



即刻開悟之鑰

清海無上師 第八冊



我們親愛的壽星——
師父於2001年慶生會



永遠記得師父，永遠記得這次禪七，你就沒有麻煩，你會提昇到超越一切，然後問題會化小，你超越所有的困擾，看待困擾如同玩具一樣，你飛越過一切，成功地通過人生的種種考驗，因為你記得這些快樂時光，它將持續很久，也許直到永遠。

～清海無上師



清海無上師

即刻開悟之鑰
(八)

清海無上師世界會出版有限公司

簡傳前言

一位大開悟師父的等級，不是凡夫的能力及世界的語言所能觸及，不論如何盡心描述她的思想生平，恐怕也無法道盡其一。

以前在印度，有一位修行人被指派替他師父寫自傳，經過幾個月後，人家問他寫好沒有？他說還沒有，再過一段時間，人家又問他，自傳到底完成沒有？他說：「我永遠無法完成此項工作，除非我達到和我師父同樣的等級，不然不可能真正了解他無形跟有形的的工作，因為我師父是超世界的衆生。」

清海無上師一向絕少提及她個人過去的生活，但各地學生對師父的生平感到強烈地好奇，無可避免地，一再提出各類問題，逼得師父不得不說。這篇簡傳就是收集各種有關師父的生平問題，綜合編湊而成的，自然還有其不完美之處。

小訊息

清海無上師身為一位藝術創作者及靈性導師，喜愛一切能傳達內在靈性之美的表達方式，所以她用「悠樂」來稱呼越南，用「福爾摩沙」來稱呼台灣。「悠樂」是越南的古稱，代表「悠居樂業」，很快樂的意思；而「福爾摩沙」（意指美好）更能完全反映出這個寶島及其人民之美。師父覺得用這樣的名字可以帶給當地及其居民更多靈性的提昇及福報。

清海無上師簡傳——愛的道路

清海無上師是世界知名的靈性導師、藝術家和慈善家，她的愛心關懷超越文化藩籬、遍及十方。無上師生於悠樂中部，曾赴歐洲留學，並在當地紅十字會工作。她很快發現世界處處充滿苦難，故決心找尋解除苦難的方法，並以此為人生的首要目標。當時清海無上師曾與一位德國醫生結婚，過著幸福的婚姻生活。儘管分離對他們來說，是極為困難的抉擇，她還是帶著先生的祝福離去，以實現自己的理想。清海無上師隨即展開求道之旅，追尋靈性的開悟。最後在印度喜馬拉雅山，由一位開悟明師傳給她觀內在光和音的靜坐法門，也就是後來她所傳的「觀音法門」。經過一段時間的精進修行，無上師達到了完全的證悟。

清海無上師世界會於一九八〇年代成立，以無上師的教理為宗旨。基於人們誠心的懇求，清海無上師開始分享「觀音法門」，鼓勵人們向內找尋自己偉大的本質。不久之後，美、歐、亞、澳、非五大洲和聯合國紛紛邀請清海無上師蒞臨演講。

清海無上師慈悲為懷，對貧苦弱勢者無微不至地照顧，她的慈善工作超越所有界限，嘉惠世界各地窮困的人、困苦的老人、監獄受刑人、身心障礙者、遊民及美國退伍軍人等等。目前全球暖化已引發種種危機，清海無上師慷慨捐贈數百萬美元，提供人道援助，並指示世界會會員前往全球各地幫助無數的天災受害者。此外，清海無上師關愛

的對象也遍及地球上珍貴的動物朋友和生態環境。她的慈悲愛力感動了世上無數人的心，並啟發人們效法她的無私典範。無上師運用她在繪畫、燈飾、時裝設計、珠寶設計等藝術創作的收入，為需要幫助的上帝子女帶來慰藉。

近年來清海無上師撰寫的三本著作：《真愛奇遇——我的鳥羽兄弟》、《今生有你——我的狗寶貝》和《高貴的野生》，均榮登國際暢銷書排行榜冠軍，並翻譯成不同的語文版本。無上師藉由心靈溝通和靈性洞察，深入了解備受珍愛的動物朋友之情感的想法，並記錄在這些著作中，藉以彰顯他們高尚的精神和無私的愛。

為揚善褒德，激勵人們見賢思齊，清海無上師於二〇〇六年三月設立了「全球優秀領導獎」，此後，又陸續設立「全球優秀英雄獎」、「全球優秀愛心獎」、「全球優秀誠實獎」、「全球優秀發明家獎」……獎項。這些榮譽受獎人包括個人、國家和組織。他們足為楷模的作為，對增進地球和諧、美麗和永續發展有重大的貢獻。例如：斯洛維尼亞共和國第一任總統雅奈茲·德爾諾夫舍克博士 (Dr. Janez Drnovšek)；美國第四十五任副總統高爾 (Al Gore，與聯合國跨政府氣候變遷小組共同榮獲二〇〇七年諾貝爾和平獎)；聯合國跨政府氣候變遷小組主席和印度能源研究所主任彥德拉·帕卓里博士 (Dr. Rajendra K. Pachauri，榮獲二〇一〇年聯合國人居署城市演講獎)；美國太空總署首席太空研究科學家詹姆斯·韓森博士 (Dr. James E. Hansen，榮獲二〇〇九年羅士比獎章)；英國知名的靈長類動物學家珍古德博士 (Dr. Jane Goodall)。

清海無上師也頒發「全球優秀英雄獎」、「全球優秀聰穎獎」……獎項給我們珍貴

的動物朋友，以褒揚他們冒險拯救其他生命的無私高雅義舉，並彰顯他們在愛心行動中所展現的英勇、聰明與關懷的精神。

青海無上師無論在靈性或物質上，都對世界貢獻良多，雖然她不求任何的認可，然而世界各國政府和私人組織為了表揚她的無私奉獻，頒贈許多獎項給她，例如：顧氏和平獎（二〇〇六年）、第二十七屆泰利銀像獎首獎（二〇〇六年）、洛杉磯音樂週表揚狀（二〇〇二年）、世界精神領袖獎（一九九四年）、「世界公民人道獎」（一九九四年）。此外，美國政府官員並明訂二月二十二日和十月二十五日為「青海日」。迄今，她仍然不遺餘力幫助世界，無數領導者和民衆都對她感激不已。

青海無上師是當今著名的環保先鋒，以其智慧與勇氣對氣候變遷議題發聲疾呼，事實上，二十多年前她已經開始呼籲環保。她發起「您也可以選擇這樣的生活」及「SOS 遏止全球暖化」活動，並以嘉賓主講人的身分參與全球氣候變遷會議，引領大眾關注當前世界災難頻繁的根本原因，及其首要解決之道：採行慈悲的純素生活方式。現在廣為大眾熟知的口號：「純素生活 創造和平」，即由青海無上師所提出。

有鑑於食物的選擇會對氣候造成巨大的影響，為協助人們改採仁慈永續的生活方式，「愛家」純素連鎖餐飲店在青海無上師的鼓勵下開始蓬勃發展。這些深受歡迎的餐飲店遍布世界各地，提供各式各樣美味營養又平價的純素佳餚，藉以倡導健康飲食及推廣最佳抗暖化之道，以保護這個世界與其居民，和共同生活於此的衆生及我們的後代子孫，免於遭受全球暖化所造成的毀滅性影響。

來。

在這世代，清海無上師無私奉獻、孜孜不倦幫助世人，為寶貴的地球締造光明的未

前言

清海無上師講經，一向避免使用艱深的字句，完全是以最淺顯的口語化方式講述，出書也不以文章優美取勝，為了讓大眾都能簡單了解。弟子們不敢用凡夫的頭腦改變內容，以免減少師父的加持力。

即刻開悟之鑰(八)

目錄

簡傳前言	三
清海無上師簡傳——愛的道路	五
前言	九
1 拯救世界末日的的方法	一三
2 我們正邁向黃金時代	三一
3 修行使世界更文明	五三
4 上帝照顧一切	七七
5 走出人生大夢	八五
6 信靠自己	一〇七
7 金錢與權力	一一五
8 為靈性奮戰	一二七

9	聖人心不求回報	一三五
10	開悟喚醒肯定力量	一四五
11	天堂完美的眾生	一七五
12	如何尋回內在寶藏	一八五
	印心——觀音法門	二〇七
	出版品介紹	二〇九
	如何與我們聯絡	二一一



拯救世界末日的的方法

清海無上師以中文講於日本成田機場

一九九四·九·八

這一次我來日本覺得好輕鬆（大眾鼓掌），你們印心久了嘛！大家也很認真打坐修行、自己淨化自己，對日本的氣氛有幫助；我們就是這樣子幫助世界的，所以才說你們是世界的救命恩人。因為在這個世界，很多我們的兄弟姐妹都忘記了他們的本分、他們的佛心、上帝的品質，而做了很多對世界、對宇宙不好的事情。如果每一個人都這樣，大家都不想辦法平衡，我們的世界一定會發生很大的災難。很多災難已經發生了，不過有更大的災難會再發生，到目前這些災難只影響一個國家或是一個國家的部分而已。如果大家像以前那樣不修行，繼續做壞事，不管別人的生命和感覺，不顧人道的話，更大的災難將會發生，那時會影響整個世界。不用有神通就可以看到當來，不用神通也可以知道，因為合邏輯，這是因果。

很多所謂的預言家、先知，他們都可以看到世界將有很大的災難，在同樣的時間發生。在不同的國家、不同的時代，都可以看到一樣的情況，那些人真的可以看到未來，他們不是隨便說的。每一個國家、每一個時代，都會有一些這樣的人，這沒什麼稀奇。不過也許我們現在修行好，很多國家都有我們修行的人、都有很大的共修中心，大家合起來力量很強，所以我想世界還是會有救的。因為如果我們誠心合起來要求什麼東

西，或是合起來修行，發出和平的氣氛，就會有很大、很大的影響。

不是在那個地方而已。比方說：在你的地方沒有河流，不過別的地方有，河水或是海水會蒸發變成水氣，然後水氣變成雨，還是會影響到你的地方。再舉一個例子：比方說你今天也許在路上或是在什麼地方碰到困難，發生車禍或是什麼意外，然後你碰到兩個人，那兩個人很有愛心、很關心照顧你，讓你感覺到有人愛護，又感覺到安全，你覺得很舒服。後來你沒事就走了，或是一個禮拜後你痊癒出院，那個愛心還會影響你，所以你不論看到誰，或是在開會的場合，有很多人在一起，你都會對他們很有愛心、耐心。而那些被你愛心對待的人，回去後再繼續傳愛心下去，對待別人很有愛心，那些受到愛心對待的人，又繼續很有愛心對待別人，這樣子一直傳下去、傳下去，像一滴油的擴散效果一樣，一直傳下去，一直傳下去。

同樣，如果一個人有足夠的時間修行，他自己內邊會和平，然後他和平的態度、和平的氣氛，會影響到他所看到的人、他的隔壁和四周的人。那些看到他的人，也會被他的氣氛影響而變成和平，他們會想：「啊，對嘛！應該和平才對、應該有愛心才對。」繼續這樣子下去，就會影響很多人。所以我們修行真的有益，這是很合邏輯的事情，沒有什麼神祕、不能了解的。

在這個世界上，發生很多不好的事情，都是因為人不快樂、得不到愛。比如說，我們常看那些心理學的書或是報紙上說：比較糟糕、有暴力傾向的人，都是小時候被虐待或是被忽略、沒有得到愛心，長大了才心情不好、個性不好，多數是這樣子。現在我們

的修行中心，就是提供大家一個可以休息的地方，可以讓他安靜下來，覺得和平，覺得這個地方可以安定，沒有人會吵他，沒有人會對他不好。因此他就越來越和平、越來越安心，越來越安心就不會再怕、不會緊張，不會覺得有什麼危險。不僅這樣，我們也會教人跟自己內邊偉大的力量溝通，慢慢地會了解自己真的很偉大，所以會越來越好。這些人一定會越來越安心，越來越和平，你們就是這樣子嘛！（大眾鼓掌）

修行是很合邏輯的事啦！用邏輯就可以了解，應該有這種修行的地方，給人家來反觀內省，往內心找自己平安的角落。所以你們才越修行生活越順，越修行越覺得聰明，越修行越了解、越輕鬆、越能原諒別人，越修行越有愛心。因為以前不知道怎麼保養自己，才不舒服，身體不好、精神脆弱。

在天堂上面，他們用光救病，不是用藥，也許當來我們也會用類似的光來救病。有一些病用聲音也可以改變，像音樂之類。我們現在修這個法門，又有光又有音，很多痛苦、很多壓力都會自然減少，然後消失。我們本來是很有智慧的，就因為在這個世界被壓迫太過分，沒時間休息；即使有時間休息，也不知道怎麼休息。出去活動，花很多錢只是更累而已，越來越不舒服。現在我們又有時間修行，又有救百病的光和音的力量，又有智慧；因為我們安靜下來，會找到自己本來的智慧，我們會越來越好，這是當然的事情。

平常的人工作太多，如果他們有錢，就會去海邊，或是去山上休息一陣子，這樣他們就覺得比較舒服，回來後可以繼續工作。不過，我們每天都有一點休息的時間；這樣

是比等好久才休息一個禮拜還好。每天打坐兩個半小時，就是我們的休息時間；不只是休息而已，而且也救自己的命啊！光和音會把我們裡面的細胞、精神等等都洗乾淨，我們越修行，越覺得很年輕、舒服，多數的病痛都會消失。

最近我看一本雜誌，他們用一種聲音來救癌症。你們有沒有看到？他們開始實驗了，好像有效。看到這個消息，我覺得我們修「觀音」最好。很多同修修觀音法門後，癌症自然都不見了！不過這也是一種自然的額外作用而已，我們修行不是為了要救病的。不過也是啦！因為我們無明的病是最嚴重的，從無明病生出好多其他的病。

比方說，有時候因為我們無明，就去外面吃喝玩樂、吃肉、喝酒、吸藥等等，認為那些事會帶給我們快樂。事實上卻破壞了我們的身體和精神，這都是因為我們無明的關係。聽懂嗎？因為無明，吃毒藥、喝毒藥進去，然後越來越病，肝病、癌症、肺病、心臟病，什麼病都生出來，都是因為無明病。本來上帝派我們來這個世界，是為了要加持這個世界，讓這個世界越來越進步、越來越漂亮，跟天堂一樣。結果我們來這邊、進入這個「工具」（人身）以後，又破壞它，不用它實行上帝的旨意，破壞這個得自上帝的工具，所以我們才越來越不舒服。

現在師父教你們做對的事，知道應該怎麼使用自己的工具，記得自己的任務。不然，如果每個人來這個世界，就迷散在這種物質的生活裡，喜歡這個、喜歡那個，喜歡這個工具，不用這個工具來美化世界，反而迷上這些工具，然後沉在這邊，這樣世界當然沒救。應該有一些人像我們一樣提醒別人，記得自己原本的任務，要了解、記得，不

要迷散在這個世界，不要破壞自己和這個世界，所以修行是應該做的事。

普通人有時候病太重，人家會送他去住院，不是餵藥而已，也讓他休息，他的身體會自己發出一種抵抗力，把病治好、醫好。多數的藥吃進去以後，會讓我們覺得比較沉重、想睡覺，原因就是為了要讓我們休息，然後我們身體自己會有抵抗力，自然會好，不是藥起作用而已。即使我們還沒有病，不過我們每天這樣子休息，然後吃那帖天堂的藥——內在光和音，每天幾百公升灌進去（師父笑），那當然會好起來啊！又能休息、又得到藥，當然精神、身體會好。所以我們越修行，越覺得不能不修，越修越喜歡，就像小孩不能不喝奶一樣。

多數的人精神或是身體方面，都有一點問題。雖然我們現在才開始是比較遲了一點，不過總比沒有好。如果我們自己有小孩的話，那趕快給他們這個「藥」，長大後就不用灌那麼多。你們看世界的醫院裡，滿滿都是吃很多肉、喝很多酒的人，他們不是貧窮的人哪！是嗎？是很有錢的人，很會吃、會喝的，都在醫院裡面。他們康復得很慢，有時候小小的病卻好得慢慢。反而那些吃純素、生活簡單像我們一樣的人，生病的話馬上就好了，即使沒有馬上好，也好得很快。吃藥也不會有副作用，沒有壞的反應。有時候因為我們太晚修行，我們的系統來不及適應、來不及變好，那個時候如果生太重的病，因為剛開始修行，還來不及改變，因此我們有時候也會有一點病，如果我們不修，病就會更嚴重。

光和音，就是身體和靈魂的藥和食糧。它們會讓我們的細胞改變、更新。你們看那

些修行好的人看起來越來越年輕，至少比以前年輕。好久以後你再看他，他的皮膚更亮、更嫩，好像回到少年時期，如果我們生活比較不急、不太緊張的話，改變又會更明顯。每天我們修行兩個半小時也可以啦！可以活得下去，最少不會壓力那麼大，不會嚴重到半生半死這樣（師父笑）。不是我需要你們修行，而是你們真的需要修行。我自己也會儘量到處跑，提醒大家認識修行的好處。至於決定要不要努力修行，則是你們的權利和你們自己的本分，我根本不能催、不能拉、不能拖、不能做什麼。我只能說你們越修行會越喜歡修，越覺得很有利益、很舒服，身體改變，不一樣。真的，幾年後我回來看你們，哇！好健康！跟我們初次見面的時候不一樣（大眾笑並鼓掌）。你們了解才拍手，是嗎？

我們的身體受靈體和精神的影響，如果我們的靈體和精神充滿，吃靈體的食糧，我們的身體就會改變，越變越漂亮。我們的精神如果不輕鬆、不快樂，我們的身體看起來也會一樣疲勞，然後懊惱，會很煩躁、很不舒服。

我說一個很合邏輯的比方，當你們快樂，或是戀愛的時候，是不是看起來很漂亮？或是當家庭很溫暖、很舒服和平的時候，你們都笑嘻嘻的，臉很漂漂亮亮。如果我們擔心工作，或是生意不順利、愛人跑掉等等，或是賭博輸了，哎！看臉就知道。有時候人家說：「啊！氣死、煩死、相思病……」，聽懂不懂？還沒死，不過好像差不多快死了！這還只是世界的擔憂而已，不要說我們的靈體呀！每天不讓它休息、沒有補養它；光和音是精神的食糧，如果不補養，精神會很乾枯、懊惱、憂愁，然後會影響到我們的

身體，這是當然的事情。

一九九四到一九九六、九七這兩三年以內，是我們世界最敏感的時期，發生了很多事情。因為我們在這幾個世紀以內，做了很多破壞自己地球的行動，有時候好像是幫助這個世界，為了使世界進步，不過代價好高哦！我們人也太無明，為了匆忙快快賺錢、快快做生意，不管當來的後果。所以現在我們最好慢下來，考慮到我們的情況、我們的下一代和世界的背景。我們破壞太多了！比方說我們可以砍樹，不過砍一棵要種兩棵嘛！我們可以把用過的東西回收再利用，就不會有事了！我們還可以改肉食成素食，因為吃肉耗用最多世界的原料。

每一年都有好多山林被砍伐，為了畜養動物。每年砍伐像英國面積一樣大的山林、森林來養動物、養牛給我們吃。養牛要花掉好多水、好多飼料、好多時間、好多地，然後那些地又不能再用，因為樹砍掉了以後，一方面因為動物踩踏而不能再種東西，如果要再種，必須等五十年以後。另一方面就是樹砍掉以後，如果下大雨，好的土壤都被沖走，水土保持失調，土地越來越乾燥。然後一個一個這樣影響下去，不是破壞一樣而已，而影響很多很多方面；影響到好的水，好水都給動物洗呀、用掉，然後我們的用水都很飢餓、缺少不夠用。

我們濫用科技，然後破壞了地球的保護層，這也會影響到我們地球。所以地球越來越熱了，如果地球很熱，就不會下雨、沒有樹可以乘涼。沒有下雨，樹更不會長，沒有樹就更不會下雨，所以天氣越來越熱，又亂七八糟變改。所有都會影響我們的身體，影

響我們的小孩，影響我們的生意，影響我們的精神和各種方面，然後會影響到我們地球的道德。沒有東西吃，物價會上漲，然後很多人買不起東西，生意做不好又會破產，破產就會去偷，會做壞事，會變成流浪漢，或是可能會傷害自己本身和家人。

因為沒東西吃，自己先會受害，不久以後全世界都餓。這種後果已經影響到小孩子、影響到道德，所以現在聯合國和很多國家都合起來討論有關墮胎和未來的食糧短缺問題（※）。他們已經達成協議通過墮胎等等法案，那就是說決定要殺小孩子、要殺嬰兒，是呀！要讓墮胎合法化。因為人越多、東西不夠吃，所以他們現在就想殺人了；講得難聽一點，不就是为了吃東西而殺人嗎？不過事實確是這樣——殺嬰兒、殺小孩。因為現在他們感覺到很危險：食物越來越少，而人口越來越多。他們不改變自己的生計——吃純素；不再砍樹木，而是種樹木；不養動物，而種東西吃。他們現在反而砍小孩。你們看，這個影響就像鐵鍊一樣，一個一個不停地接下去。不是說：「我吃肉是我的事情！」而會影響整個世界、影響到下一代，影響到自己無辜的小孩子。你們看！好厲害，傷害好大，現在還會問師父為什麼叫你們吃純素嗎？

我們要解決這個問題，應該從根開始改變，澆水要從根澆起，不是從葉子上面。對呀！越吃肉，越應該養肉，養那些動物也需要很大的地、很多水，那些草才長得出來，然後越砍樹、越沒水，又拿水給動物用，人都沒得用了。沒有水的話，就不能種東西；不能種東西，東西就少；東西少就越來越貴。人口增加，食糧減少，當然會發生更多的戰爭、更多暴力，搶啊、殺啊——為了吃東西、為了食糧。現在終於就想殺人——殺小

孩了，為了要救自己。

以前墮胎是一種想都想不到的事，誰都想不到的，現在他們卻想變成合法、公開。依我的淺見，我覺得聯合國和很多國家，想法應該邏輯一點，應該想出更有效、更正確的方法，不是這樣子殺小孩就好了；繼續這個樣子，殺多少都不夠。很多人預言，看到當來有一些國家要吃人肉才能夠生存，吃死人的肉，到這種程度。不過有辦法可以改當來，但是如果繼續這樣下去，當然改不了！

我們可以改，改變我們的世界，我們可以救我們的世界，那就是重新改變我們的生括——一個道德的生活，吃純素、修養自己的精神和身體，這樣子馬上就會有效，我們的世界馬上就改變了！大家去種樹而不是砍樹，這樣就會馬上有救了。在十年以內，世界會變得不一樣，沒有這麼多問題。真的還可以救，不過應該大家一起做才行。

比方說我這樣講，徒弟聽我的話，就可以影響一些你們所認識的人，不過如果那塊地不是我們的，我們也沒辦法叫他種樹啊！地主本人應該了解這個利害關係，這個消息應該傳播整個世界讓他們知道，他們應該相信，他們的想法應該合邏輯一點，大家一起合起來，才能夠救得了世界。不然真的不用說末日，我們自相殘殺，還問什麼末日不末日。從開天地到現在，從來沒有聽過戰爭是要殺小孩，這表示我們的道德現在已經墮落到極點。

現在，如果你殺人，法院的法官、警察就把你抓起來，放在牢獄裡面，要你的命來賠另外一個人的命。現在他們卻想合法大屠殺，沒有人覺得這樣做不道德，真的不可思

議！我期望聯合國和那些去開會的有關國家，頭腦清楚一點，不然把我們的下一代、把我們的世界放在他們的手上，由他們替我們的當來做決定，真是太恐怖了！聽懂嗎？如果他們沒有開悟、沒有邏輯的頭腦，你可以想像多嚴重啊！有因就有果，上帝一定不會這樣袖手旁觀，讓世界的人把生死放在他們手上，來決定上帝兒女的生死大事，上帝不會肯的。

我們常常會控告人說：「這個人殺人！他是兇手！」大家都罵他、憎恨他，大家都討厭戰爭、討厭殺人的情況。不過，現在殺人卻變成自然，而且是殺嬰兒、殺小孩，真的太恐怖了！有時候是被情況所逼，那不一樣；這個是公開的、沒什麼緊急的情況，為了食物不夠分配而已。為了維護大人們的食物分配，然後就把嬰兒殺掉。我期望墮胎不要合法，我們儘量想辦法，讓這件事不要發生。

如果我們有人想做或是同意這麼做，我們可以寫信告訴他們，內容像師父今天講的大概的意思，每個人可以依照這樣寫信送到聯合國、送給美國總統、送到有關的國家那邊去。他們應該用別的方法，不能用這個方法，不好！也許他們聽我們的勸告，也許他們不聽；我期望他們聽，不然的話，即使我們把全部小孩殺光，為了要救這些大人和其他的小孩，為了不讓大家都餓死，不過造這種因果，以後回來會更糟糕。真奇怪，我不曉得世界的人都在想什麼，那麼簡單的事情也不能改變。多數的政治人物，他們一定知道那些統計，探討吃肉與吃素之間利害關係的書本。他們看到那些書的機率比我們還要多。他們有錢，有人會通知他們，拿材料給他們看，他們應該知道得比我們多。他們

要治理國家、替人民做事，應該知道這些事。那麼簡單的事情，鼓勵大家吃純素，自己本人也改成吃純素就好了，世界很快就會有救，還沒有說修行會去天堂、會有功德呢！

如果吃純素就可以救世界，那大家可以犧牲一點嘛！政府跟宗教的人物，他們對人民有很大的權力和影響力，什麼工具都可以用，電視、電台一切都是他們的，任何時候他們要講什麼都可以，應該要講好的事、鼓勵人家吃純素、保護世界的環境，為了我們自己、為了我們的下一代，這樣才對呀！是不是？對政府和宗教的大團體而言，這樣做是最方便的。

最近我們已經受到很多警告，到處都是天災、地震。除此之外，我們還怕人類自己互相殘殺。人真的很厲害，可以當佛也可以當魔。當佛時可以救整個世界，當魔則會破壞整個世界。到目前我們已經受到很多傷害，因為有一些神經不正常的人製造戰爭出來，或是發明什麼炸彈，破壞很多世界的財產和人民的生命。有時候我們覺得一個原子彈沒什麼，破壞一個城市沒什麼等等，不過花多少錢、多少功勞才能蓋一個城市出來！城市破壞了，國家經濟被影響、受到壓力；重新再蓋的話，會面對非常非常多的壓力，對國家經濟是一種很嚴重的負擔。如果這樣子又是天災、又是地震、又是颱風、又是炸彈，又有那個怪病，不用說整個世界被破壞；破壞三分之一或是一部分，已經划不來，會有連續的惡性循環。

我期望世界的人快點醒過來，我希望你們能大家告訴大家，一起拯救這個地球，不然怎麼辦？天堂是給那些比較好的人住而已，如果這個地球不在了，那些不好的人要住

哪裡？所以為了那些不好的人，我們要工作一下。

這個地球也是很寶貝，如果上帝要懲罰它、要消滅它，我們當然是順祂的旨意，我們也沒辦法做什麼，不過，能救我們還是要救，因為這個世界是很好的——所學校，很多靈魂可以下來這邊學習、成長。

※聯合國及一些國家的代表們於一九九四年九月五日至十三日於開羅會議中討論有關地球人口爆炸及未來食糧短缺的問題。

* * * * *

師父給予這場開示的當時，聯合國還正在開羅召開人口會議。會議期間，國際報章媒體紛紛報導對於墮胎議題意見分歧的消息，反對墮胎的國家代表指控此人口計畫案將導致墮胎事件的增加，因而拒絕簽署。以下是連口出現在多家報紙上反對墮胎的論證。

開羅：當聯合國人口會議於昨天舉行閉幕會議時，回教和羅馬天主教等國家在最後的報告上，批評有關墮胎和性權力等相關議題。——摘自香港虎報1994.9.14

——梵諦岡聯合回教中的保守派國家如伊朗，控告這份公文寬容墮胎、婚外性行為以

及同性戀。

——「我們必須去參加，並反對它，而不是放任西方思想左右家庭計畫。」

——「我們不會接受這份公文中任何違反回教教義的部分。」布托女士決定以回教國家中唯一的女性代表身分，前往開羅參加此會議。

——土耳其總理 Tansu Ciller，孟加拉的 Khaleda Zia 以及約旦皇后 Noor 已決定不參加這次會議。印尼總理 Suharto 也退出。這次會議。

——梵諦崗發言人 Joaquin Navarro 說這項草擬計畫案，允許年青人可不經父母同意而墮胎。

——他說：「沒有任何一個西方國家有類似這樣的法律，然而他們卻想把這法律加給別人。」——法新社——摘自香港虎報1994.9.5

——估計擁有八億世界各地信徒的梵諦崗，以及諸如伊朗的回教保守國家，已發起一個抵制此文件的運動。

——教廷指其無法公開或私下支持文件中有關於墮胎以及傷害到家庭及鼓勵青少年性行為的部分。——摘自香港虎報1994.9.7

——埃及的回教人士在這次會議聲稱：星期一的揭幕式證實了他們最害怕的憂慮——鼓吹婚外性行為及使墮胎更方便。

——有一個少女披上回教的頭巾，標題寫著：我們未來的後代沒有生存的權利。
——摘自香港南華早報1994.9.7

最後，大會考慮了反對墮胎國家代表的意見，而加入了一段折衷文字。

「安全孕產」的概念並不包括「提倡」以墮胎作為計畫生育的手段，這已為許多國家所接受，作為減少產婦發病率和死亡率的一個戰略。

——取自「會議行動綱領草案」六十三頁（香港虎報）

Vatican vows to stand firm on abortion

THE Vatican yesterday vowed not any fundamental proposition is its essential with the Church, an independent body in its own right, and a spiritual authority in its own right.

The Holy See stressed its opposition to any relaxation of the existing Programme of Action, which sets out a 20-year strategy to maintain a global population equilibrium.

A spokesman said the world's fastest growing population, which is expected to reach 10 billion by the year 2050, will not be a threat to the planet's resources, but a challenge and a source of hope.

But it will be a source of hope only if the world's population is kept under control. It is the only way to ensure a better world for all, he said.

He said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

The spokesman said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

It is the only way to ensure a better world for all, he said.

He said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

He said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

He said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

He said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

The spokesman said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

Vatican stands firm on abortion

(Continued from Page 1)

He said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

He said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

He said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

He said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

The spokesman said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

He said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

He said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

He said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

He said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

The spokesman said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

香港虎報 1994.9.5

5 September 1994

WORLD 9

tries to row at abortion conference

CAIRO: The United States yesterday sought to defuse a row with religious conservatives over abortion on the eve of the United Nations conference on population.

With the battle lines drawn between a US-UN alliance on the one hand and the Vatican and Muslim states on the other, Pakistan Prime Minister Benazir Bhutto set off for Cairo to argue for Islamic values against the West.

But Thursday WITH US deputy secretary of state for global affairs, said Washington had held "very productive talks" with the leadership of US Catholics.

"Accusations and allegations have been made, which I hope have been cleared up," Mr Wirth said at a briefing ahead of the conference opening just north of the Egyptian capital today.

He said there were different interpretations of the notion of sexual and reproductive "rights" written into a 112-page draft action plan aimed at slowing the world's runaway birth rates.

The Vatican, joined by conservative Muslim nations like Iran, has charged the document contains abortion, extra-marital sex and homosexuality.

"There is a broad agreement around the world about this document, and about the universality of population issues," he said.

"All nations must act together quickly and carefully" to make a "clear, concise and understandable document".

Before her departure for Cairo, Mrs Bhutto's special assistant on social affairs, Darogha Waqar Ali, said the prime minister "was most go and oppose it rather than leaving the arena open" for Western lobbyists to fan the flames.

"We will not accept anything in the document that is against Islam," she official said.

Mrs Bhutto, who refused to change her program despite threats from religious groups at home, has decided to go to Cairo as the only female head of an Islamic country in attendance.

Turkish Prime Minister Tuncel Ciller, her Bangladeshi counterpart Khusha Ila and Jordan's Queen have been dropped plans to attend.

Indonesia President Suharto said withdrawal from the conference.

UN officials and the Vatican have already fired the first shots in the battle over the notion of achieving the conference aim of slowing down runaway birth rates.

At pre-conference talks that took place on Saturday and Sunday in Cairo, Egyptian officials accused the Vatican of attacking the Islamic militant, conference director Huda Laksh Khayri rejected accusations the forum would promote abortion.

Conference organizers say the proposals seek to cut birth rates partly by giving women greater economic and educational opportunities.

Vatican spokesman Jokin Hovatta said the draft proposals would allow also increase in abortion abortion without their parents' permission.

The spokesman said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

The spokesman said the world's population is expected to reach 10 billion by the year 2050, but it will be a source of hope only if the world's population is kept under control.

7 September 1994

HONGKONG STANDARD

香港晚報 1994.9.7

BAR

WORLD

WED

Row over abortion dashes hopes for unanimous global agreement

Vatican refuses to sign population document

CAROL United States Vice-President Al Gore has dashed hopes that a unanimous agreement can be reached by a vote over abortion at the Cairo population conference, saying the Vatican will refuse to sign a plan aimed at curbing the world's soaring birth rate.

The conference has to agree on a 119-page action plan for limiting world population but the Vatican and Muslim conservatives say it condones abortion, homosexuality and extra-marital sex.

"No one should give any thought that there's going to be some kind of rough deal between the Vatican to sign this document," said Mr Gore, who held talks with Vatican officials before the 46-nation conference.

The Vatican said it could not give "implicit or explicit" support to the many parts of the document that refer to abortion, family, and sexual "rights".

But Mr Gore said that even without the Vatican's signature, the "final document will have the broadest consensus ever". An Iranian official said Islamic states were heading for a compromise solution.

The Vatican — which has no influence on world leaders in the world — and conservative Islamic states such as Iran have led a campaign against the document.

The European Union had proposed a compromise formula that is being discussed by the world conference committee.

Diplomats said that they were focusing on Chapter eight, which deals with abortion when the number's life is at risk. Under the compromise, a paragraph would

HONGKONG STANDARD

香港晚報 1994.9.14

Abortion references spark criticism at conference

CAROL As the United Nations population conference held in Cairo opened yesterday, Muslim and Roman Catholic delegates criticised references to abortion and sexual rights in the final report.

Despite the opposition, delegates were expected to draft a document that outlines global strategies to curb the world's burgeoning population and address the economic development.

The issue is one that has long been a source of contention between the world's religious groups in policy decisions.

Delegates opposed the word "rights" because it was seen as an endorsement of abortion and extra-marital sex, and they

also criticised the document for its references to abortion, homosexuality and extra-marital sex.

Delegates from the Vatican and Muslim states criticised the document's references to abortion and sexual rights, which is not in line with Islamic law.

Still, not all the delegates were happy with the final document. At least in the opening speech, Mr Gore said that the document was a "bold step" in the right direction.

Delegates opposed the word "rights" because it was seen as an endorsement of abortion and extra-marital sex, and they

also criticised the document for its references to abortion, homosexuality and extra-marital sex.

The UN International Conference on Population and Development had a meeting to deal with the issue of abortion, which is growing at a rapid rate of more than 10 million people a year.

The focus was on women — education, health, and family planning services, ensuring their economic security — and raising the health to do it.

The action plan calls for increased spending of US\$1 billion (US\$1.6 billion) for population control and development, or about 10 per cent of the world's population.

give "explicit or implicit support to those parts of the document regarding abortion," as well as those which "harm the family and environ-

ment as a social activity. Muslims have expressed their concern over the document's references to abortion, which is not in line with Islamic law.

Still, not all the delegates were happy with the final document. At least in the opening speech, Mr Gore said that the document was a "bold step" in the right direction.

The plan focuses on the approach to population control by including, for the first time, environmental protection.

The Vatican, which led the fight "to curb down abortion and reproductive health provisions, and the

plan makes clear that it is not as much about to define how to carry it out.

The UN International Conference on Population and Development had a meeting to deal with the issue of abortion, which is growing at a rapid rate of more than 10 million people a year.

ment as a social activity. Muslims have expressed their concern over the document's references to abortion, which is not in line with Islamic law.

Still, not all the delegates were happy with the final document. At least in the opening speech, Mr Gore said that the document was a "bold step" in the right direction.

The plan focuses on the approach to population control by including, for the first time, environmental protection.

The Vatican, which led the fight "to curb down abortion and reproductive health provisions, and the

ment as a social activity. Muslims have expressed their concern over the document's references to abortion, which is not in line with Islamic law.

Still, not all the delegates were happy with the final document. At least in the opening speech, Mr Gore said that the document was a "bold step" in the right direction.

The plan focuses on the approach to population control by including, for the first time, environmental protection.

The Vatican, which led the fight "to curb down abortion and reproductive health provisions, and the

ment as a social activity. Muslims have expressed their concern over the document's references to abortion, which is not in line with Islamic law.

Still, not all the delegates were happy with the final document. At least in the opening speech, Mr Gore said that the document was a "bold step" in the right direction.

The plan focuses on the approach to population control by including, for the first time, environmental protection.

The Vatican, which led the fight "to curb down abortion and reproductive health provisions, and the

ment as a social activity. Muslims have expressed their concern over the document's references to abortion, which is not in line with Islamic law.

Still, not all the delegates were happy with the final document. At least in the opening speech, Mr Gore said that the document was a "bold step" in the right direction.

The plan focuses on the approach to population control by including, for the first time, environmental protection.

The Vatican, which led the fight "to curb down abortion and reproductive health provisions, and the

ment as a social activity. Muslims have expressed their concern over the document's references to abortion, which is not in line with Islamic law.

Still, not all the delegates were happy with the final document. At least in the opening speech, Mr Gore said that the document was a "bold step" in the right direction.

The plan focuses on the approach to population control by including, for the first time, environmental protection.

