

生於此無間處之因，造作十不善業，特別是造下殺父、殺母、以惡心出佛身血、挑撥僧伽、輕侮阿羅漢等五無間業之異熟將生此獄。

壽量為地獄歲數一中劫，合計人間壽命無量歲。思惟至此，絕不造作無間業至為關鍵。

另有毀壞佛寺、毀壞佛像、燒毀佛經、僧人之中挑撥離間、與比丘尼行邪淫、極度虐待父母等，這一切亦等同無間，應當善加思惟，予以斷捨，至為緊要。這些有各自壽量及多種計算方式，然因認為即使宣講，（眾人）亦無法理解，因此以鄔金仁波切所說的地獄歲數換算成人間歲數而宣講。於此，應予理解有關業果將因造作如此罪惡不善，而招感如是痛苦的說法雖多，僅以簡略共通方式而粗略宣講。

闡述八熱地獄實際情況後，在八熱地獄的四方周圍，亦有附屬——一為塘煨坑；二為屍糞泥；三為廣佈刀刃原、劍葉林、鐵柱山，此三處分屬兵器；四為大熱灰河，箇中痛苦迥異。

一、塘煨坑：罪人先是看到前方有著一片紅通通的平原而前往，到達後，或是腳踝以下陷落坑中，或是膝蓋以下陷落，或是腰部以下陷落，或是頸部以下陷落，無論陷至何處，落入火（灰）中時，血肉完全焦黑剝離而骨頭慘白裸露，起身或抬腳時雖又恢復如前，再踏入火（灰）中時，骨肉又完全焦黑，須如是長時間受苦。

二、屍糞泥：在氣味惡臭（屍糞）污穢的大泥沼中，雖力求渡過卻無可越渡而行，頭部以下沉浮於泥沼之中，特別是有黃身黑頭、尖嘴銳利如鳥喙之地獄蟲，來回穿刺罪人全身，須如此長時間受苦。

三、三處兵器地獄：首先是刀刃原，在此罪人看來，於遠方有一青青草原，前往彼地後，（大地）遍滿刀刃的鋒面將雙腳逐片切割而不支倒地，霎時身體亦被刀刃切割成碎片，須如此長時間受苦。

兵器第二處劍葉林：在此罪人看來，前方矗立一片鬱鬱的茂密樹林，前往彼地後，興起一陣強大業風，將（生長著繁茂葉狀的）樹林悉數變成雙鋒利劍，在此林之中，罪人身體被切割成百千片，須如此長時間受苦。

兵器第三處鐵柱山：在此罪人看來，前方有著一座大山，前往彼地後，在山下有著猙獰的雜色地獄犬將其活吞；復活之後，會看到生前所貪愛的男（女）愛侶在山頂上呼喚自己；開始往前邁進後，坡上的十六或十二根數量不等的鐵刺尖頭悉皆朝下，將全身上下毫無間隙地刺透。到達山頂後，此前所貪愛而呼喚的伴侶卻已不知所蹤；此刻猛然出現尖嘴銳利的雜色鳥，啄食其眼珠、身體與吸取腦髓等等，痛苦無以復加；隨後又看到所貪愛的伴侶在山下遙呼著，（心急地）行走下山時，鐵刺尖轉而往上，將身體毫無間隙地刺透如塵灰。抵達山腳下後，之前呼喚的伴侶（復又）消失無蹤；復被（伺機而動的）地獄惡犬將其活吞後，又出現呼喚的景象令其行走上山，再被鐵刺穿透，到達山頂後又被鐵鳥所啖食；爾後，山下又現呼喚景象，下山再被鐵刺穿透，抵達山下又被惡犬吞食，須長時間感受像這樣的來回奔波，即使一剎那亦不得停留之苦。

四、大熱灰河：材質為熱沙，形相如流水，如若涉入彼處，有著全身被炙燒深入骨髓的痛苦，在熱灰焚身且不得逃脫的情況下尚須渡河，（舉步維艱）即將抵達對岸時，被手持兵器的地獄鬼差驅趕而須折返；（好不容易）返回此岸時，復被手持兵器的地獄鬼卒驅趕而須轉向；須歷經多年如此往復渡河永無間斷。

須如是感受近邊地獄的理由在於，造作了此前八熱地獄中所闡釋的種種不善，由此異熟所產生的近邊四地獄，相較於八熱地獄本身的痛苦略為輕微，是因各種不善業造作較少的緣故，而生於此等諸地。

