

20世纪最卓越的心灵导师与最具影响力的顶尖物理学家对话

# 超越时空

## The Ending of Time

〔印度〕克里希那穆提 J. Krishnamurti 著  
〔美〕大卫·博姆 David Joseph Bohm

胡因梦 译



中国长安出版社

# 超越时空

The Ending of Time

〔印度〕克里希那穆提 J. Krishnamūrti  
〔美〕大卫·博姆 David Joseph Bohm 著



中国长安出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

超越时空/(印)克里希那穆提.(美)博姆著;胡因梦译.

—北京:中国长安出版社,2009.6

书名原文: The Ending of Time

ISBN 978-7-5107-0026-2

I.超… II.①克…②博…③胡… III.人生哲学—通俗读物  
IV.B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2009)第089341号

版权登记号:图字 01-2009-3531

Copyright©1985 Krishnamurti Foundation Trust Ltd.

Krishnamurti Foundation Trust Ltd.

Brockwood Park, Bramdean, Hampshire

SO24 0LQ, England.

E-mail: [info@brockwood.org.uk](mailto:info@brockwood.org.uk). Website: [www.kfoundation.org](http://www.kfoundation.org)

上架建议:人生哲学—心灵读物

## 超越时空

[印度]克里希那穆提 [美]大卫·博姆 著  
胡因梦 译

---

出版:中国长安出版社

社址:北京市东城区北池子大街14号(100006)

网址: <http://www.ccapress.com>

邮箱: [ccapress@yahoo.com.cn](mailto:ccapress@yahoo.com.cn)

发行:中国长安出版社 全国新华书店

电话:(010)65281919 65270433

印刷:三河市祥达印装厂

开本:700mm×1000mm 1/16

印张:17.5

字数:150千字

版本:2009年6月第1版 2009年6月第1次印刷

---

书号:ISBN 978-7-5107-0026-2

定价:28.00元

## 中文简体版序言

胡因梦

大卫·博姆诞生在美国宾州的一个犹太家族。他的父亲拥有一间家俱行，余暇时也充当附近犹太教拉比(神职人员)的助手。博姆1939年从宾州大学毕业之后，便前往加州科技学院进修一年，随后又在物理学家奥本海默的指导下，转入理论物理学的研究，并且在柏克莱大学获得了博士学位。

除了深入于物理学研究之外，博姆当时也是一位信仰社会主义的大学生；他参与过被FBI冠上共产组织头衔的青年激进团体。从这些阅历我们可以看出博姆早期思想的前卫倾向。

第二次世界大战期间，曼哈顿计划策动了柏克莱大学投入物理方面的研究，而制造出世上第一颗原子弹。当时奥本海默曾要求博姆一同进行原子弹的研发工作，但博姆的政治背景遭到当局质疑而未通过安全检查。于是他决定留在柏克莱大学继续教物理，直到1943年完成博士论文时发生了一件令他啼笑皆非的事。这个事件令他间接地促成了1945年的广岛原子弹轰炸行动，因为他在质子与重氢子撞击上的计算方式，被证实有利于曼哈顿计

划，但美国政府却将他的论文列为国家机密文件，甚至连博姆本人都无权拥有它。

“二战”结束后，博姆变成了普林斯顿大学的副教授，与爱因斯坦密切地合作进行研究。1949年5月麦卡锡主义当道，博姆被美国政府威胁，要他提供当年参与共产主义组织的其他成员名单，被他一口拒绝了。在种种因缘际会之下，博姆最后搬到英国伦敦，成为比尔贝克学院（Birkbeck College）的理论物理教授。

1959年，博姆的妻子莎拉向他推荐了在英国图书馆里发现的一本书，作者就是克里希那穆提（J·Krishnamurti）。博姆察觉克氏的思想，或者说他在终极实相上的体悟，竟然和自己在量子物理上的发现完全吻合，于是和妻子共同去探访克氏，结果两人不但成为长达二十五年的知心朋友，而且也将彼此脑力激荡出来的智慧，结集成书籍、录音带和电子数据。这本《超越时空》（The Ending of Time），就是这两个超级心智交会出来的智慧结晶。