The Vatican, which led the fight "to curb down abortion and reproductive health provisions, and the

悲憫的師父，對於世界性的人口問題也提出了睿智、人性化而又具體可行的辦法。實踐這個超越國界的照顧兒童的計畫，是真正踏出「世界大同」的第一步。

致函

美國紐約聯合國人道事務部門

親愛的先生女士：

現在世界為了人口問題憂心忡忡。有些國家因為人口過少，束手無策；有些國家則為了人口太多，實施強制節育政策，而鬧得天怒人怨。（像北京前陣子有一位男子，因太太被迫墮胎而死，一時痛憤而致瘋狂亂殺人。）

其實只要小孩過多的國家（比如大陸、印度……），可以公開合法地將小孩給人口過少的國家領養，（比如新加坡、英、法及其他歐美國家等），無需經過太多官方的繁文縟節，就可以徹底解決這令人頭痛的問題。

實施此方案，至少有下列數點益處：

- (1) 可以平衡世界的人口。
- (2) 可安慰無小孩的父母，為家庭帶來新活力。
- (3) 可少殺生的罪惡，不致引起為人父母的傷心及怨恨。（有些國家為了控制人口數量，而強迫墮胎、殘殺嬰孩。）
- (4) 可帶來經濟的利益。（人口過少國家多了生產力；人口過多國家多了領養費的收入，並減輕了負擔：由未來的父母負擔妊娠期母親和養子之醫藥費等等，因而也提供了心理及精神上的安

慰，同時也減輕國家照顧大眾健康方面之負擔。)

貴單位或許擔心此方案會不會有流於人口販賣的可能，只要公開化地建立檔案，持續地追蹤、輔導，如此一來，國際社會之間即可互通資源的有無（包括人力），也將落實「無邊界地球村」的理想。

清海無上師世界會 敬上

Suma Ching Hai International Association

Suma Ching Hai 世界會

總部 地址：緬甸仰光亞歷西湖郵政九號信箱

電話：886-37-922970 傳真：886-37-922922

March 27, 1995

Department of Humanitarian Affairs,
The United Nations,
New York, U.S.A.

Dear Sirs, Madames:

The population problem is now of international concern. Some countries are handicapped by their low population, while others, being overpopulated, are carrying out compulsory birth control policies which are causing tremendous resentment among their people and provoking God. (Take the recent incident in Peking for example. A man, provoked by the death of his wife who was forced to have an abortion, became insane with sorrow, and killed people at random.) Actually, this perplexing problem can ultimately be solved by allowing the children from the overpopulated countries (eg., China, India...) to be legally adopted by families in underpopulated countries (eg., Singapore, United Kingdom, France and other Western countries) without much bureaucracy and Red Tapes.

The launching of this scheme will at least bring about the following advantages:

1. Balance the population of the world.
2. Comfort the childless parents, giving their life new vitality.
3. Minimize the vice of killing, as well as alleviating the sorrow and animosity of the parents. (To control the population, some nations are carrying out compulsory abortion and the killing of babies.
4. Bring about economic benefits. (The underpopulated nations gain a greater working force, whereas the overpopulated countries benefit financially from the adoption fees and less burden. The future parents take care of the medical costs, etc., for the mother and adopted child during pregnancy, and therefore offer mental and psychological support to them as well as easing the national public health care burden.)

Your establishment may worry about the possibility of this scheme turning into trafficking of human beings. However, this can be avoided if a legal record system is set up, followed by continuous case monitoring and counseling. As a result, the international community can exchange resources (including human resources) with each other, and the ideal of 'The Earth Village Without Boundaries' will soon be realized.

Sincerely,

Suma Ching Hai International Association



HEADQUARTERS
Add: P.O. Box 9 Tai Hsi, Hsiao Li, Formosa R.O.C.
Tel: 886-37-922822 Fax: 886-37-922870



我們正邁向黃金時代

清海無上師以英文講於美國波特蘭
一九九三·十二·四

有時候我們深受感動，雖然大家認為是因為明師很了不起，甚至稱他們是無上師，但我不認為是由於明師本人，我認為是因為你們自己，因為你們的誠摯，你們內在最深沉的智慧和愛心開啓了，才有時候在一些不同的情況下，經歷各種法喜充滿的體驗。

有時我們非常誠心禱告，多少也會有這種經歷，或者有時候我們在最深刻、無法形容的苦痛時，我們會感受到上帝的加持就在眼前。靜坐只是另一種打開我們的誠心與渴望的方式，以接受無邊的祝福和愛力。這種祝福與愛力遍布全宇宙，但也許有時是碰巧，或是經由無上智慧的安排，我們覺得某些地方或遇見某個特別的人時更有加持力；也許那個人和我們的振動頻率相同，和我們一樣誠摯渴望和全心接受上帝；那時，兩股力量融合一起，我們覺得法喜充滿或是有所謂開悟的感覺。

世界上多數人認為他們已經夠好了，不需要改變自己的生活，不需要做什麼，甚至不需要開悟，所以他們不去尋找。甚至老師或是好友，毫無條件基於愛心和奉獻來到他們門前，他們還是拒絕，這是為何世界到目前還是這種情況的原因，因為我們還不學習天人合一的力量，我們多數人還沒學習如何利用這充塞宇宙的最偉大加持力，這只要唾手即可得，然後我們的生活就會變得平順、如意。

我們還不夠好

我們多數人都責怪上帝、環境不利，讓我們得不到所要求的許多東西。我們也責怪社會，有時責怪政府，甚至我們的父母、學校，責怪任何抓得到的對象。但是假如我們停下來好好地、公平地想一想，我們應該想我們對社會、國家、整個世界有什麼貢獻，使這些地方變得更好，而非等待它自己變得更好，有時這是不可能的。

上帝並非創造我們，讓我們每天躺在玫瑰床上，等待吃飯而已。我們是來這裡學習，學習成長和使用我們無限的愛力和創造力，無論我們轉世到哪個世界，我們都要使它變得更好。假如我們還沒學好，我們就必須再回來，這就是所謂的「輪迴」。因為我們未實現的欲望和使命會一直留在裡面，不斷提醒我們任務尚未完成。

許多人認為自己沒有問題，自己做得夠好了，可是並非如此，並不真的那麼好。世界上有五分之一的人口挨餓，還有一大半的兄弟姐妹營養不良，這不是我說的，而是根據科學研究的資料，你們可以從報紙上得知或去找證據。這個漂亮星球仍有許多地方處於戰爭、衝突、暴力和許多天災人禍中，因為我們沒有那麼好。

甚至像理髮這些區區小事，我們自己也做不來，有時甚至不知如何清理房子，甚至無法以別人所要的方式來幫助需要的人，我們的好意，反而帶來更多麻煩，即使想幫忙也沒辦法，所以許多計畫終告失敗，許多好的領袖，雖盡其所能想幫助世界和同胞，不過卻沒什麼大用，為什麼？因為我們不夠好，沒有我們本來應有的那樣好，沒有我們想

像那麼好。

假如我們生命中，每件事或許多事情都不對勁，假如許多欲求得不到滿足，假如鄰居或是我們自己在某方面受苦，那是因為我們還不夠好。此時正是面對我們的缺點與我們累世不良習性的時候，讓我們重塑內在上帝的本質和美麗，如此一來，我們要做什麼，都能做得很完美或至少接近完美，至少，當我們想幫助並改善自己、改善家庭和周遭環境的時候，我們不會越幫越忙。

開悟是一種生活方式

「開悟」，不是我們同修對你們做廣告，或是讓人來研究，或是出於好奇跑來看熱鬧，而是一種生活方式，一種生存的事實，是今世和往生以後的必要配件。假如我們有任何宗教信仰，我們知道生命不因死亡而結束。沒有宗教信仰的話，也應該知道死後仍然存在，因為有不少有關死亡、「瀕死經驗」或「死後經驗」的醫學研究，現在這方面的資料非常豐富，隨手可得。市面上有許多有關開悟的書，還有開發潛能的書等等，這些對我們很好，可是另一方面而言，也並非那麼好。

美國人閱讀許多書籍。而且也喜歡閱讀，因為他們很聰明，他們渴求知識，所以閱讀許多書籍。以前我也讀了不少，現在仍繼續看很多書，因為有時候我必須了解社會潮流及所發生的事，以便因應或解釋——解決這些書籍或精神糧食所帶給人們的疑惑。

為什麼我這麼說？因為這些訊息有時並非都對我們有利益，因為我們喜歡閱讀，我們生吞「知識超市」內的任何東西，有時我們會消化不良，有時腦袋塞滿智識的訊息卻沒有親身體驗，而認為我們已經知道了：「哦！我知道尤迦南達說的『光』；我知道 Sant Mat 的光和音；我知道清海師父，她教同樣的東西，所以我不需要來聽她講經。」我們來不是聽經，我們必須來，是為了要有真實的體驗；假如我們還沒有體驗，或是假如我們曾有些許的開悟體驗，但不知如何再進一步，如何長養智慧，如何把開悟的智慧融入生活，如何和日常生活的生產力結合，以服務世界，我們就必須來學。

把世界變成天堂

我們必須把世界變成天堂，而不是跑去天堂，因為每個地方都是天堂。上帝只創造天堂，然而我們卻用故障的、不怎麼靈光的「電腦」（頭腦）把世界搞得亂七八糟。「開悟」是修復我們自己的方法，這並非想像的遙不可及的天堂神話，而是每日可以體驗的偉大愛力和智慧的泉源，這是我們降臨這個物質世界之前，上帝就賦予我們的。假如我們認為天堂在雲端上，我們就麻煩了，因為我們必須等待至少六十年或一百年，經歷世上種種苦難之後才能到那裡，但我們無需如此。

生命對乾坤至上的主的小孩而言，應是充滿喜樂的。即使你只是國王的小孩或是總統的小孩，當你走進學校時，感受如何？你有侍衛、有專用的勞斯萊斯、有種種特權，

甚至全校都以尊敬、喜愛、欽慕、嫉妒的眼光看你，你明白感受到自己的身分地位。聖經上寫著：「我們是上帝的子女」、「上帝是萬王之王」，而現在我們卻過這樣的生活，為此許的金錢擔心，每件事情都令我們害怕，甚至那麼小的子彈，只有你體重的千分之一，就可以把你嚇得失去尊嚴，甚至求人饒命。

為了生存，我們可以做任何事，只求肉體持續運作而已，這樣不是有尊嚴的生活，也非上帝子女的生活方式，假如我們真正了解「上帝」是什麼意思！上帝擁有整個宇宙，而我們是祂的小孩，你們能相信嗎？只是空談，卻從不了解，這不是開悟！而我們卻認為我們很好。只要地球上還有一個人受苦，假如我們的隔壁還有戰爭、饑荒，我們就不夠好，因為我們生活在地球這個大房子，應分擔責任。

這是個大家庭，範圍很廣，因為我們不能、也沒必要全部擠在一個房間內，我們需要各種各樣的特色才華，使世界多采多姿、生動有趣，這是上帝對我們的期許。我們有這麼多才華，每個人都可以貢獻一些。然而即使有這麼多才華，我們仍然無法全部貢獻，也無法如願完全發揮，因為我們還不夠好。我們缺乏某些東西，缺乏真正的智慧，及在我們每人內邊沉睡的真正的愛。

善用上帝的愛與力量

事實上，不應該有任何明師或老師，應該只有靈性上的朋友，靈性上的兄弟姊妹，

因為我們承襲從上帝而來相同的偉大智慧。任何明師和在座的任何觀眾毫無差別，不論老幼都沒有差別，因為我們內在擁有相同的愛與力量。假如我們不善加利用，才是地球上最大的浪費，不論我們回收多少物質的材料，我們還是在浪費。最大的浪費是我們不知道我們有智慧，我們不知道我們有上帝的力量，我們忘了我們是上帝的子女。你可以說你已經知道，你讀過聖經，每個人都知道我們是上帝的子女，不過你知道或不知道有何差別？你還是和昨天一樣，你不是真正了解，唯一的差別，只是你在知識上，聽過這麼一回事而已。

假如今天我所說的任何事情，對你們有任何意義的話，是因為我認識內在的智慧，而且我也知道你們內邊也有，只是你不想用祂、拒絕祂、否認祂而已，或者你們自卑感太重；但是我們並沒有做過什麼壞事，即使我們有做過，也是因為無明，現在已經是時候了，該了解什麼是對的，所以我們可以變改得很快。為了照顧這個身體，我們每天花了多少時間，而且我們知道肉體活不久，可是還是需要照顧，現在假如我們不照顧我們的真我，我們會有更大的麻煩。

世上多數人受苦，因為不知道自己偉大之處，沒有別的理由！因為我們的無知，認同年少時從電視學來的習慣；也許從鄰居、書上學習來的；我們做許多良心認為錯誤的事，但是我們仍然照做，因為很多人都這麼做，然後我們就陷入苦境中。比方說：有時候我們知道不該吸毒，但我們覺得內心空虛、沮喪，有時我們有才華，但不知如何使用？哪裡可以發揮？有時是因成見、種族問題或長相不合人意，受到社會排斥，所以我

們以各種廉價的代替品填滿空虛，這些東西到頭來殘害了我們的身、心、靈，因為我們不知自己的偉大，不知如何發揮我們偉大之處。

我不是來募款或告訴你們該做什麼，或讓你陷入什麼困難的情況，我只想幫你們找回你們最偉大的智慧，重拾你們最偉大的能力，以使你們改善自己的生活。你的生活變得更好，我的生活也會變得更好，我們的下一代、我的朋友和我的各位兄弟姊妹的小孩，就會有越來越好的生活環境，因為我們彼此息息相關。

假如你們不維持美國的清淨、安全，我能坐在此地跟你們說話嗎？假如農人不生產穀物，即使我們有錢，我們能填飽肚子嗎？不可能。所以我們彼此相依相存。我不能說我來教你們，請不要存有這種概念，別管這個無上的頭銜，無需理會它，因為我們都是至高無上的，因為進入這個肉體之前，我們是來自至高無上的源頭，當時間一到，我們也就返回這個無上的源頭。

所以無需否認我們至高無上的身分，假如因為你很謙虛或認為身分不配而不願承認，那是你的事，可是我不想否認我的身分，因為我很明白，這沒什麼好驕慢的，只是承認自己的身分而已，毫無傲氣、大驚小怪和假謙虛，假謙虛畢竟還是假的，並不真實。

我們的真善美應該表現在靈性和言行舉止上，才是完美的人。即使我們不想學習即刻開悟的方法，我們還可試試別的，至少可以想想，再次往內集中，記得我們是誰，真正了解「我們是上帝子女」這句話的意思，對佛教徒而言或者要想想：「我們內在都有

佛性」，意思是說我們與佛平等，不只是拜佛而已。我們應該用正確方法禮佛——認識我們自己，那麼佛就可以少一點工作做。

假如我們真要拜佛或任何聖人，我們就必須成佛或成聖人，這樣他們可以少一點負擔，少一點憂慮，而且還多一個同伴來提昇人類等級。有些人聽到我說：「不要拜佛，要成佛。」就不高興，但我可以指導你們如何成佛。我會造佛，不是經由雕刻，而是直指你的佛性，而你必須每日認得你的佛性，直到你完全相信為止。我們有辦法認得自己的佛性，面對祂，直到你完全相信你就是佛，那時，你和十方三世佛就有同樣的等級。

改變自己就能改變世界

我們正邁向黃金時代，所以我們必須變改。我們應該拋開所有那些認為聖人應是什麼模樣的陳舊和無用概念，我們應該捨棄黑暗的思想及對自己和世界的否定看法，開始積極行動。從我們自己開始行動，假如我們的房子不乾淨，我們就先清理我們的房子；如果不喜歡自己的某些品質，就改變它，以更積極、更道德的品質取代。

比方說，以前我們看見無家可歸的人時，我們並不理會，那人頂著烈日、站在路邊好幾小時，努力想要些食物充飢，你會說：「不行！我不能帶一個陌生人回家，太危險了！」也許是！但是我們可以給他食物，而不要他回報。有時，我們與一個無家可歸的人擦身而過，沒任何感覺，因為我們慢吞吞反應的習慣，使我們不想幫忙，也沒幫

忙。回家以後，我們覺得不對勁，認為那時應該幫忙的，可是我們馬上又把它蓋起來，說：「不行！」然後打開電視、看電視、做其他事，不想聽從我們的良心，因此世界才無法變得更好。

如果我們所想都是要利益世界，至少讓自己和鄰居有個更舒服的環境，我們能和大家分享什麼，就開始分享，然後我們將可以感受到內在的微細變化——有更多的愛注入我們的意識裡面，我們會知道有變改，而這就是起步。所以五戒只是一些建議，讓我們改變生活中一些不喜歡的角落，而非讓我們產生罪惡感，或者責怪自己沒遵守戒律；它是我們前進的目標。

比方說我們試著更有愛心而非暴力或生氣；付出更多而非拿取；對我們的伴侶更忠誠，不再有情婦，也有可能情夫（師父及大眾笑）。我不知道為什麼你們總是責怪男人，也有女人喜歡扮演蝴蝶夫人（大眾笑），從一朵花飛到另一朵。有兩種花：雄花和雌花，你們曉得吧？花朵可以照耀我們的世界，創造周遭更祥和的氣氛，讓我們舒服一點，這些都很好，這也是一種禪定。

無論如何，我們大家在生活中時時刻刻也都在打坐，只是多數時候專注在不對的事情，所以現在我們只是把這個禪定力量，轉到正確的事情而已。當我們過度專注於如何以別人為代價，賺別人的錢，那也是打坐，我們專注在錢上面（師父及大眾笑），我們運用所有的專注力量、思考能力，只想得到那張紙（鈔票），而那張紙上面印著「我們相信上帝」（師父及大眾笑），這不是很矛盾嗎？但有時候我們的上帝就是金錢（師父

笑)。

「我們相信上帝」表示我們必須認識上帝，如果不認識上帝，我們怎麼相信祂？空談「相信上帝」很容易，但是如何相信？祂到底是誰？祂長什麼樣子？祂為我做過什麼？祂將為我做什麼？為什麼我必須相信祂？這些我們必須明白，這就是開悟可以幫助我們的地方。我們必須開悟，以便明白上帝是什麼？祂是誰？祂怎麼在每日的生活細節上幫忙我們。我們開悟後就會明白，而且會越來越明白。如果我們以前就曾受到上帝加持賜福，已經認識祂，經由禪定，我們會更認識祂，經由這種很科學的方法，我們可以保持開悟的狀態。假如我們僅偶爾開悟一、兩次，我們會覺得不究竟，因為如果有人餓了很久了，你給他一點水和麵包，他會滿足嗎？當然不會。

我們內邊只有上帝而已

「即刻開悟」就是嘗到開悟的滋味，然後我們會告訴你如何每天滋養、維護、開展它，直到你真正完全開悟，認識你的本來面目。你認識上帝，因為只有上帝住在我們內邊。聖經上難道說：「有兩個人住在我們的聖殿裡。」耶穌這麼說過嗎？或者佛說過：「有兩個佛在我們內邊」嗎？或「一個佛和一個凡夫在我們內邊。」祂這麼說過嗎？沒有！聖經、經典不曾說：「在這個房子、這個身體住了兩個人。」那是誰住在我們內邊？只有上帝而已。

若我們丟棄、忽略我們的習慣及累積來的世俗見解，我們內邊根本沒有別的東西，只有上帝而已。因為習慣、知識、博士學位都非真實的自己，生下來的時候並沒有這些，死的時候也不帶走，所以唯一的真人就是上帝——我們的「真我」，但是我們大多數人都忘了（大眾鼓掌）。你們一直問我：「我們遇到師父，如何即刻開悟？」並非如此！你們遇見我之前就已經開悟了，只是你們不知道，你們忘了而已，因為你認為自己是某某女士，每天工作八小時，有三個小孩，那個有時生氣、有時有愛心的人，這些都不是你！你只是收集訊息而已，你只是依照環境、時間，做出必要的反應而已，不過那不是你，我們生下來時並沒有這些。

我們真的是像上帝一般，我們也是上帝的一部分，我們就是上帝。你們可能現在無法相信，但是回家想一想，我們呼吸在上帝之中，我們住在上帝中、來自上帝，也要回歸上帝，你還能往哪裡去嗎？除了來自上帝，我們能從哪裡來？你們認為我們會來自地毯、天花板或是出生之前你父親的那滴精血嗎？或是攝取食物使你成為現在的樣子？那我們應該稱呼自己是牛肉漢堡（大眾笑）、包心菜或果菜市場，而非具有完整智慧的人類。即使用你所吃的食物餵牛或狗，他們也不會和你一樣聰明。假如把父親的精血給狗或其他生物，就會造出一個人嗎？不會的！

是什麼造成我們現在的模樣？是上帝的力量，這個力量充塞宇宙，祂在空中，在任何我們行住坐臥之處，只是祂恰巧住在這個工具之內，就像電流在某些器具裡，在燈泡、冰箱和一些馬達裡，可是電力無所不在，無處不同，只是它把自己裝在某些器具

裡。同樣的，上帝的力量，也住在我們內邊，我們是其中一個器皿，正好用來裝載上帝的力量一段時間，就像水流自瀑布或高山，有人剛好挖個洞或挖個游泳池，引水進入，水就來來去去與河相連，池中的水與河中的水相通。

在香港的道場，我們挖了一個游泳池，事實上沒有真的挖啦！我在香港，住在山上，你們會驚訝香港竟然還有山，那裡非常安靜，就在百層高樓旁邊，只要走五分鐘，你就可以看到整個香港，你回頭走五分鐘，就有僻靜的山，有許多果樹，充滿綠意，美麗又安靜，那就是我在香港的住處。我們的山重重起伏，一層一層的，所以在兩層之間，用石頭和水泥圍起，看起來像天然的池塘，再引取鄰近的溪水進入池內。在下一層我種了肥大的蔬菜；那是在我有空的時候，我不是常常這麼做的。

游泳時，池內的水會流進田裡，所以我無需太過勞累澆水，水就這樣不斷流進流出，而且保持清新，因為我們偶爾就會清洗，除去青苔，這些綠色植物滿布池中。我們放入許多大鵝卵石，閃閃發亮，像是裝飾品，不過很便宜，十公斤一塊錢，不過很漂亮，我們把它們擺進水中。有時它們布滿青苔，所以我們把它們洗一洗。

魚也跑進來，那種魚是很貴的，每條價值大約美金二千二百元，不過這麼小，他可以長到那麼大（大眾笑），不過也差不了多少，那是一種非常笨的娃娃魚。不過有一天他讓我嚇了一跳，因為那種魚應該是很笨，動作遲鈍，不能做什麼。但是現在他是稀有品種，所以許多人想抓來買賣。我們的地方滿滿這種魚，我可以馬上成為百萬富翁（大眾笑），開個魚市場就成了。不過，我們不這麼做，我們不賺這種錢，我們保護他們，

所以別人不能闖入我們的地方抓他們。這種魚很特別，上面是棕色，腹部和前肢有亮麗的橘色斑點，他可以在水中游，也可以在陸地上爬，水陸都可以生存，所以人們很喜歡。

我本來認為這種魚很笨，不過有一天他讓我很驚訝，他們對話的方式很有愛心，好像一對愛侶，一個好像在生氣，掉頭而去，另一個就一直緊追，跑到前面擋他，緊緊注視著他像這樣（大眾笑並鼓掌），好像你的愛人生氣了，你想和她重歸於好，就像那樣。你們能相信嗎？我看了好感動，然後我想：「天啊！我真抱歉！我一直認為你們很笨，我要道歉！（師父及大眾笑）因為你們比我們懂得如何才能做個好愛人。」過了一陣子，女方同意了，所以，兩個又一起游泳，不再吵架了！

有一天他讓我更加驚訝，他是那種動作很慢的魚，一副很笨拙的樣子，在水中好慢好慢，可是有一次我到池邊，我看到其中一條，我說：「嘿！你！上來！」開玩笑而已，可是他真的上來，他就「咻！」像這樣跳到我手邊，碰了一下又下去，我說：「嘿！你聽得懂啊！那再上來！」他照我的意思就這樣來去三次，讓我知道他並不笨（大眾笑及鼓掌），所以我整天向上帝懺悔，向那條魚道歉。

真好玩，一個無上師竟然不懂魚很聰明（師父及大眾笑），所以我覺得很糟，不過這件事是很好的。有人證在我旁邊，我沒有虛構，（師父問一位侍者）你記得那條魚，從池中來回二次的事嗎？是！是！他也在場，他想拿錄影機拍攝，可是魚看到錄影機黑黑大大的鏡頭，他說：「嗯！嗯！不要，我不要再上電視！」（師父及大眾笑）他不想出

名，也許他害怕。我想：「對！對！」所以我告訴他不要這樣拍攝，因為這樣之後，人們會來抓更多賺錢，他們就有危險了，他們已經瀕臨絕種。所以他很聰明，知道何時該出現、何時不要。他一分鐘之內上上下下二次，我說上來，他就立刻上來，他下去之後，我再說上來，他就又上來，不偏不倚，就在我正前方，就這樣，「咻！」直直的上下。

愛護生命從素食開始

你看過這些以後，最好就不要吃魚和肉類了。事實上，假如我們可以愛一條狗，為什麼不能愛牛或豬呢？因為他們本質相同（大眾鼓掌）。所以這是素食的原因之一——愛護所有生命，擴展愛心，把我們的愛和我們自己擴大到整個宇宙。我們甚至也不該剪花、吃蔬菜，但我們為了維生，仍必須做最輕微、最小的傷害。我們剪下花朵後，它還會再發芽，長出更多的花朵，我們切下蔬菜的枝葉，它還可以長得更茂盛，所以不是那麼糟糕。即使所有生物都有感覺，植物的感覺最微弱，因為百分之九十的成分是水，所以它們的意識比動物或人類微弱。

人身是由許多東西所組成，它提供一個優良的環境來讓我們從事智識活動。即使你非常聰明，還是需要一部好電腦，才能處理一些聰明絕倫的工作。同樣地，上帝需要這個由不同元素構成的身體，以便將內在的力量示現於外在世界，所以我們才比較有感

情、比較聰明，因為這樣，上帝才能運用我們內邊的許多微細的工具，散發祂的加持、祂的訊息和祂的智慧，但在植物身上，上帝的力量就不能這樣做，因為植物還不是完全的工具，僅此而已。好比一百瓦的電燈泡，它的電力比二十瓦的燈泡亮，如果弄壞了一百瓦的燈泡，當然比弄壞二十瓦的燈泡更貴、更浪費。所以我們要精打細算一點，這就是為何我們應該儘量食用意識最小，像蔬菜之類的東西，這樣合邏輯嗎？這樣可以嗎？（大眾答：「是！」）

我不是要強迫你們相信或讓你們有罪惡感，只是討論一下可能的原因和作法。所以殺人是最嚴重的罪，殺動物次之，而砍割植物就沒有那麼多業障，因為植物可以從根再生。但是動物即使你只砍了他半個頭，他不會再長出來，所以我們應相信合邏輯的事，不是因為這說法引發人的罪惡感，或因為有些老師或宗派這樣說，我們才這樣做。我不認為我們是沒智慧的人，會隨便匆匆吞棗，尤其是美國人，他們不是沒有條理的人，他們不會盲目接受，所以我們必須告訴他們合邏輯的事。即使人們今天不能馬上接受，但是事後他們也會想一想。

有時講經時我講太快，你聽了一句，漏了下一句，而且也很難了解，如果你想再聽一次，你可以請錄音帶去聽，我們的錄音帶、錄影帶都沒有利潤，那些帶子的品質很好，卻只有空白帶的價錢，因為我們不想賣「上帝」賺取利潤。我們靠其他世俗的才華謀生，像服裝設計、製造燈具、畫畫，這些我們都能做，因為這些都是世俗的才藝，所以我們換取世俗的利潤，但是不賣「上帝」賺錢，我們甚至不會用上帝的教理募款或收

會員費或諸如此類的事，因為上帝對待每一個兒女都是免費的。我也是免費的，只要我負擔得起，對任何人都將免費，如果我負擔不起，我就停下來，就是這麼簡單。

現在你們知道為什麼我們都是「上帝」了吧？上帝的力量無所不在，遍布在任何地方，我們也只是其中一個持有者。就像我游泳池的水是來自鄰近的河流，由一條水管引入，並在下面或上面挖個洞，水就會流入原來的河流，不用截斷它的水。即使游泳池四周，以水泥和石頭圍起，它還是來自河流，而且和它在別的地方再連接，如果我們的游泳池阻塞，因為某些緣故和水源中斷，我們必須疏通水流，可能是水管阻塞或是壞了或是洞塞住了，所以我們疏通它。開悟也就是去除無明返回本性，與內在的上帝及宇宙整個大力量溝通（大眾鼓掌）。

.....

會後問答

問：您對「輪迴」的看法是什麼？

師父：我前面有講過「輪迴」就是「轉世再生」的意思。「輪迴」是東方人常用的字眼，聖經並不常提到，但是事實上現在的聖經如你們所知並非是很完整的，而且它也「輪迴」了（師父笑）二千年或更久，部分內容可能已經漏失。真正的聖經被鎖在某個

地方，我們不許去看，但是最近在某些古老的地方挖出了聖經一部分篇幅，其中有些提到「輪迴」。

例如，我記得有個地方提到有人問耶穌基督，祂是否是過去先知「以利亞」的再生，還有某幾個別的名字，他們提到兩、三位比祂早降世的先知的名字，但耶穌基督並不回答是或否，如果「輪迴」的觀念是不對的，如果先知不會再「輪迴」來幫助世人，祂會說：「不！不！沒有『輪迴』。」但祂沒有回答。有可能祂答說：「是！」但祂是「輕聲細語」的人（師父笑），以後再也沒有有關問題的修正。據我所知兩千多年前或更早之前，大約是佛陀、基督在世的時代，如果祂們對某些問題不予回答，就是表示同意，如果人們問了三次仍不答，就表示默認了！如果有徒弟邀請，你保持沉默，就表示同意了！從這件事，我們可看出聖經是提到過「輪迴」，否則實在很難證明。

我們可從許多書中得知耶穌基督曾遊歷印度和西藏，而且和許多佛教的師父學習，對祂而言「輪迴」的道理應是十分熟悉的，如果祂沒有教導徒弟這個概念，實在令我們感到驚訝。也許聖經中這些篇章已經遺失，或是翻譯不正確，諸如此類的事；因為基督所處的時代非常混亂，為了安全顧慮，祂有時必須躲躲藏藏，徒弟也是在擔心害怕中修行，因此並非耶穌的全部教理皆有完整的記載，而且在祂被釘死之前，在世傳法只有三年半的時間，所以祂怎麼可能什麼都教，是嗎？特別是在那種環境之下，充滿恐懼又處處受限的環境，而且又只有那麼少的徒弟，那是相當困難的。

「輪迴」並不難了解，舉例來說，我們日復一日的活著，昨天我們想完成某事卻不

能或尚未完成，今天醒來，我們會試著去完成它或想辦法再試一次。如果在我們生命中有任何事情尚未完成，往生時還有欲望想要做它，覺得遺憾有事情還未完成，這個欲望非常強而有力，它會促使我們有機會再做一次。因此我們才會一次又一次擁有一切肉體的工具有，再來世界運用上帝的力量，展現我們的智慧，直到有一天我們實踐了理想，完成了工作，那時我們就可以回「家」了。

這就是人們渴望開悟的時候，他們不覺得在世上要再做什麼，有可能他們的任務已經完成，自然而然會有一股力量催促他們，使他們心裡想要回「家」，但他們並不知道「家」在哪裡，「家」是什麼樣子，只知道想回到源頭，這時他們才想要開悟。所以俗語說：「因緣成熟，明師自然會出現。」你不能強迫人們開悟，耶穌不能強迫，佛也不行。佛陀在世時，並非全印度的人都開悟，基督在世時也非全部猶太人都已開悟。

所以當我們想要回「家」的時候，我們就停止輪迴生死，對這個世界我們不再有興趣，只要我們還對某件事感興趣，或是今世有事還沒完成，那就表示我們還想留在這個世界，就像有一股我們無法避免的動力，強迫著我們。因此開悟和沒開悟的人都差不多，但是開悟的人過著比較好的生活，比較平順、比較有智慧，他做事可以「事半功倍」。

許多人問我：「您當明師又常常跑遍世界，又要演講、又要照顧不同國家的徒弟，怎麼還有時間畫畫、作曲、唱歌、作詞等等呢？」我說：「這很容易的！我並沒有花很多時間畫畫，只花了幾個小時而已。拿作曲來講，四天完成十二首歌曲，沒什麼了不起

呀！寫詩是當你有靈感又有空時，一下子就可完成，不是嗎？而服裝設計花十分鐘，那不是問題。」但是在開悟以前，做任何事都是很難的。畫畫，我是一竅不通，我記得大概在中學時，我想畫一匹馬卻畫得像一隻火雞（師父及大眾笑），所以我的老師乾脆叫我不需要浪費原料就給我分數（大眾笑），是這樣。

問：我們的下意識是否連接著無限的智慧？

師父：沒錯，下意識只是一座橋樑，那不是真我，它是一座橋樑，連接無限智慧的橋樑。

問：我們該如何面對問題及痛苦？

師父：能消除就試著消除，如果不能，那麼就禱告，祈求上帝幫我們克服困苦，或是幫那個人克服痛苦。「開悟」是最好的辦法，這樣較容易「消化」痛苦，開悟後也較容易謀求解決之道。

問：您相信，上帝從我們一出生就一直指引著我們嗎？

師父：是的，但我們注意過祂嗎？我們曾聆聽過祂說話嗎？如果有，就不會有許多人遭遇困難，這世界就不至於像過去或現在這樣，所以我們必須先開悟，重新與上帝溝通，才能聆聽祂的指示，才能知道祂的旨意及正確之道，因此我們貢獻與上帝再度溝通的方法，這稱為開悟、或稱為尋回天國，隨你要怎麼稱呼都可以，我無法一一列出全部這些用語——開悟、找到自己的佛性、成佛、回到天國、了解自己、了解上帝、了悟上帝、了悟自己等等。因此，我們統稱為「即刻開悟」。

問：耶穌說祂是唯一的道路，若祂開明的話，祂會說：「佛陀和克里斯那一樣都是道路。」

有人答：我想他們所談的耶穌或是「我」，是無所不在及無所不能的（師父說：是！）因此重點在於祂的愛及智慧。當耶穌說「我」，是指「愛和智慧，無所不在的上帝力量，是道。」（大眾鼓掌）

師父：是，這好比克里斯那說：「愛『我』一個人」，「我」是大寫。「只跟隨我，完全信靠我，你的生活就會改善等等。」佛陀也說過相同的事：「除了佛，別跟隨任何人。」祂所指的是「真我」、無所不在的全能的力量。在當時，可能大部分的萬能的力量，顯現在祂這根「電線桿」上（師父笑）。譬如這盞燈此刻電力最強、最亮，其他的燈有點暗。意思是說，你信靠的應該是電力，而不一定是這盞燈。但當時這盞燈電力最強、最亮，你靠近這盞燈，你就能讀、能看所有的東西、照鏡子、認識你的本來面目及化妝。這並不意味著，你得相信這個燈泡，而是要信靠在這燈泡裡的電。

每一位在世明師皆有上帝的力量，上帝在任何時代都可以運用任何一位明師。祂是無限的、祂不會窮得只有一個兒子。祂有太多的方法及工具可以帶領自己的兒女回到身邊，你們不認為如此嗎？（大眾答：「是！」並鼓掌）我願意給予你們我所有的愛來幫助你們開悟，不過，如果我們的緣分不夠，那你們可以等。在等待之時，讀聖經、相信上帝、耶穌，這樣對你們有好處。不是光讀聖經上的字就算了，還要把它付諸於行動，譬如十誡，我們應該試著遵守，這樣才算一個好的基督徒。

在我開悟之前，我每晚與聖經同眠，每當我遭遇困難，我就會看它，沒有聖經我無法入睡，偶爾我也會換一下，在清晨讀佛經，它會讓我感到舒適，有時候會提昇我到法喜充滿的境界，這也是有益的。如果你對聖經抱持著虔誠崇敬的態度，深深地相信它並且誠心的研讀，它會帶給你極大的幫助。如果你有興趣，我們只是提供另一種選擇的道路，若沒興趣，那就相信聖經，試著遵守十誡，並且把上帝教你做的愛心的事，付諸於行動，如此而已。



修行使世界更文明

清海無上師以英文講於美國紐約哥倫比亞大學
一九八九·十一·三

兄弟姊妹們，讓我們一起向你們自己的上帝、你們的好本質和自己的佛性祈禱幾分鐘，願這次的聚會對你們有所幫助。謝謝大家！兄弟姊妹們，你們是大知識、大智慧的孩子，我想你們一定多少都了解自己一些，只要你們想了解，有時候你們也會感受到你們自己內心的偉大，感受到聖父、聖母、造化者或是我們所謂的佛性，我們由此而來，亦將回歸於此。

每個人都有自由意願，絕對的自由來選擇留在這個世界或去較高境界的國土。大部分的人比較喜歡留在這邊，但有些人則喜歡回家，回到天國或是佛土。只要我們清楚自己想要做什麼就好。如果我們真的喜歡留在這個地球上，做對人類有用的世界公民的話，那我們也必須考慮某些條件，否則我們暫居在這個世界的生活將不會很愉快；如果我們希望回到天國或是成佛回到佛土，那我們也應該考慮一些可以使我們到那裡的因素。現在我們先講使我們留在這世界，並過著舒適愉快生活的條件，萬一有人喜歡留下來的話。

我們的星球是個非常美麗的太空船，我們可以說它是太空船，它負載著許多衆生在空中繞行。我們的星球帶給我們很多舒適和歡樂，給了我們很多的寶藏，並且透過多種

途徑和方法維持我們的生命。當然我們也該為我們的大地母親負一點責任，幫助她一直保持這樣強有力的狀態，她才能幫助我們。為了達到這個目的，所有的宗教已經教我們怎麼做了；或許我能利用這個機會，徵得你們的同意來提醒你們一點點，同時也為了以後會聽到這場演講錄音的人們。

請不要認為我要當你們的講師、教師、師父或什麼的；忘掉這一切，就當我是你們的兄弟、姊妹或女兒，只是一個善意、誠懇的人，她願意盡其所能將自己所有的貢獻給大家。就好像假如你是一位工程師，那麼你會試著用你的技術知識來幫助社會；假如你是位醫生，那麼你會試著消除人類的痛苦、治療疾病……來幫助社會向上。

我生來就具有學習靈性知識的趨向，我有責任將我所獲得的靈性知識如數回饋。正如我們在大學學完機械或醫術之後，就必須回饋社會，所以我只是盡我的職責而已，也非常感謝大家給我這個機會和歡迎的氣氛，讓我完成我的工作。

我們只用了腦力的百分之五

為了讓我們的社會恢復從前愉悅的狀態，我們應該遵循某些戒律，相互尊重和了解。大部分人的生活的方式對他們自己有傷害，也對其他有形、無形的衆生有傷害。假如我們不相信無形衆生的存在，我們至少相信我們自己的種族、人類、以及所有動物的存在；這些動物也是世界公民。近來人們流行吃素，這是一個很好的趨勢。因為我們知

