

禪的教學與通識教育

孫嘉鴻

嘉南藥理科技大學通識教育中心副教授

摘要

教育能協助我們達成「人的改變」，可以提昇人的品質，促進人的發展。而淵源於西方傳統博雅教育的「通識教育」則重視受教育者的主體性，希望受教育者能達成心的覺醒。也期望受教者能提昇人生視野、建立獨立思考能力，以及開創生命意義，並將一切美德實踐於生活中。由於它的教育目標直接觸及學生的人生觀、社會政治觀以及宇宙觀的形塑，因此對學生畢生的影響至為深遠。

中國古代禪宗的教育方式，有與現今通識教育理念有諸多不謀而合之處，在言教方面：禪師們隨機點撥、啟悟學人，建立了「師生互為主體性」的啟發式教學法；在身教方面：力行「佛性無南北」的平等觀，「凡聖無別」的師生觀；在境教方面：將知識與生活相結合，禪宗教育的「觸類是道，任心為修」在各種生活現象中感悟物之本性，在生活中感受禪悟的思想，並要求學人勞動、參訪、行腳。禪的宗風強調：因材施教，以自性琢磨出本具自足的圓滿自我。隨著「一花一世界，一葉一菩提」生命自然的展開，它的自我教育的精神，對懷疑精神和創造性的提倡，「迷時師度、悟時自度」的教學原則。相對於現代教育制度的脫離現實生活、遠離自然，禪宗所蘊含的一些獨特的教育智慧至今仍具啟示意義。

※ 關鍵詞：禪的教學，通識教育，生活教育，自我教育，人文教育

▶ 壹、教育的意義與目的

教育，之所以對每個人都有意義，是因為教育能協助我們達成「人的改變」；由於大學教育是人格教育重要的養成階段，關係到人格的成長與安身立命的問題，因此，在專業知識的能力要求之外，還要培養反省的能力，以及從整體的角度思考問題的能力。也因此，大學本身需協助受教育的男女，去認識自己在文明社會與自然世界中的定位，認識自己在人類歷史與未來中的角色。這種認知養成教育，在現代大學教育的潮流中，已經變成大學教育的重要任務，因而透過教育，來提昇人的品質，來促進人的發展，是教育的重要功能。¹

隨著社會經濟政治結構的快速轉型，台灣已經逐漸進入一個多元化的社會型態。但是由於文憑主義及功利主義等盛行，台灣的各級教育的內容大部分都是實用性的知識，較少涉及引導學生進行價值判斷或道德判斷之內容；如果我們希望教育的目的在於使受教育者皆能立定心志，做自己的主人，以充實自己的生命的話。那麼，教育更應思考如何提昇學生自我批判等道德思考能力等問題，而這些問題的關鍵正是在於受教育者的「心」的覺醒。²

聯合國教科文組織指出：二十一世紀人類面臨的首要挑戰即是道德、倫理與價值觀的挑戰。這恰巧點出了現代人的道德觀已經愈來愈薄弱，而維持社會倫常的倫理觀念也漸趨消失。因此二十一世紀各國教育上的重點即是：塑造積極樂觀、品德高尚的好公民。

現代科技高速發展，創造了古人難以想像的物質文明。然而，無論是從質上還是從量上來說，人類的煩惱和苦難並沒有減輕，反而是與日俱增，因為物質文明在給我們享受的同時，也給我們帶來了許許多多新的困惑和煩惱，尤其是人際關係中，所產生的種種緊張和問題。今天世界上資源分配不均、人口爆

註

1. 參見龔鵬程(民89):《經典與現代生活》。台北，聯合文學出版社。P.165。教育應該是促使人產生「精神的改變」的學問。教育工作無論是照顧、練習、改正、示範或導引，都離不開價值的範疇，教育也就是使人產生價值化的過程，可促使年經人「生活意義漸趨完整」。
2. 黃俊傑(民91):《大學通識教育探索：台灣經驗啟示》。中歷，中華民國通識教育學會。P.43。

炸、生態破壞等問題已成為人類必須共同面對、共同關心的課題。然而面對新世紀的來臨，快速的社會轉變，資訊發展一日千里，人們的價值觀卻愈來愈變得模糊。作為今天的教育工作者，實在應該爭取每一個機會，培養青少年的思考能力，幫助他們確立道德觀與正確的價值觀。³

從現代教育的觀點上看，教育不單是知識的灌輸、技能的傳授、更是培養學生活用已有知識和技能的能力，以解決不同的困難。教育對我們的品格薰陶與生活導向有很大的影響。因此唯有懂得變通、具有獨特能力、心智靈活、思考流暢、反應快、能舉一反三，才是現今社會所需求的人才特質。因此在現今教育過程中，迫切所需要的訓練是：擁有廣闊的胸襟與視野，積極主動地開發人的潛能，以及能夠覺察到生命之美與奧秘，並且能從生活思想中，探索人生智慧，進而追尋生命的意義與價值。而這些只有在良好的通識教育中才可能達成。⁴

