

三（饿鬼之苦）分二：一、略说；二、广说。

一、略说：

受鬼望不遂，无敌苦常临，

饥渴及冷热，困怖苦恒侵。

饿鬼们经常感受饥渴的痛苦，经常希望得到一些吃的、穿的，或者抱有很多的愿望，却是从来都无法得到满足，不能遂己所愿。无敌：指无法去对治，亦即人们使用咒术等方法打它、杀它之时，它对这种种恐惧，严重的痛苦，完全没有办法对治，寡不敌众，恒常被痛苦所逼迫。此外，还有吃不到食物、喝不到水的饥渴之苦，以及冷热之苦，各种艰难困顿，恐惧，其它饿鬼、非人侵害之苦等等，如是恒常感受着痛苦的侵害与逼迫。

《劝发诸王要偈》云：

饿鬼思饮食，所念未曾有，

饥渴寒热迫，长夜无休息。

《龙树菩萨为禅陀迦王说法要偈》云：

饿鬼道中苦亦然，诸所须欲不随意，

饥渴所逼困寒热，疲乏等苦甚无量。

《亲友书》

饿鬼所欲不遂意，屡生痛苦不可转，

饥渴寒热疲畏惧，所生极其难忍苦。

投生为饿鬼，所求皆不遂意，时时感受饥渴的痛苦，希望得到食物，却无法得到满足，每天都在奔波流浪，屡屡产生各种痛苦。由于恶业没有穷尽，这种境遇无法逆转。不要说凡夫人，纵然是佛陀也改变不了它们的命运，到饿鬼界的时候，只能为它们说法，以

便将来脱离这种痛苦。而目犍连、昼辛吉（牛宿生尊者）、嘎达亚那（迦旃延尊者）等阿罗汉，除了默默回向，也没有其他办法。因此，我们务必要注意，千万不要转生到三恶趣，一旦沦入三恶趣，想改变就不太容易了。其实世间上也是如此，你最好不要被判刑，判完刑之后，想通过势力或关系让你得以释放，这有一定的难度。

饿鬼最主要的痛苦，就是得不到饮食，口干舌燥也无计可施。我们人类不吃不喝几个月，必定无疑会死亡，但饿鬼的业力非常可怕，据经典记载，十二年中连水的名字也没听过，可还是死不了。除此之外，它们还要饱受畏惧之苦，其他饿鬼、非人侵害之苦，甚至感受地狱的痛苦。

《诸法集要经——饿鬼品》中讲了三恶趣的很多经历，经中云：

由先造恶业，堕饿鬼趣中，

为狱火烧炙，长受饥渴苦。

“狱火”是地狱之火，地狱之火烧炙它，长期感受饥渴的痛苦。从这部经典中看，饿鬼不但感受饿鬼界本有的痛苦，同时还要感受被地狱火烧的痛苦。

有些饿鬼即空游饿鬼，包括妖精、王鬼、死魔、厉鬼、鬼女、独角鬼等等。就是大家口中常说的“鬼”。有些人特别怕鬼，晚上睡觉不敢关灯，一直开着，否则就睡不着。以前小的时候，我们很多同学轮流讲鬼故事，一个讲完，另一个又接着讲，最后谁也不敢出门，大家只好抱在一起，睡在一个人的家里。这种鬼其实属于饿鬼，佛经中说，饿鬼有两种，一种住在人间，一种住在饿鬼世界。住在人间的鬼，有鬼眼的人晚上可以看见。

《正法念处经》云：“饿鬼所住，略有二种：一者人中住，二者住于饿鬼世界。是人中鬼，若人夜行，则有见者。”

