八热地狱方面，今天还要做一点补充。关键要认识唯识变现的定律。造了嗔恚业，第二刹那在识中熏了习气，这个识叫“因位识”。当它受滋润而成熟成了果位识，就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，叫“六处”。当时，出现根境识三者和合而分别的状况，叫“触”，这是境界受用。由于极不可意，发生苦受，这就是异熟受用。识的变现在不断地重复，其中所经历的刹那数是寿量。

由嗔恚业所熏的识，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，如同做梦一切都能变那样。譬如梦中到了非常恐怖的地方，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，由此能无碍地作安排，如等活地狱，无数个业识可以安排在一起，这是法界定律的不可思议之处。有了这些认识，会从深层了解唯心变现的法则。下面举例说明：

以大号叫为例，同样思维缘起怎么把罪人推进去，其中怎么唯识显现器界、苦具、苦相、寿量等的相。嗔恚的业唯一现出炽盛的火焰界。当时，以自己的心现出很多狱卒，就像梦中现出恐怖境相那样。有人会想：唯一是自心，怎么还有做惩罚的狱卒呢？就像梦里会出现好多人，如果自身造了恶，那的确会有各种乱相出现，就像演电影一样。那么这时候就会现出好多非常可怕的狱卒，把那些有情赶进了双重铁室中。

由于业力比前面的号叫地狱更大，给的惩罚的量也就更大。这时候，识自然变出两重铁室，进去以后就被猛烈地击打，而处在绝望当中。自身也会敏感到，业一旦变出果报，就不会很快消失。而且，业力表现得特别厉害，在里面被封住的状况是，有两重门，全部由熔化的铁水做了浇铸。看到这种情形就知道，即使从里面解脱，也没法从外面解脱，由此更加剧烈地号叫。

他们的寿量是非常漫长的。人间八百年是化乐天的一天，相当于从宋朝到今天那么漫长的岁月，化乐天才过了一天。而这样的三百六十倍再乘以八千，大约三百万倍，才是大号叫地狱的一天。而这个量又是三百六十倍乘以八千，约是三百万倍，在化乐天一个天人的寿量转过去以后，还要转三百多万次。在那么漫长的时间中，一直陷在双重铁室里，被困锁在里面。这就知道，业力感果的相续就是这么漫长，这完全是事实，叫做“业的增长广大定律”。

又比如思维烧热地狱，也是一样的。按照佛语和祖师引导等，在进入的时候会知道，业自然这样变现。以更重的嗔恚业会出现炽热熔化的烊铜水、三千大千世界那么大的大铁器，放出来的是场面非常大、情节非常恐怖的影片，无数的地狱有情都在里面煎煮受苦。这要看到，唯识变现的时候自然要放电影，一段一段都要出来。如果不相信，那就去看，比如我们白天造了恶，晚上做梦的时候就会出现很多恐怖的境相，比如好多狗在咬自己，这也是一幕一幕会变现的。只不过到了地狱里，它现得更加广大、周遍、恐怖。就像这样，那时候就被放到烊铜水里煮，里面沸腾翻涌，每当浮到上面的时候，就显现有狱卒用钩子勾起来，用铁锤猛击头部，一下子就什么都不知道了。在这个时候虽然是苦，但没有领受感，罪人也视此为乐，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的量，他化天才过了一天，是那么漫长。人世间已经过了几十代的人，他化天才经过一天。而这样的三百六十倍再乘以一万六千，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，要在这么长的时间里受苦。这样就发现特别可怕，它的放大率太大了。由此能够确认，内在业的增长广大远远超过外在植物的增长率。

而且，识所变出来的都是同类的相。比如众合地狱，原来杀过獐鹿、山羊等，这时候自然就会显现出来。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，火都是红红的、特别热。这就是由嗔恚的业自然放出来的恐怖片，之后自己要在里面受惩罚。由于原来杀过这些动物，所以两山自然显现出角和角相抵，中间有个空间，无数的有情被驱赶到那里，然后两山相撞，被压逼得非常厉害，从眼、口等的一切门中涌出血来，之后又分开，又压挤，重复千万次。

