

圓滿教育：入世佛教的先驅

／戴安娜·溫斯頓(Diana Winston)作

／吳鳳君、李偉穎譯

當我走進印度鹿野苑(Sarnath)圓滿教育學校的大門，注意到的第一件事是教室沒有圍牆。一群十歲大的孩子在高大的竹林蔭影下研讀印度文。「啊！」我想：「就像在佛陀的時代。」我詢問辦公室的位置，一位穿著天藍色制服的小男孩禮貌地引領我沿著小徑。在種滿奇花異草的花園中，孩童們又叫又跳，沉浸在跳房子和拍觸的遊戲。建築物塗上明亮的磚紅色，而且不像印度其他的學校，校園似乎維護的很好，瞬時我忍不住微笑起來。

圓滿教育是瓦楞諦諾·賈闊愍(Valentino Giacomini)和魯吉納·德貝西(Luigina de Biasi)的心血結晶。兩人原先都是義大利的學校教師。當他們於1978年在印度遇見西藏佛教師父耶喜喇嘛時，他們已在義大利州立小學任教十年。瓦楞諦諾說：「遇見喇嘛是我生命中的一個轉捩點。他的佛法教誨加上後來讀到東西方的修行學說與超個人心理學著作，徹底改變了我的想法。經過幾年的修行和研讀，我開始問自己：『能否把改變我生命的這些根本道理，以一種非常簡單、可行的、科學的方法教給孩子？』」

「我無意宣揚持戒。對我而言，那是來自外在之強制規定。我想要孩子學習自己思考。我想要以一種他們能夠從經驗直接瞭解的方式來教導他們普遍的價值(universal values)。如果他們表現出仁慈或寬大的行為，那應該是因為他們見到較深層的邏輯理由。更重要的是，我想教導他們關於心的本質及實相，而這是從我的佛教師父那裡學到的。」

如此，在義大利十年，瓦楞諦諾與魯吉納發展出一套整合佛學與現代改革的教育方法。起初他們只是私下實驗這套教學法，後來獲得義大利政府充分的授權。藉助魯吉納在佛教、藝術及心理整合(psychosynthesis)多方面的知識背景，他們編寫了含有清楚教案的多種課程手冊，並設計一套有系統的方法教導圓滿教育。1994年，瓦楞諦諾把圓滿教育帶到印度，為的是要在多種文化的環境試驗這個方法。瓦楞諦諾目前居住在印度，並負責學校的運作，而魯吉納則是在義大利支援，且一年花兩個月的時間待在這所學校。

至於校址，瓦楞諦諾選擇鹿野苑——一個被許多貧窮村莊環繞的沒落小鎮，而佛教巡禮者為此地帶來小規模的觀光業。瓦楞諦諾並非不清楚在此地辦學的象徵意義：此地是佛陀初轉法輪的地方。他們在四分之一英畝的土地上建校，開始招收70位學生，而現在有來自五個村落的220個學生。少數的學生住校，而絕大多數學生住在家裡。課程(program)有兩個時段：全天班是從上午8點到下午4點，夜間課程是從晚上6點至9點。夜間部是為了童工以及不識字的成人而設。

目前有十個班級（自幼稚園到八年級）以及 10 位專任老師與三位兼任老師（譯者按：目前已有 18 位老師）。

我到這所學校參觀的是個人的整個旅程中未預料的部分。於 1997 下半年開始，我以比丘尼身份在緬甸閉關修行一年。當我出關後，我打算抽樣參觀亞洲諸國之中與社會結合的佛教運動與課程。來此校的行程只是我前往南印度途中短暫的順道訪問。但瓦楞諦諾挽留我、鼓勵我停留幾個星期，以教導此校高年級學生毗婆舍那禪修法（或譯：觀修法）。

起初我不願意，一心只想深入考察，例如學習有關亞洲許多社會運動，而這對於我在美國的工作有很大的影響。但在見過孩子之後，發覺他們的渴望，且臉上呈現出他們已經瞭解覺察的觀念，可以清楚地（用英語及印度語）表達他們的想法與情緒，也因為他們是我見過最守規矩、表達能力清晰的一群孩子，我的疑慮消除，同意停留一個月。除此之外，我想我在那裡可以學到許多有關佛法的實際運用。

