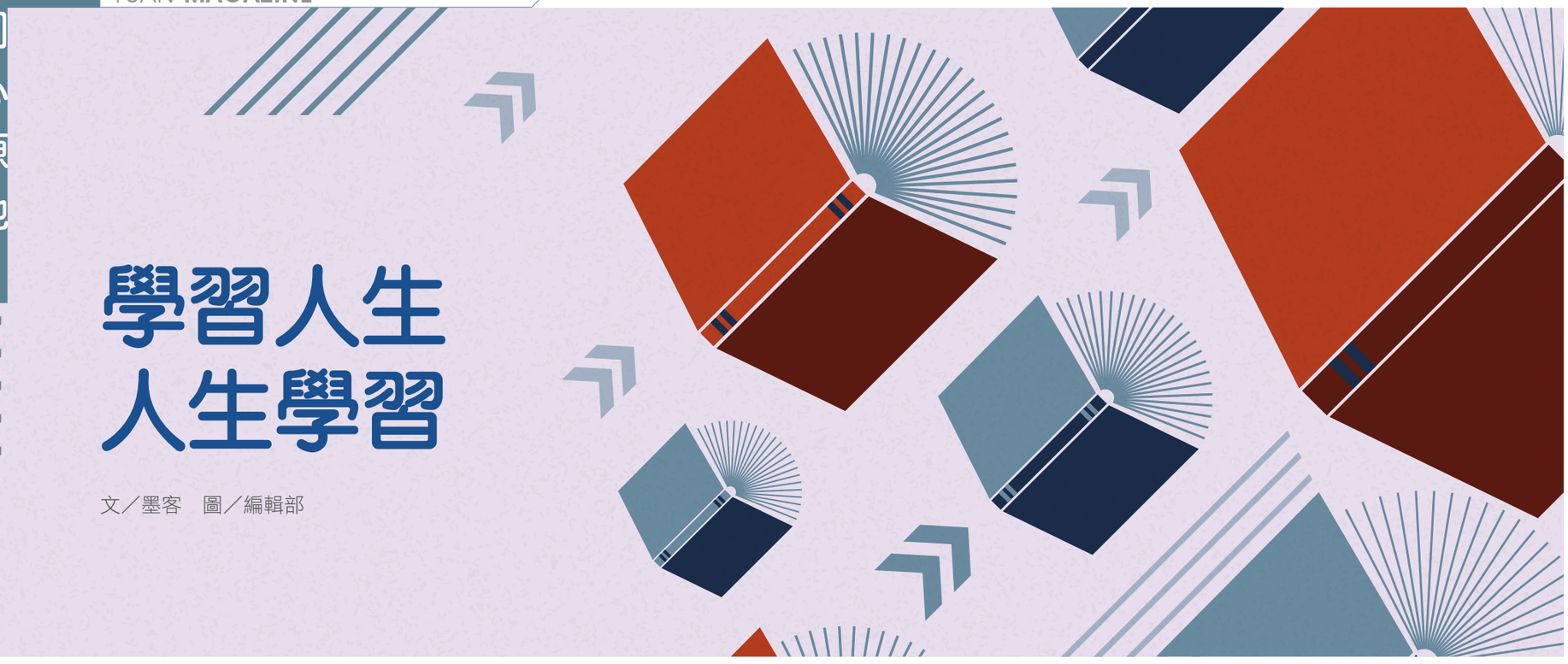

學習人生 人生學習

文／墨客　圖／編輯部

有一個研究指出，從大腦與閱讀學習的年齡關係來看，十歲以前，是所謂的「學習閱讀」期；十歲以後則是「閱讀學習」期。前者指的是，十歲以前，我們要教小朋友「學習閱讀的策略」，這樣的話，十歲以後，他們就能用這些策略，去學習、閱讀更多的事物、新知了。

此刻的我，已明顯超越十歲的分野。隨著閱歷的日益寬廣，也確實感受到生命的豐富性、可能性與不可逆性；更感受到，人們必須透過「學習」來豐富「人生」，也才能讓「人生」永恆地「學習」。

活到老，學到老，人生過程中永不停歇地有著不同的事物降臨這個世界。回顧這十年來，多少新奇的創新語詞、科技新知、令人咋舌稱奇的玩意兒，都推陳出新，也撼動著我們的生活。例如，十年前，你跟人家說，只要拿著手機，對著一個圖點掃一掃，就可以變出一個網站來，那時候，絕大多數的人應該覺得不可能、不知道什麼是「掃一掃」；但十年後，這樣的 QRcode 技術，已不是天方夜譚，確實來到我們的日常，也真實影響著我們的生活。

十年前，直播一詞，可能沒有這麼風行，想走入這一行，還真的令人擔心能不能養家餬口；隨著疫情的起伏，直播、同步教學、非同步學習、遠距互動，逐漸成了親師生，甚至是業界的必備基本能力，更甚至直播主、網紅早已是時下年輕人所追求的夢想行業。

又如，元宇宙、大數據、區塊鏈、人工智慧、行動支付、網路購物、外賣外送…，這些新興名詞，也都是這十年來才走進吾人常民生活。

「學習人生，人生學習」-- 這是引領我不斷自我精進的策勵石。疫情之際，由於教學的需要，我也開始學習如何錄製線上影片、如何剪輯影片，如何運用新程式等。由於身處在與「數位原住民」有著嚴重落差的我，操作起電腦，顯得礙手礙腳，我也只得上網多學習、多個網站點閱參酌，試圖取得最方便的學習管道。磨了數個月之後，我終於可以初步開課，讓有興趣的親師生一起加入我的課程互動，我也可以將簡易的學習影片置於雲端供大家點閱。對我來說，這就是一種人生新學習。

