

本论在这里开演“道之本体”中的六波罗蜜多，现在是安忍波罗蜜多。它有四方面的内容，前三个已经讲完了，今天开始讲第四个。

昨天分析了，众生的心千差万别，善心、菩提心、取舍因果的心应当尽量稳固，不要今天听的法，明天就忘了，刚生起的悲心和信心，再过几天就销声匿迹了，这样增上功德有一定的困难；但是，烦恼心、忧愁心、怀恨心，不要让它在相续中呆很长时间。有些人该记的记不住，不该记的一直记得，虽然这是凡夫人的特点，但也跟自己的串习大有关系。大家学习本论之后，应该经常去修持。别人与你有过冲突，说了不恭敬的语言，这个疙瘩没有解开，这个伤痕没有愈合，也要尽量把它忘掉，像水中的波纹一样当下消失。而上师的教言、诸佛菩萨的金刚语、自己的善心，要想方设法让它长期存留，这是要努力达到的一个目标。

四、断除嗔恨之缘——粗语：

佛说三种语，人美实虚言，

犹如蜜花粪，弃后可行前。

释迦牟尼佛告诉我们，人的语言分为美语、实语、虚语三种。从世间角度讲，“美语”指优雅有益的语言，这种语言闻时悦耳，闻后舒心，自始至终都让人温暖舒畅；从出世的角度讲，美语不仅是文句优美，而且还应以教证、理证来作庄严，如同法称论师、月称论师的金刚语一样，利益众生直至成佛！“实语”指远离一切虚妄，力求诚实的语言，从世间到出世间，实语有多种不同的层次，作为凡夫，实语指实事求是，心口一致的老实话，从不捏造事实。实语者给人一种忠实、可靠的感觉，他人无法加以怀疑与揣度；“虚言”指出自奸诈者的虚伪言词，尽管有些虚言装饰得异常圆滑，但不离欺骗与狡诈的

性质，不就像一些搞生意的人为了些蝇头小利，开口就是一大堆好听的虚言，而被大家称做“奸商”吗？

如果以比喻来对应：美语如同蜂蜜，甜美的滋味人人喜欢；实语如同美丽的花朵，处处惹人喜爱；虚语如同恶粪，人人都很厌恶，甚至怕闻到它的气味，更何况说接触。人们都担心被粪秽污染，以此来看，用恶粪来比喻妄语是最恰当不过的了。

龙树菩萨作了以上的分析之后，告诉我们舍去如粪秽的虚言，行持美语与实语。作为一个学法修行者，应该把说美语作为第一选择，如果有困难，那就应该老老实实地说话，这样至少对自己和他人不会造成伤害，不会造恶业。没学过佛法的人，习惯非常狡猾地将一句鬼话弯来绕去，最后将自己欲望的东西套走。但修行者没必要这样做，我们必须要有坦率的性格，更何况我们面对的是极其严重，且互相都信任的对境——上师和道友。因此，做一个实语者就显得极其重要了。

《劝发诸王要偈》云：

最胜说众生，三种善恶语，
初名引人心，美言如饴蜜，
次名真实语，犹如妙华敷，
后名不诚实，鄙浮如粪秽，
慧者应分别，舍后修初二。

《龙树菩萨为禅陀迦王说法要偈》云：

如来说有三种语，入意真实虚妄言，
入意如蜜实犹花，虚妄鄙恶若粪秽，（改译）
应当修习前二言，速宜除断虚妄者。

《亲友书》

佛说语言有三种，称心真实颠倒说，
犹如蜂蜜鲜花粪，唯一当弃最末者。

佛陀在大乘经典中亲口说，众生的语言，大致归纳有三种：一、上等者——称心如意之语，即随顺六道众生的根基，说不同的悦耳语。

诚如《普贤行愿品》云：

天龙夜叉鸠槃荼，乃至人与非人等，
所有一切众生语，悉以诸音而说法。

《随念三宝经》云：

“正法者，谓：善说梵行。初善、中善、后善。义妙、文巧。”

