

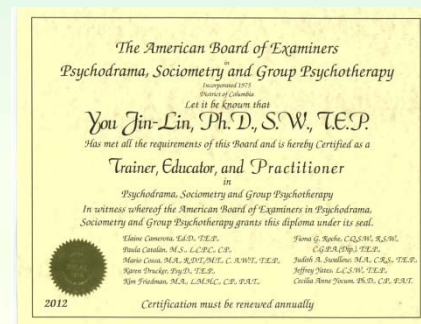
生命教育 之體驗

講師：游金潁

前言

游金潐博士

- ① 台灣南華大學生死學系所教授。
- ② 台灣生死輔導學會常務理事。
- ③ 台灣心理劇學會理事。
- ④ 美國心理劇、社會計量與團體心理治療考試委員會。
(The American Board of Examiners in Psychodrama, Sociometry and Group Psychotherapy, 簡稱ABEPSGP)之心理劇訓練師(Trainer)、治療師(Clinical Practitioner)
- ⑤ 國際哲卡馬任諾心理劇學院(Zerka Moreno institute)之認證合格心理劇訓練師。
- ⑥ 國立台灣師範大學教育學博士。
- ⑦ 考試院專業技術高等考試『社會工作師』及格。
- ⑧ 高考社會行政及格。



前言

授課大綱

- 生命教育的內涵
- 生命的觀照與省思
- 生命的積極意義與實踐

前言



每天在忙什麼？



是我？



自己有何想法？

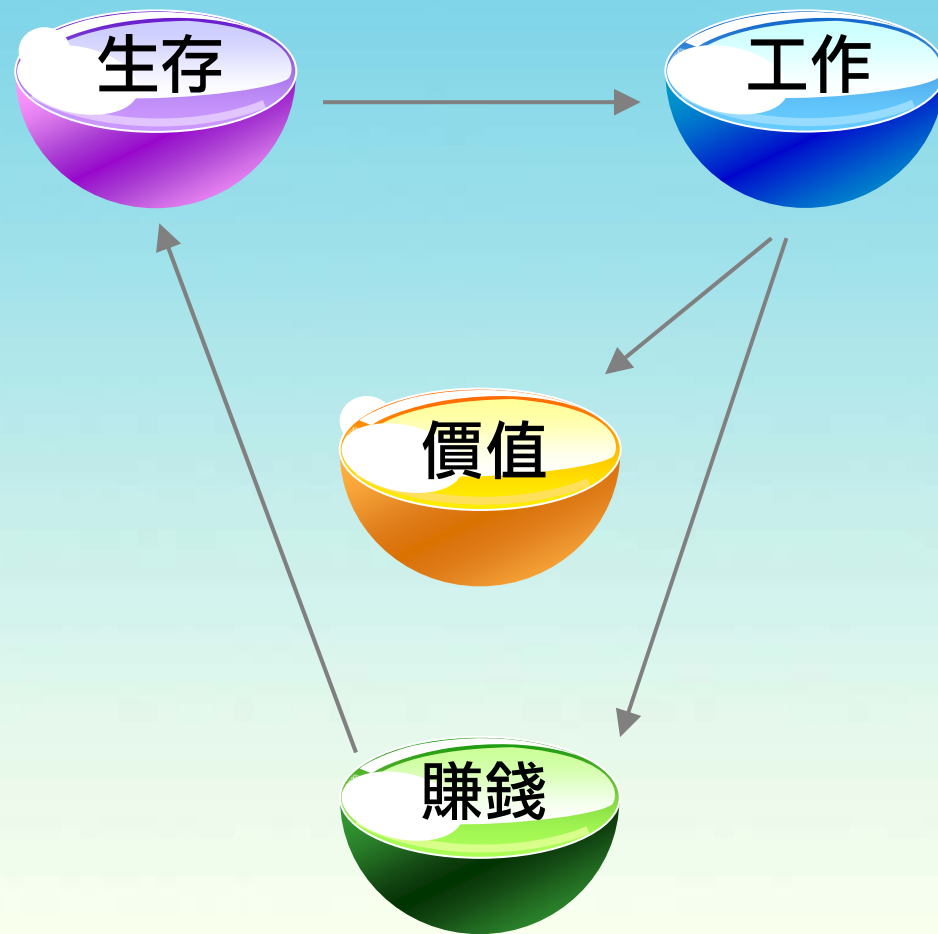
前言

人存活的價值與目的

前言

不虛此行

前言



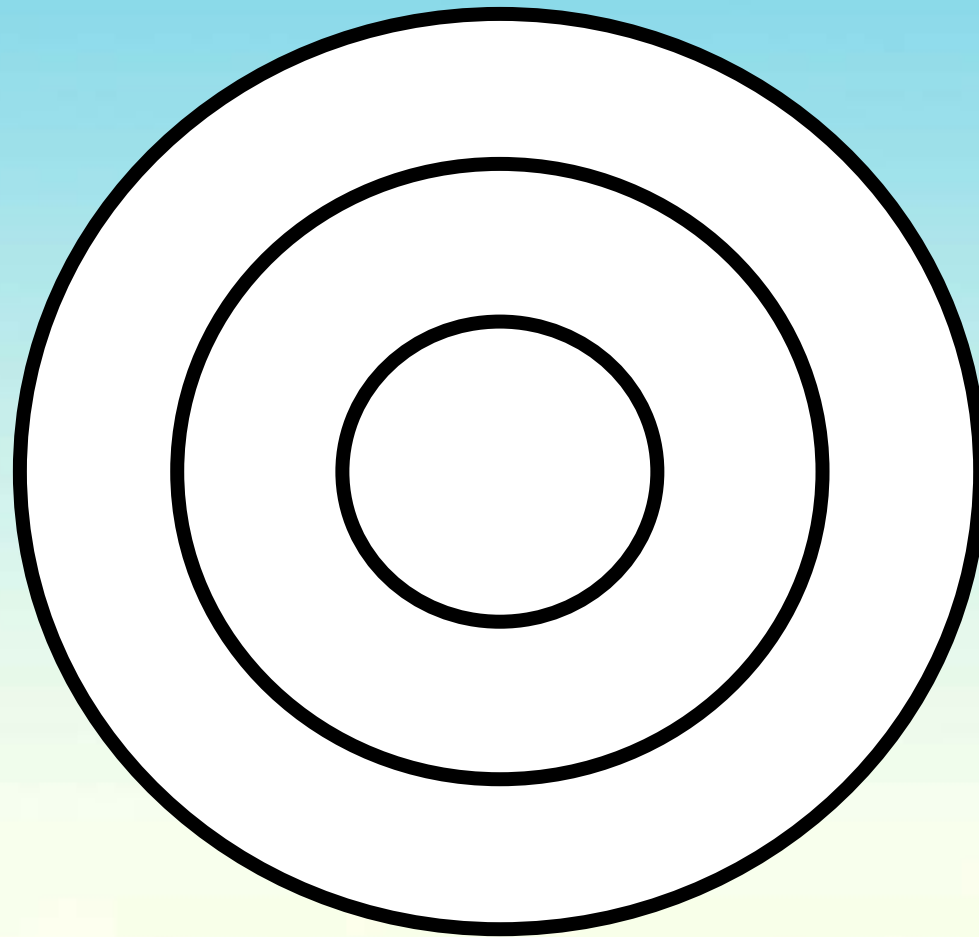
一、「生命教育」的內涵

一、「生命教育」的內涵



一、「生命教育」的內涵

費孝通-差序格局



一、「生命教育」的內涵



一、「生命教育」的內涵



一、「生命教育」的內涵



一、「生命教育」的內涵



一、「生命教育」的內涵



1-1 人際和諧

周易繫辭下傳

安其身而後動
易其心而後語
定其交而後求
君子修此三者
故全也

中庸

自誠明謂之性 (天命之謂性)
自明誠謂之教 (修道之謂教)
明則誠矣
為天下至誠為能盡其性
能盡其性，則能盡人之性(人際和諧)
能盡人之性，則能盡物之性
能盡物之性，則可以贊天地之化育
可以贊天地之化育，則可與天地參矣(天人合一)

1-1 人際和諧

易經乾卦

夫大人者(公務人員)

