**十善业——不恶语、不绮语**

不恶语

行十善业，同样需具基、发心、加行、究竟四个条件才是圆满的善业。

**基**：

一般善业：与粗恶语的基相同（相反）

殊胜善业：说悦耳语、柔和语、调顺语。

**发心:**

一般的善：

知过患/胜解：清楚没有造罪的不粗恶语与发心断除粗恶语的善的区别，知道粗恶语的过患很大。因果的五种规律，业决定，增长广大

受律仪/欲：见过患后欲**断除**粗恶语

殊胜的善：

胜解：了知讲说悦耳语、柔和语、调顺语是殊胜的善。因果的五种规律，业决定，增长广大。

文雅观念。不能学现在的媒体流传的那些粗俗的话、痞子的话等等， 凡是那种刺激性、伤害性的话语都要断掉。然后说文雅的语言，就是很雅正、 有一种心灵的美好，出现的是美善的言词。

**（前行引导文 173 业因果 20）**

当我们熄灭了贪嗔的烦恼，就会从慈悲的爱心中自然流淌出柔和的爱语。 爱语的力量是伟大的，它能给人安慰，去人热恼，使人如沐春风。 心语柔和的人具有大乘种姓的功德，无论他走到哪里，都令人欢喜、让人亲近。 如能断除恶语，说柔和语，那么将不会转生于恶趣中，常能听到悦耳之语， 受到众人称赞，亲朋好友众多，一切事业顺利成办，即使沦为一无所有的乞丐， 也能赢得众人喜欢，永无死于恶性（无有善法）中的顾虑。

经云：“断除诸傲慢，恶语伤感情，何者说柔语，彼士转善趣。”（因果明镜论）

欲/发愿：对讲悦耳语、柔和语、调顺语，充满欢喜，勇悍，乐此不疲，积极

**加行**

一般善业：断除说粗恶语之行为

殊胜善业：说悦耳语、柔和语、调顺语。

在断除恶语的同时要说悦耳的话（让别人听起来很舒服的话）。

不要去伤害别人的心，要说让别人欢心悦意的话。（智诚堪布前行广释 67 课辅导）

分类:自作,教他作,共作,随喜他作

**究竟**

一般善业：防护粗恶语圆满，

殊胜善业：讲悦耳语、柔和语、调顺语圆满，别人听起来很舒服，欢心悦意

果报

1. **异熟果**

十善业的异熟果：转生在相应的三善趣中。

在十善业方面，行持下品善业会转生于人间，行持中品善业会转生于欲界天，在行持善业的基础上如修四禅八定，会转生于色界、无色界。（因果明镜论）

色界无色界：善业加四禅八定

欲界天：中品的善业

人间：下品的善业

1. **等流果**

同行等流果：生生世世喜欢行善，并且善举蒸蒸日上。

感受等流果：恒常听闻悦耳语。

1. **增上果**

成熟在外境上，与前面十不善业的果报恰恰相反，具足圆满的功德。

1. **士用果**

所做的任何善业都会突飞猛进地增长，福德接连不断涌现。

**《大圆满龙钦宁体前行引导讲记四.业果不虚》节选**

（二）发展修善心 分二：1、总示受取十善业的道相；2、具体教示修心的要点。

1、总示受取十善业的道相

于十善果发生欣求后取受的方式

总的道相有二：一、欣求；二、受取。

“欣求”，就是对于十善业的妙果从各方面认识以后，发起欣求之心：这样行善有这么好啊！能发生这么多善妙的果报！之后就想要修这个十善业。

“受取”，有了这样的欲求以后，就要把那个十善业受取在自己的心上，也就是要取在自己的心上来受持、来做到。

1. 具体教示修心的要点

“远离恶口故，闻悦乐音”。

再要思惟：如果能远离粗恶语的业障病该有多好！以此造成的三恶趣刀刺等的无数恶劣果报都遮止掉了，到了人间常常听到违意声音的症状也都消除了。反过来，以说柔善语的缘故，常常都闻到可意的音声，处处都听到非常好听的、悦乐的声音。就造作等流来看实在是不可思议，因为常常说的是善心柔和的语言，以此就不断地在相续，会发展出无穷无尽的美善语之流。他的心是如此地善，那当然会得到极广大的福乐果报。像这样，从修口业，常常说柔善的语言，当然世界会变得非常美好，自己的身心、周遭的环境都洋溢着善的力量、充满了安乐的受用。应当这样看到，修善会出现无尽的善业之流、无尽的福乐之报。

