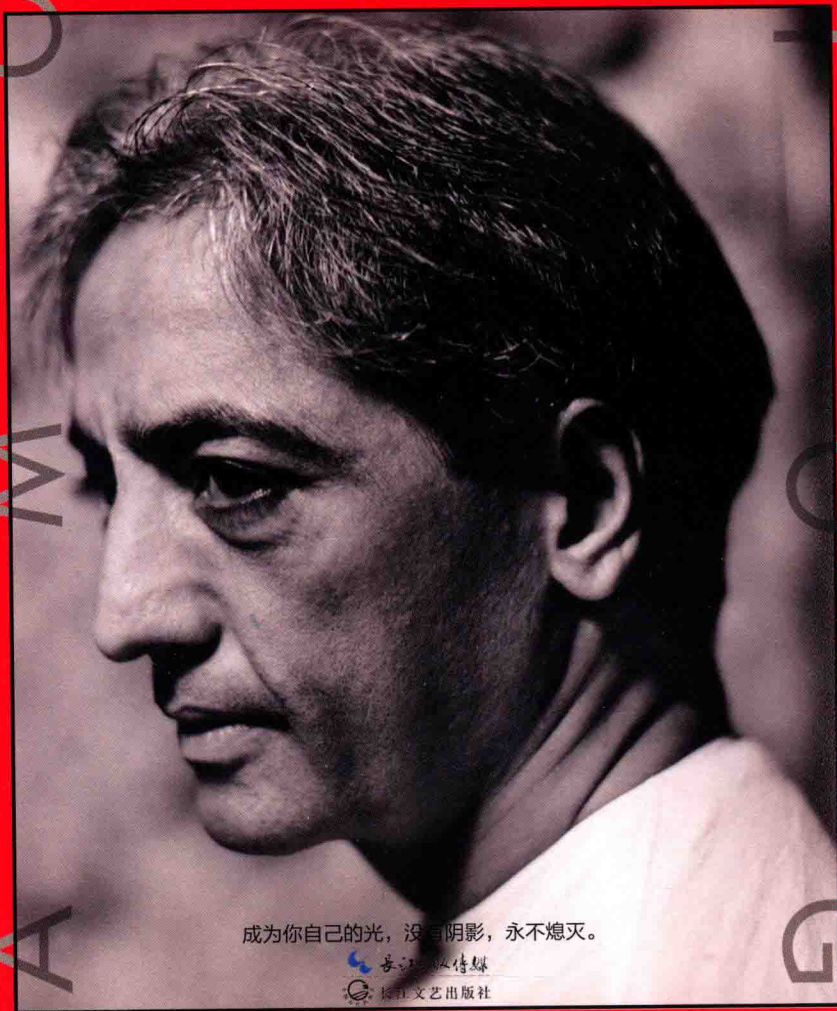


On Mind and
Thought

你将成为自己的光

让你心境澄明的终极奥秘

[印度] 吉度·克里希那穆提 著 周蒙 译



成为你自己的光，没有阴影，永不熄灭。

长江文艺传媒

长江文艺出版社

O

T



On Mind and
Thought



你将成为自己的光

[印度] 吉度·克里希那穆提 著
周豪 译

M

O

A

 长江出版传媒
 长江文艺出版社

G

新出图证(鄂)字03号
图书在版编目(CIP)数据

你将成为自己的光 / (印)吉度·克里希那穆提著;周豪译. — 武汉:长江文艺出版社, 2015.5
ISBN 978-7-5354-7889-4



I. ①你… II. ①吉… ②周… III. ①人生哲学—通俗读物 IV. ①B821-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2015)第029820号

著作权合同登记号 图字:17-2013-127



“On Mind and Thought”

Copyright © 1993 Krishnamurti Foundation Trust, Ltd.
and Krishnamurti Foundation of America
Krishnamurti Foundation Trust Ltd.,
Brockwood Park, Bramdean, Hampshire
SO24 0LQ, England.

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

责任编辑:吴双支歆
封面设计:逸品

责任校对:朱诺
责任印制:张炜明

出版:  长江出版传媒  长江文艺出版社

地址:武汉市雄楚大街268号 邮编:430070

发行:长江文艺出版社

北京时代华语图书股份有限公司 (电话:010-83670231)

http://www.cjlap.com

印刷:北京中科印刷有限公司

开本:787毫米×1092毫米 1/32

印张:7.25

版次:2015年5月第1版

2015年5月第1次印刷

字数:120千字

定价:32.80元

版权所有,盗版必究

(图书如出现印装质量问题,请联系010-83670231进行调换)

智慧并不是聪明地去追逐论据、追逐各种对立的矛盾和观点——仿佛通过那些观点就能发现真理一样，那是不可能的——智慧是认识到：思想的行为，连同它所有的能力、微妙之处以及非凡的永不停息的活动，这些都是智慧。

布洛克伍德公园

一九八二年九月四日

目 录

前言

- | | |
|------------------|-----|
| 壹 / 超越思想的心灵 | 003 |
| 贰 / 思想是我们生活的核心问题 | 057 |
| 叁 / 你将成为自己的光 | 105 |
| 肆 / 至高的智慧无处不在 | 153 |

