

陽明心學對現代教育的啟示

王西鳳

國立高雄師範大學教育系生命教育碩士班碩士生

一、前言

王陽明（西元 1472-1529 年），名守仁，字伯安，浙江省餘姚縣人。因曾築室於浙江會稽山上的陽明洞，自號陽明子，故學者尊稱「陽明先生」。明代著名的哲學家、思想家、文學家、軍事家、精通儒釋道三家，也是著名的教育家。王陽明一生豪邁不拘，熱愛探索生命。青年期體悟「出入佛老」又「歸本孔孟」。中年期被謫居龍場悟道，悟出「心即理」，陸續在百死千難中，完成「知行合一」、「致良知」等心學奧義。其哲學思想與教育融為一體，承繼孟子及陸王心學之集大成。王陽明心學思想理論上是哲學思想，實質上蘊含極大的教育價值。本文略述其生平簡述，再說明其哲學理念、教育宗旨、教育方法，同時探討陽明心學對我們現代教育的啟示。

二、王陽明生平簡述

陽明少年聰慧，十二歲立志「讀書為學聖賢」做天地間第一等事。十五歲出遊居庸三關，有經略四方之志。十八歲拜謁大學者婁諒，受其啟蒙「聖賢必可學而至」從此嚮慕聖學，明白必須透過朱熹格物窮理的為學途徑，逐步展開對於成聖成賢之路的探索。陽明曾經兩度依循朱子的格物說去探究真理。第一次二十一歲在博覽四書五經，拜讀朱熹的書中寫到，「眾物必有表裡精粗，一草一木皆含至理。」陽明為驗證格物可以窮究事物之理，於是與友人便取竹子來格，友人格三天，陽明格七天，最後都病倒了。陽明格竹失敗，只好致力於辭章寫作。第二次二十七歲時開始認真讀書，對於求外理與吾心如何歸一，產生困頓，只好出入佛老，出世修習道教導引養生及佛教解脫之道。但是最終仍歸宗儒家在官場入世修鍊。中年龍場悟道，「心即理」，用「致」啟動良知，以良知為本體，「致良知」為其心學修養功夫及核心精華，完成立德、立言、立功的大業。其五十七歲病故時遺言「此心光明，亦復何言。」整個生命歷程，已完成自我內在超越，體現新儒家正心成道及天人合一的生命實踐。

三、三大哲學理念

依據秦家懿（2013）、蔡仁厚（2019）等學者的研究，將陽明先生的哲學理念綜合簡述如下：

（一）心即理

陽明三十五歲因上疏拯救戴銑諸人，抗議宦官濫權，而觸怒奸宦劉瑾，被貶謫到貴州龍場當驛丞，三十七歲龍場悟道「吾性自足」、「不假外求」，體悟出不同於朱子的「格物致知」新說。根據《年譜》記載，震鑠古今的龍場悟道重要關鍵就是「聖人之道、吾性自足。」陽明的龍場悟道同時印證孟子的良知仁心真體，與陸象山的「心即理」。

陽明曾說「四書五經 不過說這心體。」其實四書五經講的都是聖賢學問。而聖賢學問也就是探求生命與真理的學問。如《論語》的「仁」、《孟子》的「性善」、《中庸》的「誠、中和、慎獨」、《大學》的「明明德」等。

（二）知行合一

陽明在龍場悟道次年，三十八歲時，提倡「知行合一」。之後教導門人默坐澄心的靜坐，慢慢地祛除內心的雜念，然後分辨「真我」（本心真體）和「假我」（習氣私慾）。不過當時的時空背景，學子漸漸有人窺見光景，喜靜厭動，或務為玄解妙覺，流入空虛。陽明為免學子走向枯禪，後來專注教導「存天理、去人欲」即所謂省察克治的功夫。

陽明的「知行合一」不是一般的認識和實踐的關係，這裡的「知」非見聞之知的知識，而是指良知的「知」，即「德性之知」。「知」主要為道德意識和思想意念，「行」即人的道德踐履和實際行動。

陽明說：「知是行的主意，行是知的工夫；知是行之始，行是知之成。」一方面強調道德意識的自覺性，要求人由內在精神上下功夫；另一方面也重視道德的實踐性，指出人要在事上磨練，言行表裡一致。知中有行，行中有知，二者不能分離，也沒有先後。

