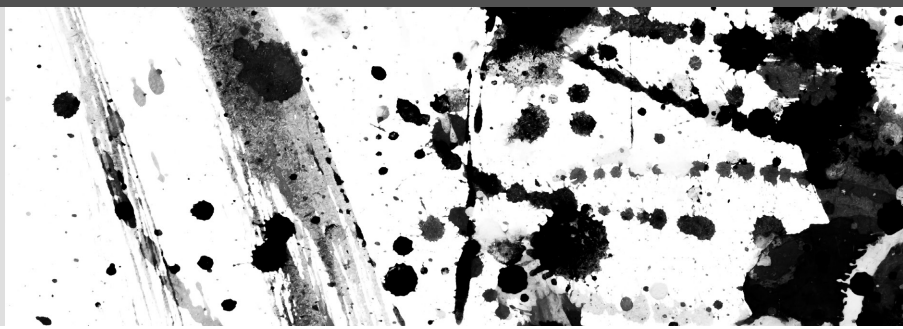
聖嚴法師心靈環保學意義與開展

Significance and Development of Spiritual Environmental Protection by Master Sheng Yen



辜琮瑜——著

當代漢傳佛教論叢總序

聖嚴教育基金會數年前設立「當代漢傳佛教論叢學術獎助金」是為了推廣聖嚴法師所倡導「提昇人的品質，建設人間淨土」之思想理念。獎助與聖嚴法師思想理念相契合的佛教學術研究，以及漢傳佛教著作之出版。其內容主要以清末民初、現代佛教學術專書為首要，並且不限制以聖嚴法師思想、佛教典籍為主，凡釋、儒、道，皆可為研究切入點，亦可與社會、文化面相關議題結合闡述。

佛教在中國已經有兩千年的歷史，經過長久與儒家和道家思想的互動和融合，發展出超越印度佛教傳統的漢傳佛教。天台、華嚴、禪和淨土這四大宗派，都是首次出現在中國，然後傳到韓國、日本和越南，而成為一枝獨秀的東亞佛教。歷來研究漢傳佛教的學者一般認為隋唐是漢傳佛教的「黃金時代」，因此大量的學術專著也以隋唐或魏晉南北朝時代為研究課題。其實佛教在中國一直不斷地演變，如果沒有佛教，很可能沒有宋明理學，也可能沒有道教的全真教。雖然宋、元、明、清甚至現代，都有大師、著述和新的發展或運動值得研究，但如果跟日本及美國學者在這方面研究的成果相較，國人尚須努力。聖嚴法師深深了解有此必要，他的博士論文是研究明末大師蕅益智旭，他在很多的論文及講

演中，多次強調研究明清及近代和當代漢傳佛教的重要性。

在一次討論漢傳佛教未來發展的講演中，聖嚴法師有如下的建議：「第一，對弘揚漢傳佛法要有大悲願心！第二，要吸收國際上已有的成果，不管是哪一個系統。不過，為了發揚漢傳佛教，去吸收人家對漢傳佛教研究的成果時，首先，可能要大量地翻譯；其次，必須自己去研讀、去吸收這些研究資料。另外，外國人現在已朝向於把佛法跟哲學、心理學、社會學、宗教學等學科加以結合。用佛教的死亡學、生死學，去結合醫學、精神學、心理學、精神分析學、精神醫療學等等，再用佛法談死亡學。現在為何《西藏生死書》那麼暢銷，原因是作者自己研究心理學，所以結合了多方面的觀念和方法。」我認為這是非常中肯的告誡。如果學者能善用現有的中外學術成果，同時採用多學科或超學科的方法論，必定會有豐富的收穫。

我非常高興由「當代漢傳佛教論叢」獎助的第一本書問世，預祝更多的專著陸續出版，實現聖嚴法師的理念。



2016 年 11 月 9 日，識於美國加州

【 自序 】

一條走了三十年的路

揣想一個情境，如果在一個心靈環保三十週年的「產品發表會」上，要來說明何謂「心靈環保」？會如何去論述？雖然一開始著手探研此一課題時，尚未思及這個時間點。甚至在二十週年時，參與了法鼓山文化中心所企畫執行的一個十二集的《心靈環保心視野》訪談節目，但那時，似乎也尚未感受到做這樣一個研究的必要性，或者說，曾經對此具備了內在強烈的驅動力。

至於從什麼時候開始，啟動需要好好整理「心靈環保」概念的動機？應該是法鼓文理學院開設了一堂必修課「心靈環保講座」，並於二〇一六年負責講述心靈環保的內容而肇端於心。記得當時只是先整理心靈環保的方方面面，就發現了一個很重要的問題意識，而那也是累積很久的疑惑。

經常在法鼓山大普化教育活動中分享佛法，每每問及在場的參與者：「何謂心靈環保？」常會得到許多模糊或不確定的答案，一種瞠目結舌無法回應，卻又焦急說出「十分受用」的感慨。似乎是內化了、運用了，卻又言語無法明之。然而，心靈環保不是法鼓山的核心理念嗎？不是經常出現在活動或課程中的名稱嗎？問及校內學生，何謂心靈環保？一樣會得到相類似的回應，而，心靈環保不是這所學校的辦學

理念嗎？

於是在第二年、第三年、第四年，每一年的心靈環保講座，以此為題做了不同面向的探索與彙整，愈發開始感受到，連自己都不是那麼深刻地體解聖嚴法師倡議心靈環保的整個內涵與意義了。於是在二〇一九年聖嚴教育基金會研究案申請期間，楊蓓老師催生了這個研究，並且直指，這應該是撰寫一本專書的事。

然後因為疫情，研討會延期，一直到二〇二一年發表了書的梗概，至完整地送出到即將出版，竟莫名地進入三十週年的此刻，成為一個對自己更大的反思。為什麼？以及如何形構了這本書？將別人口中幾句話就好像可以帶過的心靈環保，寫成了一個稱為「心靈環保學」的內容。將一個像是運動、活動、標題、標語、口號或品牌般的內容，當作一個研究議題，並也完成了一本專書，這個對自己而言最深切的問題意識，究竟是什麼？（當然做為研究，書中另有研究上的問題意識回應之）

會不會是，連自己都對說出心靈環保是什麼，也感到不踏實，不確定？如果是這樣，那麼好好地投注心力，將聖嚴法師那一句「我的一生就在從事心靈環保」的心靈環保整理清楚，即使是企圖而不一定做到的「全面性整理」，其實是更深切地對自己的交代。而那個交代，緣起於一個未竟的願。

自從二〇〇二年完成並出版了博士論文《聖嚴法師的禪學思想》之後，未曾認真思考過還要進行進階版聖嚴法師思想的整體探研，期間雖曾零星發表了幾篇短論，卻總有些未

竟之憾。尤其回觀出版當時的時間二〇〇二年，到法師捨報圓寂之間，法師不僅有幾部重要的新著，如《天台心鑰——教觀綱宗貫註》、《華嚴心詮——原人論考釋》等，更立「中華禪法鼓宗」，並提出法鼓山的四大堅持，明確指出理念、三大教育、四種環保以及漢傳禪佛教四個主軸，此些重要的元素環環相扣，且似乎形構了一個如法師所言之「承先啟後」的脈絡。

故而一邊有人陸續提起，一邊自己心中時而泛起惴惴不安的漣漪，亟思進一步深探此中內蘊。只苦於系統龐大，似乎不是一人所能為之。此外也反思，如若欲進行禪學思想的延續性研究或整理，當以何為主題？故而一路延宕至今。這個延宕，也形成了心中的未竟之願。

而隨著講座，陸續整理了心靈環保的「心地圖」、「心視野」，及「心靈環保生命教育芻議」、「聖嚴法師心靈環保『學』與整體教育觀」、「聖嚴法師心靈環保學與終身學習」等主題，並於一次研討會中發表〈聖嚴法師大願興學之研究初探〉一文時，找到法鼓大學籌備處一支共識營中的影片，聖嚴法師曾到場關懷（二〇〇七年八月四日），並說了一段心靈環保與禪的關係，而逐漸將以一本書深探心靈環保視為隱藏的願。

法師指出，心靈環保與禪是一件事，不是兩個概念。心靈環保就是禪的教育，就是禪佛教，就是禪文化，就是禪的精神，是以心出發回到心，以及前述「我的一生就是從事心靈環保」。於是以「心靈環保」做為整理法師整體思想的入處，以完成聖嚴法師禪學思想的續編，如此也有了更重要的

內在線索。而探研過程中，更發現其中有深刻的佛法脈絡，有應世、化世的古老智慧與當代語彙之轉換，能系統地彙編、也有超越系統的開放與開展，故而完成這本試圖以「心靈環保」做為介面與平台，契入法師思想的全面探究。

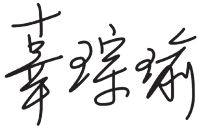
如前所述，時任聖嚴教育基金會執行長的楊蓓老師為此書的催生者，叮囑以此研究專案，完成一本專書，故而首先就幾次講座內容重新架構、整理、論述，從中發現除原本的整理，有更多內涵與論述需深入探討，方能對應不同範疇的連結，也希望更周全回應時人對「心靈環保」的誤解或簡化。

至於何以用四個化——脈絡化、應用化、系統化與超越系統化，以及詮釋化做為研究的主要方向，亦來自相應的因緣。二〇一九年七月赴澳門分享聖嚴法師的禪學思想，當時便思考，博士論文《聖嚴法師的禪學思想》至法師圓寂之間的空白，似乎應該增補，因而有了四個化的構思，也從而有了本書的四個主軸。

研究、整理與撰寫的過程中，愈發體會法師思想的如海智慧，實非一本「心靈環保學」得以承載，於是退而以概論之想為之，方能停止忐忑的心，而能暫時停筆交出文稿。至於深刻的底蘊與完備的內容，則有待未來以不同主題繼續探研，如中華禪法鼓宗、漢傳禪佛教之理論的深化整理暨應世實踐學習系統的開展，皆為畢生戮力為之，亦不一定能完成的重大標的。

自一九九二年，聖嚴法師倡議心靈環保迄今，正式進入第三十年，雖然以此做為三十年的整理與回應，並非全然足

矣，但也是一個時間上的偶然與巧合，一個心念上的深切感懷。以此為記，感念二十二歲與師相遇於課堂的緣起，並畢生受用之終身教導。



2022 年 1 月 6 日

目錄

當代漢傳佛教論叢總序　*003*

自序　一條走了三十年的路 / 辜琮瑜　*005*

第一章　緒論　*019*

第一節　釋題名　*025*

一、心靈環保學　*025*

二、心靈環保之「意義」與「開展」　*029*

第二節　心靈環保背景簡述　*030*

一、聖嚴法師生平簡述——「我的生命是一場實踐佛法的歷程」　*031*

二、聖嚴法師人間實踐思想系統　*048*

三、法鼓山　*067*

第二章　研究與提問　*071*

第一節　問題意識與反思　*071*

一、整理心靈環保概念的必要性為何？　*071*

二、為何須以「心靈環保」為對應時代的語彙？　*074*

三、心靈環保會因為現代化的詮釋，而成為俗化的佛教嗎？其與佛法的究竟解脫精神是否相應？　*079*

四、心靈環保是封閉而有絕對定義的系統嗎？抑或具備未來開展性？如何可能？　*081*

五、為何提出心靈環保學？　*082*

第二節　研究面向　*084*

一、溯源之「脈絡化」：時空背景梳理 *084*
二、實踐之當代「應用化」：實踐與應用於當代情境與場域 *085*
三、「詮釋化」/「系統化」與超越系統：心靈環保的心法與開展 *086*

第三章　心靈環保探討之議題 *089*
第一節　心環外部課題探討：心靈環保與環保意識的對話 *089*
一、對話與反思：環境保護從改變心開始 *090*
二、佛法的環保觀 *092*
第二節　心環內部課題探討 *098*
一、人的品質之提昇與人間淨土之建設 *098*
二、關於人品的提昇 *101*
三、人間淨土之建設 *107*

第四章　心靈環保之溯源——脈絡化理解 *127*
第一節　立足整體佛教的法義溯源 *128*
一、佛教所詮重要論點 *128*
二、大乘經典與大乘三系 *130*
三、中國佛教（漢傳佛教） *134*
四、漢傳佛教中的禪佛教 *134*
五、法鼓山中華禪法鼓宗 *134*
第二節　《金剛經》、《維摩經》與心靈環保 *137*
一、《金剛經》與心靈環保 *137*
二、《維摩經》與心靈環保 *138*
第三節　禪修體驗與心靈環保 *144*
第四節　小結：心靈環保之溯源與開展脈絡 *147*

第五章　心靈環保的應用化——當代實踐與開展 *149*
第一節　心靈環保發展歷程：以法鼓山理念發展時間軸為主 *150*
一、重要發展時程 *150*
二、主軸理念與整體架構 *154*
第二節　心靈環保之核心精神與境界 *156*
一、核心精神：慈悲與智慧 *156*
二、境界 *157*
第三節　心靈環保之內涵：理論與實踐 *158*
一、心靈環保整體架構之系統化與超越系統 *158*
二、小結 *164*
第四節　心靈環保的實踐與開展 *164*
一、自我的實踐 *165*
二、整體的推展 *171*
三、跨界、跨領域，世界的心靈環保 *171*
第五節　心靈環保之具體推展：三大教育 *175*
一、大學院教育 *175*
二、大普化教育 *177*
三、大關懷教育 *177*

第六章　心靈環保學的詮釋系統 *181*
第一節　總論與回應：系統與超越系統 *181*
第二節　心靈環保的內修與外化系統 *182*
一、內修之自我成長歷程——提昇品質 *183*
二、外化之普及化育——建設淨土 *184*
第三節　心與境三層次論 *184*

一、基本概念與說明 *184*
二、三層次的各自轉化與提昇 *186*
三、與佛法的連結 *186*
四、心與境之關係：心靈環保為心轉化的過程 *187*
五、系統統整圖彙編 *188*

結論 *189*
第一節 題名與研究目的、研究限制 *189*
第二節 回應書中提問：「心靈環保」一詞的必要性與作用 *191*
第三節 對本書研究歷程中所指的四個化，予以概括式整理 *193*
一、脈絡化 *193*
二、應用化、系統化、超越系統：心靈環保之當代實踐 *194*
三、系統化與超越系統：層次分明圓融無礙 *194*
四、詮釋化：心境三層次之意義與開展 *194*
第四節 學習系統之建構 *196*

附錄 漢傳佛教傳承發展系統表 *199*

參考書目 *203*
一、聖嚴法師《法鼓全集》2020 紀念版參考書目 *203*
二、聖嚴法師非《法鼓全集》書目 *206*
三、其他作者 *206*

圖目錄

圖 1-1：心靈環保學論述歷程與面向 *027*
圖 1-2：心靈環保學探討之「意義」與「開展」 *030*
圖 1-3：聖嚴法師「學思養成」五階段主題與時間軸 *033*
圖 1-4：聖嚴法師「弘化初期」兩階段主題與時間軸 *037*
圖 1-5：聖嚴法師「發願興學」三階段主題與時間軸 *040*
圖 1-6：聖嚴法師「開山立宗、傳法捨報」時間軸 *044*
圖 1-7：聖嚴法師學思自述 *050*
圖 1-8：聖嚴法師的思想與人間開展簡圖 *052*
圖 1-9：「漢傳佛教傳承發展系統表」之一：綜述 *053*
圖 1-10：「漢傳佛教傳承發展系統表」之二：印度到中國天台 *054*
圖 1-11：「漢傳佛教傳承發展系統表」之三：中國的華嚴 *055*
圖 1-12：「漢傳佛教傳承發展系統表」之四：禪宗教理與方便 *056*
圖 1-13：集大成為禪的佛法傳承宗派 *060*
圖 1-14：聖嚴法師傳承脈絡——漢傳禪佛教 *061*
圖 1-15：聖嚴法師之創造——中華禪法鼓宗 *062*
圖 1-16：聖嚴法師人間實踐——心靈環保理論與實踐系統 *063*
圖 1-17：聖嚴法師人間實踐——心靈環保日常實踐 *064*
圖 2-1：聖嚴法師「我們時代需要的佛教」 *077*
圖 2-2：聖嚴法師「心五四的基本精神」 *078*
圖 2-3：聖嚴法師對於淡化宗教色彩的意義與區辨 *080*
圖 3-1：心靈環保問題意識——環保課題的反思與深化 *091*
圖 3-2：心靈環保問題意識——環保課題的反思與對照 *092*
圖 3-3：迷界眾生「有情世間」與「器世間」的時空安立層次 *093*
圖 3-4：佛法環保觀之「自我內在環境」分析 *096*

圖 3-5：佛法環保觀之「人間社會環境」分析 *096*
圖 3-6：佛法環保觀之「物質自然環境」關懷面向 *097*
圖 3-7：聖嚴法師經常介紹與指導的禪修觀念與禪修方法 *104*
圖 3-8：人間淨土溯源一——佛陀與早期信仰的淨土 *109*
圖 3-9：人間淨土溯源二——由經典依據形塑之人間淨土理論基礎 *109*
圖 3-10：人間淨土溯源三——由宗派與祖師之主張形塑人間淨土觀 *110*
圖 3-11：人間淨土溯源四——當代思想傳承之人間淨土觀（歷史背景） *111*
圖 3-12：聖嚴法師整理、詮釋之太虛法師人間淨土觀之一 *113*
圖 3-13：聖嚴法師整理、詮釋之太虛法師人間淨土觀之二 *113*
圖 3-14：聖嚴法師整理、詮釋之印順法師人間佛教 *117*
圖 3-15：聖嚴法師所詮釋之一——人間淨土觀 *119*
圖 3-16：聖嚴法師所詮釋之二——人間淨土觀 *119*
圖 4-1：聖嚴法師心靈環保心地法門汲取之法源對照圖 *129*
圖 4-2：聖嚴法師心靈環保溯源之一——佛教所詮重要論點 *130*
圖 4-3：聖嚴法師心靈環保溯源之二——大乘經典與大乘三系 *131*
圖 4-4：聖嚴法師心靈環保簡要定義 *133*
圖 4-5：聖嚴法師心靈環保溯源之三——中國佛教（漢傳佛教） *135*
圖 4-6：聖嚴法師心靈環保溯源之四——漢傳佛教中的禪佛教 *136*
圖 4-7：聖嚴法師心靈環保溯源之五——法鼓山中華禪法鼓宗 *136*
圖 4-8：《金剛經》對應心靈環保之觀念與方法 *139*
圖 4-9：《維摩經》心靈環保之原理 *140*
圖 4-10：《維摩經》對心淨的定義——心淨已度諸禪定 *141*
圖 4-11：《維摩經》調心原理——菩薩如何調伏其心 *142*
圖 4-12：《維摩經》以六度淨心之一——前五度 *142*
圖 4-13：《維摩經》以六度淨心之二——第六度智慧 *143*
圖 4-14：《維摩經》普化原理——菩薩如何度眾 *143*
圖 4-15：從禪到心靈環保——由禪者的內外世界觀之 *145*
圖 4-16：以禪心轉凡心，達致內外相應、內外一如 *146*
圖 5-1：法鼓山理念發展時間軸 *154*
圖 5-2：法鼓山理念發展時間軸與整體發展結構示意 *155*
圖 5-3：心靈環保核心理念：「慈悲與智慧」對應《金剛經》與禪修體驗 *156*
圖 5-4：心靈環保的修行境界 *157*
圖 5-5：心靈環保開展之系統架構簡圖 *158*
圖 5-6：心靈環保目的：提昇人品，建設淨土 *161*
圖 5-7：實踐心靈環保之內在狀態與外在呈現 *163*
圖 5-8：心靈環保的修心方法——淨化、防禦與轉化 *165*
圖 5-9：以禪修淨化心的身心鍛鍊 *167*
圖 5-10：落實心靈環保的觀念 *169*
圖 5-11：落實心靈環保普遍而隨時可行的方法 *170*
圖 5-12：推動心靈環保對個人、世間與世界的意義 *173*
圖 5-13：心靈環保推動的精神：世界的心靈環保 *174*
圖 5-14：心靈環保的跨界開展 *174*
圖 5-15：心靈環保與三大教育——三大教育總論 *176*
圖 5-16：心靈環保與三大教育——大學院教育 *176*
圖 5-17：心靈環保與三大教育——大普化教育 *178*
圖 5-18：心靈環保與三大教育——大關懷教育 *179*
圖 6-1：心靈環保的內修與外化系統 *182*
圖 6-2：心境三層次與佛法的連結與對應關係 *187*

表目錄

表 3-1：推動心靈環保的第一類對象與內容 *105*
表 3-2：推動心靈環保的第二類對象與內容 *105*
表 5-1：法鼓山理念發展時間表與重要內容列舉 *152*
表 5-2：心五四運動提出五種知行並重的心靈環保主張 *168*
表 6-1：內修自我歷程對應表 *183*
表 6-2：心境三層次之各自轉化與提昇表 *186*
表 6-3：詮釋脈絡系統圖彙編 *188*

【第一章】

緒論

九〇年代，當全球暖化、極端氣候、極地融冰等環境重大現象對世界產生「蝴蝶效應」的危機還未被大多數人類意識到，而有關「環境保護」議題也才逐漸為人所熟悉，甚且才開始出現或激烈或溫和的環保運動之際，卻已有一位宗教師，以其敏銳而深刻的反思，剴切指出環境保育的關鍵並非僅在於對環境或生態資源施以種種保護作為，更直指人心的淨化與防護方為核心要旨，亦即須以此為基礎，方能真正對世界形成整體的護惜，故而呼籲發起「心靈環保」的運動。

此位宗教師，即法鼓山創辦人聖嚴法師，為將此概念深化且持續產生影響力，而展開了系列的行動。其時法師接受報章雜誌專訪、與相關人物對談、舉辦大型演講，同時也引起多家媒體關注與報導。故如欲理解最初推動的重要議題與相關討論，可從一九九四年正中書局選輯發行的《聖嚴法師心靈環保》一書中找到線索。該書由法師親自從一百五十餘篇與人間淨土、心靈環保相關的文稿中，收錄四十五篇文稿，內容涵蓋專訪、報導、訪談與對談整理等。另四篇附錄，為他人眼中的聖嚴法師，時間則從一九八七至一九九三年成書為止。

法師於該書〈序〉中，提到：

從民國七十八（1989）年起，又在國內提倡建設人間淨土的理念，響應環境衛生、保育自然生態、珍惜自然資源的號召。同時呼籲發起「心靈環保」的運動。若想救世界，必須要從救人心做起，如果人的思想觀念不能淨化，要使得社會風氣淨化，是非常難的。❶

除此之外，法師也在《法鼓人文學報》創刊號中援引《大乘起信論》的文本指出：

人類歷史進入第三個千年紀元，充斥於世界各地的現象是戰火頻仍，社會動盪，政治鬥爭激烈，人心苦悶不安。這些現象的根源在於人心。《大乘起信論》云：「一切法皆從心起妄念而生……以心生則種種法生，心滅則種種法滅故。」所以，我從一九八九年創立法鼓山，就提倡「心靈環保」作為對治世紀亂象的藥方。❷

法師亦曾於多處演說或著作中，分別提到在不同的時間依於不同的目的而倡導「心靈環保」：

❶ 釋聖嚴選輯，《聖嚴法師心靈環保．序》，臺北：正中書局，1994 年，頁 2-3。

❷ 釋聖嚴，〈序《法鼓人文學報》創刊號〉，《書序》，《法鼓全集》第 3 輯第 5 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 210。

我在一九九一年開始，積極倡導「心靈環保」，目的是在呼籲社會大眾，建立正確的人生價值觀，過健康、快樂、平安的生活；人心淨化了，社會才能淨化。❸

此處所指的目的，強調的是建立正確的人生價值觀。

我們從十六年前，也就是一九九二年開始提倡心靈環保，提倡四種環保。以心靈環保為核心出發，落實四種環保。❹

一九九二年所倡議的，則以心靈環保為核心，但已加入了四種環保的概念。

一九九三年我曾提出「心靈環保」這個名詞。當時因為社會脫序，出現了許多的亂象，而環保人士一連串抗爭的結果，非但未能改善環境，反而使得環境更形惡化。因此我就提倡了「心靈環保」的運動。❺

❸ 釋聖嚴，〈從東亞思想談現代人的心靈環保〉，《學術論考》，《法鼓全集》第 3 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 444-445。

❹ 二〇〇八年二月十九日聖嚴法師以「四種環保的法鼓校風」為題，講於法鼓山世界佛教教育園區第三大樓大學院「創辦人時間」。收錄於釋聖嚴，《法鼓山的方向：創建》，《法鼓全集》第 9 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 239。

❺ 聖嚴法師講於一九九六年世界佛教靜坐日，臺北大安森林公園，陳正馨整理。收錄於釋聖嚴，〈心靈環保〉，《致詞》，《法鼓全集》第 3 輯第 7 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 9。

至一九九三年，法師將法鼓山年度關懷主題定為「心靈環保年」，提出「心靈環保，淨化人心」❻的主張，並持續於講演、著述中，將心靈環保由最初的一項法鼓山所推行的「運動」，逐漸展開理論與實踐的系統，爾後不僅成為法鼓山的核心理念，更與漢傳禪佛教並列為法師所創立之「中華禪法鼓宗」的重要傳承與創造。

上述提出「心靈環保」出現不同時間的文本，包括在《聖嚴法師心靈環保》一書中指出的一九八九年及之後的一九九一年，主要在於連結法師所提出法鼓山的理念「提昇人的品質，建設人間淨土」，可視為最初的階段，重點在於結合理念。到一九九二年，不僅指出心靈層次的重要，更完整落實於四個範疇，亦即提出四種環保，從心靈、禮儀、生活到自然環保等四個面向的完備成形。一九九三年，更以之為年度關懷主題，正式成為之後法鼓山所推展的重要運動。至於爾後所開展出的其他相關內容，則於本書後面章節中詳述。

上述時間點中，又以一九九二年為代表，該年的四月二十六日，為法師以「心靈環保」名稱與概念發表正式演說之始，其時於紐約東初禪寺舉行週日法會特別講座「禪的心靈環保」，將禪與心靈環保的類別和層次，做了完整的呈現，讓大眾對其所倡議的主張有了更深刻的理解。❼較諸《聖嚴

❻ 一九九三年法鼓山年度關懷主題為「心靈環保年」，參法鼓山全球資訊網年度關懷主題網址：https://www.ddm.org.tw/event/motif/page.htm。

❼ 一九九二年四月二十六日聖嚴法師講於紐約東初禪寺，由吳昕儀整理。收錄於釋聖嚴，〈禪的心靈環保〉，《禪的世界》，《法鼓全集》第 4 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 134-146。

法師心靈環保》書中的專訪、報導、對談而言，更為明確，且於隔年（1993）設為法鼓山年度關懷主題，故其後法鼓山對外即以一九九二年為法師正式對外宣導心靈環保的時間。

然而從最初提出概念，至法師圓寂，歷經約莫二十年的推動，「心靈環保」一詞雖為大多數人所熟知，卻也因為法師每每皆以應機說法方式，即秉持回應時代需求而創造相對應的概念與實踐方法引領大眾，故而心靈環保雖為法鼓山的核心理念，然對一般大眾乃至法鼓山諸多信眾而言，卻成為難以輕易指陳意涵，甚至全面理解其觀念與實踐方法的「一個名詞」。

且由於此一名稱於諸多法鼓山舉辦的活動中廣為運用，以致被視為「品牌」或「標記」，而出現簡化或忽略核心意義及倡議本懷的現象，乃至對人心生發的作用似亦無法達致法師最初論述的目的，或其啟動時的相關動機。

除上述所關切之問題，亦反思處於所謂「後聖嚴時代」，此一關涉法鼓山的核心理念，究竟只餘一簡化名詞的狀態？或可將此曾經的重要關鍵概念，予以全面或系統性的理解？而這個理解的意蘊，或法師倡議「心靈環保」的動機，亦即將佛法轉而為與當代重要議題對話，乃至呈顯出時代語言的詮釋脈絡，對於此時此刻，乃至於未來，是否仍具重要的學習或啟發作用？如果可以，其中的主要元素或機制又可如何理解？

例如聖嚴法師畢生致力於將佛法轉化為當代社會可運用的反思與提醒，而吾人是否可從其提出之「古老智慧現代語彙」詮釋過程中，透過思索如何提昇心靈價值，並嘗試轉化

或平衡此世界物質過度發展的失衡現象？如與四種環保，亦即心靈環保、禮儀環保、生活環保及自然環保等之對話，重新反思實踐倫理的意義，從生命價值與生命教育中，學習如何深切關懷人間與萬物。

綜上之反思，本書乃以「聖嚴法師心靈環保學意義與開展」為題，試圖探討心靈環保「學」究係何指？如非僅只是「口號」、「品牌標語」，其內涵如何把握？其為達致非佛教徒皆可產生作用而採取的現代化語言，是否能回應關乎「去宗教化」帶來的質疑？如其確實於法師所處時代對人心產生作用，能否可以在被視為時代啟蒙者的宗教師辭世之後，仍具備跨世代的影響力？

或者，在一個比過往更危脆的地球環境中，在一個人心到達徬徨、茫然、恐懼、不安的極致世代下，重新檢視這樣一個也許對時代有作用的觀念與方法，可以從中探索或萃取出對此一時空中的人心具備重要安頓作用的元素，不僅只是一個概念的釐清或知識系統化的整理，更是一個可能具備時代作用的安心法門。

而上述所有的討論，最基本的前提，當是疏理此一「名詞」的完整內涵，整合不同面向，繪製出一張立體的「心靈環保心地圖」，理解聖嚴法師提出此概念的「心靈環保心視野」，以提供相關研究的基礎，甚至法師晚年曾指出的期許，透過與不同領域之學科進行跨域對話，既是傳承與活化，也具動態發展的意義，從而與其他領域相互生發作用。

至於何以將本論著題為聖嚴法師的「心靈環保學」，則由下述對於題名之闡釋說明之。

第一節　釋題名

一、心靈環保學

本書所指之「心靈環保學」，乃在於嘗試對聖嚴法師倡議的「心靈環保」運動及其後形成的當代反思與意義，進行全面性的研究與探討。目的著重於論述心靈環保此一運動如何成為一完整的「學習系統」？以完成並回應法師所倡議的整體目標——「提昇人的品質，建設人間淨土」。

如法師於〈以研究「聖嚴」來推動淨化世界〉一文中所指：

> 我歸納佛教的任何一派，最後都是同樣的一個目標——莊嚴國土，也就是莊嚴淨土，亦即我們要將現在的國土莊嚴起來，因此，我的「人間淨土」理念，就有了立足點。此外，我們要鍊自己的心，就要鍊眾生的心，因為不僅我的心要清淨，眾生的心也要清淨，國土才能夠清淨；如果眾生不清淨，國土是無法清淨的。因此，建設人間淨土必須先提倡心靈環保，而心靈環保就是「成熟眾生，莊嚴國土」，這是佛教的兩大目標，而且是分不開的。這就是我的思想，所以我看任何一宗一派，都是一樣的。❽

❽ 聖嚴法師二〇〇八年五月二十五日講於臺北圓山大飯店。收錄於聖嚴教育基金會學術研究部編，《聖嚴研究》第一輯，臺北：法鼓文化，2010年，頁34。

此外，如若以「廣義」與「狹義」理解心靈環保，當更能說明何以將此一運動或概念視之為「學」的原因。此可從兩方面分別討論：

（一）從人類所處環境的面向觀之

心靈環保最初的呼籲與倡議，為的是回應並提出對當時環保運動的反思，而指出當以「心靈為核心」的觀點與實踐指標，並以實際的活動，形塑能對世界生發改變的歷程，此可視為最初開端所指的心靈環保。

然由最初的發想到持續的推廣過程，法師又將關切主題從心靈而至四種環保，故廣義的心靈環保，便指四個實踐範疇，亦即涵蓋心靈、禮儀、生活及自然等，此四個面向涵攝法師所指出，人類的四種生活環境——「物質的生活環境」、「精神的心靈活動範圍」、「人際關係的社會環境」、「人類所依的自然環境」❾，故身處其中的人類，若欲完成提昇與淨化，當四者並重。此亦與上述「成熟眾生，莊嚴國土」的整體觀若合符節。亦可回應心靈環保並非「唯心」而已，乃是從心出發，擴及所有存在以及對應之環境。

❾ 摘錄自釋聖嚴《動靜皆自在．禪與心靈環保》：「人類的生活環境大約有四種：（一）物質的生活環境——衣、食、住、行、教育和娛樂等設施。（二）精神的生活環境——屬於形而上的，超越物質的心靈活動範圍。（三）人際關係的社會環境——個人與家庭、社會、國家間的人際關係。（四）人類所依的自然環境——山河大地、森林、原野等自然資源。」《法鼓全集》第 4 輯第 13 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 70。

而狹義的心靈環保，則是指四個環保中的心靈環保。

（二）從「心靈環保學」的整體論述理解之

心靈環保由最初提出概念，到後來的種種施設與運作，以及法師在不同時空背景中強調的不同重點，可發現此一學習系統乃是一個動態發展中的歷程。如果從思想源頭觀之，可上溯至佛法的基本與核心概念；如從法師對佛法應用於世間，將淨土開展於人間的用心，可探索其如何透過語言符號從事當代詮釋，並以現實關懷應用其間。

而如進一步從法師對未來的期許理解之，如兩篇法師所公開講述的文稿〈如何研究我走的路〉及〈以研究「聖嚴」來推動淨化世界〉而言，與其說本書是在整理心靈環保「是什麼（what）」，亦即討論所謂封閉式的範疇與定義，不如說是在探索心靈環保「如何（how）形成」，以及未來如何開展，當更符應這個傳承的脈絡，及其延續未來可能持續生發的作用。此可整理如下圖所示。

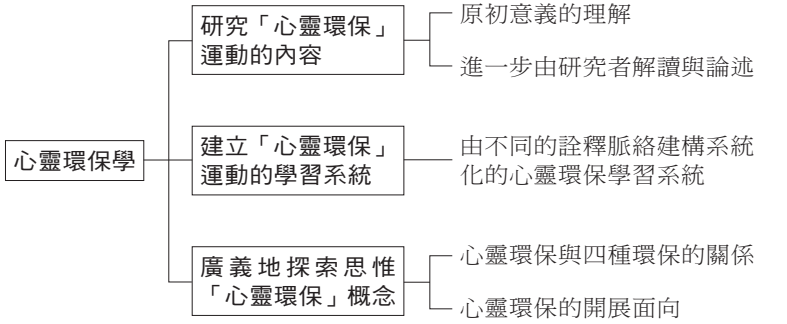


圖 1-1：心靈環保學論述歷程與面向

整體而言，所謂的心靈環保學，可以如下總結之。

心靈環保學之目的，不在於建構封閉的思想系統，而是試圖提出一個從不同側面而盡量完整理解心靈環保的方式，此從法師提出種種概念與推動方向、實踐原則中整理。

如以心靈環保「心地圖」的概念而言，目標在於整理心靈環保的學習地圖，涵蓋溯源、問題意識、建構出來的樣貌、理論與實踐等面向。其次以心靈環保「心視野」的概念出發，則著重於從個人的存在為立基，開展人與他者、社會脈絡，乃至整體環境的連結，從而觀照、體驗到超越性的視角，由提昇自我而建構人間淨土。

簡要言之，包括下列幾個重點：

理論：陳述心靈環保是一個實踐運動，用以內修（提昇人的品質）、外化（建設人間淨土），其中的化，乃指化育之概念。並對其中的內涵，做系統性的理解與建構。

實踐：對如何落實、實踐心靈環保於生活中，進一步轉化生命的可能性進行探討，亦即試圖理出一「學習系統」。

整體而言，心靈環保學是闡明其內容，探討其意涵，論述其意義的過程，如以「詮釋」與「詮釋學」之對照為例，以「詮釋學」研究或探索與「詮釋」相關的方法、概念、過程與作用等。

亦即理解法師提出之文本意涵，並建構涵蓋內修與外化整體脈絡的理論與實踐系統。此一內修外化的系統，包括整體藍圖的架構式整理。如以理、事概念理解，屬於心靈環保開顯的「整體之『事』」。

其次，則探索其跨越不同時空環境之意義與價值，此部分所呈顯的，主要在於原則性、本質性的探索，亦即心靈環保內具底蘊之「理」的面向。

另如前所述，此「心靈環保學」乃指學習系統，此可參照後文於聖嚴法師小傳中所言，法師指他的生命是一場「實踐佛法的歷程」。此歷程如從後人角度詮釋，當可涵蓋法義的闡釋、身心的修持，乃至對弟子及社會大眾提供的修行理論與實踐方法、以及對當代重要議題的回應等。如以法鼓山的理念「提昇人的品質，建設人間淨土」觀之，則或可解讀為生命不斷透過實踐佛法的歷程而提昇，進而創造人間的淨土。除法師自己的實踐歷程，並隨機教化大眾，故而可視為既是個體我的實踐、也是大眾不斷開展的「學習」歷程，故心靈環保之「學」乃指學習系統，而非定義或指涉為「學科」、「學說」的意義。

亦即是以心靈環保為學習系統，而非學術脈絡下的知識建構，或視為純然研究、學術探索的課題、研究的對象等。是一個認識、學習，並從中體驗動態中開顯的過程。藉由學習、實踐進入心靈環保，並從而展開個體生命轉化及外化影響的可能性。

二、心靈環保之「意義」與「開展」

承上所述，如欲探討完整的心靈環保學，首當整理動態發展中的心靈環保「為何？（what）」，即心靈環保第一層次的「意義（meaning）」，包括心靈環保的溯源與法師如何轉化為當代的運用，亦即第一層次的「開展（develop）」。

其次則探討心靈環保對時代的「作用」，此為第二層的「意義（effect, value）」。而第二層的「開展（thrive）」，則指吾人可如何將其核心精神、創發法則，從事跨世代、跨領域對話，從而傳承創造不同世代的作用。

此二者的不同層次如下圖所示：

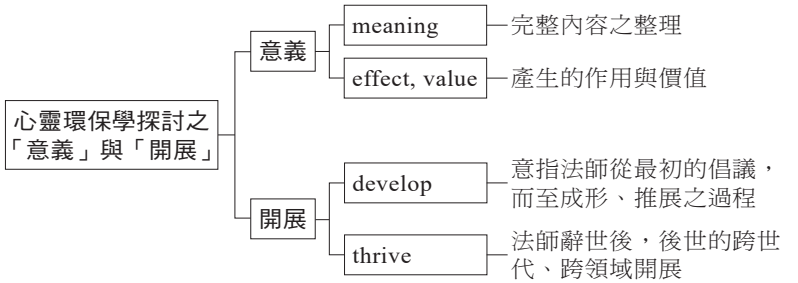


圖 1-2：心靈環保學探討之「意義」與「開展」

第二節　心靈環保背景簡述

本書主軸為聖嚴法師倡議之心靈環保，故須先概述法師生平及其所創立的實踐基地——法鼓山。其中有關聖嚴法師部分，由於其自傳、他傳、年譜資料極其豐富，故僅以法師生命中重要事件予以主題分類製圖呈現，並簡述重點。

法鼓山部分，由於筆者於二〇〇九年接受遠流出版社委託，撰述《臺灣大百科全書》之兩個詞條「法鼓山」及「法鼓山世界佛教教育園區」，故以該二詞條內容為基礎，另依二〇〇九年迄今相關發展予以修訂。

其次則略述「聖嚴法師人間實踐思想系統」，主要原因在於法師所創發的「心靈環保」，並非橫空出世，乃由其畢生的思想融攝而出，故將表述法師思想中的「承先——漢傳禪佛教」、「啟後——中華禪法鼓宗」，以及「人間實踐——心靈環保」的整體脈絡。

一、聖嚴法師生平簡述——「我的生命是一場實踐佛法的歷程」

做為一位當代重要的宗教領袖，聖嚴法師不僅書寫了自己的生命故事，包括早期的《歸程》⓾、《聖嚴法師學思歷程》⓫，亦有他者為之作傳，如《枯木開花——聖嚴法師傳》⓬、《雪中足跡——聖嚴法師自傳》⓭，另有完整的四冊《聖嚴法師年譜》⓮。而本書所整理的生平，與前述自、他傳有所區隔，乃以所探研之主軸「心靈環保學」的相關連結整理之。

本書所欲論述者，乃聖嚴法師所倡議的心靈環保，及其所形塑的完整實踐地圖，此地圖與法師生命中的學、思、用

⓾ 《歸程》為聖嚴法師一九六八年所撰，最初由臺南開元佛經流通處出版。

⓫ 釋聖嚴，《聖嚴法師學思歷程》，臺北：正中書局，1993 年。

⓬ 施叔青，《枯木開花——聖嚴法師傳》，臺北：時報文化，2000 年。

⓭ 《雪中足跡——聖嚴法師自傳》，本書原為向聖嚴法師學習禪修的西方弟子 Mickey Desend 採訪之內容，經 Kenneth Wapner 取得資料，並由 Bantam Dell Pub Group 於二〇〇八年十月出版英文版，後由釋常悟、李青苑中譯，於二〇一四年十二月交由本事文化出版。

⓮ 林其賢編撰，《聖嚴法師年譜》，臺北：法鼓文化，2016 年 2 月。

密切相關。故以法鼓山開山紀念館首次策展時的標題：「我的生命是一場實踐佛法的歷程」[15]為主題，「體、相、用」概念為喻，以法師所實踐的佛法為其生命中的「理體」，呈顯的人間形象與事件（即其實踐佛法的歷程）為「相」，對世間所生發的作用為「用」，以主題歸類，輔以時間為軸串連並闡釋之。

其中以「相」與「用」析為四大主軸，論述其內蘊的佛法理體與外在呈顯。其一為「學思養成」，陳述法師自出生、童蒙出家至赴日留學取得博士學位止，為佛法的養成期。其二為「弘化初期」，乃指法師取得學位後，赴美弘化，復返臺接任農禪寺住持期間，初期的弘化面向與重要作為。其三為「發願興學」，緣於法師重視佛教教育，並開始投身興學、辦學，故別設主題，自其受聘中國文化學院中華學術院佛學研究所所長起，至籌設「法鼓大學」、成立僧伽大學止。其四則為法師生命中豐實的晚年，從尋地啟建法鼓山，立「中華禪法鼓宗」到捨報為止的「開山立宗傳法捨報」。

