

「心」五四，心靈環保的具體行動

四安：安心、安身、安家、安業；

四要：需要、想要、能要、該要；

四它：面對它、接受它、處理它、放下它；

四感：感恩、感謝、感化、感動；

四福：知福、惜福、培福、種福。

「心」五四，為聖嚴法師於 1999 年提出，且被法師視為二十一世紀的生活主張，以人心觀念的改善為著眼，以社會環境的改善為目標。聖嚴法師最先提出心靈環保，接著又推出禮儀環保、生活環保、自然環保，用來協助今日世界各國共同推動的環保意識，並且提醒世人，環保的主要問題是在於自私的人心所造成，環保宜先從心靈的正本清源做起，所以具體地提出了「心」五四運動的主張，也是心靈環保落實的方法，可作為身心行為的準則。

如今，社會大眾對於「心」五四琅琅上口，尤其關於現代人的消費行為，一定會想到法師所說的「需要的不多，想要的太多」，這也是綠生活很重要的觀念，不做無謂的消費，就不會過度浪費，也不會產生垃圾，造成環境的負擔。

《人生》雜誌 324 期

（資料來源：《自家寶藏——如來藏經語體譯釋》、《法鼓山的方向》）