

淨宗同學修行守則—餐桌禮儀      悟道法師主講      （第五十四集）  
2021/7/18      台灣台北靈巖山寺雙溪小築  
檔名：WD13-005-0054

《淨宗同學修行守則·常禮舉要》。諸位同修，及網路前的同修，大家好。阿彌陀佛！請放掌。請大家翻開《淨宗同學修行守則·常禮舉要》，第八十二頁，我們從第五行：

【十三、食勿響舌，咽勿鳴喉。】

這一條是講吃東西，嘴巴裡面不要出聲音，這個就比較失禮了。過去我們也看過別人，可能自己也犯了這個毛病，你在吃飯，嘴巴咬那個食物，咂咂的響，這個就不好看。『咽勿鳴喉』，吞東西也不要出聲音。我們聽聽雪廬老人講的，「你在齋堂裡看看，受過教育的，飯菜才放到嘴裡也嚼也吃」，不是張著嘴咂咂的響。「吃菜喝湯，嘴閉著，先用牙齒與嘴唇嚼」，吃菜跟喝湯，嘴巴不要張開，就是嘴巴閉著，先用牙齒跟嘴唇去咬嚼食物。一些人吃那個菜，咂咂的響，「在舌頭響個不停」，這個我們都聽過。往下吞嚥的時候，咕嚕咕嚕的，咕咚咕咚這樣吞下去，「這很不像樣子啦」。滿嘴裡響，喉嚨還在那裡咕咚咕咚，「你聽了笑，你笑什麼？因為笑他吃相不對。笑他不對是不錯，可別自己犯了這個毛病。現在吃的麵包，可以剝開往嘴裡填」。當時雪廬老人講這個課，當然底下聽眾有人聽了這段就笑了，笑什麼？笑那個人吃相很難看，笑他這樣吃是不對的。笑是沒有錯，最重要自己不要犯那個毛病。

「其次喝茶或喝酒，你看過唱京戲，喝酒都用袖子遮起來，是唱戲的為了好看嗎？其實戲上都是按照古禮編下來的，都是名人編的。」這是古禮，不是為了好看。「你們諸位看過法師講經，穿上袈裟坐上大座，在上頭是不能吃飯，但可以喝茶。從前的証蓮法師

與現在道源法師」，這些都是我們台灣的老法師，從大陸來台灣的老法師，可能都不在了，道源老法師往生了，他也是我們受戒的時候，三師七證，「他們是老人啦，他們還興叢林的這一套規矩，搭上衣服，喝茶時必須遮起來。法師講經也是唱戲」，遮起來，因為一般穿海青，袖子比較寬，像我穿的是長衫，大概遮起來，喝茶就這樣喝，這是一個禮節。現在有人方便一點，如果說沒有穿海青，遮得不滿，用杯蓋這樣遮著喝也可以。總之這是一個禮節的問題。

「不知道的事最好要問，不必在大眾問，可以私下問，為什麼是這樣子呢？學問，學問，要學就要問嘛！」這個也是教我們，我們不懂的事情最好先請問別人。也不必在大眾面前問，可以在私下問一問。學問，學問，要學就得問，不問就學不會。我們再看下面：

【十四、公食以不言為原則，須言亦應避免唾沫入公器中。】

【十五、咳嗽必轉身向後。】

「這兩條一起說」，雪廬老人把這兩條合併起來一起講。「公共吃飯是聚餐，以不說話為原則，為什麼呢？《論語》上有食不語、寢不言，這人人都念過。」《論語》上有講到這一句，就是你吃飯的時候不要講話，不要一面講、一面吃；睡覺的時候也不要言，不要去聊天。有一些人睡覺，特別是如果一個房間兩個人睡的，兩張床，睡覺大家躺著，躺著還在聊天，躺著聊，這是不合乎衛生。所以《論語》有這兩句「食不語，寢不言」。「這人人都念過，人人不聽這一套。」《論語》很多人都念過，那是以前人人都念過，現在沒念的人多得很，大多數的人沒念過。「為什麼食不言呢？為什麼管得這麼嚴？不是管得嚴，因為吃飯時最好少說話，就是說話也是兩個人聲音低一點。若在那高談闊論什麼的，一高聲說話，你在太陽下一看，一說話，嘴裡有很多吐沫往外噴。在桌子上一高談闊論，菜就添上材料啦！所以吃飯以不說話為原則。」這個是講，

