

香港中文大學 通識教育課程

2013-2014 學年 下學期

**UGED2331 佛學與人生**

課程大綱 (Tentative)

教師：姚治華教授 (Prof. Yao Zhihua)

辦公室：馮景禧樓 (Fung King Hey Building) 430 室

聯絡：39437431

授課時地：T 10:30-12:15, LSB LT4

### 科目說明

本課程從現代人類所面對的人生問題出發，介紹並審視佛學對此的可能回答。既從傳統佛學遺產中尋找可資解答人生問題的資源，也客觀地省思傳統佛學面對人生問題時的局限。本科的範圍一方面包括佛教教理的系列基本概念，如無常、無我、緣起、五蘊、流轉\輪迴、煩惱\染污、無明、苦、佛性、覺悟、慈悲、涅槃、淨土等。但與單純討論教理不同的是，本科將用這些概念說明佛學如何理解不論任何人皆要面對，普遍的人生問題，例如生、老、死、欲望、命運與不幸、怨恨與寬恕、生命的價值、人的超越性、理想人格、周遭社會與生存環境等。由於佛教內部不同宗派之間觀點差異甚大，因此在同一議題上，也會引用不同宗派的觀點作對比。

### 課程進度

**第 1 講** 課程說明；佛教文明導論：歷史與現狀

基本概念：早期佛教、大乘佛教、密乘佛教；巴利語系、漢語系、藏語系；南亞東南亞、東亞、中亞，歐美

**第 2 講** 庸碌的現實：苦

基本概念：苦諦、苦的分類、三毒、煩惱，與罪(sin)的對比；“悲觀、消極”與否？

指定閱讀：Rahula Ch.1-2

**第 3 講** 庸碌的現實：輪迴

基本概念：苦的循環、流轉\輪迴、輪迴的心理與象徵意義；與永恒回轉(eternal return)的對比

指定閱讀：Rahula Ch.2-3；D.Kalupahana Ch.4

**第 4 講** 虛妄的根源

基本概念：十二因緣，無明、顛倒、妄執；業，自由意志 (free will) 的問題，命運

指定閱讀：Rahula Ch.3；

**第 5 講** 人 (眾生) 與世界的實況

基本概念：緣起；五蘊與十八界；四大；無常、無我、空；與現代

虛無主義(nihilism)的對比，無聊、煩悶 (boredom)

指定閱讀：Rahula Ch.6; Stcherbatsky Ch.2-7

**第 6 講** 欲望與性

基本概念：貪、瞋、癡；大小乘的不同態度；性瑜伽

指定閱讀：平川彰 Ch.13；吳汝鈞 Ch.5; Gedun Chopel Ch. 1, 2

**第 7 講** 人(眾生)的超越向度

基本概念：八正道，三學，四向四果；覺者的人格品質：智慧、慈悲；

指定閱讀：Rahula Ch.5；林朝成 Ch.6；

**第 8 講** 理想人格

基本概念：涅槃的類別與內涵；佛性、一闡提、無情有性、生死即涅槃 眾生平等、凡聖差距

指定閱讀：Rahula Ch.4；Kalupahana Ch.5；林朝成 Ch.10; 中村元 Ch.1-6;

**第 9 講** 禪修：傳統宗教與現代科學的交匯點

基本概念：禪定、止、觀；內觀法、密教；腦科學的研究

指定閱讀：Rahula Ch.7; Andresen, J. (2000). *Meditation Meets Behavioural Medicine - the Story of Experimental Research on Meditation*. *Journal of Consciousness Studies*, 7(11-12), 17-73.

**第 10 講** 死亡與轉生

基本概念：上座部的死亡教材；密教對死亡分解歷程的剖析；藏傳佛教的乘願再來者；淨土宗及唯識宗的死後持續進修；禪宗的死亡遊戲；現代生活與死亡；轉生：神話與科學

指定閱讀：林朝成 Ch.11; Bowker's Book Chapter on Buddhism; Ian Stevenson, "Three Cases Suggestive of Reincarnation in Ceylon," in *ibid*, ed., *Twenty Cases Suggestive of Reincarnation*, 128-180.

