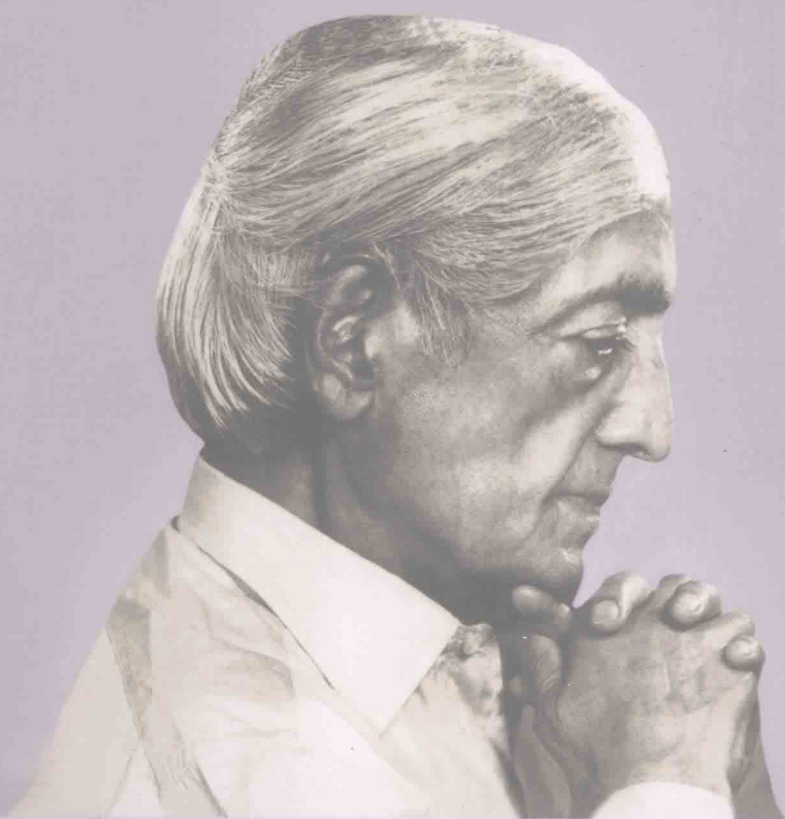


心的对话

克里希那穆提 著

胡因梦 译



J. Krishnamurti

Freedom, Love and Action



深圳报业集团出版社
SHENZHEN PRESS GROUP PUBLISHING HOUSE

心的对话

克里希那穆提 著

胡因梦 译



深圳报业集团出版社
SHENZHEN PRESS GROUP PUBLISHING HOUSE

责任编辑：刘美贤

装帧设计：陆智昌

图书在版编目 (CIP) 数据

心的对话 / (印度) 克里希那穆提著; 胡因梦译. —深圳:
深圳报业集团出版社, 2007.12

ISBN 978-7-80709-093-9

I. 心… II. ①克…②胡… III. 心理学—研究 IV. B84

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 180478 号

版权登记号 图字: 19-2005-215 号

FREEDOM, LOVE AND ACTION by J. Krishnamurti

Copyright © 1994 Krishnamurti Foundation Trust Ltd, Brockwood Park, Bramdean,
Hampshire SO24 0LQ, England.

Consisting of Five Conversations, © 1968 Saanen Gatherings Committee;

Eight Conversations, © 1969 Krishnamurti Foundation, London;

Meditations 1969, © 1969 Krishnamurti Foundation, London;

Inward Flowering, © 1977/1992 Krishnamurti Foundation Trust Ltd;

A Dialogue with Oneself, © 1977 Krishnamurti Foundation Trust Ltd, London

Published by arrangement with Shambhala Publications, Inc.

