

# 《点亮自性之光》

## 图书基本信息

书名：《点亮自性之光》

13位ISBN编号：9787807090960

10位ISBN编号：7807090960

出版时间：2007-12-01

出版社：深圳报业集团出版社

作者：克里希那穆提

页数：143

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以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)

# 《点亮自性之光》

## 内容概要

在本书中，克里希那穆提以素有的亲切态度，为读者循序渐进地探索应如何具足自身的能量，去照彻光明自性。克氏强调观察的重要性，认为只有透过自己的眼睛去观察，才是真正的解脱行动。不论他人有多么老练、聪明、博学或是神圣，也不能点亮你的自性之光，除非你能透过自己的领悟和冥想将它点燃。

# 《点亮自性之光》

## 作者简介

克里希那穆提，印度的著名哲学家，20世纪最伟大的心灵导师，在西方有着广泛而深远的影响。他主张真理纯属个人了悟，一定要用自己的光来照亮自己。他一生的教诲皆在帮助人类从恐惧和无知中彻底解脱，体悟慈悲与至凄然境界。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。

# 《点亮自性之光》

## 书籍目录

### 具足自我同能量

- 1 不要以人类的思维方式思考
- 2 心的寂静
- 3 活在善意里
- 4 点亮自性之光
- 5 探索真相
- 6 美德之美
- 7 汇集所有的能量
- 8 时间的超越
- 9 何谓宇宙创生

### 光明自性的照彻

- 1 不透过意志力而行动
- 2 已知与求知的和谐
- 3 神圣的人生
- 4 从空寂观察万物
- 5 开悟并非不变的状态
- 6 追寻的终点
- 7 纯然的观察
- 8 他人无法带给你光明
- 9 思想的局限

1 不要以人类的思维方式思考 若想为当今文化及社会结构带来根本的改变，我们就必须换上崭新的意识和截然不同的道德观。这是个显而易见的事，然而无论是左派、右派或革命分子，都似乎无视于它的存在。任何的教条，任何的方程式，任何的意识形态，均是老旧意识的一部分，它们是由四分五裂的念头虚构出来的——左派、右派或中间派皆然。这样的活动无可避免将导致左派、右派和集权主义之间的流血冲突。这就是我们周遭的世界正在发生的事。虽然有人已经认清我们必须在社会、经济和道德上做些改变了，不过连这种反应也是从老旧意识之中生起的，而思想便是其中最主要的造作者。人类陷入的混乱、困惑及悲惨境遇，都在陈旧的意识范畴之内，如果不进行深刻的自我转化，那么人类所有的活动——政治、经济或宗教——只可能为彼此及地球带来毁灭。对神智清明的人而言，这是个显而易见的事实。每个人都必须点亮自性之光，这份光明就是律法，此外别无律法了。其他所有的法则都是支离破碎和自相矛盾的。点亮自性之光意味着不去追随他人的见解，不论它有多么恰当、合乎逻辑、富有历史性或是具有说服力。如果你正站在某个权威、教条或结论的阴影之中，你就无法点亮自性之光了。德性并不是由思想组合成的，它不是环境压力所能促成的，它既不属于昨日，也不属于传统。德性本是爱之子，而爱不是一种欲望或享乐。性行为或感官享受并不是爱。

“解脱”指的就是点亮自性之光，这不是一个想象出来的抽象事物。真正的解脱乃是从依赖、执著、渴求经验之中解放出来。从思想的结构中解放出来，便是点亮了自性之光。在这份光明之中，所有的行动都可以毫不矛盾地自然产生。只有当内在的光明与行动产生分裂时，矛盾才会出现。理想或准则是我们设想出来的一些无聊的思维活动，它是无法与自性之光同时并存的；它们会彼此否定。当观察者出现时，这份光明，这份爱，便荡然无存了。观察者的结构本是由思想组合成的，它永远不会是清新自由的。没有任何体制、修炼方法或“如何”可以带来解脱。只有观察才是真正的解脱行动。你必须去观察，但不是透过别人的眼睛。这份光明，这则律法，它既不属于你，也不属于别人。真正存在的只有光明本身，而它就是爱。

