

●乐修资料十八

直觉的灵光

——思维之乐

杜宣新著

气功报社东北记者站编印
(1998年元月)

B.542.5

为了更好地认识世界和改造世界,为了在更深层次上理解宇宙的本源,人类应该继续自觉地开发和利用直觉和灵感,并且应该去寻求那些更高级的认识工具,以拓展人类的认识领域,从宇宙中获得更大的自由。

要更加深入地认识事物,把握事物的本质,觉悟宇宙的本源,就必须靠非理性的东西——直觉和灵感的闪电!

目 录

- 敞开思维潜能的大门
- 何谓直觉
- 直觉认识
- 直觉的发源地
- 女人的直觉
- 直觉的感情色彩
- 直觉具有先天特征
- 直觉思维
- 直觉思维的神秘性
- 艺术的直觉境界
- 潜意识是直觉的故乡
- 直觉是较高的思维形式
- 佛家的直觉
- 弗洛伊德的缺憾
- 直觉体察本原
- 直觉直观直透
- 直觉与归纳
- 你的直觉如何
- 鼓励直觉思考法
- 请直觉智慧出山

敲开思维潜能的大门

衡量一个国家的现代化,有一个很明显的指标,那就是人的素质。有专家指出:“作为一种现代化的衡量指标,人的素质首先是指被开发出来的思维能力,其次才是其他。”

现在人们非常重视人的思维能力的训练。世界各国的不少有识之士都在苦苦探索和研究思维训练的奥秘,五花八门的思维训练方法、技巧、材料应运而生。……从我国实际情况出发,需要寻求多种符合国情的培养智力的途径,而重要途径之一,就是进行思维训练的的开发。

目前,人类并没有真正地把握思维机制的本质。人的思维是多层次的,而人脑本身又可以从不同层次去理解和把握事物的内涵,两方面层次叠加和相互缠绕,使人脑思维成为永恒之迷。但人在自然现实和选择的面前,却永远是主动的,人工智能的进一步发展,迫切需要探索人类思维机制本身的奥秘,迫使人从思维本身,并且在大系统分层次立体交叉控制思想指导下,构造新的以非形式、非理论性为本质特征,带模糊直觉成分的多义朦胧的思维科学。

美国心理学家卡尔·奥尔布雷奇在《脑力——提高思维技能》一书中感慨地说:“我们许多富有价值的新观念是被自己的头脑的扼杀在襁褓之中的。如果你想进入创造过程的话,首先就应敢于和善于不受拘囿地抛出尽可能多的新观念来。因此,可以这样说,一个人如果能够就他自己文化所长期保有的各种基本观念,定期检讨和审慎地去接触那些不断出现的

新思想，那么，他的生命才能保持活力。”

心理学家韦斯考特说得好：“纯理性思维只能使你按部就班，稳扎稳打，当今的时代需要你超越常规，跳跃前进，这就得借重直觉”。

现在，西方人在哥德尔定理的启示下，刚刚开始觉醒，但仍然在“怪圈”中困惑着，遭受着形式逻辑的折磨，而古老的中国人，富有智慧的东方人，从一开始就凭借直觉的灵光，跳出了“怪圈”的重围，进入了“天人合一”的境界，返本归真，使“小我”回到了“大我”。

有人曾经这样形容：人类的创造性思维，不像阔斧，而像尖刀；不似烈火，而似闪电。它诞生在疑难困顿之中，萌发在一点灵犀之上，它是火山爆发前的一缕缕轻烟，是待建的摩天大楼的一块块基石。人类有了创造性思维这把锋利的宝剑，才能开辟开万顷波涛，使智慧之船开向未知王国的美妙彼岸！

智者乐。大彻大悟之人可进入法界妙乐。可喜的是，乐修法师杜宣新推出这本《直觉的灵光》不仅敞开思维潜能的大门，同时也揭示直觉思维者的妙乐。今天，我很高兴向大家推荐此书，让我们一起分享人类思维成果的法乐。并以无限美妙的乐心，进入 21 世纪的大门！

