

# 母親的話



母親的話

印度室利阿羅頻多修道院出版

定價印幣六元

母  
親  
的  
話  
(第一輯)

印度室利阿羅頻多修道院出版

中華書局影印

母 親 的 話 (第一輯)

目 錄

序言 (卷上) .....	八一
散策 .....	二一
大學生初分 .....	二三
中學生中分 .....	三一
後分 (摘錄答弟子問) .....	四三
新年寄語 .....	五三
一集 (一九三三——一九五六) .....	八三 五九
禱思 (摘錄) .....	六七

新編《中華書局編印書目》（卷下）

一夢

七九

首要之事

八三

國際大學中心

八七

向全世界婦女說

九三

大無畏論

一〇三

附錄：末段答門人問——論精神知識與玄祕科學

一一三

教育論

一二一

四修持與四解脫論

一八一

I

## 母 親 的 話 (卷上)

\*                   每一新黎明，帶來一新進步的可能性。

\*                   在宇宙的恆常進展中，無論所已成就者為何，皆只是一新底更偉大底「實踐」之初步。

\*                   我們前進而不匆遽，因為我們確然於將來。

\*                   知道如何等待，便是將「時間」放在你這邊。  
人常以忍耐達到目的。——堅底意志度越一切困難。

畏懼是奴役，工作是自由，勇猛是勝利。——財團報。

真勇猛中，沒有不耐，也沒有匆促。

以耐心則任何困難皆能克服。

勇猛是心靈高貴之表相。但勇猛必須沈靜，能自克，寬大，仁慈。

最高尚底勇猛，是承認自己的錯誤。

道德之勇猛與忍耐，常比物質底勇猛與忍耐更難得到。

時常想起敵對底力量而畏懼牠們，是一很危險底弱點。

你能全然無畏，只在你從內中祛除了一切強暴性之後。

我給你的话是：你不心懷困苦，則困苦會全然離開你。困苦遠不是進步上所必不可少的。最偉大底進步，是以穩定而且高興的平等性作成的。

縱使事物皆不是應當那麼樣的，愁苦也無助於其改善。寧靜底信心，是一切力量之源。

莫先見困難。——這無補於將其克服，而有助於其到來。

克服困難，一笑比一嘆有更大底能力。

好的，是化困難爲一新進步的機會。

第一步是至極靜定與平等性。

常是比較妥當的：保持心思平靜，而且在得到必須有的情報以前，不匆匆作結論。

論。

只是在靜定與和平中，方能知道什麼是最好作的事。

你永不要忘記：你平靜而快樂時，比你化爲演劇似的，（於人於事），更爲有

助。

浩大底平安與靜定皆在，待你啓對牠們，接受牠們。

試從你的外間環境退轉內斂！只有外間環境方能爲這些事物所顛倒，試在内心求得安寧，恆常不受波動的。

唯在靜默中，能有真實底進步；唯在靜默中，能救正一錯誤底動作；唯在靜默中，能對於他人有點幫助。

倘若你已發現了一真理，或在自己糾正了一錯誤，或有了一進步，就與何人或寫給何人看，除了「本師」，便會立刻失去這真理或進步。

只是在寧靜中，身體方能增加感受性，增進涵容的能力。

在你身體內中建立一更大底安寧靜定吧，這將給你力量以抵抗疾病的侵襲。

莫為工作而憂愁，你愈加沈靜而安定地作去，這愈加有效力。

和平，安靜，皆是疾病的大救治。

若使我們能以平靜達到身體細胞中，病便好了。

不在一衝動下作任何事。

一衝動性的人不能管制自己，生活必錯亂。

清醒從來未嘗有害於任何人。

自我克制是最偉大底勝利，這是一切經久底快樂之基礎。

關心於一己之快樂，準會不快樂。

快樂不是人生之目的。

尋常生活之目的，是盡一己之分；精神生活之目的，是實踐「神聖者」。

克制了一樁欲望，比滿足了牠生出更大底歡喜。

若是引誘來了，拒絕牠——莫投降。

常是面對困難而將其克服時，帶來了新底精神啟發和勝利。

常是環境來啟露隱藏着的種種弱點，得加以克服的。

盡到至誠，沒有不給你勝利的。

只有拒絕被征服的人纔永不被征服。

毋畏！你的至誠便是你的保衛。

至誠之中，便有勝利的確實把握。

至誠！至誠！你之純潔現前多麼可愛！

一個人生長到像他所愛的一般模樣。

一笑在困難上發生作用，如太陽之於雲霧，——驅除牠們。

向敵人笑，便是解除他的武裝。

沒有「神」，人生是痛苦底虛幻，有了「神」，一切皆是幸福。

依倚在「神明」的懷抱里，一切困難皆除。因爲「神明」常慈愛地伸着手臂保護我們。

轉向「神聖者」！你的一切痛苦皆將消失。

是以至誠崇奉「神聖者」，我們方從過於屬於凡夫的苦難中得救。

和平當浩大，寂靜當深沈，寧定當不可動搖，對「神明」的信託當只加增上。

沒有更好底方法向「神聖者」表示謝忱，除了靜然欣悅。

常常歡喜地接受「神」所給的。

山路總是有兩向的，上和下，——一切依乎我們所向背。

對「神聖者」的信託，不當依乎外在環境。

要了解「神」，我們不應當更有偏好。

「愛」，是在你內心的深沈靜處；是你自己得去發現牠。

真誠愛「神」，我們必須超出執着。

我們的「愛」是一永恆底「真理」。

知覺着「神聖之愛」，一切其他之愛皆當捐棄。

我們的一切思想，感情，皆當歸向「神聖者」，如河流歸海。

人間之愛，後面總常有苦味的，——唯有「神聖之愛」，永遠不使人失望。

你說的是神聖之「愛」。你拋棄世俗愛情方可得到牠。世俗愛情是牠的偽裝和諷刺畫。

以愛而爲，因愛而爲的工作，必然是最有力量的。

愛「神」者誠然是快樂的，因爲「神」常與他同在。

使這爲我們人生中唯一需要，——實踐「神聖者」。

唯使「神聖者」爲你的心靈所信託。

唯思念「神聖者」，「神聖者」將與你同在。

莫讓外來之事物接近而打擾你。他人所想的，作的，或說的皆無甚重要。唯一有關重要的事是你和「神聖者」的關係。

我們的全部人生，當化爲奉與「神聖者」之一祈禱。

爲「神聖者」而工作，是以身禱告。

對於「神聖者」，你的價值不多於你所奉獻於「他」者。

除了所奉於「神聖者」的以外，沒有什麼是安全的。

無論旅途多麼長，行道者多麼偉大，終究發現常是絕對依靠「神聖恩慈」。

我們在精神上已有了決定底進步時，「神聖者」之暗中的仇敵便常來圖報復，若不能損害心靈，便打擊身體。但其一切用力皆是白費的，且終歸失敗，因「神聖恩慈」與我們同在。

成功，比較失敗是更苦底試鍊，更難度的。

是在成功之際，當特殊儆醒以超出自己。

當學到唯依「神聖恩慈」，在一切情況下求其助力；則這將作出恆常底奇蹟。  
我們且將我們的意志奉給「神聖恩慈」；是這「恩慈」乃成就一切。

我們對「神聖者」的信賴如此，「神聖恩慈」乃能如此幫助我們而有爲。

誰在「神聖恩慈」之前是有價值或無價值呢？

一般皆是同此——「母親」的孩子。  
她的愛平等偏布於他們。

但對於每人，各隨其本性和容受性而給予的。

恩慈於一切人皆是平等的。人各隨其誠心而接受之。這不依乎外表情況，而賴乎一至誠之企慕與坦白。

當更無外地依靠「神聖之愛」。既已得到「神聖者」之愛，任何人間之愛有什麼價值呢？

恩慈和助力，於一切企慕之者，常在；若以誠心堅信而接受了，其權力無邊。

晝夜，那「當體」皆在前。

靜靜地內省便夠了，我們即發現牠。

「神聖者」很可能倚向你，但要正確了解「他」，便要上到「他」那里去。

我只要求犧牲無明，無知覺，和私我的界限——但所得多麼奇妙無比呵！

向「神聖光明」之堅對，不能由強迫而成的。

是對你的企慕之至誠，「愛」方自動地酬答。

是在平等觀之深沈安靜中，「愛」方能充分發華，在純潔且恆常為一體的意度里。

真誠底「愛」與崇奉，比較熱烈底「苦行」，更迅速地導往「神聖者」。

信心是性靈中之自發智。

信心是一確然之事，不必定基於經驗和智識的。

真誠底皈依將你擴大了；這增加你的能耐，質量上皆給你以更宏大之度，你自己原來未曾有的。

讓我們毫無保留將自我奉獻給「神聖者」，如是，我們乃最能接受「神聖恩慈」。

疑惑不是一種遊戲可放肆而無碍的：牠是一種毒藥，滴滴銷蝕心靈。

在今之世界情況下，絕對忠實於「神聖者」，已成爲必不可無之需要。

意志和思慮集中，可以發達的，一如筋肉；由於恆常訓練和運動而生長。

情心的寂靜中，企慕之定焰長明。

讓企慕的太陽，銷除自私的雲霧。

克制私我不是一樁容易事。

甚至在物質底知覺性中勝過了牠，又在精神知覺性中遇到牠——擴大了。

是的，生活於其私我中的人們，常生活於一醜惡底戲劇里。若使人們不如此自

私，事情不會這樣壞的。其間我們得以耐心，堅忍，鎮定而應付這些拂逆環境。

只有自私心會驚奇，發現他人之自私。

人必定要先能克制自己，然後能希望管制他人。

倫若你要被人尊敬，便常常要自己是可尊可敬。

惟具有純全底真正義感之人，方能有權叫人服從。

嚴格待人以前，先要嚴格待你自己。

我們常為我們所思想的事物所圍繞。

我們常在旁人中發現我們自己內中所有的。若使我們常在周遭發現泥淖，這證明我們內中某處有些泥淖。

我們最好底朋友，是在我們自己最佳者上愛我們的人，却不要求我們異乎我們自己。

我們的價值，僅在我們超出自己的努力之度量上；而超出我們自己便是臻於「神聖者」。

捨却你自己，——這是尋到你自己最好的方法。

在判斷他人或環境中有什麼不是以前，你必當確然於你的判斷之正確，——而凡人生活於基于無知且充滿虛偽的尋常知覺里，有什麼判斷是正確的呢？

惟有「真理知覺性」能夠裁判。所以在一切情況下，讓「神聖者」去裁判，比較好。

兩人爭吵時，常是兩人皆錯。

無論兩凡人之間的關係怎樣忠誠，朴真，純潔，這多少阻隔着直接神聖力量和救助，而限制他兩人的力量，光明，權能，僅在其潛能性的總和。

頭銜不給人以價值的，除以服務於「神聖者」而得。

一般而論，不參與非自己分內的事，常是比較好。

超於違忤或侮辱，使人真成偉大。

常常說出真理，是高貴性的最上頭銜。

在一切意見中，總有些真，有些偽。能夠聽取他人的意見而不動意氣，是偉大而且有益的事。

只當你遵守神聖「法律」時，然後能破除道德法。

只有一條路可以不錯，而錯路則有許多條。

是的，你永不當降順低等本性，不但當其在你本人顯出，也在旁人中出現的時候。

這是一危險病：懶惰。

永莫聽從壞主張，或學壞榜樣。莫受任何影響，除非「神聖者」的，則你的困苦必然消滅。

工作中的困難不由環境中來，亦不由外在微小遭際而生，而起於內中的態度，——尤其是情命體的，——有些什麼是錯了。如自私，奢望，對工作的心思成見等

等。時常尋求這不和諧的原由，以便在自己內中加以修正，好過修正之于他人或他人等。

你當以工作為對「神聖者」的奉獻，視之為你的修持之一部分事。在那精神下則工作的性質不關重要了，你可作任何事，而不失去與內中「當體」相接觸。

一旦知覺性已安定於企慕中，牠不能依賴有工作或無工作。

在真實精神中所作的工作，等子靜慮。

不聽他人的言論，尤其關於精神方面的事，常比較好。每人當遵循他自有的路道，旁人絕不相干。

你很對，不讓人們的情致和幻想影響你。你當超出這一切，恆常感覺「神聖者」之「當前」，「愛」，和「保障」。

世界以充滿了廢話耳聾了。

所需要的第一事，是管制自己，尤其是管制自己的語言！倘若人能學到保持沉默，多少麻煩事可能免掉了！

沈靜，收集且保持氣力，不但爲了工作，主要的也爲了轉化！

保持這態度——永不偏袒某人，也莫參加任何個人訴訟，——唯思想「神聖底和平」，「和諧」，「光明」，與「快樂」，而且愈加化爲凡此之工具，純化了而

且沈默着的。

一種教言能夠有益，只在其爲至誠，這是說授與之後便體驗了。常重複的話，常發表的思想，不會誠懇的。

對每人所說的事，一隨他或她的理解力而定。

因此傳授此人的知識，未必于另一人有益或有用。這是爲什麼「親師」的個人的教言，不宜宣布于旁人。

設若我們容許一點虛偽，無論多麼微小，從我們口中或筆下傳出，我們如何能希望自己作「真理」的良好使者呢？「真理」最好底僕人，雖極微細的不精確處，或誇張，或變相，皆當避免。

設若藝術是要在「神聖生命」中顯示出點什麼，在此亦復有正大光明的和平得自表白。

在簡朴中有偉大底美。

完善不是最高度或極端。牠是一種平衡與和諧化。

高尚趣味乃藝術之貴族性。

在藝術中我們也常常居於高境。

有一微妙界，你在那里可以見到一切可能底題材，爲了繪畫，小說，各種戲劇，甚而至于銀幕。

大多數作家是從那一界得到靈感。

宇宙奇妙無盡。

我們愈解除微小私我的界限，這些奇妙亦愈呈現我們之前。

每一靜慮應當是一新底啓示，因爲在一靜慮中，總有點新事情發生。

除非且直到自己整個知覺性結集於居中的「神聖當體」，一切運動雖則循環，皆易走逝，我們不能希望其有永久性。

我們的知覺性像一隻小鳥；牠應當學習飛翔。

若知覺性生長，增加，推廣，且已啓明了，則你將在工作中愈加完善了。

在「無明」中，心思的種種意見常相衝突。而在「真理」中，牠們皆是高等知識的相輔相成的多方面。

修道常是困難的，每人在本性中有相衝突的原素，且使情命體拋除積習，很難。然這不是廢棄修持的理由。人應當堅持中心底企慕，這常是至誠的，而堅定前進，不顧暫時的失敗，則「轉化」必然臨到了。

至若情命體的轉變，設若你養成長居于你的高等知覺性中的習慣——其間這些

小事和動作皆毫無價值，——則自會來到的。

我不相信改變工作會改變你的性格；這從來未曾成功過。

工作的原地無改。你現在所作的，你當繼續作。所當改變的，是工作態度，尤其是對其他工作者的關係。每人對工作有他自己的看法，而且相信這是唯一真實底路，唯一表現「神聖意志」的路。但這許多路沒有一條是全般真實的。只有超出這些分別概念，人方能比較了解「神的意志」。這意思是以相互了解和合作，代意志和情感的對抗和衝突。

一位修道者必需食物，因為他身體的飢餓所需，不因為他口腹之貪欲。

所需要的，是離執着，離食物之貪，口腹之欲，有內中自由之度，非無益以減少食量，或任何自我飢苦。人應當進足夠的食物以維持身體，保養力量和健康，但不起執着或貪欲。

在現今人類身體的這種情況下，睡眠是不可少的。只是由增進管制潛意識，而睡眠可漸加有知覺。

我由經驗而知，非減少食物能使睡眠成有知覺；身體不安了，却不怎樣增加知覺性。是在良好輕安至靜底睡眠中，可接觸自己更深沈底一部分。

至今快樂和健康，尙不是這世間的尋常狀況。

我們當謹慎保護之，免其敵對者侵入。

「大力女神」之武怒時時顯示，且作的正當了，但其效果不持久，因為響應相反的力量之人，不真要求治好病——他們不誠。

氣力是常與你同在的，使你得常以忠於「神聖意志」。

保持沈默而集中，聽憑自上之「力量」作其工作，乃是最妥善底方法，以治好任何毛病，一切毛病。若使正正當當作這事，恰當其時，且足夠時間，赴之以安定之信心和平靜底意志，則沒有任何疾病能抵抗這個。

身體應當祛除疾病，正如我們在心思中祛除虛偽一樣猛力。

牠。

設若我們要保持我們的快樂純淨無塵，我們得努力防止招引不和善底思想注入及

性靈即恆常快樂之源。——除了性靈，在世間生存者中沒有什麼是永恆的。

識感皆是撒謊者——牠們不給我們傳達事物之真理，而惟表達事物之不完全的甚至虛偽化了的象貌。

女子，不比男子更拘束于情命底和物質底知覺性。反之，一般而論，她們皆沒有男子那些頑固底心思矯飾，因此較容易發現性靈，隨其指導。

一般，她們不是在心思方式下而知覺的，怎樣可以用文字語言表達，但她們是在感情中知覺着的。她們中間最好的皆這樣，甚至在她們的行為中也如此。

惟生活于性靈中心之知覺性中，於是你的意志乃唯獨表現「神聖者」之意志，而你的已經變化的存在體，乃能接受而且顯示「神聖之愛」。

啓對那在你身上在你內中施為的知覺性，儘你所可能常保持安靜，平和。

常常保持清靜，安寧，平和，讓那「力量」在你的知覺性中施為，透過一純全「至誠」之明朗。

你的心思太活動了。這阻礙了你機動地為我的意志所領導。

要常真接近我而有益，你應當更加對我真誠，坦白，直爽；拋棄一切矯飾，決

定不作任何不能立刻告訴我的事。

「神聖知覺性」正從事于轉化你，你必須啓對牠，使牠在你內中自由工作。

我常在你的性靈體中。是在那里你能夠而且應當遇到我，在那里，在你内心深處遇到我之時，你也將在物理形體上認識我。

我常居於你的情心中，知覺地生活於你內中。

是的，我亦復在物中，這是爲什麼應當謹慎接物。

凡此一切，皆是你的顛倒妄想。反之，倘若你向自己說我常與你同在（這是十

分真確的），這有助于你知覺我之當前。

我記不起說過什麼像那樣的事。你必定誤會了。某君是錯了，相信我到世間是爲了來辦一修道院的！誠然是太無謂的目的了。……

一切皆在乎你工作的態度。若以正當態度爲之，這必使你更接近我。

更深入神壇，你將見到我在那里。

當你真已轉變時，你周圍的一切也將轉變了。

設若你保持你的信仰不搖，而內心常啓對我，則一切困難，無論多麼浩大，皆

將有裨益于你自體的更偉大底圓成。

若作錯了一事，則當常利用之爲進步的工具；一旦必有的轉化已經實現了，則錯誤與其原因皆滅，也不會復錯。

許多微小底物理上的困難處，也可利用之以加速進步。這一切抵抗之根柢，在于下心知體中。我們當以知覺底意志入乎其中，亦且建立「神聖者」的統治于半知覺之「物質」里。

目標不是自失于「神聖知覺性」中。目的在于使「神聖知覺性」透入「物質」中而轉化牠。

我們每番對黑暗底物理「自性」的勝利，便是將來一更大勝利之預約。

爲了要重新注滿，一器皿有時得傾鑿。

是當我們準備有更大底容受時，我們感覺空虛。

一切皆是黃金和黃金和黃金，不斷金光之一大洪流，沛然傾注，附帶來這種知覺，即天神們的道路是陽光滿照的，其間困難皆失去了一切真實性。

這便是在我們面前展開的大道，倘若我們要取此道的話。

一切皆依乎你的抉擇，使自己成爲那一種力量之工具。是你一生中時時刻刻皆當作此抉擇的。

有兩件事你永不當忘記：室利阿羅頻多的大慈，和「母親」的大愛，以此二者，你方進行戰鬥，沈定地，耐心地，直到仇敵皆確已擊敗，而「勝利」永遠決定了。

外則勇猛，內則平靜，對「神聖恩慈」有堅定不搖底信賴。

一切皆將在其時而來到的；保持堅信底耐心，諸事會妥善的。

……是的，忍耐心和平靜，沒有恐懼，驚慌，只有堅篤底誠信，一切會妥當的。這樣，很快一切皆會好的。

一切皆依乎信心之深度，和正當態度之堅定。

以耐心和堅定，一切祈禱皆會成就的。

堅持你的企慕，企慕會成就的。

保持你的企慕堅定，耐心努力——你穩準會成功的。

堅定，忍耐——一切會妥善的。

長久充分信仰「神聖恩慈」，「意志」，和「作用」，一切會圓滿的。

我們常要非常謹慎，避免一切凡足以在我們內中激起鋪張揚厲的神情的。

讓那永恆底「光」，在東方的天際啓明。——寄與我的祝福。（此條乃致香港阿羅頻多哲學會開幕祝詞。時在一九五四年六月。）

—以上初分—

使徒們以「主」而評量形色，凡人以形色而評量「主」。

相敵對的各種力量容許在世間存留，原以試驗人的誠心。一旦人已化為全體至誠了，牠們會消逝的，因為更沒有牠們存在的原由了。

「無上者」已將「他的恩慈」遺生世間以救世。

誠懇敬信「恩慈」的，「恩慈」對之無盡。

唯要求「神聖者」所要求於我們及其為我們而要求者，是唯一重要事。

我可說：唯願此世界覺知那「神聖者」是在顯示了。

設若神聖創造要在地上實現，雖諸天也得皈命于「無上者」。

志願上帝所志願者——這是無上秘密。

我們唯當爲上帝服務而不爲其他。

工作誠然是身體向「神」的最好底禱告，我們且禱之以工作。

有生者之高貴性，以其感謝之力爲量度。

從精神生活的觀點看，最關緊要的，不是你作的什麼，而是你如何作，以及你

所加於此工作的知覺性。常常記起「神聖者」，則凡你之所爲，皆將是「神明當體」的表現。

當你的一切動作皆已奉于「神明」，便不復有活動爲高尚或活動爲卑下；一切皆同等重要，——價值乃由奉獻而得。

設若你拒絕作爲一柔順歸心的僕人，役於「神聖者」和那顯示着「他」的「生者」，這便是你將仍爲你的自私，虛榮，僭妄野心之奴隸，羅刹手中的玩具；羅刹企圖占有你，以種種榮耀底形像引誘你——非時常不成功的。