2 心的寂静 我们能不能把所有的知识、概念及理论都放在一边，为自己去发现世间是否存在某种神圣的事物——不是言教，因为言教并不是那真实的东西，言语的描绘绝非被描绘的事物——世间是否存在某个真实的东西，它不是想象出来的幻象或神话，而是永远不会被摧毁的实相，不变的真理？若想发现它，巧遇它，任何一种形式的权威都必须舍弃，因为权威暗示着臣服、顺从以及接受某个固定的模式。所以，心必须有自主，为自己带来光明。追随别人，属于某个团体，依循某个权威或传承所设定的修持方法，这些做法完全无关乎为自己去探查，看看在日常生活里有没有一个无法被思想所揣度的不朽之物。如果它无法在日常生活里发生作用，那么修持就是一种逃避，而且是毫无裨益之事。上述这一切都意味着你必须独立自主。但孤立与独立是不同的，孤独与独醒无惑也是截然不同的。我们所关怀的乃是整体人生，不是支离破碎的某个局部，而是你整体的言行、思想及感觉。倘若我们关心的是整体人生，我们就不可能透过四分五裂的思想来解决所有的问题。思想也许会授权给自己，将自己所有的碎片组合起来，但这些碎片仍然是思想本身的产物。我们早已被制约成以渐进的方式来成长。人们深信内心的进化是实存的，但真的有一个所谓的“我”这个东西在进化吗？或者它只不过是思想的投射罢了？若想弄清楚是否有一个非幻象、神话或思想所能投射的东西，我们就必须探索思想能否被操控，念头能不能静止不动，能不能压制下来让心完全寂静？但是“操控”意味着有一个操控者与被操控的对象，不是吗？那个操控者到底是谁？它难道不是被思想创造出来的一个掌控者，而其实只是一堆念头的组合罢了？如果你认清了这项事实，那么掌控者即是被操控的对象，经验者就是被经验的对象，思想者正是思想的本身。它们并不是分裂开来的不同个体。如果你领悟了这一点，就没有必要去控制什么了。掌控者是不存在的，只因掌控者即是被操控的对象，这时又会发生什么事？当掌控者与被操控的对象分裂时，冲突就会产生，而能量也消耗了。但掌控者如果就是被操控的对象，那么能量就不会耗损。然后所有经由压抑、抗拒——因掌控者与被控对象的界分——而导致的能量耗损，就会重新蓄积起来。当界分感不存在时，你自然拥有足够的能量，去超越那些你认为必须掌控的东西。在冥想时必须认清，控制念头或驾驭念头都是不对的，因为驾驭念头的人，也不过是一堆念头的组合罢了。假设你认清了这一点，你就不会再经由比较、掌控和压抑而消耗能量，那时你就能超越眼前的现象了。我们现在真正想探讨的是：心能不能彻底安静下来？因为一颗安静的心是具有无比能量的。它是所有能量的总集。这颗心——它永远都在喋喋不休，永远都在转动不已；换句话说，思想永远在回顾、记忆、累积知识、不断地改变——它能不能完全安静下来？你有没有试着去看看念头能不能安静下来？如何

