

教學設計—順應自然

一、學習目標：透過對不同學習材料的理解和探討，讓學生認識中華文化中道家的思想，並引發他們從不同的角度觀照人生。

二、學習材料：

1. 莊子《鼓盆而歌》(見附錄)
2. 莊子《莊周夢蝶》(見附錄)
3. 莊子《知魚之樂》
4. 莊子《庖丁解牛》節錄
5. 陶潛《歸園田居》(其一)
6. 陶潛《飲酒》(其五)
7. 柳宗元《始得西山宴遊記》
8. 蘇軾《定風波》

三、程度：高中

教學活動

1. 引入活動

教師以不同的方式，引發學生的學習興趣，例如：

- 聆聽歌曲
學生聆聽《道》(《倩女幽魂》電影插曲)後，在課堂上簡單分享對歌詞中「道」的印象和聯想。
- 閱讀短文
教師演示《莊子》下列簡短文字，讓學生分享感受：
「……方生方死，方死方生；方可方不可，方不可方可；因是因非，因非因是……」
這段文字的風格如何？有甚麼特色？

放下生死

2. 學生閱讀莊子《鼓盆而歌》，教師引導討論以下問題。

- 妻子離世，莊子有甚麼表現？
- 莊子看待「死亡」的做法與一般人有何分別？

構思和備註

以《道》(《倩女幽魂》電影插曲)為例，說明道家思想對後世的影響深遠。

讓學生初步感知道家的代表人物—莊子獨特的文字風格和思想，引入課題，介紹中華文化除了儒家思想外，道家亦對後世影響深遠。

莊子敲盆唱歌，見《莊子·至樂》：莊子超脫生死，覺得生與死不過像春、夏、秋、冬四時的運行一樣，是一種自然現象。

教學活動

- 莊子對生死的看法如何？你同意嗎？為甚麼？

夢蝶人生

3. 教師着學生說出印象深刻的夢境，並提出以下問題：
 - 有否試過做夢時感覺很真實？試說說剛醒來的感覺。
4. 教師講讀莊子《莊周夢蝶》，引導學生討論下列問題。
 - 莊周的夢是怎樣的？
 - 思考以下問題，從而帶出莊子觀照事物的看法：
 - ◇ 莊子(人)和蝴蝶(物)的分別
 - ◇ 清醒(真實)和夢境(虛幻)的分別

知魚之樂

5. 教師講讀莊子《知魚之樂》，引導學生分組討論和報告下列問題。
 - 為甚麼莊子認為濠江中的魚是快樂的？

構思和備註

教師可透過本篇引導學生認識莊子「齊物」的觀點。莊子認為萬物齊一，皆由道所生，生死循環不息，與四季運行的自然變化相同。

莊周夢蝶，見《莊子·齊物論》：莊周夢見自己變成自由自在、翩翩起舞的蝴蝶，不知道是莊周夢見自己變成蝴蝶，還是蝴蝶夢見自己成為莊周。

人與物沒有分別，虛幻和真實也沒有分別，從「道」的觀點來看，沒有事情是絕對肯定的，所以凡事也不用太執着，就如人世間的悲歡離合、名利權位，同樣虛幻，不可把握。

《知魚之樂》（《莊子·秋水》）的文化元素及思考問題，同時列於「選篇分析」部分，教師可參考以調適教學設計。

莊子曰：「儵魚出游從容，是魚之樂也。」莊子認為魚能順應自然的本性，自由自在的、從容的在水中游泳，所以是快樂的。莊子的判斷充分反映道家「順應自然」的主張。

教學活動
順應自然

6. 教師講讀莊子《庖丁解牛》，與學生討論以下問題。

- 庖丁解牛的歷程是怎樣的？

- 庖丁從解牛學會甚麼？

構思和備註

《庖丁解牛》（《莊子·養生主》）的文化元素及思考問題，同時列於「選篇分析」部分，教師可參考以調適教學設計。

庖丁解牛經歷三個歷程：

1. 目視
見到牛的形軀（「始臣之解牛之時，所見無非牛者。」）
2. 心知
掌握牛的筋骨脈絡結構（「三年之後，未嘗見全牛也。」）
3. 神遇
對牛心神意會（「方今之時，臣以神遇而不以目視，官知止而神欲行。」兩句中的「神」是虛寫而非實指）

如：

1. 解牛的秘訣
「以神遇而不以目視，官知止而神欲行。」減少用耳目心智，而是心神意會（「神遇」）。
2. 領悟保身全生之道
庖丁在解牛的過程中領悟到道的自然之性。庖丁解牛，用刀「以無厚入有間」，順應牛體的自然生理結構去解剖，「批大郤，導大窾」，在筋骨的縫隙下刀，做到「依乎天理」、「因其固然」，所以能「迎刃而解」。因此，他用刀十九年，刀刃仍然好像新的，絲毫無損。

教學活動

- 《庖丁解牛》對你做人處事有甚麼啟發？

回歸自然

7. 學生進一步閱讀陶潛《歸園田居》(其一)和《飲酒》(其五)，分析以下的問題：

- 《歸園田居》(其一)中，哪些詞語表達作者多年來從政的心境？
- 作者為甚麼離開官場？他選擇了甚麼生活方式？
- 作者歸隱後的生活如何？哪些詩句最能表達他閒適的心境？

