



法鼓宗格言集之心靈環保面向探析

王宣曆*

摘要

本文以「佛教格言」作為研究進路，探討法鼓宗格言集所呈現之「心靈環保」面向。聖嚴法師創立中華禪法鼓宗，將禪佛教的觀念及方法，轉化為「心靈環保」，以此為主軸，推動「提昇人的品質，建設人間淨土」理念。「佛教格言」係指以格言形式表達及傳播佛教教法，法鼓宗先後有聖嚴法師《108自在語》及果東法師《安心祝福語》二本格言集，皆含納有法鼓宗淨化人心、淨化社會之「心靈環保」面向。首先，《108自在語》闡發「心靈環保」之修心、調心方法，指向人間淨土之建設。此係承繼漢傳佛教「禪淨雙修」傳統，並以現代環保觀點來詮釋：「心靈環保」即是以念念「環保心」來建設人間淨土（環保土）。其次，《安心祝福語》側重「宗教教育」層面，使用了「佛性」、「如來（藏）」等佛教概念，作為「心靈環保」之依據，並將「心靈環保」溯源、追本於《六祖壇經》禪法。最後，本文結論指出，法鼓宗格言集所呈現之「心靈環保」面向，傳達了法鼓宗「承先啟後」、轉化「禪淨雙修」傳統之深遠宏願，也指向法鼓宗對於中華禪如來藏信仰之現代環保轉化。

關鍵詞：心靈環保、法鼓宗、佛教格言

* 王宣曆，美國紐約市哥倫比亞大學宗教學博士
收稿日期：2022.12.23；接受日期：2024.07.22

A Study on the Perspective of Protecting the Spiritual Environment Within Two Anthologies of the Dharma Drum Lineage

Hsuan-Li Wang*

Abstract

This essay investigates the perspective of “protecting the spiritual environment” within two anthologies from the Dharma Drum lineage, approaching them through the lens of “proverbs in Buddhism”. The Dharma Drum lineage was founded by Master Sheng Yen. It transformed the ideas and methods of Chan Buddhism into “protecting the spiritual environment” to promote the idea of “uplifting the character of humanity and building a Pure Land on earth”. The Dharma Drum lineage has published two anthologies of sayings, Master Sheng Yen’s *108 Adages of Wisdom* and Master Guo Dong’s *Blessings of Spiritual Peace*. The contents of both encompass the aspect of “protecting the spiritual environment,” which focuses on the movement of “purifying our minds and refining our society”. Firstly, Master Sheng Yen’s *108 Adages of Wisdom* points out that the method of Chan implied in “protecting the spiritual environment” is intended to build a Pure Land on earth. It is a modern interpretation of the Chinese Buddhist tradition of the “joint practice of Chan and Pure Land” from the viewpoint of the environmental protection movement: “protecting the spiritual environment” seeks to build the Pure Land on earth through our environment-protective minds. Secondly, Master Guo Dong’s *Blessings of Spiritual Peace* emphasizes a “religious education” approach and employs some Buddhist concepts such as tathāgatagarbha and buddha-

* Hsuan-Li Wang, PhD in Religion, Columbia University.

Manuscript received: 2022.12.23; Accept: 2024.07.22

nature to suggest the foundation of “protecting the spiritual environment” and imply that “protecting the spiritual environment” could be traced to the *Platform Sutra*. Lastly, this essay attempts to point out that the perspective of “protecting the spiritual environment” within the two anthologies of the Dharma Drum lineage show that the Dharma Drum lineage inherits the tradition of the “joint practice of Chan and Pure Land” and offers a modern interpretation through the lens of “Protecting the Spiritual Environment”. It also conveys that the Dharma Drum lineage’s devout foundation can be traced to the faith in tathāgatagarbha within Chinese Chan Buddhism.

Keywords: protecting the spiritual environment, The Dharma Drum Lineage of Chan Buddhism, proverbs in Buddhism

一、前言

聖嚴法師創立中華禪法鼓宗，將禪佛教的觀念及方法，轉化為「心靈環保」，以「心靈環保」為主軸，推動「提昇人的品質，建設人間淨土」理念。

在法鼓宗「心靈環保」理念傳播過程中，使用了多元化的傳播媒介，本文專注於「格言集」，以「佛教格言」（proverbs in Buddhism）作為研究進路，探討法鼓宗格言集所呈現之「心靈環保」面向。

本文使用「佛教格言」一詞，係指佛教在傳播過程中，所出現的簡潔而富含佛法智慧之短語文類，該文類以格言形式來表達及傳播佛教教法，法鼓宗先後有聖嚴法師《108自在語》及果東法師《安心祝福語》二本格言集，內容上皆含納有法鼓宗淨化人心、淨化社會之「心靈環保」面向。

本文首先探討聖嚴法師《108自在語》之闡釋「心靈環保」與「人間淨土」之連結，再分析果東法師《安心祝福語》對「心靈環保」之溯源，最後結論指出，法鼓宗格言集所呈現之「心靈環保」面向，傳達了法鼓宗「承先啟後」、轉化「禪淨雙修」傳統之深遠宏願，也指向法鼓宗對於中華禪如來藏信仰之現代環保轉化。

二、佛教格言與法鼓宗格言集

（一）佛教格言

本文以「佛教格言」作為研究進路。首先，就格言之起源、形式及內容特色而言，「格諺學」（paremiology）大師米德爾（Wolfgang Mieder）指出，格言源於某時、某地、某人將普遍的觀察、行為或經驗表達為簡短之完整句子，若其內容「含有真理或智慧的元素」，

且其形式「展現一個或多個格言性標誌（對仗、押韻、頭韻、省略、譬喻等等）」，就有可能「走紅」，廣為群眾取用，而形成「格言」（Mieder, 2012: 9, 2015: 28, 31）。

其次，就「佛教格言」而論，佛教教法之所以採取「格言」作為表達及傳播媒介，乃至形成「佛教格言集」之現象，很大原因在於格言簡潔，能歸納、摘要佛教教法，而又利用對仗、譬喻等文學修辭手法，訴諸「嘉言警句」之美學感染力與說服力，具有簡言達旨、利於傳播之效。¹

其三，就漢傳佛教經典而言，筆者觀察到兩類與格言形式密切相關的作品，其一為「經格言化而形成的經典」，另一為「蘊含格言集形式的經典」。前者可以《心經》為例。學者蕭世友（2017: 79）推斷，《心經》係一「濃縮化」作品，集經者先統攝「大型」般若經中之核心教說，徵採箇中重要語句，整合所得，修飾文辭，進而用梵語重寫大要，以簡略方式說明經要。²

由《心經》之篇幅、經題及「濃縮」過程，可以推斷其編纂目的，係將大乘佛法中般若思想以最簡要的方式表達出來，以利廣傳。³《心經》經由輯要及重寫，其語言表達「濃縮化」、「結晶化」的過程，可以說是歷經「格言化」階段而後形成的作品。前段引學者蕭世友推斷《心經》形成過程中，集經者徵採（「大型」般若經）箇中重要語句，

¹ 以聖嚴法師《108自在語》而論，學者何永清以之為「格言小輯」：「自語文的化俗功能及修辭的文字美感而言，它賞心悅目，值得吾人閱讀怡情」（何永清，2006: 71）。

² 蕭文核心主張係：《心經》是一部歸納《小品》般若經要義、以諸般若經典常用語段重寫、兼合咒語之「短篇」般若佛教文獻，為「濃縮化」、「密教化」經本（abridged and rewritten tantric text），或「真言、陀羅尼混合文本」（hybrid text of mantra and dhāraṇī，簡稱「真言陀羅尼」）。

³ 《心經》之短小篇幅，在一定程度上使其得以廣為流傳（參見Lopez, 1988: 3）。

整合所得，所謂「徵採箇中重要語句」，可視為是摘採「格言」，各則格言摘採後，再予以「整合所得」，經文辭修飾連綴成文。本文探討的標的之一《108自在語》，即是起於蒐集、編纂聖嚴法師法語的具體需求，由聖嚴法師的弘法講詞及著作中篩選文句彙編而成，惟與《心經》不同之處在於，《108自在語》於格言摘採後，並未再進一步文辭修飾連綴成文，而是保持各則格言原貌，形成格言集。

另一方面，就「蘊含格言集形式的經典」而論，可舉《四十二章經》（CBETA, T17, no. 784）、《佛遺教經》（CBETA, T12, no. 389）為例，前者形式上看好像是佛在同一時間內所講的，「其實是由後人從不同的經典，一段段摘錄蒐集而成的」（聖嚴法師，1999a：12）；⁴而後者則是釋迦世尊涅槃前對弟子們的最後遺教，「將戒律和教法做了一次歸納性、濃縮性的整理，將戒律和教法集中在短短的一部《佛遺教經》中」（聖嚴法師，2005a：5）。亦即，兩部經典如同《心經》，歷經了「格言化」的摘採階段，惟與《心經》相較，《四十二章經》、《佛遺教經》展現出更多格言原貌，雖亦連綴成文，但在編排形式上展現出「格言集」特徵：《四十二章經》每段多以「佛言：……」開頭，而《佛遺教經》每段多以「汝等比丘，……」開頭，可視為是區分出一則一則格言的分隔標誌。

最後，以漢譯佛典的文體而論，其主要分為兩部分：一為長行（「修多羅」，sūtra），一為偈頌。「長行」指連續綴輯之文章，即今日所謂之「散文」（正持法師，2019：19）；而「偈頌」，廣義而言，包含「祇夜」（geya）、「伽陀」（gāthā）及「優陀那」（udāna），與長行相對，屬於「韻文」。