**佛说十善业道经-益西彭措堪布**

丁六、明离恶口功德

【**复次，龙王！若离恶口，即得成就八种净业**】

就跟从一个种子里会出现茎、叶、花、果各种和种子相应的相，以恶口的恶业力会发出各种作用，比如：言语失度、言语伤人、言语不合正理、言词粗恶，不为人信受、为人讥笑、人不爱乐等等，所以语言的功用很大！一言一句都有很多作用。由此也看出修好口业、严加取舍实在是修身的根本，也就是持戒。有戒德庄严自心，身口意都庄严、清净，于己于人就有利益。所以言语之道是很大的 。从反面来说，远离了粗恶语，就会在语业上得到八种清净功德。如果我们能修好自己的语业，有口德，以语业的作用会出现非常多的功德利益。这里就说到会成就八种清净语业的作用。

【**何等为八？一、言不乖度**】

发自嗔心的粗恶语会说得很过分，不可能恰到好处，心平气和才可能言语适度。心愤恚时说的话很凶、很过分，就是有失分寸。反过来，远离粗恶语，语言会很有尺度，不会说得过分。

【**二、言皆利益]**

如果自己很生气说粗恶语，即使想纠正别人或者想对他好，所说的话也利益不到他，反而会伤害到他。比如父母对子女出口谩骂，会让子女产生逆反心理，不但得不到利益，反而造成损害。但是远离了粗恶语，说的是慈爱的语言，话语就能传入他心里，能起到引导他、纠正他的作用。

【**三、言必契理**】

粗恶语都是心里起了嗔恚而说出来的。这样一时冲动说出的语言，由于内心已经失去了理智，所说的语言就不可能契合正理。相反，远离粗恶语，安住在理智当中，所说的话就会符合正理，每一句话都会说得很在理，不会无理地乱说。

【**四、言词美妙**】

粗恶语是很难听的语言，不论声调、语气、语言的组织都粗鄙、恶劣。相反，远离粗恶语，语言会变得柔和、美妙。

【**五、言可承领**】

粗恶语使人难以接受，无论说多少，别人也不愿意听。如果能远离粗恶，和和气气地说话，别人就听得进去、会接受你的教导，所以说善美的语言非常重要。就像给人鲜花、给人甘露，对方会非常乐意接受，但给人刀割、给人毒药，就没有人愿意接受。我们说话能像和煦的春风一样，就会让人欢喜领受，如果说话像刀子一样刺伤人，就没有人愿意接受。

【**六、言则信用**】

语言远离了粗恶，就为人信受、采用。就是你所说的话对方会信任、采用。同样说一件事，如果说的语言粗恶，就没有人听从、采用。能换一个方式温和地表达，大家就乐意听从、采用。所以因果时时在生活中体现。只有明了因果的道理，如法地行持，才能利己利人。不遵循因果之道，肆意而为，这是颠倒行持，只会害己害人，这样的道怎么可能行得通呢？

【**七、言无可讥**】

如果出口谩骂，说各种肮脏难听的话，这样的话语只会成为别人嘲讽的话题。有人勃然大怒说了一大堆，别人当面是不说什么，后面就会笑他；但如果从来不恶口，说出的话就没有可讥讽之处。

【**八、言尽爱乐；是为八**】

远离粗恶的言语，句句话让人听在心里舒服，就像饮甘露一样，因为微妙、清净的语言，听到是一种享受。所以有善美的语言，不论说法、办事或者和人交谈，别人都愿意听，听了心里欢喜。这就是口业修得好，有口德。像这样就非常有必要现前就把语业修好，使得各方面都得到增上，得到转化，而且力求在成佛时出现最极清净的语功德。

【**若能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，具足如来梵音声相**】

现在就守持离恶口的善道，处处说柔和的语言，修到连一刹那说一句粗恶语都没有，甚至梦中都没有，这样才是圆满持戒的功德，而这要修到二地菩萨才可能完全清净圆满。再上进到成佛，口业就达到最极清净，所显发的语功德也就最极圆满了。那么其中由远离粗恶语现前的果地功德，是能具足如来的梵音声相。这是极为清澈的语言，即使在无量无数的国土外，也就像在身边听到一样，这就是如来梵音声相。怎么会出现这样微妙的语言呢？就是要在口业上远离下至丝毫的恶业障垢，没障垢，就显发自性本具的不可思议的语功德。

