

## 由學習曼陀羅繪畫談到

### 終身學習的意義

文：鄧驍

為鼓勵市民終身學習，政府每年投入相當大的資源，從而推動社會開辦各式各樣的持續進修課程。作為一位視覺藝術專業老師，筆者嘗試從藝術課程切入，探討終身學習的意義和方向。



據筆者所了解，現時坊間大部分的藝術課程都是以培訓技能為主，如西洋書法、陶藝、水彩畫等，這些課程的目的，主要是讓學員能夠在完成課程後，可以懂得創作出一些符合大眾審美觀的作品，例如一幅美麗的水彩風景，或一座雕塑得很像自己樣子的頭像等，畢竟在我們印象中，終身學習的課程，就是要讓學員懂得掌握一門新的手藝。



正規教育與終身學習在學習目的上略有不同，正規教育主要的學習目的是讓學生掌握到各科目的基礎知識，為學生將來能在大學選讀某個專門學科打下基礎，也為學生將來在社會上能夠適應生活需要而學習某些相關的知識。此外，在課程中，也有一些學習內容是要讓學生認識自我、抒發自我情緒，例如公民課、視覺藝術、音樂課程等，特別是視覺藝術課程，除了讓學生學習藝術創作技巧，更重要是讓學生能夠透過藝術作品去表達自己的感受。而終身學習的課程，對象大部分都是已經離開了校園的成年人，那麼，除了在提供技能訓練之餘，是否需要更多地去關注學員心靈上的健康呢？



筆者認為，終身學習應該可以在關注學員心靈上的健康這個方面發揮作用，讓學員們除了掌握一門手藝外，更能培養出良好的身心素質。







近年，本澳及鄰近地區有計多關於繪畫曼陀羅的課程。曼陀羅，是源於印度的古老藝術，曼陀羅的意思是古印度梵文中神聖的圓，因為古代印度人認為，曼陀羅象徵整個宇宙的結構，所以，他們以繪畫曼陀羅來追求心靈的修煉。心理學家榮格是第一個把東方的曼陀羅概念介紹到西方世界，他認為曼陀羅代表自性，透過繪畫曼陀羅，可以了解到人們的內在，從而更能了解自己。



曼陀羅課程的導師在教導學生時，一般都只會重視學員們的創作技巧，如：曼陀羅的花紋是否漂亮？圓形是不是畫足夠圓？筆者認為導師應該透過創作的過程，引導學員們把自己的心靈釋放出來，嘗試達到馬斯洛需求層次理論中的超自我實現，重視創作過程多於最後的結果。







筆者認為本澳的持續進修課程能夠開辦多一些類似曼陀羅繪畫的課程，透過學習的過程了解自己的心靈深處，提升自我覺察力和自我解決問題的能力，相信對促進本澳成年人的身心健康有莫大的裨益。