道，每樣東西都有能量，每個行動都被記錄，沒有絲毫疏漏，我們用科學就能夠證明這一點。

假如我們製造一些暴力的情況，這種暴力氣氛會圍繞著我們，或是環繞我們的星球，並且引起災難。我們一直想了解為什麼會有這麼多戰爭，為什麼會有這麼多地震、災難降臨我們的星球。任何事情都有原因，聖經記載得很清楚：「你種什麼因，你就得什麼果。」我們現在看不到我們種的因，有時候我們只看到我們所得的果，這是因為我們的聰明智非常有限。根據科學研究指出，我們只用了百分之五的智力，真想不到我們只用了百分之五！那麼我們怎麼能知道這麼多的事情呢？應該還有很多我們還沒有發現、還不了解的事物。關於這一點，我們必須接受，無法否認。

在二千六、七百年前，佛陀告訴他的弟子們：「小心你們所喝的水。你們喝水以前必先過濾，並且複誦密咒，以免殺死你們水杯裡面的衆生。」祂說一杯清水裡有八萬四千個衆生；八萬四千並不是剛好八萬四千個，而是代表很多的意思，這是印度的習慣用法；所以佛陀告訴他的弟子們要過濾他們喝的水。在當時的印度，過濾水並不像今日這麼普遍，而佛陀卻已經超越祂的時代，看見水中有細菌的存在。當然，那個時代的人們很難相信佛陀的話，因為他們無法證明一杯乾淨的水裡居然還有任何衆生，或有我們所稱的細菌存在。由於科學的進步，我們現在可以非常容易地證明這一點。

大修行者為世界帶來文明

如今我們的社會變得如此進步、聰明，這是好現象，科學研究及辛勤努力帶給我們很舒適的生活。我們會問自己，為什麼幾千年前沒有這些電器用品？因為我們以前沒有那麼聰明，科學也不發達。假設有上帝存在，那麼祂以前為什麼不讓人們聰明點？幾千年前那些上帝的兒女究竟發生了什麼事？難道上帝待他們如領養的子女，不如親生的那樣好嗎？

你們要知道世界的進步是由那些所謂的修行人、在這個世界上有光的人，像瑜伽行者、覺悟者、大靈魂、明師……，勤奮努力所帶來的。那些最偉大的修行者對全世界利益更多，工作範圍更廣；即使是所謂較低等級的瑜伽行者、修行者和帶光者，為了給世界帶來今天的成果，他們也都對整個世界氣氛的改變做了貢獻。

假如這些光的修行者、帶光的人不存在，並且在歷史上都一直不曾存在過，我們的世界將不會進步到現在這種狀態。我們對於一切舒適的生活、先進的儀器，我們感歎科學和科學家的發現，感激他們帶給我們舒適的生活，但我們反而忘了誰是幕後恩人，忘了那看不見的、幕後的人，是他們帶來文明。假如沒有這些所謂的修行人或帶光的人，世界就會變成像地獄一樣，沒有道德的典範、沒有高等生活的榜樣、沒有光，像沒有電的荒郊野外，像古代那樣的漆黑一片。

使我們的世界不同於地獄的原因，是我們仍然有人有光，我們的世界不同於天堂的

原因是帶光的人太少了，有道德的人太少了，假如沒有他們，世界就會變成地獄。地獄就是一個沒有光亮、道德淪喪的地方。假如我們有更多的帶光者，那麼我們的世界就會變成天堂，這是造成差別的原因。

每個人都喜歡過舒適的生活，住在如天堂般的世界中，但並非每個人都願意花功夫來為他們自己、或周圍的人，建造一個天堂。我們必須回過頭來參考基督教、佛教的經典，以明瞭如何為我們的世界建造一個天堂般的環境。

關於這點我不想描述太多。也許你們會感到厭煩，因為你們會說：「我已經都知道了。」你們會告訴我：「聖經從頭到尾我都知道。我是基督徒，不用你來告訴我。」而佛教徒也會對我說：「我知道佛的五戒。我是個在家人，四十年前就皈依佛了。我有法號，是佛教徒的法號，很特別的。」佛教徒的法號跟基督徒的教名一樣，當你受洗時，你會得到一個聖人的名字，瑪莉亞某某或約瑟夫某某。

根據基督教的傳統，除了你自己原來的名字之外，還會有教名，佛教也有類似的傳統。當你皈依佛法僧之後，也會得到一個優美的名字，例如「善光」、「佛光」、「智光」或是「善智」、「善德」和「解脫」、「大悟」……。不論是基督徒或佛教徒，有這些名號都很好，但是，如果我們能夠依此生活就更好了。

假如我們的法號是聖法蘭西，那我們便應該多讀這位聖人的傳記，看他如何變成聖人，看他如何度過一生，至今還一直讓全世界崇敬。假如我們恰巧叫「阿難」；依據印度傳統「阿難」在梵文裡是天福、至上的喜悅、幸福、法喜充滿的意思；我們就應該藉

著道德修持，藉著精進修習內在，靜觀內邊的喜悅，以獲得這種喜悅。

我們真正的自我就是這個喜悅，就是這個道德以及與上帝的聯繫。假如我們忘了真我，我們會非常孤單，並且飽受世間的艱難困苦；一旦和這個真我接觸，事情便會有好轉，我們會更明白該走哪個方向，會知道該做什麼，以利益自己、社會及全宇宙。

我們所做的任何事，都會影響這個世界和其他世界的衆生。每個宗教都告訴我們，萬事萬物本來同一體，就像我們的身體有很多部分，假如手受傷了，也會影響整個身體。正因為宇宙的本體如此龐大，衆生置身其中卻無法了解、看不見整個宇宙，所以我們也許不相信我們的舉動會影響到其他衆生。如果我們開了天眼、智慧眼，我們便知道自己的確和所有衆生有關聯，那時我們會對自己的行為非常小心謹慎。

耶穌基督和佛陀發展這個智慧眼，因此祂們知道什麼是宇宙的法律，該如何做才能美化我們的世界，使我們的生活更愉快、更舒適、更適合我們的品味。於是祂們根據天堂的生活而制規矩，作為我們日常生活的行為規範，這些規定是非常有價值的，我們稱之為戒律或上帝的聖訓。如果我們遵守這些戒律，我們的生活就會順利得多，但這只是就世俗的關係、世俗的利益而言。

進入天國最快的方法

如果我們遵守戒律，我們對鄰居友好、愛我們的敵人……，那麼世界就會和平、就

會成為一個好的住所，我們的地球也會更長壽。如果世界和平，我們的的生活也會受到影響，我們會感覺非常和平。假如我們住在一棟已經損壞、情況不好的房子裡，那我們的健康和舒適便會受影響。同樣地，假如我們居住的世界充滿混亂和紛爭，我們就不會有和平，所以說幫助世界就是幫助我們自己。這些只是針對如果我們想留在這世界上而言的。

如果我們想回到天國或佛土、或是成佛，我們就應該知道更多微細的條件和規則。除了遵守戒律、過有道德的生活、寬容及幫助他人以外，我們也應該和天國溝通。什麼是天國呢？如果你們願意下功夫及花時間，並誠心渴望去那裡的話，就很容易看見它；憑著你們自己的單純、誠心和全心全意的奉獻，你們就能找到天國。但最好、最快的方法是找一位已有進入天國的方法的人，你只要跟隨他，他會握著你的手帶你上去。

因此耶穌基督必須降生這個世界，為了帶領一些與祂同時代的、誠心的、喜愛上帝的人們回到天國；也因此佛陀必須降臨這個世界，為了要帶一些祂的皈依者回到佛土。每一個國家、時代，總是會有像耶穌基督或佛陀這樣的人物，這是非常好的消息。我們禮拜耶穌和佛陀是很好的，但卻很少人知道我們也可以變得跟耶穌、佛陀一樣偉大，而這正是祂們來這世界的唯一目的。

耶穌在聖經中強調：「我今天所行的神蹟，你們將來能夠做得更好。」祂向我們保證，我們可以變得跟祂一樣偉大，甚至更偉大。佛陀也曾說：「你們都可以成佛，我已經成佛了，你們將來也會成佛。」沒有人聲稱他是佛土的唯一擁有者，沒有人能夠這麼

說。如果有人這麼說，他是一點也不明白佛的品質及基督的精神。

真正的基督是可以從一人傳到另一人的力量，就像你賺了很多的錢，你就可以任意布施一樣。正如我們擁有物質財產，我們也同樣能夠真實地擁有精神力量，這力量是無形的財產，也能夠被傳遞。這個力量不是經由傳授才有，因為我們內邊都已有這種力量，只需專家的開啓。好比當我們進入這個房間時，對房間裡面的電源和開關系統都不熟悉，因而我們必須靠自己來發現，或是我們應該用最快最好的方法，直接找負責管理這個房間的人，他知道一切，他每天都在這個地方，知道開關系統在哪裡，哪一個燈泡由哪一個開關控制，他能在幾秒鐘內打開開關、打開燈，並幫你們接洽有關今天這場演講所需的全部東西。

喚醒全部的智力

同樣地，耶穌和佛陀都已知曉天國，祂們來來去去，即使不是已經億萬遍，也有很多次了，所以祂們可以幫助我們去天國，並提供我們所需要，能讓我們舒適的一切。一旦我們進入這個房間，找到房間的管理人，便能找到任何所需的東西。同樣地，耶穌也告訴我們：「先找到天國，然後所有的一切都將加諸於你。」所謂天國就是我們與生俱來卻不曾使用的智慧，我們大多數人都沒有用到它。

正如我一再提及的，我們只用了腦力的百分之五而已，假使我們能百分之百的運用

全部腦力，我們就可以做驚天動地的事了。只用百分之五的腦力就可以造飛機、造火箭到月球、到銀河，可以做很多神奇的事，治癒很多疾病，並且發現許多偉大的事物，發明好多電腦、機械器材，製造高速車及巨型噴射機。但是，還有百分之九十五的腦力沒有被用到，如果我們喚醒這個智力，我們便可以知道更多的事物，能夠做更多的事，能夠發明更多的東西，創造出無數的東西，這就是天國、佛陀的智慧、或佛性的意思。

我們還有更多精細的力量蘊藏在腦力之後，就是所謂靈魂的力量，祂才是我們的真面目、我們的真人。毫無疑問地，真我存在我們身體裡面，我們並不是這個肉體。肉體只是供我們在這世界居住的房子而已——好比旅館的房間，不然為什麼我們死的時候，肉體仍然在那裡，卻無法再動彈？所以，一定有某種別的東西在身體裡面、在大腦後面推動整個肢體思考、走路、吃飯和睡覺，那就是我們的真我，這個真我躲在一層幻覺的面紗或梵文所稱的「魔」之後。

幻覺就像一齣戲，讓我們忘記我們的真我，就好像我們看電視、看電影或看戲，因為太專注而忘了真正的自己，於是我們隨著舞台上的角色哭、笑、悲傷及害怕。我們忘了自己是參議員或是一位重要人物的夫人，我們把自己黏在屏幕前，跟著裡面的人物一起歡笑、哭泣，我們憤怒、興奮，等戲演完了或電影結束了，我們才醒過來回到現實，回到我們自己，然後回家。我們不會留在戲院裡，也不會將自己一直黏在電視螢幕前。

戲劇、電影及電視只不過是短暫的事物，仍然如此吸引人。你們都知道電視癮，有時打開電視就很難把它關上，不管演些什麼就是非看不可，因為它非常吸引人，千變萬

化，總是令人感到興奮、新鮮。我們有時會忘記我們的職責、職業、工作，盯著電視看。人生則是一個更大的舞台，是一段更長的演出，難怪我們會忘了我們真正的自己。人生的舞台甚至比戲院的舞台更有趣、更強烈、更多采多姿、更曲折離奇、更迷人，因此我們才一直黏在人生的屏幕上，忘了我們是誰。

這一切都是幻覺的遊戲，一旦幻覺停止，遊戲也會結束，那就是我們清醒的時刻。當我們醒過來時，我們就開悟了！假如我們完全地醒悟，並且揮去對戲中的所有印象，戲中一切就不會再讓我們傷心、哭泣和歡笑，那時我們就變成像基督一樣，或者可說是成佛了，我們知道這一切都是夢。我們完全醒悟後，我們會非常有力量，我們能控制所有我們必須控制的事物，但同時也讓每個人自在，如果他們不想被控制的話，我們就讓一切順其自然，但我們也能做任何我們想做的事，而不會危害其他人，我們只做好事。

一旦我們完全地醒來或開悟，我們就會擁有我們內邊與生俱來的全部智慧。只用我們腦力的百分之五這樣的小聰明，我們就能創造這麼多偉大的作品，如帝國大廈，以及這麼多進步的、不可思議的儀器，若善用這個與生俱來、新發覺的智慧，我們就能夠創造天堂，我們能創造舒適的環境和生活，以及我們希望擁有的所有事物。

每個人都擁有造化的力量

你們有些人一定聽過在印度、中國、甚至美國的神通表演，這沒什麼神奇，他們只

是利用那個創造力而已，他們比普通入更懂得如何使用自己的智力，就如同我們能夠運用百分之五的腦力來製造飛機、船、火箭、和科學儀器……東西一樣。我們可以更善用這個創造力來創造更先進、神奇、更無法想像、更妙的事物。

天堂和一切美好、神奇的事物，都是創造力創造出來的，我們每個人裡面都有這種力量。用這個創造力來造一些花、柑桔、糖果，根本不算什麼，在我們頭腦的創造遊戲中，這不過是小事一件，我們了解得越多，就越能創造越偉大的事物。科學家們已經發明很多神奇的機器和儀器來為人類服務，但如果科學家們對於智慧王國有更多涉獵，便可以憑空創造出天堂。我們用地球上的材料來製造太空船和各種交通工具與儀器，我們也可以用無形的材料來製造各種我們這一生和下一生所需要的一切東西。

因此耶穌說：「先找到天國，然後所有的一切都將加諸於你。」佛陀拋棄世俗的王位和榮華富貴，祂反而擁有更多財富，祂知道祂比世上任何國王更富有，否則一個人怎麼可能在王國大權在握時拋棄一切，過著乞丐似的生活，達四十九年之久呢？祂隨時可以回去繼承王位，成為偉大的國王，治理國家、享盡舒適的生活，但祂沒有回去。因為祂比出家前更富有，祂擁有任何想要的東西，祂能去任何天堂、任何境界、任何星球、任何星系，祂擁有各種寶藏和所有祂想要的東西，但祂卻連這些東西也不想。

當我們了解所有宇宙的奧秘，當我們能夠擁有天堂的所有寶藏之後，我們就再也沒有任何欲望，我們內心會變得快樂，一切隨遇而安，會變成跟小孩一樣，沒有欲望，世俗的欲望再也不會激動我們的心，再也無法控制我們，這就是開悟的利益。

開悟才能真正愛人

很多人有錯誤的觀念，認為如果要開悟、要修行，就必須成為和尚或尼姑、或是去喜馬拉雅山。我以前也有這樣的觀念，認為我必須這麼做，但那是我傻，那時我還沒有開悟，你們不需如此。我們可以過家庭生活，盡世俗的責任，同時又能開悟。如同我們可以同時運用我們的腦力，及我們的雙手做很多工作，一面做世俗的工作，一面開悟。

僅運用我們現在有限的聰明度，用百分之五的腦力，我們就可以完成這麼多工作，好比你是內科醫生，回家後也可以到菜園裡種菜，甚至幫太太清理地毯，可以有多种嗜好。一旦你有更多的智慧，你將能做更多的事，絕不會更少。不用為了要得到天堂而放棄世界，你只會做得更多、貢獻更多，不需減少你應盡的責任，這就是開悟的邏輯。

既然我已成為出家人，我現在習慣了，所以我就保持這樣，對我並沒有任何傷害。但我們不必那麼做，我們可以用我們的智慧做很多事，祂可以容納很多事物。我們可以同時愛上帝又愛家人，愛上帝並不會影響我們對家庭生活和對家人的愛。如果上帝就是愛，佛陀就是慈悲的話，那麼我們的家人應該被包括在內，不該被排除。我們甚至不只愛家人、丈夫和太太，我們也能愛我們的鄰居、我們的敵人。

開悟以後我們就會變成這樣，所以耶穌說：「愛你的敵人」，祂不只是口頭上說教而已，而是真正地去實踐它。完全開悟以後，你對任何人都不会存一絲恨意，而且能更明白地看待事物，你會知道人們為什麼對你這樣，為什麼對那個人又是那樣，你不會對

自己的所作所為有罪惡感，也不會對任何傷害你的人產生恨意，因為你了解宇宙內所有事物的因和果。這就是為何我們可以遠離仇恨，可以愛我們的鄰居與敵人的緣故。

要人們去愛他們的敵人是不容易的事情，他們懂這個道理，但實行起來又是另一回事，引用佛陀的話很簡單：「所有衆生本性都乾淨，你們無罪，無善也無惡。」但要說服別人不要有罪惡感則很難，因為他們看不到因和果，他們做事沒辦法不用我執，也因我執而惹難上身。

一旦開悟了，我們便會從較高的觀點、用更高的智力來看事物，我們會了解沒有一件事是偶然的，沒有一件事是我們自己做的，但要向你們解釋這些很難，得到開悟比解釋開悟要簡單多了。

上帝有很多名字

如果我們聽到了佛的名字或是任何經典的教理，我們會有一些功德，一些道德方面的功德，以便能夠再生在天堂，否則就會掉到地獄去；人們是這樣告訴我們的，我現在不怎麼相信地獄，但無論如何地獄真的存在，只是我不會去那裡，所以我不相信地獄。

地獄有地獄的法律，天堂有天堂的法律。地獄的法律是非常低等級的法律制度，為了要把人們綁在這個假象的輪迴中；而天堂的法律則是仁慈的恩惠、愛力和無條件的諒解，可以把人拉回天國或是佛土，享受應得的快樂和永恆的喜悅。地獄或塵世的法律是

由魔王所統治，魔王就是所謂的「幻覺導演」，是這場幻覺遊戲的幕後導演；天堂和佛土的法律則是由那些仁慈、有愛心、有同情心、慈悲的衆生所管理，他們是萬能上帝或最高佛祖的工作夥伴。

我們用不同的名字稱呼上帝都沒有關係，你可以叫你太太「親愛的」，或是「我的蘋果派」，或是「我的蜜糖」、「蜂蜜派」，隨使你想怎麼稱呼都可以，同樣，我們應該允許人們有不同的心理和不同的喜好，用不同的名稱來稱呼上帝，這是非常合乎邏輯的。我很驚訝多數人不懂這個道理，為名稱而爭執。如果你叫你的妻子「小餅乾」，沒有關係，但鄰居要叫他的妻子「蘋果派」，也是一樣的。

假如我們說上帝是阿拉、是耶和華、是最高佛性、是阿耨多羅三藐三菩提、或是萬能的力量、或最親愛的、或天父、或聖母、造物主、上帝，或任何名字，又有什麼關係呢？很多人認為我同時傳多種宗教，不！不！我只傳一個，那就是真理的宗教、智慧的宗教、愛力的宗教。我們所稱的萬能上帝或最高佛祖是指我們自己的智慧、我們自己生存的力量和才智，如果我們希望的話，我們隨時都可以使用。

成佛以後會變得很平常

如果我們不知道從何處開啓這扇智慧之門，我們可以找一些專家幫忙，就是這樣而已，很簡單、很實際。我們不需要把每件事都變得那麼神祕、困難，那麼讓人難以相信

和難以實現。如果我能得到這個智慧，你們也可以。我沒有說我已經得到全部的智慧，好讓你們讚美我，或是給我一大堆禮物，我這樣說就像你們說你們是醫生一樣，因為你已經從醫學院畢業了，你說你是醫生，是為了讓人們知道並相信你能幫助他們。我說我得到智慧，也是為了給你們做榜樣，給你們希望，激發你們，讓你們知道你們自己也能得到。

有時候有些人批評我，說我的徒弟都讚美我，說我是佛，我是什麼什麼。這麼多年來，我從沒說過我是什麼，但人們從我徒弟那裡聽到，然後為了一些我本人從沒有說的事跑來攻擊我。「什麼？你是佛？怎麼可能？啊？你怎敢是佛？」我碰到太多這類的問題，所以我就煩了，對謙卑感到厭煩，就說：「我就是佛，那又怎樣？有什麼不對嗎？」我乾脆公開地說了。

當你成佛以後，你會變得很平常、很有愛心、很可愛，沒什麼大不了的事，沒什麼特別的；你只是發現了自己的寶藏和你自己的力量，並利用它而已。發現你遺忘在銀行的存款有什麼了不起。花自己的錢，不是什麼道德、什麼大不了的事，每個人都明白這個道理。同樣，發現你自己的力量和你自己的智慧，並且用來利益自己、利益需要的人，也沒什麼了不起，除了發覺你自己擁有的智慧和力量，你還是很平常，只是增加了更多力量，如此而已。

別人做的事情你也做，他們走路，你也走路，他們睡覺，你也睡覺，他們吃東西，你也吃東西，他們工作，你也工作，沒什麼事。你像以前一樣，只是被額外的力量充了

額外的電。就和醫學院學生的例子類似：從醫學院畢業後，他就成為醫生，他並沒什麼改變，是嗎？一樣的外表、一樣的朋友、一樣的社交、行為也沒有改變，不同的是他擁有額外的知識、才華、能力，靠著他的醫學專長來幫助別人，包括他自己和家人。

人們把佛變成一位非常傳奇的人物，一個非常偉大的衆生，一個非常神祕的形象，沒人能了解，沒人知道，沒人能接觸，沒人能看到；基督也被當成世界的主人，沒有別人可以達到祂的等級。這是錯誤的，這是不正確的訊息，你發現了自己失落的寶藏，並不表示你會改變你的任何習慣和行為，你不會變成木頭雕像或石頭佛，你還會有一樣的感情，有相同或更好的理解力、工作能力。你能用更多力量、更多精力，以更清晰的看法、更專心地來服務社會。

除了用你有形的能力把才華貢獻給社會、全世界外，你更擁有無形的智慧，這智慧可以明白顯露，可以向周圍的人們提供加持力，鼓勵他們並帶來歡樂。由此可見，沒有人應該拒絕開悟，不應該拒絕獲得我們自己智慧和力量的權利。這個智慧是摸不到、看不到的，但一旦我們想要使用祂，我們就能感覺得到，我們看不到電，但開燈時卻能感覺到它，打開電扇、電視機或所有的電器設備時就能使用它，所以我們知道電存在。

我們如何才能知道上帝、智慧或佛性的存在呢？通過這個力量的顯現我們會知道。我們已經發現這個力量，並進一步的使用祂，我們將這個智慧應用在有用的目的和事物上。就好像電雖然看不到，但你可以將它變成光，變成錄音機的動力，並且將它應用在冰箱、電扇及一切有用的東西上。如果我們已經有了這與生俱來的智慧，我們可以利用

祂，並讓祂成為我們想要的任何事物，包括建造我們自己的天堂，那時候甚至連上帝也不需要了！

因此，有時某些非常開悟或已經開悟的人，比如像禪師們，在得到開悟以後，禪師總會說些冷漠的話：「沒有上帝，沒有人。」或者他們會說：「我正在喝茶」之類的話。他們不會對上帝或聖靈表達太多的情感。要了解他們很難，我們有時也許誤會他們是外道，但他們並不是外道。

佛陀的情形也類似，祂得道後，甚至否認上帝的存在，祂用另一個名字「阿耨多羅三藐三菩提」，意思是最高佛，最高佛或最高上帝意思是相同的。「最高佛或最高上帝住在我們內邊，這是一切不可思議中的不可思議的事情。」那是什麼意思，你們知道嗎？那是說我們就是上帝，我們就是佛。如果我們內邊沒有佛，那有什麼呢？擁有者就是佛，所以我們就是佛，我們就是上帝。

但是要說、要講或重複這些話都很容易，要實現卻不簡單。我們每天過著自卑或高傲的生活，不了解我們自己真正是誰，所以我們才受苦，我們才覺得有負擔，我們感到孤獨、沮喪、無助，這都是因為我們不知道我們偉大的地位，不知道那個住在我們內邊的真我、上帝、或聖靈。聖經上說：「你難道不知道，你就是上帝的殿堂，聖靈就住在你內邊。」「看啊！天國就在你內邊。」佛陀也說：「佛在心」，意思是說佛在內邊。假如佛在內邊，那麼我們就是佛，要不然是什麼呢？沒有別人在裡面，只有佛住在裡面，那麼我們就是佛了！

不是這樣的嗎？如果沒有別人住在裡面，只有聖靈、天國，那麼我們就是天國，我們就是上帝。就算沒有開悟，這也是非常合邏輯的，沒有什麼可爭論。接下來就是尋找這個天國，尋找這個藏在我們內邊的萬能力量，既然我已經找到了，我就可以告知你們。如果你們想要找祂的話，我將會無條件的貢獻給你們。

.....

會後問答

問：開悟時個性會有什麼變化？

師父：你是說假如你是容易生氣的人，你會變得比較平靜嗎？會這樣！開悟會使我們的個性變得更完美。

問：佛陀強調打坐，現在的天主教徒則努力學習佛陀打坐的方式，因為天主教的打坐是靠聖經，閱讀裡面的文字來學習，用文字來冥想。而佛陀的打坐方式則是心空。我們怎麼用這種打坐方式接近上帝？

師父：只要我們開悟，我們了解事情就會不同於普通的見解。以前我也不了解心空是什麼意思，不了解什麼是天國、佛性，所有這些名詞對我來說都遙不可及。開悟以後，每件事都像小孩的遊戲。天主教有些傳統也教打坐。基督教有很多靜修中心，有很多躲起

來的我們稱為祕密的教團，外人不能進入。他們在做什麼呢？他們在冥想，他們在祈禱，他們在打坐。

什麼是打坐呢？我告訴你們，禮拜上帝一段長時間後，我們的手臂由於長時間的數念珠而酸痛，膝蓋有時會累，所以我們有可能會倒下來，靜靜的坐在那裡或跪在那裡休息一下，那時候上帝的旨意便會來臨，這就是打坐。我們必須安靜才能傾聽，一直說話，上帝就沒有機會告訴我們。所以祈禱就是說話、要求，而打坐就是傾聽。

但是大部分人只是一直祈禱，一直吵鬧、講話，上帝沒有機會告訴他們怎麼做，難怪他們的祈禱沒有得到回答，上帝根本沒有機會。所以從邏輯的觀點來看，打坐是必須的，不管你們是佛教徒、基督徒或回教徒我都不在乎，如果你們不留時間來傾聽上帝，便無法和上帝溝通。

即使你和朋友講話、打電話，你要說也要聽。即使你們問我問題，你先要問，然後必須安靜，我才有機會回答你。我們對待上帝還不如對待朋友，我們一直說個不停，而不給他機會。所以打坐就是安靜傾聽的時刻，只是這樣而已，上帝就會來。

問：您說一位好的明師不會用神通，但是耶穌用神通替人治病？

師父：記得耶穌告訴祂的母親：「為什麼你告訴人們我會神通？」祂非常不願意做這件事，但是因為祂的母親已經叫人準備好水放在那裡，強迫祂去做，所以祂只好做了。很多次耶穌救治癲瘋病者、救治病人，都等到沒有別人的時候，才去告訴病人起來接受治療；當祂看到人們跟在祂後面，祂馬上就躲起來。你們記得嗎？祂躲起來，為了不讓人

們看見祂使用神通，並且告訴病人不要跟別人講，但是那個人出去後，還是把所有的事說出來了。

就算明師有神通，也很少公開使用來吸引大眾的注意，他只想吸引那些誠心尋求天國的人。因為如果你只要求神通，那只能得到神通而已，得不到天國；但假如你想要天國，找到天國以後，所有的東西都將屬於你，你將會得到神通和一切。大部分明師都避免用神通來吸引人，因為害怕人們會將注意力侷限在上帝力量的一個角落，而忘記全部的力量。

問：我的生命有危險，您感覺到嗎？

師父：我知道。但不論是你、我或任何人都一樣；不管你知道或不知道，我們的生命隨時都有危險。所以如果你要保護自己，就要先開悟，用你的智慧保護自己的生命，沒有人能幫你！

問：終生吃素、不吃肉是爲了不殺生，可是蛋能吃嗎？

師父：蛋有一半的生命，受精以後就會變成小雞，這是為什麼我們不應該吃蛋的第一個理由。現在一些蛋是所謂的未受精的蛋，但仍然包含了一半的生命。第二個理由便是雞什麼東西都吃，什麼蟲都吃，蟲有病菌，所以我們吃的蛋並不乾淨，對我們微細的靈體不好。我們越修行就越敏感，蛋太髒了！第三個理由是，所有使用黑神通的人、巫師都用蛋來吸引所謂的亡魂，用蛋控制亡魂。如果我們吃蛋，我們也會吸引這類東西到我們自己身上，我們會有更多陰的品質，對修行進步沒有多大幫助，所以我們不吃蛋。

問：就像佛陀要祂的徒弟過濾水一樣，我們是不是必須過濾我們的環境和行爲，才更容易開悟？

師父：是，我們應該這麼做！這就是強調持戒及聖訓的原因！

問：您對占星術有什麼看法？

師父：不能改變什麼，沒有多大幫助。我們必須從意識的高等層次來改變，而不是只了解明天會發生什麼事。我們必須改變我們的生活方式，使我們的生活變得更好、道路變平坦；不是靠占星家，因為他可能告訴你避免一個災難，但下一個災難會跟隨而至。你不能把占星學家帶在你的口袋裡，你有你的智慧永遠與你在一起，這才是最好的占星家、最好的嚮導，智慧會告訴你一切，即使不告訴你也會指引你，即使你尚未獲得靈性上的充分領悟，內邊的師父也會照顧你，讓你不至遭遇太多困難，並且為你鋪平道路，這才是最好的做法，而不是去問星相家。一旦我們智慧發展得很高，我們會超越星相學，再也沒人能算出你的命，再也沒有人知道哪一顆星會影響你。都超過了！你超過星星、太陽和月亮，沒有任何事物可以影響你。

問：爲什麼世界上有這麼多的災難？會不會有無罪的人受害？

師父：沒有人是無罪的，除非我們重生，否則我們就不是無罪的。重生的意思是懺悔我們過去的錯誤，並向上帝保證從此過一個更好、有道德的生活，那麼上帝的恩典會降臨，幫助我們、潔淨我們、淨化我們、讓我們變成小孩，那時你才能說：「我重生了，我是無罪的。」印心以後，我們可以說我們無罪。

如果我們沿著道德的路走，我們會一直無罪；但印心前並非如此，我們背負著所謂的原罪，或過去世的業障，我們不能說我們是無罪的。我們每一個人都必須為今日世界的狀況負責，不管知道或者不知道，我們都對這個世界製造過一些損害，我們必須懺悔，我們必須改變我們的生活方式，我們必須生活在智慧、道德中。

問：如果只有一位上帝或佛，為什麼說我們自己就是上帝？

師父：因為我們都是同一體，是幻想讓我們以為不同一體。開悟以後，你會了解大家都同一體，只有一個靈體，只有一個整體、一個偉大的聖靈在我們每個人內邊。比方說，陽光不是一體的？陽光是從太陽而來，它是整體的一部分。但因為太陽必須照耀不同的方向，才能夠利益不同的方面，所以我們有充足的陽光。但我們不能說有一束陽光是單獨的，與整體分離。若說一束陽光是單獨的，那是一種錯覺，絕不是這樣。說海浪不同於海洋，也是幻覺，是無知的說法。

問：偶爾跟朋友喝上一杯啤酒或小酌一杯又有什麼錯呢？

師父：看起來好像沒錯，但人們都是這樣開始的，人們是從和朋友一起喝一杯無害的酒開始酗酒。他們不可能突然變成酗酒的人，不是嗎？是從一杯、一杯又一杯的啤酒，一杯、一杯的酒發展成了嗜好，越喝越多，受它的擺布。所以不要開始，不要玩火。一滴酒、任何酒精製品都會讓你的智慧遲鈍，破壞你的記憶力，讓你遠離真理，忘了自己是誰、使你脫離榮耀之道和你最高的智慧。所以我們最好能免則免。

很多人生來就智障，因為他們前世用了太多酒、毒品或者這類的麻醉品，以致扼殺

了他們的智慧。所以不要玩火！因為我們不知道我們的自制力有多少，知道的時候已經太晚了。所有的錯誤都因為高估了我們的自制力而引起，說起來容易，但做起來不簡單，所以最好不要試試看。世界已經非常混亂、烏煙瘴氣，為什麼要讓你的精神更加混淆呢？我們的視線已經模糊不清了！為什麼還要用酒精或毒品在我們不清醒的心智上雪上加霜？

問：為什麼人們有時無法控制自己？

師父：我已經跟你們說過了！控制別人比較簡單，控制我們自己比較難，這是因為我們沒有學會控制，同時也因為業障的關係，而我們卻不了解這一點。有些人我們第一次看到，就會愛上他（她），我們說是一見鍾情，而有些人我們才遇見一秒鐘，就想和他吵架。並非我們不想控制自己的情緒或怒氣，只是沒辦法，因為前世業障的關係。

也許那個人曾經跟你談過戀愛，或是在你心中留下很好的印象，所以你第一次碰到那個人，就感覺到強烈的愛，有時候誤以為是一見鍾情，這都是前世造成的影響。而那個看到就想和他爭吵的人，也許因為前世他一直生你的氣，並且給你造成很多麻煩。

問：普通人、凡人也能夠開悟嗎？有可能達到非凡心的境界嗎？請師父開示！

師父：當然，當然！沒有人是凡夫！只是你們自己騙自己，佛在心，哪裡是凡夫！沒有一個人是凡夫，只是明知故犯！我們自己不想要知道自己是佛，每天賺錢、睡覺、吃飯、生小孩，沒有找另外一個地方。工作、吃飯、睡覺、生小孩也可以，順便也要開悟，才知道為什麼我們這樣做，才知道我們是佛，如果你沒有開悟，只做世界的工作，那我們當然永久在世界，永久是凡夫。



我們的真善美應該表現在靈性和
言行舉止上，才是完美的人。

～清海無上師



開悟以後，你會了解大家都同一體，只有一個靈體，只有一個整體、
一個偉大的聖靈在我們每個人內邊。 ~清海無上師





上帝照顧一切

清海無上師以英文講於德國慕尼黑
一九九五·八·十八

我在慕尼黑總是感覺很快樂，我不知道為什麼，可能因為慕尼黑曾經是我的故鄉吧！除了我的出生地悠樂之外，我從來沒有在任何地方，像在慕尼黑一樣住過這麼久，它是我第一個家。

恭喜你們有一個這麼漂亮的共修中心！上帝多麼照顧你們，上帝多麼愛我們，也包括愛我這位謙卑的僕人。上帝賜福給我，讓我有這個榮幸為你們——祂的小孩服務。上帝賜福給我們，使我們能夠永遠和諧地在一起，不論我們想要什麼、需要什麼，我們不必開口，祂總是會給我們。因此，我們心中要永遠感謝上帝對我們這麼好，我們也要真誠地為那些比我們不幸的人祈禱。

感念上帝是我們的本分

我們每次打坐，要先感謝上帝，為那些比我們不幸的人祈禱，那麼我們就能以甜美及奉獻的心感念上帝。感念上帝是我們的本分，非常簡單、單純、有效，即使我們不求什麼，也會自然擁有一切東西。

你們都有這方面的體驗，是嗎？（大眾答：「是」）我也有這方面的體驗。我從未要求祂給我繪畫的才能，我也從未因自己經濟上的需要，或為了幫助他人而要求祂給我設計服裝或珠寶的才能，我從未要求任何事，但是一切都不請自來。有時來得太快，為了接受福報，我還得有所組織，以免浪費任何福報。

天國的寶藏在我們內邊

你們有問題嗎？沒有問題最好！我們打坐越多問題就越少，即使有問題，也不那麼重要了。我們打坐以後，就知道沒有什麼事那麼重要，我們只覺得快樂、充滿喜悅。當我們快樂、喜悅時，就不在意任何事了，真的！我們不會用頭腦想太多。

當一個人快樂的時候，即使這種快樂是在世俗的等級裡，比如兩個人墜入愛河；男女之間的戀愛會令人覺得很快樂、很幸福；那時你不會在意住在哪裡、吃什麼、穿什麼，或者舒不舒服，你真的什麼都不在意。

同樣地，假如我們內邊陶醉的話，我們會變得更快樂、喜悅，那時我們真的不再有任何問題，我們不在乎了！即使我們不太懂世界的科技，也不知道什麼是最新的發明，或是目前最受歡迎的電影明星是誰，什麼是世界上最新潮的建築，任何事都不會影響我們，上帝的愛就足以讓我們覺得很快樂。這就是我們生活的目的，找到上帝的愛，我們就會感到滿足，你們都曉得這個道理，所以我想我也不用多說。

如果沒有上帝的愛，我們會一直深陷在苦難之中，我們會貪得無厭、索求無度，並且貪婪。我們用各種各樣有害的毒品及酒等等，來藉此獲得快樂。但是這些只會使我們的情況更糟，使我們的麻煩更多，因為我們沒有找到真正的幸福快樂。

這就是我們要想念上帝的理由。如果我們做不到，明師的力量會指引我們找到某位上帝的使者，這位使者會引導我們，幫助我們如何正確地想念上帝。你們要念上帝，不然你們就會念錢、念女朋友、男朋友，那也是一種想念，但是影響不同，是壞的影響（師父及大眾笑）。很多人念不同的事物，比如說商人念著他的生意，政治家掛念著他的名聲和事業，而花花公子滿腦子所想的都是漂亮女人等等。這是一種不同集中注意力的方式。我們都會有關注的事物，而我們唯一要做的事，是改變我們注意力的焦點。

改變思想的焦點

與其想這些無常的事物，像金錢、名聲、以及世間無常的快樂，我們不如轉而想念上帝，然後我們什麼都會有，甚至連漂亮的女人也會有（大眾笑），錢也會有，什麼都會有！我不是為了金錢或名聲才尋求上帝，但是由於我非常專注於尋求上帝，祂什麼都給，這是從我的專注及獻身上帝之中得到的證明，也是為你們及大家證明：「先找到你內在的天國，然後你們什麼都會有。」我賺的錢都像從天上掉下來的一樣，而我並沒有做很多工作。

