**本稿为方便内部学习所用，非正式文稿，仅供参考！**

**《前行广释》第45课辅导资料**

**诸法等性本基法界中，自现圆满三身游舞力，**

**离障本来怙主龙钦巴，祈请无垢光尊常护我。**

为度化一切众生，请大家发无上的菩提心！发了菩提心之后，今天我们继续一起学习华智仁波切所造的殊胜的窍诀引导《大圆满前行引导文》，引导我们的心安住在实相，趋向于解脱。

我们现在的心处在迷乱的状态，就像一个人在非常混乱的战场上，已经迷失了方向，不知道从哪里才可以离开混乱的战场，这时就非常需要有一个引导者把他带到安全的地方。和这个相似，我们众生现在在轮回中也像战场一样，到处充满了诱惑、危险、痛苦等等。因为我们自心是这样的状态，依靠它感召到这种环境，也不是说我们运气不好投生在这个环境中，或者通过别人的种种行为导致我们在这个环境中感受很多的痛苦，要有非常清晰的认知。有时我们感叹自己生不逢时。会问为什么这样，这个世界到底怎么了，别人怎么了。从某个角度讲，也的确需要问一下，这个到底是怎么回事；从另外角度来讲，如果没有这样的业，我们的心不是如是的混乱，也不会在心中投射出这样的环境。内心处于迷乱状态，就会投生在这种迷乱的环境中。就像做噩梦是心的一种投影，做善梦也是，梦到佛菩萨的时候也是一种投影。

这一切都是因为我们没有遣除迷乱，自心安住在迷乱的状态中，才通过业感召到这样的世界。大家都是通过共业感召到这样的世界，在这个环境当中尽量少一点去问这个世界到底怎么了，应该问自己到底是怎么了，现在应该怎么做。暂时来讲我们没有办法改变这个环境，那就改变我们的看法和我们的心，把心调整到一个非常殊胜的状态，让自己能够完全地了知、完全地看破、放下对一切万法的执著，首先修我们的心。

为什么说是暂时的呢？因为我们现在的能力有限，转不了这样的环境，我们在这个基础上发起出离心，进一步发起利益一切众生的心，我们发愿要改变这一切。能不能改变这一切？当然是可以的，我们可以通过自己的努力创造一个非常完美的世界。比如说阿弥陀佛就想改变这一切，于是创造了一个非常好的环境，和他有缘的可以牵引到这个完美的环境中，如是地作调伏，让众生得到暂时和究竟的安乐。一次一次地做，阿弥陀佛也不可能只是发一个建设极乐世界的愿，其他地方没有建设和极乐世界一样的环境，一样的刹土。佛菩萨的愿是无量无边的，不能说已经投资建设了一个极乐世界就够了，该做的事情已经做完了，不是这样的。

我们知道阿弥陀佛建造了一个极乐世界，不知道的还有很多刹土和环境，阿弥陀佛正在建设。所有的佛都是一样的，我们也是一样的。我们暂时改变不了这样的环境，我们就改变自心，这个只是暂时的权宜之计，我们改变自心的同时，我们要发起非常强大的愿，修持非常殊胜的善法，我们要发愿总有一天要让众生生活在非常完美的环境当中。通过不断地发愿回向，就可以建造属于自己的刹土，让众生得到暂时和究竟的利益，是这种道理。

现在总体来讲，我们是处在比较迷乱的状态当中，这时非常需要一个清凉教法的引导，就像导师、引导者一样的教言，引导我们的心一步一步地出离迷乱。首先要认识到我们所处的混乱状态是什么样子的，必须要有一个非常清楚的认知。就像我们要从一个地方出离，必须要知道周围的环境到底是怎么回事，分布是怎么样，必须要了知清楚之后，再制定计划，怎么样出来……，一步一步逃离战场。

要不然你都不知道这个环境，都不知道到底应该怎么走，知己知彼才能百战不败。这方面我们首先要了知轮回的状态，之后要看破这个状态，然后依靠佛菩萨的教言，逐渐地让自己出离。前面学习了暇满和无常，对于现在暇满的人身和无常的状态必须要清楚地认知，内心当中非常明确地生起这种觉受，就可以看破对今世的很多执著。

后世的状态属于六道，六道当中没有任何安乐可言，我们通过观修第三、第四个引导来打破对后世的执著。通过这样的引导，一步一步地把我们的心引向出离的方向前进。我们处于混乱当中，不知道自己到底是什么状况，有没有一个出离道。通过前行等圣法的教导、引导，我们知道今生不能够贪著，因为我们的暇满人身非常殊胜，这么殊胜的人身很快会死亡，我们没有很多时间去追求今生的世间八法等等。

通过这种方式做一些观察，对我们来讲非常有必要。通过观修无常的方方面面，观完之后再观察轮回痛苦，我们知道今生也好、后世也好，善趣也好、恶趣也好，都充满了痛苦。对于轮回当中种种痛苦的形状、寿命，客观地了知，我们就知道轮回中不管是转生在哪个地方都是不行的，除了远离轮回之外。远离了轮回我们就可以从这个状态当中出离，否则这些痛苦是没有办法远离我们而去的。

