

即刻開悟之鑰(九)

清海無上師

悠樂文開示專輯



清海無上師  
**即刻開悟  
之鑰**  
第九冊

悠樂文開示專輯

# 即刻開悟之鑰

## 第九冊

悠樂文開示專輯

清海無上師



## 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傳記，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，傳記到底完成沒有？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工作，因為我師父是超世界的眾生。」

青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。



# 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。

青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，青海無上師開始分享「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青海無上師蒞臨演講。

青海無上師慈悲為懷，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，青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，青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和想法，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」：等獎項。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二任總統雅奈茲·德爾諾夫舍克博士（Dr. Janez Drnovsek）；美國第45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」…等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。

清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，無數領導者和民眾都對她感激不已。

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：「吃素環保來救地球」，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」純素連鎖餐飲店在清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佈世界各地，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眾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。

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來。



# 即刻開悟之鑰（九）

悠樂文開示專輯

## 簡傳前言

清海無上師簡傳 愛的道路

### 一 學佛就是要成佛 1

### 二 戒律的真義 17

### 三 真理唯一 41

### 四 佛度有緣人 59

### 五 六度波羅蜜 91

### 六 修行與持戒 125

七 皈依與印心 149

八 佛與人 177

九 人生的目的 203

十 以愛心化解仇恨 239

十一 持戒的重要 263

十二 無所不在的本來面 277

印心・觀音法門 287

出版品介紹 291

如何與我們聯絡 297

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。

---

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。



# 學佛就是要成佛

我們誠心會感動佛，祂會加持我們，  
那時我們自己內在的力量、我們的佛  
性，將會被喚醒而開始運作。



學佛就是要成佛

清海無上師講於美國加州聖塔安那

一九八九年十月二十一日

看到各位鄉親同胞平安抵達自由的地方，大家都健康快樂，師父很高興也很感動。因為佛菩薩保佑，大家才能如此平安，物質和精神生活都很富足，師父在這裡替大家感謝佛菩薩。

## 祖宗罪與定業

有很多人問師父，既然您已經成佛，為什麼不救自己的祖國悠樂？可以這樣做嗎？其實，我們應該先救自己。釋迦牟尼佛在世時，祂的國家也有很多戰爭，弟子們請求祂用神通與加持力調解雙方、拯救國家，佛說：「不可以這樣做，他們生生世世造下許多因果業障，必須清付，解決之後他們便會和好，到那時戰爭自然會消弭，目前我們無法介入！」佛的大弟子目犍連看佛不肯幫忙，以為佛沒有慈悲心，於是自告奮勇：「師父不幫，我來好了。」目犍連用神通把兩個

國家都收進鉢中，以避免了一場戰爭，幾天後他打開鉢，鉢裡面竟然全是血——兩個國家在小小的鉢裡照樣爭戰！

《金剛經》曾提到定業不能改。定業是業障的一種，根據天主教的說法，即是世代相傳的祖宗罪。祖宗是誰呢？其實就是我們自己。我們前世犯錯造下的「因」，轉世回來業障又結「果」在自己身上。亞當和夏娃並沒有留下什麼原罪給後代，那樣就太不公平！上帝不會這麼做。聖經的敘述很簡短，一般人又不夠開悟，所以不了解真相。事實上，祖宗就是我們自己。好比一百年前你出生在甲氏人家，然後往生，一百年後，你又投胎在同一戶人家，成為甲家的子孫，甲氏先祖其實就是你本人，只可惜沒有人知道這個真相。祖宗罪就是自己以前所造的業障，所以說業障來自於自己。

有人問師父：為什麼不救悠樂？阿彌陀佛！不可以這麼做的。釋迦牟尼佛曾經說過：要脫離苦海，就要遵從佛法。祂說：「以手指月，依指見月。」我們不能依賴佛，佛只是指引我們該走的方向。



學佛就是要成佛

佛陀自己也因為遵守佛法才成佛。假如我們想成佛、脫離苦海，就要遵守佛的戒律。想要達到天人的果位，就要遵守天人的戒律；想要成佛，就要遵守佛的戒律。

光是要做個好人，也有基本的法律要遵守，犯法只會找障礙給自己，讓自己受苦。我們不該抱怨佛不解救我們，祂有，是我們自己不聽從而已。好比生病時去看醫生，跟醫生說：我生病了，請給我藥吃，替我治病。然而卻不肯吃醫生開的藥方，當然病只會越來越嚴重，甚至病死，你們明白這個道理嗎？

## 神通不究竟

神通從來無法救人，就算暫時救得了，也不究竟，所以佛不要我們迷信。佛說一是一，說二就是二，講什麼都合邏輯。祂不會比手劃腳、施展神通引誘我們：「看啊！我有神通！」然後手一指，一切就變成完美，佛沒有這樣說。祂告訴我們：有因就有果，想要得到幸福

快樂的善果，必須先種下善因。

佛在世時，有一個老婦人的兒子生了重病，她祈求佛救她的兒子，佛救了她的兒子嗎？沒有。並不是佛不慈悲，而是佛明白因果，時候到了就該走，佛不想擾亂那個人的因果。一個人的因果牽連無數人，改變一個人的命運，將會牽連無數旁人的命運。

就像師父手裡的佛珠，這是一位福爾摩沙弟子送給師父的，為什麼有這串佛珠？故事是這樣的：師父的一位弟子生病時，看到師父化身來救他，所以他做了這串佛珠送給師父當紀念。一串佛珠是由許多珠子串連而成，現在假如有人說：「師父，我很喜歡其中一顆，您可以送給我嗎？」師父當然可以送給他，但是拿掉一顆，整串佛珠也會鬆開脫落，到時候又要一粒一粒撿起來重新串接。所以師父說：「算了吧，何必呢？」

要救人並不容易，除非那個人誠心想自救，並懺悔自己的過錯。我們誠心會感動佛，祂會加持我們，那時我們自己內在的力量、我們的



佛性，將會被喚醒而開始運作，一旦回歸正道，路途就不再困難險阻。

如果你家在北方，卻開車往南走，有些人知道方向搞錯會掉轉回頭，有些人卻朝著錯誤的方向一直走下去，當然會越走越遠。也許有人會想：「有本領，你送我回家就好，何必多說！」問題在你不肯自己回頭，非要等人家出動拖車來吊，不僅堵塞交通又耽誤大眾。所以，最好、最簡單的方法還是自己回頭。

同樣的道理，學佛就要守戒，信仰任何宗教，都要遵守那個宗教的戒律，才能讓自己走上正途。釋迦牟尼佛與耶穌基督都不曾為了自身的利益，或是為求名望而強迫人受戒、招徠門徒。釋迦牟尼佛與耶穌基督都是得道的人，都走過這條修行路，知道這是正確、安全的道路，才帶領眾生一起走。假如我們追隨他們的腳步，結果將會很美好。

若是不願意追隨，那也沒辦法了！就像家住北方，卻偏要向南走，或是家在南方卻朝北走，這樣連明師也只有莫可奈何，明白嗎？不是明師不幫我們忙，對他們而言，要幫助我們是輕而易舉的事，只是非

得要等人家出動吊車，也太勞師動眾了！而且吊車開上高速公路也會堵塞交通，所以，最好的方法還是自己回頭。

## 回頭是岸

戒律其實是用來保護自己的，佛也說：回頭是岸。

有一天早上，師父講經的時候，一隻不知名的小蟲飛進屋內，四處亂飛了一陣，後來黏上了蜘蛛網，掙扎著無法脫身。師父覺得牠很可憐，就拿了一個杯子和一張紙，把牠裝在杯子裡，放回屋外，牠才總算自由地飛走。牠在杯子裡時掙扎得很厲害，以為師父要傷害牠，牠想要自由，卻被困在杯中，幾乎不能透氣！牠不明白師父的好意，只要忍受一下子，就可以被放生。

佛法就像那個杯子，暫時把我們框在一個範圍內，目的是帶我們去更自由的地方。好比那隻飛蟲，被裝在杯中看起來沒有自由，以為





有人要加害牠，但是一會兒之後，牠就真的自由了。這個世界的自由，不是真正的自由。也許有些時候我們會想：為什麼要修行？生活好辛苦，三餐都無法溫飽了，還要修行守戒，誰受得了？然而，假如我們做得到，我們將得到永恆的快樂、平安與自由，超越世間無常的自由。

悠樂人和東亞人深受東方哲學的薰陶，沒有人不知道佛教、道教、儒教、天主教，每個人或多或少都受過某個宗教的影響。然而影響是一回事，能不能遵從教理又是另外一回事。假如我們是佛門弟子，就應該遵守佛的指示，改善自己的生活；假如我們是天主教徒，就應該遵從天主的教誨，然後我們將會看到生活有所不同。

假如不遵從佛或天主的戒律，一味貪求神通，又奢求生活能改善，那就比較困難。好比杯子裡的飛蟲，牠越掙扎，師父就越難把牠放到外面去。牠必須先安靜待在杯裡，師父才能把牠平安送到屋外。

## 身在異鄉好修行

你們身在國外，每天忙著討生活，也許會覺得修行比在悠樂困難，有沒有人這樣想？有人覺得在外地比較難修嗎？（有人回答：是）難在哪裡？其實在外地反而容易修行，因為這邊生活條件比較好。

在美國，起碼不用凌晨三、四點就起來準備小吃生意。而且天氣太冷，沒有那麼多男男女女在街上遊蕩，也就沒有人誘惑我們往外跑，是嗎？假如看到很多人逛來逛去，難免會動心想跟去；沒有人閒逛，我們的眼睛便能多休息，也不會想到處去找好東西吃。誘惑減少了，就不用那麼費力克制自己。

這裡的酒館也不比悠樂吸引人，在悠樂，大家可以坐上一整天，而這裡的酒館卻冷冷清清。而且人地生疏，坐下來也不知道要跟誰說話，光是坐著喝酒，也要一直計費，音樂又吵雜，與悠樂完全不同。從這一點來看，這邊是比較便於修行，你們同意嗎？

還有很多其他理由：比如在這邊親戚比較少，串門子的機會減

少，思念家鄉時，也只能一個人待在家裡，這才比較有時間修行；而在悠樂，親戚朋友太多，一天到晚交際應酬，就沒有時間了，在國外沒有這些誘惑，對修行反而有幫助。就算想出門，也不知道要去哪裡，親戚朋友的屋子都小小的，容納不下幾個人；而悠樂的氣候溫暖宜人，即使坐在屋外都很舒服。在這裡，酒喝多了就不能開車；在悠樂就不同，喝多少都沒人說話，連警察都在喝嘛！這邊法律比較嚴格，生活比較規律、安靜，任何人想修行都比較容易，這些都是在國外修行的好處。

學佛就要相信因果，怨恨別人是不對的，唯有自己好好修行，用自己的功德影響別人；自己開悟後，才能夠帶領別人開悟和解脫。對於有愛國心、想為國家盡一分心力的悠樂人，師父建議大家一個最好的方法——就是以修行回報四重恩：家國恩、父母恩、眾生恩和三寶恩。如果我們採取暴力，遭殃的也是自己的親戚朋友而已；連年爭戰，犧牲了多少青年才俊，只剩下老人。在戰爭中死去的，正是我們自己的兄弟子孫，不是別人。

師父認為最好的方法就是修行。修行後，我們可以用功德化解兄弟親友之間的紛爭，假如每個悠樂人都修行，一個人可以度很多人，遲早國家就可以自然地解脫，明白嗎？

我們改變不了世界，就改變自己，用自己的功德影響別人，這樣做是最好的。吵來吵去，遲早會大打出手，戰爭就是這樣才會連綿不斷。在國家經過這麼多戰亂之後，我們可以了解：互相攻擊、打仗，是解決不了問題的。只有博愛的胸襟以及修行，才能克服一切，帶來美好的結果。

## 為什麼世界人口越來越多？

很多人問師父：為什麼世界人口越來越多，不斷增加？各宗教都自稱會拯救信徒，讓他們解脫，帶他們去快樂平安的天國、天堂等等——師父曾經親眼看過天國，所以知道天國、天堂指的是一樣的地方。就像有人說旅館，有人說Hotel，名稱雖不同，但意思一樣。你們知道

為什麼各宗教都說會帶信徒到天堂，然而世界人口卻還是一直增加嗎？因為沒有多少人得到解脫，正因為沒有解脫，人口才越來越多。假如可以解脫，大家早都走光了。

比方說：世界上有三分之一的人口是天主教徒，三分之一是佛教徒，另外三分之一是別的宗教。假如說只有佛教才是正道——我只是打個比方，天主教徒不要來打師父（師父笑），師父很怕，一說到某個宗教，別的教徒就會瞪眼，準備比個高下。

假如說佛教是正道，那不是應該有三分之一的人口減少了嗎？假如我們說佛教不好，只有天主教才是最好，才能讓人解脫，那麼至少天主教徒都能得到解脫吧？可是為什麼世界人口還是一天比一天多，沒有看到誰解脫？知道原因的請舉手，說對了師父給糖果吃。（現場有人答話）假如是這樣，那麼動物轉世變成人的數量與人變成動物的數量應該會相等，為什麼人口還是越來越多？由這點可以看出，有越來越多的動物轉世成人，而解脫的人數反倒減少了。

世界上有很多宗教，也訂立了很多戒律，但是人們都沒有切實遵從。佛陀教導我們不要殺生，我們信仰祂，但是所作所為卻相反祂的教理。很多人辯說：「我沒有殺生。是人家殺了，我們才吃的，不吃不就浪費了嗎？」假如大家都不吃肉，就不會有人賣肉，真是可憐啊！這就是我們所謂的慈悲心嗎？佛陀的教理全都忘記了。

殺生有兩種：直接殺和間接殺（見殺隨喜）。《楞伽經》曾提到：假如我們不吃肉就沒有殺。因為有人吃才有人殺，所以吃的人與殺的人是同一等罪。你們讀過《楞伽經》嗎？還是你們比較喜歡讀小說？佛經太沈悶了，是不是？經典老是告誡我們吃純素行善，聽都聽膩了，你們喜歡自由自在過生活，吃純素做什麼？太辛苦了！是嗎？

只有博愛的胸襟以及修行，才能克服一切，帶來美好的結果。





## 殺生之業

如果現在不忍受這一點辛苦，來世就要受更多苦，這就是因果輪迴。今天我們殺牠們，明天牠們會殺我們，結果就是發生戰爭——大規模的屠殺，喪亡既多且快，一如那些每天被宰殺，送到市場販賣的無數動物一樣。

有一個人曾經說過：他到美國後，有一次經過一個農場，早上還看到一整群黑黑紅紅的牛群，當天下午他再路過時，卻已經一隻不剩，全部都被宰殺、燒烤了。所以，不用問為什麼會有戰爭，佛菩薩不會製造這種慘況給我們，是眾生自己造成的。

正如不久前的舊金山大地震，橋毀樓塌，景象十分淒慘，關於這件事，我們可以談論一下。你們在電視上都可以看到橋原先有兩層，為什麼下層完好如初，只有上層倒塌？很明顯是因為那些人氣數已盡，無論他們在哪裡都會死。否則這該如何解釋？為什麼一樣歷經強

震，下層完好而上層卻會坍塌，壓死了身在其中的人？不能說是偶然，冥冥中自有定數。

所以，雖然宗教種類繁多，多數人仍然無法解脫，因為他們沒有真正相信教主的教導。我們不需要爭辯佛教比天主教好，或是天主教比佛教好，那些懂得戒律的真義並遵從的人，才是真正的好信徒。

上帝創造了各種宗教，以適合人們不同的需要，一切都是安排好的。《普門品》中曾經提到，觀世音菩薩會示現各種不同的形象引度眾生：有時候是印度人，有時候是修女、夫人、大將軍、童男或童女等等，觀世音菩薩會視場合以及與那個眾生的緣分而化現，了解嗎？所以，說不定耶穌基督就是觀世音菩薩的一個示現。我們不應該認定某個宗教才好，另一個宗教就不好，照顧好我們自己的人品、道德，才是最重要的。

聖經裡面也教人不要殺生，十戒的第一戒就是不殺生，但是一般人不開悟，所以不明白，以為不殺生是指不殺人，其實天主說不殺



生，不僅指不殺人而已。「生」是指生命，殺害任何生命，都是殺生。佛也說不要殺生，祂沒有說只要不殺人就好，而是不能殺害一切生命。

也有人問我：「我們遵守不殺生的戒律，但是我們連植物的根都拔出來吃了，這又算不算殺生呢？」也沒錯，但是拔了一根草與砍了一隻雞頭還是有分別的：草不像動物有痛苦的感覺，何況草拔掉還會再生，甚至越生越多。但是雞頭砍掉了可不會再長出來，動物跟植物的分別就在這裡。植物體內百分之九十是水分，所以痛苦的感覺不像動物那樣強烈，而動物的意識又不比人類高強。人類擁有較多的智慧、靈識與佛性，所以殺人的罪過是很大的。

生命是一條沒有起、始，無限延伸的線，  
我們只是將它分別命名為過去和未來。



The background of the page is a grayscale photograph of a rugged coastline. On the right side, there are steep, craggy rock formations. To the left, the ocean is turbulent, with white foam from breaking waves visible. The overall tone is somber and contemplative.

# 戒律的真義

要分辨好與不好，應該看動機，  
而不是看行為。



清海無上師講於美國加州聖塔安那

一九八九年十二月三日

多謝大家慕道的誠心和熱烈的歡迎，昨天在巴拿馬睡眠不足，飲食也不正常，所以今天比較累，假如有什麼疏忽，請大家原諒。

成佛的人，內在已經是佛，智慧獲得開展，但身體還是凡夫，有時候還是會疲勞。有人問師父：「為什麼修道的人脾氣都不太好？」不是他們脾氣不好，而是情況造成，比如說弟子們問太多問題，問的又是與修行無關的事，他們才生氣。不過，沒有這些修行人，佛法可能會中斷，所以我們還是要敬重他們——不是要你們敬重我，而是要敬重修行人的人；大家已經很敬重我，我不奢望更多，只怕自己沒有盡到出家人的本分。

講經之前，先祈禱諸佛保佑大家從開示中獲得開悟，才不辜負大家前來聽法的誠心。

佛教有很多戒律，多數人都認為很難遵守。師父還沒有落髮出家之前，已經自己在家修道又吃素，吃長素對我來說很容易，但對各位而言也許就有困難；師父知道你們有時候不想吃純素，可是良心又受不了，所以還是吃純素好了啦！世界上沒有什麼事情是簡單的，我剛開始修道的時候，也遭遇很多困難，你們不要以為師父是從天上掉下來做人，不會遇到任何困難。

講到持戒，首先要從自身做起，改掉不好的習慣跟缺點。我們剛出生時都只會吸奶，後來才慢慢學會吃飯、吃魚、吃肉，進而學會交朋友，後來又開始學吃喝玩樂、喝酒跟抽菸。雖然這些習慣都不是與生俱來的，然而一旦學會就很難戒掉。假如我們能認清不好的習慣都是受別人影響，是外在環境造成的，不是出自天性，我們的本性其實很好，能這樣了解，同時給自己肯定的期望，便能夠慢慢改善，逐漸淨化自己的身口意。

## 師父受戒的故事

師父還沒有出家之前，已經自己在家修道、吃長素，也常到寺廟拜佛。有一次我遇到了我的第一位師父，她是一位尼師，是她叫我受五戒的。

我當時問她：「為什麼要受五戒，目前這樣不是已經很好了嗎？」她說：「受五戒以後才真正好，妳受了戒就會知道，要做佛門弟子，不單單是拜佛吃素，還要受五戒，才能算是真正的佛門弟子。」當時我想：「受就受嘛，有什麼問題！」但是，等到大師父大聲地拍桌子問：「要受戒了沒有？」我又怕了，怕將來做不到。

通常受五戒的人還可以吃葷——有人以為只要自己不殺人、不殺動物，別人殺了給我們吃是可以的，所以很多人還是繼續吃葷——那時我已經吃長素，所以第一戒「不殺生」還算容易；第二戒「不偷盜」，也還容易；第三戒「不邪淫」，也容易；但是第四戒「不妄語」和第

五戒「不喝酒」，對我來說就難了。你們知道為什麼嗎？我小時候在悠樂時留著一頭長而直的頭髮，後來把它燙得捲捲，臉本來很潔白，卻把它打扮得紅紅綠綠，我當時認為這是算妄語。所以，當受戒師父三次問我，我便啞口無言了。

受戒時，大師父會拍桌子大聲問：「可以嗎？」誰回答三次「可以」，就表示決心受戒。問第一次的時候，我考慮。問第二次，我還在想。第三次再問，我仍然沒有應聲，大師父就以為我不夠資格，不敢受戒。幸好去見大師父之前，我先請問過另外一位尼師：「假如有些戒律不能遵從，該怎麼做？」尼師回答我：「能受持的就說可以，不能的就不用回答。」我想不回答也沒關係，那就先受了戒再說，所以我兩次不回答。

不知道我師父為什麼要我受戒？可能她認為我已經吃長素，又常常幫助弘法、回答信徒的問題，假如不受戒，會讓她沒面子。一般人都很重視名譽，經常會問：「你受戒了沒有？皈依了嗎？跟哪一位師



父皈依？」假如我們說沒有皈依，人家就不當我們是正規的佛門子弟，而是「半途出家」之流，所以那位尼師才勸我受戒。

我知道自己還不能受戒，因為雖然我當時已經吃素，但是還喝酒。那時我認為喝點酒問題不大，又不殺生（師父笑）。那個時候我還有家庭，先生又是醫生，朋友很多，他們常到我們家做客，假如人家敬酒，我一點都不喝，似乎很不禮貌，對外國人和在家人而言，喝點酒並不算什麼，只要不喝醉就好。況且，我也不想讓先生知道我不喝酒，怕他認為我不擅社交。因為還戒不了，所以問到後兩戒，我就不出聲。那個時候我還不太了解戒律的真義，認為打扮就不算修行人。當然，師父現在的想法已經又不同了。

## 戒律是為了保護人

第一戒是「不殺生」，英文是 Non Violence，意思是不暴力。如果我們以為不用暴力是指挨打時不還手，即使流血也不反應，這種定

義是不對的。法律是用來保護人，不是人去遷就法律。假如有人打我們的子女、搶劫我們的財產、侵犯我們的妻女，難道我們也坐視不管？這是不行的，我們應該保護他們。

再舉一個例子：要救溺水的人，應該先把他打昏，不然連自己都可能溺斃——溺水的人看到有人來救，就會緊抓不放，到時候兩個人可能會一起溺死，所以必須先把他打昏，這不算暴力。或是那些參與戰事的軍人，他們是為了保衛祖國而抗戰，那也不算暴力。因為不是他們自己喜歡戰爭、愛好殺人，而是為了保衛國家、同胞和弱小的人民，不得已而做，並不是因為憤怒而採取暴力的手段，明白了嗎？

第一戒是不暴力，但並非不反抗。現在師父又更進一步了解到這一點。以前我以為不暴力是指挨打也不能還手。有些聖人真的一點都不抵抗，釋迦牟尼佛、觀世音菩薩就是這樣，祂們來到人間，無論遭遇任何情況都不加以抵抗，耶穌也是一樣。其實，無論反不反抗，一樣會有業障，一旦降生這個世界，再怎麼敬神拜佛，仍然逃不開因果。



如果不想再受因果輪迴的痛苦，就要修高等一點的方法，與佛同一體，與佛溝通。怎樣才能與佛溝通呢？佛經中說：能禮所禮性空寂，感應道交難思議，我此道場如帝珠，毘婆尸佛影現中，我身隱現如來前，頭面接足歸命禮。（出自《普賢十大願王》；《觀世音菩薩消伏毒害陀羅尼三昧儀》；《占察善惡業報經》）假如我們與佛同一體（我身隱現如來前），真正感應到佛的存在，很清楚地看到佛，那時候才頂禮祂（頭面接足歸命禮）。然而問題是，大部分時間我們並沒有清楚地看到佛，而只看到木頭佛像。

有時候，師父會勸弟子不要拜佛像，那只是針對某些人講的，不是針對全部的人。並非師父反對拜佛，拜佛是很好的，但是因為有些人的心很執著，所以師父才會說拜佛像沒有用。對那些人如果不這麼說，他們就不能破執，他們以為木頭像就是佛，這種觀念錯得離譜，有一點聰明度的人都不會這麼想。然而卻有人真的以為木頭像就是佛，把什麼都擺在佛像前供養，然後朝著那尊木頭佛禮拜。

我們拜佛是為了想念佛，提醒自己修行，不是又跪、又拜，才算信佛。假如佛像真的是神明，世界上豈不是有很多神明了嗎？寺廟裡面神像多得很，去買一尊拿回家就好，為何還要修行？

## 尋找在世活菩薩

我們聽說：某某人修行成佛、成菩薩、成仙，就以為只有他才能修得成，只有一位釋迦牟尼能夠成佛，其實並不是這樣。我們看《法華經》，裡面提到：無論哪個時代，都有佛菩薩現身擁護正法，有菩薩從地湧出保護真理、傳播真理，不讓真理失傳。那些從地湧出的菩薩是誰？就是我們自己。

我們生在這個世界，就是為了要證明自己是從地湧出的菩薩，或者，至少要找到那些從地湧出的菩薩，然後追隨他們。佛經已經說得如此明白，為什麼我們還在這邊跪拜木頭佛，而不趕快去找在世的活菩薩呢？

菩薩很多，到處都有。師父去過印度的恆河，河很大，沙很多，菩薩就像恆河沙那麼多，多到數不清。佛已經清楚地告訴我們了，如果我們不去找，那就是自己的損失了！佛說：「任何時代都有眾生成佛」。所有眾生都有佛性，佛性永遠不會滅絕，只需要正確的法門和明師的力量，就可以即刻開啓自己的佛性，看到自己的本來面目。

師父也講任何眾生都有佛性，眾生平等、沒有分別。然而你們卻懷疑：「為什麼她說自己成佛？」成佛就成佛，沒有什麼好奇怪的。「佛在心」，佛就在我們的內邊，為什麼不能成佛？都是因為我們已經習慣當凡夫，沒有想到要去尋找「自性佛」；或者是因為自卑感，認為別人都比我聰明，我不可能做得到。

剛才師父說當年我有兩戒做不到，因為有時候我會為了社交需要而稍做打扮，也不是自己想打扮。那個時候我還認為打扮是一種妄語，因此自己不能原諒自己，並不是菩薩不能原諒我。其實外表並不會影響內心，假如我們還罣礙外表打不打扮，那要到何時才能修行呢？然

而我們不了解這一點，以為打扮是不好，因而看不起自己。為什麼會看不起自己呢？都是因為我們被洗腦，將打扮的行為當成缺點，以為自己做了不好的事。

要分辨好與不好，應該看動機，而不是看行為。比方說：我們打扮是為了要吸引人，破壞人家的家庭，那就不好；假如只是簡單的打扮，跟大家一樣，讓人家看了眼睛舒服，工作開心，這很好啊！這世界美好的事物原本就不多，假如連打扮也不行，還有什麼真善美可言，對嗎？所以打扮一點沒什麼大不了的。

但是師父以前也不了解，那時候我還在上班，還有丈夫，假如不打扮，讓丈夫跑掉，就是我的錯了，對嗎？所以大家都可以打扮（師父笑）。我們要保護自己的婚姻幸福，外面人人都在打扮，妳卻不打扮，讓自己變醜，讓丈夫往外跑，那怎麼辦？

戒律是用來保護社會的，比方說「不偷盜」。其實，我們要是去偷盜，佛也不會生氣，佛只會愛人，不會生氣人；只是我們一旦真的

去偷、去搶而被抓，被關起來處罰，那時又是誰在受苦呢？佛菩薩沒有禁止我們做什麼，而是因果的法律讓我們懲罰自己。

## 佛到世間的目的

拜佛之所以好，是因為我們仰慕佛道，想學佛的德行，守佛的戒律。但是我們也要知道，佛是為了「度眾生」而來，也就是要讓眾生「了解佛知見」。佛說：我來到世間的目的，是要讓大家具有佛的智慧，要人們都修行成佛。佛來到世間，並不是為了要我們禮拜祂，也不是為了享受世界，而是為了要我們認識自己的佛性，知道人人都可以修行成佛。

釋迦牟尼佛還沒有入涅槃的時候，曾邀請迦葉尊者坐在祂身旁，然後對眾弟子說：我能修行成佛，迦葉也能修成，就像我一樣。由此我們可以了解，任何人都能修行成佛，不是只有釋尊才能成佛。但是

很多信佛的人都忘記這一點，聽到某人成佛，就驚訝地問：「成佛？怎麼敢說這種大逆不道的話？」

耶穌基督也說：我是上帝的獨生子，是天父之子，意思說祂與天主合一、同一體了。天主也就是最高佛祖、無上正等正覺，完全了悟真理、完全覺悟的人便是最高佛祖，也稱為最高上帝，只是用詞不同而已。

釋迦牟尼成佛的時候，當時的人也不相信祂。當釋迦牟尼說：「我已經成佛！」人家反問祂：「你怎麼能成佛？你跟我們一樣是凡夫！」耶穌基督也說：「我是上帝的兒子，我就是真理和道路。」人們就是不相信——相信的也有，但只是少數，所以祂才會被釘在十字架上。都是因為人們忘記了佛在心中。聖經上說：天國就在我們內邊。不只佛如此說，聖經也這樣說，而且還明確指出：身體就像一座教堂，天主就住在裡面。



佛也說：人身就是一座寺廟。然而我們卻忘記自己心中的寺廟，忘記自己也是菩薩，是羅漢，是很高尚的眾生。每一位佛誕生，都會說：你們也是佛，切記！切記！切記！假如我們想要記起自己是佛，應該怎麼做？「開悟」就可以了，很容易的。好比我們接連作了很多惡夢，一旦醒來，什麼都沒有了。

為什麼跟隨師父的人都有進步？剛才報告的那位同修，只修了一個多月，已經進步很多，不但性情改變，情慾減少，飲食睡眠也都減少了，錢財也不貪了，為什麼會這樣？因為他開悟了！知道自性比錢財更珍貴，比物質享受更為高尚。開悟後，我們會慢慢找回自己，會知道自己是誰，壞習慣自然減少，猶如太陽出現，黑暗就消失一樣，這是很自然的事。不是師父有什麼法力跟神通變人成佛，而是他自己改變了，明白嗎？

你們修行的人應該知道：智慧是自己的，佛性是自己的，所以師父才不接受供養，因為我不好意思接受。你們獻花、獻果誠心歡迎師

父，表達加州悠樂同胞對師父的敬意，但這些都不是師父要的，我從來不會想：我已經成佛，你們應該獻花、獻果給我。

師父很害羞，所以不要讚歎師父太多，我不覺得自己有什麼功勞。成佛是一件自然的事，成佛、成菩薩、成什麼都好，我們學什麼就成什麼，沒什麼好驕傲。就好像學醫十幾年，有朝一日就會成醫生，學律師就成律師，學佛就成佛，一點都不稀奇！（大眾笑並鼓掌）

我們越修行，頭腦越清醒；頭腦越清醒，我們越有力量，生活安排得越來越好，智慧越來越多，遇到任何問題都能迎刃而解。開悟以後智慧就來了，智慧不是佛菩薩賜給我們的；我們感謝佛菩薩沒有錯，但是應該知道智慧不是祂賜給我們的。

好比我們跟醫師學醫，然後成為醫生，我們感謝那位醫師用心教導我們醫術，但我們也要靠自己用功研究、誠心學習，才能成醫生，不是光聽理論、學學外表就可以有成就。要成醫生，不只要拜名醫為師，還要靠自己用功才行。



同樣，我們跟一位師父學，是因為我們要像他一樣，不是要一輩子做他的奴隸；我們跟佛學，也是因為要跟佛一樣，而不是一輩子做佛的奴隸。如果我們不能成佛，佛會很傷心，無論我們怎樣禮拜祂都沒有用。

好比你跟某位醫師習醫，卻久久不能學成，這樣醫師會高興嗎？儘管你每天拿東西去供養他，對他說：「你的醫術真高明，是世上唯一的神醫。」你每天侍奉他，他也不會高興。他希望你學醫成功，繼承他的志業，醫治病人、醫治家人、醫治自己，這樣他才會高興，你們說是嗎？他只想看到學生成才，和他一樣懸壺濟世。

無論去到哪裡師父都是這樣講，要大家別忘記這一點：修行是為了成佛。要成佛，有一個很有效的方法，就是學人家怎樣做。好比學醫才能成醫生，要成佛，就要跟佛學，或向那些學佛有成的人請教，請問他：「您有成佛的法門嗎？」假如他說沒有，我們就去找別人。

即使學醫也應該進醫學院去學。如果你曾經問過自己：「為什麼別人可以當醫生，我卻當不成？」其實是你自己不想學，你要的話，就可以得到。只要我們找到一位已經成佛的人，向他或她學習，便能成佛。成佛後才會知道，佛是自己成的，沒有人可以賜給我們佛的果位。

## 成佛有訣竅

很多宗教都很好，可惜只有言教，那些寫在書本上的教義，看了也不懂真正的涵意。《法華經》說：任何時代都有菩薩出世保護真理。為什麼我們不去找他們呢？為什麼大家看了都沒有疑問？佛既然這樣說，那麼菩薩都到哪裡去了？多數人都是因為渴望看到佛，才會上寺廟拜佛，對嗎？

師父知道很多人很誠心想看到佛，即使是在夢裡見佛一面也好。我們都讀過那些遇見佛陀的人講的故事，那些故事都很不平凡、很感

人，使我們也想親眼看一看佛，不知道你們是不是這樣？師父自己每次讀那些經典都很感動。

那些能夠跟佛在一起的人是很有福報的，為什麼他們那麼幸運，每天可以親近佛，聽佛講經、看見佛？為何我們從出生到現在，從來沒有見過佛？我們會這樣想，表示我們有渴望心，渴望就會去讀經典，看經典上記載：每個時代都有恆河沙數的佛菩薩，那為什麼我們還不去找牠們呢？其實也不需要去很遠的地方找，因為我們自己就是佛菩薩，至少也是阿羅漢。想了解自己是誰，開悟就能知道，這沒有什麼好神祕的，成佛、成菩薩是必然的事。

我們都是從上面的世界降生人間，為了要帶來光明、美好，讓人間萬物智慧提高。雖然師父還沒有正式傳法，但會場裡有很多人的身體就已經在發光了。我們越修行，光會越亮，光芒足以照耀整個宇宙；任何人來到這個光裡，都會被照亮、被感動、被淨化，迷惑解開，智慧提高，有一天終於也能成佛。雖然他們目前還不像佛，但是有一天

他們會遇到高人，指點他們方法，教他們尋回自己的佛性，然後就可以立刻成佛，頂多再修行一段時間便可以成佛了。

釋迦牟尼修六年成佛，我們就算慢一點，最多也只要六十年，不可能不成的。但是我們必須去找成佛的祕訣；師父以前認為修行沒有訣竅，現在才知道有訣竅。「佛在心中」，意思是不需要往外找，然而很多人望文生義，誤以為是不用去尋找法門與訣竅。你們想知道佛在心中的哪裡嗎？開悟後就會明白。

## 啓用百分之百的智慧

當師父教人們「佛在心」時，他們都會問：「這怎麼可能？師父騙人！」怎麼騙人呢？連佛陀都說佛在心中，只要有祕法就能找到。但是人們不明白祂的意思，以為人不可能成佛。明白以後就可以成佛。佛是什麼呢？佛即智慧。現在科學已經證明，人類只用了百分之



五的聰明度，還有百分之九十五沒有用到。假如能將百分之九十五的聰明度完全開發出來，我們就成佛了。

只用了百分之五的聰明度，我們已經能做這麼多事，講多種語言，又有第六感，具備很多神通，會造飛機、發明電話，而電話就是「天耳通」。以前人們用有線電話，現在則是無線通訊，而且人人都能使用，比以前的天耳通更高明。

只用了百分之五的智慧，已經如此神通廣大，人類如今已能飛來飛去、前往世界每一個角落，甚至登陸其他的星球。假如我們啓用百分之九十五潛在未用的智慧，我們能做更多事。甚至可以改造天堂、開發地獄，拯救所有相信自己的人上天堂。

《阿彌陀經》記載，阿彌陀佛還未成佛的時候曾發願：「當我成佛以後，我的世界將會非常美好，任何人相信我，只要一念，我就可以救他到我的天堂去。」阿彌陀佛成佛以後，祂的世界果然如是。因

為祂啓用百分之百的智慧創造了極樂世界。極樂世界以前並不存在，假如那裡以前就已經有人住，阿彌陀佛就不會是那裡的教主了。祂能當上教主，是因為祂創造了那個世界，然後又帶祂的弟子上去住，你們明白了嗎？

