**餓鬼**

餓鬼道：如果墮為餓鬼，就會在一生當中一直感受飢渴的痛苦；也會像地獄眾生一樣，很難聽到佛號，根本沒有修行的機會。

[[p3]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p3)地獄眾生和餓鬼眾生因前世的業力，內心非常不自在，心裡經常會有貪心、嗔心、無明等煩惱，根本不會有修行的念頭。

[[p4]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p4)具體修法時，當入座靜下來以後，就從這個四個角度去思維，然後會發現地獄的環境根本不是修行的環境。從地獄眾生的身體狀況、所受痛苦及其壽命，就可以知道他們日日夜夜沒有一分鐘不在感受劇烈的痛苦，長劫以來從不停歇。因為經常遭受痛苦的折磨，所以根本沒有修行的概念，也不懂什麼是修行。對於餓鬼和旁生，也要依照《普賢上師言教》所講的內容如理思維。這樣觀察後，就會深深體會到：我們這一世如果投生到地獄、餓鬼或旁生道，就根本沒有辦法修行。

思维本性闲暇：

[[p6]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p6)总言之，未生八无暇处，而有修作圣法的闲暇，称之为“暇”。“无暇”者即是八无暇之处。如云：“地狱饿鬼及旁生，蔑戾车与长寿天，邪见生于无佛世，喑哑此等八无暇”。谓生地狱者，连续不断受寒热苦故，无暇修法；\*\*饿鬼者，备受饥渴苦故，无暇修法；\*\*旁生者，受役使及互害之苦故，无暇修法；长寿天者，于无想中虚度时日，无暇修法；生边鄙地，无佛教法故，无暇修法；生为外道，或与彼同分邪见者，自相续为邪见所染故，无暇修法；生于暗劫，三宝名字亦不得闻，不明辨善恶故，无暇修法；生为喑哑者，识不堪用故，无暇修法。即是指这样八种。

[[p7]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p7)三恶趣者，以自己往昔积累的恶劣业的果所引来的寒热、饥渴的苦恒常不断受故，无暇修法。

如果投生为饿鬼，不管是隐住饿鬼还是空游饿鬼，都会终日感受饥渴的厄难，也不会有机会修法。

[[p11]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p11)如果我们投生到饿鬼道，终日都会感受饥渴的痛苦。这是因为在生前非常悭吝，舍不得上供下施，内心对财富非常耽著。对财富很耽著的话，就会永远处在不满足的状态，这就是饿鬼的心态。有些大德讲饿鬼的痛苦，并不是真实意义上的饥渴，真实意义的痛苦来自于永远得不到满足，体现在没有办法找到吃的，即使找到也吃不下去。这是因为生前不满足的因导致了没有办法满足的果，所以饿鬼道的饥渴永远满足不了，没有办法达成相应自己心意的、能够吃饱喝足的心愿。

[[p12]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p12)而且环境也是颠倒的：夏天月亮也是特别热；冬天太阳特别冷，这也是不满足。我们在人间，比如说今天很冷，可以在太阳出来的时候晒太阳，这个能满足我们。但是在饿鬼道环境是颠倒的，终日感受痛苦。我们想想看，终日在饥渴的状态中，哪里有心态去修法呢？没有办法去修法。就像我们一两天不吃饭的话，心中非常饥渴难耐，怎么有心思去听法呢？心是慌的、根本没办法去听法。\*\*饿鬼道就是这样的情况，根本是无暇之处。

继而观察第二无暇处，也是需要观察饿鬼命运的状况。过去的悭(qiān)贪之业，导致此生基本的生存都无法保证。在百千年里，时时处在非常强大的饥饿困苦中，被饥火所烧，焦虑地到处寻找饮食，然而在任何一处都得不到。内心一直被饥渴之苦缚绑，得不到一点点安歇下来修法的因缘。

[[p14]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p14)这种状况同样可以透过对比来显示。如果自己三天没吃饭，虚弱地躺在床上，当时心里只会有一个念头：哪里有食物？谁能给我食物？心不安稳的缘故，没办法安住在修法点上，也做不成修法之事。所以，从内心的状况来观察是没有闲暇的。以此也不难认定饿鬼是无暇之处。

**从心识的状态上而言无有闲暇修法**

[[p15]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p15)譬如三恶趣就要抓住苦受连续不断，一直处在受苦的逼迫状态，所以不可能有闲暇缘法修持。分别心没办法两用，心处在苦的困恼中时只有受苦的份，没办法处在安闲的心情里，缘着法展开思维、观修。因此，对于三恶趣就要在苦的连绵不断上着重观察。

[[p17]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p17)为了引发观察心，就要一类一类地思维。 再问：饿鬼为什么无暇修法？或者说在饿鬼众生的心相续中为什么不会出现运作法的因缘点或时机呢？这就要具体化地从“受饥渴之苦”来认定：即使是人，如果感受着很强烈的饥渴，三五天没吃饭也没喝到水是什么状态？更何况饿鬼是积年累月都遇不到饮食？想到这里，马上就能体会到“受饥渴之苦”的心识非常不安，它无法抵御强大的苦受，它的第六意识不可能两用——在一心盼望、求觅饮食的过程中，被饥渴之苦逼迫得没有片刻安宁，还谈何在法上运作？

**业,果,受,时**

[[p19]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p19)此处需要通过“业、果、受、时”四字诀打开对三恶趣的认识之门，认识到它们无暇修法。或者，用现代话来说，修法对于它们就是零概率或近乎零概率事件。因为在它们心中所出现的无数个念头当中，几乎找不到一刹那修法之念，概率上可说是零。偶尔，也有极少数恶趣众生会闪现一刹那善法的念头，但这种缘起极其难得。