如果說話你低聲講，小聲一點講也還好；如果你嘴巴還有飯菜，一面講一面吃，而且高談闊論，講到正興奮的時候，可能你嘴巴的飯菜就噴出來，噴出來在桌上大家公眾用的菜就加上材料了，這個是雪廬老人幽默的話。大家看了還敢吃嗎？所以吃飯以不說話為原則；要說，吃飽了再說。佛家比較沒有那麼嚴格，佛是規定你嘴巴當中有食物，你不要講，把你的食物都吞下去再講。不要嘴裡面的食物還沒有吞下去，然後就迫不及待的趕快講，這個就不好。

「須言亦應避免唾沫入公器中」，如果遇到必須要講的話，唾沫就是口水，你不要把口水噴到人家公眾用的菜、湯上面，人家看了，誰敢吃？「除了說話避免唾沫入公器中，還有最不像話的是咳嗽。」這個也是常有的事情，特別是老年人容易咳嗽。「現在老年人出來吃飯的比較少，年輕的多」，老年人比較會咳嗽，年輕人比較不會咳嗽。「這有什麼關係呢？」何必講這個咳嗽？「總而言之，年輕的咳嗽少」，年輕的人咳嗽就比較少，除非你是傷風感冒才會咳嗽，一般沒有感冒他不會咳嗽。「從前老人，以咳嗽表明老的狀態，以此倚老賣老。你看唱戲一出來的老生，嗯哼，就是他有老氣，上來先得這一套，這是幹什麼呢？這表示是老生。」老生，他的聲音出來就是老人的聲音。「有的咳嗽不是假咳，是真咳，這個吐沫滿嘴都是，有些懂局的用巾堵著嘴」，用毛巾堵著嘴，「這個有時也堵不嚴」，就是沒有堵好，可能咳嗽，你那些唾沫、痰都噴出來了。

「我給大家說，只要咳嗽，總得要轉身。吃飯要咳嗽，把身體轉到後面去咳嗽。」這個常禮我們要學，如果忍不住要咳，就把身子轉到後面，不要對著餐桌上那些菜咳嗽，身體轉後面去咳。現在還有一些人，我看到他要咳嗽，他就起來，走到外面去咳。這邊是給我們講，你轉個身就好了。「這還罷了」，這個就是說，咳嗽，

這樣也就算了。「現在人人都知道有傳染病的，誰有生病誰沒生病，大家不曉得，必得迴避這個，這是別叫人討厭，這個大家記住。」特別全世界到現在還沒有解除新冠疫情，所以在這個時候，如果大家一起吃飯，不曉得誰有被傳染，誰沒有這個傳染病，大家不知道，這可不要往菜那邊去咳，那個就很不衛生了，人家看了就很厭惡，這個我們大家都要記住。

「西餐館子有一塊白巾，中國人吃飯，都有飯單，這大家沒見過。飯單很大，有四方的，也有三角的」，這個飯單不是指菜單，是一塊布，有四方形的、有三角形的，「上面有繡花很講究。當差的都是自己帶著筷子、刀子等等，每個當差的伺候著各自的主人，古時候的行酒，那是很要面子的，毛巾等等，統統是自己帶著。桌子上，主人都擺著紙，現在也興這個，擺上紙的目的就是預備你自己某些的毛病。所以出去聚餐時，帶幾張衛生紙預備著，倘或吃飯時，嘴巴往下滴著什麼東西，弄得桌子不乾淨，拿個衛生紙自己擦擦。」現在西餐都有一塊白布，吃過西餐的都知道，那個白布就是你擦嘴巴，或者你要咳嗽捂住嘴，或者預防湯汁、飯菜掉到衣服上，西餐有這個。過去中國人吃飯也有準備這個東西，那是在社會上比較有頭有臉的人，自己都有個當差的，準備自己的一塊布、筷子。主人也會擺一些紙，讓大家備用。現在一般到餐廳吃飯，或者是你到別人家裡去，給人家請客，餐巾紙一般現在都有，現在就很普遍了。像我小時候，那個時候吃飯，去給人家請客，也沒有什麼餐巾紙，現在是有，很普遍。自己要去給人家請客，自己身上帶一個，萬一沒有，自己的可以拿出來用。我們再看下面一條：

#### 【十六、勿叱狗，不投骨於狗。】

『叱』就是大聲叫、大聲罵。這個我們也看過，狗跑過來，大聲把牠喊走。這個是講吃葷的，給人家請客，像排骨就有骨，雞、

魚都有骨頭，不要看到狗來了，就把骨頭丟給牠。「現在講究的是不讓動物上屋裡去，普通人家沒有這個規矩。」你去人家家裡拜訪，一般不帶自己家裡的動物去的，但是普通人家就沒有那個規矩，可能主人那邊他自己也有狗、貓這一類的。

