



# 在家學佛常識

朱斐

## 二、對父母師長的孝敬

### A 孝養父母

凡是一個標準的佛教徒，一定會孝養父母的，因為在佛說的經典中，處處提倡孝道，梵網經是一本佛教戒律的經典，這上面曾以「孝名為戒」，可見其對孝的尊重。地藏經是一部釋迦佛陀為報親恩而說的經典，有人把它稱做「佛門的孝經」。還有目連救母的故事，是婦孺皆知，這也出在佛典孟蘭盆經上的。都是教人要報親恩，孝養父母。本來佛教中談孝道是最徹底的，不但現生的父母要恭敬孝養，就是過去的父母，也都要以佛法來超拔，使其出離惡途，往生安樂。儒家對父母的孝養是「生，事之以禮；死，葬之以禮，祭之以禮」。佛教則是「親得離塵垢，子道方成就」。塵垢者就是我們這個五濁惡世。我們要學釋迦佛陀，要學目連尊者，澈底的實行孝道。

若說父母的恩，確是無法可以形容的，且看每人的母親，十月懷胎的期間，不是腰酸腳軟，就是氣急神昏，行動常感乏力，飲食也覺無味，原因是胎兒的長成，全靠母血的資養，試問怎不失了常態呢？這十個月中是何等的劬勞啊！等到足月分娩，不但痛苦難熬，且多半是面臨生死關頭，母命就在呼吸之間，加以父親在傍的那種驚悸恐懼不安的情狀，我們做子女的，想到這裡能不孝養父母嗎？再說三年乳哺，乳也是母親的血液所成，她將自己的身，分來養活兒女的身；加以屎來尿去，還要忙着推乾去溼；每次餵兒的時候，總是揀甜的嫩的好的先餵兒女，把苦的老的壞的留己嚥吞。這種愛子的心理，天下做母親的無不如此。再說父親，為了子女的養育和教

育，竭盡身心的勞働，像牛馬一般在外奔波，不辭辛苦，忍氣吞聲，使我們生活無虞，在安定中完成種種教育，長大成人，以至自立。

若問天下父母對子女的希望，無非是繼續門風，供奉祭祀，這是一般世俗的常情；使一脈香煙，可以相承不絕。既然為父母的對子女有這樣的希望，請問我們做子女的又應該怎樣來安慰親心呢？若照世俗常情來講，無非是晨昏定省，溫煖飽食，一切隨順親意，便可算是世間的孝順兒女了。但我們佛弟子，對於雙親應該怎樣孝養呢？當然，除了要晨昏定省，溫煖飽食以外，更要「令其脫離輪迴苦海」，得無上的安樂。所以我們要常常的把佛法因緣奉告雙親，要委曲婉轉「使其學佛念佛，令種善根」。父母已學佛的，要以種種方便促其精進；若父母素來對佛教並無信仰的，那就要等待機會，因緣具足的時候，加以相勸，但不可勉強，反使違逆親意，徒負不孝的罪名。同時，我們既是一個佛教徒，就處處要表現出佛教的精神，把自己過去所有的一切壞習氣，一一遠絕；使感動父母，覺悟到學佛的好處，這時候，再加以婉轉勸導，便較容易引進了。

勸父母學佛的第一課，切忌勸他們吃素，因為這是無量劫來的習氣，不是初信的人就一下子斷得了的。我們應先教他們念佛，講些因果果報感應故事，堅定他們的信念。如果父母不信時，我們做子女的應為父母念佛懺悔，親子間天性相關，經上曾說心佛眾生三無差別；為人子的，若能至誠懇切念佛回向，則子心的至誠，能感佛心的慈悲，佛心的慈悲，能應子心的至誠，而加倍雙親，自然業消慧朗，便能起信生解而念佛了。如果父母能閱讀佛學經典書刊則更好，但初學的時候，却不宜介紹他們先看談玄說妙的大經高論