► 貳、通識教育的理念與功能

大學的「通識教育」(General Education)是要讓大學生培養在社會中個人與團體生存發展所須具備的基本知識與涵養的教育過程，內容著重人人必要的共同經驗與知識，如生存環境的認識、歷史經驗的覺醒、理性思考與道德批判能力。因此通識教育是大學學術專業與職業生涯教育之外非常重要的教養教育。

通識教育是從「知識的統一」和「人格的統一」來培養圓融的人格。希望由提供學生「統整的知識」(unified body of knowledge)進而培養「統整的人格」(unified personality)，亦即培養開朗的胸襟、廣闊的視野與人文器識。其實施即在於彌補大學教育漸趨專業化與實用化的缺失，以及解決人文與自然兩種文化對立與隔閡，其終極目標在於培養大學生的恢宏器識與人文素養，達到全人

註

3. 參見周漢光(民89):《有效的中文科教學法》(有效的中文科教學法序言)。香港，中文大學出版社。
4. 同注3 P.245。

教育的理想。⁵

為了要落實此一理想，實施通識教育時可以嘗試從「教育目標」、「課程設計」、「教師角色」三方面加以強化：

◎ 一、教育目標

實施通識教育是期望使大學生成為：一位學識豐富，具備良好教養，且反應靈敏的人，並且成為理智與情感均衡發展的現代人。因此通識教育不應單單是專業知識與技能的習得，它更應幫助學生拓展知識領域，提昇人生視野、建立獨立思考以及開創生命意義，並將一切美德實踐於生活中。黃俊傑先生指出：「大學教育的目的是在於喚醒，使他能夠成為一個西方諺語所謂的『會思想的蘆葦』。」⁶因此通識教育就是一種朝向完整人格的建立，促成人的自我解放的教育。」⁶他並且認為：大學通識教育的改革極具關鍵性，因為通識教育或素質教育直接觸及學生的人生觀、社會政治觀以及宇宙觀的形塑，對學生畢生的影響至為深遠，這是一切的教育改革最根本的基礎。

◎ 二、課程設計

在課程設計方面，大學的共同及通識課程以啟發學生之心智，建立學生之人生觀與價值觀為目標，主張通識教育課程應以構建學生未來的生活為目標，因此為了適應社會的變遷，必須具有前瞻性。在這種想法下，國內外許多大學的通識教育課程架構的規劃，都非常注意培養學生適應二十一世紀生活的能力。

註

5. 參見謝文英(民90):《通識教育—理論與實務》。台北，五南圖書出版社。P.18。通識教育注重培養學生具備積極的人生觀，對多元文化社會中複雜人際的瞭解及經驗。他能洞澈人類的關鍵問題，建立人生哲學和價值判斷的準則，並且瞭解生命的意義，體認生活的目的，強調人倫的規範，提昇人格的尊嚴，懂得做人的道理，革新人的生活，使人成其為全人。
6. 同注2 P.53, P.73。

黃俊傑先生於《大學通識教育的理念與實踐》中強調必須注意到(1)基本性：是指課程應涉及人類文明中最根本、最重要、最不可或缺的質素而言。(2)主體性：教學應以學生作為主體出發，去看待知識，透過討論、思辯、批判與比較，去了解自己的身體、心理，自己所面對自然世界與社會環境，自己所處的時代與所屬的文化。(3)多元性：課程內容應以拓廣學生視野、消除人的族群與文化上的偏見。(4)整合性：課程內容應整合不同領域之知識，賦予專業知識新的詮釋與意涵。

我們希望達成的目標是，學生開展出多方位的視野，培育獨立思考的能力；能夠嘗試用自己的方式理解課程觀念，對於概念與資訊，可以自行分析推理，並且廣泛應用上課的素材，與先前之學習及經驗融會貫通。因而在通識教育課程的設計中，揚棄單一思想或價值主宰之思維方式，使學生能廣泛接觸各種不同之思想或價值系統，從而培養他們「萬物並育而不悖」之兼容並包的胸襟。⁷通識教育重視融會貫通，因此如何把專業知識融入通識精神是一大考驗。而以教育的立場觀之，教育應該透過多科與跨科的途徑以開闊視野，避免囿於一己專門領域的成見。

一般而言，大學生應具備主動學習、求知的能力與態度，也希望高等教育培育出來的人才，擁有終身學習的精神。現今學生的知識來源大多侷促在教科書，欠缺整體的觀照。然而大學教育應該是引導式的教學，不僅要熟悉教科書中的重點，更應該主動追求延伸學習。也要能獨立探索，自行解決疑難，從中品味求知的樂趣。也唯有秉持興趣，自行挖掘深究，才可能從潮流的追隨者蛻變為潮流的開創者。⁸

◎ 三、教師角色

現代「全人教育」風潮下，當老師的已經不只是在知識上的傳授而已，更重要的是要關心學生的日常生活，適時糾正其行為觀念的偏差，並加以輔導。

註

7. 參見黃俊傑(民89):《大學通識教育的理念與實踐》。中歷，中華民國通識教育學會。P.254-255。
8. 參見：逢甲大學國文教材編輯室(民96):《大學國文魔法書》。台北，聯經出版社。P.68-72。