主呵！倘若沒有「你」，生命便是一怪物。倘若沒有「你」的光明，「你」的知覺性，「你」的美，「你」的力量，一切生存皆是一兇惡醜怪底喜劇。

主呵！「你」的「愛」如此偉大，如此崇高，如此純潔，皆超出我們的知解以外。不可量，無有邊：我們當跪下接受牠，而「你」又將其作的如此和易美悅，就算我們中間的最弱者，就算一小孩，也能接近「你」。

主呵！在一切已是者和將是者的深處，有「你」的神聖而不變的笑容。

孩子，你向我說：「愛我是作我所要的。」但我對你說，在「神聖者」，真愛便是作於「他」所愛者的最好的事。

凡人且每個人轉向「神聖者」時，要求其恰作他們所要求的。然「神聖者」為每人所作的，只是從每一觀點看皆是最好的事。可是人在愚昧中若不得其所願望，便反叛「神聖者」說：「你不愛我！」

使我們成爲所企慕的英雄戰士吧！唯願我們戰勝于將來之大戰爭，這將來必生，以反對要堅住的過去；庶幾新底事物得以顯現，而我們已準備了接受牠們。

追隨室利阿羅頻多于他的大全「瑜伽」之偉大事業中，人常應當是戰士；如今他物質上離開我們了，人應當更是英雄。

永遠不要忘記你不是孤獨的。「神聖者」與你同在，正幫助且領導着你。他是一永不失脫的伴侶，一位朋友，有愛能安慰你且增加你的氣力。誠信吧！他將替你作成一切。

唯與神明結合且在神明中，和諧與安寧得以建立。

一切凡建基於人間關係者，皆不安定而且推遷，混雜而不美滿；只唯由神明所建立而建立於神明中者，可能持久且使人滿意。

是以實際需要，然後生出真實解決。

若使情心與思心皆寧和，其餘自然隨順了。

很少人能穩定立在他們的信仰的磐石上而信託神聖者。

一好底物質工作，不超出尋常底能耐的，最有用於保持一良好底身體與道德上的定寧。

你唯一當作的事是保持平靜，不被擾亂，唯轉對「神聖者」，其餘一切皆在他」的掌握里。

失掉了錢是小事，然失掉了鎮靜是更重大之事。

我們得以我們整個有體，企慕顯示之到來，迅速而且完全。

這些無能爲力之思想皆是荒謬的，否認了進步之真理。——倘若企慕是保住了，凡今日不能作成的事，他日可成。

所能爲之努力。

我確知僕人們是依他們所受到的待遇而舉動的。

必然你不會相信，不遇到一些困難而修持可以成功。如你的企慕是至誠的，無論下知覺中有什麼阻礙「神聖之實踐」者，必出到表面以備轉化。在此沒有什麼使你憂愁或抑鬱的，——反之，你當高興於這些場合能夠進步，且不要忘記依賴我的愛與力量與祝福之支持與輔佐。

光明必當照耀知覺性，而「無明」之暗影必消失於一切中。

如或在世間要建立起神聖任何事業，一切低等運動皆當已加克制了。

每人在他內中保有他的快樂之能耐，但我相信凡人在這里不快樂，在他處也會快樂的。

誠如你所云，是反動力量本身必加以克服和毀滅的，否則牠將時常尋得了人物而顯示牠。

修持之進步，生於人的內中和外表態度之矯正，不由於人所作的工作之性質。

有一日必然臨到，時這世界的一切財富，終於脫離了違反神聖力量下的奴役，將自動充分地奉獻於神聖者在世間的工作。

唯有具備一種真價值的人們，瑜伽之能力將增長此價值，但在僅有一些藝術的虛偽形相的人，那形相也將消失，或否則失去其申訴力。

力量，主要的是在心思中活動，也在情命中，由之亦在生理體中……這在其作用上更加下降，於今不但活動于物質中，也在下心知體甚至在無心知體中。除非你順着這下降運動，讓力量作用於你身體和知覺性的這些物質境中，你將發現自己停滯在中途而更不能前進。讓這力量活動，最急切需要的，是將一切動作，習慣，嗜好，癖性，必需之意識等等，詳詳盡盡投奉去。

看喲，外間環境多麼不重要。為什麼在實現你的「真理」概念之努力中，緊張而僵硬起來呢？當更加柔順，更加確信。你唯一所當作的事是不為任何事物所擾。以行善事而自苦，和惡意所生的結果同樣壞。是在淵深底寧定中，乃有真實「服

務」的唯一可能性。

一自我意志的人不會感激——因為每當他得到了他所要的，他全然歸功于他自己意志；如或得到他所不要的，他便氣極敗壞，全然歸咎于他以為應當負咎的，或上帝，或他人，或自然。

每人誠然可自由作他所好的無論什麼事，但他不能禁止他的行為發生其自然底後果。只是與「神聖者」而為且為「神聖者」而作的事，可免于後果的奴役。

無論我們的工作是什麼，無論我們做什麼事，皆當至誠，忠實，謹慎地做去，不計個人利害，惟當作對「神聖者」的供奉，而以我們整個有體之全部崇敬赴之。倘若在任何環境下皆誠實地保住這態度，無論何時我們要學到點什麼，使工作更有

效能，則得到這知識的機會到來，我們只要利用那機會便得。

你要求改變工作的理由皆屬心理的，而不在于工作本身。無論你走到那里，你會將其帶走的，你無論在什麼地方不會得到平安，除非你內心有了平安。

忠實對你的「導師」，無論他是誰，他會領導你走到你所能走到的那麼遠。

但設若你有幸得到「神明」為你的「導師」，則你的證悟（實現）無邊了。

是情命體生出熱忱的。但情命體本性是不定的，常需要新東西。除非轉化，將其化為「神明」之循謹底僕從，則一切皆動盪不安。

密切底皈依，便是說將人生的一切細微末節，甚至外表最無關重要的事，皆皈

向「神聖者」。這便是說，在無論什麼環境下皆記起「神聖者」，無論我們思想，感覺，或作什麼，皆是為「他」而作，作為接近「他」的路，更其化為「他」所要我們化為的什麼，能在全美底忠誠和純潔中顯示「他」的意志，成為「他的愛」之工具。

這種黑暗時分常有而且是普通的。平常只要不被擾動保持鎮靜便夠了，知道有精神之夜，和白日充分光明相更互的。但要能保持鎮靜，你必常在內心對「神明」有感謝之情，感謝「他」所給你的一切助力。設若這感謝之情也給蒙蔽了，則黑暗時期更長。可是，對此有一有效而且迅速底救治，便是：保持你內心的「靈焰」。常明，「靈焰」(Agne)，是純潔化的火焰——虔誠崇拜中於殷切，專精，進步之企慕。凡接近我的人，我總是在他的內中引燃這「靈焰」，只是他不當使無感激之灰燼將其蒙蔽了。

純正底態度是：既不作出世者，也不放縱欲念。真純底態度是全然簡單地接受我所給的，完滿地以此而滿足了，既不多求，也不拒絕所給的。這是舉真實一例，可助他人更了解其爲修士的職責的。

長作我的孩子，簡單，平靜，滿足，一切皆會妥善的。



保持一種高興底心思和平靜底心情。不讓任何事打擾你的泰定之度，每天作必有的進展，和我一同沈着地走向目的地。



記住「母親」是常與你同在的。

向「她」這樣說，「她」會脫你于一切困難的：

母親呵！「你」是我的智識之光明，性靈之純潔，情命之靜定力量，身體之忍

受能力。我唯有依靠「你」，要完全化爲屬於「你的」。使我超過這路上的一切困難喲！……



你說起你的上帝：我如此愛「他」，而「他」不與我同在！

但你給「他」的愛是那樣的呢？在真元上，愛是一，如知覺性之爲一；但在顯示上，各隨人的天性而分殊而着色了。設若你不純潔且自私，則你內中的愛也會不純潔，且自私，狹隘，守派別，有範限，存奢望，好專擅，暴烈，嫉妒，粗鄙，獵猛，兇惡。是這樣一種的愛可奉獻上帝的麼？設若你要你的愛夠得上「他」，你的所愛者，若你想嘗味愛在其永恆完善中，則化爲完善吧，脫出你的私我，分享永恆。於是方能常接近你所愛的對象，因爲你將像是「他」。

已說過人像他所愛的人。但若是關於上帝，也同樣真實的，只要人像「他」，然後常能在「他」的左右。

——以上後分——

## 新年寄語

(一九三三)

新年生出，願此成為我們的知覺之新生。

遠遠遺留過去在我們後面，讓我們奔向光明底將來。

(一九三四)

圭呵，舊年將逝，我們的謝忱向你俛伏。

圭呵，年又新生，我們的禱告上升于你之前。

使這于我們也成為新生命的黎明。

(一九三五)

此夕我們向你委下虛偽，假裝，模擬，不自然底一切。任其與終盡的舊年一同

消失吧。願唯純全是真實，忠誠，正直，純潔的，在正開始的一年里存留。

(一九三六)

主呵！允許這一年可作你的勝利之年。我們企慕純全底忠貞，使我們值得你的勝利的。

(一九三七)

光榮歸於你，主呵！你是克服任何困難的！

賜許我們內中沒有任何事物或致阻礙你的工作。

(一九三八)

主呵！賜許我們內中的一切，皆為你的實現而準備好了。在新年的進道邊，我們向你拜伏，主呵！無上實現者！

(一九三九)

將是純潔化的一年。

主呵！凡參加神聖工作的人皆懇求你：由於無上純潔化，可從「私我」的統治下解放出來。

(一九四〇)

沈默與期望的一年……

主呵，讓我們唯在你的恩慈中得到全部助力。

(一九四一)

世界正為其精神生活而戰，這被逼迫于敵對底不神聖底力量的衝擊了。

主呵！我們企望作你的勇猛戰士，使你的光榮得顯耀于世間。

(一九四二)

光榮歸于你，主呵，任何仇敵的克服者！

給我們以忍受力而分得你的勝利。

## (一九四三)

時候來到了，必加抉擇了，激烈，斷然。

主呵，給我們力量以拒斥虛偽而出現于你的真理中，純潔而且值得你的勝利。

## (一九四四)

主呵，世界懇求你阻其不常墮入同樣底愚蠢里。

祐許已認出的種種錯誤不再作成。

終則祐許世界的行動，化為其所宣布的理想之精確底真實底表現。

## (一九四五)

世界可享受一經久底活底和平，只當人已懂得雖在國際交涉中也應當誠實。主呵！我們所企慕的便是這純全底誠實。

## (一九四六)

主呵！是「你的和平」乃我們所要的，而不是和平的贗品，「你的自由」，而

不是自由的假造，「你的結合」，而不是結合的模樣。因為唯有「你的和平」，「你的自由」，「你的結合」，乃能征服盲目底暴行，虛妄，和假冒為善，於今仍統治着世間的。

賜許為「你的勝利」而如此勇猛戰鬥且受苦難的人士，可見到那「勝利」的真實結果，在世界上實現。

## (一九四七)

什麼事皆好像由不好落到更壞，正當此際要作一無上誠信的行為，而知道那「恩慈」，永不使我們失望的。

## (一九四八)

前進，永遠前進！

在隧道的盡端是光明……

在戰鬥的終極是勝利！

## (一九四九)

主呵！在新年前夜我問過你我當說什麼，你給我見到兩極端相反的可能，命令我沈默。

## (一九五〇)

莫說，做！

莫宣揚，實踐！

## (一九五一)

主呵！我們在世上是爲了成就你的轉化工作。這是我們的唯一意志，唯一當務之急。祐許這亦復是我們的唯一事業，凡我們所作所爲，皆可幫助達此獨一目標。

## (一九五二)

主呵！你決定試驗我們的信心之質素，以我們的真誠磨於你的試金石。保祐我們出脫這苦鍊時，更偉大更純潔了。

## (一九五三)

主呵！你已告訴我們：莫放過，把緊。這正是一切皆似完了而終於皆得救住的時候。

## (一九五四)

主呵！這是你今年對大衆的教誡：

「永不要誇說任何事，讓你的行爲替你表白！」

## (一九五五)

沒有任何人底意志，可終於抵抗過「神聖」的意志的。我們當審慎地而且無外地加入「神聖者」一邊，勝利終歸是必然的。

## (一九五六)

最偉大底勝利，皆是最少喧聲的。  
一新世界的顯示，不是打鼓去宣布的。

禱　思　（摘錄）

（一九一二年十一月二十八日）

外表生活，每天每時的行動，豈不是我們的靜慮和觀照的時間所必有的補充麼？而且，給與每人的時間，其比例豈不正是準備和實踐所當作的努力之量的比例的精確影像麼？因為，靜慮和觀照所得的結果，是「契合」——開放的花；日常的活動是一鐵砧，一切原素皆當經過又再經過，以便淨化，精鍊，柔調，成熟，以備啓明，即觀照所致者。凡此一切原素，皆當經過鎔鑄，一一鍛鍊過，直到外表活動皆無用於整個發展了。於是這活動便化為顯示「你」的方法，以便覺醒他個知覺中心作同樣底双重工作，即修鍊和啓明。因此矜持和自滿皆是最壞底障礙了。極虛心地我們當利用所得的一切微細機會，以博撈以淨化無數原素中的一部分，使牠們化

爲柔順，不自私，教之忘我，自加否定，虔誠，仁愛，溫良；當牠們已習慣于此生存體諸德性以後，於是皆準備好了參加「觀照」，在無上之「定」中自認與「你」合一了。這是爲什麼在我覺得雖於最優者，工作也必悠長和遲緩，而驚人底頓然轉化不會完全。可能改變生存體的動向，決然納之于正途；但真實要達到目的，無人無時能免若干種經驗的需要。

「無上底主」呵！你光耀於我生存體和萬事萬物中，顯示「你」的「光明」吧！使「你」的「和平」之治爲一切而臨到！

（一九一二年十二月二日）

只要生存體中猶有一原素，猶有一念之運動，仍隸屬於外間底影響，便是說，不單獨在「你」的勢力下，便不能說純真底「契合」實現了；仍有可畏的混雜，無秩序亦無光明，因爲那一原素那一動念是一世界，一混亂與黑暗之世界，如全地球在物質世界中，如物質世界之在全宇宙中。

（一九一四年四月十七日）

主呵！全能之主！唯一真實者！允保沒有錯誤，沒有黑暗，沒有不幸底無明，或潛入我的心中，我的思想中。

在行爲上，人格是「你」的意志和「你」的力量必然底必有底媒介。

人格愈強，愈複雜，有能力，個別化，有知覺，則這工具愈有用，愈有效能。但是正因這人格的真性質，牠很容易傾於被引到這種不幸底幻覺：即牠有分別存在，漸漸化爲「你」和「你」所欲施爲於其上者之障隔。不是在起初，在顯示中，而是在轉還的過渡中；這是說，原應作爲一忠實底僕人，一中介者，交還「你」恰是當付于「你」者——回答「你」的作用而發出之力——却在人格中有一傾向，要替自己保存一部分力量，以爲：「是我作了這事那事，是我當感謝的……」多麼有害底幻覺，陰暗底虛偽呵！現在你已被發現而且已揭穿了！這是最有害底潰爛病，腐蝕行爲的果實，一切結果給虛偽化了。

主呵！我的美麗底主，唯一真實者！祛除這「我」的感覺吧！我已懂得只要仍  
有此顯示底宇宙，這「我」對於「你」的顯示仍是需要的；消滅，或甚至減損或削  
弱這「我」，便是剝奪「你」的顯示之工具，局部或全體。但必強烈而且決然壓抑  
的，是這幻妄之想，幻妄之感覺，有此一分別之「我」。無時無地我們不忘記我們  
的「我」。除了「你」之外，沒有真實性。

美麗底主，我的神聖主宰呵！從我心中毀去這幻妄吧！使「你」的僕人能化為  
純潔，忠誠，忠誠地整體地交還所應還「你」的。在沈默中，讓我思惟而且了解這  
極致底無明，永遠祛除牠。從我的心情中驅逐這陰影吧，而讓「你」的光明，其不  
可爭衡之主宰，統治其內。

(一九一四年五月二十七日)

在有生體的每個境界，我們當喚醒知覺性，覺到完善底生存，智識，和幸福。  
「神聖者」的這三世界或三態，皆有在於物理真實中，亦如在「光明」與「力量」

的境域中，非個人性，無極性，永恆性的境域中。倘我們充分知覺地入乎這些高  
境，很容易幾乎必然會體驗到這生存，這光明，這幸福。但最重要也極困難的，是  
在物質諸水平上喚醒這有生體以達這三重神聖知覺性。這是第一點。其次我們當求  
一切神聖界的中心（或許在中間世界），從那里我們可以結合這些神聖世界之知覺  
性，和合之，同時又在充分智識中在這一切境界里有爲。

我知道，主呵！有一道鴻溝，在這些不完善底解釋，與那顯示着「你」的無上  
真實性之間。「你的」光榮，「你的」權能，「你的」宏大，「你的」無盡之愛，  
皆超出一切解釋和批評之上。但我的智識，需要向牠自體表呈事物，至少是在一有  
方案底形態上，以便使此有體之最屬物質底諸部分，能儘可能完全地自加與「你的  
意志」相和合。

雖然，是在我的默默全般欣慕之深沈寂靜中，我始最了解「你」。因為那麼誰  
還能說有何愛者，有何被愛者，有何愛的本身之權力呢？三者皆只是一個了，在一

主呵！將那無比底福樂之錫賜施于大眾吧！

(一九一四年九月十七日)

任何行爲的衝動不能更從外來或從某一世界來了。主呵！是「你」發動一切作為於生存體之深處；是「你的意志」指揮着，「你的力量」行動着；而且，也不更在一小個體知覺性的有限範圍里了，却在知覺性的一宇宙原疇里，其間在存在者的每一境況中，牠與一切相結合。而且，生存者同時知覺地見到一切宇宙運動于其複雜性中，甚至于其混亂中，見到「你」的崇高不變易性之沈靜美滿底安定。

無時而或猶疑你的信念：室利阿羅頻多的工作將臻極於成功。因爲這誠然是一事實：我們現在所作的工作，其結果不會有任何可疑的陰影……轉化必成：沒有任何事物可阻礙牠，沒有任何事物可使「徧能者」的號令落空的。拋除一切畏縮，怯

弱，決然勇敢地忍受一時，待那偉大底日子到來，長久的戰爭化爲永恆底勝利了。

(一九一四年三月二十三日)

我以為理想的境界，是在其間恒常知覺「你的知覺性」的。隨時我們無須回憶，知道我們恰當作什麼，以最好底方式表現「你」的律則。我知道這境界，因爲有些時候我居於其間，但尋常這「如何」作的知識是爲無明之煙霧所蒙蔽，於是我們得訴之于回想，而回想不常是一好顧問，更無庸說一切我們隨時所作的，并沒有回想的餘地，只靠一時的靈機。在什麼限度這和「你」的律則相違或相合呢？一切皆賴乎下心知體之境界，或其時正在其中活動的什麼。一旦行爲已經成就了，若其有任何重要性的話，若我們能夠看到牠，分析牠，了解牠，則牠成爲一教訓，使我們明白那使我們作爲的動力，於是明白下心知者有點什麼，仍然管治我們，得加以主制的。

凡一切世間行事，沒有好的和壞的兩方面是不可能的。甚至最能表現「愛」之一

極神聖律則的行爲，也仍包含一些混亂和黑暗底事，原內在于此世界的，像牠現在這樣。

有些人，被稱爲悲觀者，幾乎唯見到每事的黑暗面。反之，樂觀者，又僅見到美與和諧的一面。倘使作爲一不自願的樂觀者是可笑，無知，則作爲一自願的樂觀者豈不是愉快底勝利？在悲觀者的眼光中，無論人作什麼，必然常壞，愚蠢，或自私；如何人能滿足他們呢？那是不可能的事了。

只有一個辦法，——儘可能完善地與我們所能想像的最高尚最純潔底光明相結合，儘可能完全地體認我們的知覺性與絕對「知覺性」爲一，努力於唯從此得到一切靈感，盡我們所能以便利其顯示於世間，而且，確信着牠的權能，嚴肅考慮一切事務。每事在今之顯示中既然必是混雜的，最明哲是極我們之能事，努力趨向於一高而又高底光明，而自退隱於這事實，即絕對底完善此時還不能實現的。

可是，用了何種熱忱我們不當恆常企慕這不可即底完善呵！

允許我可愈加全然醒覺，覺知「你」恒常「當前」。使我的行爲合于「你的律則」；使「你的意志」和我的意志無有二別。拔救我離出我心思的幻妄知覺，離出其幻想世界；讓我體認我的知覺性與絕對「知覺性」爲一，因爲那便是「你」。

作這事或那事終於非至關重要；可是如此如彼一行爲之方法，將是這一那一官能或氣性的最佳運用。一切行爲，不論其爲何，即算在現相上是最矛盾的，可能是「你的律則」之表現，在其賦有那「律則」的知覺限度下。那「律則」不是尋常實際施爲之法，可能譯爲尋常人類知覺性的原則或規例的，却是一態度之律則，一恒常而普遍底知覺性之律則，是全然不以公式而表現，却是經驗體會着的。