與天地合其德天地之無不持載無不覆幬—無私

與日月合其明日月之代明—普照萬物

與四時合其序—變通莫大乎四時—與時權變

與鬼神合其吉凶知進退存亡而不失其正

1-1 人際和諧

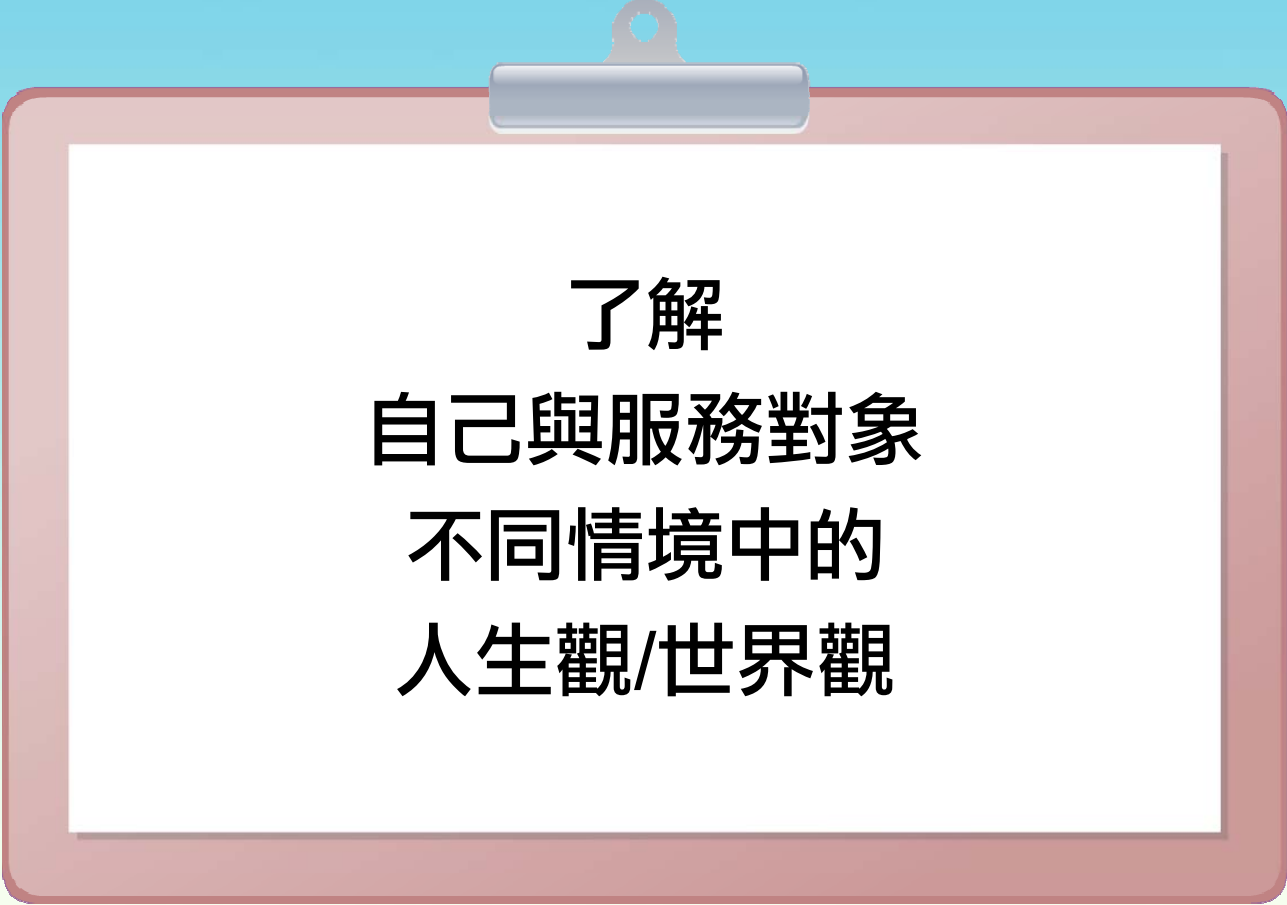
明 來知德

大人所具之德皆天理之公，而無一毫人欲之私
天地者造化之主，日月者造化之精，四時者造化之功，
鬼神者造化之靈。覆載無私之謂德，照臨無私之謂明，
生息無私之謂序，禍福無私之謂吉凶。

1-1 人際和諧

How to do ?

