

國立台東大學教育研究所
學校行政碩士班論文

指導教授：樊明德 博士

儒道生死觀對生命教育的啟示之研究



研究生：歐陽國榮 撰

中華民國九十五年八月

國立台東大學教育研究所
學校行政碩士班論文

儒道生死觀對生命教育的啟示之研究



研究生：歐陽國榮（撰）

指導教授：樊明德 博士

中華民國九十五年八月

國立台東大學
學位論文考試委員審定書

系所別：教育研究所（暑期學校行政碩士班）

本班 歐陽國榮 君

所提之論文 儒、道生死觀對生命教育的啟示之研究

業經本委員會通過合於 碩士學位論文 條件
 博士學位論文

論文學位考試委員會：

羅瑞玉

（學位考試委員會主席）

何俊青

樊明德

（指導教授）

論文學位考試日期：95年8月11日

國立台東大學

附註：1. 一式二份經學位考試委員會簽後，送交系所辦公室及註冊組或進修部存查。

2. 本表為日夜學制通用，請依個人學制分送教務處或進修部辦理。

博碩士論文授權書

本授權書所授權之論文為本人在 國立台東大學 教育研究 系(所)
_____組 九十五 學年度第 一 學期取得 碩 士學位之論文。
論文名稱：儒道生死觀對生命教育的啓示之研究

本人具有著作財產權之論文全文資料，授予下列單位：

同意	不同意	單 位
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	國家圖書館
<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	本人畢業學校圖書館

得不限地域、時間與次數以微縮、光碟或其他各種數位化方式重製後散布發行或上載網站，藉由網路傳輸，提供讀者基於個人非營利性質之線上檢索、閱覽、下載或列印。

本論文為本人向經濟部智慧財產局申請專利(未申請者本條款請不予理會)的附件之一，申請文號為：_____，請將全文資料延後半年再公開。

公開時程

立即公開	一年後公開	二年後公開	三年後公開
	✓		

上述授權內容均無須訂立讓與及授權契約書。依本授權之發行權為非專屬性發行權利。依本授權所為之收錄、重製、發行及學術研發利用均為無償。上述同意與不同意之欄位若未鉤選，本人同意視同授權。

指導教授姓名：樊明德 (親筆簽名)
研究生簽名：歐陽國榮 (親筆正楷)
學 號：KA1292012 (務必填寫)

日 期：中華民國 九十五 年 八 月 二十二 日

謝 辭

論文完稿之際，心中真是百感交集，對於這個研究我大概只是發現而非創生，我的發現並不是生命教育該如何實施，而是發現自己居然能完成生命旅程某一階段之交代。同時也督促自己思考我到底在前人的基礎上發展了些什麼？或只是掠人之美，然而，有許多的事，在宇宙之中渺小如滄海之一粟，如同我的生命與我的論文；但我相信它的確影響了某些人與事。因為，它有令人一窺究竟的衝動。

本論文得以順利付梓，最重要的是感謝樊老師及師母的關懷，作為一個知識愛好者，他知道該怎樣鼓勵他的學生。在孤獨、辛苦的寫作過程中、是他為我創造了一個虛幻的氛圍，讓我像個作家般地投入，強迫自己創作最好的作品呈現給讀者，儘管那些讀者根本不存在，而忘了從頭到尾這「感興趣」的讀者都只有樊老師一個人。此外，也要特別感謝口試委員羅老師及何老師對本論文之獨到見解及悉心指正，使我收穫頗多，也使我論文更盡完善。我會儘可能地綜合您們的意見修訂我的論文，但如果還有什麼不周全之處，那則是我的學殖未深了，請多包涵。此外，感謝所有教導過我的老師們，充實了我的知識，開拓了我的視野，老師們的諄諄教誨，令我永誌難忘！

很難想像謝辭寫到一半，風聲、雨聲、蟬鳴、浪濤又縈繞腦海，要感謝一起觀海的、親愛的研究所同學，也佩服中、北部同學跑半個台灣求知的毅力與精神，此外願車馬輕裘與朋友共的賢良，不能不提，你的駕駛讓我有精神為之一振，鼓足上課的動力。還有峰賢、亮基別忘了北大武山的約定，那兒有我們和老師生命共同體的回憶。

另外，也要感謝金潭的前任劉校長、現任簡校長的提攜與鼓勵，許主任、黃主任對我職務上的擔待，振毅與永裕、淑娟、秀珍分攤我不在的行政工作，嘉璜、榮昌對恩師的引介，侖儒、清源、晃賓對我電腦與簡報的熱心協助，與友善的金潭夥伴們，謝謝您們鼓勵與讓我無後顧之憂的去進修。

感謝是無窮的，最後感謝生我養育我的父母，讓我無憂小孩的照料；並感謝內人金靜，無條件分擔我的喜怒哀樂，容忍我在準備考研究所與寫論文時的一些瘋狂與暴躁的舉動，不停的逛夜市，不斷的買盆種花，歇斯底里的超車，也許，我該學學班上嫻靜的聰秀，不斷的刷馬桶，可能更有助於靈感的啟發與減輕壓力。

不論如何，隨著謝辭的完成，這段日子或許很辛苦，但卻很有意義，爾後去台東的路上不管有任何的風雨或任何的挫折與顛簸，與昔日比較，相信有的話，又算得了什麼呢？

歐陽國榮謹誌於東大和平樓
中華民國九十五年八月

中文摘要

本研究目的旨在探討儒家、道家思想中生死觀的意蘊與實踐方式之異同，為達研究目的，首先蒐集相關文獻，其次原典閱讀，並將資料做詮釋，最後比較歸納，對照現今國小生命教育的實施內涵，提供生命教育推動時可供參照的信念後盾。

就儒家而言，孔子說：「未知生，焉知死。」明白告訴我們，如果不清楚認知生命的意義，便無法看清死亡的問題。因此，人如能善度一生，成就偉大人格，那麼在個人死後仍可隨子孫的生命而延續，他在世的善行義舉亦將永為社會所紀念，永垂不朽。至於道家則認為，所謂生死，實乃氣之聚散，莊子所謂：「通天下氣耳。」因此大可不必為之而喜，為之而悲，只要逆來順受，個人生命有窮盡，大道生命無窮盡。儒家珍惜生命，肯定現世，始終以人間福祉為奮鬥目標；道家愛護生命，不是為了以生命換取權位，而是為了那一口氣，生命本身即是存在之目的，隨遇而安，與物俱化。本文藉由儒、道生死觀的探討，讓我們對國小生命教育進行一些省思與建議：

一、儒家的生命教育多屬於倫理的，所以其重視生命的意義遠過於生命的現象，或者說對義理性生命的重視多於生物性生命的重視，基於此立場，當兩者不能並存時，唯有捨自然之生命，以求成全仁義之道，並藉由孟子「捨身取義」的高尚情操，奠基捍衛社會正義的勇氣。因此，生命教育的推動中、價值觀的辨別是生命成長中一輩子的課題，也是人生迷航中的燈火。儒家的義利之辨，道家重視個體殊異的多元智慧論，均在價值觀的分辨、取捨、排列，給予為人師、為人母很清楚的借鏡。

二、在生命價值肯定上，從老莊對相對價值之說明以建立兒童正確的價值觀；從老莊對形軀生命的看法培養其珍愛生命的理念；從莊子所建立之生命境界開展心靈，並培養欣賞生命之態度。道家老莊的生活態度：「少欲知足」、「無為

和不為己」、「無智」、「順應自然」，值得我們推動生命教育時的參考，時下青少年喜歡刺激，追求重金屬樂曲或靡靡之音，宛如沉迷「五色」「五音」「五味」，會使自己失去了原有的靈性，將使人「目盲」、「耳聾」、「口爽」、「人心發狂」。所以，我們應該知足過簡樸的生活。不需要向外追求名利和財富，因為「知足」才是真正的富貴。

三、產業科技化、電腦化，就業工作機會減少，升學主義持續增壓，課業重於常規，教師講「理」多於說「情」，不利生命情性培養，教師們除了「經師」的扮演外，更要成為孩子生命中的貴人，但在己立立人、己達達人的過程中，如何避免價值觀的強行移植，以及揠苗助長，抹煞個性，「人師」角色在生命教育的推動中益顯重要，教育要注重的是師生間倫理上的互動，而非知識的販賣與交易。

四、生命教育教材內容除注重「應然」面向的導引之外，對於早已被視為金科玉律的道德教條，也該隨著多元價值的衝擊而有所反思、質疑與批判。道家的生命思想並非消極，對一般人眼中老莊「應然」的意義再度審視其價值根源，建議今後老師除收編儒家生死觀的相關教材外，更應重新省思道家在現代社會中的適用性，從儒道互補、互滲的過程中，提供一種讓人有法可遵、有道可循的生活依據。

關鍵辭：生命教育、相對價值、義理性生命、生物性生命

The Life and Death Views from Confucianism and Taoism Reflecting on Life Education

The research is to discuss the profound meanings of life and death in Confucianism and Taoism. The approaches taken were literature review, reading ancient scriptures, and finally inducting a conclusion. The conclusion was used to reflect the current life education and provide a guide for future use.

Confucius said “*how can life be known if death unknown?*” Confucius clearly expressed the idea that the meaning of life cannot be understood if we do not explore the meaning of death first. Contrary to Confucianism, Taoism appreciates life itself, believe that life should not be traded for anything, and shall go with the flow. The mission of this thesis is to explore the differences between the two beliefs and to reflect the findings on elementary schools’ life education.

First of all, Confucianism’s life education is moral-based, therefore it emphasizes more on the meaning than the phenomenon. Mencius said “*trade life for justice*” for the righteousness of the society. The propelling of life education and differentiating the value of life will be a lifetime issue. The conflicts between justice and benefit in Confucianism, and the Multiple Intelligences in Taoism are both important guilds in life education’s propelling.

Second, Zhuangzi believes that life and body should be appreciated, value of life be established from desire less, unselfishness, be simple minded, and go with the flow. People should live a simple life and not demanding for more money and better job title; contentment is the real fortune.

Third, avoid forcing younger to accept elder’s personal values towards life. Life education is about interaction and value exchange, not pushing younger to accept anything beyond their age.

Finally, the doctrines in life education may need modification overtime. The author suggests that when designing life education curriculum in the future, projector should take both Confucianism and Taoism into consideration; and should reflect the appropriation of Taoism in modern society.

KEYWORD: life education, relative value, righteousness-life, biological life

目次

第一章	緒論	01
第一節	研究動機與目的	01
第二節	研究資料與方法	08
第三節	待答問題	11
第二章	儒家殺身成仁的智慧與社會正義的探討	12
第一節	儒家概述	12
第二節	儒家思想的核心價值	17
第三節	儒家的生死觀	18
一、	「未知生、焉知死」—儒家生死源頭	21
二、	「人生自古誰無死、留取丹心照汗青」—儒家生死原則	22
三、	喪思哀、祭思敬的要求—儒家生死大禮	25
四、	死生有命、富貴在天—儒家死的理性超脫	28
五、	人能弘道、非道弘人—儒家生命的定位	31
第四節	儒家的社會正義	35
一、	儒家信仰的原則—正義、道德、自然	35
二、	儒家生命意義的反思—社會正義與社會關懷	37
第三章	道家生死齊一的智慧	40
第一節	道家傳統哲學概述	40
第二節	老子生命觀	43
一、	道—萬物之本源	46
二、	推天道以明人事	51
三、	無—無遠弗屆的包容	52
四、	自由意志	54
第三節	莊子生命觀	60
一、	面對生死之態度與體悟	61
二、	超越生死之修養功夫	66
三、	理想人格與生命情調	71
四、	無用之用、人之大用	74
第四章	儒、道生死觀的比較、互滲與時代意義	80
第一節	儒道生死觀的比較	80
一、	從天下失道返回天下有道	80
二、	知生觀與全生觀	81
三、	成聖成賢與逍遙自去的對照	82
四、	精神超越與回歸自然對照	84
五、	人際和諧與個體自由	86
六、	精神不朽與死而不亡	87

第二節 儒道互滲的義締與時代意義-----	92
第五章 儒、道生死觀對國小生命教育的啟示與應用-----	98
第一節 儒、道生死觀對生命教育的啟示-----	98
第二節 儒、道生死觀在生命教育的運用-----	119
第六章 省思與建議-----	125
第一節 省思-----	125
第二節 建議-----	130



儒、道生死觀對生命教育的啟示之研究

第一章、緒論

第一節、研究動機與目的

一、研究動機

人生有兩件大事，一是婚姻大事，一是生死大事（馮滄祥，2001）。一般研究婚姻的人多，但公開討論生死的少，甚至一直非常忌諱。然而，生死是每個人、每個家庭會碰到的重大問題。因此，如何面對這問題，加以超越？如何面對這項痛苦，加以跳脫？如何面對這項挑戰，用積極與建設性的看法，加以看待？換言之，如何對其看得開、看得透？這些都成為普世眾生共同的嚴肅課題，也正是生命教育所亟待關切的核心所在。

百年來由於西學東漸，科學、民主，遂成為普世的主流觀念與強勢文化。也使得吾人漸漸養成「從宇宙看人生」的態度，失去「從人生看宇宙」的立場，如此戡天物役的結果，浮現越來越嚴重的危機，將人類帶到毀滅生死邊緣。例如人類貪婪的開發，過度消費，能源耗竭，種族仇恨的毀滅行動等嚴重後果，都因缺乏生命智慧的導引。其實，在我們向西方取經的同時，西方人早已被東方文化深深吸引。因此，身為炎黃子孫，先補修一下自家學問的生命學分，實屬必要。也是重拾人本關懷，重建人文精神的時候，尤其中國哲人，無論儒家、道家，均曾對生死問題，闡述他們看法。儒家一方面強調「生死有命」，但也強調「不知生，焉知死？」（論語·先進篇），並以此提醒世人，應把重點放在現世的努力；道家莊子雖明言「死、生命也」，但也強調應用平等心看待生死，因為「生死如一」，最能突顯超越精神（王邦雄，1995）。這些各成體系的文化意識亦是本土原始文化基礎上的繼承、汲取和發展的產物，他們在「生生不已」的傳統生命觀、宇宙觀和社會觀中完全可以達到認同與和諧，並能找到各自立足的位置和發生影響的角度。或許生死的智慧是人生的透視，是一種微妙的穎悟。非人人所能洞達、覺悟。但處在當今社會，生死學問，有備無患，誰說處在春天的兒童，不會對冬天的老人有所好奇疑問呢？

現代的學校教育，過於重視知識，而心靈啟發的問題，甚少提起，因此，現代教育的功利導向，本末倒置，將必形成人類進化的危機。前教育部長曾志朗先生，宣布 2001 年為「生命教育年」，成立生命教育委員會，積極推動各級學校生命教育，使國內生命教育全面發展。生命教育的主體是生命，我們是如何來看待生命？我們可以從哲學、宗教、文化、歷史、地理等各種不同的時、空來討論（何福田，2001）；每個生命都皆富有極大的潛能與彈性，一切都掌握在自己的手中（鄧運林，2001）；生命教育是希望藉著教育的過程，引導學生認識人的主體性，希望滿足個人的各樣潛能發展，並完成生命價值的追尋。其目的在促進個人生理、心理、社會和靈性全面的均衡發展（曾煥棠，2001）。Bloom（1956）認為生命教育的意義在於體會、了解自己的生命和別人同等的重要及存在的價值。營造一個至高無上的超越，達到我、人、環境與天的四重關係發展。學校可透過課程，建立感動學生的校園文化。

從上述幾位研究者的觀點可看出，一般都將生命教育的重點放在珍愛與尊重自己與他人的生命上，強調自我、他人的生命關係，活出生命的價值來。基本上都肯定生命具有無限的潛能，因此透過教育可使生命發揮它的最大價值。這也是生命高貴尊嚴之處，至於生命的本質是什麼？生命的終極真實是什麼？可討論的空間還很大。尤其生命最難處，是面對死亡，西方哲學家塞內加說：「整個生命就是通向死亡的旅行。」高爾基也說：「人自生下那一天起，就一天一天的接近死亡。」在中國也有類似的觀念，如列子說：「死之與生，一往一反。」陶淵明說：「有生必有死，早終非命促。」正因為人人都要死，早晚之別而已，所以中國人把死亡稱之為「回去」，好像一個流浪的孩子，在歷盡人生的酸甜苦辣，回到它永遠不必再流浪奔波的「家」一樣。然而一般人對死亡的概念並不能如此豁達。理性上都知道它是人一生當中必經的歷程，但在情感上都覺得那是與我無關的事，在心理上產生一種防衛機能，將自我與死亡隔離開來，因此，當一個人瀕臨死亡，常會帶著不甘心與失望，因為辛苦奮鬥一輩子，到老準備享清福，卻得面臨死亡的挑戰。這種不能正視死亡存在的意義，跟我們中國文化傳統對於死亡的忌諱，及長久以來，死亡教育的缺乏、不能正確的生死觀念，有著極大的關係。

或許，教育本來即有其限制，其成效都是為了年年有寸進，無法像一般工程，或像火箭以速度取勝，也無法立即看出明顯的教育功效，尤其是生命教育所面對的生命問題，有時是超出現有科學或哲學教育所能處理的範圍；如前所述，宗教對生命終極真實的體證，本自有一套生命教育的理論與實踐系統，值得我們深入認知與體證的；據此，研究者擬從上述現代生命教育所涉及的相關問題為切入點，來探索儒、道思想所蘊含的生命教育內涵，並嘗試結合宗教的生命教育，使得生命教育更為具體與貼近生命的深處，對國小生命教育課程建構更寬廣的學習空間。

（一） 生命教育

根據教育部軍訓處公布 93 年各級學校校園意外事件統計，共計造成 755 名學生死亡，7378 人受傷，其中學生自傷或自殺事件，導致 67 人喪生、91 受傷，不但創下校園學生自殺自傷人數最高紀錄，且學生自傷或自殺年齡下降，去年有 6 名國小學生自傷或自殺，造成 4 死 2 傷。根據統計，93 年台灣校園意外事件死亡人數，排名前 5 名，分別為交通意外、疾病、自傷自殺、溺水、其他意外傷害，而校園學生自傷自殺死亡人數超過溺斃水學生人數，躍升校園意外死亡人數第 3 名。這是教育部推動生命教育後的背景，教育部希望透過生命教育的推動，幫助孩子體認生命之可貴，進而尊重生命、關懷生命與珍愛生命。但昭偉（2001）提出幾個生命教育理念上的困境，也引起我們的思考：

第一、但先生認為一旦我們推展生命教育成功，學生是否應回頭檢討我們主流的肉食文化及價值體系，若此尊重生命是尊重人的生命，還是尊重所有生物的生命？

第二、我們教導學生延續生命、豐富生命、讓生命保持在最佳狀態的同時，能再強調在其他狀況時、我們可能為了成就其他價值，而犧牲己身的生命嗎？所謂「殺身成仁、捨身取義」還要不要解釋呢？

第三、透過對死亡的了解和認識，就可以用來幫助我們對生命意義及價值的掌握？屬於生命發展上坡階段的孩子，是否有能力體會生命下坡階段的事？

就算體會了，其影響一定是正向的嗎？再說我們教學中援引的會是哪一種死亡觀呢？

這些問題全部指向一個疑問：「生命教育所指涉的生命、死亡觀點是否太過爭議，教學之後也許效果不佳，只是突然吹縐一池春水？」

（二）生命教育的思考向度

民國九十年元月教育部召開記者會宣布為「生命教育年」，呼籲各級學校全力推動生命教育，同年年底國立教育資料館編印生命教育專輯出版，其中學者對於生命教育的論述主題如下：



表一 生命教育專輯論文一覽表

作者	作者思考向度	論文題目	年代
黎建球	哲學	生命教育的哲學基礎	2001
孫效智	倫理學	生命教育的倫理學基礎	2002
陳德光	宗教學	生命教育的宗教學基礎初探	2001
朱榮智	中國文學	孔子的生命教育思想	2002
曾煥棠	社會學	社會關懷教育與生命教育	2001
陳木子	佛學	佛教的生命教育理念與實踐	2002
王佩蓮	化學	在自然科和環境議題教學生 落實生命教育之理論與實際	2001
鄔昆如	哲學	基督宗教與生命教育	2001
但昭偉	哲學	生命教育的生命	2001
黃有志	社會學	從殯葬角度看生命教育	2000
陳浙雲	學校行政	學習從生命開始－九年一貫課程 中生命教育規劃與實施	2001
鄭崇趁	教育學	建構生命教育願景彩繪亮麗人生 －談青少年的志業與工作世界	2001
張德聰	輔導學	人間有溫情生命有資源－談生命 教育的社會資源網絡	2001
丘愛鈴	教育學	國小生命教育統整課程之設計	2001
錢永鎮	教育行政	生命教育之班級經營	2002
張淑美	教育學	國中生的生命教育－從死亡概念 與態度論國中階段生死教育之實施	1997
吳庶深 黃楨貞	教育學 衛生教育	生死取向的生命教育：教學成效 之探討	2001

近年來生命教育相關學術論文更是如雨後春筍，紛紛冒出，雖說是生命的老問題，卻令人有耳目一新的震撼，生命的諸多問題，值得我們重視。

表二 生命教育相關研討、發表論文、專書

沈清松	宗教學	宗教信仰與生命成長	2003
陳運星	教育學	生死教育課程之境教設計	2004
陳德光	心理學	身心靈整合的生命教育	2003
鄭素春	宗教學	道教生命教育學理之建構	2003
林思伶	教育學	生命教育的未來發展	2004
游惠瑜	應用倫理學	生命倫理學在通識教育的教學	2004
趙可式	宗教學	基督宗教與生命教育	2003
楊荊生	社會學	正向思考與生命關懷	2005
黃俊傑	文學	李春生生命中的兩項抉擇	2005
林思伶	社會學	華人社會生命教育的發展—台灣經驗	2006
樊明德	影評賞析	與孩子談生命	2004

我們從論文標題來看學者詮釋生命角度其實相當分歧，各有其立論之學理基礎，質言之，吾人所應思索的生命，究竟是何種角度思考？是儒家、道家的生命？是基督宗教、佛教宗教教義上所言的生命？甚或是自然論者思索環境問題而生之生命感受？這分歧的現象或許讓人感到莫衷一是，然而如同陳德光（2000）所言「我們不奢望生命教育能有一定的本質與內容，對於生命的意義與問題大家都在瞎子摸象」。但昭偉（2001）以批判的角度檢討當下生命教育所強調的「生命意義」、「生命價值」乃至於「理想的生命樣式」，他認為學者們所謂「人的生命應該積極樂觀而剛健。」、「每個人都有生命，生命都是可貴的，而且應獲得充分發展的機會。」這些假設因為將生命看得這般「高貴」，而至無法「落實」。以和人民切身相關的交通安全為例，今天交通問題若能改善是因為交通教育宣導的成效，還是用路人生活經驗的累積？換言之教育宣導之有成效是在於掌握生命經驗之感受。

從教育的理想而言，人當然應該要去認識自己的生命意義，追求生命價值，實現其人生觀或終極價值，然而我們明明知道在現實狀況下，大多數的成年人並不能落實這樣的生命意義，又何以要倡議這樣高遠的生命價值思考，來為難生命經驗不足的孩子呢？從多元文化與多元價值的角度來看，一套反映特定價值體系

的生命價值思考會被大多數人所接受嗎？這也是本研究從儒、道中國固有文化切入所必須關注的焦點、難道從來生命的思索，只是超凡入聖少數族類的權利，對於個人生命及社會舉措，只能集中在道德問題，甚少論及價值問題，不是昧於道德大纛，就是強加道德意識於平凡之上，於是乎生命、生活之意義在於全然利他，個人在其中顯得異常渺小，微不足道，有時所作所為更全不為己。「禮義廉恥」是否如同其所在高懸位置一只可瞻仰；無法觸及。儒道思想在現今社會中對於人生基本價值的思考是否有較為動態、彰顯個人存在主體意願、更平易近人的說法呢？又在國小生命教育課程上如何轉化與創新將是本研究努力的方向。

二、研究目的

一、根據以上的研究動機，本研究目的如下：

- (一) 探討儒家、道家思想中生死觀的意蘊與實踐方式。
- (二) 比較儒家、道家生死觀與實踐之異同。
- (三) 探討儒家、道家生死觀的互滲並提出生命教育實施上的建議。

為達研究目的，本論文將自幾個面向探討加以比較，要言之，可分為以下章節：

第一章「緒論」是說明本論文之研究動機、目的，研究架構、內容與研究資料、方法。

第二章「儒家殺生成仁的智慧與社會正義的探討」。從儒家在倫理道德、社會政治、思維方式、價值觀念等各方面對先民產生的影響，並探討儒家在中國人的死亡觀念上，深入民眾心理的智慧。並從孔、孟對死亡的基本看法，進行細緻的考察，了解儒家死亡智慧的核心，並在觀照儒家死亡智慧的基礎上，尋求科學且合意的死亡觀。

第三章「道家生死齊一的智慧」。中國歷史上先秦時期，並無「道家」一詞。秦漢之際，出現黃老之學，它兼容並蓄，對儒、墨、法、名家等思想均有所吸收，這種似乎包容一切道術的學說就被稱為道家。本研究以道家學派的始祖老、莊為主要對象，溯源探流，從老、莊正言若反的獨特思維與語言方式，挖掘蘊含至理、又令人不得不佩服的生命之道。

第四章「儒、道生死觀的比較、互滲與蘊涵時代意義。」文化有盛衰，歷史有興亡，人一定會死亡，這是千古不變、人人平等的道理。對儒、道的生死觀有一完整概念後，這一章接著要談的是比較儒、道兩家死亡智慧的基本觀念。並闡述具體歷史人物的活動，及他們對生死的看法，從而描述他們如何運用觀念性的死亡智慧於現實生活中，進而分析其生命思想異同所在，及其互滲的可能性。使我們瞭解傳統中國的死亡智慧，在現今濁世，無異於一股清音，對現代人仍具有一定的意義與啟示。

第五章「儒、道生死觀對國小生命教育課程理念的啟示與應用」。儒道兩家猶如一體兩面的生命哲學，儒家體證的是生命的實理，道家開發的是心靈的虛用。儒家的心是創造性的心，給出善；道家的心是觀照性的心，看到美。儒家擔得起，道家放得下，二者微妙的結合，而產生了生命人格的平衡與成長，對國小生命教育課程有更多的啟發與實踐的空間。因此，本章第一節擬針對國小生命教育課程做內容分析。第二節比較目前生命教育課程，建構出儒道思想在國小生命教育上運用的可行性與價值。

第六章 結論部分，則先對本論文的内容再作一重點總結，並提建議。

第二節、研究資料與方法

一、研究資料

在研究資料的選取，將以儒家、道家“原典”為主要探討論析對象：

- (一) 在研究儒家思想方面：以儒家生死觀為主，著重孔、孟學說，選材《論語》、《孟子》、《中庸》、《禮記》、《荀子》等典籍，關於儒家喪

葬、祭祀、道德實踐、價值抉擇、終極思考方面的資料尤其關注、從中萃取出儒家的生死觀點。

(二) 在研究道家思想方面：以道家生死觀為主，道家在歷史上是一個不斷演化、繁衍的動態體系。老子為春秋時人，所著《道德經》問世，標誌著道家學派的形成。道家學派經老聃、關尹、楊朱、列禦寇、莊周、稷下黃老學派，遲至《呂氏春秋》、《淮南子》的問世，可說是道家在學術史的輝煌時期。然而至漢武帝以來儒家學派逐漸佔據統治地位。東漢末期，出現危機，走上末途。到魏晉時期道教與玄學流行起來，《老子》、《莊子》、《周易》一時成為社會賢哲談論的議題。本研究以老莊為代表的道家為主，先秦諸子中與儒家並駕齊驅的一大學派。要談道教的生死智慧要從道家談起，事實上道教的生死智慧皆是由道家生死智慧所衍生，因此，本研究對於道家、道教不做嚴格的區分，只要對於人類精神上有所支柱，不論是宗教上的「教」、或哲學思考上的「家」、都是樂於探討的部分。

二、研究方法及步驟

(一) 文獻探討

本論文主要採文獻分析法，針對研究主題，對原著作解讀與詮釋，並透過電腦檢索，延伸至各大圖書館、坊間書局、宗教團體廣為搜羅有關的第一手或第二手資料，將相關文件搜羅整理，以便由前人的研究出發，參考、吸收其研究成果和優點，避免作重複的、無意義的探索外，希望使本研究更臻周延和深入。此外，透過不斷閱讀、分析的過程，篩選出可利用的資料，以為比較研究之依據。並解析生死觀在儒家、道家思想獨到之處，將相關資料統整瞭解，即進行資料解讀、比較與分析的工作。在比較各家對生死不同思考向度時，嘗試以繪製簡圖或彙整表格的方式呈現以求清晰明瞭。再者，綜結出各家生命思想精華，裨必有助益於現代人對生命賦予新的活力，並在國小生命教育的實施上有所突破，能讓教改的重心從制度面的考慮擴大深化到對人生價值面的關懷。

(二) 內容分析法

由於本研究大多透過文獻獲得資料，探討儒道學者對生死的看法，多屬於質的描述觀點，並無高度結構化的分析技術化，主要目標在描述現行國小生命教育推展的情形，並從文獻中發現我國對生死觀的重要主題或看法及與現代生命教育推展的關聯性，藉以分析歷代固有文化、宗教及整體教育環境對學生生命觀的影響，藉以改進生命教育或社會整體實務，不侷限於計數或列表的研究。本研究類別採取概念的分析、詮釋性分析與比較分析，普遍化的分析，並對學理或哲學的分析，提供普遍性的詮釋，並具體指出某一概念內蘊的生命意義與涵義。前三章多為描述性敘述，做為後續詮釋性分析或為比較分析提供間接資料。資料蒐集的方法除了上述書籍外，也針對於報章、雜誌、網路、新聞、教育圈相關生命教育議題做探討，藉以了解與本研究有相同或相異之處。綜觀各家各派的生死學，大致可理出兩條主要的探究路徑與立論角度，一條是「由生觀死」，一條是「由死觀生」(袁信愛，2002)。「由生觀死」重在探索人生的意義與價值，藉此以確立人在面對死亡時應有的態度與選擇，如儒家的「殺身成仁」；而「由死觀生」則重在探索死亡對於人生的影響，藉此以確立人在面對生活時應有的態度與選擇，因此本研究在第二章先探討儒家生死觀，並藉由儒家淑世精神佐以現代社會迫切亟需的社會正義。第三章探討道家生死觀點。最後再比較儒、道生死觀的意蘊，以作為教師推展生命教育應有態度之參考。

(三) 研究步驟

綜合上述，本研究步驟繪製簡圖如下：



第三節、待答問題

根據本研究的目的，作者擬出以下幾個待答問題：

- 一、就儒、道觀點而言，人的生、死，是否有如日、夜輪替般的自然變遷？還是顯示了什麼特殊意涵？
- 二、己立立人、己達達人的儒家經訓，對尊重自己與看重他人的生命，究竟能否產生積極功能？亦或有其消極面？
- 三、老、莊兩位古哲對生命的見解為何？
- 四、儒、道生死觀有何相同與相異之處？
- 五、從儒、道的生死觀立足，我們要如何看待自己生命？意義與價值何在？
- 六、儒、道生死觀對國小生命教育的啟示與應用如何？

第二章 儒家殺身成仁的智慧與社會正義的探討

第一節、儒家概述

一、儒的定義

要界定儒家，首先就要解決「儒」的涵義問題。根據蘇州大學文學院徐山先生《儒的起源》一書中的看法，「儒」字的原形是「需」，「需」字在形、音、義三方面都有其「原型和演變系列」（恆毓，2000）。首先，在字形上，「需」是會意字，是人在雨下，最早見於西周的金文。這樣的「需」具有兩個義項：其一是作為名詞的「儒」，其二是作為動詞的「等待」、「需求」。「儒」這個字實際上是後來因為語音的分化而造出來的，用來分擔「需」的名詞義項「儒」，從而強化了其中的人的因素。

其次，在字音上，「需」所在的聲母類型的演變過程是：「泥」母→「日」母→「心」母。在上古，「需」與「儒」的聲母不同，後者分擔了前者本義域中的一個義項。因此，在金文中，「需」有兩種讀音，一個是「日」母，一個是「心」母。「需」的兩種讀音、兩個義域對人們的使用造成了不便，因而，人們便將作為名詞的「泥」母、「日」母的「需」寫作「儒」，將「心」母的「需」僅僅保留其動詞的義項。

第三，在字義上，「需」的形義反映的是祭祀雷神的求雨儀式，而它的本義則是雷神燎祭集團中的女性祭祀者，作為名詞的「儒」其實就是對「需」字下面的人的祭祀身份的確認。儒家的孔子強調的是禮，這實際上與代表中國社會的雷神崇拜和祭祀活動的「需」的本義是一脈相承的。

許慎《說文解字》說：「儒，柔也，術士之稱。從人，需聲。」這就是說，「儒」指的是術士，是從事某種祭祀活動的人。這樣的人，「儒」是其通稱。從事祭祀的儒是春秋時期從巫、史、卜、祝中熟悉詩、書、禮、樂的人中分化出來的專門為貴族服務的人。我們知道，先秦的巫、史、卜、祝都是從事祭祀和占卜的專業人員。既然儒是從他們當中分化出來的，說明儒都是他們中的知識分子，是有涵

養的專業祭祀人員。《周禮·天官·太宰》說：「儒，以道得民。」對此，漢代鄭玄的註釋是：「儒，諸侯保氏有六藝以教民者。」賈公顏的疏文是：「諸侯師氏之下又置一保氏之官，不與天子保氏同名，故號曰『儒』。掌養國子以道德，故云『以道得民』。」從這一記載可以知道，儒不僅要從事祭祀活動，還要擔負起以道德來「掌養國子」的重任。這樣的儒實際上在孔子周遊列國的所作所為中得到了充分的印證，事實上也是從孔子開始的。所以，徐灝對《說文解字》所作的注箋說：「人之柔者曰『儒』，因以為『學人』之稱。」因為儒都是有涵養、有知識的人，而漢武帝獨尊儒術之後的讀書人基本上都是儒家出身，所以，從漢代開始，人們就將學人稱為「儒」。《字彙·人部》說：「儒，學者之稱。」《後漢書·杜林傳》說：「博洽多聞，時稱『通儒』。」劉禹錫《陋室銘》說：「談笑有鴻儒，往來無白丁。」「鴻儒」是相對於目不識丁的「白丁」而言的，指的是很有學問的人，事實上也都是信奉儒家的人，沒有誰會將學問高深的佛教三藏法師如鳩摩羅什等稱為「儒」的。可見，在古代的中國，儒就是主攻《詩》、《書》、《禮》、《樂》並從事祭祀的學者。

然而，這並非「儒」的本義。根據恆毓先生的理解，它的本義應當是「祭祀」，作動詞（恆毓，2000）。孔子曾經對子夏說：「女為君子儒，無為小人儒。」這裡的「儒」，以往人們都將其視為名詞，認為它是指儒者。比如，徐山先生就認為，其中的「儒」指的是讀書人。這樣的理解在語法上是有問題的，因為「為」在這裡應當是介詞而不是動詞，它後面接的「君子」是「為」的對象，在後面的「儒」則是本句的謂語。本句的大意是說，你要為君子祭祀，不要為小人求福。這麼理解的儒家依據是，儒家祭祀的目的就是為了求福。道教典籍《抱樸子·內篇·明本》說：「儒者祭祀以祈福，而道者履正以禳邪。」如果「儒」沒有「祭祀」的意思，人們又怎麼可能將其理解為「祭祀的人」呢？

了解儒和祭祀的關係之後，也許會好奇的問，祭祀，有其必要性嗎？祭祀的行為，代表何種意義？祭祀只是一種跟隨性的、聊備一格的儀式性行為？或是一種用來自我安慰的儀式，還是有更深、更實質的意義？在古代面對不可測的天候與大地無情的風雨時，人類的渺小與無知只能藉著祭祀達到心安的目的，祭祀穀

神、雨神祈求豐收，祭拜祖先祈求保佑，可說是將人類的生死寄託於供桌與案頭。但科學昌明、醫療發達的今天，祭祀有何實質的作用？身處現代的我們，該如何用現代的觀點，來看待儒家祭祀的本質，該如何來還原，面對祭祀時該有的基本態度與精神；也許，祭祀的教化意義應遠甚於祈福，畢竟一個人如果對自己的祖先都不祭拜，該如何要求他來祭孔、祭先賢先烈。慎終追遠，飲水思源應是較合時宜的詮釋。

二、儒家蘊涵及其現代反省

了解儒字的意義後，我們再來探討一般人對儒家的印象，儒家思想在很多人的印象中，是種君主型的意識形態，也是非常保守的，當它在中國的國家體制下時，經濟動力無由發展，然而一旦中國人離開這個體制去發展，儒家文化的經濟動力便發展出來。韋伯為了釐清為何現代化當時僅僅出現於西方，在「基督新教的倫理與資本主義的精神」一書（蘇曉康、王魯湘，1988）。描述西方現代化成功的因素，是受惠於基督新教的倫理，一方面教人積極入世，實現自我，爭取財富，另一方面又教人節制慾望、謹言慎行、這種特質可以稱為「入世」與「禁欲」，由此相反相合而孕生無盡的動力，以出世的精神從事入世的工作，資本主義由此興起，現代化由此成功。然而儒家是否也教人「入世」與「禁欲」？細讀儒家經典，確實感覺一股強大的力量在敦促我們日新其德，向著完美的目標前進，儒家一向具有明顯的入世性格，鼓勵人盡力而為去改善社會與國家；為家庭而犧牲眼前的享受，把百分之五六十的收入儲蓄起來的禁欲精神，為了行善助人而自我約束。孔子說過：「己所不欲，勿施於人」，他自己還表現出「毋意、毋必、毋固、毋我」的開明心態。儒家種種溫和而禁欲主義的立場，在生命教育的實踐中，是自我生命滿全與體現的要件。只是在現代化的今天，我們也面臨了前所未有的困擾與危機，這些新的困境與儒家有何關係？是由於儒家本身的缺點所造成？還是由於儒家思想的意義與價值未能充分發揮所形成的後遺症，讓生機盎然的儒家思想遂染上沉沉暮氣，令人對儒家思想敬而遠之。不論正確的答案是什麼，只要能重新認真思考儒家倫理的涵義，正視不同立場的儒者，都可能給儒家帶來新的價值，但正視並不表示無原則的在每個人的思想上劃上等號，「傳統」的大河總不免挾砂石俱下，後人需要從中篩選。如果試著直尋儒家基本原典的精義，會驚奇