世界好像正經過一決定性底危機：好像偉大可怖底爭衡，在物質抵抗力和精神

權力間的，要打出一結果了，或者，無論怎樣，一極關重要底原素已在或正在此爭鬥中出現了……

憂悲底世界跪于「你」之前，主呵！默然求懇；受了苦難的「物質」蜷伏於「你的」足下，是牠唯一最後底皈依處了；如是懇求，牠亦讚美「你」，「你」，是牠所不知道也不了解的！牠的禱告上升，像人在最後一苦難中的呼號一樣；正在消逝者，迷矇地感到有在「你」中間再生活的可能；大地在一莊嚴底俯伏中聽候「你」的召令。聽呵，聽！牠的聲音祈禱懇求「你」……

死亡過去了，偉大，嚴肅……一超人間底美出現于世間。

比最美妙底福賜更美妙底一點什麼，發抒牠的當體之印象了……

\*

\*

\*

主呵！主呵！偏處你的敵人皆是勝利的；虛偽成了世界的統治者；生命沒有「你」便是死亡，一永久底地獄；疑惑已篡取了希望之位，叛變已推翻了順從；

「信心」是耗盡了，「謝忱」未生；盲目底熱狂，屠殺底本性，罪惡底怯弱，已蒙蔽而且窒息了「你」的愛之美麗律則。主呵！「你」將允許「你」的仇敵徧漫，虛偽與醜惡與痛苦勝利麼？主呵！發命令使征服，勝利便有了。

我知道我們不值得。我知道世界尚未準備好。但我在「你的恩慈」之絕對信心中向「你」呼號，我知道「你的恩慈」將拯救我們。

我的禱告如是升向于「你」；於是，從深淵之下我見到「你」在「你」的輝煌底光榮中；「你」竟顯現了，而「你」向我說：「不要失去勇氣，堅定，確信，——我來了。」

(一九五〇年八月十五日告門人)

我們的修持工作達到了一階段，其間我們大抵從事於處理潛心知體甚而至於無心知體。結果是物理底決定性占了一顯要地位，增加路上的許多困難，必以增上底

勇猛和決志直面着的。

在任何情形下，無論何事發生，無論你作何事，不要讓畏懼侵襲你。若微有感觸，便當反抗，求援。

你必學到不自認即是此軀體，要視爲一小孩對待牠，應當覺知必不要畏懼的小孩。

畏懼是一切敵人中之最大者，我們必當在此克服牠，一下永斷。

## 母 親 的 話 (卷下)

### 一 夢

世界上某處應該有一個地方，沒有任何國家有權利說：「這是屬於我的。」在那里，凡屬善願而有其至誠企慕的人，能自由地生活，像一位世界公民，不服從任何權威，除非是至上真理的；一塊太平，平治，和諧的地方，凡人生一切戰鬪本能，無外地皆用之於克服他的患難困苦之因，用之於超越他的弱點和他的愚昧，用之於勝過他的範圍與他之所不能；一塊地方，精神之需要和進步之容心，先於欲望和熱情之滿足，先於物質享受與快樂尋求。在那塊地方，兒童們可以全般生長，發育，而不失其與心靈之聯繫；與以教育，非着眼於考試及格，得到文憑和職業，而

是使人今有的機能增其富盛，且生發新底機能。在那塊地方，服務和組織的機會，將代替了頭銜和位置；身體的需要，每人皆得平等供給，而智能，道德，和精神底優越，將表曇於此普通組織中，非表之於生活之快樂與權能的提高，乃表之於職事和責任的增上。在其一切藝術形式上的美，繪畫，雕刻，音樂，文學，人人皆可平等接近，而分享其所與之快樂的機會，則唯由各人的能力為準，非為社會地位或財富地位所限。因為在這塊理想底地方，金錢不復是全能底主宰了；個人價值之重要性，將遠甚於物質財富和社會地位的。在那里，工作將不是謀得生活之工具了，而是所以表現自我和發展其才能與可能性之方；其同時服務於集團大眾，則在那方面也將供給每人生事所資與工作場所。簡言之，那將是一塊地方，其間人與人之間關係，尋常幾乎無外地是基於競爭和戰鬪者，將代之以誰作的更好之比賽，合作，和真摯弟兄之誼。

世界還未有準備以實現這種理想，因為人類還沒有具足充分智識以了解而採取

牠，還沒有那必不可少的知覺力量以實行牠；這是為什麼我稱之曰「一夢」。

雖然，這夢也在化為實事的路上了；這正是我們在室利阿羅頻多修道院中所實行的，在很小底規模內，依我們的微薄底資具為準。這實現距美滿之境還遠，但這是前進的，我們一步一步進向我們的目標，這，我們希望將有一日我們可呈似世界之前，作為一可行且有效之方法，出離這現實的紛擾，以生於一更和諧更真實底新生活中。

## 首 要 之 事

所當達的共同目標，是一進展底宇宙和諧之來臨。

達此目標之手段，有關此世者，是人類大同（一體性）之實踐，——由在一切衆生中覺醒，且由此衆生顯示那內中原來是「一」的「神聖者」。

換言之，——由建立在我們一切人內中的天國而創造此一體。

然則這是應當作的最有益的事：

一、在各個人，內中知覺着「神聖當體」，自認與之同體為一。

二、將至今在人中尙未知覺的存在之諸境界個別分化；由此，使宇宙力量的一

個或多個源頭，對世間仍為封閉的，與此世界相接。

三、重向世界說出永恆之真言，在一新底形式下，適合現代心思性格的。這將是一切知識之綜合。

四、集體地，在一適宜之處建立一理想社會，以備一新民族之發揚，上帝的兒女之族。



世間之轉化與和諧化，可以兩種程序而成，兩者在現相上似相反，必合，——必相互發施作用，相互圓成：

一、個人之轉化，一內中的發展，引至與「神聖當體」相結合。

二、社會之轉化，建立有利於個人之生長與發華之環境。

環境既影響到個人上，而另一方面環境的價值又依于個人之價值，這兩種工作應當并駕齊驅。但這只能由分工合作而成，這便需要形成小組織，層級化之，倘若可能的話。

組織中人物之行事當為三重：

一、在個人中實踐當達之理想：化為一完善底世間代表，代表着「不可思議者」在其一切德性，功能，質素上之第一顯示。

二、以語言文字而傳布此理想，但尤其以證例而為教，以便尋得那班依序亦已準備實踐牠的人們，亦化為解放的宣揚者。

三、建立一典型底社會，或重新組織已存之社會。



凡個人也有其兩種工作當為，為之於同時，相輔相成者：

一、一內中發展，與「神聖光明」進步結合，這是唯一情況，其間人能與宇宙生命之大潮流常在和諧中。

二、一外表行為，每人一隨其能耐與個人嗜好所當選擇的。他必定要取得自己的地位，在此大音樂演奏中唯他所能占之地位，他必當全然自奉于此，而不忘記他

在此大地交響樂中只奏一音，然此一音于整體之和諧為必不可少，而其價值依乎其正當性。

(譯者按：此文作於一九一二，英譯本「母親的話」第四版，取為序言。蓋在法國時作也。)

## 國際大學中心

人在世間的生活情形，皆其知覺性的境界之結果。要改變情形而不改變其知覺，這是徒勞底妄想。在人生各領域里，如經濟，政治，社會，財政，教育，或衛生等……有見識的人們，知道如何可做且當做以改良其境況，而這班人，恰恰是多多少少已發展其知覺性到一特殊程度的個人，自與知覺性之高等諸界相接觸者。然而他們的理念，全般總歸是理論的；如或試在應用上實踐起來，則或久或暫終失敗到可悲：因為，人類組織不會有激烈改變的，除了人類知覺性本身改變。一個新人類的先知們，前後接踵，創出了許多宗教，精神底或社會底，往往在開端充滿了許諾：可是，人類在內心上既未轉化，由人類本性而起的老錯誤漸漸重現了，過了一些時，始發現人類依舊留在原處，曾以如許希望和熱忱由之出發處。雖然，在這改

進人類境況的努力下，常有兩種傾向，雖則似是相反，却當相互圓成以成其進步者。其一為尋求集體之重新組織，將有以往嚮人類有效能之結合者；其一則以為一切進步皆始成於個人，堅執惟當給個人以機會使之能自由進展。二者，同為真實而必須有，而我們的努力，應該雙途并進。集體進步與個人進步皆相互依倚。在個人能前躍一步之始，必須在集體生命中已成就了一點預先的進步。然則應該尋求出一道，以之而兩種進步得以同時。

是應順這種迫切要求，室利阿羅頻多方構成他的「國際大學」的計劃，使人類之菁華，可以陶成，能致力于人類的進步結合，同時亦有準備，得以容納降于世間的新力量而轉化世間者。有些概括理念，可作為組織這大學中心之基礎，其學術計劃之指南。室利阿羅頻多的各種著述中，（以及發表於這公報中一列關於「教育」的文字），對這些理念大致皆討論過了。

最重要之一理念，是人類之化為一體，既非能以整齊一致而得，亦不可以統治

與隸屬而成。世界各國一綜合底組織，各隨其才智，各隨其在整體中所當盡的一分，而各居其應得之地位，唯此，然後能成就一概括而有效能之聯合，或者有些機會可能持久。若要這綜合將為活潑有生命，則分類團結當依于一中心理念，盡廣而極高者，使一切傾向，雖至相矛盾者，各得其相當之地位于其間。那理念是給與人生以生活情況，有用於造就他，使得以顯示那新底力量，將要創造明日的人類者。

凡屬敵爭之迫脅，凡屬侵勝與統治之鬥爭，皆當消失，代之以和諧組織之意志，眼光明確且有效能之合作願望。

使此為可能也，兒童從幼年起，便當不僅習慣于此理念，亦當習慣于其實行。然則「國際大學中心」之屬國際性，不僅是各國的學生皆當容納於此，不僅是各以其本國語言而施教，尤在于世界各個地區的文化皆有其代表於此；而出之以那麼一種方式，庶幾能達於一般人，不徒然在智識方面，在意念，理論，原則，語言上；亦復在人情方面，在習慣，風俗上，在各種形式的藝術上——繪畫，雕塑，音樂，

建築，裝飾——；亦復在物理方面，如自然景物，衣裝，遊藝，運動，工業，食  
物。一種永久性底世界展覽應該組成，世界各國皆有其代表，代表之于具體且生動  
建築于一模型上，最能表現該國的習慣者：這將展覽出該國最能為代表之產品，不  
論是自然產品或製造品，最能表白其理性及藝術的天才和精神傾向的。這麼，每  
一國家，能在文化綜合上生起實際而具體底興趣，而管理代表其國的那一處所（單  
位）以相合作。一所住宅也應當聯附該處，隨所需而為大小，隨該國之學生居住；  
於是學生得享受其祖國之真實文化，而同時又從此中心得其教育，這可介紹之于世  
界上所有的其他文化。如是這國際教育，不徒然是理論底，在教室坐位上而已；亦  
屬實用的，在人生各細微末節上。

這種組織的普通概念，僅畧說於此：細節之實施，漸漸當在此「公報」上發  
表，如其已實行之後。

那第一目標，然則將是輔助個人，以知覺其所屬之國的基本才智，又同時使其  
與他國生活之形態相接，以使之同樣知道而且尊重世界其餘各國的真精神。因為一  
切世界組織，如要真實，且能生活，必基于國與國之間，人與人之間的相互尊重和  
了解。只是在集體秩序與組織中，在基托于互結善願的同力合作中，有此可能：人  
可能出離其當今苦困之擾攘。以此目的，在此精神內，一切人生問題當在此大學中  
心加以研究了：其解決將發之于「超心思底知識」之光明中，是室利阿羅頻多在他  
的著作中已啓示的。

## 向全世界婦女說

我們生活於一特殊底時分，在世界歷史一特殊底轉捩處。人類也許從來未曾經過這麼一個仇恨，流血，混亂的黑暗時代，而同時從來未有過一種這麼強大這麼殷切底希望，覺醒於人們的內心。誠然，若使我們聽內心的聲音，便立刻見到多多少少知覺着地我們在等候一新治世，屬於正義，美，和諧底善願與胞與之情。而這似乎全然與世界實際情況相違反。但我們知道，沒有比黎明之前的夜更黑暗的了。然則這黑暗是否即將臨的黎明之象呢？亦又如黑夜之從來未像這樣完全，這樣可怖，或者，黎明也從來未嘗像將來底一個那麼明朗，純澈，光華燦爛……？在長夜噩夢之後，世界微然于一新底知覺了。

像現在這樣似戲劇收場的文明，這文明是植基於心思之權能，即處理物質與生

命之心思。這會於世界何有，無須在此討論。但一新治必然到來，即「精神」的統治；在人類之治後，必有「神聖者」之治。

可是，人而有幸生在世間，恰當這可驚底特殊時代，像于今者，而他們的心情不出乎其個人和家庭的範圍之外，思想，亦除了小小個人利益和局部關係之外，便無所攬持，這，是否公道呢？——簡言之，凡人已證悟其人原非屬於自己，非屬其家庭，甚或不屬於其國家，而原屬於上帝——由人類而顯示「彼自我」於諸國家者——他們誠然知道自己應當奮發興起，為全人類而有為，為黎明之來到而發動工作。

在這重大，多方，無盡之工作中，婦女之分當是什麼呢？這是真的：每當重大事務和工作在討論時，向例是將女性揮斥到一角落，對之作愛護而輕視之笑容，那意思是說——這不是你的事，可憐，懦弱，無益的人們！……而女性則亦順從，兒童似的，也許懶惰，接受了這可悲的事實情況，至少在若干國度里是如此的。我敢

說這錯了；在將來的人生上，決不當有這種分歧，這種不平等存於男性女性間。

兩性之真實關係，乃是互助，親密合作之平等立場。從今我們當恢復真實地位，重取應有之立場，擁護我們的真實重要性——為精神底改革者和教育者。誠然，有些人，也許少數人，崇揚其所謂長處者，可忽畧女子的似是底弱點，（雖甚至此外在底弱點也還不十分確定）；則曰：「無論我輩作什麼，超人總歸當由女子出生，這終歸一樣」，有人說得很對的。

超人當出生於女子，這是一偉大無問題之真理；但以此真理而自矜，則不夠；我們必明確了解這意義何在，覺知其所造成之責任，而學到誠懇地直面這當前之任務。在於今這廣被世界的工作中，這任務剛剛是我們的最重要底一份工作。

爲了這，我們首先必當知道，至少在其大綱上，懂到什麼是可以改變當今之混亂與黑暗的方法，化之為光明與和諧。

許多方法是提示過了，政治的，社會的，倫理的，甚至宗教的，——誠然，這

其間沒有一種，似能以任何可靠的成功，面對當行的任務之重大。唯有一新精神之流注，在人中創造出一新底知覺性，可能克服若干困難之團聚，阻碍了工作者之路的，——一新底精神光明，某「神聖」力量，至今人所未知者，上帝之思想，一新「形式」，對塵世為新者，在此世界顯現。

於此，便回到我們的出發點了，回到我輩為真母性之職責。因為，這形式，作之以顯示精神力量，能轉化當前世間境況者，這新底形式，倘若不是女子，還有誰能建置牠呢？

然則可見到正在此世界生命危急時機，生出一生存體能顯示最高底個人理想者，已是不夠了；我輩當努力求出將來的典型是什麼，「自然」正設計使之來臨的。鑄成一已聞或已知的偉人，或甚至更偉大，比較他更有才能，更美備者，已是不夠了；我輩應當以思想和意志的恆常企想，努力于在心思上能接觸那至高底可能性，這超出了一切凡人之量度和形相，而生出超人。

再度「自然」感到了她的偉大衝動，要創造出極致新穎底什麼，未加期望的什麼；是對這衝動，我輩得響應而且順從。

我們試首先發現此「自然」之衝動將引到什麼地方。對這最好底方法，是回顧「過去」所給的教訓。

我們見到「自然」的每一進步，在世間新原則與能為之每一顯示，乃標識以一新類型之出現。同樣的，各種族，各民族，各個人的生命之進步底形式，由人類循環相繼聯繫，以人類的嚮導者之努力，不斷地得到靈感，得其孕育，得以更新。而凡此諸形式皆指向同一目標，即「自然」之神祕而且光榮底目的。

是「自然」的這一呼召得加響應的；我們當自加奉獻於此偉大崇隆之工作。我們姑且盡可能弄清楚在這困難且尙未開闢的道路上之前進的步驟。

第一，我們當謹慎于懷想着將來之人或超人這事，不是採納一實際人的典型，將其完善化，或者增大他。儘可能避免這錯誤，應當研究生命進化之說。

我們已見到每一新類型之出現，常在世間宣布顯示了一新原則，知覺性之一新界，一新力量或權能。但同時因為此類型得到了這至今尚未顯示之知覺性或權能，牠可能失去一種或那許多種完善處，即在緊接前一類型上為其德性者。例如，只就「自然」之發展最後一步而論，人，與其緊接在前的先驅，猿，最大底分別是什麼呢？在猿猴中，我們見到情命性和生理能力，達到最極底完善處了，可是這完善性乃此新類型所必拋棄的。在人，他已不能那麼可驚地緣樹，翻筋斗越谿壑，從峯端跳到峯端，可是他得了智慧作交換品，他得了推理，聯合，構想之權能；誠然，在人，是心思之生命，智識之生命，出現于世間了。

人，本真上是一心思生存者；若使他的可能性不止於此，若使他在自身中感覺到其他世界，他種機能，知覺性之其他界，超出了他的心思生命，則凡此皆只是作為將來的允諾，正如此心思之諸可能性潛在於猿猴中一樣。

是真，有很少數人，曾生活於彼方那世界中，即所謂為精神界中；誠然，有些

人是那世界在地上的投生者，但他們皆是例外，向民衆指示道路的先驅，領導他們趨向將來的實現，而不是尋常人。但那作為此散布於時間空間少數人物的特權的，將成為要出現的新典範的中心特性。

于今人類以理智管制其生命；心思的一切活動於他皆為常用；他的知識方法乃觀察與演繹；是由推理且因推理他乃作着決定而選擇他的道路，或相信他作着，在人生上。

新種族則將為直魯所管制，這便是說，內中「神聖律則」之直觀。有些人類真知道且經驗着直覺；無疑的，正如森林中有些大猩猩亦嘗見推理。

當心思純粹寂靜，聰明如鏡，不動如一無風晴晝之池塘，則超心之光明，內中真理之光明，從上面射到寂靜底心思里，而產生直覺。那班慣于在沈靜中聽出遠聲音的人，漸漸愈加用之為其行動之主使動力，他人即凡夫彷徨于推理的崎嶇之處，這班人乃逕直前行，在人生之曲折上為直覺所領導，這高尚底本能，如一強有力不

使人失望的領導之手。

于今這種異常底幾乎是變態底機能，在將來的種族，明日之人，必然是很尋常而且自然的。或許其恆常施用，對於推理之官能有害。正如人不復具有猿猴的極致生理能力，同樣的，超人也當失去這極致底心思能力，這自欺欺人的心思能力。

如是，人向超人道的路將開闢了，當他大膽宣布，凡其直至今茲所發展者，包括理智，他殊為正當也殊屬徒勞所引為驕傲者，皆不復夠用了，而開發，發現，解放出內中更大底權能，此後乃他的偉大當務之急。於是而他的哲學，藝術，科學，倫理，社會生存，情命追逐，不復為以心思與生命為自體的一種運動，在一圓圈里，而將是一種方法或手段，以發現心思與生命後之更偉大真理，將其權能帶到人類生存中。這發現是我們眞體的發現，因為是我們的最高自我與本性之發現。

雖然，我們尚未可是將要是的這自我，不是尼采所頌揚的強烈情命意志，而是一精神自我與精神自性，因為，凡我們說起超人道，便當謹慎避免尼采所謂「超

人」之混亂，那涵義是強烈，但膚淺而不完全。

誠然，自尼采發明超人一名詞而後，他人用此名詞表將來之人類，或有意或無意，同時喚起尼采的概念了。當然，他的理念，以為由我們於今極不圓滿的人道發展出超人，乃我輩之真任務，這本身是一絕對健全之理想；誠然，他於我們的目標所立下的公式：「化為我們自我！」——此即暗指人尚未發現其真自我和真本性，以之他能自動地成功地生活的，——這不能再好了。可是尼采之錯誤我們當避免；他的超人，只是常人之擴充變大而已，在其人則力量化為超上優越，在其重量下可壓碎人之一切其他德性。這樣的「超人」，不能作為我們的理想。我們現在看的很明白了，無外唯崇拜「力量」可引人到什麼地方——引到強者的罪惡，諸大陸的毀壞。

## 大無畏論

原題：對死亡的恐懼，及四種克服牠的方法

附錄：末段答門人問——論精神知識與玄祕科學

(此文於一九五四年二月二十一日  
院母七十八歲壽辰發表。)

就一般情形而論，阻滯人類進化的或許最大底障礙，是恐懼，是多式多樣底恐懼，不可勝數，自相矛盾，不合邏輯，無可理喻，常是毫無道理。一切恐懼中之最微妙也最粘執者，無過於怕死。其深根植於潛意識體中，不易將其拔除。很明顯的，這是由多種原素組合而成：保守的精神；自我保存的關心，以確定此知覺性之

持續；在未知的事物前之自動退轉；因未嘗期待和未可預料之事所引起的不安；然或者，在這一切以後，隱藏於細胞深處的，有一種本能，以為死亡不是無可避免的，倘使實踐了某些條件，便可加以克服；雖如實說，這恐懼本身，便是這克服的最大一阻礙。因為，人只能克服其毫無所畏懼的。而恐懼死亡者，其人早被死亡所克服了。

如何而超出這恐懼呢？要得超出，有多種方法是可用的。然而最初，需要某些基本認識，以佐助我們這企圖。發凡一端，亦最關重要者，是得知道生命是一而且是不死的。僅是其形相不可勝數，遷變，而且脆弱。必須將這種知解堅定地久遠地建立在心頭，而且，盡其可能，將自己的知覺性與永恆底生命——不依於一切相而顯示為一切相者，——體認為一。這便給人以必要底心理基礎以直面這問題，因為這問題長在。縱使內中之有體已充分啓明了，超出一切恐懼了，然而恐懼依舊潛藏於身體細胞中，幽隱，自發，逃避了理智，慣常幾於無覺知。是在這些幽隱之深處得將其發現出來，執取之，射之以知覺與確信之光明的。

