**复次孤独地狱者，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，烈火中受焚烧等苦楚，或在树中以断砍树木的近取而自身明显受后，有断身肢及支节的苦。又有杵臼、扫帚、陶罐、房门、柱子、席垫、炉灶、绳子等，常被使用时，由于想成自身，受着难忍的苦楚。以及在铁屋中白昼苦夜晚乐，及轮番互相杀戮等。**

《功德藏》中说：孤独地狱指在山崖、水、树、火、虚空等不定处所中，寿量和苦也无固定。或多个集聚，或独一而住，或少许共住。受寒、热、饥、渴、剖、切、击打、煮等某一种苦，以忍受不了而受逼迫，称为“孤独”。

下面从名称、处所、苦相三点来认识。

1、名称

十六有情地狱由那里的一切众生共业所感，这里仅是多多少少一点众生，或一个或两个或多个别业所感，称为“孤独地狱”。

2、处所

或在山中，或在水中，或在旷野等，处所不定。

3、苦相

《功德藏》中说：也就是指在山崖中受压挤，在磐石或很厚很坚固的石头腹部里受苦，在雪或冰的寒洞中冻结而硬化，在热水里煮，在火中炽热而烧，蒙裹在树林叶子当中，以及在虚空中动荡，又有昼夜交替苦乐等的情形。时间有须臾受和长期受，情形不定。

昼苦夜乐等的情况，《律本事》中说：圣者嘎达亚那曾在一个叫做“敦杰”的城市，教诫一位屠夫断杀。他发誓以后晚上守不杀戒。后来以过去的不善业因生了孤独地狱，白天受苦，夜晚如天人般享受快乐。

还有的在树木里，由樵夫砍截的近取因，自己明了地感受被砍截，有身体的肢和支节断截的苦。也就是孤独地狱的有情有身体，他把树木执为自己，樵夫在砍截时，感觉自己的头、手、脚、腹部等都被截断。“肢”指大的头、手、脚等，“支节”是肢上面的一段，比如一个手指、头上的一个部分等。

还有一类，把杵臼、扫把、罐子、门等执为自己的身体。这些用具都是供人使用的，而他执这些为身体的缘故，人在使用时，他会感受难忍的苦。比如把一个杵臼执为自己的身体，当这个杵臼被捣击等时，他感觉自己的身体被打、被碾等。或者把扫帚执为身体，当人们使用扫帚，与地面摩擦时，他会不断地受摩擦之苦。或者把瓦罐当成自己，当人们拿着瓦罐盛水、倒水或者把罐子密封起来等时，他的身体就不断地感受冲击、摇晃、封闭等苦。或者把自身当成门，门在关拉时，感受被挤压的苦。或者把席垫当成自身，人躺卧在上面，把它卷折起来等时，他都要感受相应的苦。或者把炉灶当成自己，那炉灶里经常烧火，他的身体就不断地被烧。或者把绳子当成自己，绳子被打结、系紧等时，他感觉自己的身体被扭曲、打结，非常苦。或者把铁轨当成自己，火车一过去就被碾碎了。或者把桌子当成自己，桌子受重压或者捆绑等时也要受这些苦。诸如此类，孤独地狱有情的心识著在这些工具上，以为是自身，当人们使用时，他就感觉身体被折、压、挤、打、击、碾等，感受极其难忍的苦。

又有一类在铁屋里，白天受苦，夜晚享乐。又有互相残杀等苦。就像《僧护因缘经》等所说，过去在迦叶佛时期做僧人，当时造了相应的罪业，导致一到吃饭时间就互相残杀等。诸如此类有各种受苦的方式。心中缘取后要生厌患。

观想自身陷在孤独地狱里，心识以罪业力刹那间变出这样的相来：自身被压在山崖下，得不到自由，在很长时间里受压迫之苦。或者被困锁在石头里，心识出不来，在长时间里受苦。或者被冻在西伯利亚等地的寒冰当中，一直受冷苦。或者被煮在滚沸的热水里，比如在火山岩浆、沸腾的温泉里，不断地受烧煮之苦。或者在火焰中被烧，不断地受燃烧之苦。或者生在树木里，当人砍截树木时，自己的身体就断了，人不断地砍截，身体碎尸万段，头、手、脚，连同手上的手指、关节等支节也都被截断了。诸如此类，不断地受猛利大苦。

再观想，由于业力的缘故，心识著在人们使用的工具上，一直想“那是我的身体”，以这个缘故，当那些工具被使用时就不断地受苦，没法忍受。众生的业力非常稀奇，譬如他把杵臼执为自己，那一天有多少次捣击、辗磨，身体就被打碎、辗碎多少次，一次又一次地感受难忍之苦。或者把自身执为炉灶，炉灶每天烧三次，每次烧几小时，自身也要在那么长的时间里受燃烧之苦。或者执为扫把，当人们在扫地时，自身不断地感受摩擦苦等等。

