

享受生命

生命的教育

曾昭旭 王邦雄 等◎著

Enjoys
the Life

華夏出版社

予受生命

予受生命

曾昭旭 王邦雄 等◎著

華夏出版社

图书在版编目(CIP)数据

享受生命:生命的教育/曾昭旭、王邦雄等著.

-北京:华夏出版社,2009.7

ISBN 978-7-5080-5178-9

I. 享… II. ①曾… ②王… III. 人生观-研究
IV. B821.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2009)第 083413 号

版权所有,翻印必究。

北京市版权局著作权合同登记号:图字 01-2009-3783

本书中文简体字版由联经出版事业公司授权出版

享受生命:生命的教育

曾昭旭 王邦雄 等著

出版者:华夏出版社

北京东直门外香河园北里 4 号 邮编:100028 电话:64663331 转

印刷者:北京人民文学印刷厂

装订者:三河李旗庄少明装订厂

经销者:新华书店

开本:880×1230 1/32 开

字数:100 千字

版次:2009 年 7 月北京第 1 版

2010 年 3 月北京第 1 次印刷

定价:25.00 元

本版图书凡印刷装订错误可及时向我社发行部调换

序 生命教育

——教改不能遗漏的一环

曾志朗

台湾在政治解严之后,人们对长期被禁锢的思想也开始强烈地要求解放。有识之士当然理解其中最重要的关键就是教育。不但学者对一向择“保守”而固执的教育体系感到不满,企业界(如施振荣、张忠谋等)更对这个体系所制造的成品感到忧心。社会对教育改革的必要性也是有绝对的共识。

的确,以往过分着重智育,就很容易被专一的知识体系所掌控。学校的教材、教法及课程安排都是一个样子,培养出来的学生也被模制成“只此一类”的意识形态,他们似乎失去了自我创造的意愿,一切都要速成。

快餐文化一代 无力接受挫折

这所谓“快餐文化”的一代,已经没有能力接受苦难与挫折了,因为他们的原发能力,早在求学的过程中,被折损殆尽了,他们一直被要求削足适履,做与他们的个性所不符的事。长期把自我的个性压抑已经使他们失去对自己的信心,更遑论对社会的期待。我们的学校教育好像什么都管,就是不管如何培养对“人”的尊重。

现今的教改,要求行政松绑,重视培养基本能力,并朝终身教育的理想去推动学制的重建。这些都是正确的,也是教育跨向二十一世纪的必行之路。但唯智、唯物与唯形的改造可能是不够的,因为价值系统的崩溃,对毫无防卫能力的孩子,绝对是一项灾难,多元社会的复杂,只有造成更多的混乱。

这一代的儿童吸取太多似真似假的影像,对真实已没有太强的反省能力,这才是危机的所在。有一次我问一些小学二年级的学生他们对死亡的看法,竟然有位学生对我说就像睡一觉,第二天就会活过来了。我问他们为什么?他们说就像电视上的人物一样,被打死了还会活过来。这些学生们对死亡的看法如此浅薄,我们怎能期望他们去尊



重自己或他人的生命呢？

不久以前，我们的社会被 EQ 的热潮淹没，而政府也全面发起“心灵改革”的运动。这些努力值得肯定，但怎样把这些关系着教导如何掌控“情意”的教育，落实到学校里却很少有人提及。

缺乏情意教育 教改令人遗憾

教育部门日前公布的教改十大成效，也没有一项谈到有关“情意”教育的推动方案，这真是一项令人不得不惶恐的遗憾。当我们看到学童自杀、杀人、施暴的年龄层越来越低，而其手段越来越残忍，其心态却越来越不在乎时，我们真的要为我们社会的将来捏一把汗。如果这时候，大家继续忽视学童的心灵建设的问题，那我们在每次学童出事时再来大书道德文章是没有用的！

所以，教改的列车除了唯智、唯形、唯物的改革之外，还要重视情意调和的教育措施。这可能要从培养学童对生命的尊重开始做起。

这几十年来，我们清楚地看到教条式的作法收不到任何预期的效果，学生对于说教已厌恶到了顶点，我们必须换个方式让学生可以接受我们的教诲。启发式的教

学——让学生主动从学习过程中获得心得与感受,大概是唯一的方法。

我们常说被尊重的孩子才会自重自爱,但是有多少父母肯放下手边的工作,关掉电视,蹲下来,平视儿童的眼睛耐心地听他们说话,有多少次我们是以“你不懂”来打发儿童的好奇心呢?