**藏传净土法八十五课**

说柔和正直语：即不怀有贪嗔之心、言说温和调柔的正直之语。作为修学大乘佛法的人，我们在与别人交谈时，内心应该断除贪嗔等烦恼，口中应该言说温和、正直的语言。首先，说话的态度要调柔。佛经中提到，说话时内心要怀有慈悲，脸上要带着微笑，不能内心怀着仇恨，脸上带着不悦或痛苦的表情。《增一阿含经》中说：“言常含笑，不伤人意。”说话时要面带微笑，不刺伤他人的心。《出曜经》中也说：“先笑后语，不伤人意。”先要笑一笑，然后再说话。（下面很多人都开始笑了，你们是不是想说话了？记住啊：先笑后语，不伤人意。）另外，所说的语言要正直。不能以自私自利心或者狡诈心说话，应该按照《二规教言论》的要求，站在公平的立场上，言说正直的语言。一个人的语言和他的修行境界密切相关。在《华严经》等经典中，都要求修行人宣讲柔和正直的语言。具足柔和语不仅对自己的修行有利，而且能给他人带来快乐。如果在和他人交流时，总是以嗔恨心、侮辱心或者傲慢心言说粗暴、刺耳的语言，这不仅对自己的修行不利，也会给他人带来痛苦。因此，今后大家在和他人交流时，要摒除烦恼，以慈悲、欢悦之心交流。《大宝积经》中说：“具足柔软心，常乐行慈悲，若与众生语，谦下心和悦。”要具足柔软心，怀有慈悲心，如果要和众生说话，不要有贡高我慢心，应当安住谦下心，以和颜悦色的表情进行交谈。宣说柔和正直语非常重要。如果一个修行人心语温和，说明他具有大乘种性，他的菩提心修得不错。这种人在世间非常难得，是令众人欢喜之处。《律藏》中说：“兔角极难得，龟毛亦难得，妓女独处难，说直语难得。”世间有几种难得：首先兔角和龟毛极其难得；然后妓女独处也很难得，因为妓女总是和其他人做非法行，基本上没有独自而住的时候；最后说直语的人也非常难得。尤其在末法时代，可能是人们从小习惯了说虚伪的语言，基本上听不到公平正直的语言。学佛者要与世间人有所不同，大家要成为说公平正直语言的好修行人。这个教证旨在说明柔和正直的语言很难得，但也可用在妄语的违品——实语上，现在世间说真实语的人也很难得。大家也应该断除歪曲不实的语言，说话要尽量真实可靠。很多人从小就喜欢说粗语，骂起人来口才特别好，可是柔和正直的语言一句都说不出，而且说话的表情也让人难以接受。这也许跟前世的习气有关。学习这些道理后，希望这些人改掉从前的恶习。只要自己肯下工夫，调整语言并不是做不到的。不要说学佛的人，很多世间人通过训练都改进了自己的语言。英国前首相撒切尔夫人就是如此。刚踏入政坛时，很多人都觉得她的声音又尖又细，不够沉稳含蓄，听起来没有魅力。为了改变公众的印象，撒切尔夫人请专家指导自己，花了几年时间改变说话的方式，凡是公众不喜欢的一律调整。经过训练，最终她的语言变得亲切、悦耳。在以后的选举中，公众都接受了她的语言。人们都认为她是通过训练改变语言的典范。人的说话方式是可以改变的。作为讲经说法的法师，如果对自己的语言不太满意，也可以通过训练来改变。有的人平时说话存在一些毛病，如爱说粗鲁、下流的语言，或者经常说不悦耳的语言，这些也可以通过训练来改变。总之，不管在任何场合，我们用语言表达自己的想法时，要尽量让人听起来舒心、快乐，这也是度化众生的一种方便。一般而言，修行人应该说正直的语言，但这方面也要掌握分寸，观待不同的场合和不同的众生，有时候我们也要说一些灵活的语言，否则语言太直了也会伤人。有些道友可能是智慧有限，心里想什么就说什么，结果得罪了很多人，最终自己的事情也无法成办。