

南 華 大 學
哲 學 與 生 命 教 育 學 系
碩 士 論 文

莊子哲學對生命教育之啟示與影響



研 究 生：盧義光 撰

指 導 教 授：尤惠貞博士

中 華 民 國 一 百 零 一 年 六 月 十 八 日

南 華 大 學

哲學與生命教育學系碩士班

碩 士 學 位 論 文

莊子哲學對生命教育之啟示與影響

研究生：盧彥文

經考試合格特此證明

口試委員：尤惠貞

李伯倫
謝青龍

指導教授：尤惠貞

系主任(所長)：尤惠貞

口試日期：中華民國 101 年 06 月 18 日

摘要

「生命教育」即「生命哲學」的教育實踐，探討範圍包含「倫理」、「道德」、「人生觀」與「生命價值」等廣義範疇，生命教育的探討，一方面追求生命的意義，以建立完整的價值體系；一方面期能落實於具體的生活環境中，提昇生活品質，以尋求安身立命之道。

莊子「境界型態的形上學」點破世人對表象事物的執著，通過精神的提昇與獨立思考，轉化生命的不足與限制，使生命教育的內涵更為充實。因此生命教育可以經由引導學習者超越外在的客觀現實，而使生命的安頓「當下即是」，提揭現行生命教育因「有待」諸多原因，而造成理想與實現有落差的狀況。希望本研究能由莊子「逍遙無待」的人生智慧，開創出生命教育另一番繁花勝景。對於莊子哲學中「逍遙無待」所涵蓋之重要範圍。

在本論文中將包含三大面向與五項重要意涵之概念，三大面向內在部分是「自我成長」，外在部分是「人際關係的融合」與「自然關係的結合」(莊子哲學的觀點結合現代生態學上共生觀點將生命真諦與道德與大自然做一結合到環境，也是基於理性的自我保存)；五項重要意涵之概念分別是「無為自然」、「萬物齊一」、「平等齊觀」、「死生齊一」與「安時處順」，交疊出在生命教育中所產生之影響與實踐運用。

本論文有討論莊子哲學在生命教育中的影響之理論實踐，另一方面，本論文旨在探討莊子哲學與全人教育中的「自我成長」、「人際關係」與「自然和諧」之關涉。透過莊子哲學將「自我成長」、「人際關係」與「自然和諧」結合「無為自然」、「萬物齊一」、「平等齊觀」、「死生齊一」與「安時處順」，陳述其影響與應用。探討莊子哲學以古鑑今與主要實踐議題及莊子哲學在「教師教學」與「學生教育」上之應用。本論文依循原典及之前研究成果進行詮釋，並與生命教育的內涵作一對話，期能賦予生命教育更多的人生智慧及多元時代的新意義。

最後，以「莊子哲學在生命教育上之實踐與應用」結合本人從事教育工作二十多年對生命教育的體悟與實踐作為本論文最後之結語。期望本論文在莊子哲學對生命教育之影響與啟示的學術研究上能具有參考價值。

關鍵詞：生命教育、莊子哲學、無為自然、萬物齊一、平等齊觀、死生齊一、安時處順

目 錄

第一章 緒 論	1
第一節 研究動機.....	1
第二節 研究範圍.....	4
第三節 研究進路.....	6
第二章 莊子哲學與生命教育之關涉	9
第一節 生命教育之超越依據—莊子哲學中之「道」、「氣」.....	9
第二節 生命教育之內在依據—莊子哲學中之「主體」、「真宰」.....	18
第三章 莊子哲學與自我成長之關涉	22
第一節 莊子哲學對人格適性發展之啟示.....	22
第二節 當今台灣教育對「自我成長」之重視與作法.....	25
第四章 莊子哲學與人際關係之關涉	30
第一節 莊子哲學對人際關係之啟示與影響.....	30
第二節 莊子的「無為自然」對人際關係之啟示與影響.....	35
第三節 莊子的「萬物齊一」對人際關係之啟示與影響.....	37
第四節 莊子的「平等齊一」對人際關係之啟示與影響.....	41
第五章 莊子哲學與自然關懷之關涉	43
第一節 生命教育永續發展與尊重生命之關涉.....	43
第二節 莊子哲學對校園與環境現實關懷之影響.....	52
第三節 莊子哲學對環境生態自然和諧之影響.....	60
第六章 結論：莊子哲學在生命教育上之實踐與應用	65
第一節 莊子哲學「實踐取向觀點」在生命教育之應用.....	65
第二節 莊子哲學在「教師教學」上之實踐與應用.....	68
第三節 莊子哲學在「學生教育」上之實踐與應用.....	73
第四節 莊子「死生齊一」在生命教育之實踐與應用.....	84
第五節 莊子「安時處順」在生命教育之實踐與應用.....	87
第六節 結語.....	91

參考文獻	94
一、書籍.....	94
二、期刊論文.....	96
三、碩博士論文.....	98
四、網站.....	99
圖目錄	7
圖.....	7
表目錄	28
表.....	28

第一章 緒論

第一節 研究動機

生命教育 (Life Education)是我國除「九年一貫課程」、「多元入學方案」之外的另一項重大教育政策¹。生命教育在教育領域雖然是一個新的名詞，但並不是一個新的事物，其內涵早已存在本有的文化及教育體系當中。近年來，由於科學技術的進步及生產力的高度發展，帶來前所未有的繁榮與富庶，人們享有高度的物質生活，卻喪失了生命的意義。物質生活和精神生活的嚴重失衡，導致道德淪喪、違法亂紀的行為不斷增加，在此背景下，教育改革的聲浪，在社會各階層形成巨大的共鳴。國內生命教育由前教育廳長陳英豪教授首先提出，他說：

就任以來，即提出必須以人文精神教育來改善教育品質。所謂人文精神教育即是以人為中心的教育。簡而言之，即教導學生自尊及尊重他人，讓學生瞭解社會和諧發展之基礎，是彼此的尊重和信任，而『生命教育』課程，是希望我們所教導的學生，在其有限的生命歷程中，能實現人生的理想，表現生命的價值，為自己留下一份良好的成績單。²

我國的生命教育一開始是由各宗教團體和私立大學宗教研究院系積極推動。目前仍以天主教學者推行最力，從宗教立場論述的生命教育偏重於信仰及生死的問題。「生命教育」為近年來為國家重大教育決策之一。緣起於校園內暴力自戕等案件頻傳，反映出學子不尊重生命的態度，彰顯了生命教育的迫切性。然而因生命問題本身的複雜性、生命教育觀點的多元化，使其定義難以獲得一至的共識，其教學目標與實施方式亦難以訂定出具體可循的標準。若堅持確立「生命教育」的具體內涵作為掌握生命教育實施方式的先決條件，生命教育的推動便無法跨出第一步。然則生命教育的實施迫在眉睫，學生的成長只有一次，學習契機

¹ 自 1960 年開始，死亡教育逐漸成為學校教育中的一門學科，生死教育最初發源於美國的「死亡學」、「死亡教育」，「生死教育」在台灣出現於 1993 年，其前身「死亡教育」早在 1979 年即被引進（黃松元，1993），至於「生命教育」係由宗教教育、倫理教育逐漸轉化而來的情況不盡相同，生命教育的推動則晚至 1997 年才開始。生死教育與生命教育都曾經經歷一段消沉時期，直到曾志朗當上教育部長，才將生死教育編入生命教育的領域。無奈華人社會一向諱言「死亡」，遂讓「生命教育」後來居上，成為正統的主流論述。如今在生命教育中引介「生死關懷」課題，便是因為華人社會的背景思維（鈕則誠，2004）。

² 陳英豪，〈發揚人文精神健全教育發展〉，收錄在《社會教育年刊》第 47 期，1999 年 1 月，頁 23。

稍縱即逝。《莊子·外物》有一則生動的寓言：

莊周家貧，故往貸粟於監河侯。監河侯曰：「諾，我將得邑金，將貸子三百金，可乎？」莊周忿然作色曰：「周昨來，有中道而呼者。周顧視車轍中，有鮒魚焉。周問之曰：『鮒魚來！子何為者耶？』對曰：『我，東海之波臣也。君豈有斗升之水而活我哉？』周曰：『諾，我且南游吳越之王，激西江之水而迎子，可乎？』鮒魚忿然作色曰：「吾失我常與，我無所處。我得斗升之水然活耳。君乃言此，曾不如早索我於枯魚之肆！」³

生命教育緣起來自一種反省式的思維，藉以導正當前教育與社會風氣之弊，因此它可以是一種去病不去法的治療，從修正不當的教育措施著手，如此不但未增加課程內容、不佔教學時數，反而可以化解不必要的阻力使教學活動更為順暢，在這樣的過程中，不一定要出現以「生命教育」為名的課程，因此可以說是「無」，然而它發揮了生命教育的功效，因此達成了作用的保存。目前九年一貫課程中，以「生命教育」為名稱的具體課程，僅佔綜合領域時數的十分之一，每學期四至六小時，與目前學者提出的廣義生命教育所應涵蓋的內容相形之下，不啻杯水車薪。因此，若僅將生命教育限為具體課程，將窄化其意義。生命教育主要應是一種潛在教育，其範圍無所不包，它涵化在學校的各種情境中，生命教育作為教改核心的意義，即在於它是教育之「道」，而道在教育改革是一不可或缺之重要元素，在《莊子·知北遊》中指出「道」是無所不在的，說明如下：

東郭子問於莊子曰：「所謂道，惡乎在？」莊子曰：「無所不在。」東郭子曰：「期而後可。」莊子曰：「在螻蟻。」曰：「何其下邪？」曰：「在稊稗。」曰：「何其愈下邪？」曰：「在瓦甃。」曰：「何其愈甚邪？」曰：「在屎溺。」東郭子不應。莊子曰：「夫子之問也，固不及質。正獲之問於監市履豨也，每下愈況。汝唯莫必，無乎逃物。至道若是，大言亦然。」⁴

針對莊子哲學之特殊義涵(生命教育義涵)，先作一陳述：廣義的生命教育幾乎涵蓋所有的教育問題。然而過於廣泛的定義在實施上通常會產生課程編排與實

³ 出自於《莊子·外物》，卷三，頁 49。

⁴ 《莊子·知北遊》，卷三，頁 58。

施時間的問題，除非對於「實施」能有觀點的轉換，即以無化有。莊子以「真宰」做為生命主體，道之「無」、氣之「虛」就是真宰之無宰，真知之無知，心的本真狀態即是道，天真本德具在人心之內，生命教育的主要目標，在於引導學生具備化解生命困境的能力。以莊子的角度而言，內、外環境乃是一種權宜之分，因為在莊子哲學體系裡，人類不能以自然是為己所用的態度來對待，他期望能達到「萬物齊一」的境界，而這也是其思想獨到之處，至若學子未來的人生將遇到怎樣的問題，誠非今日所能預料，更遑論預先教導其具體解決策略。因此，生命教育所能做的，主要是個人觀點與態度之轉化，個人對生命與世界觀的正面性、極積性認知，而莊子生死觀在推廣生命教育中是很重要之一項議題。在天下無道時「安之若命」、「與時俱化」，保持內心的恬淡虛無，故能消泯現實世界的種種對立與困難，從而「順世而不失己」地逍遙於人間。

人的物質生命限於外在條件，無法改變，精神的生命卻不然，它可以經由自我的反思覺省直契道體，超越有限的條件與環境，體現心靈主觀境界。主觀之境界型態繫乎一心，觀點的轉變可使人克服、超越現實之苦難困境。莊子「境界型態的形上學」⁵即通過精神超昇，轉化生命的缺憾與道相契。因此生命教育亦可以經由引導學子超越外在的客觀現實，而使生命的安頓「當下即是」。

生命教育離不開生命哲學，而本研究欲藉由莊子哲學對生命教育之啟示與影響作一深入論述。生命教育實施的過程中，因為「有待」的教育內涵定義不一、校方態度、行政制度、師資培育、教師認知、課程教材、上課時間與空間等眾多因素的配合不佳狀況之下，造成本國的現行生命教育，無論在內涵與實施方式上、發展和實施上都產生困境。因此，希望藉由研究莊子的人生哲理，對現今的教育提供建議，也對人生修養有所啟示。

⁵ 牟宗三，《中國哲學十九講》，台北，學生書局出版，，1991年，頁128。

第二節 研究範圍

一、莊子哲學對生命教育之義蘊定位

本文研究對象是以生命教育內涵（本論文建構出五大意涵）為主要研究對象，並且以《莊子》原典做為探討的依據。另外《莊子》義理詮釋、莊子生命教育思想及討論生命教育的相關專書、有關莊子哲學之期刊論文、教育部發佈的十二年國教政策資料和實施細則均是本論文在生命教育研究的主要參考資料。

莊子哲學對生命教育五大意涵在本論文研究範圍之界定，本研究進行分析與論述有關莊子哲學對生命教育實質的意義，確立莊子對人類文明的貢獻及其在中國哲學史上的地位之探究。另一方面，探討莊子哲學實踐取向觀點在生命教育之應用；探討莊子哲學在「無為自然」與「萬物齊一」校園環境生態之關涉；生命教育如何永續發展與尊重生命；探討莊子「安時處順」與「無為自然」對生命教育與環境倫理之啟示與影響。另一方面，本論文整理歸納前人的書籍經典與文獻資料，從其中分析並詮釋莊子的處世哲學，相對於眾多詮釋原典與作者原意之重視，研究者則著重在此文獻於古今時代背景與個體生命中所具有的意義。莊子哲學是以『生命』為中心，而其最終理想是在圓現生命意義，用以來證成『天地與我並生，萬物與我合一』的最高境界。「生命教育」即「生命哲學」的教育實踐。莊子一書欲完整詮釋其涵義，不同的解讀者實有見仁見智之狀態，首先將有關莊子哲學以「無為自然」、「萬物齊一」、「安時處順」、「死生齊一」與「平等齊觀」為範圍界定基礎，(本文將與生命教育三大面向進行連結)而生命哲學之界定則以全人教育為基礎，將莊子哲學與生命教育兩者作一連結，並進一步提出個人在二十多年教學經驗中有關推動生命教育感想。

本論文廣泛蒐集莊子哲學人生智慧之文獻資料並經過有系統地整理，歸納出研究重點與方向；並依循原典及之前研究成果進行詮釋，並與生命教育的內涵作一對話，期能賦予生命教育更多的人生智慧及多元時代的新意義，進而從世人所面臨的時代困境、世人的身心安頓，環境的永續發展與經營的問題，人類社會的矛盾，人在行為實踐過程中的知行不合一。尋找各領域的專家學者對環境及社會問題所做的分析資料及相關近代文獻來佐證，期能讓本論文對研究生命教育之後

續研究者更具有參考價值。

二、生命教育關懷面向定位

「生命教育」即「生命哲學」的教育實踐。探討範圍包含「倫理」、「道德」、「人生觀」等廣義範疇。在本論文中主要要探討三大面向，分別是

一、**自我成長**：生命教育之實施主要希望達到的目標是令每位學生在「自我成長」能達到以下幾項特質：1.有一顆柔軟的心，不做傷害生命的事；2.有積極的人生觀，終身學習，讓自己活的更有價值；3.有一顆愛人的心，珍惜自己、尊重別人並關懷弱勢團體；4.珍惜家人、重視友誼並熱愛所屬的團體；5.尊重大自然並養成惜福簡樸的生活態度。莊子「不言之教」、「多元適性」的教育思想對當前校園秩序的重建有重大的啟示作用。莊子主張教育應該在一種無拘無束的情境中進行，受教者在天然自性完全舒展的情況下成就其自我，接受了教育，卻完全沒感覺到負擔。

二、**人際關係**：莊子生命精神比西方思想更能貼近中國人的生命，莊子的「道」非特定價值或具體規範，因此能跨越時空，其思想兼具涵容多元與批判反省的特質，使人面對紛雜的世界不至於封閉或迷失。在傳統規範崩解、價值日趨多元的現代社會中，教育體系亦朝向鬆綁、開放的趨勢，社會環境的變遷及學校教育思潮的改變均使人極易感到徬徨無措，透過對莊子生命思想的體悟，有助於教育工作者回應社會變遷，掌握時代脈動，在衝突和挑戰中，建立以融合的人際關係去擴展宏觀視野，最終理想是在圓現生命意義，用以證成『天地與我並生，萬物與我合一』的人與自然融合為一之最高境界⁶。

三、**自然關懷**：人類面對自然的態度和信念有其歷史脈絡和背景，人類最初將道德範圍只限定於人類，而不擴展於其他生物或甚至是環境，原因在於道德是在人類社會活動中發展，人與人交互的人際關係中產生了倫理的約定成俗，相對於這樣的規定使得人類有道德的要求，這是一種「理性的自我保存」觀點。按照莊子哲學的觀點結合現代生態學上共生的觀點將生命真諦與道德與大自然做一結合到環境，也是基於理性的自我保存，人類整體作為環境的成員之一，同樣要思考安身立命的問題，然而在人類與自然環境的對待上，什麼才是正確、永續發展的倫理觀念。基於以上三大面向為主要基礎，再進一步結合五大關涉，有關三大面

⁶ 牟宗三，《中國哲學十九講》，台北，學生書局出版，，1991年，頁128。

向與五大關涉之連結關係進而有效實踐與運用，在下一節將有詳細介紹。

第三節 研究進路

一、莊子裝學五大生命教育意涵對應生命教育三個面向的關懷

台灣生命教育自民國八十七實施自今也面臨一些瓶頸，台灣的學校文化雖經歷多年的教改洗滌，但是還是洗不掉升學主義與文憑掛帥的慣性思維。在學校生命教育常常是當做一週的活動，徒具形式虛晃一招，生命教育常常只是在學校教學的框架中，流於課堂教學、理論學習，而沒有積極建構與自然環境和社會環境的體驗活動，去整合知情意行的實際成長面，也較少與家庭、社區、社會之支援系統來結合互動，使生命教育淪為理念的背誦，而不是生命理念的建立。

生命是教育的根本，離開生命，個人不可能有教育可言；而教育的內涵決定生命的品質，透過正確教育的力量，可使學習者有正確的人生價值。在第一線推動生命教育的一些老師都深有感慨，現今學校很多時候實施的是「反教育」，與生命真實情境脫節的現代教育。學校教育除了知識技能的傳遞外，在情意教育方面卻是流於形式，很多教學者常不自覺說一套做一套，身教與言教不能配合，如何使學習者達成人格統整的成效。甚至現代的教育模式，給予學習成就不好的孩子低落的自我成就感與無盡的學習挫折，教師本身的思想侷限加上家庭、學生、社會的偏差價值系統四者之間互為循環影響下，造成有些孩子在受教的過程中反受其害，多少自我成就感低落的小朋友，日後的人格發展非常的負面，甚至這些負面的影響一生無法釋疑。更有多少人學習一些錯誤的價值是一輩子不能解惑的，很多選擇結束自己生命或是傷害他人生命的人，常常是因為狹隘的人生價值觀及錯誤的生命對待。

哲學內容中，屬於人生哲學的部分為價值論。價值論雖有涉及有關人生問題的討論，對「人生觀」、「人生的意義」，「人生的理想」等問題則付之闕如。因此，生命哲學的精華即在於此。生命教育包括三個層次：第一個是屬於認知的層次，認識和了解身體及生命的意義和價值，熟悉與他人相處客觀法則以及知道愛惜自己和他人生命的方法。第二個是屬於實踐層次，個體除了具備維護自身和他人生命的知識能力之外，也要能夠真正去加以履行。不輕視自己和別人、不踐踏自己和別人、能為自己行為負責，真正能統合知情意行。第三個是屬於情意層次，具有人文關懷、社會關懷和正義關懷，而且能夠不斷的自我省思，欣賞和珍

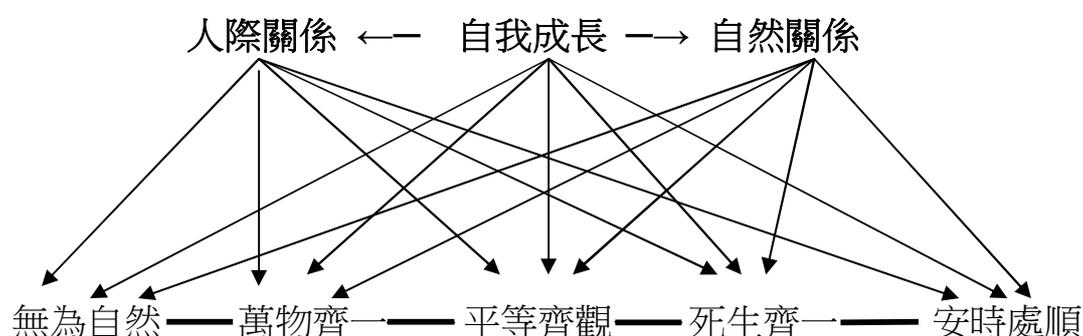
視自己的生命歷程，學習設身處地為他人的生命情境著想並能進一步同理包容及尊重他人的生命抉擇，並與生存環境良性的互動。

莊子哲學是以『生命』為中心，而其最終理想是在圓現生命意義，用以來證成『天地與我並生，萬物與我合一』的最高境界。「生命教育」即「生命哲學」的教育實踐。探討範圍包含「倫理」、「道德」、「人生觀」等廣義範疇。輔仁大學陳福濱教授認為：生命教育的探討，一方面追求生命的意義，以建立完整的價值體系；一方面期能落實於具體的生活環境中，提昇生活品質，以尋求安身立命之道，陳福濱教授在生命教育探討重點主要放在 1.生命意義與生命倫理 2.良心是道德本心的呈現 3.倫理道德與教育 4.知情意行與教育與 5.生命互動與宗教價值等五個面向。葉海煙教授對「莊子的生命哲學」定義如下：

莊子哲學是一種獨特的生命哲學，對生命本體的詮定、對生命真實的認識及對生命問題的解決，乃莊子哲學的主要意義。⁷

葉海煙教授並以十二個有關生命的連鎖問題作為研究莊子哲學的方向，對生命本質的探問，從「追溯生命的源頭」、「肯定生命的存在」，到「面對生命的終極」；對生命的規劃則始於「條理生命的脈絡」終至「建立生命的基構」；對人生困境的化解以「突破生命的障礙」、「消解生命的假象」來「回應生命的挑戰」，其精神生命之超昇則首先「確認生命的價值」，進而「展現生命的氣象」、「完成生命的潛能」而「提昇生命的境界」。以下是參考文獻後整理出三大面向五大意涵之架構圖請參閱下圖一：

莊子哲學之實踐與應用



圖一：三大面向連結五大關涉之架構圖

⁷ 葉海煙《莊子的生命哲學》，台北，東大出版社出版，1999年，頁3-4。

二、論文結構

莊子「境界型態的形上學」點破世人對表象事物的執著，通過精神的提昇與獨立思考，轉化生命的不足與限制，使生命教育的內涵更為充實。因此生命教育可以經由引導學習者超越外在的客觀現實，而使生命的安頓「當下即是」，提揭現行生命教育因「有待」諸多原因，而造成理想與實現有落差的狀況。希望本研究能由莊子「逍遙無待」的人生智慧，開創出生命教育另一番繁花勝景。對於莊子哲學中「逍遙無待」所涵蓋之重要範圍，在本論文中將包含五項重要概念，分別是「無為自然」、「萬物齊一」、「平等齊觀」、「死生齊一」與「安時處順」。

為何要進行這五項重要概念陳述，主要是這五項概念可以連結到生命教育的核心面向，內在部分即是「自我成長」，外在部分是「人際關係的融合」與「自然關係的結合」(莊子哲學的觀點結合現代生態學上共生觀點將生命真諦與道德與大自然做一結合到環境，也是基於理性的自我保存)，進一步建構本論文的研究架構，三大面向結合五大意涵(請參閱圖1)。現就以上所論述的五項概念為主要研究範圍之界定，進行以下幾項論述：

1. 探究莊子哲學對生命教育實質的意義，據此更確立莊子對人類文明的貢獻及其在中國哲學史上的地位。
2. 莊子的生命哲學雖然極具特色，但仍有其局限，故運用在生命教育上自然產生理論及實踐兩方面的困難，本論文進一步要謀求解決之方，以建構一個更完善而可行的生命教育的研究藍圖和內容(三大面向結合五大意涵)。
3. 探討莊子哲學與全人教育中的「自我成長」、「人際關係」與「自然和諧」
4. 之關涉。
5. 透過莊子哲學，將「自我成長」、「人際關係」與「自然和諧」結合「無為自然」、「萬物齊一」、「平等齊觀」、「死生齊一」與「安時處順」，陳述其影響與應用。
6. 探討莊子哲學以古鑑今與主要實踐議題及莊子哲學在「教師教學」與「學生教育」上之應用。
7. 探討莊子哲學如何有效結合生命教育以能發揮其實踐與永續發展。
8. 探討莊子「逍遙無待」重要概念對生命教育與自然環境之實踐與影響。

第二章 莊子哲學與生命教育之關涉

第一節 生命教育之超越依據—莊子哲學中之「道」、「氣」

多年來，台灣生命教育的推動與相關學術論述主要是藉由教育部的主導與各宗教團體和私立大學宗教研究院系所積極推動，除佛教與基督教以外，幾乎不見其它傳統學術的影子。中國傳統儒道哲學素以生命的學問著稱，推行生命教育應向本有的哲學尋求智慧。以哲學觀點論述生命教育之意義是我們認為，生命教育不只是學者、行政機關、學校、教師的任務，更是每一個人都應該深思與投入的重要人生議題，只有透過個人的哲學思辨，方能將知識內化成價值判斷；探討莊子哲學豐富的生命教育內涵，對於我們正在推行的教育改革，具有獨特的價值，綜觀生命教育研究目前已經取得的研究成果，⁸對生命教育的理解大都圍繞在人的「生命」本質與關係來探討，以及歸宗於「教育」是「向上向善」的目的與宗旨。

如果我們仔細去比較分析生命教育的各種內涵，不難發現其和哲學有關的論述可歸納成下列四種取向：終極取向、實踐取向、和諧取向、價值取向。因此，本論文「從莊子哲學對生命教育之啟示與影響」所探討的內容可以歸納為以下三項重點之陳述，分別為：生命教育的理論依據、生命教育的實踐議題，以價值取向與實踐取向為重點、以及生命教育的現實關懷，綜合四主要核心議題分項論述並提供個人在教育界二十多年的教學實務經驗分享。自2000年以來，由於科學技術的快速進步及生產力的高度發展，帶來前所未有的繁榮與富庶，人們享有高度的物質生活，卻喪失了生命的意義。物質生活和精神生活的嚴重失衡，導致道德淪喪、違法亂紀的行為不斷增加，在此背景下，生命教育課程的設立，在社會各階層形成巨大的共鳴。教育的本質是培養真正的人，而不僅是傳授知識和技能，本文以莊子哲學論述生命教育，就是希望彌補現行教育制度中偏重知識教育而忽略人文教育的不足。

⁸ 教育部2008年頒布的普通高級中學「生命教育概論」課程綱要明定生命教育涵蓋三個向度，終極關懷與實踐、倫理思考與反省、人格與靈性發展。雖然學界對何謂「終極關懷」莫衷一是，但多指向積極地對終極生死問題的凝視與關注、體會生死智慧、精神無限超拔獲得人類的終極解脫。此「終極解脫」在莊子哲學就是其無所不在的「道」。近年來，我國生命教育在各大校園的推動成效已可明顯看出其實施成效。

莊子哲學的終極關懷即是體道，然而道在莊子並非如宗教般玄之又玄、不可捉摸的抽象概念，而是體驗生活、充滿活力的「生命之道」。在《莊子》內七篇中，莊子常從具體生活論述體道的過程，莊子是以「無」來彰顯「道」。「無」在此的意思不是「沒有」或「不存在」，而是「無掉、消融」之意。對於天地萬物存在的保證，莊子不是預設一個超絕的絕對者，而是從生命實踐的主觀修養來證成，莊子是從至人、神人、聖人實踐所達至的生命人格彰顯「道」的超越意義。生命存在意義的徹底彰顯，生命人格完成的同時也就是天道的證成。透過「道」的無執無為，莊子為世人提供了一套超脫生死的智慧。⁹和先秦諸子比起來，莊子關於生死問題的討論可能是最豐富的，同時生動的內容也令人印象深刻。

在莊子內七篇中，莊子的「氣」和「道」有著相即相應的關係，「氣」是主體修養的目標和終極的境界。莊子的「道」是無，「氣」則有虛通的特性，這種虛通變化的作用使人能透過主體修養而上通於「道」。道的「無為」就是「虛空」的氣，莊子以「氣」描寫「虛」的心靈境界是由「氣」揭露虛己待物的工夫境界。主體心靈的虛靜和達道是緊密相連的，所以說「氣也者，虛而待物者也。唯道集虛。」〈人間世〉莊子在此將「虛而待物」的「氣」推到了一種功夫修養和心靈境界，把氣的「虛空」抬升到主體實踐，通過生命主體的虛明照鑑，賦予「氣」新的意義。

有關莊子哲學對生命教育的實踐議題，其中有關人性限度、潛能與修養的課題是生命教育主要核心內容之一，莊子極力肯認人人都有成聖的潛在能力和依據。但是具有潛在能力並不表示人人皆已是聖人，從潛在到實現尚需要實踐的工夫。生命實踐首先就要面對存在的困境，概括的說，莊子認為困境來自命限的桎梏及成心的執取。形軀、死生、時勢、社會價值在莊子看來是人力所不能及的，只能以「命」稱之。困境的形成，除了命定的限制外，莊子認為另一原因來自「心知」的執取。成心的形成和意念的造作、欲望之無限追逐有關。素樸美好、自由自在的生命，一陷入成心的計較，主體陷落形軀官能的執迷，遂使生命受限受苦。

在改變客觀命限上個人誠然無能為力，但是生命屬於主體自我，心理的調適

⁹ 人生根本意義就在生命價值的實現，生命意義的喚醒倚靠的是生命主體的實踐修養。〈逍遙遊〉大鵬怒飛的寓言，隱喻主體開創價值的無限可能性。莊子說：「哀莫大於心死，而人死亦次之。」所謂「心死」，並不是心臟停止了跳動，而是表達生命主體的失落，這句話明確指出生命中有更高價值主體的存在，莊子名之曰「真宰」。

在很大程度上取決於主體。人雖有限而可無限，形軀雖是有限，但心靈所思所及卻是無限，生命如何在限制中超越，莊子認為解決之鑰就在於人心。莊子認為不同的個體各有自己的本能和長處，教育應該充分認識和開發個體的專長，尊重學生的差異性，順應各人的特質「因材施教」，安排不同的學習活動，給予不同的學習指標，讓每一個學生都能夠有自我的學習空間，適才適性的發展獨特的專長。以道的立場來看，沒有無法學習的學生，也沒有一個學生應該被放棄。學生應做他自己，順著自己天然的資質自然發展。就像道不干涉萬物，無心無為，使萬物各遂其性。

「道」是莊子所有思想的根基，故在《莊子》中一共出現三百二十多次，各具有不同的意涵。基本上是發展自老子的思想，但亦有所創新，以下即說明何以「道」為其生死哲學理論的根基。