（张书君 韦胜康）

何 谓 直 觉

一般指不经过逻辑推理就直接认识真理的能力。

作为哲学术语，有各种不同的含义。在马克思以前的哲学中，直觉被视作一种特殊的认识活动。西欧十七至十八世纪的

唯理论者认为它是理智的活动之一。如笛卡儿认为通过直觉能发现作为演绎推理之起点的、无可怀疑而清晰明白的概念；斯宾诺莎认为“直觉认识”是第三种认识，直觉是高于推理并完成推理知识的理智能力，通过它才能认识到无限的实体或自然界的本质；莱布尼茨认为直觉是认识自明的理性真理（如“A就是A”）的能力。现代西欧的一些哲学家（如柏格森），则从非理性主义的观点出发，将直觉和理智对立起来，强调人的直觉和动物的本能相类似，直觉是一种先天的、神秘的、只可意会而不可言传的“体验”能力，运用它就可直接掌握宇宙的精神实质，心理学认为直觉是敏感地直接地臆测到真理的认识能力，它是以已经获得的知识 and 积累的经验为依据的。

近现代的一些自然科学家也都承认直觉是创造性思维的一个重要环节。例如物质波动理论的创立者德·波罗意曾说：直觉则在与烦琐的三段论法没有任何共同之处的某种内在的豁然顿悟之中，突然给我们点破，想象力和直觉都是智慧本质上的固有的能力。它们在科学的创造过程中，起过而且经常起着重要的作用。其他许多自然科学家——例如门捷列夫、巴甫洛夫等——也都根据自己的科学实践，承认这种能够导致创造性发现的直觉的存在。他们认为在科学发现过程中确定有“直觉的醒悟”、“突然的解决”、“顿悟”、“灵感”等认识飞跃的形式存在。

直觉，实际上是不用理性的详细说明和更缓慢的过程，而直接引导人们正确解决问题的方法。

直觉认识

人和其他动物都具有非常复杂的高效率的感觉和认识能力。这种能力完全能为语言和分析意识增设旁路。我们许多人认为这种意识是人人皆有的。另外还有一种认识，就是我们的非言语感觉和认识。这又常常被看成是“直觉”认识。

直觉认识的功能源于大脑右半球。我们对左半球功能的认识有点像白昼观察星星的能力一样。尽管白昼和夜晚星星都在闪烁着，但白昼阳光是那样金光闪闪，相形之下星光就微弱得觉察不出。一旦太阳西沉，我们就能看到星星。同样，最晚的进化上的辉煌顶点即左半球的语言才华放射出明亮的异彩，使右半球的直观认识功能相形见绌，暗淡无光。直觉的右半球可能是我们的祖先觉察周围世界的主要手段。

直觉的发源地

智力活动受大脑的控制。人的大脑分左右两个半球，两半球各有不同的功能优势。右半球控制左半身的活动，具有处理总体形象和空间概念，鉴别几何图形，感知音乐旋律，进行模仿及整体性、综合性、创造性机能，主管着人的直觉、想象、理解隐喻、节奏、舞蹈，以及态度、情感和意志。

科学家出色的发现和发明，是首先由右脑发出独特想法和主意，然后经位于脑正中的脑梁传到左脑。右脑是一个具有

潜在能力的脑区，它的功能远未被发挥出来。

以往的研究表明：我们的大脑有两半球，优势半球——通常在左半球——逻辑、线性的组织体验，使它符合于时间和空间，并用语言加以表达。这个半球控制着我们的觉醒生活。假设在梦境之中，经常在右边的劣势半球，变成了生活的优势半球，发动我们的直觉，移情和创造才能。我们把事物相互结合于感情之中来理解，我们是把经验置于感情之中，而不是依据因果和时空。结果我们看见了我们世界上更多的东西。我们醒来所活动的世界，可以从不同的方面来观察。我们人类在这个世界上可以用两种方式来表达。

美国精神分析学家弗罗姆指出，我们有时在梦中能获得的某些见识，当我们醒后也就忘却了。不过我认为这些见识始终是直觉的或具有图形识别的特色。……仅仅是一个决定性的思想，而没有创造的和直觉的见识以及没有针对新模式的研究，那么，它也不会有结果，并且注定要失败的。在骤变的环境中要解决复杂问题就需要两半球的共同活动；通过胼胝体沟通大脑两个半球，是通向未来的唯一途径。

直觉的产生

直觉的产生有赖于相关经验的存在。德国《哲学和自然科学词典》指出，在医学中，直觉具有尤为重要的意义。在这个领域，人们把直觉理解为“经验思维”，其每一过程都不再是有意识进行的，就像有经验的医生在进行诊断时一样，通过丰富的知识和经验可以揭示典型的但几乎不为人们所发现的征候，

