

克里希那穆提经典作品

# 人生中不可不想的事

克里希那穆提著  
叶文可译

Think on These Things

二十世纪最纯净的心灵  
让整个世界驻足聆听的声音

克里希那穆提 著  
叶文可 译

# 人生中不可不想的事

Think on These Things

责任编辑：陈 曦  
装帧设计：朱 锷

---

### 图书在版编目 ( CIP ) 数据

人生中不可不想的事 / (印) 克里希那穆提(Krishnamurti, J.) 著,  
叶文可译. —深圳: 深圳报业集团出版, 2010.3

ISBN 978-7-80709-311-4

I . ①人… II . ①克… ②叶… III . ①人生哲学—通俗读物  
IV . ① B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2010) 第 039108 号

---

## 人生中不可不想的事

克里希那穆提 著  
叶文可 译

深圳报业集团出版社出版发行  
(518009 深圳市深南大道 6008 号)  
三河市华晨印务有限公司印制 新华书店经销  
2010 年 3 月第 2 版 2010 年 3 月第 1 次印刷  
开本: 787mm × 1092mm 1/16  
印张: 18.75 字数: 130 千字  
ISBN 978-7-80709-311-4 定价: 30.00 元

深报版图书版权所有, 侵权必究。  
深报版图书凡是有印装质量问题, 请随时向承印厂调换。

## 第一章 我们需要怎样的教育 1

除非教育能帮助你了解广大生命的所有精微面，否则教育是没有意义的。

## 第二章 自由的问题 11

真正的自由是一种精神状态，其中没有恐惧或勉强，没有求取安全感的冲动。

## 第三章 什么是自由什么是爱 21

你愈加仔细思考那些不容易懂的事，你就愈有能力过真正富足的生活。

## 第四章 倾听之道 33

真正的生活需要极大的爱，需要对寂静有很深的感受，需要有丰富的经验，却又保有赤子之心。

## 第五章 富有创意的不满 43

如果你能从年轻时就革新，在你年长时，还能保持你的不满，并带着喜悦的活力及深挚的情感，那么你不满的火焰就会带来不寻常的意义。

## 第六章 圆融的人生 53

如果你缺少了深切的爱，你就永远不能看到整体生命。

## 第七章 野心 61

只有当一切的竞争都除去时，才会产生一个和平的社会，大家才能过得快乐而又有创造力。

# 目录

## CONTENTS

### 第八章 有条理的思维 71

你有美德，你的思想就会精确，你整个人就有条理，这就是美德的功用。

### 第九章 开放的心灵 81

如果你没有偏见、没有歧视，如果你是完全开放的，那么所有环绕你的事物都会变得非常有趣、非常活泼。

### 第十章 内心的美 91

如果你的心能容纳无限的经验，虽然饱经世故，却又能维持单纯，这才是朴素。

### 第十一章 服从和反叛 101

真正的反叛，真正的革新，乃是突破旧有的模式，向模式外去搜寻答案。

### 第十二章 天真的信心 111

如果你能突破你所属的社会的牢墙，你会得到不被傲慢污染的天真，这就是天真的信心。

### 第十三章 平等与自由 121

在自由的气氛中才有爱，每个人才会感觉到极大的信心。一旦你觉得完全自在与安全，信心就来了。

### 第十四章 自我规范 131

如果我所做的事情本身就是好的、正确的，是在所有情况下都不受时间限制的正确，那么我就是一个统合的人，我就不需要规范了。

## 第十五章 合作与分享 141

真正的合作不仅是协议共同完成一项计划，也是怀着愉悦和一体的感受。

## 第十六章 心念的更新 155

如果我们时时刻刻都能将过去的意念止息，我们的心就能保持清新，而不会腐败，或被黑暗的思绪所吞没。

## 第十七章 生命的河流 167

生命的实相就像河流一般，永无止境地继续往前流，它永远都在追寻、探索、推动、泛滥，穿透每一个裂缝。

