

二、别说断除无义琐事：

博奕乐观喧杂境，懒惰恶友敦亲志，
饮酒非时行六过，此劫芳名尔应弃。

《二规教言论》中为我们指出了六种损害名誉的行为。

如偈云：

亲近劣种恶行友，愚人群中欢欣游，
背弃世法二规行，此等亦是无愧者。
白昼饮酒赌博等，沉迷损害名誉法，
夜间唯作不净行，此等亦是无愧者。
无义琐事耗时日，且造种种不善业，
对此不知自惭愧，此等亦是无愧者。

此处，龙树菩萨亦为我们宣讲了此损害名誉的六种法，修行人必须加以断除。

一、博奕者：即是赌博、下棋、打麻将之类，这些确实没有任何意义，是耽误时间的行为，损坏国王的声誉，影响行者的修行。

《教王宝鬘论——轮番说因果品》云：

赌乃贪忧嗔，谄诳涣散源，
妄绮恶语因，是故恒断除。

二、乐观喧杂境者：即喜欢看文艺节目、运动会，或者去歌舞、录像厅等易生贪染之处，人们迷乱于其中不能自觉，反而自以为是，越迷越深。

三、懒惰者：对修法懈怠，不精进，是修行的极大障碍，有众多过患。

《入行论——精进品》云：

贪图懒乐味，习卧嗜睡眠，

不厌轮回苦，频生强懈怠。

或

弃舍胜法喜，无边欢乐因，

何故汝反喜，散掉等苦因？

由于对善法懒惰而贪求饮食、睡眠等世间法，不能生起出离心，导致长劫沉迷于轮回大海，受苦无尽，过莫大矣！

《大乘心地观经》云：

众生无边誓愿度，烦恼无尽誓愿断，

法门无量誓愿学，佛道无上誓愿成。

四、恶友敦亲志者：即亲近依止恶友。因为亲近、依止恶友、恶知识，使我们修行不能增上，反增过患。

诚如《佛子行三十七颂》云：

交往恶人增三毒，失坏闻思修事业，

令成无有慈悲者，远离恶友佛子行。

故应远离恶友、恶知识乃为佛子行仪也。

五、饮酒者：饮酒有无量过失，可使人神志迷失，精神恍惚，造诸恶业。

《教王宝鬘论——轮番说因果品》云：

饮酒世间蔑，误事亦耗财，

痴迷行非事，是故恒戒酒。

六、非时行者：此处在藏文当中是夜间行，即夜行造作如行窃等非法之事。修行人晚上应在屋中安住，或坐禅或看书，不应该到处去，这样既不会影响他人修行，也不会耽误自己的时间，无垢光尊者教诫说：“晚行乃魔鬼。”所以，晚上不应到处去。国王啊！这六种行为在今生中会损坏你的名声、受用及善法。藏文本说得更明显，不仅今生损坏你的名声、受用及善法，来世也必然堕入三恶趣之中，所以一定要舍弃。虽然从表面上看是对国王教诫，但间接也教诫他人舍弃此六种恶行。为什么这样说呢？如佛在经中有很多，通过对文殊菩萨、善现等教诫，而使后世众生得受利益而宣说的教诫。

《劝发诸王要偈》云：

博奕大聚会，懒惰习恶友，

饮酒纵昏荡，夜游无羞耻，

此六污名称，智者应远离。

《龙树菩萨为禅陀迦王说法要偈》云：

博奕饮酣好琴瑟，懈怠娇逸及恶友，

非时轻躁多动乱，如斯七法当远离！

《亲友书》

赌博以及看聚会，懒惰依附恶劣友，

饮酒夜晚入村落，断毁名誉之六法。

龙猛菩萨总结了即生中毁坏自己名声、来世毁坏善根而堕入恶趣的六法。一个人在行持善法的过程中，若没有以正知正念观察身口意，随分别念在恶劣环境中做种种坏事，最容易做的就是这六法——赌博、看聚会、懒惰、依止恶友、饮酒、夜晚入村落。

