

建設佛化家庭



中華民國三十七年一月初版一萬冊

建設佛化家庭

編述者

陳

海

量

出版者

大

雄

奮

迅

團

發行者

大

雄

書

局

上海(12)林森中路二七一弄大號

電話：八三〇八七號

自序

家庭是社會的一個雛形，而社會乃是家庭的集合體。要使社會佛化，必須先從家庭佛化做起。人類整個的生活，不外乎精神的和物質的二方面。父母、夫妻、兄弟，姊妹間的感情，親戚朋友間的酬應，和休閒時間的娛樂，都是屬於精神的方面；而衣食住等則是屬於物質的方面。

我們假使能夠遵守着釋迦牟尼佛的教誨，來感化家庭，那末家庭的精神生活，可以做到慈愛，忍耐，誠實；物質生活可以做到勤勞，節儉，知足。因為佛教是從慈悲喜捨做出發點的。成佛乃是慈悲喜捨的行爲達到圓滿成功的頂點。

怎樣叫做慈悲喜捨呢？想給與他人以安樂叫做慈。拔除他人的痛苦叫做悲。慶悅他人離苦得樂叫做喜。犧牲自己的享受叫做捨。

我們能夠承受佛的慈悲喜捨的精神，為家庭服務，為社會服務，那就無往而不和善美滿的了。我們要為社會服務，應先從家庭服務做起。對於自己家裏的人倘不能慈愛忍耐誠實，處理家事倘不能勤勞節儉知足，那末這個人在社會上做事，也就可想而知了。

佛教是包括世間法和出世間法，是拏出世的精神幹入世的事業的。因為能超出世間

利欲之外的人，纔能轟轟烈烈地幹一番世間的事業。釋迦牟尼佛對於在家信徒的慈悲教誨，可說是無微不至的，試看他在每一部經典裏是怎樣的教誨我們罷：

無量壽經說：『世間人民，父子、兄弟、夫婦家室、中外親屬，當相愛敬，無相憎嫉，有無相通，無得貪惜，言色相和，無相違戾』。

大涅槃經說：『在家之人，有四種法，宜應修習：一者、恭敬父母，盡心孝養。二者、恆以善法，訓導妻子。三者、愍念僮僕，知其有無。四者、近善知識，遠離惡人。汝等若恆行此四法，現世爲人之所愛敬，將來所生常在善處』。

華嚴經說：『在家宅中，與妻子俱，未曾暫捨菩提之心。』（自利利他，叫做菩提心）。正念思惟，薩婆若境（佛的智慧，叫做薩婆若）。自度度彼，令得究竟。以善方便，化己眷屬，令入菩薩智，令成熟解脫。以本大悲，處於居家。以慈心故，隨順妻子。於菩薩清淨道，無所障礙』。

又說：『爲利益衆生故，世間技藝靡不該習。戲笑談說，悉善其事』。

法句經說：『履仁行慈，博愛濟衆，福常隨身，臥安覺安』。

優婆夷淨行法門經說：『佛言：若善女人，供養父母，奉事夫主，瞻視兒息，亦名淨行。勿於小罪而生輕想，所應作者，次第作之，亦名淨行』。

優婆塞戒經說：『淨其房舍臥具』。又說：『願爲衆生，趨走給使』。

李經說：『飲食取節便身』。又說：『治產宜慎』。

六度集經說：『婚姻之儀，始於擇行』。又說：『喪畢修行，馨熏十方』。

成具光明定意經說：『受身則有病患，以智慧一一開了。觀其所起，察其所滅，視其所病，選以何藥。總其要，令身不毀戒，處衆愛之中，身在道品之藏，既自身行，又教他人』。又說：『掃地令清淨，衣服常清淨，身口意常清淨』。又說：『此中有孝誠，有謙戒，有忍誠，有禮節誠，有衆善法誠』。

佛經是最廣博的，以上所引我佛的話，這好比走到大海邊，嘗着它一滴的味罷了。然而所引的佛語，雖然祇是法海的一滴，但是已把佛化家庭的生活大綱，揭示無遺了。好，我就根據佛語來列舉佛化家庭的大綱吧：

