

迎向生命

Life Ahead

克里希那穆提

我們以為只要具有知識經驗，就會有智慧去迎接生命。
我們以為累積了更多經驗、更多知識、
更多財富、更多持有，我們就擁有智慧。
但智慧就是這些「更多」的結果嗎？
在這些具有更多、要求更多後面的過程是什麼？
在要求更多後，我們關心的又是什麼？
只有從內心深處體會了解這一切，
智慧才會甦醒，愛也就會在，
而愛就是智慧，它將帶給你無窮的創意。

迎向生命

te
Ahead

II
Ahead

克里希那穆提

徐美琅 譯

國家圖書館出版品預行編目資料

迎向生命 / 克里希那穆提 (J. Krishnamuri) 著 ;
徐美琅譯. --初版. --臺北市 : 方智, 1999 [民
88]

面 : 公分. --(新時代系列 ; 96)

譯自 : Life ahead

ISBN 957-679-667-9(平裝)

1. 生活指導

177.2

88014660

ISBN 957-679-667-9

版權所有・翻印必究

● 方智出版社
FINE PRESS

◎ 新時代系列 96
迎向生命

● 定價 180 元

作者 / J. Krishnamuri

譯者 / 徐美琅

發行人 / 曹又方

出版者 / 方智出版股份有限公司

地址 / 臺北市南京東路四段50號6F之1

電話 / 二五七九六六〇〇(代表號)

傳真 / 二五七九〇三三八・二五七七三三二〇

郵撥帳號 / 一三六三三〇八一 方智出版股份有限公司

登記證 / 行政院新聞局版台業字第433六一號

責任編輯 / 楊嘉瑤・葉彥君

美術編輯 / 蘇玉娟

校對 / 楊嘉瑤・葉彥君

法律顧問 / 詹文凱

原書名 / Light Ahead

原出版社 / Krishnamurti Foundation India

印刷 / 祥泰印刷廠

一九九九年十二月 初版

Chinese characters language copyright 1999 Fine Press Publishing Co.
Copyright©Krishnamurti Foundation of America, Ojai, California,
USA. All right reserved including the right of reproduction in whole
or in part in any form.

目 CONTENTS 錄

引言

1. 教育並不只是讓你認字和通過考試	0
2. 你的心就像四面圍著厚牆或鐵絲網的房子	0
3. 每個人都只想走保險安全的路	2
4. 我們活在充滿了觀念的世界裡	7
5. 鼓勵孩子不要毫不思考地接受	0
6. 恐懼披上了愛的糖衣	0
7. 有野心的人是最惶恐的人	5
8. 超越已被定義的字眼是智慧的表現	0
9. 最不幸的事情是我們都想成為偉大的人	8
10. 記憶不可能產生永恆的喜悅	8
11. 知識漸漸地成為虛榮的本體和自我的營養補品	9
12. 有動機的愛只是服務	0
	9
	1
	1

目 CONTENTS 錄

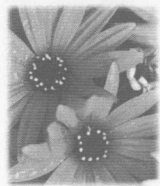
13.	這個飢渴的社會就建立在妒忌的基礎上	1 1 9
14.	滿足是認清你是誰，而不去追求你該是什麼	1 2 7
15.	簡樸的心靈沒有經驗和知識的包袱	1 3 7
16.	比較是一種對權威的崇拜	1 4 7
17.	心智永遠在試著找到自己與世界和諧共存的小角落	1 5 5
18.	真正有信仰的心靈是超越宗教導師的	1 6 3
19.	生命本身就是人際關係	1 7 1
20.	野心其實就是不做自己	1 8 1
21.	宗教的真義就是找到神，也就是找到真正的自己	1 9 5
22.	我們稱能解釋的每一樣事為知識	2 0 9
23.	真正的學校，應該透過學生為世界帶來祝福	2 1 9

