

<<唤醒能量>>

图书基本信息

书名：<<唤醒能量>>

13位ISBN编号：9787510810596

10位ISBN编号：7510810590

出版时间：2011-7

出版时间：九州出版社

作者：克裡希那穆提

页数：336

译者：李赫楠

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>

## &lt;&lt;唤醒能量&gt;&gt;

## 前言

从1947年起，克里希那穆提在印度定期会见来自不同文化背景、秉持不同信仰的人们，同他们进行交谈。

这些人中有学者、政治家、艺术家，也有印度僧人。

这些年来，探究真理的方法体系逐渐丰富并形成。

这些对话仿佛通过显微镜向读者展现克里希那穆提那流畅、广阔、微妙的精神世界以及洞察的运作过程。

然而，这些对话并不是提问和回答。

它们是一种深入意识结构和本质的探索，是关于头脑及其活动和界限以及超越头脑之物的探索。

同时，它也是走近突变之道的一次机会。

对话中聚集了一些完全不同的并有着各自不同局限的头脑，展现了对克里希那穆提的心智的一种深度挑战，通过无情的质询来打开人类的心灵深处。

你不仅可以目击“无限”的扩展和深入，也可以见证“无限”对有限的头脑产生的影响。

正是这种质询使得头脑变得灵活，把它从最近的过去、从数个世纪的制约模式中解放出来。

在这些对话中，克里希那穆提从一个完全试探性的角度，即一种“无知”的状态提问，因此，从某种意义上讲，他和对话的参与者起始于同一水平。

在讨论过程中，提出了各种带有假设性和探查性的分析质疑。

这种质疑并没有立即寻求答案，而是一步步观察思维及其展现过程——这是一场穿透和撤回的运动，每次运动都把注意力越来越深地投入到心灵的深处。

就这样，一次微妙无言的交流便发生了，揭示了对思想的肯定活动进行否定的过程。

其中有对事实、对“现状”的“看到”，以及“现状”的突变。

这些被再次从不同角度探究以检验其有效性。

二元性和非二元的本质被简单的语言所揭示。

在那个提问的状态中，在提问者和体验者都停止了思想的状态中，“真理”便瞬间显现了。

这是一种完全没有思想的状态。

克里希那穆提说：“头脑是运动的容器，当运动无形、无‘我’、无影像、无画面时，头脑就完全安静了，里面没有记忆。

此时，脑细胞就发生了变化。

脑细胞习惯于在时间中运动。

它们是时间的残留物，而时间在运动中制造出空间，时间是这空间中的运动”。

“当没有运动的时候，能量便惊人地集中。

因此，突变是对运动的理解和脑细胞自身运动的终止。

”(对话六)对突变的瞬间和“现状”的揭示，为理性和宗教探询的整个领域提供了一个全新的维度。

对话中也许存在一些重复之处，但我们并未将之删除，因为这样做会妨碍对意识本质和质询方法的理解。

我们相信，这些讨论对那些正在寻找理解自我和人生线索的人们会大有帮助。

## <<唤醒能量>>

### 内容概要

《唤醒能量》由一系列关于宗教和哲学话题的对话组成，探讨了对从灵性之殇中获得解放的追求、对精神道路和人生目标的看法等等。

克里希那穆提关注的是这些背后的真实体验和洞察，带领读者穿越人类文化与灵魂的多重困境。

《唤醒能量》意在深入探究意识的本质，探索人类思想的活动与疆界，以及超越于思想之外的人类未解世界。

## <<唤醒能量>>

### 作者简介

克里希那穆提（1895-1986），印度著名哲学家，当代最受推崇的心灵导师，已出版七十余本著作，全部由演讲和对话录集结而成，目前已被译成47国语言文字，在全世界产生了广泛而深远的影响。

