

# 轻松学塔罗

塔罗牌的占卜有个特色，就是它是藉著牌的图案象徵与牌形的组合，与你产生彼此互动的感觉，进而对过去、现在、未来产生相当程度的指引，因此人与塔罗牌的连结，最主要在於心灵的开放和直觉的感应，塔罗牌书籍中写的一大堆密密麻麻的定义，只是提供你一个参考的工具，而不是要你去背诵它，否则就失去了塔罗牌用图形来启动人的直觉并彼此产生感应的意义了。你可以思考一下，如果是一张牌的牌形你可以藉著书本上的文字定义得到答案，但如果是五、六张以上的牌形，再在加上所谓的正逆位及牌之间彼此互相的影响，你如何理山一个头绪来？在这样的情况下，你永远无法了解塔罗牌的真谛。

塔罗牌藉著它的图案来启发深藏你心中的无穷潜力，如果你的心灵无法被开启，而陷入书本定义的迷思中，那是完全背离了塔罗牌所被赋予的使命及它深厚的内涵。我藉著这个单元与初学者分享塔罗牌的入门学习方法，希望对塔罗牌有兴趣的朋友，可以进入塔罗牌悠游的世界中，而不会被一些假象所误导而永远徘徊在它的门外，不得其门而入。

## 一.建立对塔罗牌认知的信心？

首先问问自己，你是否相信塔罗牌会带给你心灵的成长与敏锐？给予你生命中方向的指引？或者它只是一种娱乐的工具而已？这个问题你必须好好想一想，因为你的心和内在产生的想法会导引事情产生不同的结果。塔罗牌只是一副纸牌，一种启迪自我的工具，我们才是真正的主人。

## 二.感觉培养和「乱数」的练习？

在你心中或生活中目前是否遇到一些问题，你急於企求得到答案？如果有的话，在这里我与你分享一个寻找答案的方法，藉著这个方法你除了可以得到解答外，并可以学习到培养感觉和「乱数」的意义：现在请你闭上双眼心中想著你的问题，请你心平气和的要求你的内心给予你指引，然後打开双眼走到书架前，凭你的直觉挑一本书，任意打开一页看完它，我相信你问题解答的启示就在其中，如果没有，再试试，你一定会找到答案的，因为人的心海蕴藏著无穷的力量。

## 三.了解塔罗牌所表示的意义？

拿出你的塔罗牌，随便抽出一张来，然後仔细看著它，问自己下面几个问题：

- 1.这张牌带给我怎样的感觉？是快乐还是忧伤？还是.....？
- 2.我在这张牌中看见了什么故事？
- 3.在这张牌中，它所要告诉我的是什么？
- 4.它整体表现出怎样的气氛？

5.这张牌所要表现的意义是什么？

请你将你的想法写下来後，再与书中介绍的意义互相对比，看一看有什么不一样的地方？如果彼此有差距的话，没有关系，再拿出你的牌来看看自己是否疏忽了什么细节？

- 1.看一看牌中人物的表情，是快乐还是严肃？还是.....
- 2.看一看他们手中拿著是什么？代表著什么意义？
- 3.看一看他们的穿著？是什么颜色？
- 4.看一看他们的姿势，手是上举？放下？身体是坐著还是站著？
- 5.看一看牌中有什么景色？高塔？水池？流水？树木？
- 6.数一数皇冠上有几颗星？树上有几个果子？天上有几颗星？

然後你再回过头看一遍书中所提供的参考文字和定义，想必此时的你心中该有一些感觉了吧？不论二十二张主牌或五十六张副牌你都可以利用个方式来练习，但对那些太抽象或副牌只有画著几个圣杯、几根权杖的非初学者适用的塔罗牌，可能派不上用场的。你可以依照你的方式，将所有的牌轮流练习一遍，这样才能再继续後面的练习、记得「一分耕耘、一分收获」这句俗谚。

#### 四.在生活中的练习？

每天你可以用自己喜欢的方式挑出一张牌来，将它的意义记下来，并放在自己的心中，然後一天结束的时候，将它与这一天中在你身上所发生及遇到的事做一个比较：

- 1.这张牌我感受到了什么？
- 2.它指引了我什么？
- 3.我是否漏了牌中一些对我有帮助的意义？
- 4.我有将它的意义融入我的生活中吗？它带给了我什么？
- 5.有没有预料之外的意发生？

在归纳整理後，你可以做一份自己的每日记录，这其中我要提醒各位，已经被抽过的牌可以再放回去，经过一段时间後（一至两个月）你将会发现一些牌出现的频率特别高，你再将它们的意义和你和生活做个比较，你将会发现在许多是与你的生活、个性、人际关系的情况是相契合的。

