两则公案都是亿耳尊者亲自见到的。

壬三、比丘的案例

又可意僧寺中约住五百比丘，每日约日中时打犍椎，之后日中午斋聚会时，僧寺转为燃烧的铁屋，钵碗等器则



转为兵器后唯作互相击打，午斋已过，又如初分离而住。此是往昔迦叶佛时有多比丘，午斋期间互相詈骂的异熟，经中说此。诸如此等就是实例。

对这一则公案，我们要关注到整个业报的显现状况。在一座可意的僧寺中，殿宇庄严，泉林池沼，枝叶扶苏，幽静宜人。所谓“可意”，是指色声香味触等的境界都适可心意，非常悦乐。寺中大约住着五百位比丘，每天差不多到日中的时间就打犍椎，之后大众聚在斋堂。忽然间，僧寺的房屋全部变成燃着火焰的铁屋，而斋堂中的钵、碗，以及各种敷具等都变成了铁锤、刀、剑等兵器，他们彼此之间唯一进行激烈的击打。过了午斋时分，果报又变回上述可意相，他们分开而住，整个寺院幽静宜人。到第二天大约中午的时候，又是打犍椎后云集，互相击打的苦相再度现前。每天中午都重复显现这种苦报。

我们应当探究这种业相。业相不是无缘无故而来，在缘起上的确有相应的业熏在识中，成了因位识，等到它的功能成熟变作果位识，就开始不断地放电影，而且业的运行机制丝毫不紊乱。他们过去究竟是造了什么业，导致在这样的异时、异处出现无记性的果报？这一切都是什么缘故呢？原来，往昔迦叶佛时代的多位比丘，他们在午斋期间互相詈骂。当业成熟时，就好像被

关在一个长期服刑的美丽监狱，二十三个小时享受，一个小时受极大苦刑。而且，这一关就是无量万亿年，直到当初午饭期间争吵的业功能消尽为止。

可见，业的变现非常可怕。从迦叶佛教法到释迦佛教法，期间经过了非常漫长的时间，而这种果报还在不断地在重复继续。业的变现又极为稀奇，当初那样做，现在就完全相似地显现——斋堂、犍椎、集会，以及互相击打等的相全都现出来了。这不是某个工匠修建打造，这全是业的杰作，而且不以唯识变现的原理根本就解释不通。

以当初嗔心的火，彼此像刀剑一样攻击等，到了果位识自然显现出同类的相。所谓的处——僧寺转成了燃烧的铁屋；所谓吃饭受用的钵、碗等转成了兵器；彼此之间的关系转成了互相打击。然而，一阵子过后，再度出现美妙的僧寺环境，又有可意的乐受，这或许是因为他们在迦叶佛时代出家为僧，修下不少福业所感得的乐果。果报上的苦乐轮番，是由因位善恶夹杂的状况而显现，业果丝毫不紊乱。造善业就好比以白色的颜料涂染出美丽的境相，造恶业就好比用黑色的颜料涂染成恐怖的境相。诸如此类，要知道都是业力在支配。

唯识变现的原理



有人会想：怎么那么快就变了呢？而且天天都是按时辰变，或者过了夜晚的乐境就出现白天的苦境，或者过了其他时辰的乐境，就到了中午的苦境，真的是这样吗？如果认作是心外的实有境界，当然就想不通，为什么陡然间风云突变？但如果认定这是由习气力变现，就能明确因缘既变，境相也当即变换，前面一阵是乐，后面一阵就落入苦中。

通过放映影片的比喻和梦的比喻，不难认识到这一点。银幕上的影像并不是独立存在的境界，而是由放映机和胶片等放映出来的。既然如此，这银幕上的影像不是很容易转变吗？当胶片换成了另一套，所现的境相顿时就转换了。好比前一阶段还在总统大厦中享受着风光、荣耀，紧接着就被押进了国家监狱，受到残酷的刑罚。同样，当初在因位建立的识善恶夹杂，比如在白天把杀生等各种恶劣业习熏建在心上，等到它成熟的时候，就非常准确地在白天显现恶狗咬身等的大苦；到了晚上，则由持戒的力量显现出快乐的境界。可意僧寺里的变现也与此类似。我们应当由此了解到唯识变现，这一切并不是在心外独立存在。

再以梦的譬喻来说明。梦中阳光明媚，忽然之间风云突变，电闪雷鸣，这也都是由于习气在变的缘故。

如是应知，整个三界轮回并没有什么心外的实有境界，唯一是由妄识的力量在变起、在显现。

与大地狱的差别

接下来要对比思维孤独地狱与大地狱的差别。也就是说，八热、八寒等大地狱在长劫当中唯一显现苦相，没有丝毫乐受。比如，落到号叫地狱，当铁门封闭而不开的时候，内心绝望，格外悲苦。其中的有情也意识到，自己绝对逃不出去，一直要到业功能消尽为止。或者落在最可怕的阿鼻地狱，求乐的心相续不断，然而没有丝毫的可能性。相比之下，孤独地狱一时乐一时苦，这些是交替显现的。

如果去追溯两者的缘起，就发现大地狱有情造下的嗔恚等业非常深重，由于业势力强大有力的缘故，当它成熟时，就如同被极大的病苦攫夺身心，没有一点乐受可言，直到业功能消尽之前，都会不断上演长劫的恐怖片。孤独地狱的业就稍轻一些，他们在因位造业之时，一时行善一时造恶，因此表现为苦乐轮番。

由此很容易引起业果的思维，发现因果律丝毫不乱，当初怎样在识田中熏建业习气，后来就按照同类变现，一切都是业在决定、在支配。或者唯一是由识上熏建的业习气功能在不断变现，绝不是凭个人的假想来决定，这就是缘起的力量。



六决定相

接着还要更细地由六决定相来思维其中的涵义。所谓的“六决定相”即：一、时决定相；二、处决定相；三、受用决定相；四、差别决定相；五、放大决定相；六、相续决定相。六者归纳起来就是唯识变现的决定相。

首先，时决定相是指由业功能的力量，就在某个时辰丝毫不乱地变现。举例来说，在僧寺的公案中，非常清晰地，是每当太阳将近中天的这个时辰内转变。当时，出现打键椎的声音后，僧众就集合在斋堂，之后，那些器具骤然间全部变成兵器，比如碗、钵、汤匙、桌子等等，都被比丘们用来互相打斗。

或者，屠夫落入孤独地狱，经过夜晚的享乐之后，一旦到了白昼时分，就顿然显现出烈火熊熊的屋宅。然后，四只可怕的凶狗在他身上前后左右不断地咬食。这些都是在特定的时辰中出现，也并不是外在有什么计时器等，而是当广大的阿赖耶识中的业习气成熟之时，自然就会现出此等境相，包括器界、根身两大部分，都是识的相分。

第二、处所决定。当乐境过后，出现的处所非常可怕，总是用“周遍”、“唯是”来表示。比如，当时熏的业习是如火一般的嗔恚，如铁一般的残酷、强硬等，这些就是因地狱的相。在造业的第二刹那，已经在识中

熏建了业习气，如果没有用忏悔消除它的功能，必然会变出地狱的果报相，这是由业果无欺的定律或者唯识变现的法则来决定的，所以处所有决定相。这些也并不是心外有处，比如屠夫在白天马上显现处于地狱，烈火熊熊燃烧，恐怖的恶狗来撕咬等。

第三、所谓“受用决定”，就是由自己恶业的习气，唯一变现出苦的受用。无论遇到什么样的境界，决定都是苦受，没有丝毫适悦的感受。所以，当可意的僧寺顿时变成以逼恼为行相的大受刑场时，就连续不断地发生苦，他们互相砍杀、残戮，唯一是苦受用。

第四、所谓的“差别决定”，是指由一识会变现出千差万别的苦相。比如各种根身、器界，或者接触到的色声香味触等等。

第五、所谓的“放大决定”，是指因小果大。当它如同影片般被放映出来的时候，的确非常可怕，顿时出现熊熊燃烧的铁屋，出现恐怖的恶狗咬身等，使身心感受的苦都非常难以摆脱。

第六、所谓的“相续决定”，是乃至业功能没有消尽之间，一直都要感受这种果报。好比蓄存的胶片一直放映不止，停不下来，直至放到最后一张，这叫做“相续决定”。由此可知，他们有决定的寿量。

诸如此类，唯一是以识变现的决定法则、法理，这就叫做“天律”、“天理”，或者叫做“缘起律”、“因



果律”。因此，我们一定要在自他的心上忏除业习功能，来避免悲剧的发生。以下我们就转入思苦、忏悔和修悲这三分修习中。

思苦、忏悔、修悲

原理与以上相同。按照相应的案例，观想自身已经落入孤独地狱。比如成为石中的大青蛙，有无数的小含生在身上咬食，自身感受不见天日、整日被咬的苦，不知道什么时候才能脱出。或者已经落入火宅中，被群狗咬食。如临其境般地观想那种苦，直到出现一种亲身的感受为止。

之后思维：无数众生都造过这类乱吃信财、杀生、邪淫、争斗等的孤独地狱业，如果没有忏除，在业习气成熟之际，必然落入如恶梦般的地狱当中。由此，我们要发心忏除相续中的孤独地狱业。如上所述，同样有两个要点：一、用猛利的追悔来破坏恶业的现行；二、以猛利的立誓来截断恶业的相续。

也就是说，以外在是没办法逃脱的，也不是凭着另外一种力量可以赦免。因为地狱果报是心上变现的，心上已经安置了这种苦因，就只有在心上才能解决；否则，仅凭幻想、侥幸等是没有用的。在心上如何解决呢？比如，撤掉胶片才能阻止放映；如果添加胶片，放映就一

直刹不住，一定要放完为止。所以，总的有两件事：一、阻止它放映；二、不能再添胶片。忏悔罪业也是同样，我们先要把它的开关及时关闭，才能够平安无事。不然，它成熟起来的势力没办法阻挡。比如，释迦族的杀业一旦成熟，佛都挡不回去。

还要想到，太多众生都落在孤独地狱里。如果有广大的天眼去观察十方世界，就会发现无数父母有情正陷在这种深重的、极度受苦的监狱中。因此，我们要发起悲心：“愿这一切众生当即从孤独地狱脱出！”如是时时发悲愿、时时回向，不舍一个有情，就如同自身落入孤独地狱般。由此，应当修一种迫切拔济一切众生苦的大悲心。

思考题

- 1、对于屠夫、性解放者、五百比丘这三个案例，细读并一一思维：
 - (1) 其苦乐轮番的相是怎样的？
 - (2) 他过去造下什么业才感得这样的果？
 - (3) 以“六决定相”解释此公案。
 - (4) 通过案例，应如何认识唯识变现的原理？
- 2、孤独地狱与大地狱有何差别？为何有这样的差别？
- 3、对于孤独地狱的苦相，应如何思苦、忏悔、修悲？掌握后进行如理观修。



总示修要及教诫

如是八热、八寒地狱共十六，及近边、孤独二狱共十八，称为十八地狱界，于彼等的数量、寿量、苦相、生因等皆细了知后，于已生彼处的有情需修悲心，于自他一切从今以后不生彼处的方便需作精勤。

对于上述八热、八寒十六种地狱，再加上近边、孤独两种地狱的共十八地狱界，无论是数量、寿量、苦相、生因，以及“等”字所摄的异熟、等流等果报，还有重复性、心态，以及唯识变现、放大律、决定性等等，都需要很细致地去认识。

所谓的“细了知”，犹如用镜子照物品，一分一分照得分明，同样，对于十八地狱界的各种情形，都需要审细地了知。如引导文所说般一分一分地去认识，还仅是粗分，再按照《念处经》所说，比如八热地狱中众多的案例，就能更细致地了解。因此，诸大引导文都强调以上仅是粗分，还需要多阅《念处经》，多作思维。比如所谓“苦相”，根身器界中有各种的苦相；“生彼业因”，也就是介绍各种地狱时都会说到过去世曾经造过哪种业，让人们去认识是以造何种业而受生在何种地狱；果报方面，也要去认识当时的异熟果、托生以后的等流果等等。



诸如此类，审细了解以后就会发生胜解，乃至逐渐出现厌患出离、归依、大悲，以及在缘起链上由胜解出生信心，由信心出生欲，由欲出勤，由勤出功德等等。心上发展的规律即所谓“胜解为信依，信为欲依，欲为勤依，勤为功德依”，在《入行论》中也广说了诸苦的功德¹，总之，思维苦是往后修心发展的一个重要关键。

以此思维地狱苦而发起胜解作为基础，接下来还作两大修习：一、对于一切已生彼处的有情修悲心；二、对于自他从今往后不生到地狱的方便需要发起大精进。也就是说，总的有三个项目：一、修苦；二、修悲；三、忏悔。所谓“忏悔”，即忏悔自他生到彼处的业因，需要具足破坏现行力、遮止现行力等方便。诸如此类，是修地狱苦的要點。

若不如此，仅稍知稍闻即舍置而不修持，则往后将成法油子骄傲之因，以及为圣者呵责、智者轻笑之处。

假使没有细致地学习十八地狱界，假使没有对闻思修的各个环节，不但是在数量、寿量、苦相、生因，以及各种缘起的相上作认识，并且真实地发展出胜解、信

¹ 《入行论》云：“无苦无出离，故心应坚忍。”又云：“又苦诸功德，谓以厌除慢，悲愍生死者，羞恶而喜善”等。

心、欲、勤，以及利益自他的修心的根本内涵，只是稍微听一听、知道一点，之后放弃而不修持，将来就会成为发生法油子骄傲的因素，成为圣者所呵、智者所笑之处。

“仅稍知稍闻”，其实是现今大多数人的状况，稍微学了一些，就以为自己听过了、懂了，于是结束学习。所谓的“稍”和“舍置”，表示有量和步骤上的欠缺。

在量方面，比如依稀仿佛地知道有十八地狱，但在引导文的每个细节上欠缺认识。不必说内心真实地认识，就连文句的认识也没有，不必说学《念处经》产生广大的认识，就连从简略引导文产生的认识也没有。因此，第一步听闻的量都非常不够，只可说是稍知稍闻。

再者，在闻、思、修的步骤进程中，只停留在稍微听一听、看一看的阶段，没有思维，在内心的修习上也只是皮毛。这就好像要挖一口深井，如果没有广度、深度，就取不到其中的甘泉来饮用。也就是说，在根本上没有发生广大的胜解，如同“无源之水，无本之木”般，就谈不上由此进一步发生信心、欲、精进等，而且，在相关的自他忏悔、修出离、修归依等方面都不可能修得起来。

如是，修心方面没有少许进步和发展，却妄自以为“我已经懂了，这个法门是初级的，没有什么好学。”于是草草结束。其实，这种状况非常危险，会成为以后



身份上变成法油子、心态上变成骄傲的一大因素。以这种方式学得越多，反而是产生法油子和骄傲的原料越多，最终会成一个大法油子、大骄傲者，而且在禀性上刚强难化。

有人说：怎么会以此学成法油子以及具有大骄傲相呢？

回答：这是由于当初的错认。也就是第六意识在吸收知识的时候，可以迅速建成一个大的体系，可以从学法的第一步跨越到最高一步，会感觉这些内容学过了，那些法门也懂了，我学的是极高层法，非常殊胜。之后，再跟我执配合起来，觉得自己已经升到了云端，于是在自身上发生错认，认为自己很了不起，就缘着高相而转，加上自己资格老，更是进一步坚固我相，再也听不进去教言。殊不知知识上可以不断地去积累，而修心却可能像幼儿一样不成熟。

所谓“往后将成法油子骄傲之因”，是指如果没有遇到违品，比如善知识的摄持、纠正，或者自身发生转变，认识到不足（可能是遇到某种逆缘的时候通不过去，才发现修行一塌糊涂，然后开始从中转变）等等，如果这些没有出现，只是不断自以为是地学下去，其实知识越高，慢心越大，会以为自我的身份、评价也越来越高。可惜此时年岁已大，习气坚固，自心很难调整，大都任凭我相不断地高涨。看到别人还以为很幼稚、很浅薄，

认为别人什么都不懂。自身大谈高法，但实际没有一点修心上的发展，反而常常生起极多的烦恼、罪过。总之，由于我相坚固，加上所学的佛教知识似乎很多、很高，就容易成为法油子，而且慢心非常大。

应当明确，在学法过程中，自身是病人，法是药，因此，需要按照法道的次序在自身上如理服用，在心上逐步修行。假使只是积累知识，而没有殷重、用心地去受持，没有在闻思修上如理如法地发展，就如同以收集药方为荣却不服药，即使药方越来越多，对于治病又有什么用？只会增长骄傲，直到成为一个顽固的法油子，就非常糟糕了。由于自己不肯服药，导致身上有很多奇奇怪怪的病，反而嘲笑别人服药太老实，太低级。其实，这时自己已经变得非常虚诞，稍微有所刺激就起嗔心，而不肯接受教言。

由此进一步发展，就是为圣者所呵、为智者所笑。不断地起惑造罪业，或者犯戒等，当然成为圣者的呵责之处：“这个人是虚假的，这个人是没救的，这个人是应当远离的，他的烦恼罪业一大堆，他是背叛法道的人”等等。而且，成为智者所轻笑之处：“这人是小丑，他名实不符，心中没有任何修心的进展，外在装模作样，犹如一只喜欢模仿的猴子，做某种姿势、语气或者说几句时髦大话而已。”又好像唱戏的人，威仪端严，谈吐不凡，说的都是漂亮话，其实内在一塌糊涂。什么都想



假装，但智者一眼就能看出他心中没有任何内涵。

对于以上所讲的过患，再举一个典型的例子来说明：

从前在上师祥仁波切前，有一位威仪庄严、骄傲大的比丘来拜见，上师问：“比丘，你知何法？”回答：“闻法颇多。”又问：“那么所谓的十八地狱界是哪些呢？”回答：“八热、八寒共为十六，及黑帽、红帽噶玛巴，共成十八。”此师虽非不敬噶玛巴而算在地狱之数中，然孤独、近边二狱的名字忘了，而噶玛巴黑、红二帽当时具大名称，故胡乱就算在数中了。

这就是已经发展成大骄傲的一位法油子，虽然他外表威仪庄严，似乎非常如法、调柔，走起路来也很寂静，无论是举手投足、态度语言，他都做得非常好，但是，由于闻法很多的缘故，内心的骄傲特别大。

他来拜见上师祥仁波切的时候，上师问：“你知道什么法？”

他说：“闻法很多。”意思是基础法就不用谈了，那些又深又广又高的法都懂很多。一句话就已经表现出他的慢心。

在上师眼里看得清清楚楚。因为有自知之明的人，自然会有一种谦下的态度，而他却说“闻法很多”。上

师随即问到：“那么，所谓的十八地狱界是哪些呢？”这实际是佛教幼儿园级别的一个课题。

他说：“八热地狱、八寒地狱，红帽、黑帽噶玛巴，总共十八个。”

他并不是因为不恭敬才将噶玛巴算在地狱中，而是当时情急慌张，孤独和近边两个地狱的名字忘记了。同时，具骄傲心的缘故，刚刚已经夸口自己闻法多，这会儿总不能露丑，自然想要遮掩，结果遮出了更大的丑。

可见，骄傲者不会承认自己不知道。其实他应该马上坦露说：“我忘记了，我很差劲。”但他不肯。他说闻法很多，表明对自我的评价很高，认为自己是佛法上的高级修证者。他当时的状态是想蒙混过去，不愿承认错误，念头溜来溜去，情急之中，大概只是非常短的几秒钟时间，紧张和要面子合在一起，慢相与想要遮掩的烦恼合作，于是就开始乱说了。

为什么会这样乱说呢？因为过去藏地信息不发达，而噶玛巴黑、红二帽受明朝皇帝册封以后，名声远播，对于藏地的人来说，落在识田的印象很深，所以，在上师的追问之下，这两者突然在他的脑海中冒了出来。

这种现象其实很容易发生。一个骄傲不肯承认错误的人，每当别人问到他什么，他都要保护自己的体面、身份，不愿说不知道，因为怕露丑，所以，他要马上编造，很快就脱口而出。诸如此类，当时的胡乱说是一种



烦恼状态，是一种情急之下的反应，结果使他暴露无遗——所谓身份高、资格老，自己也觉得在佛法上很厉害的这位庄严比丘，已经彻底暴露出来了。这就是一个大骄傲、法油子的典型。

倘若成了如此，则求法后修持不必说，连文句尚不了知，诚然为惭愧之处。

如果成为这样，说明他只是在外相上学一学，并没有在心上修，所学法没有用来对治颠倒心、发展无颠倒心。或者说，真正佛法的内涵，无论从闻思修哪方面，他都没有学到，只是在积累知识而已。犹如世间人为了求名，不惜花钱或者使用各种手段，同样，法油子为着一个自我虚名的需要，为着自我需要长大，自我需要变崇高，自我需要升级等，也忽略了佛法的内涵，竟表现出如此丑陋的相。佛法当中最基础的思维地狱过患，不必说求法后修持，连文句都还不了解，的确是非常令人羞愧之处。

按照这种方式进展下去，学地狱之苦是如此，学饿鬼之苦也是如此，学旁生之苦也是如此，再进一步学总的轮回苦也是如此，巴不得赶紧划过去，显示自己已经全懂、全知道，可以不再用心。之后，所学的佛法越来越高深，如同水涨船高般，他的慢心竟然也越来越大。

因为人最深层的需要是为着自我，这才是烦恼的根，是一切颠倒的根源，如果对此不认识，就很容易学出一种大骄傲法油子的相。比如，一个人当了县长以后，就只有省长以上才能说得动他，其他人的话根本听不进去，这说明他内心一定是种高相，人完全变了，而且越来越坚固，难以转变。同样，非常丑陋的法油子相，圣者们不欢喜，智者们也发笑。

再说，连一个地狱的数量都答不出，或者连其中的文句都不了解，内心能修出苦吗？差得远。连苦都不知道，会有出离吗？会有持戒吗？会有大悲吗？会有菩提心吗？会为了脱出极其可怕的大苦而昼夜精修吗？这些肯定都成了空中楼阁。所学越来越高，或许自我在佛教圈里也越来越显要，心目当中的自我在别人面前不能低矮，话既然说出来，就不能够丢一点面子，只能让自己更显高大上。但其实这是落入歧途，一旦遇到事情，就只有露丑的份。

这些对于一个真实学法的人来说，应当倍感惭愧。也就是说，由于一种尊崇，以及重视内心善性的缘故，会发现自己确实非常差，太羞耻了，连最基本的地狱的文句都不知道，在这最重要的法类方面竟然毫不用心。

其实来说，目前所谓世间的科技、现代的知识，或者各种硬件、软件，网络上的时髦语、娱乐的追逐等等，这些对于我们都不重要；如果自己是个大菩萨，或许应



该去随顺世俗，去度化无数人，但是，自身在佛法上颠倒得一塌糊涂，最重要的当然是了解地狱，之后从可怕的轮回苦海中脱出。因为我们和地狱只相隔一个呼吸，按照自相续中的业因来看，死亡以后是极有可能掉进去的。

以当前来说，应当首先在法道上运用全副心力，把自己的智慧、才华、勇气等都用上，逐渐成为一个修心的大勇士、大英雄。具足如是内涵，才能够降伏烦恼，才是真正的英勇，才是真正的有力量。如果连起码的地狱文句都不知道，还谈什么求得各类法之后如法修持？不必要，因为连佛法的基础都没有。比如，连一块建筑材料都没有的工人们，怎么可能建出大厦呢？只能构建自己心中虚假的楼阁、成为增上我慢的因素罢了。当我相越来越大，成为非常可怜的一个大法油子时，没有什么能打动他，他只想自搞一套。如此混过一世，不过是最大的欺骗而已。

我们应该为自身感到非常羞惭、面对上师三宝感到有愧。自己实在太差，一定要止息这种虚诳，从此接受普贤上师的言教，改过自新，在自心上逐渐发展修行，对治各种颠倒，之后才会有真实的成长。

戊二、思维饿鬼之苦

第二恶趣处思维饿鬼之苦者：

分二：

- 一、总说；
- 二、别思。

己一、总说分五：

- 一、种类；
- 二、处所；
- 三、苦相；
- 四、寿量；
- 五、身体。

庚一、种类

总于饿鬼，有隐住和空游两类。

饿鬼有隐住饿鬼和空游饿鬼两类。《念处经》中广说，有三十六种饿鬼。所谓“隐住”，即在饿鬼世界住；“空游”，即在人间住，人在夜晚行走的时候能见到。所谓“隐”，意为处在人所不见之处。