克里希那穆提倡导，实现世界和平的唯一途径是人类心灵的转变，为此，我们每个人都应当自省其身，除此之外没有任何捷径可走，也没有任何大师或权威可以提供帮助。

佛学家推崇克氏为中观导师，印度教吠檀多学者则认为他是个圆满的觉者。

## <<唤醒能量>>

### 书籍目录

#### 新德里对话录

##### 一 悲伤之焰

- (一)面对悲伤唯一的办法是不做任何抵抗
- (二)逃避悲伤，是在糟蹋一种非凡无比的事情
- (三)不从悲伤逃离，则爱的热焰产生

##### 二 炼金术与突变

- (一)两性和谐，冲突消融，诞生新的突变
- (二)人应该更新成为智慧的“容器”
- (三)是什么使心灵变老

##### 三 抑制邪恶

- (一)对于“邪恶”的含意，不要迷信
- (二)尝试保护自己反对邪恶，也就是在保护自己远离善良

##### 四 唤醒能量

- (一)放弃思想的动作
- (二)走进寂静之域

##### 五 第一步即最后一步

- (一)一旦执取，就终结了洞察的智慧
- (二)不要在时间中理解洞察
- (三)在无时间无记忆无思想无自我的当下，才有真正的洞察之光

##### 六 能量和转变

- (一)人的单维运动使能量破碎、压抑
- (二)放弃“我”的追求运动，头脑的能量则将突变

##### 七 观察者与“现状”

- (一)“二元性”使我们错误地处理生活问题
- (二)与事实简单地共处是唯一的好办法

##### 八 逆流运动

- (一)凡有意欲所为，都不能达到真正的解放
- (二)执着于解脱，会束缚得更紧
- (三)放下“求解脱”，当下得解放

##### 九 时间和衰败

- (一)时间成为欲望的表义
- (二)活在空境之中，不需要时间意义
- (三)消除时间中的残酷、恐惧

##### 十 生与死

- (一)我们的头脑制造生和死的恐惧、困惑
- (二)在头脑的纯净中看到生死真相

##### 十一 美与洞察

- (一)没有智慧，会有美吗？
- (二)因为追求而变得支离破碎的人不能体现美
- (三)洞察力具有特殊的能量
- (四)美存在于未成碎片的头脑中和完全的摒弃自我中

#### 马德拉斯对话录

##### 十二 因果的矛盾

- (一)思想看似自由，其实制造不自由

## <<唤醒能量>>

- (二)人需要使自己不分裂
- (三)没有“观察者”，才有真观察
- (四)不分裂的人，不受时间囚禁
- (五)分享者高于沟通者
- 十三 传统与知识
  - (一)传统方法和知识信息造成头脑的不自由
  - (二)必须消解思想造就的一切结构及由此而来的伤害
- 十四 冲突与意识
  - (一)意识是人的碎片化表现
  - (二)碎片化的自我酿成冲突
- 十五 探索的本质
  - (一)用智力探索问题是一种错误，我不再使用它
  - (二)不要用心看，而要无心看
- 十六 秩序与思维
  - (一)追寻行为的秩序模式反而造成不安全
  - (二)拒绝模式的瞬间就产生了智慧
- 十七 事物、知识与洞察
  - (一)只有不带有结论的头脑才能够“看”，其他则不能
  - (二)给自己一个充满能量、自由敏感的头
- 十八 能量与分裂
  - (一)是什么使我们一叶障目
  - (二)思想使能量变得支离破碎
- 十九 自由与区域
  - (一)思想所寻求的自由是不存在的
  - (二)“不知道”便是真自由
  - (二)生活的关系每天都可以充满爱的新意
- 二十 传统模式
  - (一)知道问题并不能解决问题
  - (二)“真我”并不可靠
  - (三)回到无的观察
- 二十一 上师、传统和自由
  - (一)权威的、强迫的、破坏性的关系阻碍了真正的思考
  - (二)克里希那穆提是如何感悟的
- 二十二 自由和牢笼
  - (一)在过去中寻找安全是危险的
  - (二)自由存在于思想停止分别的地方
- 二十三 稳定性与知识
  - (一)虚假的关系与真实的关系
  - (二)死板的稳定性与灵活的稳定性
- 孟买对话录
- 二十四 脑细胞与突变
  - (一)大脑的突变不需要时间积累
  - (二)纯粹的记录者：新旧大脑的转换与并用
- 二十五 神
  - (一)神是思想的发明
  - (二)人类能量因思想状态而变化
  - (三)局部的安静与完整的寂静