依印順法師《原始佛教聖典之集成》（CBETA, Y35, no. 33, pp. 544-546）之考察，「修多羅」與「祇夜」——長行與偈頌，是原始

⁴ 簡基益（2009：213）亦指出：「《四十二章經》是一部抄經，抄錄時要把長篇大論濃縮成很精簡，或是把幾個與主題相關的經文濃縮在一起。」

結集的《雜阿含經》核心部分中，最先形成的兩種分教，依文體的不同（散文與韻文）而分別出來；而後被集入《雜阿含經》核心部分的偈頌，仍舊稱為「祇夜」，沒有被集入的偈頌，則泛稱為「伽陀」。而「伽陀」中自然舒發的、不待請問的感興語，則類集而形成「優陀那」，漢譯為《法句經》。

而就「佛教格言」作為佛教文體而論，其句或採「散句」句式，或採「整句」句式，前者各句長短不一，參差錯落，靈活多變，後者則每句字數相同，形成節奏感，氣勢強烈。

「散句」句式之「佛教格言」，近於簡短散文，與「修多羅」類近，惟「修多羅」有固定格式，首稱「如是我聞」，後唱「信受奉行」，「佛教格言」則不必然有此格式。

另一方面，「整句」句式之「佛教格言」，則近乎上述漢譯佛典中的「偈頌」體，惟「偈頌」可用於說理，亦可用於敘事，而格言內容則是行為的普遍指引（Barnes, 1984: 1394a），為「非敘事性」（non-narrative）文類。⁵再者，格言以簡短扼要為特色，「偈頌」體則可連篇累牘形成句數繁多之長偈（屈大成，2018：39-40），⁶故以「偈頌」體寫就之「佛教格言」，必為短偈，筆者稱為「短偈格言」。「短偈格言」為格言體與偈頌體兩種文體之交會，故亦可稱為「格言短偈」。

就「格言短偈」而論，本文探討的標的之一《108自在語》即收有聖嚴法師於1990年所創作之〈與法鼓山僧俗弟子共勉語〉（後改題為〈四眾佛子共勉語〉），⁷〈四眾佛子共勉語〉採整齊六言整句句式，屬本土創作之「短偈格言」，每偈2句，共10則20句，學者林其賢

⁵ 有關「格言」文類為「非敘事體」，不屬於故事或寓言（參見Crossan, 1983: 20）。

⁶ 屈氏指出，《雜阿含經》偈最短2句，長達130句；相對應的巴利語偈，亦有連綿不斷的長篇，最多108行。這樣的長偈，其實由多首「分偈」所組成。

⁷ 〈四眾佛子共勉語〉共有10則，《108自在語》收錄其中5則。

(2016: 689)即以「偈頌」稱之。又，《108自在語》在編輯時分為四集，第三集錄自聖嚴法師墨寶（單德興，2017: 458），收有「短偈格言」89則，多為2句一偈，占80則。80則「二句偈」中，又以七言為多，占半數，共40則。而果東法師之《安心祝福語》收有48則格言，其中29則（約6成）採用「整句」句式，呈現為以「短偈格言」為主要表現方式之格言集。

綜上所述，法鼓宗格言集雖以現代白話文創作，但在編纂緣起、傳播目的及表現形式上，與漢譯佛典之《心經》、《四十二章經》、《佛遺教經》及偈頌體等，有一脈相承、承先啟後之聯繫。以《心經》為喻，《心經》言簡義豐，為整個大乘佛教的心要（聖嚴法師，1999b: 13），本文所探究之法鼓宗格言集，亦可視為是法鼓宗之心要，簡潔有力，直指人心。

（二）法鼓宗之成立及其格言集

聖嚴法師創立中華禪法鼓宗，洵為當代漢傳佛教發展史上的里程碑。據學者林其賢（2016: 1870）所著《聖嚴法師年譜》所載，聖嚴法師於2004年9月23日、24日、10月7日、21日分四次對法鼓山僧團大眾闡明法鼓山所弘傳漢傳佛教禪法內涵、確認法鼓山定位，並建立僧團中心思想。法師首次提出建立「中華禪法鼓宗」，並說明立宗緣由與目的。

學者俞永峰的研究指出：

聖嚴法師對禪佛教的建構，是對前人教法的重建及對現代社會的回應，而逐漸、自然的演變形成。法鼓宗是穩固地建立在解行並重、教觀雙運的基礎上，尤其是原始佛教的教義、教理，及以惠能為首的禪宗祖師的教法。他在晚期將禪法呈現為一種教育的型態，是由於他覺察到禪法是漢傳佛教最具代表性的宗派，而為了復興漢

傳佛教，禪法必須重新包裝，以迎合深受品德教育薰陶的中國大眾。最好的做法就是將自己的教法成立為一個新的禪宗法派，並加以制度化、組織化。這與現代日本佛教宗派在制度上與寺廟密切結合的情況，並無不同。（俞永峰，2010：153）

法鼓宗是聖嚴法師回應現代社會之需求，重建中華禪佛教，將禪法呈現為一種教育的型態，而加以制度化、組織化而成，其成立是隨著聖嚴法師對禪佛教的建構，逐漸、自然地演變而來，因緣俱足，水到渠成，有歷史的必然性，絕非受偶然的一人、一事刺激而冒然出現。

上引文俞永峰（2010：153）所說聖嚴法師「在晚期將禪法呈現為一種教育的型態」，所謂晚期，是指1989年購得法鼓山的土地之後，聖嚴法師：

所有層面的教法，包括禪修和他對戒律的興趣，都開始被詮釋為「佛教教育」。所有的佛法活動都含攝在「提昇人的品質，建設人間淨土」的大旗之下。當他的教化演變成一種更積極入世型態的品德教育時，禪的法則是這一切活動的核心主軸。（俞永峰，2010：152）

由聖嚴法師1989年之後「以禪法為教育」的「晚期禪法」⁸脈絡來看，法鼓宗之成立，出於聖嚴法師希望將自己的各種入世的教育事業，建立在一種堅固的制度基礎上（俞永峰，2010：152），而法鼓宗立宗之信念、共識，也可追溯至此時期。聖嚴法師在〈中華禪法鼓宗：宗教→佛教→漢傳佛教→禪佛教〉一文中提及：

⁸ 俞永峰（2010）認為，聖嚴法師的禪法建構可分為四個時期：(1)教授禪法初期（1970年代）；(2)實驗時期（1980年代）；(3)改良兩種禪法時期（1990年代）；(4)以禪法為教育時期（1989年以後）。第(3)、第(4)個時期時間上有重疊，前者為禪法教學之加深，後者為禪法教育之加廣。

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。（聖嚴法師，2020a：44）

由是可知，中華禪法鼓宗之命脈，在於宏揚漢傳禪佛教，其有三大要素：

1. 以「心靈環保」為主軸。
2. 以「提昇人的品質，建設人間淨土」為理念。
3. 以「三大教育」為實現理念的方法。

而此法鼓宗三大命脈要素，均與「格言」密切相關，構成法鼓宗「佛教格言」之特色。

首先，「提昇人的品質，建設人間淨土」之理念，為聖嚴法師於1989年提出〈法鼓山的共識〉四則八句格言之第一則（聖嚴法師，1999c：155）。

其次，聖嚴法師於1992年提出「心靈環保」為法鼓山核心理念（林其賢，2016：788），逐漸發展為四種環保（1993年提出禮儀環保、生活環保，⁹ 1994年加入自然環保¹⁰），而後於1999年發起「心五四」運動，以心靈環保為主軸，以心靈改革為目標，¹¹ 包含了心靈環保「四安、四要、四它、四感、四福」五大要項（聖嚴法師，2005b：59），

⁹ 1993年1月29～31日，法鼓山農禪寺舉辦「八十二年度環保新春園遊會」，分別以心靈、生活、禮儀環保為主題（林其賢，2016：870）。

¹⁰ 1994年3月17日，聖嚴法師於國立中央大學演講「心靈環保——淨心與淨土」，並說明「法鼓山的四環運動」（聖嚴法師，2005c：29-40）。

¹¹ 1999年8月22日，法鼓山「一九九九全球會員代表感恩大會」假林口體育館舉辦，邀請貴賓副總統連戰、行政院院長蕭萬長以及多位貴賓、大會代表，共同揭示以心靈環保為主軸，以心靈改革為目標之「心五四」運動（林其賢，2016：1239）。

每一要項均以格言形式表達。其中「四要」前半則「需要的不多，想要得太多」，以及「四它」一則：「面對它，接受它，處理它，放下它」，最是膾炙人口。

最後，聖嚴法師於1994年提出「一大使命·三大教育」，一大使命是推動全面的教育，三大教育是大學院教育、大普化教育、大關懷教育（聖嚴法師，1999d：79-80），其中大關懷教育，聖嚴法師說：

關懷的本身是賦予教育的功能的，關懷的時候要運用法鼓山的精神和理念才正確。譬如有人生日，僅僅送一朵玫瑰花或一個蛋糕，對方的感謝只是淡淡的謝意。但如果附上一張卡片，上面印有師父的法語，加上自己設計出法鼓山獨有的關懷方法，這份禮物就變成法鼓山整體大眾對他的祝福了，意義與感受當然非常不一樣。

