

是等处所，如《俱舍释》云：“诸饿鬼王名为琰魔，诸鬼本处琰魔王国，于此赡部洲下过五百踰缮那而有，从此展转散居余处。”

饿鬼居住的处所如何呢？就像《俱舍论自释》里所说：饿鬼王叫做琰魔，饿鬼居住的本处就是琰魔王国。在这个南赡部洲往下经过五百由旬的地方有饿鬼的领域。从它的根本王国再向外发散，也有零零散散的居住在其它地方的饿鬼。这跟现在的国家结构有点像，有首都或者中心城市，也有卫星城市，以及散落在周边的各种乡、镇等等。饿鬼也有它的本处，叫做琰魔王国，也有周边其余零散的饿鬼居住地，要像这样来了解。

《亲友书》亦云：“于饿鬼中须依近，欲乏所生相续苦，无治饥渴寒热劳，怖畏所生极暴苦。”

在饿鬼里长时不离的就是欲渴缺乏所生的相续不断的苦，那是一种没办法治疗的饥渴、寒热、辛劳、怖畏等所生的极其暴恶的苦。因为这是业力病，所以直到业没消尽之间是没法脱离的，是这样由于业的控制力使饿鬼长期陷在一种欲渴缺乏的苦当中。

“欲乏”，就是饿鬼的所欲很多，希望有饮食、温暖或者一个安定的环境、生活状况。它到处去寻觅，但是环境极其匮乏，什么也得不到，比非洲的难民还要穷苦无数倍。所以看到了人间的这些乞丐、难民，或者饥谨、赤贫等的状况，再去推饿鬼的状态，那就是要百千万亿倍地增长。这样才知道他们一直在贫乏当中，日日夜夜都在饥寒交迫、炎热难忍、干渴难耐、辛劳艰辛或者处处充满怖畏、心惊胆颤等的苦当中。这都是因为他的吝啬小气，舍不得布施，这样紧紧地握着，以后就没有东西给他，这都是违背因果律而行的果

报，也是业果愚的结局。

“或有口细如针孔，腹等山量为饥逼，下劣捐弃不净物，尚不具足寻求力。”

接着——地描述各种饿鬼异熟上的苦相。

由于饿鬼的口细得像针孔，肚子大得像一座山，所以即使万幸得到了一点点饮食，又哪里能饱足？这样他就时时都是被很大的饥苦逼迫，没办法解决，整天饿得死去活来的，但是又一无所获。所以我们想象一下，饿鬼都是皮包着骨头，面容憔悴，两眼无神，双脚蹒跚，一直向外面乞求：“给我吧！给我吧！哪里有？哪里有？”可是环境里没有一点可得，即使连水、饭等的名字也听不到，连那些下劣的抛弃物，脓、鼻涕、屎尿等的的不净物也很难得到。

“有存皮骨裸形体，如枯枝叶多罗树，有于夜分口炽然，受用口中烧然食。”

又有饿鬼就只有一个皮包骨头的裸体，就像布满枯枝的多罗树那样，能看到他的脸面、四肢、身躯全部都是非常地干枯。有一些饿鬼晚上口里烧燃，食物一放到口里就燃烧起来，吃进去都是高度地烫伤。

“有下种类诸不净，脓粪血等亦无得，面互相冲有受用，颈瘰成熟所生脓。”

还有一些饿鬼就是下劣的各种不净物，比如脓汁、大便、血、鼻涕等也是得不到的。再有饿鬼们为了抢夺饮食互相斗争，冲击对方的脸部，也有饿鬼受用自己颈瘰成熟流出的脓血。

“诸饿鬼中于夏季，月炎冬季日亦寒，令树无果诸饿鬼，略视江河亦当干。”

由饿鬼的吝啬习气，他在夏季也感得月亮非常地炎热，在冬季也感得太阳非常地寒冷，使得他夏季无清凉，冬季无温暖。再者在他心前显现的树都是干枯、没有果实的，在他的心前出现的江河，用眼睛稍微看一看就变得干涸，没有一滴水。

所以这种业感很稀奇，从这里也可以知道并没有心外独立的外境，一切的国土、环境、受用、根身全部是我们的业力所感，唯心所现。以吝啬业所感的就是这样颠倒的环境，在这个境遇里一点点所欲都得不到，反而显现与欲求相反的境界。所以一定要注意我们的心不能颠倒，业行不能颠倒，否则将来的果报统统都是颠倒的。每个人都应该理智地随顺因果正道来规范自己的行为。一心一念、每一句话都要按照因果律来如理取舍。由于顺于缘起正道的缘故，将来方方面面都会有很自然、很和谐、很适合身心受用的果报。