一、「道」為萬物之根基

「道」原指有一定方向的道路，《爾雅》云：「一達，謂之道路。」¹⁰《說文解字注》說「道」為「所行道也」。可見它意謂有一定規律的過程。莊子云：

夫道，有情有信，無為無形；可傳而不可受，可得而不可見；自本自根，未有天地，自古以固存。神鬼神帝，生天生地；在太極之先而不為高，在六極之下而不為深，先天地生而不為久，長於上古而不為老。¹¹

這段對「道」的描繪可分兩個層次來詮釋，首先，「道」自身不需憑恃任何外在條件就存在，它雖然先於天地而生、無始無終、超越時空及現實，但又真實存在且有真情實感。儘管如此，吾人對它卻無法具體地掌握，這和老子所言大抵相同。¹²但老子僅說：

道之為物，惟恍惟惚。惚兮恍兮，其中有象，恍兮惚兮，其中有物。窈

¹⁰ 郭璞注，《爾雅郭注》，(臺北市：臺灣中華書局，1970年6月臺二版)，卷四，〈釋宮〉，頁7前。

¹¹ 出自於《莊子·大宗師》，卷三，頁42。

¹² 《老子·十四章》云：「視之不見名曰夷，聽之不聞名曰希，搏之不得名曰微。此三者不可致詰，故混而為一。其上不曠，其下不昧，繩繩不可名，復歸於無物，是謂無狀之狀，無物之象。是謂恍惚。迎之不見其首，隨之不見其後。」又《老子·二十五章》云：「有物混成，先天地生，寂兮寥兮，獨立不改，周行而不殆，可以為天下母。吾不知其名，字之曰道。」

兮冥兮，其中有精。其精甚真，其中有信。¹³

莊子則進一步提出「情」這個概念，以別於老子純粹從客觀存有論「道」，牟宗三說：「老子之道有客觀性、實體性，及實現性，至少亦有此姿態。而莊子則對此三性一起消化而泯之，純為主觀之境界。故老子之道為『實有形態』，或至少具備『實有形態』之姿態，而莊子則為『境界形態』。」¹⁴即使「道」真實存有、不見形象、無法把握，更難窮詰其根源，吾人還是可以體悟「道」的存在，所以「道」具有「可傳而不可受，可得而不可見」的主觀境界義。是以在莊子的筆下，死亡就像道一般，誰也無法通透，必須透過「情」，也就是個人真實的體悟與感受，才能在主觀的心境下直覺死亡的面貌，與死亡溝通。其次，「道」在天地萬物中最古老，亦即在時間上先於天地、鬼神而存在，不過「道」與萬物則混然一體、無邊無際、超越時空的限制。所以「在太極之先而不為高，在六極之下而不為深，先天地生而不為久，長於上古而不為老」。

莊子的「道」自本自根地存在，超越時空限制，且亙古不變，卻能「覆載萬物」，而為「萬物之所由」，¹⁵故可為萬物的根基，自然也是其生死哲學的根基，難怪它如此玄妙深奧、出神入化，能為吾人揭開這個千古難解的生死之謎。此外，《莊子·知北遊》亦云：

扁然而萬物自古以固存。六合為巨，未離其內；秋豪為小，待之以成體。天下莫不沉浮，終身不故；陰陽四時運行，各得其序。惛然若亡而存，油然不形而神，萬物畜不知，此之謂本根。¹⁶

可見萬物自古即存在，沒有任何先於道存在的東西產生它。道有神妙莫測的作用，能衣養萬物，也是萬物存在的根基，因此萬物脫離不了道，並且與之渾渾沌沌地不相離，故莊子說：

¹³ 出自於《老子》，二十一章，頁 187。

¹⁴ 牟宗三著，《才性與玄理》，頁 177。又 178 云：「莊子以其芒忽恣縱之辯證的描述，辯證的融化，將老子之分解的系統化而為一大詭辭，將其道之客觀性、實體性，從天地萬物之背後翻上來浮在境界上而化除，從客觀面收進來統攝於主觀境界上而化除，依是，道、無、一、自然，俱從客觀方面天地萬物之背後翻上來收進來而自主觀境界上講。」

¹⁵ 〈天地〉云：「夫道，覆載萬物者也，洋洋乎大哉！」又〈漁父〉云：「道者，萬物之所由也，庶物失之者死，得之者生，為事逆之則敗，順之則成。」

¹⁶ 出自於《莊子·知北遊》，卷二，頁 29。

天不得不高，地不得不廣，日月不得不行，萬物不得不昌，此其道與！¹⁷

另一方面，道也脫離不了萬物而獨立存在，它和萬物之間沒有任何界限，但因為萬物之中都有道，故道是一個整體。也就是說，「道」是世界統一的根基，由此可知，道不僅是萬物存在的依據，也是萬物產生的依據。「道」既然是萬物的根基，但它到底在那裡？在《莊子·知北遊》中提出生動而活潑的解答：

東郭子問於莊子曰：「所謂道，惡乎在？」莊子曰：「無所不在。」東郭子曰：「期而後可。」莊子曰：「在螻蟻。」曰：「何其下邪？」曰：「在稊稗。」曰：「何其愈下邪？」曰：「在瓦甃。」曰：「何其愈甚邪？」曰：「在尿溺。」東郭子不應。莊子曰：「夫子之問也，固不及質。正獲之問於監市履豨也，每下愈況。汝唯莫必，無乎逃物，至道若是，大言亦然。」¹⁸

雖然東郭子的提問不免將「道」限制在時空上，但莊子巧妙以「無乎逃物」說明「道」無所不在，甚至存在於最卑下的尿溺中。可見莊子把道請下來，與萬物同存，認為萬物都有存在的價值，也是道的一體。「道」雖然超越時空限制，但遍在萬物中，作為萬物的根據，可見它並非純粹是懸空的形上原理，而能落實在形下的事物中，故莊子云：

夫道於大不終，於小不遺，故萬物備，廣廣乎其無不容也。¹⁹

是以「道」運行於萬物中，並統會一切殊理之大理，²⁰故生死之理亦自當在道中。中國傳統哲學雖沒有上帝存在的觀點，但是對於找到一個安身立命之地，也就是解決終極關懷問題的論述並不缺乏。從這個意義上說，中國哲學具有宗教精神，但是無論從哪方面說，它都不同於宗教信仰。莊子的終極關懷不是期待透過己身的修德進業來得到一個超絕上帝的救贖，而是在每日面對日常生活之中求得自我超越。這種關懷的根本特徵是在生活中不斷地追求、不斷地創造、不斷地自我超越，最終找到生命的歸宿。我們可以說莊子的終極關懷是落實在生活中對

¹⁷ 出自於《莊子·知北遊》，卷一，頁 39。

¹⁸ 出自於《莊子·知北遊》，卷二，頁 31。

¹⁹ 出自於《莊子·天道》，卷二，頁 58。

²⁰ 參閱張岱年著，《中國哲學大綱》，（臺北市：藍燈文化事業股份有限公司，1992 年 4 月），頁 86。

「道」的體悟過程。

「老莊」哲學慧命相續，同為道家代表人物。道是莊子哲學的終極議題，莊子認為道是「萬物之所係，而一化之所待」（參閱〈大宗師〉）即道是天地萬物存在和變化的超越根據。其內涵相當豐富，融合其思想宇宙觀、自然觀、價值觀和生死觀為一體。然而道在莊子並非玄之又玄、不可捉摸的抽象概念，而是體驗生活、充滿活力的「生命之道」。²¹所以在《莊子》內七篇中，莊子常從具體生活論述體道的過程，如〈逍遙遊〉庖人治庖、〈齊物論〉南郭子綦隱机而坐、〈養生主〉庖丁解牛、〈人間世〉葉公子高出使齊國、〈德充符〉兀者王骀不言之教、〈大宗師〉孟孫氏善處喪、〈應帝王〉壺子看相等。且莊子是通過「無」來認識「道」：「庖人治庖無所用天下為」（參閱〈逍遙遊〉）、「是唯無作，作則萬竅怒號」（參閱〈齊物論〉）、「刀刃無厚，以無厚入有閒」（參閱〈養生主〉）、「無聽之以心而聽之以氣」（參閱〈人間世〉）、「審乎無假而不與物遷」（參閱〈德充符〉）、「有且宅而無情死」（參閱〈大宗師〉）、「無為名尸無為謀府」（參閱〈應帝王〉）等，莊子是以「無」來彰顯「道」。「無」在此的意思不是「沒有」或「不存在」而是「無掉、消融」之意。牟宗三教授說：

『無』開始是一個動詞。從動詞的『無』進到名詞的『無』就是nothingness。再進一步，進到生活上，所要無掉的更多，都無掉才能顯道。²²

動詞的「無」，意味著實踐的工夫，從動詞的「無」進到名詞的「無」，即是透過「無」的實踐工夫而開顯的境界，實踐的工夫會達到一個境界，這個境界就是生命人格的境界，所以道的「無」就是生命境界的「無」。對於天地萬物存在的保證，莊子不是預設一個超絕的絕對者，而是從生命實踐的主觀修養來證成，莊子是從至人、神人、聖人實踐所達至的生命人格彰顯「道」的超越意義，〈莊子，逍遙遊〉記：

故夫知效一官，行比一鄉，德合一君而徵一國者，其自視也亦若此矣！

²¹ 事實上，不僅莊子的道是如此走向，整個中國哲學也呈現如此意涵。方東美先生說：「道是創進不息的生命歷程……所謂『道』也就是在此歷程之中盡性踐形，正己成物。」方東美，《中國人生哲學》，頁94。

²² 牟宗三，〈老子《道德經》講演錄（二）〉，《鵝湖月刊》第335期，2003年5月，頁13。

而宋榮子猶然笑之。且舉世而譽之而不加勸，舉世而非之而不加沮，定乎內外之分，辯乎榮辱之境，斯已矣。彼其於世未數數然也。雖然，猶有未樹也。夫列子御風而行，泠然善也，旬有五日而後反。彼於致福者，未數數然也。此雖免乎行，猶有所待者也。若夫乘天地之正，而御六氣之辯，以遊無窮者，彼且惡乎待哉！故曰：至人無己，神人無功，聖人無名。²³

據莊子之意，這一段話中的至人、神人和聖人，是精神能夠自做主宰的人格典範，至人、神人、聖人的「無待」是生命精神的超越解放。方東美教授論及莊子精神超脫解放三個原則中的最後原則為「自發的自由原則」，方東美教授說：

此原則的表現就是：一個人要真正獲得精神自由，必須『無待』！就是從事這個生活的人自己要有一個使命，要在自己的生命宇宙裡面，自做精神主宰。²⁴

事實上，「無待」即是自做生命主宰，「乘天地之正」，意謂順萬物之理；「以遊無窮」是生命精神無人而不自得的超脫解放。超越物我界限，與天地精神融為一體，「無」名、「無」功、「無」己、且「無」待者，即為莊子心目中的生命人格境界。

二、「氣」為功夫修養之本

「氣」在中國傳統思想中，不但是一個重要的哲學概念，而且與其它民族的氣概念相比，「氣」所呈顯的豐富意義，不是其它民族所能比擬，亦可以說是中華民族的獨有資產。²⁵不過也正因它的多元意涵，在論述時需要在不同層面加以釐清。有些學者認為「氣」是形而下的，有些學者則認為「氣」是形而上的。²⁶

²³ 莊子，〈逍遙遊〉，頁37。

²⁴ 方東美教授論及莊子哲學超脫解放的另兩個原則為（1）個體化與價值原則（2）超脫原則。參見方東美，《原始儒家道家哲學》，台北，黎明文化事業股份有限公司，1983年，頁254-258。

²⁵ 張永雋教授說：「就中國哲學而言，要表述宇宙的發生和萬物的生成變化以及世界存在的形式和內容，進而表述人的存在及其存在的生命本質和現象並且探討其存在價值的根源性原理，從而究詰人與自然、人與社會之環扣密連、親依互動的關係，要用一個最具關鍵性的字詞，大概也就是非『氣』莫屬了。」張永雋，〈莊子泛神論的自然觀對張橫渠氣論哲學的影響〉，《哲學與文化》第387期，2006年8月，頁83。

²⁶ 「氣」的形而上性格，以漢代學者詮釋的最多。但和本文詮釋莊子「氣」概念並不相同。漢代學者是將「氣」當成萬物的始基，即「元氣」之謂。如漢代著名思想家揚雄認為最高境界的玄，實質上是一種元氣、一種原始物質、其化生宇宙的過程是一種自然而然的過程。《太玄·玄摛》：「玄者，幽摛萬物而不見形者也。資陶萬物而生乎規，擲神明而定摹，通古今以開類。摛措陰陽而發氣。一判一合，天地備矣。天日回行，剛柔接矣。還復其所，死生定矣。」《太玄·玄圖》：

關於《莊子》書中的「氣」概念，本文以為在《莊子》內七篇中，「氣」指的是經由生命實踐而開顯的聖人境界，則此氣當是形上之「氣」。然而，莊子並不是把「氣」當成形上學的第一原理，而是藉「氣」的無形無狀、無邊無際、無色無香彰顯「道」的「無」²⁷。在內七篇中，莊子的「氣」和「道」有著「相即相應」之關係，「氣」是主體修養的目標和終極的境界。莊子的「道」是無，「氣」則有虛通的特性，這種虛通變化的作用使人能透過主體修養而上通於「道」。關於這種虛通的境界，〈應帝王〉記：「無為名尸，無為謀府；無為事任，無為知主。體盡無窮，而遊無朕；盡其所受乎天，而無見得，亦虛而已。」

道的「無為」就是「虛空」的氣，莊子以「氣」描寫「虛」的心靈境界是由「氣」揭露虛己待物的工夫境界。像這樣的說明在莊子的書中有很多，例如〈秋水〉：「萬物一齊，孰短孰長？道無終始，物有死生，不恃其成；一虛一滿，不位乎其形。」〈天地〉：「性脩反德，德至同於初。同乃虛，虛乃大。」〈天道〉曰：「夫虛靜恬淡寂漠無為者，天地之平而道德之至，故帝王聖人休焉。休則虛，虛則實，實者倫矣。以虛靜推於天地，通於萬物，此之謂天樂。」諸如此類，不一而足。主體心靈的虛靜和達道是緊密相連的，所以說「唯道集虛」。在〈人間世〉中，莊子藉由仲尼之口對顏回說：

若一志，無聽之以耳而聽之以心，無聽之以心而聽之以氣！聽止於耳，心止於符。氣也者，虛而待物者也。唯道集虛。虛者，心齋也。無聽之以心而聽之以氣。成玄英疏：心有知覺，猶起攀緣；氣無情慮，虛柔任物。故去

「元氣一陰一陽，然後生萬物。」王充《論衡·談天》：「元氣未分，渾沌為一。」李存山先生認為王充把「元氣」作為世界萬物的本原，他所謂「元氣」與先秦之「精氣」、「一氣」並沒有本質上的差別。李存山教授，《中國氣論探源與發微》，北京，中國社會科學出版社，1990年，頁202-208。另清·戴震也有如此說法，《孟子字義疏證》：「其五行之義，人物咸稟受於此，則形而上者也。」台北，臺灣商務印書館，1968年，頁22。本文所指的「氣」的形上性格，是「氣」即「道」之意。

²⁷ 陳德和教授說：「莊子〈人間世〉中的『氣』當和陰陽學者或氣化宇宙論者的想法不同，將『氣』解讀成：高乎耳官心知之有對的一種無我無待的意識或意志；這種無我無待的意識或意志，同時也是我們發現世界之意義、貞定人生之真諦的主觀力量。」王邦雄、陳德和教授，《老莊與人生》，頁135。學者傅佩榮教授也說：「我們不必把莊子的『氣』局限於物質世界中的一種原素，像水火土氣之氣；事實上，莊子很可能是要借用『氣』之不限定性格來彰顯他的精神境界。」傅佩榮教授，《儒道天論發微》，台北，台灣學生書局，1985年，頁246。

彼知覺，取此虛柔，遣之又遣，漸階玄妙也乎！²⁸

莊子在這裡將氣與人的認知感官並舉卻又視為高一層的活動，可見這裡的氣並非單純構成萬物存在的元素，而是具有實踐、境界的精神涵義。陳鼓應教授釋：「在這裡『氣』當指心靈活動到達極純精的境地。換言之，『氣』即是高度修養境界的空靈明覺之心。所以說：『氣也者，虛而待物者也。』『虛而待物者』顯然是指『心』而言。」另一學者徐復觀教授指出說：「氣，實際只是心的某種狀態的比擬之詞，與老子所說的純生理之氣不同。」「心齋」所達至的心靈意境就是「虛」，莊子在此將「虛而待物」的「氣」推到了一種功夫修養和心靈境界，把氣的「虛空」抬升到主體實踐，而提出虛靜心的觀點。通過生命主體的虛明照鑑，賦予「氣」新的意義。

「虛而待物」的氣指的是透過主體實踐與「道」同在的生命境界，氣就是主觀境界所呈現出來的一種心靈完全沒有造作和妨害的無限開放。那就是虛，這個虛也就是道，在莊子的書中認為這個是可以保住一切的依據。莊子稱此氣為「遊乎天地之一氣」，〈大宗師〉說：「彼方且與造物者為人，而遊乎天地之一氣。」

司馬云注：「造物者為道。」主體心靈經工夫修養所達到與造物者同遊的精神境界即是「道」，因此莊子「氣」概念以達道為最終的目的。²⁹虛靜的心靈主體不固執於形體的存在，超越感官的欲望、名言概念的限制，回歸「道」的無為無執、虛靜觀照，這樣和「道」虛通的境界，用莊子的話來說就是「虛室生白，吉祥止止」〈人間世〉。〈達生〉篇中，梓慶削木寓言具體說明「虛己體道」才能「與造物者遊」的生命境界：

梓慶削木為鐻，鐻成，見者驚猶鬼神。魯侯見而問焉，曰：「子何術以為焉？」對曰：「臣工人，何術之有！雖然，有一焉。臣將為鐻，未嘗敢以耗氣也，必齋以靜心。齋三日，而不敢懷慶賞爵祿；齋五日，不敢懷非譽巧拙；齋七日，輒然忘吾有四肢形體也。當是時也，無公朝，其巧專而外骨消；然後入山林，觀天性；形軀至矣，然後成見鐻，然後加手焉；不然則已。則

²⁸ 郭慶藩（輯），《莊子集釋》，頁147。

²⁹ 李存山先生即指出：「聽之以氣」的最終目的是要得「道」，使「道」集於虛。參見李存山，《中國氣論探源與發微》，頁117。

以天合天，器之所以疑神者，其是與！³⁰

林希逸曰：耗氣者，氣不定也，齊以靜其心而後定。不懷爵祿，不懷非譽，忘其四枝，謂純氣自守，而外物不入也。³¹

在此寓言中，「耗氣」和「靜心」對比，林希逸指的「純氣自守」當是去除物欲名利，滌除功利之情，把心靈所蒙上的人世間的塵垢擦去，回復原初的素樸天真的實踐工夫，這就是「以天合天」、「遊乎天地之一氣」的虛靜涵養。王邦雄教授說：

在主體修養的靜觀之下，萬物皆自得的氣，是『遊乎天地之一氣』的氣，氣已融入萬物，而與萬物無隔。³²

莊子以「氣」的「虛」彰顯「道」的「無」，以氣融入萬物，強調道的無所不在，把形上形下打成一片，道和物融成一體，道非高不可攀，凡有物之地，即道之所在。

第二節 生命教育之內在依據—莊子哲學中之「主體」、「真宰」

一、生命主體性（Life Subjectivity）與「內在道德性」（Inner morality）

西哲先賢蘇格拉底（Socrates，470-399 B.C.）對「認識你自己」之強調，指明了人對自身存在的認識有其迫切必要性。陳德和教授認為生命教育的第一課，應是對於自我生命的認識。然而「生命」是一個極複雜、難以說清楚的語詞。³³ 每個人對生命的掌握不相同，所呈現的意義與價值也就不一樣。生命教育所關懷的生命，當不止限於物理形軀的養護，更在生命價值的內化與深化，陳德和教授說：

³⁰ 出自於《莊子·達生篇》，卷一，頁 47。

³¹ 宋·林希逸，《莊子廣齋口義校注》，北京，中華書局，1997 年，頁 296。

³² 王邦雄，〈《莊子》心齋「氣」觀念的詮釋問題〉，《淡江中文學報》第 14 期，2006 年 6 月，頁 29。

³³ 傅佩榮先生指出：「『生命』的範圍太廣，我們很容易在思考時掛一漏萬。」傅佩榮，〈環繞生命教育的省思〉，《北縣教育》第 33 期，2000 年 3 月，頁 13。林思伶也指出：「生命的幅度在哲學的意涵上何其複雜、多元，大概不太有人敢為其下一個放諸世界皆準的定義。」林思伶，〈生命教育的理念與做法〉，《台灣地區國中生生死教育研討會論文集》，彰化，國立彰化師範大學，2001 年，頁 200。

從哲學的立場看，生命可以有兩個面向：一個是生命的現象，另一個是生命的意義；前者是實然的，後者為應然。一個完整的生命教育並非指生命現象的完善照顧而已，更重要的它還有意義的喚醒。³⁴

生命意義的喚醒倚靠的是主體的實踐修養，主體在此指的是人主動而認真地投入於具體生活世界中的內在依據或德性依據。即人能圓滿實現生命價值的依據和標準。中國哲學之所以區別於西方哲學，用一句話概括的說，就是中國哲學特重「主體性」(Subjectivity)與「內在道德性」(Inner morality)。生命主體並非指生物學或心理學上的主體，也就是說，它不是形而下物理形軀的身，而是形而上的、體現價值的、真實無妄的主體。莊子所說的「真君」、「真宰」(〈齊物論〉)即是表達此生命主體的真實存在。³⁵〈逍遙遊〉列在《莊子》之首，莊子頗有開宗明義的用意。莊子以大鵬高飛遠舉的形象寄寓著主體突破限制超拔躍進的可能，在莊子逍遙遊，卷一中的第一段提到：

北冥有魚，其名為鯤。鯤之大，不知其幾千里也。化而為鳥，其名為鵬。鵬之背，不知其幾千里也。怒而飛，其翼若垂天之雲。³⁶

「鯤」只能生活在水中，隱喻人的有限存在，但是其能化為大鵬，象徵人透過精進的生命實踐，可以成就生命格局之大。在此莊子是以神話語言生動描述主體生命突破形軀限制的無限可能。人的生命誠如魚子般渺小脆弱，但卻可以由「小」而「大」，甚至由「大」而「物化」(齊物論)，「物化」的重點當不在物理形軀的變化，而在主體生命的大化流行。這樣的轉變並非自然而至，而是透過主體自覺不斷的實踐而達至的終極理想境，王邦雄教授題解「逍遙遊」為：

『逍』是工夫，『遙』是境界，『遊』是人生的自在自得。³⁷

『遊』的前提在積厚的工夫、在境界的提昇，總歸是心靈經蕩相遺執、融通

³⁴ 陳德和，《台灣教育哲學論》，台北，文史哲出版社，2002年，頁129。

³⁵ 莊子哲學的主要意義即在揭開此人人皆有的生命主體，葉海煙先生說：「莊子哲學是一種獨特的生命哲學，對生命本體的詮定、對生命真實的認識及對生命問題的解決，乃莊子哲學的主要意義。」葉海煙，《莊子的生命哲學》，台北，東大圖書股份有限公司，2003年，頁1。

³⁶ 出自於《莊子·逍遙遊》，卷一，頁46。

³⁷ 王邦雄，《生命的實理與心靈的虛用》，台北，立緒文化事業有限公司，1999年，頁125。

淘汰後無執無我的心理狀態。美·愛蓮心 (Robert E. Allinson) 即認為「逍遙遊」指的是心靈在任何一個想像的方向移動的絕對的自由，一種只有在達到了超越的境界或超驗快樂的境界以後才可能的自由水平。這種只有經過心靈轉化才能得到的境界是一種心靈能夠無拘無束活動的境界，因為它不受任何特殊立場的局限性的約束。大鵬怒飛的寓言，隱喻主體開創價值的無限可能性。

二、真宰與生命價值實踐

在中國哲學史上，莊子有個創見，就是「真」字的使用，徐克謙教授分析《莊子》之前的先秦古籍中，發現「真」這個字幾乎未見使用。《詩經》、《尚書》、《易經》、《論語》、《左傳》、《孟子》這些書中竟然都沒有出現過一個「真」字，「真」字是在《莊子》書中才突然開始大量使用，並成為一個具有重要意義的哲學概念。經個人統計，「真」字在《莊子》中約出現66次，除了做為形容詞、副詞外，其中也有相當大的比例是作為特定意義的名詞，如「亡身不真，非役人也」（參閱〈大宗師〉）、「如求得其情與不得，無益損乎其真」（〈齊物論〉）、「謹守而勿失，是謂反其真」（參閱〈秋水〉）等。「真」的名詞詞性，一方面指向道之存在及其作用於萬物的真實不虛，同時又指向人內在之德的天然本真。「真」是相對於「偽」而言的，只有在感覺到「偽」之後，人們才會去探求「真」。道家學說以批判儒家末流人偽造作的姿態出現，莊子「真」概念的提出，是有感於眼前所見、所聞的不真或失真，陳德和教授認為「全德葆真」是道家生命境界的終極完成，也是生命主體的極其表現³⁸。

莊子說：「哀莫大於心死，而人死亦次之。」（田子方）所謂「心死」，並不是心臟停止了跳動，而是表達生命主體的失落，這句話明確指出生命中有一更高價值主體的存在。他對一般人常忽略此價值主體，提出強烈的批判，〈莊子，齊物論〉：

非彼無我，非我無所取。是亦近矣，而不知其所為使。若有真宰，而特不得其朕。可行己信，而不見其形，有情而無形。百骸、九竅、六藏，賅而存焉，吾誰與為親？汝皆說之乎？其有私焉？如是皆有為臣妾乎？其臣妾不

³⁸ 陳德和，《從老莊思想詮詁莊書外雜篇的生命哲學》，台北：文史哲出版社，1993年，頁17。

足以相治乎？其遞相為君臣乎？其有真君存焉？³⁹

莊子以「真宰」做為生命主體，道之「無」、氣之「虛」就是真宰之無宰，真知之無知，心的本真狀態即是道，天真本德具在人心之內，〈德充符〉⁴⁰藉殘缺不全之人言其至德全德，形殘者都能達道，更何況健全的人呢？莊子極力肯認人人都有成為聖人的潛在能力和依據。但是具有潛在能力並不表示人人皆已是聖人了，從潛在到實現、從可能神聖到已然神聖尚需要實踐的工夫。生命的實踐必須透過具體的生命，具體生命的有限性使本心本性遭受不必要的蒙蔽而構成存在之困境。有關人性限度、潛能與修養的課題是生命教育的主要內容之一，相對於人所欲達到之理想而言，人有哪些人性限度？主體實踐生命價值的阻礙是什麼？生命的種種限制，莊子是通過存在的困境來了解。

在古人看來，心是身體主宰或感官知覺的主宰。以心做為百骸、九竅、六臟主宰構成的軀殼，看起來是一個實實在在的個體。但這真的是「我」嗎？莊子藉著引文中一連串的反問，逼問世人思考生命中可另有一「真宰」的存在？這是一個世人習焉而不察的問題。觀諸莊子的行文風格喜將肯定的答案放在疑問的語句，在此莊子是以「其有真君存焉」的反問，逼破世人認清在軀殼我之上更有一真實無妄的「真宰」存在。方東美教授分析莊子哲學時即說：「還有一種我，叫真實的自我，莊子名之曰『真君』。」事實上，真宰並非是外在形象的軀殼我，言此真君，本來不屬形骸，天然具足，人若求之而得其實體。真君無有增益，即求之而不得，而真君亦無所損，即所謂：「不增不減，迷之不減，悟之不增，乃本然之性真者」。⁴¹

³⁹ 出自於《莊子·齊物論》，卷一，頁 28。

⁴⁰ 德充符—高明的境界是向內求的，是在人們的心性知能之中，而不是外在的表現，如形貌、形象、行為等。這就是「才全而德不形」要說明的道理。1·德充符中莊子講了許多故事，藉以表明內在的境界是超離於外在的形象的道理。第一個故事藉王骀的「立不教」、「坐不議」、「不與物遷」、「守其宗」的表現，說明「唯止能止眾止」的道理，意即有德者是以他的德性感召從人，而德性是內在的品質，不是有很多的事功、很強的語言能力、遵循很多的禮儀規範及世俗價值等行為能等同的。（頁九六）2·第二和第三個故事說明從外在行為評判別人是錯誤的，故事中的子產不厲與有過者相處，顯見他還沒達到以寬容待人不知人之有過的境界。故事中的孔子責備因犯錯而失其足者，顯見他還是以一般的世俗價值評判他人，還不能做到以更整全的世界觀處理人類價值問題的境界。（頁九七至九八）3·第四個故事說明真正有內在德行的人一定會受到人們的喜愛、親近與接受，包括委以終身、付予國政等，即使是他有非常極端醜陋的外型亦然。（頁九八）

⁴¹ 明·釋德清，《莊子內篇注·卷二〈齊物論〉》，頁 19-20。

第三章 莊子哲學與自我成長之關涉

生命教育的內在依據問題，其實就是要回答是否人人皆可能「雖有限而可無限」的問題。莊子既以至人、神人、聖人實踐所達至的生命人格，彰顯「道」的超越意義，嚮往著生命人格的圓滿。並將「虛而待物」的「氣」推到了一種功夫修養和心靈境界，即是認為人對生活世界的參與和努力能將存有和存在中間的簾幕揭開。國內的生命教育源於美國的死亡教育，故三者的差別不大，但國內慣用「生命教育」而不用「死亡教育」，其實是考量國人的接受度。所以本論文採用「生命教育」，不僅接近國情，而且更貼切，生命的存在雖是有限，然而精神的超昇卻能無限。生命教育包括三個層次：第一個是屬於「認知成長」層次，認識和了解身體及生命的意義和價值，熟悉與他人相處客觀法則以及知道愛惜自己和他人生命的方法。第二個是屬於「實踐成長」層次，個體除了具備維護自身和他人生命的知識能力之外，也要能夠真正去加以履行。不輕視自己和別人、不踐踏自己和別人、能為自己行為負責，真正能統合知情意行。第三個是屬於「情意成長」層次，具有人文關懷、社會關懷和正義關懷，而且能夠不斷的自我省思，欣賞和珍視自己的生命歷程，學習設身處地為他人的生命情境著想並能進一步同理包容及尊重他人的生命抉擇，並與生存環境良性的互動。亦即肯定人人內在皆有此生命自我完成的根據和可能，莊子哲學對人格特質的自我成長有相當程度之影響。以下將對「莊子哲學與自我成長之關涉」主題進行深度論述。