外面的人有時做很多工作，卻沒賺多少錢，而我的錢卻花不完，還可以捐給別人用，有時也會用來購置中心給大家打坐，這全視當時的需要而定。真的，如果我們總是奉獻自己，專心敬愛上帝，我們需要什麼就會有什麼，什麼都不缺，不用費力就可以得到一切。我做事毫不費力，你們都知道，我完成一幅畫或是設計一件衣服所需的時間非常少。我什麼都有，因為我什麼都不在乎，我只在乎上帝，而一切都是上帝的。如果我只想上帝，任何東西也都屬於我，這個道理很簡單，也很合邏輯。

你們記得那個印度國王的故事吧？他把所有的財產都送給人們，任人挑選。每個人都來拿想要的東西，有人想帶走燈、有人帶走珠寶、有人試穿衣服，也有人拿精緻餐具、銀瓶、金瓶，或者諸如此類的東西。每個人都興高采烈的拿走自己喜歡的東西，他們以為他們所拿的都是國王所擁有的美麗而珍貴的寶物，但是每個人只能拿走一、兩樣國王的財寶，不能全部都拿。有一個女孩直接走到國王面前說：「我想要你。」所以她擁有所有的財寶，包括整個國家和國王自己。

同樣的情況，如果我們只想要上帝，不要別的，我們當然什麼都會有，這是非常明確的、百分之百保證的事，我就是活生生的例證。我總是感到快樂，因為上帝一直都照顧我，祂從未讓我缺乏任何東西，任何我真正需要的東西，我都會得到。

上帝給的最好禮物

事實上我不需要任何東西，我已經了解我什麼都不需要。我們最後將不再有什麼欲望。如果我們多打坐，我們就會明白我們不需要任何東西。但是即使我們什麼都不缺，上帝也會照顧我們生活中所需的必需品。如果你們一天天地打坐，你們也會注意到這個奇蹟。對我們而言，每一天都是奇蹟。每一天我們變得更加快樂、有愛心，這就是上帝給我們最好的禮物。如果祂賜給我們金錢的福報，那也好。如果祂賜給我們彼此相愛的福報，那也好。如果祂賜給我們更多的房子和車子，我們也接受。上帝賜給我們的任何東西都是好的，我們不要再說：「喔！上帝，我不要物質的東西，這不是我想要的！」祂給我們什麼東西都好，我們就跟每個人分享，沒關係！

這就是把這個世界變成天堂的方法。每個人都互相與他人分享，人人都變得更加快樂，到那時候，沒有人會想偷鄰居的東西，或是想傷害鄰居、或是做任何其他有害的事，因為每個人都很快樂。這就是對我們星球未來的展望，這就是我們應該一直不斷地去奮鬥、實現的，總有一天會達成。讓我們為此祈禱！如果事情不如我們所盼望的，至少我們自己的世界是和平、快樂及和諧的；至少我們的先生、太太、鄰居和小孩所居住的世界是幸福、快樂、和諧的。

這個世界對我們也很重要，因為我們的世界是最重要的基石。沒有這個世界，廣大的宇宙也不會存在，少掉我們世界這塊磚頭，宇宙也不會存在。宇宙是由許多磚頭所砌

成的，所以每塊磚頭都很重要，我們每個人與親戚、朋友和鄰居所組成的小宇宙也很重要。這就是為什麼，如果我們每個人都好好照顧我們的小宇宙的話，大宇宙也會隨之和平。

不必為了討論世界和平，到日內瓦舉行盛大的會議，喝一大堆香檳和咖啡、吃一大堆牛肉；如果每個家庭都很和平，每個家庭都跟上帝接觸，得到祂永恆而無條件的愛，那麼世界自然會和平，根本不必討論什麼。這是我們世界的理想美景，是宇宙中每一個星球的理想遠景，這也是上帝的旨意。也是上帝要我們了解的事，不管我們需要花多久的時間去了解，上帝都會給我們；還會給我們工具、資訊及方法。

上帝照顧一切

上帝讓我們知道方法，為我們開闢道路。如果我們有必要了解，我們的生命及其與宇宙關係這類基本問題，上帝會賜給我們方法，我們有無窮的時間可以學習，但我們現在就可以做到，我們可以經由光和音的法門來獲得，我們馬上就能得到。不然的話，我們可以等待，經由錯誤、苦難、悲傷及虛幻的快樂，直到我們學會的那一天。

這就是上帝派某位使者來提醒我們的原因。如同古代一樣，我們也可以快速即刻地得到它，如果你們已經得到，不用再等待，這樣比較好；不過告訴你們的朋友，如果他們想要永遠等待的話，上帝也覺得無所謂（師父及大眾笑）。上帝很有耐心，太有耐心

了！經由打坐及內邊的接觸，我們很快會發現到每件事都早有安排，天下本無事。上帝照顧每個生命的所有細節，這是我們快樂和滿足的原因，這也是世上的悲傷及苦難無法影響我們的原因，因為我們已經知道真理，知道這唯一而且鐵定的真理——上帝照顧一切！

每次上帝給我們機會，用最快的方法學習，讓我們明瞭真理可以化解我們一切苦難時，我們都要感謝上帝，因為真理真的會讓我們自由，唯一能讓我們自由的只有真理。如果我們不了解這一點，我們就會一直憂慮，我們總是覺得難受，為什麼有苦難？為什麼人會有麻煩？為什麼有災禍？……

由於我們不了解，所以才會一直憂慮。我們想掌握所有的細節，但是我們總無法做到，因為每件事都要配合宇宙的大計畫，而我們只是宇宙中很小的一粒微塵，我們總是愛操心，好像我們是上帝一樣。我們企圖謀求世界和平，企圖在生活中想盡辦法，非要達到我們認為必須達到的目的不可。我們忘了只有上帝的旨意才能成就，而非我們自己的想法，因為我們什麼也不懂。

我們只有在想念上帝的時候，在藉著光和音直接與上帝接觸的時候，我們才會明瞭。不必向任何人學習，也不必閱讀書籍、看報紙，我們就會了解所有的事，我們會深切永恆地了解一切。如果你們規律精進地打坐，你們就會了解任何事。我不必教你們什麼，沒有人需要教你們什麼，因為你們是自己的明師，每個人內邊都有上帝，這個道理人人都懂。

我們越反聞自己的智慧和明師的力量，我們所知道的事就越多。這是自然而然的教導，不靠語言，是從內邊教導。就是這麼簡單！我們為世俗的人不懂這個道理而覺得難過。簡單的就像我們呼吸空氣或像我們喝水一樣，真理以及明瞭真理的方法是如此的簡單！但是世俗的人複雜習慣了，他們習慣昂貴的、總要辛辛苦苦才能得到東西，一旦有東西如此簡單、迅速而無條件地提供給他們時，他們反而無法了解。

看看人們在世上是如何工作的，他們每天工作八小時、十小時、十五小時、十八小時，到底為了什麼呢？只為了有一個遮風避雨的地方、一天的兩、三餐、幾件衣服，或許還有一輛用來上班的交通工具，他們為了這些最基本的生活必需品，如此辛苦地工作。人們辛苦慣了！這就是為什麼人們無法相信任何免費、簡單、直接又無條件的事物。而這是我們的責任，如果我們願意負起這個責任，去提醒人們，盡力運用我們從上帝那裡得來的慈愛，使人們了解最好的事物總是簡單而無條件的。我們藉由我們的生活標準、道德品質，以及人人可見的慈愛，來證明這個道理。我們必須藉著我們的生活方式、行為、對上帝的奉獻和愛，以及對全人類的奉獻和愛，來彰顯上帝的愛。這也是我們教理成功的原因，不是說說而已，而是身體力行。



走出人生大夢

清海無上師以英文講於美國波士頓哈佛大學

一九九一·二·二十四

我不認為世人無明，我認為他們很浪漫，太浪漫了，幻想太多，卻不試著努力解決問題、了解問題或實現他們的理想。

人生如夢

我們總是在作夢。世界上的一切都像夢，歷經多年的求道過程之後，我就像從長夢中醒來一樣。我們往生以後也會醒來，有的人醒來發現身在漂亮的地方，有的在陌生奇怪的世界，有的還在這個世界，仍在同樣的環境，但穿上不同的身體；有的人還是同樣的人身，只是換上不同的感覺、不同的活動方式和身體功能。有的人醒來發現自己身在痛苦的世界；有的人則在非常黑暗、無法忍受的地方。

這就像一個人從夢中醒來，發現自己處在不同於他日常生活的環境裡。什麼樣的環境則取決於他所過的生活型態。比方說，身負重任的人，不管他是不是作了一場美夢，當他醒來，還是要面對各種責任、各樣待解決的問題；生意人醒來後，要面對許多投資問題、銀行帳戶、最新匯率、世界經濟危機，諸如此類的問題；醫院裡的病人醒來後，

則發現自己還在病痛中，鼻孔周圍插著管子，手臂插著針管，甚至可能被綁在床上，或是發現自己已經痊癒，更健康、更樂觀，也可能當天就可以出院了。

往生時，我們每個人都會從一百年的夢中醒來。這是一場長夢，有人的夢比較短，運氣比較好，他們真是幸運的人！我們都知道有一天會醒來，但我們卻沒有準備去面對醒來後的情況，所以才會感到困惑、恐懼。若是我們知道如何為生命的下一頁做準備，這個過渡就不會那麼痛苦了。就像一個人過著非常平靜的生活，盡義務、有愛心，當他每天醒來，或多或少都會面對很好的氣氛，這要看他如何安排自己的生活。我們離開這個世界後並沒有死，如果我們的生活很普通、很正常，就沒什麼好怕的；如果我們忽略了上帝的戒律，就會有可怕的幻象等著我們。這些戒律是為了整個世界的運轉而制定的，也是為了讓生命以多采多姿的形態延續而安排，並不是為了懲罰我們。但是如果我們不遵守戒律，就需要某種「維修」。但也不是永久的，請大家千萬不要存有這種消極的看法，認為任何不遵守戒律的人，都會永遠受到懲罰。

地獄只是一種心境

地獄也是有限的，沒有人可以在那裡永久居住，因為上帝不想把世界變成無間地獄，或是讓這麼醜陋的東西成為永久。因此，不管我們做什麼事，都會得到報應，但只是短暫的；即使只是短暫的受苦，對我們來說已經非常痛苦了！因為受苦的時候，時間

好像無窮無盡，需要很長、很長的時間才能克服這段痛苦的時期。就像在這個世界，睡覺時很舒服，時間過得特別快，我們早上起不來，我們以為還是睡覺時間。當我們跟情人或朋友快樂地在一起時，時間又好像太短暫。當我們有麻煩，當我們等人、著急時，或遭受肉體、精神上的痛苦時，時間好像永無止盡。在所謂的地獄裡，情況也相同。就像我們在這個世界生病或不快樂時一樣，地獄是指在精神上或肉體上更不快樂、更痛苦的一種精神狀態，但痛苦程度會多好幾倍。我們所謂的地獄是一種精神混亂、倍受壓力和無形痛苦的狀態。

在這個世界，我們有很多方法可以避免痛苦。當我們無聊、不快樂時，可以出去喝點飲料，也許去跳舞、看電影、看戲。另一些人會去打坐，會去屬於他們自己的角落，尋找內邊的快樂、內邊的世界、內邊的天國。我不會看不起那些吸毒、酗酒、或是用各種所謂的低廉替代品而獲得快樂、忘記生活痛苦的人。我覺得他們只是用了錯誤的方法，實在很可惜！他們若是知道還有別的方法，並且品嚐過不同方式的快樂，很快便會朝另一個方向改變，他們會最快開悟，會跑得最快，衝向任何給予他們快樂的目標或方法。這些人都是一些壞訊息的受害者，他們被誤導了。我們這些「所謂」仍然清醒、還有一些智慧的人的責任是幫助他們，而不是一味地譴責。

我們不了解他們對真理的渴望，他們的內心對快樂有強烈的渴望。上帝不就是快樂和愛嗎？他們渴望上帝，但卻被誤導而轉往別的方向，用錯誤的方法追求上帝。這些人已經很接近出世的境界，類似出家人；因為他們也放下生活，尋找他們自己幻想的快

樂，拒絕物質的、短暫無常的人生。

普通人只要有一大塊牛排、有瓶威士忌之類的小東西就很開心了，他們每天去工作，照顧生活，照顧太太、先生、小孩。但剛才說的那些人卻不喜歡這種平凡的生活，不能忍受、不想過這種生活，這種生活不能滿足他們。這表示他們很高貴，沒有那麼壞，他們只是還沒有找到突破的方法。他們可能比任何出家人更厭倦人生，他們有可能是最放得下的人，只是他們不知道如何獲得真正的快樂。

我們找到很多方法可以獲得開悟、涅槃和快樂。最好的方法當然是藉著努力、經由開悟、通過適當的管道找到上帝，而不是藉由物質替代品，如毒品、酒精或其他不自然的方式。

尋回內在寶藏

我們願意把這種打坐方法貢獻給你們和任何渴望快樂的人們。這種打坐方法非常安全，不需要費很多力氣，不必改變生活方式，不需要任何費用，你們不會負擔不起。除了必須往內邊看，找到你們自己的寶藏、找到真正永恆的快樂之外，根本不需要任何東西。即使是世界上最富有的人，即使是世界之王，如果不開悟也一樣不會快樂，只有開悟才能得到真正的快樂。

開悟的人外表看起來也許像別人一樣，有相同的品質、個性，有時候也會生氣，但

他的憤怒不是真的，恨意不會根深柢固，像雲一樣消散，來得快、去得也快，沒有任何強烈的情緒。當一個人生氣時能夠那樣，就會很輕鬆自在。他的憤怒像海浪一樣，對大海沒有一點影響。海浪來自大海，但不是大海；它是大海，不過也不是大海。海浪是由於風吹或地球運轉而產生的，浪花雖然存在，不過它不是真的海洋。

沒有開悟的普通人一旦生氣，他們的憤怒會使全身都震動，在那個時刻他們失去了大部分的理智；當然不是永遠失去。但有時候，他們的憤怒會使他們陷入瘋狂的、情緒無法控制的狀態中，而傷害到他們的心智、精神、情緒和肉體。

開悟的人生氣時只是表面憤怒，所以不會傷害自己太多，而憤怒的力量也不會傷害對方，因為沒有恨意和真實的情緒做後盾。有時候，開悟的人外表雖生氣，裡面卻在笑。就像你在舞台上演戲一樣，你明白自己的角色，為了讓觀眾開心或者讓他們悲傷，你表演得非常真切，目的只是為了娛樂觀眾。

開悟和不開悟是有區別的。即使一個開悟的人和一個沒有開悟的人在某方面看起來完全一樣，如果我們開悟，就會感覺得出他們之間的不同。我們只能感覺到，但沒辦法說出來，因為他們都有一個鼻子在中間，眼睛、耳朵在兩邊，他們也像我們一樣吃飯、講話、睡覺、盡各種義務，但是他們內邊完全自在。

解脫才是真自由

我們總是談論自由，自由有不同的種類——外面的和裡面的自由。裡面的自由才是最具有深度、無法動搖的。外面的自由會隨著不同的社會制度、環境、身體能力而一直改變，裡面的自由則永遠不變。我們一旦得到裡面的自由，就會永遠擁有它，而且我們只會一天比一天自由，會發現我們可以無窮無盡地表現我們的自由。相反地，外面的自由卻非常有限，甚至要負更多的責任，經常是比沒有自由時有更多責任。

有一部關於耶穌的影片，我不記得片名。內容是說一個人尋找明師很多年，他用所有的財產買了三顆不同的寶石，等遇到明師時要拿出來供養。最後他終於找到耶穌，本來應該將寶石供養耶穌的，但太遲了！他遇到耶穌之前發生了一些意外。他以前從未遇到明師，他到處尋找耶穌，總是有意外發生，使他無法跟這位偉大的明師碰面。一位跟隨他很久的奴僕，有一天向主人要求自由。僕人說：「我跟著你到處走，你甚至不給我薪水。我想要自由，不想替你做事了，你不再是我的主人。」這位求道者就說：「好，你走吧！你想走就走吧！」這個僕人就離開了，去外面享受自由。後來僕人想：「我不知道自己究竟是不是真的想要自由，沒有主人也很麻煩。」他現在必須自己照顧一切，他有點不習慣這種情況。

大家都認為坐牢不好，沒有自由，又不能到處走動，生活起居得完全按照指示。有些人卻喜歡坐牢，不必煩惱要找什麼工作、做什麼事情、由誰來管教小孩、誰為太太買

首飾等等之類的問題。人家叫他們起床就起床，叫他們睡覺就睡覺，叫他們做什麼就做什么，他們感到奇妙的自在。也許這些人開悟了！一旦他們獲釋，他們到外面去就必須找工作，而這並非易事，特別是有坐牢紀錄的人，很難找到好工作。隨便找個工作是可以，但不是很好的工作，又要繳稅、付帳單、填寫各種表格和處理複雜的瑣事。

很多人說出家人是放得下的人。但是師父認為你們才放得下，你們放棄過這種快樂、簡單、無憂無慮的生活和侍奉上帝的快樂；為了照顧複雜的稅表、電費帳單和小孩子，你們放棄了這麼美好的生活。也許從照顧小孩中也會得到一些「快樂」，並不是說小孩子複雜，我的意思是那些和小孩子相關的事是複雜的，你必須照顧他們，他們生病你就不能睡覺；他們在學校表現不佳，你就不開心；他們長大後，你會有沒完沒了的煩惱和擔憂；女朋友是誰？男朋友是誰？他們同誰交往？有沒有吸毒？就像在家裡裝了兩三顆隨時都會爆炸的炸彈。

我認為你們的放下很偉大，我實在很佩服你們的勇氣、耐心、毅力，和對複雜生活的真心奉獻（師父及大眾笑）。有時候我會想，不知我們之間誰比較好。如果讓我回到以前的生活，管這些雜七雜八的事，我恐怕做不了！對我來說太複雜了。每天清晨五點，是被窩最暖和、睡得最沉的時候，你就必須醒來，半眯著眼睛，咖啡喝到鼻子裡，眼睛還看不清楚，吞點乾麵包，試圖保持睡覺的氣氛，又必須醒來，有時要摸著上洗手間。天天如此，你們是怎麼做到的？（大眾笑）而我醒來後，只需爬到不遠的打坐室就行了！當然，我也有工作，但我不認為我的工作有那麼複雜。那是另一種方式，有另一

種意義，不像你們的生活那麼複雜。而你們竟能快樂地承受，至少表面上很快樂，我不知道你們是如何做到的。每個人都有自己的生活，萬一你們不滿意這種生活，想過更簡單的生活，想在內邊永恆地擁有更多的力量，想更了解宇宙生命的微妙，那麼就必須找到開悟的方法。

如果你們對目前的生活很滿意，想等到一百年或六十年後才從夢中醒來，那也沒關係。但是我認為，醒來時能發現一個更舒適的環境在等著我們，會比較好，總比當我們從夢中醒來，卻發現身在同樣的環境或更差的環境要好得多。每個人晚上睡覺時，總是有意無意地希望明天會更好，問題都解決、生意更興隆、小孩更乖巧、婚姻更美滿。但是經過長夜的睡眠後醒來，常常發現同樣的問題、情況還存在，或變得更糟。

我們的生命也是如此。如果我們從生命的長眠中醒來，發現還在相同的世界，但是環境更糟糕，那會是很疲倦、很痛苦的事，我們無法忍受這種情況。你們都聽過許多死掉的人回來給親人製造麻煩的故事，他們在那邊不快樂，更糟糕的是他們沒有身體享受愉快人生。

人生有時候很痛苦，但有時還可以享樂。當我們享樂時，至少會暫時忘掉痛苦。但是那些沒有準備、沒人引導、沒有功德隨身的人，他們生活得很平凡，一生中從未做過任何善事，從未想過上帝，當他們離開身體後，就很難有機會去快樂的境界。

我們永遠不死

我們現在還有人身，還不太痛苦，還享有一點快樂，還可以自由選擇，還有一些自由意志，我們就應該為下一個世界做準備。我不相信多數人會認為死後什麼也沒有，現代人更聰明、知識更廣博，有更多的資料可以證明生命是永恆的；無論生前、死後、或出生前發生過什麼事，生命這道意識的溪流總是源源不斷。我們永遠不會死亡，我們可能會拋棄一件又一件像衣服一樣的身體，但我們永遠不死。如果我們死了，又怎麼能出生呢？出生之前如果沒有生命，我們從哪裡來呢？死後若沒有生命，那出生之前我們從哪裡來？

我們不可能憑空蹦出來，從科學得知，沒有東西是憑空而來的。我們並不是從無中來，又再回歸於無。在科學突飛猛進的時代，我們更應該相信永恆的生命。我從內邊的修行中獲得足夠的證明來了解這一點，我願意告訴大家，真的有永恆生命，證實你們的信念是真的。依我的看法，也是過去偉大明師們的見解，我們應該為了離開這個肉體之後的大「覺醒」做準備。覺醒後我們會發現沒有死亡，那時候我們應該做什麼呢？得到這個所謂的新生命以後，應該如何適應祂？我們必須及早考慮這些問題，等到那時就太晚了！

· · · · · ·

會後問答

問：活著時要照顧這個肉體，如何能照顧我們的靈體？

師父：不像你所想的那麼困難。比方說這位同修她仍要吃飯、上班，她是教師，有兩份工作，晚上教書，白天上學，有空的時候，她就照顧她的靈性。我們必須安排時間，我們多數的時間都浪費在閒聊、電話閒談、看無聊的報紙廣告和電視上面，即使我們不想看電視。多半當你打開電視時，你根本並不想看，但因為開了！你就讓它開著，一直看下去。

如果我們有明確的目的和時間表，我們就會分配時間：上學、工作和打坐時間；打坐時就不閒聊、不講話、不聽電話，把這些事都挪到打完坐以後再做。很多人不和我們講話，他們也不會死掉（大眾笑）。我們都把自己想得太重要了。首先，我們應該照顧我們的智慧，開發更多我們偉大的智慧泉源，然後才能照顧別人更好，學習速度更快，工作更有效率，對世界做出更多的貢獻。我們不是只偏向精神方面而忘記世界。

我也要工作，你們不知道嗎？我唱歌、講經、作畫，再把它們賣掉，所得的錢用於講經（師父笑），我工作很認真。修行很容易，非常容易。如果師父做得到，你也能做得到。

問：有時候是否需要自私一點，花時間來滿足自己。

師父：這不是自私，你花時間吃飯，是因為你為社會工作了一整天，已經又累又餓，需

要補充體力，這不是自私。如果只為了這個無常的、短暫的身體，我們就不得不拼命工作、發明這麼多東西、煮這麼多飯來餵飽它，那我們是不是更應該花時間來餵飽我們的靈體；這不是自私，這是正確的方式。我們習慣以艱難、錯誤的方式做事情，現在我們用正確的方式，反而被認為是自私，這是不正確的想法。

假如世界上每個人都不吃東西，當你感到飢餓而吃東西時，他們會認為你自私嗎？（師父笑）我們的內在和外在外都需要食糧。我們不吸收精神食糧才會飢餓、遭受痛苦、無明，不知何去何從，才會這麼掙扎，而迷失在這一世。

耶穌是人，基督是一種力量

問：師父，聖經上一篇經文說：「拯救是上帝的恩典，它不是經由善行而獲得。耶穌基督為我們擔受罪業而死，凡接受祂為上帝、救世主者，祂會給予永生。」請師父開示。

師父：是的，拯救是上帝的恩典。我們光靠行善布施、過有道德的生活，不能得救。但做這些事也有好處，它讓我們的心靈平靜。如果我們做善事、有道德，我們會自覺得更平衡善良，尋找上帝時，就不會有很多障礙，沒有罪惡感阻擋我們，讓我們不自在，懂嗎？所以還是有好處的。行善布施、過有道德的生活，真的不能讓我們得救，耶穌為我們擔受罪業而死也是真的。

耶穌在世時是一位偉大的明師，祂強調，只有通過祂才能進天國，意思是要通過一位在世明師。祂沒有說祂將永遠是明師，祂說：「只要我在世，我就是世界的光。」後來祂說：「不要為我悲傷，我會給你們送來慰助者。」這就是說還會有其他的明師來。靈魂是永恆的，耶穌怎麼會死呢？祂會一次又一次藉著我們、藉著開悟的人活下去。我們應該讓自己變成耶穌，才能證明祂救世的事蹟。否則我們每天只是過著非常無明、低等意識的生活，又怎麼能證明耶穌曾救過我們呢？

很多人都自稱是基督徒，卻互相爭鬥，為了基督教或所謂的宗教狂熱，流了這麼多血。那些人不是真正的基督徒，耶穌不曾救過他們，他們的行為不能證明耶穌的恩典。我們應該證明耶穌的恩典。如果了解耶穌真的救過我們，我們應該達到那個神聖的等級，否則就只是空談而已，對耶穌一無所知，又怎麼能真正了解祂、衷心感謝祂呢？

耶穌是一個人，但基督是一種力量，可以通過一個合格的人隨時隨地傳遞。就像電力可以通過電線傳送，只要電線沒問題，又有插座。師父只是提供大家一個跟耶穌、跟基督力量通電的方法，然後你們就會了解基督是什麼，發自內心地感謝祂。光只是談論不能了解、也得不到耶穌基督的拯救。

耶穌為人類而死，是指祂在世時。任何一位在世明師，都要替當時的人民擔負一些業障，特別是替那些相信祂的人和祂的徒弟們。為了處理那些業障，明師才要受苦，在祂的肉體上會顯現出來，祂可能會生病、受折磨、被釘在十字架上、被誹謗、被迫害。任何明師都要經歷這類事情，你們自己看就會明白。即使是佛陀、穆罕默德、基督和其

他很多的東、西方的聖哲，沒有一個人可以平靜地過日子，而不受到任何迫害。這就是明師為人類犧牲的真相，只有在祂有肉體時才能承擔業障，因為世界上的業障是物質的，如果你要從物質的業障中解救人們，你就必須有物質的身體。為了拯救人類，明師要化生成物質身體來擔負困難、承受苦難，並且解決這些問題。明師是廣大恩典與福祉的蓄水庫，所以祂的身體可以承擔一切。

然而並非祂不苦，所以耶穌為人類受難，這種說法是對的，但只有祂在世時如此，在祂之後必須另有人承擔，別的明師必須來照顧下一代。假設說耶穌已經拯救了全人類，我們又如何解釋世界持續不斷的苦難？為什麼人類還是生活在無明之中？還會互相殘殺？即使基督徒也如是。如果你告訴師父，其他的人無明，他們不知道耶穌的名字，不按照基督徒的方式生活，所以他們才受苦、才互相爭鬥、殘殺、盡做惡事。我同意你的說法，也許是。但是對於基督徒的做法，你又怎麼解釋？他們知道基督、知道教理、又上教堂，他們甚至是教堂裡的高階人士，如果耶穌已經拯救了他們，為什麼還做這種事情呢？所以，耶穌只有在世時才能救度眾生，而祂已經去別的世界，擔負其他的工作，現在有別的明師來這裡工作。

問：請問師父，何謂觀音法門？

師父：觀音法門的「觀」意思是觀察，「音」是聲音的意思。這個聲音，就是聖經上所說的聲音（WORD）。「天地之初就是這個聲音」，是一種振動力，「這個聲音與上帝同在，這個聲音就是上帝，所有的東西都從祂而來，沒有一樣東西不是祂造出來的。」

古代稱這種振動力為「聲音」，聲音是一種振動力，這個聲音與上帝同在，祂就是上帝的振動力，當我們和這個聲音溝通時，我們就和上帝溝通了，我們會真正了解上帝，我們會再度跟上帝同一體。我們會依照上帝的旨意做事，而不是按照我執來做，就不會再做錯，即使我們想做錯也會很難；就像現在你們想做對很難一樣。

順從上帝的旨意做事

問：有人說，真正開悟的人在這個世界上無所用心、無所作爲，他們只是旁觀者，不做任何選擇，他們只是像河流一樣流過。人活在世上怎麼能夠無所作爲、不做選擇呢？他們還說，「有爲」會干擾大自然的平衡，因此大自然會造出相反的事物來彌補，這是真的嗎？

師父：你應該先開悟才懂。你還沒到那個程度，師父怎麼能向你解釋呢？但我會試試看。無為不是指你沒有生命、靈魂、心智等等，而是指你順其自然地做事。你開悟時，就無為，不會選擇什麼，你和上帝同一體，完全依照上帝的旨意做事。雖然從外面看起來，你和一般人做同樣的事，但其實不一樣。一切都是上帝的旨意，所以你不用負責任，永遠不會做錯。

我們不能說，其他不負責任的人也是執行上帝的旨意，不是的！他們根本不懂上帝的旨意是什麼。開悟以後，我們才能了解宇宙的計畫，並且依此行事。開悟以前，我們

只會認可一切，企圖把我們自己的願望強加於自然的計畫。比如說好的演員知道自己的角色，記得自己的臺詞，他們會按照整齣戲的劇本和導演的指示來說、做、演。但是一些爛演員，他們不想知道他們的角色和臺詞，只想賺錢，或只想上舞台亮相，卻不盡自己的責任，不去揣摩自己所扮演的角色，不去了解劇情的動機和指示，又不聽從導演的安排，然後在臺上出錯，攪亂整齣戲，這就是好演員和爛演員之間的差別。他甚至記不得臺詞，上臺時該說的不說，不該說的卻說出來，或者應該輕輕打對方一下巴掌，他卻真的用力把對方打昏在臺上，最後導演只好暫停演出，然後重新再來，實在很麻煩，而導演又不得不干預。

問：請師父開示，應該怎麼打坐？坐多久？什麼方法最有效？

師父：有很多方法可以安定我們的心智，讓我們更聰明、工作更有效率。你可以選擇你喜歡的方法。但如果你想了解你自己，我們會提供可以直接跟上帝溝通的方法。上帝就是我們的自性、自己的高貴品質、和最高的智慧。所以才說天國在你的內邊、或佛在心。否則應該說，佛在涅槃、或上帝在天堂等等。如果我們想找上帝、或找自己的高貴品質和高貴地位，應該修觀音法門，和那個振動力、宇宙最原始的力量同一體，和上帝溝通。

問：動物可以捕獵為食，人為什麼不能呢？獵食是自然界生存之道，人類難道不是大自然的一分子嗎？

師父：你想要的話，就自稱為動物好了！動物以捕獵為食，你也要以捕獵為食，捕獵動

物，就跟動物一樣了，降低了我們的等級。你要的話也可以，沒人會阻止你。但是如果你想更高貴、想稱自己為人類，就應該了解人類應該做什麼、過怎麼樣的生活，為我們的弟弟妹妹們做榜樣。如果我們和這些動物弟弟、動物妹妹們過一樣的生活，那我們在上帝的創造中就不會有價值了。在舊約第一章，上帝說：「人類應該領導動物。」我們應該比動物優秀，我們位於所有動物之上。如果想降低我們的等級變成動物，也沒有關係，你有你的選擇自由。但是你還應該問自己，這是不是個好選擇？我確信人類是衆生中最優秀的，應該以身作則，過高雅的生活，因為動物將來也會進化成人，看到我們的壞榜樣，他們怎麼會學好？我們又怎麼教育他們？

高貴的品質來自天國

問：持五戒、行十善，沒有打坐修行的話，往生後能否解脫？

師父：光是靠持戒、行善，不能令我們解脫。唯有知道自己解脫時，才能解脫。了解我們的本性已經自在無礙，知道自性永遠不死，那時我們才解脫，還盲目地行善布施，就還不能解脫。認為應該做些什麼才能解脫的話，我們還很無明，不知道本性自在無礙。不要說持五戒、行十善，即使持五百戒、行萬善，也還不能解脫，如同煮沙不能成飯。

問：打坐修行的最終目標是解脫。請問師父，解脫的靈魂是不是真的斷除了貪瞋癡？

師父：是！師父已經說過，開悟的人發脾氣，不是真的發脾氣，對方也不會被恨意和否定氣氛所影響。開悟的人永遠不會為自私的目的而生氣。他不會為了你不給他夠錢或離開他、或為了妻子跟別人跑了等事情而生氣；他不會追她回來，然後再想辦法傷害那個情敵。開悟的人也許會看起來像在生氣，但卻是為了別的原因；為了工作和執行的使命，你必須用所謂攻擊性的力量才能突破魔障。他不會因為沒人給他食物、沒人給他錢、或沒人愛他而生氣。你不能逃避怒氣，你應該運用它。真的生氣跟開悟的人運用來作為武器的生氣是不同的。

就像外科醫生手上的刀是做手術用的，它不同於殺人凶手的刀；它同樣會讓人疼痛、流血，但它會治療病痛。外科醫生知道怎麼開刀、要開在哪裡、割多長。但是殺手只為了仇恨、或自私的利益而盲目殺人。

貪瞋癡和其他所謂否定的品質也都是從涅槃、天國而來。它們都是高貴的品質。為什麼我們貪求世俗的東西呢？因為我們從輝煌的天國而來，我們習慣了天國的榮耀，我們習慣了富有，我們習慣不必工作即可擁有一切，所以我們大都很懶、不喜歡工作，只想要錢，只想要鑽石（大眾笑）。但我們應該知道這個世界情況不一樣，我們可以利用貪欲使自己突破這個世界，來獲得內邊的無價之寶——如意珠。

貪沒有什麼不好，瞋也不是否定的品質，癡也很好，只要我們能正確地使用，把它們用做治病的工具，而不是用來殺人，那麼一切東西都很好；沒有什麼東西是否定的，我們的觀念錯誤才把事情變成否定（大眾鼓掌）。

問：替別人治病或減輕痛苦違反自然嗎？我們是否應當接受別人痛苦的情況，例如難民，而不去介入？

師父：用靈力醫病是違反自然的事，會弄亂病人的靈氣、穴道、磁場，弄亂以後，就很難再恢復，同時也會干擾病人的靈性。但幫助那些需要的人、那些向我們求救的人不會違反自然，就像醫生用物質的針筒、刀、管子、藥品來治療病人一樣，並不違反自然，醫生也不會因此而招致任何業障。但如果干擾別人的靈性磁場，業障就很重；救濟饑荒或幫助難民，是沒有關係的。因為聖經上也說：「要善待陌生人」，「不要壓迫陌生人，因為在埃及的土地上我們也是陌生人。」我們也是地球的陌生人，可能不久我們也會變成難民；目前是戰爭時期，我們可能也會淪為難民。幫助需要幫忙的人，這樣上帝才會幫助我們。

開悟是上帝的恩寵

問：佛陀累世行善才開悟、成佛，凡夫如何能走捷徑，在這一世得到開悟或天國呢？

師父：不能這麼說，你怎麼知道你過去沒有累世行善？你能向我證明你一直很壞嗎？你能向我證明佛陀累世行善嗎？那都是祂說的，你也是聽說而已，不知道是不是真的。你也不知道自己以前是好、是壞。我們不必這麼悲觀，我們應該相信自己的價值。上帝

說：「每個人都是依照上帝的形象造出來的。」我們看起來跟上帝一模一樣，為什麼應該覺得自己低等呢？

佛陀是否生生世世都善良、高尚，這我不知道，我只知道祂在開悟以前也沒做什麼好事。祂生在皇宮，受到過分的寵愛，除了皇后之外，還有後宮佳麗五百人，日以繼夜地歌舞伺候祂，四季有冬暖夏涼不同的皇宮供祂享受，祂花費國家納稅人的血汗錢達三十年。祂做了什麼善事使祂有資格開悟？剛才已經說了，開悟是上帝的恩典，而不是通過道德、或行善才能獲得。

我們都可以開悟，我們都可以成佛，或者至少可以解脫。如果我們沒有希望的話，上帝就不需要送耶穌、佛陀和穆罕默德下來救我們。如果有道德的人才能開悟，我也不知道誰真正有道德，有一句俗話說：「每位聖人都有他的過去；每個罪人都有他的未來。」我們不像自己所想的那麼罪惡深重，而且罪惡也是一種幻想而已，一旦了解這一點，就無善、惡之分了。但要很認真修行，才能了解，那時你就自在解脫了！觀音法門提供給大家一條高速公路，使你們馬上了解自己，了解你們本來就高貴。然後你也許可以看到你的過去，那時候再告訴我，你有沒有做過善事，好嗎？

問：師父剛才說開悟的人所作所為，都是依照上帝的旨意，但開悟的人如何對自己的所作所為負責？他或她能在任何情況下都依照上帝指示行事嗎？我們怎麼知道誰是真正開悟的人呢？我們可以信任他們嗎？

師父：你還不知道誰開悟，除了你自己以外，不要相信任何人。如果不相信別人，那就

祈禱並反省，看你的動機是否真誠，是否很單純。你若是真心想開悟，就會遇到明師。一切都取決於你自己，而不在於師父。如果你很單純，就會同性相吸。

任何人不幸碰到糟糕的師父和不好的師父，都是他自己的錯，應該反省自己的行為、動機、純潔度和自己的誠意，然後再祈求上帝，上帝會引導我們去找別的師父。這就是供需法則：「要求，就會得到；敲門，門就會開。」

問：爲什麼我們不記得前世？

師父：如果都記得的話，我們會受不了，負擔太沉重。在這一世我們要面對的事情已經夠多了！税金、戰爭、小孩，還有眼前的問題和業障，如果還知道前世曾經非常壞，或者非常好、非常高貴，那會更混淆，不能專心完成這一生的責任。因此，上帝、自然法則才會拉上一層布幕，必要時你才會知道。如果對你的修行進步有必要，有時候你也會在打坐中知道；不必要的話，你就不會知道。

耶穌也說：「不必擔心明天，照顧好今天就夠了。」明天對我們有影響、對我們很重要，我們尚且不知道，更不用去知道已經消逝的過去。

問：佛陀的智慧是什麼？是以邏輯揭示的，還是以直覺揭示，或者超越這兩者？

師父：超越所有這些東西。凡是我們想得到的，都還不是佛陀的智慧。唯有當我們接觸到佛陀的智慧，我們才能了解祂。我們無法表達，但當狀況來時，我們會明確地了解，一清二楚。你不會背著佛陀智慧到處走，你只是活在這個大智慧中，把祂應用於生活，成為智慧的化身。

問：祈禱能減輕我們的業障嗎？

師父：可以，如果我們夠誠心的話。非常虔誠、深入地禱告也是一種打坐，在禪定的狀態中，我們進入恩賜庫、功德福報庫的最深處，這樣才有效，可以洗業障。只有當我們真正誠心地、深深地渴望寬恕，才有效果。