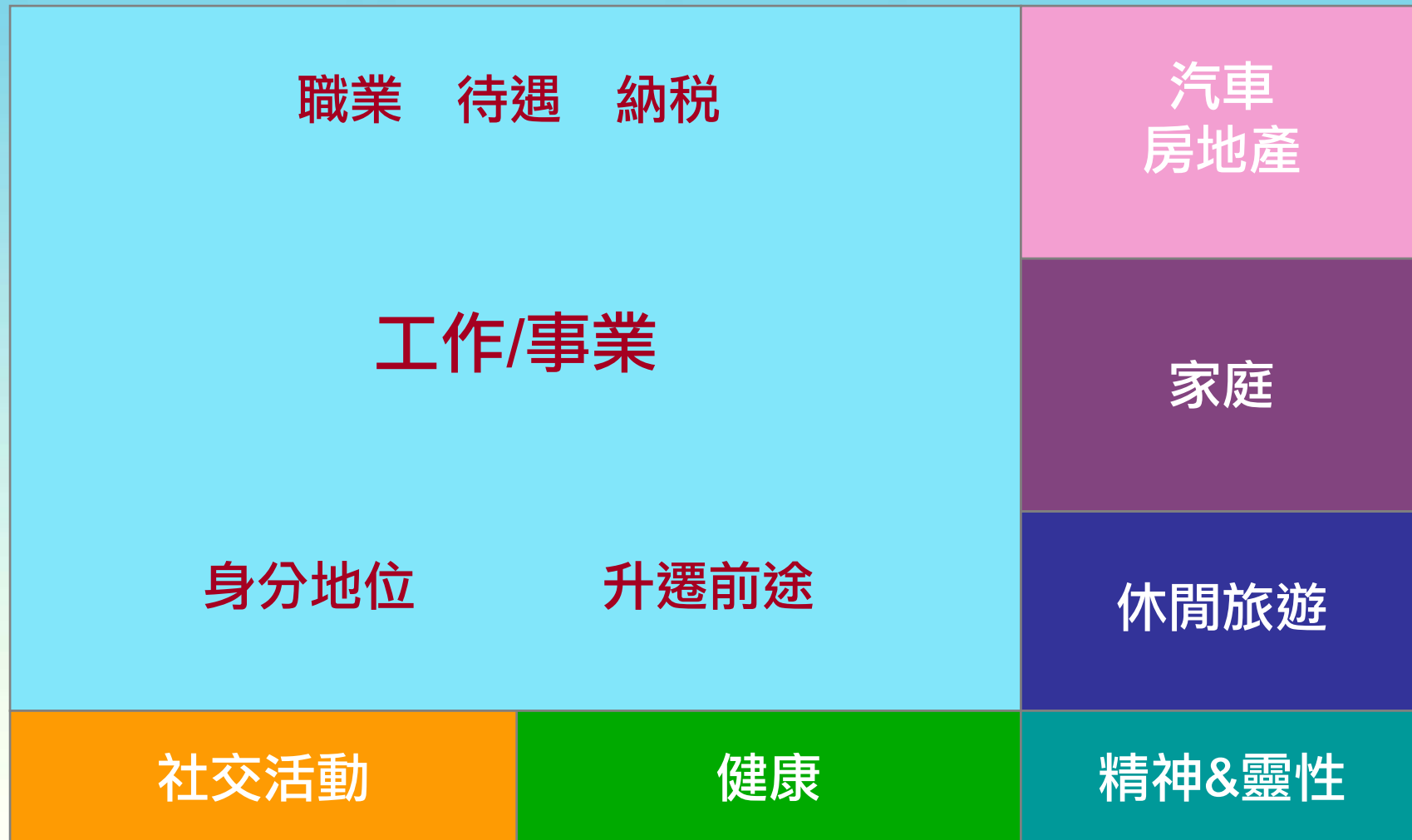
1-2 人生觀與世界觀



了解
自己與服務對象
不同情境中的
人生觀/世界觀

1-2 人生觀與世界觀

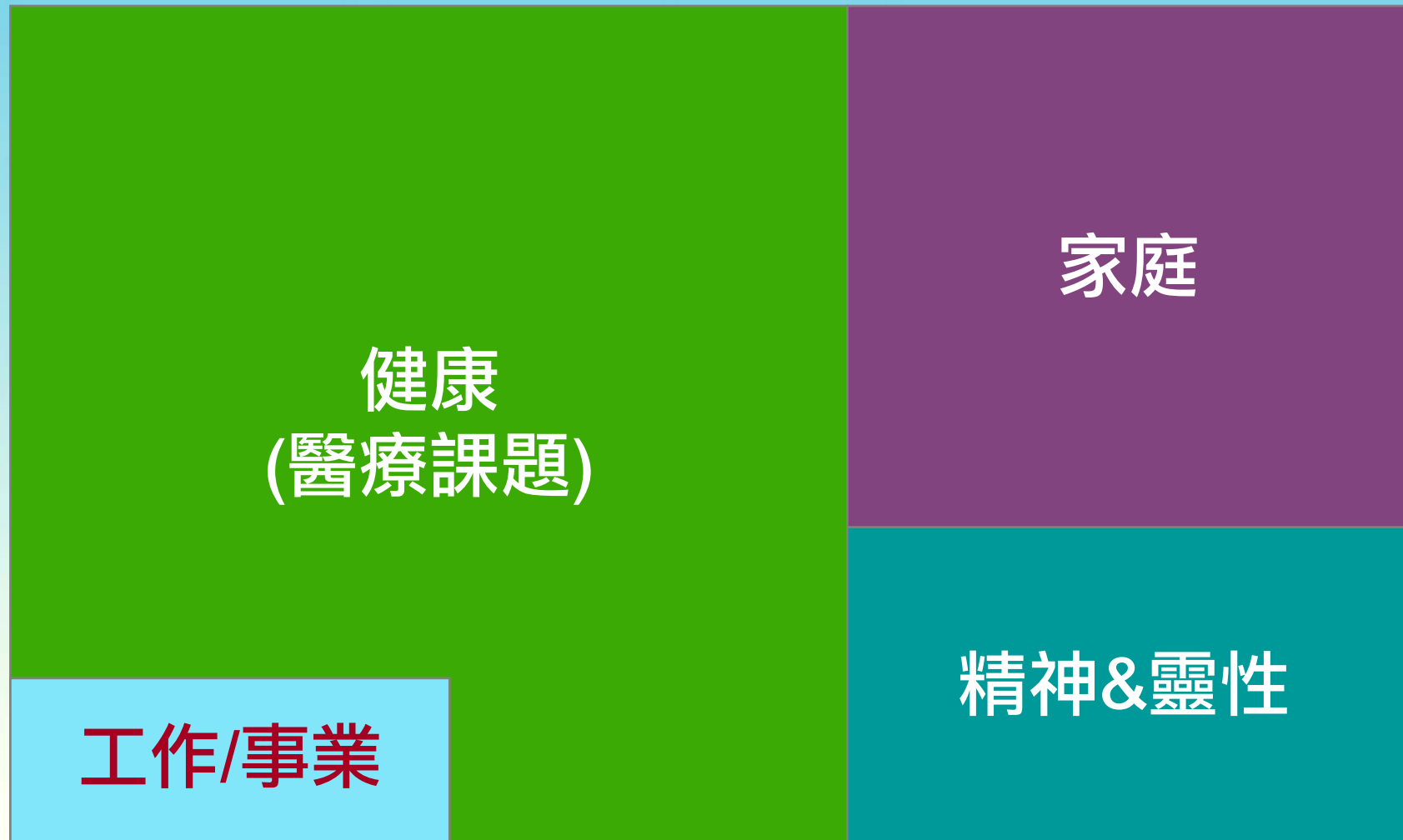
● 健康者的世界



資料來源：釋慧開教授

1-2 人生觀與世界觀

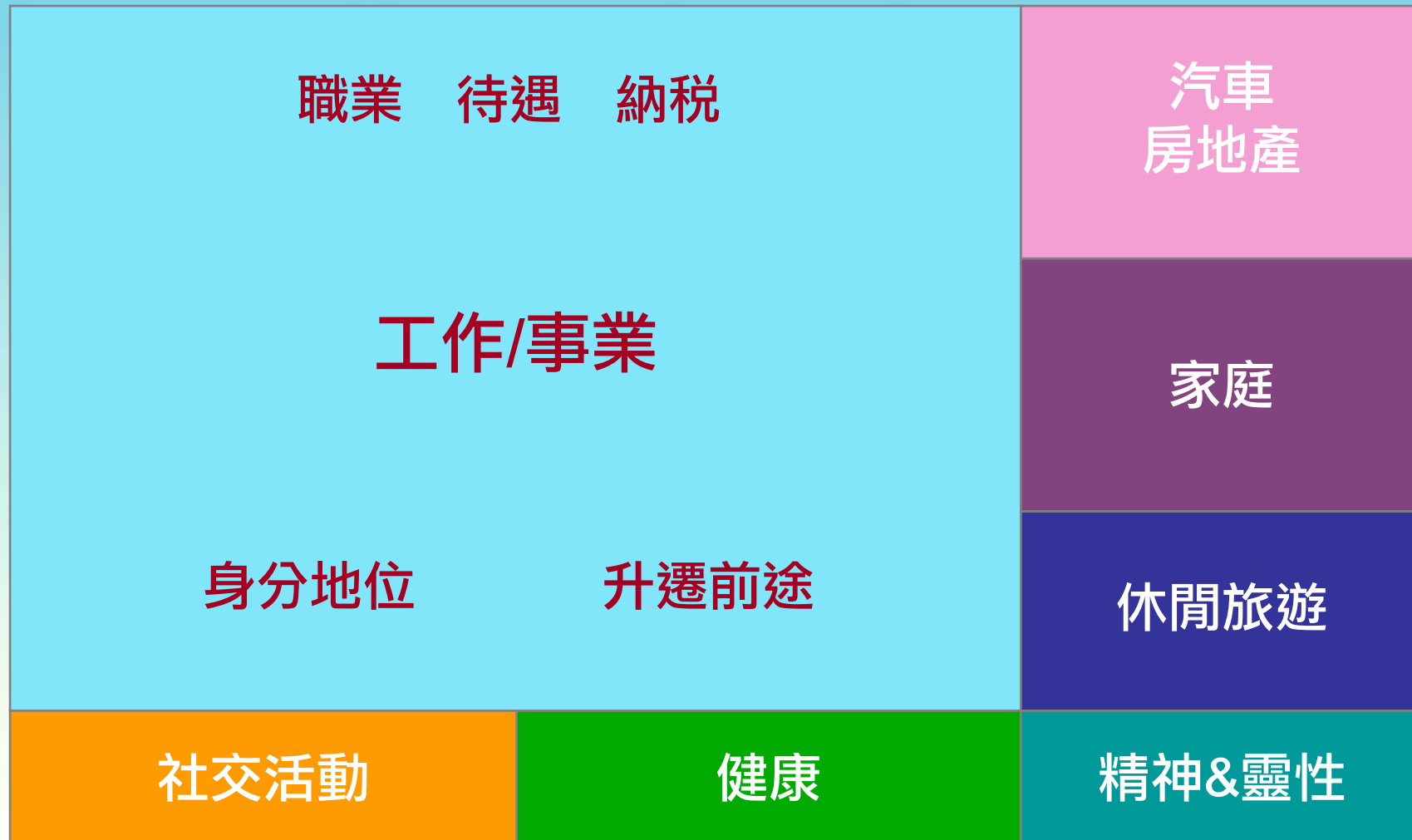
● 患病者的世界



資料來源：釋慧開教授

1-2 人生觀與世界觀

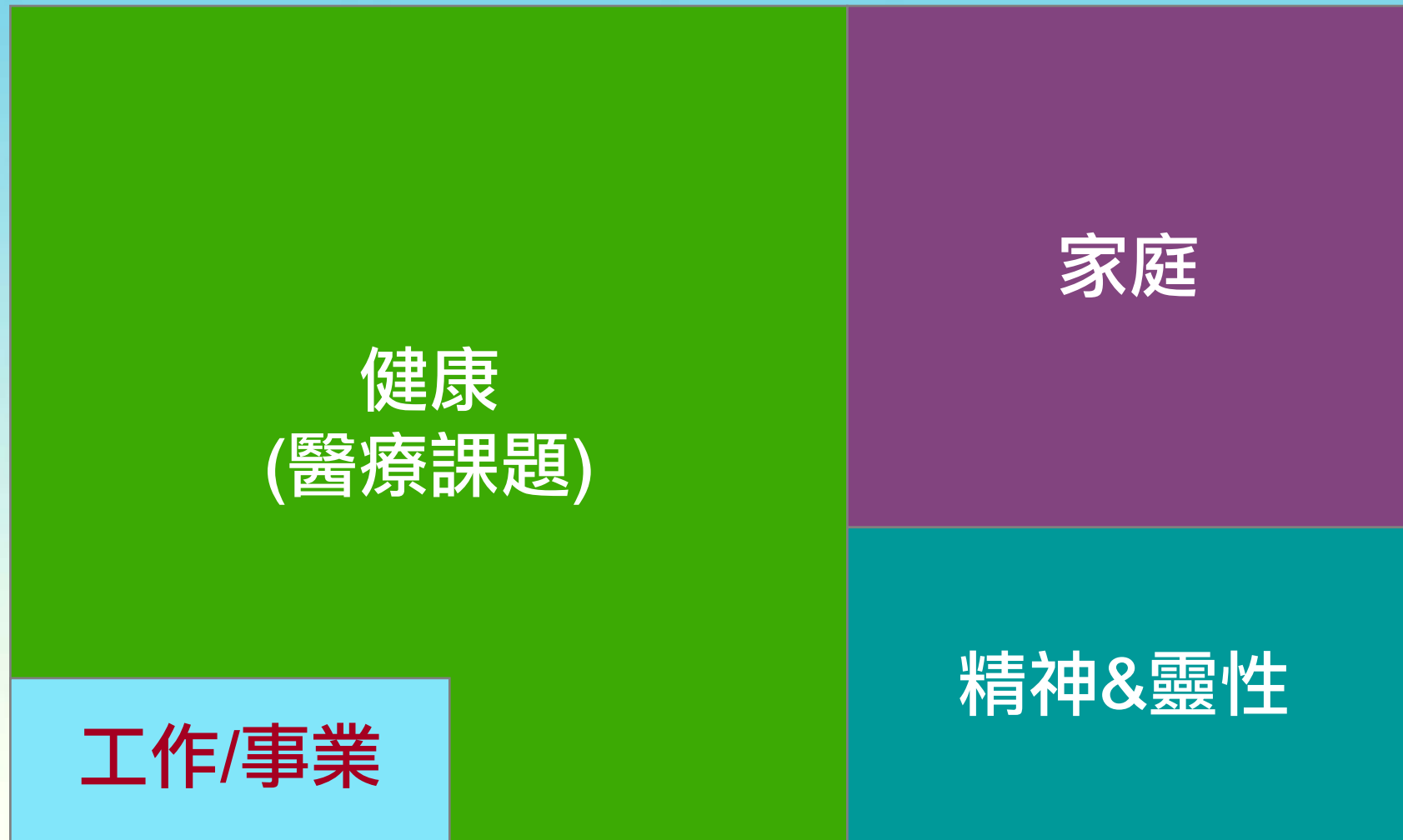
● 健康者的世界



資料來源：釋慧開教授

1-2 人生觀與世界觀

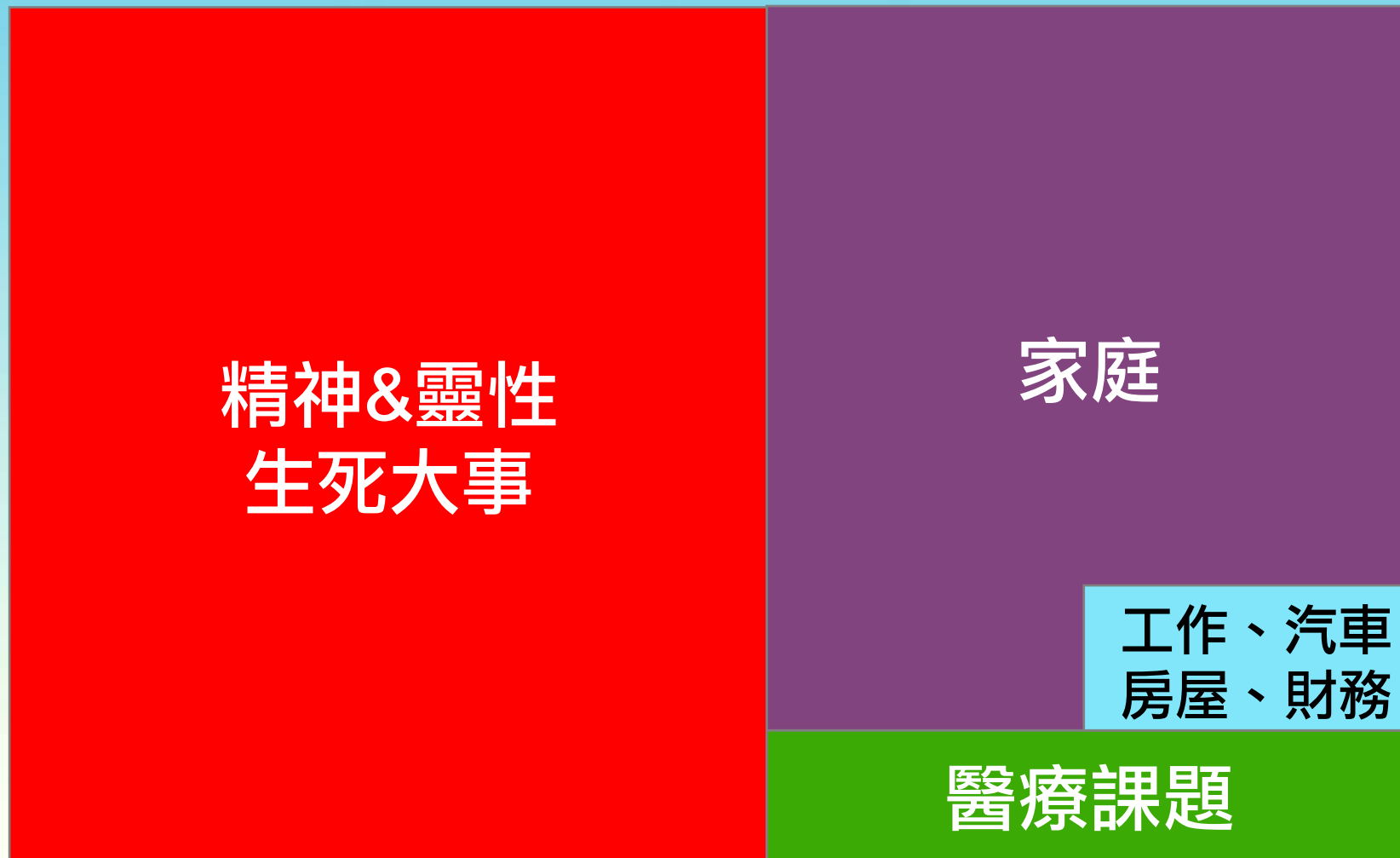
● 患病者的世界



資料來源：釋慧開教授

1-2 人生觀與世界觀

● 臨終者的世界

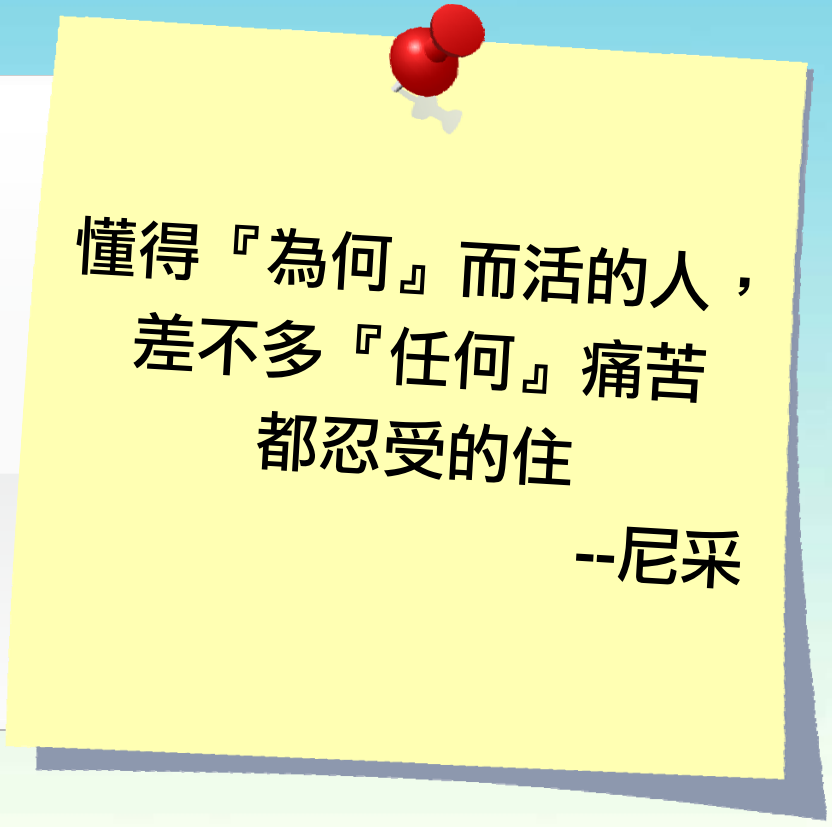


資料來源：釋慧開教授

1-4 改變對人生的態度

指出未來的目標
給他一個活下去的目的
才能夠增強他們忍受任何
煎熬的耐力

改變我們對人生的態度



懂得『為何』而活的人，
差不多『任何』痛苦
都忍受的住

--尼采

1-4 改變對人生的態度

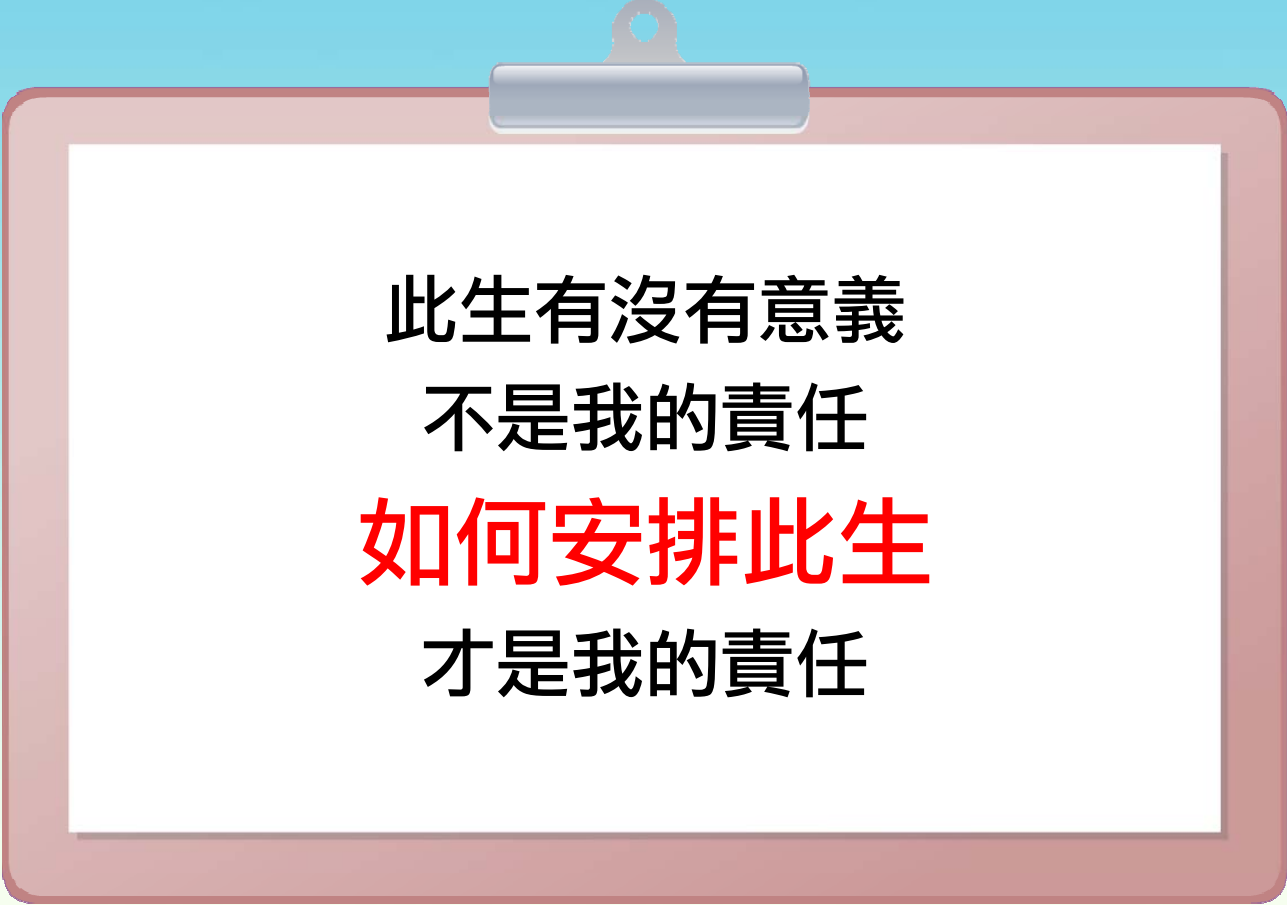
改變我們對人生的態度

活出意義來 P.100

不是我們對人生有何指望
而是人生對我們有何指望
我們不該繼續追問生命有何意義而該認清自己無時無
刻不在接受生命的追問。

面對這個追問，我們不能以說話和沉思來答覆而該以正確的行動和作為來答覆。到頭來，我們終將發現生命的終極意義，
就在於探索人生問題的正确答案，
完成生命不斷安排給每個人的使命。

1-4 改變對人生的態度



此生有沒有意義
不是我的責任
如何安排此生
才是我的責任

二、生與死的看待

二、生與死的看待

一世觀



二、生與死的看待

1 如果生命只有一世的話