## 第十八章 专注的心 179

如果你的心中有空间，那么在那个空间里必定有寂静的存在。只有在寂静中，你才能真的倾听。

## 第十九章 知识与传统 191

从某个角度来看，知识是必需的，但是从另一个角度来看，知识就变成了障碍。

## 第二十章 宗教情怀就是对万事万物敏感 201

缺少了内心的善意，这一切美的外在附属品就只能带来肤浅的、世故的生活，是一种没有多大意义的生活。

## 第二十一章 学习的目的 211

只有当你的心不被偏见束缚时，它才能发现真相。

# 目录

CONTENTS

## 第二十二章 纯然的爱 221

你的心中一旦有了爱这个惊人的东西，如果你能感受到它的深度、愉悦和狂喜，你就会发现这个世界会因为你而改变。

## 第二十三章 独处的必要 233

如果你能了解孤独并且超越它，你就会发现根本不需要逃避它，于是也就不再有那种追求满足和娱乐的冲动了。

## 第二十四章 生命的活力 245

如果我们不了解活着最大的目的就是解放我们的心智去找寻神或真理的话，这股能量就会变得具有破坏性。

## 第二十五章 不费力的生活 257

如果我们每个人都能了解奋斗以及冲突所带来的问题，那么我们就能毫不费力地、快乐地生活。

## 第二十六章 心智并不是一切 267

只要你是用脑子里的那些东西填满你的心，你的人生就注定是空虚的、丑陋的。

## 第二十七章 寻找真理 277

只有具有宗教情怀的人，才能真正地改革。只有这个方向才存在着我们的救赎。



# 第一章 我们需要怎样的教育

除非教育能帮助你了解广大生命的所有精微面，否则教育是没有什么意义的。





我不知道有多少人问过自己受教育的意义是什么？我们为什么要上学？为什么要学习各种科目？为什么参加考试，和同学比得分高低？所谓的教育究竟含有什么意义？它涵盖了什么？这实在是一个非常重要的问题。我们不只是为学生质疑这个问题，同时也跟父母、老师以及所有热爱地球的人们，共同来探究这个问题。

我们为什么要通过竞争来受教育？难道受教育只是为了通过几项考试，得到一份工作？还是为我们在年轻时奠定基础，以便了解人生的整个过程？获得一份工作来维持生计是必要的，然而这就是一切了吗？难道我们受教育就是为了这个目的？显然，生命并不只是一份工作和职业而已，生命是极为广阔而深奥的，它是一个伟大的谜，在这个浩瀚的领域中，我们更有幸生为人类。如果我们活着只是为了谋生，我们就失去了生命的整个重点。去了解生命本身，比只是准备考试、精通数学、物理或其他科目要重要多了。

所以，不论我们是老师还是学生，我们是否应该扪心自问为何教育他人或受教？生命到底是什么？难道生命不奇妙吗？飞鸟、花朵、翠木、蓝天、星辰、河流、游鱼这一切都是生命。

生命是贫穷的、富足的；生命是群体、种族、国家之间永不停歇的战役；生命是静思冥想；生命是所谓的宗教；同时它也是心灵中微妙的、隐藏的东西，包括嫉妒、野心、激情、恐惧、成就及忧虑等等。这所有的一切以及更多的事物都是生命，然而我们通常只准备了解生命的一个小角落。

我们通过一些考试，找到一份工作，结婚，生子，然后就越来越像一部机器。我们依然对生命恐惧、焦虑，因此帮助我们了解人生的整个过程，难道不是教育的目的？还是，教育只为我们谋职或找一份最好的工作而奠基？

我们长大成人以后会怎么样？你是否问过自己长大以后想做什么？最大的可能是你会结婚，在你还没有搞清楚自己的定位时，可能你已经是父亲或母亲了，然后你会被一份工作绑住，或是被厨房绑住，你就在这其中渐渐枯萎。这难道就是你所有的生命了吗？你有没有问过自己？你应不应该问自己？如果你有一个富裕的家庭，那么你已经确定自己将来会有一份不错的工作，因为你的父亲也许会提供你一份舒适的工作，或者你可能在婚姻中获得很多财富，但是你仍然会腐败、枯竭。你看见这点了吗？

显然，除非教育能帮助你了解广大生命的所有精微面——它惊人的美、它的哀愁及欢乐，否则教育是没有意义的。你也许会得到学位，得到一连串的头衔，得到非常好的工作，然后呢？如果在这些活动的过程中，你的头脑变得迟钝、衰竭、愚蠢，那么生命的目的又是什么？所以当你年轻时，你是不是应该弄清楚生命究竟是怎么一回事？