庚二、处所



隐住饿鬼居住在南瞻部洲印度王舍城下五百由旬处，是世俗所说阎罗王的住所。当决定受生处所的时候，要在阎罗王面前受审，以及照业镜、称善恶业的重量等。

隐住饿鬼的处所，是一个庞大的饿鬼共业区，是一处非常广阔的地方，其中又有根本处所和眷属处所，如《念处经》等所说。根本处所，即大多数饿鬼群居之处；眷属处所，即是由根本处所分出来的各小支分，由一群一群众生业行所感的较小型的饿鬼区域。再者，饿鬼也有他们的社会组织、家庭组织等，比如有鬼王、有鬼卒。又有贫富阶层，如大力鬼、财富鬼、贫乏鬼等等。又有男鬼、女鬼、鬼母、鬼子。

庚三、苦相

饿鬼共通的苦相：一、受用匮乏；二、饥饿干枯；三、身色不悦意；四、诸根不健全；五、恒常遭到损害；六、在千百年中连水的名字尚且不闻，何况真正受用饮食，因此极为苦恼。

庚四、寿量

寿量有多种说法。《念处经》中说，人间的一百年是饿鬼界的一天，饿鬼的自寿达五百年，相当于人间一

百八十万年。《如意宝藏论》也作此说法。《俱舍论》中却说，人间一个月算为饿鬼界的一天，其自寿达五百年。《亲友书》中又说到，有些鬼能活到五千年，有些鬼活到一万年。

庚五、身体

在《日藏经》中说，大的饿鬼有一千由旬，小的饿鬼仅十二指宽，也就是拇指端和中指端伸开的距离。

己二、别思分二：

- 一、思维隐住饿鬼之苦；
- 二、思维空游饿鬼之苦。

庚一、思维隐住饿鬼之苦分二：

- 一、思维三类苦相；
- 二、总示修要。

初中又有具外障者、具内障者、具特障者等。

辛一、思维三类苦相分三：

- 一、思维外障之苦；
- 二、思维内障之苦；



三、思维特障之苦。

其中，“外障”是指在环境中难得饮食的障碍。“内障”是指根身无法消受饮食的障碍。外障和内障是饿鬼们共通的报障，而“特”与“共”相对，“特障”是属于特殊现相，是某一些特殊业力的饿鬼在环境、根身等上发生的报障。

壬一、思维外障之苦分三：

- 一、总说；
- 二、别说；
- 三、举例说明。

癸一、总说

其中具外障者，乃至很多百年之间，仅水之名也未曾听闻故，极为饥渴而受逼恼，常时中励力求一些饮食而驰走，然毫无所得。

所谓饿鬼具有外界环境上的饮食障碍，是指由于慳贪业力，饿鬼在许多百年中，连说水的声音都从来听不到，在他们的境界里，根本不出现能喝的饮料、能吃的食物，导致身体极度饥渴，受着饥火焚烧等的逼恼之苦。

因此，饿鬼们常常都有求饮食欲，一天二六时中都在努力地求一点饮食而到处奔走，然而以慳贪的业习气成熟，丝毫也得不到饮食。

也就是在外界的环境中，丝毫不出现甘泉、河水、雨水，下至少许残羹剩饭、鼻涕、粪便等都找不到。即使真的有一点，也都被那些看护鬼所守护而没办法得到。不仅得不到饮食，其他如温暖、清凉等等的受用，也都得不到。诸如此类，有外境上受用匮乏、求不得的苦。



思考題

- 1、 观修十八地狱界时，总的有哪几个修持要点？
- 2、 “仅稍知稍闻即舍置而不修持”：
 - (1) 这句指的是什么情况？
 - (2) 为什么会以此成为法油子、具大骄傲者？
 - (3) 进一步为圣者呵责、智者轻笑的情形如何？
 - (4) 叙述骄傲比丘见祥仁波切的公案，并思维：从中如何看出他不了知法，而且骄傲大、成为法油子？
 - (5) 我们在这方面应如何反省？如何改正？
- 3、 饿鬼总的种类、处所、苦相、寿量、身体的状况如何？
- 4、 隐住饿鬼有哪三类苦相？其中外障的总苦相是什么？

以下我们就从各个方面来认识所谓“毫无所得”的苦相。

癸二、别说

如上所述，诸外障饿鬼在器界上具有饮食的障碍，因此，他们在漫长的时间里非常饥渴，受着煎熬，恒常都努力地去寻求饮食，到处游荡、驰行，但是一点也得不到。

对于这种求不得苦，总的落点就是，无论怎么寻求都一无所得。有时见到有长河涌波，然而到了近前一无所得；有时见到有绿树美果，然而到了近前一无所得；或者虽然有饮食受用，然而被守护鬼等驱赶着、打着，自己失望而归；或者在夏季求清凉不可得，在冬季求温暖不可得。诸如此类，在以慳贪恶业力所变现的境界里，没有任何如意的受用，诸饿鬼就有如此深重的外障之苦。

下面就按照引导文，分四个方面来认识：

- 一、长河涌波，无所得苦；
- 二、绿树美果，无所得苦；
- 三、鬼卒驱打，无所得苦；
- 四、日冷月热，无所得苦。



一、长河涌波，无所得苦

有时候从远处见到有长河绿波涌流，处于关节脱位而难承腹部的苦中，踉跄疲极而行故，到了近前，水皆干涸，唯剩河槽，之后极生忧苦。

此处我们应该发展观察的智慧。按照佛所说的教量，从整个缘起进程去观察，就会发现诸饿鬼陷在深重的匮乏苦中。进入的次第分四：一、错觉；二、负重；三、驰行；四、失望。

比如一对相爱的男女，当一方死去，活着的那一个会一直感觉对方还在，这就是由于欲心大的缘故。又比如一位母亲，特别爱自己的独子，当孩子死后，她总是有一种“孩子还活着”的欲，以此会出现幻觉，在白天或梦里，感觉孩子还在。诸如此类，由于饿鬼们在非常漫长的时间里，一滴水都得不到，而他们心里一直盼望能喝到水，以这种求水的欲就发生了错觉：在远远的地方看到有一条长河，绿波涌流。于是心想“太好了，到那里能喝到甘甜的水”。又由欲推动，使得他们不顾任何艰辛，一心要往那边奔。

接着，要看到他们的负重之苦。也就是诸饿鬼的身躯大的有上千由旬那么大，按较小的量度来算，如果一个饿鬼的身躯有一由旬（约四十里），他庞大的腹部，

就好比一座山那么大。然而腿很细，而且两个肢节之间的关节松脱。比如，本来大腿骨和小腿骨之间一个凹、一个凸，中间要用肌腱来连接，但是，饿鬼们由于长年缺乏饮食营养，身上的血、肉、脉等都非常衰弱，皮包骨头，焦黑憔悴，因此，骨和骨之间都错位了。在这种状况下，还要承受像一座山那么大的腹部，自然是处在艰难的负重之苦中。

然而，由于他们实在太渴了，处在如此严重的大苦当中也丝毫不顾，极其疲惫，踉踉跄跄地往前面走。可以想像，那是怎样艰难的驰求之苦——饿鬼们的腿脚纤细、关节脱位，还要支撑如一座山般庞大的身躯，但他们实在顾不上这些，极大的求饮食欲使他们不顾一切。好比人在极度饥渴之时，一旦看到前面有吃的，哪怕走不动，就算爬也要爬过去吃。《念处经》中讲到诸饿鬼求饮食的情形，都是用“驰奔”、“驰求”等，表示那是非常大的寻求饮食的欲，在驱使着他们往前行进。

如是走到目的地的时候，一切水干涸，只剩下空空的河槽。所谓“河槽”，意为两岸高出，河底凹下，犹如一个巨大的槽。为此，他们陷在极大的求不得的忧苦当中。

二、绿树美果，无所得苦

又由见到远方果实累累的绿树，如前一样驰行而到



了近前时，变成了枯干的大柴火树。

第二个例子：幻觉中有树果，实际只是枯枝。

也是常年被饥饿所逼迫的缘故，有强烈的求饮食欲，幻想着得到果实，结果出现深度的幻觉，看到远处有好多果实累累的绿树。由此驱动了寻求的欲，他们顾不上任何困苦，就要到那边去吃。对此，同样按照错觉、负重、驰行、失望四分来思维整个过程的苦状。

他们关节松脱，支撑不起庞大的腹部。在这样负重的困苦状况中，由于求饮食欲胜过了苦受，饿鬼们还是会往前驰行。在极度疲惫、踉踉跄跄行走的苦中，终于到了近前，却看到只是一片大干枯的树林，没有绿叶，没有水份，没有美果，只有一堆堆株机。“枯干的大柴火树”，是普贤上师的描述，柴火晒干了以后，丝毫绿色也没有，枯槁凋零。由于没有任何受用处、面前全是干柴的缘故，先前满心的希望骤然落空，他们陷入极度的忧苦、绝望当中。

三、鬼卒驱打，无所得苦

又见有众多殊妙的饮食受用，然而到了近前，却有众多执持器械的士夫守护故，追逐后用器械殴打令受苦恼。

第三个例子。前两种情况是由极度的求饮食欲而出现错觉，这次则是真的出现了饮食，包括眼、耳、鼻、舌、身、意等的各种受用。比如，有很好的景色，有清凉，有微风等等，诸饿鬼自然要前去寻求。然而，此中有负重、驰行、被驱打、失望四种苦。

仍然是拖着大肚子，饱受艰辛地驰行过去。可是到了近前，有很多带着器械的守护鬼在守护，他们驱赶饿鬼，包括用铁锤打、用刀剑刺、用胃索绑等等。饿鬼们在非常恐惧的状况中逃了出来，还是一无所获，陷入极大的悲恼当中。

四、日冷月热，无所得苦

于夏季中月轮也炎热而烧灼，于冬季中日轮也极寒而阴凉，因而特别忧苦。如是等即是外障苦。

再从温暖、清凉的受用来说。到了夏季，在某些饿鬼的区域，由慳贪业力所发起的器世界的苦相是天气特别炎热，甚至超过人间的南方一百倍。于是，饿鬼在自身所处的环境里到处寻找清凉。在夜晚，他们盼望月亮散出的清辉能带来凉爽的感受，然而月轮在当时却特别热，遍布在空间里的都是炽热的月光，他们一丝清凉也



得不到。

到了冬季，某些饿鬼处在强大的阴冷当中，盼望日轮出现的时候能得到一点温暖，然而，没想到日轮特别寒冷，在整个空间散布的光都是凉飕飕的，他们得不到一丝温暖。

如是，饿鬼们常常都有寻求冷热的欲，但最终都失望而归，陷在极大的忧苦当中。

要知道，事实上并没有识外的日月。人间看到的日月，都是日热月凉，这是人类的共业所感。然而以诸饿鬼共通的业力，现出来的恰恰颠倒，也就是说，夏季月光非常炽热，冬天日光极其寒冷。由于在他们自身上出现想求温暖、清凉毕竟不可得的这种苦相，使诸饿鬼陷入很大的忧恼当中。

再者，有人会怀疑：为什么地下五百由旬处会出现那样广大的饿鬼界？而且有的饿鬼身体高达千由旬是怎么回事呢？地下为什么还会出现日和月呢？

回答：这是不同维次的空间。从印度王舍城地面往下五百由旬处发现有饿鬼世界，有神通者也能深入其中。再者，根据《念处经》来说，实际也不只有一个场所，饿鬼的种类有无数，器界有无数，变现的相也有无数。要知道，这些唯一是阿赖耶识的变现，当受生为饿鬼的慳贪习气成熟之时，自然会变现出相分的饿鬼器界。实际上彼处属于隐住界，跟人间不共处，并不是如

同牛羊等的旁生跟人类处在同一个器界中。在饿鬼世界，以诸饿鬼的共业会显现出饿鬼界特别的日轮和月轮，却又唯一成为匮乏温暖和凉爽的苦相。

再者，在饿鬼器界里，有些饿鬼的身躯比喜马拉雅山还要大，的确可谓是非常大的身体。走动的时候，“咔咔”的声音非常响。在那种范畴当中，各种河、树、山等等，也是以他们寻求的欲，会出现一种受用很丰裕的相。比如长长的河，绿波涌动，河中似乎充满了甘露之流；或者看到凉爽悦意、郁郁葱葱的树林；或者看到前方有各种妙好的受用。诸如此类，都是由他们的业识所变出的幻觉。一旦到了近前，就发现空无所有，或者竟然是相反的相。我们要知道，这一切都是唯识变现，由慳贪为主的恶业习气功能，变现出整体匮乏的相，在这种环境下几乎得不到一丁点受用。

“等”字包括如下雨般降下热沙，或者见到河水变成脓血等等的苦相，如《弟子书》中所说。更广的描述要从《念处经》中来认识。诸如此类，都是饿鬼界以慳贪业力无法得到受用的大苦。

癸三、举例说明

犹如昔日亿耳尊者去了饿鬼之境中，以被饿鬼的慳业之毒热所中而尊者口极渴，在一大铁堡门前，有一个可



怖畏的黑面红眼的士夫，尊者问：“何处有水？”由此如焦木般的众多饿鬼集聚后，都说：“圆满的大士夫，请施舍水。”尊者说：“我也是没有得到水，才求施水故。”说道：“您说什么？我等已生此山谷中十二年了，连水的名字也除了这一回之外没有听闻过。”

从前佛世之时，有一位亿耳尊者，他有俱生的神通，能去到饿鬼界（或许是王舍城地下五百由旬的那一处巨大的饿鬼世界）。到了那里，就被诸饿鬼慳贪业力所现酷热环境中的热毒所中，也就是尊者当时极其口渴，然而在荒凉的饿鬼境界里到处找水也一无所获。

终于，看到前面有一个铁制的大碉堡，也许是饿鬼的某个省长或者某个富豪的豪宅。尊者走过去的时候，门口站着一个黑面红眼、相当可怕的众生，这有可能是饿鬼官员或者富豪的门卫。尊者马上问：“哪里有水？”他冀望于此。没想到声音刚传出去，就招来一大群烧焦的株杌般的饿鬼，他们一起拥了过来，对尊者说：“圆满的大士夫，给水！给水！”尊者说：“我也是没得到水才到处找，找到了这里。”他们说：“您说什么？我们生在这山谷已经十二年了，不要说真正见到水，连水的声音也是除了这回以外，从没听到过。”

可见，那些饿鬼非常可怜，他们听到说水的声音，还以为肯定有希望。然后拥过来看到这样一个人，都呼

作是“圆满的大士夫！”就好比从来没读过书的人们见到一个得到美国哈佛大学博士学位的人回来，他们就说：“你这么有知识、有学问，教教我的孩子吧！”同样，饿鬼世界里匮乏得一无所有，这天竟然看到有人来，他们都仰慕地请求。他们完全冀望于此，因为环境里根本没有水，连找到一滴水都不可能，十二年中也只有这一次听到“水”的名称，就更不用说喝到水了。他们以为终于有希望，结果尊者也没有水，他们在绝望之中发出“您说什么？”的惊叹，好像惊雷一般，打碎了他们的希望。

也就是说，以这些饿鬼们的慳贪业力所感，整个环境十分酷热，热毒超过了人间炎炎夏日的几十倍、几百倍，当然口舌干焦，想到处去找水喝，但是，唯一显现完全得不到水的匮乏之苦。唯识变现的器世界中丝毫得不到水，所谓“百年不闻浆水之名”，这就是饿鬼外障之苦。

小结

总体上应当认识饿鬼的外障。由于匮乏饮食而内心忧苦，身体干枯憔悴，没有任何精华，口、喉、手、脚都非常纤细。远远地见到某处有河水，有绿色的果树等，等到了近前，河流却成为干枯的河槽或者变成脓血，具



果实的绿树变成了干枯的株杌林，甚至成了荆棘。

壬二、思维内障之苦

“内障”，指相对于外环境而言，由慳贪的恶业，诸饿鬼俱生就有报障，也就是根身上有受用的障碍。对此，又要从两方面来思维：

一、思维饮食障；

二、思维行动障。

癸一、思维饮食障

具内障者，以仅如针眼许的小口，纵然饮到了大海之水，也在未入进仅细如马尾之毛的咽喉之前，由口毒之力而干消。假使有少许进入咽喉，而大如地区般的腹部也难以满足。纵然能稍令安适的一些量入了腹部，然而夜晚期间，体内猛火炽燃后焚烧心、肺等一切内脏，故极受苦楚。

此处要由受用的五个层次，来思维饿鬼饮食的障碍：一、口障；二、口腔障；三、喉部障；四、腹部障；五、火燃障。每一层都有障碍，根身上从外到内一路皆苦，全是障碍。通过逐层观察就不难认识到饿鬼得饮食

的几率极小，然而这一切显现完全是慳贪恶业力在诳惑而已。

第一层障：口如针孔般小，即使得到再多的水也喝不进去多少。最多像打点滴一样，或者比蚊子吸水还少地一点一点喝进去。

第二层障：假使有一滴水进入口腔，但是在此部位，由于慳贪业力出现热毒，温度非常高，一滴水很快就干涸了。如同食粪饿鬼身体发臭，是由于恶业的功能力而出现臭味，同样，这些饿鬼的口腔里发生高温，也是由于慳贪的业力。与人类的口腔分泌唾液不同，饿鬼们的口腔是发出很大的热毒，所以即使稍微喝进一点水也马上烧干，也就是说，内障饿鬼能进饮食的几率很小。以上已经有两道障碍在阻挡。

第三层障：即使进入口腔，在要经过像马尾毛那样细的喉咙时，也只能进去一点点水，就像打超细的点滴，很久才有一滴。

第四层障：肚子大到若干由旬，有百千万平方公里那样广大，相当于一县、一市、一省等的区域。即使进去了少许水滴，也没办法满足如此庞大的肚子。比如，人类在肚子没填进食物的时候感觉饥肠辘辘，感觉饥虚羸弱，相比之下，饿鬼们的躯体是人类的百千万倍，当然需要更多的水去滋润、更多的食物来维持。然而，如同一大片干燥龟裂的土地，只滴一点点水、浇一点点肥



有什么用呢？又比如，给一棵参天大树只浇一滴水、撒一把养料怎么够呢？同样，身体失去了滋养，饿鬼们都是枯木一般干焦憔悴。

第五层障：假使在百年之中偶尔得到了一顿食，比如呕吐物、扔弃的剩饭，或者屎尿等，饿鬼们填到肚子里，就好像在沙漠里走了一天的人，终于得到一滴水喝下去，稍微会感觉舒服一点，但实际上根本不够。然而不仅如此，饿鬼们又要遭遇第五层障碍，也就是当天夜晚的一切时间，肚子都是猛火炽燃，烧毁一切心、肺等的内脏，而且，之后每天都要重复一次，整宿当中非常痛苦，直到业功能消尽才能脱出。如此逐层观察下来，发现饿鬼们的确处在极大的饥渴、焚烧苦中。

癸二、思维行动障

欲行走时如地区般的腹部，由仅细如茅草一样的身肢无法支撑，极为苦恼。

思维行动障有两个方面：一、观察饿鬼的腹部如地区；二、观察饿鬼的身肢如茅草。

腿脚健壮、腹部轻盈的人，走起路来健步如飞或者身轻如燕，俨然是个神仙。但是，诸饿鬼的报障太大，腿脚细如茅草，腹部广如地区。经中说，彼饿鬼腹有几

由旬乃至数十、数百由旬不等。即使按照最小的一由旬是四十里来算，许多内障饿鬼的腹部也有喜马拉雅山那样巨大了。所以，他们在走动的时候非常可怜，细弱的肢体没办法支撑巨大的腹部。

再者，关节之间不能很紧凑地接合，走起路来不断冒火，并发出“咔嚓咔嚓”的响声，就好像五百辆马车同时驶过去一样，十分艰难。但是，他们的欲超过了苦，极大的求饮食欲致使心前出现幻觉，见到某处有水、有果子等，于是一边悲号着“饿啊！渴啊”，一边不断地往彼处奔走。由此可知，饿鬼们的处境非常艰难，处在与生俱来极大的根身障碍中，时时感受强烈的逼迫。

小结

总的观察内障之苦：诸饿鬼口如针眼般狭小，喉咙如马尾巴毛般纤细，肚子如大海般广阔，手脚如茅草一样细弱，由此出现难进饮食及行动的障碍。

对此，可渐次抉择为：即使得到饮食，也无法进入口腔；即使进入口腔，也无法进入咽喉；即使入喉，也无法填充山王般巨大的肚子；即使肚子有少部分填满，也由于心、肺等炽燃的猛火，使食物及内脏全部处在焚烧当中，又从口中冒出带火的烟焰。而且，关节处两骨摩擦的缘故，出现炽燃的火。彼等有诸如此类的内障之

苦。



思考题

- 1、 饿鬼的外障苦有哪些情况？请具体解释。
- 2、 饿鬼界位于地下五百由旬处，而有些饿鬼身高千由旬，对此应如何理解？为什么地下的饿鬼界里会有日、月？
- 3、
 - (1) 什么是“内障”？
 - (2) 由受用的五个层次，思维饿鬼饮食的障碍。
 - (3) 由观察腹部如地区、身肢如茅草，思维饿鬼行动的障碍。

壬三、思维特障之苦分二：

一、正说；

二、举例说明。

癸一、正说

具特障之苦者，即是在各别饿鬼的身上，由许多虫做了巢后啖食等等。除此之外，还有很多不定的苦乐类别。

在外障和内障之外，以特殊类型的果报立为特障。特障发生在一个或几个等各别饿鬼的身上。比如，有一类饿鬼的身体成为许多虫子的巢穴，整天被虫子吃，这是一类业障病苦。“等”字包括其他各种种类。比如，有一些饿鬼吃粪；有一些饿鬼吃唾液；有争抢食物的苦；有咽喉生瘰瘤、吃脓血的苦；有的是天上下刀，身体被切割；有一些被镇压在黑暗的地方，由蛇来咬；有一些在孤岛上，酷热难耐，只能以朝露为食；有些成为大力鬼；有些成为给阎罗王当差的鬼。诸如此类，即是所谓特别的报障。

除此之外的“类别”包括根身、器界、受用等等。所谓“乐”，比如有的饿鬼成为鬼中之王、鬼中具福报者，有一些受人們的祭祀，或者吃血时还有一些快乐等等。诸如此类，在《念处经》中有具体的描述。由于宿



世的业千差万别，饿鬼们所感得的苦乐境遇也是各式各样。

癸二、举例说明

昔日亿耳尊者去了饿鬼境中，进了一座无量宫，里面有个美女身色妙好，庄严悦目，以珍宝严饰的宝座的四脚上系着四个饿鬼。她向亿耳尊者献食后说：“他们向您乞讨吃的时，一点点也不要给。”尊者吃食品时，由于诸饿鬼乞求，给予一鬼故顿成糠秕，又给一鬼故顿成铁丸而食，如是给一鬼而顿成自身的肉，给另一鬼而顿成脓血故，彼女来了说：“我没对你说不要给吗？难道你的悲心比我还强吗？”

从前，亿耳尊者以神通力到达饿鬼境内，发现一座无量宫后随即进入，看到里面有一位身色妙好、庄严悦目的女子，她坐在由黄金、白银、玛瑙、翡翠等珍宝饰品严饰的宝座上（看起来好像是一个女王）。接着又看到，宝座的四个脚上拴着四个小饿鬼，好可怜。

那位美女向亿耳尊者奉献食物以后，特别交待说：“如果这几个鬼跟您讨要食物，您一点点也不要给他们。”之后就出去了。

亿耳尊者进食时，宝座四脚上拴着的四个饿鬼都过

来讨要。尊者心生怜愍，把食物给予其中一鬼的缘故，到他手上立即成为糠粃；又给予另一鬼的缘故，到他手上就成为铁丸而吃下去；给第三个鬼时，她自己的肉掉落在手上吃下去了；再给第四个鬼，没想到在她手上变成了脓血。

美女回来后，看到这种情形有点不高兴，她说：“我没跟您讲过不要给他们吗？难道您的悲心比我还强？”

对此尊者问：“他们是你什么人？”回答：“此是我的丈夫，此是儿子，此是儿媳，此是女仆。”又问：“他们由何业捉弄而生在这里？”她说：“诸瞻部洲的人难信故，不相信的。”尊者说：“我现量见了的话，他们怎么会不相信呢？”