- 海德格說：「人是**向死的存在**。」他的實存分析是建立在生命**一世論**的角度與觀點而立論的，因此，死亡對人生而言是具有**絕對意義的全程終點**，故說人是「**向死**」的存在。
- 如果生命真的只有一世的話，死亡成了一了百了的解脫，或是令生命灰飛煙滅的黑洞，生離死別的悲傷哀痛，就成了**天人永隔**的無解難題。

資料來源：釋慧開教授

二、生與死的看待

2 如果生命有三世的話

- 從**三世論**的生命流轉立場與觀點而言，死亡只不過是芸芸眾生一期生命中帶有**相對**意義的**分段終點**，或者是銜接前後世的**轉捩點**；是故，在此意義之下，人已**不再只是**「向死」的存在，更是「**朝向生生不已**」的存在。
- 「**死亡**」一方面是**隔絕**今世與來生的**關卡**，另一方面也是**銜接**今世與來生的**樞紐**。

資料來源：釋慧開教授

三、多世觀的研究

三、多世觀的研究

宋朝黃庭堅的故事，出自江西《修水縣誌》
記載。

美國汽車大王Henry Ford

三、多世觀的研究

黃山谷的前世今生

黃庭堅，字山谷，宋朝江西省修水縣人，其詩、書、畫號稱「三絕」，與當時蘇東坡齊名，人稱「蘇黃」。

黃山谷在中進士後，朝廷任命為蕪湖地方的知州，就任時才二十六歲。

有一天當他正在午寐時，作了一個夢：夢見自己走出州衙大門，來到某處村莊，看見一位老婆婆站在家門外的供案前，手持清香，口中喃喃自語，好像在叫喚某人的姓名。

三、多世觀的研究

黃山谷趨前一看，供桌上擺著一碗煮好的芹菜麵，香味飄溢，他不自覺的端起來就吃。吃完後就走回衙府，等到一覺醒來，夢境仍然十分清晰。尤其特別的是，口中還留有芹菜的香味，他心中雖覺納悶，但並不以為意，只覺得是作了一場夢。

次日午寐時，夢境又和昨日完全一樣，而且同樣地齒頰還留有芹菜的香味，讓黃山谷甚感訝異，想一探究竟，於是他就起身步出衙門，順著夢境中記憶的方向而行，令他詫異的是，一路走過來，路旁的景致竟然和夢中的情景完全一模一樣。

三、多世觀的研究

最後來到一處人家門前，但是門扉緊閉，**黃山谷**前去叩門，一位滿頭白髮的老婆婆出來應門，**黃山谷**問她，這兩天是否有人在門外喊人吃麵一事。

老婆婆回答說：昨天是我女兒的忌日，因為她生前非常喜歡吃芹菜麵，所以每年在她忌日時，我都會供奉一碗芹菜麵，呼喊她來食用！