像这样，由于黑业违背良心、天理，自身又没有忏悔，恶业就会一直压在心里，放不出来。如果忏悔得早，那一下子就会转掉，但如果自心还要违逆，那就还要受惩罚。譬如一个烦恼藏在心里、一种罪恶藏在心里，如果不发露的话，你会不断地受良心的遣责。这还只是因位的，比如说会重复一百次、一千次，那个时候是自然反应的。这时候就应该敏感到要及时忏悔，一旦放到地狱里面去，它还是要不断地变。因为是违逆，所以就不顺，因为是伤天害理，所以一定要受惩罚。而且时间太长了，一次又一次。比如造了恶业，还不袒露，那这个地方时时都会起作用，直到最终能够把它报掉，能够见光。

还要知道，唯识变现是非常可怕的。凡是嗔业所感，地面全都是炎烧的热铁，锯子是带火焰的，铁锤也是带火焰的，铁室也是炽然的，三尖丳也是带着火焰的。这样就知道，嗔恚业熏进去了以后，果位识自然出现同类的相。所以，三界就像幻化一样，就是一个识在那不断地变，而且一点不错乱。我们要知道，识是最可怕的，这个业识最可怕，到了成熟位时，变现出来的境界都是极其恐怖的，而且相当漫长。那个时候已经被业自在了，没办法逃脱，而且万死万生，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，都是恶业习气所变的，它比一般的恐怖片不知道强多少倍，那是真正的惊心动魄，真正的大恶病，而且一现出来就是铺天盖地的。因为没有识之外的东西，当识熏成这样的时候，它放出的没有好的，而且，一切处全是这样的相。这时候就知道，唯一自己的识是作者，唯一业是变现者，一切全是它演出来的。恶业的作品是最大的、最恐怖的，世上再也没有比这更可怕的事了，这叫做天理可畏、因果律可畏。这样也就会知道法界定律的威严。

人们都会说“唯识、唯心”，但往往都是以理废事，说这个心就是地狱，心外没有地狱。其实恰恰相反，从八大地狱开始，所谈到的地狱里的一切环境、苦具、苦相、寿量等，所有这一切都是唯识所现的。不能离开这些去谈唯识，而恰恰要从这些相里面认识到，每一个点、每一个细节、每一种相，全部是唯识的反应，全是在显示昭然的天理。结合事相去认识理，就知道这一切都是识变的，没有比这更无欺的了。

这样就知道，自己起嗔造业就像服食剧毒一样，而且比服毒还要愚痴百千万倍。人最需要知道的就是这里。从中会发现，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，也是要对业果有胜解才出得来。而立猛利的誓愿截断恶业相续，也是基于这个胜解，才会自然地发出来。再者，推己及人，对一切众生发悲心，也是从这一点才会真实地认识到，之后油然地会起来，会增长到猛利的程度。

八热地狱和近边地狱相比，苦得更加深重。我们要敏锐地觉察到，在近边地狱还有不少的活动，而在八热地狱里面实在苦得太厉害，业力的惩罚非常深重，所以就看到，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，就会逐渐地相信而生起定解，对于生死界的观感完全不同。像这样，逐渐地思维下去，就会觉得轮回太恶心了，一想到就要呕吐，就不想在里面待，想早点脱离，因此，会有决定的出离之心。或者就想：今生最好马上就生到净土，脱离苦海。或者对有情的愿望，是希望这一切父母有情立即从苦海界中解脱。这个心会相应地起，会由自身的观修发生转变。

观修总要

这里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，以上说到的八大地狱，以及它的眷属——十六增地狱、铁刺林地狱等，对于那些苦自己要善加观察，这是指闻思的量。

所谓的“善”，就是很好地按照教、按照理，非常清晰明白地知道地狱总的苦相、差别的苦相。比如按照教，思维热地狱等的总苦相，也就是环境如何、苦状如何，别地狱里如等活到无间之间每一类是怎样的苦相。理上要由业感缘起或阿赖耶缘起决定地认识到，这是无欺的事实，这是由业果律来支配的。

