



## JIDDU KRISHNAMURTI

---

没有这个转化，灵感总是昙花一现；没有这种转化，任何过一种精神生活的努力都只是非常肤浅的；没有这种转化，禅修就变成一种逃避方式，一种自我催眠的方式。

### ■ 改变的重要性



## 改变的重要性

大黑蚂蚁在草丛间修了一条路，道路经过伸展的沙石，越过一排橡胶，穿过一道古代墙壁的裂隙。墙稍后一点儿的洞就是它们的家。这条路上熙来攘往，两个方向上都特别繁忙。要是有另一只蚂蚁从旁经过，每只蚂蚁都会迟疑一下；它们的头互相碰触，然后又继续赶路。那儿肯定有成千上万只蚂蚁。只有当太阳直射在头顶的时候，那条路才被废弃，那时它们的活动就靠近墙壁，围绕着窝穴为中心。它们正在挖掘，每只蚂蚁都扛来一颗沙子、一小块圆石或一点儿泥土。如果你轻轻地敲击附近的地面，就出现一片混乱。它们倾巢而出，寻找入侵者；但很快它们就安定下来，继续它们的工作。太阳一踏上西行的轨道，山间吹来令人舒适的习习凉风，蚂蚁们又会在这一路上行军，向宁静的草丛、沙石和橡胶世界移民。它们沿着那条路走出很长一段，四下搜索，它们能找到那么多东西：蚱蜢的腿、死青蛙、鸟的残骸、吃了一半的蜥蜴或谷物。每样东西都受到愤怒地攻击；不能被扛走的就在原地被吃掉，或者肢解了带回家去。只有雨水会让它们持续的活动停下来，但降雨一停，它们就跑出来。如果你把你的手指横在它们的必经之路上，它们就全都围在指尖周围，有些还爬了上去，又爬下来。

古代的墙有它自己的生命。接近墙顶有一些洞，长着弯弯红嘴的亮绿色的鸚鵡在那里建起了它们的巢。它们很害羞，不喜欢你靠得太近。它们尖叫着紧紧抓住正在碎裂的红砖，等着看你要做什么。如果你不再走得更近，它们就扭进洞里，只有尾巴上淡绿色的羽毛伸在外面。之后又有另一番转动，羽毛消失了，它们的红嘴和形状优美的头露了出来。它们正在安顿过夜。

墙壁围绕着古代的坟墓，坟墓的拱顶捕获了夕阳的最后一缕光线，发着光，好像有人从里面点起了一盏灯。坟墓的整个结构匀称，比例均衡，没有一根线条让你感到不协调，它矗立在那里，反衬着夜空，好像摆脱了地球。所有的事物都生机勃勃，所有的事物——古墓、正在碎裂的红砖、绿鸚鵡、忙碌的蚂蚁、远处火车的呼啸、安静和星星——全都融入全然的生命之中。那是一种祝福。

尽管天色已晚，他们仍然想来，于是我们都进了房间。需要点灯了，匆忙之间一盏灯坏了，但剩下的两盏也足以让我们看清彼此。我们环坐在地板上。其中一个来访者是某个办公室的职员；他个子矮小而紧张，两手没有安静过。另一个人钱肯定更多一些，因为他拥有一个商店，带着在闯荡世界的样子。他身体笨重，相当胖，很爱笑，但现在很严肃。第三个来访者是一位老人，他说他退休了，有更多的时间学习经典、进行礼拜——一种宗教仪式。第四位是一位长头发的艺术家，他一直从容地观察着我们的每个动作，每个手势；他不会错过任何东西。我们都安静了一会儿。透过敞开的窗子可以看见一两颗星

星，茉莉花浓郁的香味飘进屋来。

“我很想像这样长时间安安静静地坐着，”商人说。“感受这种安静的品质真是一种祝福，它具有治疗的效果。但我不想浪费时间来表达我当下的感受，我想我最好继续我要谈的话题。我曾经过着发愤努力的日子，比大部分人要努力得多；虽然我无论如何算不上一个富人，但我现在过得舒适宽裕。我已经尝试过一种宗教生活，我并没有太多的妄想，也慷慨施舍，我从来不会毫无必要地欺骗别人；但你在生意场上，有时要避免说一些事实。我可以挣到更多的钱，但我拒绝了那种快乐。我用简单的方式自娱自乐，但总的来说我过着严肃的生活；它可以更好些，但实际上它也从来没有坏过。我结婚了，有两个孩子。简短地说，先生，这就是我个人的历史。我读过你的一些书，参加了你的演讲，我来这儿是想得到指导，如何过一种更深刻的宗教生活。但我必须让其他先生们说话。”