今天人们的行为都不离悭吝、争夺、谋害、欺骗等，所以天灾频仍、四季不调，器界的现象都变得颠倒，这也是人心颠倒导致的。我们应当从这里反省自己的过失，从此按照因果律来生活。

其中初颂显示总苦，所余诸颂显示别苦。劳为食故，遍处驰求。畏谓由见，执剑杵索诸士夫故，而起畏怖。下劣捐弃，谓随意弃。夜分者谓至夜间其口烧然。口中烧然者，谓随所食皆烧其口。受用谓食。眼如恶毒之所然烧，甘凉泉河悉当枯竭。又于一类显似猛焰，火炭充满。又于一类显为脓河，种种秽虫弥满流注。是释中说。

这里第一颂显示饿鬼界的总苦为所欲匮乏苦，它的支分相就是无法救治的长期处在饥渴、寒热、辛劳、怖畏等的大苦当中，其余的各颂是显示各类饿鬼特有的苦。

以下对于一些关键词再作解释。比如饿鬼有辛劳的苦，他为了食物要到处去奔波、寻找，而他是那么没有气力，走两步都摇摇晃晃的，然而为了生存还是要到处奔走寻找，十分辛苦。这样忙碌了一天也得不到一点食物，第二天还要继续奔走，不断地寻找，像这样叫做辛劳之苦。就像福薄之人到处寻觅财富，历尽艰辛也只能得到一点点钱，但这比饿鬼已经好上百千万亿倍了。所以一定要在现在有暇满身的时候广种福德，以免未来堕落成饿鬼，或者生到同样贫乏的境界，每个有理智者都应当为自己未来的前程种下福因。

“畏”是指他时时处在恐惧的状态，就像现在街边的那些小商贩，最害怕的就是城管，远远的看到就赶紧逃。但是饿鬼的惊慌、恐惧就远远超过这样的苦了，也就是在饿鬼的境界里有很多拿着刀剑、铁杵、绳索等的鬼卒，这些饿鬼远远见到持着兵器的鬼卒，就会生起很大的恐怖，很害怕受到惩罚。

“下劣捐弃”就是指人类随意丢弃的口水、鼻涕、脓血、大小便等等，或者倒掉的残羹剩饭、汤汤水水等。“夜分”是指一到了夜晚，饿鬼以业感突然之间口里开始燃烧，这就是业力的表现。譬如有些病在某个时辰就要发作，这类饿鬼就是在晚间业力发作，口就自然燃烧起来了。“口中燃烧”就是由于业感无论吞食什么都会烧到口。“受用”是指食物。

再者由于业感，饿鬼的眼睛就好像充满毒火那样，清凉的泉池被它一看，就会当即干涸。又有一类河流显现成猛烈的火焰，里面充满了火炭，还有一类显现成脓河，里面弥漫各种污秽的虫子，不断地流注。像这些就是饿鬼自身和环境上的苦相。

《弟子书》亦云：“猛渴遥见无垢河，欲饮驰趣彼即变，杂发青污及烂脓，臭泥血粪充满水。”

这一段是讲饿鬼的业感现象，就是以他的习气会变现出环境方面的错觉。因为他是被猛烈的干渴所逼，一直都盼望着哪里有水哪里有水，结果他的错觉里就感觉前面很远处有一条清澈的河流，那就是他所希求的，所以马上就到那里去。到了近前的时候，境界马上就变了，那里根本没有清澈的河水，都是杂乱的头发、青污、烂脓、臭泥、血粪等等充满的状况。

有人怀疑：怎么会在错觉里出现无垢河呢？

这就好比一个母亲死了孩子，但因为她对儿子的情执太强，所以在她的错觉里，这个儿子还活着。同样，饿鬼一直在干渴当中，他就老是出现错觉，认为前面有一条无垢河，而且他感觉那个河水非常清澈、甘甜，他就马上往那里奔。要看到他是有强烈地渴望，而他的境遇却是这样悲惨，一点都得不到。就像一个人打妄想，我想要这个想要那个，他不随顺因果律，拼命地用巧取豪夺、欺诈、勒索或者慳吝等的手段来得到，结果与因果律相违。当然在他的境遇中一点也不能显现，这样一方面欲渴非常大，而实际显现非常地贫乏，由此构成了饿鬼极度的贫乏之苦。所以有一类饿鬼非常苦，他的肚子像山峦那么大，表现出他的所欲是很大的，而他的口像针眼那么细，表示他能得到的量是极少的，这样长年处在饥渴不得、无法满愿的状况。

“风扬浪洒山清凉，檀树青荫末拉耶，彼趣猛焰遍烧林，无量株机乱杂倒。”