，要從穩禮穩當的淨土教典先入手，等到信解能力增強堅固，再介紹其他的典籍，和勸令戒殺持素，自然一拍即合，否則不但生効力，反使他們對佛法感枯澀，視學佛為畏途，不但不肯入門，即入了門也要退轉的。如果你硬勸吃素，反使他們懷疑素食的營養，不但勸不上，連你本身的素食也將會受到干涉呢。

我記得在那一本書上，曾記載一位佛教徒的孝子，他的母親本來持素，病中忽然想吃魚，却難為了其子，如果順從母意，那就縱任造罪而不加救援；若不順從，便是不孝。無奈，他想盡方法，製了一味素燻魚，不論色香味道，都與真的一模一樣，一時矇瞞了母親，後來病好其母自覺慚愧，痛哭懺悔，幸經其兒加以說明，才釋然於懷。子女若能做到這樣的，不違逆，又免造罪，可以說煞費苦心，做得頗圓滿的了。

父母年紀老的，就專教執持六字洪名（南無阿彌陀佛），因為無常迅速，已無餘暇可以研習教理，做子女的如對教理研究有素的，可以常把西方勝境，為父母講述，並教令發願往生，早晚持念佛號不輟。如果自己雖知一二而不能演說，就設法請大德法師或居士專為父母演述，這種供養父母的方法，比一般世俗的山珍海味不知要超過幾千萬倍。家中最好設一清淨佛堂，專供西方三聖，壁間常懸極樂世界依正莊嚴圖畫，使父母的八識田中，深種印象，我認爲若能使父母不為家事兒孫操勞，終日教其念佛的，便是大孝。

父母若遠在他方，如筆者之老母，即遠在上海，音訊阻隔，祇有為她念佛回向。求佛慈加被增福增慧。若父母已故，當為至誠念佛回向求生西方。為父母念佛的時間，就好比父母在世時扶持父母的左右一樣，這是在世法中不能盡到的孝道。當我們遇到父母的生日或是忌辰，都應該舉辦佛事，（如誦經、念佛、印經、放生、救濟等）為雙親祝福或超拔，像我們修學淨土的人，不妨召幾位淨侶蓮友，替父母念佛祝壽，或念佛求

來鴻  
去雁

# 提倡自製最富營養的豆漿

編者

## 臺南讀者來函

炳南老居士法鑒：前在湛然精舍得瞻慈顏又拜讀大作瘦詩，至深景仰！竊以為老居士為當代大德，再來菩薩，似宜善養色身，久住世間，以副宏法利生之大願。查豆類質素富于養料，其功效超過肉類，本人體質素弱，自製食豆漿以來，精神體力均覺充沛，茲將製法抄呈，請照製試用，對於貴體定有裨益，謹申獻曝之誠，伏惟鑒納幸甚！專肅叩請  
法安

王朱郁蘭拜上十一、廿。

## 附泡製豆漿方法

黃豆一斤，清水浸四小時，揀去雜物及些豆皮，連同炒花生肉或花生肉三兩，磨碎後用些滾水沖下，攪勻，撇去豆膠（若不沖滾水加足水量煮時，撇去豆膠亦可）。再將磨碎之原料，裝置布袋內，革出豆漿（用手按布袋壓出原汁）加糖煮沸，即成飲料。又每斤豆之原料，約可製成豆漿飲料廿餘碗乃至卅碗，但其濃淡，以水量多少為準，而製成飲料多少，即以原料比例加減便得（例如欲製十餘碗，可用黃豆半斤、花生肉一兩半，餘類推）。

## 本刊社長覆函

郁蘭大居士尊鑒：奉讀手書及製豆之法，拜受之餘，曷勝銘感！學人窮迫古稀，道無進益，俯仰慚作，偶寄小詩，遙蒙慈悲，關切備至，彌愧浮生虛度，多負衆恩，近數年來，本冀早減苦身，了此公案，茲勞雅囑，自當隨時珍攝，並遵單開之法，治備佐餐，以期營養得宜，體魄豐健，為教盡忠，為衆盡力，仰答

