

108 學年度清華學院課程委員會第 4 次會議紀錄 (通訊審議)

時間(投票截止)：109 年 6 月 9 日(週二)中午 12:00

委員名單：林福仁執行副院長、翁曉玲主任、陳國華副主任、王聖惟主任、邱誌勇主任、蔡英俊主任、王俊程執行長、李紫原主任、陳淑娟主任、焦傳金教授、林士傑教授、顏東勇教授、計惠卿教授、沈宗瑞教授、張維安教授、王致凱同學、陳致詠同學 (計 17 位委員)

壹、討論事項

案由：清華學院申請開設 109 學年第 1 學期「黃帝內經中的生命智慧」課程，提請審議。

提案單位：清華學院

說明：

- (一)本課程讓學生認識傳統醫學之內涵，培養閱讀傳統醫學經典之興趣與能力，且逐漸體會傳統醫學所傳達之智慧與技能，並將之與自身所學之學科連結、應用，甚或創新，讓傳承千年的古老生命智慧，能不斷活用助益於社會人群之中。
- (二)本案依「清華學院申請開課作業要點」辦理，業經 109 年 5 月 28 日 108 學年度第 4 次清華學院開課審議小組會議審查通過。

決議：本案參與投票委員 17 位，即時回函者 12 位。同意 12 票；不同意 0 票；棄權 0 票，本案通過。

國立清華大學課程大綱

科號	THC	組別		學分	2	人數限制	50
上課時間	W7W8			教室			
科目中文名稱	黃帝內經中的生命智慧						
科目英文名稱	Huangdi Neijing's Life Wisdom						
任課教師	曾宣靜						
擋修科目				擋修分數			

一、課程說明

黃帝內經（以下簡稱內經）為指導傳統醫學理論、臨床運用之重要經典，其傳遞著傳統醫家對於身心的看法，與西方主流醫學間有著不同的思考方式及感官經驗。內經所形塑的醫學智慧，不僅於身體，且包含心理至天地間生命之交流。本課程欲從內經看待身心之思維談起，帶領同學們感知內經所描述之身心感受與經驗，比較其對身心原有認識之異同，以此基礎，說明疾病產生之原因及治療之方法，並引導同學們踐行內經闡述之養生之道。希望同學們藉由本課程，認識傳統醫學之內涵，培養閱讀傳統醫學經典之興趣與能力，且逐漸體會傳統醫學所傳達之智慧與技能，並將之與自身所學之學科連結、應用，甚或創新，讓傳承千年的古老生命智慧，能不斷活用助益於社會人群之中。

二、指定用書

自編講義。

三、參考書籍

程士德：《內經》，臺北：知音出版社，1994。

[明]汪昂：《新本草備要（修訂版）》，臺北：文光圖書有限公司，1994。

印會河、張伯納主編：《中醫基礎理論》，臺北：知音出版社，2013。

李建民：《死生之域：周秦漢脈學之源流》，臺北：中研院史語所，2000。

許中華：《脈的禮讚：許中華醫師的 12 堂脈學課，解五臟疾病與癌症之謎》，臺北：天下生活出版股份有限公司，2015。

潘隆森：《圖解臨床十四經 361 俞穴》，冊上下，臺北：志遠書局，2009。

四、教學方式

本課程以閱讀、講解、課堂對話、課堂報告、課後實踐等方式進行。

- （一）課前閱讀：每週列有指定閱讀篇章，每位同學需事先閱讀。
- （二）背景講授：教師講解篇章相關概念與日常應用，並補充背景資料。
- （三）課堂報告：依學生人數，規劃每週報告人數，每人報告 3-5 分鐘，分享課後實踐之心得，並做成簡報檔案。課堂報告及簡報檔案列入成績計算範圍。
- （四）課後實踐：針對篇章的學習，安排課後實踐練習，讓同學感知篇章與自身感受間之異同。
- （五）學習心得報告：針對課堂學習撰寫至少 500 字的心得，共計 2 篇。學習心得報告列入成績計算範圍。
- （六）期末分組報告：各組針對有興趣之主題，於第十週前擬定題目，由教師同意後，進行分析研究，於期末上台報告。