生命了無死亡，而形相有變滅，身體知覺性所恐懼者，是這種散壞。然而這形體是在恆常底變遷中，沒有什麼真能阻礙這變遷之進步。惟有這進步底變遷，能使死亡為非不可免。但要實現起來，却非常困難，這要完成了許多條件，很少人能做得到的。於是，一隨種種情形和知覺的種種境界，所以制服對死亡的恐懼，那方法亦各有不同。這些方法大抵可分為四類，每類中又包含若干種區分；如實說，各人應該造成他自己的方法的。

第一方法是訴之於理智的。凡人可說，於世間實際情形，死亡是無可避免的；凡軀體之有生者，必然有一日將壞滅；而且幾乎在全部情形下，在必要來到的時分死亡便來到了，既不能促其早來，亦不能阻使遲到；求之已久者，或長時等待而不可得，畏之懼之者，或突然為其所襲，無論防護怎樣周到。死亡的時辰，似已無情地註定了，除了極少數人別具能為，非人類普通所具有者。理智告訴我們，對一樁

必不能免的事而懼怕是荒謬的。唯一所當做的事，是承認這道理，而一天天一時時平靜地做人所最能做的事，什麼將要到來，不管。智識份子而採取這方法是很能收效的，他們慣於遵照理智的法則行事；但對於感情中人，生活在情緒中且為其所統治者，這辦法便少能奏効了。這班人，無疑地可採第二種方法，便是深求之於內中。超出一切情感以外，在我們生存體之玄默而靜止底深處，有一光焰長明，這便是性靈知覺之光。你去尋找這光明，集中於是，牠是在你內中的；求之以堅持底意志，你必然尋到了；一旦你透入此中，你將恍然悟入永生。你已常生，你將常生，你全然無罣礙於軀體，你的知覺底生存不依賴牠；而此軀體僅是變化遷流之一形相，以之而顯示你的。於是死亡不復為滅無，僅為一遷化而已。頓然一切恐懼皆除，人乃坦然走上人生之途，有了解脫者安詳底定念。

第三方法合乎對一位神明有信仰的人，他們的神，他們所皈依的。他們全般屬於神了；凡其平生所遭際，無非神聖意志之表現，他們不但受之以寧和底依順，甚

且受之以感謝之忱，因為這班人深信，凡所遭遇者，原是為了他們的好處。對於所敬信的神，且與神有親切底個人關係，他們具有玄秘底信心；已將自己的意志絕對投順於神的意志，感到神的愛及其始終如一底保障，全然離乎人生之不幸和死亡。在絕對皈依中，他們常自覺伏於其所敬愛者(Bien-Aimé)之足下，或投在其懷抱里，享受一種美滿底安全。在他們的知覺性中更無所謂恐懼，焦急，或苦惱；凡此皆代之以一安寧與甘美底幸福了。

然而，不是人人皆有此幸運作這麼一位神祕者！

末了，有天生為鬥士者流。他們不能接受人生像牠這樣，感到自己的永生之權在內中波動，要求全般底永生，而且即在此世間。他們有一種直覺之知識，以為死亡不過一壞習慣而已，好像生來就已決定要將其克服似的。但這種勝利，需要一場慘烈鬥爭，擊敗一雄強而又精密底侵襲軍，是時常幾乎可說每分鐘皆當作的戰。僅有氣性不屈不撓的人，可以冒此一險。這戰爭有多方面，開闢于多界，交織且相輔

相成的。

要作的第一戰已很猛烈了；這是心思之戰，要抵抗那集體底，浩大底，壓倒勢底，強迫式底提示；基於千百年經驗的提示，基於一自然律，至今還未會有過例外似的。這，自表爲這樣頑固底肯定：「這常是如此的，不能另外怎樣。死是不可避免的，要希望其不如此便是發癡。」這和諧樂奏一致齊聲，而至今即使是最前進的哲人，未敢作一異響，作一對將來的希望。至若宗教，大多以其行動能力，基託於生死這一事上，皆肯定上帝原意在使人有死，本來是創造之爲有生死的。許多宗教中人，以死亡爲一救度，爲一解脫，有時甚至以爲報酬。他們教人說：「你皈順最上者的意志吧！接受死亡這理念而無迷，你便平安而且快樂了！」然則心思的信念，必須不顧這一切，依然不動，支持這不屈不撓的意志。但對於已經定尤要克服死亡的人，凡此提示皆了無效用，未足以影響其定念，基于一深邃底啓明上的。

第二大戰是情緒之戰，要消滅對於人所建造的人所愛好的一切之執着。由於辛

勤勞苦，常是費了無窮氣力，你已建立了你的家庭，你的事業，你的社會工作，文學，或藝術，或科學，或政治工作；你已創出一個環境，以你自己爲中心，你依賴這環境，至少如牠一樣依賴你。你爲一班人所圍繞，親戚，朋友，合作人；每當你想念你的人生，他們在你的思想中占據了一幾乎和你自己同樣大的位置，一旦突然有所離絕，你將感到敗壞了，彷彿你的生存之一非常重要底部分已經喪失了一樣。

問題不是在於捨棄這一切事，至少一大部分牠們已成爲你的存在之必然之理和你的生存的目的了，問題在於必須拋棄對凡此一切之執着。以至於感到沒有了牠們你也能生活，或者說，以致你常是準備了，倘使牠們離開了你，你能在新環境中重建新生活，而且這亦復無定，因爲永生性的結果是如此的。這境界可如此說：知道組成一切和行使一切以極高度的留意和專心，却仍其了無願望了無執着；因爲倘若人希冀脫出死亡，便不應依賴任何有生滅者。

情緒之後繼之以感覺。此處戰爭是殘忍的，而敵方更屬猛烈，敵方察覺你內中

最微小底弱點，在你未有武備之處加以打擊；你所得的勝利不過暫時，而同此戰爭又得重作而無定止；你相信已經消滅了的敵人，又再度振作起來再度打擊你。這須有一極堅強底性格，毫無懈弛的毅力，以抵抗一切失敗，一切失望，一切否定，一切頹唐，以及那巨大底疲勞，覺得你永是與日常經驗及世間之事相違背。

於是，我們達到全部戰爭中最慘淡底一場惡戰了，即物質戰爭，作之於人體中的；這無時或息，絕無休戰。這與有生俱起，除了交戰双方之一完全失敗不能停止：即轉化之力與離散之力相搏鬥。我說與有生俱起，因為事實上這兩傾向自人生於世便相衝突，雖然這衝突要到很久以後方為人所覺知，所願意為。因為凡一切不安適，疾病，畸形發展，甚至不幸底偶然事件，皆是離散力的作用之果；正如生長，和諧底發育，對反動侵襲的抵抗，疾病的平治，尋常功用之恢復，一切進步底改善，皆由於轉化力的作用。到後來，與知覺性一同發展，當此戰爭化為有意願的時候，這便化為兩個相反底運動的熱狂競賽了，看誰先達到目的地，是轉化或是死亡。

亡。這是一番無間止的努力，恆常集中於召降新生之力，增進細胞中攝受這力量之容納性，一步一步，一點一點，要抵制毀滅與離散諸力之敗壞作用，要拔其所占據的凡可響應這向上衝動的一切，要啓明，要淨化，要平衡化。幽暗而且頑強的戰鬥呀，極尋常沒有顯著的結果，局部所得然未能有把握的勝利也沒有表相，因為已成就之工作常得重新作起；每進前一步，常是付了他處又退後的代價，此日所成就的，次日可以完全敗壞；事實上除非勝利是全般，決不能穩定和持久。而凡此一切皆需要時間，很多時間，然年歲無情消逝，增進着反對力量之能為。

凡此之時，知覺性像哨兵一樣站在戰壕里：他當把定，無論怎樣他得把定，沒有些微恐懼震慄，沒有須臾懈其警醒，保持一不動的信念於其所當完成的使命，於從上而下的助力，使你感發興起而且支持輔佐你的。因為勝利終屬最能堅持者。

此外還有一種克服死亡恐懼的方法，但這屬於極少人的能力所可及，在這里說說，不過聊備所聞罷了。這便是人在生時，自動且明覺地進入死亡之境；又從那境

界回到生理之龐，入乎是間，再走上物質存在之途程，而具有其全般知識。但于此必已入道之人然後可。

## 精神知識與玄祕科學

（讀前文於末段有疑者，多來問難，院母遂草此文答之。）

### 譯者附識

凡此所發諸問題，可歸納爲一個：使人得有能耐以直面死亡而無畏者，這種知識或這種訓練究竟是什麼呢？

直到於今，世間沒有怎樣說起過這種知識之方法，亦即作用之方法，因爲這種學術的研究和運用，未能大衆化。述說玄祕之事是少有價值的；應當加以體驗。而這種體驗不但要求極少人能具有的特殊能耐，却更需要一種很少人所能得到的心理發展。在現代世界里，這種知識幾乎未嘗被認爲合乎科學，然而牠正是科學底，因

爲牠具足一種科學尋常所必備的一切條件。這是一學術體系，環於一些原則而組成的；牠循着精密底程序，而且，若嚴格地重複實現所規定的情形，便得到同樣底結果。這亦復是一進步底學術，可加以專精研究的，且能以一種有規則合邏輯底態度去發展牠，正如當今所公認的所有的科學一樣。但這種研究從事於許多真實，皆非屬於極爲物質底世界的。要有所措手，便須具有特殊識感，因其所安立之境域，出乎我們的尋常識感以外。這些特殊識感，是人內中潛具的。正如我們有此生理身軀，我們亦有其他更微妙底身軀，有其識感的；這些識感比較我們的生理諸識，精微遠甚，明確亦遠甚，其能力又遠過之。自然，教育不習慣於探究這境域，這些識感普通未能發展，牠們在其間活動間世界，皆軼出了我們尋常的知覺性。可是兒童自然而然地，甚生活於這些境域里。他們看見許多東西，正如物理對象一樣真實。他們說起這些東西，極尋常旁人便說其爲愚蠢或撒謊。因爲他們所說起的現象，在旁人是沒有經驗的，然在兒童，却如凡人所能見的一樣真切，一樣可觸知，一樣實中的事物了。

任何時代里，世界上有過獨特底個人或少數人的團體，保存了一種非常古老底傳授，實習這種科學，以他們自有的經驗而證知。他們尋找有特殊稟賦的人，而傳授以必需底教示。平常這些團體多少秘密地或隱匿地活動着，因爲凡俗人極不容易這類能耐與活動，超過了世俗且使之驚駭的。但人類史上仍有過優美底時代，建立過這種學院，公開加以承認，賞識，尊崇，如古埃及，古巴比倫，古印度，甚至有部分在古希臘和羅馬。甚而至於在歐洲中世紀亦嘗有學社傳授這種玄祕科學；但牠

們得非常謹慎地自加隱藏起來，因為被官方基督教所追蹤，所迫害。如或偶爾發現某男子或某女人實施這玄祕科學，人便將其置在柴堆上活活焚死，如行妖術者。現代，這種學術幾乎完全失傳了，除了極少數人還知道牠。但學術無傳，而不容忍亦屬過去了。在我們的時代里，誠然，大多數受了教育的人，偏於否認這種科學，或斥為妄想；甚至視為欺騙，以隱飾其無知，和不安；必得承認他們毫無把握的權能之真實，在他們是難過的。縱使在不加以否認的人們中，大多數人也不愛好這類事；這使他們不安，亦復煩惱；但終於必得承認這不是罪惡。而行使玄祕學術的人，亦不復被擋在柴燒上或禁在囚獄里了。徒以更無須加以隱藏，許多人便冒充知道，如實却很少真能知道牠的人。利用曾經環繞這玄祕科學之神奇性，某些有野心而無忌憚的人，遂用之為神奇化與售欺騙之方。人自然不應該以這班人之假冒虛有而評定這種知識。在人類一切活動範疇里，皆有售欺行騙之徒；但人不應該以其欺騙而歸咎一種真實科學，彼等虛誇其具有的。這是為什麼，雖在這科學會發達的盛

期，公開建立過實習的院所；而在收進來學之士以前，常使之經過一很長期間的訓練，有時要經若干年，訓練其二事：一為自我克制，一為自我發展；訓練非常嚴格。一方面要確定，儘其可能而確定這求學者志願之誠懇與無私，動機之純潔，能忘掉自己，絕對皈依，有犧牲精神，無個人主義；另一方面，既試出了其企願之高度和尊貴性，如此，却又給候選者一列試驗，意在徵明他的能力足夠，且能無危險以實施他所欲專精的這種科學。這類試驗，斤斤計較於其能主制自己的衝動和欲望，要建立一種鎮定，了無動搖，而最要者，要試其了無畏懼，因為在這學術中至大底無畏性乃安全之基本條件。

一方面，這玄祕科學，多少是化學一樣，應用到許多力量的活動，建立世界與個體於內中方程上。一樣如物質化學上處理某些質素不是沒有危險的，在玄祕境域里處理某些力量和與之相接觸便含有危險，唯有極大底冷靜與不可動搖的鎮定，能運用之而無礙。

在另一方面，於各求道之士，這玄祕學術有如發現和探索人所未知之境，其法令習俗人所未知，常得自己花費去學到的；有許多境界於初學者誠為可駭，因為他見到周遭皆是驚險莫測的危機。可是那危險大部分皆屬想像的，並非真實，若直面之而無畏，其真實性大多消失了。

在任何情況下，在無論何時，必經一明師，正確指示所當遵循之路，保衛其沒有危險，無論其為虛象或是實有，而且在必要時加以保護，否則，是不宜於從事這類研究的。

這里很難更說這科學的詳情，除了說：玄祕研究之必要基礎，是諸多存在境界與內在世界之具體和客觀真實之認識，即四方程與多方程空間理論之心理學上的運用。

玄祕科學的定義可以這樣下：是純從心理學觀點，在形相世界，凡精神訓練所教示者之具體底對象化。這二者應該相輔相成，為了自體發展與整個行動之完善組成適合底工具，足以顯示超心之權能。

## 教 育 論

### 生 活 的 科 學 (La Science de vivre)

— 自知與自制 —

一沒有目的的人生，是一沒有悅樂的人生。

凡人皆當有一目標；可是不要忘記，你們的人生的性質，依於你們的目標之性質上。

庶幾乎你們的目標為崇高，為浩大，為大度，而且無私；如是，你們的生命，於自己，於他人，皆可珍貴了。

現完善。

自加完善化的這一番工作，其第一步乃知覺你自己，知覺你的有體的各部分，及其相應諸活動。要學到分辨此一一諸分，庶幾你能明知在你內中生起的各種運動的由來，各種推動你發於行事的衝動，反動，各種相衝突的欲念。這是一番刻苦研究，要求很大底堅忍與誠心；因為人類的天性，尤其是他的心思性，有一自發的傾向，要給與一種解釋，有利於凡我們所思，所感，所說，所行者。唯有以極大底留心而觀察這些運動，彷彿是將牠們帶到我們的最高理想之法庭前，在一種誠懇底意願里服從牠的裁判，然後有望於在我們內中養成一種識力，了無欺誑的。因為，倘若我們真願意進步，得到知道我們的本體之真理的能為，這便是說，能知爲了什麼我們真實被創造了，亦即可稱爲我們在世間的使命者，則我們必須非常有規則且非常有恆地棄置或廢除內中凡一切與我們的生存之真理相違背的，一切與之相反對

的。唯如是，一點一點，我們的有體的各部分，其一切原素，乃能組成一同一性質的整體，環圍我們的性靈中樞。這麼一種統一化的工作，需要很長久底時間，方可達到相當完善的程度；如是，要成就這，應當具備耐性和忍力，決定延長我們的生命，如我們的這事業之成功所需者。

當你從事於這種純潔化和統一化的工作，同時便應大加留意於你的有體之外在部分和工具部分之完善化。每當至上真理自將顯現，牠應當在你得到一心思體，夠豐富且夠柔軟，能給與那將自表曝的理念以一種思想形式，給牠保存下牠的力量和牠的明晰的。而這種思想，若將自寄寓於語言文字中，則應當在你得到一充分底表現權能，使此語言文字啓示此思想而畧無變形。而這種公式，你以之裝置真理者，應當使之顯白於你的有生體之全部情緒中，全部意志中，全部行為中，一切運動中。終者，這些運動本身，應當由恆常底努力，臻於其最高底完善境況。

凡此，皆可由一四重訓練之助而實現；這裏，姑說出一個大綱。這訓練的四方

面不是互不相容，可同時加以實行，事實上也是這樣作去更好。這出發點便是那可稱爲性靈訓練者。「性靈」這名稱，我們以之稱爲我們的本體的心理中樞，我們生存的最高真理在我們內中的一居處，有其權能，能知道這真理且發之爲運動者。然則最關重要的，是知覺這性靈在我們內中之當體，集中意念於此當體，直到牠在我們化爲一活潑激底事物，而我們且能體認到與之同體爲一。

歷時與空，許多方法曾經設計過，爲了要得到這識見，爲了終于要成就這同體爲一。有些方法是心理學的，有些是宗教的，甚至有些是機械性的。如實說，每人應當找到於他最合宜的方法；若使他的企慕爲殷切而且堅定，若使他的意志是堅執且有動能，則必然在這方式或那方式下，外則由研究或教導，內則由於集中意念，靜慮，啓明，和經驗，終可得到必需的佐助，以達到他的目標。唯有一事絕不可少，即發現和實踐的志願。這種發現和實踐，應該是有體的當務之急，是無價之寶珠，雖付任何代價也當得到的。不論你所作的是什麼，不論你的職業，你的活動是

什麼，——尋求出你的本體之真理而與之相結合，——這一意志，應當常是活潑激地在你所作的一切之後，在你所經驗，你所思惟的一切之後。

爲了完成這內中發現的運動，不忽畧心思的發展方好。因爲心思這工具，可能同樣是一大助力或一大障礙。人類的心思性，在其自然狀態中，常是在其見識上是有限的，在其知解上是狹隘的，在其概念上是峻峭的。應當恆常作一番努力，將其大化，柔化，深化。如是，非常需要將一切事從儘可能多的觀點加以考慮。這方面有一練習，可使思想大加柔化和升揚的。那辦法是這樣的：立下一案，清晰籌度之。再立下與之相反的一案，以同樣底精密籌度之。於是以鄭重底觀想，應當將這問題加以擴大，或從而超上，直到求得一綜合，可融合此相反底二端於一更大，更高，更概括底理念中。

有許多其他這類練習可作；有些對於性格有好影響，有其雙重利益：即教育着心思，以及建立着對於情緒及其結果的管制。例如：永不許自己的心思批評着事物

或他人；因為心思不是一知識的工具——要心思求得知識是不可能的，——但牠應當為知識所策動。知識，屬於另外一界，遠高於人類心思界，亦且在純理念界以外。心思應當沈靜而且儆醒，以便能從高處接受知識而顯示之；心思是一形成，組織，和作用的工具；是在牠的這些功能中，牠乃得到其充分價值和真實用處。

另一習慣，非常有益於知覺性的進步，便是：無論在什麼問題，在取某一決定，在完成某一事務，凡與旁人的意見不合時，人便永不當自封於其固有底成見，固有底觀點里。反之，應當試求了解他人的觀點，設身處地着想；代替了諍論或甚至戰鬥，應當尋得一解決，可以使雙方皆合理地滿足：在有善願的人們，總是有好解決的。

這里，我們應當提起情命的訓練了。——情命體在我們內中，是衝動和欲望的基址，亦即是熱心和暴行，發動能力或絕望消沈，癡情與反叛的根據地。牠能發動一切，建造之，實現之；牠也能毀壞一切，阻滯一切。也許在人這有體中，牠正是

最難訓練的一部份了。這種工作是長久底辛勤，極大底忍耐，要求最完足底誠心；因為倘若沒有誠心，從第一步起便欺騙了自己，而一切進步之嘗試皆歸無功。有了情命體的合作，沒有什麼實踐似是不可能的，沒有什麼轉化似乎是不可行的。可是困難在於得到這恆常底合作。情命體是一很良好底工作者，但極常時牠只尋求其自體的滿足。若是全般或甚至只是局部拒絕給牠以滿足，則牠煩惱了，沈鬱了，便罷工；於是能力多少全般消失，代之以對事對人之了無興趣，沮喪或反動，悒鬱和不滿。在這種時分，最好是靜靜休息而謝絕行為，因為這是人做蠢事的時候；而且，往往在幾分鐘內，可毀滅或損壞尋常若干日月努力的結果及所得的進步。若是在那班已與其性靈體充分建立起關係的人們，足以在其內中長明企慕之火焰，使當實現的理想之知覺性常為生動者，則這種危機較少長住，亦較少危險。由於這知覺性的助力，他們能處理他們的情命體，正如處理一閑氣的小孩，耐心忍性，向之指出光明和真理，試欲使其依服，而在其內中覺醒那一時給蒙蔽了的善願。感謝這一

耐性底干預，每個危機可能轉變為一新進步，向目標更趨前了一步。進步可能很遲緩，顛頓可能很頻數，可是倘保持了勇往直前的意志，人必有一天會勝利的，在真理知覺性之光耀前，見到一切困難皆消融不現了。