教育的真正意义，难道不是培养你的智慧，借着它找出所有问题的答案？你知道智慧是什么吗？它是一种无限的包容力，允许你自由地思想；没有恐惧，没有公式，然后你才能发现什

么是真实的、正确的事物。

但是如果你有恐惧，你永远也不可能有智慧。任何形式的野心，不论是精神的或是物质的，都导致焦虑及恐惧。野心不能带来清明、简单而直接的心智，所以是不可能拥有智慧的。

当你年轻时，生活在一个没有恐惧的环境里是非常重要的。大部分的人在年纪渐长时，都变得有所恐惧。我们对生活恐惧，怕失去工作，怕传统，怕邻居，怕丈夫或妻子的批评，怕死亡。大半的人都有不同形式的恐惧；一旦有了恐惧，便失去了智慧。我们是否可能在年轻时，便生活在无惧的气氛中，不只去做我们喜爱的事，更能了解生命的整个过程？

生命真是美极了，它不是我们制造出的这些丑恶。唯独当你对所有的事物革新之后，你才能欣赏到它的丰富、深度及可爱。革新组织化的宗教、传统和现今败坏的社会，然后以人本的立场来探究什么是真理（不是去模仿而是去探究），这才是教育。

服从社会、父母及老师的教导是很容易的，那是安全又容易的生存之道，不过那并不是生活，因为在其中存有恐惧、腐败及死亡。活着就是去探索什么是真相，只有在自由中才能做得到，或是当你的内心拥有永不停歇的革新时。

但是你从没有被鼓励去做这件事，没有人告诉你要发问，去探索上帝究竟是什么。如果你开始反叛，你将和所有的错误对立。你的父母及社会要你过得安全，你自己也想过得安全。安全的生活通常代表的是模仿，所以你活在恐惧中。显然，教育的意义应该是帮助我们活得自由无惧，不是吗？创造出没有恐惧的气氛，需要你和你的老师共同进行许多的思考。你知道这是什么意思吗？创造没有恐惧的气氛是一件多么伟大的事！我们必须创造它，因为这个世界已经陷在无止境的战争中，它已经被追求权力的政客误导，它充斥着律师、警察、军人以及

互相抢夺地位的野心男女。还有一些所谓的圣人、宗教的教主以及他们的追随者，他们也想在今生或来世得到权力、地位。

这是一个疯狂的、完全混乱的世界，每个人都在和别人作对，极力想达到一个安全的位置，一个有权势或享福的位置。这个世界被冲突的信念、阶级意识、不同的国家主义、各种形式的愚蠢及残酷所分割，而这就是你要学着去适应的世界。你被鼓励去适应这个悲惨的社会，你的父母要你这么做，你自己也想这么做。

然而，教育的意义只是帮助你顺应这个败坏的社会制度吗？还是要给你自由，一种全然的自由，来让你成长并创造一个不同的社会，一个新世界？我们必须拥有这份自由，不是在未来，而是现在，否则我们将被彻底消灭。我们必须立刻创造出自由的气氛，你可以在其中生活并且探索什么是真相，然后你会变得有智慧、有能力面对及了解这个世界，而不只是顺服它。因为在你的心底深处，你是不断在革新的，也只有那些不断革新的人，才会发现什么是真理，那些服从与跟随传统的人是无法做到这一点的。只有不停探索、不停观察、不停学习，你才会发现真理、上帝或爱。如果你的心中有恐惧，你就不能探索、观察、学习，不能深入地察觉。所以，教育的意义很显然就是消除外在及内在破坏人类思想、关系及爱的那份恐惧。

**问：**如果所有人都抱着改革这个世界的态度，世界不是会变得一团混乱吗？

**克里希那穆提（以下简称“克”）：**先注意听听这个问题，因为了解问题而不空等答案是很重要的。这个问题是：如果所有人都抱着改革这个世界的态度，世界会不会产生混乱？然而，目前的社会是否已经完美到如果每个人都革新它就会产生

混乱？难道“目前”没有混乱吗？一切都是完美无缺的吗？每个人是否都过得快乐、充实而丰盈？难道人与人没有彼此作对，没有野心及粗鲁的竞争？所以这个世界已经在混乱中了，这是我们首先要知道的。不要理所当然地认为这是一个有秩序的社会，不要被言语所麻醉。不论印度、欧洲、美国，这个世界正在衰败中。如果你看见了衰败，你就会开始向它挑战，寻找方法来解决这个紧迫的问题。

