



# To Be Human

世界著名心灵导师克里希那穆提作品

# 生而为人

(印度) 克里希那穆提 著  
陈雪松 译

著作权合同登记号：图字01-2009-4096号

“Copyright © 2000 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.”

Krishnamurti Foundation Trust Ltd.,  
Brockwood Park, Bramdean, Hampshire  
SO24 0LQ, England.

E-mail: info@brockwood.org.uk. Website: www.kfoundation.org

For more information about J. Krishnamurti, please visit: www.jkrishnamurti.org

### 图书在版编目 (CIP) 数据

生而为人 / (印) 克里希那穆提著 ; 陈雪松译 .  
—北京 : 九州出版社 , 2011. 8

书名原文 : To be Human

ISBN 978-7-5108-1045-9

I . ①生… II . ①克… ②陈… III . ①生命哲学 IV . ① B083

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 第 123003 号

### 生而为人

---

作 者 (印度) 克里希那穆提 著 陈雪松 译  
出版发行 九州出版社  
出 版 人 徐尚定  
地 址 北京市西城区阜外大街甲 35 号 (100037)  
发行电话 (010) 68992190/2/3/5/6  
网 址 www.jiuzhoupress.com  
电子信箱 jiuzhou@jiuzhoupress.com  
印 刷 三河市东方印刷有限公司  
开 本 880 毫米 × 1230 毫米 32 开  
印 张 8.5  
字 数 150 千字  
版 次 2011 年 8 月第 1 版  
印 次 2011 年 8 月第 1 次印刷  
书 号 ISBN 978-7-5108-1045-9  
定 价 26.00 元

---

★版权所有 侵权必究★

## 出版前言

克里希那穆提 1895 年生于印度，13 岁时被“通神学会”带到英国训导培养。“通神学会”由西方人士发起，以印度教和佛教经典为基础，而衍生为一个宣扬神灵救世的世界性组织，它相信“世界导师”将再度降临，并且认为克里希那穆提就是这个“世界导师”。而他自己在 30 岁时觉悟内心智慧，否定了“通神学会”的种种谬误。1929 年，为了排除“救世主”的形象，他毅然解散专门为他设立的组织——世界明星社，宣布任何一种约束心灵解放的形式化的宗教、哲学和主张都无法进入真理的国度。

克里希那穆提一生在印度和西方世界传播他的精神智慧。别人一直要加给他上师的尊位，他都一直拒绝。他不断吸引全世界各地的人士，但是坚持宣布他不是宗教权威。他的教诲，主旨在于：要从根本改变社会与人生，必须先改变个人自我的意识。他一直教人进行自我觉察，教人了解“自我”局限、宗教与民族制约的弊害。他一直指陈打破意识束缚，进入“开放”的极度重要，因为，“脑里广大的空间有着无可想象的能量”。这个广大的空间，正是人的生命创造力的源泉所在。

克里希那穆提一生演讲无数，著述甚多，所有语言归结为一点，“我只教一件事，那就是观察你自己，深入探索你自己，然后加以超越。你不是去了解克的教诲，你只是在了解自己罢了。”他的心要，为世人指明了东西方一切伟大智慧的精髓——认识你自己。

他一直对世人讲话，直到 1986 年过世，享年 90 岁。他的言论、日记、书简集结成 60 册以上的著作。这一套丛书就是从他浩瀚的言论中撷取出来，每一本都讨论了一个和日常生活特别有关而又重要的题目。

《生而为人》英文原版书名为 *To Be Human*，本书旨在告诉读者：我们既然生而为人，就应该学会真正去观察、感受、理解、思考生命中的一切，还原真理，回归宁静。克里希拉穆提用缓慢而清晰的话语，启发人们自我觉察和探索，放下自我、宗教与民族的局限和制约，通过个人的意识与转化，获得单纯而开放的心灵。其中大量文献内容为首次出版。