遵着『父子無相違戾』的宗旨，述至情篇。

遵着『隨順妻子』，『奉事夫主』的宗旨，述夫婦篇。

遵着『瞻視兒息』的宗旨，述育兒篇。

遵着『治產宜慎』的宗旨，述理財篇。

遵着『衣服常清淨』的宗旨，述衣服篇。

建設佛化家庭 自序

四

遵着『飲食取節便身』的宗旨，述飲食篇。

遵着『淨其房舍臥具』的宗旨，述居住篇。

遵着『視其所病，選以何藥』的宗旨，述衛生篇。

遵着『未曾暫捨菩提之心』的宗旨，述修養篇。

遵着『婚姻之儀』，『喪畢修行』的宗旨，述婚喪篇。

遵着『履仁行慈，博愛濟衆』的宗旨，述交際篇。

遵着『戲笑談說，悉善其事』的宗旨，述娛樂篇。

本書廣事參考，編述佛菩薩的慈訓，和古今縉素大德的嘉言，但我的學識淺陋，實不足以闡發佛化家庭的旨趣，和管理的方法，不過一片愚忱不能自己罷了。

本書謹呈獻於可敬愛的佛教徒之前，祝願佛教仗着佛化家庭的推動，普及世界，永傳無盡。

中華民國三十六年九月四日陳海量

建設佛化家庭目錄

自序

至情篇

1 親與子之間

- ▲爲什麼要孝
- ▲物質的供養
- ▲法味的供養

一

2 婆與媳之間

- ▲彼此都要做婆媳的
- ▲由隔膜而誤會
- ▲迎合婆婆的意
- ▲處理母與妻的

九

糾紛

夫婦篇

1 共同生活

- ▲言色相和
- ▲忍受

一二

2 怎樣待妻

一四

▲相待以禮 ▲威嚴不褻 ▲莊嚴以時 ▲委付家內

3 怎樣待夫……………一九

▲不怨不驕 ▲三種婦道 ▲五事待夫 ▲節制性慾

育兒篇

1 孕期須知……………二六

▲孕婦的飲食與睡眠 ▲孕期中攝生

2 分娩須知……………二七

▲嬰兒的初生 ▲產後的休養

3 怎樣育嬰……………二九

▲哺乳的時間與次數 ▲小兒的睡眠 ▲牙齒的衛生

4 怎樣教育……………三二

▲教育子女要先糾正自己 ▲不可溺愛或苛刻或放任 ▲教育子女母親的責任比父親更重大 ▲當念令去惡就善 ▲當教計書疏 ▲當教持經戒

理財篇

1 怎樣開源節流……………四三

▲收付要逐日記賬 ▲消費要合理 ▲關於弘法的經費 ▲要從事儲蓄

2 怎樣保存器具……………四八

▲各類器具的保存 ▲雜物的保存

衣服篇

1 衣服之目的與材料……………五二

▲衣料的種類 ▲纖維的鑑別

2 怎樣保存衣服……………五三

▲惜衣得衣穿 ▲處置衣服的常識

飲食篇

1 飲食取節便身……………五九

2 飲食常識	六三
▲蔬食衛生	
▲蔬食與肉食的問題	
▲節食與攝生	
▲食物要清潔	

居住篇

1 住宅的布置	六六
▲臥室	
▲客室	
▲客室聯語	
▲佛堂	
▲書室	
▲廚房	
▲廁所	
▲地板	
2 居家須知	七〇
▲注意火燭	
▲不妨害鄰居	

衛生篇

1 健康生活	七三
▲慎起居	
▲節飲食	
▲烟酒之害	
▲處置蠅蚊鼠的方法	
▲健康長壽法	
2 疾病療養	八六

▲療病的方法 ▲看護須知

3 關於性慾.....九〇

▲手淫之害 ▲性交的禁忌 ▲遺精的危險 ▲月經期與衛生

4 靜坐與禮佛.....九五

▲靜坐的方法 ▲靜坐須知 ▲禮佛的儀式

修養篇

1 改革習氣.....一〇〇

▲兩種攻心的戰術 ▲誓願力最勝

2 善知識的嘉言.....一〇二

▲修養不是空談 ▲嘉言的一斑

3 世尊的慈訓.....一〇七

▲法句經節錄 ▲優婆塞戒經節錄 ▲大寶積經節錄 ▲六度集經節錄

▲佛說阿彌陀經

4 達觀的詩歌.....一三八

▲多愁善病 ▲詩歌八十首

婚喪篇

1 婚禮須知……………一五三

▲婚姻的選擇 ▲訂婚 ▲結婚 ▲禮堂佈置 ▲婚禮儀式 ▲親屬敘見禮

▲怎樣宴客 ▲男家求婚書 ▲女家允婚書 ▲結婚證書 ▲賀結婚聯語和

幛句

2 喪禮須知……………一五九

▲助念儀式 ▲初終 ▲治喪 ▲入殮 ▲開弔 ▲弔儀 ▲輓聯幛句

▲出殯 ▲眷屬追念 ▲追念法事

交際篇

1 彼此的稱呼……………一六八

▲對於一般人 ▲對於僧尼

2 說話的禮貌……………一七〇

▲語言的常識 ▲說話的修養

3 慶弔與約會.....一七五

▲憂喜與人同情 ▲訪問須知 ▲怎樣招待賓客

