

## 實踐大學 函

地址：84550 高雄市內門區大學路200號  
聯絡人：黃素真  
電子信箱：sucheng@g2.usc.edu.tw  
聯絡電話：07-6678888轉4130分機  
傳真電話：(02)25336293

受文者：國立嘉義大學

發文日期：中華民國112年3月30日

發文字號：實高通字第1120003437號

速別：普通件

密等及解密條件或保密期限：

附件：實踐博雅學報徵稿稿約、博雅學報撰稿格式、基本資料表 (1121200482\_1\_實踐博雅學報徵稿稿約.pdf、1121200482\_2\_實踐博雅學報撰稿格式.pdf、1121200482\_3\_實踐博雅學報基本資料表.pdf)

主旨：本校通識教育中心《實踐博雅學報》第34期即日起徵稿至112年5月15日止，敬請惠予公告並鼓勵師生踴躍賜稿，以光篇幅，請查照。

說明：

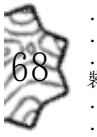
- 一、《實踐博雅學報》為提供全國通識課程教師，在教學與研究過程中之經驗分享與交流園地，俾提升通識課程之教學與研究品質。
- 二、本刊第34期將於民國112年7月出刊，有關通識教育相關課程之學術研究論文等皆歡迎賜稿，截稿日期為112年5月15日。
- 三、本刊遵循嚴格學術規範，全年徵稿，無論採用與否，審查結果將於收稿一個月內回覆作者。
- 四、敬請投稿者將稿件電子檔上傳至geopolitician@g2.usc.edu.tw，並檢附基本資料。聯絡電話：07-6678888轉4130通識教育二中心。

五、檢附《實踐博雅學報》徵稿稿約、博雅學報撰稿格式及基本資料表，請卓參。

正本：各公私立大專校院

副本：本校通識教育二中心、蔡裕明副教授

電子公文  
2023/03/30  
15:28:20  
交換



68

訂

線

## 實踐大學通識教育中心《實踐博雅學報》徵稿稿約

- 一、本學報刊載通識教育理論與實務之學術性論述及通識教育相關課程之學術研究論文。
- 二、本學報長年徵稿，每年 7 月出刊一期。
- 三、本學報歡迎國內外學者專家投稿，但恕不接受已刊登之論文及翻譯文。
- 四、來稿一律送請校內外學者專家 2~3 人匿名審查，經審查通過，再經編輯委員會議同意後即依出版時程排序刊登。評審意見之處理方式與程序如下：

處理方式		第乙位委員評審意見			
		採納刊登	修改後刊登	修改後再審查	不採納刊登
第甲位 委員評 審意見	採納刊登	刊登	修改後刊登	修改後再審查	送第 3 位委員評審
	修改後刊登	修改後刊登	修改後刊登	修改後再審查	送第 3 位委員評審
	修改後再審查	修改後再審查	修改後再審查	修改後再審查	不刊登
	不採納刊登	送第 3 位委員評審	送第 3 位委員評審	不刊登	不刊登

- 五、來稿請附：中英文篇名、中英文摘要（500 字以內）、中英文關鍵詞（以 5 個為限）；內文（含圖、表）以 8000-10000 字或以 12 頁為原則，不收彩色圖表、照片，如須使用彩色印刷，費用由投稿人自付。稿件請務必依本學報撰稿格式寫作，並提送 3 份影印稿，俾便送審。
- 六、登載於本學報之圖片、論文、書評及其他形式之文件，文責由作者自負；若刊登之論文，經檢舉且確認有違反學術倫理之事實，除需繳交實際送審費用外，三年內不再接受被檢舉人之投稿。」
- 七、審查結果及評審意見，均書面通知作者；刊登與否恕不退稿。
- 八、稿件經本學報刊載後，同意授權本學報得以再授權國家圖書館「遠距圖書服務系統」或其他資料庫業者，進行重製、透過網路提供服務、授權用戶下載、列印、瀏覽等行為。並得為符合「遠距圖書服務系統」或其他資料庫之需求，酌作格式之修改。文章校對由作者自行負責。
- 九、每期出刊後贈送刊登作者論文當期學報兩冊，不另支付稿費。
- 十、來稿請填具投稿者基本資料表。電話：07-6678888#4130
- 十一、請附寄 Word 文字檔案至 [geoPolitician@outlook.com](mailto:geoPolitician@outlook.com) 與紙本 3 份，以利編輯。
- 十二、來稿請寄：845 高雄市內門區大學路 200 號 實踐博雅學報編輯委員會收。

# 實踐博雅學報

第三十三期

ISSN 1810-133X

實踐大學 通識教育中心

中華民國 一一一年七月

# 實踐博雅學報

## 第三十三期

- 編輯委員：王崑義 台灣國際戰略學會理事長  
王雅亮 實踐大學休閒產業管理學系副教授  
吳大平 實踐大學資訊模擬與設計學系助理教授  
李明峻 新臺灣和平基金會副執行長  
汪毓瑋 中央警察大學國境警察學系教授  
周兆儀 實踐大學電腦動畫學士學位學程助理教授  
林廷輝 台灣國際法學會副秘書長  
林敬斌 實踐大學會計暨稅務學系助理教授  
邱秀香 實踐大學資訊管理學系助理教授  
黃雅琦 實踐大學應用中文系助理教授  
劉國寶 實踐大學休閒產業管理學系助理教授  
潘鏡方 實踐大學金融管理學系助理教授  
蔡金仁 樹人醫護管理專科學校通識教育中心副教授

(按照姓名筆畫順序)

總編輯：蔡裕明

執行編輯：洪鈺銘、黃素真、吳佳瑜

# 實踐博雅學報 第三十三期

## 目 錄

01. 課程從零到慕課的路程——以「心理與生活」為例.....陳冠名 5
02. 論黃仲則〈戒壇四松歌〉中之松與龍.....陳宣諭 25
03. 魏晉士人論才性之美——以《世說新語》為例.....徐鈺晶 41
04. 探索 2011 年 311 災後日本社會幸福感之圖像.....黃惠華 陸德宇 63
05. 論「學校社區化」教育資源之運用：以臺北市為例  
.....顏思婷 江岷欽 81



# 課程從零到慕課的路程 ——以「心理與生活」為例

陳冠名<sup>\*</sup>

## 摘要

本文以「心理與生活」為例，分析新課程開設與數位學習需求之轉化。其課程形成如下：本課程以心理學為基礎，期望學生能將之用於生活，首先在心理學內容選擇，參考大學心理學教科書與其他大學該課程的教學大綱，再整理大學生生活壓力，期望兩者間能有呼應。依上所述，課程選擇內容如下：課程概論、性格與自我、情緒與壓力、壓力因應歷程、自我與認同、社會影響、人際溝通、情感發展、生涯發展、心理疾病與調整、正向心理。

教學實施與反省方面。一、教學實施：以短影片開場、二分鐘學習回顧、以核心主題結構化教學內容、以課堂練習活動進行教學整合；二、教學反省：前三週遠距上課影響教學即時調整、十分鐘短講不易、教學主題淺嘗無全貌、網路資源挑戰教學；三、期末回饋：部分學生未能明確指出心理學的學習對生活壓力或者是其他生活方面有幫助。

在數位學習方面，以慕課學習方式，針對實體課程未能達成的教學設定，如知識實用化與知識深化，提供進階與補充。

關鍵詞：通識教育、心理學、心理與生活、慕課

---

<sup>\*</sup> 實踐大學高雄校區國際貿易學系助理教授  
2022年2月28日收稿；2022年4月18日修正；2022年4月19日接受刊登



## 壹、導論

因應任教學校組織再造與數位學習趨勢，筆者於 110 學年上學期，基於新開課程之需求與發展線上學習的前提，以「心理與生活」課程為例，說明課程設計與規劃之歷程，期望實體教學內容能符合學生需求，在數位環境上能使課程以慕課（Massive Open Online Course, MOOC）方式增進學習內涵。

對筆者而言，開設此一新課程需要思考的方向有：個人專業能力是否可以勝任？本課程在心理學基礎與生活應用的比重應如何兼顧？學生端需求與本課程的關係何在？十八週的課程與教學要如何安排？若實體教學未能達成的課程目標是否可以透過線上課程來改善？

筆者雖有教育學背景，但未曾開設心理學課程，在教學準備階段，先是閱讀心理學相關教科書，也瀏覽其他大學開設「心理學概論」及「心理與生活」之教學大綱，期望在心理學基礎知識與生活應用層面上，設計出一學期的課程，至少做到掌握該學門的梗概，使學生在修課之後面對生活中的某些狀況時，能因此有所幫助。

### 一、課程議題與內容選擇

從筆者參考的心理學概論教科書，整理各章節議題，以下表 1 呈現。

表 1 心理學概論議題彙整

作者	章節議題
張春興 (2013)	對現代心理學的基本認識；行為與心理的生物學基礎；感覺與知覺；意識與意識狀態；學習歷程；記憶與遺忘；思維與問題索解；生命全程的身心發展；動機與情緒；智力與智力測驗；人格與人格測驗；社會心理；心理異常及其成因；心理治療
Santröck (2014)	科學化的心理學；行為的生理基礎；發展心理學；感覺與知覺；意識的狀態；學習；記憶；思考、語言與智力；動機與情緒；人格；心理疾患；健康心理學；社會心理學；職場心理學；兩性心理學
Gerrig (2014)	心理學與生活；心理學的研究方法；行為的生物與進化基礎；感覺與知覺；心理、意識與交替的狀態；學習與行為分析；記憶；認知歷程；智力與智力評鑑；生命全程的人類發展；動機；情緒、壓力與健康；了解人格；心理疾患；心理疾患的治療；社會認知與社會關係
謝佳容、劉玉華 (2016)	心理學概述；壓力、疾病與健康；人類行為與發展；人格發展；認知與發展；情緒管理與照護；異常心理健康的照護；人際關係與溝通；健康照顧者的健康管理；專業助人者及管理者；自我壓力管理與照顧；創意心理學

作者	章節議題
郭靜晃 (2017)	緒論；心理學的生理基礎；人類發展；意識；學習與行為改變；記憶與遺忘；動機；情緒；智力；性格；社會心理學；壓力與因應技巧；心理異常；心理治療方法
Wayne 等人 (2018)	現代生活的適應；性格理論；壓力及其效應；壓力因應歷程；自我；社會思考和社會影響；人際溝通；友情和愛情；性別與行為；生涯與工作；心理疾病與治療；正向心理學；

上述參考用書其內容大多包含心理的生物學基礎、感覺、知覺、意識、記憶、思維、身心發展、動機、情緒、人格、心理疾患，在學科應用則有健康心理學、社會、職場、兩性、壓力因應、心理疾病與治療、正向心理。

## 二、大學課程檢索

國內有開設「心理學概論」或「心理與生活」的大學，就線上可供檢索之教學大綱，整理其章節概要如表 2。

表 2 線上課程議題彙整

教師	教學大綱議題
林姿葶 (2017)	課程導論；大腦的密碼；行為與心理歷程的調控者；認知心理學；人腦 vs. 電腦個體與環境的介面；意識與睡眠；我思故我在；情緒與動機：情時多雲偶陣雨；個人發展：我就這樣過了一生；壓力與健康：越壓越有力；何謂心理疾患：是中邪還是生病；心理學的人性觀：人性大拼圖；人際吸引與親密關係；我們的青春與愛情；愛情白皮書；是霧還是花；社會影響與團體迷思：三個臭皮匠一定勝過諸葛亮；消費者心理學：理性與感性
錢玉芬 (2011)	課程導論；大腦的世紀；首腦掛帥；感覺與知覺：享受繽紛多元的感官世界；錯覺現象：花非花、霧非霧；學習與生活：學習，無所不在；個人發展：我們就是這樣長大的；情緒管理專題：晴時多雲偶陣雨；各心理學派的人性觀：人性大拼圖；社會影響：請君入甕，影響於無形；團體迷思：三個臭皮匠一定勝過諸葛亮；人際吸引力：我們的青春與愛情；親密關係：兩性溝通與愛情
余小云 (2020)	心理學的性質；心理學研究方法；感覺；知覺；記憶與學習；動機與情緒；人格與人格測驗；智力與心理測驗及評量；心理異常和諮商輔導；社會心理學
孫國華 (2021)	感覺與知覺；學習原理與應用；愛情心理學（友情與愛情、愛情的三角理論、告白與約會、關係的維持、分手的策略）；詐騙心理學與其預防；人格；壓力與身心健康；心理異常；心理治療；社會行為
胡延薇 (2021)	心理學史介紹，現代心理學趨勢；意識的功能、層面與改變方式；性格心理學；發展心理學；動機與情緒；偏差心理與行為；健康心理學；社會心理學；認知心理學

查詢大學教學大綱，發現部分教師偏重介紹心理學核心概念與不同流派心理學，也有教師將實際生活運用層面做較大篇幅的結合，更有部分教學大綱過於簡略或是無法查詢，則無法進行分析。

### 三、教學大綱設計

經心理學概論教科書及其他大學心理學課程檢索後，筆者擬定均衡分佈方案，教學內容兼採心理學概論基本議題與生活應用面向，期望在第一次教學後至少能使學生覺得學到心理學的知識，也能對個人生活有些許幫助。

## 貳、學生端需求

學生修課除了取得學分，專業知識的學習能否對個人認識自我、理解身心發展、增進人際關係、與社會良好互動、裨益人生全程順利，皆應列入課程考量，這些議題可能是學生身心發展需要，或是個人生活困境來源，了解大學生可能的需求，對於課程安排的實用性必能有所助益。

董氏基金會曾進行臺灣大學生的主觀壓力源與憂鬱情緒之相關性調查，發現經常或總是成為大學生壓力來源的前五名分別是「未來生涯發展」、「自己的經濟狀況」、「課業、考試成績不佳」、「身材外貌」及「擔心家中經濟狀況、債務問題」（董氏基金會，2008）。另依教育部統計處資料（2005），在大學生學習及生活意向調查報告中，認為課業、升學就業、經濟及感情問題對其造成主要困擾因素，所占比率分別為 36.78%、26.55%、14.43% 及 7.66%，可見大學生對自己之學習成就及未來發展相當關注，此外學雜費、生活費來源及異性朋友交往關係亦為焦點。經由整理國內大學生生活壓力之相關研究，其可能的壓力源歸納如下。

### 一、學校課業

大學校園是學生成長與學習的環境，卻也可能成為壓力的來源，有研究認為學校是青少年最主要的壓力來源，在部分學者的研究中，大學生生活壓力以「學校課業」最為主要，更可能成為負向情緒的來源（王琳雅，2006；周玉真，2003；施建彬，2004；劉玉華，2004）。

### 二、家庭

研究顯示，來自父母的管教態度對於子女的焦慮或是憂鬱有高度相關（Chambers

et al., 2000)，父母對子女過度干預或是管教嚴格無彈性、家庭經濟困難、對子女過度期望等，上述因素對於子女壓力的產生有明顯影響。

### 三、人際與情感

大學生離開家庭進入大學校園，需要建立新的人際關係，從室友到跨科系的友伴關係都是高中之前較少有的經驗，學生在人際關係的建立與發展，對其生活適應與身心狀況具有重大影響。學者研究發現臺灣地區的大學生自覺心情優劣的主要因素與人際關係好壞有很大的關連性（王春展，2004），在人際壓力下是否能做好因應，才是影響青少年情緒的主要因素（Grant et al., 2006；Seiffge-Krenke, 2000）。

大學生正處在青少年晚期與成人前期的階段，親密關係的發展是其重要任務，除了學習壓力外，情感壓力也是極大（陳黃秀蓮、吳明隆，2007）。董氏基金會（2005）所公布的「大學生主觀生活壓力與憂鬱傾向之相關性調查」顯示，大學生「與異性交往關係」和「人際關係」則是讓一年級的大學新鮮人最常感到有壓力的生活事件。

### 四、未來發展

大學生對於未來生涯的不確定感，可說是畢業前難以忽視的壓力，這種前途壓力是大學生的研究調查中排序最高或是大學生最為困擾的壓力來源（李金治、陳政友，2004；蔡文雅，2005）。董氏基金會（2005）調查顯示「未來生涯發展」是所有大學生最大的壓力來源，尤其是對大四學生而言。

大學階段個體自我認同，尋求自我形象及定位，透過個人社會關係對自我的肯定，是大學生生活的重心（施建彬，2004）。在技專院校研究生與大學生生活壓力與生活適應的關係探討，研究發現大學生生活壓力方面以「自我期許的壓力」為最高，可見自我期許與未來發展是大學生生活無法避開的壓力。

## 參、課程設計

本課程學生來源為全校不分系級，只要對心理學有興趣的人皆可選修，本課程亦期望在課程設計方面能在心理學專業知識與學生生活應用上取得平衡，故經由「心理學知識」、「大學課程檢索」和「學生端需求」等面向的分析，擬定本課程教學內容，章節分段說明如下。

## 一、課程概論

本章為課程概論，章節主題名為「心理學長怎樣」，內容包含：

- (一) 心理學是一門科學嗎？探討心理學的常見誤解，並對人的內在歷程與外顯行為求解答；探討心智與行為的相關問題；心理學的科學起源；心理學的科學思維與科學方法。
- (二) 心理學的研究類型。
- (三) 當代心理學取向。從巴夫洛夫的狗開始談，再逐一概述如次：1. 行為取向；2. 心理動力取向；3. 認知取向；4. 行為神經科學取向；5. 演化心理學取向；6. 社會文化取向；7. 人本運動與正向心理學。

## 二、性格與自我

本章主要在於說明有關「性格」的心理學觀點，使學生增進對自我性格的理解，教學內容包括性格的基本描述、五大性格模式的介紹。再帶入不同取向的觀點教學，諸如心理動力論的觀點、行為論的觀點、人本論的觀點、社會認知論，透過不同派典的角度，讓學生有機會使用心理學論點來分析自己的人格。

## 三、情緒與壓力

本章主要在於說明有關「情緒與壓力」的心理學觀點，教學內容包括：

- (一) 壓力的本質。使學生能描述生活的壓力經驗，區辨壓力的初級與次級評估，並了解環境壓力的來源。
- (二) 壓力的種類。內容在使學生能區分急性與慢性壓力，挫折與壓力的關係，並能簡述生活改變所造成的壓力。
- (三) 壓力的反應。學習重點放在壓力引起的正面與負面情緒反應，包含生理與心理反應。
- (四) 課堂教學活動。「壓力回顧反思學習單」，提供課堂壓力與情緒關連性的回溯練習，使學生有機會看到自己的壓力形成歷程。

## 四、壓力因應歷程

在認識壓力與情緒的基本論述後，帶入壓力因應的概念，在教學內容呈現因應的觀點。

- (一) 常見的不良因應方式。使學生理解負向或不良的因應方式，例如「攻擊」、

「自責」、「防衛機轉」。

- (二) 建設性因應的本質。使學生能理解何謂建設性因應，包括「認知取向的建設性因應」、「問題取向的建設性因應」、「情緒取向的建設性因應」，並有機會練習正面壓力因應的過程。
- (三) 課堂教學活動。設計課堂活動體會感覺和情緒，在感受情緒、傾聽情緒的過程中，練習提高情緒覺察的敏感度。

## 五、自我與認同

本章在探討個體自我如何形成，以及自我如何影響生活。

- (一) 自我與自尊。教學內容在於探討自我概念的重要觀點，並且對自尊（self-esteem）與自我概念有基礎理解。
- (二) 自我知覺的基本原則。教學內容包括「自我歸因」，期望學生在學習後能說出悲觀與樂觀的歸因風格及其與日常生活適應的關係，最終達成自我了解與自我提升。
- (三) 自我呈現。教學內容在於「公眾我」與「印象管理」，進而理解生活中網路社群經營關於自我形象監控的操作運用。
- (四) 課堂教學活動。設計課堂活動「周哈里窗」（Johari Window），使學生在四個象限練習關於「我」的優缺點分析，進一步增進對自我的理解。

## 六、社會影響

本章在探討個體如何對他人形成印象與進行評價，對他人錯誤判斷的來源，及社會如何讓個人從眾。課堂教學活動則安排「從眾的經典實驗」，讓學生有機會體驗在其他群眾的壓力下，個體容易屈服於群體的決定，即便這個決定並非正確。

## 七、人際溝通

本章在探討個體進行人際溝通的影響因素，並以實作活動建立合宜的公眾我，協助溝通與人際往來的進行。

- (一) 溝通辨識。本章在探討人際溝通的歷程，期待學生能從教學過程中學會溝通原則及非語言溝通，例如個人空間、臉部表情、目光接觸，肢體語言、身體接觸，超語言，以及微表情辨識。
- (二) 處理衝突。學生在學習自我防衛與溝通障礙的過程中，能減少人際衝突，進而有機會建設性地處理衝突。

- (三) 課堂教學活動。設計課堂活動「1 分鐘推銷自己」，透過小組演練，使學生在練習中學習有效的自我推銷技巧。

## 八、情感發展

本章在探討個體如何發展緊密或是親密關係，尤其是夥伴朋友關係與伴侶間的親密關係。

- (一) 關係發展。內容探討親密關係的本質；交往時的關係特性，如接近性、熟悉性、外表吸引力、互惠、相似性、關係滿意與承諾。
- (二) 友情。列出如何成為好朋友的相關研究，舉出兩性對於友情觀點的主要差異。
- (三) 愛情。內容在探討一般人對於愛情的迷思；舉出愛情觀點的性別差異；理解愛情三元素理論 (Triangular Theory of Love)，從親密、激情與承諾的角度，省思學生的愛情觀並嘗試優化與調整。
- (四) 課堂教學活動。設計課堂活動「勇情說出愛情」，使學生理解理想情人與真實情感的差異。

## 九、生涯發展

本章在探討個體生涯發展的相關知識，期望學生在課後能對個人未來發展規劃適切的途徑。

- (一) 生涯選擇。課程內容包括家庭因素對個人工作選擇的影響、了解職業特性、職業性向測驗對生涯決策的協助。
- (二) 生涯選擇與發展的模式。介紹 John Holland 的六角形職業選擇模式與 Donald Super 的職業發展理論。
- (三) 職業風險的管理。列舉工作壓力來源及其對於身心健康的影響。
- (四) 平衡工作與其他生活層面。概述工作與家庭衝突、雙薪家庭利與弊；介紹休閒活動及其功效。
- (五) 課堂教學活動。設計課堂活動「生涯規劃從現在開始」，使學生在限定條件下檢視自己的工作觀。

## 十、心理疾病與調整

本章教學內容在於增進對於異常行為的了解，使學生能明瞭心理疾病的分類依據，了解正常與異常的區別。

- (一) 心理疾病。介紹行為異常的診斷分類標準。

- (二) 焦慮性疾病。概述四種焦慮性疾病，並討論認知因素、性格特質，以及壓力對焦慮性疾病成因的影響。
- (三) 情感性疾病。介紹憂鬱症及躁鬱症，解釋基因和神經化學的因素如何影響情感性疾病的發展，並解釋認知歷程、人際行為與壓力如何造成情感性疾病。
- (四) 思覺失調症。介紹思覺失調症的症狀與成因，並簡述致病成因。
- (五) 心理治療。說明三大類心理治療方式（心理洞察、外在行為、生物醫學）。
- (六) 課堂活動腦力激盪抒解壓力。設計課堂活動「抒解壓力說看看」，使同學之間能透過分享與交流個人壓力抒解方式，提供彼此參考。

## 十一、正向心理

千禧年後正向心理學（Positive Psychology）的發展趨勢，指出面對挑戰或挫折時，人們可以產生解決問題的企圖心，並不斷地練習改變思路，強化正向力量迎接挑戰。這也是本課程設計時的最後一塊拼圖。

- (一) 正向心理學的範疇。說明正向心理學的概論及三大主軸。
- (二) 正向主觀經驗。正向心情、情緒、心流、正念、主觀幸福感等。
- (三) 正向個人特質。希望、韌性、感恩。
- (四) 正向機構。促發個人正向情緒的環境，比如說，家庭關係、人際互動、團隊合作等，支撐我們維持良好的感受。
- (五) 課堂活動。設計課堂活動「真實的快樂」，在 Seligman 博士的網頁<sup>1</sup>，練習尋找個人的 24 項優勢特質，思考一下如何在生活中運用自己發現的特長。

## 肆、教學實施與檢討

上述課程發展與內容的選擇，在章節的安排上兼顧心理學的基礎理論與生活應用，面對大學生的學習壓力，以認知論、情緒與壓力的教學內容來因應；家庭壓力方面，以壓力因應歷程、性格與自我的教學來幫助學生了解自己與原生家庭的關連性；人際與情感方面，以性格與自我、社會影響、人際溝通、情感發展的教學議題來協助學生理解人際情感困難；在未來發展方面，則以生涯發展、正向心理促進學生型塑更好的人生。

如何將課程內容結構化呈現，讓學生最大可能達到本課程下列三項教學目標：「介

<sup>1</sup> <https://www.authentichappiness.sas.upenn.edu/zh-hant/home>



紹心理學基本知識，啟發學生對心理學之興趣。連結心理學與生活之關連性，增進學生對生活現象的心理學理解能力。引導學生以心理學的知識，促進身心健康」，實為教師上課時的高難度挑戰，以下二點分別說明教學實施與期末教學檢討。

## 一、教學實施

### （一）以小影片短視頻開場

儘量安排小影片短視頻做為引起動機與聚焦的開瓶器，選擇一個和今天教學有關連的小影片凝聚學生注意力，使教學主題順勢切入。

### （二）二分鐘學習回溯

開始進行當天課程時，摘要上次教學內容，喚起先備知識，除了協助課程銜接外，也可讓上次沒到課的同學知道上回教了什麼內容。

### （三）以核心主題結構化教學內容

依課前教學主題的安排，依序呈現內容，在 ppt 教學檔案上將所有補充知識建置超連結，視時間控制需求呈現補充影片或是相關資源，提供再次聚焦學習主題的機會。

### （四）課堂練習活動整合教學

視教學需要提供課堂練習活動，需要同學彼此合作與互動之處，以課堂上課時間進行，若是需要其他時間進行，則要求學生在下課後自主練習，留待下回上課討論操作結果。

## 二、教學檢討

### （一）前三週遠距上課影響實體教學

因應新冠肺炎的課程調整，開學後實施三週同步線上課程，因無法即時得到學生的回饋，對教學內容的調整與修正有所影響，這也提醒筆者日後教學應做兩手準備以滿足線上或是實體課程的進行，而教學內容增減之處需要在學期結束後再做改動，或許在學期中提供同學非同步學習的慕課內容可以補其不足。

## （二）十分鐘短講不易

在開課初期的構想是將 TED 演講模式視為仿效模板，每次上課串連數個短講以統整當週教學主題，以短講來控制教學內容，但真實演練後發現短講主題選擇與腳本編製不易，各主題需時不同，時間掌控有難度，再加上要流暢串起全章內容，在結構上會無法兼顧，主題之間會顧此失彼，因此放棄 TED 短講模式，避免時間壓力下的急躁式講課。