## <<唤醒能量>>

### 二十六 能量、熵与生命

- (一)寻找无限持续的生命能量
- (二)时间之内与时间之外的人类能量

### 二十七 智慧与工具

- (一)有智慧的头脑知道怎样使用和不使用知识
- (二)智慧存在于思想停止运作的地方

### 二十八 正确的沟通

- (一)有一种沟通是不需要语言的
- (二)纯粹的看，即是沟通
- (三)让脑细胞从一切重负下解放

### 二十九 生理生存与智慧

- (一)当头脑剥离心理生存因素，智慧就产生
- (二)头脑是怎样清空的
- (三)思考“我是谁”的问题，未达到智慧的洞察
- (四)不必为疏忽状态刻意担心

### 三十 头脑和心灵

- (一)为何划分思想运动和情感运动
- (二)洞察，是生命的能量精华

## &lt;&lt;唤醒能量&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：(一)面对悲伤唯一的办法是不做任何抵抗克：在这个国家，悲伤意味着什么？

在这里，人们遇到悲伤会怎么办？

他们是否通过因果报应的解释来逃避悲伤？

当遇到悲伤时，印度人的头脑中在想些什么？

佛教徒有一种处理方式，基督教徒有另一种处理方式。

印度人遇到悲伤时又是如何处理的呢？

是抵抗它，还是逃避它？

抑或是使它变得合理化？

普：真的有许多面对悲伤的方式吗？

悲伤是痛苦—某人死去的痛苦、离别的痛苦。

有可能以不同的形式面对这种痛苦吗？

克：逃避悲伤有许多不同的方式，然而面对悲伤则只有一种办法。

我们都熟悉的逃避的确是避免巨大悲痛的途径。

你看，我们通过解释来面对悲伤，但是这些解释并没有回答这个问题。

面对悲伤的唯一办法是不做任何抵抗，无论是从外在还是从内心里，不要做出任何远离悲伤的运动，而是完全处于悲伤之中，不要试图超越它。

(二)逃避悲伤，是在糟蹋一种非凡无比的事情普：悲伤的本质是什么？

克：悲伤，有个人的悲伤，伴随着失去你爱的人、孤独、分离和对他人的担忧而生的悲伤。

伴随着死亡，也有另外一种感情产生，即他人的存在已经终止，而他却还有那么多想要做的事情。

这一切都是个人的悲伤。

然后还有超越个人的悲伤，你看到有个衣衫褴褛、蓬头垢面、低垂着头的人；他是无知的，不仅仅是对书本知识无知，而是真正的深层无知。

你对这个人怀有的感情既不是自怜，也不存在对那个人身份的认同。

并不是因为你比他处境更佳所以怜悯他，而是你内心感受到人类悲伤的无限重负。

这样的悲伤与个人无关。

它普遍存在。

普：当你谈话的时候，我内心一直有一种悲伤。

没有直接的原因导致这种悲伤，但它却与人类如影随形。

他活着，爱着，他产生依恋，然后一切结束。

无论你所说的话有多么真实，在我们身上存在这种无尽的悲伤。

它将怎样终结？

看起来好像没有答案。

前几天你讲过在悲伤中存在热情的全部行动。

那是什么意思？

克：悲伤和热情之间是否存在联系？

是否存在没有原因的悲伤？

我们知道的有作为因果的悲伤。

我的儿子去世了，其中关系到我对自己儿子的认同，我想要让他达成我没有实现的事，我的追求通过他得以延续；当他死去，这一切都被否定了，我发现自己完全丧失了所有希望。

那样就出现了自怜、恐惧，出现了引发悲伤的痛苦。

每个人都是如此。

这就是我们所说的悲伤。

除此之外，还有时间的悲伤、无知的悲伤，对自身破坏性局限的无知；不自知的悲伤；对处于自身存在的深处和超出存在的美的无知的悲伤。

当我们通过种种解释来逃离悲伤时，我们是否知晓我们实际上正在糟蹋一件非凡无比的事情？