[[p20]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p20)如何理解“业、果、受、时”四字诀的涵义呢？以人世间为例：如果杀人，造下恶劣的业行，就是“业”；结果被逮捕入狱、进入死囚的狱房，叫做“果”；由此引来监狱生涯中的各种苦“受”；而“时”就是指他需要服刑的期限，在此期间，他会完全处在酷烈的刑罚当中。

[[p24]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p24)再回到普贤上师为我们所作的指点上。“往昔积累的恶劣业”，即是“业”行；由此会感召到相应的异熟“果”；“所引来的寒热、饥渴的苦”，即是由受果而引出的一系列苦“受”；“恒常不断受故”，则是“时”。以业、果、受、时四字观见理路，就不难了知此等众生的确无暇修法，或者，修法对于它们而言，简直是零概率事件。在这种命运的遭遇里，在这种极为漫长的时间中，剧烈的痛苦持续不断，与此苦受相应的心，根本无法进行任何法上的运转和作为，由此可以断定它们无暇修法。

**思维要点：处所**

饿鬼的处所，遍满了瓦砾和碎石，有很多被火烧焦的株杌(wù)，以及零散的、粗的有毒荆棘。干枯无水的沙滩一片灰蒙，有很多干的苔藓在飘着。

[[p26]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p26)饿鬼的环境非常贫乏，吃的、喝的都没有。地面布满了瓦砾、碎石，有很多被火烧焦的株杌，找不到少许青色的花、叶、果可以食用。地面还有很多零零散散、粗壮的有毒荆棘，只会毒害身心。面前是干枯无水、灰蒙蒙的一大片沙滩，只有枯落的苔藓随风摇曳。看到这幕情景就不难了知，无论如何寻找，都不可能在那里找到一滴水、一个果子，他们极其痛苦。**思维要点：身者**

[[p28]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p28)观修应该出现相应的感受。观饿鬼身时，就要出现他的苦状，“经劫的骨骼”形容特别枯干的身体，没有一点血丝、湿润度。骨头放在屋外经年累月就会风干而失去水分，何况是经过一劫？必定是非常枯干。或者像干蘑菇，蘑菇经过风干变得很脆，一碰就成粉末。或者如同硬化的包酥油的牛皮袋，一点都不灵活，僵直到没办法曲折。这些都要联系于下文所说饿鬼行动的艰难。

[[p29]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p29)再者，我们还要观想到，饿鬼的头像硕大的一个瓮，而他的咽喉却细如马尾的一根毛，从中不难想像而体会到饿鬼饮食的障碍。由悭吝业成熟变现出的这种根身，吃东西非常困难，基本吃不到什么。因此，他虚弱、乏力，又必须不断地行走去觅食，被业报之苦所控制的缘故，连一秒钟安定的机会都没有。而且，肚子大得如地区，比如像四川省那么大，但是身体的脚等肢节却只有茅草那么细。

[[p30]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p30)一个饿鬼走过去，唯一如同五百辆马车的车轮拉动般，有很大响声，而且干燥的关节之间“恰恰”地迸出红色火星。要想到，饿鬼身体干枯得走起路来都是“咔咔咔”作响，没有肉、没有油、没有滋润，骨骼之间没有弹性。身体庞大的缘故，当然走动时唯一像五百辆马车在拖动，非常艰难。再者，关节和关节之间不断地摩擦出火星。我们知道，人类患关节炎、骨质增生，碰一下都很难受，走动非常艰难，但饿鬼以业的力量，在如此困苦的情况下还要到处奔走，去寻找饮食。

**思维要点：苦者**

[[p32]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p32)苦者，于诸饿鬼，夏季月也热、冬季日也寒。见到许多有叶有果的树，然将一无所有；见到海浪如水晶珠串般涌动，然而仅略看看就干了，之后比先前更为忧戚悲苦。

[[p35]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p35)也就是说，不仅有身体上极度的饥渴、冷热等逼迫，他们得不到可意之境，而且还要加上一层失望之苦。满怀希望地奔过去，却什么也得不到，他们就处在如此反复的痛苦与伤感当中，无法自拔。

**思维要点：寿量**

[[p37]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p37)饿鬼寿量长的达到人间一万年，短的不定量。他们常年处在极度饥渴等苦受当中，心虽一直希求，却始终得不到满足，连一刹那安宁的机会都没有，岂能谈得上什么修法？

[[p38]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p38)思维：生在如此处所中的话，于修圣法有暇还是无暇？思择止住轮番而修。

[[p39]](https://bj.cxb123.cc/1xm/1-ba-wu-xia/1.2-e-gui/%22%20%5Cl%20%22p39)以心观想出饿鬼的身相，了知为异熟果相；之后现出彼等苦状，了知由受业力控制，乃至往昔悭贪的业消失之前，一直都会变现如此苦相而无法脱出。然后思维：他们有暇修法吗？处在沉重的苦难中，一心只为寻觅饮食，整天拖着庞大的身躯艰难地行走，哪里可能安下心来修法呢？我们人类苦受稍重时，尚且无法安心，更何况饿鬼呢？他们的确没有闲暇。而我现在从早到晚都很安心，衣食不缺、受用自在，相比饿鬼来说，这种境况犹如昙花一现般珍贵而难得。再再地思维：太不容易了，我竟然如此富足、因缘不缺，一定要好好珍惜！如此策励自己修持正法。

思考题

1. 对于饿鬼的苦，总的观修方法有哪几步？掌握后如理观修
2. 明白三恶趣的苦难后，对你的修行有哪些帮助？你今后打算怎么修持？