## （三）淺嘗無全貌

心理學範疇既廣且深，教師個人專長與偏愛主題不同，無法全貌呈現，選取教學主題時易受限制，只能粗淺介紹。另一方面則是心理學要在學生生活中發揮影響力，也不盡然在修課期間就能立竿見影，淺嘗即止的教學內容無法確實知道學生能否描繪出心理學的輪廓。

## （四）網路資源挑戰教學

學生在網路進行關鍵字搜尋，一些 YouTuber 或來源不明的創作可能有趣但不正確，導致學生建立偏差的第一印象，形成迷失概念或錯誤認知，這些趣味而錯誤的知識，有可能成為教學的阻礙。其次是網路關鍵字查詢可以從豐富的網路資源輕易取得相關知識，教師需要進行更為充足的教學準備，以避免教學內容不察與失誤，影響教師專業感。

## （五）期末回饋心得整理

本課程學習評量之規劃有個人報告與期末考試，期末提問「大學生在校可能面臨的生活壓力如學校課業、家人相處（例如：父母管教與期望）、人際與情感、未來發展等，你認為學習心理學知識對上述生活壓力或者是其他生活方面有幫助嗎？」整理部分學生的回應概述如下：

我認為對於我幫助最大的是在人際與情感方面，當時老師說到自我，並且要同學們描述自己是怎樣的人，這件事對我的啟發很大，因為我發現我從小到大描述的自己都不一樣，從原本的脾氣好到現在變成了容易衝動，從活潑開朗擅交際變成了容易緊張在陌生人面前不擅詞言，我很認真正視了這件事情才發現，我覺得我

在友情方面往往付出太多不成正比，甚至會為了一段根本不適合自己的友情委曲求全，多次之後我變得不願意說出自己的想法，不知道應該去相信誰，不知道誰是真的適合與自己交朋友，但是透過了上課，我才明白了現在的自己是怎樣的一個人，並且也有勇氣選擇適合自己的朋友，而不是一味的委曲求全，擁有許多朋友卻分不清真心，真正的友情是適合自己的，然而不適合的就敬而遠之，沒有必要委屈了自己也沒有必要苦中作樂（A001）<sup>2</sup>。

我覺得有，因為學習心理知識可以有效分析人們不同行為，拿家人相處和人際關係為例子，家人之間相處可能會有摩擦，例如雙方價值觀不一樣，或者你無法理解父母的做法，雙方僵持不下時。可以利用心理學分析他們的行為，以及推測對方的有這種想法的原因，從而對症下藥，說服對方跟自己達成共識，或者從不同角度理解對方的行為，因此可以多一份理解。而在「人際與情感」方面，大家則可以清楚知道自己的處境，例如有一些人未必知道自己被其他人情感勒索，但如果你有稍微聽過不同的心理知識，就會知道對方的行為對自己無益，可以減低自己被他人傷害的風險，而且有助於我們在生活中和不同個性的人相處，理解對方的行為並減少誤會。並且學會待人接物（A002）。

我會來學習這堂課就是想多了解人的心理，畢竟人的外觀很好去整理，但心思卻讓人變得不同，而這堂課也讓我對於生活中的一些不順遂看的淡然一些，我覺得心理學在生活中可以是很好的輔助，但如果全依靠它，人就會死板而無趣，像遇到一些小問題小麻煩不知道如何抉擇時可以依靠心理學讓心情穩定一點，所謂知己知彼百戰百勝，當自己更了解敵人的心思就會用更好的方式去處理問題。大學生活連結學生生涯和社會，很多事情也許沒有想的很全面，年輕氣盛有時候會莽撞而意氣用事，這時候心理學將會是很好的管道，至少目前來說，它也幫助了我度過不少難關（A003）。

我認為，或許會對某些人來說學習心理學知識在這幾項領域中會是一種抄捷徑的行為，例如「學校課業」中可能會去揣摩某個老師出題時是否有某項規律，在正式考試中效仿以此獲得較好看的分數。在「人際與情感」中或許會出現以微表情、PUA來揣測或甚至到了控制對方的地步，在無論任何關係裡都會蒙上一層紗，無

---

<sup>2</sup> 編號為學生代碼。

法看清對方的樣貌，也無法正視自己的心。但，我認為獲得心理學的知識是必要的，每個人永遠都不知道其實自己是受了某種控制、催眠、洗腦而做出某些舉止，或許更加理解之後就能保護好自己，或者是在發現自己受傷或者受控制的當下可以尋求別人的幫助或者自救（A004）。

我覺得的確是會學到有關的知識理論，但卻未必真的有助於解決以上相關的問題，因為有時候是你的確知道了，或者了解這些壓力是怎樣形成，或者可以依照那些方法解決，但這些還是取決於自己本身想不想解決或改變，有些時候問題並不是別人給的而是自己製造的，例如懶惰，拖延症等這些其實都是自己的問題，別人沒辦法幫得到你，就算已經提供非常多的方法可以解決或改善，但最後的抉擇權卻是在自己的手中（A005）。

學生的回應中能明確表達學習心理學對生活相關狀況有幫助者如上述五位，而A005則認為個人行動力及意願，遠超純粹心理學知識對人的影響力。

至於其他同學，雖大多肯定心理學課程的學習對個人有其幫助，然而進一步檢視回應，則多半無法提出學習心理學知識對生活壓力或者是其他生活方面的確切幫助為何，部分學生的回應概述如下：

客觀來說透過學習新知識總會得到一些回饋並且是有用的，但是若是以個人主觀來說，那就得看自己本身的想法，也許有的人處於很難過很絕望的狀態，那就會覺得一切都沒有希望，學在多都沒有用，但如果是一個開朗的人，我相信那他對任何事都是有得到回饋的，所以其實覺得這就是心理學本身，透過探討的事物，表達出自己想法的心理，並且從中得知這個人的心理狀態，人就是無時無刻活在心理學當中，多接觸心理學的知識，肯定是會對生活中有幫助的（A006）。

有幫助。心理學相關知識可以讓我幫助自己緩和心情且也可以在低落的時候開導自己（A007）。

這堂課讓我學到很多平常沒聽過的心理學題目，我覺得對未來發展有所幫助（A008）。

在我遇到困難、壓力與發生衝突時，我想我能冷靜思考，以觀察對方的行為去了

解他的心理，從而找到解決方法，總體來說，心理學真的隨處可見，只要跟人相處就會用的到（A009）。

我覺得對人際和未來發展有幫助，尤其是心理學的一些議題，原本沒聽過或是不了解的，現在都明白一些，還能和朋友聊這些事情（A010）。

這或許是課程主題未能直接以「問題－解決」<sup>3</sup>模式（洪文東，2003）來呈現，也或許是學生面對的狀況與心理學知識的連結不足，更可能教學者教學設計欠缺實際案例解說與實作演練，這些不足之處在實體上課會因教學進度與課時所限，無法進一步處理，或許線上課程的補充正是其發揮優勢之所在。

## 伍、微型慕課課程規劃

慕課（MOOC），教育部在推動實施的計畫中也稱為「磨課師」（MOOCs），是新近湧現出來的一種線上課程開發模式，是將封閉式的實體課程對所有人開放的線上自學模式，主要的學習行為發生在網路平台上，許多平台的建置與各方力量推動，可謂形成一場教學革命（李威儀，2018）。

本課程所設計的慕課，筆者稱之為「微型慕課」，定位在以線上方式進行實體課之延伸式教學，教學思考點在於漸進與補充，課程是發展的過程，微型慕課不採學分認證方式進行，也不是大型開放課程，「心理與生活」這門課方授課一學期，尚在發展階段，內容與實施都有改進之處，其目的在發現並補充實體課程之不足，在實體課外安排影像教材，特別是針對課程未竟議題的延伸與發想，學生瀏覽後在討論區發言，或以私訊提問，增加學生參與的熱度，使課程內容在對話與師生互動中有機會深化處理，透過不斷調整來豐富完善該門課，最終達成上架完整課程至慕課平台的品質。

慕課教材的產出事前準備工作應詳加規劃，數位教材主要以影片型式呈現，且內容主題切割成 5 至 10 分鐘的小片段，讓學習者可以不受時空限制學習課程內容，數位教材呈現型式相當多元，不限於教師講解影像，也可搭配簡報語音動態內容、動畫、電腦軟體桌面錄影、戶外實景、專家訪談、案例呈現等（張淑萍、張靜文，2018）。影音教材上網後除非改版，不然更動不易，故可從下列幾處思考教材發展要點。

---

<sup>3</sup> 解決問題時個人思考的步驟分成「準備」、「蘊釀」、「豁朗」、「驗證」四個步驟，問題解決能力除創造力外，再加上推理力及批判力，這些過程都需要配合教學內容與教師引導歷程來進行。

## （一）教材設計與發展

數位教材的設計並非將資料存放於網路即可，教材必需自成體系，可以是一個主題或是觀點，並且要注意下列事項：教材風格擬定、內容與素材的選擇、簡報腳本流程、聲音表情演練、素材圖檔版權。

「心理與生活」微型慕課的教材，選擇以「自我與人際關係」為主題，談論邊緣人及自我認知的關連性，在風格設定方面擬以年輕人口味來設計，參考類型為知識型 YouTube 頻道「啾啾鞋」<sup>4</sup>與「自說自話的總裁」<sup>5</sup>，此兩者皆為訂閱人數超過 100 萬人的頻道，《啾啾鞋》影片內容大多是一些就算知道也對人生沒什麼幫助，但又總是讓人好奇到底是為什麼的冷知識，冷知識要是能夠深挖，也會有魅力。《自說自話的總裁》大多談論歷史、生物、懸疑、神秘學題材，其文稿撰寫頗具想像力，會帶領閱聽人逐步思考，雖說個人魅力與口條無法看齊這二位百萬訂閱 YouTuber，然而其頻道內容在素材整理與鋪陳方面深具學習價值。

## （二）數位教材錄製

數位教材錄製在相關軟硬體方面的需求不一，可以使用專業程度高的器材來製作，也能使用智慧型手機加免費軟體來進行，專業度若要提升，宜考慮事項略舉如下：棚內錄音、剪接流暢性、片頭片尾、音樂音效使用、視覺版型、圖檔動畫嵌入、影音剪輯與後製、成品檢視與修正、字幕效果製作等。

一般教師如無團隊協作，也可考慮從精簡易操作的軟硬體著手，現今智慧型手機在錄影與收音功能皆足以勝任，而免費影像剪輯軟體亦可在電腦與手機上操作，即便毫無經驗也能在基礎功能學習後順利上手，例如：「剪映」，這套中文化軟體是手機與電腦都可操作，人機界面不複雜，素材庫也多，在畫面轉場、文字特效、音樂音效等都相當豐富。「BeeCut」影片剪輯軟體，這一套軟體支援中文界面，也能自動將影片語音轉文字，自動將字幕插入時間軸，替教師省去大量時間，軟體也包含螢幕錄影功能，若教師需要從自己的電腦錄下示範過程，剛好可以跟影片剪輯功能一併使用，當然，一些老牌國內大廠的軟體如「威力導演 365」，也是相當便利。

上述所舉剪輯軟體只是可供選擇的建議，教師在實際使用上更應親自試用，找一套能滿足自身需要即可，不用選擇功能最強大最複雜，因為自己操作順利能駕御的就是適合的軟體。

<sup>4</sup> [https://www.youtube.com/channel/UCIF\\_gt4BfsWyM\\_2GOcKXyEQ](https://www.youtube.com/channel/UCIF_gt4BfsWyM_2GOcKXyEQ)

<sup>5</sup> <https://www.youtube.com/c/%E8%87%AA%E8%AF%B4%E8%87%AA%E8%AF%9D%E7%9A%84%E6%80%BB%E8%A3%81>

### （三）教材上架

錄製剪輯後的影片教材，需要進行課程布置與教材上架，首先是尋找可供放置的平台，教師要對針對課程教材撰寫宣傳資訊並張貼公告，影音教材上傳並確認連結正常，問卷、測驗、作業上線設定，討論版設定、連線後所有超連結與功能再次確認。

在影音教材上傳平台的選擇方面，首先應選擇學校現有架構，因為本課程「微型慕課」的設定，原始目的在補充並優化筆者所開設「心理與生活」的教學成效，故學校網路架構下的「Tronclass 教學平台」就是優先選項，上架後可檢視學校網路平台能否滿足教學設定，例如影音檔容量限制是否有上限？是否能在平台上與學生互動？可否在網路後台查詢學生學習表現？若是不能符合教學需求，除建請學校網管單位處理，亦可在外網平台如 YouTube，開設教學頻道，置放影音教材，成為頻道主，貼近學生網路使用習慣。

### （四）課程經營

本課程「心理與生活」並未強調知識記憶，而是希望學生在理解教學內容後有機會檢視自身生活狀況，對生活壓力產理解或是修正，微型慕課影音教材上架後，仍需進行下列事項如：實施學習評量、課中經營與帶領、線上討論與回饋、形成性評量與回饋、問卷統計與分析、課後資料分析。

在學習評量方面，最容易的方式便是以 google 表單進行線上問答，學習者觀看影音教材後，可以在任何時間回應教師設定的題目，僅教師能看到回應，學生隱私性可保障，而且所有回應都能匯集成 Excel 檔，方便教師查閱使用。若是要學生在觀看後發表意見公開討論，YouTube 平台的留言板就是最佳工具，開放留言可使所有人參與討論，當然也需注意基本言論禮節。

## 陸、結論

這是一個沒有網路就失去便利性的時代，同時也是充滿挑戰與機會的時代。大學教育從知識來源的專斷到面對網路數位資源開放，教師的教學任務需要面對各方挑戰，筆者以個人新開課程「心理與生活」為例，說明個人從無到有的課程準備過程，也從自己的教學回饋中覺察到尚有未竟之處，試圖以慕課方式，進行實體課程之延伸與補充，初步在於優化實體上課不足之處，其最終目的在於逐步提升自我教學能力，達到能夠完成非同步線上教學的課程規劃。

演化心理學說「一切改變與選擇都是為了生存」，當教師在大環境驟變，生存都是問題時，一切改變的要求都要學著先接受，教什麼與如何教當然也可以有不一樣的嘗試，不會不懂就找資源自學成材，教不好就看會教的人怎麼教，講得不精彩就拆解會講的人流程如何安排。改變心態，歸零學習，嘗試做好，減少遺憾，是個人在教育現場面臨生態改變時的心得。

## 參考文獻

- 王春展（2004）。台灣地區大學生情緒智慧、憂鬱傾向與情緒調整策略之研究。**嘉南學報**，**30**，443-460。
- 王琳雅（2006）。四技大學生生活壓力、自我效能與因應策略之探討（碩士論文，中國醫藥大學）。臺灣碩博士論文知識加值系統。<https://hdl.handle.net/11296/qdy87c>
- 李金治、陳政友（2004）。國立台灣師範大學四年級學生生活壓力、因應方式、社會支持與其身心健康之相關研究。**學校衛生**，**44**，1-31。<https://www.doi.org/10.30026/CJSH.200406.0001>
- 李威儀（2018）。開放式線上學習平台的發展策略。**科學發展**，**589**，6-11。
- 余小云（2020）。**中國文化大學課程教學大綱（心理學概論）**。2021年8月10日檢索自<https://icas.pccu.edu.tw/cfp/fullcontent.aspx?course=324053>
- 周玉真（2003）。大學新生生活壓力的內涵初探。**諮商與輔導**，**214**，38-44。
- 洪文東（2003）。創造性問題解決化學單元教學活動設計與評估。**科學教育學刊**，**11**（4），407-430。<https://www.doi.org/10.6173/CJSE.2003.1104.04>
- 施建彬（2004）。大學新生心理健康及其相關因素探討。**大葉學報**，**13**（2），109-117。<https://www.doi.org/10.7119/JDYU.200412.0109>
- 林姿葶（2017）。**國立政治大學課程教學大綱（心理與生活）**。2021年8月10日檢索自[http://newdoc.nccu.edu.tw/teasyllabus/118778043031/1052\\_%E6%94%BF%E5%A4%A7%E6%95%99%E5%AD%B8%E5%A4%A7%E7%B6%B1%E5%BF%83%E7%90%86%E8%88%87%E7%94%9F%E6%B4%BB.pdf](http://newdoc.nccu.edu.tw/teasyllabus/118778043031/1052_%E6%94%BF%E5%A4%A7%E6%95%99%E5%AD%B8%E5%A4%A7%E7%B6%B1%E5%BF%83%E7%90%86%E8%88%87%E7%94%9F%E6%B4%BB.pdf)
- 胡延薇（2021）。**淡江大學 110 學年度第 1 學期課程教學計畫表（心理學導論）**。2021年8月11日檢索自[http://ap09.emis.tku.edu.tw/110\\_1/110\\_1\\_3627.PDF](http://ap09.emis.tku.edu.tw/110_1/110_1_3627.PDF)
- 孫國華（2021）。**長榮大學 110 學年課程大綱（心理與生活）**。2021年8月11日檢索自<https://portal.cjcu.edu.tw/Syllabus/Info/Course?syear=110&semester=1&openno=AGE015>
- 教育部統計處（2005）。**大學生學習及生活意向調查報告**。2021年8月14日檢索自<https://stats.moe.gov.tw/files/ebook/others/%E5%A4%A7%E5%AD%B8%E7%94%9F%E5%AD%B8%E7%BF%92%E5%8F%8A%E7%94%9F%E6%B4%BB%E6%84%8F%E5%90%91%E8%AA%BF%E6%9F%A5%E5%A0%B1%E5%91%8A.pdf>
- 張春興（2013）。**現代心理學**。東華。
- 張淑萍、張瀨文（2018）。磨課師課程與教材——設計、發展與實施策略。**科學發展**，**589**，19-26。



- 陳黃秀蓮、吳明隆 (2007)。技職校院學生生活壓力、生命意義與自殺意念之研究。 **正修通識教育學報**，4，219-248。
- 郭靜晃 (2017)。 **心理學概論**。揚智。
- 董氏基金會 (2005)。大學生主觀生活壓力與憂鬱傾向之相關性調查。2021年8月17日檢索自 <https://www.jtf.org.tw/psyche/melancholia/survey.asp?This=66&Page=1>
- 董氏基金會 (2008)。大學生主觀壓力源與憂鬱情緒之相關性調查。2021年8月14日檢索自 <https://www.jtf.org.tw/psyche/melancholia/survey.asp?This=69&Page=1>
- 劉玉華 (2004)。以全人教育觀來看大學生壓力源及壓力因應之模式。 **實踐通識論叢**，2，65-82。 <https://www.doi.org/10.7041/SCJGE.200406.0065>
- 蔡文雅 (2005)。科技大學學生的壓力與因應策略之研究 (碩士論文，南臺科技大學)。臺灣碩博士論文知識加值系統。 <https://hdl.handle.net/11296/bcz5rh>
- 錢玉芬 (2011)。國立政治大學教師暨專任研究人員新開授通識教育課程申請表 (心理與生活)。2021年8月10日檢索自 <http://newdoc.nccu.edu.tw/teasyllabus/702013043031/%E9%8C%A2%E7%8E%89%E8%8A%AC%E6%A0%B8%E5%BF%83%E9%80%9A%E8%AD%98-%E5%BF%83%E7%90%86%E5%AD%B8%E8%88%87%E7%94%9F%E6%B4%BB%E8%AA%B2%E7%A8%8B%E5%A4%A7%E7%B6%B11001.pdf>
- 謝佳容、劉玉華 (2016)。 **心理學概論**。高立。
- Chambers, J. A., Power, K. G., Loucks, N., & Swanson, V. (2000). Psychometric properties of the Parental Bonding Instrument and its association with psychological distress in a group of incarcerated young offenders in Scotland. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 35(7), 318-325. <https://doi.org/10.1007/s001270050245>
- Grant, K. E., Compas, B. E., Thurm, A. E., McMahon, S. D., Gipson, P. Y., Campbell, A. J., Krochock, K., Westerholm, R. I. (2006). Stressors and child and adolescent psychopathology: Evidence of moderating and mediating effects. *Clinical Psychology Review*, 26(3), 257-283. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2005.06.011>
- Santrock, J. W. (2014)。 **心理學概論：心靈與生活探索** (黎士鳴、鍾天鳴，譯)。雙葉。(原著出版年：2007)
- Gerrig, R. J. (2014)。 **心理學** (游恒山，譯)。五南。(原著出版年：2012)
- Seiffge-Krenke, I. (2000). Causal links between stressful events, coping style, and adolescent symptomatology. *Journal of Adolescence*, 23(6), 675-691. <https://doi.org/10.1006/jado.2000.0352>
- Wayne, W., Dana, S. D., & Elizabeth, Y. H. (2018)。 **心理學：日常生活中的應用** (陸洛、高旭繁，編譯)。洪葉。(原著出版年：2011)

# The Process from Zero to MOOC: Taking “Psychology and Life” as an Example

Kuan-Ming, Chen<sup>\*</sup>

## Abstract

This article takes “Psychology and Life” as an example to analyze the transformation of a new course and digital learning needs. The curriculum is formed as follows: This course is based on psychology, and it is expected that students can use it in their lives. First, select the content of psychology, refer to university psychology textbooks and the syllabus of the course in other universities, and then sort out the pressure of college students’ life and expectations. There is a correspondence between the two. Based on the above, the course selection contents are as follows: course introduction, personality and self, emotion and stress, pressure conditioning process, self and identity, social influence, interpersonal communication, emotion development, career development, mental illness and adjustment, positive psychology.

Teaching implementation and reflection. 1. Teaching implementation: start with a short video, a two-minute learning review, structure the teaching content with core themes, and integrate teaching with classroom practice activities; 2. Teaching reflection: the first three weeks of online learning will affect teaching and adjust immediately, ten minutes short speech is not easy to do, the teaching topic is not fully understood, and the online resources challenge teaching; 3. Feedback at the end of the term: some students fail to clearly point out that the study of psychology is helpful for life pressure or other aspects of life.

In terms of digital learning, MOOC is used to provide advanced and supplementary teaching settings that cannot be achieved in physical courses, such as knowledge practicality and knowledge deepening.

**Keywords:** General Education, Psychology, Psychology and Life, MOOC

---

<sup>\*</sup> Assistant Professor, Department of International Trade, Shih Chien University, Kaohsiung Campus



# 論黃仲則〈戒壇四松歌〉中之松與龍

陳宣諭<sup>\*</sup>

## 摘要

黃仲則〈戒壇四松歌〉一詩讚頌古松千古恆青、堅貞高潔、孤傲自恃的君子形象外，將其比擬為龍，能飛天遁海、興雲起雨、飄忽不定、狂傲不羈的形象。全詩以佛家禪語典故行文，仲則在仕途失意、求官無成，面對達官顯貴卻傲岸不群，登臨戒壇賞松之際，藉由戒壇寺中的古松化龍，以松喻龍，以松、龍喻己，更融入佛門禪學中的龍王護佛法形象，驍勇善戰的高超本領，寄遇人生之仕宦之心。將古松融入佛門修行之意，在失意苦悶中，追求自我精神解脫，在佛門中學習與內心情緒共處之解脫之道，雖歷盡風霜，依然流露出處變不驚應世形象。

關鍵詞：黃仲則、戒壇四松歌、松、龍

---

<sup>\*</sup> 臺北市立大學通識教育中心副教授  
2022年4月10日收稿；2022年4月24日修正；2022年4月28日接受刊登

## 壹、前言

戒壇寺，又名戒台寺，在今北京市門頭溝區西南馬鞍山麓，始建於唐高祖武德五年（622），原名慧聚寺（劉鵬，2008，頁43）。咸雍五年（1069），遼代高僧法均在此修建戒壇，四方僧眾多於此受戒，因其可傳授中國漢地佛教最高等級的菩薩戒，是中國規模最大、等級最高的戒壇，號稱「天下第一壇」（朱國兵，2022，頁51-52）。明代正統五年重修後，明英宗特賜廟額為「萬壽禪寺」，清代是戒台寺歷史上的鼎盛時期，康熙、乾隆皇帝多次來此進香禮佛，屢次出資擴建殿宇，賦詩題匾（朱國兵，2022，頁52）。戒台寺素以奇松著稱，清代文學家趙懷玉詩云：「潭柘以泉勝，戒台以松名。遙看積翠影，已覺聞濤聲，入門各相識，俯仰如相迎，一松具一態，巧以造物爭」。戒台松名，口碑相傳。北京本為五朝（遼、金、元、明、清）帝都，而戒台寺是集天下名松之精華之地。松之奇，或天然而成，或僧人修剪造形而就，百年由命，千年化身，這些古松經過千百年磨礪，形成各種奇特造形，成就佛俗兩界的憧憬合和。

「松」質樸、莊重給人祥和、靜謐的感覺，然其盎然生機，挺拔堅毅、巍然屹立，給人浩然之氣，因此古人以「松」喻君子，雖身處逆境，不為物惑，始終道心堅定。然仲則在〈戒壇四松歌〉詩中卻呈現松的另一面貌，跳脫質樸、莊重、靜謐感，由戒壇四株古松與「龍」相關的命名，來說明松在外形上與龍相似，特性契合，似乎論證龍之原型是松。然而時間久遠，仲則詩中並未明指四松是哪四松？筆者先考查戒壇名松生長年代、命名由來，接續由其詩作內容去推測並考查哪四松。而全詩以佛家禪語典故行文，又將「龍」與佛教經典中的護法龍王相結合，可見仲則禪學造詣之高，或另有其深意。仲則在仕途失意、求官無成，面對達官顯貴卻傲岸不群，登臨戒壇賞松卻「以松喻龍」、「以松、龍喻己」，故本文從此探究其內心深處所欲表達之意，在失意苦悶中，追求自我精神解脫使其審美情趣趨向於禪學之美，追求心的自在。

## 貳、創作背景

黃景仁（1749－1783），字仲則，為文以黃仲則署名，江蘇常州府武進縣人，是乾隆時期享譽極隆之詩人，於太白樓賦詩後，名動京華，然而在其短短的三十五歲生命中，不斷應考，卻始終不得一仕，最終被債家所迫，客死異鄉。此詩創作於乾隆四十二年（1777），仲則二十九歲入京求仕，前往北京門頭溝馬鞍山麓戒台寺遊覽所作之詩。北京門頭溝戒台寺是集天下名松之精華地，本文先對戒台寺（戒壇寺）探源，接續再簡介戒台松濤。