修行以後，我們什麼都會有，心想事成。在極樂世界裡的人們，也是要什麼有什麼，不用工作，想吃就吃，想去哪裡馬上就能飛到，穿戴很漂亮，完全不知道痛苦是什麼。

成佛以後會有豐富的創造力。人類只用了百分之五的智慧，已經能發明照相機，把人像照攝下來永久保存——以前沒有照相機，人們只能靠畫畫記錄。現在還可以用電話與世界各地聯絡，透過衛星，上月球後還可以跟地球上的人通訊交談，神通已經發展到這個地步，如果我們成佛，神通會更加廣大。



## 千處祈求千處應

阿彌陀佛一動念就可以帶眾生上去，這也是很平常的事，不算神祕。人類本來都有第六感，可以和眾生溝通，甚至可以成為觀音菩薩，任何人在任何地方向我們祈求，我們都會聽到。磁場越廣大，智慧越擴及各處，越修越廣大之後，所有在我們磁場之內的人說什麼，我們都可以聽到，不是用凡夫的耳朵聽，而是用佛力覺受，比第六感更高等。第六感只是和某個對象有感應，佛的覺受力則是無所不在，所以觀世音菩薩才能千處祈求千處應。

修觀音法門不只是稱念觀音，求祂保佑，那只是初步，更進一步念觀音菩薩，是跟觀音菩薩合一，與萬物同一體，那時我們可以聽得見所有人的祈求。但也要看情況，不是每一個人祈求觀音都會應驗。好比小孩子常吵著要吃糖，但我們也不會每次都給，我們會看情況處理；小孩必須吃飯才會長大，所以有時我們必須給他別的東西代替糖果。

很多人認為求神拜佛不靈，因為多數時候，人們會要一些不適當的東西，一旦佛菩薩給了別的替代品，我們就以為神佛不靈；其實很靈，假如一味順我們的意，那是害了我們。好比小孩子常要糖果吃，吃多了就不吃飯，也長不大，大人必須催他們吃飯菜、水果；又好比小孩常愛玩、不愛念書，那書怎麼念得好？所以我們也要督促他們用功讀書。

佛對待眾生也是如此，不能給的就不給；給的有可能我們不喜歡，但都是對我們好的。佛菩薩智慧比我們高，能分辨好壞，祂們隨時都在幫助我們。假如我們想知道佛菩薩如何拯救眾生，如何能夠千處祈求千處應，如何能通曉宇宙所有事物，唯一的方法便是自己成佛。

其實也不是成什麼佛，佛早已在我們心中，只要加以開發就行了。還沒有降生人世之前，我們本來就是佛了，為了某些使命來到人間後，又忘卻使命。想要重新記起來其實也不難，只要靜坐下來，好好思考。想尋回原本的智慧，只有一個方法，就是修行成佛。這個法

門師父已經修成，並不困難，假如你們想學，師父會盡我所能地教導你們，師父巡迴世界各地，今天來到這裡的目的，就是要和大家分享這個法門，謝謝大家！

# 真理唯一

在這個世界上，我們所學到的愛心也只是一  
個模型，讓我們據以成長，以後再學習  
佛的博愛。

## 無上甚深微妙法

師父曾經讀過一本美國人寫的書（Great Principles Shared by All Religions by Jeffrey Moses），作者研究各大主要宗教的經典後，印證了所有宗教都具有同樣偉大的理想。其實經典中的解釋和評論，多半都不是教主講的，而是門徒後來寫的。那些門徒的等級沒有教主高，寫下的經典有如長江大海，又多又長。不過還好，經典裡主要的語句都是正確的，都是當初佛陀與各教主講過的。

以下就是書中所舉的一些例子，從天主教、孔（儒）教、佛教、日本新教、印度婆羅門教和錫克教的經典所做的摘錄。

天主教：想找天國不是朝東向西、上天下地就能找到，天國是在我們內邊！

清海無上師講於加州桑妮維爾

一九八九年十二月十日

孔教：智慧較低的人，是往外找天宮（道）；高智慧的人，知道往內邊找天宮（道）！

佛教：如果你認為道是在外面，你只能找到不完美的道；要往內找，外邊還不夠！

日本新教：不要到遙遠的天上去找上帝，要在你的心中找。（師父解釋：「心」指的是智慧，不是肉體的心。）

印度教：上帝在所有眾生的心裡面。

錫克教：為什麼要進入森林、山野找佛性？在那裡找不到佛性。你應該了解，花香是從花產生；既然上帝住在我們心裡，就必須誠心地往內邊去找上帝。

這位美國作者也將重要經典裡的神聖思想，做了以下的比較。

天主教：經典上的文句容易引起誤解，文字經常損害了所要傳達的思想和精神。唯有找到經典的內涵，我們才能夠重生！



猶太教：最好把所有文字丟掉，去找真理。（師父解釋：如果看不懂經典，寧可放棄，而不要盲目依靠經典。）

回教：可蘭經有七種不同語言的版本，每種語言七句，每句都有內在和外兩層意思。

婆羅門教（印度教）：研究經典是好事，不過應該了解文字所要傳達的真正涵意，了解以後，就可以把文字放下了。正如從稻穀取出白米以後，就要把穀糠丟棄，不要吃它。

回教的蘇菲教派：打坐的目的，是要門徒不要過度花費心思鑽研經典的語言和文字。有智慧的人，會自然了解經典而不是分析太多。

佛教：「教外別傳，不立文字。」經典的文字會誤導人，其精髓才是活的教理。

大致上是如此，當然，還有很多經典沒有提到。這位作者是開悟的人，參考很多經典，沒有分別心，沒有嫉妒心，想法也不偏激，不

會認為這個宗教比那個宗教好，開悟者看經典，只是為了要印證真理。

讀完這些文章，我們學到什麼呢？所有宗教談的都是同樣的理，指向同一個真理，而其中最重要的一件事，就是所有宗教都勸大家不要執著文字，不要綁自己在無常的語言上面，而應該尋求「無上甚深微妙法」，也就是《法華經》提到的「百千萬劫難遭遇」的法門。世界上有那麼多經典，為什麼還說難遭遇呢？其實是經典中的微妙真義難遇，不是表面文章難遇。

在釋迦牟尼佛出生以前，很多經典已經存在，比如說印度教的《吠陀經》。有人說印度教的教理是從佛教偷取回來的，不是自己的經典。事實上並非如此，相反地，《吠陀經》比佛經還早出現。釋迦牟尼佛早先也是唸《吠陀經》，後來祂和幾位印度教出家人修行，最後才成佛，也許祂找到了明師。

## 佛性就是我們最完美的智慧

明師有兩種：外在的明師和內在的明師。什麼是外在的明師呢？就是遇到一位能讓自己佩服的師父，聽他說話，感覺他智慧很高、辯才無礙。因為這位師父有一點開悟，才能了解那麼清楚，講經圓融，讓我們敬佩，因而渴望獲得他的指導，期望自己能得到和他差不多的等級。藉由外在的明師指導之後，我們的智慧會打開一點，然後會找到內在的明師——這位內在的明師才是真正的明師，他就是每個人內在的佛性、天國或上帝。

上帝並非那麼陌生而遙遠，祂就是我們完美的智慧，生生世世不生不滅、不垢不淨，所以才說上帝在我們心中，佛性在我們心中。如果上帝有形有相、有地方住，祂怎能住在我們的心中呢？佛性就是我們自己最完美的智慧，一旦找到這個完美的大智慧，祂會生生世世照耀我們，那時候我們就可以說：「我已經成佛了！」

佛陀有時候說：佛性是大智慧。有時候祂又說：佛性是道。連佛

教都還會用不同的名稱來表達同一個東西，更何況其他宗教，存於世界上不同的國家，處於不同的時代，當然更會使用不同的名稱。

我們應該怎樣去找自己甚深的智慧呢？要往內找。六祖惠能曾經說過：「外離相是禪，內不亂是定。」為什麼要切斷所有外界世俗的一切才能得到「定」呢？因為當我們心境安穩時，才有機會認識自己的智慧。智慧從來不會失掉，只是我們忘了祂的存在罷了！我們每天向外看，看哪個小姐漂亮、哪個男生英俊、哪個太太的鑽戒最大、最亮，眼睛都看花了，忘記要看更高尚的角落。

若是將外界世俗的一切斷絕，我們自然會看到自性。舉一個簡單的比喻：當我們頭痛或肚子痛的時候，如果有親朋好友或愛人來探望，大家高興地談話，我們就會忘記肚子痛，過了一陣子才又想起來肚子在痛，疼痛會暫時忘掉一會兒；或是有時候，我們在看電視，不過心裡一直想著別的事情，看電視也等於沒有看，因為注意力並沒有放在電視上，所以聽而不聞、視而不見。



同樣，我們每天都往外注意世界的事物，評判一切，卻沒有想：是誰在判斷這些事情？直到有一天冷靜下來，才會知道那個判斷的能力，就是我們內邊的主人，以前我們一直沒有注意到。往生時，那個主人就會離開身體。

平常我們總是習慣說「我的手」、「我的鼻子」，聽起來，「我」指的好像是另外一個人，就像我們說「我的太太」，「太太」是一個人，「我」是另外一個人，「我的太太」和「我」是兩個人。所以，那個真正的「我」並不是凡夫。我們每天收集很多錯誤的資訊，產生種種成見，其實那些都只是長輩的教導和社會的風俗習慣；真正的「我」跟風俗、欲望完全無關，那才是真正的「我」。

一個從小在森林長大的小孩，不會想要找漂亮的女人。凡夫的欲望引起的罪惡感，全都不是來自於真我；我們的不良習慣，很多都是向身邊的人學來的。以抽菸為例，剛出生的小孩哪裡會抽菸呢？各位有見過剛出生的小孩就會抽菸的嗎？所以，沒有人真的有罪，正如三

字經上所說：「人之初，性本善」；佛也說：「所有眾生皆有佛性」、「業障本來空」。我們總有一天會發現，只有了悟「業障本來空」，才能回復清淨的本性。

## 為什麼要打坐？

打坐的意義正是如此。大聲唸佛、拜佛，都還只是外表的行動。我們每天上班，專注在工廠的機器上；晚上回家又專注在木頭佛上，大聲唸佛、看佛經。我們太忙了，每天忙著講話，忙著去寺廟裡大聲吵鬧唸佛，或是到教堂去唱歌，連禱告和拜佛的時候都還這樣匆忙吵鬧，哪裡有時間精進修行呢？

佛曾經說過：「行、住、坐、臥都是禪。」我們只有行、住、臥，還少了一個「坐」。很多人會問：為什麼需要打坐？因為打坐可以讓自己的心靈沉靜下來，然後才能認識自己是誰，最甚深的智慧是在最清靜的時刻發現到的。



比如說：我們想做一件重要的事情，是不是必須先安靜下來想一想？吵鬧的環境容易讓人激動分心，以致於什麼也想不出來，這時就必須找一個安靜的地方思考。因此才會有那麼多人抽菸、喝酒。我們也不必質問他們：為什麼要抽菸、喝酒？因為在抽菸的時候，菸草裡的尼古丁會讓心情平靜，思緒會通暢；基於同樣的理由，很多作者需要藉著抽菸、喝咖啡才能書寫，他們依靠這些東西尋找靈感，以求暫時忘卻外境的吵雜，使心思沉澱，心情舒服一點。

所有抽大麻和打嗎啡的人都一樣，我們應該可憐他們，不要責怪他們，他們也和我們一樣痛苦，想追求靈魂的清靜、快樂，只是他們走錯路、喝錯藥。如果他們願意打坐，不管用什麼方法打坐，都可以帶來心靈的清靜，也就不再需要依靠那些東西了。

就像小孩，當我們給他母乳或牛奶，他們馬上會丟掉奶嘴，否則當他們餓了，什麼都可以放進嘴裡吸。那些無明、走錯路、嗑藥、喝酒的人，總有一天會清醒過來。因為一直抽菸、喝酒，只會讓人越來越累，

身體衰弱、精神萎靡。一旦他們清醒，就會祈求佛菩薩和上帝的幫助。

其實，沒有一個人有罪，最大的罪就是無明，不知道該走哪條路，不知道真理在哪裡，只好去找便宜的替代品。師父想：如果這個社會人人嚮往真理，大家都打坐，無論他選擇哪一種打坐方法，無論他相信哪一種宗教，社會一定會更美好，人心將會更善良，娑婆世界也會變成淨土。是不是淨土應由你的心去判斷，而不是從外相。

每個人都有神通廣大的能力，可以把骯髒的水池改建成輝煌的宮殿。只要善用頭腦規劃，並付諸行動：開墾荒地、種植樹木、建造大樓，生活環境就會更加美好。昨天師父和幾個學生去看一塊剛買的地，那塊地許久無人打掃，看起來很髒亂，經過我們師徒幾小時的清理之後，已經煥然一新，乾淨又漂亮，如果師父能多留幾天，一定會更美。

外在的神通，已經足以將污穢之地轉變成乾淨、漂亮的處所，內在大智慧的力量，更是千百萬億倍高強。如果能集中這種大力量，任



何理想都能達成。《阿彌陀經》上說：阿彌陀佛還沒成佛時曾經發過願，祂成佛以後，其國土將是淨土，沒有痛苦、沒有男女的分別、沒有輪迴生死，人人生活在極樂之中。這是什麼意思呢？意思是說，祂成佛後，祂的智慧能夠造就出一個極樂世界；就像一位工程師可以建造高樓華廈一樣。成佛以後可以創造很多天國和涅槃，讓我們的子女、父母、手足、親戚、任何疼愛的人都住進去，不用和他們分離。

## 佛的微妙大愛

有人問師父：修行是不是要放棄親愛的人，放下太太、小孩和兄弟？其實，修行是為了建造永恆安樂的境界，和自己的親戚朋友共享。很多人認為修行必須放棄家庭、太太和子女，放棄一切，永不再見人，這是錯誤的觀念。所謂「一人得道，九族昇天」，太太、子女當然更不用說了，統統都會帶上去。

所以，那些疼愛妻兒、親戚的人，都應該修觀音法門。修行不必放棄親人，否則就違反佛的思想，「佛法不離世間法」，我們在這裡對親人有感情，上去以後也還是有感情，不是從此變成木頭、石頭。修行人只是發展不同的愛心，不同於世俗的情愛，沒有欲望、仇恨，沒有佔有的心。在上面，我們會和理想相同的朋友住在一起，過一種更高尚、更快樂的生活。世俗的情愛還很淺薄，而且常常帶來痛苦。有時，一個男眾嫉妒一個女人，而這個女人又嫉妒另一個女人。

愛情只是激發我們開始學習真正的愛心。好比小孩學講話，開始只會講一兩句，會叫爸爸、媽媽，多學三四句以後，開始會要求吃餅乾。剛開始學的只是語言的一小部分，越長大，會講的句子越多也越正確。同樣，在這個世界上，我們有父母、手足、配偶、子女等關係，這些人都是我們學習愛心的對象，慢慢來，我們會學到真正、完全的愛，百分之百的愛心，終於會了解愛心是什麼；等我們完全學好愛心的功課，就可以說我們是佛了。



佛有博愛心，「博愛」意思是大量的愛，能愛所有的人，愛一百個人，而這一百個人都會認為「祂是最愛我的」，那就是佛特別、微妙的大愛。所以，一位師父若是修行好，即使他不講話，徒弟也會來追隨他。

有一些師父即使外貌很莊嚴，寺廟也很大，不過沒有人想來；即使用人來，也只是隨便供養，略盡徒弟的義務，來一會兒就想離開，不會留戀，連老師去哪兒都不管，也不會想念他。因為那位老師的愛心還太小，和凡夫差不多，還不是佛的愛心。

凡夫的愛心只能容納一兩個人，或是讓一個小團體愛他而已，別的團體絕不會愛他，有時候還會受不了，因為他的愛心範圍太小，其他人無法進入那份愛力，便會感到難過；佛的愛心則不同，能普照一切眾生。

等我們完 學好愛心的功課，就可以說我們是佛了。



## 無條件的愛

所以，在這個世界上，我們有太太、先生、子女並非不好，這些人都是我們學習愛心的對象。但是不要沉迷在裡面，以為那個人屬於我，而應該想：那個人是我的老師，教我學習愛心。我們從這裡慢慢往上發展，直到能愛所有的人，如同愛我們最親的人一樣。

人類的愛是真愛的一種小模型，它的存在是為了讓我們了解：將來我們可以愛每個人，就像現在愛先生、太太和兒女一樣。一位建築師建造一所醫院或大樓之前，會先製作一個小小模型。模型看起來也很漂亮，有高樓，有公園，很多花，和真正的建築物一模一樣。然後他才聘請工人，一磚一瓦實地去興建，最後終於落成。

同樣，在這個世界上，我們所學到的愛心也只是一個模型，讓我們據以成長，以後再學習佛的博愛。所以我們不該沉迷在世俗的愛情中，但也無需為了學佛丟掉太太、小孩，或是討厭父母、親戚的牽絆。

討厭是不對的，如果還有「討厭」或還有「執著」，兩者都不對，畢竟他們只是我們學習的功課。

所以，跟師父學不需要放棄父母、親戚。不過既然我們已經修行，也不要太苦惱夫妻間的問題，不要把事情想得太複雜，有夫妻就繼續維持，沒有夫妻就保持單身。無論什麼情況，我們都可以修行，難過和掙扎的情況，也有它的好處。還沒有剃度就不用剃，因為我們身邊所有的人都是佛，他們下來是要教導我們的，只不過還沒有太高的學位，所以只能教「小學」，只能教我們一點點愛心的功課。

如果我們想多學一點愛心，就要去找學位更高的老師，擁有博愛心、可以愛很多人、已經得到佛果位的老師，我們跟他學了以後，會更愛我們的家人，而不是說學習愛別人之後，就放棄自己的家人。自己的家人也是眾生，應該包括在那個愛心裡面，放棄一切是錯誤的想法。

不過，為什麼人們會認為出家人很高貴呢？也許他們在前世學過博愛的功課比我們多，所以這一世才了無牽掛，不執著私人的感情，把所有人都當成自己的親戚，平等對待每個人而沒有留戀心，也沒有佔有心。也許因為他們以前學過很多愛心的功課，所以他們可以出家。

有家庭的人，也一樣可以學習包容他人、愛他人，學好之後，也會像出家人一樣開悟、有道德，唯一不同的只是我們還留頭髮，還住在家裡。如果還沒學好，就不要誇口說自己和出家人一樣。一旦學好之後，我們自然而然會對待父母、手足、親戚有如對待所有眾生，那時我們的愛心已經擴大了。

所以有人說：修行以後情慾會減少，十分只剩兩分。為什麼呢？因為愛心變大了。情慾只是一種佔有慾，愛心的範圍則更廣大，彼此相敬如賓，不會想佔有、利用別人來享樂，雖然兩人還住在一起，不過彼此相互尊重，內心滿足，佔有慾自然會減少。

情慾是什麼呢？是從恐懼害怕的心理而來，想佔有那個人，讓人家知道他是「我的」先生，她是「我的」太太，是屬於「我」的，不能與別人發生關聯。無條件的愛則包容一切，廣大得多。就如同我們能無條件疼愛子女，再擴大一點，就是博愛一切眾生。



真正的出家人，穿什麼衣服都可以出家，  
住什麼地方都是寺廟，每天無時無刻都跟佛、  
跟上帝為友，那就是真正的出家人。

~清海無上師~



# 佛度有緣人

如果我們想去更美好的世界住，  
只要我們有信心、想解脫，就不  
難。……

## 觀音法門是最上乘法門

悠樂人本來就知道修行的重要性，不是等師父來傳法以後才了解。釋迦牟尼佛說佛法有八萬四千法門，所以很多人不知道選哪一個法門最適合在家修行——畢竟世上大多數人都是在家人。然而，有一個觀音法門，不僅適合出家眾修行，也適合在家眾修行，而且容易修持，不用花很多時間、錢財，也不需要放下父母、兒女、兄弟姊妹，不需要進入深山野嶺，或到廟裡才能修。

在楞嚴法會裡，釋迦牟尼佛集合二十五位菩薩，要菩薩們各自講述牠們修行的法門，討論一個最好、最便利的法門給世人；這個法門不僅要讓阿難容易修成，還要適合當時的人以及後代人修習。每一位

清海無上師講於美國德州休士頓  
一九九一年二月二十八日

菩薩都介紹了自己的修行法門，二十五位菩薩講述了二十多種不同的法門，最後觀音菩薩介紹了觀音法門（觀音菩薩因為修觀音法門而成佛、成菩薩，所以世人稱祂觀音菩薩）。觀音菩薩介紹完後，釋迦牟尼佛也同意觀音法門是最上乘、最好的法門，適合每個人修，也適合任何時代眾生的需求，尤其適合末法時代的眾生。

末法時代是什麼意思呢？釋迦牟尼佛滅度以後，正法失傳，於是進入末法時代。所謂失傳並不是法脈不存在，而是正法流落到別處，不能發展，不能普及大眾，或是大眾無緣深入了解。

在末法的時代，聽聞正法是如此困難，然而釋迦牟尼佛在《楞嚴經》中的說法卻留給後人很多希望。釋迦牟尼佛說祂自己也是修觀音法門成佛，所以師父才翻山越嶺，去很多國家、很多地方參學，尋找教授觀音法門的老師，因而學到這個法門。



師父修觀音法門後，印證了釋迦牟尼佛的說法，修行成佛果然不是一千零一夜的神話故事，也不是印度的民間傳說。觀音法門確實是每個人都可以修行成就的法門，連老弱婦孺都可以修。它能洗淨任何罪業，就好比一間房子，幾千年都沒有光線照亮過，然而一點上燈，整個房子馬上就會明亮起來，幾千年的黑暗完全消失。

師父還沒修觀音法門以前，常誤認為別的宗教不如佛教，後來深入修行，多研究各宗教的經典後，才發現他們所講的其實都一樣。現在師父了解宗教間本來並沒有什麼不一樣，而是人們修行程度不同才造成差異。像我們悠樂人所說的：戴粉紅鏡片，看到的景物就是粉紅色；透過黑色的鏡片，所見景物就會罩上一層黑幕。

一個人不開悟、不敏銳，他看什麼都不開悟、不明白，而那些已經開悟的人，看什麼都容易了解，沒有障礙。師父曾經認為修行是一件辛苦艱難又奇妙無比的大事，普通人恐怕無法修；修觀音法門以

後，我就不再這麼想了。現在師父看所有眾生都有佛性，不管是什麼人，只要有心修行，都可以解脫、可以成佛。

儘管那個人以前曾經做過什麼兇惡的事，多麼黑暗，吃喝玩樂、墮落癡迷，一旦他回心轉意，相信人人都有佛性，並修行觀音法門，一樣都可以解脫，而且是快速解脫。修行一、兩天就已經感覺到不同，一、兩個星期後，會看見自己明顯進步，再過一、兩個月，則不再留戀這個世界，知道一切都是夢幻，但是不會統統放棄、撒手不管，仍然會盡好做人的本分。

你們聽說師父有三百多個出家弟子，或許就認為師父鼓勵人出家，但事實上，是那些人請求、逼迫師父讓他們出家的。師父通常都不答應，但他們一直請求，讓師父好頭痛、為難。

傳心印的事也是如此，很多人強迫師父傳心印給他們，但師父希望他們慢慢來，先練習吃純素，等兩三個月後能完全純素食再印心。



有人從事殺生的職業，也應該先嘗試改行，慢慢看能不能轉業，如果暫時不想轉業，等日後改行了再來修行也可以。有些人卻盡用各種方法，哭泣哀求，逼師父傳法。

外邊的人有時不明原委，認為師父逼你們出家，或者下蠱誘惑你們。如果師父真的會下蠱，應該去迷惑那些有錢人，我對難民下蠱做什麼？應該向總統下手，最少還可以停止戰爭；或是對富翁下蠱，讓他們出錢給師父弘法。何必要蠱惑口袋空空的難民？他們的血已經被吸乾，剩下一把骨頭了，對他們下蠱做什麼？說這種話的人，在悠樂叫做「沒骨頭的舌頭」（譯注：舌無骨，容易轉動，意思是隨便怎樣講都可以）。

悠樂人有招財蠱，而師父的蠱則是虧本蠱，自從師父認識難民以後，錢都花光了，豈不是「虧本蠱」？（師父笑）一般人很難理解修行人做事的方式，修行人真的很稀有，並非師父要讚揚自己的徒弟或是讚歎自己，只不過我們真的很不一樣。

## 佛的「金剛鑽石法門」

修正法才能真正進步，才能完全開悟；修一般的法門也能開悟，但只能開一點悟，不能完全開悟，見解還不夠圓融透徹。如果所有法門都很好、很棒，釋迦牟尼佛就不會特別稱讚觀音法門。然而為什麼還有很多修行人不知道觀音法門呢？因為他們命中注定不能夠知道。

譬如在這個世界上講到最貴重的寶石，大家就會想到鑽石，但是我們走在街上也不會看到每個女人都戴金剛鑽，不會有人佩戴一大堆鑽石在身上，即使每個女人都很喜歡金剛鑽，但也不是人人都戴得起真的寶石，多半只能戴假鑽。假鑽便宜，一般人也買得到，就算不幸被偷，也不會覺得惋惜；真正完美的金剛鑽價格很高，富有的人才買得起，輪不到貧窮的人。

所以，並不是人人都能知道寶貴的法門——佛的「金剛鑽石法門」，如果如此容易，寺廟裡早都有人成佛了，不需要早晚辛苦誦經、敲



木魚。如果觀音法門這樣容易了解，佛陀入涅槃二、三十年後，最多一百年，全部印度人都應該成佛、入涅槃了，不用等到現在，還要師父來這裡多費唇舌，而你們還聽不懂。

印度是聖地，是佛陀出生的國家，世世代代都有很多真正的修行人。不提別的明師，只說釋迦牟尼佛就好，祂在世時也沒多少人跟隨祂，後來佛入滅，法脈也失傳到另外一個地方去了。

寶貴的法門本來就不能讓所有人知道，這也很合理。所以，如果有人問為什麼他不知道觀音法門而師父卻知道？就讓他自己回答自己的問題，你們懂嗎？（師父笑）觀音法門是寶貝，不是路邊的垃圾。

今天師父公開介紹觀音法門，願意隨時指導大家修行，而且是免費傳授，不要你們付任何費用。我已經親自來到你們的門口敲門，你們不用像古人那樣背著米糧翻山越嶺、尋師求道。即使如此方便，也沒有多少人要學。免費公開奉獻法門，還被人罵。如果我叫你們付錢或是幫我做任何事，批評我也許還有點道理，但我並沒有教你們亂七八

糟的事情。如果師父教你們去偷、去搶，奪走別人的丈夫、妻子，你們罵師父就罵對了，不過師父從沒教人敗壞道德的事情。

由此可知，不是佛菩薩不解救眾生，而是眾生不肯被救。不要問我：為什麼佛陀說觀音法門最寶貴，但寺廟裡的和尚及那些跟隨高僧修行的人卻都不知道觀音法門？或許是他們不在乎、不願意花心思去了解，所以才不知道觀音法門的存在。

就像師父已經來到你們面前，講解得如此清楚，又講明不收供養，一毛錢、一碗米都不要，你們還不想學，何況是那些住在寺廟、深山、巖洞裡自修的人，他們閉門不出，不去尋找經典印證，也不向任何老師學習，只是反覆誦唸某些經典中的經文和咒語，又怎麼會知道觀音法門呢？很多人自己參學，修三、四十年還遇不到真正的明師。

拿算命做比方，就很容易理解。有時候你們會去算命，聽到誰會算命，就跑去算看看，東算西算、把錢都花光了，如果找不到好的命理師，算錯了更是常有的事。就算見到相命師，相命師傅把你的手掌



翻來翻去，講些不知所云的話，又花錢又要擔心他預卜的結果。去看病也是一樣，要是找不到名醫，白白花錢，病不僅沒治好，反而更加嚴重，是嗎？

所以，不是我們不能成佛，問題在我們不相信自己可以成佛，不相信一世就能成佛。你們都認為觀音法門或解脫法門不容易學，其實真正的困難是在你們不肯學，一直站在外面懷疑：「哪有這種事？」自己不肯吃餅乾，光是一直問：「餅乾哪有可能是甜的？」沒吃過糖，當然不能說它甜，吃了自然會知道，尤其別人已經拿著糖到面前來，免費請我們吃，不吃就是我們自己的損失了。

以前師父不公開教學生，很多人就說師父沒慈悲心，明知知道觀音法門是最棒的法門，卻不出來廣傳給眾生知道，這樣子修行做什麼？師父拒絕公開傳法是因為眾生什麼都不懂，要師父怎麼教？但是有人不以為然，他們認為師父一定有辦法教，所以就租場地，將師父推上講台，要師父講。

一般而言，一位法師頂多只能教導幾千、幾萬個學生，不可能教全世界所有的人。比方說，通常來聽經的都有好幾百人，但是當師父問：「有誰想學觀音法門？」卻只有幾十人要學。由此可見，觀音法門雖然寶貴、容易成就，但很少人發心修行，因此很少人成佛。太容易得到，就不會珍惜。我們習慣複雜的事，一旦聽到太容易的事，反而沒有心理準備接受它。

但是我們應該想一想：釋迦牟尼佛在世時，曾經修過很多複雜的法門，縮衣節食，放棄家庭、兒子，放棄奢侈的生活，餓到全身只剩皮包骨，虛弱到爬著去河邊喝水。那時候，一位少女供養祂一碗乳糜，釋迦牟尼佛喝了乳糜，恢復力氣之後，打坐才有結果，也才領悟到：要解脫，不能依靠苦行那些複雜的法門。

現在我們也是如此，習慣苦修的法門，習慣受苦受難，看到太容易的法門，就認為不可能，但事情不是這樣的。我們始終都有一些錯誤的觀念，認為我們有很多罪業，做什麼都有罪，所以不可能修行成佛；或是認為唯有釋迦牟尼才是佛，我們永遠不可能成佛。



但是你們從來不去想，釋迦牟尼佛是怎麼出生的？傳說他是從兜率天下凡；但是根據了解，歷史上也記載他是從母親肚子裡生出來，佛陀的母親一樣歷經九月懷胎，才生出佛陀，釋迦牟尼佛自己也說，祂本來是凡夫，修行以後才成佛。

你們是佛教徒，應該知道這些事情，如果連這個也不知道，怎麼可以自稱佛教徒呢？師父問的時候，點頭的沒幾人，頂多三、四個，一旦要批評師父，就踴躍得很。有人批評師父沒教佛法、不講正信佛教，其實他們根本連佛陀講過哪些教理都不知道。

批評是很快，但批評之前應該先知已知彼，才能百戰百勝；如果亂打亂撞，對方沒事，自己卻先倒下來，只有神經病才這樣做，無端累死自己而已。你們看過喝醉酒或是精神有問題的人，疑神疑鬼、亂打亂踢之後自己昏倒嗎？那些批評師父的人什麼都不懂，或是只懂一點皮毛，不懂又不肯學，看見別人教就亂罵（師父笑）。

世界的人好可憐，悠樂人也可憐，所以才一直沉淪，不得解脫。

每一天都有許多新的經典、道理和宗派產生，但也無法挽救這個世界，輪迴生死的人越來越多——因為沒有解脫，地球的人口才一直增多；如果解脫，大家早就離開地球了。如果佛教那麼差勁，起碼還有天主教，不過那些天主教徒又如何？人數也是日漸增多，教派之間也是互相戰鬥、爭吵，亂糟糟的。

算了！什麼人要講什麼就講什麼。我們真的要修行，就要找一個穩固的法門，適合我們的口味、想法，光是坐在那裡批評，恐怕叫天天不應、唸佛佛不靈，所以我們應該實際修行看看。

不是佛菩薩不解救眾生，而是眾生不肯被救。





## 「清海保險公司」保證一世解脫

如果我們喜愛經典、喜愛佛教，就要研究經典，修行經典上叫我們修的法門，然後慢慢就能進步。如果一直坐在那裡說這個不好、那個不好，本身卻什麼都不懂，那就慘了。

一百年並不長，現在你們已經二十、三十、四十、五十多歲了，離歸天的日子也不遠了，是嗎？（師父笑）師父也老了，時勢動亂，去到哪裡都有戰爭，今天還活著，明天可能就死了。以前你們為了避難，從悠樂跑來美國，而現在美國也有戰爭，看見了沒？去哪裡能安定呢？不修行沒有什麼事保險。

沒有一家保險公司能擔保我們不死；沒有一家公司會擔保我們沒有業障；沒有一家保險公司能說給他十萬，你的因果就可以洗乾淨；只有一家「清海保險公司」敢如此擔保！（大眾鼓掌）而且這家清海保險公司不收你們一毛錢，連這樣保證你們還不肯學，這才奇怪！

我們習慣學複雜的法門，當有人說：「修行不需要吃苦，修行是很容易的事」，我們就很難相信。師父剛修行時也是這樣，難免也會懷疑，懷疑自己怎麼有這麼大的福報。其實我們不相信的是自己，是不相信我們的老師或法門。

為什麼？因為我們已經長期被洗腦，認定自己的業障真的很多，即使我們生生世世修行，一定也要六、七百劫才能成佛，而且每一劫都要做很多善事、修許多菩薩行，才能夠成佛，所以師父說：「一世解脫」，才沒有人相信。一般人很難相信現世能解脫，因為我們的頭腦長久以來填滿錯誤的觀念。

我們也不應該責怪那些不了解觀音法門，或不了解師父的人，因為他們的頭腦早已被塞滿，我們只能可憐他們，不要指責他們。你們也聽到很多誹謗師父的話，不只難聽，還連帶很多威脅，但師父從來不反應。師父憐憫他們都來不及，哪裡還會指責他們？他們很可憐，心太昏昧，又太久沒人指導，已經完全忘掉自己的光明面。



罵越多的人越可憐，那些還沒開始罵的還不用替他害怕，越罵師父，等級就越低，師父只怕來不及拉他們上去，哪裡還會責怪他們！聽師父一講就明白的人，無需對他們多講什麼；那些聽了經不明白但也不反對的人，還有藥可救，慢慢來他們也會明白；唯獨那些不明白又反對的人才可憐，不知道哪一輩子才能了解，他們離道太遠了！

釋迦牟尼剛成佛時，也搖頭說：算了！既然無法救度眾生，不如去涅槃。涅槃是什麼？不是指佛陀往生入滅，也不是佛陀自己到天上找地方住，涅槃是一個人具有足夠的智慧，圓滿俱足，擁有生生世世想擁有的一切，了脫欲望後所達到的一種清靜狀態。

## 自在悠遊兩種境界

這種安樂無法用筆墨、言語來形容，只能靠內在體驗實證，即使說出來，別人也很難相信。好比烏龜和魚，魚永遠生活在水裡，而烏龜可以住在水中，也可以爬上陸地，倘若烏龜跟魚說起陸地上的事

情，魚哪裡會相信，魚怎麼能知道陸地上的事？魚有機會見識陸地的時候，已經是躺在地上垂死掙扎的時候，你們明白嗎？

那些不修行的人也是如此，死掉之後才知道人間只是一種暫時的假象，才知道宇宙有另一面，但卻太遲了。我們被定業推到不喜歡去的地方，那時候我們才掙扎、後悔、痛苦，才覺醒起來，並發願下輩子一定要修行，清償債務，洗淨我們的無明，然而一進入母胎，我們又再度忘記。

人身難得，能夠聽聞正法更是難得，為什麼？第一，因為很少人傳法，第二，聽不懂正法，因此不能相信，難是在這裡，不是成佛難，你們明白嗎？第三，一些未聽過正法、不了解正法的人，也會來動搖我們的信心。所以傳法有很多困難，不是佛菩薩不想教導眾生，也不是正法失傳或是不存在，正法如同珍貴的寶石，不能擺在菜市場販賣。

修行的人往生後，甚至還在世時便會知曉真相，最少知道部分真相。像烏龜可以在水裡游，也可以爬上陸地玩，然後再回到水裡，牠



可以同時生存在兩種環境；修行人的情況就像這樣，他們去高境界遊歷，享受安詳、清淨，然後出定，回到凡夫的身體。不修行的人則像魚，只知水中世界，不知道有陸地。

魚只看見烏龜在水裡游，就說：「烏龜，我看你也跟我一樣在水裡游，而你卻說有天空、有陸地、有房屋、有人類，這些我都没見過。」但烏龜確實看見了。修行人證得的境界和他們所講的事情，世界的人很難了解。人們缺少工具，也沒有能力去了解，所以很難相信，就是這樣而已，大家卻因此而互相誤會。

成佛不難，成佛是非常容易的事。如果我們想去更美好的世界住，只要我們有信心、想解脫，就不難。不要問為何要成佛？修觀音法門就會知道。不要光站在門外辯論哪個法門比較殊勝，哪個法門比較差，法門是多是壞，修了才知道。