五、教學進度

（一）導論

- 第一週 主題：介紹課程與自己

課堂活動：

- 一、你／妳對傳統醫學有什麼想法？
- 二、你／妳對於自己的身心有怎樣的看法？感受自己的姿勢與身心的狀態。
- 三、你／妳就讀的科系與傳統醫學間是否有連結？
- 四、你／妳希望這堂課可以給你／妳什麼收穫？
- 五、介紹課程與參考用書。
- 六、分組。

下週課前作業：

- 一、紀錄自己目前的生活作息方式及希望改變身心的地方。
- 二、閱讀下週指定閱讀篇章。

- 第二週 主題：覺察身心與天地間的交流

閱讀篇章：

〈素問·上古天真論〉、〈素問·四氣調神大論〉（選錄）

課堂活動：

- 一、你／妳現在生活中有什麼活動與自然交流？
- 二、你／妳覺得四季給你／妳怎樣的感受？

下週課前作業：

- 一、本週從事一項與自然相交流的安全活動，並紀錄身心的感受。
- 二、閱讀下週指定閱讀篇章。

（二）感知你／妳的天地、你／妳的身心

- **第三週 主題：陰陽思維的認識與應用**

閱讀篇章：

〈素問·陰陽應象大論〉（選錄）

課堂活動：

- 一、何謂陰陽？
- 二、陰陽、四象與八卦間的變化為何？
- 三、你／妳覺得為什麼古代醫家運用陰陽來認識身心？

下週課前作業：

- 一、本週至少找五個人或五種事物分析其陰陽屬性。
- 二、閱讀下週指定閱讀篇章。

- **第四週 主題：五行思維的認識與應用**

閱讀篇章：

〈素問·金匱真言論〉、〈素問·陰陽應象大論〉（選錄）

課堂活動：

- 一、何謂五行？
- 二、五行間的生剋變化為何？
- 三、你／妳覺得為什麼古代醫家運用陰陽來認識身心？

下週課前作業：

- 一、週至少找五個人或五種事物分析其五行屬性。
- 二、閱讀下週指定閱讀篇章。

• 第五週 主題：臟象思維的認識與應用（一）

閱讀篇章：

〈素問·六節藏象論〉、〈素問·陰陽應象大論〉、〈靈樞·本藏〉（選錄）

課堂活動：

- 一、何謂臟象？
- 二、傳統醫家如何看待心？
- 三、傳統醫家如何看待肺？
- 四、你／妳覺得傳統醫家描述的心、肺對你／妳有什麼啟發？

下週課前作業：

- 一、比較傳統醫家的心或肺之說與西方醫學之心或肺之說有何異同。
- 二、閱讀下週指定閱讀篇章。

• 第六週 主題：臟象思維的認識與應用（二）

閱讀篇章：

〈靈樞·五味〉、〈靈樞·脈度〉、〈靈樞·大惑論〉（選錄）

課堂活動：

- 一、傳統醫家如何看待脾？
- 二、傳統醫家如何看待肝？
- 三、傳統醫家如何看待腎？
- 四、你／妳覺得傳統醫家描述的脾、肝、腎對你／妳有什麼啟發？

下週課前作業：

- 一、比較傳統醫家的脾、肝或腎之說與西方醫學之脾、肝或腎之說有何異同。
- 二、閱讀下週指定閱讀篇章。

（三）學習從身體外在的表現得知內在的變化

- 第七週 主題：望診—觀外識內疾

閱讀篇章：

〈靈樞·五色〉（選錄）

課堂活動：

- 一、氣色代表什麼？
- 二、五臟之位置如何在面部展現？
- 三、觀察鄰座同學之氣色與臟象如何？

下週課前作業：

- 一、本週找一樣你／妳想觀察的望診項目，至少找三人拍照記錄分析。
- 二、閱讀下週指定閱讀篇章。

- 第八週 主題：脈診—憑脈感身心

閱讀篇章：

〈素問·脈要精微論〉（選錄）

課堂活動：

- 一、脈象代表什麼？
- 二、把脈之方法為何？
- 三、觀察鄰座同學之脈象如何？

下週課前作業：

- 一、本週至少找三人記錄分析其脈象與其身心的關係。
- 二、閱讀下週指定閱讀篇章。

（四）人為什麼會生病？

- 第九週 主題：外因—攘外的挑戰

閱讀篇章：

〈素問·生氣通天論〉、〈靈樞·五變〉（選錄）

課堂活動：

- 一、什麼是外因？
- 二、外因分別會影響身體哪些地方？
- 三、你／妳覺得該如何避免外因對身體的影響？