## 一、「戒台寺」探源

戒台寺，又稱戒壇寺，位於北京門頭溝的馬鞍山麓，距京城 25 里。戒台寺占地面積約 4.4 公頃，以擁有中國寺院中最大的佛寺戒壇而負盛名，與福建泉州的開元寺戒壇、浙江杭州的昭慶寺戒壇，並稱為「中國三大戒壇」。又因北京戒台寺的戒壇規模居三座戒壇之冠，故又被信徒讚譽為「天下第一壇」（本思，1997，頁 49）。戒壇是中國漢傳佛教傳授戒律的地方，授戒之後，代表出家者正式成為僧尼。從西元 622 年，「即唐高祖李淵武德年間，有位名叫智周的僧人，選中了馬鞍山下一處松柏繁茂的山洼，帶領身邊僧眾創建了一所寺院，當時名稱為『慧聚寺』。這座寺院就是戒台寺的前身。戒台寺內天王殿前明嘉靖三十五年立的〈重修萬壽禪寺戒壇記〉碑文中記載的『馬鞍山有萬壽禪寺者，舊名慧聚，蓋唐武德五年建也。時有智周禪師隱居於此，以戒行稱。』（張修，1997，頁 31），可知寺院始建於此時。然而至中晚唐時，史料少有記載，可能此寺院逐漸衰落。直到「公元十一世紀，遼道宗咸雍年間，有位名叫法均的僧人決心整修已經傾廢的聚慧寺，創建『戒壇』，為彰揚佛義幹一番事業。他帶領一些頗為能幹的僧人，廣募資財，大興土木，經過一年多的施工，肇建了戒壇，基本上開拓出現今戒台寺的建築格局。遼道宗咸雍六年（1070）四月戒台寺的新戒壇建成，法均和尚『開壇演戒』，一時成為幽州地區頗為轟動的佛教盛事。此後戒台寺一時名聲大振，遠遠近近的僧眾百姓紛來這裡『求戒』後，就可將以前自己身上的罪過滅除。死後也可以去西方的『極樂世界』。甚至有人傳說，到戒台寺聽法均和尚『演戒』後，聾子能聽到聲音，啞巴能開口歌唱，手足拘攣的人也會變得『伸屈自如』。一時間，馬鞍山下的『萬壽戒壇』成了成千上萬佛教徒向往的地方。據寺中的碑文記載，當時來戒台請求『授戒』或求佛進香的人『磨肩接踵』，『官莫能止』。甚至有『異國父老』冒著越境被殺的危險，也要來戒台寺受戒。與遼國進行軍事對抗的北宋，也有不少人「不遠千里到戒台寺『求戒』，據說涿州地區的州官和老百姓，還在大道邊設了驛站，施捨飯食，以接濟從北宋遠來戒台寺的佛教徒。被僧眾百姓尊為『普賢大師』。法均和尚圓寂於遼大康元年（1075）三月四日。朝廷和廣大僧眾為法均立了兩座靈塔，一座埋葬他的肉身，一座珍藏他的衣鉢，墓塔前，立有一塊遼大安七年石庫，上面記有法均的生平。」（張修，1997，頁 31-32）明英宗皇帝親自為戒台寺題名「萬壽禪寺」，明成化憲宗朱見深親自降下「敕諭」，以朝廷的權勢護持戒台寺的居寺僧人和寺廟建築，劃定戒台寺的管轄地界，明文制止在寺內寺外砍伐古樹，任意放牧。康熙二十四年（1685），康熙皇帝到西山一帶巡視，留住戒台寺，為寺院撰寫碑文，讚揚古寺幽美環坑，宏偉建築，為戒壇大殿撰寫「清戒」二字橫匾，明令禁止黎民百姓在寺院周

圍採石挖煤；乾隆皇帝弘曆曾四次到戒台寺遊玩留住，更為活動松題了兩首四言絕句，也為寺內大雄寶殿、千佛閣、戒壇大殿等建築題寫匾額楹聯（張修，1997，頁 33-34）。可見清代皇帝對戒台寺護持不餘遺力。

## 二、戒台松濤

戒台寺古樹甚多，以古松著名，千佛閣前的台基，有一條「奇松大道」，「九龍松」、「抱塔松」、「臥龍松」、「自在松」、「活動松」等，經千百年磨礪，形成各種奇特造形，為歷代文人詠贊。本文探源戒台寺古松如下：

- (一)「九龍松，是北京也是我國和世界上的『古白皮松之最』，唐武德年間所植，距今已 1,300 多年。其直徑 2 米有餘，樹高達 18 米，九幹周長 6.40 米，此松一幹分九枝，直指藍天，宛如九條破空而去的銀龍，自古人們就把它九條大幹視為守護戒壇的九條神龍，所以得名『九龍松』」（張寶貴，1997，頁 20；農夫，2017，頁 64）。
- (二)「抱塔松，金代所植，千年樹齡。是一顆怪異的古松，它那 5 米多高的粗大軀幹彷彿巨龍般扭轉著，爬過東邊的矮牆，向遼代高僧法均的墓塔抱去。它的幹周長 2.50 米。傳說它本是天上的一條神龍，被玉皇大帝派下凡來守護法均墓塔。在一個風雨雷電交加的夜間，突然一聲霹靂，一個火球向墓塔襲來，神龍情急之中，伸出雙臂把塔攔住，形成古松抱塔的奇觀」（張寶貴，1997，頁 20；農夫，2017，頁 65）。此外在朱自清散文〈潭柘寺戒壇寺〉記載：「臥龍松和抱塔松同是偃仆的姿勢，身軀奇偉，鱗甲蒼然，有飛動之意」（陳信元編選，2008，頁 217）。
- (三)「臥龍松，植於遼代，位於大雄寶殿後台階上方，猶如一條粗壯的巨龍，從石雕欄杆中橫臥到其外，彷彿欲騰雲駕霧而飛。它鱗片斑斑的巨幹長達十餘米，幹周長 2.80 米」（張寶貴，1997，頁 20；農夫，2017，頁 65）。至今樹齡千年，宛如一條翔雲歸來行將就臥的蒼龍，十米多長的主幹蜿蜒橫生，頗有臥龍之氣勢。
- (四)「自在松，遼代所植，高達 25 米，幹周長 2.60 米，枝葉婆娑，因其姿態舒展，儀態大方，有逍遙自在之感，故名『自在松』。其兩個大幹護衛著大雄寶殿的殿角，彷彿表示對殿內釋迦牟尼佛祖的虔誠。又好像伸出長長的手臂，在恭迎來寺參觀的中外遊人」（張寶貴，1997，頁 20；農夫，2017，頁 65）。
- (五)「活動松，植於元代的古油松，高達 20 米，幹周長 2.30 米。此松全部枝葉

向一個方向側傾生長，隨意拉動它的哪一個松枝，它全身的枝幹都會搖動起來。所以清乾隆皇帝給它起名『活動松』，並先後寫有〈戲題活動松〉詩三首，並刻在石碑上立於松旁」（張寶貴，1997，頁 20；農夫，2017，頁 65）。其實活動松因樹體的重心不穩，一枝動則全身搖。

戒壇名松歷來說法有五大奇松：「九龍松」、「抱塔松」、「臥龍松」、「自在松」、「活動松」，但仲則詩中僅言「戒壇四松」，仲則詩中並未明指四松是哪四松？筆者由其詩中「閱盡四朝同剎那」一語及內容推測應為：「九龍松」、「臥龍松」、「抱塔松」、「自在松」，從其生長年代得知。

### 參、〈戒壇四松歌〉之內涵意蘊

仲則性格高傲，在〈對月詠懷〉自稱「讀書擊劍好身手，野性束縛難為堪」（黃景仁，1983，頁 79）少年求學時已自負不凡，左輔〈黃縣丞狀〉言其：「狂傲少諧，獨與詩人曹以南交，餘不通一語」（黃景仁，1983，頁 607），而王昶〈黃仲則墓誌銘〉曰：「儔人爭慕與交，仲則或上視不顧」（黃景仁，1983，頁 608），洪亮吉為其撰〈國子監生武英殿書簽官候選縣丞黃君行狀〉寫到在安徽追隨朱筠時，「居半歲，與同事者不合，逕出使院，質衣買輕舟，訪秀水鄭編修虎文於徽州」（黃景仁，1983，頁 604），在孫星衍〈黃二景仁遊黃山歸索贈長句〉曰：「黃生骨格何軒千，擺脫羈縲辭籠樊。俯視世俗中心煩，悵然欲與山鬼言。」可見其為人自負，賦性高潔。在乾隆四十一年（1776）28 歲入京求仕，開始與都中名流交遊，有志建功立業，但面對達官貴人卻傲岸不群，對人不假辭色，不願向權貴乞援，二十九歲在求官無成、仕途失意時遊北京馬鞍山，登臨戒壇賞松而寫下此詩，在此從其內容意涵探析其內心深處所欲表達之意，詩曰：

我聞靈巖異松號千尺，西來聖僧曾手摩。蒼官本自足仙骨，更愛佛地棲枝柯。今之四松毋乃似，閱盡四朝同剎那。以靈慧種植淨土，法雲甘露滋其和。怒張牙爪斃獅象，俯受戒律儕祇陀。千劫不壞如立鐵，一絲莫罣無緣蘿。戒壇高已出雲半，茲松直欲捎星河。只疑四海龍，排空行雨如投梭。忽然天風度，花雨飄何多。吹香滿院飯僧徧，沈沈古殿鳴春鼉。山深夜永足精魅，翻經倒幢誰敢訶！定知我佛幻此等遊戲，怖走百怪除么麼。不須菩薩作變相，鬪體繞身同綴螺。不須金剛怒努目，手揮長劍鑿群魔。但教此松屹立一萬古，那怕竊鉢來旬波。戒神千百對此盡警息，諸天星衛空駢羅。交枝靜巢說法鳥，偃蓋下蔭聽經鵝。香廚寶藏鎮相



守，歷久龍性全消磨。亦憑佛力得降住，不然久已騰擲變化歸無何。（黃景仁，1983，頁 315）

第一段開首四句：「我聞靈巖異松號千尺，西來聖僧曾手摩。蒼官本自足仙骨，更愛佛地棲枝柯。」道出仲則聽聞神妙奇異山崖中的戒台寺（戒壇寺）有著神奇千尺的古松，是遼代高僧法均在此修建所植。松的別稱又叫蒼官，這些古松本具仙人骨相、成仙資質，喜愛棲息於深山佛門清淨之地。寫出這些古松處於非常人所及之處，且是高僧所植，在佛門中修行已久。其後八句：「今之四松毋乃似，閱盡四朝同剎那。以靈慧種植淨土，法雲甘露滋其和。怒張牙爪斃獅象，俯受戒律儕祇陀。千劫不壞如立鐵，一絲莫罣無緣蘿。」描述四株古松各有不同的樣貌儀態，在此閱盡了四個朝代興替，據此筆者考查詩中四松可能是：「九龍松」、「抱塔松」、「臥龍松」、「自在松」皆具千年歷史。它們以機靈聰慧之姿生長於這淨土之上，以佛法如雲、甘美露水來滋潤它，當其張牙怒爪時模仿獅子現赫勢、大象具奮忍力捨身濟眾與毒龍奮戰，在此引用「獅象救國」<sup>1</sup>的佛教典故，低頭接受戒律如同祇陀太子布施樹林予佛。據《佛光大辭典》曰：「祇陀，梵名 Jeta，又作祇多太子、逝多太子、制多太子。意譯為勝太子、戰勝太子。為中印度舍衛國波斯匿王之皇太子。太子將其所擁有之祇園獻予佛陀，由長者須達在此建立祇園精舍」（慈怡主編，1990，頁 3919）在此運用「祇陀太子布施樹林予佛」的禪典：「給孤獨長者打算購買祇陀的園林，以奉獻給釋迦牟尼佛，但祇陀身為太子，富有無比，根本看不上給孤獨長者手上的銀錢，於是戲言『汝將黃金鋪滿園地，我方肯賣』。給孤獨長者歡欣鼓舞，耗盡家資，終於辦到要求，將金箔鋪滿了園地，祇陀太子感動而言：『園中土地，盡滿金箔，已為公得。惟我園中木未貼金箔，仍為我有。吾亦欲以獻佛也。』祇陀太子布施樹林予佛，給孤獨長者獻地建精舍奉佛，是為『祇樹給孤獨園』，簡稱『祇園』」（會覺譯，1988，頁 419 下）。將古松長年

<sup>1</sup> 「獅象救國」出自〔三國吳〕康僧會譯：《六度集經》卷第六（七〇）殺龍濟一國經：「昔者菩薩，伯叔齊志，俱行學道，仰慕諸佛難逮之行，誦經釋義開導六冥，鍊棄內垢，止觀寂定。每聞諸國闕於三尊，輒往導化，令奉六度真正妙行。時有大國，其王樂道，眾妖誘之授其邪偽，率土承風，皆事蠱道，風雨不時，妖怪首尾。菩薩伯叔自相謂曰：『吾之本土，三尊化行，人懷十善，君仁臣忠，父義子孝，夫信婦貞，比門有賢，吾等將復誰化乎？彼彼國信妖，蛟龍處之，吞其黎庶，哀嘆無救。夫建志求佛，唯為斯類矣。可以道化，喻之以仁，龍含凶毒，吾等摧焉。』叔曰：『佛戒以殺為凶虐之大，活生仁道之首也。將如彼何？』伯曰：『夫殘一人者，其罪百劫；龍吞一國，吾懼恒沙劫畢，厥殃未除矣。苟貪黷味斯須之利，不睹太山燒煮之咎，吾心慙然。人道難獲，佛法難聞，除龍濟國，導以三尊六度高行，禍若絲髮，福喻二儀。爾化為象，吾為師子，二命不殞，斯國不濟也。』稽首十方誓曰：『眾生不寧，余之咎矣。吾後得佛，當度一切。』象造龍所，師子登之。龍即奮勢霆耀雷震，師子踊吼，龍之威靈，師子赫勢，普地為震，三命絕矣。諸天稱善，靡不歎仁。兩菩薩終，生第四天上。「一國全命，抱屍哀號曰：『斯必神矣！孰仁若茲。』門徒尋之，睹師普慈殺身濟眾，哀憫稱德。各又進行宣師道化，王逮臣民始知有佛，率土僉曰：『佛之仁化乃至於茲乎！』殯葬二屍，舉國哀慟。王即命曰：『有不奉佛六度十善而事妖鬼者，罪舉眷屬同。』自斯之後，剎有千數沙門比肩而行，國內士女皆為清信高行，四境寧靖，遂致太平。」（康僧會譯，1988，頁 37 上一中）。

與佛法結緣產生了慧根與虔敬護佛法之心，就如同祇陀太子捐贈供養，讓世尊能於舍衛國安居，弘揚正法，利益眾生，如此放下執著與能捨身外之物，得到更多法喜。自古以來，女蘿是依附松而生存的，松因高大的特性，讓其他植物依附生長，不僅本身獨立生長外，還讓其他植物藉以存活，松上依附其他植物，具保護弱小的特性。然而清代乾隆皇帝（1711-1799）對女蘿（松蘿）卻恨之入骨，以一首長詩〈女蘿〉<sup>2</sup>陳述了自己對松的憐惜與對女蘿的憎惡，並將松與女蘿的關係比作「君子近小人」。但仲則此詩並非將女蘿比作小人，〈戒壇四松歌〉：「千劫不壞如立鐵，一絲莫罣無緣蘿」詩中女蘿並非貶義詞，而是弱小的形象，松本有庇蔭其他植物讓其依附生長的功能，但在此卻用一絲莫罣無緣蘿，呈現出佛家因緣合和之理，女蘿必須攀援青松才能凌雲霄而上，出現在生命中的一切，皆是因緣合和。然而古松經過無數的生滅成壞、曠遠長久的時間依然林立如鐵，身上沒有任何女蘿爬蔓植物攀附其上，可見古松歷久不衰，生命力極其強大。

第二段開頭四句：「戒壇高已出雲半，茲松直欲捎星河。只疑四海龍，排空行雨如投梭。」描寫戒壇的位置已經高聳入雲上，然而這些古松非但如此，更是高聳到想要摘下天空聯綿如帶的星群，如此蓄勢飛天，好似四海龍王，輕便快捷高升到天空行雲布雨。「龍王」是神話傳說中在水裡統領水族之王，掌管興雲降雨，它源於古代龍神崇拜和海神信仰，是佛教和道教的神祇。佛教中東海龍王名為敖廣、西海龍王名為敖閏、南海龍王名為敖欽、北海龍王名為敖順，稱為四海龍王。忽然之間風行天空，落花如雨，彩花紛飛何其多。整個僧寺到處散發香氣，寂靜無聲的古殿有著春天揚子鱶的叫聲。其後十句：「山深夜永足精魅，翻經倒幢誰敢訶！定知我佛幻此等遊戲，怖走百怪除麼麼。不須菩薩作變相，鬪體繞身同綴螺。不須金剛怒努目，手揮長劍鏖群魔。但教此松屹立一萬古，那怕竊鉢來旬波。」寫出深山長夜中充滿妖精鬼怪，那些精魅翻弄刻著佛號或經咒的石柱幢幡，有誰敢斥責！哪知我佛變幻萬千，使得百怪妖魔驚懼逃走。不須菩薩展現神變之相，以死人的頭骨圍繞身體如同佩帶海螺貝殼一般。不須像寺院護法菩薩睜目凸眼的樣子，凶怒時威猛表情形象，手拿長劍激烈辛苦拚命除群魔。「變相」是佛教術語，乃佛陀的神變之相，佛菩薩等為教化眾生，而示現之種種不可思議之神奇變異。又據《佛光大辭典》曰：「變相，指依經典之記載，描繪佛之本生譚，或淨土莊嚴、地獄相狀等之圖畫，用以宣傳教義。又作變像、變繪。」

<sup>2</sup> 清代乾隆皇帝《御製詩初集總目·卷之三十二》〈女蘿〉一詩曰：「女蘿本柔物，賦性善依倚。不勵自立心，曾無無恥。古柏乾青雲，生意殊未已。女蘿羨高潤斷采標，欲因以托已。攀援闕朽犁民上絕頂宙捉罪嘗，亞枝吐繁蕊。初猶藉其勢，與柏寒映講相表里。繼則竊其權，豈肯知足止。雨露所滋腳匪潤，惟蘿受之耳。束縛偃矯身，乃日以槁死套照催。我惜柏失阿堡壞計，禍匪因蘿起。君子近小人，害不視乎此」。（清高宗御製，1987，卷32，頁8）。

略稱變。變，乃變動、轉變之意，即將種種真實之動態，以圖畫或雕刻加以描繪，如畫彌陀淨土之相，稱為彌陀淨土變；畫兜率天彌勒淨土之相，稱為彌勒淨土變；依華嚴經所畫之七處八會或七處九會，稱為華嚴變相；畫地獄之種種相，稱為地獄變相等」（慈怡主編，1990，頁 6917）。在此道出菩薩變相護法種種形象。

詩中「旬波」筆者認為應是「波旬」，據《佛光大辭典》釋「波旬」一詞曰：「經典中又常作『魔波旬』。意譯殺者、惡物、惡中惡、惡愛。指斷除人之生命與善根之惡魔。為釋迦在世時之魔王名。據太子瑞應本起經卷上載，波旬即欲界第六天之主。大智度論卷五十六謂，魔名為『自在天王』。此魔王常隨逐佛及諸弟子，企圖擾亂之；而違逆佛與擾亂僧之罪，乃諸罪中之最大者，故此魔又名『極惡』」（慈怡主編，1990，頁 3437）又「天魔，指欲界第六天（他化自在天）之魔王，名為波旬，常擾亂釋尊之修行。蓋諸佛出世，常有與其同世之魔障難其修行成道，且魔各有不同。波旬乃釋迦佛出世時之魔王，有無量眷屬，常障害佛道。」（慈怡主編，1990，頁 1369）然而詩中寫出不須菩薩展現神變之相來護法，只需此四松聳立一萬古，哪需害怕第六天魔王以誘惑脅迫方式企圖阻礙行者修道，帶出松化為龍護佛法。

末段八句：「戒神千百對此盡警息，諸天星衛空駢羅。交枝靜巢說法鳥，偃蓋下蔭聽經鵝。香廚寶藏鎮相守，歷久龍性全消磨。亦憑佛力得降住，不然久已騰擲變化歸無何。」詩中「戒神」即為「護戒神」是「守護佛制戒之善神。即受三歸依者有三十六部鬼神之王護持，受五戒者有二十五善神護持。灌頂經卷四（大二一·五〇四上）：『是故我說是言，令清信士女勸受歸戒。歸有三十六鬼神之王，隨逐護助。戒有二十五神，營護左右門戶之上，辟除凶惡』」（慈怡主編，1990，頁 6866）。五戒之中各有五神，身作護衛，千百戒神對這些聳立千古的四松都心生畏懼而屏息，滿天星衛在天空駢比羅列。古松枝葉交織處的鳥巢有著講解佛法教義的鳥兒，古松枝葉橫垂，張大如傘蓋之狀，樹蔭底下有著聽經的鵝。「香廚」是「僧院之食廚，又作香積。此係出自維摩詰經取香積佛國香飯之典」（慈怡主編，1990，頁 4016）。又「香積飯，又作香飯。指眾香國香積佛之香飯。維摩詰所說經香積佛品（大一四·五五二中）：「於是香積如來以眾香盛滿香飯，與化菩薩」（慈怡主編，1990，頁 4017）。古松是蘊藏於大自然中珍貴天然資源，時間一久桀傲倔強難馴的古松龍性全都消磨殆盡。幸好有佛法可以制服的了，不然這些古松早已向上飛起騰躍不知何處去，仲則以豐富的想像力將古松神化為興雲布雨、飛天潛水的護法龍王，維妙維肖。

抒情言志是文學創作目的之一，也是主客體交融的心智活動。仲則以戒壇名松喻己，以古松化龍喻己，將「松」與「龍」喻己來抒發其內在幽微情意，正如劉勰《文心雕龍·比興》所言：「比者，附也；興者，起也。附理者，切類以指事，起情者，

依微以擬議。起情故興體以立；附理故比例以生。比則蓄憤以斥言，興則環譬以記諷。蓋隨時之義不一，故詩人之志有二也」（劉勰，1958，頁 601）。「比」是藉由具體事物來比附個人抽象心意，呈現具體而明顯的意涵，「興」是寄託隱喻，以委婉言辭喻含深遠意涵，使具體事物與抽象情思產生繫聯，呈現作者隱微含蓄之意。仲則詩末以簡潔精煉，收束有力的佛力降龍一語作結，不然這些古松早已不存，結尾關鎖之地，貴乎精密順快，可見作者才力之高。

## 肆、化松為龍的具象觀

〈戒壇四松歌〉詩中詠戒台寺之古松，將四松比擬為四海龍王，以飛動的龍形象，龍臥、龍動，甚至能升天潛水、興雲起雨，將現實世界中笨重的松樹，聯想到神異世界，正如黃永武《中國詩學》一書中所言：「神話創作者的心靈是原型；而詩人的心靈在本質上仍然是神話時代的心靈。想像是無所不能：將靜的樹，假象為動的飛龍；地下的枝幹，假想為天上的身影；無聲的木葉，假想為龍吟龍鳴。從松與龍的聯想出發，由化龍前的期待，經過龍動、龍臥，直到蟠飛直上蒼穹，它能興雲、起雨、懸露——詩人對一株現實世界中相當笨重的松樹，聯想的如此浪漫神奇，寄望得如此殷切熱烈，幾乎對松樹的崇拜，已接近對龍的崇拜了」（黃永武，1996，頁 44）。而尹榮方〈龍為樹神說——兼論龍之原型是松〉一文，說明松在外形上與龍相似，特性也契合，與雲相屬，能升天；與水相依，能潛淵，生於深山大澤之中，遠望山上的松，想像能騰雲駕霧，松不吃不睡不息，常與風雨為伍，從風能長吟，松風聽上去如潮如雨，向來以濤或龍吟來形容，論証龍之原型是松（尹榮方，1989，頁 39-45）。除此之外，「松」和「龍」屬同一語音，因音韻相近，必然都是龐然大物，而大物才有聲若宏鐘般的命名。而「龍」與「重」、「動」屬同一語根系列的音響，而松樹具有高大的形影，莊重的軀體，蒼老的斑文，搖曳的枝條，也具備「重」「動」的客觀條件，因此其命名聲音相似，即使在看不見龍的悵惘中，面對松樹去幻想，也可聯想浪漫神奇（黃永武，1996，頁 44-45）。因此，仲則藉由「松」、「龍」這兩種鮮明的意象作為相似的比擬。

### 一、「松」「龍」形態相似，充滿陽剛美與蒼勁生命力

「龍」是善變化、能興雲雨、利萬物的超現實動物。龍不是現實的生物，沒有具體的形相，在中國古籍上早有龍的記載，其威嚴、凶猛，虛幻，是一種古傳說中善變化、能興雲雨、利萬物的神異動物、兇猛巨型動物，巨口獠牙，為鱗蟲之長。最早論及龍的生態特徵文字為《周易·乾卦》，如「潛龍勿用」、「飛龍在天」、「見龍在田」、「或

躍於淵」、「亢龍有悔」、「群龍無首」（阮元校勘，2001，頁8-10），描述其無所不在，變化多端的生態。在《韓非子·說難》曰：「夫龍之為虫也，柔可狎而騎也，然其喉下有逆鱗徑尺，若人有嬰之者，則必殺人」（韓非，1968，頁10）。道出其凶猛之特性。此外在《尚書·洪範·五行傳》：「龍，蟲之生於淵，行無形，游於天者也」（伏勝，2010，頁60）。、《管子·水地》：「龍生於水，被五色而游，故神。欲小則化為蠶蠋，欲大則藏於天下，欲尚則凌於雲氣，欲下則入於深泉，變化無日，上下無時」（管仲，1968，頁3）、《說文解字》卷十一云：「龍，鱗蟲之長，能幽能明，能細能巨，能短能長；春分而登天，秋分而潛淵」（許慎，1998，頁582）、《說苑·辨物》：「神龍能為高，能為下，能為大，能為小，能為幽，能為明，能為短，能為長，照乎其高也，淵乎其下也，薄乎天光，高乎其著也，一存一亡，忽微哉，斐然成章。虛無則精以和，動作則靈以化」（劉向，1965，頁180）等描寫其能興雲雨、升天潛水之特性。而《本草綱目》引後漢王符的言論及龍的形象：「（龍）其形有九，頭似駝，角似鹿，眼似兔，耳似牛，項似蛇，腹似蜃，鱗似鯉，爪似鷹，掌似虎是也。其背有八十一鱗，具九九陽數。其聲如戛銅盤，口旁有須髯，頷下有明珠，頭上有博山」（李時珍，1986，頁875）。由上可知龍的形象集合眾多動物形貌，能升天潛水，是中華民族最為推崇的動物形象，龍並非現實可見的實物，而是通過各種想像匯總起來的神秘動物形象，歷來人們對其崇敬外，亦畏懼可怖。龍是構成中國皇權最高象徵，是虛構出來的圖像，卻獨一無二，超越於現實萬物眾生之上。

松樹頂天立地，挺拔傲岸，給予人一股不可攀的精神崇拜，藉由松樹外在形象描寫，高大參天，加上其耐寒且長青盎然，與神秘又超越於現實萬物眾生之上的「龍」形態相似，〈戒壇四松歌〉云：「我聞靈巖異松號千尺，西來聖僧曾手摩。蒼官本自足仙骨，更愛佛地棲枝柯」、「千劫不壞如立鐵」，如此神異千尺仙骨，有著堅貞不二、威武不屈的陽剛之美與蒼勁的生命力。

