

緣起的生命教育

一、前言

面對擁有高科技、但缺乏高思維的廿一世紀，我們所觀察到的是社會道德淪喪、物慾橫流、人心澆薄、治安惡化；人際關係由日漸疏離、互不信任，乃至於對立仇恨；我們生活在這價值混淆淪喪，詭譎不安的大環境裡，究竟該何去何從？

其實，世界之所以充滿壓力又變動不安，主要是由於近代世俗的功利主義以及物質文明的極度昌盛所導致。在現代社會裡大多數人習慣將思想與精力，長期盲目地致力於物質文明的追求與享受，因而藐視倫理、道德、人性及精神文明。然而，代表物質文明的高科技是絕對真實正確的嗎？我想恐怕不是。否則為什麼科技還在不斷地改進與創新？事實上科技雖然不斷進步，但卻並沒有為人類帶來真正的幸福！反而是社會和經濟問題卻隨之日益惡化。犯罪行為、環境污染層出不窮，社會面臨有史以來最嚴重的心理疏離問題。當大多數人沉迷於高科技帶來物欲的享樂之時，不知不覺中就會鄙視了精神生活的價值，而只為表面的事物而活。大多數人從未試著了解自己生命的特質與需求，更無耐心去經營創造自己的生命。心無所繫、情無所託，欠缺有意義人生的目標，只會令心智無法發展而日漸封閉萎縮。自我懷疑和憤世嫉俗的情緒會消磨掉我們的自信與希望，進而造成極大的焦慮不安。即使生命有目標，往往也只是浮泛地從財富、名利與權位中去肯定自己。我們庸人自擾，以為追逐顯赫於外的名位權勢財富，或者藉由縝密的分析技巧，就能回應自己內心深處所應該關切的事情。有多少現代人會認真思考現生命究竟是怎麼回事？我們為何存在？為何生於此？死後又去哪兒？生命之意義究竟何在？我們這一生究竟要什麼？活得有意義嗎？我想，大多數人都不曾認真思惟過這些問題；久而久之，也就只有渾渾噩噩、奄奄一息活著！

捷克的總統作家哈維爾(Vaclav Havel)說：「典型的現代科學僅能描述事物的表象，呈現單面向的事實。象牙塔中的科學愈是單面向看待事情，認為所見即真理，就愈容易誤導群眾。我們對於這個宇宙的知識，也許超出先祖們無數倍，但愈來愈可以看出，他們似乎比我們更了解宇宙的本質。我們已然不再擁有他們那種理解的能力了.....。也因此，我們享受文明成果所帶來的各樣肉

體的安適，卻不知如何自處，也頓失方向。我們經驗的世界似乎也一片混沌。專家們可以向我們解釋外在世界的任何事情，然而我們對生命的了解卻愈來愈不足。」〔註1〕誠然如此，只要是喪失對生命意義的追尋，高科技所帶來的只是令人類變本加厲的生活在腐化的享樂愛欲，或是在惡化的仇恨爭鬥當中，弄得人類生活毫無生趣。要對治人世間的這些問題，唯有依佛法的教導去實踐，由調柔自己內心，提昇智慧，進而救濟世間，才是最好的解決之道。

目前過於偏重實用功利主義的教育似乎不是在開啓學生心智，而是反其道而行。過去也從沒有出現像今天這麼多的家庭和校園問題以及種種社會的惡質與亂象，主要的原因即在於此。沒有一個時代像現在這麼愛蒐集資訊、知識，而將智慧與資訊、知識混為一談，相對的卻又這麼的不重視處世的智慧，品德與人格，更談不上心智的培養。若以知識的累積、追逐利益效率，視為一切教育的終極目標；諸如此類的亂象，實在有點“倒因為果”了。教育程度似乎成了身份地位的表徵，這樣教育體系培養出來的人當然只精於“如何存活”及“如何享樂”的手段（甚至不擇手段），而昧於“為何而活”的生命意義。於是把得到的一切視為當然，不知感恩；心中永遠只有自己，沒有別人；好逸惡勞，急功近利；缺乏責任感，只知“先享受後付費”，盲目追求立即享受，不知考慮長遠後果；普遍顯得依賴、懶惰、被動；就如此而空虛，沒有目標，得過且過的活著。

教育的本質是心智的培養、醒覺和在生活中的實踐，本來就意味著從生命中去探討學習，它和生命本身有著相同的目標。教育應從孩子蹣跚學步時，就啓發培育自省自覺的生命智慧，不斷的去探索生命的意義、學習尊重生命的價值，發展個人獨特的生命，踏實地迎向人生。

【生命教育】一詞是近期的產物，最早出現於1979年，在澳洲雪梨成立的「生命教育中心」（life educational center: LEC）。LEC明確標舉（life education）「生命教育」之概念，其目的主要是致力於「藥物濫用、暴力與愛滋病」的防制。〔註2〕台灣生命教育始於民國八十六年前後，其提倡背景則是從反暴力或自殺防制的觀點出發。〔註3〕。此二者均局限於既存問題的對治性，而未能地針對人生實踐原則與方向的生命觀、生命的意義價值觀等方面，就其普遍性、必要性等根本問題著眼。隨著生命教育推動者立論與目標的不同，生命教育的本質與內涵，至今仍然缺乏具體的共識，更遺憾的是，能夠從佛法去探討生命教育的論述，甚為罕見。

個人以為，生命教育應當在合乎真理的觀念基礎上，定出實施的目標、內容與方法，因為一

切不合乎真理的定義與前提，只會導致錯誤的結論。佛陀的出世，就是要開示眾生什麼是生命的真相，探求生命的緣起因果，進而悟入緣起的真理，免於生死苦惱。因此本文首先要闡述這世上唯一的真理：佛法的【緣起】教義〈「此有故彼有，此生故彼生」及「四緣生諸法」〉以及【緣起】的內容〈「三法印」、「四勝諦」、「十二因緣」〉；其次，再依於緣起的定義與內容，推論出契合緣起的生命觀及生命意義。當生命意義有了個依託的標準後，再依四諦中離苦得樂之「道諦」略微地說明緣起生命教育的目標及內涵；最後遵循「四緣生諸法」、「十二因緣」的法則，就生命的起承轉合，掌握各個不同階段應有的需求與發展，來談論生命教育的實施重點。

二、緣起的定義與內容

佛法，就是要澈底解決世間的一切苦，而苦的根源，在於對生命的真相不能覺悟，也就是「無」法「明」白一切法都是緣起的愚癡——「無明」。於是「無明緣行，行緣識，乃至招集純大苦蘊」，因無明而有緣起的生死流轉。反之，若能具備徹見緣起的智慧——「無明滅」，於是「無明滅則行滅，行滅則識滅，乃至純大苦蘊滅。」，因無明滅而有緣起的涅槃還滅，也就是達到究竟離苦得樂的境界。