尊者于是发问：“他们都是你什么人？”

美女说：“这是我丈夫，这是我儿子，这是我儿媳，这是我仆女。”

尊者又问：“他们是以什么业而生到这里？”

她说：“南瞻部洲的人们疑心大，很难相信的缘故，说了也不会信。”

尊者说：“我是现量见了的，人们怎么会不相信呢？”（意思是，其他人道听途说，人们听后或许生疑，而我是一个证道的人，现量所见，人们会相信的。



就这样，如女王般的饿鬼女开始讲述他们前生的事。）

前世的因缘，四个“为什么”

她说：“我是聂巴城中的婆罗门女，在一个节日前的夜晚备办了精美的食品，那天圣者大迦旃延来乞食，我生起信心后供献了食物。心作是念：让丈夫随喜供养的话，他会出现欢喜的。于是说：‘王子啊！我向圣者大迦旃延供献了斋食故，你也供个随喜来。’他发怒道：‘乃至向诸婆罗门都没献供，对诸亲友也未作事奉，而你于彼秃头沙门给了食物的精华吗？彼秃头为什么不吞糠粃？’

饿鬼女讲到：“我前世是印度边境聂巴城里的一个婆罗门女，我们的家族是婆罗门种姓。在一个节日的前夕（比如过年等），我备办了精美可口的食物。第二天，圣者大迦旃延到门前乞食，我当时生起信心，并恭敬地向尊者献上食物。做此功德后心里想到：如果让丈夫也随喜（随喜的体性即是内心欢喜）该多好，对这样的大功德生起欢喜，他会得很多利益。

于是，我对丈夫说：‘王子啊（这就如同古代称呼公子，是表示一种尊重。而且，当面的称呼很重要，表示尊重和赞叹更容易打动他的心，让他欢喜，他就会愿

意接受）！今天我对圣者大迦旃延供养了斋食的缘故，你也供个随喜来吧。’

没想到丈夫听后非常忿怒，说：‘我们这么好的食物，甚至对高贵的诸婆罗门都没有献供，对于我们的亲戚朋友们都没有作事奉，你是不是给那秃头沙门供养了饮食的精华？那个秃头为什么不吃糠粃？’（可见，她的丈夫其实没有信仰。）

（当时，那位婆罗门丈夫生起嗔怒的状况是如何呢？在他眼里，高贵的是婆罗门种族，佛教的修行者是下贱的。正逢重大节日，当知道妻子把最有营养、最具精华的食物竟然供养给沙门时，他就骂起来了：“为什么把最好的食物给他？对诸婆罗门都没献供，对众亲戚都没作事奉，为什么给那个秃头沙门？给的竟然还是饮食的精华！”

这种状况是源于“慳嫉”。“慳”是吝啬而不肯舍，抓得紧紧的。“嫉”是他嫉妒沙门得到圆满，这一点明显可见。因为内心认定沙门下贱，而妻子竟然把节日盛筵里最精华的部分全给了沙门，他就生起嫉。以此慳嫉，导致怒火冲天：“那个秃头为什么不吞糠粃？”如是造下恶业。）

如是劝子故，彼也发怒说：‘彼秃头为什么不吃铁丸？’



（婆罗门女的儿子也回来了。她心里又想：如此殊胜善行，若能让儿子随喜一下，他将会得很大利益。）于是对儿子说：儿啊！我今天如何如何，你也作个随喜。

（没想到，这婆罗门子也没有信仰。）他同样发怒说：‘那个秃头怎么不吃铁丸子？’

（他跟他父亲是同样的心思：精华食物怎么可以给一个下贱的秃头沙门？说“秃头”，表明他内心有一种鄙视。而且以慳嫉心舍不得把好东西给沙门，无法忍受沙门得到这种圆满。以此恶心就说出恶语。

以上已经解释了两个“为什么”，以下继续解释后两个“为什么”。）

当夜，亲戚们给我带来很多好吃的，媳妇私自吃了，粗劣的给了我。我质问：‘你是不是吃了好的，差的给了我？’她妄语说：‘较吃你的食品，我为什么不吃自己的肉？’同样我给亲戚们带去食物，女仆也吃了后说：‘较偷你的食物，我为什么不喝脓血？’

那一天节日的夜晚（在印度节日期间，亲戚之间彼此赠送一些食物，回礼时也会送一些食物），我的亲戚们送给我一些好吃的，交到儿媳手上，她自己偷偷吃过，只把一些粗劣的食物给我。我相当生气，质问她：‘你是不是自己吃了好的，把差的食物给了我？’

她打妄语说到：‘比起吃你的食物，我为什么不吃自己的肉？’（她是要表现自己不曾偷吃：我为什么不吃自己的肉，反而下贱地要吃你的食物？两者相比，吃自己的肉只是痛苦一时，偷吃你的食物则将堕入恶趣，难道我不懂因果？就这样，儿媳发下毒誓。）

那一天当然要还礼，我就送亲戚们一些食物，叫仆女带过去，结果仆女也是自己偷吃了。当我责问她时，她同样说到：‘比起偷你的食物，我为什么不喝脓血呢？’（意为自己明知因果，为什么不去喝脓血，反而要下贱地偷你的食物？难道我不知道偷食物会堕恶趣吗？就这样，她也发下毒誓。）

接下来，这位婆罗门女的表现其实也不佳。）

对此，我心作是念：这些人受各自的果报时，愿我生在彼处亲眼看到，由此我便生为大力饿鬼女了。要不是那样，向圣者供献食物故，我已经生在三十三天了。

（婆罗门女接着说：）我听到这些话的时候，心中非常气愤，就生起这样一个念头：你们这些人将来在哪里受报，愿我就生在那里，亲眼见到你们受报的情形。以此缘故，我生为大力饿鬼女。如果不是那样，我当日的供养已经具足五圆满的缘故——时圆满是佳节，物圆满是具精华的食品，境圆满是具大功德的圣者，意乐圆



满是信心和恭敬，行圆满是恭敬供养的善行，必定有殊胜的果报，会生在三十三天，享受极大福乐。（然而当时生起这种恶念，结果就生在此处，在我的宝座上就拴着这四个“为什么”，每一次都亲眼看到他们如是受苦。）

如果你去聂巴城的话，向我那个卖淫的女儿这样说：
‘我见了你父母等，他们说：“此业的果是不悦意的，此非圣法的罪要断除。”’她不信的话，就告诉她：‘你先父的屋子里有四个盛满金子的铁铜器，还有金手杖和净瓶，取出这些后时常向圣者大迦旃延供献斋食，供后称我们的名字而回向功德，由此彼业将会薄弱、悉皆消尽。’”

（这时，婆罗门女央求亿耳尊者传个口信，她说：）
您要是去聂巴城的话，我有一个做卖淫行业的女儿，见到她后请跟她讲：‘我见到了你的父母等，他们跟我说：你做这种行业的果报非常可怕，将来会得不悦意果。对于这种并非正法的罪行应当断除。’假使她不信，您就告诉她：‘你父亲从前的屋子里有三样东西，一样是四个充满金子的铁铜器，一样是金手杖，一样是净瓶。你把这些值钱的东西拿出去变卖，有了钱以后，应当隔三差五地供养圣者大迦旃延上好的斋食，之后念我们的名字来回向功德。由此我们会得到一分福德，使我们堕落饿鬼界的业逐渐减薄，以至于全部消尽。’”

案例思维

以他们的别业所感，在饿鬼的领域中，只有这一家如此，别家没有。身色妙好、女王般美女饿鬼住在富丽堂皇的宫殿，坐在各种宝物镶成的宝座上享大福乐，她家宝座脚上则拴着四个饿鬼，一个吃糠粃，一个吃铁丸，一个吃自己的肉，一个喝脓血，这些都属于各别的障碍，在其他饿鬼身上不出现。比如，食物一到手上就变了，这叫“食物障”。案例中五个饿鬼的苦乐属于特别的异熟报，不是共通的。

此公案非常值得思维，对于其中唯识变现的法理我们可分析为五层：

- 1、福业与福果；
- 2、恶业与恶果；
- 3、这是你的相分；
- 4、先善后恶；
- 5、法界因果律。

1、福业与福果

福业和福果有着惊人的相似性。这位婆罗门女人在佳节前夕准备了上妙的饮食，当时发心端正、清静而有力。第二天节日，圣者来到时，她生起信心，用恭敬



的态度献上最好的食物，这是如法的行为。以因果律来观察，有时间、信心、如法的行为、上妙的供品、殊胜的境，当这些因缘和合起来，就出现了亿耳尊者所见如女王般的饿鬼等境相。

她的福果包括宫殿、色身、宝座。因为她当初善心圆满，成熟果报时所变现的宫殿，无论是地面、柱子、房梁、材料，还是光色等，都超出了价值的范畴，是一座不可估量的宫殿，即“无量宫”。这种以过去在识田中熏建的善业习气所自然变现的境相，其他饿鬼根本享受不到。同时，她的色身妙好庄严，令人见而悦目，这是由于行善时的心态、行为都非常贤妙，而且正值良辰佳节，并非风雨、迷雾等不吉祥日。缘起上时也妙、心也妙、行也妙、境也妙、物也妙，所变现的色身果报当然就妙。再者，她的大宝座是由金银等各种宝物所成，在饿鬼界里竟然有如此受用，足见其富贵。

这一切都是由她自身特殊福业所感。她是属于饿鬼界中的富贵身份，福业现福果，其实也都是自己识的变现。

2、恶业与恶果

四个“为什么”是决定性的语言，结果就是由自己所说的“为什么”来决定。

首先，当时她的丈夫非常骄傲——我是婆罗门种姓。他以自私、怪嫉的烦恼，说出的语言是：“为什么不吃糠粃？”这就在识田中落下了恶业种子，果报上也就如是变现。乃至恶业种子的功能没有消尽之间，在他的识田里会一直按照种子的功能来变现，任何食物一到手上就变成了糠粃。

其次，儿子也生起了同样的恶心，又说出决定性的语言：“为什么不吃铁丸？”于是，第二刹那在识田中熏建了恶业习气，又不曾忏悔清净，一旦成熟时，果位识就这样变现，就这样领受。任何食物到了手上，都变成铁丸，他丝毫不错地感受吞吃铁丸之苦，没有其他可食。

以上两个饿鬼的别障，使他们在若干百千万年中一直如是受报。他们是特类的，可以称呼彼等为“糠粃饿鬼”和“铁丸饿鬼”。

再说，那两个女人的贪嫉心很大。（一般的女人，贪欲和嫉妒这两种烦恼比较重，所以女人堕饿鬼的非常多。如《念处经》中所讲的一些案例，往往是丈夫已经答应布施，但她不布施，或者布施下劣的，或者说妄语等等。）她们竟然妄语表白自己有因果观念，知道偷吃别人的东西会堕恶趣，而且为此赌咒、发下毒誓：要偷你的东西，我为什么不吃自己的肉？另一个说：我为什么不喝脓血？



由于当时以恶贪造下妄语赌咒的业，此后第二刹那就在识中熏建了业习气，这是饿鬼的因位识。到了果位成熟时，当初说“我为什么不吃自己的肉”和“我为什么不喝脓血”的，都一一按照自己的业习决定性地变现。也就是任何食品一到手上，马上就现为身上的肉掉落给自己吃；任何食品一到手上，马上就现为脓血。这两种饿鬼也是特障饿鬼，可称为“食肉饿鬼”和“脓血饿鬼”。

3、这是你的相分

我们还要进一步观察微细的业果相。比如，在尊者用手递过去的动作中还是上好的食物，但到了那些饿鬼们的手中，顿时就变成糠秕、铁丸等。其实，这指示了甚深的、唯心自现的规则。

当时的情景中，尊者递食作为增上缘，四个饿鬼识田中的恶业习气作为根本因，第二刹那就出现了苦具。对此，我们需要辨别两种不同识的相分，也就是说，并非在境上实有一个“面包”，并非尊者手上拿的“面包”到饿鬼手上就摇身一变，变成了糠，变成了铁丸，变成了自己的肉等等。其实，尊者心前现的是“面包”，递过去以后在饿鬼心前就以唯识自现为糠秕、铁丸等等。这并不是一个实法到饿鬼手中才有变，而是饿鬼自身的识自然现为如此，这就是“顿成”。我们应当用心体会

此公案的深刻意义。

美女饿鬼说：他们跟你要的时候，一点也不能给。为什么呢？因为即使给予，也自然会以他们的恶业在眼前现出苦具，而绝对不可能是“面包”。她其实很想给，她知道这是自己过去的丈夫、儿子等等；尊者也不忍见他们都可怜兮兮伸出手来，还是慈悲给予，但是都没有用，果然现为糠粃等，他们根本得不到。

此处我们一定要知道，不是“面包”传到他们手上后摇身一变，变成糠粃等，而是他们自识的习气变出面前的相分来。习气是能变的因，以尊者递食物作为增上缘，现起的所缘缘即是糠粃等，在他们的境界中以悭吝习气显现的全是苦，根本现不出“面包”，这就是“唯识自现”。

他们因位的悭贪心总是想让自己好，不想让别人好，其中，要自己好、舍不出去的那一分叫“悭”；不要他好，甚至见别人好就眼红、不愿意的一分是“嫉”。由此阴暗的分别生起虚诳心，说出的话都是欺诳的。“为什么不吃糠粃”、“为什么不吃铁丸”、“我为什么不吃自己的肉”、“我为什么不喝脓血”等就在识田落下种子，这种恶业习气使得后来每当现似有美食的时候，其实少许也得不到，反而现出相应的受苦之具，现出“食物障”。这就是所谓的“猛业成熟所愚蒙，于此种种皆颠倒。”



4、先善后恶

我们要观察到，那位婆罗门女行善的心本来很好，以此感得果位有大福力，然而，后来暴露出她对因果没有胜解。因为她面对家中四人的言语，气得接受不了，就生起一个恶念：“你们这些人将来在哪里受报，愿我就生在那里，亲自看到。”因果律丝毫不爽，既然生起这种念头，在识田植下种子，又没有把它消除，后世就必然落到饿鬼界，实现自己的恶愿。婆罗门女虽有一些智慧，但是智慧不大，她在因果上没有得到胜解，否则绝对不会发这种恶愿。

5、法界因果律

关键要看到，什么也不是，但什么都可以现。我们从正反两方面观察：假使有实法，就不可能无碍地组织变现。怎么可能心中起念，后来果然如是显现？怎么可能把这五个有情的心识恰好放在一处去显现呢？正是由于法界本空，无有实法，所以任何相都可以无碍地现。

也就是说，当这几个有情的心识感得在一个宫殿中出现，宝座的四个脚上绑着四个“为什么”，饿鬼女亲自看到他们如何受报：当初说“为什么不吃糠粃”的，他拿到的任何东西都成了糠粃；当初说“为什么不喝脓

血”的，到她那里，任何东西都是脓血等等。

虽然没有实法，但任何法都可以变现，这叫做“空不异色”，在大圆镜般的大空性中，可以无碍变现影像般的法。如《悲华经》所说，许多他方世界的恶业诸有情，为什么都可以摄集在一个娑婆世界受报，或者组成一个社会呢？法界是无碍的，是大空性的本体，因此，心怎样想，决定就会如是变现。我们应该懂得因果律的可畏。

思考题

- 1、什么是饿鬼的特障苦？
- 2、
 - (1) 复述亿耳尊者所见大力饿鬼女和五个饿鬼的公案。
 - (2) 大力饿鬼女前世的福业和今世的福果是怎样的？为什么她会生为饿鬼？
 - (3) 四个“为什么”前世的恶业和今世的恶果分别是怎样的？以唯识自现之理解释其业报相。



以下是第二个案例：

争抢之苦

如是，阿闍黎哲达日游方故，遇到一位饿鬼女，身色丑恶，是五百鬼子的母亲。她对阿闍黎说：“我丈夫去金刚座觅食经十二年了然未回，您去彼处的话，请转告他：

‘不迅速回来的话，孩子们会饿死啦！’”问：“你的丈夫长得什么样子？一切饿鬼都相同故，我能认出吗？”回答：“不至有误，他是嘴巴大、鼻子塌下、眼睛瞎了、身以不悦意九相庄严的一个。”阿闍黎去了金刚座故，见一个沙弥施水和丢弃诸多食子而行，诸饿鬼抢夺群中有他存在，便将他妻子的嘱托之语告诉他故，他说：“我在十二年中游荡，然只有一次由一位真实的比丘丢弃鼻涕，我等诸饿鬼抢夺此食故得到了一点，除此之外什么也没得到。”阿闍黎说：“此饿鬼身上现在还有由争抢鼻涕而被其他饿鬼打成的很多烂疮。”

从前，成就者阿闍黎哲达日四处云游，来到鬼界后看见一位饿鬼女，身相非常难看、丑恶，是五百鬼子的母亲。她跟阿闍黎讲：“我丈夫去金刚座觅食十二年了，但是还没回来，您去那里就转告他：‘你不快快回来的话，孩子们就要饿死啦！’”

阿闍黎问：“你丈夫长什么样子？饿鬼们都很像，我能认出来吗？”

她说：“不会认错，他的长相很特别。从五官上看，嘴巴大、鼻梁塌、眼睛瞎，身上由九种可恶的丑相作庄严。”（比如皮肤黝黑，没有肉，皮骨相连，脉如罗网般明显，身体又长又大，指甲又长又锋利，看起来粗糙而坚硬等等，有诸如此类的九种丑相。此处所谓“庄严”是反讽的语气。经中常说，饿鬼是以苦为庄严，或者他们的身相以丑陋为庄严。其实就是一种丑陋的大奇观，或者像个丑相的艺术品。）

阿闍黎再去云游金刚座时，见到有位沙弥施水以后，把很多食子抛完就离开了。当处有很多饿鬼过来疯抢。阿闍黎发现这鬼群里就有那位女鬼的丈夫，就把他妻子嘱咐的那些话告诉他。

他说：“我十二年中到处游荡，只有一次，当一个真实的比丘擤鼻涕的时候，我们这些鬼疯抢上去，我少得到一点，此外什么也没得到。”

阿闍黎说：“在这位饿鬼身上还能看到，当初争抢鼻涕时被其他饿鬼打烂的很多疮口。”也就是说，当时这位饿鬼被打得很严重，直到多年以后，身上还有一个明显的疮疤。可想而知，饿鬼是多么苦，为了争一把鼻涕，得不偿失，身体受伤一直都没愈合。



案例思维

这一段关键要认识诸饿鬼的争抢之苦。如《亲友书》所说，诸饿鬼连下劣捐弃的污秽物都得不到，而且在争抢的时候彼此会殴打得非常凶狠。

再说，那位饿鬼母生了五百孩子，她养家的负担太重，而丈夫又是个瞎子，但也没办法，他必须到处去找食物。大概是饿鬼们也敏感地觉察到，在金刚座会有食物，因为彼处定有修行人，自己应该去金刚座附近去找吃的。但作为一个瞎子，十二年到处游荡、东摸西摸，好不容易出现一次机会，也不知道怎么就被他给撞上了。其他没抢到的，简直像要发疯一样。也许当时鼻涕已经有一点被他抢到口中，大多数饿鬼都没希望了，因此，大家视他为敌，把他狂揍一顿，揍得遍体鳞伤。饿鬼界没有医疗设备，伤口过了很多年都没愈合，这就是当时的状况。

辛二、总示修要

如是饿鬼处所随生何处，也都由饥渴为主的种种苦而忧恼，将此苦相取到自心上修。现在我们早上不吃饭也有何种苦状，多年仅水的名字也不得闻的处所中生起了的话怎么办？受生彼处的主因是悭贪及吝啬故，我也积了不可

称计的如此之业，心作是念：这次需要做一个无论如何也不生于如此之处。如是等由至心具足加行、正行、结行三分而修持。

总的修要包括思苦、忏悔、修悲三大主体内容，还有以此延伸的归依、精进、修菩提心等。

首先，思苦就要设身处地体会，关心生命现相，思维自己已经落到这种地步，现量感受饿鬼之苦。“如是饿鬼处所”，指如上所述的外障、内障、特障三大类饿鬼（广说如《念处经》中讲到的三十六种饿鬼），有地下、海岛、空中等各种处所。无论生在哪一处，成为哪一种类，都须感受饥渴为主的苦而陷于烦恼中。

生为饿鬼的主因是悭贪业，饿鬼果报的相就是匮乏。其中匮乏饮食是第一位，为此，他们自身感受严重的饥渴苦。当然，还有其他方方面面的匮乏、绝望等苦。譬如，炎热的苦、寒冷的苦、虫食的苦、寻觅的苦、天上雨刀的苦、蛇咬的苦、盲眼的苦、互殴的苦、行动的苦、焚烧的苦等各种各样身体上的苦。同时，即便到处寻觅，也得不到一点食物，他们始终处在绝望的状况下，忧苦极深。在四处求觅的过程中，他们不断地哀号：“苦啊！饿啊！”面部表情非常忧戚，没有笑容。

“将此苦相取到自心上修”，意为对于上述种种受苦而烦恼的相，不是袖手旁观，而是要把这些直接取到



自己心上,让自己的心处在那种苦状况中设身处地地观修。比如,自身成为内障深重的饿鬼,口小如针眼,没办法吸进饮食;喉咙细如马尾巴毛,根本咽不下东西;肚子大如泰山,却整天处在极度饥虚的逼恼当中;每天晚上腹中火烧,烟焰从口冒出,又怎么受得了?太难受了,而且是整天都处在这种苦当中没办法摆脱,为此忧愁万分。诸如此类,一类一类缘取,思维自己落到其中的状况。

或者成为一个外障深重的饿鬼,到处去寻找饮食,总感觉前方有水、有果林等,当好不容易奔过去,却发现什么也没有,或者出现颠倒的显现。在那种境况下,一直受着以饥渴为主的极重逼恼,而且一直都在深深的忧悲当中。诸如此类,我们就要思维:假使自己落到那种地步该怎么办?