黃山谷問：妳女兒過世多久了？

老婆婆回答說：已經二十六年了！

三、多世觀的研究

黃山谷心想：自己不也正是二十六歲嗎？而昨天也正好是自己的生日，於是更進一步詢問婆婆，有關她女兒在世時的情形。

老婆婆說，她只有這麼一個女兒，在生時非常喜歡讀書，而且禮佛茹素，非常孝順，就是不肯嫁人，後來在二十六歲時，生了一場病死了，臨終的時候，還告訴她說一定會回來看她！

黃山谷進到屋裡，老婆婆指著一個大木櫃告訴他說，她女兒平生所看的書全鎖在裡頭，只是不知鑰匙放到那裡去了，所以一直無法打開。

三、多世觀的研究

黃山谷想了一下，輕而易舉找到了鑰匙打開木櫃，發現在裡面全是女孩生前讀的書和所寫的文稿，黃山谷細讀之下，大吃一驚，原來他每次參加考試所寫的文章，竟然全都在這些文稿裡，而且一字不差。

至此，黃山谷心中完全明瞭，這位老婆婆就是他前世的母親，於是將老婆婆迎回州衙，奉養餘年。

後來黃山谷在州衙後園，造了一座亭園，名「滴翠軒」，亭中有他自己的刻像，並且自題石碑像贊曰：「似僧有髮，似俗脫塵，作夢中夢，悟身外身。」

三、多世觀的研究

Henry Ford

Henry Ford was convinced he had lived before, most recently as a soldier killed at the battle of Gettysburg. A quote from the San Francisco Examiner from August 26, 1928 described Ford's beliefs:

“I adopted the theory of Reincarnation when I was twenty-six. Religion offered nothing to the point. Even work could not give me complete satisfaction. Work is futile if we cannot utilize the experience we collect in one life in the next.