以下即以此四個主題，整理圖表如次，並簡要說明其內涵。

[15] 二〇〇五年十月二十一日為法鼓山落成開山日，開山紀念館首展亦於同日啟用。

（一）學思養成

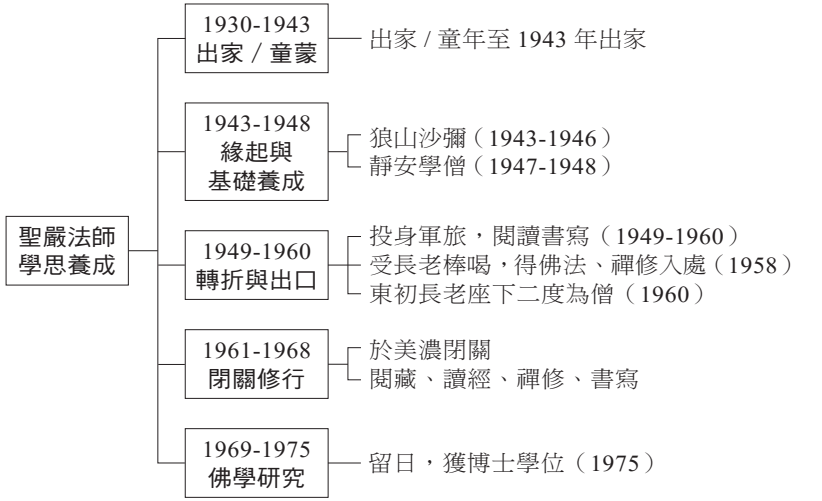


圖 1-3：聖嚴法師「學思養成」五階段主題與時間軸

學思養成主要概分為五個歷程，分述如下。

1. 1930－1943：出家／童蒙

為法師出生至出家前，在貧困的農家生活中，雖喜歡閱讀，但家貧難以為繼，營養不足也造成學習上的限制。就學過程不順，終得於十四歲小學畢業。後透過鄉里中人戴漢清居間安排，至狼山出家，進入第二個階段。

2. 1943－1948：緣起與基礎養成

佛法的「緣起與基礎養成」，分別為「狼山沙彌」之佛法緣起，及「靜安學僧」的基礎養成。一九四三年至南通

狼山廣教寺出家後，法名常進，此為探觸佛法之初。狼山沙彌在學習過程中，因經典背誦困難，經師父指引禮拜觀世音菩薩，持續每日早晚五百拜，三個月之後頗有進展，頭腦清晰，記憶與學習力增強。寺中師長教讀《禪門日誦》、《四書》、《五經》等，對佛教有了初步認識。後隨師祖朗慧到上海狼山下院的大聖寺，因生計所需參與許多經懺法會，在疲累趕場過程中生起疑惑，與自己從佛法中體會的頗有落差，從而自我期許能深入佛教經典，傳播正信佛理。

進入靜安寺成為學僧：其後經過爭取，得以插班進入靜安佛學院成為學僧（1947－1948），受教於圓明、南亭、道源、白聖、育枚諸法師，學習經論如《八識規矩頌》、《大乘起信論》、《梵網經菩薩戒本》等法義。其時持松法師為住持，白聖法師為監院，同時與太虛、法舫、能海、雪松、葦舫、天慧等法師有所接觸。亦至圓明講堂聽圓瑛法師講《楞嚴經》、至沉香閣聞南亭法師講〈普賢行願品〉，並深受南亭法師照顧。

初見東老、畢業：十九歲（1948）時初見東初法師，之後以課業成績第一名，畢業證第三號畢業於靜安佛學院。期間曾有禪七經驗，但因無人指導未能深切體悟。畢業後通過甄試，錄取至研究班預備就讀。

3. 1949－1960：轉折與出口

此時期的法師經歷動盪的局勢，也因此迎來生命中重要的轉折。二十歲（1949）因戰亂不安時局緊急，與佛學院學生多人換下僧服入伍從軍，成為二〇七師青年軍通信連通信兵，捨法名常進，恢復俗姓，取名張採薇，於當年五月隨軍赴臺。

二十二歲（1951），開始寫作勤於筆耕，成為軍中作家。二十三歲（1952），正式拜見東初法師，並結識星雲、廣慈、煮雲三位法師。亦曾加入李辰冬教授主辦的「中國文藝函授學校」小說班，用心於寫作，研讀文藝理論，初啟論理研究之端。其後閱讀的領域逐漸擴展至文史哲與宗教類書籍，邊從事創作，邊專志研討宗教哲學。

期間與來臺諸長老時相往返，並曾於生命無著、紛擾難抉的困頓中，與靈源法師同住一榻，苦惱中不斷探問，得靈源法師開示「放下」二字，而頗有體悟，靈源法師拍掌於床，撼動當時張採薇心底的種種疑慮與困惑，而得身心穩定，對佛法與禪法有了入處。此時法師雖為軍人之身，但對曾經的僧命無法忘卻，經多方協助，終於得以卸下軍職，並於東初法師座下二度為僧（1960），法名慧空聖嚴，乃取「以聖教莊嚴佛法，以聖法嚴飾身心，用聖德嚴淨毘尼」之義名之。

東初法師為太虛法師學生，曾為江蘇鎮江焦山定慧寺方丈，為禪宗的曹洞系洞山良价下第五十代傳人，也在臨濟宗下的常州天寧寺參學，在臨濟宗普陀山系寺院出家，師承、習承曹洞、臨濟兩支法門。因此隨東初法師剃度出家的聖嚴法師，也同時在曹洞、臨濟二法脈下修習。

4. 1961－1968：閉關修行

於東初法師座下再度出家後，雖承接許多文化出版相關

的佛法弘傳事務，但法師渴求深入經藏的心未曾稍歇，終於在一九六一年到了高雄美濃開始靜修，並於一九六三年正式閉關修行，關房名「瓔珞」。至一九六八年出關期間，透過閱藏、拜懺、禪修與書寫，不僅寫下數本重要作品，也對禪修有了體驗，同時也打下研讀經論的基礎。關中修持的功課以拜懺為主，早上修淨土懺，下午修大悲懺，晚上則拜《法華經》。另受戒和尚道源法師及東初法師的叮囑，特別留意戒學，專心研讀律藏。

因閉關修行的過程，給了法師更深入法義的驅力，也從而開啟到日本留學從事「佛學研究」的第五階段。

5. 1969－1975：佛學研究

從一九六九年赴日，到一九七五年獲得博士學位，經歷了一場艱苦的求學生涯。從本身的學習根基而言，正式學歷只到小學，日文靠的是自修，已然十分艱苦。從整體環境觀之，當時佛教界瀰漫著留日僧人還俗的傳言，對留日學僧普遍不信任，多不願提供經費奧援，師父東初法師也從最初的支持到後期的反對，在在都使得法師的學習幾度幾乎無法繼續。後經沈家楨以匿名方式，由瑞士提供款項助其繼續就讀。

四十二歲（1971）獲碩士學位即入學就讀博士研究課程，卻在四十四歲時（1973）遭遇指導教授坂本幸男逝世的危機，後於四十五歲（1974）時改依主任教授金倉圓照博士指導，並於四十六歲（1975）以《明末中國佛教の研究》正式獲得立正大學博士學位。留日期間持續發表學術性論文及

留日見聞於國內佛教刊物，並不忘修持，參加日本北陸地方冬季禪七，體驗寒冷中修行的方式與歷程。期間參訪諸位禪師，參加精進禪七，並得到龍澤寺派原田祖岳傳人伴鐵牛禪師的指導，這些經歷對法師的影響皆頗為重大。

（二）弘化初期

此為法師開始「學以致用」時期，概分兩個階段，分述如下。

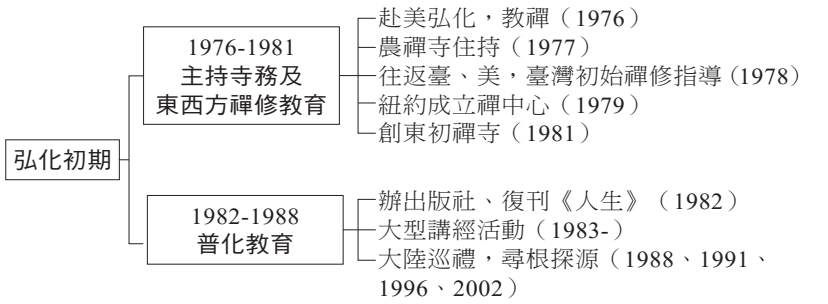


圖 1-4：聖嚴法師「弘化初期」兩階段主題與時間軸

1. 1976－1981：主持寺務及東西方禪修教育

法師雖於一九七五年完成學業，成為第一位赴日取得博士學位的法師，然學成返國參加國建會後，卻暫無可發揮「學力」的空間。後受沈家楨邀請赴美。四十七歲（1976）在美國佛教會講座授課，也在紐約大覺寺開始指導禪修，同時參加威斯康辛大學召開的世界佛教史學研討會，成為國際佛教研究協會創始會員。

時年九月，東初法師赴美，正式授與曹洞宗的傳承系統，並以法名「慧空聖嚴法師」入法脈。四十八歲（1977）開始在紐約創辦英文《禪》雜誌（*Chan Magazine*），同時在美國各大學以禪修、禪學為題演講，並正式主持禪七。

同年（1977）東初法師圓寂，一九七八年四十九歲的聖嚴法師奉東初法師遺命回臺繼承其所留下的中華佛教文化館與農禪寺，並晉任為住持，同時任美國佛教會在臺譯經院院長。法師也以在美國教授禪七的經驗，首度於臺灣主持禪七。該年年底於基隆十方大覺寺獲靈源法師傳臨濟宗法脈，法名「知剛惟柔」，列入傳承譜《星燈集》中。

在臺承繼兩支法脈與主持寺院的法師，體會在美國指導禪修的重要性，遂於五十歲（1979）在紐約成立禪中心道場，創辦英文《禪通訊》（*Chan Newsletter*）刊物。至此每年以三個月為期，在臺灣、紐約輪流駐錫兩地的道場。

2. 1982－1988：普化教育

除了禪修教育與寺務的開展，聖嚴法師亦秉承東初法師重視文化弘法的精神，五十一歲（1980）成立東初出版社，五十三歲（1982）將其因閉關而暫時停刊的《人生》月刊復刊，並於紐約成立 Dharma Drum Publications 法鼓出版社，以出版英文著作。

此外，法師除於一九八一年在臺南舉行千人演講，更於一九八三年在臺北市國父紀念館以「禪與現代人的生活」為題，主持大型演講，參加者眾且反應熱烈，也開啟之後弘法的新趨勢。

一九八八年，因簽證問題無法前往英國倫敦主持禪七，遂改變行程至大陸巡禮探親，此為法師一九四九年來臺後第一次踏入返鄉的歸程。此次行程除了探親，還探訪了中國佛教的源頭，也重回狼山；另一個重要的巡禮，是到東初法師得法道場，即鎮江焦山的定慧寺。對於這趟旅程，法師曾在《法源血源》書中提到：「這次大陸探親之行，與其說『歸根』，毋寧說是回到我血緣的源頭及法緣的源頭，做一次巡禮式的尋根訪問。」[16]

因著此次的尋根溯源，之後便有幾次重要的「探源」之行，包括一九九一年為法鼓山的建設，而籌組團隊考察中國佛教建築的特色；一九九六及二〇〇二年，則兩度帶領僧俗弟子行禪宗祖庭溯源之旅。這個過程一方面是溯源，也是讓弟子對佛法有親切的內在連結。另外在行旅之間，法師皆指出，每一次的旅程，也就是一次的禪期，因此也是修行於日常的鍛鍊，亦為法師普化弘傳佛法的應機之用。

（三）發願興學

由於狼山沙彌至靜安學僧階段，法師體會到佛教遭受太多誤解，甚至被經懺化，或成為度亡而用的死人宗教，亟思回歸佛教的本來面目，為人所用，人間實踐。而欲達成這樣的目標，最直接而重要的手段，就是教育。甚至數度直指：

---

[16] 釋聖嚴，〈四六、把我送過了陰陽界〉，《法源血源》，《法鼓全集》第 6 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 179。

「今天不辦教育，佛教就（便）沒有明天。」⓱ 以下即將法師興學、辦學的歷程概分三個面向陳述之。

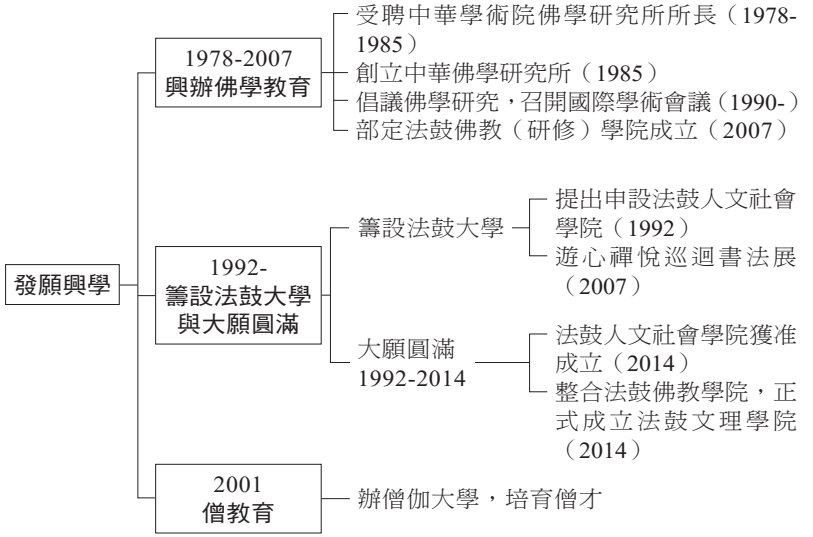


圖 1-5：聖嚴法師「發願興學」三階段主題與時間軸

⓱ 此一呼籲，散見於聖嚴法師著作中，多見於與辦學相關的講演，或勸募四眾弟子共同興學的開示中，諸如〈序《法鼓山僧伽大學九十學年度年報》——佛門興隆在教育〉收錄於《書序》，《法鼓全集》第 3 輯第 5 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 183。
〈一生的心願，終於實現！——法鼓佛教研修學院揭牌典禮〉，收錄於《法鼓山的方向：創建》，《法鼓全集》第 9 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 235。
〈為什麼要發願？〉，收錄於《佛法的知見與修行》，《法鼓全集》第 5 輯第 8-2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 247。
〈傳薪、信心、願心〉，收錄於《法鼓山的方向：護法鼓手》，《法鼓全集》第 9 輯第 5 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 96。
〈滿願發願——師父寫給我們大家的信〉，收錄於《法鼓山的方向：萬行菩薩》，《法鼓全集》第 9 輯第 6 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 73-74。

1. 1978－2007：興辦佛學教育

法師從日本取得博士學位後，雖有兩年時間先赴美弘化，然在一九七八年返臺接下農禪寺與中華佛教文化館之後，便受聘為中國文化學院（後來的中國文化大學）中華學術院佛學研究所所長一職，一九八一年開始招生。同年法師亦於該校哲學研究所授課，並正式指導博碩士學生論文研究。

一九八五年因文化學院創辦人張其昀過世，中華學術院隨即停止招生，法師遂創設中華佛學研究所，所址從華岡移回北投中華佛教文化館，正式開始興學、辦學的漫長路程。一九九〇年開始辦理國際佛學學術會議，研究成果受國內外佛學研究機構關注。但由於中華佛研所受限於教育部規定，單一宗教所辦的學校無法正式頒布教育部的正式文憑，因此歷經幾年時間，雖培養出優秀的佛學研究人才，卻也受到此限制，學生如欲在高等教育貢獻所學，需另由佛研所獎助至國外攻讀博士學位。幾年下來，法師深感聘任專業師資、招收優秀學生皆受到限制，因此決定調整辦學方向。

另外經過數年的努力，幾次與其他單一宗教辦學團體共同向教育部請願，終於在二〇〇六年通過法規，二〇〇七年設置「法鼓佛教研修學院」（後更名「法鼓佛教學院」），原先的「中華佛學研究所」則停止招生，成為以漢傳佛教為主的研究機構。

2. 1992－：籌設法鼓大學與大願圓滿

決定調整辦學方向後，於一九九二年正式提出申設法鼓人文社會學院，成立籌備處，開啟跨越佛學研究的單一面向，朝向人文、社會跨領域人才培養。為籌募法師心目中的「法鼓大學」，甚且於兩年間完成五百餘幅書法作品，於二〇〇七年舉辦「遊心禪悅巡迴書法展」。

二〇〇九年法師捨報後，法鼓大學籌設團隊承接法師大願興學願心，終於二〇一四年五月正式成立「法鼓人文社會學院」，同年八月與「法鼓佛教學院」合併，更名為「法鼓文理學院」。

3. 2001－：僧教育

有鑑於僧教育的重要，法師遂於二〇〇一年設置僧才養成學校「法鼓山僧伽大學」。

從一九七八年至二〇一四年，法師期許的「大學院教育」⓲ 相關機構正式完成。中華佛學研究所持續漢傳佛教為主的研究、法鼓山僧伽大學養成僧才，法鼓文理學院則涵蓋佛學研究、人文社會等跨領域人才的培育，共同為法鼓山三大教育中的「大普化教育」、「大關懷教育」培養教育人才。⓳

⓲ 聖嚴法師強調以三大教育「大學院教育」、「大普化教育」、「大關懷教育」，推廣心靈環保的理念，以達成「提昇人的品質、建設人間淨土」的理念與標的。

⓳ 有關「發願興學」時期相關資料，參考辜琮瑜主編之《法鼓文理學院5・10・40紀念專刊》校史編年紀事，新北：法鼓學校財團法人法鼓文理學院出版，2019年12月。

（四）開山立宗傳法捨報

此一時期的法師，將過往的鋪陳完全體現，至此有了多元且全面的開展。其中有人間形象的鮮明與具體，更有以法為用的全然展現。

1. 1989－1991：緣起、理念、共識

法鼓山啟建「緣起」，提出「理念」與「共識」，以此為開山四眾之所依歸。

一九八九年，因應北投文化館中，中華佛學研究所師生研究與教學空間窘迫，農禪寺共修信眾日增，加上農禪寺所在地受「關渡平原都市計畫」的影響，開展空間受限。此些現實問題皆讓法師決心另覓他處持續弘化志業，但尋地過程並不順利，於是在一九八九年三月二十五日的例行念佛會活動中，接受信眾建議，齊心持誦〈大悲咒〉二十一遍，懇請誓願得成。

就在此後數日，於金山修持的全度法師正在尋人承繼其規畫做為寺院的場地，並也持誦〈大悲咒〉發願，經過連結，成就了法師所稱「人覓山山尋人」⓴ 的法鼓山啟建因緣。

之後依地形山勢、所在地三界村之名、擊鼓調伏三毒、美國法鼓出版社之名、法師著作全集命名等緣由，將該地命

⓴ 聖嚴法師於〈二、人覓山山尋人〉一文中，詳述當時的特殊法緣。收錄於《金山有鑛》，《法鼓全集》第6輯第4冊，臺北：法鼓文化，2020紀念版，頁13。

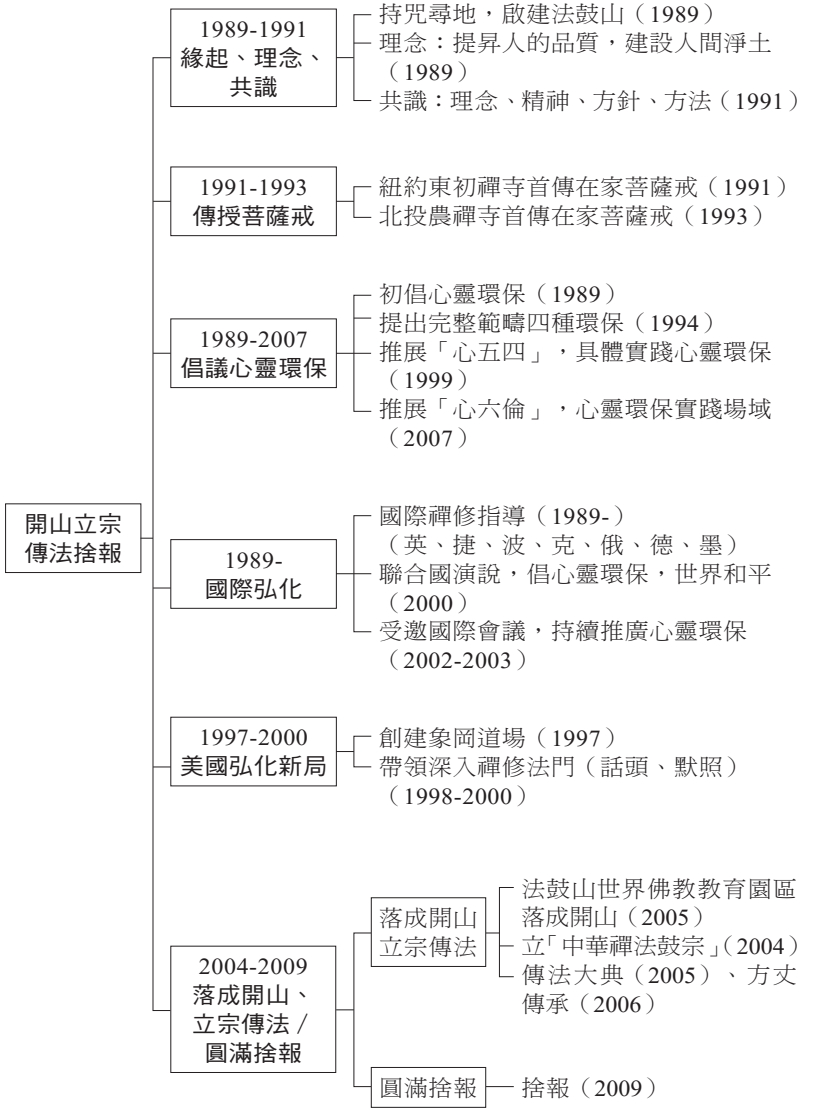


圖 1-6：聖嚴法師「開山立宗、傳法捨報」時間軸

名為「法鼓山」，並提出理念為「提昇人的品質，建設人間淨土」，此一理念乃為大乘菩薩「嚴土熟生」精神的當代詮釋，也是法師「人間淨土」思想的體現。如法師所述之：

> 信佛學法者，初發菩提心；成熟有情，嚴淨佛土；由人心清淨而行為清淨，由個人的三業清淨而使社會的環境清淨。[21]

2. 1991－1993：傳授菩薩戒

此為法師自閉關時期致力於戒律，整理戒律學之後，普化於人間大乘精神的重要施設。一九九一年及一九九三年分別於紐約東初禪寺及臺北農禪寺首傳在家菩薩戒。自傳授此有別於傳統的菩薩戒後，影響頗鉅。

3. 1989－2007：倡議心靈環保

從最初回應時代需求，將環境保育的課題由外往內推至心靈匱乏的對治，到逐步創發完整的內修與外化脈絡，包括從心靈開始，到「四種環保」——心靈、禮儀、生活、自然等四個範疇的完整關懷；透過「心五四」——四安、四要、四它、四感、四福等具體實踐的方針，以及「心六倫」——

---

[21] 見聖嚴法師〈人間佛教的人間淨土〉，本文為祝佛教大學前學長水谷幸正博士古稀紀念作，一九九八年六月十七日寫於紐約法鼓山分會。收錄於《人間淨土》，《法鼓全集》第 9 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 165-166。

家庭倫理、生活倫理、校園倫理、自然倫理、職場倫理、族群倫理等六個實踐場域的開展，回應法鼓山理念「提昇人的品質，建設人間淨土」的理論與實踐系統。

其他相關內容見本書後面章節所整理的整全之心靈環保學。

4. 1989－：國際弘化

全面展開「國際弘化」，從美國開啟的禪修指導，隨著來自世界各地禪眾的加入，法師隨緣應化足跡遍及全球，包括英國、捷克、波蘭、克羅埃西亞、俄羅斯、德國、墨西哥等地。

二〇〇〇年更受邀至聯合國發表演說，將所倡議的心靈環保運動，推及於全世界。此後多次參與國際會議，持續推廣。

5. 1997－2000：美國弘化新局

隨著紐約東初禪寺參與禪修的禪眾日增，禪修指導擴大與深化的需求，於紐約上州創建象岡道場，並開始指導深入專修的默照與話頭法門，從禪七到禪四十九，不僅法門深入，也開始傳授多位西方法子，廣傳禪法。

6. 2004－2009：落成開山、立宗傳法／圓滿捨報

二〇〇四年，法師四次親自對僧眾授課，講述有關「中華禪法鼓宗」的立宗精神與內容。二〇〇五年九月二日，則於農禪寺舉行「傳法大典」，將「中華禪法鼓宗法脈傳承證書」交付與十二位法子[22]。

二〇〇五年十月二十一日，舉行法鼓山「大悲心起」落成開山大典，從一九八九年覓得土地，歷經十六年，終於成就「法鼓山世界佛教教育園區」。

法師自年少即體弱，常為病苦，食物皆須控制調理。至晚年更需要長時間血液透析，甚至因腫瘤手術開刀，但他卻稱自己的晚年是「美好的晚年」[23]，且多次提及「我內心的法鼓山已經建好」，並勉勵弟子建好自己的法鼓山，亦即「提昇自己的人品」從而「建設人間淨土」。[24]

二〇〇六年三月十二日手書〈告誡眾弟子書〉，期勉法鼓山僧俗四眾，以推動漢傳禪佛教為使命，利益人間大眾。二〇〇九年二月三日從臺大醫院返回法鼓山途中捨報，世壽

---

[22] 聖嚴法師於二〇〇四年九月二十三、二十四日及十月七、二十一日共四次，對法鼓山僧眾講述「中華禪法鼓宗」的立宗精神與內涵。二〇〇五年九月二日於農禪寺舉行「傳法大典」時，則正式交付「中華禪法鼓宗法脈傳承證書」給十二位法子。另外又於二〇〇六年二月二十一日，於法鼓山園區「僧活營」講述「承先啟後的中華禪法鼓宗」，並分上、下篇刊登於二〇〇六年六月（198 期）及八月（200 期）的《法鼓》雜誌。

[23] 釋聖嚴，《美好的晚年．楔子》：「在晚年裡，我所遇到的人，我所經歷的事，都是那麼可愛，如果有些不甚可愛的人、不甚可愛的事讓我遇上了，還是覺得可愛。因此，我的晚年是非常美好的。」（2008 年 4 月 29 日口述於中正精舍）《法鼓全集》第 6 輯第 16 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 20。

[24] 釋聖嚴，《法鼓山的方向：理念．繼往開來》：「我曾經說過，我內心的法鼓山已經建好了，諸位相信嗎？你們心中的法鼓山也建好了嗎？廣大人間許多眾生的法鼓山尚未建好，因此，建設人間淨土的理念仍有待我們大家，繼往開來，共同努力。」《法鼓全集》第 9 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 100。

八十歲，僧臘五十載，戒臘四十九年。遺言中所交代的「在我身後，不發訃聞、不傳供、不築墓、不建塔、不立碑、不豎像、勿撿堅固子。」「我的身後事，不可辦成喪事，乃是一場莊嚴的佛事。」[25]引起大眾深刻的回響，印證此位曾經被《天下》雜誌遴選為近四百年來，對臺灣具有影響力的五十位人物之一，以具有前瞻性觀念的啟蒙人物而被喻為「心靈領航員」[26]的宗教師，在生死課題上劃下的相應句點。留〈末後偈〉：「無事忙中老，空裡有哭笑；本來沒有我，生死皆可拋。」，二月十五日追思法會後行植存大典於法鼓山生命園區（新北市立金山環保生命園區）。

二、聖嚴法師人間實踐思想系統

心靈環保之開展，乃應聖嚴法師畢生努力的方向而生，此可從法師對自己「研究與學以致用」之精神的陳述中見其端倪：

> 我一向主張，做學問應該是「古為今用，溫故知新；立足中華，放眼世界。」所以從一開頭，就是著眼在佛法對人的有用，因此要認識它、弘揚它。這有幾個階段：在我三十歲之前，談不上所謂研究學問的工夫；過了三十歲之後，是綜合性的研究；在留學期間則是專題性的研究；在大學及研究所任教期間，是以漢系佛教為主、他系佛教為輔的開展性研究。同時我在東西方指導中國禪法的修行，禪的思想則分作兩個系統來探討：1. 如來藏的有，2. 中觀的空。
>
> 到了一九八九年開創法鼓山之後，提倡回歸佛陀本懷的人間佛教，建設人間淨土，則是我的重點工作。放眼世界，展望未來，不斷地學習新知，再對佛法的重新詮釋，重新發揚。基於這個立場，現在經常關心的是人心的正思、社會的平安、人類的快樂、眾生的平等、世界的和平，普遍推廣人間淨土的理念，則是四種環保及「心」五四運動的實踐。[27]

上述概念，可以圖 1-7 掌握法師基本的開展脈絡，亦可對應前文對聖嚴法師小傳的主題分類。

如就法師前述之研究與實踐，乃至於普遍推廣的一路相承軌跡觀察，或可將心靈環保學視為聖嚴法師思想之現代化開展。故究其根柢，則當由聖嚴法師思想之整體架構理解之。

此思想之整體架構，可從兩方面論述，其一為法師晚年所開創的「中華禪法鼓宗」（2005），其二則為提出法鼓山的「四大堅持」（2007）中的整體思想「漢傳禪佛教」。（另外的三大堅持分別是做為實踐方針的「理念」、

[25] 見〈聖嚴法師遺言〉。收錄於《美好的晚年．附錄》，《法鼓全集》第 6 輯第 16 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 320。

[26] 釋聖嚴，〈建設人間淨土的巨匠——聖嚴法師〉（法鼓文化編輯部），《歸程．附錄四》，《法鼓全集》第 6 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 344。

[27] 釋聖嚴，〈三四、政治大學上課．臺灣大學演講〉，《抱疾遊高峰》，《法鼓全集》第 6 輯第 12 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 220。

指出推廣面向的「三大教育」、落實於實踐範疇的「四種環保」。）[28]

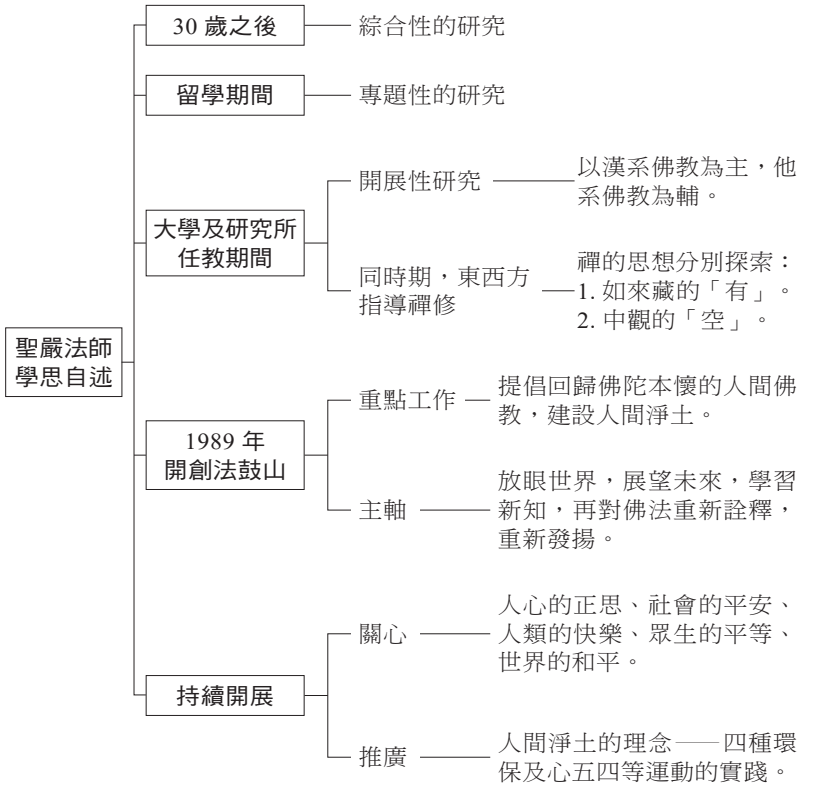


圖 1-7：聖嚴法師學思自述

[28] 法鼓山的四大堅持，為堅持「理念」、「三大教育」、「四種環保」及「漢傳禪佛教」，為聖嚴法師於二〇〇七年七月三十一日北投雲來寺專職菩薩精神講話中所提出，原收錄於《二〇〇七法鼓山年鑑》，臺北：法鼓文化，2018 年 12 月，頁 198；後編入釋聖嚴，〈法鼓山的四大堅持〉，《法鼓山的方向：理念》，《法鼓全集》第 9 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 198-206。

承上所述，可將心靈環保視為上述二者的人間實踐，三者的關係簡述如下：心靈環保上承「漢傳禪佛教」的思想系統、「中華禪法鼓宗」的理論與實踐系統，而落實於當代人間實踐的運動與開展。

其中的漢傳禪佛教，為思想的核心傳承，法師在佛學的探研雖涵蓋整體佛教，但對系統整理漢傳思想著墨更多，並藉由個人的學、思實證禪佛教所形成的脈絡。而中華禪法鼓宗，則由漢傳禪佛教，聚焦於禪修法脈的傳承，以及對當代人禪修的引導與開展，結合對應時代需求的整體階段性修行地圖。心靈環保則如前述，為法師將「古老智慧」轉化為「現代語言」的詮釋開展，故而其中實蘊涵著漢傳禪佛教、中華禪法鼓宗的精華，卻又呈顯為易懂實用的當代語彙，使現代人便於理解得以應用。此三者綜整如圖 1-8，另於後分別析述。

（一）聖嚴法師思想之「承先」：漢傳禪佛教

聖嚴法師所承繼的「漢傳禪佛教」，如嚴格定義，可視為「漢傳佛教」與「禪佛教」兩個面向的統整。如整體概括而觀，可以法師此段敘述理解之：

> 天台、華嚴、禪是我們中國漢傳佛教的代表。對我而言，天台、華嚴是我的教理背景，禪是我的方法，戒律則

是我生活的指引。

那念佛呢？很多人以為念佛就只是淨土，其實念佛也是禪，而禪宗也講淨土；唯心淨土是淨土，西方淨土則是唯心淨土的一個領域。所以禪宗不念佛的人很少，但念佛的人不見得參禪；因此，我們雖然提倡禪修，也提倡念佛，這也是漢傳佛教的特色。[29]

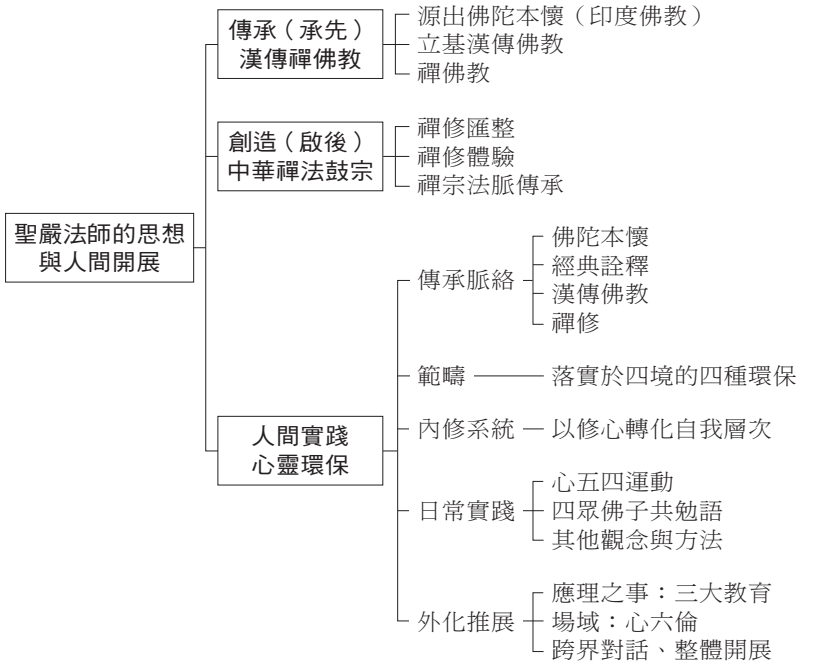


圖 1-8：聖嚴法師的思想與人間開展簡圖

[29] 釋聖嚴，〈信心要足，心量要大〉，《法鼓家風》，《法鼓全集》第 9 輯第 11 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 182。

除上述文本，如欲完整理解聖嚴法師所謂的「漢傳禪佛教」，當以法師一九九八年五月於紐約所草擬之「漢傳佛教傳承發展系統表」[30] 最為清晰。故在討論以下內容前，當可先從此系統表一窺法師關於漢傳禪佛教的相關傳承與連結。

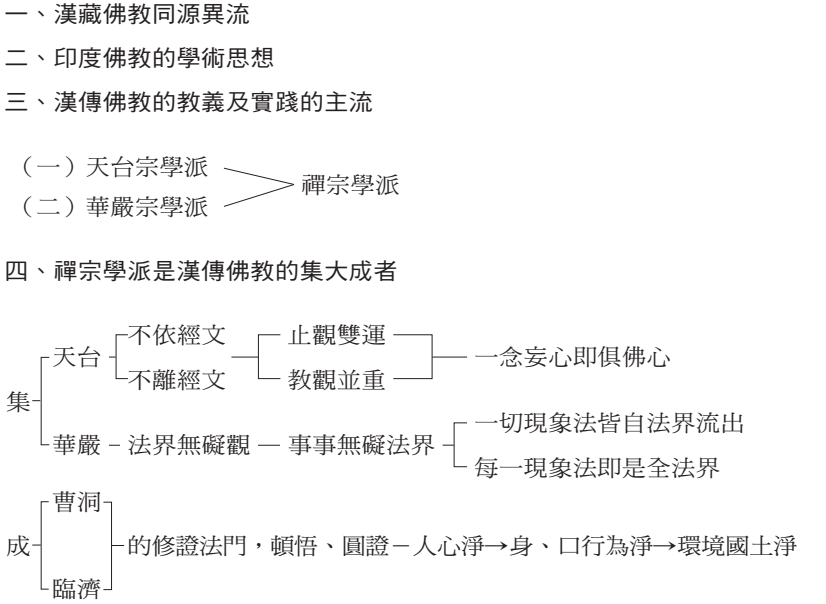


圖 1-9：「漢傳佛教傳承發展系統表」之一：綜述

[30] 本表原稿為聖嚴法師一九九八年五月一日草擬於紐約（參見本書〈附錄〉），後聖嚴法師將之交由祕書組法師打字，並增補、訂正如圖 1-9 至圖 1-12 之最後定稿。目前由法鼓山文化中心收錄於數位典藏資料庫。

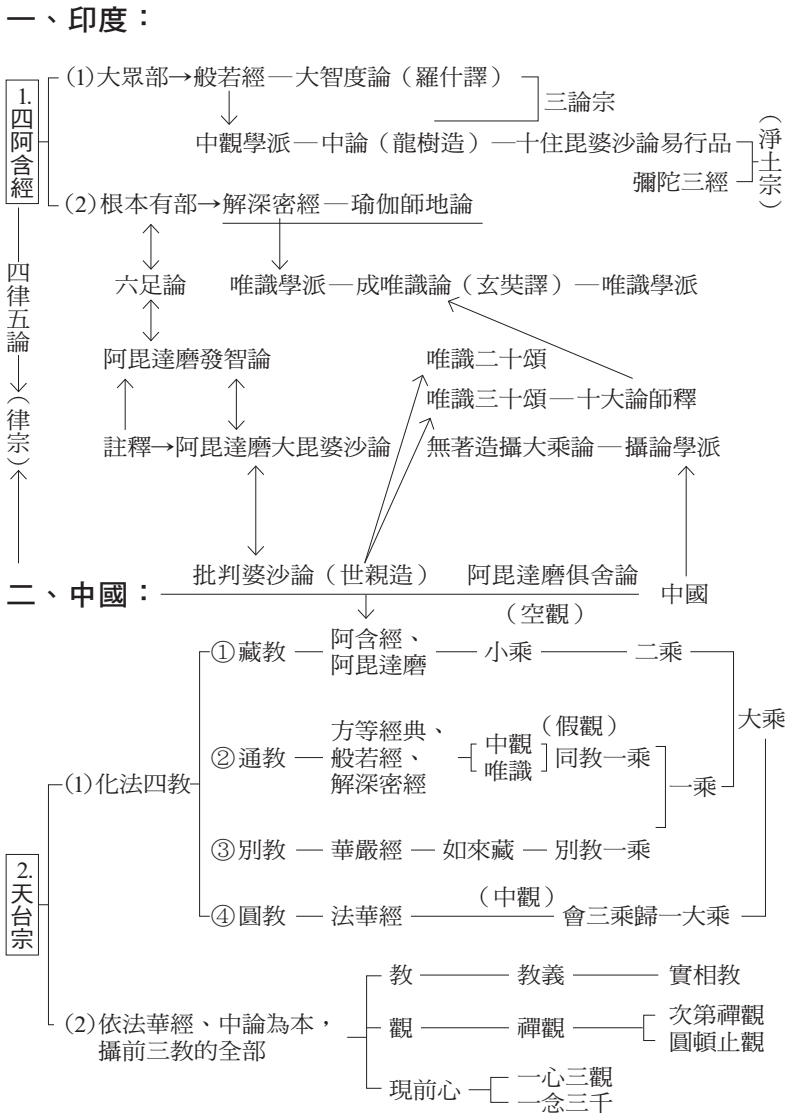


圖 1-10：「漢傳佛教傳承發展系統表」之二：印度到中國天台

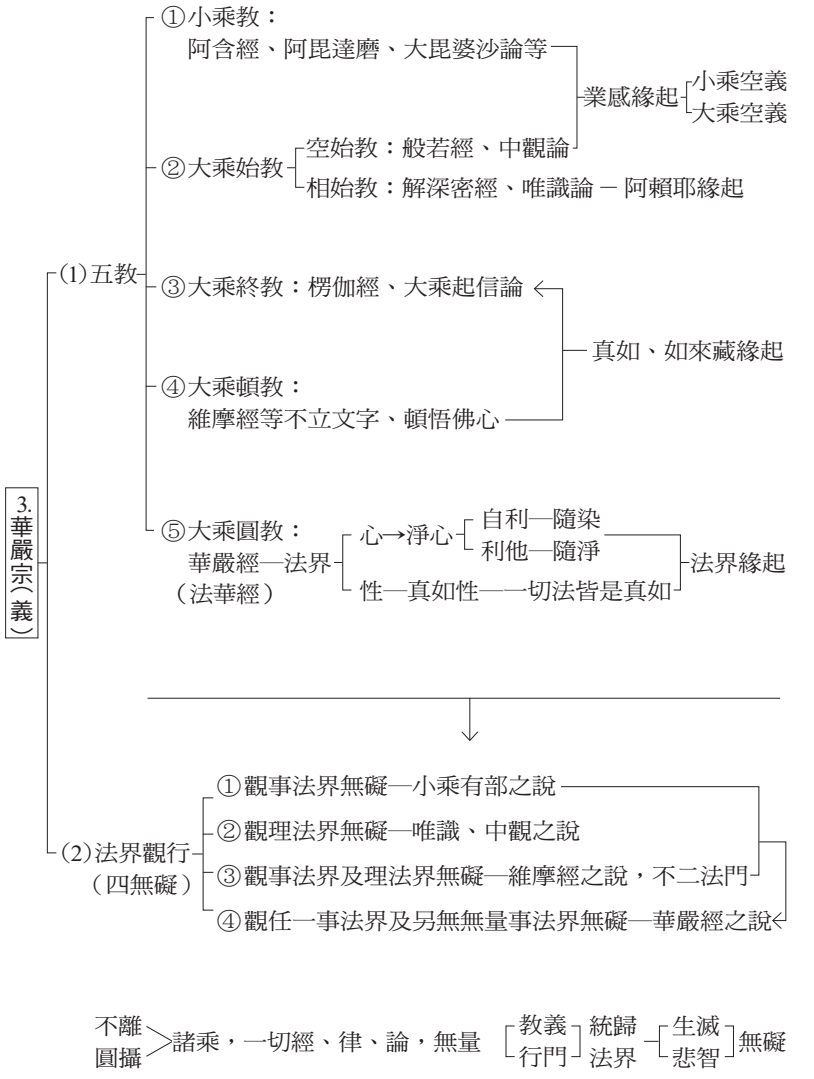
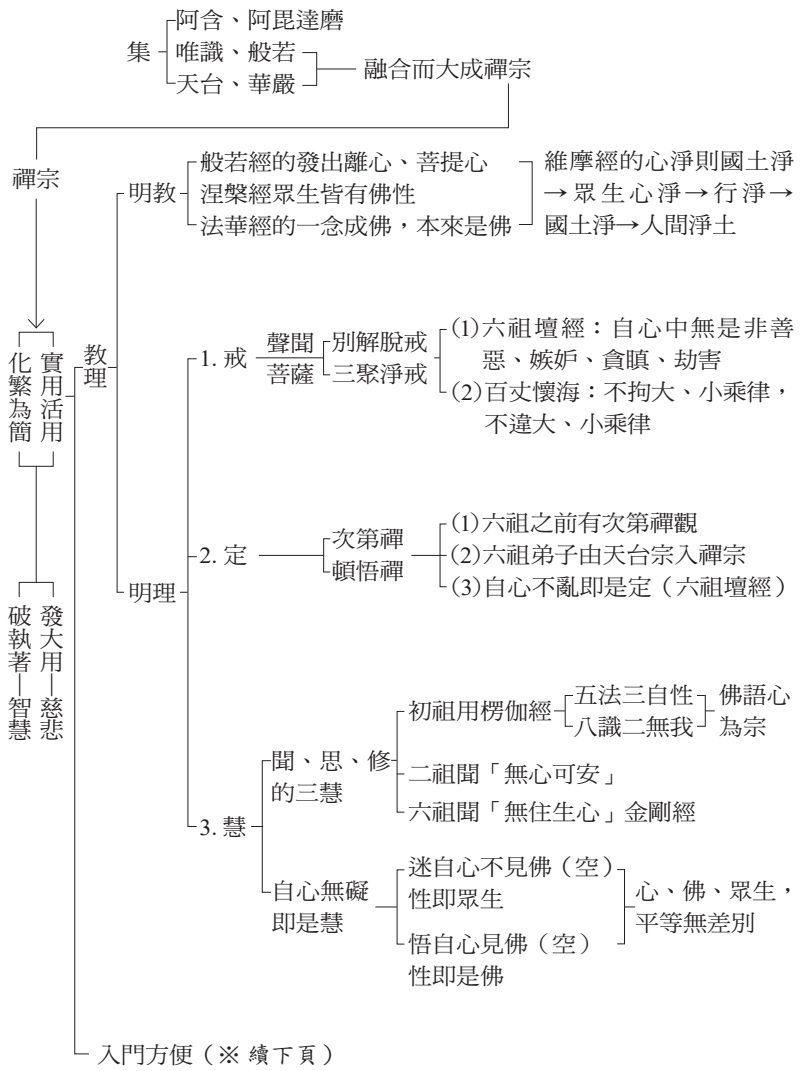