“我的工作是相当无聊的例行公事，但我没有资格做其他工作，”职员说，“我自己的需要很少，我没有结婚；但我得供养父母，还要帮助我的弟弟读完大学。我根本没有传统意义上的宗教虔诚，但宗教生活非常强烈地吸引着我。我时常想放下一切出家，但对父母和我弟弟的责任感让我犹豫不决。我每天打坐有好几年了，自从听你解释什么是真正的禅修后，我就试着按照它去做；但非常难，至少对我来说，我好像不能进入那种方式。我的职位是个职员，它需要我整天为某件我毫无兴趣的事工作，很难传导更高的思想。但我深切地渴望找到真理，如果对我来说可能的话；我还年轻，我想为我的后半生铺好正

确的道路；所以我来这儿了。”

“我这方面，”老人说，“我非常熟悉经典，几年前作为政府官员退休后，我的时间都是我自己的。我没有什么责任，我的孩子都长大成人结婚了，所以我可以自由地打坐、阅读、讨论严肃的话题。我一直对宗教生活有兴趣。我时常留意听不同老师的演讲，但我从来没有满意过。有些时候他们的教诲完全是幼稚的，另一些只是教条的、传统的或者仅仅是解说性的。最近我参加了你的一些演讲和讨论。我理解大部分你的话，但有些地方我不同意——或者不如说，我不明白。就像你所说的，只有涉及到观念、结论、想法时才存在赞同，但涉及真理时没有‘赞同’；一个人要么明白，要么不明白。我尤其想进一步澄清结束思想的问题。”

“我是一个艺术家，但还不是特别好的，”长头发的人说。

“我希望有一天我能去欧洲学习艺术；这里我们只有一些平庸的老师。对我来说，任何形式的美都是真实的表达；它是神圣的一个方面。在我开始绘画之前，我像古人一样禅修，冥想生命更深刻的美。我试着将美丽之泉一饮而下，抓住美妙绝伦的一瞬，只有那时我才开始一天的绘画。有时成功了，但更多时候不成功；不管我怎么努力，好像什么都没有发生，整天、甚至整个星期都浪费了。我也尝试过禁食，伴随着各种身体方面和智力方面的练习，希望能够唤醒创造的感觉；但所有这些东西都没有什么用。其他的和那种感觉相比都是次要的，没有它一个人不可能成为真正的艺术家，我会走到天涯海角去寻找它。这就是我来这儿的原因。”

我们所有的人安静地坐了一会儿，每个人想着各自的

心事。

你们几个问题是不同的，还是类似的，尽管它们看上去不一样？在所有这些问题之下有没有可能有一个共同的问题？

“我不认为我的问题和那位艺术家的有任何联系，”商人说。“他在寻找灵感、创造的感觉，而我想过一种更深刻的精神生活。”

“那也正是我想要的，”艺术家回答；只是我用不同的方式表达罢了。”

我们倾向于认为我们特殊的问题是唯一的，我们的悲哀完全不同于其他人的；我们想方设法保持个别。但悲哀就是悲哀，不管是你的还是我的。如果我们不了解这一点，我们就没办法继续下去；我们会感到欺骗、失望和挫折。毫无疑问，我们所有在这里的人都在寻找同样的东西；每个人的问题本质上是所有人的问题。如果我们真的感觉到这是事实，那我们在理解的途中就已经走出很长一段路了，我们可以互相探询；彼此帮助、倾听并且互相学习。那么老师的权威就没有意义，它变成愚蠢的。你的问题也是他人的问题；你的悲哀也是他人的悲哀。爱不是唯一的。如果这一点清楚了，先生们，让我们继续吧。