引言

在我看來，處在這危機重重的世界裡，從生命過程中大徹大悟出完全不同的道德舉止及行動是極迫切且必要的。試著經由政治團體或經濟改革來提供答案，雖然也能得到暫時的解放，減輕困難，但卻無法化解人類確實存在的複雜難題。所有的改革不管多麼廣泛，表面上看起來多麼持久，其實只是產生更多的困惑，需要更多的改革。如果了解整個人類生命的複雜性，單單徒於改革，反而只會為將來製造更多的困惑及更無窮盡的改革而已。從基層的表面是找不到解決的辦法的。

政治、經濟，或者社會的革命也不是辦法，因為只會造成更多的獨裁專制，或只是權力轉移，權威從一手換到另一手，這樣的革命從來不可能替困惑衝突找到出路。

但有一種革命卻完全不同，而且必須馬上執行，如果我們不想被無窮盡的焦慮、衝



突、挫折淹沒的話。這樣的革命不是以任何反正早晚都將證明無用的理論觀念，而是由心裡徹底急進的變換。這樣的變換只能經由正確的教育及完全發展的人格。這必須是整個心智的革命，不單只是思想而已。思想終究只是成果，並不是源頭。這必須是源頭徹底的變換，而不只是成果的修飾。目前我們只是在成果現象上笨拙的修補，並無法帶給我們重大的改變。我們必須將思考的老習慣完全拔根，將心靈從傳統及習慣中解放出來。我們在乎的是這種關鍵性的改變，而只有正確的教育才能使這成為可能。

然而什麼是正確的教育呢？正確的教育必須有正確的學習。學習並不只是單單培養你的記憶力或累積知識，而是清晰沒有幻象的思考能力，本於事實，而不是宗教信仰或者理想。如果思想是由斷論而來，就不是學習。單單取得資訊知識也不是學習。學習是指對了解及行動的熱愛，絲毫不勉強才有可能學習。勉強有各種的方式，它會經由阻礙、威脅、說服、勉勵、犒賞等各種形式來影響你。

大部分的人以為經由比較，可以促進及鼓勵學習。然而正好相反。比較帶來了挫折，只會鼓勵妒羨，也就是競爭，即說服 (persuasion) 的另一形式：比較阻擋學習，醞釀惶恐懼怕。野心也是如此。不論個人或集體的野心都是反社群的，所謂高貴的雄心壯志，基本上是很有破壞力的。

所以鼓勵好心靈 (a good mind) —— 能夠整體性面對問題的心 —— 的發展是必要的。不逃避，不矛盾，沒有挫折、苦辛，或者冷嘲。讓心察覺自己的限制、動機及追求。既然發展好的心靈是我們最關心的，那麼老師的素質就變得非常重要，他們必須注重心智整體的栽培，而不只是知識的灌輸。在灌輸的過程中，必須鼓勵討論、發問及獨立的思考。

權威會讓人自以為是，根本不可能學習。所以教育者及學生經由彼此特別的關係中互相學習；這並不表示說教育者可以不顧思想的頭緒 (orderliness of thought)，思想的頭緒不是由嚴格武斷的傳播知識而來的；教育者本身必須體認到，要培養心智首先必須有自由。自由不表示為所欲為，或反叛性的思考，而是幫助學生經由自己每天的思考行動中，了解自己的欲望動機，這就是自由。

有紀律的心不可能是自由的心，壓制欲望的心也不可能是自由的。只有了解欲望的過程，心才能自由。紀律將心限制在某種信仰思想的框架中。這樣的心，不可能有自由，也就不可能有才智。紀律就是對權威的遷就。它讓你有能力在機能性的社會中生存。這種經由記憶栽培出的心智，就如同電腦，有驚人的準確性，但終究只不過是部機器。權威能說服心智往某個方向思考，但這種導向的思考，根本不是真正的思考；只不過是一

個機器人，醞釀沒有腦筋的不滿及煩躁，帶來了更多的挫折與不幸。

我們關心每個人的完全發展，幫助他了解自己的最高能力——而不是教育者所希望的理想。任何比較都會阻擋個人完全的萌放，不管他是個科學家或是園丁。

園丁的最圓滿能力與科學家是無從比較的；當比較進入，就會產生貶抑和嫉妒，以及人與人間的衝突，如同憂傷和愛是不能相比較一樣；憂傷就是憂傷，愛就是愛，不論貧或富。

每個個人完整的發展導致平等的社會。拚命想造成經濟或精神上的平等是沒有意義的，社會改革的目標在於建立平等，卻造成了其他的反社會活動；但有正確的教育，就不必去追求社會或其他形式的平等，因為你將不再比較或嫉妒。