信靠自己

清海無上師以英文講於美國夏威夷檀香山共修會

一九九四·九·六

身為人就必須工作

我們學不是為了讓人家知道，我們學是為了讓自己知道，然後才能默默地加持世界，以我們內邊的榮耀和內邊的愛力去加持。

就像任何其他科學和學習，必須靠自我發展，所以佛陀說：「自性自度，而非他度。」當然祂也說，能看到佛是很難得的，是最大的加持，百千萬劫難遭遇；不是一輩子一次，而是很多輩子才能看到佛一次；也許佛就在你面前，不過你卻視而不見，就是差在這裡。很多人見到了佛，但卻視而不見，他們什麼也沒看見；可能他們看了，卻視而不見，他們聽了，卻聽而不明！

而耶穌也說：「除非透過我，沒有人能到天父那裡。」是嗎？不過，祂沒有說你現在看到我了，回家去睡個覺，然後就一定可以去天國。祂告訴你們要修行，要愛你的天父、持我的戒律、在內室祈禱、愛你的鄰居。哇！有好多事要做。祂沒說：「好，現在你看到我耶穌，然後你就一定會去天國。」不是，祂沒有那樣說。祂告訴我們有很多事要做。即使是對祂的親人，記得嗎？祂說：「誰是我的親人？誰是我的母親？誰是我的

姊妹？只有遵從天父旨意的人才是我的親人、我的母親、我的姊妹。」祂說：「除了你們之外，我沒有親人。」祂指的是那些遵從上帝旨意的人，那些愛鄰居的人，還有那些守戒律的人，那些全心全意愛天父的人等等，才是祂的親人，記得嗎？

耶穌在成為世界靈性導師之前，祂也必須在內室打坐、祈禱。祂必須謙卑地接受洗禮，即使祂知道自己是上帝的兒子，祂不必這樣做，而祂仍然必須像我們一樣經歷所有事情，為了要告訴我們，身為人就必须工作。祂叫徒弟們出去宣揚福音，祂說：「任何我祕密告訴你們的事情，你們都去公開宣講；但是千萬不要將珍珠給小豬。」祂還說，並不是每個人都能接受祂的教理。

來世界學習愛人與服務

大致來說，在這個世界的任何時代中，真正愛上帝的人非常少有。而且，上帝有不等等級的化現，我們衆生也有不同的等級。如果我們在這個世界時，不學習去了解靈性方面的問題，就算我們因為天父的愛力無邊而去到天堂——祂沒有分別心，真的，你愛祂，那好；你不愛祂，祂還是愛你。然而就算我們上了天堂，我們還是沒有發展，我們還是以前的老樣子，是自私的笨天使。喔！並不是所有的天使都是好的，所以他們必須來這裡，穿這個肉體的衣服，為了要學習，學習如何去愛別人、如何服務，而不是一直坐在那裡享受著極樂天堂。

現在我們有機會在這所人生的學校裡學習，如果我們不把握這個機會好好學，等我們到了天國將會非常後悔，沒有人會說你什麼，你自己會回顧自己的人生，那時一切就如同一面鏡子一樣，非常地清楚，於是你會感到非常非常難過，因為你過去竟然如此軟弱、懶惰，如此地執著於物質的東西；物質的東西也是天父所賜，作為讓你進步的工具而已。然而，你卻執著於這些工具，忘掉了使命，忘掉你為什麼來這裡。所以才有那麼多的靈魂徘徊在生死輪迴之間，他們被綁在這個世界，因為他們太留戀這個紅塵了！即使天國的門一直都開著，我們還是不想回去。

上帝是有力量、全能的，沒有什麼是上帝做不到的，只因為我們不夠誠心，所以我們許多祈禱才沒得到回應，然後我們就認為沒有上帝，這才麻煩。可憐的老天爺！什麼事都怪上帝，所有的戰爭、災難、饑荒等等，所有這些事我們只是怪上帝，或是怪天國的高等衆生不幫忙我們。事實上是我們自己的選擇，是人們選擇違反天意和宇宙法則，是這些人在製造戰爭，聽從本性中的否定力量，那個我們稱之為撒旦或魔鬼的力量。撒旦或魔鬼一直都存在，所以這個否定的世界才能維持平衡，而在天國，否定的力量沒有必要存在。

自我審判

在天國裡，沒有好，也沒有壞，那裡的人有時對「罪」的看法也和我們不一樣，他

們不會責怪你。所以往生的時候，有時是自己在責怪自己，你會非常後悔自己不曾盡全力，後悔自己應該用另一種作法來做，你知道應該做什麼，但卻沒有那麼做。而這就是在你死後，讓你備受煎熬的緣故，這就是人們所說的「地獄」，並非有個上帝待在那裡審判你。如果我們沒有真正修行、悔改，沒有真正過著應該要過的道德生活，往生的時候，就會看到低等的境界，那時我們會像看電影一樣，但是非常快，整個輩子甚至不到一秒鐘就過去了！

你會看到每一件事情，不過你能了解，即使在這麼快的速度中，也會了解你所做的一切事情，哪樣是對、哪樣是錯，你全會知道，而那時你會哭泣，會知道自己做錯了，而你再也沒有機會重來了！或者要再等非常、非常久的時間，因為有很多衆生在等著來做人，而你遠遠地排在等候名單的後面，你已經錯過機會了！那就是所謂的無間地獄或是永久的判刑。不過，當然，沒有什麼是真正永久的，只是因為在一種不愉快的情況或是感覺中，時間似乎過得很慢。當我們高興時，好像時間過得很快。因為我們的罪並非永遠的，所以我們的悲傷也不會永遠持續下去，只不過會覺得時間好長，也會覺得很後悔。我們已經得到過機會去做好，去增進關於造化、關於天父及萬物運作的知識，去學習應該如何彼此相愛，但我們卻沒有把握這個機會，那就是問題所在，而使我們感到非常非常難過。

我希望這不會發生在你們身上，我確定不會的，因為你們已經在努力尋求真理，尋求自己原本的家，尋求上帝。當然，在這種環境下，有時候我們的頭腦會軟弱，身體也

會虛弱，有時候，我們雖想打坐久一點，不過我們的身體很軟弱，意志也隨著肉體一起軟弱下去。因此我們必須一再學習，要堅定地重新開始，今天失敗了，打坐不很好，那明天就更努力一些，要不斷為更堅定的意志力而奮鬥，靈性才會進步，而到天國中成為較堅強、更有智慧的人。

並非天國裡的每個人都一樣，即使上帝是公平的，祂一視同仁地愛祂所有的小孩，不過如果我們不努力，我們就只能停在那裡。就像學校中的小孩，有的聰明、有的用功、有的只會出去玩，找女朋友、吸毒或諸如此類的事。在環境的影響之下，而他們又太軟弱而無法抗拒，太叛逆而不聽父母的話，於是他們傷害了自己，並惹許多麻煩給自己。當然，父母也會被連累並感到懊惱，不過受苦最多的人還是他們自己。

克服不利的情況

同樣地，在我們下來這個世界的時候，我們就得到所有的工具、裝備以及環境，讓我們可以發展，可以儘量克服情況、克服由情況所引起的憎恨。有時候我們被置於不利的情況下，看看我們能不能愛敵人。不過，我們常常都不能愛我們的敵人，我們常常屈服於自己的肉體欲望，還有環境的誘惑，而憎恨我們的敵人，我們就是這樣被教導，那就是我們習慣的方式，但那不是天國的方式。

有時候我們做到了，有時就沒辦法做到，而我們做到的越多，當然我們在宇宙中的

果位也就越高，然後我們就能在天堂的體系下獲得更多機會，做得更好、更有意思的工作，以及更多宇宙的工作，然後我們可以發展無限的才華，那些我們從不知道自己擁有、甚至連想都想不到的才華。我們會被賦予天國中的領導地位，像是教導許多天國的衆生等等，或是當我們回來這個地球時，我們會成為明師、靈性導師或得到某些特殊的地位，帶領人們進入天國。

把握在世良機

如果我們在這個世界、在學校中的這段時間還懈怠不前的話，我們就不會再有這樣的機會。別以為你們一直都有機會再回來，不是一直有機會。留下來的不過是子孫後代，是遺傳基因而已，是遺傳基因內的訊息和欲望，以及在欲望中的一切能量，是這些在輪迴，而不是你本人、你的靈魂輪迴，有許多靈魂在等著要進到這所學校，我沒有地方讓你一直待著。也是可以，不過要等好久的時間，而在這期間你會受苦，因自己的悲傷而受苦。天國的愛力還是在，但你會為了所錯過的事情而感到非常難過，是的，你希望當初就把它做好，你想要再來一次，你希望可以做得更好。

然而當你再次得到機會時，你還是會忘記，這才糟糕。那就是為什麼有時候我們必須回來重新學習，不過也得看我們是否真的夠好，而且夠福報，或是有好機會下來，但下來這裡你必須付出代價。比方說，某人負有任務要下來幫助世界，然後你就說：

「好，我參加，拜託讓我加入，我什麼事都做，我什麼都答應，我不會再像上次一樣了！真的，不會的，不會的。」（大眾笑）好呀！當然，「天堂」永遠是一家信賴他人的公司，於是他們就給了你一份工作，不過當你下來這裡，既沒有幫助那個人或那個組織來改善世界，而是做別的去！甚至可能和他們唱反調，因為你已經忘了出生之前的承諾，大家都是這樣。

由此你們可以了解，為什麼佛陀要三十年才開悟，耶穌也是一樣，祂們不是一出生就馬上說：「我是佛」、「我必須去幫助世界」，祂們都忘記了。所以上帝才給這麼多驅策我們的機會，像是你所面臨的災難，或是有人會在你背後逼你或驅策你，或有一些其他的情況發生，讓你忽然醒過來，或許是一些朋友，甚至是一些街上的乞丐，來提醒你這個世界的無常。所以那些乞丐也是天使，有時候苦難是為了要提醒我們。有些人是來從事大任務，有些人則來完成小任務，為了獲取做人的福報。他們用在這所學校（世界）賺的功德，可以在天國裡晉升，並再有另一次升級的機會。

記得在天堂許下的承諾

我常常告訴你們，比如悠樂難民，他們是自己願意處於那樣的情況，為了要喚醒世界的良心，讓人知道有關難民的處境是如何困苦，戰爭是如何影響人們和許多國家，而不是只影響一個國家而已。他們還帶給那些幫助他們、給他們庇護、食物、支持與同情

的人們愛心的福報。

愛別人就是愛我們自己，我們實在是誇張了自己的榮耀，並非我們幫助了什麼人，我們是在幫助自己。當你做了好事時，請記得這一點，都是上天的旨意，是對你們有好處的。你們應該做得更好、更有愛心、在內邊更努力，運用你們的智慧。不要做群體中的小羔羊，你們已經脫穎而出，你們做事已經好得多了！更要試著去記得你們在下來之前，曾對天父及高等衆生作過的承諾，那也是你們來這裡的原因。

藉由打坐、從觀光與音中的智慧，你們會記起自己是誰，以及該如何提昇自己，因為你再度與無上智慧溝通上了，然後你就會記起自己的任務，以及自己該做些什麼，那就是你變得更好的原因，因為你們記起自己是天堂的衆生。你們會越來越好，越來越像天使，越來越像來自天堂的衆生，那就是你該做的。當然，明師和天堂的衆生永遠都會在旁邊幫忙我們，不過，如果你們不靠自己去實行，無論多少幫助都沒有用，我們必須自己先做了，天堂的衆生才會幫忙我們，師父的力量也會一直幫忙我們。



金錢與權力

清海無上師以英文講於福爾摩沙西湖道場

一九九五·六·三

我們最好奮鬥一下，總要力求過好一點的生活。並不是我們崇拜物質主義，而是在任何方面，生活都應當充滿喜樂、富裕。我們不必把權力和錢財，全交給惡勢力階層的人。打個比方，假如好人不努力為自己賺錢，也不在社會上爭取獲得一定的權力，那麼所有的權力、金錢，都跑到惡勢力階級那邊了。到後來壞人反過來控制好人，而好人卻什麼也做不了，甚至連好事也無法宣揚。所以對我來講，為了你自己，為了你的家庭、國家有好的生活水平，在生活中努力奮鬥去賺錢、做生意是一項責任，而不是罪惡。

我從不鼓勵徒弟甘於貧窮，而把所有的權力和金錢，全都交給惡勢力體系，交給那些沒有道德、沒有責任感、沒有感情，不懂得與他人分享的人。比方說，我們修行、持道德戒律的人，如果有錢，我們總是與他人分享，我們幫助災民、幫助難民，幫助窮困、需要幫助的人，幫助病人、孤兒等等，所以說有錢很好、很好！這跟資本主義不一樣哦！而是我們必須活用財政和社會活動方面的權力。

如果你是個政治家，你應該留在政治圈內做一個好的政治家，為你的國家奮鬥，也為提昇其他人生活水平而努力奮鬥。如果你是一個商人，你當然要做個成功的商人，要

不斷努力去經營成就，上帝給你多少你就去賺多少，然後你可以分享給別人。錢是很好用的，假如你沒錢當然你可以說：「噢，我才不在乎錢哩！我是修行人，哪裡能碰錢！」那樣不對！不能有這種態度，不能因為你沒錢又懶得賺就說：「我什麼都不在乎！我什麼都『放下』了！」事實上並非如此。

古時候，所謂的修行人總是要放下很多東西，那沒關係，你們可以那樣做一段時間。但我不認為你們應當永遠那樣做，不是嗎？噢！我想你們也可以啦！每個人都變和尚，然後早晚吃空氣（大眾笑）、喝露水這樣，我們還需要什麼呢？其實我們修行人不需要那麼多東西，我們吃的只是蔬菜，穿的也不必總是那麼漂亮，真的是如此！我們真的不大注意外表。

有時我也化化妝，穿幾件新衣服，但等過了三、四天以後，令我最高興的事就是能夠去河邊，什麼也不用穿戴，自己一個人，自自然然、無拘無束。化妝、打扮有時讓人感到好累，如果你還不習慣外面的人所要求的美感和儀態，會感到很累；特別是對修行人。我們只愛好自然，有時我們甚至想不留髮、不妝扮……那樣會很輕鬆，但如果是為了要美化這個世界，或是要在社會上工作，我們也會這樣做，沒關係。

對我們所謂的修行人來說，我們真的不需要物質上的舒適，真的是這樣！所以我們有時會認為：「為什麼要賺錢？反正我又不想要任何東西！」這是一個很方便的逃避藉口。但如果我們仔細想想，如果我們還在這個世界上生活，很多人要依靠我們；我們的家庭、孩子、父母、親戚和朋友，有時他們需要我們的幫助。如果我們不幫助他們，誰

又會幫助他們呢？因為在這個世界上，很少有人會去幫助窮困或需援助的人。

在這個世界上，真的很少有人肯施予什麼東西的，即使在日常生活當中也是如此，這就是否定力量所造成的結果。它讓人變得貪婪、自私，什麼都是我的、我的、我的！從來不給出一點。即使是已經擁有太多，多得數都數不過來，已經數不清自己擁有多少了，還要貪取更多，不願讓其他人佔有。因此，如果所謂的好人、代表正面力量的人，像那些有道德的修行人或修道、修真理的人，要是沒有錢，誰會去幫助那些需要幫助的人呢？是啊！差別就在這裡。這就是為什麼我們需要賺錢、做好生意，並不是因為我們需要錢，而是因為在這世界上，我們可以運用金錢、權力或政治地位這些有用的工具去幫助人。

善用權力為上帝工作

比方說，要是我是美國總統的話，只是假如而已（大眾笑），那我老早就接受所有的難民了，不管是悠樂、古巴、海地或是車臣、波士尼亞……各地的難民。然後我會教我們的同修，如何去照顧這些難民（大眾鼓掌），而你們也會去做的。每個人只照顧一個或兩個就行了，馬上就可以照顧好所有的難民了，只可惜沒有人允許我們這樣做。

我相信我們所有的同修，不管屬於哪個國籍，只要我講一句話：「請照顧這個人或這個家庭。」你們都會去做的，你們每位同修，不管在韓國、中國、悠樂、福爾摩

沙、美國、法國或英國，不管在哪裡，你們都會馬上做，是嗎？（大眾鼓掌並答：「是！」）這樣就沒有問題了，真的沒問題。這樣就不用把難民關在難民營裡養他們，我們會給他們錢去做生意或訓練，這樣他們很快就會自立了，然後他們還能去照顧其他的難民，這樣全世界就都沒問題了，是啊！真的沒問題了！

難民是其中的一個問題，另外一個問題是墮胎。我們不需要殺胎兒啊！我們曾致函給聯合國和其他國家，信中提到：「我們不需要墮胎。我們可以設立特別的社會照料系統，讓這些小女生下來，然後把他們送給那些沒有小孩的家庭。」目前領養小孩是件困難重重的事情，得經過很多繁縟公文。而想要領養小孩的夫妻又那麼多，不只一家而已，有時是兩、三、四家一起要領養，不管什麼種族的小孩，他們都喜歡。那麼為什麼要殺戮這些稀有的胎兒呢？

我認為要是繼續這樣下去，我們將會殘害到自己，以後我們人類就會變成需要被保護的稀有動物了！現在有很多鳥類、叢林裡的獅子、老虎，都已歸為稀有動物了。以後人類甚至會變得更稀有，因為已經沒人生兩個小孩了。比如在許多國家禁止生一個或兩個以上的小孩，多的小孩就得墮胎殺掉。不應該這樣做嘛！我們可以互相交換。要是你沒有小孩，而我有太多小孩，那我給你幾個，很簡單，為什麼不這樣做呢？這麼簡單！目前世界上最嚴重的就是這兩個問題——難民與墮胎。我認為都很容易解決，假若我是某個強國的總統的話。我是舉個例子來告訴你們，讓你們知道處在這個世界上，不需棄絕社會和經濟權力。並非我們想要這些權力，正因為我們根本不需要，才更應該擁有權

力（大眾鼓掌）。要是我們把這些權力交給那些想要的人，他們總是會濫用權力，原因是這些人太愛權力了，這種人一日得勢，一定會濫用權力。正因為我們不想要有權力，才能很公正、和平地善用這些權力為世人工作。

問題是有很多所謂修行人，喜歡出世、放下世界，這是挑簡單的辦法逃避，是嗎？像我，要是不去教人、不接見你們，也很輕鬆，省很多麻煩。這個我當然曉得，那我該怎麼辦呢？我不會專挑簡單的事做。比方說，我算是你們的老師，我根本不需要工作，真的不需要。因為我吃也吃不了多少，所以不管我到哪裡，我可以說：「要是你要邀請我的話，你們要買機票、替我租旅館，給我這、給我那……」而且你們都會馬上去做，是嗎？（大眾回答：「是！」）

師父身體力行，立下榜樣

可是我不想要享受這種貪便宜的事。我什麼都自己來，自己動手、自己賺錢，除非我真的需要什麼，才會向你們提出要求，可是也僅限於一些小事。比如什麼地方有災難，我會請你們代我去視察，因為我人在外國，去不了，所以請你們去看看我們能做些什麼？要是你們能幫忙他們就幫忙，要是財力或人力不夠，那我們會援助你們，總是這樣的，事實上這也是教你們幫自己的忙，因為幫你們同胞的忙，也正是顯揚自己從每天打坐所獲得的愛力和智慧。我所要求你們的不過如此而已！

我從來沒要求過你們為我自己做任何事，儘管我隨時都可以做這樣的要求，所以說，不管我做什麼事，都是給你們的一種教導。我不是每次都告訴你們：「做這個、做那個。」你們只要觀察我的行動，就足以當作學習的功課了，真的不需要再教你們什麼了。只因你們常來看我，期待我教你們一些事情，講故事給你們聽，跟你們解釋這個、解釋那個，其實你們並不需要我講些什麼，我甚至也不需要開口講什麼。我所做的任何事，完全符合我的教理，任何我教你們的，我自己都身體力行。

我也可以這樣說：「噢！我是明師，幹嘛要自己動手。我是不碰錢的，我是聖潔無瑕，超越萬物之上的，要是我手一碰錢，就會被污染！」我也可以這麼說，我可以找任何的藉口。多數所謂的「古魯」一旦「迷」住他（她）那些所謂的信徒，就驅使他們去做自己想要的東西，為所欲為。我不會這樣做！

我所教你們的，都是真正美好善良的事，對你們自己、對社會都有好處。我所做所為就是我的教理，我怎麼教人，自己就怎麼做，是嗎？（大眾回答：「是！」並鼓掌）我只是要告訴你們，我也可以只挑簡單的做，可是我不這麼做，因為我認為為了幫助這個世界，我必須有權力、有財力，不是為了我自己的利益和榮耀，才要取得這些金錢和權力；我們是為了自己的理想和信念而做。這也是為什麼我要你們也這麼做，如果你們做得到、自己也想要做才去做，因為我認為這是很合邏輯的。當然你們並不一定要這樣做，要是你們抱有同樣的理想，也同意這種邏輯，那麼你們就可以去做。我只不過要跟你們解釋一下，為什麼我們不能逃避金錢，為什麼不能鄙視政治地位，因為它們是很好

用的工具，是為上帝工作，為改善整個世界工作的好工具（大眾鼓掌）。

很多人認為：「我身為一位明師，為什麼還去賺錢？」當然我曉得人們會這樣講，這是因為他們無明，他們太笨了！不然他們會明白我為什麼這樣做。我根本不必要這麼做，我只要向你們每人要一百元，一天之內我就變成億萬富翁了，絕對沒問題，我根本不需要工作嘛！（大眾鼓掌）因為我不是崇拜物質主義者，也不在乎地位和金錢，所以我要工作，並不是因為我在乎。如果我在乎錢財和地位，我會控制你們，可以叫你們每個人每個月捐點錢給我，大家都會願意這樣做，是嗎？（大眾回答：「是！」並鼓掌）你們不僅會願意捐一百元，還會捐更多。即使我要每個徒弟每人只捐一塊錢，一天之內我就能從徒弟那兒收集幾百萬元，一天就夠了（大眾鼓掌），每人每天只要捐給我一塊錢，我會有多少？你們知道嗎？

好！現在要是有人問你們，為什麼我要賺錢，你們就知道原因了，因為這樣做是對的。我們靠自己的血汗、天賦與努力來賺錢，誠實地生活，這是正確的。我們付出勞力、才華、心血及時間，從事生產來賺錢，然後再布施出去。要是我真的貪錢的話，用這種法子不是太笨了嗎？對於一個擁有數百萬信徒的明師，還要用這種辦法，實在是太笨了！畫一幅畫要花好幾天功夫，還差點讓油墨弄瞎了眼；或親自去裁布做衣服，還忙著到世界各地展示，用這種笨方法賺錢，這真是最笨的方法。世上多數的明師，大多是从不動手工作的，他們都不需要工作，除了我這個最最笨蛋的明師之外。

所以，要是他們真的認為我是拜物主義者，貪錢、貪地位，那些有這種想法的人才

笨，完全誤解了！很明顯是大大的誤解！即使是福爾摩沙的同修就夠了，只要每人給我一塊錢，光是福爾摩沙就夠了，不需要你們外國同修，不需要！我可以買上一百多部「勞斯萊斯」名車，我可以給自己蓋一座宮殿，蓋在任何我滿意的地方；隨時可以蓋，甚至可以買而不用自己蓋。蓋新的花太多時間了，誰有空！明師不應該蓋房子，不應該管這些物質的事情，是嗎？我甚至連錢都不必碰，叫徒弟去替我買房子就行了，或替我在哪邊買個宮殿，馬上OK！不一定要留在福爾摩沙，瑞典、瑞士或法國任何城堡，只要我想要的，馬上就可以得到，不需要動用到外國同修，福爾摩沙同修就夠了！這是打個比方而已。

所以我用這種笨方法辛苦賺錢，人家還認為我會從你們徒弟身上撈錢，真的好笨！假如我要從你們身上拿錢的話，我就乾脆賴在這裡算了，不需到世界各地到處奔波、忙東忙西。現在你們懂了吧！假如你們心裡還有任何懷疑的地方，趕快挖掉它，不然對你們不好，會讓你們長癌、長瘤，對你們靈性的健康不利。

所以世界真的是顛倒！所謂的「明師」，什麼工作都不做，只知道收徒弟供養，然後大家都稱讚他：「哦！多麼聖潔的人啊！從來不碰錢、不管任何物質的事情！」事實上並非如此，但也有可能是真的。但這只是其中一方面而已，並非全部都是這樣，不是所有明師都喜歡這樣做，也並非所有明師都像這樣不碰錢，而光坐在那裡受別人供養才是神聖的人，不是這樣！

事實上，我想就一般人的眼光來看，我是在做很笨的事，因為從來沒有明師這樣

做。收徒弟供養已經夠了，他們幹嘛還需要工作，或做其他事，但是我要給你們一個發展的好榜樣，在各方面都完全發展；不光要發展你們的道德標準和智慧，而且要在日常生活中應用這些道德標準和智慧，把它表現出來。

發揮所能美化世界

比方你有才華、智慧，那你就可以做各種事，可以美化這個世界，可以賺錢供自己用，照顧自己的生活，不給別人增加負擔。當你有了好的道德，自然就會關愛、同情那些迫切需要別人照顧的人，自然會向別人伸出援手，而不分種族、膚色、信仰和教義，甚至連你自己的敵人。這樣，我們自己或別人才知道我們真的有智慧、有道德，不然別人怎麼知道呢？他們又怎樣自我教育呢？你告訴大家要做好事、要有智慧，但是你自己卻什麼都沒有表現出來。

就好像你是一位英文老師，假如你從來沒有說過英語、從沒寫過英文，卻一直跟所有學生講：「你們必須自己會說英文才行！從今天起，看到我就是在我學習英文了。你只管自己講英文好了，因為每個人都會講英文！」但老師自己從未親身示範，從未講過一句ABC，從未寫過半個英文字，從未說過半句英文，這樣子學生怎麼知道他是英文老師呢？或許他又聾又啞，因為他什麼都不能講，他甚至不能讀、不能寫。所以一位老師一定要言行一致才行（大眾鼓掌）。

至少你們還了解我一點，但世界上很多其他的人則不了解，他們想法顛倒！假如我只是坐在這裡好看，然後你們都帶花、帶食物及其他東西來，圍在我旁邊，伏在地上對我磕頭等等，我就變聖人了。因為我什麼事都不用做、不碰錢，我就變聖人了！的確是「剩人」，一無用處（大眾笑）。而那些用自己的雙手努力，為了要改善世界的人，卻有很多人責罵他們，批評他們是物質主義者，或要爭奪權力等等。權力，我已經夠多了，物質的東西，我任何時候就會有；任何時候，不用說一天或一小時，只要一分鐘就夠了！只要有足夠時間，讓人把錢放進去就行了！一個人一塊錢，我就有足夠的錢，輪迴好幾輩子都夠用，不只是一輩子。我可以把錢存入瑞士銀行，再輪迴回來當下一個活菩薩或「吐庫」（西藏高等喇嘛）、「仁波切」（另一種高等喇嘛）什麼的（大眾笑），我會知道我的錢都放在哪裡。據說其他轉世的喇嘛都知道他們的前世嘛！所以我們知道前世所有財產，包括雨傘和念珠，聽說是這樣子的，是嗎？這太棒了！我只要把錢存入瑞士銀行，並記得我的銀行帳號就行了（大眾笑）。

不讓惡勢力把權

我們必須工作，上帝送我們來這裡，給我們平等的機會、力量和才華，如果我們不好好把握，從這世界獲取財富和權力，那麼所有惡勢力便會奪走一切金錢和權力，到時我們就只有被控制了，然後負面的力量就贏了，使我們一點辦法都沒有。我們不能抱怨

說，上帝不幫忙我們！祂有幫忙了，祂送你來這裡，甚至給你機會去學習，和其他人、和惡勢力有完全一樣的機會。這就像一場競賽，雙方都有同樣的機會、才華和能力，去贏得同樣的東西。

所以，如果你甘願放棄，當然惡勢力會得到它。他們會說：「抱歉，是他們自己不要的嘛！」在這世界，如果沒有錢、沒有勢力，我們會變成什麼？乞丐！那當然了！當乞丐每一個人都行，但是，我提醒你們，這個時代即使乞丐也不能存活。許多政府不喜歡乞丐，即使你什麼都放下了，只要托鉢、乞討，也不能保證你平安無事。許多政府把乞丐拘禁在一個收容所，毫無自由，不能做這個、不能做那個，不得不去做許多不情願做的事情。在那裡，必須吃肉、不能吃素等等，怎麼辦？

所以並非你放下一切，惡勢力就會放過你、讓你平靜，才不呢！所以，靠自己奮鬥吧！你真的沒有選擇的餘地了。先去除你們有關名利的錯誤觀念，你們應該放下的是對名利的執著，而不是名利本身，你們應該放下的是對名利的欲望，而不是放下名利（大眾鼓掌）。很多修行的人還有這種錯誤的概念，所以你們現在不應該再有這種錯誤觀念了，因為我已經很邏輯地解釋清楚，讓你們知道。並非我強迫你們、要你們相信我的胡說八道。我所講的都很合乎邏輯，好，現在你們知道了吧！

放下欲望而非放下世界

所以，不要笑我們那些在國會或議會工作的同修，他們在克盡自己的職責，而且做得很好。我們有很多同修在政治界有很高的地位，或是非常有名望、有成就的生意人，我從來沒有要他們離開原來的職位。如果他們離職，我甚至會問：「為什麼？你瘋啦？」是啊！我們有些同修印心後就引退了，不再當國會議員也不去競選，什麼都不做了。我問：「現在你要做什麼？我身邊不需要一個沒用的人，我已經有『太多』了！」

（大眾笑）

我們放下對世界的欲望，而不是放棄這個世界。因為這世界是我們自己的一部分，是我們親戚朋友、兄弟姊妹的一部分，我們不能放棄這個世界，這句話不對！我們放下對這世界上任何東西的欲望，那才是我們必須放棄的，然後你想做什麼就做什麼事情，能賺多少就賺多少錢，地位越高越好，然後運用你的金錢和權力去幫助需要的人，這樣才對（大眾鼓掌）。



我的理論不是只有道理而已，你們感覺得到那股力量，爲什麼？因爲我已了悟我所說的，我不是從書本讀來的，了解嗎？我內心了悟，所以我說什麼對你們都有利益，而且你們也相信，因爲有說服的力量，任何人重複我的話都只是空洞的言論而已。所以，我們必須修行，了悟自性，然後，我們轉述師父的話，也會有相同的力量，因爲它變成我們自己的。

～清海無上師





當你成佛以後，你會變得很平常、很有愛心、很可愛，沒什麼大不了的事，沒什麼特別的；你只是發現了自己的寶藏和你自己的力量，並利用它而已。

～清海無上師



為靈性奮戰

清海無上師以英文講於美國加州洛杉磯
一九九三·十一·六

一九九三年美國加州大火後，師父帶領同修參加洛杉磯拉古納海濱的靈修大會，為災民們祈禱。會上師父的開示，啓示了大眾對災難背後的靈性意義深思反省。

我們生活中發生的任何災難，都是「陰」「陽」不平衡的緣故，是否定的力量在運作，我們必須衡量清楚。我們在「否定」和「肯定」之間可以有所選擇。這很簡單做，當思想傾向「否定」的時候，馬上轉向「肯定」；每當想說否定的話時，就轉而說肯定的話：每當憎恨別人時，要多三思，然後轉成愛心對人，因為憎恨別人對你沒有好處（大眾鼓掌）。我們可以享受上帝賜給的財富、奢華和所有美麗的事物，但是必須記得賜予者，我們必須記著上帝，而上帝就是我們自己，我們至高的本性，別無他物（大眾鼓掌）。

我們可以選擇肯定的思想，任何在恰當的時機能利他利己的事，就是肯定的。任何害己、害人的事都是否定的。所以，我們必須隨時斟酌什麼是否定？什麼是肯定？這就是我們奮鬥的方式。如果我們用愛心待人，思想、言語以及做事方式都是正面的、肯定的，也就是說在適當的時機做適當的事，使自己和別人都能受益，那麼我們就是和肯定

的力量站在一起；而肯定力量就多了一個儲存庫，這個能量足以克服世上反面、否定的能量（大眾鼓掌）。如果這個世界有更多肯定的力量，我們的生活會更美麗、更富有；我不是指金錢方面，而是指周遭環境的氣氛；我們所做的一切事情都會更順利、更成功。如果我們讓否定的力量增強，那麼災禍、困難、戰爭以及鄰居間的磨擦也將更多。

我們有選擇權，所以不要認為在這裡或任何地方發生的災難，都只是當地人的業障，我們也有責任，每當我們思想否定，我們就要為世界或鄰居所發生的災難負責。所以隨時要努力保持肯定，儘量以愛心、仁慈待人，儘量控制自己否定的想法。我知道你們都知道，只不過有時忘了利用而已，所以要儘量多使用它，想肯定的、說肯定的，用愛心去做事，以愛心去思考。每次一有否定的傾向，就把它關掉，把自己拉回來，這是唯一的辦法，我沒有其他的祕法了！我也是盡力這樣做。

災難有時對我們也有好處，對人性有好處。是的，比如人們會學到同心協力、互愛互助和同甘共苦，人們的心腸會變得比較軟，因誤會而引起的鄰居間的憎恨會因此化解等等。災難中的人們會開始醒悟到生命無常，然後會開始了解物質的保障並非都那麼可靠。看看成千上萬的住家，只要五、六分鐘就全完了。

我最近看報看到很多有趣的事，比方說，醫生現在也承認有宗教信仰的人士痊癒得較快，至少對他們的健康狀況有較強的忍受力和接受度；因為他們相信上帝，所以較樂觀、較開朗，即使他們並沒有像我們一樣見到上帝，也沒有見到上帝幫助他們，但是他們仍然對上帝有信心，而這股信心幫助他們痊癒，現在醫生也知道這一點了。

而且，如果真心相信上帝，就算災難臨頭，感覺上也會覺得好很多。像這樣的大火，有些災民因為相信上帝，就能接受現況，心裡覺得好多了，較一般人更能接受事實，因此不會感到太痛苦，但是大多數人遭遇災難的時候，精神上會受到震驚，需要很長一段時間才能恢復。

練習發展愛心與同情心

美國越來越好了！我在報上看到的，比如現在電視台正在減少暴力的節目，而在音樂廣播節目方面，他們也想要減少各種激烈瘋狂的音樂，各種稱頌幫派團體、吸毒、或色情等方面的音樂。對此我很高興，他們做對了！我應該說美國人確實在很多方面，長久以來一直努力要做對，不過需要一些力量在後面推動。所以我們試著來提供一點微薄之力，和其他修行團體，一起使世界變得更美好。

但那並不是說從此就沒有災難，並不表示我們統統不會有病痛，因為大多數人仍然執著於不好的習慣，雖然很多人都知道這樣對他們不好。因此他們才需要某種震驚，比如災難，好將他們從夢幻中驚醒。不過，我不喜歡這樣，因為這樣對人們太痛苦了！所以我們用我們的關愛、物質的支援和精神的安撫，儘量減少他們的痛苦。不然我們來這個世界做什麼？如果我們總是將一切都責怪上帝，說這是他們的業障、是他們的報應，那麼我們來這兒做什麼？就像你們的小孩，如果他們做錯事而傷到自己，你當然知道那

是他們做錯事的後果，但是當他受傷了、生病了，你還是幫助他。雖然是由於他的愚蠢而自作自受，但我們還是一樣幫助他、一樣愛他。所以同樣地，我們實行慈悲博愛、與人為善，這是對我們好。我們做的每一件事都是為全體，而不是為我們自己。

看起來世界各處都正在變好，但是此刻看來又很混亂，為什麼呢？一方面，整個世界看起來越變越好，每一個國家都越來越自由，那些原本封閉的國家現在也開放了！變得更自由。不同國家的人民更加接近了，以前最對立的敵人現在也變成朋友，這對我們世界很好，非常非常好，但是為什麼看起來又很混亂呢？有人知道嗎？（答：「人們不知如何處理自由的權利。」）你是從我昨晚的演講中聽來的（大眾笑）。還有誰？（有人答：「業障轉得比較快。」）是，也可能是如此，可能是他們業障轉得較快，洗得較乾淨。這就像蓋一所新房子或大掃除時，一時會顯得更亂一樣，那時看起來更雜亂，但以後就會變得整潔。或者就像有時你們病很嚴重去看醫生，他給的藥有副作用，一時間看起來病比以前還更嚴重，但過一會兒病就會好多了，就是這樣。

上帝才是最恆久可靠的

在這個世界很難確保平安，那麼從哪裡能保平安呢？只有從我們自己、從上帝，這才是最恆久可靠的。因為至少我們了解，除了擁有這些物質的東西之外，我們還擁有其他的，早晚我們會回去那兒，在那兒我們什麼都有，我們擁有整個王國（大眾鼓掌）。

所以如果我們遇到任何不幸，至少不會發狂、震驚或者引起精神異常之類的情況，我們會很平安。你們至少不會增加社會的負擔，你們在精神上會很快恢復。我很高興告訴大家住在那一區的同修都安然無事，我是說沒有一家遭到大火波及。有很多同修就住在聖塔安那等那些區域。

所以要幫助那些需要幫助的人，這樣對你們才好，否則我們還要送食物、玩具和毛毯到你家去。如果我們過簡單的生活，就比較容易幫助別人也幫助自己，同時我們從靈性修行中得到保障，所以我們很少會害怕。我有時會害怕，當我接受醫療檢查時，進入那種管道；像個隧道、或棺材，像是你回來這個世界時，那個將此世界與彼岸隔開的隧道，生死的隧道；一個長長的管道就像那樣子，而且很低，如果你睜開眼睛看，它就在你的鼻子前面，讓人很有壓迫感，不過我還是熬過來了！在掙扎了三次之後，我就說：「我要躺在這裡。」結果就好了！

會害怕沒關係，因為那是習慣。有時是從四周的氣氛中收集來的恐懼感，不一定是你自己的。有時是因為我們修行後變得比較敏感，所以我們從他人那裡收集來，我們分擔他們的困難、恐懼，以及他們對那個地方當時的感受，而那就是我們之所以在場的原因。

分擔淨化星球的責任

不過，我們的恐懼並不是真正的恐懼，我們能夠征服它，這就是不同之處。我們知道如何去做，如何去駕御它。上帝創造我們成這個樣子，我們才能夠幫忙淨化這個星球。每位觀音修行者都以不同程度分擔淨化這個星球的責任。所以說當你在這裡共修打坐時，並不單單只為了你自己及五代的解脫，或是為了美國及你的家庭而已，而是為了整個星球。越多人修行越好，令人遺憾的是並非人人都能了解這點，他們只能想到切身的利益，因此有時會很難令他們加入我們這個神聖工作的隊伍。