的發現，原來儒家深通人生的藝術，而且洋溢著積極入世的浪漫情懷。恰如王安石所云：「看似平常最奇崛，成如容易卻艱難。」若沒有豐富的人生閱歷很難揣摩原來神致。

儒家是個複雜的價值體系，如果我們從孔子算起，儒家的成立至今已逾兩千五百年，期間鴻儒輩出，新意不斷。儒家之為「教」已有久遠的歷史，「儒教」、「吾教」、「三教」是傳統士子常用詞彙，這個詞彙還可往上追溯到《中庸》「修道之謂教」的提法（杜維明 2002）。十九世紀前，不但儒林中人以「教」視儒，即使三教中的佛老二教，亦莫不以「教」視儒。雖然他們也許認為儒教是「人天教」、是「方內」之教。批判儒教智不窮源，學難體極，其層次可能較淺。但佛老大概不會否認儒家的價值體系具足教的成分，對信者而言，它一樣可以提供安身立命的要求。像《孝經》說：「孝，教之所由生也」；《尚書》說：「敬敷五教」；這些「教」無疑的都不離人倫日用，但無疑的也都帶有儒家價值體系內至高無上的價值，換言之，也就是帶有「神聖的」、「宗教性」的內涵。因此，本研究的使命是將儒家主要的生命特色勾勒出來，至於儒家或儒教真的難以區別，也無須特意劃清界線，有時連佛教這般有組織、有教義的世界性宗教，只因它沒有人格神的概念，它到底是不是「宗教」因此也變得很可疑。所以挖掘蘊含在儒家經典中的核心價值才是討論的重心所在，畢竟，儒家精神取向最具激發性的就在於其「宗教性」，而不在於其人文、現世性和內在性（杜維明 2002）。

從藍田人頭蓋骨到孔子，中華民族為什麼偏偏選擇了儒家這樣的文化設計？且這文化是整個文明的一份豐富遺產，它不僅產生過無數天才、英豪，而且還把黃種的中華民族孕育成整個人類最為龐大的時空實體，鑄就了一種追求和諧安寧、講究理性秩序、重視人倫傳統但卻封閉、保守的人類心靈結構。勞思光與余英時二位先生在探討儒學問題，鋪陳了兩種觀點：一是脫力論，二是游魂論。合而言之，中國自近代以來，傳統文化早已陷於脫力狀態，在面對西方與現代化的挑戰時，顯得力不從心；儒家便在政治、教育、社會的解體過程中，淪為游魂，無所附麗。無怪乎拿破崙曾言：不要喚醒酣睡的巨人。然而東方醒來的時候已經輸給了西方（蘇曉康、王魯湘 1988）。或許，儒家陷於脫力、淪為游魂，是一種值得參考的事實陳述，然而如果不涉價值判斷，那麼它還有沒有未來呢？卡謬

的一段軼事，值得我們回味，當讀者批評他的「異鄉人」過於頹廢荒謬，他說：「覺悟到生命是荒謬的以後，不會就此告終，卻反而是個開端。」他想在荒謬之上，重新建構生命的意義。有人說，應該砸碎儒家學說，實行全盤西化，也有人說，中國只能「西體中用」才有出路；還有人說必須重建儒家文明的第三繁榮期。從河殤一文中學者的談話，可略窺其端倪：

儒家的一整套思想，表達了內陸文明的生活規範和理想，它在東方封建社會的盛期，顯然是比較合理的。但是，單一的思想統一，削弱了多元的發展，古代生活中豐富的海洋文明的因素，就像幾縷細細的清泉，淌到內陸文明的黃土板塊上，立刻就無影無蹤了。當內陸文明中華夏大地蒸蒸日上的時候，蔚藍色的海洋文明，正在地中海悄悄崛起了。早在古希臘時代，雅典的民主思想，正是隨著雅典的海上權力一同興起的。海權導致了民族革命……。

……嚴復乃至近代許多偉大思想先驅如康有為，梁啟超，章太炎等等的悲劇命運，似乎都證明了，即使是最優秀的中國人在革命和激進了一陣之後，到頭來都擺脫不了退回儒家的歸宿。直到八十年代的今天，在中國文化熱的大討論中，人們依然在繼續著中西文化優劣的百年未決的爭議。無論是“全盤西化”的一派幻想，還是“儒家文明第三繁榮期”的一廂情願，一切都仿佛還在原地踏步。難怪有的青年學者這樣感嘆道：巨大的文化財產變成了巨大的文化包袱，巨大的文化優越感變成了巨大的文化負罪感，這不能不說是中國現代化進程中一個巨大的心理障礙。

……儒家文化或許有種種古老完美的法寶，但它幾千年來偏偏造就不出一個民族的進取精神，一個國家的法治秩序，一種文化的更新機製；相反，它在走向衰落之中，不斷摧殘自己的精華，殺死自己的內部有生命的因素，窒息這個民族的一代有一代精英。《河殤》

其實，儒家並沒有對自己的歷史進行不同於歷史敘述的深奧詮釋（蘇曉康、王魯湘，1988），儒家的顯著特徵就是明確的認為日常的人類世界具有深刻的精神意義。藉由把「世俗的」視為「神聖的」，儒家試圖依照他們天人合一的理想來重塑世界。做為一個主要的倫理及思想傳統，儒家最初在古代中國出現時，只是思想長河中的一股涓涓細流，經過了幾百年的發展，它逐漸成長壯大而成為主導的思想力量。也許經過脫力與游魂的考驗之後，可以釐清傳統積澱的包袱，向封建、專制、特權、人情、面子等等，都可暫時拋開，由生命思想的角度切入探尋其真義。

西元前 550 至 220 年期間，是歷史上著名的「百家爭鳴」的時代，是中國古典思想的黃金時代。儒、道、墨、法四個彼此論辯的主要思想派別面對凋敝的周代文化—曾經輝煌的周代文化是一套精緻的「封建」禮制文化，它在過去的幾百年間為中國提供恰當的經濟模式、政治秩序、社會穩定和繁榮，提出了本質上完全不同的回應。諸子竭力提出最佳的方案來解決他們的時代問題，每一家都試圖為混亂的時代建立秩序，為長期處於野蠻戰爭威脅之下的生命賦予意義。對照現今亂象橫生、卻也亂中有序的社會，如果不在其成員中發展一種基本的責任和義務，那麼這個社會能繁榮昌盛或長治久安嗎？我們這個多元社會是不是在教育上也應該培養一些共享的價值，構築一個人類相互理解的基礎，當我們批評春秋無義戰的同時，現今的戰爭又有多少場看起來是有正當理由的，還是以暴制暴呢？當我們深切的意識到地球很容易受到傷害時，並且為我們自己做為「瀕危物種」的命運而日益憂心時，儒家提出具有批判的精神問題給了我們什麼答案呢？

第二節 儒家思想的核心價值

一、尋求與自然和諧，與群體共榮

儒家傳統的基本關懷是學以成人。儒家強調的人，不是與自然對立或與天對立的人，而是尋求與自然和諧、與天共鳴的人。透過包含了家庭、社會、國家、世界和上天這樣一個不斷擴大的關係網絡，尋求在其中全面的實現人性。這個包含的過程有助於深化我們的自我認識，同時透過不斷的努力，使我們的身體健康，心靈活躍，精神開朗。修身本身就是目的，而它的初始目標則是自我的實現，也就是成己。孔子說得很明白，學以為己，而非為人《論語·憲問》，此說法似乎透露著個人主義的意涵，與儒家倫理重視群體的觀點截然不同。基於這樣的信念修身才是根本，使我們在生活世界中站穩腳跟，能夠做為獨立的道德行為者參與社會和政治，因此，儒家的自我是一開放的、動態的和轉化的過程，和那種把自我視為孤立於世界的抽象實體的觀點截然不同。它把群體視為我們追求自我實現的一個不可或缺的部分，絕對不會擺脫倫理、婚姻、語言、鄉土、及生活中難以處理的現實問題。孔子說的很清楚，學以為己，而非為人。但這決不代表著個人主義，可是這一種為己，似乎又跟一般大眾所認知的，儒家重群體的概念有所不同。孔子認為修身本身就是一個目的，而不是為了達到某種目的的手段。雖然

身為社會上的一份子，擔負社會責任與參與政治是我們所應當做的，然而孔子卻認為先修身才是根本，修身能使我們在此混亂的世界中站穩腳步，能夠有足夠的道德堅持力參加社會上的一切事務，而不是權力的魁儡。如果不重視自我本身的修養，我們很容易就被外在環境所束縛。孔子極力從內部來改善這個世界，所以如果不同意學習主要是為了自我的完善，那麼服務社會的要求，就會破壞了修身本身的完整性。因此，學習就是為了自我的實現，這樣的一個自我，是有別於個人主義的那個孤立的。

二、以道德為人生指導原則

儒家思想最高指導原則就是「道德」二字，換言之，儒家認為人的一生當以提升自我的道德境界和致力於道德的實踐為中心內涵，人人都應該從修身開始，然後漸次地往齊家治國平天下之高遠目標推進，故儒家之人生觀和人生判準都是以道德為指標，所以儒家往往會將社會上一切問題的解決方法均導入道德領域之中，詳言之，不僅個人人格之提升有賴於道德，生活中一切經濟、倫理、政治等等的問題都可以藉助道德一原則來作解決，由此可知，道德在儒家的地位有多麼的崇高了。這種看法是將倫理的意義和道德生活的價值無限上綱到了極至，企求藉由血親關係而產生的人之純潔情感，來達到實現和諧穩定之社會的理想，這樣的看法一直被千古以來的大多數中國人所尊崇，故可知其吸引力之大。因此，從儒家經典中，我們可以從儒家對於一般事務的處理標準來研判儒家對於生死之看法。

第三節 儒家的生死觀

一般皆以為孔子及儒家皆偏談生，鮮少論死，然而細讀《論語》全文，則有出乎眾人意料之發現，其中論及「死」的次數，遠超過論及「生」的次數；涉及「生死哲理概念」或「生死課題思惟」的「生」字，在《論語》的全文中，總共出現 16 字，涉及「死」的字數，總共出現 38 字，比「生」字超出一倍多。此外，還有「老」、「疾」、「病」、「歿」、「亡」、「祭」、「祀」、「鬼」、「神」、「喪」、「殯」、「棺」、「葬」、「？」...等等與生死直接或間接相關的字詞。再者，檢視《論語》中所有與生死課題密切相關之論議，有將近一百二十章，佔《論語》總章數的五分之一強或四分之一弱，比例相當高。可見孔子並未避談或拒談生死大事，而且還談論得不少。

子貢曾問及死後是否有知覺的問題，孔子的回答是「死，徐自知己，猶為晚也。」《說苑·辨物》既在生時無法得知死後的情形，再多的揣測也是徒然，那就等到死亡的那一刻，自然即會知曉，這種對未知事物抱持闕疑的態度，是相當客觀而理性的。但對於何時生，何時死這種人力「莫之致而至」、「莫之為而為」《孟子·萬章》的自然變化，儒家也只能歸之於命。孔子對重病的冉耕發出「亡之，命矣夫！斯人也，而有斯疾也！」《論語·雍也》的感嘆，就表達了對「生、老、病、死」這種既無法逃避，又不能改變的現象的無可奈何；而顏淵「死生有命，富貴在天」便是在氣命變化的無可如何之下所練就的豁達心境。因此，儒家「死生有命」的豁達，是對無可著力的「生」、「死」兩端的接受與釋懷。

天地之道，可一言而盡也：其為物不貳；則其生物不測。天地之道：博也，厚也，高也，明也，悠也，久也。今夫天，斯昭昭之多，及其無窮也，日月星辰繫焉，萬物覆焉。今夫地，一撮土之多，及其廣厚，載華嶽而不重，振海河而不洩，萬物載焉。今夫山，一卷石之多，及其廣大，草木生之，禽獸居之，寶藏興焉。今夫水，一勺之多，及其不測，黿蛟龍魚鼈生焉，貨財殖焉。《中庸》

儒家學者認為，宇宙的本質是「生生」，「天地」有「好生之德」，既創生萬物，亦長養萬物，宇宙成為種種生命體產生、發展的和諧樂園。無論是「天」、「地」、「山」、「水」均以其廣大無垠容納萬物的生存，充盈盎然生機。生命體的繁雜多樣，競生競長，正反應宇宙本質「生生」的神秘莫測；而「天地」生物的自然而然，也昭示人間生命的彌足珍貴。

對於生命的開始、以及天地與生命之間的關係，荀子亦有所論述：

生，人之始也。《荀子禮論篇》

天地者，生之始也。《荀子王制篇》

天地者，生之本也；先祖者，類之本也。《荀子禮論篇》

生，是人之生命的開始；先祖，是人類族類的本源；而天地則是宇宙萬物蘊育發展生命的憑藉，若無此憑藉，則天地萬物將無由生存，亦無處發展。因此，荀子以為天地乃生命生存發展的根本。因此，人類對受之於天地，傳之於先祖的

生命，自然有著願加珍惜、延續的願望。只要活在世上一天，就要扛起肩上的責任一天，所有應扮演的角色、應履行的義務，應盡的本分，就要履行一天，直至生命終結！這就是「無終食之間違仁，造次必於是，顛沛必於是。」《論語·里仁》的君子之生命範型。這樣的承擔何等沉重，期限何等漫長！曾子說：

士不可不弘毅，任重而道遠；仁以為己任，不亦重乎？死而後已，不亦遠乎？《論語·泰伯》

「死而後已」一語，顯見儒家對踐仁弘毅的重視，已遠超過對死亡的注意。這種無時或已的自我要求，甚至堅持到生命結束之際。《禮記·檀弓》記載了一段令人動容的故事：

曾子寢疾，病。樂正子春坐於床下，曾元、曾申坐於足，童子隅坐而執燭。童子曰：「華而晬！大夫之簀與？」子春曰：「止！」曾子聞之，瞿然曰：「呼？」曰：「華而晬！大夫之簀與？」曾子曰：「然！斯季孫之賜也。我未之能易也。元，起易簀！」曾元曰：「夫子之病革矣，不可以變，幸而至於旦，請敬易之。」曾子曰：「爾之愛我也不如彼。君子之愛人也以德，細人之愛人也以姑息。吾何求哉？吾得正而斃焉，斯已矣。」舉扶而易之，反席未安而沒。

即使受到重病的煎熬，生命即將結束之際，曾子依然堅持撤換不合當下身分的褥蓆，只為了能夠「得正而斃」—讓臨淵履薄的一生，劃下一個完美的休止符。這段原文的可貴處，在於它微觀到：一位儒者在死亡逼近，竟絲毫沒有對死的恐懼，心中只有德行踐履的記掛和堅持。原因無它，在於「心安理得」而已。

那麼要如何「心安理得」，如何安於死而無愧呢？在死亡面前，人們會發出各種悲嘆之調，如「人生似幻化，終當歸虛無」；「人生若晨露，天道邈悠悠」；「子在川上曰：逝者如斯夫」；「人生寄一世，奄乎若飄塵」；「出郭門直視，但見丘與墳」，等等。這些千古流傳的人生悲嘆，看似消極頹廢，實則包含人類對生命的熱愛和強烈需求。理性對待生死問題除了可衍生出重視生前物欲滿足的觀念和行為之外，還可引申出特別看重精神價值的生死觀，概觀儒家生活百態後，我們再深入的來尋求儒家對生命的根本關懷與回應之道。

一、「未知生，焉知死？」—儒家生死源頭

孔子對死亡態度，決定了儒家的生死哲學的方向。論語先進篇中說「未知生，焉知死？」，使得對於生的體會在相對於死的體會上取得了優先的地位；面對「人必死」這個事實，儒者（尤其是孔子）的立場是：死既是吾人所不能改變的事實，我們就無須對死後真相多加揣測，只須在生的一面活出他意義與價值，語見《說苑·辨物》果能如此，即可窮盡生命的原理，死的意義自然得以彰顯出來。所以，孔子所謂「未知生，焉知死」實則表明了生之理貫穿死之理的深刻義涵。

不過在諸多學者論文中，卻又有許多不同意見，以下是最具代表性的幾個不同看法：

（一）羅光（2000）：『未知生，焉知死』孔子的這句話，封閉了儒家討論生命的門。歷代儒家學者沒有人對於人的生死正式討論，就如同對於宗教，孔子曾經『不語怪、力、亂、神』。』

（二）傅佩榮（1994）：「孔子雖說過『未知生，焉知死？』的話但並不表示儒家就不談死亡。曾向子問及死亡的弟子是子路，子路是個魯莽好勇不善思考的人；孔子為了因材施教，便答以『未知生，焉知死？』，不願跟他多談死亡的問題」

（三）段德智（1994）：「就孔子而言，當他的學生季路向他『問死』時，他以『未知生，焉知死？』作答，其用意並不在於迴避死亡問題，而在說明死的學問比生的學問還大，像季路那種對生的學問都無法掌握的人更掌握不了死的學問」

（四）鄭曉江（1994）：在儒家的死亡哲學中，『死』被包容在『生生不息』中，它是宇宙的本體、社會的秩序和人生的法則．．．．．故而儒學大師孔子告誡人們『未知生，焉知死？』，要重視『生』的問題，對『死』不必過於深究。孔子的深意在於：一個人只要把生前處理好了，『死』問題便自然解決了。」

（五）林安梧（1998）：「儒家在談這個世界的時候，基本上是最合乎一般我

們所謂的『人間性』而說的。但這其實也不是以人為中心，他是強調人必須正視人做為一個活生生的一個存在，正視人是一個活在這個世界上裡頭的存在，經由這樣的一個『活』動，人開啟了對世界的理解。從這裡來思考問題，這是整個儒家的一個基本點。最基礎的地方從這裡說，他談生死從這裡說，所以子路一方面問事鬼神，孔老夫子告訴他『未能事人，焉能事鬼』，子路又問死，孔老夫子又告訴他『未知生，焉知死』。人們對於生命沒有一種恰當的體會，沒有真正進入到生命的當下是什麼，你怎麼可以了解死亡是什麼？有人說這句話表示儒家對死亡問題的逃避，我說不是，是代表儒家對死亡的一種正視方式。」

孔子的這段話是：「季路問事鬼神·子曰：『未能事人，焉能事鬼？』敢問死·曰：『未知生，焉知死？』」。其前後並沒有其餘可參考的文字，在語脈上我們實在無法得知到底孔子的意思是什麼，因此形成詮釋上很大的差距。

綜上所述每個人的解釋雖不相同，但都是在兩個相同的重點現象上發展起來的，1、是生對死的優先性，2、是孔子對生死兩主題的言論在份量上的差異。「未知生？焉知死」將生置於死的前面，事實擺明了在孔子的言語中生是對死有了絕對的優先性。在論語中，真正談到死亡的份量並不多，在份量上可說是有著很大的懸殊。儘管孔子在生死問題上所言不多，但孔子在生死問題上的態度是相當明確的，生對死而言，在實踐及體會有其絕對的優先性，因此所有超克死亡的可能都不會落到死後世界的探討之上，轉而是在生的世界中去完成其最終的關懷，以此來展現生命的永恆價值，藉以超克物質生命的最終困限。

二、「人生自古誰無死，留取丹心照汗青」—儒家生死原則

面對人類必死的命運，儒家從道德的理性主義角度，展露「未知生，焉知死」的從容態度。而這種態度的出現乃緣自「天道生生」這個價值的本源。所以，生命的意義在於從人身上體現天道，即所謂「踐仁以成智」、「踐仁以知天」，達到「天人合德」之境。如不能實踐這個價值，生命自然就沒有意義了。再者，要實現生命價值，必須永不止息地作道德實踐，所謂「天行健，君子以自強不息」，從事道德實踐就是一種價值的創造、價值的生生，生生猶恐不及，又何必費心去揣測另一個未知的世界—死亡呢？孔子即在此意義上有所謂的「子不

語怪、力、亂、神」(論語·述而)之表現，這種「不語」的態度正代表孔子對於死亡的基本立場。他這個立場在談論鬼神與祭祀問題上，也表現的極為明顯。

上述這種對生命價值的體認成為儒家思想的精華，生死問題必須置於仁義道德的標準之下來考量，於是與死亡有關的祭祀行為的重要性也僅在於它所含有的教化意義，所謂「禮為生者設」，這也使得「朝聞道，夕死可矣」(論語·衛靈公)這句話顯露莊嚴的意義。死有重於泰山，輕如鴻毛，生命若能圓成道德，雖死無憾。生死大事端在義利之分，生若不能成就道德，無異於禽獸，這樣的存在，生無異於死，所以，「志士仁人，無求生以害人，有殺生以成仁」，死雖無可避免(「死生有命，富貴在天」)，但要死得其所，死得有價值，這才是生命的真諦。所以，同樣是有限的生命，但能圓成道德的君子，就有別於凡庸之人，《禮記·檀弓》云：「君子曰終，小人曰死。」因此，在這個生死問題上，儒家的價值分判仍是極為嚴肅的。文天祥《正氣歌》中「人生自古誰無死，留取丹心照汗青」的詩句最能彰顯儒家生死原則。(張燕梅，2005)

孔子死亡哲學的最高範疇是天、天命和天道，基本上而言，此三者三而一，一而三，彼此相互貫通，因此從這句話之中，就可以看出孔子面對生死這一難題的態度是基於同一標準來作判斷，也就是「天命」，而其所認知的「天命」有兩層意涵，其一是指貧富貴賤等這些外在現象均為轉移的東西，故在他得意弟子顏回過世時，孔子直喊：「天喪呼！天喪呼！」，其次第二層涵意是指「正命」，也就是歷史和道德的必然性以及道德主體對此態度的應然態度。綜合上述，孔子認為「聞道」、「學道」、「憂道」、「弘道」均是人的終極目標，君子為此而生，為此而死，若人為聞道、弘道而死則是天人合一之表現。

孔子把死亡價值的法碼壓在個人名譽是否得到人們稱頌之上。他以這種度量死亡價值大小的標準來評價齊景公與伯夷、叔齊的死：「齊景公有馬千駟，死之日，民無得而稱焉。伯夷、叔齊餓於首陽之下，民到於今稱之。」成其德行、有所而死的價值取向，使得孔子極為重視現實人生的功利目的。(張三夕，1994) 孔子的學生子貢用「其生也榮，其死也哀」來惋惜老師的死，因此，生

榮死哀，也變成了一句成語，用來形容生前成就大、名望高的人。死得偉大，死得光榮，這種純功利的死亡意識，雖具有讓人積極動起來的精神力量，驅使人們為了榮譽而奮鬥，但卻忽略了一個重大的人生問題，即人們在生與死的矛盾衝突中所產生的困惑和迷惘：人一旦死亡後，生前獲得的榮譽究竟有什麼意義？儒家似乎沒有給我們明確的回答，死亡使生前的一切失去意義這個疑難雜症。只留下「君子疾沒世而不稱焉」，為了個人榮譽可不怕死；「朝聞道，夕可死」，為了家國利益，更值得死。儒家把不怕死作為對儒生的一種重要人格來要求。《禮記·儒行》中不斷提醒人們「見死不更其守」，「士可殺而不可辱」，「身可為也，而志不可奪也」，「民之於仁也，甚於水火。水火，吾見蹈而死者矣，未見蹈仁而死者」，「篤信好學，守死善道」等等。儒家的這種死亡意識，哺育了中國文人強烈的愛國主義，忠貞不屈的儒行性格，另一方面卻也造就了儒生的愚忠行徑。

孟子說：「生，亦我所欲也，義，亦我所欲也；二者不可得兼，捨生而取義者也。生亦我所欲，所欲有甚於生者，故不為苟得也；死亦我所惡，所惡有甚於死者，故患有所不辟必也。」這樣一種的死亡智慧，將道德置於比生死更高的位置，讓我們在思想觀念上認識到生不足惜、死不足畏，只為了崇高理想道德價值的實踐。「殺身成仁」的境界，讓人消解死亡的恐懼。

孟子雖提供了我們死不足懼的仁義大道，但也同時警告我們，應該避免小體（氣）過度的被外物所引誘而流於跌宕激越，否則非僅難予收服調息，甚至會凌駕在大體之上形成我們生命的大逆轉，例如孟子在《公孫丑》上說：

夫志，氣之帥也；氣，體之充也。夫志至焉，氣次焉。故曰：『持其志，無暴其氣。』』『既曰：『志至焉，氣次焉』，又曰：『持其志，無暴其氣』者，何也？』曰：『志壹則動氣，氣壹則動志也。今夫蹶者、趨者，是氣也；而反動其心。』』

此章中的「志」應該就是人的道德意志，也就是生命中的大體或主體，相對的，「氣」就是被統轄的小體，但卻又是與生命俱在並為生命之活動所不可或缺

者。反之，若是氣壹則動志，則將志的優先性拱手於氣，如此的「放其心而不知求」勢將造成生命的顛倒異位，而為個人及世間帶來莫大的災難。

三、喪思哀與祭思敬的要求—儒家生死大禮

「舟車所至，人力所通，天之所覆，地之所載，日月所照，霜雪所降，凡有血氣，莫不尊親」（中庸·第三十一章）

後世儒者繼承了這個傳統，介紹給中國人的，就是衍生於喪祭之禮，在加以政治力量強化之後所形成的祖先崇拜的宗教。（施嘉信，1991）按歷史記載，中國上古淫祀盛。這種宗教泛濫現象乃正由於人缺乏真知識，宗教情操發乎內心，便衝動地、無知地及驚懼地向外投射，賦與萬物靈具有情之特性。在這種情況底下，泛神論及精靈膜拜等現象由是而生。這種現象一方面說明了人的原始宗教衝動若不得正確疏導時，所產生的後果便是如此。另一方面，這種泛濫的宗教現象威脅到統治階層特有之宗教祭祀權利，故此有"絕天地通"之禁制令。當權者之禁令看來雖似獨斷，但恰好象徵神人交往需要有正確而又特別之渠道。西方思想發展史中，在哲人蘇格拉底之前，屬神話期，在蘇格拉底之後，才正式屬哲學思想之發展期。蘇格拉底恰是兩時期間之重要過渡人物，神話是在他的時候才開始轉化為哲學思考。無獨有偶，在中國思想發展過程中，也有類似之階段，春秋期之孔子則是將神話轉變為哲學之橋梁裡。（吳宗文，1997）

中國士大夫(或知識分子)之基本思想型態是屬儒家型的，他們視宗教祭祖如禮教儀節，所對應之對象或境界存在與否，非其關注。他們只知"祭如在"或"鬼神之德洋洋乎，如在其上如在其左右"。他們只注重內心虔敬的態度，強調主觀能動性，所謂"精誠所至、金石為開"，就是這麼一回事。他們將宗教情操轉化為道德責任感，禮儀本身則轉變為示範教化之工具。

儒家祭祀的具體表達是"三祭":祭天地、祭祖先及祭聖賢。為何要"祭天地"呢?因為人頂天立地，站在天地之中央，受著天覆地載，秉承著天之靈氣而感生，

又因著天降雨露，地長萬物，而得以孕育，是故，為著對大自然源源不絕的供應，予以有情之表達，便存感恩之心祭祀之。

為何要"祭祖先"呢?早期祭祖不只是祭祀與自己有血緣關係之先祖，舉凡"忠義節考、名宦鄉賢、護國佑民者，均德以配天"，理應得享"崇功報德"之祭祀。因此，在這種理論影響底下，除了宗族之列祖外，凡是對家國社稷有功有德者，如軒轅黃帝、關公、鄭成功等均被粉飾登台，安放於神廟中接受供奉了。

為何要"祭聖賢"呢?若然天地之功勞在於賦予人生長的环境，祖先之功勞在於賦予人驅體生命，那麼聖賢之功勞則在於立下模楷榜樣，創造道德文化，成為人類生活及人倫關係之準則和綱紀。因此，對於設立教化之聖賢，當同樣要以感恩的心回報之，如孔子說“微管仲、吾被髮左衽矣！”如此，舉凡儒家系統之名仕大儒，均接受供奉了。

祭祀本身是儒家對生人之道德教育，希望藉此培養人之敬誠、忠孝及仁義等道德情操，但及至民間則被變為廣結鬼神、祈福攘災之宗教實踐。儒家有一定形式的經常性的祭祀或禮拜活動。《孟子·盡心第七》說：

民為貴，社稷次之，君為輕。是故，得乎丘民而為天子，得乎天子為諸侯，得乎諸侯為大夫。諸侯危社稷，則變置。犧牲既成，粢盛既潔，祭祀以時，然而旱干水溢，則變置社稷。

這已經非常明確地表明了儒家對祭祀的強調，所謂「祭祀以時」。其祭祀的目的，主要是為了避免「旱干水溢」等天災人禍。其祭祀的對象，對於國家來說，主要是社稷，否則就不會有「變置社稷」的問題；對於老百姓來說，祭祀的對象則與國家的有所不同，他們主要是祭祀自己的列祖列宗。《論語·為政第二》說：「生，事之以禮；死，葬之以禮、祭之以禮。」又說：「非其鬼而祭之，諂也。」《論語·八佾第三》說：「祭如在，祭神如神在。」此處的「鬼」、「神」都是指死去的人。《論語·陽貨第十七》說：

宰我問：「三年之喪，期已久矣。君子三年不為禮，禮必壞；三年不為樂，樂必崩。舊谷既沒，新谷既升，鑽燧改火，期可已矣。」子曰：「食夫稻，衣夫錦，於女安乎？」曰：「安。」「女安，則為之！夫君子之居喪，食旨不甘，聞樂不樂，居處不安，故不為也。今女安，則為之。」宰我出。子曰：「予之不仁也！子生三年，然後免於父母之懷。夫三年之喪，天下之通喪也。予也有三年之愛於其父母乎？」

孔子強調必須居三年之喪說明，儒家從一開始就是主張定期祭祀的。根據孔子的觀點，祭祀是最為重大的事情，必須嚴格按照禮的規範進行，所謂：「儒者所修，皆憲章成事，出處有則，語默隨時。師，則循比屋而可求；書，則因解注而釋疑。」

孔子對禮儀的重視，與當時的社會歷史情況有關，經過整理的商禮和周禮，到了春秋時代遇到空前的危機。因此，孔子一生都在嚴厲批判現實生活中破壞周禮的社會現象。「禮」被孔子視為性命攸關的大事：「失之者死，得之者生。」其朝思暮想的政治理想就是維護和復興周禮。孔子企圖用禮來約束人們的一切行為方式，他教誨學生恪守「非禮勿視，非禮勿聽，非禮勿言，非禮勿動」的行為準則。自然，對生死喪祭這重大問題，必然強調合禮儀的行為規範。他對這一問題的原則要求是：「生，事之以禮，死，葬之以禮，祭之以禮。」這種以禮治生死的觀念，在荀子那裡得到更清晰的闡明：「禮者，謹於治生死者也。生，人之始也，死，人之終也。終始俱善，人道畢矣。故君子敬始而慎終，終始如一，是君子之道，禮儀之文也。夫厚其生而薄其死，是敬其有知而慢其無知也，是奸人之道而倍判之心也。」《荀子·禮論》儒家注重死亡的禮儀，其內在動機是為了謹慎地對待死亡，追求死亡的偉大隆重。所以，儒家認為，只有把禮儀貫穿到人的生與死整個過程，才能徹底實現人道精神。人們在井然有序的死亡禮儀安排下，心滿意得地走向墳墓，正是在儒家死亡必須合乎禮儀的思想影響下，養成了對死亡規格、排場斤斤計較的心理特徵。禮儀一但成為培養人們死亡之謹慎態度的外在工具後，它就會把人們的注意力引導到死亡的形式，而不是死亡的內容。（張三夕，1996）

儒家的喪葬儀禮對社會結構的完整與穩固起了重要的作用，儀式的社會整合

功能是透過集合社會成員、協調家族、社區關係、鞏固家族地位以及灌輸強化人倫關係和道德意識等具體途徑而實現的。儀式、行為本身即為一種目的性的存在。人們的注意力集中於活動過程而不追究其所以然，各種行為已經程式化，成為約定俗成的慣例、慣習，成為人們在喪親後遵循的行動準則，在忙碌的過程中減輕喪親的悲痛。為死者而設的儀式其實是給活人看的，人們一代代的在反覆表演的儀式中受到薰陶。成為傳統社會中不可多得的民眾自我教育、自我滿足的方式。但過度的演繹竟走了樣，生者利用喪禮替自己爭面子、爭社會地位，甚至有人利用喪禮廣發訃文以便廣收奠儀。喪禮成為我們社會中最混亂的生命禮儀。處處可見佔據整條馬路上的追悼會場，這種只管自家排場卻不顧他人生命安危的熱鬧場面，真的少了一份寧靜的追思。

儒家建構了以血緣為基礎的家國同構的倫理政治體系，而又要求其長存久續，必須有一套維持鞏固這一體系的方式。因而，儒家的禮樂制度直接便是政治統治的需要。禮，本來起源於祖先崇拜與祭祀，儒家的生死喪祭的理論與主張最突出的體現著禮的精神，喪祭之禮是其禮樂制度的最重要的方面。因此我們以儒家的角度來看死亡，死亡不是悲觀的表現，而是在禮的襯托下尊嚴的離開。

四、死生有命、富貴在天—儒家死的理性超脫

儒家的樂生文化，截然不同於西方放縱肉欲的享樂主義（陸揚，1991）。除了流行於民間，但為賢哲所不齒的「好死不如賴活著」一類樂生惡死的懦怯生死觀，它基本上鮮明地呈現出兩種積極的價值走向：其一為順應天理，樂生安死，以和諧為其美感特徵；其二為完善人生，捨生取義，以崇高為其美感特徵。

中國文化樂生安死的傳統，從根源上看，與古代中國人以自然為宇宙萬物最高主宰，努力臻求與自然協調的生存意識，有直接關係。自然不僅是老莊哲學中「道」的原型，它也是孔子心目中不可抗拒的「天」和「命」。故生與死可視為生命自然發展的過程：「死生有命，富貴在天。」（《論語·顏淵》）但這天和命，或者毋寧說是自然的規律，並非不可知，人的一生，正是要通過觀察和行事去體會箇中奧秘，參透四時百物運行生育的自然之道。是故「不知命，無以為君子也」

(《論語·堯曰》)。而如眾所知，這個洞察天命的契機，被設定在五十歲的年紀上，孔子有理由相信，人對生與死的情結是可以大徹大悟了。

但人畢竟是血肉之軀，死亡作為生命的寂滅，尤其當它降臨到我們的親友至好身上時，依然使人悲戚，這連孔子本人也不能自己。《論語·先進》載：「顏淵死，子曰：『噫！天喪予，天喪予！』」這一種毫無掩飾的悲慟之情，是否有悖於他順天命樂生安死的生死觀念？對此王夫之《周易外傳》中有一個極好的說明：且天地之生也，則人以為貴。草木任生而不恤其死；禽獸患死而不知哀死，人知哀死而不必患死。哀以延天地之生，患以廢天地之化。故哀與患，人禽之大別也。

這就是哀死和患死的本質區別。患死是禽獸的屬性，它違背自然的生死規律，只是一種盲目的生存本能。哀死則流露出對生命的一種珍惜，流露出人際之間的一種溫情，它給冷漠的宇宙塗上了一抹暖色，在對自然的認同和協調中，體現出一種強烈的人文精神。

儒家樂生安死的價值取向中，還有更為壯烈的一面。如孔子言：「志士仁人，無求生以害仁，有殺身以成仁。」(《論語·衛靈公》) 生命誠然須加珍視，但是還存在超乎肉體生命本身意義的更高的價值，這就是作為道德終極範疇的「仁」。孟子的一段話更能發人深思：

生亦我所欲也，義亦我所欲也；二者不可得兼，捨生而取義也。生亦我所欲，所欲有甚於生者，故不為苟得也；死亦我所惡，所惡有甚於死者，故患有所不辟也。(《告子上》)

生存欲望可謂人最大的欲望了，但和義相比，二者不可得兼時，捨生而取義。生為人所欲，但不能背義而偷生，死為人所惡，但不能背義而避患。這同樣是把作為一種道德終極規範的「義」，推到了至高無上的地位。人之所以能夠做出捨生取義的選擇，在孟子看來，是因為人的精神中有一種「浩然之氣」。它至大至剛，充塞於天地之間，足令人「富貴不能淫，貧賤不能移，威武不能屈」(《滕文公下》)。個體生命的意義和價值取向，於此躍然紙上。儒家殺身成仁、捨生取義

的生死觀傳統，凸顯出人在死亡面前展示的氣節和風骨，具有一種偉大的人格精神的美。中國歷史上，死亡在這一架構中昭示了形態各異的不同審美形式，它們從根本上說，是將一個被宇宙化的人倫之理，設定為生命追求的終極目的。這也是一種天理，但它不是西方上帝造人，因而使人畢生孜孜以求趨歸上帝的那種宇宙之理，而是一種極為現實的道德和人文之理。對死亡的超越，因此集中表現在道德人生的完善，和在生存現實中，最大限度地接近它的理想模式。正是生命的有限，激發人們去追求比肉體更為長久的留存價值，這便是死而不朽的追求。這一追求在中國有文字記載的兩千餘年的漫長歷史中，起了不可估量的作用，是為一切有志氣、有抱負之士的精神依托和生命的驅動力。西漢韓嬰說：「名傳於世，與日月並息，天不能殺，地不能生，當桀紂之世，不之能污也。」（《韓詩外傳》）這便是死而不朽至高無上的審美價值。

子貢問於孔子曰：「賜倦於學矣，願息事君。」孔子曰：「《詩》云：『溫恭朝夕，執事有屬。』事君難，事子君焉可息哉！」然則賜願息事親。」孔子曰：「《詩》云：『孝子不匱，永錫爾類。』事親難，事親焉可息哉！」然則賜願息於妻子。」孔子曰：「《詩》云：『刑於寡妻，至於兄弟，以御於家邦。』妻子難，妻子焉可息哉！」然則賜願息於朋友。」孔子曰：「《詩》云：『朋友攸攝，攝以威儀。』朋友難，朋友焉可息哉！」然則賜無息者呼？」孔子曰：「望其墳，如也，嶼如也，鬲如也，閔，此則知所惜矣。」子貢曰：「大哉，死乎！君子息焉，小人休焉。」《荀子·大略》

儒者的人生態度是：生時不多睡，死後可長眠。生前無論是學習、從政、侍奉父母、操持家務、交友、務農等等，都需奮力而為，不可有喘息怠惰觀望的念頭。那高如堤岩的墓，才是人真正的安息之地。人生活中努力的艱辛勞累，才能反襯出人死後靜息的價值。此時，人們不僅以生為幸福，亦能享受死的如釋重負。

儒家在「道德」與「生命」的價值對比中，是以「道德」為優位；而在「物質生命」與「精神生命」的價值對比中，則是以「精神生命」為重。儒家雖然主張人應該以「道德」為人生的最高價值，在不得已的情況下，人可以且應該為成就「道德」的實現而犧牲「生命」。但是，若我們再細究其深層的意含，就可以發現這其實是儒家意圖使人超越對「死亡」之恐懼的一種表述方式。

儒家即是認為，當人為成就「道德」的實現而犧牲「生命」時，他的形體雖然已死，然而他的精神卻因此而得以深植於他人心中，與他人的生命同長同久。所以，此種「死亡」所帶來的不是存在的終結，而是轉換成另一種形式的存在。只要有人記得他為「道德」而死的行為，他的精神生命就能得以長存。因此，叔孫豹即有「三不朽」之論，而言：「太上有立德，其次有立功，其次有立言，雖久不廢，此之謂三不朽」。此中，無論是成就道德典範，或是建立益世功業，乃至於撰述雋永言論，都能使人的精神生命得以超越「死亡」的藩籬而臻「不朽」。

