



國立臺灣大學進修推廣學院推廣教育非學分班招生簡章

「佛法與心理—正見解脫之道」第 1 期〈採實體+線上同步授課〉

凡是真正見到苦的，也必見到苦的生起，
也必見到苦的止息，也必見到導致止息苦的方法。

人類的文明，發展到 21 世紀，可說已達到前所未有的高度，尤其自然科學的進步，在許多領域都有重大突破。過去人類的共同願望：活得更久、過得更舒適，在 21 世紀將不再只是夢想。然而在現實中，人類似乎並沒有因此而更幸福、快樂。原因在於：人類的心靈，並未與科技同步提升，仍然深受種種煩惱之苦。

從佛法的角度來看，人類的心理問題，不一定是「疾病」，而是來自思想、觀念的「不正確」（偏差），稱之為「思惑」與「見惑」。觀念的不正確造成行為的不正確，也會引起心靈的苦悶與壓力，這時就需要引導轉變思維、改變觀念，從而主動的由苦悶、壓力中走出來，稱之為「正見解脫」。這部分與我們經常聽到的心理諮商所要達到的目標頗有相近之處。

佛法不僅僅是有助於人們找出內心深層問題並給予協助，其效果有時更勝於諮商，因為佛法的核心是「知苦離苦」，是從根本上破除人類的妄見，是「治本」而非僅僅「治標」。若想要幫助自己或他人離苦，自己要先能夠真正體認生命的真相，建立正確的思維，擁有健康的心靈，才能真正幫助別人，而這就有賴於對佛法有更深入的學習與體會了。

為了幫助更多人能深入了解佛法的真實意義，建立自己的正知正見，以佛法觀點補充諮商之不足面向，而且能為有心理需求者提供更好的協助；本課程將精要介紹佛法的基礎內容，引導學員運用佛法於生活之中，從而增加心靈引導諮商的深度，希冀提升生命的品質。