在這裡，我們必須弄清楚職務 (function) 及地位 (status) 這兩件事。地位包括關係及層次的特權，是經由職務高低的比較而來。當一個人發展到他的最高、最全然的能力時，就不用跟人比較他的職務；所以只有職務名稱上的不同，如老師、首相，或者園丁。地位是不會惹上嫉妒的。

現在，職務上的能力是用學位來認定，但假使我們真正在乎人格的完整發展，我們就不會有這樣的觀念。個人有能力得到學位，加個頭銜在他的名字後或不加頭銜，全隨

人便。但他個人深深的了解，他自己的能力並不是由學位來框住的，也不會像一般有技術的人那般自以為是。這樣自以為是的信心是比較來的，也就是反社群。經濟的實際效用可以比較；但教育者卻不能用它來評價他的學生。

既然我們這麼關心個人的整體發展，那麼也許在剛開始時，就不該讓學生自己選課，因為他的選擇會傾向於個人情緒及偏見，或一勁地找容易的科目，或為了應急敷衍。但如果有人幫助他去發現，並培養直覺，那他自然不會去選最容易的科目，而會選能將他自己最高的潛能發揮出來的科目。如果學生一開始就被輔導去正視生命的整體，包括他的心理、情緒及知識層面的問題，他就不會有惶恐。

才智是處理生命整體的能力；但成績和分數並不能保證這些才智，反而會降低人的尊嚴。這樣的評價和比較會削弱你的心智——但這並不表示老師就可以不理會學生的發展，不為他留下紀錄。當然，家長一定會想知道他們孩子的進展，但如果他們無法了解老師的苦心和用意，成績報告就變成了強迫學生認真學習的工具，那麼老師的一番用心就完全白費了。

家長應該了解學校的教育方針。通常他們會很高興看到孩子拿到學位，將來能夠賺錢討生活，很少人會去想太多。他們當然希望自己的孩子快樂，但很少人能超越這模糊

的概念，去爲孩子的整體發展著想。大部分的父母在期待孩子有成功的事業時，往往會加重壓力，結果使得孩子認定書本知識就是最重要的，只能麻木的重複記誦，而不去思考教育的真義。

但教育者面對的最大難題，也許應該是家長對廣度及深度教育的冷漠。大部分的父母只關心孩子是否能得到膚淺表面的知識，好在腐敗的社會中謀一口飯吃。所以教育者不只要確定孩子得到適當的教育，而且還要確定家長不會破壞孩子在學校受到的好教育。說真的，學校與家庭應該都爲適當的教育做好的配合，不應該彼此造成衝突，使兩者完全無法合軌。家長應去了解教育者的用心，熱心參與孩子的完整發展。

同樣地，家長也有責任去確定孩子是否得到正確的教育。因爲老師揹負的重擔已經不輕，孩子的完整發展要靠孩子、家長及教育者三方面的關係。既然老師無法隨便屈服讓步於父母的空想及要求，家長就有必要與教育者多做溝通及合作，而不要給孩子造成困擾及衝突。

孩子自然的好奇心、渴望學習的欲望在一開始都是存在的，必須很有智慧地不斷給予鼓勵，才能使他永遠保持活力而不變形，再漸漸地引導他去學習各種不同的科目。如果能時時鼓勵孩子學習的熱誠的話，那不管他所學的科目是數學、地理、歷史、自然或