（三）良知與致良知

1. 陽明的良知本體說，來自孟子本心性善說。
2. 陽明的本體論，其中「良知」，是出自《孟子·盡心篇》上（十五）

「人之所不學而能者，其良能也；所不慮而知者，其良知也。……」「此不學而能，不慮而知的良能、良知即是吾人的本心本性。」

這個「知是心之本體」是生而有之，是真誠惻怛，也是天理。陽明以「良知」

概括孟子的四端之心「惻隱之心、羞惡之心、辭讓之心、是非之心。」故良知學即是心學。良知心體正是「定是非，知善惡」的標準，也是成就事物的實現原理。

3. 「致良知」是陽明一生思想精華，也是諸教法的集大成

陽明經歷生死大難，五十一歲以後生命已達圓熟化境，確立「致良知」之教，為其心學精華。陽明心學基本思想是先確立人的先天良知具有道德主體性，再以修養工夫充分實現，完成自我人格發展。他認為「良知」是「天理」自然知善知惡，不被私慾所蒙蔽。這是一種人人本有，不假外求的內在力量。

陽明再將《大學》「致知」的觀念與孟子「良知」說相結合。以「致」說明實踐工夫，致在「致良知」中，具有喚起體認、擴充推進、踐行實現、復其本體等諸多涵義。故「致良知」一語，簡易明白，包含格物致知、誠意正心、知行合一、存天理、去人欲、事上磨練說等，是體用兼備，本體與工夫合一。

四、教育學說

陽明的教育思想，主要在其著作《傳習錄》、《大學問》及與友人的書信中。根據張奉箴(1981)、吳蘭(1986)、黃明誠(2008)、史繼忠(2009)、秦家懿(2013)、蔡仁厚(2019)等各學者的研究，綜合整理出陽明心學的教育宗旨及教育方法。

(一) 教育宗旨

1. 明人倫、樹德才、為聖賢

陽明是以心靈修養為內修指導，對於教育的見解，完全依據他的心即理，知行合一和致良知三大哲學思想。他的教育本質首先是陶冶人格教育，不是教授知識技巧或功利主義。尤其是恢復儒家生命學問的聖學，培育立志成聖，身心安頓，人格完善，德才兼備的人。

2. 致良知、明明德、臻至善

陽明認為良知是一切道德的根本，是人性至善的本質。擴充實踐性善的本體，涵養光明就是明明德。陽明將良知觀念與大學三綱八目結合，也就是大學之道在明明德，在親民，在止於至善。格致誠正修齊治平。致良知是修己治人的真工夫，唯有體認吾心本具天理，時刻在內在心體作功夫，無需依賴外部權威，不被外在物慾所惑，就能本立而道生，這就是致良知的真義。

3. 反觀內省、喚醒良知、實現真我

陽明說：「人須有為己之心，方能克己，能克己，方能成己。」陽明稱這種

學問叫「爲己之學」。又說「真己是軀殼的主宰，若無真己，便無軀殼；真是有之即生，無之即死」。故「常常保守這個真己的本體」，就能視聽言動皆循禮的「克己」。能「克己」時，就能「爲己」，也就是「成己」，遵循自己的良知，實現真我存在的意義。

陽明提倡致良知之教，認為心之本體就是天理，反對朱子向外窮理的說法。只要反觀內省，體證內在良知本體，就能找到內心力量的良知定盤針，完全實現天理。而且聖凡同心，人人皆可為堯舜。

（二）教育方法

1. 事上磨練與靜坐澄心

陽明在歸宗儒學之前，曾出入佛老多年，也常教人靜坐澄心。相信靜坐有助學者自悟本心，而靜坐主要目標在完成道德性的人格，並非最終目的。

靜坐要把握如何平息思慮，不跟著思慮走。特別留意出現似是而非的幻影光景，觀清明本心才是主體，陽明更強調要動靜貫通，避免喜靜厭動，在生活中實修磨練，才能體驗到儒家內聖外王的修身功夫。目前國外早已針對老師如何在校推廣冥想靜坐或正念舒壓等活動，台灣學者也展開東方靜坐歷史的探索，有關學校採用靜坐來協助師生內省覺察及身心安頓，進而提升學習效果等，這方面值得專文探討。