因為通識教育的目的不僅在灌輸一堆知識，更重要的是在對人格的影響以及對自我的認識。因為個人人格的健全發展是提昇生活與社會品質之根本，亦即當今亂象社會所應面臨的最大教育課題。⁹

學者語重心長的說：

學生到了大學仍未養成全面性的思考習慣，學習意願低落，對歷史無知，缺乏文化背景知識；也缺乏透過討論、思辯、批判與比較的風氣，學院式的教學又常常將學生對學習的興趣消磨殆盡。為了提振教育的成效，我們迫切需要在教學中強調「學生主體性」，以使教學內容能更感動受教育者的心靈。¹⁰

近代哲人布勃(Martin Buber)對教育的看法是與中國的傳統比較相契的，他說：「真正配稱為教育的，主要地是品行的教育(education of character)」。而如何協助年輕人養成其品行則是教育者最大之任務。無可置疑，品行教育之成功不能靠「說教」，而必須靠「身教」，這只有在一個心靈與一個心靈真誠相遇時，才能彼此發生感染力。¹¹

筆者於通識教育中開設禪學課程已有多多年，發覺以這種教育理念而言，中國古代禪宗的教育方式，有與現今通識教育理念諸多不謀而合之處，值得我們進一步探討。因此結合禪宗教育方式，融入通識精神，創造傳統的現代意義，是現今教育可以嘗試的方向。

註

9. 參見湯堯(民94):《大學學問大》。台北，天下文化出版社。P.182。面對快速的社會轉變，資訊發展一日千里，物質享受愈來愈豐富，人們的價值觀變得模糊，傳統道德漸為人所忽視，甚至被視作老套、不合時宜。年輕一代在這些衝擊中通常很難獲得適當的輔助，結果往往形成短視和錯誤的人生觀。作為今天的教育工作者，實在應該爭取每一個機會，重新培養青少年的道德價值觀，訓練他們的思考能力，燃點他們內在的愛心和正義感，讓他們建立良好的品格，發揮人性的真、美、善。
10. 同注 7 P.223。
11. 同注 8，P.73。這種教學方式尤重教師的身教。最終的理想是達到，懷海德所說：「大學的存在就是為結合老成與少壯以從事創造性之學習，而謀求知識與生命熱情的融合」。

▶ 參、禪宗的教學

佛教傳入中國，經由格義、容受、變革與開創，終於形成中國化的佛教，與中國傳統文化相融合。禪宗智慧能開啟「菩提自性、本來清淨」、「但用此心、直了成佛」的平民教育思潮之後；「人雖有南北，佛性本無南北」的平等思想，倡導「以心傳心」、「自性解脫」的禪法成了宗門教育的基石。而不重世學注重新生命關懷的教育追求，與既重師承又重自度的教學方法，打破了「文字知識」、「現象推論」等外部知識或局部知識的局限，而其回歸生活的踐行精神，對於當代教育都有著十分重要的啟示意義。¹²

現代學者認為：通識教育是一種喚醒學生的主體性的一種教育，也可以說是一種覺之教育潛能開發。它揚棄並超越形式主義，因而傳遞的道德價值是一種「喚醒」而不是一種「灌輸」，所以它常揚棄並超越形式主義的方式，而直接訴諸受教育心靈的自覺。所以通識教育的理念應該要回歸以人為思考起點，來探究師生互動以及個人視野開展的可能性。這些問題的關鍵正是在於受教育者的「心」的覺醒¹³。而禪宗的一些教育方式充分體現了這種現代精神。

◎ 一、師生互為主體性

所謂「師生互為主體性」教學法，傳統中國的教育對現代大學通識教育所提供的啟示是：它的教學方法極端活潑，師生參與討論，訴諸並指向老師或學生自身最切己的生命體認；並交換自己的思考或體認經驗，充分展現所謂「自由精神」，這種「自由精神」是傳統中國教學經驗中寶貴的遺產。

禪宗的教學注重師生之間的互動與啟發，教學環境的塑造，因材施教，以身作則，身教重於言教，返求諸己，注重內省等。禪宗在教學實踐中極力弘揚人的主體性：在眾生平等、自性具足的人性觀基礎上，強調頓悟解脫，乃學人已分內事，非由外助；本著自力自度的修行原則，重視教育的個性化，宣導即事而真的學習方式等，充分地體現了主體教育的核心思想。

註

12. 王宜鵬(民96年5月):《禪宗教育思想之現代意義》。南京師範大學,科學教育學院。P.34。

13. 同注2 P.36

它並且旗幟鮮明地強調「凡聖無別」的師生平等的思想：

「這裡佛也無，法也無，達摩是老臊胡，十地菩薩是走擔糞漢，等妙二覺是破戒凡夫，菩提涅槃是繫驢橛，十二分教是鬼神簿，拭瘡膿紙，四果三賢，初心十地是守古墓鬼，自救得也無。」¹⁴