其他，都不會變成孩子或教育者的問題。只要有快樂關愛的環境，學習就變得非常容易。

當學生跟老師的關係安定的話，情感自然就會放開。這種安定的關係是孩子最需要的。安定與依賴兩者有很大的區別。但有意識及無意識地，大部分的教育者會故意培養孩子的依賴心，也就間接無形地鼓勵了恐懼心——父母也是如此。老師及家長雙方面施加權威及教條，使得孩子服從及依賴。而一旦他們依賴你，他們就總是會有恐懼的陰影。這種惶恐迫使孩子服從，不加思考地接受及順應長輩。在這種依賴的環境中，他的敏銳度被完全粉碎；只有當孩子知道及感到舒服安全，他的情感才不會被恐懼矮化，反而會開花成熟。

這種舒服安全的感覺並非不安全的相反。它是一種自在的感覺，不論是在家或學校，自由自在地感到自己不用假裝勉強；當他跌下樹時，沒有人會罵他。只有從父母及老師深切關心孩子的整體福利下，孩子才會有這種自在的感受。

對長輩沒有畏懼，不感到壓力，對孩子也許是新的經驗，卻能幫助雙方自然溝通。首先的激發就要本於信心。孩子能自由在地表達他對學習的尊重，完全沒有恐懼，沒有權威壓制的尊重，當孩子有這種感覺時，他的行為就不會是被長輩逼迫出來的，而這也就是學習過程的一部分。因為他跟老師非常自在，孩子自然會很體念老師；只有在這

樣的環境下，孩子的情感才能開放，才感到自由自在，孩子就會做他喜歡的事，不會反抗，屈從，或壓抑感情。

敏感是指對周遭一切——花草、動物、樹林、天空、河流、風吹鳥鳴——及周圍的人或擦身而過的陌生人的心境。這種敏感使你自然的不計較，不自私，流露出真情的德行。敏感的孩子明朗不孤癖，會很容易接受老師的建議，不至於造成衝突。

既然我們如此關心人類整體的發展，我們就必須了解人的衝動——那比知識的推理還強烈；我們必須培養感性的能耐，而不去壓制它。當我們了解而且能調理感性及理性的爭議，也就不會害怕去面對它們。

人類整體的發展中，孤獨是培養感性很重要的一環。人必須知道什麼是獨處，什麼是冥想或沉思，什麼是死亡；而要知道它們含意的唯一方法就是去發現。這些含意沒有人能教你，你必須自己去學習。別人可以指點你，但這樣的指點就不是孤寂冥想的經驗。要經驗它們，你必須質疑發問；能發問質疑的心，才能夠學習。

當質疑被以往的知識、權威，或過去的經驗壓制住時，學習本身就變成了模仿，而模仿使人不去經驗，只是麻木地重複。

老師不單只是給予知識，而是栽培質疑發問的心智。這樣的心智洞察宗教信仰的問

題，不會只盲目接受廟宇及教義。對真理或神，或不管你稱它是什麼的任何事物的追求，不會只盲目地接受信仰及教條，這才是真正的信仰。

如同學生每天刷牙，洗澡，學習新東西，但同時也需要自己或和別人一起靜坐。這種孤寂獨處是不能由教導，或由外來的傳統權威敦促而來，也不能被那些想靜坐又受不了孤寂的人影響。孤寂獨處幫助人的心智如同鏡子般清晰地看自己，幫人超越複雜累人又徒然的野心，及它帶來的惶恐及挫折。獨處能穩定你的心，並讓它持久有恆。這種明晰的心就是性格的本質，沒有性格的心智，總是跟自己產生矛盾。

敏感就是愛。愛的字眼本身不是愛，愛不能分為對神及對人的愛，也不能分為對個人或對群體的愛。愛給出去的是無限，如同花朵的芬芳；但我們卻總是計較我們的愛，繼而毀滅了愛。

愛不是改革家或社會工作者的商品；它也不是政治工具。當政客或改革家提到愛，他們用的只是字眼，一點也沾不上事實；因為愛不能被僱用，不管是現在或者未來。愛是宇宙的整體，不是森林或田野的一角。愛不是由信仰宗教來左右；當它被宗教利用時，愛馬上停止存在。政府權威及宗教團體、社會名人用各種的活動來引誘你，卻不知不覺中毀了愛，成為空有的熱情。

