

# 佛化家庭

整理：柯淑凌

审阅：善戒法师

在家佛教徒的修行道场离不开家庭。家庭融合了情感、血缘、经济等很多方面，是不同辈分和成长背景的人们共处、磨合的道场。对于一般家庭而言，婚姻的核心是建立一个和谐美满的家庭氛围，目的是拥有快乐的家庭生活。那当一对佛教徒男女组建起佛化家庭时，重点又是什么呢？

学佛的目标是灭苦或远离烦恼，而这一目标的实现需要持之以恒的修行。佛化家庭的核心也是需建立和谐、圆融的环境，不过它的目标应该是要让每一位家庭成员共同减少烦恼，把时间投入到累积福报和修行上。和谐的氛围可以让彼此的修行都少一些障碍。

家庭生活中矛盾与摩擦在所难免。这些摩擦可大可小，都不能被忽视，它们以惯性模式在意念、言语或行动上伤害家人。从小的说，比如我听过有对夫妻的吵架，导火线是丈夫总有物不回归原位的好习惯。从大的说可以是婆媳关系，也有孩子的教育问题等。如果这些摩擦不妥善解决，就会引发很多的不和谐，带来更多的烦恼和负面情绪，如忧虑、怨恨、懊悔、掉举、执着、伤心等。如果这些烦恼进一步影响行为，将会严重地障碍修行。

佛化家庭的本质在于夫妻双方立足于缘起法则，在生活中持戒，修习四无量心，并持续地修行，以提升智慧，共同将佛教精神和佛陀的教诲融入家庭生活。

佛陀在《增支部 4:55》经中，为那库拉（Nakula）的父母开示了若夫妻希望来世仍为夫妻，应如何建立佛

化家庭。当然并非每对夫妻都有此愿望，经典明确指出了佛化家庭应具备的条件。经典故事如下：

如是我闻：

有一次，世尊住在婆祇国苏苏马拉山之贝萨卡拉林的鹿野苑。

那时，世尊在午前时穿好衣服后，取钵与僧衣，去屋主那库拉的父亲住处。抵达后，在设置好的座位坐下。那时，屋主那库拉的父亲与那库拉的母亲去见世尊。抵达后，向世尊闻讯，接着在一旁坐下。在一旁坐好后，屋主那库拉的父亲对世尊这么说：

“大德！我从年轻时，当年轻的屋主那库拉的母亲嫁来后，我不曾以意侵犯屋主那库拉的母亲，更何况以身！大德！我们希求当生既能互相看见，来世也能互相看见。”

屋主那库拉的母亲对世尊这么说：

“大德！我从年轻时，嫁给年轻的屋主那库拉的父亲后，我不曾以意侵犯屋主那库拉的父亲，更何况以身！大德！我们希求当生既能互相看见，来世也能互相看见。”

“屋主们！如果夫妻二人希望当生既能互相看见，来世也能互相看见，请二人要有相同的信、相同的戒、相同的施舍、相同的慧，则他们就当生既能互相看见，来世也能互相看见。”

“二者都是有信者、宽容者，‘自我’抑制之如法活命者，他们是夫妻，是互相说可爱话者。”

他们有極多的利益，安乐被產生，‘他们的’敌人們成為不快乐的，当二者同是持戒者時。

在這里行‘正’法後，同持戒與禁戒的二者，欲的欲求者他们喜悅，在天界中欢喜。”

经中佛陀指出，夫妻共建佛化家庭需具备以下德行：

- 1) 信任：夫妻间真诚相待，互相信任。
- 2) 宽容：家庭成员以四梵行，即以慈悲喜舍的心宽容对待彼此，共同营造和谐的家庭氛围。
- 3) 自我克制：生活中保持正念正知，持守五戒，放下我执，与家人和睦相处，避免摩擦。
- 4) 如法活命：即正命而活。夫妻从事正当行业，以正当的收入维持生活，避免现生恶业果报，为双方带来心的安稳。

若夫妻双方具备信任、宽容、自制和正命而活的德行，便能营造一个充满善意的沟通环境。经典点出了善语~鼓励的话、安慰的话、赞美的话和劝导的话，在和谐家庭中发挥着重要作用。反之，妄语、两舌、恶口、绮语往往是造成家庭不和的根源。“说出去的话不能收回”，一句恶语，犹如钉入木板的铁钉，即使拔出，痕迹依旧。可见不善语的祸患是非常强大的。

当夫妻在道德、戒行和智慧上持续提升，生活将更加安稳融和。所谓的敌人，即修行路上的障碍，将在不

知不觉中减少甚至消失。佛教徒夫妻真诚地以佛法互相扶持，在有限生命中，共同在法上助对方提升修行，这正是佛化家庭的目标。经典中提到的那库拉的父亲与母亲，甚至在身心上从来没有敌意，他们夫妻相敬如宾，堪称楷模。

