【目錄】

論壇議事說明事項..... 01

第七屆近現代漢傳佛教論壇議程..... 02

學者簡介..... 04

明清時代高僧大德修行經驗的自我書寫..... 05

佛教健身法之當代詮釋──談佛教養生學之理論、方法與功效..... 06

龍居佛地：一位百歲僧人的宗教歷程..... 08

Master Sheng Yen's life and the Embodiment of his Religious Vision
聖嚴法師的一生及其宗教觀的體現..... 09

明清禪門工夫論敘事之檢討..... 11

念佛法門的修持與宗教體驗──以印光大師「十念記數」、「都攝六根」念佛法為例..... 13

聖嚴教育基金會論文獎助學金資訊..... 14

論壇議事說明事項

壹、圓桌論壇

每場 80 分鐘：

一、主持人介紹。

二、與談人每位發表 15～20 分鐘。

三、開放討論 20 分鐘。

貳、論文發表

每場 80 分鐘：

一、主持人介紹 5 分鐘。

二、發表人每位發表 25 分鐘（第 23 分鐘時響鈴乙次提醒；響鈴兩次時請結束。）

三、與談人綜合回應 8～10 分鐘（第 8 分鐘時響鈴乙次提醒；響鈴兩次請結束。）

四、開放討論 20 分鐘。

參、午餐與休息

一、大會備有午齋，請自備環保餐具（筷）。

二、大會提供飲水，請自備環保杯。

✧ **本屆論壇採「實體會議同步視訊會議」方式進行。**
為尊重智慧財產權，本論壇未經主辦方授權，禁止錄音、錄影。

✧ 如有異動，請依現場公告為準。

第七屆近現代漢傳佛教論壇議程

12 月 17 日（五）	
08:30-09:00	**報到**
09:00-09:10 09:10-09:20	**開 幕 式**　方丈和尚致詞 大合照
09:20-10:40	**圓桌論壇 I** 主持人：林鎮國 論　題：實踐、書寫與解脫 I 與談人：釋性廣｜禪觀修持與人間關懷──大乘利生三昧之特性與功德 釋果鏡｜聖嚴法師禪淨教學的實踐 釋慧倫｜人間生活禪的修持與實踐
10:40-11:00	**茶敘**
11:00-12:20	**論文發表 I** 主持人：楊蓓 論　題：明清時代高僧大德修行經驗的自我書寫（廖肇亨） 與談人：郭朝順、翁開誠、徐聖心
12:20-13:50	**午齋**
13:50-15:10	**論文發表 II** 主持人：廖肇亨 論　題：佛教健身法之當代詮釋──談「佛教養生學」之理論、方法與功效 （釋性廣） 與談人：林朝成、徐聖心、釋常妙
15:10-15:40	**茶敘**
15:40-17:00	**論文發表 III** 主持人：越建東 論　題：龍居佛地：一位百歲僧人的宗教歷程（汲喆） 與談人：余安邦、胡志強、釋果幸

12 月 18 日（六）	
08:30-09:00	**報到**
09:00-10:20	**論文發表 IV** 主持人：釋果鏡 論　題：聖嚴法師的一生及其宗教觀的體現（俞永峯） 與談人：丁興祥、陳劍鍠、龔雋
10:20-10:40	**茶敘**
10:40-12:00	**論文發表 V** 主持人：釋果光 論　題：明清禪門工夫論敘事之檢討（宣方） 與談人：俞永峯、郭朝順、廖肇亨
12:00-13:20	**午齋**
13:20-14:40	**論文發表 VI** 主持人：鄧偉仁 論　題：念佛法門的修持與宗教體驗──以印光大師「十念記數」、「都攝六根」念佛法為例（陳劍鍠） 與談人：彭榮邦、釋果鏡、釋慧倫
14:40-15:00	**茶敘**
15:00-16:20	**圓桌論壇 II** 主持人：楊蓓 論　題：實踐、書寫與解脫 II 與談人：汲　喆｜故事與詮釋──當代公案三則 李維倫｜禪修經驗與自我的結構 宣　方｜難言之秘與禪外說禪：學術研究如何理解與詮釋禪修經驗？
16:20-17:20	**綜合討論**
17:20-17:30	**閉 幕 式**　董事長致詞