## 二、「松」形象活潑化，如同「龍」之神靈活現

〈戒壇四松歌〉：「只疑四海龍，排空行雨如投梭。」將四松比擬為四海龍，以飛動的龍形象，龍臥、龍動，甚至能升天潛水、興雲起雨，將現實世界中笨重的松樹，聯想到神異世界，以活躍的姿態來說明靜止的松樹，錯綜的枝葉如同向上飛騰的龍，「怒張牙爪戮獅象，俯受戒律儕祇陀」。又古松栽植於佛地之故，才能降伏其龍性難馴的特性，「歷久龍性全消磨。亦憑佛力得降住，不然久已騰擲變化歸無何。」龍性桀傲難馴的性格，惡的龍王、凶殘的毒龍，如佛教故事中「獅象救國」典故中的「毒龍」會吞食人民，使百姓生活不得安寧；以及佛教故事中有毒龍居水潭中害人，對人世間

會起惡風惡水，但高僧以佛法、以靜坐進入禪定，制服了它，使它遠去、永不傷人，安禪制毒龍。禪修之人將塵俗間的各種慾望視為毒龍，如何抑制，全賴佛法修持。

### 三、任時間流逝，「松」姿態依舊，如同矯健之「龍」

松樹的壽命相對於人的壽命來說是長壽的，追求長生是人們的期望，古松、老松都是時間久遠的，「今之四松毋乃似，閱盡四朝同剎那」，而詩中古松卻可經得起時間歷練而存在，而人僅百年光陰，詠物之情又見詩人之悟，外在外物皆隨時間年華老去消逝，然而卻唯有精神不死，明白此理，才能追求精神生命的價值。詩中又更加強化古松若能再長壽至一萬古，「但教此松屹立一萬古，那怕竊鉢來旬波。戒神千百對此盡警息，諸天星衛空駢羅。交枝靜巢說法鳥，偃蓋下蔭聽經鵝。」如此一來，松的姿態依舊，如同矯健之龍一般，波旬魔、戒神都心生畏懼而屏息。

### 四、「松」高大讓人依靠的形象，如同神龍護佛法

自古以來，松因高大的特性，讓其他植物依附生長，不僅本身獨立生長外，還讓其他植物藉以存活，松上依附其他植物，具保護弱小的特性。「千劫不壞如立鐵，一絲莫罣無緣蘿」在此卻用一絲莫罣無緣蘿，除了呈現出佛家因緣合和之理外，更展現松如神龍護法形象，更明顯詩句如：

山深夜永足精魅，翻經倒幢誰敢訶！定知我佛幻此等遊戲，怖走百怪除么麼。不須菩薩作變相，髑髏繞身同級螺。不須金剛怒努目，手揮長劍鑿群魔。但教此松屹立一萬古，那怕竊鉢來旬波。

由上可知，神龍護法連深山中的精魅、百怪亦不敢作怪，不須要菩薩變相、金剛怒目，即可驅群魔。佛教傳入東土後，佛教中的護法神中就有龍王，釋迦牟尼佛在涅槃前，曾咐囑龍王要護持佛法，有八大龍王之說，列於法華經會座上之護法善神。在《法華經》、《孔雀王經》、《僧護經》皆有記載龍王護持佛法的故事。《妙法蓮華經》卷第一序品第一中提到：「有八龍王——難陀龍王、跋難陀龍王、娑伽羅龍王、和脩吉龍王、德叉迦龍王、阿那婆達多龍王、摩那斯龍王、優鉢羅龍王等，各與若干百千眷屬俱」（龜茲國三藏法師鳩摩羅什譯，1988，頁2上）。此為佛教中八大護法龍王，八大龍王，雖然看似為畜生道高等神靈，但實為佛菩薩的化身，以龍王之身，度脫龍族有情。八大龍王原是印度神話中八位那伽之王，後佛教吸收為天龍八部護法。在此以松高大讓人依靠的形象，如同神龍護法一般。

自「龍」一詞彙出現以來，一直被視為行雲布雨神異之物，但被人們信仰為無所不能的龍王，是佛教傳入中國之後的事，由原來的神獸變成人格化的龍王。而龍王是管理海洋和人間氣候的龍神，能上天下海，呼風喚雨，仲則將四松喻為四海龍王之象徵，古松高聳入天，向上飛騰之枝葉，就好比飛龍在天之氣勢。正因為龍像神一般的存在，詩人將想像的通天遁海、驍勇善戰的高超本領都集中到龍的身上，將松視為龍的象徵，成為詩人鼓舞志氣的移情作用。

風霜中堅毅的古松好似狂傲不羈，冷、傲、野、難馴的「龍」，然而「松」隱於無人煙深山之山，與風月山林脫不了關係，矗立於深山古寺中有著淨化心靈、普渡靈魂且為自然與世俗橋樑。仲則以想像力豐富，將古松想像成一條龍的動作，龍鳴、騰雲駕霧；松樣貌彎曲，無特定形狀，像龍的身體在天空飛翔。松生長在高山寒冷之地，常有雲氣霧氣之處，象徵堅貞，如此精神又可想像成完美的龍。仲則在詩中化松為龍的形象，將古松的高風亮節、蒼勁拔翠、飄忽不定、狂傲不羈的形象比擬為龍如此令人難以捉摸，所幸在佛前修行數千年，有佛力護持下，在變化莫測中又給人一種堅定、靜定感覺，在深幽凝寒環境下，卻能萬古長青、屹立不搖。

## 伍、結語

松是傲骨崢嶸，莊重肅穆，四季長青，歷寒不衰。《論語·子罕》曰：「歲寒，然後知松柏之後凋也。」寒冬之時唯有松柏挺拔，後來喻為君子處亂世或逆境時有貞心氣節，耐得住困苦折磨，守正不苟，不改初衷，不變其節操。仲則〈戒壇四松歌〉在讚頌四松千古恆青、「閱盡四朝同剎那」、「千劫不壞如立鐵」、「一絲莫罣無緣蘿」之時，展現出古松的堅貞高潔、遠大志向，而那長滿松針的頭，又直又硬，直指星河，銳不可當，活靈活現出孤傲自恃的君子形象，以「龍」喻「松」，以「松」、「龍」喻己，正如黃永武〈詩人看松樹中〉一文曰：「在中國思想世界中松有貞心、有勁節、有氣質、有前途、有作為，這種種長處，正與一個受人敬重的君子身分相當。而數千年來，大抵受易經乾卦的影響，君子與龍，二位一體，一個君子的進德修業、出處行藏，是從『確乎其不可拔』的『潛龍』，堅守剛健中正的節操，自強不息，逐步提昇，由初九到九五，直成為『經世濟民』的天上『飛龍』。君子與龍相似，松樹也與龍相似，松有堅心、有高節，雜生草叢時像『潛龍』，干霄凌雲時像『飛龍』，一但成為棟樑，利益天下，若逢危難，又有能力『扶大廈之將領』，所以詩人把松看作是龍的化身，也看作是君子的化身。這一點，足見中國詩人的透視力，不僅動物植物的界線可以流通，人與物的界線也可以泯滅的」（黃永武，1996，頁44-45）。此外，更特別的是仲

則〈戒壇四松歌〉詩中的松化龍為具象觀，非但只表述君子形象外，更融入佛門禪學中的龍王護佛法形象。

佛教傳入中國後，僧人選擇遁空的山林，「松」在山林間成了最佳清修代表。古松，似乎把時間拉向永恆，當古存在於今之時空，在佛學的世界中，不僅無所爭，更求空無一物的解脫，松於此化為遙遠虛境世界。高大的古松展現一種強而有力的依靠，讓仲則在仕途失意的人生，靜思欣賞，見到松的千變萬化的動態美，戒壇古松敘述出山林間的禪意，松的孤傲不僅是遠離人生，而是空門的寧靜。仲則筆下的「松」在佛理之中不再強調其崇高或龐大，而是展現內在的自由，人生如夢，正如宋代嚴羽《滄浪詩話·詩辨》曰：「大抵禪道惟在妙悟，詩道亦在妙悟」（嚴羽，1981，頁686）。禪悟與詩悟在於非理性直觀與感悟，古松在此有一種佛門修行的形象，雖然歷盡風霜，依然流露出處變不驚應世形象。

仲則因仕途坎坷不遇，遊歷登戒壇時，藉由古松化龍護佛法的景象興發起自己懷才欲報國之心。然而詩中重點並非在於觀戒壇描寫景象，而是藉由戒壇寺中的古松化龍，寄寓人生仕宦之心。古代傳說中龍在現實中並不存在，然而在佛教中有著龍王護法之說，仲則在此將古松亦融入佛門修行之意，在失意苦悶中，追求自我精神解脫使其審美情趣趨向於禪學之美，追求心的自在，在佛門中學習與內心情緒共處之解脫之道，讓內心能量恢復自由，修正自己的動念與行為，回到靈性的來處。

## 參考文獻

### 一、古籍

- 〔周〕韓非（1968）。**韓非子**。臺灣中華書局。
- 〔周〕管仲（1968）。**管子**。臺灣中華書局。
- 〔三國吳〕康僧會譯（1988）。**六度集經**，載大正新脩大藏經（第3冊，No. 0152）。株式會社國書刊行會。
- 〔漢〕劉向（1965）。**說苑**（1版）。臺灣商務印書館。
- 〔漢〕許慎撰（1988）。**說文解字注**（〔清〕段玉裁，注）。黎明文化。
- 〔漢〕伏勝撰（2010）。**尚書大傳三補遺一卷**（〔漢〕鄭玄，注，〔清〕孫之騷，輯）。載於**經學輯佚文獻彙編**（第6冊），國家圖書館出版社。
- 〔後秦〕龜茲國三藏法師鳩摩羅什譯（1988）。**妙法蓮華經**。載於大正新脩大藏經（第9冊，No. 0262）。株式會社國書刊行會。
- 〔元魏〕慧覺譯（1988）。**賢愚經·須達起精舍品第四十一**。載於大正新脩大藏經（第4冊，No. 202）。株式會社國書刊行會。



- 〔梁〕劉勰撰（1958）。**文心雕龍**（范文瀾，注）。人民文學出版社。
- 〔宋〕嚴羽撰（1981）。**滄浪詩話**。載於何文煥（輯），**歷代詩話**。中華書局。
- 〔明〕李時珍（1986）。**本草綱目**。載於**影印文淵閣四庫全書**（774冊）。臺灣商務印書館。
- 〔清〕阮元校勘（2001）。**十三經注疏·周易**（初版）。臺灣商務印書館。
- 〔清〕黃景仁（1983）。**兩當軒集**。上海古籍出版社。
- 〔清〕清高宗御製（1987）。**御製詩初集**。清乾隆元年至三十六年御製。世界書局。

## 二、專書

- 陳信元（編選）（2008）。**朱自清散文**。宇河。
- 黃永武（1996）。**中國詩學——思想篇**。巨流。
- 慈怡（主編）（1990）。**佛光大辭典**。北京圖書館出版社。

## 三、期刊論文

- 尹榮方（1989）。龍為樹神說——兼論龍之原型是松。**學術學刊**，1989年7月號，39-65。
- 本思（1997）。全球寺院巡禮——天下第一壇：戒台寺。**普門**，218，49。
- 朱國兵（2022）。北京戒台寺史譚。**北京檔案**，2，51-52。
- 張修（1997）。千年古剎話滄桑——北京戒台寺興衰史。**香港佛教**，2，31-34。
- 張寶貴（1997）。北京的戒台寺與五大名松。**旅遊**，12，20。
- 農夫（2017）。春日戒台寺。**綠色中國**，9，64。
- 劉鵬（2008）。潭柘寺和戒台寺。**北京檔案**，8，43。

# The pine trees and Chinese dragon on Huang Zhongze's 'the four pines of zhijietan temple poem'

Shiuan-Yu, Chen<sup>\*</sup>

## Abstract

Huang Zhongze's 'the four pines of zhijietan temple poem' not only praised the ancient pines which are such evergreen, faithful, noble, unsullied, and aloof and proud gentleman images, but also it compares the ancient pines to Chinese dragons which can the flying and burrowed, rainmaking, shifting, proud, uninhibited. He wrote this poem by the allusions of the Buddha's words. Although he was disappointed in his political official career and failed for the office seeker, he was still conceited and incompatible with the world to face the dignitaries. By climbing the zhijietan temple and admiring ancient pines, he compared the pine to the dragon, and also compared the pine and the dragon to himself. Then he integrated the image that dragon king protects dharma, and the brave and fierce ability in the battle for the Zen Buddhism into this poem to present that he wished to be a government official. He also integrated the meaning of the Sādhanā into this poem. Pursue the self-relief in his frustrated and depressed life. Also learn the path of liberation with his internal emotion in Buddhism. Although he had experienced many vicissitudes of life, he still exuded the image of the presence of mind in an emergency.

**Keywords:** Huang Zhongze, 'the four pines of zhijietan temple poem', pine, dragon.

---

<sup>\*</sup> Assistant Professor, General Education Center, University of Taipei



# 魏晉士人論才性之美 ——以《世說新語》為例

徐鈺晶<sup>\*</sup>

## 摘要

魏晉時代是一個擺脫傳統倫理教條，重視個人思想解放的階段。在此一過程中，審美觀念大幅擴張範圍，對於個人天賦的性格與過人的才幹也能另眼相看。本文將以《世說新語》為主要材料，分析其中所述的才性之美。首先談到敏捷的才思，所欣賞的是十歲以下幼童驚人的記憶力、想像力、與應對力。其次談到卓越的才能，就當時政治上的領袖人物加以品評。第三，描述人的個性，包括特殊的才幹與傑出的品行。最後，強調才性與修養仍有不可分的關係，理想的性格應以真誠為基礎，以正直為方向，並以仁孝為其初步表現。

關鍵詞：才性之美、天賦的性格、過人的才幹、才性與修養

---

<sup>\*</sup> 銘傳大學中國文學系副教授  
2022年2月28日收稿；2022年4月18日修正；2022年4月19日接受刊登

## 壹、前言

魏晉時代上承先秦與兩漢，卻獨於人才品藻上見其創意，此中原因何在？約而言之，可得以下三點：

第一，魏晉之前的思想，以儒家為其主導，在有關「人」的觀念上，尤其如此。儒家自孔子以還，所重視者若非天命觀，即是心性論，進而兩者匯合為一獨特的人性觀，<sup>1</sup>肯定人性與善之內在聯繫，就是以「善」做為人生至高價值，標舉「殺身成仁」（《論語·衛靈公》）、「舍生取義」（《孟子·告子上》）、「君子畏患而不避義死」（《荀子·不苟》）等理想。相對於此，人的天生才質並未受到應有的注意。孔子對弟子的最高期許是「仁」，「君子去仁，惡乎成名？」（《論語·里仁》）。由此可知，在孔子心目中，最重要的是仁，就是完美的人格。至於是否有才，則屬次要，如孔子說：「如有周公之才之美，使驕且吝，其餘不則觀也已。」（《論語·泰伯》）

孟子接受孔子的仁學，刻意強調性與心的關係，視心為人的本質所在。相對的，孟子把「才」當作天賦的條件，孟子云：「富歲，子弟多賴；凶歲，子弟多暴。非天之降才爾殊也，其所以陷溺其心者然也。」（《孟子·告子上》）。換言之，人的差別表現及價值判斷不在於「才」，而在於「心」。「才」是人的天賦條件，不足以做為品評人的價值的參考。

其次，孟子所謂的「性」，是說人有心之四端，經由實踐可以形成「仁義禮智」四善，由此強調性善。到了荀子，則以性為客觀事實，與善並無任何先天的關係。荀子謂：「凡性者，天之就也，不可學，不可事。」（《荀子·性惡》）。人生之道在於「化性起偽」（〈性惡〉），方可復歸於善。此種思想經漢代董仲舒而得到推衍，董仲舒云：「質樸之謂性，性非教化不成。」（《春秋繁露·深察名號》）。

以上簡單的回顧，說明了一點，此即：「才」與「性」二字，在魏晉之前分別使用，各具意義；其後，由於性的道德義被還原為天生義，無異於「氣性」；<sup>2</sup>才則指天賦之條件以及依此條件培養成之才幹，兩字合為一詞，成為「才性」，則用以指稱「才質之性」（牟宗三，1985，頁47）。

依牟宗三對魏初劉劭《人物志》之研究，可知「才性」有二特徵：「一，是以說明人之差別性或特殊性。」「二，此差別性皆是生命上之天定者，此足以說明人格價值之不等，亦足以說明天才之實有。」（牟宗三，1985，頁50）<sup>3</sup>依此二特徵可開出對

<sup>1</sup> 有關儒家的人性觀，傅佩榮已有系統的解釋，詳見傅佩榮（1993）第三章〈人性向善論〉、第四章〈擇善固執論〉。

<sup>2</sup> 有關「氣性」之討論，參見牟宗三（1985）第一章第一節〈綜述「用氣為性」所函之各種特徵〉、第二節〈「氣性」善惡之分解的展示：諸義並立〉。

<sup>3</sup> 有關《人物志》在漢晉之際思想史上的意義，另可參見錢穆（1985）；余英時（1980，頁236-244）；湯用彤（1984）。

人物品鑒之美學境界。這是魏晉時代的創新之見。

第二，除了上述思想傳承的演變發展之外，漢魏之際政治、社會、道德思想之變革，亦為考察才性論發展的重要因素。<sup>4</sup> 首開風氣之先，係曹操於建安年間發佈的求才三令，強調「唯才是舉」；「負污辱之名，見笑之行，或不仁不孝而有治國用兵之術。其各舉所知，勿有所遺。」<sup>5</sup> 此種重才輕德的思想，引起新思潮，使知識分子深入省思「才性」問題<sup>6</sup>。不過，此時所論之才性，其意義又有新的轉折。唐長孺特別由政治意義的角度反省其時所謂「才性四本」的爭論，推測其內容如後：

大概論同異者在於『才』、『性』二名辭的解釋。主同者以本質釋性，以本質之表現在外者為才，這也就是較傳統的說法；主異者以操行釋性，以才能釋才，也就是王充的說法；其論『合』與『離』者首先承認性指操行，才指才能，然後討論二者的關係。（唐長孺，1957，頁300）

依此觀之，其時對「才」的看法較無差異，主要用以指稱「表現於外的才能」；然而對「性」的看法則分歧為：或指稱天生的本質，或指稱操行而言。此兩種對「性」的理解，皆有傳統思想為其依據，而在《世說新語》中亦有明顯的相應的使用。

綜合而論，「人才」觀念大興，無疑是魏晉時代的創新之處。關於此說，蕭艾的六點觀察相當完備，他指出：「一，人才受到社會的普遍重視。二，掌管用人之權的吏部，成為政府機構的極重要部門。三，人才出仕當官倒在其次，而以得到較好的品題為高。四，人物品題上，才性範圍比以往擴大了，尤其是突出了器局、風範。五，對人物的品第，影響及於文學藝術領域。六，綜合或概括這一時代對人才問題的議論，提高為理論，從而出現了有關人才的論著。」（蕭艾，1992，頁263-269）此六點觀察相當準確地說明魏晉時代所開展的新風潮。

第三，人的個性受到肯定，自我意識逐漸鮮明。新的才性觀強調差別性，對於個人天生的「性」或後天的「才」所具有的一切條件，皆能由自然稟受的角度去理解，

<sup>4</sup> 有關此點，陳寅恪（1974）論之甚詳。

<sup>5</sup> 註見《三國志·魏書·武帝紀》卷一。又，唐長孺持論亦以為才性論與實際的政治選舉制度有關，並通過漢魏之際批判名教的思潮，以分析才性論的政治意義。參見唐長孺（1957）。

<sup>6</sup> 如〈文學〉五劉孝標《注》引《魏志》曰：「會論才性同異，傳於世。四本者：言才性同，才性異，才性合，才性離也。尚書傳嘏論同，中書令李豐論異，侍郎鍾會論合，屯騎校尉王廣論離。文多不載。」。而依才性以品題人物，又有諸多評論著作。湯用彤以為人物評論成為專門之學事在曹魏之世，又以探求人事之原理，事始魏初（湯用彤，1984）。然余英時持論以為思想發展之階段未必盡與政治發展相符合，而以郭林宗為人倫識鑒之始余英時（1980，頁239-243）。余先生所考，頗盡真相，自郭林宗倡其風，下逮曹魏，人物品評之作蔚為流行，觀《隋書·經籍志》（卷三四）子部名家類載梁代所著錄有關人物評論之作，可見一斑。

從而較易使人注意個體自我，<sup>7</sup> 而不再勉強以一定的或統一的價值觀衡量自己。《世說新語》有段生動的記載：

桓公少與殷侯齊名，常有競心。桓問殷：「卿何如我？」殷云：「我與我周旋久，寧作我。」（〈品藻〉三五）

關於此段，《晉書·殷浩傳》（卷七七）所載，稍有不同：「我與君周旋久，寧作我也。」<sup>8</sup> 若取《世說新語》所記，意即「我與自己打交道很久了，還是寧可作我。」如依《晉書·殷浩傳》所記，則是「我與你打交道很久了，還是寧可作我。」就全文語意而論，兩者皆有理趣：我了解自己，同時我也了解你；兩者並觀，要我選擇作你還是作我，我寧可選擇作我自己。可以欣賞自己擁有的一切，而不必欣羨他人。此種對自我的肯定是魏晉時代的一大特色。

其次，隨著自我與個性的開展，人的行事風格亦可以各具特色，有如「萬物並行而不相悖」，由此可以化解社會中既成觀念的規範之壓力。例如，《世說新語》另有一則記載：

王太尉不與庾子嵩交，庾卿之不置。王曰：『君不得為爾。』庾曰：『卿自君我，我自卿卿；我自用法，卿自用卿法。』（〈方正〉二〇）

此則內容詼諧有趣。庾子嵩不論王太尉是否理會，依然喜以親暱的「卿」稱呼他。即使王稱他「君」，以示距離；庾子嵩仍舊堅持稱王為「卿」，並且道出「我自用法，卿自用卿法」此句擲地有聲的名言。大家各行其是，不必相強，此為尊重及發揮個性的表現。

基於以上三個因素，我們可以預期魏晉其時對於「人」的審美必有一番新穎的面貌。本以《世說新語》為主要材料，討論魏晉士人的「才性之美」，分為四節，依序探討：一，敏捷的才思；二，卓越的才能；三，鮮明的個性；四，純真的品性。

<sup>7</sup> 余英時指出：「人物評論與個性自覺本是互為因果之二事。蓋個體之發展必已臻相當成熟之境，人物評論始能愈析愈精而成為專門之學，此其所以盛於東漢中葉以後之故也。但另一方面，『人倫鑒識』之發展亦極有助於個人意識之成長。」並就第二點所言加以申論（余英時，1980，頁237）。

<sup>8</sup> 楊勇《世說新語校箋》謂：「推其語意，則以《晉書》為佳也。」（楊勇，1975，頁393）。

## 貳、敏捷的才思

魏晉時人雅尚清談，對於敏捷的才思極為重視。一般而言，才思表現於言語上，亦表現於行文上。

以言語為例，我們見到：

桓南郡與殷荊州共談，每相攻難，年餘後，但一兩番。桓自嘆才思轉退，殷云：「此乃是君轉解。」（〈文學〉六五）

桓玄好談玄理，平素功力與殷仲堪不相伯仲，後來漸感不如，乃自嘆「才思轉退」。此種才思並非具體的任事才能，也與個人功業無關，而是純以清談之際言語的表現為其判準。

再以行文為例，以才思敏捷著稱的，首推曹植「七步詩」的故事：

文帝嘗令東阿王七步中作詩，不成者行大法。應聲便為詩曰：『煮豆持作羹，漉菽以為汁。萁在釜下然，豆在釜中泣。本自同根生，相煎何太急。』帝深有慚色。（〈文學〉六六）

曹植才思，有如電光石火，應聲便為詩，且全詩內容與當下場景、人物關係、心中感受全然配合，寓意深刻，無懈可擊。結果不僅保全自己生命，亦使曹丕「深有愧色」。

類似此種描寫才思的例子，《世說新語》中為數不少。為了便於說明，以下試就三個重點分別述之：

### 一、記憶與應用

《世說新語》列有「夙惠」一門，所載皆為年幼孩童驚人的聰明表現。其中述及過人的記憶力，以如下一段最為傳神：

司空顧和與時賢共清言。張玄之、顧敷是中外孫，年並七歲，在牀邊戲。于時聞語，神情如不相屬。暝於燈下，二兒共敘主客之言，都無遺失。顧公越席而提其耳曰：『不意袁宗復生此寶！』（〈夙惠〉四）



一對七歲幼童，且遊戲且聽長輩「清言」，此清言關涉玄理，非僅泛泛生活瑣事閒談，自非孩童理解能力所及，而二童卻能僅憑口耳相傳，便默記心中，「過耳不忘」，然後歷歷重述，「都無遺失」。聰慧如此，著實令人驚訝。

稍遜一籌但依然傑出者，則為陳寔二子元方與季方。〈夙惠〉一載陳太丘與賓客「論議」，元方、季方依囑作炊，卻分神「竊聽」，以致「炊忘著箸，飯落釜中，」；太丘問其故，得知二子竊聽，便以內容相詢，結果「二子俱說，更相易奪，言無遺失。」（〈夙惠〉一）。

「論議」範圍可能涉及時事，加上個人的批評，因此更難熟記。不意稚幼二子竟能互相補充，遍記所有談話內容。此種能力或與家庭教育及環境有關，其時士人子弟自幼熟讀經典，固然不足為奇，但若能自由加以應用，則屬才思的表現。此種例子較多，試看：

謝仁祖年八歲，謝豫章將送客。爾時語已神悟，自參上流。諸人咸共嘆之，曰：『年少一坐之顏回。』仁祖曰：『坐無尼父，焉別顏回？』（〈言語〉四六）

八歲小孩與人談話，充分顯示敏捷才思，以致「自參上流」，足以置身名流之中。大人稱嘆，譽為「顏回」，亦即孔子門下首座弟子，原為嘉許其傑出表現，不意謝尚竟隨口反問：「在坐沒有孔子，又怎能識別誰是顏回？」此句反問顯示謝尚童心未泯，更顯示他充滿自信，不願因年幼而被眾人視為後生晚輩。

## 二、想像與推演

想像與推演能力亦為才思的重要表現。與記憶及應用的不同之處，在於並無明確的答案可供參酌。試看：

徐孺子年九歲，嘗月下戲。人語之曰：『若令月中無物，當極明邪？』徐曰：『不然。譬如人眼中有瞳子，無此必不明。（〈言語〉二）

時人相信月中有蟾蜍，若無此物，月將更明亮嗎？九歲的孺子居然能知以人眼相比擬，由黑色的瞳子，突顯出白色部分的明亮。此種比擬並無科學根據，並且比例上也大有差距，但若以黑白對照而更顯明亮此一觀念而言，卻不可否認徐孺子想像力的傑出。其次，再看：