圖 1-11：「漢傳佛教傳承發展系統表」之三：中國的華嚴



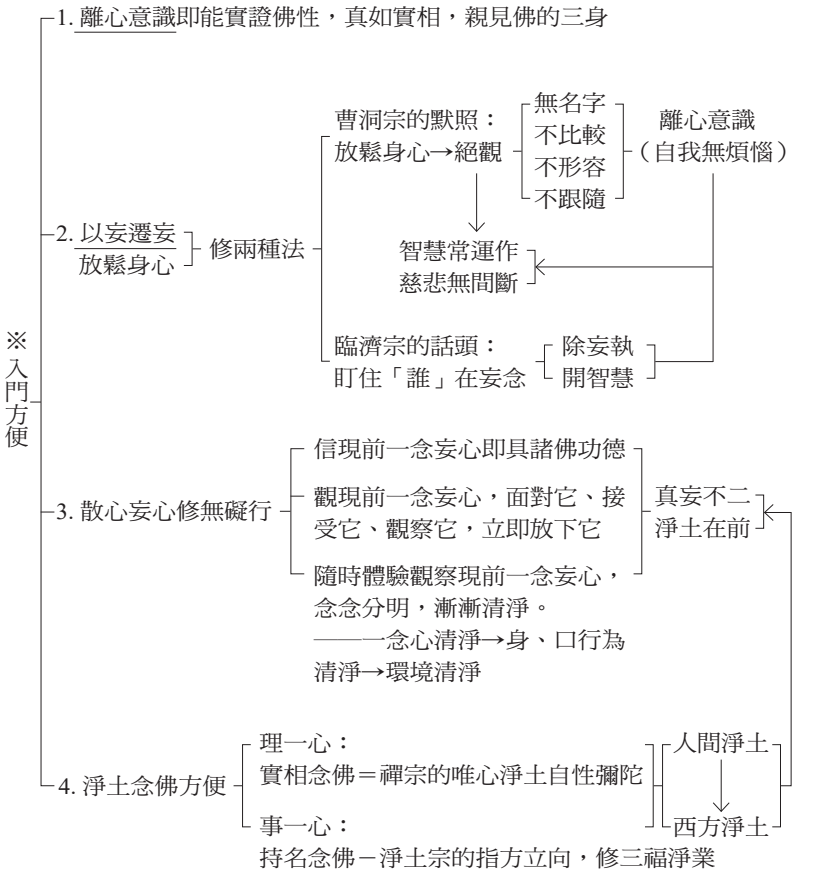


圖 1-12：「漢傳佛教傳承發展系統表」之四：禪宗教理與方便

以法師草擬此表的時間判斷，當緣於一九九八年五月一日至三日，與達賴喇嘛在紐約共同主持的「文殊菩薩智慧法門——漢藏佛教世紀大對談」。二位分別就漢傳與藏傳佛教的智慧法門演說各自傳承，再進行對談。因此不妨理解法師以此表做為其對談前發表的〈漢傳佛教的智慧生活〉一文的梗概，亦是其對於漢傳佛教思想與觀念傳承脈絡的呈顯。

就法師表中所呈顯，有幾個關鍵概念值得關注：

其一，漢傳與印度佛教的傳承關係：法師在法鼓山的共識中，指出「我們的方針：回歸佛陀本懷，推動世界淨化」，而法師也在諸多演說、文稿、論文中不斷強調，漢傳佛教乃從佛陀教說的本懷傳承而來，即使已經與漢文化交相融攝，但其核心精神與理念，從未離開。因此本表一開始便從印度佛教的學術思想開始，以見其所本。

其次，以天台、華嚴判教，攝漢傳傳承印度思想之抉擇詮釋：漢傳思想的發展中，向以「教」「觀」做為兩大探討面向，天台被稱為「教觀雙美」，華嚴則以壯闊而繁複的法界思想著稱。法師於本表中，特別拈出二者的「判教系統」，除重視其對印度傳承後的獨特開展，也是其所強調的，漢傳思想所具備幾個重要特質的理據。亦即「漢傳佛教之好是在於有其消融性、包容性、適應性、人間的普及性以及社會的接納性。」[31] 這些特質所展現的，便是判教系統的

[31] 釋聖嚴，〈我的使命與責任〉：「我是承接印度佛教根本思想，肯定藏傳佛教優良面，卻以漢傳佛教做為立足點，漢傳佛教之好是在於有其消融性、包容性、適應性、人間的普及性以及社會的接納性。因此我是將印度佛教（包括巴利語系）乃至藏傳佛教引為漢傳佛教的源頭活水，來滋潤助長漢傳佛教的發揚光大於現今及未來的世界。」《承先啟後的中華禪法鼓宗》，《法鼓全集》第 9 輯第 7 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 10。

周延、包容、消融與普及不同階段的修行次第。

故而法師於二〇〇一年編註滿益智旭的〈教觀綱宗〉而著《天台心鑰——教觀綱宗貫註》一書，此書以智旭的教判出發，法師於自序中即特別指出，從中見天台思想的「包容性、消融性、系統性、教觀並重的實用性」。[32]

二〇〇五年，致力於圭峰宗密〈原人論〉的整理，而著《華嚴心詮——原人論考釋》一書，主要也是從該論的五教判中見其融攝之道，故也指出：「此論是站在漢傳佛教的立足點上，統攝諸宗，融合內外，有其消融性及包容性的示範功能。今後的世界佛教趨勢，必定要從消融性及包容性的視角，來完成回歸佛陀本懷的整體性。」[33]

法師晚年於諸多法務中，既指導深化的禪修——默照與話頭，同時致力於國際化弘化事業，照看日益茁壯的法鼓山僧團及不斷增長的信眾對法義與行持的渴求，仍戮力於二書的貫註與考釋，可以見其對漢傳佛教傳承與創造的時代意義

[32] 釋聖嚴，《天台心鑰——教觀綱宗貫註．自序》：「像天台思想這樣的包容性、消融性、系統性、教觀並重的實用性，確是有待於後起的佛弟子們繼續努力的一種模範。」《法鼓全集》第 7 輯第 9 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 10。

[33] 釋聖嚴，《華嚴心詮——原人論考釋．自序》，《法鼓全集》第 7 輯第 14 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 5。

與當代實踐，有著內在而深刻的「堅持」。[34]

第三，指出從漢傳佛教到漢傳禪佛教的開展意義：圖 1-9，標舉漢傳佛教的教義及實踐的主流，分別為（一）天台宗學派、（二）華嚴宗學派，後面則匯入禪宗學派。第四項，則明指禪宗學派是漢傳佛教的集大成者。集天台、華嚴，成曹洞、臨濟的修證法門。而此修證系統，最後指向的是「人心淨→身、口行為淨→環境國土淨」這個脈絡，正是從「提昇人的品質」，而「實踐人間淨土」的歷程。

圖 1-12 則完整地將漢傳的思想，如何從原始佛教以來，融合而集大成於禪宗，如圖 1-13 所述。

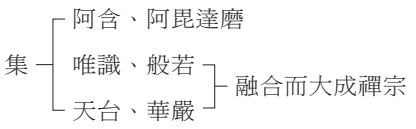


圖 1-13：集大成為禪的佛法傳承宗派

而禪宗對上述思想系統，則以「實用活用」、「化繁為簡」的方式繼承之，從而「以慈悲發大用，以智慧破執著」，開展出禪佛教的教與理，並以「入門方便」，呈顯四個面向：

[34] 聖嚴法師於〈法鼓山是一個弘揚漢傳佛教的道場〉中指出：「我七十歲以後，還寫了兩本漢傳佛法的專書。一本是《天台心鑰——教觀綱宗貫註》，另一本是《華嚴心詮——原人論考釋》，是今年（二〇〇六年）才出版的。而這兩本書都兼具了理解與研究。我們必須先理解，將它的來龍去脈釐清楚，才能進一步研究。」《法鼓山的方向：創建》，《法鼓全集》第 9 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 227。

1. 指出禪佛教為圓頓之法：以「離心意識」做為實證佛性，體悟真如實相，並得觀見佛三身的方法。

2. 以默照與話頭兩種法門的修習，達致「離心意識」：透過「以妄遷妄，放鬆身心」而修曹洞「默照」與臨濟「話頭」兩種法，從而達致「離心意識」。

3. 以「散心妄心」修無礙行：以「現前一念妄心」做為觀修的對象，而念念分明，使其漸漸清淨。

4. 以淨土念佛方便而修：以理一心實相念佛（禪宗唯心淨土自性彌陀），事一心持名念佛（淨土宗的指方立向，修三福淨業），而統整禪淨，從人間淨土的實踐，而至西方淨土。

惟上述「漢傳佛教傳承發展系統表」內容涵攝極廣，此僅以上表之內容做為法師「漢傳禪佛教」理路與實踐開展的參照與基礎，而整理如圖 1-14，本書則不擬針對該表做完整的陳述與討論。

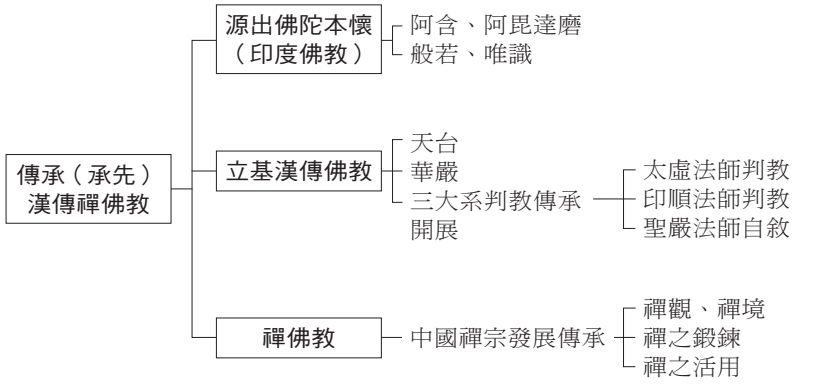


圖 1-14：聖嚴法師傳承脈絡——漢傳禪佛教

（二）聖嚴法師思想之「啟後」：中華禪法鼓宗

圖 1-15 以法師於《承先啟後的中華禪法鼓宗》[35]、〈如何研究我走的路〉[36]、〈以研究「聖嚴」來推動淨化世界〉[37]等文本為主軸，另參考法師其他著作，整理而成，以為理解法師所創設的中華禪法鼓宗之中，與禪修相關的傳承脈絡與體驗。

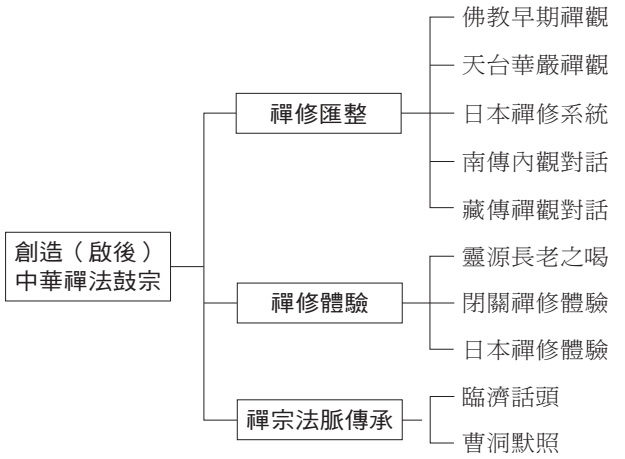


圖 1-15：聖嚴法師之創造——中華禪法鼓宗

[35] 釋聖嚴，《承先啟後的中華禪法鼓宗》，《法鼓全集》第 9 輯第 7 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版。

[36] 聖嚴法師二〇〇六年十月十八日講於臺北圓山大飯店，收錄於《聖嚴研究》第一輯，頁 19-26。

[37] 聖嚴法師二〇〇八年五月二十五日講於臺北圓山大飯店，收錄於《聖嚴研究》第一輯，頁 27-36。

（三）聖嚴法師思想之「人間實踐」：心靈環保

圖 1-16、1-17 為本書對心靈環保整體面向所建構之理論與實踐圖像，以下為對此二圖的簡要說明，至若完整相關內容將詳述於本書後面章節中。

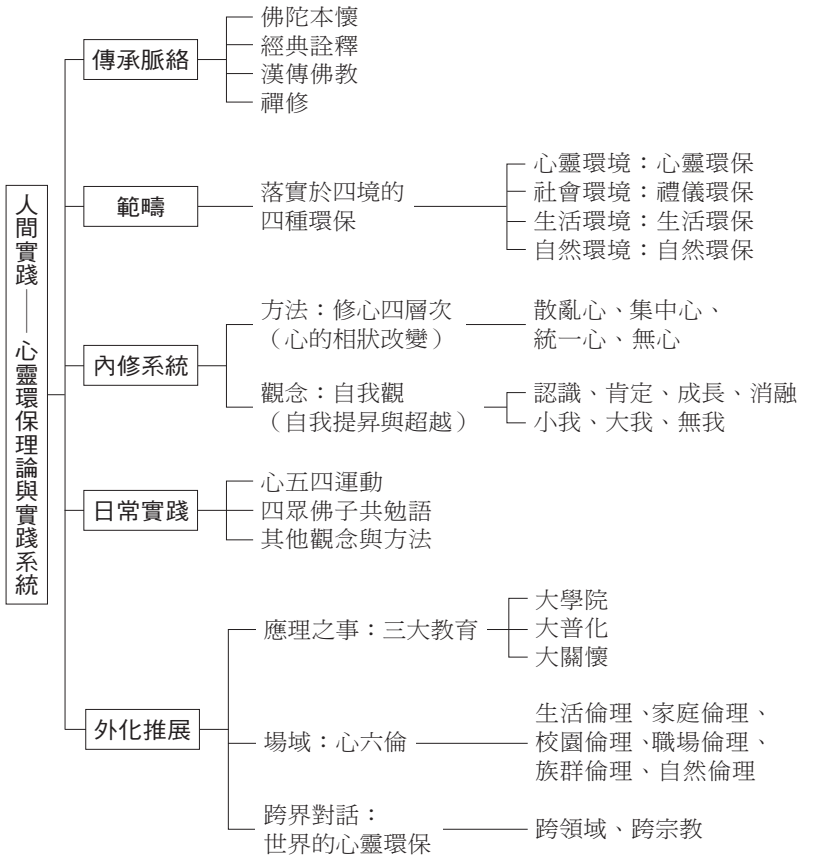


圖 1-16：聖嚴法師人間實踐——心靈環保理論與實踐系統

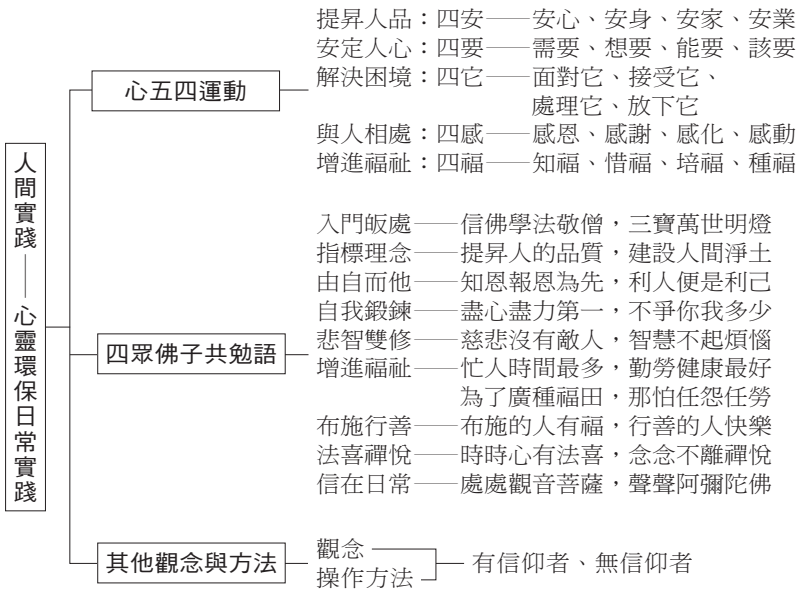


圖 1-17：聖嚴法師人間實踐——心靈環保日常實踐

本書將心靈環保定義為一「內修外化」的系統，經由「內修」，提昇個人品質，再從內修往外以實踐大乘菩薩精神，體會人與境的不同層次關係，進而開展「外化」的建設人間淨土歷程。

1. 內修

即「提昇人的品質」的實踐歷程與實踐目標，其內涵為以禪修修心的過程，轉化自我層次；並透過淡化宗教色彩的觀念與方法，推廣於一般社會大眾。

（1）實踐歷程：以禪修的修心三層次逐步進行心相四個歷程的鍛鍊與改變——修心的三個層次即散亂心→集中心，集中心→統一心，統一心→無心等，以逐步提昇「散亂心、集中心、統一心、無心」等四個心相。

（2）實踐目標：完成個體生命的自我提昇，從對自我的認識、肯定、成長到消融。

（3）日常運用：心五四、〈四眾佛子共勉語〉及一般的觀念轉變與方法操作等，為日常生活可用的佛法實踐。

2. 由內修到外化

形構個體心靈與外境的三層次關係，達致內修外化的整體境界。

（1）心靈為一環境：以每一存在個體的心靈為基礎，為需要照顧、淨化與保育的環境。如對應上述修心層次，約為散亂心到集中心階段；對應「修我」的層次，約為認識自我、肯定自我階段。

（2）心靈與外在環境的關係：每一個個體與他者、外境對應時所形成之關係，亦即心與境的關係。從「心隨境轉」、「境隨心轉」的心、境二元對立，到體解二者為主體與主體相互對待的平等關係。

對應修心層次，約為集中心到統一心的階段；「修我」層次，則約為肯定自我到成長自我的階段。

（3）心靈即境：於體解上一層次之心境關係後，經由整全、整體之觀念轉化與修行體驗，發現任一自我個體的存在，皆為整體的一部分；而整體亦與自我相容相攝，此即「心即境」的層次。至此，則能體解眾人、外境與自我的超

越性連結。

對應修心層次，為統一心到無心階段；「修我」部分，則為成長自我到消融自我層次。

此外，前述內修的自我調整與鍛鍊觀念與方法中，「心五四」乃法師指出，用以對一般大眾的日用修持，其中所蘊涵者，實也是從內修到外化的過程。

例如「四安」由自己的身、心安，而至家、業安。「四要」的自我抉擇「需要、想要」，而及於與他者的倫理思辨而有「能要、該要」。四它的面對、接受、處理、放下，亦從自他的對應中產生。四感的感謝、感恩緣於外境的對應，雖感化自己，但期望能推及而感動他者。四福所對應的，更不僅是個人的福田、福報，更是眾生、群體乃至全體的福祉。

故而心五四乃內修而至外化兼容並蓄的重要提點。

3. 外化

（1）以「心六倫」為開展的場域：心六倫為六種倫理關係，包括家庭倫理、生活倫理（與自己的關係）、校園倫理、自然倫理、職場倫理及族群倫理。

（2）以四種環保為實踐的範疇：整合性地落實於四個人所生活的環境範圍中，包括心靈環保（心靈環境）、禮儀環保（社會文化環境）、生活環保（生活環境）及自然環保（自然環境）。

（3）以三大教育為化育途徑：將大學院深化的人才養成、大普化廣大的人間拓展、大關懷溫暖與慈悲的奉獻關懷情操環環相扣，做為建設人間淨土的化育途徑。

此即以兩張圖做為本書所整理之心靈環保人間實踐概念圖示。圖 1-16 為傳承、範疇與內修、外化之理論與實踐系統。圖 1-17 則為心靈環保的日常實踐。由此二圖可掌握心靈環保的系統性與應用特質。

三、法鼓山[38]

（一）命名緣由

以《法華經》中「惟願天人尊，轉無上法輪，擊於大法鼓，而吹大法螺，普雨大法雨，度無量眾生」之觀念為本，期使佛法利益與所有眾生分享，並以鼓聲振聾發聵，使眾生聽聞佛法後化解煩惱，得所指引。

（二）歷史傳承

聖嚴法師依止禪宗曹洞、臨濟二系法脈之東初和尚二度出家，一九六九年赴日留學，一九七五年獲日本立正大學文學博士學位。一九七七年東初和尚圓寂後，聖嚴法師以東初和尚

---

[38] 參考《臺灣大百科》「法鼓山」詞條之數位版內容修訂，目前網址設於「文化部國家文化資料庫」中，其網址為 http://nrch.culture.tw/twpedia.aspx?id=4242，撰稿者：辜琮瑜，最後修訂日期：民國 98 年 11 月 9 日。文末所附參考資料含下列六種：

1. 聖嚴法師。1993。《聖嚴法師學思歷程》。臺北：正中書局。
2. 林其賢。2000。《聖嚴法師七十年譜》。臺北：法鼓文化。
3. 辜琮瑜。2002《聖嚴法師的禪學思想》。臺北：法鼓文化。
4. 施叔青。2000。《枯木開花——聖嚴法師傳》。臺北：時報文化。
5. 林煌洲等。2004。《聖嚴法師思想行誼》。臺北：法鼓文化。
6. 胡麗桂編著。2005。《分享法鼓山》。臺北：法鼓文化。

創建之中華佛教文化館與農禪寺為弘揚佛法、指導禪修之根基。一九八九年購地創立法鼓山，為第一任方丈，二〇〇六年由果東法師接任第二任方丈。

聖嚴法師於二〇〇九年二月三日圓寂，〈末後偈〉：「無事忙中老，空裡有哭笑；本來沒有我，生死皆可拋。」遺言不立塔碑、不築墓豎像、不撿拾堅固子等，其靈骨並於二月十五日植存於法鼓山生命園區，為世人留下禪師灑然面對生死之風範。

（三）思想傳承與具體開展

法鼓山以漢傳禪佛教為背景，將其觀念及方法轉化為「心靈環保」，並以此為主軸推動「提昇人的品質，建設人間淨土」之理念，再以大學院、大普化、大關懷三大教育實現此理念。

大關懷、大普化教育主要透過各會團及基金會實踐全人、生命全程之生命關懷及慈善、弘化、分享、共修等目標；其中之心五四、心六倫為具體落實佛法現代化精神之呈顯。

大學院教育以推展佛教教育及養成佛教專業研究人才、應世化世人才為目標，一九八五年創立「中華佛學研究所」（無正式學位）、二〇〇一年成立「僧伽大學」（非正式學位，為法鼓山僧才養成之佛學院）、二〇〇七年成立「法鼓佛教研修學院」（二〇〇八年更名為法鼓佛教學院），為教育部核可單一宗教辦學之第一所宗教研修學院，可取得正式部訂學位。

一九九八年通過教育部核准，籌設「法鼓人文社會學院」，二〇一四年五月獲准成立，七月申請與法鼓佛教學院合併獲得核可，並更名為「法鼓文理學院」。籌設人文社會學院期間，法師曾以「法鼓大學」為願景，提出「大願興學」之概念以推動之。

目前法鼓山上之大學院機構，為以研究漢傳佛教為主之「中華佛學研究所」（為研究機構，不招生）、僧伽大學（培養僧才）、法鼓文理學院（涵蓋佛教學系、人文社會學群）等。

（四）立宗傳法

二〇〇四年聖嚴法師對法鼓山僧團正式以「中華禪法鼓宗」傳法，聖嚴法師分析整合南傳、藏傳及韓國、日本、越南的禪佛教，於傳統禪法中開展而出，結合話頭、默照、呼吸、禮拜、經行、念佛等輔助方法，為在頓中開出次第化之漸修法門，適合任何根器者起信實修。

修證過程中，標明「散亂心、集中心、統一心、無心」等從淺至深四階次，每一階次各有修行及進階修行之方法；強調包容性、普及性、高度適應性、消融性，含攝整體佛法，並賦予佛教積極住世、化世之精神。

（五）全球弘化組織

法鼓山世界佛教教育園區於二〇〇五年落成開山，成為法鼓山之總本山，以中華佛教文化館為上院，農禪寺為下院，另設有北投雲來寺、雲來別苑，桃園齋明寺、齋明別苑，埔里德華寺、高雄紫雲寺、臺東信行寺，臺中寶雲寺、

寶雲別苑，臺南分院、雲集寺，臺北德貴學苑、安和分院等分寺院及各地區分會等。

海外有紐約東初禪寺、紐約州象岡道場為禪修、弘化之主要據點，海外分院、護法會遍及美國、加拿大、澳洲及亞洲各地。

佛教文化之推展為法鼓山承繼自東初和尚之一貫理念，由東初和尚於一九四九年創刊的《人生》月刊，為國內影響深遠的佛教雜誌；法鼓文化事業體出版有聖嚴法師中英文著作百餘冊，二〇二〇年並整合法師不同階段之全集，而出版一百零八冊《法鼓全集》紀念版，另國內外重要佛學研究論著及現代化、生活化佛法系列叢書、影音出版品數百種，為法鼓山文化弘法之重要機構。

【第二章】

研究與提問

第一節　問題意識與反思

一、整理心靈環保概念的必要性爲何？

此概念提出迄今已三十年，在法師未捨報前，仍持續開展著，故尚無需回應「何謂『心靈環保』？」的提問，然而隨著時移事往，開始出現更多的疑義，此些問題多半來自對此一法鼓山核心理念內蘊意涵的陌生，以下即為本書對此些問題所欲回應的面向與簡述。

（一）名實之間的反思：心靈環保對應的是符號？概念？或其他

「心靈環保只是一個現代化的標語嗎？與佛法有關嗎？」此問題似當以探索心靈環保的佛法底蘊回應之。雖然聖嚴法師曾明確指出心靈環保即是佛法，心靈環保就是禪，但對無法連結佛法、禪法、禪修與心靈環保內在意涵者，心靈環保似乎僅等同於口號或標記，此即本書所欲處理的第一個課題：心靈環保如何不僅只是一個以當代語彙替代傳統佛

法名相的標語。

此外，亦有問：心靈環保是一個概念或一種感覺嗎？或是一件事、一個運動？如果是運動，其所內蘊的核心理念又當為何？是法鼓山的象徵符號，或不僅指涉法鼓山，可以有更開展性的視角理解之？抑或是一種宗教式的道德勸說，用以召喚人的道德情操？

然而如果將心靈環保視為一個自我提醒，當人遭逢煩惱時，透過思惟心靈環保的觀念與運用其所傳遞的方法，而能止息煩惱，這樣的心靈環保又當如何認知或理解？此即下一個需要回應的課題：其所指涉的內涵為何？

（二）以整理其內涵回應「心靈環保是什麼？」

綜整法師於不同情境對心靈環保的指導或論述內容，回應此問。由於法師在不同時空情境中，會對所謂「心靈環保是什麼」做出陳述，有時指向的是實踐心靈環保可能得到的結果，有時直接論及與佛法或禪修的關係，亦曾言及落實於人間的意義與價值，乃至具體的方向和範圍。由於時間、對象或發表的情境有別，因此如欲一窺法師所指涉的心靈環保全貌，確實需要從諸多面向分析、釐清並綜整之。

本書對此提問，則以下列內容之整理回應之。

針對「心靈環保為何？」之概述，主要涵蓋下列面向，分述於以下第四章，心靈環保溯源——脈絡化之理解。第五章之心靈環保的應用化——當代實踐與開展。以及第六章，以詮釋的視角，理出心靈環保學之整體輪廓。

1. 基本定義

心靈環保是一個「提昇人的品質，建設人間淨土」的實踐系統。透過內修、外化的自我提昇過程，共成人間淨土。

2. 心靈環保的問題意識與回應

人間淨土不在於從外部環境的淨化開展，而在由內而外的淨化歷程，但亦非「唯心淨土」，仍須由主體之心靈意識而開展至自我的心靈環境、生活環境、社會環境、自然環境等生命存在的內外境。故從環保運動中有關環境保育、生態永續之關懷，反思當從更核心的標的——心的淨化為立基，進一步推展到四種環保之禮儀、生活、自然等，共同完成整體淨土。

3. 依於法師畢生藉由法鼓山開展的時間軸，對應諸理念、運動等而呈顯的心靈環保：一個回應時代而逐漸完成的動態系統

（1）目的：依於佛法嚴土熟生而落實於現代的提昇人品、建設淨土。

（2）範疇開展：從心靈環保到四種環保，為生存環境的全面開展。

（3）以心法立基：從「修心四層次」完成「四層次自我」的提昇歷程。

（4）個體的日常鍊心：心五四、〈四眾佛子共勉語〉等修行法要。

（5）以「事」推展的化育場域：三大教育、心六倫。

4. 歷史脈絡的心靈環保

（1）佛教的思惟

（2）經典的溯源

（3）漢傳的根柢

（4）禪修的觀念與方法

5. 詮釋脈絡下的心靈環保

（1）心境三層次：A. 視每一存在個體之心靈為一個環境（空間）：心為境，故須予以淨化、保護。B. 心靈（每一存在個體）與環境相互形成關係（連結）：心與境，境雖為外在於我人之境，然境之淨穢、好壞，亦為心的體現與呈顯。C. 心靈（每一存在個體）與整體之境不一不異，心境不即不離：心即境。

（2）修心層次、自我觀與心境三層次的整合。

二、爲何須以「心靈環保」爲對應時代的語彙？

此問題可從三個面向探討，其一為法師對整體佛教發展過程中的個人判攝與汲取，實已形成其獨特的理論與實踐系統，此可以從法師〈以研究「聖嚴」來推動淨化世界〉中的兩段引文，理解其之所以提出心靈環保之精神，包括對分宗分派之詮釋、佛教的一味觀指向嚴土熟生，而達致的方式來自心靈環保等一貫的脈絡。❶故於禪修的傳承須立宗——中

❶ 參見本書第一章註 ❽ 文中所述，聖嚴法師〈以研究「聖嚴」來推動淨化世界〉，亦收錄於《致詞》，《法鼓全集》第 3 輯第 7 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 239。

華禪法鼓宗，以闡明對禪法的觀念與修持如何承先啟後；而對於一般佛法觀念的應用，亦須另以一組有別於過往佛教名詞的概念定義並論述之，以見其承繼整體佛教的脈絡。如法師所指，其立宗的脈絡，從佛教，到發展中的佛教，中國的佛教（亦即漢傳佛教），再到漢傳佛教中的禪佛教，而以法鼓山的禪佛教（即中華禪法鼓宗）與世界接軌。❷此中所承繼的脈絡如上所述，一為禪法的傳承，一為佛法的判攝與應用之開展。有關心靈環保對整體佛教的承繼脈絡，則整理於第四章之溯源與脈絡化中。

其次涉及法師畢生的願心與自我定位，第三則從此畢生願心與自我定位，從事對應時代需求的佛法弘傳、人心提昇與改變世界等標的。

其中的畢生願心，即法師希望倡議正信的佛教，並多次於不同場合提及：「佛教這麼好，佛法這麼好，知道的人卻那麼少，誤解它的人是那麼多。」而面對佛教龐大的典籍，涵括從古至今、跨越不同時空的底蘊，如何或以何種方式深入其中並轉化而出，便觸及另一個問題，即法師的自我定位。

法師於留日期間，其師東初法師曾以「寧做宗教家而勿做研究宗教的學者」期勉。而法師亦以此自我期許：

❷ 聖嚴法師，《承先啟後的中華禪法鼓宗》：「我曾經在二〇〇四年九月為常住大眾上四堂課，我講的是佛教，發展的佛教，中國的佛教，也就是漢傳的佛教，漢傳佛教之中的禪佛教，然後從法鼓山的禪佛教跟世界接軌，被世界的佛教接受，成為未來世界整體佛教中的一大主流。」《法鼓全集》第 9 輯第 7 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 11。

> 我是中國沙門，我的目標仍為中國佛教的前途。誰都知道，我國佛教，一向注重學行兼顧或悲智雙運，以實踐佛陀的根本教義或菩薩精神的自利利他法門，古來宗匠，無一不是沿著這條路線在走，東老人也嘗以寧做宗教家而勿做研究宗教的學者期勉。❸

如為研究宗教的學者，或許可從文獻、學術等研究的立場深探，也許窮一生之力，創造或整理出深邃的研究成果。然而宗教家所從事的，則是另一條迥異的道途。以「宗教家」立場自我定位，有兩件事是必須回應的。其一為如何將艱澀難懂的語彙，轉化為當代人能理解、能應用的觀念與方法，此為宗教家化世的必要任務。其次，宗教家對於信仰的推動，必須衡諸不同信仰者的層次，無論是從信仰或解義入手，皆須進入實踐的脈絡；乃至如欲將佛法抽離純粹宗教的活動，進入所有無法安頓生命者的內心世界，則尚須指出對人心所具備的超越性意義與作用，亦即無論是否為佛教徒，只要對其生命能帶來正向作用與身心安頓，皆是須戮力而為者。❹

❸ 釋聖嚴，《大乘止觀法門之研究．前言》，《法鼓全集》第 1 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 5-6。

❹ 關於此，可從聖嚴法師與一位記者的對話中，見心靈環保概念之緣起與用心，於《法鼓山的方向：弘化．傳薪創新感恩發願》一文中，法師提及，一位記者曾指出，佛教給人的感覺太守舊，觀念保守、說法陳舊，不容易引起一般人興趣。並且問及佛教能不能有新名詞、新觀念，以帶動社會的新風氣？法師則以當時最流行的「環保」概念，而提出佛教原來就講環保，但佛教講的是「心靈環保」回應之。該位記者則直指「心靈環保」為新名詞、新運動、新風氣！爾後法鼓山就開始使用「心靈環保」的名稱，並成為專利標誌。《法鼓全集》第 9 輯第 3 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 123。

綜上的畢生願心與自我定位，法師曾以「我們需要人間化、現代化、學術化、實踐化的佛教」等四個「化」來詮釋此世間需要的佛教，從中便可理解，何以法師必須從龐大的佛教典籍與修行方法中，拈出「心靈環保」及其後一系列的詮釋脈絡，此四個化之對照可從下圖理解：

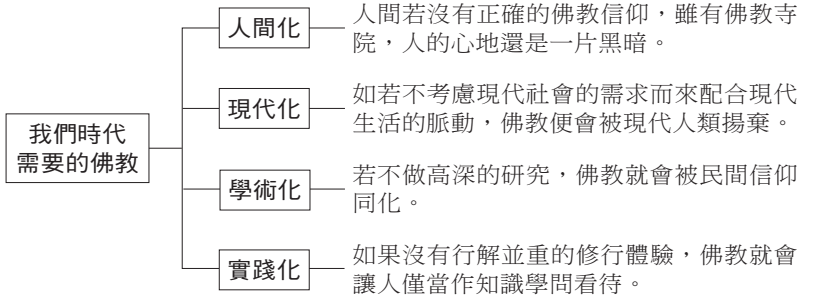


圖 2-1：聖嚴法師「我們時代需要的佛教」❺

從上述四個「化」，法師進一步指出：「我們法鼓山，就是要朝著這四個目標努力。提昇佛教的功能，才有希望提昇人的品質，唯有提昇個人的品質，始可能以身作則，影響他人，淨化社會。」故其提出心靈環保的概念及其開展而出的

❺ 釋聖嚴，〈一〇、第三度訪問中國大陸〉，《行雲流水》，《法鼓全集》第 6 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 51。

實踐脈絡，毋寧說正是回應上述的立場。

至於方法，則是以古文今釋的詮釋精神，回應語彙的轉換。此即如法師所指出，是一個對應人心需求，且期望還原佛法得為人所用的目標，而逐漸開發出來的學習系統：

> 從最初只有一個「心法」，接著提出「心靈環保」，再發展成「禮儀」、「生活」、「自然」共四種環保；接著又開展出「四安」、「四要」、「四它」、「四感」、「四福」。這些都是我歷年來多場講座的內容主題，為的就是淡化玄深、神奇的色彩，使佛法讓人一聽就懂，一懂就可以運用。❻

故而法師亦藉由指出心五四的三個基本精神，呈顯其轉化之目的如下圖所示：

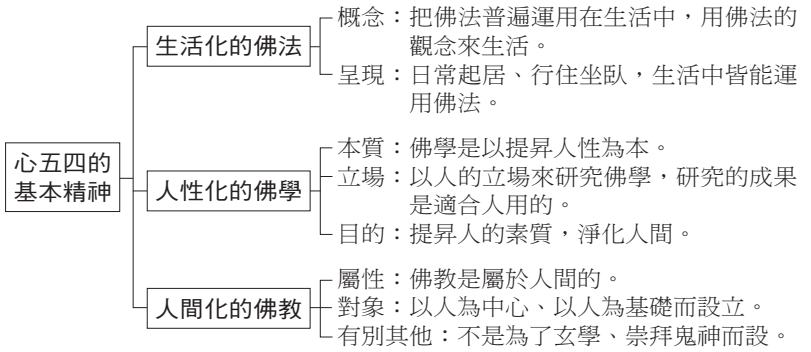


圖 2-2：聖嚴法師「心五四的基本精神」

❻ 釋聖嚴，《法鼓山的方向：理念》，《法鼓全集》第 9 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 109。

三、心靈環保會因爲現代化的詮釋，而成爲俗化的佛教嗎？其與佛法的究竟解脫精神是否相應？

於古文今說的詮釋過程中，此一名詞雖有法師從諸多面向論述與開展，然如若未給予全面的整理，對許多人而言，當會質疑其如何呈顯佛法或禪法的要旨？故有人指心靈環保是「世俗化的佛教」，無法與指向究竟解脫的佛法連結；但對佛法繁複名相感到陌生，而無從輕易進入甚深法義者，則視心靈環保為佛法在現代的應用示範。然無論是質疑或認同，如未能詳實呈顯完整意涵，似也容易形成過於簡化的評述。

此外，由於對應世人普遍需求，法師曾指出「淡化宗教色彩」之概念，而被指是否有「去宗教化」之疑慮。然於此問題，法師亦曾以推動心五四運動為例，指出兩大重點以為區辨：

> 一方面淡化宗教固有名相色彩，入世化俗，另一方面，要充實佛法精神，避免隨世流俗。❼

另外亦特別針對「淡化宗教色彩」所淡化者，以及一般宗教與佛法的要義予以分疏如下圖所示：

❼ 釋聖嚴，〈「心」五四運動的時代意義〉，《法鼓山的方向：理念》，《法鼓全集》第 9 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 112-113。

