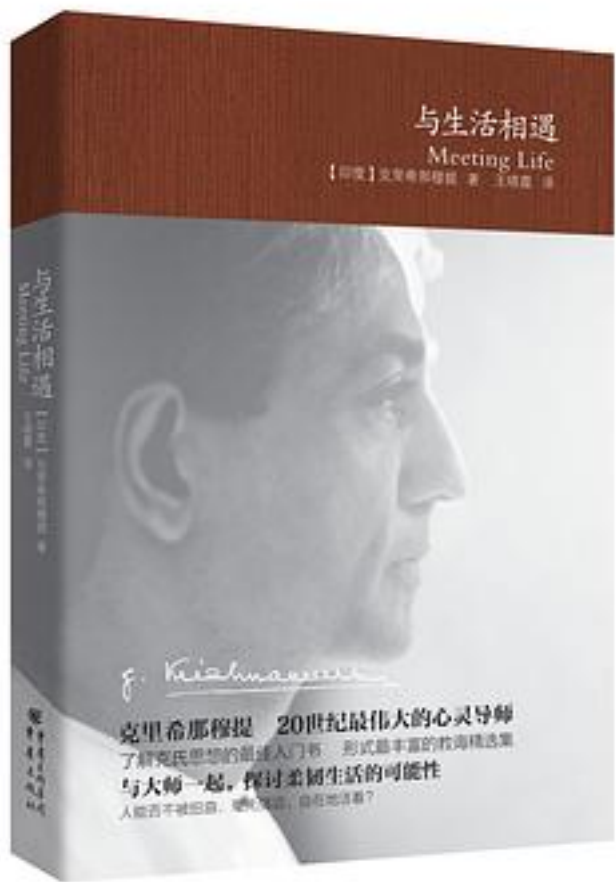


与生活相遇



[与生活相遇 下载链接1](#)

著者:[印度] 吉杜·克里希那穆提

出版者:重庆出版社

出版时间:2012-8

装帧:平装

isbn:9787229052218

本书的内容，选自《克里希那穆提信托基金会会刊》。书中的大部分篇章，首先发表在英国的克里希那穆提信托基金会的《会刊》上，有少数几篇曾首次发表在印度和美国的《会刊》上，然后又再次发表到了英国的《会刊》上。那些标有刊号的，是发表在英国

《会刊》上的作品。

本书分为三个部分。第一部分包含了由克里希那穆提口述的十六个短篇。除三篇标注有日期外，剩余的短篇都没有标注日期，因而本书是按照它们出现在《会刊》上的顺序进行排列的。这一部分还包括了克里希那穆提写下的三篇篇幅较长的文章。

第二部分收录的，是克里希那穆提在讲话的结尾部分或者小规模讨论中，对向他提出的某些问题所做的回答。由于除两篇外，其余篇章均标有日期，因此这些篇章是按时间顺序排列的，而与它们发表在《会刊》上的日期无关。

第三部分涵盖了克里希那穆提在瑞士、印度、英国和加利福尼亚的一些演讲。这些讲话均标有日期，故按时间顺序呈现。

作者介绍:

克里希那穆提（1895-1986），印度著名哲人，20世纪最伟大的心灵导师，被誉为“慈悲和智慧化身的人类导师”，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。他的六十多部著作，都是由空性流露的演讲和谈话集结而成，目前已经被翻译成四十七种语言出版。

目录: 引言 1
第一部分 短篇集
湖
对每个昨日死去
花园
生活的问题
橡树
自由即秩序
智慧与即时行动
河
何为关系?
平庸的心
孑然独立
水罐，永远不能装满
谦卑的品质
冥想与爱
冥想与体验
致一位年轻人
爱不是思想
关系意味着什么?
美是危险的
第二部分 问答集
冥想与永恒的时刻
恐惧与困惑
不知的状态
爱、性及宗教生活
一次电视采访
倾听的能力
探问友谊
美是什么?
从依恋中解脱

如果你就是世界
攻击性
意志和欲望
无须知识之处
不要寻求帮助
克里希那穆提学校的目标
与社会抗衡
如何面对生活
社会的要求
第三部分 演讲集
何谓宗教心灵？
年轻人的问题
不知道分别的心灵具有的品质
爱无法教授
懂得悲伤
轻盈的心
慈悲之光
论冥想
自由
超越思想和时间
时间、行动和恐惧
生活可有意义？
寂静之心
悲伤的终结就是爱
美、悲伤与爱
寂静之心