（聖嚴法師，2005d：115）

關懷眾生，做關懷教育，是慈悲心的落實，在作法上要運用法鼓山的精神和理念，譬如以師父的法語與關懷的對象結緣。由「大關懷教育」的實踐，即產生出蒐集、編纂師父法語的具體需求，¹² 從而誕生了法鼓宗第一本格言集《聖嚴法師一〇八自在語》（2005年6月，摺頁版），¹³ 經歷年增補後，於2009年出版《108自在語》四集合輯口袋書《聖嚴法師108自在語合輯——中文繁體平裝本》；¹⁴ 其後復有第二本格言集：

¹² 詳下第三節第（一）小節。

¹³ 在《聖嚴法師一〇八自在語》之前，已有他人選編聖嚴法師法語之格言集，見聖嚴法師（1991，1995，1997a，1997b）。本文以法鼓宗於2004年成立，以上所述格言集為立宗之前的作品，而立宗之後的第一本格言集當屬《聖嚴法師一〇八自在語》（2005年6月）。

¹⁴ 據108自在語2005-2022大事記（2022），《108自在語》第一～四集出版情形如下：(1)2005年6月，第一集中文繁體摺頁；(2)2006年8月，第二集中文繁體摺頁；(3)2007年9月，第三集中文繁體摺頁；(4)2009年2月，四集合輯中文繁體精裝本；(5)2009年4月，四集合輯中文繁體平裝本（口袋書）。

果東法師（2018）的《安心祝福語》。以下即以此兩本法鼓宗格言集為研究對象，探討其心靈環保面向。¹⁵

三、聖嚴法師《108自在語》之 「心靈環保」面向

如上節所述，中華禪法鼓宗之三大命脈要素，其提出之先後次序，分別為：1989年最先提出「提昇人的品質，建設人間淨土」之理念，其次於1992年提出「心靈環保」，最後於1994年提出「三大教育」作為實現理念的方法。本節就此三大要素，先由「三大教育」討論聖嚴法師《108自在語》之「心靈環保」面向在「三大教育」所居之層面，其次探討該面向與「提昇人的品質，建設人間淨土」理念之關係，最後指出《108自在語》之「心靈環保」面向蘊含了「禪淨雙修」之現代創新。

（一）《108自在語》之「心靈環保」面向

1990年代，臺灣出現大量環保論述及環保抗爭之社會運動，為全球環保省思潮流之在地化，促使聖嚴法師著手思考環保議題（林益仁，2004），其提倡「心靈環保」，即是吸收環保運動於漢傳禪佛教內涵，「對現代社會的各種議題，提供一新的思維方式及實踐方案，思考和改革的可能性」（果光法師、常諗法師，2011：249）。

¹⁵ 為行文通暢，以下引用聖嚴法師《108自在語》之處，皆將出處以括弧附在引文之後，括弧中先列《108自在語》之英譯書名略語（Adages of Wisdom，略為AW），後加小寫國字數字及阿拉伯數字表集數及則數，該兩數字間以點號頓開，如（AW三·38）表示引自《108自在語》第三集第38則。而果東法師《安心祝福語》各則格言無編次，為方便標示，引用時以書名首字及該則格言所在序位為標示，如（安·3）表示引自《安心祝福語》第3序位格言。筆者對果東法師《安心祝福語》各則格言增加序位編號，見本文「附錄」。

據聖嚴法師自述，在國內、外推動心靈環保，一般而言可分為兩個層面：

一是學佛禪修的層面：是以有意願、有興趣於學佛禪修的人士為對象，用學佛禪修的觀念及方法，使得參與者，從認識自我、肯定自我、成長自我，而讓他們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，最後是把層層的自我，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。但那對多數人而言，必須先從放鬆身心著手、接著統一身心、身心與環境統一，而至「無住」、「無相」、「無念」的放下身心與環境之時，才能名為開悟。

二是「四種環保」及「心五四運動」：是以尚沒有意願學佛以及無暇禪修的一般大眾為對象，盡量不用佛學名詞，並且淡化宗教色彩，只為投合現代人的身心和環境需要，提出了以心靈環保為主軸的「四種環保」及「心五四運動」。（聖嚴法師，2005b：58-59）

如回到中華禪法鼓宗之三大命脈要素，所謂以「心靈環保」為主軸，意指法鼓宗「三大教育」之內容，乃環繞著「心靈環保」而展開，透過「心靈環保」教育所欲達成的目標，即是落實「提昇人的品質，建設人間淨土」之理念。由是，「心靈環保」論述可分為三個層面：

1. 大學院教育層面

在學術機構及學術會議中，對「心靈環保」進行客觀學術研討，或可說是「學術教育」層面。

2. 大普化教育層面

經由舉辦禪七、禪坐、各種成長營、禪修營、佛學講座、生活講座、佛學推廣等共修活動，指導學佛禪修之心靈淨化，或可說是「宗教教育」層面。

3. 大關懷教育層面

推動「四種環保」及「心五四運動」等社會啟蒙運動，投合現代人心，通於現代化、祛魅化、理性化之世俗年代（the modernized, de-enchanted and rationalized secular age），或可說是「通俗教育」層面。

《108自在語》以格言形式表達「心靈環保」內涵，面向社會大眾，其推廣屬於「大關懷教育」層面，其論述屬於「通俗教育」層面，具有「盡量不用佛學名詞，並且淡化宗教色彩」之特色。此「通俗」之特色，學者胡健財（2011：294）即指出：「是為了適應現代時空的背景，避免現代人對佛教的負面刻板印象，於是，使用現代人可以理解與接受的觀念」。

據《108自在語》推手法鼓山護法總會副總會長、法鼓山榮譽董事會會長黃楚琪回憶：

二〇〇四年，師父希望我接下護法總會副總會長。在護法總會時期，我與當時的陳嘉男總會長配合，經常到北、中、南、東各地關懷，與各地信眾接觸……當時護法體系勸募會員最核心的需求，即是隨身可用、隨時與人結緣的佛法。陳總會長和我都認為，最好的關懷是佛法。佛法從何處來？最容易著手的，就是以師父的著作結緣，然而書的成本過高，用於普遍結緣並不可行。後來才想到彙整師父法語，製作結緣品……首版摺頁「聖嚴法師一〇八自在語」便順應而生。

《一〇八自在語》共四集，內容全是淡化宗教色彩的生活智慧。（張昌邦等，2018：150-151）

每一句法語都經過聖嚴師父親自認可，文字既樸實，又蘊涵佛教智慧，卻無宗教色彩，印刷上很方便閱讀，即使孩子和學生都能看得懂。（單德興，2017：458）

由此可知，《108自在語》出於「隨身可用、隨時與人結緣的佛法」之關懷需求，每一句法語都經過聖嚴法師親自認可，內容全是淡化宗教色彩的生活智慧，各則簡短格言，可隨緣上手，隨心運用。

以「心靈環保」之主軸而論，《108自在語》是將其論述濃縮化、精華化、格言化，同時結合社會運動，呈現大眾化、通俗化之特色。¹⁶

（二）《108自在語》之「心靈環保」面向與「建設人間淨土」理念

《108自在語》之「心靈環保」面向淡化了宗教色彩，更凸顯其吸收當代環保運動思潮，以「環保原則」轉化傳統禪佛教觀念，而出之以適應現代社會、直指現代人心之新詮釋，如「能不亂丟垃圾，隨時清撿垃圾，都是做的功德」（AW一·77）一則，其所提及之垃圾，除了指涉外境產生汙染之廢棄物，當亦包含內境製造毒素的情緒垃圾，外境需要環保清潔，內心更需「心靈環保」來維護內境之清淨，在心法上，《108自在語》指出：「要做無底的垃圾桶，要學無塵的反射鏡」（AW一·105），保持內心世界的平和寧靜，不留情緒垃圾，沒有煩惱的現象，但有智慧的功能（聖嚴法師，2005e：112），「任何狀況下，都要照顧好自己的心，保持內心的平穩與安定，就是心靈的健康，就是心靈環保」（AW一·105）。

另一方面，聖嚴法師於1992年提出「心靈環保」之前，即已於1989年揭櫫「提昇人的品質，建設人間淨土」之兩大組織目標，「心靈環保」之主軸，不能不與該組織目標發生聯繫，聖嚴法師說：

¹⁶ 所謂通俗化，不是世俗化，更非庸俗化，聖嚴法師說：正信的佛教「不是世俗化，但是人間化」（聖嚴法師，2005f：77）。《108自在語》各則格言具有「化俗」的教育功能，適應現代社會，通於現代化、祛魅化、理性化之世俗年代，同時訴諸「嘉言警句」之修辭美感，文字雋永，韻味悠長，絕非庸俗。

心靈環保其實很簡單，就是心理衛生、心理健康，如何使我們自己清淨、安定，進而影響協助他人生活愉快，這就是心靈環保的目的。「人間淨土」就是這個樣子。（聖嚴法師，1999d：522）

「心靈環保」由自己做起，使自己心靈清淨，進而影響、協助社會大眾生活愉快，「諸上善人俱會一處」，將現代社會建設為人間淨土，人間淨土才是心靈環保之目的所在。

《108自在語》以格言形式，將「心靈環保」與「人間淨土」之關係更簡明、更扼要、更通俗地表達出來：「淨化人心，少欲知足；淨化社會，關懷他人」（AW一·108），內心安定，不起貪、瞋、癡之心理情緒，即是淨化人心。「只要少鬧一些無意義的情緒，便能少製造一些不必要的煩惱」（AW二·30），產生安心的果效；自心清淨、安定，進而關懷他人，則能淨化社會。人人淨心、安心，則所處之環境，即是幸福社會、人間淨土：「自求心安就有平安，關懷他人就有幸福」（AW一·91）。聖嚴法師說：