禪師們之所以呵佛罵祖是為了明確地告訴學人，祖師不是什麼權威，凡聖沒有區別，教師和學生間是完全平等的。

相傳五祖弘忍禪師傳心印予六祖慧能以後，就在夜裏送慧能渡江南行。

五祖令慧能上船，然後就拿起船槳要搖船，慧能急忙搶著說：「師父，你請坐吧，應該是我來搖槳才對。」五祖卻說：「不，應該是我來渡你才對。」慧能答道：「迷時師度，悟時自度，度名雖一，用處不同。能蒙師傳法，今已得悟，只合自性自度。」¹⁵

禪宗教人要特立獨行，自立自強。標榜「識心見性，自成佛道」、「迷時師度，悟時自度」。正是禪宗教育主體性的顯現。

◎ 二、因材施教

所以，禪宗教育堅持認為「一切言教，只如治病，為病不同，藥亦不同」。承認個性差異，主張針對學人的具體情況採用個別化的教學，實行因材施教。並且，「隨宜所說，臨時施設，各各不同」。同時，禪宗強調「親證」，認為學人對禪的理解也可以各有不同，「如人飲水，冷暖自知」。

以馬祖的教法為例，據說由他接引而開悟的學生有一百三十多位，而且都能獨樹一方。這些學生並不是同一個模型中造出來的，即便是悟，也有不同的程度和形式。例如：

馬祖有三位和他最親近的學生。即是南泉普願、西堂智藏和百丈懷海。某天晚上，他們三人陪馬祖賞月，馬祖便問他們該如何度此良宵，西堂首先回答說：「正是供奉的好時機」。接著百丈說：「正是修持的好時機」。至於南泉則一

註

14. 《五燈會元》卷七，「德山宣鑑禪師」。

15. 參見《六祖壇經》行由品。

語不發，拂袖便去。馬祖說：「講經要推智藏，論禪要歸懷海，惟有普願卻能超然物外」。¹⁶

禪師們在教學時都是因人而異、隨機應變的，其教學手法靈活獨特，極具個性化色彩。禪宗的語言，並不是一套理論性系統，而是隨對話者的根器而施教的啟發性、引導性的語言。它重視對話者的存在參悟、透過問答、棒喝與公案等語言方便，促使對話者或受教者能真正參與並領悟到話中的真理。禪師教導他們從不同的面向思索事物，如何改變他們的生活，以及他們計畫如何利用所學開創生命。

◎ 三、啟發式教學

從現代教育的觀點上看，教育不單是知識的灌輸、技能的傳授、更是培養學生活用已有知識和技能的能力，以解決不同的困難。教師所以啟發學生的，是自我之事與德行涵養與開展的努力過程與經驗，而且做為學生學習其研究與實踐精神的過程中的引導者。傳統的教學法，過分強調知識的講授與學業成績的追求，嚴重地扼殺了學生的思考和創造能力。使他們未能把已有知識靈活運用。更因知識是被強迫灌輸及被動吸收，學生失去了自發學習、獨立思考及自我解決問題的能力。¹⁷

在教學方法上，禪宗卻能另闢蹊徑，超越說理思辨式的語言模式，而改用文學、藝術性的譬喻、暗示，與詩歌、謎語等表達；甚至不用語言，而用棒喝、揮刀、斬貓等種種奇姿異態，來傳達它的言外之意。從傳統的修學方式來看，這是一大解放，一切事物都可以用作教人開悟的媒介，一切方法只要有效都可以被允許，因此和傳統佛教比較起來，可以說是一種革新。

禪師的言行是「隨機利物」，即依據不同的對象而教禪，學禪者則要透過對禪師的言行而去「各人解悟」。在這種思想的指導下，禪師們在教育實踐中往往就是明確地鼓勵學僧們大膽懷疑。認為要想有所創造，便需有強烈的懷疑

註

16. 吳經熊（民 88）：《禪學的黃金時代》。台北，商務印書館。P.65-66。

17. 同注 3 P.245。

精神。禪宗把有悟性的人稱作疑者，認為參禪者必須有大疑情，所謂：「做工夫貴在起疑情，大疑大悟，小疑小悟，不疑不悟。」、「疑團不破，誓不休心，此為工夫緊要。」開悟是從懷疑中開悟，老師傳授弟子，乃燃其懷疑之火；弟子接受老師傳承，即突破所設立的懷疑之關。

禪師們還創造性地運用呼喝、棒打、默不作聲、胡言亂語等超越常規的動作和語言等媒介形式來啟疑解縛、接引學人。但就一般來講，棒的作用，和喝相似，也都是禪師們在不用文字語言的原則下所運用的一種方便。根據這些教導，所以禪宗接化學人，都是用解黏去縛的手法，應病與藥，使學人直悟，冷暖自知，以心傳心，師資默契而已。禪的主眼，是親證真如法界，不是一種抽象的概念，這必須如實體驗，始得理會。在禪宗的教育實踐中，禪師們往往對學僧們充分展示自己個性的言論或行為表示鼓勵，而對那些只能拾人牙慧的學人表示批評，其中蘊含著許多至今仍極具繼承價值的教育智慧。¹⁸