梁國楊氏子，九歲，甚聰慧。孔君平詣其父，父不在，乃呼兒出。為設果，果有楊梅，孔指以示兒曰：『此是君家果。』兒應聲答曰：『未聞孔雀是夫子家禽。』（〈言語〉四三）

孔君平對楊氏子戲言，<sup>9</sup>謂「楊梅」為楊家的水果；孰料九歲童子隨口便答：「沒聽說孔雀是你們孔家的家禽。」此段對話妙處在於：假如戲言並非出於孔君平或孔姓人氏之口，楊氏子又將如何回答？或者正因事有湊巧，始能傳下此段令人拍案的對話。想像與推廣的極致，則非孔融的表現莫屬：

孔文舉年十歲，隨父到洛。時李元禮有盛名，為司隸校尉。詣門者皆俊才清稱及中表親戚乃通。文舉至門，謂史曰：『我是李府君親。』既通，前坐。元禮問曰：『君與僕有何親？』對曰：『昔先君仲尼與君先人伯陽有師資之尊，是僕與君奕世為通好也。』元禮及賓客莫不奇之。太中大夫陳韙後至，人以其語語之，韙曰：『小時了了，大未必佳。』文舉曰：『想君小時，必當了了。』韙大踧踖。（〈言語三〉）

十歲的孔融竟能上溯孔子問禮於李耳的一段傳說，藉此拉近孔、李二家的關係，此已屬想像的高度表現。更況此段比附同時也暗示孔融所拜訪的李元禮扮演了李耳的前輩角色，而融為孔家後代，亦未嘗不可自比於孔子。倘若此段比擬係孔融在往訪的路上刻意準備，事先設想，則其稍後面對陳韙的批評—「小時了了，大未必佳」，事出意表，毫無準備餘地，必須立即回應，而孔融的回應亦出於迅捷而準確的想像，可謂「以其人之道還治其人之身」，以「想君小時，必當了了」一語，明示陳韙「大未必佳」，實不足多論。

### 三、判斷與論辯

在記憶力與想像力之外，另有出乎直覺一般的判斷力，亦深值嘉嘆。試看：

王戎七歲，嘗與諸小兒遊。看道邊李樹多子折枝。諸兒競走取之，唯戎不動。人問之，答曰：『樹在道邊而多子，此必苦李。』取之，信然。（〈雅量〉四）

<sup>9</sup> 〈言語〉四三余嘉錫《世說新語箋疏》引敦煌本《殘類書》云：「楊德祖少時與孔融對食梅。融戲曰：『此君家菜。』祖曰：『孔雀豈夫子家禽？』」蓋一事而傳聞異辭。

王戎神理，由此判斷可知。倘若李子不苦，豈有長在路邊而能結實多子？既然路人不採食李子，則其味必苦，何必爭取？對於李子的判斷即使有誤，損失不致太大，但若關於己身安危的判斷，便不可掉以輕心。試看：

魏明帝於宣武場上斷虎爪牙，縱百姓觀之。王戎七歲，亦往看。虎承閒攀欄而吼，其聲震地，觀者無不辟易顛仆。戎湛然不動，了無恐色。（〈雅量〉五）

七歲王戎一語不發，卻以其鎮定反應說明他的正確判斷，亦即：若有危險，早已發生；若無危險，何必恐慌？對於自身處境安危的判斷，能臻於此種精密準確的程度，實非常人所可想像。

在《世說新語》一書中，年齡最小的天才應屬孔融二子：

孔文舉有二子，大者六歲，小者五歲。晝日，父眠，小者牀頭盜酒，飲之。大兒謂曰：『何以不拜？』答曰：『偷，那得行禮。』」（〈言語〉四）

此則故事，另見於〈言語〉一二，惟主角係鍾繇二子，且情節更趨詳細：

鍾毓兄弟小特，值父晝寢，因共偷服藥酒。其父時覺，且託寐以觀之。毓拜而後飲，會飲而不拜。既而問毓何以拜？毓曰：『酒以成禮，不敢不拜。』又問會何以不拜，會曰：『偷本非禮，所以不拜。』

二則記載或即一事<sup>10</sup>，而傳聞異辭，然不論主角誰屬，兩位幼子對自己行為的判斷與辯解，卻是令人矚目。

另一則關於「日遠」與「日近」的記載，更是小孩的機智表演。晉明帝數歲時，父親元帝在某一場合問他：是長安遠還是太陽遠？明帝起初回答「日遠」，因為「不聞人從日邊來」。待元帝集群臣宴會，當眾再度詢問明帝，明帝卻改口「日近」，因為「舉目見日，不見長安。」（〈夙惠〉三。此或出於激勵群臣戮力王室，故另作說辭，然以數歲孩童，作此判斷，亦足顯示其人靈敏的機智。

相應於本節開頭所引的「七步詩」，在此我們亦引另一段記載，說明才思理應受人贊嘆：

<sup>10</sup> 參見〈言語〉一二（余嘉錫，1989）。

王東亭到桓公吏，既伏閣下，桓令人竊取其白事。東亭即於閣下更作，無復向一字。（〈文學〉九五）

桓溫意欲試探王珣才思，派人偷走王珣擬好的呈文；王珣「即於閣下更作」，援筆順手而寫，竟無一字與原先呈文重複。《世說新語》收錄不少此類資料，足見時人對於「敏捷的才思」之欣賞。由才思轉到才能，自然有其連貫之處，以下試論「卓越的才能」。

## 參、卓越的才能

魏晉時代深重人才，對人才的品藻也能擺脫傳統的道德框架，使其在實際的經世致用中得以受到肯定。人才落實於政治領域中，本無關乎審美品味，但是一方面「人盡其才」是不易企及的理想，另一方面即使是未盡之才亦有可值贊賞者，因此本節擬以「卓越的才能」為題，剖析《世說新語》對人才的想法。

### 一、雄才大略

處於亂世之中，政治領袖的雄才大略是左右大局的關鍵。曹操當權時，以「唯才是舉」為號召，其人自身亦非等閒之輩。試看：

曹公少時見喬玄，玄謂曰：『天下方亂，群雄虎爭，撥而理之，非君乎？然君實亂世之英雄，治世之姦賊！恨吾老矣，不見君富貴，當以子孫相累。』（〈識鑒〉一）

「亂世之英雄，治世之姦賊」一語，孫盛《雜語》另作「治世之能臣，亂世之姦雄」<sup>11</sup>，二者皆肯定曹操之才能不屬平凡之輩，同時也突顯出「英雄」一格內涵，並非首重傳統儒家道德判斷，而在於聰明秀出與膽力過人。與他同時的劉備，亦非泛泛：

曹公問裴潛曰：『卿昔與劉備共在荊州，卿以備才如何？』潛曰：『使居中國，能亂人，不能為治。若乘邊守險，足為一方之主。』（〈識鑒〉二）

<sup>11</sup> 參見〈識鑒〉一劉孝標《注》引。

就才論才，魏晉時代品評之風盛行。例證甚多，如諸葛瑾一家三兄弟，各有長才，獲得品評如下：

諸葛瑾弟亮及從弟誕，並有盛名，各在一國。于時以為『蜀得其龍，吳得其虎，魏得其狗。』誕在魏，與夏侯玄齊名；瑾在吳，吳朝服其弘量。（〈品藻〉四）

依其才能順位，則諸葛亮是龍，瑾是虎，誕是狗；然於治國皆有其能。此種對人才的嚮往，以生動方式表現於下述一段記載：

桓宣武平蜀，集參僚置酒於李勢殿，巴蜀縉紳，莫不來萃。桓既素有雄情爽氣，加爾日音調英發，敘古今成敗由人，存亡繫才。其狀磊落，一坐歎賞。既散，諸人追味餘言。于時尋陽周馥曰：『恨卿輩不見王大將軍！』（〈豪爽〉八）

此段內容有三個重點。一是桓溫所言「成敗由人，存亡繫才」，確是當時流行的思潮<sup>12</sup>，乘勢而言，更顯其理。二是桓溫本人「雄情爽氣」「音調英發」，說話神情「其狀磊落」，使得「一坐歎賞」。三是周馥所補充「恨卿輩不見王大將軍」，意指王敦的英雄氣概較桓溫有過之而無不及。關於王敦，《世說》有段文字載其年少故事，可為參考：

王大將軍年少時，舊有田舍名，語音亦楚。武帝喚時賢共言伎藝事，人皆多有所知，唯王都無所關，意色殊惡。自言知打鼓吹，帝令取鼓與之。於坐振袖而起，揚槌奮擊，音節諧捷，神氣豪上，傍若無人，舉坐嘆其雄爽。（〈豪爽〉一）

單就區區一鄉下青年在晉武帝面前表演打鼓時，得以「神氣豪上，傍若無人」，便足以令人驚訝其膽量。其時，「舉坐嘆其雄爽」，見到王敦的表現，自不免贊嘆其過人才幹。

## 二、慧眼識人

《世說新語》固然描述各種人才，但對於識才之人更以明顯的篇章及語氣深致贊美。

<sup>12</sup> 在東晉門閥社會日益腐朽之際，一些不甘沈沒、深具傳統入世精神的士族人物，企圖強化集權政治，改革諸多弊端，扭轉門閥政治的發展趨向，一變東晉之初王導的「憤憤之政」，其代表人物如庾亮、庾冰、庾翼兄弟與桓溫等。有關此點，詳可參見〈試論東晉中期門閥政治的演化—圍繞桓溫專權的研究〉，收入《六朝史論集》（黃山書社出版）。

何充任會稽太守時，其主簿想為他減省勞煩，謝絕一般訪客。虞存說「若得門庭長如郭林宗者，當如所白，汝何處得此人！」（〈政事〉一七）意指若能得到郭林宗者流為他挑選人才，則自然不須如此勞損。郭林宗為一人物評論專家，人倫鑒識之學，開始於郭林宗，<sup>13</sup>郭以才性之高下品鑒人物，故「天下言拔士者咸稱許、郭。」（《後漢書·許劭傳》（卷五八），以致郭林宗逝世時，「自弘農函谷關以西，河內湯陰以北，二千里負笈荷擔彌路，柴車葦裝塞途，蓋有萬數來赴。」（《後漢書·郭泰傳》（卷九八）注引謝承書）虞存嚮往此種識才之人，其心態不難理解。然而，魏晉時代並非沒有此類人才。譬如：

山司徒前後選，殆周遍百官，舉無失才。凡所題目，皆如其言。唯用陸亮，是詔所用，與公意異，爭之，不從。亮亦尋為賄敗。（〈政事〉七）

如山濤此種識才之人，可謂得君行道，為國舉才。另外，在〈識鑒〉一篇中列舉個別識才的事例尚多，其中有一則不僅談及識才，且兼及「外舉不避仇」，終能保衛國家。其文如後：

郗超與謝玄不善。苻堅將問晉鼎，既已狼噬梁、岐，又虎視淮陰矣。于時朝議遣玄北討，人間頗有異同之論。唯超曰：『是必濟事。吾昔嘗與共在桓宣武府，見使才皆盡，雖履屐之間，亦得其任。以此推之，容必能立勳。』元功既舉，時人咸嘆超之先覺，又重其不以愛憎匿善。（〈識鑒〉二二）

前一則提及山濤「舉無失才」，此則言謝玄「使才皆盡」，均為難得的識才之人。善知人者觀人於微，由平居動靜之間可知人才，郗超即因謝玄能識才及使才，進而肯定謝玄可以打勝仗。由此觀之，郗超亦是識才之人，至於「不以愛憎匿善」，則是另一種高度的修養。

換言之，識才之人固然可以識才，而其自身也成為受人欣賞的對象。《世說新語》對識才之人的贊賞是顯而易見的事實。譬如：

戴安道年十餘歲，在瓦官寺畫。王長史見之，曰：『此童非徒能畫，亦終當致名。恨吾老，不見其盛時耳！』（〈識鑒〉一七）

<sup>13</sup> 〈政事〉一七劉孝標《注》引《泰別傳》：「泰字林宗，有人倫鑒識。題品海內之士，或在幼童，或在里肆，後皆成英彥六十餘人。」關於郭林宗的人倫鑒識，余英時論之甚詳（余英時，1980，頁239-243）。

此段文字固然令人期許戴安道未來的成就，但更令人欣賞的，則是王長史的識人之才。王長史有感於年歲不逮，無法見到戴安道他日的成就，因而喟嘆。此種胸懷與言語不正是「人才之美」的重要內涵嗎？

### 三、各顯才華

魏晉時代人才輩出，各顯英姿。依才而顯之美，無疑較之徒憑美形更持久，且更為人所肯定。以著名的「竹林七賢」為例，其後代亦有美名：

林下諸賢，各有儁才子：籍子渾，器量弘曠；康子緒，清遠雅正；濤子簡，疏通高素；咸子瞻，虛夷有遠志；瞻弟孚，爽朗多所遺；秀子純、悌，並令淑有清流；戎子萬子，有大成之風，苗而不秀；唯伶子無聞。凡此諸子，唯瞻為冠，紹、簡亦見重當世。（〈賞譽〉二九）

此則所謂「儁才子」，係指具有俊才條件的兒子。其中所用的七種形容詞，已接近本文下節所將探討的「鮮明的個性」。此因才能與個性自有其內在聯繫，本不應一分為二之故。不過，此處既然以「俊才」名之，亦即特別側重其表現於外之才能而言，否則不致以「無聞」一詞形容劉伶之子。

有「俊才」之稱者不在少數，如郭象（〈賞譽〉二六），王平子（〈賞譽〉四五），王彌（〈賞譽〉一五二）等。此外，另有幾個與「才」合用之詞，如：

太傅有三才：劉慶孫長才，潘陽仲大才，裴景聲清才。（〈賞譽〉二八）

……時稱『馮才清，李才明，純粹邢。』（〈賞譽〉二二）

有才固為美事，但亦須其它條件配合。試看：

嵇康遊於汲郡山中，遇道士孫登，遂與之遊。康臨去，登曰：『君才則高矣，保身之道不足。』（〈棲逸〉二）

若是有才而不知如何保身，最後難免死於非命。此固然為時代的悲劇，也是個人的才能「懷璧其罪」。郭象雖有才，但被評為「為人薄行，有儁才」（〈文學〉一七）。有才無德，終將陷於困境。此一觀點在傅嘏的一席話中，以令人震撼的姿態

浮現出來。其事原委出於何晏、鄧颺、夏侯玄等想與傅嘏交往，遭到婉拒，便請荀粲代為說情。傅嘏回答荀粲時說：

『夏侯太初，志大心勞，能合虛譽，誠所謂利口覆國之人。何晏、鄧颺有為而躁，博而寡要，外好利而內無關籥，貴同惡異，多言而妬前。多言多譽，妬前無親。以吾觀之，此三賢者皆敗德之人耳！遠之猶恐罹禍，況可親之邪？』後皆如其言。（〈識鑒〉三）<sup>14</sup>

此段言論提醒我們魏晉時代固然重視人才，但若徒具才能而忽略品德，畢竟不是理想人才。魏晉時代，「名士少有全者」，此固然為亂世政權傾軋的必然現象，然而名士或人才個人的行事風格或不無關聯。在探討才思與才能之後，以下則轉為分析個性與品性此一題材。

## 肆、鮮明的個性

本文開頭曾論及對個性的肯定是魏晉時代的特色。殷浩的「寧作我」與庾子嵩的「我自用法」，無疑為當時風氣的清晰寫照。與此相近的例子另有：

桓公讀《高士傳》，至於陵仲子，便擲去，曰：『誰能作此溪刻自處！』（〈豪爽〉九）

陵仲子即陳仲子，「窮不求不義之食，曾乏糧三日，匍匐而食井李之實，三咽而後能視。……楚王聞其名，聘以為相；乃夫婦逃去，為人灌園，終身不屈其節。」（《世說新語校箋·豪爽》九引皇甫謐《高士傳》）桓溫志於追求功名與成就，如何可能欣賞陳仲子的行為？桓溫「擲書」的表現，反映出「鐘鼎山林，各有天性」，不可勉強屈己從人的思想。那麼，《世說新語》如何理解人的個性呢？

### 一、地靈人傑

關於個性之形成，除了天生的質素之外，尚可推源於環境與門風。就此而論，我們見到：

<sup>14</sup> 《世說》此則出於《傅子》。據余嘉錫（1989）所錄李慈銘、王懋竑之論，並引《魏志》為證，知此出於傅玄仇怨之辭。然何晏、鄧颺固一時名士，但鼓扇虛浮，終究不無罪過（余嘉錫，1989，頁385-388）。



王武子、孫子荊各言其土地人物之美。王云：『其地坦而平，其水淡而清，其人廉且貞。』孫云：『其山靠嵬以嵯峨，其水汜濶而揚波，其人磊砢而英多。』（〈言語〉二四）

在此，所謂「其人廉且貞」與「其人磊砢而英多」，特就地靈人傑而言。然而，此只能僅就當地社會的一般風氣而論，也可能造就一般百姓的性格，而不足以突顯個別人物的個性。

另外則有主張個性受環境影響。如：

石崇每與王敦入學戲，見顏、原象而歎曰：『若與同升孔堂，去人何必有間！』王曰：『不知餘人云何？子貢去卿差近。』石正色云：『士當令身名俱泰，何至以甕牖語人！』（〈汰侈〉一〇）

此段言論要點有二：其一，石崇認為自己如果也在孔子門下求學，則其一生際遇大概與顏淵、原憲相若，雖有道德，但亦不免貧苦度日。此表示石崇以為老師與環境風氣會影響個人的性格與遭遇。其二，石崇個人的人生觀是「身名俱泰」，亦即「生活舒適、名聲廣傳」，此與儒家的重德思想頗有差距。再看主張個性受門風影響的例子：

謝中郎云：『王脩載樂託之性，出自門風。』（〈賞譽〉一二二）

王脩載為琅邪王氏士族出身，因而承襲了豪放而不拘小節的個性，頗有大家風範。在講究士族門風的魏晉時代，此種觀念並不難理解。事實上，一個人天生的質素與後天的環境相摩相盪，才形成鮮明的個性。問題在於：魏晉時人所欣賞的是何種個性？

## 二、清通為上

首先，要對「才能」、「個性」、「品性」三個概念稍加區分。才能是表現於外的能力，品性是善良操守的基礎，個性則介於二者之間，有如聯繫的橋梁，有時亦難免有相近的性質。譬如有關謝尚的評論，便是一例：

桓宣武〈表〉云：『謝尚神懷挺率，少致民譽。』（〈賞譽〉一〇三）

世目謝尚為令達。阮遙集云：『清暢似達。』或云：『尚自然令上。』（〈賞譽〉

一〇四)

「神懷挺率」、「清暢似達」等詞，正是介於才能與品性之間，對個性所作的描寫。前文提及「才清」與「清才」二詞，可見清是對才的描寫。但是，「清」亦可用以形容個性，例如：

殷中軍道王右軍云：『逸少清貴人，吾於之甚至，一時無所後。』（〈賞譽〉八〇）

「清貴人」一詞中的「清」，既非言才能，也不指品性，卻適宜用來指稱個性。類似的用法有：

「劉尹每稱王長史云：『性至通而自然有節。』」（〈賞譽〉八七）

此處明白以「性」為對象而加以描述，所指自是個性。如果以「清」與「通」做為兩種基本的優質個性，代表兩種品評類型，則可以更清楚地說明有關人物的描述。試看：

世稱：『荀子秀出，阿興清和。』（〈賞譽〉一三七）

天錫見其（王彌）風神清令，言話如流……。（〈賞譽〉一五二）

吏部郎闕，文帝問其人於鍾會。會曰：『裴楷清通，王戎簡要，皆其選也。』於是用裴也。（〈賞譽〉五）

武元夏目裴、王曰：『戎尚約，楷清通。』（〈賞譽〉一四）

謝幼輿曰：『友人王眉子清通簡暢，嵇延祖弘雅劭長，董仲道卓犖有致度。』（〈賞譽〉三六）

王戎目阮文業：『清倫有鑒識，漢元以來，未有此人。』（〈賞譽〉一三）

山公舉阮咸為吏部郎，目曰：『清真寡欲，萬物不能移也。』（〈賞譽〉一二）

由以上七段引文，已可略見當時對個性的描述方式。像「清和」、「清令」、「清倫」、「清真」各詞，加上多次出現的「清通」，應可說明「清」與「通」二字在描述個性上的特殊地位。它們的對比使用，可借以下一例說明：

冀州刺史楊淮二子喬與髦，俱總角為成器。淮與裴頠、樂廣友善，遣見之。頠性弘方，愛喬之有高韻，謂淮曰：『喬當及卿，髦小減也。』廣性清淳，愛喬之有神檢，謂淮曰：『喬自及卿，然髦尤精出。』淮笑曰：『我二兒之優劣，乃裴、樂之優劣。』論者評之：以為喬雖高韻，而檢不匝；樂言為得，然並為後出之僞。  
(〈品藻〉七)

我們分析此段資料如下：一，「頠性弘方，愛喬之有高韻」，弘方意近於「通」，高韻偏於高雅風度。二，「廣性清淳，愛喬之有神檢」，清淳意近於「清」，神檢偏於高尚品質。三，因此，清有單純、樸實、潔淨之意；通有開朗、瀟灑、暢快之意。前者較近於道德品質，後者較近於豁達風度。如再加上第三個品評字，即為「簡」，如：簡要、簡易、尚約、寡欲等，皆屬此類。

以此三字為品評個性的基本概念，便可以進而理解其他有關人物的描寫。例如：

王丞相辟王藍田為掾，庾公問丞相：『藍田何似？』王曰：『真獨簡貴，不減父祖；然曠澹處故當不如爾。』(〈品藻〉二三)

王丞相之意，係指藍田個性清、簡，但不夠通。又如：

王孝伯道謝公：『濃至。』又曰：『長史虛，劉尹秀，謝公融。』(〈品藻〉八四)

若勉強說明上述諸詞，可以為其組合為：虛是清而簡，秀是簡而通，融是清而通。

### 三、平庸之輩

相對於上述優質的個性，我們也見到一些鮮明但平凡的個性。譬如，王夷甫的妻子「才拙而性剛」(〈規箴〉八)。個性之優劣有時相互影響，譬如前文提及王戎的個性「尚約、簡要」。此種個性演變到極端，並且落實於生活中，則成為「儉嗇」。《世說新語》列有「儉嗇」一篇，其中九則事例中有四則描寫王戎儉嗇，可見他在時人心

中的另一形象。他的儉吝不但是對一般人，即連自己的晚輩亦復如此。試看：

王戎儉吝，其從子婚，與一單衣，後更責之。（〈儉嗇〉二）<sup>15</sup>

王戎女適裴頡，貸錢數萬。女歸，戎色不說。女遽還錢，乃釋然。（〈儉嗇〉五）

王戎雖然列名於竹林七賢之中，但由於個性使然，無法真正豁達自得。依此看來，下面一則記載便不難理解：

嵇、阮、山、劉在竹林酣飲，王戎後往，步兵曰：『俗物已復來敗人意！』王笑曰：『卿輩意亦復可敗邪？』（〈排調〉四）

阮籍稱他「俗物」，應當不止排調而已，亦另有反映實情的用意，由此足見王戎個性。

再以王敦為例，其個性連石崇家的婢女都可見一二。文曰：

石崇廁常有十餘婢侍列，皆麗服藻飾。置甲煎粉、沈香汁之屬，無不畢備。又與新衣著令出。客多羞不能如廁。王大將軍往，脫故衣，著新衣，神色傲然。群婢相謂曰：『此客必能作賊！』（〈汰侈〉二）

王敦一副肆無忌憚的姿態，故婢女們相互推測其人日後必為亂臣賊子。此種鮮明的個性出於天賦，大概並非後天的修養所能全然化解。

前文亦提及王丞相對王藍田的評語為「真獨簡貴」但不夠「曠澹」。藍田個性何止不夠曠澹，簡直還十分躁急，「王藍田食雞子」的故事，可為證明（〈忿狷〉二）。

以上所述，皆為《世說新語》中，有關鮮明的個性的例證。孟子云：「夫物之不齊，物之情也。」（《孟子·滕文公上》），人又何嘗不是如此？但是，正因人人個性不同，才共同組合為一豐富而有趣的社會生活。純由審美眼光來看，任何個性都有值得欣賞之處，也都有它在實際生活中的偏曲表現。若欲使個性接受教化，則須首先辨明其中屬於「品性」的成分。以下即就此而論。

<sup>15</sup> 〈儉嗇〉二劉孝標《注》引王隱《晉書》曰：「戎性至儉，不能自奉養，財不出外，天下人謂為膏肓之疾」。

## 伍、純真的品性

人的天賦本性除了表現為鮮明的個性之外，是否尚有具備道德涵義或道德傾向的品性呢？儒家對此一問題的答覆是肯定的，但是對其真實內涵卻有各種不同的理解。演變到魏晉時代，才性觀念展現新的面貌，如本文稍前所述，可知其中亦有以「性」指稱操守、德行之意旨。此種人性觀念的端倪可以說明魏晉時人對人性比較樂觀的看法。理論上，若不先肯定人的純真品性中有善行的萌芽，便很難普遍論斷教化與德行的必要性，此或許正是儒家思想對後代心靈潛移默化所造成的一種影響。

### 一、以「真」為其基礎

人性之「真」，係指內外一致而言，它可以是毫無掩飾、直率地表現個性，也可以是發乎本心、直接感通人我關係，由此顯示真誠的自我。《世說新語》中，使用「真」字描述性格的地方不多，但無疑都帶有高度讚賞的意味。譬如，前文兩度提及的王藍田，曾被評為「真獨簡貴」，又被目為躁急過人。他的「真」，直接表現為個性上的躁急，但是依然受到時人的推崇。試看：

謝公稱藍田：『掇皮皆真。』（〈賞譽〉七八）

謝安之意，係指王藍田此人若揭去外表，裡面則是一片純真。王藍田的才華與學識在高手如雲的名士中並不突出，卻能以其「真」而受謝安稱許，可見當時對於「真」之重視。再看：

簡文道王懷祖：『才既不長，於榮利又不淡；直以真率少許，便足對人多多許。』（〈賞譽〉九一）

王懷祖正是王藍田，簡文帝對他相當了解，認為藍田雖不完美，但是，「直以真率少許」，只要以他的一點點真率，便足以抵過別人的許多優點。

在品藻人物時，「真」的評價如何呢？試看以下一段記載：

過江初，拜官，輿飾供饌。羊曼拜丹陽尹，客來蚤者，並得佳設。日晏漸罄，不復及精，隨客早晚，不問貴賤。羊固拜臨海，竟日皆美供。雖晚至，亦獲盛饌。時論以固之豐華，不如曼之真率。（〈雅量〉二〇）