瑞士，萨能，1979年7月22日

你可曾注意到我们的心鲜有非常安静的时刻？我们极少拥有一颗自由、没有任何问题的心；要么我们有许多问题，只是暂时把它们搁置一旁。你可曾拥有一颗未被紧紧塞满的心，不向外寻求什么，而是纯粹寂静、时时观察，不仅观察世界上发生的事情，也时刻观察自己内心世界里所有的态度和努力——只是观察？抑或你一直在寻找、追求、探问、分析、要求，想要成就，想要追随某人、某个理想或者别的什么，或者想要与别人建立良好的关系？为什么有这种无尽的挣扎、努力和追寻？你去印度寻找某种非凡的东西，你以为到了那里之后，追随某个告诉你如何跳舞、如何唱歌或者如何做别的什么事情的人，某种非凡的事情就会发生。那些人试图强迫你以某种方式冥想、接受权威、执行某些仪式、高兴的时候就大喊大叫等等。你为什么会这样？你一直在渴望什么？你在追寻什么？

一个人安静地待在家里，或者一个人去散步时，你能不能问一问为什么会有这种长久的渴望？我们探讨过恐惧、悲伤和快乐；我们也探讨过智慧、爱和慈悲。我们指出过如果没有智慧就没有爱或慈悲，它们是并肩而行的。这里指的不是来自书本里的智慧、思想巧妙的构建，也不是非常聪明、非常狡猾的头脑的智慧；而是直接洞察什么是谬误和危险的智慧；一旦洞察到谬误和危险，就让它们立即消失。心灵的这种品质就是智慧。或许我们可以一起探讨冥想的本质，看看生命中有没有什么东西——不是仅仅在物质行为和物质财产中，也不是在金钱、性、感官享受之中，而是超越这一切——是真正神圣的，并非为思想所拼凑。也许通过冥想，我们自己可以真正摆脱所有幻觉和欺骗，非常诚实地思考，发现是否存在某种神圣的东西。

大多数人都有各种各样的经验，不仅仅是感官体验，还有带来情绪上和感情上的各种活动的事件。人们拥有的这些体验都极其无意义，也许所有的经验都没什么意义。当你开始探究我们所追求、所渴望得到的是什么，就会发现，我们渴望的不就是某种肤浅的感官体验吗？欲望所寻求的东西，很明显必然是非常肤浅的。我们一起仔细考虑这个问题时，能否从肤浅的层面进入到更深、更广的探索中去？也就是弄清楚我们所有的渴望是否都只是肤浅、感官层面上的；抑或这种向往、追寻和渴望已远远超越了一切？

你如何探索这个问题？通过分析吗？分析依然是同一种思想的运动，是往回看。思想通过分析研究自己和自身的经验；它的研究依然是有限的，因为思想本身是有限的，这一

点很清楚。但那是我们唯一的工具，我们一直使用这个工具，虽然我们知道它是有限的，知道它无法解决问题，也没有深入探索的能力。但我想，我们从未意识到这个工具无论多么锋利、无论被多么广泛地使用，都无法解决问题。我们似乎无法把思想搁置一旁。

思想创造了技术世界，创造了世界上所有的分裂：不仅仅是民族分裂，还有宗教分裂、意识形态分裂，以及两个人之间各种形式的分裂——无论他们以为彼此多么相爱。那种以自己的方式活动的思想及其行为是有限的，是过去的产物，必然会带来分裂，进而带来局限。思想永远无法看到整体。思想的这些行为是不是很肤浅？抑或有着诸多局限的思想，能否进行更深入的探索？

观察是思想的工具吗？观察会牵扯到思想的运动吗？你也许观察了，然后通过那次观察进行构思和创造。从那次观察中产生的创造，是思想的运动。你看到一种色彩，对它进行的单纯观察，然后产生了喜欢和不喜欢、偏见等等，那是思想的运动。你能够观察却没有思想活动吗？那是否需要一种纪律？纪律，这个词的词根是学习。学习，不是遵从，不是模仿，不是让心灵在例行公事中变得迟钝。那么，你能够学习观察的行动，而思想不从那次观察中制造出意象，也不根据那些意象去行动吗？你可以仅仅去观察吗？也就是去观察、去学习，或者去觉察思想运动干预观察的方式。去了解它，去学习，这是真正的纪律。

在观察中，比如观察我们对某种东西的向往或者渴望，你能否不带动机、不带过去、不带欲望地看，思想的结论也不干涉实际的观察？学习的目的通常是积累知识，然后根据知识去行动，行动熟练还是不熟练——需视情况而定。抑或反过来，你行动然后学习，也就是从行动中积累知识。所以我们的行动总是以过去为基础，或者根据过去投射出未来，并根据那种投射去行动。