但是，莲花生大士、传承持明者等所加持的圣地，绝对不可能有鬼。以前我也说过，在我们这个佛学院，敦珠法王、法王如意宝降伏了所有的鬼神，除非是个别众生分别念前的迷乱显现，真正的鬼肯定不会有。莲花生大士所降伏的鬼神，已经承诺永远不害他的传承弟子。但在一些城市里，如果有人是横死的，那个地方可能会闹鬼。有些人晚上梦到去世的亲友，一方面是自己的习气，另一方面，也是夺他命的那个鬼，以他的形象在你梦中显现。那么我们要做什么呢？第二天要念经、念观音心咒、做烟供，这样对鬼神也有利益。

梦到自己的亲友，不一定就是亡人托梦。当然也有例外，是自己的亲人托梦，不过这种现象特别罕见。这个人已经死了好多年了，之所以会在梦中出现，上师如意宝说，一般是夺命鬼所变的，因为对其他形象你不一定执著，但以亲友的形象，你跟他之间有感情，天天梦到就会有些害怕，你越是害怕，鬼神就越高兴。

《法华经——譬喻品》云：

鳩槃荼鬼，蹲踞土埵，或时离地，一尺二尺，
往返游行，纵逸嬉戏，捉狗两足，扑令失声，
以脚加颈，怖狗自乐。复有诸鬼，其身长大，
裸形黑瘦，常住其中，发大恶声，叫呼求食。
复有诸鬼，其咽如针。复有诸鬼，首如牛头，
或食人肉，或复啖狗，头发蓬乱，残害凶险，
饥渴所逼，叫唤驰走。夜叉饿鬼，诸恶鸟兽，
饥急四向，窥看窗牖。如是诸难，恐畏无量！

但如果安住在空性中，或者根本不在乎，那鬼神也无机可乘。所以，我们平时做噩梦时，应当念一些缘起咒，以空性来摄持。

缘起咒梵文：

ॐ ये धर्म हेतु प्रभवा हेतुन तेशन तथागतो ह्यावदत तेशन त्याग निरोधा एवम
वदे माहश्रमानह सोहा

缘起咒梵音：

Om ye dharma hetu prabhava hetun teshan tathagato hyavadat teshan tsayo nirodha evam
vade mahashramanah soha

汉音译：

唵 耶达玛黑德抓巴瓦 黑顿得堪达塔噶多哈亚挖达 得堪杂哟讷若达 诶望巴德玛哈
夏玛呢耶索哈。

假如不奏效，晚上还梦到那种景象，则可请僧众念经，或者自己念《金刚经》、
《心经》、观音心咒，这样以后，分别念中的鬼神会自然消失。

其实饿鬼之所以害人，是因为它横死以后，每隔七天，就要感受一次以那种方式死
亡的痛苦。它们希望把这种痛苦转移给别人，所以无论到哪里都是损人不利己。这些饿鬼
实际上非常可怜，我们理当以最强烈的悲心给它念经回向，只要能对它有一点利益，将自
己的身体布施给它也无所谓。若有这样的悲心，玛吉拉准空行母说，那远远超过很多降伏
法。反之，你越执著、越害怕，饿鬼对你造的违缘越大。而你越不执著，连身体都布施给
它们，饿鬼就会心满意足，最后也不会加害你。这是一个殊胜窍诀。

二（广说）分二：一、痛苦；二、苦因。

一（痛苦）分二：一、真实痛苦；二、感受时间。

一、真实痛苦：

饿鬼的真实痛苦分几个方面。

一、饥渴之苦：

口小如针孔，腹大等山丘，

饥缠纵已粪，得少定无由。

饿鬼种类很多。有些饿鬼，口又细又小，如同小小的针孔，它的腹部庞大得如同一座山丘，因此，它们往往都是吃不进任何东西，即使稍微吃到一点儿，也无法满足大如山丘的肚腹。无奈，他们只好经常受着饥渴交煎的痛苦。虽然有时他们会得到一些不净粪之类的东西，但仍然没有自由自在享受的权力，经常与其它饿鬼争夺。《普贤上师言教》中亦讲过：有些饿鬼不用说得到水等饮料，就是连水的名字，十二年中都从未听过。一个饿鬼告诉昼辛吉尊者：“我流浪到此虽然已十二年了，但只有一次一位清净比丘丢弃鼻涕时，我们这么多饿鬼集聚争夺才获得一点点，除此以外，什么也没有得到，而且我自己在争抢鼻涕时，被其它的饿鬼打得遍体鳞伤。”这些饿鬼，即使有一点点饮食，都聚集在一起争夺不休，在这个过程当中感受很大的痛苦。

