



即刻开悟之钥(八)

清海无上师

即刻开悟之钥  
清海无上师 第八册

清海无上师

即刻开悟之钥  
(第八册)

清海无上师世界会出版有限公司



## 简传前言

一位大开悟师父的等级，不是凡夫的能力及世界的语言所能触及，不论如何尽心描述她的思想生平，恐怕也无法道尽其一。

以前在印度，有一位修行人被指派替他师父写自传，经过几个月后，人家问他写好没有？他说还没有，再过一段时间，人家又问他，自传到底完成没有？他说：“我永远无法完成此项工作，除非我达到和我师父同样的等级，不然不可能真正了解他无形跟有形的工作，因为我师父是超世界的众生。”

清海无上师一向绝少提及她个人过去的的生活，但各地学生对师父的生平感到强烈地好奇，无可避免地，一再提出各类问题，逼得师父不得不说。这篇简传就是收集各种有关师父的生平问题，综合编凑而成的，自然还有其不完美之处。

## 小讯息

清海无上师身为一位艺术创作者及灵性导师，喜爱一切能传达内在灵性之美的表达方式，所以她用“悠乐”来称呼越南，用“福尔摩沙”来称呼台湾。“悠乐”是越南的古称，代表“悠居乐业”，很快乐的意思；而“福尔摩沙”（意指美好）更能完全反映出这个宝岛及其人民之美。师父觉得用这样的名字可以带给当地及其居民更多灵性的提升及福报。

# 清海无上师简传

## ——爱的道路

清海无上师是世界知名的灵性导师、艺术家和慈善家，她的爱心关怀超越文化藩篱、遍及十方。无上师生于悠乐中部，曾赴欧洲留学，并在当地红十字会工作。她很快发现世界处处充满苦难，故决心找寻解除苦难的方法，并以此为人生的首要目标。当时清海无上师曾与一位德国医生结婚，过着幸福的婚姻生活。尽管分离对他们来说，是极为困难的抉择，她还是带着先生的祝福离去，以实现自己的理想。清海无上师随即展开求道之旅，追寻灵性的开悟。最后在印度喜马拉雅山，由一位开悟明师传给她观内在光和音的静坐法门，也就是后来她所传的“观音法门”。经过一段时间的精进修行，无上师达到了完全的证悟。

清海无上师世界会于一九八〇年代成立，以无上师的教理为宗旨。基于人们诚心的恳求，清海无上师开始分享“观音法门”，鼓励人们向内找寻自己伟大的本质。不久之后，美、欧、亚、澳、非五大洲和联合国纷纷邀请清海无上师莅临演讲。

清海无上师慈悲为怀，对贫苦弱势者无微不至地照顾，她的慈善工作超越所有界限，嘉惠世界各地穷困的人、困苦的老

人、监狱受刑人、身心障碍者、游民及美国退伍军人等等。目前全球暖化已引发种种危机，清海无上师慷慨捐赠数百万美元，提供人道援助，并指示世界会会员前往全球各地帮助无数的天灾受害者。此外，清海无上师关爱的对象也遍及地球上珍贵的动物朋友和生态环境。她的慈悲爱力感动了世上无数人的心，并启发人们效法她的无私典范。无上师运用她在绘画、灯饰、时装设计、珠宝设计等艺术创作的收入，为需要帮助的上帝子女带来慰藉。

近年来清海无上师撰写的三本着作：《真爱奇遇 —— 我的鸟羽兄弟》、《今生有你 —— 我的狗宝贝》和《高贵的野生》，均荣登国际畅销书排行榜冠军，并翻译成不同的语文版本。无上师藉由心灵沟通和灵性洞察，深入了解备受珍爱的动物朋友之情感和想法，并记录在这些著作中，藉以彰显他们高尚的精神和无私的爱。

为扬善褒德，激励人们见贤思齐，清海无上师于二〇〇六年三月设立了“全球优秀领导奖”，此后，又陆续设立“全球优秀英雄奖”、“全球优秀爱心奖”、“全球优秀诚实奖”、“全球优秀发明家奖”……等奖项。这些荣誉受奖人包括个人、国家和组织。他们足为楷模的作为，对增进地球和谐、美丽和永续发展有重大的贡献。例如：斯洛文尼亚共和国第二任总统雅奈兹·德尔诺夫舍克博士 (Dr. Janez Drnovšek)；美国第四十五任副总统高尔 (Al Gore, 与联合国跨政府气候变迁小组共同荣获二〇〇七年诺贝尔和平奖)；联合国跨政府气候变迁小组主席和印度能源研究所主任彦德拉·帕卓里博士 (Dr.