## 《点亮自性之光》

才能发现让念头安静下来的方式？你知道，思想就是时间，而时间便是活动；时间本是一种度量的活动。在日常生活中你衡量、比较，包括生理和心理两种层面，而这些都是度量的活动。较量也意味着度量。在生活中不与人较量，你能不能做到？不只在冥想时不比较，而是在生活中完全不跟人较量，你能做到吗？如果我们正在选布料、选衣服、选汽车，或是正在评断不同的知识体系，这时当然要作比较，但除此之外，我们在心理上也总是和别人比来比去。这种较量的心思一旦安静下来，而且是必须安静下来，那时我们有没有可能完全独立自觉？“不较量的心”便暗示着这样的心境——但这并不意味着你是在混日子。因此，在日常生活里，你能不能不跟人较量？试着去做做看，才能发现个中的旨趣？你会觉得如释重负；除去不必要的负担之后，就会拥有能量了。你有没有全心全意地注意过某样东西？你现在对眼前这名讲者的话语，有没有真的在注意听？还是，你正抱着比较之心在听，看看他说的话和你以前所吸收的知识是否相应？你是不是在根据自己的认知、自己的倾向和偏好，在诠释这名讲者的话语？如果是的话，那就不叫全心全意地听了，不是吗？如果你真的以你的全身、全副神经系统、你的眼、耳、心以及整个生命在倾听的话，你的自我中心感就不见了，剩下的只有那份注意力了。全心全意地倾听便是彻底的宁静。请听听这些话语的内涵吧！因为很不幸的，没有人会告诉你们这些事。如果你能全心全意地听，那听的本身便是一件最神奇的事。在全心全意的倾听之中是没有边界感的，因此也就没有特定的方向了。这时存在的只有全观，当全观出现时，你我之分就不见了，二元对立也消失了，观者与所观之物的界分因此而消融。如果心只是朝着某个特定的方向思考，这种状态是不可能出现的。我们所受的教育总是在制约我们，让我们朝某个特定的方向思考。我们总是抱持着某种概念、信仰、知识或方程式，去臆测实相或至乐之类的不可思议境界。我们将其锁定为一个目标，一份理想，然后便径自朝着那个特定的方向迈进。当你朝着那个特定方向迈进时，空寂感就不见了。一旦朝着某个特定的方向留意、行走或思考，你的心便失去了空间。每当心中充塞着执著、恐惧、权力欲，或是在追求享乐和地位时，空寂感便消失了。这时心被塞得满满的，它已经没有任何空间了。但是我们的需要空间，而全心全意地觉知或全观，就是没有任何方向感的一种空境。因此，冥想暗示着完全没有任何的活动在进行。这意味着心是彻底宁静的，它不朝任何一个方向运转。它没有任何活动，而活动就是时间感，活动即是思维。如果认清了这个真相——不是言语的描述，而是无法描述的真相——你的心就安静了。我们必须让心安静下来——但不是为了睡得长一些，事情做得好一点，或是赚到更多的钱！大部分的人活得都相当贫乏空虚。虽然他们拥有许多知识，但还是活得不圆满，不完整，不快乐，并且充满着矛盾。这一切都算是贫乏的形式，而他们竟然还要浪费生命，企图让心丰富一些，刻意去培养各种形式的美德，做尽其他的傻事。我并不是在说美德是不必要的，我的意思是，美德本是一种秩序，只有当你深入于内心的混乱时，才能了解秩序是什么。我们的生活确实是混乱失序的，这是一个不争的事实。混乱就是矛盾、困惑、各种独断的欲望，或是口里说的和真实的行为不符，心中的理想和你之间有一道鸿沟。这一切都是失序的状态。如果能觉察到这个真相，而且是全心全意地觉察它，那么从这份觉察之中就会生出秩序，而这便是美德了——这种美德是自然的，并不是透过千方百计修来的一种邪行。生活中的冥想就是要转化心念，带来心灵上的革命，让我们在日常之中——不是理论，也不是理想，而是在每一个行动之中——活出慈悲、爱以及转化琐碎、狭隘和肤浅的那股大能。当心寂静时——真正的寂静，不是透过欲望和意志力制造出来的定境——一种没有时间感，不同于往常的活动就会出现。你知道，要描述那样的状态是相当荒谬的事。言语的描述绝非那真实的东西。重点在于，冥想其实是一种艺术。“艺术”这个名词有一种将事物放在正确位置的意味，所以我们要在日常生活中将每件事都摆在正确的位置，这样我们才不会产生困惑。假设日常的一切事物都井然有序，行为正当，心也完全宁静了，那时心自然会去发现世间是否存在着一个无法度量的东西。在你尚未发现那最高形式的圣境之前，生活永远是平庸的，无意义的。这就是为什么冥想乃是绝对必要的事，因为只有透过它，心才能年轻、鲜活、纯真。纯真意味着不受伤害。冥想之中蕴含的一切都在日常生活里。为了理解我们的日常生活，冥想确实是必要的。冥想乃是全观自己的所作所为——和别人说话的方式，走路的样子，思考的模式，思想的内容——全观这一切，便是冥想所要下的一部分工夫。冥想不是一种逃避。它不是什么神秘的事。借由冥想，我们自然能活出神圣的人生。你会因此而看见众生身上的神性。