## 五.寻找象徵物?

身为一个塔罗牌的学习者，象徵物将在塔罗牌的学习过程中给予你力量和提醒，它不必特别限定是什么物品，如果你不知道如何找寻象徵物，在这里我与你分享一个方法：将愚者这张牌放在你的两手中，请你的直觉给予你指引，尔後当你看到某件物品时，你将会不自觉的就知道那是你的象徵物，这个作法有点玄，但象徵物的作用，就如同我们戴著手表，是为了看时间的道理是相似的，藉著象徵物我们可以提醒自己身为一个塔罗牌的学习者，必须要有一份执著和坚持。

## 六.练习发问?

学习如何提问题，在塔罗牌学习的过程中是很重要的，当你用塔罗牌占卜想了解自己的一些疑惑时，你必须将自己的问题很明确的表达出来，同样的询问者，也可以藉由你的分享而知道正确的发问方式，但我们如何知道这是我们真正想知道的问题，这里有几个重要的技巧：

- 1.跟著感觉走。
- 2.确定你目前发生冲突的情况。
- 3.保持中立，心中不要预设立场。
- 4.不要逃避可能要面对的事实。

了解这些原则後，你可以将自己的问题写下来，或记在心中藉著後面的过程中而得到答案。

## 七.占卜练习?

社会上每天都会发生不同的新闻事件，这是我们最佳的练习体裁，你可以任意挑选一篇报导来练习，然後用你自己设计的或旧有的牌形来练习，它的方法如下：

- 1.看完报导写下不同的问题。
- 2.用牌来占卜，预测结果。
- 3.将预测的结果和使用的牌形及出现的牌记录下来。
- 4.等报导的结果出来後，再与预测的结果作比对，若有落差，再将记录拿出来，看一看自己是否疏漏了什么？再次在记录上作个注记。

只要你持之以恒，这个练习将会使你与牌的沟通更为深入，而你的直觉也将变得更为准确。

## 八.内心与牌的互动练习？

从你的塔罗牌中随意抽出一张来，即使你现在已知道它的意义也无妨，用你的内心和直觉去体会它带给你怎样的反应：

- 1.当我置身牌中的情况时，会带给我怎样的感觉？
- 2.当我看到自己置身於牌中的情况时，是怎样的感觉？
- 3.我被这张牌的内容所吸引，或感到厌恶，甚至没感觉？
- 4.当我看到这张牌时，会使我联想到对生命的哪些看法？
- 5.这张牌提醒了我什么？
- 6.这张牌中有那些重点？它代表什么意义？

塔罗牌的学习，最重要的是练习你的内在直觉与牌的沟通，以初学者而言，利用二十二张主牌透过上述的步骤去确实练习，我相信就已经为未来的进阶，奠定了良好的基础，而在塔罗牌不间断的学习中，你将会发现塔罗牌它强化了你在内省思的能力，使得你的人生更加的豁达。

补充：直觉和感应很重要。可是不同的人有不同的学习方法。靠直觉来读塔罗，或者背书来读塔罗都会准。这由个人来决定。每一个人在探索如何把每一张牌的意思应用于不同的情况和不同的问题，都会慢慢找到自己对一张牌的理解。这是按个人背景来决定。如果一个人非常熟悉星座，那么他/她就可以把星座的理解带入塔罗牌的解释中 - (请看大阿卡那之行星和十二星座对照表)。如果一个人非常熟悉周易或者生命数字(小阿卡那的数字 1-10) 的话，那么这些 都可以运用到读牌上。

每日占卜练习非常的重要。想象一下一天学一张牌的意思，那么 78 张牌在 3 个月左右就可以完全掌握了。更重要的是，一个月下来，数一下那些牌总是出现，(金钱 4 老是出现在我的占卜中。想一下塔罗牌想告诉你什么？这张牌连续出现说明你还没有找到原因或者还是故意躲避。) 而缺乏的套也很重要。比如这个月杖，杯，剑都出现了，就是没有五芒星，那么塔罗牌在提醒你注意金钱问题或者健康的问题。每日塔罗的解释不用写很多，一两句就可以了。如果太多了话，几天下来，就很可能放弃的。： P

塔罗日记：每次替自己或者别人占卜的时候记得要记笔记。时间，地点，占卜法，牌，你对牌的解释以及你想到的但是不愿意告诉别人的意思。如果下一次出现同样的问题，而一些牌出现在同样的位置，你就可以参考。当然，塔罗日记是有很多功能的。比如你偶然想到对某一张牌的理解，就可以记下来。在什么地方看到很好的解释，记下来。等等等等。到了以后，就不用看别人写的书，就可以直接看自己的塔罗日记。