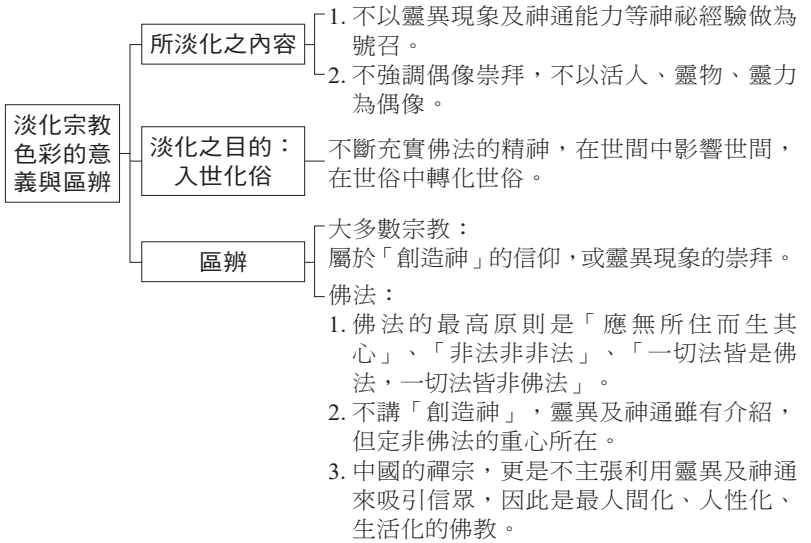


圖 2-3：聖嚴法師對於淡化宗教色彩的意義與區辨

另亦可以法師兩段文本，理解其用心及立基於佛法根本精神的意義：

> 佛教的中心思想是「心」，是從心做起、從心去開發、從心去推廣，最後成就的也是自己的心。這是佛教的根本內容，所以說心靈環保的觀念並不新鮮。……
>
> 心靈環保是佛教努力的目標，不論修行、淨化人心、淨化社會、都是從「心」開始。佛教講的「心」，是慈悲心和智慧心，也是構成「心靈環保」的主要元素。[8]

[8] 釋聖嚴，〈傳新創新　感恩發願〉，《法鼓山的方向：弘化》，《法鼓全集》第 9 輯第 3 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 123。

而本書所彙整之內涵中，亦嘗試藉由指出心靈環保的「心法」，如何對應佛教、禪修的「心法」，而回應此「世俗化的佛教」之提問。

亦即省思此一源自佛法的現代化詞彙或概念，在對應當代需求的脈絡下，是否在入世中保有佛教的最終關懷，亦即是否仍以佛教的「解脫道」或「開悟」為終極目標？而此終極目標在倡議現實人間創造淨土的系統中，其意義與作用如何呈顯？

心靈環保是世間法？出世間法？世出世間法？其內修與外化如何恰切地整合於一？亦即解脫道與菩薩道之間的關係是否在心靈環保的架構下，得以相容無礙？對於此一提問，本書亦將從心靈環保學的詮釋系統回應之。

四、心靈環保是封閉而有絕對定義的系統嗎？抑或具備未來開展性？如何可能？

此一提問，似可視為同一個問題的兩端而探索。

如前所述，心靈環保為法師在不同時空環境中逐步發展而出者，因此究係可以視其為完整但可能相對封閉的系統，並精確而簡單地做出定義？或者視其為開放的動態發展歷程？如欲更周延地回應，似乎可以時間軸的發展脈絡整理之。此部分之內容，將於後文有關心靈環保的當代實踐與開展完整呈現。

承上之提問，如果心靈環保是法師從一個原理、原則或方向，而指出的發展性系統，那麼做為曾經對當代影響甚鉅的宗教師——聖嚴法師所倡議的心靈環保，是否能成為對未

來世界仍起作用或具影響力的概念？如果可能，此內涵是否可以在理解之後，產生開展式的作用？又當以何種方式與其對話並詮釋之？

此即必須回應前所述及之提問：「心靈環保有一定的意義或內容嗎？」如果有「確切且固定」的定義，後來之人如何與之開展對話？或者形構心靈環保未來的跨領域學習脈絡？

此種跨領域思惟，重點是要將心靈環保置於「應用」或「運用」於其他領域的理路？抑或是探索出心靈環保的「理」，亦即其關鍵的元素，並從而與其他領域的「事」進行對話與連結？或是有其他對應的方式，可以將此概念之作用傳遞或轉化於其他領域？乃至於探索出不同的對話模式？

如以法鼓山僧眾釋果光以其經濟學背景論述並出版之《心靈環保經濟學》[9]為例，可對應上述何種模式？其對應模式對於未來心靈環保之開展，可提供何種研究或系統之發展典範？似可做為此一議題之對照。

五、爲何提出心靈環保學？

如果僅只是爬梳、整理心靈環保的內容，而非建構學理或知識系統的「心靈環保學」，何以特意以「學」稱之？以下即簡述本書擬議「心靈環保學」之目的。

[9] 釋果光，《心靈環保經濟學》，臺北：法鼓文化，2014 年。

（一）目的之一：區辨廣義與狹義的心靈環保

如緒論「釋題名」中所述及，指出其為「心靈環保學」，有一重要的意義在於論述「廣、狹義」的心靈環保。蓋因心靈環保不僅只是一個單純偏重心靈環境的保護、守護概念，尚涵蓋了生活的、社會的，以及自然等三個生存、生活環境的整體照顧，因此就廣義與狹義心靈環保之區辨，可視之為「學」。

（二）目的之二：指出其做為學習系統的完整脈絡

其次在於聖嚴法師提出心靈環保的目的，並非只是一個概念、運動或理念的倡議，更重要的是建構一個涵蓋佛法與禪的觀念及修持方法而完備的「學習系統」，理論與實踐兼備，故以此學習脈絡視角稱之為「學」。

（三）目的之三：嘗試由「理解」到「開展」，探索跨世代安心之道

此外，誠如法師最初倡議的目的，在於指出人心安頓的觀念與方法，試圖為混亂而失序的時代，帶來轉化的視野，而面對較諸過往更嚴峻而危脆的生存困境，人心的憂悲苦惱與徬徨無助只有愈加嚴重。因此吾人亦可省思此一安心的法門，可如何對應不同的時代趨勢與學習模式，並嘗試找出跨世代安心之道的脈絡。此即由「理解」到之後的「開展」，亦為建構為「學」的立場。

（四）目的之四：試圖整理內修外化的完整系統

在釐清心靈環保內涵的歷程中，發現聖嚴法師所開展而出者，乃是一個指出：1. 由內而外而無內外；2. 由己而他而泯自他的修行地圖，此中呈顯出法師於佛法傳承及開展於世的「層次分明，圓融無礙」的全面建構。此亦為整理為「學」的意涵。

其中包括下列幾個面向：1. 由個體而整體；2. 由日常而全面；3. 由心靈而逐層於所有外在情境。如以象限概念整理，其橫向為整體系統之建構，包括與人相關涉的心靈環境、社會文化環境；與外在物質及自然相關的生活環境與自然環境。縱向則以「心」為基礎，往自我內在深化與確認，是為小我的認識與肯定，往外則連結並統整小我與大我的關係，是為成長自我，往上從而完全開展至於無我，為消融自我。此完整之圖像與說明，於本書第六章說明之。

第二節　研究面向

為盡可能地完整探究此「學」，本書乃藉由下述面向進行之，包括溯源之「脈絡化」、「詮釋化」之「系統化與超越系統」，以及實踐之「應用化」，從而導出後續相關內容。

一、溯源之「脈絡化」：時空背景梳理

本書主要目的在於整理聖嚴法師的「心靈環保學」，故首要之事即就法師所提出與心靈環保相關材料予以彙編，並

就其提出的背景、思想脈絡進行理解，探討其目的與作用，此即以溯源理解其脈絡。

蓋因聖嚴法師提出的心靈環保乃從佛法而來，[10] 然如無溯源的脈絡化理解，很容易因其回應的是現代議題——環境保育，而忽略其所源自的佛法本質。此溯源可從三個面向歸納整理。其一為法師對法鼓山「方針」的指示——「回歸佛陀本懷，推動世界淨化」，故做為法鼓山核心理念的心靈環保，與基礎佛法、佛教經典的連結為第一個面向，包括原始的根本佛教、發展中的部派佛教、適應時空的大乘佛教。其次為中國佛教，亦即漢傳佛教的傳承，為溯源的第二個面向。第三為漢傳佛教的禪佛教，到中華禪法鼓宗的禪修理論與方法，為溯源的第三個方向。

此梳理後的內容，即呈現於後文心靈環保溯源中的相關主題中。

二、實踐之當代「應用化」：實踐與應用於當代情境與場域

法師畢生用心之處，在於整理佛法深意，並轉化為可供人間實踐與應用者，故經由法師所直顯的心靈環保概念，皆在於應機與應世過程中，透過佛法的觀點，讓心靈環保從

---

[10] 聖嚴法師於〈如何因應嶄新的二十一世紀〉一文中指出：「釋迦牟尼佛來到人間，留下了龐大的聖典，其中所記錄的佛法，都是為了要提昇人品、淨化人心、改善人的環境，這些就是心靈環保的內容。」《平安的人間》，《法鼓全集》第 8 輯第 4-2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 140。

「原則性」——「核心、本質之理」的掌握，而開展於不同的面向，於個人之「內修」，提出諸如「心五四」、〈四眾佛子共勉語〉等生命課題的對應、日常生活的實踐等內容。於外在開顯，所謂的「外化」，而有以「四種環保」對應不同的生存與生活環境；以「心六倫」對應不同的倫理實踐場域。為將心靈環保的推展普及於世，而有「三大教育」，培養大學院深化人才，擴及於普化及關懷面向。

此由「理」而「事」的開展，非在於僅標舉「事」的完成而陳述心靈環保的具體系統，更在於「理」的釐清與掌握，透過「心法」而完成個體生命的品質提昇，如此方能成就共創的人間淨土。故而心靈環保確實可以經由法師倡議的種種運動，掌握相關內容，理出系統化的結構；但又因為心法乃以回到每個個體自身而鍛鍊，故而具備個體生命的開創性，而非框架式封閉系統之規範性意義，此亦涵蓋下述之系統化與超越系統。

三、「詮釋化」／「系統化」與超越系統：心靈環保的心法與開展

心靈環保能否視為一個思想或實踐「系統」？或者，應以什麼樣的概念理解？如果從法師對前述佛法、禪法脈絡的理解，而開展出心靈環保的重要觀念與實踐方法，似乎可以「心法」的開展，建構一個動態發展中的系統。

此建構乃為詮釋的開展，從文本的理解、主題的分析，以及系統建構之後，重新從中統整出不同層次脈絡的過程。此系統的開展之所以稱為「心法」，主要在於探索心靈環保的「理」，以為後續整理心靈環保的當代應用，亦即「事」的開展，找到根基與原理。

內容主要析論心靈環保概念中的「心靈」、「環境」兩個元素，從而理出三個層次：第一個層次，探討的是「視自我個體之心靈為一內在環境」，亦即「以個體心靈為境」之概念，探討其保護、化育與淨化之道，此即涉及法師從傳承系統中，整理而出對「心」的定義，從而開出或對治、或淨化、或防禦、或收攝、或安頓、或開發的心靈環境之處理。第二個層次，為自心與外在環境的心、境關係，當中含攝諸如「境隨心轉」抑或「心隨境轉」的狀態，以及心與境如何從主客對立，到互為主體的過程。第三個層次，則進入主體消融於境的「心即境」不二狀態。

此三個層次之所以置於「詮釋的建構」面向，乃因法師所提出的心靈環保，並未直接指出此三個層次，但於其思想中所呈顯的「層次分明、圓融無礙」修行理論與實踐內涵，確可理出此系統，故以詮釋的建構呈現之。

【第三章】

心靈環保探討之議題

心靈環保探討之相關議題，主要就兩個面向而言。其一從心靈環保最初開啟之問題意識而來，即對應外部情境與時代課題而生發的環保議題，故定義為「外部課題」。其二為與心靈環保相關之內部課題，即法師提出心靈環保之最主要目的，在於實踐「提昇人的品質，建設人間淨土」的法鼓山理念。而此目的與心靈環保之間的關係為何？如何得以實現？此以內部課題之概念探討之。

第一節　心環外部課題探討：心靈環保與環保意識的對話

如前所述，聖嚴法師最初提出心靈環保之概念，乃為回應當時正逐漸為人所重視的環境保育運動，然法師對此所採取的對應態度與方式，並非僅在於支持該理念，甚而是借用「環保」的名詞，而重新賦予更深且廣的意義與詮釋，從而提出涵容性更寬闊的整體環保——不僅只針對自然，尚涵蓋心靈、生活與社會三方面的環境向度。以下即就此整理法師之反思，並以其所提出之佛教的整體環保觀，窺其何以從中

開出以心靈環保為核心的四種環保。

一、對話與反思：環境保護從改變心開始

法師於二〇〇四年「世界青年和平高峰會」論壇上提及，當年（時間如緒論中所述，有不同的時間點）之所以提出心靈環保，是對當時環境保育的作法與觀點的反思；不是因為大家都在講環保，所以他也講環保，而是看到普遍性的心靈貧窮與匱乏，而這也才是形成舉世環保問題最重要的源頭。

法師指出，環保提醒我們不要浪費自然資源，要重複使用，永保青山綠水的自然生態；但他更看到，雖則此些想望都很好，然而最重要的是，我們能不能從心去實踐整體的關懷？因為要對環境產生真正的護惜，需要人對自己與環境，乃至整體地球甚至宇宙的關係產生認知上的改變，能從一體觀去思惟，從個人擴大到全體，從個人的貪欲或私我的滿足之外，進而思考所有生命都有求生存的權利與需要；全人類、一切的後代子孫，也都需要在這個共同的情境下被照顧，並得以好好生存。亦即我們需要從心、從認知、從觀念改變，才能真正去實踐、落實。

因此再進一步反省環保問題，找到真正的癥結，即一切問題來自心的造作；想要改變環境，不是從境來改，而是從人的造作來調整，而人的造作源頭即是心念，因此要改變世界，就是要改變我們的心，從心開始。❶ 此一反思與內省，

❶ 內容整理自聖嚴法師二〇〇四年七月二十四日於「世界青年和平高峰會臺北論壇」之主題演說〈認識心靈環保——闡明心靈環保的精義，以及

可整理為圖 3-1、3-2 呈現之。

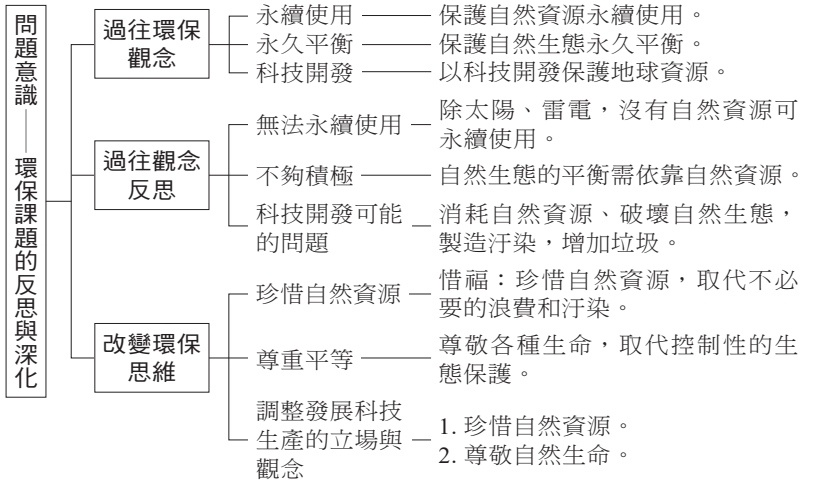


圖 3-1：心靈環保問題意識——環保課題的反思與深化

圖 3-1 主要為對環境保育課題所提出之主張，做更深入的反思後，指出如何經由更進一步的觀念，以回應過往思維的可能困境。圖 3-2 則對照環保與心靈環保介入後的差異，主要在於人類的內心、價值觀、認知等的改變，包括從個體到人與宇宙的一體觀；以及有關價值觀的調整，從個體求生存的掠奪性，轉而為整體連結後的奉獻與護惜等。

與心靈貧窮的關聯〉，該文收錄於聖嚴法師《致詞》一書，《法鼓全集》第 3 輯第 7 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 82。

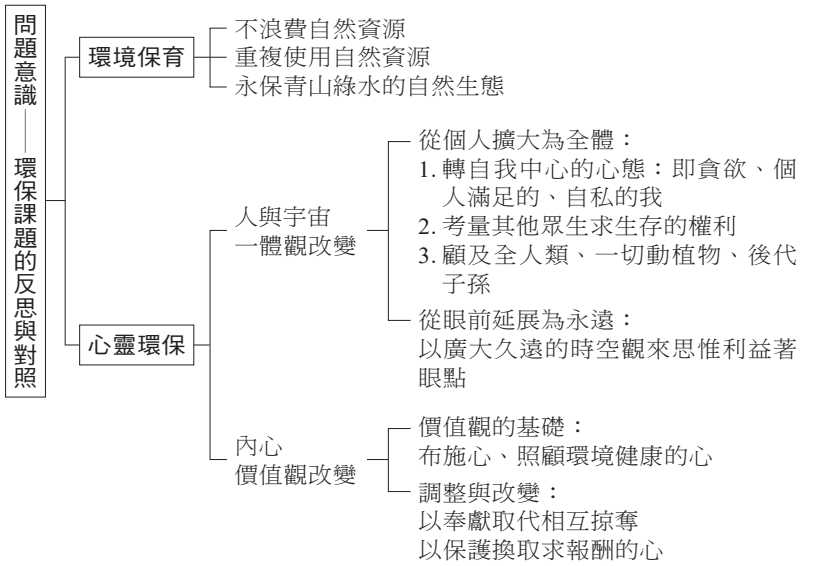


圖 3-2：心靈環保問題意識——環保課題的反思與對照❷

二、佛法的環保觀

除了上述所言以「從心開始」，而提出心靈環保的對應，法師也指出，人生存於世間，並非僅只於個體生命的身心存在，即佛法所稱之「正報」，尚依存於外在環境，即佛法中的「依報」概念。此有關正報、依報的概念，又與「有情世間」與「器世間」的概念對應而討論。

此即如法師以《阿毘達磨俱舍論》中有關〈世間品〉、

❷ 本圖整理自聖嚴法師〈將心靈環保推向世界〉一文，收錄於《人間世》，《法鼓全集》第 8 輯第 6 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 69-72。

〈業品〉、〈隨眠品〉三品中，分析迷界眾生的時間、空間觀而提出完整的身心環境關係，如下圖所示。❸

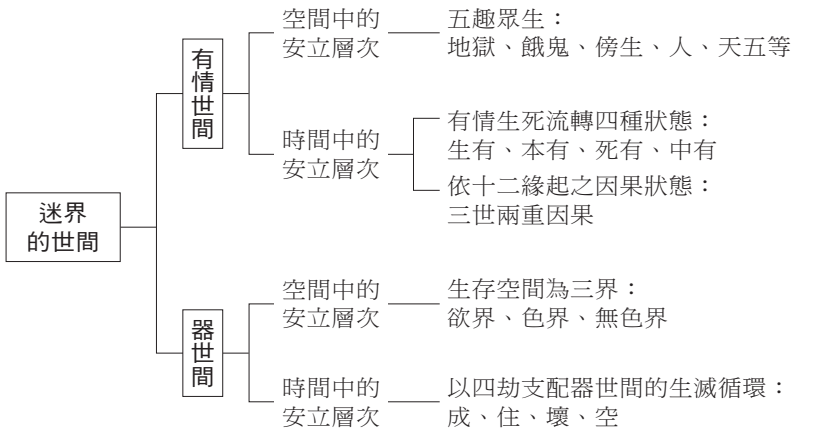


圖 3-3：迷界眾生「有情世間」與「器世間」的時空安立層次

法師藉由對阿毘達磨論典的整理，指出佛教中所具備的，超越人類所處情境的視野，乃為獨特的時間觀與空間觀；生命彼此之間的關係，亦從人之中心，擴及於其他「一切有情」。其對於人與世間環境的關係，提供了人對待環境的謙遜視角，也打破個體生命對自我價值感的膨脹與誇大。

除了上述之物質環境，人也生活於社會環境中，與自我、與他者皆具有密不可分的關係。因此，面對自然環境、人間社會環境、自我心靈內在環境，皆需全面觀照與關照，

❸ 本圖整理自聖嚴法師《印度佛教史．第六章　大眾部及有部的教義》一文中有關《俱舍論》之〈世間品〉、〈業品〉、〈隨眠品〉的概念。《法鼓全集》第 2 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 155。

才能相互共存，達致真正的生態平衡。❹ 亦即法師論及環保之思惟，乃擴及於不同範疇，並援引佛法的觀點，提供全面的視角，而非僅著眼於環境的關懷與物質世界的保育。此即法師提出四種環保以回應環境保育問題的更大視野，如其所言之：

> 我所提倡的「四種環保」，其實就是根據佛法中所說的「五蘊」、「有情界」和「器世間」等觀念而來的。
>
> 第一、五蘊。五蘊實際上就是身心。如果心理平衡，內心的問題解決了，身體的問題便容易處理。即使身體有病，但心是平安的，也就不以為苦了。因此，身心的協調，便是五蘊的調和。
>
> 第二、有情界。即是人與人之間的關係，從家庭生活到社會生活，以及種族與種族、國家與國家之間各種不同的人際關係，實際上指的就是有情世界。
>
> 第三、器世間。自然環保，實際上就是佛法所說的器世間。從佛教的角度來說，身體五蘊身心是正報，器世間是指我們生命的依報，也就是所處的大環境，正依二報都是我們的果報體。我們愛護社會環境及自然環境，應該像愛護照顧我們自己的身心一樣。如果能夠如此，世界人類便能夠真正地和諧、幸福了。❺

❹ 參見聖嚴法師二〇〇三年十月二十三日講於北京大學之〈從東亞思想談現代人的心靈環保〉一文，收錄於《學術論考》，《法鼓全集》第 3 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 430-431。

以下即就此三者，分別陳述佛法環保觀的不同向度及整體觀照。

（一）心靈的向度：自我內心環境

法師指出，真正的問題來自心的造作，因此要先從保護個體的心靈環境開始。此內在心靈環境之狀態，從佛法的傳承看，有染淨、真妄之別。法師對此二種傳承脈絡，分別指出其樣態與對治之道，以及修行後的解脫與自在。此即如圖 3-4 所示之彙整與對照。

（二）社會關係的向度：人間社會環境

面對人間的社會環境，法師以人處其中所涵蓋的倫理場域、依循之倫理原則，以及佛教的倫理觀分別討論，並以「法住法位」為佛法的倫理特質。亦即我們生存於此世間，每一個人、每一個眾生、每一個生命，都有自己的位置、立場，當然就有自己的角色、觀點。法住法位亦是彼此尊重，包容每一個個體在各別位置上的狀態，故此倫理觀亦指出關係中的分位，如圖 3-5 所示。

❺ 聖嚴法師二〇〇五年十月二十日講於臺北圓山飯店「世界佛教領袖座談會」，收錄於《致詞》一書，題為「四環即佛法」，《法鼓全集》第 3 輯第 7 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 91。

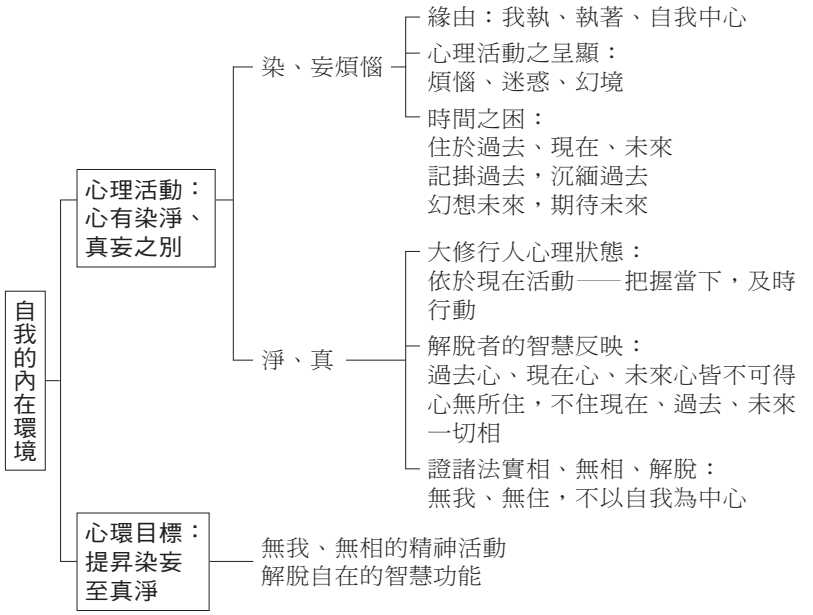


圖 3-4：佛法環保觀之「自我內在環境」分析 ❻

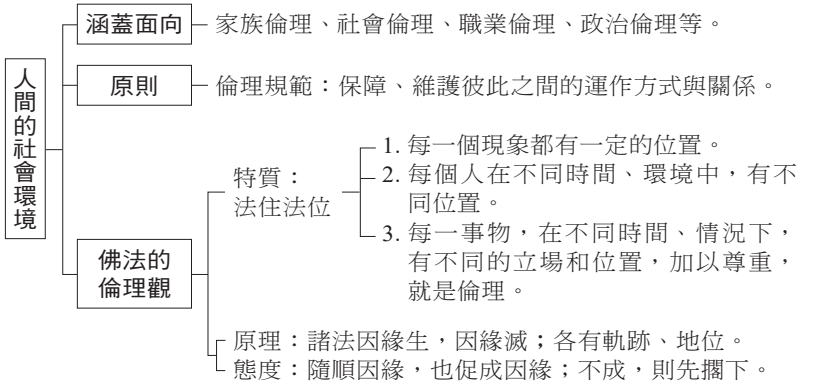


圖 3-5：佛法環保觀之「人間社會環境」分析 ❼

（三）物質自然環境

至於物質的自然環境，則連結前述有情眾生所涵蓋的五趣生命，以及個體的果報身，此同時指涉正報（自身）、依報（依存的外在環境、器世間），故環境的保護必然同時需從個體自我，到一切有情生命，乃至於一切所生存的環境，皆具備相互依存性，故而重視護生、惜福、平等對待與相互共存。如圖 3-6 所彙整之內容。

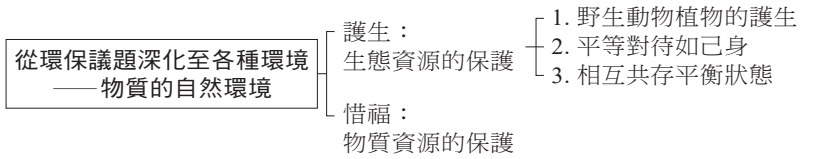


圖 3-6：佛法環保觀之「物質自然環境」關懷面向 ❽

❻ 本圖整理自聖嚴法師《福慧自在——金剛經講記與金剛經生活》中，有關保護自我的內在環境、《金剛經》的心靈世界等主題。《法鼓全集》第 7 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 102-106。

❼ 本圖主要整理自聖嚴法師對「法住法位」的詮解，其中於《福慧自在——金剛經講記與金剛經生活》一書中直接以佛教的「倫理」論述之，即「如果用佛教的語言來講，稱之為『法住法位』，也就是說，每一個現象，都有它一定的位置。每個人在不同的時間、環境中，都有他不同的位置；每一樁事物，在不同的時間、情況下，都有不同的立場和位置，我們要加以尊重，這就是倫理。《法鼓全集》第 7 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 102。

另於聖嚴法師《覺情書——聖嚴法師談世間情》書中〈經典中的兩性觀〉一文，延伸討論有關平等的觀點，亦以「法住法位」論之。《法鼓全集》第 8 輯第 12 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 36-37。

於《聖嚴法師教話頭禪》書中亦有類似的討論。《法鼓全集》第 4 輯第 17 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 269。

❽ 本圖整理自聖嚴法師《福慧自在——金剛經講記與金剛經生活》，〈第

第二節　心環內部課題探討

聖嚴法師之所以提出心靈環保，於問題意識而言，可視之為對環保議題的關懷與深切的反思；至於其目的，則可視為對法鼓山理念的實踐，亦即「提昇人的品質，建設人間淨土」，甚而可謂，此理念與心靈環保乃相互為用者，亦即以此實踐心靈環保，也可說以心靈環保落實理念。❾而提昇人品與建設淨土之間的關係為何？人間淨土的開展，又是如何形塑而出？與近代佛教發展中另一重要概念「人間佛教」似有密不可分之關係，卻又不完全相同，有時似乎名詞與概念互用，故如若以心靈環保之實踐觀對應之，是否能更清晰地理解法師對此二者的詮釋觀點，以及其所創發之意義？亦為此章節的討論課題。

一、人的品質之提昇與人間淨土之建設

本段所探討者，為「提昇人的品質」與「建設人間淨土」之關係，亦即此二者之間有無先後序？抑或是二而一的相互為用？如以法師一貫教法理解之，似仍可見其所強調之

一講　《金剛經》與心靈環保〉一文中，對生態資源的保護以及物質資源的保存之觀點。《法鼓全集》第 7 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 98-99。

❾ 釋聖嚴《聖嚴法師心靈環保》書中明確指出：「法鼓山的理念：『提昇人的品質，建設人間淨土』，便是在做著淨化人心和淨化社會的工作，也正是做著最重要的心靈環保工作。」臺北：正中書局，1994 年，頁 49。

層次分明，並不失圓融整合之觀點。以下僅就其所論述之文本，整理如下三個層次分疏之：

（一）第一個層次

1. 二者有因果關係：亦即欲建設人間淨土，須先提昇人的品質。

2.「提昇人的品質」有次第有具體作為：包括從個人的心到行為，從個體到對他者的影響，以及從個人到組織的整體運作。以「心淨佛土淨」的「唯心淨土」為理論基礎，又不僅只是「唯心」而已，因其尚指出具體的作為與依於組織運作的實際推動。

3. 以法鼓山為建設基地：提昇人品的對象包括法鼓山的僧俗四眾，運作的空間為「境教」的硬體施設，以各種「活動」或「運動」，推廣並落實理念。

（二）第二個層次

1. 不僅指特定時空場域的具體呈顯，尚包括所有因理念而提昇者，因認同理念而建設淨土者：

強調透過觀念和方法，影響所及，皆為提昇人品及人間淨土建設之開展。乃指將此理念廣而及於所有接觸者，並推及於不同的環境中（包括從心靈環境，進而於社會環境、生活環境及自然環境），故四種環保為重要的開展範疇。而心六倫更是六個不同的倫理場域。具體的方式，則為三大教育。

此即法師於〈法鼓山的鼓手是誰？〉一文中，指出狹義

的法鼓山為金山區的一處道場，廣義則指每一位推動理念的人。鼓手則是從法鼓山僧俗四眾，至於所有願意推廣理念、建設淨土者。⑩

2. 推動世界的心靈環保，世界的人間淨土：透過漢傳佛教的禪佛教，尤其是從而建立的中華禪法鼓宗，具體地與世界佛教接軌，與世界接軌，而推動世界的心靈環保，世界的人間淨土。⑪

（三）第三個層次：二者次第消融與相互為用

提昇人品與建設淨土二者，相互為因相互為果，建設即提昇，提昇即建設。此可從法師對嚴淨國土成熟眾生的詮釋理解之：

> 淨土是大乘諸宗所同歸，淨土皆是諸佛菩薩發的本願所成，願度眾生，就必須要建設淨土，在嚴淨國土的過程中度眾生，在度眾生的過程中嚴淨國土，那個國土就是淨土。⑫

⑩ 釋聖嚴，〈法鼓山的鼓手是誰？〉，《法鼓山的方向：護法鼓手》，《法鼓全集》第 9 輯第 5 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 17。

⑪ 釋聖嚴，〈法鼓山的四大堅持〉，《法鼓山的方向：理念》，《法鼓全集》第 9 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 205。

⑫ 釋聖嚴，〈中華禪法鼓宗〉，《承先啟後的中華禪法鼓宗》，《法鼓全集》第 9 輯第 7 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 39。

即破除先後序之概念，是嚴淨國土的過程中度眾生，度眾生的過程中嚴淨國土。如以此觀之，是二事視為一事，眾生未提昇，淨土無法建成；淨土之所以成就，乃因眾生品質已然提昇。

故如以上述內容整理之，可理解提昇人品與建設淨土，既具備從因到果的實踐歷程，是一從心出發的開展，但不僅只是「唯心」而已，尚涵蓋具體落實之方法與組織運作。雖以法鼓山為開展基地，然不僅只是一處道場的建設，也包括所有認同理念且以此提昇自我、影響他人影響社會者。人間淨土既不受限於固定時空，再加上因果相互為用的概念，顯二者之同時俱進，於建設淨土過程中提昇人品，提昇人品之際，即在建設淨土。亦即淨土之所以成就，乃在於人的提昇與成就，唯有人的提昇與成就，方有可能實踐淨土。

其他相關討論，則分別就下列「人品提昇」與「淨土建設」中探討。

二、關於人品的提昇

人品提昇之課題，可從兩方面探討，其一為人品提昇之主體，其二則為提昇之方法。主體即指每一個存在的自我，此可就聖嚴法師對自我的探討中，見出提昇的脈絡，法師以自我對應自我提昇的四個層次歷程，同時對應提昇後「自我生命」的開展向度。

四層次自我從認識自我、肯定自我，而成長自我，最終消融自我。此四者對應之生命向度的開展，則為以認識自我、肯定自我與成長自我，對應小我的發展、肯認與開展；

而肯定自我、成長自我，則從小我擴及於大我；成長自我而消融自我，則由大我進入無我的境界。此一過程並非明顯的段落區隔，而是交相重疊的發展歷程。

如以具體的「我」而觀之，法師以下列的歷程說明自我的層次，亦即從個體我，到「我所有」的逐層開展：

> 「自我」的內容，從小至大可分幾個層次來看：1. 我的心，2. 我的身體，3. 我所生存的社會及環境，4. 整個地球，5. 整個宇宙就是我的身體。如果能將自我提昇擴大到第五個層次，自私心就會減少，安全感自然增長。[13]

此提昇且逐層開展的生命向度，即為前述之自我生命意識的擴大與延伸，從小我、大我，乃至於無我，便不僅只是自我為中心的個體思維，而是朝向無垠宇宙的生命廣度。法師亦指出，此即為禪宗的徹悟境界，可因而促進世界和平，因其所彰顯的乃無窮寬廣的包容力，不再受限於個體或小我，乃至大我的掌控性思維，亦即進入佛法究竟之「空性」：

> 禪修的過程能讓我們促進世界和平。從身心的放鬆、統一，而到自我與環境的統一，從小我而進入大我，然後再從宇宙的大我，獲得超越，那就是禪宗所說的徹悟了。[14]

[13] 釋聖嚴，〈心靈環保——淨心與淨土〉，《平安的人間》，《法鼓全集》第 8 輯第 4-2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 35。

如前文所言，提昇的方法，法師以禪修歷程對應之，以「鍊心就是在鍊『我』」的過程說明此一歷程。[15] 亦即前述之修心四層次，從散亂心、集中心、統一心到進入無心。此脈絡指出從個體的自我認識與肯定，進一步與此世間連結，與他者連結，與整體環境連結，如此透過禪修，進入到修心四層次的統一心，不僅是自我的身心統一，也是與世間內外統合，更進一步便是消融自我的無心。

此一提昇自我的「鍊心」與「鍊我」，即法師經常介紹的禪修觀念與經常指導的禪修方法，觀念對應的是自我層次與生命向度的開展，方法則從心的相狀而調整，如圖 3-7 整理之內容，可視為「提昇人的品質」之「心法」[16]。

然而心靈環保雖從佛法、禪法而出，卻又對應當代人心安頓之需求，故而提昇人品如若僅只從禪修之鍊心、鍊我為入處，則其他非佛教背景，非禪修修習者，是否即失卻提昇自我之機會？此與法師倡議心靈環保之用心，似又有所矛盾。

[14] 釋聖嚴，〈一七、東西岸的三場演講和九一一百日祭〉，《真正大好年》，《法鼓全集》第 6 輯第 13 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 151。

[15] 釋聖嚴，〈禪——自我的消融〉，《禪的世界》，《法鼓全集》第 4 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 109。

[16] 釋聖嚴，〈自序〉，《禪鑰》，《法鼓全集》第 4 輯第 9 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 5。

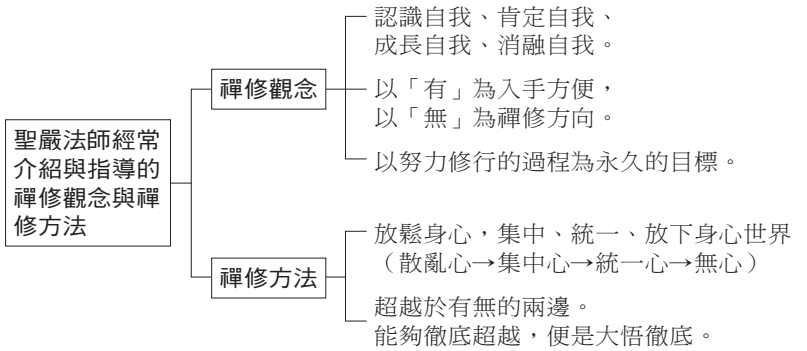


圖 3-7：聖嚴法師經常介紹與指導的禪修觀念與禪修方法

對此問題，法師曾指出，心靈環保的實踐者和工作者，並非只有學佛修禪者；況且也不可能等到全人類都學佛修禪，才能推動全球性的心靈環保。反而是要在多元化原則下，共同面對全球性的環境問題。⓱ 從此一觀點進一步要討論的，便是前面所提過的，為什麼法師要以心靈環保做為佛法禪修與此世間的架接橋樑。其一，秉持佛陀所說的法義與實證指導的修行方法，轉換為「心靈環保」之概念與方法，以打破「宗教」的障礙。其次，融通得以達致的觀念與方法，一方面跨越佛教本身的宗派與法義的界線，故需另立一名（心靈環保），如同承繼漢傳禪法，又不完全等同，故需立宗（中華禪法鼓宗）。另一方面提供超越宗教、跨科際的對話機制。

⓱ 釋聖嚴，〈從東亞思想談現代人的心靈環保〉，《學術論考》，《法鼓全集》第 3 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 447。

針對此二者，法師亦曾明晰地指出，其所推動的心靈環保有兩類，二者有對象之別、有觀念與方法之別，可以下二表分別呈現之 ⓲：

表 3-1：推動心靈環保的第一類對象與內容

第一類：學佛禪修			
對象	有意願、有興趣於學佛禪修的人士		
觀念與方法	學佛禪修的觀念及方法		
內容與修行層次	階段一	內容：認識自我 肯定自我 成長自我	體驗到有個人的自我、家屬的自我、財物的自我、事業工作的自我、群體社會的自我，乃至整體宇宙時空的自我。
		修行層次	先從放鬆身心著手、接著統一身心、身心與環境統一。
	階段二	內容：悟境現前 消融自我	把層層的自我，逐一放下，至最高的境界時，要把宇宙全體的大我，也要放下，那便是禪宗所說的悟境現前。
		修行層次	至「無住」、「無相」、「無念」的放下身心與環境之時，才能名為開悟。

表 3-2：推動心靈環保的第二類對象與內容

第二類：以心五四、四種環保為內涵	
對象	尚沒有意願學佛以及無暇禪修的一般大眾
觀念與方法	盡量不用佛學名詞，並且淡化宗教色彩

⓲ 此二表之內容，整理自聖嚴法師二〇〇三年十月二十三日講於北京大學之〈從東亞思想談現代人的心靈環保〉一文，收錄於《學術論考》，《法鼓全集》第 3 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 447-448。

內容與提供之主張	目的：對應現代人身心和環境需要而提出，內容包括： 1. 以心靈環保為主軸的「四種環保」 心靈環保、禮儀環保、生活環保、自然環保 2. 心五四運動 與心靈環保相關的五個類別，各有四點實踐項目： （1）四安——提昇人品建立新秩序的主張 安心、安身、安家、安業 （2）四要——面對煩惱安定人心的主張 需要、想要、能要、該要 （3）四它——解決人生困境的主張 面對它、接受它、處理它、放下它 （4）四感——幫助自己成就他人的主張 感恩、感謝、感化、感動 （5）四福——增進全人類福祉的主張 知福、惜福、培福、種福

此外，也可從中理解，對法師而言，何以心靈環保不會是一個絕對性的、封閉式的定義，更非框架式的「事」，而更著重的為心靈環保中所蘊涵的「理」，其畢生所推動的各項運動與方針，則為符應此理而開展。

如果借用華嚴的理事概念來理解，對學佛禪修者而言，學佛禪修所運用的方法，為「事」，是具有究竟目的性的權便方法。心靈環保中蘊涵的精神為「理」，乃秉持佛陀本懷者。如果能推動任何符應於理之事，亦即達「理事無礙」的內在相融相攝者，則任何體現之觀念、方法、舉措等，皆能於其中展現「事事無礙」的狀態。

至於其他將此理轉化為此世間對應之事，則為本書第五章、心靈環保的應用化——當代實踐與開展中所欲整理論述者。簡而言之，即對應前面所述，有關心五四、心六倫、三大教育、四種環保及其他落實於日常生活的觀念與方法。

三、人間淨土之建設

有關人間淨土之建設，主要在於回應下列幾個議題，其一為人間淨土的由來，包括其理論基礎為何？於佛教中的定位為何？其次從當代的思想傳承而言，似與人生佛教、人間佛教有關，為相同的概念？或同中有異、異中有同？釐清其中的差異，對理解心靈環保是否具備重要的意義？第三為人間淨土的基本認知，如「何謂人間淨土？」「於何處實踐？」第四則為聖嚴法師如何透過法鼓山落實人間淨土？

（一）人間淨土從哪裡來？於佛教中的定位為何？

法師曾指出，由於諸方學者及社會大眾，雖然也能接受「人間淨土」的理念，但對此理念的佛教淵源及歷史發展，則多不太了然；因此法師整理相關重點，以回應此提問。包括人間淨土的源流與印度大小乘經論的關係、人間淨土思想在中國的發展、人間淨土的主要依據對應哪些經典暨當中的文本、與當代中國首創建設人間淨土的太虛法師，首創人間佛教的印順法師等所倡議內容之傳承與變異。[19]

此溯源整理之內容，可以下列四圖綜觀之，分別整理出 1. 源於佛陀與早期信仰中的淨土，2. 從經典依據中建立理論基礎，3. 宗派依據與祖師之主張，4. 歷史背景與當代思想的傳承等面向。

圖 3-8 為法師對佛陀與早期信仰中的人間淨土觀之詮

[19] 釋聖嚴，〈人間佛教的人間淨土〉，《人間淨土》，《法鼓全集》第 9 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 165。

釋。一方面指出人間淨土本然於佛陀遊化人間之用心，一方面指出佛法的人間性，相應於人間佛教的概念。而信仰中的彌勒降臨人間成佛，使此一世間成為人間淨土，則是將淨土從他方佛國世界，迎回人間，提供世人淨化自我即得入淨土的大信心。

圖 3-9 為法師就經典中的概念，所詮釋出的人間淨土理論依據，涵蓋原始佛教、大乘經典及禪宗《六祖壇經》等。其中拈出《阿含》與《四分律》，旨在以佛化世之人間性，為人間淨土提供立論基礎。《大般若經》說的，是前述嚴淨國土與饒益眾生的同時性。而《法華》與《華嚴》二部經，則強調淨土之所以得於人間呈顯的要素，在於心佛眾生的如來本具，乃因果同時的論點。至若《維摩經》，則進入心得淨即得佛土之概念，如結合《維摩經》其他關於淨土的實踐，可視之為淨土成立過程的開展。而《六祖壇經》的內容，似又指出承繼上述大乘經典的精神，而更對應《維摩經》的不二觀，故煩惱菩提不二，生死涅槃不二，當下即是的禪悟淨土。

