

南臺科技大學 107 學年度第 1 學期課程資訊

課程代碼	1LD02R02
課程中文名稱	禪宗生活美學(B)
課程英文名稱	Life aesthetics of Zen
學分數	2.0
必選修	自選必修
開課班級	哲學思維類
任課教師	陳嘉璟
上課教室(時間)	週三第 3 節(S501) 週三第 4 節(S501)
課程時數	2
實習時數	0
授課語言 1	華語
授課語言 2	
輔導考照 1	
輔導考照 2	
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。
先修科目或預備能力	無
課程學習目標與核心能力之對應	<p>※編號，中文課程學習目標，英文課程學習目標，對應系指標 -----</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.釐清禪宗思想與生活美學之間的關係 (A2) ,-- ,1 基本知能 2.依據禪宗思想檢視個人的生活受媒體訊息的影響(J3) ,-- ,10 服務關懷 3.區辨國際藝術與文化中的禪宗美學成分(I1) ,-- ,9 人文與倫理素養 4.應用禪宗的生活美學於日常生活，調整個人生活。(E2) ,-- ,5 整合創新 5.運用禪宗的思維表達禪宗思想與生活美學的概念。(G1) ,-- ,7 表達溝通 6.實踐禪宗的生活美學於倫理的爭議問題討論(H3) ,-- ,8 敬業合群
中文課程大綱	<p>(一) 美和生活美學是什麼？</p> <ol 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 <p>(二) 發現禪宗自然之美</p> <ol 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 <p>(三) 體會禪宗人際和諧之美</p>

	<p>1.慧能的人皆有佛性與平等心</p> <p>2.當前環境爭議問題或政黨政治問題的民主審議討論</p> <p>(四) 探索禪宗智慧之美</p> <p>1.無念、無住、無相的生活美學</p> <p>2.正向心理學與禪宗思想的關連</p> <p>3.靜坐的練習</p> <p>4.正念的練習</p> <p>5.在生活中實踐「正向思考」的習慣</p> <p>(五) 深入禪宗心靈之美</p> <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/日文課程大綱	
課程進度表	<p>第一週 9-12 課程介紹；實施分組、選題工作； 「禪宗成立與核心概念：般若、佛性與隨緣任運解析」</p> <p>第二週 9-19 何謂美感經驗？心理要素及其作用；審美活動與宗教體會之異同</p> <p>第三週 9-26 公案裡的深刻意涵：不立文字、磨磚作鏡、丹霞燒木佛等則探究</p> <p>第四週 10-03 僧偈中的生活智慧：「平常心是道」、「不可說」等則思維 【T1】</p>

第五週 10-10	國慶日放假
第六週 10-17	「自性」、「頓悟」說在藝術創作與欣賞中的特徵 【T2】
第七週 10-24	禪宗思維與禪的藝術風格 【T3】
第八週 10-31	課程複習 【T4】
第九週 11-07	期中考
第十週 11-14	禪心生活：無念、無住與無相的靜心之美（《壇經選讀》） 【T5】
第十一週 11-21	禪意色味的體會：花道藝術與茶禪品賞 【T6】
第十二週 11-28	禪思設計：東西藝術作品的禪意風格 【T7】
第十三週 12-05	山水禪畫與當代極簡藝術的發展 【T8】
第十四週 12-12	內心的建築：禪林庭園中的寧謐雅境 【T9】
第十五週 12-19	流動的禪心：森田精神醫學的心靈療癒 【T10】
第十六週 12-26	分組報告之回顧與檢討
第十七週 01-02	課程複習與總結
第十八週 01-09	期末考週
* 本教學大綱得視教學需要調整之	

教學方式與評量方法	<p>※課程學習目標，教學方式，評量方式</p> <p>-----</p> <p>釐清禪宗思想與生活美學之間的關係(A2)，課堂講授，筆試 依據禪宗思想檢視個人的生活受媒體訊息的影響(J3)，啟發思考，自我評量 區辨國際藝術與文化中的禪宗美學成分(I1)，課堂講授，口試 應用禪宗的生活美學於日常生活，調整個人生活。(E2)，個案研究(PBL)，自我評量 運用禪宗的思維表達禪宗思想與生活美學的概念。(G1)，啟發思考，課堂展演 實踐禪宗的生活美學於倫理的爭議問題討論(H3)，分組討論，口頭報告</p>
指定用書	<p>書名：自編禪宗生活美學講義 作者： 書局： 年份： ISBN： 版本：</p>
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</p>

	<p>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 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，一至五集。</p>
<p>教學軟體</p>	
<p>課程規範</p>	<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。