◎ 四、自我教育

禪宗訓練的主要目的之一，就是要教人發現真實的自我。五祖弘忍禪師說：「不識本心，學法無益；若識本心，見自本性，即名大丈夫、天人師、佛。」¹⁹

禪所以追求的是智慧解脫的境界，大體而言，智慧是必須由自己覺悟而生，不能由別人給你。別人所能給的只是可以討論表述的知識，而真正的智慧是自己覺悟與體驗到的，所以才能夠激發實踐的動力，也比較能堅持不移。

禪宗有一則著名的公案是說：

香嚴本是百丈禪師的弟子，當時他雖然才氣煥發，思辯敏捷，博通經典，但是卻始終未悟禪道。百丈死後，他繼續追隨百丈的大弟子瀉山。有一日，瀉山問他：

「你在先師百丈處，聽說是問一答十，問十答百，這是因為你聰明伶俐，才思敏捷。但是生死事大，請你告訴我：在父母未生前，你的本來面目是怎麼的？」

註

18. 胡適等(民80):《禪宗的歷史與文化》。臺北，新潮社文化事業公司。P.199

19. 《六祖壇經》行由品。

香巖茫然不知所對。回到房內，翻遍群書，可是卻找不到適當的答案，因而感慨地說：

「畫餅究竟不能充飢啊！」

以後他屢次請求瀉山替他說破這個秘密，可是瀉山總是說：

「如果我現在替你解說，將來你一定會罵我。不管怎樣，我說的祇是我的，跟你又有什麼關係呢？」

香巖非常失望，他將所有的書都燒了說：

「這一輩子我再也不學佛法了，還不如當一個雲遊四方的和尚去吧！」

於是他揮淚告別瀉山。經過南陽地方時，他去參拜慧忠大師遺跡，在那裡暫住下來。有一天，他在剷除草木時，偶然拋一塊瓦片，擊中一枝翠竹，發出清脆的一聲。這一聲突然把他帶入悟境。於是他回房沐浴焚香，遙拜遠空說：

「師父啊！你對我的恩惠勝於父母，如果當時你為我說破這個秘密，我那有今天的開悟呢？」²⁰

在禪宗看來，識心見性是個體的內心體驗，「如人飲水，冷暖自知」，是純粹個性化的。而心性是本自具足、圓滿的，識心見性就是潛在的完美人性的發揮顯現。一切佛法都在自心中，是「自家寶藏」，關鍵在於能否頓悟，能否從自心中頓現真如本性。正是：佛是自性作，莫向身外求。

所謂「心迷法華轉，心悟轉法華」只有發自心靈深處的靈魂覺醒，一個人才能自覺地成為自己行為的主人，並為自己行為的後果負起最後的責任。²¹禪的理念是為年輕人「提供一個可以獲得整個生命的最大可能的快速成長的情境」。人需要孤獨以創造思想，以體認人生，假如年輕人能夠對自己生命的重

註

20. 《五燈會元》卷九，「香巖智閑禪師」。

21. 同注 2 P.38。

要的价值有所體悟，有所執著，那麼他的優異的品性就在不知不覺間發展出來了。

因此，教師要不斷地朝著一個目標努力，即「教師存在的目的是積極地想辦法讓自己退出教師的角色」，也就是說，教師存在的目的是讓學生逐漸不需要教師！²²因為沒有任何外在的力量能使你解脫，只有真理才能使你逍遙，也只有你自己才能證入真理。

◎ 五、生活教育

「教育的根本意義是生活之變化。生活無時不變，即生活無時不含有教育的意義」。讓教育回歸生活，讓教育成為生活，成為當代教育人對於學校教育的深情呼喚。而禪宗教育的「觸類是道，任心為修」的在生活中感受禪悟的思想對於今天的教育有著非同尋常的意義。²³

禪宗的教學實踐重視生活化。所謂「觸類是道，任心為修」，意謂各種自然的行為表現都是道的流露，隨時所遇皆可成道，隨心自然皆是修行。禪宗認為事物是以其本來面目呈現的，並無遮掩和虛設，只是由於眾生心存分別、取捨等妄心並投諸事物，才見不到事物的自然本性，若能「直下無心，本體自現」。無心，則行住坐臥，無非妙道；砍柴挑水，皆是佛事。修行，就是要直接融入現實生活，隨順自然，在各種生活現象中感悟物之本性，而覺悟也只能在生活中獲得。

