

论真理

克里希那穆提 著

罗若蘋 译

真理是无路之国
一旦你追随他人
你就远离了真理

本书是克里希那穆提探索真理的集大成之作。

“我认为真理是无路可循的，你不能通过任何宗教派别或方法而达到它。既然真理是无限、不受任何制约、无路可循的，当然也就不需要人为组织了。没有任何组织有权力强制人依循特定的道路，如果那样做，真理就会变成僵硬的教条，同时也会变成那些懦弱之人和不满足之人的玩物。”

“真理无法屈服于人，人亦无法自动移到你的脚前，你须攀登，才能到达山顶。”

力来靠近它。高山
穿越山谷、攀过悬

论真理

〔印〕克里希那穆提

梁爱君编译

图书在版编目 (CIP) 数据

论真理 / (印) 克里希那穆提著; 罗若蘋译. —北京: 中信出版社, 2013.5

书名原文: On Truth

ISBN 978-7-5086-3848-5

I. ①论… II. ①克… ②罗… III. ①真理—研究 IV. ①B023.3

中国版本图书馆CIP数据核字 (2013) 第 306808 号

On Truth

Copyright © 1995 by Krishnamurti Foundation Trust, Ltd. and Krishnamurti Foundation of America

Originally published in the United States of America

Simplified Chinese edition copyright © 2013 by China CITIC Press

All rights reserved.

本书中文译稿由台湾方智出版社股份有限公司授权使用

本书仅限于中国大陆地区发行销售

论真理

著 者: [印] 克里希那穆提

译 者: 罗若蘋

策划推广: 中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行: 中信出版集团股份有限公司

(北京市朝阳区惠新东街甲4号富盛大厦2座 邮编 100029)

(CITIC Publishing Group)

承 印 者: 中国电影出版社印刷厂

开 本: 880mm×1230mm 1/32

印 张: 6 字 数: 90千字

版 次: 2013年5月第1版

印 次: 2013年5月第1次印刷

广告经营许可证: 京朝工商广字第8087号

书 号: ISBN 978-7-5086-3848-5 / F · 2855

定 价: 35.00元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。

服务热线: 010-84849555 服务传真: 010-84849000

投稿邮箱: author@citicpub.com

出版前言

克里希那穆提 1895 年出生于印度，13 岁时被通神学会收养，这个学会认为克里希那穆提就是它一直宣扬的“世界导师”。克里希那穆提很快成长为一位强有力的、坚定的、与众不同的导师，他的谈话、著作不是关于某个具体宗教的，也不是针对西方或东方的，而是关于整个世界的。他坚决否认别人强加给他的救世主形象，并于 1929 年解散了围绕他而建立的大规模的、富有的组织，并宣布真理是无路之境，无法通过任何形式化的宗教、哲学或教派发现。

克里希那穆提终其一生都拒绝别人强加给他的所谓的导师地位。他吸引了世界各地的大批听众，但并不自封权威，不收弟子，总是以一个个体的身份同另外一个个体交谈。其宣讲的核心论点

是世界的根本转变只有通过个体意识的转变才能实现。他一直在强调有必要了解自我，了解宗教和民族主义对人类心灵的约束性与分裂性的影响。他总是强调开放心灵的必要性，因为“脑部空间蕴含着无法想象的能量”，这似乎是他创造性的源泉以及能够产生广泛影响的关键。

他坚持在世界各地发表演讲，直至1986年逝世，时年90岁。他的谈话、对话、日记和信札已被收集整理为六十余本书，这套书就是根据其留下的浩繁的资料编纂而成。这套书中，每一本都集中探讨一个与我们的日常生活息息相关且亟待澄清的问题。

目录



001 浦那
1948年10月3日

013 圣雄甘地墓
1949年1月23日

021 拉贾蒙德里
1949年11月20日

026 孟买
1950年3月12日

031 伦敦
1952年4月23日

045 在圣雄甘地墓对学生的谈话
1952年12月31日

047 孟买
1953年2月8日

050 浦那
1958年9月10日

067 《真理与真实》摘录
1975年5月18日

082 萨嫩
1975年8月1日

094 《真理与真实》摘录
1976年7月25日

097 布洛克伍德公园的对话
1979年6月28日

目录



137 加利福尼亚奥哈伊
1980年5月8日

141 孟买
1985年2月3日

149 孟买
1985年2月7日

151 孟买
1985年2月9日

161 《萨嫩最后的谈话》摘录
1985年7月21日

163 《萨嫩最后的谈话》摘录
1985年7月25日

167 布洛克伍德公园
1985年8月29日

浦那

1948年10月3日

问：你曾说过记忆并非完整的体验。我对你前些时候所说的话存有记忆，并且印象清晰。你从何可知这些并非完整的体验？请详加解释。

克：我们所指的记忆是什么？你上学学到了满脑子的事实、知识与技术。如果你是个工程师，那么应用记忆中关于工程方面的知识你就可以造出一座桥。这是事实的记忆。另外还有心理的记忆。比如说，你对我说了些令人愉快或者不悦的话，而我记住了它，等到下次再遇到你的时候，我将带着这些记忆与你相处，凭着记忆中你说过或不曾说过的话。