在此又有略和广两类。略就是按照本引导文，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，它是如何出现境界、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。诸如此类的方面，实际都是贯穿着缘起理的无欺的显现，这样就需要通过思维来决定。所谓广的闻思，按照各大引导文所指示的，要多阅《正法念处经》，数数地观阅，对于所观阅处要如理地思维。

在已经有了闻思，取得了胜解，也就是一方面心里能清晰地记得其中的内容、理路；另一方面，对这些产生了定解，确认不疑，具足了这些前提后，就要进入正式的观行。它的要求是去寂静处，然后闭上眼睛，就像现量正生在那些地狱里那样来修习。

“去寂静处”，又有外寂静、内寂静两方面，目的是要使心极其清明，才能渐次趣入观修。如同《入行论》所说：“若心散乱修，佛说无义利。”即以散乱心修，义利极小的意思。所谓的“外寂静”，是指要离开网络、杂乱的人群、话语等等的染污缘。“内寂静”，就是远离昏沉、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、无记三类等上都不能散乱。而且在观所缘上，需要断除昏沉、掉举等，由此，心才能极为清明，而依序渐次地修习。

具足这样的因缘就能够趣入观修。而且依次第，按照八热地狱等，逐渐地依照总苦相、差别苦相来观修。而在差别苦相里，又依照每一段引导文当中，是如何使心现量亲临般趣入。观修时，在转心的方面就要知道，当那种恐怖和苦的显现像现量亲受一样在心中出现时，就会有非常真切的感受、体认，这时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：一方面要取得共下士道的意乐和加行，另一方面要配合忏悔和大乘的修悲。其中又是以前者——趣入下士道作为基础。

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，在什么情形发生之后，来作前途的考虑。那就是，当那些地狱所描述的恐怖和苦的显现，就像现量亲受一样在心中出现，这时候才会有后面一系列的心理活动。

到了那种境相已经出现的时候，心就要开始想：“哦！”藏文是“噶类！”就是一个考虑的状态。怎么考虑呢？就是要看，我现前的状况、未来的状况，以及一切父母有情现前的状况、未来的状况，要像这样作广大的考虑。那么如何决定是否生地狱呢？唯一是由业因来决定的。由此考察会知道，这是非常不妙的事。

要这样依照理路而进入：这次我得了人身，生在地球上，没有生在那些地狱可怕之处，但是，那些苦仅仅在心上缘取，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，难以表达的，是那么多的有情。就像经中所说，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里面，地狱有情是最多的，与饿鬼相比，多了无数倍。就像这样，生在热地狱等中的有情不计其数。那他们跟自己无关吗？他们都唯一是自己前世的父母，有生我、养我的大恩德。这是看到已经生在那里的有情的状况。再要看到，我这一生的父母，以及父亲、母亲各方的亲戚，比如伯伯、阿姨等，又有朋友等，也就是同学、同事、道友、邻居等等，他们好多人都死了，也难保不生彼处，因为造的黑业很严重，根本没有不生那里的断定。

生到那里的因，主要是嗔恚的业，也就是在十黑业里，三个意业中的嗔恚。那又要考虑，我们这些人在这一生，以及这一生以外过去的无量生里面，积过不可计数的嗔恚烦恼所起的意恶业。如果没有忏悔清净，那这个业当然要成熟果报，一个一个去看的话，基本都是地狱报。这就可以决定，在我这一生死了以后，其他生决定会生在那些地狱当中。

因此，这时候就有迫切的修下士以上正道的欲，如果此生不能脱出的话，那是非常可怕的。这一生由于得了暇满人身，好修法，遇见了具德上师，有大的增上缘，听闻了甚深教授，知道出苦的道，像这样，处在有修无上佛果因缘的时期，而目前下手的第一步，就是取得下士道以上的成果。也就是，现在不必谈其他，关键要在不生恶趣的方便上精进努力。这样数数思维。