《二规教言论》中说：

白昼饮酒赌博等，沉迷损害名誉法，

夜间唯作不净行，此等亦是无愧者。

这是对在家人的教授，而作为出家人，毁坏名声的六法更要远离。出家人一般不会有这些现象，但现在的在家人很难从中拔出来，尤其是一些坏领导，这六法每天都一一具足。因此，要当一个虔诚的佛教徒，必须杜绝这些行为。

这六种法字面上很简单，不要说长期学佛、有较高水平的知识分子，就连一二年级的小学生，给他们讲赌博、看聚会、懒惰、依止恶友、饮酒、夜晚入村落六法，他们也能全部背得下来。我去年建了一个“文殊小学”，里面全是小出家人，有个法师给他们传了毁坏名声的六法，之后问他们是哪六法，每个小孩一个一个都能算出来。所以，字面上是很简单的。但并不是口头会说就可以了，圣者们所讲的教授，我们要详细观察自己能不能行持？哪些做得好、哪些做得不好？做得不好的地方，通过什么方式来忏悔？

这些教言特别殊胜，没有人再能超过龙猛菩萨了。无论是汉传佛教、藏传佛教，龙猛菩萨都被誉为“第二大佛陀”，对佛教贡献非常大，并获得了圣者果位。像这样的圣者所著的教言，相信谁也不会否认，关键要看自己能不能做到。我们对这六法记得清清楚楚还不够，应该在实际行动中看哪些容易做、哪些不容易做。尤其是现在的在家居士，学习这些教言非常有必要。如今取舍懂因果的佛教徒少之又少，很多人缺乏佛教的基础知识，可是懂得这些道理之后，除了业力深重者做不到以外，大多数人应该能把握什么该做、什么不该做。

具体内容如下：

一、赌博：现在人下棋、打麻将、赌博非常可怕，末法时代这种现象越来越严重，

有些人甚至倾家荡产，身上的衣服也输得精光。假如一个修行人常去赌场，肯定会遭人非议，招致各种各样的毁谤。

二、看聚会：即是看电影、看娱乐活动、看体育盛会之类，在家看电视也包括在内。今天来一个明星，明天来一个歌星，千方百计地花钱买票，到那边去疯狂追星，这对佛教徒来讲没什么意义，完全是浪费时间。众人聚会的地方，对修行人极不适合，华智仁波切在《自我教言》中说：

不可去处有三种：怨仇争处不可去，

众人聚处不可去，玩乐之处不可去。

现在有很多马戏、猴戏，愚痴的人聚集在那里一直看半天，其实得不到任何实义。如果你实在要散乱，不妨看一些佛教电影、佛教电视，不要去世人聚会的地方。我们作为出家人，更应该做到这一点。这方面汉传佛教做得很不错，除了极个别的政治和尚以外，一般来讲，出家人不会出现在那种场合。

三、懒惰：对佛法或者世间法不精进，懒洋洋的，什么事都不想做，最终一无所成。我们修行人一定要精进，任何功德皆随精进而生。《大师在喜马拉雅山》中描述了一个 96 岁的修行人，她晚上从不躺下睡觉，别人问她：“您为什么不用睡觉？”她说：“喜欢瑜伽三昧的人，为什么要睡得像猪一样？”现在社会上有些人，十一二点钟还在睡，做什么事都没兴趣，《入菩萨行论》里讲的同恶懒惰、耽著劣事懒惰、自轻凌懒惰三种懒惰一个人全部具足，这样的人不会有什么成就，任何单位也不要，任何领导也看不惯。所以，每个人都应该精进。