这些诸佛菩萨、传承上师所传下的金刚语，可以开示解脱正道，利益众生直至成佛。

二、中等者——真实语，指力求诚实、心口一致的老实话。这种人不会讲什么甚深道理，但说话一就是一、二就是二，从来也不说谎，不会捏造事实。

三、下等者——虚语或颠倒语，指虚伪颠倒的妄语、粗语、恶语、绮语。它的范围比较广，凡是不悦耳的言词，如语言空洞，无有实义，带有欺骗性、狡诈性，均可包括在这里。

此三种语言可用比喻一一说明：称心如意之语，好似甜美的蜂蜜，甜美的滋味谁都喜欢；真实语，宛如美丽的鲜花，处处惹人喜爱；虚语或颠倒语，如同肮脏的粪便，别说真正接触，哪怕听到一句，也令人极其厌恶。

人与人之间互相交流，语言是非常关键的，它是重要的连接纽带，不管你是否学佛，都应该具备悦耳的语言。佛经云：

故当说柔语，莫言不悦语，

若说悦耳语，成善无罪业。

若说柔和悦耳的语言，不但不造罪，功德还会增上。世人言：“良言一句三冬暖，恶语伤人六月寒。”以刺耳的语言伤害他人，很长时间都没办法愈合。所以作者要求我们，与人沟通的时候，说话要真实可靠、柔和委婉，不要说谎话，更不能用粗暴的语言。

有些人认为粗语比较有力量，能承办一些事情，其实这种想法是错误的。我也讲过法国作家拉封丹的一则寓言：北风与南风比武，看谁能把一个人的衣服吹掉。北风刮得特别猛烈，那人为了抵挡寒风，反而把衣服裹得更紧；南风徐徐吹动，顿时阳光明媚，那人渐渐觉得暖和，于是脱掉大衣。北风喻为恶语，南风则为美语，所以，认为说粗语容易承办事情，只不过是自欺欺人，要想把事情处理得非常圆满，必须依靠婉转的语言。

《入行论——正知正念品》云：

出言当称意，义明语相关，

悦意离贪嗔，柔和调适中。

和别人交谈的时候，应该让别人乐于接受，说一些称心的话语，把意思表达清楚。有些人说了半天，也不知道他是在赞叹还是毁谤，他自己说什么也不明白，这可能跟性格有关吧。我们说话不但要主题明确，同时要顾及到别人的感受。藏地有种说法是：“说一句话，要看一百个人的脸色。”又说：“语无剑刃，能刺人心。”可见，交谈要掌握一定的技巧，否则会得罪很多人。有些道友说：“这个人3年前对我说过什么，这话一直刺到我的心坎深处。已经过了这么多年，我的伤口还是没有治好……”当然，修行境界比较差的

人，经常会受到语言的刺伤，倘若你修行很不错，哪怕别人冤枉你、侮辱你，你也会当成耳边风，不会引生烦恼或者痛苦。可是凡夫人不一定有这么高的境界，经常会受到语言的影响，所以说话还是要注意。

这次学了《亲友书》以后，我们说话要谦恭有礼，不要说粗语脏语。有些人对教理一窍不通，但骂起人来口若悬河、滔滔不绝，各种“教证”十分丰富。我看到某些人跟工人吵架时，本来觉得他平时不太会说话，不要说《释量论》或《入中论》，让他解释一下《入行论·回向品》的颂词，他也像嘴里含了块石头一样吐不出来，但是没想到，他骂人时语言源源不断，内心马上变成一个大“伏藏”。素质比较低的人，最会骂人。不过我们学院有一个很好的传统，上师如意宝在世时规定：道友之间不能取绰号，不能互相恶口谩骂。学院里常住的人基本上都能做到这一点，然世间上的有些人，开口不带脏话就不舒服，说出来的语言，我们听后根本不敢重复。有些生意人互相吵架，甚至父母骂孩子时，很多话特别难听。我们也学过《百业经》、《贤愚经》中的公案，这样恶口骂人的果报如何，大家应该比较清楚。