我们作为释迦牟尼佛的弟子，受过佛所制定的戒律，不论出家人还是家居士，自己有一些食品的时候，应该经常念一些观音心咒布施饿鬼。当我们吐口水或丢鼻涕之时，甚至大、小便时，都有成千上万饿鬼在准备食用，所以念一些观音心咒，对它们会有很大利益。因为有些饿鬼因业力的关系，干净的食品没办法享用，只能享受不净的东西，而且争夺得很厉害，如果念观音心咒加持，可使它们各个有份，减少争夺，少受一些痛苦。

《劝发诸王要偈》云：

或身如大山，咽口若针锋，

饥渴内烧燃，对食食无从。

《龙树菩萨为禅陀迦王说法要偈》云：

或若腹大等山丘，咽喉微细似针孔，

屎尿脓血不可说，纵得少分食无由。（改补译）

《亲友书》

有者口小如针眼，腹如山丘饥所缠，

虽得少许不净物，然无享用之能力。

有些饿鬼身体极为庞大，如同盆地、山丘，有好几百由旬，但以业力所感，喉咙细得像吉祥草或马尾一样，口细得像针眼一样，腹大如山难以填满，故常遭受饥饿逼恼。即使得到些许食物，接近它的口时，也马上变成粪便等不净物。而就算是不净物，它也没有享用的能力。因为饿鬼的口是有毒的，当食物接近时，就开始燃火而把食物变成热沙。还有拿着兵器的狱卒殴打它，别的饿鬼跟它争夺，所以，纵然拥有食物也享用不了。

二、身形枯瘦、食物变成火焰之苦：

形如枯杌树，皮方作衣服，

炬口夜夜然，飞蛾堕充食。

有些饿鬼众生，瘦骨嶙峋，整个身体就如同烧焦无皮、无枝、无叶枯杌的多罗树一样，只剩下了皮包骨，没有一点血肉，皮肤松弛，犹如一件衣服，它们活也活不成，死也死不了，非常的可怜，以业力未尽一直都须感受这样的痛苦。很多饿鬼均是裸体形象，身形丑恶，它们的心也同样不清净，经常生起恶念，伤害众生，见到有情欢乐或在行持佛法，便想前去作害。它们有一定的能力，比如现在我们得的不少病都是它们引起的，但佛

弟子有病时不要对他们生嗔心，念猛咒来降伏，使它们苦上加苦，应该念一些观音心咒，这对自己和它们都有利益。由于业力显现，每天晚上它们口里燃火，非常痛苦。火光引来很多飞蛾，被它们当成唯一的食物吞了下去。这里的“飞蛾”根据藏文版《亲友书》的翻译是指燃沙，但宋译版《龙树菩萨为禅陀迦王说法要偈》中却意指“诸虫”。不管怎样，意思是说那些饿鬼因为往昔愆贪的业力所致，就算是得到一点儿美食，也会化为“飞蛾”、“燃沙”或是“诸虫”而无福尽情享用。

《劝发诸王要偈》云：

羸疮皮骨连，裸形被长发，
身长若枯木，炽焰从口出，
还自焚其身，状烧多罗树。

《龙树菩萨为禅陀迦王说法要偈》云：

裸形被发甚丑恶，如多罗树被烧剪，
其口夜则大火燃，诸虫争赴共唼食。

《亲友书》

有者裸体皮包骨，瘦骨嶙峋如干薪，
有者夜晚口燃火，投火飞蛾吞入口。

有些饿鬼整个身体只剩下外面的皮肤和里面的骨架，瘦骨嶙峋，赤身裸体，干瘪得就像烧焦的枯树，没有一点血肉，只剩皮包骨头。另有些饿鬼每天晚上口中燃火，与内障饿鬼一样，烧尽心肺等所有内脏。即使吃些食物，也都变成燃烧的热沙。（唐译中说，即使吃些食物，也只不过是那些扑火的飞蛾。）全身都被火焰焚烧，口中也冒出滚滚浓烟，实在苦不堪言。