观察完之后就知道，现在整个区域都不能呆，没有一个区域是安乐的，所有轮回都是痛苦的自性，我们知道了就要出离。苦因是什么呢？苦因就是有漏的善法和恶业，有漏的善法怎么又变成苦因了呢？因为整个轮回、整个善趣都是苦的，引发善趣的因，有漏的善业，从这个侧面来讲它也变成了苦因。从这方面进行安立、观察的时候，我们就对这个问题知道得非常清楚。我们正处于这种轮回痛苦的苦果状态中，对于轮回痛苦，首先要非常详尽地观察，在自心当中生起整个轮回的确是痛苦的自性的定解，就会产生一种厌离心，就会真实想追求解脱。

观察轮回过患这个科判的时候，要把里面的内容和意义认认真真地、反反复复地放在心上观察，不能够大概地观一下、走一次过程就够了，而是要反复以身临其境的方式观想，感受轮回的痛苦。并且想如果不出离的话，这样的痛苦绝不是一次两次，而是会一而再、再而三、反反复复地让自己处在轮回当中感受如是的痛苦。

现在在科判当中主要是学习三恶趣，前面观察了地狱的痛苦，饿鬼的痛苦是今天要学习的内容。

**戊二（饿鬼之苦）分二：一、隐住饿鬼；二、空游饿鬼。**

饿鬼属于三恶趣之一，它本身是痛苦的，同时是无暇的自性之一。平常我们所认为的饿鬼，佛经当中讲的饿鬼是一个道，称为饿鬼道。

有些中国人把死人都叫饿鬼，这个不一定。因为人死了之后不一定会变成鬼。这是一种不了知的说法，鬼只是六道之一，转不转生鬼要看自己的业而决定的。而且人死了之后还有一个过渡的身份叫中阴身。中阴身不属于六道中的任何一道，就是从此到彼中间的一个过渡状态，中阴不是鬼，不属于鬼道，投生鬼道之后才是鬼，中阴身就是一个过渡。当我们的业决定之后就有可能投生到饿鬼道当中。

在佛经当中对饿鬼道的安立有两种：一种安立方式是说饿鬼有一个大本营，有自己的国度，在南瞻部洲往下五百由旬的地方是他们的本处。有些文中指明了更具体的位置，就是现在的王舍城下面五百由旬的地方，就是饿鬼的大本营，他们的国家称为阎罗世界。而阎罗王统治整个饿鬼界。里面住了很多饿鬼，就像我们人间一样，也有一种世界存在着。

另一种安立方式是：有一种饿鬼住于人间，到处游荡，或者说晚上到处游荡白天休息。因为白天阳光比较炽盛，一般这些饿鬼比较害怕。太阳落山黄昏之后，饿鬼就慢慢出来。做烟施的时候，就多选择在黄昏的时候开始做，这个是有教言的。当然从某个角度来讲，任何时候都可以做烟施，因为通过观想，通过仪轨的力量可以让所烧的烟周遍一切处。从外部环境来讲，黄昏时候饿鬼会出来，这时做焦烟、烧烟的仪轨是能够更好的利益众生的一种缘起。

还有像《正法念处经》等经典当中说人间的饿鬼平常喜欢住在人间的坟地。为什么有些人会害怕坟地。从某个角度来讲，这个坟地也是埋死人的地方，人们对死人就很害怕，所以对于墓地、坟地就都很害怕。还有一种原因是很多的饿鬼的确是选择人间的坟地作为他们的住所，这些地方平常说阴气比较重。还有，住在山洞里面的饿鬼也比较多，所以山洞会比较阴暗。我们到了这些饿鬼经常安住之处，要念一些观音心咒，或在这些地方烧焦烟利益他们。

如果去扫墓，除了平常按照世间的习俗，给死去的亲人放一些供品、花等等，也有必要念一些观音菩萨的心咒，或烧一些焦烟利益这里的有情。当然坟地里面有中阴身，也有已经转为饿鬼道的饿鬼，有些和自己家里面没有关系，有些可能就是自己去世的家人转生的，住在他的坟地位置徘徊流连。念一些观音心咒及仪轨，就会利益到他们。

饿鬼的身高、身量，有说最长的饿鬼可以长达一由旬那么高，类似于八公里。比较矮的饿鬼只有两三寸这么短，所以也是高低不同。

饿鬼的寿量：最长的饿鬼寿量可以达到八万四千岁，最短的生了就死，也有夭折的情况。比较守恒的一种时间就像无垢光尊者在《大圆满心性休息》当中讲的，人间的一万五千岁是饿鬼的总的寿量。

知道饿鬼的一些信息之后，大恩上师在讲记当中也讲到了转生饿鬼的因。主要就是悭贪，还有身、语、意造的一些恶业。如果是上品的恶业，就是比较严重的恶业，他会堕地狱。中品和下品的恶业就不一定。有说中品的恶业是堕饿鬼的，但是在《正法念处经》当中讲，下品的恶业堕饿鬼，中品的恶业堕旁生，这些说法不同。转生饿鬼主要是通过身、语、意造一些轻恶业，不要小看这些轻恶业。有时会认为没有犯根本罪和根本戒，没有做很严重的罪业，无所谓。但是在佛经当中讲，比较轻的身、口、意恶业都很容易犯的，平常如果不谨慎，做完不忏悔的话，就很容易犯下这些罪，直接的果就是堕饿鬼。下面就要学习堕饿鬼之后的种种的痛苦。知道了饿鬼的苦，就会去重视它的因，而不要再造。，