## &lt;&lt;唤醒能量&gt;&gt;

(三)不从悲伤逃离，则爱的热焰产生普：那么人该怎么做呢？

克：你还没有回答我的问题：“是否存在没有原因的悲伤？

”我们都知道悲伤，也知道远离悲伤的行动。

普：你说的是没有因果的悲伤。

有这样的状态存在吗？

克：从太古时代起，人类就伴随着悲伤生活。

人不知道如何去应对悲伤。

因此，他或是膜拜，或是逃离。

这两者其实是一样的。

而我则两者都不做，也不把悲伤当作觉醒的一种方式。

那么会发生什么呢？

普：我们具备的知识是我们理智的产物。

悲伤则不只是这些，它是心灵的一种运动。

克：我现在问你，悲伤与爱的关系是什么？

普：它们都是心灵的运动。

克：什么是爱？

什么是悲伤？

普：两者都是心灵的运动。

其中一个被定义为喜悦，另一个则被定义为痛苦。

克：爱是快乐吗？

你是说喜悦和快乐是一样的吗？

不理解快乐的本质，就不会有深度的喜悦。

你无法邀请喜悦，喜悦自然而然发生。

这种发生可以转变成快乐。

当快乐被否定时，悲伤就开始了。

普：在某种程度上是这样的，但是从另一个层面来看又不是这样。

克：如我们所说，喜悦是不可邀约的。

它自然发生。

我可以邀请快乐，追求快乐。

如果快乐是爱，那么爱就能够被培育。

普：我们知道快乐不是爱。

快乐可能是爱的一种表现，但它不是爱。

悲伤和爱产生于同一个源头。

克：我问的是，悲伤与爱的关系是什么？

有悲伤存在的地方，还会存在爱吗？

悲伤就是我们刚才所探讨的一切。

普：我会说“是的”。

克：在悲伤中，存在分离和分裂的因素。

悲伤中不是也存在着许多自怜的情绪吗？

这些和爱之间又有什么联系？

爱有依赖吗？

爱有“我”和“你”的特性吗？

普：但是你谈到热情……克：当不存在从悲伤逃离的行为时，爱就产生。

热情是悲伤之焰，只有不逃离、不抵抗悲伤，这簇火焰才会被唤醒。

这意味着悲伤具有不分裂的品质。

普：从那种意义上讲，悲伤的状态与爱的状态有什么不同吗？

悲伤是痛苦。

<<唤醒能量>>

你说在那种痛苦中，没有抵抗，没有逃离痛苦的运动时，热情的火焰就会进发。奇怪的是，在古代的文字中，认为爱(kama)、火焰(agni)和死亡(yama)是一样的。它们被放置在同一水平；它们创造、净化、摧毁、再创造。

这一切都得有个结束的时候。

克：你看，就是这样。

一颗领会了悲伤的头脑与随之而来的悲伤的终结是什么关系呢？

不再惧怕终结(即死亡)的头脑又具备什么品质呢？

当能量没有因逃离而消散时，能量就变成了热情的火焰。

慈悲意味着对一切的热情。

慈悲即是对一切的热情。

<<唤醒能量>>

媒体关注与评论

“听克里希那穆提谈话，仿佛聆听佛音一般——如此令人震撼，如此让人不由自主地信服。”  
——阿道斯·赫胥黎

## <<唤醒能量>>

### 编辑推荐

《唤醒能量》：从1947年起，克里希那穆提在印度定期会见来自不同文化背景、秉持不同信仰的人们，同他们进行交谈。

这些人中有学者、政治家、艺术家，也有印度僧人。

这些年来，探究真理的方法体系逐渐丰富并形成。

这些对话仿佛通过显微镜向读者展现克里希那穆提那流畅、广阔、微妙的精神世界以及洞察的运作过程。

然而，这些对话并不是提问和回答。

它们是一种深入意识结构和本质的探索，是关于头脑及其活动和界限以及超越头脑之物的探索。

同时，它也是走近突变之道的一次机会。

<<唤醒能量>>

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>