建設人間淨土的理念，是可以實踐的，但也不是那麼容易完成，要靠我們每個人從自己的內心和生活的環境做起，經常保持整齊、清潔、清淨、簡樸、少欲、知足，這個世界才有可能一點一點轉變成淨土。（聖嚴法師，2005f：80）

從自己的內心做起，少欲、知足，是心靈環保；從生活的環境做起，整齊、清潔、清淨、簡樸，是生活環保，環保工作做好，萬丈紅塵才有可能一點一點轉變成人間淨土。《108自在語》說：「無論忙碌與否，獨處或群居，內心經常保持著安定、祥和、清明，就是修禪，便是落實心靈環保」（AW四·30）、「環保最重要的觀念就是『簡樸』，簡樸一點過生活，就是生活環保」（AW二·46）。

由是可知，「淨化人心，少欲知足；淨化社會，關懷他人」（AW

一·108)之「淨化」，在現代社會的具體落實處即是「環保」。以環保觀點來看佛法之淨化，一念與環保相應、停止製造情緒垃圾的心，即為做好「心靈環保」、一念心淨的「環保心」，而以念念「環保心」建設起來的「環保土」，就是人間淨土。

(三) 《108自在語》之「心靈環保」面向與「禪淨雙修」之現代創新

《108自在語》之「心靈環保」面向，結合「環保原則」，以「淨化人心」、「淨化社會」連結起「心靈環保」與「人間淨土」，前者可謂為「環保心」，後者可說是「環保土」，由「環保心」指向「環保土」，從而建設「人間淨土」，這說明了「心靈環保」並不只是個人主觀內在的偶然感受，而是具有面向社會大眾、進行社會啟蒙的改革力量。由個人、由自己做起，「淨化人心」，保護自己的心靈不受汙染，是心靈環保的基礎；¹⁷而影響環境、「淨化社會」，使大眾清淨、安定、平安，則是心靈環保的目的。此中「基礎」與「目的」的連結、「人心」與「社會」的連結、「淨心」與「淨土」的連結，應有取於漢傳佛教「禪淨雙修」之創新。

于君方院士指出：

中國佛教史含蘊一系列新的理念，以及如何實踐這些理念的新方法。一旦我們不再認為漢傳佛教是由一個想像中的印度佛教轉變而來的，那麼我們就可以欣賞其創造力。明朝株宏的「禪淨雙修」以及當代的「人間佛教」，都是中國長久以來，形成自己的佛教傳統的諸多創新的例子。

¹⁷ 聖嚴法師說（2020b：202）：「心靈環保的基礎，是保護自己的心靈不受汙染。心靈環保不是靠環境來保護人，而是用心靈來保護自己。當你的心靈不受汙染、不受破壞，能夠很健全、正常、穩定的時候，你就安全了、被保障了。」

雖然禪宗一般被認定是中國人的創造，但我認為在禪宗出現之前，中國人早就開始創造漢傳佛教了。中國佛教史，就是一部持續演變的佛教創新史（The history of Chinese Buddhism is a series of ever evolving innovations.）。（于君方，2021：106）

就禪淨雙修而言，學者Sharf（2002: 308-309）指出：唐代禪師「並未拒斥念佛法門本身；相反地，在其社群裡，念佛廣為實行」。然而，直到永明延壽（904-976），「禪淨雙修」才成為自覺的運動。永明延壽給予了「禪淨雙修」理論架構，宣揚念佛與禪修基本上可相互兼容：他訴諸「理事無闕」、「空有相成」等不二法門，宣稱禪與淨土二者，表面上似乎是二元對立，但實際上是兼容互補的（《萬善同歸集》，CBETA, T48, no. 2017, p. 992a）（參見Shih, 1991: 76-78, Yü, 1981: 52）。

在元代及明代，有許多禪師追隨永明延壽，以念佛為實踐禪修的另一種方法，指出念佛的效果正如禪修所使用的「話頭」，參究「這箇念佛的畢竟是誰？」就稱為「念佛公案」。¹⁸

明末雲棲株宏追隨了延壽，並且承繼了自初唐以來就長久存在的禪淨雙修傳統，但他也做出了自己的創新貢獻：株宏註解《阿彌陀經》，以華嚴宗理事觀分析「一心不亂」，提出「事一心」及「理一心」，當達致更高層次的「理一心」時，「於自本心，忽然契合」（《阿彌陀經疏鈔》，CBETA, X22, no. 424, p. 661c13），此即可說是契入自身的佛性，如同禪修中的「見性」。再者，相較於前人，株宏進一步指出，念佛並不只是能力有限者之方便法門，而是達致禪悟唯一最有效的方法（Sharf, 2002: 322），是為株宏對漢傳佛教特有的「禪淨雙修」之創

¹⁸ 有關以念佛為公案，于君方院士說明道：「既然念佛的最終結果是要終止論述性思考，那念佛就與公案禪有相同效果。……當一個人以此方式念佛，很清楚地，念佛就不再是表達虔敬與信仰，而成為生起疑情的方法，而疑情之心理張力乃是使人開悟之關鍵」（Yü, 1981: 53）。

新，而《108自在語》將禪法修心、調心的方法格言化，開展「心靈環保」之通俗論述，並連結至人間淨土的建設，這事實上就是以現代環保觀念詮釋「禪淨雙修」的現代創新了。《108自在語》說：「遇到不舒服、不愉快的事要調心，調心是調我們自己的心，不是調別人的心」（AW四·10）、「心不隨境，是禪定的工夫；心不離境，是智慧的作用」（AW二·82）、「心是我們的老師，我們的心隨時隨地與當下所做的事、所處的環境合而為一，就是在淨土之中」（AW四·6），做好「心靈環保」調心、修心的工夫，人間淨土就在其中。

如由「心靈環保」的大普化教育（宗教教育）層面來看，就「心靈環保」調心、修心的工夫與人間淨土之連結，聖嚴法師說：

禪的修行，能使我們主觀的內心世界和客觀的生活環境合而為一，那不僅僅是心理的想像，也不是眼不見為淨的自我安慰。禪的修行者，一定會將內心所體驗的，表現到外在世界來，自己體驗到的，必定也勸導他人一同分享，也會影響他人、帶同他人，來共同達成心靈環保的任務。（聖嚴法師，1999e：135）

當我在指導禪修時，會鼓勵禪修者在任何情況下，都要保持內心充滿喜悅，這在佛教中稱為「隨喜」——隨境而喜、隨事而喜、隨人而喜。……夫婦之間若能彼此隨喜，互受影響，並且夫唱婦隨，就會影響他們的兒女及家人，在工作的環境中，自然也能影響共事的夥伴。一個人又可能間接或直接影響幾個人，最後可以影響到無數的人；在時間上拉長，空間上擴大，這便是《維摩經》裡所說的「無盡燈」。（聖嚴法師，2005c：39）

禪法修行之「淨化人心」，是內外統一的，並非是主觀想像，也不是自我安慰，而是能發揮社會影響力，「淨化社會」，帶動大眾「建設人間淨土」之行動，如禪法的「隨喜」，由一人開始，最後可以影響到無數

的人。《108自在語》說：「每人每天多說一句好話，多做一件好事，所有小小的好，就會成為一個大大的好」（AW一・87）、「說好話、做好事，少造惡業，就能改變個人的命運，也能把人類的共業扭轉過來」（AW四・107）。「為善要讓人知，卻不求回報。我們鼓勵大家都來做好事，讓好事更普及、更多響應、更長久」（AW四・108）。

總結而言，《108自在語》將「心靈環保」格言化、通俗化，並連結至人間淨土的建設，其「禪淨雙修」之現代創新至少有以下兩層意涵：

1. 淨心、調心之「心靈環保」工夫，貴在不間斷，所謂「心是我們的老師，我們的心隨時隨地與當下所做的事、所處的環境合而為一，就是在淨土之中」（AW四・6）。「隨時隨地」之「隨時」，意指念念淨心，「環保心」之湧現在時間上不間斷；「隨時隨地」之「隨地」，意指處處淨土，「環保土」之建設在空間上亦不間斷。

2. 「心靈環保」不是個人主觀的想像，而是能發揮客觀影響力，形成社會啟蒙運動，由一人而多人，乃至無數人，「所有小小的好，就會成為一個大大的好」（AW一・87），在時間上拉長，空間上擴大，這就是法鼓宗的「無盡燈」。

四、果東法師《安心祝福語》之 「心靈環保」面向

果東法師於2006年9月2日接任法鼓山第二任方丈，聖嚴法師勉勵說：

只要本著法鼓山的理念，推動三大教育及四種環保，就可隨時順勢而為、應時而生，結合教團內外的各項資源，經常開創新情勢，為今後的世界社會，帶來新風氣、新局面。（聖嚴法師，2020c：160-161）

聖嚴法師的勉勵語中，強調了法鼓宗三大命脈要素：「（提昇人的品質，建設人間淨土）理念」、「三大教育」、「四種環保」，果東法師承此發揚漢傳禪佛教之使命，展開格言化論述，編纂為《安心祝福語》，其「心靈環保」面向，對聖嚴法師《108自在語》有承繼，也有教育層面的不同定位，以下分兩節說明之。