「你在這裡請客，葷菜裡頭必須有帶骨的菜，西菜裡也有，牛排、豬排都帶著骨頭。」像牛排、豬排，都帶著有骨頭，雞、鴨這些都有骨頭，這是舉出一個。「中國菜裡頭，現在的館子沒見過，從前都有，任何盤子必須有一樣排骨，大約一寸，肉在骨頭上，排骨跟骨排在一塊。吃的工夫，用筷子夾著骨頭，用嘴把肉脫出來，將骨頭放在桌子上，你不能往地上一摔，主人還要替你善後呢！」這個是吃葷，如果吃到排骨，在古時候中國菜，盤子都有一樣排骨，肉在骨上面，排在一起，你要吃的話，你要把筷子夾著骨頭，然後用嘴巴把肉咬著把它脫下來，肉從骨頭上脫下來，骨頭就放在桌上。不要把骨頭往地上丟，丟了就髒了，主人還要打掃。

「從前做菜沒有骨頭，菜是不行的，因對客不恭敬。」這個是從前的規矩，這是講葷菜，裡面一定要有骨頭。當然我們現在吃素的沒有這些，這是講吃葷的。《常禮舉要》是對整個社會大眾講的。在古時候，沒有骨頭的菜，那表示對客人不恭敬。「而肉靠骨附近最香，這裡頭還有些講究。」以前我們在家吃葷的時候吃過，的確靠近骨頭那個肉也是最香的。你要是吃完了，「把骨頭摔在地上」。以前年輕的時候，跟著我父親去給人家請客，這個事情我也幹過，吃了骨頭，看見桌底下有狗來了，就丟給牠吃了，這個是不對的，以前沒有學過《常禮舉要》。為什麼不能丟？「狗的嗅覺最靈敏」，牠鼻子很靈敏，你丟在地上，牠聞到了，牠就跑來屋子裡面吃那個骨頭。如果來了一隻狗也還好，如果來了兩隻狗，兩隻狗搶那根骨頭就打架了。下面雪廬老人講，他說「你看狗來了，客人就

算不說，主人也不能讓狗走來走去，喝斥牠：咳！狗滾出去」，不能說，這個狗趕快出去。「這若是在普通時候說，狗滾出去是可以的，在聚餐時主人要是說滾出去，是叫狗滾出去？還是罵客人呀？這個大家可要迴避，以免發生誤會。」主人在請客人吃飯，狗進來，不能把狗趕出去。有一些客人他不在乎，他也沒有什麼感覺；如果有的客人他比較敏感的，怎麼在吃飯的時候你在趕那個狗，是不是在罵我，罵我像狗一樣？要我出去？這個誤會就大了。所以這個時候不能去喝斥那隻狗，趕那隻狗滾出去；如果平常，不是請客的時候是可以。

「再說席上客人有穿好的，也有穿得不好，這個穿的不好的人一聽滾出去，他心裡就發生誤會。」這是請客人，有的比較有錢的人他穿得比較體面，比較沒有錢的人他穿得比較簡陋，衣服穿得比較沒怎麼樣。如果這個時候主人去喊狗滾出去，這個穿得不好的人一聽到滾出去，可能他心裡就一個直覺感，發生誤會，這個什麼意思？怎麼看到狗，滾出去，可能發生誤會了，是不是在罵他？這個時候當主人的看到有誤會，你在這個時候「可不能解釋說：我不是說你呀！」如果你越解釋就越糟糕，我們一般講愈描就愈黑。「這可就要注意了」，這個要注意了。所以聚餐，這些都是人情世故，要懂，這個時候哪些話不能講，要避免。

「再者不投骨於狗，明明看見有狗來，你的骨頭也要放在桌子上」，怕有另外一隻狗來搶，跟牠打架。現在這個時代比較少見，我以前年輕的時候，自己家裡請客，貓、狗進來就很常見的事情，現在很少了。除非在鄉下，鄉下你在一樓、大廳，門是開著的，可能會有狗進來。現在有很多房子，餐廳，在外面就要脫鞋，門都關著，開冷氣，除非他自己主人家裡養的狗，不然一般狗牠不進來的。

這一條，我們也要知道它的精神在哪裡。這是舉出一個例子，我們學東西總要舉一反三，以此類推。就在吃飯的時候，哪些話你不要講。聚餐是行禮，也就是說你講話不要造成別人對你的誤會，就是這個意思，這是舉出一個例子。像現在沒有狗，這一條就可以免了，不是這個意思。他這是舉出一個例子，就是說你在吃飯的時候、在談話的時候要謹慎，避免講話讓客人誤會，這個要注意。這個大家自己揣摩。我們再看下面：