**第 11 講** 生態與環境

基本概念：根、身、器世界；人間淨土；佛教的自然觀

指定閱讀：Rahula Ch.8; Ian Harris, "Buddhism and Ecology," in Damien Keown, ed. *Contemporary Buddhist Ethics*. (Richmond: Curzon 2000): 113-136.

**第 12 講** 佛教與當代世界：宗教間對話與女性主義

**第 13 講** 總結

課程結束

\*\* 除指定用書外，教師將在教學過程中另行印發補充參考教材。

**成績計算與期論文寫作說明**

本科 2 學分，成績計算：

- (1) 課堂及網上 (elearn.cuhk.edu.hk) 討論 (10%);
- (2) 一次隨堂測驗 (25%);
- (3) 期中讀書報告 (25%)。可用中文或英文書寫, 約 1,000 字。
- (4) 期末論文 (40%)。可用中文或英文書寫, 約 3,000 字。

[期中讀書報告和期末論文均可自行選題, 如有疑問可事先與教師討論。期末論文必須依照學術論文規格撰寫, 應引用至少三部書的內容, 其中至少一部要來自指定的理論系列, 其餘則可根據組員的學科背景或個人所關懷的課題, 從其餘兩個系列或其他參考書中選取, 並且應詳盡註明出處。應在 5 月 11 日完成, 遞交馮景禧樓姚治華信箱或辦公室(430 室)。]

## 參考書目

### 書目安排

下文將提供三個不同主題的書目, 分別是理論、對話及傳記。理論系列是教師教學及學生撰寫報告時的主要依據。對話系列則是當代國際上知名的佛教代表與不同知識領域 (包括心理學、精神醫學、認知科學、哲學、神學、生理學、心理輔導) 的學人之間的對話, 以便不同學科背景的學生皆能各取所需, 此一系列的目的是要展現佛學與現代生活之間的相遇與對話。第三系列是不同類型佛教僧人的宗教傳記。僧傳常被目為佛學道成肉身或活着會走路的佛學之記錄, 在此所列僧傳全是現代人, 部份人物本身並非來自信奉佛教的族群, 因而有雙重的文化身份, 既能入乎其內, 也能出乎其外, 以資省思。對於傳統佛教與佛學之間的關係較感興趣的學生則可據理論為基礎分析佛學如何構成僧人的精神面貌及特質。

### 理論系列 (指定閱讀)

1. Walpola Rahula, Foreword by Paul Demiéville, *What the Buddha Taught* (New York: Grove Press 1962, 1959); 羅睺羅·化普樂著, 顧法嚴譯《佛陀的啓示》(香港: 中華佛教圖書館 1987 年); (To be posted on Moodle)
2. Th.Stcherbatsky (= Shcherbatskoi, F.I.), *The Central Conception of Buddhism and the Word "Dharma"* (London: Royal Asiatic Society 1923); 舍爾巴茨基 (俄) 著, 立人譯《小乘佛學》(北京: 中國社會科學出版社 1994 年)
3. 水野 弘元著, 釋惠敏譯《佛教教理研究: 水野弘元著作選集(2)》(台北: 法鼓文化 2000 年)
4. 林朝成、郭朝順著《佛學概論》(台北: 三民書局 2000 年)
5. D.Kalupahana, *Buddhist Philosophy: A Historical Analysis* (Honolulu: University Press of Hawaii 1976); 霍韜晦, 陳鈞源譯《佛教哲學: 一個歷史的分析》(香港: 法住出版社 1999 年)
6. P. Harvey, *An Introduction to Buddhism: Teaching, History and Practices* (Cambridge University Press 1990)
7. P. Williams, *Mahayana Buddhism: The Doctrinal Foundations* (Routledge

1989)