你如何面对这项挑战是很重要的，不是吗？如果你以印度教徒、佛教徒、基督教徒的立场来反应，你的反应就受到限制，因此根本就不算是反应。你的心中必须没有恐惧（当你不以印度教徒或资本主义者的身份来思考，而是站在一个想解决问题的完整之人的立场时，你才能充分而确切地反应）。同时，你必须对社会上野心钻营的基本态度有革新的做法，当你不再有野心，不再汲汲营营，不再执著于安全感，才能迎接挑战，创造出一个新的世界。

**问：革新、学习及爱，这三件事是分开程序，还是同时发生的？**

克：它们当然不是分开的程序，而是合一的。你看，明白问题是很重要的。这个问题是建立在理论上，而不是建立在经验上的。这个问题只是口头的、知性的，所以它不生效。一个没有恐惧的人，一个真正处在革新状态的人，他不断找寻学习及爱的意义，这样的人是不会去问一个或三个程序的。我们对言辞都太聪明了，我们以为提出解释就已经解决了问题。

你知道学习的意义是什么吗？当你真的在学习时，你是通过你的生活在学的，你没有任何特定的老师，每一件事都在教导你——一片枯叶、一只飞鸟、一种气味、一滴眼泪；有钱的、

贫穷的、哭泣的人们；女人的微笑、男人的骄傲——你从所有的事物中学习，所以你并没有一个特别的指导者，没有哲学家，没有灵性导师。生活本身就是你的老师，你是处在不停歌的学习状态中的。

**问：**社会真的是建立在野心及钻营上的吗？但是如果没有了野心，我们不会衰败吗？

**克：**这真是一个非常重要的问题，值得特别注意。

你明白专注是什么意思吗？让我们来研究一下。在教室里，当你望向窗外或拉别人的头发时，老师会叫你专心，这是什么意思？这表示你对这门课没有兴趣，所以老师必须强迫你专心。事实上，这当中根本毫无专注可言。你必须对一件事深感兴趣才会专注，然后你才会想要知道相关的所有事情，你的整个心、整个人才可能专注。同样的，如果你认识到你所提出的问题的重要性，你就会有兴趣想知道这件事的真相了。

我们首先不要问野心是对或错，我们应该先弄清楚的是：野心者是否毁灭了他们自己？观察你周遭的人，观察那些有野心的人。当你野心勃勃时，你会怎么样？你是不是只想到你自己？你表现得很残酷，把别人推向一边，因为你想实现你的野心、想变成大人物，所以我们创造了一个成功和失败的人彼此冲突的社会。在你和其他嫉妒你的人之间，存在着不停的争战，然而这种冲突能带来富有创造性的生活吗？

当你为了自己所爱而去做一些事情时，你有野心吗？你以自己的全心全意去做一件事，不是因为你想得到利益、达到特定的目标或得到更大的成就，只因为你爱这件事，在这其中是没有野心的，不是吗？在这过程中并没有竞争，因为你不想和任何人争第一名。

教育是否应该帮助你了解你真正爱做的事是什么，然后在你的一生中，你会努力去做你认为值得又深富意义的事？否则你的人生可能会过得很悲惨！你不知道你真正想做的是什么，你的心陷入一种例行公事，其中只有无聊、衰败及死亡。（所以当你年轻时，找到你真正“爱”做的事是很重要的，这是创造新社会的唯一途径。）

**问：**在印度，就像其他大部分国家一样，教育是被政府控制的。在这种情况下，是否可能实现你所形容的教育方法？

**克：**这位先生的问题是，如果没有政府的帮助，这种学校是否能存在？（他看见世界上所有的事愈来愈被政府、政客、权威人士所控制；他们想要塑造我们的思考方式，他们想要我们照着一定的模式思考。不论是在哪个国家，一般的趋势都是由政府控制教育。）这位先生问我，如果政府不加以援助，这种学校能不能实现？

然而，“你”怎么说呢？你知道的，如果你觉得一件事既重要又有价值，你就会全心全意去做，不管政府也不管社会的敕令，然后这件事就会成功。但是大部分的人都不把心思放在任何事情上，所以才会提出这种问题。如果我们觉得新世界有可能实现，每个人都会在内心深处进行彻底的革新，不但在心理上，还在精神上进行完全的革新，然后我们会付诸心力、脑力、体力，创造出一个不因恐惧而带来问题的学校。

先生，任何真正的革新，都是由少数看见真理，并且希望活在真理中的人所创造的。但是要探索真相，就必须有突破传统的自由，也就是离开所有恐惧的自由。