很多人了解教育是立国的根本,但是却误解了它的真谛,以为只要盖美轮美奂的新教室,装设新电脑,扩充更多的硬件就是办教育,其实真正影响教育成败的是软件——使用硬件的人,也就是老师、家长、你和我。

我们所要教给孩子的,就是要让他们体会文明的内涵,就是会为对方的处境作一番思考,能体谅别人、约束自己的人才是一个文明的人。

学习人际相处 可从游戏开始

这种人和人相处的学问,最好的训练场所就是游戏,我们要让孩子在游戏的过程中,将他们在课堂上学的知识生活化,将他们与其他学生相处的技巧精致化,游戏提供孩子创造力发展的必要空间,老师、家长应该以正确的态度来看待孩子的游戏,千万不要以为他在浪费时间。两个

人一起玩时,他其实在学做人的道理,而一个人自己玩时,他是在发挥他的想象力、培养他的创造力。

培养出有思想会思考的孩子,我们才可以在这个基础上谈人格的培养与正义的精神。

所以,我们要再三提醒的是生命教育的重要性,尊重自己、同情他人,培养同情心的感受在目前的教育中非常缺乏,我们的学生试考得太多,书读得太少,所以对社会上的人情冷暖、生活百态完全不能理解,更不要说体会。

不理解、不体会别人的疾苦,所表现出来的自然就是冷血。

我们应该鼓励学生去挑选适合他们自己兴趣的课外读物,作为生命科学的补充教材,而不必担心考试,或许现在弥漫在我们周围的挫折感和无助感就不会这么深,自杀率就不会这么高。

了解生命意义 才会尊重别人

学生可以从书本中前人的经验去寻找困难的解决之道,当学生了解每一个人的所作所为都会为别人造成影响,他才会了解自己生命的意义与存在的价值,也只有这样,我们的孩子才能学会体谅别人、尊重别人。

假如他体会到双排停车时,别人必须要煞车才能绕过你的车,这是侵犯到别人的权益,因为他的煞车原本不需要踩,煞车皮不需要那么快换,他也不需要冒多余的险去变换车道以避免你的车子,假如我们的孩子体会到这一点,他就不会让车子在路中间停留,因为他了解了这是侵犯到别人权益不应该的事,而不仅仅只是怕警察要来开罚单。

要教导学生由对自己的尊重到尊重别人,是我们目前教育最急迫要做到的事。

展望新的一年,社会将更多元,人与人的关系也更复杂,世界的距离越来越短,而新的价值系统也会一再的变化。如何才能使我们的下一代走出迷惑?生命教育的推动绝对是教育改革最核心的一环。

(曾志朗,台湾阳明大学副校长)



相信生命
就像相信一粒种子
会长成一棵大树



目 录

- 曾志朗 序 生命教育 / 1
- 李锡津 欣赏生命 爱惜自己 / 1
- 叶树姗 做我真好 / 15
- 黄晴雯 生于忧患 / 33
- 曾昭旭 应变与生存 / 47
- 吴 京 敬业乐业 / 67
- 王邦雄 信仰与人生 / 83
- 王邦雄 良心的培养 / 99
- 傅佩荣 活出全方位的生命 / 117

- 傅佩荣 化解意识中的盲点 / 135
- 孙效智 生死尊严与生命智慧 / 153
- 王建焯 社会关怀与正义 / 171
- 曾昭旭 感情谜题 / 183



欣赏生命 爱惜自己

李锡津口述 牛庆福整理

由欣赏生命出发

能欣赏、喜欢生命,就不会去摧残生命,并能发挥自己生命的光辉。要蔚为繁星交相辉映的灿烂夜空,就要由欣赏生命的生命教育出发。

今天人人热衷谈生命教育,追本溯源,其实是老祖宗的老调重弹,如安身立命、继往开来等,都是历经时代的千锤百炼,成为生命教育的要项,并延伸出许多新的内涵,以适应今天的需要。今天的人太忙,又期望高,然而达成目

标的可能性因人而异,少数人能很快地得到满足,但大多数人的期望与他能达成的目标形成很大的落差,人人备感挫折,甚至有人因此自杀。

今天自我伤害案件层出不穷,每年都有不少学生自杀,警察、军人、知识分子、资优生自杀的也不少。邻国日本的表现也不遑多让,曾有一名护士长自焚;在不景气中,日本企业更有不少高层人士自杀。为何现代人对自己的生命如此不重视?为何许多人无法欣赏自己的生活与生命?在在显示生命教育的必要与重要性。