Rajendra K. Pachauri, 荣获二〇一〇年联合国人居署城市演讲奖); 美国太空总署首席太空研究科学家詹姆斯·韩森博士 (Dr. James E. Hansen, 荣获二〇〇九年罗士比奖章); 英国知名的灵长类动物学家珍古德博士 (Dr. Jane Goodall) 。

清海无上师也颁发“全球优秀英雄奖”、“全球优秀聪颖奖”……等奖项给我们珍贵的动物朋友, 以褒扬他们冒险拯救其他生命的无私高雅义举, 并彰显他们在爱心行动中所展现的英勇、聪明与关怀的精神。

清海无上师无论在灵性或物质上, 都对世界贡献良多, 虽然她不求任何的认可, 然而世界各国政府和私人组织为了表扬她的无私奉献, 颁赠许多奖项给她, 例如: 顾氏和平奖 (二〇〇六年)、第二十七届泰利银像奖首奖 (二〇〇六年)、洛杉矶音乐周表扬状 (二〇〇二年)、世界精神领袖奖 (一九九四年)、世界公民人道奖 (一九九四年)。此外, 美国政府官员并明订二月二十二日和十月二十五日为“清海日”。迄今, 她仍然不遗余力帮助世界, 无数领导者和民众都对她感激不已。

清海无上师是当今著名的环保先锋, 以其智慧与勇气对气候变迁议题发声疾呼, 事实上, 二十多年前她已经开始呼吁环保。她发起“您也可以选择这样的生活”及“SOS 遏止全球暖化”活动, 并以嘉宾主讲人的身份参与全球气候变迁会议, 引领大众关注当前世界灾难频繁的根本原因, 及其首要解决之道: 实行慈悲的纯素生活方式。现在广为大众熟知的口号: “纯素生活 创造和平”, 即由清海无上师所提出。

有鉴于食物的选择会对气候造成巨大的影响, 为协助人们



改采仁慈永续的生活方式，“爱家”纯素连锁餐饮店在清海无上师的鼓励下开始蓬勃发展。这些深受欢迎的餐饮店遍布世界各地，提供各式各样美味营养又平价的纯素佳肴，藉以倡导健康饮食及推广最佳抗暖化之道，以保护这个世界与其居民，和共同生活于此的众生及我们的后代子孙，免于遭受全球暖化所造成的毁灭性影响。

在这世代，清海无上师无私奉献、孜孜不倦帮助世人，为宝贵的地球缔造光明的未来。

# 前 言

清海无上师讲经，一向避免使用艰深的字句，完全是以最浅显的口语化方式讲述，出书也不以文章优美取胜，为了让大众都能简单了解。弟子们不敢用凡夫的头脑改变内容，以免减少师父的加持力。

## 目 录

简传前言 .....	3
小信息 .....	4
清海无上师简传——爱的道路 .....	5
前言 .....	9
1. 拯救世界末日的方法 .....	11
2. 我们正迈向黄金时代 .....	27
3. 修行使世界更文明 .....	45
4. 上帝照顾一切 .....	66
5. 走出人生大梦 .....	73
6. 信靠自己 .....	91
7. 金钱与权力 .....	98
8. 为灵性奋战 .....	109
9. 圣人心不求回报 .....	115
10. 开悟唤醒肯定力量 .....	123
11. 天堂完美的众生 .....	147
12. 如何寻回内在宝藏 .....	155
印心——观音法门 .....	172
出版品介绍 .....	174
如何与我们联络 .....	177



## 拯救世界末日的方法

清海无上师以中文讲于日本成田机场

一九九四年九月八日

这一次我来日本觉得好轻松（大众鼓掌），你们印心久了嘛！大家也很认真打坐修行、自己净化自己，对日本的气氛有帮助；我们就是这样子帮助世界的，所以才说你们是世界的救命恩人。因为在这个世界上，很多我们的兄弟姐妹都忘记了他们的本分、他们的佛心、上帝的质量，而做了很多对世界、对宇宙不好的事情。如果每一个人都这样，大家都不想办法平衡，我们的世界一定会发生很大的灾难。很多灾难已经发生了，不过有更大的灾难会再发生，到目前这些灾难只影响一个国家或是一个国家的部分而已。如果大家像以前那样不修行，继续做坏事，不管别人的生命和感觉，不顾人道的話，更大的灾难将会发生，那时会影响整个世界。不用有神通就可以看到当来，不用神通也可以知道，因为合逻辑，这是因果。