學者簡介

（依姓氏筆畫順序排列）

學者姓名	服務單位	職稱
丁興祥	法鼓文理學院人文社會學群 / 輔仁大學心理學系	兼任教授
余安邦	國立臺灣師範大學教育心理與輔導學系 / 中央研究院民族學研究所	兼任副教授 / 退休副研究員
汲　喆	法國國立東方語言與文明學院 / 法國多學科佛教研究中心	教授 / 主任
李維倫	國立政治大學哲學系	教授
林朝成	國立成功大學中國文學系	教授
林鎮國	國立政治大學哲學系	名譽教授
宣　方	中國人民大學佛教與宗教學理論研究所	副教授
俞永峯	美國佛羅里達大學宗教系	副教授
胡志強	國立政治大學哲學系	助理教授
郭朝順	佛光大學佛教學系	教授
翁開誠	法鼓文理學院人文社會學群 / 輔仁大學心理學系	兼任副教授
徐聖心	國立臺灣大學中國文學系	教授
陳劍鍠	香港中文大學人間佛教研究中心	主任
越建東	國立中山大學哲學研究所暨西灣學院博雅教育中心	教授
彭榮邦	慈濟大學人類發展與心理學系	副教授
楊　蓓	法鼓文理學院生命教育學程	特聘副教授暨主任
廖肇亨	中央研究院中國文哲研究所	研究員
鄧偉仁	法鼓文理學院佛教學系	副教授暨系主任
釋性廣	玄奘大學宗教與文化學系 / 玄奘大學暨玄奘文教基金會	兼任副教授 / 董事長
釋果光	法鼓文理學院生命教育學程	助理教授
釋果幸	法鼓文理學院佛教學系	助理教授
釋果鏡	中華佛學研究所 / 法鼓文理學院佛教學系	所長 / 副教授
釋常妙	國立陽明交通大學傳統醫藥研究所 / 台北市立聯合醫院血液腫瘤科	兼任助理教授 / 醫師
釋慧倫	佛光山寺	副住持
龔　雋	廣州中山大學哲學系	教授

明清時代高僧大德修行經驗的自我書寫

廖肇亨

關於中國自傳文學研究，晚近以來已漸為學界所重視，然而面對明清僧人所留下大量具有自傳性質的文本，如自說行實、自題自贊、懺悔發願文、自敘詩等等具有重要研究價值的材料，目前學界仍未給予相應的關注，學術成果累積亦寥若晨星。本次以明清僧家自我書寫為對象，就其相關精神內涵進行闡發。傳統佛教文化研究方面，對僧傳一向十分重視。但從史傳編纂的歷程來看，僧傳的內涵多非原始第一手文獻，自說行實才是珍貴的第一手史料。在明末清初時代變革的研究方面，僧人自傳書寫材料，對於認識明清之際的時代精神與法門氣運具有重要意義，明清之際僧人大量的自說行實，對認識高僧的求法與修行具有無可取代的重要意義。

佛教健身法之當代詮釋──

談「佛教養生學」之理論、方法與功效

釋性廣

一般印象認為佛教重視的是心智的面向，禪修也著重在心力的鍛練與增強為主，比較忽略色身調理的部份。其實，佛法是為了救度眾生離苦得樂，佛陀全面關懷有情的身苦與心苦；身體健康與心智清明，都是佛教重視與改善的重點。

本文簡述活躍於佛陀時代的佛弟子耆婆神醫的醫術，東來傳法的達摩禪師的健身易筋經，與開創中土宗派的天台智顗的養生六字訣。他們的醫術與功法，多採用當地的醫學文化，更因為受到佛法智慧的啟發，而能醫治疾患，利益眾生，並且傳頌後世。