故此，法師也指出：「大乘佛教的目的，在於莊嚴清淨這個世界，讓這個世界成為佛國淨土。」[20] 同時以諸佛淨土於他方，而釋迦牟尼佛的淨土，即在於此人間所在的娑婆世界，這又結合前述佛陀說法遊化人間之目的，在於人間建設淨土之概念。

[20] 釋聖嚴，〈法鼓山的精神〉，《法鼓道風》，《法鼓全集》第 9 輯第 12 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 57。

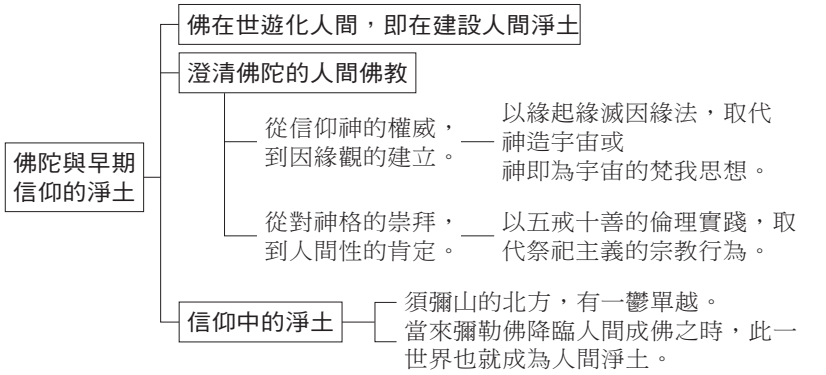


圖 3-8：人間淨土溯源一——佛陀與早期信仰的淨土

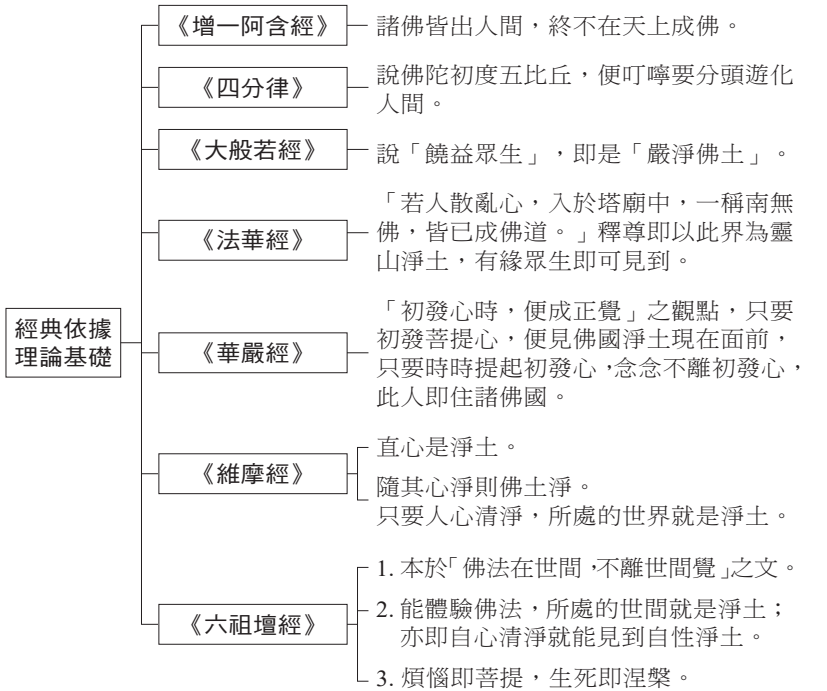


圖 3-9：人間淨土溯源二——由經典依據形塑之人間淨土理論基礎

圖 3-10 為法師針對漢傳宗派與重要祖師法語，而詮釋之人間淨土觀。承繼前述大乘經典至《六祖壇經》之概念，如來藏的思想呈顯於一念三千、一念成佛、一念淨土，乃至於自心淨土的極致推展。

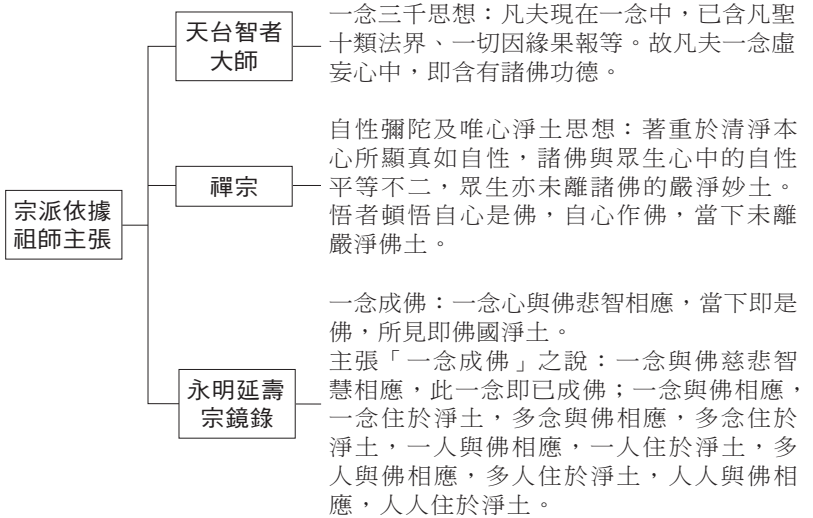


圖 3-10：人間淨土溯源三——由宗派與祖師之主張形塑人間淨土觀

圖 3-11 主要就法師所提及，影響他淨土觀之三位當代重要法師，及其與三者之間之異同簡述。㉑ 其中與人間佛教、人間淨土等之對照，於後段文中詳述。

㉑ 有關人間淨土溯源之四個圖示，主要整理自聖嚴法師《人間淨土．人間佛教的人間淨土》及該書其他篇章，《法鼓全集》第 9 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 149。

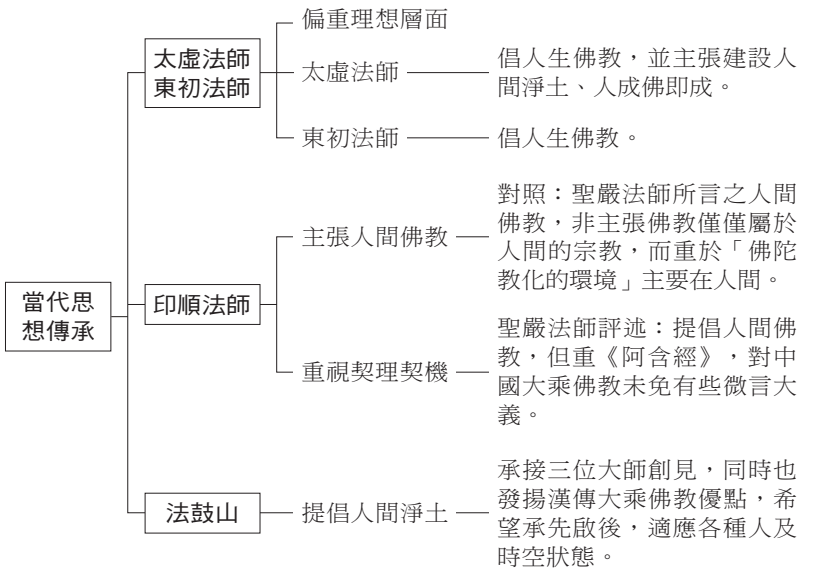


圖 3-11：人間淨土溯源四——當代思想傳承之人間淨土觀（歷史背景）

（二）人間淨土與人間佛教之區辨

於當代人間佛教之發展脈絡下，聖嚴法師所提出的人間淨土，與人間佛教之關係為何？法師曾謂，其所主張者，為「人間淨土」，但確實受到「人間佛教」之啟發，尤其以太虛法師、印順法師二者的傳承與創造為主，然而卻又與之不同 ㉒，至於其中的差異或偏重之別，則為本章節所欲探討者。

㉒ 聖嚴法師於〈在艱苦中見其光輝——勉《人生》雜誌三〇〇期〉一文中，曾明確指出：「人間淨土的思想在我腦海裡已醞釀很久了，是根據太虛大師的人生佛教及人間淨土思想，還有印順法師的人間佛教思想而

1. 聖嚴法師人間淨土與太虛法師人間淨土之區辨

法師依於太虛法師著作中之〈建設人間淨土論〉[23]而整理、詮釋太虛法師之人間淨土時，曾指出其對法鼓山人間淨土的影響，當中有概念上的同，也有推行上的異，吾人可從中理解，聖嚴法師建設人間淨土概念中，最大的承繼在於其中的大乘佛教精神以及漢傳佛教特色；主要的差異，則在於聖嚴法師對人間淨土之施設，並非太虛法師所期待且具象化推動的人間淨土實驗特區或模範社區。

關於太虛法師人間淨土之觀點、原理、實施重點等詳細內容如下二圖所示。圖 3-12 為其主要觀點與原理，圖 3-13 則就其具體實施規畫，及與法鼓山之對照以製作之。

2. 聖嚴法師人間淨土與印順法師人間佛教之區辨

對此問題，法師曾特別做了詳盡的解說與分疏，最主要的原因，還在於二者提出此類似概念的目的不同，即使於某些文本中，法師也會使用「人間佛教」的說法，但其內蘊之精神與意義，確實與印順法師使用該詞有別。

來，另外又再重新找經典根據，而成為我所提出的『人間淨土』。我雖然受他們影響，但我的『人間淨土』是創新的，與太虛大師的人間淨土思想不一樣。」《法鼓山的方向：弘化》，《法鼓全集》第 9 輯第 3 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 198。

[23] 釋聖嚴，《法鼓山的方向：護法鼓手》：「在《太虛大師全書》的目錄第四頁，可以見到太虛大師親筆所寫兩句話：『實行大乘佛法，建設人間淨土。』他也曾在《海潮音》月刊十二卷一期發表〈建設人間淨土論〉。」《法鼓全集》第 9 輯第 5 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 87-88。

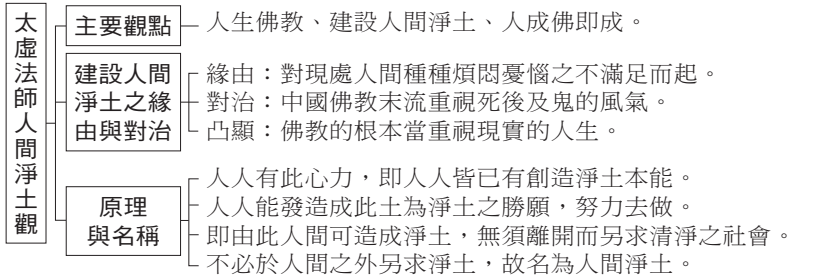


圖 3-12：聖嚴法師整理、詮釋之太虛法師人間淨土觀之一

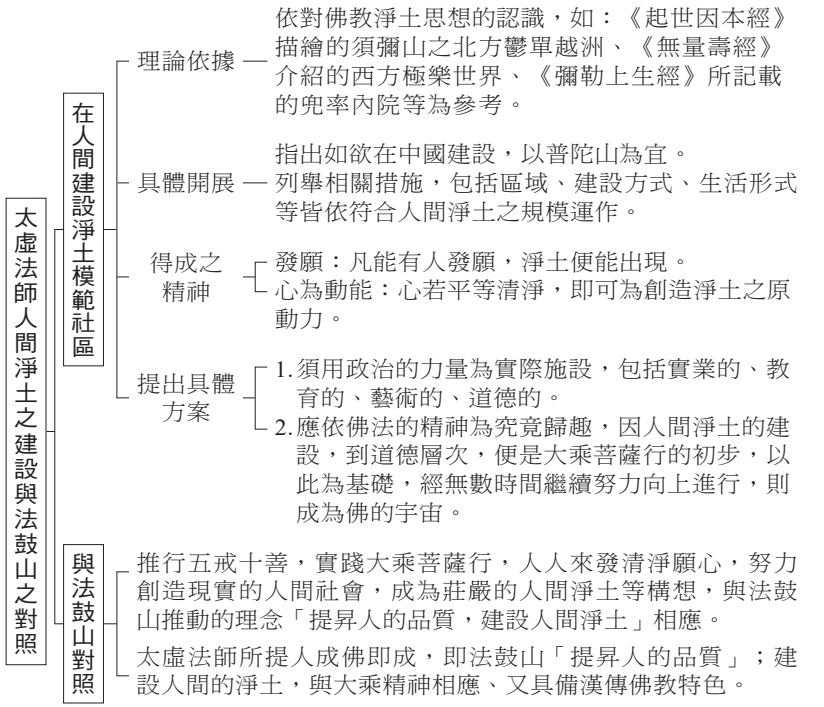


圖 3-13：聖嚴法師整理、詮釋之太虛法師人間淨土觀之二[24]

---

[24] 此二圖整理自聖嚴法師，〈附錄一　太虛大師的人間淨土〉，《人間淨

法師曾自陳受印順法師思想影響最重要的面向，在於提供了清明對待與理解漢傳佛教的視角，故而某種程度上成就了法師對漢傳禪佛教的獨特觀點：

> 他把我從迷信的漢傳佛教拉出來，而我因此看到了有智慧、正信的漢傳佛教。所以我講的漢傳佛教、我講的禪宗和淨土，都與歷史上的漢傳佛教有所不同。

至若從印順法師的人間佛教，到聖嚴法師的人間淨土，又具備怎樣的思想脈絡？法師曾言印順法師所主張的「應繼承人生佛教的真義，來發揚人間佛教，一邊擺脫重視死後而近於鬼教的色彩，同時超越羨慕天神長生不死而近於神教的傾向。」[25] 此些觀點，對當代中國佛教思想，具備決定性的影響力，這一點對於法師推動提昇人品建設淨土，對於慈濟「預約人間淨土」、佛光山闡揚人間佛教，以及其他僧俗推廣的佛教人間化，都可謂帶來重要的思想啟發。[26]

然而如若細究印順法師的人間佛教，重點在於「佛教人間化」，而聖嚴法師的人間淨土，則又更進一步地積極「建構淨土在人間」。故此雖可言其受到啟發，卻又不能不分疏

土》，《法鼓全集》第 9 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 240。

[25] 本段文字乃聖嚴法師整理自印順法師《佛在人間》卷 2〈人間佛教緒言〉中的內容。（CBETA 2019. Q3, Y14, no. 14, p. 22a5-9）

[26] 釋聖嚴，〈印順導師思想與當代佛教〉，《致詞》，《法鼓全集》第 3 輯第 7 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 123。

之間的差別。因法師曾明確指出：「我提倡的也不是『人間佛教』，而是『人間淨土』。『人間佛教』是印順長老提出的，而最早提出『人間淨土』的，則是太虛大師。」[27]

故而可確定的是，法師指人間淨土思想受到人間佛教的啟發，但印順法師倡議的人間佛教，則與其提出的人間淨土頗有差異。

此些差異，可列舉如下，以見其所欲彰顯之精神：

1. 關於佛陀教化

印順法師偏重於「佛教屬於人間的宗教」，而聖嚴法師所強調的，則在於「教化的環境，主要是在人間」。[28] 亦即一者重視將佛教內涵還歸佛陀素樸的教說，離於鬼神天界的偏差，此種強化，自有其時空環境的對治。而聖嚴法師則更積極展現淨土在人間這一情境、環境的實踐。

[27] 釋聖嚴《人間淨土．心佛相應，當下即淨土》：「我想藉此簡單地向諸位說明關於『淨土』、『人間』，以及『人間淨土』的意義。早上有人提出，認為我是在提倡『人生佛教』或者『人乘佛教』，但那都不是我提出的。『人生佛教』是太虛大師提出，『人乘佛教』則是我的師弟聖開法師所提倡；我提倡的也不是『人間佛教』，而是『人間淨土』。『人間佛教』是印順長老提出的，而最早提出『人間淨土』的，則是太虛大師。」此文為聖嚴法師一九九九年十月十六日講於北投華僑會館「淨土專題研討會」，原收錄於《1989 ～ 2001 法鼓山年鑑》，現編入《法鼓全集》第 9 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 189。

[28] 釋聖嚴，〈人間佛教的人間淨土〉，《人間淨土》，《法鼓全集》第 9 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 144。

2. 關於教化的實施

聖嚴法師指印順法師對於佛法的弘傳，著重於「回到釋迦牟尼世尊時代的佛教精神中去，也可以說他是把印度佛教的精髓，復活於現代人的社會中來。」因此其著作多半在於釐清、整理佛法的原始精神，以提供如聖嚴法師所說「導正了今日正統佛教的正知、正見、正信、正行」之重要貢獻。[29]

而聖嚴法師的人間淨土，則如本書中諸多篇章所述及，乃在於強調如何讓淨土得以在人間實現，例如推動三大教育，推動種種提昇人品的方法，藉由禪修與佛法的其他修行歷程，乃至於以「心靈環保」中所提倡的轉化於日常實踐觀念等，讓淨土真正能經由理論與實踐並行的學習系統、教育形式，落實於人間。

為清晰理解印順法師人間佛教之重點，整理如圖 3-14。

（三）人間淨土是什麼？在哪裡實踐？

法師自己個人對人間淨土的詮釋，乃綜合大、小乘經論與祖師大德的觀點，而如此定義：

> 信佛學法者，初發菩提心；成熟有情，嚴淨佛土；由人心清淨而行為清淨，由個人的三業清淨而使社會的環境清淨。

[29] 本處所引及圖 3-14 皆整理自聖嚴法師，《致詞．印順導師思想與當代佛教》一文，收錄於《法鼓全集》第 3 輯第 7 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 123。

一念清淨一念見淨土，一日清淨一日見淨土；一人清淨一人居淨土，多人清淨多人居淨土。

此心由煩惱而顯菩提，此土由穢土而成淨土。便是《維摩經》的「隨其心淨則佛土淨」。[30]

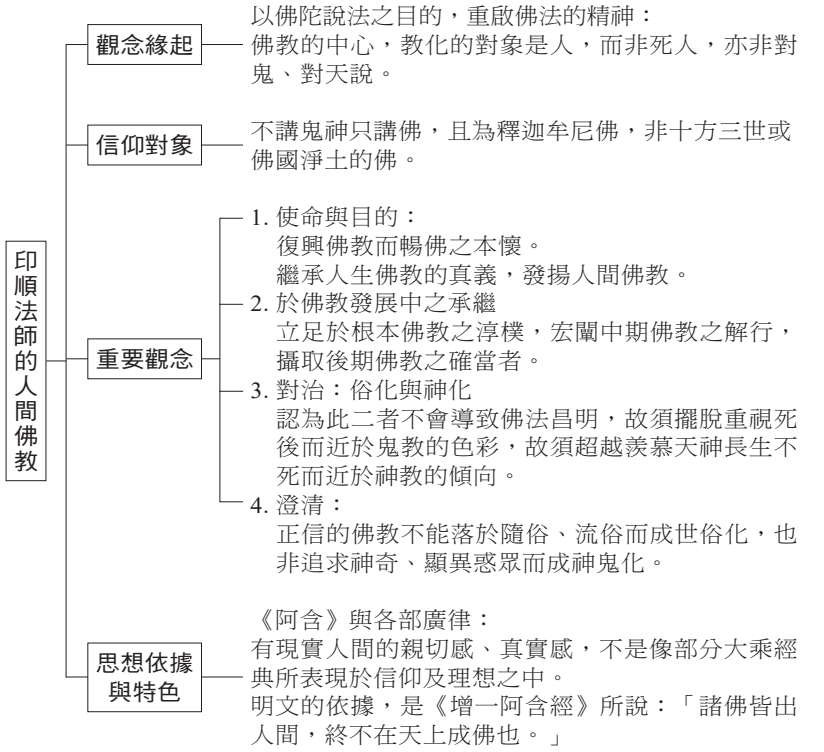


圖 3-14：聖嚴法師整理、詮釋之印順法師人間佛教

[30] 釋聖嚴〈人間佛教的人間淨土〉一文乃為佛教大學前學長水谷幸正博士古稀紀念作，一九九八年六月十七日寫於紐約法鼓山分會。收錄於《人間淨土》，《法鼓全集》第 9 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念

此中要義包括以下四點：

1. 人間淨土所緣與內涵：緣於信佛學法者所發之菩提心，內涵為成熟有情，莊嚴佛土。

2. 淨土實現之歷程：由個人而言，乃為人心清淨而行為清淨；由個人至整體社會，則由三業清淨而形成影響，使社會皆得清淨。此亦顯「境隨心轉」之精神。

3. 淨土如何得見與得現？淨土之見，時間可以僅剎那至一人之一念清淨，延伸一日則一日清淨。居淨土則少至一人清淨一人居之，多人清淨則多人居之。亦即無論時間長短，人之多寡，只要有一念、一人，人間淨土便可實現。

4. 人間淨土實踐原理：緣於《維摩經》之隨心淨則佛土淨，意指心一旦由煩惱轉菩提，此土也就隨之由穢土轉成淨土，故關鍵在於心之轉。由此亦可見心靈環保對於實踐人間淨土之意義，因心靈環保即在於淨化心靈、轉化心靈。

如若結合其他相關討論，則整理如下二圖，見其更完整之輪廓，圖 3-15 為淨土層次與人間淨土之主張；圖 3-16 則為具體落實之原理與方法。

（四）聖嚴法師如何透過法鼓山實踐人間淨土？

前文所述為法師的人間淨土觀，而此觀點或詮解，如何真正落實於法師所創設之法鼓山？則為以下所欲討論者。主要包括下列提問：法師如何以法鼓山做為實踐人間淨土之基

版，頁 165-166。

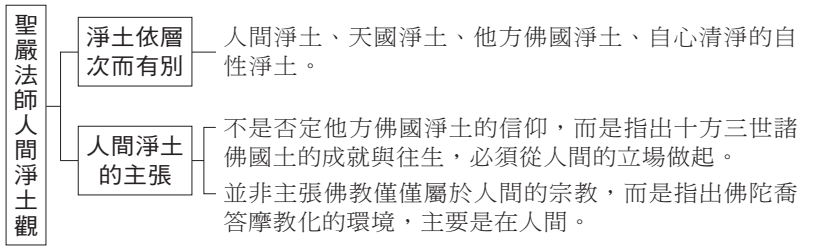


圖 3-15：聖嚴法師所詮釋之一——人間淨土觀

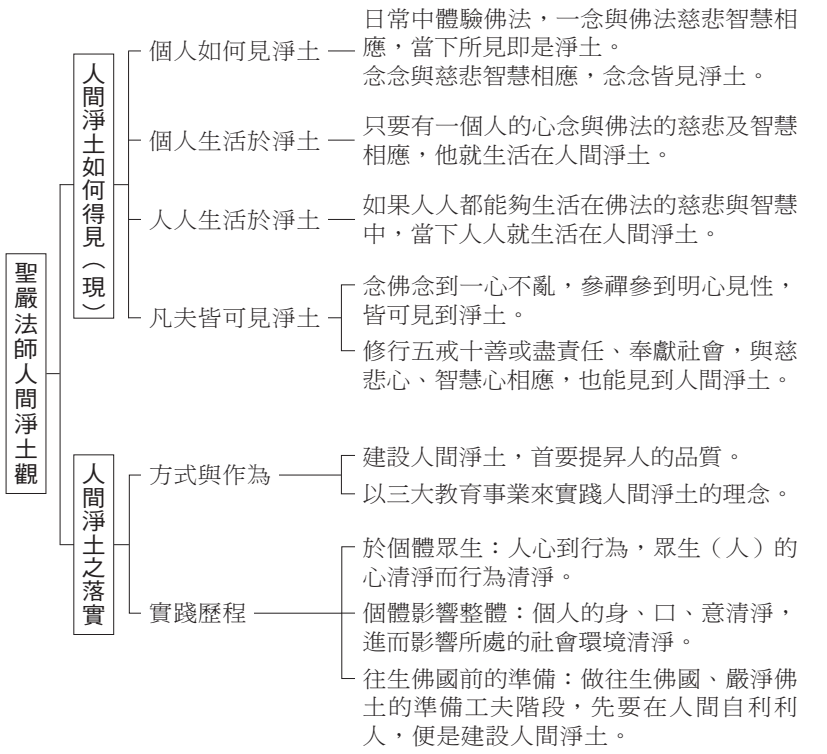


圖 3-16：聖嚴法師所詮釋之二——人間淨土觀 [31]

[31] 圖 3-15、3-16 中，有關淨土之概念，整理自聖嚴法師《人間淨土》中

地？做為一個實踐的基地，與太虛法師所謂模範社區的概念是一樣的？或有其他更延伸的開展？如以本書中所扣合的主題「心靈環保」而言，是否也能直接對應？以下即就幾個相關的面向分別論述。

1. 從法鼓山禪佛教定義的淨土概念理解

首先從法師所主張的淨土觀確認，方得以理解其後之開展入處。法師所定義的淨土，乃依於法鼓山的禪佛教立場而論，計有四種，法師對此四者的態度亦與其一貫層次分明且涵融並蓄態度若合符節，即：「我的淨土觀念，是有層次的不同，而沒有一定的方域差別。」此四者分別為：人間淨土、天國淨土、他方佛國淨土、自心淨土。[32] 其中第一個指出的，便是在人間即得以實現之人間淨土，具體體現的則為承傳於禪宗的自心淨土。然而法師亦不因此而忽略屬於信仰層面的天國淨土與他方佛國淨土，因此法鼓山的修行方法中，有禪、有淨，乃涵融佛法中的不同淨土，並依於信眾的信願行而開展。

此外，也因具備此四種淨土的不同對應，因此淨土不必往生後方能去得，如法師所謂：「不是空中樓閣似的幻景和夢想，那是能夠在我們每一個人的現實生活中體驗得到的事實。」[33] 故而淨土便有了人間體現的立基。

〈淨土在人間〉、〈人間佛教的人間淨土〉等文，《法鼓全集》第 9 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 173。

[32] 聖嚴法師〈承先啟後〉一文為二〇〇六年二月二十一日講於「僧活營」，原收錄於結緣書《承先啟後的中華禪法鼓宗》，後集結於《法鼓全集》第 9 輯第 7 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 15。

2. 就建設淨土的理念推動之

有了四種淨土的定義為建設淨土的次第建構了理論基礎，法師進一步指出其建設淨土的理念，並非嵌入信仰的十方佛國淨土至地球世界，亦非試圖將經典中的淨土展現在世，此二者較偏重於傳統的再現、重現。然而法師所指之淨土，乃對應時空環境的現況，注入佛法的觀念以淨化人心，提出佛教徒的生活芳範以淨化社會。

因此其所指的淨土在人間，所運用的方法是思想的、生活的、心靈的淨化，並逐漸由個體到整體，以法師的形容為聚沙成塔、滴水穿石般集眾、綿密與持續的力道，來完成社會環境、自然環境的淨化。[34]

3. 以佛陀遷徙式教育為本超越空間限制

除了每一個體都是集成淨土的實踐主體，空間亦是超越的，此獨特之思維，如前述所引，法師指法鼓山不僅在於金山的一處道場，亦在於理念的推廣，此一概念如法師所謂之人間淨土觀，來自佛陀遊化人間的啟發——人間淨土之實踐，乃延續釋迦牟尼佛的「遷徙式的教育」，行腳至何處，學校就在何處，追隨者就是佛法學校的學生。因此法師也曾

[33] 釋聖嚴，〈「人間淨土」是什麼？〉，《人間淨土》，《法鼓全集》第 9 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 9。

[34] 同前註。

思索，如果他有一個道場，也會像是佛陀最初化導的遷徙式學校。[35]

4. 從法鼓山定位為「世界佛教教育園區」之教育使命論述

延續教育的概念，法師對於法鼓山名稱之定義，亦可見其對所創設道場的定位，法師以佛法為人間共同需要的教育，以回歸佛陀化育眾生之精神與理念落實教育。因此以世界佛教教育園區定位法鼓山，透過法鼓山這一廣義的「學校」（教育場域）推動人間淨土的現實開展。[36] 從具體的學院、研究所、僧伽教育，到整座山的境教，皆用以完成其所提出之法鼓山「一大使命」，即推動全面教育[37]。而其中最獨到之處，便是「心靈環保」。故而我們可以將聖嚴法師所要實現的人間淨土，以心靈環保做為落實的核心元素。亦即：

[35] 釋聖嚴，〈附錄　無盡的時空，永恆的生命〉，《美好的晚年》，《法鼓全集》第 6 輯第 16 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 306。

[36] 釋聖嚴，《美好的晚年．附錄　無盡的時空，永恆的生命》：「我們主張人間化的佛法，讓佛法深入人間，走進人間，但不是世俗。佛法是屬於人間所共同需要的一種教育，因此法鼓山稱為世界佛教教育園區，它不是專門替人超亡、度亡的寺廟，或是骨灰存放之地，雖然山上也有植葬公園，但我們是辦教育，真正回歸到佛陀時代化育眾生的教育。」《法鼓全集》第 6 輯第 16 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 305-306。

[37] 釋聖嚴，〈法鼓山的使命〉，《法鼓山的方向：創建》，《法鼓全集》第 9 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 104。

> 「心靈環保」是法鼓山最大的特色。我們講的環保，不只是物質的環境要保護，主要是我們的內心要保護，內心的清淨保護好了，心外的環境也會妥善照顧，這就是法鼓山提倡的人間淨土理念。[38]

至於心靈環保如何建設人間淨土，此可從人間淨土與自心淨土的關係反思，亦即人間淨土源於自心淨土的開發，而自心淨土對學佛者而言，可從平日的修行方法去落實，如念佛、打坐、懺悔、誦經等，[39] 至於一般人，法師也提出了許多觀念與安頓身心的方法，此於第五章中詳述。

5. 從淨土的建設歷程討論

建設歷程包括以下幾個次第，第一，以淨化人心為淨化環境之先決條件而開出。法師直指：

> 人心淨化之後，環境一定會淨化；環境的淨化是治標，而人心的淨化才是治本。
>
> 釋迦牟尼佛成佛之後，是先從人心的糾正、人心的改善

[38] 見於二〇〇八年十一月十三日，香港鳳凰衛視《文化大觀園》節目於北投雲來寺對聖嚴法師的專訪〈無盡的時空，永恆的生命〉，收錄於釋聖嚴，《美好的晚年．附錄》，《法鼓全集》第 6 輯第 16 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 306。

[39] 釋聖嚴，〈第四章　念佛的功能：同時完成三種淨土〉，《聖嚴法師教淨土法門》，《法鼓全集》第 5 輯第 10 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 324。

做起，那就是心靈環保的工作；他是一位成功的環保運動大師。[40]

其次，淨化人間，必定要淨化社會；淨化社會，才能逐步而淨化世界，延續前一次第，由個體人心之淨化開始，進入此，則為繼之擴及社會，進而推展至世界。

淨化人間的目的是為了要淨化社會，淨化社會的目的是為了淨化世界。佛教徒希望把佛教所說的淨土，在人間落實建立起來。[41]

而此過程中，每一個個體的參與是其中最大的關鍵。亦即唯有每一個個體的人品提昇，方能當下建設人間淨土。因此實踐人間淨土的關鍵，並非在於參與倡議或加入淨土，而是每一個人都逐漸體認到自己參與的必要性，且確切地落實於自我與自我，自我與他者、自我與社會、自我與環境的關係中。

6. 以心靈環保為理念及其所推動的種種舉措為建設之

前述法師倡議以「心靈環保」建設人間淨土，在此一運

[40] 釋聖嚴，〈心靈環保——淨心與淨土〉，《平安的人間》，《法鼓全集》第 8 輯第 4-2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 36。

[41] 釋聖嚴，〈佛化家庭〉，《平安的人間》，《法鼓全集》第 8 輯第 4-2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 78。

動下，法師的傳承、實踐活動為運用正知、正見、正信的佛法，從事淨化人間的種種施設，可列舉如下：

（1）法理——秉持佛陀遺教：以苦、空、無常、無我的基本佛教教理為內在理體。

（2）修行——以法相會：配合傳授菩薩戒，推廣五戒、十善、三聚淨戒，舉行念佛、禮懺的修行活動。

（3）層次分明的禪修與成長活動：舉辦分層級、分階次的各項禪修營、成長營。

（4）佛學教育——佛學與生活並重：提倡佛學研究與生活實踐並重，慈悲與智慧兼顧，利他與自利平行。

（5）社會禮俗化育：為了由內心淨化發展為儀表實踐，由儀表實踐展示內心淨化，故而推出「禮儀環保」運動，運用佛教理念及方法，推廣風俗改革，以期提昇人的品質，弘揚人的尊嚴。[42]

上述內容僅先列舉法師於一九九六年文稿中所提出者，蓋因彼時法鼓山尚未到金山開山，屬於草創時期，故可見法師於提出理念後，弘化與建設淨土之最初舉措。後逐漸開展而以提出「三大教育」為心靈環保所成就之「事」時，則可以見出整個淨土建設的多元弘化與具體落實方向與方法，相關內容則於後續篇章中，以時間軸的方式，更完整羅列心靈環保應世、化世之標的與具體項目。

[42] 聖嚴法師一九九六年十二月五日深夜完稿於美國紐約東初禪寺之文稿，後收錄於《人間淨土・「人間淨土」是什麼？》。《法鼓全集》第 9 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 13。

【第四章】

心靈環保之溯源
——脈絡化理解

本章節藉由溯源的過程，一探心靈環保發展之脈絡。

由於聖嚴法師曾於「誰需要心靈環保」的自我提問中，指出如前文中所述之兩類對象與對應之內容——學佛禪修者、一般無宗教信仰或無暇禪修者，因此對於憂慮是否會因投合世間需求而出現「去宗教化」、「非宗教化」現象的人士，不免質疑「心靈環保」與佛教內蘊的關涉程度如何？故以脈絡化角度溯其佛法之源，有其必要。

其次於第一章中曾指出聖嚴法師之心靈環保，乃法師對漢傳佛教及中華禪法鼓宗之傳承創造後的人間實踐，故而此一面對當代議題的觀念如何回溯前二者之內涵，亦是須回應者。

至於溯源之內容以法師所提及之相關內容為本，從三個軸線整理之，其一為聖嚴法師如何依於整體佛教之發展，從中擇取時代之需求與對應，而形成心靈環保之理論基礎，以為應世所用。

其次法師曾特別針對《金剛經》與《維摩經》，拈出對應於心靈環保者，以為心環觀念上的提點與方法上的操作，整理此一部分內容，可從中見經典如何轉化為當代實踐。

第三個面向，則指向法師另一重要身分，即承繼禪宗法

脈，立中華禪法鼓宗的禪師，如何從其所推動的禪法與指導的禪修，入於心靈環保中的心靈與人品之提昇。

第一節　立足整體佛教的法義溯源

以下乃依法師以整體佛教為立足點之概念，分別為心靈環保指出理據之整體輪廓，之後並就各別細部討論之內容與說明，先以圖示呈顯，再予論述。

圖 4-1 為有關佛法、禪法溯源之概括說明，分別指出法師從原始的根本佛教、發展中的部派佛教、適應時空的大乘佛教、中國的漢傳佛教、漢傳佛教中的禪佛教，以及法師所創設之中華禪法鼓宗，所拈出之重要法源，以為心靈環保內涵之底蘊，以及法師應世用心所提出之對應內容。❶

以下即以五個重要分項圖示及說明，論述其何以為心靈環保之理據。

一、佛教所詮重要論點

圖 4-2 分別就佛法的生命觀、世界觀及心性論，扼要點出法師心靈環保中所引用之佛法基本概念。包括前述佛教環保理念之正依報，即每一存在主體與其他生命、整體環境之相依共存關係，以及透過心性論之心有染淨，開展出心靈環

❶ 此圖整理自聖嚴法師《承先啟後的中華禪法鼓宗》裡，對〈中華禪法鼓宗〉一文中的傳承脈絡。《法鼓全集》第 9 輯第 7 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 19-52。

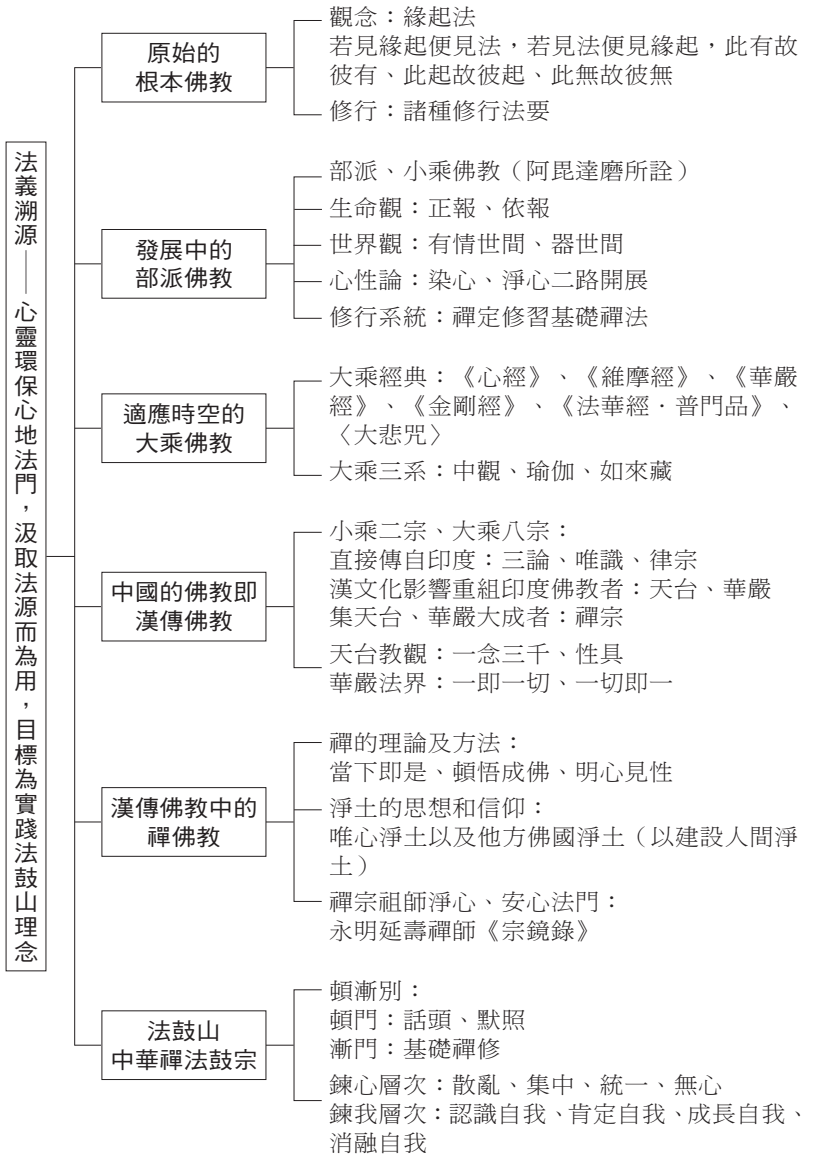


圖 4-1：聖嚴法師心靈環保心地法門汲取之法源對照圖

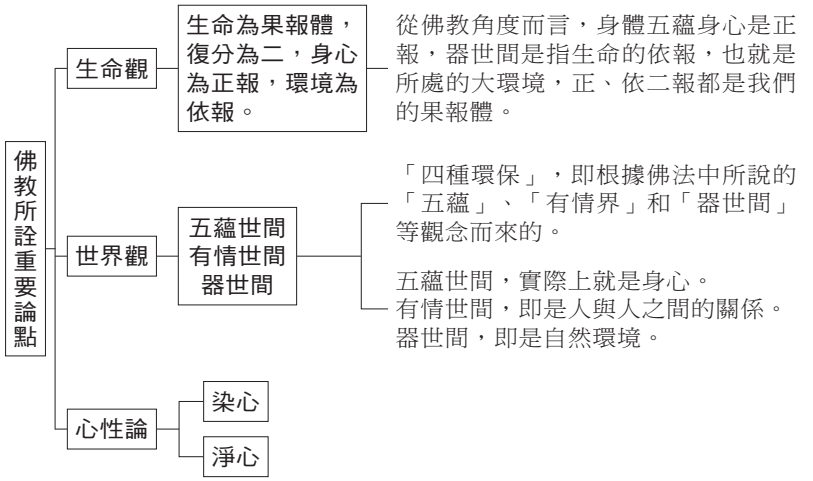


圖 4-2：聖嚴法師心靈環保溯源之一——佛教所詮重要論點

保中心靈環境之淨化、保護與開發等作用。

二、大乘經典與大乘三系

圖 4-3 涵蓋三個面向，其一為法師論及心靈環保經常舉用之大乘經典，內容主要在於心與境的關係，包括心造境、心淨了境也淨，心染汙即是穢土等。其次為其對大乘三系教說中的重要對應——從中觀取用的空性，瑜伽唯識對法相、心法以及八種意識的體解，以及應用於修行的觀點，乃至於如來藏系統對眾生本具佛性的信念等綜整而為用。第三為法師心靈環保中對一般非學佛者所提出之淡化宗教色彩的「心五四運動」中，從經典對應的觀點。

其中佛教經典要義的轉化，主要為法師於《聖嚴法師心靈環保》書序中所提及之文本：

「心靈環保」的名詞，雖是新創，它的根源，則是《維摩經》所說的「隨其心淨則佛土淨」；《華嚴經》說的「心佛及眾生，是三無差別」，《華嚴經》又說「心如工畫師，畫種種五陰」、「應觀法界性，一切唯心造」；「罪性本空由心造，心若滅時罪亦亡」。❷

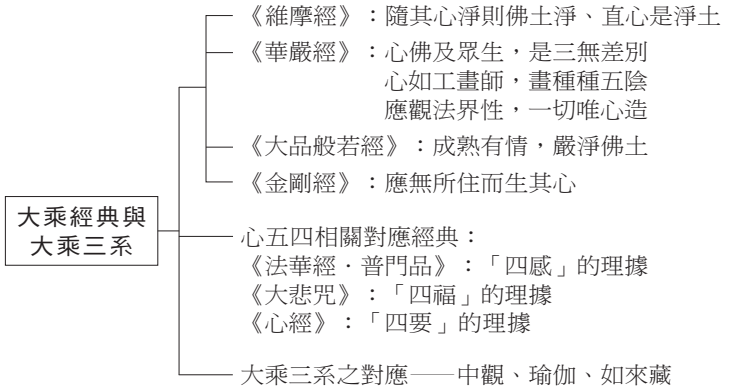


圖 4-3：聖嚴法師心靈環保溯源之二——大乘經典與大乘三系

而有關心五四運動從經典而來的底蘊，則源於法師《大法鼓》影片中所陳述者。❸

如順此脈絡詳加整理，發現法師所舉之經證，主要意涵在於以下內容：

---

❷ 釋聖嚴，《聖嚴法師心靈環保》，臺北：正中書局，1994 年，頁 49。

❸ 《大法鼓》為主持人陳月卿訪談聖嚴法師而錄製的短片，每集不超過九分鐘，每次討論一個小主題，其中與心五四及經典相關的有三集，分別為 1043 集《心經與四要》、1044 集《普門品與四感》，以及 1045 集《大悲咒與四福》。