“我想我们现在都明白我们的问题不是没有关联的，”老人回答，其他人也都点头赞同。

那什么是我们共同的问题呢？请不要立刻回答，但让我们来考虑一下。

先生们，它难道不是在我们之中必须有一个根本的转化吗？没有这个转化，灵感总是昙花一现，总是有持续的奋斗要

再去抓住它；没有这种转化，任何过一种精神生活的努力都只是非常肤浅的，只是仪式、钟磬和书本的事情；没有这种转化，禅修就变成一种逃避方式，一种自我催眠的方式。

“是这样的，”老人说。“没有深刻的内在改变，所有宗教性或精神性的努力都只是触及了表面。”

“我完全赞同你的看法，先生，”办公室来的人补充说。

“我真的感到在我内在必须有一种根本的改变，不然我会像现在这样继续我的下半辈子，摸索、询问、怀疑。但是一个人怎样才能使这种改变发生呢？”

“我也明白要让我寻找的东西形成，在我内心之中必须有一种爆炸性的改变，”艺术家说。“内在根本的转化是明显必要的。但是，像那位先生已经问的，怎样使这样的转变产生呢？”

让我们全副身心去发现它发生的方式。毫无疑问，重要的是感受到根本的变化是迫切必需的，而不是被另一个人的言辞劝说你应该改变。一种兴奋的描述可能刺激你，让你觉得你必须改变，但这样的感觉是非常肤浅的，当刺激消失后它也随之而去。但如果你自己明白改变的重要性，如果你感到根本的转变是重要的，没有任何形式的强制，没有任何动机和影响，那这种感觉就是转化的行动。

“但是一个人怎样有这种感觉呢？”商人问。

你的“怎样”这个词是什么意思？

“因为我还没有这种改变的感觉，我怎么培养它？”

你能培养这种感觉吗？它不是应该从你自己对根本转变的必要性直接理解中自然而然地产生吗？感觉产生它自己的行动方式。通过逻辑推理你可能得出结论：根本的转变是必要

的，但这种理性或语言上的理解不会带来改变的行动。

“为什么不会呢？”老人问。

理性或语言上的理解难道不是一个肤浅的回应吗？你听见了，你推理了，但你的整个存在并没有投入其中。你头脑的表面也许同意改变是必要的，但你头脑的整体并没有给予完全的注意，它自己是分裂的。

“先生，你是说，有全然的注意才会有改变的行动？”艺术家问。

让我们考虑一下。头脑的一部分确信这种基本的改变是有必要的，而头脑的另一部分却漠不关心；它可能在一旁袖手旁观、昏昏欲睡，或者积极地反对这样的改变。这种情况发生的时候，头脑中就存在着自相矛盾，一部分想改变，而另一部分漠不关心或者反对改变。冲突的结果是，想改变的头脑部分试图战胜顽抗的部分，这叫做约束、修炼、压制；它也叫做追求理想。头脑做出努力，搭建桥梁来跨越自我矛盾的鸿沟。理想、理性或口头上的理解认为必须有一个根本的转化，但模糊而实际的感觉却是不想受到打搅、让事物照样继续下去、对改变和不安全的恐惧。因此头脑中就有分裂，对理想的追求努力把两个自相矛盾的部分结合起来，这是不可能的。我们追求理想是因为它不需要即刻的行动；理想是一个公认的、受尊敬的拖延。

“那么说试图改变自己总是一种拖延的形式吗？”办公室的职员问。

不是吗？你没注意到当你说“我要改变”时，你根本就没有改变的意图吗？你要么改变，要么不改变；尝试改变实际上

没有什么意义。追求理想、努力改变、通过意志的行动迫使头脑中自相矛盾的两部分结合起来、练习一种方式或修行达成这样的统一等等——所有这些都是无用的、浪费的努力，它实际上阻止中心、自己、自我的根本转化。

“我想我明白你所表达的意思了，”艺术家说。“我们正在玩改变的文字游戏，但并没有改变。变革需要激烈的、统一的行动。”

是的，只要存在头脑对立面的冲突，就不可能有统一或整合的行动。

“我明白了，真的明白了！”办公室的职员大声说。“不需要理想主义、逻辑推理、确信或结论就可以带来我们正在谈论的变革。但然后怎么样呢？”