二之一、緣起的定義

凡是真理，必定是本來如此的、也是必然如此、普遍如此的，不分時空永遠都是如此的。「緣起」是法界常住，符合上述的條件，是絕對的真理，是佛法的精髓。「佛告比丘：『緣起法者，非我所作，亦非餘人作；然彼如來出世及未出世，法界常住。彼如來自覺此法，成等正覺，為諸眾生分別演說，開發顯示，所謂：此有故彼有，此起故彼起。』」〔註4〕「此有故彼有，此起〈生〉故彼起〈生〉」說明「果」依待「因緣」而生起與存在的法則，是緣起定義的具體說明。任何事物的生起與存在，必有原因與條件。「此」指因緣，「彼」指果報，用「故」字表明因與果之間的關係。「彼」之所以如彼，不是因為自己如此的，也不是無因而偶然的，必須在此因彼果的相對關係下，由於「此」而如此的，彼此間有著必然的因果性。同樣，諸法的消逝與還

滅，也是由於緣起，所以說「此無故彼無，此滅故彼滅。」無對有說的，滅對生說的，只要因緣成熟了，有的必然要歸於無，生的也必然要歸於滅。緣起，不但說『此有故彼有』的生起，而是說『此無故彼無』的還滅。依因緣而有、而生，依因緣而無、而滅，這就是緣起的特性。

究竟什麼是因？什麼是緣？可以由《瑜伽師地論》來說明：「復次依種子緣依處。施設因緣。依無間滅緣依處。施設等無間緣。依境界緣依處。施設所緣緣。依所餘緣依處。施設增上緣。」〔註5〕。

「**因緣**」：「現行熏種子」每一法現行作用後便熏成了「種子」，「種子生現行」，依靠這個「種子」保持業力，遇緣而生現行得果報，叫做「因緣」，意義是主要的條件、特別強的因緣，能為親因的緣，故又稱為「親因緣」。其餘三緣則包括其他次要條件，即——

「**等無間緣**」：前一念的心心所法，能為無間隔的後一念心心所法生起之緣，稱為等無間滅緣，也稱為「次第緣」。

「**所緣緣**」：心心所的生起，必有他所緣的「境界」為依處生起，所以叫所緣緣，也稱為「緣緣」。

「**增上緣**」：不論那一法，凡是有生起他法的勝用或助力，或者不礙其他法的生起，都叫增上緣。增上緣的範圍很廣，本可以總括一切緣，這裡是指上訴三緣以外的一切。

一切事物得以生起存在，皆由此四緣，「何謂四緣？因緣、次第緣，緣緣、增上緣 四緣生諸法，更無第五緣。一切所有緣，皆攝在四緣，以是四緣萬物得生。」〔註6〕

以上簡單的說明緣起的定義，但是緣起非常深廣，難見難覺，它離不開我們的認識，然而，我們卻不認識它。此中有無數的業力增長消滅，還有無數的因在變化，彼此可能相攝、相剋或融合，是非常複雜的潛能。因此，我們必須從「彼此關涉的和合中，前後相續的演變中」〔註7〕，更深一層地觀察「無我」的「眾緣合和」及「無常」的「生滅相續」，如此方可窺見緣起的真義所在！下面就其內容進一步說明，或許可以更具體的理解。

二之二、緣起的內容——三法印，四勝諦，十二因緣

二之二之一、三法印

《大智度論》卷二十二曰：「問曰：何等是佛法印？答曰：佛法印有三種，一者一切有爲法，念念生滅皆無常。二者一切法無我。三者寂滅涅槃」。(註 8) 三法印「諸行無常」，「諸法無我」，「涅槃寂靜」都是依緣起而開展的教義。「法」是普遍的必然的真理，「印」是依此三者依來辨別印證是否合於佛法，而證實爲究竟正確的，所以稱爲「法印」。

「諸行無常」：一切事物隨著因緣的聚合離散，或先有今無，或今有後無，都是念念剎那生滅變化，相似相續的存在，沒有永恆不變的，這就是諸行無常。

「諸法無我」：一切事物都是因緣假合，沒有不假外緣獨自存在的，也就沒有一個自在主宰的「我」，所以無我，這就是諸法無我。

「涅槃寂靜」：了達世間事物都是緣起的，知一切法無常，則外破我所、五欲等，知一切法無我，則內破我法，沒有實在性的我我所可得，因而契入一切虛妄不起的寂滅性，這就是涅槃寂靜。

佛陀曾經告訴三彌離提：「云何名爲世間空？佛告三彌離提：眼空，常恆不變易法空，我所空，所以者何？此性自爾。」(註 9)一切有爲法的本性是涅槃空寂的，所以是無常、無我的，此即「出世空相應緣起」。緣起本是開顯空義的，觀察緣起，悟到它的必然理性，而歸於涅槃空寂，這是佛陀宣說緣起的方法與目的。

二之二之二、四諦與十二因緣

佛陀依緣起而覺悟，是故也依緣起而說法，而佛陀最常用的就是四諦與十二因緣，因爲此二者圓滿的開顯了緣起的義理。如「佛告婆羅門：我論因說因。又白佛言：云何論因？云何說因？佛告婆羅門：有因有緣集世間，有因有緣世間集。有因有緣滅世間，有因有緣世間滅。」(註 10) 「有因有緣集世間，有因有緣世間集」的苦集二諦說明有漏的世間因果，「有因有緣滅世間，有因有緣世間滅。」的滅道二諦說明清淨的出世間因果。

「苦集滅道」四諦，是不離緣起因果的。果必從因，從現實苦迫的「苦諦」，向前因推求觀察，可知生與老死之間，有一種不變不移的必然關係，老死是由於有生爲緣，生是由於有取爲

緣，……如此一層層的推求觀察一直到無明為緣，但這不是說推至無明，我們的生命就到盡頭，而是發現了無限生死苦迫的癥結所在「集諦」。苦因與苦果間，所有相生相引的必然軌律，就是所謂「十二因緣」的流轉門：「無明緣行，行緣識，識緣名色，名色緣六入，六入緣觸，觸緣受，受緣愛，愛緣取，取緣有，有緣生，生緣老死憂悲苦惱。如是因緣，但為集成是大苦聚。」（註 11）

「道諦」即是三十七道品，是由無明滅而達到究竟滅除苦惱的方法。佛陀教導我們由聽聞而思惟緣起的義理，在複雜的生命現象中把握它彼此與前後的必然法則，從「苦諦」觀察到「集諦」，能正確的悟解生死流轉都是依因緣而存在的，再透過止觀、四念處的修習，才能逐漸改善自己的身心而向於解脫。依因方有果，因滅則果滅，無因果就不生了，惟有集滅才能得到眾苦的寂滅的「滅諦」。滅道二諦即「此無故彼無，此滅故彼滅」涅槃還滅，也就是「十二因緣」的還滅門：「若無明滅則行滅，行滅故識滅，識滅故名色滅，名色滅故六入滅，六入滅故觸滅，觸滅故受滅，受滅故愛滅，愛滅故取滅，取滅故有滅，有滅故生滅，生滅故如是老死憂悲眾惱大苦皆滅。」（註 12）由這樣的因緣改變中，滅除苦集而達到解脫。