（一）心靈環保探討的課題，為心靈與環境之關係，又以心為境之主

故《維摩經》之「隨其心淨則佛土淨」、「直心是淨土」，說的是清淨的心能得清淨的境，而直心一類的心（如《維摩經》中所說）亦屬於淨心者。

《華嚴經》中的「心如工畫師，畫種種五陰」，說的是心，對的是內在之境。亦即法師曾說的，「心隨境轉」的境，有內境——心中之境，心內起的妄念與煩惱等；有外境——心外之境。❹ 此心有染有淨，故能造、能見淨土或穢土。

（二）心靈環保之目的，在於提昇人品，建設淨土

故如能掌握心、照顧好心、淨化心，即能淨化境，掌握心、照顧心、淨化心，為提昇人品之事。人品提昇，則淨土便現，此可由《大品般若經》之「成熟有情，嚴淨佛土」見二者之關聯義，至於二者之關係，則如前面章節之論述（心靈環保內部課題：人的品質之提昇與人間淨土之建設）。

（三）心靈環保建設的淨土為人間的淨土

如未曾認知有「人間」的淨土，則很難理解淨土竟可以於人間體現，故法師援引《華嚴經》「應觀法界性，一切唯心造」、「心佛及眾生，是三無差別」二句，論述人間能

❹ 釋聖嚴，《法鼓晨音．心不隨境轉》：「內境是指心中的妄想、煩惱；外境是環境中的人事。……最難應付的是內境的虛妄念及顛倒想。」《法鼓全集》第 9 輯第 10 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 39。

成就淨土之因，在於心、佛、眾生共通的法界佛性、如來心性。有此為依據，便能因人修持、體現佛性而得實踐人間的淨土。此亦如大乘三系中的如來藏系所述。

（四）心靈環保建設人間淨土的前提，為心靈的淨化、保護與開發

心靈環保的理念並不難理解，但若欲實踐人間淨土，則心靈的淨化、保護、開發不可或缺，故於實踐的面向，法師以《金剛經》、心五四對應的《心經》、〈普門品〉及〈大悲咒〉，以及後文所引用之《維摩經》內容，具體指出修行、鍛鍊的觀念與方法，以引導完成心靈的淨化、人品的提昇。

法師於詮解《金剛經》與心靈環保之關係時，曾以下圖內容直指心靈環保之意涵，並指出其為現代名詞的佛法主張，似亦可回應上述觀點：

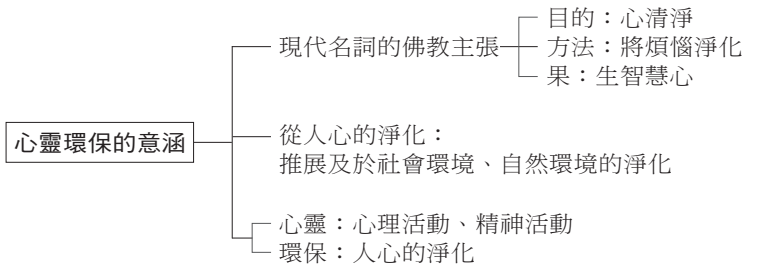


圖 4-4：聖嚴法師心靈環保簡要定義❺

❺ 本圖依聖嚴法師《福慧自在——金剛經講記與金剛經生活》之〈第一

三、中國佛教（漢傳佛教）

圖 4-5 為中國佛教，即漢傳佛教中，法師所擇取之心靈環保精神底蘊。如以整體漢傳佛教之特色而論，則其中重視層次分明之禪觀與念佛法門，對心靈環保之心靈淨化、對境防護之方法，具有重要提點。而從天台之一念三千、華嚴之法界、淨土之心即是佛等三者，則提供了心靈環保從心出發到四種環保的全方位多維環境保護，以及個體經由形構與整體宇宙、世界連結之一體觀的開展，所形成的自、他、環境不二平等的超越視野。

四、漢傳佛教中的禪佛教

圖 4-6 為法師對漢傳禪佛教中，有關心靈環保的對應法源。主要有兩個面向，其一為以「心」為「宗」，修行之要在於明心見性、當下即是，此為提昇人品之要義，在於自我心性之淨化。其次則回應提昇人品與建設淨土之二而一關係，一旦得以離心意識，得清淨本來面目，即成就當下淨土。

五、法鼓山中華禪法鼓宗

圖 4-7 為法師由中華禪法鼓宗中提煉而出之修行方法，為對於心靈環保之鍊心及鍊我的歷程中，所指出之具體修行觀念與方法，同時涵蓋法師對禪修頓、漸二門並舉，符應不同根器修行者之涵融、包容性。

講　《金剛經》與心靈環保〉之內容整理而成。《法鼓全集》第 7 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 104。

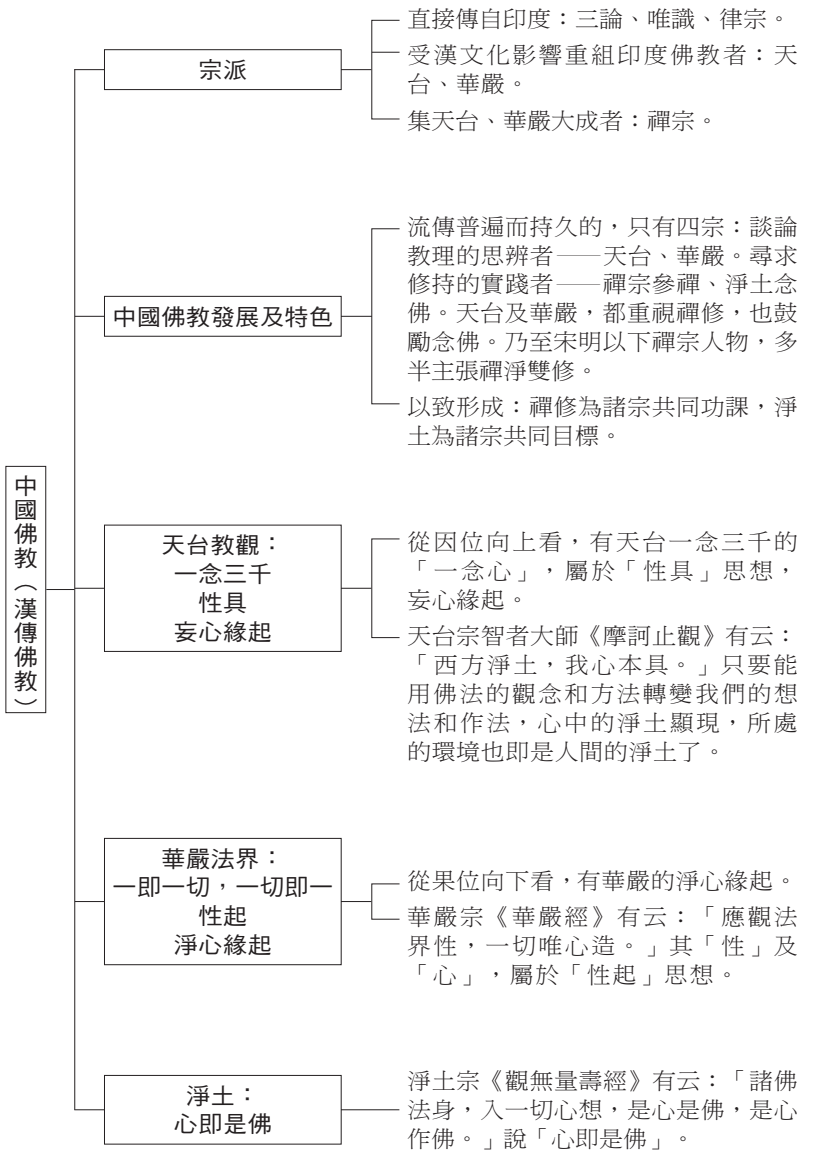


圖 4-5：聖嚴法師心靈環保溯源之三——中國佛教（漢傳佛教）

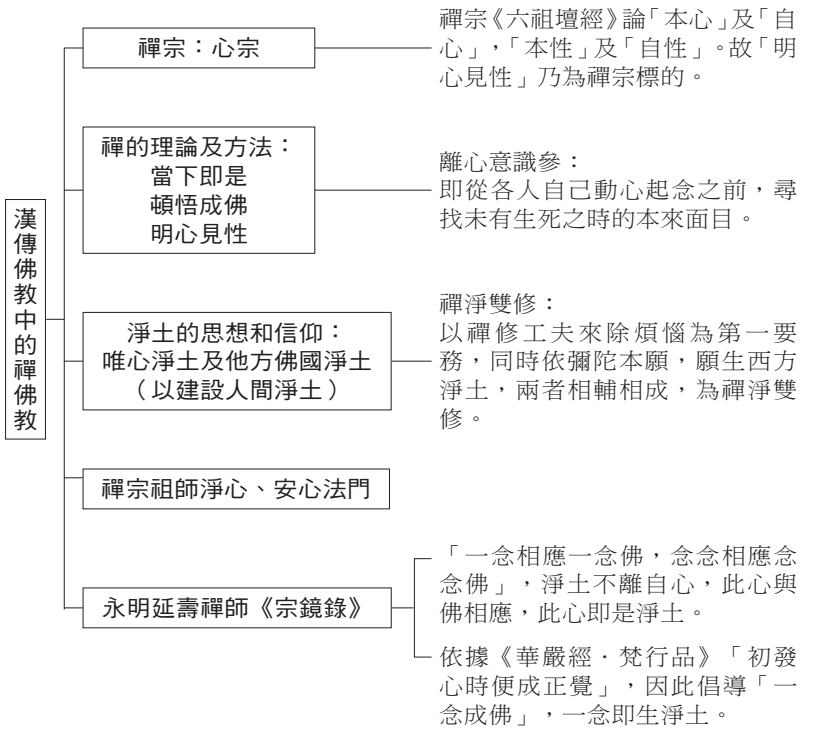


圖 4-6：聖嚴法師心靈環保溯源之四——漢傳佛教中的禪佛教

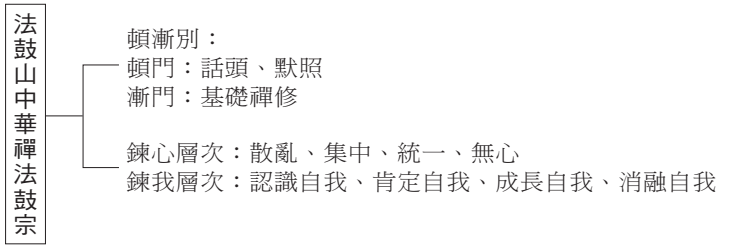


圖 4-7：聖嚴法師心靈環保溯源之五——法鼓山中華禪法鼓宗

第二節　《金剛經》、《維摩經》與心靈環保

如前所述，除了援引整體佛教中的法義、經證、宗派思想、修行觀念以理出心靈環保之主要概念——藉由心靈的提昇以成就人間淨土，並為人間淨土找出佛陀教法與大乘經典之內容，以為理據。對於心靈環保的實踐，更重要的在於如何進入修行脈絡。

於此法師也藉由對下列幾部經典之詮釋，萃取其中要義，整理為心靈環保底蘊之深化與落實開展之方法，包括《金剛經》、《維摩經》等。

一、《金剛經》與心靈環保

法師之詮解《金剛經》，可以下列數端呈顯其義，一為「《金剛經》與心靈環保」，解讀二者內在底蘊之連結，其次以「《金剛經》與自我提昇」，提供個體上求更高之解脫法義，並用以內修而自我提昇的歷程。第三為如何由個體之淨化擴及於社會的「《金剛經》與淨化社會」，討論建設人間淨土的途徑，亦即外化、下化者。最後則以「《金剛經》與福慧自在」，論述人間淨土之樣貌——即慈悲智慧的人間實踐。❻

❻ 本章節中關於《金剛經》與心靈環保之內容與圖示，皆引用聖嚴法師《福慧自在——金剛經講記與金剛經生活》一書之資料。《法鼓全集》第 7 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版。

其中最直接進入心靈環保之方法，則為「淨化人心」、「發菩提心」、「保護初發心」及「降伏煩惱心」等，藉以讓心清淨，透過把煩惱心淨化成為慈悲心和智慧心，推廣到社會環境和自然環境的淨化。法師以詮釋《金剛經》的「應無所住而生其心」，指出心靈環保的標的與境界，即為慈悲與智慧，其中的「無所住」為智慧、為空性，智慧的功能即是觀「無我」和「無相」，有智慧心則得以不受固定形相局限，不住於自我利害得失，不為煩惱所動。一旦無所住而體無我的智慧而「生其心」，生的就是無我平等對待一切眾生的慈悲心。

其中有關《金剛經》經文與法義，轉化為可理解可實踐於日常生活之內容者，可以圖 4-8 表述之。

圖 4-8 中，為法師透過講述《金剛經》中的關鍵文本，涵蓋無相、無我、無所住、生其心、不住相生心、無相布施等概念，詮解如何落實於日常生活，實踐心靈環保的自、他關係，對待自我以清淨的智慧、對待他者以慈悲的發心。

二、《維摩經》與心靈環保

法師於講述《維摩經》時，指出下列與心靈環保相關的概念與落實方法，涵蓋如下四者：原理、心淨之定義、心的鍛鍊，以及體會菩薩與眾生的關係等。❼

❼ 本章節關於《維摩經》與心靈環保相關之內容與圖表，皆引用自聖嚴法師《修行在紅塵——維摩經六講》一書，《法鼓全集》第 7 輯第 3 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 3。

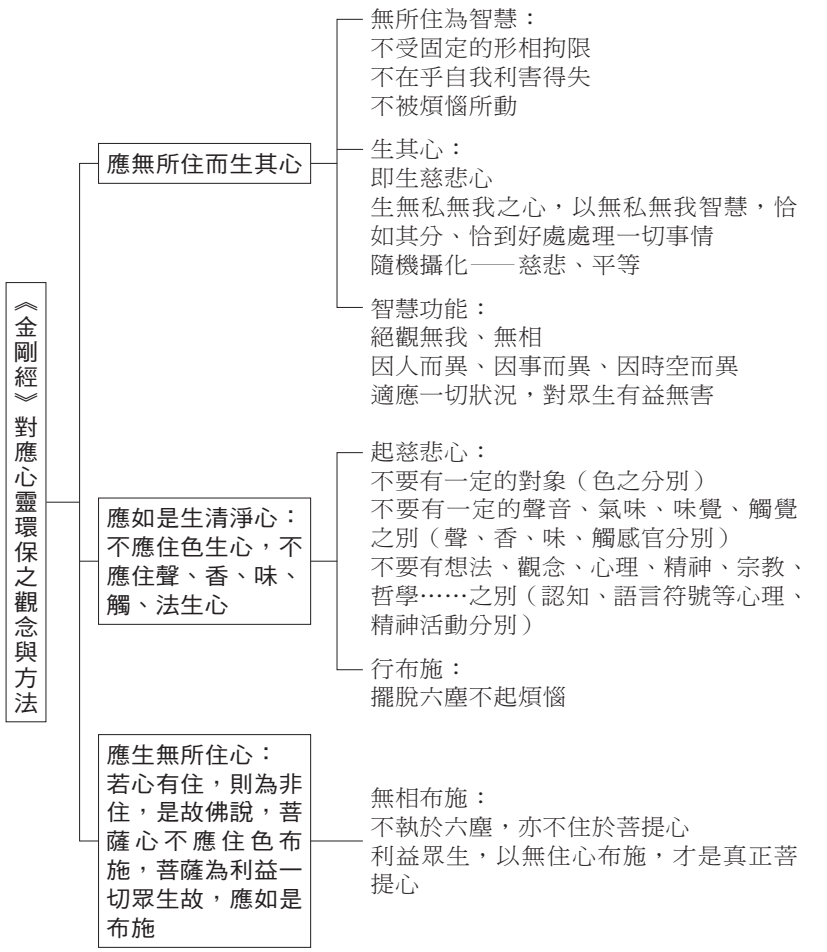


圖 4-8：《金剛經》對應心靈環保之觀念與方法

（一）原理

有二，一為心淨佛土淨，二為佛土淨來自心淨，前為結果，後為過程。（圖 4-9）

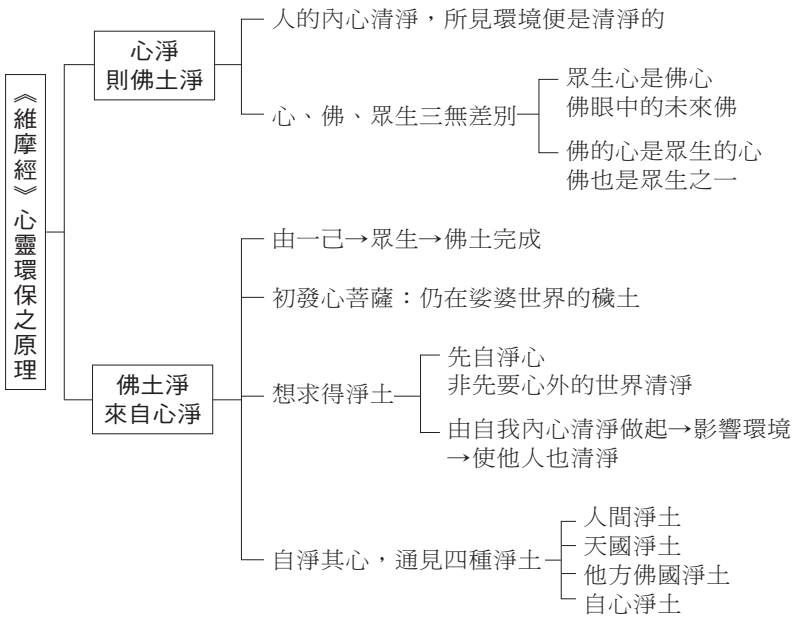


圖 4-9：《維摩經》心靈環保之原理

（二）心淨之定義

心淨即禪定，然不僅是蒲團上的禪定，還包括行住坐臥、日常生活皆能隨時保持清淨的心。（圖 4-10）

（三）心的鍛鍊

包括「心的調伏」與「心的淨化」。

心的調伏——包括觀自他，與他者連結、對應之際需要調伏的狀況。對自己而言，是觀照無我與無執的智慧，亦即無住；對眾生，則觀照眾生也在受苦，從眾生的苦當中，起悲心。（圖 4-11）

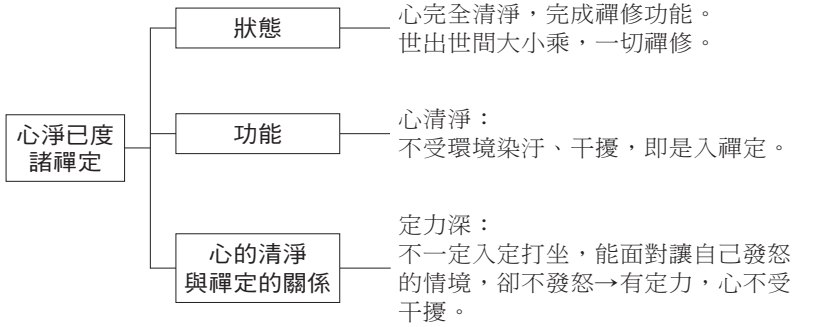


圖 4-10：《維摩經》對心淨的定義——心淨已度諸禪定

心的淨化與如何淨化——向內做工夫，體會到心垢眾生垢，心淨眾生淨。故該如何看待、對待眾生與環境？仍得回到自心清楚觀照自我。當心清淨，即得不動，不動是心不為外境所動，所以心淨即禪定。如何淨化？——透過六度以淨化或轉化心（圖 4-12、圖 4-13）。

（四）體會菩薩與眾生之關係

在境中不受境擾：菩薩在人間度眾，既在人間便有煩惱，會面臨生死。然因發願而來，便與人間眾生一起成長、一起學習，雖然在情境中，但心不受煩惱和生死影響。

以「在塵出塵，和光同塵」之態度對應：「在塵出塵」是自心清淨，但不外於眾生，是同體大悲，能同理、能真切了解其他生命的困境與需求。能和光同塵，即可體會何謂同體大悲。（圖 4-14）

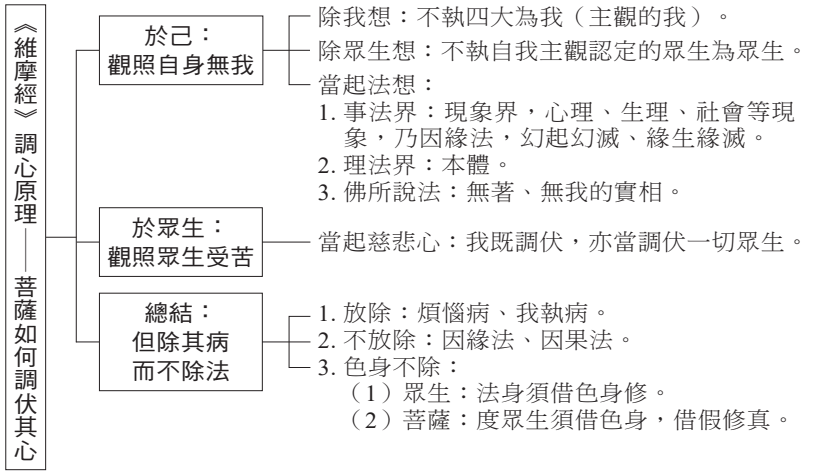


圖 4-11：《維摩經》調心原理——菩薩如何調伏其心

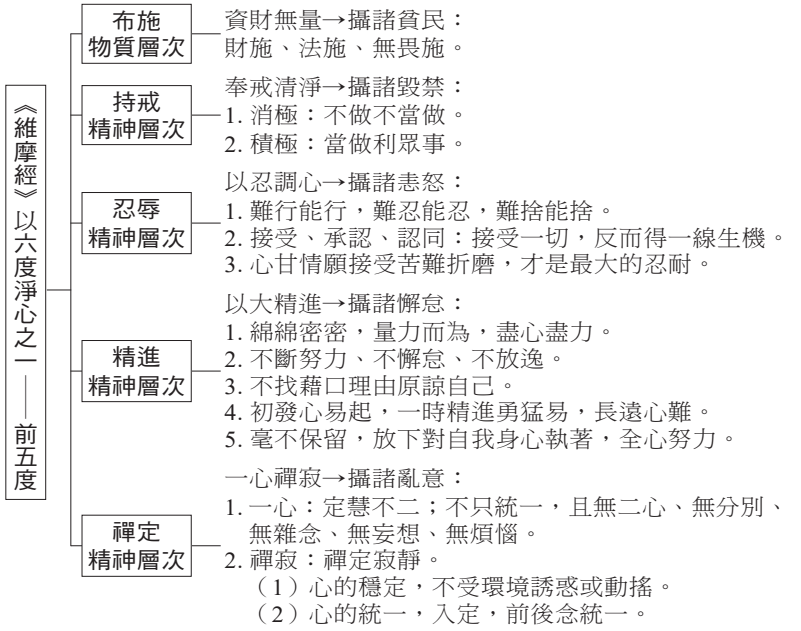


圖 4-12：《維摩經》以六度淨心之一——前五度

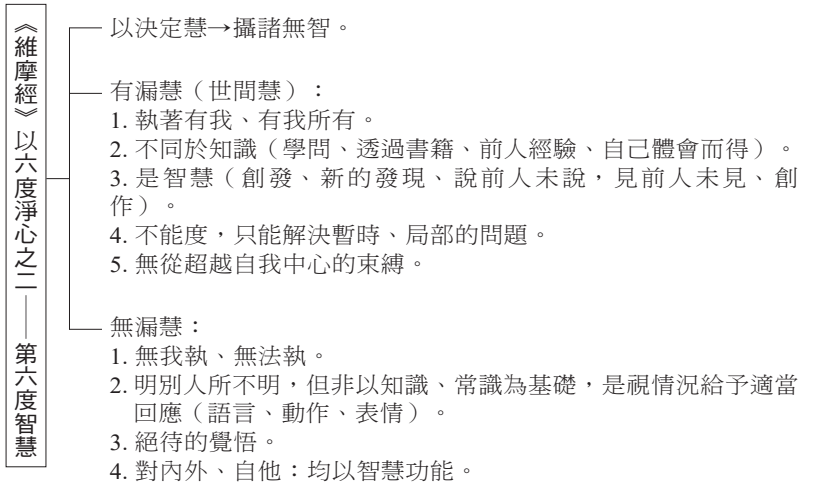


圖 4-13：《維摩經》以六度淨心之二——第六度智慧

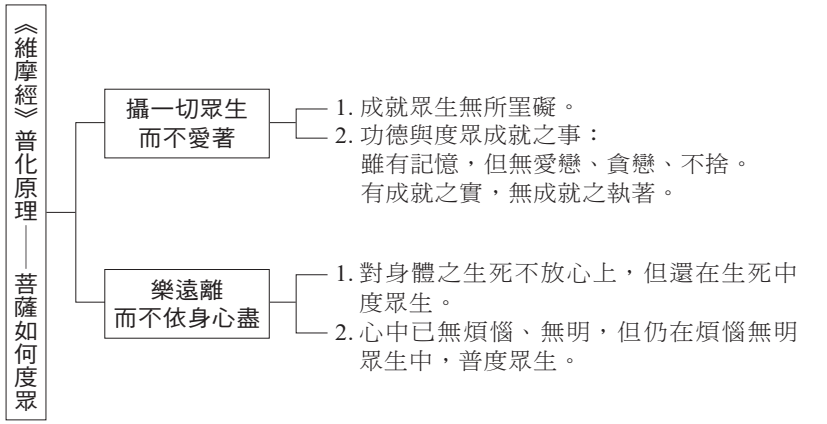


圖 4-14：《維摩經》普化原理——菩薩如何度眾

第三節　禪修體驗與心靈環保

法師曾直指心靈環保即是漢傳禪佛教之現代轉化，如下文所述：

> 多年來的我，即以漢傳的禪佛教為背景，將禪佛教的觀念及方法，轉化成一個新名詞，叫作「心靈環保」，又以「心靈環保」為主軸，來推動「提昇人的品質，建設人間淨土」的理念，再以三大教育來達成此一理念的實現。所以發揚漢傳的禪佛教，乃是我們的命脈所繫。❽

故如欲精確掌握心靈環保之「心法」，當須理解禪對心靈環保發展上的意義。除前述有關漢傳佛教、漢傳禪佛教，以及中華禪法鼓宗所承繼之禪的觀念與方法外，此處僅就法師禪修指導中所指出的身心內外世界之對應而觀之。

此即以禪者體驗的身心反應，而指出禪的特殊性在於「禪是清淨的智慧」、「禪是無染的心靈」，禪者具備此心靈狀態與智慧，體得的內心世界與外在世界是一如的。能「心清淨」則「外在世界亦清淨」，能提昇心靈品質至無染清淨，則人間淨土或由心淨而致，或由淨心而觀。唯眾生卻

❽ 釋聖嚴，〈中華禪法鼓宗　宗教→佛教→漢傳佛教→禪佛教〉，《承先啟後的中華禪法鼓宗》，《法鼓全集》第 9 輯第 7 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 44。

困於煩惱的心靈、自我中心的世間慧中，故而指出倡議心靈環保的必要性。如下圖所示：❾

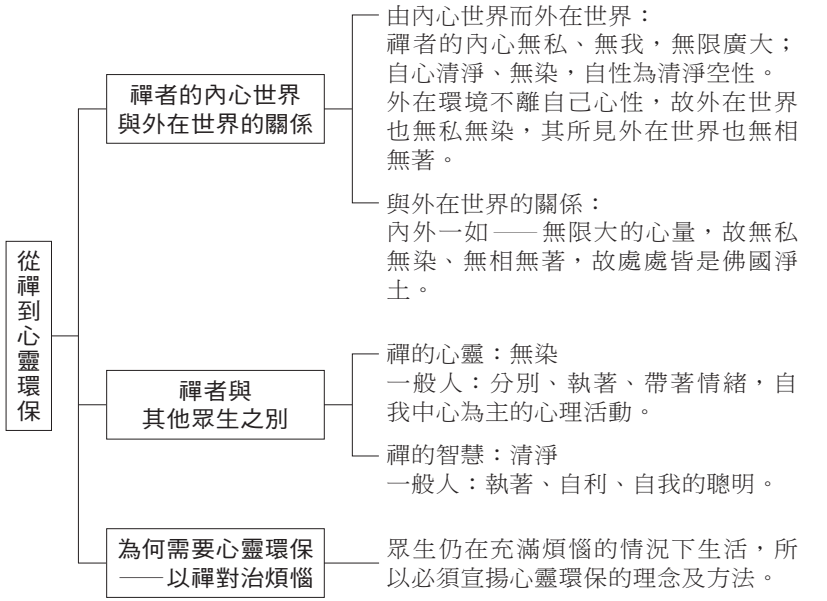


圖 4-15：從禪到心靈環保——由禪者的內外世界觀之

法師也以禪者的內心環境與一般人的內心環境做出對照，從中指出心靈環保得以透過禪法轉凡心，透過禪修，將心無限地開展，並調整心靈環境。如果可以提昇至統一心，則能進入眾生平等；至無心、空性的體驗，則可以無有所

❾ 本圖示與其中意義取材自聖嚴法師《禪的世界．禪的心靈環保》文中所載，《法鼓全集》第 4 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 143。

執，進而消融自我。

此內外一如，禪心轉凡心的作用，可以圖 4-16 呈現，此亦為法師於心靈環保方法上，重視禪修的重要原因。⓾

其他以禪修改變心靈環境的諸種方法，將於下一章中詳述。

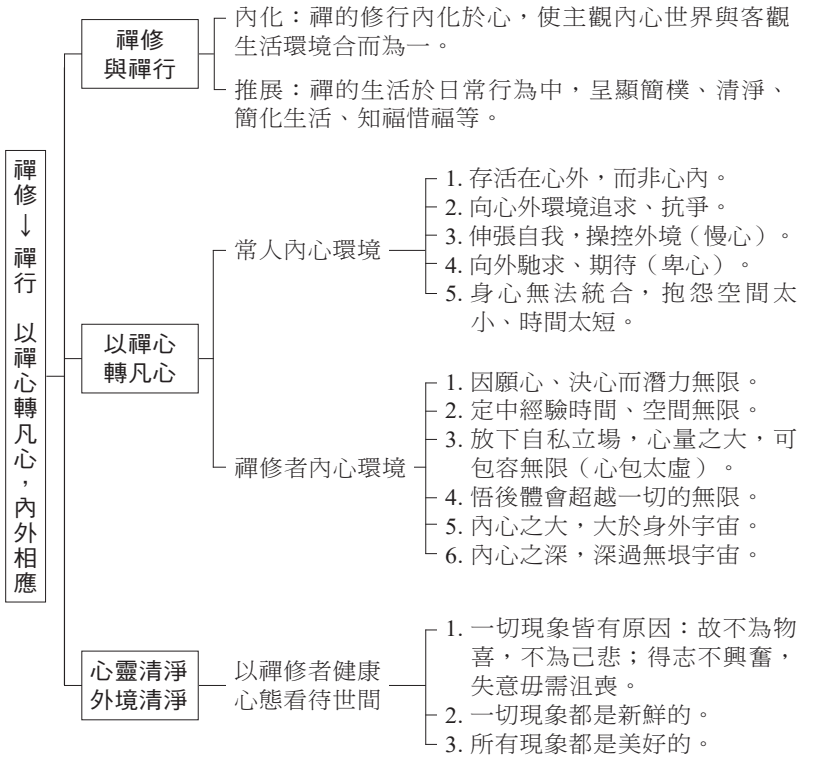


圖 4-16：以禪心轉凡心，達致內外相應、內外一如

⓾ 本圖整理自聖嚴法師《動靜皆自在．禪與心靈環保》一文，《法鼓全集》第 4 輯第 13 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 72。

第四節　小結：心靈環保之溯源與開展脈絡

首先從佛法的觀念來看，理解自我與環境都是自己的身、心念造作所得的結果，人與環境本來就為相依共存的關係，因此法師於環保問題上，直接指出唯有從造作之本：「心」入手，亦即結合「一切唯心造」概念，將心予以淨化，則不僅環境得到保護，生活與社會皆能得到淨化，方得建設人間（人所處的空間）淨土。再對應華嚴法界的整體觀，天台一念三千之當下淨土，只要心念一念與淨土相應，就在淨土中；與天堂相應，就在天堂中。

上述之內容，主要站在整體佛教的立足點上，無論是基礎佛教、發展中的部派佛教、適應時空的大乘佛教、從漢傳佛教至漢傳的禪佛教，乃至法師傳承而創造的中華禪法鼓宗，皆在為落實心靈環保以提昇人的品質、建設人間淨土找出佛法與修行之依據。

此外，則是透過法師講述經典與心靈環保之內容，將理念轉化為現代人生活之對應與反思，包括《金剛經》的四個面向——淨化人心，發菩提心願，保護初發心及降伏煩惱，而體會「無住」之智慧心，生發慈悲心；並運用無相行慈悲與布施，以具體實踐自利利他的淨心淨土。

另一部則為講述《維摩經》中體現的心靈環保原理與觀念，包括心淨佛土淨，直心即心淨即佛土、透過行住坐臥的心定落實心淨；方法則從調伏心、淨化心，並以六度具體開展；態度上更以經中的不二與超越，成就眾生而不執著，於

世間淨化而不受世間紛擾影響的「超越式心境關係」。

最後為禪修體驗的部分，將禪修所體會的內外心靈環境與內外世界一如，結合心淨即佛土淨的觀念，以禪修體得的無染心靈與清淨智慧，轉化一般人的煩惱心，而成為消融自我、無垠的生命觀與世界觀，形塑為心靈環保的諸種修行方法，為有心禪修者與一般無信仰或無暇禪修者，提供不同的轉化方便。

【第五章】

心靈環保的應用化
——當代實踐與開展

本章主要整理的，是法師如何經由前述之脈絡化傳承，以「心靈環保」一詞，創造、轉化並開展出對應時代需求，能安頓人心的佛法與禪修內涵。內容概分為下列幾個面向，其一為藉由法鼓山開山理念及之後開展的種種觀念、活動、運動等之時間軸，理解心靈環保的發展歷程。

其次為心靈環保核心精神與呈現境界之整理，第三則嘗試系統地建構心靈環保的內涵，包括理論與實踐面向；第四即討論心靈環保如何實踐？從個體的自我實現，到跨學科、跨世代、跨宗教的開展；第五就心靈環保之推展，討論心靈環保如何透過具體的「事」，落實提昇人品建設淨土的「理」，此為透過整理三大教育之內涵加以說明之。❶

---

❶ 本章節所整理之架構、內容與圖表，主要來自二〇一二年，法鼓文化為心靈環保提出二十週年而編輯的《好心．好世界——聖嚴法師談心靈環保》一書，該書為整理聖嚴法師著作中，有關「心靈環保」之相關文本，區分四大類，包括〈第一篇　什麼是心靈環保？〉、〈第二篇　禪修的心靈環保〉、〈第三篇　生活的心靈環保〉，以及〈第四篇　世界的心靈環保〉。臺北：法鼓文化，2012 年。

第一節　心靈環保發展歷程：以法鼓山理念發展時間軸為主

法師自一九八九年提出法鼓山的理念，開始更普及的弘化歷程後，便不斷依於大眾與時空環境變動的需求，持續開展對眾生有用的法義詮釋與方法指導，在此時間軸中，開啟了法鼓山的傳承與創造，而心靈環保也從中展現出豐碩的面向。故而本書伊始即指出，將「心靈環保學」視為一動態發展、學習的脈絡，即是指此隨應時代與眾生需求的形構模式。

此時間軸可從一九八九年提出法鼓山的理念，至二〇〇八年，整合出法鼓山的任務為止，形塑出心靈環保的在世關懷。

一、重要發展時程

從一九八九年開始，法師提出法鼓山的理念「提昇人的品質、建設人間淨土」，之後每隔一段時間，便隨著與大眾更多的對話，對時代環境生發的事件透入更多的關懷，而持續提出種種或具體或理念式的觀念與方法。較重要者如下圖中所列舉者，不僅提出主張，也於法鼓山內部或對一般大眾的演說中、持續書寫的著作中予以詮述，並因此建立了一個特殊的學習系統。此即回應法師對法鼓山的定位，不僅是宗教道場，更是教育團體，而教育園區的名稱，則直接將法鼓山視為一個終身學習的「學校」。因此隨著這個時間軸，吾人可視此為直線式的學習系統。

一九九〇年提出〈四眾佛子共勉語〉，分列十句源於佛法卻又對應現代人生活的語句，成為法鼓山僧俗四眾的重要學習基礎。❷ 一九九一年以理念為基礎，進一步提出「法鼓山的共識」❸，一九九二年心靈環保（心靈環保確切提出時間，參見第一章的討論與說明），之後在一九九四年完備為四種環保。接著為「一大使命，三大教育」❹；繼而為一九九五年的四安，一九九八年的四要、四感、四福，最後彙整到一九九九年，加上四它，完成「心五四」❺。二〇〇五年，則提出「中華禪法鼓宗」❻，以漢傳禪法為法鼓山的核

---

❷ 〈四眾佛子共勉語〉為法師一九九〇年八月二十二日講於北投農禪寺，原收錄於法鼓山小叢刊《佛子共勉語》，現收錄於《法鼓山的方向：理念》，〈四眾佛子共勉語〉，《法鼓全集》第 9 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 13。

❸ 〈法鼓山的共識〉原文刊登於一九九一年九月十五日《法鼓》雜誌二十一期，為聖嚴法師口述，編輯室整理。文本原收錄於法鼓山小叢刊《法鼓山的方向》，現收錄於《法鼓山的方向：理念》，〈法鼓山的共識〉，《法鼓全集》第 9 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 69。

❹ 「一大使命，三大教育」為一九九四年四月十二日聖嚴法師口述，葉翠蘋居士錄音整理，原收錄於法鼓山小叢刊《法鼓傳法音（二）》，現收錄於《法鼓山的方向：創建》，〈法鼓山的使命〉，《法鼓全集》第 9 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 104。

❺ 「心五四運動」為一九九九年八月二十二日，聖嚴法師講於林口體育館全球會員代表感恩大會，文稿原刊於《法鼓》雜誌一二〇期，現收錄《法鼓山的方向：理念》，〈心五四運動 ——新世紀的生活標竿〉，《法鼓全集》第 9 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 105。

❻ 中華禪法鼓宗提出之時間，參照第一章中，有關法師講說、文稿集結、刊登等時程。

心精神與主要修持系統。二〇〇七年提出「心六倫」❼，稍後同年提出四大堅持 ❽，最後二〇〇八年由僧團提出法鼓山的四大使命，由聖嚴法師確認後傳承之。

上述幾個重要時間點提出的內容，整理如下表：

表 5-1：法鼓山理念發展時間表與重要內容列舉

時間	名稱	內容列舉
1989	法鼓山理念	提昇人的品質，建設人間淨土。
1990	四眾佛子共勉語	信佛學法敬僧，三寶萬世明燈； 提昇人的品質，建設人間淨土。 知恩報恩為先，利人便是利己； 盡心盡力第一，不爭你我多少。 慈悲沒有敵人，智慧不起煩惱； 忙人時間最多，勤勞健康最好。 為了廣種福田，那怕任怨任勞； 布施的人有福，行善的人快樂。 時時心有法喜，念念不離禪悅； 處處觀音菩薩，聲聲阿彌陀佛。

❼ 心六倫運動涵蓋了「家庭倫理、生活倫理、校園倫理、自然倫理、職場倫理及族群倫理」等六個倫理關係開展的場域，最初的推動依於〈『心六倫』運動的目的與期許〉一文所開示之內容，原刊登於《法鼓》雜誌 212-215 期，後整理於《心六倫行動手冊》，現收錄於《法鼓山的方向：理念》，《法鼓全集》第 9 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 129。

❽ 「法鼓山的四大堅持」為聖嚴法師二〇〇七年七月三十一日講於北投雲來寺專職菩薩精神講話，原收錄於《二〇〇七法鼓山年鑑》，現收錄於《法鼓山的方向：理念》，《法鼓全集》第 9 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 198。

1991	法鼓山共識	我們的理念—— 提昇人的品質，建設人間淨土。 我們的精神—— 奉獻我們自己，成就社會大眾。 我們的方針—— 回歸佛陀本懷，推動世界淨化。 我們的方法—— 提倡全面教育，落實整體關懷。
1992	心靈環保	
1994	四種環保	心靈環保、禮儀環保、生活環保、自然環保。
1994	一大使命 三大教育	一大使命：推動全面教育。 三大教育：大學院教育、大普化教育、大關懷教育。
1995	四安	安心、安身、安家、安業。
1998	四要 四感 四福	四要：需要的不多，想要的太多；能要、該要的才要，不能要、不該要的絕對不要。 四感：感恩、感謝、感化、感動。 四福：知福、惜福、培福、種福。
1999	心五四運動	四安、四要、四感、四福之外，另加上四它：面對它、接受它、處理它、放下它。
2005	中華禪法鼓宗	
2007	心六倫運動	家庭倫理、生活倫理、校園倫理、 自然倫理、職場倫理、族群倫理。
2007	四大堅持	堅持理念、堅持三大教育、 堅持四種環保、堅持漢傳禪佛教。
2008	法鼓山使命	以心靈環保為核心，弘揚漢傳禪佛教，透過三大教育，達到世界淨化。

如以時間軸方式呈現，則如下圖：

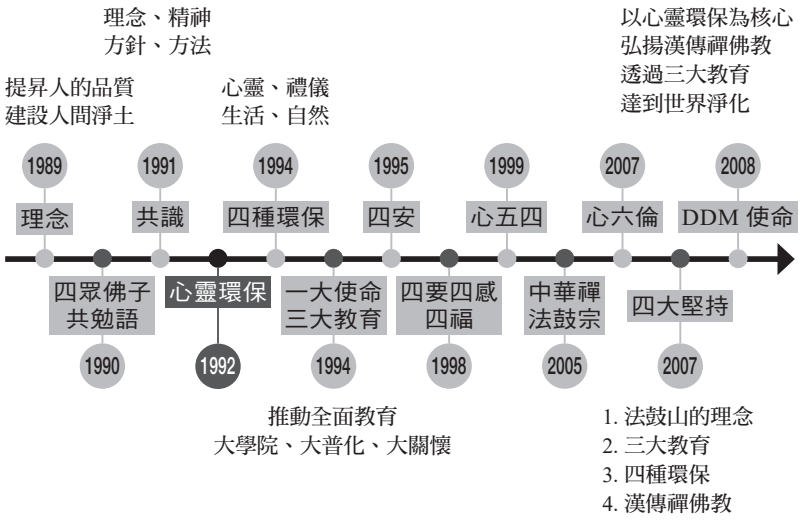


圖 5-1：法鼓山理念發展時間軸

二、主軸理念與整體架構

如將時間軸依其內蘊之意義編整，可展開為法師對整體佛教的傳承、創造概念。以漢傳禪佛教為傳承立基，從而啟發為中華禪法鼓宗，希望透過心法相傳及心的鍛鍊，觸發探索自己的本來面目。創造而出的心靈環保，核心理念為心靈淨化後，轉煩惱心為慈悲智慧心，對應法鼓山大殿牌匾「本來面目」，以及祈願觀音殿的「大悲心起」。