經由正確教育的人的整體發展，愛的滋養及持續必定從一開始就有。愛不該是情緒化的，也不該是奉獻。它跟死亡一般地強烈。愛不能由知識而來；追求知識的心智如果缺乏愛，就徒然是無情功利的心智。

所以教育者從一開始就要關切愛的品質：愛是謙遜、溫和、體貼、耐心、殷勤。受過正確教育的人本身就富有謙虛有禮的品質；他對所有的人體貼，包括衆生萬物，都反應在他的體態言行上。

強調這樣品質的愛，讓你不會耽溺於貪婪和野心。愛不就是一種品味及尊嚴的精煉？讓你的心純淨而不致陷於自傲？精煉的行為不是自我的設限，或向外要求的成果；它是自然流暢出來有品質的愛。如果人們真正了解愛、性，及人際關係引發出來的錯綜複雜，就能以理性，而不是以憂慮及激情來調適。

對一個注重人類整體發展的教育者來說，最重要的是去了解性衝動的含意，它在我們的生命中扮演了很重要的一部分，最好能夠從一開始由孩童的好奇心還不至於發展成病態癖好時，就好好去開導。如果不能讓孩子感受到有品質的愛，只是給予青少年時期的生理發育知識，可能會導致性欲的試驗。愛能洗滌理清邪惡不正的心。如果教育者沒有愛心或者對這方面的了解，而只是拚命地隔開男孩女孩，那麼即使你架起鐵絲網或

三令五申，他們的好奇及欲望衝動肯定會導致只是性欲的滿足及墮落，除非他們能一齊被正確地疏導。

用雙手做事也是表達愛的必要之門，譬如園藝、木工、畫畫、手工藝；藉著感官，觀察樹、山、肥沃的土壤、人們之間的貧乏；也藉由聆聽音樂、鳥鳴及潺潺的流水。

我們關心的不只是心靈的醞釀及感官的喚醒，還包括體格的完全發展。因為人的身體如果不健康有活力的話，那麼思想的歪曲遲鈍將是不可避免的。因此，身體的健康是非常必要的。身體需要足夠的睡眠，合適的食物。如果感官不夠敏銳，身體將阻礙人的整體發展。要有優雅的動作，控制平衡的肌肉，就必須有各種的運動、遊戲及舞蹈。身體要保持乾淨不邋遢，才能敏銳你的心智及情感。軀體不是心智的工具；心智、情感及軀體三者的組合才是整體的個人，除非三者能和諧相處，否則衝突是不能避免的。

衝突造成知覺的遲鈍。心智也許能控制軀體，壓制感官，讓軀體遲鈍；而遲鈍的軀體卻阻礙心智的發展。敗壞的軀體肯定不能運作，以致深一層的意識就無法找到；只有當心智、情感、軀體三者不相互矛盾，不費力地和諧融洽，不被理想信仰或觀念的驅策，才有可能找到深層的意識。

在心智的培養，我們該強調的不該是專心 (concentration)，而是用心 (atten-

tion)。專心是強迫心智集中在一個點上，而用心就沒有這些界限。

在專心的過程中，心智總是被界限，當我們專注於了解心靈的整體，專心反而是阻礙，只會讓你鑽入牛角尖。用心則沒有界限，沒有知識的邊境。知識本身就是界限，再怎麼伸展還是在界限之內。

在用心的狀態中，心智能運用知識，但部分永遠不是全部，即使加了好多的小部分，仍不會是完整。知識就是衆多小部分的專注，但仍無法構成對整體的認識，整體是不能用局部湊成的東西來測量的。

所以用心是最重要的，但不是經由努力專注而來。用心能讓心智不斷地學習，不會在累積的知識及經驗中纏繞。專注的心智利用知識延伸自己，但最終還是自我對立及脫群。

真正的學習只能在用心的情況下，沒有內外的壓力才有可能。當心智不再被傳統記憶所奴役時，正確的思想才能產生。用心允許心智的寂靜，也就能打開創意之門，所以用心才是最重要的。

知識在某些效用層面上最有必要的，是能成為培養心智的工具，而不是成果。我們關心的不是一個部分的發展，如一位科學家、數學家或者音樂家，而是孩子整體的發展。