四諦與十二緣起，並非是不相關的，十二緣起也可以作四諦觀察，如老死，老死集，老死滅，滅老死之道，經中稱為「四十四智」，不同的是在說明上，緣起法門著重於“豎”的系列說明，四諦則著重於“橫”的分類而已。

接著，根據《俱舍論疏》（註 13）略為解說「十二因緣」的每一分位：這一生生命的現象起自於無始以來「不能了達一切從緣而起」的「無明」，及依無明而起的身心活動及引起的業力「行」，從而形成新生命開始最初的一念心「識」。

「識」：「正結生蘊者，若於母胎等，正結生時一剎那位五蘊名識，受生識強。故別標識。」唯識學者將此「識」定為異熟的阿賴耶識，並以此為中心，用來說明生死雜染的緣起。阿賴耶識是「去後先來做主翁」，當前一生死死亡時，雖然身心崩潰了，但過去所造作的業能，並未消失，以種子的形式寄存於阿賴耶識；等到因緣和合，就隨著業力善惡的不同，而得或苦或樂的果報體，成為一新的生命開始——「正結生蘊受生」的「識」。

從無明緣行而到行緣識，說明了從過去到現在的生死歷程。

「名色」：「名色者，從結生後，六處生前，中間諸位，所有五蘊，總稱名色。中間諸位

者，即是胎中。」由於「識」的結生，身心就開始發展，「名色」指得是在胎中心身漸漸發育而六根尚未圓滿成就之位。「名」是心理的，不能具體表達，只能以名詮示，故稱為名；色是生理的，亦即眼等諸根。依人類的胎生來說，在結生的識與父母精血和合以後，六根尚未成形還是肉團）。

「六入」：「從名色後三和已前生眼等根，此位五蘊，說名六處。六處創圓，根相顯故，但標六處。」是胎兒名色漸長，有眼、耳等的差別，六根初步具足而明顯現相，形成人體形態，即將出胎的階段。

「識緣名色，名色緣六入」此三位，都是說明生命在母胎中發展的經過。

「觸」：「於三受因異未了知名觸者，三受因者，謂三受境，境名為因，能生受也。謂出胎後，三兩歲來，根境識三能有對觸，此位五蘊，總名為觸。觸相顯故，故標觸名。於三受境，未了知，故未名受。」胎兒出生之後至兩、三歲之間，六根與境界相觸，引起身心的活動，但尚未能領納辨別苦受樂受差別的階段，稱之為觸。

「受」：「在姪愛前受者：謂五六歲已去，十四十五已來，已了三受因差別之相，未起姪貪。此位五蘊總名為受。受用勝故，故別標受名。」受是領納境界。嬰兒漸大到了五、六歲的兒童期到十四十五青少年發育期，對事物領納、識別，雖生起種種苦樂感受，但強盛的愛欲尚未生起的階段。

「愛」：「十五已去，貪妙資具，姪愛現行，未廣追求，此位五蘊總名為愛。愛用勝故，別標愛名。」到了少年時代，依或苦或樂的「受」，而生起「食愛、姪愛（男女根成熟，性欲發動而開始的染愛。），及資具（維持生活所需器具）愛。」的愛欲。這個階段，已經以主動的姿態，愛著男女、五欲、六塵，而不得自拔，但尚未至廣為追求的「取」。

「取」：「為得諸境界遍馳求名取者：取謂貪也，年既長大，貪五欲境，四方馳求，不憚勞倦，此位五蘊總名為取，以取勝故。」取是攝取所愛著之事物，歸屬於自己的階段。到達成年的青年時期以及壯年、老年長時期中，因為對「食愛、姪愛及資具愛」的執著不捨，於是四方追求，即使危險也不怕辛苦的去取得、佔有、支配所愛著之事物。

「有」：「有謂正能造牽當有果業者，因馳求故，積集能牽當有果業，此位五蘊總名為有。業名為有。有當果故，以業勝故，標以有名」在愛取的活動中，造成或善或惡的種種「當有果」

業，成爲未來新生命的潛力，稱爲有。

從識緣名色到取緣有，說明了這一生不同階段的發展情形。

「生」：「結當有名生者，從此捨命，正結當有，此位五蘊總立生名。」現生死了以後，因爲這未來生命的潛能「有」，又會招感新的生命開始。

「老死」：凡是有生的，老死就隨著而來，雖然壽命長短不一，死的情形不同但從生到老死之間都是「憂悲苦惱」。

要注意的是，以上僅就十二因緣不同階段的重心、特色作直線式的說明，事實上每一階段都可以涵攝（有時不一定有）其他的。「無明緣行到生緣老死，好像有時間前後的，但這不是直線的前後，螺旋式的前後，是如環無端的前後。」（註 印順法師《佛法概論》 p.152）「知道了這一點，佛法的因果觀，才會契合于組織的、流動的，即無常、無我的；」「佛在這環形的因果相續中，悟到了因果間的迴環性，所以說生死無始。故因與果，是前後必然而又無始終的。」（同上註）

十二因緣一般也稱之爲「業感緣起」，僅以「惑」「業」「苦」三支來說明：從惑起業，由業感得苦果，又依苦果而生起惑。」「行」、「有」二支的業力，是身心的活動所引起的勢用，由「思心所」審慮、決定，然後再依身、語而引發招感果報的潛在能力。這種「已作不失、未作不得」的潛能是一直存在的，即使經過百千萬劫，仍不失壞，只要因緣和合，業力就會招致果報。

十二因緣中「無明愛取三煩惱，行有二支屬業道，從識至受並生死，七事同名一苦道。」「無明」、「愛」、「取」，稱之爲煩惱道，也就是「惑」。「行」、「有」二支，稱之爲後有「業」道。「識」、「名色」、「六入」、「觸」、「受」以及「生」、「老死」，稱之爲當來「苦」道。「無明」與「行」，即是惑與業，屬於過去世之因。「識」、「名色」、「六入」、「觸」、「受」五者，則是緣於過去惑業之因，而受之現在苦果，這是由過去到現今的第一重惑業苦的因果。而「愛」、「取」二者爲現生之惑，「有」則爲現生之業，緣於此現生惑業之因，而感未來之「生」與「老死」之苦果，則是從現生到未世的第二重惑業苦的因果。依此三世兩重之因果得知：現生「愛、取」之惑及「行、有」之業是由現在之苦果「識乃至受」而生，則由此推知過去之惑「無明」及業「行」亦從過去生之苦果而生，如此繼續回溯過去，找不到起

點。而現生之苦果「識乃至受」又生現生之業「有」，則由此推知未來之苦果「生、老死」，必定生未來之業，如此繼續推求未來，也找不到終點。如此過去無始，未來無終，是一個很圓滿的三世兩重、惑業苦的因果。