第一節 莊子哲學對人格適性發展之啟示

人在天地之間佔有獨特的地位；早在商周之際的《周易》就將人和天地並舉。⁴²人之所以和動物不同，乃是可以堅忍奮發，實踐潛能，人生的根本意義就在生命價值的實現。在莊子哲學中，「天」和「人」在存有論和價值論上並不相同，⁴³但是天對人而言是超越的而非超絕的，透過人的努力可以將此區分連接起來。

⁴²《周易·謙》：「〈象〉曰：謙亨，天道下濟而光明，地道卑而上行。天道虧盈而益謙，地道變盈而流謙，鬼神害盈而福謙，人道惡盈而好謙。謙尊而光，卑而不可踰，君子之終也。」《周易·繫辭下傳》：「《易》之為書也，廣大悉備。有天道焉，有人道焉，有地道焉。兼三才而兩之，故六。六者，非它也，三才之道也。」

⁴³《莊子》一書中，天人對揚或區分的句子頗多，如：「為人使易以偽，為天使難以偽」〈人間世〉、「天在內，人在外」〈秋水〉、「天也，非人也」〈養生主〉等不一而足。此處所指的「天」並非物理現象的天空，而是價值義的「天」，等同「天道」。本文所指的「存有論」上的不同，是以一個是有限、一個是無限而立言，「價值論」的不同，是一個是已然神聖、一個可能神聖之意。

因為人一方面是有限的存在，另一方面又有無限的可能。

莊子哲學重在「正相反消」，或說莊子意在「消解」之意思。但消解是什麼？直接的意思是解消生命的種種負累，深一層則是解消對語言的執著，乃是一切負累都源自對語言（廣義的語言包括一切人對自然物的命名與規定）的執著之故」（曾昭旭，1992）。瞭解莊子語言的特殊性後，可以知道莊子認為語言對於事物的表達是有限的。莊子文字的優美以及其意境的深邃，在中國哲學和文學史上是非常著名且影響深遠的，但其文字奇幻不可捉摸，思想表達高遠漫無邊際，卻也是歷代解莊者的難處，在《莊子·天下》一文中提到：

以謬悠之說，荒唐之言，無端崖之辭，時恣縱而不儻，不以觴見之也。

以天下為沈濁，不可與莊語，以卮言為曼衍，以重言為真，以寓言為廣。獨與天地精神往來而不敖倪於萬物，不譴是非，以與世俗處。其書雖瑰瑋而連犴無傷也。其辭雖參差而詭詭可觀。⁴⁴

《莊子》寓言眾多，欲正確詮釋其涵義，當藉由得意忘言之詮釋方法，才能突破陳陳相因的觀念窠臼，破除世人對慣性思維的執著，將莊子哲學之處世智慧與生命教育產生對話。莊子超越現象世界、超越了死生的界線、其安時處順的人生智慧，對於後現代的人類在「人格適性的發展」與對於面臨困境如何解決與脫困有根本的解困方法。莊子的生命精神，不只是抽象的存在，且能延伸出新的時代意涵，來契合當今現實處境之時代內涵。每個時代的生存問題不盡相同，工業革命給人類帶來了許多人類史上未曾出現的難題，人類現今的生存之困境，未必贏過莊周那個年代。心靈的難題雖因時代不同而有所差異，莊子永恆而普遍的哲思，亦因存有的差異而產生不同的體認與實踐之道。

生命教育之實施主要希望達到的目標是令每位學生在「自我成長」能達到以下幾項特質：1.有一顆柔軟的心，不做傷害生命的事；2.有積極的人生觀，終身學習，讓自己活的更有價值；3.有一顆愛人的心，珍惜自己、尊重別人並關懷弱勢團體；4.珍惜家人、重視友誼並熱愛所屬的團體；5.尊重大自然並養成惜福簡樸的生活態度（林芳珍，2004）。當社會發生自殺與殺人等嚴重的社會暴力事

⁴⁴ 出自於《莊子·天下》，卷三，頁38。

件，生命教育的重要性就被重新強調，可是生命教育的實施狀況，並不如專家學者當初所熱切期盼的狀態。當初台灣的生命教育自民國八十七實施自今也面臨一些瓶頸，台灣的學校文化雖經歷多年的教改洗滌，但是還是洗不掉升學主義與文憑掛帥的慣性思維。在學校生命教育常常是當做一週的活動，徒具形式虛晃一招，生命教育常常只是在學校教學的框架中，流於課堂教學、理論學習，而沒有積極建構與自然環境和社會環境的體驗活動，去整合知情意行的實際成長面，也較少與家庭、社區、社會之支援系統來結合互動，使生命教育淪為理念的背誦，而不是生命理念的建立。

生命是教育的根本，離開生命，個人不可能有教育可言；而教育的內涵決定生命的品質，透過正確教育的力量，可使學習者有正確的人生價值。在第一線推動生命教育的一些老師都深有感慨，現今學校很多時候實施的是「反教育」，與生命真實情境脫節的現代教育。學校教育除了知識技能的傳遞外，在情意教育方面卻是流於形式，很多教學者常不自覺說一套做一套，身教與言教不能配合，如何使學習者達成人格統整的成效。甚至現代的教育模式，給予學習成就不好的孩子低落的自我成就感與無盡的學習挫折，教師本身的思想侷限加上家庭、學生、社會的偏差價值系統四者之間互為循環影響下，造成有些孩子在受教的過程中反受其害，多少自我成就感低落的小朋友，日後的人格發展非常的負面，甚至這些負面的影響一生無法釋疑。更有多少人學習一些錯誤的價值是一輩子不能解惑的，很多選擇結束自己生命或是傷害他人生命的人，常常是因為狹隘的人生價值觀及錯誤的生命對待。

哲學內容中，屬於人生哲學的部分為價值論。價值論雖有涉及有關人生問題的討論，對「人生觀」、「人生的意義」，「人生的理想」等問題則付之闕如。因此，生命哲學的精華即在於此。生命教育包括三個層次：第一個是屬於認知的層次，認識和了解身體及生命的意義和價值，熟悉與他人相處客觀法則以及知道愛惜自己和他人生命的方法。第二個是屬於實踐層次，個體除了具備維護自身和他人生命的知識能力之外，也要能夠真正去加以履行。不輕視自己和別人、不踐踏自己和別人、能為自己行為負責，真正能統合知情意行。第三個是屬於情意層次，具有人文關懷、社會關懷和正義關懷，而且能夠不斷的自我省思，欣賞和珍

視自己的生命歷程，學習設身處地為他人的生命情境著想。同理包容及尊重他人的生命抉擇，並與生存環境良性的互動（孫效智，2002）。輔仁大學哲學系教授黎建球認為：

生命教育是這幾年在我國提倡的一種整合性教育，它的目的是關注整個的教育體系要有生命力，它要求不但在制度上、教育的歷程上、且在教者及教者的內涵上，都必須把受教者當一個有知情意位格的主體予以尊重，同時在教學的效果上，必須達到受教者對一己生命的學習，從瞭解生命、尊重生命、愛護生命到發展生命的意義與價值，使個人成為這個世界上，頂天立地、懷抱理想、能實踐愛心的人。⁴⁵

因此，生命教育的理論，是建立在對生命意義與價值的探索與體會上；而生命教育的實踐，則在利用各種教學工具，營造各種環境，使受教者能有效的去實踐生命的精神，以培養具有社會實踐力習慣的國民。因此，多年以來，生命教育已經成為各大學校院通識教育之主流思想課程。

第二節 當今台灣教育對「自我成長」之重視與作法

一、莊子哲學生命價值與生命教育「自我成長」之關連

「生命教育」即「生命哲學」的教育實踐。探討範圍包含「倫理」、「道德」、「人生觀」等廣義範疇。輔仁大學陳福濱教授認為：生命教育的探討，一方面追求生命的意義，以建立完整的價值體系；一方面期能落實於具體的生活環境中，提昇生活品質，以尋求安身立命之道，陳福濱教授在生命教育探討重點主要放在1.生命意義與生命倫理 2.良心是道德本心的呈現 3.倫理道德與教育 4.知情意行與教育與5.生命互動與宗教價值等五個面向。⁴⁶

生命教育最核心的議題是有關生命意義的安頓、人生理想的建立等問題。在功利實用的社會強勢價值主導之下，很多人忘了去省思。人類在本質上就不該只是追求實用功利的價值而已，面對這樣無常備受侷限的人生，在社會狀況不盡如人意，理想的自我實現又不能操之在己的狀態下，人們難道不要反問自己：生命

⁴⁵ 黎建球，〈生命教育的理論與實踐〉，《教育資料與研究》第39期，2001年3月，頁1-5。

⁴⁶ 陳福濱，〈生命教育的倫理基礎〉，收錄於《生命教育的理論與實務》，寰宇出版股份有限公司2000年11月，p.23-36。

的意義是什麼？人生的目標又在哪裡？怎麼樣的目標與理想能具有超越無常的永恆意義？這「人生三問」很難一下子找到答案，有些人生問題解答也因人而異，畢竟每個人的生長背景與智慧能力不同，這些攸關每個人最深存在的問題，可以說是生命教育要使每個人去思索生命的最重要的問題，並以之作為人生正確的出發點與生命「應然行進」的依歸。

二、台灣教育體制對「自我成長」之作法與具體貢獻

在生命教育的學理領域裡，人生哲學與宗教哲學是很重要，可以從人生觀與實踐態度之間的關係來理解。個人以從事教育二十多載的經驗中認為，生命意義問題與實踐問題是互為表裡的。一為形上的終極信念，另一則為形下的實踐原則。理想上任何人的行為實踐其實都是來自他的終極信念，也都必須以他的終極信念為基礎。在真實生活裡去實踐所信仰的信念，達成知行合一的理想狀態。在學理和應然面上應是如此，但學習者總是在心靈的層面上發現「應然」的喜悅時，卻在現實的「實然」環境中感到疑惑與挫折。在生活實踐過程中也常常出現說的是一套，做的又是另外一套的現象。對有些人來說可能是悟道容易行道難，可是更多的人是不屑為之，認為那是傻子哲學，為什麼有如此多的「知行不一」的情形呢？此一問題應該也是從事生命教育者所要關注之問題。

生命教育的第二個學理領域是倫理學或道德哲學的面向，倫理學所關心的則是人應該如何行。探索「什麼是善」以及「如何擇善」這兩個問題，是倫理學所要探討研究的根本課題，「善是什麼」屬於基本倫理學的課題，而「如何擇善」則是應用倫理學的領域。前者是後者的基礎，後者是前者的運用，二者互為體用。基本倫理學的對象並非「如何擇善」這類具體問題所必須具備的思想架構。基本倫理學則是希望透過理性思維與人性經驗來探索善惡的意義，建構進行道德判斷以及證成道德原則的方法理論。應用倫理學是基本倫理學在各個實踐領域的具體應用。一切與人的實踐有關的抉擇，只要涉及善惡是非、公理正義，就屬於應用倫理學探討的對象。生命教育最後一個要達成的面向就是人格統整與靈性發展，課程非常具有實踐層面的意義，但細觀其內容其實也包含許多知性課題，需要人去釐清人生種種概念性的問題。以啟發人格統整的自覺與能力，以幫助學習者在

潛移默化的生活情境中瞭解，每一個人獨特的「所是」(to be)，遠比外在世俗價值的「所有」(to have)要來的重要。

國內推行生命教育的背景與西方國家的文化狀況與社會情境不同，西方國家明確標舉「生命教育」的概念，大約是一九七九年在澳州雪梨成立的「生命教育中心」(Life Education Center, LEC)，其設立主要目的在於致力於「藥物濫用、暴力與愛滋病」的防制。該中心目前已經發展為一國際性機構(Life Education International)，屬於聯合國「非政府組織」(NGO)的一員，對於生命教育的倡導和貢獻居功甚偉。在台灣的大環境部份，藥物濫用與愛滋問題並不像西方那麼嚴重，但問題也漸漸惡化，尤其是在社會風氣的日益敗壞下，青少年人生觀的膚淺，日益氾濫的性關係及不正確的兩性觀念，層出不窮的社會傷害事件，傷害他人及自我傷害等等社會新聞，總是令人怵目驚心。有識之士提出生命教育才是教育改革的核心，心靈革命才是社會改革的根本之道，希望能全面的推展生命教育，企圖從根本上解決社會層出不窮的亂象。台灣的生命教育是由一天主教學校-曉明女中中的宗教教育，通過倫理教育轉化而來的，生命教育推行以來因主導者的立場及目標不同，導致生命教育的課程及內涵未獲得共識。以得榮基金會、曉明女中提出中學六年一貫生命教育單元重點為例。八十七年二月在教育廳陳英豪廳長的指導下，成立了生命教育中心，便從六年的倫理教育課程中，經過反覆討論與修正後，提出第一階段的生命教育課程單元。台灣社會從反暴力或自殺防治的方向來推行生命教育，希望建立青少年積極正確的人生觀。從學校、家庭、社會各方面來配合推動。

國內台中市曉明女中為配合前臺灣省教育廳推動「生命教育」，在曉明女中設立「倫理教育推廣中心」，後來改為「生命教育推廣中心」。並於民國八十七年九月設立「生命教育全球資訊網」(請參閱網址：<http://life.ascc.net>)。其內容包括十個區域，分別為現況報導、教材參考、日常倫理、網路大學、網路論壇、資料寶庫、網路寶庫、網路連結、校園經營和倫理論壇，提供了相當豐富生命教育資源。在孫效智教授、林思伶教授等人的指導下，結合了全省各高中的十位老師，完成了十二單元的生命教育教材與教師手冊。此教材編輯國中三冊，高中六冊。教師手冊已出版的有國一的『欣賞生命／做我真好』、國二的『生於憂患／應變與生存』、高一上的『良心的培養』，正在編輯中的有國三的『敬業

樂業／信仰與人生』、高一下『人活在關係中』、高二上『能思會辨』、高二下『生死尊嚴』、高三上『社會關懷與社會正義』、高三下『全球倫理與宗教』（參閱表1：生命教育單元對學生「自我成長」目標重點表）。

表1 生命教育單元對學生「自我成長」人格適性發展目標重點表

單元名稱	單元重點
一、欣賞生命	1.幫助學生認識生命，進而欣賞生命的豐富與可貴。 2.協助學生如何珍惜生命與尊重生命。 3.引導學生用愛心經營生命及思考生命方向。
二、做我真好	1.幫助學生明白自己的獨特性，努力去做自己。 2.引導學生努力從各方面找出自己的真實自我。 3.鼓勵學生開發潛能，從而建立自尊與自信。
三、生於憂患 （面對無常）	1.引導學生接受痛苦與困難是生命的一部份，且瞭解對人是有意義的。 2.幫助學生明白天災、人禍是可以避免及預防的。 3.協助學生運用積極的方法去面對痛苦與失落。
四、應變與生存 （從處常到處變）	1.幫助學生分辨變與不變的道理，也能藉變遷而成長。 2.幫助學生明白天災、人禍是可以避免及預防的。 3.協助學生運用積極的方法去面對痛苦與失落。
五、敬業樂業 （在工作中完成生命）	1.幫助學生在工作生活中獲得意義，使生命得到成長和圓滿的發展。 2.協助學生明白敬業、樂業的重要，並能謹慎擇業。 3.引導學生建立工作神聖的觀念，並簡介專業倫理概念。
六、信仰與人生 （無限向上的生命）	1.引導學生思考信仰與人生問題，藉此促使德行的成長。 2.協助學生辨別信仰與迷信，及認識各大宗教信仰。 3.幫助學生從信仰角度認識死亡，進而釐清自己的人生方向，訂定自己的終極關懷。
七、良心的培養	1.協助學生明白良心是人的特質之一，並清楚良心來源。 2.幫助學生認識良心的獨立性與良心的功用。 3.教導學生如何培養正確的良心及自省的方法。
八、人活在關係中 （活出全方位生命）	1.教育學生認識人類存在的幾種基本關係。 2.幫助學生明白群我關係的重要，並重視人與自然界的關係。 3.讓學生知道要活得好，活得有意義，必須與人群和環境維持良好的關係。
九、思考是智慧的開端 （意識生命盲點）	1.教導學生躲避思考謬誤的陷阱，學習正確的思考。 2.幫助學生懂得運用倫理中的推理與求證，避免常犯錯誤。 3.明白知識技巧與倫理的關係，並對倫理要素與倫理行為指南有所認識。
十、生死尊嚴 （活得充實、死得尊嚴）	1.教育學生知道死亡的定義，明白器官移植手術與安樂死的爭議。 2.引導學生探討自殺、墮胎與死刑的議題，進而澄清自己

	<p>的生命觀。</p> <p>3.決定自己的人生價值觀，並學習充實生命內涵的方法。</p>
<p>十一、社會關懷與社會正義(調和小生命與大生命)</p>	<p>1.引導學生思考小我與大我的關係，並能以「彼此獲益」的原則來面對兩者的衝突。</p> <p>2.協助學生找出社會關懷途徑，並能具體擬定行動計畫。</p> <p>3.幫助學生釐清社會正義的內涵，進而發揮人道精神、關心弱勢族群。</p>
<p>十二、全球倫理與宗教(存異求同、建構立體的生命)</p>	<p>1. 引導學生從宗教亂象中瞭解人心的需求困頓，進而建立正確的信仰態度。</p> <p>2.協助學生認識全球倫理，並清楚全球倫理宣言的內容。</p> <p>3.幫助學生建立四海一家的觀念，能關心每一個地球人。</p>

資料來源：教學資源，生命教育全球資訊網(2006)，

<http://210.60.194.100/life2000/indexhome1.asp>

第四章 莊子哲學與人際關係之關涉

第一節 莊子哲學與人際關係之啟示與影響

生命教育的意義與內涵雖然古今中外皆無定論，但是許多論者均提到人與自己、人與他人、人與社會、人與自然，由自身出發進而關懷社會國家，是一種愛惜自己同時尊重他人的價值活動。人與社會的關係是生命教育關懷的重點。莊子以批判儒家末流人偽造作的姿態出現，一般人因而認為莊子反對社會文化，這樣的定見有其立論的依據，在《莊子》書中有許多超脫世間之句子，如：

至人神矣，……而遊乎四海之外。〈齊物論〉

聖人不從事於務，……而遊乎塵垢之外。〈齊物論〉

有神人居焉，……而遊乎四海之外。〈逍遙遊〉

「四海之外」、「塵垢之外」、「遊方之外」顯然不在此人間社會，道家隱逸文化的傳統似乎要求人們退回到「建德之國」、「至德之世」的原始社會中去，充滿反社會的特徵。因此有學者認為莊子是出世主義或避世主義，對社會國家及人際關係並不看重。實則，莊子提出的「建德之國」、「至德之世」表達的是一種超越世間但不離世間的生命境界，蘊含著生命意義的實踐與生命理想的實現。人應該努力使生命理想在人世間實現，透過人的實踐點化現實世界，成為理想型態，而不是逃離此人間。莊子自己曾做過小官，〈人間世〉、〈應帝王〉蘊含大量處理人際關係的段落，在在表達出莊子不想脫離人間社會。莊子哲學絕非隱士哲學，莊子在現實中並非是孤明自守、幽隱山林，而是過著常人的生活，其異於常人者，僅僅在於努力保持著無執自然的超脫心境。誠如陳榮捷教授指出的：

隱士的好潔好靜，明哲保身，最多不過反映道家思想的一個角度，而這個角度又不是最重要的。⁴⁷

「大知閑閑，小知閒閒；大言炎炎，小言詹詹。其寐也魂交，其覺也形開，與接為搆，日以心鬥」（齊物論）這些諸子百家一孔之見的是非爭論導致人們區

⁴⁷ 陳榮捷，《中國哲學論集》，台北，中研院中國文哲所籌備處，1994年，頁168。關於道家中的隱士文化，吳經熊先生也認為：「得道的真人如常人一般地應用這個世界，而心思不牽連在這個世界……隱士是最低一流的道家人士，他們尚執者外表。高級的得道人士，朝廷與市場可以和在山林中一般地安靜。」吳經熊，《哲學與文化》，台北，三民書局，1985年，頁36。

分善惡，計較得失，由此引起種種苦悶「終身役役而不見其成功，荼然疲役而不知其所歸，可不哀邪！」（齊物論）莊子認為是非沒有客觀不變的一定標準，天下非有公是，標準因人而異，體現在認知中，每個人都是對己「是其所是、非其所非」，對他人則「是其所非而非其所是」（齊物論）儒墨百家互辯求勝「各引一端，崇其所善，以此馳說，取合諸侯」，造成社會動蕩、戰火不斷，莊子對此深惡痛絕「是非之塗，樊然殽亂，吾惡能知其辯。」（齊物論）。

是非對錯的區分是不合道的，「是非之彰也，道之所以虧。」（齊物論）對於百家爭鳴、互辯不已的情況，莊子藉由對「辯」的各種情況歸納得出「辯無勝」之結論：

既使我與若辯矣，若勝我，我不若勝，若果是也，我果非也邪？我勝若，若不吾勝，我果是也，而果非也邪？其或是也，其或非也邪？其俱是也，其俱非也邪？我與若不能相知也，則人固受黜闇，吾誰使正之？使同乎若者正之？既與若同矣，惡能正之！使同乎我者正之？既同乎我矣，惡能正之！使異乎我與若者正之？既異乎我與若矣，惡能正之！使同乎我與若者正之？既同乎我與若矣，惡能正之！然則我與若、與人俱不能相知也，而待彼也邪？⁴⁸

就辯論者與仲裁者的各種關係來判斷，莊子得出是非之間沒有絕對的差別，「彼亦一是非，此亦一是非，果且有彼是乎哉？果且無彼是乎哉？彼是莫得其偶。」〈齊物論〉因此，莊子對是非爭論的看法是主張「兩行」，包容各種不同的觀點，但又不落兩邊，「合異以為同，散同以為異。」〈則陽〉跳脫是非對立的侷限，「化聲之相待，若其不相待。」〈齊物論〉以一種更高層次明覺的心來觀照「道」本無真偽是非的區別。〈齊物論〉裡莊子說了一個狙公賦芋的故事：

狙公賦芋，曰：「朝三而暮四。」眾狙皆怒。曰：「然則朝四而暮三。」眾狙皆悅。名實未虧而喜怒為用，亦因是也。是以聖人和之以是非而休乎天鈞，是之謂兩行。⁴⁹

儒墨分別差異、是非、美醜、對錯，無異故事裡眾狙的「朝三暮四」、「朝四暮三」，顛倒無知令人可笑。在這裡莊子暗示我們人際衝突的發生，在於固執

⁴⁸ 出自於《莊子·齊物論》，卷一，頁 37。

⁴⁹ 出自於《莊子·齊物論》，卷一，頁 49。

己見而不知變通。協調衝突的原則，在泯除成心的區分造作，協調的方法則是「順勢而為」、「因是因非」視實際的狀況，採取彈性的作法。清·王夫之解此段云：適得而幾，本無必然之可據。時過事已，忘言忘知，而惡有然哉！

此解甚佳，是非本無必然性，皆是因時因地制宜，並無一定標準可言，「時過事已，忘言忘知」。處理人際關係，應「和之以是非」超越對立相容並蓄，以無執的心明覺朗照。

「和之以是非」不是沒有是非，而是不固守一定的是是非非，是以心靈的明覺朗照綜觀全體，再由個體一心的精神超脫，跳脫是非對立的侷限。誠如郭象題解〈人間世〉云：

與人群者，不得離人。然人間之變故，世世異宜，唯無心而不自用者，為能隨變所適而不荷其累。⁵⁰

以無執的心靈隨變所適處理衝突，避免人際運作中的是非計較和機心巧作，是莊子對人際衝突開出的藥方。

〈養生主〉中「庖丁解牛」的寓言充分體現了莊子對個體精神超越與人際和諧兩者相互關係的思考：

臣之所好者道也，進乎技矣。始臣之解牛之時，所見無非全牛者。三年之後，未嘗見全牛也。方今之時，臣以神遇而不以目視，官知止而神欲行。依乎天理，批大郤，導大窾，因其固然，技經肯綮之未嘗微礙，而況大軻乎！良庖歲更刀，割也；族庖月更刀，折也。今臣之刀十九年矣，所解數千牛矣，而刀刃若新發於硎。彼節者有間，而刀刃者無厚；以無厚入有間，恢恢乎其於遊刃必有餘地矣。是以十九年而刀刃若新發於硎。雖然，每至於族，吾見其難為，怵然為戒，視為止，行為遲。動刀甚微，謦然已解，如土委地。提刀而立，為之四顧，為之躊躇滿志，善刀而藏之。⁵¹

結構繁複的牛體象徵千絲萬縷的人際活動，「人間世」是一個龐大的社會關係網絡，看似複雜卻有理可循（彼節者有間）。固執己見橫衝直撞難免與人「相刃相靡，其行盡如馳，而莫之能止，不亦悲乎」（齊物論）。處理人際關係首先應去除成心的區分造作（刀刃無厚），循理而進（莫不中節），以此應對人群即

⁵⁰ 出自於《莊子·人間世》，頁 26。

⁵¹ 莊子，養生主篇「庖丁解牛」，頁 57。

能「恢恢乎游刃有餘」。以無執的心應對人間，人際空間是無限寬廣的，人應當力求精神的超脫「進乎技」順天理應天道，則人生在世無入而不自得了。個體精神超越不僅不和人群交往相衝突，反而促成人我關係的和諧，形成良性人際空間，同時人際關係之和諧亦無損於個體精神之超越。莊子說他自己「獨與天地精神往來」又「不敖倪於萬物，不譴是非，以與世俗處」（天下）這就是人和社會高度和諧的寫照。王邦雄教授提到：

庖丁解牛，看似解牛，實則解自己，刀刃無厚，牛節有間，人生自能遊刃有餘，給別人空間，就是給自己留下餘地，人我之間是一起放下，而同時得到釋放。⁵²

人是社會生活的主體，離開了人和社會的關係，社會也就不復存在。人的出生即和社會形態分不開，人文創設的社會，是不可避免也不可逃的第二自然。正常健康的個體無法脫離社會生存，人與人之間只有在相互的和諧互助中才能生存發展。對於人的群性，莊子充分的肯定，⁵³〈德充符〉說：「有人之形，故群於人。」進一步的，莊子對人應該以怎樣態度生活在人間世，做了極其深刻的思考。一方面人應該把人間世作為體道的環境，往內提昇自己的精神境界，一方面人應該向外成就社會功能。牟宗三教授說：

在道家的思考裡，人生下來便像一個小螺絲釘一樣套在像一部大機器的『人間世』中。人間世這部機器怎麼運轉，人這小螺絲釘便不能不怎麼運轉。所以在人間世中是無半點自由的，不能獨立存在的。而人的個體生命之本身，又必須要依靠外在世界才能生存。所以，就人的生命本身來說也是無半點自由，不能獨立存在的。因此，一個完美人格的成就必須通過自我修養，達到絕對精神自由，絕對的心靈自在，逍遙遊的『無待』，以成就所謂『真人』。⁵⁴

葉海煙教授說：

莊子始終認定『人間世』乃『道』顯發其真實意義的場域，而吾人之置身此一生活世界，尤其是在人我交往的過程中，所不能迴避的倫理道德課題，也便同時是莊子以『生命哲學』之基本立場，不能不謹慎處理的人生之

⁵² 王邦雄，《生命的實理與心靈的虛用》，頁 16。

⁵³ 牟宗三，《中國文化的省察：牟宗三講演錄》，台北，聯經出版事業股份有限公司，1983 年，頁 103-104。

⁵⁴ 牟宗三，《中國文化的省察：牟宗三講演錄》，台北，聯經出版事業股份有限公司，1983 年，頁 103-104。

功課。⁵⁵

道家所關懷的重點反倒是由虛妄意念所牽纏的人生困境。這種困境不是由客觀的命限所造成，而是人與人之間，以主觀的意念互相牽引糾纏所產生。它沒有實質性，可以越牽越多、越纏越緊；但也可以一念轉悟之間，便煙銷雲散、豁然開朗。這種困境，小則親子、夫妻、兄弟、朋友間，由於情緒、觀念的相對偏執，而形成的對立；大則群體與群體間，立場及意識形態相對偏執，而產生的抗爭。不管個人與個人，或群體與群體，彼此牽引糾纏，總謂之「人間是非」。另外這種困境也有的是個人的「作繭自縛」，在追求生命價值的自我肯定過程中，由於內在感受與觀念的迷惑、偏執，所造成的煩苦，例如自卑、頹廢、價值失落感等，這總謂之「自我煩惱」。

現代人的困境大多是由「人間是非」、「自我煩惱」造成，使得富足的現代人，吃得很飽、穿得很暖，卻活得非常不快樂。個人在任教於岡山高中期間，有關於學生的困擾或不快樂的原因，個人在過去進行班上同學家庭狀況之調查，不外乎對自己出生家庭卑視之弱勢學生，如部份原住民學生，因膚色的黝黑或家長經濟的窮困，而不喜歡自己。這種先天命限，教師可多方發掘學生才能，讓學生藉以肯定自我，而逐漸改變觀看自己的角度，而喜歡自我。但大多數的學生其實是快樂的，唯一帶來的困擾還是學業，學業帶來的困境除了先天資質聰、愚的命限外、一部分來自於社會整體競爭的壓力，你輸我贏，得失相循，越纏越緊，聰明的老師應避免競爭的得與失，鼓勵學生和自己賽跑，看見真實的自我。以上除了競爭成名這種可自我主動駕馭的人生面對外，再感受遭到無情病痛折磨的子來，其面對病痛的豁達。

俄而子來有病，喘喘然將死，其妻子環而泣之，子犁往問之，曰：“叱！避！無怛化！倚其戶與之語，曰：偉哉！造化又將奚以汝為？將奚以汝適？以汝為鼠肝乎！以汝為蟲臂乎！子來曰：父母於子，東西南北唯命之從，陰陽於人，不翅於父母，彼近吾死，而我不聽，我則悍矣。彼何罪焉！夫大塊載我以形，勞我以生，佚我以老，息我以死，故善吾生者，乃所以善吾死也。

56

天地用形體讓我寄託，用生活讓我勞苦，用老年讓我安逸，用死亡讓我休息，

⁵⁵ 葉海煙，〈道家的環境素養論與休閒美學觀〉，《哲學與文化》第386期，2006年7月，頁89。

⁵⁶ 出自於《莊子·大宗師》，頁34。

所以，妥善安排我生命的也將妥善安排我的死亡，如此造化著實令人印象深刻。

第二節 莊子的「無為自然」對人際關係之啟示與影響

在環境行動中，若將「有為」詮釋為「繼續對物欲的追求，而試圖以科技來解決環境問題」，則將發現生態系中交互關連和物質循環的複雜和精細遠非人類所能掌控。而破壞環境後大自然的反撲也是人類的力量難以與之抗衡的。例如溫室效應所造成的全球環境危機，已成為當今科技所無法解決之難題，如此將耗竭地球資源，對環境的破壞即使科學家竭盡心力亦永遠未及補救，故「天下用而不足」。莫若「無為」，也就是不要再製造污染和追求物欲，抱持謙遜的態度，尊重和順應大自然。莊子至樂篇云：