所以大家要有控制语言的能力，这样度化众生会很方便，自己的修行也不会遇到麻烦，而且与各方面的因缘也会越来越好。《旧杂譬喻经》中有一则公案。以前有一个国家，当地的人民喜欢造恶业，性情也极为刚强难化。有一次，佛陀携带眷属游化到那个国家。随行的五百阿罗汉觉得度化当地人没有什么问题，于是纷纷请求去度化他们。首先是目犍连尊者出马，他的语言非常直，他对当地人说：“你们应该行善，如果继续造恶业，死后会堕入地狱。”当地人不但没有被度化，反而群起殴打痛骂他。结果目犍连无功而返。舍利子对目犍连说：“你的方法不对，应该以智慧度化他们。”舍利子去了以后，对当地人说应该守持清净的戒律，戒律是一切功德的根本。可是效果也不好，当地人又开始唾骂舍利子。最后五百阿罗汉都去过了，可是当地人都不接受他们说的道理，而且还诽谤他们。阿难对佛说：“这些人诽谤了这么多圣者，他们造的罪业太严重了，肯定不会有解脱的机会了。”佛陀说：“他们的罪业虽然深重，但在菩萨看来算不了什么，应该有办法度化。”大乘佛法的精神就是这样：一两个众生刚强难化，个别地方的人造恶业特别严重，在大乘行者眼里看来，这是很正常的现象。众生的根机、业力不尽相同，五浊恶世中肯定有很多人造各种恶业。正因为他们沉溺在业惑的苦海中，所以我们更应发起普度众生的誓愿。如果这个世界就像清净刹土一样，众生一点烦恼和痛苦都没有，那我们也没必要发誓度化他们了。最后佛陀派文殊菩萨度化当地人。文殊菩萨首先随顺这些人，根据每个人的根机和意乐宣讲赞叹之语。比如有的人喜欢杀生，文殊菩萨就赞叹他杀生如何厉害，非常了不起。这样一来，当地人逐渐对文殊菩萨产生好感，觉得他和自己很有缘，都愿意听他的教言。最后，文殊菩萨以委婉的语言把他们度入佛门。他们对文殊菩萨大兴供养，文殊菩萨说：“我不算什么，我的老师佛陀才是最有功德的人。你们供养我不如供养佛陀，这才会获得无量的福德。”在文殊菩萨的劝导下，人们纷纷前去拜见世尊。佛陀讲经说法后，很多人当下获得了不退转果位。这时三千大千世界震动，一切山林树木发出赞叹之声：“文殊菩萨，善度如是。”所以说话应该善巧。有些道友觉得修行人应该说直语，不能拐弯抹角，所以只要看见一个人有过失，就当着众人的面公开指责。甚至对方已经特别生气了，他们还认为：我直言不讳地说过失没什么不对的，是怎么样就该怎么说。这样说话效果不一定好。当然，我并不是要大家说狡诈的语言，但是在和众生沟通的过程中，我们必须随顺对方的根机和意乐，要宣说相应对方心态的语言。有关经典中也提到，在对众生有利的情况下，佛陀也说过不了义的语言。所以适当的方便语是开许的。当然，方便语也不能过头。有些人喜欢说妄语，却美其名曰为说方便语，经常说：“没事，没事，我就爱说方便语。”其实他们没有分清方便语跟妄语的界限。什么是方便语？如果你的语言对自己没有染污，对众生也有利无害，这样的语言才是方便语。如果你不是从众生的利益出发，只是为了自己的利益，这种情况下信口开河不是方便语，完全是妄语。在这个问题上，大家应该有辨别的智慧。语言是人与人沟通最主要的工具，我们要善巧运用这个工具，否则有时候也是比较麻烦的。有些人不爱说话，什么事情都埋在心里，该表达的意思也不表达出来，结果有些修行和弘法方面的重要问题一直没法解决；还有些人太喜欢说了，什么事都抖出来，一直吧吧吧说个不停，他们的语言也不一定受到众人的信赖。所以语言是修行中的重要一环，大家要注意这个问题。