现在，我们所指出的事情，完全不同于积累知识然后行动；完全不同于你的行动是过去的结果或者对未来的投射，那些基于时间的行动——昨天遇到现在，也就是今天，调整一下自己然后继续前进。人的行动通常以此为基础，所以显然我们的行动总是不完整的。这样的行动中有遗憾，有一种挫败感，它从来都不完整。

我们现在所讲的事情与那样的行动截然不同：我们说的是一种过去和未来并不存在的观察。只是去观察——就像一名优秀的科学家透过显微镜所做的那样——单纯地观察实际上发生的事情。当你观察实际上发生的事情，你观察的那件事情就会发生变化。你能不能观察到其中那些向往、追求和渴望？你有没有那种热切的能量，仅仅用来观察而没有丝毫过去的运动？

观察你在生活中想要得到什么，你追求、渴望的是什么（你们大部分人都在追求着些什么，否则你们就不会来这里）。你阅读哲学、心理学或者所谓宗教书籍。宗教书籍中总是指出一点，说存在某种超凡的、更伟大、更深刻的东西。读过那些书，你也许会说：“可能真的有，我要找到它。”然后你就被牧师、古鲁和最新的时尚等等困住了。你也许以为自己找到了某种令人满意的东西，并且说：“我非常快乐，我不再去追求更多的东西了。”但那也许只是一个幻觉——大多数人都喜欢活在幻觉里。而你所有的追求、所有的向往和渴望并没有带来一个美好的社会——一个构筑在和平之上、没有暴力的社会。

我们探索这一切的目的，是想造就一个美好的社会，人类可以幸福地生活在其中，那里没有恐惧，没有冲突，没有所有那些挣扎、斗争和残忍。社会是以人们的关系为基础建立起来的；如果我们的关系不正确、不精确、不真实，那么我们会创造一个不健全的社会，而这正是世界上发生着的事情。

.....
· · · · · (收起)

[与生活相遇_下载链接1](#)

标签

克里希那穆提

心灵

灵修

哲学

生活

修行

[印度]克里希那穆提

心理

评论

心灵导师或者知己

Inner peace!

和胡因梦翻译的感觉不同

2013-02-16

看完了 对我来说很难读懂 但是很好读 读的时候会想别的事
不过很多观点我还是很赞同的

看得见世界的喧嚣和争吵，亦要看见时间的宁静和美好。
读这本书的时候，我总是想到在多哈的印度司机Ebrahim跟我过的那句话：no meditation, no good。进入这本书，就是冥思。

与现实共处，不要总是用过去的眼睛去看问题；静静地坐着，远离一切过去,感受大地之美，心灵是如此纯粹地寂静。

如果你不曾安心，远离你眼前的生活，无法明白他在说什么，亲爱的朋友，总有一天你会进入你内心的世界，如果你这辈子够幸运的话

一度轻声读着此书，平复我们那偏离的情绪，帮助很大。只是最终，修行文学也无法掩盖问题的实质，快刀慢刀，终归又是在心口添了一条疤。

微博上有个专门发布作者的文段账号，其实看微博也差不多

缩小自己，世界也会随之放大。我们都曾遇见生活，静待，坚持。

"没有任何方法来终结记忆，也无法用钱买来一种崭新的状态。对这一切的领悟才是对其的终结。只有当这巨大的洪流终结之时，才会有崭新的开始。词语并非真相；语言的量度是对真实的背弃。"这本书我要每年读一次。再把姥爷说的记在这里"绝对的平等无法产生矛盾，而没有矛盾便没有发展。"

这是读的第一本克氏的书。其实最想看的是那本《你就是世界》。这本是一些摘录的小短篇还有谈话~做入门挺好的。催眠也好，好几次晚上拿着这书睡着。

美、智慧、思想、心灵、悲伤、恐惧、自我、努力、秩序

有点嫌弃他的散文，可很庆幸，没有半途而废。喜欢《不知的状态》《攻击性》《意志和欲望》。他没透露答案，只告诉了寻找的方法，要去觉察，观察我的饥饿。

智慧终结烦恼，悲伤的终结就是爱。

记得文中最常用的一句话是，讯问式地问你，你懂了吗？你真的是这么想的吗？看来大师也知道我没读懂。面壁去

很耐琢磨的一个人 因为他的作品

「美是不作反應地與萬事萬物交融，與醜陋以及所謂的美麗事物交融。」
——克里希那提穆《與生活相遇》10/15/19

自由是独立，不依附，不恐惧。正是因为你内心没有爱，所以你不停地从外面寻找爱来填满自己，这种爱的缺乏就是你的孤独。而当你看到这个真相，你就再也不会试图用外在的人或事来填补了。

