

## 二、感受时间：

饿鬼感受业力的时间，不是短暂的几天，而是十分漫长的岁月。

如是受众苦，经万五千年，

长时系身命，良由苦器坚。

如上所说，饿鬼感受各种难以忍受的痛苦，但到底需要受多长时间的痛苦呢？《俱舍论》中说：“饿鬼月日五百年”以人间一月为一天，需感受如此五百年，也即是人间一万五千年的痛苦。但有的经论中说为人间一万年是饿鬼寿命，也有说五千年的，《长阿含经》说十万岁多出少减，《观佛三昧经》说八万四千岁，有些饿鬼的寿命则更为短暂。但不论是一万年，还是五千年，十万岁或八万四千岁，这种饥渴之苦确实极难忍受，我们吃饭稍微晚一点儿，即颇感难受，一旦真正转入饿鬼中，几百年几千年得不到一点饮食，不死不活是多么难熬。

我们瞻部洲人，一般七、八天不吃饭就会饿死，而饿鬼那么长的时间内忍受饥渴，却又偏能“万寿无疆”，这即是往昔由于良久造作痛苦之因的悭贪，悭吝等的缘故，这些业力的利器有如是坚固，结果长时被坚实的业力束缚也不得丧命。这些也正是因为生前对贫苦众生不肯施舍，非常悭贪的原因所致。

我们耳中听闻了轮回痛苦，如果在自己心中感到有些执著，有些恐惧，说明你的修行已有所进步，对轮回有一些出离心。如果虽然听闻了这么长时间轮回痛苦，却还是一点儿也不在乎，则你的解脱怕是没有多大希望了。我们受别解脱戒的根本为具足出离心，如果对轮回是痛苦的本体这个概念没有深刻感受，那肯定生不出出离心，没有出离心作基础，则如同没有地基而想建第三层楼房一样，一切解脱的功德都不会生起。欲解脱的人，应该冷静地思考思考。

《劝发诸王要偈》云：

经万五千岁，业持命不绝，

久受无量苦，斯由宿罪缘。

《龙树菩萨为禅陀迦王说法要偈》云：

有诸饿鬼道有情，坚韧羈结恒系身，（补译）

罪业缘故寿长远，经有一万五千岁。

### 《亲友书》

连续不断受痛苦，有为所造罪业索，

紧紧束缚之众生，五千或万年不死。

饿鬼有接连不断的痛苦感受，之所以如此，是因为它往昔造过很多恶业，以恶业的铁镣紧紧束缚着，期限未满之前，想解脱也没有办法，需要在漫长的时间中一直受苦，长达五千年甚至上万年。

《长阿含经》中说：“饿鬼寿十万岁，多出少减。”

《俱舍论》云：“饿鬼月日五百年”。

饿鬼一日相当于人间的一个月，如是计算它们自寿达五百年。

《观佛三昧经》言：“极长寿者八万四千岁，短者不定。”说法虽不尽相同，但五年也好、八万四千年也好，感受的痛苦都非常漫长。懂得这个道理之后，我们尽量不要转生到饿鬼中，拥有的财产要作上供下施，这是非常好的一种选择。

## 二、苦因（转生饿鬼之因）：

若生饥鬼中，遭斯一味苦，

非贤滥者爱，佛说由慳垢。

如果转生到恒时感受饥饿的饿鬼当中，遭受如斯一味的痛苦，其因既是非贤善，不越痛苦本性的滥者或说劣者对财物的贪爱所致，佛在诸经典当中说这一切都是由于对财物的甚深悭涩之垢所为也。特别是饥寒的痛苦，不论是贤良的，或者一般的人，是谁都不愿意去感受的。看到那些在今生中特别贫穷者，虽然还不能与饿鬼相比，但因业重福薄，全无财产，有时稍稍拥有，便立即用尽，一生当中始终受着贫穷的痛苦。他们（饿鬼与穷人）痛苦的原因由何而来呢？释迦牟尼佛在《集积经》中告诉我们，这是他们前世悭吝不肯上供下施所致。如果我们有财富之时，既不肯供养功德田、恩田，又不愿意布施贫苦者的苦田，甚至自己也不舍得用，这种人将来肯定会堕落到饿鬼当中。所以，在自己具足条件时，应该上供下施，断除堕入饿鬼的因。

