

直覺

古魯瑪義捷維拉薩南達

為生日喜樂而選取的美德

悉達瑜伽冥想老師瑪格麗特·辛普森闡釋

直覺的現代解釋是「快速直接的洞悉」，或「即時的ⁱ理解或辨識」。古時候，在拉丁語和中世紀英語，直覺一詞帶有奧秘靈感的含義。這種更深層次的含義也出現在印度的靈修教誨中。例如，聖哲帕坦伽利的《瑜伽經》---最受尊崇的古代瑜伽經典之一，內含對心靈本質的精闢洞見，---談到直覺是揭示神聖真知的力量：

प्रतिभाद्वा सर्वम् ||३.३३||

pratibhād vā sarvam

直覺是萬有[知識]之門。ⁱⁱ

梵文中表示直覺的詞 *pratibha*（音譯：普拉提巴）有指導作用，因為它暗示了直覺的來源和顯現方式。普拉提巴的意思是靈光一閃，是來自最高真我的啟示，它顯現時，無明的面紗--- 霾涯（*maya*）--- 就被刺穿，我們就得到自己內在神性的全知。這時，我們至此僅有知性理解的教誨，其真理可能會突然「閃現」---也就是說，真理活現眼前，我們對它的理解比思維理解更深刻。同樣地，正如帕坦伽利指出，我們前此對造物不知曉的各個方面，現在也能了知。普拉提巴--- 直覺 ---是我們內在固有的啟示的力量。

至於如何培養這美德？古魯瑪義說：

當你進行真我探究，你會通達自己的能量。你會聽到真正的聲音，真的聲音，真的直覺。ⁱⁱⁱ

真我探究---*atma-vichara*（音譯：阿特瑪維奇拉）---的核心，根據韋檀多哲學的教導，是探究和反思最深入的問題---我是誰？

當我們進行真我探究，小我對所有身分的短暫認同就會瓦解，我們就會通達自己最深入、最廣博的能量---阿特曼（*atman*），自己的偉大真我。然後我們就能聽到普拉提巴（*pratibha*）---我們內在的直覺靈光---的聲音。當我們問：「我是誰？」答案會帶著極深的信念出現：「我是萬有的真我。」

直覺的自我肯定

我是萬有的真我。



© 2022 SYDA Foundation®。版權所有。

ⁱ 《韋氏大學詞典》，第十一版(麻省斯普林菲爾德:韋氏詞典，2007年)頁 658。

ⁱⁱ 《瑜伽經》，3.33；埃德溫·F·布萊恩特翻譯，《帕坦伽利的瑜伽經:新版，翻譯與註釋》(紐約:北角出版社，2009年) 頁363。

ⁱⁱⁱ 斯瓦米捷維拉薩南達，《真正的直覺》，達省雜誌，第 88 期，《真我探究》，頁 42。