设身处地观想，之后就感觉这种苦太可怕了，而自身很容易造下这类业因。譬如，迦叶佛时代的某些出家人在吃饭时争吵，很快就堕入孤独地狱感受大苦。我们对业果非常愚痴，常常肆意而为，每天都会造很多业。从过去到现在已经造下无数罪业，当业成熟时，心识一刹那间就会变出这种境相来，那时怎么能忍呢？因此，现在要以追悔和发誓两种修法来破掉罪业力。应当想：罪业的过患太大，天律的惩罚太严厉，我以后再也不敢肆意而为，在一切时处都随顺法道、随顺因果律而行，宁死也不造这种罪业！要这样发大决心，不再被业果愚驱使去造非福业而堕入地狱，那是对自己最大的损害。这就表示开始在见解、欲乐上返回了，以后一定要守规矩，唯一行持断恶行善以上的正道。

之后，想到孤独地狱众生在漫长的年月里，不断地受挤压、封闭、冻结、烧煮、断截等大苦，感觉非常可怜，由此发悲心。这是世上最重的业病患者，在业未消尽之间要一直感受这种苦。对于那些正在肆无忌惮造恶的有情也发悲心。之后立愿：将来我有能力一定要救济这一切有情！并将善根回向给他们。要像这样来修持。

**此等苦相由别别感受的方式，心中缘取而起厌患，当如是修。**

“起厌患”三字，指出了修的主旨。也就是心中非常明显、清晰地现出这些苦相来，在确认以后，就感觉这真是大患难的地方，我再也不要去了。再者，如果以业果愚造下堕这类地狱的罪，那就要落入大患难之地，因此在因上要想：我以后再也不起造罪的心态和行为了。要像这样生厌患。

就像一个人知道生病太苦，而正是由于吃毒食，才导致生这种病，连续百日遭受大苦。由此就想：我以后再也不吃这种东西了。从此提起正念，时时遮止往这方面转，这就叫“发厌患”。譬如胃病患者不小心吃了辣椒，结果胃出血，特别痛苦。他就想：我再也不要得这种病，太难受了！这就是在果上发厌患。然后想：吃辣椒导致我胃出血，我以后不吃辣椒，再不碰这些了！这就是在因上发厌患。像这样，对于地狱的苦发生厌患，不想受，对于苦因罪业也发生厌患，再不做了。这样认定后发誓：我一定要在不生孤独地狱的方便上精勤努力！要出现这种心态。

现在最关键问题是，首先对苦相生厌患，知道它没法忍受，比连续一千天饱受癌痛折磨还厉害，一想到那种苦就生厌患。接着要对生到那里的业因生厌患，也就是由业果愚造相应的罪业，这比吃毒还可怕。有了这种心态后就想：我的身口意三门一定不去沾染那些罪业！由此发一个强有力的决心，要的就是这个。

**复次饿鬼之苦，分隐住和空游两类来修，**

饿鬼苦分地下隐住饿鬼和空行饿鬼两部分思维，这是从饿鬼所处的空间位置来分类的。《俱舍论》注释中说：饿鬼王名叫“阎摩”，饿鬼的根本住处——阎摩王国处在南瞻部洲下方五百由旬处，从这里辗转又有散居在其他处所的饿鬼。由于这些饿鬼处在地下五百由旬处，一般人类等的肉眼见不到，因此称为“隐住饿鬼”。另一类饿鬼处在人类的上空，在虚空里行走，称为“空行饿鬼”。下面思维这两类饿鬼的苦。

**隐住饿鬼的苦有三种。**

晋美朗巴尊者在《功德藏》中，依据《正法念处经》说饿鬼有36类，摄为隐住和空行两类。隐住饿鬼的苦，总的如《亲友书》所说：“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。”以饥等逼迫心的欲何时无有满足的缘故，相续不断地苦。恒时唯一为寻求饮食而驰求的缘故，辛劳。看见士夫持着枪、剑、矛、绳索等，唯一显现为刽子手那样后，极为恐惧。

**共同者：皮骨之间无肉的缘故，枯槁憔悴，在许多年月中连饮食的声音尚听不到，何况受用？**

共同方面，饿鬼都有饥渴等受用匮乏之苦，这又要从身形、状况两方面来看。身形是皮包骨头的枯槁，外形犹如焦木。这是异熟果报，由过去造的上品悭贪业感生在饿鬼中，身体处于干焦、枯槁的状况。他们在很多年月里，连饮食的声音都听不到，何况受用呢？