天無為以之清，地無為以之寧。故兩無為相合，萬物皆化生。⁵⁷

唯有在不受干擾的自然中，才是萬物化生的最佳狀態。莊子「無為」思想，對於人類相信可以用科技改造大自然的科學界與環境倫理之認知有莫大啟示。

一、「物我為一」對人際關係之影響

環保的進一步瞭解乃是人自覺到自身的肉體生命、意識、精神各層面都與自然世界、物質世界有密切的關係。人來自自然的事實，使人類在環境的生活體驗中，瞭解到與自然的和諧的重要性，一個人要如何安頓自己的生命在塵世間，不能忽視自身和自然界的和諧，乃致於合一的訴求⁵⁸。莊子「道通為一、萬物皆一」的深層的生態觀，是影響當代西方環境學者最深的東方環境思想。如 Naess 的深層生態學學說的建立即深受道家思想的影響，在描述西方環境倫理的發展過程中存在的難題時說：東方宗教認為，大自然所有的構成部分在本源上都是同一的。通過把我融合進一個更大的有機整體中，這些宗教排除了通向環境倫理學思想障礙。東方的古老思想與生態學的新觀念頗相契合，在這兩種思想體系中，人與大自然之間的生物學鴻溝和道德鴻溝都蕩然無存。正如道家指出一重要概念：萬物與我同一。

⁵⁷ 出自於《莊子·至樂篇》，頁 36。

⁵⁸ 鄔昆如(1997)：〈從簡樸到清貧——靈肉二元、環保哲學與簡樸生活〉，收錄於沈清松：《簡樸思想與環保哲學》（臺北：立緒文化事業，1997 年 10 月）頁 40。

二、「逍遙無待」對人際關係之影響

「逍遙遊乎無限之中，遍歷層層生命境界」乙旨，乃是莊子主張於現實生活中求精神徹底大解脫之人生哲學全部精義之所在。莊子面對天下失序、社會動盪、人心不安的一個時代環境，試圖藉由他的思想對時代提供一個貢獻、提出一個呼籲。其哲學的精義在思考人如何通過覺解和踐履來實現生命的意義。聖人境界是通過對存在困境的充分認識，並經主體實踐而達至的理想存在狀態，其核心精神是「撻寧無毀」。〈大宗師〉云：「殺生者不死，生生者不生。其為物無不將也，無不迎也，無不毀也，無不成也。其名為撻寧。」至人、神人、聖人、真人就是充分體驗存在限制、修養實踐，體道、踐道而後做到內心不受干擾，心靈自由自在的人，莊子說：「撻寧也者，撻而後成者。」〈大宗師〉。至於檢驗是否達至聖人境界的法門，即由主體心靈是否逍遙無待為判斷基準！

心靈的「逍遙無待」是指生命真宰不被干涉、不被宰制、能夠保持原汁原味的那個本來的自我，而且可以依原來的自我去表現出的開放條件，這就是「老／莊」人間道家一再強調的自然，此處的自然並非指物理現象的自然界或客觀法則規律，而是自然的境界，主要的意涵為「自己如此」自主之意。自己主宰自己、自己成就自己，不被任何有形、無形事物牽制，這是一種超拔飛越的精神自由。莊子把精神的自由，看得比物質上的富有與滿足更為重要。

莊子以世俗的榮華富貴為下，以精神生活的自適自快為尚，寧願貧賤也不肯貴為卿相，其根本原因正在於此。莊子這般曠達的心境，就是生命主體的能動性，自由意志的最佳寫照。心靈的逍遙無待，莊子稱之為「遊心」，生命理想的証成即在此心的自在自得。我們可以說遊心是精神自由的具體表現，⁵⁹自由是一種精神性的感受和追求，其遊的主體只能是「心」。這種精神的自由根源於道之無、氣之虛，才有空間產生其作用。

三、莊子有機的自然觀：「無為自然」對人際關係之影響

人類對環境若抱持功利至上的利用心態，固然容易對環境造成破壞，然而即使出於善意試圖以人為力量改善環境，也常導致反效果。自然的生態系統太複雜，非人類所能掌握，更不是人類的知識能力所能駕御。有許多人相信科學可以

⁵⁹ 葉海煙教授：「『遊』是自由具體之表現。」（葉海煙，〈莊子〈齊物論〉的對話倫理〉，《哲學與文化》第339期，2002年8月，頁681）；陳鼓應教授：「『遊心』是一種藝術境界的審美心胸。」（陳鼓應，《老莊新論》，2007年，頁174）。

拯救世界，事實上科學所揭示的僅僅是有關物質世界的一小部分，無法蓋括世界的全面真相。改善與破壞都是一種宰制的心態，一旦人類試圖以人為力量操控大自然，片面的科學方式往往顧此失彼，導致生態問題更嚴重的破壞。儒家言「仁」，而道德經第五章云：

天地不仁，以萬物為芻狗。

王弼注曰：天地任自然無為無造，萬物自相治理，故不仁也。仁者必造立施化，有恩有為；造立施化，則物失其真，有恩有為，則物不具存，物不具存則不足以備宰矣。⁶⁰

有恩有為，妄加干擾，物之性反而無法順其自然之道生長，為仁乃不成仁。個人過去在教學時主體已有效率且適當之方法，以人類觀點強加施為往往「愛之適足以害之」。因此〈大宗師〉云：「不以人助天」。與物同化的人，內心守一抱道，不會變遷，安然讓萬物自化，不論化或不化，都任物自然，無心縱恣外物，泰然與物相和順，不會過份地施予恩惠。

無為而才自然矣。《莊子•田子方》

莫之為而常自然。⁶¹《莊子•繕性篇》

無為為之謂之天。《莊子•天地篇》

徐復觀教授認為莊子書中多用「天」，代替「道」字，且郭注將「天」注為「自然」，基本上是對的。「天」就是「自然」，也可說：「天然」。天既不可干涉，所以〈應帝王〉曰：

順物自然而無容私焉，則天下治矣。⁶²

換言之，即對自然界一切不加以人為干涉，如此，才不會形成宰制的心態而導致利己的私心。

第三節 莊子的「萬物齊一」對人際關係之啟示與影響

在莊子觀念中，萬物是齊一，皆是由道所生，人也不例外，因而，人的生死便像春夏秋冬之更進一樣自然。上述人人耳熟能詳的「鼓盆而歌」便是莊子看穿

⁶⁰ 出自於《莊子•繕性篇》，頁 67。

⁶¹ 嚴靈峰解釋「自然」為即莫使之然是也。

⁶² 出自於《莊子•應帝王》，頁 29。

生死的最佳寫照，「察其始，而本無生。非徒無生也，而本無形。非徒無形也，而本無氣。雜乎芒芴之間，變而有氣，氣變而有形，今又變而之死，是相與為春秋冬夏四時行也。」〈至樂篇〉莊子其實已經將人物化，自然就不會對死亡有悲傷的感覺，這種齊物觀值得再做更深入的討論。

另一方面，談到「萬物齊一」與「養生」之關連性，《莊子》談到養生，既具有形體之養生，同時也肯定養生是精神的保養。那麼兩者的關係為何？身心是形與神的結合，神可影響形體，形體也可以影響精神。因此，莊子的養生偏向於借由精神的保養而達到形體的養生，而不單單只是形體的保養，光是形體的健康並不是完全的養生之道，身心的養生才是具體的成效。因此，心境淡然是保有精神的重要方法；無煩惱而無心憂，無憂無慮的詳和心境最有利於「養生」，所以「可以養生，可以全生。」〈刻意篇〉中說：

平易恬淡，則憂患不能入，邪氣不能襲，故其德全而神不虧。⁶³

從心的平易與恬淡的態度來養生，以心調身，不使身體因有憂悲樂喜的起伏而影響自然的身體功能，故心平氣和，心的力量主導形體氣血的運行，使邪氣不侵，其德全而神不虧，神不虧則以身心平衡而達正常的運作，使肉體不傷而達保養身心之目的。於是，「心」的養比外形的養更加重要。〈應帝王〉說：

莊子曰：吾所謂無情者，言人之不以好惡內傷其身，常因自然而不益生也。道與之貌，天與之形，無以好惡內傷其身，今子外乎子之神，勞乎子之精，倚樹而吟，據梧而瞑，天選之形，子以堅白鳴！⁶⁴

莊子「內不以好惡自傷其身」的「無情說」無情不是對外物的冷感，而是對於事物不以過多的心情起伏、好惡、哀樂來殘害心神，即《老子》：「泊然無感」之心境，以平靜的心，安時處順，哀樂不以入，以心中的平和保持心氣的和暢，以此養生。當人懷抱著充滿私欲及算計的「機心」，妄自運用技術力量操弄生態環境時，便愈與「道」—生命的法則更形背離。科技如同一把雙刃劍，它在增加人的能力的同時，也會改變人性和破壞人的生存環境。莊子充分體認一旦人類以自己發明的技術手段反過來對付自然，一味追求科學技術的進步，將淪為喪失本真面目的科技奴隸。教育功能的基本面在應該是教導學習者在人與自己、人與他

⁶³ 出自於《莊子·刻意篇》，頁 32。

⁶⁴ 出自於《莊子·應帝王》，頁 29。

人、人與天及物的關係對待上，能以良善尊重為出發點。能珍視自己的生命亦能尊重他人的生命，增加社會人際的和諧。

生命是由生而死的一連串變化的歷程，生命教育除包含生與死的教育外，也重視生命的整體性的行進。衍生至人與自然結合為一。人類要依賴自然而活，自然界一切的改變都會影響到人類，如何教育人類以正確的態度對待大環境。以莊子的角度而言，內、外環境乃是一種權宜之分，因為在莊子哲學體系裡，人類不能以自然是為己所用的態度來對待，他期望能達到「萬物齊一」的境界，而這也是其思想獨到之處。莊子的環境思想在強調以實踐為首要關懷，並非只是一種玄思妙想，希望在身心靈統整的狀態下，讓人類的身心靈與大自然都能得到理想健全的發展，體現一種「天人合一」之價值哲學。

個人認為莊子順著在大動亂時代人生所受的像桎梏、倒懸一樣的痛苦中要求到自由解放；而這種自由解放，不可求之於現世。也不能如宗教家的廉價的構想，求之於天上，未來；而只能是求之於自己的心。藉由「游心」以達「游世」。故而莊子的自由精神不是消極的態度，超越並不是否定，而是在主體境界已然以天地萬物為一體之際，得以從現實世界超拔出來，捨棄社會人倫以追求更高的精神價值。

現代人為了自身便利，破壞大自然所建造的公路、鐵路、隧道，乃至對所有動物實驗、生化科技，無一不是「以人滅天」；在莊子眼中，這已違背人類及整個生態的「真實生命」；對人類自身的「私欲」、「機心」予以探究、針砭，才是中止技術迫害生態環境的正本清源之道。〈秋水篇〉曰：「無以人滅天。」即呼籲不應以人類需求毀壞萬物之本性。所有具有生命力的動植物均具有價值，不能只以其利用或工具性看待。多數人認為人與自然界存在密切的互動，天地萬物皆相互關連。莊子生態哲學的形上基礎建立在「無所不在」的「道」上。道在萬物中使得天地人成為一體，因此，天地萬物的平齊建立於價值根源同一。

天下萬物都是作為整體變化中的一個小單位，各自以其不同型態的組合而彼此互換轉化著，往復循環若輪之環，沒有所謂的開始及結束。〈至樂篇〉云：

萬物皆出於機，皆入於機。⁶⁵

「種有機」即是一種生命可以相互轉換的觀點，即有機的自然觀。人與萬物

⁶⁵ 出自於《莊子•至樂篇》，頁 15。

之間，或物種與物種之間，彼此可以相互轉換、相互替代。〈寓言篇〉亦云：

萬物皆種也，以不同形相禪。始卒若環，莫得其倫。⁶⁶

人與人、人與物之間，本質上為一無終始的「始卒若環」〈寓言〉，由物我之間的轉換，呈顯出「化」的內在思索智慧，和自由的轉化特質。王中江指出「化」在道家文獻中含有「變化」之義。⁶⁷如〈天道篇〉所言：

萬物化作，萌區有狀；盛衰之殺，變化之流也。⁶⁸

即說明自然萬物彼此的關係並非靜態的，而是在變化之中。而〈天運篇〉曰：

四時選起，萬物循生；一盛一衰，文武倫經；一清一濁，陰陽調和。⁶⁹

則說明自然萬物共同生長，彼此相關，唯有彼此調和方能保持生態系統的平衡。

因此，在養身的具體作法上，莊子要人「節欲」；「節欲」不等同「去欲」，「去欲」指的是完全壓抑消除生理欲望，莊子並不否定人的基本欲望，他反對的是欲望的無限制擴張。莊子觀察維持生命存在的需求其實很簡單，「鷦鷯巢於深林，不過一枝；偃鼠飲河，不過滿腹。」〈逍遙遊〉，莊子曾窮困潦倒到需借米為生，也不願貴為楚相，因為他知道世俗榮華富貴，引起的欲望追逐，結果是身體受人牽制猶如澤雉畜乎樊中「神雖王，不善也。」〈養生主〉

人生當中最重要原則是「不以好惡內傷其身。」〈德充符〉欲望能否得到適當的節制，對身體健康產生重大影響。⁷⁰芸芸眾生，多少人一味追求感官刺激，最終搞垮自己的身體，莊子告誡世人：

且夫失性有五：一曰五色亂目，使目不明；二曰五聲亂耳，使耳不聰；三曰五臭薰鼻，困憊中顙；四曰五味濁口，使口厲爽；五曰趣舍滑心，使性

⁶⁶ 出自於《莊子·寓言篇》，頁 35。

⁶⁷ 王中江，〈道家形而上學中“化”觀念及其歷史拓展〉，《道家文化研究》第 14 輯，1998 年 7 月，頁 33-65。

⁶⁸ 出自於《莊子·天道篇》，頁 19。

⁶⁹ 出自於《莊子·天運篇》，頁 22。

⁷⁰ 莊子並不反對與生俱來的食色欲求，喜怒哀樂等情緒，然人如過度執取欲望，貪圖一時的痛快而不顧及後果，有限的形軀將無法承受。世人的行徑正如嵇康〈養生論〉言：「唯五穀是見，聲色是耽。目惑玄黃，耳務淫哇。滋味煎其府藏，醴醪鬻其腸胃，香芳腐其骨髓。喜怒悖其正氣，思慮銷其精神，哀樂殃其平粹。夫以蕞爾之軀，攻之者非一途，易竭之身，而外內受敵，身非木石，其能久乎？」

飛揚。此五者，皆生之害也。⁷¹

慾望的過份追求便是違逆自然，難免形容憔悴、精疲力竭。莊子提醒世人應「洒心去欲」、「少私寡欲」〈山木篇〉。很多人以為莊子養身等同於「吹呶呼吸、吐故納新」練氣長生之術其實是錯誤的說法。乞求生命延長出於貪生怕死，這是另一種形式之執著，不合莊子內七篇有關死生、齊萬物嚮往自然的一貫立場。

第四節 莊子的「平等齊一觀」對人際關係之啟示與影響

很多教師對於學生無法一視同仁，這是導致教育失敗的一個很大的因素。這些老師，對功課好的學生百般寵愛，甚至放任他們一些驕縱的行為；相反地，對於功課差的學生，則認為他們無可救藥，加以鄙視，導致他們自暴自棄。這種態度教育出來的，是一批人格偏差的學生。針對這種教育所出現的偏差問題，莊子〈齊物論〉中的觀點，頗值得教育者引為借鑒。莊子〈齊物論〉：

是非之彰也，道之所以虧也，道之所以虧，愛之所以成。果且成與虧乎哉，果且無成與虧乎哉？有成與虧，故昭氏之鼓琴也，無成與虧，故昭氏之不鼓琴也。昭文之鼓琴也，師曠之枝策也，惠子之據梧也，三子之知幾乎？皆其盛者也，故載之末年。唯其好之也，以異於彼，其好之也，欲以明之。彼非所明而明之，故以堅白之昧終，而其子又以文之綸終，終身無成。若是而可謂成也，雖我亦成也；若是而不可謂成乎，物與我無成也。故滑疑之耀，聖人之所圖也，為是不用而寓諸庸，此之謂以明。⁷²

一般人最容易犯的毛病是——「非所明而明之」。通常大人們所注重的經常是：「這個孩子成績好不好？」「有沒有過人的技能？」好像只有這些事才可以光宗耀祖、光耀門楣。但莊子認為這些傲人的成績、超群的技能，在人生的過程中並非必要的，但卻得到莫大的重視；而真正重要的道德，卻相對地被忽略了。所以莊子不會以外在的成就來評斷別人，更不會因為形骸的殘缺而輕視別人，他借伯昏無人對兀者申徒嘉的態度來表明自己：

人以其全足，笑吾不全足者多矣。我怫然而怒，而適教授之所，則廢然而反，不知教授之洗我以善邪？吾與夫子遊十九年矣，而未嘗知吾兀者也。

⁷¹ 出自於《莊子·天地篇》，卷三，頁 27。

⁷² 出自〈齊物論〉，卷一，頁 17。

在莊子的〈齊物論〉篇中有一例說明之，申徒嘉因為缺一條腿而經常被取笑，所以很生氣。但跟從伯昏無人修習後，不知不覺中，怒氣全消，因為伯昏無人從不因為申徒嘉的殘缺而加以鄙視，只是以善來感化他而已，漸漸地，申徒嘉自己也不在意缺一條腿的事實了，恢復信心，不再自暴自棄。伯昏無人以他的德行消弭了世間的不平。

莊子這種「平等齊觀」的教育態度在生命教育倫理中扮演相當重要之角色，頗類於現代教育法則中所論的「包容接納態度」。莊子哲學中的道德教育是希望每個人都能藉此回到與大道合一的境界，故而能夠平等齊觀，相信人人都有成就道德的可能，這也是每一位道德教師最重要的基本態度。個人認為，相對於其它專業教育，道德教育更講究的是身教的力量，言教的力量之影響有其侷限性，不如身教之影響力。以「不言之教」、「自然無為」、「形和心就」、「平等齊觀」等方式對學生進行柔和式的溝以「不通或勸說，在無形之中，以自身真實的道德品質，影響學生的氣質，使其受到感染，進而修正學生自身的德行，達到道德教育的效果。

在莊子哲學中告誡我們不要因為外物而遮蔽了內心，為物所累是一種本末倒置的異化做法。在生命教育身心靈統一的關懷上，莊子養身、養心同時並重，因為心涵蓋著心靈（靈性）性部份。身心構成生命存在的完整整體，儘管外在形體的養護不是莊子所要追求的終極理想，但是人不能離開現實生命實現價值，莊子一再申論「保身盡年」的重要，沒有現實生命，再多的理想都是泡影。

⁷³ 出自〈德充符〉，卷二，頁 24。

第五章 莊子哲學與自然關懷之關涉

第一節 生命教育永續發展與尊重生命

一、生命教育永續發展的環境思想

莊子認為我們看待世界可以有各種不同的視域，不同的視域像是透過不同的窗戶看待同一個世界，世界因而呈現不同的意義。逍遙無待的心靈讓生命透過多重的視窗來感受世界，宇宙人生的真相得以如實的朗現，方東美教授說：

至人修養成功，即成為真正之聖人，聖人體道之神奇妙用，得以透視囊括全宇宙之無上真理，據不同之高度，依不同之角度或觀點，而觀照所得之一切局部表相，均一一超化之，化為象徵天地之美之各方面，而一是皆融化於道體之大全。⁷⁴

無待心靈無拘無束活動的境界莊子稱之為「無何有之鄉」，請見以下說明：

今子有大樹，患其無用，何不樹之於無何有之鄉，廣莫之野，彷徨乎無為其側，逍遙乎寢臥其下。不夭斤斧，物無害者，無所可用，安所困苦哉！

⁷⁵

予方將與造物者為人，厭，則又乘夫莽眇之鳥，以出六極之外，而遊無何有之鄉，以處壙垠之野。汝又何帛以治天下感予之心為？⁷⁶

彼至人者，歸精神乎無始，而甘冥乎無何有之鄉。水流乎無形，發泄乎太清。悲哉乎！汝為知在毫毛，而不知大寧！⁷⁷

莊子提倡的「無何有之鄉」理想，每每讓人誤解成莊子是文明的反動者，主張讓歷史回復到結繩而治的初民社會，實則莊子所欲突出的乃是生命主體「無」的境界。無掉對有的執著、對用的標準，則此人間便是「無何有之鄉」。無何有之鄉不在現實社會之外，只要生命主體由小而大，由大而化，則現實環境也跟著轉化，如是，何處不是無何有之鄉？此關鍵全在主體精神的自我超拔，方東美教

⁷⁴ 方東美，《原始儒家道家哲學》，台北，黎明文化事業股份有限公司，1983年，頁244。

⁷⁵ 出自〈逍遙遊〉，卷二，頁20。

⁷⁶ 出自〈應帝王〉，卷一，頁14。

⁷⁷ 出自〈列禦寇〉，卷二，頁32。

授即言：

莊子所謂的精神轉變，不是一個人轉變，而是整個世界的轉變，是整個世界裡面共同生活的人做共同的精神轉變。⁷⁸

自然是人類生存的基礎，人若能和大自然和諧共處，個體將產生一種極大的快樂感受—「天樂」。〈天道〉記：

與天和者，謂之天樂。……蓋萬物而不為戾，澤及萬世而不為仁，長於上古而不為壽，覆載天地刻彫眾形而不為巧，此之為天樂。故曰：「知天樂者，其生也天行，其死也物化。靜而與陰同德，動而與陽同波。」故知天樂者，無天恐，無人非，無物累，無鬼責。故曰：「其動也天，其靜也地，一心定而王天下；其鬼不祟，其魂不疲，一心定而萬物服。」言以虛靜推於天地，通於萬物，此之謂天樂。天樂者，聖人之心，以畜天下也。⁷⁹

從以上引文，「天樂」指的是人和自然和諧無間的狀態。所謂「與天和」，就是以「道」為根據，深明萬事萬象都是道的顯現，道雖無影、無聲、無形，卻內在於一切事物之中，使萬物生成、發展、壯大。人應該如「聖人之心」廣大能容，不違害萬物，讓萬物各適其性。在這裡，「天樂」也指一種藉由心的虛靜作用而達成的精神境界。人和自然高度的和諧，是一種「物我兩忘」的超脫境界，在忘己忘物的狀態下，個體融入大自然成為大自然的一部份。⁸⁰世間萬物都是按其自身本性生成的，人與大自然融洽無間與大道合一，此為生命的最大快樂泉源—即所謂「天樂」。

生命教育永續發展的環境思想，由精神層面剖析可以得知其精神的轉捩點首先就是要超脫解放。其次，則是在超脫解放達於最高度的時候，還要再迴向人間世。以同情瞭解的精神，來把他所接觸的現實世界，都變做理想世界的化身。莊子逍遙心靈的轉捩點就是在個體解放後同時能夠容納這個現實世界。個體一解放

⁷⁸ 方東美，《原始儒家道家哲學》，台北，黎明文化事業股份有限公司，1983年，頁259。

⁷⁹ 出自〈天道〉，卷一，頁40。

⁸⁰ 無獨有偶的，美國思想家亨利·戴維·梭羅（Henry David Thoreau，1817-1862）也認為人和自然能融為一體，他說：「整個身子是同一個感覺，每一個毛孔都流露出快活。我獲得了難得的自由，在大自然裡進進出出，這正是大自然的一部份。」梭羅（著），榮福忠（譯），《瓦爾登湖》，北京，人民文學出版社，2004年，頁135。

即一切解放、一逍遙即一切逍遙，由此來說莊子的無何有之鄉並不是實存的問題而是境界的問題。另一方面，世間萬物從現象看來有長短高低之別、是非美醜之異。但從本質上看，萬物的存在都有其不得不然的理由，萬物之間並無差等，皆緣於道而生。因而以道觀之，萬物之區別全被消解而復歸於道。牟宗三教授說：

窮理之極有誠然者，奈何世眼徒見萬物之迹，擾擾不齊而方寸澄明之區與之俱滑。如水赴壑，莫覲還原。故真人諄諄訓導，使之反窮本初，混融物我同胞、同體無間。⁸¹

張松如教授亦說：

有分的是現象，無分的是本真；有分的是萬物，無分的是道：這就叫做齊物論。齊物論者，齊道論也。⁸²

牟宗三教授認為〈齊物論〉的標題有兩種讀法：一種齊「物」；另一種是齊「物論」，因此，牟宗三教授道家的道並非完全是創生萬物，而僅僅認為是一種實現原則（principle of actualization）。⁸³這二者之差別在於第一種講法的「物」是廣義，事事物物都要齊，另一方面，齊物論對所齊的東西是有所限，單單限制在「物論」，「物論」事實上就是Theory，但莊子不僅於此，是非、善惡、美醜，一切比較的、價值性的與相對的判斷都要齊等。

「莊周夢蝶」是〈齊物論〉最後一個寓言故事，在這個故事中，對於世人執迷於物我對立的立場，將自我限制在區分萬物的歧路上，莊子提出無己、無物、無執的「物化」觀點，以謙沖包容的態度安頓一切的存在，莊子消除物我之間界限的「物我一體」並不限定在物理的形軀轉換，「物化」的重點當在於主體心靈超越我執的封限而達至「上與造物者遊」〈天下〉的生命理境。陳德和教授說：

莊子在那個時刻幾乎把自己就當成了蝴蝶，與物無分，這就是『物化』，『物化』是一種境界，是一種不獨立堅持自己的心態，是一種不把自己隔絕於自然齊一的整全之中的心境，是謂『物化』，是為『與物冥合』，是『身

⁸¹ 出自〈牟宗三，中國哲學十九講〉，頁 62。

⁸² 張松如／等，《老莊論集》，濟南，齊魯書社，1987年，頁 223。

⁸³ 牟宗三，《中國哲學十九講》，台北：學生書局出版，1991年，頁 104。

與物一』，是『道通為一』，是為『逍遙齊物』，是為『齊物之論』。⁸⁴

陳德和教授認為莊子〈齊物論〉最後以物化做義理之結穴，正是說明齊物之道就是無物無己的兩忘之道。換言之，〈齊物論〉之內容不止是齊「物論」而已，同時也是「齊物」之論，兩者比較，又當以後者為目的，蓋不管物之齊或物論之齊，都是根於「兩忘以化其道」的道心理境才有可能。⁸⁵莊子齊物的思想進一步表現為一體成全天地萬物的廣大胸懷。要達到物我渾然無間的境界首先須破除我執、消除自私的我見、去掉個人立場的偏狹，並進而以同情的態度成全他人與他物，陳鼓應教授說：

由於同情和諧的心境，所以自我生命以破藩決籬之勢投射出去時，雖籠罩萬物其他生命，然而此一自我生命的精神，並不為天下宰，而予天下萬物以充分不羈的精神自由。⁸⁶

天地萬物皆緣道而生，然此「道」乃是「不主之主」、「不生之生」的實現原理，萬物生於道中、長於道中，卻絲毫不覺有任何操縱、主宰，老子說：

生而不有，為而不恃，長而不宰。不塞其原，則物自生，何功之有？不禁其性，則物自濟，何為之恃？物自長足，不吾宰成，有德無主。⁸⁷

放任天地萬物自生、自濟、自長足的胸懷，就是道家式的一體成全。莊子說：「夫吹萬不同，而使其自己也。」〈齊物論〉，「使其自己」意謂著自己如此，道以無心生萬物，萬物則於此完全渾化、完全開放之境下自在生長，一切生成變化皆自己而然，完全無拘無束，牟宗三教授說：「任何一個東西都是自己如此，『自己如此』是一個意義。你能這樣了解，把一切東西都平看了，一切東西都放平了，這就是『道』。」

莊子哲學中的「齊物」論並不是統一標準對待天地萬物，而是以萬物的標準為標準平看天地萬物，沒有一點偏見，沒有任何偏向，「順物自然而無容私焉。」〈應帝王〉莊子是以順物、無為來成全天地萬物的存在；「兩行」是不走極端，

⁸⁴ 陳德和，〈老莊思想的環境倫理學論述〉，《鵝湖月刊》第 389 期，2007 年，頁 57。

⁸⁵ 王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，台北，國立空中大學，2007 年，頁 144

⁸⁶ 陳鼓應，《莊子哲學》，台北，臺灣商務印書館，2007 年，頁 136。

⁸⁷ 出自〈道德經〉，第十章，頁 27。

不落兩邊，以包容的態度避免固執己見而造成的偏差錯誤。「道通為一」是將一切的千差萬別全部渾融於大道之中而泯除其差別，「齊同萬物」是平等的承認萬物皆有其「內在價值」，順萬物本性任其自生而不私有、不役使。所以莊子說：「物固有所然，物固有所可。無物不然，無物不可。」〈齊物論〉凡此以開放平等的態度去面對一切，就是莊子一體成全天地萬物的生命理想之証成。

深植尊重生命與全球永續發展的觀念是現階段普通高級中學課程所欲達成的目標，生命教育永續發展的環境思想，從莊子哲學剖析可以得知，和莊子人與自然的和諧思想不謀而合。和諧是中國傳統文化的核心精神，文化傳統中。和諧一直作為一種內在的、本質的、一以貫之的精神、一種崇高而又現實的理想與生活模式存在著。在這一精神的長期構築過程，莊子有其不可抹煞的重要貢獻。「道」是莊子哲學思想的中心。「和」則是「道」的重要特徵。吳經熊教授在〈中國哲學之悅樂精神〉一文中，開宗明義的說：

儒家的悅樂導源於好學、行仁 and 人群的和諧；道家的悅樂在於逍遙自在、無拘無礙、心靈與大自然的和諧，乃至於由忘我而找到真我；禪宗的悅樂則寄託在明心見性、求得本來面目而達到入世、出世的和諧。由此可見，和諧實在是儒家、道家、和禪宗三家悅樂精神的核心。⁸⁸

莊子將超越的天道下放為萬物內在的德，而德的具體作用即是「和」，夫德，和也。夫明白於天地之德者，此之謂大本大宗。與天和者也，所以均調天下。個人從事教育工作二十多載時光，體悟到生命教育強調尊重生命當不止是尊重人類自己的生命，大自然所有的生命有機體及其所依存的生態環境都應該是被尊重的對象。人和各種生命如何和諧相處及人該以何種心態面對生存環境使之能永續發展，在《莊子》書中有充分的討論。莊子反對過度的人為造作，莊子〈秋水〉篇：「牛馬四足，是謂天；落馬首，穿牛鼻，是謂人」⁸⁹，在這裡「天」指的是天生自然，「人」指的是人為造作，莊子認為人類的各項活動應該有其限度，〈秋水〉：「無以人滅天」。大自然是人的生存環境，人為了自己的生存不得不對大自然進行改造，但人和大自然的和諧相處是可能的，「聖人處物不傷物。」〈知北遊〉