終者，以一合理且明決底體育訓練，當使我們的身體夠堅強且夠柔軟，使其在此物質世間，成為那欲以我們而表現的真理力量之適當工具。

如實，身體不應當為主，只應當服從；而且如其真性，牠是一柔順而忠誠底僕役。不幸的是：牠常少有辨識的能力，以辨識牠的主人：心思體和情命體。牠盲昧地服從牠們，大有損於其自體的幸福。心思體，並其信條，及其嚴厲和武斷底原則；情命體，並其熱情，及其過度與放逸，——皆很迅速便敗壞身體的自然平衡，在此內中造成失調，疲憊，和疾病。這應當從這暴君專制下解放出來；其方，無非由恆常與有體之性靈中樞相結合。身體，是有一可驚的適應力和忍耐力的。亦適於作出如許紛多底事，非人尋常所想像者。設若管制之者不是這些無知和暴虐底主人，設若牠純為本體的中心真理所管制，則人且將驚詫其所能為者。安寧而且平靜，強健亦又平衡，牠每分鐘皆將供給所要求於牠的努力，因為牠將學到在行動中得到休息了，而且由於與宇宙能力相接，補充其有益地知覺地消耗了的能力。在這種平衡和健康生活中，一新底和諧自將在牠內中顯現了，反映出高上諸境界的和諧，這將給身體以比例之完善及形式的理想美。而這種和諧是進步的，因為本體的真理永非靜止；這是一種完善之繼續展開，增長着，只加純全化而且概括。一旦身體已學到隨順這進步底和諧之運動，則可能由無間斷底轉化，脫離散壞與毀滅的必然。於是，死亡的必然律，將沒有更存在的理由了。

一旦我們已達到這至善的程度，亦即我們的目標，我們且將見到：我們所尋求的真理，由四主要方面組成：愛，知識，權能，和美。此真理的四德性，將自發地在我們的本體中顯現。性靈體將為真誠純潔底愛之工具；心思體則為不匱不蹶底知

識之工具；情命體且將顯示無可勝服底力量和權能；而身體則將為一完善底美與完善底和諧之表現。

## 教 育 (Education)

人的教育，應與其有生俱始，且繼續於其畢生而不已。

如實說，若願此教育有其最大效果，則應當開始於有生以前；在這種情形下，是為母親者本人，進行此教育以兩重行事：一是加於她本身的，為了她本人的完善；一是加於嬰孩的，她在生理上正加以形成者。因為這為必然：將要出生的嬰孩的氣質，絕大依賴形成着牠的母親，依賴她的企慕和她的意志，正如依乎她生活其中的物質環境。儼覺於其思想之應常是美麗而且純潔，其情緒應常是高貴而且優雅，其物質環境則儘可能和諧，但樸素莊嚴，這乃是為母親者本人所當受的教育；若使她再加上一知覺底明確底意志，要隨其所懷蓄的最高理想以形成其兒童，則最佳底條件皆具備了，使兒童將以其最大底可能性在世間出現。多少困難底勞碌和無

謂底糾紛，這麼皆已避免了呀！

教育若要完全，應當有其五個主要方面，關聯於人類的主要活動：生理，情命，心思，性靈，精神。尋常教育的這些方面，聯繫於一時間性底次序，隨附於個人之生長；可是這不是其一將代替另一，而是凡此皆當繼續，相輔相成，直至生命終了。

我們且一一研究教育的這五方面，且研究之於其相互關係中。可是在深究此問題的細微末節以前，我願向爲父母者作一勸說。大多數爲父母者，爲了種種緣故，很少注意到給兒童以真實教育。他們既安置一兒童於世界上了，給之以糧食，滿足其各種物質要求，多少注意到保持其良好健康，便自以爲全部責任皆盡了。後下則將其送往學校，交付老師管教。

其他爲父母者知道其兒女應受教育，便試行與之以教育。但他們中間，即算最嚴肅和最誠懇底人，很少有知道當作的第一事庶幾能教育兒童者，乃教育自己，乃

知道自己且爲自己的主宰，庶幾永不給自己的兒女一個壞榜樣。因爲隨處是以榜樣，教育乃生效力。說良善語，給兒童以良善教言，很少有效用的，倘若於自己所教的，本人不給他們以例證。誠懇，忠實，正直，勇敢，無私，忘我，耐性，堅忍，毅力，和平，鎮定，自主，——凡此以事實例證爲教，比以美麗底言說爲教，好過無限了。爲父母的人們！你們應當有一高尚理想，時時按照此理想行爲，你將一點一點見到你的兒童在他們反映出這理想，而且自發地顯示那些德性，你所願見其表現於其性格中的。十分自然的，兒童對於父母必有其敬愛和羨慕；除非他們太無可尊敬了，否則他們在其兒童的心目中，總好像是半神似的人物，儘其好底可能，當加仿倣的。

除了太少數例外，爲父母者，多不計較那種惡劣影響，他們的過失，他們的衝動，他們的弱點，以及闕乏自制之處，有可及於兒童。倘若你要爲一兒童所尊敬，你得尊重你自己，且要時時刻刻值得敬仰；永遠不要武斷，不要專橫，不要暴躁，

不要生氣；每當你的兒童問你一問題，不要以愚蠢或笑話答覆他，託辭於他不能了解你：若人肯費力，總有方法使自己被了解的；縱使普通意見以為真理不是時常好說的，我却肯定唯有真理時常好說，可是技巧在於知道用那麼一種方式說出，剛適合聽者的了解力。在兒童生命的初端，直到十二歲或十四歲，其心思性是難於接受抽象概念和普進理念的；可是人能訓練其了解這類事，用了具體底圖形，象徵，和比喻。直到一夠大了的年齡，以及爲了許多心思上常是兒童似的人們，一小說，一個故事，一段歷史，好好說出的，其所教示，遠多於一大堆理論上的解釋。

還有一絆腳石當加避免：除非爲了某一目的而且全然不得已，不要呵斥你的小孩。一大常時被責罵的小孩，對於責罵化爲頑鈍了，便不大注重聽你的話或嚴重底口氣了。尤當小心永不要爲了一錯過而責備他，而那錯是你自己也犯的；兒童皆是非常留意且明敏底觀察者；他們很快便發現你的弱點，毫不容情地記下來。

若使小孩犯了一錯誤，要設法使他自動且坦白向你悔出。他既告悔了，便當和

萬且親愛地使他知道在他的行爲上的誤處，使不致再犯了。可是永不要呵責他：一樁悔出的錯過應當常是被原宥的。不要使任何畏懼，潛入於你和你的小孩之間；畏懼是最不幸底教育之一法：牠必然造成虛偽和說謊。惟有一種感情，明決，堅定，亦又溫存，和一種夠實際底認識，方能造成信心的聯繫，在你有效地教育你的兒童爲不可缺者。而且永不要忘記：你得常常超越你自己，以居於這事業的高處，且真實完成面對面你於兒童的責任，由於這簡單一事實：是你將其帶到世間來的。

## 體育 (L'éducation Physique)

人類知覺性的一切境界，唯生理的乃最完全爲方法，次緒，訓練，程序所統治。物質缺乏粘柔性和感受性，在此必得代之以一個精細底組織，是精確同時亦又概括的。在這組織中，可不當忘記有生體之一切境界皆相互依倚，相互涉入。雖然，就算是心思衝動或情命衝動，若要在生理上表現，便得隸屬於一精確程序。這便是爲什麼體育，即一切身體的教育，若要有效能，便應該是嚴格，精詳，有遠見，有方法。這將移譯而爲習慣，身軀便是一習慣體。是習慣便當加以管制和訓練，同時却仍當是充分粘柔，以適合乎有體之生長與發展之環境和需要。

身體之一切教育，應始於有生，延於畢生：這永不嫌開始太早，也永不會繼續太遲。

體育主要有三方面：一，管制和訓練身體的機能。二，身軀的一切肢體及其一切運動的全般底，合法底，和諧底發展。三，設若有任何缺陷和畸形，加以救正。

可說，從最初底日子起，幾乎竟從嬰孩生命的最初幾小時起，凡關於飲食，睡眠，排洩等事，便當使之隸屬於這整個方案的初步。若自其生存起始，嬰孩便有了良好習慣，這便將銷除他一生的許多麻煩和不方便處。而且那班在其初幾歲中得照管他的人們，也感覺到省事得多了。

顯然易知，這種教育若要合理，開明，且有效能，便應當基於對人的身體，其構造，及其功能的相當的知識。一隨兒童之生長，他便應當漸漸習慣於觀察其內中機構之功能，以致他能增進地加以管制，且注意到這種功能之應為正常而且和諧。至若關於形態，姿式，和運動，壞習慣皆可養成得很早而且很快，這於其一生皆可有不幸底結果。有嚴肅注意體育問題的人，願意給他們的兒童以正常發展的機會的，很容易得到必需的指導和教示。這問題只見縝密地加以研究了；許多書已經出

版而且繼續在出版，供給一切必要的知識。

這裡不能進而討論其實施之細節，因為每個問題異於其餘，而其解決，則當適合各個人的情事。飲食問題，是從長詳盡研究過了；在兒童的生長中有助於他們的飲食法，幾乎盡人皆知，行之可以有益。但非常重要的是得記住，身體的本能，若經保持完好，比一切理論皆可靠。這麼，若人願望他們的兒童正常發展，便不應當勉強其進那種食物，生其厭惡的；因為尋常除非小孩特別淘氣，身體具有一準確底本能，知道什麼是對之有害的。

在正常狀態下，這便是說，未嘗有心思意念和情命衝動的干擾，這身體也知道得非常清楚，什麼是對牠有益的和必需的。可是要這情形有效生成，必須謹慎教育兒童，使他知道分別什麼是欲望，什麼是必需。當使他有味於食物，可是食物得簡單，滋養，實際，可口，沒有什麼無謂底囉嗦。在他的日常食品中，應當除去一切纏重的，充塞的；而且根本應該使他學到因其飢餓而進食，不多不少；永不使進食

成為滿足他的貪餓和饕餮的機會。從兒童時代起，便應當知道人之所以進食，是為了給他身體以力量且維持健康，決不是使口腹得到快樂享受。配食物給兒童，應該合乎他的脾胃，具備一切衛生和清潔的擔保調製而成；可口，却素淨簡單。這種食物應經選擇，按兒童的年齡和他的正常活動，而給與適當底分量；牠應當含有一切化學原素和動力原素，有益於他的軀體諸部分的平衡生長和發育的。

給兒童以食物，唯以其有用於維持健康，供應所需的能力，便應當特別小心，避免使食物成為一勸誘或懲罰的工具。慣於對小孩說：「你跳皮了，所以不給你甜食品」等等，是非常有害的。這麼在他的小小底知覺性上造成了一種印象，給他食物主要是為了滿足貪餓，而不是因為這於身體的良好功能為不可無的。

另外一事，應該從小便教給兒童，是好尚清潔和衛生習慣；可是為了養成這清潔好尚，和習慣於尊重衛生規則，當特殊留意：不要教他畏懼疾病。畏懼是教育的極壞底刺激法，也是最靠得的住方法恰恰招來人所畏懼的。雖然，無畏於疾病，却

不能對疾病有愛好。有一流行的見解，以為光輝底精神乃在於孱弱底軀體中。這見解虛妄，也毫無根據，而且，也許在某一時代，對於生理之不平衡，有過浪漫和病態的好尚；幸而這傾向已經消失了。於今，則一魁梧，結實，肌肉發達，堅強而善得平衡的軀體，其真價值乃被推重了。無論如何，應該教導兒童尊重健康，羨慕強壯底人，其有力底身軀能夠抵抗疾病的侵襲的。時常小孩假裝有病，以逃避一應作的麻煩事，或一無味的工作，或只為打動他父母的愛憐，從他們得到某種淘氣的滿足，亦復應該從小便教他知道，這辦法是毫無意思，人不因為有病便可增憐愛，相反倒真了。在弱者常有一種傾向，以為他們的孱弱使他們成為特殊有趣，而且利用此弱，甚至倘若必要的話，利用此病，作為一種工具，以吸引周遭的人或與之共同生活的人之注意與同情。在無論怎樣情形下不應當鼓勵這種邪惡傾向；應該使兒童學到生病是一缺陷或低劣的表現，既非一美德的亦非一犧牲的表徵。

這是為什麼一到兒童能運用他的肢體了，每天便得費上一點時間，正常且有規

則地發展其身體的所有諸部分。每天費二十分鐘或三十分鐘，倘若可能的話，宜於在起牀之後，便已足使機體有很好底功能，肌肉有停勻底生長，同時可阻止諸關節及脊椎的僵硬化，其可能很早開始，有非人所想像的。在兒童普通教育方案中，遊戲和戶外運動應該占重要地位；這可保證其良好健康，較世界上一切藥品皆好。在太陽光中一小時的運動，較之一大庫補藥，還更能治療虛弱，甚至貧血症。我勸人不用醫藥，除非絕對不能另外怎樣了，而這「絕對不能」應當非常嚴厲的。在體育方案中，雖有明著底大要綱領，論如何最良好發展身體，可是在各人的情形不同；若欲其方法充分有效，便應當分別而論；倘若可能，可求助於專家，否則亦可參考許多這類書籍，已經出版或正繼續在出版的。

但無論在什麼情形下，無論其活動怎樣，一個小孩應該有充足底睡眠時間。這時間隨年齡而異。在搖籃中，嬰孩應當睡眠，睡時應遠多於醒時。睡眠時間，以兒童長大而遞減；可是直到成熟期，這不得少於八小時，睡在一極安靜且有新鮮空氣

流通的地方。人永不應無益而使小孩清醒不睡。在午夜以前的時間，最宜於休養神經。即算在清醒的時分，在凡欲保持神經的平衡的人，弛緩是必不可少的一事。知道使肌肉和神經弛緩，是一種技巧，很年輕時便應當教給兒童的；可是，全然相反，有許多為父母者，推動他們的兒童恆常做事。若使兒童稍為安靜了，便幻想他是有病了。甚至為父母者有此壞習慣，使兒童作家常雜事，這妨害了他的休息和有的安弛。沒有比這更壞的事了，在一正自成長着的神經系統，不能支持一過於持久的努力之緊張，或一強加的活動，非出於自由選擇的。不惜違反了許多時下流行的理念，且違反了若干成見，我斷然以為要兒童執役是不公平的，好像原是他的職責以服事他的父母一般。相反倒比較真實了；自然為父母的應當服役於其兒女，至少得大大關心於他們。除非兒童自由選擇為家庭作些小事，而作此事正如一種遊戲，這方可以容許。可是還得小心，使此不致減少其休息時間，於他的身體之良好機能所絕對不可少的。

我說過從幼年起，便應當教導兒童尊重健康，體力，及其平衡。而美的很大底重要性，也應當堅執。小孩應當羨慕美，不是爲了要得到名譽或取悅於人，而是爲了愛美；美本可愛，是一切物理生活所當實現的理想。在每人內中，有其可能性，在軀體各部分間，與在動作時軀體各運動中，建立一種知諧。人的身體從有生起便經過了一種合理底訓練者，便能實踐其自有的和諧，於是適宜於顯示其美。當我們後下說到全般教育的其他方面時，我們可見到有何內中條件得加以圓成，庶使有一朝可顯示此美。

直到現在，我僅僅說及施於兒童的教育。因爲一開明底體育，施之得時，許多身體的毛病可以糾正，許多畸形怪狀可以避免。但設若爲了某種緣故，這種身體教育未得受之於童年或甚至青年時，則亦可在任何年齡開始而畢生從事不渝。可是愈遲開始，則愈當準備有壞習慣得糾正，有堅頑性得馴柔，有畸形得補救。若要訂立一建設性底方案，使形軀及其運動化爲和諧，這以前便當有此準備工作，要求異常

大底堅忍和毅力以赴之的。可是若在自己活潑潑地保持了得加實現的美的理想，則人遲早總會達到其所樹立的目標的。

## 情 命 教 育 (L'éducation Vitale)

一切教育中，情命教育也許是最關重要且最不可少的了。可是很少人用了識度和方法去行這事。這其間有許多理由，第一：關於這特殊問題，人們的思想猶在一大混亂中；第二：這事本非常困難；若要成功，便當有無邊底堅忍和毅力，和一種意志，任何失敗不足以阻撓的。

事實上，在人類天性中，情命體是一暴君專制。尤其是，以其內中包含了權能，勢力，熱情，與能實踐的機動性，許多人對此有一畏懼底尊敬，常試欲取悅於牠。可是這麼一位主人，沒有什麼可使他滿足，而他的要求也沒有邊際。有兩種理念，非常廣偏的，尤其在西方，乃使他的統治更為得勢。其一是：人生的主要目的在於享樂；另一是：人是與有些性格俱生，不能將其改變的。

這兩種理念的第一種，乃一極深奧底真理之樸拙底變形。即是全部生存，原皆基於有體之悅樂；若無此有體之悅樂，便不會有生命。有體之悅樂便是「神聖者」之一德性，因此，亦即是無條件的，可是不當與人生之尋求快樂相混，大大依乎環境的。這種見解，使人相信是有權利要求快樂，自然引到一種意志，不惜任何代價要「過他的生活」(*vivre sa vie*)；而這種態度，以其陰暗底侵略底自私自利，便帶來了一切衝突，一切苦難，一切欺騙，一切挫折，而常終之以不幸。

在這世界上，像牠今茲這樣，人生的目的不是要得到個人的快樂，而是進步地覺醒個人趨向真理知覺性。

第二理念起於這種事實：即性格上的基本改變，需要一幾乎是全般的對潛知覺的主制，和非常嚴格底一種訓練，訓練凡自無心知而起者；而這，在尋常本性中，自表為隔代遺傳和本生環境的結果。只有知覺性的一幾乎是異常底滋長，和「恩慈」的恒常佐助，終可成就這浩大艱難底事業。可是這事業很少試行過；而且有許多足以將其挫折者。

必然要有的出發點，是對欲加改變的性格，先加一番詳細和透闢底觀察。在大多數情況下，這已是一困難事，而且常是很窒塞底事。但有一事是古之傳統已明知的，可作為這內中發現的迷宮中之領導線。即是：凡人大體在他的性格中，具有兩個相反對的傾向，如同一物之有光有影，其比例幾於同等；而這在特殊底個人，更加明確。如是，有人在自己原有一異常慷慨底度量的，可忽然在他的本性中起了一固執底貪吝；勇敢底人在某方面成為懦夫，良善底人忽然有邪惡衝動。如是，生命似乎給與每個人以恰相反對的要素，與其表現一種理想的可能俱來，這些要素在具體方式下代表他所當作之戰，所當得之勝利，庶使此實現有其可能。因此，整個人生乃一番教育，多少知覺地，多少意願地持續下去的。在某些情況下，這教育利

濟了那些表現光明的運動，在另外某些情況下，相反的，佐助了那些表出陰暗的運動；若使情形和環境皆適宜，則光明增盛而損減陰影；不然，則相反的事發生。由是個人的性格，將一隨「自然」的詭譎和物理生活及情命生活之決定性而自加凝成了，除非及時參入了一高等原素，一知覺着的志願，不讓「自然」順其幻想程序，而代之以一合邏輯的有明見的訓練。這知覺底志願，便是我們所稱為理性底教育法者。

這是為什麼至關重要，在兒童儘可能早便開始情命教育，事實上，當其已能運用識官了，便應開始；由是許多壞習慣皆可避免，許多有害底影響可以泯除了。

情命教育主要有其兩方面，目的迥不相同，程序亦復相異，可是二者重要同等。一方面是發展且運用諸識官能，另一方面是漸進覺知且主制自己的性格，以終極趨於轉化。

諸識的教育，本身亦有多方面，一隨此有體之生長而相互增加；如實說，這種教育永遠不當停止。諸識的根器，由於一適宜培養，可達到一種精密性和機動上的能為，遠過於尋常所希望之者。

有些古代的玄祕學術，肯定人所能發展之諸識，不止五個，而有七個，且在有些特殊情形之下，甚至有十二個識。在某些時代中，人類某些種族，由於必需之故，多少完善地發展了某一個這類附屬之識。用一番適宜的堅持的訓練，凡誠懇留意於此種發展及其功效者，皆可有所成就。例如在尋常說起的許多官能中，有這麼一種：即擴大此生理知覺性，將其投射出本身以外，而集中於某一定點，如是雖人在遠處，而得到其見，聞，香，味，甚至於觸覺。

諸識及其功能的普通教育，儘可能在早便當加上識辨及審美意識之培養，那種能為，能選擇能採取凡是美麗者，和諧者，簡單者，健康者，和純潔者。因為有一種心理上的健康，正如有一生理上的健康；有一種感覺上的美與和諧，亦如有身體及其運動的美。在教育中，兒童的了解能力既增，便當如量而教以藝術趣味和優

雅，加到能爲和精確度上。應當指教他，使他欣賞，懂得愛好美麗，高尚，健康，和華貴底事物，不論在自然中或人類創作中。這應當是一種真底美育，可以保衛他抵抗卑鄙化的影響。因爲隨着上兩次大戰，及其所引起的可怕的神經緊張，也許，作爲文明的退化和社會解體的一個表象，便有此增上的鄙俗，似乎已深中於人類生活，或個人或集團的，特殊是在人的審美生活及識感生活諸境界上。一種合法而且開明底識感陶育，能一點一點除去兒童由習染而得的鄙俗，庸劣，和粗野；而這種陶育，雖在他的性格上，也有其愉快反應的。因爲凡已發皇真優雅趣味的人，正因此優雅之故，將感覺其行動不能出之以一粗野，兇暴，或鄙俗底方式。這種優雅風度，倘若是至誠的，將賦予此有體一華貴和慷慨之氣魄，這將自發地移表於其行事之局度中，保住了他沒有許多卑下和顛倒事。

這，很自然引導我們到情命教育的第二方面，即有關於性格及其轉化者。

普通一切訓練之從事於情命體者，將其潔化且將其主制者，皆行之以強迫，壓

抑，禁戒，免除。誠然，這步驟是比較便利，比較迅速，雖則比起嚴格和精密底教育法，則不怎樣深沈耐久和有效。此外，却將情命體之一切參與，佐助，和合作的可能性，皆芟除了。可是這種幫助是至關重要的，倘若人願意個人與其行爲的生長，皆屬全般而無偏頗。

知覺着在自己內中的各種運動，計較着自己所作的，及爲什麼作的理由，——這是必有的出發點了。應當教示兒童觀察自己，記錄自己的反應，自己的衝動及其原由；教他作爲一眼光銳利底證人，證見自己的欲望，暴力和熱情的行爲，占有和襲取及主宰的本能，及襯託此一切而出者——虛榮——的背景；凡此及其對待，即弱點，挫折，低沈，失望，皆在此背景上出現。

