

<<心的对话>>

图书基本信息

书名：<<心的对话>>

13位ISBN编号：9787807090939

10位ISBN编号：7807090936

出版时间：2007-12

出版时间：深圳报业集团出版社

作者：克里希那穆提

页数：115

译者：胡因梦

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<心的对话>>

内容概要

《心的对话》收录了克里希那穆提对爱、自由和冥想等重要议题的探讨。克氏认为，正确的教育是找出截然不同的生活之道，使我们的从局限中解放。只有如此，爱才会出现，从爱出发的行动一定能带来真诚的人际关系。自由、爱与行动是息息相关的，自由的心才能行动，这样的行动便是爱。

<<心的对话>>

作者简介

克里希那穆提（J.Krishanmurti，1895 - 1986），印度的著名哲学家，20世纪最伟大的的心灵导师，在西方有着广泛而深远的影响。

他主张真理纯属个人了悟，一定要用自己的光荣照亮自己。

他一生的教诲皆在帮助人类从恐惧和无明中彻底解脱，体悟慈悲与至乐的境界。

他的六十多册著作，都是由空性流露的演讲和讲话集结而成，目前已经译成了47种语言出版。

<<心的对话>>

书籍目录

对于爱的五次对谈1 专注的爱2 爱并不只是一个字3 爱与行动4 “知道”和“看到”5 爱的教育关于自由的八次对谈1 此岸即彼岸2 解脱3 寂静4 不要对抗习性5 倚赖6 思想是什么7 冲突的真相8 毁灭冥想1 冥想就是爱的活动2 内心的开花结果3 和自己对谈

<<心的对话>>

章节摘录

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；它低沉的荷荷泉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，我们这个族类很可能消失。
这世界的恐怖也许有解，但总有可能出现一群投原子弹的：狂徒，那时我们会全体陷入深渊。
这些都是非常明显的事实，也是作家、教授、社会学者与政客们不断讨论的话题，那么，我们还有可能快速转变吗？”
“我们之中有些人并不十分想转变，因为我们其实还蛮喜欢暴力的。
对某些人而言，它甚至可以生财，还有一些人只想故步自封，另外一些人则想透过转变寻找高度的刺激，过度自信的情绪表达。
大部分人都渴望某一种形式的权力——掌控自己的权力、支配他人的权力、杰出的新观念带来的权力、领导的权力、名望等等。
政治的权力和宗教的权力是同等邪恶的。
世间的权力和意识形态的权力无法改变人类，意志力刻意造成的变化也不是真正的转变。
“这些我都能了解。
”那位学生说，“如果意志力、规则和意识形态不正确，那么正确的转变之道是什么？”