有关克氏的生平简介，读者可以参阅内地已出版的其他克氏著作。这位已澈见实相的悟道智者，仍然需要许多“当机说法”的朋友从旁协助。博姆可以说是克氏一生中最为旗鼓相当的“当机者”。

《超越时空》借由审慎仔细的逻辑推演，一步步地揭露了心理冲突的根由，以及转化的关键方法。并且深入地探索了突破自我中心活动的重要性，以及如何让四分五裂的思想及个人烦恼止息下来。

此书译成中文在中国台湾出版，是近二十年前的事情。如今转成简体字在大陆出版，又是一场启蒙运动的开端。短短的几年时间，已经可以在内地机场的书店里看到克氏的译作，我感到十分欣慰。受克氏洞见影响的中国人越多，国家就越能避免走上西方

人开辟出来的歧路，一条空洞而缺乏意义的物化途径。科技再进步，物质文明再发展，也不能承诺幸福和快乐；我们已经从博姆，这位科学界举足轻重的理论家的言谈中，领略了科技和唯物主义的瓶颈。

2009年5月于台北

## 中文繁体版序言

胡因梦

《超越时空》是克里希那穆提与大卫·博姆的对谈录。两位都是20世纪最具影响力的超级心智。克氏的简介及精神内涵，读者可以从《人生中不可不想的事》、《从已知中解脱》和《般若之旅》中略知一二。而大卫·博姆的背景资料，台湾的读者知道的可能更为有限，以下就是他的简介。要特别一提的是，简介中有一首博姆心爱的小诗，应该是他生命哲学的浓缩。我的译诗能力不够，只得向余光中先生求救，结果他在几天之内就寄来了回信，这首小诗才能以最完美的面貌呈现在读者面前。在这里要郑重感谢余先生的协助。

大卫·博姆是奥本海默（J·Robert Oppenheimer）的弟子、爱因斯坦的同事，又是克里希那穆提的对谈伙伴。他不只是举足轻重的科学家，同时也是20世纪主要的哲人。他的代表著作分别是：《量子力学》、《现代物理学的因果法则与或然率》、《相对论的特殊理论》、《秩序与创造力》、《整体性、暗含的秩序以及科学》。他的理论涵盖了科学、哲学、宗教、艺术以及语言学等

各种领域。

以下是著名科学家及“新时代”刊物对他的评语：

诺贝尔奖得主贝尔（J.S.Bell）——“博姆在1950年发表的量子力学论文，曾经带给我很大的启示。”

诺贝尔奖得主普里戈金（Ilya Prigogine）——“科学界的人早已熟知大卫·博姆对于现代理论物理学的贡献。其实他在认识论上的深入研究更为独树一帜。”

“大泛杂志”（Omni Magazine）——“1950年博姆发表的量子力学著作，是大部分物理学家心目中的范本。很讽刺的是，博姆本人却从未真正接受过这个理论。他这份质疑后来逐渐演变成了完全不同的观点，为实相的观察带来了崭新的视野。”

“新时代月刊”（Aew Age Journal）——“博姆的关注焦点已经转向社会问题。他透过整体性的小组讨论，发展了一套革命性的解决社会冲突的方法，他称这种方法为对谈。”

现代物理学的经典之作《物理之舞》（The Dancing Wu Li Master）——“当大部分的物理学家对博姆的理论仍然存疑时，我们的文化里却有数以千计的人立即接受了他。这些人因为要追寻实相的终极本质，已经开始脱离科学。如果博姆的物理学或类似的物理学未来会异军突起，成为物理学的主力，那么东西方的舞蹈将融合得十分协调。21世纪的物理学课程可能还包括静坐冥想。”