### 3 活在善意里

人为为什么无法转化？他只能在这里改一点，那里改一点，还竟然想拥有一个良善的社会。他不但想为自己、为自己的关系（不论亲疏）带来秩序，同时还想拥有一个和平的世界；他想独自与花为伍，拥有某种程度的美善。如果你观察一下从古至今的历史，你会发现这一直是人类最深的渴望。然而人类越是文明化，制造的失序和战争就越多。地球从未有一个时期是没有战争的，人杀人，宗教摧毁宗教，某

## 《点亮自性之光》

团体掌控了另一个团体，而某个组织又压榨了其他的组织。觉察到这永无止境的挣扎，你难道不问问自己，我有没有可能神智清明地、快乐地、理性地活在这个世界上，既没有外在或内在的争战，也不企图逃开，跑到集体公社里，变成一名隐士或和尚？如果你曾经问过自己——希望你现在就问问看，因为这样我们才是在共同思索这个问题——那么你一定会渴望拥有一个良善的社会。 创造出一个良善的社会，曾经是古印度、古希腊和埃及的梦，然而只有当人类变得善良时，才会出现优质的社会。人的善意往往能带来良性的关系互动，好的品性，幸福的生活。 良善也意味着美。良善同时更意味着神圣，它和神以及最高的操守攸关。因此我们必须清楚地理解“良善”一词。如果你的心中有善意，那么无论你做什么都是恰当的，包括你的关系、你的行为以及你思考的方式在内。你可以在一瞬间立刻领会这个词所蕴藏的意义。 让我们共同思考一下“良善”的意义。如果你真的深入于它的精神内涵，它一定会对你的生活方式产生影响。因此请稍微留意一下这个词的含义。但文字并不是那真实的东西。我们也许可以用最优美的词藻来形容一座山，甚至可以把它画出来，写成一首诗，不过文字、描述或诗，毕竟不是那真实的东西。我们通常都会不由自主地被文字或描述所感动。

良善并不是邪恶的反面，因为良善完全跟丑陋、邪恶或不美好的事物无关。良善是独立存在的。如果你说良善是从丑陋和邪恶逐渐演变而成的，那么良善之中一定包含了邪恶、丑陋及残忍。因此，良善是跟不善毫无关系的一份品质。 一旦接受了某个权威的引领，良善就不可能存在了。权威是非常复杂的东西。多少个世纪以来，人类已经立下了无数的权威律法，譬如自然律，譬如我们所顺从的自己过往的经验，以及掌控我们生活的一些琐碎原则。此外还有教会的规范，被我们称为宗教的组织化信仰之中的教条。我们现在所说的良善，跟任何形式的权威都无关。 请检视它，仔细思索一下。良善并不是乖顺。如果你臣服于一种信仰、观念、理想或原则，并不意味着你就是善良的，因为那只会制造冲突对立。良善无法透过别人，透过宗教导师、教条或信仰而达成；它只能在“全观”的沃土里生长，而其中是没有任何权威的。良善的本质其实是一颗没有冲突的心。良善也意味着强烈的责任感。你不可能心怀善意，却允许战争发生。因此，一个真正善良的人，一定会为他的生命负起全责。

## 《点亮自性之光》

### 媒体关注与评论

他是最卓越的宗教人物，是我所见过最美的人类。——乔治·萧伯纳 当他进入我的屋内时，我禁不住对自己说：“这绝对是菩萨无疑了！”——纪伯伦 克里希那穆提是我知道的惟一能完全摒弃自我的人，和他相识是人生是最光荣的事！——亨利·米勒 那是我听过的最难忘的演讲，就像佛陀现身那么可信，他绝不容许人们有丝毫逃避和退而求其次的选择。——阿尔道斯·赫胥黎

