



# 自由是什么

〔印度〕克里希那穆提 著

*J. Krishnamurti*

唐发铨 译

学林出版社



# 自由是什么

---

[印度] 克里希那穆提 著  
唐发铨 译

学林出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

自由是什么/(印度)克里希那穆提著;唐发铨译. —上海:学林出版社,2007. 12

ISBN 978-7-80730-470-8

I. 自… II. ①克…②唐… III. 自由—研究  
IV. D081

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 188866 号

## 自由是什么



作者——(印度)克里希那穆提

译者——唐发铨

责任编辑——乐惟清 马健荣

特约编辑——张华

封面设计——魏来

出版——上海世纪出版股份有限公司

学林出版社(上海钦州南路 81 号)

电话:64515005 传真:64515005

发行——新华书店上海发行所

学林图书发行部(上海钦州南路 81 号 1 楼)

电话:64515012 传真:64844088

印刷——上海肖华印务有限公司

开本——889 × 1194 1/32

印张——5.75

字数——13 万

版次——2007 年 12 月第 1 版

2007 年 12 月第 1 次印刷

印数——7000 册

书号——ISBN 978-7-80730-470-8/B·27

定价——18.00 元

(如发生印刷、装订质量问题,读者可向工厂调换。)

## 编者的话

克里希那穆提于 1895 年出生在印度，曾被认定为一位精力充沛、性格坚定的导师，他的论述既非东方也非西方。他宣布：真理是“无路可达之国”，无论哪一种形式化的宗教、哲学、宗派都没有办法进入这个“国度”。

他始终不接受别人强加给他的导师身份。世界各地的听众着迷于他，但他却宣布自己不是权威，而且也没什么戒律。他的宣讲始终就如与人面对面的讲话。他所传播的主要思想是：只有个人意识的转变，才能引发社会的根本变动。他始终强调要有自知之明，要理解由宗教和国家而来的制约性或分离性影响。克里希那穆提一直强调：我们所急需的是“开放”，即“有着难以想像的能量的大脑里的巨大空间”。这一“开放”的“巨大空间”，正是他自己的原创性的丰富源泉，也是他对世界范围各式人等产生巨大震撼的关键所在。

他一直给世界各地的人们宣讲，直到 1986 年才停止呼吸，享年九十。由他的讲话、日记、书信结集而成的著作超过六十本（一说四十本）。本套克里希那穆提

著述系列就是从他大量的讲义中撷取出来的。系列中的每一本书，都有一个和人们的日常生活有着密切联系而又极为重要的主题。

# 目 录

编者的话.....	1
孟买·1948年3月7日.....	1
班加罗尔·1948年7月18日.....	6
浦那·1953年1月31日.....	8
孟买·1953年3月8日.....	13
和拉吉特学校的孩子交谈·	
瓦拉纳西·1954年1月20日.....	17
浦那·1958年9月21日.....	19
孟买·1958年12月3日.....	22
孟买·1958年12月14日.....	27
马德拉斯·1959年11月22日.....	35
孟买·1959年12月23日.....	44
瓦拉纳西·1960年1月24日.....	46
奥嘉义·1960年5月21日.....	49
瓦拉纳西·1962年1月1日.....	56
新德里·1962年2月14日.....	65
撒宁·1962年7月31日.....	66

撒宁 · 1963 年 7 月 11 日 .....	70
马德拉斯 · 1964 年 1 月 15 日 .....	75
孟买 · 1964 年 2 月 16 日 .....	79
孟买 · 1964 年 3 月 1 日 .....	86
撒宁 · 1964 年 7 月 14 日 .....	96
瓦拉纳西 · 1964 年 11 月 26 日 .....	100
马德拉斯 · 1964 年 12 月 16 日 .....	102
撒宁 · 1965 年 7 月 18 日 .....	105
撒宁 · 1965 年 7 月 27 日 .....	116
罗马 · 1966 年 4 月 10 日 .....	119
新德里 · 1967 年 11 月 19 日 .....	121
新德里 · 1967 年 11 月 23 日 .....	126
论自由与秩序 · 摘自《克里希那穆提论教育》第四章 .....	130
自由与领域 · 摘自《传统和革命》对话十九 ·	
马德拉斯 · 1971 年 1 月 16 日 .....	135
布洛伍德公园 · 1972 年 9 月 9 日 .....	139
撒宁 · 1976 年 8 月 1 日 .....	146
撒宁 · 1978 年 7 月 13 日 .....	151
布洛伍德公园 · 1978 年 9 月 12 日 .....	156
智力、电脑和机械之灵魂 · 摘自《智力之道》 ·	
瑞西谷 · 1980 年 12 月 4 日 .....	157
人之未来 · 摘自《智力之道》第三章 ·	
新德里 · 1981 年 11 月 5 日 .....	162
撒宁 · 1984 年 7 月 10 日 .....	164
布洛伍德公园 · 1985 年 8 月 31 日 .....	170