「即刻開悟、一世解脫」是指一個在世解脫的修行人，可以生活在兩種不同的境界，就像烏龜可以在水中游，也可以上陸地玩。經典

上說有些菩薩坐在屋裡，卻能看見佛土。韋提希皇后被關在深宮，當她向釋迦牟尼佛祈求時，佛陀便化身來，帶她上去阿彌陀佛西方淨土遊歷。那些事情可以發生在古代的人身上，也同樣可能發生在現代人身上。

因為古人和現代人的心智、聰明度、理解能力並沒有什麼差異；即使有，現代人也應該比古人了解得更清楚，因為現代更文明進步，傳播訊息更便捷，因此，我們不該認為自己比不上古人。你們聽懂嗎？我怕我的悠樂語講得不好，用世間的語言實在很難充分表達，所以才會一直問你們聽不聽得懂，如果不懂，等一下可以再問師父。

## 教外別傳，不立文字

現在師父講修觀音法門的方法。修行有兩個方法：一個是理論，一個是實行。你們要修觀音法門之前，師父必須先講解修行的方法，或是叫弟子代為講解怎麼打坐，注意力要放在哪裡，如何分辨境界的

真假等等，都講清楚以後，再提醒你們持戒要嚴謹，最後才用無形的力量傳法，你們坐在那裡自然就會得到，這就是以心傳心。

理論好比注意事項，實際操作的情形並不包括在理論裡面，但是兩者有關聯。譬如師父叫你們把插頭插上，電燈立刻就亮，電風扇會轉動，我們就會涼快，插插頭的動作並不是電力本身——如果沒有電流，即使插上插頭，風扇也不會轉，燈不會亮。讓電燈和風扇運轉的主因是電力，明白嗎？所以才說：教外別傳，不立文字。經典不是宗教的精髓，經典只是指引我們找到精髓。

譬如兩個人相愛，男的在北方，女的在南方，男方每天寫信給女方，或一星期寫一封，信的內容你們肯定比師父清楚，太太或女朋友收到信，感覺非常幸福，抱著信，輕輕地閉上眼睛，心裡很歡喜。並不是信中的文字使她快樂，而是因為文字裡面藏有感情、有恩愛。

如果寫信的人是一個她不愛的人，儘管內容一模一樣，或是她讀小說時看見類似的語句，比她的愛人寫得更好，但她並不會喜悅、感

動，也不會流淚。只要是愛人寫的，儘管寫得不很好，她也好喜歡。現在你們明白了嗎？不過一旦愛人死掉，她再重讀那些舊信，也不會再有以前甜蜜的感覺，你們懂嗎？

從前在中國有一對夫妻，丈夫去當兵，妻子在家非常思念丈夫，但又不會寫字，不知道如何跟丈夫表達她的思念，於是她畫了四隻動物，每個動物圖案代表一個字，託人帶到戰場去。她的丈夫看了信，坐下來閉著眼睛，露出很幸福的表情。

他身邊的同伴也看了信，便問他：「你的妻子只是畫了四隻動物，為什麼你會如此陶醉？」那個丈夫回答：「我妻子所用的語言你是不會明白的！」懂嗎？並不是文章或語句使人感動，而是寫的人賦予字句活生生的電流，所以我們才感動。

學佛也是這樣，必須有一位在世活佛教導我們，不是看經典就可以自己成佛。嫁丈夫或娶妻子，對象也應該是活生生的人，不能娶四、五十年前出名的美人，死掉的人就算再美也沒





有用，明白嗎？或是我們肚子痛，也只能找在世的醫生救治，華佗、扁鵲等神醫可幫不了我們，儘管他們寫過一堆醫書，但他們已經不能為我們治病。

醫書不能治病，我們需要的是一個有經驗、有愛心，有救人使命感的醫生。我們說妙手回春，意思是指一個醫生不僅有替人治病的願力和使命，而且跟病苦的人也要有緣。有些醫生一樣也從醫學院畢業，但是卻治到哪裡死到哪裡，有這種事嗎？（聽眾笑答：有！）謝謝大家，我以為我亂說，不過亂說也對了。

有的醫生醫術很好、很出名，所以大家都去找他看病，儘管要等很久，收費也很貴，大家還是要找他診治。由於找他的人太多，要辛苦排隊才可以看到醫生的臉，然而一握到他的手，病也馬上好轉。有時候，我們病了很久，去看醫生，醫生只不過看看我們的臉，我們就感到病減輕了不少，等醫生開了藥方或再多詢問幾句，症狀似乎又更輕了。這是為什麼呢？因為醫生會散發一種氣氛，帶給我們某種程度

的安定力量。這些人有當醫師的天命、有救人的使命，我們不是常說誰有做天子、當皇帝的命，某人有擔負某種任務的命，是不是啊？

成佛以後並不是從此脫離定命，而是可以一邊做地球上的工作，一邊也為佛土做事，就好像烏龜可以同時生活在水裡，也可以生活在陸地上。譬如有一位醫生修行觀音法門成佛了，他不需要放棄醫生的身分，他可以同時身兼兩種職業——醫生和佛。普通的醫生就只是醫生，不能做佛的工作。有的人擁有兩、三種專業技能，身兼兩、三種工作，我以前的先生就做兩、三種不同的工作，因為他學兩種醫療技術，他是外科醫生，同時也是牙醫。一般人通常只學一種專業技能、從事一種職業，這是很普通的事，沒什麼不能了解的。

所以，我們看那些修行開悟的人，儘管他們外表跟我們一樣，但他們內邊和我們有一點不同，他們擁有更多才能、更多智慧。有些沒修行的人，外表看起來比修行人還能幹，但只是在世間的方面如此，天堂方面的事，他們就不行了。



你們修觀音法門以後，就會了解師父今天這番話的意義。有時候，你們匆忙從公司跑來這裡聽經，或許還沒吃東西，肚子很餓，師父講了半天，你們卻坐在那兒想麵包、飯菜，所以聽得不是很清楚，感覺很難理解師父所講的內容。因為你們還沒有修行，等你們修觀音法門之後，師父不說你們也會明白。

剛印心的人常有問不完的問題，問一百零八個，甚至一千零一個問題，但修行一段時間後就不用問了，看見師父只會笑笑，沒有話要說了。那個時候，我們的心靈已經平靜、開悟，不再有欲望，我們很肯定自己將在這一世解脫。很多時候，不光是知道而已，也會看見，當我們打坐入定時，我們會在內邊清楚地看見。

有人說師父的徒弟對師父太癡迷，其實他們並不癡迷，他們很清醒，才能懂得修行的重要，癡迷的人哪裡能夠了解？他們只顧賺錢買漂亮的大車追著美女跑，吃喝玩樂都來不及了，怎麼會想跟隨師父修行？跟師父修行是很辛苦的，不但要吃純素，去弘法還得自己掏腰包

，跟隨師父跑來跑去幫忙帶器材，晚上經常睡在地板上，也無法定時吃飯，有時去到氣候寒冷的地方，都還沒有適應過來，又要趕去下一個氣候炎熱的國家，整天奔波，身體也很疲勞。

所以，跟著師父並不是因為癡迷，正因為清醒，他們才會跟著跑。他們覺醒了，看這個世界沒有什麼比弘法度眾生、幫助別人開悟、幫助別人心靈日益輕鬆、幫助別人找回失落的道德更棒的事。

昨天，有些同修來機場接師父，後來又跟到師父的住處，其中有一個年輕的男孩子，大約二十多歲。師父離開機場後，先在一位師姊家休息吃點東西，師姊想留師父住下來，但因為她家比較窄小，不夠給師父跟弘法團的同修住，加上還有器材等等東西要放，所以師父換到比較寬大的房子住。

還沒出發，那個年輕人就開始哭，而且哭得很厲害。師父問他為什麼哭？他只是請師父保重。師父問他：為什麼不跟著一起過去？他回答：不能跟去。師父告訴他：明天還可以再見面，為什麼哭得那麼



厲害？他說：明天也不能來。師父再問他：為什麼？是因為工作很忙嗎？他說：是的。

師父安慰他：如果白天要工作，那就晚上來探訪師父，若是晚上工作，就白天來，不需要哭啊！他說：白天晚上都忙著工作，不能再來看師父，因為家裡做生意，如果全家都來看師父，就必須關門歇業，但這樣一來又不夠開銷，所以他自願犧牲，讓家人有看師父的機會。

師父聽了很感動，便邀他與師父同車，最少可以多與師父相聚一、兩個小時。他告訴師父：以後這一、兩天他都不能來看師父，連師父走的時候也不能去送師父，所以才哭。師父就帶著他一起吃飯、喝水、吃餅乾，讓他回去不會那麼遺憾。他告訴師父，他以前是浪蕩的二世祖。師父不知道什麼是浪蕩的二世祖，大概是他以前很糟糕，什麼壞事都有他一份。現在他洗心革面，吃素修行。前一陣子有人打他，他挨了打卻不還手，那幾個人後來還跟他道歉。師父聽了非常高興，為什麼呢？因為社會多了一個好人，多了一個好孩子，多了一個好兄弟、好朋友、好公民。

## 開悟才能不執著

師父的工作雖然很辛苦、很困難，好比逆流的泳者，但成果卻很顯著。先不談什麼未來的天堂，我們就說現在，如果從現在起，每個人都吃純素，每天都打坐兩個半小時，就沒有人互相打鬥、製造戰爭。無論師父教的是什麼法門，如果能讓大家吃純素、持戒、打坐，那麼你們認為師父教的法門是好還是壞？

（有人答是壞的法門）誰說是壞的法門？請站起來講為什麼。（一個聽眾站起來說：還執著吃素……）

師父：為什麼你認為我們執著吃素，請問你為什麼又執著吃葷呢？

聽眾：佛道不素不葷。

師父：佛道不素又不葷嗎？哪一部經典這樣講？你既然要講，就要提出證據。

聽眾：金剛經。



師父：金剛經是怎麼說的？

聽眾：不思議、不思議。

師父：佛陀說要吃素才可以達到那個境界。在《楞嚴經》中，佛陀說吃葷是跟隨魔，而不是跟隨佛，你沒讀過嗎？「不思議、不思議」是指那些成佛的聖人，他們已經到達佛的境界，看人生只是夢幻。現在別人打我們，我們還感覺到痛，別人殺我們，我們還怨恨他，怎麼可以說「不思議、不思議」？難道殺人和沒殺一樣嗎？（大眾鼓掌）

師父明白你的意思，不過你尚未達到這個境界，只是重複佛說過的話。重複佛的話也很好，可以提醒別人，但我們自己也要修行達到那個等級才好。比如一個博士，他已經修完大學課程，已經是教授，當然不必再坐在學校課室裡，做二加二等於四的功課，因為他已經學好了。

現在如果有人要他做加法，他算「二加二」，答案也是「等於四」，他不能回答：「二加二等於五」。他不需要坐在那裡學這些課

程，因為他已經都學過了。如果有學生問他：「為什麼你整天外出，都不讀書、不學習？為什麼你不像我們一樣到學校去上課？」教授回答：「唉啊！還要學什麼？」

他已經全部都學完了，是我們還沒學完，怎麼能跟教授講一樣的話呢？我們這樣說就是誇張，是重複別人的話，並不是我們自己的理解。比如師父說，佛道不思善、不思惡，才是解脫。師父這樣說，是因為我已經懂了，但並不代表你們也懂。所以師父在別場演講才會說：吃純素不能成佛，吃純素只是幫助我們成佛而已。

如果我們不用涅槃、解脫等等字眼，改用另一種說法也一樣，如果世界上全部的人都吃純素、打坐、念佛，那就再也沒有人挑起戰爭，人間的痛苦將會減少，你明白嗎？師父講了很多的內容和境界，不是只強調吃素，而你只執著在吃素上，又說你沒有執著，為什麼師父從開始講到現在，你只執著這一點？好了，不再和你爭論了！（師父笑，大眾鼓掌）



## 心淨國土淨

師父意思是說：我們修行的人就算還未得到涅槃，但我們在世已經看見天堂。如果大家打架，這個人打那個人一下，那個人又反擊兩、三下，然後仇恨越積越深，不好的事情不斷循環累積，所以我們的世界才痛苦。如果世上每個人都吃純素、打坐，我們就不用去佛土了。師父明白告訴你們，到那個時候，我們不需要佛國淨土，因為我們的世界就是佛土，你們明白嗎？

師父的結論是：「心淨國土淨」，假如我們每個人都清淨，哪裡還需要尋找佛土呢？佛土就在這裡，死後的境界也是由心所生。現在我們生活在人間，每天過著爭奪、殺戮的日子，往生以後，我們平日所作所為的影像，會在面前不斷顯現，讓我們困在其中，不得解脫。

「不思議、不思議」是指成佛以後，被人罵卻感覺像是被人讚歎一樣，我們不再批評任何人，別人打我們也不記恨，這才是「不思議、

不思惡」。比方說耶穌基督，祂已經證得聖人的果位，祂說：有人打我們的左臉，連右臉也轉過來讓他打，這才是「不思善、不思惡」。

我們應該弄明白，不是光會說「不思善、不思惡」，卻言行不一，或只明白一點點就去和人吵架，弄得不和睦。不過師父也很高興你提出來，讓師父有機會多解釋，也許有些人也是這樣想，只是沒有說出來。

「不思善、不思惡」，意思是要平等對待每一個人，不管別人怎樣對待我們，都像沒有事情發生過一樣。即使我們下地獄，也會像地藏王菩薩下地獄一樣，不感覺熱、不會被燒燙，下去只是為了要救人。現在我們還沒有足夠的功力，如果現在讓我們下地獄，立刻會被火燒死。所以不要誇口「不思善、不思惡」。

那些已經成佛的人，他們去哪裡都跟沒去一樣，他們下地獄就跟在天堂一樣，因為他們的功力已經很深厚，他們心淨，所以國土淨。



你們看過誰成佛了還去殺人、吃葷的嗎？連釋迦牟尼佛也吃素，所以我們不能說修行可以不執著吃葷、不執著吃純素。

如果不執著，天下就大亂了，我們的錢也是別人的錢，那何必去賺錢呢？別人的妻子就是我們的妻子，那就不用結婚了。既然生活在這個世界，便必須配合這邊的法律，我們解脫的心是在內邊，你們了解嗎？即使總統也要遵守國家的法律，總統犯法，照樣要受罰、要坐牢。一個執法者，手握公理的天秤，自己卻想做什麼就做什麼，這是行不通的。

把每個來到門口的人都當成上帝、當成佛。

清海無上師



A traditional Chinese sailboat with two large, light-colored sails is positioned in the lower-left quadrant of the image. The boat is on a body of water that reflects the light from the sun. In the background, there are several large, dark, jagged mountains under a hazy sky. The sun is a bright, circular glow in the upper-middle part of the sky, creating a lens flare effect. The overall atmosphere is serene and misty.

# 六度波羅蜜

行住坐臥都是禪，不是盤腿才是禪。開悟的人生活在禪裡，呼吸是禪，吃東西是禪，睡覺是禪，工作是禪，洗碗是禪，任何時候都是禪。



清海無上師講於美國德州休士頓

一九九一年三月一日

今天還是新年，恭祝大家萬事如意、闔家團圓、生意興隆、兒孫乖巧、心想事成、早日修行成佛（大眾鼓掌）。

最近世界風行禪修，很多人熱衷修行，雖然也有一些地方熱衷戰爭，不過大家都知道，戰爭很少給人們帶來利益，所以師父今天要講世界熱衷修行的事。今天早上，華盛頓州的國家電視台訪問師父，他們問師父：「您認為您所做的事情，可以讓全世界所有民族團結起來嗎？您能夠終止戰爭嗎？」

師父回答：「如果每個人都明白師父所講，相信並跟著做，就可以。即使我們不能讓全世界團結，不能解決長期的爭戰，起碼我們點亮了一些火炬。在漫長的黑夜，有一、兩把火炬，總比沒有好。」他們還問：「您認為世界現在正處於黑暗階段，或是即將進入開悟、光明的階段？」師父答：「我認為世界正在邁入光明階段。」記者問：

「為什麼？」師父答：「你看，目前世界各國，好比美國，修禪風潮處處盛行，這就是證明。」

## 禪修風潮盛行

師父不想說修禪，否則大家以為是佛教，認為我們替佛教宣傳、廣告。不過，師父也只能說修禪，不然還有什麼講法？人家叫 Meditation 是「修禪」，這裡說的「禪」，不僅指 Zen（禪宗，佛教的一支），不單指悠樂的「禪」。

「禪修」包括全部修行的過程，修習打坐、靜觀冥想、觀自己內心、念佛念咒，全都包括在禪的範圍之內。不只佛教會「禪修」；不只悠樂人懂「禪修」；不是跟師父學的人才會「禪修」；我們說話要公平、要公正。「禪」這個字並非悠樂獨創，也不是佛教徒的專利，我們是借用別人的文字——梵語，借人家的智慧，卻說人家是外道。



我們唸的佛經，經文大多數是印度語。你們要是不相信，到印度學習印度文就會知道。譬如我們誦經之前，要唸「安喃」來淨化身口意，這就是印度的一個咒語，屬於婆羅門教。他們常常誦唸「安喃」(om ram)，意思是讚歎上帝。喃(ram)是上帝的意思。

我們到廟裡經常聽到唸「阿彌陀佛」，用印度話唸起來是喃喃(ram ram)，或者是安安(om om)，喃安安喃(ram om om ram)。喃(ram)翻譯成中文，因為中文沒有「r」這個音，所以ram變成喃(lam)，om ram變成安喃(an lan)。再譬如，哈里哈里(hali hali)及和尼和尼(heri heri)，印度那邊他們叫「哈里哈里」(hari hari)，哈里克里斯納(Hari Krishna)。我們全都是借別人的來用，還一直說人家是外道，真可憐！

現在全世界多數的靈修團體都修坐禪。如果你們曾經留意美國當地的瑜伽風潮，觀察那些禪定中心，就會看到禪修已經是普遍的現象。關於純素食方面的書籍和統計資料到處都有，多到數不清。

師父到加拿大時，有幾個加拿大人印心了（譯注：師父剛由加拿大講經結束赴美），其中一位男士開素食館，吃素已經幾十年。你們覺得奇怪嗎？在世界的盡頭，靠近寒冷、偏僻的北極，竟然也有人吃素。他相貌堂堂，紅光滿面，高大英俊，看起來比我們吃肉的悠樂人還漂亮。啊！對不起，不是的，我們悠樂人是世界上最美麗的人種（師父笑）。

但事實就是如此，跟師父去加拿大的人都看見了，他個子好高大，師父離開的那一天，他也來共修、歡送師父。他不但開素食館，還出版報紙勸人吃素。他的報紙刊登許多素食的相關資料，你們（指隨行徒弟）都有看見，簡直比我們佛教教徒還棒！他這樣做已經很多年，他經營的素食館一直在擴張，他說即將開幕的新館，比現有的還大好幾倍，全是他自己獨力經營。

所以我們應該知道，今天人們對吃純素和修行已經不再陌生，不再感覺神秘，沒什麼大不了需要一再地爭論。我們應該多參考研究，尤其是幸運來到國外的悠樂人，身在信仰自由的文明國家，更便於學習新知。



師父建議來到這邊的悠樂人，儘快融入國際新思潮，隨著文明的風潮提昇自己。千萬不要抱著殘舊看不懂的經典不放，抱著不見結果的修行方式不放，又攻擊修行有成、思想較為前進的新人，這對自己、對民族，皆有害而無益。

## 上天的美意

旅居海外的悠樂人，將來總會回到祖國當同胞的榜樣。我們要幫助那些因為定命或條件不足而不能出國學習的同胞。你們不要以為上帝、老天爺讓你們出國，是為了玩樂、賺錢！老天可能有更重大的計畫和任務要交付你們。

以前，悠樂人只居住在悠樂本土，現在悠樂人已經散佈世界各地。將來我們的父母、兄弟姊妹、親戚，有可能是澳洲、美國、西班牙、葡萄牙、法國、德國、丹麥、挪威等人種，我們擁有各種國籍的

親戚，這是很有趣的事。我們融合各民族的優點，學取他們的文明，那時我們的國家將會什麼都有。

所以，你們現在在這裡，除了賺錢維生、奉養父母、照顧兄弟姊妹，也要多學習他國的精華，日後有機會回到祖國，我們勢必成為悠樂領空的一顆明星（大眾鼓掌）。師父雖然四海奔波，但畢竟是出生於悠樂，吃悠樂米飯長大，受過國家教育之恩，師父現在所做的事，都只是在報恩而已。

假如師父得到國際人士的肯定，也是悠樂民族的光榮。如果你們也想做個愛國的悠樂公民，便應認真學習。如果不相信師父今天所講的事，也無所謂，以後慢慢還是會了解的，儘管現在還不能夠相信，但也不要立刻排拒，好嗎？已經有很多證據足以證明師父所講的是事實。

以前阮長祚去法國遊歷，回國後，他向皇帝和大臣陳述：「法國和我國有很大的差別，他們的水從牆壁流出來，燈倒吊著，車不用馬匹拉。」皇帝聽了就將他斬首，判定他欺君、侮蔑朝廷。連皇帝和朝



延命官都不知道的事，阮長祚憑什麼知道？從來沒人聽過：燈能倒吊向下照亮，水能從牆壁流出來，車輛沒有馬拉也能動。就這樣，阮長祚被處死。

以前的人認為「天子」是上天的兒子，天子說什麼都是對的，而朝廷百官更是全國的精英，全民族一向是由皇帝和大臣主導，所以他們不能想像還有他們不知道的事情，一切只因為他們沒有去過法國。

假如他們去過法國，也會看見同樣的事情，燈真的反過來倒吊，水從牆壁的水管流出來。現在這是誰都知道的事，但在幾百年前，皇親國戚從沒有機會走出皇城，頂多是到森林打獵，對本國民情恐怕都不甚了解，更不用說外國的新發明。

## 你們的本分就是學習

悠樂之所以承受這樣多的苦難，大部分原因在於我們也曾做錯過

一些事情，我們要承認自己的錯誤。悠樂人太疏忽民情，疏忽政治，忽視他國文明，才有今天的遭遇。不過我們也可以將苦難視為一種功課，督促自己在人類進化的旅程中更加精進，邁向宇宙的水平。

如果我們不知警惕，繼續互相誹謗，互揭短處給世人看，那麼不論師父在世界各地、在宇宙中如何讚歎悠樂人，不管師父怎樣努力從各個難民營解救悠樂人出來，終究是徒勞無功。因此，重要的是，你要克盡本分，而你們的「本分」就是學習。

師父提供你們一個學習的方法，假如你們認為合理，就來學，不用花錢，完全免費。這裡是自由的世界，師父並沒有教什麼損害國家社會治安、敗壞道德的事情，所以你們也沒什麼可指責師父的地方。

今天，各國都有很多團體聚集打禪。修禪有很多方法，各有不同的組織在教授，有些收費，有些免費；有些團體到世界各地弘法，有些則居住在固定的地方，讓人慕名而來。不論收不收費，不論是否去



弘法或等待有緣人慕名尋訪，不論以什麼方式打禪，大家都為世界貢獻了一些和平的磁場。靈修團體越多，世界會越文明、進步、和平。

師父也只是其中的一把小火炬。當初老天爺逼師父出來弘法，師父曾經拒絕過許多次，每次被人發現，師父都逃跑，逃到別的國家，又再被發現，然後再逃跑，躲了三、四次，到第四次才不得不投降，出來接受使命。本來師父也不是要推卸責任，而是自認為不夠能力為世界貢獻，直到接受使命以後，才知道自己有能力，雖然不敢說能力很強，但起碼還可以盡一點力。

在美國的悠樂人，應該趕快跟上美國及全人類靈性成長的腳步。你們冒著九死一生來到這裡，如果只顧著賺錢，未免太可惜了。悠樂是世界上最富有的國家之一，我們擁有金、銀、鈾、鉛、鋁、錫等各種礦產，在被法國佔領之前，已經陸續開採出很多礦石，後來因為戰爭，才無法繼續開採。悠樂什麼都有，除了豐富的資源，還有優良的道德和傳統的孝悌精神。

我們有大約四、五千年悠久的歷史文化，是長老級的文化古國，本該做世界的楷模。所以，你們來到自由世界，不要只想著賺錢寄回去悠樂，而要記得更重大的使命。如果有人不知道，師父今天就告訴你們：佛菩薩、老天爺安排你們到世界各國的目的，不是賺錢！

以前悠樂也發生過戰爭，但我們從不曾挨餓，從來沒有人為了經濟因素出走，這是誰都知道的事。師父還記得往日上學的情景，在平陽、龍城，沿路上種植各類果樹，隨人採，又便宜。悠樂的稻米在東南亞和全世界都很出名，自己吃不完還能出口，大家都知道悠樂米最好吃。至於葷食，悠樂魚露也是世界聞名。等悠樂恢復和平以後，資源統統開發出來，足夠全世界用不完。

海外的悠樂人要多提昇自己，學習新知，將來回國發展悠樂的文明與經濟，大家不要忘記這個使命。想要獲得最佳的學習效果，不是光靠書本。看書的確可以增長見識，讓我們的觀念不再狹隘，但我們的心也要多包容，夠聰敏，而最重要的則是實行所學。



## 禪修——六度波羅蜜

如果想學速成、易學的法門，就要修禪。在《金剛經》裡，佛解說六度波羅蜜：布施、持戒、忍辱、精進、禪定，然後智慧，這便是禪修之法。

布施是什麼意思？我們對父母、兄弟姊妹、親戚要慷慨，要幫助落難的人。如果我們懂佛法，應該講解給還不懂佛法的人聽，以我們所知道的程度，儘量解說。如果不知道則說不知道，不要「擊鼓掩雷聲」，遇到不懂，還強詞奪理：「你這樣說是外道。」我們不該企圖掩飾自己的無明，不知道就坦白承認。倘若我們修觀音法門或別的法門，獲得開悟，變成聰明，就要與人分享，幫助別人也跟我們一樣聰明，這就是布施「法」。

我們可以布施錢財、勞力、精神及布施「法」。以佛的說法，布施「法門」是最高尚的行為。但是當別人快要餓死，我們還一直說靈

修的事，誰聽得進去？這時就要布施金錢和食物。當人們遭遇病痛、苦難，需要錢財、物質的時候，我們也應該幫助他們。

《藥師經》裡說，藥師佛修菩薩行時，誰祈求什麼，他就給什麼，包括物質的東西，有人缺棉被、衣服、米飯，缺什麼祂給什麼，等他們吃飽，才教上乘的修行法門，讓他們解脫生死輪迴。

我們是所謂的「佛子」，若是能力許可，也應該這樣做。如果做不到，就在精神上擁護那些做好事的人。而不是看見別人做好事，我們卻嫉妒、指責又懷疑他們，讓人家精神不穩，聲譽被毀，無法堅持理想，這是造下深重的業障。

要講解「布施」，恐怕幾天也講不完。布施有很多方法，譬如我們不罵人，擁護人，給人信心，也是布施。饒恕人，給人安心，不怕我們會來報仇，這樣也是一種布施。布施有很多種形式，師父大概解說而已。



說到持戒，在家眾只守五戒，應該很容易。你們應該努力守戒，能持多少對你們都很好。第一戒是不殺生，你們能做多少就儘量遵守，其實所有的戒都包括在這裡面。戒殺生，梵語是Ahimsa，意思是不傷害他人，身、口、意都不傷害。

不傷害不只是不殺而已。比如我們雖然不殺動物、不殺人，但我們還吃葷，那也是一種間接殺生。如果我們不吃，又何來殺生？佛經裡說，殺生有間接殺和直接殺。直接是自己殺，間接則是因為我們吃肉，他人為我們而殺生，所以不要認為吃葷不算殺生。廟裡的出家人都講解得很清楚，可能你們較少去寺廟，或者去寺廟時，只是為了展示漂亮的衣服，想去遊玩而已，根本沒有留心聽道。

如果我們懂佛法，應該講解給還不懂佛法的人聽，

以我們所知道的程度，儘量解說。



## 立志成觀音

你們去寺廟拜佛，捐一兩塊香油錢，供養幾顆水果，卻列出一長串親戚的名單，祈求佛菩薩保佑。佛菩薩要辦的事太多了，哪裡會為了拿我們幾塊錢把自己累死。

多數人去寺廟參拜都不向法師問法，不給法師機會展現他們的智慧。其實你們越發問，法師越要加緊學習，所以你們越請益，實際上是在幫助法師加強學習經典。若是經常有人發問，法師害怕居士的程度高過他們，就會更精進向學。去寺廟如果不向法師請益，你們既害了法師又害了自己，使寺廟失去存在的意義。

寺廟不是用來乞求恩惠的地方，到寺廟應該為了發展智慧，不是一直祈求觀音菩薩、諸佛菩薩，賜給我們恩惠，應該立志成為觀世音菩薩才對。我們應該努力成就觀世音菩薩的果位，救苦救難。如果全宇宙只有一位觀世音菩薩，卻有成千上萬、恆河沙數的眾生向他祈

求，祂真是可憐，不是嗎？我們身為祂的信徒，怎麼如此殘忍，不可憐祂必須獨自承擔世人的種種祈求。

悠樂、中國、泰國、印度、斯里蘭卡，全世界信佛的人都祈求觀世音菩薩保佑，卻沒有人想成為觀世音菩薩，分擔祂的工作，沒有人願意努力修行，達到祂的果位，以致於無人能夠分擔祂所承受的業障。我們所謂的慈悲心在哪裡？難道我們只配給佛提鞋，難道我們要一直抱著佛腳不放嗎？難道生生世世都要當佛的奴隸？即使做佛的奴隸，也還是一個奴隸，不怎麼光彩。

如果你們真正有心去寺廟參拜，就應該主動發問；如果去教堂是真心要找上帝，就應該向神父請益。想學習，就要多問。寺廟、教堂設立的目的，是為了讓人們學道及清淨修行，在紛亂的塵世，人們很難安心打坐，而寺廟確實是禪修的好地方。

只可惜，現在的寺廟，早已淪為俊男美女展示華服的場所。難道我們去寺廟參拜，就為了在香爐裡插幾柱香而已嗎？如果去寺廟之

後，一點都沒有改變，那去寺廟有何益處？祈求佛菩薩保佑，卻不知道供桌上的佛到底有沒有回應。我們自顧喃喃祈求，完全不管佛有沒有回答，就回家去了。為什麼沒有得到答覆就放棄呢？這樣不是浪費供品了嗎？（大眾鼓掌）

現在師父給你們一個建議：到寺廟拜佛，應該等木頭佛開口回應才離去。你們向來拜佛都是拜一拜而已，心裡明知佛沒有享用供品，卻依然照著儀式做。假如佛菩薩真的開口吃蘋果，你們可能當場暈倒，或是會驚呼：「鬼！鬼！鬼附身進入木頭像。」

你們明知不靈，還禮拜木頭佛，木頭佛又不會說話。師父建議你們：有修行問題，應該去找法師、僧侶解答，給他們履行僧侶本分的機會，也激發他們加強學習，這才是去寺廟的意義。不然，寺廟只能算是一種裝飾，稱不上「庇護民族的靈魂」，也不足以自誇是「先民以來的生活方式」。

我們今天的生活方式，已經不同於祖先的生活方式，我們的祖宗



本來是佛教禪師，而佛教的始祖是佛。我們應該保護祖先的修行傳統，但如今，只剩下一些宗教口號：「庇護民族靈魂的廟簷，祖先萬年的生活方式」。喊口號就能保護民族的靈魂嗎？難道從悠樂將寺廟搬過來，就能保護我們的靈魂？恐怕沒辦法。

一切只因為我們沒有正確的學習佛法，所以才不能維護祖宗的傳統。佛教的先祖是那些大禪師，如果你們回家看上座釋清慈的《悠樂禪師》，就能了解以前那些大禪師、大開悟者是如何修行，看佛教的歷史及故事，就能知道釋迦牟尼佛的修行歷程。

然而，現在的人吃葷又喝酒，絲毫不了解佛教傳統，去寺廟參拜尚且不想請問法師，走出寺廟更不會問道於人。如此，怎麼可以標榜自己是過著「祖宗萬年來的生活方式」？我們並沒有追隨祖宗的生活方式。

我們應該努力成就觀世音菩薩的果位，救苦救難。



## 忍辱波羅蜜

師父也想盡力說：你們很好、很棒、很能幹、很聰明！讚歎你們是好的佛教徒，讓你們喜歡師父。但是這樣說，就跟菜市場販賣東西的人一樣了，為了讓自己得利而取悅客人，為了推銷東西，說一些對別人沒有實際利益的話。很抱歉這樣直言，有人就是因此才不喜歡師父，但師父不怪他們，忠言本來就逆耳。

如果我們很好學，有大丈夫氣概，就不會排斥直言。講直話的人才是好朋友，只有真正的好朋友，才不怕違背我們的心意，願意為了我們的權益、為了我們好，而跟我們講直話。如果要聽甜言蜜語，只要我們有錢、有勢，誰都會對我們說。

今日的悠樂人，不能再像從前那樣故步自封，既然出國了，就應該學習別人的優點。並不是說要放棄悠樂的美好風俗，我們一方面要保存本土精華，一方面也要汲取他國之長，讓悠樂文化更形豐富。悠

樂人的個性之所以比其他東南亞民族鮮明出色，主因即是悠樂人曾經汲取不同國家的文明。

被外國侵佔確實是民族的悲痛，但也因為異國文化的入侵，悠樂文化才得以如此豐富多彩。被中國、法國侵佔的那段時期，確實讓悠樂承受很大的痛苦，但我們也學到很多事情。另外，日本、俄羅斯、美國的入侵，也都曾為悠樂文化注入活力。師父認為，悠樂人特殊的民族性是佛菩薩有意安排，我們應該了解自己並繼續發展，從靈修的角度，用修行人的精神，發展自己的文化。

我們人在國外，就要充實自己的人品和學識，將來有一天回到悠樂，便能派上用場，這一天可能很快就會來到。我們將帶著各國文化的精華，回去貢獻給國家。為了達成這個理想，你們千萬別忘記一個重點：要讓自己快速成長，很快地領悟他國文明，我們必須先有智慧。而智慧從何處來？智慧從禪定來。所以釋迦牟尼佛才說六度波羅蜜：布施、持戒、忍辱、精進、禪定、智慧。

布施、持戒，再來是忍辱。你們不要認為有人打你們，你們忍住不反應就是「忍辱」，真正的忍辱是——不用忍。當別人打我們、罵我們，我們都感覺不重要，這才算「忍辱」。忍辱是從修行的智慧而來，修行有了智慧之後，慈悲心也會跟著發展。所以聖經上說：「先尋找內在的天國，然後其他一切會自然而來。」

「尋找天國」就是尋找自己的涅槃，尋找自己的佛性，也就是反聞聞自性、反觀自照、明白自己是誰，這是最上等的觀禪方法，也是最有效果、最快捷的坐禪法。「聞」不是用耳朵聽，其實應該說「觀察」、「認識」自性才對。因為我們打坐時，是觀內邊的音流、佛音，所以才借用「聞」字。

真正的忍辱是——不用忍。當別人打我們、

罵我們，我們都感覺不重要，這才算「忍辱」。





## 達到博愛的境界

為什麼人會沒有耐性？都是因為我們沒有發展真正的愛心，尚未達到上帝、佛菩薩的絕對愛心。你們聽有些悠樂人或佛教徒說：「上帝不是佛」，或是「上帝等級比菩薩低」，那些人憑什麼這樣說呢？我們還沒有達到上帝的等級，如何能夠判斷上帝高或低？我們應該具備和上帝一樣的等級，才有資格評論，還沒有得到，就不該亂評斷。耶穌基督被釘在十字架上，在最後一分鐘，祂還祈求上帝：原諒那些讓祂受苦的人。

有這種心量，有這樣無盡的慈悲心，我們應該知道，祂是菩薩化身。凡夫怎麼能寬恕人到這種程度？凡夫受到折磨時，不罵人已經很難得，怎麼會求上帝寬恕那些釘自己的人？如果釋迦牟尼佛看見耶穌基督這樣做，祂一定會讚揚耶穌；十方三世佛菩薩看見耶穌基督教人行善，最後又為道而死，被人誤會而死，甚至在死前還饒恕敵人，為敵人祈求，諸佛菩薩一定會想跟耶穌做朋友。西方極樂世界有很多樓

房宮殿空著沒人住，就等這種人上去住。

昨天，有一位同修——以世人的稱呼，他是師父的徒弟，如果說是同修，那你們會認為是和師父一起學習的人，所以才說徒弟。那個徒弟說：「師父，有一天弟子打坐不知去到什麼世界，看見房舍城堡很漂亮，但是都空著沒人住。」師父說：「因為沒人修行，所以才空著。上面的房子既美麗，又不用花錢買，屋宇堂皇寬闊，沒有人與你們爭，就是沒有人肯修行上去住，所以空在那裡。」然後師父開玩笑：「房子都蓋好了，就等你們上去住。」