前 言

吉度·克里希那穆提一八九五年生于印度，十三岁时被通神学会收养，后者把他视为之前已宣称即将出现的“世界导师”的载体。克里希那穆提很快就成为一名强有力的、毫不妥协也无法被归类的导师，他的演讲和著作与任何特定的宗教都没有关系，既不属于东方也不属于西方，而是属于全世界。他坚决否认自己救世主的形象，并于一九二九年戏剧性地解散了这个围绕着他建立起来的庞大而富有的组织，并且宣称真理是“无路之国”，它无法通过任何形式化的宗教、哲学或教派来达到。

在此后的生命中，克里希那穆提一直坚持拒绝别人试图强加给他的导师身份。他不断吸引着来自世界各地的大量听众，但他却从未自命权威，也不想要任何信徒，他永远都是作为一个个体在和他人对话。他教导的核心

是想让人们意识到，社会的根本转变只能够通过个人意识的转化而来。他也经常强调我们必须认识自己，并且明白宗教与国家主义的局限所造成的束缚和分离人类的影响。克里希那穆提也时常指出保持开放和拥有“大脑中那有着不可思议能量的广阔空间”的紧迫需要。而这似乎一直都是他自身创造力的源泉，也是他对如此广泛的各类人群产生了如催化剂般影响的关键所在。

他在全世界各地持续演讲，直到一九八六年逝世，享年九十岁。他的演讲、对话、日记和信件被保留了下来，成为六十多本著作和数百盘录音带。从他数量浩瀚的演讲中，我们编撰出了这一系列的主题书籍。每一本书都聚焦于一个与我们日常生活休戚相关而又迫在眉睫的议题。

CHAPTER ONE

超越思想的心灵

第一章

思想只能发现它自身的投射，它无法发现任何崭新的事物；思想只能够识别它所经历过的事物，它无法识别自己没有经历过的事物。

思想带着旧有事物的背景去处理这个活跃、真实和全新的东西。也就是说，思想试图依据那些旧有事物的记忆、模式和局限来理解关系——由此便产生了冲突。在我们了解关系之前，我们必须先要来了解思想者的背景，也就是去无选择地觉察思想的整个过程；那就是，我们必须能够如实地看清事物，而不根据我们的记忆和先入之见来诠释它们，记忆和先入之见都是过去局限的产物。

所以思考就是背景、过去和积累经验的反应，它是不同层面记忆的反应——个人的和集体的、个体的和种族的、有意识和无意识的记忆。所有这些就是我们思考

的过程。因此我们的思考永远不可能是全新的。不可能会有“新”的观点，因为它总是那个背景的反应——那个背景就是我们的局限、我们的传统、我们的经验以及我们身上集体与个人的积累物。所以当我们指望思想来作为一种发现崭新事物的手段时，我们会发现这是徒劳无益的。思想只能发现它自身的投射，它无法发现任何崭新的事物；思想只能识别它所经历过的事物，它无法识别自己没有经历过的事物。

这并不是某种形而上学的、复杂的或抽象的东西。如果你可以更密切地观察它，你就会发现只要“我”——这个由所有那些记忆组成的实体——还在经验着，那么就永远不可能发现全新的事物。思想，也就是“我”，它永远无法体验上帝，因为上帝或者真实是未知的事物、不可想象的事物、无法阐述的事物，它没有标签、没有词语。上帝这个词并不是上帝。所以思想永远无法经历全新的事物、未知的事物，它只能经历已知的东西，只能在已知的领域内运作而无法超越它。一想到未知的事物，头脑就会变得躁动不安，它总是寻求着把未知带入

到已知中。然而未知是永远无法被带入到已知中的，因此已知和未知之间就产生了冲突。

西雅图

一九五〇年七月二十三日

“自我”是一个思想无法解决的问题，必须有一种不属于思想的觉察才可以。

什么是思考？当我们说“我认为……”时，我们是什么意思？我们什么时候会意识到这种思考的过程？毫无疑问，当有了一个难题，当我们遭遇到挑战，当有人问了我们一个问题，当有了摩擦冲突，那时我们就会觉察到它了。我们觉察到它，这是一个自我意识的过程。请注意，不要把我当成一个长篇大论的演讲者来听我说的话，你和我正在检视我们自己的思维方式——我们把它作为一种日常生活中的工具。所以我希望你正在观察你自己的思考，而不仅仅是在听我讲——这是没用的。如果你只是听我讲而没有观察你自己的思考过程，如果你没有觉察你自己的思想并且观察它出现的方式，以及它是如何产生的——那么我们将一无所获。这就是我们，你和我，努力去做的事情——看清这种思考过程是什么。