（一）《安心祝福語》之格言形式特色

如本文第二節所述，果東法師《安心祝福語》之格言形式極具特色，首先，在48則格言中，有29則格言（約6成）採用「整句」句式，呈現為以「短偈格言」為主要表現方式之格言集，這是因為《安心祝福語》是果東法師以法語為目的而創作，而《108自在語》則是由聖嚴法師的著作中篩選文句彙編而成，兩者產出方式不同，所以相較而言，《108自在語》多為散句句式，「短偈格言」所占比例較低。

再者，《安心祝福語》採用「整句」句式之格言中，有又加上「同頭」（每句開頭一字都相同）、「同尾」（每句結尾一字都相同）之修辭技巧者，在排比效果上，更顯音韻鏗鏘，文勢動人，如「信願行十力」一則，屬「整句同尾」格言，流傳甚廣：「盡心盡力，隨緣努力。轉化壓力，成為助力。開發潛力，保持毅力。凝聚向心力，展現生命力。有願就有力，彼此共勉力」¹⁹（安·13）。

《安心祝福語》「整句同頭」格言，可舉「菩提心十隨」一則為例：「隨時發心，隨念清淨。隨處觀音，隨聲應身。隨緣迎接，隨力奉獻。隨遇心安，隨喜自在。隨佛修行，隨願所成」²⁰（安·38）。其承繼、詮釋了《108自在語》「心靈環保」之「禪淨雙修」現代創新：此

¹⁹ 「信願行十力」之標題，出自果東法師（2015）所收「原諒結好緣心法」書卡。

²⁰ 「菩提心十隨」之標題，出自果東法師（2015）所收「原諒結好緣心法」書卡。

中「隨時發心，隨念清淨」說明「環保心」之湧現，是念念不間斷；而「隨處觀音，隨聲應身」則是闡明法鼓宗「觀音道場」²¹所建設之「環保土」，在空間上亦不間斷。聖嚴法師說：

我們祈求觀音救助是絕對有用的；同時，也當於日常生活中，修行觀音法門的「入流亡所」、「大悲心起」，並且發願有一天也能「觀世自在」。這是法鼓山名為「觀音道場」的殊勝之處。大家最容易做的，便是護持法鼓山推動佛教的各項教育事業，也等於在做淨化社會人心的工作，便是大悲心的學習與實踐。（聖嚴法師，2007：19）

故知，「隨處觀音，隨聲應身。」之觀音法門實踐，即是大悲心的落實，淨化社會人心的人間淨土建設。

又，《安心祝福語》「調心轉化光明語」一則：「心念轉為正念，希望光明無限。心念化為淨念，當下淨土照見」²²（安·3），將正念、淨念與淨土直接連結，調心、轉念，將觀念扭轉過來，當下即見光明淨域。

（二）《安心祝福語》在教育層面上的不同定位

如本文第三節所述，法鼓宗「三大教育」為大學院教育、大普化教

²¹ 聖嚴法師在〈來法鼓山觀音道場，參北臺灣第一聖地〉說：「法鼓山為何名為觀音道場，而要在三門上懸掛「觀音道場」四字匾額？這除了是我聖嚴一生修行觀音法門獲得許多感應，同時也由於觀音菩薩的靈驗，使得法鼓山這塊土地與我僧俗四眾結緣；特別是這塊土地上原先就有一座觀音殿，所供的玻璃纖維觀音巨像，便是今已翻成銅像，供於山端的開山觀音」（聖嚴法師，2007：17）。

²² 「調心轉化光明語」之標題，出自果東法師（2015）所收「原諒結好緣心法」書卡。「調心轉化光明語」書卡將（安·3）及（安·2）（逆境轉個彎，前景無限寬。身段柔和彎，處世相見歡）兩則《安心祝福語》格言併為一則。

育、大關懷教育，聖嚴法師《108自在語》屬於大關懷教育之「通俗教育」層面，具有「盡量不用佛學名詞，並且淡化宗教色彩」之特色。相較而言，《安心祝福語》不避使用佛教術語，在教育層面上屬大普化教育之「宗教教育」層面，與《108自在語》定位不同。由此定位之不同，而產生兩本格言集流通上之差異，就筆者觀察所及，《108自在語》面向社會大眾，全球發行，並有專屬的「108自在語電子書資訊網」，²³ 提供便利的電子檔案下載服務，而《安心祝福語》則在法鼓宗教團及信眾間流通，多出現在果東法師開示說法之場合，尚未有電子檔案開放。

由大普化教育之「宗教教育」層面觀之，首先，《安心祝福語》之宗教色彩較《108自在語》濃厚，如上述引「菩提心十隨」（安·38）同頭格言，提及「隨處觀音」、「隨佛修行」，又如另一則「行」字同尾格言：「自我超越禪修行，行住坐臥體驗行。清楚放鬆安定行，放下身心自在行。順逆感恩精進行，懺悔報恩清淨行。普門現身說法行，三德六味喜悅行。活在當下信願行，緣起性空如來行」（安·43）。此中「緣起性空」，是佛教有別於其他宗教的根本特色，深具宗教色彩；而「三德六味」，更是佛教專有詞彙，為寺院供齋唱念之句：輕軟、潔淨、如法，稱為三德；苦、酸、甘、辛、鹹、淡，稱為六味。

再者，由《安心祝福語》所運用之佛教詞彙來分析，首先，《安心祝福語》提出《108自在語》幾未提及之「佛性」、「如來（藏）」，作為「心靈環保」之依據，這是因為《108自在語》屬大關懷教育之「通俗教育」層面，故於「佛性」、「如來（藏）」等毋庸著墨，但《安心祝福語》屬大普化教育之「宗教教育」層面，則必須說明；其次，《安心祝福語》使用「明鏡心」、「菩提身」之文學譬喻，亦可視為是將「心靈環保」溯源、追本於《六祖壇經》禪法。以下分述之。

²³ 請參見：<http://www.108wisdom.org/>

1. 佛性、如來藏：「心靈環保」之依據

果東法師指出，「心靈環保」是佛法，也是禪法、心法：

為了適應現代社會，恩師法鼓山創辦人聖嚴師父特別將深奧難懂的佛學名詞，轉化為現代人易懂、親切的語言……法鼓山提出的「心五四」、「心六倫」，都是實踐「心靈環保」的方法。

至於什麼是心靈環保？那就是以觀念的導正，來提升人的素質，讓我們面對外在環境的變動和衝擊時，內心能夠不受影響，甚至還能以健康的心態，來面對現實，處理問題。（果東法師，2012：186）

「心靈環保」為心法，「心五四」、「心六倫」為調心、轉念的方法，以觀念的導正，來提升人的素質，故《108自在語》之「心靈環保」論述，乃環繞著「心」而展開，以禪佛教的立場來看，聖嚴法師說：

禪宗的語錄等文獻，都是在討論「心」的問題。對於一個還沒開始修行的人，他心裡是不安定的，心裡的不安定則表示有煩惱，發現有煩惱時就希望能夠從修行的方法上得到幫助。這個修行的方法叫作安心、息心、澄心、觀心，這些都是從妄心著眼的……在修行的過程中是屬於妄心，而修行的目的則是真心。所以，不論是基礎、過程、目的，都可用一個「心」字來表達。（聖嚴法師，1999f：180）

禪法的修行，由發現心不安開始，心裡的不安定，表示有煩惱，此時運用安心、息心、澄心、觀心之方法，以達致真心。就此而言，「心靈環保」整個過程，都可以用一個「心」字來表達。就此而論，《108自在

語》幾乎不提「佛性」、「如來藏」等佛學專有理論概念，²⁴除了淡化宗教色彩外，也凸顯了「心靈環保」是佛法、是禪法、是心法之意旨。

相較而論，《安心祝福語》「淨化心性光明語」一則，直接提出「佛性」、「覺性」、「自性」：「開發佛性，提起覺性。轉化個性，淡化習性。淨化心性，回歸自性」²⁵（安·38）。而另一則「開」字同頭格言，則提及「如來（藏）」：「開啟如來，開發智慧。開展慈悲，開朗性格。開放心胸，開闊視野。開拓精神，開明作風。開通思維，開心生活」（安·46）。此則格言首句「開啟如來」使人費解，如加字理解為「開啟如來（藏）」，則可與其下「開發智慧」、「開展慈悲」相呼應，意指將人人內在「如來藏自性清淨心」²⁶本具的智慧、慈悲開發出來，就是「心靈環保」，即可產生開朗、開拓、開通、開心等實用的果效。

筆者以為，《安心祝福語》之由「宗教教育」層面提出「佛性」、「如來藏」，與果東法師之禪修經驗應有關聯。果東法師說：

二〇〇五年五月，[聖嚴]師父指示我到紐約參加象岡「默照禪十」。那次禪修對我的幫助很大，讓我對「心、佛、眾生三無差別」這句話有更深的體悟。眾生常常生起無明煩惱，但仍具有清淨

²⁴ 唯一提及「（佛）性」之處，為「駕行般若船苦海普渡，常登涅槃山心性不動」（AW一·105）。般若智慧的作用，是普渡眾生，而佛性、自性則是涅槃常寂，如如不動的。二者之關係，是寂而常照，照而常寂。

²⁵ 「淨化心性光明語」之標題，出自果東法師（2015）所收「原諒結好緣心法」書卡。

²⁶ 聖嚴法師（2006：249）引吉藏《大乘玄論》卷三（CBETA, T45, no. 1853, p. 41c19-c23），論及佛性義的第九「會教門」項下：「《涅槃經》中名為佛性，則於《華嚴》名為法界，於《勝鬘》中名為如來藏自性清淨心，《楞伽》名為八識，《首楞嚴經》名為首楞嚴三昧，《法華》名為一道一乘，《小品》名為般若法性，《維摩》名為無住實際，如是等名，皆是佛性之異名」。