《般若摄颂》云：

我想执物为我所， 贪愚焉有施舍心？  
吝啬转生饿鬼处， 投生为人亦贫穷。

《劝发诸王要偈》云：

种种诸恼逼， 纯苦初无间，  
贪惜极悭著， 佛说饿鬼因。

《龙树菩萨为禅陀迦王说法要偈》云：

受众楚毒无空缺， 皆是饿鬼之果报，  
正觉说斯苦恼因， 名曰悭贪嫉妒业。

《亲友书》

如是一切诸饿鬼， 一味获得种种苦，  
彼因爱财如命士， 非圣吝啬佛所说。



以上饿鬼的不同业感，唯以爱财如命的吝啬所致。这种吝啬并非圣者之法，是凡夫最可怕的一种烦恼，以此烦恼会让我们沦为饿鬼。

《正法念处经》中有“地狱品”、“饿鬼品”、“畜生品”，专门阐述了三恶趣的各种痛苦，并对其寿命、生因等讲得比较细致。《摄集经》（《般若摄颂》）中说：“吝啬者转饿鬼界，虽生为人彼世贫。”有些人今生为什么非常贫穷呢？就是因为他刚刚从饿鬼界中“改行”过来，不想贫穷也没有办法。从前有个国王为了所有臣民平等，就把国库中的财产均分为每个人，但由于各人福报不同，有的众生无勤中就可以获得钱财，逐渐越来越富，而有的众生特别吝啬，其下场是越来越穷。

所以，佛经中说：“离施无福因，当堕饿鬼趣。”假如不愿意布施，没有积累福报，则很容易堕为饿鬼。

《正法念处经》中讲了堕饿鬼的几个因：

悭嫉苦恶语，放逸行离善，

心常贪他物，圣说饿鬼因。

特别吝啬、经常说不如法的语言、放逸而行、远离一切善法、贪执别人的财物，这些都是饿鬼之因，我们凡夫人也很容易造。

希望大家有时间的话，多看一下《正法念处经》，里面讲了三恶趣的诸般痛苦，无垢光尊者在《大圆满心性休息》中也引用了很多教证，倘若认真翻阅，定会对轮回生起厌离之心。我去泰国的时候，泰国很多比丘特别重视这部经典，不像汉传佛教和藏传佛教，只是读一下就可以了，他们对经典的内容逐一观想，通过画像等各种方式让人们了解其中道理。虽然每个国家、每个民族学习佛法的方式不同，但这种修行会令很多人产生特别强烈的出离心。



大家平时应当看一些佛经教典，最好不要浪费时间去看乱七八糟的书。很多人喜欢看报纸、杂志、武侠小说，这对今生来世没有任何实义。人生本来就很短暂，如果你有时问，理应学习佛陀如意宝般的金刚语，或者善知识的金玉良言。人身这么难得，有限的时间要充分利用，多思维有意义的事情，不要让贪心、嗔心、嫉妒等烦恼把内心全部占满了，或者整天漫无目的地与人瞎聊，打发极其难得、宝贵的时间。我们要经常思维利益众生、佛陀的功德、佛法的功德，有一些时间的话，口里也要不断地念诵经咒。

我们学院有些法师、辅导员或普通修行人，他们的习惯非常好，一有空就持诵心咒。我有时候开会商量事情，比较反对他们一直念咒语，什么话都不说，但这个习惯还是很好的。以前在“文革”期间，有一些老喇嘛被批斗时，口里还在默默念经，从来不改变自己的习惯。我们每个人也应当效仿，自己的时间要精勤于善法。这个人身毕竟不是特别坚固，就像水泡一样，终有一天会破灭，若能利用它多积累善法资粮，临终时有不堕三恶趣的把握，这是非常有价值、有意义的！

