



## &lt;&lt;智慧瑜伽&gt;&gt;

## 前言

商羯罗(Shankara, 约788 ~ 820年), 印度中世纪吠檀多哲学的集大成者、伟大的不二论哲学家、公认的智慧瑜伽士。

商羯罗出生于印度的喀拉拉。

在其短暂的一生中, 他云游印度, 致力于复兴传统的印度教(婆罗门教), 驳斥当时在印度流行的佛教之“无我”学说, 重新肯定关于个体灵魂的吠陀真理。

商羯罗认为, 宇宙最高的实在是梵(Brahman), 梵是世界的本原, 是世界最初存在的那一物; 世间万物因梵而生, 梵本身并不依赖其他任何事物; 梵是绝对、永恒的意识, 梵是一切。

梵没有差别和属性, 它超越主体和客体, 超越时空和因果; 相反, 主体和客体、时空以及因果关系的基础是梵; 我们的世界是梵的造物; 自由与解脱就是通过智慧(知识)亲证“梵我合一”这一最高真理。

商羯罗的观点与佛教也有不少相通之处。

有时, 他被称为“假面的佛教徒”。

尽管商羯罗在世时间极短, 但他是一位多产的作家, 撰写了大量的作品。

具有代表性的有: 《梵经注》、《薄伽梵歌注》、《大林间奥义书注》、《唱赞奥义书注》以及《自我知识》、《分辨宝鬘》、《五分法》、《示教千则》等等。

在印度思想史上, 他的思想具有深远的影响, 也是印度近现代思潮的源泉, 在世界思想史上也占有重要地位。

在印度教传统中, 要达到人生的圆满, 被认为有很多条道路。

这些道路广义上被称为瑜伽。

瑜伽的原意是联结, 是个体自我(个体灵魂、小我)和宇宙终极实在(大我、至上神、梵、至上意识)的联结。

联结的方式传统上主要有: 行动瑜伽、虔信瑜伽、哈达瑜伽、胜王瑜伽和智慧瑜伽。

行动瑜伽的特征是无执地工作, 把最后的结果献给至上意识(至高者, 在有神论传统中, 则可以是神, 如克里希那); 虔信瑜伽的特征是从事各种服务至上神的活动, 把爱献给神; 哈达瑜伽的特征是通过体位、调息、身印等方式锻炼身体(《哈达瑜伽之光》为主要经典); 胜王瑜伽的特征是通过禁制、劝制、坐法、调息、制感、执持、禅定和三摩地八个步骤达到人生圆满(《瑜伽经》为主要经典); 智慧瑜伽则认为, 人要达到圆满, 需要有正确的自我知识, 一旦真正觉悟自我, 就达到瑜伽的最高境界——对心意波动的控制。

根据这些传统的瑜伽, 同时还发展出其他各种形式的瑜伽, 它们的目的是为了控制好心意, 例如曼陀罗瑜伽、昆达里尼瑜伽等。

另外, 需要强调的是, 不同形式的瑜伽并不是对立的, 而是彼此互补的, 不同的人在不同的时候可能适合某种瑜伽; 同时, 一个人可以同时包容其他几种形式的瑜伽。

## <<智慧瑜伽>>

### 内容概要

商羯罗(Shankara, 约788 - 820年), 印度中世纪吠檀多哲学的集大成者、伟大的不二论哲学家、公认的实践智慧解脱的瑜伽士。

商羯罗出生于印度的喀拉拉。

在其短暂的一生中, 他云游印度, 致力于复兴传统的印度教(婆罗门教), 驳斥当时在印度流行的佛教之“无我”学说, 重新肯定关于个体灵魂的吠陀真理。

鉴于该书的重要性, 本书作者翻译了这本小书并加以释论。

<<智慧瑜伽>>

作者简介

作者：（印度）商羯罗大师 译者：（印度）斯瓦米·尼哈拉南达 王志成

书籍目录

序言经文与释论中文参考文献英文参考文献附录一 吠檀多哲学精华附录二 《自我知识》经文后记

## 章节摘录

但是，在默顿评论印度近代圣人室利·罗摩克里希那(辨喜的师傅)的时候，他居然说自己是印度教徒！

吠檀多哲学认为，真正的原因在于你自己，因为你不是这个二元化了的你，你不是你的这个身体。身体的内外感官以及与之相关的一切造成的，都属于无明世界。

然而，我们感受了很多的二元性经历之后，我们内在的器官会反思，会引导我们探求我们的真性和真知，促使我们走向真我——在基督徒那里，就是走向基督；在佛教徒那里，就是走向佛；在印度教徒那里，就是走向梵(或者神，如毗湿奴)。