三、多世觀的研究

西方輪迴說

《新約》聖經之中有關輪迴的文獻，卻被羅馬帝國第一位提倡信奉基督教的**君士坦丁大帝**所刪除，後來又被羅馬天主教會於553年召開的**第二屆基督教君士坦丁堡大公會議**判為異端邪說而禁絕，因此輪迴說在西方一度成為絕響。

資料來源：釋慧開教授

三、多世觀的研究

西方輪迴說

近年來，在心理諮商與精神治療的領域，由於催眠術的應用而有跨越前世今生的臨床報告，例如：美國Brian Weiss醫生所著的*Many Lives, Many Masters* (《前世今生》)，台灣陳勝英醫師所著的《生命不死》、《跨越前世今生》。

一時之間，輪迴轉世之說，彷彿突破了一般大眾所認為的宗教迷信之窠臼，而進入深層心理學與精神醫學的探索領域。

資料來源：釋慧開教授

三、多世觀的研究

西方輪迴說

美國維吉尼亞大學經神病學系教授

伊安·史帝文生 (Ian Stevenson, 1918~2007)

- 用嚴謹的科學態度研究輪迴轉世。他在世界各地從事**兒童自發性的前世記憶研究**，直到他過世之前，累計的案例達三千件。他運用嚴謹的科學方法來檢驗所有蒐集到的資料，很多西方人基於理性與科學的信念，開始認真而嚴肅地看待輪迴的課題，甚至接受它的真實性。
- 史帝文生對於「**兒童自發性前世記憶**」的科學研究，基本上採取**歷史學者、檢察官與律師**的研究方法，有一套嚴謹的驗證程序：**發現對象、獲取資料、立案質疑、當面取證、追蹤觀察、寫出報導**。

三、多世觀的研究

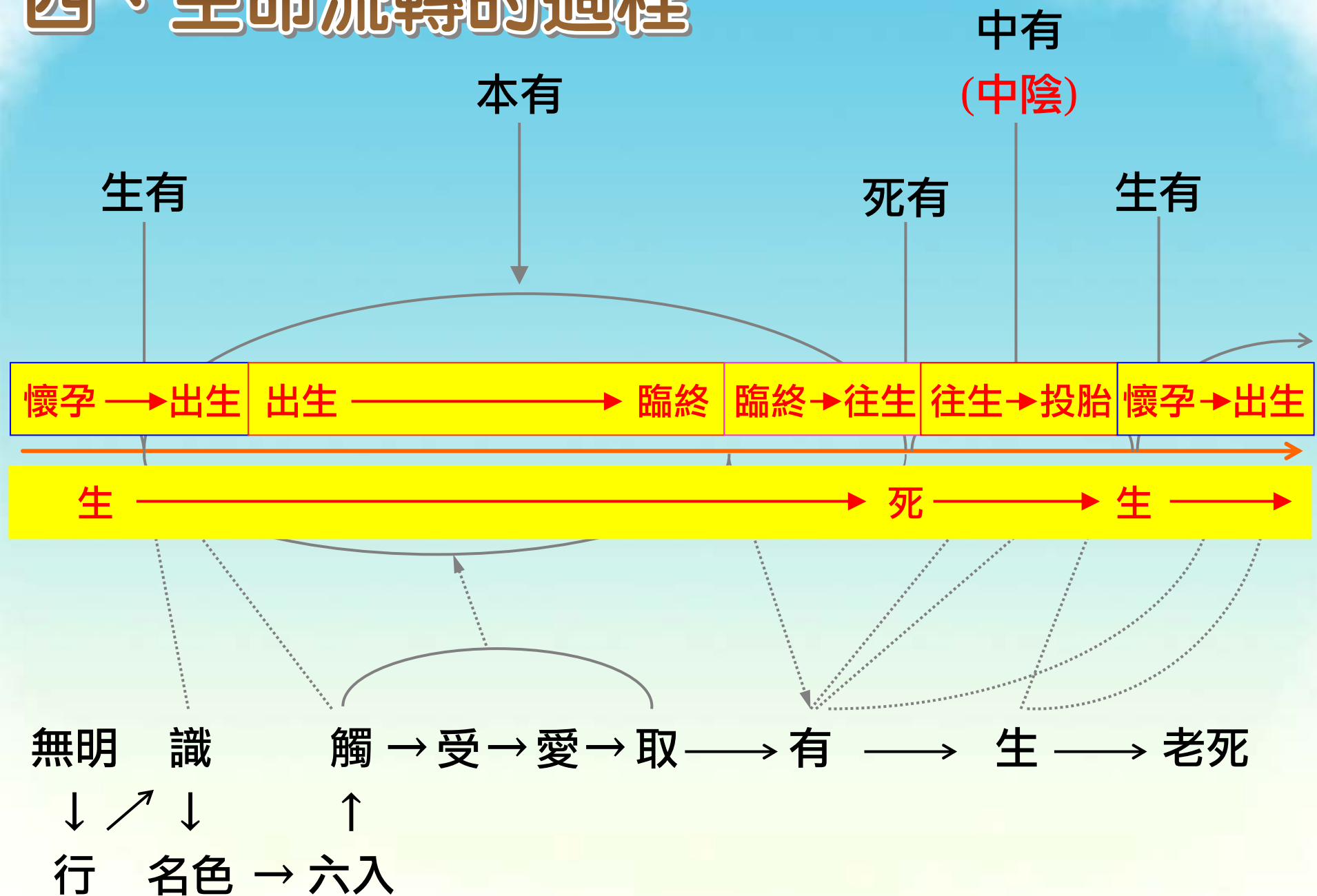
西方輪迴說

美國維吉尼亞大學經神病學系教授

伊安·史帝文生 (Ian Stevenson, 1918~2007)

- 透過嚴謹的研究方法與步驟，1966年他出版了 *Twenty Cases Suggestive of Reincarnation* 《二十案例示輪迴》一書，引起了西方學術界的震驚與熱烈的討論，可說是當今世界研究「輪迴轉世」此一領域中最具學術價值和權威性的參考文獻。
- 書中的二十個輪迴轉世案例，是史帝文生於1961至1965年間，廣從印度、斯里蘭卡、巴西、美國的阿拉斯加東南部的印地安部落與黎巴嫩等地所蒐集、整理和驗證過的案例的一部份。

四、生命流轉的過程



四、生命流轉的過程

- 觀眾生性以何因緣而有老死
 - 老死以生為本
 - 此生由因緣生
 - 因於有欲有色有無色有業生
(三有業)
 - 三有業從四取生 (四取：欲取、見取、戒禁取、我語取)
 - 四取從愛而生
- 愛從受而生
 - 受從觸而生
 - 觸從六入生
 - 六入從名色生
 - 名色從識而生
 - 識從行而生
 - 行從無明生