⁸⁸ 吳經熊，《內心悅樂之源泉》，台北，東大圖書股份有限公司，1992年，頁1。

⁸⁹ 出自莊子〈秋水〉篇，頁30。

真正通達的人利用大自然求得己身的各項利益而又不傷害到大自然，人不傷害大自然，大自然也不會傷害人。莊子說：

不傷物者，物亦不能傷也。唯無所傷者，為能與人相將迎。⁹⁰

另一方面，在自然與人的關係上，莊子主張高度的和諧，這種和諧不能簡單的理解成人對自然的屈從而應是出於人對自然的尊重，表現為人對自然的認同感。韋政通教授說：

和諧是超工夫的境界，人到此，他的精神是純一的、自由的，既無上下界之分，也無人與我與自然的區別，萬物與我混然而為一。⁹¹

人對大自然的恣意掠奪，造成人與自然逐漸絕裂。其實生態危機只是表象，人性危機才是本質。因此，正本清源需從人心「知止」做起。對自然的過度開發是違「道」的行為，失衡的自然界最終是人類自己嚙下惡果，眾所周知，21世紀連年天災人禍不斷，對當今人類企圖用科技控制自然是個警訊。莊子進一步指出：

天下皆知求其所不知而莫知求其所已知者，皆知非其所不善而莫知非其所已善者，是以大亂。故上悖日月之明，下爍山川之精，中墮四時之施；惛粟之蟲，肖翹之物，莫可失其性。⁹²

已經擁有的不知加以珍惜，一味企求超過維持生存必須的事物，人心的不知足，正是天下大亂的原因。沈清松教授對人心的不知足導致生態危機曾經做了深刻的反省：環境的危機既然是始自人的心中，也應自心靈做起，藉此終止此一危機。換言之，當前環境的各項危機是始自人心的貪得無饜，濫用自然，宰制自然。莊子崇尚自然，鄙視人為，無為乃是順大化之作為、順乎自然情勢的作為，積極地與大化相參、相契而不以人工之矯揉造作去變更大化的歷程。今人著重人定勝天要征服自然，殊不知人自以為定能勝天，但是天亦能勝人，人征服自然，自然亦反征服人類，如是輾轉無窮，蒙害的不僅是大自然，人也是蒙受其害的。而老莊的思想中，對自然有著摯愛，老子深體物壯則老、盈極必虧的原理，因此凡事

⁹⁰ 出自〈知北遊〉，卷二，頁32。

⁹¹ 韋政通，〈莊子及其哲學〉，本文收入梁啟超／等（著），《中國哲學思想論集·先秦篇》，頁155。

⁹² 出自〈胠篋〉，卷二，頁48。

知正守反、不用其極。

二、生命教育尊重差異之生態主張

另一種對生命教育與大自然環境的連動性體悟是，人對自然的濫墾濫伐，不但威脅到其他物種的生存條件，也影響到人類自身的生存。莊子對自然的關注，是對生產科技反思的結果。在今天，人類科技文明表現在貪婪的消費習慣，造成了自然生態嚴重失衡。大地反撲的結果是全球天氣的異象及巨大自然災害在各地不斷發生。同時，生產科技破壞了大自然，也宰制了人，使人受制於物。人類面臨來自環境的衝擊與挑戰顯得越來越嚴厲。莊子對科技異化人性的現象有著超越時代的洞見：

有機械者必有機事，有機事者必有機心。機心存於胸中，則純白不備；純白不備，則神生不定；神生不定者，道之所不載也。⁹³

莊子並非不知機械的便利性，他所要警告的是「機心」造作所產生的危害，任由「機心」無限制的對大自然虛索將造成生態環境的失衡，最終將導致人類自己本身為科技所宰制，「異化」、「疏離」就此產生。這正是以「機心」代替人的天然本心，以「機心」代替道的危害。大自然的本然狀態是和諧的，任意改造自然，肆意妄為，才會導致凶險的後果，事實上，莊子為一反科技主義者，實則莊子重點在功利機巧容易破壞了人的自然純樸提出警告，而不在反智。李約瑟教授說：「科學技術是兩面性的，可以為善，可以為惡，有其利必有其害，這正是『道家』的心理，因此道家反對以技術制人的觀點。」老子說：

不知常，妄作，凶。⁹⁴

大自然與我皆根源於「道」，是不可切割的生命共同體，一榮俱榮，一損俱損，「四海之內共利之之謂悅，共給之之為安。」〈天地〉人和整個自然生態是共利、共給、互利互益與互助互成的。自然環境和人不是對立的，不是相互傷害的，而是相互統一，高度和諧。循天之道，順萬物之本性就能與自然和平共處，共生共榮；強行戡天役物，以大自然的征服者自居，人類便難逃大自然報復的厄

⁹³ 出自莊子〈天地〉，第三章，頁9。

⁹⁴ 出自老子〈道德經〉，第十六章，頁18。

運。「天地一指，萬物一馬」〈齊物論〉天地萬物本來就是一個整全的有機體，破壞生態環境，就是破壞人類自己賴以生存的基礎，早在二千多年前的莊子已明確指出「不以心損道，不以人助天」〈大宗師〉才是人類對生態環境的正確態度。

人應該如何和大自然相處，在具體作法上莊子提出「無為」和「知止」的觀點。「無為」不能簡單的理解成是與儒家積極「有為」的對立，或誤解成無所作為。道家的「無為」是順自然而為，不妄自造作，目的是「無不為」的成就萬事萬物。莊子的「無為」是在儒家積極有為後開出的一帖調和劑，是先有儒家「有為」的積厚功夫，再功成身退讓開一步，還給天地萬物一個逍遙自在的休養空間。儒道兩家用心的方向儘管不同，其成就天地萬物的關懷則無二致。莊子「無為」思想繼承自老子的「道法自然」。⁹⁵「然」者成也，「自然」即自成、自己如此，「法自然」意謂遵循本真本然的自然之道。莊子「無為」思想的核心是不以人力強加作為而破壞了天地自然的調節功能。「無為」是給自然一個自己調節的空間，「天地固有常矣，日月固有明矣，星辰固有列矣，禽獸固有群矣，樹木固有立。」〈天道〉天地、星辰、禽獸、樹木都有其內在調節的功能和規律，人類只要順應自然之道，大自然就會回復本然和諧的平衡狀態，因而「無為」是「輔萬物之自然」而為，是「為無為」的意思。再進一步看，「無為」是天地的本性，「道」無為而萬物依內在的本性而自化，莊子對生態環境開出的另一個藥方是「知止」。這是繼承老子「知止不殆」的思想，莊子曰：

知足不辱，知止不殆，可以長久。⁹⁶

在老子看來「知足」與「知止」是密切相關的，宇宙中的萬事萬物都有其限度，人應控制自己的慾望，對掠奪自然的行為有所節制，維持生態平衡，自然才能長久提供人類生存的資源，「是以聖人去甚、去奢、去泰。」《道德經·第三十二章》莊子對老子自然觀有深切的體認，〈齊物論〉說：「知止其所不知，至矣。」對於自然界，莊子並不是將其視為一個外在的客體而加以研究，而是視天地萬物為一渾然不可分的整體，賦予情感上的認同和價值上的尊重，如何對待自然首先是一個德性問題，不是認識的問題；是情感態度的問題，不是知識技巧的

⁹⁵ 出自《道德經·第二十五章》：「人法地，地法天，天法道，道法自然。」

⁹⁶ 出自《道德經·第十六章》，頁 20。

問題。人們可以有很多知識，但是沒有對自然的尊重與善意，就不可能處理好人同自然的關係問題。由莊子哲學看來，知道人類在生態中扮演的角色，認清人類行為的限制，對環境的開發順其自然，適可而止，就是對自然最正確的認識。

科學的進步、物質文明的推進，使得人心欲壑難填不能知足，莊子對此痛心疾首：

夫弓弩畢弋機變之知多，則鳥亂於上矣；鈎餌罔罟罾筍之知多，則魚亂於水矣；削格羅落置罟之知多，則獸亂於澤矣。⁹⁷

人類機心造作，不知節制的向大自然索取，導致生態失衡，不但自然界的生物無法安其所居，人類也將為自己的行為付出慘痛的代價。⁹⁸莊子還進一步指出天下大亂的原因罪在人類不知足、不知止，已經擁有的不知加以珍惜，一味的企求超過維持生存必須的事物。人心的不知足，正是天下大亂的原因。人類應該尊重萬物的差別，〈齊物論〉「十日並出，萬物皆照」、「吹萬不同」、「萬竅怒號」形象的描述了在道的和諧理境下，萬物各安其所、各盡其能，蓬勃發展生生不息的景象。〈齊物論〉的「齊」，並不是齊頭式的平等或機械化、標準化的平等，消除萬物的差異性，在今日，平等通常意謂著的「相同」，但是莊子式的平等則是「一體」的意思，莊子說：

天地與我並生，而萬物與我為一。⁹⁹

天地人我儘管有所區別，但都是宇宙有機生命的共同體，並沒有價值上的高低區別。陳德和教授說：

莊子的〈齊物論〉並不是要統一各種思想，也不是想取消各種事物的差異，而是告訴我們：唯有放下我執、敞開胸襟，在不計較得失利害、不在乎彼此是非的絕待心靈下，才能平等尊重一切的存在而證成天地人我共生共榮

⁹⁷ 出自〈胠篋篇〉，卷一，頁17。

⁹⁸ 陳德和教授在〈老莊思想的環境倫理學論述〉一文中，即一針見血的指出：「當今環境危機的出現，人類欲望的過度膨脹以致資源超量開發使用，應該是主要的原因之一。」本文收錄在《鵝湖月刊》第389期，2007年11月，頁20。

⁹⁹ 出自〈齊物論〉，卷一，頁5。

的大和諧。¹⁰⁰

天地萬物在價值上是同源同體的，並沒有誰高於誰的位階關係，因此任何動物都絕不是他種動物為達成某種目的之手段，每種動物存在本身都是目的，並且僅是目的，而不能是另一物的工具。人類沒有奴役他種動物的正當性，也沒有權利可以任意去摧殘其他的生物。對於人類將其它動物做為工具來役使，莊子深惡痛絕，他在批評伯樂治馬時說：

馬，蹄可以踐霜雪，毛可以禦風寒，齧草飲水，翹足而陸，此馬之真性也。雖有義台路寢，無所用之。及至伯樂曰：我善治馬。燒之，剔之，刻之，錐之，連之以羈韁，編之以阜棧，馬之死者十二三矣；飢之，渴之，馳之，驟之，整之，齊之，前有楛飾之患，而後有鞭策之威，而馬之死者已過半矣。¹⁰¹

伯樂的善於治馬，在莊子看來是扭曲馬的天然本真，治馬是對馬性的摧殘！莊子跳脫以人類為中心的思考，認為各種物種皆有其不可取代的價值，萬物的差異不代表價值的優劣，自然界的一切生命都如同人一樣，有依照自己本性生存的權利。任何人都無權干涉和踐踏生物的生存權利。

第二節 莊子哲學對校園與環境現實關懷之影響

一、「養身論」對校園與環境之影響與現實關懷

莊子的教育思想講求學生應做他自己，不受教育制度的過度干涉，順著自己天然的資質自然發展。就像道不干涉萬物，無心無為，使萬物各遂其性，郭象說：「群才萬品，各任其事，而自當其責矣。」¹⁰²

師生之間或學生之間的衝突，其實存在的是對事物認知差異所產生的衝突，傳統的教育習慣以單一標準衡量學生，相對的較不重視「個別差異」。友善校園強調「尊重」、「平等」，不重視「個別差異」，如何談「尊重」？以單一標準論斷學生，何來「平等」？現今社會強調團隊合作，首先就該先揚棄校園文

¹⁰⁰ 陳德和，《鵝湖月刊》第389期，頁65。

¹⁰¹ 出自〈馬蹄篇〉，卷一，頁51。

¹⁰² 清·郭慶藩（輯），《莊子集釋》，頁460。

化的單一標準，尊重個別差異，提倡多元價值，讓學生的創造力和想像力大量被激發出來，達到「因材施教、有教無類」的理想。人的身心是根源於道的自然存在，身心的本然狀態是諧和統一的，徐復觀教授說：

莊子是以和為天（道）的本質。和既是天的本質，所以由道分化而來之德也是和；德具體化於人的生命之中的心，當然也是和。¹⁰³

現代人身心不調和的原因在於受到種種虛妄的文化價值薰染所致。人們無止境的追求感官的享受，致使身心失調、人格分裂、心理不平衡，身心的扭曲進而引起精神失常、酗酒、殺人、自殺等等社會問題。對此迷亂失序的精神狀態，莊子要求人們從虛妄的文化價值中解脫出來，重新肯定現在、肯定自己，並對人間價值系統予以重新估定，因為，真正身心調和的人是自我評價的。身心調和在於順應自然之道，按照自然的本性而生活，不為世俗名利違背自然的本性，莊子說：

今世俗之君子，多危身棄生以殉物，豈不悲哉！¹⁰⁴

心靈追逐外在的價值系統，喪失了主體的生命自由，因而引起身心失調，是多麼令人惋惜！個體生命的身心調和就是莊子的養生思想。莊子的養生思想應包含兩部份：養身及養心，牟宗三教授曾就此分二義說明：

養生既在滅「無限追逐」之失當，則其在「心」上有一極深之虛靜工夫、甚顯。此工夫正代表一逆提逆覺之精神生活，此即所謂「逆之則成仙成道」。道家，工夫自心上作……此為道家養生之本義。至於落在自然生命上，通過修煉之工夫，而至長生、成仙，則是順道家而來之「道教」，已落於第二義。當然此第二義亦必通於第一義。¹⁰⁵

「清虛靜泰，少私寡欲」，即第一義也。此蓋為養生之必要條件。然後再進至第二義之充足條件，始可得延年益壽。¹⁰⁶

牟宗三教授分析精當、義理清楚，莊子身心調合的養生觀必涉及身、心二面。

¹⁰³ 徐復觀，《中國藝術精神》，頁 68。

¹⁰⁴ 出自莊子〈田子方〉，卷一，頁 37。

¹⁰⁵ 牟宗三，《才性與玄理》，台北：學生書局，2002 年，頁 207-208。

¹⁰⁶ 牟宗三，《才性與玄理》，台北：學生書局，2002 年，頁 209。

李澤厚教授說：「個體存在的身（生命）心（精神）問題，是莊子哲學的實質。」〈達生〉中田開之教導周威公養生，說單豹「養其內而虎食其外」，張毅「養其外而病攻其內」，都各有所偏廢，莊子以此寓言明確表達養生在「身」「心」並重。在莊子眼中，身心關係是「彼是相因」整全互攝的有機系統。這可從《莊子》心寄寓在形（身體）上的存在格局做一考察。在《莊子》一書中有著諸多心與形並舉的語句：

其形化，其心與之然。〈齊物論〉

形莫若就，心莫若和。〈人間世〉

無形而心成者。〈德充符〉

彼有駭形而無損心。〈大宗師〉

台灣生命教育之源起是來自「自殺防治」之概念，因此論者多認為生命教育應教導學生珍愛自我生命、看重自我生命的價值。如何珍愛生命呢？然而，個人認為首先應從愛惜個體身體做起。個人認為：「人不但要與他人和諧，而且應該與自然和諧。人的心靈與自然和諧應自身體始。」人和自己的身體和諧相處是人和天地萬物和諧的第一步。相較西方身心二元論，中國哲學不將身體當作一客體看待，身體被視為主體自身的表現，袁保新教授認為：「心與身雖然是組成生命的兩種機能，卻不是來自於各自獨立，本質炯然不同的兩種實體（substance），如笛卡爾心物二元論所主張的一樣。」關於此點，吳光明教授提到

我們不能也不曾脫離身體而存活；更確切地說，我們『活出』身體，身體是我們生存的實體。於是，我們不能將身體視為不能思想的『物質』（matter），而認為心靈（mind）是超越於身體之上的『形式』（form）¹⁰⁷。

莊子一再重覆地申論，認為身體之於俗稱『好的生活』具有絕對的重要性；所謂好的生活指的是『善夭善老。』〈大宗師〉所以『養身』和『保身』〈養生主〉和〈人間世〉就成了人生最高的目標；相反地，追逐塵俗事務而遺忘了身體，都和道德、法律的懲罰一樣，會使我們失去我們的身體。只『行事之情而忘其身』，就等於『身為刑戮，其用兵不止。』〈人間世〉生命一旦失去了身體，就等於失去真正完整之生命。《莊子》書中屢屢談及「修身」〈在宥〉、〈天道〉、「治

¹⁰⁷ 吳光明，〈莊子的身體思維〉，頁 399。

身」〈在宥〉、〈讓王〉、「保身」〈養生主〉、「完身」〈讓王〉、「存身」〈達生〉可見莊子對身體相當重視，〈達生〉說：「養形足以存生」，莊子所說的「形」即是身體。其對身體的愛護表現為對形軀欲望的反省和節制。¹⁰⁸

個人在撰寫論文這段期間，對《莊子》一書有很深刻的體悟，認為莊子哲學主要核心觀點是：「正確養身方法，顯然不在於任何外在於人的東西。人創造了物、創造了各種價值，本該是要為人服務，現在人卻反為之奔忙。物與人的關係被顛倒了，人自己成為上足了發條的鐘錶。」事實上，「身為物役」使人的身心呈現緊張的狀態，科學技術文明提供豐腴物質的同時，也導致了生命陷於身體與欲求的嚴重分裂。這一點從消費習慣最容易觀察出來，人們消費不是出於「需要」，而是無法克制「欲望」。莊子對此提出警告：

夫天下至重也，而不以害其生，又況他物乎！¹⁰⁹

在轉變世俗社會偽妄的消費價值觀上個人誠然充滿無力感，但是個體可以選擇生活的態度，莊子呼籲「物物而不物於物。」(山木)把「喪己於物，失性於俗」的人稱為「倒置之民。」(繕性)養身的重點在重新反省人與物的關係，而不是物質上的供養。順著身體的自然需求，不被膨脹的欲望桎梏，才能「保身全生」、「不夭斤斧」。(逍遙遊)

耆欲深者，其天機淺。一個人的嗜欲程度反應其精神修為的高低，過度的物質享受將對身體造成負面的影響。〈達生〉篇中莊子對嗜欲過深提出了警告：人之所取畏者，衽席之上，飲食之間；而不知為之戒者，過也。因此，在養身的具體作法上，莊子要人「節欲」。「節欲」不等同「去欲」，「去欲」指的是完全壓抑消除生理欲望，莊子並不否定人的基本欲望，他反對的是欲望的無限制擴張。莊子觀察維持生命存在的基本需求其實很簡單，「鷦鷯巢於深林，不過一枝；偃鼠飲河，不過滿腹。」〈逍遙遊〉

莊子曾窮困潦倒到需借米為生也不願貴為楚相，因為他知道世俗榮華富貴，引起的欲望追逐，結果是身體受人牽制猶如澤雉畜乎樊中「神雖王，不善也。」〈養生主〉人生當中最重要原則是「不以好惡內傷其身。」〈德充符〉欲望能

¹⁰⁸ 吳肇嘉先生說：「生命目的之實現，不能離開形軀的保全，『養生』就作用來看，是應該涵蓋著氣性生命的。《莊子》中有許多處都顧及了形軀生命的保養，譬如以〈人間世〉而言，篇中幾乎沒有一則寓言是例外。」他的分析參見吳肇嘉，《莊子應世思想研究》，桃園，國立中央大學中國文學系博士論文，2008年，頁33-34。

¹⁰⁹ 出自莊子〈讓王〉，頁12。

否得到適當的節制，對身體健康產生重大影響。莊子並不反對與生俱來的食色欲求，喜怒哀樂等情緒，然人如過度執取欲望，貪圖一時的痛快而不顧及後果，有限的形軀將無法承受。世人的行徑正如嵇康言：

唯五穀是見，聲色是耽。目惑玄黃，耳務淫哇。滋味煎其府藏，醴醪鬻其腸胃，香芳腐其骨髓。喜怒悖其正氣，思慮銷其精神，哀樂殃其平粹。夫以叢爾之軀，攻之者非一途，易竭之身，而外內受敵，身非木石，其能久乎¹¹⁰？

芸芸眾生，多少人一味追求感官刺激，最終搞垮自己的身體，莊子告誡世人：

且夫失性有五：一曰五色亂目，使目不明；二曰五聲亂耳，使耳不聰；三曰五臭薰鼻，困憊中顙；四曰五味濁口，使口厲爽；五曰趣舍滑心，使性飛揚。此五者，皆生之害也¹¹¹。

慾望過份追求便是違逆自然，難免形容憔悴、精疲力竭。莊子提醒世人應「洒心去欲」、「少私寡欲」〈山木〉。很多人以為莊子養身等同於「吹呴呼吸、吐故納新」練氣長生之術，這其實是錯誤的說法。乞求生命延長出於貪生怕死，這是另一種形式的執著，不合《莊子》內七篇一死生、齊萬物嚮往自然的一貫立場。

從上述文獻整理與引文可清楚看出，莊子養身的重點在養心，過度的欲望追逐造成身心關係之密切，正如釋德清所言：

非彼真宰，則不能有我之形，若非我之假形，而彼真宰亦無所托¹¹²。

莊子觀察身心失調主因得出一重要結論，身心失調主因主要在於心靈意識的執著，由執著帶來貪取、佔有、是非、利害，並把自我團團圍住。因此最重要的就是把自我內在的心靈執著解開。「養心」即在培養一個開放的心靈，開發心靈自覺解蔽的能力，才能從狹窄的局限性中提昇出來，從超越的視野來把握生命的真實存在，成為真實自我的主人。人只有全面觀照生活，才能正確知道自己需要什麼，不會盲目的「人云亦云」或「亦步亦趨」。莊子期勉世人「自適其適」，心靈平靜和身心調和統一，並非取決於擁有何物、有何地位或置身於何種環境，而是取決於精神的態度。在〈德充符〉中，莊子藉形殘而神全的兀者王骀、申徒

¹¹⁰ 出自莊子〈養生論〉，卷二，頁45。

¹¹¹ 出自莊子〈天地〉，卷三，頁57。

¹¹² 出自明·釋德清，莊子內篇注，莊子〈齊物論〉，卷二，頁16。

嘉、叔山無趾宣傳神比形重要的概念，曾春海教授說：

對莊子而言，形神之間若因貪執且陷溺於身外之物追求而呈現斷裂及異化的危機。對形神間既存的疏離異化事實，吾人當如何在人生實踐上自行消解危機，轉化昇華至形神相親，以神率形，與道冥合的真人或至人境界。¹¹³

二、「養心論」對校園與環境之影響與現實關懷

個人以為從莊子哲學談生命教育身心靈統一課題，靈性層面應可視為心理層面的延伸，為了討論方便，不再作細微區分，以「心」字涵蓋「心理」和「靈性」兩個層面。五色容易令人目盲，五音容易令人耳聾，五味容易令人口爽，馳騁畋獵容易令人心發狂，難得之貨容易令人行妨。因此，親眼所見與親耳所聽都不見得是事物的真相，而且往往是失去真實的判斷，主其因是人太容易受到感官的影響，以致無法見其事物的本相，所以要勿聽之以耳，在心齋的修養層次上，從聽之以耳的階段，再進一層的到聽之以心的階段，再往上一層的氣聽去探索，為什麼又說勿聽之以心，心聽還是停留在受物象影響的階段，唯有聽以氣時，才會進入無物的狀態，要排除一切社會化過程的成心之見，所有的道德規範、價值判斷、意識形態都是束縛心靈自由的繩索，就像莊子所言：「夫得者困，可以為得乎。」〈天地篇〉我們的思考能力受限於符號現象世界，亦即人的心受限於世俗的萬千世界，很難不為識見所累，所以為什麼會有知道越多阻塞越多這樣的見解，人在社會化的過程中，很難沒有「沒有顏色的思想」，尤其是這個知識暴增的時代，如果還是停留在聽之以心的狀態，很難觀其本真。在莊子〈繕性〉篇提到：

心與心識，知而不足以定天下，然後附之以文，益之以博。文滅質，博溺心，然後民始惑亂，無以反其性情而復其初。¹¹⁴

養心論對校園與環境之影響與現實關懷單元中，個人要特別提出自己的真正體悟：目前時下年青人容易受到太多外來雜質之污染，尤其現代文明造就無數的精神牢籠，心的作用受於外物的制約，心中的各種想法總是與外物之間的現象不自覺的相符，故心止於符。心受到太多太多文明的束縛，已經無法分辨本真的實

¹¹³ 曾春海，〈莊子的形神觀及其依道製器之藝術實中踐觀〉，《哲學與文化》第 399 期，2007 年 8 月，頁 3。

¹¹⁴ 出自莊子〈繕性〉篇，卷一，頁 37。

相，所以說要達到聽之以氣的境界才是理想的境界，讓生命的本然狀態來主導對事物的真實判斷。¹¹⁵

心齋就是修養踐履的一個重要法門，可以讓主體洞見事物的本來的實相，不會有偏差的認知，亦不再以狹隘的成心之見去面對萬物，才能做到勝物而不傷。

教育最大功能是能塑造理想的人格，但理想的人格要如何養成呢？如陳鼓應教授所云：

理想人格的形態是『挫銳』『解紛』『和光』『同塵』，而達到『玄同』的最高境界。『玄同』的境界是消除個我的固蔽，化除一切的封閉隔闕，超越於世俗褊狹的人倫關係之局限，以開豁的心胸與無所偏的心境去待一切人物。¹¹⁶

要達到理想的人格，就要消除自我的固蔽，超越世俗一切偏狹的局限，在教育的面向即是改變學習者的認知，在教學的過程中教學者也必須不斷省思自己的認知，在教育心理學領域裡，認知心理學所強調的是改變人的認知，認知改變之後看世界的想法將大有不同，心境的轉換也大不相同，教育的功能就是使其建立更經得起考驗的思想脈絡，人從有生命之始一直行進至今時，有多少錯誤的認知，錯誤認知產生多少錯誤的對待，包括對自己、對他人、對環境，這些認知與對待左右著我們的生命處遇，所謂「萬法為心造」，良善的心靈工程不就是教育要達成的重要目標嗎？教育難道不就是認知改變大作戰嗎？

莊子哲學讓生命教育內涵更為豐富，誠如陳鼓應所言：

一般人以為莊子消極出世，其實是一種很表面的看法。莊子身於一個戰亂連綿、危機四伏的社會環境中，對不幸的現實環境有深切的體驗，因而其思想中表現著追求「逍遙遊」的境界。但他的逍遙遊並不是出世的，

¹¹⁵ 筆者認為，要如何才能聽之以氣？我們不能把氣當成實物或實質來看，這裡「氣」表示個人知覺無阻塞的狀態，以「氣」表示個人之無滯的知覺狀態，要學習者心中去知去欲，達到「虛一而靜」的情況時，自然而然就可以聽之以氣，而這聽之以氣其實就是聽之以虛，可以使萬物本身無為自化。如此不斷地自我修鍊，則各官能活動終將停留在本有功能的純粹作用上，而生命狀態也將達到虛靜而與天地精神相往來的高度。

¹¹⁶ 出自陳鼓應，《莊子哲學》，頁 79。

而是寄於悠閒之中。在莊子哲學中，並無另一世界之說，他從不願寄於彼岸世界，他寫〈人間世〉以及〈天下〉篇說他「與世俗處」可以為證。我們可以說莊子的精神是以「出世」的精神入世。¹¹⁷

王邦雄教授說：

儒道兩家的哲學，僅有身心二分的義理格局，靈歸屬於心，故心靈連稱，在兩家思想系統中，並未有靈魂的觀念，傳統有陽魂陰魄之說，皆屬氣的層次，而與身連結。故身心靈三分的理念架構，是外來宗教傳入。不過，我們有天道、心性與形氣的三層區分，形氣是身，心性的心，而靈當歸屬在天人感應與合一的時候顯現。¹¹⁸

生命教育的主要目標，在於引導學習者具備化解生命困境的能力與見識，學習生命中真正重要的面向，人活在關係中，我們一直認為是人際關係而已，其實還包括人跟大自然的關係，而且是一個非常重要的關係，但是我們很少去做這個層面的覺醒，然後我們常常大聲疾呼要環保愛地球，但是事實上我們某一種程度是共犯，不管是基於無知或是麻木，我們在很多層面已經嚴重破壞我們賴以生存的地球。人生於天地之間，最根本的幾個面向是天人、物我、人己的關係，從這三個關係面向來說，「天人之際」是指人之內在存有與超越存有之間的問題（包含人與神之間的關係），「物我之別」是指人與外界存在事物之間的關係問題，「人己之間」則指人與人及人群之間的關係問題。

「生命教育」不僅是知識的學習，也是生命的學問，除現實面關懷，也應有超越精神層面。人對自己的了解，不管在知識、身體、宇宙現象等方面，皆受到許多限制，所以由限制裡面產生了高度的恐懼，對不可知神秘力量的敬畏，就是智慧的開端。教育中不應該排斥宗教，這會使學生失去對「超越界」應有的尊重，對生命應懷有謙卑與敬畏，方不致使個體自我意識過度優越，進而想主宰與凌駕自然與其他人，造成人與自己、與他人以及與自然和超越者的嚴重疏離。莊子的道論具有宗教中，精神層面的心靈超脫與生命現實的安頓，現代物質文明的發

¹¹⁷ 參閱陳鼓應，《莊子的悲劇意識和自由精神》，1991。

¹¹⁸ 參閱王邦雄，二十一世紀的儒道：儒道兩家思想的現代出路，頁 127。

展使人類失落於外在價值的追逐之中，而忘卻生命的內涵與本質，莊子著重回歸真性、強調精神超昇的內省式生命哲學觀，可以提供給現代人在生命教育的思維中能獲得一安身立命之參考。

第三節 莊子哲學對環境生態自然和諧之影響

近幾十年來許多科學研究指出，人類對大自然盲目無盡的掠奪，造成環境急速的惡化，臭氧層的破洞、全球溫室效應、地球的海平面上昇，物種的滅絕、熱帶雨林的消失等等，許多不可回復的環境破壞，以諸多的科學證據及研究數字呈現在眼前，這些環境問題其實都是屬於跨國際性的全球問題，而且真實的發生在我們的生活周遭，從王從恕的研究結果指出，環境危機最大的原因就是沒有正確的觀念和態度，以及外在的政策和法律的支援和配合。在今日環境問題層出不窮的現況下，人類今後再也不能將全球整體環境的惡化視為單純的政治或政府議題等單一面向的問題，而是全體人類有史以來文明發展的最大挑戰。莊子崇尚自然，鄙視人為，無為乃是順大化之作為、順乎自然情勢的作為。