師父認為，佛菩薩看見耶穌基督願意為世人犧牲自己，佛菩薩會立刻邀請耶穌上去住，因為西方淨土正缺這樣的人。我們應該知道，耶穌基督是一位佛、一位菩薩，或許有些人還想求證耶穌基督是什麼人，不認為耶穌基督是一位偉人。如果耶穌基督沒有真正修行，不認得自己的自性和內在天國，在祂極度痛苦時，怎麼還能寬恕他人？如果祂只是一般人，不可能有如此的胸襟。



有人辱罵你們，插刀、插劍在你們的肋骨，再用有刺的鐵線纏繞在你們頭上，還拿釘子釘你們，這種情況你們可以忍受嗎？你們釘東西的時候，不小心失手搥到手指，就已經受不了，何況耶穌基督被釘在十字架上整天整夜，在如此痛苦的情況下，祂還祈求上帝原諒那些人。由此可知，這樣的人一定是活佛。我們不能說佛高過耶穌基督，耶穌基督跟釋迦牟尼佛是平等的地位。

我們想擁有真正的愛心，想要像耶穌基督一樣，就應該認知「我是愛心」。我們稱讚佛是大慈悲，基督是大博愛，有句話不是說：上帝就是博愛、慈悲嗎？上帝對世人是無盡的疼愛，如果我們不懂自己擁有這樣的愛心，那我們離上帝還很遠。如果我們沒有無窮無盡的慈悲心，應該知道我們距離佛還很遙遠，這樣的人不要說自己是佛子，別說自己跟隨天主。

修行人應該衡量自己的功德，知道自己的程度在哪裡，不能只看別人而不反省自己，看見誰出名、做得好、有很多信徒，就心生嫉

妒，加油添醋講他（她）的壞話。身為修行人，不檢討自己的等級，不問自己能做什麼好事，不管自己能否控制貪、瞋、癡，能否控制自私自利、好妒的心態，一直批評別人，不檢點自己的話，就可惜這個寶貴的人身。

現在不及時修行，幾十年後，所有人都要回歸塵土。罵人和被罵的人，在這個世界上，境遇已經有差別，離世後，境遇相差更大。修行的人上天堂，智慧清明；不修行的人，沈淪黑暗的境界，在物質世界輪迴，時而做人，時而做牛、做馬，有時當神，有時當鬼，角色一直輪替，無法解脫。

佛和基督之所以能夠忍辱而不忍辱，是因為牠們已經達到博愛的境界。我們的自性就是博愛，當我們找到自性、佛性時，自然能夠忍辱，我們忍，但不感覺自己在忍。耶穌基督被釘在十字架，卻不感覺被侵犯，只是可憐那些無明的人即將遭受果報，因此祂祈求上天、佛菩薩饒恕那些人。



我們應該知道，耶穌基督沒有我執，祂為了愛別人而忘記自己，忘記自己的身體正在十字架上承受極大的痛苦，只是一心為別人擔憂祈求；凡夫俗子只為自己祈求，基督卻忘記自己的痛苦，一心憂慮無明的人將沈淪惡道，所以為他們祈求。憑這點就該知道祂是活佛，有這樣博愛的胸襟，一定是非常高等的佛。現在你們知道佛與基督的相同之處了嗎？（大眾回答：知道了！）謝謝！（大眾鼓掌）

## 腳踏兩條船，兩邊落空

現在講「精進」。精進是什麼意思？就是當我們已經選擇好要修行的法門之後，不管修行路上遇到怎樣的考驗，任何人誘惑我們，批評我們的法門不好，講師父的閒話，我們也不會因而退心、放棄。

俗話說：「熬夜才知夜長，日久才知誰義氣深厚」，如果我們一直跑來跑去，哪裡能夠通曉法門的精華？有很多人問：「師父，我已

經跟某某團體修行，現在想來跟師父學觀音法門，但我也想繼續留在那邊，這樣可以嗎？」師父回答：「我們哪有這麼多時間？這邊是這邊，那邊是那邊。如果你認為觀音法門好，那就跟師父學，如果你還留戀以前的種種，那就繼續留在那邊。」

如果腳踏兩條船，一下子就要落水。一個人無法同時騎兩部單車，也不能同時駕駛兩輛車。師父並沒有拉你們來當徒弟，或是強迫你們學觀音法門，你們可以自由選擇。相信觀音法門就過來學，如果不相信，就繼續留在那邊。選擇一個法門專心修行，看自己程度在哪裡，就待在那裡認真修，不要跑來跑去，到頭來兩邊都落空。

比如有一個人在小學讀書，他認為自己的程度已經可以讀中學，所以他去念中學。然而他雖然變成中學生，卻還留戀小學的日子。或許因為小學的校園和教室比較漂亮，有綠蔭遮陽，有好的乒乓球桌，老師教的課程內容也比中學容易；中學老師比較嚴格，要求他學一些從來沒聽過的東西，他感覺很累；小學的課程他全部知道了，學起來很容易，所以可以排名第一，你們明白了嗎？



如果只想接受小學教育，就留在小學，跑來跑去到最後連小學文憑也拿不到，在中學裡也學不到東西。師父不貪徒弟，你們想選什麼路就選，選了就要精進。精進是不管前方有任何荆棘都要超越，勇往直前，狗吠不管它，人群阻礙你繼續走。不要找藉口退卻，不要找理由走回頭路，比如已經吃純素，現在又想吃葷，這就是懈怠。

很多人問師父：「我很想跟師父印心修行，但以後如果還葷怎麼辦？」師父回答：「你還沒結婚，卻一直問你的未婚妻：『我很想娶妳，但是結婚以後，有一天我有了情婦怎麼辦？』那何必結婚呢？」（大眾鼓掌）修行還跟師父討價還價，好像你們修行能讓師父變胖，讓師父變富有、變漂亮一樣，你們應該知道修行是為了自己。

眾生所以難度，就是因為太貪戀無常的物質。那些今天存在、明天就消失的東西，對靈性毫無利益。人如果不修行、沒有道德，往生之後，靈魂會沈淪苦海，那時，誰也救不了我們。當然，精進也包括

幫助其他人修行，不只是自己一個人認真修行而已，不是只顧個人的利益，忽略其他正在挨餓受苦的人，這樣不是精進，精進包括很多事情。

## 洗碗也可以入定

現在講到「禪定」。什麼是禪定？你們都知道，誰都說自己懂禪。禪是這樣、禪是那樣、禪是盤腿而坐，然後唸：「我是誰？我是誰？我是誰？」或是唸：「佛性是什麼？」或是禪師拿著一支香板，「啪！」這就是禪嗎？禪包括很多事情，不只是這樣。

「禪定」是指我們看清自己的心，安住在心裡，行住坐臥全在自己的心裡、在佛性裡、在天國裡，才叫做禪定。不是擺個樣子，坐得直挺挺的才是禪定。當我們認識自己的心，就叫做禪定。我們的心能定，能廣博愛人，精神能安穩，這時候才叫做「禪」。當我們達到這個境界時，才能夠說「行住坐臥都是禪」。



不是閉起眼睛、盤腿端坐就叫做「禪」，閉眼、盤腿，是為了讓身體不致於前傾後仰，注意力容易集中、容易入定。但這只是剛開始，修行到後來，連洗碗都是禪。不是說一邊洗碗一邊打禪，而是在洗碗當中也有禪。洗碗也可以入定，所以說洗碗也是禪。當我們明白一切都是佛法時，我們才可以說洗碗也是禪，現在我們還不明白，那洗碗就只是洗碗而已。

師父有一個哥斯大黎加的徒弟，她肥胖、黝黑、高大，面貌就像一般的女人，並無特別之處，既不漂亮，也沒有聰明過人，不是悠樂人心目中寬額、闊鼻、高顴的典型美女。她就像普通人一樣，但現在她做什麼都是禪。有一次，她正在洗碗，突然看見化身師父來，她太高興了，以致打破碗。像這樣的情形，就是行住坐臥都是禪。

師父的很多弟子他們睡覺但不是睡覺，整夜看見燦爛的亮光和境界，心不墮落別的地方，注意力不散，你們懂嗎？比如說，當我們動念想要男女關係，注意力就跑到下面去；當我們集中在智慧眼，不

貪戀物質世界的一切，就能看見佛，體會到自己的佛心；當我們想錢、想美女、想洋房、想汽車的時候，我們的心念也跟著跑到外面。

所以，行住坐臥都是禪，不是盤腿才是禪。開悟的人生活在禪裡，呼吸是禪，吃東西是禪，睡覺是禪，工作是禪，洗碗是禪，任何時候都是禪。有些徒弟還不習慣這種開悟的狀態，會害怕。他們說：「師父！為什麼徒弟睡覺的時候，房間那麼光亮？」他還以為發生了什麼事。我們習慣了黑暗，太光亮反而害怕。

光亮乃是從我們的自性發出，人本來應該隨時都光亮，為什麼要害怕呢？這個世界是幻想、顛倒的，黑說是白，白說成黑。剛開始修行打坐的人，還不習慣光明的世界，才會認為奇怪，但這是基本常識，我們應該知道，我們的自性本來就是光。所以我們同修打坐觀音以後，做事很快，思想敏捷，不但有益自己的心靈，隨著辦事效率的提高，還能提昇生活和工作的品質，對整個社會和全世界都有助益。



## 佛與魔之別

持戒修禪定，卻不布施、不忍辱、不精進，這是著了禪魔，雖然也有一點神通，能開一點悟，但不能完全開悟。有很多人問師父：「為什麼要修觀音法門，而不修其他的法門？」修其他法門就像念小學，修觀音法門則是念大學。

上小學和中學可以讓人學會讀、寫和計算，但熟悉的程度與讀大學的人完全不同。我們不能憑著自己會讀會寫，而認定大學也像中學一樣，中學也像小學一樣，哪裡一樣呢？等我們進了大學，才知道其間的差距。即使還沒上大學，我們也可以觀察那些大學生，看他們跟我們差別在哪裡。

有很多人本來不相信師父，後來和師父的弟子接觸多了，被他們的忍辱精神感動，於是也開始相信師父。徒弟的言行代表師父教育的成果，如果徒弟好，就知道師父好。你們教養兒女也是一樣的道理，悠樂人常罵：沒家教的孩子。意思是說，他的父母沒教好他。反之，

看到乖巧、有教養的小孩，我們便知道是受到父母嚴格的管教，才培育出他們堂皇的風度，沒人會叫他們：沒教養的孩子。

智慧還需要布施、持戒、忍辱、精進、禪定輔助。為什麼要布施和持戒？如果一個人擁有智慧，聰明絕頂，卻沒有慈悲心，那也與魔鬼無異。魔鬼也有一定的權力、智慧和聰明，就是沒愛心；佛菩薩是既有智慧，又有愛心；兩者相差很遠。佛的智慧融合了愛心在內，在適當的時間、地點、場合做事。如果沒有智慧，有時候自認為會愛人，自認為在做好事，其實卻是在破壞。

比如我們眼見孩子學壞，跟吸毒的朋友交往，但是因為溺愛孩子，就任他為所欲為，不加管束，還一直給錢讓他去吸毒，這樣就是有愛心而沒智慧，只會使孩子一天天墮落，身體衰弱、精神崩壞。做父母的不能這樣，這是害了自己的兒女，沒盡到父母的本分。

魔王的世界正是這樣。魔王的工作，是使人們迷失在夢幻的世界，沈迷在今天有、明天就沒有的無常事物中。想什麼他給什麼，想酒就



給酒、想女人給女人、想錢給錢、想房屋給房屋、想名譽給名譽，讓人們因此墮落、沈迷，精神崩壞、身體耗弱，這就是魔王的世界，用物質的東西敗壞我們的身心靈，魔王正是這樣誘惑我們的。

父母太寵孩子，沒有用正確的方法教育，孩子才變壞。佛菩薩則不同，只有在人們真正需要時才給，而不是要什麼給什麼，這才是正確的教育方式。我們可以嚴格，但同時要有愛心，就像佛菩薩，有愛心又有智慧。光有愛心而缺少智慧，那是懦弱，孩子越得寵，越容易變壞；有智慧而沒愛心，則只能成魔王，做法太過強硬、枯燥，沒有人能夠長久忍受的。在缺乏愛心的情況下，沒有人還能繼續發展智慧。

總而言之，海外悠樂人的責任，比國內同胞更為重大，我們身在海外，有較多機會學習，應該盡用身邊的資源，使自己的心靈、精神、才華發展到最高峰。也許佛菩薩和老天爺要委派我們一些高尚的任務，所以大家要隨時待命，等將來國家太平，我們都有責任為祖國效力，我們要用修行的力量，真正的愛國家。師父祝你們成功！

我們都是從上面的世界降生人間，  
爲了要帶來光明、美好，讓人間萬物智慧提高。

清海無上師



The background of the page is a black and white photograph of a beach. In the foreground, there is a wide, flat expanse of sand. In the middle ground, waves are breaking, creating white foam. The sky is visible in the upper portion of the image, appearing bright and slightly hazy.

# 修行與持戒

如果真正想了解天命，真心想成為一個單純的工具，利益人類和世界，那我們就要淨化自己的身、口、意，要吃純素守戒。



清海無上師講於美國奧勒岡州波特蘭

一九九一年三月三日

大家好！師父很高興，雖然下雨、天氣又很冷，你們還發心到這裡聽經，不但是悠樂人，還有美國人，那些聰明的美國人也來這裡聽經，師父認為我們將來有希望，世界有希望，美國及悠樂都有希望。

悠樂人常常有修行的傾向，多數人都曾到過寺廟教堂，或在家裡修過某個方法、某個宗派。這個時代的美國人也是一樣，他們也研究禪學、佛法和聖經，或是跟隨某個宗派、某位出名的老師或法門修行。師父來這裡，除了回應徒弟的邀請之外，還有一個目的，就是提醒你們要在修行的道路上更為精進，使這個世界減少動亂和暴力。

## 遇見合乎理想的明師

修行有很多方法，修行人也有很多不同的層次：有人主張應該吃純素，躺在赤熱的地上磨鍊肉體，做各種苦行；有的說要持戒；有人說應該這樣、那樣拜佛才可以證道。儘管這些方法不能證道，但至少他們已經開闢出一條修行路，指出一個目標，給從未想過要修行的人參考。

為什麼奧勒岡州有這麼多美國人來聽經？因為他們已經知道一些修行觀念。如果這是他們第一次聽到關於講經的事，他們未必會被吸引來聽經。所以那些開發修行道路的人都有功勞，引導人類的老師們全都有功勞。但是每位老師各有不同的教法，他們會根據徒弟的修行背景、程度及學習的目的因材施教。

如果我們碰到一位老師，他教我們吃純素守戒，教我們嚴格修行，那是因為我們心裡渴望如此。我們喜歡這種理想，認為修行很高尚，想追隨古代大師的榜樣。我們認為修行應該認真嚴肅，因此強迫自己依戒律修行，減少遊玩享樂。



那些在修行上有所堅持的人，總有一天會遇到合乎自己理想的明師，並追隨他修行。遇上這種明師，我們多半會立刻喜歡他們，聽他說法，也能馬上認同，因為他的講法符合我們的期待，說出了我們的理想。

但是有些人並不喜歡嚴格修行，雖然他們也想探討上帝、宇宙、因果、自然和天地的規律，人類進化的法則，但卻不想遵守戒律，不想強迫自己，也不想吃純素，只想修多少算多少，能守多少戒就守多少戒，希望能邊修邊享受人生。這樣的人，總有一天也會遇上一位這樣教導的老師。

那種老師也會教導我們古代明師高等的教理，會引述佛陀如何解釋涅槃，耶穌怎樣講述天國，或者孔子這樣說、曾子那樣說。他們也把這些高等的道理講解給我們知道，但是，他們也會同時告訴你，想怎樣做就怎樣做，想怎樣吃喝玩樂都可以，怎樣放縱自己都行，因為上帝很包容，佛菩薩不會苛責我們。師父也認為這種方式沒有錯。但

是為什麼多數的明師都很慎重、嚴肅、潔身守戒、吃純素，最後才能得到最高果位？不是上帝限制人，不是上帝不包容人，或是佛菩薩在意眾生守不守戒，而是我們自己執著，不論明師怎樣講，只怕我們不能夠原諒自己。

## 想達到究竟，就要持戒吃純素

以上兩種修行方式都合理，同樣可以達到最高目的，結果相同，所講的道理也一致，唯一的差別只在規律和強制自我約束。師父認為有規律、有戒條、能吃純素的道路，將帶來更多的利益，比放縱的道路或沒戒律的道路，更有效果而快捷。

我們凡夫的心很狹窄，生生世世已經被洗腦，告訴我們做某某事是好的，現在突然對我們說，這樣不夠好，只怕我們不能接受，不相信明師所說的話，你們懂嗎？上帝不會不包容，不會不寬恕我們的罪，怕我們不寬恕自己而已。



師父到哪裡都主張：修行想達到究竟，就要持戒、吃純素，要符合這個世界做人的基本道德。即使我們以後修行到達高境界，了悟一切都是夢境、都是幻想，但只要我們還在夢裡、還在幻覺中，就不能不遵守它的律法。師父講的悠樂語你們聽明白嗎？不是怕你們不懂，而是怕師父的悠樂語不夠好，怕世界有限的語言不足以描述宇宙的事。

現在師父講一個有關牛的事情。在悠樂，牛的鼻子常常被繩索穿過，為什麼？因為牠很頑固，打牠不走，摸牠也不動，所以要用繩子穿過牠的鼻子，拉牠的鼻子走，牛鼻被弄痛了，才會跟著主人。

這個世界也一樣，如果不懲罰那些作惡的人、鼓勵那些行善的人，民眾的生命、財產、精神都會受威脅，被恐嚇或被搶走。所以因果律才必須存在，以維持這個世界的秩序。我們活在這個世界裡，就好像那隻被穿鼻的牛，如果不跟著穿鼻繩索的方向走，我們會很痛苦。要是我們有能力斬斷穿鼻子的環扣，就可以獲得自由，那時候我們做什麼都可以。在這之前，我們還生活在這個世界裡，跳脫不出身體的牢獄，所以必須看情況應變。

正因為這樣，從古至今所有明師都勸徒弟要遵守戒律，要尊重社會的秩序，只有這樣才可以達到最崇高的目的，才可以超越我們所生存的世界。你們懂師父講什麼嗎？能聽得懂就是聰明人。

很多人跟師父說：「這個世界很無常，人生是夢幻，為什麼師父一直執著吃純素和戒律的問題？」師父回答：「如果認為素就是葷，葷就是素，那自己的老婆也是別人的老婆嗎？這樣就不用結婚了！然後我們的錢也是別人的錢，那樣就不用去賺錢，看哪一家銀行錢多，我們進去拿，反正是我們的錢嘛！這樣可以嗎？」

在我們還未達到不分別的程度以前，有人打我們，還是會感覺到痛，會憤怒地想還手打他。除非我們修到別人打我們右臉，我們像耶穌基督一樣，把左邊也轉給他打，到那時候我們才可以說不執著。釋迦牟尼佛和耶穌基督都吃素到最後一分鐘，你們回去仔細看佛經、聖經就會知道。我們不可以說自己超越佛陀和耶穌，可以不執著純素、不執著葷。



六祖惠能是從古至今最出名的一位禪師，他修行的時候也吃素。當他躲在獵戶隊裡，十六年必須跟獵人住在一起，在這種情況下，他仍然吃素。有些獵人問他為什麼不吃肉，他說：「因為我的肚子消化不了肉」。當時六祖惠能的師父（五祖弘忍）已經印證他為禪宗六祖，但還未到出來弘法的時機，所以他只好隱身在森林裡。

那個時候六祖惠能已經開悟了，也繼承了衣鉢，但是依舊堅持吃素，因為要保護生命、要保護法脈。我們還沒有開悟，不可以說不執著純素、不執著葷，連已經開悟而且領了衣鉢的人還堅持吃素，而且那個時候惠能是和打獵的人生活在一起，不是因為住在寺廟，會有信徒來看他，才必須守戒做榜樣，讓別人不要麻煩他，或是怕被師父罵、怕受到信徒批評，你們懂嗎？

反倒是那些住在寺廟，本來應該吃素的人，往往會找理由不吃素。但是六祖惠能躲在森林裡十六年，跟那些認為吃肉是很平常的人住在一起，卻仍然堅持守戒吃素。從這裡我們可以知道：吃純素是對

修行非常有幫助的事情，如果想要達到究竟的果位，吃純素是不可或缺的條件。若是只想達到普通的果位，開悟到某一個有限的程度而已，那我們吃什麼都可以，喝什麼都沒關係。

## 淨化身口意，成為單純的工具

如果我們想要接受一個更高等、更清淨的境界，就應該淨化自己的身口意。比如一條水管，不管乾淨或骯髒，只要接上水源，都會有水流出來。然而要是水管不乾淨，喝多了身體會有問題；如果是一條非常乾淨的水管，流出來的水不用煮就可以喝，又不會傷害到身體。

同樣的道理，我們能具有寶貴的人身，是一件神聖美好的事情。如果我們給身體帶來障礙，把它弄髒，那些原本從身體散發出來，加持這個世界的神聖泉源，將會被蒙蔽、呈現灰暗，利益會減少，有時甚至會有害於這個世界。



如果真正想了解天命，真心想成為一個單純的工具，利益人類和世界，那我們就要淨化自己的身、口、意，要吃純素守戒，然後透過我們身體散發出來的任何氣氛才會乾淨。不然就像那個還沒洗乾淨的水管一樣，雖然有水流出來，看起來也像別的水源一樣，卻沒有達到真正的潔淨。

例如你們以前吃葷，後來改吃純素，就可以感覺純素和葷的不同，至於從來沒吃過純素、一直吃葷的人，沒有體會光是爭論，也不會有結果。師父在這裡所說的吃純素並不是強迫性的，而是自願自覺，了悟吃純素是一件平常的事情，是一種需要，以一種發自內心的興趣來吃純素，那樣才行。

不過師父知道有些人是「被迫」吃素的。比如有幾個悠樂難民，在大海上漂流時因為太餓，就祈求觀音菩薩：「如果孩兒能夠上岸，前去第三國家，孩兒將努力吃素一年，或是兩年……」，後來到了第三國卻又不願意完全吃素，所以又祈求：「以前發的願不算，請讓孩兒每個月只吃素一次，吃完一年就好了。」結果卻連吃半天素也做不到。

昨天師父剛到，大概半夜十二點，跟同修談話，有一位女同修對師父說，當她還沒有遇見師父以前，她也有吃素，但每個月只吃兩次，三十和初一，還對朋友誇耀自己吃素，並叫人在那兩天提醒她不要忘記。等到吃素那天，卻一直在那裡看時鐘，等時針一指到半夜十二點，就立刻吃葷。後來遇到了師父，又讀了師父的書，她才明白為什麼要吃素，內心自然覺醒。現在看見肉也不再想吃，甚至還怕肉的味道，聞到會想嘔吐，不舒服。

所以你們不要說，成佛以後看見肉食就像看見素食一樣，不是如此，即使見到肉也不動心，但不會指責別人，不擺吃純素的架子，不會站在那裡責罵別人吃葷。我們不應該強迫別人接受我們喜歡的東西，不要故意讓別人知道我們吃純素，這種態度會使別人感到不舒服。

以一種發自內心的興趣來吃純素，那樣才行。



## 「不思善，不思惡」的境界

並不是說壞的事情就是好，好的事情就是壞，對於那些已經成佛或開悟的人，壞就是壞，好就是好，只是壞也不管它，好也不管它，不在那裡分別，明白嗎？好的事就表揚，讚歎那些跟著做的人；壞的事就讓它自然，誰要跟著做壞事也不管他，不會刻意做什麼事情去改變他們，只是講解道理，在道德戒律上指引他們，這樣才是不思善、不思惡。

並不是達到「不思善、不思惡」的境界，就可以去做惡事。已經不善不惡了，怎麼可能做惡事？有很多人誤解佛經，認為修行的人應該既不執著善也不執著惡。如果不執著善、不執著惡，為什麼佛教戒律會明白規定不殺生、不偷盜、不妄語、不做壞事、不喝酒、不吃肉？釋迦牟尼佛也明確教導門徒，什麼是善道什麼是惡道。佛教信徒要修行十善，天主教徒要守十誡，這樣怎麼能說「不思善，不思惡」？

「不思善，不思惡」是指那些已經超越世間善惡常情的人，他們看世事就只是看而已，不動心批評、咒罵或攻擊。他們只用愛心、用邏輯，解釋給有緣、想聽、想跟隨的人，這樣才算是「不思善，不思惡」。能做到「不思善，不思惡」，必須是已經達到佛菩薩境界的人，自己的心平靜，看世間一切善惡都不動心。

已經知道善惡只是因果報應，所以不會衝動地去批判殺人的人，也不會可憐被殺的人。他們只勸說不應該殺人，勸被殺的人不應該怨恨，但他們心裡明白一切都是因果，規勸他們以後不要再互相殘殺，以免深陷因果圈而不能自拔。他們的心不偏向被殺者，也不怨恨殺人者，這才叫「不思善，不思惡」。

「不執著善、不執著惡」，並不是說不分善惡，胡亂做，去煽動、宰殺、搶劫。佛的世界不執著善惡，我們還沒得到這個境界，就不應該亂解釋，讓別人跟著誤解。自己誤會已經非常糟糕，更何況把自己錯誤的概念講給別人聽，用各種方法讓別人跟隨自己。倘若別人

是自然來跟隨我們，還不嚴重，如果故意用極端、強迫或欺騙的方式，影響別人跟隨相信，業障就更多。

## 「假自由」和「真自由」的差別

現在你們已經知道持戒和不持戒的差別。佛經裡說佛不執著戒律，不必遵守戒律，這是對的，不過是指在別的世界。比如當你們打坐時和佛的境界溝通，你們感覺自己是佛，那時哪裡還會想到什麼戒律？或是你們到上面的境界，看不到搶劫殺人的事，哪裡還需要提守戒的事情？那種高等的境界本來就很有秩序，不需要守戒。

然而，在這個低等混亂的人世，如果不用法規和戒律來約束，會更混亂，甚至變成地獄，變成戰場。因此，在這個世界裡不可以說不必守戒。這個世界這麼美麗，我們若不加保護，又把它弄得更混亂，這樣是沒有盡好公民的本分。在這個世界，我們既不能創造出豬牛，

又把牠們殺了，如果我們可以親手創造出一條牛，讓牠跑來跑去，那我們可以自認為有權殺生。然而我們不僅不能創生，又去殺生，這是在算我們竊取生命，盜取造化的所有權，好比偷盜鄰居的水果一樣。

講解關於教理、戒律的事是很困難的，很少人願意強迫自己守戒或實行教理。誰都認為自己有自由，想做什麼都可以，因為這是「我的自由權利」。但自由和自在是不同的，好比你們認為可以自由偷盜搶劫，但是這個自由已經侵犯了別人，所以你們才一直不能自在。因為你們的良心知道這是錯的，知道自己侵犯了他人的自由。所以有假自由和真自由的差異存在。

真自由是指在自己生活的環境裡，對自身所做的一切負責並盡到本分。自由不是想什麼就做什麼。我們若是想獲得真正的自由，就要尊重法律。有時我們會抱怨：「政府制定很多法律，太累人了，這樣我就沒有自由。為什麼要禁止我做這個，禁止我做那個？」若想打破這些律法，享受所謂的自由，我們就會犯法，最後被關進監獄，完全



失去自由。如果我們尊重法律，就沒有人能限制我們，我們想去哪裡就去哪裡，想到哪個餐館吃喝都可以，想賺多少錢也隨意，怎樣花錢也都行。從這一點，你們可以看見假自由和真自由的差別嗎？

宇宙也有它的律法，如果宇宙沒有律法，怎麼可以進化？雖然我們認為出生為人，生活在世界上，我們享有自由權利，但是也不能隨便觸犯法律。同樣，若是做了違背宇宙法律的事，就會受罰。好比一個國家的公民違反了法律，終究會受到刑罰一樣。

師父平常不多解釋戒律，但現在師父認為有進一步說明的必要，這個州有一種特別的需求，應該多談有關戒律的問題，你們不要驚訝。師父不論去哪一個國家講經，都會順應當地的需要，回應聽眾心裡的渴望。師父從來不寫草稿，不會預定講經題材。甚至本來想講一件事，到了那裡又說另外一件事，完全隨順上帝的旨意，看老天爺的安排而講經。這樣的講經方式，有很多人喜歡，也有很多人不喜歡，

希望你們能夠諒解。等一下你們若想聽自己關心的事情，請提出你們的問題，好嗎？在公眾場合講經，不可能讓大家都滿意。

## 兩個和尚的故事

師父剛剛所講的戒律也不是絕對的，還必須隨著場合環境來判斷，婉轉做事。從前有個和尚很守戒律，做和尚的不能抱女人，不能有妻子兒女。有一次，他和另一個和尚走到河岸，看到一位少女坐在河邊，想過河但又不敢，因為水流很急，少女的母親又在河對岸等她過去照顧。那時候河上沒有船，又沒有橋，少女就懇求這兩個和尚帶她過河。其中一個和尚拒絕，因為要守戒，不能揩女人；另外一個和尚答應了，揩她過了河。

過河後，和尚放下少女，又繼續走路。到了一個休息的地方，兩個和尚都停下來睡覺。那個揩少女的和尚馬上入睡；另外一個卻翻來

覆去睡不著，最後打醒了那個入睡的和尚，問他：「大德，為什麼您今天敢犯戒？敢抱女人過河？」那和尚回答：「天啊！我已經在河邊放下她了，從河邊到這裡有好幾里路，您怎麼還抱到這裡來？」

你們知道是誰執著嗎？執著戒律到這種程度是不對的。雖然那個和尚有做，但和沒做一樣。初看以為他犯戒，但他心裡並沒有邪念，他只是救人而已，救了就忘掉。另外一個和尚外表看來是守戒，但心裡還不清淨，把清淨的事情視為不乾淨的事，看見了沒？

那個和尚只看別人外表的行動，卻不知道別人是想救人，心非常純潔，他用自己污濁的心判斷批評，甚至到不能入睡的程度。人家已經放下那個少女在河邊，隔了好幾里路，早已經忘記，沒有良心折磨，睡得很好。他自己卻還在忿怒煩惱，把那位少女抱了好幾里路，抱在心裡執著不放，這才叫犯戒。

那個看起來好像犯戒的和尚卻沒有犯戒，因為他的心裡沒有亂想什

麼，他沒有故意犯戒，只想要救人而已；另外一個雖然沒犯戒，但精神不安穩，不能入睡，好幾里路還一直揹著那位少女，這樣也是犯戒。

為什麼師父說那個和尚犯戒？你們若是想知道，首先要了解為什麼要持戒？犯戒為什麼不好？比如之前所提到的那隻牛，如果那隻被牽著鼻子的牛不肯跟著牽繩子的人走，牠就會痛。

持戒修行的人也一樣，已經習慣紀律，習慣要持戒，明白生活在這世界上，這樣做是好，那樣做是壞。如果我們做了明知是不對的事情，就會受良心苛責，食不知味，睡不安穩，很多時候生病了也不知道原因，這就是不持戒的壞處。

如果我們持戒，知道自己所做的一切都是對的，會受到社會、宗教方面的讚揚，那麼我們的心就會安穩平靜。當我們的心安穩了，修行也會安穩，思想不懷疑，心靈沒有曲折阻塞，不想東想西，因此可以一心不亂地修行，我們能很快入定，很快上去高境界；如果心中還有哪方面感到曲折沉重，就會沉下去。這就是為什麼要持戒的原因。



那位和尚不用持戒，他守戒跟沒守戒是一樣的，因為他的心已經空了。他揩一位少女過河，好像在揩一塊木頭、一個小孩，或是揩自己的行李包袱一樣。另外一位和尚是被逼持戒，就好像前面提到的那位女同修，印心以前，每逢吃素的那兩天，就一直盯著時鐘看，一到半夜十二點就立刻去吃葷，這種人不算真正吃素持戒。

有人說心吃素就可以，這是怎麼回事？心吃素是我們從內心想修行、吃素，並非嘴巴吃素而心裡又想吃葷，這是不對的，但是很多人這樣想，這也不是持戒。

為什麼師父說那個和尚犯戒，即使他並沒有抱那位少女？因為他把自已的身心弄得不安穩，他怪罪朋友的行為，讓自已的心因朋友而惱怒，這就是他害了自己，好像他自己修行犯戒一樣。你們明白嗎？我們持戒是要讓自已的心靈安穩，但他不能安穩，所以犯戒，如此而已。所以我們應該隨著不同的情況來判斷持戒與否。

## 耶穌基督的智慧和

當耶穌基督在世的時候，有一位婦人因為外遇而被判罪，大家想看耶穌基督如何處理。當時婚外情的罪是要被人用亂石打死，最少打成重傷。如果耶穌說這位婦人沒有罪，別人會批評耶穌亂說，不尊重法律，不尊重倫理；但如果耶穌判那位婦女有罪，他們又會說耶穌沒有慈悲心，像凡夫一樣，也給人判刑。

他們想為難耶穌。耶穌不是小孩子，哪裡會被他們難倒？祂知道那位婦女為什麼會犯罪。那位婦人說她雖然有個名義上的丈夫，但實際上並不愛她。那個男人用權力、錢財強迫她離開原來的愛人，也就是她被誤會有外遇的男人，而硬把她帶回家做老婆。

婚後那個男人也沒好好地對待她，每天要她做繁重的工作，幾年來一直打罵她，讓她受不了。她很悲傷，不知道去哪裡才好。那位以前的愛人很久才回來一次，彼此見面很高興，擁抱一下而已，這是人

之常情，所以她不認為自己犯了罪。耶穌基督知道她是被冤枉的，所以說那婦女無罪。這是指在那種情況下是無罪的，而不是說外遇都無罪。

但其他的人哪裡肯相信？他們說證據已經確在，根據當時的律法，那位婦人是要被扔石頭的。耶穌說：「好！如果你們說她有罪，那你們就扔石頭。有誰認為自己從小到現在完全沒罪、完全清白，就扔第一塊石頭。」大家聽了全部低下頭，默默地溜回家了。

師父不是來這裡或到某一個地方，去判斷人們做這些事或做那些事是有罪的。師父只是提醒你們，有一條容易又快捷平坦的路，這條路從古至今的明師已經鋪設好了。如果我們想趕快回天國，為什麼不踏上這條道路呢？

走在充滿石頭、荊棘、坑洞、凹凸不平的道路上非常危險，要花很久的時間還不知道何時才能抵達目的地。很多時候，還未到達，生

命就已經結束了，所以師父才指出一條路來提醒你們。不要認為師父在判誰的罪或攻擊某個人，師父真的不認為有誰完全清白、高尚到可以判別人的罪，也不自認為完全清白到可以批判比自己低等級的人，師父從來沒有這樣想。

生活在同一個世界裡，我們多少都有一些共業，一個人做不好，大家都有責任，不僅僅是一個人的過失而已。比如我們看報紙，讀到一些社會案件，看見有許多人強姦婦女，然後被法庭判刑。判罪並沒有錯，但不是只有犯人一個人有罪，整個社會都有罪。因為有那些邪淫的影片，以及有一些穿著暴露誘惑人的婦女走在街上，才使男人潛伏的肉慾本性被激動。

所以做錯事的人固然要受罰，其他人也要覺醒，要盡本分保護我們周圍的生活環境，讓犯罪的人日漸減少。我們要教育自己的兒女，要教導我們的兄弟姊妹，要淨化我們的社會。我們盡力去做，犯人當然會減少。師父認為我們生活在這個社會裡，也要對社會和世界的墮

落負一部分責任。師父東奔西跑講經弘法，就是為了要盡己所能做一點挽救。並非師父自以為很高尚，而到處去評判那些理想不同的人，你們明白嗎？

成佛以後可以創造很多天國和涅槃，  
讓我們的子女、父母、手足、親戚或任何疼愛的人都住進去，不用和他們分離。

清海無上師





# 皈依與印心

完完全全犧牲個人的名譽、聲望，奉獻自己所有的一切，服務別人而不期待有所回報，這才叫出家。



## 修一世，悟一時

清海無上師講於美國亞歷桑那州鳳凰城

一九九一年三月十日

昨天師父在科羅拉多州的波特城講經，那裡人情溫暖，四周環繞著像喜馬拉雅那樣的數千呎高山，雖然是冬天，松柏依然蒼翠，白雪和綠樹相映，景觀十分美麗。當地人口大約一萬八千人，卻有三百人來聽經，而徒弟們只用了短短兩個禮拜籌備這次講經。

這兩年來，也有人邀請師父去科羅拉多，一位是猶太人，一位是美國人，但師父都沒有答應。這次邀請師父的是兩個美國人，他們聽說師父正在美國各州巡迴講經，同時探訪悠樂同胞，便邀請師父「順道」經過，沒想到這麼隆重。

昨天來聽經的多數是美國人，悠樂人只有十五位，講經結束後約有七十個人請求印心。他們並沒有問那些悠樂人所謂的「不三不四」或是「刁難人」的問題（師父笑）。「刁難人」的問題還算好——我