不是我們不關心，而是有時很難去關心，那就是業障；因此我們必須耐心等待，直到有一天業障過去了，那時才幫得上忙。我們不能勉強，不能超越因果律而隨心所欲，那樣對人反而不好。世界就像一個大家庭，有父母照顧小孩，我們就像小孩，有的小孩乖巧、安靜、善良，父母就獎勵他們，使他們發展得更好，成為別人學習的好榜樣；如果小孩頑劣不改，那麼父母也必須採取行動，像是打他屁股或是一星期不准吃冰淇淋等等，然後小孩就會學乖一點，是嗎？

因果律的主宰就像是我們的父母，代表萬能力量、最高上帝，照顧這裡的小孩子們。因此祂必須做祂的工作。人們因為不記得他們累世的業障，所以有時會埋怨上帝，他們會說：「我這一輩子都在做好事，而祢卻燒了我的房子。」他們忘了就在三十年前，在他們尚未出世以前，他們在哪裡、做了什麼？我們去年做了什麼事，尚且很容易就

遺忘，更不用說上輩子、好幾輩子以前的事。

所作所為都應無條件

所以當你們為了開悟而修行時，必須了解我們是無條件的修行，就算我們修最高的觀音法門，還是必須接受一些小麻煩，有時甚至是大麻煩或大災難；所幸比起一般不修行的人要少得多。如果你是抱著訂合約的心態來找我，那你就會失望。有人誤解我們的動機，我從未保證你們會富有，我從未保證你們會過舒適的生活，或是萬事皆如意，也從未應允你們會得到想得的任何一切，包括不好的東西。

修行是為了消除我執，有人什麼都想要，甚至於是無聊或不可能得到的東西都要，經常勉強別人為他工作，只想不勞而獲，只顧己利，不考慮情況，不顧對錯，那就是我執。上帝並不欠我們任何東西，我們打坐完全是為了自己好，使自己變好，因為那樣才對我們好。



聖人心不求回報

清海無上師以英文講於福爾摩沙西湖道場

一九九五·六·五

禪三已經結束，我想我該讓你們按正常時間去睡覺了。你們不必打坐打那麼久，你們可以回到各自的帳篷繼續打坐，直到你們想睡覺為止。白天你們可以隨自己高興休息或打坐；依照這裡的作息時間表，比如說，早上四點到七點，晚上六點到九點打坐。一般情況下是這樣，你們就依照這裡的作息時間表。有時在夏天和冬天時間表會有點不同。你們可以很自在，但要儘量多打坐，不要閒聊太多。如果一定要講話，就談上帝、談些有益的事情，才能在空氣中產生肯定的振動力，來為世界的和諧，為你們自己靈性的提昇，也為你們的鄰居們做一份貢獻。無論我們講什麼，講好事或壞事，都會相應地發出一種振動，它會反過來影響我們。

很多人還在這裡，你們會留很久嗎？你們的家人同意嗎？我告訴過你們，如果你們沒有責任就可以留；沒有家庭、小孩、工作或其他責任，尤其是家庭、小孩和工作；如果你們有工作要做，你們必須在離開之前通知老闆，或告訴他你要留在這裡等等，不能這樣隨隨便便想走就走。設身處地為人著想，看情況辦事，不可以太自私，破壞你自己和我們團體的名譽。

做好事不期待任何回報

我們在這個世界上必須做好事，並不是為了得到好結果、好的果報，那只是給小孩子、給剛剛修行的人；剛開始修行的人，他們還需要功德、獎賞、懲罰，這類稱讚與責備的東西。但當我們進入更高的境界、更高的意識層次以後，我們就不在乎這些了！只要對別人有利益，只要我們的良心認為是正義的事，我們都會去做，而根本不會期待任何回報。

如果我們看世界歷史，就會知道並不是每一個行正義的人，每一個善意的行為，都會相對地得到好的回報。比如說我們看耶穌基督，祂一生都努力做好事，做上帝品質的好典範，但祂並沒有得到什麼特別的獎賞作為回報，我是說至少在祂活著的時候沒有。佛陀也一樣，祂為這個世界和祂的弟子們做了那麼多，而祂所得到的卻是衆多誹謗、責難和詛咒，有時甚至幾乎被暗殺。再比方說甘地，他盡力為他的人民和他的國家做好事，並在印度不同的宗教信仰者之間帶來和平，可是到最後他得到的是什麼？一粒子彈。還有很多其他人，像美國的甘迺迪、亞伯拉罕·林肯等等，所有這些好人，他們真誠地努力為這個世界帶來正義，為人類帶來和平。這些人為這個世界做了好事，卻都得到了悲劇性的果報。

做好事並非一定會得到好報，所以不要期待我會答應你們說，如果你們持戒、吃純素，我就會給你們所有的保護力量，讓你們的生活順利沒有問題——所有人都愛你們，

沒有敵人、疾病、不愉快的意外事故等等。你們持戒，你們做好事，因為只有這樣才值得生而為人。

超越稱讚與責備

更進一步，如果我們想超越凡夫的人生而成為一個聖人，利益整個宇宙，那才是做一個堂堂正正的君子的涵義，那才是目的，唯一的目的。只要我們修持慈愛善行，總會有的力量想辦法攻擊我們，想辦法使我們改變原有的宗旨，偏離正道。所以要下很大的決心，並堅持原則，才能掌握自己，才能檢查我們所走的路，檢查我們的生活，這樣我們才能一直往正確的方向走，即使當我們沒有從中獲得好的結果時也無怨無悔。

成為高貴的衆生是唯一的選擇

即使我自己，也不是總會得到正確的結果或正義的獎賞；得一次獎或一次榮耀，我得到上百個誹謗作為回應，只不過你們不曉得這些事情，但並不表示它們不存在，只是因為我不在乎，這也不表示它們不存在。就是因為我們不把毀譽看得那麼重要，我們才不怎麼受影響，不是表示我總是得到讚譽，總是每個人都跟我合作，即使和徒弟也一樣。事實上，當一位明師絕不是一件簡單容易的事，而是一種巨大的犧牲與受苦；這是

指內邊而言，多數人不了解。所以，即使障礙重重、人們不領我們的情，我們仍然繼續做好事，不斷改善自己去做對的事，對的事就要去做（大眾鼓掌）。正由於這個世界充滿挑戰，我們才要時時走在上帝的道上，時時遵循良心的戒律，我們因此而能超越各種差異與各種讚譽、責難，而成為高貴的人。

做高貴的衆生是唯一的路

即使做一位高貴的衆生是很不容易、很難獲得的果位，但那是唯一的路。難道我們一直沉在較低的等級，沉在較低等的思想裡，或是過著暴力的生活，沉在無明的品質之中嗎？我們應該這樣嗎？（大眾答：「當然不應該。」）對啊！你們答對了！所以說這是我們唯一的選擇，無論多麼艱難，也要勇往直前，無論目的多高、多麼遙遠，也要奮力向上。我們必須一次又一次地努力嘗試，直到在我們內邊只存在好的品質為止，直到我們的內邊只認識上帝的天國，別的什麼都沒有為止。

什麼是天國？天國並非是一個閃耀著金、銀、鑽石、紅寶石及各種寶石光芒的宮殿，祂是純潔、愛力、友善、慈悲與祥和之心，那才是天國。如果我們在內邊帶著這個天國，那麼無論我們走到哪裡，都會感覺到置身天堂之中。所以當我們活在這世上，就沒有必要渴望超世界的生命，而避開為地球上的兄弟姊妹們服務的機會。因為如果我們已經得到內在的天國，無論我們是活著還是死了，祂都是屬於我們的，沒有人能把祂拿

走。但如果我們沒得到祂，即使我們去了天堂，天堂的外在環境或許還穿透不進我們暗黑了的靈魂，我們還帶著仇恨、嫉妒、壞及否定的思想在我們的心中，那麼，天堂對於我們來說，只是宇宙中的另一個地方而已。如果我們還沒有改變自己，到哪裡都是一樣的。

內邊和平了處處是天堂

如果我們改變了，情況也會跟著改變。如果我們內邊有天堂、內邊和平，那麼所到之處都是天堂，到處都是和平，那就是做好人做好事的目的，因為那是唯一的選擇：除非我們想要永遠留在地獄，那我就知道了！要那樣很容易，要去地獄我們不用努力、不需用功，那是最易走的路，最擁擠的地方，所以我想最好還是去天堂，不那麼擁擠，更安靜、更多空間。每個人都去地獄，那麼我們為什麼不去天堂呢？就像在城市已經太擁擠了，為什麼我們還要去那裡呢？所以，如果我們想要和平、平靜與安寧，我們就去鄉間，那裡比較有空間，土地也便宜，充滿綠色的環境，對我們的健康與靈性等各方面都有好處。

我認為如果我們選擇去天堂是很明智的，也許要花很大的工夫（大眾鼓掌），當下是要很努力的。不過，如果你們想以後再努力或下輩子再用功，那樣會更艱難，累積更多的垃圾、更多的壞品質和更多習慣，而很難清除。也許我們現在已經在第一千次輪迴

當中，如果再回來一次，就是一千零一次，再回來一次，就是一千零二次，每一世輪迴我們都累積更多的垃圾、更多的壞習慣，那麼要除掉這些壞習慣就更加困難。所以無論多麼艱難，這次都要努力試一試。

拔除根深柢固的微細習性和執著

也許你們自以為已經很乾淨、很純潔了，但我要告訴你們，要小心，不要以為因為我們吃純素、持戒，我們就乾淨、純潔，還沒有！沒有那麼容易，下次觀察一下你自己，觀察一天中的每個時刻，花一天時間觀察自己，看看你對不同的情形怎麼反應，仔細觀察，然後你就會知道我的意思了！比如像有些人來我這裡想要出家，我告訴他們，不行，你沒必要出家。我不想跟他們說，他們還沒達到那個程度，我只是告訴他們沒必要。因為即使當他們和我在一起跟我談話的時候，比如說，一個男孩正在與我談話，這時他聽到另一個女人的聲音，正要來師父的房間或師父的地方，他會馬上梳理頭髮，甚至他自己也不自覺，可是我知道。或是一個女孩，正在和我談話，然後聽到一個聲音，只有聽到聲音而已，知道有一個或兩個男孩走過來，不管來者是誰，馬上她就整整衣服、摸摸頭髮（大眾笑），不是平常我們頭髮被風吹散時隨意梳理的那種動作。我辦公室內也沒有風。

許多事情我們自己也察覺不到，有些是非常瑣屑的事情，很根深柢固、微細的習

慣，還有許多其他事情也是，好比我們缺乏慈悲愛力，對別人的痛苦不敏感。比如有時，我與我們這裡所謂的出家人一起看電影，電影內容很多，有時是有關戰爭的，有時是關於靈性方面的，有時是有關於這個世界上令人感觸很深的事情，像戰爭、死亡與苦難，諸如此類。這些事情總讓我掉眼淚，有時讓我非常震撼，而有時又令我深深地感動。但有些出家人，只是笑笑就過去了！也許他們的等級比我高，沒有感情，而我的阿修羅感情太多，或是其他什麼的（大眾笑）。

雖然我明知它只是一部電影，但是我並非只是看電影，我看到的是電影背後所要傳達的苦難。我並不是為了電影中的人物死掉而掉眼淚，我曉得那是電影，我不是因為那個演員死了，或少了一條手臂、一條腿而掉眼淚，我是為了他們在電影中想要努力描述的這個世界上非常真實的苦難而感動。然而我看到有些出家人他們坐在一邊，因為電影中的某些情節而笑了起來，而我卻笑不出來；當然我是最會笑的，這個你們都曉得；並不是我不會笑，但在這樣一種情形，我完全笑不出來，那時我便感覺到有些出家人是多麼不敏感，太麻木了！這就是我們生生世世所累積下來，連我們自己也意識不到的，非常微細的習慣和堅硬的品質。

對自己坦白

你們務必要徹底檢查所有那些你們並不要隨身攜帶，不喜歡卻又根深柢固的習

慣。如果你們帶著它們感到舒服，對我來講也沒問題。那是你們的垃圾，不是我的。但我的意思是，如果我們對自己真的很坦白，想改進、想訓練我們對他人苦難與歡樂的敏感度，以及對我們自己的純潔與完善的敏感度，那麼我們必須要時時保持警覺，要時時很注意！否則很容易的，一天就過去了、兩天過去了、三天、一輩子都過去了，我們還沉在自我放任中，在壞習慣中，而沒有進入一個更高的意識層次，無法了解靈性生活更深一層的意義，然後我們責怪別人、責怪上帝、責怪這個法門、責怪師父、什麼都責怪，但那並不能幫助我們。那是不對的，我要告訴你們，那是不正確的。

如果你們要，你們可以責怪我、責怪法門，但那樣完全幫不了你們的忙，不能幫你們變得更好。最好是你們對自己誠實，時時警惕我們根深柢固的習慣，以及它對我們的不好影響。時時要小心！我只是告訴你們幾個例子而已，還有很多，我一時也記不起來了！而且我也不願意帶所有的垃圾給你們，我信任你們現在已有足夠的智慧與聰明度，可以從這些例子中得到某些啓示，而因此能夠找出自己其他的習慣或其他根深柢固的業障；我雖沒提到它們，但下一次，當你們看到、感受到它們，或當你觀察到它們在趁你不注意的時候，增長、或潛入你的生活，你就會認出它們了。有很多情況，我沒辦法都記得，沒辦法全告訴你們，但是你們知道，有許多、許多小事情。

從今天起你們九點鐘左右就可以去睡覺了，在你們的帳篷內繼續打坐，早上大約三點起床，打坐到七點。白天你們可以休息或幫忙做事、或做清潔工作。工作的時候時時刻刻都集中注意力，不要閒聊，講些沒用的話。當然沒人會罵你們或把你們怎麼樣，

但既然你們已經來到這裡了，就應該利用空閒的時間，利用道場的環境與氣氛，提昇自己的靈修等級。無論是走路、睡覺、談話、坐著、躺著時，都要把注意力集中在智慧中心，那樣的話你們修行會更快進步，那時你們自己會感受到；而你越進步，你就會越受到鼓舞，從而會努力地修行。如果我們已經有了這個法門，卻不善用它，那是很可惜的。道場這裡對你們的打坐修行很有益處，沒有人干擾你們那麼多。儘量利用你們在這裡的時間好好修行，這就是我所要告訴你們的。晚安！（大眾鼓掌）謝謝大家。



開悟喚醒肯定力量

清海無上師以英文講於新加坡
一九九五·一·十

穿越虛幻之門

很多人都期望開悟的人或是會開悟的人，他們一定有某些不平凡的相貌，也許有七尺高，或者腳掌長得像這樣或手像那樣。因為當我們讀佛教的經典時，裡面描述佛有些什麼特徵，像是祂的腳掌像鴨子一樣的連在一起（大眾笑），或是祂的腿像鹿腿，祂的眼睛像牛眼……之類（大眾笑），以此來讚美佛。不過假如將這一切湊在一塊，那會造出個可笑的佛，懂嗎？（師父笑）

不過有些人並不了解這些，也許在古代的時候，這些動物之王是美和高貴品質的最好象徵。這就是為什麼那些敬愛佛陀的人，想傳達給別人知道佛陀是如何的美，就比喻祂走路有如鴉王，祂的胸膛有如獅子……之類。但是若將所有這些動物部分的形容湊在一起，你們大概不會知道這是哪一類的佛了！

這些只是外在而已，每個人的內在其實都一樣，我想你們每個人都知道這一點。但是怎麼的一樣呢？我們又如何能知道？這就是一個困難的問題了。即使這問題非常簡單，但是還是很困難，因為我們完全忘記了，就是這樣而已。我們完全忘掉我們真正是

什麼？每天忙於追逐我們的夢想，忙於滿足那些刻不容緩的欲望，使我們忘記了。我們忘記我們真正是誰？我們從哪裡來？為了要讓你們知道我們是多麼地健忘，讓我來告訴你們一個我自己的真實故事。

我想那是在兩、三年以前，當我第一次受邀訪問澳洲時，我們在不同的城市辦了三場的講經。第一場講經進行得還好，沒什麼問題。第二場也不錯，我準時赴會。第三場講經，我遲到了！遲到的理由不是交通的問題，不是我睡著了，不是我沒有車或沒有什麼，唯一的理由是我忘記了，我忘記那天晚上有講經。

我一直在做自己的事，看到房間有點不整齊，所以我把它整理一下，然後試著把東西搬到這、搬到那的，好像那是我的房間一樣。也許是要平衡一下我忙碌的行程，找一些事情來做，可能是這樣。或者因為我是個完美主義者，每當看到有不整齊的地方，就想將它弄整齊。於是就這樣，我完全忘了那天晚上的講經。

一直到時間已經超過預定開始的半個小時後，才有一些徒弟緊張的衝進來：幾乎是用闖的進來說：「師父，您在哪裡？」我很清涼的說：「哦！我在這裡啊！」他們說：「師父，您現在應該已在講經的大廳了。」我說：「什麼？什麼講經大廳？」我真的忘得一乾二淨。我想沒有人像我這樣健忘，不過也許我們有時候都會忘記事情。你們會不會。

有時你們全神貫注做其他的事情，就忘了那天主要的目的。你們有沒有發生過這樣的事？有啊？好！當然我馬上趕過去，並對大家道歉。我真的感到很糟糕，於是我跟上

帝約定，如果下次祂要讓我再去講經，得先為我準備好鬧鐘才行。從此以後，我總是到處擺放鬧鐘，每當有講經時，我就到處把鬧鐘設定好，這樣萬一當我忘記時還會提醒我。怎麼可能連要講經都會忘記呢？哦！連我也不懂！不過這的確發生在我身上。

所以現在，如果我們在這世界待太久，一輩子、兩輩子、一百輩子，那當然我們更會忘記自己來這世界的目的。有些人有過暫時死亡幾分鐘或甚至二十分鐘的經驗——臨床上的死亡，譬如醫生已經宣布死亡，呼吸停止、沒脈搏……。但是在他們甦醒之後，他們說了很多超世界的故事，也記起他們為何來這世界，為何出生到地球的原因。不過大部分的人，隨即就忘了他們在天堂所看到的事情，忘了他們在這一世該做的事。雖然他們看到了來此世界的目的，但是當他們回到這個世界，再度活過來時，他們就忘了。他們只是知道有使命，但忘記是什麼。

中國有一種傳說，當我們再度投胎到這個世界之前，陰間的閻羅王會給我們一種湯喝，可能是像巧克力之類的熱飲吧！（師父及大眾笑）喝了會讓我們完全忘記自己的前世，好開始新的一世。多數我們都曾答應過說，如果我們再來這個世界，如果能再有機會做人的話，我們會做這個、會做那個，以及其他很多事情，我們會修行、打坐，會怎樣又怎樣的；然後我們會開悟，會奉獻我們的一生和精力去服務人類……。

我們真的想要做好，但是由於「孟婆湯」——這種「忘我湯」，所以每個人都忘記了。因此，我們唯一要再度記得的，就是要開啓這道祕密知識之門。如果沒有打開這道門，我們就永遠無法超越這個世界。而我們所能知道的，就只是物質的存在，和這一切

的痛苦、享樂和其他無常的事物。我們將永遠以為自己就是這個外在的肉體，而隨之一起受苦。

世界的苦難來自無明

為什麼我們必須記起我們來這世界的目的呢？這倒不是因為我們曾答應這麼做，而是因為如果我們不記起來的話，我們就必須一再地回到這世界，直到我們記得、一直到完成我們在這個地球上的使命為止，然後我們才能去更高等的境界；或記起我們原本在天堂或涅槃的偉大地位。這個世界的苦難並不是全由戰爭所引起的；戰爭還不算巨大的災禍；也不是饑荒及這類的事所引起的，這世界的苦難其實來自無明！因為我們不知道來這世界的使命和目的，誤把遊樂場當家園，時間過了還不想回家，有時在外面挨寒受凍、遇險。

但是即使如此，佛菩薩、全能的上帝，還是一直試著尋找我們這些因愛玩、忘記回家而走失的小孩們，因此佛菩薩有時會下來，忍受人類生活的苦難，忍受這卑微物質生活的屈辱，就為了找尋迷失的小孩，好及時將他們帶到安全的地方。因為任何房子，不管造得多麼堅固，總有一天它也會自己毀壞，或是因為自然力或其他因素而壞掉，或是因為太舊了，必須要再建一間新的。而這個世界就是一間大房子，很漂亮、很堅固的房子，但不是永恆的房子。

這就是為什麼佛菩薩，還有像耶穌、穆罕默德……聖人，祂們要下來我們這裡，散播加持給我們。我們走一步，祂們走百千步來接納我們，原諒我們的錯誤，洗淨我們過去不好的行為，並教導我們新的生活方式、新的開始。更好的說法是，祂們引領我們回到原本的生活方式，一種我們應有的、應該實現生命的方式。

負面訊息的破壞力

直到現在，我們身體裡面所有的細胞、所有的神經系統，幾乎都是遵從由我們的訊息中心所發出的負面指令。這就是為什麼我們會有戰爭、為什麼會有屠殺、為什麼會有因競爭而犧牲別人的工作、事業或致夫妻失和的情況，這都是因為我們的頭腦中心，沒有正面的訊息可以命令身體去做好的事情。即使是世界上的好人，在社會的負面影響衝擊之下，有時候，信心也常會動搖，善良的本性變得軟弱，有時甚至還會屈服於否定的力量。

當我們腦中只有負面的訊息時，當然我們也只能發出負面的訊息和負面的指令，而體內的細胞、神經系統，也就只能遵從這些負面的指令，做出負面的事情來。這就是為什麼世界沒有和平，為什麼到今天兄弟仍然自相殘殺，甚至父母為了享樂，為了一己之私，為了個人的自由，贊成墮胎合法化來殺害他們的孩子。並不是因為他們不好；不是這些戰爭製造者或這些父母不好，就像那些殺了太太的丈夫、殺了丈夫的太太、或是互

相殘殺的兄弟，不是他們不好，只不過是因為他們的頭腦一直被灌以負面的訊息和負面的概念。頭腦下命令，細胞必須遵從，身體也必須照著執行。這就是為什麼我們會越來越消沉，為什麼我們的世界無時無刻，都處於由我們自己所造成的滅亡危機之中。

因此從邏輯上來說，唯一能夠幫助我們的，便是要灌輸我們自己正面的訊息，要改變我們的訊息流。我們必須每天都要接收好的、正面的、有建設性的、開悟的與智慧的訊息，然後這些訊息就會從頭腦裡指揮細胞及神經系統來做事。這時所做的事情自然都是好的、和平的、智慧的及有建設性的正面事情，這就是我們拯救世界的方法。不然的話，不論有多少和平會談，不論花多少錢在軍備上、在軍隊上，我們依然不會有安全感。只要看今天這個國家才結束戰爭，兩方握手言和，有個新的開始，明天醒來，又聽說另外一個國家爆發戰爭，聯合國又連忙趕過去那裡；這邊還沒有結束，又有一個國家同另外一個國家發生戰爭……東一個戰爭，西一個戰爭，到處都是戰爭。

開悟為世界帶來奇蹟

現在已經快二十一世紀了，我們應該已經很文明、很和平、很友愛，彼此間能互相幫助。並且以我們現有的科技成就，以及從孕育萬物的地球和宇宙中所發現的財富來說，我們每一個人應該都可以過著帝王般的生活。可是這世界卻仍充滿著貧窮、戰亂和苦痛，這都是因為我們沒有足夠的正面資訊，來輸入我們的頭腦和整個系統。開悟大致

來講就是這樣而已，代表一種正面的生活，可以讓我們接上原本就存在我們內邊的肯定力量。大家都知道在宇宙間有兩種力量，我們稱之為陰和陽。我們現在幾乎是住在陰裡面，沒有正面的陽，因為我們還沒有打開那個源頭。

這個世界是個否定的世界，所以很顯然地，到處都有很多的陰，而且大家也比較容易接觸到陰，比較容易接觸到否定的力量。所以除非我們具有足夠的智慧能轉向肯定的這一面，並且從中汲取我們每日所需的正面力量，這樣才能獲得平衡，才能在這個世界創造奇蹟，那時候世界必將再也沒有戰爭、沒有痛苦。所以剛剛我才說，這個世界上的痛苦，並不是由任何個人或國家所造成，而是因我們人類的無明才產生。

開悟不是新奇的事，不需要我們去乞求，也不神祕。它是一種人人內邊皆有，但尚處於休眠而且尚未使用狀態的肯定力量。所以，如果有人提醒你到哪裡去找，或如何去使用它，那就叫做開悟。這也是為什麼我們可以「即刻開悟」的原因。因為假如你的口袋內或這裡有某樣東西，你就可以馬上把它拿出來，沒有必要再跑去超級市場買。只要你願意接受，它就在那兒。我會向你證明它是即刻的，你馬上可以使用它，並且在頭幾天就可以體驗到自己的人生獲得改善。

有的人在印心時，就有重獲新生的感覺，他們滿心喜悅，幾乎要走上街頭親吻每個人。當然我會建議他們別這麼做，尤其是在新加坡。這只不過是表達他們喜悅的一種方式而已，印心之後，他們會活得飄飄然，他們工作，卻沒有負擔；他們以愛心來照顧家庭，而沒什麼掙扎。大多數的家庭常常因為無明而彼此折磨，但許多人開悟後，發覺自

己的家竟變成天堂。如果每個人、每個家庭皆如此，我們就沒必要到天堂去了。我們這個行星將能保存，並且透過我們肯定的力量，我們也可以提昇其振動力，使它變得如同天堂。

天堂與地球的差別

天堂與地球唯一的不同就在於振動力。天堂的頻率快且平順，而像地球這樣的物質世界則粗糙而不均。這就是為什麼我們有時會有災禍、地震及各式各樣的天氣變化。當然，我們可以依據天氣預報所說：「喔！西北邊有風，因為它這麼吹才造成諸如此類的結果……」其實這一切都是整個地球，及其周圍大氣層的振動力所引起的。天堂並沒有這些事情，那兒沒有颱風、地震，甚至沒有地、沒有風。一切都不一樣，即使天堂眾生的振動力也不一樣；正因為他們的振動力不同，天堂也就不同。所以就算我們待在這兒，只要我們的振動力不一樣，我們的生活也會不一樣。

不過如果地球上只有少數人修行的話，還是不能將整個地球變成天堂。但是如果全部的人，或是只要三分之一的人能夠依這個方法修行，地球的振動力就會不一樣，那麼即使另外半數的人，什麼也沒做，依然會獲得利益。這就好像在一個家庭中，只有爸爸、媽媽去工作，不過他們的新水卻可養活全家人，家中的小孩子並不需要去工作；他們要也可以，等他們大了，想要工作時也可以工作，不過是出於為社會盡義務，而不是

出於生活之必須。當然了，家中成員錢賺得越多，這個家的生活也可以過得越好。

同樣地，地球上越多的人依天堂的生活方式修行，如此地球的品質才能越提昇，那時我們在此的房子才算安全，否則就稱不上安全。如果地球的振動力還是如此粗糙的話，那麼終有一天它會爆裂開來。我們知道，越精緻的東西，越無形的東西，就越能持久存在。同樣地，因為我們的地球太過於粗糙、太沉重，所以到頭來免不了會自行毀滅。而且恐怕在這之前，我們所製造的原子彈，我們對環境的摧殘和對地球大氣層的疏於保護，早就已經摧毀它了！

有時候我們使用太多的化學物品來毒害自己、土壤及水源，所以地球才難以持續存在下去。我們不需要成為天眼通或像諾斯查·達馬斯（十六世紀法國一位預言家）那樣會預言的人，才能預測這個世界無法永存。我們自己也可以預測。只要看看我們鄰近四周的環境，就可以了解到我們是如何對待我們的地球，以及戰爭是如何一而再、再而三地破壞地球的每一個角落。

紅精靈與綠精靈的故事

有一個故事敘述兩個住在山上的魔鬼：事實上他們也不是魔鬼，而是半天使半妖精的精靈。他們兩個住在一起，其中一個是綠精靈，另一個則是紅精靈。就好像外面的紅綠燈一樣，綠色代表和平及順暢，紅精靈則代表戰爭、停止及障礙。他們兩個一直都快

樂地同住在這山上，沒有任何問題，沒有焦慮、欲望，什麼都沒有。

他們這樣活了好幾百年，平時沒事的話就常一起坐在山頂上，往下瞧瞧人間凡塵。他們看到人們整天上上下下奔波忙碌，而且世界也不斷變遷。所以綠精靈就對紅精靈說：「你看，我們在此已經活了好幾百年，日子還是一成不變，但是下面的人間每天都有所變化。為什麼會這樣呢？」紅精靈回答：「的確，你說得對，這很有意思，人類的生活看起來比較有趣些。」綠精靈又說：「為什麼人類的生活總是不斷變動呢？」紅精靈想了一下才答道：「一定是由於他們總是互相爭戰的緣故。你看他們今天蓋好一棟又美又大的房子，明天他們起了戰爭就毀了它。然後他們會再蓋一棟，然後戰爭再起而又毀了它。所以人類世界才一直有事可做，人間才會不斷變遷。我們兩個的生活過於和平，十分無聊，我想我們應該開始彼此爭戰才對。」這是紅精靈的想法。

綠精靈則說：「不！不能打仗。我們是好朋友，幾百年來都是如此。我們怎麼可以互相爭戰呢？」

但是紅精靈說：「如果我們不打仗，我們的生活就不會有變化，我們的日子將會千篇一律，實在很乏味，沒有什麼進步，我們還是打仗好了！」綠精靈說：「不，不，不！我做不到，我們是朋友。」但是紅精靈仍堅持己見地說：「從今天起，你就是我的敵人。」紅精靈這樣即地宣戰後就離開了，不再和綠精靈住在一起，他搬到山的另一邊，獨自一個人坐著，開始準備戰爭。綠精靈則仍住在山的這一端，他覺得既孤獨又可憐，思念另一個精靈而感到很難過。

你們曉得精靈有些超能力，他們能夠飛、能變出東西、能看得很遠、能聽得很遠……，他們的鼻子還能夠無限地延長。有一天，綠精靈正坐著感到無聊時，他突然注意到下面的人類世界，有東西一直閃閃發光，他覺得好奇，便把自己的鼻子變長（大眾笑），他說：「變長，變長，變長！」然後他的鼻子就一直伸長，伸長直至穿到下面的世界，來到閃閃發光的地方。

原來光亮是來自當地城市的公主衣服，她的僕人們正在戶外曬它們。由於公主的衣服上鑲有黃金片、鑽石、紅寶石……珠寶，所以在太陽底下閃閃發光。只聽那些曬衣的僕人們彼此說道：「公主的衣服這麼漂亮，又這麼多，我們的竹竿不夠用了，該怎麼辦呢？」

恰巧綠精靈的鼻子剛好適時伸達（大眾笑）。所以接下來僕人們就想：「我們現在有一段很長很長的竹竿，足夠曬這些剩下的衣服了。」於是他們把公主剩下的衣服都掛在這根綠竹竿上，然後高興地進到屋子裡，吃起印度餅來了。

現在綠精靈突然覺得鼻子好重，他很害怕，立即將鼻子縮回原狀，於是一大堆閃閃發光的衣服就掉在他的腳前。他想：「今天真是個幸運日。」於是開始試穿起那些衣服來。衣服穿上去很漂亮，所以他很得意地一個人走來走去。

這時紅精靈剛好過來找綠精靈，想要挑起爭戰以求進步。綠精靈說：「你看！我有此漂亮的新衣服，我留了一半給你。」紅精靈以鄙視的態度說：「我可不穿這種可笑的東西。只有像你這麼瘋狂的人才會穿這種東西。」他要挑起爭端，所以就胡說八道起

來。綠精靈倒永遠是綠精靈，他很清涼，不跟紅精靈計較，他說：「好嘛！好嘛！你不想穿也沒關係，留在那裡，沒問題！」紅精靈因為不知道還能做什麼，所以只好回家去了。

紅精靈其實非常嫉妒綠精靈，所以他也想自己試著去拿一些衣服。他如法炮製地將鼻子伸得很長，伸到皇宮去，等待有人把漂亮的衣服掛在上面。剛好那天武士們在一起練劍。當他們看見這麼長的東西伸過來時，互相問道：「那是什麼東西啊！」其中一個說：「很可能是敵人發明的新型武器，想試著攻擊我們。讓我們先殺了它！」「喔！好。」於是武士們就用劍劈下去。紅精靈只覺得突然間一陣劇痛，連忙把鼻子縮短回來，只見上面流著血，於是他哭了起來，哭得好傷心。

綠精靈聽到哭聲，連忙趕過來問他：「怎麼了？什麼事？」紅精靈覺得很不好意思，又很生氣，不敢把實情說出來。因此他說：「滾開！不要煩我。」綠精靈連忙說：「不！我不會煩你，我是來幫你的，你流血了。看！我有這個藥，我幫你塗在傷口上，血馬上會止住，而且將來鼻子會復原成原來漂亮的樣子。否則可能會留下一個瘡疤或一個洞，那時就很難看了，我只是想照顧你而已。」

紅精靈終於被感動，他說：「好嘛！好嘛！」然後開始痛哭：「好痛！快點！請快點幫助我，讓它快一點好起來！」從此以後，他們又恢復了和平相處。因為紅精靈已經吵夠了，他了解爭鬥是不好的，他已經學到了和平的功課。從此他們每天一起穿好看的衣服，一起喝茶而不再有戰爭。

唯有開悟才能喚醒本人

但是我們的世界，還沒有學到這種愛的功課，真是件不幸的事。所以不要一直在報紙上批評這個或那個國家政府，指責這個或那個獨裁者，或是指揮軍隊應該怎麼做，因為直到現在為止，這些都沒什麼用，所以不要做這些事。或者除了做這些事之外，我們還要及時為自己找到一條出路，而這唯一的出路就是所謂的「開悟」，開悟能讓我們重新得回我們嚴重缺乏的正面訊息：它本來已經存在那裡，只是我們以前沒去用它而已。

當我們誕生到這個世界的時候，每個人都必須照顧自己生理上本能的需求，像是寒冷、飢餓、環境感染……，所以從出生或孩童時代起，我們所做的本能的反應，都是為了擁有這些物質上的舒適及肉體上的需要，這就是為什麼我們沒有機會記得正面訊息的原因。有了這些正面的訊息，我們才有辦法生存，才能有智慧，才能更完美地履行我們在這個世界的職責。

現在你們應已了解為什麼我們會忘記：為什麼我們不能擁有正面訊息；為什麼我們已擁有卻不用，這都是因為從出生一開始，這個世界給我們生理需求的威脅，超過我們所能忍受的。我們所做本能的反應，都是為了保護我們這個身體，照顧它吃的、喝的、給它衣服穿、蓋房子給它住，買更多的毯子、買大車子以便讓我們能到處跑，建大馬路讓車子能夠行駛……。所有這些肉體上的需求，都是從出生起，就馬上整個佔據了我們所有的時間，讓我們逐漸習慣於以各種物質需求來蒙蔽我們自己。這就是為什麼，我們

越來越遺忘要更進一步地去思考，我們天賦本能中正向的那一面，這就是唯一的祕密。你們覺得這樣說有道理嗎？（聽眾答：「是！」）

現在我已經簡短地以邏輯向大家解釋、提醒你們什麼是真正的開悟。開悟一點也不神祕，開悟就是我們本性中肯定的那一面；在我們裡面兩種力量都有，到現在為止，我們都只用負面的力量。因為這個否定世界的物質需求，一直是強迫我們依靠負面的力量才能存活，如果我們越那樣做，我們就越忘記另一面，如此而已，而這不是我們該做的事。

因為沒有正面的力量，我們連負面都沒辦法照顧好。沒有司機嘛！不管你把車子照顧得多好，沒有司機它就不會動，如果它動，可能會到處亂走而撞死人。所以現在一定要喚醒這個司機才行，一定要把他叫起來好好地開車，這就是開悟的意思。

.....