倏忽間，我有個感觸，世界無比浩瀚，知識的學習範疇何其廣袤，平日所知所學在某個時空中，根本顯得微不足道！若沒有再度學習，又該如何與時代並肩齊行呢？

蝸居在家的那陣子，也奠定了我中文與英文的素養基礎。那一陣子，我強迫自己，每幾天要品讀一首詩，並且把所讀到的詩句以書法方式呈現出來，以增加我的記憶力。「詩詞」於我而言，是升學時代的事了，然而，因著平日寫作習慣，老覺得若能援引詩文，也必能增添幾許光彩。所以，那些流芳百世的詩句：「草色青青柳色黃，桃花歷亂李花香」、「一上高城萬里愁，蒹葭楊柳似汀洲」、「春寒不定斑斑雨，宿酒難禁灩灩杯」、「夜涼吹笛千山月，路暗迷人百種花」、「冠一樹春風千萬枝，嫩於金色軟於絲」、「雲影誤居青瑣地，風流合在紫微天」…。詩詞信口吟來，豐富了我的人生。儘管這幾年來，時代的教育學習趨勢已朝向少背誦、少記憶、多接觸臺灣當代當地文學，然而，我卻覺得，偶爾品讀詩詞，回應生活的情境，也是一劑享受，一種快意人生的方式。

而從詩詞與書法的連結中，我也重拾了許久未曾謀面的毛筆，看著那筆毛已乾皺纏黏，而硯台早已鋪上塵灰一片，也早已忘記上次拾筆是何年何月了。然而，書寫的當下，也漸次喚起了我的記憶，也逐

漸掌握到筆感、手感與煮字為樂的幸福感。儘管自己的書法技巧已退步不少，但時時的自我提點與要求，也或多或少止息了退步的幅度。

我也開始重拾昔日的英語雜誌。總覺得，人生不該只有臺灣、國語的學習，若能在生活中，多加運用、理解、深化英文，也應能豐富我的學習人生。其實，二十多年前能考上大學，英文基礎自然擁有一些，但誠如「用進廢退」的概念，慢慢擱置一旁數年，也疏離不少；尤其是近日來無法出國、外國友人也難以抵台，讓自己的口語力、聆聽力也下降了許多。我思考著，該如何重拾自己的英語力呢？我在手機裡下載了許多英語學習的軟體，其中有一款能讓我無間斷的學習，只要一打開螢幕，便會跳出一個單字供我學習，而單字的難易度也可由我自由設定。我也買了英文雜誌，為的就是能每天跟著既定的日期與講解，讓自己慢慢找回英文的語感，讓自我得以日日累積，月月精進；而未來 2030 雙語國家政策就在眼前，儘管自己不是英文本科系畢業，也沒有從事相關的工作，但至少也不會落後新世代的年輕人。

有時候，人生就是不間斷的學習；雖然沒有學習，也可以過著自己的安穩生活，但那種缺乏踏實感的日子，卻會令我不寒而慄，猶如行屍走肉一般。每個人選擇的人生學習法都不盡相同，有人喜歡跳舞，嘗試不同的舞步與調性，舞出自己的人生；有人選擇唱歌、錄製音樂，學習操作錄音設備，走的是一條歌唱人生；有人雕刻、品評各類型也觀摩各種木製、銅製、玻璃製作品，他在精細微緻的雕琢中見識到人生的道理；有人行遍大地，品嚐了不同的食材，也體會了人生酸甜苦辣的道理；有人為文作畫，把自然間的美景，或者彩繪、或者攝影、或者文字敘寫，再創作出一件件膾炙人口的圖文創作。

有時，我也覺得，學習人生、人生學習，是一場刻意練習。在我們的基因裡，我們總習慣安逸、悠閒、享受，基因的建構，會選擇最舒適的組成，最省腦力與心力的方式去建築我們的生命城堡，所以「學習、進修、研習」這種相對「不安逸、不悠閒、不享受」的事情，是需要我們更聚精會神地去從事與用心著墨的。例如，刻意選擇一篇文章來讀、刻意拿鍋具來練習廚藝、刻意營造一個學習機會、刻意培養學習人生的習慣。而，讓刻意成了習慣，讓習慣成了自然，讓自然成了性格，那它就會很習以為常地融入了生活一部分了。

這幾來，我挺喜歡「學習人生，人生學習」所帶來的意涵，它是一種正向、積極的人生選擇。兒時，我們都在學習課業，學習與同儕相處，及至成人，我們學習進一步的與人溝通、應對進退，我們學習愛情的甜蜜與苦澀如何掌握；我們學習社團的經營與運籌帷幄，學習產業界與學習領域的接軌與平衡；踏進社會，初入職場之際，我們學習如何和不同年齡層的同事，一起相處，我們學習如何負責、盡責、當責，我們學習在工作與家庭間，找到幸福的連結。乃至此刻的後疫情時代，我們學習身心如何安頓、生活何如把持、生命何如不受拘束，甚至開創不同的自我，過著熟讀玩味的階段性生活。

是呀！我們不正視時代，就會被時代所驅逐；我們不充實自己的人生，就會被人生厭惡。人生是一場有趣的挑戰，但又充滿矛盾、荊棘、驚豔、荒唐、詼諧…；許多人總愛將人生比喻為一場戲，也確實，在還沒有開演之前，你不知道下一個情節是如何進展的；也唯有當我們實際去品嚐，才能得到個中的滋味，冷暖自知。