下面我们就根据《普贤上师言教》来观想一下饿鬼道的痛苦：

饿鬼之苦分二：一、隐住饿鬼；二、空游饿鬼。

一（隐住饿鬼）分三：一、外障饿鬼；二、内障饿鬼；三、特障饿鬼。

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。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。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。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。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。

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。看見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？”

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。”

尊者说：“我也得不到一滴水，同样在求水，你们到底是谁呀？”

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。”

**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，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。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。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。

**三、特障饿鬼：**在每一个特障饿鬼的庞大躯体上，都居住着成群的小饿鬼，这些小鬼不停地啖食着大鬼。除此之外还有许许多多不定的疾苦。

很久很久以前，有一次，昼辛吉尊者来到饿鬼的领域，他举步进入一座无量宫殿，发现里面有一位相貌端严、婀娜多姿、十分可人的美女饿鬼，珍宝饰品装点的宝座四条腿上拴着四个饿鬼。美女饿鬼奉送给昼辛吉尊者一些食品，并且千叮咛万嘱咐：“如果这些

饿鬼向您要食物，一丁点儿也不要给它们。”说完美女饿鬼就出去了。于是尊者开始享用这些食品，这时，饿鬼向他讨要。尊者顺手给了一个饿鬼，没想到食物竟然变成了糠秕，当给另一个饿鬼的时候，食物变成了铁锤，尊者接着抛给剩下的两个饿鬼，食品到了它们的手中，一个变成了她自己的肉，另一个成了脓血。

正在这时，美女饿鬼回来了，她不满地说：“我不是嘱咐您不要给它们吗？难道您的悲心已经胜过我了吗？”

尊者不解地问：“它们与你究竟是什么关系？”

她一一介绍说：“这是我前世的丈夫，这是我的儿子，这是我的儿媳，这是我的仆女！”

尊者又问：“你们是以什么业力转生到这里的？”

她说：“南赡部洲的人生性好疑，很难相信，即使说了也不会有人当真，还是不说为好。”

尊者说：“我已亲眼见到了，怎么还会不相信呢？”

于是那位美女饿鬼开始有声有色地讲了起来：“我前世是某某城市的一名婆罗门女，在一个佳节吉日的前夕，我准备了丰美的食品。

第二天，正巧嘎达亚那尊者（迦旃延尊者）来到城中化缘。我怀着虔诚的信心供养斋食，不禁暗想：如果能让我的夫君欣然随喜供养，那该是多么令人高兴的事。于是便告诉丈夫说：“我今天向佛陀的弟子嘎达亚那大尊者敬献了斋饭，但愿你也能随喜。”可是万万没有想到，丈夫听后恼羞成怒、破口大骂：“在没有供奉婆罗门、没有孝敬诸位亲朋之前，你居然先供养了那个光头，那个光头怎么不去吞糠秕呢？”

我又将此事对儿子说了，儿子也气急败坏地说：“光头怎么不吃铁锤呢？”

当天晚上，我的亲戚们给我捎来了美味食品，结果被儿媳一人独吞，她将粗茶淡饭

给了我。我问她：‘你是不是没有将美味佳肴交给我而私自吃了，却将这些粗茶淡饭拿给我？’她妄言回答：‘我吃你的食物还不如吃自己的肉呢！’

此外，我让仆女捎给亲戚的食物她也悄悄地偷吃了。当我质问她时，她信口胡说：‘我偷吃你的食物还不如喝脓血呢！’