又感觉前方有一个非常美好的环境，那里有很宽的大河，风一吹水浪洒在山岩上，山上有美妙的园林，那里有茂密的檀香树林，郁郁葱葱的青荫掩映。他就很努力地往那边

奔去，结果所到之处只见一片被猛烈火焰燃烧的森林，无数株机杂乱地倒在地上。

“若奔畏浪高翻滚，泡沫充溢大水藏，彼于此见热沙雾，红风猛乱大旷野。”

又在面前显现一个非常吓人的、波浪高高翻滚、泡沫充满的大水藏，他为了解除干渴就吃力地往那边去，到了近前只见到一片炽热的风沙卷在虚空中形成了雾状的红风、猛利吹刮的大旷野，哪里有什么清凉的水藏呢？

“此住其中望云雨，云降铁箭具炭烟，流飞炽炎金剛石，金色电闪降于身。”

当时饿鬼站在那里一直看着空中的云雨，希望能降一点雨下来？没想到从云中降下的是炽燃火炭、铁箭，而且空中有炽燃、炎热的金剛石穿梭飞流，又有金色的闪电打在身上。

“热逼雪纷亦炎热，寒迫虽火亦令寒。猛业成熟所愚蒙，于此种种皆颠倒。”

饿鬼被热苦所逼即使大雪纷飞也是倍感炎热，他被寒冷所逼，即使触到火也是非常冰冷。这是由于他宿世慳吝猛暴的业成熟而十分愚蒙，各种显现都是颠倒的。

以他的欲渴总是幻想能有非常大的所得，而以他的业报显现出的只有受苦的刑具，处处都是与所欲相反的景相。想要清凉的水结果得到的是火，想要温暖结果得到的是严寒，想要得到富足结果得到的是贫乏，想要得到檀香林结果得到的是大热沙。

“针口无量由旬腹，苦者虽饮大海水，未至宽广咽喉内，口毒滴水悉干销。”

饿鬼的口小得像针眼一样，腹部大得有无量由旬，这样倍受贫乏苦的众生，即使饮用了大海的水，但水还没有到达宽广的咽喉，就被口中的毒焰烧得一滴不剩全部都干掉，有那么大的业力。

其寿量者，《本地分》及《俱舍论》说：鬼以人间一月为一日，乘此自年能至五百。《亲友书》云：“常无间息受众苦，由其恶行坚业索，系缚一类有情寿，五千及万终不死。”其释说为一类饿鬼寿量五千，或有一类寿量万岁。《本地分》说：“三恶趣中身量无定，由其不善增上力故，大小非一。”

饿鬼的寿量《本地分》和《俱舍论》里说，饿鬼以人间一个月为一天，它的寿量有这样的五百年。《亲友书》里说，身为饿鬼恒常不间断地感受各种贫乏、饥渴、恐惧、辛劳等的大苦。这是由于他被慳吝的恶行、坚牢的业索系缚住了，所以他们在五千乃至一万年当中终究无法死去。能早一点死掉还能少受一点饥渴之苦，然而以业力未尽死也死不了。就像有些人得了重病苦不堪言，他想一死了之也不可能，这就是业力未消的缘故。

在《亲友书》的注释里说，有一类饿鬼寿量是五千岁，又有一类是一万岁。

《本地分》说，三恶趣中的众生，身体的形量不定，由于过去不善业力的种种差别，导致所感的身体形状、大小等种类繁多。这一句讲到了三种恶趣的身量，不单是说饿鬼界的情况。比如说地狱、饿鬼、旁生的身体到底有多大呢？这是

不一定的。譬如旁生里有一些极其微小，就像细菌；还有一些极其庞大，譬如鲸鱼。饿鬼和地狱的众生也应当如是理解。总而言之，众生的业是无量无数的，业感的现象也是有种种的差别，不能一概而论。

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

这是说明思维恶趣苦的修量。

如果要思维这样的恶趣众苦，就应当这样想：现在把我的手探在煆煨当中住一昼夜，我能忍吗？或者我在严冬腊月极寒冷的冰窟里裸体安住一昼夜，我能忍吗？或者几天当中不吃饭、没有饮食，我能忍吗？或者蚊虻等噬咬我的身体，我能忍吗？像这样尚且难忍，何况寒热诸地狱以及饿鬼和旁生互相吞啖的这些苦，我怎么能忍？观察现在的这个心，乃至没有转变心意、发起大怖畏之间要精勤地修习。如果虽然有些知解，但没有修习，或者少许的修习都没有利益。