最近在座有些道友比较懈怠，可能是因为要考试了，晚上一直熬夜看书，早上睡得很厉害。我原来也讲过，哦寺院有一位拉雪堪布，今年 82 岁还是 83 岁了，他早上准时 4 点钟起床念经，这个习惯从小就养成了。以前我去弘法寺时，本老刚 100 岁，侍者说他每天早上三四点钟必须起床，从不间断。这么大年纪的人尚且如此精进，你们却睡到七八点钟，那不算一个真正的修行人了。大家应该要求自己，如果懒惰成了习惯，今天 11 点钟起床，明天也睡到 11 点钟，后天或许还要加半个小时，恶习越串习越多，这是非常可怕的！

四、依止恶友：所有的危害中，恶友的危害最大。

阿底峡尊者说：“世间最可怕的敌人，就是恶友。”

《毗奈耶经》也说：“依止恶友人，善妙不得见。”

我以前一时在印度搭车旅行时看到车上用英语写着：“上帝啊！请您把我从我的恶友中拯救出来吧！我自己能抑制敌人。但不能抵制自己的恶友。”这句话后来在我的人生中也起到了很好的帮助。很多人为什么会逐渐变坏？就是因为依止了恶友。藏地有一种说法是：“往上拉，一百个人也拉不动；往下拽，一个人就足够了。”一个恶友拉很多人也没问题，因此，我们要恒常远离恶友、依止善友。

依止善友的话，传承上师们的教言中说，祈祷佛陀非常重要。《三摩地王经》云：“恒常随观佛陀教，永时莫依罪恶友，广依一切善友伴。”我们要时时祈祷佛陀，依止善知识和善友，不要跟贪心大、嗔心大、痴心大、骄慢心大、嫉妒心大、狐疑心强的人长期接触。否则，你原来是个好人，慢慢就变成坏人了，犹如吉祥草放在淤泥中，逐渐会被染污的。这就是恶友的过患。