儒家「物質生命」指的是人的「肉體」，而此肉體受制於自然規律所限，故有由「生」至「死」的必然歷程，非人力所能抗拒與改變。「精神生命」則指的是人的「靈魂」，也是人所能自我掌控的部分。但是儒家所強調的「不朽」，並非是指人的「靈魂不死」，而是指人在其行為中所蘊含的精神意義不會消失。

五、人能弘道，非道弘人— 儒家生命的定位

(一) 為己之學

綜結以上所述，儒家非常強調教育，以此做為達到人類繁榮昌盛的方式，這是儒家的特點。儒家強調的教育是一種學習的形式，尤其是「為己之學」。透過「生命大體」的自覺養成，達到自我認識與自我學習，且這過程是不斷進行的，自我反省和個人內省也不斷在進行，儒家的自我不是一個靜態的結構，而是一個始終在變動的過程。學以成人的過程是永無止境的，人的成熟之路也永不停歇。我們觀察孔子本人的生涯，子曰：「吾十有五而志於學，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳順，七十而從心所欲，不踰矩。」就更能理解儒家思想的這一層面。孔子在七十三歲將死之前，自述他七十歲就能「從心所欲不踰矩」《論語·為政》，在是其所為和是其當為和是其當是中保持全然的和諧，這是一種傲人的成就，這也意味著「應然性」和「自發性」的融合，生命體的全然駕馭、主宰。相信如果孔子活的夠長，他依然能自我完善，有足夠的時間告訴我們八十歲的生命境界，甚至更遠的生命歸趨，或許能和佛教的六趣有更多的對話空間。

概括儒家的矛盾之處：在本體論的意義上，每一個人都必然是聖人，然而在

存在的意義上，沒有人真的能成為聖人。但學習成聖的過程永無止境的。就個人而言，我不是「我所當是」，但是學習「我所當是」的方式就蘊藏在「我之所是」的結構中，這個矛盾成了儒家追求生命之道的脈絡。也讓我們了解到生命所有權的概念是如何的虛幻，我們對世間的一切，只有使用權，沒有所有權。在向天地借用來的這具身體上發揮其最大的操作效益，展現生命之美，完成人生之最。

（二）人際關係

孔子的人格象徵著對人性內在價值的堅定信念，在他潛在意識認為社會是能夠被轉變的，人性永遠可以被改善，這是一種責任意識，縱使人們是被迫的來到這世界上，且遭受著毀滅的威脅。但我們不是孤立的個體，我們從一出生就有了人際網路，我們不該選擇獨立。魯賓遜的荒島生活，非出於自願，但令人振奮的不是他與世隔絕的愜意，而是他展現的堅毅與不拔。在無人際網絡的奧援下，依然相信境遇可以被轉變。從儒家對人性所持高度的評價，我們學會做人，不是為了取悅於社會，也不是為了滿足父母期望，而是為了我們自己可以被改善的緣故。儒家的人際網路可以被視為一個開放的同心圓系列，因為儒家的自我觀念並不是建立在以人為核心的個體觀上，有別於猶大—基督的靈魂觀和印度教的「自我」觀（杜維明 2002）。就儒家而言，自我從來就被理解為關係的中心。

透過儒家教育塑造道德生命的出發點，首先就是身體的鍛鍊。禮、樂、射、御、書、數六藝構成了儒家教育的內容，它們都可以被理解為身體訓練的方式，從童蒙開始教導小孩如何學習控制自己的身體，自己的話語，這可不是一件微不足道的事，表面功夫的訓練，而是為了學會合乎禮的語言表達自己，以便投入更大的社群，做有意義的交流。因此，儒家是一種人本主義，一種以人為本位的學說。儒家認為人的最高境界就是「仁」，看重人的價值，看重人生的意義。就仁字而言，古人常解釋成「相人耦」，象徵兩個以上的人，這兩個以上的人就是基本的「社群」，身處其中的不只自己，所以要顧及別人、關懷別人，有一套合情理的待人之道。他的心念到外在行為如能把握這種精神就是有仁心的人，充滿人情味。可見儒家的主張很人性，也很理性。既然看重人本身，儒家是不是主張「無神論」？或目中無神呢？從《易經》《書經》《詩經》等看，古人相信上天有神靈，為什麼談得少呢？有兩項原因，一是屬於人類以外的精神世界不易掌握，所以孔

子抱持「不知為不知」的謹慎態度，二是神界的神奇色彩易讓人著迷，使人丟棄人原本應負的責任。每個人都有兩種生命：一是血肉之身，一是義理之身；血肉之身決定了我們的物質存在，義理之身則屬於一種價值自覺。依儒家看，人之所以為人，人之所以異於禽獸，就是在他具有價值自覺，但如要真正體現人的可貴善性，必須加上後天持續的努力。所以《中庸》說「修道之為教。」修道也是人類自我教化的功夫。

（三）現世精神

世界之「所是」未達其「所當是」的概念使得儒家能和當時的既存經濟利益、政治權力，以及社會等級保持批判性的距離，但不是要逃離這個世界，而是埋首於當時的政治、經濟、社會事務，不斷的和世俗秩序的俗務搏鬥。因此，儒家思想取向的另一個顯著特徵，便是對此世的內在合理性和意義的承諾。明知不可為而為的深切關懷與道德意識就時時被堅定的決心所鼓舞，要從內部改變這個世界。從儒家經典的言論或對話中，我們發現不是支離破碎的或合乎常識的，其偉大堪與任何主要哲學和傳統相比肩。美國哈佛大學教授杭廷頓在《文明的衝突》一書中提到儒家是世界八大文明之一，而未來的世界不再以意識形態劃分立場，卻轉向更深的文明認同，因此各文明之間的緊張關係是可以預見的。文明的衝突是世界和平的最大威脅，而防備世界大戰的最可靠保障，則是一個建立在各文明之上的國際秩序。回溯儒家的現世精神，就霸權而言，「以力服人者霸，以德服人者王」這是基本原則。儒家所主張的是王道還是霸道？答案很清楚。孔子的學生對於春秋五霸中的齊桓公與晉文公都不屑多談，他們嚮往的是人政與德治。遠方的人不服，則「修文德以來之」《論語·季氏》，務必使人在心悅誠服的情況下求其和諧統一。就理念層次而言，與其說儒家在經濟與政治提供了合理的遊戲規則與框架，維繫了群體生活的基本秩序。毋寧說儒家更深入每一個人內心，幫我們在價值混淆的現世，提供如何選擇生活內涵的方針，扮演著心靈標竿的角色。

（四）內在超越

儒家所關心的不只是世俗秩序的改善、儒家思想有一超越的面向。當然，“內在超越”說就目前來講尚未成為定論，其中的關鍵之處就在於對“超越”作何種理解。如果從西方一神教神人對立的角度來理解“超越”，整個中國文化自

然說不上有什麼“超越精神”，更不會有“內在超越”的觀念，因為中國傳統一直未在世俗生活之外另外構造一個天國世界。劉述先及其他新儒家講“超越”，顯然不是基於此種用法，他們所謂的“超越”恐怕主要是指人的自我超越，是一種精神境界上的自我提升，或者是對終極理想的把握與體認，能否做到超越要看個體自覺的努力方向。從此角度看，“內在”與“超越”並非完全不相容，“兩行”是可以兼顧的。以儒家創始人孔子為例，劉述先認為，孔子思想就不能僅僅化約為一套單純的“俗世化”倫理，或者說，孔子思想有“俗世化”的傾向，但卻不能被看成是“俗世主義”。孔子所建立的恰正是“內在而超越”的思路，他多數關心的是內在的一面，但無論道德、政事，都可以看出他對超越的追求。因此，孔孟不單是社會的改革家，其使命更具有宗教的意味。做為「社會改革家」的孔子其使命所具有的宗教性，在《論語》可以找到實例，是關於衛國戍守邊疆的守官求見孔子的事：

儀封人請見，曰：「君子之至於斯也，吾未嘗不得見也。」從者見之。出曰：「二三子何患於喪乎？天下之無道也久矣，天將以夫子為木鐸。」《論語·八佾》

孔子也曾用超越性的語言來解釋自己的使命。有一次，宋國的司馬桓圍攻孔子，想殺害他，孔子以不尋常的自信看待這一件事，他說：「天生德於予，桓魁其如予何？」這看似傲慢的自我描述，意指一個根深柢固的責任：即傳道是天受的使命：

子畏於匡。曰：「文王既沒，文不在茲乎。天之章喪斯文也。後死者不得與於斯文也。天之未喪斯文也。匡人其如予何。」《論語·子罕》

不過如果把儒家思想的超越面向解釋成文化或大到最終將能自動流行，也是一種誤解。孔子說得很清楚：「人能弘道，非道弘人。」《論語·述而》同時，他也承認做為一個必有一死的人，要遵循天道的要求有多麼困難。做為一個政治家和社會改革者，孔子可能失敗了。但做為人生可能性啟發的見證人，他的確做到了，本著天命對人的召喚，努力傳遞著大道，終身學習、誨人不倦的導師。

第四節 儒家的社會正義

一、儒家信仰的原則—正義、道德、自然

儒家信仰與生活打成一片，融合為一。其信仰可分三大原則：

- (一) 正義原則：因為擇善固執、堅守正義原則，對於世俗權貴，可能有兩種反應：一為俠客，行俠仗義產生；一為隱士，憤世嫉俗，對於現實社會多表不滿，所以遁居林野，不與人爭。與大自然亦採取正義原則，熱愛大自然、保護大自然，與自然合一。可以許行、陶淵明、竹林七賢為代表。
- (二) 道德原則：以儒家顏子、孟子、宋儒等為代表。顏子一簞食、一瓢飲，在陋巷過著清苦的生活；孟子周遊列國，有百乘相隨諸侯相送，但是孟子本人仍是主張養心制欲，向列國宣傳他的仁義思想。儒家的共同目的都是人道主義者，其對個人的要求是成聖、成賢。孔曰成仁、孟曰取義，仁義互為表裡，所謂仁以方內，義以匡外，儒家莫不以正義的行為，去實現道德原則。此即孟子所說配義予道。道即是仁，配義予道，就是行仁。仁義是人自足的，不借外求，所以道德原則也是自足的。
- (三) 自然原則：以中國老莊道家哲學為主，雖然他們也主張道與德，但道德不在人的本身，而在自然，在自然界中，甚至整個宇宙中都充滿著道與德、德是道的本質、道是德的形式，有了德自然合乎道，沒有德，道亦無法成熟，道只是一種法則而已，所以「道法自然」。反之，不守道之法則，德亦無由陳現。儒家將道家之自然取向，踐履到人之內的道德取向。

綜上三原則所述，我們可發現社會正義在儒家信仰與價值觀中所佔的地位。基本上儒家是一套人文主義，一方面尊重及關懷每個人，希望他從身體到心靈都能得到安頓，另一方面肯定人性向善的潛能可以不斷實現及提升，以達天人和德的理想。以此為基礎、儒家價值觀顯示了完整性、立體性與動態性。完整性是指

兼顧人間現實需要、生命歷程與至高要求；立體性是指各種價值有高低之分，形成一個層級系統，沒有努力就無法上進，動態性是指各層價值之間有互動關係而不是隔絕的，以及價值上的期許是永無止境的。儒家價值觀有何具體內涵呢？價值觀是人在自由抉擇時所呈現的，環繞著「自我」的生命而開展。自我在生命的不同階段，會選擇不同的價值。首先是以自我為中心，隨順本能的需要，追求「生存發展」；其次重視自我與他人的相互關係，講究「理法與情義」；然後可以超越自我，走向「無私與至善」。

「飲食男女，人之大欲存焉。」、「食色，性也。」這是常識，也是經驗的觀察，更是人的本性需要。儒家並不反對人的生存本能，而是要增益其內涵。孔子感嘆：「吾未見好德如好色者也。」好色是本能，好德則須教育與功夫。本能的過度擴張固然不好，但適度的滿足卻不可或缺。孟子說：「養生喪死無憾，王道之始也。」王道必須建立在妥善的經濟規劃上。即使是孔子，也需要最基本的生活條件：「飯疏食，飲水，曲肱而枕之」；顏淵在怎麼清苦，也需要「一簞食，一瓢飲，在陋巷。」他們與一般人的差別在於：「謀道不謀食」，「憂道不憂貧」。什麼是道？簡言之，就是在價值上不斷向上提升的過程，且此價值觀十分明確，所以遇到抉擇時不會猶豫。報載國中生在銀行遇匪搶劫婦女，居然能徒手力擒歹徒，完全忘了自身的危險，當機立斷，見義勇為，此舉動正是維繫社會正義的勇氣與膽識，毫不遲疑的自覺。

國家有道，正人君子才能出頭，否則大有問題：「邦無道，穀，恥也。」、「邦無道，富且貴焉，恥也。」有道與無道的判斷標準何在？客觀上不易認定，孔子與孟子都曾周遊列國，求為可用，最後都難免於失望與失敗。因此，思考的焦點回到自己的身上，提出「見利思義」，「見得思義」的原則。因此國家有道無道可以姑且不論，但個人的處世態度必須堅定，由此做出價值判斷，如「君子喻於義，小人喻於利」。孟子還說：「天下無道，以身殉道。」顯然像「仁」、「道」這些價值都是高於「身」、「財」的。「殉道」的觀念在儒家屢見不鮮。如孔子說：「朝聞道，夕死可矣。」、「志士仁人，無求生以害仁，有殺身以成仁。」孟子也說過：「所好有甚於生者」，「所惡有甚於死者」，「捨生而取義也」。諸如此類「成仁」、「取義」的說法，都預設了一個立場，就是人性向善，所以為善而犧牲，反而是

生命過程的一種成全與圓滿。不過在生與死之間，還有廣大的空間可以讓人努力，就是人我互動的禮法與情義，這也正是人類社會普遍認同的價值，也是生命教育努力推動的目標。也許情義的位階較高，因為它是出於人性並且是禮法的內在依據。因此孔子說：「君子義以為上。」君子「義以為質，禮以行之，孫以出之，信以成之。」這個義兼指內在自覺該做之事以及外在合宜的行為方式，且處處設想人我之間的適當關係應該如何安頓，以無私的努力為過程，進而達到至善的效果。

二、儒家生命意義的反思-社會正義與社會關懷

在理想國一書中，柏拉圖主張一個理想的國家必須柱立在四個基礎上：智慧、勇氣、節制以及正義。社會正義一直都是個很蠱惑人心的概念。觀之現代西方軍事霸權，彷彿正義只是強者的論點，欲超越自我，走向無私與至善，必須有行仁義的道德勇氣，弱者只能噤聲。

檢視社會正義中的社會是指將正義這個概念實踐於律法上，並且因為每個社會的文化、政治以及道德觀都不盡相同，所以社會正義在不同的社會中也會有著不同的義意與實踐。自古以來，儒家的兼善天下，知其不可而為之的襟懷，是社會正義的展現。儒家在人生修為的目的上，除了對自我的要求外，更有擴大範圍、發揮影響力的旺盛企圖。自孔子以仁德為核心，修養自己，要養成仁、智、勇兼備的君子，以致博施濟眾、老安少懷的聖人；暨其後的孟子主張集義養氣，培育「富貴不能淫、威武不能屈、貧賤不能移」的大丈夫，莫不著眼於「淑世行道」、「修己安人」的目標與理想（伍振鷺，2005）。這些聖哲的終極關懷，均在找出並指引一條通往人生幸福的正確道路。

目前，社會正義也指社會上不同階級與領域之間付出和所得的公平性，因此這一詞也常被政黨拿來做為所得重分配的依據。但愛心不是掬一把同情淚，關懷不是翻開報紙就罵。參與社會關懷的人必須是認真看待生命的人。想想看，這一

輩子能夠參與別人的生命，跟別人一起創造幸福，甚至可以創造歷史，那是多麼美好的一件事！如果說教育是為了讓生活充滿意義，生命教育的目的則是為了讓社會更充滿社會關懷與社會正義，不是嗎？

然而我們的社會是否充滿正義？可從台南一名教師李明輝的筆下很反諷的看出，當時他為文伸張正義，為窮苦人、社會低階層的百姓說出心裏的苦悶。有一篇文章「按摩師」大意是這樣的：

「按摩師你每天去幫人家按摩賺錢，消除一天的疲勞，可是你知道嗎？這世界上真正需要你按摩的人，卻付不出錢請你按摩；那些在下層工作的人，每天從事勞力的工作，他們最需要你按摩，消除一天的疲勞，恢復體力，繼續第二天的勞動，可是在你所按摩的人，卻是那些吃飽穿暖，整天動也不動的有錢人。」節錄自〈白色檔案〉

他一直相信人是生而平等，社會的不平等常常使他難以釋懷，而有感而發。當然台灣社會還有許多可敬可佩的暗夜點燈者，他們都沒有等到有一天有錢了，有能力了，書讀夠了……才開始付出關懷。甚至他們中很多人根本不知道路在那裏，就已經上路了。許多事不能等；而正義關懷的工作任何時候都可以開始。

台灣的繁榮富裕究竟是祝福還是詛咒？現今台灣寶島，豐衣足食，卻離儒家的大同世界越來越遠，甬說外戶而不閉，鐵窗更蓬勃。人不獨親其親，不獨子其子，反成子弑親，親毒子，一場場人倫悲劇。財富愈積愈多，但生命素質卻愈來愈差，社會安全感也愈來愈少。街市鄉村雜亂骯髒，路上移動著一群群面無表情、不快樂的人，樓上站著一個個想往下跳的人。人民的幸福感指數逐年降低，很多人覺得做台灣人不太有價值，生命在這裡不被尊重，生活沒有保障。不少人也許心裡納悶著，台灣除了有錢以外，好像什麼都沒了？的確，多年來台灣從來沒有

像今天有那麼多人對台灣社會有所反應，那麼關切台灣的現況，事實上，台灣已然走到了十字路口，面臨了要及時扭轉社會敗壞的風氣與危機，還是自甘墮落任憑腐化？而此其時，儒家的社會正義與關懷，更是重建台灣社會新價值觀所不可或缺的重要元素，亦是眾生共同的願景。

然而有不少人認為僅憑一己之力如何改造社會，倒不如安份守己把自己顧好，孩子教好來得有價值，主動投入社會關懷的風氣付之闕如。照顧、愛護和自己有關的人才是應該的，其他一概是自找麻煩，不給社會製造亂源已是功德無量。但是，這樣的「堅持」能持續多久呢？殊不知人雖能影響社會，但相對的，社會敗壞的價值與習氣更快腐蝕人心。常言「個人自掃門前雪，莫管他人瓦上霜」，雖然非常自私，但如果社會上每個人能自我要求，做好份內工作，自家雪也掃的乾淨，家家安居樂業，那也不會有什麼社會問題。可是，社會上有太多不平等，有太多的弱勢，是無法無能力自掃門前雪，並亟待雪中送炭的。借用佛家釋昭慧所言「你不管政治，政治就來管你」，這句出自法師切膚之痛的話，可以做許多延伸和提醒。

誠然，打造一個理想社會需要有許多肯「做」的人，不僅要有天使般悲憫的心，也要做先知般勇於改造社會不正義的結構和制度的工程。從早期的台灣社會至今，始終有一些令人尊敬的人，如劉俠、柯媽媽、慈濟志工……等，他們不在乎小我力量的微薄，願以整個一生投入大我的關懷，在黑暗的世界中盡情做一隻發光發熱的螢火蟲，也結合其他會發光的生命為社會上弱小卑微者伸張正義，改善環境，喚醒社會良知。在這些人的眼中，悲觀於事無補，只有持續認真努力，才是抗衡惡劣環境的唯一選擇。因此，為了培養我們具有社會關懷的視野和行動力，成就未來公民的角色，儒家的社會正義除了是我們推行生命教育時應有的道德勇氣外，儒家的社會關懷，更應內化成為孩子生命的自覺與行動力。

第三章 道家生死齊一的智慧

認真來說，只有道教才是中國唯一本土的宗教，其興起約於東漢末年，但其傳說，由來卻是甚遠。傳說道教之始，乃是老子李耳騎青牛出關，關尹文始真人懇請留下《道德真經》五千言(即《老子》一書)，自此其教便流傳至今。其實，道教在歷史上真正成為一宗教，乃自後漢張角開始，傳說他能作五里霧，人要向他求學的，必須要以五斗米為贄見禮，故稱為"五斗米道"。其前有於吉之"太平道"，其後有張魯之"天師道"，均為道教形成之要素。

道教之修為分三層次:最上乘者為"衝虛清靜"，練成者則出有人無，超塵俗而上升，同天地不老;其次者"修真煉性"，學習吐故納新，築坎離以延年，煮鉛汞以濟物;最下者"行持符篆"，學此道者能役使鬼神，設章醮以通上界，建考召以達冥途。上述三層次，第一層"衝虛清靜"便是道教真正修為目標，而其下兩層所述，不過是修為的途徑而已。然而民間宗教信仰者並不追求這種理想，他們只藉重道教之修為方法，及通過道教繼承上古以來之豐富宗教傳統。

道教的觀念不少是從道家發展而來的。老莊雖然不大講長生不死，但他們的某些思想片段卻可以說為後來道教的長生不死思想「導路先鋒」。比如說《老子》第五十九章就談到修養身心的「長生久視之道」。儘管有人認為「道家的『養生』著重在存心、善性上（保存靈明的本心、蓄養天賦的本性），和後代道教只於養形的層次不同」。可是，他並不妨礙後人利用《老子》的某些思想特徵而把他改造為道教的經典。因此道家與道教的基本旨趣大相逕庭。若對長生不死理論想要有進一步的操作性實踐手段，可參考晉人葛洪的《抱朴子內篇》，但他不是我們這裡分析的重點對象。

第一節、道家傳統哲學概述

一、道家觀點

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。

道家的社會哲學不是進取的，積極的，因為社會只是天道的過程，而不是目的本身。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。同時也安定了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。

道家起源應為遠古的隱士傳統，當然也有學者說老子是清廟之守，總之，道家的起源絕不是社會政治的積極參與者，他們從旁觀察世局，認真思索宇宙的真象，使用著抽象度高且不帶意識型態的執著的語言，描述天道與人事變化的法則，屬於原理性研究的層次是他們的專長。當先秦的老莊二子總攝整理了道家思想的綱領之後，道家形上思想的深度立刻影響了儒家與法家的形上思想，儒家〈易傳〉之作與韓非子〈解老〉之作都是在其理論基礎上建立起來的新說。但是在社會政治的實際影響力上，老子之學要到漢初黃老之治的實施後才正式被試驗著，因為在迭經春秋、戰國、滅秦、楚漢之爭之社會戰亂終告停止之時，人們終於發現爭強鬥爭的害處以及休養生息的重要，於是老學原理的政治哲學觀點遂被重視。等到西漢強盛，君王開始好大喜功，爭戰的歲月再度啟幕，時代的風氣再度轉變，然後也再度敗壞，等到魏晉清談之風起，道家哲學又開始了它的生命力，

何晏、王弼首開其風，王弼更以簡潔有力的注經之作，從理論上深入道家之學並予以闡發，而向秀、郭象則發展莊學的注釋工作。魏晉之後，道家思想並未有鮮明的創造傳統之再現，但是道家思想的理路卻轉為道教、易學與儒學理論的開創所藉用的重要啟示，尤其是源自莊子的氣化宇宙觀，更被廣泛且深度地再開發著。

二、重要哲學家之思想

道家的理論奠定於老子，老子《道德經》一書上下五千言，字字珠璣，書中廣論道的形上學義、人生智慧義，提出一種有物混成且獨立自存之自然宇宙起源論，也提出世界存在與運行原理是「反者道之動」的本體論思想，對於存活於其中的人類而言，其應學習的就是處世的智慧，於是老子也提出了眾多的政治、社會與人生哲學觀點出來，但重點都在保身而不在文明的開創，可以說他是有一套宗本於智慧之道的社會哲學與功夫理論來應對混亂的世局，而無意製造社會的新氣象，因為那些都不是大道的本身。

莊子是老子之後道家理論最重要開創者，道家哲學基本上也就是老莊二型而已。莊子的道家學不同於老學之處，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。

王弼，三國時代人。當兩漢經學的發展已到尾聲，社會政治一直在動亂與不義的情境中，知識份子轉向玄學清談的風氣，王弼以其對老子哲學的深切體悟，注解老子《道德經》一書，重體用之分、有無之別，不但發展出詮釋老學的宗旨：「貴無」的精神，並以此原理注解《易經》，甚至還因此改變了從漢易以來言象數易學的氣化宇宙論，而將易經的研究方向代之以純粹玄學思想，使中國易學史走向一個嶄新的局面。

郭象，西晉人，以《莊子注》聞名，主張「獨化」理論，是一種從高度抽象思維當中所發展出來的玄學式概念理論，認為宇宙萬物都生於偶然的「玄冥」境界，因此提倡一種物無大小、各順其適之精神，平等尊重每一個生命的人生觀。略提道家思想代表後，本章節以老、莊為主要闡述人物，以其表面而言，似乎在走文明的倒退路。不同於前章儒家走出自然，開出人文，道家則返回去，走出人文，回歸自然，讓我們拭目以待道家的回歸自然是倒退還是超越呢？

第二節 老子生命觀

老子是道家的創始者，年代在孔墨之後，孟莊之前。其思想出現在《論語》之後，有儒家正面說的義理在先，才有道家正言若反的負面反省於後。孔子說志於道，老子則謂常道不道；孔子說據於德，老子則謂上德不德；孔子說依於仁，老子則謂聖人不仁。滿意儒家義裡的人，請不要在知識上閱讀老子，請用生命閱讀老子。因為知識是對立的，你很快就會因為知識所帶有的局限矛盾性，而討厭老子，甚至討厭你自己。

道家的「不」，不是否定，而是超越，說「絕仁棄義」、「絕聖棄智」，絕棄不在實有層反對，而在作用層化解，絕棄放開，虛無空靈，反而可以作用的保存仁義聖智的實有。慾惑難填的人，請不要在需求上尋找老子，請用心靈尋找老子。因為老子不是欲望的成品，欲望的成品在市街上才能買到，在老子裡尋求你可能一無所有。

天地生萬物，聖人生百姓。天地無心，才能自然的生萬物；聖人無心，才能自然的生百姓。自然的生，天長地久；人為的生，不免造作。因此，只有在你不願為自己而活，只有在你想要成為一個圓全的人，並且和世界的生命成為一體，願意愛人如至親時，你才需要老子，你才需要成道。否則，人為的生，有心有為，結果是「物壯則老」、「不道早已」了。以下就老子生平和其思想作論述：

老子，生卒年不詳。字伯陽，諡曰聃，春秋時楚國苦縣人。曾任周朝守藏室之史。主無為之說，後世以為道家始祖。孔子嘗往問禮，著有《道德經》五千餘言。現今社會各行業中，如：鐵匠、煤窯匠、碗筷匠、磨刀匠、蹄鐵匠

等，皆祭拜老子為祖師爺。亦稱為伯陽、太上老君、老聃、老君、老子、老子道君、李伯陽、李老君。不知民間對於老子思想有多少認識，但無疑地老子還真是眾多行業的守護神呢

“禍兮福之所倚，福兮禍之所伏”，“禍兮福之所倚，福兮禍之所伏。”意思是，禍是造成福的前提，而福又含有禍的因素。也就是說，好事和壞事是可以互相轉化的，在一定的條件下，福就會變成禍，禍也能變成福。老子說的這句名言，是很有道理的。老子是中國，也是全世界最早具有辯證法思想的哲學家之一。關於老子其人、其書及其“道論”歷來有爭論。根據司馬遷在《史記》一書中給他寫的一個簡單的傳記來看，他是春秋時著名的思想家、道家學派的創始人。老子，姓李名耳，字聃，楚國苦縣（今河南鹿邑縣）厲鄉曲仁裏人。老子”是人們對他的稱呼，“老”是年高德重的意思，子”是古代對男子的美稱。他的生卒年月不詳。在中華文明浩如煙海的書籍中，在國外被最為廣為翻譯和閱讀的一本書要算是《道德經》。《道德經》中所說的中心思想是：「道」，而「道」是「道可道，非常道。名可名，非常名」。「道」的意思雖然比較難明白，但我們可以說「道」的意思是「自然」。

老子做過周朝的“守藏室史”（相當於現在的國家圖書館館長或歷史博物館館長），所以他諳於掌故，熟於禮制，不僅有豐富的歷史知識，並有廣泛的自然科學知識。西元前 520 年，周王室發生爭奪王位的內戰，這年 4 月，周景王卒，大夫劉耿立王子猛為悼王。王子朝殺悼王自立。晉人攻王子朝，立王子匄為敬王。這次內戰達 5 年之久，西元前 516 年，王子朝失敗，席捲周室典籍，逃奔楚國；老子所掌握的圖書亦被帶走。於是，老子遂被罷免而歸居。形勢的變化，使老子的地位發生變化，使他的思想起了大轉變，由守禮轉向反禮。老子由於身受奴隸主貴族當權者的迫害，為了避免禍害，不得不“自隱無名”，流落四方，後來，他西行去秦國。經過函谷關（今河南靈寶縣西南）時，關令尹喜知道老子將遠走隱去，便請老子留言。相傳老子出關時，騎著青牛飄然而去。老子的思想主張，大都保存在《老子》一書中。《老子》共 81 章，分上下兩篇，共 5000 多字。因為它所講的是道與德的問題，後來人們又稱它為《老子道德經》。現在我們所見到的《老子》一書，

並不是老子的原著，因有戰國時人增益的文字，但其中的主要思想卻是屬於老子的。

《老子》一書，文詞簡短，艱深難懂，因此後人作了許多注解。最通行的有西漢時道學家河上公（姓名不詳）注，三國時魏國哲學家王弼注，還有清朝時魏源的《老子本義》，等等。下面我們就通過《老子》這本書，來瞭解老子的哲學和政治思想。“道”是天地萬物的本源。老子是我國第一個力圖從自然本身來解釋世界，而不求助於超自然的主宰——天帝的意志的哲學家。在老子之前，人們以為宇宙間的萬物都有神在統治著，最高的神就是天，又稱天帝。這種觀念，到了社會大變革的春秋時期才開始了變化。老子就是較早的從哲學方面有意識地、明確地否認天帝的思想家。他在《周易》的基礎上，進一步闡明“道”是天地萬物的本源。老子“道論”的中心思想是：“道即自然，自然即道”。他說，“道”是萬物之母”。老子主張道法自然，全天下皆自然，只要合乎自然，皆有可取之處，例如：

上善若水。水善利萬物而不爭，處眾人之所惡，故幾於道。（八章）這是老子道德經之中，令人喜歡的一句。滋養萬物而不會爭著處於最好的位置，是水的特性；老子所提倡的一套生活哲學/處世哲學，正是「為而不恃，功成而不居」（二章），與水的特性相一致。道德經的內容，將美的意境與哲學高度融合，是中西哲學中都鮮見的。除了自然以外，老子簡單、淡的滋味也令人印象深刻。

五色令人目盲，五音令人耳聾，五味令人口爽。馳騁畋獵，令人心（發）狂；難得之貨，令人行妨〔行爲不軌〕。是以聖人爲腹不爲目，故去彼取此。（十二章）

據大陸學者蔣錫昌（1988）表示，老子以腹代表一種簡單清靜的生活，以目代表一種巧偽多慾之生活。林語堂則認為，腹指內在自我 the inner self，目指外在自我或感覺世界。這幾句話，道出了物質世界所能導致的最壞情況。老子竟然在二千年前已經看到過度的物質刺激，只會令人的感覺變得遲鈍。而刺激所引起的無盡欲求，則會令人的行爲失去方寸。過簡樸的生活，才有永續的時空。的確，一個人的基本需要，不過是三餐一宿，多於超過的，我們根本無福消受。陳鼓應

引的一句話很好：「羅綺千箱，不過一暖；食前方丈，不過一飽。」嚴格說來，我們是物質豐厚的一群，亦對極了：在處理了基本需要之後，我們尚有餘錢去買奢侈品，可見我們是絕對富饒。但擁有很多很多外物，就是好嗎？在人無窮的欲惑中，需要、想要、重要的界線顯然容易模糊而失焦，造成心為物役的痛苦深淵。除了不為物慾所役之外，老子更要人不為己：

天長地久。天地所以能長且久者，以其不自生，故能長生。是以聖人後其身而身先，外其身而身存。非以其無私邪？故能成其私。（七章）

黃登山編的《老子釋義》有如此一段話：人類對於生命的短暫與渺小，常有無限的感慨（寄蜉蝣於天地，渺滄海之一粟），因此對於永恆與無窮的大自然便產生羨慕之心（哀吾生之須臾，羨長江之無窮）；由於這種心理，便產生了「法天」的思想（惟天為大）。老子的天地，是指大自然，在古人的心目中，大自然是綿綿沒有始終的，代表了永恆。人之生也有涯，追求永恆因而是一種永恆的追求。而大自然為何可以長久呢？老子認為，是因為它的一切運作都不為自己。〔成玄英疏：不自營己之生也〕人要「法天」，便也應走這個方向：把自己的利益擺在眾人之後，把自己的生命置之度外（後其身，外其身），則反而能成其私。「成其私」一句，有人會歪曲成陰謀權術，即「後其身」與「外其身」只是一種手段，最後的目的只是為了私利私欲。這對老子思想是極大的歪曲。陳鼓應以「成就個人的精神生命」，是比較能讓人接受的講法。

老子對道的論述，除彌補了儒家哲學側重於倫理學的架構與對自然宇宙較少的討論，也創造了中國藝術中特有的精神層次。老子思想引領中國人對宇宙時空進行探索，但老子最精彩的還是他的生命哲學，暫且不論老子思想形成的真正動機，與其說是帝王術。不如說他的哲學是由宇宙論進而延伸至人生論與政治論，以下僅就人生論的角度切入，摘取老子生命思想內涵：

一、道—萬物之本源

老子和莊子都認為「道」是構成世界的實體，「道」是創生宇宙的原動力，也是萬物運動的規律，和人類行為的準則，所以，「道」所蘊涵的至上真理是每個人追求和學習的對象（魏元珪，1995）。「道」的意義，在不同的層面有

不同的含意。從本體或存有的層面來看，道是所有實在界的終極實體，從環境觀的層面來看，道是自然生態的基礎（莊慶信，1995）。

但不論從哪一個層面來看，「道」都有「超越性」和「內在性」兩個特點（莊慶信，1995）：

（一）超越性：老子認為「道」超越了感官知覺的範圍，道是無形的、無限的、永恆的，超越了空間和時間，或隱或顯，無法用言語來形容。例如，老子說：

道可道，非常道；名可名，非常名；無名，天地之始；有名，萬物之母；故常無，欲觀其微；常有，欲以觀其妙。此兩者同出而異名。同謂之玄，玄之又玄，眾妙之門。（《老子》第一章）

就《老子》一書而言，如果簡單地從「唯心」或是「唯物」兩個過於粗糙的類別範疇進行上述的區分，這無可明狀的「道」顯然過於狹隘，道的多元面貌和多樣性質在太空時代的今天已非《老子》一書所專屬的概念，將「道」看作是一個時代的通用詞可能是比較好的方式。《老子》這裡至少說到兩個問題，第一個涉及了道的超越性，第二個則涉及了「道」與「生成」兩個概念的關係；留待道的生態法則中敘述。

（二）內在性：道也可以表現為有形象的實在之物，是無所不在的。例如老子說：

孔德之容，惟道是從。道之為物，惟恍惟惚。惚兮恍兮，其中有象；恍兮惚兮，其中有物。窈兮冥兮，其中有精；其精甚真，其中有信。自古及今，其名不去，以閱眾甫。吾何以知眾甫之然哉？以此。（《老子》：第二十一章）

老莊思想中的「道」和西方哲學中的「存有」很相近，但其中最大的差異，在於「道」可以生養萬物（莊慶信，1995）。例如

道生一，一生二，二生三，三生萬物。萬物負陰而抱陽，沖氣以為和。（《老子第四十二章》）

道生之，德畜之，勢成之，是以萬物莫不尊道而貴德。（《老子》第五十一章）

老子認為應讓萬物自然生長，不據為己有，也不加以主宰。例如：

生之畜之。生而不有，為而不恃，長而不宰，是謂玄德。（《老子》
<第十章>）

沒有煩惱、沒有戰爭的生活就是自然清淨無為的生活。《老子》第三十七章：

道常無為而無不為。侯王若能守之，萬物將自化。化而欲作，吾將鎮之以無名
之樸。無名之樸，夫亦將無欲。不欲以靜，天下將自定。

道是天地萬物創生的本源，「道常無為而無不為」，天地萬物是道所創生，我們卻看不見道的作為。我們認為道是無為，但道能衣養萬物，則是無不為；如果道是無為，天地萬物如何能夠生成變化？道因為是無不為，所以才能夠使宇宙萬物有生生不息的生命。不過，道的作為是純任自然，不是刻意的作為。《老子》第五十一章：

道生之，德畜之，物形之，勢成之。是以萬物莫不尊道而貴德。道之尊，德之
貴，夫莫之命而常自然。故道生之，德畜之。長之育之，亭之毒之，養之覆之。
生而不有，為而不恃，長而不宰。是謂玄德。

道生長萬物，都只是自然的作為，而不是刻意的經營，不偏不私，虛靜無為。從以上關於道的解釋，可了解為「道」是每個人處世應有的依循法則，就字面意義而言，道是由「首」也就是人的腦、人的認知和由「辵」也就是道路組合而成，顯而易知「道」就是人應走的理路，透過「知」和「行」的結合，做符合自己為人應遵守的人道，為政者應遵行的王道，和不違背大自然的天道。它的意義並不一定那麼深遠，就像交通安全教育中機車應走機車道，行人應走天橋、行人穿越道、地下道。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」。一個有道者，比擁有名利富貴更為人敬仰。借用星雲大師開示錄所言，何謂「道」？

第一、慈愍好學謂之「道」，第二、正心善行謂之「道」，第三、覺己利人謂之「道」，第四、昇華淨化謂之「道」，均值得生命教育實施的參考。

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：

1、變化有序的大自然：

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。（《莊子》〈天道〉）

陰陽四時運行，各得其序。（《莊子》〈知北遊〉）

2、萬物平等法則：

老子的道重視平等的法則，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：

天地相合，以降甘露。民莫之令，而自均。（《老子》第三十二章）

天道無親，常與善人。（《老子》第七十九章）

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？尊重別人是美德，我們就應該發揮這些美德。所以要以平等心對待一切人。

如此看來，我們都活在相對的世界，都用分別心在看事情，如果可以改用平等心看事情，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。又如「慈濟不分國界、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等心，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，找回我們的真心，在以平等四心，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。根據以上平等心的幾項要素，於第五章提供平等心小故事分享，會更有一番體悟。