三、緣起的生命觀與生命的意義

三之一、緣起的生命觀

人生在世，有太多的未知與不確定，唯有在深刻反省生命的價值、存在的意義、人生理想的建立及如何安身立命等問題之後，才能掌握人生的方向。不曾認真思考過這些課題的人，實在枉為萬物之靈。我們可曾想過，我們是什麼因緣來到人世，而究竟又是為何而來？日後又是什麼因緣離去？又往什麼地方去？在不知不覺邁向生命盡頭當中，我們這一生究竟應該如何過？是寄託於神的旨意，取悅祀奉，等待恩寵？還是任性無為，聽天由命？！難到我們自己就不能靠自己的努力去開創嗎？！

一如印順老法師在《學佛三要》提到的：沒有佛法的人生就會「茫茫生死事難知，碌碌終生何所得，孳孳行善復何益，逐逐此心安不得」（註 14）。「茫茫生死事難知」，人從最初出生開始以至老死為止，匆匆數十年中，終日渾渾噩噩，不知究竟生從何來，死往何去。生命中或許有個目標及計劃，但也多半不能依自己的意願去成就。一生似乎是無意偶然的結成，就在糊裡糊塗中過去。即使貴為帝王也會不禁感嘆「來時糊塗去時迷，空在人間走一回，未曾生我誰是我？生我之時我是誰？」。不但不知道生死的問題，而且「碌碌終生何所得」？忙了一生究竟得到了什麼？不知為何而忙但又不能不忙，心安不下來，一定要找一個事情忙。在忙碌中或許曾經獲得了財富名位，但終究要失去的，只是徒然空歡喜一場罷了。終生只知道忙、盲、茫地追求外在的快樂與肯定，反而不知如何調適自己內心的不安。當然比較好的是忙著去作善事，然而「孳孳行善復何益？」，行善當然會有好的果報，但如果不談三世善惡因果，沒有來生，今生做好事不一定今生立刻得好報，於是只好寄託“積善之家，必有餘慶。”的報在子孫，然而實際上又並非一定如此。因此，唯有了解眾生的相互依存，深信三世善惡因果的必然，合理的善行才有意義。

重要的是，沒有智慧的人生必然「逐逐此心安不得」，心愈不安，就愈向外攀緣五欲六塵，不斷追求財富、名位、權勢、美貌、知識…或長生、永生等。但是物欲滿足就快樂了嗎？而果真物欲有滿足的一天嗎？其實人一生需要的不多，想要的卻太多，尤其在物質上的追求，似乎只是徒增煩惱，令我們的心智更爲軟弱，更迷於真理而看不清事物的真相，離安樂的人生非但沒有更近，反倒更遠。工業革命後，科技的發展與進步，大多屬於物質層面，僅僅使人的身體暫時過得便利與舒適，對於解決內心不安的問題，全然使不上力，有時享受愈多擁有愈多，卻反而愈覺得空虛。事實上，欲望是無邊苦難的根源。人心的不安與不滿足，絕不是外來的給予所能解決的。人心若不滿足，卻只一味的向外求，將永遠得不到安樂，有只說不出的苦。唯有佛法從完整而根本的角度來看生命，才能啓發我們的智慧，教導我們知道生死是怎麼一回事，讓我們知道如何獲得內心真正的滿足和安樂。

從緣起的角度來看，生命是基於一定的業力因緣而生，並非無緣無故自然產生，也不是僅由物質聚合而成，更不是由萬能的神所創造。生命是依業感緣起而有的五蘊，受、想、行、識的心與色的身，在相互依存中，得以繼往開來的無限延續。生命絕對不是死後一了百了的斷滅，也不是未生之前什麼都沒有，突然就憑空而有新生。每一期的分段生死，看起來互不相關，而實在是由業力果報串起，相續不斷的過程。在一期一期的分段生死，前前生業力因緣的善惡差別，感得後後生種種不同的苦樂果報，所以也並不是恆常不變的。生命，向前前生推求，找不到最初的起點；向後後生推求，只會無限的延續而無終點。唯有超越無明惑業的聖者，才能出離生死輪迴，達到不生不滅的境界。總而言之，生命是無始亦無終，非斷亦非常的生生不已之流，其中並沒有一個獨立主宰、常存不變的主體，也沒有五蘊身心以外的業力，而是以業感五蘊的形式生滅相續的流轉。無始以來迷於緣起而執著五蘊和合的生命是「常」、「我」的「無明」，是生死流轉的根源。「無明緣行、行緣識」，繼承前世的無明與行業，造成今生入胎的識（阿賴耶識）。「識緣名色，直至愛、取、有」，今生又由的賴耶識攝持根身「六處」，在不斷的身心活動：「觸、受、愛、取」中，有無數的業力增長或消滅，彼此相攝、相拒，相克制、相融和，成爲新的潛能「有」。此生結束時，由此「有」的業力就招感來生的「生、老死」的果報。依於緣起的生命觀，可以歸納出下列諸多特點：

三世業果相續

「欲知前世因，今生受者是；欲知後世果，今生作者是。」三世業果相續，不應該只看眼前這一生。今生雖有貧富、苦樂、智愚、壽夭種種不同的果報，但這並不是神的旨意安排或憑空現起的，而是大家平等的繼承了自己前生的業力所感得的。如果對眼前不滿意，或是要來生更好，儘可以去開創改造的。業感緣起的生命，一切都是可以依自力創造去轉變的，而不是由神力或天命來賦予掌控的，所以不必只是聽天由命或怨天尤人，更不必藉著服從奉獻或祭祀禱告去求神的恩寵救贖。要知道，已經現前的果報，不論順境或逆境都是「因緣合和」而「自作自受」的，只要過得去就好了，不要浪費生命去計較得失多寡，或是運氣好壞，也不必因而自暴自棄，我們只有勇於承擔而「隨緣了業，莫造新殃」。主要的是把握當下，但自觀內而反求諸己，一方面從經驗教訓中汲取智慧；另一方面，透過不斷地聽聞思維佛法，而在合於緣起因果法則上的事理努力改造自己，培養善根福德，增長心智，成爲止惡修善、開拓未來的力量。

「菩薩畏因，眾生畏果」，在造因的時候，我們雖然有絕對的自由去選擇，但等到業緣成熟，只有毫無選擇地去承受果報。因此，在因地時，一定要依於「爲善得福，爲惡得禍」的定律，思辨抉擇，謹慎行事；千萬不可因貪圖眼前而急功近利，等到自食惡果時就後悔莫及了！