This Light in Oneself 只有观察才是真正的解脱行为。你必须去观察，但不是透过别人的眼睛。

# 《点亮自性之光》

## 编辑推荐

This Light in Oneself，只有观察才是真正的解脱行为。你必须去观察，但不是透过别人的眼睛。

# 《点亮自性之光》

精彩短评

1、《点亮自性之光》这本书结集了过去未曾发表过的克氏演讲录。这本看上去单薄的作品，其实是克氏思想的精华。内文里没有琐碎的对谈，从头至尾都是追根究底式的洞见与推理。这本书也是我的哲学入门书，初次翻阅时文章内容晦涩难懂，大师的一句一言都蕴含巨大的智慧和哲理，必须要在心无杂念的前提下读，时而掩卷沉思，时而蹙眉冥想，方才感觉醍醐灌顶，如梦方醒，不禁让人顶礼膜拜。克的文章，每次读都会有感悟，有新的感悟，也会有从前感悟的深化。克里希那穆提说：“人生是如此的虚妄不实，如此的不确定，所以，我们渴望拥有深刻的满足感，爱和某个可以永恒不灭的东西。”在我的理解中，这个“永恒不灭的东西”，便是“自性之光”，是一个人独立思考的能力，是不依赖别人，不崇拜权威的自觉意识。这份光明是潜伏在每个人身体里的能量，你必须完完全全的认识自己，必须用冥想和思考来接近真理，保持“心的寂静”，忘却焦虑、嫉妒和纷争，才能发现身体里的这份光明，让它释放，永恒不灭。“有了这份光明，你就不必再仰赖任何人，那时，你就会获得彻底的自由。”能够真正体悟克里希那穆提教诲的人，至今寥寥无几。克在我心中是接近“神”的人物，是慈悲与智慧的化身。在如今浮躁不安，压力负荷的年代里，克的作品或许是每个追寻心灵解脱的人一生中必须学习的功课。荐此书，愿共勉。

2、那时候，我还在中学当老师，甚至还没有萌生去年。某个课间，同事将一名高二学生带回办公室，她将书仍在办公桌上，发出巨大的声响，下了我一跳。在我抬眼看的时候，她已经骂开了。其实骂人的内容非常无趣，无非是质问学生为什么要对自己不敬，自己已经很辛苦了，你这个学生还骂？而自己之所以辛苦，还不是为了你们这些学生好啊？然后，她用“我也是为你好”这个“逻辑”骂了该生一节课。我在里面听着，渐渐心生寒意。想起《西游记》中，唐僧对孙悟空念的紧箍咒，大概就是这几个字吧。“我也是为你好”，似乎只要抢占了这个“道德”制高点，对手立马便要偃旗息鼓，自己便可以为所欲为。这实在是以“道德”之美名，行邪恶之事实，这便是书中所说的不道德的社会道德中的一种。因为太多类似的东西，形成了现有的秩序，所以本书开篇即说“不要以人类的思维方式思考”。作者一再提到“彻底”，通过冥想，达到真正的空寂。而空寂，并不意味着逃避，作者反对对现实的逃避。空寂之后，才会有真正的良善，才会抛弃旧秩序的困扰，爆发出自己内心巨大的能量。这种内敛性的思维方式，在某种程度上，也很契合中国的传统。笑一个。或许我的想法大概仍未逃脱臼窠，然而我不会因此放弃对新思维的期望，我会尽力去观察、学习，不惧怕其中的坎坷，更不会逃避现世得纷杂。神是菩提树，心如明镜台，时时勤拂拭，勿使惹尘埃。

3、一本薄薄的小书来引导我们去如何的冥想，如何内观自己，如何的放下现在的思想，能够把时间感停下，打开内心的空间，达到那种空寂的感觉，去真正的看到自己内心的追求，去探视我们现在所存在的爱恨情仇，焦虑，害怕，嫉妒，忧伤。

4、克里希那穆提说：“人生是如此的虚妄不实，如此的不确定，所以，我们渴望拥有深刻的满足感，爱和某个可以永恒不灭的东西。”在我的理解中，这个“永恒不灭的东西”，便是“自性之光”，是一个人独立思考的能力，是不依赖别人，不崇拜权威的自觉意识。这份光明是潜伏在每个人身体里的能量，你必须完完全全的认识自己，必须用冥想和思考来接近真理，保持“心的寂静”，忘却焦虑、嫉妒和纷争，才能发现身体里的这份光明，让它释放，永恒不灭。“有了这份光明，你就不必再仰赖任何人，那时，你就会获得彻底的自由。”