Horticultural Hall, 300 Massachusetts Avenue, Boston, MA 02115, U.S.A., www.shambhala.com

Simplified Chinese translation copyright © 2007 by Shenzhen Newspapering Group Publishing

ALL RIGHTS RESERVED

心的对话

(印度) 克里希那穆提 著 胡因梦 译

深圳报业集团出版社出版发行

(518009 深圳市深南大道 6008 号)

三河市华晨印务有限公司印制 新华书店经销

2007 年 12 月第 1 版 2007 年 12 月第 1 次印刷

开本: 787mm × 1092mm 1/16 印张: 8.25

字数: 45 千字 印数: 1-10000 册

ISBN 978-7-80709-093-9 定价: 22.00 元

深报版图书版权所有, 侵权必究。

深报版图书凡是有印装质量问题, 请随时向承印厂调换。

译者序

台湾身心灵疗愈课程讲师、译者 胡因梦

1988年的初夏，我突然有种极需要独处的冲动。从五月到九月，我在纽约进行了非正式的闭关，电话不接，谁也不见，只是寂静地面对自己，偶尔到格林威治村的“东西书局”，一间颇具规模的形而上书店逛逛。从一则广告中得知，上城还有一家玄学书局“探索”，也是著名的“通神学会”办公室所在地，我决定去一探究竟。

“通神学会”是由一位俄国的通灵女子勃拉瓦茨基夫人和美国军官奥尔科特共同创立的。其主旨在促成超越种族、性别、阶级和肤色的兄弟爱；鼓励会员研究如卡巴拉犹太秘教、诺斯弟教、印度教、佛教、藏密以及神秘主义者的玄学体系；探索未知领域和人类的潜能。

1875年，“通神学会”在纽约成立，1882年又在印度的阿迪亚尔成立总部，从此迅速发展成为世界性的组织。

1891年，勃拉瓦茨基夫人过世，1907年就由另一位天生异

稟的女通灵者贝赞特夫人担任国际主席。她是英国著名的社会改革者，长期致力于思想自由、女权运动、工会制度、费边社会主义以及节育计划的推动，萧伯纳和韦伯夫妇都是她的密友。在一次偶然的机缘里，贝赞特夫人读了勃拉瓦茨基所著的《秘密教诲》，很快地，她将多年来信奉不渝的唯物论和无神论抛向脑后，开始全力朝形而上的领域追求，身边的密友和仰慕者都为之愕然。

“通神学会”的成员相信，人类必须透过不断转生的过程，来提升意识的层次。“伟大的净光兄弟”就是极为进化的灵集，人类历史上的灵性导师都来自于这个灵集。比“净光兄弟”更高一层的宇宙识能称为“弥勒尊者”，也就是西方世界所熟知的基督，以及东方世界所称的菩萨。人类过往的历史中，弥勒尊者曾经借用印度教主克里希那以及耶稣的肉身来行道，换言之，菩萨这种生命的形态，就是由凡人的意识和宇宙意识结合而成的，透过这种不可思议的能量转化，才有慧力救渡众生。预言中显示，弥勒还要再来，于是寻找第三个肉身，便成了“通神学会”最主要的使命。

在进入“探索书局”之前，上述的资料我并无所知，只是大略知道有一个专门研究通灵现象的学会而已。“探索”和美国其他方兴未艾的形而上书局一样，里面烧着薰死人的檀香，陈设着千奇百怪的玄学书籍，有几个时髦的知识分子正在找书。

我漫无目的地浏览着，突然，我的加纱镜头扫到一张极美的脸孔，“她”吸引着我走上前去，仔细看清楚以后才发现，那一整排书架都放置着同一个人的著作，大部分是演讲集和传记，而且作者是“他”，不是“她”。

“他”名叫基督·克里希那穆提 (Jiddu Krishnamurti)，生于 1895 年 5 月 12 日午夜过 30 分，是印度一个婆罗门家庭中的第八个孩子，他和他的母亲，都具有天生的眼通能力。克里希那童年时对于学校的功课没有多大兴趣，时常喜爱梦想，看似迷糊而实则具有惊人的剖析力。由于身体多病，几乎每天都在发高烧，不能上学读书的日子里，他就待在家里拆东拆西地自己研究时钟或其他机器的结构。学校里的老师完全无法理解这个孩子，都认定他智能不足，时常毒打他、罚他站，但是他似乎从未把这些事放在心上过。他对于母亲和小弟弟尼亚有很深的依赖，对于物质享受或别人的褒贬却毫不在乎，他形容自己就像一个破了许多洞的瓦罐，任何东西进来，很快就会流出去。