然而亦如前述，對於沒有佛教背景或尚未學佛禪修者，恐無法直接進入法義的理解，因此在推展與落實心靈環保上，則提出三大教育為推廣的方法，以大學院教育培養人才，從事大普化教育的全面推廣，以及大關懷教育從出生到死亡的全面照顧。

三大教育從大學院到大普化、大關懷，以期為此世間提供不一樣的化育之道，並結合種種實踐方法，拈出「心五四」、「心六倫」、「四種環保」與〈四眾佛子共勉語〉等。最終目標即為「提昇人的品質、建設人間淨土」，也即菩薩的悲願「嚴土熟生」——莊嚴佛土，成熟眾生。

其中，大學院教育除以僧伽大學培養僧才，另以中華佛學研究所為漢傳佛教研究重鎮，另一個重要脈絡，即為法鼓文理學院，以佛教學系為基底，以悲智和敬為校訓，開展人文社會學群的自我生命教育到社區再造、社會企業，至普及環境與發展，此四個面向，隱約又與四種環保相呼應。

下圖為上述時間軸之縱向對照，見其意義與作用：

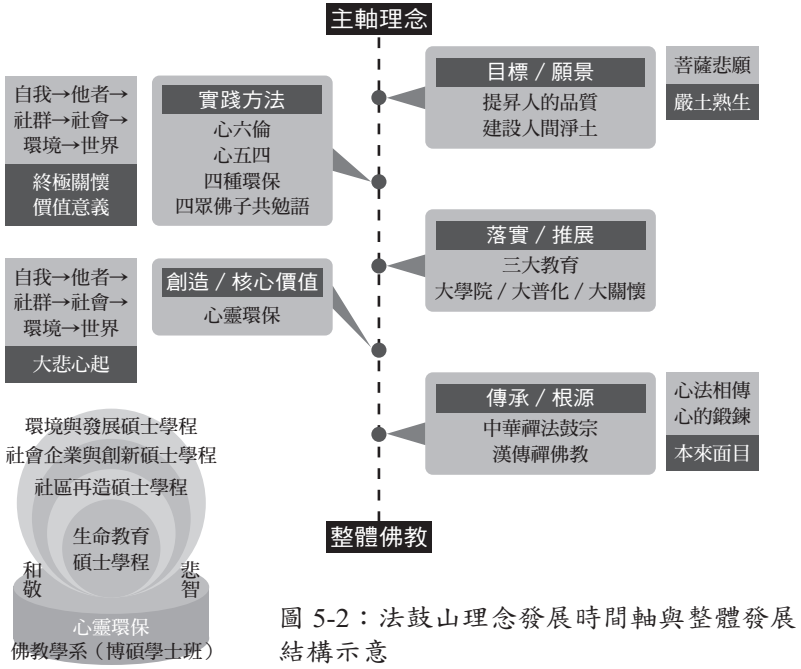


圖 5-2：法鼓山理念發展時間軸與整體發展結構示意

第二節　心靈環保之核心精神與境界

一、核心精神：慈悲與智慧

聖嚴法師曾謂「心靈環保」雖是一個新名詞，可是卻蘊涵佛教一直以來的主張，即把煩惱心轉化成慈悲和智慧。心靈環保的核心精神，即是透過佛法、禪修讓煩惱心轉化、淨化成慈悲心與智慧心，此亦連結於前述《金剛經》「無住而生其心」的認知體解，同時以法師於修行四階段之身心變化對應悲智之體驗。

以法師之文本，整理如下圖以對照：

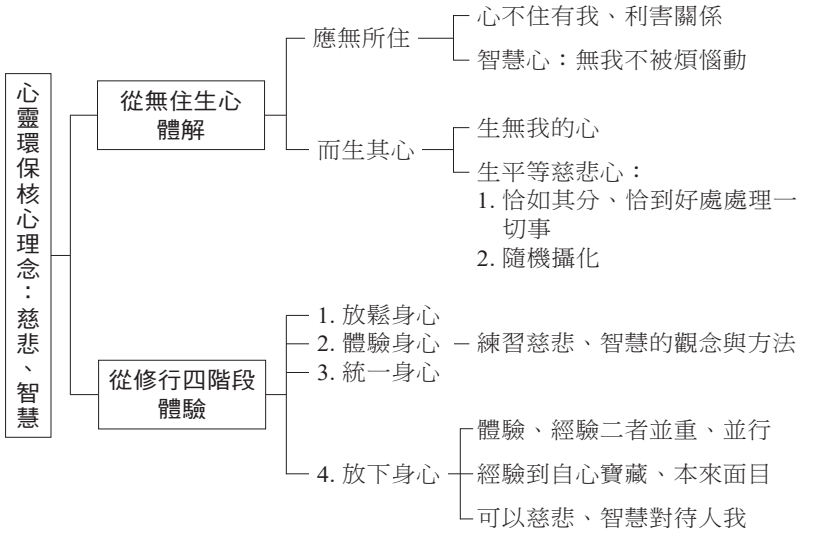


圖 5-3：心靈環保核心理念：「慈悲與智慧」對應《金剛經》與禪修體驗

二、境界

法師曾指出，人之病病在攀緣，故而「心隨境轉」，因此如能藉由心靈環保對心靈環境的整理，例如心無求無染，就不會一直抓取，對待環境、對待眾生，也可以是包容、尊重、關懷、利眾，甚至自利利他、自度度他。於此法師也指出兩個由禪修方法導出的提醒，以協助與他者遭逢之心靈鍛鍊，此二者即為「心如止水」以及「又如明鏡」，如此對應眾生則能「有求必應」——對眾生的需求能恰切地回應。

如以禪修觀之，「心如止水」是默照的「默」，「又如明鏡」則為「照」。當心不起波瀾時，可以如鏡子般與眾生互動，而只是如實地呈現。所以心如止水又如明鏡，就可以與眾生、與環境產生最適切地回應。此為法師所指之心靈環保的境界。此一有關境界的陳述，可參考下圖所彙整之概念：

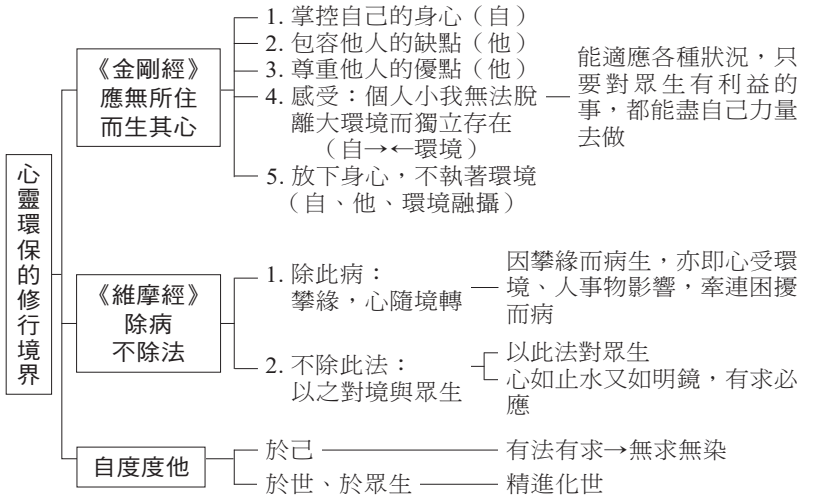


圖 5-4：心靈環保的修行境界

第三節　心靈環保之內涵：理論與實踐

一、心靈環保整體架構之系統化與超越系統

如以系統性的方式理解心靈環保的方方面面，亦即將概念系統化，並以之分類詮解，則能檢視其整體面貌，對心靈環保為何，得以有輪廓式的認知。本章節擬就此透過不同主題繪製圖表，並析論內容於後。

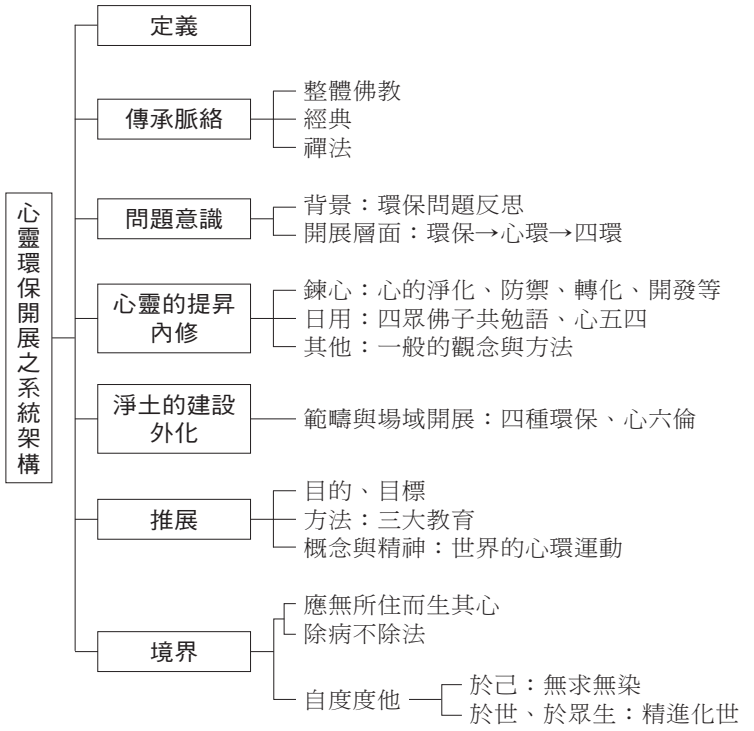


圖 5-5：心靈環保開展之系統架構簡圖

圖 5-5 先就不同主題指出與心環相關的系統架構，以下則就各個不同的面向說明之。

（一）概念之詮解與開展

對於心靈環保之內容，本章透過幾個面向嘗試整理之，並從聖嚴法師與此相關之文本，製成各別圖示與說明。

1. 心環為何產生？此為緣起之問題意識——環保議題之反思。

有關心靈環保的問題意識，亦即對環保議題之反思，已於本書第三章，心靈環保探討之外部課題中詳加析論。

2. 心環從何而來？討論其傳承脈絡——主要為佛法、漢傳佛教、禪法與經典等之脈絡化，即溯源法源之探索。

心靈環保之傳承脈絡，涵蓋整體佛教之發展以見其理據、重要經典之詮釋以理解其重要觀念與方法，以及就禪修體驗回應心淨佛土淨之內外世界一如等概念，見本書第四章〈心靈環保之溯源——脈絡化理解〉。

3. 心環對應何境？從環保到心環到四環，為推動四種環境範疇者。

關於此部分之論述，見本書第三章外部課題探討中，有關環保議題的回應，法師由心靈環保反思環保議題，進一步透過佛教的環保觀，指出除心靈之外，尚需關懷生活的環境、社會文化的環境，以及自然的環境，於上述討論中，指出佛法的全面關照，而此亦即法師提出四種環保的理據，亦即對應人所處的全方位情境——「正報」與「依報」，含「五蘊世間」、「有情世間」及「器世間」的整體思考與

關懷。

故心靈環保對應內部、外部的境，提出以心靈環保為中心的四種環保為環境關懷的全面範疇。

4. 心環如何內修？主要為心的淨化、心的防禦、心的轉化與開發。目的為安頓自、他身心。包括禪修的鍊心（修心四層次）、鍊我（四層次自我），以及禪修的身心調整。

其次則為落實於日常生活的現代化詮釋與實踐，包括心五四、〈四眾佛子共勉語〉等日用反思與觀照。二者即為前述，法師曾針對有心學佛、禪修者，以及尚未學佛或無暇禪修者的心靈環保學習途徑。

5. 心環如何外化？以及於何域外化？以心六倫為倫理、關係、社會關懷之場域，亦涵蓋前述之四種環保，對應四種不同的環境。

心靈環保以四種環保對應人所生存、生活的四種環境，同時也指出六類倫理範疇，法師曾指出，透過時代的反思，重新整理傳統的倫理價值與道德思考，然而並非指出規範式的倫理應然，而是對應時代的新關係從「心」提出倫理的原則性反思包括過往五倫未得涵覆的關係結構。除了家庭與生活，其餘四者皆與當代時空背景密切關聯，如學校、職場、自然與族群，故視為心靈環保的倫理實踐場域。

6. 心環之「理」如何開展於「事」？將之推展與落實人間之「事」為三大教育。

法師雖指出三大教育為推動心靈環保此「理」之「事」，然亦從禪的理事不二，指出二者的相融相攝。從法師對三大教育之內容詳盡的論述與指示，可以見出三大教育乃為提昇人品與建設淨土而規畫的具體內容。或可稱之為法鼓山具體落實淨土的策略與實施要點。有關三大教育的詳細內容，於後「心靈環保之推展」中詳述。

7. 心環之目的：提昇人品，涵蓋生命提昇，心靈層次有所改變。建設淨土，主要為開展精神層面的信念、價值系統，生命意義等，從個體、個我推及於整體，此超越自我的視野，打開生命的寬廣度，從一已到整體，生發建設淨土的內在驅力。

此可如下圖所示理解之：

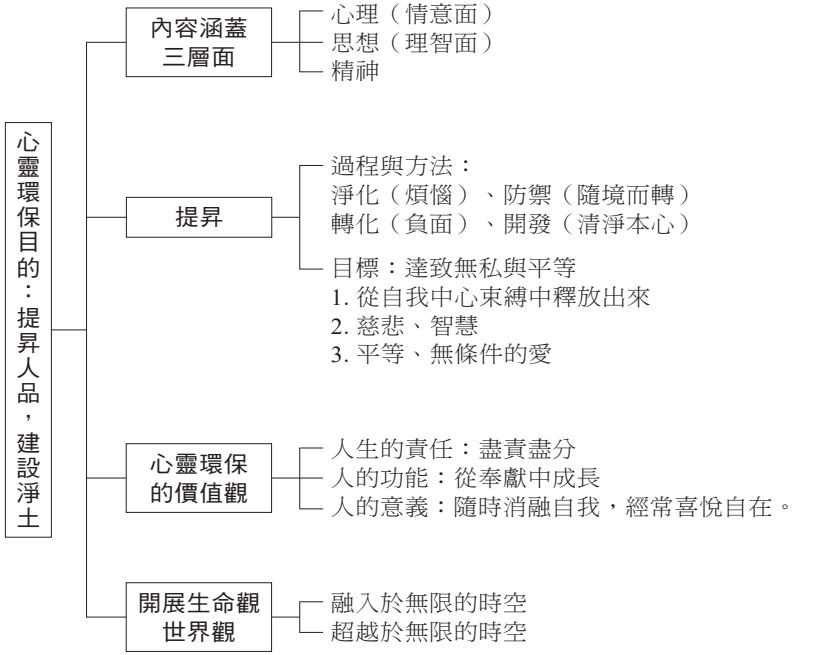


圖 5-6：心靈環保目的：提昇人品，建設淨土

8. 心環之目標：淨化煩惱心，成為慈悲智慧心。

透過心靈的淨化，與慈悲、智慧相應，連結至佛法修行的空性智慧與解脫精神，是為「本來面目」的探索；同時以菩薩道的悲憫，實現「大悲心起」，而以空性為底蘊的悲心，亦是菩薩能體悟「真空妙有」後所展現的「觀世自在」。法師以慈悲智慧為心靈環保的目標，以法鼓山這一教育園區為實踐基礎場域，園區中的三塊重要牌匾，亦如是對應：大殿的「本來面目」及祈願觀音殿的「大悲心起」、「觀世自在」，給予心靈環保最佳的詮釋。

（二）內外彰顯

持續自我鍛鍊後可能達致的作用，如法師所言，自己能得到健康、平安、快樂、幸福，也能讓他者擁有健康、平安、快樂、幸福。然此並非指心靈環保即是健康、平安、快樂，而是指實踐、落實心靈環保後，所能產生之作用。

如從內外呈現觀之，向內即是照顧好自我的身心狀態，學習平等無私；對外，即是以心靈環保為主軸，倡議四種環保。當每個人都懂得照顧好自己的心，就能夠照顧好這個世界。此即如圖 5-7 所呈現之樣態。

（三）整體視野開展

如若擴大視野觀之，法師指出心環的生命觀與世界觀，是融入無限的時空，超越無限的時空。價值觀則是透過諸如人生責任的盡責盡分，奉獻中的成長，而得以消融自我，喜悅自在。

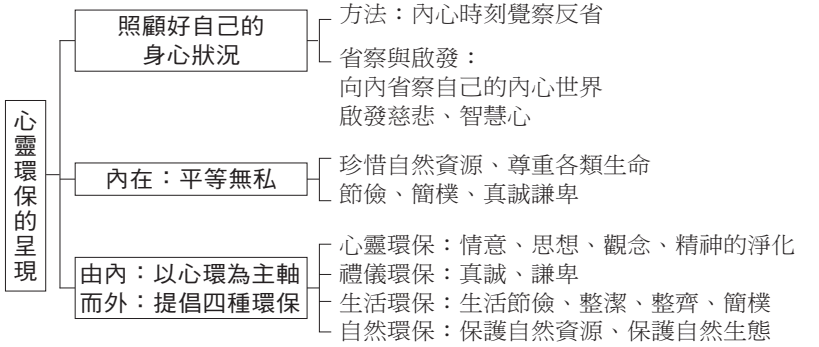


圖 5-7：實踐心靈環保之內在狀態與外在呈現

此即如法師在《牛的印跡——禪修與開悟見性的道路》中所說，修行到最後，就是整個人、生命，都是在那種狀態裡，由內而外、慢慢地擴散出去。日久年深以後，整個人的生命就會一點一點地轉化。「這是一個由粗而細、由外而內、由身而心、由活動而虛寂的過程。那不只是一種對『心』的鍛鍊，而且是一種籠罩整個人及其生活各方面的鍛鍊。」[9]

當我們體驗到與所有世間眾生都是整體相關，所謂的奉獻與消融就會自然生發；不再是一個道德的勸說，而是自自然然生起的慈悲心。

（四）突破格式化的框架理事不二

心靈環保以超越的視野，突破格式化的框架，回歸到原

[9] 釋聖嚴、丹．史蒂文生合著，梁永安譯，〈第二章　修禪與調攝身心的原則〉，《牛的印跡——禪修與開悟見性的道路》，臺北：商周出版，2002 年，頁 62。

則，亦即其中的「理」，而不僅由「事」上定義與架構；然吾人可先由系統化的結構認知理解心靈環保之「事」，只是終歸回到其「理」，亦即掌握本質上的意義、原理原則，以呈顯更大的開展向度，與更多元的對話可能，此亦為本章第四節〈心靈環保的實踐與開展〉文中，論及法師倡議全人類心靈提昇運動的重要意義。

二、小結

關於心靈環保是什麼的討論，如從目的看，是提昇心靈層次，目標則是淨化煩惱心，成為慈悲、智慧心。關於心念，透過禪修的四層次完成心的淨化；透過四層次自我，提昇生命的品質；透過平等心、因緣、因果、四它、四行達致心的轉化。在自他關係部分，是從自心的清淨，進而自清淨他清淨，成就眾生也成就自己。呈顯於照顧好自己的身心，照顧好這個世界。生命觀是從一己到整體的逐層開展以致於無限無垠，包納一切。價值觀則從盡責盡分，奉獻自我，消融自我，而創造出舉重若輕的安頓與自在。

第四節　心靈環保的實踐與開展

如何開展心靈環保？需要由內而外，由己而他，乃至超越自他之別的整體推展。從自我身心的鍛鍊，深化並內化心靈環保，以達成心靈轉化的作用；繼而透過推展，擴大淨土開展的影響力。以下即就自我的實踐與整體的開展，以及跨界、跨領域、世界的心靈環保分別論述。

一、自我的實踐

知行並重，深化心靈環保的觀念，用以調解、調伏、提昇心靈層次。最後提供諸種實踐的方法，在認知之外，實際運用以體驗。以下即為不同實踐層次的整理，以不同圖表顯示：

（一）核心層次：修心——心的淨化、防禦、轉化

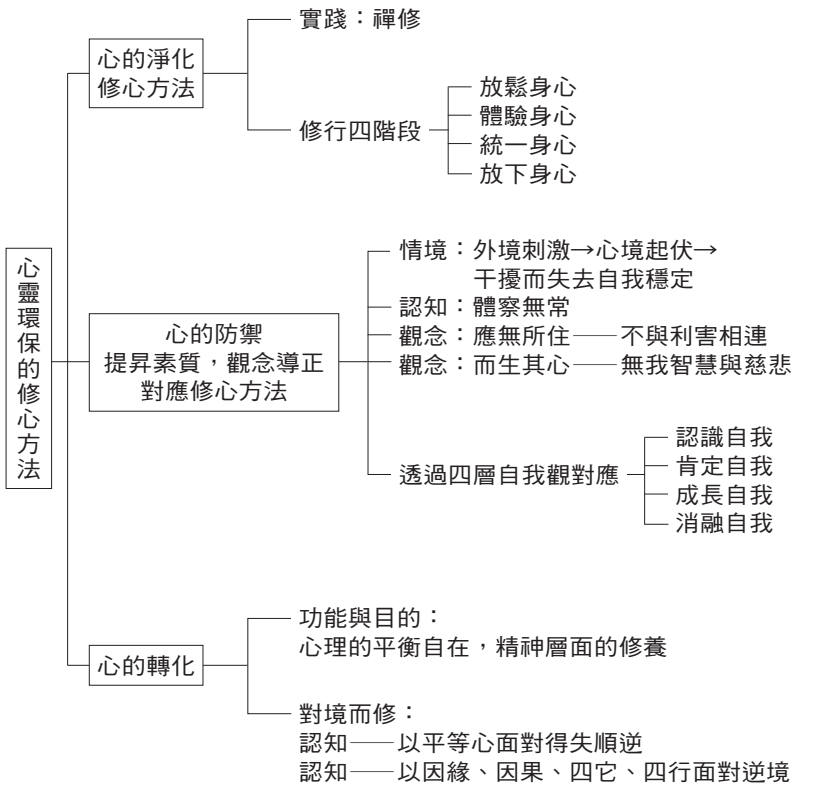


圖 5-8：心靈環保的修心方法——淨化、防禦與轉化

心靈環保的基本定義，即是轉化煩惱心為智慧、慈悲心。故而第一個要處理的，即是與境相對時，因受環境影響而生起煩惱狀態的「心」。此心的處理主要從三個面向思考之。第一是心本身即是帶著煩惱的，此煩惱主要來自對自我的強烈執取，故而需要淨化。其次，心原本是平靜的，但受外境所擾而起煩惱，故此心需要防禦、保護。第三，心理與情緒積累許多容易產生負面的連結，或已經起了煩惱，則可以轉化的方式，改變對外境的理解，從而以認知調整心念的波動與擾動。

其中心的淨化，法師提出以禪修為入處，從個體覺察自我的身心反應，從放鬆身心而能體驗，體驗後從專注於自心，再到自心與境的統攝，亦即統一心的階段，進一步就能逐步放下自我身心的執取。此亦結合前述「鍊心」的四個心相狀的調整。⑩

如圖 5-9 中所呈顯的內容。心的防禦則對應到兩個面向，一為心的狀態，一為境的理解，故而欲達致心不隨境轉，便須一邊調理心，一邊認知境的無常，從而境不擾心。法師於此提供的另一個鍛鍊的面向，為「鍊我」，即從對自我的認識、肯定，進而從自我而延展關係至於他者、他境，再以統一心的體驗，而逐漸消融。⑪

⑩ 參見聖嚴法師《禪的理論與實踐．禪學與心靈環保》文中所述及之禪修方法與心靈環保淨心的關係。《法鼓全集》第 4 輯第 18 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 52-53。

⑪ 有關心的防禦與心靈環保之關係，見於聖嚴法師《致詞．心靈環保——慈悲沒有敵人，智慧不起煩惱》一文，《法鼓全集》第 3 輯第 7 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 45。

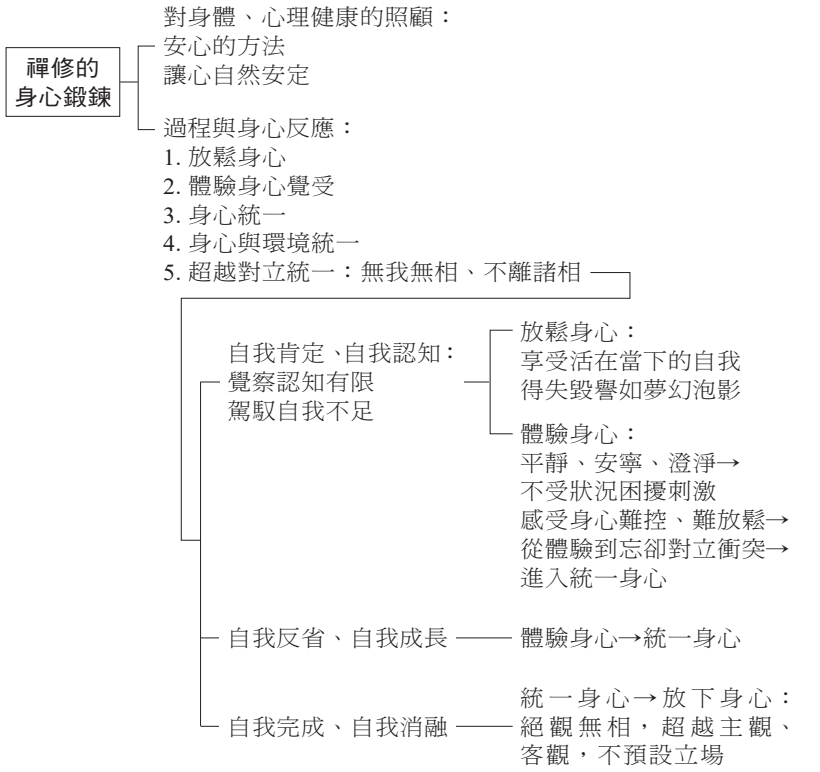


圖 5-9：以禪修淨化心的身心鍛鍊

至於心的轉化，則從認知上改變，學習對境而修的心念調整，亦即不僅是情緒的、心理的，更是觀念上的轉化。法師以佛法中最核心的法義，從平等、因緣、因果等觀念，連結到禪佛教達摩祖師的二入四行，到法師萃取法義而提出之

心五四中的四它，由基本到深刻，再深入而淺出於日常，提供了轉心的機制。

本章節僅就法師文本中與心靈環保相關的調心內容，予以重點式的陳述以為例證。由於法師指導禪修原本即在於修心、鍊心，甚而轉心，開發心性中清淨的層面，故而並非僅有上述之修心方式與內容。

（二）知行並重的心五四

如前文所指出，對於尚未學佛或無暇禪修者，法師提供的是心五四的概念與方法，為一般生活中即可調整、淨化、轉化並保護心靈環境，且可實際運用於日常生活的「法門」，此法門具備知行並重之特質，如下表所整理：

表 5-2：心五四運動提出五種知行並重的心靈環保主張

四要 安定人心的主張	知（澄清）→行（取捨）： 需要、想要、能要、該要
四感 與人相處的主張	知（順逆整理）→由內而外： 感謝、感恩
	內淨→外化： 感化（己）、感動（他）
四它 解決困境的主張	心知→行 why, what： 面對、接受
	行 how to do →心： 處理、放下
四福 增進福祉的主張	心知：知福 心內化、轉化：惜福
	行（已有）：培福 行（未有、創造）：種福
四安 提昇人品的主張	安定：安心 平靜：安身
	開展基礎：安家 身、語、意→外顯：安業

（三）落實心靈環保的觀念

除如上述禪修觀念與方法，或完整彙編的心五四概念，法師亦於不同文本中，依大眾需求或因應演說主題，而提出各種落實心靈環保的觀念，與生活貼合度高，對一般大眾而言，具有極高參考價值，如下所示：

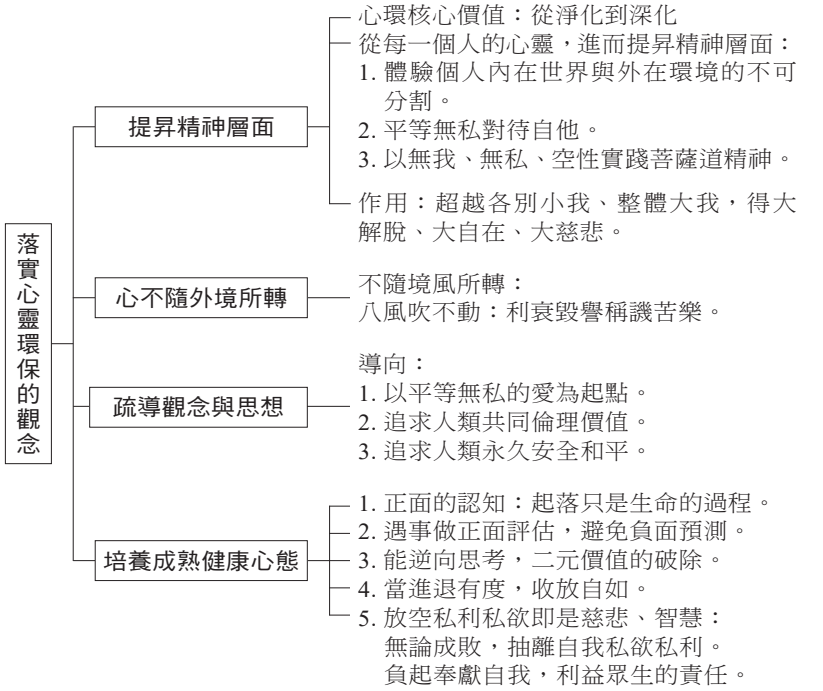


圖 5-10：落實心靈環保的觀念

（四）普遍而隨時可行的方法

然而提出諸多觀念之餘，法師也特別強調，如只在道理上認同，心靈環保的力量不易產生，仍須輔以各種方法的練習，故圖 5-11 即整理法師曾指出之普遍而隨時可行的方法。

法師於諸多場合與不同宗教、不同思想、不同領域者論及心靈環保時，經常藉由對話而開展不同面向的心靈環保之

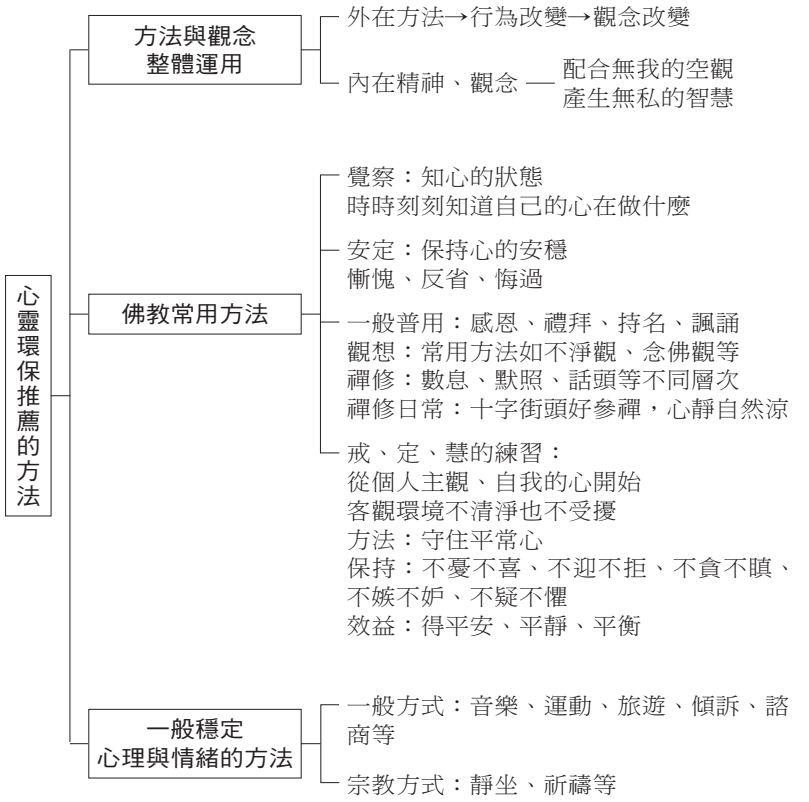


圖 5-11：落實心靈環保普遍而隨時可行的方法

意義，亦即他所提出者，乃是一個以提昇人的品質，淨化、保護或轉化人的心靈層次的觀念與運動，故而可以此原理或原則，推及於各種不同的學科、思想、制度等。因此在落實的方法上，亦指出，只要能達到上述目標，皆可以成為心靈環保的方法。如圖 5-11 中，能穩定心理與情緒者，亦為其所推薦。

二、整體的推展

人間淨土如何實現？從心靈的淨化進而提昇精神。淨化這個社會前，先淨化我們的心，進而從自己到他者。淨化心首要認識自我，知道需要調整、調伏的是什麼。淨化自己之後，環境就可以淨化，環境淨化是一個從自己淨化中慢慢產生出來的結果。

此外如前所述，推動心靈環保，要以三大教育開展之，亦即大學院、大普化、大關懷。三大教育與四種環保互為體用，是一體的兩面；三大教育彼此之間的關係聲息相通，共生共榮。關於三大教育的討論，於下一章節中論述之。

三、跨界、跨領域，世界的心靈環保

除了以法鼓山做為倡議基地，由僧俗四眾經由自我實踐與理念推廣來推行，法師對於將心靈環保推及於全世界，與各個不同領域、宗教、團體等對話與連結，向來不遺餘力，亦頗具信心。蓋因其心目中的心靈環保，原本就是以提昇人品為基本原則，進一步將淨化的人心推及於全體社會，乃至於全世界，從而建設出慈悲、智慧的人間淨土，而非僅就單

一宗教的思維，或單一團體的視野而推行。

此可從以下三個面向理解之：

（一）為何需要推廣心靈環保

為什麼需要推廣心靈環保？對自己而言，是提昇人品，達到心理衛生、心理健康、心理平衡與人格的穩定。對他者、對這個世間，則可以建設人間淨土，讓自己、他人、社會、自然，都能夠健康、平安、快樂。

至於平安，如置於現實世間，不可能有永遠的安全與保障，故而心靈環保中的平安，是需要重新定義者。法師即指出，平安是指內心的平靜與安穩，進而以平常心面對外境的變化，如前所述之「心如止水又如明鏡」，就能對境知所對應。心多一分平靜、一分安穩，就得一分平安，個人的心有愈多的平靜與安穩，世界就相對得到更多的平安，所以既指人品的提昇，也能透過心靈環保，對世界上出現的諸如族群衝突、宗教歧見，以及貧窮、飢餓，環境保護等議題起到不同的提醒與作用，亦是推廣的意義。

如果以心靈環保的內修外化觀之，當能完整理解此系統的意義，內修乃從自身開始，外化則推己及人。此亦菩薩道所謂之「嚴土熟生」，是法鼓山的理念「提昇人的品質、建設人間淨土」的彰顯。從自己出發到整個世間，整體目標就是建立健康的生命狀態、建立健康正確的人生觀。因此簡而言之，心靈環保的作用在於安己安人。範疇的推動，則是從個體到世界的心靈環保。於己，提昇人的品質，於他、於世間，建設人間淨土。

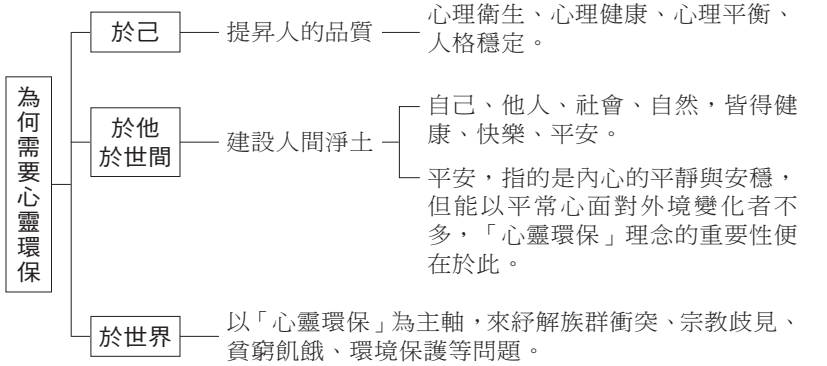


圖 5-12：推動心靈環保對個人、世間與世界的意義

（二）心靈環保為全人類心靈提昇運動

為了達致人品提昇與世界淨化，為了創造健康、快樂、平安的普世期許，心靈環保的推動是可以結合並整合各種資源共同成就者。

圖 5-13 中，可以見出法師乃將心靈環保視為全人類心靈提昇運動，故而從跨界思維，邀集更多人參與，並以整體的視野，以推動一個超越宗教、民族、國界的運動。衡諸目前的世界局勢與密不可分如羅網般的全球網路與網絡，此時此刻世界的狀態，較諸法師倡議之時，實更需要這樣的超越性視野。

（三）心靈環保的跨界開展

而法師當時所提出的動機與種種作為，倡議的方向、方式與目標（圖 5-14），對於未來推動心靈環保，也仍有其重要的指標性意義。

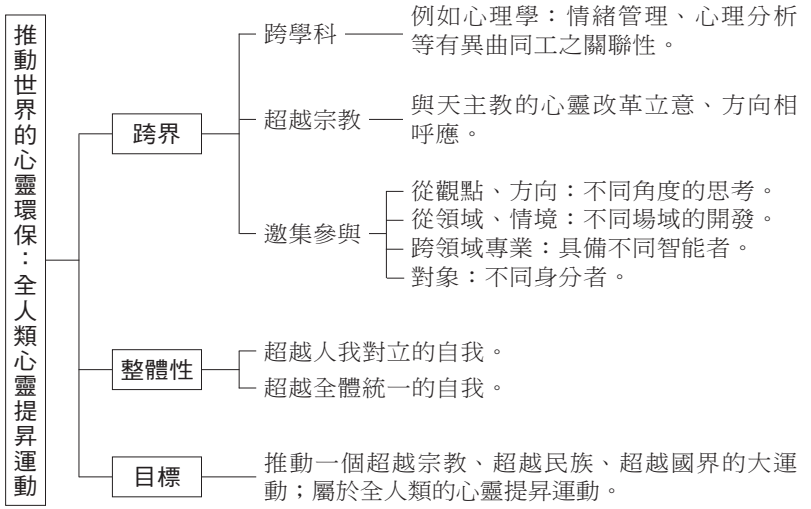


圖 5-13：心靈環保推動的精神：世界的心靈環保

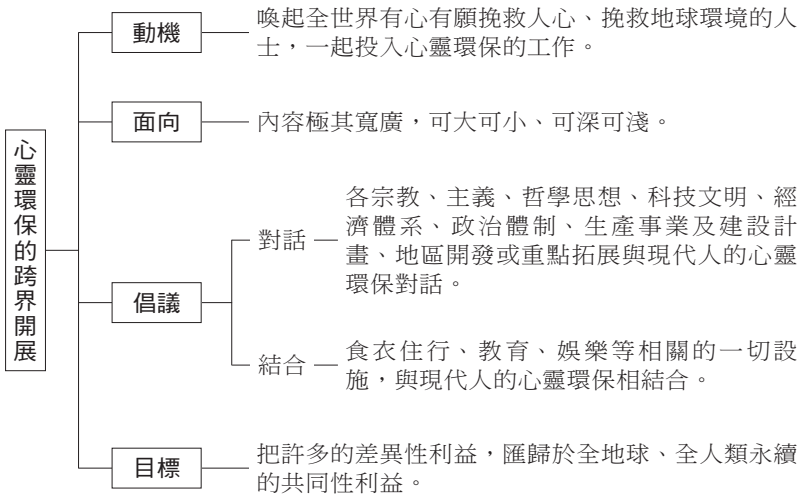


圖 5-14：心靈環保的跨界開展

第五節　心靈環保之具體推展：三大教育

法師曾指出，三大教育與心靈環保之關係為「理」與「事」，心靈環保為內蘊之「理」，三大教育為推行之「事」，故而可說三大教育即為心靈環保外化之重要途徑。

故而有如下的論述：以三大教育事業來實踐人間淨土的理念。其中的大學院教育，乃透過創立中華佛學研究所、法鼓人文社會大學，法鼓佛教學院、培養僧眾為主的法鼓山僧伽大學。其後則整合人文社會學院與佛教學院，為法鼓文理學院，以中華佛學研究所專事漢傳佛教之研究，藉由高等教育的專業與深化訓練，為社會培育宗教、人文、社會等各層次人才。

大普化教育則以創立出家僧團，組織在家信眾；以出版公司，全面提昇人品，淨化身心，淨化社會環境。大關懷教育則強調以宗教信仰關懷、社會福祉關懷、終身學習關懷等為大眾服務，提倡四環及四安運動。⓬

此一心靈環保與三大教育之關係，可以圖 5-15 呈現。

一、大學院教育

彙整法師於不同文本中對於大學院教育的討論，歸納整理為使命、進行方式、精神與目的，如圖 5-16 所示。

⓬ 釋聖嚴，〈人間佛教的人間淨土〉，《人間淨土》，《法鼓全集》第 9 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 紀念版，頁 164。