5、很好的书，简单，字又大，读起来不吃力，利用两个睡前阅读时光就看完了。以前一直不理解“所观之物即观者本身”，明明是主体和客体的关系，怎么混为一谈呢？其实我误解了，这里说的“观”说的是形而上层面的观察，比如，我觉得我很孤独，我觉得很快乐等想法。如果不理解“所观之物即观者本身”，实际上就永远无法理解为什么执著“自我”是恐惧、嫉妒、不安等负面情绪的源泉。放广义说，精神分裂者就是在观者和所观之物中间人为设置一道墙，其实这些人是被自己逼疯了，他们看到的，只是自身思想的投影。按照现在社会的价值观念，是鼓励人们精神分裂的，也许每个人都有符合社会标准的“理想”存在，其实，为什么要符合社会标准呢，比如：就像现在人们追求新的东西，为什么看了NOKIA新机型的广告一定要买，如果你心里要自己如何，或者自己想如何，这时候，“自我”就已经被挟持了。但是，社会是欢迎这样的挟持的，后面有巨大的利益，不认同的被社会封为“弱者”或者“不入流者”。所以在外在的合谋面前，没有真实的认识自己，就会自作枷锁，锁住自我，陷入“轮回”，周而复始，没有止歇。其实人不必折磨自己，被所谓的“理想”驱动，承受着种种压力，终身在奔波。放下很简单，但理解为什么放下，很难

## 《点亮自性之光》

。按照书中所说，其实自性之光一直亮着，只是没有去看而已。 ，

## 章节试读

### 1、《点亮自性之光》的笔记-第12页

#### 活在善意里

人为什么无法转化?他只能在这里改一点,那里改一点,还竟然想拥有一个良善的社会。他不但想为自己、为自己的关系(不论亲疏)带来秩序,同时还想拥有一个和平的世界;他想独自与花为伍,拥有某种程度的美善。如果你观察一下从古至今的历史,你会发现这一直是人类最深的渴望。然而人类越是文明化,制造的失序和战争就越多。地球从未有一个时期是没有战争的,人杀人,宗教摧毁宗教,某团体掌控了另一个团体,而某个组织又压榨了其他的组织。

觉察到这永无止境的挣扎,你难道不问问自己,我有没有可能神智清明地、快乐地、理性地活在这个世界上,既没有外在或内在的争战,也不企图逃开,跑到集体公社里,变成一名隐士或和尚?如果你曾经问过自己--希望你现在就问问看,因为这样我们才是在共同思索这个问题--那么你一定渴望拥有一个良善的社会。

创造出一个良善的社会,曾经是古印度、古希腊和埃及的梦,然而只有当人类变得善良时,才会出现优质的社会。人的善意往往能带来良性的关系互动,好的品性,幸福的生活。

良善也意味着美。良善同时更意味着神圣,它和神以及最高的操守攸关。因此我们必须清楚地理解"良善"一词。如果你的心中有善意,那么无论你做什么都是恰当的,包括你的关系、你的行为以及你思考的方式在内。你可以在一瞬间立刻领会这个词所蕴藏的意义。

让我们共同思考一下"良善"的意义。如果你真的深入于它的精神内涵,它一定会对你的生活方式产生影响。因此请稍微留意一下这个词的含义。但文字并不是那真实的东西。我们也许可以用最优美的词藻来形容一座山,甚至可以把它画出来,写成一首诗,不过文字、描述或诗,毕竟不是那真实的东西。我们通常都会不由自主地被文字或描述所感动。

良善并不是邪恶的反面,因为良善完全跟丑陋、邪恶或不美好的事物无关。良善是独立存在的。如果你说良善是从丑陋和邪恶逐渐演变而成的,那么良善之中一定包含了邪恶、丑陋及残忍。因此,良善是跟不善毫无关系的一份品质。

一旦接受了某个权威的引领,良善就不可能存在了。权威是非常复杂的东西。多少个世纪以来,人类已经立下了无数的权威律法,譬如自然律,譬如我们所顺从的自己过往的经验,以及掌控我们生活的一些琐碎原则。此外还有教会的规范,被我们称为宗教的组织化信仰之中的教条。我们现在所说的良善,跟任何形式的权威都无关。