很多所谓的预言家、先知，他们都可以看到世界将有很大的灾难，在同样的时间发生。在不同的国家、不同的时代，都可以看到一样的情况，那些人真的可以看到未来，他们不是随便说的。每一个国家、每一个时代，都会有一些这样的人，这没什

么稀奇。不过也许我们现在修行好，很多国家都有我们修行的人，都有很大的共修中心，大家合起来力量很强，所以我想世界还是会有救的。因为如果我们诚心合起来要求什么东西，或是合起来修行，发出和平的气氛，就会有很大、很大的影响。

不是在那个地方而已。比方说：在你的地方没有河流，不过别的地方有，河水或是海水会蒸发变成水气，然后水气变成雨，还是会影响到你的地方。再举一个例子：比方说你今天也许在路上或是在什么地方碰到困难，发生车祸或是什么意外，然后你碰到两个人，那两个人很有爱心、很关心照顾你，让你感觉到有人爱护，又感觉到安全，你觉得很舒服。后来你没事就走了，或是一个礼拜后你痊愈出院，那个爱心还会影响你，所以你不论看到谁，或是在开会的场合，有很多人在一起，你都会对他们很有爱心、耐心。而那些被你爱心对待的人，回去后再继续传爱心下去，对待别人很有爱心，那些受到爱心对待的人，又继续很有爱心对待别人，这样子一直传下去、传下去，像一滴油的扩散效果一样，一直传下去，一直传下去。

同样，如果一个人有足够的时间修行，他自己内边会和平，然后他和平的态度、和平的气氛，会影响到他所看到的人、他的隔壁和四周的人。那些看到他的人，也会被他的气氛影响而变成和平，他们会想：“啊，对嘛！应该和平才对、应该有爱心才对。”继续这样子下去，就会影响很多人。所以我们修行真的有益，这是很合逻辑的事情，没有什么神秘、不能了解的。

在这个世界上，发生很多不好的事情，都是因为人不快乐、得不到爱。比如说，我们常看那些心理学的书或是报纸上说：比较糟糕、有暴力倾向的人，都是小时候被虐待或是被忽略、没有得到爱心，长大了才心情不好、个性不好，多数是这样子。现在我们的修行中心，就是提供大家一个可以休息的地方，可以让他安静下来，觉得和平，觉得这个地方可以安定，没有人会吵他，

没有人会对他不好。因此他就越来越和平、越来越安心，越来越安心就不会再怕、不会紧张，不会觉得有什么危险。不仅这样，我们也会教人跟自己内边伟大的力量沟通，慢慢地会了解自己真的很伟大，所以会越来越好了。这些人一定会越来越安心，越来越和平，你们就是这样子嘛！（大众鼓掌）

修行是很合逻辑的事啦！用逻辑就可以了解，应该有这种修行的地方，给人家来反观内省，往内心找自己平安的角落。所以你们才越修行生活越顺，越修行越觉得聪明，越修行越了解、越轻松、越能原谅别人，越修行越有爱心。因为以前不知道怎么保养自己，才不舒服，身体不好、精神脆弱。

在天堂上面，他们用光救病，不是用药，也许当来我们也会用类似的光来救病。有一些病用声音也可以改变，像音乐之类。我们现在修这个法门，又有光又有音，很多痛苦、很多压力都会自然减少，然后消失。我们本来是很有智慧的，就因为这个世界被压迫太过分，没时间休息；即使有时间休息，也不知道怎么休息。出去活动，花很多钱只是更累而已，越来越不舒服。现在我们又有时间修行，又有救百病的光和音的力量，又有智慧；因为我们安静下来，会找到自己本来的智慧，我们会越来越好，这是当然的事情。

平常的人工作太多，如果他们有钱，就会去海边，或是去山上休息一阵子，这样他们就觉得比较舒服，回来后可以继续工作。不过，我们每天都有一点休息的时间；这样是比等好久才休息一个礼拜还好。每天打坐两个半小时，就是我们的休息时间；不只是休息而已，而且也救自己的命啊！光和音会把我们里面的细胞、精神等等都洗干净，我们越修行，越觉得很年轻、舒服，多数的病痛都会消失。