2. 針對教師（施教者）

傳習錄中《訓蒙大意示教讀劉伯頌等》與《教約》具體規定社學每日功課及教學程序：「先考德、次背書誦書、次習禮或作課仿、次複誦書講書、次歌詩。」

（1）首重德育、知行合一

《教約》類似現代人所提的教學大綱，「每日功夫 先考德」陽明對「考德」十分重視，要求教師在每天早上對學生的事親、言行進行考查。

每日清晨，諸生參揖畢，教讀以次，偏詢諸生：「在家所以愛親敬畏之心，得無懈怠、未能真切否？溫清定省之儀，得無虧缺、未能實踐否？」

陽明的「考德」教學在今天仍值得借鑑，每日詢問學生在家是否盡孝，外出言行舉止是否合乎禮節。如此的考查主要是培養學生自律、自覺、反思的習慣，這種考查方式體現陽明「知行合一」的思想，也是儒門「反躬自省」的道德實踐工夫。培養學生從家庭到學校，日積月累，涵養人格。

(2) 順乎天性、蒙以養正

《訓蒙大意示教讀劉伯頌等》一文中，雖然是以兒童教育為主的課綱，放眼今天似乎每個年齡層都適合。教材包括詩歌、習禮和讀書，顧及德、智和美育。陽明認為「古之教者，教以人倫。後世記誦詞章之習起，而先王之教亡。」陽明認為教育最重要的部分是道德涵養（人倫）之學，而不是記誦詞章之學，甚而鼓舞學生歡喜學習。

故凡誘之歌詩者，非但發其志意而已，亦以泄其跳號呼嘯於泳歌，宣其幽抑結滯於音節也。

以吟唱詩歌抒發如草木初萌的童子，舒暢身心，包括青少年也適合發洩精力，鬱結減壓及調節性情；「導之習禮以肅其威儀，……」通過禮儀，整肅儀容，揖讓叩拜，增加身體鍛鍊，活絡筋骨。尤其現在的學生或成人習慣使用手機或電腦 3C，彎腰駝背或氣血循環不佳的亞健康比比皆是。「諷之讀書，打開知覺見識，亦所以沈潛反復而存其心，抑揚諷誦以宣其志也。」教導讀書，不僅是為了開啟他們的智慧，也是藉此在反覆思索中存養本心，在抑揚頓挫的朗誦中弘揚志向。這樣的知性與感性的教育方式，讓人不知不覺在喜悅中達到道德的昇華。

(3) 分班教學、對比觀摩

陽明還提出分班教學、對比觀摩的教學方法，歌詩或習禮時，一定要靜心專注以激勵學生的主動性。

每學童生多寡，分為四班，每日輪一班歌《詩》，其餘皆就席，斂容肅聽。每五日則總四班遞歌於本學。每朔望，集各學會歌於書院。

目前台灣教育將面臨少子化的衝擊，學生會因家人寵愛集於一身，缺乏良性人際互動，人格發展易產生偏差。而陽明的教育方式能讓學生產生一種群體協作的歸屬感，加強師生和諧關係，營造小班溫馨的學習環境。

(4) 因材施教、尊重差異

《教約》還提到「量其資稟，能二百字者，止可授以一百字。常使精神力量有餘，則無厭苦之患，而有自得之美。」量其資稟，就是考量這個學生的學習資質有差異，能 200 字的只教 100 字，目的就是為了讓他的精力充沛，不會厭學。培養獨立思考，學貴自得，多使用講解和提問的教學方式，並給予實施內心體悟的教學方式。可見陽明用心良苦，簡直是卓越的教育心理專家。

3. 針對學生（受教者），透過循序漸修「立志、勤學、改過、責善」

根據《王文成公全書》卷二十五記載，陽明在龍場悟道，奠定心學理論的根基。又在龍崗書院撰寫《教條示龍場諸生》，提出「立志、勤學、改過、責善」的治學要求，這其實也是為弟子制定進德修業，為學做人的基本準則。

(1) 立志

陽明開宗明義指出：「志不立，天下無可成之事。」還說：「志不立，如無舵之舟，無銜之馬，漂蕩奔逸，終亦何所底乎？」陽明舉例說，一個人如果沒有志向，就好像船沒有舵木、馬沒有銜環，只能隨波逐流。志向就如同指南針，關係著人生之路的平衡和方向。而他本人就是年少立志，矢志不渝成聖的楷模。大抵中外各領域的成功人士對於立志的人生目標都非常明確，無論何時起步，立志都是推進先天良知與後天道德實踐的行動力。