3、物有所歸法則：

這是說自然萬物都有其根本，不可能無中生有，也不可能無故消失。例如：

夫物芸芸，各復歸其根。歸根曰靜，是謂復命。復命曰常，知常曰明。（《老子》第十四章）

老子道德經開宗明義篇說：「道可道，非常道，名可名，非常名。無、名天地之始；有、名萬物之母」（一章）。觀乎老子道德經中的哲學思想與宇宙論不外乎在一個「道」字的探討，「道」究竟為何物？簡單的說，「道」是世間萬物之本體（黃書光，1995），宇宙運行的依據，所謂「道法自然」，「道」無所不

在與人共存，看似虛無而實存，因此，能為天下始，萬物之母（余培林，民84）。老子說：「道常無為而無不為」（三十七章），道落在客觀宇宙的本體既為「無」；落在主觀的生活實踐上則是「無為」（張光甫，1975），無為是不妄為，而非為所欲為。

無為在教育上的意義是什麼呢？“無為”是“無背道之行，順自然而為”，順其自然，因勢利導是“無為”的最高法則。無為教育：是通過環境優化的間接作用，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。茲舉三例無為教育案例於第五章做探討。

二、推天道以明人事

老子對道的論述，除彌補了儒家哲學側重於倫理學的架構與對自然宇宙較少的討論，也創造了中國藝術中特有的精神層次。

美學教授蔣勳指出，《老子》首章中的「無，名天地之始；有，名物之母」，擺脫了現實世界人生的經驗範圍，直接刺探宇宙生成的冥渺幽微（張靜茹，1999）。老子強調道是「有物混成，先天地生」，比天地更早存在，又似乎循環往復，周行而不殆，具有「逝、遠、返」的特性，是宇宙中不可見的一種動力，綿綿不斷，是一切可見的實體萬物真正的創造者與推動者。

「一種對無限時空的認識在春秋戰國時期萌芽了。」蔣勳在《美的沈思》書中寫道，老子用逝、遠、返來形容不可捉摸的時空，深入中國人生命的神髓，在此後藝術與文學裡被奉為最高理想。北宋的長卷繪畫，畫中山水的空間、留白，甚至卷軸的卷收與展放，恰恰是老子「逝、遠、返」在中國視覺藝術上的具體實踐。

老子思想引領中國人對宇宙時空進行探索，但近來在台灣帶起道家研究風氣的台大哲學系教授陳鼓應說，老子最精彩的還是他的生命哲學，如果瞭解老子思想形成的真正動機，我們當可知道他的哲學是由宇宙論進而延伸至人生論與政治論。

陳鼓應指出，老子代表的是中國天、地、人整體性的思維方式，中國形上學與經驗世界並非分裂的，老子描述道體無、玄、虛的概念，其實與人生切合，「其形上學是應合人生政治的要求而臆設的。」

檢視老子聖者睿智的昭示：世界混亂的病根，在於人慾橫流所形成的個人或團體利益衝突，而最主要的癥結在於管理者爭權奪利、貪得無厭、剛愎自用，無法無天的苛政妄為，殘酷壓榨人民百姓所致。為了正本清源，永續經營，長治久安，老子主張「無為而無不為」的天道自然管理模式，是一種「超競爭優勢」(Hyper Competition)的全贏經營模式(Business Model)。老子的管理理念，完全是取法天道，以天道為核心、回歸純樸無為自然的「無為管理」。也就是老子用「道」的自然無為運作以否定人為的各種矯揉造作及無知妄為。所以，老子認為真正的管理要從「天下人心」救起，根除機智巧詐，盡力避免戰爭，實行無為而治。做為一個成功的管理者，先要做「自我心智超越」，洗清貪執之心，放下自滿自大的心態，遵循天道的自然法則，以無為的狀態去作為，以無事的姿態、心情去做事，則無往不勝，其妙用在於「虛下為用，柔弱自損」的不爭而善勝。因為天道虛空無形，但作用卻是無窮無盡的生化萬物。在生命的自我管理與追求個人的巔峰效能不也如此，从天道的觀察：「堅強者，死之徒；柔弱者，生之徒。是以兵強則不勝，木強則折，強大處下，柔弱處上。」（《老子》76章）我們應用在人事上，有禮走遍天下，無理寸步難行，柔軟的身段與微笑是無往不利的通行證，何必虛張聲勢，武裝起來呢？剛強氣盛的結果總是兩敗俱傷。

三、「無」—無遠弗屆的包容

老子的道，就在「道常無為而無不為」，進一步來看，無為是無，無不為是有，無為而無不為，就是無的本身就可以實現有，完成有。換句話說，是有生於無，無不為的有，生於無為的無。此老子云：

三十輻，共一轂，當其無，有車之用。埴埴以為器，當其無，有器之用。鑿戶牖以為室，當其無，有室之用。故有之以為利，無之以為用。《老子》第十一章

有車之用，有器之用，有室之用，都是有；而有之可以利用，都是中空的無，所發出來的妙用。從形上思考而言，有之所以存在，是當體的無所實現而有的，沒有做什麼，卻似乎什麼都做了、都有了。故曰：

無，名天地之始；有，名萬物之母。《老子》第一章

天下萬物生於有，有生於無《老子》第四十章

天下有始，以為天下母。《老子》第五十二章

有物混成，先天地生。寂兮寥兮，獨立而不改，周行而不殆，可以為天地母。

吾不知其名，字之曰道，強為之名曰大。《老子》第二十五章

天下萬物生於天道的有，而天道的有生於天道的無。有、無都是天道，不過在老子的體會中，無比有更先在、更根本。以日常生活的話語而言，胃口的有，在於腹內的無，飽了食之無味；買了很多想要而不需要的東西回家，表面上是得到、滿足，但在無形中家裡同時也失去很多空間。

從上述我們可以了解，傳統中國的形上學總不離「存有論」的立場，然而老子卻在「有」之後又超越地提出一個「無」的概念。究竟「無」是什麼？在道家思想中，所謂的「無」並非客觀實有的東西（牟宗三，1995），而是主觀心靈修行境界的一種虛用，「無」絕非空無所有，它隱含無窮潛力的「有」，並牽引宇宙不斷的變化與前進（張光甫，1975）；當「無」的潛在力量化為無限包容時，其所成就的是人類無私、無我、無偏、無執、無見的無限包容與心靈開放。

另一方面，「無」也象徵自然世界的真面貌。老子說：「絕仁棄義、絕聖棄智」（十九章），老子講「絕」與「棄」，其實就是對自然世界「無為」和「無心」的一種期望。在現實生活世界中，由於外在人為的造假與扭曲，自然世界生命早已被矇蔽而失真；老子說：「天下萬物生於有，有生於無。」（四十章）其旨趣在說明唯有當人為物慾的我「無」了，才能有純真「我」之存在，純真「我」存在了，人類良善之性靈方能獲得開展（吳進安，2001）。

綜合上列老子「道」、「無」之概念可知，「道」是宇宙自然之常道，也是個人修身養性、立身處世之實踐。「道」之本體隱含著「無」，「道」因「無」而展現其無窮潛力（張耀宗，1999）。是故天下萬物來自於有形的道；有形的道又來自於無形的道，有無相生，生生不息，歷久遠而不衰。因此，想擁有真正的快樂，是不假外求由內自然而發；道家老子講究「人生的價值觀是相對的，不要太執著」，必須「無為而治」，其中的無為並非無所作為，而是無心而為，不要有刻意的作為、順勢而為，才不會為自己帶來壓力、傷害自己，人生自然就會活得快樂。

「禮樂偏行則天下亂矣！彼正而蒙已得，德則不冒，冒則物必失其性也。」（莊子繕性）

自己做得到，別人不一定能做得到。怎麼可以以自己之所能而強人之所不能呢？所以，中國的道者說：「以一人制作的禮樂行之於天下，那天下就大亂了。天性的表現是不能壓制的。為了糾正別人而用自己的做法去壓制別人的做法，天性一經壓制，那萬物必定失掉本性了。」這也是道家一再的攻擊、否定禮教而主張無為而治的原因。

四、自由意志

我們在閱讀《道德經》的每一個篇章，都可以感受到老子投身向各方既有威權挑戰的強烈自由意志。老子首先從名言之不純粹，徹底否定了知識的真理性，只從實用主義的利用角度承認知識存在的實用價值，而他所同意的知識最高實用價值，竟也包括虛化世上一切具有實用價值的既有知識在內。

老子不認同源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。」老子所接受並認同的知識份子，乃是一個「博學的無知者」，老子一方面強調「感性、理性、靈性」三者要均衡並重，極力鼓舞人民廣博學地習各種知識，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；另一方面老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，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，恐怕還有好長的一段路要走！

關於知識蔽障克里虛那穆提在這方面，也有很深入的洞見。“從已知中解脫“，一書第二部中的“前路“、“教育與生活的意義“兩篇文章，就涵括目前國內外新學

習觀念中的核心思想，很值得參考。克氏說“心的功能在於探索與學習，我說學習，意思並不是記憶的培養和知識的累積，而是從事實出發，不從信仰和理想出發，不為假相所惑，清晰而健全的思考能力。思想若是源自結論，就不是學習。光是獲得資訊或知識，也不是學習。克氏又說“權威——所謂知道的人——在學習中沒有位置“，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，所以克氏說“真理是無路可循的道路“，他認為人需要的不是指引，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。

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脚步，卻無暇照顧自己的心靈，克里虛那穆提提醒我們這種生活方式的虛妄，他提醒我們的“關注“、“直觀“、“當下即是“，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！

月無掩蔽不蝕：人無妄念不盲。月蝕是因地球的遮蔽，才會陰昧不明。人之進退失據，卻往往是因心術不正而產生心理盲點。結果，適得其反。「心」本身具有理性思維的能力，但這種能力的妥善運用卻是需要後天養成的，而不是生而如此。唯一養成之法，便是「學」，透過知識的學習，人能夠養成理性思維的能力，而且在擁有思維力的同時，又能排除知識的蔽障時，就有能力成就自身的德性。更由於這德性的養成是來自於自身的決定，便會更加的珍惜與努力。若從反面說，當「心」沒有受到陶養時，則人的行為與思考將由人欲出發。在沒有任何標準來判斷自身行為合理性時，人欲的發揮就不只是滿足基本需求而已，順此而下，則人類社會將陷入以體力與計謀為生存法則的無政府狀態。換句話說，「心」發用時，人可以理性看待社會與自身的關係，達可兼善天下，窮亦可獨善其身；但在「心」受到蔽障時，人則必定流於惡行，這不是自覺的向惡，而是在沒有足夠資訊判斷大利大害的情況下的必然發展。於是，「心」朝向善的一方，而「性」朝向惡的一方，便成為必然的結論。（《荀子》）

潛能激發的心法在於『無』不在『有』。許多教導及學習潛能的人都不斷地在傳授相關『有』的觀念，殊不知現代人之所以潛能未能發揮，是因為知道太多

不該知道的事務，因為在心智中儲存太多不該『有』的信息。所以，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。老子說：『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。我所了解的是：懂得成功知識的人很多，但將之化為成功意識的人就不多了，更遑論變成生生不息的成功習慣了。

老子 真正的思想，在歷史上完全得不到專制帝王的信任，更長期受到支持專制帝王的儒者長期詆毀打壓。時至今日，新儒家們仍然以宣揚變造扭曲的老子為重要事工。其背後所潛藏的重要因素，就是老子 本身的自由意志，以及老子哲學所潛藏的自由意識，對帝王的威權以及儒家的封建思想，確實具有難以抵擋的強大破壞力。

老子說：「甘其食、美其服、樂其俗、安其居。」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。

老子認為，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，朴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。

通過更繁複的法制或是強制實行法制，通常是使事情便得更糟。高稅賦和戰爭都和道家的哲學精神相違背。《道德經》的影響巨大。這本書的篇幅很短，中文不到 6000 字，但其思想的內涵卻是極其豐富。在中國，雖然儒家思想是中國歷代哲學的主流，不過儒家的哲學中吸收了道家的很多思想，儒家還是很尊重道家思想的。

我們所倡導的「道家環境主義」，不是指當前流行的「環保主義、環境保護主義」，也不是道家式的「環保主義、環境保護主義」，而是從道家老子「法天法地」的「天地」觀，以「天地」為「環境」所發展而來的主張，我們所謂的「環境」是指「人所生活的空間，和這空間內的所有議題」。美好的環境會帶來美好的生命，因此有關於人的議題，都必以創造美好的環境為目標。

勞思光先生對老子思想存在著「支配世界」與「觀照世界」兩種不同的詮釋角度，他一則視老子之境界乃「純觀賞之自我」，一則卻又認為老子思想存在著「欲由超越義之自由轉化出經驗義之支配力」，此為老子思想內在的糾結？或是後人理解的盲點所致？檢視勞先生的「支配說」，發現此乃是立基於他「道之於物」具規範及支配作用的詮釋而來，即「道」之於「物」頗類於「聖人」之於「經驗世界」的關係，遂形成「聖人」具有「支配力」的說法。以下嘗試援引「支配」與「觀照」兩種說法從生命的角度進行進一步的檢視。

哀、樂當它只是一種被外物支配的情緒時，人便失去自主性，而淪為環境的奴隸了。而我們現今的社會中，恐怕很少有人不是這種完全被環境支配的奴隸。這麼看來，人生到處是「苦」，還有什麼「樂」的呢？的確，人生是苦，彷彿生下來，就被關進處處碰壁的牢獄，這就叫「天刑」。至於生老病死，這等人生不可免的煩苦。或者選擇已定，環境一時不可更改，而煩苦已生，那就是命限了；不能去逃躲，只有去接受，然後「安時處順」，由自己內心去「調適」。這調適的功夫就是醒覺。醒覺，是觀照內心的第一步。醒覺，就是醒悟察覺自己的心念意志。在我們的每日生活中，有許多的事物隨時都在影響著我們，而我們的心念意志，在隨著與外界的互動中，也很容易產生雜染，心中的貪欲、瞋恚、愚痴、傲慢與猜疑等不好的意念，也就隨時都在與外在環境中起舞。隨時隨地都注意著

自己的起心動念，把自己的心念照顧的很好，當事情即將發生時，內心深處能不為外境意相所動搖，或是心念起雜染時，能夠適時覺醒，看清事情本相，而能處之泰然，也就是佛教所說的：由「定」生「慧」。

每個人都有兩個我，一個是毛毛躁躁、用感覺、用意識型態在影響我們行為的「我」，另一個是能超脫意識之流、會深層思考的「真我」，也就是深度內在的自己。平常的「我」是用感覺在生活，用我們的感官世界去瞭解身邊周遭的每一件事物。其實，這樣很容易讓我們造成偏見、成見，而被感覺牽著鼻子走。反觀，內心的「真我」，是能夠做深層的思考，不被過去的經驗所束縛，而且是很平靜、很悠閒、很歡喜、很自在的。例如：我們很生氣想打人、罵人的時候，如果是毛毛躁躁的「我」在支配著自己，我們很容易就依據過去的經驗、意識型態來解決，此時不是拳頭早已揮出去，就是口出穢言。如果是「真我」在影響我們，自己會考慮前因後果，把不愉快的經驗當作是在磨練，自我解嘲，守住自己的「身、口、意」，其情況又會是不一樣的結果。

醒覺是觀照內心的第一步，我們如何做到醒覺，進而來照顧自己的一顆心呢？「數息觀」是一個不錯的方法，有不少的學校教師也嘗試此方法。「數息觀」是佛教禪修入門方法之一，它主要是讓我們專注在自己的呼吸上，去感覺自己的吸氣、呼氣，同時也訓練我們不斷從外相中，將心念拉回來。照顧自己的一顆心，不一定要靜止中才可以做，而是隨時隨地都可以練習，例如：走路時要用「心」走路，用心感覺自己的腳在走路，抬頭挺胸，雙手自然擺動，自己無形中也會感覺到心情愉快，怡然自得；工作時，把心放在自己的工作事情上，用心工作，同時也會減少工作中所產生的誤失；運動跑步時，用心在調整自己的呼吸……等等。其實，如果自己有心的話，隨時都可以藉由週遭的人事物，來觀照好自己的一顆心。學校生活中，教師時時提醒學生認清自己的角色，所作所為，對於自己的行為，言語，念頭，都能隨時自問為什麼，若有答案則將答案再續問下去，直到答不出為止，這就是覺知與觀照，若能常常如此練習，則能明白自己，若能真正的明白自己，則能開悟也。因此，觀照它只需要被加深，由觀照別人轉向觀照自己內在的情感、思想和心情，最後觀照那個觀照者本身。

第三節 莊子生命觀

要探討莊子不容易，一者莊子多寓言，論道說理，重在解消，而不在構成，概念抓不住，體系難以架構；二者莊子有內篇與外雜篇的分異，在歷史定位與思想傳承上，頗多爭議。為了純淨避免駁雜與筆者能力所及不得不割捨部分外雜篇的豐富性，且不另做版本年代的重新考察，這一方面劉笑敢與張橫壽兩位先生，已有了紮實而可觀的成果出來。

莊子是道家的中堅人物，他繼承了老子道法自然的道理，又因他善用寓言，能以詼諧的故事，描述深刻的哲理，不像道德經那般深奧難明，因此流傳極廣，他的哲學思維，如莊周夢蝶，庖丁解牛，皆已成為人人耳熟能詳的成語，當然，無獨有偶，也不乏有人反對莊子的思想，認為他的學說強辭奪理，且有漏洞，不能自圓其說，以下提出幾位學者對莊子的見解：傅先生認為莊子的生死觀與其追求生命的解脫逍遙有極大的關係，他給予莊子的生死觀頗高的評價。韋政通先生在《中國思想史》中認為莊子哲學思想的重心都放在生命問題的思考上，如果莊子不是熱愛生命的哲學家，怎能為現實人生開出一條上達之路來。陳鼓應先生《老莊新論》的序言中，亦肯定莊子思想把人的生命安放在廣大的天地中，提昇人的精神境界。徐復觀先生在《中國人性論史》中認為，莊子正面提出生死問題，是要解除精神的束縛，達到生命的無限自由。但是熊十力先生在《讀經示要》中，卻有另一番見解，他認為莊子以吾人之生，只是天化中偶然之化，〈大宗師〉中「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。又說莊子「復耽於觀化，遂以委心順化為懸解。」此等人生觀，便茫然無自在力。最後推論出：「其實，莊生頗有厭世意味，尚非出世也，莊氏最無氣力。吾國歷來名世，亦頗重其毒，魏晉人之流風，迄今未絕也。」熊先生似乎是以儒家的觀點來論斷莊子的生死觀，與前述諸位學者所給予的肯定，有著不同的看法。因此，筆者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觀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。本節分三部分來說明莊子對生死本質的看法，藉以尋求生死體悟後的積極義，使生命本真得以還原，使存在之價值得以發揮。

一、面對生死之態度與體悟

莊子的生死觀是完全超脫於老子之外的，傅偉勳（1993）先生在《世界宗教與死亡超克》一文這樣說：

老子在短短五千字《道德經》，除了各歸其根的死亡比喻之外，並沒有提出道家的生死關與解脫觀。他較關注的課題是，如何使自然無為的天道真正落實於政治社會層面的人道。莊子則與老子不同，對此課題興趣不大。他所最關注的是，個別實存主體的性靈解放或精神解脫。也就是說，生死觀與解脫觀在莊子的哲學中佔有很重要的份量。印度佛教移植中土之前，沒有一位中國思想家像莊子那樣，認真探討過生死問題。．．．連代表道家的老子都說：「人之生也柔弱，其死堅強；萬物草木之聲柔脆，其死也哭槁。故堅強者死之徒，柔弱者生之徒。」老子主張去剛用柔，此語足證他也一樣割開生與死，以生為貴，對於死的問題並無興趣，也無具體切身的深刻體會。只有莊子，不但並談生死，更能直接凝視生死，體驗生死，把自己整個生命投入生死問題的實存主體性探索，藉以發現一條不依傍任何外力外物的大澈大悟，精神解脫之路。

「莊子」書中用到「生、死」二字之處甚多，歷來註解家皆誤以為是談人生之生死，其實不然。依其原義，解釋上文事物之死生，此固有之，但多數地方則別有所指。莊子對生死問題，並不同於一般人的看法。莊子云：「死生，命也；有其夜旦之常，天也。人之有所不得與？皆物之情也，彼特以天為父，而身猶愛之，而況其卓乎？泉涸，魚相與處於陸，相呴以濕，相濡以沫，不如相亡於江湖。與其譽堯而非桀，不如兩忘而化其道。夫大塊載我以形，勞我以生，佚我以老，息我已死，故善吾生者，乃所以善吾死也。」所以莊子以生死乃命也，猶如有晝必有夜，晝去夜來人是不能作用於其間的，這是物理的實情。物理既然如此，就不必執著有限軀殼的自我，而樂生悲死，應當體察此變化的總原則，求宇宙生命的源委，而與之合流。「此種生命的真諦，不妨叫『真宰』或『真君』。此『真宰』、『真君』，是萬物俱備的，與宇宙的總生命，是二合一的。」

又《莊子》至樂篇云：

「莊子妻死，惠子弔之，莊子則方箕踞鼓盆而歌，惠子曰：『與人居，長子，老，身死，不哭，亦足矣，又鼓盆而歌，不意甚乎！』莊子曰：『不然。是其始死也，我獨何能無慨然！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，形變而有生，今又變而之死，是相與爲春秋冬夏四時行也。人且偃然寢於巨室，而我嗷嗷然隨而哭之，自以爲不通乎命，故止也。」

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。」

可知莊子並非無情，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，郭象曾說：

「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。」

此一「生時安生，死時安死」才是莊子「生死為一」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。此外，莊子對自己生死之達悟所表現之態度，亦可由莊子與其弟子之對話中窺見：

莊子將死，弟子欲厚葬之。莊子曰：「吾以天地為棺槨，以日月為連璧，星辰為珠璣，萬物為齋送。吾葬具豈不備邪？何以加此！」弟子曰：「吾恐烏鳶之食夫子也。」莊子曰：「在上為烏鳶食，在下為螻蟻食，奪彼與此，何其偏也！」《列禦寇》

「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。

再以老聃之死為例，莊子說明了人不應受俗情之牽絆而違反天理，否則就如受了刑戮一般，永不得解脫。

老聃死，秦失弔之，三號而出。弟子曰：「非夫子之友邪？」曰：「然。」「然則弔焉若此，可乎？」曰：「然。始也吾以為其人也，而今非也。向吾入而弔焉，有老者哭之，如哭其子；少者哭之，如哭其母。彼其所以會之，必有不蘄言而言，不蘄哭而哭者。是遁天倍情，忘其所受，古者謂之遁天之刑。適來，夫子時也；適去，夫子順也。安時而處順，哀樂不能入也。古者謂是帝之縣解。」
《養生主》

所謂「遁天倍情，忘其所受」便是莊子所欲提醒吾人當對生命之本質與天道之法則有所認識，而能任其所受。一個體悟生死變化的人，所表現出的就是一種「安時而處順」的態度，這在孟孫才對其母死之表現可清楚看見：

顏回問仲尼曰：「孟孫才，其母死，哭泣無涕，中心不戚，居喪不哀。無是三者，以善處喪蓋魯國，固有無其實而得其名者乎？回壹怪之。」仲尼曰：『夫孟孫氏盡之矣，進於知矣，唯簡之而不得，夫已有所簡矣。孟孫氏不知所以生，不知所以死。不知就先，不知就後。若化為物，以待其所不知之化已乎。』」

孟孫才雖隨俗而哭，然實際上，他已領悟到生死本質，因此才能哭泣無涕，心中不感。莊子希望人們在認知上了解生死變化真相後，能從心靈主體上超越型體上之生滅現象而不受此變化束縛，表現一坦然、達觀的態度，積極展現自我生命之意義。此外《德充符》又另外提供一個視域：

哀公曰：「何謂才全？」仲尼曰：「死生、存亡、窮達、貧富、賢與不肖、毀譽、飢渴、寒暑，是事之變，命之行也。日夜相代乎前，而知不能規乎其始者也；故不足以滑和，不可入於靈府。使之和、豫、通、而不失於兌，使日夜無卻而與物為春，是接而生時於心者也。是之謂才全。」「何謂德不形？」曰：

「平者，水停之盛也。其可以爲法也，內保之而外不蕩也。德者，成和之修也。德不形者，物不能離也。」哀公異日以告閔子曰：「始也，吾以南面而君天下，執民之紀而憂其死，吾自以爲至通矣。今吾聞至人之言，恐吾無其實，輕用吾身，而亡吾國。吾與孔丘，非君臣也，德友而已矣。」

《德充符》認爲人生在世就是一個生命流程，有流程必然會有遭遇，其所遭遇者無法勝數。有人文現象中的，如死生存亡、窮達貧富、賢不肖和毀譽等；有生理本能的，例如飢渴；也有自然世界中的，像寒暑。這些遭遇沒有定數，也不能預測，反反覆覆，既然如是，就只有坦然面對，無須刻意取巧算計，也毋庸爲好壞順逆而操心，如此的寬心包容，才是全德之人與物共榮的境界。因此，所謂德充符，進一步主要的理論就是才全而德不形。人生的問題：死生、存亡、寒暑、賢不肖，這是命之行；窮達、飢渴、毀譽、貧富，這是事之變；一個是氣命的流行，一個是人事的變遷。一個人愈有名，跟他有關的流言就愈多，故莊子說名就是刑；所以成名的人就是受刑的人，勞形損心之苦的示現，入於靈府的道心動搖。

從以上的探討，我們可將人生的困境歸納為二種：一種是有客觀實質性的，例如衣食匱乏而凍餒，或衰老廢疾等；一種是沒有客觀實質性的，它只是由虛妄的意念所牽纏的煩苦。客觀實質性的困境是由一個人存在的命限所造成的。人的存在有兩個層面：一個是自己內在的心靈意志；一個是外在客觀的現實世界。人活著就是在實踐自己的價值追求，完成自己的願望或理想。然而，願望或理想的實現，絕不可能完全隨自己的主觀意志，心想事成。它還必須客觀的現實世界提供一定的條件，配合得當才行。這種主觀意志所不能必然控制的現實條件，就是一個人存在的限制，它是被決定的，我們就稱它叫做「命」。客觀實質的困境是由現實的命限所造成，是主觀意志所完全不能掌控。當然也就不是主觀一念轉化就能實際地解決。一個人窮絕到沒有飯吃，或病痛到臨死，都不是唸一段《金剛經》或讀一篇〈逍遙遊〉就能改變事實，立刻有飯吃或馬上不餓，或病痛不藥而癒。解決此困境必須二種行動同時進行：一是採取實際行動，去尋求食物與醫療，這是「盡人事」。一是心靈的轉化，從心靈上做修養功夫，讓處在困境的軀體，雖受苦痛，心靈卻能保持安靈。

其實，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，以主觀的意念乎相牽引糾纏所產生。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。

在國小教育現場上，有關於學生的困擾或不快樂的原因，筆者在班上的調查不外乎對自己出生家庭的卑視，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，我們再來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《大宗師》

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。所以，那妥善安排我生命的，也將妥善安排我的死亡。如此造化著實令人印象深刻。在莊子的觀念中，萬物是齊一的，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……今又變而之死，是相與為春夏秋冬四時行也……」，莊子其實已經將人“物化”了，自然就不會對死亡有悲傷的感覺。這種齊物觀，下節會有更深入的討論。

二、超越生死之修養功夫論

對生死本質有所認識，心靈上才能擺脫生死束縛，而達理想的生命情調。此一過程必須依賴生命主體的不斷修養而達成精神上之超越與生命境界的提昇。此一修為功夫在於「心齋」與「坐忘」。在莊子看來超脫生死之關鍵在於「心」，唯有使心不受生死束縛，才能達到精神生命的翻轉與超越。一般人落於現象界之種種假象，產生了相對標準與依此而來的執著，此心變陷落於人為的價值標準，使生命成為一逐物而不返之茫然歷程，此乃成心之作用。因此，修養第一要務，在於去此「成心」，「心」放下種種妄執，回歸於道體，方不致落於主觀價值中，淪為生命體的僕人。至於此「心」之回返與修養，在《人間世》中，有此一段描述：

『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。』

所謂心齋，乃心之虛名以照萬物。成玄英云：「心有知覺，猶起攀緣；氣無情慮，虛柔任物。顧去彼知覺，取此虛柔，遺之又遺，漸階玄妙也乎！」郭象則云：「虛其心則至道集於懷也」當心神專一，無視無聽，而聽之於「心」與「氣」。因為，耳只有聽的功能，心因為形符而受限，但是，「氣」的運行卻是在無視無聽的凝神與專一的狀態下得以達到更好的運作效果。虛者是談到氣的修練，氣的運行無礙在於「虛」以待物，若是身心積累太多的廢物雜物，例如心中的煩憂或是悲傷等，都將阻礙氣血的暢行，唯有「虛」以待物，不以主觀的意見阻礙可能的思考，讓身心在較為虛靜的狀態下，「氣」的運行可暢通，而修道之理亦在心齋的方法。心齋由耳而心，由心而氣的功夫修養，由外而內，尤有心而無心的超拔消解的歷程。若以氣功的修練而言，虛靜的心使氣血順暢，也讓自我處於接受

外在事物的狀態，心中無任何偏見，恭敬如齋戒，謙虛之心易使人悟道而進於道的境界，或者，解釋此段為「坐忘」的狀態之一，〈齊物論〉中曾說：南郭子綦隱几而坐，仰天而噓，答焉似喪其偶。這種形容類似於打坐之後的精神狀態。「坐忘」指的是實際的氣功修練、而「心齋」指的就是打坐時讓內心如空虛之態，不使世事煩擾內心，保持心靜心清的。可見心齋是要使此心合於道，莊子以為無聽之以耳，無聽之以心，而聽之以氣，因為心與耳都屬於個人知覺判斷，均屬於主觀好惡現象，違反道之原則的。

《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。

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。〈德充符〉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。」

惠子曰：「不益身，何以有其身？」莊子曰：「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！」

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。

華佗《中藏經·勞傷論》養生六忌之“過渡”：饑飽過渡則傷脾，思慮過渡則傷心，色欲過渡則傷腎，起居過渡則傷肝，喜怒過渡則傷肺。邵雍《百病吟》百病起於情，情輕病亦輕。嵇康所著《養生論》曰：「精神之於形骸，猶國之有君也。神躁於中，而形喪於外；猶君昏於上，國亂於下也。……。愛憎不棲於情，猶喜不留於意。泊然無感，而體氣和平。」嵇康所講的「體氣和平」「泊然無感」必須修養本性來保養精神，安靜內心來保全身體，愛跟恨都不留在情感裏，憂跟喜都不藏在心裏。

相對於充滿好奇心、活蹦亂跳成長中的國小孩童，欲教導「泊然無感」讓學生喜怒不超過，似乎不容易。要說是心情的起伏或者說情感的充分抒發、表達，分寸不易拿捏。但比起西方人的情緒表達，我們顯然含蓄多了。然而多了這份泊然無感的心境，確能讓小孩養成平靜的心，諸葛亮云：非淡泊無以明志，非寧靜無以致遠。在國小生命教育的推動中，培養孩子寧靜而不燥動的特質，除了養生外，在學習上也較能冷靜思考。在學校體育競賽中，除了鼓舞學生體能的發揮，也要倡導公平競爭的風度，更重要的是勝不驕、敗不餒的和暢心氣，如此一來，學生在賽前能施展盡其在我的毅力與決心，賽後不管成績如何也就能瞭然於胸，不會有過大的情緒起伏，生命的胸襟也因此更為寬廣。

惠子謂莊子曰：「人故無情乎？」莊子曰：「然。」惠子曰：「人而無情，何以謂之人？」莊子曰：「道與之貌，天與之形，惡得不謂之人？」惠子曰：「既謂之人，惡得無情？」莊子曰：「是非吾所謂情也。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。」惠子曰：「不益生，何以有其身？」莊子曰：「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，據槁梧而瞑。天選子之形，子以堅白鳴。」

德充於內而符應於外，我們的心越大，人際關係越好，這叫德充於內。我們都由兩部分組成，一個是心，一個是形；心是德，形是氣。我們要往德發展，不要往物、往氣發展，故德充於內。所以人生就是要如何讓自己的心一直出來，不要讓自己的氣一直出來。這是人生修養的問題，修養就是讓心出來，不要讓氣出來，我們應在德性方面來比較，就叫德充於內，讓我們的德行顯發出來，開發我們的心靈，讓我們的心更大包容別人，讓我們有才氣內斂涵藏。

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！為善無近名，為惡無近刑，緣督以為經，可以保身，可以全生，可以養親，可以盡年。

無形的心才是生主，「心知」即「心執」，心有執著有分別。分別心，佛家叫識心，要「轉識成智」，莊子叫「成心」，「成心」就是在心理面成立了它的分別。「生主」即心，齊物論稱為真君，其物論認為每個人有真正的生命，真正的生命不是有形的身體而是無形的心，要有善心、包容心、體諒的心、這個心才是要養的。生命受苦難是因為心裡有分別，才會覺得生命是苦，被挫折感、壓力、陰影籠罩。養心在道家來講要無心，無心即無知，無掉心理的執著，拆掉心理的監牢，拆掉以後我們就不會受刑了，因為不成名就不受刑，特赦自己，你會發現海闊天空—齊物論；無限的自由—逍遙遊。是故生有涯要逍遙遊，知無涯要齊物論。

道行之而成，物謂之而然。惡乎然？然於然，惡乎不然？不然於不然。物固有所然，物固有所可。無物不然，無物不可。故為是舉莛與楹，厲與西施，恢恠譎怪，道通為一。其分也，成也；其成也，毀也。凡物無成與毀，復通為一。惟達者知通為一，為是不用而寓諸庸。

在齊物論的世界裡面才能夠真正的逍遙遊，在沒有分別的世界裡面，我們才得到真正的自由解放，整個精神放鬆了，每一個人都活在自己的路上，彼此間相互欣賞，就像這朵花看那朵花一樣，這個人看那個人就像花園裡面的花互相欣賞，都很美，我相信莊子的精神在此。明瞭精神所在，再來看看實踐真人的方法：

以刑為體，以禮為翼，以知為時，以德為循，以刑為體者，綽乎其殺也，以禮為翼者，所以行於世也，以知為時者，不得已於事也，以德為循者，言其與有足者，至於丘也，而人真以為勤行者也。

莊子說：真人的處事行誼，通通不是以社會需求的意義來決定的，而是以妙合於道來判斷的，在妙合於道之中，對於社會禮俗的好惡與否就都不是事情的關鍵了，喜歡也是合道不喜歡也是合道，配合也是合道，不配合也是合道，守有道

的妙道中處事是「與天為徒」，落入世俗中隨順應世是「與人為徒」，這一切都不是根本的關鍵，怎麼做都可以，天與人沒有什麼必然堅持的必要，一切如行雲流水般，只是一個自適的揮灑而已，這才是真正的真人。體現天道的人就是真人，真人就是大宗師，真人是「以刑為體」，以刑為體就是指身體的拘限，我的身體是不自由的，會生老病死，但你要承受它，因為作一個人一定要有形體。不只做一個人不自由，還要通過複雜的人間世界，這叫做「以禮為翼」，用禮來作為人間的輔翼，對人微笑，到處都行的通。第一個是承受自己，第二個是通過人間。第三個「以知為時」，化解做人作事的艱難和煩惱，此知是不知的知，知天的知，無心虛靜，因應順任，就可以與時偕行。化解了做人做事的煩惱，最後可以實現做人的價值，叫做「以德為循」，我把我的真人實現出來，我自在自得，自生自長，人生到處逍遙，到處都是美好，這是莊子的真人世界。

就現代社會而言，若將以刑為體從身體的拘限，擴大為社會的刑罰，真真正正要來治國，要來治天下的話，用刑罰來作體，用刑罰要來治理天下，是絕對沒辦法治好的，就像我們現在國家有訂定那麼多的刑罰，為何人心越來越惡，世風越來越壞呢？所以只是單以刑罰，是沒辦法治國的，沒辦法治理天下的，要配合這個禮，這個禮在經典上，我們若是將它跳出來，指我們五常的先天禮的話，它是我們的本性，本性的流露叫作禮，要以禮為輔佐，就是說，你刑罰定得再多定得再嚴，你若是不從啟德心性，教育萬民著手，如此大家都能夠守禮，也就是都能夠流露我們天真無邪的本性的話，國家不必定刑罰，整個社會世風絕對非常清明非常和諧，大家呈現出安和樂利的盛世景象，若光是以刑罰是沒辦法的，所以就必須以這個禮，作為刑罰的體的翅膀，以智慧來應時運來運用，自然運用哦！

若是知識它是不懂得應時的，知識是隨時的，就在那裡動腦筋，就是完全為私利，完全是做好壞利害得失的選擇。智慧是順應四時，什麼叫作智慧順應四時呢？就是智慧是沒有經過利害思考的選擇，就像四時的春夏秋冬，很自然的流露，春就是春，夏就是夏，秋就是秋，冬就是冬。絕對沒有去做反抗，沒有去做人為的反抗，就是合乎於四時的一切行為，稱為智慧。現在將它併在一起，說以刑罰為主體，而以禮作為這個主體的翅膀，以智慧來應四時之變，以德作為我們應行應遵循的軌道，若是這樣的話，雖然訂定的刑罰，也難免有所殺戮，可是所

表現出來的也是真正的寬厚，因為要治理一個國家，對於去侵犯別人的人，若是仁慈的話，等於就是對老實人被侵犯的人的殘忍。所以有時候刑罰，用另外一個角度看，它是一種寬厚的行為，何況說，有以禮作為刑罰這個主體的翅，若是我們這些百姓，大家都非常守禮，也就是守我們的本性，就能達到以刑為體、以禮為翼、以知為時、以德為循的境界。

在國小教育的實踐上，從班級自治到班級向心力的凝聚，也有一段踐履的空間，班級有班級的規定，這是組織的自我約束，群體生活的基本要求，然而教師除了推動禮貌、禮節的表彰外，更重要的是學生良知良能的引導，價值觀的正確判斷。

三、理想人格與生命情調

中國人的傳統思想中，往往以追求道德之完善為人生目標，將社會價值置於個人生命之上，並以此肯定個人生命之意義，然老莊卻以一完全翻轉之思考方式，重新思索個人生命之意義與價值，認為人必須放開一切形式之枷鎖，從自己的主觀意識翻轉躍升而上，才能看輕生命之本質，成就理想的人格。因此，成就理想的人格是人生努力的目標，而所謂「理想人格」實則就是能打破生死拘限，將個人生命提升至與道合一之境界，心靈本體不受形體限制，進而達到「逍遙自適、無拘無束」的生命情調。在《逍遙遊》中有：

「至人無己，神人無功，聖人無名」

至人，神人，聖人均是順物而至，修自然而能得物之性，所表現出的就是能不受現象界種種相對概念之封限，而達於道之境界，所以說：

『至人神矣！大澤焚而不能熱，河漢沍而不能寒，疾雷破山風振海而不能驚。

若然者，乘雲氣，騎日月，而遊乎四海之外。死生無變於已，而況利害之端乎！』

此一遊四海之外之「神人」，在於此「心」之自在遨遊，蓋因「形體」雖受制於環境之變化，是「事之變，命之行」，然理想之人格則能排除形體變化之拘束，以心衝破現實之困頓，而遊心於物外，所以說：如何善生善死？依莊子的意