真率優於豐華，此為「時論」的意見，正自反映了時人的共識，亦即對「真」之重視。以真為基礎所表現的操守，正是為人處事的根本原則。試看：

殷仲堪既為荊州，值水儉，食常五盃盤，外無餘餽，飯粒脫落盤席間，輒拾以噉之。雖欲率物，亦緣其性真素。每語子弟云：『勿以我受任方州，云我豁平昔時意，今吾處之不易。貧者，士之常，焉得登其枝而捐其本？爾曹其存之！』（〈德行〉四〇）

身為荊州刺史，殷仲堪用餐時掉了飯粒，仍拾起來食用，此雖旨於表率子弟，同時也由於「其性真素」。也正由於「其性真素」，所以可以堅持原則，保持「貧者，士之常」的理想。由此再進一步，則是入德之門了。

## 二、以「正」為方向

正是正直，直其道而行。孔子云：「人之生也直，罔之生也幸而免。」（《論語·雍也》）。若是依循真誠所指示的路走去，即是正直。人活著，應當正直；若無正直，則人的生存唯有憑靠僥倖始得以免去災禍。此種思想牽涉了相當複雜的背景，並且孔子的原意並不十分清楚。本文願意指出的是，在人的純真品性中，「正」是明確的方向，魏晉時人對此亦表現了欣賞的態度。但是，由於本文將品性界定為介於個性與教化之間的環節，可以詳述的資料不多。以《世說新語》為例，其中偶有反映對「正」的贊賞。例如：

孫休好射雉，至其時，則晨去夕反，群臣莫不止諫：『此為小物，何足甚耽！』休曰：『雖為小物，耿介過人，朕所以好之。』（〈規箴〉四）

孫休為三國時吳國孫權六子，後登位稱帝。他對射雉十分著迷，一到狩獵季節，便「晨去夕反」。群臣止諫，勸他稍加節制，他卻答以：由於雉「耿介過人」，所以他特別愛好。言下之意，似乎孫休獵雉，不為雉本身，而是純為欣賞雉的行為特質；並且，此種特質「耿介過人」，比人更為「耿介」。換言之，耿介或正直不阿，應當是人的品性表現，人若不正直，便將遭受批評。以人的行為表現來看，亦有一例：

王右軍目陳玄伯：『壘塊有正骨。』（〈賞譽〉一〇八）

陳玄伯在司馬昭篡位成功之後，力主誅除佐助篡位的賈充以謝天下，司馬昭要他

另謀他計，陳玄伯認為別無他途。其後，陳玄伯「歸而自殺」。王右軍評論陳玄伯內心深積憤慨，但有正直的骨氣。此種正骨便是純真品性的表現。再看另一則事例：

晉武帝時，荀勗為中書監，和嶠為令。故事，監、令由來共車。嶠性雅正，常疾勗詔諛。後公車來，嶠便登，正向前坐，不復容勗，勗方更覓車，然後得去。監、令各給車自此始。（〈方正〉一四）

和嶠在此被描述為「性雅正」，此「性」當指「品性」而非「個性」。有雅正之性，方不屑與諂諛之徒為友，同時要做到絕不「匿怨而友其人」（《論語·公冶長》）。此種雅正之性不容許自己委屈心中正骨，同時可以進一步邁向德行之路。關於「雅正」一詞，《王長史別傳》有幾句相關的話可以參考：「弱冠檢尚，風流雅正，外絕榮競，內寡私欲。」（《世說新語箋疏·言語》六六劉孝標注引）因此，若以「雅正」做為德行操守之先決條件，應當可以理解。

### 三、以仁孝為初步表現

在達致道德教化的層次之前，人的品性其初步表現是什麼？孟子有「良知良能」之說，標舉「孝弟」為其內涵（《孟子·盡心上》），其中尤以「孝」受到明顯的強調。依此而論，便可以肯定一個人「性至孝」。我們在《世說新語》中可以找到此種用法的例子。譬如：

夏侯湛作《周詩》成，示潘安仁，安仁曰：『此非徒溫雅，乃別見孝悌之性。』潘因此遂作《家風詩》。（〈文學〉七一）

此所謂「孝悌之性」，係指品性之初步表現而言，是「孝悌之行」的前提。以「孝」描寫一人之品性，則有：

祖光祿少孤貧，性至孝，常自為母炊爨作食。……（〈德行〉二六）

以「至孝」形容祖光祿之「性」，顯然係根據其具體孝行表現。有孝行而又推之於「性」，則此「性」自是純真品性中傾向於善者。

除了以「孝」做為品性主要的初步表現外，亦可由小孩出乎真情的「仁心」來發現此一品性。譬如：

謝奕作剡令，有一老翁犯法，謝以醇酒罰之，乃至過醉，而猶未已。太傅時年七、八歲，著青布袴在兄膝邊坐，諫曰：『阿兄！老翁可念，何可作此？』奕於是改容曰：『阿奴放去邪？』遂遣之。（〈德行〉三三）

謝安七、八歲時，見老翁受罰而覺不忍，說出「老翁可念」一語，此純然為一片仁心的表現。在此所謂的「仁」，主要是指不忍之心而言。有此一念之仁，便能開展人倫之美。

## 陸、結論

總結以上各節，本文所論的「才性之美」，並未專就「才性」一詞的玄理部分進行探討，而是根據《世說新語》書中的具體資料，並依魏晉時人對才與性分別使用的情形，就其中值得欣賞贊嘆的部分，歸納出基本的觀點。才性之美，美在人的內在力量之卓越不凡，未經雕琢與教化便自成格局，足以留存為令人欣賞之典型。以「才」而言，敏捷的才思與卓越的才能，尚未涉及具體的成就與事功，但無疑是日後不凡表現的基礎。此種才思與才能往往得自天賦，歸於造化之奇，可為審美之對象。然後，以「性」而言，鮮明的個性與純真的品性，是「才」以外的另一種天賦。其中，個性配合才思與才能，可以發展為風格、風度、風流，彰顯為風度之美；而品性則是天性中傾向於道德教化的一面，我們歸納出「真」、「正」、「仁孝」三種特質，其具體表現則接近人倫之美了。

## 參考文獻

- 江蘇省六朝史研究會編（1993）。**六朝史論集**。黃山書社。
- 牟宗三（1985）。**才性與玄理**。學生。
- 余英時（1980）。**中國知識階層史論**。聯經。
- 余嘉錫（1989）。**世說新語箋疏**。華正。
- 唐長孺（1957）。**魏晉南北朝史論叢**。三聯。
- 陳寅恪（1974）。**陳恪先生論文集（一）**。三人行。
- 傅佩榮（1993）。**儒家哲學新論**。業強。
- 湯用彤（1984）。**魏晉思想（甲編五種）**。里仁。
- 楊勇（1970）。**世說新語校箋**。明倫。
- 蕭艾（1992）。**世說探幽**。湖南。
- 錢穆（1985）。**中國學術思想史論叢（三）**。東大。



# On the Beauty of Character for Wei-Jin Intellectuals —According to “Shih Shuo Xin Yu”

Yu-Ching, Hsu<sup>\*</sup>

## Abstract

In the Wei-Jin period, intellectuals tried to get rid of traditional ethical codes and turned their attention to the emancipation of thought. During this period, aesthetic ideas expanded to cover individual's gifted nature and special talent. This article, based on the “Shih Shuo Xin Yu”, presents the following points. First, the quick response in dialogues is noticed and the heroes are children under ten years old. Secondly, the extraordinary ability of some political leaders is highly evaluated. Thirdly, characters including genius, the talented, and common people are analyzed. Finally, the connection between character and cultivation is emphasized.

**Keywords:** The Beauty of Character, Gifted Nature, Special Talent, Cultivation

---

<sup>\*</sup> Associate professor, Department of Applied Chinese, Ming Chuan University

# 探索 2011 年 311 災後 日本社會幸福感之圖像<sup>\*</sup>

黃惠華<sup>\*\*</sup> 陸德宇<sup>\*\*\*</sup>

## 摘要

2011年3月11日大地震之後，日本社會掀起一股追求快樂幸福之道，日本政府甚至將國民幸福度納入國家政策重點。本研究以大阪商業大學JGSS研究中心「2012年社會調查」（Japanese General Social Surveys, JGSS-2012）資料庫數據，採統計學研究方法多元應對分析（Multiple Correspondence Analysis, MCA），探索日本民眾幸福感與社會經濟指標，如婚姻、收入、宗教、教育、性別、健康等變數相關性。研究結果顯示，日本民眾幸福感與婚姻、教育、健康、宗教信仰、不同世代、對未來懷抱希望、參與政治、幫助社會活動具有關聯性。依照馬斯洛需求層次理論來看，311後日本民眾幸福感圖像，不但有「基本需求」；也有「成長需求」之元素。

關鍵詞：日本、幸福、多元應對分析、馬斯洛需求層次理論

---

<sup>\*</sup> 本文為當代日本研究學會2020年會暨「全球變局下的日本研究：理論與實務的反思與再造」之研討會論文

<sup>\*\*</sup> 國立中山大學政治學研究所博士生

<sup>\*\*\*</sup> 國立中山大學政治學研究所碩士生

2022年4月3日收稿；2022年4月30日修正；2022年5月1日接受刊登

## 壹、前言

古今中外哲學家、思想家與政治學家，例如阿里斯提普斯（Aristippus）、亞里斯多德（Aristotle）、盧梭（Jean-Jacques Rousseau）、貝特蘭羅素（Bertrand Russell）等哲學家，都將幸福與生活滿意度視為人類最高目標之一（Ngamaba, 2018）。

然而，根據 2011 年內閣府出版的《幸福度に關する研究会報告》（幸福指數研究會報）指出，日本的幸福感（平均值）在發達國家中最低。男性 20 歲至 45 歲；女性 10 歲至 30 歲死亡的主要原因是自殺，而 20 多歲至 30 多歲的世代，有輕生的念頭。有些中年人感到憂鬱、對工作沒有希望。更甚者是日本所特有的狀況，（所有世代中）老人的幸福指數最低。2011 年 3 月 11 日大地震海嘯損失估計約 3,120 億美元。超過 15,000 人死亡，8,000 人失蹤，數萬災民無家可歸，失去親朋好友，地震對災區造成了身心損害，這不僅使他對居住在日本的所有人都充滿了震驚和焦慮。特別是每天瞬間，何時何地見證生活黑暗的心理衝擊即使發生類似的災難，地震改變了日本人的價值觀和生活觀（內閣府經濟社會綜合研究所，2011，頁 4-5）。

根據 2009 年、2010 年日本國民日常生活滿意度調查結果，地震前日本人的幸福感排名依序是，健康、家庭關係、家計（收入／消費）。一場大地震而改變了人們對生活和幸福的看法的比例，在這樣的危機中，人與人之間「紐帶」的重要性得到了重申，對重建具有「團結感」。儘管災區分佈廣泛且交通狀況不佳，但仍有許多志工支持恢復和重建，並獲得來自全國各地的大量捐款，被認為是這種團結感的具體體現（內閣府經濟社會綜合研究所，2011，頁 5）。

經歷過 311 大災難後，日本社會掀起一股追求快樂幸福之道，日本政府甚至將國民幸福度納入國家政策重點。然而，幸福感研究需要精確定義，單從政府社會調查報告無法反映一個國家社會幸福感的指標。根據內閣府報告指出，國外研究成果適用於日本嗎？老年人快樂嗎？各指標間是否有重複或相互矛盾等問題都還沒能得到驗證，不同世代及個人幸福感的決定因素也尚待驗證（內閣府經濟社會綜合研究所，2011，頁 41）。

對此，本研究以「正向心理學」理論，同時以大阪商業大學 JGSS 研究中心「2012 年社會調查」（Japanese General Social Surveys, JGSS-2012）資料庫（Japanese General Social Survey, 2016），採取統計學研究方法「多元應對分析」（Multiple Correspondence Analysis, MCA），挑選出代表性的社會經濟指標，例如：世代、婚姻、收入、宗教、教育、健康、參與政治、社會活動等變數，試圖探索出日本民眾幸福感之圖像雛形。

## 貳、文獻探討

何謂「幸福」定義？幸福是一種深刻感覺，是一種愉悅感受。一個人的內在幸福感，有來自外部條件，例如：生活水平，健康生活，教育、旅行能力等等；內在幸福是決定幸福的因素（Ricard, 2006, p. 19）。

馬斯洛需求層次論（Maslow's Hierarchy of Needs Theory）依金字塔的由較低層次到較高層次，需求層次如下：一、生理需求；二、安全需求；三、社交需求（愛與隸屬）；四、尊嚴需求（尊重需求、自尊需求）；五、自我實現需求；六、超自我實現需求由於每個人的願望與目標不同，因此對於幸福的理解也不同。每個人都有自己的幸福觀念。對於某些人來說，是物質福祉，對於其他人來說，這是生活中感官的存在，對於其他人來說，這是許多不同因素的組合：包括積極態度、人際關係、健康等。一個人的幸福與不幸福通常取決於解決人的本性，人生的意義、目的及文化價值（McLeod, 2007）。

心理學家 M. Seligman 與 M. Csikszentmihaly 認為幸福感是在主觀層面上的個人重要經驗，包括過去擁有過的幸福、愉悅、滿足的感受；對未來抱持希望、樂觀的態度；以及當下的幸福感受。在個人層面上，一個積極人格特質特徵有：愛的能力，生活能力，勇氣，人際交往能力，審美感受以及毅力，寬恕，獨創性，靈性，才能，智慧與對未來的態度。在團體層面上，公民美德與制度，例如責任、利他主義、節制、職業道德等等，促使一個人朝著正面的生活邁進（Seligman & Csikszentmihalyi, 2000）。

Warner Wilson 強調宗教信仰是幸福的因素，其中宗教與幸福之間存在著微小但穩定的正向關係（引自 Ngamaba, 2018）。根據「世界經濟論壇」（World Economic Forum）研究發現，快樂的人心態是年輕、健康、受過良好教育、高收入、樂觀且外向的。其中感到最幸福、快樂的人傾向於有宗教、有婚姻狀態等（Ngamaba, 2018）。

政治學家 Inglehart（2000）研究發現貧窮國家的人民比富裕國家的人民傾向於：一、較不幸福；二、較有宗教信仰，因為宗教信仰可以彌補貧困問題，因此，強烈信仰宗教的低收入國家的人民比沒有宗教信仰的低收入國家的人民幸福得多（引自 Diener et al., 2010）。Lewis 等人（2005）研究發現，宗教與幸福有關時與心理健康有關；Brown 與 Tierney（2009）研究發現，發達國家與發展中國家的婦女與老年人，宗教信仰與幸福感有正向的關係。

其他社會經濟指標部分，Easterlin（1974/1995）研究指出一個人的幸福感會隨收入水平而不同，有錢人比窮人幸福。但是在 2001 年的一項研究中，收入對幸福感的影響取決於由於個人的期望與社會期望而隨時間而有所不同。Oswald（1997）發現，經濟發展為發達國家的人較為幸福。其他一些研究發現教育對幸福有影響（Castriota,

2007)。Cuñado 與 De Garcia (2012) 認為教育程度較高的人收入較高，就業機會更高，因此比較快樂。

日本民眾幸福快樂的根源又來自於哪裡？日語「生き (iki)」來自動詞「生きる (ikiru)」，也就是活著、生存等意思，「甲斐 (kai)」則是「……的價值」、「……的意義」，「生き甲斐」可以譯成「生存的意義」。“Ikigai” 定義是帶來滿足感、幸福感與意義的意思 (García et. al., 2017, p. 15.)。

日本學者 Yukiko 等人 (2009) 研究發現，日本人的幸福感來自於個人成就。Kaufman 等人 (2010) 研究發現，社會和諧對日本人的幸福更為重要。大阪大學教授山內直人提出三個幸福感主軸，一是經濟社會狀況；第二是身心健康；三是關係，包括生活方式、人際、家庭關係、社區關係等 (內閣府經濟社会総合研究所，2011，頁 9)。

## 參、研究方法

質性研究目的是歸納探究，目的是理解社會現象。量化研究目的是探討關係、影響、原因，指定變數以統計性方式進行分析。量化方法比質性缺乏人性化，較少了解個人生活史與體驗。質性方法相對量化方法能夠獲取個性化豐富資訊，反應出指定時間內變化，易於理解。本研究方法綜合運用政治學與統計分析等相關學科的知識進行實證研究 (Hwang et al., 2009; Yorulmaz, 2016)。統計學研究方法「多元對應分析」，是一種處理不同變數的資料分析技術，用於檢測顯示資料中的底層結構，此方法可以針對多個分類變數，找出這些變數之間的關聯，可從兩個變數擴展到多個變數，是一種降維方法，將原始的多維資料顯示為二維或三維空間中的點，找出不同問題的一致性 (劉正山，2018，頁 140-176)。

資料庫部分，本研究採用大阪商業大學 JGSS 研究中心「2012 年社會調查」(Japanese General Social Surveys, JGSS-2012) 資料庫，調查時間從 2012 年 2 月至 2012 年 4 月。資料於 2016 年公開釋出，有效觀察值 (N) = 4,667。此筆資料包含「社會議題」、「文化價值」等題組，可視為當前日本社會議題進行的調查中，最具效力的資料。

## 肆、研究發現

本研究變數來源除了上述文獻，同時根據《世界幸福報告》(The World Happiness Report) 挑選出幸福指標，包括幸福感、健康、收入、婚姻、教育、參與宗教活動頻率等) 重新編碼成為變數 (Helliwell et al., 2019)，並以多元對應分析 (MCA) 分析相關 13 個

變數（如表 1），進行 MCA 運算與卡方檢定（Chi-square test/Chi-Square Goodness-of-Fit Test）驗證相關性。

表 1 有關幸福快樂有關的 13 項變數

變數	程度 高	中	低
1 faith 你有宗教信仰嗎？	有 32.6% (faith_1)		沒有 67.4% (faith_0)
2 education 教育程度	高學歷 35.3% (education_1)	中學歷 47.4% (education_0.5)	低學歷 17.3% (education_0)
3 hope 對未來是否抱有希望	抱有希望 35.7% (hope_1)	還好 49.2% (hope_0.5)	沒希望 15.1% (hope_0)
4 happiness 幸福感的程度	幸福 66.5% (happiness_1)	還好 26.8% (happiness_0.5)	不幸福 6.8% (happiness_0)
5 generation 年齡	20~29 歲 12.9% (Gen2)	30~39 歲 17.1% (Gen3)	40~49 歲 16.6% (Gen4)
	50~59 歲 15.5% (Gen5)	60~69 歲 18.0% (Gen6)	70~79 歲 13.0% (Gen7)
	80~89 歲 7.0% (Gen8)		
6 gender 性別	男 51.5% (gender_1)		女 48.5% (gender_0)
7 marriage 婚姻狀態	已婚 81.5% (marriage_1)		未婚 18.5% (marriage_0)
8 health 個人健康狀況	健康 55.7% (health_1)	還好 29.3% (health_0.5)	不健康 15.0% (health_0)
9 earing 個人收入狀況	高收入 12.3% (earing_1)	中收入 55.4% (earing_0.5)	低收入 32.3% (earing_0)
10 family 家庭關係是否融洽？	融洽 59.5% (family_1)	還好 31.9% (family_0.5)	不融洽 8.6% (family_0)
11 soul 精神狀況是否健康？	良好 59.8% (soul_1)	還好 31.9% (soul_0.5)	不好 8.3% (soul_0)
12 politic 對政治的關心程度？	高 39.3% (politic_1)	還好 37.5% (politic_0.5)	不高 23.2% (politic_0)
13 society 是否想要幫助社會？	想 46.2% (society_1)	還好 39.9% (society_0.5)	不想 13.9% (society_0)

資料來源：大阪商業大學 JGSS 研究中心「2012 年社會調查」（Japanese General Social Surveys, JGSS-2012）。

## 一、MCA 運算結果

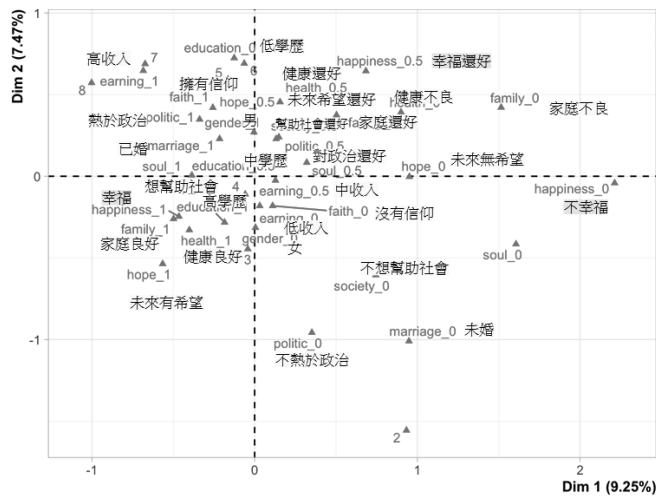


圖 1 變數類別的關係圖

資料來源：Japanese General Social Surveys (2016)。

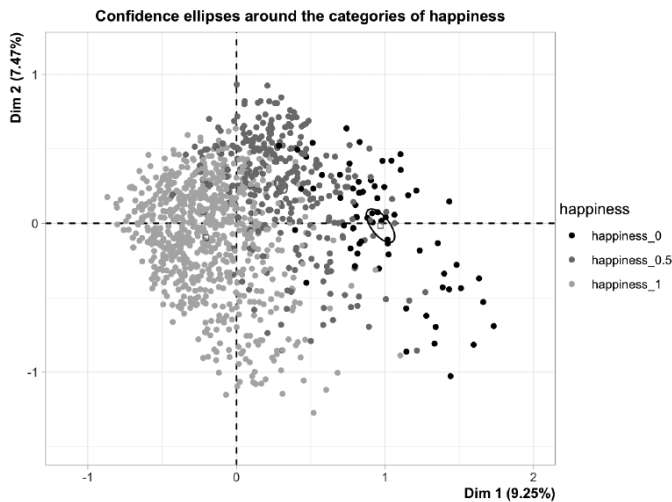


圖 2 日本民衆幸福感族群分布圖

註：，綠色部分為具有幸福感的族群分布；黑色覺得不幸福族群分布；紅色為對幸福較為無感的族群。

資料來源：Japanese General Social Surveys (2016)。

本研究以 MCA 運算結果顯示：

- (一) 覺得幸福的人 (happiness\_1)，大約是 50 歲至 89 歲的退休世代 (generation\_5,6,7,8)，這類族群多為已婚 (marriage\_1)，高學歷 (education\_1)，家庭關係和諧 (family\_1)，願意幫助社會 (society\_1)，身體健康 (health\_1)，

心理狀態健康 (soul\_1)，對未來充滿希望 (hope\_1)，對政治的關心程度高 (politic\_1)。

(二) 覺得不幸福的人 (happiness\_0)，大約是 20 歲至 39 歲的年輕世代 (generation\_2,3)，這類族群多為，未婚 (marriage\_0)，家庭關係不和諧 (family\_0)，不願意幫助社會 (society\_0)，身體不健康 (v91\_0)，心理狀態不健康 (soul\_0)，對未來充滿擔憂 (hope\_0)，對政治的關心程度低 (politic\_0)。

幸福程度較低的國民依世代所占的比例，按高低依序為 20 歲以上 29 歲以下 (第 2 世代，黑色區域) 10.9%、80 歲以上 (第 8 世代，綠色區域) 8.1%、40 歲以上 49 歲以下 (第 4 世代，青色區域) 7.8%。幸福程度中等的國民依世代排列所占的比例，按高低依序為 70 歲以上 79 歲以下 (第 7 世代，紫色區域) 30.4%、50 歲以上 59 歲以下 (第 5 世代，藍色區域) 30.2%、60 歲以上 69 歲以下 (第 6 世代) 27.7%。幸福程度較高的國民依世代排列所占的比例，按高低依序為 30 歲以上 39 歲以下 (第 3 世代，紅色區域) 72.8%、40 歲以上 49 歲以下 (第 4 世代，青色區域) 67.3%、80 歲以上 (第 8 世代，綠色區域) 66.9%。

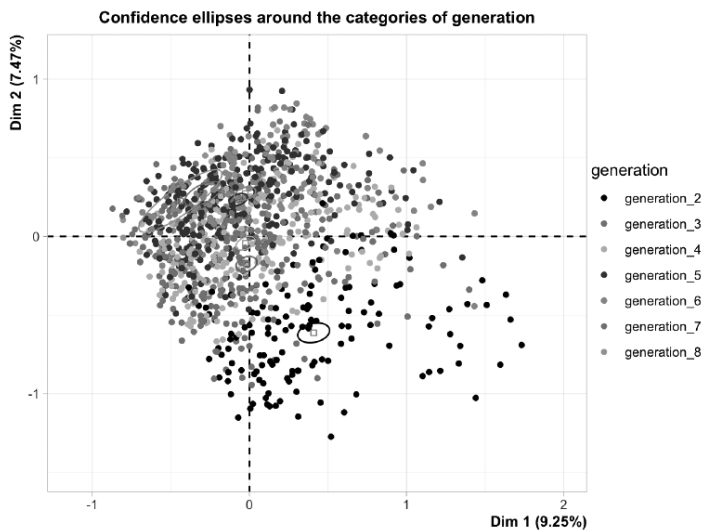


圖 3 世代分布圖

資料來源：Japanese General Social Surveys (2016)。

## 二、變數相關性探索

從圖 1 中可以看出，幸福與不幸福 (v89new\_0, v89new\_1) 與家庭和諧 (v90n)、健康 (v91)、教育程度高 (v13n\_1)，已婚 (v7n\_1)、宗教 (v29n\_1) 距離相當接近。



從圖 1 中看出幸福與不幸福 (v89new\_1) 與家庭和諧 (v90n\_1) 接近，推論一個人的快樂幸福可能與家庭和諧有關；幸福 (v89new\_1) 與健康 (v91\_1) 接近，推論一個人的快樂可能與健康有關。幸福 (v89new\_1) 與宗教信仰 (v29n\_1) 接近，推論一個人的幸福感可能與宗教信仰有關；幸福 (v89new\_1) 與已婚 (v7n\_1) 接近，推論一個人的幸福可能與婚姻有關。幸福 (v89new\_1) 與教育程度高 (v13n\_1) 接近，推論一個人的幸福可能與教育程度有關；從幸福 (v89new\_1) 與教育程度高 (v13n\_1) 相近，推論一個人的幸福可能與受教育程度有關。由 (v89new\_1) 與中高收入 (v102n\_1, v102n\_2) 相近，看見一個人的幸福可能與收入有關。對此，本研究推想以下幾點假設：

1. 家庭融洽與幸福感有關
2. 健康與幸福感有關
3. 學歷與幸福感有關
4. 收入與幸福感有關
5. 婚姻與幸福感有關
6. 宗教信仰與幸福感有關
7. 對未來有希望與幸福感有關
8. 關心政治與幸福感有關
9. 幫助社會活動與幸福感有關
10. 世代差異與幸福感受不同有關

本研究利用卡方檢定 (Chi-square test/Chi-Square Goodness-of-Fit Test) 檢驗這些變數之間的關係，其結果如下表 2 至表 11 所示：