弘揚佛法需要回應時代課題，將古老佛經做當代詮釋，更是佛弟子努力的目標。本文介述拙著《佛教養生學》的理論依據、操作方法與具體成效，嘗試將佛教健身的理念，做當代詮釋的呈現。

一、在學理建構部分，以佛法說明物質的四種特性：地、水、火、風──「四大」為依據，再採用現代人常用的概念，即物質的密度、黏度、溫度與速度，作為施設佛教養生方法的學理依據。

二、在佛法的當代詮釋部份，以色法四大的特性，對應現代醫學中骨骼與肌筋膜解剖學的研究成果，提出具有佛法特色的佛教養生方法的原則對應與方法闡述。

三、在實際應用與功法設計部分，指出維持身體「風大」的良好角度──「姿勢端正」是身體健康的第一要件。接著，設計簡單而有效的功法體操，做為鍛鍊「地大」堅韌力的增益助緣。當地、風二大能端正而堅韌，則身體內的水、火二大，就能夠流動通暢，進而溫暖全身，柔潤臟腑，得以符應經中所云：「四大調和，眾病皆癒。」的佛教養生成果。

四、最後，例舉許多學員實修此一養生法之後所得的效益。此中：因為四大調和，而能有效解除身體痠痛，療癒疾患的功效；在實際的案例觀察中，尤其以現代人常常罹患的自律神經失調症候群與筋膜症候群的改善，效果最為顯著。

當然，對於禪修而言，透過此一佛教養生方法，能夠避免因為長時間久坐禪修，身體產生的僵硬、緊繃與痠痛，進而堪忍、安耐久坐，增益止觀進境，這是推廣佛教養生學最重要的目標。

關鍵字：佛教養生學；地、水、火、風四大；姿勢端正；自律神經失調；
肌筋膜症候群

龍居佛地：一位百歲僧人的宗教歷程

汲喆

依據文獻和訪談，本文考察了江蘇省的大林禪寺靜海老和尚（1919-2019）在其宗教生涯中的關鍵經驗。靜海老和尚 1919 年出生在一個極端貧困的家庭中，十歲時開始在寺廟裡生活。後來他抓住機會，得以進入佛學院學習，遂從一個缺乏文化資本的年輕僧人逐步轉形為僧團精英中的一員。1950 年後他被迫還俗，1982 年又重新回到寺院。1989 年他開始著手重建位於江蘇省武進縣的大林寺，並在 2005 年在寺中開設了武進佛學院，使大林寺成為了當地的一個佛教中心。他的生活歷程折射出中國一百多年來的政治與宗教的宏觀變遷，同時也在展現了佛教再生產的地方動力，並有助於我們理解佛教內部的社會流動與權威建構的過程。

本文指出，二十世紀上半葉出現的佛學院作為資源分化、流動與整合的機制，對於僧團內部的社會流動性產生了重大影響。正是得益於佛學院，靜海本人才擺脫了小廟應付僧的命運，經過「學僧」這一過渡性身份，最終轉變為大叢林的法師。在這個案例中，佛學院是地方小廟與大叢林之間溝通的管道。這一管道依然要借助原有的法脈傳承、寺廟網路和地緣關係，但它更加制度化、更具開放性，其成效也更可預期。另一方面，靜海所主持的大林寺重建過程反映了佛教傳統對原有地方傳統的吸收和運用的高超能力。當地作為道教遺產的白龍崇拜，不僅得到了重新肯定，而且被轉化為佛教功德和成就的證明。總地來看，靜海老和尚的佛教生涯可以分為兩個部分。他的前半生都是在不同佛教制度框架內尋找自己的位置；他的後半生——以他在 1989 年主動離開著名的天寧寺為轉捩點——則將自己前半生的經驗融入到重建大林寺的策略之中。在這個意義上，靜海個人的小故事與 1980 年代之後中國大陸佛教復興的大故事分享了相同的母題，即對二十世紀上半葉的某種再現或折返。

Master Sheng Yen's life and the Embodiment of his Religious Vision

Jimmy Yu

This short paper shows how Sheng Yen's presentation of Chan Buddhism, specifically Dharma Drum Lineage of Chan was intimately related to the volatile social and political realities of his life — the sociopolitical and religious milieu of his upbringing, the Communist takeover of China, his years in the KMD army, his spiritual awakening, his academic pursuits and experience in Japan, industrial boom that impacted Taiwanese society, his life in New York interacting with his American students, and his manifold projects in Taiwan.