上面讲堕饿鬼的因主要是因为贪欲，舍不得布施、供养等等。自己平常在修法的时候，要观想观世音菩萨，给这些有情念一些观世音菩萨心咒。平常在倒水的时候或者下雨的时候等等，也要观想观世音菩萨同时念一些观世音心咒，这些饿鬼可以得到一些安乐，或者能够找到一些饮食。

还有通过具有力量的烧施仪轨。大恩上师也讲过烧施的东西不需要特别多，不需要好几吨的东西放进去烧，也不需要熊熊大火。主要是依靠仪轨的加持力，它是一种变食的自性，通过这些仪轨把这个食品变得特别多。平常自己在家里面做的时候，一些表施的食品烧了之后就可以通过仪轨加持来帮助饿鬼道的众生。

一方面来讲我们要帮助他们是因为它们特别的苦，另一方面做这些烧施也是在打破自己饿鬼的业和饿鬼的因。因为饿鬼的因是悭吝，通过悭吝感召到的果就是一种不满足的痛苦。所以我们现在一方面要忏悔自己悭贪的恶业，另一方面也是缘这些饿鬼有情，通过佛法做一些帮助来遣除他们恶业的痛苦，这个是特别有必要的。

有些大德说饿鬼的苦，表面上看是找不到饮食而感到饥渴。但是从深层次来讲是一种不满足的痛苦。不满足可以从很多方面来体现，一方面来讲就是找不到饮食不满足，的确是没办法吃饱喝足，这是一种不满足。但主要是内心当中很强烈的永远不满足的痛苦。这种不满足其实在人间，在现在我们的心态当中，如果不注意的话也容易陷入这种不满足的状态当中。这种不满足的状态，从某个侧面来讲和饿鬼的痛苦相似。

从另外一个侧面来讲这种贪得无厌的不满足也是一种饿鬼的因，引导我们的心趋向于饿鬼的状态当中。所以我们平常修行的时候要知足少欲，经常做上供下施。这个方面要经常思维，经常做这种善法才能够让自己不转生于饿鬼道。

当然暂时不转生不是究竟的解决之道，我们要努力让自己究竟不转生，永远不转生。怎么样做呢？我们就要观察饿鬼的痛苦，对这个饿鬼的痛苦越观察越厌离，越观察越厌离。最后想到的是如果我不解脱轮回的话，饿鬼的苦是没办法彻底摆脱和远离的。所以就下一个非常大的决心要解脱。一方面自己解脱，另一方面解脱之后，我们要转回来通过自己圣者加持的身份，来帮助饿鬼道的众生真实地远离痛苦。观修饿鬼痛苦也是把我们的心如是地做引导的一种必要性。

**戊二（饿鬼之苦）分二：一、隐住饿鬼；二、空游饿鬼。**

**己一（隐住饿鬼）分三：一、外障饿鬼；二、内障饿鬼；三、特障饿鬼。**

这些隐住，一方面来讲是隐藏而住的意思，一方面来讲找不到饮食，这些饮食等对他们来讲是隐藏、隐蔽的，没办法获得。根本找不到一种让自己满足的因，这方面可以叫做隐住。空游就是有些有能力可以在虚空当中飞行的大力的饿鬼。

**庚一、外障饿鬼**

**此类外障饿鬼甚至在数百年之中连水的名称也没有听过，整日饥渴交迫，经常为寻找饮食而四处游荡，结果也是一无所获。**

此类饿鬼主要感受的是外障，这些饿鬼都是非常饥渴的，但是非常饥渴的情况也不一样，有些是外面的障碍，有些是里面的障碍。外障饿鬼通过自己特殊的业，在外面根本见不到找不到饮食，从外境当中已经障蔽了自己寻找饮食的机会。

最严重的是甚至于在数百年当中（一般普遍的饿鬼寿命是一万五千年，相当于人间的一万五千年）就这么飘荡，连饮食，连水的名称从来都没有人提过，也听不到这些名称。每天就是在追求，饥饿的感觉非常强盛，每天都在为解决这个问题到处奔波。但是外在看不到饮食，找不到饮食，甚至于连这个饮食的名称都没有听说过。整日都处于饥渴交迫的状态当中，因为他没有其他的事情。内心当中恒时处于饥渴状态，恒时寻找饮食而四处游荡。但是因为他的业导致的缘故，不管走到哪个地方，都是一无所获的结果。每天都在这种痛苦和绝望中，身体和心的痛苦的煎熬当中度过的。

为什么我们要详详细细、认认真真地观察饿鬼的痛苦。如果我们观察到这些之后，虽然现在没有转生饿鬼，但是我们知道现在有很多有情正转于饿鬼道，如果自己不修行以后有可能转为饿鬼道。一旦转为饿鬼道的状态怎么能够忍受呢？这种饿鬼的状态也是因为现在自己的行为不谨慎取舍。有自在自由的时候，没有认真修法所直接导致的。