下週課前作業：

- 一、思考目前節氣需要避免的外因為何？如何避免？
- 二、閱讀下週指定閱讀篇章。

- **第十週 主題：內因—安內的力量**

閱讀篇章：

〈素問·陰陽應象大論〉、〈靈樞·本神〉（選錄）

課堂活動：

- 一、什麼是內因？
- 二、內因分別會影響身體哪些地方？
- 三、你／妳覺得該如何避免內因對身體的影響？

下週課前作業：

- 一、感受自己或他人常受什麼情緒影響，身體有怎樣的變化？
- 二、閱讀下週指定閱讀篇章。

（五）身心的內援與外助

- **第十一週 主題：經脈—人體天然的藥庫（一）**

閱讀篇章：

〈靈樞·經脈〉（選錄）

課堂活動：

- 一、什麼是經脈？什麼是穴道？
- 二、肺、大腸、胃經脈的走向為何？

下週課前作業：

- 一、感受自己或他人身體哪邊僵硬或酸痛，與哪條經絡有關？請繪圖說明。
- 二、閱讀下週指定閱讀篇章。

- 第十二週 主題：經脈—人體天然的藥庫（二）

閱讀篇章：

〈靈樞·經脈〉（選錄）

課堂活動：

- 一、脾、心、小腸經脈的走向為何？
- 二、經脈循行與時間的關係為何？

下週課前作業：

- 一、感受自己或他人身體哪個部位較肥胖或瘦弱，與哪條經脈有關？請繪圖說明。
- 二、閱讀下週指定閱讀篇章。

- 第十三週 主題：經脈—人體天然的藥庫（三）

閱讀篇章：

〈靈樞·經脈〉（選錄）

課堂活動：

- 一、膀胱、腎、心包脈的走向為何？
- 二、經脈循行與時間的關係為何？

下週課前作業：

- 一、感受自己或他人身體哪個部位較暗沉或亮白，與哪條經脈有關？請繪圖說明。
- 二、閱讀下週指定閱讀篇章。

- 第十四週 主題：經脈—人體天然的藥庫（四）

閱讀篇章：

〈靈樞·經脈〉（選錄）

課堂活動：

- 一、三焦、膽、肝脈的走向為何？
- 二、經脈循行與時間的關係為何？

下週課前作業：

一、感受自己或他人身體何處容易不舒服，與哪條經脈有關？請繪圖說明。

二、閱讀下週指定閱讀篇章。

- **第十五週 主題：本草—食養身心的智慧（一）**

閱讀篇章：

〈素問·至真要大論〉（選錄）

課堂活動：

一、四氣為何？

二、五味為何？

三、本草感知活動。

下週課前作業：

一、舉一味日常的本草，感受其氣味，整理分析其功效。

二、閱讀下週指定閱讀篇章。

- **第十六週 主題：本草—食養身心的智慧（二）**

閱讀篇章：

〈素問·藏氣法時論〉（選錄）

課堂活動：

一、五味與臟腑之關係為何？

二、本草組方的智慧為何？

三、本草感知活動。

下週課前作業：

準備期末報告。

- **第十七週 主題：期末報告發表與討論**

各組針對有興趣的主題報告，報告題目須於第十週前確定，報告至少包含如下內容：

一、前言

二、研究動機與目的

三、相關內容分析

四、討論

五、結論

六、個人心得

七、小組分工

八、小組互評

- 每組各完成一份簡報檔和文字檔（word 與 PDF 各一份，12 點字，1.5 倍行高）。
- E-mail 給教師，報告與信件標題「第*組期末報告：題目」
- 教師 24 小時內會回信，若未收到回信請再寄一次。

六、成績考核

本課程希望讓同學們學習內經思維身心之模式及日常長養身心之方式，成績考核分別有平時課堂報告及期末報告成果成績。希望同學們能嘗試藉由課程參與、課堂活動和課後實踐，熟悉傳統醫學看待身心的方法及踐行的方式，並養成對話與溝通的習慣與能力，因此，評量成績為成果考核與平時分數並重。

成績分配	成果成績(50%)	平時成績(50%)			
	期末分組報告 50%	報告 40%		課堂參與 10%	
		課堂報告 20%	心得報告 20%	課堂表現 5%	出席 5%

七、講義地址

課前將上傳至課務系統。