最近我看一本杂志，他们用一种声音来救癌症。你们有没有看到？他们开始实验了，好像有效。看到这个消息，我觉得我们

修“观音”最好。很多同修修观音法门后，癌症自然都不见了！不过这也是一种自然的额外作用而已，我们修行不是为了要救病的。不过也是啦！因为我们无明的病是最严重的，从无明病生出好多其他的病。

比方说，有时候因为我们无明，就去外面吃喝玩乐、吃肉、喝酒、吸毒等等，认为那些事会带给我们快乐。事实上却破坏了我们的身体和精神，这都是因为我们无明的关系。听懂吗？因为无明，吃毒药、喝毒药进去，然后越来越病，肝病、癌症、肺病、心脏病，什么病都生出来，都是因为无明病。本来上帝派我们来这个世界，是为了要加持这个世界，让这个世界越来越进步、越来越漂亮，跟天堂一样。结果我们来这边、进入这个“工具”（人身）以后，又破坏它，不用它实行上帝的旨意，破坏这个得自上帝的工具，所以我们才越来越不舒服。

现在师父教你们做对的事，知道应该怎么使用自己的工具，记得自己的任务。不然，如果每个人来这个世界，就迷散在这种物质的生活里，喜欢这个、喜欢那个，喜欢这个工具，不用这个工具来美化世界，反而迷上这些工具，然后沉在这边，这样世界当然没救。应该有一些人像我们一样提醒别人，记得自己原本的任务，要了解、记得，不要迷散在这个世界，不要破坏自己和这个世界，所以修行是应该做的事。

普通人有时候病太重，人家会送他去住院，不是喂药而已，也让他休息，他的身体会自己发出一种抵抗力，把病治好、医好。多数的药吃进去以后，会让我们觉得比较沉重、想睡觉，原因就是为了让我们要休息，然后我们身体自己会有抵抗力，自然会好，不是药起作用而已。即使我们还没有病，不过我们每天这样子休息，然后吃那帖天堂的药——内在光和音，每天几百公升灌进去（师父笑），那当然会好起来啊！又能休息、又得到药，当然精神、身体会好。所以我们越修行，越觉得不能不修，越修越喜欢，

就像小孩不能不喝奶一样。

多数的人精神或是身体方面，都有一点问题。虽然我们才开始是比较迟了一点，不过总比没有好。如果我们自己有小孩的话，那赶快给他们这个“药”，长大后就不用灌那么多。你们看世界的医院里，满满都是吃很多肉、喝很多酒的人，他们不是贫穷的人哪！是吗？是很有钱的人，很会吃、会喝的，都在医院里面。他们康复得很慢，有时候小小的病却好得好慢。反而那些吃纯素、生活简单像我们一样的人，生病的话马上就好了，即使没有马上好，也好得很快。吃药也不会有副作用，没有坏的反应。有时候因为我们太晚修行，我们的系统来不及适应、来不及变好，那个时候如果生太重的病，因为刚开始修行，还来不及改变，因此我们有时候也会有一点病，如果我们不修，病就会更严重。

光和音，就是身体和灵魂的药和食粮。它们会让我们的细胞改变、更新。你们看那些修行好的人看越来越来越年轻，至少比以前年轻。好久以后你再看他，他的皮肤更亮、更嫩，好像回到少年时期，如果我们生活比较不急、不太紧张的话，改变又会更明显。每天我们修行两个半小时也可以啦！可以活得下去，最少不会压力那么大，不会严重到半生半死这样（师父笑）。不是我需要你们修行，而是你们真的需要修行。我自己也会尽量到处跑，提醒大家认识修行的好处。至于决定要不要努力修行，则是你们的权利和你们自己的本分，我根本不能催、不能拉、不能拖、不能做什么。我只能说你们越修行会越喜欢修，越觉得很有利益、很舒服，身体改变，不一样。真的，几年后我回来看你们，哇！好健康！跟我们初次见面的时候不一样（大众笑并鼓掌）。你们了解才拍手，是吗？

我们的身体受灵体和精神的影响，如果我们的灵体和精神充满，吃灵体的食粮，我们的身体就会改变，越变越漂亮。我们的精神如果不轻松、不快乐，我们的身体看起来也会一样疲劳，然