已作不失的業力是一直存在的，即使經過百千萬劫，仍不失壞，只要因緣和合，就會招致果報。所謂「善惡到頭終有報，只爭來早與來遲。」有時並不是一造業，就會立刻感得果報。從造業到感果，需要一段時間；隨造業力量的大小，以及種種因緣的合和，這時間會有長短的差別。有的這一生造業，當生就感果，這叫做「現報」；有的則是今生造業，來世才受報，這稱爲「生報」；有的是今生造業，隔一生或多生才受報，這稱爲「後報」。因此若只看現生，有時未必「爲善得福」，反而可能「爲善得禍」或「爲惡得福」，這只是前生業緣成熟的結果而並非「現報」，切莫因此對於善惡果報就產生了懷疑。

如果不知來生會相續而只想到遲早邁向死亡，或只是感覺到無常的世間是如此地令人沮喪，因此所得到的生命觀，盡是消極放棄式的人生苦短，或者及時享樂，藉著縱情詩酒來麻痺自己，或者寄望於萬能的神去獲得夢想的永恆。要知道，雖然這一期生命是必定邁向死亡，但這只是學習成長的歷程，而不是結局，來生還是可以再相續但這只是學習成長的。而無常，其實代表著無

限的可能性，只要願意改造自己，終究趨向於光明圓滿的未來。

尊重珍惜人生

其次，佛教以「地獄、餓鬼、畜生、阿修羅、人、天」六道來說明生命的存在形式。在緣起的生命觀中，是特別珍視人生的。「佛告阿難，盲龜浮木，雖復差違，或復相得。愚癡凡夫漂流五趣，暫復人身，甚難於彼。」（註 15）因為在生死流轉中，生惡趣的多，生善趣的少，即使生到天上，就只是長期受樂，等天福享盡，又是墮落惡趣的多。所以得人身機會比「盲龜浮木」更為難得。

除此之外，更重要的是人生在六道中的殊勝。從所處的環境說，三惡道的眾生太苦無力旁顧，阿修羅道因瞋心疑心太重，忙著爭鬥，而天道則只顧享樂容易墮落，這五道都無法追求真理與解脫。只有在人道中苦樂參半，所以能知苦、厭苦，而常思惟如何從痛苦中出離，是扭轉輪迴升沈的樞紐。其次，人道更有其他五道所不及的特質：人由於有慚愧心，自顧不足，因此想要止惡行善，具備追求清淨的「梵行勝」；人有堅強的意志力，具備克服困難、忍受逆境去實現目標的「勇猛勝」；人有記憶力，具備從經驗的記憶中學習，進而啓發抉擇事物智慧，設法解決問題的「憶念勝」。此三者不但是惡道眾生所不能及，也是諸天所嚮往的。「唯人可以學佛，唯人可以成佛」，二千五百多年前佛陀出世於人間，修道成道於人間，教化度眾主要也在人間，可見人間是最易於修行解脫的地方。佛教要求我們重視人生的目的，是讓我們珍惜此身，用於修學善法、求證解脫。

在沒有出離解脫之時，要特別珍惜這暇滿難得的人生！一方面不要因眼前的生活寬裕豐厚，就窮奢極欲地放逸於物質的享受；一方面也不要因一時的困頓而自暴自棄，甚至自殘生命，草草了結此生。

平等和樂的同理心

一切眾生都有成佛的可能性，但在未成佛前，大家都是長在生死輪迴中的眾生，有著相同的

痛苦與煩惱，也有著相同的離苦得樂的欲望與權力。趨吉避凶，好善而惡惡的習性，是平等無差別的。因此，對一切眾生，都應該基於同理心而存平等想。

從緣起「無常」的特性來看，眼前雖有怨親、智愚及善惡的差別，但這只是一時的因緣不同而已。若放眼累生歷劫，眾生與我們都會有過或怨或親的關係，誰又不曾或智或愚、或善或惡的變化過呢？而未來的情況更是繼續這樣變化不定的。因此應當不分親疏的相互尊重，也不必為目前一點恩怨而生愛恨，更不必因一時的智愚差別而驕傲或自卑。

其次，從「無我」的角度來看，人生活於世間，決不可能單獨存在的，大家必須展轉相互依持。小自家庭，子女年幼時，依靠父母的撫養教導，等到父母衰老時，也要依子女侍奉供養；大至社會國家世界，所有人類，一切眾生都是相關相依的生命共同體，大家應該互信互諒而和樂共存，不可逞一己之私，傷害任何眾生，這是避免紛爭戰亂的最終源頭。

更進一步從一切法本不生滅的「涅槃寂靜」，也就是緣起的平等性來看，眾生與自己是平等一如的，眾生的痛苦與自己的痛苦是相關而又平等的，這就能引發「同體大悲」的精神，以及「如一眾生未成佛，終不於此取泥洹」一切有情同得解脫的誓願，而盡未來際慈悲利濟眾生！

究竟解脫的終極關懷

一般人生哲學最核心的議題是所謂的終極關懷（ultimate concern），即有關生命意義的安頓、人生理想的建立等問題，而佛法的終極關懷則在於如何達成究竟的解脫。因此，當我們相信了緣起因果進而止惡向善時，雖然有助於得到更好的生命，但這還未解決最根本的問題。其實，只要無明尚未滅除，終究有一天會由於心智不足，或引發煩惱的境界力量太大，而又糊塗了。為了保護自己的利益，或是爭奪自己所需求的，就非法的傷害別人，將來就又會有惡的果報。更重要的是，生死輪迴及種種的憂悲苦惱的問題，也都依然如故，只有消滅了內心的無明，這件事情才得以根本的解決。學習了緣起法，就像是在無窗無門的暗室中，開了一道大門，門外海闊天空，有更多更微妙的境界，等待著我們去努力，而其中有一條是邁向究竟離苦得樂終極目標的康莊大道。

三之二、生命的意義

有人說，人生的夢是由一連串的追求快樂與滿足所編織而成的，所以，生命的意義可說是主要在於離苦得樂。尋求快樂與滿足並沒有什麼不好，而且是使人努力的原動力。但是究竟什麼是樂呢？物質欲望的滿足真的足能帶來快樂嗎？一般人的快樂是建立在五欲「色聲香味觸」的貪著及享用上，等而下之的人只會藉著聲色犬馬求得慾樂，層次高一點的，則傾向於琴棋書畫，或是欣賞古玩之類的事。再好一點的便是仁者樂山、智者樂水了。而這些都不如讀一些古聖先賢教導我們立身處世的書，易經上說：「多識前言往行，以蓄其德。」讀書能增長智慧，有了智慧當然苦惱的事就會減少。當然讀這些書不如讀佛法的書，因為佛法能令我們究竟地離苦得樂。但是不論任何形式的欲界樂都是樂少苦多的，樂很快就有變化，是靠不住的，而假借外在因緣越多的，就越容易失去，可說是難得而易失。而且「世間一切無可樂想」，這個相對不實的樂，多半還是苦的因，真是後患無窮。還有一種超過所有「欲界樂」的樂叫「三昧樂」，是透過靜坐得到的禪定身心安樂。不過三昧樂雖然是相對的樂多苦少，但其中有出入定的差別，未必有佛法中的智慧而且仍然會有種種的老病死苦與煩惱。只有佛法中的涅槃樂，永離一切苦與苦因，達到不生不滅清淨無染的境界，是真正的離苦得樂。