明顯的，要這辦法有用，則觀察能力增上時，應同時增上求進步與求完善意志。這種意志應該教示給兒童，即當其始能有意志之時，即是說在比普通所相信的更幼小底年齡上。

要喚醒這麼一種意志，求超越求勝利的意志，則有各種方法，為用於各人的情形。在有些人，則理智底說服甚有效果；在有些人，則當使其情緒和善願活動；更在有些人，則資其自尊與自重；於此一切，恆常而且誠懇表明之實事例證，乃最有效能之方法。

一旦決策已經確定，則當嚴肅且毅然赴之而無他，永遠不以為一度失敗即是終結。若要免除疲倦和退縮，有非常重要底一點當知，且永不當忘記的：即意志也可養成而且發育的，正如用了合方法循進序的運動而發壯肌肉。不要怕要求意志作最大底努力，即算是在一似極不重要底事；因為能耐是由努力而增，一點一點獲得了那種能為，以自致於雖是最困難底事上。你已決定要作的，你便作去，雖付任何代價也當作去，雖為此你的努力得無數次重新開始也當作去。你的意志將以努力而增強了，終之你沒有旁底什麼事了，除了以卓見揀定你的目標，以此而致。

我們這麼總括說：對自己的性格應得到完全底認識，於是而管制自己的一切運

動，終於成就了完善底主宰，轉化了凡應當轉化的原素。

於此，則一切皆依乎那理想了，即主宰和轉化的努力所欲實現的。努力及其結果之價值，皆依於理想的價值。這一問題，是在以下心思教育中所當討論的。

## 心 略 教 育 (L'éducation Mentale)

一切教育中，心思教育最爲人所熟知，也最常施於實事。雖然，除了少數例外，牠涵括了許多罅漏，使之爲極不完滿，而且，究其實，也絕不充足。

一般而論，教育被認爲即必要的心思教育。幾年之間，使兒童隸屬一合法規的訓練，這甚像填塞了他的腦筋，不像加以啓迪了，人便以爲爲了發展他的心思，所當作的皆已辦到。但事實不是如此的。即算此訓練原是行之有矩度，有見識，而未嘗損傷腦經，牠也不能供給人類心思以其所需要的機能，作爲一良好和有用底工具。尋常所施的教導，盡其能事，也只可當作一種體操，以增加腦經的柔性者。從這觀點看，人類知識的每一部門，皆代表一種特殊底心思操練，正如每一部門中所用的言語符號，各在其範圍內，咸成爲一特殊底有定義的語文了。

真底心思教育，將爲凡人準備着高尚生活的，有其主要底五方面。尋常此諸方面自相聯繫，但在特殊底個人，可能交互或同時并有。這五方面，簡言之，則是：

一、發展心思集中能力，即注意的能耐。

二、發展心思集中的能力，如擴充，增大，複雜化，豐富化。

三、環繞一中心理念，一起上理想，或究極光明底理念，將作爲人生的嚮導者，而組織其一切理念。

四、管制思想，除棄非所願有的思念，以達於只思想所願思想之事，於所願思想之時。

五、發展心思的寂靜，全然定寧，和一只加圓足底感受性，以接受從有體的高等境界而下的靈感。

在此不能詳細說及用什麼方法，以此教育的五方面施於不同底個人。雖然，有些細處的解釋，亦有可提供者：

無可諱議的，在兒童之最阻礙心思進步者，無過於其思想之恆常散蕩。他們的思想這里那里飄飄蕩蕩，像一隻蝴蝶，要費一番大力，方能加以固定。可是那能力是潛在的，因爲倘若你能成功使之發生興趣，則他們很可能作一番注意集中。然則是教育者的才能，使兒童能一點點漸作持久集中的努力，而且，當其工作之時，爲之於一只加全般凝定於其中的機能。要發展這集中注意的機能，則一切方法皆好，皆可隨需要和環境而運用，從遊戲以至於獎賞。可是最關重要的，乃心理作用：最上底方法，乃於其所欲施教的，在兒童激起興趣，使對工作有趣味，於進步有意願。好學，乃是人可贈予兒童的最珍貴底禮物；隨時隨地皆愛好學習；要使人生的每一環境，一切遭際，皆成爲機會，恆常更新了，從而學之又學，學之多而又多。

爲了這，注意和集中之外，應加上觀察，紀錄的精確，和記憶的忠實。觀察的機能，可由多方底自動底練習而加以發展，利用一切可得之機會，支持兒童的思想於一類悟，活潑，敏捷底境況中。應當堅持理解力之增強，遠過於增強記憶。人只

知道他所了解的。機械地強勉記住的事物，則一點一滴滯晦，終於忘失了。凡人所了解的，則永不會忘記。進者，無論在何種情形下，不能拒絕給兒童解釋事物之「如何」以及「什麼緣故」。若人自己不能這麼做，便應當指導他往問夠得上答復的人，或指示他討論該問題的書籍。是這樣，乃進步地在兒童可喚醒真研究的興趣，及以堅持而努力的習慣，求知。

這自然引我們到發展的第二方面，即心思當自加增大，增豐。

進步了，人可指教兒童，怎樣一切皆可化為有趣的研究對象，只要是以正當態度處理問題。每天的生活，每時的生活，便是最好底學校，有變換，亦複雜，富於未可料的經驗，待解決的問題，鮮明和可驚的例子，顯然必至的事勢結局。倘若聰明地清楚答復兒童所發的無數問題，便可很容易在他們激發一良好底好奇心。作了一個有趣味的答復，連彙很容易引起其他問題，於是正注意的兒童，可以不費力學到許多非尋常在課堂的座位上所學到的事，學的更好。經過明智底謹慎底一番選

擇，人應當與之以良好底閱書趣味，這應當有教育價值，同時又引人入勝。不要怕有什麼喚醒了和滿足了他的想像力的；是由想像，乃發展心思的創造官能，是由想像，研究乃化為生動活潑，而心思體乃發育於快樂中。

爲了增加心思的粘柔性和周徧性，不但宜注意所研究的題材之多數量和種類，一樣得注意同一題材的多方處理法，以便在一實際方式下使兒童知道，有許多辦法以對付同一智識問題，以研究牠，解決牠。這便解除了腦經的一切頑固，同時使思想豐富，更加柔軟，有備於作一種綜合，更複雜而且更周徧的。這樣，亦漸當啓發他一種意識，意識到心思知識之極端相對性，於是一點一點，漸在他內中激發一種企慕，企慕知識之一更真實底淵源。

誠然，隨所學之進步及年齡之增長，兒童的心思成熟了，漸漸遂堪任普通理念了；於是隨此俱來，常起一種需要，需要確實性，需要夠穩定底一種知識，作爲心思構造之基礎；於是凡是散漫，紛歧，常相衝突的意念，聚集於腦海中的，可在這

基礎上組合，而且有秩序地安布了。事實上這安排是非常需要的，人倘若要避免其思想之混亂。一切衝突矛盾可化為相輔相成，可是為此必得發現一更高底理念，有權能將其和諧地結合的。常是很好的，從各個可能底觀點，去參會一切問題，庶幾不至於偏頗，不至於狹隘；可是若要思想活潑而能創造，則在每一情況下，牠應當是所取的一切觀點之自然底合邏輯底綜合。若使人願將其全部思想化為一有動能且能建造的力量，則當大加謹慎於選擇其心思綜合之中樞理念，因為這綜合的價值全依乎此；這中樞理念愈高，愈廣，愈周備上下，超越時空，則種種理念，思想，思緒，為其所能組織且和諧化者，也愈多，愈大，愈複雜了。

自然明白的，這種組織工作，不能一番便作好而無遺。心思體，為了保持其精力與青春，應常常前進，在新知識的光明中修改其概念，擴大其結構，以容納新意念，常常將思想重加分類，重新組織，庶使一一得其真實地位，由於彼此關聯，以致全體居為和諧而且有序。

凡以上所說者，皆關係於思惟心，即學識心。可是學識不過是心思活動的一面；另有至少是同樣重要者，乃建造機能，是形成因此亦是準備行為的能耐。心思活動的這很重要底一部分，很少曾作為一特殊研究或一特殊訓練的對象。唯一班人，為了某種緣故要對其心思活動施以嚴格管制者，想到要觀察且訓練他們的「形成機能」(faculté formatrice)；縱使這樣，一旦他們試行為此，則遭遇了那麼大底困難，好似幾於無由超越了。

雖然，管制心思的這形成活動，乃自我教育的最重要方面之一；而且可以說，倘若沒有這，任何心思主宰皆不可能。從研究方面說，凡為理念皆可接受，皆當採納為大綜合之一部分，而這綜合，其功能且愈變愈豐富愈複雜了。可是從行為方面看，則正相反。理念之被採納而發為行事者，應當嚴加管制，而唯有那些與中樞理念的普通傾向相合，即成為心思綜合的基礎者之傾向相合者，方可授之以權柄自加移入行為。這意思便是：凡一思想透入心思知覺，應當置之於中樞理念之前，若是

在已區分部別的思想中得到一邏輯上的位置，則當許其參加此綜合之事；否則必將其拒斥，使其不致對行爲發生任何影響。這種心思純淨化的工作，應當非常有規程地作去，使人得於自己的行爲能全部管制。

爲了這事，最好每日分出一點點時間，自在而且沈靜，則觀省自己的思想，納條理於綜合。一旦養成了這習慣，則在行爲中，在工作中，人能保持其思想管制，而且除了有用於所行之事的思想外，其餘的皆不使現到表面。尤其是倘已繼續培養了集中和注意的能力，則人在外表活動知覺性中，可不讓任何思想通過，除了他正所需要的，而這些已得通過的思想，乃化爲更有動力更有效能了。而且，設若在心思集中的最深密之際，則必至於要全然不復思想，一切心思震動皆可停止，人可得到一幾乎是純全底寂默。是在這寂默中，一點一點啓對高等心思境界，人可學到記錄下由此而來的靈感。

可是甚至在達到這境界以前，寂默本身便是一無上有益之事。因爲在大多數

人，有了相當發展而且活潑的心思，他們的心思便永不會休息。在白天，其活動受了某種管制；可是在夜裏，當身體入睡之後，醒時境界的一切管制幾乎全般解除不了，心思乃放縱於其活動中，時而過度，亦常無聯繫。這便造成了一大緊張，終之以疲勞及智識機能之損減。

這事實是，正如人這有體的其餘諸部分一樣，心思也需要休息，而心思得不到休息，除非我們知道如何將這給牠。休息心思，是一種技巧，可以做到的事。改變心思活動，也誠然是自加休養之一法，但最大底休息仍在於寂默。在凡屬心思機能，幾分鐘度過於寂默的安寧中，乃一種休息，較若干小時的睡眠更勝。

若使人已學到可如意而靜止其心思，且集中之於一能接受底寂默里，則沒有人所能解決的問題了，沒有什麼心思困難找不到解決法。在激動中，心思乃紛亂且無能力；在一專注底寧靜中，光明乃能自加顯示，且對人的能爲開闢新底地平線。

## 性靈教育與精神教育

(L'éducation Psychique et L'éducation Spirituelle)

直到現在，所討論的，無非教育之可施於凡生在世上的兒童者，無非從事於純粹人類機能者。可是不一定便止於此。凡屬人類，有一高等知覺的可能性，深藏內中，這超越了他的實際生命的結構，使他能參加一種更高更廣底生活。事實上，在出類拔萃底人們，是這知覺性統治了他們生命，組織成他們的生活環境，同時也組成了他們對此環境的獨特反應。凡人的心思知覺所不知所不能者，是這知覺性知之而且能之。牠像一種光明，在人的本體的中心明麗，照透外在知覺性的厚殼。有些人有種隱約底感覺，覺得牠存在；有許多兒童則隸屬其勢力之下，有時非常分明表

現於其自發底動作中，甚至言語中。不幸爲父母者，時常不知道這是什麼，不懂到這在他們的兒童是怎麼一會事，他們對於這些現相的反應不是愉快的，而他們的全部教育，在於儘可能使兒童在此境界中無知覺，以集中其一切注意於外在事物，於是而養成了習慣，以爲唯此等外在事物乃最關重要。是真的，集中注意於外在事物是非常有用的，只要是出之以正當方式。凡此三種教育，身體的，情命的，心思的，皆從事於此；人可於此下定義曰：這是建立人格的工具，從無定形和下知覺底聚集中使個人升起，使之成爲一有界義且自覺知的整元體。及至性靈教育，我們乃達到了生存之真動機的問題，生命在世間存在之理，人生終必導至的發現，和這發現的結果：個人之奉獻於他的永恆原則。在很尋常底方式下，人以這種發現，聯繫於一種祕情緒，及一種宗教生活；因爲大凡是宗教乃從事於人生的這一方面。可是也不一定必然這樣；若是人以「真理」的較屬哲學的意念，代替「上帝」這神祕意念，則所發現者大要仍是一樣，而達到牠之途徑，雖最急進之實驗論者也可遵循

的。因爲給準備一種性靈生活，凡屬心思的理念，意見等，論重要性皆甚屬次等了。關重要的，乃生活了那經驗；牠在本身上具備了牠的真實性和牠的力量，而不依於任何理論，或先之或後之或與之并駕齊驅的。因爲最尋常所謂理論者，無非人所給與自己的一點解釋，以便多少有點知識的幻覺。一隨人出生的環境和所受的教育，他以各種名詞加於其理想，或所要達到的絕對者。那經驗，倘若至誠，大致總是一樣；唯其得以形成結構於其間的名句文身乃有不同，一隨有那經驗的人之信仰與心思教育而異。一切形成結構只是一個近似，這應當進步且愈加精確，一依于其經驗本身之愈加精確與明定。雖然這樣，若劃出性靈教育的一大輪廓，便當有一理念，無論這理念怎樣是相對底，當知所謂性靈體是什麼。例如，可以說，個體之創造，乃潛在於一切顯示之「無上淵源」中的無數可能性之一，投射於空間時間里的結果，這，經過獨一底偏是底知覺性，乃自加具體化於個體之律則或真理中，於是由一進步底發展，乃成爲其心靈或性靈體。

我鄭重說這一點，即凡在此所簡說者，不僭為全般表白了真實性，且亦未究盡此問題，——遠非如此。這只是一非常簡括底說明，在此作實際之用，作為這種教育的基本，我們今茲所欲討論的。

是經過這性靈當體，個人本體的真理，乃得與他和他的生存之環境相接觸。在一般底情況下，這性靈當體，活動於隱障之後，可說未為人所識，昧然如忘；可是在有些人中，牠是可見可知，作用亦復可識，而這些人中更有其人，雖極少數，那當體竟可觸知，作用竟甚有效能。這班人在其人生上前進，有了其所特有的擔保和確信：他們是他們的命運之主人。是在這種目的下，要得到這種自主，要覺知這性靈當體，這性靈教育乃有可行。但是為了這事，有一特殊因素是在所必需的，此即個人意志。因為，直到如今，性靈體之發現，及自證與之同體為一，這種事尚不屬於公認的教育題材。在有些特殊底撰述中，可以找到實行的有用底指示；而在某些特殊情形下，人可有幸運得到能指示正路的人，且扶助他上道；可是最尋常的，

這種嘗試得由私人去發端；若有所發現，亦屬個人之事。於是一偉大底決定，一堅強底意志，一不屈不撓底毅力，為達到此目的皆不可少。可以說，每人應當劃出他自己的路，以通過他的困難。目標是大致是知道了的，因為很多達到了的人，多少已說到相當清楚。但是這發現的最大價值，乃在其自發性，在其原始性，而牠超出尋常心思律則以外。這是為什麼很常時有人願從事於此冒險事業者，必先往尋求已成功於此道的人，能夠支持他且指示他的路徑的人。雖然，亦有孤獨底遠征者，對他們則這些普通底指不可能有用處。

出發點，便是在自己尋求那離乎軀體及其生活環境而獨立者，不生於人所稟受的心思形成，人所說的語言，人所生活其間之環境的習慣風俗，所出生的國土，所隸屬的時代者。應當在自己的本體的內中深處，尋出那本身具備了宇宙性的意識，無限擴充的意識，無間持續的意識者。然後人乃自加離心化，展開自己，擴大自己，開始生活於一切事物一切有體中；而分隔一一個人的障壁，乃墮壞無遺；人在

他們的思想中思想，在他們的情緒中感受，在他們的意識中震動，在一切的生活中生活；於是乎似是冥頑者也頓然充滿了靈感；石頭醒活了；植物感覺了，願望而痛苦了；動物多在說一種有些暗默底語言，但是清晰而有表現；凡物皆以一奇妙底知覺性而生動了，這知覺性是沒有時間也沒有邊際的。這不過是性靈證悟之一方面。還有其他，許許多其他方面。凡此，皆致力於使你出離你的自私之障礙，你的外在人格之圍牆，你的反應之無能，與你的意志之無力。

可是，如我已說過，要達到那里，路是長而困難的，布上了許多陷阱和待解決的問題，這要求一種經得起一切試探的決志。這甚似拓荒者的前進，經過未嘗開闢的森林，尋求一未知之境，一偉大發現。性靈體也是一偉大發現，要作成則如同發現新大陸一樣，要求同樣底堅忍和勇往。下了決心去作這事的人，這幾點簡單底勸告或者有用，其說如次：

第一點，也許是最重要底一點，便是：心思不足以批判精神事物。凡撰述有關

於這問題的人，皆這樣說過，可是很少人這樣實行；而在這路上前進，便絕對不能不泯除一切意見和一切心思反應。

去掉對於安樂，滿足，享受，或愉快的一切個人的尋求；你唯應是一團火似的求進步，而取凡來加於你者作為進步之助，當下作成所應有的進步。

凡你之作爲，皆當有繫於其中；可是你的行為的動機，永遠不當是爲了快樂。永不要激動，興奮，或起神經性。面對任何環境皆保持完全鎮靜。可是得時時警覺，以求到你仍所當作的進步，而隨即作之不荒廢時光。

永不以爲表面底物理事態，即此事實本身。凡此多是很拙劣底嘗試，以表現異於真事者，常出了我們的膚淺了解範圍的。

永不怨懟他人的行爲，除非你有那能力，足以改變在他的性格中使其如此行爲者；而倘若你已有那能力，便可徑作此改變而不必怨懟。

無論你作什麼，永不要忘記你所樹立於自己前面的目標。在這一大發現的企圖

上，無所謂大事小事；一切皆同等重要，皆能促其成功，或使之緩緩。

如是，——如臨食前，費幾秒鐘集中思念於這種企想里：你所當吸收的這食品，將給與你身體以必要底原質，使其作為一堅實底基本，趨向那偉大發現的一番努力之基本，且在這努力中，給與以堅持與忍耐的能力。

如臨睡前，費幾秒鐘集中思念於這種企想里：這睡眠可恢復你的神經的疲勞，給與你的腦經以安寧靜定，庶幾既得安眠之後，能以增新了的氣力，重進向此偉大發現之程。

如臨作事以前，集中思念於此志願里：即你的行為，將有助於你之進向此偉大發現，無論如何必不至於有損。

如你將有所言，在語言出口以前，集中思念須臾，恰好管制了你的言語，於是僅說出所絕對當說者，且恰是不足以妨礙你在此趨於偉大發現之程途上的進步者。

簡言之，永遠不要忘記你的生存的理由和目標。使那偉大發現的意志，常在你

上面颶起，高出你之所作，及你之爲你者，像一隻光明的大鳥，監臨你的全體的一切舉動。

在你的極而不舍的努力後，內中一張門將頓然開啟，你將入乎輝煌底光榮中，這將給你以永生性的確實保證，具體經驗，即你已常是生活且將永是生活了；唯有外在底形軀可變滅，而這與你在真性中爲你者之關係，正如衣裳，敝則棄矣。然後你能確立不移，解脫了一切繫縛，不復是在自然所加於你的環境之重壓下艱難前進了，如你所負載所遭受者，倘若你不願被此所壓迫，你可正直且安穩前進，覺知了你的命運，自爲你的生命之主。

雖然，隸於肉體的一切奴役解放了，一切個人底執着解除了，猶非至上成就。在登峯造極之前，更有其他當取的步驟；而且即是這些本身，能夠且應當踵之以其他的步武，所以啓闢將來之門者。後下的這些步武，乃我所稱爲精神教育的主題。

但是，在登上這新階級，詳細處理這問題以前，有一個解釋是必要的。爲什麼

要作此分別呢？——一爲性靈教育，我們已經討論過的；一又是精神教育，我們現在正要討論的？因爲通常此二者總是混爲一談，概括之以球面底名詞曰「瑜伽訓練」，而其所趨向的目標則非常不同：一爲在世間的超上證會；另一爲脫離一切世間顯示，甚至脫出全宇宙，歸於非顯了者。

人可說性靈生命，便是永生，是無盡底時間，無限底空間，永遠前進的轉變，無間斷的持續，在此形相宇宙內。可是精神知覺性，便是生受此無極性與永恆性，是自投出一切創造之外，空間與時間以外。爲了知覺到他的性靈體，過一種性靈生活，在自己便當除去自私。可是真要過精神生活，人不更當有我。

更在此，在精神教育中，人所樹立於前面的目標，在心思的形成里，擅有各種名稱，一隨所以造成其人之環境，其所遵循之道路，及其氣性之偏向而定。有宗教傾向的人們，將稱之曰「上帝」，其精神底修爲，志在與此超上底「上帝」同體爲一，超出一切相的，與內在底「上帝」相對，即寓居於一切相中者。他人或稱之爲