1948年3月7日

人怎样才能彻底完成从“变”到“定”的转变？一个人如果一直在变，那就说明他一直在努力，在挣扎，在和自己作斗争。他就压根不会了解何谓定，须知定是一种本性，一种自由。我很想搞清楚这个问题。多年来我始终约束自己，不要羡慕他人，要成为无羡慕心的人。但是我如今已置之度外，并放弃了这种努力，回归了本性。因为我知道，只要我力图变成所谓的正人君子，我就给自己圈起了一道封闭之墙。封闭之墙里无自由可言。我只能感觉到——被动地感觉到正在发生变化。如果我本性浅薄，我会被动地感觉自己的确浅薄，不会挣扎着要改变自己。如果我易怒而又嫉妒，如果我无情无义、垂涎他人，我会感觉到，但决不同这些情感抗争。一旦我们和一种品质对抗，这种斗争就会十分艰难，抵抗的力量就更为顽强。这道抵抗的墙壁就是我们心目中所谓的正人君子，但对正人君子而言，真理永远不可能到来。只有自由之人才能得到真理，自由之人不



会思考过去，所谓做一个正人君子，就是由思考过去而来的。

所以，一个人必须感觉到这种挣扎，感觉到这种永无止息的斗争。莫对抗、不谴责，只要感觉到就够了。只要你真的注意到这点（即便是被动的），只要你时刻留意，你就会发现，嫉妒、羡慕、贪心、暴力——这些东西就会一扫而空。秩序就会来临，那么平静，那么迅速地来临。来的是秩序；来的不是正人君子，来的不是封闭之墙。真正的本性是自由，自由绝不会处于封闭之中。真理只有在自由中才会定型出来。因此，具备本性，不成为正人君子才是关键，因为本性带来秩序。正人君子的方寸会乱，因为他们置身于冲突当中。正人君子会把意志当作反抗的手段，但是依靠这种意志永远找不到真理，因为他们不自由。定，是认清现实，接受现实，与现实相处，不转变现实，不指责现实——这样，本性就会接踵而至，自由即在本性当中。只要我们不故意去勾起思考过去之心，不拿正人君子来作为抵抗的手段，自由就会显现。自由产生实相，而实相的福分，人人都该有份。

※

**问者：**您似乎并不认为我们印度已经赢得独立。您认为真正的自由应该是何等模样？

**克氏：**先生，既已自由如果还纠缠在民族主义里，就会日趋孤立。孤立意味着发生冲突，须知这个世界没有任何东西可以与世隔绝。既要生存就注定要和人打交

道，老死不相往来必将导致动乱、悲伤、饥饿、冲突、战争。无数事实已经证明这一点。所以，孤守一国必将会有冲突、会有战争，因为，对多数人而言，独立就是脱离他人。圈住自己，独立成国家以后，你们得到自由了？你们脱离了经济压迫、脱离了阶级斗争、脱离了饥饿、脱离了宗教冲突、脱离了僧侣、脱离了公众纷争、脱离了领袖，你们已自由在手？显然没有！你们得到的只不过是赶走了白种人压迫者，黄种人又来取代而已——而且说不定更为残酷。一切如旧，一样的经济压榨、一样的僧侣、一样的教会、一样的迷信、一样的阶级斗争。它们给你们自由了？先生，我们要到的不是自由。不要再骗自己。因为自由意味着有智慧、有爱心。自由意味着没有压榨，蔑视权威。自由意味着率性而为。就如我所说的，做正人君子意味着永远孤立，因为正人君子 and 孤立永远如影随形，而本性和自由却共生共存。主权国家永远伴随着孤立，所以永远没有自由，原因是：他们有永无止息的斗争、猜疑、敌视和战争。

毫无疑问，自由须从个体开始。个体是全体的，和群体并不对抗。个体即全体的世界，他如果自我封闭在民族主义或所谓的正人君子当中，就会引起灾祸和痛苦。但是，如果个体——全体之个体，与群体并非对抗之个体，群体的终极目标之个体，所有之个体——自身能够转化、能够改变自己的生活，他就会有自由。由于他就是全体的终极目标，所以，他一旦摆脱民族主义，摆脱贪婪、压榨，他就会直接影响到全体。个体的重生不是在未来，而是在现在。将重生延缓至明天，就会引

发动乱，就会思维混乱。重生是在目前，不在明天，因为悟即顿悟。你如果领悟不了，那是因为你没有用全副心思、全神贯注于你想悟出究竟的事情上面。只要竭尽全力，就必然会悟。先生，如果你用全副心思去领悟暴力的起因，探得暴力之所以发生，你即刻就不会再去残暴。不幸的是，你早已被宗教和社会伦理所制约，因此再也不能直接面对暴力——这就是症结之所在。