一個月不知不覺變成三個多月，我發覺自己經歷驚喜的學習歷程：挑戰並粹煉我對於業力與社會變遷關係的認知。不論在精神及修行方面，瓦楞諦諾對我而言是一位罕見的老師，對這些孩子也是如此。

我的學生來自此地區不同種姓之貧窮家庭。他們有許多是來自有虐待或漠視記錄的家庭。大部分的學生以前從未上過學，也不識字。對有些孩子而言，他們唯一的衣物是他們的學校制服。起初我以為他們腳上的瘡是被蚊子叮過而抓傷，後來才知道是由於缺乏維他命。然而他們擁抱我——一個打算暫留下來教他們新的事物，甚至可能與他們一起唱歌或教他們在操場上的新遊戲之西方人的喜悅感染了我。

每天早上做完瑜伽，四十位 10 至 14 歲大的小孩來上毗婆舍那的課程。我們每天一開始先靜坐 15 分鐘，基本上是按照《念處經》介紹之方法：觀察身體和呼吸，使感受、念頭、情緒、聲音和心理狀態導入無分別的覺知。靜坐後，我們討論我們的經驗，談論重要的概念，諸如障礙，或者慈，或是帶著疼痛做事情，或匡正動機，或談念頭如何影響我們的行為。（這是從我自己的修行發展出適合十幾歲少年的基礎佛教課程。）於討論之後，接著我們「經行」(walk meditation)，這是許多孩子喜愛的活動。每天都有一陣短暫、喜悅地爭相叫著「輪到我！」「不，輪到我！」想要獲准領著藍衣的小修行者「蛇行」於寧靜的操場。

影響圓滿教育的佛法主要是中觀思想，特別是龍樹的言教。另外也添加了吠檀多學派、克里希納穆提以及西方的超個人心理學家之見解，諸如肯·韋柏(Ken Wilber)。在瓦楞諦諾和魯吉納的書中記載：圓滿教育是基於「一體」的概念：身體與心以及外在世界是一體的（我們於身、心、靈是一體的）。實相就是泯除界線……。這是一個完整的宇宙：不同國家、不同傳統的所有人民都能夠彼此溝通與瞭解，沒有歧視或語言隔閡。這就是「圓滿教育」，是一種發覺先與自己然後與外在實相成爲一體的方法。

瓦楞諦諾相信一個人在這種時刻的經驗完全依於心識。對他而言，一個人除了心識之外，別無任何經驗。孩童最初學習：物體沒有固定不變的性質——一朵花不見得永遠漂亮，我的朋友不見得永遠善良——而這些性質都是來自於覺受，是心識透過層層經驗的過程。他們可以自己觀察到這點。舉例來說，即使是四歲的小孩也可以學到：如果她認為果汁好喝而她的朋友不喜歡，那麼果汁本身並不是絕對的好或壞，端賴小孩的覺受。

瓦楞諦諾教導孩童辨認人類常犯的錯誤：把覺受與實相混淆。他使用佛法中之心識的說法、覺察訓練、故事和神話，而設計了一套課程。他訓練他的印度籍老師，再由老師以有系統的方法把這套課程教給孩童。他說：「大部分人學到的實相只是物質與外在。我們的孩童學到兩種實相。他們必須瞭解房子具有庇護作用，同時這只是存在於心識中，而不是被依憑的。」

「如果一個小孩正在生氣，我們讓他明瞭憤怒源自於他的內心而不是來自使他生氣的人。然後他就能稍微看清楚狀況。除了從瞭解空性和覺受之基礎，還能在何種基礎上發展悲心與慈心？這必然避開任何的戒條」。

我挖苦地問：「那麼這些孩子會變成偉大的修行者和聖者？」

「我們二十年後見面再說，」他回答：「我怎能預知這些孩子將來會怎樣？我提供工具給他們去瞭解實相之許多層面，而他們可以用它做他們想做的事。也許他們會成為罪犯。但如果他們如此做，我相信我們是極具覺察力的罪犯。」