### 【十七、碗中不留飯粒。】

吃飯要吃乾淨。「中國自古以來，以農立國，民以食為天，農田是人民命脈，所以農人的地位很高」。『碗中不留飯粒』，我出家的時候跟著日常法師，日常法師吃飯，桌上都要擺一壺開水，吃過飯，就要把開水在碗裡洗刷乾淨，那個水要喝下去。實在講，那個飯吃完了，再用開水洗一洗，喝下去，那個碗好像洗過了一樣。如果沒有開水，準備一個饅頭，像以前印光祖師就準備饅頭，把碗盤那些汁擦乾淨，把它吃下去。吃完，就是碗跟盤乾乾淨淨的，不留一些渣，也不留飯粒，這個是最好。你吃乾淨，主人看了也歡喜，表示他做的菜不錯，大家很捧場，很給面子，不要吃不乾淨。在家裡也是一樣，吃飯沒吃乾淨，碗裡面都有飯粒，一粒一粒的，我母親就會講，如果吃飯吃不乾淨，碗裡面有飯粒，將來你討老婆會討到麻臉的，像這樣一粒一粒的，難看的，用這個來哄小孩。也就是說你吃飯要把碗裡的飯都要吃得乾乾淨淨的，不要糟蹋糧食，不要浪費食物。我們再看：

### 【十八、不對人剔牙齒。】

「吃完了飯要剔牙，這是免不了的，但是不對人」，不要對著人，面對面，對著他去剔牙。「你凡是不恭敬的事情不對著人」，就是你對著人剔牙齒，對人是不禮貌，不要對著。你頭低一點、偏

一點，不要面對面對著他，在他面前剔牙。所以『不對人剔牙』，不對著人去剔牙齒，你稍微偏一點，頭低一點。「你譬如見了人，對著人打呵欠，對著人伸懶腰這個樣子，對方看見這個就覺得你不禮貌。」這是以前，「現在不這樣了，什麼禮貌也沒有了」，現在人也不懂，什麼禮貌都沒有，現在不懂這些了。

「從前，一碰見有人對著我們打呵欠什麼的，就是今天運氣不好才碰見這個，一定不吉祥，趕緊把霉氣弄走了。」這是從前，從前你看到一個人對著你在面前打呵欠，感覺就很不舒服，感覺今天很不吉利，遇到這個倒霉事情，有人在我面前打呵欠，要把這些霉氣給它弄走。「還有一個風俗，這個茶壺嘴子不可對著人。」茶壺倒茶出來那個嘴，不能對著人。「這個事多了，這是中國迷信，現在不信這個，信洋迷信了。有了洋迷信就把中國迷信蓋了去。」雪廬老人講了，說這個中國迷信，就不信這套了。不迷中國的，迷信西洋的；迷信西洋的，就把中國迷信蓋過去了。實在講，這是雪廬老人講的，這個不是迷信，是人情世故。我們再看：

### 【十九、客食未畢，主人不先起。】

「這條單指對主人而言」，前面都有主人、有客人，這一條是單單指主人。「客人或許吃得慢，主人若先吃飽，就把筷子放下來什麼的，這不行！主人都不吃了，你客人還在那兒吃，哪有這麼不開竅的客人？當主人總得慢慢的吃，並且把桌上東西盡量吃完，這個好看。」這個是當主人的道理，你請客人來，當主人的要有誠意，誠意是從這個地方去表現。有的客人，他或許吃得比較慢，如果主人自己先吃飽就把筷子放下來，我吃飽了，主人都不吃了，那你客人還在那裡吃，人家主人都吃飽了，哪有那麼不開竅的人？懂局的客人，就是懂得人情世故的客人，不能再吃了，人家主人都吃飽了，筷子都放下了，我們還在這裡吃。不是趕快把自己留的菜吃完



，就放著就不吃了。但現在人也不懂這些禮貌。所以當主人的，你吃飯不能吃得太快，給客人感覺不好。所以當主人的不能吃得太快，要慢慢吃，而且盡量把桌子上的東西都吃完，這樣客人他才安心的吃。所以當客人可以先說吃飽，當主人可不能說我吃飽了，你們慢慢來，這個不是待客之道。