悟永远是顿悟，从来不会在未来。悟就在眼前，就在目下，不会在数日以后。只有每一个人都领悟了自己应对全体负起责任，众人才会有自由，须知自由不是单独一人的自由。个体是全体的产物，个体不是隔绝的个体，他是全体的产物。不论怎么说，你都是整个印度的产物，是整个人类的产物。无论你姓甚名谁，你都是全体的产物，即——人。而且，如果你在精神上不自由，又怎么会有身外的自由？身外的自由又有何用？你或许有权选择不同的政府，或许有一个好的上帝，但有了这些就是自由吗？你们可以选择三百六十行中的一行——因为每个人都需要一份工作——那就是自由吗？先生，我们听的都是泛泛之论，空洞无物。开会时尽说些废话让我们大家懵懵懂懂。人家用的是宣传伎俩，都是些谎言。大家不想自己去弄懂这些问题，大家都希望他人来给出现成答案。我们不想动脑筋，不想搞清为什么，因为思考令人痛苦，太费精神。思考的结果有两种，要么是幻想破灭或冷嘲热讽，要么就是超越升华。一旦我们超越升华了思想过程，自由就来临了。自由里面的快乐，使得我们能够获得创造的快乐。这种快乐，这种创

造的快乐，追求做正人君子的人、自我封闭的人，永远  
不会懂得。

但问题是思考会天马行空，四处游走。我们当然想  
要有秩序，但是秩序怎样制订呢？如果一部机器正在快  
速运转，此时想要了解它的运转原理是办不到的，得让  
机器慢下来，是不是？想研究一部发电机，你得让它慢  
下来才行。可又不能让它停下来，停下来，它就变成死  
机器。死东西是没有办法理解的，只有活的东西才能够  
好好地去理解它。用排斥他人、自我封闭来扼杀思考之  
心，就永远没有理解之一日，只有让思考的过程慢下  
来，我们用些心思才能了解何谓思想。如果你看过电影  
中马奔跑时的慢动作，它的肌肉动作有多奇妙就会一清  
二楚了。那种肌肉的慢动作实在是美，但动作一旦快起  
来，那种美就看不到了。同样道理，当我们因想了解某  
种想法是如何冒出来的，意念就会慢下来，就会摆脱思  
考，会摆脱清规戒律的控制。思想是因记忆而来的反应  
动作，所以思想完全无法凭空而生。只有看到什么就是  
什么，不添油加醋，才能有源源不断的创造。意念是一  
架录音机，是记忆的收集者。所以，只要外界的挑战始  
终不断，记忆就会被激发，思考过程就不会停止。但是，  
如果每一个思考都被仔细地观察、感知，都被充分、完整  
地了解，那么记忆就会开始凋谢。不过，上文所说的记忆  
都是心理上的记忆，不是实际事务上的记忆。

## 班加罗尔

1948年7月18日

现在讨论人生是否有目标，那个目标可否被找得到？事物已被我们知晓，事情已经过去，才能被我们掌握。但是，假使我用自己的经验来寻找人生的目标，那么这个标准就是我自己的好恶，这样，我的人生目标就必定受到我自己的欲念的制约，也就无所谓什么人生的目标了。这一点是不言而喻的，不是吗？我寻找的标准是自己的偏见、嗜好、欲念，不然我用什么去判断呢？所以，寻找些什么东西都受制于我的欲念。我的欲念是什么，我就认为我的目标是什么。如目标是这样认定的，那还是我的人生目标吗？这个目标既然受制于我的欲念，就当然不成其为人生的目标。要找出人生的目标，就不能以自己的意念去测度。只有这样才找得到人生目标，否则你找出的只是自己的欲望而已。这倒不仅仅是强调必须理性一些而已，三思而行，你会明白其中的深义。不管怎么说，我所认定的人生目标，依据的是我的偏见、嗜好、欲念、偏爱，所以是我的欲望认定



了我的目标，因此这当然不是真正的人生目标。还有，更重要的是，我们究竟是要寻找人生的目标呢，还是要使我们的意念免除制约？意念若能免于制约，那个目标就是真正的自由。无论怎么说，人只有获得自由，才能发现真理。

