

南臺科技大學 104 學年度第 1 學期課程資訊

| | |
|--------|--|
| 課程名稱 | 禪宗生活美學 |
| 課程編碼 | 1LD02R01 |
| 系所代碼 | 13 |
| 開課班級 | 哲學思維類 |
| 開課教師 | 陳嘉璟 |
| 學分 | 2.0 |
| 時數 | 2 |
| 上課節次地點 | 三 1 2 教室 T0113 |
| 必選修 | 自選必修 |
| 課程概述 | 禪宗的生活美學是一種面對生活環境的態度和美感能力，也是探索及塑造自己的身體、行為、視覺、聽覺、觸覺，實踐健康的慾望，追求新感性、新品味，豐富自己的生命，把自己當做一件藝術品來創作的過程。 |
| 課程目標 | <ul style="list-style-type: none"> (一) 釐清禪宗思想與生活美學之間的關係 (二) 依據禪宗思想檢視個人的生活受媒體訊息影響 (三) 區辨國際藝術與文化中的禪宗美學成分 (四) 在日常生活中納入禪宗的生活美學，調整個人的生活 (五) 運用禪宗的思維建構正向思考的習慣 (六) 在倫理的爭議問題討論中，實踐禪宗的生活美學 |
| 課程大綱 | <ul style="list-style-type: none"> (一) 美和生活美學是什麼？ <ul style="list-style-type: none"> 1.美和美感經驗的意義 2.生活美學的範疇 3.禪宗的美學思想和生活美學的關係 (二) 發現禪宗自然之美 <ul style="list-style-type: none"> 1.禪宗的自然主義 2.禪詩所描繪的自然 3.日本庭園的禪境 (三) 體會禪宗人際和諧之美 <ul style="list-style-type: none"> 1.慧能的人皆有佛性與平等心 2.當前環境爭議問題或政黨政治問題的民主審議討論 (四) 探索禪宗智慧之美 <ul style="list-style-type: none"> 1.無念、無住、無相的生活美學 2.正向心理學與禪宗思想的關連 3.靜坐的練習 4.正念的練習 5.在生活中實踐「正向思考」的習慣 (五) 深入禪宗心靈之美 |

| | |
|------|--|
| | <p>1.閱讀與理解「壇經」的「坐禪品第五」</p> <p>2.以「手機」「網路活動」為例，探討資訊的焦慮，以及資訊對個人的影響。</p> <p>3.利用「創造性寫作」的方法，練習清除腦海中的雜念。</p> <p>(六) 學習禪宗人格之美</p> <p>1.誦讀及理解慧能之「無相頌」。(疑問品第三)</p> <p>2.批判及反省在生活中實踐「無相頌」之可能。</p> <p>3.探討如何在生活中實踐「人格」之美。</p> <p>(七) 觀照禪宗空靈之美</p> <p>1.摩訶般若波羅蜜的禪意</p> <p>2.欣賞受「禪宗」思想影響之藝術作品，指出其中的讓人感受禪意的元素。</p> <p>3.分組或個人建構一個心靈的「秘密花園」</p> <p>(八) 我的生命與禪宗生活美學</p> <p>1.審視自己的宿舍景象受禪宗生活美學的影響。</p> <p>2.審視自己的生活有哪些受禪宗生活美學的影響。</p> <p>3.利用數位攝影機拍攝相片，表現個人對禪宗生活美學的領悟。</p> <p>4.在自己的生活環境中設計庭園。</p> <p>5.其他</p> |
| 英文大綱 | |
| 教學方式 | |
| 評量方法 | |
| 指定用書 | 自編禪宗生活美學講義 |
| 參考書籍 | <p>一、書 籍 宗白華，《美從何處尋》，新北市：駱駝出版社，1987年8月。 釋聖嚴，《禪的生活》，臺北：東初出版社，1988年。 張育英，《禪與藝術》，浙江：浙江人民出版社，1993年9月。 皮朝綱，《禪宗的美學》，高雄：麗文文化出版，1995年9月。 尤煌傑等，《美學》，新北市：國立空中大學，1998年1月。 江藍生編，黎翠珍譯，《禪宗語錄一百則》，臺北：臺灣商務印書館，1998年。 楊惠南，《禪思與禪詩 - 吟詠在禪詩的密林裡》，臺北：東大圖書公司，1999年1月。 〔唐〕慧能著、郭朋校釋，《壇經校釋》，北京：中華書局，2004年。 張節末，《禪宗美學》，北京：北京大學出版社，2006年7月。 B·艾倫·華勒士(B. Alan Wallace, PH.D.)著、偶值譯，《專注力：禪修10階釋放心智潛能》，臺北：橡樹林文化出版社，2007年4月。 〔荷蘭〕海倫·威斯格茲 (Helen Westgeest)著、曾長生等譯，《禪與現代美術 - 現代東西方藝術互動史》，臺北：典藏藝術家庭，2007年6月。 傑克·康菲爾德(Jack Kornfield)著、易之新等譯，《踏上心靈幽徑 - 穿越困境的靈性生活指引》，臺北：張老師文化，2008年3月。 凱徹(Robert Ketchell)著、繆靜芬等譯，《禪風日式庭園：完全方案48小時打造》(Japanese Gardens In a weekend - projects for 1, 2 or 3 Weekends)，臺北：貓頭鷹出版社，2008年7月。 二、期刊影音 王萬清，〈不住向布施〉，《南台通識電子報》，第24期，2011年4月，第3卷，頁29-30。 王萬清，〈如露亦如電〉，《南台通識電子報》，第26</p> |

| | |
|--------|--|
| | 期，第3卷，2011年6月，頁23-25。蔡志忠，「六祖壇經」、「禪說」動漫系列 NHK 拍攝，「禪的世界」：之一「悟道的境界」、之二：禪修與冥想、之三：「禪的藝術之美」 NHK 拍攝，「尋根探源話佛教」系列，一至五 |
| 先修科目 | 無 |
| 教學資源 | |
| 注意事項 | <p>※ 注意事項</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.本教學大綱得視教學需要調整之。 2.本課程重視同學的出席與參與。 3.課堂學習、參與討論的主動態度列為成績考核之參酌。 4.分組報告注意事項： <ol style="list-style-type: none"> (1)每組可自行選擇單元議題的細部內容作報告主題。 (2)請針對報告內容作反思、批判，並表明自己觀點。 (3)每組事先皆應擬定一至兩個問題，以便課堂上同儕間之互動討論。 |
| 全程外語授課 | 0 |
| 授課語言 1 | 華語 |
| 授課語言 2 | |
| 輔導考照 1 | |
| 輔導考照 2 | |