

佛化家庭手冊

【目錄】

安佛化家庭 …………… 2

如何建立美滿婚姻？ …………… 7

【附錄】

美滿婚姻的原則——

一九九四年佛化聯合婚禮致詞 …… 18

佛化家庭

過去佛教經常被誤認為是消極、厭世、逃避現實的，甚至以為凡是學佛的人，都應該出家，真正學佛的人就應該沒有家庭；信仰佛教的人，就屬於脫離人世的。

其實，釋迦牟尼佛時代，在僧、俗、男、女四眾的佛教徒中，只有少數人出家修梵行，而絕大多數的佛弟子，都還是在家人。因此，佛法的觀念與方法對家庭必定是有幫助的。

基本上，佛教對於家庭的看法，可以分做五點來討論：

一、淨化人間，必定要淨化社會

淨化人間的目的是為了要淨化社會，淨化社會的目的是為了淨化世界。佛教徒希望把佛教所說的淨土，在人間落實建立起來。

二、淨化人間的著力點，是從淨化家庭開始

淨化家庭要從淨化婚姻開始。家庭的組成，是從男女結合的婚姻開始，所以近世以來，佛教界都在提倡佛化的婚禮，法鼓山除了推動佛化的聯合婚禮，並且也編了一本小手冊，叫做《佛化家庭手冊》。

三、佛化的家庭必須具備三個條件

（一）孝敬父母如同禮敬供養三世諸佛

佛教徒稱呼父母為「老菩薩」，便是要把父母當成佛菩薩一樣的恭敬、孝養。

對於已婚的男女而言，各有兩家的父母，男的有父母及岳父母，應當平等敬養，女的有父母及公婆，必須兩者兼顧。

（二）夫妻之間是同修淨業的菩薩伴侶

我們中國人說，夫婦應相敬如賓；對佛教徒而言，夫妻之間應彼此當成同修伴侶，互以「我家師兄」和「我家師姊」相稱，把對方當做共創幸福的善知識來看，彼此相敬、相讓、互助、互諒並互相關懷。

(三) 對於子女要像母雞帶小雞那樣的呵護備至。中國人所說「養兒防老」的觀念，佛教徒並不贊成。佛教徒對子女的愛護和教養，目的不是為了防老，乃是為了負責，畢竟每個人的福報與業報，各有因果，各有因緣。父母教導兒女建立孝敬父母的倫常觀念，卻不必指望兒女一定要奉養父母，否則當指望變成失望時，便會衍生出無窮的煩惱。

四、家庭的成員當各盡其責任和義務

(一) 現代人在婚後應該對於三個家庭，負起關懷的責任：

1. 婚後由男女組成的小家庭，是夫婦兩人自己的家庭。

2. 對父母的家庭，包括父母以及和父母共同生活的兄弟姊妹的家庭。

3. 對於岳父岳母的家庭，公公婆婆的家庭。

(二) 婚後的男女，如果計劃養育下一代，就應負起作父母親的責任和義務。作父母親應該有三

個條件：

1.若希望子女的身心健康，則在懷孕之前，夫婦兩人都要保持身心的平衡與健康，否則對胎兒將造成不利的影響。

2.太太懷孕後，夫婦兩人更應該經常保持身心的平衡和健康，否則會影響胎教。

或許會有人認為：「丈夫大概不需要作胎教的工夫吧？」其實，丈夫如果對妻子發脾氣，會影響妊娠中太太的心情，間接也影響了小孩子；因此夫妻兩人都應該共同擔負起胎教的責任；乃至在子女出生之後，一直到子女成年為止，父母都必須為了兒女的教養，而經常保持心平氣和的健康狀態。

3.除了胎教外，佛教徒也特別重視對子女的管教，作父母的，除了自己要有平衡和健康的身心，更應該以身教、言教陪同子女一起成長。此外，佛教徒把子女稱為「小菩薩」，是以迎接菩薩的心態來歡迎子女的出生，把他們當成是來成就自己修行的人，成就自己菩薩道的人，所以要跟他們一起成長。

五、佛化家庭的經濟，應有的原則

1.用正當的方法，以自己的體力、技能、智能、資本、智慧來謀取生活的所需，但是要盡量避免從事與佛教五戒相違背的工作，那就是不可以從事於殺生、偷盜、賭博、邪淫、妄語，乃至於買賣酒類等的行業。