所以，获得自由才是首要的，而不是什么去寻找人生目标。没有自由，肯定找不到目标。不排除自己卑劣的欲念、野心、嫉妒、恶意，不去掉这一切，怎么能寻找人生目标、发现人生目标？所以，对探索人生目标的人而言，确定他所用的探索工具能否洞穿生命的过程，能否揭示心理上的复杂性，是不重要的。这些心理的复杂性是我们所具备的，不是吗？我们使用的这种测量心理的工具是从我们的经验、烦恼、焦虑、恶意中得出的，这样的工具怎么可能探见真相？因此，如果你要寻找人生的目标，首要的不是先确定我们有无能力了解人生的目标，有无可能发现人生的目标。我不是给你们出难题，不过，既然要寻找人生的目标，就得先把这件事确定下来。只要涉及这个问题，就得先确定提问者、探索者有没有这个理解力。

1953年1月31日

**问者：**英国的统治已经结束，可我们的教育制度还是没有根本性的变革。大家都迫切要求的是专门教育，也就是技术和职业训练。但是，怎样才能够使教育成为实现真正自由的手段呢？

**克氏：**先生，何谓“真正的自由”？是政治的自由，还是思考的自由？你能自由思考吗？思考给你带来自由了吗？是不是所有的思考都只是受到制约的思考？如此说来，我们说的真正的自由又是指的什么？

就我们所知，教育就是一种受到制约的思考，不是吗？人生在世，我们关心的就是找一份工作，并学习知识，以此来满足自己，发展自己，有朝一日大展鸿图。如果是这样，我们就必须弄清楚何谓真正的自由。

如果我们了解真正的自由，也许某些职业训练教育就会开始有它的价值。如果光是培养职业技能，却不了解真正的自由，最后只有造成破坏、战争。当今这个世界就是这样，所以，我们必须弄清楚何谓真正的自由。

自由的第一个条件，不言而喻就是没有恐惧——不但没有外界社会给予我们的恐惧，也没有内心的不安和恐惧。你的工作也许高人一等，你也许已经开始平步青云，但是，如果你一直野心勃勃，如果你一直踌躇满志，一心想成为某种人，这难道不会造成恐惧吗？这岂不表明成功的人并没有真正的自由？传统加给我们的恐惧、社会法令所规定的责任施加给我们的恐惧、生老病死的恐惧、缺乏安全感造成的恐惧——所有这一切都在妨碍人生的真正自由，不是吗？

所以，只要我们还有内在世界或外在世界的冲击，就不可能有自由。只要我们内心涌动着一股力量，要求我们符合社会模式，符合我们自设的——这样做是可以的，那样做是不可以的——某种模式，就会有冲击。这模式是因为思考而来的，是过去的种种造成的，是社会传统、是你受到的教育、是你过去的种种经验结下的果子。因此，只要内外还有冲击——政治、宗教的冲击，为满足欲望、为追求完美而自造模式，再由这种模式施加给我们的冲击——只要还有所有这些冲击，就没有真正的自由。我们所说的真正的自由，真想获得并不容易，要想真正理解它也不容易。但有一点是清楚的：只要心里有恐惧，就谈不上有真正的自由。

无论是个体还是群体，只要有恐惧、有冲击，就无自由可言。我们或许可以想像何谓真正的自由，但是，真正的自由和想像中的自由，其概念不一样。

只要我们内心还在追求安全——多数人莫不如此——只要我们内心还在追求任何形式的永恒，我们就



不会有自由。无论是个体还是群体，想求得安全，反而注定会引发争斗。事实证明，当今的世界就是这样。我们只有理解之所以会追求安全、追求永恒的过程，才会有自由可言。你想从诸神那里得到的，想从导师那里得到的，无非就是安全和永恒。你想从社会关系上，想从政府那里希冀得到的，就是安全。你把最后的安全寄托在诸神那里，安全高于一切。你所美化的那些诸神、导师都说人生是短暂的，但你从他们那儿至少会有永恒，于是你有了一种宗教永恒的欲望。你所有的政治、宗教、社会的活动，不管是什么样的活动，都建立在这向往永恒的欲望上面，用家庭、国家、理念，乃至子女来肯定自己，延续自己。有这样心思的人，不管是有意识还是无意识，会持续地追求永恒和安全，这样的人又如何能拥有自由？

我们真的不想去追求真正的自由。我们要追求的其实不是自由，我们要的是优越的生活环境、优越的生活状况，我们不要自由。我们要的是好的、优越的、品位高的环境。于是，我们呼唤教育。然而，现在这种教育真能创造世界和平吗？当然不能。现在的教育只会制造更多的战乱、痛苦。只要你自认是印度教徒、自认是穆斯林——天晓得或许还有其他什么人——你就会制造紧张，为自己、为邻居、为国家制造紧张。这点难道还不清楚吗？睁眼看看当前发生的事情吧！你们一看就知道是怎么回事，用不着我来告诉你们了吧？

作为人类，我们是不完整的：我们的思考是撕裂的，我们的行为是分散、破碎、分裂的——我们一直在