生命教育要先学会欣赏与爱自己,再去喜欢别人与所在的环境,才能培育爱护与尊重生命的情操。什么是爱?踩地唯恐地痛的感觉就是爱,应由爱与欣赏自己开始,学习体验生命之美;爱自己原本是天经地义的事,不爱自己即无法去爱别人与周遭的事物,由爱自己再发展小爱、大爱等广博之爱。

有一则小故事可以说明爱的感觉:一修道院的僧侣晚间到外散步,不小心踩到一个软物,脚底“唧”的一声滑了一下,由于很暗看不清楚,僧侣以为把青蛙一类的小生命踩死了,非常不安,回去一夜左思右想,心想如果是母的,可能即将产卵,伤害的生命更多,越想越难过,一晚睡不着,天一亮就跑出去看个究竟,结果发现原来是一根茄子,

就安心了。这种念“唧”在“唧”的心情,就是一种爱护生命的表现。

在教育界,尤其强调珍惜、爱护生命,再散发生命的光辉。由爱人类生命之美的情操可以推展到爱物,包括动物、植物,甚至无生命的对象等,不喜爱生命的人,所见如同沙漠,生活变得非常无聊,内心世界也非常脆弱,遇到挫折易放弃。繁忙的工商社会里,人与人的生理距离日近,如搭车挤来挤去,大堆人在一块儿上班等,但如果不知生命的意义,人人的心理距离却非常遥远,这是很可怕的现象!能拉近心理距离的媒介,就在关怀、爱护与对生命的热爱。

迎接人生 欣赏自己

如何爱与欣赏自己?一个人应持宽广与包容的心,面对现实、接受困难与各种问题,有人常自忖:“我为何如此胖?如此瘦?如此矮?如此高?”就是无法面对现实,高矮胖瘦可以做一些努力来调整,但先天上有许多限制,就要去接受与接纳,顺应生命的外观,明白它是先天的遗传与后天的努力共构的产物。

基因是矮的,后天可以设法增高,但无法超越基因限

制的高度,人能面对现实,了解“我的长相就是这样”,长相也许可以稍为改变,如修心、念书、作公益事业等,可以因为心情愉快而面貌有所改变,但基本上的形不会变的。要先接受自己外表的美与丑,才可能作进一步的修为,改变自己的价值观,完成一些自我的超越。

有人没有钱过得很痛苦,但也有不少人有钱依旧天天不快乐,人应有调整价值观的弹性与多元化的思考,才能适时改变自己的行为。根本之计,在于先喜欢自己、面对自己的问题,再依据自己的潜能与特质发展。因此天生我材必有所用,如有人对肉贩说要买精肉,但肉贩回答说,他卖的每一块都是精肉,不论肥、瘦都有用处,没有精不精之分。另一个小故事,也和这个道理相通。

有人打扑克牌,一拿了不好的牌,就打不下去了,常弄得牌友不欢而散,久而久之,愿意与他打牌的人日渐减少;有人因此就对他说,人生就是如此,不是拿了一副好牌才要打下去,要就手中所拥有的一切用心去打,打到最好、最高分就是成功,就会得到大家的肯定,这就是人生的真义。不要怪自己能力不足,只要求能把自己的能力发挥到最高点。

这个社会看来以当局领导人的地位最高、最重要,但家中的马桶坏了,当局领导人帮不上忙,这时就是修马桶

的工人最重要；清洁队都罢工了，大家就会感受到他们的重要。每一个人在自己的工作岗位上都很重要，缺一个螺丝钉，一架飞机可能掉下来，此时螺丝钉的重要性不亚于引擎。有此认知，就能以宽广的心来看待生命的价值，并能以积极的态度迎接人生。

生命的价值不在外表、高矮、金钱的多少、地位的高低等，而在于生命有没有充分发挥。凡能在帮助自己之外，又能服务别人与社会的人，都很重要。另一来自荷兰的小故事，就确切说明了这层意义：低地国荷兰有许多地方低于海平面，一位小朋友发现海堤破个小洞，海水慢慢流进来，如果不即时阻住，小洞会变大洞，就可能发生决堤的灾害！小朋友于是毅然用手把小洞堵了起来，熬了一个晚上，才被村人发现，而救了全村人的生命。

这位小朋友的生命价值完全发挥出来了，成为流芳百世的故事。过去以为赚大钱、做大官，才有生命的价值，其实一个人好好地活，并能帮助人家，就能表现生命的价值。人人由学习珍惜自己的生命开始，再学习珍惜周遭人的生命，依据孙中山先生服务的人生观来说，就是一个人最起码为自己服务，再为周遭与陌生的人服务，就能表现生命的大爱。