后懊恼，会很烦躁、很不舒服。

我说一个很合逻辑的比方，当你们快乐，或是恋爱的时候，是不是看起来很漂亮？或是当家庭很温暖、很舒服和平的时候，你们都笑嘻嘻的，脸很漂亮漂亮。如果我们担心工作，或是生意不顺利、爱人跑掉等等，或是赌博输了，哎！看脸就知道。有时候人家说：“啊！气死、烦死、相思病……”，听懂不懂？还没死，不过好像差不多快死了！这还只是世界的担忧而已，不要说我们的灵体呀！每天不让它休息、没有补养它；光和音是精神的食粮，如果不补养，精神会很干枯、懊恼、忧愁，然后会影响到我们的身体，这是当然的事情。

一九九四到一九九六、九七这两三年以内，是我们世界最敏感的时期，发生了很多事情。因为我们在这几个世纪以内，做了很多破坏自己地球的行动，有时候好像是帮助这个世界，为了使世界进步，不过代价好高哦！我们人也太无明，为了匆忙快快赚钱、快快做生意，不管当来的后果。所以现在我们要慢下来，考虑到我们的情况、我们的下一代和世界的背景。我们破坏太多了！比方说我们可以砍树，不过砍一棵要种两棵嘛！我们可以把用过的东西回收再利用，就不会有事了！我们还可以改肉食成素食，因为吃肉耗用最多世界的原料。

每一年都有好多山林被砍伐，为了畜养动物。每年砍伐像英国面积一样大的山林、森林来养动物、养牛给我们吃。养牛要花掉好多水、好多饲料、好多时间、好多地，然后那些地又不能再种，因为树砍掉了以后，一方面因为动物踩踏而不能再种东西，如果要再种，必须等五十年以后。另一方面就是树砍掉以后，如果下大雨，好的土壤都被冲走，水土保持失调，土地越来越干燥。然后一个一个这样影响下去，不是破坏一样而已，而影响很多很多方面；影响到好的水，好水都给动物洗呀、用掉，然后我们的用水都很肮脏、缺少不够用。

我们滥用科技，然后破坏了地球的保护层，这也会影响到我们地球。所以地球越来越热了，如果地球很热，就不会下雨、没有树可以乘凉。没有下雨，树更不会长，没有树就更不会下雨，所以天气越来越热，又乱七八糟变改。所有都会影响我们的身体，影响我们的小孩，影响我们的生意，影响我们的精神和各种方面，然后会影响到我们地球的道德。没有东西吃，物价会上涨，然后很多人买不起东西，生意做不好又会破产，破产就会去偷，会做坏事，会变成流浪汉，或是可能会伤害自己本身和家人。

因为没东西吃，自己先会受害，不久以后全世界都饿。这种后果已经影响到小孩子、影响到道德，所以现在联合国和很多国家都合起来讨论有关堕胎和未来的食粮短缺问题（※）。他们已经达成协议通过堕胎等等法案，那就是说决定要杀小孩子、要杀婴儿，是呀！要让堕胎合法化。因为人越多、东西不够吃，所以他们现在就想杀人了；讲得难听一点，不就是为了吃东西而杀人吗？不过事实确是这样——杀婴儿、杀小孩。因为现在他们感觉到很危险；食物越来越少，而人口越来越多。他们不改变自己的生活——吃纯素；不再砍树木，而是种树木；不养动物，而种东西吃。他们现在反而砍小孩。你们看，这个影响就像铁鍊一样，一个一个不停地接下去。不是说：“我吃肉是我的事情！”而会影响整个世界、影响到下一代，影响到自己无辜的小孩子。你们看！好厉害，伤害好大，现在还会问师父为什么叫你们吃纯素吗？

我们要解决这个问题，应该从根开始改变，浇水要从根浇起，不是从叶子上面。对呀！越吃肉，越应该养肉，养那些动物也需要很大的地、很多水，那些草才长得出来，然后越砍树、越没水，又拿水给动物用，人都没得用了。没有水的话，就不能种东西；不能种东西，东西就少；东西少就越来越贵。人口增加，食粮减少，当然会发生更多的战争、更多暴力，抢啊、杀啊——为了吃东西、为了食粮。现在终于就想杀人——杀小孩了，为了要救自己。

以前堕胎是一种想都想不到的事，谁都想不到的，现在他们却想变成合法、公开。依我的浅见，我觉得联合国和很多国家，想法应该逻辑一点，应该想出更有效、更正确的方法，不是这样子杀小孩就好了；继续这个样子，杀多少都不够。很多人预言，看到将来有一些国家要吃人肉才能够生存，吃死人的肉，到这种程度。不过有办法可以改当来，但是如果继续这样下去，当然改不了！