1909 年，也就是克里希那十四岁那年，因为他的父亲是“通神学会”的会员，因此他和尼亚时常到阿迪亚尔总部附近的沙滩游玩。当时“通神学会”的负责人除了贝赞特夫人之外，还有一位名叫赖德拜特的通灵人，他能看到人体的灵光，还能从灵光判断一个人灵性进化的程度，他的著作颇丰，被西方玄学界誉为最权威的眼通。台湾有一本由老古出版社译成的《生

命的神光》，就是他的著作，原文应该译成“念相”（Thought form）。

寻找弥勒尊者的第三个肉身，后来就成了赖德拜特的任务。有一天在总部附近的沙滩上，赖德拜特突然发现克里希那的灵光极不寻常，已经没有一丝一毫的自私色彩，尼亚的灵光也很纯净，于是他和贝赞特夫人商量，准备将两个男孩接到英国抚养，准备训练克里希那穆提将来成为弥勒尊者的第三个容器。在父亲的欣然同意之后，两个男孩的命运，就这么不可思议地被注定了。

勒琴斯夫人是英国上流社会的贵族，她的父亲是英国驻印度的总督，丈夫则是著名的建筑师。克里希那和尼亚就在勒琴斯夫人的悉心照顾之下，逐渐适应了英国上流社会的生活。他们拥有私人教师，穿着毫无瑕疵，培养出最佳礼仪，能说流利的英语和法语，他们打高尔夫球，到欧洲各处游玩。在这种种的享受和明星式的待遇下，克里希那穆提却从来没有快乐过。他依旧是一个害羞、体恤而又温柔的大男孩，也依旧是所有考试都不及格。他天生的空性，使他无法像一般年轻人一样，凭着背诵和记忆来通过考试。最后他好不容易进入伦敦大学和梭尔邦大学，结果还是不能完成学业。

第一次世界大战爆发以后，“通神学会”在全球的会员，愈来愈期盼弥勒尊者的能人快速降世救劫，于是克里希那穆提的

责任也愈形沉重。他被严密地保护着，永远有两个人跟着他，连搭火车时，紧邻的车厢都坐满了随从。

尼亚和哥哥截然不同，他极为聪明，善于考试念书，又不必成为救世主，所以他和一般人一样，渴望结婚生子的正常生活；但是这些梦想都被否决了，因为他必须负责保护和照顾哥哥。

尼亚的身体一向不好，后来染上了肺结核，医生建议他搬到美国加州圣巴巴拉山谷区的欧亥，兄弟俩就在一间叫做“松舍”的小木屋暂住下来。

1922年的8月，奇怪的现象开始发生，克里希那突然进入一种急遽的“意识转化”期。17日至20日从早到晚他都陷入一种既痛苦而又不可解的状态，他的身体变得极度敏感。当时周遭的人包括尼亚、邻居沃灵顿（也是“通神学会”的会员）和一名19岁的美国女孩罗莎琳都不知所措。克里希那的敏感度突然微细到连人们的负面意念都承受不住，有时陷入出神状态，有时抱怨灰尘太多；有时冷热交战，又有时变得死寂。似乎有一股巨大的能量，顺着他的脊柱快速往头顶窜升，他感觉后颈和头顶剧痛，又没有任何办法停止这个过程，只好承受起一切。

20日晚上，当情况恶化到极点时，沃灵顿突然有种灵感，他建议克里希那到外面的一棵胡椒树下静坐，克里希那照做了。不久，他的神识突然离开自己的身体，飘浮到胡椒树上。这时

天空出现一颗明星，在一种交杂着狂喜而又平静的状态下，他见到了弥勒尊者，也感受到佛陀的磁力。他终于在奇特的生命历程中，初次尝到真爱的滋味，从此以后，他对于自己将要扮演的角色才开始具有信心。而目击那次转化过程的其他三个人，也有了明显的改变。

对于那三天所发生的事，贝赞特夫人和赖德拜特都无法提供完整的解释，最接近的推测，可能是“拙火”——人类先天潜存的生命能——在克里希那的体内升起了。这个大能具有改变人类身心的效果，当一个人的意识进化到某种程度时，大能就会自动升起。“拙火”的过程非常危险，类似一种死后的再生。克里希那的过程一直持续到 11 月份，而他的信心也愈加坚定。