的確，一切眾生都有選擇追求快樂的本能，而人生就是一連串的選擇，這個選擇會影響你下一個選擇，但沒有人會選擇傷害自己。但就是因為智慧不夠，所以選擇的那個樂，卻往往是反而苦因。因此，生命的意義應該就是追尋智慧，而一期生命就是心智學習成長的歷程。最重要的是把握當下，不斷地增長自己的心智。所謂“心”，指得就是我們的“堪能性”，這包括了意志力、耐力、集中力、記憶力、察覺力，這一切都與心的安定或散亂有關。“智”，就是思惟、思考、理解認知判斷抉擇等能力。若依於佛法的解釋，“心”就是指禪定，“智”是指智慧，智慧就是如實，有了安定的心智慧才有機會現前。凡夫都是依於欲和煩惱去認知一切境界，而聖人則是依於平靜安定的心及智慧，去如實的認知緣起世間的無常與無我以及涅槃寂靜的諸法實相。唯有這樣如實的認知，才能做出真正正確的判斷與抉擇，進而有如理如法的身口意行為，而開創圓滿的未來。

生命的意義不在於累積知識技能與財富，忙於一般名利與愛欲的滿足，這樣的人生，只會在療飢止渴的過程中溜走了。永恆的心智才是真正最基本而深遂的滿足，因此，生命的意義在於不斷地修學善法增長心智，以期究竟的離苦得樂。

四、緣起的生命教育

教育，顧名思義，是「教」導培「育」人的活動。是一種有目的、有組織計畫的傳授知識技能、培養品德人格、發展心智和體能，使人能全面成長進步的活動。「生命教育」一詞本應涵蓋於此廣義教育定義之內，然而現行教育體系多半偏重於提供技術性的實用知識，而當代社會文化所關注的也不外乎實用科技、政治經濟、飲食男女等現實議題，嚴重的忽視了倫理道德、人格塑造、生命智慧，這些令人得以安身立命的重要教育目標。有鑑於此，近年來「生命教育」成為改革或補救現行教育體系的重要課題。而「緣起的生命教育」則是基於緣起的義理來定出生命教育的目標、內涵與實施原則。

四之一、緣起的生命教育之目標

緣起的生命教育之目標在於協助學生建立正確的生命價值觀、體悟生命的意義，培養出成熟的道德觀與慎思、明辨、篤行的的心智，而邁向終極關懷的生命願景。生命價值觀、生命的意義、三世業果相續的道德觀以及究竟解脫的終極關懷等，已於上文中詳述。至於如何培養、成熟以及落實則於下節闡述。

四之二、緣起的生命教育之內涵

生命教育的內涵，依於緣起的義理，就是四諦中離苦得樂之道諦，也就是「諸惡莫作，眾善奉行，自淨其意，是諸佛教」的「戒、定、慧」三增上學。限於篇幅無法深入探討，僅就其相似於一般教育而又超越於一般教育之特質略述於下：

倫理道德的培養在於先能「擇善」，而後才能「固執」。因此探索「什麼是善」以及「如何

擇善」是其關鍵。但如果不從「知其所以然」的「三世業果相續」道理，來建立善惡道德觀；而只是「知其然」的說教，是很難讓學生心悅誠服的，更不要說是幫助學生將道德的價值觀內化與深化了。「毗奈耶〈戒律〉因緣所生」，戒律是依於「為善得福，為惡得禍」的因緣果報建立的。其用意在於保護我們這一念心在造因時，能謹慎思考未來的善惡果報而因此止惡修善，嚴持戒律才不至於隨著煩惱情緒的意氣用事，而將來後悔莫及。因此，是要「擇善固執」，還是準備「自食惡果」，就端看個人的智慧了。

其次，雖然認同了善惡因果的道德觀念，但這只是「心嚮往之」的知識，卻不一定能具備「從心所欲不逾矩」的行動，而這就是「知行不一」的矛盾。若不能解決「知行不一」這個問題，道德教育將淪為空泛的知識灌輸，而無法達成其目的。其實，問題主要在於無法「從心所欲」，也就是心沒有堪能性，力量軟弱，不聽招呼，因而禁不起情緒的擾動及欲望的誘惑。

儒家認為「養心莫善於寡欲」；道家則認為「嗜欲深者天機淺」；佛法認為「欲生諸煩惱，欲為生苦本」(註 16)。而「使人愚蔽者，愛與欲也。夫不絕愛欲即為前境所轉，既為前境所轉，則愛欲習氣依然復生，故使真智蒙蔽，無由證覺矣！」(註 17)，更是認為「欲」使人愚癡，為境所轉而蒙蔽智慧，是一切苦惱的根本。可見修身之道首重欲望的調伏。但是，儒道兩家只是要求「懲忿窒欲」以及「見素抱樸，少欲寡私」而已，並沒有具體說明調伏欲望及增長心力的方法。

佛法則明白的開示我們：「諸欲求時苦，得時多怖畏，失時懷熱惱，一切無樂處。諸欲患如是，以何能捨之？得深禪定樂，即不為所欺。欲樂著無厭，以何能滅除？若得不淨觀，此心自然無。」(註 18)「復次，若求世間近事，不能專心，則事業不成，何況甚深佛道而不用禪定。禪定名攝諸亂心，亂心輕飄，甚於鴻毛，馳散不停，駛過疾風，不可制止，劇於獼猴，暫現轉滅，甚於掣電。心相如是不可禁止，若欲制之，非禪不定。如偈說：禪為守智藏，功德之福田，禪為清淨水，能洗諸欲塵。禪為金剛鎧，能遮煩惱箭，……囂塵蔽天日，大雨能淹之，覺觀風散心，禪定能滅之」(註 19)。藉由修習「不淨觀」(為「五停心觀」、「淨行所緣」之一)，亦即緣念觀察不淨相能夠減低粗重的欲望，而令心較為清淨；若更進一步地修習禪定則可以調伏欲望及散亂，因而遮止煩惱，令心清淨安定。而最重要的是：「即由如是靜慮解脫，心有堪能，心得自在。隨所樂事，皆能成辦」(註 20)。修習「靜慮」〈亦即禪定〉，能夠解脫欲望，令心調柔，勤能有力，乃至「隨所樂事，皆能成辦」，如此才能「從心所欲不逾矩」的不為境界及煩惱所轉。

另外一個現代比較流行，與“心勘能有力”的禪定有關的事，便是所謂的「情緒智商」（emotional intelligence），簡稱 E.Q.。失控的情緒，往往令人衝動，而常隨著隋當下的情境，不經理性的思惟抉擇而直接地慣性反應，而做出日後深感懊悔的事來。