这些只是总体上的痛苦而已，具体的痛苦无量无边，没办法一一说完。就像世间中的监狱，我们只能象征性地说几个痛苦，而无法道尽每一个众生所受的不同痛苦。

三、饿鬼中恶劣种姓的特殊痛苦：

血脉诸不净，福少获无从，

更相口排逼，还食瘞熟痈。

有些没有福报的饿鬼连脓、血、屎尿粪秽等不净物也是无法得到，更何况说能得到什么美味佳肴。那些福德鲜少的饿鬼众，因为饥渴恒时四处奔忙寻觅食物，当他们这些卑劣的饿鬼众生遇见对方时，以强烈的恶业，心中生起难以阻挡的嗔恚，手上又幻化出各种各样的铁杵及利器，并相向斫颈砍项，那些被铁杵击中脖子的饿鬼在颈项上长出巨大的瘤瘞或发病生长出疼痛难忍的痈疽，沉重的业力或相互斗殴使得巨大的瘤瘞与痈疽迅速成熟糜烂，流露出大量的脓血，以及一些不清净的黄水，这些饿鬼就争先恐后的吸吮自己与其他饿鬼颈项上流露出来的脓血黄水维持生命。除此以外没有其余可食之物。

法王如意宝在新加坡时，有一次流鼻血，上师让侍者立即将血与糌粑和合作成食子，扔到大海里，为那些沉在海洋里的饿鬼众生作回向。藏地的很多高僧大德，身上出些血或者出一些脓时，都马上以糌粑和合做成食子，念咒加持后布施给饿鬼。尤其是做成强哇（一种布施用的食子）是最好的，因为强哇的形状，很多饿鬼可以直接享用。

所以，我希望你们以后哪怕是倒一些洗脸水时，也应该念一些观音心咒，这样可以利益很多饿鬼。

《劝发诸王要偈》云：

或见粪脓唾，群走竞驰趣，

到则自然灭，望绝增苦恼。

饥渴煎其内，瘤癰发痈疽，

更共相撮搏，齟齬唼脓血。

《龙树菩萨为禅陀迦王说法要偈》云：

屎尿糞秽诸不净，百千万劫莫能得，

设复推求得少分，更相劫夺寻散失。

《亲友书》

有者劣种排脓血，糞等脏物亦不得，

相互殴打从喉中，出生肿瘤化脓食。

饿鬼中有高贵种姓者（如守财饿鬼），也有低劣种姓者。对后者而言，甚至连脓血、粪便等也得不到。以前哲达日去饿鬼界时，见到一名有五百个孩子的饿鬼母，它的丈夫远行觅食达十二年之久，后来有位清净的比丘擤鼻涕时，众多饿鬼蜂拥而上争夺，它才得到了一点点，除此之外一无所获。所以，具有慈悲的出家人和居士，在倒洗脸水、大小便时，应该念一些观音心咒，观想布施给饿鬼们。此时成千上万个饿鬼都聚在一起，可是我们根本看不到，能看到的只是夏天粪便里的小虫。佛经中说，这些小虫是饿鬼业力稍轻后，转成了低劣旁生，因业力的关系，干净的食物没办法享用，只能享用不净物。