克里希那穆提系列作品得到台湾著名作家胡因梦女士倾情推荐，再次谨表谢忱。

九州出版社

**Don't accept anything the speaker is saying. Test it out for yourself.**

不要人云亦云。对别人说的话自己要进行充分检验。

——克里希那穆提

**You must become liberated not because of me but in spite of me.**

你必须解放自己的思想，但并非是因为我的存在而解放，而是不管我存在与否，都要解放。

——克里希那穆提

**If you really faced the world as it is, and tackled it, you would find it something infinitely greater than any philosophy, greater than any book in the world, greater than any teaching, greater than any teacher.**

如果你的确真实地面对这个世界，并解决问题，你就会发现世界之高深超过任何哲学，博大超过任何书籍，深刻超过任何教义，伟大超过任何导师。

——克里希那穆提



# 目 录

编者序 没有界限的哲学 1

第一章 学说的核心 23

倾听 25

学说的核心 27

真理是一片无路可走的陆地 29

除了个人观点还有真理吗？ 31

只有无尽的观察 38

对知识上瘾的人无法发现真理 40

没有技巧 43

你必须通过关系之镜寻找真理 48

人类在自身中构筑充当安全围墙的意象 53

意象控制着思想、关系和日常生活 59

不要成为过去的奴隶 67

思想总有局限 78

意识的内容是我们的全部存在 81

人对生命的理解决定于大脑中早已建立起来的概念 92

脱离意识的束缚，你便独一无二 106

- 无选择的觉知 112
- 自由存在于对日常生活及行为不加选择的觉知之中 113
- 思想即为时间 117
- 时间是人心之敌 121
- 在观察中发现自由的欠缺 132
- 思维的突变 148
- 肯定，实质就是完全否定 155
- 思想者与思想、观察者与被观察者的区别 158
- 观察者与被观察者的区别是一种幻觉 176
- 打破镜子 194

## 第二章 词语与意思 201

- 词语 203
- 意义 207

## 第三章 无为而无不为 241

- 观察 243
- 常问“是什么” 245
- 提出一些基本问题但不去寻找答案 251
- 未知之美 255
- 关于经常讨论的问题 258

## 附 录 261

## 编者<sup>①</sup>序

### 没有界限的哲学

当我们谈到“哲学的复兴”时，它意味着什么呢？意味着将哲学再次与你我的日常生活方式联系在一起，还意味着用我们完全可以理解的语言来表述哲学的内涵。反过来，这就需要哲学家具有有一种热情，以便尽可能清晰和全面地表达自己的见解。

不具备这种资格的人就不必参与哲学的复兴了。

哲学的复兴还要求在使用“哲学”这个词时，使用其原始和真正的意义——爱智慧。人们可能会意识到，“哲学”这个词平时用得很少，但仍然出现在《简明牛津英语词典》当中。1995年出版的这部词典对“哲学”的解释是：“经验、知识以及对其进行批判运用的能力。”该词典前一版的解释是：“聪明地运用知识。”

这些定义与克里希那穆提的核心观点——我们暂时称之为他的“哲学”——令人惊奇地相似！他一次又一次地指出，需

① 大卫·斯凯特 (David Skitt)。

要时再运用知识与经验是十分重要的，因为不需要知识与经验时，生活会要求我们审视之后再行动。的确，这听起来并非那么简单，它对于我们观察与行为的方式具有深刻的暗示，不管是涉及个人生活，还是社会和政治领域。这些暗示以及妨碍人类大脑在已知和未知领域正常与协调工作的机理，正是克里希那穆提所不懈探索的。

克里希那穆提还是一位本义上的哲学家，因为他再次掀起一场关于真理本质的讨论，这种讨论历史上古已有之。对此，有些人似乎认为这简直是无可救药的过时与天真，而另外一些人则是期待已久。但总的来说，尽管彼拉多<sup>①</sup>曾经说过表示怀疑的话：“什么是真理？”但在众多的实际问题上，我们都关心什么是真的，什么是假的，其中既包括个人关系的对与错，也包括国家之间争端的对与错。不管是否喜欢，真理的概念闯入了我们的生活。同样重要的是，几年前一家主流出版社对一般读者进行了一项调查，以了解什么问题最让其感兴趣，最后发现真理位居首位。

同样清楚的是，美国公众对电视报道的 O.J. 辛普森案庭审表示密切关注，至少有一部分是因为观众有机会对证据进行权衡，以辩明真理。最引人注目的一件事，是控方出示了一段表明科学严密的录相，录相中一位法学家在一条马路上发现了一处血迹。当录相结束时，被告及其辩护律师立即要求重放这段