**公案**

《群书治要》当中有一个故事，就是楚庄王，当时他是楚国的国君。他有一次宴请群臣，在吃饭的过程中，有一个下属酒喝多了，刚好风吹来了，整个蜡烛熄掉了，他那个下属就去拉了他一个妃子的衣服。他那个妃子动作也很快，马上就把那个人的帽带给扯断了。然后这个妃子就跟楚庄王讲，有人拉我的衣服，对我非礼，你赶快把蜡烛点亮，把那个人揪出来。他当下就跟他的太太讲，这么多大臣、大将，大家很尽兴，你这个时候让我去把人家的恶指出来，好像很不妥当。他不肯。他就对着所有的人说，今天我们一定要喝个尽兴，没有喝到把帽带扯掉不行。结果所有的人一听完，唰，全部扯掉了。然后再把火点起来，就不知道是哪一个人了。有一次楚国跟晋国打仗，有一个人逼退很多敌人救下楚庄王。楚庄王就对那个人讲，平常好像我也没有特别厚爱你，为什么差一点就为我牺牲性命你都在所不惜？他说：“大王，我就是很多年前在那个宴会当中拉你太太衣角的人，当时你就是不把我的过失讲出来，我记你这个恩德”！

观修思路: 三个思维方式

1. 思维什么是一般的十善，什么是殊胜的十善。

思考什么是十善业中的不恶语，跟不恶语的语业不能等同，要有发心。

没有造罪和一般善的区别：

没有说恶语但没有发心的话不是善，只是没有造罪而已。

十善业中的善是有发心，有决心不说恶语，这才叫做善。

一般的善和特别的善的区别： 一般的善是发心不恶语，特别的善除了不恶语，还说悦耳的话。

2再思考善的果报，四种果报。

3消归自心， 自己曾经有没有行这样的善，没有的话要去做，有机会，有能力的话以后就一定要去做。有过要继续，随喜，更加精进。

两个结论

1. 坚定不移的相信善有善报因果关系。
2. 观察自己过去或现在有没有去做这个善业，不能忽略任何一个机会，做的不够就要努力，做的不错就要好好回向。

不绮语

行十善业，同样需具基、发心、加行、究竟四个条件才是圆满善业。

**基**

一般善业：与绮语的基相同（相反）

殊胜善业：精进持咒念诵，多说对弘法利生和自己修行有关的话。

**发心**

一般的善：知过患/胜解：清楚没有造罪的不绮语与发心断除绮语的善的区别，知道绮语的过患很大。因果的五种规律，业决定，增长广大

受律仪/欲：见过患后欲**断除**绮语

殊胜的善：

胜解：了知精进持咒念诵是殊胜的善。因果的五种规律，业决定，增长广大。

法语观念。断除一切非法的语言、不具义的语言，说的都是与法相应的语言。 在西藏来说就是要念诵，念诵不是别的，就是要念诸佛的法语，效仿过去的大德， 口要说的是法的语言。（前行引导文 173 业因果 20）

欲/发愿：对精进持咒念诵，充满欢喜，勇悍，乐此不疲，积极

**加行**

一般善业：断除，尽量减少、禁止说和解脱无关的废话

殊胜善业：精进持咒念诵，多说对弘法利生和自己修行有关的话。同时精进念诵佛号、咒语、或殊胜的大乘经典：《药师经》、《妙法莲花经》、 《心经》、《金刚经》等等。让自己的语言做很多殊胜的语善业，这就是特殊的善法。（智诚堪布前行广释 67 课辅导）

我们应当唯一言说具有实义之语。语言是沟通心灵、传播思想的工具。 我们应当运用语言，满怀慈爱去安慰一切苦难中需要慰籍的人；我们应当运用语言， 随顺他人的根性，启发、引导众生对解脱生信从而趋入正法；我们还应通过音声以念诵持咒来净化自己的心地。 无著菩萨说：“多言可生不善业，纵然未生虚度日，除非定利自他语，精进禁语极重要。”（因果明镜论）

分类：自作，教他作，共作，随喜他作

**究竟：**

一般善业：防护绮语圆满。

殊胜善业：精进念诵佛号、咒语、或殊胜的大乘经典。

**果报**

1. **异熟果**

十善业的异熟果：转生在相应的三善趣中。

在十善业方面，行持下品善业会转生于人间，行持中品善业会转生于欲界天，在行持善业的基础上如修四禅八定，会转生于色界、无色界。（因果明镜论）

色界无色界：善业加四禅八定

欲界天：中品的善业

人间：下品的善业

1. **等流果**

同行等流果:生生世世喜欢行善，并且善举蒸蒸日上。

感受等流果:语言有威力

1. **增上果:**成熟在外境上，与前面十不善业的果报恰恰相反，具足圆满功德。
2. **士用果:**所做的任何善业都会突飞猛进地增长，福德接连不断涌现。

《**大圆满龙钦宁体前行实修引导讲记四.业果不虚》节选**

（二）发展修善心 分二：1、总示受取十善业的道相；2、具体教示修心要点

于十善果发生欣求后取受的方式：

总的道相有二：一、欣求；二、受取。

“欣求”，就是对于十善业的妙果从各方面认识以后，发起欣求之心：这样行善有这么好啊！能发生这么多善妙的果报！之后就想要修这个十善业。

“ 受取”，有了这样的欲求以后，就要把那个十善业受取在自己的心上，也就是要取在自己的心上来受持、来做到。

具体教示修心的要点

“远离绮语故，言教威重”。

再要思惟：如果能远离绮语的业障病该有多好！反过也是翻天覆地地变化。一旦远离心中绮语的业障病以后，那么由它发生的各种三恶趣的果报就此息止；到了人间，虽然得一个人身，但是口业不行，所以说话唠唠叨叨、前言不搭后语、无有伦次、击不中要点等等，这些“言不威重，语无辩才”的病状都会消失。从此之后，以说具义语的力量，话语就具有威重性，言教为人所信受。