【二十、起席，主人遜言慢待，客稱謝。】

「用完餐，起身離度時，主人遜言慢待，主人先說對不起。這裡遜言慢待的意思，是哪裡也招待不好，這是說客氣話」，客套話，就是說慢待，不好意思，沒有好招待，招待不周，招待得不好，請多包涵，這是主人對客人的一個客套話。現在的人覺得說，為什麼要這麼講？這是禮，唯恐自己真的是招待不周；縱然招待得很周到，也要說招待不周，沒有招待好，這表示謙虛，客氣話。「洋人正好相反，對客人說：你看吧，今天我這個菜最好」，我準備多好的來請你。西洋跟中國的文化就不一樣了，跟中國文化剛好相反。西洋人送禮給人，跟中國人也不一樣，中國人送禮給人，中國人會說：「這個東西是薄禮」。沒有什麼，這個不值錢，沒什麼，薄禮，很薄，我們一般講不成敬意，是個薄禮，不成敬意，這是中國人，中國文化是這樣。「洋人說：我這把扇子是從非洲來的，好貴唷！」不是一般的，你看我送這麼貴重的東西給你。「我今天招待的菜是天下沒有的」，我招待很好的，「這是洋派的」，西洋都是推銷自己，這是西洋文化跟中國文化不同的地方，「一切都與中國反著」，反向，相反。

下面雪廬老人講了當時的一個新聞，「你再看看昨天中央日報副刊上談到那個西洋文化，就以阿根廷與英國這個事情來說，阿根廷佔領了福克蘭島，英國人少就投了降，後來英國發了兵，阿根廷就投降，這兩面都投了降」。這是舉出當時的一個例子，阿根廷跟

英國爭奪福克蘭島。「但是中國可不是這個風氣，就以張睢陽為例，外頭幾十萬兵，自己敗得剩十幾個人就是不投降，賊兵破城，割他的舌頭，殺他的頭，也是不投降，這是中國的文化。」這是有氣節的，就像文天祥一樣，他就是不投降元朝。

「你看歷史，他們不夠人格。」如果你看到歷史，看到西洋這些文化，不夠一個人的品格。「我們還要全盤西化嗎？」現在中國人都說要全盤西化，就全部跟西洋人學，自己老祖宗中國傳統文化就不要了。到底文化哪個比較好？「中國再不行，在地球上也已五千年了，雖然亡國，但沒有亡族。如今卻必得要把民族滅亡了，這個也難怪呀！國家算什麼，連父母都不要了，還有什麼國家呢？談不上盡忠報國了。你看中國的張巡、岳武穆等等，洋人看他們都是傻小子，跟他們不一樣。」為什麼有那麼傻的人？把忠於國家看作是傻瓜，傻小子。要學他們，跟他們一樣，「就是要我們聽他們的話，全盤西化了」。西化就是什麼？「誰有力量，我們就投靠誰，邪說橫行，現在就鬧成這個樣子。」雪廬老人當年在台中講這個話，到我們現在更離譜了，現在人連祖宗都不認了，有很多人都不認同自己是中國人，不認同自己祖宗的歷史文化，去認同外國人的，這是現在。「書歸正傳」，雪廬老人講，回歸到我們這個正題來，「起席的工夫，主人先說慢待，客人也得說謝謝，雙方禮尚往來，人家恭敬我，我恭敬人家」，這個才合乎禮。我們再看「聚餐」最後一條：

### 【二十一、宴畢，主人進巾進茶。】

「宴畢，飯吃完了，主人照例的擺手絹、獻茶，這個現在還得有。總之，必得講衛生，這個手續省不下，手巾是免不了的。」手巾就我們現在用碟子放著，擦手擦臉的。現在餐廳也有，如果在餐廳吃飯，也有準備。有一些餐廳比較講究的，有擦手的手巾。「做

客的工夫，主人拿著手巾來，我們可以擦一擦，擦了就別再坐在那兒，等著主人獻茶，擦了臉就可以起來了。所謂客去主人安。」主人他請客招待這一餐，時間已經很久了，主人還得吃飯，他家裡面還有很多人還沒吃飯，「我們早退也好嘛！」提早離開，讓人家好收拾。不然我們飯吃過了還待在那裡，主人要不要招待？他不能跑。所以禮要有一個節制，不要太過了。如果他茶泡好了，我們也喝個兩口就走，也不是說完全不能喝了，或有時候喝個咖啡，不要坐太久，這條意思就這樣。也不是說，他已經泡好了，你就不用喝了，就走了。這個是還沒有泡，還沒有泡就不要坐在那邊等，我茶還沒喝，還不能走，不可以這樣。如果他已經準備好了，有一些聚餐，你到人家去做客，他還要上個水果，吃一點，意思意思就好了，就不要坐得太久，人家忙了一天，有很多事情要處理，不要耽誤太久。客人走了，主人心才安，不然他的心都掛在那裡，怕招待不好，對人失禮。做客人有客人之道，做主人有主人之道，這個都是要禮。

好，「聚餐」我們就學習到這裡，下面「辰、出門」我們明天再來學習。祝大家福慧增長，法喜充滿。阿彌陀佛！