我们可以改，改变我们的世界，我们可以救我们的世界，那就是重新改变我们的生活——一个道德的生活，吃纯素、修养自己的精神和身体，这样子马上就会有效，我们的世界马上就改变了！大家去种树而不是砍树，这样就会马上有救了。在十年以内，世界会变得不一样，没有这么多问题。真的还可以救，不过应该大家一起做才行。

比方说我这样讲，徒弟听我的话，就可以影响一些你们所认识的人，不过如果那块地不是我们的，我们也没办法叫他种树啊！地主本人应该了解这个利害关系，这个消息应该传播整个世界让他们知道，他们应该相信，他们的想法应该合逻辑一点，大家一起合起来，才能够救得了世界。不然真的不用说末日，我们自相残杀，还问什么末日不末日。从开天地到现在，从来没有听过战争是要杀小孩，这表示我们的道德现在已经堕落到极点。

现在，如果你杀人，法院的法官、警察就把你抓起来，放在牢狱里面，要你的命来赔另外一个人的命。现在他们却想合法大屠杀，没有人觉得这样做不道德，真的不可思议！我期望联合国和那些去开会的有关国家，头脑清楚一点，不然把我们的下一代、把我们的世界放在他们的手上，由他们替我们的当来做决定，真是太恐怖了！听懂吗？如果他们不开悟、没有逻辑的头脑，你可以想象多严重啊！有因就有果，上帝一定不会这样袖手旁观，让世界的人把生死放在他们手上，来决定上帝儿女的生死大事，

上帝不会肯的。

我们常常会控告人说：“这个人杀人！他是凶手！”大家都骂他、憎恨他，大家也都讨厌战争、讨厌杀人的情况。不过，现在杀人却变成自然，而且是杀婴儿、杀小孩，真的太恐怖了！有时候是被情况所逼，那不一样；这个是公开的、没什么紧急的情况，为了食物不够分配而已。为了维护大人们的食物分配，然后就把婴儿杀掉。我期望堕胎不要合法，我们尽量想办法，让这件事不要发生。

如果我们有人想做或是同意这么做，我们可以写信告诉他们，内容像师父今天讲的大概的意思，每个人可以依照这样写信送到联合国、送给美国总统、送到有关的国家那边去。他们应该用别的方法，不能用这个方法，不好！也许他们听我们的劝告，也许他们不听；我期望他们听，不然的话，即使我们把全部小孩杀光，为了要救这些大人和其他的小孩，为了不让大家全部饿死，不过造这种因果，以后回来会更糟糕。真奇怪，我不晓得世界的人都在想什么，那么简单的事情也不能改变。多数的政治人物，他们一定知道那些统计，探讨吃肉与吃素之间利害关系的书本。他们看到那些书的机率比我们还要多。他们有钱，有人会通知他们，拿材料给他们看，他们应该知道得比我们多。他们要治理国家、替人民做事，应该知道这些事。那么简单的事情，鼓励大家吃纯素，自己本人也改成吃纯素就好了，世界很快就会有救，还没有说修行会去天堂、会有功德呢！

如果吃纯素就可以救世界，那大家可以牺牲一点嘛！政府跟宗教的人物，他们对人民有很大的权力和影响力，什么工具都可以用，电视、电台一切都是他们的，任何时候他们要讲什么都可以，应该要讲好的事、鼓励人家吃纯素、保护世界的环境，为了我们自己、为了我们的下一代，这样才对呀！是不是？对政府和宗教的大团体而言，这样做是最方便的。

最近我们已经受到很多警告，到处都是天灾、地震。除此之外，我们还怕人类自己互相残杀。人真的很厉害，可以当佛也可以当魔。当佛时可以救整个世界，当魔则会破坏整个世界。到目前我们已经受到很多伤害，因为有一些神经不正常的人制造战争出来，或是发明什么炸弹，破坏很多世界的财产和人民的生命。有时候我们觉得一个原子弹没什么，破坏一个城市没什么等等，不过花多少钱、多少功劳才能盖一个城市出来！城市破坏了，国家经济被影响、受到压力；重新再盖的话，会面对非常非常多的压力，对国家经济是一种很严重的负担。如果这样子又是天灾、又是地震、又是台风、又是炸弹，又有那个怪病，不用说整个世界被破坏；破坏三分之一或是一部分，已经划不来，会有连续的恶性循环。