现在我们在修佛法的时候，可以给自己找很多的理由，今天又来了客人了没时间修，明天要购物没时间修，后天又有什么事情没时间修。如果我们要找的话，这个理由随便找，一天找一万个都可以找的出来。但是当我们在给自己不修善法找理由的时候，其实我们也是直奔这个恶趣而去的。因为我们内心当中有很多恶业的相续，我们相续当中充满了恶业。

这个过程当中没有精进的修善法，我们所造的这么多恶业在成熟之后就会感受这样的痛苦。饿鬼的痛苦，地狱的痛苦和种种的痛苦，从某个层次来讲都是我们自己选择的。当我们有自在的时候，上师也是经常让我们修行，通过鼓励或呵斥，道友有时候也让我们要精进。但是我们自己就是想方设法地逃避这样一种修行的机缘。通过自己逃避修行的机缘而没有修行善法的话，当自己相续当中的恶业，因为没有对治而成熟的时候，那么我们所观想的饿鬼的痛苦就会降临在自己身上。降临的时候，就不能说和我无关了，而是真实地非常清晰地感受这样的痛苦了。这方面我们必须要非常认真地去观想，只有观想清楚，在内心当中产生这样一种觉受时，我们自己才可以为了不转生饿鬼，然后去勤奋修持善法。这个是一种情况，根本找不到水，也看不到听不到水的名称。还有一种情况也是外障饿鬼，虽然有些时候能够看到一点饮食的样子，但是永远找不到的一种情况。

**有时候看到远处有清清流淌的碧绿江河，以僵直的肢体艰难地支撑着巨大的腹部，异常痛苦同时又疲惫不堪，踉踉跄跄地走去，可是到了近前，所有的水已干无一滴，仅仅剩下河床，于是它们感到万分苦恼。**

另外一种情况是在远处看到非常清澈流淌的江河。对于一个非常干渴的饿鬼来讲，能够看到清清的河流当然非常高兴，渴望去痛饮一顿，解决自己口渴的痛苦。所以就产生了很大的希望，【以僵直的肢体】，不像人的身体很柔软很协调，转成饿鬼以后身体很僵硬，走起来非常麻烦。而且手脚非常细，肚子特别大，这也是饿鬼的特质。肚子很大就得吃很多东西，但是却偏偏找不到食物。这些因素导致它感受很多痛苦。这都是自己的业形成的，不是外在在给你制造违缘障碍，乃至于业没有清净之前，这种痛苦是不会远离我们的。饿鬼的业没有清净之前，它的痛苦也是没办法远离的。

我们观想饿鬼的自性之后，在修法做仪轨的时候，真心诚意地观想这些饿鬼的痛苦。为了解除它们的痛苦，通过清净心和信心做一些修法，愿它们离开这种痛苦。这种仪轨的加持力特别大，能够利益很多的众生。在它们苦苦寻找、绝望的时候，就能够通过佛菩萨的加持力找到饮食，并且是能吃到的饮食，这对它们是一个帮助。而且能让它们结上法缘，以后可以得到解脱的机会。

饿鬼的腹部特别巨大，异常痛苦又疲惫不堪，为了寻找饮食就这样踉踉跄跄地过去。当然人间是没有真正的饿鬼道的，但是我们可以看得到。比如大饥荒的时候，还有些很贫穷的非洲国家的小孩子肚子很大，手脚很细，有道友就说这是不是活生生饿鬼的样子等等，但真正的饿鬼还要惨很多，只是这个样子很相近。没有这个业，也不会转生到基本饮食都得不到保障的地方。看这些图片，身体非常瘦弱而且肚子很大，是那种找不到食物，营养不良等导致的类似于饿鬼的痛苦。但毕竟时间有限，痛苦程度有限，还是没办法和真实的饿鬼道相比。

它寻找江河水，踉踉跄跄走过去。好不容易到跟前，所有的水都已经干无一滴了，只剩下河床而已，就非常苦恼绝望。有些人远足时，在沙漠里或戈壁上，饮用水找不到了，非常渴就可能会出现幻觉，就是海市蜃楼或者阳焰水。看到很远的地方好像有水在流动，很高兴，想终于找到水了。就带着很大的希望，拼命冲着觉得有水的地方走过去。但这是沙漠里面的热气形成的水的形象而已，根本一滴水都没有。走过去之后发现啥都没有，就特别的绝望，有点类似于饿鬼的状态，但还不及饿鬼的那种痛苦。这是把人间和饿鬼的情况稍微做一个对比。有时候比较容易体会饿鬼的心态，但是饿鬼是恒常性的，一次又一次也不会死，因为业没有穷尽。饿鬼有没有夭折的情况呢？有。但是苦的业不穷尽的话，还是没办法中途死亡的。

**有时候远远望见果实累累、郁郁葱葱的绿树，依然如前一样赶去，当到了跟前时所有的树木已干枯成了树干。**

换一种情形：郁郁葱葱的绿树，上面挂满了很多的水蜜桃、苹果等非常引诱饿鬼的食物，刚才是水现在是食品。和前面一样，很希望得到果实。但是到了跟前，树木全部枯干了，果实一个都没有，好像被火烧过了一样，全部变成了树干。就非常绝望、伤心，继续忍受饥渴的痛苦，这是一种情况。