見，善生就要能適性，善死就要能順天，適其生，順其死，生死原為一體，循環無端，所謂「始卒若環，莫得其偷」。人生常處憂患中，為了超脫憂患的深淵，他勉人作逍遙遊，如大鵬之遨翔於太空，水擊三千里，搏扶搖而上者九萬里，如此壯志曠懷，即適其性，還有什麼憂患可言？作為一個人，要活得自在，也要死得自在，就是要善其生善其死。

貪生怕死乃一般人的常情，可是生有何樂，死有何苦，一般人並不真正瞭解，故不得解脫，莊子則能齊生死，一萬物。他說：「天下莫大於秋毫之末，而大山為小；莫壽乎殤子，而彭祖為天。天地與我並生，而萬物與我為一。」既然天地與我並生，萬物與我為一，所以壽夭無異，死生同狀，所謂「方生方死，方死方生」，「即生即死，即死即生」。他把人生比作一夢，他在夢中變為蝴蝶：昔者莊周夢為蝴蝶，栩栩然蝴蝶也，自喻適志與！不知周也。俄然覺，則遽遽然周也。不知周之夢為蝴蝶，蝴蝶之夢為周與？周與蝴蝶必有分矣。此之謂之物化。

這則著名的寓言，含意深遠。第一、莊周的蝶化，乃象徵人與外物的和諧交感，泯除物我的隔閡。第二、莊周在夢中變成蝴蝶，遨遊花間，自由自在，象徵人性的天真純潔與人生的美妙和諧。第三、莊子與蝴蝶融合為一，以致不知莊周之夢為蝴蝶，抑蝴蝶之夢為莊周。他稱此種境界為「物化」，把生死的對立融貫於和諧之中，這是莊子生死觀的基本概念。

莊子對於性命與道德之詮釋，與《易經》、孔子《易·繫辭傳》、及《中庸》皆頗為契合，但莊子不將天道與人道劃分為二，而融合為一。道德之界說也因此更為擴大。莊子說：「壹其性，養其氣，合其德，以通乎物之所造。」又說：「性不可易，命不可變，……道不可壅；苟得於道，無自而不可，失焉者無自而可；……性修反德，德至同於初。」可見莊子對於性命的體悟與道德實踐，抱有通關與信仰，且力行實踐。〈大宗師〉篇說：「魚相造乎水，人相造乎道……相造乎道者，無事而生定。」這一段話絕非無真知實踐者所能道出，而他一生經歷亂世，百家爭鳴的時代，世道人心，莫不勾群結黨熱中名利，爭奪詐騙，滔滔者天下皆是，然而，莊周兩拒楚相，復不從魏王之邀，卻喁喁林溪，觀魚自樂，讚許支離疏的安分知命樂天，稱道庖丁的游刃有餘，而諷喻世人不知緣督以為經，履行中道，

卻因執迷名利而天刑，至於因妻死而悟死生之命而豁然開朗，處處可見其體認生命之理，現身說法，建立了一套亂世中的「生命實踐學」。對莊子而言，自我的真實在逍遙無待之遊，這是主體生命的修養，整體的和諧在天賴齊物之論，這是形上根源的保證。莊子云：

「北冥有魚，其名爲鯤。鯤之大，不知其幾千里也。化而爲鳥，其名爲鵬。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。齊諧者，志怪者也。諧之言曰：「鵬之徙於南冥也，水擊三千里，搏扶搖而上者九萬里，去以六月息者也。」野馬也，塵埃也，生物之以息相吹也。天之蒼蒼，其正色邪？其遠而無所至極邪？其視下也，亦若是則已矣。」

這段寓言，寫主體生命的超拔飛越，奔向人生的終極理想境界。北冥是個蘊育生命的大海，生命最大的特質就是它會長大，或許剛生下來還小，但是它會成長，所以他告訴我們這是由小而大的成長，而不是滑稽的開端。莊子好像告訴我們一些很有想像力而不真實的話，其實不是，他說的是寓言，寓言就是把故事的大道理放在故事的背後。莊子是對人說話，他告訴我們人生就是在生命的大海裡面，我們被生下來時很小，但我們會成長，不光是長大，而且是境界的轉換，人會轉化，會昇華，會往上起飛，會飛到幾萬里的高空。以道家來講人的修養、修行，是跟自然結合在一起，人本身的成長，由小而大，由大而化，但是光人不行，所以道家要我們回歸自然，跟天地結合，所以人的大化還要跟自然的大化結合。

「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。」

莊子講到無己、無功、無名的時候，表面上好像說一個人真正自由，逍遙是乘天地的正道，駕馭六氣的變化，事實上它的意思是只要我跟天地六氣在一起，我就不必乘、不必御，我不會被天地六氣困住，這叫無待。逍遙遊用兩個字作最直接的解釋就是「無待」。無待是從萬物存在的依待關係中超拔出來，無小無大，大死不生，不在時空串系中，不在因果關聯中，一切匯歸自己，以「物之在其自己」的姿態出現，不對認知主體而顯，不在主客相對中，而是主客一體，「天地

與我並生，萬物與我為一」，無條件無依存，自在自得。當我們沒什麼條件，沒什麼等待時，我們就逍遙了，這在孟子叫下與天地同流，要跟天地同流並行，就是所謂的成天地之正。

古之真人，不知說生，不知惡死；其出不訢，其入不距；翛然而往，翛然而來而已矣。不忘其所始，不求其所終；受而喜之，忘而復之，是之謂不以心揖道。不以人助天。是以謂真人。若然者，其心志，其容寂，其顙顙；淒然似秋，煖然似春，喜怒通四時，與物有宜而莫知其極。《大宗師》

可見「真人」其義在於「不以心揖道」，此「心」不離道，則「生死」自當無損此心，這才是莊子心目中的理想人格。所以「心」是成就理想人格之關鍵，人能否超脫生死，亦在此心。莊子所要成就的是這樣一個不以型體之變化為喜憂，而能以澄明之心照應一切，不受拘限之生命。

四、無用之用，人之大用

惠子謂莊子曰：『魏王貽我大瓠之種，我樹之成而實五石，以盛水漿，其堅不能自舉也。剖之以為瓢，則瓠落無所容。非不呶然大也，吾為其無用而掊之。』莊子曰：『夫子固拙於用大矣。宋人有善為不龜手之藥者，世世以泝泝統為事。客聞之，請買其方百金。聚族而謀曰：『我世世為泝泝統，不過數金；今一朝而鬻技百金，請與之。』客得之以說吳王。越有難，吳王使之將，冬與越人水戰，大敗越人，裂地而封之。能不龜手，一也；或以封，或不免於泝泝統，則所用之異也。今子有五石之瓠，何不慮以為大樽而浮乎江湖，而憂其瓠落無所容？則夫子猶有蓬之心也夫！』

無己則人間可遊，站在有用的角度，我們就會說這個有用，這個無用，這個是大用，那個是小用，我們在那邊比較，所以很多人冤枉，因為我們都站在一個有用的標準，站在社會的標準來批判每個人怎樣，就像那個大葫蘆瓜，他在惠施的系統裡面，他是無用，因為有用是當水壺跟水瓢，結果他不能當酒壺又不能當水瓢，則它無用，一無用就把它採碎。莊子的意思是否能從人為升到自然的角度來看，取消人為標準，那麼任何存在都有用。所以當社會不從「用」來衡量人的時候，每個人都很可愛。道家認為人生最大的壓迫，是來自於人造作出很多的價值標準。又如：

匠石之齊，至乎曲轅，見櫟社樹。其大蔽牛，絜之百圍，其高臨山十仞而後有枝，其可以爲舟者旁十數。觀者如市，匠伯不顧，遂行不輟。弟子厭觀之，走及匠石，曰：『自吾執斧斤以隨夫子，未嘗見材如此其美也。先生不肯視，行不輟，何邪？』曰：『已矣，勿言之矣！散木也，以爲舟則沈，以爲棺槨則速腐，以爲器則速毀，以爲門戶則液槁，以爲柱則蠹。是不材之木也，無所可用，故爲若是之壽。』《人間世》

這是《莊子》裡頭的故事：一名木匠帶著幾名徒弟到齊國去。師徒一行走到一個山路拐彎處，看見一座土地神廟，旁邊有棵巨大無比的櫟樹。大到什麼程度呢？它的樹蔭可以容納好幾千頭牛在樹下休息；樹幹粗直，好幾丈高之後才見分枝而這些枝桠，粗到可以拿來當做造船材料的，就有好幾十支。許多路人圍觀，嘖嘖稱奇，只有這名木匠瞄了一眼，掉頭就走。徒弟們看膩之後，追上師父，問說：「生平未見過這麼高大華美的樹木，師父怎麼不看就走了呢？」

沒想到徒兒眼中的奇樹神木，在師父眼裡竟然只是不值一文的朽木。他說：「這棵樹沒什麼用。用來做船會沈，做棺材會腐爛，做器具會敗壞，做門窗會流出樹汁，做柱子會長蛀蟲。但就因為沒有用，才會這麼長壽，這樣高大。」

晚上，木匠夢見這棵大樹對他說：「你怎麼說我沒用呢？你想想看，那些有用的橘、梨、柚樹，果實成熟時，就被人拉扯攀折，樹很快就死了。一切有用的東西無不如此。你眼中的無用，對我來說，正是大用。假如我像你所說的有用，豈不早就被砍了嗎？」木匠醒來，若有所悟。他把夢境告訴徒弟。徒弟問說：「它既然嚮往無用，為什麼要長在土地廟旁邊，引人注意？」木匠答說：「它如果不長在廟邊，而在路中央，不就被人砍了當柴燒嗎？」這個故事告訴我們什麼？

櫟樹扮演社神，可能被不知己者批評；它若不扮演社神，可能早就被人砍伐了。兩相權衡，正確的選擇很清楚。木匠的弟子確實應該緘默，以免成爲那個「不知己者」。櫟樹期許自己無用已經很久了，曾經幾乎被砍伐。現在能保全自己，就是自我的大用。藝術上的「無」可在中國書畫中看出，「留白」就是一種空靈，把空間騰出來才有「氣」的流動，當「氣」在空間裡順勢流動，「靈氣」就自然產生。精神上的「無」，有首禪詩說：「春有百花秋有月，夏有涼風冬有雪，若

無閒事掛心頭，便是人間好時節。」可不是嗎？當悠閒恣意在無憂無慮的情境中，心是澄澈，心是無滯礙，此時心境是舒暢，是知足常樂，是「空靈」的流連忘返。生活上「無」的體驗就更為實際了，當妳踏在地上時，可以從容不迫，閒閒地走來走去；當有一天，地上堅硬的地殼沒了，只剩下少部份，妳絕對不敢輕舉妄動，甚至舉步維艱；此時，那些沒用的堅硬地殼，原來有太大的用途，原來「無用之用，是為大用」，真是妙用啊！“無用之用”是相對的，每一個正常人都是有用之“用”和無用之“用”的組合。魚與熊掌不能兼得，只有以某些方面的“無用之用”為基礎，才能集中力量成就另一些方面的“有用之用”。實踐中，有的人會因機遇不好，暫時處在一個不適應的崗位，限制了才能的發揮。但只要時機來臨，也許會一鳴驚人。宋代著名學者洪邁曾勸誡上層“勿以無用待天下之士”。一個人只要發揮他的特長，讓他們勇於創新，就有可能成為大用。

就知識分類而言，很多知識，譬如說觀察太空或者觀察老鼠的性行為，若以短淺的眼光來衡量，顯然是無用的，但若以長遠的眼光來看，則可能是相當有用的。也許因為有人基於好奇、興趣，無所為而為地觀察太空，長期累積建立了豐富的天文知識，並發明了太空船，而在地球飽受「實用之物」的污染，無法助人時，這些以前「無用」的知識即使能使人類移民外太空，延續生存。如果到那時才想學「有用」的天文學，現學現用怎麼來得及呢？就人類發展而言，沒有人永遠是獨占鰲頭的有用之“用”，也少有人一輩子有才無處使。有的人當初覺得紅紅火火，後來卻漸漸力不從心；有的人開始並不顯山露水，後來卻獨領風騷。這都是“有用”與“無用”在一定條件下的相互轉化。所以不要因“有用”而自傲，亦不要因“無用”而悲傷。現實生活中，互相把對方看成物，如此容易出現主客對立的問題，若以對方為物，就會視之為工具或手段，考慮其是否有用，形成對立競爭的緊張關係。現在的師生關係也有類此關係的依存，老師以學科分數的高低來決定孩子的成績，家長以孩子的分數來斷定老師的功力。對於成績不好的學生，視為不才，無用之輩，殊不知這些甘於平凡、庸庸之輩或許是將來穩定社會的螺絲釘，雖說朽木不可雕也，然而我們也要發揮卻可欣賞的餘地，這才是生命教育的本質。概言之，當教師看待學生時，不可淺評為“無用”，而需了解其“有用”；鼓舞學生面對自己時，要相信“天生我才必有用”。

從以上莊子生死觀的探討帶給現代人一些重要的啟示，其以「道」為主的生死觀亦有助於人們對「終極關懷」的建立，至於莊子所提出的修證工夫更是有助於人們對死亡情緒的負面消解，而無待的逍遙境界看若遙不可及，卻也可以開展吾人的精神生命。我們可以由此看出莊子的熱愛生命及其達觀自主的傾向。至於熊十力先生對莊子生死觀所評論的「人生毫無根柢，亦無甚價值與意義可言」、「此等人生觀，便茶然無自在力」以及「莊生頗有厭世意味」，筆者只能說或可提供另一種不同角度的思考。瞭解他的名言「外化而內不化」，外在的言行與世俗同化，內心保持對道的體認。道是「究竟真實」，任何與道相關的，都與真實相涉，因此不放棄真我的「內不化」其實是充滿活力善於感應的。否則不會有一系列的修行過程，從有形的能量提升為無形的、神妙的、自由的生命與造物者同遊。

莊子生死觀之形成，並不是一蹴而幾的，而是經過休養的歷程逐漸覺悟的，因為這不單是知的問題，而是實踐的問題。莊子學說大抵承老子而來，二者同為道家的代表人物，但二人所關心的問題並不完全相同：老子仍關心政治問題的解決，莊子則踢開政治問題，直接求人生精神的大解放。老子提出「無」、「有」，莊子進一步提出「有有也者，有無也者，有未始有無也者，有未始有夫未始有無也者」以齊物的思想化去了「有」、「無」之相對。此外老子有先後，內外之分，如「後其身而身先，外其身而身存」，莊子則以「天地與我並生，外物與我為一」既否定，又超越一切對偶性的概念。老子知「常」，莊子泯除常與無常，主張「物化」的觀念。章太炎說莊子雖尊老子為博大真人，而卻與之異趣，如莊子取法自然，不欲以權術自污等。綜上所述，老、莊關心問題的對象與切入點雖有所不同然而由老莊思想為主的道家生命哲學，大體上由生命觀、生死觀、重生論三個範疇構成。大略整理如下：

(一)生命觀一

道教文化特別注重人與自然的關係。因此，在人生哲理這一問題上，將人的命運軌跡與自然的無形而化聯繫起來。從而提出了"法自然"的生命觀。《老子》講："域中有四大，而人居其一焉"，"人法地，地法天，天法道，道法自然。"莊子在《逍遙遊》中講："乘天地之正，而御六氣之辨，以遊無窮"。在老莊的生命

觀裡，沒有超乎"自然"、"道"之上的什麼神秘東西能支配人的命運，而即使是"自然"、"道"，也是可"法"的。

在傳統文化中，只有道教將生命的存在看至高無上，因而提出了一整套養生思想。早期道家老子十分注重對人的精神的節儉，從而以養神達到養形的目的。"治人、事天、莫若嗇。"嗇"即是"愛惜精神，積蓄力量的意義"而做到了"嗇"，便叫"深根，固柢，長生久視之道。莊子的養生論是相當符合醫學科學道理的。這種心理與生理的給合，以有意識控制無意識，從而達到無意識的自然狀態的養生思想，對現代醫學、氣功有著深刻的影響。

(二)生死觀一

老莊氣之聚散的生死觀 遠非是科學的認識，但把生死看作是一種自然之氣的變化過程，則又具有一種清醒的科學理性精神，尤其是看到生命之氣具有"陰陽"的特性，便為進一步思考生命理象，揚示生命的奧秘，提供了一條比較可行的認識方式。從"法自然"的生命觀，到"氣之聚散"的生死觀，是老莊生命哲學命題的內在必然。這一生死觀的積極意義，不在於它是否具有現代生命科學的科學認識價值，而在於它正確地對生命科學認識奠定基礎。雖然老子還沒有明確地提出"死生、氣之聚散"的觀點，但他看到了"氣"之於人的生命的意義。

(三)重生論一

從"氣之聚散的生死觀"來看，老莊生命哲學似乎在超越曠達的理性之外，表現出了一種惡生悅死的傾向，事實則不然。老莊生命哲學，乃至於整個道教文化，都有一種強烈的貴己重生的傾向。這是由"道法自然"生命觀所決定的。他們超脫於生死的困惑是因為他們對生死現象有一種比較接近於科學的理性認識。老子講：貴以身為天下，若可寄天下。愛以身為天下，若可托天下"這也即是莊子所闡發的意思。老子理想中的"聖人"也是"後其身而身先，外其身而身存"的貴己貴生者。莊子講的神人"不肯以天下為己任"也是這種重生論的極端表現。而老莊的重生論更具有廣泛的深層意義。如反對人的異化，提倡政治病以人為中心的人文主義思想，在今天仍有積極的借鑒意義。

莊子心目中的理想生活，可以用浮游二字來代表。浮游也者，有內在的超越根據。外表安處於現實，不為生活所困阻。不脫離現實，謂之游；有別於鳥獸只有經驗層面的生存，為之浮，失一不可。莊子不願出任，物質生活降到最低，精神生活提到最高。無求於外，與物諧和。這是修道者的生活，也是最有利於養生的生活。因此，就養生而言，道家的情志狀態比較有利，儒家雖不執而或喜或怒，較不利於養生。雖然，儒者當惻隱則惻隱，當羞惡則羞惡；捨生取義、殺身成仁尚且無畏，復何有於壽命長短哉！（曾錦坤，2002）

綜上所述，不同的道家性格，正是反映我們對老子、莊子的各自解讀，諸多學者精采互見的閱讀心得有不同的批判和取捨，也許從詮釋學的角度來看，很難讓我們去確認它原來的標準或意義，任何後世對它所做出來的詮釋結果，都僅是在發現它的意涵而已，其孰是孰非終究難以認定，甚或在文中如有老莊一體或老莊不分的錯覺，只要肯定老莊慧命相續，他們無論在主體印證、現實關懷和終究歸趨上，莫不心同理同，必能包容筆者硬生生將老、莊思想分別論述再綜合闡述的做法，畢竟老、莊思想同中有異、異中有同的全幅底蘊，想求精確，以莊解老，卻失之周延。不如依據老、莊的道理而努力來找尋生命在不同領域中的具體意義，更顯有趣。因此，對大體生命而言，我們可以說老子的哲學是解套的哲學，莊子的智慧是放下的智慧。老、莊不一定能創造生命的奇蹟，也不一定能貞定文化發展的方向，但他們適時的反向思考，的確能讓世人從過激的奔競中冷卻以復歸原有的自在，也能為你我提供無和有的新天地，再度欣賞到性靈與世界美麗的同時能對我們的生活智慧有所啟發。

第四章 儒、道生死觀的比較、互滲與時代意義

第一節 儒道生死觀的比較

一、從天下失道返回天下有道

無論是儒家或道家，都是興起於政治秩序動盪，導致社會混亂與文化危機之際。雖然儒家思想重視人與人的和諧和個人與群體生活的安頓，但它是興起於周文疲弊、天下無道之時。道家思想重視人與自然的和諧與道的體現，但它也是興起於社會混亂、戰鼓瀕仍之際。在劇烈的社會衝突之中，他們並不追求社會的「絕對和諧」，而是追求人與人，人與自然的「充量和諧」。(沈清松，民86)面對「天下無道」的亂象，孔子致力於透過文化與教育的手段，激發存在於每個人內心的先驗能力—仁，也就是人與人、與萬物、與天的感通—既能有所感，又能相溝通的能力。進一步，則從「仁」生發「義」，而「義者，宜也」，也就是人對人對物的尊重與分寸。再進一步，從「義」生發「禮」，禮本來就有祭祀儀典、典章制度與行為規範之意，孔子更賦予禮以文化理想，也就是文化的秩序與美感之意。總之，孔子致力於「由仁生義，由義生禮」，藉以超克周文疲弊的危機，達至人與人的和諧和個人與群體生活的安頓。

然而就道家而言。老子的情況也好不了多少，亦處於戰爭慘烈，社會問題叢生，天下無道之際。老子曰「天下有道，卻走馬以糞；天下無道，戎馬生於郊」《老子》文本中多處提及如盜賊、飢餓、暴亂、戰事瀕仍等等問題。如老子所言「師之所處，荊棘生焉；大軍之後，必有兇年。」在老子看來，因為時人遺忘了更深刻、深沉的存有學的基礎—「道」—也就是生生不息的存在活動本身，和宇宙論的基礎—「德」—也就是人與萬物皆本具的能力的矇蔽，進一步造成仁與義的墮落。在此種逐層墮落的情況下，「禮」變成膚淺的行為規範，甚且變成嚴重的宰制的工具，進而成為社會動亂的根源。「夫禮者忠信之薄而亂之首」，在歷經了失道、失德、失仁、失義的逐層墮落過程之後，禮轉變為權力宰制的工具，出現暴力的現象，成為社會衝突的根本原因。老子清楚看出，當時的新興社會秩序，正是由私慾和工具理性所推動，這樣的一個新興秩序無法經由儒家的恢復周禮而

上軌道，因為在這動亂和爭利的社會中，人心真正渴求的是自由的解放和創造力的發揮，而不是仁義的規範。人只有返回道，以及由道而出發的自動自發的創造力，才能夠得到真正人的自由和解放。為此老子主張返回道，重見人與人、人與自然、人與道的和諧關係。老子對於人和自然關係的看法是：「人法地，地法天，天法道，道法自然。」這段話可詮釋為：人以大地環境為法，而大地環境則以天為法，遵守宇宙法則，宇宙的法則是出自於道，道的法則則是出自其本然。藉著此一層層師法的過程，道家期盼達致人與自然的充量和諧。

二、知生觀與全生觀

(一) 知生觀：這一派主要以儒家為代表。

儒家孔子首先提出：『未知生，焉知死？』（《論語·先進》）以及『死生有命，富貴在天。』（《論語·顏淵》）的看法，他認為人生的目的是在充實人的道德生活，不必汲汲於追問死後的事，至於人的壽命長短，出於命運的安排，不必掛心。後來孟子進而提出『立命』說，即所謂『夭壽不貳，脩身以俟之，所以立命也。』（《孟子盡心上》）孔孟教導人們不必計較生死壽夭，人活著一天，就應盡人事，處理好人的現實生活，為了正義和人類全體的福祉，人是不可以不惜獻出自己的生命，這就是具有濃厚的人本主義或人文主義特色的『知生觀』。這一派雖對生死壽夭問題的回答，採取了命定論的形式，主張盡人事，追求生的價值，但其目的是要人們將人生問題置於首位，至於企求長生，或追求死後的彼岸世界，都是此派所不取的。

(二) 全生觀：這一派主要以道家為代表。

道家老子視生命為一種自然現象，反對人為的厚生、益生說。他說：『天地尚不能久，而況于人乎？』（《老子》二十三章）意謂人類同其他自然物如飄風驟雨一般，不能長久生存下去，生命的終結是一種自然、必然的現象，因此他不贊成刻意地追求長生。他說：『天長地久，天地所以能長且久者，以其外自生，故能長生。』（《老子》七章）『不自生』是說不有意地追求長生，有意識地使身心強壯，反而招來死亡。因此，他認為善於養生的人，應該少私寡欲，見素抱樸，遠離聲色財貨的誘惑。他的結論是『夫唯無以生為者，是賢于貴生。』（《老子》七十五章）意即不有意追求長生，這

比一般只求貴生，益生、厚生的人要高明多了。這種具有自然主義特色，以無為的思維方式反對常識的貴生說，可以稱為『全生觀』。

儒家講生生是一直生，一生的生，一代一代的生。老子的生生是說我們對生太執著，太人為造作，做的太多，保護太過了，所以生生是癡迷熱狂的意思，這和儒家的說法恰好相反。老子認為越想活長久，越活不久長，越想活得好，越活不好。

『全生』一語出自《莊子 養生主》，意請保全生命，不受損害。老子稱『曲則全』（《老子》二十二章），『曲』就養生而言，可以理解為少私寡欲，避免爭強好勝。老子以冷靜的頭腦，觀察分析生死問題，突破傳統天命思神觀的束縛，將人看成是自然的人，並從這一角度深入探討人類的生命法則，其中飽含中國先哲的睿智。莊子承其餘緒，從事物虛消長的過程，觀察人的生死問題，認為『生死為一條』（《莊子 德充符》）進一步要求人們身居人世間，但精神上不受生死禍福的困擾，從好生惡死的情感中擺脫出來，尋求一種寧靜的生活境界，即《莊子 大宗師》中所說的『撻寧』。因他有此主張，這也難怪莊子妻死，他可以鼓盆而歌了。這種面對死亡所抱持的態度，對後來中國人，尤其是士大夫之族，有著深遠的影響。

三、成聖成賢與逍遙自去的對照

儒教的內聖外王就是中國知識份子的宗教，中國哲人非常斬截，不講前生，不講來生，就是這一生，不預留退路；人生所有的美好，我們的可能空間，就是在今生今世。今生今世救人，只有靠什麼？靠政治，靠教育，靠文化。

儒家不死之道在於「生生」，在生生不息。易經始於乾卦而終於未濟卦，八八六十四卦周而復始，說明宇宙是一個永遠不會窮盡的歷程。宇宙的生命沒有起跑線，沒有終點線，它是永恆的，所以說：「天行健，君子以自強不息。」儒家的不死思想，子路問孔子「如何奉事鬼神？」、「敢問死？」，並不是孔子在閃避問題，而是斬釘截鐵說出了答案。他告訴子路要轉移他的關懷重心，不要問死了後會怎樣，要趕快再活著時好好對待你所親愛的家人、朋友，把你所有最好的給

他。這是儒家對死亡很健康的一個態度。人生問題不在死，而在生。臨終關懷也不應該只在臨終，而是終身關懷。如果只在臨終才對他好，那大家都趕快終。

曾子言：「君子任重而道遠，人以為己任，不亦重乎！死而後已，不亦遠乎！」我們的生命是可以承擔的重，千萬不要把生命看成不可承受的輕。現在的青少年太輕率了，都沒有責任感，輕飄飄的在社會中隨波逐流，其實，人越有責任感生命就越重，就越有重心，就會落地生根，這樣生命才不會漫無目的地流落、浮動。

孟子說：「不孝有三，無後為大。」我們問生之前我從哪裡來？死之後我到哪裡去？其實，儒家也有答案。生之前我從祖宗來，死之後往子孫去。我的生命就在我的兒子身上，在我孫子身上，在儒家眼裡看不到死亡，有一點像大隊接力，一棒接一棒，代代相傳，我們的家族永遠在這裡，好像生命的長流、歷史的長流、文化的傳統、家族的綿延，永遠沒有斷過，儒家便是用生生世世來化解人有生必有死這樣的難題，所以整個生命的重心就在今生今世。

儒家認為每一個人都有命，但是可以突破命限，人人皆可以為堯舜，人人都可以成聖成賢。以道家的觀點來看，人生當然很勞累，但人生也可以很逍遙。從我們的有限性出發，從人的軟弱、無依無靠、人的痛苦處出發，找到一條生命提升的「形而上」道路，包容人的有限性，開發精神上的無限。道家最大的改感受就是人生很累，人很累就是因為人有為，想要大有作為，道家稱人為造作，這樣一來人就受到很大的束縛，所以逍遙由就是要消掉有為的累。故王船山說消是「嚮於消」，「遙」是「引而遠」也，「嚮」是人生的方向，即要我們往消解的方向走；就老子言即「為學日益，為道日損」，損就是要消掉有為累。儒家認為人生的問題是因為我們有命有物慾，人雖是有良心，但物慾會把我們的良心往下拉；比如權力慾太強的，名利心太重的，或面對強烈競爭的人，良心往往被拋到一邊，只想到欲求，對儒家而言我們的問題出在我們的物慾；但對道家來說，不是我們的物出問題，而是我們的心出問題，因為我們的心有執著，執著名利、權勢，什麼都想抓住，這個才成為我們的問題，因此道家要消盡有為累，才能遠見無為理，這樣才能逍遙。

儒家肯定道德是人生的最後真實。服喪三年是禮俗的規範；然而，然而人類的生命價值；並不僅在於履行規範，而在於規範背後隱含的道德自覺，唯有通過道德自覺，才可能充分實現生命的價值。迷失的人類，執著地將生命的價值寄託在福報的計較之上。但人事的無常，會使福報無法達到人類預期的希望，為人類帶來無盡的哀痛，因此儒家主張人生的價值應該超脫在世俗的福報上，提升至道德的世界；道德的自覺，道德的實踐才是人生的最高原則，也是作為一個人的絕對價值所在。儒家相信人間的福報，會因人世的無常而不定，但人類的道德自覺永不會失落，因為道德內在於人性之中；求則得之，舍則失之，只要有心追尋，道德就在自覺中呈現。

道家追求自然無為的人生智慧。道德價值是人文世界的產物，是人為的執著；儒家強調道德價值是人性的最高原理，生命的最後真實，以道德為中心，要求人群像它看齊；道家則認定以道德為中心的執著，會壓迫許多人，把沒有能力看齊的人群，逼到痛苦的深淵。道家因此主張解除道德中心的本位理想，讓個人回到個人原本的世界。只要心靈虛靜，對別人沒有要求，沒有期許，不用道德壓迫別人，不用愛心要求別人，那麼每個人就可以回到本來的自我，世界也會重回美好。道家並不否定愛，只是人心的執著會使愛心脫離了原來的純正，反而壓迫了被愛的人，讓被愛的人遭受痛苦，因此道家認為在愛的同時，就該將愛化解，船過水無痕，有人對你面露微笑，或你對他人心存善意，都應當下領會，當下忘記。

四、精神超越與回歸自然對照

儒家的死亡觀點，有種含蓄，有些理性，有點道德，試圖把有限的人生寄託給無限的道德，追求一種精神上的超越。其生死觀永遠是把道德的實踐放在生死問題之上，死有重於泰山，有輕於鴻毛；死為道義奮鬥，死為正義獻身。死在此時此刻成為肉體的毀滅，精神的躍升。捨生取義的岳飛死而無憾設，殺身成仁的文天祥死得其所，鞠躬盡瘁的諸葛亮死得尊嚴、正氣的關公死得凜然。從儒家的思惟中可發現，試著把人類的死亡區分成「有價值的死」與「無價值的死」。有價值的死，死不足懼。用此生命的意義沖毀死亡的焦慮。在死的前提下，想到如何的生。儒者的人生態度是：生時不多睡，死後可長眠。生前無論是學習、從政、

侍奉父母、操持家務、交友、務農等等，都需奮力而為，不可有喘息怠惰觀望的念頭。那高如堤岩的墓，才是人真正的安息之地。人生活中努力的艱辛勞累，才能反襯出人死後靜息的價值。此時，人們不僅以生為幸福，亦能享受死的如釋重負。

儒家過分注重功利的死亡意識，誠然發揮著維護個體人格尊嚴，和維護民族文化統一的精神作用，但其中似乎還缺少什麼。一旦人們把生前的榮譽看得高於一切，勢必就會把死亡視為有條件、有保留的死亡，或者說是自私的死亡。（朱光潛引自黑格爾，1979）學者張三夕引蘇格拉底臨死前申辯的一段話與孔孟先賢的話相比較，有不同的人生哲理對照，也是追求死亡，追求死亡的偉大，也不無功利目的。

「正是由於神明恩待我、照顧我，祂才不僅使我在適當的年齡死去，而且還是用最容易的方法。因為，如果我現在被判罪，很明顯，那些判處我的人會讓我考慮一種最容易的、使朋友最少感到痛苦、使死者最多被懷念的方式來結束我的生命。」當一個人不給朋友的心上留下任何可恥和不愉快的回憶、在身體還保持著健康、心靈還能表現友愛的時候就安靜的死去，這樣的人又怎能不被懷念呢？孔子希望死後自己名聲得到稱頌，蘇格拉底渴望死後自己的行為被人們懷念，蘇格拉底表現了死亡的平靜感，孔夫子表現了喘不過氣的沉重感，然而他們都死得很偉大，都是歷史客觀的存在，分別代表不同的文化傳統。

道家的思想是以「自然」為本位，側重由「自然」觀「人」，故而反對任何加諸於自然現象中的刻意有為，從而也反對儒家所賦予人之「生」與「死」的意義與價值，而主張「回歸自然」、「順應自然」。道家認為人既是來自於自然，也就應當順應自然，不必「悅生」，也不必「惡死」。能夠超然於「悅生」、「惡死」的情意執著之外，人才能獲得心靈的自由，而逍遙於人生之中。在某種意義來說，大師們提供了「無形」的道—像老子說的，「道」是無名、無形的，當「道是可以說出來的，那就不是道了」。如果放在我們的生命觀點來看，老莊提供了「生命的態度」—我們如何俯視我們整體生命，而不是站在功能論的立場瑣碎的處理問題。人對自己生命的態度並不是科學關心的主題，人是透過經驗來關心自己的

生命。

在表現於對死的態度上，中國的道者說：「處喪以哀，無問其禮矣。禮者，世俗之所為也；真者，所以受於天也，自然不可易也。故聖人法天貴真，不拘於俗。愚者反此，不能法天而恤於人，不知貴真，碌碌而受變於俗，故不足。」(莊子魚父)。很顯明的告訴我們：親人逝世了，我們覺得傷心就是愛的表現。形式上的喪禮是凡夫俗子所做的事。悲傷是真的，從天性表現出來的，不能改變的。有知識見解的人，注重真心而不在乎形式。愚昧的人恰好相反，為了形式而忙來忙去，加重了自己的負擔，還覺得心理不能滿足，於是越弄越熱鬧了。

五、人際和諧與個體自由

儒家所謂的「道德」與道家所謂的「道德」並不相同。道家所謂的「道德」是師法「自然」，生命本身的存在就是目的，側重的是對個人存在的關懷，追求的是個人的自由；然而，儒家所謂的「道德」，親親有等差，是就「人倫」而言，側重的是對社會整合的維繫，追求的是人際的和諧，孟子滕文公上說：「使契為司徒，教以人倫，父子有親，君臣有義，夫婦有別，長幼有序，朋友有信」。這是教人處於社會中，父子、君臣、夫婦、兄弟、朋友之間的關係應如何相處的道理。也就是說五倫是人類平常應該履行的正當行為。因此，若依儒家的「道德」觀而行，處處要求己立立人，己達達人，即可能會使人為維繫社會的和諧而不惜犧牲個人的生命；但是若依道家的「道德」觀而行，則可能會使人為保護其存在自由而與社會疏離。

相較於道家《老子》視「道」為絕對真理，而以「道」為人認知學習的對象；儒家孔子則視「禮」為絕對真理，而以「禮」為人的認知對象，強調：「不學禮，無以立」(《論語·季氏》)。然而儒家也不否認人的個性之中，有道德本性，也有人欲私情，故可為善，亦可為惡，彼消我長。因此，儒家也十分重視禮教對於導正人心以彰顯德性的影響，故而強調人應遵行禮教，排除私情人欲的遮蔽，以實

現本然德性，如《禮記·曲禮》中所言：「道德仁義，非禮不成」。然而道家莊子提示我們修養的功夫，叫做「心齋」。讓你的心像齋戒一樣「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。」（《莊子·人間世》），去掉油污塵垢，保持虛靈澄靜，去映照紛雜的宇宙人生現象。

很顯然的，在寡國小民的時空背景裡，生活只圖溫飽，不受是非之鍊的糾纏。從心上所生的東西，只有從心上去除。從心做工夫，消解情欲與成見。然而在人口日益膨脹的現代社會中，現代人的煩苦，很少是由於生存的必要，大都是吃飽穿暖之後，無限膨脹的情欲與虛妄的成見所製造而來，這種由人們心中所自生的煩苦最難解脫，非「禮」能成。所以儒家的「禮」，是社會人心治標的速效錠；道家的「心齋」是難熬卻可治本的救命丹。

六、精神不朽與死而不亡

儒、道兩家的生死學雖然各有所重而相逕庭，但是仍有相互會通之處而值得我們注意與借鏡。首先，就兩家對「生」的立場而言。雖然儒家從「人」觀「生」的角度與道家從「自然」觀「生」的角度有別；但是兩家不僅是同樣地採取了「由生觀死」的進路，而且對於「生」的肯定也無不同。換言之，兩家都肯定人應珍惜人的自然生命，也應維護自然生命的不受損傷。其次，就兩家對「長生」的立場而言。雖然儒家重視的是「精神不朽」，而道家重視的則是身心兼顧的「死而不亡」。但是，兩家之欲「超越死亡」的心態與期許卻無二致。雖然就「有生，必有死」的觀點來看，人既然是受自然規律所限的生物，人就不可能「永生、不死」。然而，人之所以會提出「超越死亡」的主張，一方面是反映了人為化解人對「死亡」之恐懼而作的努力，另一方面也是反映了人不斷在尋求「自我超越」的本質特徵。所以，人縱使在現實生命上無法作到「超越死亡」，但是人卻可以因著「超越死亡」的意念而克服了人對「死亡」的恐懼，進而為「人生」創造出它特有的意義與價值。所以，就儒、道兩家之生死學的相異處來看，正好是提供了我們在面對「生」與「死」時兩種可資參考的依據；若就儒、道兩家之生死學

的相通處來看，我們也可以從中體會到人對「生」的肯定，進而尊重他人的生命，也同樣地珍惜自己的生命。比較柏拉圖和伊比鳩魯這兩位希臘哲學家對死亡不同的觀點。柏拉圖重視永恆不變的事物，輕視變動易毀的肉體和感覺，故主張靈魂不朽，而死亡不過是靈魂擺脫肉體的監牢，進入永恆美善的真理世界中。伊比鳩魯反而以感覺為善的判斷標準，感覺不到的東西根本不必害怕，當我活著的時候，我感受不到死亡，當死亡來臨時，我已消失不再有感，那又何必害怕死亡？所以死亡對我們來說根本是不存在的一回事。這兩位哲學家的觀點恰好和儒家、道家的死亡觀有著異曲同工之妙，前者追求精神、靈魂的不朽，後者視為自然，死而不亡，因為已毫無知覺。從上述的觀點，可以很清楚的看出不論中西方思想均試圖說服人們對死亡的恐懼性。在〈合理性和死亡的恐懼〉一文中，穆菲（Murphy）援引大哲學家史賓諾莎對死亡的思考，認為我們應該對死亡抱持合理恐懼的心態，不合理的恐懼則妨礙我們正常的人生。理解死亡的合理恐懼將幫助我們達到真正的解放和自由。