在任何处都听不到这类饿鬼在谈论我们吃到什么饮食、饮食的味道如何、那边有饮食等等，在整个果报界里，一点点饮食都难以找到。由悭吝的业因不会变现丰富受用，绝对在漫长时间里到处寻求都得不到一点点饮食，连脓、血、粪、尿等污秽物也得不到。饮食是主要，其他方面，比如清凉、温暖等舒适感受也相当匮乏。总之，一切唯苦饿鬼共同的苦相是受用贫乏，业因是上品悭吝。

对此要结合自身来思维。要知道，以上品悭吝业会堕到饿鬼界。所谓的“悭”，“心”字右边有个“坚”，表示心牢牢抓住，不肯放舍，以这种只想自我拥有、不肯给别人的贪著封闭心会感得饿鬼的状况。可以认定，以这种悭吝相，不会出现丝毫受用。这种业习一旦成熟，一下子就转成了饿鬼。这样想：那时身体皮包骨头，血肉皮等都是火炭一样的枯槁相，口非常干，常常伸出舌头来。到处寻找食物，在一百年中连饮食的名称都听不到，在整个境界里一点点饮食都没有，其他各方面的受用也都非常匮乏。像这种苦怎么能忍呢？现在连三天不吃饭、不喝水都受不了的话，堕到饿鬼界连一点点脓痰粪尿都得不到，真是极大的患难！

之后想：我造了很多上品悭贪业，这就是转生饿鬼的因，现在一定要忏除，否则堕下去怎么办？实在没法忍受。因此，首先要切除饿鬼病因，以追悔和发誓两种力量来破除。这样想：我过去何等愚痴，竟然以为牢牢抓住对自己有利，没想到整惨了自己。我从无始一直到今天，造过无数这样的业，好愚痴！现在感觉过患太大，特别后悔。之后发誓：以后我再也不造悭贪业了，而且勤行布施。对于正受饥渴之苦的诸饿鬼有情修悲心，感觉他们特别可怜。对于正造悭吝业的众生也修悲心。像这样修大悲心，立誓救度这些有情，并将善根回向给他们。

接着要别别思维外障、内障、特障三类饿鬼的苦相，这是按照外器、内身以及此外别类的障碍三方面来分类的。首先要看到，有一类叫做“具外障饿鬼”，在整个外器环境里都得不到饮食，他们所受的苦相如何。第二类是内在根身上有很多障碍，受用不到饮食，即使受用到也立即变成火，相续不断地感受烧燃之苦等。第三类特障，是指在这两种障碍之外还有其他苦，譬如寄生虫吃身体以及彼此打斗等。总之，外内两障主要从饮食的受用来说，还包括凉暖等受用，这两类里不包括的障碍，比如饿鬼与饿鬼之间打斗等，都摄是特障里。像这样一一思维就叫做全面了解了饿鬼的苦处。

首先思维具外障饿鬼的苦：

**第一类具外障之苦：即寒热等四种颠倒，以及见到河流、美果等后随即驰往彼处，由此无间就消失了，而于余留处，唯一显现感受不悦意的深谷，或者显现成悲苦的荒原。或者为持器械士夫遮护而受打、涂、投掷等。**

四颠倒障

按照大阿阇黎月官的《弟子书》，具外障饿鬼有四颠倒显现。

一、山颠倒显现。如《弟子书》云：“风扬浪洒山清凉，檀树青荫末拉耶，彼趣猛焰遍烧林，无量株杌乱杂倒。”大河以时机成熟的风吹扬而遍洒的缘故，山的一切处都成了清凉湿润的自性，那里纯粹是茂密的檀香森林，凉爽的自性，之后变成像马拉雅檀香山那样，不受任何热触逼恼。然而，这么清凉的地方，对于饿鬼们来说，也成了干干的林园，烧起火来，到处都是锐利的火焰，非常稠密、积聚。烧完以后剩下的地方，遍地都是倒下的焦木，见到满地狼藉，乱七八糟的状况，成了非常炽热的环境。

二、河颠倒显现。《弟子书》云：“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。”水藏大海的海浪向上翻涌，泡沫排列起来像珠鬘一样动荡着。然而对饿鬼来说，却显现成热沙被红风乱吹，在空中猛利地飘来飘去的旷野相。

三、云雨颠倒显现。《弟子书》云：“此住其中望云雨，云降铁箭具炭烟，流飞炽炎金刚石，金色电闪降于身。”农民们欢喜地见到空中出现雨云，接着降下甘露雨，庄稼得到丰收。然而饿鬼们面前却显现出，特别愤怒的云中下着冒着火焰的铁剑，“嚓嚓”地迸出金刚石降到身上来。在人间，闪电的灯鬘像年轻女子戴的手镯一样好看，然而在诸饿鬼的业感里，却成了锐利的兵器降下后刺在身上。