<sup>①</sup> 钉死耶稣的古罗马犹太总督。——译者注

录像，并宣称该录像恰恰证明了这位法学家的无能。这足以让任何陪审团迷惑不解，毫无疑问，这件事显示出人类认识的关键性问题——我们不一定按照同一种方式去寻找什么是“真的”。这种现象有时并没有什么关系，可以使世界变得丰富多彩，有时我们会发现这让我们感到困惑和烦恼，但有时也会导致人类消灭自己的大量同类。

因此，有人可能会认为，通过探求真理这个问题，克里希那穆提回到了哲学的根本。然而，在前进的道路上，他打破了我们这个时代在哲学、心理学、科学与宗教之间极为严格的学术界限。克里希那穆提会提出来自人类活动的任何领域的任何问题，认为这些问题关系到我们看待自己、他人、生活和宇宙的方式。大家不必为感受那种让人欣喜的自由感而去同意他的看法。<sup>①</sup>

克里希那穆提明确反对别人将自己称为哲学家，并且极为尊重哲学的本义，即“一个人在日常生活中对真理和智慧的热爱”——本篇介绍的标题中所使用的正是这个意义。他为什么反对现在通行的“哲学”用法呢？这也许在他1986年去世前几年的谈话中可以发现一丝线索。他曾将这个问题向他的读者提了出来：“什么东西超越时间的范围？什么东西是一切创造

<sup>①</sup> 这个意义上说，值得注意的是1974年版《麦克米伦哲学百科全书》中关于哲学一节的结论。约翰·帕斯莫尔写道：“哲学中存在着许多种研究类型，有的非常详细，有的非常全面。一个哲学家试图解决某个具体问题时，是否越过哲学的全部范围，不是一件重要的事情。最终，重要的是问题，而非学科之间的划分。”——原著注

的源泉？”我们许多人发现这是一个非常有趣的问题，而有些人则马上认为这是个形而上学的问题而不予考虑。他的回答是什么呢？读者期待着，但他没有给出回答，相反，他探讨的是能够研究这一问题的人的本质。

在这个专家充斥的年代，我们并不习惯这种做法。如果我们参加一堂关于现实本质的哲学课，或是看一场关于人类大脑与计算机区别的讲座时，我们期待的是解释与回答。我们不想听到关于大脑特征的论述，尤其是如果我们受过许多正式的、费用可能非常昂贵的教育。我们可能会感觉有些失望，甚至感觉受到冒犯。

当代哲学家通常认为自己的任务是阐述自己的语言分析、理论和概念，而这相对来说也并不费劲。他们不会暗示学生首先要有一种精神状态，研究这些问题要在这种精神状态中进行。但是，这正是克里希那穆提反复暗示的。<sup>①</sup>因此，大家的第一反应也许是发现这种暗示自以为高人一等，甚至傲慢无礼。但是，请看一下目录前面的引文所列克里希那穆提的语录。第一句语录主张读者应该具有检验和挑战克里希那穆提所说的话是否正确的能力；第二句警告不要把他当作权威；第三句则宣称生活

<sup>①</sup> 这并不违背当代对哲学的学术性解释。1994年版《牛津哲学词典》指出：“在哲学中，我们用以研究世界的概念，其本身也成为探究的话题。”该词典将其作为普遍原理，但同时指出：“在不同时代，对于建立一种纯粹的或‘第一位’的哲学或多或少都有一些乐观情绪，都带有先验主义倾向。这种观点认为，他人的思行实践可以被公正地评估，同时要进逻辑评估与修正。20世纪末的主体精神反对这种可能性，将哲学思考视为是任何领域知识探索的最佳实践。”——原著注