儒、道諸家的死亡觀都具有人生或價值的意義；都對人生的死亡觀持一種自然、達觀的態度；從死亡這一角度反映他們各自的思想主張和精神旨趣；都注重把生與死密切地聯繫來觀解死亡問題；都對我們現代中國人理解死亡、把握死亡、形成自己的生死觀具有不同程度、不同方面的啟發教育意義。

從儒、道兩家死亡觀的相異處看，儒家觀死，死中見禮；道家觀死，死中見道。儒家之死，死得有禮，死要文明，其死也安，其死也正；道家之死，死得自然，其死也物化。儒家死而不休，死的是形體，不死的是道德精神；道家"死而不亡"，死的是個體生命的有限性，不死的是群體生命，宇宙大全的無限性，死是自然之氣散，不亡是大道的永存。儒尊鬼神，敬鬼神而遠之；道家無鬼神，鬼神亦自然，其鬼不神。總之，儒家死亡觀是倫理學意義上的死亡觀；道家死亡觀是死亡的形而上學具有世界觀或本體論的意義。

綜上所述，筆者將儒家與道家的生死觀點，分別整理如下：

（一）儒家的死亡觀：

1、人們應重視生的問題對死不必太過深究。

- 2、崇高的道德，偉大的理想重於人的生命價值、人們為其實現可以也應該勇於赴死。
- 3、人生前要努力於事業的開拓，「死」是人最好的安息之所。
- 4、儒學所主張的是一套利生、樂生的生命哲學，把對生命不朽的追求落實在現世此生，落實在家國族體的綿續不絕中。
- 5、儒家視生命個體在群體中由崇拜祖先、孝敬父母和生養後代中而得到不朽。以群體為單位的長存不朽，個體只有消溶其中，與之生生不息。
- 6、以禮治生死，厚葬隆喪、三年之喪等。功利主義的生死之論與喪祭之禮（厚葬隆喪），有著禮教吃人的仁義道德。
- 7、生先於死，生的問題重於或高於死的問題，且從價值論上考慮死的意義，要死得其所，死的有價值，可說是現實人生的功利主義的死亡觀。
- 8、把「仁」提升為死亡的目的追求和價值準則，謹慎的對待死亡，培養死亡的偉大感。
- 9、儒家重「德」，個人方面強調「德性我」，對世界則採努力「化成」的態度。（勞思光）

（二）道家的死亡觀：

- 1、人類由生而之死，猶如春夏秋冬的更替一樣，是自然而然的，因此，人們不必為生而喜，亦不必為死而悲，應平靜的生，也坦然的死。
- 2、人應活夠大自然給予自己的生命時限，避免「早夭」，這就需要「保生」（用吐納氣功、心性養煉等術保養生命）和「全身」（不問世事，擺脫人際關係，不管任何變化，以使「身」不受任何外物外界的傷害）。
- 3、在變化萬端的世界之外，有一永恆的「道」，人們若在精神上與之合為一體，那麼就能超越生死，齊同生死，死而不亡。（鄭曉江，1994）
- 4、老子的宇宙、生命哲學的基本觀點就是退回本源，以使生命長久，這便是他的「根深固柢，長生久視」
- 5、莊子更徹底的回歸渾沌，以完全的相對主義消溶生與死的區分，物與我的分界，在與自然的合一中達到永恆（郭于華，1994）
- 6、道家的生命思想重在全生避死、培養柔弱、不爭的性格。使民重死而不遠徙，安其居、樂其業。

- 7、道家（莊子）對待死亡生死如一的情感態度與儒家相反，儒家透過喪事悲哀原則，發展哭的藝術；道家以快樂歌唱取代儒家的哭哭啼啼。(張三夕,1994)
- 8、以「道」做為其生死觀的基礎，人超越生命有限性的唯一方法就是回歸生命的本真，與道合一，將死亡視為物化。
- 9、道家主張「無為」，強調「情意我」，對世界採「觀賞」的態度，境界的營造是生命的情趣。



表三 儒、道家生死觀列表比較

生死觀	儒家	道家
共同目的	超越生死、實現不朽	超越生死、實現不朽
出發論點	務實的理性主義出發 (經驗中的事務)	非理性的玄虛之路出發 (超驗的存在)
精神昇華	抑制慾望	抑制慾望 (反對禁慾、絕慾、主張節慾)
最高境界	生生之仁	不死不生
世俗距離	入世而斥出世	非離世而是游世、超世
對死亡看法	以死為安 (入土為安)	生為暫來，死為暫往
人生的困擾何來	在於物 (物慾、物累)	在於心 (心知、心執)
對心的看法	心可以創造	心會扭曲人家
死亡應對態度	人死應該盡哀	人死是自然現象，別大驚小怪
葬法	莊嚴隆重	不浪費不麻煩的葬法、火葬
超克死亡的智慧之道	孔子絕四：毋意、毋必、毋固，毋我	老子：吾所以有大患者，為吾有身；及吾無身、吾有何患 莊子：至人無己，神人無功、聖人無名
生命哲學	群體的 (家國族類生命之流合)	個體生命的 (養生、全生、肉體成仙)
共同基點	生生不已	生生不已
生死互滲	殺身成仁	生死齊一
超自然宗教	存而不論	存而不論
倡導	世俗人倫道德	自然無為
人性	大多人性向善 荀子 (性惡)	人性本真

人生使命	仁智雙修	養生、衛生、生命機體的養護
時代背景	政治動盪、社會混亂、文化危機	政治動盪、社會混亂、文化危機
重視	人與人的和諧，群體生活的安頓	人與自然的和諧，道的體現
原始自然的生命本質	孔子稱「質」、孟子稱「赤子」	老子稱「樸」、莊子以「渾沌」表示
對生的立場	由人觀生	由自然觀生
對長生的立場	精神不朽	死而不亡
對自殺或他殺的看法	為道德而自殺 孔子：殺身成仁 孟子：捨身取義 荀子：不避義死	無以人滅天 無以故滅命
對安樂死的看法	反對（重生、勸生、不殺生）	贊成（消極安樂死）
對安樂活的看法	贊成	不贊成
對複製人的看法	反對（講究人倫）	反對（不以人助天）

資料來源：研究者自行歸納整理

第二節 儒道互滲的義締與時代意義

一、儒道生死互滲的義締

在中國傳統文化結構中，人們常說“儒道互補”，也就是說儒家入世，道家出世，各有特色，可以互相補充。因此「儒道互補」是中國哲學史上一個向來存在的課題，不僅表現在中國知識份子的生活行徑中，也表現在儒道兩家各自哲學體系的建構中，因此儒道互補可說是學界流行已久的觀念，但是它的意義卻眾說紛紜莫衷一是，其中亦不少稀奇可怪之論，不過歸納其論點可發現一明顯傾向，就是將它當成做一種折衷或調和，例如有人說儒家重人文，道家重自然，儒道互補就是不偏人文或自然；也有人說儒家是講人道，道家是講天道，兩者相互彌補就能天人合一；更有人說儒家是倫理本位，道家重藝術情趣，儒道互補既美且善；如果從生活態度上的調和來說，儒家是積極入世，道家是消極避世，所以得志的

時候就是自強不息的儒者，不得志的時候只好歸回田園去做道家，這也算是儒道互補。

儒家偏人類中心主義，道家偏自然中心主義，這種粗略簡單的劃分一度非常流行，好像我們時常看到中外思想間的對比和歸屬。惟儒道互補並不是在儒道之外建立一個非儒非道、亦儒亦道的綜合論，而當是指在儒道相互的交談對話中，藉由彼此的挑戰以喚醒自我潛在的義理，並在有效的回應與自我檢視下，補足以往的不充分並圓滿自我。否則，如果只是執著於儒家的勞其筋骨、任重道遠而不知道以道家虛靜自然的智慧來舒緩調節，則生命未免過於勞苦壯烈，同樣地，如果僅僅醉心於無為知足中，而不思求進取化成的擔當，這種生命無疑地陷入透靡不振，散漫無目標的深淵。由此可見沒有儒家就不能對比出道家的價值，沒有道家思想亦無法玉成儒家的功德（陳德和，2002）。

有學者將儒道互補看成是「以儒濟道，以道護儒」，但何以儒為，何以道為則完全取決於生活世界中主觀意願和客觀情勢的遇合。亦有學者如朱建民先生即認為儒家既非人類中心亦非自然中心，而是兼有兩者的傾向而以「仁心推恩」為本質之獨樹一格的「人類優先主義者」。因此，經由不斷地討論和質疑，發現很難將儒道兩家對號入座，且了解儒道還是有其個別的殊勝在，也未必全然能相互互補，在建構與消融間除了相互配當、一起合作外、彼此提醒外，更應有相互激盪的互滲關係，而非一味的自我吹噓互補之後的圓滿與假相。

向來傳統以儒家與道家思想為主軸的先賢長輩，都相信也多半欣賞儒家的淑世精神，在功成名就的同時，也能達到個人自我實現的目標，也就是說自我與群體社會是相互需要而互補共榮的。從個人到家庭，從家庭到社會，從社會到政治可謂一脈相承。然而，先賢長輩們也體認自覺容易覺人難，人若不與我同調，群體生活就難以盡如己意。所以人需學習儒家的英雄豪情，也需具有道家的隱士風格。從外在生活儉約淡泊做起，卻又能夠不忘孕育心靈的豐富與樂趣。從他們的經驗中常可以體會到「忘了我是誰」，而之所以「忘我」是為求忘卻世間特定角色、地位、人際關係的我；忘了這個「我」就能呈現真正的「我」。

除上所言，我們亦可從和諧與發展的關係來肯定儒道互滲的實踐，安定中求發展，發展中求穩定。蓋自然環境乃是動態的平衡，亦即在動態中有其發展，平衡中則有其和諧，因此我們不能只為發展而犧牲和諧，亦不得但求和協而放棄發展，和諧與發展有時是件兩難，我們當認真考量，若是和諧遭破壞乃是無法修復或是必須付出更高的代價才能善了時，則寧可保住和諧而放棄發展。相反的，如果發展是順天應地又不可拖延時，則為了發展而失去和諧也是值得的。過往以來對大自然的不珍惜而對它造成的損失，我們不能消極的期待它自我康復，而要以人為的努力來挽救，但所謂的努力必須是一種付出與改造。有時應表現在無為和默許上，前者猶如儒家的建構，後者則像道家的包容。儒道彈性運用不可專斷和偏廢。

我們反觀現代世上流行兩類生死觀：一是人們只為此生而活，不管死後如何；二是人們為來生而活，唯死後不朽是求。前者以生與死無法溝通為人生觀建構的基點，認為生前的享受對人之生命才是有意義的，死後的餘榮對死者而言又有何意義？所以，只要把握此生此世的時光，唯活著時的充實和享樂是求，即使因此遺臭萬年亦無不可。後者，以生和死的溝通是可互滲的，生前的作為可以留於死後，死後的狀態對生者亦有極大的意義與價值，有此認知，還能不快點確立人生奮鬥的目標嗎？

奉行楊朱「且趣當生，奚遑死後」之生死觀者，把人生的全部內蘊集中在物慾的滿足上，全部精力皆放在物質性的生存狀況上，一心去追求更多的擁有和消費。可是當他們偶爾想到人也會死時，他們必然特別焦慮；由當死神降臨時，他們也一定特別的恐懼。因為生對其而言就是擁有，就是享樂，而死則是徹底的喪失，徹底的沒有享受，如此狀態怎不使他們撕心裂肺，痛苦萬分？然而現實人生的情況是，人能夠真正擁有的東西決然不可能完全滿足人的物慾，因為人之欲望是無窮的，而現實條件是有限的，比如人在三餐無法溫飽的狀況下固然痛苦；而生在豪門權貴，似乎什麼都不缺，其痛苦仍然多多，甚至絲毫不少於乞丐們。

如果我們能真正理解並體會到人不僅僅有物質性立、生理性、現實性的層面，更有精神性、心理性和超越性的一面，那麼就可以察覺生與死是可以溝通的，

生和死的本質是互滲的。所謂超越死亡，就鄭曉江而言他提出三點：第一、人們在面對人生時，能夠坦然地面對死亡，在心理上不畏懼死、不害怕死，從而享有生的歡欣和死的尊嚴。第二、人們可以正常地深思有關死亡的各類問題，為面對他人（如並患者和自己的親人），尤其是自我生命的終點做好心理與生理上的準備。第三、人們可以把對死亡的認識轉化為人之生活過程與生命進程的動力，將死亡觀轉化為規劃人生的資源和促進人生發展的動力機制，從而既幸福的生，亦坦然地死，最後則能超越死亡，獲得生命的永生與不朽。因此，超越死亡絕非指人肉體上永恆不朽，長生不死，這絕不可能的。更確切的說法是要能生死對話才夠格超越死亡。

二、環繞儒道生命思想的時代省思

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。雖然生命教育並不在九年一貫課程的七大領域與六大議題之中，但實施生命教育，將生命教育融入各科教學卻是絕對的必要。就教育廳於民國八十七年所公佈的「中等學校生命教育實施計畫」中明訂了生命教育的目標在於：

- 一、 輔導學生認識生命的意義，進而尊重生命，熱愛生命、豐富生命的內涵。
- 二、 輔導學生認識自我，建立自我信念，進而發展潛能，實現自我。
- 三、 增進人際關係技巧，提升對人的關懷。
- 四、 協助學生建立正確人生觀，陶冶健全的人格。

由上述的四項目標來看，可以發現生命教育主要目標在於輔導學生認識、尊重並熱愛生命，並由「自我」的認識推展至「人我」關係的建立與關懷，最後則希望學生能建立正確的人生觀與發展健全人格。此與儒家教人力爭上游，對社會做更多的回饋，讓生命發光發熱，讓生命充滿希望，十分契合。所觀照的重點在於倫理與道德，並偏向從人生的光明面來探討生命。除

了讓學生了解「爭生」，更必須「安命」，才不會搞錯方向。無人可以不獲別人之助而可以生存，因此求助於人並不可恥，但「受恩不忘報」才是做人之道。儒家群己關係的探討，定於選擇是否良善，並決定生命是否多采多姿、豐富幸福。現今青少年「只要我喜歡有什麼不可以」或「跟著感覺走」，在自尊與人際關係的實踐上，的確需要更多儒家人際網路的調適。

「爭生」大於「安命」是生命教育推動永存的障礙，教育始終為產業侍臣，大部分人似乎從來沒有好好想過這個問題，相信有了金錢地位，就有了成功人生，於是他們拜金。更嚴重的問題是，整個社會從家庭、學校到媒體，不但不提供任何機會或機制讓社會成員去思考這個問題，而且，現代科技與物質文明亦挾其消費主義與享樂主義的強勢力量，頭也不回地催迫著人們奔馳於「向錢看」的路途上。於是求學的路上「資優班」、「高學測」成為家長關注的焦點。

反過來看，除求學外，從一個人的生命實踐，也大概可以推敲出他有怎樣的人生哲學。拜金主義者不是不知道仁義道德為何物，只是在他的人生天秤上，後者不值幾文錢。後者為何不值幾文錢呢？因為他相信金錢是獲得身份、地位、權力，亦即人生一切滿足的通衢大道。問題是，身份、地位、財富與權力真的能保證幸福與成功的人生嗎？人生的完全滿足真的就在於擁有這些生不帶來死不帶去的事物嗎？這個問題值得三思再三思，而答案恐怕不是理所當然的。彭明輝教授曾為文詳細討論這個問題，在他看來，「一個人在權勢、名利與地位的追逐上愈成功，往往在人生智慧與善意的累積上愈貧乏」，結果則是距離幸福人生愈行愈遠，所以學校褒揚學生的嘉言懿行應更甚於學業優良。

古人說，人無遠慮，必有近憂。在一個急功近利的社會裡，人們就是犯了這個毛病而不自知。這個毛病會是一種惡性循環：人愈不注意生命目標的確立與價值觀的內化，社會就愈混亂。儒道二家亦是興起於政治動盪、社會混亂、文化危機的時代背景裡，對此有深刻的體認。觀之現代社會，我們只是重蹈覆轍，甚至有過之而無不及，社會愈混亂，人們要花在收爛攤子的資源與時間就愈多。資源與時間愈花在收爛攤子上面亡羊補牢，就愈沒有時間去做那些「不急迫，但很重要的」的事情，例如有關生命目標的確立與價值觀內化的教育工作。而這些重要

而不急迫的事情愈不受到注意，人心的迷失以及由之而形成的社會混亂便愈不知伊於胡底，道家寡國小民的根源不無道理，給出生命的單純。



第五章 儒、道生死觀對國小生命教育的啟示與應用

生命教育是教育的核心課題，國民小學又是人格發展的關鍵時期，因此小學階段的生命教育非常重要。我們有必要在兒童時期便開始實施生命教育相關教育，讓兒童對於生命的重要課題，以及生活與生命的本質有較深刻的體認，以便人與自己、人與他人、人與環境、人與自然、人與宇宙能和諧相處、共榮發展，進而使學生能在生理、心理、社會、精神等方面有健全而完整的發展、過幸福美好的人生。可惜目前中小學生的生命常常被壓縮至國、自、英、數、理等學科分數與升學之中，使甚多學生對自己存在的意義與價值都產生懷疑，更遑論教育理想的達成，因而衍生諸多社會問題，使全民付出代價。在另一方面，國小生命教育仍屬初步發展階段，因此不論在政策、師資、課程、教材與教法等方面猶待努力規劃、適當推展，以下藉儒、道生死觀對國小生命教育實施現況提出看法：

第一節 儒、道生死觀對生命教育的啟示

如果將思想比喻為樹，習性比喻為果子，那麼我們繼承的傳統思想可說是一棵超大的樹，結實累累。耶穌說：「凡好樹都結好果子，唯獨壞樹結壞果子。」有人質疑我們繼承的傳統儒、道思想大概不是一棵好樹，否則怎麼會讓國人產生那麼多不良的習性呢？數千年的優良傳統，為何脆弱得禁不起西風一吹？從上述章節的探討，似乎也難以看出我們傳統儒、道是一棵不好的大樹。或許好樹結的好果子也可能因蟲蛀而成了壞果子。儒者的思想認為：愛必須依照親疏遠近的等級順序去表現才正確。也就是說，自己的父母子女、親戚朋友，愛夠了，才可以把剩下來的愛再去愛別人。「親親之殺，尊賢之等，禮所生也。」《中庸》第二十章。孔子說：「愛親人有等差，敬賢人有等級，禮節就是由此產生的。」就是說明這個道理。（施嘉信，1991）

禮教就是根據這種等級差別的精神，逐漸演化而來的。然而出自於等級差別的禮教如過分的演繹下去，有可能為了一己之私，要提升自己的愛心相當困難。

又如楊朱提倡存我，無非是希望能夠喚醒中國人在面對著強權時，給愛自己的天性一些武裝的意志。可惜在楊氏為我，是無君也，是禽獸的謾罵聲中，楊朱的希望破滅了。一位真正愛人民的道者，反而被人認為是提倡自私自利的鼻祖，實在悲哀。莊萬壽先生在新譯列子讀本第四十五頁這樣說：「至樂是楊朱篇獨有的思想，然而就全篇的內容分析，大半主張至樂恣慾的人生觀，與楊朱全性保真，不以物累形的原來面貌迥異，大概是魏晉曲解楊朱為我之說而編寫的，做為當時豪族巨室荒淫、頹廢生活的理論依據。」可見在多元化的現代社會，每一思想或每一個觀念，都有可以做為生活的標竿或信服的依據，見賢思齊見不賢內自省，在結實纍纍的果樹上，端看你如何取捨，去蕪存菁。

一、推開生命教育的絆腳石

(一) 去政策化：學校團體雖不如家庭般親密，但卻持久可靠，使人產生歸屬感，學生在被團體接納，被需要的時候，才會覺得自己的重要；並且，在團體裡，生命中的不完整得以宣洩、寄情。因此，學校在推行生命教育時，不能僅以政策執行，政策的推行易表面化、泡沫化，乃至無疾而終。唯有動之以情，將生命教育落實在教學或生活輔導間，潛移默化於學生心底，才能健全其良好生命態度。須知，儒家給我們的啟示，禮教如違背人性自發的原則，變會替自己種下崩潰的命運。

(二) 去齊一化：黨化教育的年代裡，整軍備戰是革命的基本動作，不允許兒女情愁，不需要獨立思辨，只要服從聽命，就是最好的管理。加上社會的變遷，工業革命帶來社會衝擊，改變社會結構及校園生態，在一切講求效率的同時，將學生規格化，而不計較學生間的個別差異，整齊劃一的校服要求，學生無法對天氣做判斷，無形中喪失生活的自主能力。校園中整齊劃一的大王椰子數，千篇一律的榕樹，實在引不起學生對物種探索求知慾望，更甬論人際相處，自我省思的能力培養。教育行政者如能在校園規劃，對生物多樣性加以考量，豐富的物種必能引起學生興趣，進而瞭解、實踐對生命的尊重。

(三) 去功利化：生命中重要的是生活而非成績，是過程而非結果，唯智的功利主義，欠缺社會關懷與社會正義。但是在社會競爭的窄門下又不得不如此，教師唯有鼓勵學生一能戰勝別人是英雄，但如能戰勝自己更是聖賢。別在功利的排行中，喪失了自我。

(四)去物質化：人不能兩視而明，耳不能兩聽而聰，隨著物質生活的富裕，人們的生活物化了，五色令人盲，五音令人亂，精神生活籠罩一層陰影，在疏離感日增，超物質化的社會中，學校不能隨波逐流，必須協助學生破除生命中的盲點，對物看輕，對事執著，方能活出生命的真趣。

(五)去工具化：傳統教育信念偏重生命之功能性價值，忽略意義性價值，教育成為謀求生活的工具，欠缺生命意義的探索與潛能的開發。

二、 吸收儒、道生命信念的資糧

林安梧(1996)將生命一詞做這樣的釋義，「生」是創造，「命」是限制，「生命」是在限制中創造，也因其創造必在一具體化的過程中有所限制。相對來說「教育」一詞我們可以做這樣的釋義，「教」是引導，「育」是養成，「教育」是由引導而養成。換言之，教育並不只是自然的生長，教育更是一種自覺的參與，教育是「自然」與「自覺」的和合為用；然而自覺是必須落在文化教養的傳統中去彰顯的，光禿禿的人本是不足的，不夠的，不能的。失去了傳統的場域，忽略了心靈的積澱，只是光禿禿的人本，便流於「質勝文則野」。這非生命教育的蘊含，恰當的說，生命教育的後盾要以「人文」為基礎，是在人的文化傳統中經由其陶養而成的，因為教育並不是教你無所懼，而是要你知所戒慎恐懼，並因之轉化為「敬畏」知情，並因之有所成全。此亦是本文作者為何要踏尋前人足跡，尋求中華文化禁得起考驗的儒、道思想作為生命教育推動時的信念依據。

甚且，我們將發現所謂「生命教育」其實是無所不在的，因為「教育」必不離生命，而「生命」亦必得經由教育方得恰當的開展。這也就是說，我們實不宜將「生命教育」當成一專業的教育，而應視之為一「教育的方向」與「教育的本懷」或「教育的初衷」來理解。話說回來，之所以要強調「生命教育」其實就是因為長久以來，我們的教育多少悖離了「生命」原則，未恰當的重視人存在的限制，因此也未進入到存有的根源去開啟創造之能。更具體的現象，現今青少年不知愛惜自己的生命，而沉溺於電玩、網咖、毒品……，在一連串低俗化中，放蕩自我、流失自己，生命就在耗損中，逐漸走向衰頹敗亡。這便是對生命的無畏與

無謂，生命不能不經由「畏」而「敬」，不能不經由「敬」而達到「生生之德」、「一體之仁」。

生命教育應始於生命的真實面對，一種能回到自家生命，有所畏懼的面對。資本主義的現代化歷程，正是人類文明大大的發展，同時也是大大的遮蔽，人門產生了無數的語言文字符號系統，一方面開啟前所未有的「文明」，但亦產生了前所未有的「文弊」，一切存在事務都朝向於消費的傳遞性格，生命看似在生長，經濟看似在成長，其實，總的來說，人類是在一能量耗損過程中，德行亦在衰頹中。唯有重視人的有限性，重視「身」，讓「身」來調劑「心」，才不會「嘴飽目餓」。道家教我們「虛其心、實其腹」、「弱其志、強其骨」，在此有限的薪盡火傳的過程中去體會、實踐無限的可能。儒家也看出人性的本質在於「心」，心能感通周圍的人，由近及遠，從家庭到人類，隨之產生「安不安」與「忍不忍」的感受。綜上所述，儒家、道家思想所傳遞的信息力量將是生命成長的重要資糧。

儒家的諸多生命成長資糧就其本質而言，積極而進取，對於生命教育的啟發與應用，也較符合我們傳統社會價值觀，有耳濡目染的浸淫功效。然而道家的思想與觀念欲應用在教育現場上，對生命有所啟發，可能必須經過一番轉化的功夫。在此，先對前面章節所提到的一些觀念（道、平等心、無為、心齋），藉著故事或案例的補充能對道家的生命觀有更深入的感悟。

（一）道

在國小生命教育的運用上，筆者認為上述有關道的思想要解釋可能不是那麼容易，在此先舉一案例間接的來說明「道」：

古時候，有一位少年，母親已經七、八十歲，很老了。他結婚之後，母親因為年紀大，吃東西也吃不動，走路也不行了，什麼事情都要人幫忙照顧，身體也不好。他就很討厭他的母親。有一天，他和母親說：「媽媽！我帶妳去山上！」就背著他母親，經過一個樹林，他母親就拿著樹枝一路做記號——走一段路，就放一枝。這個兒子把母親背到很遠的深山裏，天快暗了，他很心狠，就說：「媽媽！妳很老了，我養妳不起，妳年紀又那麼大，我把妳放在這裏，我要回去了！」他的母親說：「孩子啊！天快暗了，你把我帶來這裏這麼遠，我怕你回去找不到路，我一路上幫你做記號，你就知道路回去了！」

父母疼孩子的心如此，明知道這個孩子如此不孝，不願意奉養她，還一路做記號，怕他兒子找不到路回去。他兒子受感動，就把母親背了回去。我們世間上有一句話——「父母愛兒長江水，兒愛父母不如一根扁擔長。」為人長輩者，都會有同感。

兒女孝順父母都是有限的，不像父母疼孩子一生一世。兒子都七、八十歲了，還當他是幼兒一般，怕他寒、怕他餓，很煩惱。有的老人會怨歎：「我都七老八十了，兒子都不孝順我！」愈想心愈煩，身體又不好，愈想愈難過，愈想愈煩惱。其實，我們人和人之間，二個人之間就有一個「道」，「道」就是我們要走的道路。像父親和兒子之間，就有「父子道」，兄弟之間就有「悌道」，出家人和在家居士之間也有「道」。一個人在儒家看來，都是網絡裡面的人。儒家看到一個人出現的時候，如果他是男的，儒家不會說，「看！一個男人。」他看到男人會說：「這是誰的兒子，誰的兄弟，誰的丈夫，誰的父親」。在道的網絡裡，儒家通過父子之倫彰顯了父子的關係，但父子關係太嚴正時，卻會抹煞父子間的親切融合，難道父子不能像兄弟朋友一樣的相知有愛嗎？所以老子採取一種負面的看法。當儒家說是溝通時，老子說是障隔；當儒家說是彰顯時，他說是遮蔽。

什麼叫做「道可道，非常道」呢？我們先說道，道即「形而上者為之道」，意指能使我們的生命精神不斷地往上提升的就叫做道。此正與「形而下者謂之器」相對而言。它不僅教我們成就自己，更要我們帶領所有的人成就他們自己，而且是往上不斷超拔飛昇的成就，讓生命更開闊、更高明。因此，「道」是向上的價值之路，是讓每一個人都完美的路。從我通向世界人群，是在人我之間開出來的一條道路。但是，我們做人要「盡道」，不要「討道」。

「討道」就是向對方討這個道理。例如，父母要盡「慈道」，不要向兒女討「孝順道」，因為你如果討不到，就會起煩惱。兒女自己要盡「孝順道」，不要向父母討要對他好的「道」。同樣的，出家人盡出家人的「道」——誦經、修行，不能向居士討供養、化緣；要不到，就會起煩惱。居士就是盡本份護持三寶，不能要求出家人——你要為我說法，你要做好出家人的本份。只能盡自己的「道」，不能討對方的「道」。每個人盡自己的「道」，這個世界就沒有煩惱、沒有戰爭。

(二) 平等心

在美國，有位白人婦女帶著6歲大的兒子出遠門，找來了計程車，司機是位黑人。這6歲的兒子從未見過黑人，心中非常的害怕，就問媽媽：「這人是不是壞人，為什麼會長得黑嚕嚕？」黑人司機聽了很難過，此時白人婦女告訴兒子：「這位司機叔叔，不是壞人，他是一個很好的人。」兒子沈默半晌再問道：「既然他不是壞人，那他是不是做了什麼壞事，所以天母在懲罰他？」黑人聽了淚水在眼眶中打轉，他很想知道這白人婦女怎樣回答？媽媽說：「他是個很好的人，也沒有做壞事。咱們家花園裏的花，有紅、有白、有黃...是不是？」「是啊！是啊！」「那花的種子是不是都黑色的？」孩子想了一下，「對啊！都是黑的。」「黑色的種子，開出色彩鮮美的花朵，讓這世界多采多姿，是不是？」「是啊！」孩子恍然大悟地說：「那司機叔叔不是壞人嘍！感謝司機叔叔，您讓這世界多采多姿，我要為您祈禱。」

天真的孩子在一旁禱告著，黑人司機的淚水奪眶而下，心裏想：「身為黑人被世人瞧不起，今日，這位白人婦女如此溫婉地教導孩子，解除孩子心中對我的恐懼，為我祈禱與祝福。真得好好的謝謝她。」此時，目的地到了，黑人司機趕緊下車為白人母子開車門，感激的說：「夫人，謝謝您，您的一席話讓我的人生充滿光明希望，不再晦暗。夫人，謝謝您！」很美麗的女子，是不是？這是發生在美國的真實故事。第一次聽到時，深深憾醒沈睡的心，淚水不禁地落下。不止一次的讚嘆這位美麗的女子那高度智慧的言語，教導孩子不要有分別心的同時，更溫暖了傷痕纍纍的心。反觀，這故事如果發生在台灣人的身上，結局是否還會如此令人感動呢？

(三) 無為

無為教育案例一

在一個陽光明媚的星期天，聰慧的女孩貝依給媽媽寫了一張帳單：「貝依幫媽媽到超商買牛奶，媽媽應付10元；貝依自己起床摺被，媽媽應付10元；貝依是一個聽話的孩子媽媽應付10元；合計共30元。」貝依寫完後，把紙條壓在餐桌上，便上床睡午覺了。忙的滿頭大汗的媽媽看到了這張紙條後，只是寬容地笑

了笑，隨即在上面添了幾行字，放回了貝依的枕邊。醒來的貝依，看到了這樣的一張帳單：「媽媽含辛茹苦地撫養貝依，貝依應付 0 元；媽媽教導貝依唱歌，貝依應付 0 元；媽媽以後將繼續為貝依奉獻，貝依應付 0 元；合計 0 元」這張紙條，至今仍被貝依珍藏著，它紀錄著的不是合邏輯的數理運算，而是一個孩子從懵懂走向懂事的經歷。

無為教育案例二：

開學接任一個新班級，我發現不少男生頭髮很長，過去我的處理方式就是大聲喝斥，當面指出，但效果往往不佳。於是一個中午我特意到理髮店將自己不長的頭髮又精心的理一次。下午上課我來到班上，召集同學開了五分鐘師生匯談，我首先問：「看誰先發現班中有哪些新變化？包括我和你們。」當學生們發現並說出老師理髮了，我話鋒一轉：「現在老師很想知道老師理髮之後你們的感覺怎樣，這樣好嗎？」我從學生口中得到一片讚美聲。最後我說：「有位名家說得好，真心誠意的讚美別人一句，就能讓人多活三十分鐘！」因此，我感謝同學今天對我真心誠意的誇獎。五分鐘的匯談在愉快的氛圍中結束了。我沒點出一個留長髮的男生姓名。次日，我到班上上課，欣喜地發現那幾個男生的頭法變短了，有的還剪成了小平頭，露出慧頓的雙眼，露出腆靦的笑。

案例中媽媽和老師超然的心境和博大寬宏的胸懷，其教育方法妙不可言，這種無言的教育方式還比大聲訓斥、當面指責、諷刺高明得多，此不露痕跡的無聲教育就是無為教育。

無為教育案例三

紹祥是個很乖的小孩，四年級，很懂事，在教室裡常幫我做很多事；放學時，也陪我鎖教室的門，替我牽腳踏車，一起回家。而且，他的毛筆字寫得很好，所以他常常寫些小詩、春聯，偷偷地放在我的桌上送給我！說真的，我很疼愛紹祥這個「善解人意」的小男孩，也常用「笑瞇瞇的臉、柔柔的眼光」對待他。

可是，一天早晨，紹祥的媽媽氣急敗壞地跑到學校來，告訴我說：「紹祥又偷錢了，這次偷的是兩千元！」「不會吧！」我不太相信地說：「紹祥這孩子很乖

巧、聽話，怎麼會偷錢？」「老師，妳不知道啦，妳不要被他騙了，他是出了名的雙面人！他在學校好像很乖，可是妳不知道，他在家裡有多壞，常常偷錢！他爸爸天天打他、罵他，可是他偷錢的壞習慣一直沒改！」紹祥的媽媽怒氣未消地大聲說道。

「他什麼時候開始會偷東西呢？」我問。「從幼稚園開始就會啦！」「可是，我教他一年多了，班上從來沒有人掉過錢、或掉過東西啊！」「他就是喜歡妳，所以才不敢在妳面前做壞事啊！」「可是，這麼好的孩子，為什麼非偷錢不可呢？他在家裡，是不是心中有什麼痛苦、陰影、或悲傷呢？」

當我這麼一問，紹祥的媽媽眼眶馬上紅了，也哭了起來！她說：「我連生三個女兒，最後才生紹祥這個男生。可是他爸爸覺得兒子『不打不成器』，一定要嚴格管教，才能『棒下出孝子』；所以只要紹祥一做錯什麼，他爸爸就很兇地打他、打得很厲害，有時連我也被打……」紹祥的媽媽低泣地說：「紹祥……他只要前一天被他爸爸打，隔天，他就一定會偷家裡的錢，真的很壞！」看著哭泣的媽媽，我心裡一陣難過。事實上，紹祥的本性很好，只是在他的心裡，有一處「很痛苦、陰暗的角落」，我想，我必須帶一盞燈過去，把他照亮才好。回到教室上課時，我說一個故事給孩子們聽……

從前，有個老禪師，一個人在山上修行。一天晚上，他散完步後，走回屋裡，赫然發現有個小偷正潛入屋內偷東西；這老禪師知道，屋裡沒啥東西好偷，這小偷將「一無所獲」，所以就脫下外袍，站在門口等著。

倉皇中，小偷看到門外的老禪師，嚇了一跳；當他想逃走時，只見老禪師將手上的外袍披在他身上，輕輕說道：「沒有什麼東西好送給你，這件袍子，你就披著吧！山上夜裡天氣很涼，你自己一路要小心哦……」

小偷不知所措地離去時，老禪師望了天上皎潔、明亮的月亮，感慨地說道：「唉，真想把『一輪明月』也一起送給他！」這句話，那小偷聽到了，但，他頭也不回、加快腳步地逃走了。

隔天清晨，天亮了，老禪師打開門，驚然發現，他披在小偷身上的外袍，已經摺疊整齊、恭敬地放在門口。老禪師很愉快地說：「真高興啊，終於把『一

輪明月』送給他了！」

我問小朋友：「為什麼老禪師會這麼說—『終於把一輪明月送給小偷了呢』？」小朋友們你看我，我看你，沒有人回答。此時，我將眼光移到紹祥的身上，我看著他，也期待著他！我相信，他這麼聰明的小孩，一定會聽得懂！

當我的眼光與紹祥交會片刻後，他，懂得我的心；他舉手站起來說道：「老師，老禪師說，他終於把『一輪明月』送給小偷，是說小偷很慚愧，可是，他的心，已經像一輪明月一樣，很乾淨、很潔白，以後再也不會偷東西了！」紹祥說完，我倆目光再次一望，他的眼光閃著淚水；而我，也掉下了眼淚！

現在，紹祥長大了，書法寫得極好，他每年春節前，都會親自書寫春聯送給我；而我，總是將這些春聯貼在門上，也時時刻刻記得—他「一輪明月」的心與鏡！

案例中的老師沒有直接對紹祥說出偷錢的事實，但是卻能讓紹祥自己對自己的行為感到不對，願意承認並改正。且不傷紹祥的顏面，並沒在班上留下汙點。歸納以上三案例，我們得知無為教育有以下特徵：(一)教育意圖的隱蔽性；(二)教育手段的間接性；(三)教育者身教的示範性；(四)受教育者親身經歷的體驗性。以上所述可供我們在國小生命教育的實踐上有所依循，其具體的實施策略有(一)情境策略(二)迂回策略(三)激勵策略(四)體驗策略(五)暗示策略(六)示範策略等，均可豐富我們生命教育教材教法資源。

(四) 心齋

心齋在國小教育的應用上，上課前班長喊起立敬禮的動作，除了對上課老師的禮貌與尊重外，更重要的是收束方才下課玩樂放蕩的心。有的老師更教導學生靜坐，收斂心性。然而更重要的是打破我們的慣性思維，避免功能固著與刻板印象，何謂慣性思維舉例如下：

有一個人太福態了，想減肥就去找醫生，醫生問他的生活起居、飲食狀態後，就跟他開藥方並告訴說：「你從今天開始就吃麵好了！」要減肥嗎！改吃麵食，然後也講道理給他聽，告訴他「麵跟米飯的差別？」患者聽了覺得有理，可以減

肥很高興，就要回去了。走到門口，他想，忘了一件事，就回頭問醫生：「喔！對了，我忘了問你一件事，請問醫生：『這個麵要飯前吃，還是要飯後吃？』」這雖然是笑話，它裡面代表了兩個慣性思維：第一個慣性思維是說，只要醫生講的，一定是飯前或飯後。第二個慣性思維是說，不管怎麼樣要，我還是要吃飯。

教育上學生受老師的耳濡目染，讓學生以為老師講的都是對的，缺乏思辯能力。或者在大環境競爭的趨勢下，強化學生課業上的志得意滿，無法使學生心虛如海綿，另外科技聲光的資訊也不斷充斥孩子耳目，想要無聽之以耳都難，更何況無聽之以心，更侈談聽之以氣，養清靜之息。