如《事阿笈摩》说：庆喜妹家二甥出家，教其读诵，彼读数日，懈怠不读，附与目犍连子，仍如前行。庆喜嘱曰：应令此二意发厌离。目犍连子引至昼日所经处所，化为有情大那落迦。彼等闻其斫截等声，遂往观视，观见斫截所有众苦。

又如《事阿笈摩》里说：阿难有两个外甥出家，教他们读

诵，他们读了几天就懈怠不读了，交给目犍连教导，仍然像前面一样。阿难嘱咐说：“应该让这两个孩子发厌离心。”目犍连就引他们到白天经行的处所，化现了一座有情大地狱，他们听到里面有很多的砍斫、割截等的声音，就过去看，见到了地狱罪人被砍截的很多大苦。

又见彼处有二大镬，涌沸腾然。问云：“此中全无入者耶？”报云：“阿难陀有二甥，既出家已，懈怠废时，死后当生此中。”彼二惶恐，作如是念：设若知者，现或置入。次返目犍连子处，详白所见。

又见那里有两口大锅，里面烧着涌沸的汤，就问：“这里难道没有人进去吗？”回答说：“阿难陀有两个外甥出家以后，懈怠荒废时间，死了会生在这里。”他们两个很惊慌，就这样想：如果他们知道就是我们，现在或许就把我们扔进去了。所以赶忙返回到目犍连这里，详细说明了路上的所见。

目犍连子告云：“二求寂，若此过患，若余过患，悉是由其懈怠所生，当发精进。”彼二遂发精进，若未食前，忆念地狱，则不饮食；若于食后而忆念者，即便呕吐。

目犍连就告诉他们：“两个小沙弥啊！像这样的过失以及其余的过失都是由懈怠产生的，你们要发精进。”这两个人从此就发了精进心，如果没吃饭之前忆念地狱就不再想吃饭，如果吃了以后忆念就会呕吐。

又引至余昼经行处，于余一处，化为诸天，彼由闻其琵琶等声，遂往观视，见有天宫，天女充满而无天子，问其无有天子因缘，答云：“阿难陀有二甥，既出家已，发勤精进，彼二死后，当生此中。”彼二欢喜，还白目犍连

子。教曰：“二求寂，若此胜利，若余胜利，悉从勤发精进而生，应发精进。”

又把他们引到另一处白天经行的地方，在这里幻化出天界的景象。他们听到了琵琶的妙音，就过去观看。见到有一座天宫充满了天女却没有天子，就询问没有天子的因缘，回答说：“阿难陀有两个外甥，出家以后发勤精进，他们死了以后会生在天宫里。”这两个人很高兴，回来告诉目犍连，尊者教导说：“两位沙弥，像这样的殊胜利益以及其余的殊胜利益都是从勤发精进而生，应当发精进。”

次发精进受圣教时，见如前引，真实相应经中宣说“从诸善趣而生恶趣”，问云：“圣者，我等若从人天之中死后，复生三恶趣耶？”告云：“二贤首，乃至未能断诸烦恼，尔时于其五趣生死，如驴驢理，应须轮转。”

然后他们发起精进受持圣教时，见到前面所引用的一部《真实相应经》里宣说的“从诸善趣而生恶趣”的句子，就请问说：“圣者！我们如果从人天之中死后还要生三恶趣吗？”尊者回答：“两位贤首，乃至没有断掉烦恼期间就要在五趣里生死，犹如驴驢转的状况那样，是需要继续轮转的。”

彼二厌离，作是白云：“今后不行诸烦恼行，惟愿为说如是正法。”目犍连子为说法已，证阿罗汉。

这两人就生了厌离，这样说：“今后我们再也不行诸烦恼行，唯愿为我等宣说这样的正法。”目犍连就给他们说法，证得了阿罗汉果。

是故能灭懈怠，能发精进勤修正道，策发其意令希解

脱及证解脱，其根本因者，谓赞修苦。纵有大师现住世间，于此教授，更无过上而可宣说。即于此中，发生下中士夫意乐，次第极显。

所以能够息灭懈怠、发起精进、勤修正道、策发自己的心希求解脱以及证得解脱，它的根本因素赞叹就是修苦这个妙门。纵然佛陀现在住世，对于这个教授也没有更殊胜可宣说的了，就是在这一个修苦当中会发生下士和中士的意乐，这个次第是极其明显的。

净修心量，亦是乃至未起如是意乐以来，应须恒常励力修习。

三恶趣苦修心的量度，就是还没有发起这样的中下士夫意乐之间，要恒常不断地努力修习。

思维心中的法道

分别思维外障饿鬼、内障饿鬼、自障饿鬼的苦相，再结合受苦的时间做思维，并以此转变自心。