在1984年世界資源局在召開以「全球資源發展和新世紀的可能性」為主的國際性會議之後把環境問題歸納出十大項目：（一）農田和牧場的消失、（二）熱帶雨林的消失、（三）物種的滅絕、（四）人口的暴增、（五）淡水資源的匱乏、（六）漁業資源的消失、（七）人類的健康受損、（八）氣候的改變、（九）酸雨的破壞、（十）能源的匱乏。顯示環境問題的嚴重性已被人類重視。1992年，聯合國在里約熱內盧舉行「環境與發展會議」（地球高峰會）；1993年，聯合國成立永續發展協會；1994年在開羅舉行「國際人口與發展會議」；2002年，南非約翰尼斯堡召「聯合國永續發展世界高峰會」重新檢視1992年之「21世紀議程」，並發表了世界永續發展行動計劃及約翰尼斯堡永續發展宣言；2005年2月16日，世界各國於日本所簽訂的「京都議定書」，則是針對二氧化碳等溫室氣體的排放量要求與會各國力下簽署，以限制溫室氣體對於地球所造成的持續的傷害（林慶泉，2006）。人類面對自然的態度和信念有其歷史脈絡和背景，人類最初將道德範圍只限定於人類，而不擴展於其他生物或甚至是環境，原因在於道德是在人類社會活動中發展，人與人交互的人際關係中產生了倫理的約定成俗，也就是每一

個個體如何在人群中安身立命，而相對於這樣的規定使得人類有道德的要求，這是一種「理性的自我保存」觀點。而現在若按照生態學上共生的觀點將道德擴張到環境去，也是基於理性的自我保存，人類整體作為環境的成員之一，同樣要思考安身立命的問題，然而在人類與自然環境對待上，什麼才是正確、永續發展的倫理觀念，本單元擬將莊子哲學對自然環境之影響納入討論。

莊子崇尚自然，鄙視人為，無為乃是順大化之作為、順乎自然情勢的作為，積極地與大化相參、相契而不以人工之矯揉造作去變更大化的歷程。今人著重人定勝天要征服自然，殊不知人自以為定能勝天，但是天亦能勝人，人征服自然，自然亦反征服人類，如是輾轉無窮，蒙害的不僅是大自然，人也是蒙受其害的。而老莊的思想中，對自然有著摯愛，老子深體物壯則老、盈極必虧的原理，因此凡事知正守反、不用其極。

道家的首出觀念是無為。『無』是去掉義，『為』是造作、矜持、虛的含義。然則老莊所謂的無為並非槁木死灰般地無所作為，而是自覺地不去干涉別人、宰制別人、把持別人，俾讓人我之間有足夠的自我空間以共生共榮，所以無為其實是「無不為」；所謂無功亦不是毫無建樹，相反的卻是「乘天地之正，御六氣之變，以游無窮」的大造化，只因為他又能「功成而不居」，所以說：「至人無己，神人無功，聖人無名」，莊子非常排斥人為的改變，世間一切問題都是失去本真而來，認為世間諸多問題都是人類「刻意有為」而招致禍害，大自然本身就有明法與成理，人類小知小見的造作反而害之，他以渾沌之死的故事來點醒世人，「無為」且「不以人滅天」與「順應自然」的重要：

南海之帝為儵，北海之帝為忽，中央之帝為渾沌。儵與忽時相遇於渾地，渾沌待之甚善。儵與忽謀報渾沌之德，曰：『人皆有七竅以視聽食息，此獨無有，鑿之。』日鑿一竅，七日而渾沌死。¹¹⁹

文中的儵與忽為報答渾沌的熱情招待，兩人自以為是的以為，人有都有眼耳鼻口七竅，但是渾沌卻沒有七竅，心想應該要讓他擁有七竅才對，所以就試著幫他鑿七竅，就拿起工具一天幫他鑿一竅，七天後七竅是鑿出來，但渾沌也就死了。

¹¹⁹ 出自莊子〈應帝王〉，卷一，頁 29。

《莊子》的這則寓言故事中，轉換到現在這個時空來說，「渾沌」即是比喻自然萬物，人若任意地以人的觀點來改造自然，其造成的傷害是無法彌補的，就像現在的科技似乎讓人非常便利，但繼之而來的問題，已經讓人類無法招架，人類再如此自以為是的損壞大環境，則自然一定會日益衰敗，如今這麼多的科學證據不就是最好的說明。莊子在那個時代就已經知道人為造作之害，所以他認為人要順應自然無為而治，所謂「無為」其實是「無不為」，不是消極的無所作為，而是因為有更遠的看見，才要積極的「無為」。在同一時代孟子也提出相似的觀點，在《孟子·梁惠王上》第三章中提到：

不違農時，穀不可勝食也；數罟不入洿池，魚鱉不可勝食也；斧斤以時入山林，材木不可勝用也；穀與魚鱉不可勝食，材木不可勝用，是使民養生喪死無憾也；養生喪死無憾，王道之始也。¹²⁰

中國古代哲人早在兩千多年前便已了解到，人們在利用自然萬物謀求生存時，應該具備生態永續的意識形態，不可短視近利只求一時之利益，如此對自然資源的使用，是一種己利利人的狀態，以長遠的眼光來看這種理念才是對人類有利的，在使用者的角度大自然的資源如此才可以取之不盡，也不會對自然環境造成不可逆的破壞，古時的哲人就已經了解兩者雙贏的環境處遇，而今世之人贏得一時之快，卻輸了子孫後代的環境家當，想想我們的後代要如何收拾環境破壞的殘局。莊子云：

天無為以之清，地無為以之寧。故兩無為相合，萬物皆化生。芒乎勿乎，而無從出乎！勿乎芒乎，而無有向乎！萬物職職，皆從無為殖。故曰：天地無為也，而無不為也。」人也孰能得無為哉？¹²¹

唯有在不受干擾的自然環境中，才是萬物化生的最佳狀態。無為其實是無所不為的境界，是一種積極對待的環境倫理，莊子的「無為」思想，對相信「科學至上」的現代環境文明與主流價值，應有莫大的警示。莊子在〈繕性〉篇中描述人與自然環境之間完全協調的狀態。在莊子一書中多次提到無為才是真正的自然

¹²⁰ 出自《孟子·梁惠王上》第三章，頁 68。

¹²¹ 出自莊子〈至樂篇〉，卷一，頁 41。

之道，例如在天地篇中提到：

無為為之，謂之天。〈天地篇〉

順物自然而無容私焉，則天下治矣。〈應帝王篇〉

無為而才自然矣。〈田子方篇〉

莫之為而常自然。〈繕性篇〉

「自然」為「即莫使之然是也」。「天」也就是「自然」，也可說是「天然」。天既不可干涉，所以「不知所然而自然耳。自然耳，不為也。」，以此觀之莊子所謂的自然，就是讓萬物自為變化各盡其本性就是自然，萬物雖然以各種形貌生長，但也都是順著自然，就以內七篇的〈逍遙遊〉中的二種飛鳥為例，不管是遨翔天池或是畢志於榆枋者，都是各盡其天性而已，都是合於自然的。天地萬物都需要順應自然，人也是要順應自然，千萬不可以人為造作來破壞掠奪天地萬物。在莊子，〈知北遊〉中提到：

天地有大美而不言，四時有明法而不議，萬物有成理而不說。聖人者，原天地之美而達萬物之理。是故至人無為，大聖不作，觀於天地之謂也。今彼神明至精，與彼百化。物已死生方圓，莫知其根也。扁然而萬物自古以固存。六和為具，未離其內；秋毫為小，待之成體；天下莫不沉浮，終身不故；陰陽四時運行，各得其序；惛然若亡而存；油然不形而神；萬物畜而不知。此之謂本根，可以觀於天矣。¹²²

莊子認為天地萬物有自身的存在的目的與價值，天地有大美卻不發一言，四季有其自己的規律，卻沒有彼此互相商議，萬物有既定生成的道理，卻不需要說明，萬物都是自己生長自己凋落，天地有自己運行的法則。大自然並不是服務人類而存在的，也不是提供給人類利用的資源，而是一個複雜的動態的自足自給過程。人不應該無盡的奪取大自然的資源，應是學習與自然萬物和諧相處，我們只是自然生態中的一員，應該用感恩的態度去珍惜大自然，我們並不是自然萬物的統治者，不能用征服者及享用者的角度來掠奪環境資源，對自然萬物要抱持的是尊重的心理，而不是只享受權利而忽略了人類對大自然的義務。莊子的環境思想在某種程度上正與深度生態學的理念相通的。

¹²² 出自莊子〈知北遊〉，卷一，頁16。

東方哲學系統研究主要觀點採取人類與所有生命是連為一體，是不可切割的，尤其道家思想主張萬物是齊一的，人類並沒有比其他生物來的地位特別，人類更不能用強制與消費的手段來破壞大環境，東方的環境哲理對大自然是友善的，對於大自然是採取共存共榮態度，與傳統西方的宰制自然的觀念大不相同。莊子的思想與西方的深度生態學是相通的，今日環境一大危機是來自人類，自然環境並不是人類的私人資產，整個自然世界不是屬於人類，人類反而要體悟我們只是自然界的一份子，領略與自然和諧共存的重要，這點與莊子哲學的萬物齊一是相通的。如何正確對待我們的自然環境，如何建立一個永續互利的人類環境，正是人類目前急需建立的環境倫理所需要達成的目標，也是全球教育最需要重視的一個面向。

第六章 結論：莊子哲學在生命教育上之實踐與應用

本論文有不少篇幅在討論〈養生主〉篇在生命教育中的影響之理論實踐，〈養生主〉集中探討了莊子身心調合的養生思想。莊子的養生思想應包含兩部份：養身及養心，在莊子眼中，身心關係是「彼是相因」整全互攝的有機系統。其對身體的愛護表現為對形軀欲望的反省和節制。世人趨之若鶩的富貴壽善、身安厚味、美服好色，都適足以危害身體的存養，擔心得不到這些享受的憂懼讓身體忙碌疲役不得安寧。養身的重點在重新反省人與物的關係，而不是物質上的供養。生命教育在生命關係的調節上，著重建立人與自己、他人，社會、自然、宇宙共融共在的和諧關係。莊子重視個體的殊異性，強調個體須發揮潛能，方為自我生命的完成，與多元智慧論的觀點不謀而合。主張不同潛能的孩子都能在多元化的學習環境中發揮自己的特質，達到「適性發展」的理想。

人不僅存在於自然環境、存在於人與人的關係中，而且更重要的每一個個體皆是面向自己的存在。人和自然和諧及人和社會和諧皆是以人和自我的和諧為基礎。沒有人和自我的和諧，人和自然、人和社會的和諧就是一句空話。人和自我的和諧就是心與身的和諧統一。莊子思考問題的重心並不是如何救世，而是如何救人，他重視的是個人生命價值的實現。在莊子眼中，個體的身心調和比世俗的功利和名分更為重要。

莊子哲學實踐取向觀點在生命教育之應用極為重要。莊子哲學在「教師教學」上、在「學生教育」上之應用。莊子的「死生齊一」與「安時處順」在生命教育之實踐與應用。對當今台灣生命教育在實踐取向觀點上較具有影響性，本單元會多加著墨。

第一節 莊子哲學實踐觀點在生命教育之應用

一、升學主義與生命教育之融合

有鑒於升學主義籠罩，學子在沉重的課業壓力下，忽略了身心的平衡發展，健康教育取向乃成為目前生命教育的主要脈絡。¹²³求知是人類的本性，原是人類文明的起源與進步的動力。然而，過度陷溺於知識的追求將危害生命，《莊子·

¹²³ 黃德祥，〈小學生命教育的內涵與實施〉，載於林思伶主編，《生命教育的理論與實務》，台北，寰宇，2000年，頁241-253。

《養生主》有言：

吾生也有涯，而知也無涯。以有涯隨無涯，殆已！已而為知者，殆而已矣！

124

莊子哲學雖出現於文字理論發展之初期，然其對知識可能產生的負面效應可謂洞燭機先，陳冠學指出莊子首從養生的觀點對求知慾提出反思。

求知欲是人的本性，故凡人皆一往赴之。因此，在養生論上首先提出，莊學的逍遙與養生論之論述是出於人的本性。個人在教育界二十多年的教學經驗有很深體悟：台灣當前學子為了求取高分而犧牲身體健康的情形不勝枚舉，諸如趕場補習，造成飲食失調；熬夜讀書，睡眠不足，所謂「廢寢忘食」的學習精神從養生的觀點看來，無疑是捨本逐末的。甚至曾出現學生為了提神吸食安非他命的案例，顯示出分數至上的取向對學生價值觀的誤導。對整體生涯規劃而言，許多人為了求取更高的學歷，耽誤了婚姻與就業，或於在職進修的歷程中忽略了家庭與工作，都是「求知」與「生命」失調的現象。就知識本身的追尋而言，亦需認清人的有限性與知識的無窮。周策縱在〈莊子養生主篇本義復原〉解〈養生主〉，文中首先釋知為知識，周策縱說：

莊子在此只告訴人不可儘隨無盡的外在知識，使內心失主；再則不可求盡。想知道知的終點是必敗的，「已而為知」是必「殆」的。最基本、最重要足以妨害養生的事情，即在知識追求方面走極端，所以「已而為知」是危殆，亦足以傷生。¹²⁵

「知」是用來作此問題的一個一般關節，它有代表性與概括性，不只限於知之本身亦當然是一重要關節。從其為一般關節言，知是表示離其自在俱足之性分而陷於無限的追逐中。認為〈養生主〉所論，要在還觀吾人每一人之生命與心知之關係，而自求加以調理之道，意即「知識」的追求應與整體生命達成平衡。養生觀點對學校教育的啟示，簡言之即身心健康的考量應優先於學問的追求。¹²⁶莊

¹²⁴ 出自《莊子·養生主》，頁3。

¹²⁵ 周策縱，〈莊子養生主篇本義復原〉，《中國文哲研究集刊》第2期，1992年3月，p.23-31。

¹²⁶ 牟宗三，《才性與玄理》，台北：學生書局，2002，p.206。

子〈天道〉篇有一則寓言，闡釋「書本」並不能涵蓋「知識」，說明如下：

桓公讀書於堂上，輪扁斲輪於堂下，釋椎鑿而上，問桓公曰：「敢問，公之所讀者何言邪？」公曰：「聖人之言也。」曰：「聖人在乎？」公曰：「已死矣。」曰：「然則君之所讀者，古人之糟魄已夫！」桓公曰：「寡人讀書，輪人安得議乎！有說則可，無說則死。」輪扁曰：「臣也以臣之事觀之，斲輪，徐則甘而不固，疾則苦而不入。不徐不疾，得之於手而應於心，口不能言，有數存焉於其間。臣不能以喻臣之子，臣之子亦不能受之於臣，是以行年七十而老斲輪。古之人與其不可傳也死矣，然則君之所讀者，古人之糟魄已夫！」¹²⁷

「生命教育」作為一種「全人教育」，不僅是知識的學習，也是生命的學問，除了現實面的關懷，也應有超越的精神層面。人對自己的了解，不管在知識、身體、宇宙現象等方面，皆受到許多限制，所以由限制裡面產生了高度的恐懼，對不可知神秘力量的敬畏，就是智慧的開端。教育中不應該排斥宗教，這會使學生失去對「超越界」應有的尊重，對生命應懷有謙卑與敬畏，方不致使個體的自我意識過度優越，進而想主宰與凌駕自然與其他人，造成人與自己、與他人以及與自然和超越者的嚴重疏離。莊子的道論具有宗教中，精神層面的心靈超脫與生命現實的安頓，且無特定宗教意識型態的侷限。莊子與所具備的開放精神使其有包容多元宗教的可能，因此，應取法莊子之道，提供學子靈性層面的教育，培養其具備信仰的接受力與批判力，並能深思宗教中教義層面問題。

持「人類中心主義」觀點的人類易把征服自然看成值得驕傲的功績，在自然的征服中顯示出其主宰者的角色。即便試圖以科技彌補人類對於自然生態傷害的環保觀點仍屬於「人類中心主義」。事實上，唯有化解人類中心主義才能重建一個更平衡、持續性的環境倫理。當代環境典範反省「人類中心主義」，提出「平等的生命中心主義」，強調生態系統和各種物種之間的一體不可分，各具有價值，應和平共存。而自然才是價值之根源、是價值的承載者，人類在評估自然價值可能性的根據亦即在此。價值共同體所現示的生態系統是人類與自然的共同體、是人類價值與自然價值的共同體也是實然與應然合一的共同體。¹²⁸

¹²⁷ 出自《莊子•天道篇》，卷二，頁38。

¹²⁸ 牟宗三教授說：「在道家的思考裡，人生下來便像一個小螺絲釘一樣套在像一部大機器的『人

第二節 莊子哲學在「教師教學」之應用

以生命為本的教育哲學推展，關鍵因素取決於教師。教學是以師與生作為認知的主体，在互動、協商、理解下建構知識的過程，在教學現場，教師直接面對學生，且擁有極高的教室內自主權來詮釋課程內容。若教師能具有足夠的生命涵養與批判能力來檢視課程內容，當可為教育作出最後的把關。以「建構式」數學科教學的推展為例，在發覺教學法不當而作出取消的決議之前，據調查大部分教師皆已根據課堂上學生的學習反應作出修正。面對多元並陳的教育理論、社會輿論、家長意見及變革不斷的教育政策，具備一種權衡的能力可使教師不至於感到無所適從，然而亦不可流於固執己見，師心自用，莊子的「道樞」即具備把握「共同的真理焦點」並「容納各種不同系統的見解」的特質。〈齊物論〉曰：

彼是莫得其偶，謂之道樞。樞始得其環中，以應無窮。是亦一無窮，非亦一無窮，故曰莫若以明。¹²⁹

蔡振豐教授指出：

人將自己維持在『道樞』的狀態，可以使人有效的適應各種環境及條件，並進一步與世界的各種現象相呼應，莊子稱這種情形為『明』，建立生命之「道樞」，可令其不因社會價值觀混淆的失序現象，在人生的道路中迷途。「道樞」是以「道」的體悟與實踐作為生命的權衡，此即莊子哲學之核心。¹³⁰

「道」兼具開放性與包容性，因此生命哲學的學習若能以莊子哲學為起點，可開啟封閉的心靈，活絡僵化的思考方式，進而培養兼具包容多元的涵養與批判思考的能力，而在當代各種生命哲學與教育理論的多元與差異中獲致融通的教育

間世」中。人間世這部機器怎麼運轉，人這小螺絲釘便不能不怎麼運轉。所以在人間世中是無半點自由的，不能獨立存在的。而人的個體生命之本身，又必須要依靠外在世界才能生存。所以，就人的生命本身來說也是無半點自由，不能獨立存在的。因此，一個完美人格的成就必須通過自我的修養，達到絕對的精神自由，絕對的心靈自在，逍遙遊的『無待』，以成就所謂『真人』。」參見牟宗三，《中國文化的省察：牟宗三講演錄》，台北，聯經出版事業股份有限公司，1983年，頁103-104。

¹²⁹ 出自《莊子·齊物論》，卷一，頁25。

¹³⁰ 蔡振豐，〈道家思想的兩詮釋面向及其現代意義〉，《傳統中華文化與現代價值的激盪與調融（一）》，喜瑪拉雅研究發展基金會出版，2002年，頁253-276。

觀點。

一、「不言之教」在教育上之應用

《莊子》裏面有一則寓言，談到魯國有一個缺一條腿的人王骀，但是向他學習的人卻和向孔子學習的人一樣多，孔子弟子常季談到他：

立不教，坐不議，虛而往，實而歸，固有不言之教，無形而心成者邪？¹³¹

這種不必透過言語諄諄教誨，即能以心印心，使學生充實而歸的教育方式，讓常季感到不可思議，故而懷疑「這種教育方式真的可行嗎？」對此，孔子的答案是肯定的，其主要原因在於：人莫鑑於流水，而鑑於止水，唯止能止眾止。受命於地，唯松柏獨也在，冬夏青青，受命於天，唯堯舜獨也正，在萬物之首，幸能正生，以正眾生。¹³²

因為人不會在流動的水面上照現自己的影像，而會選擇靜止的水面。所以能吸引人來照它的，是靜止的水，而非流動的水。就如同堯舜能自正性命，才能使眾生受正於他們，這就是《中庸》所謂：「能盡其性，則能盡人之性。」故而只有修養自己德行的人，才能端正別人。

古之至人，先存諸己而後存諸人，所存於己者未定，何暇至於暴人之所行？而強以仁義繩墨之言，術暴人之前者，是以人惡有其美也，命之曰菑人。¹³³

面對一個殘暴之人，絕不可妄想以仁義之言來改變他，如果這麼做的話，反倒會讓他惱羞成怒，而想要加害於你。所以必「先存諸己而後存諸人」，端正自己，站穩腳步之後，才有可能去扶持別人，如果連自己都站不穩，那有功夫去扶持別人呢？所以說：「正而後行，確乎能其事者而已矣。」〈應帝王〉一定要自己先做到，才有能力、立場去幫助別人。所以身為一位道德教師，最重要的還是要先修養自己，因為：

夫徇耳目內通，而外於心知，鬼神將來舍，而況人乎？是萬物之化也，

¹³¹ 莊周著、郭象注(1968)，莊子〈德充符〉，頁 16

¹³² 莊周著、郭象注(1968)，莊子〈德充符〉，頁 17

¹³³ 出自《莊子•人間世》，卷三，頁 12。

禹舜之所紐也，伏羲几蘧之所行終，而況散焉者乎？¹³⁴

二、「自然無為」在教育上之應用

莊子教育學生，強調自然無為，反對人為的過度干擾，扼殺了受教者純樸的本性，故作寓言曰：

南海之帝為儵，北海之帝為忽，中央之帝渾沌；儵與忽時相與遇於渾沌之地，渾沌待之甚善。儵與忽謀報渾沌之德，曰：「人皆有七竅，以視聽食息，此獨無有，嘗試鑿之。」日鑿一竅，七日而渾沌死。儵與忽相遇於渾沌之地，渾沌待之甚善，儵與忽思以開通七竅，報答渾沌之德，使其能具視、聽、食、息等功能。¹³⁵

不知渾沌之所以為渾沌，正因其不具七竅，與自然合一，儵與忽如此有為鑿作，使其喪失原本的自然之性，害死渾沌，正所謂「愛之適足以害之」。以下是個人在從事教育過程中的實際體驗與說明：若真正愛一個學生，是要瞭解他的自然之性，給予最適合他的教育方式，套用莊子哲學觀點作一闡釋：

汝不知夫養虎者乎？不敢以生物與之，為其殺之之怒也，不敢以全物與之，為其決之之怒也。時其肌飽，達其怒心，虎之與人異類，而媚養己者順也，故其殺者逆也。夫愛馬者，以筐盛矢，以蜃盛溺，適有蚊虻僕緣，而拊之不時，則缺銜毀首碎胸。意有所至，而愛有所亡，可不慎邪？¹³⁶

此一道理就猶如養虎和養馬一樣，如果不懂得牠們的自然之性，而一味以人類自以為是的方式來對牠們好，則很有可能因此激發其獸性，而自取滅亡。所以不懂得自然之道，用人心所揣測出來的教育方式，造就出來的有可能是一頭發飆的野獸。這好比教師不應該因為學生所表現出來的不同質性、才性或性向，就認定某些學生的道德低落、行為偏差（一般而言即表現出來成績差、不符常規的學生），而用制式化的道德標準，來「糾正、約束」所謂「壞學生」的行為。因為一個成績不好、行為不符常規的學生，在心底深處，也可能極為善良柔軟，只是

¹³⁴ 出自《莊子·人間世》，卷二，頁8。

¹³⁵ 出自《莊子·應帝王》，卷一，頁39。

¹³⁶ 出自《莊子·人間世》，卷一，頁28。

一直不被瞭解，而遭壓抑、隱藏，最後反而導致其行為的叛逆。所以，如果不能因應學生的特殊質性，而以劃一的道德規律強勢作為，恐怕只會造成反效果而已。故《莊子·至樂》中有所謂「先聖不一其能，不同其事。名止於實，義設於適，是之謂條達而福持。」之語，即指先聖能夠順應各人的自然之性，以多元的方式給予適當的引導教化，看似無為，實則是最自然的方式作為。所以莊子極端排斥將人為的造做強加在學生的身上，其主要哲學可從如下論述見出端倪：

意而子見許由，許由曰：「堯何以資汝？」意而子曰：「堯謂我：『汝必躬服仁義，而明言是非。』」許由曰：「而奚為來軼？夫堯既已鯨汝以仁義，而劓汝以是非矣，汝將何以遊夫遙蕩恣睢轉徙之途乎？」¹³⁷

莊子認為仁義、是非的觀念均非本性自然之物，就如老子所言：「大道廢，有仁義。智慧出，有大偽。」所謂行仁義、明是非，這都是失去真道之後，人為的造做，有了這些名稱之後，反而使人執著虛名，而忘記行使道德的本意了。所以莊子用「鯨」、「劓」等刑罰的名稱，正顯示他強烈的反對這些違反自然的教育方式。故云：遊心於淡，合氣於漠，順物自然而無容私焉，而天下治矣。此一觀點和治理天下一樣，平心靜氣，順著學生的自然之性加以導引，不將自己個人的意念強加在學生身上，就樣教育便可成功。

三、「平等齊觀」在教育上之應用

很多教師對於學生無法一視同仁，這是導致教育失敗的一個很大的因素。這些老師，對功課好的學生百般寵愛，甚至放任他們一些驕縱的行為；相反地，對於功課差的學生，則認為他們無可救藥，加以鄙視，導致他們自暴自棄。這種態度教育出來的，是一批人格偏差的學生。針對這種教育所出現的偏差問題，莊子〈齊物論〉中的觀點，頗值得教育者引為借鑒。莊子說：

是非之彰也，道之所以虧也，道之所以虧，愛之所以成。果且成與虧乎哉，果且無成與虧乎哉？有成與虧，故昭氏之鼓琴也，無成與虧，故昭氏之不鼓琴也。昭文之鼓琴也，師曠之枝策也，惠子之據梧也，三子之知幾乎？皆其盛者也，故載之末年。唯其好之也，以異於彼，其好之也，欲以明之。

¹³⁷ 出自《莊子·至樂》卷二，頁49。

彼非所明而明之，故以堅白之昧終，而其子又以文之綸終，終身無成。若是而可謂成也，雖我亦成也；若是而不可謂成乎，物與我無成也。故滑疑之耀，聖人之所圖也，為是不用而寓諸庸，此之謂以明。¹³⁸

一般人所認為的成就，如「昭文之鼓琴、師曠之枝策、惠子之據梧」，以世俗的眼光來看，都可以算是登峰造極了。但這些成就來自於人們對於是非觀念的計較，乃智巧所致之結果，正所以眩亂大道，這是聖人所極力想要泯除的，而人們卻以此沾沾自喜。所以莊子認為只要能以明淨的本性來照現，用平常心來對待，便不會被外在的成就所眩亂，而迷失追尋大道方向。一般人最容易犯的毛病是「非所明而明之」。通常大人們所注重的經常是：「這個孩子成績好不好？」「有沒有過人的技能？」好像只有這些事才可以光宗耀祖、光耀門楣。但莊子認為這些傲人的成績、超群的技能，在人生的過程中並非必要的，但卻得到莫大的重視；而真正重要的道德，卻相對地被忽略了。所以莊子不會以外在的成就來評斷別人，更不會因為形骸的殘缺而輕視別人，他借用昏無人對死者申徒嘉的態度來表明自己：

人以其全足，笑吾不全足者多矣。我怫然而怒，而適教授之所，則廢然而反，不知教授之洗我以善邪？吾與夫子遊十九年矣，而未嘗知吾兀者也。¹³⁹

申徒嘉因為缺一條腿而經常被取笑，所以很生氣。但跟從伯昏無人修習後，不知不覺中，怒氣全消，因為伯昏無人從不因為申徒嘉的殘缺而加以鄙視，只是以善來感化他而已，漸漸地，申徒嘉自己也不在意缺一條腿的事實了，恢復信心，不再自暴自棄。伯昏無人以他的德行，消弭世間的不平。莊子這種「平等齊觀」的教育態度，頗類於現代教育法則中所論的「接納態度」。謝明昆詮釋羅嘉斯的「無條件積極的關懷」(unconditional positive regard)道：總之，治療者接納來談者在此時此刻的全部。唯有治療者能接納來談者本身所不欣賞的他自己的那一部分時，來談者始能認清那一部分是什麼，也始能知道他應該改善什麼，及如何改善之。莊子寓言中，伯昏對來學者完全接納，包含來學者自己不能接納的一部分，並以善感化他，正具備「無條件積極的關懷」的態度，故能引發申徒嘉看到更重

¹³⁸ 出自《莊子·齊物論》，卷二，頁 68。

¹³⁹ 出自《莊子·德充符》，卷三，頁 59。

要的德行問題，進而修習改善。不管個人的外表如何、成就如何，每個人都有平等的善良之性，這才是莊子所看重的，所以莊子的道德教育是希望每個人都能藉此回到與大道合一的境界，故而能夠平等齊觀，相信人人都有成就道德的可能，這也是每一位道德教師最重要的基本態度。

相對於其它專業教育，道德教育更講究的是身教的力量。以「不言之教」、「自然無為」、與「平等齊觀」三種方式，在無形之中，以自身真實的道德品質，影響學生的氣質，使其受到感染，進而修正其自身的德行，達到道德教育的效果。智識的運用必須視對象而定，才能正確的判斷，而所待的對象卻是變化不定的。所以怎麼知道我所謂屬於天然的不是人為的呢？又怎麼知道我所謂屬於人為的不是天然的呢？其間錯綜複雜，非一般人的智力所能理解，所謂的「真知」，只有與道合一的「真人」才能知道了。由此可見，莊子所論之「真知」，是針對天道而言，並非世俗的智識。這種「知」高深莫測，必須親身體悟，而且愈虛心的人，愈能貼合於真道。故此，莊子以意而子向許由學道的例子來說明：

意而子見許由，許由曰：「堯何以資汝？」意而子曰：「堯謂我，汝必躬服仁義，而明言是非。」許由曰：「而奚來為軼？夫堯既已黥汝以仁義，而劓汝以是非矣，汝將何以遊夫遙蕩恣睢轉徙之塗乎？」意而子曰：「雖然，吾願遊於其藩。」許由曰：「不然，夫盲者，無以與乎眉目顏色之好，瞽者，無以與乎青黃黼黻之觀。」意而子曰：「夫無莊之失其美，據梁之失其力，黃帝之亡其知，皆在鑪錘之間耳。庸詎知夫造物者之不息我黥而補我劓，使我乘成以隨教授邪？」許由曰：「噫！未可知也，我為汝言其大略。」¹⁴⁰

第三節 莊子哲學在「學生教育」上之應用與實踐

道德教育欲成功，除了教師能把握正確的教學態度與原則外，確立方向引領學生自我體悟實踐，更是不可或缺的重要法門。依據莊子哲學，在「學生教育」的實行上有以下幾個步驟：

一、虛受真知在生命教育中之實踐哲學

常人習慣用感官去接觸外界的事物，也習慣用所接觸到的事物，去蓋括所

¹⁴⁰ 出自《莊子·大宗師》，卷三，頁42。

有事物，以為那就是真相。所謂：「眼見為憑。」但真的眼睛看到的就是真的嗎？其實不然。比如現代科技發達，網路上流通著無數造假的合成照片，我們能相信嗎？同樣的，很多事物也都可以造假，所以耳朵聽見的、皮膚碰觸到的、舌頭嚐到的，我們真的可以相信嗎？更何況人囿於時空的限制，對於很多事物的判斷，不一定準確。¹⁴¹所以如果我們以世俗的知見，去推斷一切的話，是無法得知真意。