傳統教育教導孩子邏輯和理性的心識。瓦楞諦諾的課程涵蓋很廣，涉及各方面之人類智慧精華。當然孩童仍須研讀印度政府指定的一般課程，例如數學、印度文、英文、歷史等等，但他們也學習瑜伽、靜坐、武術、按摩，尚有音樂、美術、舞蹈等創作科目，農耕，甚至是社會服務。

這些孩童大部分是在不受照顧、在無知又沒有機會使用，甚至沒有基本衛生設備或潔淨用水的家庭中成長，學校的這類刺激讓他們甦醒。這類的訓練使他們的智力發展，將他們的智商從平均值以下提升到平均值或以上。教導他們思考、下決定，而最重要的是覺察。瓦楞諦諾的學童在標準測試的成績遠超過相同社會經濟條件且就讀於傳統學校的學童。（於 1997 年 10 月的測試結果顯示 42% 的圓滿教育學童智力高於平均值，而對照的學校之學童只有 15% 高於平均值。他們在專注、記憶力以及 EQ 也比較好。）

他們覺察力的程度不斷地令我驚訝。以他們的年齡怎麼可能有這種的知識？然而這的確是可能的，而且不斷地提醒我這一點。在毗婆舍那的課程中，我們討論生理與心理疼痛的區別。十一歲的艾尼(Anil)是眾多兄弟中年紀最長的，其雙親在數年前過世，而他現在不很快樂地與叔父住在一起。他舉手回答我的問題：「在今天的靜坐中，你覺察到什麼？」他站起來，以一種印度學校仍然明顯可見之王室遺留下來的奇特方式站著回答：「我覺得胃痛，但我不擔心——我並未編造關於病得如何或應該就醫之故事。相反地，我只是注意這個痛，它是不斷擴大的灼痛。當我忘了而停止注意，我就開始編故事，並且憂慮此疼痛。太大的生理疼痛，所以我回到注意呼吸。」

然而瓦楞諦諾說明他不能保證結果：「孩童帶著來自他們早年生活之某些極強的烙印來到此地。我認為期盼他們全然轉變是不太實際的。能做的頂多是提供他們覺察的工具，如此他們對盤繞於自己的習性和行為模式可以有一些空間。或許當覺察他們是誰或者他們做了什麼，他們就能選擇不同的舉動，如此他們的行為就不會傷害自己或他人。但改變不是我的目標，覺察才是。」

瓦楞諦諾提醒我：他只收真正想要在此學習的學生。他告訴我關於庫馬(Kumar)的故事。庫馬的父親是個小混混，因為不斷地進出監獄，所以這位父親從未提供任何穩定感給他的極聰穎的兒子。庫馬到圓滿教育學校只因爲他的朋友來此上學，但他從一開始來學校就不守規矩，覺得學校是愚蠢的地方，並拒絕做功課。最後他來找瓦楞諦諾，並宣佈：「我要離開！」瓦楞諦諾說：「好！」六個月後，他回來了。「校長，」他說：「我到別的學校。那裡會打人。我只有待在家裡學習。拜託拜託，可否讓我回來這裡？」瓦楞諦諾說他不太確定。於是庫馬每天來學校，坐在門外等著。一個月後，他終於得以重新入夜間部上課。最後，在驗證他的承諾後，回到正規班級，而今他說喜歡學校。

此校也在解開糾結於學童所居村落中的社會問題。關於此一小步，應提到學校的新課程，那就是帶學童進入他們自己的村落，以找出他們能給予什麼回饋。學生帶著藥品或食物給需要的人。有一天，當我在學校辦公室寫東西，一位蓬頭散髮、穿著骯髒紅黃色沙麗的少婦走進來，笑得很開心。在她背上的小嬰兒看起來只有六個月大，後來得知這小孩已經兩歲。學校的一位學童在幾個月前於他的村落中注意到她幾乎死於營養不良。他立刻與學校的朋友開始帶著牛奶和粥給這位母親，以便餵這嬰孩。在辦公室裡，這位母親得意地堅持要我抱她的女兒，所以我小心翼翼地抱起這個衣衫破爛，但現在已健康且體重增加的嬰孩。

在這項社會工作的課程中，孩童把所學付諸行動。瓦楞諦諾把每一個慈悲的行為看作是朝向淨化心靈的一步以及開啓智慧的空間。當智慧增長，互助之本性的實相就變得更顯著，而且悲愍的行為自然流露。