这个问题不是阻碍你发现改变的行动吗？我们这么迫切地要知道结果，在我们刚刚发现的正确和错误之间都不停留一下，就要去发现另一个事实。我们还没有充分了解我们已经发现的就急急忙忙向前赶。

我们已经明白推理和逻辑结论不会带来这种改变、这种中心的根本转化。但是在 we 问自己什么因素会带来改变之前，我们必须充分觉知头脑的诡计，头脑以此使自己确信改变是逐步的，必须通过追求理想才能起作用，等等。明白了这整个过程的真实性和虚假性，我们才能继续问自己，对于这种根本的改变，什么因素是必要的。

现在，什么使你运动、行动？

“任何强烈的感情。强烈的愤怒使我行动，我事后可能会后悔，但感情爆发为行动。”

那是因为你的整个存在都投入其中；你忘了或者不在乎危险，你对自己的安全感无动于衷。这种感情就是行动；在感情和行动之间没有间隙。间隙是由所谓的推理过程产生的，依照一个人的信念、嫉妒、恐惧等等对正负面进行衡量而制造出来的。行动是政治性的，它被剥去了自发性和所有人性。那些正在追求权力的人们，不管是为他们自己，还是为他们的团体或国家，都是以这种方式行动的，这样的行动只会导致进一步的不幸和困惑。

“事实上，”办公室的职员继续说；即使是想要根本改变的强烈感情也会很快被自我保护性的推理抹杀，被这样的变革会导致什么的思考抹杀。”

感情就被理想、语言包围起来了，不是吗？有一种自相矛盾的反应，来自不被打扰的欲望。如果是这种情况，你就在继续你的老路；别用追求理想欺骗你自己，说你正在试图改变，等等。简单地面对事实，你不想改变。认识到事实就足够了。

“但我真的想改变。”

那就改变；但不要没有感觉地讨论改变的必要。那没有意义。

“在我这个年纪，”老人说，“就外在而言我不会失去什么；但放弃旧的想法和结论是另一回事。现在我至少明白一件事：没有唤醒的感情就没有根本的改变。推理是必要的，但它不是行动的手段。了解不一定会行动。”

但是感情的行动也是知道的行动，两者是不可分割的；只有当推理、知识、结论或信仰引起行动时它们才是分裂的。

“我开始非常清楚地明白这一点了，作为行动基础的对于

经典的知识在我的头脑中已经失去了控制力。”

基于权威的行动根本不是行动；它只是模仿、重复。

“我们大部分人都陷在那个过程中。但是一个人可以打破它。今晚我了解了不少。”

“我也是，”艺术家说。“对我来说，这次讨论非常刺激，我认为刺激不会导致任何行动。我已经把一些事情看得非常清楚了，我会继续追求它，虽然不知道它通向哪里。”

“我的生活是受人尊重的，”商人说，“但受尊重并不会引起改变，尤其是我们所谈的根本性的那种。我已经非常热切地培养了要改变、要更加真诚地过一种宗教生活的理想愿望；但现在我明白对生活的禅修和改变的方式重要得多。”

“我可以补充另一句吗？”老人问。“禅修不是建立在生活上的，它本身就是生活的方式。”



## JIDDU KRISHNAMURTI

---

富有同情心的人知道什么是正确的行动。没有爱而试图发现什么是正确的行动  
你的行动只会导致更大的危害和不幸；没有爱，你不可能理解残酷；和平有可能  
通过恐怖的统治建立起来，但是战争、杀戮会在我们存在的另一个层面延续。

■ 杀生



## 杀生

两三个小时之内太阳不会升起来。天空中没有一朵云，星星们正在欢呼。天空被环状山峰的深色轮廓勾画出来，夜晚是完全安静的；没有一声犬吠，村民们还没有起床。连嗓音低沉的猫头鹰也保持着沉默。窗子让无垠的夜晚进入房间，有一种奇特的全然单独的感觉——一种清醒的单独。小溪在石桥下流淌，但你必须侧耳静听；它温柔的细语在那广大的宁静中杳不可闻。那宁静是如此深厚、如此具有穿透性，你的整个存在都融入其中了。它不是喧闹的反面；喧闹可能在其中，却不属于它。