此中有些歲數如同之前所說的壽量，或是並非如此，僅為人歲三十億零幾千年而解脫者亦是有之，這是由各自所造作的不善惡業大小多寡所決定的。或是有些造作極為深重的不善業者，先是生於炎熱地獄，而後縱使解脫亦須逐一感受近邊四地獄的痛苦多年；又有些從炎熱地獄解脫後，不須再遊走於近邊。

這是說各自造作廣大深重的不善罪惡業者，須生於炎熱地獄與近邊兩者；若罪不及此，有些僅生於炎熱地獄即可；若是罪惡之業更輕微者，則僅生於近邊地獄等等，感受大中小各種不同的痛苦，即是由此（輕重大小）比例而來。

舉例而言，無論是男女出家眾，戒相敗壞成為在家人後，毫不戒慎於造作殺生等等不善行，（十）不善幾乎全然具足，毫無悔意亦不懺悔，以此即會投生於炎熱與近邊兩座地獄。縱然並非如此，破戒成為在家人而造作殺生等業，於後也生起懊悔心，但雖懊悔若不習法，將生於炎熱地獄，不過，可因此懊悔心而不再生於近邊地獄中。或是雖然戒相敗壞，此後並不毀損法相，雖然懺悔未能全然清淨罪業，若無其他的惡業，將可不生於主要的炎熱地獄，而生於近邊地獄中的鐵柱山，藉由多年感受箇中痛苦而淨化其罪等等。

此中種類繁多細說不盡，無論如何即使並非主要的炎熱地獄，相較於現世的苦痛程度而言，僅是近邊地獄中的這些痛苦也已足夠。思惟至此，眾人應當修持善行，斷捨罪惡不善，平時應致力精進於懺悔等事。

總結炎熱八地獄與近邊四地獄的痛苦後，應將這些融入自心而如是思惟：「嗟乎！所有輪迴不僅僅是無可忍受的痛苦自性，尤其是特別竭力於進入十八界地獄中的情況是如此，其痛苦自性難以忍受更是如此，壽量又是不可思議的長遠（求出無期）。現今在自身若被小型的刀器割傷或是火所燒燙的感觸若已無可忍受，來世由不善異熟所帶來的炎熱地獄之苦，若降臨自身何堪忍受？！如此的痛苦降臨雖然無可忍耐，我等現在被惡業障蔽所脅迫，對於產生如此地獄苦痛之因一瞋怒、害心、直接或間接的不善與傷害他人，在每天每時每刻若仍舊無量地予以累積—自己的來世若生於炎熱地獄感受此等痛苦，自然是最合理不過的。我等過去因迷亂而自我傷害，今起當以無錯謬的心智，生起能予斷捨惡趣之業的決定，並奮力於佛法。」對於地獄之苦生起憂傷恐懼，且一心專注於白品淨妙佛法與善行。

第二、八寒地獄：一、具皸，二、皸瘡裂，三、呼寒，四、呼呼婆，五、緊牙，六、裂如青蓮，七、裂如紅蓮，八、裂如大紅蓮。在炎熱地獄對面一萬由旬之域即是寒冰地獄所在之地——具皸地獄在此大地三萬兩千由旬之下，相隔兩千由旬依序即為皸瘡裂等其他諸地獄。

生於此寒冰地獄的方式，任一罪人在此世界死亡後，顯現中陰境相時，因為生前造作種種不善業之力，被炙熱所苦而（一心）尋求清涼之地，即由中陰化生於寒冰地獄。諸寒冰地獄幽暗昏暝，周圍被雪山連綿環繞，下方滿佈冰雪與深層寒冰，上方淒風暴雪瀰漫，凜冽寒風更是恆時呼嘯其中。