从旁观者的口中我们已经对大卫·博姆有了一些认识。现在应该听听他自己的心声了：“我在小学四年级时，老师给了我一本有关天文学的书，书里谈的都是地球、太阳及各种星球的事。它使我觉得除了我居住的那个狭隘混乱的小镇之外，还有一个更超越的世界存在。这本书对我的影响非常之深，它促使我步上了



科学研究的道路。书中的第一页就是法兰西斯·布尔迪荣的一首小诗：

黑夜有一千只眼睛， The night has a thousand eyes,  
白昼啊只有一只； And the day but one;  
但亮丽世界的光辉 Yet the light of the bright world dies  
随日落而消逝。 With the dying sun.  
头脑有一千只眼睛， The mind has a thousand eyes,  
心灵啊只有一只； And the heart but one;  
但整个生命的光辉 Yet the light of a whole life dies  
随情尽而消逝。 When love is done.

这首诗像是预警，提醒着我们不该再过度强调知识的重要，因为它可能只是微弱的星光而已。这个观点当时看起来有点扫兴，多年以后我才真正发现，无论我们在科学或其他领域里多么努力，如果不能建立生命之间更深刻的情谊，这些努力都将是白费。”

## 目录

中文简体版序言 /胡因梦 001

中文繁体版序言 /胡因梦 004

### 1. 心理冲突的根由 001

心理一产生时间感，我们就会希望自己“变得”更完美，人类如果不渴望“变成”什么，宗教就不会那么受欢迎了。

### 2. 清除心中的陈迹 023

如果所有的努力都只是想找到一个超越自我的东西，那么这份努力以及获得的境界，仍然局限在“我”的范围之内。如果心仍在追寻或摸索着某个不可解的东西，它就仍然卡在时间的范畴之内。

### 3. 人类为何视思想为至宝？ 042

人们起初利用思想去描述真相，久而久之就成了知识。然后知识逐渐使人们的思想概略化、僵化，于是就看不到真相了。思想因此而变成最重要的东西。

### 4. 打破自我中心的活动模式 070

人类只要能“无我”，就有可能拥有完整的洞悉力，因为“我”就是时间。

我在知识的路上已经走了几千年了，于是我现在告诉自己，也许我应该从完全不同的方向来看问题，我应该把所有累积的知识都放下。

### 5. 存在的背景和人类的心智 088

我们都太聪明了，我们全都沉溺于辩证、争论和知识之中，根本看不见简单的真相了，因为我们拒绝看到真相。因此我们只能做一件事，

那就是认清我们所有的努力都是白费。你知道，认清这点并不会令人沮丧，反而像凤凰从灰烬中重生般的美妙。

#### 6. 洞悉力能否使脑细胞产生质变? 103

洞悉力之中没有时间感，它不是时间的产物，因为时间之中只有陈旧的记忆。洞悉力之中也没有意念的活动，因为意念全是一些记忆、经验、知识之类的时间活动。

#### 7. 死亡的意义不大 127

我们的心智活动能不能和它一样?因为它不受制于时间制约，所以也就不受制于死亡了。一旦领悟了没有界分这件事，死亡就没有任何意义了。

#### 8. 他人的洞悉力能否觉醒? 149

整体人类都见到实相，才能造成真正的改变。

“把过去的一切都放弃，你将会有更好的未来。”他们也许觉得自己并不执着于过去，而比较期待未来，而未来也是过去的一部分。

#### 9. 老化与脑细胞的关系 169

脑子总是陷在各种烦恼和执着里面，它通常都处在心神不宁的状态，这也许就是最主要的退化因素。

#### 10. 宇宙秩序 196

冥想必须是完全无为的，不刻意强求的。整个宇宙都处在冥想的状态中，这种境界中已经没有任何界分和对立。日出日落，这是星球之间的秩序。整个宇宙都处在完美的秩序中。人类建立的秩序，就是要去除所有的冲突。

#### 11. 心理知识的断除 216

为什么人类无论多么博学、多么富有哲理及宗教训练，最终还是落入窠臼?