就造作等流来看，转成说具义的语言以后，就会不断地这样善性循环，发展出无穷尽的具义语的善业，从而得到非常广大的乐果。这就可以看到，一旦翻过来以后，正面的力量就出来了，而这种运行也是不断地在循环，由此就入了白净的业道当中，将会发生无数具义的语言以及各种的乐果。在这样认识起后就要起胜解、生信心、发欲乐，应当想：行持具义语的善业该有多好！由此起欣求的心。

**佛说十善业道经-益西彭措堪布**

丁七、明离绮语功德

【**复次，龙王！若离绮语，即得成就三种决定**】

绮语就是指一切不具实义的语言。它的作用是对人毫无利益。绮语的范围非常广泛，包括：斗争、争论的语言；以爱乐心受持读诵外道典籍；身心被苦逼迫发出伤叹、哀愁；戏笑、游玩、娱乐、享乐等时发出的无意义语言；在众人当中，谈论某国的首脑如何、内阁如何、国家如何或者战争、欺诈等等的话题；还有说醉话、颠狂话、为求得名闻利养说的邪命语等等。上面说到“读诵外道典籍”，不能一提到外道，就只想到各种各样的印度外道。其实除了佛教，世间各种各样的学说、思想都是外道，而且是非常低级的外道，因为著书立说的学者们不信有前生后世、善恶因果，都是持“人死如灯灭”的断灭论。像这样，我们对讲一些毫无意义话题的世间书籍、影视、新闻、网络论坛等，以非常喜爱的心读诵、谈论、为人讲述，这就是造绮语恶业。这是很多人埋头造恶却丝毫不觉察的地方。如果能认识到说绮语是造恶业，有很恶劣的果报，从今往后坚决地远离绮语，唯一说有意义的语言，那就会成就以下三种决定。

【**何等为三？一、定为智人所爱**】

是哪三种决定呢？

第一 只说有意义的语言，就一定为智者所喜爱。

现在的信息时代，确实是绮语满天飞！人们平常谈论的是如何享乐、如何竞争、如何增长贪欲、如何邪淫、欺骗、如何玩物丧志，都是无实义的泡沫语言。这样的语言正在成倍地增长，人们在里面埋头造恶，浑然不觉。比如一上网就是几小时的聊天，讲的都是世间话，这就是放纵口业，让绮语的恶业翻倍增长。这样谈论的无非是世间享受、玩乐、体育、影视等无意义的事，就只是与愚者为友，不会得到智者的喜爱，因为谈的都是世间话题，只会加深人的迷乱，造成无穷的生死。宋朝的黄庭坚居士以前喜欢作艳体诗。法秀禅师呵斥他说：“你以绮语动天下人的淫心，不怕入地狱吗？”黄庭坚心里惊惧、忏悔，从此立志勤学佛法。与此相似，从口里唱出流行歌曲，满口情情爱爱，也就是在放肆地造绮语的口恶。谈论男女的情爱之事，或言情小说、武侠小说里的情节，也都是造绮语恶业。想一想，说这些无意义的绮语，善友会喜欢吗？它的后果是不是陷在轮回里更深？大家要知道，“想”属于阴，想多了面色就不光华。口里唱着情情爱爱、缠缠绵绵时，心就堕在邪思妄想里。唱多了就一脸阴气，一个个都“酷”死了。现在是情歌流行的年代，多少人家的好儿女都把身心给唱坏了。想一想不断地声嘶力竭地唱，在心里生起了多少邪思妄想，识田里种下了多深的恶业种子。一切都是由心造出来的，这样造出来的人披头散发、摇头晃脑、目光斜视、满脸冷酷，一身的邪气，纯朴、善良早被恶业吞噬光了。目前对我们来说，网络、电视是最大的制造绮语的助缘，只要心连在上面跟它同步，就会从口里源源不断地造出口恶，内心会严重地受到染污，这也是今天人类内心急剧恶化的主要原因之一。

宋朝的光孝安禅师的公案

还有一位宋朝的光孝安禅师，有一次他在定中见两个僧人靠着栏杆说话。最初有天神在旁边护卫、倾听。过了很久，天神离开了。不久来了恶鬼在唾骂他们，又扫除他俩的脚印。禅师出定后询问他们，得知两人最初在讨论佛法，之后又谈论家常，后来说起了财物供养。知道实情之后，一生再没说过世俗的话。

丹霞谆禅师：暂时不在、如同死人

又有一位宏智禅师，有一次和一个僧人征诘公案时，不自觉地大笑起来。他的师父丹霞谆禅师责备他说：“笑这一声失去了多少好事，你不知道‘暂时不在、如同死人’吗？”宏智恭敬地下拜，信受师父的教言。从此即使身处暗室也不敢轻忽放逸。大家要这样反省：我说绮语对我成就佛法有什么作用？是帮助我成就？还是障碍我成就？稍作反思就知道，开口说绮语时，心会失去觉照，落在无明中。这样不断地增加障垢，不用说开悟成就，连身心起码的清净状态也会失去。所以开悟成就的基础就是严格地持戒。