“由饥渴为主”指身体上的苦,“忧恼”指心上的苦。我们可以进行对比思维。今天假使没吃早饭,到了中午就饥肠辘辘,身体感觉虚弱,坐不住。同时,自然会考虑去找一些食物。假使找不到,就会很着急,饥火上来的时候,一心只想找东西吃。假使两顿没吃到,心就更急了,不能专注,一直惦记着食物。感觉身体特别虚,被饥渴逼迫得厉害,不想干别的,只是到处去找:“哪里有水”、“哪里有吃的东西”?如果得不到,内心当然越来越忧恼。假使三顿没吃没喝,简直忍无可忍,

虚弱无力地躺倒，却又要挣扎着坐起来，那种强烈的饮食欲驱使着自己四处寻求。如果所有饭店都关门，也没有人给食物，内心就会出现一个非常忧愁的状态。短短的一天时间，身上饥渴逼迫的苦和心上忧愁的苦都已经达到非常严重难忍。

假使堕在饿鬼界，受苦长达百万年，在漫长的时间当中连水的名字都听不到，又该怎么办？自己能忍受吗？有心力去接受极度难忍的大苦吗？难道敢说“我是英雄好汉，住在这里根本没问题”吗？

比如，在现世当中，连别人的少许打骂都受不了，更何况被关进重刑监狱，遭受各种非人的刑罚，被倒挂在横梁上，用电棒触，用鞭子打，又被迫服劳役，整天受刑等。相比之下，一旦堕入饿鬼界，绝不是几年几十年就可以脱得出来，而是会不断地成熟、变现这种果报。再者，这也不是表面说一些漂亮话，或者讲讲感觉就能顺利过关的。

因此，我们应该思维：假使堕入饿鬼界，一方面是无法面对，另一方面也难以逃脱，即所谓“怎么办”，其实就是没办法。比如，患上癌症，在初期还有办法，一旦到了晚期，癌细胞扩散得一塌糊涂，全身溃烂，还能有什么办法？同样，当已经陷入饿鬼界受报，出现了饿鬼道的根身器界，谁还能抵挡？届时只有受苦的份，而且是长达百万年。因此，这一现相必须引起我们的关



注。

转生饿鬼界的主因是悭贪和吝啬。对自身吝啬，不肯使用；对他者悭贪，不肯布施，与此相连就发起各种身语意恶业，造下投生为饿鬼的因。如同身上已经有癌细胞在生长般，识田中积集了无可计算的转生饿鬼的业习气，就叫做“因位的饿鬼”。如果不处理而任其成熟，总有一天会陷入那种无法脱身的悲惨状况，因此，我们趁现在就要尽快解决。

怎样才能避免这种苦呢？我们应当为自己有个切身的考虑。首先发起猛利的誓愿：趁我现在还有可能性的时候，一定要修一个绝对不生到这种处所的道！以此驱使自己修持忏悔、积资等对治法，来避免投生饿鬼界。

“等”字中包括推己及人地修悲。很多众生已经陷入饿鬼界，对此，我们应当思维：愿他们一刹那间脱离饿鬼界的苦难！但愿他们脱离苦难！愿我亲自去拔济他们的苦难！缘念尽法界、虚空界一切饿鬼界的苦难众生而发起广大悲心，并且为他们回向。哪怕自己修集了一点点功德，也都布施给苦难的他们。如是基于对生命现相的关怀，我们要在心上转动善念。

诸如此类，真正按照加行、正行、回向这三分殊胜，由衷、如理地修持。

庚二、思维空游饿鬼之苦分三：

- 一、总说；
- 二、别说；
- 三、总示修要。

辛一、总说

第二空游饿鬼者：即是妖精、王鬼、死魔、部多、女鬼、独脚鬼等。此等也常时唯一行于怖畏及错乱显现中，常时处于恶心中故，唯一精勤于害他之业，由是因缘，死已无间多堕于地狱等的恶趣深渊。

总的思维凶鬼、厉鬼等空游饿鬼的苦难。这类饿鬼有无数类型，比如妖精、王鬼等等。对于他们的苦要从两方面思维：一、现世苦；二、来世苦。

“现世苦”，指唯一行于恐怖和错乱的显现中，就如同受到惊吓的疯子。由于过去曾经杀害众生等，此时就出现一种凶性的疯子相，常常处在恐惧中，处在各种错乱的妄现中，害怕别人要杀自己，或者处处感觉有危险。比如，生前常常解剖小动物来做实验，在活杀动物时使它们惊惧不安的缘故，以这种恶业的等流果，自心常常感受恐惧，在梦中或者白天，眼前都会出现各种错乱显现。恶性的业力使他们一切时唯一行于这种状况中。“行”指行运，表示迁流不断，无法摆脱这种疯子



般的状况。

对于未来苦，要从惑、业、生三种杂染来思维。三者次第相生。也就是当受生为这类凶鬼后，从“惑”来观察，他们常时住在恶念当中，常常想害人，即是造作等流；被这种恶意乐所驱使，唯一精勤于损害他者之业；果报非常悲惨，多数是死后堕入地狱等恶趣深渊，长劫感受更深重的苦。

辛二、别说

空游饿鬼的苦相无量无数，此处仅是按照两种特殊类型来描述人们较熟悉、看得到或者较明显的状况。

第一类：

特别者每七日间，生前自己是由病、兵器或悬梁自尽等何法而死，即受其苦后欲转移至他身故，无论到哪里，都唯损于他无益于己。于生前的亲戚朋友等的面前以欢喜趋至，也唯令彼等发生疾病、疯狂等的不欲诸苦。

这一类鬼生前患有某种恶性疾病，在疾病的逼恼中死去。或者在战争、殴打等中，被兵器砍下脑袋，或者碎身万段等而被杀死。或者悬梁自尽、投河、服毒等而死。生前以何种方式死亡，由于一直执著那种状况的缘

故，在堕为凶性饿鬼之后，每七天都必须感受一次同样的死法。比如，之前是被车轧死，以其执著力，死后每七天都会出现车子又轧到身上死一遍的苦相。如果是被砍削脑袋而死，也就会每隔七天感受一次脑袋被砍的苦。可想而知，他们苦到不得了。由于这种苦无法忍受，他们只想把这种苦转移到别人身上，结果走到哪里也都是对他者做损恼。如此一来，他们的苦是不是减轻了呢？不，对自己没有任何益处，根本不可能以这种方式转移自苦。

再者，即使看到生前的亲戚朋友等，欢喜地来到诸亲友身边，也唯一是使亲友们生病、发疯等，感受诸多不想要的苦。也就是他们的恶业力会感染到亲友身上，而且，亲友一旦染上就很难摆脱，非常不好受。人间有些人生病或者发疯等，其实就是这种恶性鬼的邪加持所致。

由具力的密咒师做压、烧、抛故，或者长劫压于地下暗处，或烧于护摩火中，或以芥子、石子等物抛撒而击中，则头破百分、身碎为千分等，唯常时受苦外不越于此。

不仅如此，由具力量的密咒师做压、烧、抛等的缘故，他们分别会感受三类苦相：第一类，长劫被镇压在地下黑暗之处，无法脱身；第二类，在护摩的火中被焚



烧；第三类，有法力的咒师以芥子、石子等器物抛撒而打中他们的缘故，头部碎成一百分，身体碎成一千分等等。这类鬼唯一常时受苦，不会超出这种状况，也是由于他们经常做扰乱，咒师们迫不得已要对他们作镇压等。

冬日寒冽、夏月炎热等诸颠倒相，也与总饿鬼相同而现出。

再说，在这一类饿鬼心前，冬天太阳寒冷，夏季月亮酷热等，即所谓的“四颠倒相”，与总的饿鬼同样现出来。

由于过去虚逛心太重，当这种猛业成熟时，自然会受业所骗而出现各种各样的颠倒境界，即所谓“事与愿违”——希求的是冬天有温热的阳光，暖烘烘地照在身上，夏天有清凉的月光，洒下一丝凉爽，结果却是冬天太阳寒冷，夏天月亮炽热；或者远远地看到有清澈的河流，就希望到那里能喝到水，结果却是出现脓河；或者以为那边有郁郁葱葱的果林，结果却变为枯木的景象；或者似乎天要降雨，结果下的都是热沙，诸如此类的“颠倒相”随着慳嫉等恶业习气不断显现，而且往往都是跟自己的所见相反而显现。

第二类状况：

有些则现鸟、狗等色形故，色相可恶。

这一类饿鬼现为鸟、狗等的身相，所现色相非常可恶，让人根本不想看见。

如是等类，即是行于无法思量的差别苦中，

这一句是总结。对于以上所举出的两种类型，我们要按照《念处经》等进一步多作了解，就不难发现此类空游饿鬼具有各式各样的苦。实际上，他们活在一种我们没办法用思维来了知的状况、种类等的苦差别当中，诸如恐惧苦、错乱苦，或者反复感受生前被杀伤、自尽等的苦，或者感受被镇压、被焚烧，或者感受冬寒夏热、境界永远不如意等无量无数的苦。总之，这类空游饿鬼是以苦为“庄严”，他们的差别相也都是由过去所造业的差别而决定。

举例

《念处经》里讲到有一类魔罗饿鬼。当初他们不行正法，说邪见法，行在邪道——谄曲造恶的道中，积下很多恶因。以此缘故，死亡以后堕为魔罗身饿鬼，受此



惡鬼之身。

他们长时住在恶心当中，见到诸比丘经行、饭食以及坐禅等，就会造作乱心妨碍的事，或者发出可怕的声音，使人恐怖，或者使人做恶梦。这一类饿鬼是魔罗所摄。由于他们憎恨嫉妒正法，专门行暴恶之事，以此现生造恶的因缘，在当世就有很大的苦，感得大热铁团从口中进入，所受之苦跟地狱罪人没有差别，这就是所谓“唯损于他无益于己”。不仅吞吃炽热的铁丸，没有止息地感受极大苦恼，而且，这类魔罗迦耶鬼命终以后还会堕入地狱，多劫受苦，或者满十劫，或者满二十劫。也就是说，他们决定在三恶道中或被烧炙，或受打棒，或者被他者所食啖。由于在生时精勤造作害他之业的缘故，死后立即堕在地狱等恶趣深渊当中，长劫难以脱出。

《念处经》中又讲到有一类欲色饿鬼。他们过去行淫欲法，得到财物就施给非福田处的凡人，以不清净心作布施的缘故，死后生在欲色饿鬼当中。

受生为鬼身以后，能够随着自己心中的意念，想变得好看就好看，想变得丑陋就丑陋，想变作什么可爱色或不爱色都能变。或者作男子身，容貌端正；或者现女人身，姿态美妙；或者作旁生身，相貌特别；能够变作各种上妙庄严；能够周遍游行在一切方所。他们能以微细的色身进入别人家中偷盗，从而求得饮食，世人就会说：“毗舍闍鬼盗我的饮食。”假使他们变成人的身相，

就能混入节庆的宴会中。或者变成鸟身，吃人祭祀的饭食。他们的色身细密，以人眼见不到。他们也就随意地变作各种色。有的现为女身跟人交会。总之，他们以各种庄严欺诳人们，行于人间。命终以后，随业流转，受生死之苦，很难再得到人身。

辛三、总示修要

故彼等之苦也取在自身上观修。之后对已生彼处的诸有情修习慈心及悲心等，以具足加行、正行、结行三分而修持。

通过从总体、差别来了解空游饿鬼，并结合《念处经》等的经教开展出极广大的见识，再进一步确认存在那样可怜的众生，他们的苦五花八门等，如是在心中已经产生深刻认识，而且能够记得住、现得出彼等苦相以后，再作切身的修持。

修持时，关键要分清空游饿鬼的苦和自己是两个还是一个。如果是两个，就说明自己只是作为观众去旁观他们的苦；如果是一个，我们就要把那些苦当作自己所受，每一种苦都是自己身上发生，这种方式叫做“取在自身上观修”。我们应当观想：果位识已经成熟，自己一刹那间成为空游饿鬼。比如一睁开眼，自己是个妖精，



或者一个独脚鬼等，非常可怕。或者自身过去在争斗中被仇家砍了脑袋，每过七天，都要被砍掉脑袋，疼到无法忍受。之后自然发起恶念：“这个苦一定要放到别人身上去。”为此到处寻找替身，无论到达哪里都是损害别人，而自身的苦并未因此得到丝毫缓解，只可能会逐渐加重。

如是缘取以后，对于此等已经受生为空游饿鬼的诸有情修习慈心和悲心：内心明白这些众生非常苦，应当为他们修习拔苦的悲；他们毫无乐受，应当施舍食物、安宁等让他们得到乐。“等”字意为，为了自他一切有情，通过追悔、防护等忏悔的修要，永远断除受生为空游饿鬼的因。诸如此类，以具足加行、正行、结行三分来修持。

思考题

- 1、复述哲达日尊者所见瞎眼饿鬼的公案，并思维：诸饿鬼有怎样的争抢之苦？
- 2、对于隐住饿鬼之苦，总的观修方法有哪几步？对此掌握后如理观修。
- 3、
 - (1) 什么是“空游饿鬼”？
 - (2) 总的来说，空游饿鬼有怎样的现世苦和来世苦？
 - (3) 阐述本文所举两类空游饿鬼的苦相。
 - (4) 如何将空游饿鬼的苦取在自身上观修？



戊三、思维旁生之苦分三：

一、思维隐住旁生之苦；

二、思维散居旁生之苦；

三、总示修要

第三恶趣处旁生之苦，也分隐住、散居二类。

第三恶趣处是我们需要关注的第三类生命现相，它们叫做“旁生”，落在很可悲的状况中。无论飞禽、走兽或者水族，它们都是横向而行。比如，人间可见走兽的四脚、头、身躯都是横向，不像人类一样直立；飞鸟在空中也是横身而飞的；水族更是横着游的。诸如此类，就发现它们是受苦状况，这一类叫“旁生”。

旁生的苦处分为隐住和散居两大类，以此二类括尽一切旁生苦趣的生命现相。而我们要关注的是周遍苦的状况，由此就会对于这样一大生命现相发生觉醒。自心上也要感觉，自己目前正在造集这种因，一旦落入旁生界，那要受非常难忍的苦。另一方面，要关怀父母有情，正落在旁生苦中的有情无量无数，对此要修大慈大悲心，以及忏悔、修出离心、修菩提心等等。诸如此类，都是由关注生命现相的苦难而发生的善心。

所谓的“隐住”和“散居”两类，从人类的观照点来说，一类是在人类的肉眼以及科学仪器的视野之外，

称为“隐住”；一类是从隐住这片大区域的旁生范畴里扩散出来，居住在其他处所里的旁生类，称为“散居”。

从根本和眷属来说，旁生的根本处所是大海，住在大海中的这一类称为“隐住旁生”；旁生的眷属处所是水、陆、空各处，比如我们可以看到非洲大草原上的动物、各大江河中的水族，以及空中的各种飞禽等等，这一类称为“散居旁生”。在法界中即是如此丝毫不乱，有根本就有眷属。地狱的分布方式也是同样，八寒八热等是根本地狱，近旁扩散出来的是眷属十六近边地狱，以及更小型的孤独地狱。饿鬼界也是如此，根本处所在地下五百由旬处，是阎罗王所管制的大范畴，此外还有无数的眷属种类。

对于隐住和散居两类旁生的根本苦，由总到别、从各方面观察以后，我们会确认旁生界有非常大的苦处，而不会照旧认为它们没有感受，或者好像活得逍遥自在，因为实际状况确非如此。最后，我们还要透彻地观察到，旁生之苦无量无数，而且极为难忍，连丝毫的真实安乐也没有。这就是旁生界的苦状，是它们所感果报上的真相。

以下就按照隐住和散居两大类来深入思维。

己一、思维隐住旁生之苦分二：

一、思维旁生的差别；



二、思维其苦相。

一、隐住者：

对此，首先需要了解受苦主体的差别，其次应当思维这些受苦主体所受的是哪些大苦。把握好这两方面以后，我们就能切实地了解到旁生巨大的苦相。

庚一、思维旁生的差别分三：

一、处所；

二、数量；

三、种类。

辛一、处所

外边大海之中，

首先，展开视野，要知道隐住旁生住在此世界以须弥为中心的数多重山最外围的一个大海中。这并非我们在地球上所看到的东海、渤海或者太平洋、大西洋等，而是在这个小世界最外边的大海，作为旁生的根本处所。

辛二、数量

鱼、鲸、螺、龟、虾等如酒糟般密密麻麻而有，

在广阔的海域中，旁生的数量有多少呢？鱼、鲸、螺、龟、虾等各式各样、密密麻麻，如酒糟般存在，不可计数。《念处经》讲到²：在三恶趣中，旁生数量最多。

辛三、种类

其中大的如长蛇、摩竭鱼等，可以围绕须弥山多匝，而小的细到如微尘、针尖许。

再看，旁生的种类如何呢？它们随着各自的业缘感果，大者如长蛇、摩竭陀鱼等，能围绕须弥山几圈，经中也说到，庞大的达到数万由旬；小的则仅如阳光中的微尘，或者如针尖般细小。

诸如此类，旁生界不应该被我们忽略，它是数量最多、种类最广的一类生命现相。

² 《正法念处经》云：于五道中，畜生种类，其数最多。



庚二、思维其苦相分三：

一、互相吞啖苦；

二、黑暗生存苦；

三、愚痴无尽苦。

这些种类的旁生，活得很快乐、很自在吗？或者很有智慧吗？显然不是。以下就从三大类苦相来思维。

辛一、互相吞啖苦

然诸大者吞食小者，而诸小者也直钻大者而食，诸大含生各各身体被诸多小虫做了巢穴居住而食。

那些大的旁生吃小的不必咀嚼，一口吞下；那些小的旁生则是直接如针管般钻进大的身体里面去吸食，或者用牙齿去咬等等，在一个个大的旁生身上，有许多小虫做巢穴，把它们的身体当成住处兼食物。

也就是说，生物界由于共业的因缘会聚在一起，却免不了互吃互杀。这也是以过去结下的不善业缘，才被法界发配到杀场般的大海中，整天感受惨不忍睹的果报，大吃小、小吃大，丝毫的安心、快乐、平安都没有。

辛二、黑暗生存苦

又有生于洲间不见日光之处，故连自身支节的屈伸也不见，以是因缘而极苦恼。

在洲和洲之间，也就是铁围山围绕的区域当中，由于被挡住了阳光，所以叫做“不见日光之处”。如果生到那种器世界里，即使是自己肢体和支节的屈伸都无法见到，当然会极为苦恼。

我们要从因到果，一层层地观察到决定的苦相。也就是，受生在不见日光之处以后，不必说见到其他东西，就连最切近的、自己身体上的头部等支分，以及粗粗细细的支节等，也一点都看不到。整个生活区域里一片漆黑，以此缘故，竟然从不知道自己长什么样。犹如瞎子般，艰难地生存、活动在黑暗的状态中，当然极其苦恼。

辛三、愚痴无尽苦

愚痴重故一切取舍之处皆愚蒙，是故当生苦无边际之处。

仍然是从因到果一路作观察：第一步，观察到它们的愚痴相；第二步，观察到它们愚痴的状况；第三步，观察到它们未来的前程。

由于它们处在黑漆般愚痴的状况中，对于一切应做



什么、不应做什么的取舍之处全然愚蒙，毫不知晓。

此处“愚蒙”不是指迟钝。迟钝意为反应慢，而它们的反应绝对不慢，稍有一点动静马上逃，为了自我的生存和性命反应很快，但是，在法道方面，即使是最起码的仁义礼智信等也一概不懂。也就是说，什么该做、什么不该做，比如杀生不好、不应做，邪淫不好、不应做等等，对这些事毫无辨别能力，这就是愚蒙的状况。

再观察它们未来的前程。由于因位有业果愚，自然以此造下无量无数的恶业；造下一项恶业，就必定有一个将要受生的苦处；由此，苦果源源不断，它们会受生无边无际的苦的处中，这就是由因推果。

通过以上三个方面可知，整个外边大海区域内无量无数、大大小小的旁生类都正处在大苦中，它们真是一大苦的“庄严”。

思考题

- 1、释词：旁生；隐住旁生；散居旁生。
- 2、隐住旁生：
 - (1) 这类旁生住在哪里？其数量有多少？其种类如何？
 - (2) 详述这类旁生的互相吞啖苦、黑暗生存苦和愚痴无尽苦。

小结

隐住旁生居住在无量的海域当中，身依和相状千差万别，如同酒坛里的酒糟般，满满地都是。总的来说，身体小的只有头发尖般细小，或者只有日光里的微尘般微小，大的长达一万由旬，比如有些海里的象身长七个由旬，大摩竭鱼长达两千七百由旬等等。

苦的状况又分根本和差别。所谓“根本”，是由宿世串习愚痴的力量，生来就住在深重的愚痴苦中，对于取舍不知，而且以此造下吞啖、淫欲等各种恶业，又会陷落到恶趣深渊里，住在不见边际的苦状况中。所谓“差别”，是指迭相吞啖苦——大的吞小的，小的钻到大的身体里吃，以及生存艰难之苦——那些处在洲间、铁围山中间等黑暗海域中的旁生，没有日月光明的照临，连自己肢体的屈伸也见不到，此外还有寒热饥渴等的无量诸苦。

己二、思维散居旁生之苦

散居之旁生者：

分二：

一、总思维人天龙境中旁生之苦；



二、別思维人間境中旁生之苦。

思维散居旁生的苦处，包括两大类。也就是要周遍到所有旁生苦的范围进行思维，才有助于对十方三世一切世间界的旁生修习平等的大悲。其中，“总”，指人天龙境中旁生的各种苦相，“别”，指我们最切身的人间范畴中各种旁生的苦处。通过总别一一思维产生普遍、广大的认识之后，还需要再进一步发起广大的悲心。

庚一、总思维人天龙境中旁生之苦

诸天及人境中有者，也唯一行于愚蒙及役使之苦中，龙等为金翅鸟损害、降热沙雨、愚痴、凶暴及具毒等，故而困苦。

“散居旁生”，指从旁生根本处所大海中散出，在其他水、陆、空中居住的旁生。依《念处经》所说，旁生在五道中都有，有地狱界的旁生、鬼界的旁生、人界的旁生、修罗界的旁生和天界的旁生。此处主要是对人天龙境中内的旁生来思维苦处。

所谓的“诸……有”，指在人天的主要处所中有无量种类、不计其数的旁生。以往昔愚痴为主的种种恶业，变现出各种水陆空的旁生形态，它们或者在水里游，或

者在地上走、蠕动，或者在空中飞。这些人天境内的旁生，唯一行于愚蒙和役使苦中。

“愚蒙”，指宿世以来串习愚痴的习气，致使它们对于取舍极其愚蒙，远离能得涅槃的清静善法，不堪为道器。所谓“役使”，是指自己没有自在，被他人驱驰和役使，遭受脚踢、鞭抽、棒打、钩牵等等，成为高级人天有情的资生之具。这也是由于过去造罪欠债，才要以此畜生身来还报。而且，以宿世串习愚痴和造恶无福的业因驱使，尽此一生都在愚蒙和役使两种苦中度过。

天境的旁生，如《念处经·观天品》中所说，有蜜蜂、鱼、鸟、凤凰、象等等。彼等即使生在天上，也以恶业、愚痴深重的缘故，成为低等生命，成为诸天人的坐骑等，感受役使之苦，其具体状况可从《念处经》中得到认识。人境中旁生的这两大苦，将在下文中讲述。

接下来以龙类为例来作说明。龙类具五大苦：

- 一、天敌损害苦；
- 二、热沙烧身苦；
- 三、愚痴颠倒苦；
- 四、凶暴破坏苦；
- 五、具毒吐毒苦。

天敌损害苦

龙的天敌是金翅鸟。诸金翅鸟住在很高的树上，它



们会突然把水分开，使诸龙显露出来，然后就把龙直接吃掉。所以，龙类常常遭遇被金翅鸟损害、吞啖的苦。

热沙烧身苦

《念处经》中讲到，诸龙王的处所为戏乐城。在非法龙王居住的处所，常常雨下热沙，热沙著在这些龙王的头顶上，如炽然的火般焚烧，同时被烧的还有宫殿和诸眷属。当这些全部磨灭时，又会重新现出，然后又有热沙雨降下，在恶业功能没有消尽之间，都会如是反复降下热沙雨。在相关引导中说到，有些龙的处所里，每天都降热沙雨的缘故，烧灼诸龙的肉和骨头，非常痛苦。

愚痴颠倒苦

各种恶行龙王不知道应作不应作，它们专作非法恶行。

凶暴破坏苦

“凶暴”，指由严重的嗔恚乱心后，龙与龙之间互相嗔恼、互相加害。一旦有人惹到了龙王、污染了它们的水，它们就会抓住不放，做出很大的破坏行动。例如，在佛世之时，波斯匿王有一次惹怒了两个龙王，结果它们降火，甚至要把整个皇宫毁灭。

《增一阿含经》中记载，一时，释提桓因禀白佛陀：

“佛的母亲现在在三十三天想要闻法，而佛在阎浮提内为四部大众所围绕，国王人民都来云集。世尊可以到三十三天为母亲说法。”世尊默然答应。

当时，难陀、优槃难陀龙王生起这样的念头：“这些秃头沙门在我头上飞，我要作方便，让他们不在虚空中飞行。”于是，龙王兴起嗔恚，放大火风，使阎浮提境内烧得一片大火。

这时，阿难就对佛说：“阎浮提内怎么有这样的烟火？”

世尊说：“有两个龙王生起了这样的念头：‘这些秃头沙门总是在我头上飞，我们现在要共同制服他们，让他们不在虚空中行走。’随后就兴起嗔恚，放出烟火。以此因缘，导致这些变异。”

当时，诸大阿罗汉都来请求降伏毒龙。佛说：“这两个龙王非常凶暴，很难降伏、调化，你们都不要去。目连可以去。”后来，目连施展神通降伏了两条龙王，把他们带到舍卫国佛陀面前来受归依。那时，世尊正在说法。目连对龙王说：“你们不能以龙的身形到世尊处。”于是，二龙王变成人形，在佛前听法。

当时，波斯匿王有事也来问佛。当他来的时候，别人都因为他是国王而起身迎接，只有这两个龙王坐在那里不动。波斯匿王想：“他们这么无礼，如果是别国的人就要杀掉；如果是本国的人，就要关进牢狱。”



这样就惹火了二龙王。他们心想：“我们要共同杀害这些人民，使他们一个不剩。”转念又想：“国中人民有什么过失？我们要取舍卫城的人，把他们全部干掉。”然后又想：“舍卫国的人有什么过失？应当取皇宫里的百官僚属全部杀掉。”如此一来，那两条龙王发怒以后，兴起雷火霹雳、暴风疾雨，在王宫上雨下瓦石、刀剑，又雨下高山、大砂砾石。当时，幸亏目连以神通挽救了这场灾难。