「柯維針對這一點提供了一個“暫停按鈕”，（pause button）的觀念，意思是說：每一個人人都應該努力培養一種讓當下“暫時停格”的能力，這樣才能在事發與回應之間保有反省的空間與抉擇的自由。果如此，事情才能夠緩和下來，人也不至陷溺於令理智蒙蔽的情緒當中，看不到內心真正的感受以及真正該作的事。」（註 21）

以佛法的角度來看，情緒可說是從煩惱等流而出的，只有禪定才能予以克制，倘若缺乏禪定的勘能有力，一定隨著境界與情緒而直接地反應，怎麼會有能力「沈得住氣」去按「暫停按鈕」，而留一個空間給理性思惟，再「三思而後行」或「謀定而後動」呢？佛法「以智化情」，想要從染愛的人生轉化成覺悟的人生，必須不斷地透過戒定慧的實踐，來淨化自己的無明和染愛。其中先以清淨的戒律，以及專注不亂、勘能有力的禪定，來調伏愛欲及煩惱，去除障道因緣，積聚修道的資糧。然後在禪定中去如實的觀察抉擇緣起世間的無常與無我，解脫一切「苦」「集」，終而現證不生不滅的涅槃寂靜。

四之三、緣起的生命教育實施原則

依於緣起的法則，究竟應該如何教育下一代？！我們可以從「四緣生諸法」、「十二因緣」兩個不同角度來探討其實施原則。

四之三之一、從「四緣生諸法」的法則來探討

「親因緣」決定於過去的「無明緣行，行緣識」，每個人隨著過去世不同的業力，今生有他不同的識，含藏了不同的種子，也就有不同的根器、思想、心智、個性、興趣等等。「親因緣」是已成定局，因此應該尊重學生的個別差異，隨順其根機，提供適當的「所緣緣」與「增上緣」，發展每個人獨特的生命，此即所謂的「因材施教」。例如，子路和冉有都問孔子同樣的問題，但孔子卻完全相反的答覆：「求也退，故進之；由也兼人，故退之」。此外，顏淵、仲弓、

子張、子貢、樊遲等弟子都曾分別向孔子請教仁的涵養，而孔子給的答案也都不同。

一切法都是因緣合和而無常無我的，教育也不例外。身為教育者的父母與老師，所應扮演的角色不是一個主宰者〈dominator〉，去操控孩子及教育成果；而是作為導引孩子步入正途的嚮導〈guider〉；或是分享自己的經驗，來啟發孩子的心智的教練〈coach〉；或是提供良好的學習環境及資源的支持者〈provider or supporter〉，來伴隨孩子的成長。換句話說，只有在所緣緣與增上緣著手，一如園丁提供陽光、肥料、水分與土壤，使得孩子良善的種子得以發芽抽枝、成長茁壯乃至開花結果。下面僅就此議題略為提供幾點參考：

首先，現代的社會裡，我們經常看到一些竭盡所能，為自己的孩子安排好一切的父母，然而，在此呼籲這些父母，切莫淪為扼殺孩子潛能發展的絆腳石。教育成果有待種種因緣，積漸而成，而孩子的成長是任何人都不能取代的，切勿因操之過急或揠苗助長而剝奪了孩子的學習能力。

舉例言之，多數的父母都是以自己的信念及價值觀來教養子女，並且常將自己對對自己的期望投射在孩子身上，因此反而落入期望過高的陷阱，到時令自己失望事小，造成孩子終身傷害事大。因為在父母的左右下，孩子只有接受和隨順，因為這樣可以取悅他們所倚賴的人，得到肯定與所需，而不是因為對所被教導的事真正感到興趣或重要，才去學習的。以超越年齡、心智的模式去感覺、學習、思考和表現，只會帶給孩子適應上的極大壓力，因而引發內心的衝突矛盾，也就成為日後憂鬱症、躁鬱症等心理障礙的根源。學習時的障礙和沮喪，缺乏自尊、自信以及成就感，會造成日後成長過程中的叛逆，甚至因此而步入歧途。

其次，不要因為過度保護孩子，而去做過多的事前安排，同時，更不可因為孩子一出錯，就立刻代為善後。因為這不但會令孩子喪失了嚐試的勇氣，並且也規避了孩子犯錯的責任，使令孩子無法在反省失敗的經驗中成長，更不能讓他們明白這就是「不如意者，十之八九」的真實人生。此外，該由孩子去做的，一定要他自己完成，父母或老師可以教導輔助孩子如何去做，但絕對不可替他完成。父母更應避免用條件交換的方式來誘惑他，務必讓孩子學會「該做的就一定要做」，只有孩子表現良好時，才給予種種獎賞鼓勵，同時也要讓孩子學會「一分耕耘，一分收穫」的因果道理，即使孩子哭鬧、撒賴，也不妥協，以免他們養成情緒操控的手段或「不勞而獲」的心理。只有讓孩子經歷一段自省、自覺的過程，得到的答案才是最真實、最深刻的。

最後，「言教興訟，身教者從」，最重要的還是父母或老師要以身作則，做為孩子的好示範，千萬不能只是說一套而做一套，而令孩子失去對師長的信心與尊重。

四之三之二、人生不同發展階段所應掌握的重點

十二因緣中的「識緣名色，六入緣觸，觸緣受，受緣愛，愛緣取，取緣有」，剛好說明這一生中心智成長的各個階段。其中每一階段的身心，尤其是心理狀態，均有著不同的特質，如果能契合其特質因勢利導，生命教育才能發揮其更好的功效。

「識緣名色，名色緣六入」：此一階段即所謂胎教時期。母親本身之健康營養、生活起居、尤其是情緒心理，對於胎兒影響甚巨，不可大意。孕婦應特別注意調適情緒，保持心平氣和。

「觸」之階段：從母胎中出生後，到嬰兒兩、三歲之間，六根與境相觸，引起身心的活動，其中前五根觸較為敏銳，接受外來影響的能力也較大，但意根尚未成熟而不能領受分知苦樂的差別，只是本能的反應。此一「幼兒養性」時期，從生理上來看嬰兒出生的頭一年，腦部就從 400 公克長到將近 1000 公克，可知正是心智、性格養成的重要階段。父母在此時應該提供豐富的成長環境，更重要的是親子間正向的互動。初生的嬰兒是一個純淨的接收器，不斷從四周接收信息，來組成他自己的信息系統，這時要將正面的、好的信息帶給他，而不要把煩躁、不安等負面的信息帶給他。可以讓幼兒看些柔和豐富的色彩。父母也可以愉快的心情，擁抱幼兒或陪他嬉戲，或是對他說些輕柔的、讚美肯定的話，也可以時常播放優美的音樂，以培養其優雅的性情。這些除了親生父母，其他人是很難取代的！父母〈尤其是母親〉如果是忙著工作而不能陪伴子女成長，只好將此天職託付給陌生的保姆老師，但是這很容易造成幼兒的不安全感，而產生日後冷漠孤僻、對人的不信任乃至過度保護自己的虛情假意等性格。當然，也不要因為過度的寵愛照顧而剝奪了幼兒的學習能力。