仰山禪師問師父滄山禪師：「和尚您圓寂之後，如果有人問師父的道法是什麼，我該如何回答？」滄山說：「一粥一飯。」²⁴

禪即生活。以平常心過日子就是最好的修道的的方法和弘法的內容。更具體地說，禪即是徹底去除各種執著之後，以一種清淨無染的心來領略的真實生活。

註

22. 參見吳靖國（民 88）：《技職通識教育理論與實務》。台北，師大書苑出版社。P.118。

23. 同注 12 P.50。

24. 聖嚴法師（民 89）：《公案 100》。台北，法鼓文化事業公司。P.68。

有一個和尚問大珠慧海禪師：

「請問師父修道時，是否有特殊方法？」

「有的。」

「是什麼方法呢？」

「饑來即吃，睏來即眠。」慧海回答。

「每一個人都是饑來即吃，睏來即眠的，他們豈不是也在修道麼？」

「不是的。」

「為什麼不是呢？」

「他們吃飯時，不祇是吃，還產生各種妄想，他們睡覺時，不祇是睡，還陷入各種妄念，這就是他們和我不一樣的地方。」²⁵

慧海的「饑來即吃，睏來即眠」，看來簡單，其實不然。食不甘味，寢不安席是很常見的現象，有多少人能夠以一塵不染的心，安安靜靜地吃一頓飯呢？

趙州從稔和尚，十八歲的時候拜南泉普願禪師為師。有一次趙州問：

「如何是道？」

南泉回答：

「平常心是道。」

「有沒有什麼方法可以達到它呢？」

「當你一有『要達到它』的念頭時，便有所偏差了。」

「如果我們不下決心要達到它，我們怎麼知道它就是道呢？」

註

25. 黃光國(民79):《自我實現的人生》。台北，桂冠圖書出版社。P.143。

「道不屬於知，也不屬於不知，因為知是妄覺，不知是麻木，如果你能真的達到不疑之道，那麼你將如太空一樣的廓然蕩豁，那裡還有什麼是非可談呢？」²⁶

無論是吃粥洗盂，還是鋤田下種，禪宗強調的都是如大珠慧海禪師所說的「饑來吃飯，困來即眠」那般「當下便是」的一種切身體驗。其實就是做一個「不離一切事」而又「不被諸境惑」的「自在人」。只要對當前、當下的生活，踏踏實實、認認真真、清清楚楚、明明白白，不扭曲、不妄想、不執著、不分別，當下就是悟，就是佛心的體驗。²⁷真正的生活就是當下的生活本身，真正的人生就應該建立在當下的生活中。人生的目的就在此當下的生活中去尋求，生命的意義就在此當下的生活中去獲得。「春有百花秋有月，夏有涼風冬有雪；若無閑事掛心頭，便是人間好時節」。

生活中最美最珍貴的事物往往就在身邊。星辰、日月、雲彩、花樹、流水，這種無盡無言之美，往往唾手可得。但鮮少有人去看、去聽、去聞，任心靈在塵埃中，失去晶透的本質。在通識教育中應教導學生如何放下不必要的焦慮，捨下過多的慾求與追逐，讓心還原成單純樸素的狀態，從心中產生對美的感覺。這種內心心靈的覺醒，可以豐富我們的生命。²⁸

◎ 六、行腳參訪

儘管禪家有見性成佛、不假修證的說法，禪門宗匠也有一言契悟、立證菩提；見色聞聲、自見本心的事例，但是在他們尚未入道證性之前，都下過一番苦功，更不用說他們多生修積的宿慧善功了。達摩東渡以後，在嵩山少林寺面壁九年；趙州住持四十年；長慶坐破七個蒲團；六祖慧能遁跡四會，閉戶潛修十五年。古語：「若非一番寒澈骨，那得梅花撲鼻香？」無漏聖果得來非易，豈是一朝一夕之功？²⁹

註

26. 同上注 P.145。

27. 同 23 注 P.106。

28. 參見田博元等(民 87):《通識教育之比較》。台北，文史哲出版社。P.30。

29. 參見：李杏邨(民 83):《一元多重世界觀》。台北，惠炬出版社。P.210。

禪師們公認最難之事就是要做個大丈夫。他們必須先通過許多碎心的折磨，不易克服的艱難，死般的孤寂，惱人的猶疑，和令人不安的引誘，然後才能達到頓悟之門。因此，禪師們往往鼓勵並要求學人「行腳」，這是禪宗教學中的重要手段。其在教育上的重要意義和價值，連執守儒家道統的朱子都衷心承認，他在晚年告誡弟子：「今也須如僧家行腳，交接四方賢士，觀察山川形勢，考測古今治亂之跡，經風霜雨露之苦，於學問必有得益。」融教和學於生活實踐中，充分肯定生活實踐和教學密不可分。³⁰

◎ 七、人與自然

禪宗認為真如及般若往往應物賦形，通過世間萬物呈現出來；也就是說，般若和真如是無處不在、無處不有的。春即在枝頭，道即在眼前，「溪聲便是廣長舌，山色豈非清淨身；夜來四萬八千偈，他日如何舉似人？」所以，研究禪宗典籍時，我們很少看到有某禪僧閱經書而悟的記載，往往都是在大千世界、世俗生活中觸機而悟。

