

# 愛與寂寞



[愛與寂寞 下载链接1](#)

著者:克里希那穆提羅若蘋譯

出版者:方智

出版时间:19960000

装帧:

isbn:9789576794346

克里希那穆提說過：「只有當心靈不再有任何形式的逃避時，我們才能與寂寞、孤獨直接溝通，這樣，就有熱情，就有愛。」《愛與寂寞》深入探索我們與自己、與別人、與團體的關係，指出只有認識自己，了解使個人與團體分化、孤立的制約，我們才會擁有「真正的關係」。

本書使我們再次沐浴在克里希那穆提豐富、獨特、感人的心靈之光，從而有能力在人生中創造真愛。「如果你沒有愛—無論你做任何事，崇拜各種神明，參加各種社會活動、改革貧窮、從政、著書、寫詩—你仍然是個死了的人。沒有愛，你的問題會永無止盡地增加，而有了愛，去做你要做的事，就沒有危險，沒有衝突。愛是美德的精髓。」

作者介绍:

克里希那穆提（1895-1986），20世纪最卓越的心灵导师。1895年生于印度，1925年悟道，他的一生极富传奇色彩。他主张真理纯属个人的了悟，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解脱，体悟慈与至乐的境界。因此佛教徒肯定他是“中观”的导师，印度教徒认为他是彻底的“觉者”，神智学者则认为他是地道地的“禅”师。

他的40本著作，全是由空性流露的演讲和谈话集结而成，目前已译成了47国文字，在欧美、印度及澳洲有着广泛而深远的影响。

目录：

[愛與寂寞 下载链接1](#)

标签

克里希那穆提

爱与寂寞

评论

---

[愛與寂寞 下载链接1](#)

书评

我是谁？先不谈我从哪里来，只看看我是谁吧。我，有时是这一身肉体，我病了，我累了，我死了。我，有时又是脑里的一具思想，我想、我决定、我希望、我烦恼。肉体和思想都是我？这个我就是如此热闹地游离在肉体和思想之间，仿佛是一个毫无规律的单摆，我们认为拥有了自己，但却...

---

看着本书的时候时经自我选择的瓶颈，当脱离开热闹我没法感受自我的更新，一切那么陈旧和无趣，我不知道怎么去命名，当看到这本书，寂寞二字给了我答案。

爱不是思考的产物，寂寞也不是空虚的结果，当我们认清这样的事实，爱就出现在心田，寂寞便换了着装端坐在灵魂的一方，...

---

读着他的作品的时候，很多次有非常想哭的冲动，有一种悲伤的冲动油然而来，涌上心头，内心感受到了悲伤和怜悯，在看着他的照片我感受到的是爱，他的处世态度值得借鉴和学习，用心来感受。 Many people when they fall in love look for a little haven of refuge from the world...

---

书的前言写到作者30悟道，然后成为伟大的心灵导师。这个“悟道”似乎和孔子的“四十不惑”有几分相似。因此心里对这个三十就不惑的高人很是敬仰。之前不知道有这个人，心情糟糕低落到极点时去了一趟南京，与表哥畅谈一宿，第二天借给我克氏的三部曲，我拿起的第一本就是《爱...

---

我试图理解他所说的一—

「思想」是基于记忆、语言/命名和刻板印象的，而思想的过程/方式被他叫做「心灵」，心灵倾向于寻找和依赖「模式」，而模式是限制的。这些都会阻碍我们直面事物、去和它们沟通。正是这些让我们痛苦、寂寞、依赖、气恼……只有抛开这些，离开思想的层面...

---

(在爱中感受寂寞，在寂寞中品尝爱。) 睁开眼 我的天空一片星海 还以为  
这里就是爱你的未来 为什么黑暗之中充满期待 却传来更多承诺的无奈 忘不了  
爱只剩下手心的温度 才知道幸福只是短暂的幻影 我走在迷雾花园里 寻找爱走过的记忆  
半清醒半迷醉 来去的痕迹 梦醒突然发...

---

透过光，看着这张脸，你会看到什么？禅，空灵，无尽的谜一般的尘世。  
克里希那穆提，彻悟的觉者，灵性的导师，心灵最好的阐释者。他的《爱与寂寞》你能领悟到什么？  
如果你没有爱——你去做任何想做的事，崇拜所有的神明，参加各种社会活动、改革贫穷、从政、著...

克里希那的爱，佛陀的涅槃，基督徒的上帝，老庄的道，本质上说的是一回事：生命和世界的真相。发现它，生命可以达到无忧无惑的境地。它不在别处，就在我们的内心，是我们与生俱来就拥有而不自知的东西。对于痛苦与恐惧，克里希那总是说不要去分析它，不要去解释它，只去观察...

刚收到这本书，正在读，读的很慢，因为很多东西要慢慢考虑慢慢吸收，克氏在书中大量使用疑问，反问，加深了读者的思考，相信会从书中学到一些东西。

日更的状态下，书看得也慢了，周日终于翻完了《爱与寂寞》。虽说是讲述爱、寂寞、以及孤独，但说到底和克里希那穆提另外的书籍类似，从根本上还是在讲述人类的这个自我是什么、思想的老旧性以及全然专注的观察等主要的概念和理论。克氏的书看到现在，越来越觉得，“自我”就...

在我最低迷的阶段，我找到了一份聊以糊口的工作，待遇不高，工作时间却很长。我还是接受了，在工作中我开始参悟哲学，每天总是在思考人生的三大终极问题：“你是谁”，“你从哪里来”，“你要到哪里去”。逼仄的小屋，四面都是玻璃，毫无隐私的空间里，我望着来来往往的人群，...

这些年我一直很提倡不间断的自省。也许有人说，哪有这么多事情要反省。或者有人说，我没你这么高境界。其实，自省，不是逼迫自己在每件事情里认错，更不是包揽所有责任和委屈。自省是跳出自我，去思考自我。这是不是高境界的表现，我不知道，可我确信的是，这么做可以寻找到真...

有目的的去读这本书，在我所熟悉的书店找寻偶尔发现的一句话  
“有依赖，就不可能有爱”我想唤回你，无论你或者我有无做好准备。  
我不敢有任何保证，也许就像克里希那穆提说的，我只是依赖，不是爱。抑或是爱不是依赖。我并没有把握，亦不敢笃定。也许只是怀念，或者...

这本书是谈爱的，说了爱的表现与哲学上的意义。而且里面的很多篇章都讨论了性和爱的关系，回想起来没有任何偏见，对心灵的指引很到位。结合《心灵自由之路》我觉得

可以很大程度上改变人生观。印度人在包容和忍耐这方面的的确非常杰出。

---

[愛與寂寞 下载链接1](#)