會後問答

觀音法門助益眾生

問：師父，我知道有所謂的「方便法」，它和觀音法門一樣嗎？

師父：並不完全一樣，可是它也可以讓你品嘗一下開悟的滋味。而且不必嚴守像吃全素或每天要打坐兩個半小時之類的戒律，就可以每天繼續修這個方便法。只要每天打坐半小時，職務或情況方便、允許的話就儘量吃素，所以這個方法才叫做「方便法」。

修方便法你同樣可以得到開悟，但這屬於「小乘」，只有你一個人可以解脫。而觀音法門則可以讓你的七代甚至九代的親友都解脫，甚至連一些你根本不認識的人，例如你的祖先、你的後代，及一些還沒有出世的子子孫孫們，由於血源的關係，他們也會解脫。

問：師父，當我作東款待朋友午餐或晚餐時，而他們並沒有吃素，我是否該爲了自己一個人吃素完全點素菜？

師父：不，不用！你點那些賓客想吃的菜。我們不強迫別人跟我們過一樣的生活方式，不妨礙他們的自由，這是他們的選擇。可以問他們不想吃素，如果他們同意而且樂意偶爾試試素食，那很好；如果他們不喜歡就算了。

問：師父，請告訴我如何可以達到天國的第一界？或是我必須先做什麼準備？

師父：只要到第一界而已嗎？你的目標實在太低了！（大衆笑）你為何不跟我到至少第五界去呢？在那裡，幾乎都空空的，因為沒有人到達那裡，那裡很空，新加坡太擁擠了。我們可以改變一下生活，那裡有許多宮殿，沒有紅綠燈，沒有交通阻塞（師父笑）。

第一界不值得當你的目標。兄弟們，第一界只有一些阿修羅的衆生住在那裡，只是

一些小天堂及地獄而已。在那裡只有一些小小的神通、治病的能力以及天眼通，就這樣而已。你可以住在那裡百千萬年，可是還是要再回來。但誰知道你會生在哪裡當什麼眾生？因此為什麼要去第一界呢？第一界和這個娑婆世界一樣不安全。不要期望去那裡，那只是個起點，A B C的等級而已，我們從那裡出發，但是不停留在那裡。

問：師父，關於第一個戒律「不殺生」，假如有一條蛇跑進我的房子，我是否可以爲了保護我的家人而殺死他？

師父：新加坡沒有蛇，不要找麻煩給我（大眾笑及鼓掌）。甚至連人都不夠地方住了，這條可憐的蛇可以住到哪裡去？無論如何，你無需殺生，你可以給他一個布袋，他會很樂意地自己爬進去，然後你再帶他到外頭的小樹叢之類的地方去放生，這樣他會很高興的。如果你必須殺他，當然你也可以做，但你得償付這個代價。在這個世界上，你可以做任何你想做的事，只不過你得去清償；不是指錢財方面，而是業障。

你殺死他，然後等一下也許你某處會受傷，或是有嚴重的頭痛，或是你會突然手臂癱瘓，比方這樣子。你也許很快就清付這個業障，也或許要長期地清付，這要看你造業的大小，看你從造物主的物質寶庫中拿走多少東西而定。你拿得越多，你要償還的就越多，你拿得越少，你要償還的就越小，這也是為何我建議你們吃素，因為代價比較小。

你們知道，即使蔬菜也有生命，可是吃蔬菜不會造成太多業障，不會造成你們太大的負擔，並非吃蔬菜就不用付代價，我不是指市場標的菜價，我是指清付造物主而言。造物主位於全能的上帝之下，如果你不能或沒有還清造物主你的債務，你就無法到達上

帝那裡，這就是癥結所在。

明師持有開悟之鑰

問：師父，請解釋何謂觀音法門的印心？

師父：印心是開啓智慧的無形儀式，不用鮮花、不燒香、不用禮拜也不用佛像或教堂，什麼都不需要，只要和你內邊原有的肯定力量就夠了。你只需靜靜地坐著，然後我會指引你的靈魂回到陰陽結合的狀態。現在的你是被隔開的，為了生存，你一直都偏向陰的那一邊。當你靜靜地坐在那裡，準備回故鄉，我一拉你就可以回去，但並不需要任何行動。這些是很抽象的，是無形的萬能力的傑作，不需要做任何事情，是做而不做。

我甚至可以不必在現場，不需知道你的名字、住址、年紀或職業，我不用認識你；我是指外面這個肉體不用認識你，內邊則會認識。因此印心時你只是坐在那裡，然後就能回到你肯定的那一面。你知道，就像失去平衡一樣，你一直偏向陰的那一面，現在一瞬間拉回來你就平衡了，然後你會知道你開悟了，因為你會看到光，聽到美妙的旋律。

這是來自天國的教理，這個教理不是新加坡式的英文，也不是中文，祂是一種沒有聲音的聲音，寂靜的聲音，這個聲音會讓你越來越有智慧，越來越了解你自己的偉大，了解你是你自己的主人，這就是印心，無法用任何言語來形容。因為印心時，我不會跟你講任何話，我甚至可以不在現場，因為你那時已經和宇宙同一體了，你知道嗎？那樣

你才能認識你自己，這很不容易理解的，如果不知道，只要你去印心就知道了。

問：師父，開悟後我們是否還會生病？

師父：當然了。看看我，我才得了流行性感冒，多謝那些傳染給我的朋友。我身體虛弱，因為我常常工作過度，因為我有許多徒弟要照顧，而且世界各地有許多人要求幫助，我的身體當然跟你們的一樣，而你們的身體也跟別人的一樣，假如你的身體抵抗力很弱，而又一再工作過度，這個身體就會停擺、生病。就像車子也會故障的道理一樣，不論是賓士或是凱迪拉克，它們有時也會有些故障，這是很正常的事情。

為什麼我們要逃避生病呢？這沒什麼好大驚小怪的，如果我這幾天沒有生病的話，這兩天我就沒有機會躺在床上好好休息一下，所以這是我的額外發紅，這也不壞呀！而且，哇！當我生病時，所有的人都會很疼愛我，他們關心，這也算是一種享受。不用擔心生病，釋迦牟尼佛也生病，不是嗎？所以生病並沒有什麼大不了的。

問：師父，這個世界上為何有那麼多的宗教？

師父：其實只有一個，只不過有不同的名字罷了！如果你不相信我的話，你可以花點時間去研究所有的宗教，全部比較看看，然後你便會知道我的意思了。因為人們沒有去研究其他的宗教。罷了，這樣也好，如果你只認識一個宗教，那就專心投入這個宗教，這樣就夠了。因為所有的宗教都差不多，都是勸人們做好事，要崇敬上帝或佛陀，不殺生、不偷盜。沒有一個宗教教人做壞事，或是永遠留在娑婆世界吃喝玩樂，然後老死在這裡，所有的宗教都勸我們「在世時要做一個好人，並且儘量去找尋天國。」其餘的只

是一些瑣瑣碎碎、繁文縟節的事情（大眾鼓掌）。

問：師父，您說知道回「故鄉」的路，這個「故鄉」是在哪裡？天堂及地獄又在哪裡？

師父：就在這裡（師父指著智慧眼）！所有的境界都在這裡。但是如果你不知道的話，所有的境界則散布各處，到處是天堂，到處也都是地獄。如果你知道，便是天堂，否則便成地獄，就是這麼簡單（大眾鼓掌）。

問：師父，如果我修觀音法門，我可不可以看到那些已經往生的親人，並和他們溝通？

師父：往生的親人？哦！可以！當然可以！只是我怕你也許不喜歡去那裡。有些你的親人並不簡單連繫到，如果你想去的話，必須有明師陪伴，不然就會有危險。因此，和往生的親人見面並不一定好。只要你修觀音法門，有些死去的親人會立刻脫離他們受苦的狀況；如果他們已經在天堂了，那他們會到更高的天堂去；如果他們受苦較輕、刑罰較輕微，那他們可以馬上走、很快；如果刑罰實在是太重了，那麼我們得談判，師父會和他們談判或替那個人受苦，不過不會太久。例如，如果那個人要受到好幾千年的刑罰，師父不用受苦那麼久，也許只需幾個小時或是幾秒鐘，有時是幾分鐘，有時候也許延長一點點或是生一場小病之類的事。

所以去探訪死去的親人並不一定好，不如去探訪在世的親人倒還好些，並且在他們還在世時疼愛他們、服務他們、鼓勵他們（大眾鼓掌）。可是你還是可以看到那些往生

的親人，很多我們的同修看到他們往生的親友回來向他們道謝，由於他們有修行，使得他們也跟著解脫，這沒有什麼大不了的，沒有什麼！

問：師父，五戒中有一戒是不邪淫，對於還是單身的人，要怎麼去持守？

師父：哦！我們是指必須對自己的另一半互相忠誠，可是有些宗教團體，根據他們的傳統，他們也許可有很多太太。如果在印心前就有很多太太的話，並不是說印心後他們就必須分開，而只跟一個人在一起。不過一般來說，我們告訴人們不要有太多的關係，因為你有一個老婆，我想你就已經夠受了。哦！抱歉（大眾笑），我是指真是抱歉，不要怪我，拜託！我指的是說，外遇對丈夫或太太而言，是很難承受的心理重擔，你並不希望把那種痛苦帶給其他的人，更何況是給你們自己心愛的的朋友或是小孩的媽媽（或爸爸）。

因此這也是為什麼我們建議，如果你已經結婚的話，就不要有外遇。不過如果在印心前就有的話，那就有吧！最好不要讓另一半知道，儘量減少彼此痛苦，越少痛苦越好。因為你也會受到影響，你會受到良心的譴責、會有罪惡感，這樣你如何可以安安靜靜地打坐？當你打坐時想要想念上帝，而你所想到的只有第二個太太或第三個太太……想到昨夜她要揍你一頓，因為你太晚去……或是你給另一個老婆買比較好的衣服……哎呀！好多麻煩，而且也傷人的心。這就是原因了，這就是所謂的「邪淫」。

但對於還沒有結婚的人而言，當然在這個摩登的時代裡，我們不能告訴人們說：「不！不！不可以。」你們知道的，是嗎？因此，儘量試著彼此忠誠對待，好嗎？這對

彼此的內心、社會道德、相互的信賴都有好處，尤其對你的身體健康更好。在世風日下的今日，你應該知道的，你們比我更常看報紙，那個字登得好大，需要我再多說嗎？越來越多人死於愛滋病，因此好好的照顧你自己吧！

問：師父，是否需要一處安靜的環境來修行？

師父：是的，剛開始時需要，以後就不用了。以後有時也需要啦！這就是為什麼每年的不同時候，我們有時要集合起來閉關一、兩個禮拜，或四天、三天不等。這是為了讓我們有機會處在一個和平、安靜，純粹打坐修行的環境中。在其他的情況之下，你也必須走進社會把光及加持力分享給我們的兄弟姊妹，你們不可以永久隱居在山裡，這樣會變成一個自私佛（大眾笑）。

問：師父，夢到未來的事情是否會成真？我們能不能改變未來？

師父：可以，有時候我們可以，如果我們能力夠的話。假如你想擁有足夠的力量，就要打坐！把你的佛力拿出來用，然後你就可以改變任何事了！否則未來會改變你。

減除情慾的方法

問：師父，請給我一些建議，教我如何控制強烈的情慾，我需要上帝的恩典。

師父：這個嘛！我沒有這方面的經驗。你知道嗎？有許多治療的方法，多數的人，當他們吃太多的肉及酒時，這些東西都會刺激他們的情慾。我們已經有太多所謂的獸性在身

體裡，所以我們很多表現都跟動物差不多，這是我們無法控制的。

當我們居住在這個世界時，由於這個肉體的關係，我們秉承了部分動物的品質。現在，我們若要控制它的話，必須減少像酒、或刺激性之類東西的攝取。有些食物會增強我們的性慾，有人專門在找這些東西；有些人就是喜歡這些。所以過去的國王都喜愛這些東西，他們常常吃一些特殊的食物，因為他們有太多的老婆。

有很多食物可以控制情慾的衝動，第一步是吃素，吃全素——不吃蛋、不吃魚……，同時不喝酒、不吸食含酒精的東西。一般人往往花費極高的代價，但買來的東西大都是毒藥。我總是很驚訝，為何人們花大把的鈔票來毒害自己！不過，這是他們自己的選擇和自由意願。

所以，假如你問我怎樣可以減低情慾，有很多方法可行。你改成吃素，吃簡單些，不要太油膩或放太多辛香料之類的東西，然後喝大量的冷水；不要喝香檳，香檳是最糟糕的東西，保留到結婚那天再喝。這些你們都知道嘛！我不知道，我聽說如此，但了解，他們都如是說。

最簡單的方法就是讓自己忙碌，做一些有意義、幫助他人的事情，這樣你就可以忘掉自己的問題。我甚至不知道你怎麼會有空去想這個問題。如果你像我一樣，整晚都得看書的話，我想你的性衝動會自動「衝」走了！（大眾笑及鼓掌）因為它嚇壞了，被工作嚇跑了。

做點事情吧！在這世上有很多的苦難。在你空閒時，做一些義務性的工作，去感受

你的同胞所受到的苦難，奉獻出你自己，把自己投入在犧牲奉獻的純然的喜悅中，當你帶給別人高雅的快樂時，你也會同樣擁有高雅的快樂。

也許你讀太多不好的黃色書刊，現在不要再讀了。改讀一些經書，像聖經、佛經、可蘭經；讀那些能讓你過一個高雅生活的書，好嗎？像印度教的書籍之類，任何你喜歡的，如瑜伽體位法的書，或是聖人的教理……，有太多可以讀的。

問：師父，如果觀音法門可以讓我解脫生死輪迴，那我生生世世的業障怎麼處理？師父：哦！我把它們燒光，丟它們到垃圾桶裡，然後放一把火燒光它們，好嗎？你知道業障從哪裡來嗎？從你的行動和反應而來，當然囉，但它從何處來呢？它貯存在你們的意識裡，那裡有一個按鈕，我只要按一下，全部就會消失。就好像你的電腦或錄音機一樣，你可以操作它，用它來錄音，也可以洗掉它，只要知道怎麼做！

問：師父，通常開悟需要多久的時間？我可否知道時間長短和什麼有關？

師父：哦！和很多事情有關。首先，要看是否有一個正確的靜坐法門，而且也和老师有關，要看他是不是能讓你開悟，而不是先管多久會開悟！如果你有一位好老師，你就可以馬上開悟。如果你沒有遇到一位好老師，我不知得經過多久，也許好久、好久、好幾輩子才會開悟。同時，開悟也和你的誠心有關，和你是否想要開悟有關。假如你真的想開悟，那你馬上就可以開悟；否則不論你多會假裝、你坐得多久，就是坐到屁股都掉了（大眾笑），也不會得到任何開悟。

印心是內在的傳法

問：師父，在新加坡是不是有人可以指導我們這些初入門者修行觀音法門？

師父：有的！我會派一些出家眾留在這裡，應該說是『觀音使者』。他們看起來不像是和尚，他們看起來像我一樣，也和你們一樣的平常。我會留下一些修行比較久，了解修行初步情況的人給你們；此外，你們也可以寫信給我。現在我們有傳真機，所以不用擔心，而且內在的溝通永遠存在，百分之百，不會故障，這是最好的指導。

之後，你們就可以不必依靠任何人，因為你可以從內在很快的得到答案，你會知道的！而且師父也會知道你在哪裡，在做些什麼，或是你現在遇到什麼樣的困難，需要練習什麼……。在內邊知道，從內邊教，不是用語言的教導！

講經開示只是一些很平常的事，就像我們彼此聊天說笑、講一些古老的故事來鼓勵你們修行之類的；但言語方面的指導永遠都不會是完美的教理，最完美的教理只能從內邊獲得，而且只有師徒兩人知道而已。在內邊給每個人的都不一樣，即使你坐在他的隔壁，你也不會知道他的等級到哪裡了，或是師父在裡面傳給他什麼；每個人都不同，懂嗎？這得看個人的等級而定。

問：師父，我們可不可以一面向上帝、耶穌禱告，一面到廟裡去頂禮觀世音菩薩？師父：為什麼不可以呢？我想越多越好（師父笑），這是我們所認為的。你可以做你想做的事，只要你覺得高興就好了。如果這樣能讓你開悟，那更好；如果不能，那快修觀

音法門，當你面對面看見上帝、耶穌或觀世音菩薩，拜在祂們的腳下時，這才算真正的頂禮，這和你頂禮木頭佛的感覺會有很大的不同。

當你頂禮木頭像時，它不會開口講一句話，也不能回答你任何問題；但是當你打坐或是睡覺時，到天堂向真正內在的佛菩薩頂禮時，這才算是真正的頂禮，你會感到完全不同！你會覺得你不屬於這個世界，然後你會覺得你就是佛，這才是真正的頂禮。你可以頂禮任何你喜歡的聖人，不過得先確定你看到了祂們（大眾鼓掌）。

問：師父，打坐會不會使我們著魔？

師父：這要看情況，假如隨便打坐而沒有老師指導；或是你走邪道，或是你雖然認真打坐但卻破戒，吃不對的食物，或是傷害到別人，才會有反作用。這就是你自己讓那些所謂的邪魔進來傷害你、給你惹麻煩的時候。魔只是大自然中否定的一面而已。

當我們不想依靠什麼，可是自己又站不穩，一直這樣持續下去的話，它就會把你拉回否定的那一面去，而且這次會抓得更緊、更用力，因為它上次讓你跑掉了，所以這次它會把你抓得更緊，讓你不簡單掙脫。

所以這就是為什麼，我不想為了要出名而有一大群信徒、收許多所謂的徒弟的原因。你必須嚴守戒律、必須吃素，知道嗎？同時淨化你自己，這樣在打坐時就不會有副作用，不會有任何麻煩。

假如你有持戒、有依照指示修行，我就會為任何發生在你身上的情況負責，所以不會有問題的。不過如果你做不到的話，那連上帝也幫不了你。

問：師父，我是個罪人，我能開悟嗎？

師父：哦！誰不是罪人，請舉手！（大眾笑及鼓掌）罪人，請舉手！我也包括在內，別擔心！沒有一個人是有罪的。我們只是無明罷了！我們還沒有被教導過聖人的生活方式，我們只是被教怎樣在這個世界生存，怎樣吃、怎樣穿、怎樣去照顧這個臭皮囊，這就是截至目前我們所被教導的。而且教育也是以那些為目標，讓你怎樣有一個好的工作，不是嗎？我們一直沒被教導過智慧的法門、高雅神聖的生活方式，而現在時機到了。不會有問題的，我們不知道自己做了什麼，怎麼可以算是罪人呢？如果一個小孩沒被教育而犯了錯，怎麼可以怪他呢？要怪就怪上帝吧！祂沒有早點送你一位老師，這是祂的錯！（大眾笑及鼓掌）

問：師父，我想將我的一生貢獻給大眾，請問您有什麼建議？

師父：好啊！很好！如果有人願意接受你的話（大眾笑），我們可以趁還在世時貢獻出我們的服務。嗯！任何人多多少少都有將他們自己貢獻出來，他們為了社會、家庭工作，這也算是一種貢獻。有些人貢獻多一點，他們為好多個團體工作，自願服務大眾而不求回報，這也許就是你所指的。做你覺得喜歡的，和能力所及的，這世界上有許多的工作要做，還需要很多人去做。

回歸天人的品質

問：師父，如果在這個世界生活很快樂的話，為什麼我們必須花這麼大的努力上天堂呢？

師父：哦！那就不用試了！誰要你努力去試呢？（師父笑）只有那些想上天堂的人才應該去試，如果你喜歡享受世界這麼多，那好啊！恭喜你！希望你可以享受久一點（大眾笑）。因為沒有人曉得明天將會怎樣，這就是問題所在。

如果我們可以一直享受這個世界，如果我可以蓋章保證你在這個世界永遠不會受苦，而且你整個輩子、生生世世都可以繼續享受，那麼請不用考慮去天堂了。可是，沒有人可以向你保證。你問自己看看，所有的皇帝、所有享盡榮華的國王皇后，他們現在在哪裡？他們比你更享受，甚於你所夢想的，而他們現在在哪裡？在做什麼呢？他們所享的樂在哪裡呢？你應該知道答案！

問：師父，你說我們是上帝的子女，而且只有一位上帝，那為什麼我們人類會有不同的膚色、種族，每個人都不平等，就如同您和我也不同。

師父：看看花朵，你希望它們只有一種顏色嗎？粉紅色、就沒別的了！你會覺得美嗎？只有粉紅一種！因為我們有很多種不同的顏色，所以才好玩。你喜歡這個顏色，所以你自己選擇投生成這種膚色，但是你現在還不明白，快快開悟就會知道了！不過你說的也有道理，這個問題問得很對！在高境界上，根本沒有什麼分別，沒有男女的分別、膚色

的分別，甚至是無形無相的，只有純然的覺知、純然的智慧。

問：師父，當我們還有憂慮，還必須爲了謀生而工作賺錢時，我們怎樣可以即刻開悟及一世解脫呢？

師父：（師父向司儀說）你知道的，你可以回答他。（司儀：「每天打坐兩個半小時。」）他還不知道打坐，不要嚇壞他。開悟是一件你有生以來最不可思議的事情。它會減輕你每天所必須背負的負擔，它會免除你人生旅程中的許多挫折。這個開悟的力量可以在你跌倒或生病時攙扶你，在你有困難或危險時保佑你，讓你時時刻刻感到，好像被母親的愛所擁抱著一樣，而沒有任何擔憂。你現在所以焦慮不安，是因為你沒有開悟，而不是反過來講，所以如果你想免除這些折磨，那就要開悟。

問：師父，在這世上爲何好人會遭受這麼多苦難？

師父：你怎麼知道他們是好人？每個人你都認識嗎？有時你並不知道。好、壞只是用我們所能理解的標準去衡量，他們生生世世的紀錄太長了，有時他們好，有時他們壞，你永遠沒辦法一一檢查。每件事情之所以會發生，都有理由的，別煩惱。

問：師父，如何解釋爲什麼有的人不像其他人那麼幸運呢？

師父：因為因果的關係。有些人做善事、布施很多給別人，當他們再出生回來，便會很有錢也很幸運。如果其他的人在別人受苦及困乏時，從未伸出援手，那麼當他們再回來時，就會比較不幸運了。

問：師父，您是人類還是天人？（大眾笑）

師父：你們認為呢？我是誰？認為我是人類的請舉手。認為我是天人的請舉手。沒人！兩樣都對，兩個都給優等。我們兩樣都是，我們同時是人類也同時是上帝，只不過大部分的時候，多數人都偏向於認同自己是屬於人的這一部分，他們只認同到這個肉體的功能，而忽略了他們的上帝的品質，就是這樣子。

你和我都一樣，我們同時都是人類，也同時都是天人，如此而已。你滿意嗎？（大眾鼓掌）我們之間唯一的差別，就是我自己已經認識上帝的品質，而你或許還沒有。或者是你還不能完全肯定你自己上帝的品質，這是唯一的不同處。

問：師父，精神沮喪的人可以打坐修行嗎？

師父：假如他們可以了解我今天講的，可以了解教理、有理解的能力，那他們就可以修行。有時候精神失常是因為沮喪的關係，承受了太多社會給予的壓力，為了要躲避問題，逃開社會的負擔而形成的，事實上並不能真正算是一種病；只是暫時的，他們仍能再度站起來。當然，如果有打坐的話會康復得更快。



素食的原因之一——愛護所有
生命，擴展愛心，把我們的愛
和我們自己擴大到整個宇宙。

～清海無上師





我們人和萬物眾生也是外殼
不同而已，裡面一模一樣！

～清海無上師



都是幻想、都是做夢。師父也是一
個幻想的框，裝出來給你們看，給
你們可以收到頻率、聽得到，這樣
而已。不然的話，這個身體不是師
父、這個人不是師父啊！師父在你
們內邊，也在所謂的「我」的內
邊，我們是同一體的！

～清海無上師



天堂完美的衆生

清海無上師以英文講於泰國
一九九四·九·十一

我們都是從天堂下來的偉大衆生，所有出生於這世界的人都是偉大且最勇敢的天人下凡來的。因為如果不偉大、不勇敢的話，就不會有足夠的膽量敢下來這個世界，絕不可能也絕不敢來。

這就是為什麼如果有人能做利益人類的事，所有的天人都會充滿歡喜地讚嘆他，並且非常的尊敬他；我們越能這樣做，我們就越得到上天的尊重。即使有時候我們會因從事利益大眾的事而遇到麻煩，或許被人迫害、或會有其他障礙，不過那些都只是暫時性的。事實上，整個宇宙都會因我們所做的每一項善行，及我們對同胞所發出的愛心而感到歡喜雀躍。如果我們已被賦予足夠的裝備，有足夠的機會能幫助人類卻不去做的話，那實在是是非常令人惋惜的事。

我們來這裡之前都曾懷有高雅的理想、最好的動機和善意，以及強烈的決心想要幫助這個世界的人類，並且提昇自己的靈性等級。但是來到這裡之後，多數人就忘記了。變成比較喜歡睡覺和吃喝玩樂，比較喜歡照顧對自己有利的事，因而有時會忘了我們來這裡的目的、忘了我們為何而來。不過忘了也好，這樣我們就不會因為想回去天國而感到太難過，因為天國要比這邊好太多了。

不過如果我們打坐，在下意識裡靈魂也會記得，所以，即使我們必須住在這麼侷限又令人不愉快的環境中，還不致於感到太痛苦。我們比較能安定下來，安心地住在這個世界而不執著這個世界。然後，我們知道自己必須要完成來這裡的使命。不論頭腦懂不懂，內邊的靈魂會了解到自己必須要完成在這地球上的任務，然後我們就可以很快回「家」。

有一個故事是關於一位女士，她死後去了一趟天堂，然後又回來這個世界。這當中被帶去看了天堂的許多地方，知道宇宙的奧秘和創生萬物的目的，也見到了一些偉大的衆生，像耶穌基督或一些上帝的代表；至少她以為那是耶穌，因為也沒人知道耶穌長得怎麼樣（師父笑）。因為那位衆生充滿了愛力，四周又有好大的光圈，所以她想那一定是耶穌基督。

在看過這些境界之後，她覺得好像回到家裡一樣，當然啦！她覺得好快樂、很被疼愛，然後她就不想再回來這個世界了。不過那些天人告訴她時間還沒到，所以她必須回去。她說她不想回去，於是天人就顯現她的任務給她看，讓她知道為了幫助這世界，今後她所該做的事，所以她才同意回來。天人並且告訴她，在她看過自己的任務之後，他們會抹去這段記憶，當她再回到現實生活中，將不會記得自己的任務是什麼；果然她真的忘記了！

不過，當她回來，一看到自己醜陋的身體躺在那裡，她就說：「哦！我不想進去了。」（師父及大眾笑）等到進去自己的身體以後，她覺得好緊、好侷限、被鎖在裡

面，就傷心地哭了起來。經過好長、好長的一段時間、好幾個月之後，她才開始重新適應她的身體，然後她想起天人告訴她的話，她在這個地球有一項任務，不過現在卻一點也記不得內容是什麼。回憶好長一段時間後，她就不記得也好，這樣對她比較好，因為上帝知道如果她想起來的話，她會迫不及待地把任務做完，然後她就可以回天堂了（師父笑）。是啊！然後她就不會做得好，只會想快快做完，不管用什麼方法，然後她就可以自由了。

我們多數人也是這樣被遮蓋起來，上帝不讓我們知道。即使印心後打坐修行，我們也只能看到一點點而已，至少這樣會給我們一點點安慰，讓我們能在這世界繼續生活下去，又不會感到太白倣於自己天國的品質。

通常你們打坐的時候，因為有師父的力量潤滑，所以當自己的靈魂離開身體時，你不會察覺出這進、出之間有什麼差別。明師的力量讓物質世界和靈性世界能順利轉換，讓你的靈魂隨意逍遙於全宇宙之後，再回來這個身體的小盒子時，不會感到那麼暈車。但是多數的人，當他們死亡、或是瀕臨死亡邊緣又再回來時，都會感受到物質與靈性世界之間的巨大差別，所以才會很痛苦。就像那位女士一樣，回來這世界後她沮喪了好幾個月。

所以多數時候，當我們打坐離開這個身體時，並沒有感覺到我們離開，然後回來的時候，我們才覺得：「喔！有什麼東西？」……有時感覺好像從哪個地方回來的似的，不過那種轉換不是很強烈，所以不致於干擾我們日常的生活太多。否則，如果你每天都知

道太多這些差異之處，有時你們會受不了。因為如果我們記得在天堂的境界有多漂亮、多輕鬆自在、多麼受寵愛的話，我們會連多一秒或百萬分之一秒都不想待在這裡。

有很多天人根本不想來這裡，他們沒有勇氣來。比方說，你已經住在既漂亮、乾淨又美好的地方，然後你必須去一個人們倒垃圾、污水的骯髒地方，每天把你關在那個地方，你會喜歡嗎？狹窄、侷限又骯髒，這就是天堂靈性衆生下來住在這個被侷限的身體時所會面臨的境遇。

有些天人來這裡是要提昇、進化這個地球，讓它成為更漂亮的地方。你們記得讀過的地球演進史，地球原本不是這樣子的，以前它只是一大片了無人煙的濃密叢林，既不舒服也不漂亮。但是因為這個地球跟上面造化的計畫有關聯，所以大家必須一起工作。因為我們也是天堂的衆生，跟其他天人有關聯，所以我們在這裡的所作所為也會影響到他們；如果是很高等級的衆生就不會受到影響，低等的才會有點影響。所以我們如果做了什麼好事的話，他們都會好高興、好快樂，而當我們做了傷害世界、進而影響宇宙的事時，他們也會很擔憂、很不安。所以我們每個人都有一些所謂的「守護天使」來幫助我們從事在這個世界的任務。有些人會有比較多的守護天使，有些人則較少；有些守護天使較有力量，有些則較普通，這要看我們所負的任務大小而定。

印度人有一個傳統，就是尊重他們所遇到的每一個人。也許這是因為印度神話故事中有說過：「所有來這星球的人類，都是從天上下來的偉大、有智慧的靈性衆生。」有時候我們打坐也會看到，不過有時被蓋住了，讓我們不會因太想念而患思鄉病（師父

笑)。有些人他們打坐時可以探望一下家鄉，至少看一眼，然後再回到這裡工作。其他有些人則忘記了，也不思念家鄉，只想一直待在這裡。上帝賜給他們足夠的金錢、足夠的工具替這個世界工作，他們卻忘記，而將這些金錢和工具都用來享樂了！（師父笑）像這樣的人就很難得到解脫。

所以自古以來，都有明師和靈性朋友們犧牲自己來到這裡，為了要喚醒這個世界的人；不過卻很困難，因為一旦我們來到這裡，就把天堂的事忘得一乾二淨。明師替這些兄弟姊妹感到非常遺憾，而且看他們太痛苦了，才日夜辛苦奔波，想要喚醒他們，帶他們回歸靈性的光輝。

無明使他們忘了自己的源頭、忘了來這世界的高雅目的、忘了他們在這世界所擁有的，都只是為了讓他們能完成使命的工具而已。不過他們卻陷在這個漂亮的工具或情況裡面，被綁在這裡而回不了「家」。有時這些人要等很長一段時間才能覺醒，而天上所有的靈性眾生都會為他們感到難過，並想幫助他們、拉他們一把，可是有時這是很困難的事。還好你們都醒過來了（師父笑），好在你們已經了解自己不是這個世界的這個身體，你們的家是在天上。

我們應該對待我們的父母親、兄弟姊妹們如同靈性修行的兄弟姊妹，因為事實上，我們真的是這樣。在下來這裡之前，我們曾互相約定說：「喔！你當我父母親；你當我兒子；你當我姊妹；你當我老師；你當我朋友等等。」大家一起下來互相協助完成彼此的任務，同時提高靈性的果位。我們當然不是為了更高的靈性地位才下來，而是我們有

這個勇氣要來試試看、想要接受挑戰；挑戰越大，我們靈性的領悟及成長也越大。由於我們為這個宇宙付出心力及智慧，當然我們的等級就會提高，自然會受到天人更多的尊重，然後賦予我們更多、更高的責任。

舉個例來說，假設你生在一個富有的家庭，什麼事都不做，父母親寵壞你，不讓你出去學習，也不讓你從事各種工作以體驗成長的滋味及磨練自己的天賦、聰明才智和體力，而任你整天在家裡晃來晃去、吃飯和睡覺，不像一般成年人擁有成熟的經驗和能力。這樣的話，即使是你的父母也不能將龐大的財產託付給你。如果你剛好是獨子，有一天父母去世，讓你繼承他們的財產，你就不知道該怎麼經營生意，到最後只好任事業垮台而自己也淪為窮人。所以，上帝才讓我們來這裡學習，加強我們的能力。我們越工作、幫助別人越多，我們越會長大。

在這世界上，不論我們的任務是什麼，最重要的是要愛別人、彼此相愛，如果沒有這樣做，我們就會缺少很多東西。而不論從事什麼工作，我們也都必須全心全意去做，同時也要盡己所能幫助我們的同胞，使他們快樂，讓他們感到被疼愛。任何時候只要情況需要，我們都要發揮愛心，並付諸行動，身、口、意隨時都要有愛心、善意，這樣對我們的靈性成長、對我們的同胞都是最好的。

小孩子如果在小時候得不到父母或家人足夠的愛，長大以後也不會有愛心，甚至會變成很壞的人，連帶也會影響跟他們接觸的人；這種互相牽連的影響很大，而不只是個人而已。所以有時候，我們看到有些家庭或有些團體，他們的個性都很類似，或整個團

體或部落都有自己的特色和性格，擴大一點則整個國家的國民都具有相同的特性；不論這特性是很有愛心或是很凶惡。

當然任何團體總是有好人和壞人，不過這種多數人共同擁有的明顯特性，在不同的團體、不同的國家，都可以清楚的看出來。有時當你在一個國家遇到一、兩個人對你好或跟你有什麼過節的話，那你就會對那整個國家印象不好。如果這種經驗一再重演，你就會認定這個國家的人都不好，再也無法改變你的態度和對那個國家的壞印象。不過，如果在那個國家你遇到一、兩個好人，接著又遇到更多好人，那麼不管發生什麼事，你還是會認為那個國家是好的，或那個國家的人們是好人。

在宗教方面也有類似的情況。有時候，只是團體裡面的幾個人做錯或引起誤會而已，結果整個團體都受到連累，為了少數幾個人所做的事而遭到迫害。因此事實上，我們每天做什麼都要小心，因為並不是只有我們個人會承受自己的思想和言行的責任而已，我們可能還會影響到別人。

我們的思想其實非常重要，我們應該照顧自己的思想，永遠「想好的」才好。因為思想就是宇宙造化萬物的材料，如果意念太強烈，就會馬上變化成物質出來；如果不夠強烈，則晚一點才會化成。如果有時因時間拖太長，我們就忘記了，以為某些事情是自然發生的，跟我們的意念無關。不過，事實上那件事的發生正是因我們的意念而來，這就是所謂的業障——「種什麼因，得什麼果。」

所以要小心保持意念的單純，因為有很多人甚至可以看到我們在想什麼。多數的時

候，人與人之間都有一層保護網，讓彼此不知道對方在想什麼，這樣對人比較好。不過有一些人有他心通，而天人也都能看透我們的心。對整個宇宙而言，我們像是一本攤開的書，所以要小心。每當動什麼惡念的時候，最好馬上砍斷，否則真的是很尷尬的事。同時因為我們的意念，我們也給這個世界或鄰近的星球製造好或不好的氣氛。如果意念很強的話，光一個人的意念就足以讓好事或壞事發生；如果不很強的話，則一群人想同樣的事也會讓事情成真。

如前所說的，我們會看到一個團體或一個部落的人，有時在個性上會有非常相同的特色，或者會遭遇到相同的情況；有時整個國家會遭遇到類似的事情，這就是共業；因為相同的意念會吸引相同的東西。所以在修行方面人家都會勸我們要清淨身、口、意，我們首先保持自己個人清淨的氣氛，然後才能為自己所居住的這個世界、為天堂和宇宙創造一種清淨氣氛。

所以才說越多人能夠修行，世界就會越淨化；至少能保持平衡，而不致於惡化到無人能呼吸、無人能住得下去。這就是我們達成來此地球的任務和加持這個世界的方法，現在你們知道保持自己身、口、意乾淨有多重要了吧！我們也必須幫助社會，能做什麼就做什麼，以協助減少世界的苦難。這就是最高雅的工作，不但被這個世界所承認，也會受到上天的讚嘆。

那就是為什麼當你給需要的人愛心或物質上的安慰時，你會感覺到很棒。為什麼呢？因為那時你與上帝同一體，你做的是神聖的工作，做的是正確的事情，你真正代表

上帝在做這些布施的工作。或許那些接受布施的人也是天人，犧牲自己來這裡出生當窮人，讓你能學習到愛心的功課。因此，自古以來明師都說：「布施或對別人好時，不應該驕傲。」我們可能會感到舒服，不過也應該感激能夠有機會布施行善。

最近在美國有一本很出名的書，書中描寫：有一位女士死後，上天堂看到了人類在這世界所扮演的許許多多不同功能的角色。其中有一幕是天人讓她看到有一個孤獨的人躺在街道的角落，他是一個又老、又醜的酒鬼。天人問她知不知道那個人是誰？她從天上看下來說：「何必問，不過是個笨蛋、酒鬼罷了！」因為那個人看起來真的喝醉酒、傻傻的，一副又醜、又醜、又醜的樣子，看起來毫無價值。

後來天人顯露他的真正身分給她看，她才知道那個人原來是衆天界中受尊崇的一位很偉大的天人，為了幫助他的朋友，而犧牲自己來地球扮演那個角色。他的朋友是一位律師，就住在同一條街上不遠的地方。他的律師朋友一向都很幫助窮人、在國內主持公道，每次他一看到這個醉漢，就讓他更加強為民衆做更多事的決心，否則他會忘記努力或容易懈怠。

不過他們兩位都不記得了！在來地球之前，他們曾彼此約定要互相幫助。因為他們在天上是好朋友，所以用這種方式來幫助對方；當然那位律師得到的都是榮耀與功勞，而醉漢所得到的只是人們的咒罵與輕視。不過，不管他們知不知道，各自使命皆會達成，等時間一到，他們一樣都會回去天堂。那個當醉漢的人，只是整天躺在那裡（師父笑），為了不斷地提醒他的朋友，要為貧窮的人、絕望的人或無家可歸的人們而奮鬥。



如何尋回內在寶藏

清海無上師以英文講於泰國清邁
一九九四·十二·四

泰國人非常溫和、高雅，他們做事不匆忙。所以當徒弟把「即刻開悟」的告示掛上時，我不曉得這是否能引起泰國人的興趣。我想也許應該改成「慢慢開悟」（師父及大眾笑）。但是我很驚訝有這麼多的人來，也許這樣做沒問題。事實上我們開悟得非常慢，因為我們生生世世享受這物質的世界。有些人轉世千、百萬次了！感到累了，受夠這種物質的戲院。他們想要找快一點的方法開悟回「家」、回到佛土、或回到天國，不同宗教有不同的說法。或許這就是為什麼人們尋求即刻開悟的原因，因為有些人並不想在這一世之後，還留在這個地球。

在我去喜馬拉雅山之前，我也有同樣的想法，了解了世界上許多的痛苦與災難後，我感覺到自己同樣在分擔世人的痛苦，我希望不計任何代價能即刻解脫，甚至犧牲生命也在所不惜。或許是這樣，上帝或佛陀才憐憫我，允諾了我的願望。

開悟的種子在我們內邊

這也同樣發生在全球數以千計的同修身上，當他們的心哭泣要求解脫，當他們誠心

渴望真理、智慧的源頭，十方佛或全能的上帝也允諾了他們的願望，他們已經獲得開悟，經由修行觀音法門，他們每天越來越開悟。未來若有其他人想要得到一樣的加持，我們可以跟你們分享，因為開悟的種子已經在我們內邊，不需要到處去尋找。

我們看古代的經典，不同的佛與明師，在不同的地方，經由不同的奮鬥努力，在不同的期間得到開悟。有的人修苦行，有的人是在家輕鬆的修，有些人花很長、很長的時間，許多年或一輩子才能修得完全開悟。有人只花幾個月，有人則馬上開悟。

小孩也可以開悟

在釋迦牟尼佛的時代，有一位靠近佛的菩薩，他說了一個龍女八歲成佛的故事。那代表成聖人、開悟，並不因為年紀、性別或基因、遺傳因子、是龍、是人或地點不同而有所差異。我們知道龍族住在海底，假設是這樣，而她只是個八歲大的小孩。如果你讀過法華經，就會知道。

如果八歲的女孩也能成佛，這表示可以即刻成佛，最多花兩年的時間即可成佛。因為自古以來，明師不給六歲以下的小孩印心，所以小龍女最多只花了兩年就成佛了！不只是開悟而已。