四、寒热颠倒显现。《弟子书》云：“热逼雪纷亦炎热，寒迫虽火亦令寒。”热逼迫的时候，纷纷而下的有寒触的雪也成了热的助伴。相反，为寒冷所逼迫时，火也不热，而成了有寒触者。

下面对于具外障饿鬼的苦处，分三点来思维：1、欲求；2、错觉；3、苦相。

1、欲求

非常希求得到饮食，一直处处奔驰而寻求。

2、错觉

由于特别想喝到水、吃到东西，以这种欲求的力量，饮料方面，前方出现一条大河，绿波汹涌，一见就特别欢喜，马上往那边奔；食品方面，看到前方有一大片果树林，蓊蓊郁郁，果实累累，欢喜地往那边奔去，认为终于有好吃的了，是那么好的果子。“等”字包括其他由饥渴出现的错觉相。

3、苦相

当看到大河奔过去时，河水一下子全没了，只有很深的山谷。因为错觉里感觉河非常大，实际一点水都没有的缘故，当然是很深的山谷，他就感觉特别不舒服。或者看到果树往那边奔，然而到近前时，连一颗树、一根草也没有，只是一片悲苦的荒原，之后当然陷在失落的忧苦中。或者到了大河或果园旁边时，很多拿着枪、剑、矛等的看守者在那里守卫，遮止不让过去。一旦靠近，就要被打击等受各种惩罚。这就是具外障饿鬼的苦相。

想象自己成了具外障的饿鬼，皮包骨头。整日饥饿干渴，念念想着哪里有吃的、有喝的，到处奔驰寻觅饮食。之后出现幻觉，见到前方有河、有果树等，非常兴奋，满心想着到那里能饱餐一顿，喝到水、吃到果子，于是往那边奔，结果什么也得不到，处在很大的失望中。或者到处都有持枪持矛的士夫，根本不让他们接近。像这样，在百千万年中，一直遭受受用匮乏、饥渴难忍的苦，处在失望中，什么都得不到，就像在街头匍匐乞讨的乞丐，整天得不到一点饮食。每天早上都出去找，然而到处都没有饮食，或者似乎有希望，到了近前一无所有，或者全部被遮挡，到晚上只能失落而归，整天处在困顿哀愁中，这种贫苦实在太深重了。想一想，如果沦为非洲难民，整天在生死线上挣扎，连一口饭都吃不到、一点水都喝不到，那是什么感觉？生到饿鬼界比这苦多了。

现在想：连三天不吃饭都受不了，何况在那种境界里什么也找不到，所以，一定要忏悔这方面的业。感觉造悭吝业的过患实在太大，以一种业变出来的饿鬼苦，要在长达千万亿年里持续不断地领受。那时不是三天不得饮食，而是天天都不得饮食，而且死不掉，一直拖着庞大的身躯，在饥渴难耐的状态里到处寻找，而得到的全是失望，这怎么受得了呢？

要想未来不受饿鬼苦，现在就要忏除悭贪业，并发誓以后宁死也不造这类罪业。肉身死一次不算什么，如果违反因果律堕入饿鬼界，那要在上万年里天天受饥渴苦，那才是大过患。譬如被人杀死过患不大，只是还一次报，在几小时里受一下苦而已，远远比不上堕为饿鬼的过患大。由此决定：我宁死也不造这些罪了！

然后，对于已堕为具外障饿鬼的有情修大悲心。想到他们整天处在深度的饥渴中，饿得饥虚羸弱。饥火上燃时不得不拖着巨大的身体到处找饮食，然而每一次都失望而归。人间的乞丐被骂一顿后还能得一点残羹剩饭，他们连这种机会也没有，连喝一点脓血粪尿的机会也没有，是这么可怜。之后，还要对于正造悭贪业的有情生悲心。并且发誓：我一定要救济这一切众生。他们由于业果愚，非常自私、吝啬，造下很多悭贪业，这都是见解颠倒所导致的。因此，我一定要为他们开示善恶因果，教导人天善道以上的法，这样来作救拔。然后把善根回向给他们，愿他们早日离苦得乐。

思考题

1、孤独地狱在哪里？此地狱有哪些苦相？设身处地地观想此苦状而生厌患，并修忏悔和大悲心。

2、（1）饿鬼有哪些种类？

（2）隐住饿鬼的共同苦相有哪些？

（3）外障饿鬼的四颠倒显现是什么？此外还有哪些苦相？