三 儒、道生命教育信念的消化

Frankl (1986) 認為終結性 (finality) 與短暫性 (temporality) 不僅是人類生命的一大基本特色，也是構成生命有所意義的一項實存要素。並認為想要賦予生活意義及實現價值，至少有下列三種途徑：

- (1) 創造性價值 (creative values)：是指個體可經由完成有建設性的工作來賦予生活意義。
- (2) 經驗的價值 (experiential values)：是指經驗世界上所有的真、善、美，而賦予生活意義。也就是，透過對世界的真、善、美的接納與感受，來經驗意義。
- (3) 態度的價值 (attitudinal values)：是指即使個體處於最困厄的環境中，仍能以一種堅定的態度，來承擔無法逃避的事。

從以上三種價值可看出個人的意義與價值，絕非在個人本身或自己封閉的世界中尋找，而是顯現於個人與外界的接觸過程中，然而與人互動的過程中即需此價值自覺，生命教育首重價值自覺。講得深一點兒，知識的問題關心實然—亦即「是怎麼樣」，德行的問題關心應然—亦即「該怎麼做」。如能思考「應然」問題，就證明他有「價值自覺」，一個想提升自己德性的人經常捫心自問「怎麼辦」、「怎麼辦」、這只具有「價值自覺」，不見得產生「價值實踐」，所以能知還不一定能馬上行，更何況若連「知」的自覺都蕩然無存。

解讀人生的意義：現今的處境是資訊爆炸的時代對上意義貧乏的時代，人生的意義到底何在？人生的意義要不斷地、深入地探索，人生的意義要在過程中體會，而不是僅在其目的上尋找。在尋求真理的路上，不要妄想急速獲得現成的答案。開放的社會，自由代表個人應負起自我生命的責任，自由並非任意的抉擇，而是必須負起因果責任的判斷與承擔。如果一個人的意志力不夠強，就容易被習氣所侷限，看起來好像是宿命注定一樣。如果人生是宿命所定，則吾人存在的意義與價值就完全喪失了。因此，藉著儒、道生死觀的探討，得到以下幾點生命教育信念的建立：

（一）、安身立命—建立個人的安身立命之道

迎接人生的挑戰：人生最大的敵人是自我，最大的障礙是我執，最大的挑戰是自我超越，孔子曰：「人能弘道，非道弘人。」老子曰：「為學日益，為道日損。損之又損，以至於無。」。哲學家牟宗三說：「人的意識生活，亦是一方是有取，一方是無取。」換句話說，人的意識是由「動手去拿」與「內心自覺」兩種樣態構成，其中有取是讓人認識他所處的環境，把眼睛往外看，而無取是在認識自己，也就是自覺。人還是在世間活著，但是卻不能隨名利浮沉，心中要有定見，否則像李斯，把貧窮視為個人的恥辱，把缺乏作為視為人生的悲哀，這種耽溺成功，滔空自覺，以取得做為照亮自我價值的火把，依然要飽受名利的輪迴。

中國的心學家認為「本心」就是良知，但是在烏煙瘴氣的人事浮沉之間被矇蔽了，飽受輪迴之苦。這個良知不是道德的知識，而是人的惻隱之心，不必另外他求，換句現代話說，就是不要被利慾薰心，要「傾聽內心的聲音」。《一分鐘倫理管理》的作者肯尼斯布蘭查建議，每天早上醒過來的時候，把「內在的自我也叫醒起來」。他提醒人們說「每個人都有兩個自我。一個是外在的自我，是目標取向的；它的注意力總是朝外，放在完成目標上。另一個自我是內在自我，比較內向，總是在反省思考；它的注意力總是放在意義和價值上，總是想找到生命的意旨。這個內在的自我每天早上比外在的自我需要長一點的時間才能醒過來。因此，大多數人甚至不知道它的存在；他們一大早從床上跳起來，馬上就一頭栽他們外在的、忙忙碌碌的、目標取向的自我裡頭去，汲汲於每天的營生」。如此的現實生活中，人常會忘記生命的目的。好比在職場上為了業績而忘了原則，不

擇手段；在家庭裡，「只重規矩、效率與控制，而忽略了管教的目的、方向與親情」，於是社會充滿了為利益而不擇手段的成員，個人當然應負起某些責任，然而教育體系的實用主義更是難辭其咎。利益是目的，手段是達到目的的方法。重實用、輕理想的教育體系也就是只教學生如何活下去的手段，卻不與學生一起探索生命意義與目的的教育。在這樣環境中成長的孩子精於生存手段，卻昧於生活及目的，豈不是盲目的活？在西藏生死書中解釋成「動的惰性」，如果我們觀察自己的生活，就可以很清楚地發現我們的一生都在忙著無關緊要的「責任」，有一位上師將它們比喻為「夢中的家務事」。我們告訴自己要花時間在生命中的大事上，卻從也找不出時間。即使是早上剛起床，就有一大堆事要做：按下鬧鈴、關緊窗戶、如廁盥洗、餵寵物、吃早餐、清垃圾、趕上班，遇假日則日上三竿再起床，思索何處旅遊、塞在車陣、或邀友餐敘、整天都是在電話和小計畫中浸淫，責任竟然這麼多、或者稱為「不負責任」還比較妥當吧！

我們的生活似乎在代替我們過日子，生活本身具有的奇異衝力，把我們帶得暈頭轉向，最後我們對生命一點選擇也沒有，午夜夢迴的惡夢，讓我們懷疑「我們是怎麼過日子？」但恐懼歸恐懼，明日甦醒，日子又回到原點。功利競爭的社會，我們受到功能論者的觀點，以為人活著是為了某種重要的原因，像功成名就、飛黃騰達，其實這樣的說法才是幻覺。把目標鎖定在成功，越是以成功為職志，你越可能失去成功的機會。成功就像是快樂，他不是被追求的，他只能在一個人獻身於某種高於自身的職志上，成功才會像副產品一樣伴隨出現。會這樣說，實在是生活裡的事物不是「我想要就要」那樣的單純。

資本主義社會大量生產、無限消費和追求最大利潤的經濟體系，無形中逼退人們退回「肛門期性格」，生命中主要的精力都走向佔有和屯積。長久以來教育一直作為經濟的侍臣，服膺經濟世界的內非法則，製造出一批批自私、貪婪的工作機器，充滿成功、效率、自由的迷思。如果我們要回歸人的本質，生命的學習就是反璞歸真的途徑。

如何反璞歸真？簡要言之就是幫助學生建立適切的人生觀，現在的青年學子喜歡「遊戲人生」，有強烈「玩」的心態。但是身為教師者仍要提醒學生，遊戲

有遊戲的規則，如果不遵守它，沒有人會願意跟你玩。就像打籃球一樣，老是做出抱人、帶球衝撞的動作，可能會五犯離場，或找不到球伴、球友。走人生的路更是如此，欠缺愛心、勇氣、不講信用，誰會想跟這樣的人打交道？因此生命教育要著力的是：幫助學生內化美德(價值觀、信念)，再依據這些規則(美德、尊重)，來打一場人生的球賽。

最重要的三個美德，就是智、仁、勇三達德。這個「達」字說明了，人生要走得順暢自在，要靠這三個美德。三者之中，仁愛是根本，我們要培養，擴展學生的愛心，比如，小學生要學會愛自己，國中生則擴大為愛鄉土、愛母校，高中生要能愛這個世界，大學生除了談戀愛也能愛自然、愛宇宙。但是實踐愛心要靠智慧，否則會「好仁不好學，其弊也愚」或犯了「婦人之仁」也不好，也就是實踐仁德要配合「終身學習」，先引導學生學做一個倫理人、道德人，再努力成為一個專業人。最後是勇氣的培養，對內是「克己復禮」的勇氣，對外是「雖千萬人，吾往矣」的道德勇氣。能勇敢面對自己的過失，生命才能日新又新；可以有堅持道德原則的勇氣，人類才有希望。通篇所云儒道精神即在於此。因此生命教育課程的安排要著重認知的建立與實際的嘗試，可再細分為知、情、意、行四個階段。由上而下，從『知』的層面落實到『行』；由下往上，透過『行』的方式肯定『知』的價值。

Walters J. D. 在「生命教育 (Education for life)」一書中認為教育不只要訓練學生能夠謀職或者獲得知識，而是教導人們學習人生的意義與目的。(曾煥棠，2001) 學校進行生命教育時，除了課本的照本宣科外，更應該讓學生知道「人是什麼？」，教師可以與學生一起來思考德國哲學家康德所提出的四個基本問題：「我能知道什麼？我應當做什麼？我可以期望什麼？人是什麼？」或是經由詰問法，讓學生思考「人與動物的異同、人存活的目的、自己的一生有無意義」等問題，有時候甚至教師也無法提供明確的解答，不過這即是教學相長的過程(錢永鎮，1999)。當學生能在內心產生自覺，那麼人的價值與尊嚴才能真正獲得釐清，進而發掘個人存在的目的，掌握個人的安身立命之道。

(二)、欣然認命—思索現在所擁有的

證嚴上人對生命的擁有與享有有很好的說明，對於生命的「使用權」要充分運用，珍惜分秒做好該做的事，切莫推拖延遲或粗心大意，讓精神與體力白白流失。

有一位養牛的人，他養的牛，乳汁特別多，他覺得自己養牛的技術比別人好，因此很驕傲，逢人便說：「我養的母牛能出很多乳汁喔！」有人說：「既然你的母牛乳汁那麼多，你應該展示一下啊！」他洋洋得意地說：「當然可以！幾天後，隨便你們幾個人來，我都能供應你們新鮮好喝的牛奶！」為了多儲存一點，讓大家都可以喝到鮮美的牛奶，於是他趕緊去擠牛奶；可是隔天卻發現，昨天的牛奶都酸掉了。當時還沒有冰箱，無論怎麼收藏，都會很快酸掉。於是，他心想：既然這樣，倒不如囤積在母牛的肚子裡，那就不必擔心了。他仔細盤算，一隻母牛一天可以擠五桶牛奶，五天就有二十五桶，乾脆等五天後再來擠。這期間，他把小牛牽走，不讓小牛吃奶，又讓母牛一直吃草，增加營養。五天後，他高高興興地要去擠奶時，卻發現一滴也擠不出來！

就像人類哺育一樣，媽媽哺餵孩子母乳，如果孩子每天按時吃，時間到了媽媽自然就有乳水，孩子也能吃得很飽；如果孩子幾天不吸奶，媽媽的乳水就沒有了。牛也是一樣的情形啊！人有無限的可能、無限的力量，但是有時會因一些想法或因素，讓人面對工作時，想要「等一等」，當下不做，要累積多一點再一起做。於是，工作囤積多了，簡單的事也變得複雜、不好處理；加上工作累積到一定數量，就得特別挪出時間去做，無端增加工作時間。

更重要的是，人的力量也像牛乳一樣，當下不去利用的話，這分力量是無法「儲存」到以後再用的。所以「今日事，今日畢」，只要善於利用瑣碎的時間把事情隨手做好，就能免除許多「後患」，不但利人利己，也是真正在享受人生的使用權。

因此「生死之痛，其實就如同一滴燭淚落下」（釋證嚴，民79）。生死是條單行道，無法重新來過，要善於經營，珍惜現在所擁有的。教師此時應積極發

揮引領的功能，以協助學童提昇生命的價值。法國偉大的文化歷史學家亞瑞（P.Aries）認為，死亡不僅是個生物事實，亦是文化事實，他認為廿世紀的人壓抑死亡使，就像十九世紀的人壓抑性一樣，乃是一種不健康的態度。但也有人對此提出不同的看法，史丹福大學的歷史系教授羅賓森（P.Robinson），他認為現代人的「忽略死亡」乃是心智成熟的一種表現，我們都知道，人就像其他生物一樣難逃一死，但我們應盡量少花時間去想那「無用」的死亡，應珍惜現在所擁有的，而多花時間在有生之年去追求美好的事物。但問題是人生如白駒過隙，該如何對待眼前的光陰？簡略的回答是「珍惜」。可是，眼前的我想睡覺，要珍惜什麼？珍惜只不過把生命當成儲值卡或有價證券，以為生命是可以儲存的。然而生命是耗盡而不是儲存；人們養生並不是把生命養起來吧？「珍惜」、「養生」都是遁辭，生命不需要這些想法。生命的未來，只能虛構及預測；生命的過去，只是記憶，它已經成為我們的經驗或歷史。我們惟一能使力的「現在」，這是人生的一個「點」，每個「點」都能過得踏實，由點構成線，就能發展全「面」的人生。因此，人不能只活在過去，也不能只是夢想未來，惟有好好把握「此時此刻」，才能傳承過去，創造未來。因此如何教導學生「活在當下」，是生命教育的重要目標。因此對生命的「珍惜」我們應有更廣的定義，把握時間用功讀書汲汲進取是珍惜，停下腳步細賞春花秋月也是珍惜。

如何「珍惜」？首先我們要教導學生「自我覺察」，讓他們學會覺察自己的經驗與情緒，自己的行為習慣和自己的想法和價值觀，其實這就是所謂「自覺」的功夫，功夫是累積與實踐來的。教師可以透過小團體的方式、研習營的方式來引導學生學習，引導學生活在當下，掌握此時此刻。指導學生認真過生命中的每一天，有時候跟學生談人生觀比較抽象，倘若把重點放在每一天的生活，既具體又實用。其實學生的「生活型態」能決定他的生命品質。從早上眼睛張開到晚上沈沈入睡，我們要指導學生怎麼過，當然老師們先要放下身段，走進學生的生活世界，瞭解他們的次文化，及一天的生活安排，再一點一滴教導他們。

如何引導學生活出興味？其實事情給出各種樂趣，也給出各種煩惱，生命的豐富為什麼不能來自我自己？想到忙碌裡的悲哀，想到都市裡充滿灰塵的街道及蒙塵的七里香。那不太潔白的花，使我想起小時候的七里香及緬梔花，皎潔月光

的晚上，我時常聞到整片的七里香，穿梭在高大的緬梔花下；那時候的花香鳥語是生活的一部分，幸福是伴隨著貧窮的農家，錢是被珍惜的。但，現今，花香鳥語賣給炒作土地的人，有了新房子、冷氣及一切。最後只能看著沒有香味的電視房屋廣告，花香鳥語全部都在電視裡。其實人不是那麼珍惜空間，就好像對待大自然的並不是珍惜之心，而是消費大自然，利用大自然。利用厚生的結果，人寧願熾熱地佔有某物或某事的狀態，也不願空閒下來。

工商業、資訊社會的來臨，不似農業社會「日出而作、日落而息」單純而規律。汲汲營生的生活型態，讓我們不得不承認生活的雜亂無章，人在生活紛雜的事情裡浮沉著，但閑下來的時間，內心徬徨無依的心情就悄悄浮上心頭。這樣飄浮的心靈，讓我們渴求某種旁然的巨念；希望有種根本性的深刻意義，讓我們得以擺脫混亂，在雜亂無章的生活裡，準確的作選擇。恰如宗教現象學者史特倫（Frederick Streng）所說的「終極實在」—「終極的精神狀態是一種能力，也是一種認識，能夠把現實裡最真摯或最真實的東西，從一大堆不重要，甚至是錯誤的東西區別出來。具有這種認識，我們常稱之為『智慧』或『啟示』，它為自我實現展現了新視野，讓人們感到自己實現了自己真正要的東西，使得人們超越了世俗瑣事的羈絆。」或許全面性的生命態度並不只是放在宗教層面，許多俗世的層面也充滿了「終極性」；追求名利者亦有其終極性，充滿精力與自信，全心全意把生活獻身給名利，名利成為他生命的真實，無怨無悔。我們沒有理由說對生命的終極關懷與對名利的終極關懷有何差別，在我看來，學校的養成教育不斷強化的也是學業的競賽，畢竟將來學而優則仕，是我們用人取材的遊戲規則，名利是教育的間接追求，無可厚非。但我們更要鼓勵的是人際的和諧與包容，善行義舉的激發，才是教育的終極實在。

（三）、認識生命—樹立關懷生命的典範

教師肩負教學成敗的重責，除了充實基本的傳授生命教育知能外，更必須對教育工作有正確的觀念與體認，慎密規劃設計生命教育的課程並落實施教，方有可能讓學生體悟生命無常，經常保持感恩的心。教學情境中，教師是學生直接仿效的對象，教師若具有開朗的人生觀與正確的價值觀，自然間就能散發正向積極的生死觀點，在潛移默化中，為學童樹立熱愛生命、關懷生命的範典。畢竟生命

教育不是教育新口號，更非教科書的既定課程，唯有潛在課程裡的情意感受、引導才能真正發揮功用。傅偉勳試圖把他癌症之後隨時會走的身軀，當成餘下來的，如果死亡不能免「餘下來的時間」可以做什麼？短短的一個月他完成了《生命的尊嚴與死亡的尊嚴》一書，與其說那是死的交代，不如說那是生的「反思」。儒家說人有兩命，一是天生的「氣命」，二是後天的「正命」。氣命被人決定，正命自己決定。傅偉勳選擇用正命探索未盡的人生。

欲教導學生學習認識生命延續的過程，我們可善加利用學校動、植物教材園、生態池。哲學家叔本華曾說：「一個人若不能仁慈地對待動、植物，必不會對人類仁慈。」因此教師可以透過教導學生栽種植物的過程做起，如四年級的自然科課程「植物繁殖」的單元裡，觀察各種植物繁殖的型態，尤其在每個小朋友種植的植物中，可以看到以插莖、地下根、葉片繁殖不同型態繁續下一代生命，教師可以在綠意盎然的植物群中，指導小朋友親自去認識生命的延續，與欣賞生命成長的美好。透過生態池昆蟲、魚類、蛙類的觀察，了解物種競爭的法則，不會盲目放生，因了解而包容。

（四）、創造生命—重新確定自己的價值觀

儒家「殺身成仁」、「捨身取義」的生命價值觀，用在現今安和樂利的社會或許陳義過高，但也不完全沒有實踐的空間。據報載：「徒手制伏持槍搶匪的國中生李鴻汶，九日受到全校師生如英雄般的歡呼，嘉義市長陳麗貞到北興國中頒發協助破案獎金兩萬元，並叮嚀民眾，警民合作仍要顧慮自身安全……。」（民國九十四年八月十日中國時報第五版）李鴻汶沒有任何武器裝備、以一百六十五公分的肉軀力博身高一百七十多公分、體型壯碩準備行搶的持槍歹徒，小小年紀就有全民拼治安的觀念，相當難得，為了伸張正義，直接撲向搶匪的勇氣，實在令人佩服。在現階段個人自掃門前雪的社會風氣下，國二學生李鴻汶能挺身而出、見義勇為令我們相當感動敬佩。可見但昭偉先生認為在國小難以教導學生「殺身成仁，捨身取義」但實際上還是有它踐履的空間。

除了高尚的人義情操外，回顧二十世紀，人們的價值觀太過注重物質，不知不覺中，便以物質來衡量每件事。多數人認為錢賺得多變代表成功，這種偏頗的

價值觀影響了所有的領域。「向錢看」的價值觀抹煞了自己，很多人為了賺錢，把自己的身體弄壞了，老婆孩子都疏離了，朋友也沒了，這是怎樣的價值觀呢？原來只為謀一口生活的米糧，卻成了錢的奴隸。其實，以個人而言，每個人的生命都是自發的、有意義的、而且獨一無二的，但是以「錢」為主的價值觀讓我們不但扭曲了自己，也扭曲了我們的孩子，好去適應就業市場。新時代的書中有一個很有意思的比喻，他說自然界最美的現象就是毛毛蟲變成蝴蝶；人們生下來就是蝴蝶，卻用種種的束縛做成一隻繭，把自己關在裡頭。

想要破繭而出，要經由儒家提供的這條途徑實現不朽，其前提必須學會區別價值的大小，確立人生過程中哪種目標最值得去追求。如果把私利私慾的獲取是為最高價值，並視為終生追求目標，就不可能通過立德、立功、立言來實現不朽了。人在生理生命的時限內應該去追求建構道德的生命，努力於充實自我的精神世界。當死亡來臨時，人們便可因生前的奮爭不息而安然的飄向永恆的夢鄉，因著自我的價值永駐人間、成為不朽的事物而帶著微笑瞑目休息。生前為道德價值的開掘與闡揚，生活過程異常艱苦，深感精疲力竭，便可感受死作為靜息的價值所在。且臨死前問心無愧，心安理得。如此，便可感覺到生之可貴，生之幸福，亦可深深體會死之可貴，死也是幸福的，死時如釋重負、一身輕鬆的美好。

想要創造不同的生命，除了個人對自我的認識及陶冶外，更重要的是分析自己的價值觀，亦即在人生眾多價值中，要想一想「什麼對我是比較重要的？」譬如，在「年齡、相貌、健康、財富、聰明；家庭、職業、社團、名聲；志趣、專長、信仰、朋友」這些項目中，排出優先順序，做為自己面臨選擇時的指南。只有釐清了價值觀，個人才能活出具有特色的生命。然而在升學競爭的功利社會，教師及為人父母者，對於現今青少年應有何種的期許與心態，以下提供兩點酌供參考：

1、朽木不可雕卻可欣賞

台灣的青少年的問題是只有一條路，叫升學之路，只有一個生命的內涵，叫分數。道可道，非常道；名可名，非常名。可道就是可走的路，可名就是擁有的內涵，今日的升學主義、分數主義導向只有一條升學之路，看學生只看分數，有用是看分數，一般人認為的好學生、好老師、好學校、好校長，都是通過分數來

評估，使學校都沒有個性，孩子的才氣不能凸顯，都被抹煞。其實只有一條路，就是要超越材與不材之上，「之上」是何意？莊子人間世說天下人皆知有用之用，但沒有人知無用之用。材與不材就是有用與無用，有用、無用是在社會的標準之下，怎樣的孩子叫有用？有一個標準，會讀書、會考試的孩子叫有用，不滿足此標準的孩子被貶到無用，這在老子叫「天下皆知美之為美，斯惡已；皆知善之為善，斯不善已。」把美善定在分數、升學，不會考試，性向才情不在聯考科目者，被貶到不善不美之地，把他們流放邊疆，才十幾歲就流落街頭，分數造成少數人的有用，逼出多數人的無用，太早把對方判出局，此即有用之用。

莊子之材與不材之上，就是要超越社會的有用、無用之上，不接受此用的標準去壓迫出無用之人，就是要無掉分數主義，無掉升學主義，如此就在材與不材之上，則人人都回到自己的用，所謂天才即天生我材必有用，大家都回到個人之用。放在社會的窄門中就是有用，冷門即無用，要越過熱門、冷門，無掉世俗功利的標準，找到自己的路，走自己的路，才能表現自己的用。只要我喜歡，跟著感覺走，青春不留白，都是對的，但跟著感覺走，是要有莊子的智慧，上大學選志願，只要我喜歡就是唯一的熱門，我的路與社會的熱門、冷門無關，沒有執著心、分別心，就不會比較，職業、事業、志業同一，生活與工作同一，就是天大的幸福。人生不是標新立異，要選擇自己的路，要突破在流俗之上，不要迷失。要避開兩難困局，就要跳出來，在材與不材之上，如此則人人都有用，這種用才是真正的大用，教育應該是這樣，人人都可以實現自己，這才是理想的社會。以多數人的壓抑、挫敗，去凸顯少數人的成功，菁英主義是沒道理的，我們要超越材與不材之上走自己的路以實現自我。

2、用意境反擊功能世界

超越材與不材，我們體會到的年齡並不是讓我們生命奧秘消失的主因，而是我們不自覺的把自己朝著「有用」的世界走去。有時聽父母說：「要給孩子最好的」然後送孩子上才藝班、課輔班，讓他們開始「有了工作」，未來才能有事做，於是歡樂突然消失。工作是要朝著成就走去，成家立業或完成某事，把人放在有用的位置，有用的世界，生命的奧秘硬生生被排擠掉了。「獨釣寒江雪」是我們心中的隱逸世界，從儒家立功立業的俗世觀點來看，獨釣翁是神經病，獨釣翁的

世界沒有目的，只是意境。殘忍的「立功立業」世界，為了追求目的，把意境謀殺了。（余德慧，1994）在世俗的功利來看，意境不值一文錢，缺乏效用，成就不了資產的累積，甚至連吃喝生存的功能都沒有。

沒有了意境，社會生活全面的快節奏、平面化使人們在不知不覺中躲避思考、放棄理性，討厭對事物作深度的解析。可是生死溝通的大智慧最需要人們以安靜的心境，疏展從容的態度，深思冥想。要獲得對生死問題的覺醒，免於對死亡的恐懼與不安，就不僅要感受生死，更必須看透、思透、理解透。現代人不能只管享受生活、感受生活，還必須發揮理性能力，建構觀念與價值，以掌握生活、駕馭生活，終則透視死亡，溝通生與死，達到生存品質、生活品質與人生品質的全面提升。有時，閒下來的意境，才是生命真正的開始，為了功利奔波，庸庸碌碌，是病不是命。

（五）、孕育共命—建立生命共同體

人珍惜生命，其實就是珍惜他的世界，而不只是他自己。所謂珍視生命，乃在找到一個與世界相合的層次，使我們願意住在裡頭，不再讓惡待滋心，不讓狹隘充滿，而且記恨無由生出一亦即，人不再用「個己」的界限當作生活的依據。例如，一個沒有孩子的女子在哀嘆沒有子嗣相伴時，突然瞭解到「天下的孩子猶如自己的孩子」；一個居無定所的流浪漢能以「蒼天為幕，大地為床」突然省悟做個環保的志工。如此孤僻的心有了更寬闊的視野，與他人的連結與自然的邂逅，打開了自己的新能力。

當大家得意的炫耀高經濟指數時，卻不知道這也正是環境污染的指數。物理學的第二定律指出，當所有的能源都耗盡時，是無法再回復的。現在的人不為後人留餘地，還不斷向下一代預支，甚且進行核子試爆。多少的文明因為沒有環保的智慧而被毀滅。生命共同體這環保新觀念指出，每一個人所做的每一件事，和其他所有生物都是息息相關。要改善一個國家，乃至於全體人類的命運，就要靠每一個人品質的提升。早在老子道德經中就有環保理念的提出，但覺醒的不多，似乎在每次的天災人禍後，重新檢討，才知道原來最不懂與自然和諧共存的就是人類。

(六)、樂天知命—藉由彼此生命的體驗及感動，邁向永遠的師生情誼

孔子的「仁」，探討人與人之間的關係。若以生命教育的觀點來省思，則教師與學生之間似乎亦屬於「仁」學之一環。在教育現場中，教師引導學生的學習的過程，可以說是一種「人影響人」的歷程，亦是師生彼此生命體驗及對話的歷程。師生體驗、互動過程中，教師才能理解學生生命的單一性及獨有性。當教師走入學生的生命世界，才能以情感出發，建立感人的師生情誼。有了以生命體驗為核心的教學活動，教室中的教學活動才能產生一種教學的心理共鳴，教學活動於焉有了美感。女性主義關懷倫理學學者諾丁（N. Nodding）曾論述當兩個生命個體邂逅時，「關懷」關係的建立，可以說是這兩個生命個體關係中最為基礎的一種關係（N. Nodding, 1998：40）若以教育中的師生互動關係而言，我們都知悉師生在學校中是相互依賴共存的，學生可能因老師之教育而成為價值存者；而老師似乎也因學生具有學習之必要而存在。由以上論述可知，師生彼此關係之密切，若是師生彼此都能以「關懷」出發，相信可在彼此的關懷中建立互相信賴的關係，有了互信為基礎的師生關係才能長長久久。其實，生命中「關懷」的精神正與孔子「仁」學的精神相互輝映！「一沙一世界，一花一天堂；雙手握無限，剎那成永恆。」在師生互動的世界裡，我們期望這個世界猶如天堂，那麼地靜謐。如此一來，學校師生生命互動的每一瞬間，都是生命的無限，生命的永恆。

(七)、享受生命—培養學生體悟人生的能力邁向至善的人生

子在川上曰：「逝者如斯夫，不舍晝夜。」（論語子罕篇）孔子在河邊，望著流水，嘆道：「一去不回的時光就像這樣吧！白天和黑夜不停地奔馳著。」感嘆日往則月來，寒往則暑來，水流不息，生化不窮。人生在世不過匆匆數十寒暑，期間又生老病死，備受苦難的折磨，有德的君子，何不趁自己有為之年，自強不息開創光明前程呢？（王更生，1987）。由此可看出，孔子善以藉實物為施教媒體，並嘗試以大自然現象的生息變化，而使學生體悟「人生」之理。人是一價值存者，人喜歡從本身的有限性去開展生命的無限性，這是一種人之所以為人的價值展現。我國文化教育家田培林說：「教育是助人創造其第二生命的工作。」經由教育的歷程，使一位原本毫無價值的自然人，成為一位能夠傳遞文化、更新

文化及創造文化的文化人。當學生成為價值存有者，才能幫助同類助其創造價值，也成為價值存有者。學生在實現自我的過程中，同時也幫助別人實現自我，不僅彰顯自身生命的價值，也幫助別人彰顯其生命價值，使自我向至善的人生邁進。於是，整體的人類文化，便因此變得更加蘊涵生命力，變得更為多采多姿。

第二節 儒、道生死觀在生命教育的應用

有了儒、道生命信念的依據，我們應留意生命中的哪些領域，才不致讓自己陷於偏差與執著的困境？換言之儒道思想的生命信念應如何落實於國小生命教育現場，本節就生命教育內涵的問題、學校決策與教師執行面的引導、師資培育的問題等三部分做說明：

一、生命教育內涵的問題

基本上，像生命教育這樣抽象又具高度理想性的教育目標，除非行政單位能有「見林」的高瞻遠矚，又有「見樹」的細部落實能力，否則是很難期其有成的。甚且，生命教育的具體落實，是無法在學力檢定或基本能力測驗預見其效果的，因此，人們對於生命教育雖然都有相當的肯定，然而，對其內涵卻缺乏具體的共識，而且缺乏建立共識之機制。以下就但昭偉（2003）對生命教育理念上的困境提出幾點回應：

第一、他認為一旦我們推展生命教育成功，學生是否應回頭檢討我們主流的肉食文化及其價值體系，若此尊重生命是尊重人的生命，還是不分等級貴賤、親疏而厚薄尊重所有物的生命。

針對第一點的答覆：儒家講「人禽之辨」才能可名一給出生命的價值內涵。或許在儒家的生命價值序列裡，人高於其他物種，然而儒家雖以人為尊，但不以動物草木為附屬於人，為只供人享用的工具或資源。物競天擇使我們人類的生活建立在別的物種的生命之上，但我們對於活的動、植物仍應愛護，如既已成為食物，我們只有珍惜。

第二、除了教導學生延續生命、豐富生命的同時，我們可能為了成就其他價值犧牲己身的生命嗎？所謂「殺身成仁，捨身取義」還要不要解釋呢？「生命可以輕如鴻毛，也可以重如泰山」有主動去實踐的空間嗎？」

關於第二點的回應：猶太裔心理學家維特·法蘭柯曾經指出人生有三種重要的價值：一是經驗價值來自遭遇；二是創造價值，出自個人獨創；三是態度價值，即面臨困境的反應；其中境界最高的是態度價值。而人生的昇華點，應就是態度價值的最佳驗證了。國小生命教育當然以安全為首要考量，不可能要學生以性命為賭注作冒險的英雄，然而並不代表學生日後成長面對危機，面對良心、正義施展不出一點道德勇氣。生命態度是可內蘊厚植、潛力無窮的。

第三、「春蟬到死絲方盡，蠟炬成灰淚始乾」，李商隱用短短兩句話，就道出了生命中令人不安的本質，無論多麼精采，最後還是會結束。屬於生命發展上坡階段的孩子是否有能力體會生命下坡階段的事？就算體會了，其影響一定是正向的嗎？我們教學中要援引的是哪一種死亡觀呢？

仔細思量第三點：教師如能引燃學生生命中的亮點，能力是會越用益出、無須杞人憂天。升學思考的教育者只顧灌輸知識給表面的心智，使他將來能在社會適應，討生活，而完全沒有觸到隱藏的心智。有意識的心智忙著應付立即而有限的當下，然而潛意識則被世紀的重擔鎮壓著，無法因應當下的需要。儒家心性的探討，有助於我們從日常生活中喚醒表層意識的完整能力，同時認識潛意識，只有當心智了解表層及潛伏的意識，它才能超越自我的限制，發現人生永恆的極樂。所以當一個人被管束時，敏感就被毀滅了，要得到真正的自由需要無限的靈敏，如果你被自我的慾望充塞，或被紀律的城牆包圍著，就不會有自由。只要你的生命一直是盲目仿效，我們就不再敏感，被父母的言語及社會的傳統麻痺，就失去對痛苦眾生的感受，無法熱心感覺週遭的一切。因此，屬於生命發展上坡階段的孩子，我們更希望早日喚醒他的潛意識，善體人意，了解生命。誠如莎士比亞所言：「青春是不耐久藏的東西。」青春不應留白，青春的生命應更早覺醒。

二、儒、道生死觀的課程、教學設計

根據前面章節的探討，儒、道的生死觀給予教師們實施生命教育時，有了篤定的信念依據。以下就儒道思想賦予現代生命教育課程應有的特色與作為提出說明：

- (一) 就課程設計而言：是一種實驗取向的課程，其特色應訓練學生從課程活動中，能加深舊的或創造新的經驗，進而能統整生活哲學，以拓寬生命的視野。因此，課程內容的學習應以學生的主體經驗為主，而非固定的教學內容。
- (二) 就教學過程而言：藉由團體的動力，提供「社會的情境」。使學生從互動中體驗生活，獲得啟發，以建立適當的觀念。
- (三) 就教學目標而言：1、基本目標：在於培養學生尊重、愛惜自己的生命，並提升挫折容忍力，以減少適應不良行為的產生。2、終極目標：主要是希望學生能從課程的活動中，瞭解生命的意義，並建構自我生命的內涵。然而目標的達到與否也往往是自殺與挫折的來源，究其原因可分為焦慮與憂鬱。焦慮是為了目標太高，壓力太重；憂鬱則是由於沒有目標，索然乏味。前者屬於與社會無法調適的情況，後者則是對自我失去興趣的寫照。因此，就前兩項目標而言，我們可再將目標領域細分成以下四項具體主題：
(1) 個人與社會的互動及限制 (2) 個人對自我的認識及陶冶
(3) 個人對自然界的因應態度 (4) 個人與超越界的深刻關係。
如能兼顧四者，才能活出全方位的生命。
- (四) 就教學內容而言：強調以「人」為中心的教學，因此教學內容除了課程目標之外，應特別重視學生身、心、靈三方面的發展。

- (五) 就結果而言：教師應從學生參與活動所表現出來的特殊行為及想法施以適切的輔導措施。基於上述，小學生命教育的實施可採下列途徑：

三、學校決策與教師執行面的引導

- (一) 校園文化與制度設計應以儒家、道家生命智慧的培養及生命自覺的啟發為目標

- 1、回到教育的原點：我們要教學生成為一個人。那就是統整長年以來教育當局推出的各種專案與教育主題，以生命教育的哲學與理念來貫穿其中，形成共識。
- 2、學校教育不但該真正落實「智德體群美」，更該教導他們體悟人生的意義、追求人生的理想，並勾勒自己的生命願景。

- (二) 教師自我訓練、反省自己的教育哲學、人生觀與教育的專業能力

- 1、教師無條件積極關懷，身教、言教並施，發揮人格取向的領導功能。
- 2、展開師生深度對話，了解學生次級文化、有效引導學生情緒處理、壓力管理等技巧。

- (三) 營造溫馨、有人性的教育環境

- 1、營造親自然多功能的學習區、學習角、校園步道、雖是花草綠意亦可傳遞人性。
- 3、愛護環境、愛惜物品，培養孩子在我們處心積慮的為孩子購置新型課桌椅時，孩子是否能惜福，小心使用，延長其生命功能，視萬物皆有命的惜物觀。
- 4、規劃設置環保生態教材園，讓學校校園成為一多樣生物的共生體系，從耐心觀察樹苗的生命成長中，培養孩子對生命的體驗，對環境的責任感與使命，以及對大自然的關懷與尊重。

- (四) 建立多元價值體系、澄清生命價值觀

萬般皆由心，心就是價值觀，每個人對自己的評價、要求不一樣，唯有努力做個跟自己賽跑的人，方能轉靜隨心。

- 1、從不同角度理解同一道德課題的能力。
- 2、逆向思考，尊重多元價值，做個有彈性的人，懂得競爭，也懂得包容。
- 3、營造學習取向的班級氣氛及善用努力的歸因回饋。
- 4、向陽光面看，正面思考時，「腦內啡」的分泌讓人感到快樂，增加免疫力，道家的隨遇而安有很好的註解。

(五) 落實體驗課程，激發內在覺性與成長

- 1、重視教育與經驗結合，由做中學極為必要。如拜訪孤兒院，參觀法院、監獄、饑餓忍受、盲生體驗營等安排。
- 2、教材教法生動活潑，以分享理念取代知識灌輸，動之以情的體驗活動取代權威、獨裁、壓制、控制與支配等手段。
- 3、以實施倫理教育的經驗為依據，落實道德兩難思維判斷。

(六) 加強安全教育、安身方能立命

校園傷害的安全問題是生命教育最具體、最直接的投射，學生惡作劇抽掉課堂桌椅，導致同學下半身癱瘓，如此舉止顯示安全教育的不足，欠缺對生命的尊重，須知健康身體的擁有，也是一種對生命的管理。「身體髮膚受之父母，不敢毀傷是也」，更何況是別人的身體。

- 1、加強交通、防火、防暴、防颱、防震、安全教育聯絡教學，隨機教學，並作好校安通報工作。
- 2、營造無障礙學習環境，消弭校園死角，及安全的學校情緒氣氛。

(七) 開拓學生自愛愛人的人際關係

有自信、同理心、真誠、接納，從挫敗中學習成長，才是正向積極禁的起考驗的人生觀

- 1、同儕是型塑青少年最大的動力，關照孩子交朋友，多鼓勵合作

學習，同儕輔導、團隊學習，塑造合作雙贏的持久關係。

3、加強情意教學，適度的壓力是成長的來源，否則小不忍亂大謀，所以教師應增進學生挫折容忍能力，塑造延宕滿足能力，提供人關技能，輔導學生適應團體生活，在團體規範中表現自我，調和個性群性發展。

四、師資培育的問題

生命教育所涉及之許多學理與教學素養，例如人生哲學、生死學、倫理學等，是現行師資養成制度中所缺乏的環節，也不是教師檢定，教師甄試中所注重的課題，這意味著師資問題必須從根本之制度面來思考與規劃。從校園中教師深切的反思，系統性、前瞻性、制度性的規劃做起。儒、道思想的諸多教材可為教師生命教育實施過程帶來更多的啟發性。