們悠樂人有很多巧妙貼切的形容詞是其他國家所沒有的。他們問的都是有關修行的問題，例如：「我修其他法門已經厭煩，修不下去了，該怎麼辦？」他們沒有問：「師父，您為什麼不穿白衣而穿黃衣？」「為什麼戴這種帽子而不戴那種？」「為什麼袖子這樣窄？為什麼不寬鬆一點？」「為什麼師父洗澡時不連衣帶袍跳進水中？」（師父笑）諸如此類的問題。你們洗澡難道不用脫衣服嗎？問這種問題的人真是無藥可救，對嗎？有救嗎？（眾人答：沒救了！）真的沒有救了？（師父與大眾笑）這可是你們說的，不是師父說的。

昨天師父好開心，從講經會場一直笑到上飛機，笑太多了，所以今天覺得有點累。聽眾說他們從問答中開了不少悟，我卻只是覺得好笑。師父每次回答問題，聽眾的笑聲都快將會場震破，看來大家都能夠互相了解。

有些人等級差不多，理想相近，講一句就了解，多談兩句，就像多年知己。沒有緣分的人才需要解釋很久，那種情形也就是悠樂人所



謂的「鴨子聽雷」。為什麼有這樣的差別呢？信佛的悠樂人相信有些人生來較有慧根，前世有修行，不過說是這樣說，我們也不曉得誰前世有修。有些人可以看到上輩子的事，修西藏密宗就會讓人知道前世，不過也需要修很久才知道，不是一修行就看得到的。

現在有一門科學叫超心理學（parapsychology），可以讓人知道自己的過去。前一陣子師父應邀到聯合國講經，邀請師父的女士就是研究超心理學的專家，師父問她知不知道自己的前世，她卻說：「不知道！」（師父與大眾笑）所以也不是每個人學那種法門都能看到前世。

師父在阿根廷曾遇到過一位教授，我不記得他在哪一所大學任教，也不記得他的名字，他不但研究超心理學，也教授這門科學，不過他總是問師父：「如何才能看到自己的前世？」（師父與大眾笑）

所以，即使有方法可以知道過去，也不是人人都能修練成功，如果沒有遇到好老師，修再久也沒有用；光是要知道前世，就需要修行那麼久，何況我們要探究宇宙的奧秘呢？

悠樂人常說：「此人前世有修，有慧根。」有慧根，意思說累世有修行。每個人都知道這種說法，可是一聽到有人成道，卻想：「哼！哪有這種事？剛修行的人怎麼會成道？」你怎麼知道人家才剛修行？也許人家前世已經修行很久，悠樂人不是常說：「修一世，悟一時。」（譯注：意指修行整輩子，開悟卻在一剎那。）

## 皈依三寶與解脫

悠樂人、中國人和東南亞人常以為：只要信奉佛教、天主教或道教，往生時一定會解脫。好比我們皈依時會說：「弟子皈依佛，將不會下地獄；皈依法，不會當餓鬼；皈依僧，不會當畜生。」也就是不下地獄、不做餓鬼、不做畜生，單是皈依、下跪，送個紅包，就可以脫離三途苦，大家都這樣說。

師父暫且不評論對與錯，純粹就事論事。既然如此，為什麼還要燒紙錢給死去的人呢？燒紙洋房、紙汽車，這不是要賄賂閻羅王嗎？



（師父與大眾笑）中國人還有唸經超度、祭拜亡魂食物等等風俗，不過，他們同時又在門口放爆竹趕鬼，不准「陌生鬼」來分食，只給自己家的鬼吃（師父與大眾笑）。這麼自私，連鬼也不能分享！還燒紙錢，鬼才用紙錢，解脫就不需要了，了解師父意思嗎？

這些人一面說皈依佛、皈依法將得解脫，一面又知道沒解脫，所以才燒紙錢，請和尚來唸經，吵吵鬧鬧，放爆竹趕野鬼。如果死者真的已經解脫，往生時應該立刻上天堂或去佛土，還有誰坐在那裡吃你們祭拜的食物？祭拜就表示他們並沒有解脫，而且鬼才用紙錢，那一定是去「九泉」了，明白嗎？（師父與大眾笑）這足以證明我們的信心軟弱得像悠樂米粉，一碰水就變形了。

所以講話應該謹慎，還不了解就要努力學，噯哩呱啦講一堆自己也不懂的事，不但浪費自己的唇舌，又浪費別人的精神聽我們講。久而久之變成習慣，逢人就說「累世有修」、「修一世，悟一時」或

「一人得道，九族昇天」等等冠冕堂皇的大話，其實自己什麼都不懂，也不想懂，又嘲笑真正懂的人，懷疑「即刻開悟，一世解脫」的可能，懷疑人家剛修行就成佛，完全不記得自己昨天才剛說過：「修一世，悟一時。」

跟師父修行，五代都會超生，有人就說：「怎麼可能那麼多？」一人修一人得，怎麼有五代超生這種事？悠樂有句俗諺：「一人得道，九族昇天」，是嗎？九族！師父謙虛只說五代，你們反而不信（大眾鼓掌）。抨擊自己說過的話，悠樂人叫做：「拿自己的棍，打自己的背。」

大家為什麼一直爭論不休呢？都是因為自己沒有辦法獲得印證，因為自己不能了解，就無法相信別人可以有體驗；自己不能印證，並不代表別人也不能印證，如果沒有人印證，就不會有這些俗諺了。

如果不相信可以有體驗，那為何要把別人的體驗拿來講述？體驗如果不是自己親身得來的，倒不如丟棄它，懂嗎？假如認為有可能，



不妨慢慢來研究學習，親身去了解何謂「即刻開悟，一世解脫」，什麼是「一人得道，九族昇天」，以及「皈依三寶、脫離三途苦」。

一般所謂的皈依，只是下跪、唸經，然後送個紅包，裡面裝著花花綠綠的鈔票，如此而已，連吃純素都不要求。有些寺廟還有良心，還會寫：「每月須吃素兩天」。師父不大看報紙，偶爾才看一次，看到有些寺廟刊登：「如欲皈依，每月須吃素兩天」，這已經很不錯了！以前根本提都不提。如果每個月吃素兩天就不會下地獄，皈依佛就不會當餓鬼，皈依僧就不會當畜生，這不是很好嗎？你們為什麼不趕快去皈依呢？每個月只吃兩天素！師父一定會幫這些寺廟打廣告。沒有人想淪落三途苦，最起碼也想回來做人，是嗎？

## 踩腳布與磨刀石

每個月吃素兩天有什麼大不了，這樣你們也相信，跟著皈依，領個響亮的法號。跟師父皈依什麼都沒有，大家一視同仁，不論你是醫

生還是工程師，有多高的地位也沒有人知道，講出來反而會被師父罵，趕到後面坐。

跟師父學，什麼頭銜都沒有。曾經有一個人自告奮勇來跟師父出家修行，修沒多久又跑出去。這個人生性如此，過去她跟其他教派修行也是半途而廢。以前師父收徒弟太容易，誰想修就修，一出家就披袈裟；現在比較難一點了，比較謹慎，道心不堅的不收。

師父自己以前修行很發心，所以現在也不想為難人，以為每個人都跟師父一樣道心堅強，沒想到差別很大（師父笑）。師父一直認為人人都是佛，現在越看越不像；也是佛，但是是無明佛，還沒開發的佛。好比有些國家被列為落後國家、未開發國家，它們與文明進步的國家一樣都是國家，都有總統、有政府，不過一個落後，一個進步。

那個人來跟師父修行，師父已經記不得她的長相，印心之後她追在師父後面說要出家修行，後來離開師父，又說當初是被師父「誘拐」，這麼大的人，有丈夫、兒女，還說被人誘拐，多難為情（師父

與大眾笑)。好，就算是被師父「誘拐」，既然出家就該認真修行，她出家才兩三個星期就跑回去，理由是她認為自己留過學，卻沒有得到應有的尊重。

她一印心就出家，從沒受過任何考驗。師父一向認為悠樂人經歷過太多苦難，早該看透人生無常，所以不會多給考驗，總是加倍地疼愛，不像中國人動不動就被師父「修理」。去過福爾摩沙總部的人，應該都看過師父對待其他國家的人是如何嚴格。

師父以為悠樂人不需要太多考驗，不需要太多教訓，因為悠樂已經被考夠了！但是卻有這種人，出家兩三個禮拜就跑出去說：「我是留過學的，以為跟師父修行會受到尊重，會給我高職位，不料卻當我是塊破布。」（師父笑）出家修行本來就是去當破布，不是嗎？沒見到師父的榜樣嗎？到處奔波弘法，有時候還不如一塊破布——破布還可以用來擦擦抹抹，連破布都不如，就不知道該怎麼辦好了。

有陰就有陽，有人讚歎就有人責罵，何必生氣呢？難道狗在吠，

你也跟著吠？（大眾鼓掌）出家就要把自己當成一塊破布，一塊地毯，讓人踩在上面把腳擦乾淨；把自己當成磨刀石，讓刀子越磨越銳利，自己卻越磨越耗損，這才叫「出家」。

出家，意思是出三界，了脫貪瞋癡，不是離開一棟房子再進入另一棟。一間寺廟和一棟房子並沒有兩樣，比自己的家更漂亮、乾淨，沒有兒女麻煩，沒有債主叫喊催債，沒有水、電、電話亂七八糟的帳單等著，住進這樣的房子比在家還快樂，是嗎？這樣不是出家。

出家是完完全全犧牲個人的名譽、聲望，奉獻自己所有的一切，服務別人而不期待有所回報，這才叫出家。不能因為你曾經出國留學，或是某個領域的人才，師父就必須把你捧上祭壇供拜，這種出家觀念是錯誤的。所以她才應該離開，即使她自己不離開，即使師父不趕，也會被無形的護法趕走，事情就是這麼奧妙！

觀念不正確的人是無法跟師父修行的，道場裡沒有東西讓你執著，師父什麼都不讓你抓，連錢也不讓你保留，師父的出家人口袋裡



一塊錢也沒有。在其他寺廟掃落葉，一個月還可以領五百元，師父的寺廟沒有落葉，因為沒什麼樹，有樹也沒地方種，同修一來就是幾千人，種什麼都會被踏平（師父笑）。

師父曾經嘗試在福爾摩沙的道場種過地瓜和別的作物，結果還來不及吃，徒弟們一來，帳篷搭在地瓜葉上面，所有的地瓜都被壓扁。沒想到會來那麼多人，有些徒弟從遠地來，半夜兩、三點才到，睡眠惺忪，根本沒看清楚哪裡是地瓜、哪裡是葉子，只覺得地面軟軟的像是草地，高高興興就把帳篷搭上去，反正是半夜，護法都睡了，誰也沒看到（大眾笑）。第二天一早，師父起來一看，才發現都完了！不過也沒關係，同修能搭帳篷就好。

後來又改種在距離人很遠的角落，種在高一點的山上或是陡坡，不過現在也不種了，因為那些地方出家人爬不上去（師父與大眾笑）。如果真的要種，就必須種長得很快，兩三天就收成的菜，不然，只要同修們一來搭帳篷，就什麼都沒得吃了。

跟師父出家修行，必須放下一切，如果出了家還想要頭銜、職位，怎麼修得成呢？既然已經出家修行，還執著地位，想受人尊重，那是貪圖名利，不是真正放下，大家了解嗎？修行有很多種類和等級，人家看我們穿袈裟，以為我們真心想修道，但也許並非如此。

## 得遇真正的明師

假如修行遇到挫折，應該問自己：為什麼？上天很公平，修什麼就會得到什麼，如果修行不成，成不了佛，應該檢討自己修行的方法對不對。出家不成，多半是因為出家觀念不正確，或是不夠誠心。

不要以為別人可以修，我怎麼不可以？每個人不一樣，有些人可以變成百萬富翁，另一個人做同樣的工作，結果卻傾家蕩產。所以，我們應該相信有人能成道，但也有人修不成。就像考試，有人考上，有的落榜，這是很平常的事。成道並非不可能，不要被懷疑心障礙，而失去跟隨明師修行的寶貴機會。



學佛必定成佛，正如學醫生必定成醫生。如果有人學了不好的法門，跟隨不好的老師，因而修行沒有成果，也不應該責備那位老師，而要知道是自己不夠誠心，因緣尚未俱足，才不能了解什麼是明師。

如果我們先假設好明師應該這樣或那樣，當然會遇上那樣的師父，除非我們放下陳舊的觀念，誠心祈求上帝、佛菩薩：「請送一位明師來讓我們認識，無論他長相、出身、穿著怎樣都沒關係。」那麼上天就會讓我們遇到真正的明師。如果我們心中已經先有期待，當然就會遇到期望中的師父，恆順眾生嘛！要不然，這個世界早就變成天堂了，不會像現在這樣糟糕。

為何人間有苦也有樂？因為眾生身口意都不同，從而產生不同的因果業報。做善事的人得到善報，做惡事有惡報，因為有人作惡、有人行善，所以世界有善也有惡。有人上輩子做過善事，這輩子雖然作惡，暫時還是可以先享受善果，等年老時，或是下輩子才嘗到惡果。

悠樂有句俗諺：「天網恢恢，疏而不漏」，意思是天網雖然廣大，然而一點細節也不遺漏，這就是天地的因果法則。沒有因果律，世界會非常混亂，誰要搶、要殺都可以，肆無忌憚，有果報都已經不怕了，何況沒有呢？

剛才師父提到一般皈依，每個月只需吃素兩天。在皈依儀式上，出家人會唸：「皈依佛，不下地獄、不做餓鬼、不做畜生」，這麼肯定！又怕唸錯，還重複三、四次，然後皈依者回答：「好，我會做到！」這樣才算完成皈依。現在師父說：跟隨師父將一世解脫！大家反而不相信，好多人懷疑：「哪有這樣的事？」「哪有那麼容易？」

那為什麼每個月只吃素兩天，就可以脫離三途苦呢？回家後什麼也不用做，好久才去寺廟禮拜一次，供養兩三塊錢、兩三顆蘋果，然後列出很長的名單，要佛幫這、幫那，讓家族興旺，只供養一點點，就要佛菩薩工作好辛苦（師父與大眾笑），你們認為這樣合邏輯嗎？師父說跟隨師父修行會一世解脫，你們反而覺得不合理，怎麼會這樣？



跟隨師父會一世解脫，但是必須吃純素，還要相信師父。「信心是萬法功德之母」，要相信師父，不是一件容易的事，那些跟隨並相信師父的人，等級都很高，具備大開悟的智慧，才能夠相信師父，相信女眾可以成佛。你們一向都聽說男眾才能成佛，女眾是垃圾，如果真的是這樣，請問佛從哪裡來？皇帝、總統從哪裡來？（大眾鼓掌）有些人總是看不起女眾，也不想自己能長大成為醫生、工程師，成為一個大人物，都是承受女眾生養之恩，連佛陀和耶穌也是由女眾生養。

跟隨師父修行，每天要靜坐兩個半小時，要吃長純素，一點點酒也不可以喝，一點點蛋也不可以吃，要守孝道，三綱五常都要遵守，難道還不能一世解脫？債務都還清了，當然可以解脫，這樣非常合理，大家了解嗎？合理嗎？（聽眾答：合理！）謝謝！

如果有人認為師父說的不合理，那就是在質疑寺廟的戒律，也就是「用自己的棍，打自己的背」。每月吃兩天純素，供養幾塊錢，跪下說：「我願意皈依」，得到一個法號，以為這樣就可以脫離三途苦

，有那麼簡單嗎？生生世世造那麼多業障，這輩子還吃肉、喝酒，如何能夠脫離三途苦？這樣不就沒因果了嗎？如果沒有人幫你償還，你怎麼能了脫債務？比方說，這輩子你欠人十萬元，你還不起，要去坐牢了，但是你有一個很有錢的朋友，或是父母、親戚疼愛你，幫你付了十萬元，你的債務就清償了，是嗎？（大眾鼓掌）

普通人只有債務、沒有功德，所以很難還清債務。而一個沒有債務、只有功德的人，要幫你還多少債都可以，所謂「功德無量」，怎麼不能還清？大修行人有無量功德，就像一個很有錢的人，如果他疼愛你，要幫你還債，對他而言是輕而易舉的事。所以跟隨一個有功德的人修行，相信他，就可以一世解脫，這沒什麼稀奇或是不合理。如果大家認為師父說錯，認為像寺廟那樣才是皈依，那你們就是自相矛盾。所以，無論大家說什麼，師父都不去爭論，一盞燈亮起來時，大家自然都會知道，如果還沒有亮，已經在那裡叫嚷：「我很亮！我很亮！」誰會相信？



今天來這裡，順便講這些事情，只是想讓你們了解真相，不是師父還有罣礙；如果我都不解釋，光是責怪你們不懂，那就是師父不對了！現在已經解釋好，你們還是不懂的話，師父也沒辦法了！（師父笑）

## 修行有很多等級

有些人修行久，功德多，一說就懂。老子道德經上說：「上士聞道，勤而行之；中士聞道，若存若亡；下士聞道，大笑之，不笑不足以為道。」由此可證：道雖無邊，但人心、等級各自不同。作惡的人即使吃盡千難萬苦，一旦遇到明師或明師的弟子，看到他的傳單，還是不相信，又誹謗。不過，這樣也算結了緣，結下「誹謗緣」——攻擊他人，他人也因此認識你，也算有了交情——以後也會因為這份緣，再度彼此折磨，等受夠、磨累了，才能開始了解一點點真理。

剛從動物、地獄上來的那些人，智慧不太一樣，剛上來做人，還不夠乾淨。這些人剛剛才被烈火清洗過，（有些人用水洗不夠，必須

用火，用火洗就比較熱，用水洗比較清涼。）全身都還燥熱，一動就冒火，講什麼都不懂，脾氣暴躁、不夠清涼，因為被燒的傷口尚未復元，性情還很粗暴。

從畜生上來當人，智慧還很粗淺。另外，還有一些是從草木上來做人；草木原本不能越級當人，然而因為某些玄妙的因緣，它們也可以做人。有些很出色的學生我們稱為神童，因為聰明，而從小學跳級念大學，可能他們上輩子已經學過，或是剛從較高境界下來，所以智慧很高，比其他中等資質的學生優秀很多。

那些一聽師父講經就了解，打坐立刻有體驗的人，都是從高境界下來的，以前他們還沒修到最高等級，所以再來投胎做人，繼續修行。在娑婆世界修行會快一點，因為這裡有因果報應，在上面修行太輕鬆，功德不多；無功哪來的德？所以比較慢。

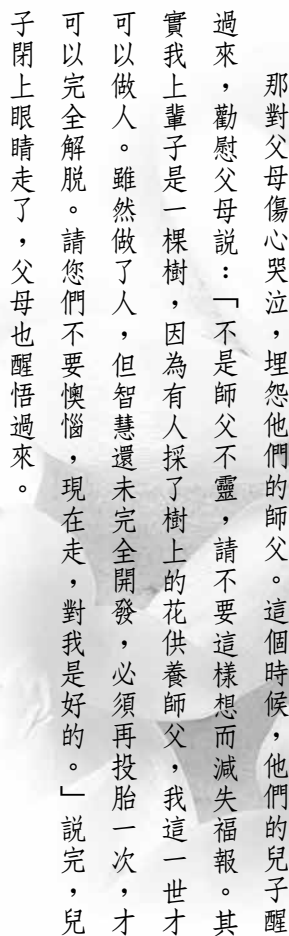
從高境界下來的人修行比較快，他們非常開悟。但是聽說有些是從草木上來做人的，這又是怎麼回事呢？那些是特例。比如說，有一



位在世佛，採了一棵樹上的一朵花或果子來吃，或是這位在世佛的弟子，摘了樹上的花果供養佛——誠心的人就叫弟子，並非印過心才叫弟子，通常佛不會分別弟子不弟子，只要有誠心的人都叫弟子。

不論是不是弟子，只要他們誠心，採摘花果供養一位在世佛，這棵樹下輩子就可以當人，雖然不太聰明，但是起碼可以遇到明師修行。雖然會遇到明師，但是他要多修一世才能解脫。修這一世之外，還要再多修一世，為什麼呢？因為他學習緩慢，不夠時間磨鍊智慧，明師講什麼都聽不懂，也不了解。

印度有一個故事：某戶人家的兒子病危，他的父母已經印心，於是禱告祈求他們的師父讓兒子病癒，最少讓他多活幾年，因為他們只有這一個兒子。但是兒子的病始終未見起色，他們非常煩惱，認為師父不靈驗。聽說求師父什麼都會應驗，現在只不過要求讓兒子病癒，也不能夠。



那對父母傷心哭泣，埋怨他們的師父。這個時候，他們的兒子醒過來，勸慰父母說：「不是師父不靈，請不要這樣想而減失福報。其實我上輩子是一棵樹，因為有人採了樹上的花供養師父，我這一世才可以做人。雖然做了人，但智慧還未完全開發，必須再投胎一次，才可以完全解脫。請您們不要懊惱，現在走，對我是好的。」說完，兒子閉上眼睛走了，父母也醒悟過來。

這是看到自己的前世而講出來的例子，但是多數人看不到前世，實在很難證明誰有修行。光是看外表，無法知道人家是不是真的有修。就像剛才師父說的那個出家人，認為師父待她不好，以為自己不被尊重而離開僧團。其實，真正的原因是她出家目的不單純，了解嗎？所以，不要看到別人剃了頭修行，就以為他們什麼都懂。不見得，可能只懂得一部分，還沒有完全、充分地理解。修行很久以後，才可以充分了解修行微細的一面，到那時才會知道等級之間差距有多大。



昨天在科羅拉多州，幾個美國徒弟買沒酒精的素啤酒給師父喝，師父喝了一點點，雖然沒有酒精，也覺得天旋地轉（師父與大眾笑）。師父就不用說了，因為我不常喝，不過那些美國人，以前喝啤酒跟喝水一樣，昨天竟然也會覺得地動天搖（師父與大眾笑），所以我們師徒就想研究這種素酒到底含不含酒精？成分說明上是沒有寫，不過還是有摻一點。

修行以後，我們的身口意逐漸淨化，不過並不會自覺，一旦有相同的東西滲入，我們才會覺察。所以，既然你們已經印心，就該專心修行，如果老是「跳進跳出」，師父可不擔保啊！師父很自在，不能禁止別人無明，尤其在公開傳法的時代，這樣是會被人罵的（師父與大眾笑），不禁止都還被罵了，何況禁止？

誠心修行的人，若是誤食含有肉或蛋的食物，肚子痛時就知道是吃錯東西了。多年以前，師父人在紐約，還沒修行多久，還沒當什麼明師。有一天，有人送吃的來，說是海藻和米粉混合，一定是素的，

強迫師父吃下去。我吃了以後，肚子痛兩個禮拜。後來打電話查問清楚，才知道裡面含有蝦，蝦磨成粉，再搓成丸，很補（師父與大眾笑）。

有時他們強迫師父吃這個、喝那個，我明知道不好，但是盛情難卻，吃下去就知道後果。有人供養，看起來似乎很好，其實只會帶來痛苦。不過那是以前，現在我會立刻拒絕，不吃就不吃，不用囉唆，寧可辜負人家的好意，總比讓自己肚子痛好，不想辜負人家，就要肚子痛（師父與大眾笑）。

修行人本來應該簡單，結果師父的東西卻越來越多，因為很多人供養。師父經常旅行，飛機也只准許每個乘客攜帶二十公斤行李，如果大家都帶東西來供養，師父就必須多訂三、四個位子載運。所以你們不用為了這些小事傷心。如果師父不修行、不幫助別人、不服務眾生，你們才該感到難過。師父雖然沒有接受你們的東西，但是我接受你們的誠心，所以不要難過，難過就太幼稚了，了解嗎？



應該體諒師父的身分，師父的徒弟太多，愛慕師父的人太多，如果每個人都送一件，師父實在沒地方放。師父的衣服也沒有口袋，所以無法「藏私」（師父與大眾笑）。通常僧服的兩邊會有口袋，但是師父也免了，因為要縫快一點，剪直線，縫起來就好了；如果還要縫口袋，需要多花很多時間，要口袋做什麼？裝業障嗎？

修行有很多種類、很多等級。很多人自誇修行好幾十年，修過各宗教各派，其實，他們應該檢視自己是否修行得法？檢查自己平日的行為就知道修得對不對？看自己是否批評、誹謗其他的宗教？一生中做過什麼利己、利人的事？肯為他人付出到什麼程度？為了救人願意犧牲多少？回答這些問題後，就知道自己修得對不對。自己不檢討自己，去檢討別人做什麼？

釋迦牟尼佛教人修身，老子、孔子也說「修身」、「齊家」，然後才「治國」、「平天下」，修的是自己的身，而不是去修整別人，了解嗎？修身即是修改自己。六祖惠能也說：「我打坐只看到自己的過

失，看不到別人的過失。」這才叫「看」。如果打坐時看到西方極樂，卻還是喜歡批評人，這就是修不對了！（大眾鼓掌）

有人來跟我們學，做我們的徒弟，我們才必須嚴格責罵他們，為了讓他們進步。有些人等級太低，必須藉責罵讓他們醒悟，不過，要是他們不聽，也就算了，徒弟那麼多，講一次就足夠，沒時間講太多次。對那些和我們無關的人也老是責罵的話，就是我們修行不好，不用別人講，自己就應該了解。所以，修行必須常常自我檢討，跟不跟隨師父都無所謂。跟師父修行要有緣分，不能勉強。

## 果香汁甜便是好樹

師父傳授的一世解脫「觀音法門」，並不是往內觀腸胃、內臟器官，或觀某個形象，而是觀內在的聲音，觀自己的本性，觀造化美妙的振動力。這個身體是振動力的凝聚，一旦四大分解，身體也不再動。



找回自己的根源叫「觀自心」或「聞自性」，聞自己的無上道性，每本經典都有講，不用師父背經典出來，誇張自己的學識。

「聰明人少說多聽」，「聰明的孩子舉一反三」，已經教了那麼多，還要再教嗎？花那麼多力氣，老是在教小學生！誰可以上大學就上，不能上就算了！有些人聽經不懂，老是問一些和講題無關，讓聽眾覺得無趣的問題，例如：花為什麼是紅色而不是綠色？為什麼叫清海無上師而不叫清海尼師？寺廟裡都叫尼師，這裡卻叫清海無上師？師父回答說：「這裡不是寺廟，為何要求師父像個尼師？」（師父笑）

怎麼樣都好，認真修行就好，不是叫某某尼師才好，了解嗎？誰要當尼師，剃了頭、披上袈裟就可以，並不難，頂多五分鐘或十分鐘，剃個度、改名某某尼師，立刻就變成比丘尼。不是這樣啦！還要看那個人的功德和修行的成果，看他有沒有做什麼利己、利人的事？評估一個人修行的成果，就像判斷一棵樹好不好，必須由它結多少果子而定，不是看它長得像不像別棵樹，了解嗎？有些樹筆直，有些則

彎歪，然而只要結實累累、果香汁甜便是好樹。

有人老是懷疑：女眾怎麼會出來弘法？為什麼女眾能成佛？佛性就像雲、水、風、空氣一樣，本來沒有男女性別之分，只因外在形象不同，才區別為男眾、女眾。在阿彌陀佛西方世界，根本沒有「女眾」，甚至連「女」這個字也沒有。

成佛的人已回歸無男無女的本性，無論他們示現男相或是女相，都只是一件衣服（師父指了一下自己的身體），皮做的衣服。這件「皮衣」總有一天會死，每個人都一樣，到時「皮衣」留在那裡不能再用，是男是女都一樣（師父與大眾笑）。



佛與人



那些已經超越世間善惡常情的人，他們看世事  
就只是看而已，沒有動心批評、咒罵或攻擊。

他們只用愛心、用邏輯，解釋給  
那些有緣、想聽、想跟隨的人。

~清海無上師~

A black and white photograph of a small boat on a calm sea with mountains in the background under a cloudy sky.

# 佛 與 人

「活佛」是把自己融入生活裡，盡心盡力地工作，和紅塵混在一起，不惜弄髒自己，為了扶持那些想往上走，卻無人指導的眾生。

清海無上師講於美國加州史丹佛大學

一九九一年三月十六日

悠樂有個好處，就是中部、南部及北部都講一樣的語言，彼此簡單溝通。儘管如此，也無法避免戰爭，還是打得昏天暗地。

聖經裡有個故事：大洪水過後，諾亞家族人口大增，越來越繁榮，也越來越聰明，會建造房子、經營生意，生活非常富足、舒適。後來，他們倚仗自己的聰明，集合起來建造一座又高又大的樓塔（巴貝爾塔），要後代子孫生生世世記得他們的功績，以及他們締造的文明時代。

就這樣，他們展開了建築工程。當時，家族裡所有成員都講同一種語言，很快地建出各式金碧輝煌的工程，他們越做越覺得自己很出色、偉大，傲慢心也與日俱增。他們一邊建造，一邊談論著要做這個、做那個，整個計畫非常的複雜。

當時，上帝從天上往下看。我們假設真的有一位上帝，這是聖經裡的故事，不是師父自己編的，所以不要怪我。那位上帝看了以後說：這些人這麼糟糕，建一座樓塔就那麼自大，一定要阻止他們，不然他們會自以為了不起，而忘了上帝和造化。於是上帝施展神通，忽然間諾亞族人不再講同一種語言了，不能再同心協力一起工作，也無法在一起討論那些驚天動地的大事，於是傲慢心減少了。也因此，上帝才有機會逐步教導人類直到今天。

## 能應萬變的大智慧

有一種語言，所有的眾生都能懂，那就是佛音，就是聖經裡所說的開天闢地時已有的「聖音」。聖音和上帝同在，聖音就是上帝。這種語言就是振動力，就是內在的聲音，可直接聽聞而不需要耳朵。這種超世界的音與光就是我們的本性，不必用耳朵聽，也不需要眼睛看。

我們從世界學得的知識並不是自性，而是因緣的聚合。例如，肚子餓就會去覓食；感覺冷熱或潮濕便想蓋房子，以免受凍淋雨。建築與農稼等知識，都是順應環境需要而產生的。人類從基本的民生需求，研究出種種知識，這些知識世代相傳，演變成風俗習慣。具備很多常識的人，我們就稱許他見多識廣。但是這些風俗常識，畢竟都是應環境而生，有一天當環境變遷，常識也沒有用處了。

好久以前，在中國有一個人專門賣帽子，他製作許多漂亮的帽子，帶到某處去販賣。不巧當時那個地方的人流行長髮結成辮子，不戴帽子，所以沒人向他買帽子，這個人只好改行做傘。然而在他學做傘的地方，已經有太多人賣傘了，所以他又轉移陣地，新的地方卻又氣候涼爽，終究還是沒人向他買傘。

我們學習世界的東西，必須適合情況，否則，當情況一轉換，我們往往無法及時應變。然而，我們稱為「佛性」、「天國」、「上帝」或「阿羅漢」的大智慧，則是我們本性自有，在任何場合都可以隨時

應變。可惜我們忘記了，只顧鑽研後天的知識，忙著熟練、應用它，忘記我們最奧妙的本能——無論處於任何場合，都可以給你一個答案的本能。因為沒有善用內在的大智慧，人生才這麼亂七八糟。

剛才你們聽到我們同修分享她的體驗，師父也一起聽，聽她談到「佛性」、「上帝」，我好開心，差點笑出來，不過我儘量忍住，怕你們說師父發神經，無緣無故地笑。不過師父真的很想笑，不是因為覺得滑稽，而是因為內在充滿快樂，你們懂嗎？

有些事自己能懂卻難以表達，即使說出來，也失去了原意，所以師父想笑卻不能笑，怕掃了她的興，或者你們會走掉或是昏倒，從來沒見過出家人突然間大笑，是嗎？佛通常都應該正襟危坐，不能放聲大笑，所以師父也遵守規矩，不敢大笑。

師父無法跟你們說明剛才的快樂感受，實在可惜！只有一個方法能讓你了解，就是你們跟師父學，照師父的方法做，然後你們也會得到一樣的結果。這一門科學比世界上任何最準確的科學還準確；世

界的科學，今天說這樣對，明天又有人證明它是錯誤的。師父和同修所修習的科學，則完全不會有差錯。

比方說，只要依照觀音法門的教法，每個人都會經過同樣的路徑，這就足以證明它的準確性。例如有十個人印心，其中等級相同的人，看到的體驗也會一樣，或是大致上差不多。但是，每個人的程度都不盡相同。比方說：有四個人屬於第一界，有三個人屬於第二界，有兩個人在第四界，一個人在第五界等等，各境界有專屬的指標，達到同樣等級的人，會看到相同的指標。由此可見，這門科學的準確性相當高。

很多人誤以為要修好多年或好幾輩子才可以成佛。如果說要修好幾世才能成佛，也是有理由相信的。以修博士為例，只要通過考試，花一段時間寫論文，就可以拿到博士學位，看起來好像很快，我們就以為他們一開始學習，就能有此成就。其實不然，那是一段漫長的學習過程。

那些跟師父修觀音法門的人，以前都已經修行很久了，所以現在才能夠很快有所成就，這並沒有什麼好大驚小怪。我們連小時候做過什麼，長大了都會忘記，何況是上輩子修行的事，怎麼可能還記得？不過，有一種方法可以喚起記憶：修行之後我們便會想起來，會明顯感覺到自己前世有修行過了，才能有今日的等級，現在只是再繼續修而已。

## 只要懂得方法

很多人會說：「才剛開始修行，怎麼可能立刻成佛？」偶爾也會有特例。例如：在一個大水池裡，會游泳的人，輕鬆地擺動手腳，就可以來回游好幾趟，還可以潛水，不會溺死；不會游泳的人，站在池邊緊抓著梯子，動都不敢動，每次腳要動，手就想要抓，手要動，腳就想要站起來，如果是這樣，即使學了六、七天，甚至學好幾個禮

拜，也還是不會游。已經學很久的人，一跳下水立刻會游，或是有的人曾經學過一陣子，只要再練習一下就能游了。

有些剛出生的嬰兒，醫生也讓他們學游泳，你們聽說過嗎？這麼小已經會游泳，反而是年紀大的人，學好幾個月還不敢游。所以，並不是年紀輕就學不成，而要看他學的是什麼方法。有些小孩從小學游泳，才三、四歲，游得比三、四十歲或六、七十歲的人還好，因為他們學特別的方法，所以會做一些別人不會的事；其他人沒有方法，學幾十年還是不會。

所以，凡事只要懂得方法，就很容易學會。成佛不成佛也是一樣的道理，學對方法就會成佛，事情就這麼簡單。如果亂學，就算學千百萬億年也不會有結果，因為煮沙不能成飯。

師父不知道該如何講才能讓你們了解，有時知道太多反而不易表達，看起來像笨笨的人一樣。你們常稱讚師父講經很流利、合邏輯，

不過對師父來說還不夠好，語言不能完全表達我所了解的事。師父能說的，只是我所了解的百分、千分、萬億分之一而已，你們卻已經認為不可思議，如果我能完全表達，恐怕你們聽了會昏倒。

幸虧師父講不出來，不然每次講經，都需要一百個醫生和一千個護士在旁邊待命，一有人昏倒，就立刻打針讓他醒過來。不過，反正你們沒事做也會無聊，聽說某人成佛，去看一下也好，聽聽看她都講些什麼，尤其又是免費的，不會損失什麼，是嗎？暫且聽一聽，能懂多少算多少。

有時師父對自己的口才也很失望，無法完全表達「佛性」及「內在天國」的奧妙。所謂的「佛性」、「天國」，就是我們澄明的智慧，圓融通達，遇到任何情況都能處理，這就叫做「佛性」。因為是「佛性」在工作，不是用自己有限的頭腦工作，所以無論做什麼都不覺得累。你們看師父做很多事情卻不會累，而你們個子比師父高大，只做一份工作，照顧一個太太和兩個小孩，卻累得快昏倒，經常要進補。

師父講經有時候很流利，有時候卻講不出來，必須把自己的等級降下來，才可以清楚表達使你們了解。有時候無法降低等級，就很難表達，並不是我沒興趣講經。像今天我就講不出來，只是覺得很開心，感受及了解都很多，偏偏講不出來。平常你們稱讚師父講得好棒的時候，反而沒有今天的感受多。

剛才師父一走進會場，立刻感覺你們是佛，生出恭敬心，因此才講不出來。既然已經是佛，就不用講了，本來什麼都懂嘛！所以我認為沒什麼好說的了。我們想法不同，你們認為師父是來這裡教導你們，認為自己需要學習；然而對師父來說，你們都是佛，不必學了，因此講不出來。好，現在再講其他的事。

為什麼有人可以輕而易舉地成佛，有人卻不能呢？差別到底在哪裡？一個人若是想要成佛，任何東西都應該放下才行，包括所有的成見、是非、對錯都必須捨棄，才能得到佛的果位，然而要真正放下一切，是相當困難的。