有一個和尚問禪師：

「弟子想求道，乞師指個入處。」

禪師指著山溪回答：

「你聽到山溪流水的聲音嗎？這就是你的入處。」

指自然為道，這是禪師們常用的手法。

黃龍祖心禪師與詩人黃山谷相交甚密，有一天，山谷問黃龍入道的秘密法門，黃龍反問道：

「子曰：『二三子，以我為隱乎？吾無隱乎耳！』對這些話，你有什麼想法？」

註

30. 同注 12，P.51。

當山谷一想回答，黃龍便打斷他，而說：「不是！不是！」弄得山谷莫明其妙。後來，山谷隨黃龍遊山，看到遍地開滿桂花，黃龍便問：

「你聞到桂花香嗎？」

「聞到了！」山谷回答。

於是黃龍說道：

「你看，吾無隱乎耳！」

這時山谷才恍然大悟。³¹

「青青翠竹，盡是法身，鬱鬱黃花，無非般若」。祇要心胸無染，祇要不和自然持對立的態度，個人便隨時隨地可以融入法界之中；山溪流水，桂花飄香也會充滿了禪機，充滿了道。在渺無人煙之處，沒有任何東西可以激起人的慾念，個人也比較容易放下心中之雜念。雖然說「平常心是道」，可是最容易悟「道」的地方，卻是遠離市塵的山林野外。悟後的生命特質是如此的「無隔」，是理事圓融、是事事無礙、是落花流水皆文章。

禪宗是務實的，生活化的，它拋棄了印度佛教不務勞作的作法，師徒共同耕種、割麥舂米。鳥歌蟲鳴、日月山河等各種自然現象，洗碗做飯、採茶鋤地等各種勞動現象，都是禪師們隨機點撥、啟悟學人的題材。³²

► 肆、結語

「通識教育」(General Education)淵源於西方傳統的博雅教育。在方法上是運用人所具有的特質，幫助個人充分發展潛能、發揮人性。其目標在培養一個健全的人應有的知識、技能與情意；因此著重知識的廣博性、統整性，也要培養良好的技能和陶鑄高尚的情操。其最終的目的，是要培養健全的個人；使

註

31. 同注 24，P.145-146。

32. 同注 12，P.50。

其有清晰的人生方向與自我認同，知道自己希望成為怎樣一種人，明白自己追求那些人生目標；對人生有一套較完整的看法，進而執著於自己的信念，在一些生活困境下能堅持原則，擇善固執。³³

因此，通識教育並無固定的內容，而在幫助學子把握時代的脈動，了解當前文化變遷的趨向與其時代意義，重視知識的多樣化、綜合性與內在統合性。在課程上重視指導學生有系統地思考人生的問題，充分明白人生的嚴肅意義。在進退取捨之間，體現出生命的價值。因此，教育內容與當前生活情境不宜脫節，所以要反映現實，也要看到未來。二十一世紀是一個知識爆炸，變遷迅速的新世紀。思考能力的培養，是未來教育的根本重點。二十一世紀是一個「終身學習的社會」(Life-long learning society)，大學通識教育正是為「終身學習社會」奠定基礎的重要教育。³⁴

我國李遠哲先生所領導的前行政院教育改革審議委員會，經過兩年(1994.9.21-1996.2.2)的審慎研議，也以「建立終身教育體系」作為我國未來教育發展的大方向，《教育改革總諮議報告書》對未來有這樣的憧憬：

在未來多變的世界裡，年輕人要有獨立自主的心靈，而不隨波逐流；瞭解自己的長處和優點，而自信的適性發展；學習欣賞美的事物，有健康的身心；

註

33. 從以上的論述中，我們可以發現：從「傳統」到「現代」是一個不斷裂的連續體，傳統教育的經驗，蘊藏著對現代大學通識教育的重要啟示。今日我們大學通識教育的改革，根本問題不在於「告別傳統」，而在如何「繼承傳統」並創造傳統的現代意義。
34. 通識教育已是我國大學教育中重要的一環。惟經過多年實施仍有些未盡理想之處。其中包括：我國現階段之社會以功利取向，學術文化並未受到應有的重視。社會普遍認為大學教育之首要目標在培養專才，以配合國家經建所需。台灣的大學教育具有濃厚職業訓練的功能，也因此扭曲了大學教育應有的面目。在各大學之組織架構中，並未將通識教育適當定位。相對而言，大學的共同及通識課程以啟發學生之心智，建立學生之人生觀與價值觀為目標，很難在短期內看出立即的效果，因此，較難獲得一般的大學各階層的重視。此外，人力、經費等資源普遍不足；師資不足，教材欠缺，均是實際的困難。此外，由於上述整體架構上的缺失，造成實際參與通識課程的學生認為通識課程類似營養學分，認為通識課程不過是專業課程的點綴而已，使得通識教育之成效大打折扣。參見：《通識教育之比較》，P.40。

具備創造思考、批判反省、適應變遷的能力；懂得如何與自己相處，做一個能自律而樂觀進取的人。

大致說來禪的教學是很合乎這些目標的。

中國思想傳統源遠流長，德澤深厚，儒、釋、道三教思想傳統對於「什麼是生命？」、「人生的價值何在？」這類問題，都有深刻的思考。在二十一世紀生物科技飛躍進展，人性尊嚴日益受到挑戰的新時代裡，回歸中國傳統思想中人文主義的精神源頭，可能是未來人文教育值得努力的一個方向。³⁵