面对这一连串的打击，我暗自立下毒誓：但愿我将来转生在能看到他们感受各自报应的地方。正是因为这样的恶愿，才使我转生为大力饿鬼，否则以供养圣者斋食的功德我完全能生到三十三天。您如果去我曾住的城市，请转告我那沦为娼妓的女儿说：‘我已见到了你的父母等，这一业报是令人痛心的。’告诉她断除非法的恶业，改过自新。”美女饿鬼稍稍停顿一下又说：“如果她不相信，就告诉她：‘你父亲生前的房间里有四个装满黄金的铜锅，还有金盘及金瓶。取出这些财宝时常供养嘎达亚那圣者，然后念诵我们的名字作回向，这样一来，可以使我等的业力逐渐减轻，直到消尽为止。’”

还有一则实例，哲达日阿闍黎出游时到了饿鬼界，一名带有五百个孩子、相貌丑陋的饿鬼母对他苦诉：“我的丈夫去印度金刚座寻觅食物已有十二载，到现在还没有回来。尊贵的大师，您如果去印度金刚座，请捎口信给它说‘如果还不快快归来，孩子们就要饿死了’。”

哲达日为难地问：“你的丈夫长的什么样子啊？所有的饿鬼都一模一样，我能认出来它吗？”

饿鬼满有把握地说：“绝不会认错的，它是一个大嘴巴、塌鼻子、小眼睛具足九种丑相的饿鬼。”

哲达日来到了金刚座。有一次，当一位沙弥大量泼洒供水、供施食子的时候，聚集了一大批饿鬼争食，尊者发现其中就有饿鬼母的丈夫。于是转告了它妻子的口信。

那个饿鬼也一筹莫展地向尊者诉说苦衷：“我背井离乡流浪到这里虽然已有十二年之久，可只有一次在一位清净的比丘擤鼻涕时，众多饿鬼蜂拥而上争夺，我才得到了一点点，除此之外一无所获，而且我自己在争抢鼻涕时，被其它饿鬼打得鼻青脸肿、遍体鳞伤。”

如此看来，无论生在饿鬼中的任何一处，都同样遭受着以饥渴为主各种各样的痛苦。对于这种情形我们应当诚心观修。想想看，我们这些人，仅仅没有吃早饭，便会觉得何等的痛苦？如果真的转生到长年累月连水的名字也听不到的地方那将如何面对呢？而投生为饿鬼的主因就是自己一毛不拔的吝啬和阻碍他人布施的悭吝，想必我们每个人以往所造下这样的恶业数也数不清，现在我们必须下定决心，尽己所能绝不转生到恶趣。修行时，要圆满具足加行、正行、后行而诚心诚意观修。

**二、空游饿鬼：**空游饿鬼包括妖精、王鬼、死魔、厉鬼、鬼女、独角鬼等等。这些饿鬼始终都处于提心吊胆、担惊受怕以及恍恍惚惚的错觉状态中，经常居心不良，怀有歹意，精勤于害他的恶业，他们死后的下场多数都是立即坠入地狱等恶趣的深渊。

尤其难忍的是，这些饿鬼不管生前是因病身亡、利刃所毙，还是悬梁自尽等途径横死的，每隔七天，它们都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。本来满心欢喜地来到昔日的亲朋好友面前，结果却使他们重病缠身或者精神疯狂等遭受不幸。

瑜伽士们做诅烧抛仪轨时，诅烧抛：采用压胜（镇压）焚魔、抛掷朵马、食子等方式以消灾祈福的密宗的一种降魔方式。这些饿鬼被镇压在地下黑咕隆咚的地方长达数劫，

或者被烧在作火施的烈焰中，有时候咒师们抛撒驱邪芥子或石子，使这些饿鬼的头颅裂成百瓣、肢体断成千截而粉身碎骨。他们时刻都摆脱不了痛苦，也同样要感受一般饿鬼所感受的冬季太阳寒冷、夏季月亮酷热等反常现象的苦恼。

有些饿鬼则以鸟、狗等令人讨厌的形象遭受各种意想不到的痛苦。

因此，我们应当怀着一颗慈悲的心肠观想，但愿自己能代受那些饿鬼的痛苦，圆满具足加行、正行、后行来修持。