1925 年的 11 月，克里希那又面临了另一次巨大的转折点。尼亚的健康情况不断在恶化中，克里希那当时必须离开加州到印度演说，十分不情愿地，他上了船。当船到达苏伊士运河时，电报传来了尼亚的死讯。

据旁观者的描述，克里希那当时陷入极度的伤痛，不但最亲爱的伙伴离去，他整个的信仰系统也面临瓦解，因为他的指导灵以及他的弥勒尊者都再三保证尼亚绝不会死。当船到达可伦坡时，克里希那突然在伤痛的巨大能量中顿悟，从此他的般若慧观开始萌芽、茁壮。

同一时期，“通神学会”的内部也搞得愈来愈不像话。腐败

似乎是通灵人不可避免的诅咒，因为他们没有空性和究竟的智慧，所以必定落入自己的权威欲和剥削他人的快感中，而且玄学体系的阶级制度远比任何专制政体还要霸道不公，克里希那内在的叛逆性随着“通神学会”成员的自我膨胀开始逐渐觉醒。

1929年的8月3日，克里希那宣布解散专门为他设立的“世界明星社”，他退还所有信徒的捐款，即使一无所有也绝不再成立任何宗教组织，因为真理不在任何人为组织中，真理是无限的，纯属个人的了悟，一旦落入组织或上师崇拜，人们的心智就开始僵化、定型、软弱、残缺。在那一次的宣布中，他首次透露内心的领悟，他说明他的任务就是要来解放人类，帮助受苦的生命从所有的恐惧和局限中释放，真正体尝至爱、大乐和进入实相的况味。另一项惊人的宣布是，他否定了所有过去的通灵经验，因为凡所有相皆是虚妄，通灵经验是人类接受了传统的暗示和过去习性的策动，而投射出来的念相。从此这位被拣选充当“世界导师”的克里希那穆提，才真正开始光华四射。

“通神学会”就在自创的尴尬剧中日渐没落，但是不可否认的，赖德拜特的慧眼也确实识出了克里希那穆提这位英雄，虽然“英雄”这类的赞誉是克里希那最不在乎的，他常说，“什么都不是的人，才能真正尝到快乐的滋味。”

1939年第二次世界大战爆发，面对世界的动乱、人类的自相残杀，克里希那感到刺骨的哀伤，在那份哀伤中，还有更超

然而冷静的深思，他开始探索发展真正的教诲，他要用最简单而直接的语言，带领人们进入他所存在的那种不可思议的境界。于是他开始尝试不同的禅定方法，对于自己的意识和感官也做了无数的实验。就在同时，他结交了赫胥黎、嘉宝、卓别林、亨利·米勒等朋友，米勒曾经这样形容过克里希那：“能认识克里希那穆提，比认识其他任何人都要光荣……。”还有不计其数的欧美知识分子，那些最为多疑的心智，都曾经引用极为夸张的赞美词，来形容和克里希那相识的感受。

60年代反物质文明的巨浪开始冲击着欧美的社会，当时有非常多的“花童”，起初都极为崇拜克里希那穆提，期望他能带领他们进入“立即涅槃”，但是随后就失望了，因为克里希那的教诲，与他们的上师崇拜、迷幻享乐主义和逃避世俗是互相违背的。但是有不少真正具备探索和洞悉能力的精英分子，包括研究量子力学的物理学者大卫·博姆，以及研究心理分析的专家学者，都开始密切注意克里希那的教诲，也就是在这个年代里，他的教诲益发地透彻、清晰了。

克里希那极为强调儿童教育，在这些天真的赤子还没有受到世俗、传统、野心、竞争和恐惧的污染以前，就要提供他们一个自由无惧的环境，让他们真正懂得什么叫做创造力、快乐和关爱，然后这个世界才能有真的新人类出现，一个全然不同的净土才能在地球示现。