禪宗是主體教育思想的有力實踐者，其中所包含的一些獨特的教育智慧至今仍具有一定的繼承價值。如充分尊重和肯定學生的人本思想，對學生適當指點但不予說破的教學方法，對言語、動作等在教學功能上的創造性運用和發揮，等等。

禪宗提出了自己一整套教育思想。它強調學僧應發揚「自立自度」的主體性精神，追求「生命知識」，強調生命關懷，重視學習的個性差異，強調在勞動和生活場景中點化學人，堅持「不說破」的原則，採取啟發式的教學方法。在教育倫理上，它強調教育平等、師生平等，並且鼓勵懷疑、重視創新與生活實踐。禪宗的這種認識論思想表現在教育上，就是把教育的重心放在讓禪者找到天然本具的自我，讓不需雕琢的佛性自然圓滿，讓充滿主體性的自我在禪悟的過程中開出燦爛的生命之花。³⁶

據說禪的起源是這樣的：有一次釋迦牟尼在靈山會上說法，他拿著一朵花遍示大眾，默然不發一語。這時，弟子們都面面相覷，不知所以，祇有大弟子摩訶迦葉會心地展顏一笑。於是釋迦牟尼當眾宣布：

「吾有正法眼藏，涅槃妙心，實相無相，微妙法門，不立文字，教外別傳，付囑摩訶迦葉。」

註

35. 郭為藩(民93):《轉變中的大學：傳統、議題與前景》。台北，高等教育文化事業有限公司。P.149-152。
36. 艾振剛(民89年12月):《禪宗的主體教育思想初探》。蘇州鐵道師範學院學報(社會科學版)。P.107-109。

讓我們回歸到禪的原始情態，體會到世尊拈動的那朵花正象徵著生命，生命正是那朵從未開到怒放，再到凋零的花。³⁷且讓大家的生命能像花朵一樣盡情綻放。這裡面有很多種花，你就是其中一朵，不管你是什麼花，每一朵花都有著它獨特的美。重要的是你要開花，生命的花朵一定要開放，再把芬芳散播滿人間。把生命的火花點燃起來，把生命的亮麗展現出來，讓它跟世界上的其他生命分享，讓百花莊嚴。



註

37. 鄭石岩 (民 79):《禪·生命的微笑》。台北，遠流出版社。P.8。

參考文獻

- 黃俊傑（民 89）：《大學通識教育的理念與實踐》。中歷，中華民國通識教育學會。
- 黃俊傑（民 91）：《大學通識教育探索：台灣經驗啟示》。中歷，中華民國通識教育學會。
- 謝文英（民 90）：《通識教育—理論與實務》。台北，五南圖書出版社。
- 吳靖國（民 88）：《技職通識教育理論與實務》。台北，師大書苑出版社。
- 逢甲大學國文教材編輯室（民 96）：《大學國文魔法書》。台北，聯經出版社。
- 郭為藩（民 93）：《轉變中的大學：傳統、議題與前景》。台北，高等教育文化事業有限公司。
- 鄒川雄（民 95）：《通識教育與經典詮釋》。嘉義，南華大學教育社會學研究所。
- 林治平等（民 90）：《前人理念與生命教育》。台北，宇宙光出版社。
- 田博元等（民 87）：《通識教育之比較》。台北，文史哲出版社。
- 湯堯（民 94）：《大學學問大》。台北，天下文化出版社。
- 周漢光（民 89）：《有效的中文科教學法》。香港，中文大學出版社。
- 龔鵬程（民 89）：《經典與現代生活》。台北，聯合文學出版社。
- 肯·貝恩（民 96）：《如何訂作一個好老師》。台北，大塊文化出版社。
- 林朝成、郭朝順（民 92）：《佛學概論》。台北，三民書局。
- 黃光國（民 79）：《自我實現的人生》。台北，桂冠圖書出版社。
- 吳經熊（民 88）：《禪學的黃金時代》。台北，商務印書館。
- 李杏邨（民 83）：《一元多重世界觀》。台北，惠炬出版社。
- 吳怡（民 88）：《禪與老莊》。台北，三民書局。
- 鄭石岩（民 96）：《禪·心的效能訓練》。台北，遠流出版社。
- 鄭石岩（民 79）：《禪·生命的微笑》。台北，遠流出版社。

- 聖嚴法師（民 89）：《公案 100》。台北，法鼓文化事業公司。
- 林中治（民 88）：《六祖壇經直解》。台北，大圓出版社。
- 胡適等（民 80）：《禪宗的歷史與文化》。臺北，新潮社文化事業公司。
- 顧偉康（民 82）：《拈花微笑》。臺北，風雲時代出版社。
- 林谷芳（民 94）：《禪 兩刃相交》。臺北，橡樹林文化出版社。
- 陳文新（民 88）：《禪宗的人生哲學》。臺北，揚智文化事業公司。
- 王宜鵬（民 96 年 5 月）：《禪宗教育思想之現代意義》。南京師範大學，科學教育學院。
- 艾振剛（民 89 年 12 月）：《禪宗的主體教育思想初探》。蘇州鐵道師範學院學報（社會科學版）。