(2) 勤學

陽明強調的學習態度是「不以聰慧警捷為高，而以勤確謙抑為上」，不以聰明機警為高尚，卻是以勤奮謙遜為上等。

(3) 改過

「不貴於無過，而貴於能改過。」陽明說，就算是聖人，也是不免要犯錯誤的。聖人與常人之別，重點不在犯錯上，而在於能否及時反省、不斷地修正錯誤。

(4) 責善

朋友之道，忠告而善道。……諫師之道，直不至於犯，而婉不至於隱耳。使吾而是也，因得以明其是；吾而非也，因得以去其非，蓋教學相長也。

陽明說，在勸告朋友時，要做到態度盡可能地委婉，這樣朋友才更容易接受，進而反思改正。他還鼓勵學生向他「責善」，這樣可以教學相長。字裡行間透露出陽明與學生平等、親和的師生關係，對學生的循循善誘，體現出陽明履踐「致良知」的德育宗旨與知行合一。

五、對現代教育的啟示

綜觀現代教育的重大弊端，仔細分析都與資本主義的價值觀及科技快速發展有關。包括傳統學習以物質導向，重視升學與分數，死記硬背只為將來能有好職業與收入。雖然台灣的教育也歷經廢除聯考、九年一貫、一零八課綱等多項改革。許多不同的實驗學校例如華德福，也在嘗試多元發展的可能。而新時代趨勢以科技導向引出的 AI 工智慧會取代單一重複的人力，包括複雜的知識透過 Google

搜索也能滿足所需。面對處在新舊交替，信息爆炸，多元觀點交錯，針對教育的現況及教育理念已有許多相關探討或創新來符合時代需求。

黃俊傑（2015）曾指出：「在傳統儒家的教育理想及其教育實踐中，教育並不只是一種知識傳授的工作而已，教育是一種喚醒主體性的志業。儒家教育致力於通過典範的學習，而使沉睡中的主體性重新覺醒。」

從陽明個人的生命歷程可以歸納出幾個特點，值得現代人見賢思齊。包括他個人生命自主，少小立志，通曉經典，獨立思辨，探索真理，實踐體驗，勇敢創新，自我超越；立德修養，自覺自悟，靜坐澄心，反求諸己；立言講學，書院興學，學貴自得，童蒙養正，因材施教，覺民行道。事實上陽明已完成傳道、授業、解惑的心靈導師的典範。

在現代價值觀多變的翻轉中，即使外在物質條件富裕，無論成人或孩子，都會面對內在心靈的迷惘與危機。陽明心學重視本體及工夫實踐的體用一源論，提供的重要觀點就是，回到人的內在生命根源，找到生命的指南針，透過身心安頓的道德修養，發揮獨一無二的天賦，快樂學習，實現真我生命的存在價值。陽明的往內探索的自我實現生命觀也許能提供教師及學子一些借鏡。

六、討論及結論

陽明的「致良知」強調「發明本心」，從內心尋求強大的力量泉源。「心外無物」，超越外在環境。這正是陽明心學對於今天的最大價值。陽明心學作為中國經典傳統文化的代表，其三大哲學思想「心即理」、「知行合一」、「致良知」可為良知教育的基本理念，其教育宗旨為喚醒良知，實現真我，樹人培德。其教育方法為建立和諧師生關係，教學相長，內省覺察，良師益友，因材施教，循序漸修，踐行實踐。最重要是從兒童教育就開始紮根，童蒙養正。如何從我們中華經典文化中的「教育」哲學理念及其經驗將其本土化，開創多元發展的新契機，期許有更多有志之士加入研究與實踐。

參考文獻

- 王陽明（2016）。**王陽明全集（王文成公全書）**。北京市：線裝書局。
- 史繼忠（2009）。樹人與創新一王陽明教育思想的啟示。**教育文化論壇**，1(1)，95-97。
- 吳蘭（1986）。**王陽明教育思想之研究**。臺北市：中華。

- 秦家懿（2013）。王陽明（二版）。臺北市：東方。
- 張奉箴（1981）。王陽明與教育。高師大教育學刊，3，1-33。
- 黃明誠（2008）。王陽明安頓生命的智慧。臺北市：圓神。
- 黃俊傑（2015）。全球化時代大學通識教育的新挑戰。臺北市：台大。
- 蔡仁厚（2019）。王陽明哲學（三版）。臺北市：三民。