我期望世界的人快点醒过来，我希望你们能告诉大家，一起拯救这个地球，不然怎么办？天堂是给那些比较好的人住而已，如果这个地球不在了，那些不好的人要住哪里？所以为了那些不好的人，我们要工作一下。

这个地球也是很宝贝，如果上帝要惩罚它、要消灭它，我们当然是顺他的旨意，我们也没办法做什么，不过，能救我们还是要救，因为这个世界是很好的一所学校，很多灵魂可以下来这边学习、成长。

※ 联合国及一些国家的代表们于一九九四年九月五日至十三日于开罗会议中讨论有关地球人口爆炸及未来食粮短缺的问题。

\* \* \* \* \*

师父给予这场开示的当时，联合国还正在开罗召开人口会议。会议期间，国际报章媒体纷纷报导对于堕胎议题意见分歧的消息，

反对堕胎的国家代表指控此人口计划案将导致堕胎事件的增加，因而拒绝签署。以下是连日出现在多家报纸上反对堕胎的论证。

开罗：当联合国人口会议于昨天举行闭幕会议时，回教和罗马天主教等国家在最后的报告上，批评有关堕胎和性权力等相关议题。——摘自香港虎报 1994. 9. 14

— 梵谛冈联合回教中的保守派国家如伊朗，控告这份公文宽容堕胎、婚外性行为以及同性恋。

— “我们必须去参加，并反对它，而不是放任西方思想左右家庭计划。”

— “我们不会接受这份公文中任何违反回教教义的部分。”布托女士决定以回教国家中唯一的女性代表身份，前往开罗参加此会议。

— 土耳其总理 Tansu Ciller，孟加拉的 Khaleda Zia 以及约旦皇后 Noor 已决定不参加这次会议。印尼总理 Suharto 也退出了这次会议。

— 梵谛冈发言人 Joaquin Navarro 说这项草拟计划案，允许年青人可不经父母同意而堕胎。

— 他说：“没有任何一个西方国家有类似这样的法律，然而他们却想把这法律加给别人。”——法新社——摘自香港虎报 1994. 9. 5

— 估计拥有八亿世界各地信徒的梵谛冈，以及诸如伊朗的回教保守国家，已发起一个抵制此文件的运动。

— 教廷指其无法公开或私下支持文件中有关于堕胎以及伤害到家庭及鼓励青少年性行为的部分。——摘自香港虎报 1994. 9. 7

— 埃及的回教人士在这次会议声称：星期一的揭幕式证实了他们最害怕的忧虑——鼓吹婚外性行为及使堕胎更方便。

— 有一个少女披上回教的头巾，标题写着：我们未来的后代

没有生存的权利。

——摘自香港南华早报 1994. 9. 7

最后，大会考虑了反对堕胎国家代表的意见，而加入了一段折衷文字。

“安全孕产”的概念并不包括“提倡”以堕胎作为计划生育的手段，这已为许多国家所接受，作为减少产妇发病率和死亡率的一个战略。

——取自“会议行动纲领草案”六十三页（香港虎报）







悲悯的师父，对于世界性的人口问题也提出了睿智、人性化而又具体可行的办法。实践这个超越国界的照顾儿童的计划，是真正踏出“世界大同”的第一步。

致函

## 美国纽约联合国人道事务部门

亲爱的先生 / 女士：

现在世界为了人口问题忧心忡忡。有些国家因为人口过少，束手无策；有些国家则为了人口太多，实施强制节育政策，而闹得天怒人怨。（像北京前阵子有一位男子，因太太被迫堕胎而死，一时痛愤而致疯狂乱杀人。）

其实只要小孩过多的国家（比如大陆、印度……），可以公开合法地将小孩给人口过少的国家领养，（比如新加坡、英、法及其他欧美国家等），无需经过太多官方的繁文缛节，就可以彻底解决这令人头痛的问题。

实施此方案，至少有下列数点益处：

- (1) 可以平衡世界的人口。
- (2) 可安慰无小孩的父母，为家庭带来新活力。
- (3) 可少杀生的罪恶，不致引起为人父母的伤心及怨恨。（有些国家为了控制人口数量，而强迫堕胎、残杀婴孩。）
- (4) 可带来经济的利益。（人口过少国家多了生产力；人口过多国家多了领养费收入，并减轻了负担：由未来的父母负担妊娠期间母亲和养子之医药费等等，因而也提供了心理及精神上的安慰，同时也减轻国家照顾大众健康方面之负担。）