4 良莠的鑑別.....一七七

▲怎樣分別善惡 ▲這是惡友 ▲這是良友

5 怎樣對待人.....一八〇

▲以誠待人 ▲人各有所長 ▲從自己做起 ▲對待親友 ▲對待僕人

▲送禮要替對方着想 ▲是我錯 ▲處世的嘉言

6 通信的常識.....一九〇

▲上下款的稱呼 ▲寄信須知

娛樂篇

1 音樂.....一九三

▲管樂 ▲絃樂

2 藝花.....一九四

建設佛化家庭 目錄

八

▲花草有益衛生 ▲養花須知

3 詩餘……………一九七

▲詩詞五十首 ▲語屑

建設佛化家庭

陳海量編述

至情篇

親與子
之間

家庭中最重要的一家屬是親與子，夫與婦。親與子的成因，是由於血統的結合。所以親與子之間，有一種自然之愛。這種愛在親的一方面叫做慈；在子的一方面叫做孝。父母對待子女應該竭力愛護，並教養他們；子女對於父母應該敬重承順，並奉養他們。

幼兒是要靠父母撫養的，否則就難免保育失當；老年是要靠子女奉養的，否則就蕭條無趣。所以釋迦牟尼佛在善生經裏，規定親與子之間，有五個互相對待的條件。

子女敬順父母的五條：『一者、供奉能使無乏。二者、凡有所爲，先白父母。三者、父母所爲，恭順不逆。四者、父母正令，不敢違背。五者、不斷父母所爲正業』。

父母對待子女的五條：『一者、制子不聽爲惡。二者、指授示其善處。三者、慈愛入骨澈髓。四者、爲子求善婚娶。五者、隨時供給所須』。

可知釋尊教誨我們，是要父慈子孝的。

▲爲什麼要孝

石天基居士說：『凡人在初生之時，一刻也離不得父母，半載週歲，認得人的面目，在父母懷中便喜，若別人抱去便啼；自三四歲以至十四五歲，飢則向父母要食，寒則向父母要衣。這時人人皆知知道親愛父母，及至娶了媳婦，添了房中許多恩愛，就與父母間隔一層了；及至生了兒子，又添了眼前許多恩愛，又與父母間隔一層了。若遇着賢孝的妻子，就是家門之幸。遇着不賢孝的妻子，這個在枕邊說公婆的是非，那個在膝前說爺娘的厚薄，三言兩語，蓄積心頭，反覺得父母有許多不是。日深月久，妻子漸親，父母漸疏；妻子漸厚，父母漸薄。祇知房中妻子是自己的，把兩個老人家丟在堂上，冷冷清清，全然不管。絕不思你當初十四五歲以前，何曾有妻？何曾有子？那時候懷抱你的是何人？衣食你的是何人？今人不孝順的事也甚多，且將眼前的，說幾件與你們聽：假如父母要你一件東西，值些甚麼？你就生一個吝惜心，不肯與他。要知你的身子也是父母生成的，何況身外之物呢？父母吩咐一件事，沒甚的難幹，你就生一個推託心，不肯從他。要知死亡尚且不避，何況是勞苦的事呢？又何況是容易做的事呢？父母說了你幾句，或罵了你幾聲，或打了你幾下，你就生起瞋恨心來，不肯服他，甚至反面相向，怒目相看。要知道你奉承勢利的人，無所不至，就是被別人罵，別人打，也甘心忍受的；祇是遇到了自己的父母，便生瞋恨了。你何不將那奉承勢利人的念頭，

來奉承父母，性氣自然平和了。況且父母因你做的事不好，纔說你，罵你，打你，這都是教訓你學成好人。就是老人家做事顛倒，說話瑣碎，以非理相加着你，你還要歡喜承受，何況教訓得正當呢？又有一等人，背了父母只愛自己的妻子，丟了父母只疼自己的兒女，你何不將愛妻子的心腸，愛父母呢？疼兒女的意思，疼父母呢？古人云：以愛妻子之心愛父母，則無有不孝。又有父母不和，爲子者偏執意見，不能調和感化者。又有父母有過，兒子當面斥非，背後議短者。此皆不孝也』。

順從父母固然是對的，然而我們不要忽略了佛所說的『父母正令，不敢違背』，和『不斷父母所爲正業』。這幾句話的反面意思，就是父母倘有不正當的言語和舉動，或是迷入外道邪見的，子女們不但不應該聽從，而且要婉轉地諫阻他們。但進諫時，要在沒有旁人的時候。做子女的倘只曉得順親於情，而不曉得順親於理，結果使父母陷於不義，造成罪惡，這就將成爲孝行的絕大缺點。

悅親是養親第一要訣。使父母常生歡喜心，可以增進他們的健康，這是壽親之道。在父母前萬不可有愁容，更不可有怨言。無論我們的環境順逆，總應該克制感情以悅親爲主。於『父母之所愛，亦愛之；父母之所敬，亦敬之』，這是孝父母應該有的態度，所以父母若是信佛的，兒女們更應當推父母的愛敬，而信仰佛教，這纔是好兒女啊！