的佛性，只要一念清淨，就與圓滿智慧的佛性沒有差別。（果東法師，2012：97）

果東法師由默照禪法體會到佛性常清淨，煩惱的眾生，只要一念清淨，回歸自性，此心就與圓滿佛性沒有差別，這就是《華嚴經》所說：「心、佛及眾生，是三無差別」（《大方廣佛華嚴經·夜摩天宮菩薩說偈品第十六》，CBETA, T9, no. 278, p. 465c29）。

那麼，煩惱眾生本具的清淨「佛性」、「如來藏」，其意指為何？聖嚴法師說：

佛性的梵文是**buddhatā**或**buddhatva**，又譯為如來性或覺性，即是一切佛陀的本性。……如來藏與佛性，都是眾生本具，是同體異名，是因眾生有煩惱，所以未顯如來藏中的佛性（覺性），在聽聞佛法而除滅煩惱之後，佛性（覺性）即會顯現。（聖嚴法師，2006：262）

如來藏的梵文是**tathāgata-garbha**，意為在一切眾生心中，藏有如來的覺性，若能除去一切的無明煩惱，即是清淨的佛心，即見本具的如來覺性（佛性），是故如來藏與佛性，是異名同義。（聖嚴法師，2006：265）

「佛性」與「如來藏」二者，是同體異名，眾生心中，藏有如來的覺性，²⁷ 稱為「如來藏」，只是因為心有煩惱，所以佛性（覺性）未顯；一念清淨，除滅煩惱，即見清淨佛性，以禪宗詞彙而言，稱為「明心見性」：「明的是清淨的心，見的是不動的性。心有煩惱時，是見不到佛性的，只有在心清淨時，才能見到不動、不變的佛性」（聖嚴法

²⁷ 林采蓉（2013：23）指出，雖然**garbha**通常解釋為「子宮」（the womb, the inside），但若**garbha**在梵文複合詞之後，則表示「擁有在內部」（having in the interior）、「包含」（containing）。

師，1999g：103）。

如上所述，「心靈環保」是心法，運用環保的方法，去除心中的情緒垃圾，保持內心環境的乾淨整潔。原本不環保、不安、生病的心，經由扭轉觀念，運用方法，消融自我中心，成就環保的、安定的、健康的心，整個過程，可以不涉及「佛性」、「如來藏」。

然而，《安心祝福語》提出「佛性」、「如來藏」，可以說是給「心靈環保」論述補充宗教信仰之依據，這樣的補充是出於「宗教教育」之立場，其傳播受眾應是已對佛法具有基本理解，有意願、有興趣於學佛禪修之人士。

從宗教教育層次而言，相信「人人皆有佛性」、「眾生本具如來之藏」、「心、佛、眾生三無差別」，可以幫助我們更具信心來實踐「心靈環保」，而「人間淨土」的建設也必能成就。果東法師說：

信心的建立，除了相信佛、法、僧三寶，也要相信自己本具佛性，透過修行的過程，未來也將成佛。（果東法師，2015：123）

修行不必獨居山林，只要當下能不執著，能超越自我中心，便不會被煩惱所困擾，那麼當下便是清淨的，當下便是在淨土之中，便能在紅塵之中奉獻自己、成就他人……（果東法師，2012：135-136）

由是可知，《安心祝福語》在教育層面上與《108自在語》定位不同，《108自在語》在「通俗教育」層面毋庸論及「佛性」、「如來藏」，而《安心祝福語》則由「宗教教育」層面對「心靈環保」給予信仰的安立、信心的建設，這應是法鼓宗兩本格言集最大差異所在。

2. 明鏡心、菩提身：「心靈環保」與《六祖壇經》禪法

聖嚴法師《108自在語》就《六祖壇經》所載神秀及六祖惠能兩則偈語，做出層次分析：

(1)世俗境：身如玉樹臨風，心如平湖秋月（AW三·53）。

(2)修行境：身是菩提樹，心如明鏡臺（AW三·54）。

(3)悟後境：菩提本無樹，明鏡亦非臺（AW三·55）。

第(1)則格言「玉樹臨風」指才貌出眾，「平湖秋月」指品德高潔，依世俗角度已是在身心修養上取得高度成就者，內外兼優，既有外在美，也有內在美，然而，卻未修行佛法，尚不明生死大事。第(2)則格言取自禪宗五祖弘忍（601-675）大弟子神秀（606-706）所作：「身是菩提樹，心如明鏡臺，時時勤拂拭，勿使惹塵埃」。第(3)則格言則取自六祖惠能（638-713）所說：「菩提本無樹，明鏡亦非臺，本來無一物，何處惹塵埃」。²⁸

這三則《108自在語》格言約作於2006年10月，²⁹而其思想的解析，可溯及聖嚴法師1992年5月1日於美國耶魯大學之演講「禪是什麼」：

神秀的偈子，意指我們的心就像明鏡台一樣，身則如菩提樹一般，我們應常以「持戒」清淨我們的身體，以「修定」清潔我們的心念，才能使身心不受染汙，而得清淨。身心清淨，即得解脫。所以，在沒開悟前，必須持戒、修定，常常地拂拭，清理身心。這是一個正在修行，而且是很努力地修行的人所見的層次。因此，五祖看了，便令門人焚香禮敬，照著修行，免墮惡道，得大利益。

六祖惠能的偈子，則已見「空性」，故否定了菩提樹、明鏡台等身心的存在。既沒有像菩提樹的身，也沒有像明鏡台的心，那用

²⁸ 神秀偈頌，見宗寶本《六祖大師法寶壇經·行由第一》（T48, no. 2008, p. 348b24-25）；惠能偈頌，見《六祖大師法寶壇經·行由第一》（T48, no. 2008, p. 349a-8）。

²⁹ 《聖嚴法師年譜》「2006年十月十日」條載：「十月十日，於中正精舍，對侍者弟子們解說日前寫成三件書法意境：『身如玉樹臨風，心如平湖秋月』為世俗境；『身是菩提樹，心如明鏡台』為修行境；『菩提本無樹，明鏡亦非台』乃悟後境」（林其賢，2016：2186）。

功又用到哪兒去呢？根本不須洗啊、擦啊、持戒啊、修定的。既然是「空」的，就是無罣無礙，哪兒來的塵埃？這才是真正的自由，真正的解脫，也是悟後見性的境界。（聖嚴法師，1999e：49-50）

聖嚴法師認為，「身是菩提樹，心如明鏡臺」是修行的層次，修行過程中，要運用持戒、修定的方法，使身心常保清淨，這是由「不淨」轉向「淨」的淨化過程，尚未達「開悟」之境。為何如此說？因為「開悟見性」，是見到「空性」，「空性」中「既沒有像菩提樹的身，也沒有像明鏡台的心」，故說「菩提本無樹，明鏡亦非臺」。身心既無，淨化的工夫亦用不上，體悟「空性」本然清淨無礙，才是「悟後見性」的境界。

佛性無相，自性是空（聖嚴法師，2020a：49），離一切名相，故任何言語譬喻，無論是「菩提樹」，還是「明鏡臺」，都不宜用來說明開悟之境。然而，為了教育及傳播之目的，法鼓宗格言使用「菩提樹」、「明鏡臺」等文學性的譬喻，仍不失為方便的傳播工具。

首先，就「心如明鏡（臺）」³⁰之明喻而言，《108自在語》以「明鏡無塵」比喻清淨的智慧心：「要做無底的垃圾桶，要學無塵的反射鏡」（AW一·105）、「要做無塵的反射鏡，明鑑一切物，不沾一切物」（AW二·107）；明鏡之作用，在於能明鑑萬物而不沾纖塵，正如無我的智慧心，能如實映現萬法，而沒有自我中心的判斷、執著和觀點（聖嚴法師，2011：234）。聖嚴法師說：

……凡夫經常心隨境轉，凡夫的心受環境裡的人、事、物所影響、牽連、困擾，稱為「攀緣」，那就會有病產生。如能做到心如

³⁰ 學者霍韜誨（1998：189）指出，「鏡台」，以固鏡者，即指鏡而言。以鏡喻心，《莊子·應帝王》已言之，但神秀言鏡，可能是受到《楞伽經·卷一》「譬如明鏡，現眾色像」、《起信論》「眾生心者猶如於鏡，鏡若有垢，色像不現」等以明鏡喻心識的影響。

止水，又如明鏡，而且有求必應，則是除病不除法，也就是心靈環保的最高境界。（聖嚴法師，1999h：123）

不環保的心，常受環境影響而煩惱不安；環保的心，如止水，又如明鏡，不受外界紛擾影響而波動不安。進一步以安定的心發揮影響力，使大眾、使社會安定淨化，則是心靈環保的最高境界。

《安心祝福語》於「心如明鏡」之譬喻，亦多所引申，有承繼《108自在語》者，亦有與《108自在語》著重點不同者。

就「承繼」一面而言，《108自在語》以「明鏡」闡述無我的智慧心映現萬法，《安心祝福語》亦指出「慚愧懺悔心清淨，法喜禪悅心明鏡」（安·41），意指經過慚愧懺悔之修行工夫得心清淨，本心智慧顯露，如「明鏡」映現萬法而纖毫無著，在不執著萬象的無我境界中，擺落一切得失人我、憂悲苦惱，得法喜充滿之大自在。