## 《薄伽梵歌》裡的一則故事

印度的古老典籍《薄伽梵歌》裏有這樣的一則故事：有一位將軍叫做阿尊拿(Ajuna)，他有一位很好的明師，阿尊拿經常能夠看到明師在他旁邊指導他。阿尊拿的修行應該很高，才可以時常看到內在的師父。

無論何時，只要我們有需要，明師都會出現在我們身邊，有時候我們會看到；有時候看不到，但是會感覺到明師無形的加持，以一種玄妙不可思議卻很清楚的方式，改變我們的生活。這樣一位明師是無所不在的，可以隨時在我們身邊幫忙。

修行高一點的人，可以直接看到明師顯現在面前。任何時候你需要明師幫忙，祂就會出現——也許在打坐中，或是化身到你家裡，像朋友一樣解決你的問題。這樣的明師可以無所不在，一百人同時求救，祂就有一百個化身出現在一百個地方，這才叫明師。

《薄伽梵歌》裡的那位明師克里斯納（Krishna）就是這樣的一位明師。祂的徒弟是位大將軍，為了別的教派入侵，不得不應戰。戰爭期間，他的師父現身和他並肩作戰。

你們認為明師不打仗嗎？照打。哪個人不好，就為他換一件「衣服」、換一個人身，做更善良的人。雖然殺了人，但祂們有能力補償被殺者新的身體，這種情況不同於凡夫的隨便殺人，然後互相怨恨結仇。明師就算殺了人，卻有能力立刻給他們新的身體，改變他們的生命歷程，改變因果，讓他們變成更好、更完美的人。

好，現在回頭講那位克里斯納明師。在戰爭期間，克里斯納現身而出，當時大將軍阿尊拿已經開始心軟，看到傷亡太多，而敵人中有些也許是他的親戚，所以他不想打仗了。大將軍也有軟弱的時候，他快昏倒了，想要逃跑。

克里斯納適時現身，告訴阿尊拿：「這一仗你一定要打到底，不打不行，這些人氣數已盡，即使你不打，他們也會死，但是如果不

打，你的國家將會蒙受恥辱，不知何時才洗刷得清。」阿尊拿聽了才繼續打。克里斯納儘量解釋，讓阿尊拿了解一切都是天意，不是他自己的行動造成的。

## 良心的法庭

當你認為是自己做的，你才有罪，因為良心會自責，良心的譴責就叫做「業障」。如果你能看得很透徹，用天眼、用大智慧，看清楚一切都是造化安排好的，那時業障就能洗乾淨。但是必須有人解釋，讓你真正明白，如果沒人指點你，讓你了解不是你的錯，你是不會了解也不會相信的，因為你確實親眼看到自己殺了人，看到自己捲入那些血腥事件。

比方說，有兩個人都做了錯事，有修觀音法門的人會無罪或罪輕一點；沒修觀音法門的人，做同樣的事，罪就重多了。為什麼？因為

良心會自我譴責，這便是「良心的法庭」。「良心的法庭」從哪裡來呢？從「無明」而來，它不是來自真理公正的法律。

什麼又是「無明」呢？天地造化很奧妙，會自然淘汰舊的、不適用的人或物，再從被淘汰的舊材料中造出新的來。被選來執行淘汰工作的人，一旦認為是自己做的，才會有罪。為什麼我們以為是自己做的呢？因為我們生生世世被社會、法律、倫理洗腦，告訴我們這樣做是對的，那樣做是錯的，抱著人家傳授給我們的知識或是經驗，認定是自己做的，忘了有造化在安排一切。

聖經上說：一根頭髮掉落都是天意。既然如此，所有世間的煩惱、變化和痛苦都是注定的了，是嗎？那為什麼人做了壞事還要被判罪呢？為什麼人會下地獄，而不是由上帝來負責任呢？既然一根頭髮掉落都是天意，為什麼我們還必須自己負責任？懂的人請回答師父，答對的給十元。

解釋那麼久了，還不懂嗎？因為本來是主人叫我們做的，我們卻笨笨的承認是自己所做，想自己負責。本來主人要負責，你卻自己承

認，受害者當然找你算帳。如果你說：不是我，是我的主人叫我做的！受害者就會找你的主人算帳了，懂嗎？

修行人能看透因果，了悟造化的大計畫，所以他們做事非常輕鬆，為無為。他們和造化合一，通曉天機，凡事隨順天命，只是善盡個人的職責，而個人的職責，在天地間實在非常微小——小雖小，但是和全宇宙都有關係。以這種心態來做宇宙的工作便沒有罪、沒有業障，一乾二淨，沒有對錯。

師父告訴你們實話，通常我們都沒有做錯。萬一不得已做了什麼對社會而言有錯的事，也不算我們的錯，因為是造化安排好的。每個人出生之前，造化都已經安排好——出生後，有什麼樣的身體，曾經歷哪些事。

跟師父修觀音法門，生生世世的業障都能洗淨。為什麼？因為我們的頭腦，我們的神識，我們的天眼，我們的靈魂、智慧能看得清清楚楚。雖然生生世世做過壞事，一旦了解是造化的安排，不是我們的

責任，不是自性壞，就沒有業障。所以才說「人之初，性本善」，佛教也說「業障本來空」，本來並沒有業障，你們懂嗎？

為什麼大修行的人沒有業障？因為他們看得很透徹，「啊！原來如此，並非我本性不好，而是上天讓我這樣做的。」但是一般人根本不知道這些事，沒有親眼看到、親耳聽到造化的計畫，所以總是譴責自己，做錯一點事，良心就會自責。

「良心」是什麼？本來也沒有所謂的良心。所有的教條，所有教人趨善避惡的教理，都是初級的——雖然師父也教你們行善避惡、持戒，但那只是初步，還不高等。

## 成佛並非失去人性

修行應該從初級慢慢往上修，所以師父才教五戒。難道要教你們去殺人、放火、偷盜？當然不行，連守戒都還會受良心的譴責了，如

果做壞事，良心豈不是更加不安？所以要從初級教起，讓你們的良心安穩，認為自己現在是個行善去惡、有道德的人，良心安穩，打坐才能定。並不是道德能使你們變成完美的人。

完美的人是什麼樣子呢？我們聽說佛是一位完美的人，是完全開悟、全知、全能、真善美的眾生。我們如何能看出佛至善全能？我們要憑什麼標準去判斷一位佛呢？很容易！師父告訴你們：成佛並非失去人性，而是多加進去佛的品質。

就像在水池裡游泳，如果你只待在一個角落，緊抓住水池梯，兩腳踢來踢去，這樣是無法游遍整個水池的。然而，一位佛不單只在自己站立的角落，也會游到其他三個角落去，整個水池祂都能游遍，並不會因為游到其他地方，便失去祂原來的角落。所以釋迦牟尼佛才說：我是由凡人修行成佛，而你們都是當來佛。

因此，我們也有希望。我們現在已經具有「人」這個角落，只要再多加兩、三個角落，就是完全的菩薩、完全的佛。即使成為佛菩

薩，也還是人，依舊做人該做的事，不過還可以做佛所做的事，了解佛了解的東西。

說來容易，但也很難，因為我們總是緊抓著自己的角落不放。雖然老師一直鼓勵：「多練習，慢慢學就會游了，老師會在你旁邊，有什麼情況，老師會帶你去到安全的地方。」有的學生很聽話，慢慢學，遲早也會游遍整個水池；有些人害怕，抓著水池的梯子說：「天啊！好可怕！我不敢！我不敢！一游出去就會死掉。」你們認為他能學會嗎？成不成功，差別就在這裡。

跟著師父學習的人，就是肯聽話的學生，他們真心想學，有自信，也相信師父；不跟師父學的人，就是那些一直抓住水池梯，認為自己永遠不可能學會游泳的人。連小孩都可以學會游泳，大人怎麼學不會呢？六歲、十二歲的小孩學師父的法門，都可以有體驗，可以上天下地、神遊宇宙，我們大人怎麼不可以學呢？

成佛是理所當然的事，我們一出生已經有佛性了，但還是應該透

過學習認識祂。學習不是忙著學世界的教理，聽人家講理論，理論不見得都對。要如何才能確定教理正確呢？試試看便知道，如果有辦法可以證明，就知道是對的。

修師父的法門可以有證明，凡是修行觀音法門的人都知道。從修行的第一天起，就已經知道一點，第二天知道更多，第三天又知道更多，第四、第五、第六、第七天，修行越久，知道越多，一點都不違反科學。事實上，修行是非常科學、非常實際的事情。

儘管如此，但也相當難！因為跟著師父修行，未必能立刻成佛。是有可能今世成就，說「可能」，意思是並非每個人都可以一世成佛，還必須視他們對師父的信心，和他們能放下的程度而定。就像一個學游泳的人，老師說放手，他們立刻放手，叫游泳，他們立刻游，他們知道老師會在旁邊幫忙。

現在我們能遇到明師教導成佛的法門，就要趕快修，就算失敗了，也沒有任何損失。我們本來就是凡夫，即使修行不成，還能掉到

哪裡去？頂多掉回凡夫的等級。如果能修行成佛呢？那不是太好了！  
（大眾鼓掌）

特別是跟師父修行，不需要花錢，也不用供養。講台上這些花和果是你們自己要買的，師父並沒有叫你們買。師父要求好多次別買什麼花果，太花錢了，還不如省下來幫助難民。可是你們還是買來，那是你們的誠心，師父不能寫告示要大家別買花。叫這個人別買，那個人又買；叫那個人不買，還是有其他人會買。所以算了，師父投降，你們要怎麼做，都隨你們高興。等一下把花果分送出去，你們帶回去供養自己家裡的木頭佛。

## 什麼人可以成佛？

成佛的人和平常人的差別就在勇氣，為什麼？因為他們什麼都可以放下，叫放下就放下，叫做什麼就做，不怕地獄也不貪天堂，這樣的人才可以成佛。如果還貪求「涅槃」、「天堂」或「永生」的快樂，

還期望開悟，或是獲得什麼修行的利益，就不能成佛。雖然所期望的是好事，仍舊不夠資格成佛（大眾鼓掌）。

佛果難得，是因為難得有人這麼勇敢，而不是成佛難，你們懂嗎？一般人連一個杯子用久了都捨不得丟掉，何況要求他丟掉全部，這真的很難做到。師父的意思並不是說：跟師父學之後，回去就得丟掉所有的衣服、打破東西、將錢丟到海裡。師父不是這個意思，而是指在心裡放下一切。想知道自己是否放得下，遇到考驗就知道。一旦真的需要放下時，恐怕你會抱怨：「天啊！怎麼做得到？」

師父剛才講的那位阿尊拿將軍，聽到自己的師父告訴他一切都是天意，儘管去殺掉戰場上的那些人，他也聽不進去。他修行等級已經很高，隨時可以見到內在師父，還是那麼膽怯！由此可見，人的頭腦多麼有限，勇氣也好小，等級好低，看什麼都是根據成見、經驗，看不到宇宙完全的計畫，所以才認為自己有罪，以為是出於自己的主意，不知道一切都是造化安排。

不過，你們不要聽師父這樣說，回去胡作非為也認為沒有罪。仍然會有！為什麼？因為你們還沒達到師父了解的等級（大眾鼓掌）。幾千年來，人類已經被洗腦，一旦做出不合道德、違背倫常觀念的事，良心就不會放過我們。

所以，說來說去還是要修行，修觀音法門，開天眼，了解宇宙造化的計畫，明白自己只不過是宇宙中的一個工作人員。總台是在上面，命令是從上面傳下來，我們不用負什麼責任。講清楚一點，我們沒有罪，師父帶給你們最重要的訊息就是：你們完全沒有罪，完全清白、高尚，沒有人做錯什麼事——唯一的錯，就是你們不知道自己沒有錯！（大眾鼓掌）

想要知道自己沒有錯，就來跟師父學觀音法門，開智慧眼，才能知道天地的奧秘——「啊！原來不是我，是祂做的，所以由祂承受。」並不是說上帝有罪，那不過是造化循環汰舊的自然過程。就像樹木冬天乾枯、夏天茂盛一樣，不是上帝故意惡作劇，而是宇宙的法則，讓樹木有機會休息。

凡是地球上的生物，都要遵守這個法則，別的世界又有別的律法。你們若不想接受冬枯夏綠的規則，就到別的地方去，那兒有其他的律法。所以，要了脫生死就要修行，要超越生死輪迴，了脫物質的規律，只有一條路——修行觀音法門。它讓我們超越生死輪迴，就像噴射機能超越音速一樣。

## 娑婆世界是訓練的學校

娑婆世界充滿痛苦的情況，因為它是用來訓練的世界，是一所具備辛酸苦辣、生離死別的學校，如果你不喜歡它的制度和律法，就找地方移民，了解嗎？我們可以移民到高等自在的境界，那裡有不同的法則，沒有生死輪迴，沒有寒冬酷暑的變化，沒有種種無常的苦難。如果你們認為這個世界可愛，儘管留下來，但不要怪師父教人解脫，師父只是指引大家一條通往其他境界的路。

跟隨師父修行的人一定會被魔王困擾，因為這裡是魔王的世界。什麼叫魔王？凡是幻想、虛假、無常、不真實，都稱為魔。魔是那些似是而非的教條，糾纏如夢的幻想。雖然作夢時也有七情六慾，但畢竟只是夢，和真實的世界不同。魔王的世界有點類似上面的境界，只不過它短暫無常、變化多端，令人很痛苦；上面的世界則恆常不變，永遠存在，那裡的居民非常自在、快樂。

所以，修觀音法門的人不會貪戀這個世界，他們放得下。跟隨師父的人會看透世界的真面目，心中厭倦，對一切都不再留戀。不留戀，並不是放棄一切跑到山上去，我們還是繼續留在世界工作，不過心裡不眷戀，知道這裡不永恆，遲早我們要去別的國土，去完全安穩、自由的地方。

上面的世界比美國還自由千萬倍。有人覺得美國還不夠好，因為他們知道比這裡更高的地方。從悠樂來美國要坐飛機，但是從我們的世界到上面的世界，要靠自己飛上去。「飛」是指用大智慧觀察，

並不是用翅膀飛。在上面，「跑」不需要腳，「看」不用眼睛，「聽」不用耳朵，不需要任何工具，但是什麼都知道，這就是「佛性」（大眾鼓掌）。

## 「工作佛」與「睡覺佛」

問：從開始修行到解脫輪迴，一共有多少階段？要如何修行？

答：從認為自己是凡夫到修行成佛，當中什麼境界都有，達到相同程度（等級）的人，會看到同樣的境界。就像有錢人可以住漂亮的別墅，當總統才可以住白宮。

從凡夫修到成佛，必須經過五個階段。我們過去世或許已經修行到第二界、第三界或第四界，印心時我們立刻會知道。當師父替你們印心時，你們會知道自己前世修到第幾界，然後再繼續往上修。有的人已經到達第四界了，再修一界就可以成佛。

成佛以後應該學習教導眾生，才能越來越認清自己的佛性，不是成佛後就回家睡覺。那樣做也可以，因為佛有兩種，一種是「工作佛」，一種是「睡覺佛」。「睡覺佛」又叫懶惰佛，成了佛就在家享受涅槃，不理會眾生痛苦，認為天下本無事，不需要做什麼，眾生都有佛性，不需要我擔心，我只想休息，忘記未成佛之前自己多麼痛苦，經常哭吵，求天拜地，希望早日碰到明師，獲得開悟，以減少痛苦。如今不再痛苦了，就忘記受過的苦難，這種人叫「睡覺佛」。

那些出來工作的佛，也知道天下本無事，也知道眾生都有佛性、都是佛，但是更知道眾生還不了解自己是佛，知道眾生還在受苦，所以辛勞指導眾生，幫助他們憶起本性，指引他們該走的路。這些出去幫助眾生的叫「活佛」。「活佛」是把自己融入生活裡，盡心盡力地工作，和紅塵混在一起，不惜弄髒自己，為了扶持那些想往上走，卻無人指導的眾生。



# 人生的目的

你們知道為什麼我們的生活這樣悲慘嗎？因為我們使自己生活悲慘。我們不敢笑、不敢哭，更不敢愛。我們把愛隱藏起來，不讓我們所愛的人知道……

清海無上師講於美國加州大學爾凡分校

一九九一年三月十七日

讓我們先為這個世界上以及其他世界裡受苦的人們祈禱一分鐘，謝謝大家！

親愛的兄弟姊妹們，首先師父要向洛杉磯的同修們致謝，謝謝他們為了籌備今天的講經所付出的努力、時間和誠心，謝謝！星期天是寶貴的休息日，你們不計路途遙遠和交通不便，仍然來到這裡聽經，如果沒有你們到場聽經，這次講經也辦不成了，因此師父代表工作人員感謝大家。

如果你們想從這場講經獲得利益，就要先放下內心對是非對錯的成見。在這個世界，除了依靠上帝的智慧，沒有人能夠確定何者是對、何者是錯，這一點你們都已經了解。對與錯在多數情況下只是相對的概念，並不是絕對的。

除了佛陀和耶穌基督所講的真理，宇宙中沒有什麼絕對的事。我們大家都知道，有些科學研究的數據，在某段時期似乎達到百分之百正確，但經過一段時間，其他的科學家又運用不同的理論、進行不同的實驗，推翻先前的科學數據，是不是這樣？

## 明師在世命如懸絲

幾百年前，悠樂還是君主獨裁統治的時期，有一個人名叫阮長祚，他很有學養，所以當時的國王便派他到法國去留學——多數人對他的故事應該不陌生，但是可能還有人沒聽過，因此師父簡單講述一下。

阮長祚學成歸國後，他向國王報告：歐洲的文明水平很高，那裡的燈從天花板垂掛下來，路上的車輛不靠馬匹拉就能動，水從牆壁自動流出來。國王和大臣們聽了都不相信。他們不知道歐洲已經有電燈，而一般熟知的煤燈是燈頭朝上才能點燃，怎麼可能倒掛？阮長祚

因此被判欺君罪，砍頭處死。欺君罪是當時最嚴重的罪，全家族上下三代都要被處斬的。

一個人不過是講了實話而已，結果不只他本人付出生命，一家三代也受到株連，你們看這個世界多麼危險。我們的情況也一樣，師父不過講述自己觀察到的事實，已經被視為離經叛道，更別說師父還常講天堂地獄等等超世界的事。自古以來，就有一種說法：「明師在生命如懸絲。」幸虧現在宇宙法律很清楚公正，明師得以受到最高度保護，所以我們才可以舉辦這種公開的講經法會。

當年耶穌基督弘法，為了避人耳目，也不得不藏蹤匿跡，連和弟子相聚都是祕密進行。直到今天，有些地方還是不能公開弘法，你們住在美國的人，算是很有福報。在這裡，人民信仰的自由受到國家相當的尊重和保護，基本人權被尊重，個人價值也得到重視。

不過，世界每天都在轉變，情況已經慢慢好轉了，對信仰的限制似乎有了一些鬆動。這是為什麼呢？因為修行人越來越多，所以世界

也逐漸變好。隨著師父世界弘法的次數增多，我發現世界的氣氛越來越明亮了！許多地方邀請師父去講經，儘管師父身心都很疲憊、很想拒絕，但是眼看人們得到不可思議的利益，就覺得應該犧牲個人的健康，付出精神、時間去弘法。

我們的肉體的確可以做很多事，不過當大限來到，它就該功成身退。世界人口眾多，不能只靠一個人有限的肉體來侍奉。肉體總有一天會累垮，就像一部車子，無論性能多好，如果不停地使用它，車子的零件總有一天會損壞，螺絲會鬆掉。師父的「螺絲」雖然還沒有鬆掉，但有時候還是會累。

因此，若是你們要求的事師父做不到，請不要太難過。講經或印心之後，師父經常會很疲倦，但是很多人卻想單獨見師父，要師父與他們一一握手，師父若是拒絕，他們就覺得受到傷害。然而師父確實很疲勞，需要躺下來休養，第二天才可以繼續工作。

現在讓我們回到剛才的話題。在這個世界上，沒有任何事物是絕對的，世界的人只能看到事物的局部，看不到萬事萬物本來已經完美。舉例來說，人類的眼力最遠只能看見一百米左右的目標，而且看前面就看不到後面，往左邊看就會漏掉右邊。

在這個世界上，人類的眼晴所見太局限，即使透過天文望遠鏡，也只能看到一部分的宇宙星體。既然我們看不到大千世界所有的星球，又怎能討論天堂和地獄的事情？天堂和地獄是存在特定的振動頻率中，用普通肉眼看不到，好比肉眼無法看見細菌，而距離太遙遠的星球，用望遠鏡也看不到，這個道理你們明白嗎？

然而，有一個方法可以看到，就是用佛眼觀看，佛眼也就是人們所說的智慧眼。怎樣使用佛眼看呢？明師的責任就是要告訴我們智慧眼在哪裡，以及如何使用。智慧眼就是我們內邊的望遠鏡，經明師指導，調整望遠鏡的焦距後，我們就能看見超世界的景物。

現在你們還不知道內邊有這樣一台望遠鏡，一旦學會調整焦距，

你們會看到過去、未來的千百萬世，會看到宇宙無數星球，會了解天堂地獄所有的祕密。一旦了解以後，宇宙中的一切在我們看來，就跟自己家中的擺設一樣清楚明白，不會再大驚小怪了。

## 讓生活變得更美好

幾天前，師父的表姊妹打聽到師父人在這裡，她們打電話給師父，說：「天啊！妳成佛了，怎麼不告訴我們？有什麼新奇的感覺嗎？」師父回答：「沒有什麼新奇的感覺，我已經習慣了。」其實，成佛就像養小孩，我們天天抱他，嬰兒逐漸長大，我們也不覺得重。其他人偶爾來抱一次，便會清楚地感到嬰兒比以前重。

對我們來說成佛並不稀奇。每個人都應該知道自己本來是佛，那才是人生真正的意義，不然就白白浪費寶貴的人身了。把一個嬰兒扶養成人非常不容易：首先，母親要承受懷胎九個月零十天的重擔，然

後再承受分娩的痛苦，沒有人能幫得上忙。小孩出生之後，又要辛苦哺育，孩子咳嗽一聲，做父母的就很著急，終日操心，睡不安穩。辛辛苦苦養育二十幾年，孩子上了大學，還要再忙很多年，忙來忙去，轉眼就要入土，這樣的人生有什麼意義？做人難道就是如此而已嗎？出生為人難道是為了來受這樣一場罪嗎？

不，做人不應該是這樣，人生應該幸福美滿、多采多姿，但人們似乎還不了解這一點。我們不該批評他人追求富足與安適的生活。因為人生本來就應該富足，人們才不會有物質的欲望；人們也應該有美麗的家眷陪伴，才会有安全感，會開心，不再渴求虛幻的美色。只因為我們找不到正確的方法，不知道如何組織安排，生活才會困難重重、貧乏而不夠舒適。

以前師父的家庭並不貧窮，即使表面上看起來我們生活很簡單，但是我的父母有積蓄。記得師父小的時候，我媽媽曾經拿一袋金幣給我們小孩看，要我們知道，萬一父母發生不測，還有這袋金幣可以應急。

不過，現在我家已經沒有金子了，你們不要以為來我家可以找到金子！（師父與大眾笑）縱使賣掉那些金幣，也不足以養活全家。共產黨佔領南悠樂的時候，沒收了我家的財產，我的父母也下放去勞動。我曾給家裡寄過錢，但很微薄。父母來信說他們病倒了，我也只能給他們寄一些藥品，並沒有供養他們變成富有，至今他們依然貧困，連電視也沒有，有可能連電也沒有。這次過年，我寄給父母一些錢，因為他們缺錢用，現在他們老了，無法再工作，但我送的是自己做手工賺的錢，不是大眾的供養。

我們會貧窮，是因為我們沒有設法讓生活變得更好，師父的父母也一樣，他們不知道怎樣致富。俗話說：「自己廟裡的佛不靈」，師父從來沒有跟家人誇耀過自己的成就，所以親戚在二十年之後才來找師父。師父也從來不曾給家裡寫信說：「我已經成佛，你們要追隨我、要跟我學。」一切自然就好，時間到了，他們就會來，師父不用廣告。

不少人誤認為是師父勸誘徒弟相信；其實師父甚至對家人也沒有講過。這是我們二十年來第一次見面，這期間，師父一句都沒有講，家人都不知道師父是誰。師父不需要說服任何人，特別是那些難民，他們那麼貧窮，勸他們信服能有什麼利益？有些人誤解師父很深，說話很不合邏輯，有一點智慧的人都不會相信。

今天來這裡聽經的都是有智慧的人。多數人都很聰明，不會輕易受騙。師父不曾使用神通或超自然的方法，來增加個人的影響力，也不會四處「物色」徒弟。師父只用邏輯、合理的方式講經，若是你們接受師父的觀點，就會認同：「這位女士說得對，我也這樣想，只是以前不能確定這種想法是否正確，現在聽她這麼說，我就明白了。」師父所做的，只不過是肯定你們原已擁有的智慧。師父並沒有教你們什麼新事物，師父所說的都是你們已經知道的，正因為如此，你們才能聽懂師父的教理；對狗講這些，狗不會懂；對嬰兒講，嬰兒也不會懂，是嗎？

因此，師父教你們，其實也沒有教。師父並不以為是佛、是明師，或其他角色而感到驕傲。師父清楚地知道，每個人都有智慧，只不過有一個人先點燃了火把，其他的火把和它接觸之後，也會開始燃燒。並不是先點燃的那個火把使其他火把燃燒，所有的火把本來都具有同樣的燃燒能力。

有人來拜師父為師，要跟師父學，其實沒有人是師父。我不過是提醒你們已經遺忘、或是尚未仔細研究的知識。你們終日為生計奔忙，忘記自己原有的高尚本質，師父為你們印心，正是要告訴你們如何打坐入定，記起本來已知的東西，如此而已。

我是明師，但也不是明師；我度眾生，但是沒有眾生被度。這就是師父不讓人頂禮的原因。台上的鮮花水果，是大家為了歡迎師父遠道來此而熱情預備的，師父雖然不需要這樣隆重的迎接，但也不能命令人不要這樣做。大家自由地送禮給喜歡的美人、情人或宗教人士，甚至上墳獻花，你們也可以像去墳墓獻花那樣獻花給師父，因為對這個世界而言，我已經死了。

## 開朗面對生活

為什麼你咬住嘴唇不敢笑？（師父對觀眾席上某個人說話）想笑就自由自在笑，不會死的。我們住在這個世界真的沒有多少自由。你們知道為什麼我們的生活這樣悲慘嗎？因為我們使自己生活悲慘。我們不敢笑、不敢哭，更不敢愛。

我們把愛隱藏起來，不讓我們所愛的人知道，等那個人嫁給別人才忍不住哭出來，或者等那個人娶別人做妻子，妳才想自殺。這樣實在很笨，為什麼不直接跟他（她）說？愛有什麼可恥？我們愛上誰，就應該承認我們戀愛了。如果那個人不愛我們，我們也應該弄清楚，再去找別的對象也可以，何必自殺呢？

修行也是一樣。修行不僅為了達到佛的等級，同時也為了使自己開朗面對生活，讓生活變得豐富愉快。我們日復一日地上班、下班、回家、吃飯、睡覺，一覺醒來再去上班，那樣太累了。我們不是生來當奴隸的，不是為了每個月賺一千塊錢，而每天把自己關在鋼筋水泥

的「囚牢」裡。然而，我們卻寧願這樣過生活，不願意打坐兩個半小時神遊整個宇宙。

我們總是抱怨生活悲慘、黯淡，其實一切都是自己造成的。我們的人生應該輝煌、多采而幸福。師父要告訴你們：從今天開始，無論你們有沒有印心，都必須勇敢、堅強、開心而快樂地過日子。只要不傷害他人，任何和修行不衝突的事情我們都可以做，不要再猶豫不決，否則時機一過，你將會因遺憾而痛苦。

喜歡什麼人，就送他一朵玫瑰花，直接告訴他：「我愛你，你也愛我嗎？如果你不愛我，那就再見，我再去找別人。」我們會找到比原來更漂亮、更美好、更有才華的人。為何一定要陷在一個人那裡無法自拔？為什麼認定只有和那個人在一起才算愛過、活過？並不一定是這樣。

師父也曾親身經歷過這些事，我結過婚，我們很相愛，我很愛我的先生（大眾笑），我說的都是實話，請不要笑好嗎？離開他



的時候我非常悲傷，很怕自己太想念他而承受不了。但是我想：如果過度貪戀個人感情，就沒辦法實現理想。如果留在家裡，最多也是洗洗衣服，與先生握手握腳，也許生兩三個孩子，日子可能會充滿快樂。但過了幾年，我們頭髮白了，牙齒脫落，皮膚起皺，視力逐漸模糊，只能靜靜地凝視對方，等著進墳墓。

## 集中全力實現理想

因此師父就想：生活能否有點改變？為什麼一定要做一個世俗的女人？很多女人已經在做這個工作，為什麼我還要搶著做？房子裡邊已經很擁擠，為什麼還要再往裡頭鑽？許多人已經在做母親和妻子的工作，不如讓給她們，再去找別的事做。

萬事萬物道理皆同，如果你想做某件事情，集中全部精力去做，

一定會成功，然後你也會對自己高興滿意。猶豫不決只會事倍功半，一旦錯失良機，又哭哭啼啼、怨天尤人，虛度了一生，讓自己很痛苦。

所以，從今天開始，你們想做什麼就放手去做，只要不傷害別人，不違反宇宙、自然的法律，不做會造業障的事，使良心不安，那做什麼都沒有關係。所謂業障就像路上的石頭，又好比游泳時水裡設下的一面牆，阻擋我們順利向前游。

我們能得到心中嚮往的一切。想要獲得財富、嬌妻、乖巧的孩子，並不算貪心，因為我們本來就值得擁有許多東西——家眷、樓房、轎車、富裕優雅的生活以及輕鬆的工作。

師父周遊世界各地弘法，行程非常緊湊，有時連夜參加共修，回答同修的問題直到隔天清晨五、六點，接著又講經到午後五、六點，再印心到晚上七、八點，結束後又趕飛機前往另一個城市，接下來的一天，又是一樣的行程。師父睡很少，飯也吃得很少，頂多補充一點維他命，喉嚨不舒服時，偶爾喝一些藥，但我不覺得累。

你們只有一份工作、兩三個孩子、一個丈夫而已，就覺得相當疲勞，沒有時間去探望親友，沒有時間聽演講或修行。師父同時做好多工作，一個國家接一個國家地旅行，還要幫助難民，卻不覺得疲憊。而且師父也有錢，如果修行人窮得連自己也養不活，那誰來養活我們和世界？

假使修行之後反而淪為乞丐，那麼修行還有什麼益處？有錢不是壞事，我們的錢不是用來滿足個人需要，而是用來利益他人、弘法或救濟窮人。如果用錢進行毒品交易，錢便無異於毒品；然而在藥廠裡，有些毒藥是用來解毒的，除非使用過量才有毒性。同樣，如果我們用錢幫助別人，使他們快樂，那麼錢就像良藥、維他命一樣有益了。

如果你想做某件事情，集中 部精力去做，一定會成功。



## 留時間給自己

你們知道為什麼師父比你們富有嗎？因為師父用錢得當。《聖經》上說：「先找到內在的天國，然後一切都將屬於你。」意思是說，先找到上帝，然後我們做任何事情將不再有障礙。《楞嚴經》也提到：修行觀音法門、了解佛性的人，會了解一切事物。但卻沒有人相信並去實行。

我們總是悲嘆自己的不幸，抱怨帳單永遠付不完。有些人竟然要付三十年的房屋貸款，師父聽說有這種事時，差點昏倒。光是一棟房子，就要花三十年的時間清償貸款。天啊！你們認為一個人能活多少年？三十年差不多就是一生了！

我們很少留時間給自己：小時候忙著讀書學習，長大又忙著工作，等到年老，又忙著生病、不舒服，我們能給自己的時間真的有限，還那樣浪費生命。我們每天關在水泥牆內工作八到十小時，一天也不過賺個幾十塊或幾百塊，我們的價值何止這樣？

當然，每個人可以按照自己喜歡的方式生活，但每天仍應找時間靜下來打坐，這樣才能得道，才能不費力地維生，才能在宇宙中擁有權柄。這就是老子所說的「為無為」，意思是「做而不做」，我們應該達到這個等級，運用自己的聰明智慧，讓智慧發揮功能，以便使自己、國家、甚至世界和全宇宙獲益。

如果我們使用自己有限的頭腦（這部小小的電腦）工作，我們可能要從早到晚不停地工作，忙得死去活來，然而我們已經這樣做了千百萬億年，對世界的幫助仍然不夠。有研究證明：人類一天可以工作八至十六小時，乃至十八個小時，甚至可以日夜不停地工作。然而即使身兼兩、三個或四個工作，很多人仍然不足夠維持生活所需。所以，這種生活方式是沒有出路的，追求物質頂多只能使生活稍微摩登一些罷了！

世界越現代化，文明水平反而越低落，人們的生育能力降低，夫妻、親子關係疏遠，我們為這個世界工作，卻不能利益任何人。我們

的世界如此富有，一個人就能養活五到七隻狗，再加上一大群貓，卻無法幫助一、兩個難民，這些難民被遺棄在難民營裡，衣食匱乏，談不上人性尊嚴，而人類的尊嚴是非常重要的。

你們知道師父的徒弟為什麼這樣熱烈地擁戴師父嗎？因為師父說的都是真話，做的都是正當的事，他們知道師父講的都是百分之百的事實。師父的徒弟很多都是醫生和工程師，都是聰明人。師父不是像誘拐還沒長大的小孩子那樣誘拐徒弟。那些髮白頭硬得如「花岡岩」的老太婆，她們是不會輕易相信他人的，師父哪裡引誘得了她們？正確地說，應該是她們引誘師父，因為她們無論如何都要跟著師父。

有時師父也覺得很累，因為無論去到哪裡，都要照顧成千上萬的追隨者。雖然也有很多人包圍電影明星，但是表演一結束，他們就可以跑掉躲起來，他們知道群眾如影隨形的景況，所以他們害怕。然而師父在「演出」之後，卻必須留下來和人們握手寒暄，繼續談話直到隔天早上六、七點，這種情況誰不害怕？師父也害怕，但一股無私、

利他的精神，讓師父義無反顧地做下去。當我們心中存有無私、利他的想法，內在智慧的力量自然就會開啓。

## 運用宇宙的智慧能源

不要自以為很弱小、智慧有限，你們內在的智慧無法衡量，你們的能量強大充沛、沒有人能阻擋，只是你自己不知道罷了！你們總是認定：「我每天工作八小時，我只能這樣過日子。」不是這樣，你們可以做很多不同的事，只是你們不做，因為你們太忙了。你們只知道賺錢，過於執著物質的層面，而忽略其他方面。一天有二十四小時，你們把全部時間、精力都投注在無聊的工作上，實在太浪費生命。你們沒有花時間擴展視野，當然不能理解開悟與未開悟之間的區別。

每天你們花很長的時間工作賺錢，然後再把錢花掉，你們穿著入時，但衣服不久也沒有用了。師父賺很多錢，但是用錢很省，每天吃

一、兩碗湯就足以飽腹。師父自己剪裁衣服，你們看，我的衣服多漂亮！你們穿的衣服雖然很貴，卻不如師父自己做的衣服好看。

如果我們了解正確的工作方法，一切就會變得容易，凡事不用太費力，而成效卻很顯著。你們認為一般人能夠勝任師父的工作量嗎？師父不僅要做手工、教導出家眾、給人印心、巡迴世界各地演講，還要照顧悠樂同胞，而照顧難民又比修行要複雜多了，但師父卻不覺得累，為什麼？因為師父使用的不是這個世界的力量，而是宇宙的智慧能源，也可以稱為佛性或是天堂的能量。

這個大力量無窮無盡，如果你們懂得運用，做任何事都不會累。師父不僅要照顧難民，還要共修，出家眾、在家眾給我出十萬個難題，我都可以立即處理。但話說回來，要是沒人要求，師父什麼也不會想做。政治上的事情有總統和議會在管；戰爭的事有將軍管；罪犯有警察管；教育有老師管，師父不必做這些事情。

事實上，修行觀音法門的人自然會有智慧。比如師父以前不會畫，但現在卻可以畫得很美，人們誇讚師父的畫，師父也看得出來那些畫很漂亮，不然，他們為什麼要付那麼多錢來買師父的畫呢？他們又不是傻瓜。世界上有很多藝術家，但是一般而言，藝術家都很窮。

在這個現代化的世界，我們不應該堅持修行人必須生活刻苦、悲慘，吃不飽、穿不暖，生活要清苦，形貌要瘦弱才能成佛，這是錯誤的想法。沒有一個佛會這樣冷血，也沒有一個基督會這樣殘酷。耶穌基督很慈悲，佛也非常慷慨，祂們幫助人都來不及了，怎麼會要人們過悲慘的生活呢？