这位慈悲与智慧化身的人类导师，穷其一生企图带领人们进入他所达到的境界，直到 90 岁圆寂之前，都还在不停地奔波。印度的佛教徒肯定他是“中观”与“禅”的导师，印度教徒则承认他是彻悟的觉者，近代最伟大的灵性导师。

1986 年 2 月 16 日晚九点整，克里希那穆提不可思议的一生结束了。留下来的，是一个有待人们解开的谜：到底菩萨是借助无形的神秘力量示现其一生的，或是完全靠自力达到的境界，还是二者的融为一体。

这个谜就是克里希那穆提希望我们亲自去探索的领域。他教诲的重点是，人人皆有 capacity 靠自己进入这个领域，而所谓的上帝、真相、真理、实相或道，都共同指向同一境界。

对于我个人而言，在遍访名师、五十三参的过程中，我已经清楚地知道，克里希那穆提确实不愧为“新时代的导师”，虽然他只承认自己是众人的朋友。

译者注：此书中克氏常用“我们”二字来代替第一人称的“我”，借以显示自我感的消失。

目 录

对于爱的五次对谈..... 1

- 1 专注的爱..... 3
- 2 爱并不只是一个字..... 10
- 3 爱与行动..... 14
- 4 “知道”和“看到” 17
- 5 爱的教育..... 24

关于自由的八次对谈..... 31

- 1 此岸即彼岸..... 33
- 2 解脱..... 37
- 3 寂静..... 42
- 4 不要对抗习性..... 49
- 5 倚赖..... 53
- 6 思想是什么..... 57

7 冲突的真相..... 62

8 毁灭..... 68

冥 想..... 73

1 冥想就是爱的活动..... 75

2 内心的开花结果..... 86

3 和自己对谈..... 109

1 专注的爱

只有冥想能彻底转化人类的疯狂。人类深陷于主义及意识形态，因此无法解决彼此的冲突。国家主义、宗教意识形态与冥顽不化的虚荣正在摧毁人类，世界各地都遭到破坏。人类虽曾尝试容忍、怀柔、沟通和保留颜面的策略，但仍受到自己的局限。

至善不在教条中，也不在空幻的规则和公式里。这些都否定了爱，而冥想却是爱的开花结果。

那个清晨山谷非常寂静，连猫头鹰都不再呼唤它的伴侣；它低沉的荷荷梟叫一个小时前才停止。太阳尚未升起，晨星还在闪烁。西方的山丘上方悬挂着一颗孤星，东方的曙光正逐渐扩展。太阳升起时，布满露珠的岩石闪闪发亮，仙人掌和绿叶变成了银灰色。大地之美觉醒了。

阳台上两只猴子，红脸、棕毛、尾巴不太长。其中一只正在替另一只找虱子。它一发现虱子，便小心翼翼地捏出来，

一口吞了下去。它们动个不停，跳下阳台，爬上巨大的热带乔木，又没入了溪谷。

虽然村子已醒，夜晚的寂静还在。那种静非常特殊，既不是噪音的休止，也不是头脑或妄念制造的安静。那寂静是不请自来的，没有任何原因。山丘、树木、人、猴子、乌鸦的叫声全在其中，一直持续到傍晚。深夜寂静又出现了，只有人类无法觉察到，岩石、新植的榕树、石缝中的蜥蜴却有知。

屋子里有四五个人。其中一些是学生，另一些则是就职的毕业生。其中一名学生说：“去年我听过你演讲，今年我又听了。我知道我们都是受限的，我也觉察到社会的残酷，以及我自己的嫉妒与愤怒。我晓得教会的历史与争战，还有一些毫无原则的行动。教会牢不可破的信仰和意识形态，替这个世界制造了这么多的冲突。人类的疯狂——包括我自己在内——似乎注定是永无休止的，当然，除非我们能转变。只有一小部分已经转化自己的人，才能在这个凶残的世界里起一些作用。我们几个代表其他的人来和你探讨这个问题。我们之中确实有些人是认真的，但是我不知道能持续多久。所以，首先请接受我们的半认真、几分歇斯底里、无理性、被自己的假设与自负冲昏了头——像我们这样的人，真的能转变吗？如果不能，我们将互相毁灭，