五、饮酒：在《诸法集要经·离酒过失品》里讲得很全面，专门阐述了饮酒的过失，我们就以本经所说的内容去观察一下饮酒之过。

《诸法集要经·离酒过失品》云：

此说酒为毒，应当远离之，若乐饮酒者，则坏于善法。

若人近于酒，不生于明慧，彼无解脱分，是故常远离！

为第一过失，智者之所说，损坏于自他，是故常远离！

若人乐饮酒，好说世俗事，多言起纷诤，是故常远离！

饮酒损资财，惛迷复懈怠，有如是过患，是故常远离！

由酒发生贪，嗔恚亦复尔，展转增愚痴，是故常远离！

酒为祸根本，令诸根驰散，后堕地狱中，皆由酒所败。

或高声戏笑，出暴恶语言，毁诸良善人，后则生忧怖。

由饮酒醉乱，善恶不分别，如傍生无知，是故当远离！

若人为酒困，惛醉则如彘，求快乐长年，为患则何有？

是诸难之本，为过患之源，常居痴暗中，趣死之阶渐。

后堕地狱中，复生于鬼界，及彼傍生趣，皆为酒所坏。

酒为毒中毒，疾中之痼疾，已苦复加苦，是智者所说。

破坏于慧命，竭尽法财宝，毁彼净梵行，皆由心乐酒。

乃至尊崇者，醉已无区别，为世人所嗤，不生于惭耻。

酒如其利斧，能损诸善法，乐饮者无慚，为他所轻贱。

若人为酒惑，耽湎无罢期，不作诸善行，彼无识无智。

若人乐饮酒，彼心则狂乱，或发於戏笑，或起于嗔恚。

现生及后身，无明常覆慧，焚烧解脱法，皆为酒所使。

若嗜其酒味，如食金播果，初甘后则毒，是智者所说。

是故彼智者，于酒深为诫，心不起思念，饮则生热恼。

富足常饮酒，诸天复过是，于彼彼快乐，后则皆散坏。

众生酒所迷，其心常醉乱，为彼痴所牵，耽著其美味。

当知酒如绳，痴爱常难解，宁墮地狱中，于酒不应触。

因触闻其香，痴人即乐饮，是故于彼酒，见已当舍去。

若见即生贪，若触香即发，由闻彼香故，其心不能止。

是故酒为毒，生过失非一，坏色力名闻，皆因饮彼酒。

口出于狂言，瞪目无定往，时卧不觉知，所作皆废忘。

由偃仆于地，为女人所笑，其身不动转，加枯木相似。

彼醉酒而卧，瞥见谓其死，知者咸告言，由饮酒如是。

常乐饮酒者，住三十六失，当了知彼过，此则常安隐。

具胜族名称，由酒之所污，是人如芦花，不久自轻弃。

若人乐饮酒，展转为境牵，堕放逸水中，漂流难出离。

为境所牵故，不知善不善，于清胜园林，何用复饮酒？

若乐于酒味，则生诸险难，堕于地狱中，具受诸苦恼。

饮已发生痴，由痴造众罪，愚人心爱乐，何能生远离？

起增上耽著，受极重苦报，若能离彼过，则无诸忧恼。

初则损其慧，后则坏其乐，是故彼智人，于酒常厌舍！

若人近于酒，彼则如飞鸢，常为痴所盲，故说酒为毒。

于酒作毒想，最上第一乐，由持净戒故，宁饮于铜汁。

若乐饮酒者，于罪则不免，彼增上愚痴，常处于恶道。

饮酒虽一罪，能生一切恶，是故当制之，心戒则为本。

比丘乐饮酒，则舍阿兰若，离心一境性，不思惟正法。

由乐饮酒故，心常生热恼，习近于非法，坏二世善利。

无威仪道行，废说法是分，与言行相违，空说有何益？

自不能达解，何由悟于他？发粗犷言词，此非善说法。

违背于正理，识者咸讥诮，贫弊人所轻，皆由饮于酒。

过去无忆念，现在复忘失，未来何所知？由酒迷三世。

失名称威德，令心常驰散，引生诸过咎，斯为酒所困。

若远离酒者，具戒定清净，住最上安隐，得至不灭处。

还有，《圣欢喜经》将酒的过失归纳为三十六条。前段时间，我翻译了华智仁波切的《饮酒之过失》，也讲了很多这方面的道理。当今是一个疯狂的时代，饮酒原本对社会、家庭、单位有很大危害，可是现在人好的不学，坏的一学就会，抽烟、喝酒、打麻将、上舞厅，龙猛菩萨所讲的六法一瞬间全部具足。吃晚饭的时候，大家一起吃肉喝酒，然后开始打麻将，再去不清净的舞厅。有些部门招待贵客也是这样：喝酒、打麻将、去这样那样的场所，这是非常公开的。看了他们的接待日程表，我觉得在家人真的很可怜，连具备基本的高尚人格都成问题。作为佛教徒，包括听受《亲友书》的在家居士，你们在社会上也有一定的名气、地位，跟世人交往的过程中，不随顺他们虽有一定困难，但千万不要用这些来毁坏你的今生来世。

六、夜晚入村落：有智慧的人晚上应在家里安住，不要到处闲逛。诚如无垢光尊者所言，夜间行动的唯有夜叉、魔鬼，还有蝙蝠、猫头鹰，这些都是遭人厌恶的。不过现在人就喜欢在晚上出来，三四点钟开始做各种事情。也许是我太悲观了，对世间的很多行为都看不惯，尤其是学了一些经论之后，见到社会上的所作所为，成天都是恶业圆满、善业微薄，真的令人心生悲悯。

身为一个修行人，尤其学院里的道友们，晚上没必要到处溜达，到人群集聚的地方去。上师在世时也讲过，除非你有重要的事情，可以在中午去找别人，但晚上需要安住在家里，该参禅的参禅，该念经的念经，该看书的看书，该背诵的背诵。但极个别人一到晚上就去道友家，现在晚上有课稍微好一点，没有课的晚上非去不可，去了以后就拉家常、说是非，这样既影响他人修行，也耽误自己的时间。

因此，大家要牢记龙猛菩萨的这些教言，对毁坏名声的六法要一一详细观察，并且在实际行动中去行持。