我們常聽說只有人類才能成佛、開悟，只有男眾才能成佛。現在卻有一個相反的故事：女眾，甚至於小孩子也能夠成佛。

我們同修中也有很多這種年紀的小孩，他們在很小的時候就開悟了。人們總是誇讚那些在孩童時代就已追求真理的修行人，因為小的時候心比較單純，比較容易提昇自己，了解高境界，進入較高層次的內在意識。可是這些古代的人是如何開悟，而在最後成就佛的果位呢？我們應該知道答案。是經由苦行？或經由放鬆？或經由孩童般的純真？也許這些都是，但不是絕對依靠這些因素才開悟的。這是自古以來的一個祕密，直到最近才或多或少的被公開給大眾。

在古代如果有人要跟明師學這個祕法，他們必須爬山、涉水、做很多的苦役，以博取當時明師的愛與接納。原因有很多，也許因為在古代，修練靈性上的祕法，會給師父和徒弟招致許多危險。許多的迫害來自於人民、政府與宗教團體，他們不相信這種超出他們宗教組織的東西。所以師徒們必須保密、不宣揚，以免給自己招惹危險。

明師甘冒危險，提醒我們本性的偉大

例如耶穌、先知穆罕默德、釋迦牟尼佛，在祂們傳道時期都曾受到或大或小的迫害。我讀過許多不同宗派的經典，許多不同宗教的大師都曾遭受迫害。

有時被活生生的剝皮或火燒，只因為他們傳播真理。即使是釋迦牟尼佛，祂非常有名望，出身高貴，是一位貴族，一位王子，祂的名氣、慈悲、智慧已傳遍到整個印度和附近的國家。雖然如此，仍有很多不同宗派的人要迫害祂，甚至暗殺祂，但是他們都失

敗了。還有別的原因，也許是明師要徒弟珍惜明師所給的東西，所以讓弟子經由苦役、苦行才得到，因為明師了解人類的心理；我們比較珍惜任何辛苦得來的東西，不珍惜輕易得來或免費獲得的東西；所以明師在接納徒弟之前，會給徒弟很多的考驗和試煉。

在古代明師要徒弟離開家庭，放下肉體的享樂，放下奢華的生活來追隨他，為師父做勞役，只為了測試徒弟的韌性和誠心。在古老的經典裡，我們讀到許多類似這種訓練的故事。但在現代，我不認為這行得通，因為很少人有空被師父考驗。不是考驗的法門不好，考驗是非常好，很有價值，有很多的利益。

其中的一個利益是因為明師這麼做可以少負擔徒弟生生世世的業障。他用各種考驗、各種困難磨鍊徒弟，以淨化他的身心。這樣一來，在印心的時候師父就不必為他工作得太辛苦，不必承受徒弟如此沉重的業障負擔。

這些就是古代明師考驗徒弟的好處。但是這種方法也給人類帶來很多的不利。所以我們地球比宇宙深處許多更文明、更進步的星球落後。直到現在，甚至同一宗教裡我們還有宗教歧視、有宗教戰爭，我們的世界到現在還在受饑荒，及許多不公平的苦難。即使到了現在，我們的教理，或佛陀、基督的教理，在許多國家還是不可以公開的。都快二十一世紀了！人類已登陸月球、探測火星，但在思想和靈性的發展上還是非常的落後。可是要公開這個祕密給大眾卻不如我們預期的那麼容易，這也是為什麼許多明師失去生命的原因，因為他們冒險去告訴大眾：「我們生來就有的智慧是在我們的裡面。」他們冒著生命、名譽和舒適的危險，只為了提昇我們靈性的覺悟。

今天，任何靈性的訊息都是古代明師留給我們的，所以我們欠他們很多。我們所知的一切，即使到了今天只剩下一點點，我們還是欠過去所有偉大明師的恩情。那就是為什麼人們喜歡建築廟宇、教堂、寺院來紀念偉大的明師，以表達對偉大明師們的感激之意。他們甘冒一切危險，只為世界更好。但是蓋廟宇和教堂還不夠，那還不足以表達我們對明師的感激，除非我們善用明師留給我們的訊息，因為那就是明師到世上的目的，也就是要提醒我們記得我們的佛性、智慧和內在的天國，我們應竭盡所能去找到祂。

明師來到世間並不是為了享受世人的尊敬和崇拜，明師來是為了要把人們也變成明師，提醒他們自己內在的偉大，那就是明師的目的。佛陀曾說：「我來是為了使你們了解自己的佛性。」祂說：「佛與衆生是平等的，沒有什麼不同。」即使我們相信佛，但我們還是不懂什麼是佛性，因為沒人教我們，或許我們自己沒有盡力去了解。對於那些自己找到佛性的幸運者，那很好；但大多數人，他們生生世世失敗了很多次，而且一次比一次困難。有些有天眼通的人；他們的第三眼已開，能看到天堂，他們看到這世界上充滿了老靈魂，亦即他們不斷地在同一個星球上輪迴，過著同樣模式的生活。因為我們在第一次回家時失敗了，第二次失敗了，第三次、第四次、數千次都失敗，忘了我們從哪裡來。即使我們忘記了佛性，但不表示我們遺失了佛性，我們隨時都可以找到佛性。成千上百萬的人已經找到那個寶藏，包括我自己，所以你也可以。

開悟後恆常自然

很多人曾問我：「開悟之後會變成怎樣？個性會變嗎？生活上呢？想法上呢？開悟或成佛後你都做什麼呢？」我想你們也想知道，對吧？是或不是？（大眾答：「是！」並鼓掌）所以我告訴他們：「開悟後，我餓的時候就吃飯，累的時候就睡覺。」但只有肉體上的我才這樣做，另一部分靈性上的我，就是已醒悟的佛性，在肉體功能之外也並行做些其他的事情。也就是說，如果一個人成佛後，你無法從外表判斷他內在的等級，不是用肉眼和肉體的知覺，你就可以知道這個人是否開悟或成佛。不過如果我們啓開了靈性的知覺和智慧，又有打坐或修行，或天生就有靈性的天賦，那我們就會知道，如果我們跟佛學習也會知道，我們會發現祂有多偉大。

就好像我們英文學得越多，我們越能了解英文老師講的英文有多好，否則如果不遵循指示和不學習相同方法，有可能我們只懂得一點點，無法判斷老師的學識。所以最重要的仍舊是，我們找到了自己的偉大，才能判斷別人的偉大。不然我們也知道，佛在餓的時候也要吃飯；即使只是一天一餐；累的時候也要休息。有時依身體的狀況、環境衛生，佛也會生某種病。雖然佛有一部分是永遠不生病、不勞累、從來不餓的，那就是我們內邊所擁有的真我、真正的佛。在我們出生之前，死亡之後，我們仍然擁有祂。

佛性永遠存在

我們今天來此和到各地去的目的，就是要跟你們分享這個好消息，讓我們可以再次找回我們的佛性、我們的真我，祂永遠不生、不死、不病、永遠存在。當然，這是永遠免費的禮物（大眾鼓掌）。

你們喜歡免費的禮物嗎？（師父笑）是的，這是很稀有的。這個時代沒有什麼是免費的。也有免費的，但我們必須要經營祂。就是說智慧一旦打開，我們就必須靠自己的努力每天打坐保有祂，並進展到更高境界，求得佛的果位。除了要每天打坐兩三小時以外，一切都是免費的。我所有的時間、我的忠告、我的精力、我的幫助，在任何時候都是免費的。免費是因為我會賺錢照顧自己，不需要你們的捐獻，有一個富有的佛，實在不錯（師父笑），如果我是佛的話，如果你們相信我是佛的話。

很多人認為我是佛，但我什麼都不想，我只是在這世上盡我做姊姊的責任，來回報你們的恩情。由於世人的恩情，我才能成長，才能受教育，開智慧眼。所以我貢獻時間與精力給這個世界是很自然的事。

一切衆生皆兄弟姊妹

就像是孩子長大以後，父母都老了，他們照顧父母以盡做子女的孝道。以此類推，

服務人類也是我的光榮，因此我貢獻出我的所有，包括我的錢財、我的慈悲心、我的愛心及時間。因為根據佛的教理，根據在我們開悟之後所見，一切衆生都是兄弟姊妹。這個世界上有人在肉體上和精神上受苦，因此，不論身為師父或弟子，我們必須盡所能的去幫助別人。

當我們很急切的渴望靈性的智慧和解脫時，在我們無明的時候，我們找到一位願意無條件幫助我們的朋友，我們當然會非常感激！而且我們當然會崇拜所謂的老師、靈性上的朋友。而所謂的老師有時就必須忍受所謂的徒弟這種崇拜、愛心、和愛慕，但這些都沒有必要。

如果我們都平等，內邊都擁有佛和上帝的品質，就沒有人應該為了任何事去感謝別人。對我們唯一重要的事情是，遵照我們相信的老師的指示，努力修行，直到我們達到跟老師一樣的程度，才是學生最好的感謝方式。

當然，並非所有的人都習慣於這種古代聖人的生活方式，所以我們不太情願加入靈性的修行，我們感到害怕。但這不該成為藉口，只有在我們做一些不好的、傷害到自己、家庭、或國家的事時，才應該害怕。當我們做的事是好的、高貴的、正確的、發展靈性的，我們就不該害怕。

吃素會利益自己和世界

有一些人告訴我，他們吃素怕別人會嘲笑他們。我說：「為什麼？吃素並不傷害任何人啊！」吃素即使不成佛，也有益健康。

我很高興在清邁很多人吃素，百分之三十至四十的人吃素，在清邁有許多素食餐廳，這真是好消息（大眾鼓掌）。記得好久以前我來泰國度假，那時在曼谷和其他地方都很難找到素食餐廳。在我做這個生意之前，我來過貴國許多次，那是在開悟之前；我認為泰國是佛教國家，應該很容易吃得到素食，但找不到。有時我到廟裡去，想吃素食，但是卻沒有。連和尚都沒有素食可吃，我怎能吃得到呢？當他們出去托鉢時，人們把任何食物都放進去，因為他們擔心和尚的健康，認為他們必須吃很多的雞和牛肉，才能成為強壯的佛。所以這些可憐的和尚沒有選擇的餘地。但我想清邁的情況比較好吧！我可能會考慮在清邁出家，我就可以每天到素食館去托鉢。

我想因為在這個地方有很多人吃素，所以當我來到這裡時，我感到非常非常舒服。而且這裡修行風氣很盛，此地的氣氛跟我以前去過的地方不一樣，我們可以感受得到。

修行後更敏銳、更有智慧

經過一段長時間的修行之後，我們在生活各種方面都變得很敏感，我們可以感受得

到許多以前所感受不到的事情；我們可以了解到許多以前所不了解的事，這就是修行的利益。不然從外表上看來，我們和以前並沒兩樣；也許外表變得比以前年輕、比以前美麗；但對於修行者而言，這並不是一定標準，內在才重要，內在我們變得更有智慧。

我們了解過去、現在、與未來，甚至超越這些，我們得到失去已久的最高智慧能力。而我們已來到此地與你們分享，提供這個即刻了悟我們寶藏的法門，並繼續長養祂直到我們完全了悟偉大自性。這個結果是立刻可以證明的，很多人在第一天就已經知道他們的過去和未來，許多人在數天、數週、或幾個月後，將知道的更多，視我們前世的背景和誠心而定，這就是我們提供的訊息摘要。好！我想留些時間給你們問問題，否則時間會拖太長，因為佛的事業是非常偉大的，所以我可以說得很久，但是我認為最好是你們能自己醒悟，每天修行打坐來發覺祂。就像看恐怖片，如果有人先告訴你結局和內容，也許就不會那麼恐怖，然後你就失去了觀賞的樂趣了。

所以我們邀請你們自己來發掘，講經之後，我將與你們分享這個祕密。想要知道整個祕密的人，必須發誓從今天起吃純素，那些想知道一半祕密或三分之一祕密的人可以修方便法，先試試看再考慮是否喜歡。兩者的不同是，修練全部祕法的人可以一世成佛，並且令祖先、朋友、和喜愛的人超生，修方便法門的人只能讓自己解脫。我讓你們自己選擇，謝謝你們專心聽講！（大眾鼓掌）

.

會後問答

打坐揭開死亡祕密

問：他想知道您，他死後是否還會再生轉世。因為他以前聽過出家人的講經，這個出家人還沒死，怎能知道我們會轉世再生？我們如何能相信他呢？

師父：不用懷疑那個出家人，因為他們的講經是從佛的智慧而來的，是他們從經典上學來的，也許是他們從打坐中學來的，如果他們有修行的話。

我們不必等到死的時候才知道死後的情況。當然，有人問我死後的情況，我也會告訴他們：「我還沒死，所以不知道。」但當我們打坐時，我們可以經歷並了解許多不同等級的境界，所以我們可以知道是否有輪迴，很容易查出來，沒有問題。假如你要證明，你可以來學觀音法門，你會找到你的本來面目。我們應該查證我們所聽到的每件事，不要盲目地相信。那是非常理智的，你的做法很明智，不過不要一味地懷疑出家人，我們必須去求證、去查清楚。

問：她想知道什麼是「印心」，如何得到印心？

師父：印心時所謂的明師會在靜默中和你一起打坐，不管祂是否在你面前或是在千里之外，都會與你內在的智慧溝通，為你破開無明之門，使你能看到光，直接聽到上帝的教理，而覺醒本性。當明師在場時，會有一些口頭的指示，有時候甚至也不需要，因為那

是心對心、意念對意念的溝通，是我們佛性對佛性的溝通，不需要明師或弟子用言語或任何行動來溝通。如果你們任何人要印心的話，只要到外面去登記名字就可以了！講經完後我們會通知你。很多人因為很誠心相信師父，也可以得到非正式的印心，甚至在千里之外，從沒看過師父也可以得到非正式的印心。

打坐需找有經驗的老師指導

問：他一天打坐三個小時，連續九天，重複預見到未來的景象，他想知道為什麼會這樣？他了解這是真的或是幻象。

師父：他用什麼方式打坐？（沒有說）如果你有老師，可以再請教你的老師，跟我學的人可以個別寫信問我。通常的情況是這樣的，如果打坐的時候看到光，或是聽到天堂的音樂，打完坐之後感到很舒服、很輕鬆，有更多的愛力，那就是真的；如果感到煩躁、害怕，或是覺得恐怖，那就表示你看到的是幻象，是來自於魔的力量，那就不要再坐下去。並非打坐時才會有內在的體驗，任何人都有可能因為吸毒或處於極端痛苦的狀態，或缺氧而產生錯覺。所以最聰明的方法就是找有經驗的老師，如果沒有好的指導者，靈修的路有時候會是漫長而危險的。

問：死後是什麼樣子？

師父：如果我說我知道，他會問我：「您還沒死，怎麼會知道？」根據不同宗教經典的

記載，人們現世的生活方式，決定他們死後各自不同的際遇。如果我們過著有道德的生活，修行開智慧，那我們將會到一種美麗、和平、快樂的境界。如果我們的生活中沒有愛、沒有奉獻，那麼我們就會到較低的等級。會到多高或多低，必須看是否有道德及智慧，或看我們傷害別人多少來決定。

現代有許多描述關於靈修者死亡經驗的書，也有很多一般人瀕臨死亡而又復生的書，敘述了死亡的經歷，你可以去圖書館查閱。

問：師父的打坐與佛教的打坐有何區別？

師父：本來沒有什麼不同，但現在卻不太一樣。因為多數佛教傳統的打坐方式，和佛陀真正傳給弟子的打坐方式不一樣，我們的打坐方式是「頓悟」，目前多數佛教傳統的打坐，並沒有這種保證。我們修的觀音法門保證現世解脫，並有成千上萬的徒弟印證，我們是最後一世受苦。這個法門是根據佛教的教義，原版的、原始的方法而來的。佛的弟子在佛在世的時候得到傳法，都立刻成為阿羅漢、菩薩或解脫的衆生，雖然他們還沒成佛，但他們的親戚朋友也能得到解脫。解脫和成佛是不一樣的。

我們的修行方式，在印心時就能立刻得到開悟，並且會一直持續下去。而目前，以其他佛教傳統的修行方式並不能馬上開悟。你可以跟你的老師學打坐，但是得不到什麼，而且你也不曉得自己有沒有開悟，但用我們的方法你會知道，因為會給你證明，讓你知道，你會感受到、會了解到自己開悟了，不一樣了！已經被喚醒了，美妙的光及音樂會伴隨而來，沒有這些就不是開悟。同時你會覺得卸下了長久以來的重擔，有一種

提昇感，就好像有什麼東西從肩上掉下來了！「如釋重負」，感覺輕飄飄的，感覺光亮，「法喜充滿！」這就是開悟的證明。如果印心後你每天繼續修行，一天會比一天進步，我們將會有智慧、更具愛心、更能包容，成為一個不同於以往的人。因為我們已經進入聖人的團體，雖然過著肉體的生活，但卻具有聖人的精神，如果有任何一個法門能提供相同的這一切，那就一定是真正的開悟之道。其他的任何法門，我們都可以修、可以用，但那只是暫時的、基本的步驟而已，並不能引領我們得到最究竟的、靈性的智慧寶座（大眾鼓掌）。

打坐是最深入的祈禱

問：當我有麻煩時我會祈求上帝，有時候會有感應。我的問題是我如何判斷這個感應是真的，真的是得自於上帝的回應或指引？

師父：當我們誠心而深入地祈禱，我們會和內在上帝的加持力量溝通，在那個時候我們會有感應，心誠則靈，而打坐就是最深入、最誠心的祈禱方式，所以我們才會一直都有感應。印心後，明師會開啓我們和內在上帝力量或佛性的溝通，我們每天溝通，而且只要禱告就會有回應，直到有一天，我們將不再禱告，而是成為那位回應所有祈禱者的人。這就是靈修的目的，我們每個人都能達到這個等級（大眾鼓掌）。

問：如果想要儘快解脫，該怎麼做呢？另一個問題是：如果我們在家修也就是不必

離開家庭，是否比出家修來得慢？

師父：關於第一個問題，你可以到外面的印心服務台去登記名字。第二個問題是如果我們在家修行的話，是不是比出家人或離開家庭修行慢？不，不會比較慢！因為即使你出家，你也會很忙，出家人每天只有一段特定的時間可以修行，他們還要參與寺廟的職務，參與奉獻的工作，和其他世俗的事情，就像我們一樣，只不過處於不同的位置罷了！我們在家照顧好佛的家庭，有時間就打坐，可以利用早、晚或睡前修行，這樣就可以了！「禪」應該實現於日常生活中，行住坐臥皆是禪！所有都是「禪」，不然的話佛做什麼？我們不能只當個「坐佛」。有時候我們閉關一星期、兩星期或一個月，那沒有關係，但不能老是那樣做。我們對社會有義務，即使出家人也不例外，佛只坐了四十九天，但在這之前或以後祂也必須到處走動，或做其他的事情。在福爾摩沙也有很多出家人，大部分的出家人都必須去超度亡者，有時候他們甚至沒有時間吃飯，他們必須趕場。所以並非如你們所想像的，出家就可以有很多時間坐在那邊打坐，不是這樣的。

開悟超越時空

問：世界是如何開始的？人類知道出生後必須面對無止盡的生死輪迴，為什麼還要生出來？

師父：這說來話長，我沒有時間，就算我從今天說到去涅槃，也說不完這個世界的創世

史，如果你一定要聽的話，我想我們兩個都必須轉世再回到這個痛苦的人間才能講得完，我不認為你會喜歡這樣，所以最便捷的答案就是——開悟！

當你完全開悟後，就會明白這一切，即使是無數的生生世世，也都在一剎那之間就能了解。因為藉由開悟，我們可以穿越時空的界限，由於沒有時間的影響，所以我們不用花很多時間，就能了解許多事情。所以，有時候打坐了好幾個小時，感覺上就像只過了一分鐘，我們能明白必須經歷千百年才能了解的事，這就是必須追尋內在智慧的原因，因為所有的答案都在內邊。

問：為什麼世界上有那麼多宗教？哪一個才是真的？

師父：每一個都是，選一個吧！如果你能徹底了解一個宗教，就能了解任何其他宗教，否則只會造成爭論和宗教間的戰爭。其實，所有的宗教都指向同一個真理，繼續相信你自己的宗教，不過今天就要開悟，然後你會知道哪一個宗教最好。你會明白並沒有很多宗派，只有一個而已！如果不開悟，就很難相信任何宗教其實都一樣，不論我怎麼向你解釋，那都是我自己的知識，不是你的。所以，你必須有自己的，如果所有的宗教人士都能真正了解自己的宗教，那麼現今宗教之間，包括相同的宗教在內，就不會再發生戰爭了！惟有開悟的人才是真正全心全意、百分之百信奉宗教的人，他會了解人類的兄弟之情，不分別種族、信條和宗教，他才是世界和平真正的維護者。

問：打坐前必須先禱告嗎？

師父：可以，但不是非做不可，打坐本身就是最深的祈禱，經由打坐，你可以得到你想

要的一切。任何對精神及物質幸福有益的事，都將自動前來，不論你有沒有祈求。所以修觀音法門的人生生活滿足適意，因為他們別無所求。修行越多，欲望會越少；修行越多，祈求也越少。「先找到內在的天國，然後一切將隨之降臨。」

問：祈禱會有功德嗎？或者只是傳說而已？

師父：有，有功德，如果我們不開悟或是沒有完全開悟，就必須一直祈求，希望能得到開悟和解脫，當然，我們會為我們所需要的，為生活基本需求而祈禱。不論祈求是否得到回應，至少我們祈禱時可以得到心靈上的安慰，那也很好。虔誠的祈禱是必須的，因為我們透過祈禱，將我們靈魂的光送到天堂，天堂的衆生會收得到，然後他們會來幫我們。我們還可以為別人的幸福禱告，如果真的很誠心，所有的祈求都會立即得到回應。

吃素淨化身心

問：這個人打坐了十年、已經吃素兩年，有時候他的夢會成真，他說有百分之八十會實現，為什麼會這樣？

師父：這就是靈修及吃素的成果，因為吃素，體內的動物性負擔會減小，身體和心智變得更純淨，更容易接收到靈性的訊息，尤其是打坐時，可以使一些雜亂的意念沉靜，靈性的訊息就可以穿透進來。佛、上帝和靈性的衆生，總是無時不在我們身邊，以各種方式幫助我們、回答我們的祈求，但是因為我們內在的意念太忙碌、太吵鬧，因而永遠收

不到。我們的身體和精神被不同的事物所塞滿，尤其是來自動物低等的振動力，這也說明了素食和修行打坐是合乎邏輯的，低等和高等無法混在一起，如果你越接近物質的等級、動物的層次，就越無法靠近天國或靈性上的高等境界。

問：印心和打坐一樣嗎？如果一樣，能不能洗掉過去世和現世的業障？

師父：第一個問題，印心是開啓打坐的能力，然後你就可以打坐了！當然，藉由打坐可以洗掉累世的業障，師父的力量可以為你做這些，只留下一點點業障，好讓你繼續這一世，否則你馬上就會往生。即使業障本來空，但是為了要住在這個物質的身體裡面，就必須這樣做，不然的話，我們沒有理由也沒有藉口可以留在物質的世界。只有透過打坐，才會了解業障虛幻的本質。所以我們不受業障的束縛。但為了要生存在這個世界，我們不得不進行著有業力的行動，這就是解脫的人和沒有得到解脫的人之區別。兩者都背負著相同的業障，但是解脫的人了解業障虛幻的本質，沒有解脫的人還深陷在業力的陷阱中。業障並不可怕，可怕的是對業障本質的無知。

唯有內在了悟使我們解脫

問：為什麼在達到涅槃以前，必須重複著生死輪迴？第一次降生的原因和理由是什麼？

師父：我們來這裡是因為我們想參加造化的這場戲，如果少了我們的參與，就沒有萬

物，那就不好玩了！所以每個人在這個世界都有任務，並且都試著完成任務。原本人們在不同地位、有不同的任務，沒有人會介意自己地位的高低，不論有沒有錢財的福報，還是淪為街上的乞丐。戲劇上演的時候，沒有人在意自己扮演什麼，等過了一段時間以後就開始執著自己的角色了！變得自憐、自傲，忘記了這場戲的目的，然後就開始為了各種欲望，為了競逐世界的地位和幸福而感到痛苦。我們將自己在戲中扮演的角色視為真實的，執著越深越不記得演出的目的，越來越忘記自己的偉大和來處。由於這麼執著於自己的角色，認定自己就是劇中所演的乞丐或國王，就會盡全力去增加自己的所有，或是保住高的地位，為達目的不擇手段，使得有趣的演出變成痛苦折磨。當我們竭力想要增加財產或保住地位時，會激起我們的欲望，這一輩子欲望沒有獲得滿足，就會想再回來，為我們所相信的正義而奮鬥，就是這樣我們才破壞了演出，才會輪迴受苦。

我們原是來自於天國、佛土，大家都是平等的，世界上的國王、乞丐，同樣是來自於高境界天堂的偉大天使，而今卻為了地位、財富、名聲而爭鬥，所以我們才會開始受苦，才會無法脫離物質輪迴。只有開悟才能幫助我們斬斷所有虛幻的地位和界限，了悟大家原本都是天國的衆生，都是平等的，沒有什麼需要爭鬥的，沒有什麼要羞愧，也不必因擁有這個世界的物質和地位而自豪。所以開悟了以後，無論是身為一國的國王，或是放棄一切，當一名出家人，在街上托鉢，對我們來說都是平等的。只要開悟，可以繼續當國王治理國家，同時又得到解脫；沒有開悟，就算出家也只是徒具形式而已，無法提昇靈性。唯有內在的了悟和認知才能使我們獲得自由，外在的勢力、外表或行動，無

法為我們帶來真理（大眾鼓掌）。謝謝！

問：他想知道印心以後生活方式會不會改變？

師父：會也不會！改變的是內在不是外表，當然，外表也會有些改變。很多印心的人變得更能幹、美麗、包容、更有愛心，不過最重要的還是內在的改變，由無明變成有智慧。不用改變生活方式、工作或宗教信仰。

得道真師無所不在

問：跟師父學以後，自己打坐會不會有危險？如果有問題、感到懷疑時，可以請教誰嗎？

師父：只要遵循師父的指示，就表示不是自己任意做的，那樣就不會有危險，而且師父無所不在，你隨時可以由內邊得到答案。你有危險，師父會知道，即使你不求，也會馬上得到幫助。若是知識上的問題，則可以寫信給我，或是寫給中心，也可以到中心來，有些老同修或出家眾可以幫你。但這只是開始而已，以後你會從內邊得知一切，你將不再有问题、沒有懷疑、沒有欲望，只是完成愛的使命，享受內在的加持力。真正的靈性導師是無所不在的，完全了解宇宙和世界的各個角落，每一個徒弟的心思和祈求。如果等到了緊急關頭，還要依賴肉身師父出現搭救，那就太遲了！

所以我才告誡徒弟，不要急著出去教人，至少要達到明師的等級，才能無所不在地

幫助弟子，任何尚未達到明師無所不在等級的人，都不應冒險涉足靈性的領域，否則將帶領別人步入危險。所以別害怕，我教導你，就會照顧你，我保證！（大眾鼓掌）

印心——觀音法門

清海師父經由印心，把觀音法門傳給誠心渴望真理的人。「觀音」中文的意思是靜觀聲音的振動，此法門包含觀內在的「光」與「音」。自古以來，在世界上所有的宗教及靈修文獻中，都重複提到這種內在的體驗。

例如，基督教的聖經上說：萬物初始於聲音，這個聲音與上帝同在，這個聲音就是上帝。（約翰福音第一章第一節）這個聲音就是指內在的聲音；也稱作「上帝的語言」、「Shabd」、「道」、「音流」、「喃」，或是「天上的音樂」。清海師父說：「祂在萬物之內振動，並且長養整個宇宙。這個內在的旋律可以治癒所有的創傷，滿足所有的欲望，及平息一切世俗的渴求，祂是全能且充滿愛力。因為我們由這個聲音創生，所以與祂溝通會帶來心靈的平靜及滿足。聽過這個聲音之後，我們整個人會改變，我們對於生命的想法會整個大幅度改善。」

「開悟」這個字即是指內在的光——上帝的光，祂的強度由微光到無數個太陽那麼亮。經由內在的光和音，我們才認識上帝。

修觀音法門、印心並不是神祕的儀式或加入新的宗教。印心時，會指示打坐——觀光和觀音的特別注意事項。第一次神聖的體驗將會在靜默中降臨。

傳心印是此法門的精華，清海師父不必親臨現場為你開啓此門，而如果没有師父的恩典，這些方法本身並不能帶來什麼利益。

在印心時，你馬上可以聽到內在的聲音並看到內在的光，這種情況可以稱為「頓悟」或「即刻開悟」。

清海師父接受各宗派和不同背景的人來印心。你不需要改變原有的宗教或信仰，也不會要求你加入任何組織，或要求你參與任何不適於你目前生活方式的活動。

* 印心不需要繳任何費用。

* 終生吃純素是接受印心必備的條件。

* 每天打坐修觀音法門、持五戒是印心後唯一的要求。

戒律是一種準則，它能幫助你不傷害自己，也不傷害其他的衆生。如此修行，你可以深入且長養印心時開悟的體驗，終而得到最高的覺悟或成佛。如果不每天修行，將會忘記自己已經開悟，而退回到一般的意識層次。

清海師父的目標在於教我們自己成道。因此，她所教的法門每個人都可以修，自己可以修，而不用靠任何額外的輔助。她不找信徒、崇拜者或徒弟，不想成立會員組織按期收費，她不接受你的金錢、膜拜或禮物，不用供養她這些。

她只接受你的誠心——在日常生活及打坐修行上想提昇自己成為聖人的那份誠心。

五戒

1 不殺生：包括須吃純素，禁食任何一種肉類、乳製品、魚、禽類、蛋類（受精或未受精）及不食用任何含蛋、奶和動物成分的產品。

2 不妄語

3 不偷盜

4 不邪淫

5 不使用及接觸任何毒害身心的物質：包括不喝酒、不用毒品、不抽菸、不賭博，及不接觸任何色情、暴力或使心智激動的書報影片和電動遊戲。

清海無上師出版圖書目錄

即刻開悟之鑰：中文版(1-10)、英文版(1-5)、悠樂文版(1-15)、韓文版(1-11)、印尼文版(1-5)、西文版(1-3)、泰文版(1-6)、蒙古文版(1-6)、波蘭文版(1-2)、德文版(1-2)、葡文版(1-2)、法文版(1-2)、日文版(1-4)、匈牙利文版(1)、瑞典文版(1)、芬蘭文版(1)、藏文版(1)

即刻開悟·問答錄：中文版(1-3)、英文版(1-2)、悠樂文版(1-4)、韓文版(1-4)、印尼文版(1-3)、法文版、德文版、保加利亞文版、波蘭文版、葡文版、捷克文版、日文版、匈牙利文版、俄文版(各1冊)

即刻開悟·師徒內信：中文版(1-3)、英文版(1)、悠樂文版(1-2)、西文版(1)

即刻開悟·師徒神奇感應：中文版(1-2)、悠樂文版(1-2)

一九九二年三地門禪七專輯：英文版、悠樂文版(各1冊)

清海無上師1993年全球弘法專輯：中文版(1-6)、英文版(1-6)

師父講故事：中文版、英文版、泰文版、悠樂文版、西文版、韓文版、日文版(各1冊)

上帝與人類的故事--聖經故事的靈思：中文版、英文版(各1冊)

和平之道--直接和上帝連線：中文版、英文版、悠樂文版(各1冊)

為生命上彩：中文版、英文版、悠樂文版(各1冊)

了悟健康--回歸自然正當的生活方式：中文版、英文版(各1冊)

輕鬆修行的祕訣：中文版、英文版、悠樂文版(各1冊)

清海無上師智慧漫畫集--上帝照顧一切：中文版、英文版、悠樂文版、韓文版、日文版、法文版(各1冊)

清海無上師開悟笑話集--光圈太緊了：中+英文版(合1冊)(書+CD)

甘露法語(一)：中文版、英文版(各1冊)、西+葡文版(合1冊)、德+法文版(合1冊)、英+韓文版(合1冊)、日+英文版(合1冊)

甘露法語(二)：中文版、英文版(各1冊)

「無上家廚」**國際素食珍饈**：中+英文版(合1冊)、悠樂文版、日文版(各1冊)

「無上家廚」**家珍味**：中+英文版(合1冊)

天藝：中文版、英文版、悠樂文版(各1冊)

真愛：中文版、英文版（各1冊）

「和平之音、四海一心」紀念專輯：中+英+悠文版（合1冊）

清海無上師藝術創作專輯：中+英+悠文版（合1冊）

清海無上師藝術創作專輯--繪畫系列：中文版、英文版（各1冊）

天衣珍藏本：中+英文版（合1冊）

帶我回家：中文版、英文版、悠樂文版、法文版、義大利文版、韓文版、蒙古文版、希臘文版、保加利亞文版、西文版、德文版、波蘭文版、匈牙利文版、俄文版、印尼文版、捷克文版、羅馬尼亞文版、土耳其文版、阿拉伯文版（各1冊）

今生有你--我的狗寶貝：中文版、英文版、悠樂文版、韓文版、日文版、西文版、波蘭文版、德文版（1-2冊）

真愛奇遇--我的鳥羽兄弟：中文版、英文版、悠樂文版、法文版、德文版、韓文版、蒙古文版、俄文版、印尼文版、阿拉伯文版（各1冊）

高貴的野生：中文版、英文版、悠樂文版、德文版、法文版、韓文版、蒙古文版（各1冊）

沈默的眼淚：中+英文版（合1冊）、英+法+德文版（合1冊）、中文版、英文版、悠樂文版、西文版、葡文版、菲律賓文版、韓文版（各1冊）

無子詩：中文版、英文版、悠樂文版

失落的回憶：中文版、英文版、悠樂文版

金銅回憶：中文版、英文版、悠樂文版

蝴蝶夢：中文版、英文版、悠樂文版

前身足跡：中文版、英文版、悠樂文版

往日時光：中文版、英文版、悠樂文版

曠世情人：中文版、英文版、悠樂文版、法文版、德文版、西文版、韓文版、蒙古文版

生命與意識的省思：中文版（雅奈茲·德爾諾夫舍克博士著作）

和平曙光—有機純素化解全球危機：

歡迎至<http://crisis2peace.org/tw>，免費線上閱讀或下載各種語言版本電子書

以上叢書系列等陸續出版中！

另有講經、音樂DVD、MP3、MP4、CD系列，有阿拉伯文、亞美尼亞文、悠樂文、保加利亞文、柬埔寨文、廣東語、中文（繁體&簡體）、克羅埃西亞文、捷克文、丹麥文、荷蘭文、英文、芬蘭文、法文、德文、希臘文、希伯來文、匈牙利文、印尼文、義大利文、日文、韓文、馬來文、蒙古文、尼泊爾文、挪威文、波斯文、菲律賓文、波蘭文、葡萄牙文、羅馬尼亞文、俄羅斯文、斯里蘭卡文、斯洛維尼亞文、西班牙文、瑞典文、泰文、土耳其文、祖魯文等版本發行。

如何與我們聯絡

聯絡處：福爾摩沙苗栗西湖郵政九號信箱（郵遞區號36899）

P.O.Box 730247, San Jose, CA 95173-0247, U.S.A.

☆無上師電視台

E-mail: Peace@SupremeMasterTV.com

電話：1-626-444-4385 / 傳真：1-626-444-4386

☆經書編譯組

E-mail: divine@Godsdirectcontact.org

（歡迎參與各種語文的翻譯工作）

☆新聞組

E-mail: lovenews@Godsdirectcontact.org

☆S.M. Celestial Co., Ltd.

E-mail: smclothes123@gmail.com;

vegan999@hotmail.com

電話：886-3-4601391 / 傳真：886-3-4602857

網址：http://www.smcelestial.com

http://www.sm-celestial.com

☆修行服務台

E-mail: lovewish@Godsdirectcontact.org

☆清海無上師世界會出版有限公司

E-mail: smchbooks@Godsdirectcontact.org

電話：886-2-23759688 / 傳真：886-2-23757689

http://www.smchbooks.com

☆易購網

Celestial Shop: http://www.theCelestialShop.com (英文)

伊甸園: http://www.EdenRules.com/ (英、中文)

☆萊明富純淨家園購物網

http://www.lovingfood.com.tw

☆愛家國際連鎖餐飲

E-mail: service@lovinghut.com

電話：886-3-4683345 / 傳真：886-3-4681581

網址：http://www.lovinghut.com/tw/

觀音網站

與上帝直接連線--歡迎參訪清海無上師世界會全球觀音網站：

http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/links/links.htm

進入此入口網站，即可進一步連結到各種語文的觀音網站，或觀賞24小時網路電視台：「無上師電視台」、「藝術與靈性」節目。此外，您也可以即時下載各種語文版本的《即刻開悟之鑰》樣書，訂閱或下載電子版《清海無上師新聞雜誌》，或進行線上瀏覽等等。

無上師電視頻道

無上師電視台是純粹播映建設性節目的頻道，此頻道將為您帶來靈性新視野，充實您的人生。全天24小時提供線上觀賞「無上師電視頻道」--

http://www.suprememastertv.com/tw

《即刻開悟之鑰》各國樣書免費下載網站 (80種語言)

http://sb.Godsdirectcontact.net

http://www.direkter-kontakt-mit-gott.org/booklet

http://www.godsdirectcontact.com/sb/index.html

即刻開悟之鑰

第八冊

作者：清海無上師

發行所：清海無上師世界會出版有限公司

地址：台北市中正區忠孝西路一段72號8樓之16

電話：886-2-23759688

傳真：886-2-23757689

E-mail：smchbooks@Godsdirectcontact.org

<http://www.smchbooks.com>

郵撥帳號：19259438

The Supreme Master Ching Hai©1996~2014

著作權人：清海無上師

第一版：1996年10月

第二版：1996年12月

第三版：1997年11月

第四版：1999年 5月

第五版：2011年 6月

第六版：2014年 7月

國家圖書館出版品預行編目資料

即刻開悟之鑰/清海無上師作。 --初版.--

臺北市：清海無上師世界會，1997「民86」

1冊：13×19 公分

ISBN 978-957-98468-2-0 (第八冊：精裝)

1. 靈修 2. 精神生活

192.1

86014160

我等弟子，基於過去求道歷程的艱辛，深知成道的在世明師難遇，真法難求。此法門即自古真師流傳下來之最高法脈，能喚醒本性的智慧，令人了悟真理。我們修行此法門，獲益良多，因此將我們師父清海無上師在世界各地的講經內容集結成書，以幫助那些渴望一世解脫的求道者。以及那些對生命、生死、修行和真理有所疑惑而想得到解答的人。