The places he lived and the era from the 1970s to early 2000s shaped his intellectual development. My thesis is that doctrinal formulations do not exist in a vacuum. Some may believe that high Buddhist doctrine usually trickles down in a unidirectional way, received by the masses, but I show just the opposite. Sheng Yen's doctrinal formulations and Chan teachings were contingent on events in his life and his interactions with other Buddhist traditions and local popular cultic practices.

The crises that Sheng Yen experienced are interwoven into his formulation of *Authentic Buddhism* (正信的佛教) and his Chan teachings, which eventually led to the institutionalization of the Dharma Drum Lineage of Chan in 2006.

If we are to understand Sheng Yen's religious life, then it is crucial to examine the historical contingencies and the social trajectories / developments of different forms of Buddhism, which Sheng Yen was experiencing in China, Japan, Taiwan, and the United States - that impinged on his life.

Doing so would allow us to appreciate how his formations of Chan Buddhism emerged out of complex sociopolitical climates and religious landscapes, beyond what his writings, or the Buddhist canon, could ever reveal.

（中譯摘要）

聖嚴法師的一生及其宗教觀的體現

俞永峯

此論文展示聖嚴法師所呈現的禪佛教，特別是中華禪法鼓宗，與他實際人生在那動盪不安的社會和政治之下所呈現出的密切關係——包括他成長過程中的社會、政治和宗教環境，共產黨接控的中國，在國民黨軍隊的歲月，開悟的過程，在日本的求學經歷，工業繁榮對台灣的影響，在紐約與他的美國學生的互動，以及在台灣從事的多項利人創舉。

他曾經居住的地方，以及從 1970 年代至 2000 年代初的歲月，形塑聖嚴法師的思想發展。我的論點是，教義的成立無法憑空存在。有些人可能認為，高尚的佛教教義通常是由上而下單向傳播從而為大眾所接受，但我的觀點恰恰相反。聖嚴法師教理的形成和禪法教學取決於他一生中所發生的事件，加諸他與其他佛教傳統和當地民間宗教的互動。

聖嚴法師的危機感交織在他的《正信的佛教》及禪修教學之中，最終促成其於 2006 年成立中華禪法鼓宗。

如果我們要了解聖嚴法師的宗教生活，則必須檢視對其一生具深遠影響的重要事蹟，諸如聖嚴法師在中國、日本、臺灣和美國所經歷的歷史事件、社會軌跡及佛教發展型態。

如此一來，我們便能在其著作或佛教經典所揭示的含義之外，了解他所形成的禪佛教，是如何在複雜的社會、政治氣候和宗教景觀中產生出來。

明清禪門工夫論敘事之檢討

宣方

一、 禪宗史：歷史（history）、故事（story）與敘事（narrative）

（一）敘事學視野中的禪宗史

1. 術語界定

故事是一系列相關事件的特定序列，這些事件發生在過去，並因修辭 / 意識形態之目的而被講述或複述。

敘事是由相互關聯、次第井然的故事組成的連貫系統，這些故事具有共同的修辭願望，即根據其文學和修辭形式的已知軌跡，通過建立受眾的期望來解決衝突。

2. 敘事學方法研究禪宗史的適當性

從敘事學的視野來觀照禪宗史，為什麼可行且適切？禪宗史充斥著禪者的現身說法，這種修道歷程自述，在講者和聽者之間，都有意義共鳴的預期，無論其實現與否。在這個意義上，禪宗的歷史（history）正是他的故事（his story）和他們共同的故事構成的敘事。