又如《旧杂譬喻经》中所说，往昔有一个拔抵龙王，他的性情非常恶虐，数度任意妄为暴戾之事。多次集合诸龙共同兴作非法的风雨、霹雳，降雹杀害人民、鸟兽和蠕动的虫类等，杀生的数目达到无央数。龙王的凶暴由此可见一斑。

具毒吐毒苦

龙和龙之间彼此嗔恼的时候，就会吐毒加害，毒气相当厉害。《念处经》中讲到，各类非法恶行龙王会对四大部洲降灾。以南瞻部洲为例，恶龙增长势力以后，在南瞻部洲区域现出巨大的可怕身形，然后以恶心发起恶云雨，雨降落的地方都生出恶毒之树。风吹毒树，就有毒气入于水中，使水也混杂毒素。一切五谷也被染上，凡是吃到的人都出现病苦，而且，五谷的力量减薄的缘故使人短命。

“具毒等”的“等”字包括其他的离群孤独苦、寒热饥渴苦、为虫啖食苦等。所谓的“孤独苦”，指有的龙离开友伴独自居住，孤苦伶仃。“寒热饥渴苦”，指有的龙受严重的热水之苦或者寒冷之苦，以及饥渴之苦等。“为虫啖食”，指身上有很多虫在啃食着它。

龙有胎卵湿化四种，其间苦乐的差别非常大。所以，娑竭罗龙王也说：在龙趣当中，有的享福似天神，有的受苦似地狱，还有的等同于人、畜、饿鬼的受用，各自随宿业而受报。又比如，从前世尊为无量菩萨说法时，有一条盲龙住在热水当中，全身鳞甲下的肉都被小虫啖食，号叫着希望能得救度。又有无量恶龙泪如雨下，各自询问自己宿世的因缘等等。再者，文昌帝君宿世的公案中讲到：他曾经有一世做邛池之龙，被囚禁在积水之下。那时连年干旱，水变成了泥，那条龙的身体非常大，又没有洞穴可住，天上有暴热的太阳烤炙，龙的身体内外都受着很大的热苦。在它八万四千片鳞甲下，都各自生长小虫，咬噬不已。那条龙只能困苦地在地上宛转，不知道经过多少年。诸如此类，都是所谓寒热、饥渴、为虫啖食等苦。

再者，龙的数量非常多。《念处经》中讲到，当南瞻部洲人不顺正法而行的时候，有无量诸龙生在各种水流中；而南瞻部洲人随正法而行，就有五十七亿的龙生在众多水流中。“龙等”的“等”字，包括了诸如江河



湖海当中的各种水族。

有关龙等世间的受苦情形，具体需从《念处经》中得到了解并进一步思维。

庚二、别思维人间境中旁生之苦分二：

一、思维野生旁生之苦；

二、思维家养旁生之苦。

总思维人天龙境内的旁生之苦后，再把视线转移到与人密切相关的旁生类苦，它们又分野生和家养两类。而且，关心生命现相的心应当拓展到极致，一方面关心自身，另一方面也关心其他生命，因此，要尽量进行周遍地观察。对此，有所谓的“野生”，即不归人所有的生命类型，又有“家养”，即为人所豢养的生命类型。要看到，在极其宽广的范围里，比如在山间、在原野、在地下、在江河、在虚空等无量处所里，有无量种类的旁生现相，其中任何一种都处在非常深的苦当中。

这里有因行、果位等方方面面的观察，要观察个体、群体，以及生物圈里迭相残杀，或者遭到异类人的伤害等等，由此会发生全面的认识，从而拓开我们观照的层面。由此发起的自身要脱离旁生界的心，即是出离心；要帮一切众生出离旁生苦趣的心，即是大悲之心。诸如此类，要透过关怀生命现相来发展出善心。

（1）思维野生旁生之苦分四：

- 1）思维惴惶恐惧苦；
- 2）思维迭相杀害苦；
- 3）思维残忍遭杀苦；
- 4）思维身本杀因苦。

先观察野生旁生的苦处。在无数苦的种类里，先要看到几大典型的苦，即恐怖苦、吞啖苦、遭杀苦等等。延展开来，还有作为旁生本来就有的生老病死、寒热饥渴，以及同类之间争斗等等的苦处。这样就可以整体地看到野生动物的苦处。以下逐类地认识它们苦的状况。

1）思维惴惶恐惧苦

特别思维人间旁生之苦，不为人所私有的野兽等类，唯一行于畏惧之心态中，连吃一口食物也处在不安稳中吃，

所谓“惴惶恐惧苦”，是由于过去造恶而出现的领受等流，即一直处在恐惧的状况中流注不息。这是一种业力病，连吃一口食也处在不安稳的心态中，或者睡眠时也提心吊胆，不敢放松。“等”字还包括飞禽、水族、虫类等等。



这一段讲到旁生界特别显著的心理苦相，即恐惧之苦，分总说、发明理趣、举例三个方面来思维。

总说

首先揭示纲要，分为七门：一、相状；二、因缘；三、原理；四、决定；五、相续；六、程度；七、周遍。

苦的相状，指心里常悬恐惧。苦的因缘，是宿世给人制造恐怖，造下了这种恶业。苦的原理是天道好还，这属于领受等流，所谓“恐惧人者得恐惧心”。苦的决定相指唯一，不可能有其他安稳等的心态。苦的相续相是常行，这种心理病状相续不息，这是由于阿赖耶识中的种子一旦起了现行以后，心里就会这样翻腾、搅扰，没办法止息。苦的程度相，是连吃一口食物都不安。苦的周遍相，指在无数报障旁生的心上都有这种状况。

发明理趣

我们要看到果上的相就能推究到因，而且要看到缘起的道理。这属于领受等流，怖畏的心态是由过去造的恐怖业而来的，它的苦相是唯一陷在那种非常害怕的心境当中，无法脱出。就像有的人，由于宿业而有很重的心理病状那样，这是一种俱生的难以摆脱的心理状况。

由于过去曾经打家劫舍，制造了各种大恐怖相，使得别人的魂都吓掉了，或者心惊胆颤、提心吊胆等等，以这样一种恶业，很多都是先罚在地狱里受苦，然后超生到旁生界里的时候，这种等流一直跟在身上，没法摆脱。

又要知道，这在等流当中属于领受等流，也就是天道好还，这是法界自然的法则。过去给人制造恐怖，在识田里熏入的恶业功能非常强，到了做旁生的时候，那个种子的功能一现行，心里翻腾起来，就是那个状态，所以，这是一种业力的病、等流的病。就像一个杀人犯杀了很多，他常常心不安，或者忽然间就感觉有人要杀自己，或者做恶梦有狗要咬自己等等，这都是自然的缘起法则，就会出现这样的恐怖心态。这样就可以看到苦的决定相，因此用“唯一”两个字，它们不会心很安的，只有行了善业，良心安的时候才有安稳。

这种业相，就好像身边埋伏着各种杀手，时时可能被杀掉那样。就像在战火纷飞的地方，自身又处于弱势，感觉好像很多枪口对着自己，心里一直感到恐惧。或者在社会动乱的时候，黑社会横行，走在街上常常怕被绑票、枪杀等，甚至连睡一个安稳觉的机会也没有。像这样就知道，由于已经有这种恶业的缘故，那么在恶业的功能没有消尽之间，会不断地在心里搅扰、动乱，一直流注不息，这叫“常行”。人的福报大一些，即使有一些俱生的不良心理状况，也是偶而发作，而这些旁生非



常苦，尽其一生唯一行在恐惧的心态当中。

所谓的“普遍相”，要知道无数旁生都是这种状况。这又是什么原因呢？好比娱乐圈两性关系混乱，有邪淫习气的人聚在一起。或者奸诈、盗取恶习重的人聚在一起，成为商人的群体。或者邪慧重的人，成为世间思想家的群体。或者喜欢杀盗等的人，组成黑社会的团体等等。诸如此类，都是法界“物以类聚”的法则，也就是业习相近的众生会聚在一块。也因此，在旁生界里可以看到，它们心上显著的苦相就是恐惧，在无数旁生的心中都有这样俱生的心理病，这就是普遍相。

举例

接着结合《念处经》所说的獐鹿的个例，来体会旁生的恐惧之苦。《念处经》里说到獐鹿的习性。由于宿世曾经做过强盗，击鼓、吹海贝，到城邑、聚落、村营那里破坏别人的栅栏，出很大的音声，施加恐怖，这样的人死了以后堕入地狱，各种各样的苦无不俱受。从地狱出来，生为獐鹿，心常常悬着怖畏。由于宿世破人村落，让人恐怖的缘故，生在旷野山林当中，心里常常多有恐怖。比如在河边喝水的时候，心里就惊慌，害怕旁边有狮子、豹子等埋伏，会一下子丢掉性命，所以心很不安定。再者，睡觉的时候也害怕被猎人宰杀等，一点

不敢放松。诸如此类，由于业力的缘故，就要领受这样的恐惧之苦。

了解了獐鹿身上的恐惧之苦，举一反三，其他诸如兔子、田鼠、麋鹿、野牛等等，也都是如此。我们可以看到，动物世界里所展现出来的状况，它们常常都处在一种危机感当中、一种恐惧的心态当中。诸如此类，是难以拔除的心上的大苦。

2) 思维迭相杀害苦

迭相吞啖，有数量众多的猎人及猛兽等的害者，以鹰吃小鸟、小鸟吃虫作为表示，常时积集迭互残杀的恶业，

这一段要分两分思维：一、报障门；二、因行门。

一、报障门

这又要从缘起的法则作观察。这里是一个迭相残杀的生命圈，会遇到非常多的猛兽、猎人等的杀害者。譬喻：就像处在极其恐怖的地区，时时都会被枪手枪击，被谋杀者杀害，处处都有可能中弹。处在这种充满了怨敌的包围圈中，朝不保夕。

这里跟前面有什么差别呢？前面是指心理的苦，这



里是指报障之苦。这是由于法界规则，将这些具有杀生等恶业的心识聚在一块，成为一种生态圈的状况。那么一旦果位识成熟，就发现已经陷入这种业力圈当中，时时刻刻都有可能被旁边的怨敌吃掉。不像人间和平年代，百姓安居乐业，甚至达到夜不闭户、路不拾遗的状况。当然，在战争年代，人们的共业一旦成熟，那也是非常可怕的，就像第二次世界大战那样。然而，如果落入野生动物圈里，那就是这种状况了，会发现非常多的受害者，因此时时可能被杀戮。这是报障上的苦。

二、因行门

这要从能表、所表两分来思维。能表就是一个表达，比如鹰吃小鸟、小鸟吃虫子。还可以举例，比如蛇吞青蛙、青蛙吃蚯蚓等等。从前悉达多太子出城门时，看到鸟吃虫子，发生极大的悲愍。他已经洞察到，这一个例子表达了，那个生态圈处处都是如此，常时唯一积集残杀的恶业，这非常的可怕。

那种状况，就好像一个发疯的杀人犯，天天都要在路上杀几个人。然而，杀人犯还不是以那尸体作为食物，而那些野生的兽类、猛禽等，不吃其他动物的尸体是没法过活的。基于基本的生存欲望，它们每天出去觅食的时候，就是充当杀人犯。不吃不能饱，不饱没法活，由

此，就陷入到那样一种业力状况里了。就像这样，由于内在具有嗔毒，以造作等流的力量，也就是过去曾经做过杀戮的业习在心中弹起的话，它们处处都要杀生，吃其他植物等没有味道，它们不想吃，而外在又没有正法光明作为教导，因此，因行上的苦是非常明显的，成了一个整日杀生吃肉的杀手。

譬如一只鹰、一头狼等，天天都要去杀生，一生积上千次的杀业等，这样不断地积集增长，而没有忏悔等止息的机会，它们也不可能断除。那么，当它们这一世结束以后，立即堕入恶趣深渊，百千万劫难以超出。从它们生命的走向来看，极其可怜。就像人间最凶残、心态失常的杀人犯那样，未来的命运非常可怜，这是从因行上去观察。而在整个生态圈里，那些猛兽等天天这样造杀业，一个吃另一个的时候，后面又有一个在等着吃它，那种共业的生态圈就是这样显现的。

如果我们能看到非洲大草原、热带原始森林等的状况，看到野生动物界极显著的迭相吞啖的共业状况，这样就会发起怜愍之心。而且自身也感觉，掉到那里非常可怕。要么就像落入极恐怖的黑社会地区一样，时时都可能被杀掉；要么自身充当一个非常凶残的杀手，天天都以其他生命的尸体为食，之后又要堕落到万丈深渊般的恶趣苦处，那是非常可怕的，这样就会发出离心。畜生的业根本上是愚痴，以此伴随发出各种恶性的业力，



对于这一切一定要截断，否则一旦落入旁生的业报当中，那就太可怕了。

思考题

- 1、
 - (1) 散居旁生住在哪里？
 - (2) 解释天境人境中旁生的愚蒙及役使苦。
 - (3) 龙类有哪些苦？
- 2、 人间旁生有哪两类？分别解释其体相。
- 3、 野生旁生：
 - (1) 由相状等七门细致抉择“悼惶恐惧苦”的体相。
 - (2) 由报障门和因行门，抉择“迭相杀害苦”的体相。

在能表当中，鹰吃小鸟、小鸟吃虫只是举个例子，实际贯穿到旁生界无量苦的现相上。这一类众生以杀戮、吞啖为性，这表达了共业的缘起相。

如果对于《念处经》里讲到的六道状况，一个个细致去了解的话，就会发现六道共业现相的普遍性。这里虽然只是几句，但很难得到确定的认识。一旦认识才知道，譬如在地狱里就是火烧、寒冻等等，受非常严酷的刑罚。在饿鬼界整天找不到吃的，代表饥饿，比非洲难民还要惨无数倍。而旁生界现出的是残杀相，像现在拍摄的动物世界的片子，一看就很清楚，尤其在非洲大草原以及广阔的大海里，杀戮的现相非常严重。这是属于六道各自的特征相。所谓的“能表”，表达的就是这个状况。

下面再通过一些具体的例子来认识这种状况，由此，自身修出离心、对众生修大悲心，都会有着重点。

举例

鹰捉兔鸟

譬如，一只野兔刚刚跳出洞穴，不曾想远方高空中有苍鹰，以它的视觉已经清楚地看到野兔，并且定为捕捉的目标。之后盘旋几圈直冲下去，就一举拿获而把它



吃掉。

或者，鸟刚吃到小鱼、虫子等，飞在空中，没想到后面就有苍鹰。它的速度极快，爪子非常锐利，直下就飞下去抓住小鸟，然后把它吃掉。

野兽吞吃白蚁

树上生了非常多的白蚁，把树干里面都吃空了，出现了洞。而它们的怨敌——长着尖嘴巴、长舌头的野兽，正在旁边伺机以动。野兽把舌头探到树洞里面，一下子就舔着一大片白蚁全部吃掉。但它还没吃饱，于是用尖锐的牙齿进一步咬开树洞，吃到更深处的白蚁群。

巨蜥毒害野牛

一头强壮的野牛正在草原上吃草，不曾想已经处在三头巨蜥的视察之下。以它们的观察，野牛非常强猛，没法直接攻击，就采取偷袭的方式。等到野牛不提防时，迅速上去咬它一口，之后野牛就中了毒。然后，这几头巨蜥一直追随野牛，野牛走到哪里，它们就跟到哪里，等到野牛失去警惕时，又迅速上去咬一口。这样紧密跟随，直到把它拖死为止。到了第七天，毒素在野牛体内扩散，它吃不消，只能趴在地上，这三头巨蜥一上去就把它吃掉了。

狮子围攻鸵鸟

鸵鸟非常有力量，它的脚一蹬就能伤到野兽，没想到，三头狮子已经盯住它，准备下手。它们采取合作的方式来攻击。鸵鸟看到只是一头狮子躲在那里，也没太在意，其实，三头狮子已经埋伏下来，伺机以动。当狮子们看到可以下手时，三头合作冲上去直接围攻，一下子就把鸵鸟吃掉了。

海洋大屠杀

每年当暖流到达南非东海岸时，有数十亿条沙丁鱼沿海岸洄游，一方面是为了获取暖流中的浮游生物，另一方面要随暖流回到产卵的地方。它们在海洋食物链中处在较低的位置，洄游时将遇到数千条海豚、数千条鲨鱼、数十万只鲣鸟和巨大的布氏鲸的劫掠。

沙丁鱼群通常生活在距离水面70到80米深的海洋里，只有在追逐暖流时，才出现在较浅的水域。海豚们就利用这个时期，它们在沙丁鱼群外面四周穿梭，在精确地计算和准确地分工下，数十亿条沙丁鱼逐步被上千条海豚分割成小群，而且被驱赶到海角较浅的海面。跟随海豚的是鲣鸟。它们捕鱼时，以时速六十公里从空中俯冲，接近水面时收拢翅膀，如利箭般插入水中。鲣鸟依靠海豚——当海豚们打乱了沙丁鱼群队伍，把它们驱逐到接近海面，到了鲣鸟可以攻击的位置时，鲣鸟们就



下手了。这时候在海中，海豚们开始猎食，大量地吃沙丁鱼。数十万只鲣鸟抓住机会，一次次地俯冲攻击。沙丁鱼们非常可怜，它们想潜到深一点的地方躲避，但下面有大量的海豚，周围全部被结结实实包围了，没有逃生之路。大的鱼群被吃得七零八落，变成小的鱼群，而小的鱼群继续被攻击，变成更小的鱼群。

这时，更恐怖的事情发生了。鲨鱼们嗅到了远方的血腥味，在欲望的驱使下赶来劫掠，大肆地攻击沙丁鱼群，一开口，非常多的沙丁鱼就成了它们的腹中之餐。

最后一个劫掠者是布氏鲸，它们的体型巨大，成年的长达十五米，重二十吨。它们不能在太浅的水域捕食。在其他捕食者饱餐以后，剩余的沙丁鱼群可以逃到较深的水域。这时，布氏鲸看到沙丁鱼群自投罗网，只需张开大口，一口就可以吃掉上万条沙丁鱼。

要知道，真正的大战场是在海里。法界的规则就是把具同类业缘的众生放在一起。像这些沙丁鱼，面临的是海豚、鲸、鲨鱼、鲣鸟等的袭击，非常可怜，这里面结的业缘相当可怕。可以看到，这里面业的状况，的确像《念处经》所讲的，旁生界有非常大的残杀、吞啖的苦，因此非常难以脱出。正如圣贤们在经教中所说：轮回的因缘千万别扯，你扯一个事情就会搞出无量来。就像这样，一旦落到旁生界里，那种业缘互相牵扯，发生影响。在人间，上世纪出现的世界大战非常可怕，但比

起海中的战场，还只是小巫见大巫，在海中的战场上，一次性就可以吃光多少亿条生命，非常可怕。

从这里要明白，我们的心对于轮回的因缘千万不要牵扯。假使以愚痴因缘堕为海中的旁生，譬如成了一条沙丁鱼，那在洄游期间，整个家族都要被血洗一遍，十不剩一，假使有幸活了下来，回到了暖水区域，也还是要遭到洗劫。这就看出，还有互相牵扯的因缘，就像一旦落入黑社会里面，那整天就是拼杀，一旦落入旁生界里，那难免出现吞啖、残杀的苦。这就是旁生界里共通的苦相。

当我们透过引导，以及结合《念处经》的学习，逐渐发展出六道的观念以后，世间学说的那些影响就会逐渐地排除掉。由此，会看到整个生命界都是苦难，而不是世间人所描绘的，比如旁生界有如何美好的自然景观，或者它们也像人一样，多么有智慧等等。那些熏多了的缘故，我们就看不到大海里面是杀场的一幕、众生残忍凶性的一面，只是觉得这些动物们很可爱。实际不可爱，它们全部都在恶性业力的控制下，非常可怜。只有转换了观念以后，才看到轮回是非常可怕的，想早一点脱离。在自身上要截断轮回的因，对于众生界修大悲心，然后发起一个乃至轮回空尽之间救度一切众生的大悲愿心。诸如此类，要转换自心，要通过大量地观察来变掉自己的心意。



这里我们要设身处地地观想：譬如，自身已经沦落成那头食蚁兽，由于饥饿难忍，加上凶残之性，到处窥视哪里有东西吃。当看到那棵树洞里面充满了白蚁的时候，马上爬到近前，以凶残之心，伸出长长的细舌头，不断地舔着，把它们吃掉。如果我是这样的旁生，那一天当中就要吃掉成千上万只白蚁，这样日复一日，将来的下场会怎样呢？非常可怕。

在《念处经》里，天王讲到各类中阴的状况时说：众生以愚痴的缘故，作很多恶业，堕在畜生道中。在畜生道里，一世所作的恶业，在百千亿生受报都无法完结。或者在一个劫到百千个劫之中生死流转，从生到生，被业的锁链所捆绑，流转在世间受畜生之身。所以，宁可堕地狱、饿鬼，也不受畜生之身。这样自己就要想：如果我成为那头食蚁兽，那命运十分悲惨。正如经中所说：多少劫都没有脱出鸽身。我们以为，那些白色的鸽子多么吉祥。其实只是外在表相，它们是以愚痴凶残为性的，一只鸽子一生中不晓得要吃多少虫，或者它们的那种习性非常坚固，因此无数劫也没法脱出。

或者这样想：自己成了那只大蜥蜴，身上有毒，为了得到食物的缘故，一直到处寻觅猎物。虽然看到野牛那么有力量，但自己以嗔心还是想把它干掉，为此尾随不离。比如在七天当中，心里的嗔毒非常厉害，而且一定要把它吃光。像这样，是不是一个非常可怕的谋杀

犯？假使自身堕到这样的生物链中，那的确没有正法的光明，不晓得修仁慈，结果日复一日地造这样的杀业。如果我变成那只大蜥蜴，是多么可怕！造的恶业那么多，未来的前程一片惨淡，将落入不见边底的恶趣深渊。

或者想：自己成为一只野兔，每天十分小心警觉。某一次感觉四周特别平静，终于出了洞，要去吃点草、喝点水。没想到高空中的苍鹰正对着我飞了下来，瞬间就拿掉了我的命。像这样，旁边有狼、鹰、猎人等的害者，整天处在恐惧惶惶之中。再说，自身为了觅食的缘故，也要吃一些虫子等。诸如此类，就是旁生界的苦难。

以上讲了旁生内部互相残杀的苦，接着要看到旁生界面临的最大的杀手——人类，给它们带来的苦状。因此，下面要接着思维，在人类的邪慧和欲望的窥视之下，旁生们几乎都没法逃出魔掌。当人类想利用诸旁生换取钱财、享受等时，旁生们身上的皮、肉、骨等，全部都会被掠夺光。要看到对这些旁生来说，有一种最大的强盗，那就是人类。

3) 思维残忍遭杀苦

诸猎人等于恼害而杀彼诸有情的业之方便具善巧故，由陷阱、网罗、圈套、枪等诸多损害法瞬间击杀其命。



这里关键要看到决定性，就会知道诸旁生命运的悲惨。“故”前是因缘，“故”后是结局，要看到它的周遍性。“诸”和“等”，都表示一切贪婪的人类。那些强势的人类智力高，千倍万倍超过诸旁生。由于这些人类对于杀的操作方便非常善巧，有很细的策略，又有先进的工具，乃至现在发展出高科技手段，再加上人类共同合作的力量，这些合起来，旁生们几乎无法逃脱，因此非常可怜。

我们细致思维时，关键要在苦相上去看。“彼诸有情”，就是指有利用价值的诸旁生。“恼害”，是指烦恼，让对方受很大的伤害。这里的“杀”是广义的，一开始有杀的预谋，之后有杀的准备、杀的观察、杀的加行等等，整个一系列就叫做“杀”。“害”，有阴害、阳害，比如有迫害、逼害、陷害、毒害、网害、围害等等。

诸如此类，人类的智力很高，工具很发达，群体配合的力量很大，这样的话，对于杀的方便就能非常精密地掌控，对这一切非常熟练。只要一发现动物，比如出现了它们身上的气味或者屎尿等气味时，那动物们几乎没法逃脱了。以这个缘故，人类就会采用陷阱、罗网、圈套、枪，以及现在的捕鲸船、炸药、毒药等的高级手段，各种做损害的方便，效果达到瞬间就可以击毙旁生们的性命。尤其在末世，由于人类的邪慧和欲望的扩张，