一、具皸地獄：在如此寒冷與冰雪裡，須（全身）赤裸而無衣物蔽體的居於其中，上方風雪瀰漫，寒風更是徹骨，須長時間感受因極度寒冷全身冒出眾多白皸之苦。

二、皸瘡裂地獄：相較前獄更加寒凍，致使身上許多皸瘡破裂，無間斷地流出眾多膿血。

三、呼寒地獄：較之前獄復更寒凍，致使發出呼喊寒冷的痛苦呻吟之聲。

四、呼呼婆地獄：較之前獄更愈寒冷之故，已經無法開口，而在喉間發出呼呼婆的痛苦聲音。

五、緊牙地獄：較之前獄更甚寒凍，須感受除了咬緊牙關之外，呻吟之聲完全無法發出的痛苦。

六、裂如青蓮地獄：寒凍感受更甚前獄，身體瘀青枯癢，多處凍裂之苦。

七、裂如紅蓮地獄：寒凍感受較之前獄復增更甚，因皮膚脫落而全身泛紅，並且劇增爆裂多處之苦。

八、裂如大紅蓮地獄：較之前獄寒凍感受至甚（無以復加），全身皮開肉綻千百處，恆常流出鮮血，且能看見腹內諸物之苦。

若問感受如此的痛苦，是生前造作何等罪業？總體而言，造下不善業，尤其是拔除雞、鳥、牛、羊等眾生的毛羽，或是將蟲蟻等丟入水中、置放風中讓其受寒，抑或剝奪他人的衣食財產，將其置於寒冷的環境而令受寒，特別是竊奪上師、僧伽、修行者的衣服，或是毆打且搜括、掠取、搶奪病人、窮人、乞丐等的衣物，將招感其果。

若多造作拔除雞、鳥、牛、羊等眾生毛羽，且將蟲蟻丟入水中、置放風中之業，將生具炮地獄；造作更甚者，則生炮瘡裂地獄；較之更甚者，則生呼寒地獄；倘若造作無量無邊，則生呼呼婆地獄；倘若造下搶奪一般人的衣物等罪，則生於緊牙地獄，廣為造作則生於裂如青蓮地獄；倘若造下搶奪病人或窮人的衣物等罪，則生於裂如紅蓮地獄，廣為造作則生於裂如大紅蓮地獄；倘若竊奪上師、僧伽的衣服、物品，則是生於裂如紅蓮地獄。

若非重大而是些微造作者，則大多投生於較上方的寒冰地獄，或是對前述的有情作出極大傷害者，將生於具足劇烈痛苦的下方諸寒冰地獄中。總之，多半是以造作力之大小而取決，如何得以悉數細說，只能大概略說。

此等眾生的壽量，並非百千萬十萬百萬等數字，而是如前（炎熱地獄）以千萬、數億等眾多倍數計算。以具炮地獄而言，將印度的孟加達城市所用的大盆裡，裝滿八十升的芝麻，每一百年從中取出一粒芝麻，須等到將所有的芝麻全部取盡方得跳脫；如炮瘡裂地獄是前獄二十倍，其他地獄以此類推，下方是上方的二十倍，思惟如此綿長的大苦，而不傷害此前所說的彼等眾生，亦不竊奪他人衣食財物，特別是絕對斷捨掠奪上師、僧伽的行為。

闡釋過八寒地獄後，將此等融入自心思惟的方式應如是：「嗟乎！總體而言，輪迴的一切乃為痛苦自性，特別是三惡趣之大苦全為折磨，尤其地獄之苦更是無可忍受甚為劇烈。此中如若投生至寒冰諸地獄，其處所是如此的極度寒凍，全為痛苦自性卻又無可忍受的寒凍是如此，假若為時短暫尚且難以忍耐，寒冰地獄的感受若降臨自身又何堪忍受？！」如是仔細思維以上所說年歲長遠、無有邊際且不堪忍受的痛苦。

現今於我等人間，若連冬季時一天輕微的寒冷感覺都無法忍受，未來寒冰地獄更是絕難承受。然而。縱是如此，眼下自己卻心智愚昧迷亂，每天致力於造作無量招致此苦的不善罪業，導致日後上述的痛苦終必降臨自身，因業力而無逃跑或解脫的機會，像這樣的大苦必將來臨，於無可忍受中承受之際，彼時的我有何對策？！在此劇苦尚未出現前，即應為自己善加思惟斷捨痛苦的方法，亦即謹慎於罪業不善，極力於修持善業安樂白品之行，無論如何絕不擱置。深切思惟如此的想法，確實付諸行動而不耽擱荒廢。