莊子所謂道德的真知，並非律條的熟讀與服從，而是一種拋卻世俗知見，虛心體悟，才能得受的知見。所以要獲得「真知」，必得先承認自己的「不知」。莊子反對以有限的生命，去追逐世俗之知，莊子說：

吾生也有涯，而知也無涯，以有涯隨無涯，殆已！已而為知者，殆而已矣！¹⁴²

世俗的知識，無邊無盡，如醫學、文學、數學、物理……等各種類別，各類之中又可細分為無數專門的科目，每一門科目又包含了無限的知識，如果都要瞭解，窮個人一輩子的精力，就算是天才也不可能做到。所以現在有所謂的「專家」，但「專家」一詞，說穿了也只是「對於愈小之事物知道愈多的人」而已；而且就連這樣的小事，也只是知道的比較多，非全盤瞭解。但就是這樣的專家，往往需要一個人用一輩子的時間、精力去成就，這真的值得嗎？莊子的答案是否定的。他認為「以有涯隨無涯，殆矣！」不但對養生無益，而且耗費心神。什麼樣的「知」才是極至，什麼樣的「知」才值得去追尋呢？莊子說：

知天之所為，知人之所為者，至矣！知天之所為者，天而生也，知人之所為者，以其知之所知以養其知之所不知，終其天年，而不中道夭者，是知之盛也！¹⁴³

知道那些屬於天的作為，那些屬於人的作為，也就是能知道天人分際的，便

¹⁴¹ 在謝麗卿《莊子哲學及其教育蘊義》〈第四章知識觀與認知教學〉一文中提到「世俗之知的缺失」，她說：世俗知識有三大缺失「相對性」、「侷限性」、「智巧性」，其中「相對性」包括族類的認知、因時而異的認知、立場不同的認知三者；「侷限性」包括認知者的生物條件、認知者的所學二者，而「智巧性」則指人類機巧詐偽的心智。（東海大學哲學研究所碩士論文，1996年，頁97。）

¹⁴² 出自《莊子•養生主》，卷二，頁1。

¹⁴³ 出自《莊子•齊物論》，卷一，頁38。

是知的極至了。知道天的作為，是天地一切順著自然而生，而人能做的，是以他智力所及者去涵養其智力所難測知的部分，而能享盡天賦的壽命，不中途夭亡的，這算是人類知識的最高極致了。這是人類可以去追尋的「知」，至於「真知」，則莊子語帶保留的說：

夫知有所待，而後當其所待者，特未定也，庸詎知吾所謂天之非人乎？
所謂人之非天乎？且有真人，而後有真知。¹⁴⁴

因為智識之運用必須視對象而定，才能正確的判斷，而所待的對象卻是變化不定的。所以怎麼知道我所謂屬於天然的不是人為的呢？又怎麼知道我所謂屬於人為的不是天然的呢？其間錯綜複雜，非一般人的智力所能理解，所謂「真知」，只有與道合一的「真人」才能知道。由此可見，莊子所論之「真知」，是針對天道而言，並非世俗的智識。這種「知」高深莫測，必須親身體悟，而且愈虛心的人，愈能貼合於真道。故此，莊子以意而子向許由學道的例子來說明：

意而子見許由，許由曰：「堯何以資汝？」意而子曰：「堯謂我，汝必躬服仁義，而明言是非。」許由曰：「而奚來為軼？夫堯既已黥汝以仁義，而劓汝以是非矣，汝將何以遊夫遙蕩恣睢轉徙之塗乎？」意而子曰：「雖然，吾願遊於其藩。」許由曰：「不然，夫盲者，無以與乎眉目顏色之好，瞽者，無以與乎青黃黻黼之觀。」意而子曰：「夫無莊之失其美，據梁之失其力，黃帝之亡其知，皆在鑪錘之間耳。庸詎知夫造物者之不息我黥而補我劓，使我乘成以隨教授邪？」許由曰：「噫！未可知也，我為汝言其大略。」¹⁴⁵

意而子欲向許由學道，但之前堯曾經教他要實行仁義明辨是非。因此許由認為他已經讓堯上刑，如何還能逍遙放蕩，無拘無束的遊於變化之境呢？但意而子卻不放棄，舉無莊、據梁、黃帝之例，表示自己願意拋棄成見，虛其心，再受鍛鍊。終究說服了許由，得以跟隨他修習大道。故知莊子所謂道德的真知，並非律條的熟讀與服從，而是一種拋卻世俗知見，虛心體悟，才能得受的知見。所以要獲得「真知」，必得先承認自己的「不知」：

¹⁴⁴ 出自《莊子·齊物論》，卷一，頁 52。

¹⁴⁵ 出自《莊子·大宗師》，卷三，頁 13。

齧缺問王倪曰：「子知物之所同是乎？」曰：「吾惡乎知之！」「子知子之所不知邪？」「吾惡乎知之！」「然則物無知邪？」曰：「吾惡乎知之！雖然，嘗試言之，庸詎知吾所謂知之非不知邪？庸詎知吾所謂不知之非知邪？」¹⁴⁶

對於齧缺所問是否萬物皆同、是否知道自己所不明白的東西、是否萬物皆無所得知等事，王倪都回答說：「我怎麼知道？」但怎麼能依此判定王倪是真的無知，而那些滿口滔滔、言之鑿鑿的人就是真的知道呢？俗謂：「滿瓶水不響，半瓶水響叮噠。」通常那些真正瞭解天地浩瀚的人，知其妙不可言，反而不去言說，如老子所說：「道可道，非常道。」那些不識天地奧妙，不知宇宙玄理的人，卻往往自以為是而滔滔不絕，以為能說盡天地之理。那麼，那一個是真知，那一個是無知呢？此寓言中王倪的自認無知，正與西方哲人蘇格拉底追求「真知識」的心態，不謀而合，其精彩對話如下：

孟諾：蘇格拉底！當我未與你相逢之前，人們告訴我，你是一位自陷困惑的人，同時，也常使他人陷入困惑之境。此刻，我覺得你正在對我使用巫法魔術，使我惟覺恍惚迷惑，而成為一名無助的人。……我的靈魂、我的舌確已著電，我已無話可回答你。在此之前，我曾對幾百次在大庭廣眾之前演講「德」，自審所說未嘗不良。然此時，我竟不能發一語。蘇格拉底：孟諾……。起初，他不知，而今他猶不知。其所不同者，起初，他自以為知，所以毅然作答，好像他知之甚詳，而毫無困難；今則自知其困難，而不再以先前之不知誤以為知了。¹⁴⁷

可見得，在面對道德問題，中西哲人態度都是相同的，要學得真知，必先虛其心，才能有所得與悟。

二、確立志向在生命教育中之實踐哲學

一個道德的修習者，在具備虛求真知的態度，以體會更高層次的道德境界之後，立定高遠的目標，是其進入實踐步驟之前，必須確立的方向，這也是莊子

¹⁴⁶ 出自《莊子·齊物論》，卷一，頁20。

¹⁴⁷ 出自柏拉圖「理想國」書中「孟諾（Meno）」篇，譯自沈六《道德發展與行為之研究》，頁261-262。

道德教育中，一項重要的啟示。《莊子·逍遙遊》開章明義即道：

北冥有魚，其名為鯤，鯤之大，不知其幾千里也。化而為鳥，其名為鵬，鵬之背，不知其幾千里也；怒而飛，其翼若垂天之雲。是鳥也，海運則將徙於南冥；南冥者，天池也。¹⁴⁸

這是《莊子》中相當有名的一則寓言，源自齊諧。故事曲折離奇，其中鯤魚之大，誇張至極，令人難以想像；而鯤能化為鵬，更是超乎常理。但這則故事就這麼架構起來了，令人感覺新鮮有趣，且內容頗富深意，耐人尋味。而故事的重點在於以下的敘述：

且夫水之積也不厚，則其負大舟也無力；覆杯水於坳堂之上，則芥為之舟，置杯焉則膠，水淺而舟大也。風之積也不厚，則其負大翼也無力；故九萬里，則風斯在下矣，而後乃今培風。背負青天，而莫之夭闕者，而後乃今將圖南。蜩與學鳩笑之曰：「我決起而飛，槍榆枋而止，時則不至而控於地而已矣。奚以之乃萬里而圖南為？」適莽蒼者三餐而反，腹猶果然，適百里者宿舂糧，適千里者三月聚糧；之二蟲，又何知？¹⁴⁹

鵬鳥如此之大，如不飛上九萬里的高空，風力無法支撐其大翼；而且路途遙遠，如不聚三月之糧，亦無法到達南冥。所以因為立志高，要積存的實力也要夠大才行。蜩與學鳩等小蟲小鳥無法瞭解大鵬之志，便嘲笑它自尋煩惱，自找苦吃，何不安於現狀，逍遙度日。但蜩與學鳩的逍遙是真逍遙嗎？試想山林間的小蟲小鳥，若不是在弱肉強食的食物鍊中犧牲了，便是在獵人的槍桿威脅下度日，生命操縱於他人之手，自己無法掌控，真的自在嗎？所以莊子要追求的逍遙是超脫現象界，而能真正掌握自己命運的逍遙。這則寓言，出現在《莊子》一書首章開頭，其重要性不言可喻。莊子藉此展示一種人生的志向，一種道德的境界。以此開闊人類的思想，不為耳目所障，限制了個己之目標。

道德的境界有高有低，現代教育學者便將之分為幾個層次：

一、道德成規的前期，又分為「避免處罰或服從權威的序階」（自我中心觀）、

¹⁴⁸ 出自《莊子·逍遙遊》，頁4。

¹⁴⁹ 出自沈六《道德發展與行為之研究》，頁261-262。

「工具目的個人主義或相互交換序階」（具體利己觀）；

二、道德成規期，又分為「人際和諧導向序階」（個別相互觀）、「維持社會系統導向序階」（社會系統觀）；

三、道德成規的後期，又分為「社會契約、法規導向的序階」（超越社會觀）、「普同的道德原則」（普同道德觀）¹⁵⁰。

其中最後一個層次的「普同道德觀」超乎了法律的規範、人我的利害，直接訴諸於個己的良心，已是人間道德的高標準。但對於內在深層的修為境界，則不在現代道德教育的討論範圍之中。而莊子的學說，卻對此展示層層深入的境界：

故夫知效一官，行比一鄉，德合一君，而徵一國者，其自視也亦若此矣，而宋榮子猶然笑之。且舉世而譽之而不加勸，舉世而非之而不加沮，定乎內外之分，辯乎榮辱之境，斯已矣。彼其於世，未數數然也；雖然，猶有未樹也。夫列子御風而行，泠然善也，旬有五日而後反，彼於致福者，未數數然也；此雖免乎行，猶有所待者也。若夫乘天地之正，而御六氣之辯，以遊無窮者，彼且惡乎待哉？故曰：「至人無己，神人無功，聖人無名。」¹⁵¹

「普同道德觀」將人的道德修養，分為四個層次，依次是：1.其才智、德行、能力足以擔任官職，服務鄉里、國家之人。

2.如宋榮子般，能認定內我與外物之分際，對於毀譽視若無物。

3.如列子御風，能藉著風力，任意來去，而不汲汲於求福之事。

4.能順著自然的規律，掌握六氣的變化與道化合，完全不受時、空的限制，逍遙徜徉於天地之間。

這四種境界一個比一個美好，一個比一個崇高，一般人所追求、能做到的大概多屬於第一個層次而已。只有少數人能夠將毀譽視若無物，其他人多半是「寵辱若驚」的。列子的境界，已非凡人能到達，但仍有待於風力之助，不是最高的

¹⁵⁰ 葉玉珠等著，《教育心理學》，第二章「表 2-3 Kohlberg 道德發展層次序階表」，（台北：心理出版社，2003年），頁81。

¹⁵¹ 出自《莊子·逍遙遊》，卷一，頁4。

境界。最高的境界是，無所待、無所求，一切操之在己，可以駕馭天地六氣，逍遙自在。有一問題值得進一步探討，莊子的理想是否過高，而不切實際呢？或許多數人會這麼認為，但莊子卻以神人之例駁斥這種想法：

肩吾曰：「藐姑射之山，有神人居焉，肌膚若冰雪，淖約若處子。不食五穀，吸風飲露，乘雲氣御飛龍，而遊乎四海之外；其神凝，使物不疵癘，而年穀熟，吾以是狂而不信也。」連叔曰：「然，瞽者無以與乎文章之觀，聾者無以與乎鐘鼓之聲，豈唯形骸有聾盲哉？夫知亦有之；是其言也，猶時女也。之人也，之德也，將旁礴萬物以為一，世蕪乎亂，孰弊弊焉，以天下為事？之人也，物莫之傷；大浸稽天而不溺，大旱金石流，土山焦而不熱。是其塵垢糠，將猶陶鑄堯舜者也，孰肯以物為事？」¹⁵²

上述觀點說明人往往因為個己所知有限，故而對神人的崇高境界，認為誇大不實，無法相信其存在。這就好比一個瞎眼的人，無法見到五彩的美觀；耳聾的人，無法聽到鐘鼓的美妙一般。有知識障礙的人，也永遠無法體會神人境界的美好，所以無法高其志，以圖達到神人的目標，實在非常可惜！

三、「如實修鍊」在生命教育中之實踐哲學

一個修習道德者除了要有虛心的態度、高遠的志向之外，最重要的還是實踐的功夫。綜觀《莊子》內七篇，莊子談到要獲得真知而為真人的修養功夫，可以歸納為下列三點：

(一)葆光

《莊子·齊物論》中有一段言論：

夫大道不稱，大辯不言，大仁不仁，不廉不嗛，大勇不忮，道昭而不道，言辯而不及，仁常而不周，廉清而不信，勇忮而不成，五者圓而幾向方矣。故知止其所不知，至矣！孰知不言之辯，不道之道？若有能知此之謂天府，注焉而不滿，酌焉而不竭，而不知其所由來，此之謂葆光。¹⁵³

¹⁵² 出自《莊子·逍遙遊》，卷一，頁6。

¹⁵³ 出自《莊子·齊物論》，卷一，頁19。

上述觀點主要在闡釋：人經常自以為是，不識天人的分際，不知真正的辯論是不用言語，真正的大道是無可名稱的，而強欲以自己狹隘的識見，去概括所有的現象，而以為自己能瞭解所有的事。這樣的態度見解，不但無法獲得真知，反而可能因為鋒芒太露，招來禍患，危害己身，如此則違反了養生之道。所以莊子提出了「葆光」這個名詞，也就是「韜光養晦」。一個懂得韜光養晦而不欲強出頭的人，雖然外表看似平凡，但內在卻光明充實，能夠「注焉而不滿，酌焉而不竭」，就如同老子所言：

天地之間，其猶橐籥乎？虛而不屈，動而愈出。多言數窮，不如守中。¹⁵⁴

上述觀點主要在闡釋老子之「守中」亦即莊子之「葆光」，能夠保守中道，涵養內德的人，不但可以虛心接受無盡的真知，而且也保有取之不盡、用之不竭的能量以應世。故強調一個能夠「未言而信，無功而親，使人授己國，唯恐其不受」的人，必是「才全而德不形者」。莊子所謂「才」，是指德性之才，而「才全」則是指本性不受外在事物變化的影響：

使之和豫通而不失於兌；使之日夜無卻而與物為春，是接而生時於心者也。¹⁵⁵

保持內在心靈的怡悅，不因外物的干擾而戕害本性，保全天性之完好，使之永遠與外界產生一種和諧的對應關係，給人四季如春的感覺。而所謂「德不形」即是：

平者水停之盛也，其可以為法也，內保之而外不蕩也。德者，成和之脩也。德不形者，物不能離也。¹⁵⁶

上述觀點主要在闡釋：內聚眾德，外表卻看似無物，平如水停，不外蕩、不招搖，使德性之流露自然而不著形跡。以此保養內在純美德性，則萬物皆願親近而不欲離去。故所謂「才全而德不形」，即至德之人的「葆光」之道。

¹⁵⁴ 陳鼓應注釋，《老子今註今釋》第十八章，台北：臺灣商務印書館，1988年，卷一，頁66。

¹⁵⁵ 出自《莊子·德充符》卷二，頁36。

¹⁵⁶ 出自《莊子·德充符》卷二，頁38。

(二)心齋

《莊子·人間世》上有云：

回曰：「敢問心齋？」仲尼曰：「若一志，無聽之以耳，而聽之以心，無聽之以心，而聽之以氣；聽止於耳，心止於符。氣也者，虛而待物者也，唯道集虛，虛者心齋也。」¹⁵⁷

上述莊子觀點主要在闡釋：所謂的「聽之以耳」，是以感官去接觸外界的事物；「聽之以心」則是以心意去思辨外界的事物。經過此二者所得到的結果，都會落入於世俗的是非窠臼中。唯有「聽之以氣」，虛己而待物，心中不存半點成見，才能空靈明覺，容納萬物，與自然相合。故持「心齋」之人，沒有預設的立場，沒有事先的成見，只是如實的反應外界的真相。這和鏡子的原理，頗為相似，故莊子認為應學至人，用心若鏡，莊子曰：

無為名尸，無為謀府，無為事任，無為知主。體盡無窮，而遊無朕，盡其所受於天，而無得見，亦虛而已。至人之用心若鏡，不將不迎，應而不藏，故能勝物而不傷。¹⁵⁸

上述莊子觀點主要在闡釋：不被人為的智慮巧詐所蒙蔽，遮掩了人性原有的光輝，應體上天之無窮，回復本性的純淨，虛心應物，就像鏡子一般，沒有想要接受或者排斥的對象，只是「事來則應，事去則靜」，在事物出現時，如實的照應，當事物離去時，便回復原始的光淨，不將過往存留其間，也唯有如此用心，當下一個事物出現時，方能照現其面貌，而不受前一事物的遮蔽。此即莊子所謂「心齋」。

¹⁵⁷ 出自《莊子·人間世》卷二，頁7。

¹⁵⁸ 出自《莊子·應帝王》卷二，頁19。

(三)坐忘

而談到道德的修鍊時，「忘」是莊子所重視的一種切實的功夫。什麼是「忘」呢？什麼該忘，什麼不該忘呢？莊子曰：

故德有所長，形有所忘，人不忘其所忘，而忘其所不忘，此謂誠忘。¹⁵⁹

上述莊子觀點主要在闡釋：一個修鍊道德的人，該有所忘，有所不忘。該忘的是外在形骸，不該忘的是內在的德性。但人卻往往反其道而行，重視外表，而忽略內在，這可以說是忘得太徹底了。所以莊子所說「忘」的功夫，首先即是把那些外在的功利、是非、美醜都忘記，而最後則連忠孝、仁義、智慧之名都要丟掉，不可存於胸中，因為如果大道存於世間，人人皆以做這些事為自然，不會以其希有而再三稱道。所以說：

泉涸魚相與處於陸，相呴以溼，相濡以沫，不如相忘於江湖。¹⁶⁰

上述莊子觀點主要在闡釋：當人們需要以道德相互稱頌的時候，即是道德最貧乏的時候。「魚相忘乎江湖，人相忘乎道術。」所以當我們行使道德之時，便應忘記行善之名，無為而為，人人才能自然的相處於大道之中。

故從生命教育中的道德教育層面而言，莊子的「葆光」、「心齋」和「坐忘」等修鍊功夫即是一種注重內觀的道德實踐方式，也是一種對社會、校園的實質關懷；在教學上的運用，教師初步可以其觀念，引導學生將生活上的問題，皆回歸於自身；以心靈的開闊、自在為前題，引導學生儘量看淡外在的名利、是非與毀譽，只重視自己內在德性是否純淨，自己與天地自然之間的關係是否和諧，進而達到道德教育中提昇人格的目的。

個人以實際的禪修體驗與運用做一說明：教師可透過「靜坐」等禪修實做過程，引導學生體會靜心澄思的功效。近年來已有不少教育單位注意到這種靜坐禪修之法，對於學生人格教育的功效，紛紛邀請佛道人士對教育者講述其要，鼓勵教師將之融入教學，並舉辦研討會，研究此法在學校教育中的可能性。故有愈來愈多教師，將此法以簡易的方式融入課程，在課堂上引導學生收束心靈。這些做法，雖然不見得能深入莊子哲學之精髓，讓學生神思清靜，得到靈妙的功效但就

¹⁵⁹ 出自《莊子·德充符》卷二，頁 22。

¹⁶⁰ 出自《莊子·大宗師》卷三，頁 15。

道德教育而言，已頗具令學生定心定性、內觀反省之實效，值得肯定。

科學家牛頓曾說過：「天才必須要經過百般的忍耐。」這句話我們可以這樣來理解，牛頓是科學家，科學的實驗不是一次或兩次就能成功的，可能要經過千千萬萬次的失敗，才有一次的成功。這次的成功被大家公認為是他是天才。但科學家必須要忍耐那千千萬萬次不被看好的失敗，必須要承受來自四面八方異樣的眼光與慘酷的批評。這種種的心酸又有誰能體會。在當今時代，個人倡導：「唯有興趣才能造就天才。」面對台灣教育最嚴重的困境，就是根深蒂固的「升學主義」，學校教育始終脫離不了智育掛帥，無論入學考試如何變革，「擠進明星高中、大學」這個緊箍咒，讓孩子難以多元的發展興趣。在如此瘋狂的以升學為單一的價值觀裡，忽略了其他技能或道德情操的培養。學業成績不理想的學生，經常伴隨著人際關係不佳甚至成為被霸凌的對象，友善校園強調的平等應包含「不因成績好壞」而受不平等。

講到求學、升學與教學三個重要人生階段，個人是過來人其過程相當艱辛，非外人所能瞭解。那時候的小孩，那有現在那樣多要學的東西，大部份的小孩放學回家，都要幫忙做家務；種田的種田、家裏做買賣的就幫忙家裏做買賣、家裏在菜市場賣菜的就幫忙賣菜與批菜等等。這就是我們當時學習的多元化。雖然放學回家有很多做不完的事情要做，但靠著自己的不斷努力，一樣也能考上了大學（現今國立台灣師範大學），根本不用什麼補習班、升學班之類的。而且，那時候成長的孩子比現在的孩子較懂事，因從小就開始幫忙工作，因此面對人際關係的態度與處理也較為成熟。反觀現代的小孩，要學的東西比我們那時候多，大部份的時間都挪用在學習上，除了正常學校的學習時間外，放學後還要去補習班，深怕輸給別人似的。其實，他們還沒有比，就已經輸了，而且是輸給了自己。等到他們踏入社會，輸的結果就一一現形。

莊子哲學為中國生命哲學傳統之精華，其理論具有開放性與涵融多元的思想特質，能融通當代各種生命哲學與教育理論的多元與差異，其思想之核心是以「道」的體悟與實踐作為生命的權衡。「道」兼具開放性與包容性，可開啟封閉的心靈，活絡僵化的思考方式，進而培養兼具包容多元的涵養與批判思考的能力；透過「心齋」與「坐忘」等工夫修養，可使人超越感官、形體與心知的侷限，與外界成為和諧共在的整體，發掘內在自然的精神力量，走向超越的生命理想。

第四節 莊子「死生齊一」在生命教育之實踐與應用

道家哲學首先擺脫儒家社會哲學的進路，直接從天道運行的原理側面切入，開展了以自然義、中性義為主的「道」的哲學。天道運行有其自然而然的原理在，道的哲學即在解明此一原理性內涵，而得以提出一個活潑自在的世界空間。透過對此一世界運行秩序之無定限、無執著的認識，道家哲學發展出迥然不同於儒家的社會哲學，社會只是一方存在的客體，在其中生存的人們，應有其獨立自存的自由性，而不受任何意識型態的束縛。基本上，道家哲學並不否定儒家的社會理想，但對於社會責任的態度並不先存立場，而能有更尊重人類自主性的態度與存在定位。道家重視人性的自由與解放。解放，一方面是人的知識能力的解放，另一方面是人的生活心境的解放，老子提出了「為學日益、為道日損」、「此亦一是非彼亦一是非」的認識原理，莊子提出了「謙」、「弱」、「柔」、「心齋」、「坐忘」、「化蝶」等的生活功夫來面對世界。

道家哲學不是進取與積極的，因為社會只是天道的過程，而不是目的本身。因此，道家認為儒家的社會理想是合理的，但不是絕對的，因此基本上並不需要提出一套決定性的社會理想，因為天道變化，本身無所謂絕對的是非善惡之性能，因而道家強調得更多的，是在社會中生存的智慧原理，而且這種智慧必須是能應在任何歷史情境的社會之中都行之有效的生存之道。也就因為道家的社會哲學不以自己發展規格為主，強調應對的智慧，因此利於人們修養生息的需求，故而讓漢初的黃老之治有了實驗的理論基礎。同時也安定千百年來中國士大夫失意於儒家本位的官場文化之後，也能有一廣大的心性世界以順遂人生。

莊子哲學不同於老學之處，在於莊子更詳盡地處理了人與自然的關係、人的可開創能力，包括智慧上、認識能力上、身體能量上等等。莊子同樣站在天道自然的命題基礎上，提出了從人的自我修養到面對整個社會國家的處世之道，莊子書內七篇之作，就是他從世界觀到知識論到工夫論到社會哲學的內聖外王之道的理論。列子，戰國時人。現存有的《列子》八篇，是東晉張湛所輯，一般認為該書反映了戰國至魏晉間的思想。《列子》從道家思想出發，並對道家思想中無為的人生觀有所改造，強調人在自然天地間的積極作用，並認為人在一種不任強使力的生存狀態下，不憂天、不畏天，才是最好的生存狀態。

生命教育中教師要啟發、引導學生把握生命應走的道路。所以，人在世間，

金銀財勢不是最富貴，權利名位也非最富有，重要的是有沒有「道」。道家的生態法則可分為：「變化有序的大自然」、「萬物平等法則」、「物有所歸法則」三點加以說明：

一、變化有序之大自然法則

老子和莊子提及許多天地、四季、晝夜、陰陽的運行法則。在這樣有規律的運行之下，萬物得以生長，萬物也因此隨著環境而改變，而達到應有變化秩序，使得天地萬物得以調和共存。例如：

天尊，地卑，神明之地位也；春夏先，秋冬後，四時之序也。萬物化作，萌區有狀；盛衰之殺，變化之流也。¹⁶¹

陰陽四時運行，各得其序。¹⁶²

二、萬物平等法則

老子的道較重視平等的法則，萬物是平等的，共同享受「甘霖」，而且，在這平等的原則下，唯有「善人」才能獲得「天道」。這種平等原則與生命中心倫理的主張有相似之處。例如《老子》第三十二章：「天地相合，以降甘露。民莫之令，而自均；天道無親，常與善人。」

平，等高；等，不二；凡事不分別、不執著就是平等。時時保持正念，究竟的平等心才能現前。社會大眾所以認為世間無平等可言，原因在於一般人皆從粗淺的外表去看眾生的不平等，事實上，人的本性是平等的，所以會有貧賤、富貴、男女之分，完全在於心的作用使然，而作用是一種因緣果報，就像善念有善念的果報，惡念有惡念的果報，動物過去生中造了動物的因，故今生有動物的果報，同樣的，人在過去生中若能造菩薩的因，今生自然會得菩薩果報。念頭是一種因地，所產生出來的果就是自己的本性。因此，要修習平等心，首先必須修慈悲，知道眾生都有本具的佛性，了解這個道理後，自然就有人人平等的覺性。“平等為人的樂趣”在於做人要有平等心。如果我們真的有這樣一種平等的觀念，平等對待一切人，這其中的樂趣就無窮，我們就可以成為一個快樂的人。傲慢的人很苦惱，自卑的人也很苦惱，你把別人看高了，你就矮了，你把自己看高了，別人

¹⁶¹ 出自《莊子•天道》，卷二，頁 43。

¹⁶² 出自《莊子•知北遊》，卷二，頁 18。

就矮了，這都是不平等的。誰也不願意被別人看低，我們自己更不願意做一個低下的人。我們既然不願意把自己看低，又何必把別人看低呢？

另一重要概念，尊重別人是美德，我們就應該發揮這些美德。所以要以平常心對待一切人。如此看來，我們都活在相對的世界，都用分別心在看事情，如果可以改用平常心看事情，那麼眼中所見就無一處不是淨土，無一事不是好事了。但是，去除了分別心，一切都沒有好壞之別，當我們面臨抉擇時，豈不是會很茫然嗎？從有分別心到無分別心，這之間是不是應該有個次第呢？轉為現代的觀點，就是：凡事只考慮該不該做，該做的就去做，做了以後，無論結果如何，感覺上都是好的。個人舉慈濟功德會之例說明：

多年以來，慈濟功德會不分國界、種族、宗教，去關心普天下苦難的人，這是一分平等精神；教育工作也同樣要有平常心，對每位孩子真心教育，不論其家庭信仰為何，皆要尊重以待。在生活中，我們如何教導學生有個平等的心胸，從虛幻不實的樊籠中解脫，如何找回我們的真心，以平等四心提供給各位參考。(一)濃淡不拘的中道(二)順逆不憂的雅量(三)哀樂不入的心胸(四)有無不計的精神。

根據上述說明，誘發學生的無意識心理或非理性心理，以無意識導引有意識，以非理性帶動理性，從而激活學生的潛在智慧，有效地達到教育目標。再舉一例說明：莊子的太太死的時候，他的朋友惠子跑來弔喪，卻見莊子蹲坐在那裡，「鼓盆而歌。惠子說：「你的太太跟你一起生活，為你生了孩子，有這麼多年的感情，如今，她一死，不哭也罷了，居然敲著瓦缶唱起歌來，這不是太超出常理了？」

莊子答說：「話不是這麼說。起初，我也不免傷心，可是，細細一想，人本來是沒生命的。不只是沒生命，連個形體也沒有；不只是形體，連個氣也沒有呢。原是在渺渺茫茫，若有若無之間，後來才變成氣，氣又變成形體，形體又一變而為具有生命，如今，又來次變化——死亡。說穿了，生和死的變遷，跟四季的循環又有什麼不同？要是在天地為床，睡得安安穩穩的死人旁邊，哇啦哇啦哭叫，那就表示對個中情理未能通達，未免顯得太膚淺了。我就是想到這，才停止哭呀。

由上述例子可以看出，莊子並非無情，起初他對於妻子的死，也曾感覺哀傷，但想通以後，知道生死變遷，就如春夏秋冬四季的運行，既不可改變，

也不能抗拒，只好「順天安命」，接受現實。在體悟生死本相後，將自己主體之心靈從生死現象中超越而出，不以主觀好惡傷此生命之本心，因而能解除精神上之桎梏，沒有好惡之情。觀於此點，郭象曰說：