2.經濟的收入應該要量入為出，不做守財奴，只知賺錢而不用錢；用錢則可依：家庭的生活、營利的資本、資產的增加、儲蓄生息、布施行善等五個方向來規劃。

3.除了家庭儲蓄的經營所需之外，盈餘的財產也應該用在孝養父母、救濟幫助親戚朋友，以及布施貧窮，供養三寶，做宗教、慈善、文化、教育等公益事業。

總而言之，現代家庭應該要有宗教的生活，而佛化家庭的宗教生活，應該由佛化婚禮開始，然後用佛教化的觀念和生活方式來教育子女，同時每天要有定時定數的修持恆課。

（摘錄自聖嚴法師《平安的人間》）

如何建立美滿婚姻？

很多人以為，佛教是出世的，不主張有家庭，不希望人家結婚，這好像是說，信了佛教的人都應該出家，這絕對是錯誤的觀念。其實，唐宋時代，在家的佛教非常興盛，我們可以從敦煌石窟、文字記載、圖畫或雕刻中，看到許多關於在家居士家庭生活及婚姻生活的描述。元朝以後，佛教漸漸隱遁山林，與人世間漸漸疏遠，因而造成一般人認為佛教是消極的、逃避現實的錯誤觀念。很多父母，如果發現自己的子女親近道場、親近法師，就會很擔心他們出家。事實上並不盡然，許多人經常親近寺院，卻沒有因此而準備出家，而且也不是所有的人都適合出家。

在家居士是佛教的基礎，而且在釋迦牟尼佛的時候，就非常的重視家庭生活，重視夫妻之間的相待及小孩的照顧和教育。甚至還有幾部經典專門講結婚之後懷孕、生子的事，由此可知，佛教並不是與世隔絕的。諸位菩薩很幸運，能夠參加

我們第一屆的佛化婚禮。今天請諸位來上課，就是從佛教徒的立場，從要踏入人生另一境界的立場來認識婚姻。

一、婚姻的意義

婚姻本身是責任和義務的肯定與承擔。通常一般人結婚之前，認為自己還沒有結婚，可以什麼都不管，不但沒有想到如何讓父母頤養晚年，甚至還一直接受父母的呵護照顧；可是，結婚之後因為有了家室，同時因為孩子的誕生，才真正體會到父母的辛勞，而產生家庭的責任感。所以結婚和沒結婚是完全不一樣的人，婚姻本身是責任的肯定與開始。

有人說「婚姻是鎖鍊」、「婚姻是愛情的墳墓」，也有人認為反正結了婚還可以離婚，為什麼一定要結婚，不結婚不是很自由嗎？這是不負責任、過分浪漫而不務實的態度。如果結婚的時候就準備離婚，最好還是不要結婚，婚姻是一份責任，豈能兒戲？

現今社會問題最多的，莫過於金錢及男女色。印度因為氣候炎熱，一般人都很早熟，女孩子十二、三歲就能結婚，甚至更早。加上居住空間小，所以一般人多半在樹下或門前露天而眠，因此男女之間的性行為非常混亂。釋尊看到這個問題的嚴重性，因而規定在家居士一定要守五戒，尤其是不邪淫戒更是非守不可。由此可見佛教對婚姻的重視，及夫婦彼此之間要守信諾、守貞操等觀念的強調。

可是，中國自五四新思想的學者們提倡「守貞操是吃人的禮教」，及毛澤東「破四舊」的主張，因此把中國弄得家庭不像家庭，夫妻不像夫妻。

站在佛教徒的立場，五戒的不邪淫戒，是夫妻共守。因為邪淫不僅是家庭問題，同時也破壞了社會的和諧及穩定，這種罪業是很重的。大家千萬不要認為逢場作戲沒有關係，假戲真演，終會導致婚姻破裂；而且以生理健康而言，男人在外面嫖女人，可能感染花柳病、梅毒、愛滋病的病

毒，而帶回家傳染給太太。再就心理層面而言，一個人有了外遇，會造成另一半的不平衡，因而第四者也可能接著出現，問題不斷衍生，造成社會的動盪不安，這個責任太大了。所以婚姻的社會責任是不容忽視的！

結婚是兩個家族結合，人際關係因之擴大而改變。面對人生的新境界，更應秉持慈悲的精神，來對待、照顧另一半、公公婆婆及岳父岳母，同時也應以智慧處理事，以理性教育小孩。這是在婚姻過程中，應該學習的態度與義務。

二、建立佛化家庭的意義

（一）以宗教信仰來促進家庭生活的幸福美滿

宗教信仰是非常重要的，法鼓山農禪寺的聯合婚禮都會贈送新婚夫婦一尊觀世音菩薩像，是我們特別請藝術家設計、雕塑後製成白瓷觀音像，希望你們不論居家空間的大小，都能虔誠供奉此尊觀音菩薩像。從此家庭不僅是你的家，也是修行的道場。