【**二、定能以智，如实答问**】

第二、 当别人有疑惑询问时，能以智慧非常如实地回答。（“如实”，就是按事实来回答，只说事实本身，不夹杂其他无关、无用的话。）说多了绮语的人往往问东答西，做不到如实地回答，就因为内心有业障，障碍了心性妙力的发挥，也就做不到如实地应答。反过来说，只要你认真地修好远离绮语，常常只说有意义的话，就常常和智慧相应，串习到纯熟时，就能任运地起用，在解答疑问时，都能以智慧如实地回答。这样就是把第二个“决定”修到了。所谓修就是日常按善法的要求做串习。修的内容是：远离绮语，每次都只说有意义的话。修的成果是能开发本有的语言妙力。所以修十善不是束缚人性，使人不自由，反而是消除恶业的障蔽，让人充分地显发能力，这会让人得到真正的自在。说绮语就是毁坏自己，在给自己不断地添业障。每一次说绮语，就是往自己的心田里种下语言障碍的种子，这样的种子种多了、种深了，就会出现严重的语障。比如：语无伦次、啰嗦含混、语言没有内涵、没有力量、不能精细表达、不能一语击中要点等，都是造口业的后果。就像一片土地里种满了杂草种子，因缘聚会时，就从地里长出密密麻麻的杂草。放纵口业大说绮语，也是在识田里不断种下不好的种子，每个种子都有感果的功能，因缘成熟时，就以种子的力量，只能毫无自在地说出一大堆的杂乱语言。比如小孩刚学说话时，教他不断地乱说，养成习惯，就只会说粗俗下劣的语言，这样就是造成语言的残废。又比如：有人从小学别人说结巴，说久了自己也成了结巴；有人爱说下流话，说惯了张口就来。在在都证明语业的作用不虚，怎么说话就怎么感果，所以一定要护好口业。始终要记得本经最要紧的一句话：“谓于昼夜，常念思维观察善法，令诸善法念念增长，不容毫分不善间杂。”这句话要用在自己修身、口、意的任何方面。结合在口业上，就应当昼夜观察口业，不使口业有丝毫染污。能够这样认认真真的修好口业，就一定能得到意想不到的好处。不论是对自己现前的修行、生活、事业、还是对利益众生，都会出现很好的缘起。修行就是在这里修！每一句佛法都应当归在自己身上把它修出来，这样就会越修越好，现前就得到增上生，这叫“日新又新”，叫“变化气质”，叫“改变命运”。像这样修，修一天就有一天的效验，修一月就有一月的进步，不是要等到几十年之后才见效。改得快当天就见效，比如听了这部经就开始改正自己，身、口、意的状况很快就会改观。相反，只喜欢唱高调空谈，从不在自己身上反省、改正，那充其量只是谈论佛法、而不是修行佛法，这样谈得再高也和自身离苦得乐无关，学得再多也不可能成就。这不是佛法的过失，是你自己的过失。

**【定于人天，威德最胜，无有虚妄；是为三**】

第三、在人天当中有最殊胜的威德，毫无虚妄。（就是语言句句都有很深的意义、有很大的力量，成就了言教威重的功德。）一个人不断地说绮语，就像废品公司不断生产废品一样。说多了就使语言失去威德。里面有太多的绮语杂质，语言就没有价值。所以有口供我们说话，就要说有意义的话。胡说乱道养成了习惯，就会出现很多语言障碍。语言没有断定的力量，讲半天表达不清。很多人说一大堆话，语无伦次，东拉西扯，听完后不知道在讲些什么，多半是串习绮语出现的语障。总之，放纵绮语就会失去表达能力、失去威德，而远离绮语就会再现语言的威德。

**【能回向阿耨多罗三藐三菩提者，后成佛时，即得如来诸所授记，皆不唐捐**】

“能做到回向无上菩提”，是指我们立志要最彻底地去除语言的恶习，来显发佛性中本具的语业功德，在立下这样的志愿之后，就能做到把修离绮语的功德，不断地回向无上菩提。以这样的回向为因，每一份功德就成了成佛的资粮，将来成佛时就会如愿以偿，得到凡是授记都不唐捐的功德。（就是不论授记众生未来的成就、世界的状况等等，都毫无虚言，决定会应验。）