應如是祈請：「祈求上師三寶鑒知！令我的心續能對於輪迴與惡趣之苦，生起恐怖

畏懼之斷捨心，對於善行亦能生起純淨意樂。」並且對於惡趣之苦精勤勇猛觀修厭離與出離心。

復又，所謂的孤獨地獄雖然沒有炎熱地獄本身與近邊地獄那樣的劇苦，但在此地獄中，眾鬼卒將罪人丟煮於大銅鑊中，或以燃燒著烈焰的鐵鎚捶打，或是將沸騰的銅水灌入口中，抑或以燒紅的鐵爪抓破其身，抑或是以燒紅的鐵杓捶擊，或是以（鐵牛馱）犁拖耕舌頭等等，將出現眾多苦痛。

以上所造的業如下：總體而言，有關殺生、享用信財、諍鬥、劣行、妄語、離間等事，造作無量無邊，特別若是對於窮人、乞丐、父母、上師、僧伽造作，則是生於炎熱地獄本身；或是對象為一般人，也並未造作如此眾多（之罪），僅犯下其中某些惡業者，則生於此孤獨地獄中，殺害眾多牲畜或是人的異熟將會被丟煮於大銅鑊中。

無論眾生（禽獸）的身形大小，以刀、箭、槍等令其奄奄一息，此等事項廣為造作的異熟，將招感燃燒烈焰的鐵鎚捶打之苦；無論是在家或是出家眾，倘若受用略多信財，其果報是將沸騰的銅水灌入口中而令全身焦燃；多造爭鬥、劣行、毆打、慳吝之業，將招感燒紅的鐵爪抓破其身，或是以燒紅的鐵杓捶擊等；對一般人打妄語的果報，將招感（鐵牛）犁舌等苦……，這些苦痛並非僅為單次，而是百千歲等不盡相同，是故壽命無定，皆是以業力真實而出現。

另有，孤獨地獄也出現在海岸邊，白天安樂夜晚痛苦，這是白天持戒修法夜晚不持戒招感而來。或是白天時居住於優美的房舍，衣食豐饒，俊男佳人作為友伴而承事，總之安樂圓滿無不具足；太陽下山夜晚來臨時，（美景良伴）悉皆消失，住處變得極度厭惡而被屠夫殺戮、猛獸啖食等等，感受眾多苦厄；一到翌日清晨時，又如前般出現安樂。或是亦有轉換成白天產生諸多痛苦，夜晚出現安樂等情況，這是屠夫、獵人等在白天殺害眾生，夜晚行善之果，如同在《千萬耳山傳記經》中所說。這些將依業力大小而有壽量不定等多種情況，像是孤獨地獄亦有眾多散落各處者，例如經云有許多居住於石頭內，被眾多眾生所啃食，這是罪業中略為摻雜善業所致。

此等（孤獨地獄）意義融入於自心而思惟的方式：「嗟乎！地獄諸苦的感受乃極度不堪忍受，寒熱兩地獄的諸大痛苦何須多說，僅於此處所說的孤獨地獄之苦已是如此，難以忍受之苦亦是如此，壽量亦是如此地漫長！」細細思惟以上所說，隨後由衷思忖：「現今在自己身上，假若連被荊棘刺傷尚且無法忍受，倘若面臨孤獨地獄的痛苦，何以忍受？！縱然無法承受此等痛苦，我等卻因心智迷亂，自己每天每時每刻皆行罪惡不善，累積在來世確實投生於孤獨諸地獄之惡業。已可預知當自己在此世間死亡時，除了此等地獄之外，別無去處！」如此思惟而生恐懼。從今起，應由衷憐憫自己，為了自身善加規劃，全力修持能讓未來生生世世安樂的善妙正法。

以上即是略為宣講十八界地獄的痛苦，另有密咒（乘）裡所說的金剛地獄等，諸經藏中所說的如柱地獄，亦有如行列般地獄以及如掃帚般地獄等等，種類極為眾多，特別是《正念安住經》中所說八熱地獄裡亦各有十六種不同，總之共有一百二十八種等等無量的說法，在此僅是略為宣說。

無論如何，現下我等將被火所燒、被水所淹、被風所襲而寒冷、生病、死亡、挨打、被兵器所傷、被綑綁、被殺害等事，皆視為大苦，然而這些大苦比起地獄中最微弱之苦，尚且不及百千分之一，簡直可說是安祥快樂。思惟至此，應當承擔此世之苦，（無妨）讓自己（在衣食名聲）吃點虧。思惟來世將會招感而承受的漫長且深重巨大之苦後，應該從今起慎重地斷捨罪惡，修持善行。

乙、闡述餓鬼之苦