到此为止，要取得共下士道的意乐和加行。所谓的“意乐”，就是已经知道恶趣苦极其难忍、特别可怕，因此，自己有迫切地想脱离恶趣的欲乐。以这个迫切的心推动，自己会再再地想：当前最大的重点是，我要寻找不生恶趣的方便或者正道；找到了以后，我要昼夜不断地勤修。这里不生恶趣的方便，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，念修金刚萨埵咒等，或者更高的修空性，以及求生净土修往生法等等，在这些方面需要非常努力。要像这样数数地思维决定，之后发起精进。

以上在伴随着正式修习八热等地狱苦的同时，心会起感受。起的感受就是，所描述的那些恐怖和苦的境相，就像现量亲临一样地出现，这就是有非常大的浓度、非常真实的感受。这些起来当然就害怕了，害怕以后，跟过去悠悠散散的心态、若无其事的心态、狂乱胡为的心态就完全不一样。就像阿难尊者的两个外甥，从前耽著世间的五欲，懒散放逸，后来现量见到了地狱的状况，心完全被那种恐惧抓住了，然后一心精进，想要脱离那种大苦。就像这样，当害怕的心起来以后，心的观念就转了，那当然不是去寻求今生的五欲，也不是寻求来世的五欲，而是要解决当前最大的问题，那就是脱离恶趣。脱离恶趣也不是口头说的，而是要在能脱离的方便上精进。因缘具足就能脱离，没具足就不能脱离。这样的话，当前第一步就是要保住善趣身，得到下士以上的成就。这时候就想：我当前的第一步不在别处，而是要昼夜不断地精进于不生恶趣的方便。

这样数数思维，我们的心就变了，对于前途的考虑就变了，目前的重点就认识了。这以后，就会有伴随自他两分的立愿修习。自己方面，要以忏悔破掉恶业的现行以及相续，这样就可以出恶趣。对于其他的父母有情，看到他们正陷在地狱中，要修悲心。这样由数数思维看清了缘起，决定了修行的方向，之后相应地会出现下面自他两分的修习。所谓“自”，是在自身上考虑，所谓“他”，是在一切父母有情上考虑，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。**

在自身上当然要修忏悔。在四力里面，最关键要具足两种力，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掉罪业的现行，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，从而感觉自己像吃了剧毒一样非常愚痴。之后就要起追悔心，而且要达到猛利的程度。之所以要达到猛利，是因为对面的恶业习气长期串习，势力很厚，只有起了猛利的追悔心，才能够破掉恶业的现行。所以，为了断其增长，需要在缘起上出现相反的状况，也就是猛利的追悔，这是它的要点。

接着从未来的方向上看，一定要有猛利的立誓，才能截断相续，否则这个心非常的狂妄、混乱，而不害怕。因此要这样想：“从今往后，对于生那些地狱的业，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，而造恶却要长劫在恶趣中受苦。因此，要有一种很坚决的心，立猛利的誓愿，跟罪业一刀两断，这样就有力量管住自己的心，由此能达成断相续的目的。

以上是在自分上修地狱苦，而相应出现的忏悔的修行。接着，由于本引导在一开始就要接到大乘的修法上，要脱离私欲，因此，作为大出离心修法的一部分，紧接着要修习大悲。

**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。**

对于现在正处在那些地狱里的无量无数的诸有情，要修一个猛利的悲心，就像母亲不忍独子陷在苦海里那样。之后就要修愿。悲以拔苦为相，也就是愿这一切恶趣有情，现在即刻就从恶趣中解脱。是这么迫切的悲。

悲的行相有三分，心里要这样考虑：我怎样才能使这一切苦有情脱苦；愿其离苦；我当令其离苦。这个悲心的广大、迫切、猛利的程度是，普遍观照到尽法界量的所有恶趣有情，一个不剩，之后迫切到不隔第二秒，现在即刻就全部从恶趣中解脱，有这样的心。这是它的行相。诸如此类，要不断地去修愿，这叫“祈愿”。

**具足加行、正行、结行三分而修持。**

对以上修的内涵，要具足加行、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、烧热地狱为例来作说明。

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）正式观修时该怎么修？

（3）在发生什么情形后，可以开始作前途的考虑？

（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？