

生命教育四種重要關連

吳涓濱(香港突破機構市場總監)

今天，青少年成長及生命教育再次成爲世界關注的議題。由於文化及社會的因素，不同地區所理解的生命教育內涵有所差異。但歸根究底，生命教育可歸納爲幾個重點關注的態度：認識生命、尊重生命、熱愛生命；當中主要的內涵包括宗教、心靈、生理健康、生涯計畫、生活倫理、生死及生態教育等。除此之外，生命教育更重要的使命是讓青少年體會生命的關連，包括自我，人與群體，人與大地，人和宇宙奇妙相連的重要關係，並在其中找到自己安身立命之處，明白生命的價值和意義。

自我的關連

人的自我生命包括他的身體、思想和情感的整體。因此，生命教育需要鼓勵青少年探索身體、思想和情感之間的關連，並培養他們接收身體所發出的訊息的能力。人的身體其實不斷發出微細的訊息，它們反映著個人生理、內裡情緒的狀況。

有學者指出現代人的高血壓病或其他受心理影響的身體毛病都出於兩種原因，其一是笛卡兒的理論。笛卡兒把人的自我看成爲一個受困於機器內的思想，他將人的心靈縮減成只有思想的部分，所以“我思故我在”。當他把人的身體和思想分割，無形中變成兩個分割的存在：一個是機械的軀殼(身體)，另一個是他的思想。思想的部份操控身體，亦能與他人互動溝通。所以人類的溝通只限於語言的對話，而思想支配著語言。若是這樣，人與人之間的對話只是純粹理性的溝通，人的感受便成了不準確的東西。笛卡兒的理論就這樣乾巴巴的把人的身體及感受摒棄於人與人溝通的門外，他使人的身體異化成爲純物質的軀殼。而身體的異化也帶來了人與大地的分割，因爲我們的身體是與大地接觸的重要媒介。

其二是我們教育系統的問題。學校主要注重理性思想的培訓，而感性方面卻是個人要處理的事。我們大部份時間只教導青少年如何控制他們的情緒，而不是明白或瞭解他們的情緒。人的感受甚至被視為一種非理性的力量，一種人性的陰暗面，是一種需要被控制的東西。若然我們不能小心控制自己的情緒，至少也要把它隱藏起來。這些情緒的壓抑，久而久之，便妨礙了青少年與人建立進一步關係，甚至影響他們的健康。

人與群體的關連

生命教育也需要幫助青少年建立他們的社群關係，首先要從學校開始。自從工業化、市場化社會的出現，學校漸漸成為知識交易的地方。學生只要老師傳遞狹窄的知識，能夠考取好成績就好了，其餘的什麼生命哲理最好別說，免浪費學生的時間。同學是彼此的競爭對手，也是妨礙他進入大學的敵人，於是人人獨自學習，以打敗同學為目標。試問在這樣的學習環境，我們會培養出甚麼樣的生命？甚麼樣的社群？在現代社會，競爭可能無可避免，但在同一學校裡，我們能否有另類合作的可能？有學者建議一種協作學習方式，同學分成小組學習互相信任並且一同完成任務，這類學習模式有助同學對自己及同窗的學習建立一種責任感。

理想地，學校應該可讓學生建立歸屬感。在不同地方，我們可能遇上很不一樣的學校環境，有一類是機動型的，各人的角色清晰且嚴謹，效率高，但學生可能感覺難被接納。第二類是變動型的，學生的學習模式比較自由和輕鬆，但學習效果也比較不一致。第三類是公社型的，學生感覺到被接納，彼此相關，並能彼此推動學習。理想的學校環境可以給同學感到被尊重、關懷及接納，同學們能感到安全並自由地表達內心真正的感受，最重要的是他們感到一種歸屬和強烈的身份認同。倘若青少年在學校這個屬於他們生命起步點的群體中，學習不到群體協作的

好處，將來他們在社會也不會懂得和諧共處，建立一個彼此負責的社群。

人與大地的關連

如何使青少年悟出自然生命種種過程之間的關連，是生命教育的另一個重要課題，生命教育課程不單教導青少年解決環境問題，更重要的是認識我們人類根本是與大地的生命緊緊相連。有大量的資料讓我們知道人類續漸與大地和她的運作脫離：每年地球的臭氧層持續減少，而紫外線的份量卻一直提升。大量的工業廢料毒害著我們的空氣、土地及河流，科學家還形容人類是地球的癌症細胞，正嚴重地威脅地球的健康，我們成了大地的敵人。有學者批評西方過去的教育系統要為此負責，因為學校著重理論而非價值，概念而非生命，抽象而非意識醒覺，答案而非問題，意識形態和效率而非良知。若然我們的生命教育只停留在滿足個人的需要或社會經濟利益之上，我們便剝削了人生命的終極價值和意義。

自工業革命以來，無數的工廠和大量生產模式也將人類與大地分割，我們的生活和生產力與土地無關。每天我們只接觸到來自工廠的東西，食物也是經過加工的，蔬菜是從超市買回來的，許多青少年從未看過蔬果在大自然裡生長的样子。難怪他們的生命與大地脫節，對大地沒有悲憫之心，隨便的剝奪傷害。與土地的重新聯繫能使我們再次醒覺自然的生命過程，陽光、清泉、花草樹木可以幫助我們再活過來，並讓我們從機械式的生活中醒過來。

人與宇宙的關連

我們所處的地球本來就是一個複雜的生態系統，它有著某種和諧的、自我調整的能力，甚至，我們應視她為一個有機的生命。生命教育應幫助青少年建立這樣的世界觀，從生命作為一個包含身體、思想、情感的整體觀念，到地球是一個有生命的生態環境觀，再可推展至一個整體有意義的宇宙觀。當美國人在 1960 年代

登陸月球，太空飛行員看到這個美麗藍色的行星的時候，他們心裡頓時感悟這宇宙是一個整體，地球並非單獨的存在，它也是宇宙系統的一部份。

我國老子說“道生一，一生二，二生三，三生萬物”，他認為宇宙萬物是一個整體，大道自然在總體上不過就是源於一本，“道生一”表達了大道自然的起始點，從一到天地陰陽二界，再到以三為代表的世界萬物無限的衍生。其實，每種生命現象皆需要一個比它更大的系統環境，而使它獲得意義和真實性，每個真實的體驗，無論是人、是星體，都存在著一種終極的意義和真實的整體，這與老子所說的“道”有類似的意義。當生命與這“道”有所認同，它便賦予人生命的力量，超越個人的思想和價值，讓我們懂得去學習愛、關懷、謙虛、和平及公義，這樣的生命才是最豐富，最值得擁有。

以上是生命教育四個很重要的關係，在教導生命教育的態度及內涵以外需要正視的關係，只有將這些元素結連成爲一個系統，我們推動的生命教育才是完整。