<<心的对话>>

转变的动机是什么？

最后要变成什么？

” 屋子里年纪较长的人很认真地聆听着。

他们十分专心，没有一个人往窗外看一看那只坐在枝头享受晨曦的黄绿色鸟儿。

它正用喙梳理自己的羽毛，从高耸的树上往下鸟瞰这个世界。

其中一名年纪稍长的人说：“我一点都不确定自己是否想有所改变？

也许改变之后会更糟。

这种井然有序的混乱也许强过那种不可靠的、不安定的秩序。

我的朋友，虽然你谈到如何转变，以及转变的必要，我还是不确定我是否同意你。

我喜欢革命这个观念，但是要放弃我的工作、我的房子、我的家，这样的革命我就不要了。

你们还年轻，这些观念还可以把玩一下，我在旁边听一听你们的结论就行了。

” 那些学生看他的眼神充满着优越的自在，好像他们不属于任何家庭、组织、任何政治或宗教团体。

他们说过他们既非资本主义，也不是共产主义，他们根本不关心政治活动。

他们的微笑带着宽容，还有几分尴尬。

新旧两代之间显然有一条鸿沟，而他们并不想弥补这隔阂。

“我们是中立的，”那位学生继续说，“因此我们不是伪君子。

虽然我们并不知道自己想做什么，但是我们很清楚什么是不对的。

我们不想要社会与种族的歧异，我们也不关心那些愚蠢的宗教信仰和迷信，我们更不想要任何的政治领袖——然而我们必须创造一种能防止战争而又截然不同的政治。

因此我们是非常担心的，我们想要促成人类的彻底转化。

现在我要再问一遍，第一，能让我们转变的到底是什么东西？

第二，我们到底要变成什么？

” 很显然，第二个问题是包括在第一个之中的，不是吗？

如果你已经知道自己要变成什么，那还能算是转变吗？

如果一个人已经知道他明天会怎么样，那个“会怎么样”不是已经在眼前了吗？

未来就是当下；已知的未来就是已知的当下。

未来只是一种投射，或是把目前已知的稍加修正罢了。

“是的，这一点我看得很清楚，所以真正的问题只在转变，而不在口头上说明我们将变成什么。

现在让我们回到第一个问题，我们要如何转变？

那个让我们排除万难的力量或动机是什么？

” 只有彻底不动，只有彻底放下“真相”。

我们并不知道放下之中藏着这么大的力量。

你一旦拒绝了规则与公式的整个结构，还有从其中延伸出来的权威，这拒绝的本身就能带给你力量，使你有能力拒绝其他的思想结构——如此一来，你就有能量改变了！

拒绝的本身就是那股能量。

“这是否就是你所谓的死于历史的积聚，而历史的积聚便是眼前的一切？

” 没错，死亡的本身就是重生。

死于已知就是整个转变的活动。

“拒绝是不是一种积极而明确的行动？

” 学生的反抗是积极而明确的行动，但是这样的行动只是非常片面而不完整的，它并不是彻底的拒绝。

你问道：“死亡或拒绝是不是积极的行动？

” 它是，也不是。

如果你积极地离开某一幢房子，进入另一幢，那么你积极的行动就完全不积极了，因为你只是为了另一个权力机构而放弃了前者，不久你又会离开的。

这种再三重复的行为，看起来好像是积极的行动，其实是不行动。

<<心的对话>>

但是你如果不再渴望或追寻内心的安全感，这便是彻底的放下，也就是最积极的行动了。只有这样的行动才能转化人类。

如果你拒绝任何形式的仇恨与嫉妒，你就是在拒绝人类所有内在与外在的结构。其道理很简单，任何一个问题都是和其他的问题息息相关的。

“这是不是你所谓的‘洞见问题’？”