可以看到，凡是在人类旁边、可供利用的旁生，基本都没法逃脱。

这样就看到，轮回是很可怕的，由于业缘非常杂乱，加上人类贪婪、私欲的扩张，旁生们又有前世欠的业债，那就没法逃出了。我们可以设身处地地想：如果自身堕落成一个人类旁边的动物，自己的皮、肉等可以换取钱财等，那是没法逃出的。这就知道，广大的旁生界都是残忍遭杀的命运。在人畜关系上可以看到，在人类这个最大杀手阴影的笼罩下，这些旁生们只有被杀的命运。下面就结合一些例子来体会这一点。

举例

诸猎人的方便在于他们善于观察，设置陷阱。他们的眼力很厉害，在森林、山野等地去搜查，看到小路上有野兽的脚印，心里就有数，知道它们经常经过这里。之后，就在动物们常常走的那个地方设置陷阱、圈套等等。比如，设一种上下都有锋利铁齿的夹子，动物们一踩到，夹子立即夹起来，把它们骨头夹断。这个夹子又连着一根绳子，绳子拴在树上，使得它们没法逃脱。就像这样，这些旁生在高智力人类的窥视下，人类又有很好的工具，结果就性命难逃了。

再者，猎人们知道，夜晚麻雀等鸟类一见到光就会



惊呆，所以晚上就用大电筒往树上照。一照上去的时候，如果树上有很多麻雀，那它们一时间就都呆住了。然后就用气枪打，一次可以打中很多。

再者，猎人们知道利用猎狗这个方便来捕杀。也就是，猎狗具有灵敏的嗅觉，而且凶狠，能驱逐。猎人们事先捡一些动物的粪便让它嗅，提前有所识别。到了打猎的时候，就把猎狗带出去分工合作。由于猎狗能嗅到动物的气味，当它发现旁边有这种气味时，就会咬着主人的裤子，这样猎人们马上就知道这里有猎物。如果野兽躲在灌木丛等当中，就派猎狗去赶，猎人们就躲在山冈或路口等处。当猎狗把动物们赶出来的时候，主人马上用枪对着猎物射击，这样人狗配合，就拿到了野兔、野鸡等的命。像这样，人有很准的枪法，猎狗有很灵敏的嗅觉，两个一配合，这些动物们就无处可逃了。有很多动物在洞穴里面，猎狗也能够嗅到，嗅到以后使劲地叫，猎人们就知道那边有动物。知道了狐狸、兔子等躲在洞中以后，就用烟去熏，熏得要命的时候，那些旁生就会逃出来，然后一举拿获。

或者山上有大一点的野兽，猎人们会合伙去捕杀。他们也会排兵布阵，分散在各头，加上枪法又很准，一旦发现哪里有大的野兽，那这些野兽几乎是逃不出去了。

像这样，人类的邪慧用在捕杀动物上有很大的力

量。那些都是低等生命，它们的脚印、尿等一经被发现，很快就被捕杀而没命了。如果是虎豹等被发现了，那猎人们非常勇猛，几伙猎人合起来，非要把它干掉不可，因为价值大。可见诸旁生很可怜，只要人类认为有利可图，或者对自身有损害的话，那决定会被歼灭的。

譬如藏羚羊，因为能从它们身上获取高额利润的缘故，那些不法之徒开着车，组成猎人团伙，他们知道藏羚羊群在哪里出没，之后围攻，杀到最后几乎一个不剩。

或者人类觉得江河湖海里的水族等有利可图，那么，在人类邪慧和欲望的观照下，那些生命基本没有可逃脱的机会。比如海里的大鲸鱼，那些从事杀生行业的人，开着非常大的捕鲸船，而且技术很先进，直接能够射中，之后把大的鲸鱼钩上来，由此获取高额利润。或者在沿海地区，很多捕鱼的人，在一天当中把多少鱼全部都生擒活杀。为了捕捞各种水族等，人类发明了网、炸弹，或者山茶渣等的毒药。这样的话，大江、大河、小河、池塘等中的鱼类、水族全部被一网打尽。比如用网一捞，差不多全部捞光；用炸弹一扔，水里的鱼几乎全炸死了；或者用山茶渣等的毒药去毒鱼、泥鳅等水族，结果全部性命难逃。

或者人类觉得蚊子、苍蝇、蟑螂、老鼠等有害于己，就会发明很多毒药。在现代化的各个小区里面，就有老鼠药、蟑螂药等免费提供。这样几乎无有遗余，在千家



万户里面，基本连一只蟑螂、一只老鼠也见不到，全部都被杀光了。

就像这样，在精通杀生方便的人类邪慧的控制之下，运用高技术，动物们瞬间就可以毙命。

4) 思维身本杀因苦

又有因自身所生的角、毛、皮等而被杀戮，也就是海贝因珍珠而被杀；象因牙、骨等而被杀；虎、豹、水獭、狐狸等因皮故而被杀；獐子因麝香故而被杀；野骡、野牛等因血、肉故而被杀，自身即成被杀之因故极为苦恼。

这里还是要看到做旁生的苦处，在人类贪婪的眼光下难以脱身。并且设身处地地想：我如果生为一个旁生，假使皮好、角好、肉好，或者身上的器官可以做贵重的药材、装饰品等，那就难逃人类的魔掌了。而且，这个身体生来就成为被杀的因的缘故，非常苦。

譬如鹿，由于它们的鹿茸好，全部被杀掉，子子孙孙没有剩余的。又比如藏羚羊，它们的皮子好，在欧洲市场上能卖很高的价钱，因此，被贪婪的猎人歼灭干净了。再说，现在世上很少有象，就是由于它们的牙、骨很好而被杀掉的。那么多的海贝，由于有珍珠而被杀。虎、豹、水獭、狐狸等因为皮子好而被杀。獐子由于有

麝香，人类就跟踪，发现哪里有獐子全部杀掉。野骡、野牛很健壮，肉鲜美，人类贪这种食物，如果捕到它们，拿到高级饭店能卖很高的价钱，所以它们统统被杀掉了。又比如在南方的树林里本来有很多鸟雀，现在去看基本没有了。天上飞的、地上走的、水里游的，凡是能成为人类的盘中餐，就统统杀光，连猴子也不放过，要吃猴脑。就像这样，衣冠楚楚的人类是这么残忍，他们有很大的欲望，而且有邪见，认为没什么因果，动物们可以杀。因此，诸旁生的身体如果有价值的话，就注定了要被杀掉。

这样去思维，就会感觉这世界很苦。对于自身来说，千万不要堕为旁生，尤其不要堕为末世的旁生，因为在末世，无因无果的邪见盛行，人们的贪欲扩张，为所欲为，生为旁生就只有挨宰的命。再者要发一个悲心：这个世上无数的动物们，都处在被宰的厄运中，它们没有一点安宁，四周都有人类极广大的监测，以及极准确的命中率，那是没法逃出的。像现今这种高科技的状况，海里哪个地方不能去？高原上哪个地方不能到？哪个地方探测不到？通过卫星探测，地球上的每一个地方都能看得清清楚楚。

再说，人类如果要攻击其他人，那只要按一下按钮，千千万万的人一瞬间就可以全部摧毁，更何况旁生？因此要知道，只要诸旁生的身体有价值，就成了被杀之因，



它们生下来就是这个命，所以极为苦恼。这样就可以看到，轮回有什么意义呢？真是非常苦。这就是由于宿业而导致的命运，因此，要一心从轮回中解脱。

思考题

1、

- (1) 复述“海洋大屠杀”事例，并略作分析，认识野生旁生界迭相杀害的共业现相。
- (2) 人类以邪慧和欲望会对野生旁生造成哪些苦？结合实例对此细致思维。
- (3) 什么是“身本杀因苦”？

（2）思维家养旁生之苦分二：

1）愚痴苦；

2）驱役苦。

1）愚痴苦

依于人的诸旁生者，由于愚痴，屠夫拿着刀到了面前也只是眼睁睁看着外，连逃避也不知道。

依于人住的诸旁生，是只能关在如监牢般的圈栏里的生命，它们被绳子绑着等，为人所养，最终为人所用。由于它们不像野生旁生类那样反应灵敏，所以更加显得迟钝。连屠夫拿着刀到了面前的时候，它们也毫无反应，只是眼睁睁看着，连逃避都不知道，可见陷在非常深重的愚痴苦中。以此类推，尽其一生都是以愚痴造杀盗淫等的各种恶业，没办法脱出恶趣。

2）驱役苦分三：

①总的思维家畜旁生界驱役之苦无所不具；

②特别思维马等负重之苦；

③特别思维牛羊等尽其一生恒被役使，直至衰朽遭杀之苦。

①总的思维家畜旁生界驱役之苦无所不具



如是“挤奶、负重、阉割、穿鼻、耕田等的役使的差别”认为未感受的一个也没有。

像这样，这些家畜旁生，我们去讲的时候，在挤奶、负重、阉割、穿鼻、耕田等役使的差别里，没有受过的一个也没有。也就是，凡是人可以利用的都被利用了，有价值的地方全被剥夺了等等。

比如，身上的毛被剪，有的是奶被挤，有的是体力被利用来负重，或者人为了好控制而把它们阉割、穿鼻等，或者让它们来耕田等等，所有这些役使的差别，人能用上的统统都用上了。去观照家畜界受奴役的状况，什么样的役使差别都做了。这就可以看到家畜界整体的苦。

②特别思维马等负重之苦

负重之马等背部全成了疮仍然还在负重，以及由人乘骑而行走等，不能走时或被鞭子抽或被石头打，主人从不想“他们有困难和苦痛”。

负重的马等这些被驱使者，背上驮着非常重的东西，整个背部全成了疮，但还是要忍着苦去负重，因为它们没有自在。再者，让人骑了而走等等，当走不动的

时候，就被鞭子抽打，或者被石头打击。因为打得稍轻一点，旁生们是不走的，所以主人狠狠地抽，或者用石头猛利地打，它们受刺激以后不得不走。而主人对它们像无情的色法一样看待，认为它们没有心里的困难和苦痛。就像这样被驱役。

譬如驴驮的东西非常重，背上的皮全都磨破了，能看到全身都是淤血。曾经有一个老太太见到这样的驴，就说：“畜生畜生！你下辈子不要做驴，去极乐世界！”一下子驴的眼泪就流出来了。可见有非常大的驱役之苦，不得自在。

③特别思维牛羊等尽其一生恒被役使，直至衰朽遭杀之苦

诸牛羊者在未遇老死之间被使用，衰老之时或被自家杀或卖给他人，无论哪一门都是受宰杀，而没有一个能自然死亡的。

这些牛羊类一直要用到老死之间。除非已经老了，没有利用价值，或者不值钱的时候，就会把它们杀掉或者卖掉，无论哪种门径，最终都只是被杀的命。因此，这些家畜子子孙孙一个又一个，最终就是脖子上挨一刀，能够自然死亡的一个也没有。这是讲它们的命运之苦。



十六字开通理路

这样了解了字面意思以后，关键要领会到普贤上师引导的精髓所在，他是怎么引导我们去看这些家畜的苦难。这里归纳为十六个字：“愚痴为本，役使为命，人心为逼，惨杀为归”。如果能举一反三，抓住了原则，又按照祖师的引导，灵活地去运用的话，就会透彻地看到牲畜身上极重的苦难。由此，自身发出离心，对众生修大悲心，都有一个非常好的基础。

一、愚痴为本

首先要知道，这些牲畜由于往昔愚痴的串习力，导致此生愚蒙不堪，这是根本的苦。要看到，它这一生的状况，不会有任何顺解脱分的善根，也极少有顺福德分的善根。那么这一生，刹那刹那都是在贪嗔痴、杀盗淫中度过，从这个因行决定来世还要陷在无边界的恶趣苦中。

引导文里面只是举一个例子，说到要杀牛的时候，屠夫拿着刀走过去，它的眼睛是茫然的，看着的时候不知躲避。这只是一个例子，表示它不知道现在该采取什么行动，就像痴呆儿一样。但并不是说，旁生见到自己被杀的时候不会动。比如说要杀猪的时候，猪圈门一打开，猪马上敏感到要没命了，之后奔突而走，尤其狗更

加灵敏，一觉察到有动静就到处跑。

那么，我们重点要知道，祖师的引导是让我们看到旁生有这种状况。以此就能够推展看到，它们的心识非常愚昧，也就是不知道什么应作，什么不应作，对因果取舍浑然不知。从它们连“一加二等于三”这样低级的计算都不会做，就可以看到，它们的心识很难转动。这样的话，一生都受着过去颠倒习气的支配，没有任何改善。

比如，所谓的“贪”，除了性交就是饮食。再看嗔，假使有一点点损害它的时候，它会起非常大的嗔心，虽然力量不够，但是嗔心很大，彼此之间打斗，被杀的时候记恨等等。痴就更加明显，整天吃了睡，睡了吃等等，对于行为上的取舍之处，丝毫都不知道，比人间的痴呆者不知道还要低级多少。这样的话就知道，它们未来又要堕在黑暗的地方，备受各种大苦。

二、役使为命

普贤上师的引导说，我们去看整体的牲畜界，所谓的负重、挤奶等等役使的种类，有哪一个不受吗？根本不可能的。这是由于它们过去欠了业债，在人类的掌控之下，这样的话，凡是有利用价值的地方，人们都要尽量去利用。

比如说，它们有奶、有毛，就受挤奶、剪毛的苦。



它们有力气，就受负重的苦。它们能够行走，就成了人类的乘骑，日夜驱驰。或者它们有力气能耕种，人就役使它们耕田。它们能够保卫，人就让它们看家等等。或者人为了控制它们，就想尽办法，穿鼻，或者阉割，或者关在圈栏里等等。

我们在修广大的出离心和大悲心的时候，眼界要展开到，尽十方世界当中所有被人所养的那些牲畜。这样就可以看到，那种役使的苦，可谓是牲畜界的“庄严”，也就是有无数的种类、无数的苦处、无数的不得自在。对此，我们要通过比喻来了解。当过去造的负欠等的黑业，到了成熟位的时候，自身就变成了猪、牛等的牲畜，这时候已经关到圈栏这个监狱里了。在这里，法官是法界，罪行是过去的黑业，施刑者是人。就像这样，牲畜们是死刑犯，而且一直服刑到没有利用价值为止。因此要知道，从它诞生以后，在若干年里，一直都要受这样的刑罚。为此，我们分门别类地去观察各类役使的苦，就会知道牲畜的苦难。

（一）穿鼻之苦

以牛为例，几个人合作握住牛角，把它的头弯过来，捏住鼻子，之后用很粗、锋利的牛钻穿进去，后面还带着像指头那么粗的绳子，像这样，穿鼻的时候就很苦。而穿了鼻以后，吃不到小草，喘气困难。主人经常拉着，一不听话就直接强拉一下，这时候就会出伤口，伤口会

腐烂，甚至很多牛的鼻子都会被拉断，每一次拉鼻的时候都很痛。

（二）阉割之苦

人的自私心很大，为了去掉牲畜的凶性，便于圈养，让它们长得肥胖有肉，像猪、牛、羊等的畜生都无法免离阉割之苦。以阉割猪来讲，几个人把猪按倒，两脚踩住它的耳朵和尾巴。那个阉割的人跪在猪的身上，挖掉它的睾丸或者卵巢，就算做完了。这样牲畜就没了凶性，容易控制。之后它会长得大，肉多，人以此能得到很多钱。

（三）负重之苦

车到不了的地方，通常用畜生来驮东西。比如，石头、水泥、石条、沙子、货物等等，由于人的贪心特别大，这个苦是非常重的。以驴为例，一头驴要背很重的石条走在很陡的小路上。假使撞到了什么东西，就会连同石条一起翻到下面，摔得特别厉害，受很重的伤。这样受伤以后已经不能走路，但是，主人还是让它继续驮。

比如背沙子，背上背两个筐，都装得满满的。由于人的贪婪大，不体会牲口的苦处，就尽量给它装，比如装几百斤，有些驴的脖子上、背上都磨破皮了，血都流出来了。然后主人非常狠心，在后面拿一根鞭子使劲抽。主人想早点干完活，少走一趟，好回去休息，所以尽量增加驴背上的重量。就像这样，让它尽量走得快，稍微



慢一点，鞭子就抽上去了。背其他的石头、水泥等都是这样。由于驴的脚有力量，到处都能背，人就利用它天天干、天天背，一年 360 天都在这种负重的苦当中。这样背的话，蹄子很快就磨掉了，人就用铁片钉在它的蹄子上。就像这样，一直到耗尽体力为止。

（四）犁地之苦

比如有些牛饿着肚子去犁地，损伤了身体。又有一些小牛，身体还没长成，力气小，主人为了训练它，就讓它在很硬的地上犁，拉不动就用鞭子抽。像这样，那头小牛实在犁不动的时候，只能趴在田中死掉。或者有些身体生了病的时候，还不得不犁。就像这样，在那种状况下，不断地被驱使去耕种，像这样受驱役之苦。

（五）挤奶之苦

母牛等的畜生能够产奶，人就給它们吃很好的，让它们尽量产奶，每天都挤。嫌用手挤辛苦，就发明机器来挤，每天都要挤一次，而且挤很多份量。这样的牲口，它们身上的精华全部都供人使用了。到了没有奶的时候就很快杀掉，来取它们的肉。就像这样，它们身体的精华全部都耗尽了。

（六）剪毛之苦

比如兔子有很长的毛，人就直接拔它们身上的毛，长了拔掉，再长了又拔掉。第一次拔的时候，身上要出

很多血。像羊等身上的毛就用剪刀剪，有的时候就会剪到皮。

（七）关押之苦

比如牲口都被关在狭窄的圈栏里，人不会给它们造很大的房子，所以就像关进监狱一样。一般只能转个身，屎尿也直接拉在里面，主人懒得去清理，或者换一些干草等等。这样，它们常常就在这个污秽的环境里，身上沾满了屎尿，像这样受着狭窄、臭秽等等的苦。

我们透过上面这些役使的苦，开展自己的思维，能够非常广大地看到，这些牲畜的命就是一直受人的役使，它们的罪行就是过去的业债，它们的苦就是受着监狱般的刑罚，时期是一直到业债穷尽为止。譬如在公案里常常说到，某一头牛要还多少债，到多长时间为止，它的肉和皮都要用来还债，这就是受着恶业力的支配，法界就是自然这样判的。因此，它们的一生没有办法脱出这种大的苦难，身上各种可利用的地方都要用来还债，这就可以看到业报之苦。

三、人心为逼

在受役使的过程中，施刑者是人，而人有非常大的贪欲，又不体恤旁生的苦处，这样的话，旁生们就一直受着人的烦恼心的逼迫。背不动的时候还要背，走不快的时候还要走，生病的时候还要服劳役，身体已经瘦弱



不堪的时候还要被挤奶，天气很寒冷还要被拔毛。诸如此类，都是受着人心的逼迫。再者，全身都磨成了疮，但还是要继续往前走。在走不动的时候，就会被鞭抽、石打，或者被拉鼻，被逼迫着往前行进，被逼迫着去偿还它这一生的债务。

四、惨杀为归

就像这样，无数的死刑犯牲畜，没有一个能够自然死亡。人不把它们当成生命看，最终杀的时候非常残忍，就像处理一片叶子那样，让它们遭受如同地狱罪人般的逼恼而行杀害。也就是很多都是活杀、放到火里烧、放到汤里煮等等。诸如此类，可以知道牲畜从始至终都是在大的苦难当中。

以下通过一些事例认识这些驱役的苦，以及最终被宰杀的苦难。

举例

比如农民用牛来犁地。有一些狠心的人完全靠打来驱使它们，一早赶出去犁地，一天要打断几条竹鞭。有时候牛实在驮不动，就使劲抽，然后牛趴在那里，半天才能起来。就像这样，受苦非常重。再者，犁地时，牛轭套在牛脖子上，用铁链连着后面的犁，犁下面是锋利

的犁头，插到地上。如果牛轭很粗糙，犁的地又很硬，这样往前拖的时候，牛的脖子就磨破了，但还得继续往前拖，就非常苦。拖不动的时候，农民又在后面使劲打。像这样，从早上一直拖到天黑，非常苦。

再者，主人为了役使牛，好控制，就在它们的鼻子上穿孔。有的用铁钉，有的用粗的铁丝，还有的用硬木头，这样拴好了，后面拉着绳子就好控制。有一头牛被穿鼻以后，经常拉的原因，就把鼻子给拉断了，但是主人还不甘心，又从嘴皮那里穿出一个洞来，继续控制它。就像这样，有穿鼻之苦。

不仅如此，主人很会算计，牛到老了再杀掉或者死掉，肉就不值钱，所以在快要老的时候就要处理，这样能卖更多的钱。有的雇屠夫来家里杀掉，肉自己留一点，其他卖给屠夫，有的直接把活牛卖给屠夫。杀牛的时候，有一种方法是用斧头使劲往它的头上一砸。有一次有这样的情况：砸下去以后，血淤在肉里面，牛肉不好看，这时屠夫就在它的喉咙处又刺一刀，血一直往外流，然后用车来运走。当时就看到，那头被杀的牛一路都在流血，非常可怜。

尤其现在的人类，贪欲增长，要吃活的，结果动物们就更可怜。比如在菜场、在饭店等常常会看到，鸽子们被关在笼子里，有人要买或者要吃的时候，就说：“给我杀一下。”肉贩子或厨子就把鸽子的嘴巴压住，让它



闭气，这样几分钟就死了。然后把它往开水里一扔，之后拔毛，就这样宰掉。又比如杀水鸡，割了脖子以后，使劲往地上一扔，它在地上挣扎，之后扑腾两下就死掉了，非常可怜。这都是活着被宰杀的苦。

再说猪被宰杀的苦。农民把小猪买回来放在猪圈里养，一天喂几顿。小猪吃了睡，睡了吃，但它的命运很苦，主人是想让它身上快快长出肉来，杀了好换钱。差不多一年，这头猪长大了，就要挨杀了。到了那一天，大清早把猪从猪圈里赶出，它也敏感到今天就过不去了，非常恐怖，到处逃，几个人一路拦着、赶着，把它赶到挨宰的地方。那里有很结实的大凳子 and 烫毛的大桶等，一整套的杀猪工具。几个人抓住它的脚，一起把它按倒，抬起来让它侧卧在大凳子上。那猪使劲叫、挣扎，几个人用力按住，使得它没法挣脱。然后，屠夫就用锋利的尖刀直接刺入它的喉咙，血喷涌而出，下面有水桶接血，它嘶叫几分钟，然后就死掉了。随后，把它抬到大桶里，用一桶桶的开水往它身上浇，再把它的身体拉来拉去，全身烫个遍，毛全部松脱了以后，再次抬到宰杀凳上。屠夫用刀子刮它的毛、砍下头、开膛、剖腹，把里面的内脏挖出来，又用大刀、斧头砍劈，这样，一头猪就被宰割掉了。这就是猪的命运。

一切旁生都是喜欢生不喜欢死的，我们去看旁生们面临死时的状况，就能够发现这一点。但是它们也无可

奈何，这些家畜们没有一个能够自然死亡，全部都要随业而被宰杀。

比如，过去农村里，老人们常常就说：打牛时不能去看，如果非要看，那手就要交在背后，不然牛会怨恨的，恨你太狠心，眼睁睁看着它死不去救。那时候的习惯是：杀牛的时候，先用绳子拴着它的鼻子吊在树等的地方，然后拿斧头一下子砸在头上，牛就昏过去了，之后用刀杀掉，非常可怜。在打牛的时候，其他人一般都会退开，那些要去看的人，也知道手要交在背后，这样牛就不会起太大的怨恨。有些灵一点的牛，一听说要被杀，眼泪都会流出来。它会盯着某个人，认为他可能心好会救自己。老人们都知道这一事，盯着你看的时候，就是求你救它一命。然而这也没有办法，业力成熟的时候总是那么无可奈何，过去曾经负过杀债等，现在就难逃这一刀了。

又比如，有些狗知道自己要被拉出去杀掉，它就拼命地逃到某户人家家里，躲在床缝里，但是这家人没去救它，它还是被捉去杀掉了。结果它心里怨恨，怨气又熏在识田里，这样来世还要作报复，所以非常可怜。这都是因为过去世造了杀业，被业绳所系，所以临终是那么苦！