「受」之階段：嬰兒漸大直到了六、七歲的兒童時代，不斷受用受學，漸漸對所接觸的事物識別而有苦樂的感受，但還沒有受到強盛欲樂的影響。幼兒此時因其理解能力微弱，知識未開，因而判斷力不足；然也因為愛欲未發、涉世未深，心性依然純淨而可塑性強，對外界周圍的一切訊息，只能直覺的、不加選擇地全面吸收，因此容易接受任何一種熏習。這正是一生當中記憶力及學習力最強的階段。學齡前的家庭教育塑造孩子的健全發展，如何把握其記憶力及可塑性的特

長善加教育，奠定一生心智及品德基礎，以期收到終身受益的長遠效果，這是最值得深刻反省的教育問題。此階段的教育正是古人所謂「童蒙養正」的「紮根教育」，小小的幼苗，仰賴父母提供良好的教育氣氛與學習環境，慢慢滋長而至根深蒂固。在此建議親子一同閱讀背誦（也要隨其能力講解內容）一些有價值的古書：諸如因果道德，生活處世的態度與智慧，為人著想的忠恕之道及慈悲關懷之類的古書。如此常常耳濡目染於古聖先賢的道德智慧當中，潛移默化地陶冶他的性情，開闊他的心胸，端正他的品行，培養他的智慧。這些將隨伴其成長，扶持他克服人生的逆境難題，同時也能養成他對古文的閱讀、理解能力，由此具備打開智慧的寶藏的鑰匙，而任其學習思惟運用。

另外，父母應該以身作則，以無形的教誨，將這些禮義道德的觀念，生活處世的態度與智慧，熏染到孩子心裏。這些倫理道德觀念，是他一生對惡質社會染汙的抗原。如此終身受益的長遠效果，若等到十幾歲愛慾發動時及受了社會或媒體不良風氣的影響時才啟動，那就嫌太晚了。培育心如白紙的孩子，比那些已經有不正確觀念的孩子，要容易得多了，良好的習性一旦養成，則終身受益不盡；反之，早年習得的任何錯誤，都會扭曲一個人推理思考的方式而將受害無窮！因此，切記應就在童蒙養正中紮下根苗，切莫等閒空過了！

此外，父母希望子女未來具備什麼特質，現在就應該如何正面地讚賞肯定孩子，並不須要過度的打罵、處罰。因為此時受心所最敏銳，而第一印象又是那麼的深刻，父母正面地讚賞肯定及正確的指導，必然先入為主的印入幼兒純淨的心底，形成他終身不移的人格特質。良好習性的養成，優美人格的奠定，就在父母輕鬆愉快的讚美肯定中不知不覺地完成。秉性良好的孩子，經此讚美肯定後，會發展得更加自信完善；秉性中下的孩子，更需要父母加倍地正面地讚賞肯定及正確的指導來彌補，以減輕其不良習性於無形中。

「愛」之階段：十二歲（古人之十四十五歲，而現代人可能提早）以後到成人。此一時期性欲發動，而開始有男女的染愛，及對境界、自我的愛著。此外，由於知識漸開，理解力亦有顯著的發展，漸漸想要脫離父母的關懷照顧，意氣風發而追求獨立，甚至有些叛逆。此時，即應邁進所謂「少年養志」的教育階段，可以藉著閱讀一些偉人的傳記以為楷模典範，以及一些心理、勵志、哲學及宗教的書，來豐富精神生活，導正他們的行為，成熟他們的思想，因而不致過度耽迷於情愛、物慾的貪著。應該向他們說明生命的意義，為他們展現正確的人生藍圖，鼓舞他們追求

崇高遠大的理想與志向，同時也提醒他們現實世界的危險與考驗，以及輔導他們未來生涯的規劃。成長發育最盛之際，爲了調節他們的愛欲，應注意其身體之鍛練及精力之發洩，也可以藉由靜坐化解生理上的衝動及心理上的輕躁。

「取」之階段：長大成年以後，愛欲更盛，邁入「成人養德」的階段，應該砥礪志節，行善養德，轉化對名利權勢的追求。而在與人接觸應對日漸繁增，人事愈加紛雜的過程中，必難事事周全，盡如人意，因此更須常常檢討省察自己的缺失與不足，自勉改過以求進益。「童蒙養正」時期所造就對因果道德之信念，生活處世的態度與智慧，爲人著想的忠恕之道及慈悲關懷等等好習性，更因此時的人事歷練及省思改善而日趨圓滿，進而一步步落實「少年養志」時的理想與志向。

生命教育是一種終生學習，從佛法來看則是盡未來生的學習，這是不論多大年紀都可以下手開始的。如果就這一生而言，的確應當慎始地打好基礎，理想上，應以從胎內的零歲教育到幼兒的紮根教育是最爲重要的。但如果從生生不已的生命長河來看，則無時無刻都是可以耕耘心田、播下善種、栽培善根、成熟善果的好時機。

五、結語

本文限於時間篇幅，只有「大題小作」，未盡之處，待日後有緣再深入探討。其次，引用佛法專用術語甚多，無法一一詳釋，粗略之處，還請見諒。野人獻曝，唯誠心爾，旨在拋磚引玉，祈請先進大德提供更精闢的見解，更宏觀的眼光，來落實生命教育。

註解：

註 1：Leading with Soul，《生命的領航》天下文化出版

註 2：參閱：<http://www.lec.org/lei2.html>

註 3：生命教育全球資訊網；《生命教育沿革》

註 4：《雜阿含 299 經》卷十二（T02，85b24~28）

- 註 5：《瑜伽師地論》大正 30》p. p.302.1
- 註 6：《中觀論頌》大正 30》p.2.2 ~ p.2.3
- 註 7：印順法師《佛法概論》p.152~05
- 註 8：《大智度論》大正 25 p.222.1 ~ p.222.2
- 註 9：《雜阿含經》卷第九 大正 2 p.56.2
- 註 10：《雜阿含經》卷第二 大正 p.12.3
- 註 11：《大寶積經》卷第一百一十二 普明菩薩會第四十三 大正 11 p. 633. 3
- 註 12：《大寶積經》卷第一百一十二 普明菩薩會第四十三 大正 11 p. 633. 3
- 註 13：《俱舍論疏》大正 41 p. 871. 3
- 註 14：印順法師《學佛三要》p.2
- 註 15：《雜阿含經》卷第十五 大正 2 p.108.3
- 註 16：《增一阿含經》阿含部 大正 2 p.354.2
- 註 17：《四十二章經》經疏部 大正 39 p.518.1
- 註 18：《大智度論》釋經論部 大正 25p.184.1
- 註 19：《大智度論》釋經論部 大正 25 p.180.3
- 註 20：《瑜伽師地論》卷第四十九中觀,瑜伽部 大正 30p.569.3
- 註 21：引自 柯維，1998，27-28