是我们所有人的最高导师。请注意，所有这三句语录都非常尊重普通大众而非仅仅某位精英人士的实际和潜在能力。

\* \* \*

克里希那穆提哲学的一个主要特点是，他强调要“验证”、“怀疑”、“质疑”，甚至“将其批驳得体无完肤”。实际上，这意味着用我们日常生活的经验来验证他为我们提出的建议是否是真理。他认为，如果不这样做，我们得到的就是一些“语言灰烬”。但是，在验证的方法上也许会存在一些困难。人类喜欢崇拜某个人，喜欢将政治领袖和宗教救世主偶像化，喜欢在情感上归依于某些信仰，喜欢“信仰宗教”，而这种倾向也导致了大范围的冲突与纷争。值得一提的是，哲学家埃利希·弗洛姆<sup>①</sup>令人信服地指出，上帝、宗教界知名人士，甚至政治独裁者都会变成父母式的人物，即那种我们从未拥有过的无私地爱着我们并有一种威严感的父母。弗洛姆还从这种倾向中发现了一种对于权威的受虐狂式的服从，最近英国广播公司的一则报道正好证实了这种观点。报道称，一名俄罗斯人因发表反苏言论被囚禁在西伯利亚长达15年。该俄罗斯人称，他曾手抓着门框，为斯大林的去逝而流泪。几年后，他才恍然大悟，让他坐牢的正是斯

<sup>①</sup> 埃利希·弗洛姆(1900—1980)，著名德裔美籍心理学家、精神分析学家、哲学家，是二十世纪二十年代“法兰克福学派”重要成员。一生创造了大量学术著作和普及性作品，其中影响最大的有《爱的艺术》、《逃避自由》、《健全的社会》、《精神分析的危机》等。——中文版编者注

大林。

因此，毫不奇怪，尽管克里希那穆提曾试图劝说大家不要这样做，但在一些人的眼中，世界导师或救世主的光环总是围绕在他的周围。

如果你的确真实地面对这个世界，并解决问题，你就会发现世界之高深超过任何哲学，博大超过任何书籍，深刻超过任何教义，伟大超过任何导师。

我是否是世界导师，或是救世主还是其他什么，当然并不重要。如果这对你来说非常重要，那你就不会明白我所说的真理，因为你会通过标签来做出判断，而标签是靠不住的。有人会说我是救世主，有人会说我不是，这时你会怎么办？重要的是通过检验来弄明白我说的是不是真理，弄明白它在日常生活中是否被证明是有效的。

讲话的人代表的是他自己，并不代表其他任何人。他也许是想错了，也许是在装腔作势，但你并不知道。因此，要持怀疑、疑问和质疑的态度。

但对于许多人来说，这种神秘仍然笼罩着他们，而且对于某些人来说，这是至关重要的。没错，无论以什么样的传统标准来衡量，他本人和他的生活都是极其特殊的。他的存在被许



多人认为是在传递着一种宁静、活力和生命力；而对于与他最为亲近的一些（不是全部）人来说，他的存在就是无私的爱。但是，这些人又是如何对待或解读自己对于这种自然散发的超凡魅力所做出的反应呢？亲近杰出人物时会有多大程度的自我暗示或兴奋呢？他们是不是有一种自我诱导的“快感”，从而听不到他的话语呢？如果你满怀热情地将某个人视为“世界导师”，你也许会担心失去这种热情，担心怀疑和质疑是一种背叛行为，即使这位导师不断地敦促你这样做。在克里希那穆提的生命晚期，他曾说，那些与他极为亲近的人一般来说并不明白他所说的话——“更多的是个人崇拜，是个人感觉上的亲近。”很多证据表明，如果一个人亲近一个他所敬畏的人，就会严重破坏其批判地看待问题的能力。

对于从未亲眼见过或亲耳倾听过克里希那穆提讲话的人来说，这种问题仍然存在。正如他自己所说，他讲话的方式是“强调式的”，比如他所说的“显然”这个词，一般都跟在大家感觉不太明白的建议之后，而他的这句话也许是在故意引起大家的注意，以提醒听众不要自鸣得意。当然，他说过的许多话中都有一种权威感。根据渴望确切答案的程度，一个人也许不会不加批判地加以接受，过后则会产生心理上的“消化不良”。正如下面这个例子，就需要认真考虑具体情况。

“新的思想形成并爆发出来。”像这样的话可能会有一种令人兴奋、甚至诱惑的特点，让人产生一种无边无际感和满足感。