我们坐车出发的时候天仍然很黑，但启明星闪现在东山之上。汽车在群峰中穿行，树木和灌木在车灯明亮的光芒中呈现出深绿色。道路空旷，但因为有许多拐弯，你不能开得太快。现在东方开始露出一线曙光，尽管我们在车中闲谈，那种禅修的清醒仍在继续。头脑完全没有动静，它没有睡觉，也并不疲倦，只是完全静止的。天越来越亮，头脑越行越远，越行越深。尽管它觉知到巨大的金球的光芒，觉知到谈话仍在继续，它仍然是单独的，没有任何抵抗、任何指向地运动；它是单独的，像黑暗中的光。它并不知道它是单独的，只有语言知道。

它是没有终点、没有方向的运动。它没有原因地发生，没有时间地继续。

汽车前灯已经关掉了，晨光中绿色富饶的乡村十分迷人。地上是浓重的露水，阳光接触到地面，无数的珠宝闪烁着彩虹的色彩。在那一时刻，光秃秃的花岗岩看起来温柔顺从——升起的太阳很快就会把这个幻象带走。道路盘旋在甜美的稻田和巨大的池塘间，池塘里满溢着跳动的水花，在下个雨季来临之前乡村要靠它们来滋养。但雨水还没有结束；万物是多么生机勃勃啊！牛群正肥，路上行人的脸上闪动着早晨的清新。现在沿途有许多猴子。它们不是长腿长身子的那种，在树枝间优雅轻松地摇晃，或者步调轻松、骄傲地出现在田间，颜色黯淡的脸注视着你擦肩而过。这些是非常小的猴子，长尾巴，肮脏的棕绿色的毛，调皮嘻笑。其中一只几乎要卷入前轮之下，好在它的敏捷和司机的警觉救了它。

现在已经是明朗的白天，不少村民正在赶路。汽车不得不开在路边，绕过缓慢行走的牛车，它们好像总是有很多；卡车从不会给你让路，除非你把喇叭按上一两分钟。著名的寺庙俯视着树林，汽车加速开过一位神圣导师的出生地。

来访的一小群人是一位女士和几位男士，但只有三四个人加入讨论。他们都是真诚的人，你可以看出他们是好朋友，虽然他们的观点各不相同。第一个说话的人长着仔细修剪的胡子、鹰钩鼻子和高高的额头；他深色的眼睛锐利而且非常严肃。第二个人瘦得可怜；他秃顶，皮肤很干净，始终没有把手从脸上移开。第三个人身材圆胖、快活、举止轻松；他看着你

就好像在清查存货，由于不满意会再看一遍，瞧瞧他的数目是否正确。他形态美观的手上长着细长的手指。尽管他很爱笑，但是有一种深层的严肃包围着他。第四个人笑容愉快，他的眼睛是那种博览群书的人的样子。尽管他很少加入谈话，但他绝没有睡着。所有的男人大概都在四十来岁，但那位女性显得年轻得多；她从未说话，尽管她留意着发生的一切。

“我们之间已经谈论了几个月，我们想来和你讨论一个一直打扰着我们的问题，”第一个讲话的人说。“你看，我们一些人是肉食者，而另一些不是。我个人一辈子从来没吃过肉；它不管怎样都是让我厌恶的，我不能忍受杀了动物来填饱自己肚子的想法。尽管我们没有达成一致，在这方面怎么样才是对的，但我们仍然都是好朋友，我希望将来也会是这样。”

“我偶尔吃肉，”第二个人说。“我并不喜欢，但是你旅行的话没有肉经常很难保持均衡的饮食，吃肉要简单得多。我不喜欢杀动物，对这样的事很敏感，但偶尔吃些肉还行。许多道德保守的狂热分子在素食主义方面比那些杀生吃肉的人有更多的罪。”

“我儿子有一天射杀了一只鸽子，我们把它当作晚饭吃了，”第三个人说。“孩子非常兴奋用他的新枪把鸽子打下来了。你应该看看他眼中的表情！他既惊骇又愉快；感到内疚，同时又有一种征服者的味道。我告诉他不必感到内疚。杀戮是残酷的，但它是生活的一部分，只要在适度的范围内练习，处于恰当的控制之下，就不必那么认真。吃肉不是什么像我们的朋友所说的可怕的犯罪。我并不热衷于血淋淋的运动，但杀生