而这种征候是缺乏经验者所不了解的。由此便形成了一种所谓“精通者的直觉”。

任何直觉，而不仅仅是医学领域的直觉，都是基于经验的，正是在这个意义上，可以说直觉的确是一种“经验思维”。

通常，直觉是大脑绝妙思维的产物，它充分利用了以往的经验。直觉在被研究者认为“专业领域”的地方最强。

直觉的直接性源于类似的经验。康德在谈论预见能力时曾经指出，“经验的预见是对类似情况的期待，它不需要有关原因和结果的理性知识，只需要记起被观察事物通常是如何相互更替的，而重复的经验就从中产生出某种熟练性”。

女人的直觉

人们通常所说的“女人的直觉”就是指获悉和明白丈夫或同事下意识信号或动作的本领。

为什么女人的直觉强于男人？根据行为学家的观点，主要原因在于哺育孩子。从孩子出生到能够用语言来表达感觉和愿望，一般至少需要两年。在这段时间里，做母亲的接受着一种特殊的观察训练，她们仅仅凭借孩子的眼神以及所发出的各种声响来了解孩子的需求，所以每个母亲在观察细微的姿态和动作方面都具有高度的注意力和洞察力。这就是为什么许多丈夫做事瞒不过妻子的缘故。

如果有一天晚上丈夫很晚回家，进门后就向妻子解释说，因为有许多事要和用户谈，所以耽误了很多时间。然而当他在煞有介事地自言自语的时候，下意识地用手摸摸上嘴唇，而且

尽量避免与妻子的目光相对,这时妻子既使不加追问,心中也已有数:丈夫的理由是编造出来的。

女性的直觉力比论理意识更优越。这种直觉有惊人的穿透力,她能从丈夫吻中的微小差别辨别出敷衍的成份。也许有人会问,女人的直觉为什么这样锐利呢?

其原因:第一,男性优于逻辑的思考,而女性则在感觉的直观力上独擅胜场。例如要把握住某件事情的真相或实态,男人会一层层抽丝剥茧,靠逻辑来推理下去。万一在中途碰上困难,就只好放弃。女性可不管这一套,不把逻辑之类的小聪明看在眼里。她们珍视在一瞬间闪现脑际的印象。

第二,女性的活动范围,比较上受到更多的限制,日常生活单调,内容也较为单纯。不像男人,口袋里的小本子写得满满的,忙碌而复杂。故此,女性能把注意力集中在一件事上面,并且较能把某件事与别的现象之间,探索出联系。

第三,女人有异乎寻常的第六感觉。虽然有的男性也有此感,相对而言,毕竟女人有这方面的先天优势。

第六感觉是很神秘的东西,能否知道自己有没有第六感觉?不妨做以下测试。

- 1、曾经做过一些梦,梦境真的变成了现实。
- 2、在别人开口说话之前,常会知道他要说什么。
- 3、曾经到过从未涉足过的地方,却发现那里的景物都是熟悉的。
- 4、常常会很正确的预感。
- 5、有时身体会有奇异感觉,如皮肤的蚁走感或体内的刺疼感。
- 6、在电话铃响之前,能预知它就要响了。

7、曾经想过一个很久未见面的人,果然不久就与他相见了。

8、曾经有过一些生理反应后,如窒息感、全身乏力等,不久就发生了灾祸。

9、曾做过五彩缤纷的梦。

10、曾听说过无法解释的声音。

如果您只有3题答“是”,可能有第六感觉。如果有5题以上答“是”,您的第六感觉较为活跃,如果10题都答“是”,那么,您有很强的第六感觉。

预测作为一门科学,预测者的心理机制是怎样的?怎样进行预测才能取得最佳效果?

心理学家、未来预测学会主任戴维·洛伊等研究人员认为:大多数人都有不同程度的、能推知未来的官能和心灵意念,这些官能和意念或许是受过训练的,或许是天生的。这就意味着有能预知未来的第六感官,他们总结出预测专家们所用的四种预测法:(1)趋向预测法;(2)模拟法;(3)集体预言法;(4)德尔菲法。这种方法比前几种方法运用得更广泛。

预测专家们深信,德尔菲法所表示的都是可能性最大的推测。这种在现代预测法中运用得最广泛的德尔菲法,已被各大公司和政府机构制定整体规划时普遍采用。至于这种方法为什么有效,则包括赫尔墨(此法发明者之一)在内的许多人都迷惑不解。但是戴维·洛伊等人却相信这种预测,一半是靠推理,一半是靠直觉。他们认为:大脑的左侧主管如洛伊所说的“预言”——收集有关因素从中得出结论;大脑的右侧则负责“预见”——以一种仍为谜一样的方法推测各种可能性,对有关未来的问题作出综合反应。