让我们走出二元的是我们的真我智慧，是基督，是佛，是梵，是克里希那。

在有神论的意义上，我们也可以插入恩典的概念，或者启示的观念、天启的概念。

而对非有神论者而言，我们一定要谈到直观和分辨、觉悟的观念。

进一步说，知识本身不是无明，就如光明本身不是黑暗。

之所以谈论知识和光明，无明和黑暗，这是相对我们人来说的。

离开谈论者，这样谈论是非法的，也无法谈。

换言之，任何知识可能都是人学原则的。

断言与人无关的真理是难以理解的。

对我们人来说，我们完全可以说，知识消除无明，光明驱散黑暗。

特别是对一个求道者，尤其如此。

一个人的觉悟一定是针对不觉悟而说的。

菩萨救人是针对有人还在苦海中需要拯救而言的。

但在佛经中我们也会读到，最后并没有需要拯救的人。

菩萨的愿望是没有意义的。

从本体上说，不是吗？

难道有需要拯救的人吗？

没有！

一个也没有啊。

从理智和实践上我们都能体验到：宇宙终极不存在拯救，也不需要拯救。

吠檀多哲学说，一切都是梦。

不管你做不做梦，都谈不上拯救，都谈不上有一个终极的目标。

所以，只有知识摧毁无明，是相对我们有限的生命来说的，是相对于我们处于个体身心限制(乌帕蒂)的生命来说的。

有人问，为什么我们的这个限制(乌帕蒂)会存在？

类似的问题，就如同你向唯物主义者询问为什么会存在物质；或者，你向基督徒询问为什么会存在上帝；或者，你向印度教徒询问为什么存在梵；或者为什么存在阿特曼(内在灵魂)；或者，你向一个怀疑论哲学家询问他为什么怀疑。

这是无法回答的。

上帝也无法回答，他只能说他是自有永有的。

但为什么要自有永有？

怀疑思维本身能取消吗？

取消了意味着什么？

这样的问题是非法的。

吠檀多哲学家则公开承认，他们也有不能回答的问题，因为那些问题是非法的。

商羯罗如是说。

基于此，我们把重点限于生命上升之路的思考、分辨和瑜伽实践上。

有人说，佛是全能的，也就是无所不能的。

我早就说过，全能的概念是一个伪概念，没有任何意义。

## <<智慧瑜伽>>

我们根本无法设想这样的观念。

我们所能设想的都是有限的。

无限作为观念只能存在于我们的思辨中。

我们不可能通过现象来把握理解无限之类的观念。

当你看到海洋，可能你会说海洋无限大。

其实，你在使用你的思辨，你作了一个推理，而这根本不是你亲身体验到的。

总结一下，对我们受限的人来说，行动不能消除我们的无明，只有知识，也就是梵知，才能消除我们的无明。

生活在梵知中是否可能？

这个问题和生活在涅槃中是否可能是一样的。

只要有身体在，我们就无法完全生活在梵知之中。

但我们可以最大限度地生活在梵知中，就如我们可以最大限度地生活在涅槃中。

而生活在梵知中的根本秘诀和实践在于自我分辨的智慧瑜伽。

如果没有获得自我知识，我们会如何看待自我？

如果获得了自我知识，我们又会如何看待自我？

## 后记

非常幸运有机会翻译并释论印度最著名的哲学家、瑜伽士、灵性大师商羯罗的重要著作《自我知识》。

这是一项非常困难的工作。

但我内心有一种愿望，希望尝试做好这一工作。

我手头有三个《自我知识》的英译版。

经过比较，发现纽约罗摩克里希那一维韦卡南达中心的创办人斯瓦米·尼哈拉南达(Swami Nikhilananda)的译本最理想。

于是，我联系该中心，希望他们给我版权。

让我感到荣幸和幸运的是，该中心的斯瓦米·瑜克塔马南达(Swami Yuktatmananda)和斯瓦米·维达南达(Swami Vidananda)得知我的意愿之后，立即把版权转让给我。

我可以安心地做这一工作了。

斯瓦米·尼哈拉南达翻译过很多著作，也写过很多著作，其中非常著名的是他翻译的《室利·罗摩克里希那福音》，而他花费大量时间翻译并注释的《奥义书》更是具有广泛的影响，可以说是目前西方最具有影响的《奥义书》译本之一。

《自我知识》是商羯罗大师的重要著作之一。

斯瓦米·尼哈拉南达对它做了完美的翻译。

同时，在书的前部分，斯瓦米专门写了一个长达114页的导论，这个导论是对吠檀多哲学的一个完美介绍，希望以后有机会也把它翻译出来。

应该告知读者的是，我自己在释论这个《自我知识》时，已经吸收了他的这个导论中介绍的一些内容。

本书的分析是非体系性的，释论也是非系统的。

但相信阅读了本书，读者会对吠檀多哲学有个非常深刻的理解，尤其是对我们人的生活实践和世界的终极意义有非常深刻的启发。

读者可以不认同书中的观点，但如果能够沿着书中所谈的内容，静下心来思考，乃至进行专注实践，相信你就会发现其中包含着许多深刻的道理。

我坚持认为，商羯罗所说的是哲学的，也是实践的，更是灵性的。

而我也坚持认为，我自己的释论部分也同样充满了灵性的气息。

在本书的翻译和写作过程中，我倾注了自己的大量心血。

它体现了目前我所能达到的最高哲学和灵性境界。

我把它视为珍宝，送给你们。

我希望你们喜欢，并从中受益。



<<智慧瑜伽>>

编辑推荐

《智慧瑜伽:商羯罗》由四川人民出版社出版。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>