瓦楞諦諾鼓勵發展智慧與悲心，不只是對於學生，並且也對老師（他送最信賴的老師去上毗婆舍那課程以及做瑜伽閉關）、義工（這篇文章僅能稍微觸及我四個月在此所學的）以及他自己（每幾年他就作五個月的閉關）。

有一天，我上課的教室正在粉刷，所以我在學校屋頂上進行毗婆舍那的課。有感於湛藍的晴空，我要求他們描述天空的特質。

「天空是空曠的！」「無垠的！」「沒有界線！」「它是變換無常的！」「我無法得到或擁有它！」他們以一種隨興的、此起彼落的、興高采烈的方式叫著。

「好，」我問：「它和什麼類似？」

「我們的心！」少數幾個大聲喊出。

佛陀提及關心別人需求的三種方法。圓滿教育學校是這些教誨的完美展現。首先，提供孩童物質上的需求：醫藥、適量的食物以及校服，而且他們學習保持他們的服裝及身體的整潔。其次是免於恐懼的禮物：鼓勵他們自己思考，並且想像超越他們所知被糟蹋的生命之可能性。第三，他們直接或間接地學到「法」

(dharma)。從毗婆舍那的課乃至一天響三次的鼓聲，提醒孩童覺察下一個瞬間，積極地探究心識與覺察的本質，「法」深植於圓滿教育中。

然而，瓦楞諦諾很快地指出它的普遍根源：「事實上，圓滿教育不只是關於教導佛教的觀點，因為我相信各個偉大的精神傳統是十分類似。在印度，我教導孩子有關毗濕奴神(Vishnu)與濕婆神(Siva)以及印度眾神；在義大利，我們大多談上帝。我想要孩童去瞭解在所有的修行系統中什麼是一體的，特別是他們自己的宗教價值。」

瓦楞諦諾拒絕被分割。他的物品雜陳之臥室就是學校辦公室、電腦室、會議廳、醫師和招待員的辦公室。他的上班生活並未與私人生活分開，我懷疑這樣是否有益健康，雖然對他似乎完全不造成干擾。他似乎永不疲倦。他回應眼前的任何事務——不論是訓誨一個桀傲不馴的學生、急忙到村子把藥送給瀕死於結核病的婦人、籌畫教育會議、診斷耳痛、或是花兩小時和我討論學校的理念以及心識的本質。(「戴安娜！這支筆在那裡？當下，它在那裡？」)他的精力是無窮盡的。他有時也會激動或憤怒不已：他讀到當地報紙揭發不公平事件而大怒、因印度加入製造核子武器、缺乏組織、渙散而盛怒，而他極熱愛美好的義大利咖啡。

圓滿教育最令我感動的是結合理念和實踐。學校把「法」融入於各種不同層次。我見到它顯現在課程中、在建築物中、在學校與自然界的關係中、在老師之間如同家人的關係中、在把困難理出頭緒時、在孩童本身每日的喜悅中。

在這所學校，確實產生個人的、人際關係的和結構的改變。圓滿教育談個人內在的暴力：我們如何把覺察和思想當成我以及我的。瓦楞諦諾以空性的教理及心識的本質糾正這種「錯誤的觀點」。他教導孩童審視超越覺察，看潛藏的實相，止息來自本身的個人暴力，以免「陷於自導自演」。

在人際關係中，暴力通常經由言語、行為明顯呈現，所以要教導和平。羅吉(Rajiv)四年前來讀此校，因他在原先的學校打老師。他的攻擊性如此猖狂，所以村子裡的人叫他「瘋孩子」。他不識字、很野、不會說英文。他痛恨學校，而且對學習毫無興趣。然而，他纏著此校的一位老師，並說這是他唯一喜歡的。他開始學習閱讀，並且逐漸接納學校。如今羅吉十三歲，而且可能是此校最聰明的孩童之一，經常額外工作幾小時以學習新的事物。他正在學義大利文、烘焙糕餅及披薩，正在接受當老師的訓練。