供奉觀世音菩薩有兩種意義，一是學習、模仿觀世音菩薩的慈悲精神。如果我們像觀世音菩薩那樣慈悲，夫妻還會吵架嗎？還會打小孩嗎？還會棄父母於不顧、對朋友有不忠誠嗎？不會的。第二種意義是，菩薩的確是有感應，當我們有困難、有麻煩時，我們要以佛菩薩為模範，同時祈求佛菩薩給我們力量和信心，讓我們平順地共度一生。夫妻雙方由於生活背景、出生環境的不同，性格、想法都不一樣，所以，同床異夢、意見不合是正常的。我們要互相的調和，彼此包容，否則就不要結婚。

有的人結了婚以後夫妻吵架，就來找我，通常我是誰來就罵誰，「有理扁擔三，無理三扁擔」，因為吵架是兩張嘴吵的，如果只有一個人在吵，一會兒就吵不下去了，有了這種認知，就算對方不改變，家庭也不致於破裂。結婚本身很簡單，但未來則是一段很長的路，彼此一定要以宗教的信仰為準，有共同宗教信仰的家庭，一定會美滿、幸福。

（二）以家庭的淨化，提昇人品、淨化人間

淨化人間要從淨化家庭開始，也就是要從建立佛化家庭開始。以佛菩薩的慈悲及處事的智慧，為我們學習的對象。提昇自己，淨化家庭，進而影響周遭的親人、朋友，再擴及至社會，達到淨化人間、建設人間淨土的目標。

三、如何建立佛化家庭

（一）建立婚姻的共識

我們講建立佛化家庭，是希望從夫婦兩個結婚開始，就是一個佛教家庭。如何建立佛教的家庭呢？首先需要建立婚姻的共識。婚姻的共識是關懷、是互敬、是禮讓、是互為同修菩薩，互為善友，彼此相互提攜、共同的成長。

如果遇到另一半很消極、很無奈、很孤單的時候，我們應該鼓勵他（她）：「留得青山在，不怕沒柴燒，暫時的挫折無所謂，我們再好好努力，你千萬不要灰心！我會陪著你共同度過難關，而且我們的孩子也需要你的照顧！」這就是

互相關懷。釋尊教導我們，眾生皆有佛性，一切眾生皆有成佛的可能，皆是未來的佛。

所以我們要尊敬對方，即使對方不尊敬我們，也要認為這是成長的逆增上緣。我們不是教大家逆來順受，而是倘若實在無法避免的時候，就要學習接受事實，並由衷感謝一切成長的順逆因緣。「山不轉路轉，路不轉人轉」，如果對方一時無法改變，一定要調整自己，時時以尊敬、尊重的態度，來與對方相處，視其為未來佛、為菩薩。互敬、互重，對家庭生活的和諧是非常重要的。

很多家庭問題的發生，來自於夫婦雙方不能相互禮讓。曾經有一位先生在禪七期間痛哭流涕，他說：「一味嫌棄太太是我這一生最大的罪惡，出禪堂後，我一定要跪在太太面前，好好地賠罪、懺悔，並由衷謝謝她多年來的包容。」第二天他的太太跑來告訴我：「感謝師父！本來我先生已經準備和我離婚，如今，我撿回我的先生。謝謝師父！」這是很不容易的。夫婦之間一定要互相禮讓，尤其是先生對太太，因為一般而言，

先生禮讓太太比較困難。

（二）懷胎之教育

結婚不要孩子，這是不負責任的行為，也是拒絕成長的舉動；不過，拚命生孩子也是不負責任的事。有了孩子，我們才會深刻體會到父母生養我們是多麼的不容易。從懷孕到生產，從生產到小孩上學、結婚、成家，成家之後，還要幫他立業，牽腸掛肚、萬般呵護。沒有孩子，不會知道為人父母的責任，也不知道為人父母的辛苦。

但是現在不論中國人也好、西方人也好，結婚之後，非但忽略了雙親的奉養，還因忙著事業，而把小孩交給父母去「孝順」，這絕對是錯誤的。

懷胎的時候要想：這是菩薩來入胎，我們懷的是一尊小菩薩。千萬不要認為：「生孩子嘛！把小鬼生出來就好了。」如果你認為那是小鬼，他真的會變成小鬼；如果你視他為菩薩，他會是個菩薩。心的念頭是非常重要的。懷孕時，心中

常念觀世音菩薩，多看觀世音菩薩像，經常觀想菩薩慈祥的面容，對胎兒很有用；我們要經常保持心平氣和，想要生氣的時候，就趕快念觀世音菩薩。懷胎時，不可以暴飲暴食、生活不正常。我們的一言一行、一舉一動，表情及心理現象，都會對胎兒產生直接的影響。先生們可能認為自己跟胎教沒有關係，其實你的身心狀態會影響太大，也就會影響到腹中的胎兒。所以良好的胎教是夫妻雙方共同的責任。