構思和備註

做人處事之道，如：

- 從實踐中累積經驗
庖丁解牛多年，掌握秘訣，由技入道，有個人心得。
- 遵循客觀規律，不強行妄為
(「依乎天理」、「因其固然」)
- 不自我中心
「無厚」，沒有厚度，不自我中心，世界就很廣大(以無厚入有間，恢恢乎)
- 小心謹慎
庖丁解牛雖然「遊刃有餘」，但每次解牛的時候，總會小心謹慎(「怵然為戒」)。
- 收斂
庖丁解牛後，雖然「躊躇滿志」，但不露鋒芒，立即清潔和收藏牛刀(「善刀而藏之」)。
- 其他(可讓學生自由發揮)

《歸園田居》與《飲酒》(其五)的文化元素及思考問題，同時列於「選篇分析」部分，教師可參考以調適教學設計。

塵網、羈鳥、池魚、樊籠

詩人歸隱後，融入自然，心境閒適。「戶庭無塵雜，虛室有餘閑」，既寫眼前景物，同時表達內心的淡泊，往往「悠然見南山」，在物我兩忘中領悟到「忘言」的「真意」，流露道家「得意忘言」的旨

教學活動

8. 教師講讀柳宗元《始得西山宴遊記》，引導學生了解作者和作品背景，並討論以下問題：

- 西山有甚麼特別之處？
- 作者從遊覽西山的過程中得到甚麼啟示？

- 教師與學生分享欣賞大自然景物的經驗。

9. 學生研習蘇軾的生平背景，閱讀《定風波》，思考和討論以下問題：

- 蘇軾寫《定風波》時遭遇甚麼事情？
- 一般人都不喜歡旅途中遇雨，蘇軾卻反而有「何妨吟嘯且徐行」的想法，這反映他怎樣的人生態度？

構思和備註

趣，心靈自由，超脫物欲、名位的束縛。

《始得西山宴遊記》的文化元素及思考問題，同時列於「選篇分析」部分，教師可參考以調適教學設計。

如：柳宗元不以個人的角度看事物，而是以整個宇宙的視角觀物，所以能「與萬化冥合」，有「悠悠乎與颢氣俱，而莫得其涯；洋洋乎與造物者游，而不知其所窮」的感受。

教師亦宜提示學生，作者明顯受莊子的影響，例如本篇與莊子的觀點類同。（見《秋水》「吾在天地之間，猶小石小木之在大山也，方存乎見少，又奚以自多！計四海之在天地之間也，不似壘空之在大澤乎？計中國之在海內，不似稊米之在大倉乎？」）

引導學生自由講述個人的經驗，重點是讓他們體會在大自然中個人胸襟和視野的開廣、心物交融的美和情趣。

蘇軾仕途坎坷，多次被貶官，常常面對挫折和逆境，但他深受佛、道思想的影響，往往能隨遇而安。《定風波》正好充分反映他

教學活動

- 結合蘇軾其他作品，分析作者如何面對人生的逆境？
- 你如何面對生活中不如意的事情？莊子、陶潛、柳宗元和蘇軾的人生態度對你有甚麼值得借鏡的地方？
- 教師簡單總結

歷代不少文學作品，尤其是遊記，山水詩或田園詩，常常表現作者身處自然之中，能欣賞萬物的自然美，並與萬化同遊，達至物我兩忘的境界，也藉此自我開解，在逆境中找到心靈的安頓，留下莊子思想的痕跡。

10. 總結

- 文化反思
有人說莊子的思想是消極的，你認同這個說法嗎？為甚麼？
- 學生討論和報告
在這單元中，道家哪些看法對你最有啟發和幫助？

11. 延伸活動舉隅：

- 學生收集與莊子思想有關的成語，在課堂上講述故事內容，分享心得。
- 自行閱讀莊子的作品 1-2 篇(節錄)，綜合所學，寫下個人感想和心得，在壁報/群組/電子平台與同學分享。
- 學生蒐集一至兩位文人的生平及作品，談談他們如何借助莊子的思想，面對逆境，並與同學分享自己的體會。(例如陶潛、李白、柳宗元、蘇軾均受莊子的影響)
- 學生選擇五嶽其中之一嶽，蒐集和閱讀有關的照片、資料、文學作品(如遊記、山水詩、田園詩)，體會作者其中心物交融的美感體驗，並互相分享。
- 小組討論和報告：談談道家和儒家對生死和自然的看法各有甚麼特點。

構思和備註

那樂觀、豁達、安時處順，哀樂不入的人生態度。

- 成語故事如：
各行其是(莊子·逍遙遊)
大而無用(莊子·逍遙遊)
朝三暮四(莊子·齊物論)
莊周夢蝶(莊子·齊物論)
螳臂當車(莊子·人間世)
井底之蛙(莊子·秋水)
螳螂捕蟬(莊子·山木)
得魚忘筌(莊子·外物)

附錄

(一)

鼓盆而歌 節錄《莊子·至樂》

莊子妻死，惠子弔之，莊子則方箕踞鼓盆而歌。

惠子曰：「與人居，長子、老、身死，不哭，亦足矣，又鼓盆而歌，不亦甚乎！」

莊子曰：「不然。是其始死也，我獨何能无概然！察其始而本无生，非徒無生也而本无形，非徒无形也而本无氣。雜乎芒芴之間，變而有氣，氣變而有形，形變而有生，今又變而之死，是相與為春秋冬夏四時行也。人且偃然寢於巨室，而我嗷嗷然隨而哭之，自以為不通乎命，故止也。」

(二)

莊周夢蝶 節錄《莊子·齊物論》

昔者莊周夢為胡蝶，栩栩然胡蝶也，自喻適志與！不知周也。俄然覺，則蘧蘧然周也。不知周之夢為胡蝶與，胡蝶之夢為周與？周與胡蝶，則必有分矣。此之謂物化。

註：附錄篇章僅就坊間所見資料，提供一個參考版本；教師亦可參考、使用其他版本。