还有一种情况：

**有时候，看见品种繁多的饮食、美不胜收的受用，可是到了近前时，却遭到许多全副武装的看守用兵器殴打、驱赶，真是说不出的痛苦。**

有时候虽然看到了很多的饮食受用，走到跟前这些食物也不会消失，但是没办法受用。为什么呢？因为有很多看守全副武装地拼命殴打这些饿鬼。这是它自己的业导致的，饿鬼没有什么力量，不可能和身强力壮、全副武装的看守对抗，没办法发起暴动抢点东西过来。只有感受殴打的痛苦，眼睁睁看着饮食在面前却没办法享受。

人间也是这样的。犯人受苦的时候，看到饮食就得不到，想要得到饮食就被殴打，想尽办法折磨犯人。主要是感受饥渴，而且得不到满足。饿鬼就是方方面面不满足。想要心想事成，随心自在，根本没有。都是种种的不如意，没有一个是真正心满意足的。这是由于在人间的时候，经常不知足，有很大的欲望并且舍不得布施和供养。通过这样一种业，觉得给别人自己就穷了，因为这种很悭吝、很不知足的心态，从而感受饿鬼道中的不知足——吃的也找不到，喝的也找不到，或者看到也没办法得到，总是得不到满足。

贪欲心生起来的时候，有没有办法通过得到来满足呢？没有。《佛子行》中讲了，贪心就像喝盐水一样，越渴越想喝，越喝越渴，所以没办法通过得到来满足贪心。越得到，贪心的胃口越大，根本没有满足的时候。有些人说我达到某个阶段的时候就不干了，但是当他到了那个高度的时候，目标就又提高了，自动提升了。没有福报的人满足不了。有福报的人可能就满足了，觉得可以了，钱也够花了，就该做什么做什么。

有善根的佛弟子生活无忧，也不需要太多的钱，把时间空出来学习佛法、念诵经咒，为利益众生、利益自己而修持佛法。有福报的人的确有这种条件，到了这个时间段也有这个想法。没有福报的人制定一个目标，如果达不到，就永远处在追赶、努力的状态，果遥遥无期；如果得到了，第一期目标达成了，当到了这个高度时，一山还有一山高，就开始向更高的山开始攀登；到了的时候，还有更高的一座山……这就是人心不足。所以没有福报的话，总是处在奋斗的状态，总是觉得不够，钱不够花等等，这样就永远满足不了。让他停下来他不停，总是找很多的理由，这是不满足的状态。所以饿鬼的心态是永远在追求，但永远满足不了。

这里体现出饿鬼对果的一种永不停止的追求，每天奔波在路上。看到远处有河流，走过去便没有了。看到更远处有饮食，又跑过去。就这样永远在追求、永远得不到满足，就是这种状态。现在很多人的心，不注意的话，都已经处于这种状态中了。所以，知足少欲是一个圣者种姓，或者说修行佛法是圣者的种姓。如果世间人能懂得并安住于知足少欲，同样能够幸福、容易安乐。此处所讲的就是饿鬼被殴打、被驱赶的情况，真可谓难以名状的痛苦。

还有一些颠倒的情况：

**对于这些饿鬼来说，夏季月亮也显得火烧火燎，到了冬季感到太阳也是寒气逼人、清清凉凉，实在是受尽了折磨。**

此处是一种得不到满足的颠倒状态，如何体现的呢？对于饿鬼而言，四季颠倒，日月也颠倒。**【夏季月亮也显得火烧火燎，】**本来夏季白天很炎热，到了夜晚气温下降月亮升起，此时本应感觉到月光带来的清凉，但是在饿鬼的境界中，一切都是颠倒的。白天不会颠倒，依然很热。到了晚上，月亮也像太阳一样，热得火烧火燎，这也是一种颠倒。冬季的夜晚当然很冷，而白天太阳出来按理应该能带来温暖。可在饿鬼的境界中，此时的太阳也非常凉爽，散发出凉气，让饿鬼受尽折磨。据经典中所讲，饿鬼界夏季吹的风，也是很热的；降下的雨也是燃烧的铁雨，淋到饿鬼身上时，令其感受诸多痛苦。可见只要造下恶业，成熟之后绝无快乐，无论我们是否愿意，届时都要感受如是的痛苦。因此我们现在要提前学习、提前做准备和决断。如果造了善业，忏悔恶业，就不会感受这样的痛苦。这就是业果的规律。

以下讲述了一个公案。

**很久以前，昼辛吉尊者到饿鬼境内，结果中了饿鬼吝啬的毒气，感觉口干舌燥。**

在有些佛经中昼辛吉尊者名为二十亿耳或亿耳尊者。为什么叫二十亿耳呢？因为他出生时，耳朵上便有一个耳环，这个耳环价值二十亿。这二十亿是指二十亿人民币、二十亿美元、二十亿卢布、还是二十亿日元呢？不得而知。尊者也由此而得名。