法施殷殷之厚，更擬載諸樹刊，公獻群倫，俾平等霑 德惠也。肅此申謝！恭請  
道安  
末學李炳南頂禮十二月三日

## 編者跋後

卅六期本刊上敝社長炳南居士寫了一首「瘦」詩，發表後引起好些讀者的關心，紛紛對炳南的健康致其慰問之意，更有臺南一位熱心讀者王朱郁蘭居士，來函要他老善養色身，並建議飲用自製豆漿，謂最富營養。王居士一片誠意，令人感動！事實湊巧得很，編者與王居士竟早有同感，已於二月前開始每晨由拙內自行磨製豆漿供養老人，但未加花生，浸水時間亦太久，每不得其法，今蒙告知泡製方法，並加入花生後，數月來老人健康較前更佳，編者叨光，食後居然也面呈紅光，大異往昔，可見豆漿的營養分，確實豐富，飲用半月，即可奏效，實有向素食同道加以提倡之必要。據說過去內地叢林大寺，多每月二次豆漿，蘇州靈岩山早齋亦煮食豆漿粥供衆，可見其養分之富，早為僧團採用。如編者一家四口，連炳師在內共計五人，用一小臺石磨即可（小臺石磨價六十五元）每日黃豆半斤不過一元四角，花生肉三兩約一元，一個月也不過七十餘元。第一次的漿水養分最好，在我們家鄉叫做「頭漿」或「原漿」，第一次渣滓，可以再加水煮作第二次的漿水，這叫「二漿」，這二漿比起街頭的豆漿來，還要濃上幾倍，所以一定要自行磨製，因為店售豆漿，摻入水過多，太薄了便減少其養分。舍間所製的，頭漿飲用，二漿煮粥用，味與營養俱佳，豆渣再加入少許麵粉，煎製豆餅（銅錢形）或炒菜，味均甚美。  
爰將王居士與炳師來鴻去雁刊出，藉以提倡為素食者作一參攷。

生西方。蓋一句佛號，具足萬德萬能，只要至誠懇切，無有不感應的。

## B 尊敬師長

父母雖能生我育我，若不是師長的教訓，又豈能做一個學識飽滿品格完整的人呢？我們把師長且分為世間的和出世的二種，如果沒有世間師長的教育，我們便沒有學識，不知禮義，這種人與禽獸又有什麼分別呢？若無出世師長的教導，我們便沒有智慧，不懂佛法，這種人將永劫沉淪，沒有出離苦海的日子了。世間的師長，教給我們許多做人之道和生活技能，得以資養身命；出世的師長，指示我們出苦的途徑，得以培養慧命。兩者俱不可缺，世出世間師長都應該恭敬尊重，知恩報恩。

報恩的方法，除了物質的供養以外，更應作精神的供養——佛法。將自己所得佛法的利益，分潤衆生，因為人生以聞佛法最為可貴，而諸供養中亦以法供養為最。對世間的師長，勸學佛法就是法供養；對出世的師長，能弘法利生就是法供養。前者對象是師長，後者是衆生，因為出世師長所教示我們的佛法，不是祇希望利益個人，所以我們以法供養衆生，就等於供養了師長，也就是報了師恩。

其他如事奉師長應有的態度，在「辱師輕道」的今日，似亦有提倡的必要，姑且就四威儀下略舉數項以作參考：一、行路時不可走在師長的前面（除非命令引路時）。二、不得在師長高處站立。三、在師長前不命坐不可坐，坐時要恭敬端正。四、手持師長飲食或物品要兩手捧上；接師長授物時亦一樣要捧接。五、師長的書信，不得私自拆閱，亦不可與人看。六、請教世法或出世法時應先鞠躬或禮拜。七、師長講話時不可插嘴。八、師長有疾病，應常侍看病。九、師長與人談話時，凡有益身心者，都應記取。十、師長囑咐的事，要盡力做，不可違慢。