表 2 家庭融洽與幸福程度卡方分析

幸福程度 ?	家庭關係是否融洽 ?			合計
	不融洽	還好	融洽	
不幸福	75	56	14	145
	51.7%	38.6%	9.7%	100%
	39.7%	7.8%	1%	6.3%
還好	80	385	152	617
	13%	62.4%	24.6%	100%
	42.3%	53.3%	11%	27%
幸福	34	28	1211	1526
	2.2%	18.4%	79.4%	100%
	18%	38.9%	87.9%	66.7%

幸福程度 ?	家庭關係是否融洽 ?			合計
	不融洽	還好	融洽	
合計	189	722	137	2288
	8.3%	31.6%	60.2%	100%
	100%	100%	100%	100%

$\chi^2=971.459$ ,  $df=4$ , Cramer's  $V=0.46$ ,  $p=0.000$

依表 2 結果顯示，覺得幸福的人，家庭融洽 87.9%，家庭不融洽 18%；覺得不幸福的人，家庭融洽 1%，家庭不融洽 39.7%。由此可知，日本民眾的幸福感與家庭關係具顯著性 ( $p = .000$ )，即二者具關聯性。

表 3 健康與幸福程度卡方分析

幸福程度 ?	個人健康狀況 ?			合計
	不健康	還好	健康	
不幸福	72	50	28	150
	48%	33.3%	18.7%	100%
	20.7%	7.3%	2.2%	6.5%
還好	130	275	213	618
	21%	44.5%	34.5%	100%
	37.5%	40.1%	16.6%	26.7%
幸福	145	360	1039	1544
	9.4%	23.3%	67.3%	100%
	41.8%	52.6%	81.2%	66.8%
合計	347	685	1280	2312
	15%	29.6%	55.4%	100%
	100%	100%	100%	100%

$\chi^2=348.702$ ,  $df=4$ , Cramer's  $V=0.275$ ,  $p=0.000$

依表 3 結果顯示，覺得幸福的人，健康狀況較佳者 81.2%，較不健康者 41.8%；不幸福的人，健康狀況良好者 2.2%、健康狀況不佳者 20.7%。由此可知，日本民眾的幸福與健康具顯著性 ( $p = .000$ )，即二者具關聯性。

表 4 學歷與幸福程度卡方分析

幸福程度 ?	教育程度 ?			合計
	低學歷	中學歷	高學歷	
不幸福	36	71	43	150
	24%	47.3%	28.7%	100%
	8.7%	6.3%	5.6%	6.5%
還好	125	316	176	617
	20.3%	51.2%	28.5%	100%
	30%	28.2%	23%	28.6%
幸福	255	735	547	1537
	16.6%	47.8%	35.6%	100%
	61.3%	65.5%	71.4%	66.7%
合計	416	1122	766	2304
	18.1%	48.7%	33.2%	100%
	100%	100%	100%	100%

$X^2=15.145$ ,  $df=4$ , Cramer's  $V=0.057$ ,  $p=0.004$

依表 4 結果顯示，覺得幸福的人，高學歷約 71.4%，中等學歷 65.5%，低學歷 61.3%；覺得不幸福的人，高學歷 5.6%；中等學歷 6.3%；低學歷 8.7%。由此可知，日本民眾的教育程度與幸福感具顯著性（ $p = .004$ ），即二者具有關聯性。

表 5 收入與幸福程度卡方分析

幸福程度 ?	個人收入狀況 ?			合計
	低收入	中收入	高收入	
不幸福	29	41	3	73
	39.7%	56.2%	4.1%	100%
	7%	6.4%	2.2%	6.1%
還好	96	181	33	310
	31%	58.4%	10.6%	100%
	23.1%	28.1%	23.9%	25.9%
幸福	290	422	102	814
	35.6%	51.8%	12.5%	100%
	69.9%	65.5%	73.9%	68.7%
合計	415	644	138	1197
	34.7%	53.8%	11.5%	100%
	100%	100%	100%	100%

$X^2=8.251$ ,  $df=4$ , Cramer's  $V=0.059$ ,  $p=0.083$

依表 5 結果顯示，覺得幸福的人，高收入 73.9%、中收入 65.5%、低收入 69.6%；覺得不幸福的人，高收入 2.2%、中收入 6.4%、低收入 7%。由此可知，日本民眾收入高低與幸福感無顯著性（ $p = .083$ ），即二者無關聯性，在 0.05 顯著水準下，拒絕「收入與幸福感」有關的假設。

表 6 婚姻與幸福程度卡方分析

幸福程度？	婚姻狀態		合計
	未婚	已婚	
不幸福	55	95	150
	36.7%	63.3%	100%
	15.4%	4.8%	6.5%
還好	128	492	620
	20.6%	79.4%	100%
	35.9%	25.1%	26.8%
幸福	174	1372	1546
	11.3%	88.7%	100%
	48.7%	70%	66.8%
合計	357	1959	2316
	15.4%	84.6%	100%
	100%	100%	100%

$X^2=85.487, df=2, \text{Cramer's } V=0.192, p=0.000$

依表 6 結果顯示，覺得幸福的人，已婚 70%，未婚 48.7%；覺得不幸福的人，已婚 4.8%，未婚 15.4%。由此可知，日本民眾婚姻與否與幸福感具顯著性（ $p = .000$ ），即二者具關聯性。

表 7 宗教信仰與幸福程度卡方分析

幸福程度？	你有宗教信仰嗎？		合計
	沒有	有	
不幸福	110	35	145
	75.9%	24.1%	100%
	7.3%	4.6%	6.4%
還好	415	198	613
	67.7%	32.3%	100%
	27.4%	25.9%	26.9%

幸福程度 ?	你有宗教信仰嗎 ?		合計
	沒有	有	
幸福	992	531	1523
	65.1%	34.9%	100%
	65.4%	69.5%	66.8%
合計	1517	764	2281
	66.5%	33.5%	100%
	100%	100%	100%

$X^2=7.376$ ,  $df=2$ , Cramer's  $V=0.057$ ,  $p=0.025$

依表 7 結果顯示，覺得幸福的人，有宗教信仰 69.5%，無宗教信仰 65.4%；覺得不幸福的人，有宗教信仰 4.6%，無宗教信仰 7.3%。由此可知，日本民眾有無宗教信仰與幸福感具顯著性 ( $p = .025$ )，即二者具關聯性。

表 8 對未來有無希望與幸福程度卡方分析

幸福程度 ?	對未來是否抱有希望 ?			合計
	沒希望	還好	抱有希望	
不幸福	73	54	22	149
	49%	36.2%	14.8%	100%
	21.8%	4.7%	2.7%	6.5%
還好	93	435	89	617
	15.1%	70.5%	14.4%	100%
	27.8%	37.8%	11%	26.9%
幸福	169	662	696	1527
	11.1%	43.4%	45.6%	100%
	50.4%	57.5%	86.2%	66.6%
合計	335	1151	807	2293
	14.6%	50.2%	35.2%	100%
	100%	100%	100%	100%

$X^2=344.580$ ,  $df=4$ , Cramer's  $V=0.0274$ ,  $p=0.000$

依表 8 結果顯示，覺得幸福的人，對未來抱有希望 86.2%，不抱希望 50.4%；覺得不幸福的人，對未來抱有希望 2.7%，不抱希望 21.8%。日本民眾對於未來有無希望與幸福感具顯著性 ( $p = .000$ )，即二者具關聯性。

表 9 關心政治與幸福程度卡方分析

幸福程度 ?	對政治的關心程度 ?			合計
	不高	還好	高	
不幸福	49	55	45	149
	32.9%	36.9%	30.2%	100%
	9.6%	6.3%	4.9%	6.5%
還好	120	265	232	617
	19.4%	42.9%	37.6%	100%
	23.4%	30.4%	25.2%	26.8%
幸福	343	551	642	1536
	22.3%	35.9%	41.8%	100%
	67%	63.3%	69.9%	66.7%
合計	512	871	919	2302
	22.2%	37.8%	39.9%	100%
	100%	100%	100%	100%

$X^2=21.334$ ,  $df=4$ , Cramer's  $V=0.068$ ,  $p=0.000$

依表 9 結果顯示，覺得幸福的人，高度關心政治 69.9%，低度關心政治 67%；覺得不幸福的人，高度關心政治 4.9%，低度關心政治 9.6%。日本民眾關心政治與幸福感具顯著性 ( $p = .000$ )，即二者具關聯性。

表 10 幫助社會與幸福程度卡方分析

幸福程度 ?	是否想要幫助社會 ?			合計
	不想	還好	想	
不幸福	30	47	72	149
	20.1%	31.5%	48.3%	100%
	9.8%	5.1%	6.7%	6.5%
還好	100	292	225	617
	16.2%	47.3%	36.5%	100%
	32.7%	31.6%	21.2%	26.8%
幸福	176	585	771	1532
	11.5%	38.2%	50.3%	100%
	57.5%	63.3%	72.2%	66.7%
合計	306	924	1068	2302
	13.3%	40.2%	46.5%	100%
	100%	100%	100%	100%

$X^2=43.331$ ,  $df=4$ , Cramer's  $V=0.097$ ,  $p=0.000$

依表 10 結果顯示，覺得幸福的人，想要幫助社會意願高 72.2%，無意願 57.5%；覺得不幸福的人，想要幫助社會意願高 6.7%，無意願 9.8%。日本民眾想要幫助社會意願與幸福感具顯著性（ $p = .000$ ），即二者具關聯性。

表 11 世代差異與幸福程度卡方分析

幸福程度 ?	年齡 ?							合計
	Gen2	Gen3	Gen4	Gen5	Gen6	Gen7	Gen8	
不幸福	24	16	29	29	28	14	10	150
	16%	10.7%	19.3%	19.3%	18.7%	9.3%	6.7%	100%
	10.9%	4.3%	7.8%	7.1%	5.8%	4.1%	8.1%	6.5%
還好	52	84	91	123	134	104	31	61
	8.4%	13.5%	14.8%	19.8%	21.6%	16.8%	5%	100%
	23.5%	22.8%	24.9%	30.2%	27.7%	30.4%	25%	26.8%
幸福	145	269	249	255	321	224	83	1546
	9.4%	17.4%	16.1%	16.5%	20.8%	14.5%	5.4%	100%
	65.6%	72.9%	67.3%	62.7%	66.5%	65.5%	66.9%	66.8%
合計	221	369	1370	407	483	342	124	2316
	9.5%	15.9%	16%	17.6%	20.9%	14.8%	5.4%	100%
	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%	100%

$X^2=24.975$ ,  $df=12$ , Cramer's  $V=0.073$ ,  $p=0.015$

依表 11 結果顯示，幸福程度較低的國民依世代所占的比例，按高低依序為 20 歲以上 29 歲以下（第 2 世代）10.9%、80 歲以上（第 8 世代）8.1%、40 歲以上 49 歲以下（第 4 世代）7.8%。幸福程度中等的國民依世代排列所占的比例，按高低依序為 70 歲以上 79 歲以下（第 7 世代）30.4%、50 歲以上 59 歲以下（第 5 世代）30.2%、60 歲以上 69 歲以下（第 6 世代）27.7%。幸福程度較高的國民依世代排列所占的比例，按高低依序為 30 歲以上 39 歲以下（第 3 世代）72.8%、40 歲以上 49 歲以下（第 4 世代）67.3%、80 歲以上（第 8 世代）66.9%。由此可知，日本不同世代與幸福感具顯著性（ $p = .015$ ），即二者具有關聯性。

## 伍、結論

透過 MCA 運算結果看出日本民眾的幸福感與家庭和諧、健康、學歷、收入、婚姻、性別、宗教信仰、關心政治、幫助社會及世代變數距離相近。基於此，本研究同時利

用卡方檢定驗證假設，結果發現日本民眾的幸福感受分為兩個層次；在私領域部分，一個人的幸福感受與健康、學歷、婚姻、宗教信仰、世代差異、對於未來懷抱希望有關聯性；在公領域部分，特別是關心政治、參與社會活動意願與幸福感有關聯性。

在個人層次上，從馬斯洛需求層次論六大需求層次來看，日本民眾的幸福感受主要建立在：第三層社交需求，這一層次包括友愛及歸屬的需要，如：愛與被愛、家人、愛人、朋友、工作夥伴等的歸屬感。若從山內直人提出的三大幸福感受主軸來看，日本人的幸福感受主要來源在於「關係」領域上。

在公領域上，無論是幸福感受低的日本國民，或者幸福感受高的日本國民，都想盡一份一己之力幫助社會，311 災難激發出日本國民志工精神，展現社會團結感的具體體現，放下只專心追求特定一層次的幸福感受，除了朝向自己的人生目標努力之外，也要解除別人的痛苦與煩惱，這若從「生き甲斐（生きがい）」概念來看這就是生存價值與意義，可以說是馬斯洛最高的層次的「自我實現需求」。311 後日本民眾幸福快樂之圖像，不但有「基本需求」，也具有「成長的需求」的元素。

此外，本研究透過 MCA 觀察出日本國民世代幸福程度差異的現象，推估可從 1986 年至 1991 年日本經濟泡沫化區分開來，幸福感受低日本國民大約 20 歲以上 29 歲以下（第 2 世代）10.9%，大約出生與成長在後泡沫經濟時代，又根據前文所示，此一世代死亡原因來自於自殺。這一世代特別容易感到不快樂，推論泡沫經濟時代衝擊日本社會可能有關，在有限社會跟經濟資源在極短的時間之內消耗、分配被定型，後泡沫經濟時代，日本勞動人口呈現出低薪高勞動力的現象，可能是這一世代「社會壓力」來源之一。

最後，本研究透過 MCA 與卡方的實證結果可以提供幸福感受與社會指標：健康、學歷、婚姻、宗教信仰、世代差異、對於未來懷抱希望、關心政治、幫助社會活動意願之間的因果關係之研究基礎。

## 參考文獻

- Brown, P. H., & Tierney, B. (2009). Religion and subjective well-being among the elderly in China. *The Journal of Socio-Economics*, 38 (2), 310-319. <https://doi.org/10.1016/j.socec.2008.07.014>
- Castriota, S. (2016). *Education and happiness: A further explanation to the easterlin paradox?* Working Paper No. 246. [www.ceistorvergata.it](http://www.ceistorvergata.it)
- Cuñado, J., & de Gracia, F. P. (2012). Does education affect happiness? Evidence for Spain. *Social Indicators Research*, 108 (1), 185-196. <https://doi.org/10.1007/s1>



- Diener, E., Kahneman, D., & Helliwell, J. (Eds.). (2010). *International differences in well-being*. Oxford University Press.
- Easterlin, R. A. (1974). Does economic growth improve the human lot? In P. A. David & M. W. Reder (Eds.), *Nations and households in economic growth: Essays in honor of Moses Abramovitz* (pp. 89-125). Academic Press Inc. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-205050-3.50008-7>
- Garcia, H., & Miralles, F. (2016). *Ikigai: The Japanese secret to a long and happy life* (H. Cleary Trans.). Penguin Random House.
- Easterlin, R. A. (1995). Will raising the incomes of all increase the happiness of all? *Journal of Economic Behavior and Organization*, 27, 35-47. [https://doi.org/10.1016/0167-2681\(95\)00003-B](https://doi.org/10.1016/0167-2681(95)00003-B)
- Helliwell, J. F., Layard, R., & Sachs, J. D. (2019). Maslow's Hierarchy Of Needs. *Learning Theory*. <https://www.learning-theories.com/maslows-hierarchy-of-needs.html>
- Kaufman, G., & Taniguchi, H. (2010). Gender and Marital Happiness in Japan. *International Journal of Sociology of the Family*, 36(1), 25-48.
- Hwang, H., Tomiuk, M. A., & Takane, Y. (2009). Correspondence analysis, multiple correspondence analysis and recent developments. In R. E. Millsap & A. Maydeu-Olivares (Eds.), *The Handbook of Quantitative Methods in Psychology* (pp. 243-263). <http://dx.doi.org/10.4135/9780857020994>
- Inglehart, R., & Baker, W. E. (2000). Modernization, cultural change, and the persistence of traditional values. *American Sociological Review* 65(1), 19-51. <https://doi.org/10.2307/2657288>
- Japanese General Social Survey. (2016). 2012 (ICPSR 36577). <https://www.icpsr.umich.edu/web/ICPSR/studies/36577>
- Lewis, C. A., Maltby, J., & Day, L. (2005). Religious orientation, religious coping and happiness among UK adults. *Personality and Individual Differences*, 38(5), 1193-1202. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2004.08.002>
- McLeod, S. (2020). *Maslow's hierarchy of needs*. <https://www.simplypsychology.org/maslow.html>
- Miller, C. B. (2018). *The character gap: How good are we?* Oxford University Press.
- Ngamaba, K. H. (2018, February 22). *Religion and happiness. Is there a link?* <https://www.weforum.org/agenda/2018/02/are-religious-people-happier-than-non-religious-people-research-shows-it-isn-t-quite-so-simple>
- Oswald, A. J. (1997). Happiness and economic performance. *The Economic Journal*, 107, 1815-1831.
- Ricard, M. (2006). *Happiness: A guide to developing life's most important skill*. Little, Brown and Company.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55 (1), 5-14. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.5>
- Wilson, W. (1967). Correlates of avowed happiness. *Psychological Bulletin*, 67(4), 294-306. <https://doi.org/10.1037/h0024431>
- Yorulmaz, Ö. (2016). Relationship between religiosity and happiness in Turkey: Are religious people happier? *Cankiri Karatekin Universitesi Iktisadi ve Idari Bilimler Fakultesi Dergisi*, 6(1), 801-818.
- Yukiko, U., & Shinobu, K. (2009). Happiness and unhappiness in east and west: Themes and variations. *Emotion*, 9(4), 441-456. <https://doi.org/10.1037/a0015634>
- 內閣府経済社会総合研究所 (2011)。幸福度に関する研究会報告——幸福度指標試案。
- 劉正山 (2018)。民意調查資料分析的 R 實戰手冊。五南。

# Exploring Images of Japanese Happiness Post-311 Disaster 2011

Huei-Hua, Huang<sup>\*</sup> Te-Yu, Lu<sup>\*\*</sup>

## Abstract

After the massive earthquake on March 11, 2011, Japanese society set off a way of pursuing happiness and the Japanese government considered that the people happiness as the priority of national policy. This study explores the image of happiness in Japanese society by applying the theory of Maslow's hierarchy of needs and *Multiple Correspondence Analysis (MCA)* to analyze the correlation between happiness and other socioeconomic indicators. The result of the research showed that in Japan, people's well-being are related to marriage, education, religious beliefs, generations, health, hope for the future, participation in politics, and social activities.

**Keywords:** Japan, Happiness, Multiple Correspondence Analysis (MCA), Maslow's hierarchy of needs

---

<sup>4</sup> PhD Student, Institute of Political Science, National Sun Yat-Sen University

<sup>5</sup> Master Student, Institute of Political Science, National Sun Yat-Sen University



# 論「學校社區化」教育資源之運用： 以臺北市為例

顏思婷<sup>\*</sup> 江岷欽<sup>\*\*</sup>

## 摘要

在少子化與高齡化的社會下，學校與社區的未來發展，呈現高度相互依賴的傾向。「學校社區化」被視為是可能的有效解決途徑：一方面，學校透過「社區化」的實施，可以產生優質特色課程與教學，發揮價值觀多元開放、適性發展的教育功能；另一方面，社區可以經由「學校化」的過程，體現家長參與以及終身學習的教育作用，深化社區與學校之間的協力關係與教育資源。本文擬以「知識管理」理論為底蘊，以臺北市「學校社區化」為例，透過「SWOT」模式來檢視現況與可行策略，期能作為運用學校與社區教育資源之參考。

關鍵詞：三 T 途徑、知識管理、草根化參與、學校社區化、SWOT 模式

---

<sup>\*</sup> 高雄師範大學成人教育研究所博士候選人

<sup>\*\*</sup> 實踐大學共同課程委員會主任委員

2022年5月14日收稿；2022年5月19日修正；2022年5月20日接受刊登

## 壹、前言

晚近，隨著美中關係的緊張與地緣政治的極端化，國際體系中出現「無國家願意且有 capacity 承擔領導責任」的失序困境日益加劇，全球治理隱然落入國際政治學者所擔心的「修昔底德陷阱」（Thucydides Trap）與「金德爾伯格陷阱」（Kindleberger Trap）（Yinhy, 2019）<sup>1</sup>。不過，在地緣政治與全球產業供應鏈出現「反全球化或逆全球化」（anti-globalization）現象的同時，屬於知識經濟與教科文類別的領域，在相當程度上，仍然在全球化的系絡中持續進行學習、累積與共享。

持平而論，知識經濟與競爭力，堪稱是全球治理評鑑的關鍵指標。各國政府除了運用典範轉移、標竿學習、政府再造、最佳實務、區域經濟等政策工具以外，更藉由政府與民間的協力合作，透過教育資源與政策的「社區化」（communitization），為知識經濟與競爭力的提升另闢蹊徑。這種「資源依賴論」（resource-based theory）的思維，不僅有其「工具理性」（instrumental rationality）的現實考量，更是「實質理性」（substantial rationality）的必然結果（江岷欽，2011）。尤其「社區化」已被許多國家視為是公共治理的第三條路，政府透過三 T 途徑（Triple T approach），亦即：信任社區（Trust the community）、訓練社區（Train the community）以及資源與權力移轉給社區（Transfer power and resources），提升公共事務執行之效能與公共服務之品質（Pandey, 2010）。例如，位於印度東北部的納加蘭邦（Nagaland），其成功的社區化經驗，不僅成為他國教育改革的參考範本，更大幅提高那加蘭邦的公民意識與集體責任（Kholia, 2021）。

揆諸教育研究的領域，不論是杜威「教育即生活、生活即教育」的主張，或是 Senge 的《第五項修鍊》（*The Fifth Discipline*），甚至是聯合國教科文組織的「終身學習的五大支柱」，均在強調下列的事實：在知識經濟與競爭力主導的社會環境中，學校與社區兩者之間榮枯與共、互惠雙贏的必要性與迫切性，昭然若揭、不言而喻。

近年來，由於全球經濟衰退導致政府對學校的教育經費相對減縮，加上社會面對許多新興的課題，尤其「少子化」和「高齡化」趨勢，更讓學校與社區的發展倍感壓力。

1 修昔底德陷阱（Thucydides Trap），是由分析古巴危機著名的哈佛大學政治學者葛拉漢·艾利森（Graham Allison）借用古代雅典歷史學家修昔底德的論述所創造出來的詞彙，用以描述「當新興強國威脅到現有強國的國際霸主地位時導致的一種明顯的戰爭傾向」。目前，該詞彙的主要指涉對象是美國與中國大陸之間的潛在衝突。金德爾伯格陷阱（Kindleberger Trap），則是由另一位哈佛大學國際政治學者約瑟夫·奈伊（Joseph Nye）所提出，用以指涉在全球權力消長過程中，如果新興大國不願或不能承擔領導責任，就會導致國際間的公共產品短缺，進而造成全球經濟紊亂和治理失序。晚近，不少政治觀察家預言，在極端化地緣政治與保守的孤立主義之下，如果美國不願或不能為世界提供足夠的公共產品，也不承擔國際責任的情況下，新興起的中國大陸也不願為世界提供足夠的公共產品，則世界極有可能陷入所謂的「金德爾伯格陷阱」。由於這個概念最早是由經濟史學家查理斯·金德爾伯格（Charles P. Kindleberger）所提出，所以約瑟夫·奈伊稱之為「金德爾伯格陷阱」，以示尊重。

學校社區化政策的推行讓學校與社區關係更加緊密，例如：學校面臨招生日益困難、社會對教育的要求更加精緻化，以及民間經費、家長及社區人力等資源減少的壓力；社區則面臨了青壯年人力減少、高齡族群的照護與教育等問題；至於雙方須共同面對越來越明顯的衝擊還有隔代教養、幼童的課後照顧、失業率增、環境破壞等的議題，凡此對學校與社區所造成的影響都是互為因果、相互夾雜。職是之故，學校與社區的危機意識與日俱增。郭玉蓮（2017）綜合國內學者的觀點指出，當今「社區」在面對「全球化」、「知識經濟」與「高齡化」的三大衝擊下，其所扮演的社會教育角色與使命日益重要；「社區」應該扮演的是「全球化與在地化的平衡者」、「以社區學習建構知識社會的執行者」和「社區在地老化的照顧者」。對此，學校尤須體認：學校既為社區的文教中心、精神堡壘，與社區本就是生命共同體，唯有積極扮演好社區的夥伴角色，才可能在日益嚴苛的大環境中，化危機為轉機，與社區共同達成永續發展的目標。

自 20 世紀末葉以降，我國政府與教育界長期倡導「學校社區化，社區學校化」政策，期望藉由政策工具的運用，體現開放教育的精神，提升國民的素質，增進國家的競爭力。許多國家推動「社區導向」的教育，就是要解決傳統教育與社會現實脫節的問題，拆除學校與社區之間的藩籬，使學校走入社區，充分利用社區資源協助改善學校教育品質，同時服務社區，提升社區的生活品質，使下一代得以在優良的社區環境中生長。行政院教育改革審議委員會在 1996 年的《教育改革總諮議報告書》中，特別強調「教育與社區息息相關」：社區應提供人力與經費等資源以協助學校發展、改善教學環境並使學校課程發展與社區生活確實結合；同時學校也應開放場地空間、推展親職教育並積極參與社區活動，促進學校與社區間良好、密切的互動關係。自 2000 年起，國內的教育學者，例如：吳清山、柯正峰、林明地、張德銳、王如哲、林振春、楊國德等人在內，陸續提出相當具體可行的方法、措施，倡導、推動「學校社區化、社區學校化」（郭玉蓮，2017）。例如，教育部的中部辦公室推出「高中優質化輔助方案」，藉以進行學校社區化，期能提升高中職教學與課程，營造學校品質；臺北市教育局則更進一步，在政策執行上，透過「優質學校」的評選，以及「臺北教育 111 標竿學校」的認證，作為「學校社區化、社區學校化」的政策規劃、政策執行與政策評估的指涉架構。

如前所述，在教育改革與少子化的交互影響下，勢必牽引學校與社區兩者之間榮枯與共的連動性。一方面，學校透過「社區化」的實施，可以產生優質特色課程與教學，發揮價值觀多元開放、適性發展的教育功能；另一方面，社區可以經由「學校化」的過程，體現家長參與以及終身學習的教育作用，深化社區與學校之間的協力關係與

教育資源。本文擬以「知識管理」理論為底蘊，透過「SWOT」模式來檢視臺北市「學校社區化」之現況與可行策略，期能作為善用學校與社區教育資源之參考。

## 貳、相關理論與概念之意涵

### 一、「學校社區化、社區學校化」之意涵

就字義解釋而言，「學校社區化、社區學校化」係指，學校結合、運用社區的人力、財力、組織、機構等資源來提升學校教育，改善教育品質、發展成人教育，達成終身教育目標。學校對社區開放，社區民眾得以參與學校的教育目標、課程內容以及教學行為。從系統論的觀點來看，學校是社區的內部系統，社區是學校的外在環境，社區化則是系統的鏈結機制（bridging mechanisms）；學校的外在環境持續輸入各種需求與支持，學校將其轉化為具體的教育作為與服務予以輸出以回應社區需求，透過社區化的鏈結機制，管理反饋資訊，達成動態平衡（李聰明，2002；柯正峰，2002）。