就「著重點不同」一面言，《安心祝福語》於「心如明鏡」之譬喻，除上述用以闡述無我的智慧心映現萬法外，還用之以說明運用禪法，由內心「反觀自照」，以去除情緒煩惱垃圾的環保淨化過程：「自心如一池清水，當以放大鏡，照見無明煩惱習性，修正身語意三業行為偏差」（安·23）、「一心明鏡，照見塵垢，化染為淨」（安·48）。

聖嚴法師說：清淨心是自照照人的智慧（1999f：110），用以自照，自己洗刷煩惱無明，可以增長智慧；用以照人，協助他人洗刷煩惱無明，可以增長自己的福德（1999i：316）。

當煩惱現前，萬勿跟隨煩惱走，越陷越深；當提起自心，練習「反觀自照」，照一照自己的心念，實踐心靈環保，化染為淨。《安心祝福語》對於「心如明鏡」一譬喻之使用，可謂發揮了心靈環保「自照」、「自觀」、「自淨」之意。

其次，就「身是菩提樹」之隱喻（暗喻）而言，《108自在語》除上述引用神秀偈語之「AW三·54」一則外，未見其他運用，而《安心

祝福語》則用以闡明「心靈環保」入世化眾之妙用：「一身菩提，照護眾生，福慧傳家」（安·48）。「心靈環保」由自身做起，反觀自照，淨化身心，進一步則利眾照人，照護眾生，淨化社會，建設人間淨土，亦即上引聖嚴法師所說：「心靈環保的最高境界」（聖嚴法師，1999h：123），以《六祖壇經》語言來說，或可說是「清淨心體，湛然常寂，妙用恒沙」（《六祖大師法寶壇經·宣詔第九》，T48, no. 2008, p. 360a14-15）。

以禪法境界論而言，「心靈環保」應可分為「修行境」、「悟後境」、「妙用境」三境，而就本節所論「菩提樹」、「明鏡臺」之譬喻運用，《108自在語》直接引述《六祖壇經》所載神秀及六祖惠能兩則偈語，說明「心靈環保」之「修行境」及「悟後境」，而《安心祝福語》則應用「一身菩提」之略喻（省略「喻詞」）³¹，闡發「心靈環保」的最高境界：「照護眾生，福慧傳家」之「妙用境」。

《安心祝福語》對於「菩提樹」、「明鏡臺」之譬喻運用，可以說是將「心靈環保」論述溯源、追本於《六祖壇經》禪法。

五、結論

聖嚴法師於2004年創立法鼓宗，其里程碑之意義在於：將「觀音道場」、「第一聖地」之法鼓山神聖空間加以時間化，轉化為「承先啟後」、回歸佛陀本懷之法鼓宗。

本文由法鼓宗格言集分析指出，首先，聖嚴法師之《108自在語》「心靈環保」面向，於法鼓宗「承先啟後」之里程碑意義，至少包含了承繼漢傳佛教「禪淨雙修」之創新傳統，而開啟以現代環保觀念詮釋「禪淨雙修」之現代創新。

³¹ 若將喻詞還原，則「一身菩提」可以表示為「一身是菩提（樹）」（隱喻），或「一身如菩提（樹）」（明喻）。

其次，果東法師之《安心祝福語》「心靈環保」面向，則承繼《六祖壇經》禪法，呈現法鼓宗對於中華禪「如來藏」信仰之現代環保轉化。

其三，就「佛教格言」傳播現象言，法鼓宗格言集「心靈環保」面向，於法鼓宗之宏揚漢傳禪佛教，其傳播定位是「通俗教育」與「宗教教育」，其傳播內容則包含了漢傳禪法「修行境」、「悟後境」、「妙用境」三境。

最後，本文由「佛教格言」視角切入，例示了「文學形式」在當代社會宗教傳播中所扮演的重要角色。雖然「格言」作為一種文學形式，對於宗教傳播的有效性，不容易做量化的研究，我們無法具體的說明法鼓宗格言集對於心靈環保理念的推廣具體效果為何，但經由本文的分析，我們可以總結說：法鼓宗《108自在語》之現代化、祛魅化及貼近日常的語言，以及《安心祝福語》運用「同頭」、「同尾」修辭技巧之諧音文學性，較傳統佛典語言更能夠為大眾所接受，這是毋庸置疑的。³²

³² 本段感謝匿名審查人的寶貴總體評論意見。

附錄：果東法師《安心祝福語》48則

（序號為筆者所加）

· 調心轉境

1. 人難免有期望，但要節制欲望。
千萬不要奢望，未來要有展望。
永遠不要失望，心更不要絕望。
堅定永抱願望，才能充滿希望。
2. 逆境轉個彎，前景無限寬。
身段柔和彎，處世相見歡。
3. 心念轉為正念，希望光明無限。
心念化為淨念，當下淨土照見。
4. 順境成功是好的收穫，
逆境失敗是好的體驗。
5. 不計較、不比較，晚上好睡覺，
隔天工作才有效，自然會心微笑。
6. 操心、擔心，無濟於事，徒增煩惱；
小心、用心，努力當下，心安平安。
7. 因果不是宿命論，
以平常心接受順逆境緣，
盡責負責，發願還願，
才是正確的因果觀。
8. 隨緣不是隨波逐流，
把握因緣，在於積極；
創造因緣，在於努力，
才是真正的隨緣。

9. 痛，是生理反應；
苦，是心理作用。
把身體調養交給醫生，
把心理調適交給信仰，
身苦心不苦，心好命就好。
10. 常說：感恩、謝謝、對不起、再見！
該表達的已表達，
該圓滿的已圓滿，
生而無疑，死而無憾。
11. 提起是慈悲，放下是智慧；
提放自如，觀世自在。
12. 智慧轉境，自心光明；
念念清淨，遍照光明。
慈悲利他，希望遠大；
步步踏實，前程遠大。

· 安心成事

13. 盡心盡力，隨緣努力。
轉化壓力，成為助力。
開發潛力，保持毅力。
凝聚向心力，展現生命力。
有願就有力，彼此共勉力。
14. 理解現象，包容狀況。
持續溝通，成就修行。
15. 坦然面對，欣然接受，
泰然處理，安然放下。
16. 盡心盡力，盡責盡分；

心平氣和，安於當下。

體諒包容，敬業樂群；

感恩報恩，奉獻利他。

17. 承擔不是負擔，積極不要著急。

用心不是擔心，認真不要當真。

柔和不是柔弱，結緣不要攀緣。

18. 凡事正解，尊重理解。

誠心了解，相互諒解。

溝通化解，釐清誤解。

心開意解，迎刃而解。

和諧善解，圓滿和解。

19. 人生須要管理，互動須要倫理。

做人須要情理，做事須要條理。

問題須要處理，溝通須要明理。

壓力須要清理，情緒須要疏理。

心態須要同理，處世須要達理。

20. 隨時隨地，把握時機。

冷靜沉著，轉化危機。

珍惜因緣，創造良機。

奉獻利他，契理契機。

開發潛力，成就利機。

安心自在，處處生機。

21. 隨緣不隨習，抱願不抱怨；

結恩不結怨，原諒好緣亮！

22. 做人老實，做事確實。

工夫紮實，腳步踏實。

面對現實，接受事實。

心態務實，心靈充實。

了解真實，超越虛實。

修證如實，生命豐實。

23. 環境是一面鏡子，

當用透視鏡，看清無常因緣現象，

不要被現象與情緒拉著跑。

自心如一池清水，

當以放大鏡，照見無明煩惱習性，

修正身語意三業行為偏差。

24. 自信不自傲，謙卑不自卑；

寬大不自大，無私不自私。

放鬆不放逸，輕鬆不輕浮；

善巧不取巧，方便不隨便。

· 同理心溝通

25. 大家相聚即有緣，布施微笑歡喜緣。

你我對錯相惜緣，彼此關懷種福緣。

感恩接受順逆緣，報恩奉獻結善緣。

珍惜當下好因緣，福慧傳家圓滿緣。

26. 凡事正面解讀，不以負面情緒反應處理，

自然少煩少惱。

善用逆向思考，轉以盡責負責發願還願，

便在修福修慧。

27. 要倫理不要論理，要傾訴不要控訴。

要慰問不要質問，要報恩不要負恩。

28. 真誠笑容，心胸寬容。

器度雍容，體諒包容。

- 自在從容，自然美容。
29. 天冷心要暖，自私的寒酸冷漠，
怎如利他的慈悲溫暖？
天熱心要靜，無明的身心熱惱，
亟需清涼的智慧消融。
30. 守護自家，互敬成家。
盡責養家，簡樸持家。
倫理安家，和樂興家。
悲智當家，福慧傳家。
31. 大家相聚歡喜氣，彼此相處要和氣。
互相包容老習氣，莫為不順發脾氣。
氣出病來傷元氣，順逆感恩生正氣。
活力報恩有朝氣，和樂無諍真福氣。
32. 隨緣消舊業，
損害他人的報復行為絕對不做；
惜緣修福慧，
利人利己的善念祝福經常要有。
33. 以和為貴，以誠相待，家庭好善緣。
尊重多元，包容差異，職場好人緣。
從零開始，隨時出發，人生好隨緣。
心理平衡，人格穩定，心安好福緣。
34. 在謙卑中提起承擔，
珍惜相遇的每個因緣。
在奉獻中放下得失，
感恩生命的起承轉合。
35. 肉體的生命無常，
應當珍惜生命，做有意義的事。