[与生活相遇_下载链接1](#)

书评

与君初相识，犹如故人归。
与克的渊源，来自于多年前的一次偶遇，那个时候我还不知道《365天的静心冥想》有多深，仍然摇摆在各种法门，对治各种情绪和思维当中，我不知道“看”有多珍贵。直到有一天，我重读这本书，忽然一些不一样的东西出现了。似乎是周围的一切特别的鲜活...

by 张涵予

从拿到《与生活相遇》这本书到读毕，用去了一个多月的时间。常常在上下班的地铁上阅读，虽然嘈杂的环境实在不适合阅读这么厚重的作品，可是只要翻开，跟着文字走，很快就进入一个无比沉静而广阔的天地。盛夏炎热，也丝毫不觉辛苦。这就是克里希那穆提《与生活相遇》...

第一次看到此书的标题就感到非常的喜欢。因为克氏与其他精神导师最大的不同点就在于他的真实和实际性。其他宗教导师的教导总是会有着很多的浪漫、幻想和奇异神通。但是克氏的教导却是与生活紧密相连的，他没有给你任何的幻想。而是真实地指出了你生活中所存在的种种问题，使得...

三年前初识克里希那穆提，全是因为我参加胡因梦老师在万邦讲堂中对他著作的讲解，从那以后，我开始涉猎克氏的著作《重新认识你自己》《爱的觉醒》等等，这次读到《与生活相遇》腰封上所言，“了解克氏思想的最佳入门书，形式最丰富的教诲精选集”宣传语，立即纳入囊中，...

看到即做到，这就是行动。——克里希那穆提
“有些人的生命是为了传宗接代，有些是享受，有些是体验，有些是旁观。我是生命的旁观者，我来世上，就是看一棵树怎么生长，河水怎么流，白云怎么飘，甘露怎么凝结。”翻开《与生活相遇》时，我突然想起了杨丽萍的这句话。似乎是一...

谈到克里希那穆提似乎不得不提到他的两位重要的引介人，一位是物理学家博姆，一位是华人世界的胡因梦。正如孔子没用自贡，耶稣没用约翰，一个好的老师如果没用好的学生去宣传，那么老师也只能落得一个绝学失传的命运。然而胡因梦和博姆是否算是一个合格的好学生呢？因为胡因梦...

那么多的哲学家，吾独爱克氏。
所以，在这个世界上，大脑必需理性地、明智地、清晰地运作，但是他的内在必需彻底安静——《何谓宗教心灵》
每每在读他的文章，我都忍不住抄些一两短话。语言朴素，却是如此的优美。
他的思想自然，简单，超脱凡...

旅途的火车站，被“与生活相遇”这个词组，被书皮封面克里希那穆提灰白图片上所呈现/营造的一种超然、宁静的印象所吸引，于是买来读。

说实在，读起来我有些失望。觉的其中的文字，太过于云端不食人间烟火。太过于形而上，太空了——当然佛家有话“一切皆空”，说这本书...

克里希那穆提被誉为20世纪最伟大的心灵导师，也被誉为“慈悲和智慧化身的人类导师”，在西方有着广泛而深远的影响。他的书甚至在很多的宗教书店中都占据着显要的位置。他的书开启了我对哲学类、励志类、宗教类甚至修灵类图书的阅读兴趣。当然他的书籍是我首要追捧的。克里希那...

每个人都在生活之中，默默接受着它所带来的一切。也许是因为恐惧，害怕被孤立，我们倾向于不假思索地顺从权威，不管它是来自于父母、明星、政客或者所有声称自己知道人。即使我们反抗，也会因为无从着手而最终选择妥协。直到有一天，巨大的、无法忍受的痛苦迫使你不得不去...

接受了也解答了不少新的观点，回想下可以记起的内容吧
爱，关于一朵花的爱一棵树一缕清风，是爱，叫爱
冥想课中老师一直所强调的什么都不要想，其实是要大家停止思想，停止思想也意味着不要用太多大脑，大脑产生的思想，产生的悲伤、痛苦、烦恼，跟泰国大叔说的多用心生活有...

近现代印度最出名的两位莫过于克里希那穆提和奥修，命运迥异，前者被誉为伟大的圣人，后者被欧美认定为邪教分子，禁止书籍出版。这两位的书我之前都没有读过，之看过一些被阉割的文章，自然也无从判定好坏。
我读克里希那穆提的时候，正处于非常焦躁的时期，其实，我上大学的时...

[与生活相遇_下载链接1](#)