根据大恩上师引用的佛经和以前看过的传记，昼辛吉尊者当时尚未出家，还不是阿罗汉。这个好像在上堂课提到过。那一次尊者去大海取宝，中途和友伴失散了。因为当时路上强盗很多，商主必须要和友伴分开，单独睡在一个安全的地方。第二天早晨起来，由于他的业成熟了，友伴们已经离开。如同有时去旅游，一个人被落在了旅馆或景点，自己还不知道。上车走了后才发现某某怎么不在了呢？于是努力地找寻、联系等等。回答说我还在哪个饭店、哪个地方，类似这样的情况。就这样尊者的友伴把他一个人留在那里，尊者通过自己的业漫无目的地走着，于是便来到了饿鬼境内。之后中了饿鬼吝啬的毒气，感觉非常口干舌燥。饿鬼就是因为悭吝的恶业成熟，倍感口渴饥饿而到处寻水觅食。如同我们很口渴时，就想找到一点水来缓解自己的痛苦。饿鬼的毒气就是会引起口干舌燥，尊者中了毒气之后也是如此。

**看见一座铁城的大门前有一个令人不寒而栗的黑面红眼饿鬼，便急不可待地问：“哪里有水？”**

因为在他的意识中，是有口渴要喝水这样的概念。所以当他看到一个很可怕的饿鬼时，就问哪里有水可以解渴？

**他的话音刚落，居然集来了一大群形似烧焦树干的饿鬼。它们争先恐后地祈求说：“无比尊贵的大师，你行行好，给我们一点水吧。”**

他话音刚落，一下子就召集了一大群饿鬼。他们形似烧焦的树干，非常丑陋。由于显现上长期得不到饮食，可能非常的干瘦，而且肤色也很难看。这些如同树干一样的饿鬼争先恐后地祈求：“无比尊贵的大师啊，请你给我一点水啊！”当时，昼辛吉尊者还不是阿罗汉，也不是那种意义上尊贵的大师。但他必定是一个人，在饿鬼眼中就是一个很尊贵的导师或大师，所以向他求水。也可能是为了得到水对他说一些好话，就像是“老板啊，求你给我一点东西，行行好吧！”这样一些好听的话。抑或觉得他是一位尊贵而有福德的人，不同于饿鬼，便如是向尊者求水。

**尊者说：“我也得不到一滴水，同样在求水，你们到底是谁呀？”**

尊者回答：“我还不是一样滴水未得，也正在找，你们到底是谁呢？”

**它们可怜巴巴地回答说：“我们自从投生在这座山谷以来已经有十二年了，可是到今天才听说水的名字。”**

这堂课刚开始时讲过，有的饿鬼是几百年听不到水的名字。此时这些饿鬼说：我们投生到此山谷以来，于十二年中从未听过水的名字，今天才听到。这就是属于饿鬼的状态和境界。饿鬼的投生有两种，一种属于化生，另一种是胎生。也就是他们投生至此历时十二年，始终处于饥渴交加的生存状态中，今天方才听到水的名字。由此也可见这种罪业之深重。对于我们而言，为了不要转生到饿鬼界，就必须要打破悭吝。

我们可以早上向佛堂里的佛像供水，在经典、在殊胜的加持前供水。因为供水时也有一种因缘，若以清净心供水，则生生世世不会缺水，不会转到饿鬼的境界，也不会转到干旱、缺水之地。我们现在处在水源充足的地方，不能体会缺水是何等痛苦。虽然没有亲身去过，但通过电视可以看到，中国也有很多缺水之地。方圆十几、二十几公里内，都没有可以饮用的水资源，有时要到很远处去挑、去背，或者用驴车驮运。找到之后今天也许还能喝，明天就可能变成苦水了。内心中如果没有善业而转生到没有水的地方，将会非常可怜。暂且不说洗澡、洗衣服等等，就连自身喝的水都很难找到。所以那些地方的人，对水非常珍惜，就是因为太缺水了。

反过来讲，我们大部份人一方面是有福德，另一方面也不珍惜水，有水的时候也没想到用水来积一点功德。布施一些水给别人，或是给佛菩萨供水，给僧众供茶或供养水等等，这都是能够在我们今生当中以及生生世世不投生饿鬼或缺水之地的善妙因缘。供水经常是有机会做的，所以当有机会做的时候，就要去学习，或者自身有能力做一些布施水及供养水。在《贤愚经》中也有很多类似公案，本身没有什么钱，以清净心给佛和僧众供养一钵水，佛陀僧众怜悯这些供养的人，于是取来喝，或者取水来洗手、洗钵盂。用了供养之水，在善果成熟之后，生生世世不管哪个地方就能够得到很好的水，或是根本不会缺水。到了沙漠地带，空的钵盂投出去之后就有好的水。到任何地方随便一挖就是好水，这个就是福报强盛的体现。

还有一个公案，以前有一个出家人，还没有死之前就很渴，常常睡到半夜的时候就非常渴，然后起来喝水。发现瓶子里的水干了，水缸里的水也干了，跑到寺院里的水池一看也是干了。再跑到河里面，心想河边的水是很多的，结果也是干的。接下来就很恐慌，认为饿鬼的业要成熟了。好不容易熬到早上找师父阿阇黎，阿阇黎说：可能是你饿鬼的业要成熟了。就去请佛陀解决这个问题，佛陀说只有一个办法，给僧众供水。他对佛陀说现在不管到哪里，水都找不到，如何去供？别人看着有水，自己一去水就干了。于是佛陀用威德力加持他，终于能够找到一些水，就用恭敬心到僧众那去供水。在供完之后业障消除，没有堕入饿鬼道。