授課老師：趙飛鵬教授（臺大中國文學系教授、臺大佛學研究中心學術委員）

課程目的：引導學員從認識佛法的基礎—四聖諦開始，學習分析自我煩惱的根源為何，從而找到走出心靈困境的方法。

課程內容：詳細內容請參閱後附課程大綱。

招生對象：凡對本課題有興趣者皆可參加。

課程時數：每周上課 1 次，共 4 堂課計 12 小時。

上課日期：112 年 12 月 7 日起至 12 月 28 日

上課時間：每周四晚上 19:00~21:45

上課地點：臺大進修推廣學院（臺北市羅斯福路四段 107 號）

上課形式：本課程採**實體面授+線上同步**上課(採 Cisco Webex Meetings 同步視訊)。

如疫情嚴峻，將視校方防疫政策，調整為全線上授課。

◎硬體需求：桌上型電腦、筆記型電腦較佳，建議使用有線網路，以免影響學習品質。

◎軟體設備：Windows, Mac, iPhone, iPad, Android, Web 瀏覽器

◎Cisco Webex Meeting 下載：<https://www.webex.com/downloads.html>

招生人數：以 50 人為原則，未達 25 人得不開班；本學院保留增額或不足額開班之權利。

※開課日前一週本學院會 E-mail 開課通知(或因報名人數不足的不開課通知)。

學 費：5,000 元

早鳥優惠：112 年 10 月 31 日前完成報名繳費者，早鳥優惠價 4,500 元。

其他優惠：◎臺大教職員工優惠：6 折。



◎臺大校友(完成本學院官網 NTUAR 活動-臺大校友身份驗證)者：折價 2,000 元(限時優惠，僅到 113 年 1 月 2 日止)。

◎臺大校友(憑畢業證書/校友證者)、本學院舊生、年滿 65 歲、身心障礙、低收入戶領有證明者：折價 1,000 元。

註 1：早鳥優惠可與其他優惠合併使用，如逾早鳥優惠日期則依原價折扣。

註 2：其他優惠僅能「擇一使用」，請以優惠金額繳費，並同時提供「優惠證明」。

報名繳費：請至「臺大推廣教育網」<https://www.ntuspecs.ntu.edu.tw> 進行線上報名，可採信用卡或 ATM 轉帳方式繳費。

※繳費收據將於開課日提供；如需提前領取，請來電告知。收據抬頭係依台端報名所填資料為準，若因故需更改請另申請辦理。

結業：修業期滿，缺課次數未超過全期上課次數五分之一者，由本學院核發推廣教育證明書。
其他事項：

- (1)本班為研習班(非學分班)，不授予學分、學位證書及不發成績單。
- (2)本課程可登錄公務員終身學習時數。
- (3)本學院有權保留課程變動及時間調整之權利，課程若有變更將提前告知學員。
- (4)學費退費規定：學員自報名繳費後至開班上課日前退學者，退還已繳學費之九成。
自開班上課之日算起未逾全期三分之一者，退還已繳學費之半數。開班上課時間已逾全期三分之一者，不予退還。
 - (i)申請退費必須附上收據正本(學員聯)及申請書，缺一不可，否則不予受理。
 - (ii)本學院退費係以支票或匯款方式辦理，受款人依開立之收據抬頭為準。
- (5)本班無補課機制，課程均須於當期修習完畢；謝絕旁聽及找人代為上課。
- (6)如遇天然災害(颱風、地震、洪水、豪雨)，臺北市政府宣佈停課，當日課程原則上將另擇日補課乙次，惟時間須與任課老師協商後再行通知。
- (7)學員於修習期間應遵守本學院規定，如有不當行為或影響授課或影響其他學員之學習，經通知仍未改善者，本學院得取消其修讀資格，且不予退費。
- (8)患有或疑似患有法定傳染病者，本學院得拒絕其入學及上課。
- (9)經確定可上課之學員如經發現資格不符規定，或所繳證件有偽造、假借、塗改等事情，即取銷錄取資格或開除就讀資格，且不發給任何有關之證明。如係在取得後始發覺者，公告並勒令撤銷核發之推廣教育證明書。
- (10)就讀本班不得辦理兵役緩徵。
- (11)本簡章若有未盡事宜，本學院保留隨時修改之權利。
- (12)有關本課程詳情，請洽詢02-23620502分機227瞿小姐
或E-mail: shusheng@ntu.edu.tw



「佛法與心理—正見解脫之道」第1期 課程大綱

授課教師：趙飛鵬教授（臺大中國文學系教授、臺大佛學研究中心學術委員）

上課日期：112年12月7日起至12月28日，共4堂課計12小時。

上課時間：每周四晚上19:00~21:45

上課形式：本課程採實體+線上同步授課

日期	主題	內容
12/7	21世紀人類的心靈危機	科學的進步，並未帶來更幸福快樂的生活，反而使人類陷入「集體憂鬱」的危機。21世紀人類心靈危機簡單的說有兩個：一是找不到人生的方向，二是走不出生命的困境。這些都可以從學習佛法中找到解答。
12/14	四聖諦（一）：煩惱的樣態與成因	憂鬱與壓力是來自於內心的煩惱，佛法稱之為「苦」，佛陀對於「苦」有深入的分析，歸納為「四聖諦」，本講次先介紹苦諦—苦的樣態；以及集諦—苦的成因。
12/21	四聖諦（二）：煩惱的解除之道	了解了苦的樣態與原因，本講次將介紹滅諦—苦的止息（消除）狀態；以及道諦—止息苦（滅苦）的方法。進一步指出：佛法的原理是「因果法」，找出苦因，就能止息苦果。
12/28	佛法運用於日常心理分析的舉例	人們常常誤以為造成壓力或苦惱的原因來自外界，或許表面上看是如此，但若深入分析即可看到：煩惱與我們的內心思維有關。本講次將舉出幾個常見的心理現象，加以分析，引導大家找出真正的癥結。

※本學院保留課程安排及師資調整異動之權利，如有調整另行通知。