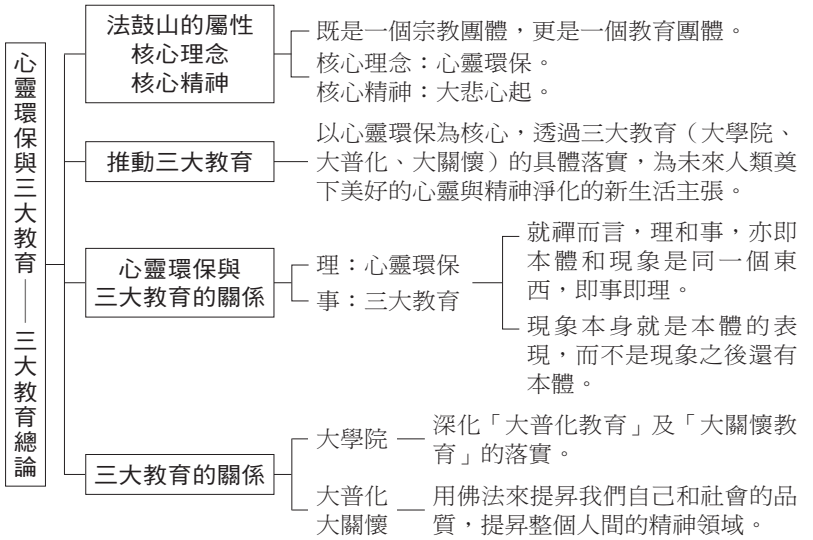


圖 5-15：心靈環保與三大教育——三大教育總論

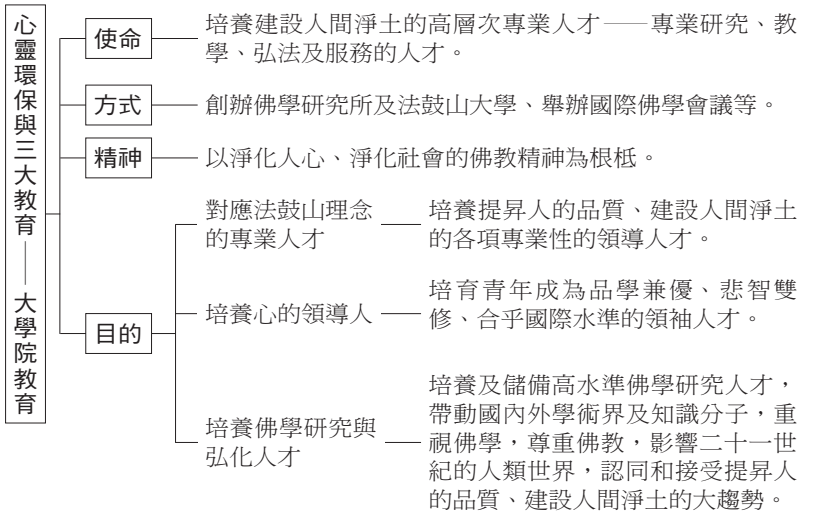


圖 5-16：心靈環保與三大教育——大學院教育

二、大普化教育

大普化教育為法師普及佛法於世間的重要途徑，普化中，個體藉由參與而提昇自我，也藉由參與和推動，而建設人間淨土。其中並涵蓋四種環保的具體落實，彙整歸納相關重點包括使命、目的與方式，如圖 5-17 所示。

三、大關懷教育

大關懷的使命是希望普及各項溫暖人間環境的服務，普遍而平等地關懷人間的社會大眾。包括急難救助、災後重建、臨終助念等等。方式有倡導各種環保概念的活動、改良習俗、成長和生命的關懷。

對象從個人到群體，從法鼓山的團體或組織，擴及到更多需要者。生命時間涵蓋從出生到死亡所有需要被關懷的項目與內容。藉由關懷落實教育，藉由教育落實關懷，故而法鼓山的共識中，有「我們的方法——提倡全面教育，落實整體關懷」，藉此以淨化人心、淨化社會，透過關懷的力量去影響世界。

相關內容彙整如圖 5-18，涵蓋使命、精神、目的、方式與對象。

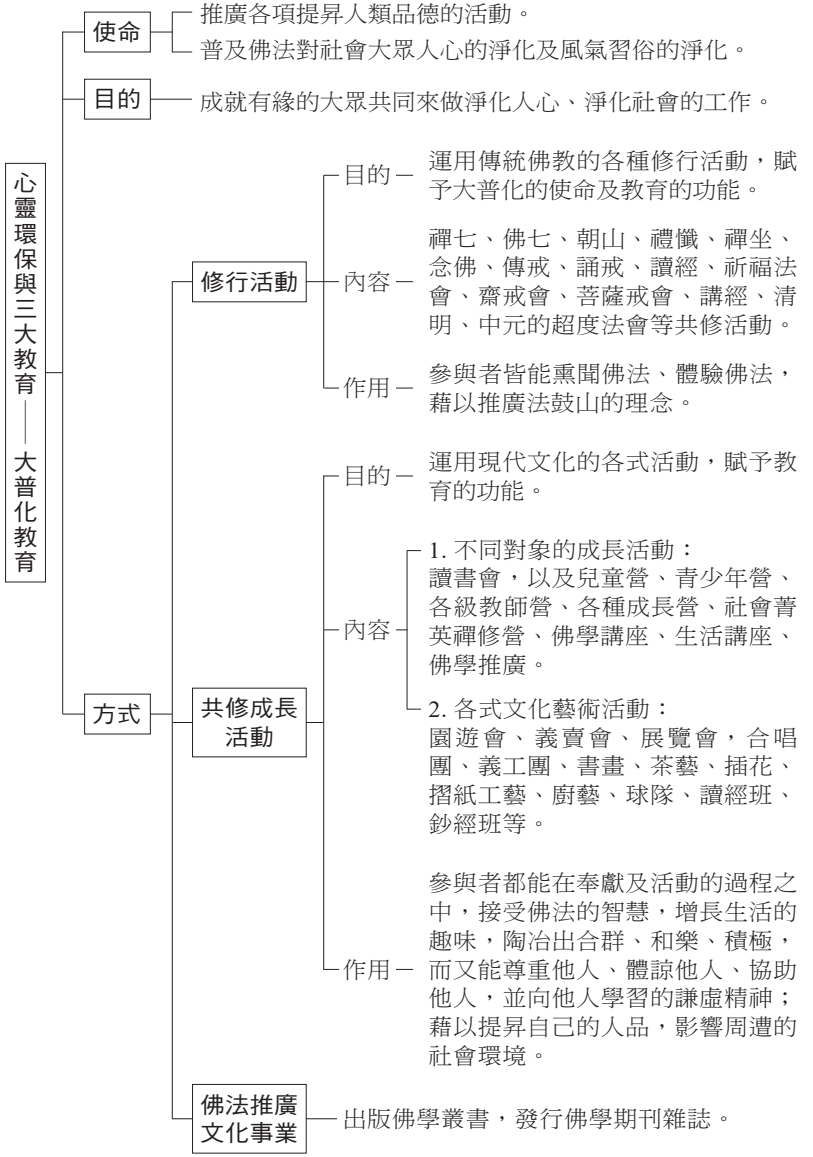


圖 5-17：心靈環保與三大教育——大普化教育

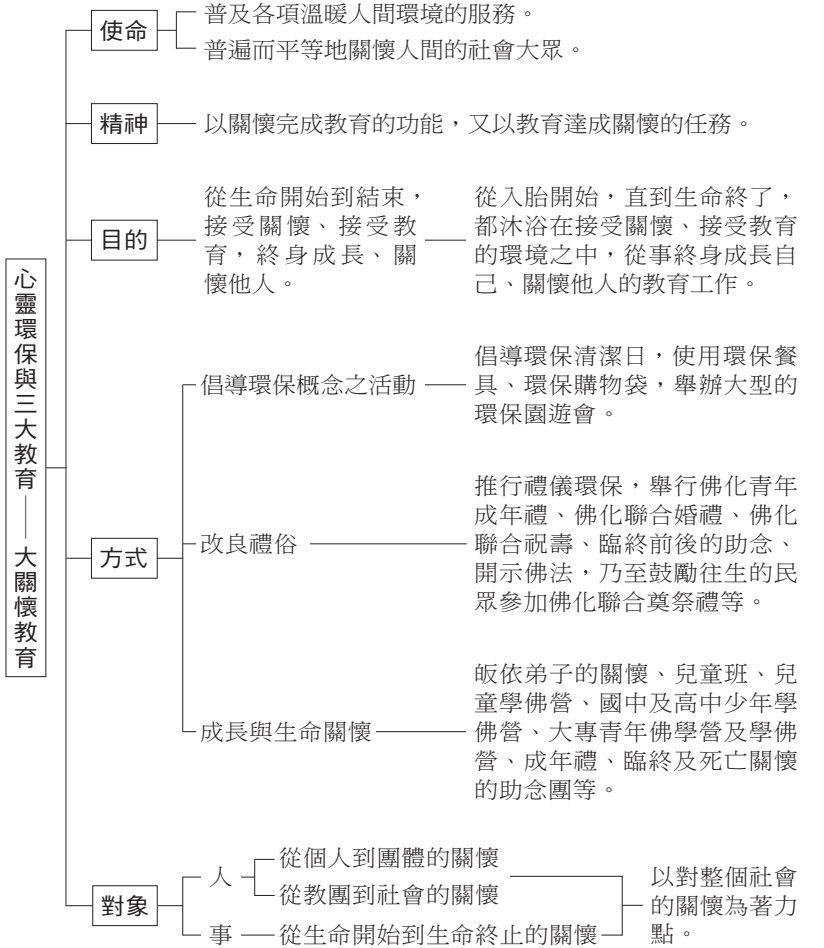


圖 5-18：心靈環保與三大教育——大關懷教育

【第六章】

心靈環保學的詮釋系統

第一節　總論與回應：系統與超越系統

揆諸聖嚴法師畢生之歷程，除了禪堂之應機而教，幾部重要而深入解譯之佛教經典與論述，其一生之著作與弘化過程，往往耗費許多時間、精神，為大眾演講，並出版提供大眾所能理解、所能運用於日常的佛法，故對許多人而言，往往不易得見聖嚴法師思想之系統性與完備性。

故常有人提及法師之觀點，常以「簡化」方式化約，甚至從結果而論，認為法師常指出心靈環保得以達致的「健康、平安、快樂、幸福」即是心靈環保的定義，而輕忽其內在的理論與實踐系統。

其次，由於法師在指導禪修並日常應化時，常常以「層次」為論述模式，例如修心四層次、四層次自我、禪修次第等等，故亦有人認為法師雖為禪師，但卻未以頓悟修持為主要教導原則。其思想屬於階段論、次第論。

然法師於指導話頭、默照禪法，及其對太虛法師、印順法師之判教，又強調自己的判教觀點，加上其曾經整理之漢

傳佛教發展系統表中，圓融乃為其所重視者。

故我人認為，如未能將法師的思想以系統方式整理，實無法見出其「次第分明又圓融無礙」之完整面向，故系統化的整理有其必要。然而如過度局限於其層次分明之教導，恐又落入只見次第不見圓融之問題。故而除整理心靈環保的所謂系統化內容之外，本書另以詮釋角度，試圖發現其超越系統的去框架特質。

第二節　心靈環保的內修與外化系統

由於心靈環保為落實法鼓山理念「提昇人的品質，建設人間淨土」之標的，故而以此二者而論，正是一個既內修以提昇自我人品，又外化以建設人間淨土的系統。內修系統可視之為自我成長的歷程，縱向為人藉上求以提昇，橫向為往內探索。外化之縱向，則指向菩薩的下化眾生之道，橫向則指對外的環境與開展路線。如下圖所示：

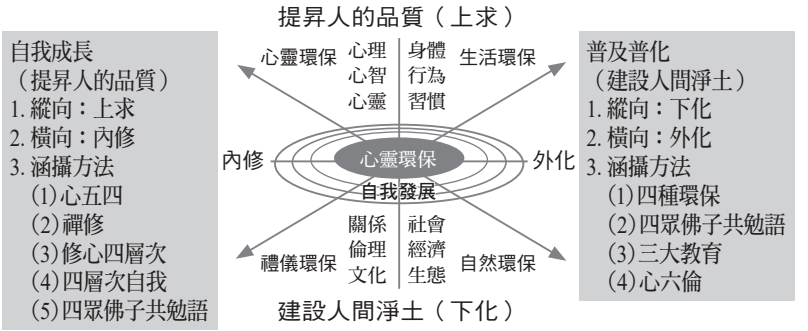


圖 6-1：心靈環保的內修與外化系統

一、內修之自我成長歷程——提昇品質

（一）開展縱向與橫向成長

縱向為上求之路。橫向為往內探索的方向，偏重於個體心靈層面與人我關係的倫理對應。

（二）涵攝方法與關聯對應

心五四、〈四眾佛子共勉語〉為日常實踐方法，另外藉由禪修體驗、修心四層次的心法鍛鍊、四層次自我的提昇、三層我之對照而展開。三層我為小我、大我到無我。自我觀的前三者，認識自我、肯定自我、成長自我，屬於小我的部分；從肯定到成長，則進入到小我往大我的開發；成長到消融，則從大我到無我；另配合修心四層次與禪修的鍛鍊，形構自我成長的歷程。如下表所示。

表 6-1：內修自我歷程對應表

三層我	自我觀	修心四層次	禪的鍛鍊
小我	認識自我 肯定自我 成長自我	散亂心 ↓ 集中心	放鬆身心 體驗身心
小我 ↓ 大我	肯定自我 成長自我	集中心 ↓ 統一心	體驗身心 統一身心
大我 ↓ 無我	成長自我 消融自我	統一心 ↓ 無心	統一身心 放下身心

二、外化之普及化育——建設淨土

（一）開展縱向與橫向成長

縱向為下化之道，橫向為外化之路，亦為三大教育的普化與關懷。

（二）涵攝方法與對應關聯

以四種環保為淨化四種環境之範疇，以〈四眾佛子共勉語〉，從內而外。三大教育提供策略與世間種種對應需求。心六倫則回應四種環保的環境場域，以推動原則性與超越性之普世倫理。

第三節　心與境三層次論

一、基本概念與說明

（一）自心為一環境：自己的心靈即為一環境

法師曾以環保的概念，直接指出心靈環保即在於面對並處理、保護「心靈的環境」，他並以情緒、心理、精神三個層面解釋心靈環境的內容。如以此觀之，當知心靈這一環境確實每日皆在接受各種染汙，亟需予以淨化。❶

此心靈環境指的是個別存在，個體生命的心。佛教中將

❶ 釋聖嚴，〈禪學與心靈環保〉，《禪的理論與實踐》，《法鼓全集》第4輯第18冊，臺北：法鼓文化，2020紀念版，頁52。

此心之提昇，以「淨化」稱之，視此心本具清淨本性者，則認為當「開發」此心之清淨本質。西方教育則以「化育」或「意識提昇」看待。

（二）心、境相對待：自心與外境相互對待

第二個是我們自己的心與外在的關係，亦即自己的心靈與外在的環境，每一個存在的心靈，與外境展開連結，形成關係的課題。在此關係中，大致可分為三個層次。

第一個層次，我是主體，對方是客體；我是主體，環境是客體。故而二者是主客對立者，當主客對立，則若非心隨境轉，就是試著讓境隨心轉。很難不被外在影響，也很難不去掌控。彼此在緊張的關係裡，同時主體也可能以自我主觀理解或認定他者。

第二個層次，則是互為主體，亦即沒有能與所，彼此既是能也是所。互為主體，把對方、外境也視為主體，不會去定義或者規範對方或他者、他境；會站在對向理解對方的狀態。

第三個層次，則是主客相融，就是入流亡所的狀態。也是進入第三個心境關係的前導。

（三）心境不二心即境：法界唯心

第三個層次即是心與境不一不二，也許可以從「身土不二」，或華嚴世界的「因陀羅網」相互鏡射又交相融攝理解，當進入相融相攝狀態時，就沒有心與境之別了。如以當代教育或環境生態概念理解，也類似互為客體的模式。

二、三層次的各自轉化與提昇

此可從下表對照理解。

表 6-2：心境三層次之各自轉化與提昇表

心境三層次	淨化、轉化與提昇
自我的心靈環境	從自我中心的煩惱（情緒、心理、精神，皆為心靈環境中的內蘊），達致超越自我中心的淨化，或精神之超越。
自我心靈 vs 外境	1. 心隨境轉（由他）→境隨心轉（自主）。 2. 心境主主對待（還有主客，只是主客對待中相互為主體），法師禪法之「直觀」。 3. 主客相融。
心境不二，心即境	心境相容相攝（已無主客之別），禪法之「絕觀」。

三、與佛法的連結

視心靈為一環境：故每一個心靈皆為一個生命存在個體，對此一個體的心靈予以淨化與保育（正報身）。此外，揆諸佛法中對於「心」之定義，亦可發現其他討論的面向。

如為何心靈需要淨化？如果從佛教心性定義與討論，心之本質是染或是淨？心如果為染，則需修練以淨化之，揩磨之。心如果為淨，則需開發其本來面目。如就環境保育之概念，來看心靈環境，則亦可進入佛教或心靈環保的教育觀，或者「化育」概念之討論。

視心靈與環境為相對待的概念：心靈與環境相對，形成一組關係，為彼此相互連結的關係，亦是內（心）外（境）對待的關係（正報身與依報土）。

視心靈即是環境：此為內外相融相攝的整體觀，身土不二、心境不二、華嚴一即一切，一切即一的法界觀。

如下圖所示。

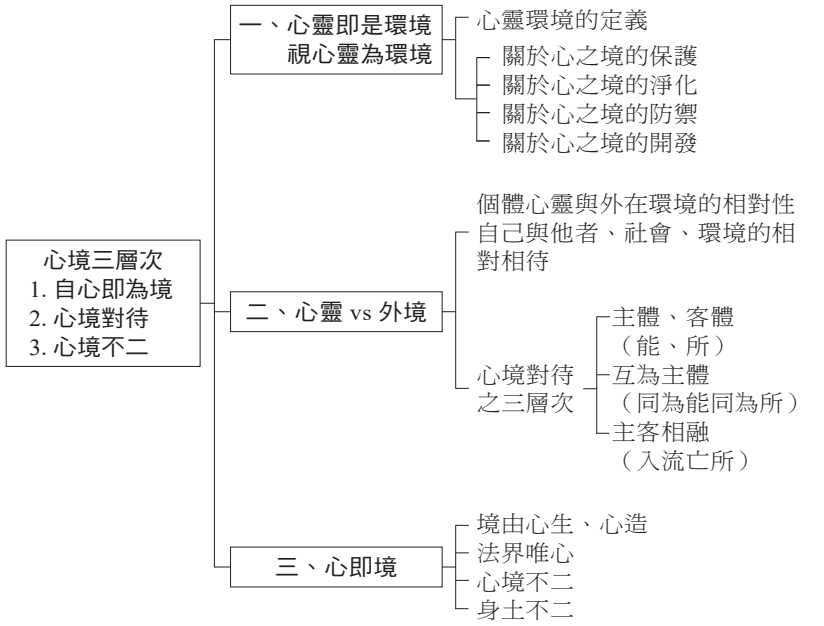


圖 6-2：心境三層次與佛法的連結與對應關係

四、心與境之關係：心靈環保爲心轉化的過程

故可稱心靈環保為心靈轉化之學，為「心法」，透過鍛鍊、淨化或開發的過程，一方面藉由修心層次，使之由散亂（紛擾）而專心（聚焦專注，使之可定心反觀自性）。再由專注，體驗自己與外境的真正關係乃統一的（境由心生，心境無別，境非獨存，二者不一不異）。

進而由統一之心，發現一切變動，心與境皆變動，皆無常如幻，即無一絕對的自找，於是發現，此即與佛的本質、本性相通者，即空性，無恆常不變動的本性或本質，佛之性、眾生之一性、我之性皆同。

五、系統統整圖彙編

表 6-3：詮釋脈絡系統圖彙編

三層次對應	將心靈視為一個環境	心靈與環境之對待（相對、相待）關係	心靈即環境
對治鍛鍊境界	淨化 （心的染淨觀） 探索、保育 （教育的作用）	心隨境、境隨心 內外關係 對立→防禦→和諧 互為主體、尊重、平等	非二元對立 非主客對立 相融相攝 華嚴法界觀 （境界）
對應意義	生命個體 尋找本來面目	連結關係 體會入流亡所	整體 實踐大悲心起
自我生命向度	小我	小我→大我	大我→無我
四層次自我	認識自我 肯定自我 成長自我	肯定自我 成長自我	成長自我 消融自我
修心四層次	散亂心 ↓ 集中心	集中心 ↓ 統一心	統一心 ↓ 無心
禪的鍛鍊	放鬆身心 體驗身心	體驗身心 統一身心	統一身心 放下身心

結論

本章節為本書之內容梗概與整理結果，概分為下述幾個重點。

第一節　題名與研究目的、研究限制

本書以「聖嚴法師心靈環保學」為題，探討其中的「意義與開展」。如釋題名中所述，稱之為「心靈環保學」，不在於建構知識性或學術探討的系統，而在於對「心靈環保」此一概念做相對完整的討論，一則理解其「意義」，從理論與實踐的內涵探索；一則見其「意義」，此一概念，主要針對法師所提出之時空背景帶來的啟發與作用及其價值予以分疏，其次試圖發掘此一概念對此刻或未來的世代，是否還能從本質上的意義，找出跨世代的作用。

至於「開展」的面向，則從「心靈環保」的發展歷程，亦即法師提出該「名詞」後，如何藉由時間軸與其中創造的概念與蘊涵的內容，逐漸開展為一個系統化又超越系統的結構。此外，如依於這樣的模式，是否也能藉由此一名詞，持續於不同的時空背景中開展。

另外本書將「心靈環保」視為一個法師所開展出的學習系統，既為其個人所言「我的生命是一場實踐佛法的歷程」，此歷程以佛法為學習之「理」體，以其所創造而出之對佛法的弘化與分享為「相」，以其所體證並指導的禪修，對世間開展的意義與啟發為「用」，而整理法師的生命歷程及其思想的傳承——漢傳禪佛教、創造——中華禪法鼓宗，以及人間實踐——心靈環保。而此一傳承、創造與人間實踐，留予世人的學習系統，則為之後以詮釋視角所欲彰顯並彙整者。此為本書撰述之目的。

此外，由於本書之目的在於多方探索、理解法師心靈環保之概念，及其實踐之方法，故而自我定位為聖嚴法師有關心靈環保之基礎研究，因此方法與態度上盡可能「以聖嚴法師文本理解、研究並詮釋聖嚴法師」，因此所採用之文本與資料，皆以法師之著作為主。

由於法師畢生書寫不輟，藉由學術研究、法義深探、演講、指導禪修、受訪、弘化開示所累積之內容，於二〇二〇年經由法鼓文化編輯而出版之《法鼓全集》紀念版，多達一〇八冊，對於探研此一議題，文本相對豐富完整。尤其二〇二〇紀念版《全集》中，將散見於法鼓山兩份重要出版品《人生》雜誌、《法鼓》雜誌，以及每一年整理於《法鼓山年鑑》中的文本歸整，故之前雖未及結集出版，但皆涵納於紀念版《全集》中，故本書引用文本即以此為主。

第二節　回應書中提問：「心靈環保」一詞的必要性與作用

書中所提出之問題，雖已在文中做出回應，但其中最核心者：聖嚴法師為何需要提出「心靈環保」之概念，做為佛法或禪法之外，用以應世、化世之「新名詞」？具有象徵意義，故而在此予以總結式的回應。

此問題涵蓋兩個面向，其一從法師詮解佛法的動機而理解，當發現其乃為汲取佛法、禪法中於當代人有用、可用之內容而整理並詮釋，故而以一超越傳統的名詞代稱，確實可避免隸屬學派、宗派等的限制。此外，法師曾指出，其所承繼之佛法，最終目的在於為人所用，而如何擇取並轉化，有其個人之「判攝」思維。另法師對於天台與華嚴之判教系統極為重視，亦曾討論過太虛法師與印順法師二位之大乘三系之判教，似乎也可以「心靈環保」之內涵、定義、詮解做為聖嚴法師對佛法之判攝。

其次為法師對自我之期許，乃為應世、化世之宗教家，故其最初也是畢生持續之願，即在於將正信佛法分享於大眾，故而提出一創新又親切對應當代人之新名詞，可以此名詞為基礎概念，從中予以法義、禪修的種種對應、詮解與開展，而形塑獨特的學習系統。

由於語言符號、名詞概念僅具象徵意義，本身之容受性與內容之決定性甚且是浮動變化者，但亦由於此特性，吾人認為此一名詞相對於佛法中為人所熟知或已經被定義者，更

具豐富的討論空間與開發空間。

如以「佛法」之名稱與概念為例，此乃釋迦牟尼所演繹之「開悟之道」或「開悟之法」，則如何理解其中的法義，暨其中達致開悟的方法，便能形成整體佛教發展的脈絡，以「開悟」為核心，探討其於不同時空背景之內涵與作用。

如此以「心靈環保」一詞思索之，是否能從「心靈環境」之「保護」與「淨化」，而探討藉由「提昇人品」以淨化、保護自我心靈環境，進而由「建設人間淨土」，以淨化、保護世間，乃至全世界的心靈環境；如再延伸其中之環境，可從心靈，延展到人類所賴以生存、生活的物質環境、社會文化環境、自然環境等多維度、相對完整之處境，亦即四種環保所關懷之範疇。

如以上述之論述為底，則「心靈環保」所具備之象徵意義與作用，似乎便不僅只是一個法師所提出之「新名詞」，也為此後之人，提供一個具開創性、延續性與跨世代、跨領域的發展空間。此亦為本書名所謂之「意義與開展」。故而吾人認為，以「心靈環保」做為一個象徵性的名詞，對於法師以及其後欲延伸此思維者，有其特殊之作用，有別於「佛法」、「禪修」之象徵作用，又具備與時代對話之特色。畢竟此時空背景中，環保議題實已成為危脆國土、紛擾人世不得不面對的總體危機。

第三節　對本書研究歷程中所指的四個化，予以概括式整理

此四化即脈絡化、應用化、系統化及詮釋化。

一、脈絡化

為對心靈環保法義之溯源，發現法師對於心靈環保從何或從哪些佛法要義而來，實乃與提昇人品、建設淨土的概念密切連結。從中可概分為三個面向：其一為整體佛教的發展歷程，包括根本佛教、發展中的部派佛教、適應時空的大乘佛教、中國的漢傳佛教、漢傳佛教中的禪佛教，以及法師所立之中華禪法鼓宗。此一系列開展中，法師汲取為佛教環保觀之理據、人間淨土之所本，以及心靈環保提昇人品之方法與觀念。

其次為兩部重要經典的當代詮釋，即《維摩經》與《金剛經》，法師曾以此二書與心靈環保為題對大眾演講，從中見其於實踐脈絡上的啟發，故亦為心靈環保法源之一。

第三個面向源於法師做為禪宗學派之傳承，並於全世界指導禪修、教授禪法，從中所體驗之境界，而開展出心靈環保修持與境界之甚深內涵，又轉化為人間可用者，此為心靈環保第三個溯源對象：禪法的「鍊心」與「鍊我」如何成為心靈環保之內涵。

二、應用化、系統化、超越系統：心靈環保之當代實踐

此部分之整理，主要見於本書第五章，從法鼓山開山與之後理念、種種活動運動之開展時間軸，予以全面性之整理。同時藉由心靈環保系統化與超越系統之發展脈絡，指出其中之理論基礎與實踐方法，包括自我之實踐、理念之推廣與化世之應用。

然亦從中發現，系統化乃為理解之方便，如仔細探索，法師所為之者，非在於建構固定且框架之系統，更重要者，為提出提昇人品、建設淨土之「理」，心靈環保可為架接之橋樑，做為跨學科、跨宗教、跨世代對話之基底，此亦為前述，何以在此時空背景中，不以佛法為名對應之，而以心靈環保為對話平台。此即超越系統之精神。

三、系統化與超越系統：層次分明圓融無礙

此部分之探討，乃回應前述法師思想與傳承脈絡、弘化歷程中，為對應大眾不同層次與角色身分，包括是否有學佛背景、禪修基礎，故而須將法義層層解析，以適應不同層次之需求。

然而以法師禪修之體驗與禪宗之傳承，並對漢傳佛教圓融、消融、包容應世之認同，其於層次分明外，最重要的基底為「圓融無礙」之精神，故而如以此理解心靈環保，當發現似有系統可循，又不僅限於某些絕對性、框架式的界限。

四、詮釋化：心境三層次之意義與開展

詮釋化之內容主要為第六章的心境三層次之整理與從中建構之系統圖，試圖將心靈、環境做為兩組概念，形塑為心靈環境、心靈與環境相對待、心靈即境三個層次。分別探討：首先以心靈為環境之提昇系統，此處所謂之心靈環境，於法師之定義中，乃個體之「內在環境」，包括情意（含情緒）、心理與精神向度。此中須保護、保育者，即為心靈環境之提昇所需的學習系統，涵蓋淨化、防禦、轉化等。

此可對應於法師教學內容中相關的觀念與方法，可從「尋找本來面目」之概念延伸，亦即四層次自我之認識、肯定，以及從小我之建構與解構對應，以世間法而論，則主要在於主客相對的學習模式，每一個體為主體，與之相對者，無論是人、事、物等外境，皆為客體之存在，以客體方式成為學習、認知之模式。此亦可從基礎的禪修中予以鍛鍊、開發。

其次，當心靈與環境相對，如何從中將「心隨境轉」的困境，轉為「境隨心轉」的積極作用。此境為外在之境，涵蓋所有心靈以外之向度，包括物質環境、社會文化環境以及自然環境，其中的學習系統，除了以法師所提出四種環保之指導內容，尚包括四層次：自我之肯定自我到成長自我的開展，小我到大我之延伸，乃至於修心四層次中，集中心到統一心之階段的開發與學習。如以世間法之學習，則為從解構中理解去主體化，或互為主體之精神。

第三個由心、境產生之關係，則為心即境之概念，此為前一層次之「心與境相對」，至此可謂進入「入流亡所」之階段，亦即華嚴法界之一即一切，一切即一之相融相攝，亦是法師修心四層次之由統一心到無心，四層次自我從成長自

我到消融自我，三層我則為小我、大我至無我之境界。

此境界於法師之教學系統，除了觀念上的指導，更重視的是禪修的系統，畢竟此種體驗境界，並非可以分析而至，乃進入體驗而至的意識提昇與開發。故如以學習系統觀之，似乎可以法師禪修指導中的高階，如話頭與默照禪法為之。

法師所指導之心靈環保學習系統，如書中所引，涵蓋學佛禪修者，以及一般尚未學佛或無暇禪修者，後者即以心靈環保中的心五四為例，先建立穩定的人格，從而開發清淨而無私的人品。如結合上述學習系統，發現其中所蘊涵者，實亦涵蓋心境三層次，既有自我個體的成長，亦有心、境對待的處理與涵融，更有心即境的消融，故而亦可視為心境三層次學習系統的普世版。

第四節　學習系統之建構

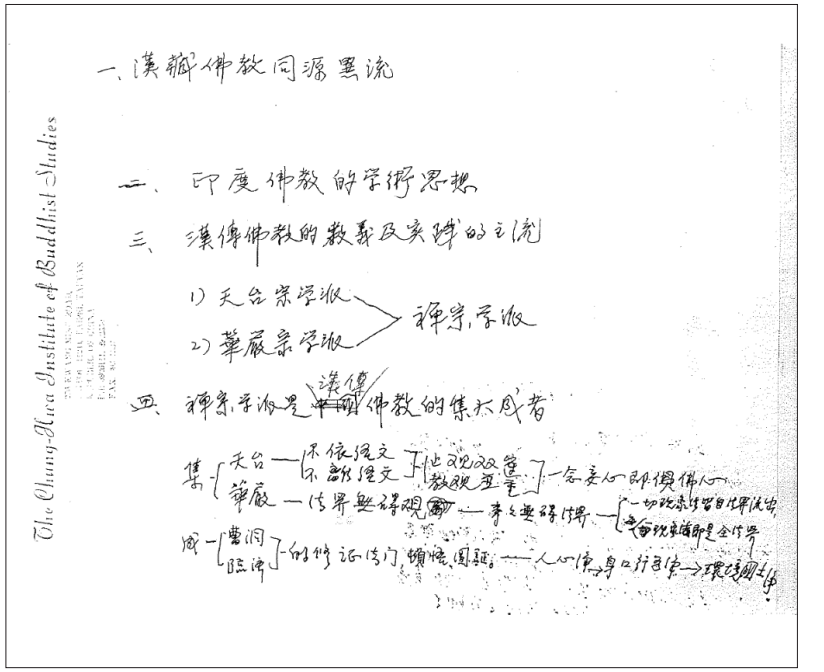
如前所述，學習系統之建構乃為本書原初之動機，然經過上述四化之研究與理解，發現此學習系統可概分為兩層，其一為前述心靈環保之應用與實踐中所指之觀念與方法，包括「鍊心」、「鍊我」，以及心五四、心靈環保的自我實踐系統等。

然如欲建構更深化之學習系統，亦即第二層次者，實乃應對法師之「心法」教導做更普遍之研究，包括對應前述心境三層次之內容，分別整理有關心靈環境之淨化、轉化、防禦與開發等「尋找本來面目」之學習脈絡，此中又與法師對於佛教中心是染、是淨之界定有關；從心與境對待到心即境之「入流亡所」思辨與體證系統，乃至最終「實踐大悲心起」之智慧慈悲開發系統。故僅此做為未來之研究取向。本書僅就學習系統之可能性與方向性予以彙整。

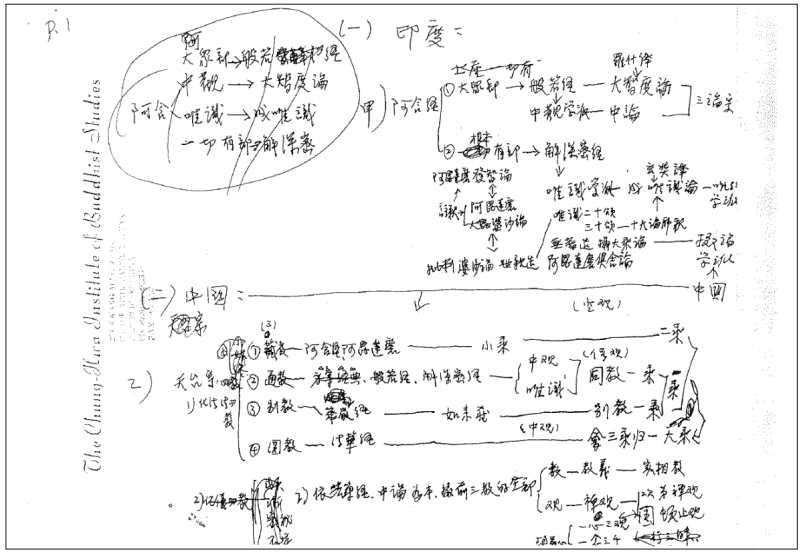
【附錄】

漢傳佛教傳承發展系統表

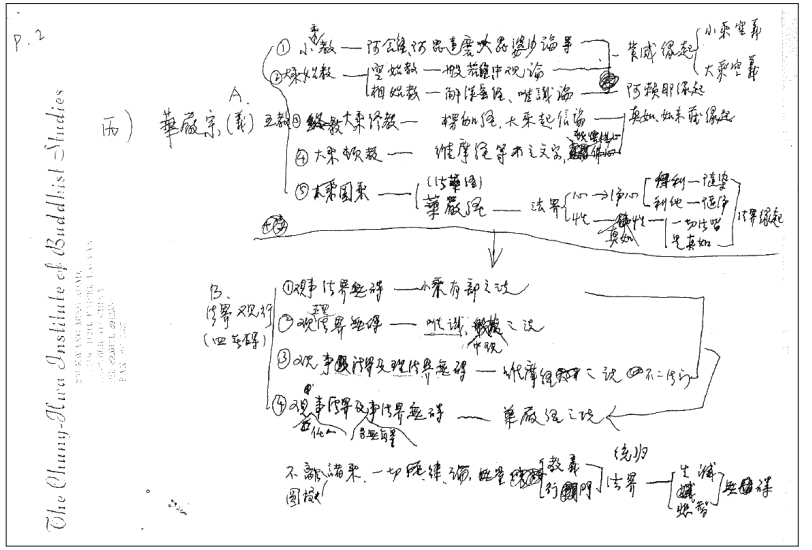
本附錄內容為聖嚴法師一九九八年五月一日草擬於紐約的未公開文件，收錄於法鼓山聖嚴法師數位典藏資料庫。



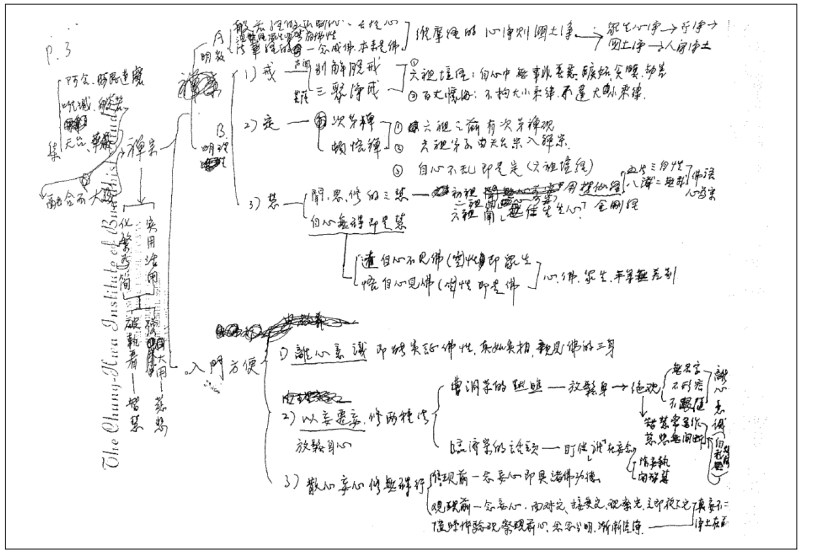
聖嚴法師「漢傳佛教傳承發展系統表」手稿之一



聖嚴法師「漢傳佛教傳承發展系統表」手稿之二



聖嚴法師「漢傳佛教傳承發展系統表」手稿之三



聖嚴法師「漢傳佛教傳承發展系統表」手稿之四

參考書目

一、聖嚴法師《法鼓全集》2020 紀念版參考書目

（依全集編號排序）

釋聖嚴，《大乘止觀法門之研究》，《法鼓全集》第 1 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。

釋聖嚴，《印度佛教史》，《法鼓全集》第 2 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。

釋聖嚴，《學術論考》，《法鼓全集》第 3 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。

釋聖嚴，《書序》，《法鼓全集》第 3 輯第 5 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。

釋聖嚴，《致詞》，《法鼓全集》第 3 輯第 7 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。

釋聖嚴，《禪的世界》，《法鼓全集》第 4 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。

釋聖嚴，《禪鑰》，《法鼓全集》第 4 輯第 9 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。

釋聖嚴，《動靜皆自在》，《法鼓全集》第 4 輯第 13 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。

釋聖嚴，《聖嚴法師教話頭禪》，《法鼓全集》第 4 輯第 17 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。

釋聖嚴，《禪的理論與實踐》，《法鼓全集》第 4 輯第 18 冊，臺

北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《歸程》，《法鼓全集》第 6 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《聖嚴法師教淨土法門》，《法鼓全集》第 5 輯第 10 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《法源血源》，《法鼓全集》第 6 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《金山有鑛》，《法鼓全集》第 6 輯第 4 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《行雲流水》，《法鼓全集》第 6 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《抱疾遊高峰》，《法鼓全集》第 6 輯第 12 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《真正的大好年》，《法鼓全集》第 6 輯第 13 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《美好的晚年》，《法鼓全集》第 6 輯第 16 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《福慧自在——金剛經講記與金剛經生活》，《法鼓全集》第 7 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《修行在紅塵——維摩經六講》，《法鼓全集》第 7 輯第 3 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《天台心鑰——教觀綱宗貫註》，《法鼓全集》第 7 輯第 9 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《華嚴心詮——原人論考釋》，《法鼓全集》第 7 輯第 14 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《佛法的知見與修行》，《法鼓全集》第 8 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《平安的人間》，《法鼓全集》第 8 輯第 4-2 冊，臺北：

法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《人間世》，《法鼓全集》第 8 輯第 6 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《覺情書——聖嚴法師談世間情》，《法鼓全集》第 8 輯第 12 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《法鼓山的方向：理念》，《法鼓全集》第 9 輯第 1 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《法鼓山的方向：創建》，《法鼓全集》第 9 輯第 2 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《法鼓山的方向：弘化》，《法鼓全集》第 9 輯第 3 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《法鼓山的方向：護法鼓手》，《法鼓全集》第 9 輯第 5 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《法鼓山的方向：萬行菩薩》，《法鼓全集》第 9 輯第 6 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《承先啟後的中華禪法鼓宗》，《法鼓全集》第 9 輯第 7 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《人間淨土》，《法鼓全集》第 9 輯第 8 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《法鼓晨音》，《法鼓全集》第 9 輯第 10 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《法鼓家風》，《法鼓全集》第 9 輯第 11 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。
釋聖嚴，《法鼓道風》，《法鼓全集》第 9 輯第 12 冊，臺北：法鼓文化，2020 年。

二、聖嚴法師非《法鼓全集》書目

（依出版年排序）

釋聖嚴，《聖嚴法師學思歷程》，臺北：正中書局，1993 年。
釋聖嚴，《聖嚴法師心靈環保》，臺北：正中書局，1994 年。
釋聖嚴、丹．史蒂文生合著，梁永安譯，《牛的印跡——禪修與開悟見性的道路》，臺北：商周出版，2002 年。
釋聖嚴，《好心．好世界——聖嚴法師談心靈環保》，臺北：法鼓文化，2012 年。

三、其他作者

（依出版年排序）

施叔青，《枯木開花——聖嚴法師傳》，臺北：時報文化，2000 年。
辜琮瑜，《聖嚴法師的禪學思想》，臺北：法鼓文化，2002 年。
林煌洲等，《聖嚴法師思想行誼》，臺北：法鼓文化，2004 年。
胡麗桂編著，《分享法鼓山》，臺北：法鼓文化，2005 年。
聖嚴教育基金會學術研究部編，《聖嚴研究》第一輯，臺北：法鼓文化，2010 年。
林其賢編撰，《聖嚴法師年譜》，臺北：法鼓文化，2016 年。
辜琮瑜主編，《法鼓文理學院 5-10-40 紀念專刊》，新北：法鼓文理學院，2019 年。

當代漢傳佛教論叢 2

聖嚴法師心靈環保學意義與開展

Significance and Development of Spiritual Environmental Protection by Master Sheng Yen

著者	辜琮瑜
論叢主編	楊蓓
編輯	聖嚴教育基金會學術研究部
出版	法鼓文化
封面設計	胡琡珮
地址	臺北市北投區公館路186號5樓
電話	(02)2893-4646
傳真	(02)2896-0731
網址	http://www.ddc.com.tw
E-mail	market@ddc.com.tw
讀者服務專線	(02)2896-1600
初版一刷	2022年5月
建議售價	新臺幣280元
郵撥帳號	50013371
戶名	財團法人法鼓山文教基金會—法鼓文化
北美經銷處	紐約東初禪寺 Chan Meditation Center (New York, USA) Tel: (718)592-6593 E-mail: chancenter@gmail.com

法鼓文化

本書如有缺頁、破損、裝訂錯誤，請寄回本社調換。
版權所有，請勿翻印。

國家圖書館出版品預行編目資料

聖嚴法師心靈環保學意義與開展 / 辜琮瑜著. -- 初版 . -- 臺北市 : 法鼓文化, 2022.05
面 ; 公分
ISBN 978-957-598-949-1（平裝）

1. CST: 禪宗 2. CST: 心靈改革

226.6 111002819