人們每天養家餬口已經夠累了。眾生做人、做鬼，或是當魔，已經夠久、夠累、夠饑渴了，他們精疲力竭，為了求得一點救命藥，甚至可以不停地在地上向人叩頭，怎麼還有人忍心給他們更多懲罰？那是什麼樣的佛，什麼樣的基督呢？你們明白嗎？

不要問師父：為什麼您也工作賺錢？因為師父要證明修行是光明

正大的事，不需要躲躲藏藏。修行對天堂和地獄，對有形和無形的世界，都非常有助益。如果你很餓，你能靜得下來打坐嗎？即使坐得住，大概也滿腦子想著餃子、麵包、米飯，怎麼還能夠集中精神想天堂呢？悠樂人很聰明，他們說：「吃飽才能成道。」說起來容易，一旦看到有人決心修行，卻用成見限制他：必須生活清苦，每天只能吃一餐，衣服要破破爛爛，最好是光著腳挨家挨戶去討飯。

目前的時代，情況已經不同。修行本來是高尚的事，修行人應該從肉身到靈體，從思想到言行舉止，從物質到精神「全方位」進步。如果修行人的社會地位低下，仰靠社會救濟，都變成國家社會的負擔了，誰還會想聽他講什麼道理？又如何證明他所教的法門能利益眾生？連自己都養不活了，還怎麼救別人？一個生活黯淡的人，如何保證跟隨他的人會有光明的前途？

比如說，現在非洲有許多饑民，世人已經沒有餘力提供他們足夠的救濟。如果現在有成千上萬的人跟隨師父修行觀音法門，大家因為

專心修行不顧世界，必須靠乞討維生，這樣一來豈不是讓世界更加悲慘？世人不僅要餓飽難民和非洲饑民，還要想辦法餓飽成千上萬的修行人，你們認為這樣行得通嗎？因此，師父才提醒你們，修行並不是為了忍受貧寒，我們應該想辦法使自己的生活会更幸福。

## 深切的渴望心——師父造雨記

我們值得幸福的生活，我們祈求什麼就會得到。也許我們認為祈求幸福是一種罪惡，會妨害修行，這種想法是錯的。事實上有些人自己修行不高，生活得很艱苦，就迫使別人學他們的樣子，這些人並不懂得高等的真理。

修行使我們的精神單純自然，不再有欲望——無欲，意謂內心滿足。只要還對任何東西有欲望，內心就不能滿足。如果我們不修行，內邊沒有獲得利益，心情自然會焦躁。

前一陣子師父去加州聖荷西看一塊地，那塊地一片荒蕪，因為加州已經有五年沒有下雨，樹木和花草都乾枯了，而師父一向很喜歡花草樹木。那裡有一個湖，湖也幾乎乾涸了，只剩湖底一小灘水。地主跟師父說：「請您造點雨吧！現在草木都死了，人也都失業了。求求您為這裡造點雨吧！」

師父聽了笑說：「我不是風神也不是雨神，求我做什麼？」但他仍然堅持：「您會造雨，您一定做得到。」他到處跟著師父，央求了一上午。師父笑著回答他：「讓我去找雷公、風神討價還價看看，說不定他們喝了太多西王母的水果酒，這兩三天醉了，躲在哪裡睡覺。天上的雨、三天就是人間五、六年哪！讓我們看看他們藏在哪裡睡！」師父只是開開玩笑，他卻信以為真，一回家就開始等待下雨。

後來果真下了雨，他激動萬分地跑來找師父，不停地感謝師父造雨。過後，師父又去其他幾個地方，再回到聖荷西時，賣地那個人看到師父還是非常高興，一遍又一遍地感謝師父。他說：「雨下得很

大！雖然只下了一星期，但雨量相當於下了幾個月。我們有十多年沒見過這麼大的雨，所有的湖泊都灌滿了！」他帶師父去參觀，湖水果真都是滿的。

師父對他說：「我為你高興，說不定是風神、雨神清醒了，想起以前沒盡好責任，及時補救，所以下雨了。」但他卻說：「請您再多造些雨吧！」師父回答：「雨水已經很多了，不是夠用了嗎？除了附近幾個湖，連加州和奧勒岡一帶的湖泊也都滿了。你知道那是多少水嗎？需要多大的風力和海洋的流動，才能在四天之內弄來這麼多雨水？你還嫌不夠嗎？這些雨水足夠用一整年了！」但他還是說：「再多一點，求求您！」

他太久沒看到雨，不管下了多少雨水，仍然覺得不夠。氣候正常時，通常加州每年都會下雨，那他就不會有這種懇求。湖水都已經滿了，他還嫌不夠，像唸咒一樣不停地重複：「越多越好，越多越好。」他沒有問候師父身體平安，也沒有問師父演講成不成功，只是不停地說：「越多越好，求求您。」

為什麼會這樣呢？因為渴求太久，五、六年沒有下一滴雨，樹木花草都乾死了。但現在你們往山坡看，到處都綠油油，很漂亮，是不是？缺水造就了一種深切的渴望心。在那些下雨很多的地方，就不會有人整天跟著師父這樣祈求。

同樣，我們為什麼會貪戀、仇恨和失去理智呢？當我們得不到足夠的物質享受時，就會產生強烈的欲求。我們本來是在很明亮、高雅的地方，來到這個什麼都匱乏的世界，難免什麼都想要。不是因為我們貪心、暴躁、喜歡彼此仇視，而是因為欲望無法滿足，感到沮喪，才使我們生起仇恨心，沮喪會蒙蔽聰明智慧，使人們做出瘋狂、無明的事。

無明意謂不了解事物的根本道理，不了解自己光明的智慧。所以，無明才是唯一的「原罪」。瘋狂、仇恨、爭端、戰爭與侵略，都源自無明，一切否定的事也都是由於無明才發生。因此，我們不需要為某個問題爭論不休，如果人人都修觀音法門，世界立刻就會和平。

然而，師父清楚地知道，自己必須有耐心。儘管師父已經把一切解釋得非常清楚而且合邏輯，可悲的是眾生無明太久，所以他們還是聽不懂。不過，即使只有一些人修行，總比沒有人修行好；寥寥幾盞燈，總強過沒有燈。你們若想要幫助國家和人民，對雙親盡人子孝道，想成為有愛國心、慈悲心、善盡人道的人，那麼請讓師父幫助你們找回自己的智慧。修觀音法門，會幫助每個人找到自己內在明亮的智慧和大力量，而那個大力量是用之不竭的。

## 語言不能解釋的驚人力量

幾天前，有一個徒弟問師父：「哦！師父，您以前從來沒有學過繪畫，為什麼您能畫得這麼美？您是不是和什麼人學過而我們不知道呢？」師父回答：「沒有呀！我從來不曾讀過任何繪畫書籍！」開始畫畫以後，徒弟才拿書給師父看，但我也也不想讀太多書，怕影響自己

的風格，我想自己畫，不想被梵谷或其他著名畫家影響。

師父是自然懂的，不需要學。徒弟們拿來一大疊繪畫的書，我只翻了幾頁，因為書上教的畫法不適合我。作畫必須自然，必須由靈感而來，不需要任何人示範。有人花四、五年時間學畫，到頭來還是不會畫，他們的畫裡沒有靈魂。我們在無數個前世已經學過很多事物，現在如果需要，我們可以把那些本領再拿出來使用，重頭學起就太浪費時間了。

你們應該記住，沒有什麼事是你們不會做的，你們唯一不知道的是：該從哪裡拿回已經知道的一切。如果你們想具備那種非頭腦和語言能夠解釋的驚人力量，唯一的方法就是修觀音法門。這是師父的切身經驗，我已經嘗試過了。我曾以自己的生命、以一顆赤子之心、用全部的積蓄作賭注，來驗證這個法門。我成功了，也願意與大家分享（大眾鼓掌）。

不要認為師父想「勾引」你們成為徒弟。師父的想法其實很簡單：同樣身為世界和宇宙的公民，如果我有新發現，應該要和大家分享。請不要批判師父，任何有愛心的人，都會想分享他們的發現。如果你不想接受，也沒關係，但為什麼要批評別人的奉獻？這不僅丟你們自己的臉，也使其他悠樂人跟著蒙羞。

如果誰有話要對我說，就到前面大聲講出來，品德高尚的人何必匿名，不敢光明磊落呢？（大眾鼓掌）今天來演講之前，師父收到了三封恐嚇信，說如果師父敢來講經，他們就會殺死師父。這些人現在在哪裡？請到前面來讓我看清楚，明白告知我犯了什麼罪，然後請在這裡當場殺死我好了！師父對這個世界並不留戀，活久一點不過意謂著要做更多工作，對於我個人又有什麼好處呢？

不知道這些人現在在哪裡？是否坐在這個會場裡？如果你們人在這裡，儘管到前面來宣佈師父的罪行，然後當眾將師父處死。師父可以寫封遺書，說：「我有罪，自願受死。」這樣打死師父的人就不會

被判刑。如果你躲在人後向我開槍，萬一被警察抓到，你就犯罪了。如果想開槍，就到前面來，師父願意立刻寫遺書，這樣警察就不會抓你了。有沒有人要到前面來？沒有嗎？好吧！

如果你們想過幸福、快樂、富裕的生活，就必須修行，找回智慧與力量。除非你們修行，否則沒有佛菩薩會救你，也沒有上帝可以保護你。如果佛菩薩和上帝能救你的話，祂們早就救了。為什麼上帝和佛菩薩救不了我們，其中緣故你們懂嗎？

因為人類是宇宙中最高等的眾生，如果有人不要上帝來，上帝就不敢來。如果人們不求，佛菩薩就無權救人。因為你們非常高貴、偉大，而且有能力，你們不允許，佛菩薩也不能夠介入來救你們。因此，不要說我用魔法蠱惑人心。如果我能用魔法蠱惑人心，我應該蠱惑整個世界，為什麼僅僅誘惑難民同胞呢？人類有廣博的智慧和堅強的意志力，沒有人可以侵犯。

當我們不了解自己的偉大，當我們軟弱迷信，以為魔鬼比我們還要強大時，魔鬼才有機會利用我們。如果我們從內心拒絕，說：「我不允許自己被利用，我是宇宙最高等的眾生，我具有佛性，而佛性是宇宙中最高等的力量。」那就沒有任何魔能夠掌控你。如果連佛菩薩都拿你沒辦法，魔所能做的就更有限了。

因此，你們的悲哀、幻想、妄念、痛苦、不幸，都是自己造成的。不要怪任何人，不要坐在那裡埋怨上帝不公平、佛菩薩不慈悲。是你對自己不公平、對自己沒有慈悲心，是你自己不知道自己是誰。

現在，如果你們想要知道的話，師父邀請你們了解自己是誰。條件不過是把碗裡的幾片肉換成豆腐而已，不難做到，對不對？吃眾生的血肉，以後我們必得「血債血還」。每個人都知道君子之道，我們不想要別人割我們的肉、剝我們的皮，為什麼我們要去割眾生肉、剝眾生皮？明知道那樣做讓牠們很痛苦。如果你們不知道動物會痛苦，也就算了，但你們是知道的，是不是？

等一會兒你們印心以後，靈魂自然會平靜下來，會忘掉所有的偏見和這個世界教給你們的東西，會見證自己可以做出非常不平凡的事。不要認為是師父解救了你，其實是你們自己救自己。比方說，當你們遇到意外或問題的時候，會高喊：「師父，救救我！」接著你就得救了，不是嗎？你們以為師父來救你，實際上是你救了自己。

是你們喚醒自己明亮聰穎的智慧，讓祂甦醒過來為你們服務。當你們祈求師父時，師父和你們的大智慧瞬間連線溝通，你們的祈求因此得以通達自己智慧的源頭。因為我們生活在物質的世界，物質界和智慧源頭之間，需要一座溝通的橋樑——宇宙的大智慧必須經由一個肉身工具，才能幫助眾生，有人就把這個肉身工具叫做「在世明師」。

師父並不是獨自做這一切，是我們大家一起工作，因為萬物同一體。當你請求師父幫助時，實際上也是請求你自己的智慧出來做事。我們請求自己的佛性出來工作，而不是請求自己的手、腳，或是

從世界學來的偏見為自己工作，正因如此，我們的智慧才能立刻指揮我們的行動。這是很奧妙的奇蹟，超出頭腦所能想像和語言所能表達的範疇。

如果師父能夠以頭當腳站立，用無數次的生命來讚美這個大智慧，我一定會照做；但即使如此，人類貧乏的語言仍然不足以表達。每當師父試圖描述宇宙大智慧，都會感到力不從心，不知道怎樣說才能使你們明白祂確實存在。

我們把這個廣大的智慧稱為佛、菩薩或是天堂，也就是住在我們內心的上帝。我們隨時可以把這個智慧拿出來用，只要知道怎樣拿。印心時，師父會教你們怎麼做，不用語言，也不需要外表形式。師父當然可以在講話的同時也幫你們印心，但是你們卻必須專注才能得到心印，因此，為你們印心時，師父才不講話。

## 人生的目的——成為在世佛

講實話總比說空話好。如果你們認為活在這個世界太悲慘，如地獄，那麼讓我們儘快把世界轉變成天堂。至少我們可以改變身邊的世界，改變我們的居住環境，把與我們相關的部分變成天堂，我們就不會感到那麼不幸，我們會漸漸了解生命的價值。

我們降生世間，不僅是為了上學、工作，不是為了像戴手銬腳鐐一樣地養活孩子老婆，不是要把自己弄得疲憊不堪地躺在床上、精神低落，我們生而為人的意義並不在此！生而為人的真正意義，是成為在世佛。每個人都是在世佛，你們為什麼不能明白這一點呢？

你們和師父並沒有什麼不同，我能做的，你們也能透過學習觀音法門而做到。修行就像研讀一門學科，任何人只要認真學習，便會通過考試。即使成績不很優異，最少也可以及格；即使不及格，也比那些沒有學過的人多一點知識，明白嗎？（大眾鼓掌）

好，現在師父就邀請你們學觀音法門。在古代，求道者必須翻山越嶺、爬山過河尋找明師。找到明師之後，還要討好師父，為師父工作至少三、四年，師父才肯印心傳法。有時做師父的還要考驗徒弟，看你是否值得印心。現在情況反過來，是師父討好你們，問你們要不要學？為了你們自己，為了使生活更幸福，請務必學習觀音法門。

自古以來，每個明師都是做自己的老師。

當我們成為自己的老師以後，其他人會自動被我們的磁場和力量所吸引。

清海無上師



The background of the page is a black and white photograph of a rocky coastline. Waves are crashing against the shore, creating white foam. The rocks are of various sizes and are scattered along the beach. The sky is bright and hazy.

# 以 愛 心 化 解 仇 恨

如果我們都以愛心對待仇人，化解一切怨仇，他們便能快點提昇，他們的靈魂也會更快覺醒。

講經之前，請各位先閉起眼睛和師父一起祈禱幾秒鐘，讓我們把心靈的平靜迴向給世界上最不幸的人，包括悠樂人在內，謝謝大家。

謝謝各位蒞臨法會。各位都是活佛，是當來佛——現在已經是佛，但是還有許多人不知道自己是佛，所以說是當來佛。師父曾在其他講經法會上說過，每個人都和釋迦牟尼佛平等，也和師父一樣平等，只是多數人忙著應付生活，忙著獲取世界的知識，被世俗的想法和工作綁住，而忘記自身的偉大。觀音法門就是用十方諸佛的奧妙力量，在一剎那間，讓你們重新認得自己生生世世本來具有的光明智慧。

清海無上師講於美國加州聖地牙哥

一九九一年三月二十三日

## 用愛力化敵為友

師父這次停留在美國的時間相當久，大概有一個多月。這段期間，師父去很多地方講經，也有許多人來找師父，有些來跟師父和好，有些來表示友好，包括某些知名的悠樂宗派，那些德高望重、道齡甚長、通曉經典的出家人也來找師父切磋修行之道，印證了「同聲相應，同氣相求」，大家本是知己。

還有一些政治、社會和宗教團體也來拜訪師父，讓師父好開心。看到修行人之間，至少悠樂各團體間的和諧氣氛已經開始萌芽，只要繼續栽培、灌溉，將來必定會長成大樹，福蔭眾生，成為全世界的模範。師父為這件事情好歡喜，比收很多徒弟更高興。

徒弟本來和師父有緣，生生世世已經修行了，所以師父一講，他們立刻聽懂。而那些來拜訪師父的人，原本是走在不同的修行路上，參拜不同的宗教，如今他們也能接受師父，和師父融洽交往，這是非常難得的榮幸，因此師父這幾天好高興。

當然，他們之中有些人還不了解宇宙萬物同一體的道理，不了解所有眾生都有佛性，難免還會有爭議。有人就提醒師父要留意某某人，小心某些團體。師父問他：「為什麼要小心？」他們就說：「這些人要利用師父做事。」師父說：「我有什麼可以讓人利用呢？」師父哪裡重要到可以被利用去做什麼事。況且，任何人想要在世界上下功夫成就，必須要有天命才行。不論在宗教、政治或社會任何一個領域都一樣，除了要有功德，還要造化允許。

你們不要以為那些做壞事的人沒有得到造化的同意，一切都是造化授意的。但是，造化又怎麼會同意讓人做壞事呢？原因是這一世被殺害的人，過去曾做過不好的事，所以因果法律同意讓那些以前被他害過的人，在這一世報仇，滿足報仇的欲望。比方說，有些動物這輩子被殺，成為受害者，其實牠們上輩子是兇手，所以現在要當動物，被剝皮割肉，清付前世的業障。

假如我們能原諒、不處罰那些動物，而是用愛度化牠們，讓牠們趕快進化，牠們會很快樂，不用再受苦。如果我們都以愛心對待仇

人，化解一切怨仇，他們便能快點提昇，他們的靈魂也會更快覺醒。所以，有兩種報仇方式可以選擇：一種是以恩報恩、以怨報怨；另外一種更高等、更一勞永逸的方法，就是用愛心永遠地化敵為友，讓冤親債主不再存在，不再來找我們報仇。有一種藥能醫所有病症，那就是上帝的愛心。用觀音法門的力量、宇宙無邊的愛力去救助，不管對方有罪還是善良。

## 施無畏的精神

每當有一些高僧大德、其他教派的修行人來拜訪師父，或是請師父去拜訪他們，總會有「好心人士」對師父說：「師父，別去！別和這些人交往，以免損害師父的名譽，他們都是問題人物，被別的團體趕出來的。」師父回答：「師父是修行人，不喜歡看別人的垃圾，我只看人光明、高尚、慈悲的佛心。」（大眾鼓掌）

這才是合理而明智的，我們去拜訪人，如果鼻子一直朝向人家的垃圾桶，當然會聞到臭味；眼睛老是盯著垃圾桶看，也會失去美感，把自己染臭、弄髒、變醜。為什麼不看那些擺在客廳裡的佛像、聖像和十字架呢？我們應該看高尚、美麗、光明、象徵榮耀的地方。誰家沒有垃圾？老是把鼻子湊近垃圾桶，聞到臭味就是自己的錯，如果還把垃圾帶回家，那對不起，真的是自作自受（大眾鼓掌）。

人家一番好意邀請我們去做客，誠心開門迎接我們，視我們為心目中的貴賓，而人與人之間本來應該相敬如賓，看彼此的優點，如此，雙方的優點才能融合，彼此提攜、一起進步。鼓勵對方的優點，他們就會朝這些優點發展；老是在看別人的垃圾，當然只會聞到臭味，主人也不願意再招待我們，不想展示家中的珍寶。我們要成為貴賓，就要尊重主人，才能得到對方的尊重。

每個人都是佛、是上帝。如果想要我們的朋友進步，記得要隨時看他們高尚的佛性，不要看他們的缺點，這是在這個世界上成就他人

和自己的唯一祕訣。為什麼人們覺得不友善的那些人，卻都對師父很好，表現得很高尚？因為師父只看他們的優點，師父喚醒他們高尚的品格，而不是喚起他們不好的個性。

那些人為什麼對待其他人那樣粗魯，想與他們競爭？因為批評會喚起人的競爭性，你們看清楚了嗎？師父不參與政治，不和誰爭總統、議員的位子，所以他們不怕師父出來競選，致使他們落選、丟失顏面。相反的，他們知道：如果他們做得好，師父會真心、無條件地擁護他們。所以他們好喜歡師父，不怕師父，這就叫做施無畏，懂嗎？

我們應該像觀音菩薩一樣，施無畏給眾生。施無畏是什麼？就是不論誰來我們這裡，我們都安慰、鼓勵他們，讓他們獲得和平，而不是讓他們感到害怕。雖然也有些人說見到師父就發抖，但我想他們不是因為害怕，多半是他們自覺做錯事，還沒有走上正道，所以良心自責才發抖，不是因為師父兇惡。

師父有力量，但並非打罵、恐嚇人那種凡夫的力量；師父的力量是一種精神的力量，用愛心包容所有的人，不論他有罪或是有道德。你們也應該和師父一樣，把每個來到門口的人都當成上帝、當成佛，那他們就是上帝、就是佛。如果我們經常抱持這種信念，不只師父成佛，所有的人也都是佛。

佛教有一句話說：「放下屠刀、立地成佛。」所以你們不應該懷疑觀音法門能讓人一世解脫。師父只講一世解脫，就遭受這麼多的批評，如果還說「放下屠刀、立地成佛」，不知道會吵鬧到什麼程度？雖然修觀音法門能一世解脫，但並非不勞而獲，還是要吃純素、持戒、打坐、共修，聽從師父、師兄及修行前輩的教導。並不是修行還有等級、輩分之分，而是經由這些修行的功勞，我們才能一世解脫。

把每個來到門口的人都當成上帝、當成佛。



## 真正的出家人

修行也可以抄近路，好比在這個世界學習當祕書，通常要花一、兩年的時間，但是我們也可以上速成班。旅行時搭汽車、火車、輪船是比較慢，搭飛機就快多了，問題是飛機票比較貴，如果我們買得起，搭飛機會快一點到達目的地。如果你們想再等兩、三千年或四、五千年才解脫，那就慢慢來，一個月吃純素兩天，或是每年吃純素半天，百千萬億年後一定也會成佛。沒有人不會成佛，問題是要等多久？何時才成佛？

來到這裡之前，師父本來不知道該對你們講些什麼，然而一見到你們，你們內在高貴的佛性流露出來，加持師父，讓師父知道你們想聽什麼。師父所說的只是反映你們內在的渴望，我只是盡收音機的職責，吸收宇宙天地眾生的精華，然後轉播出去給大家聽，沒有什麼功勞。師父就像收音機，收音機自己無法播出感人的音樂，必須先有歌星演唱，再經由廣播電台發射音波，收音機只是一個播放的工具而已。

所以，今天你們來聽師父講經，其實是聽自己內在的聲音。你們所聽到、所了解的程度，就是你們智慧開展的程度，如果聽不懂，就知道自己還在想別的事，等級比較低。重點不在師父說的內容是對或錯，而是你們的期待心，以及你們心靈開放的程度，會決定你們聽到哪些內容與吸收多寡。許多人聽師父講經幾小時，只記得一兩句自己喜歡聽的，認為師父是特別講給他一個人聽而覺得很開心（師父笑），是不是這樣？（大眾笑並鼓掌）

許多人問師父，為何師父自稱無上師？師父回答說：無上師就是不高的師父（師父笑）。因為「無」是沒有，「上」是高，「師」是師父，所以「無上師」就是「不高的師父」。師父只有一百五十公分，因此被稱為「無上師」也是對。師父在悠樂人中算是矮小的，是嗎？一般悠樂人哪裡像師父這麼矮？所以你們叫「不高的師父」，或是叫「沒什麼高的師父」，都對。

若說「沒什麼比師父更高」，也對，為什麼呢？因為我的心已經

是佛，還有誰比我更高呢？（大眾笑並鼓掌）當我們認識道，認識自己的佛性時，就會了解所有眾生都是佛。這沒什麼好驕傲的，所以叫「無上師」或「無下師」都一樣，世界的語言不足以形容，只可惜沒有更好的稱呼（大眾鼓掌）。

通常人們都會執著某種形象，並以這種固定的認知去判斷人，而在執著外相的情況下，是尋求不到真理的。人們喜歡在心中先描繪出一幅佛像，認為佛應該是這個樣子，出家人應該是那個樣子，所以，有一些師父只好做些不尋常的事情，打破眾生的成見。例如濟公，他根本不喝酒、不吃肉，卻模仿喝酒吃肉者的外表，目的就是要諷刺喝酒、吃肉的人執著和放不下的心。

成佛的人根本不會執著外表，問題是有些人什麼都不懂，卻只會看人外表，頭髮長或短，衣袖寬或窄，為什麼穿西裝而不穿僧服？甚至還有人說：這個人不配做師父，應該脫下出家服；那個人才配做師父，配穿僧袍。如果穿僧服就可以讓人變成師父，那也未免太容易了！

什麼是出家人？已經超三界、克服貪瞋癡，達到做而不做境界的才算出家人。如果有人拯救全宇宙，卻如同擦擦手一樣不當一回事，那就是真正的出家人。真正的出家人，穿什麼衣服都可以出家，住什麼地方都是寺廟，每天無時無刻都跟佛、跟上帝為友，那就是真正的出家人。判斷一個人是不是出家人，不能根據服裝、行動，或是傳統、師承來衡量。

## 大開悟者度人的方式

釋迦牟尼佛出家修行後，並沒有住在寺廟裡，祂每天去遊化、托鉢。佛陀托鉢並非因為貧窮，祂是藉托鉢度化眾生。佛陀貴為皇子，本來要做皇帝，即使不做皇帝而去出家，皇室也會供應祂充裕的物資，但祂選擇托鉢——當時的出家人依傳統是要托鉢的。出家人雲遊四方，借宿施主家中，順便講些真理給施主聽，藉此弘法結緣。施主布施一點米飯，佛陀則布施無上法，令人生生世世安樂幸福。

聖經也記載，耶穌基督有一次口渴，祂走到井邊向一位正在提水的婦人討水喝，那位婦人說：「你為什麼向我要水喝？我們是不同族的人。」（當時兩族人互不來往）耶穌基督說：「現在我喝妳的水，將來我會給妳甘露水，喝了將會生生世世永不口渴。」這就是大開悟者度人的方式。

釋迦牟尼佛用托鉢的方式，度化有緣。在古代，交通很不方便，如果釋迦牟尼佛老是靜坐在固定的地方，等人來見祂，要傳法就非常困難。在這個時代，一個人知道，等於百人、千人知道，古代弘法遠不像現在這樣方便，因此佛必須委屈自己，辛苦地到處托鉢，好讓眾生有機會見到祂。

眾生見到釋迦牟尼佛，就有機會看到自己的佛性，就像一支還沒燃燒的火把，靠近一支正在燃燒的火把，一會兒之後，兩支火把都會一樣亮，懂嗎？（大眾鼓掌）看佛菩薩一眼，就有無量功德，所以釋迦牟尼佛才不辭辛勞托鉢乞食。

佛托鉢並非因為貧窮、不得溫飽，也不是想成為社會的負擔。釋迦牟尼佛修行的功德生生世世用不完，物質的財富也是想要多少就有多少。但是祂已經成佛了，不會貪戀這些，祂只是隨機、隨緣利益眾生。

對眾生而言，最確實的利益並不是供養佛得到福報，而是見到佛陀本人。那些沒有分別心、不求人天福報而禮拜佛的人，反而能得到無窮的福報；有些布施者，供養佛一粒米、一塊餅，心中卻別有所求，他們不了解佛菩薩有廣大的功德可以施予，卻貪求無常的人天福報，實在可惜！

所以師父才不接受你們的禮物、不接受眾生供養。如果你們很誠心、不為私欲、無條件供養，師父當然歡喜接受，有時候師父也會接受某些同修的誠心供養；但有人卻勉強師父收受，要師父以物質上的福報回報他們，強迫師父介入他們的因果。這些人不明白貪戀福報的後果——為了享受富貴，必須再來輪迴生死。所以，這種別有所求的供養，師父幫你們免除了，以免你們將來遭受更多痛苦。活在這個世

界上，如果無法領悟自己本來就解脫，不認識我們曾經擁有過的自在，無論地位多高，擁有多少財產，我們也無法得到完全的快樂。

釋迦牟尼佛四處遊化，並不是要讓眾生得到人天福報，而是祂沒有其他方法。印度那麼大，沒有交通工具，通訊又不便利，釋迦牟尼佛要用什麼方法讓眾生有機會認識佛呢？只好藉由托鉢，與無明的眾生結緣，和那些還不認識自己是佛的人交換福報。

## 認識佛性，擁有乾坤

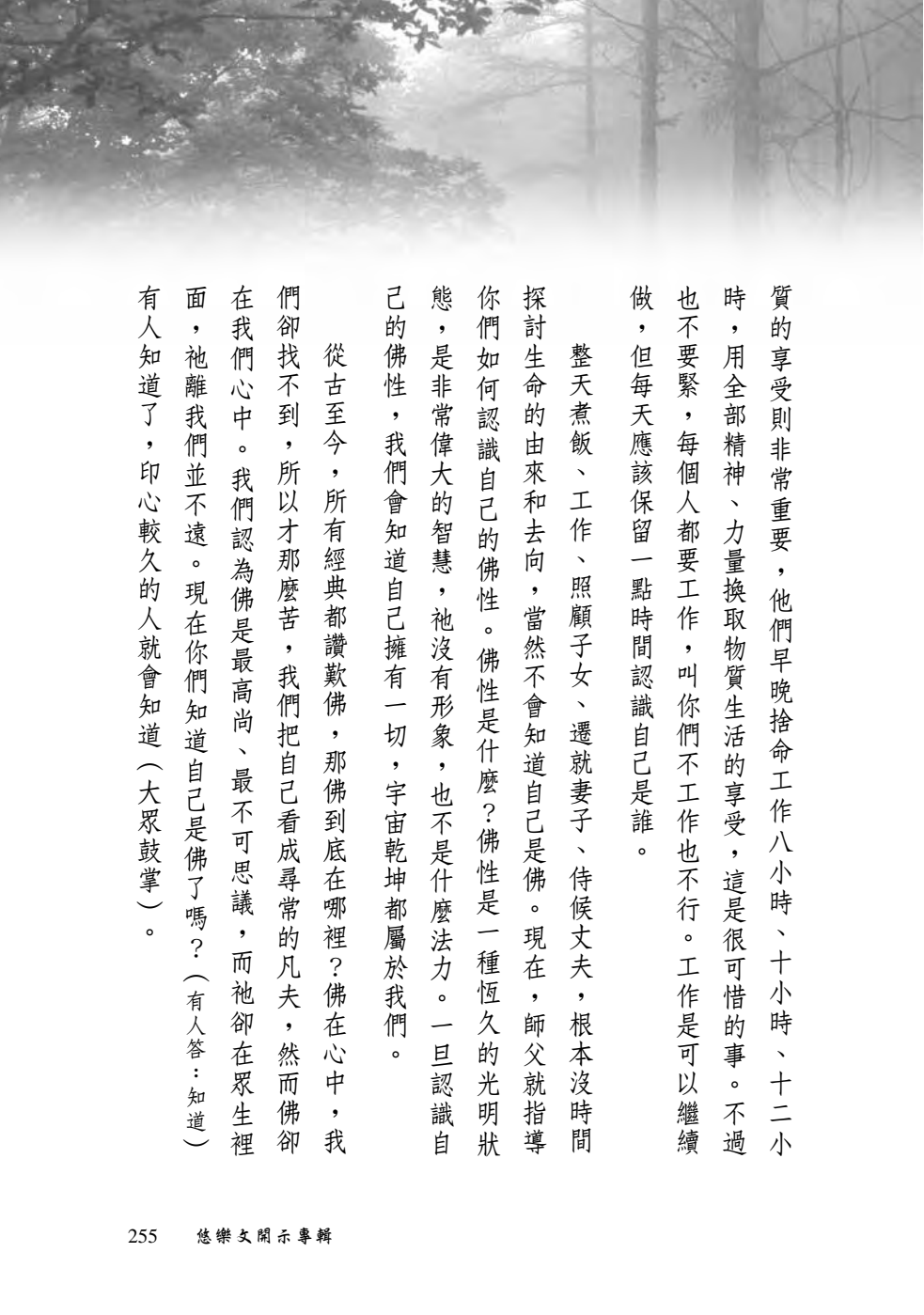
佛出世不是為了要讓人崇拜，佛曾說佛出世是為了讓眾生了解佛心。眾生要了解佛心，必須先成佛，先知道自己是佛。耶穌基督也說：「我能做的事，你們將來也可以做到。」這說明了眾生與基督一樣平等。釋迦牟尼佛說：「佛在心」，耶穌基督則說：「天國在你的內邊。」兩位聖人所說的是不是一樣？只是表達的方法不同罷了。就

像有人說：水很清涼，喝了可以解渴。另外一個人說：這是水，可以解渴。他們講的不都是同一件事情嗎？的確是一樣的事情。信主、信佛並無不同，但如果不了解佛、不了解主，就是誹謗主、誹謗佛，就是用無明的凡夫心在判斷祂們。

明師出世並非為了享受眾生供養，況且修行人越吃越少，有時不吃也不覺得餓。對明師而言，要吃就吃，不吃也無所謂，只因為四處弘法，弘法時信眾會供養食物，不吃會讓他們失望。一旦吃了就必須繼續吃，不可以今天吃，明天不吃。娑婆世界的規律就是這樣，生活在這裡就要依從這種規律，要不然就乾脆完全不吃，不可以今天吃一點點，明天又不吃任何東西，這樣對身體不好。

一旦身體習慣進食，習慣每天加油進去，時間一到，身體就會等待。釋迦牟尼佛之所以日食一餐，便是隨順習慣，但是有時沒人供養祂，佛陀也曾經進入森林靠喝水度過幾個月，靠吃馬糞維持生命，佛陀也沒有怨言。

得道的人並不重視物質享受，只是隨緣。對未得道的人而言，物



質的享受則非常重要，他們早晚捨命工作八小時、十小時、十二小時，用全部精神、力量換取物質生活的享受，這是很可惜的事。不過也不要緊，每個人都要工作，叫你們不工作也不行。工作是可以繼續做，但每天應該保留一點時間認識自己是誰。

整天煮飯、工作、照顧子女、遷就妻子、侍候丈夫，根本沒時間探討生命的由來和去向，當然不會知道自己是佛。現在，師父就指導你們如何認識自己的佛性。佛性是什麼？佛性是一種恆久的光明狀態，是非常偉大的智慧，祂沒有形象，也不是什麼法力。一旦認識自己的佛性，我們會知道自己擁有一切，宇宙乾坤都屬於我們。

從古至今，所有經典都讚歎佛，那佛到底在哪裡？佛在心中，我們卻找不到，所以才那麼苦，我們把自己看成尋常的凡夫，然而佛卻在我們心中。我們認為佛是最高尚、最不可思議，而祂卻在眾生裡面，祂離我們並不遠。現在你們知道自己是佛了嗎？（有人答：知道）有人知道了，印心較久的人就會知道（大眾鼓掌）。

但是有些人還不知道自己是佛，這是很可惜的事！雖然說眾生皆有佛性，但他們不知道自己擁有至高無上的智慧，所以沒辦法拿出來用。就像保險櫃裡有幾千億元，卻沒有時間拿出來，更沒有機會花用，有錢等於沒有。

同樣，眾生擁有偉大的佛性、最高的權威，有無上正等正覺，有上帝在裡面，但多數人根本沒時間看一眼，何況拿出來用呢？（大眾鼓掌）因此，聽說有人成佛才很驚訝，不能想像有這種事，以為只有釋迦牟尼一個人能成佛。你們想一想，釋迦牟尼又是誰呢？祂有什麼優於常人之處？不應該神化別人而忘記自己的偉大。

我們都聽說釋迦牟尼是從兜率天下來度化眾生，不過終究也是道聽塗說，不能證實，等證實了再相信也不遲。我們不該輕信謠言，以免變成迷信。無論什麼人，即使他位高權重，說話也要有憑有據才能叫人信服。就像有人質疑師父說的「即刻開悟，一世解脫」，要師父證明給他們看。師父可以立刻證明，如果你吃純素，來印心，你就會即刻開悟（大眾鼓掌）。

## 眾生度佛開悟

有人說：釋迦牟尼佛因為生生世世修行才能成佛。但是我們怎麼能證明祂生生世世有修行？我們當時根本不在場，怎麼知道呢？不過，既然佛這樣說，我們只好相信。能夠完全相信最好，顯示我們智慧夠高，心很清淨，沒有陰暗的懷疑心，那很好。但我們也該想想看，祂有什麼地方比我們好而能成佛？