再者，现今社会无神论盛行，人们都认为这些畜生就是供给人类吃的，丝毫没有怜悯之心。比如在过年的



时候，大量的家畜要被杀掉。就连一个小镇里，在一天当中都要杀成千上万的家禽、家畜。一户人家就要杀多少鸡、鸭等等。有些在自己家里杀，鸡乱拍翅膀、乱跳乱叫，整个屋子都成了杀场。人们养的所有鸡最终全部被杀掉，其他猪、羊、鸭等也是这样的命运。

而且，现在人类建造大规模的家畜养殖场，这就更残忍了。虽然每天定时给它们饲料吃，但是，待在那种环境里惨不忍睹，比关在最重的监狱还要难受，等到催肥以后，很快就要杀掉。养殖场里的这些家畜，最后全部被一刀干掉。而且都是自动化流水线操作，很快就加工好了，包装成了成品，它们身上任何可以利用的东西全部都要卖出。

像现在耕地不用牛了，人们养牛就是为了吃肉，这时候牛的命运更加悲惨。人们假惺惺地给牛吃很多好吃的，就是为了夺取它的肉。到了那一天，惨不忍睹，牛被吊起来，掀开皮，活活地把肉割下来，人们认为刚割下来的肉新鲜、好吃。牛就这样被一刀一刀慢慢地割死，比原来耕田的命运更加悲惨。人类竟然发展到要活吃牛肉，太可怕了！

诸如此类，都是牲畜们身上非常重的苦。应当一个一个地去想：如果我堕成这样的旁生，命运会是怎样的？然后也要对一切牲畜修大悲心。

思考题

1、家养旁生：

- (1) 它们有怎样的愚痴苦和驱役苦？
- (2) 对于这些苦，如何以“十六字”来开通理路？
- (3) 结合事例，具体思维它们所受的驱役苦和宰杀苦。



小结

山中、水里、原野、山崖、虚空等处安住的含生、昆虫，以及飞禽走兽等，这些散居类的旁生，有寒热、饥渴、怖畏、迭相吞啖等的无量诸苦，以及各自的身体本身就成了被杀之因，常遭役使等，有无量诸苦。旁生的寿量，《日藏经》中说，寿量短的仅一刹那，长的在一个劫之间感受诸苦，龙王等的寿量能达一个中劫等。

唯识变现

所谓“唯识变现”，就是说，旁生类的苦相是从何而来的呢？按照十二缘起的规律，起先是由业果愚的驱使，造了愚痴等的非福业；第二刹那就在识田里熏建了业习气；一旦到了成熟位，即成了果位识的时候，一刹那间入胎、入水等等，出现最初的名色位；然后，很快就出了根身，六根开启；之后，由过去的业变出各种境界。

比如，一念间就投入到母老虎的腹中，跟父母精血一和合，就开始孕育了。然后六根形成，极度地受着住胎的苦，之后就降生了。这时候，由它的业识会变现出自身的环境、同类异类等。那时候就出现了森林、几只老虎，以及森林里的各种状况。然后，自然以它的业缘

出现啖食等等，整天去咬食小动物。

或者变成一只獐鹿、一只兔子等等，也是这样的胎生，就是那个识的力量在不断地变现。有业缘关系的那些旁生会出现，猎人等会出现。如果过去欠了杀债等，这时就会被吃掉或杀掉。

不仅如此，还有湿生、卵生等等，都是唯识变现的。识一旦成熟，在这上面有各种的触、受，要感受黑暗的苦、寒热的苦等等。比如，成了海中的鱼类。一下子就现出好多水，而且鱼自身有一种器界的相，之后也是由业驱使着，要迁徙、游行，有恐惧苦、黑暗苦，遭杀戮等等。在业的功能没有消尽之间，会不断地按照缘起来变现。总而言之，从始至终就是一个不清净识现出的各种苦相，一点意思也没有。

诸如此类，我们要透过《念处经》等，以及其他的因果书籍来了解，那会开展出一个广大的业果的认识，从而才能确认，知道这种状况很苦。自己要求出离，然后知道怎么去忏悔，这都需要首先发起认识业果的智慧。比如，要看《念处经》等，知道旁生界各种性情的来源，四种生的来源，四种食的来源，龙的来源等等。这样有了一定的量以后，就能确认完全由业决定，完全是识变现的。那么，知道了业是怎么变现的，我们在忏悔的时候，就知道当前怎么来忏除、截断、发誓等等。

比如，所谓的水虫，就是一类众生过去愚痴没有智



慧，造了恶业，临终的时候非常干渴，以贪爱念着水。这样在中有的时候，起了心要过去，结果就生在水里了。那时候也是识到了成熟位，它会现出水来，但那也是假相。然后，心以爱取就直接过去了。过去以后，湿生的名色就出来了，以这个识就变出各种果位上的状况。这样的话，实际都是业识变的。如果前世没有布施、持戒等的福德，就会生在暖水当中，口常常干燥，就像触到很热的沸水那样，这些都是心识的功能在变。

诸如此类，我们还要补充的就是旁生的业因果报这一分。也就是，要进一步透视到业感缘起，之后，我们在发出离心、修大悲心、修忏悔等的方面，就能进一步切到关要，这是需要补充之处。

（三）总示修要

如是无法思量之苦悲惨驰行之故，见如是苦有情时，设想自己是它后，细分思维它有几许苦等。其后，对已生旁生之处的总体有情修习猛利的悲心，特别若有依于自己的旁生等，则慈悲爱护，下至虫蝇及微细含生在内，都无不具有苦乐之受，又无不曾做自己父母，故于一切修习慈心悲心等，以具足加行、正行、结行三分而修持。

这里的修心是从前面广大闻思开发胜解的基础而

来。“如是无法思量之苦悲惨驰行”，这是前面由观察力发现的事实。有了这个基础后，接下来就要感同身受地去体会它们的苦。要知道，如果前面的闻思非常广大、细致的话，那后面的修心开展的层面就又广、又深、又细，由此将出现具力量的出离心、大悲心等等，这是次第上的问题。

那么，此处跟前面的连接如何呢？前面要求，从隐住到散居，散居中从野生到家养，方方面面去观察旁生的苦。总的来说，观境要含括到尽十方法界中所有旁生的种类，而苦也要摄尽它们所有的苦处。由此，就能引出极其广大的出离心和慈悲心等等。

“无法思量之苦”，有总、别两分。所谓的“总”，是说透过以上的了解就明白，以我们的思维心没办法衡量到苦有情、苦处、苦相等等的边际。因为虚空界是无边的，世间界是无边的，众生界是无边的，旁生界是无边的，它们因行果报的状况是无边的，因此，总的有无法思量的苦。

按别分——任何一个旁生来说，那一世所受的苦，以及未来世将受的苦，都没办法用我们的思维测到它的量，看到它的边际。譬如一头牛，它自从被役使以后，每一天身上要受多少劳累，多少次被抽打、被束缚，多少次感受剧烈疼痛等等。一项一项去想的话，一天发生的苦受都没办法单单用思维去衡量到它的量。这样一天



一天积下来，一生有多少苦，最终挨享受多大的苦，来世继续生在恶趣里，一生一生又有多少苦等等，像这样，在一个旁生身上，都有没办法思量到的那么多、那么重的苦。

“行”，就是一直受着业识的支配，刹那刹那迁流不已，没有其他的内涵。

“故”字的意思是，由此，我们内心应该真正发生触动，我们关怀生命不应停留在口头。

“见如是苦有情”的“见”字，有现量见、比量见、教量见。那些非自己眼耳所及的旁生的苦状，要由教量来见；在自己身边能看得到的，要由现量来见；还有一些由因到果的状况等等，或者与人间苦的程度的比较等等，要依靠比量来见。而一见到这样的苦时，就要转入对生命现相的关注，再作设身处地地思维。应当把自己想成是它，起了这个想以后，我们才能够去体会它有多少的苦。

因此，思苦要有两分：首先，要设立“我就是它”的想法；进而设身处地地去想，它有多少的苦处、多少的难处，多么可怜等等。这样就会对这些生命状态，发生真切的认知。由此作为发展大慈悲心的基础。“有几许苦等”的“等”字，包括生到了旁生里，我受那种苦时能否忍受呢？那种苦与我目前人间的苦相比重多少呢？在那里是否有安乐呢？是否能造安乐之因呢？来

世的前程又如何呢？诸如此类，要很细地一个一个地去考虑。

这样之后，就要对广大的旁生界修习慈悲心，这又要按照次第一步一步地进展。这里透过“先总、次别、再总”的方式来引入。所谓“先总”，就是当思苦达到一定量的时候，就知道不能再漠视不管了。而是想到，在自己清闲地喝一杯茶的同时，在十方法界里有无数沉溺在旁生苦趣里的众生，它们就像前面自己思维的那样，正受着漫长、难忍的大苦。的确像《念处经》所说，旁生界的苦难极重，受苦的同时造罪也极重，所以，宁可堕地狱或者生饿鬼，也不要生为旁生。由于一直被愚痴蒙蔽的缘故，它们在百千劫中难以脱身。由此，就不得不对已经生到旁生处的无数有情，没有一亲一疏的差别，平等地修一个广大的悲心。悲心的程度要达到猛利。就像母亲见到独子堕成了牛马等，正在受那样的苦，这时候心里根本无法忍受，要像这样达到非常猛利的程度。在这个猛利悲的驱使下，大菩提心才能发展，菩萨的悲愿才能出现，尽未来际无尽的普贤行愿的事业才能出现，因此，这是大乘的支柱，一定要让它坚固、广大。

这样总体上修了猛利悲以后，别分上，那些依靠自己的家养旁生等，跟我们有非常切近的因缘，自己能亲自看到它，这样就应当真真实实地去修一个慈悲的善心和行为。也就是，对于自己家里养的猪、牛、羊、狗、



猫、鸟等等，不要把它们看成观赏物，或者像无情的色法一样，一定要知道业果的相。它是由于过去愚痴恶业的因缘，被系锁在旁生的命运当中。应当要知道，它是一样地有厌苦欣乐的心，有一点点苦它也不愿意受，有一点点乐它都想要。因此，应该以慈悲爱护，就像母亲特别怜愍痴呆的孩子那样，应该多给它一点安乐、多为其拔一些苦，要有一个非常真实的慈悲之心，不要麻木不仁。

这样之后，又要推展到总体的旁生界。由两个理由来证成：第一、在旁生界里面，下至苍蝇、蚊子、蚂蚁，以及一些微生物等，没有一个不具有苦乐受。因为它们是具有心识有情，因此每一个都是厌苦欣乐的。第二、从它们与自己的业缘关系来看，没有一个过去世不曾做过自己的父母。以这个缘故，对于自己的父母，当然要修与乐慈和拔苦悲。

就像这样，首先从正理上要建立，这是绝对应当的。之后，要按照前面总的修旁生界的量，把慈悲心的范围扩展到最广大、最普遍的地步。也就是，尽一切世间界根本处所里的隐住旁生，以及眷属处所里的散居旁生——野生、家养等的旁生，这一切的旁生类，全部都在自己关怀生命善心的观照当中，一个不漏。又要知道，它们是具苦乐受的，而处境又是那么悲惨，一点点乐没有，尽是那么重的苦，又都是自己的父母，那当然是不可不

修慈悲心的。像这样，建立了这个观念以后，我们从此时开始，一直到成佛之间，对一切有情都唯一地要修慈悲之心。“等”字，包括其他忏悔、修出离心、修归依等等。

按照这样的理路，以具足加行、正行、结行三个重要的部分来作修持，就成了缘起上圆满的大乘法的修持。

先于自身上思维的必要

对于这个要点，先要在自身上思维恶趣苦。原因是，如果在自身上思维，就成为引发离心之因，再转在他身上思维，就成了引发大悲心的因；如果没有先在自身上思维，对自来说，无法生起真实的出离心，对他来说，无法引发悲心而且达至扼要。

这是一个大关心，关心的是生命的现相，如果没出现这样一种大关心，道心是无法成长的。首先不必说关心众生，先要学会关心自己，要考虑到，如果我落到了旁生的果报中，是何种状况？由此会发生忧患意识，感觉到旁生界非常可怕，因此会急切地求出离，为了出离，首先在因上要切断。就像这样，会引发自身忏悔、断恶修善、修归依等等。人最关注的是自己，如果连自己的命运都不能关注，怎么可能关注他人？相反，假使



自己已经设身处地地作过观察，发现了这是极大的问题，又看到在整个世间界当中，落在旁生界里的有情无量无数，推己及人就开始真正地关怀众生，那时候就会油然而生起悲心。要像这样看到转变心的关键。

细分思维

接着要认识，所谓的“思维”需要细分，即非粗分。这是因为，思维业果属于对缘起一分的观察，只有很细分地、很真实地去看到它的真相，才会生起胜解，由此才开始变动心意，发生各种如理的善心。也就是，当一分一分地看到旁生这个苦趣的状况，又设身处地地那么去体会，发现没法忍受，这时候当然起大厌患，当然起求解脱的心，当然起忏悔心。而且，对于这些旁生界的状况会清晰了然，善心也会由此发起。这就是要求作细分思维的原因所在。

又要知道，所谓的“粗分”是什么呢？引导文一句一句的纲领，自己口里能重复，考试也能得高分，这种就不算数，它是粗略的。没有细致地思维，就难以发展出深度的善心。如果按这种方式去走，大概地过一下，搞不好就会成为法油子，以后法学得越多，心越骄傲，而内心的成长却连幼儿园都没迈进。会发生法和人之间非常大的偏差，法已经学到了极顶，而人恐怕连一个正

常的状况也没有，连一个普通人的善心也没有，那就会出现很重的人格方面的缺陷。

那么，所谓的细分思维有没有榜样呢？的确有，《念处经》里讲的那个比丘就是细分思维的榜样。譬如，地狱上百处，饿鬼几十处，旁生几十处，他都是一个一个地思维。经中说，那位比丘为了认识业果，又来思维某某地狱的某某处。他是非常详审仔细的，也就是那一处一处的地狱是怎样的状况，他都如实地去认知。再者，饿鬼界里面有哪些饿鬼？每一处是怎样的情形？他都是细分地去认识。对于旁生界里面一处一处的旁生，也都是细分地去认识。

就像这样，要分开来一处一处地认识。包括在果位上有怎样的处所、根身、受用、寿量等。所谓的“受用”就是指苦，苦受如何，苦具如何等等。再者，又要从三世因果的整个流向上去观察，过去以什么因出现了现在这个果，现在受果时又怎样造因，将来又会出什么果。像这样，就会有一个对因果的非常广大的观照。

那么，目前思维轮回过患是在果分上观察。按这部分的修心来说分成两分：首先，在人间旁生以上，所谓的隐住旁生，和散居旁生里面的天界旁生、龙等的旁生，这些全部要依《念处经》来思维，那是没办法口里念几个字就知道的。譬如讲到龙，这里只是原则性的指点，而在经中，任何一处都有详细的宣说。只有知道它细分



的内容，自己才能够设想：我成了那样的龙，堕在那种旁生界里，出现了什么根身，是什么果报相。譬如常雨热沙的苦如何，那就要知道有一个龙世界，那里有一座戏乐城，里面有非法龙王和法行龙王。热沙是怎么降在非法龙王头上的，它自身受什么苦，眷属们受什么苦，这种苦要持续多长时间等等。诸如此类，都是依经来思维的。

接着，在散居旁生中，对于野生和家畜两部分，就依照人间能看到的状况来作思维。也就是按照引导文一段一段的指示，配合我们看到的、听到的这些材料，一个个地按照它的处所、身体、受用、寿量等等去作思维。再按照它的业行状况，比如，做一头牛是什么状况，在受报的过程中，从始至终有哪几类苦，每一类苦的苦相如何，当时的状况如何，最后死的时候又如何，以及这一生因行上集了什么样的业，来世又如何等等。整个一路贯穿去思维，就叫做“细分思维”。

好比记者去跟踪一个人，观察他一生的经历是怎样的，从而会发现这个人的真实状况。如果把自己摆进去，设想自己就是这样一个可怜人的话，也会感觉这是非常苦的，自己马上会起心：我不能做这样的人。那么是什么原因导致他这样的呢？了认了以后，会说：我不能做那种事。诸如此类，这些心自然就会发出来。那么当他对这样的个例发生了真切的认识，而且转动了心，之后

看到同样处境的人，自然会生悲愍之心。诸如此类，就是转心的法道。

我们要设身处地地思维，把以上讲到的案例、经上的描述等，换成自己，作切身地观察。以驴为例，假使自身过去欠了张家的业债，到了业习气成熟的时候，一下子投入张家的母驴胎中。那个时候，一念识就封裹在精血里，然后很迅速地从名色位到了六入，一个驴身就出来了，之后就降生了。那么，这一世就按业的安排要还债了。从前欠了张家多少，就要还多少债，这非常苦。

就要想：我那个时候逐渐长大，有了一些力气的时候，就开始要做一个死刑犯，服多年的徒刑，最后被宰掉了。想一想，这个苦难来临的时候，我能受得了吗？首先，我的脚被钉上了铁片，为了能够长久地驱使；然后被阉割，为了好控制。之后，日复一日驮着几百斤的东西。主人也不会体恤我，用很粗糙的木板在我身上钉成了架子，左右放两筐东西，几百斤重，这样就开始背负。走下坡路的时候很艰难，几百斤的重量压到了脖子处，很重、很难受，还不得不往前走，走得稍微慢一点，鞭子就抽上来了。走上坡的时候，那个重量又到了屁股后面，也是难受。就像这样，一天从早走到晚。因为有力气可以利用，要还这个业债。

就像这样，我能受得了吗？假使在一个非常可怕的监狱，要服最重的劳役，每天背几百斤的石头，不断地



从这边背到那边，自己都感觉非常难受，然而做驴比这还要难受很多倍。那个时候，身上的皮都磨破了，但主人根本不管，只能继续背，之后全身的皮都烂了、生疮、虫咬，非常难受，也不得不忍受。那样的苦我能受得了吗？现在被蚊虫咬都受不了，何况那样的苦呢？

再者，主人想快点回去休息，就用鞭子使劲抽，那就不得不往前驱驰。他想多装一点，可以赚更多的钱，那就不得不背负更重的东西。真是有苦难言，只能空落泪。再说，一年三百六十五天，没有一个休息日。就像这样不断地驮下去，很快气力消竭，自己也衰老了，用不了多少年开始出现老态。主人一看没有利用价值了，某一天拿着刀过来，接着就要接受残酷的杀戮之苦。

在这一生当中，自己完全处在愚痴的状态里，连一个基本的应做不应做，都没办法生起认识。再说，心中可能还积着一股怨尤之气，这个习气种在识田里，来世还要报复。或者，以一生当中造的贪嗔痴的业，又要继续堕在恶趣里面。这样看未来的前程，苦也是没有边际的。

像这样，如果我一念间入了驴胎，那我怎么出来？我的苦有多大？这当中是否有乐？是否有修法的因缘？像这样就知道，堕成畜生是非常苦的。以这样的认识作为基础，然后可以发展各种法道上的心。

这是举驴为例，其他都依此类推。如果我堕成一只

老鼠、一头牛、一匹狼，或者水里的鱼类，乃至一条龙等等，会有怎样的遭遇？像这样逐个去思维，会逐渐观察到，自己成为一个旁生是什么状况，之后就会发广大的出离心。再看到其他堕成旁生的诸有情，自然会发悲心。基于前面对家畜的认识，对于身边的那些旁生就会发慈悲心等等。诸如此类，都要通过切身地观察来发展。

再说有关的忏悔等，也是要知道，这一切都是由于熏入了恶业习气所导致的。如果我因位造了愚痴等的恶业，不知道取舍，不顺天理而行，那就是一个旁生，叫“因位的旁生”。就像现在的人，虽然衣冠楚楚，其实是个人面旁生。因为心里对于真实的因果以上的正道，丝毫不理解，非常愚蒙地顺着自己的那股旁生习气在做。比如任意地发贪瞋、任意地性交等等，诸如此类，都是畜生的做法。像这样，一种非常深重的愚痴等，开始在心相续中积业习气，他就是因位的旁生。一旦成熟的时候，就成了果位的旁生，乃至业功能没有消尽之间，一直有旁生的果报。而且，落入旁生要爬出来非常困难，多劫之间一直在那里面转，因为没有出现正法光明的机会。

诸如此类，认识了业的力量以后，自己心里对于过去造的旁生业追悔，像服毒一样；对于未来要发誓，再也不做畜生的行为，不再有愚蒙之心的状态。要像这样，截断旁生的缘起链。以上简要地做了修法的指示。

思考题

1、修习旁生诸苦：

- (1) 解释下列句子的涵义：“无法思量之苦”“见如是苦有情”。
- (2) 什么是“设想自己是它”？这样想有何必要？
- (3) 什么是“细分思维”？从正反面抉择细分思维的必要。此处修旁生苦时，如何才能做到细分思维？
- (4) 结合旁生苦的种种实例，设想自己是它，之后设身处地地细分思维旁生诸苦。

2、如何按“先总、次别、再总”的方式对旁生修慈悲心？



思维三恶趣苦的总结

分六：

- 一、思维苦状；
- 二、忏悔业因；
- 三、修习悲心；
- 四、善果回向；
- 五、求解脱愿；
- 六、救度济拔。

这六段修心的发展要从思维苦开始，而思维苦就是关怀苦难生命的状况。在我们自身来说，会发现这是非常险恶的处境，因此要忏悔。其次，转到众生界来看，应当修猛利的悲心。再者，看到这些众生唯一受苦没有安乐，应当把善果回向给他们。再者，自他都要发从恶趣求解脱的愿。再者，应当付诸行动，以自他二力合修来实际救度济拔诸恶趣有情。以上是修三恶趣苦发展善心的总过程。

首先思维恶趣生命的苦状：

一、思维苦状

如是三恶趣之处者随生何处都是诸差别苦长时猛利，以愚痴重及无正法光明故，唯一又复成办恶趣业因外



别无其他。已生彼等处中则后面难得脱离，

“如是”，是连接前面，做一个总结。我们很详细地思维了三恶趣各种处所的状况以后，就明了三恶趣叫“黑暗的世界”“最极苦难的世界”，在这个范畴中，无论生在哪里，都具有这样的特征相。也就是，诸差别苦长时猛利、愚痴深重、没有正法光明的缘故，一落在那里，除了唯一成办恶趣之因外，没有别的什么所作。所以，生到那里之后，将来要解脱就非常困难。

以上要关注到，恶趣的生命都有非常可怕的现前苦和未来苦这两种苦。前一句讲，要思维这些生命的现前之苦，后一句讲，还要往未来方向考虑他们将来的大苦。

现前苦的思维有三项：

（一）差别；（二）长时；（三）猛利。

所谓“差别”，譬如生在饿鬼当中，那里有各种的饥渴苦、奔波苦等等。里面的各种差别苦，比如在身心上、在器界上的任何一种都非常漫长，乃至悭贪的业习气势力没有消尽之间，会不断地出苦，这样受苦长达上百万年，叫“长时苦”。再说，一发生的时候非常猛利，这就是苦的程度。

诸如此类，少的按引导文，多的按《念处经》，一类一类地去看的时候，会发现这是事实。各式各样的苦就好像各式各样极重的业障病。在它发生的时候，历时

相当漫长，这叫“长时苦”，也就是在长达亿万年乃至多劫当中，都没办法脱离。再者，一发生的时候极其剧烈。像刀割、火烧、冰冻、饥渴、役使等等，有各式各样的苦，当它们出来的时候都非常猛利、无法忍受，跟人间的刀砍、饥饿等相比，程度太剧烈了，这叫“猛利苦”。就按照这样的指示，要能够看到正沦落恶趣、业报现前时的苦状，因此我们不得不关注。

接着要看堕入恶趣的未来方向。是不是他们受了这个苦以后，就从中解脱，就像恶病好了就得到安乐那样？并非如此。这又要从缘起的状况去看，障品如何，顺品如何。从障分来说，愚痴极其深重，对于一切取舍之处都表现为极其痴呆，根本就不明白。再者，从顺品来说，外在没有正法的光明，内在也发不起正法的光明。这样的话，就像在漆黑的夜里，行在非常险恶的路上，这时没有一点光去照亮他们的心灵，唯一是往恶趣里走。