舊說云莊子樂死惡生，斯說謬矣！若然，何謂齊乎？所謂齊者，生時安生，死時安死，生死之情既齊，然則為當生而憂死耳。此莊子之旨也。¹⁶³

此一「生時安生，死時安死」才是莊子「死生齊一」之認知下所表現出的態度，其目的當在生命主體之超越生死而能悠遊於現實生活，不受束縛之生命情感。「生死」幾可視為「形體」之有無，則排除對此一「形體」的執著，當是破解「生死」束縛之方式。所以莊子將自己的生命完全納入宇宙本體生命下，因此可以為棺槨，日月可以為連壁，星辰可以為珠璣，萬物而為齋送。如此一來，何必執著此一「形驅」之形式，當下脫離生死執則哀樂不能入。再舉老聃之死為例，莊子說明了人不應受俗情之牽絆而違反天理，否則就如受刑戮一般，永不得解脫。

第五節 莊子「安時處順」在生命教育之實踐與應用

認同源自於知識所形成的智慧。對於那些把知識當成真理，而執知強造的人，老子給他們一個在聖學中極不體面的稱號，那就是：「知者。」莊子所接受並認同的知識份子，乃是一個「博學的無知者」，莊子一方面強調「感性、理性、靈性」三者要均衡並重，極力鼓舞人民廣博地學習各種知識，以加強自己的思辨能力，提昇自己的內在性靈，徹底脫離愚昧和昏暗；另一方面，莊子卻又鼓舞人民要徹底認清自己無可脫逃的「無知」，絕不容許自己以「知者、智者」自居。這是老子要人們突破知識威權，打破知識蔽障，以贏得知識自由的第一步。因為，唯有透過知識的自由解放，知識的可變性、可用性才能完全發揮。

事實上，人類的解放完全繫於知識的自由解放之中；唯有知識解放，僵化知識所造成的人心桎梏才可能完全解除，個人內在心靈和外在肉體的解放也才能夠成為可能。審諸今日學校教育的主流，實可稱之為是一種外向性、技術性、專業性、知識性、器質性、淺碟性、枝節性、片面性及競爭性的教育。在這樣一種教育方式及內容下所培養出來的學生，雖能擁有許多關於自身以及世界的片面性、枝節性及專業性的知識，抑或是學習到畢業後所資以謀生的一技之長；然而，

¹⁶³ 出自《莊周著、郭象注，莊子〈德充符〉》，頁46。

卻缺少一種生命中最為可貴的自知之明及根源性力量，缺少一種深度的智慧及涵養，以及對於統一與整體的領悟及感受。重前者而輕後者，正是造成生命之所以無根、飄浮、焦慮、不安，人與自然、社會之所以疏離、隔絕以及世界之所以紛擾不斷的主要原因。若欲徹底改變人類生命的存在狀態，以及人與社會、自然的隔絕情形，實不能不從改變現行的教育方式及內容做起。

知識障蔽其實正和今日人類生命及社會所面臨的種種問題，相互呼應著。因為，有什麼樣的世界觀及生命觀，便會發展出什麼樣的教育方式及內容；而有什麼樣的教育方式及內容，便會培養出什麼樣的人格及生命；什麼樣的人格及生命，也會造就出什麼樣的社會及世界，還有導致什麼樣的問題及危機。是以，問題的根源，乃是出在我們的世界觀及生命觀，出在我們學校的教育方式及內容。只知形下而不明形上，只知經驗而不明超驗，只知物質而不明精神，只知枝節而不明本源，乃是人類這幾個世紀以來的最大問題所在；而學校教育的方式及內容，自亦存在著如此的偏差。類似內丹或其他修行法門（比如太極拳、瑜伽、靜坐...等等）的引入，不僅有助於今日學校以及社會問題的改正，而且，還具有著正本清源、強固根本的重大功用在。只是在這個「人之迷，其日固久」的時代當中，欲發展及推廣如此的教育理念及內容，恐怕還有好長一段路要走。在生活中，我們太多人依賴權威，從專業的醫師、專家到宗教導師，我們凡事倚賴、信靠他們，卻逐漸蔽障了自己的直覺與感受能力，個人認為，真理是無路可循的道路，人需要的不是指引而是覺醒，每個人唯有經由自心的覺察與努力才能通向真理之路。當今電腦與通信科技的日新月異使現代人忙於追逐社會變動的腳步，卻無暇照顧自己的心靈，這種生活方式的虛妄，關注、直觀、當下即是等都是能讓我們掌握整體生命智慧的訣竅，唯有跟自己的心緊密相親，我們才能獲得豐沛的生命能量。

在中國傳統思想中，莊子的思想最重視個體的殊異性。莊子認為不同的個體各有自己的本能和長處，教育應該充分認識和開發個體的專長，尊重學生的差異性，順應各人的特質「因材施教」，安排不同的學習活動，給予不同的學習指標，讓每一個學生都能夠有自我的學習空間，適才適性的發展獨特的專長。以道的立場來看，沒有無法學習的學生，也沒有一個學生應該被放棄。學生應做他自己，順著自己天然的資質自然發展。就像道不干涉萬物，無心無為，使萬物各遂其性。生活在高度競爭的現代人比起二次世界大戰之前，心身疾病有著顯著的增加，如

何安頓現代人的身心是生命教育的重要課題。個人認為，人的身心是根源於道的自然存在，身心的本然狀態是諧和統一的，身心不調和的原因在於受到種種虛妄的文化價值薰染所致，莊子要求人們從虛妄的文化價值中解脫出來，重新肯定現在、肯定自己，並對人間價值系統予以重新估定。

近年來教育學者熱衷於「生命教育對於校園倫理與學生品德教育可能產生之影響」之研究，經常將莊子哲學在生命教育理念運用在自己的日常生活中，在此一過程亦得到諸多體會，俗諺說：「月無掩蔽不蝕：人無妄念不盲。」月蝕是因地球的遮蔽，才會蔭昧不明。

人的心智反被蔽障無法自拔，而所有我們所知的潛能激發的故事中，幾乎都是在忘我身在何處之下所爆發的無窮力量，也就是一種幾近無意識(或謂下意識)的狀態所產生的。成功的學習就如同修練武功一般，在精不在多，正如莊子說：少則得，多得惑。事實上，若要成就非凡功夫，首在基本動作要練得紮實，要練得正確。也因此，音樂家、運動家，甚至書法家都是從基本動作要求起，而且，誰下的功夫愈深，誰的功夫愈到家。在成功學方面也是一樣，如果不在成功的基本原理上下功夫，縱使成績拿一百分，仍然會在實務生活上繳白卷。個人認為：懂得成功知識的人很多，但將之化為成功意識的人就不多，更遑論變成生生不息之成功習慣。

莊子曰：「甘其食、美其服、樂其俗、安其居。」〈胠篋〉這「甘、美、樂、安」是修行者必將獲得的報酬，是順隨主道的人都應該平安享有的幸福生活。在工作之餘，和家人朋友一起歡樂生活，那是宗主道所賞賜的生命，任何人都不能加以剝奪，更不能冒用主的名加以破壞。莊子認為，個人不應該反對「道」，而是要順從於「道」，按「道」行事。爭權奪利是荒唐的，也是非常不道德的。「道」是不敗的，人應該順其道而行。認為水是非常柔弱的，心甘情願地向低處流去，即使遇上最弱的力量，也不表示反抗，然而水卻是不可摧毀的。反之，最堅硬的石頭也有被水擊破的那一天。對於個人，樸素和自然是值得讚揚的，暴力應該被避免，人應當清心寡慾。

人不應該改變世界，而是要尊重世界。對於政府，無為而治政策是最聰明的方針。為莊子以吾人之生，只是天化中偶然之化，〈大宗師〉一書中提到：「以生為附贅縣疣，以死為決疣潰癰。」據此「委心任運，以度其附贅縣疣之生，而待諸潰決已耳。則人生毫無根柢，亦無甚價值與意義可言。莊子復耽於觀化，遂

以委心順化為懸解，此等人生觀清新自在並可推論出以下重點：個人試圖省察莊子架構生死哲學的面向，思考何以學者持有出入看法的原因。最後再省思莊子的生死哲學能夠給予現代人什麼樣的啟示，以提供現代人安頓身心之參考。

但若以為莊子完全不務實，只會隱居在「無何有之鄉」，這恐怕不事理之實。因為莊子的人生觀正是憂患意識的折射，所以他遨遊在想像和理想的精神世界，終究回到現實人生，並具備與世周旋的順世態度，莊子說：

若夫乘道德而浮遊 一龍一蛇，與時俱化而無肯專為，一上一下，以和為量，游乎萬物之祖，物物不物於物，則胡可得而累邪！¹⁶⁴《莊子·山木》
遊於世而僻，順世而不失己。¹⁶⁵（莊子·外物篇）

莊子生死觀在推廣生命教育中是很重要之一項議題。在天下無道時「安之若命」、「與時俱化」，保持內心的恬淡虛無，故能消泯現實世界的種種對立與困難，從而「順世而不失己」地逍遙於人間。總而言之，莊子人生觀以對人生困境的觀察為起點，而要超脫自然的生死、社會的時命等外在枷鎖，以及自我本身的情欲所構成的一種難以逾越的界限。因此，莊子的人生觀，即旨在不斷從困境超脫，亦即通過精神的自我修養而與「道」的理性直觀一本質上是精神對自然的返歸，來實踐這種超脫，達到一種精神上無待、無累、無患的怡然自得之遊心境界。

因應日趨嚴重的校園問題，教育部訂定「改善校園治安——倡導友善校園，啟動校園掃黑實施計畫」。校園暴行發生的原因和學生的學業成績表現、能力分班的政策、以及學生對學校疏離有關。莊子「不言之教」、「多元適性」的教育思想對當前校園秩序的重建有重大的啟示作用。「不言之教」即是「無形而心成」的身教，莊子主張教育應該在一種無拘無束的情境中進行，受教者在天然自性完全舒展的情況下成就其自我，接受了教育，卻完全沒感覺到負擔。老師不主動給什麼，學生反而獲得最多。莊子對人應該以怎樣態度生活在人間世，做了極其深刻之思考，一方面人應該把人間世作為體道的環境，往內提昇自己的精神境界，一方面人應該向外成就社會功能，這就是莊子「內聖外王」的理想。莊子生活的年代，儒墨是非的紛紛擾擾，造成人際關係的不和諧，莊子提出「和之以是非」教導世人超越對立、相容並蓄，「和之以是非」不是沒有是非，而是不固守一定

¹⁶⁴ 出自《莊子·山木篇》，頁 57。

¹⁶⁵ 出自《莊子·外務篇》，頁 62。

的是是非非，以心靈的明覺朗照綜觀全體，再由個體一心的精神超脫，跳脫是非對立的侷限。

莊子對生死本質之看法，其重點在於藉尋求生死體悟後的積極意義使生命本真得以還原，使存在之價值得以發揮。再者，人類對宇宙萬物自覺憂心是一種對萬物的悲情，這種情懷不是消極後退，而是超脫「為我」的「功利境界」，從而激發對萬物的責任感，展現為人的存在動力。換言之，這種對宇宙人生的憂患意識，將使主體蘊藏著積極奮發的精神，因而能衝破身軀的枷鎖，和情欲的拘役，自然而然地回歸自然，使精神生命揚昇，擺脫外在的名利和生死的枷鎖，因而免於禍患，從而脫離俗世的拘束而逍遙快活。¹⁶⁶

第六節 結語

在中國傳統思想中，莊子的思想最重視個體的殊異性。莊子認為不同的個體各有自己的本能和長處，教育應該充分認識和開發個體的專長。在莊子哲學中，差異性和多樣性是世界自然且應然的狀態，萬物各有其「性命之情」，長的不是多餘，短的也非不足，如果以同樣的標準強調外在的一致，那就如同斷鶴續鳧，是對生命的整個否定。因此在教育學生的時候，應該尊重學生的差異性，順應各人的特質「因材施教」，莊子〈至樂〉篇中提到：

魚處水而生，人處水而死，彼必相與異，其好惡故異也。故先聖不一其能，不同其事¹⁶⁷。

魚在水中才能生存，人在水中反而被淹死，人和魚各有特性，就像學生各有不同的特質，老師根據學生的差異安排不同的學習活動，給予不同的學習指標，讓每一個學生都能夠有自我的學習空間，適才適性的發展獨特的專長。當今身為教育工作者應有一重要體認，唯有順應學生特質、因材施教，培養出來的人才才能符合多元的現今社會，師生之間或學生之間的衝突，其實存在的是對事物認知差異所產生的衝突，傳統的教育習慣以單一標準衡量學生，相對的較不重視「個別差異」。個人發現到當今不少學校很重視友善校園，一味強調「尊重」、

¹⁶⁶ 在功利境界中的人，一切行為都是「為我」，死是「我」的存在的斷滅，所以在功利境界中的人，最是怕死。他們有目的地、有計劃地，設法對付死。他們對付死亡的辦法約有四種：一、求避免於死。如秦始皇、漢武帝，皆做了驚天動地的事。但他們的境界都是功利境界，他們的事業愈大，他們愈不願他們的「我」失其存在，所以愈不願死。

¹⁶⁷ 出自《莊子•至樂篇》卷一，頁 12。

「平等」，但卻不重視「個別差異」，不重視「個別差異」如何談「尊重」？以單一標準論斷學生，何來「平等」？現今社會強調團隊合作，首先就該先揚棄校園文化的單一標準，尊重個別差異，提倡多元價值，讓學生的創造力和想像力大量被激發出來，達到「因材施教、有教無類」的理想。個人亦喜歡以星雲大師在迷悟之間「一滴水」的概念去勉勵學生要時存感恩心去處世，主要內容如下：

一滴水，澆在花草上面，花草受了滴水的滋潤，可以吐露芬芳；一滴水，送給焦渴的人，焦渴的人如獲甘霖。我們不可以因為滴水的微小而予以輕視，澎湃的江河海洋，都是滴水的匯集；曠野的森林草木，也都是靠著滴水的滋潤，它才能生長茂盛。以下這一則是個人常舉的一則公案，很有啟示性：

日本有一位禪師，為師父洗腳而盛了一桶水。師父沒有用完，他就把它隨意一倒，師父呵斥曰：「你這麼糟蹋萬物的價值，一滴水，可以救活生命；一滴水，可以滋潤枯渴；一滴水，可以成為海洋；一滴水，可以流於無限。你怎麼可以把未用完的半桶水，就那麼輕易的犧牲浪費？」聽了師父的訓誨後，禪師汗流浹背；為了記取師門的教訓，從此改名「滴水」，以誌不忘。滴水禪師後來終於成為日本家喻戶曉的偉大人物。

平常我們也常說：「滴水之恩，湧泉以報。」這是多麼美好的人際關係啊！想到吾人在世間上，我們所承受外來的恩惠，豈只是「滴水」？可以說，山河大地，萬種的恩情都聚集在我的一身。人的一身，父母的養育之恩，豈是滴水能比；師長的訓誨，真是法海深恩。親戚朋友給我們的關懷鼓勵；士農工商供給我們的日常所需。我要散步，左右城鎮都有公園；我要走路，到處都是平坦的大道。公共汽車的司機，帶我到目的地前去訪友；郵務人員的奔波，把我的信函送到遠方。想到一通電話傳達情誼，電話的工程是多麼浩巨；想到一盞燈光的照明，電訊人員翻山越嶺，架設電線是多麼的辛苦。我要購買東西，商場上應有盡有；我要吃飯，桌上的佳餚，美味可口，令人滿意。所謂「一絲一縷，恒念物力維艱；一粥一飯，當思來處不易。」我們所承受來自於親人眷屬、社會大眾這麼多的點滴因緣，才能安然生存，所以「莫以滴水而可輕，勿以善小而不為」。一滴水，是三千大千世界的力量所積聚；一點小善，也是我的全部心意所成就。我的一點小小心意，一樣可以供養給十方世界，供養十方大眾。所以「人人為我，我為人人」；滴水之恩，湧泉以報，誠不虛也！生命教育其實就是品格教育，也是一種為人處世的基本素養教育。

個人建議從《莊子》哲學中較深層的思考與生命教育定位，覺知性與價值性乃在安頓生命的實踐要求，可作為2013年教育部要實際推動「十二年一貫課程」所象徵的課程典範轉移之教育哲學基礎之參考，從莊子之「無為」的政治觀反省倫理教育，應消解政治意識型態，回歸以教育學生為目的之本質。莊子以「氣」的流變看待形體的存在與消亡，在通天下一氣的世界觀中，唯有生死一體的看破與超越，才能帶來身心真正的轉化。莊子以體道為終極關懷，是其「道」論與「宗教」之契合點，「朝徹見獨」所達至「同於大通」、「虛室生白，吉祥止止」性靈昇華的境界才是我們希望看到的理想。

莊子與社會的關係是以出世心態入世，勇於批判世間不合理的現象與價值，並以個人精神昇華超越置身亂世的無奈，為「以無厚入有間」應世而無傷的處世之道。其超越思想中雖隱含出世精神，最終目的還是用以回應此身此世難解的困境，在出世的心境中以更超然的境界入世，「不譴是非」的處世觀即以「無執的道心」和通是非而使物我自得其性、各得其所，回歸於天道自然均平的境界之中，成就最合宜的處世之道。莊子經由思考人與宇宙之間的關係，發現其自我生命存在之意義，「氣化」思想提供了人們從自然的角​​度觀看生命存在的思想基礎及依據，「氣」的概念說明了人類生命實存與萬物存在起源的同一。而人類個體短暫而渺小的生命，亦可在氣化觀點中和宇宙同流而不息。莊子對生命的主要關懷，不在於個人形軀的養護及有限歲月的貪戀，而是對承受於天地之生命的尊重，歸返生命本真，追求心、物、形、神相即相融。生命莊子哲學著重在精神層面：「著重自我的超拔提升」、「物我的同體肯定」與「天人的契合為一」。

本論文依循原典及之前研究成果進行詮釋，並與生命教育的內涵作一對話，期能賦予生命教育更多的人生智慧及多元時代的新意義，進而從世人所面臨的時代困境、世人的身心安頓，環境的永續發展與經營的問題，人類社會的矛盾，人在行為實踐過程中的知行不合一，尋找各領域的專家學者對環境及社會問題所做的分析資料及相關近代文獻來佐證，最後，以「莊子哲學在生命教育上之實踐與應用」為本論文論述主軸，加入個人在求學、教學過程中的重要人生體悟之元素與本論文第五章生命教育實踐層面作一前後呼應，期望本論文之研究結果在學術上能具有參考價值。

參考文獻

一、書籍類

(一) 古典文獻

- 莊周著、郭象注，《莊子·德充符》，1968年。
- 老子著、王淮注釋，《老子探義》。台北：臺灣商務印書館，1990年。
- 莊子著、黃錦鉉註譯，《新譯莊子讀本》。台北：三民書局，1991年。
- 老子著，陳鼓應注釋，《老子今註今釋第十八章》。台北：臺灣商務印書館，1991年。
- 老子著，陳鼓應注釋，《齊物論》卷一，1994年。
- 老子著，陳鼓應注釋，《齊物論》卷三，1994年。
- 莊子著，孟穎集註，《南華經義疏註》。台南：駝巨出版社，1989年。
- 老子著，王淮注釋，《老子探義》。台北：臺灣商務印書館，1990年。
- 莊子著，黃錦鉉註譯，《新譯莊子讀本》。台北：三民書局，1991年。
- 清·郭慶藩（輯），《莊子集釋》，台北，華正書局有限公司點校本，2004年。
- 明·釋德清，《莊子內篇注》，台北，廣文書局景本，1990年。
- 清朝·魏源，《老子本義》，台北，藝文印書館，1965年景本。

(二) 現代文獻著作

- 方東美，《中國人生哲學》，台北，黎明文化事業股份有限公司，1982年。
- 方東美，《原始儒家道家哲學》，台北，黎明文化事業股份有限公司，1983年。
- 方東美，《中國哲學之精神及其發展》，台北，成均出版社，1984年。
- 王弼注，《老子道德經》，台北，文史哲，1990年。
- 王邦雄，《莊子哲學及其修養工夫》，鵝湖月刊，1991年。
- 王邦雄，《莊子道》，台北市：漢藝色研文化，1994年。
- 王邦雄，《二十一世紀的儒道：儒道兩家思想的現代出路》，台北：立緒文化，1999年。
- 王邦雄、陳德和，《老莊與人生》，台北，國立空中大學，2007年。
- 王邦雄／等著，《中國哲學史·（上）》，台北，里仁書局，2005年。
- 牟宗三，《中國哲學的特質》，台北：台灣學生書局，1980年。

- 牟宗三，《中國文化的省察：牟宗三講演錄》，台北，聯經出版事業股份有限公司，1983年。
- 牟宗三，《智的直覺與中國哲學》，台北：商務印書館，1987年。
- 牟宗三，《中國哲學十九講》，台北：學生書局出版，1991年。
- 牟宗三，《才性與玄理》，台北：學生書局，2002年。
- 牟宗三，《老子道德經講演錄（二）》，鵝湖月刊第335期，2003年。
- 牟宗三，〈四因說演講錄〉，收入《牟宗三教授全集·第31冊》，台北，聯經出版事業股份有限公司，2003年。
- 牟宗三，《生命的學問》，台北，三民書局，2007年。
- 李存山，《中國氣論探源與發微》，台北，三民書局，2003年。
- 宋·林希逸，《莊子肅齋口義校注》，北京，中華書局，1997年。
- 吳經熊，《內心悅樂之源泉》，台北，東大圖書股份有限公司，2003年。
- 沈清松，《莊子的人觀》，哲學與文化第14卷第6期，1987年。
- 沈清松，《儉樸思想與環保哲學》，台北：立緒文化，1997年。
- 沈清松，《中國人的價值觀—人文學觀點》，台北，桂冠出版社，1993年。
- 周策縱，《莊子養生主篇本義復原》，《中國文哲研究集刊》第2期，1992年。
- 吳經熊，《哲學與文化》，台北，三民書局，1985年。
- 高柏園，《中庸形上思想》，台北：東大圖書公司，1991年。
- 高柏園，《莊子內七篇思想研究》，台北：文津出版社，1992年。
- 徐復觀，《中國藝術精神》，台北，台灣學生書局，1998年。
- 徐復觀，《中國人性論史·先秦篇》，台北，臺灣商務印書館，2007年。
- 唐君毅，《中國哲學原論·原性篇》，台北，台灣學生書局，1989年。
- 唐君毅，《中國哲學原論·導論篇》，台北，台灣學生書局，2004年。
- 袁保新，《孟子三辨之學歷史省察與現代詮釋》，台北，文津出版社，1992年。
- 袁保新，《老子哲學之詮釋與重建》，台北：文津出版社，1997年。
- 葉海煙，《莊子的生命哲學》。台北：東大出版社，1993年。
- 葉海煙，《莊子的生命哲學》，台北，東大出版社出版，2003年。
- 葉保強，《建立公民參與的科技社會》，應用倫理研究通訊，2001年。
- 陳鼓應註譯，《莊子今註今譯》，北京：中華書局，1988年。

- 陳鼓應，《莊子的悲劇意識和自由精神》，國文天地7（1），台北：台灣商務出版，1991年。
- 陳鼓應，《莊子哲學》，台北：台灣商務出版，1995年。
- 陳鼓應，《易傳與道家思想》，台北，商務印書館，1999年。
- 陳鼓應主編，《道家文化研究第十輯》，台北：文史哲，2000年。
- 陳鼓應，《老子今註今譯及評介》，台北：台灣商務印書館，2008年。
- 陳鼓應，《老莊新論》，台北：五南圖書出版股份有限公司，2007年。
- 陳德和，《道家思想的哲學詮釋》，台北：里仁書局，2005年。
- 陳德和，《從老莊思想詮詁莊書外雜篇的生命哲學》，台北：文史哲出版社，1993年。
- 陳德和，《從道家思想談動物權的觀念》，台北：應用倫理研究通訊，2001年。
- 陳德和，《台灣教育哲學論》，台北，文史哲出版社，2002年。
- 陳榮捷，《中國哲學論集》，台北，中研院中國文哲所籌備處，1994年。
- 馮友蘭著，《人生的哲學》，臺北市：生智事業股份有限公司，1997年。
- 曾春海，《莊子的形神觀及其依道製器之藝術實中踐觀》，《哲學與文化》第399期，2007年。
- 傅偉勳，《從創造的詮釋學到大乘佛學》，台北：東大圖書出版社，1999年。
- 鈕則誠，《生命教育概論》。台北市：揚智文化，2004年a。
- 鈕則誠，《生命教育：學理與體驗》。台北市：揚智文化，2004年b。
- 傅佩榮，《儒道天論發微》，台北，台灣學生書局，1985年。

二、期刊論文

- 王邦雄，〈《莊子》心齋「氣」觀念的詮釋問題〉，《淡江中文學報》第14期，2006年。
- 王中江，〈道家形而上學中“化”觀念及其歷史拓展〉，《道家文化研究》第14輯，1998年。
- 陳德和，〈儒家思想的生命教育理論（上）—對諍於全人教育論、多元知能論和層次進步論〉，《鵝湖月刊》第367期，2006年1月。
- 陳德和，〈儒家思想的生命教育理論（下）—對諍於全人教育論、多元知能論和層次進步論〉，《鵝湖月刊》第368期，2006年2月。

- 陳德和，〈老莊思想的環境倫理學論述〉，《鵝湖月刊》第389期，2007年。
- 陳德光，〈生命教育的宗教學基礎初探〉，《教育資料集刊68期》，2001年。
- 陳英豪，《發揚人文精神健全教育發展》，《社會教育年刊》第47期，1999年。
- 莊慶信，〈莊子生態哲學初探〉，《東吳文史學報12期》，1998年。
- 賀瑞麟，〈言教與不言之教：辯證法與禪宗教學法之對比與和解〉，《屏東師院學報》，1999年。
- 施宜煌，〈道德教育的內涵及其教學之探討〉，《國教輔導》336期，2000年。
- 孫效智，〈生命教育之推動困境與內涵建構策略〉，《教育資料集刊》第27輯，2002年。
- 楊冠政，〈環境價值教育的理論基礎〉，《環境教育季刊》第8期，p.11-13，1990年。
- 黃俊峰，《莊子的功夫修養論及其教育意涵》，國立臺灣師範大學碩士論文，未出版，台北市，2003年。
- 黃德祥，《小學生命教育的內涵與實施》，載於林思伶主編，《生命教育的理論與實務》，台北：寰宇，2000年。
- 鄭志明，《生命關懷與心靈治療》，嘉義：南華大學宗教文化研究中心，2000年。
- 張岱年，《中國哲學大綱》，臺北市：藍燈文化事業股份有限公司，1992年。
- 張松如／等，《老莊論集》，濟南，齊魯書社，1987年。
- 歐陽景賢、歐陽超（釋譯），《莊子釋譯》，台北，里仁書局，2001年。
- 蔡振豐，〈道家思想的兩詮釋面向及其現代意義〉，《傳統中華文化與現代價值的激盪與調融(一)》，喜瑪拉雅研究發展基金會出版，2002年。
- 謝明昆，《道德教學法》第一章「道德教育的基本態度」，台北：心理出版社，1994年。
- 黎建球，〈生命教育的理論與實踐〉，《教育資料與研究第39期》，2001年。
- 葉海煙，〈論莊子哲學的宗教性〉，《東吳哲學學報》，2001年
- 葉海煙，〈莊子〈齊物論〉的對話倫理〉，《哲學與文化》第339期，2002年。
- 葉海煙，〈道家的環境素養論與休閒美學觀〉，《哲學與文化》第386期，2006年。
- 曾春海，〈莊子的形神觀及其依道製器之藝術實中踐觀〉，《哲學與文化》第399期，2007年8月。

葉玉珠等著，〈教育心理學，第二章「表 2-3 Kohlberg道德發展層次序階表」〉，台北：心理出版社，2003年。

卡爾·愛德華·哈萊特，王任光譯，《歷史文集》，臺北市：幼獅書局，1997年。

柏拉圖，《理想國》「孟諾（Meno）篇」，譯自沈六《道德發展與行為之研究》，台北：水牛出版社，1994年。

Howard Gardner（原著），莊安祺（譯），《7種IQ》，台北，時報文化出版事業有限公司，1998年。

三、碩博士論文

許雅芳，〈莊子哲學對生命教育意義之研究〉，《中國文化大學哲學研究所碩士論文》，1993年。

林慶泉，〈莊子環境哲學之研究〉。《南華大學哲學系碩士論文》，1998年。

林芳珍，〈由環境倫理學的角度探討《莊子》人與自然環境的關係〉。桃園，《中央大學哲學系未出版碩士論文》，1998年。

吳肇嘉，〈莊子應世思想研究〉，桃園，《國立中央大學中國文學系博士論文》，1998年。

李崗，〈尼采與莊子的壯美觀——臺灣美感教育的省思〉，台北，《國立臺灣師範大學教育學系博士論文》，2006年。

林美珍，〈莊子環境思想及其在國小環境教育中的應用〉，屏東，《國立屏東教育大學中國語文學系碩士論文》，2006年。

林芳珍，〈由環境倫理學的角度探討《莊子》人與自然環境的關係〉，桃園，《中央大學哲學系未出版碩士論文》，2004年。

張云瑛，〈莊子天人思想探究〉，《南華大學哲學研究所碩士論文》，2002年。

張妙兒，〈莊子的逍遙境界觀〉，《東海大學哲學研究所碩士論文》，2002年。

張瑋儀，〈莊子「治療學」義蘊之分析與展〉，《淡江大學中國文學研究所碩士論文》，2002年。

莊鎮宇，〈人生的困境及其解決之道：以莊子哲學為中心的考察〉，《南華大學生死學研究所碩士論文》，2001年。

黃憶佳，〈由養生主看莊子的養生觀〉，《輔仁大學中文研究所碩士論文》，2001

年。

蕭世楓，〈《莊子·齊物論》研究〉，《國立中正大學中國文學系碩士論文》，
2003年。

鍾倍祺，〈《莊子·養生主》思想之研究〉，《南華大學哲學研究所碩士論文》，
2003年。

蘇雅慧，〈莊子生死觀對死亡教育的啟示〉，《臺灣師大教育研究所碩士論文》，
1995年。

謝惠敏，〈論老子哲學的基本理論及其應用－以幼兒教育為例〉，嘉義，《南華大
學哲系碩士論文》，2008年。

謝麗卿，〈莊子哲學及其教育蘊義〉，《東海大學哲學研究所碩士論文》，1996
年。

姚榮華，〈莊子教育思想研究〉，《政治大學教育研究所碩士論文》，1988年。

黃俊峰，〈莊子的功夫修養論及其教育意涵〉，台北，《國立臺灣師範大學教育
學系碩士論文》，2002年。

四、網站

黎建球，〈生命教育的意義價值及其內容〉，生命教育全球資訊網，
http://210.60.194.100/life2000/net_university/paper/net_uni_paper_I1.htm

奇摩新聞網。社會新聞，2007年12月5日

<http://tw.news.yahoo.com>

林思伶。高級中學實施生命教育課程方法與成果調查研究，2008年3月

http://210.60.194.100/life2000/net_university/paper/net_uni_paper_H1.htm

生命教育全球資訊網。教學資源，2009年12月

<http://210.60.194.100/life2000/indexhome1.asp>