所以记忆有两个层面，心理的或事实的。它们总是相互关

联，因此不容易界定清楚。

我们皆知事实的记忆在作为谋生工具方面，是不可或缺的。但心理的记忆是否必要？是何种因素保存了心理的记忆？是何种因素令人记住了耻辱或者赞美？为何人们保存某些记忆，而排斥其他的呢？显然，人们保存愉悦的记忆，排斥不愉快的记忆。若你用心观照，你将明了痛苦的记忆比那些愉悦的更快被忘记。而不管你从任何层面来看心灵，或者用任何名字来称呼它，它本身就是记忆；心灵是过去的产物，它建立于过去，这就是记忆，一种受限制的状态。

现在我们总是以记忆来面对生活，来面对全新的挑战。挑战总是崭新的，然而我们的反应却总是老旧的，原因是它来自过去。所以不倚赖记忆的体验是一回事，而以记忆去体验又是一回事。也就是说，挑战总是全新的，但我们总是用一贯的方式来应付它。因此，会发生什么结果？我接收了新事物，却无法理解它，因为对新事物的体验受到过去的制约。所以，对新事物的了解总是片面的，从来没有完全了解。而只有对事物有全然的了解，才不至于使记忆留下伤痕。

当挑战来临时，它经常是全新的，而你却用旧有的方式迎接它。旧的回应方式限制了对新事物的理解，于是认识遭受扭

曲，而有了偏差。因此新的体验纳入旧的认知方式，强化了旧的体验。这可能显得有些抽象，但若你略微深入，并仔细探究，并不难理解。今天的世界局势之下，除非有新的思考方式，否则不足以处理不断出现的难题。我们无法这么做，是因我们总是用被过去制约的心，以及各种国家、地域、家庭或宗教等根深蒂固的偏见去应付今天与将来。也就是说，先前的体验阻碍了我们正确认知新的挑战，导致我们持续地培养并强化记忆，所以无法了解新的事物，乃至无法全然地面对挑战。只有当人有能力以全新、鲜活的方式，抛弃旧日偏见面对挑战时，心灵才得以富饶，并结出丰硕的果实。

发问者提到：“我对你前些时候所说的话存有记忆及清晰的印象。从何可知这些并非完整的体验？”若你对一件事只有一个印象、记忆，那显然是不完整的体验。如果你理解了我所言之言，悟出其中真理，那真理就不单单是记忆。真理并非记忆，因为它总是全新的，它本身不断在变化。你对我前些时候所说的话存有记忆。为什么呢？因为你把我的话当作指引，但却未全然了解。你想深入了解，所以便会有意无意地将其保存下来。但若你全然了解，也就是全然明白其中的真理，那么你将发现关于它没有任何记忆存在。

我们的教育就是记忆的培养与强化。所有的宗教修行与仪式，阅读和知识，全都是记忆的强化。这些有何意义？为何我们总是抓着记忆不放？我不知你是否曾注意到，若你变老，你会惦记着过去，缅怀它的喜悦、痛苦；如果你还年轻，你会期待未来。我们为何会有这样的行为？记忆为何变得如此重要呢？显而易见，这都是因为我们不能全然地活在当下。我们不断地将现在当成一种手段，一种达成未来目标的手段，所以当下就显得无足轻重。而我们无法活在当下的原因是我们不停地将现在当作通往未来之路。因为我无时无刻不想着成为某某，所以就无法全然认识自我，而认识自我——当下的我究竟为何，则与记忆无关。相反，记忆是了解真相的障碍。

我不知道你是否注意到，唯有在心灵不被记忆之网套住时，才会有新思想或新感觉来临。在两种思绪、记忆之间存在着间隔，而当那间隔可以维持下去时，便产生了一种不再是记忆的新状态。我们拥有记忆，并培养记忆，将它视为延续自我的一种手段。也就是说，只要我们不停止培养记忆，“我”与“我的”就变得非常重要。于是我们背负着“我”和“我们”，让记忆在我们的生活中扮演了相当重要的角色。假如你没有记忆，你的财产、你的家庭、你的观念就不会这么重要；因此为

了强化“我”与“我的”，你继续浇灌着你的记忆。可是你若静心观察，将会发现两个念头之间、两种情绪之间，有个间隔。在这个非记忆产物的间隔内，存在着脱离“我”与“我的”的非凡自由，并且这个间隔是超越时间的。