请检视它,仔细思索一下。良善并不是乖顺。如果你臣服于一种信仰、观念、理想或原则,并不意味着你就是善良的,因为那只会制造冲突对立。良善无法透过别人,透过宗教导师、教条或信仰而达成;它只能在"全观"的沃土里生长,而其中是没有任何权威的。良善的本质其实是一颗没有冲突的心。良善也意味着强烈的责任感。你不可能心怀善意,却允许战争发生。因此,一个真正善良的人,一定会为他的生命负起全责。

我们现在正在探讨的是,如果一个生活在社会中的人受到教会、信仰、宗教权威人物的压制,他还有可能是善良的吗?只有当身为人类一员的你真的变得善良时--彻底的善,而非部分的善--我们才能创造出不同于以往的社会。这件事有可能发生吗?我们有可能活在世上,结婚生子,整日工作,同时还保有善心吗?我们现在所说的"善"暗示了强烈的责任感、关怀、全观、勤勉以及爱。"良善"这两个字包含了上述所有的意思。对你们这些愿意听我说话的人而言,你们能做得到吗?如果不能,你们就是接受

## 《点亮自性之光》

了现有的社会。若想创造出一个截然不同的社会，一个本质善良的社会，你必须拥有巨大的能量。要做到这一点，你必须学会全观；也就是汇聚你所有的能量。人类拥有许多的能量，当他们“想”做一件事的时候，他们会立刻起而行之。

是什么东西让人无法彻底良善？障碍是什么？为什么人类--你--无法彻底良善？如果懂得观察的话，你势必会发现这个世界的真相，而且，你就是这个世界，世界和你是同一回事。你创造了世界，你创造了社会，你创造了宗教以及它们的教条、信仰、仪式、界分和派别。人类一手创造出了这一切。难道不就是这些东西阻碍了我们的善性吗？到底是因为我们的信仰，还是因为过于关切自己的性爱、恐惧、焦虑、寂寞、需求、想要认同某样东西的欲望，而阻碍了我们的善性？如果是上述所有的心态阻碍了我们，它们就是没有价值的。假设你已经认清自己很想拥有这份善良的品质，那么你必须知道，来自任何一方的压力--包括自己的信仰、自己的原则或理想--都会阻碍善性，然后你就会舍弃它们，而没有任何的托辞或矛盾了。

全世界的动乱和失序，对生命而言都是一种威胁。它正在四处蔓延之中。因此，任何一个对自己、对世界认真的观察者，都必须探索上述的这些问题。科学家、政客、哲人、心理学者或宗教师们--不论他们是来自于印度或是你自己的国家--都没有解决人类的问题；他们提出了各种理论，还是没有解决问题。其他的人也都解决不了。所以我们必须靠自己来消融这些问题，因为我们就是问题的制造者。但很不幸的是，我们并不愿意去看自己的问题，我们不愿意深入探索为什么我们活得如此自私自利。

我们现在正在研究，我们是否能带着善意、美和神性活在这个世界上？如果不能，那我们一定会默认日益增长的危机和混乱，并且会祸延子孙及其他的众生。

现在我们可不可以探讨一下“认识自己”这个主题？因为个人就是世界的缩影。世界各地的人类--无论肤色是什么，宗教信仰是什么，国籍是什么--在内心里都是痛苦的。他们都经历了巨大的焦虑、寂寞、深沉的沮丧、忧郁和一种生活无意义的感觉。全世界的人在内心里都有同感，这就是现实，这便是真相，这是目前正在发生的事。因此，从心理层面而言，你即是世界，世界即是你；所以，你一了解了自已，便了解了整体人类的结构及本质。这绝不是一种自我中心的想法，因为一旦了解了自已，就能超越自己，那时生命才能进入截然不同的次元。

什么东西能令我们真的转变？更多的惊吓？更大的灾难吗？还是需要不同形式的政府？新的自我形象？其他的理想？这一切你们都试过了，但仍然没什么改变。我们的教育越是复杂，我们越是变得文明--这里指的是离自然愈来愈远的文明--我们就越失去人性。那我们到底该怎么办？既然所有的身外之物都无法帮助我，包括一切的神祇在内，很显然的，我只有靠自己来了解自己了。我必须看见自己的真相，然后从根本上改变自己。良善就是这样发展出来的。如此我们才能创造出一个美好的社会。

# 《点亮自性之光》

## 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:[www.tushu111.com](http://www.tushu111.com)