僧众是个大福田，如果给僧众供水供茶会得到很大的善根。给僧众供水不单单是能够生生世世得到水这么简单，还可以变为成佛的助缘，是积累巨大善根的方便。大家应该有机会多做一些这样的善根。每天早上在佛堂里面至少要用干净的水供上七杯，晚上再撤下，并念诵七遍以上的观音心咒，同时观想供佛的水布施给饿鬼，让它们得到满足。大恩上师也讲过，不管是供佛的水还是其它干净的水，直接这样布施出去，饿鬼们是得不到的，因为它们的喉咙打不开。即便得到的话，很多饿鬼在抢，打的很厉害。但如果念诵七遍以上观音心咒再布施，一方面他们能够喝的到，并且每人有份，所以功德利益是非常大的。

大家平时一方面是上供于佛，黄昏或者晚上把水取下来倒在外面的花园里，或者直接倒入水槽，并且观想布施给饿鬼，通过观音心咒加持后能够利益饿鬼。能够经常性地这样去做，养成习惯是非常随喜的，每天都可以上供下施。上供是最殊胜的福田三宝，下施也是最可怜的饿鬼有情。佛法中做功德是很殊胜的，从福田的角度来讲，功德越大的去供养，所得到的福德越大，也就是其自身的证悟功德越深的，我们作为对境作供养的话，得到的福德也就越深。从悲心的角度来讲，给越可怜的众生做布施，功德也就越大。早上通过恭敬心，对于最大福德的三宝做供养，到了晚上再通过悲心给最可怜的饿鬼等布施。这样上供下施，恭敬心和大悲心在整个过程中都可以体现。这本身也是一种修行，是一种法行。不要想象是个任务，例如好像每天摆着七杯水没有意义似的。其实这里面体现出恭敬、大悲，还有集资净障等很多功德，因此是必须要做的，这样对自他都有利益。

**庚二、内障饿鬼：**

**这类内障饿鬼嘴巴小得像针眼一样，本想开怀畅饮大海里的水，怎奈水却无法流进它们那细如马尾毛的咽喉，而且在这中间已被口中的毒气一扫而光。**

内障饿鬼不像外障饿鬼听不到水的声音或者找不到水。外障饿鬼是在外面的状态中没办法得到，而内障饿鬼可以找得到水或饮食，但是由于自身的障碍而没办法得到满足。怎么体现的呢？嘴巴像针眼一样特别小，没办法喝水。有些地方说是嘴巴很小，有些地方说喉咙很细根本没办法喝水。所以本来想畅饮大海里的水，但是小得像针眼一样的嘴巴喝不进去。

【**怎奈水却无法流进它们那细如马尾毛的咽喉**。】内障饿鬼的咽喉细如马尾，不管是针眼，还是细如马尾，都说明是饿鬼自己的障碍导致喝不了水。眼睁睁地守着一大堆饮食，还是没办法解除饥渴的痛苦。因为水毕竟是存在的，口也不是完全封闭还是有像针眼那么大，所以多多少少可以喝一点进去。但是稍微喝一点，到了嘴巴里面的时候就会有一种障碍，饿鬼的吝啬的毒气，就像高温的烤炉，一点点水进去一下子就蒸发了。根本感觉不到饱足的感觉，也没办法解渴，持续性地感受这样的痛苦。

**就算是有一星半点的水进入了咽喉，也满足不了它们那大如盆地的腹部。**

即便水在嘴巴里没有蒸发掉，一星半点的水通过了像马尾巴一样细的咽喉。但是饿鬼的肚子大如盆地，有些地方说大如城市。就像我们因为肚子、胃里面没东西会产生饥饿感，这时要么喝水、要么吃食物，把肚子填满饥饿感就消失了。内障饿鬼那么大的肚子里面都是空的，水太少是没办法满足这么大的肚子的。

**即使腹内稍稍有一点饱的感觉，在夜晚期间腹内也会燃起大火，烧尽心肺等所有内脏，是何等的痛苦。**

这是一步步观察下来的，通过差别业，就是喝到水并且在嘴巴里没有蒸发掉，经过喉咙进入到肚子里稍微有点饱，但是一到晚上肚子会燃起大火烧尽心肺，这是何等的痛苦。肚子里面本来就缺少水分而处于高温状态，遇到水就像是撒上了汽油，类似于可燃物体进去之后一下子燃烧起来，焚烧心肺、内脏等，就是这样感受痛苦。这些我们都要观修，不要当成别人的事情来观修，要身临其境把自己观成饿鬼。观想佛经里面描绘饿鬼的状态，然后观修自己在这种状态中到处找水，真正的很深入地观。演员演戏的时候把自己想成那种状态叫入戏，入戏之后演出的东西才有感觉才会很真实，打动自己打动他人。我们观修也是在演戏，但这个演戏对我们来讲是有很大必要性的，我们要模拟这种状态，要入戏比较深。