在探讨了佛化家庭的目标之后，我想分享在生活中可以或因缘俱足应该实践的一些事项。在这里，我用了“可以”和“因缘俱足应该”实践的事项，是因为佛法是活用的。佛陀在四十五年的传法历程中，运用了很多善巧方便和殊胜的调御方法引导众生。例如《善生经》中，佛陀并未否定富户之子善生在河中沐浴后的礼仪，反而巧妙地阐释了向东南西北及上下六方行五体投地礼的意义，从而提升了善生在人际交往中的美德。

以下是佛化家庭在生活中可以或因缘俱足应实践的事项：

1. 在家中供奉一尊佛像或一幅佛像画。大小不拘，最好是置于显眼之处，其潜移默化的力量能提醒我们。如有条件，每日早晚礼佛，供花、果、水、烛等，或进行早晚课，这有助于培养和提升恭敬心。若能带动家人及孩子共同参与供佛、早晚课或诵经等活动，是非常好的引导方式。引导过程中不宜强制，需循序渐进，让孩子理解早晚课、经文的内容，熟悉巴利文，了解供品的含义及三宝的意义。例如，孩子尚幼时，我每晚睡前都会念诵“愿我平安快乐，愿妈妈平安快乐，愿爸爸平安快乐……愿大家保持快乐”。孩子在耳濡目染之下，学会更多词汇后，会加入更多亲友、动物的名字，这种互

动让孩子在接触慈经时，更能相应和接受，不会盲从或排斥。

另外，我想分享我有一位学佛的善友，由于婆家不是佛教徒，结婚30多年家中大厅一直没有供奉佛像。出于对长辈的尊重，他们只是把一幅佛像画供在小偏厅的角落。然而，这并未减弱夫妇俩学佛的精进力，他们几乎每周日都会前往佛教道场参与活动和服务。学佛的美好是在生活中以八正道为导向，而非执着于外在的形式。

2. 抽空前往道场，亲近出家人，听闻佛法，行布施和服务。家庭成员若能一同参与，对感情和谐及修行都很有帮助。在科技发达的今天，即便居住偏远，无法亲临道场，也能通过网络听经闻法，参与线上布施和服务。

3. 让孩子参加佛学班，参与佛学营或活动很重要。在道场中，孩子有更多机会接触出家师父，结识善友，更快建立正见。若有机会让孩子承担道场服务，能使其对佛学的理解更为深入。在孩子未到入学年龄时，我已带他们到佛教会做早课，让他们熟悉环境。当他们到了适合的年龄，正式去上课时，便能很快融入佛学班。如果身处边远之地，周遭缺乏佛教场所与善知识相伴，孩子们可以通过视频、佛乐、线上佛学活动等方式，与师父结缘，与善友相识。与家人建立和谐的沟通关系非常重要，家中的佛教徒成员可以通过共同探讨时事，引导家人和孩子了解缘起之法，树立正见。

4. 把握因缘，带家人孩子参与佛教活动，如佛教展览、电影，这不仅增进家庭感情，也提供了分享和讨论

佛法的机会。过年时，带孩子到道场礼佛、拜访师父和长辈，让孩子在生活中实践对师长的尊敬。

5. 和孩子一起做布施，如供僧、供袈裟等，培养孩子的舍心。孩子以父母为榜样，耳闻目染，愿意付出，服务道场，帮助他人。若当地无道场，可选择帮助需要的人，参与捐血或老人院服务等，同样能达到培养舍心的效果。

6. 夫妻在生活上以三宝为指引，遵循正法、不盲从迷信，孝顺父母，敬重邻居亲友，常怀知足感恩之心，让孩子及亲人感受到佛法的益处，对佛法建立信心。

7. 抽时间修行。夫妻若有时间参与禅修营或每日静坐，自然最好。若不能，也不必过于纠结。修行有多种法门，可以在日常生活修四念住禅、慈心禅、佛随念、法随念、僧随念等，不必局限于盘腿静坐，也不必夫妻共同修行。我认识一对夫妻，他们会轮流参加禅修营，以便另一人照顾孩子，令人赞叹。若因缘俱足，与家人孩子共同安排共修时间或参与禅修营，更是美事。

经营一个佛化家庭，并非刻意之举。它只是单纯地将佛教的精华与佛陀的核心教义，自然融入于生活的过程，家庭是我们印证佛法效用的道场。修行在当下，和家人们在交流沟通时，常保持正念正知，以慈、悲、喜、舍之心相待，营造和乐圆融的氛围，以此助力我们的修行。

# 闻思题

- 1) 佛化家庭和一般家庭有什么不一样？
- 2) 如果一个家，丈夫从事捕鱼卖鱼工作，可称为佛化家庭吗？
- 3) 如何看待家中长辈或成员有沉迷饮酒聚赌的恶习？
- 4) 请分享您在佛化家庭里体会/看到的效益有什么？