最後，在結構的層次上，提到造成暴力的根源——諸如普遍的無知以及佛教徒所謂執著於自我的「錯誤觀念」——當這些孩童長大且成為社會的成員時，會有巨大的歧異。在此種艱難的時代，極需要像圓滿教育之類；特別是在印度之教育制度搖擺不定，有四億人為文盲；到處可見貪污猖獗，每年需建一千所學校才足以應付無窮盡的新生人口，貧富的差距不斷增長。在這所學校內，正在發生真正的改變，有一天它會向外擴散。

瓦楞諦諾承諾待在印度 12 年，足以看到第一批孩童讀完高中，並訓練他們當老師。他夢想著設立其他的圓滿教育學校，或許發起一個教育改革運動推廣至全印度，甚至其他國家。這是否為不切實際的幻想？

「瞧，戴安娜！」瓦楞諦諾嘆息：「我這麼做，只因我必須這麼做，因為我沒有選擇的餘地。這是我的修行，是我的生命實踐。如果我幫助別人，我很高興；如果我不成功，至少我可以說我試過了。」

瓦楞諦諾堅持下去，不顧困難，不顧與令人惱怒的印度官僚體系交涉時不可避免的爭執，不顧始終沒有足夠經費使學校運作（營運主要來自他的退休金以及微薄的私人捐款），不顧設備不足、生活用品匱乏以及沒有足夠的場地以供孩子嬉戲。

兩個小男孩走進房間，四下張望找尋瓦楞諦諾。知道他們的母親最近過世，而且他們未受到適當的照顧，瓦楞諦諾提供他們「學校的特殊凝乳」，混合了優酪乳、香蕉和糖的美味食品。哥哥卻從給他弟弟的那碗中舀了一些給他自己。瓦楞諦諾火大了：「你在做什麼？那不是給你的！現在你弟弟那份變少了。你知道你剛剛做了什麼嗎？」那個男孩聳聳肩離開。

他轉身對我解釋：「我必須問他們是否覺察。當他們剛來本校，他們對自己在做什麼完全沒有概念，所以我們只是告訴他們要分享食物而不要自私。後來我們問他們問題：如果他們承認拿了某件東西，並且告訴我們感受快樂與否，我們覺得這樣就可以了，他們已有覺察力。如果他們否認拿了東西，那麼他們尚未覺察，而我們就會有問題。但總有一天，你會看到，那個男孩不再拿他弟弟的凝乳」。

我思考瓦楞諦諾的成就：這些孩童如何造就成……。回想有一天當我和他們玩球時，兩個男孩打起來，馬上有其他三個男孩把他們分開，用手臂摟著他們的肩膀，使他們平靜下來，所以我無需做懲誡的工作；回想當我無意中踏到一些螞蟻，女孩們圍成圓圈，輕輕地試著把牠們聚攏；回想他們為我的生日烤了一個蛋糕；回想八歲大的孩子，不論男女一律都要煮飯、掃地；回想我和一個十二歲的男孩花一個小時討論有關於印度砍伐林木以及破壞生態體系的問題（他告訴我：「當你砍掉一棵樹，就有十個人受害」）；回想當我因為班級失控而生氣，我們竟然當成一個團體來「處理」我們的情緒，然後全都道歉，因此變得更親近了。我不覺得這些孩子只是模仿師長的教導。他們不需被評鑑仁慈與悲愍，那只是當下他們自己罷了。

在我停留的最後一天，全班在竹林教室聚集了一大群人。回美國前，需要解答尚未回答的問題：「老師！心識是什麼？」「念頭從那裡來？往何去？」「老師！宇宙的開端和終點在那裡？」

我把問題拋回給孩童。「我不知道，」我說：「你告訴我，答案是在你內心。」

「念頭來自於心，它們回到心。」羅達(Radha)思索。

「或許，」我答道：「我們怎麼知道呢？」

「我想知道！」他們叫著。他們七嘴八舌興奮地交談，而太陽逐漸移動方位，樹影經過他們的臉上。

最後，安加利(Anjali)非常鄭重煞有其事地站起來問：「嗯……刀子是否能切它自己？」大夥一時陷入迷惑的靜默中。然後大家一起咯咯地笑起來。

（Diania Winston 戴安娜·溫斯頓是 BPE 中 BASE 計畫的發起人。她最近結束一

年半在非洲的生活才回到加州灣區。目前是 BASE 的副總裁目前她仍感受到文化衝擊。)