祂生為皇子，受眾人呵護、懷抱，腳都不用沾地，長大後又有許多宮妃美女伺候，吃喝玩樂二、三十年，從來不知道民間疾苦，直到有一天出城郊遊，看到人民痛苦才有所感觸，領悟人生的無常而開始害怕。所以是眾生度佛開悟，沒有痛苦的眾生，佛不會醒來。成佛以後自然要回報眾生的恩德，所以別說什麼「我度眾生」（大眾鼓掌）。

師父的看法和你們的看法不同，因為我們修不同的方法：師父把時間拿來為佛工作，尋找自己的佛性；你們則把時間用來為自己、為

家庭、為世界工作，所以你們了解家庭、了解物質上的需要多過了解佛。而師父比較了解佛，因為我的時間都拿來為佛工作，一心向佛，一心找尋自己的佛性。

通常我們在學校研讀哪個科系，就只懂那一門學問，我們走哪一條路，眼睛就只看到那條路。你們走世俗之路，師父走「道」路，我們各自成就所走的路，所以師父「成道」，你們「成人」，也沒什麼好奇怪（大眾鼓掌）。原本沒什麼差別的兩個人，因為走不同的方向，結果到達不同的目的地。

舉個例子：有兩個大力士相約去登山，其中一位爬上山頂，由山頂俯瞰全山美景，另一位走到山腳就停下來休息。雖然兩位大力士都擁有過人的體力，但一位肯費力攀登山頂，因而能觀賞到自然奇景，另外一位只是悠閒地坐在山腳下，空有力氣而不用。

同樣，你們和釋迦牟尼佛並沒有差別，如果一定要比較，你們的功德應該比釋迦牟尼佛多。釋迦牟尼佛一出生就有人前呼後擁伺候

他，父母也處處遷讓他，冬天有溫暖的冬宮，夏天有避暑的夏宮，釋迦牟尼佛什麼都不用做，享受人生幾十年，祂的存在根本是國家的負擔，然而，這樣的人也可以成佛。你們還知道要去寺廟參拜，釋迦牟尼佛根本沒有機會上寺廟，連寺廟在哪裡都不知道。我們每天去寺廟參拜，辛苦工作奉養父母，納稅給國家，又救助難民，我們的功德是不是應該多於釋迦牟尼佛？

根據佛家說法，我們的功德確實多過釋迦牟尼佛。我們工作、布施、行六度波羅蜜；而釋迦牟尼在未成佛之前，祂依靠父母、吃百姓的納稅金，既沒做什麼好事，又花費很多，擁有數百妻妾——本來男人應該只有一個妻子，但以前的帝王都有許多妻子。祂耗費無數民脂民膏，不但沒功德還欠債，這樣也可以成佛，你們豈不是更有希望，是嗎？（大眾鼓掌）

師父的話忠言逆耳，卻是事實。為什麼師父要這樣說呢？並不是師父誹謗佛，我相當尊敬釋迦牟尼佛，我們是好朋友，但我還是要說

出來，讓布施、持戒、上寺廟供養三寶的人知道真相。通常你們到寺廟供養一點紅包，出家人就會祝福你們：「善哉！施主功德無量！慧根深厚！前世有修！」而釋迦牟尼成佛以前並沒有做過什麼善行，有一天祂出城郊遊，見到生老病死才心生恐懼，害怕地問部下：「有一天我也會變成這樣嗎？」部下回答：「是的，所有的人都會經歷生老病死，王子也一樣！」至此祂才驚醒，為自己感到害怕，害怕輪迴、因果，也因為同情受苦的人，釋迦牟尼才決心修道，決心去尋找解脫之路，所以師父才說是眾生度佛。

師父的情況也是如此。師父的生活一直很幸福快樂——即使不比別人幸福，但也不苦。我的家庭很幸福，甚至在我出家七年後，我先生還在等我回去，到了第八年他才再娶。他也算是很專情的一個人，人又很英俊（大眾笑）。他是聰明的富家子弟，很年輕，比師父大一歲，擁有雙博士醫生學位，條件很好，所以很多人追他。

當年師父沈浸在幸福裡，幾乎沒有任何機會受苦，去寺廟也被選

當會長、副會長，在社會上享有名望，受人尊重，物質生活富裕，丈夫愛護，家庭美滿，沒有任何因緣讓師父想修行、想尋求開悟。師父當時以為人生很美好，所以每天悠悠閒閒、慢條斯理地過日子，後來看到別人痛苦才動心，悟到人生的無常，才想趕快修行。

即使師父自己不需要修行的功德，但是我知道修行的功德可以分享給別人，所以才去找功德、去求道。因此是眾生度師父，沒有痛苦的眾生，師父不會想要修行，更別說成佛。因為感恩眾生，師父才出來分享心得，並非師父愛度人，愛當人家的師父，或自以為比別人高等（大眾鼓掌）。

有時候，我們做好事卻得不到好報，甚至還受人誤會。就有一些人以為師父要搶他們的弟子，要搶某個教派的地位，其實完全是誤會。師父並不生氣他們，只是可憐他們，也很佩服他們，佩服他們如此誠心保衛自己的宗教。他們認為自己的宗教是世界上最好的，所以才盡心盡力，花很多時間、金錢護衛自己的宗教，這點值得尊重。

師父了解他們的做法和想法，現在他們誤會師父，但總有一天，大家會了解師父跟他們一樣。師父是在保護整個佛性，同時讓眾生了解自己的佛性；他們則堅持保護「道」的一個小角落，他們盡全力護衛的只是一小部分「道」，這樣做其實有點白費功夫，但他們並沒有惡意。師父也在做一樣的事，但我保護整個「道」，其他人只看到一個小角落，不了解其他的角落，因此才誤會師父。師父由各個角度觀看，當然看得比較清楚（大眾鼓掌）。

那些誹謗、攻擊師父的人，一旦他們了解師父，師父會張開雙臂，甚至跪下來迎接他們，因為他們也是開悟的佛，是可敬的佛。師父從來不認為只有自己是佛，本來人人都是佛。有人知道自己就是佛，我就替他們高興，還不知道的人，只是時間未到。師父很清楚這裡所有的人都是佛，所以非常開心，只可惜我無法和你們分享這種喜悅，感覺不太盡興，但這也不能怪你們。



# 持戒的重要

頭腦怎樣想，身體也會跟著做，因為我們的細胞，記錄著頭腦所想、所注意的一切事情。

清海無上師講於美國洛杉磯  
一九九七年七月十三日

不想跟隨師父修行的人，也要儘量持純素和守五戒，才能夠再回來做人。持五戒可以讓你回來做人，否則，你可能會淪為比人類低等的其他眾生。這就好像我們去上學，根據某種標準，我們可以念小學，然後依某種標準，可以念高中，某種標準可以念大學。

當然也有些神童可以直接從高中跳到大學，或是直接從小學跳到大學，不過那畢竟只是少數。有些成佛的人年紀還很輕，同樣一起修行，但他們能馬上成佛，因為他們是神童、佛童（師父笑），是有天分的佛，不是木頭佛（師父玩字）。

## 遵守更微細的戒律

如果有人認為跟隨清海女士修行太辛苦，要持純素，又要打坐那麼久，還做不到的話，那麼至少能持五戒也好，不殺生、不妄語、不

邪淫（只能一夫一妻）、不喝酒、不賭博等等，這樣有一天還可以回來做人。師父不是在威脅或強迫你們要持戒，只是告訴你們宇宙的法則。

如果能夠持戒，即使我們不想修行成聖人或成佛，也還可以回來過健康、快樂、比較少痛苦的生活。如果不能持五戒，我們的行為標準低於人類，那麼我們轉世回來時，會變成其他比人類低等的眾生，諸如動物、鬼、惡魔那類。如果我們持守五戒，又有修行，遵守更微細的戒律，我們便可以成為聖人或佛。

比方說，我們常常認為沒有和某個人上床，沒有和別人的妻子睡覺，就沒有犯戒。但不是這樣的，如果我們是故意的，即使只是想而已，就已經犯戒了；光是看而已，也已經犯戒。如果我們不是故意，還好一點，但並非沒有犯戒，一樣也是犯戒，只不過比較輕微。

我們已經結婚、有小孩，還故意用言語引誘別人，或是和別人眉來眼去，心中升起不純潔的想法，那我們就已經犯戒了——因為犯戒

是包括身口意，不是只有身體而已。由意傳到口、傳到身，如果沒有意思，我們不會說出來；沒有意念，我們的身體就不會去做。

因此，犯戒有三種：微細的是來自頭腦，較粗糙的是行動，再加上言語，那麼就完了。因此，我們應該隨時小心，如果我們想要再回來做人，就必須持戒清楚。

## 意念記錄在身體細胞中

不要說沒有碰別人的手或腳，沒有親吻什麼人，就沒有犯戒。如果我們存心動了慾念，或是到哪裡都一直用有色的眼睛看人，也照樣是犯戒。因為我們讓自己養成壞習慣，我們的頭腦會自動跟隨已經造出來的路走下去，很難再拉它回來。頭腦怎樣想，身體也會跟著做，因為我們的細胞，記錄著頭腦所想、所注意的一切事情。

那些紀錄存在我們的基因、細胞、身體結構中，每天一再重複，

越積越多，很難洗掉。所以你們看，喝酒的人很難戒酒，喝越多，越難戒掉。抽菸成癮的人也會一直抽，因為頭腦已經記錄了每天消耗多少毫克的尼古丁，它會問：「喂！今天怎麼沒有呢？」然後一直要求。就好像男女之間的婚外情，也會變成一種壞習慣，一種不端莊、風流的習慣。惡習養成後，我們的身體自然就會不斷地要求那些東西。

有時候累積太多這種紀錄，我們整個人、全身的細胞都在渴求，那時候頭腦便會很軟弱，再也無法抵抗，隨之墮落沈淪下去，而越陷溺就越沈重，也越無法提昇，結果就是必須再回來做人，才能滿足自己的欲望。直到有一天，被打擊得東倒西歪，被淹沒到再也承受不了時，我們才會張開眼睛，自己站起來。但這需要很久的時間，甚至要好幾百年。

## 訓練自己馬上警醒

因此，當頭腦唆使我們去做那種事的時候，我們要馬上警覺，立

刻念佛號，趕快將自己拉回到正路上，就沒事了。如果我們一直順任頭腦做這、做那，我們便會墮落沉淪。即使修行，也是白費功夫。

我們一天只打坐兩個半小時，也許還沒打坐那麼久，但讓這種意念縈繞自己一整天，當然等級會掉下來。它拖住我們二十一或二十二個小時，而我們只拉它兩個半小時，再加上搖頭晃腦打瞌睡，修行時間根本不夠。兩個半小時是要訓練自己過純潔的生活，一旦沒有適度地訓練自己，就會統統被拉走，跟不上腳步。

有時我們在外面吃錯了東西，看到像素食的東西就亂吃，當我們還不夠乾淨時，吃不出有什麼不一樣，一旦我們夠純淨，吃到不對的食物立刻就會知道。我們的胃會反應，等一下就會嘔吐或是感到不舒服，然後我們就知道吃到不乾淨的東西了。或是晚上打坐的時候，會有恐怖低等的體驗；或是師父會來（在內邊）告訴我們：吃錯東西了！比方說這樣。

能看到內在師父，表示等級還算高，否則當師父來告訴我們時，我們根本聽不到。師父二十四小時一直和我們在一起，是我們又聾又盲，

才什麼都聽不見，只聽到頭腦記錄下來亂七八糟的事。要是能聽到內在師父的聲音，就不會有人犯戒，也沒有人會墮落了。是師父給每個人機會，讓你們自己奮鬥，要是由師父來選，就沒多少人可以坐在這裡。

即使等級高的修行人，去外面也會被影響，周遭的磁場會影響我們，造好多問題給我們。修行哪有那麼容易？已經那麼難，如果再惹麻煩給自己，就完了！那時候，即使上帝、佛菩薩也幫不上忙。不是因為我們犯戒就會有人傷害我們，而是我們降低了自己的等級，日後還是得拉自己上來。就好像一個不用功的學生在學校搗蛋，當然會留級或被退學。等他受夠了，想回學校繼續學業時，也必須向老師證明現在自己已經沒有問題。

你們要照顧自己，要吃純素、持戒。精進修行的人，有時不小心吃到有動物成分的食物，也會馬上知道。回家之後，會發現臉上長很多痘痘，要不就是晚上睡覺時，有無形眾生來抓我們的腳，或是打坐境界一片漆黑，或是我們會生病，肚子痛、頭痛，或者突然很討厭師父（師父笑）。

這是真的！你們可以問那些退心的人。百分之九十九的人退心，都是因為吃了不對的食物或是犯戒，最後便漸漸地離師父而去。因為這是兩條相反的道路，即使我們沒有故意要離開，但是卻往相反的方向走，當然會越離越遠——一個往北、一個往南，彼此怎麼可能再交會呢？其實他們也不是離開師父，而是離開自己罷了！

兩個不同的磁場，就不可能互相吸引，所謂「物以類聚」，如果有人跟我們走不同的路，早晚都會離開我們。他們並非離開師父，而是背棄自己的理想與誓言，放棄曾經選擇的光榮與美好，走上另一條黑暗渺茫、沒有前途的路。當然每個人都有選擇的權利，沒有人可以強迫別人怎麼做。因此，在印心的時候，師父從來沒有強迫你們要終生追隨師父的道路。

我們從不勉強，只是勸告而已，那是師父必須做的——提醒你們：待在自己所選的這條美好道路上，如果走別條錯的路，只會越走越遠。你們看那些離開師父的人，第一：他們回去吃肉，第二：他們犯戒；磁場自然變得不一樣。

## 動物的品質和磁場會影響我們

我們吃什麼，身體就變成什麼。例如：假使我們吃動物的肉，動物被殺時，所釋放出的毒素，就會污染我們，甚至使我們生病。這還只是講到身體方面的影響而已，心靈方面的影響更大。動物的靈識與人類不同，植物或蔬菜也不像動物有如此強烈的意識。動物貪生畏死，具有強烈的磁場，牠們會走動、會交配，會彼此相愛，也會為了異性打鬥，牠們懂得為自己的所有物和居處爭奪。

草木則屬於比較靜態的生物，從來不會互相爭奪，它們只是固定一個地方，靜靜地站著，依靠風將花蕊傳送給對方，然後開花結果。但是動物會動，牠們會本能地追求異性、繁殖下一代，因此也有嫉妒的情感和佔有欲，本性兇暴，尤其肉食動物更兇殘。

大象和兔子只有在被激怒的時候，才會反咬或攻擊；如果是老虎的話，就不用說了，不必去招惹牠們，牠們也會來惹我們，把人或動

物咬了吃。因此，如果我們吃植物菜蔬，業障的負擔比較輕，也不會染上動物殘酷的品質。

因為牠們的磁場和構造屬於動物一類，所以才變成動物。牠們的智能與人類不同，感情、反應也和人類不一樣，牠們還屬於動物的等級。動物有牠們特有的構造、磁場以及意識，如果我們吃牠們的肉，就會與牠們的磁場混在一起，吃太多肉的人，動物的品質終有一天會超過人的品質，那時就會變成動物。這是很簡單的道理，不能說是迷信，也不需要引用佛教因果的法律，才能證明人會轉生成各種動物。

比如這裡有一杯純淨無雜質的水，你滴幾滴墨汁進去，如果只是幾滴，水仍然能保持潔淨，繼續滴入四、五、六、七滴，一會兒後，整杯水就跟墨汁一樣黑，水已逐漸變成墨汁了。假使我們繼續加入更多墨汁，最後它就變成墨汁，不再是水，而可以用來寫字了。同樣的道理，人的品質不同於動物的品質，如果加入太多動物的品質，比方有百分之八十動物的品質，過一陣子之後，我們也會變成動物。

大約百分之七十就差不多可以做動物了，因為動物的成分已經超過人的成分。若是在百分之六十到七十之間，我們仍保有人的部分品質，但是動物性較強。因此，你們會看到許多人個性上有點類似動物，他們沒有人類的性格。我們也稱呼他們某某先生或女士，其實他們的動物性已經超過人性，他們謀殺、偷盜、詐欺，說謊像唱歌一樣，已經變成一種習慣。

另一方面，有一些動物雖然有動物的形體，卻擁有聰明與智慧，擁有像人類一般的情感，因為牠們所擁有的人類品質比其他動物多。譬如說：擁有百分之八十動物品質，會比較傾向動物而不像人類，但是當動物擁有百分之四十或四十五的人類品質時，就會變成半人半獸。有時我們看到動物太聰明、太有感情，就是因為這個緣故。

有一些人像動物，那是因為他們把自己訓練成那個樣子。他們學習動物的行為，不控制自己動物的品質，日復一日不斷地累積，積得太多時，終於有一天就變成動物了。即使他們是人，也不太像人，沒有好的人格，做了不道德的事情，也不會感到羞恥，你們了解嗎？（大眾鼓掌）



並非師父壓迫你們持戒，我只是勸告而已。這是自古以來，明師們留傳下來的智慧和修行祕法，宇宙進化的法則就是這樣。如果我們知道天地的法律，就能過著和諧的生活。如果我們沒有犯法，就不必擔心受處罰，如此而已。就像我們住在美國，就應該知道美國的法律，如果亂開車的話，不僅會被警察抓，有時連開車的權利也會整年被取消，因為我們明知故犯。有時候我們也許逃得掉，犯一、兩次還可以逃脫，如果經常犯法，變成一種習慣，終有一天會再也逃不掉。

## 控制自己、做自己的主人

每當意念犯戒的時候，要很快地控制自己。那樣，我們雖在意念上犯戒，至少身體還沒有犯戒。如果連身體也犯戒，那就無可救藥了。並非師父對你們嚴格，這是你們自己的人生，你們可以做任何想做的事，你們有選擇的自由，但是也應該知道，每一種選擇都有其後果。不要以為：我選擇這樣就好，因為我是自由的！不這麼簡單，這

樣子不是自由。我們可以有殺人、偷盜的自由，但是也有進監獄的自由（大眾鼓掌）。

天底下沒有人有權利禁止別人做任何事，因為每個人都是佛，都是上帝的一部分。但是我們也應該認識自己內邊的上帝和佛，應該依照佛和上帝的標準生活，才可以回來做人，才有能力控制自己，才足以做自己的主人、老師。

做老師是指成為自己的老師，並不是要去做別人的老師。做自己的老師才難，當別人的老師太簡單。自古以來，每個明師都是做自己的老師。當我們成為自己的老師以後，其他人會自動被我們的磁場和力量所吸引。如果我們只會說一堆大道理，沒有人會相信我們的，因為行動比話語更有力量。一位美國的哲學家愛默生曾經說過：「你所做的太大聲時，我就聽不到你所說的了。」

你們喜歡師父，是因為你們希望自己變成像師父一樣的人，覺得師父的生活方式才是對的，才是你們最想過的生活。所以，你們是喜

愛這個人的本性，而不是喜愛這個人，你們喜歡她做的事和她所代表的品質。就像我們愛某個人，一開始可能是受到他外表的吸引，但是一起生活一陣子之後，我們就會更為對方的情義、人品和生活方式所吸引，而不再注意他的相貌。我們已經習慣每天看到他，不管外表多好看，如果一直看也是會厭倦的（大眾鼓掌）。

即刻開悟、一世解脫

是指一個已經現世解脫的修行人，可以同時生活在兩個不同的境界。

清海無上師



A monochromatic, misty landscape photograph of a wide river or lake. The water is calm with subtle ripples, and the far bank is covered in trees and vegetation, all shrouded in a soft, ethereal mist. The overall tone is serene and contemplative.

# 無所不在的本來面目

如果我們想再回到廣博、了知一切的  
狀態，就要修觀音法門，才能再度認  
識一切。

此時此地，當我們坐在這裡交談之時，其實我們也同時存在於所有我們已知和未知的境界。我們不是只在這裡做人而已，我們同時也是天使、聖人、上帝、佛，甚至也是鬼——因為宇宙中存在著眾多的境界層次。

比方說：你今天烤素食巴比Q，有人給你一根竹籤可以叉很多東西，然後你就叉一塊青椒、一塊豆腐，再叉一塊麵筋，還有素火腿等等。當你舉起這根竹籤時，你會看到所有的東西都在你的手中。而人生也是這樣，我們能夠同時體驗宇宙所有的本質，理解全部的境界，只是我們不知道罷了！

## 萬物同一體

因為現在我們住在世界上做人，選擇過「人」的生活，於是我們

清海無上師講於美國加州洛杉磯  
一九九七年七月十九日

關上其他的門，以便完成這個人生。如果其他門也開著，你將會知道自己同時也是天人、是佛、是上帝，會知道過去、現在和未來，但這樣一來，你就不能完成你的使命，走完你所選擇的人生。所以，根本就沒有第三、第四和第五界，我們就是一切；第二界、第三界是我們，第四界也是我們。

如果我們想再回到廣博、了知一切的狀態，就要修觀音法門，才能再度認識一切。我們修行等級越高，越能了解：實際上我們就是一切，因為「萬物同一體」。如果不修行，我們只能夠了解到自己是人類而已，我們整天忙碌於例行不變的工作，回家再照顧丈夫、太太、小孩，然後跟他們吵架，除此之外，其他的事物一概不知。

假使我們認為這趟人生之旅令我們厭煩，感到這是錯誤的選擇，我們還想知道更多的東西，那就要修觀音法門，這樣我們的生活自然會不一樣（大眾鼓掌）。怎麼回事？為什麼你們拍手這麼大聲？（大眾答：非常好！）師父講得這麼糟，你們卻能聽懂，你們真的很不

錯！事實上，師父很怕你們聽不懂，因為這是很複雜的事，不容易說明白。

以巴比Q的竹籤為例：竹籤上有許多東西，但當你咬那塊豆腐時，你只知道豆腐的滋味。當我們餓的時候，豆腐是我們最愛吃的，所以我們先吃那塊豆腐，那時我們只知道豆腐的味道，因為我們只選擇豆腐來享受它的味道，我們的全副精神都集中在享受那塊豆腐上。雖然在同一串竹籤上有滿滿的食物，但我們不注意，所以不知道還有其他的東西。

當然，我們擁有全部，但因為沒注意，也就忽略了它們的存在，因為我們的頭腦、所有的注意力都集中在一小塊豆腐上，太好吃了，所以只顧享受它的味道，無意間忘記了其他。但無論如何，我們還是知道其他東西的存在，之前或之後都知道，當我們選擇享受其他味道時，自然就會想起來。

在我們一生當中，經常會有第六感。你們回想過去的生活，從孩提時代到現在，甚至在修觀音法門以前，是不是常有這種體驗？有時坐在某個地方，突然間直覺想起一件原本並不熟悉的事，即使以前從沒做過，但我們就是知道。有時則是對將要做的某件事突然感到很害怕，第六感告訴我們不要去做它；有時在工作的過程中我們會想：「噢！這個做不成。」結果真的沒做成，我們的直覺早已經知道了。

為什麼我們會在尚未完成之前便預知結果呢？許多人稱此為第六感，也有人說這是來自前世的印象。事實上並非如此！潛意識、過去或未來的體驗，都只是一種說法而已，其實沒有什麼前生、來世。生命是一條沒有起、始，無限延伸的線，只是被我們區分為過去和未來。

我們選擇這樣，以便能有各自獨立、每部分不同的經歷。就像我們把家裡分隔成不同的房間，在隔間之前，它只是一個開放的空間，把所有的牆打掉後，它仍然是個開放的空間，我們隔間，是為了便於做自己的事。

## 沒有過去、未來和現在

同樣的，永恒的生命不是指做「人」的這段歷程而已，也包括所有眾生的生命歷程。永恒的生命是由許多不同部分所組成，其實它是一條無限延伸的線，在我們體驗「今生」的同時，「過去」和「未來」也在進行，因為時間和空間根本不存在。

我們選擇某個時間和空間，只是為了要做人，然後才可以做我們目前在做的事。如果在剎那之間，我們就完成了所有過去、未來的工作，那有多無聊？我們不想要這樣。我們選擇下來這個世界成為人類，日後也可以選擇另一段時間當天人、當佛或其他等級的眾生。如果我們選擇當鬼或魔，我們會有另一段時間去經歷。

我們關上時空的大門，以便讓自己體驗做人、做鬼、做魔或天等等個別的生命歷程。事實上，任何眾生的生命都是無限延伸的，所有的一切都存在這個時間的框架裡，沒有過去、未來和現在。我們選

擇從某個生命角度切入，以完成個別的計畫，或體驗自己所喜歡的事物，我們這樣做，純粹是為了要去經歷，就是這樣而已（大眾鼓掌）。

唉！這很難，因為如果我們同時知道自己是聖人、是佛，我們就不能完成人生的使命（大眾鼓掌），不可能的！因為我們做什麼事都要投入全部心血、精力，才能有完整深刻的體會。如果我們已經知道自己 是佛，當被丈夫拋棄時，要我們坐在那兒哭，我們又怎麼哭得出來？即使能哭也沒有感情（大眾笑並鼓掌）。

如果我們不帶感情地哭，我們就體驗不到妻子被丈夫拋棄時的痛苦，我們將不能圓滿完成自己設計好的角色來考驗自己。我們嘗試這種角色，是為了體會那種痛苦有多深，這樣當有人談及被拋棄的痛苦時，我們才會了解、同情，會盡力設法去幫助他們解決問題，因為我們自己已經走過同樣的路。

如果佛只是坐在一個地方不動，無事可做，沒有悲傷、不會擔憂——如果我們選擇那樣，也沒問題。不過有許多人選擇品嚐各種痛苦的滋味，只是為了好玩。因為在無垠無盡的宇宙生命中，我們若是不選擇今天做這個、明天做那個，我們會無聊死！（大眾笑）今天我們不要丈夫，明天丈夫不要我們，那樣才好玩（大眾笑並鼓掌）。

假如有一位佛選擇來當人，在當人的時候，如果仍然知道自己是佛，那麼當妻子離開他時，他怎麼反應？或當丈夫離開她時，她如何反應？「噢，好吧！走就走，有一天我會找到另外一個丈夫，沒什麼大不了的！」既然生命無止境，他會看到未來，然後說：「那個新任妻子快要來了！比前任那個還要更好。」接著他會說：「好吧！走就走吧，走遠一點。」他不會再哭泣。

在我們體驗「今生」的同時，「過去」和「未來」也在進行。



## 扮演好「人」的角色

現在我們講一個比較容易了解的事，任何一個你所喜歡的演員，像是伊麗莎白·泰勒，當她演埃及艷后克莉奧·佩德拉斯時，必須投入所有的心神和注意力在這個角色上，她才能演得好。如果那時她仍然記得自己是比佛利山莊的伊麗莎白·泰勒，結過八次婚，離開過八任丈夫，這就不一樣了！（大眾笑）她也許演不好那個角色了。如果她還記得剛離開的丈夫，她會為她丈夫哭得死去活來，那她怎麼能演克莉奧·佩德拉斯呢？當她演戲時，她應該成為克莉奧·佩德拉斯。從這個例子，我們馬上可以了解。

同樣，佛或上帝也是如此。一旦選擇做人，就要百分之百扮演好「人」的角色，如果還記得自己是佛、是上帝，那永遠也無法扮演「人類」的角色。上帝、佛菩薩很偉大，神通廣大，祂們不會坐在那兒因為妻子離開而哭泣，這種事永遠不會發生，就是這樣！（大眾鼓掌）



無所不在的本來面目

所以，有時候當我說你們也是佛菩薩、聖人，你們卻不能懂，因為你們已經選擇忘記自己的本來面目。

現在你們厭倦做人，覺得再也學不到什麼，對所選擇的這條路不再感到好玩，既然它不是一個好的選擇，就想回去成佛當聖人；或是因為你們做人已經太久，一遍又一遍過著同樣的生活，不能解脫，一想到這點就好厭倦，沒有什麼事情能吸引你們。當我們想回去，想成為高境界的眾生時，就應該選擇修觀音法門（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，而如果你沒有師父的恩典，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用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，也不傷害其他的眾生。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）及含有相關成分的產品。

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。



## 出版品介紹



---

### 即刻開悟之鑰

中文版(1-10)、悠樂文版(1-15)、韓文版(1-11)、英文版(1-5)、印尼文版(1-5)、西班牙文版(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)、韓文版(1-4)、悠樂文版(1-4)、印尼文版(1-3)、英文版(1-2)、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)、悠樂文版(1-2)、西班牙文版(1)、英文版(1)

---

### 即刻開悟 師徒神奇感應

中文版、悠樂文版(各2冊)

---

### 1992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

英文版、中文版(1-6)

---

### 師父講故事

中文版、英文版、泰文版、悠樂文版、西班牙文版、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、悠樂文版(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

悠樂文版、中文版、英文版、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

中文版+英文版 (合1冊) (書+CD)

---

甘露法語 (一)

中、英文版 (各1冊)、中+英文版 (合1冊)、西班牙+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、英文版 (各1冊)

---

「無上家廚」國際素食珍饈

中+英+悠樂文版 (合1冊)、日文版

---

「和平之音、四海一心」紀念專輯

中+英+悠樂文版 (合1冊)

---

清海無上師藝術創作專輯

中、英版 (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、希臘文版、保加利亞文版、西班牙文版、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、蒙古文版 (各1冊)



---

### 今生有你・我的狗寶貝(1~2)

中文版、英文版、悠文版、韓文版、日文版、西班牙文版、德文版、波蘭文版  
是清海無上師為她的狗寶貝出版的優美寫真集，另有DVD配合發行。

---

### 真愛奇遇—我的鳥羽兄弟

中文版、英文版、悠文版、法文版、德文版、蒙古文版、俄文版、韓文版、印尼文版、  
阿拉伯文版 (各1冊)精彩寫真圖文，另有DVD配合發行。

---

### 高貴的野生

中文版、英文版、悠文版、法文版、德文版、韓文版、蒙古文版(各1冊)清 海 無 上  
師費時年餘親自撰文與攝影的一部湖濱生態日誌，另有DVD配合發行。

---

### 天藝

中文版、英文版、悠文版(各1冊)

是一本結合靈性與藝術的超凡之作，作者以靈性角度詮釋藝術真諦，以  
藝術展現天國的真、善、美。除了全彩精裝版，另有DVD配合發行。

---

### 生命與意識的省思 中文版(1冊)

(雅奈茲·德爾諾夫舍克博士著作)

---

### 和平曙光

中文版、英文版、西班牙文版、韓文版、印尼文版、葡文版、俄文版、波蘭文版、  
羅馬尼亞文版、印度特盧古文版、荷蘭文版、瑞典文版、挪威文版(各1冊)

---

### 「沈默的眼淚」詩集

中文版、英文版、悠樂文版、法文版、德文版、西班牙文版、葡文版、菲律賓文版、  
韓文版 (各1冊)

---

### 無子詩

悠樂文詩集、中文詩集、英文詩集

---

### 失落的回憶

悠樂文詩集、中文詩集、英文詩集

---

---

**金銅回憶**

悠樂文詩集、英文詩集、中文詩集

---

**蝴蝶夢**

悠樂文詩集、中文詩集、英文詩集

---

**前身足跡**

英文詩集、悠樂文詩集、中文詩集

---

**往日時光**

英文詩集、悠樂文詩集、中文詩集

---

**曠世情人**

英文、悠樂文、中文、法文、德文版、蒙古文版、俄文版、韓文版、西班牙文版

---

**真愛**

清海無上師的詩作特輯，完整的劇本、歌詞、樂譜及多幅全彩劇照  
英文、中文(各1冊)另有MP4配合發行。

---

<珍愛沉默眼淚>清海無上師的詩作特輯，完整的劇本、歌詞、樂譜及多幅全彩劇照

英文、中文(各1冊)另有MP4配合發行。

---

步入情史（悠樂詩吟，收錄有悠樂著名詩人之詩作）

CD 1、2&3 影帶1、2

---

往昔今朝（悠樂文詩歌）CD

---

永駐（悠樂文詩歌）CD

---

一縷芬芳（悠樂文詩歌，由悠樂著名歌星所唱）CD

---

夜夢（悠樂文詩歌）CD、DVD

---

時光隱蹤（超越時空）（悠樂文詩歌）CD、DVD

---

愛之歌（清海無上師演唱英文名曲及悠樂文創作歌曲）  
DVD

---

瑰寶集（清海無上師吟唱悠樂著名詩人的詩作）  
CD1-2、DVD1-2

---

金蓮花（清海無上師吟唱悠樂詩歌）  
CD、DVD

---

亙古之愛（清海無上師吟唱悠樂詩歌）  
CD、DVD

---

前身足跡（悠樂詩吟）DVD1、2（附17種字幕）CD 1、2&3

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

歡迎到書店網站下載最新出版品的目錄及內容摘要介紹：

<http://www.smchbooks.com>

<http://www.theCelestialShop.com>（英文）

<http://www.EdenRules.com>（英、中文）

「即刻開悟之鑰」各國樣書免費下載網站（80種語言）

<http://sb.godsdirectcontact.net/> (Formosa)

<http://www.Direkter-Kontakt-mit-Gott.org/download> (Austria)

# 如何與我們聯絡

---

清海無上師世界會 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.

---

經書編譯組

E-mail: [divine@Godsdirectcontact.org](mailto:divine@Godsdirectcontact.org)

(歡迎參與各種語文的翻譯工作)

---

新聞組

E-mail: [lovenews@Godsdirectcontact.org](mailto:lovenews@Godsdirectcontact.org)

---

修行服務台

E-mail: [lovewish@Godsdirectcontact.org](mailto:lovewish@Godsdirectcontact.org)

---

**S.M. Celestial Co. , Ltd.**

[smclothes123@gmail.com](mailto:smclothes123@gmail.com); [vegan999@hotmail.com](mailto:vegan999@hotmail.com)

電話: 886-3-4601391 / 傳真: 886-3-4602857

<http://www.smcelestial.com>

<http://www.sm-celestial.com>

---

清海無上師世界會出版有限公司

E-mail: [smchbooks@Godsdirectcontact.org](mailto:smchbooks@Godsdirectcontact.org)

電話: 886-2-23759688 傳真: 886-2-23757689

<http://www.smchbooks.com>

---

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

伊甸園: <http://www.EdenRules.com> (英、中文)

萊明富: <http://www.lovingfood.com.tw>

---

愛家國際連鎖餐飲 (Loving Hut)

Tel: (886) 3-468-3345 / Fax: (886) 3-468-1581

E-mail: [service@lovinghut.com](mailto:service@lovinghut.com)

<http://www.lovinghut.com/tw>

---



如何與我們聯絡

---

無上師電視頻道（全天24小時）

peace@SupremeMasterTV.com

電話: 1-626-444-4385/Fax: 1-626-444-4386

網址: <http://www.SupremeMasterTV.com/>

免費線上觀賞「無上師電視頻道」: <http://www.suprememastertv.com/webtv/>

---

### 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小時網路電視台的「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。

本資料有定期更新，最新聯絡人資料請參閱以下網址：

<http://www.Godsdirectcontact.org.tw/eng/cp/index.htm>

## 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——

台北市：清海無上師世界會，2004 [民93]

冊：13公分 x 18.5公分

ISBN 957-28245-5-4 (第九冊：精裝)

1. 靈修 2. 精神生活

192.1

930/8084

# 即刻開悟之鑰

## 悠樂文開示專輯（九）

作者：清海無上師

美術設計：Jacky

文字編譯校對：BK Group

發行所：清海無上師世界會出版有限公司

登記證 新聞局局版北市業字第958號

地址：100台北市中正區忠孝西路一段72號8樓之16

E-mail:smchbooks@Godsdirectcontact.org

<http://www.smchbooks.com>

電話：886-2-23759688 傳真：886-2-23757689

The Supreme Master Ching Hai©2004-2015

著作權人：清海無上師

本書內容歡迎轉載，但應先經發行公司同意

初版：2004年10月

二版：2005年5月

四版：2011年5月

五版：2014年7月

ISBN :957-28245-5-4



你們看過悠樂在地圖上的形狀嗎？

你們看過象徵真理的太極圖嗎？

它是一個圓圈，中間有一個S的形狀把圓圈分成兩邊，

一邊是白色，一邊是黑色，你們有沒有看過？

一個國家的形狀像那個樣子是很奇特的，

象徵真理的境界。你們知道這種地形有多好嗎？

先看它的地形就知道悠樂是個神聖的地方，

那裡的人天生多才多藝，因此才有許多苦難、磨鍊來鍛鍊、

訓練我們的心智，使我們更有膽識、勇氣、耐力、恆心，

就像天龍的子女一般。

青海無上師講於菲律賓巴丹一九九一年四月五日

師父覺得最好的方法就是修行。修行後，我們可以用功德化解

兄弟親友之間的紛爭，假如每個悠樂人都修行，一個人可以度很多人，

遲早國家就可以自然的解脫……

在國家經過這麼多戰亂之後，我們可以了解：互相攻擊、打仗，是解決不了問題的。

只有博愛的胸襟以及修行，才能克服一切，帶來美好的結果。

青海無上師講於美國加州聖塔安那一九八九年十月二十一日