饿鬼即使得一点点不净物，也都争夺得很厉害，手握铁锤刀斧相互砍杀，最终的结局——有两种解释方法：

一、在互相殴打的过程中，其它饿鬼体外的肿瘤裂开，流出脓血，它去抢夺这些脓血享用。

二、在互相殴打的过程中，它喉咙里所长的肉瘤裂开，流出的脓血吞到自己的肚子里，以此来维持生命。

还有，饿鬼因其业力显现，清澈的河流在它们眼里也是脓血。我们曾讲过，同样的
一碗水，天人看来是甘露，饿鬼看来是脓血。它们虽然日夜渴望清净的食物，可是始终也
得不到，这种痛苦非常难忍。对于遣除饿鬼之因，过午不食、守八关斋戒有非常大的功
德，通过这种功德力，完全可以烧毁转生饿鬼的种子。

四、四季颠倒之苦：

月下便招热，日中身遂寒，

望菓唯空树，瞻江水剩乾。

还有一些饿鬼，因其业力显现，夏天时，清凉的月光变成了逼人的热浪，冬天里，
温暖的太阳却会放出彻骨寒光。这情形与我们人间完全相反。它们又望见在很远的地方，
树上挂满了累累的果实，由于饥渴难挡，很想前去饱餐一顿，强烈的欲望驱使它们拖着难
以支撑的大腹，蹒跚而去，哪知刚到树前，果实等已经不复存在，只余下了可做烧火用的
枯枝，此时内心是无限的凄苦与绝望。果子是吃不到了，去喝点水吧，但当它拖着疲惫不
堪的身躯，好不容易来到江边，欲饮个痛快时，江水顿然干涸无遗，唯剩下漫漫的黄沙，
美好的愿望如同肥皂泡一样破灭了，无可奈何！

想一想，我们是怎样忍受一天没吃到饭或一天没喝到水的痛苦的？饿鬼在十二年
(或说六年)中水的名字都听不到，吃不到一点东西的那种滋味又该如何？假使我们堕入
恶趣，变为饿鬼，又该如何面对呢？你们当中，听了三恶趣苦后，有些人还是很有收获，
晚上睡不着，白天也不敢放逸，抓紧时间精勤修法，这是很好的。但有少部分，如同石头
上倒水一样，没起一点儿作用，你们不要以为这是一些佛学理论，与你无关，三恶趣众
生现在就在感受着这种猛烈的痛苦，还有很多人正准备去感受，也许包括你在内！应该警
醒了，精勤修法才能使自己后世不堕入三恶趣中啊！

《劝发诸王要偈》云：

处夏希夜凉，月光增其热，

在冬思昼温，日出逾冰结，

向树果即消，趣河水辄竭。

《龙树菩萨为禅陀迦王说法要偈》云：

清凉秋月患焰热，温和春日转寒苦，

若趣园林众果尽，设至清流变枯竭。

《亲友书》

诸饿鬼界春季时，月亮亦炽冬日寒，

树木不生诸果实，仅望一眼河亦干。

整个饿鬼国度中，具有很多颠倒的现象，《致弟子书》中也说：“饿鬼显现种种颠倒相。”比如，干净的食物变成脓血，茂密的树林顿时干枯，清澈的河流现为肮脏的粪坑、脓血等等。

尤其是时节也完全颠倒：在本来酷热的夏季，月亮竟然炽热难耐、火烧火燎，而在冰天雪地的冬天，太阳居然显得寒气逼人、异常寒冷，简直是受尽折磨。本来是郁郁葱葱、果实累累的绿树，然而当饿鬼看见时，忽然间所有的果实都不复存在，潺潺不息的江河也干涸无余，佛经云：“以恶业故，见海枯竭。”因此，饿鬼的颠倒相和苦受非常强烈。

《诸法集要经——饿鬼品》云：

为渴所逼故，徒陟彼高原，

设见于河池，到则皆枯涸，

于旷野山林，周遍而寻觅，

受渴乏艰辛，求水不可得。

乃至湿润处，彼亦不能见，

复有大乌鳩，利嘴而啄食。

为彼饥渴火，常逼切其身，

宛转险道中，叫呼求救护。