**《藏传净土法》讲解 第八十五（节选）**

说具义语：我们应该宣说具有意义的语言。什么是具有意义的语言呢？比如别人痛苦的时候，可以说一些安慰的话；或者别人对解脱没有信心的时候，为了提升他的信心，可以讲上师三宝的功德；或者为了让众生趋入正法，可以先跟他聊天，讲一点故事，说一些他喜欢听的语言，然后再慢慢引导他（这种情况下不会构成绮语）。《正法念处经》云：“一切善语人，能善安慰他。”如果是善于说话的人，能以善巧的语言安慰与他接触的人，让别人心情愉悦、远离烦恼。有些人一说话，马上就能遣除别人的痛苦，这也是度化众生的一种方便。可是有些人不太会说话：看到一个人比较胖，就直接说：“你太肥胖了”；看到一个病人，就说：“你好憔悴啊”……这很容易刺伤别人的心，人们都不喜欢这种口无遮拦的人。因此说话要懂得婉转，如果表达人死了，不能直接说“死了”，你可以说某人“走了”。以前有一个人打错了电话，我一接电话，他就问：“喂，张华在吗？”我说：“谁是张华？你打错了。”“没有打错，让张华接电话。”我说：“他走了。”他大吃一惊：“啊！他死了？”后来我觉得这不太好，也忏悔。按佛法的要求，在和别人交流时，要尽量以和蔼的态度说如理如法的语言。《四分律》中说：“善者便说，不善者不说。如法便说，不如法不说。爱言便说，不爱言不说。以实而说，不为虚诈。利益故说，不以无利。”讲到了五种该说和不该说的语言：善法可以说，不善法不可以说；如法的可以说，不如法的不可以说；慈爱的语言可以说，不慈爱的语言不可以说；真实语可以说，虚伪狡诈的语言不可以说；有利的语言可以说，无利的语言不可以说。大家想一想：自己平时是不是这样说话的？如果是文化素质高、品德优良的人，一般会说有意义、高雅的语言；如果是素质差、品行低劣的人，他的语言不一定有意义，而且很粗俗。如果一个人的语言没有意义而且特别啰唆，众人都会看不起他。《水木格言》中说：“树叶纷落路边，受到众人践踏，无义闲言多者，遭到众人轻视。”秋天的时候，树叶纷纷掉落在路边，来往的人们都会践踏它；同样，如果一个人闲话特别多，天天都是没完没了的无稽之谈，人们也会看不起他。《二规教言论》中也说：“语言若不庄重者，如同乌鸦众人恨。”如果一个人就像乌鸦一样，成天“哇哇”乱说，所有人都会特别讨厌他。如果一个人说话庄重沉稳，人们都会觉得他的涵养和境界深不可测，自然而然会对他产生敬畏之心。人的语言和别人对他的尊重、恭敬密切相关。因此，除了言说对自他有利的语言，一切闲言杂语都要断除，平时最好能禁语，即使不能禁语，也应该少说为佳。在《宝鬘论》等许多论典中，都要求修行人少说无义语。如果你非要说话，应该策励于背诵经论、念诵经咒或者赞叹诸佛菩萨，至于那些毫无实义的废话就不要说得太多了，否则既花时间又费精力。话说得多了确实伤身体，自己的精力与其浪费在绮语上，不如多念些具有加持力的佛菩萨的金刚语。

**公案**

《缁门崇行录》中记载：宋朝有位大通禅师，他平日无论作息，端正严肃，目不斜视，领众三十年从未谈笑（可能跟朗日塘巴差不多）。可见，有智慧和修行境界的人，一般不会说很多废话，而只有我们没有修行的人，才对无关紧要的世间语言特别感兴趣。(前行广释63课)

观修思路: 三个思维方式

1、思维什么是一般的十善，什么是殊胜的十善

思考什么是十善业中的不绮语，跟不绮语的语业不能等同，要有发心。

没有造罪和一般善的区别

没有绮语但没有发心的话不是善，只是没有造罪而已。

十善业中的善是有发心，有决心不说绮语，这才叫做善。

一般的善和特别的善的区别 ：一般的善是发心不绮语断除说和解脱无关的话，特别的善除了不绮语，还精进念诵咒语或大乘经典。

2再思考善的果报，四种果报。

3消归自心，自己曾经有没有行这样的善，没有的话要去做，有机会，有能力的话以后就一定要去做。有过要继续，随喜，更加精进

两个结论

1. 坚定不移的相信善有善报因果关系。
2. 观察自己过去或现在有没有去做这个善业，不能忽略任何一个机会，做的不够就要努力，做的不错就要好好回向。