

E124	密教瞑想 B ~ 第二段階・第三段階へと進化した阿字観		
英名科目名	Meditation in the Esoteric Buddhist Style B		
大学名	種智院大学		
連絡先	種智院大学教務課 TEL 075-604-5600 FAX 075-604-5610		
担当教員	北尾 隆心(人文学部仏教学科教授)		
開講期間	2021年09月21日(火)～2022年01月11日(火) 4講時 14時40分～16時10分(毎週火曜日)		
開講形態	後期・秋学期	開講曜日・講時	火曜日 4講時
単位数	1	履修年次	1年次以上
会場	科目開設校キャンパス		
授業定員			
単位互換生定員	5	京カレッジ生定員	
試験・評価方法	平常点50%、レポート50%により評価します。		
超過時の選考方法	書類選考		
受講料	単位互換履修生は受講料不要		
別途負担費用	なし		
その他特記事項	<p>【事前・事後学習】 実習ノートを作成し、事前に密教瞑想の実習を行い、そこで得た感想等を書き込む。また、授業で得たものを書き込み、事後学習として密教瞑想を行い、そこで得たことの感想を書き込む。予習時間30分、復習1時間を取ってもらうことが望ましい。なお、実習ノートは、随時、閲覧、提出してもらうことがあります。</p> <p>【課題に対するフィードバック】 フィードバックとして小テストを回収後、解答の解説を行う。</p>		
パッケージ科目			
低回生受講推奨科目			
講義概要・到達目標	<p>【講義概要】 密教瞑想（観法）とは、すべての密教の修行体系の骨格をなすものであります。何故に密教瞑想が重要なのか、ということを確認すると共に密教瞑想を体感してもらうことを目的とします。 密教瞑想の中において誰もが行うことができ、最もシンプルで密教瞑想の集大成として確立され、そして、得られる境地が最も深いとされる「阿字観」を取り上げ、阿字観のテキスト（次第）を分析することにより密教瞑想の構造を理解してもらった上で、第二、第三段階へと進化した「阿字観」を行うことにより、真言密教を理解し、そして、仏そのものと成ることを目的とし、目標とします。</p> <p>【到達目標】 阿字観とは誰でもが行うことのできる密教瞑想法であり、第一段階の阿字観から第二、第三段階へと進化した阿字観を行うことにより、密教瞑想の深遠さを理解する。</p>		
講義スケジュール	<ol style="list-style-type: none"> 1. 実習ノートの作成方法 密教の修行方法と密教瞑想の意義 2. 阿字観について 3. 阿字観と呼吸法 4. 阿字観の本尊 5. 第一段階の阿字観を実習するための解説 6. 阿字観を実習の基本と確認 7. 第一段階の阿字観の実習 阿字観の実習確認 8. 第一段階の阿字観の実習 行った上での問題点 9. 阿字観本尊の立体化 第二段階の阿字観の方法論と実習 10. 第二段階の阿字観の実習 11. 第二段階の阿字観の実習の問題点 12. 広観・斂観について 第三段階の阿字観の方法論と実習 13. 第三段階の阿字観の実習 14. 阿字観の阿字の立体化 第三段階の阿字観の実習の問題点 15. 金剛界の阿字観・胎蔵界の阿字観について 		
教科書	テキストについては授業にて指示します。適宜、プリント配布。		

参考書	北尾隆心著『密教瞑想入門 - 阿字観の原典を読む』（大法輪閣）適宜、指示します。
-----	--