在说话的过程中，一定要说真实、称心的话语。学了这个颂词，希望你们内心有一种誓言。什么样的誓言呢？以前自己说话不太注意，骂过什么什么人，从现在开始，在诸佛菩萨和上师面前发誓，今后嘴巴干净一点，不要像乌鸦一样整天给人带来噩兆。

《格言宝藏论——观察恶行》云：

奸诈者虽说爱语，是为私利非真敬，
亲近鵠鵠虽发笑，此乃凶兆非真喜。

如果你们真有口才，可以多背一点《入行论》的教证，生气的时候，看能不能用上几个？不过，有些人生气时不要说《入行论》，可能连“嗡玛呢巴美吽”也不想念。

四（精进）分二：一、教诲精进之对境；二、教诫表里如一之精进。

一、教诲精进之对境：

今明后亦明，今暗后还暗，

或今明后暗，或今暗后明，

如是四种人，王当依第一。

世间的人大致可分为四种：有些人今生、来世都置身于修持正法的快乐光明当中（今明后亦明）；有些人今生、来世都在远离善法、善果的痛苦黑暗中度过（今暗后还暗）；有些人今生中享受安乐，甚至不知道什么是痛苦，而来世却怀疑安乐只是一种传说，而相信痛苦是一种永恒（今明后暗）；有些人今生生活在痛苦中，后世却长享幸福安宁（今暗后明）。

第一种人，因为前世行持善法故，今世安享财富、名声、地位等世间圆满，而且继续精进行持佛法，使福德更加增上，前途愈来愈光明。

第二种人，因为前世造恶业之力，今生当中遇到各种疾病与障难，从世间的财富、地位等角度来看，好像世界上再找不到他那样痛苦的人了。但他不对自己的罪业果报进行反思，进行悔改，而是怨天尤人，继续造作恶业，这样就又播下了来世更加痛苦的种子，如从暗处进入更暗处，亦可说是没有出头之日了。

第三种人，虽然今世当中财富等很圆满，生活安乐，但却不懂得去珍惜。因为不懂因果不虚的道理，糊里糊涂地造恶业，甚至诽谤佛法，他的来世毋庸置疑，必定堕落三恶趣，饱尝痛苦。

第四种人，今生犹如处于黑暗之中，看不见自己有什么安乐，无吃无穿，集各种苦难于一身，受尽了折磨……但后来由于善知识的引导，他自己的善因也成熟，趋入佛法，

了知今生的痛苦是前世造恶业而招致，因此洗心革面，痛忏业障，精勤于佛法的行持，因此引来了光明的后世。

《三世因果经》云：

富贵皆由命，前世各修因，

有人受持者，世世福禄深。

欲知前世因，今生受者是，

欲知后世果，今生作者是。

如是四种人中，国王你应该选择做第一种人。由于你前世的善业福德力，今生当中具足世间种种圆满，远离痛苦，享受安乐，既然已经具备这样的基础，那为什么不为来世的安乐作筹备呢？你应该精进不懈地去行持佛法。精进是一切善业与解脱功德的来源，没有精进就没有暂时和究竟的安乐。为了暂时之安乐与究竟的解脱，应该精进啊！

《劝发诸王要偈》云：

从明明至终，从暗暗究竟，

有从暗入明，或从明入冥，

慧者应谛了，舍三升初明。

《龙树菩萨为禅陀迦王说法要偈》云：

从明入明明至终，从暗入暗暗究竟，

或有从暗入于明，或若从明趣入冥，（补译）

如述四法士夫类，王当分别谛思惟，

二种入明是应修，若就痴冥当速舍。

《亲友书》

今明后明至究竟，今暗后暗至最终，

今明后暗至终点，今暗后明至圆满。

如是四种类型人，国王当做第一种。

《入行论》中说，精进的本体就是喜欢善法。这个方向，我们一定要弄清楚。有些人做生意赚钱很精进，有些人为了个人利益而读书很精进，这些都不叫真正的精进，只有为自他今生来世的快乐作奋斗，才是真正的精进。

每个人的今生来世都有明暗的不同差别，由于各自的业力和因缘不同，有些人今生光明、来世光明，有些人今生黑暗、来世黑暗，有些人今生光明、来世黑暗，有些人今生黑暗、来世光明，总共有四种人。