我们收集好各种数据,发挥了自己的“德尔菲意识”后,就要让大脑的两侧开动起来了。首先运用的是直觉:找个安静的地方让大脑松弛一下,然后在纸上列出大脑的直觉信息。这一步完成后,再取另一张纸,列出我们收集的各种数据和意见。最后,再分析写在纸上的一切。这样训练多了,就可取得各种预测的最佳效果了。

直觉训练不限于在预测方面,靠直觉解决艺术创作及科学发现也大有人在。

直觉的感情色彩

直觉是人的天赋能力,是大脑绝妙思维的产物。由于我们所受的教导一向是依赖理智。因而忽略的“感情的”判断力,也就是说废弃了我们人人都有的一种认识能力,而这种能力可能是知道该怎样做或对事物有新认识的有用工具。

人的语言中枢位于大脑负责思维和逻辑推理的部位,而不是位于情感部位。求爱时使用的情感,而不是逻辑推理。因此,女性不把逻辑之类的小聪明看在眼里,她们珍视在一瞬间闪现脑际的印象。

女性则在感觉的直观力上独擅胜场。叔本华承认,女性的感情和直觉方面远远胜于男性。在男人身上,理性的成熟往往以感情的退化为代价。

性和美是不可分割的,就像生命和意识那样。那些随性和美而来,从性和美之中升华的智慧就是直觉。

现代男人和女人的心理疾病就是直觉系统的停滞和萎

缩。世上有许多事物我们可以凭直觉、仅凭直觉就能感知和欣赏。但由于否定了性和美这些直觉生活和宽松自如的根本，我们就被剥夺了这种享受。

在我们的心灵深处，每个人都怀着这样的期望：爱情的秘密永远不要被彻底揭开，唯有如此，生命才更有意。

直觉是情感的，远离逻辑推理的理性约束。人类的直觉是天赋的，具有无师自通的特征。愿人类的直觉与生命同在。

直觉具有先天特征

关于直觉、顿悟、灵感。一般认为，三者都属于潜意识活动，而这种潜意识活动有的是通过遗传获得的，有的则是个体出生后形成的，因而它们有先天的，也有后天的，而先天的直觉、顿悟、灵感应划归先天潜意识范畴。

先天潜意识活动的存在大大减少了人类心理能量的消耗，因为它是一种随意自发的过程，无需意识的控制。

先天潜意识活动能使人减少意识活动的进行，因而为人类更好地适应环境，迅速地掌握知识技能创造了条件。有些先天潜意识活动能使人迅速适应或避免危险的环境。

先天潜意识活动能使人的意识活动更为自觉和可控。因为潜意识是曾经感知或意识到的，它是和意识相互制约和相互补充的，二者共同来接受、加工信息，选择并采取行动，从而保障人的正常生存、生活、工作等等。

先天潜意识既可以从“折光”、“虚像”的性质影响其它心理活动，也可以独自发挥作用。此种形式是指人处于某种状态

下的直觉、顿悟、灵感等。

部分梦及幻觉等是先天潜意识的特殊形式。

弗洛伊德解释说,前意识是一个守门的警戒者,他执行意识的命令,时刻警惕潜意识当中那些见不得人的本能、欲望等进入到意识中来,而这个警戒者有时打了盹,于是潜意识活动就以各种口误、笔误、读误等形式进入到意识中来,或者干脆发生遗忘现象。

直觉思维

形象思维、抽象思维、灵感思维,都是人类思维活动形式中最基本的形式。形象思维是自始至终不舍弃具体形象的思维,它的理性认识活动是通过形象和图画来显示真理的。抽象思维是舍弃一般属性及其具体形象,通过语言表述反映客观事物本质及内部规律性的思维。灵感思维是突发性的思维现象,它是非常玄妙的,形式和规律都不易捉摸的,能瞬间而来,霎时为止。因此,三者有联系又有着重大的差别。

有专家通过科学抽象把思维过程简化为一般的模式:“首项:发出知识——中项:接通媒介——末项:结论知识。”与思维过程是何种思维活动形式有关的是中项——接通媒介。如果接通媒介是抽象形式的知识(概念等等),这种思维就是逻辑思维;如果接通媒介是形象形式的知识,这种思维就是形象思维;如果接通媒介是人的直觉,这种思维就是直觉思维或灵感思维。