毫无疑问，思考是一种反应。如果我问你一个问题，

你会对此有所回应——你的回应是根据你的记忆、你的偏见、你的教育、你所处的气候和你的种种局限这整个背景而来的，你根据这些做出回答；你根据这些去思考。如果你是一个基督教徒、一个印度教徒或者无论什么，那个背景就会产生回应，而显然正是这种局限制造了问题。这个背景的中心就是行动过程中的“我”。只要那个背景还没有被理解，只要思想过程，那个制造出问题的自我还没被了解并且结束，我们就注定会有冲突，内在和外在的冲突——思想中、情感中、行动中的冲突。没有任何一种解决办法——不管它是多么聪明和深谋远虑——可以结束这种人与人之间、你和我之间的冲突。意识到了这点，觉察到了思想是如何涌现的以及它的源头，我们问，“思想可能结束吗？”

这就是问题之一，不是吗？思想能够解决我们的问题吗？通过深思熟虑某个问题，你就解决掉它了吗？任何一类问题——经济的、社会的、宗教的——它曾经通过思考而真正得到了解决吗？在你的日常生活中，你越是思考一个问题，它就会变得越复杂、越犹疑、越不确定。在我们实际的日常的生活里，难道不是这样吗？在仔细思考某个问题的特定层面时，你或许可

以更清楚地了解他人的观点，但思想无法看清问题的整体和全貌，它只能局部地去看，而一个局部的答案不是完整的答案，因此它不是问题的解决之道。

我们越是深思熟虑一个问题，我们越是去研究、分析和讨论它，它就变得越复杂。所以我们可能全面、整体地去观察一个问题吗？这要怎样才能可能？在我看来这才是我们最主要的困难。因为我们的问题正在成倍增加——迫在眉睫的战争威胁，我们关系中的各种困扰——那么我们如何才能把它作为一个整体，全面地来了解所有这一切呢？显然，只有当我们把它作为一个整体来看待——没有分隔也没有分裂时，问题才能解决。这要什么时候才可能？毫无疑问，只有当思考的过程——思考过程的根源就存在于“我”之中、自我之中，存在于那个传统、局限、偏见、希望和绝望的背景之中——当这个过程结束以后，那才是可能的。所以我们能否来了解这个自我，不是通过分析，而是通过如实地看待这个事物，把它作为一个事实而不是一个理论地去觉察它？——不是试图消除自我以达到某个结果，而是不断在行动中看清自我的活动，看清那个“我”。我们能否看着它而没有任何破坏或鼓励的活动呢？这才是问题所在，不是吗？

如果我们每个人身上都不存在“我”这个中心，以及这个中心对于权力、地位、权威、延续和自我留存的渴望，毫无疑问我们的问题就会结束！

“自我”是一个思想无法解决的问题，必须有一种不属于思想的觉察才可以。去觉察，而不去谴责自我的种种活动或者把它合理化——只是去觉察，这就够了。因为如果你觉察是为了去发现如何解决问题，为了转变它，为了带来一个结果，那么它就仍然落入了自我和“我”的领域中。只要我们还是在寻求一个结果，不管是通过分析、通过觉察还是通过不断检视每一个念头，我们都仍然处在思想的领域里——也就是“我”、“自己”和自我的领域里。

伦敦

一九五二年四月七日

头脑就是记忆、经验和知识的残留物，它经由这种残留物在说话，存在一个背景，它通过那个背景在交流。

提问者：在演讲中，你的观点来自于你的思考。而你说过所有的思考都是局限的，那么你的观点不也是受限的吗？

克里希那穆提：很显然，思考是局限的。思考就是记忆的反应，记忆则是过往知识和经验的结果，而那些知识和经验都是局限的，因此所有的思考都是局限的。而提问者问，“因为所有的思考都是局限的，那么你所说的东西是不是也是受限的？”这真的是一个很有趣的问题，不是吗？

要说出某些话语，就必须要有记忆，这是显而易见的。要交流，你和我就必须都懂英语、印度语或其他语言。懂得一门语言就是记忆。这是一点。那么，这个演讲者的头脑，我自己的头脑，仅仅是用语言在交流呢，

还是说头脑正处于一种回忆的运动中？存在的不仅仅只有语言文字的记忆，同样也有对于其他过程的记忆？而头脑是在用语言文字交流着另一个过程吗？如果你把它探究到底的话，你会发现这其实是一个非常有趣的问题。

你知道，演讲者储存着一些信息和知识，然后他把它们讲给你们听，也就是说，他在回忆。他已经积累、阅读和收集了一些东西，然后他根据自己的局限和偏见形成了某些观点，接着他用语言来交流它们。我们都知道这个常见的过程。而现在，这个过程是不是也发生在这里？这就是提问者想要知道的。提问者实际上是在说：“如果你仅仅是在回忆你的种种经验和状态，然后与我们交流那个记忆的话，那么你所说的东西也是局限的。”——确实如此。

请注意，这很有趣，因为它揭示了头脑的运作过程。如果你观察自己的头脑，你就会明白我谈论的东西。头脑就是记忆、经验和知识的残留物，它经由这种残留物在说话，存在一个背景，它通过那个背景在交流。而提问者想知道是否演讲者也有着那个背景，因而他只是在重复，还是说他的讲话不带有过往经验的记忆，因此在他讲话的同时他也在不断体验着。你看，你并没有在观