这样从缘起上观察就会发现，内心一直被愚痴覆蔽，又没有正法光明的缘故，一堕到了鸡、鸟、鱼等当中，是造不出善业的，只会造恶业。如果堕到饿鬼、地狱当中，那就更可怕了，因为在那里面习气一现行，又要起非常大的嗔恚、淫欲等等。在不见边际的年岁里，心心念念出现的都是恶趣因的状况。因此，堕到恶趣里面，还想出现很厚的善心，造善业，那几乎是不可能的。



这样就可以看到，一旦落入恶趣这个大险坑，要从中脱出就非常困难了，再往后看，那就不见边际了。

诸如此类，就能够看到堕入恶趣的苦状。既要从总体上抓住缘起的状况，又要从差别相上，按照引导文、《念处经》等，发展观察的力量，这样就能够非常确认这种苦的状况。加上量上不断地思维，我们对于恶趣的心会发展得非常深入、猛利，那个时候就真正结成了正见。

在思维了三恶趣苦的状况后，又要做切身的考虑：这种最苦难的状况离我们多远呢？由此会发现，其实与我们只有一息之隔。那我们应该如何处理呢？当务之急是以追悔和立誓两个要点来截断恶业的现行和相续。

二、忏悔业因

自相续中已有今生前世中所造的众多定生彼等恶趣中的业，是故在追悔往昔已造的罪业及今后的忏禁等上至心努力，

这里“是故”之前是忏悔的原因，“是故”之后是忏悔的修法。原因要连到前面的思苦上。

现在要连接在自身上思维。我们对于苦的状况已经逐渐明了，然后要考虑：我自身上有没有堕恶趣的可

能？那就要看因。如果有因，一旦成熟当然要堕恶趣。再说，因有多少？那就要看时间和当时的业行状况如何。

时间，是从今生一直推到过去无量世当中。那么在今生，由于业果愚，自心非常愚痴颠倒，尽做一些违背天理的事情，就像这样，是要堕恶趣的。再者，在去世的生涯里，在轮回里转了无数世，在这当中可以看到，常常都是颠倒造恶，因此，造下的恶业也是无量无数。就像《普贤行愿品》所说，假使恶业有体相的话，尽虚空界也无法容受。因此就关注到，在自己的相续中或者八识田里，从此生追溯到前世无量生，在这当中，造下的决定要生恶趣的业是非常多的。这就像相续里已经染上要出现恶趣病的病毒那样，如果不作处理，病毒一旦扩散，到了成熟期，那就没法对治了，因此需要忏悔。

至于造恶趣业因的问题，要多看《正法念处经》。比如生每一类地狱的业因是什么，生每一类饿鬼的业因是什么等等。这样就会发现，自己已经造下那些杀盗淫等的业。或者在悭贪上面，出现了各种自私的恶行。本来应当要做奉献的不做奉献，应当要做施舍的不做施舍，别人来乞求的时候不给，或者以悭吝之心，还用很多的阴谋诡计、险恶手段、强权，来做榨取等等，诸如此类就是饿鬼的因。一个一个去检查的时候，会发现这种业因造得非常多，因此很有必要作忏悔。



忏悔的修法包括追悔和立誓两条。也就是，对于过去已经造下的恶业非常后悔，就像吃了毒药一样。当时自心非常愚痴，认为那个很好，不断地去吃，现在就很后悔。这又要透过思维业果来发生。就是要知道，造那种如毒般的恶业，会发生如癌症发作一般的什么果报，也就是要思维它的异熟果、等流果、增上果等。诸如此类，透过思维业果，就知道那是非常愚痴的，然后心里发起猛利的追悔。之后在未来的方向上就要立誓：将来宁可舍命也绝不再造这样的恶业！以这种誓愿的力量就能截断恶业相续，也就是能禁止以后再造恶业。

所谓的“至心”，就是这种忏悔应当从内心里发出来，不是口头上的，要落在心上。如果只是口头，那是表面的；如果在心上起了，那就是至心猛利地忏悔，有这样的差别。因此，应当在心上做，不是口上做。

三、修习悲心

于已生彼处的一切有情普修猛利的悲心，

这里由四方面认识悲的修法：

- （一）修悲的原因；
- （二）修悲的所缘；
- （三）修悲的行相；

（四）修悲的程度。

（一）修悲的原因

首先要知道，已经堕在恶趣深渊中的有情，与自己并非无关，而是前世、今生曾经有过大恩的母亲。而现在他们落在极苦难的状况里，我作为孩子不去救拔的话，谁来救拔他们呢？因此，应当修猛利的悲心。

（二）修悲的所缘

其次，修悲的所缘，就是这一切在三恶趣中，被诸差别苦长时猛利所逼恼的诸有情。这个悲是平等的悲，对于尽法界量一切三恶趣中的有情都要修悲。在理由上是平等的、普遍的，因此，悲心的所缘要达到最大的量。

（三）修悲的行相

修悲的行相就是，如何使他们脱离这种大苦难呢？愿他们都舍离这种大苦难！我应当使他们脱离这种苦难！就像这样，通过生起三种善心的状况来引生具相的悲心。

（四）修悲的程度

修悲的程度是猛利。也就是心起来时候，不是软软绵绵的，而是很猛；不是迟钝的，而是很利。就像孩子



淹在大水当中，父亲悲心发得非常猛利，他直接就跳到水里去救孩子，不是软软绵绵或者很迟钝，而是那个善心一下子就会出，出得非常猛、非常快速。那个善心是我们的本能，当它没有被障品遮蔽时，直下就会出来。如果那个心很软，表示有障碍，或者那个心很钝、很麻木或者只是口头，这些就都没有到量。应当逐渐地修习使它增上。然后，依靠这种因缘，自己内在的悲，要让它直接发出来，要达到猛利为止。

以上透过思苦就会发现，诸母有情都落在这种极悲惨的境地，又看到在三恶趣那么广大的处所里，一处又一处有那么多的差别苦，极其漫长，又非常猛利，全是母亲们陷在这样的苦海里，那当时就要发一个难忍的悲心。而且，悲的量度要称合本性，因为我们的心的量是遍法界的量，而原本悲的自性也是周遍的，因此不能有局限。再者，在善心的发起上要达到猛利，越是这样越好，而不应当迟钝。就像父亲见到孩子落水的时候不应当迟钝，那是非常糟糕的状况，而是应当发出非常猛利的悲心。再者，自己为诸母有情着想的心，要一步一步具体地发。应当时时这么想：怎么让诸母有情脱离这样的苦呢？但愿他们都能舍离这样的苦！我应当成长起来，让他们脱离这样的苦！诸如此类，就是通过四步来发展大乘悲心的修法。

四、善果回向

自己三时所积一切善果皆为已生彼等恶趣中的一切有情普作回向，

接下来要修善果回向这个重要的部分。也就是，一下子把自己三时所积的所有善妙的果，全部惠施给恶趣中最苦难的诸有情。

这里要透过三分来普修回向：

- （一）回向的善果；
- （二）回向的对象；
- （三）回向的行相。

（一）回向的善果

在回向的善果上，又要注意让它周遍化，也就是时间和种类全部要周遍。通常说的是善根，这里为什么要回向善果呢？这是由于，恶趣诸有情一点点好的果都没有，他们纯苦无乐。看到他们的苦是那么深，乐是那么稀少，基本上是没有的，这样的话就想到：我所有种类的善果，全数回向给这些最苦难的母亲们。要把握“周遍”的状况。

也就是，时间上周遍，它是一个圆顿的修法。过去、现在、未来三时当中所积的一切善果的量，全部都在法



界心中，因此可以统统回向。再者，种类上周遍，也就是包括世间和出世间，从现前到究竟所有妙好的果报，统统作回向，这样就叫做“圆顿的修法”。

在这上，或者从甚深的理趣上得了解以后这样回向，或者从仰信诸佛、祖师的教轨来作回向，都应当注重周遍的特点。也就是，我们的心量是全法界的，因此，在这个心量里，本来过去、现在、未来没有障碍，都是在这当中。而且，一回向就可以回向到自己法界心量里一切恶趣有情上面。这样胜解，然后非常干脆地这样回向。总而言之就是一切量，时间上完全周遍了，种类上彻底周遍了。当然，这上面世间的乐包括色身、眷属、受用等方面的安乐，出世间乐包括解脱、成佛的安乐。这两大类所摄的所有好的果报，通通作回向，这样就叫“能回向的善果”。

（二）回向的对象

回向的对象或者所回向之处，那当然是法界中有无数的恶趣，恶趣中有无数的有情，这些有情都无不曾做过母亲，因此，应当回向到全法界一切恶趣处的诸有情身上。

（三）回向的行相

回向的行相，是有一个非常大的善心。它的根本是

猛利的欲，特别想这样给予有情。因此，以猛利的欲回向在一切有情上面，就像箭射中靶子那样。常常按照这样来作回向。

五、求解脱愿

发从彼等恶处中解脱的愿，

这里要在自他的身份上都发“从因和果两分上解脱恶趣”的愿。

我们已经关注到生命的状况，发现恶趣极其险恶，因此，作为一个具理智者，不但是自身，还要帮助其他有情，都从这种险恶的处境中脱离。就像一个大丈夫，他看到那么多的母亲都陷在苦海里，他自己要从中出，还要把一切母亲都带出来。就像这样，要发求解脱的愿。

诸佛在过去生中都发这样的愿，要关闭恶趣门。而且，自己在无量劫中修习福慧资粮，要帮助一切有情最快速、最方便、最彻底地脱离恶趣，如同阿弥陀佛的发愿那样。就像这样，我们要发一个求解脱的愿。而所谓“解脱”，又要看到什么是系缚，从中得到认识。所谓的“系缚”，又有因有果。因上面一直以业果愚驱使，起各种烦恼，造非福业，这样的话，一直就会系绑在恶趣的各种生处当中。所谓果的系缚，就是由于这种非福



业的力量一直不消失，因此，导致恶趣中的蕴不断地在相续。这样就知道“系缚”的涵义。而“解脱”，当然是要发愿：愿自他一切有情，在因上首先脱离业果愚，之后去掉由业果愚驱使所发生的各种非福的业行，由此脱离恶趣的结蕴相续。这样了解以后，应当发猛利的求解脱的愿。

思考题

- 1、生到了三恶趣，有怎样的现前苦和未来苦？
- 2、了解了恶趣苦状后，为什么自己要忏悔？如何修忏悔？
- 3、了解了恶趣苦状后，为什么要对众生修悲心？修习悲心的所缘、行相、程度应是怎样的？
- 4、能回向的善果有什么特点？所回向的对象是哪些众生？回向的行相如何？
- 5、如何发自他从恶趣因果中解脱的愿？

六、救度济拔

在发了求解脱诸恶趣的愿以后，就要开始付诸实践了。在当前的地位上，也应该以自他二力合修来救度济拔一切恶趣诸有情，这个工作一直要做到尽未来际。作为具大乘种性者，经过这样的启发以后，善根发动，从此以后就关注救度恶趣诸有情的事。这又有在初级分位上自己要作的发心，和对于佛和上师作祈请等实际的修作，因此，下面转入真实救度众生的法行。

以我此次值遇大乘之法后是有修行成办自他之二利的圣道，是故心作是念：“我当以为法难行精进而修持，而将彼等一切恶趣有情皆引度至净土中”，如是发心，复作是念：“由上师及三宝当加持我能如是而作”，于祈请圣尊及上师，及召请援助等上修作。

这里要把握自他二力合修的要点，因此分两分来认识：（一）自力发心；（二）他力祈请。二力合修，就是在这个阶段，开始实际来济度恶趣诸有情。

从自力分来说，当然发心是缘起，因此要作大乘发心。而发心又基于观念而来，因此，应当这样修观念：我现在因缘很好，因为值遇了大乘法后，能够修成办自他二利的圣道。以这个缘故，我自身要用一种“为法难



行精进”来修持，因为只有自身成就了功德，才能够利益众生。那么再看这些恶趣诸有情，当前怎么来救度他们呢？那就是，我应当尽自己的力量，把他们引度到净土当中。比如自己有能力的时候，把恶趣的众生引到阿弥陀佛的净土等等。

接着在他力分上应当知道，上师三宝具有加持的能力。首先起观念、出胜解，应当想到：上师三宝具有圆满的智悲力，当我有信心的时候，他们的加持就会降临在我心中，使我能够做到济拔众生的事业。以这个观念，就向佛和上师祈请，然后召请援助等等。

在这两个方面要实际去做，合起来就在我们现前的身份上，有了一分真实济拔诸有情的法行。

（一）自力发心

要把握三个环节：

- 1、珍惜因缘；
- 2、难行精进；
- 3、引众往生。

而且前者是因，后者是果，这样逐渐地在心上发展出真实的善心。

1、珍惜因缘

珍惜因缘要结合暇满来思维：我这一生很幸运，遇到了能完成自他二利的大乘圣道，因此要倍加珍惜。因为此世只是一段因缘，而在这当中，竟然遇到这样一个殊胜的大乘道。这里有那么广阔的菩提心、那么殊胜的空性慧等等，经由修学以后，在自身上都能发展出来。

2、难行精进

由于已经出现殊胜因缘的缘故，我自身应当有一个“为法难行精进”的状况来修持，因此，从第一个珍惜就到了第二个精进。而这个精进又是难行之精进。“难行”，就是在这个过程中能忍众苦的一种行为。如果很舒服，当然不叫“难行”；然而在这当中，需要受身心的劳累、饥渴，气候的寒热，或者要作很多努力，还会遇到各种的病障、违缘等等，对这些都能够安忍。有了难行的话，以这样一个大坚固的志愿力，一切时就都能精进不懈，这样来修持的话，真正的大道就能在心中建立。

这里又要明确，为法难行的状况也是要在心上发展的。这又要从法道和非法道两方面的对比去看，之后就能够提起心力，不畏艰难。也就是想到：从前流转生死之时，为了那些毫无利益、感召无量恶趣苦的世间五欲等，虽然知道这里有苦，但还是能轻蔑各种大苦，忍受种种无意义的苦受。像世间人为了求名求利，要忍受很



大的苦。譬如要得一个金牌，必须经过高强度的训练，在多年当中克服生理上的障碍、心理上的障碍，种种难行都能做得出来。或者成就一种世间技艺，也都是要经过勤学苦练。或者经商、求爱、求官等等，经历的苦都非常多，然而毫无意义。而我现在能够修习殊胜的大乘圣道，在自身上最终能达成大解脱，出现大智慧，而且能引发自他无量的利益安乐，因此对我来说，应当特意去受各种为法的大苦。比世人逐求名利还要重无数倍的大苦，我也应当甘之如饴地去忍受。这样来修善心。由此心就会高起，无有畏惧。要通过这样善思维的力量，使心坚固。

或者要想到：我从前自他二利一无所成，尚且能忍受那么大的难行，现在为了引发自他无量的利益，为什么不能忍受一点小苦呢？虽然有苦，但是有大利益，这样吃苦真的是好事！就像这样思维，使心提起来。

或者想：从前为了自身求世间的名利享受，比如十多年读书，昼夜苦战。成年后经商，也是早出晚归，心心念念都投注在上面。或者为了追求异性，也是花那么多的心思去投注。或者修外道苦行，也是要忍受各种锻炼等等。诸如此类，一点意义也没有，也都能忍受。现在要完成这么大的自他二利的事，首先是自身上能得到从轮回中彻底解脱的大义，能得到显发自身光明藏的无上佛果的利益，再者，能够把无量无边的恶趣诸有情，

全部安置在净土中，有这样大的利益。这时心里想：这样受一点苦是极好的。特别在修三恶趣苦时就想到：对于无数的恶趣诸有情，假使我有能力的话，能够断除他们无量的地狱等诸苦、无边的生死大苦，这是极好的事情。为了完成这种大义，我对于一切法上的难行都发生心力，根本无所畏惧！

又要想到：这是一个串习的过程。从首先能忍受小苦开始逐渐串习，到了一定时候，大苦也都能够忍受。就像有情由串习力在苦上能虚妄地起乐想，现在我在为法的受苦上起乐想的话，逐渐串习下去，一切苦来了我都会起安乐之想，决定能够这样出现。

再者，为了摧伏一切烦恼，应当发起难行之心；为了完成无上大道，应当发起难行之心；为了成办拔济无数有情脱离恶趣等大苦的事业的缘故，应当发起难行之心。

这里还要明确难行和精进的关系。有了难行，才能在长远的道路上精进不懈；没有难行，就会在遇到各种苦的时候退转。而这里具体要认识到，为法难行而精进的内涵。也就是，为了修成无上大道，在衣食住行等修行依处的方面，在遇到称讥毁誉、老病死衰等世间法的方面，在行住坐卧等威仪的方面，在供养承事三宝尊长以及受法、说法、思维法、修习法等等方面，在勤修善法的辛劳方面，在利益有情的辛苦方面等等，这些方面



无论出现哪种苦，都能够精进而不放弃修行，这样就叫做“为法难行而精进”。以这种心的力量，就可以在大乘道上，没有趣入的能够趣入，已经趣入的不会因遇到苦而退转，最终能完成大道。因此，这里关键的内涵，就是一想到法的利益，就能够忍受一切苦。以这种难行能行的大无畏精神，在任何苦出现的时候，都能做到精进不废，这样就可以完成最极深远的大道。

诸如此类，应当想到：这么伟大的道业，需要心力极其坚固才能完成，不是微薄的心能成办的。由此就知道，“为法难行精进”是心上修持的要点。以此之故，我们就会逐渐在心上发展出圣道。自身完成圣道的缘故，就有力量拔济恶趣诸有情了。这是第二分修持的要点。

3、引众往生

逐渐地具备为法难行精进的内涵以后，就要随分随力地把一切恶趣诸有情引到净土中，这就是《普贤行愿品》中所说的“普愿沉溺诸众生，速往无量光佛刹”的发心。

一切恶趣诸有情如何能够脱离生死苦趣，到达远离一切诸苦的净土安乐之地？按此时、此地的因缘状况来看，应当发一个“把一切恶趣诸有情都引到极乐世界”的大愿。因为它是最方便、最简易，下至蛄飞蠕动都能

够往生的殊胜净土，它是阿弥陀佛无量劫来修集福慧资粮所庄严的佛土。它方便至极，而且能够顿超，能让恶趣诸有情都生上去。这样就要结合在净土上发心。

发心把众生摄引到净土，是非常深远的事。当前自身没法现前净土，就应当把众生摄到有缘的净土当中，比如极乐世界。将来在如来藏显发以后，自身就可以出现净土，那时能够摄持无量圣凡有情到自身出现的净土里，由此而从恶趣中脱离。就像诸佛的发愿那样，这属于远程目标。

就像这样，所谓的“引度”，要知道恶趣诸有情非常愚痴，像瞎子一样，对于道和果浑然不知，因上不知怎么走，果上不知到哪里去。这上面要以自身修行的能力，摄着他们的心趣向净土，这样就能顿然脱开恶趣。以阿弥陀佛的净土为例，自己要发心摄着无量众生的心，通过作各种法行，让他们跟阿弥陀佛的愿海连接。一旦连接深了，一下子就摄引住，直接就拉到净土去，顿然脱开诸恶趣。

有了以上自力的发心，接下来就可以作他力的祈请。也就是，诸佛的愿望都是要让众生离苦得乐，恒顺众生佛是最欢喜的，损恼众生违背了佛心。前面发利他愿，着重在悲那一方面的善心，这个心一起来，就有了召请佛力的因缘，因此，接着就要作他力祈请方面的修行。这两个合起来，在目前地位上就能做到一分实际的

救拔。

（二）他力祈请

这里修法的要点有三个：

- 1、信心观念；
- 2、祈请佛师；
- 3、召请援助。

1、信心观念

要知道，上师三宝具有无碍的力量，当我以善心为众生作祈请的时候，他们一定能够见知，而且会降下加持。之后，就要知道自己祈求之处，不是为自利。应当知道我的身体是父母所生的，智慧是诸佛所加被的，在这个身体上并没有自性的我，除了利他还有什么所作呢？因此，在看到诸母有情沦落在最可怜的恶趣险处之时，油然地发起悲心，想作救度，但是能力不够，因此祈求诸佛的援助。所谓的“请”，就是请加被，请他的力量进来。也就是，一切佛的光明就在我心中，当我祈请的时候，他的智慧光明就会入到我心中，使我具有能力，十力、五智等都可以请到自身上来。

这里特别从救拔恶趣诸有情来说，就是祈请一切上师三宝加被我，让我一个人能具有把无量无数恶趣诸有



情全数引到极乐世界的能力。当然，也可以作他方净土想，但是以此世普遍的因缘来讲，就是往生极乐世界。这样一种具信心的观念，就是修信心。善心就是两个：一、信心；二、悲心。向上就是信心；向下就是悲心；自身就是中心，连接着佛和众生，佛的智慧力下来，自身就能作救度。安住在信心的状态中来作意，叫做“信心观念”。

2、祈请佛师

接着要知道，祈请的境有总和别两方面。“总”指佛，包括上师、本尊、空行、出世护法。他们表现的相不一样，属于不同因缘上的角色。“别”指上师，他是诸佛的总集。这样明白以后就知道，要向总的一切佛、特别的有缘上师作祈请。

3、召请援助

祈请的目的是召请援助。自心只要具信心，佛和上师具有无碍的智悲力的缘故，这样祈请的时候，决定会作加被。这样的话，他们的力量进来以后，我自身就可以做到救拔诸有情。

好比说，阿弥陀佛有加被的力量，以光明摄受一切念佛众生。现在恶趣诸有情处在唯苦无乐非常悲惨的境地，而无量寿佛的极乐净土寿命自在、唯乐无苦，见到



众生这样无常、苦的时候，自己发起悲心，这通于弥陀本愿。这样就祈请佛，我代佛作摄引的话，佛的力量就会进来。就像这样，叫做“祈请佛”，然后具有这种能力来摄引众生。特别是祈请有缘的上师，他是一切诸佛的总集，在因缘上最切近，因此直接向他祈请。他的力量进来以后，就能作出非常大的利益众生的事业。诸如此类，自身自力上要有悲心等为根本，他力上要有信心等为根本，这两个力量合起来，就能达到实际救拔有情的效果。

“等”字包括其他的法行。譬如，向饿鬼施食、施水，修各种法来救度地狱有情，或者摄持旁生有情等等。诸如此类，从前到后整个修法的轨道都是在修善心。这样一节一节地发展，我们会有巨大的大乘法道的内涵，应当由此在道上进展。

如是所作之善也为利有情回向等，以三殊胜摄持而修行。

最后交待，思苦方面同样以三殊胜摄持来作修行，这样就成为圆具内涵的大乘修法。

这里“等”字以前举回向为例。也就是，修集的所有善根，不为自己，而是为了利益一切有情普作回向。“等”字里还摄有其他两种殊胜。也就是，前面加行发

心摄着心趣入，成为大乘的修法、成佛之因。中间要以正行无缘摄着心，在这里就是不散在其他所缘境上，这样一缘住在法中而修心。高深的当然是不住任何相，但这里初级修行，就是心不缘在非法上。如是具足内涵，来修证大乘的道。

总结

以上修苦是摄集了众多修要的大嘯陀南。从一步一步修心的发展来看，就是透过看到三恶趣无边苦的状况，之后触动了善心，由此，自身会起忏悔心，截断恶业。然后，推己及人会发大悲心。对于生死会发厌患，对于解脱会起希求。再者，由于不忍诸母有情堕在这么深重的惨境中，会起猛利的利他心，恒常精进。会起大归依心，为救度一切有情故，祈请上师三宝赐予力量等等。

诸如此类，整个修法的大轨道，其实就是透过思苦作为重要的因缘，来出现大乘道的善心。因此要知道，从这里能够发生下士、中士、上士的一切意乐。即使佛出现在世间，也没有超过此上的教授可说了。总的键，就是透过思苦作为因缘来发展悲心。而实际地救度有情，又要透过信心和悲心两大根本，自力和他力两种力量的结合来修作。



总的来说，修法的所有要点就落在修善心上，善心的开发就落在实际地观察上。由这个观察就发现真实的状况，以这个见来生起行，以信心来发生悲心。也就是智慧如明眼一样，看到了状况，悲心像健足一样，能发起实行，这两个结合起来，就开始在大乘道上实修了。以上就是整个修法的要点。

思考题

1、

- (1) 为什么说自身目前有殊胜因缘？
- (2) “难行”和“精进”有什么关系？如何思维能引生“为法难行精进”的心？
- (3) 我们应如何发心，把一切恶趣有情引度到净土中？
- (4) 如何作他力祈请方面的修行？