第一要相似地体会一下饿鬼现在正在感受的，到底是什么样的痛苦？完全感受是做不到的，但是可以相似感受；第二为了让我们内心中彻底地远离饿鬼的状态，要身临其境地观想：现在已经是饿鬼了到处去寻找，嘴巴像针眼一样细，看到这么多水却喝不进去，因为很长时间没有进食非常饥渴。观想自己嘴很小、喉咙很细、嘴巴里面还非常高温，有可能把喝进嘴里的水蒸发掉；即便没有蒸发到了肚子里，肚子太大满足不了；即便稍微有一点点满足了，到了晚上也会着火焚烧心肺内脏。就这样反复地感受，不是一次烧死就结束了，而是一直处在这种状态当中，历经一万五千年或前面讲的八万四千年，在饿鬼业没有穷尽之前都要感受这种痛苦。

我们要一直把自己的心处在饿鬼状态中来观修，起座之后要发起决心，无论如何要好好修行。一方面要针对饿鬼的业去上供下施，让自己学会知足；另一方面从长远的角度，要发愿行持上师传的殊胜正法，力求从六道轮回中解脱；而且为了利益现在正堕饿鬼当中的众生和以后将堕饿鬼的众生而努力。他们自己不懂修行就指望我们，不管他知道不知道，我们立志要帮助这些有情，要做他们的不请之友。当出离心尤其是大悲心生起来之后就会非常勤奋，这么多痛苦的有情是无可奈何、不可避免地忍受着痛苦，如果这个时候能真实地帮他该有多好。

我们平时要经常发愿、回向，为了以后像佛菩萨一样，到饿鬼界去帮助这些有情，让他们离开种种饿鬼的痛苦。用自己的智慧、福德、威力在人间传法，给人们传讲悭吝的过失、堕饿鬼的因和果，让他们为了永远不托生饿鬼而发出离心。这是真实利他的事业，讲这么多就是要我们上座时认真观修，把前行中的内容放在心上一遍遍深入地观想。到了一定程度会促进我们的心态开始真实地厌离，开始精进、勤奋、发起大悲心、菩提心等等，真实地呼唤上师救怙，这时发自内心的呼唤就很有力量。

**当它们想走动的时候，灰白色茅草般的肢体却难以支撑大如盆地的腹部，真是痛苦到了极点。**

饿鬼在追求饮食当中要走动，但是脚非常细像白色茅草一样，腹部大如盆地，这样支撑着一步步地挪动，走到想要找到饮食的地方会痛苦到极点。目犍连尊者们在饿鬼界利益众生的时候，看到一个饿鬼外形情况是这样的。手脚很细肚子很大，头发特别长，从头一直到脚缠着身体。头发中有很多匕首、短剑等锋利的兵刃，就像头发一样缠住身体，每走一步匕首就开始刺痛身体。走到跟前发现什么饮食都没有，又开始走，反复这样去奔波。世间上的穷人为了家庭、为了生存到处去奔波也很心酸，但是饿鬼比这些人要难受很多。一方面对世间上的穷苦之人要生悲心，有能力的时候帮助他们。另一方面从业果的角度，如果以前没有造过上供下施的善业，那么今生中就会感受贫穷的痛苦；今生如果不做善业，以后会感受贫穷的痛苦，太过于悭吝下世还要堕饿鬼。

只要是在轮回中就没有可靠的，不知道什么时候一念恶心没有把持住就会堕恶趣。在轮回当中飘荡，总有一天会造罪业，所以没有可靠的，这个方面我们要反复想。必须要很细致认真地思维业因果、轮回痛苦、出离心，思维到底用什么样的心态来对待现在所修的正法。因为我们还是有可能会以敷衍的态度学法，虽然很认真地做善法，可能还只为了今生的幸福、遣除当前的违缘，为了后世不堕饿鬼或者能得生天界。如果用这种心态来摄持善法，只能暂时解决问题。如果我们没有用出离轮回的心态来对待善法，总有一天还会走回原路，因为这些都是不可靠的事情。

通过观修可以调整自己的心态，为了一切众生能够出离轮回成就佛果，用这种心态来修持现在所修的法。天天这样听闻、思维、讨论、观修，我们的思想慢慢就会修正，调整到佛菩萨愿意我们所处的状态。佛最喜欢众生处于菩提心、三轮体空的状态修佛法。但是我们现在很多习气，佛让我们往东偏往西，这不是不恭敬佛，是我们无始以来的习气使然。如果不去勤奋闻思修行，拿什么对治习气？只有不断地听闻、思维、修行，和上师、善友长期相处，接受他们的感染，我们的心态会慢慢地校正而处于正确状态。刚刚讲了这是上师佛菩萨愿意我们安住的状态，这叫正道。我们要不断地观修，心才能真实如理地调伏。如果不观修或者观修时马虎，我们的心就没办法体悟法义。内心不改变修行佛法的目标没定好位，就没办法走在正确的道路上。这里面的修法一定要放在心上去修才会对修行产生作用。今天我们的课就讲到这个地方。

**所南德义檀嘉热巴涅 此福已得一切智**

**托内尼波札南潘协将 摧伏一切过患敌**

**杰嘎纳其瓦隆彻巴耶 生老病死犹波涛**

**哲波措利卓瓦卓瓦效 愿度有海诸有情**