「太極」，或「至上元始」，他人或稱之爲「涅槃」，他人或稱之爲唯一「實性」，則視此世界如非實之幻有；他人或稱之爲唯一「真性」，則視一切顯示皆爲虛妄。在每個這樣底名稱，各有一正確元素，可是沒有一個是完全的，皆僅表現那個「是」的——「彼是者」——之一方面。雖然，在此的心思形成，亦不甚關重要；一旦踏過了中間諸等級，則經驗皆相同。無論在什麼情形下，自我全般皈順，乃最有效能的出發點，最迅速底方法。此外也沒有更完全底悅樂了，除非全般自我皈順於概念中的至尊高者：在有些人這是「上帝」之意念，在有些人這是「至善」之意念。若使皈順出之以熱忱和堅忍，則必有一時分到來，人且出丁念解以外，而達到一種經驗，非語言文字所可形容，可是在其效果上幾丁常是同一。——隨人之皈順愈加完善，愈屬整體，隨之俱起必有同體爲一之企慕，與所皈依之「彼」全般和合；於是這企慕將漸次一點點制服一切紛歧和一切阻力，尤其是，若使在這企慕上又增加了緊密底自發底敬愛之忱，則沒有什麼能阻擋其必勝底進取了。

這種同體爲一，與和性靈之同體爲一，有一真本殊異處。後者可能愈加堅定，在有些情形下可能永久，永不離開已曾證會者，不論其外在行動爲如何。這便是說，不僅是在靜慮及集中思念時則得之，而是生活上無時不感到其效用，在睡時亦如在醒時。

反之，解脫一切相而與超一切相者同體爲一，不能在一絕對方式下持久，因爲這將自動地引起物質形相之解體。有些傳說，謂這種銷解必然發生，在全般證會此同體爲一後之二十日內。可是也不必定便是如此；而且，縱使這經驗不過屬於須臾，而其在知覺性上所產生的結果永不磨滅，在本體之一切內中和外在境界上有其反應。進者，一旦此同體爲一已得，亦可隨意而使重興，只要人知道重新自處於同一情況下。

這麼汨沒於無相中，乃欲逃出生存的人們所尋求的無上解脫，生存對他們已沒有誘惑力了。他們之不滿意於這世界如其實際這樣，亦不足爲奇。可是一種解脫，

讓世界便這樣下去，而了不生影響於他人所患苦的人生這種情形，却不能使另外一班人滿足了，他們不願享受一種唯有他們能得的福樂，而夢想一個世界，更值得有那隱藏於其表面混亂和一般憂患之下的光榮。他們夢想旁人也獲益於其內中探險所發現的新奇之事。這麼作，他們有方法便在其近邊，今茲他們上升也至於極頂了。

從有相之邊際的彼面，可以喚起一新力量，一至今尚未顯示過的知覺性之權能，由其出現，將能改變事物的過程，創生一新世界。因爲痛苦，無明，死亡的問題之真解決，不是一種個人的遁離，自消滅於非顯了者中而脫出世間諸苦；也不是一成問題的集體的遁離，以創造之全般且終竟歸於創造主，而脫出宇宙苦厄，如是以消滅了宇宙而醫治了宇宙；而是一轉化，物質的一全般底變形，是「自然」在其趨於完善之進步內上升進化之邏輯順序所得而致的；是一種新典型之創造，其將與人類之關係，正如人類和動物之關係一樣，這且將在世間顯示出一種新力量，一種新知覺，一種新權能。於是且將開始一種新教育，可稱之曰超心思底教育；這將以

其全能作用，不但活動於個體之知覺性上，亦且在其所從而成作的本質上，在其生活其中的環境上。

至今我們所說起的教育，由下而上達，經過有體各部分之一上升運動。與此相對者，這超心思底教育，將從上而下垂，其勢力貫徹有體的一一諸境，而終至於物理體。這最終底轉化將在可見的方式下有成，必在有體的內中諸境界皆已大加轉化之後。然則以物理諸現相而試衡量超心思的當體，乃全然不合理了。因為物理體將是最後轉變者，而超心思之力，可久已發動工作於個人內中，在其軀體生命上尚了無可見者。

總言之，可說超心思底教育，不但將結果出人類本性的一種進步的形成，與其潛在機能的一番增上的發展，且將結果出本性自身的一種轉化，有體全般的一種變形，類型之一番新底上臻，超出人類以上，以外，而趨向於超人，終至在世間有一神聖底人種出現。

## 四修持與四解脫論

(Les Quatre Austérités et les Quatre Libérations)

—

爲了追從那引向超心思之實現的全般教育，四種修持乃所必有，亦必有四種解脫。

尋常，人以苦行與修持相混，而且凡說起修持，便使人想起修士的訓練。修士爲了避免一番艱鉅事業，即將身體的情欲的心思的生命精神化，便宣言這生命是無可轉化的。於是不容情地將其遠加拒斥，如一贅累無用之物，以之爲對一切精神進一步的桎梏，拘束，無論如何是不可修改的，是一個重擔，多多少少得高興負擔了，

直到自然或「神恩」，以死亡將這解除。至多，世間生活是一進步之場，當儘可能善加利用，以便及早達到那種圓滿程度，使試鍊化為無用因此也完結了。

在我們，這問題却完全不同了。世間的生活，既不是一過程，也不是一手段；牠由於轉化，應該是一實現，是一目標。當我們說起修持，這不是由於對身體的蔑視，為了我們要蛻除此身體，而是由於有加以管制和主宰的必要。因為有一種修持，較之修士的一切修為更加廣大，更加完全，而且更加艱難的：這便是於全般轉化為必須有的修持，是四方面的修持，造就個人，使得顯現超心思底真理。例如，人可以說，體育要求身體之完善化，有幾種修持是同樣的嚴格。但我們到時再討論這點。

在我說起四種必要的修持以前，有一問題必須分辨清楚，這在許多人的心目里，正是許多誤解和混亂之源；即誤以精神之修持為事實之苦行。那些方法，有在於虐待身體，如那班人所云，所以由之而解放精神；事實上則皆是精神訓練之一情

緒上底變態；是一種對於痛苦的顛倒底需要，驅使修行人自加殘刻。苦行頭陀之用「釘板」坐臥，基督教古修士之受鞭撻與着喪服，皆是一種虐待狂的結果，多少隱蔽了的，未經公認，也未可公認的。那是一種不健康底求道法，或者是於強烈情緒的一下心知底需求。如實，這些事皆與全般精神生活，相隔非常遙遠。因為凡此皆屬醜陋而且卑下，黑暗而且不健康；而精神生活，是剛與此相反，是一光明的，平衡的，美麗的，快樂的生活。凡此皆是所發明所表彰的加於身體的心思虐待和情命虐待。可是虐待，就算是待遇自己的身體，仍不失其為暴虐的。而一切暴虐，皆是一大無知覺之表徵。無知覺底天性，便需要非常強烈底感受，因為沒有這，他們便不感覺什麼。暴虐行為，是虐待狂的形式之一，引起非常強烈底感受。這類苦行上所公認的理由，便是消滅一切感覺，使身體不復為人奔向精神之阻礙；這麼一種方法的效用當然使人懷疑。這是一種周知的事實，為要迅速前進，人不當畏懼困難；反之，往往是願選困難事做，乃增加了他的意志力，加強了他的神經力。誠然，過

着有量度有平衡的生活，在心靈的平等性中和嚴肅性中，是比較困難的，比妄用苦行及其結果之銷滅，去戰勝快樂之誤用及其所招致之黑暗，是遠過困難的。在平靜與簡朴中得到一和諧底進步底身體發育，遠較難於加以虐待到幾乎不存在的程度。矜誇為能離欲。避免或超過且戰勝疾病，由於內在與外在的和諧，純潔，平衡，遠較難於蔑視疾病，置之不理，聽其自由從事毀滅。而一切之最困難者，無過於恆常保持其知覺性於其能耐之極頂，永不使其身體受一低等衝動影響而行為。

是在這種目標下，我們乃採取四種修持，其結果將有四種解脫。這些修持實際方法，乃成為四種「多波西雅」(Tagesse)或訓練，可分述之如次：

#### 一：愛的「多波西雅」。

#### 二：知的「多波西雅」。

#### 三：力的「多波西雅」。

#### 四：美的「多波西雅」。

這種等級，可以說是由上而下的；但在義度上不當以爲這些名詞有何優劣之分，也沒有難易之別，也不是依這次序乃能夠或必定加以實行。前後，重輕，難易，皆因人而異，不能制定什麼絕對規律。各人當尋出且組成他自己的系統，一按其個人的能耐和需要為準。

在此，不過作出一全般觀照，表出一理想底程序，也儘可能完善的。然則每人將自去加以實行，依他之所能及，且在所最善能的方式上。

美的「多波西雅」或訓練，將引導我們經過身體生活之修持，而至於行動中之自由。其基本方案是建立一軀體，形貌美麗，姿態和諧，運動為柔軟活潑，行事得力，有機底動能和健康上皆能抵抗。

要達到這種結果，利用習慣以爲組成物質生活之佐助，在一般方式上是好的，因為身體在一有恆常軌則的機構中，較易施展其功能。可是人應當知道，不作自己

的習慣之奴隸，無論其多麼良好。當保持最大底粘柔性，以便凡有必要的話，隨時能改變自己的習慣。

人應當在柔軟堅強底肌肉里，建成鋼鐵似的神經，以致倘有必要之時，便能忍受一切。可是同時應當大加留意，僅要求身體作其嚴格為必需的努力，適足以促成其發育與進步的能力消耗，而嚴厲禁制凡足以生起衰憊的疲勞，終至於物質的退化和解體者。

體育訓練，意在於建立一軀體，足以作為一高等知覺性的適宜底工具者，要求異常嚴格底習慣。凡睡眠，飲食，體操，及一切活動，皆當大有常軌。由精明研究出自己身體的特殊需要，因為這因人而異，便當訂立一普通規程。一旦此規程既立，便當毅然履行，了無幻想，亦無懈怠，毫不小小犯規，以為對自己允許「不過一次」，實則常是一次又一次的；因為每當人向引誘退讓雖「不過一次」，人便減少了意志的抵抗力，開啟了一切失敗之門。凡有弱點，皆當除盡：絕不當有長夜縱

懶，歸時則全然疲憊了；絕不當作大宴享和恣食，擾害了腸胃的正常機能；絕不當有放逸，娛樂，荒嬉，耗散了能力，而使你在每日正常工作上無精打采。應當依服一種明智且有常規的生活之修持，全部生理上的注意，皆集中於建立一身體，儘可能近於完善了。為了臻至於這理想底目標，人當嚴格避免一切過度行為，一切罪惡或大或小；當禁用慢性毒品，如烟，酒等，這類嗜好養成，慣於作為必需品了，皆是一點一點銷磨意志力和記憶力的。如此引人的興趣，幾乎人類全體以至最高智識者皆然，在於食物，其烹調及其消受，當代之以幾乎是化學的知識，知身體之所需，及滿足其所需全然科學的修持法。在這食物上的修持，還得加上一種，即睡眠上的；這不是說人當銷除睡眠，而是要知道如何睡眠。睡眠不當墮入毫無知覺，未嘗恢復疲勞，反而增加肢體的沈重了。飲食得中，摒除一切過度，便大大減少了要花費在睡眠上的時間；而睡眠之質，尤重於睡眠之量。為使睡眠得到真有效益的安息和休養，普通最好是在入睡以前畧進飲食，例如一杯牛乳，或菜湯，或葉汁；輕

淡底食物使睡眠安舒；總歸是要摒除任何大量膳食，因為如是則使睡眠不得安靜，爲夢魘所擾，或則昏沈，纏重，冥頑。但一切之最重要者，是使神志清明，平靜一切情緒，鎮定欲望之騰起，及隨之而起的種種急切要務。若在入睡以前，已講了許多話，或作過很興奮的談話，或看過一本很動人或極有興味的書，便當休息一會，然後從容入睡。使心思活動安定下來，而腦經不致隨順不規則底亂動，惟獨肢體睡了。若習靜坐的人，最好費幾分鐘集中心意於某一高尚而且使人寧靜的理念，在對一更高廣底知覺性的企想中。由是睡眠大爲得益了，大大減去了睡眠時墮入無知覺的危險。

純在一和平安靜底睡眠中休息而度過夜間的修持，便轉到一個白晝的修持了，這是用了智慧組織成的，其活動則分配於聰明等分的使人進步的運動上，於身體鍛鍊爲必需者，和正常工作上，無論其爲什麼性質。因爲此二者能夠且應當作爲身體訓練之一部分。至若關於運動，每人可選擇最適合於他的體格的，而且，倘若可

能，便聽這一科的專家指導，知道如何組合且等分運動以發生最大底功效的。於其選擇或實施，不當有任何幻想；不作這項或那項，徒然因爲某項似乎比較容易或比較有趣味；不當改變規程，直到指導員評定有改變的必要。每個身體，爲了要臻於完善，或僅只加改善，便是一當解決的問題，而解決便需要最大底耐性，毅力，恆心。無論常人多怎樣想，體育家的生活不是一娛樂或消遣的生活，反之，努力有其規程，習慣原自嚴格，這種生活，絕不容許無益有害底妄想，然後能得到人所願得的效果。

在工作中，也有一種修持；這在於無有偏好，而於一切所作，皆有興趣作之。在凡欲自加完善化的人，無所謂大事小事，輕事重事；在凡企慕爲自我主宰且欲進步的人，一切工作皆同等有用。尋常說唯人有興趣去作的事，乃作的最好；這話是眞的。可是更眞的，是人可學到在凡其所作的事上皆感到興趣，即算看去像最無足輕重的工作。這種成就之祕密，在於對完善的希求。無論人的職分或事業爲何，皆

當以一種求進步的志願爲之；無論所取而作者爲何事，不但盡其所能要作的好，而且在一種向完善的恆常努力中，要作的愈佳愈好。這麼一切事皆變成有興趣了，從最屬物質方面的勞動，以至於極屬藝術極屬智識方面的事，皆無例外。進步的境地無限，人可在最微小底事上致力。

這自然引我們至於行爲之解脫了；因爲人應當在自己的行爲上，解除一切社會習俗，道德成見，可是這不是爲了過一種放恣而無規律的生活呀！完全相反的，人所遵守的規律，當遠較一切社會規律爲嚴格，牠絕不容忍幾微底假冒爲善，牠要求完滿底誠心。一切體育活動，皆當如是組成，意在增長身體的平衡，力量，健美，在這種目標下，人當摒除一切快樂的追求，性欲的快樂也在內。因爲每一性欲之事，便是走近死亡一步。這是爲什麼從最古時代起，在凡屬最神聖最祕密底宗派中，在企慕永生者這是大禁戒。性欲事後，常是隨之以或長或短底無知覺期，這便開門容納一切外來勢力，且使知覺性下墮。誠然，倘若人準備向超心思底生活，便是必然的。

永不當容許其知覺性墮於放逸，無知，以娛樂爲託詞，或甚至說爲了休息或使緊張弛緩。弛緩應發舒於光明和力量里，不應在黑暗和衰弱中。對於一切企想進步的人，貞潔是其規律。尤其是於準備超心思的顯示的人，這種貞行應當代之以全般底制欲，這不由於誘引和壓抑，而是由內中底鍾冶而成；尋常耗之於生殖的能力，由此而化爲進步與全般轉化之能力。很顯明的，若要此結果圓滿且真實有益，一切性欲衝動和想念皆當泯除，從心思和情命知覺性上，亦如從生理念頭上除去。是由內而外，凡一切激烈且經久底轉化皆如是而成，外表底轉化乃其正常底後果，亦可說是必然的。

有一決定性底選擇當作，將自己的軀體假借與「自然」，服從「自然」的目的，使種族像牠現在這樣，綿延下去；或則將此同一軀體，作爲創造新人類的一階梯。因爲這二者不能同時並作，所以隨時當作決定，是願留居於昨日的人類中呢，或願屬於明日的超人類中？

像如今這樣的生活，必須拒絕爲其所型鑄，且在其中成功，倘若人準備將來那樣的生活，作爲其活潑且有效能的一員。

快樂是必加謝絕的，倘若人願意啓對本體的悅樂於其全般底美與和諧中。

這很自然地引導我們到情命底修持了，即感覺上的修爲，權能的訓練；因爲情命體誠是權能的基地，實踐底熱忱之所居。是在情命體中，思想乃化爲意志，化作行爲之一種動能。亦復是真的，情命體乃欲望與熱情之根據地，屬於強烈底衝動，也屬於同樣強烈底反動，屬於叛變，也屬於消沈。尋常底辦法是扼塞此情命體，剝奪其一切感覺因使之衰亡；誠然，牠主要的是由感覺滋養着，沒有了這些，牠便沈眠，委頓，終至索然氣盡了。

如實說，情命體有三個資生之淵源。最易接近牠的是由下上來，經過感覺而達到牠的物質能力。

第二個是在牠的本界，只要牠是夠廣大且能接納，與宇宙諸情命力相周旋。

第三；牠啓對之，尋常只在對進步有偉大企慕時；這自上而來，由參雜且吸收精神底力量和靈感。

人們當是多少於此另加一淵源，那同時便是其大多苦惱和不幸之由來。那即是與其伴侶交換情命力，普通分爲對偶，極尋常誤以此爲愛，這不過兩種力量之相吸引，有其交換之愉快的。

如是，若我們不願抹煞我們的情命體，則不當摒棄感覺，不當減少其數量和緊張度，不當泯除牠們，而當以明智與卓識而利用之。感覺是知識和教育的一最好工具；爲了使其有用於此，便不當自私自利去運用牠，在享樂的目的下，在自我滿足與快樂的一種盲目愚昧底尋求中。

識感應當能忍受一切，沒有憎惡或不愉快，可是同時諸識應當只加增上地得到而且發展辨識的能力，辨識種種情命震動之性質和前因後果，以便知道其倘有利於和諧，美，與健康，或倘有害於生理體與情命體之平衡和進展。甚焉者，尤當利用

識感爲工具，以接近以研究生理和情命界於其全部複雜性中；這麼，牠們在趨向轉化的一番大努力中，方能占有真實地位。

是將情命體加以啓明，加以佐助，加以淨化，而非使其衰弱，人乃能裨益有體之真實進步。剝奪自己的感覺，正如剝奪自己的食物一樣有害。可是同樣的，如選擇食物，當出之以明智，立意唯在於身體的發育及其良好機能；感覺的選擇及其管制，也應當爲之以非常科學化的謹嚴，立意唯當在於情命體的發育及其完善化，——這有動能的卓越工具，是正如有體之其他諸部一樣關重要的。

是教育這情命體，使其更精深，更敏銳，更微妙，幾乎可說更優雅了，——在這名詞的最佳義度下，——然後乃能調制其粗暴和兇惡，這，尋常皆是頑鈍和愚昧，缺乏高尚趣味的結果。

真的，情命體受了薰陶和啓明，可能正是高貴，有英雄氣概，而且不自私，如聽其自然而然而不加教育，自發地則爲粗鄙，自私，而且顛倒。若使每人知道在自己化

快樂之尋求，爲向超心思底美富之企慕，便已很夠了。爲了這個，若從事於教育情命體已夠深遠，赴之以堅忍與至誠，則必有一時分到來，時則已確信其目標之偉大與善美，情命體乃棄去識感上的微小虛幻底滿足，乃克勝「神聖的悅樂」。

一到是心思的修持問題，這便提示長久底靜慮，歸到思想的管制，而臻極於內中底寂默。瑜伽訓練的這一方面，已甚為大眾所知了，無須在這問題纏縷。可是尚另有一方面，非普通人所甚注意的，便是語言管制了。幾乎除了極少數例外，唯有絕對底沈默，乃對治放肆底多言。可是有一種更大且更有裨益的修持在語言管制中，而非將語言廢掉。

在地球上，人是第一動物，能運用清晰語言之聲的。他於此還非常自負，便運用這種能爲，了無度量，亦無審辨。世界爲其言語之聲耳聾了，有時人幾乎悵念植物界的和諧諍默。

此外這也是一大衆所知的事實：心思能力愈小，則語言需要愈大。正如原始人

民，未受教育的人們，除非說出，便全然不能思想；人可聽到他們喃喃自語，發聲要說什麼，除非在說出之時。這使他們的話冗長可厭。因為當其說出，其思想乃愈明暎，愈精確。這麼，他們不得不多次反覆申言同一事實，以便愈說愈正確。

也有許多人，要豫先準備其所當說的，倘若必要臨時卽席發言，便說不清楚了，因為他們沒有時間，層次地修飾其所要說的話。

終於也有天生的演說家，辯才無礙；他們自發地得到其所要說的一切所必需的名句文身，而且說的很好。

雖然，凡此一切，從心思修持的觀點看，未出乎「多言」的範圍以外。我所謂「多言」，是指凡一切非絕對不可無的語言。然則人將問。如何判斷呢？於此，首

#### 先得以普通方式區分言語的類別。

起初，我們在物理界，有爲了物質理由所說的一切言詞。這占最多數，且在日常生活上很可能最有用處。

言語嘈嘈，似與日常工作相依而不可少。可是，一旦將聲音減到最低度，人可見到許多事在沈默中乃做到更快，更好，而這亦有助於內中底安靜與心念集中。

倘若不是塊然獨處，而與他人共同生活，不妨養成一種習慣，避免以大聲言語說出你的意思，則可見到一點一點地建起了你和旁人內中的了解，以致你能將言語減到最少限度而與他人相接，或竟至全無語言。這種外在底寧靜，甚有益於內中的寂默，而兼之以好底意志與恆常底企慕，你能創造一和諧底氛圍，極有利於進步。

在共同生活中，除了關於生活及物質事務的話以外，還得加上表示感覺，意緒，感情的話。是在這裏，外在底沈默習慣，乃成爲寶貴佐助。因為倘若人爲感覺或意緒的一波浪所襲，這慣常底沈默乃使人有時間反省，而且，倘若必須，在你將

此等感覺或意緒發爲言語以前，將其制止了。多少口角能如是而避免了呀！多少次可免於心理上的損害，常常無非由語言不慎而引起的呀！

即使不至於這極端，人也應該常常管制其所說的話，不使口舌因忿怒，暴行，或脾氣一動而起；不徒然是口舌之爭的結果很壞，而是使口舌投射壞底震動於雲團中，因爲沒有比聲浪的震動更易傳染的，而且若給此等運動以機會自加表現出來，則使之在自己在旁人皆繼續下去了。