著名科学家钱学森指出:大脑活动,除抽象思维(逻辑思

维)外,还有作梦,即梦境——这是心理学研究领域;形象思维或灵感思维;灵感思维(或称“顿悟思维”)。以上三种大脑活动都说不上说理,所以也是非理性的。

梦的研究在心理学中是个大问题,因而也是非理性研究的大课题。

直觉思维的神秘性

根据理性,有两个存在的领域:已知与未知,未知意味着那还没有认识的,但是某一天将会被认识的。但是宗教说有3个领域:已知、未知和不可知。根据不可知,宗教意味着那永远不能被知道的。

理智包含在已知与未知之中,而不包含在不可知中。直觉的运作与不可知有关,它是不能被知道的。在它被认识之前,它不只是一个时间问题。“不可知性”是它的固有的内在品性。那不是你的仪器还不够好,你的逻辑过时了、或你的数学太原始了——那不是问题。那不可知的固有的内在品性就是不可知性,它将总是以不可知而存在,这就是直觉的神秘性。以上是印度哲人奥修对直觉的一个解释。

在历史上,神秘经验总是与神秘主义联在一起。神秘经验引发的思维模式的特征是整体意会、直觉、顿悟。根据报告,这种模式的获得是瞬间完成的,在沉思入定的状态中,“突然之间”、“一刹那”、“豁然贯通”,并且还伴随有异常现象“身心的狂喜”、“光明的突然降临”。直觉的思维常常受人们的非议:“不合逻辑”。另外在语言表达上,神秘主义喜欢采用否定的方

式，如佛教常用的“非有非无。”这是因为神秘主义认为语言文字是符号，非实在面目，语言文字提供的分割的假象。直到20世纪，神秘主义的思维与实在观才在量子力学中找到知音，海森堡、薛定谔、波尔等著名物理学家都曾在东方神秘主义学说中找到了现代物理的哲学根据和说明方式。

为什么当代科学得出的许多深刻结论与几千年前的东方神秘主义得出的结论相同？为什么我们的认识是古代认识的重演？其原因在于，我们的认识和思维能力在根本上并未超过古人，我们只是在细节上、技术上、范围上发展、丰富了人类文化，这种发展只是在细节上超出了古人，而抽象思维能力并未超过古人。之所以出现这种现象，与直觉思维有关，我们必须消除对直觉思维的偏见。

古代直觉思维往往与宗教神话相联系，这是它带有神秘性的一个原因。但对此我们应进行具体分析：从文化发展史来看，科学起源于宗教，原始人正是在对物的崇拜中认识周围世界的。从这个意义上讲，宗教是科学之母。从另一方面来看，宗教总是为人们提供一种超现实的理想世界，是人的主观能动性的片面发展，它在一定程度上为过于讲求现实的科学提供了向非现实世界跃进的动机，因为宗教毕竟是人们对现实的超现实反映，它甚至能以歪曲的形式说出了科学尚无法解释的深刻的东西。

艺术的直觉境界

直觉思维具有模糊性的特征。《诗经》是我国诗的肇端，文

学的光辉起点，它的出现及艺术特征折射出中华民族反映和认识现实的思维方式——直觉思维。这种思维方式，直接继承了中国原始艺术与原始神话中的直觉因素并有所发展。

赋作为《诗经》创作的最基本、最常用的一种方法，以其概括性、抒情、形象和想象等特征，同样表现出直觉思维在创作中的作用。这些特征，融进对生活的丰富感受，人们的思维水平从原始思维中的自发或自觉的表象运动，过渡到主体对客观的把握、理解和创造阶段。

直觉思维具有模糊性的特征，在《诗经》创作中，作者使用了大量的自然语言中表达模糊概念的副词，虚字以及使用模糊修辞方式来反映现实。诗人以宇宙人生的具体为对象，在客观的色相、秩序、节奏与和谐之中，借以窥见自我的最深心灵反映，因而创造出知、情、意高度统一的直觉境界。

潜意识是直觉的故乡

潜意识是统一原的最高表现形式，它包括过去潜意识、现在潜意识和未来潜意识。过去潜意识是显意识的转录和积淀，主要存在于右脑；现在潜意识是一般直觉与灵感的故乡，同样存在于右脑之中；未来潜意识是未来最高级的直觉与灵感的发源地，气功和特异功能的奥秘就蕴藏在这块“处女地”里，它超越了左半球和右半球，是一般意识和潜意识的中介。人类的智力潜能主要蕴藏在潜意识之中，潜意识是有待开发的智力能源。