（三）小菩薩的培育

當小菩薩會爬行時，就要教他拜佛；在還未識字之前，可以讓他看兒童佛教書籍上的圖畫，例如〈本生談〉——講佛往昔生中種種愛護動物、救度眾生的故事，培養慈悲對待一切眾生的胸懷。有人主張讓小孩長大後自己選擇宗教，其實這絕對是錯誤的。佛教的信仰應該從小時候就開始建立，更何況母親懷胎時，就已經在念觀世音菩薩聖號，其實孩子在母親胎裡就是佛教徒了，為什麼還要等他長大再讓他信佛？這是父母未盡

義務及責任。多給小孩一點時間，小孩才能健康地長大，心理上才不會古怪。

（四）夫婦的生活

「原諒對方」這句話說起來容易，做起來難。我有一對皈依弟子結婚四年了，有一次來跟我說他們要離婚了，我問他們為什麼？丈夫說：「性格不合，生活方式不一樣。我這個太太，吃蘋果不削皮，吃橘子不吐絲，還常常把擦桌子的抹布拿來擦碗筷。」太太也說：「我先生每天晚上睡覺前不漱口也不洗腳的，上臭下臭，我覺得跟死屍睡在一起，我還能睡得著覺嗎？」

這個好玩了，吃蘋果不削皮，吃橘子不吐絲，不漱口不洗腳，都變成了離婚的理由。夫妻之間原本就不會有什麼大事，但是最討厭的就是這些雞毛蒜皮、芝麻綠豆的事，因為太煩太雜了。其實夫婦的共同生活，要包容對方，能改就改，不能改也是小問題，只要太太不紅杏出牆，先生不拈花惹草，其他都是小事。

還有，要諒解對方、不要懷疑對方；夫妻之

間要互信、互愛，不能猜疑，就算先生在外面真的有一點事情，妳也要相信他，久了他會覺得慚愧：「太太這麼相信我，對我這麼好，我竟對太太不忠實，實在太不像話了。」夫妻雙方彼此要絕對信任，而互信是從諒解、原諒來的。作為一個佛教徒，你要相信對方，相信他絕對會守五戒中的不邪淫戒，相信他會念觀世音菩薩，學習原諒對方，這個非常重要。

（一九九四年九月二十六日講於農禪寺，原收錄於《一九九四法鼓山禮儀環保年禮儀環保實錄》）

【附錄】

美滿婚姻的原則—— 一九九四年佛化聯合婚禮致詞

夫婦的結合，是同舟共濟、相依為命的兩個人。

夫婦的相處，除了彼此相愛，也要彼此學習著從衝突與矛盾中，做統一與調和的努力；在不斷地溝通、協調、妥協、適應之中，幫助彼此的成長，促進家庭的和樂。

夫妻相待當遵守六個原則：

一、互相感謝，不要計較，但是要有接受對方計較的寬大心懷。

二、互相尊敬，不要輕慢，但是要有接受對方輕慢的寬大心懷。

三、互相禮讓，不要侵犯，但是要有接受對方侵犯的寬容心懷。

四、互相關懷，不要冷漠，但是要有接受對方冷漠的心理準備。

五、互相信賴，不要懷疑，但是要有接受對方懷疑的心理準備。

六、互相諒解，不要誤會，但是要有接受對方誤會的寬宏大量。

因為婚姻關係是終身相守相助的大事，兩個不同的人，生活在一起，由於各自身心的失調以及環境的衝擊，難免會有意見及性格上的小磨擦，只要有一方能包容對方，就可以維繫夫婦間的和諧。

佛化的婚姻，是共同修行菩薩道的終身伴侶，菩薩是有慈悲和智慧的，學佛的夫妻當以慈悲照顧對方，以智慧照顧自己，如此便能慈悲沒有敵人，智慧不起煩惱。

佛化的家庭是夫婦共同修行菩薩行的道場，所以要學習著用慈悲心、柔軟語，用感激、奉獻和報答的態度，盡心盡力為每一個家庭成員服務。

以佛化婚禮結合的夫妻，一旦有了磨擦吵了嘴，要趕緊念佛，多多拜佛，至誠懺悔。要記得，自己是在佛前宣誓結婚的，所以要隨時提醒

自己，用佛化婚禮誓詞中的兩句話「無論富貴貧窮，此誓終身不渝」來共同勉勵。

我在這裡，完成佛化婚禮的新人祝福，祝福你們的幸福人生，祝福你們的美滿婚姻。

（一九九四年十月二十二日講於農禪寺，原收錄於《一九九四法鼓山禮儀環保年禮儀環保實錄》）