具体而言，

一、“今明后明至究竟”：是指今生光明，来世也光明，也就是说，即生中生活得圆圆满满、幸福快乐，来世乃至生生世世也享受安乐。例如，在佛教历史上，萨迦班智达当过五百世的班智达，布玛莫札也当过五百世的班智达。还有很多高僧大德，不像凡夫俗子一样生活有压力、心里有痛苦，他们看破了一切俗事，今生中法喜充满，来世也是从光明趋向光明，不会遭受任何痛苦。

二、“今暗后暗至最终”：指即生中苦不堪言，来世也非常痛苦，如屠夫、妓女等造恶业者。有些屠夫、渔夫每天从早到晚都很辛苦，他们吃穿十分简陋，住处就像狗窝，即生中赚不到钱，温饱也难以解决，一直烦躁、忧愁，由于杀害了无数众生，来世也会堕在地狱、饿鬼、旁生中感受无量苦楚，这是毫无疑问的。

或者说，有些众生即生中是旁生，来世又变成旁生或者恶人。就像莲师等人昔日造塔时，有一头运土的黄牛发恶愿，后来投生为朗达玛魔王，造下非常可怕的恶业，后世也不断地感受痛苦。

三、“今明后暗至终点”：是指今世安乐无比，后世痛苦不堪。迦叶佛时，有一个出家人叫西峨色嘉，当时是人寿二万岁，他的生活、处境等非常安逸。但因为生起了傲慢心，出言不逊给许多比丘起“牛头”、“马头”、“虎头”等恶名，他死后转生为庞大鲸鱼，身上具有马头等十八个头，直至人寿百岁时释迦牟尼佛出世之间，也没有得到解脱。

现在也有很多这样的人，今生比较富裕，赚的钱很多，常去五星级宾馆享乐，看起来真的很有福报。可是他们开肉联厂、办渔场，造了大量恶业，以此杀生害命的果报，这一辈子完了之后，就会步入痛苦之旅。有些贪官也是如此，今生灯红酒绿、脑满肠肥，尽情挥霍老百姓的血汗，但他们未来的去向是什么，这一点也不难想象。

四、“今暗后明至圆满”：是指今生虽然饱尝痛苦，后世却踏上幸福之路。有些人为了利益众生获得佛果而苦行，现在住的条件比较差，每天吃不饱、穿不暖，看起来很可怜。但实际上，今生通过这种苦行，罪业可全部得以清净，未来定会拥有无限光明。还有一些病人，今生被病痛日日折磨，表面上痛不欲生，但依此遣除了重大罪业，来世也会非常美好。

综上所述有四种人，我们不妨观察自己是哪一种。在这里龙猛菩萨要求国王：你应该选择做第一种，今生行持善法、看破一切，不会有痛苦，来世也是非常快乐。米拉日巴的传记中说，曾有一个国王邀请他，但他怎么都不肯去，使者说：“国王的皇宫应有尽有，别人受到国王的邀请，高兴都来不及，你为什么不去？”米拉日巴给他唱了一首道

歌，其中有一句是：“贪著欲乐汝王臣，若效米拉臣民行，今生来世皆快乐。”你们若能效仿我米拉日巴，今生来世都会很快乐，不必希求皇宫里的快乐。

真正的修行人了知万法无常，不贪著一切。遗憾的是，世间人却执著这些现而不实的虚幻，若能通达万法的真理，对任何迷惑都会看破，以此因缘，今生不会造业，来世乃至解脱之间，会从光明趋向光明。

经论中也说：“精进修持安忍者，即生中不离快乐，死时成群结队的天人会降临，在鼓乐声中迎接他前往善趣。”所以，行持善法的人今生来世都快乐。

龙猛菩萨把人类作了总结性分类之后，我们应该想到，自己虽然有烦恼，但目标不能离开行持善法，若能如此，今生中非常快乐，来世也不会堕入三恶趣，最终必定超胜轮回。

《入行论——精进品》云：

故应除疲厌，驾驭觉心駒，

从乐趋胜乐，智者谁退怯？