精神的生活無限，
重在安頓身心，健全圓滿人格。
智慧的生命無盡，
學習六度萬行，福慧自在雙運。

36. 盡責負責的人，大事小事，都是好事。
修福修慧的人，大事小事，都是佛事。
提放自如的人，大事小事，根本沒事。

· 初心行願

37. 生命的起承轉合

起：緣起——大悲心起，尊重生命。
承：承擔——承先啟後，提升生命。
轉：轉化——大轉法輪，淨化生命。
合：和合——理事融合，圓滿生命。

38. 隨時發心，隨念清淨。

隨處觀音，隨聲應身。
隨緣迎接，隨力奉獻。
隨遇心安，隨喜自在。
隨佛修行，隨願所成。

39. 人生的加減乘除

人生的加法：增福增慧，心靈成長。
人生的減法：少欲知足，生活環保。
人生的乘法：眾緣和合，悲智和敬。
人生的除法：消除煩惱，菩提自現。

40. 開發佛性，提起覺性。

轉化個性，淡化習性。
淨化心性，回歸自性。

41. 順境逆境心平靜，禪修念佛心安定。
慚愧懺悔心清淨，法喜禪悅心明鏡。
感恩報恩獻生命，慈悲智慧樂和敬。
42. 凡夫人生：不知無常，執取生苦。
自覺人生：活在當下，佛在當下。
菩薩人生：不畏苦難，救苦救難。
43. 自我超越禪修行，行住坐臥體驗行。
清楚放鬆安定行，放下身心自在行。
順逆感恩精進行，懺悔報恩清淨行。
普門現身說法行，三德六味喜悅行。
活在當下信願行，緣起性空如來行。
44. 不迷紅塵捨貪愛，
不離紅塵度眾生；
紅塵不迷亦不離，
身在紅塵發菩提。
45. 六度菩薩學
布施：慈悲喜捨，多結善緣。
持戒：止惡行善，身心清淨。
忍辱：任勞任怨，廣種福田。
精進：步步踏實，細水長流。
禪定：安定不亂，禪悅為食。
般若：無我智慧，無住生心。
46. 開啟如來，開發智慧。
開展慈悲，開朗性格。
開放心胸，開闊視野。
開拓精神，開明作風。
開通思維，開心生活。

47. 知足常樂，行善快樂。
 自得其樂，平安喜樂。
 清淨安樂，無諍和樂。
 離苦得樂，寂滅最樂。
48. 一點明燈，照亮黑暗，轉迷為悟。
 一念覺醒，照破無明，棄邪歸正。
 一心明鏡，照見塵垢，化染為淨。
 一身菩提，照護眾生，福慧傳家。

引用文獻

- 《大方廣佛華嚴經·夜摩天宮菩薩說偈品第十六》，CBETA, T9, no. 278。
- 《大乘玄論》卷三，CBETA, T45, no. 1853。
- 《六祖大師法寶壇經·行由第一》，T48, no. 2008。
- 《六祖大師法寶壇經·宣詔第九》，T48, no. 2008。
- 《四十二章經》，CBETA, T17, no. 784。
- 《佛教遺經》，CBETA, T12, no. 389。
- 《阿彌陀經疏鈔》，CBETA, X22, no. 424。
- 《萬善同歸集》，CBETA, T48, no. 2017。
- 108自在語2005-2022大事記，2022.3.31，http://www.108wisdom.org/html/108_2005-2022.pdf
- 于君方（2021）。〈漢傳佛教的創新性：再論禪淨雙修（一）〉（黃韻如譯），《人生》，457：104-107。
- 正持法師（2019）。〈六朝漢譯《法華經》偈頌的文學特色〉，《東海大學圖書館館刊》，46：16-41。
- 印順法師，《原始佛教聖典之集成》，CBETA, Y35, no. 33。
- 何永清（2006）。〈《一〇八自在語》的修辭析賞〉，《中國語文》，590：71-75。
- 屈大成（2018）。〈從漢巴對照看《雜阿含經》偈頌的特色〉，《圓光佛學學報》，32：31-86。
- 林其賢（2016）。《聖嚴法師年譜》，臺北：法鼓文化。
- 林采蓉（2013）。《佛與眾生的一致性與差異性——以如來藏三義的六種概念為主要研究課題》，臺北：政治大學宗教研究所碩士論文。
- 林益仁（2004）。〈環境實踐的「全球」與「在地」辯證：以法鼓山的「環保」論述為例〉，《台灣社會研究季刊》，55：1-46。
- 果東法師（2012）。《抱願，不抱怨》，臺北：有鹿文化。
- （2015）。《原諒，好緣亮！》，臺北：法鼓文化。
- （2018）。《安心祝福語》，臺北：法鼓文化中心。
- 果光法師、常諗法師（2011）。〈漢傳禪佛教的當代實踐——聖嚴法師的「心

- 靈環保」），聖嚴教育基金會學術研究部（編），《聖嚴研究》第二輯，241-301，臺北：法鼓文化。
- 俞永峰（2010）。〈聖嚴法師與禪宗之現代化建構〉，《傳燈續慧：中華佛學研究所卅週年特刊》，139-176。
- 胡健財（2011）。〈聖嚴法師創建法鼓山之時代意義——以「四個環保」思想為對象之研究〉，聖嚴教育基金會學術研究部（編），《聖嚴研究》第五輯，269-320，臺北：法鼓文化。
- 張昌邦等（2018）。法鼓山智慧隨身書，《今生與師父有約（十一）》，臺北：法鼓山文化中心。
- 單德興（2017）。《禪思·文思》，臺北：法鼓文化。
- 聖嚴法師（1991）。《聖嚴法師法鼓集》（林清玄編），臺北：九歌。
- （1995）。《智慧的花串》（劉洪順編），臺北：漢光文化。
- （1997a）。《人間擺渡》（林其賢編），臺北：法鼓文化。
- （1997b）。《紅塵道場》（林其賢編），臺北：法鼓文化。
- （1999a）。《四十二章經講記》，臺北：法鼓文化。
- （1999b）。《心經新釋》，臺北：法鼓文化。
- （1999c）。《聖嚴法師學思歷程》，臺北：法鼓文化。
- （1999d）。《法鼓山的方向》，臺北：法鼓文化。
- （1999e）。《禪的世界》，臺北：法鼓文化。
- （1999f）。《禪與悟》，臺北：法鼓文化。
- （1999g）。《禪鑰》，臺北：法鼓文化。
- （1999h）。《維摩經六講》，臺北：法鼓文化。
- （1999i）。《戒律學綱要》，臺北：法鼓文化。
- （2005a）。《佛遺教經講記》，臺北：法鼓文化。
- （2005b）。《學術論考II》，臺北：法鼓文化。
- （2005c）。《平安的人間》，臺北：法鼓文化。
- （2005d）。《法鼓山的方向II》，臺北：法鼓文化。
- （2005e）。《公案一〇〇》，臺北：法鼓文化。
- （2005f）。《動靜皆自在》，臺北：法鼓文化。
- （2006）。《華嚴心詮：原人論考釋》，臺北：法鼓文化。

- (2009)。《聖嚴法師108自在語合輯——中文繁體平裝本》，臺北：財團法人聖嚴教育基金會。
- (2011)。《我願無窮：美好的晚年開示集》，臺北：法鼓文化。
- (2020a)。《承先啟後的中華禪法鼓宗》，法鼓全集2020紀念版，第9輯第7冊，臺北：法鼓文化。
- (2020b)。《法鼓山的方向：理念》，法鼓全集2020紀念版，第9輯第1冊，臺北：法鼓文化。
- (2020c)。《法鼓山的方向：護法鼓手》，法鼓全集2020紀念版，第9輯第5冊，臺北：法鼓文化。
- 聖嚴法師口述、胡麗桂整理 (2007)。《法鼓山故事》，臺北：法鼓文化。
- 蕭世友 (2017)。〈略本《般若波羅蜜多心經》重探：漢譯、譯史及文本類型〉，Social Science Research Network，1-95。
- 霍韜誨 (1998)。《佛學》，香港：中文大學。
- 簡基益 (2009)。《《四十二章經》的文獻與義理研究》，嘉義：南華大學宗教學研究所碩士論文。
- Barnes, J. (Ed.). (1984). *The Complete Works of Aristotle: The Revised Oxford Translation*, Princeton: Princeton University Press.
- Crossan, J. D. (1983). *In Fragments: The Aphorisms of Jesus*, Harper & Row.
- Lopez, D. S., Jr. (1988). *The Heart Sūtra Explained: Indian and Tibetan Commentaries*, Albany: SUNY Press.
- Mieder, W. (2012). *Proverbs: A Handbook*, Westport, Connecticut: Greenwood Press.
- (2015). “Origin of Proverbs,” H. Hrisztova-Gotthardt and M. A. Varga (Eds.), *Introduction to Paremiology*, 28-48, De Gruyter Open Poland, ebook.
- Sharf, R. (2002). “On Pure Land Buddhism and Ch’an/Pure Land Syncretism in Medieval China,” *T’oung Pao*, 88, fasc.4-5: 282-331.
- Shih, H.-C. (1991). “The Syncretism of Chinese Ch’an and Pure Land Buddhism,” D. Kalupahana (Ed.), *Buddhist Thought and Ritual*, 69-84, New York: Paragon House.
- Yü, C.-F. (1981). *The Renewal of Buddhism in China: Chu-hung and the Late Ming*

Synthesis, New York: Columbia University Press.

—— (1990). “Ming Buddhism,” F. W. Mote and D. Twitchett (Eds.), *Cambridge History of China*, vol. 8, Part II, 893-952, Cambridge: Cambridge University Press.