

# 佛教弘誓學院一一三學年度

## 研究部課程簡介

113.05.18

課程名稱	禪學專題研討	科目編號	C1	學分數	3	選別	選修
教師	見重法師						
課程內容	藉由止觀禪法的修學，培育照見行法的智慧； 徹見無常、苦、無我三相，開展觀智以淨化煩惱。						
教學目標	<p>一、正念的培育，即覺知當下。學習止觀禪修，持續覺知當下禪修所緣，就是培育正念。</p> <p>二、學習探索人生的真實相，進而學習如理作意、平衡身心。</p> <p>三、透過止觀的學習，將佛陀的教法落實到身心，並且實踐於生活中，邁向煩惱的淨化之道，敲響智慧的醒覺之音。</p>						
課程概要	<p>一、佛學是從禪出教；學佛是藉教悟宗。佛法源自釋尊的自覺體驗，即是禪。所以，通過止觀禪法的修學，身心直接體證，將佛法的知識，轉化為生命的經驗。</p> <p>二、以培育照見行法智慧的理論與實踐為主綱。教導的禪法，修持次第明確，檢核步驟清楚。修學過程，每個階段會產生的現象，和檢核的標準，都有方法可依循。行者可以依序次第學習。</p> <p>三、次第禪觀，依照修習階段，有次第性、系統性地修學。修的成熟，智慧清澈，於人事境物，正念安住，心能靜謐不受妨礙。</p>						
指定教材	教師提供講義或課堂指定						
參考書目	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. 印順導師著，《中國禪宗史》，臺北：正聞，1994年7月八版。</li> <li>2. 印順導師著，《說一切有部為主的論書與論師之研究》，臺北：正聞，1992。</li> <li>3. 覺音尊者著，葉均譯，《清淨道論》，高雄：正覺學會，2002，修訂版。</li> <li>4. 阿耨樓陀著，葉均譯，《攝阿毗達摩義論》，嘉義：法雨道場，2005，三版。</li> <li>5. 菩提比丘編，尋法比丘譯，《阿毗達摩概要精解》，高雄：正覺學會，1999。</li> <li>6. 帕奧禪師著，《智慧之光》，高雄：淨心文教基金會，2009，三版。</li> <li>7. 帕奧禪師著，《如實知見》，高雄：淨心文教基金會，1999。</li> </ol>						
暑假預習	每天靜坐八分鐘						