8. A.K.Warder, *Indian Buddhism* (Delhi 1970); 渥德爾著, 王世安譯《印度佛教史》(繁體版: 台北華宇出版社 1988 年上、下兩冊; 簡體版北京: 商務印書館 2002 年)
9. 平川 彰著, 莊崑木譯《印度佛教史》(台北: 商周出版社 2002 年); Hirakawa Akira, translated and edited by Paul Groner, *A History of Indian Buddhism: from Sakyamuni to Early Mahayana* (Asian Studies at Hawaii No. 36, Honolulu: University of Hawaii Press 1990)
10. 吳汝鈞著《印度佛學的現代詮釋》(台北: 文津出版社 1994 年)
11. 中村 元著, 江支地譯《慈悲》(台北: 東大圖書 1997 年)
12. John Bowker, *The Meanings of Death* (Cambridge University Press 1993), Chapter on “Buddhism”; 約翰·鮑克著, 商戈令譯《死亡的意義》(臺北: 正中書局 1994 年), 〈佛教〉章
13. Gedun Chopel, Introduced and Translated by J.Hopkins, with Dorje Yudon Yuthok, *Tibetan Arts of Love: Sex, Orgasm & Spiritual Healing* (Snow Lion Publications 1992); 更敦群培作, 傑佛瑞·霍普金斯與宇妥·多杰玉珍譯注, 陳琴富譯《西藏慾經》(臺北: 大辣出版 2003 年)
14. Ian Stevenson, ed., *Twenty Cases Suggestive of Reincarnation*. Charlottesville: University Press of Virginia, 1995, 4<sup>th</sup> printing.

#### 當代對話系列

15. Jean-Francois Revel, Matthieu Ricard 著, 賴聲川譯《僧侶與哲學家: 父子對談生命意義》(*Le moine et le philosophe: le bouddhisme aujourd'hui*, 台北: 先覺出版 1999 年)
16. Matthieu Ricard and Trinh Xuan Thuan, *The quantum and the lotus: a journey to the frontiers where science and Buddhism meet*. New York: Crown Publishers, c2001.
17. R.Christopher deCharms, with translation by Gareth Sparham, Sherab Gyatso, and Tsepak Rigzin, *Two Views of Mind: Abhidharma and Brain Science* (N.Y.: Snow Lion Publications 1997)
18. J.W.Hayward and F.J.Varela (ed.), *Gentle Bridges Conversations with the Dalai Lama on the Sciences of Mind* (Boston: Shambhala Publications 1992, 1<sup>st</sup> Conference of “Mind and Life” Series, October 1987); 傑瑞米·海華, 法蘭西斯可·凡瑞拉編, 靳文穎譯《揭開心智的奧秘: 達賴喇嘛與西方科學家就心智與生命的對話》(台北: 眾生文化出版 1996 年)
19. Zara Houshmand, Robert B. Livingston, B. Alan Wallace (ed.), *Consciousness at the Crossroads: Conversations with the Dalai Lama on Brain Science and Buddhism* (N.Y.: Snow Lion Publications 1999, 2<sup>nd</sup> Conference of “Mind and Life” Series, October 1989); 鄭振煌譯 《意識的歧路: 達賴喇嘛與六位腦

