

諸位同學，大家好！我們繼續來學習雪廬老人的《常禮舉要講記》，子、「居家」第十二條。

【十二、食時不嘆，不訓斥子弟。】

這一條就是吃飯的時候不要嘆氣，不要在飯桌上教訓子弟。實在講，吃飯的時候不講話這是最好。在儒家就吃飯的時候不講話；佛家的規定是嘴巴還在吃飯，不講話，你起碼要把飯菜吞下去再講，不能嘴巴有東西還沒有吃下去就講話，這個也很不衛生。這一條是吃飯的時候不嘆氣、不訓斥子弟（就是不罵孩子）。

「不吃飯時，怎麼說話怎麼行，在家裡或外頭吃飯時，不許有『哎』這種語氣，這是大毛病。在外頭請你作客，想到了別的事，並不是為這個，也不許『哎』。給主人看到，他會誤會！」這一段雪廬老人講，你不吃飯的時候，怎麼說話都可以；在家裡或者外面吃飯的時候，不許嘆氣。在外頭人家請你作客，你想到了別的事情，並不是為了吃飯這個事情，也不許「哎」，不可以嘆氣。這樣給主人他看到，他產生誤會，是不是我請你來吃飯你很不滿意？這個誤會就不好，所以食時不嘆。

「現在吃飯講衛生，古時候吃飯不大講究衛生，講究歡喜，所以不許看書。從前吾吃飯時，拿一本書看。老人不管吾時，吾就看書，管吾時就不敢看。」這是雪廬老人講，現在的人比較講究衛生，古時候吃飯不大講究衛生，講究歡喜，要歡歡喜喜的吃飯，所以吃飯的時候不許一面吃、一面看書。雪廬老人講，他吃飯的時候他喜歡拿一本書看，老人沒有管他的時候他就看書，老人看到管了，

他就不敢看了。「吃飯以後也不許看書」，剛剛吃過飯也不可以馬上看書，「因胃不易消化」，這個飯還在胃裡面消化，「所以不許用心，這個大家記住，與衛生也有關係」。「《紅樓夢》中也有吃飯以後一點鐘以內不喝茶，你不信翻翻《紅樓夢》查查看。」這是剛吃完飯不要看書，對胃不好；也不能馬上喝茶，吃過飯以後一點鐘以內不喝茶，《紅樓夢》都有這麼寫的。

「再者『不訓斥子弟』，以前大家庭中食時訓斥子弟情形很多，現在小家庭就不敢訓斥子弟，求子弟不訓斥父母就萬幸了。」時代不一樣了，以前大家庭當中，吃飯的時候教訓子弟這個情況很多，現在小家庭不敢，只要求這個子弟不要去訓斥父母那就阿彌陀佛、就萬幸了。「現在或可還有幾個家庭吃飯的工夫不幹別的，卻開起檢討會來教訓孩子，吾到親戚家也看過這種情形，孩子放下筷子聽訓，家長訓示的聲音愈來愈大，小孩子哭了，家長大聲說『還不吃』！結果一桌飯有的哭、有的吃，那就是作病。哭就不能吃，吃就不能哭，所以是不能教訓子弟。」這個是要避免的，吃飯的時候不要去訓斥子弟，就不要去罵孩子。孩子被家長一罵就哭了，哭了他就沒辦法吃飯，沒辦法吃飯父母又在那「你怎麼還不吃？」他在哭怎麼有辦法吃？他哭就不能吃飯，吃飯他就不能哭，所以吃飯不能教訓子弟。「從前佛教叢林吃飯實實在在，靈山寺當家師在的工夫那還又一套，用鼓山打佛七過堂的辦法，現在也不那樣了，不進步有什麼辦法呢？」叢林過堂吃飯的確是非常好的一個儀規，過堂吃飯都不能講話。這是雪廬老人舉出台中靈山寺當家師在的時候，用鼓山打佛七過堂的辦法，現在也沒有那樣了。所以還是用過堂吃飯的辦法，這是最好的一個方式。

這個「子、居家」一共有十二條，我們就學習到這裡。下一次我們就進入「寅、處世」。今天跟大家分享到這裡。祝大家福慧增

長，法喜充滿。阿彌陀佛！