四、生命流轉的過程



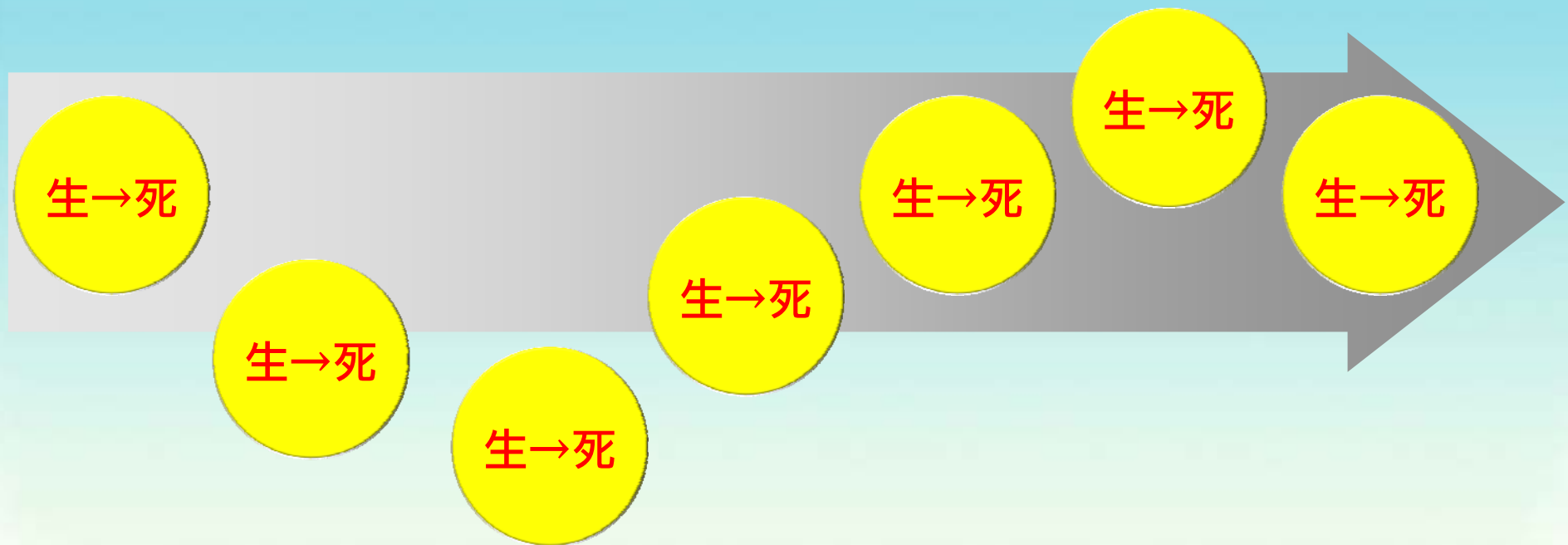
生死交替的現象(一)



四、生命流轉的過程



生死交替的現象(二)

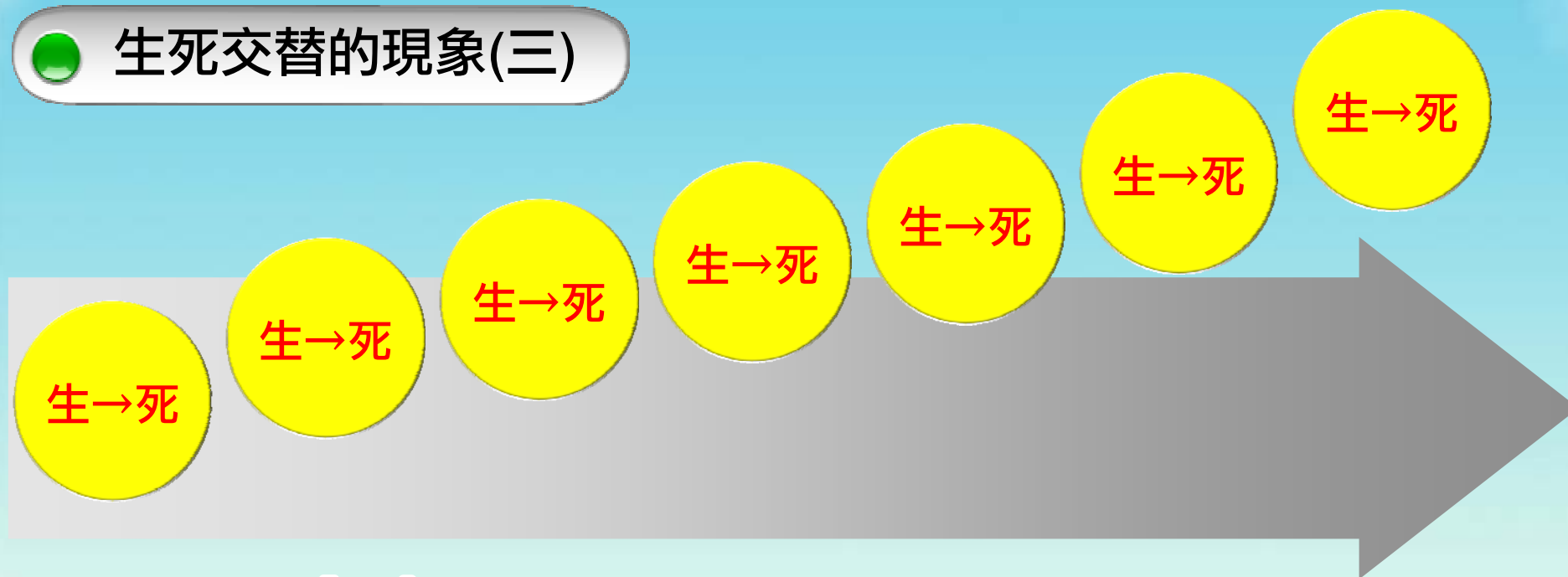


流浪生死

四、生命流轉的過程



生死交替的現象(三)