應當將凡說及他人者，皆歸於最不宜有的多言之一類。

除非你對他人有責任，作其保傅，教師，或作一部之主任，凡他人所作的或所不作的皆與你毫無關係，你當避免說起他們，發表你對他們及他們所作的事的意見，或覆述他人對此的意見及言說。

可能是由於你的職務性質本身，是你的責任所在，當報告一個部門，一種事業，一共同底工作中所進行者。但這樣則報告當限於唯有關於此工作者，不當觸及

私事。而且在一絕對方式上，那應該全然客觀。不當容許任何個人底反應，任何偏好，任何同情或憎惡參與其間。尤其是，永不要在規定給你的工作中，參雜個人的小怨憤。

在一切情形和普通方式下，愈少說及他人則愈好，雖稱讚亦然。人已有一切困難以明確知道在自己一身的事了，如何能確實知道在他人所發生的事呢？是故當全然避免說起關於他人確定底斷言，倘非惡意亦只是愚蠢者。

當思想以語言而表，其聲浪之震動有一大權能，使最屬物質底事物與此思想相接觸，如是而給予以一種具體底效能底真實性。這是爲什麼永不當說壞他人和他事，不當以高聲之語，說起那在世間遠礙神聖實踐的進步之事。這是一普通絕對律。可是這也有一例外。任何批評皆不當下，除非人同時有那種知覺底權能和活潑底意志，能消釋所批評的運動或事物，或將其轉化。這種知覺底權能與活動底意志，事實上有其能耐，將反動的可能性滲入物質，拒絕壞震動；終且將這惡性震動

修改到不復能自加表現於物質界了。

作這種事而無危險亦無害處，唯有居於玄祕之域的人能之，在他的心思機能中，具有精神的光明和真理的能力。這種人，「神明」的工友，已解脫了一切偏好和一切執着了；他在自己已破除了私我之界限，無非是超心思在世間行事之工具，完全純潔且無個人性了。

亦復有許多語言，說出是表白理念，意見，觀想和研究的結果的。於此我們已在智識境界了。在這境界里，我們可想像人們皆比較理性化，比較有籌度，而實行一種嚴格修持，則不怎樣必要了。可是全不是那會事。因為雖在這裡，這理念與知識所居之地，人亦介入了其成見的強烈性，其宗派之不容忍性，其偏好之熱情。於是雖在此中，亦復需要作心思底修持，謹慎避免交換理念，常至於劇苦底衝突且幾乎必無結果的；避免意見之對立，往往終之以激烈底討論甚至諍辯的。凡此皆出於精神的狹隘，可是也很容易救治，只要人在思想境界里自己昇起夠高了。

誠然，宗派歧見是不可能的，倘若人知道凡所形成的思想，皆無不是一種說法，要表達那脫離一切言說者。每個理念皆包含了一點真理或真理的一方面。但是沒有任何理念在本身是絕對真實的。

這種事物的相對性的意識，是很有力底一種幫助，以保持自己的平衡，且在其談話中保留一雍容底籌度。我會聽到一年老玄祕論者說，他是有相當底智慧的：「沒有什麼事物真本是壞的；只有不在其正當位置中的事物而已。將每一事物置於其正當地位，你便可得一和諧底世界了。」

可是，從行事的觀點看，一個理念的價值，是依其實行的能力而定。誠然，這種權能，乃隨其所施為的個人而異。某一理念，於某個人有很大底策動能力，於另一人則可全然無功。可是這種權能本身是有傳染性的。某些理念，有轉化此世界之權能。是這些乃當加以表彰；這皆是精神之天宇上的主星，是牠們乃作為嚮導，領導世界趨向無上底實踐。

終者，我們有一切言語，原以說教而施。這一類從幼稚園起，以至大學課程皆是，不忽畧了還有一切創作，屬於人類的藝術和文字，用在消遣或用在教育者。在這境界中，一切皆依仗作品的價值，這問題太大，不能在此討論。這是一種事實，注重教育，已甚為時尚了，已有殊堪嘉尚的努力，利用最新科學發明以為教育之用。可是即算在這事上，企求真理者，自當有一番修持。

在教育程序上，普通這是被容許的，即某種比較輕鬆，比較無謂，比較愉快底作品乃為必需，以減輕努力的緊張，使兒童甚至大人稍得休息。從某觀點看，這是真的；可是不幸，這一容許，便作了一大彙事物的正當理由，而這彙事物無非是人性中一切粗鄙，拙劣，卑下者的發舒；最下劣底本能，最低級底趣味，皆在這一容許中得到發作的正理，且自立為不可少的需要了。雖然，不是這樣的；人可和緩緊張而不至於放恣，人可休息而不至於粗鄙，可以懈弛而不使本性中一切粗濁種子發露到表面。可是從修持的觀點看，這些需要本身便改變了性質；和緩化為內中底寂

默，安息化為靜思，弛散化為幸福了。

這種需要，通常公認的，需要娛樂，努力上的暫舒，多少長時且全然忘却人生的目標，生存之正誼，這種需要不當被認為全屬自然和必不可無之事，而當認為弱點，人順從牠，由於企慕中缺乏了深嚴性，由於意志之不堅定，由於無明，無知覺，無興會。對這類運動不認為正當，你便可見到凡此皆非必須，甚至遇到時，且覺其可憎，不堪容許。於是一大部且不下於為人類的作品，似有消閒休養之助，如實乃趨於卑下者，將失却其支持，而不復為人所鼓勵了。

雖然，人又不當以為所說的話的價值，依仗談話的題材之性質。人可將精神問題像任何問題一樣胡說一通，而這胡說也許是最危險底一種。例如新進學徒，常是很熱心將他所學得的一點點分授旁人。可是一依仗他在正道上愈前進，他當愈加見到自己所知之微小，而且在試欲教示他人以前，當於其所知者的價值異常有把握了，直到有一朝他明白了，計算到若干小時的沈默端念乃為必需，以備說出幾分鐘

的話而有用。此外，一到內心生活與精神事業的問題，則語言之用，尤當守一更嚴厲底禁戒，全然不應當說什麼，除非絕對不可免於一說。

這是一大眾皆知的事實，人永不當說自己的精神經驗，倘若他不要見到在此經驗中所積蓄的力量，用以加速進步的，一時皆耗散了。這規則可許的唯一例外，便是屬之「本師」，倘若在他的經驗的內容和意義上，願意得些解釋和指教。誠然，唯有對自己的「尊師」，方能說與這些事而無危險，因為唯此「尊師」以他的知識，乃能將你的經驗之原素，爲了你的好處，化爲新底攀登之階梯。

是真，爲師者自己也隸屬同此一靜默規則，在關於他個人的事上。在「自然」中，一切皆在動中；凡不前進者必然後退了。老師和他的弟子一樣，也應當進步，雖則他的進步可能不在同一界。在他也一樣，說出他的經驗不是有利的：進步的發動力量含蓄於其經驗中者，大部分在語言中消失了。可是另一方面，向徒衆解釋他的經驗，他強大地幫助了他們的了解，因此亦幫助了他們的進步。損此益彼，是在的經驗，他強大地幫助了他們的了解，因此亦幫助了他們的進步。損此益彼，是在

他的明智里他當知道應爲且能爲到什麼程度。毋庸說，在他的敘述中不當滲入任何浮誇或虛榮語；因爲至微小一點虛榮，便使他不復成爲老師而成爲妾人了。

至若爲弟子者，我將進一言：「無論在什麼情況下，要對本師忠實，無論他是何人；他將引你到你所能達到的那麼遠。設若你有幸運得到「神聖者」爲師，則你的證會當無窮盡了。」

雖然，即使是最「神明」，倘降世爲應身，亦隸屬於同此進步之律。他的顯示之工具，他所自衣蔽的物理生身，應當是在一恆常進步狀態中；而他的個人表現之律則，在某方式上是與世間進步的普通律則相聯的。如是，雖上帝降世爲人，在世間不會完善的，除非直到凡人皆已準備了解且接受完善化。而那將是爲「愛」上帝而作今茲對「他」爲責任者的事之一日。那時進步將是一喜悅，而不是一番努力甚或常是一場鬥爭。或者更精確地說，進步將成於喜悅於有體全部之充分附從，代替了現在這境況：即壓伏私我之抵抗力，需要一番大努力有時甚至是一番大犧牲的。

結論，我將對你們說：倘若你要你的話表白真理而得有「語言」(Verbe)之權能，則莫預先思索你所將要說的，莫決定什麼是好說或不好說，莫籌度你所將說的效果將如何。保守心思之寂默，確定這真實態度而無動搖，即對大全智慧，大全知識，大全知覺的一種恆常企慕。於是，倘你的企慕是至誠，而不是一種遮蓋，掩飾你的奢望於將事作好和成功的，倘其為純潔，自發，而且屬於整體，則你可非常簡單說話，你將說出所應當說的話，不多不少，而你的話將有一種創造能力。

### 一切修持中，這是最困難底；即情緒和感情的修持，愛的修鍊。

誠然，在情緒境界中，也許較在一切其他境界中為甚，使人有一不可避免者無可抵抗者的感覺，覺有一管制了他的晦運，他無從脫出的。愛，（或至少凡人以這字所表稱者），特被視為一暴虐君主，其詭譎是人無由逃避的，一憑其幻想打擊人，強迫人順從他，無論人願不願意。是在愛的名義下極壞底罪惡有人去犯下了，極大底愚蠢事也作下了。

雖然，人們也發明了種種道德律和社會律，希望控制住這愛的力量，將其化為明智，馴柔；可是那些法律，似乎只是為了被破壞而訂立的；而且凡反對其自由活動之禁制，無非增大了牠的爆發能力。因為愛的運動，不是以規律而可約束的。唯

有一更偉大更崇高更真實底愛的權能，乃能約制不受羈束的愛的運動。唯有愛能制愛，將其照明，將其轉化，將其擴充。因爲在此亦復較在他處爲甚，管制不在於壓抑，泯除，而在於一種轉變，一高妙冶金術。這是因爲在宇宙間一切活動着的力量中，愛是最強能最無可抵抗的。沒有了愛，世界乃還墮於無心知的混茫中。

如實，知覺性乃宇宙創造者，可是愛乃其救主。惟有知覺底經驗，能給人瞥見愛是什麼，是爲何，是怎樣。凡將其摹寫入語言文字中，必然是思想底喬裝，這原是超出一切語言詮表的。許多哲人，玄祕者，密學者皆嘗試過，但皆無功。我也不擅稱我能成功於他們失敗之處。可是在他們的筆下發爲那麼抽象和複雜底形式者，我將儘可能以簡單底語言說之。我的話也沒有旁底目的，除了引人到證悟此經驗，而這些話甚至是可領導一兒童的。

愛，在其真元上，是同體爲一的喜悅；其最高表現乃在結合之幸福里。在此二者之間，乃有其宇宙底顯示之多方面。

在這顯示的開端，愛，在其純淨淵源中，組成於兩種運動，即相輔相成的兩極衝動，趨向全部和合。這一方面是無上底吸引力，另一方面是絕對奉獻自我這無可抵抗的需要。在個體中，當其知覺性從其淵源分隔而化爲無知覺時，便造成了一道鴻溝，而架度一橋梁跨越這鴻溝，沒有任何運動比愛更擅能更好的了。

凡已投射於空間者，必當返於其自體，而不損毀如是創成的宇宙。這是爲什麼「愛」迸發了，一無可抵禦的結合的權能。

牠飄翔於黑暗與無知覺性之上，牠自加分布，在不可測的暗夜之胸前碎作微塵；是由此際，乃開始了醒覺和上登，物質的緩緩形成及其無窮底進展。在一迷誤和黑暗形式里，與物理底和情命底自性之一切衝動相聯，如同一切運動一切聚合之推進力者，豈不是愛？這在植物界非常明顯了。在草木中，這便是那需要，需要生長以得到更多陽光，更多空氣，更多空間；在花卉，這便是愛的發華中牠們的美麗與芬芳的給予；在動物中，這豈不是在飢渴之後，在占有，擴充，繁殖之需要以

後，簡言之，在一切知覺着或未知覺的欲望以後麼？而在高等族類中，豈不是在那慈力中廢，母性爲了她的幼小而充分犧牲她自體？這很自然地引我們到人類了，在人類，既有了心思活動的勝利底前進，這種聯繫便達到了最高點，因爲牠在此化爲有知覺有意願了。誠然，一經地球上的進化使此成爲可能了，「自然」便取了這偉大底愛力，用之於其創造工事，聯合之，混合之於其生殖運動。這聯合竟化爲如此密近，如此相親，以致很少常人的知覺足夠明朗化，能分解這兩種運動而分別體驗之。亦如是而愛乃遭逢了貶抑，如是而低下到動物水平上了。

亦是由此際起始，明顯地在「自然」的工作中顯示出了她的意志，要依等級按步驟重新建立起原始底一體，資藉於只加複雜和多數的群分。既運用了愛力使人與人結合，而創造了偶儺，家庭之始；既打破了個人自私的狹隘範圍，而化爲偶儺之自私，遂以兒童之出生而造成一更複雜底單位，即家庭；因時衍進，由於家庭與家庭間底複雜聯繫，個人間之交換及血統之混合，更大底群分於是形成了：種族，部

落，喀士德，階級，終至於諸國皆已造成。這群分的工作同時在世界各處進行，遂凝成於各個種族；一點一點，「自然」甚且將使此諸種族混合，在她的建造一物質底，真實底基礎之努力上，以備人類結合。

對於大多數人的知覺，凡此皆似人生的偶然事會之效果；他們見不到有一整體底計劃在；而接受遭際一如其來，或減或否，各如其性，有些人滿意了，有些人不滿意。

在滿意者中，有一類人物完善地適合乎「自然」的生存之法，便是一班樂觀者。在他們呢，白天是更加光明了，因爲有黑夜在；彩色皆是鮮艷了，因爲有陰影；喜樂是愈加濃厚了，因爲有憂患；痛苦給快樂增加了更大底魅力，疾病乃賦予健康以其一切價值；我甚至還聽到有人說他們樂於有仇敵，因爲這使他們更欣歡於有朋友；無論什麼情形，在這一班人，性欲底活動，乃是一最有興趣之事了；而口腹之饜飮，又是人生美悅之一端，人所不能放棄的，而且人既有生，很正常是必有

死的：這便使旅程告一結束；若使此旅程延續過久，便將成爲可厭了。

簡言之：他們感覺到人生像現在這樣已很可滿意了，無容心於求知其是否有一

理由或一目標；旁人的苦難在他們無動於中，也見不到有何進步的必要。

這班人，你永不要試行「感化」他們，那樣便成爲大錯了。若使不幸他們偶爾聽從你，他們將失去了現實底平衡，又不能找到另外一個。他們不準備過內心底生活，可是皆是「自然」的驕子，與「自然」有極親密底契合，而這種實踐，是不應當給牠無益地擾動的。

在較低度上，且非在如是固着底方式上，世界上不乏其他滿足了的人。他們的滿足是由於那種魔力，包含於愛的行爲中的。每當其打破了私我將他拘禁的狹隘範圍，以自我奉獻而飛翔於自由空間，不論這奉獻是奉與旁人，或與家族，或與國家，或與信仰，他在這自我的遺忘中，預先嘗味到愛的奇妙喜悅，而這給他一印象，他已與「神聖者」相接觸了。可是這接觸往往不過是一瞬而過，因爲在人類中，愛

是立刻與自私底低下底運動相雜的，這玷污了牠，且揭露了牠的純潔性的權能。可是即令保持了純潔，這與神聖生存之接觸亦常不能持久；因爲愛不過是「神聖者」的一方面，而且，這一方面在世間和其餘的一樣遭受了變形。

雖然，凡此經驗，對於常人皆非常良好而且有益，他們順從「自然」的正路，悠悠蕩蕩，趨向其將來的合一。可是這不能滿足那班要增速其運動的人，或毋寧說是那班企想隨順另一運動路線的人，要其更爲直接，更爲迅速，爲一例外底運動，將解脫其尋常人類之性及其無盡旅程，使其能參與此精神進步，而這將引導他們由更便捷底路，進向新人類的創造，即將在世間表現超心思底真理者。這班優秀人物，必然拒却人與人之間的一切愛，因爲無論其怎樣純潔，怎樣美麗，牠總造成一突電路，截斷了與「神聖者」的直接聯繫。

在已認識了「神之愛」的人，凡一切其他愛的形式，皆覺其爲陰晦，過於參雜了小器，自私，和黑暗了。這皆好像一場貿易或一場鬥爭，爲了爭優勝，爭統治；

而且即算在最佳者，也充滿了誤解，猜疑，磨擦，憂懼。

進者，這是一大眾所知的事實，即人終於生長到酷肖其所愛者。倘若你願像一位「神聖者」，則惟有愛「他」而非餘。有已體認與「神聖者」交換着愛的極樂者，便可知道到什麼地步，其他一切愛的交互，無論其為何者，皆比較淡薄，鈍滯，無力了。若使達到這交換竟要經過最嚴肅底訓練，則沒有什麼是太艱難，太長久，或太苛刻了，只要其使你達到牠；因為牠超過了一切誣表。

是這種奇妙境界我們欲在世間實現的，是這乃將轉化人間，使其成為一值得「神聖當體」之居處。於是真實而且純潔底愛，可能降於一身，此身且不復為其喬裝或隱飾。許多次為了使訓練比較容易，為了創造一更親切更顯而易見的密契，「神聖者」在他的無上愛的形式下遂願意降世為物理生身，在形貌上同於凡夫之身；可是每一次，被封禁于此物質的粗重形式內，不過達到表現自體的一滑稽像。若要其能顯示於其善美完足中，則必人類先在他們的知覺性上，他們的身體上，已

造成了必不可無的進步。因為以人的虛榮之鄙俗，及其矜張之愚蠢，若使至上神聖之愛以人間底姿態出現了，必被認為一衰弱，依賴，和需求的表徵。

可是人已知道，起初是隱隱約約知道，漸次愈趨于完善則亦愈明瞭，唯有愛乃能使人間的痛苦止息，唯有愛在其真元上的無可形容的喜悅，乃能從宇宙間掃除分別之如焚底痛苦，因為唯有在無上結合之極樂中，創造乃得發現其存在的理由及其成就。

於是沒有任何努力為太辛苦，任何修持為太嚴厲了，倘能照明，純潔化，完善化，且轉變生理體質，以致倘若「神聖者」在其間取了一外在形式，亦不復將其隱藏了。因為如是而這神聖底愛的奇蹟，乃能自由地自加表現於人間，牠原有權能，將人間轉化為輕安喜悅之樂土。

這，你將向我說，是究竟了，是努力之極頂，是最後底勝利了，但怎麼作方能達到呢？當取何道，道上最初底步驟是什麼呢？

我們既已決定只爲了與「神聖者」的個人關係，而保留愛於其一切光華中，則在我們與旁人的關係上，代之以一種慈和與善願，全般而且不變，恆久而且無私的；這不期望任何報酬，任何感謝，甚至任何承認的。無論旁人用什麼方式對待你，不當許任何惡意擾亂你；而在你對「神聖者」的至純潔之愛中，你唯讓「他」去判斷，當如何保護你，抵禦他人對你的惡意和誤解。

唯從「神聖者」，你將期待你的歡喜快樂。唯有在他，你將尋求而且得到佐助與支持。在你的一切痛苦中「他」將安慰你，領你上道，倘若你跌倒了，將你扶起；若是有昏厥和筋疲力盡之時，是「他」將擁抱你於其愛的強能臂膀中，以其安慰底溫柔將你纏裹。

爲了免除一切誤解，我當申明，由於我所用的語言的需要，凡我稱說「神聖者」，皆不得不用陽性字，曰 *le Divin*。可是我所說的愛的真性，誠然是超出一切性別，陽性或陰性以上的，而當其降世於人身，則爲男子身或爲女子身皆無區別，

### 一隨其所當完成的工作之需要。

總之，情緒的修持，在於捐棄一切感情上的執着，無論其性質爲何者，爲所愛人，爲家庭，爲國家，或任何其他對象，而唯獨集中於一執着，即「神聖底真實性」，這一集中將臻極於全般底體認爲一，且將作爲超心思在世間實現的工具。

這自然引我們到四重解脫了，即這成就的具體四方面。情緒之解脫同時將是痛苦的解脫，在超心思底一體結合之全般實踐中。

心思底解脫，即無明之解脫，將在此有體中建立起光明心思體或玄秘知覺性，其表現將在於語言之創造能力。

情命底解脫，即欲望之解脫，給個人的意志以一種能耐，完善地知覺地自認與神聖意志爲一，而生其恒常底和平與寧靜，一如其結果所必有之權能。

末了，冠乎此一切者，乃有生理底解脫，或物質因果律的解脫。由於全般爲自我之主宰，人已不復是「自然」律的奴隸了，「自然」是由下知覺底或半知覺底衝

動而使人動作，而支持人於尋常生活軌道的。由於這一解脫，人可在大全知識中決定其所當遵從之路，選擇其所當完成的事，解除一切盲目定命的束縛，在其人生過程中不容許有任何事物干預，除了至高底意志，至真底知識，超心思底知覺性。

(完)

中華書局影印本

中華書局影印本

中華書局影印本

中華書局影印本

中華書局影印本

中華書局影印本

*Publisher :*  
SRI AUROBINDO ASHRAM  
PONDICHERRY

權 版 切 一 有 保

*All Rights Reserved*

母 親 的 話 (第一輯)

南印度 捧地舍里

室利阿羅頻多修道院

法國院母

密那氏撰

印刷所 華文部出版

香港室利阿羅頻多哲學會發行

香港亞歷山大二樓一一二室

中華民國四十五年五月初版

SRI AUROBINDO ASHRAM PRESS,  
PONDICHERRY  
PRINTED IN INDIA

First Edition.....May 1956