让我们以不同的方式来看问题。确定无疑的是，记忆就是时间，不是吗？我的意思是，记忆创造了昨天、今天和明天。昨日的记忆造就今天，并形成明天。也就是说，过去通过现在创造了未来。其中时间历程相续不断，这正是我们的意志力造成的。记忆就是时间，透过时光流逝，我们企求达成目标。今天我是个小职员，但只要给我足够的时间与机运，将来我会成为经理、老板，所以我一定需要时间。基于同样的心理，我们宣称：“我将证悟实相，我将得见上帝。”因此，我需要时间来了解，这表示我必须培养记忆，强化记忆，借着练习、训练，去实现，去获得，去成为某人，而这一切都意味着时间的相续不断。因此透过时间，我们企求超越时间；透过时间，我们梦想着永恒。你能这样做吗？你可以经由记忆，即时间的产物，在时间之网内捕捉永恒吗？

超越时间只能在记忆止息时达成。假如你能明白这项事实——经由时间，则无法超越时间，那么我们就可以深入探

讨记忆这个问题。技术知识的记忆是必要的，但心理记忆维持“自我”、“我”与“我的”，给予认同感与自我延续感——却不利于理解生命与真相。如果你可以看清其中的真相，错误就消失了，那么就没有昨日记忆的心理残留了。

当你初次看到美丽的夕阳或田野中美丽的树木时，你全然地陶醉于美景，于是你带着重温旧梦的渴望回头找它。当你这么做时会发生什么结果？全无陶醉可言，因为这是昨天落日的记忆正催促着你，赶着你，令你快点回来。昨天的你不带一丝记忆，只有发自内心的赞叹，是直接的反应，但今天的你却渴望再一次捕捉昨天的体验。也就是说，记忆正干扰着你享受夕阳时光，因此你不再陶醉，不再有那纯然与丰富的美了。再比如说，你有个朋友昨天对你说了什么，不管是侮辱或赞美之言，你都储存于记忆之中。而带着那记忆，今天你又遇到了这位朋友。其实，你所遇到的并不是你的朋友——你带着昨天的记忆，而它干扰着你。记忆不断地包围我们与我们的行动，因此我们不再有新奇与新鲜感。这就是记忆使生命枯萎、呆滞与空虚的缘故。

记忆强化了“我”与“我的”，因此我们生活在对他人的敌意中。通过现在的行动，记忆有了生命，也就是我们在当下

赋予其生命；但若我们拒绝赋予其生命，则记忆将消逝无形。因此对事实与技术知识的记忆显然是必要的，但保存心理的记忆将妨碍我们对生命的了解，以及心灵相互间的交流。

问：你曾说当意识静止时，潜意识将会自己出来。潜意识是否为一个层次较高的存在呢？而我们是否有必要释放出所有隐藏在迷宫般的潜意识内的东西，以寻求自我解脱？我们又该如何去做呢？

克：我不知道我们之中有多少人晓得潜意识的存在，以及我们意识的不同层次。我想大部分的人只知道它与日常生活有关，是整天活动、喋喋不休的表面意识。我们不知道那隐含于其他层次意识的深度、重要性及其意涵。只有在偶然间，经由梦、暗示等途径，人们才能意识到另有其他层次的意识存在。我们都太忙了，以至于日常生活、娱乐、性欲、虚荣心占满了我们的心灵，使我们只看到表面意识。多数人把生命浪费在追求权力、政治或个人的成就与地位上。

现在，有人问道：“潜意识是否为一个层次较高的存在呢？”这是要解答的第一点。在我们思考的过程之外，是否有另一个层次较高的存在呢？无疑，只要思考的过程还存在，它

就可以被分为较高或较低的层次，但却没有一个更高的存在，或永恒的存在能避免无常的变动。所以我们必须仔细探讨这个问题，以了解意识的重要性。我曾经说过当你心怀疑问而苦思难解时，你经常会在清晨醒来时恍然大悟。当意识寂然不动时，隐藏于内的潜意识就开始运作，着手解决问题。所以，你一觉醒来时，答案就揭晓了。可以肯定的是，这意味着隐藏的潜意识在你睡觉时并不休息，无论何时它都不停地运作。

虽然表面意识或许会沉寂，其他不同层次的无意识层面却正埋首解决问题，并且自然地将它本身投射到清醒的表面意识上。那么，现在的问题是：那是高层次的存在吗？显然不是。你指的“高层存在”是什么呢？你指的是超越时空的灵性存在，不是吗？你被思想占据，所以这个你所能设想的一定不是灵性存在——它是思想的一部分，它脱胎于思想，在思想的范畴之内。不论你称它什么，它仍是思想的产物；因此，它是思想的产物，不是灵性存在。

下个问题是：“我们是否有必要释放出隐藏于迷宫般的潜意识内的东西，以寻求自我解脱呢？我们又该如何去做呢？”如我所说，意识有许多不同层次。首先，最外层的是表面意识，在表面意识之下存有记忆，因为若没有记忆的话，就没有任何