”洞见的本身就能揭露问题的整个结构与本质。

洞见并不是分析，也不是揭发因果，而是像看到一份地图一般，一切都展现在你眼前。

要想见到全貌，你就不能有任何立场，此乃我们的困难之处。

我们都有专注的对象，心有所属能带给我们很大的欲乐。

而一旦有所属，我们就不可能再见到真相，我们会变得无理性和暴力，然后我们又想改变所属的对象来解决暴力，因此我们一直深陷在这种恶性循环中。

人类数百万年来都在重复这件事，却还美其名为“演化”。

爱并不在时间的尽头，如果它不在当下出现，便永远不会出现了。

爱一不见，地狱就在眼前了。

地狱里的改革，其实只是把地狱装潢一下罢了。

2 爱并不只是一个字 欧洲从春悄悄溜进了夏。

先是温暖的南方出现了含羞草，接着果树与丁香也开满了花，天空的蓝更深了，然后你注意到春天来得较迟的北方。

果树长满了新叶，但是尚未开花。

紫丁香正在含苞待放。

没有多久，果树的叶子大了、厚了，树荫就会整个遮住道路和草地对面的景致。

现在道路两旁的果树已盛开着花朵，南方的丁香已经凋谢，而北方的却正在绽放。

一朵白色的丁香长在一个小小的园子里；叶子只有几片——而那白花却像是覆盖了整个地平线。

如果向北走，你会发现春天才正开始。

满地都是郁金香，运河里有一群黄色的小鸭跟在母亲后头快速地划着水。

紫丁香仍然绽放，而树枝却是光秃的。

日子一天天地过去，春意愈来愈浓，平整的大地有着广阔的地平线，云层低得伸手可及。

这里的春天充满着荣光，其中毫无界分之感。

你和树木、母鸭及小鸭、郁金香、开阔的天空是浑然一体的。

那股全神贯注的能量使得郁金香、百合及嫩叶的颜色格外鲜明。

你的感官就是那花朵、那对骑脚踏车的男女，还有那只在空中飞翔的乌鸦。

你和那嫩草、那个孩子是没有区分的。

我们都不知道如何去看，其实看的本身就是冥想。

他是一名聪慧、有洞察力而又热切的年轻人，大概35岁，有一份不错的工作。

他毫不在意国家主义、种族动乱或宗教信仰的分歧。

他想探讨的是心中的一个困扰，但是又不想表达得太粗俗。

他说他已经结婚，而且有一个小孩。

那孩子很可爱，他希望她长大后，世界能变得截然不同。

他说他的困扰其实是性，但不是夫妻之间需要调整，也不是有了别的女人。

他说性所以会成为困扰，是因为他的内心只塞满了这一件事。

他的工作本来做得挺好，但现在他只热衷于性幻想。

他愈来愈渴望更多性爱中的欢愉、美与温柔。

他并不想和一般人那样，要不是性冷淡，就是把性变成生活中唯一的主题。

他很爱他的妻子，但是他觉得自己已经开始把她当做寻欢的工具。

随着年龄的增长，他的性欲愈来愈盛，现在已经是沉重的负担了。

在讨论这个问题以前，我想我们应该了解爱或守贞是什么。

宣誓守贞其实一点也不贞洁，因为在誓言底下，渴望依旧存在。

<<心的对话>>

如果以宗教或其他的方式压抑欲望，反而是不贞与丑陋的。

僧侣以誓约和否定来守贞，在本质上是一种世俗行为，所以是不贞洁的。

任何形式的抗拒都会形成界分的铜墙铁壁，进而使生活变成战场；如此一来生活便毫不贞洁了。

因此我们必须了解抗拒的本质是什么。

我们为什么要抗拒？

是不是传统中的恐惧造成的——恐惧自己会犯错或越矩？

受人尊重这件事已经深印在我们心中，因此我们宁愿臣服。

如果完全不抗拒，我们真的会失衡吗？

我们的欲望会因此而增长吗？

还是抗拒助长了矛盾和精神问题？

自由就是毫无抗拒地度过此生，有了自由，无论做什么都是贞洁的。

“守贞”和“性”是残忍的字眼，它们无法代表真理。

文字是虚妄的，而爱并不只是一个字。

如果爱是欲乐，那么其中必有痛苦和恐惧，如此一来爱便从窗户飘走了，于是人生就变成了苦恼。

我们为什么要把“性”弄得那么醒目——不只在我们私人的生活里，同时也在杂志、电影、照片和替它定罪的宗教中。

人类为什么赋予这项生活中的事实如此巨大的重要性？

为什么权力和暴力有时还不及性来得重要？

否认是另一种形式的暴力，而性是一项摆在眼前的事实。

如果我们只是一名智识的奴隶，不断地重复别人的话语，如果我们总是跟随、顺从和模仿，那么人生的大道就封闭了。

假如行动不自由，而只是机械化地重复一些动作，一切都无解了。

我们一旦无止境地渴望满足，渴望达成什么，我们便成了情绪的侏儒，于是障碍就出现了。

性是我们唯一非二手的行为。

在性行为中我们得以暂时忘却自己，忘却自己的困扰或恐惧，当时我们的自我感完全消失了。

不只在性行为中可以忘我，其他如喝酒、服迷幻药或观赏比赛也可以达到那种状态。

我们追寻的其实是这份忘我的感受，然而一旦认同某些行为、意识形态和意象，性就变成了困扰，于是守贞便格外显得重要，而性享受、不断地幻想也变得同等重要。

如果我们看到爱、性、自我耽溺、宣誓禁欲的整个画面，我们会发现爱、性与守贞是一体的。

使人堕落的其实是那份界分感。

性可以和无云的蓝天一般贞洁，但是念头一出现，乌云便使蓝天暗了下来。

念头说：“这是贞洁的，这是耽溺的行为。”

“这是必须加以控制的。”

“在这里我可以放纵一下。”

“因此有毒的是念头，而不是爱、守贞或性。”

3 爱与行动 “什么是行动？”

“他问道，‘爱又是什么？’

这两者有没有关联，还是，它们是截然不同的？”

“他是个大块头的男子，及肩的长发特别突显了他的方脸。

他穿着灯心绒的裤子，气质有些粗犷。

他说话很温柔，脸上带着微笑，脑子反应很快。

他对自己并没有太大的兴趣，但是很善于发问和找到正确的答案。

爱与行动是不可分的，使它们分开的其实是念头。

行动是爱的一部分，没有爱的行动并没有多大意义。

行动也是受到挑战之后的反应，而反应通常来自文化、社会的影响力和传统，因此永远都是老朽的。

然而挑战却是新的，否则你不会称之为挑战。

除非面对挑战的反应得当，否则必定产生冲突，并且会造成腐败。

<<心的对话>>

“那么，有没有一种行动是不会造成腐败的，这种行动有可能存在吗？”他问。

如果了解了挑战的本质，这种行动便可能出现。

挑战只有一个，还是很多？

换句话说，我们是不是把一个挑战诠释成了零碎的诸多挑战？

挑战当然只有一个，但是我们四分五裂的心却把它解释成了许许多多的挑战，并且一一加以反应，因此我们的行动才变得矛盾冲突，以至于我们所有的关系都有苦恼和困惑。

“我了解，”他说，“我们的心是四分五裂的，这点我看得很清楚，但是那唯一的挑战又是什么？”

那就是人类必须彻底自由，不是只解脱某一问题或束缚，而是所有的问题和束缚都得到解脱。你一旦接受了这个挑战——从古至今这个挑战一直都在等待着人类的接纳——你就不可能依照任何文化或社会的局限去诠释它了。

否定自由就是退化。

你能不能把这项挑战视为急性的、非常危险的疾病？

如果你不接受它，你就只是在依循个人的喜好和倾向而行动，也就是受制于某种思想模式。

如果你不接受这项挑战——人类的彻底自由——你就是在否定爱。

<<心的对话>>

编辑推荐

自由、爱与行动是息息相关的，自由的心才能行动，这样的行动便是爱。

《心的对话》的作者克里希那穆提，这位慈悲和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，人人皆有能力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。

<<心的对话>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>