- 科學家的對話》(台北: 立緒文化出版 2004 年)
20. D. Goleman (ed.), *Healing Emotions: Conversations with the Dalai Lama on Mindfulness, Emotions and Health* (Boston: Shambhala Publications 1997, **3<sup>rd</sup> Conference** of “Mind and Life” Series, 1990) ; 丹尼爾·高曼編, 李孟浩譯《情緒療癒: 21 世紀的醫療挑戰》(台北: 立緒文化出版 1998 年)
  21. Francisco Varela (ed.), with contributions by Jerome Engel, Jr. etc ; translated by B. Alan Wallace and Thupten Jinpa, *Sleeping, Dreaming and Dying : an Exploration of Consciousness with the Dalai Lama* (Boston : Wisdom Publications 1997, **4<sup>th</sup> Conference** of “Mind and Life” Series, October 1992); 法蘭西斯可·凡瑞拉編, 楊書婷、姚怡平譯《心與夢的解析: 達賴喇嘛給西方科學的解答》(台北: 四方書城出版 2004 年)
  22. Daniel Goleman; with contributions by R.J. Davidson etc, *Destructive Emotions: How can We Overcome Them? : A Scientific Dialogue with the Dalai Lama* (New York: Bantam Books 2003, 420 pages, **8<sup>th</sup> Conference** of “Mind and Life” Series, March 2000); 丹尼爾·高曼著, 張美惠譯《破壞性情緒管理: 達賴喇嘛與西方科學大師的智慧》(台北: 時報出版 2003 年)
  23. Fabien Ouaki in collaboration with Anne Benson, *Imagine All the People: A Conversation with the Dalai Lama on Money, Politics and Life as it Could be* (Boston: Wisdom Publications 1999); 達賴喇嘛、法比安·瓦奇著, 蕭錦綿譯《達賴新經: 達賴喇嘛人間對話》(台北: 天下出版 2003 年)
  24. Dalai Lama..etc, *The Good Heart: A Buddhist Perspective on the Teaching of Jesus* (Boston: Wisdom Publications 1994); 達賴喇嘛著; 楊書婷、張新儀、張敏儀譯《達賴喇嘛讀聖經: 用善意打開溝通的大門》(台北 : 四方書城出版 2002 年)
  25. Dalai Lama and Clinical Psychologists, *Worlds in Harmony: Dialogues on Compassionate Action* (Berkeley: Parallax Press 1992, Conference at October 1989) ; 葉文可譯《慈悲: 達賴喇嘛與八位精神治療、心理輔導界人士的對談》(台北: 立緒文化出版 1996 年, 2005 年)
  26. D.Goleman, R.A.F.Thurman, H.Benson and H.Gardner, *Mind Science: An East West Dialogue* (Boston: Wisdon Publications 1994, Conference at March 1991, MIT); 丹尼爾·高曼編, 靳文穎譯《心智科學—東西方的對話》(台北: 眾生文化出版 1995 年)
  27. Dalai Lama and Howard Cutler, *The Art of Happiness at Work* (London: Hodder Mobius 2003); 霍華·卡特勒《找到工作中的幸福》(台北: 時報出版 2003 年)

傳記系列

28. Paul Williams, *The unexpected way: on converting from Buddhism to Catholicism*. London; New York: T & T Clark, 2002.

29. Lobsang Gyatso (1928-1997), *Memoirs of a Tibetan Lama* (Snow Lion Publications 1998)
30. George B. Dreyfus (1950- ), *The Sound of Two Hands Clapping: The Education of a Tibetan Buddhist Monk* (Berkeley: University of California Press 2003)
31. John Blofeld (1913- ), *The Wheel of Life: the Autobiography of a Western Buddhist* (London: Rider 1972, 2<sup>nd</sup> edition)
32. 聖嚴法師 (1930-2009)著《聖嚴法師學思歷程》(臺北市: 法鼓文化事業 1999 年)
33. Kenneth Paul Kramer, *The Sacred Art of Dying: How World Religions Understand Death* (USA: Paulist Press 1988); 肯內斯·克拉瑪著, 方蕙玲譯《宗教的死亡藝術：世界各宗教如何理解死亡》(臺北: 東大圖書 1997 年), Ch.3 (〈佛教〉章, pp.75-99), Ch.4(〈禪宗〉章, pp.101-120), Ch.5(〈西藏佛教〉章,121-138)
34. 一行禪師 (Thich Nhat Hanh)著, 薛絢譯 《生生基督世世佛：當佛陀與基督相遇》(*Living Buddha, Living Christ*, 台北: 立緒文化 1997)
35. Isaacson, Walter. *Steve Jobs*. New York: Simon & Schuster, 2011.