第六章 省思與建議

生命教育的意義，在提示人從有限走向無限的價值，說明人的生命的渴望，開拓人在有形之外的價值，從而接受生命的無限可能，發展生命的力量，達成生命的目標。因此，生命教育不是固定在某一階段的思想教育，更不是消極去解決因為社會制度所造成的生命困擾，而是貫穿生命的全部，奠定生命發展的動力及能量；也因此，在國小教育的階段，其生命教育不應祇是對生死教育的體認，也不只是對生命情懷的憧憬，而是整個人生觀的建立。

生命教育的焦點，既在看重生命本身的主動性，則教育的方法及內容，就必須能有助於此主動性之開發，因此，賦予生命的廣闊空間及無限時間，才是生命發展過程中的必須，也唯有如此，生命才能在無負擔的情況下，真切去體認、培養及踐履生命的意義及價值，因此，在生命所面對的幅度中，不可諱言的，就構成了縱切面及橫切面，並以生命本身為中心交叉點的關係。

每個人來生只有一次，生命的不可逆與死亡的不可體驗性，讓我們無法逃離死亡魅影的侵擾。也許，生死的學問真的不應該用來教的，沒有任何一個人有權利，教另一個人如何把生死的事看得雲淡風輕，也不是頓悟兩字可以瀟灑坦然以對的，但它卻是個可以討論的主題，用「生」的命題加以觀照。從觀念型態上講，我們中國人的死亡意識，主要受儒、佛、道三家的影響。漫長的社會歷史生活演進，逐步形成了我們民族文化特徵的死亡觀與死亡態度。今天我們一方面深受這些傳統死亡觀的影響，另一方面，也應以現代人的思想眼光重新清理，以便為我們當下的生存尋找精神資糧。無論是在理論的層次（如本體論、認識論），還是在實踐的層次（如瀕死體驗、臨終關懷），進行深入的研究與思考。讓我們活著的時候以快樂相迎，死的時候以無悔相送。畢竟，通向死亡的路，就在我們腳下。關鍵在於怎麼想？怎麼走？下面就本研究提出幾點省思與建議：

第一節 省思

一、 儒家的生命哲學追求的是以群體為單位的長存不朽，個體只有消溶於其中，才能與之一起生生不息。因而就個體而言，生命與道德都陷入了一個難解

的二律被反之中（郭于華，民 83）。然而法律對於維持秩序仍是必要的，個體服膺群體，把社會聯結在一起的是「禮」，因此構成儒家社會倫理的主要特徵是責任意識而不是權力要求。儒家很可愛的一點，也就是把世俗的世界看做是神聖的。儒家的意圖是從內部轉化體制，儒家的人生取向是把具體的、生活中的人的存在狀態當做出發點。生命的終極意義是在日常實際生活中實現。這種實用性的理想主義能使儒家社會創造性地轉化這個世界。

二、笛卡兒告訴我們，哲學思考是基於「我思故我在」這個判斷。以這個抽象的自我為起點雖貧乏但卻別具意義，意欲的生活豐富了生命，我存在於意欲生活的生命中。生命本身並不是有價值的，而是一個人引導出來的那種生命才有價值。客觀主義者認為生命品質是理性、健康、知識、自由、幸福、和友誼本身具有價值，不管是否有人承認它們本身。相反的主觀主義者則認為，沒有什麼事有客觀的價值，事物之價值只是因為他們被欲求。老子對帝王說教，展現「無」的智慧；莊子代表芸芸眾生發言，揭示「忘」的哲學。老子希望統治者放下欲執，給出百姓悠遊空間，創造無為無不為雙贏局面。莊子告訴我們要靠兩忘來安時處順，是非兩行，方內方外無入而不自得。生命起步階段的孩子要有何欲執，值得教師三思！

三、肉體化、物質化的靈魂觀念與世界大宗教死後世界的信仰是相當不同的。據于冠華鄉村調查與幾位信仰天主教的農民有如下的談話（張三夕，1996）：

問：能否說信仰天主的人死後是怎樣的？

答：死後就讓天主收了去，到天主身邊也就是到天堂去了。

問：你們害怕火葬嗎？

答：不怕。燒掉的是世俗的人，靈魂已經離開他到天主那去了。

問：天堂是什麼樣的呢？

答：在天堂可以享受無窮的幸福生活。

問：請說得具體一點？

答：就是想吃什麼有什麼，要穿什麼好的也有，還不用勞動受辛苦。

問：靈魂也需要吃、穿嗎？

答：……。

可見看似比較超脫的靈魂信仰最終還是落在肉體和物質的實處。中國人的信仰就是這樣實在而具體的。儒家、道家亦同，從民間節慶祭拜的大魚大肉可發現亡靈與活人一樣，要吃要喝，要穿要住，還要鈔票花。我們的先哲老子就說過「虛其心，實其腹；弱其志，強其骨」的聖人治民之道，這再清楚不過地反映出我們民族對待靈與肉的態度。數千年來，人們的心智、思維正是沿著這樣的取向發展的。因而，中國傳統的思維和理性重經驗而輕思辨，直觀直覺發達而邏輯推理萎頓，強調眼前的實利而缺少長遠的理想。這樣的心智特點與入世務實的生命觀和信仰方式有著直接的關係。

四、儒家又重視家庭倫理、強調孝道觀念，並已深入人心，從而形成長遠的中華文化現象，因此在現代社會家庭人際關係中仍然是重要的價值。儒家思想中又重視社會服務的價值，並認為人類生命的意義即在社會服務中彰顯，因此對於所有有社會角色扮演的人們，都有發揮服務精神的要求，這也是當代社會中極需要的價值信念。儒學又強調學而優則仕，因而重視子弟教育，一般人家皆以培養子弟為社會上有用的人為教育理念，造成現代社會重視求學的精神，在社會穩定的時代，中國人求知求學的精神始終在人類各民族中是表現最優越者。小學和中學教育的目的不僅在於獲取實用知識，也在於人格塑造。教育功效在「公民宗教」的聯結，應更甚於經濟效用（杜維明，2002），畢竟儒家對於人類的發展有著十年樹木，百年樹人的長遠堅持。

五、執著於肉體生命的生死觀，造成求全保身、逆來順受、知命樂天、安時處順的民族心態，培植了自私、巧滑麻木的劣根性。且在追求「生生不已」、血脈延續促成了多子多福的生育觀念，子孫是祖先血脈的延續，前輩常在後代身上看到自己的體貌形象，感到自己生命的存在；並把自己未竟之業、為酬之志交付後代去完成。若每一代人都將自己應盡的責任推給下一代，那麼生命的目的除了繁殖便再無存在的意義了。生育子嗣成了中國人實現生命恆久即追求不朽的重要途徑之一，也是生命的意義、價值所在，這種生命觀甚至被直接表述為「生命的目的為了創造宇宙繼起之生命」，這樣的傳統文化只注重「生生」，卻不重生命的質量。

六、蜜蜂並不自由，它有自己採蜜角色的扮演。河狸也不自由，它一生都是在河流上築水壩。但一個人類出生時，他沒有戲服，也沒有安排好的角色要扮演，他要創造自己的劇本，因此會在生命過程中，逐漸形成我們所謂的個性。當一個人死亡的時候，雖然他的身體死了，個性還是一直存在。他會活在我們的記憶裡，死亡讓我們更認真地生活，所以真正要思考的問題，應該是「我們要怎麼生活？」而不是：「我們為什麼會死？」所以我們並不是以活著的事務給出一片世界，而是我們與一切死者的事務共存。在我們的肉體生活之外，人們孤獨的消費死者的事務；我們欣賞古典文學名著，或聆聽已逝歌星的經典名曲，不是因為他們的肉體活著，而是這世界有眾多活著的人承接了死者的事務。我們都活在文化的恩典中，因此精神的長存不是肉體與精神分開，而是我們活著的人與死去的人共舞，在「文化」裡共舞，沒有活著人的「肉身」，就沒有死去的人的「精神」。這文化的意符，看似身後事，卻是活人生前的苦經營。每個人都是世界總譜裡的小音節，我「活著」仰賴世界的恩典，自己是一個世界的一小節，全靠著與世界的聯繫才出現他活著的事實。

七、捨生取義或許高調，但人要有個性，才能留下痕跡。雖然畢卡索已經死了，他的身體已經不存在了，但是他畫的素描和繪畫，讓他好像還是活著一樣，他在世界上留下了痕跡，而且是有獨特個性的痕跡。所有的人都會留下痕跡，每個人留在世界上的痕跡都不一樣，因為每個人的生命都不一樣。英國哲學家羅素最欣賞中國的老子，老子所講的正是創造的衝動，完全異於西方文明給人的目標是佔有的衝動；活在創造的真實、和諧、堅強中。像愛迪生發明電燈，全世界都光明，這叫創造。音樂、藝術作品，使每一個人，都有生命的感動。

八、教育上的無為，老師要指導學生做遊戲，可是遊戲的遊是無心自得，才是逍遙遊，做遊戲要放下一切的負擔才有美感。老師帶他們做遊戲，但是並沒有訓練他們，沒有把自己的意志加進去要學生接受，不用成人的得失心介入，引導兒童天真，不用成人的心介入，所為的是引導他們永遠維護一個童真世界的美好。生活上的無為好像虛度光陰，其實不然；我們的腦子總習慣於被事功包圍！讀書人看不破死亡，或許因為我們不明白時間就是生命，不懂無所事事，不懂看一朵花、欣賞一片樹葉，不懂觀一場雨，靜聽一段流水，只知道溪水可以游泳。

如果知道時間就是生命的話，作事情反而是一種逃避，因為沒有進到「時間就是生命」的體悟中。余德慧引用張愛玲小說《半生緣》裡提到情愫，剛要戀愛的男女對坐，嘴裡言不及義，手卻暗渡陳倉地牽在一起了。「時間就是生命」正是這種暗渡陳倉。可是我們習慣用事情的時間去偷渡一些生命的時間，然後任自己在事情的牢籠裡備受折磨，以為牢籠就是人的生命。這種感覺如同梭羅所言：「啊！到達人生的盡頭，才發現自己沒活過」。道家用無、忘、外、虛等的功夫，做生命的超越和突破，其所証成之開放的心靈，可以解構人世間的種種對立，掙脫利害得失的牽絆。

九、我們可以很輕易的抬起手臂，然後「啪」一聲，就把蚊子殺了。但對家中小狗的猝死，悲傷萬分。很少人會在乎蚊子的生命，而小狗的生命卻很重要。於是，我們發現，並不是所有的生命都有相同的價值，沒有人喜歡蚊子。其實，每一個生命都有它的價值，只是對人來說，世界上的生命並沒有相同的價值。因此，就會產生問題。儒家講「人禽之辨」才能可名一給出生命的價值內涵。或許在儒家的生命價值序列裡，人高於其他物種，然而儒家雖以人為尊，但不以動物草木為附屬於人，為只供人享用的工具或資源。人有所貴於動物，也不應對動物殘暴，但並不以為是因為避免對人產生不良後果，而是認為人之良心會不安，而這不安乃出於對動物之感受痛苦的回應。

十、自十九世紀末以來，西方的倫理思唯一直在進行一種由個人倫理轉向社會倫理的典範轉換。這個典範轉換的大意是說，道德理想的嚮往、是非善惡的分辨與行善避惡的堅持都並非只是個人的事，而更是社會整體的事。前面所談教育、家庭、工作等議題都可以做如是觀。這些議題除了有個人道道抉擇的幅度，也都有社會倫理的面向。在不正義的社會環境中，個人當然能夠也應有所堅持，然而，結構的不正義恐怕才更是社會各層面問題的根源。在整個政策面上，二十一世紀的福利概念應超越慈善概念，傳統的善行義舉是公權力不及時的救濟手段，而不應是維護社會正義與促進社會邊緣者生活的正常方式。現代倫理學不能只關注個人的「有所為有所不為」，更應關懷社會制度或整體應有怎樣的正義內涵。

第二節 建議

我國現行教育架構，在實用功利主義掛帥的前提下，我們的確給孩子太少空間與時間去思考探索實用知識以外、但卻攸關生命意涵的課題，儒家、道家諸多思想值得我們釐清生命的價值所在。生命教育並不是一定要針對以上章節所探討這些問題給出特定的「標準」答案來，而是主張，學校課程架構應給學生空間，幫助他們發展出「發掘、思考與探索生命議題」的能力。從教育的觀點來看，有時給一個好答案不是比不上問一個好問題嗎？

一、儒、道生死觀之於生命教育的建議

(一) 儒家的生命需要倫理，有了倫理，生命才能生存下去，這倫理需要一套工具，運用工具就能守護自己、安撫別人，建立穩定和諧的關係，這套解決生命中所發生問題的工具，我們稱它叫紀律 (discipline)。維持生活所需要的能力、技術、思考方式、習慣都是一套工具，也是因紀律所構成的系統。九年一貫課程改革最大的目的就是要培養學生帶的走的能力，不只是謀口生活米糧的技術，更重要的是倫理這套讓生命本身的存續與生活獲得幸福的工具。生命在此平衡中才能保持安全和諧。當如不幸陷入失衡時，就要懂得割捨。道家會告訴我們如何割捨，有了割捨，才能學習新的東西。相對的，學習新的東西，也就能割捨舊的東西。

(二) 道家老莊的生活態度：「少欲知足」、「無為和不為己」、「無智」、「順應自然」，值得我們推動生命教育時的參考，時下青少年喜歡刺激，追求重金屬樂曲或靡靡之音，宛如沉迷「五色」「五音」「五味」，會使自己失去了原有的靈性，將使人「目盲」、「耳聾」、「口爽」、「人心發狂」。所以，我們應該知足過簡樸的生活。不需要向外追求名利和財富，因為「知足」才是真正的富貴。其次人生應抱持著「無為」的生活態度，不爭、不求、不自私、不自利的對待萬事萬物。但是「無為」並不是消極，它應是「順應自然」，在「順應自然」之後，可以達到積極的成果。

因此，簡化生活的第一步，得把自己內心慾望看透，人之所以不能自主，因為還有所求，無法看透自己。人們常會努力賺更多的錢，來改善生活品質。在某

些時候，的確，有了錢，生活可以得到改善。但並不表示為了消費而努力賺更多的錢，錢少一點，生活依然可以有良好的品質。就像不一定吃好的，住好的，穿好的，心靈才會純淨。簡單的生活，會有更多感動。

(三) 法律對於維持秩序是必要的，但是把社會聯結在一起的是「禮」，構成儒家社會倫理的主要特徵是責任意識而不是權力要求。小學和中學教育的目的不僅在於獲取實用知識，也在於人格塑造。教育功效在「公民宗教」的聯結，應更甚於經濟效用，畢竟儒家對於人類的發展有著十年樹木，百年樹人的長遠堅持。

誠如心理醫師露意絲·茜所著《生命的重建》一書中，曾經提到每個人內心中，都要有一個「意識銀行」。如果一個人想要獲得更多，便先要充實自己的意識。人的意識，就像是一個銀行，當察覺到自己有更多的創作能力，也就是在意識銀行中放入更多的存款。當一個人意識到內心的感惜與知足，會不斷的在自己的意識銀行存入快樂的思想，對自己的生命、心意、身體、有深深的感激之意，然後進一步革除憎恨、批評、內疚、恐懼的習慣，也就是革除生命的負面意義，學習加入愛與寬容，融合意識，同時以新而飽滿的意識，以覺醒和了悟的精神，創造出嶄新的生命。每個人的意識銀行所存的「責任」如果是飽滿的，何必須要過多的法律要求呢？

(四) 在多元開放的社會中，適應現代生活，需要多種智慧。你要會待人；婚姻生活、人際、教育子女都建立在待人的態度上。要會善待自己；情緒的發展、內省的能力、自我價值都是我們生活的一部份。當然，你要有一技之長，有工作的能力，否則就活不下去。在中國傳統思想中，莊子的思想最重視個體的殊異性，並強調個體須能順著個體本身的殊異性，來適性適才適能來發展，這樣子才能說是自我生命的自我完成。此觀點與多元智慧論的觀點是不謀而合的。因此，教育，必須教導孩子多種智慧才行，只會讀書是不行的。成績不好，可以透過別的方面努力而成為成功的人，這就是對生命的尊重。讓學生觀照內省自己生命豐富之姿，讓學生自己體認本身的多元智慧。在現今教育體系，學生價值觀念多是外燦的，教師應給予學生更多內省觀照的啟迪，而非單一智慧的宰制人生。透過觀照自己的生活，引導學生在自身的軀殼起念，也可以在人倫上致知，乃至於儒家自

我實現，或道學家的窮理盡性。這一切都必須以自身的心智欲求去衡量自己至深的世界。

注重社會公認的成就，而忽略自我價值觀，如同剝奪了孩子的本性。沒了自己，便察覺不出生命的意義，也不知道活著的是自己。活得越誠實越像自己，內在的心意與外在的行為調和一致，才能真正的感覺生命的脈動。否則，當孩子成就了別人的期待，但發現那些卻完全不是自己真心想要的東西。與其等到往後再重新尋找自我歸屬感，不如趁他們還年輕已經知道和決心去找尋時，給予關懷的祝福。

(五) 如果不了解整個人類生命的複雜性，單單徒於改革，反而只會為將來製造更多的困惑及更無窮盡的改革而已。從基層的表面是找不到解決辦法的。如果我們不想被生命中無窮盡的焦慮、衝突、困頓淹沒的話，必須由心理徹底急進的變換。這樣的變換只能經由正確的教育及完全發展的人格。這是整個心智的革命，不單只是思想而已。思想終究只是成果，並不是源頭。這必須是源頭徹底的變換，而不只是成果的修飾。本研究並不是藉由儒、道思想的拼湊來尋求生命教育的應然面，如果是如此，那只是在生命教育實施的成果現象做笨拙的修補，並無法帶給我們重大的改變。我們必須將升學思考的老習慣完全根除，才能將學生的心靈從傳統及習慣中解放出來。

(六) 升學思考的教育者只顧灌輸知識給表面的心智，使他將來能在社會適應，討生活，而完全沒有觸到隱藏的心智。有意識的心智忙著應付立即而有限的當下，然而潛意識則被世紀的重擔鎮壓著，無法因應當下的需要。儒家心性的探討，有助於我們從日常生活中喚醒表層意識的完整能力，同時認識潛意識，只有當心智了解表層及潛伏的意識，它才能超越自我的限制，發現人生永恆的極樂。當一個人被管束時，敏感就被毀滅了，要得到真正的自由需要無限的靈敏，如果你被自我的慾望充塞，或被紀律的城牆包圍著，就不會有自由。只要你的生命一直是盲目仿效，我們就不再敏感，被父母的言語及社會的傳統麻痺，就失去對痛苦眾生的感受，無法熱心感覺週遭的一切，學校的生命教育講「情」應更於說「理」。

有時，人生的問題，往往不是說「理」可以解決的。一個人的性情，尤其是「情」的因素影響又是多麼多麼大。怎樣愛人與被愛，怎樣自認失去了想要捕捉的愛而能堅強面對，實在是人們需要互助自助共同思索的課題，有多少人能了解體會到它是需要去學習的呢？有多少人能領略佛洛姆說的：「我能夠對一個人說『我愛你』，在我生命中我也愛我自己。」呢？

當人們孕育了、培植了生命之時，常以自己的意識去安排或操控這個生命，卻忽略了生命本身有它的獨特性，是冥冥中就已注入的一種不可思議的因子。紀博倫在《先知》裡，關於《孩子》的章節中說：「你可以給他們你的愛，卻不是你的思想。因為他們有自己的思想。你可以供他們的身體以安居之所，卻不可錮範他們的靈魂。」愛在自由中，才能產生更多的愛。

綜合上述我們將之歸納為以下幾點：

- 1、儒家的倫理是我們生活行事的依據，也是人際的潤滑，更是個人的責任意識。傳統社會教導我們重視人際相處，現代社會倡導的是追求自我實現，別過於在乎別人的意見，輕忽個人生命特色。但如果一味的反其道而行，會流於「只要我喜歡，有什麼不可以？」導致衝擊社會秩序。在九年一貫新課程中缺席的生活倫理、公民道德等科目是否造成現今社會混亂現象，值得教育主管當局重視。
- 2、產業科技化、電腦化，就業工作機會減少，升學主義持續增壓，教師講「理」多於說「情」，不利生命情性培養，教師們除了「經師」的扮演，更要成為孩子生命中的貴人，「人師」角色益顯重要。
- 3、生命教育的推動中、價值觀的辨別是生命成長中一輩子的課題，也是人生迷航中的燈火。儒家的義利之辨，道家重視個體殊異的多元智慧論，均在價值觀的分辨、取捨、排列，給予為人師、為人母很清楚的借鏡。

二、結語

人的生命是發展與創造文化的動力，也是教育歷程唯一的對象，人的生命存在，教育的實施即可創化各種可能，展現豐沛績效；人的生命不存在，

教育即沒有舞台，無用武之地。睥視生命的文化，也將大幅降低教育應有的功能與績效。是以，有必要從學校教育及社會教育著力，強調積極、正向的生命意涵，強化此一基礎、紮根工作。凡走過必留下痕跡，這幾年來的生命教育推動，大概連質疑生命教育的人也必須承認，是「種子灑了，不管灑在什麼地方，總比不灑的好」。畢竟，教育本身就是一種生命傳承生命的工作；其中，經由「生命教育」以強化個體對「生命之體悟」似乎是教改工作正本清源之始，因個體唯有能對「生涯歷程」擁有具體的、健康的、全方位的體悟，才能對人生有正面的、健全的價值觀。才能讓生命的老問題，在教改的過程中受到重視，突破困境，期望藉由儒家、道家的生命思想的探討激發教師的靈感，讓生命的種子發芽、茁壯、紮根而成長。



參考文獻

壹、古典文獻

《易經》

《論語》

《老子》

《荀子》

《孟子》

《莊子》

《中庸》

戴勝〈編〉《禮記》

許慎《說文解字》

貳、當代專著

王邦雄（1985）。**緣與命**。台北：漢光

王邦雄（1997）。**世道**。台北：立緒文化

王邦雄（1995）。**莊子道**。台北：漢藝色研

王邦雄（2005）。**老子道**。台北：漢藝色研

王邦雄、楊祖漢、高柏園、岑溢成（2005）。**中國哲學史**。台北：里仁

王耀輝（1994）。**孟子的人生哲學：慷慨人生**。台北：揚智

孔子畫傳（1982）。中華史記編譯出版

孔服農、陳飛龍（1993）。**孔子的生平及其教育思想**。台北：國立編譯館

伍振鷺（2005）。中國教育思想與人類前途。**教育資料與研究雙月刊**，63期，171-182

頁

朱榮智（1993）。**把生活安頓**。台北：書泉

朱榮智（2003）。**生命的活水**。台北：擎松圖書

朱榮智（1994）。**與生命拔河**。台北：書泉

朱榮智（2002）。**孔子的生命教育思想**，儒道學術國際研討會-先秦

牟宗三（1970、2003）。**生命的學問**。台北：三民

- 牟宗三 (1995)。中國哲學十九講 (六刷), 103 頁。台北: 台灣學生書局。
- 沈清松 (1997)。心靈轉向。台北: 立緒
- 何福田 (2001)。生命教育論叢。台北: 心理
- 杜維明 (2002)。儒教。台北: 麥田
- 余德慧 (1995)。觀山觀雲觀生死。台北: 張老師
- 余德慧 (1994)。生命夢屋。台北: 張老師
- 余德慧 (1991)。中國人的自我蛻變。台北: 張老師
- 余德慧 (2004)。生死無盡。台北: 心靈工坊
- 余德慧 石佳儀 (2003)。生死學十四講。台北: 心靈工坊
- 李貴豐 (2002)。人生哲學—理論與實踐。台北: 文津
- 李旭 (1994)。孔子的人生哲學: 執著人生。台北: 揚智
- 李月娥 (2002)。慈濟教師應用靜思語教學實施生命教育之質性研究—以台北市一所國民小學為例。台北市立師範學院國民教育研究所碩士論文(未出版)。
- 祁致賢 (1992)。人理學。台北: 遠流
- 吳庶深、黃麗花 (2001)。生命教育概論—實用的教學方案。台北: 學富。
- 吳庶深 (2000)。生死學與死亡學本是一家。載於林綺雲主編: 生死學。台北: 洪葉。
- 吳庶深 (2001)。平靜生命的風浪。載於琳達·高曼著, 陳重仁譯, 打破沉默: 幫助孩子走出悲傷 (19-22)。台北: 張老師出版社。
- 吳庶深、陳佩君 (2000)。當前國中生命教育課程之比較。論文發表於宗教學術研討會, 中壢: 中原大學。
- 吳庶深、黃楨貞 (2001)。從生命教育探討死亡教育—地震災區小學生的生命教育。論文發表於台灣地區兒童生死教育研討會, 彰化: 國立彰化師範大學。
- 吳庶深、黃楨貞 (2001)。生命教育課程對國中生生命意義感影響之研究。論文發表於台灣地區國中生生命教育教學研討會, 彰化: 國立彰化師範大學。
- 吳達 (2004)。關於生死, 他們這麼說。台北: 人本自然文化
- 吳進安 (1995)。中國哲學的藝術生活觀。人文及社會學科教學通訊雙月刊, 11 (1), 6-27 頁
- 吳汝鈞 (1995)。儒家哲學。台北: 台灣商務印書館
- 吳瓊洳 (1999)。生命教育課程的設計。台灣教育, 580, 12-18。

- 吳武雄 (1999)。推展生命教育回歸教育本質。高中教育，7，10-15。
- 吳宗文 (2003)。迷信與信仰- 中國宗教文化的困惑及出路
- 邱秀娥 (2001)。國民小學教師生命教育相關認知與態度之研究。國立高雄師範大學教育學系碩士論文 (未出版)。
- 但昭偉(2001)。「生命教育」的生命。載於教育資料集刊，26,113-130。台北：輔仁大學。
- 林語堂 (1984)。孔子的智慧。台北：金蘭文化
- 林語堂 (1984)。論孔子的幽默。台北：金蘭文化
- 林清玄 (1997)。安頓生命的新智慧。台北：方智
- 林綺雲、張盈莖 (2002)。生死教育與輔導。台北：洪葉
- 林瑞堂譯(2000)。你可以更靠近我---教孩子怎樣看待生命與死亡。台北：張老師文化。
- 林俊宏 (1999)。老子政治思想開展。政治科學論叢／第十期／頁 171□194
- 林安梧 (1996)。中國宗教與意義治療。台北：明文
- 林安梧 (1998)。儒家的生死智慧—以《論語》為中心的展開·1998年「哲學、生死與宗教」國際學術研討會
- 林鶯譯 (1999)。(J. Donald Walters 著 1986)。生命教育—與孩子一同迎向人生挑戰。台北：張老師
- 林思伶 (2001)。生命教育的理念與做法，論文發表於台灣地區國中生生死教育研討會。彰化：國立彰化師範大學。
- 岸本英夫 (1997)。凝視死亡之心。台北：東大圖書
- 季旭昇 (2005)。孟子。台北：商周出版
- 季旭昇 (2005)。論語。台北：商周出版
- 恆毓 (2000)。論儒家，世界弘明哲學季刊。香港
- 徐山 (1998)。儒的起源。江海學刊，4期
- 施嘉信 (1991)。超越傳統的新人生。台北：新潮社
- 孫效智 (1999)。生死尊嚴與生命智慧。台灣教育，580期，2-6。
- 孫效智 (2000)。生命教育的內涵與哲學基礎。收錄於：生命教育的理論與實務，1-22。台北：寰宇。

- 孫效智(2001)。生命教育的倫理學基礎。教育資料集刊,26,27-57。師友,375,17-19。
- 袁信愛(2002)。儒、道兩家的生死智慧,第六次儒佛會通論文集(下冊)。台北:華梵大學
- 紀潔芳(2000)。兒童生死教育教學之探討---兼談教學資源之運用。載於台灣地區兒童生死教育研討會論文集。彰化:彰化師大。
- 段德智(1994)。死亡哲學。台北:洪葉文庫
- 陳香(1988)。孔子的風采。台北:國家出版社
- 陳佳禧(2001)。生命教育之體認。台北:水牛
- 陳浙雲(2001)。學習,從生命開始-九年一貫課程中生命教育的規劃與實施。教育資料集刊,26,237-263。
- 陳德和(2005)。道家思想的哲學詮釋。台北:里仁書局
- 陳德和(2002)。儒道互補論的環境思維。鵝湖月刊,30卷,1期,12-19。
- 陳芳玲(1999)。建構主義與生命教育課程,載於生命教育課程規劃研討會論文集。嘉義:南華大學。
- 陳德光(2001)。生命教育的宗教學基礎初探。教育資料集刊,26,59-80。
- 陳福濱(2000)。生命教育的倫理基礎。收錄於:生命教育與教育革新學術研討會大會專題演講,103-117。輔仁大學教育學程中心。
- 索甲仁波切(1996)。西藏生死書。台北:張老師
- 高大威儒(1993)。儒家四重奏。台北:書泉
- 哲學雜誌35期(2001)。生命教育。台北:哲學雜誌編委會
- 校園教師事工組(2003)。創意生命教育。台北:校園書房
- 張淑美(1992)。死亡的意義與其對教育的啟示。高雄師大學報,3,121-138。
- 張淑美(1996)。死亡學與死亡教育:國中生之死亡概念、死亡態度、死亡教育態度及其相關因素之研究。高雄:復文。
- 張淑美(1998)。從美國死亡教育的發展堅論我國實施死亡教育的準備方向。國立高雄師大教育系:教育學刊,14,275-94。
- 張淑美(1999)。中小學「生死教育」之實施。安寧療護雜誌,14,p44-57
- 張淑美主編(2002)。中學「生死教育」手冊---以生死教育為取向。台北:心理。
- 張淑美(1996)。死亡學與死亡教育。高雄:復文。

- 張淑美 (2000)。生死教育之實施心得舉隅。成人教育簡訊，19。
- 張淑美 (2000)。論生死教育在我國實施的需要與可行性。高雄師範大學教育學刊，16：281-302。
- 張德聰 (2000)。生命的回顧與省思：綻放生命的花朵。論文發表於現代教育——生命教育。台北：國立台北師範學院。
- 張湘君、葛琦霞編著(2001)。童書創意教學：生命教育一起來。台北：三之三文化。
- 張耀宗 (1999)。老子思想對教育的啟示。教育資料與研究雙月刊，28，60-65頁。
- 張三夕 (1996)。死亡之思。台北：洪葉文化
- 張春興(2001)。教育心理學---三化取向的理論與實踐。台北：東華書局。
- 張春興 (1996)。教育心理學。台北：東華。
- 張春興 (1996)。心理學概要。台北：東華。
- 張光輔 (1995)。談生命教育。輔導通訊，44，3-4
- 張光甫 (1975)。老子教育思想之研究。高雄師範學院學報，3，197頁。
- 張郁芬 (2001)。生命教育課程之研究。教師之友，42<2>，15-21。
- 張燕梅 (2005)。必然之死與應然之生—儒家生死哲學天人研究學院會訊第一期
- 鹿沼景揚 (1992)。生命教育法。台中：台灣教文
- 教育部(2001)。教育部生命教育中程計劃(90-93年度)。台北：教育部。
- 國民教育輔導叢書第九輯 (2001)。生命教育。國立台南師院實習輔導處編印
- 章嵐 (2001)。生命的真諦。台北：尼羅河書房
- 莊啟文 (2002)。鳳山地區住民生命互動之口述歷史研究及其對生命教育課程內涵之啟示。九十一年度教育部中部辦公室推動中小學從事行動研究計畫專案
- 馮滬祥 (2001)。中西生死哲學。台北：博揚文化
- 傅木龍 (2003)。生命之探：來去間的智慧。台北：心理
- 傅偉勳 (1993)。生命的尊嚴與死亡的尊嚴。台北：正中
- 傅偉勳 (1993)。世界宗教與死亡超克。台北：正中
- 傅偉勳 (1998)。生命的學問。台北：生智

- 傅佩榮 (2003)。傅佩榮解讀莊子。台北：立緒
- 傅佩榮 (2000)。新世紀的心靈安頓。台北：幼獅
- 傅佩榮 (1989)。尋找生命的重心。台北：洪建全基金會
- 傅佩榮 (1994)。智慧的魅力。台北：業強出版社
- 傅佩榮 (1994)。儒家生死觀背後的信仰·哲學與文化·第廿一期卷·第七期
- 傅佩榮 (2004)。人生定位。台北：名田
- 曾煥棠 (2001)。社會關懷教育與生命教育。教育資料集刊，26，131-152。
- 曾煥棠 (2001)。關懷與作為—生命教育中的社會議題。教育資料與研究，39:13-17。
- 曾煥棠 (2003)。生死學之實務探討。台北：師大書苑
- 曾昭旭 (2002)。老子的生命智慧。台北：文化
- 曾志朗 (1999)。生命教育—教改不能遺漏的一環。收錄於：李遠哲等著，享受生命—生命的教育。台北：聯經。
- 曾文宗 (1995)。從全人發展角度看生命教育的意義與內涵。輔導通訊，44，12-16。
- 黃德祥 (2000)。小學生命教育的內涵與實施。收錄於：生命教育與教育革新學術研討會大會專題演講，103-117。輔仁大學教育學程中心。
- 黃德祥 (1998)。生命教育的本質與實施。輔導通訊，55期，6-10。
- 黃義良 (2000)。生命教育在國小課程中的融合與落實策略。收錄於：生命教育的理論與實務，255-222。台北：寰宇。
- 揚帆 (1994)。莊子的人生哲學：瀟灑人生。台北：揚智
- 華梵大學 (2004)。生命實踐學術研討
- 奧修 (2003)。道。台北：生命潛能文化
- 楊慕慈 (2003)。生命教育。台北：禾楓
- 鈕則誠 (2004)。生命教育：學理與體認。台北：揚智
- 鈕則誠 (1999)。生命教育的定位。收錄於：生命教育課程規劃研討會議手冊，108-112，南華管理學院生死研究所。
- 威廉·葛拉瑟 (2002)。每個學生都能成功劉易齋。台北：張老師文化事業出版
- 陸玉林 (2003)。道德經解讀經典。香港九龍：中華書局
- 游乾桂 (1997)。背叛死亡。台北：探索
- 郭于華 (1994)。死的困惑與生的執著。台北：洪葉文化

- 館野正美 (2003)。老莊思想圖解。台北：商周出版社
- 國立教育資料館 九十一年度. 覺苑文教基金會 第七屆 ... 星期四. 綜合座談.
佛教的生命教育理念和實踐.陳木子大德.
- 尉遲淦 (1999)。生命教育課程的另一種規劃方案。生命教育課程規劃研討會會議手冊，119-127，南華管理學院生死研究所。
- 葉麗君 (2000)。塑建多元智慧的學習環境推動生命教育。收錄於：林思伶主編：生命教育的理論與實務，105-125。台北：寰宇。
- 賴昭志 (2001)。探索教育運用生命教育可行性之探究。南華大學生死學研究所碩士論文 (未出版)。
- 廖秀霞 (2001)。生死教育課程方案對國小高年級學童死亡態度影響之研究。南華大學生死學研究所碩士論文 (未出版)。
- 孫幸慈、連廷嘉、黃俊傑 (1999)。生命教育課程對國小高年級兒童輔導效果之研究。教育資料文摘，五，137—153。
- 賴昱諠 (2001)。生命教育探索性評估—以嘉義市兩所生命教育中心學校為例。國立中正大學社會福利系碩士論文 (未出版)。
- 郭靜晃等著(2002)。生命教育。台北：揚智。
- 尉遲淦(1998)。生命教育課程的另一種規劃方案。生命教育課程規劃研討會論文集。嘉義：南華大學。
- 劉述先 (2001)。全球倫理與宗教對話。台北：立緒文化公司
- 劉瑞瓊 (1999)。如何推動生命教育教導學生熱愛生命。台灣教育，580，54-58
- 劉易齋 (2001)。生命學簡綱初探：生命教育概論與實踐。台北：高立圖書
- 劉易齋 (2003)。生命管理學初探：生命教育的思想與實踐。台北：普林斯頓國際有限公司
- 樊明德 (2004)。與孩子談生命。台北：智庫文化
- 蔣錫昌 (1988)。老子校詁。成都：古籍書店
- 鄭崇趁 (2001)。生命教育的目標與策略。教育資料與研究，39，18-20。
- 鄭石岩 (2000)。生命教育從何著手。北縣教育，33，18-24。
- 鄭曉江 (1994)。中國死亡智慧。台北：東大圖書
- 鄭曉江 (2001)。生命終點的學問。台北：正中
- 鄧運林 (2001)。認識生命教育。載於何福田 (主編)，生命教育論叢 (頁 21-23)。

台北：心理

黎建球 (民 90)。生命教育的哲學基礎。教育資料集刊，26，1-26

黎建球 (2000)。生命教育的意義價值及其內容。收錄於生命教育的理論與實務，37-48。台北：寰宇。

黎建球 (民 90)。生命教育的理論與實踐。教育資料與研究，39，1-5。

錢穆 (1993)。人生十論。台北：東大圖書

錢永鎮 (1998)。生命教育的實施背景及其基本理念。研習資訊，15<4>，23-30

錢永鎮 (1999)。如何推行生命教育——理念篇。台灣教育，580 期，25-28

錢永鎮 (2000)。校園推動生命教育的具體做法。現代教育論壇—生命教育，台北

戴健業 (1994)。老子的人生哲學：自然人生。台北：揚智

謝冰瑩、李鑒、劉正浩、邱燮友 (1985)。新譯四書讀本。台北：三民書局

顏培元 (2002)。生命福音：培元文萃。三重：旭侑

顏崑陽 (2003)。人生因夢而真實。台北：漢藝色研

證嚴法師 (2003)。生命的至情。台北：聯經

羅光 (2000)。中國人的生死觀·哲學與文化·第廿一卷·第七期

蘇曉康、王魯湘 (1988)。河殤。台北：金楓出版

叁、西文部份

- Baumeister, R. F. (1991). **Meaning of life**. New York : Guilford Press.
- Bloom, B. S. (1956) . **Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals**. Handbook 1: Cognitive domain. NY: Longman.
- Corr, C. A., Nabe, C. M. & Corr, D. M. (1997). **Death and Dying, life and living**. Washington, DC:International Thomas.
- Durlak, J. A. & Riesenber, L. A. (1991). **The impact of death education**. **Death Studies**, 15, 39-58.
- Frankl, V. E. (1986). **The doctor and the soul: From psychotherapy to logotherapy**. New York : Alfred A. Knopf, Inc.
- Glass, J. & Trent(1982). **Death Education :An Adult Education Concern**. **Lifelong learning** , 5, 24-25.
- Miller, J. M. & Rotatori, A. F. (1986). **Death Education and Educater**. Spring field, Illionis:charles & Thomas.
- Paulson, P. A & Sharon, C. B & Wolf, J. A. (1988). **Living on purpose**. New York : Phoenix Rising Press.
- Reker, G. T. , Peacker, E. J. & Wong, P. T. P. (1987). Meaning and purpose in life and well-being: A life-span perspective. **Journal of Gerontology**, 42, (1) , 44-49.