（二）禪門文本選擇

解釋為什麼選擇《禪門鍛煉說》和《禪關策進》作為研究對象。

1. 晦山戒顯：《禪門鍛煉說》

晦山戒顯是明末清初三峰派第三代的代表人物，他本人算不上第一流的禪師，他的《禪門鍛煉說》見解未必高明，在當時是否實際發生影響，也不甚清楚，但受到當代教界學界的重視（如聖嚴法師）。但作為中國禪宗史上唯一一部教學法專著，《禪門鍛煉說》對今天研究禪宗的意義在於，它提供了禪門教學的完整次第的敘事，可以作為我們理解禪師工夫論自述的借鏡。

2. **雲棲袾宏：《禪關策進》**

雲棲袾宏是晚明三大師之一，被門人尊為蓮宗第八祖，也被後人奉為華嚴第 22 世，他的禪師身份則比較曖昧，或列臨濟，或入洞宗，或含糊稱尊宿，或徑不收。《禪關策進》是他的輯古之作，「不取向上玄談，唯取做工夫吃緊處。」聚焦工夫論而非境界論，而其「節其要略，以便時時省覽，激勵身心。」的修辭 / 意識形態目的，正符合我們所謂的故事 / 敘事之複述。

本文以《禪門鍛煉說》梳理的宗門工夫論次第為參照，反觀經由《禪關策進》折射出來的更早期的元明宗門師匠工夫論敘事，旁涉戒顯同時代其他禪門師匠的相關論述，以期呈現明清之際禪門工夫論多音喧嘩的複雜場景。

二、 明清禪門工夫論敘事若干主題之敘事檢討

（一）「做功夫」的兩大類型

（二）工夫論的敘事分析(1)：看話禪

1. **話頭的選擇**
2. **參法與搜刮**
3. **鍛煉、策發與移換**

（三）工夫論的敘事分析(2)：默照禪

1. **默照**
2. **管帶**

三、 禪門師匠做功夫典型個案之敘事分析——以蒙山德異為例

念佛法門的修持與宗教體驗——

以印光大師「十念記數」、「都攝六根」念佛法為例

陳劍鍠

蓮宗十三祖印光大師在近代中國佛教具有極大影響力，他弘揚淨土法門不遺餘力，提出的教法常為學界及教界作為探討的議題。本次報告內容主要探討印光大師在念佛方法上的修持問題，他曾經過一段摸索期而創出「十念記數」的念佛法，在摸索的過程裡有著念佛的宗教體驗。後來他將這個方法運用到《楞嚴經勢至菩薩念佛圓通章》之「都攝六根」，教導念佛行者如何有效地證入一心不亂，他曾云：「捨此『十念記數』之法，欲『都攝六根，淨念相繼』，大難大難。」在這運用的過程裡，印光大師還特別強調以「念佛圓通章」結合「耳根圓通章」的修持，以獲得宗教體證。

聖嚴教育基金會論文獎助學金資訊

聖嚴法師深信：「學術研究雖然是少數人的工作，但卻足以影響一整個時代。」於此，聖嚴教育基金會成立【聖嚴漢傳佛教研究中心】，致力於推廣漢傳佛教學術研究，期能厚積成果、廣植人才，並自期為全球漢傳佛教研究的領導中心。

為培養並鼓勵年輕研究人才，從事當代漢傳佛教以及聖嚴思想之學術研究，本會特設置「聖嚴漢傳佛教碩博士論文撰寫獎助」、「聖嚴漢傳佛教傑出博士論文獎」。實施辦法請見聖嚴教育基金會官網或來電詢問。歡迎踴躍申請！

財團法人 聖嚴教育基金會
Sheng Yen Education Foundation

https://www.shengyen.org.tw/
02-2397-9300

聖嚴漢傳佛教研究中心
Sheng Yen Center for Chinese Buddhist Studies

https://www.shengyenccbs.org.tw/
02-2397-9300