申言之，在學校社區化的概念下，學校既要轉化為社區民眾的學習中心、亦為校內外人員研討組織發展之場域、更為校內外所有成員共同成長的中心（吳清山、蔡菁芝，2002；吳樞雪，2003；張德銳、丁一顧，2002）。針對學校社區化的概念，林明地（2012）從五個層面加以詮釋如下：第一、社區是學校的主要生源之一，影響學校發展甚鉅，學校理應了解社區的人口特徵、歷史背景、生活方式、傳統習俗等文化元素，作為學校教育基礎。第二、社區的夥伴角色在學校的教育過程中確實存在，學生在校習得的知識技能與價值觀念，應該在社區生活中獲得實踐與增強。第三、社區是學校教育產出（包括畢業生及其專業能力與服務）的接受者，畢業生的知識技能、生活態度與工作品質，均會影響社區民眾對教育的評價、資源的投入以及對學校的支持。第四、學校是社區的公共財、也是教育資源的提供者；社區民眾對於學校資源的有一定的權利與義務，學校應該鼓勵社區民眾積極參與學校活動。第五、學校應成為社區的文化堡壘，因為學校是促進社區發展的主要動力，也是協助社區解決問題的機制。學校除了傳遞正向的價值觀、信念與文化，積極促進社區發展、正向影響社區以外，亦應提供教育進修機會、推展社區藝文活動、改善社會風氣、提升生活品質，彼此提升、互惠雙贏。劉子利（2012）認為學校在社區中的功能主要有五：發展的舵手、教育的實踐場所、文化堡壘、終身學習搖籃以及生活中心。

## 二、「學校社區化、社區學校化」的法源

學校社區化與社區學校化的相關教育法規如下：

- (一)《國民教育法》第十五條：「國民小學及國民中學應配合地方需要，協助辦理社會教育，促進社區發展」。
- (二)《社會教育法》第九條：「各級學校得兼辦社會教育；其辦法由教育部定之」。

## 三、「學校社區化、社區學校化」的具體作法

針對「學校社區化、社區學校化」的議題，行政院教改委員會在第三期諮議報告書中提出下列七項具體作法：

- (一) 建立學校與社區密切配合的目標，並輔導各縣、市辦理教師和教育行政人員之研習活動，宣導相關理念，並觀摩學習實務工作，以期順利建立學校、社區與地方的教育學習體系。
- (二) 輔導各級學校成立社區關係促進委員會或工作小組。加強學校與社區結合，學校設施對社區開放，作為社區人士終身學習之場所，並有人員支持。另並提倡親師合作組織，發展親職教育，增加學生、家長、教師之互動。
- (三) 在學校內建立社會工作人員制度，協助相關工作。
- (四) 政府主管單位鼓勵學校和社區共同編輯出版當地社區和鄉土學習教材，並協助地方和社區，以產業振興、景觀環境維護、社區照顧和文化休閒活動為課題，建立社區學習機制和體系。
- (五) 建立各類型學習設施之網絡系統，進而使這些設施符合使用和智慧化，包括學習中心的設立，地方文化中心、學校、社教館、博物館、圖書館、展覽館、活動中心、公私立演講廳等設施之聯繫。
- (六) 推動課程和學習形式之開發，以適應不同年齡階層、對象之需求，協助個人和團體研擬個別學習計畫。
- (七) 建立各種學習資源訊息的蒐集、提供與諮詢服務系統，讓學習者可以輕易獲得學習機會。

綜言之，國內現行「學校社區化、社區學校化」意指：一方面，依法行政，透過整合學校與社區，引進、運用社區資源，協助學校發展特色課程及教學活動，優化教育、培育符合社區期望之現代公民；另一方面，學校開放資源、規劃活動、鼓勵社區的公民參與及終身學習、傳遞並發展正向價值觀、提升文化素養與生活品質（張德永，2002；陳國明，2006）。讓「學校社區化、社區學校化」成為現代公民的社會化過程，



透過由下而上的草根化參與以及涉入，善用社區在地力量，活化學校教育資源。

#### 四、「學校社區化、社區學校化」之知識管理意涵

在 Drucker (1998) 看來，知識管理是資訊經濟下競爭優勢的主要來源，係指公司在專業知識上的創生、傳遞及靈巧運用的方法。管理學者 Daft (2001) 認為，知識管理是針對組織的專業知識，進行有系統性的發現並加以科學化整理，藉以獲得與組織相關的智慧資產，並促使組織能夠持續學習與知識分享。Allee (1997) 指出，所謂知識管理，係將內隱知識 (tacit knowledge) 轉化為外顯知識 (explicit knowledge)，以利知識的分享、更新及強化；亦即，知識管理係在研究知識的形成過程，以及如何學習善用知識 (利用知識把現有知識極大化，將其轉化為生產力)。不少管理學者認為，知識管理是獲得正確知識的策略，有助於適才適所、掌握時機、共享資訊、促發行動、進而提高組織績效 (O'Dell & Grayson, 1998)。國內學者則認為，知識管理就是「資訊和通訊科技」加上「新的工作組織」，側重「無形資產與智慧資產」的管理 (王如哲, 2002; 江岷欽、莫永榮 2000)；也是一種將「隱性知識外顯化的過程」的有益策略，強調「知識循環」，是「整合的知識系統」，藉由「資訊管理」和「組織學習」來優化組織知識的應用 (王如哲, 2000)。

依照前揭所示，學校應用知識管理之主張，出現「學校知識管理」領域。其意涵申述如下：

- (一) 知識管理的流程，涵蓋知識的界定、取得、創造、分享與儲存等流程。對學校的知識管理而言，必須能分辨知識的有用與否、獲得知識或的資訊管道類別與方式、才能創造學校的知識、建立學校知識流動與分享的管道，最後要有系統化的彙整知識，以智慧數位的方式儲存。
- (二) 知識管理能提升學校組織獲取、更新知識的績效，並解決學校複雜或重複的教學與行政作業。
- (三) 知識管理係針對學校的智慧資本 (intellectual capital) 或知識資產 (knowledge asset) 進行有效管理，充分運用學校的外顯知識或內隱知識，累積學校的無形資產，提高學校的競爭力 (Allee, 1997; Daft, 2001)。

總而言之，教育學者所稱之「學校社區化的知識管理」，係指學校與社區以持續的方式進行互動，運用雙方資源互補有無、彼此提升，經由「學校社區化與社區學校化」的過程，針對各種知識彙整於知識平臺進行獲取、累積、交流、產生、分享與創造，藉由永續經營的願景，發展特色課程與教學活動、提升教育品質；實踐公民參與以及終身學習，建構優良社區、培育現代化公民。

## 參、「學校社區化」的 SWOT 分析：以臺北市為例

在實施「學校社區化、社區學校化」的案例中，印度那加蘭邦（Nagaland）的社區化經驗，無疑是具有相當指標化的範例。自 2001 年起，那加蘭邦的社區化開啟了政府與社區之間的協力模式，配套措施包括：政府移轉部分相關的公共資源與資產的所有權給社區、授權社區提供公共服務、充分賦能（empowerment）、分權、為社區培養執行共服務時所需要之能力。其中，那加蘭邦的「小學社區化經驗」已然成為各界在討論「學校社區化、社區學校化」的議題中不可忽略的個案（Kholia, 2021）。相對於那加蘭邦，臺北市無論在教育資源、公務效率與人口品質各方面條件，均占有優勢。因此，理論上臺北市在「學校社區化、社區學校化」的政策執行上，如果能做好政策可行性與政策預評估，絕對有機會成為政策標竿。

從方法論的視角而言，臺北市的「學校社區化」處於多重趨勢的匯集所在，適合透過 SWOT 分析法作為分析工具，評估其利弊得失，作為未來教育決策之參考。眾所周知，SWOT 四個英文字母分別代表：優勢（Strength）、劣勢（Weakness）、機會（Opportunity）、威脅（Threat）。所謂 SWOT 分析，亦即「態勢分析」，就是將研究對象主要面臨的內部優勢、劣勢、機會和威脅，經過調查後依矩陣形式予以排列，以系統分析的思維，綜合考慮各種因素，得出一系列的理性選擇與決策。在 SWOT 的分析架構下，臺北市的學校社區化大致呈現下列樣貌：

- 一、在優勢方面包括：教師教育專業知能強、教師與學生成就動機強、教師重視工作生活品質（quality of working life, QWL）、學習資源網站多、教學設備軟硬體足、進修意願高、家長社經背景及參與意願高、評量教育成就方式及途徑多、各級學力成就測驗高、市府預算經費充足、大眾運輸便捷、生活機能便利等。
- 二、在劣勢方面包括：專業自主意識高不易協調、同儕競爭壓力大、師生互動相對少、少為學生撥出課餘時間心力給予輔導、學生異質性高、教學輔導負擔重、學生教育經費投資相對少、生活自理能力差、緊張焦躁不快樂、新舊價值混淆、迷失自我唯我獨尊等。
- 三、在威脅方面包括：其他縣市地方教育急起直追、教育部「六大學習網」內容豐富難超越、實施教師專業自主評鑑制度、科技部實施「高中職高瞻遠矚計畫」、新五都社區規模擴增拉走大量資源、繁星計畫縮減東西城鄉差距等。
- 四、在機會方面包括：強化公私立學校協力合作、整合學校社區、資源平台共享創造知識、教育局策略性統籌彙整、各校「教學資源學習平臺」持續更新、建立積點制度提供學生線上學習誘因、教學網路的在職進修與終身學習；強

化公私立學校聯誼、整合學校社區資源交流分享創造新舊知識、教育局統籌彙整、更新各校「教學資源學習平臺」、建立積點制度鼓勵學生線上學習、網路在職進修終身學習、參考「開心農場」鼓勵到站閱讀交流討論創作共享資訊知識、因應國際化招募外籍學生「走出校園、走向國際」、善用未來學校「全球夥伴學習」計畫及其學習網路平臺，拓展教學視野與資源、活絡教育資源。臺北市學校社區化之 SWOT 分析詳如表 1 所示。

表 1 學校社區化之 SWOT 分析：以臺北市為例

優勢 Strength	劣勢 Weakness
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師的專業意識高、進修意願強</li> <li>2. 教師與學生呈現高成就動機</li> <li>3. 教學設備得軟硬體較足、學習資源網站較多</li> <li>4. 教師重視工作生活品質 (QWL)</li> <li>5. 家長經社條件普遍較好</li> <li>6. 家長參與意願高</li> <li>7. 評量教育成就的途徑比較多元</li> <li>8. 各級學生之學力成就測驗較高</li> <li>9. 書店博物館多、藝文活動多樣化</li> <li>10. 學校級別類型多元可供選擇</li> <li>11. 市府預算經費相對充足</li> <li>12. 生活機能便利、大眾運輸便捷</li> <li>13. 國際化程度較高，國際企業、外籍人士與學生，帶來多元文化</li> <li>14. 微軟「未來學校」開始受到矚目</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 教師自主意識高、相對不受干預</li> <li>2. 同儕競爭壓力大</li> <li>3. 師生互動相對少、缺乏全人學習</li> <li>4. 課餘較少額外安排時間心力進行學生輔導</li> <li>5. 自我認同強、不易溝通</li> <li>6. 校務行政易受外力干預</li> <li>7. 為求呈現好成績，教師疲於命題評量</li> <li>8. 智育成就壓力大、惡性競爭</li> <li>9. 時間不足、無法長期深度閱讀、參訪流於形式</li> <li>10. 學生程度參差不齊、教學輔導費時費力</li> <li>11. 學生教育經費相對不足</li> <li>12. 生活能力不足、焦慮緊張不快樂</li> <li>13. 唯我獨尊、多元價值虛無化、迷失自我</li> <li>14. 新興起之「未來學校」在世界創意教學論壇競賽成績亮眼</li> </ol>
威脅 Threats	機會 Opportunities
<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 其他縣市的教育展現特色、急起直追</li> <li>2. 教育部「六大學習網」的優勢難以超越</li> <li>3. 實施教師專業自主評鑑制度</li> <li>4. 科技部推出「高中職高瞻遠矚計畫」</li> <li>5. 新五都社區積極擴張、競爭資源</li> <li>6. 繁星計畫縮短城鄉差距</li> <li>7. 北北基單獨實施國中基測</li> <li>8. 實施十二年國教、免試升學</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 改善公私立學校協力、整合學校社區資源共享</li> <li>2. 教育局統整各校「教學資源、學習平臺」並加以更新，透過積點制度鼓勵線上之學習、在職進修、終身學習</li> <li>3. 針對資訊與知識管理，參考「開心農場」，以蒐集實物代幣方式鼓勵到站閱讀、交流、討論、創作、分享</li> <li>4. 國際化交流，增加外籍學生來臺就讀，教育局需培訓人員，落實「走出校園、走向國際」政策</li> <li>6. 善用未來學校之「全球夥伴學習」計畫及網路平臺，拓展教學視野與資源、體現「學校社區化、社區學校化」、活化教育資源</li> </ol>

資料來源：江岷欽（2011）。

## 肆、結論

前已述及，印度那加蘭邦的「小學社區化」成功經驗，是「學校社區化、社區學校化」的標竿案例。印度教育學者 Kholia (2021) 歸結其成功的關鍵是「草根化的公民參與以及民眾投入」，這是學校社區化的主要目標。Kholia 更進一步指出，學校社區化不只是一項政策，更是一種「社會化過程」(a process of socialization)；藉由這種社會化過程來喚醒公共意識：教育不單是教師的責任而已，更是所有家長、社區成員、知識分子、教師與學生的集體責任。這種集體責任的公民意識，正是學校社區化的核心價值內涵。

他山之石，可以攻玉。我國「學校社區化、社區學校化」的可欲目標，係在透明公開、依法行政的基礎上，進行教育革新政策之規劃與執行，期能透過學校與社區雙向開放、共享資源互通有無，建構特色課程、發展優質學校、優化教育品質，鼓勵社區公民積極參與教育活動、進行終身學習，健全社區運作，提高生活品質。例如，教育部中部辦公室推行「高中職教學課程社區化」方案，催生優質學校。臺北市辦理「優質學校」的評選以及「臺北教育 111 標竿學校」的認證，藉以作為規劃、執行、評鑑「學校社區化、社區學校化」之依據。在策略上，前揭機關皆採「由上而下」途徑(top-down approach)，以層級節制的方式，要求所屬學校提案申請、通過甄選、補助經費辦理；對於銜命辦理社區化計畫之學校，則多由教務行政人員會同學科教師規劃執行、發表成果結案。未來若能斟酌增加「由下而上」途徑(bottom-up approach)，透過信任社區、訓練社區以及資源與權力給社區的培力方式，應可累進、增加學校社區化的行政績效與實質成果。

臺北市為首善之都，多元文化爭鞭競秀，家長經社條件普遍優於其他縣市，教師專業知能、自主意識高，具較高成就動機和學習競爭，使得教師教學負擔沉重。對於社區化等方案計畫，經常由學校少數行政人員承辦，多數老師既不了解也不關心、遑論主動參知識的蒐集、取得、累積、創造、更新和分享。本文認同「學校社區化」在學校與社區之間，具有價鏈結作用與緩衝功能(bridging and buffering functions)(Kholia, 2021)，並以臺北市為例，藉由 SWOT 模式分析學校社區化「優勢」、「劣勢」，盤點現存或即將面臨的「威脅」，尋找解決之道的可能「機會」，期能提供「活化教育資源」之指涉架構，導入「草根化的公民參與以及民眾投入」，發展集體責任的公民意識，深化學校社區化的核心價值。

## 參考文獻

- 王如哲 (2000a)。知識管理的理論與應用——以教育領域及其革新為例。五南。
- 王如哲 (2002)。以知識經濟、知識社會的觀點論如何提升學校社區化之教育效能。教育資料集刊，27，63-72。
- 全球夥伴學習計畫。http://www.microsoft.com/taiwan/education/pil/
- 江岷欽 (2011)。臺北市學校社區化教育資源之 SWOT 分析。教師天地，173，22-28。
- 江岷欽、莫永榮 (2000)。智慧資本——新世紀的公務人力資源觀。人事月刊，31 (3)，6-23。
- 吳樞雪 (2003)。家長參與學校教育之研究：夥伴關係模式的觀點。國民教育研究學報，10，123-154。
- 吳清山、蔡菁芝 (2002)。國民中小學學校社區化的重要理念與實施策略。教育資料集刊，27，157-169。
- 李聰明 (2002)。日本推動學校社區化之政策分析。教育資料集刊，27，239-258。
- 林明地 (2002)。學校社區化在理念與實踐上的發展趨勢。教育資料集刊，27，259-280。
- 林明地 (2012)。提升學習成效的文化核心：健全學校體質。教育資料與研究，107，23-42。
- 金德爾伯格陷阱 (2022，4月9日)。載於維基百科。https://zh.wikipedia.org/w/index.php?title=%E9%87%91%E5%BE%B7%E4%BC%AF%E6%A0%BC%E9%99%B7%E9%98%B1&action=history&variant=zh-tw
- 柯正峰 (2002)。我國學校社區化政策之探討。教育資料集刊，27，1-9。
- 修昔底德陷阱 (2022，4月22日)。載於維基百科。https://zh.wikipedia.org/wiki/%E4%BF%AE%E6%98%94%E5%BA%95%E5%BE%B7%E9%99%B7%E9%98%B1
- 國際夥伴學習推廣中心。http://www.ipbl.fju.edu.tw/
- 張德永 (2002)。學校社區化的社會學理論基礎。教育資料集刊，27，11-34。
- 張德銳、丁一顧 (2002)。美國中小學學校社區化之內涵分析及其對我國之啟示。教育資料集刊，27，171-189。
- 教育部中辦高中優質化輔助方案。http://www.tpde.edu.tw/ap/affair\_view.aspx?sn=b47e356c-f57b-4916-b4e3-9d2355542f2c&sid=3
- 郭玉蓮 (2017)。學校社區化歷程與社區互動策略之研究——以臺北市清江國民小學為例 (碩士論文，國立臺灣師範大學)。臺灣碩博士論文知識加值系統。https://ndltd.ncl.edu.tw/cgi-bin/gs32/gsweb.cgi/login?o=dnclcdr&s=id=%22105NTNU5205019%22.&searchmode=basic
- 陳國明 (2006)。學校社區化之探討。中華技術學院學報，34，279-291。
- 臺北市優質學校標竿學校。http://www.tiec.tp.edu.tw/
- 劉子利 (2002)。衝突理論在學校社區化之運用。教育資料集刊，27，35-44。
- Yin hay, A. (2019). Thucydides's Trap vs. Kindleberger's Trap. *Journal of Chinese Studies*, 64, 197-216. https://www.doi.org/10.26585/chlab.2019..64.008
- Allee, V. (1997). *The knowledge evolution: Expanding organizational intelligence*. Butterworth-Heinemann.
- Daft, R. L. (2001). *Organization theory and design* (7th ed.). South-Western Publishing.
- Drucker, P. F. (Ed.). (1998a). *Harvard business review on knowledge management*. Harvard Business School.
- Khohia, D. (2021). Communitisation of elementary education in Nagaland: ROLE of village education committee with special reference to pheh. *International Journal of Educational Science and Research*, 11(2), 189-194.

O'Dell, C., & Jr. Grayson, J. C. (1998). *If only we knew what we know: The transfer of internal knowledge and best practice*. The Free Press.

Pandey, R.S. (2010). *Communitisation: The third way of governance*. Concept Publishing Company.

# On the Education Resources Utilization in School Communitization: Taipei City as an Example

Szu-Ting, Yen\* Min-Qin, Jiang\*\*

## Abstract

Under the lower birthrate and aging society, the development of community and school is inclined to interdependence interaction and close relationships. Faced with resource scarcity and difficulties, school communitization is expected to be a promising vehicle through which the predicaments are solved. On the one hand, school makes progress toward professional curricula, teaching practices, and value pluralism by means of communitization. On the other hand, community is anticipated to realize parental involvement and lifelong learning, consolidate the partnership and education resources between school and community, and educate residents through schooling. The main purpose of this paper is to examine the existing conditions of school communitization in Taipei City by SWOT model and further develop feasible alternatives to maximize the education resources from which both community and school can benefit.

**Keywords:** Triple T approach, Knowledge Management, Grass-root Involvement, School Communitization, SWOT Model

---

\* Ph-D. Candidate, National Kaohsiung Normal University

\*\* Director of Committee on General Studies, Shih Chien University

## 實踐大學通識教育中心《實踐博雅學報》徵稿稿約

- 一、本學報刊載通識教育理論與實務之學術性論述及通識教育相關課程之學術研究論文。
- 二、本學報長年徵稿，每年 7 月出刊一期。
- 三、本學報歡迎國內外學者專家投稿，但恕不接受已刊登之論文及翻譯文。
- 四、來稿一律送請校內外學者專家 2~3 人匿名審查，經審查通過，再經編輯委員會議同意後即依出版時程排序刊登。評審意見之處理方式與程序如下：

處理方式		第乙位委員評審意見			
		採納刊登	修改後刊登	修改後再審查	不採納刊登
第甲位 委員評 審意見	採納刊登	刊登	修改後刊登	修改後再審查	送第 3 位委員評審
	修改後刊登	修改後刊登	修改後刊登	修改後再審查	送第 3 位委員評審
	修改後再審查	修改後再審查	修改後再審查	修改後再審查	不刊登
	不採納刊登	送第 3 位委員評審	送第 3 位委員評審	不刊登	不刊登

- 五、來稿請附：中英文篇名、中英文摘要（500 字以內）、中英文關鍵詞（以 5 個為限）；內文（含圖、表）以 8000-10000 字或以 12 頁為原則，不收彩色圖表、照片，如須使用彩色印刷，費用由投稿人自付。稿件請務必依本學報撰稿格式寫作，並提送 3 份影印稿，俾便送審。
- 六、登載於本學報之圖片、論文、書評及其他形式之文件，文責由作者自負；若刊登之論文，經檢舉且確認有違反學術倫理之事實，除需繳交實際送審費用外，三年內不再接受被檢舉人之投稿。」
- 七、審查結果及評審意見，均書面通知作者；刊登與否恕不退稿。
- 八、稿件經本學報刊載後，同意授權本學報得以再授權國家圖書館「遠距圖書服務系統」或其他資料庫業者，進行重製、透過網路提供服務、授權用戶下載、列印、瀏覽等行為。並得為符合「遠距圖書服務系統」或其他資料庫之需求，酌作格式之修改。文章校對由作者自行負責。
- 九、每期出刊後贈送刊登作者論文當期學報兩冊，不另支付稿費。
- 十、來稿請填具投稿者基本資料表。電話：07-6678888#4130
- 十一、請附寄 Word 文字檔案至 [geoPolitician@outlook.com](mailto:geoPolitician@outlook.com) 與紙本 3 份，以利編輯。
- 十二、來稿請寄：845 高雄市內門區大學路 200 號 實踐博雅學報編輯委員會收。



## 實踐大學通識教育中心《實踐博雅學報》撰稿格式

- 一、論文請附題目、作者簡歷、摘要（500 字以內）、關鍵詞（以 5 個為限）（以上資料中、英文皆需完備）、正文以及參考書目（列出正文中引用過之文獻）。
- 二、論文字數以捌仟字至壹萬字為原則，論文章節款項，請按「壹，一，（一），1，（1）」順序排列。
- 三、引用專書或論文，請用下列格式：
  - （一）專書：作者（年代）。書名。出版者。頁碼。
  - （二）期刊：作者（年代）。篇名。刊物名稱，卷（期）。頁碼。
  - （三）論文集：作者（年代）。篇名，論文集編者，論文集名稱（頁碼）。出版者。
  - （四）原版或影印版古籍請註明版本與卷頁。影印版古籍請註明現代版出版項。
  - （五）引文年代及頁數皆用阿拉伯數字。
- 四、參考文獻採用網路版 APA 第七版格式。

# 實踐博雅學報

## 第三十三期

編輯者：實踐博雅學報 編輯委員會

出版者：實踐大學 通識教育中心

發行者：丁斌首

地址：台北市中山區大直街 70 號

電話：(02)2538-1111 轉分機 1702

印製者：實踐博雅學報 編輯委員會

秀威資訊科技股份有限公司

出版日期：中華民國一一一年七月

非 賣 品

ISSN 1810-133X



## 《實踐博雅學報》投稿者基本資料表

中文姓名		英文姓名											
論文字數													
論文題目	中文：												
	英文：												
服務單位	中文：												
	英文：												
職 稱	中文：												
	英文：												
最高學歷													
通訊地址													
電 話		行動電話											
		E-Mail											
備 註	<p>請確認投稿需檢附之資料：</p> <table style="width: 100%; border: none;"> <tr> <td><input type="checkbox"/> Word 文字檔案</td> <td><input type="checkbox"/> 內文（20000 字為原則）</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> 投稿者基本資料表</td> <td><input type="checkbox"/> 影印稿 3 份</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> 中文篇名</td> <td><input type="checkbox"/> 英文篇名</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> 中文摘要（500 字內）</td> <td><input type="checkbox"/> 英文摘要（500 字內）</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/> 中文關鍵詞（5 個為限）</td> <td><input type="checkbox"/> 英文關鍵詞（5 個為限）</td> </tr> </table>			<input type="checkbox"/> Word 文字檔案	<input type="checkbox"/> 內文（20000 字為原則）	<input type="checkbox"/> 投稿者基本資料表	<input type="checkbox"/> 影印稿 3 份	<input type="checkbox"/> 中文篇名	<input type="checkbox"/> 英文篇名	<input type="checkbox"/> 中文摘要（500 字內）	<input type="checkbox"/> 英文摘要（500 字內）	<input type="checkbox"/> 中文關鍵詞（5 個為限）	<input type="checkbox"/> 英文關鍵詞（5 個為限）
<input type="checkbox"/> Word 文字檔案	<input type="checkbox"/> 內文（20000 字為原則）												
<input type="checkbox"/> 投稿者基本資料表	<input type="checkbox"/> 影印稿 3 份												
<input type="checkbox"/> 中文篇名	<input type="checkbox"/> 英文篇名												
<input type="checkbox"/> 中文摘要（500 字內）	<input type="checkbox"/> 英文摘要（500 字內）												
<input type="checkbox"/> 中文關鍵詞（5 個為限）	<input type="checkbox"/> 英文關鍵詞（5 個為限）												
	<p>茲保證以上所填資料確實，且本文並無一稿多投、違反學術倫理或侵犯他人著作權，如有違反，責任由作者自行負責。</p> <p style="text-align: center;">作者簽名_____</p>												