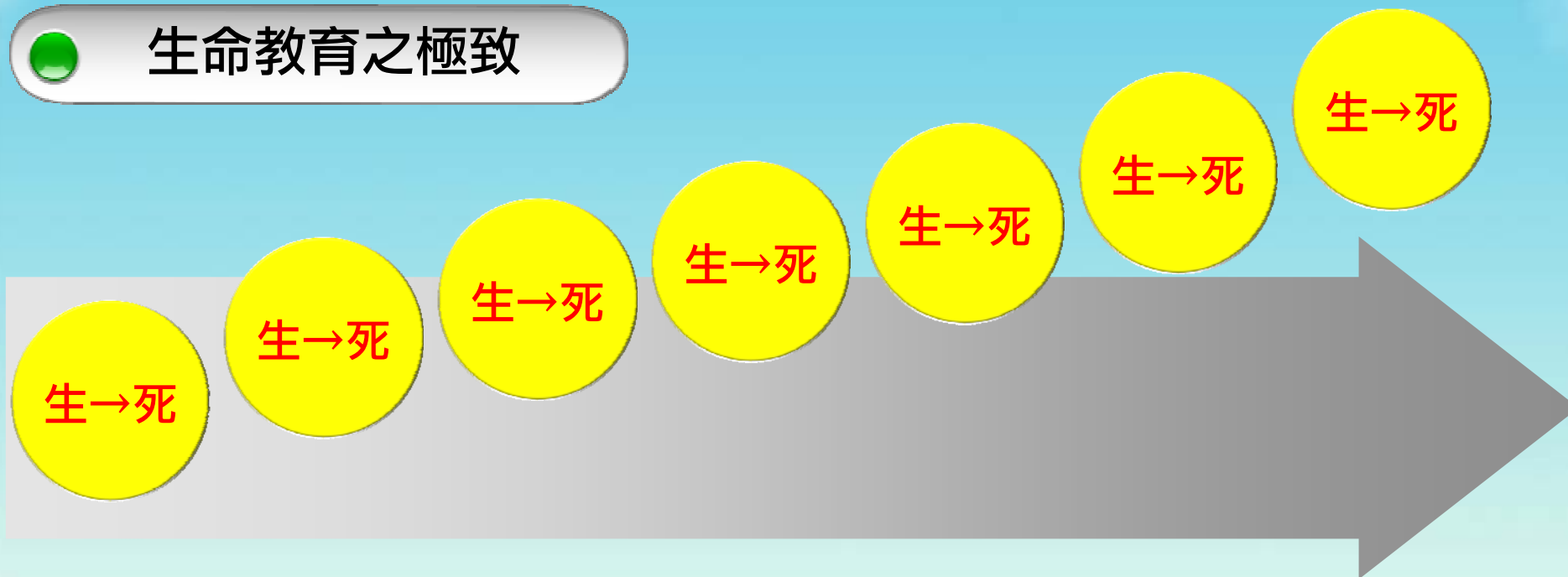
用生命
行天命
養慧命

生命品質的提升

四、生命流轉的過程



生命教育之極致



知其所生

行其所命

五、如何知其所生，行其所命？

五、如何知其所生，行其所命？



修身



齊家



治國



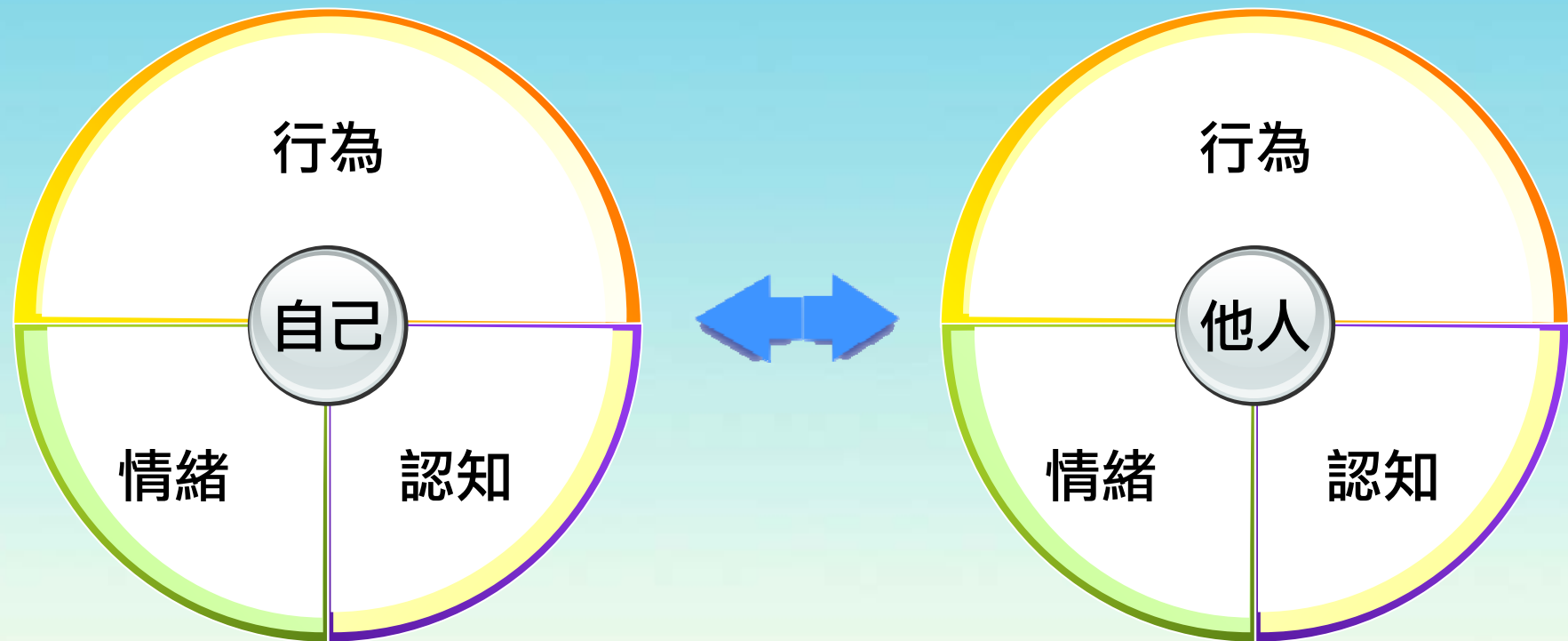
平天下

五、如何知其所生，行其所命？

從人際中修養自我

從公務中涵化生命智慧

五、如何知其所生，行其所命？



五、如何知其所生，行其所命？

當SELF與OTHERS相遇時



五、如何知其所生，行其所命？

上蒼啊

請賜我**平靜的心**去接受我無法改變的

請賜我**勇敢的心**去改變我能改變的

請賜我**智慧的心**去區辨它們

六、結語

生命的品質 一書中的序 作者：周國平

說到底，人活的就是一個價值觀，不同的價值觀造就不同的人生。我自己覺得，我的價值觀已經相當明晰而簡單，圍繞着兩個詞，即人最寶貴的兩樣東西，一是生命，二是靈魂。**老天給了每個人一條命，一顆心，把命照看好，把心安頓好，人生即是圓滿。**把命照看好，就是要保持生命的單純，珍惜平凡生活。把心安頓好，就是要積累靈魂的財富，注重內在生活。平凡生活體現了生命的自然品質，內在生活體現了生命的精神品質，把這兩種生活過好，生命的整體品質就是好的。

生命只有一次，

讓我們都好好地活吧，活出生命的品質。

周國平2010年8月26日

資料來源：周國平 生命的品質

六、結語



對自己

重新做選擇

重新做決定

六、結語



讓自己

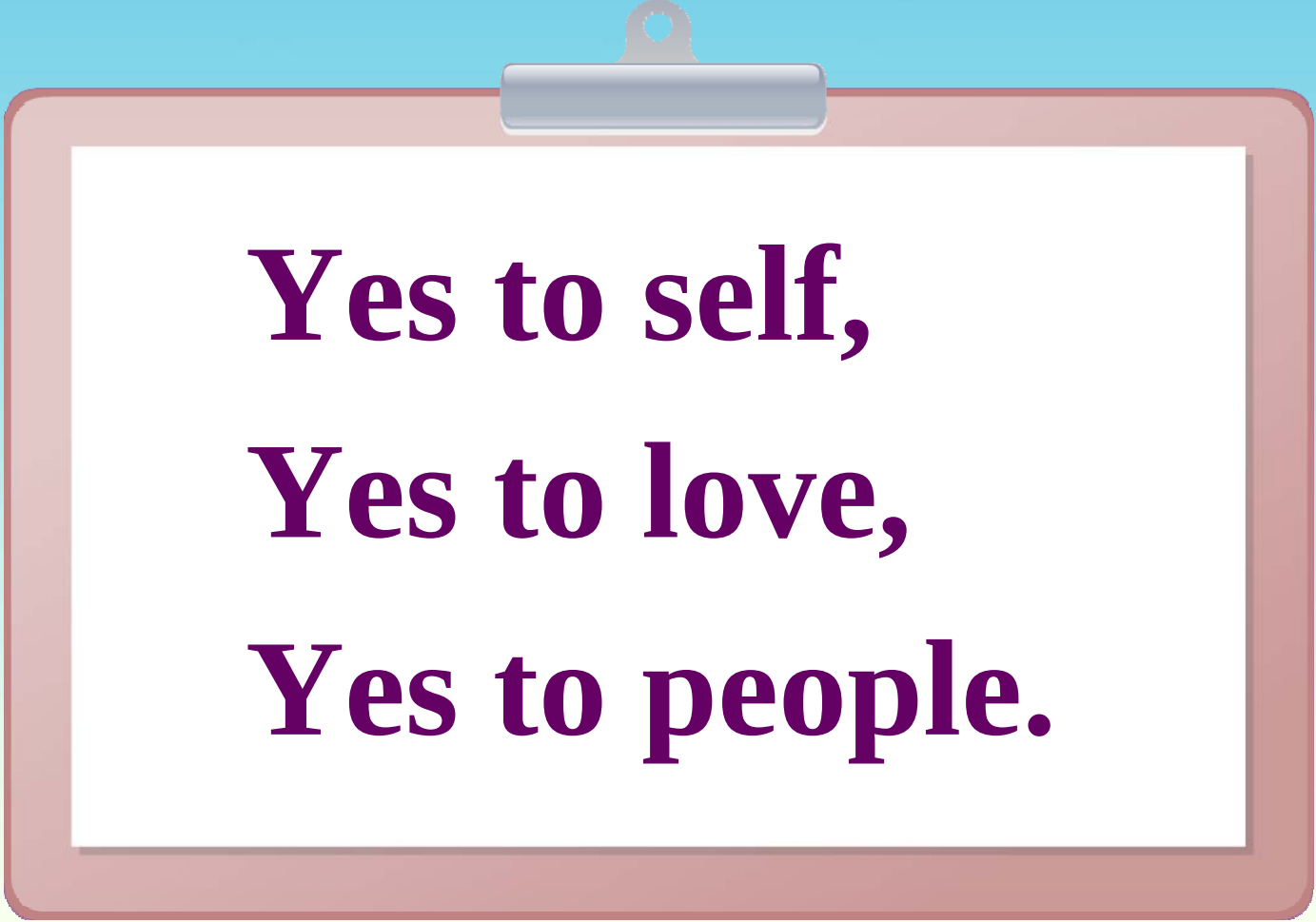
真正成為自己

可以與人交往

與人分享

與人創造

六、結語



**Yes to self,
Yes to love,
Yes to people.**