那些想获得解脱的人，其实知识就是他们最大的障碍。因为心理上累积的知识变成了偏见，于是就造成了界分与对立，种种问题也跟着产

生了。

## 12.宇宙心 227

“宇宙心”指的就是超越个人的心。我们必须从所有的反应、思想的局限和时间感之中彻底解脱出来，否则我们就无法真的领会空寂的心以及宇宙秩序。

## 13.个人的烦恼能否解除？ 244

人类之所以不能改变，就是因为他们缺乏深入观察的能力。只要能够全观，问题就能解决；精神一涣散，问题就出现了。

你必须全心全意，甚至以全生命来从事这项探索。从人类共通的本质往内心更深的地方探索，那里也许就有最纯净的爱、慈悲及智慧了。

## 1. 心理冲突的根由

**克**<sup>①</sup>：我们该如何开始讨论？首先我想提出一个问题：人类是否已经误入了歧途？

**博姆**：歧途？很显然的，而且早就走错了。

**克**：这也是我的感觉。但为什么会如此？以我看来，人类一直都想“变成”理想中的什么，因此才出了问题。

**博姆**：很可能。有一回我读到一篇东西，非常令我震惊。文章上说，五六千年以前，当人类刚刚懂得掠夺和奴役其他生命的时候，就已经误入歧途了。从此以后人类生存的目的就变成了剥削和掠夺。

**克**：除此之外，还有一种心理上的“变成”需求。

**博姆**：人类在剥削和掠夺之下到底会“变成”什么？人类发明了许多技术和工具，本来应该用在建设性的方向，为什么会转而走上掠夺邻人的捷径。他们到底想“变成”什么？

**克**：这一切的根由都来自于冲突。

**博姆**：哪些冲突？如果我们设身处地为先民着想，你认为会是哪些冲突？

**克**：冲突的根由是什么？不只是外在的，也包括人类内心的巨大冲突。

---

<sup>①</sup>全书“克”即为“克里希那穆提”。——编者注

**博姆：**冲突似乎是由相互矛盾的欲望引起的。

**克：**不。所有的宗教信仰都鼓励人们“变成”什么，或“达成”什么，对不对？

**博姆：**什么原因使他们产生了这种渴求？他们为何不满意自己的现状？你知道，人类如果不渴望“变成”什么，宗教就不会那么受欢迎了。

**克：**是不是因为他们逃避自我、不能面对现实，才转而渴求更多的东西？

**博姆：**你认为人们不能面对的是哪些现实？

**克：**就是基督徒所谓的“原罪”。

**博姆：**但是歧途是在更早以前就步上的。

**克：**没错，是更早以前的事了。印度教徒早已相信轮回之说，然而这种信仰的起源又是什么？

**博姆：**我们已经说过了，因为人类无法面对现实。不论现实是什么，他们总是幻想情况能变得更好。

**克：**没错，他们总想“变得”更好。

**博姆：**我们可以这么说，他们一旦有能力把东西制造得更好，就推而广之地要求自己：“我也需要变得更好。”

**克：**对，在心理上要求自己变得更好。

**博姆：**我们大家都必须变得更好。

**克：**很正确。那么这一切的根由是什么？

**博姆：**我认为思想很自然地总要投射出更高的目标。也就是说，思想的本质里就有这种成分。

**克：**是不是由外在转变成了内在的渴求？

**博姆：**如果外在的一切都能变得更好，我的内心为什么不能变得更好？

**克：**这就是冲突的原因吗？

**博姆：**有点接近了。

**克：**逐渐接近了？时间？时间是不是因素之一？我们总是说：“我需要更多的知识来完成这个或那个。”同样的原则是不是也用在心理上了？时间是不是主因？

**博姆：**我看不出时间本身就是唯一的因素。

**克：**不，我不是这个意思。我是说“变成”之中就暗示着时间的成分。

**博姆：**没错，但是我看不出时间能造成什么问题。至少它在心外并没有造成什么困扰。

**克：**它还是造成了某些困扰。不过我们现在要讨论的是内心的时间感。

**博姆：**我们必须先弄明白心理上的时间感为什么具有破坏性。

**克：**因为我们总想“变成”什么。

**博姆：**没错，但是大部分人都会说这是很自然的事。你必须解释清楚“变成”有什么不对。

**克：**我一旦想变成什么，就会产生内心的冲突和永不休止的交战。

**博姆：**好，让我们再深入一点：它为什么会造成内心永不休止的交战？我在改善自己的社会地位时，并没有引起内心的交战啊！

**克：**外在还不成什么问题，相同的原则一用在内心，就会造成矛盾。

**博姆：**矛盾何在？

**克：**“本来的面目”和“应有的面目”之间就存在着矛盾。

**博姆：**它为什么只会造成内在而非外在的矛盾？

**克：**因为在内心里它会制造一个自我中心，不是吗？

**博姆：**没错，但是我们能否找出它会制造自我中心的理由？时间也会在心外制造同样的问题吗？似乎没有这个必要。

**克：**确实没有这个必要。

**博姆：**如果我们的内心一产生时间感，就会强迫自己改头换面。

**克：**正是如此。人的脑子是否已经习惯于冲突，因此一概拒绝接受其他方式的生活？

**博姆：**人为什么要认定冲突是不可避免的？

**克：**冲突的起源到底是什么？

**博姆：**我们已经讨论过了，我们本来是一种面目，心里又想变成另外一种面目。当两种需求并存时，冲突就产生了，对不对？

**克：**我了解你的意思。但是我要找出的是所有的不幸、困惑、冲突及挣扎的起源，所以在一开头就提出了人类是否误入歧途的问题。“我非我”是否就是问题的起源？

**博姆：**我认为现在又更接近答案了。

**克：**没错，就是它了。为什么人类会制造出一个“我”？只要有“我”，就一定产生冲突，只要有“我”和“你”，“我”比“你”更好……等等，问题就产生了。

**博姆：**我想这是人类在远古以前就犯下的错误，我们一旦懂得分别外在的事物，就已经步入歧途了。其中并没有恶意，只是无知而已。

**克：**的确如此。

**博姆：**看不清自己在做什么。

**克：**这是否就是所有冲突的起源？



**博姆：**我不太能确定，你的感觉呢？

**克：**我的观察告诉我，真正的起源是自我感，“我”。

**博姆：**是的。

**克：**假如没有自我感，什么问题都没了，冲突也没了，时间感也没了，也不会再有“变成”什么或“不变成”什么的问题了。

**博姆：**但是我们很可能又会重蹈覆辙。

**克：**等一等，有没有这样的可能？巨大无边的能量被窄化于心智的范围内，由于脑子无法承受这么巨大的能量，因此也缩小了？你了解我的意思吗？

**博姆：**我了解。

**克：**于是脑子就逐渐缩成了“我”。

**博姆：**我不太明白这点。我知道有这个现象，但是我不明白其中的步骤。你是说脑子确实无法承受这么巨大的能量，还是，脑子决定自己无法承受这么巨大的能量？

**克：**脑子确实无法承受这么巨大的能量。

**博姆：**如果它真的无法承受，那么人类就没有出路了。

**克：**等一等，让我们慢慢讨论。我想再深入一点来探讨。为什么脑子里的思想会创造出一个有自我感的“我”，为什么？

**博姆：**我们需要一个能赖以运作的身份。

**克：**是的，为了运作。

**博姆：**为了得到归属感。

**克：**就是这些外在的活动造成了“我”吗？我认同我的家，我的房子、我的职业，于是这些逐渐都变成了“我”。

**博姆：**我认为你所说的“大能”也进入了自我的范围。

**克：**没错，我们等一下会谈到的。