贵单位或许担心此方案会不会有流于人口贩卖的可能，只要

公开化地建立档案，持续地追踪、辅导，如此一来，国际社会之间即可互通资源的有无（包括人力），也将落实“无边界地球村”的理想。

清海无上师世界会 敬上



## 我们正迈向黄金时代

青海无上师以英文讲于美国波特兰

一九九三年十二月四日

有时候我们深受感动，虽然大家认为是因为明师很了不起，甚至称他们是无上师，但我不认为是由于明师本人，我认为是因为你们自己，因为你们的诚挚，你们内在最深沉的智慧和爱心开启了，才会有时候在一些不同的情况下，经历各种法喜充满的体验。

有时我们非常诚心祷告，多少也会有这种经历，或者有时候我们在最深刻、无法形容的苦痛时，我们会感受到上帝的加持就在眼前。静坐只是另一种打开我们的诚心与渴望的方式，以接受无边的祝福和爱意。这种祝福与爱意遍布全宇宙，但也许有时是碰巧，或是经由无上智慧的安排，我们觉得某些地方或遇见某个特别的人时更有加持力；也许那个人和我们的振动频率相同，和我们一样诚挚渴望和全心接受上帝；那时，两股力量融合一起，我们觉得法喜充满或是有所谓开悟的感觉。

世界上多数人认为他们已经够好了，不需要改变自己的生活，不需要做什么，甚至不需要开悟，所以他们不去寻找。甚至老师或是好友，毫无条件基于爱心和奉献来到他们门前，他们还是拒绝，这是为何世界到目前还是这种情况的原因，因为我们还不学习天

人合一的力量，我们多数人还没学习如何利用这充塞宇宙的最伟大加持力，这只要唾手即可得，然后我们的生活就会变得平顺、如意。

## 我们还不够好

我们多数人都责怪上帝、环境不利，让我们得不到所要求的许多东西。我们也责怪社会，有时责怪政府，甚至我们的父母、学校，责怪任何抓得到的对象。但是假如我们停下来好好地、公平地想一想，我们应该想我们对社会、国家、整个世界有什么贡献，使这些地方变得更好，而非等待它自己变得更好，有时这是不可能的。

上帝并非创造我们，让我们每天躺在玫瑰床上，等待吃饭而已。我们是来这里学习，学习成长和使用我们无限的爱力和创造力，无论我们转世到哪个世界，我们都要使它变得更好。假如我们还没学好，我们就必须再回来，这就是所谓的“轮回”。因为我们未实现的欲望和使命会一直留存在里面，不断提醒我们任务尚未完成。

许多人认为自己没有问题，自己做得够好了，可是并非如此，并不真的那么好。世界上有五分之一的人口挨饿，还有一大半的兄弟姐妹营养不良，这不是我说的，而是根据科学研究的资料，你们可以从报纸上得知或去找证据。这个漂亮星球仍有许多地方处于战争、冲突、暴力和许多天灾人祸中，因为我们没有那么好。

甚至像理发这等区区小事，我们自己也做不来，有时甚至不知如何清理房子，甚至无法以别人所要的方式来帮助需要的人，我们的好意，反而带来更多麻烦，即使想帮忙也没办法，所以许多计划终告失败，许多好的领袖，虽尽其所能想帮助世界和同胞，

不过却没什么大用，为什么？因为我们不够好，没有我们本来应有的那样好，没有我们想象那么好。

假如我们生命中，每件事或许多事情都不对劲，假如许多欲求得不到满足，假如邻居或是我们自己在某方面受苦，那是因为我们还不够好。此时正是面对我们的缺点与我们累世不良习性的时候，让我们重塑内在上帝的本质和美丽，如此一来，我们要做什么，都能做得很完美或至少接近完美，至少，当我们想帮助并改善自己、改善家庭和周遭环境的时候，我们不会越帮越忙。

## 开悟是一种生活方式

“开悟”，不是我们同修对你们做广告，或是让人来研究，或是出于好奇跑来看热闹，而是一种生活方式，一种生存的事实，是今世和往生以后的必要配件。假如我们有任何宗教信仰，我们知道生命不因死亡而结束。没有宗教信仰的话，也应该知道死后仍然存在，因为有不少有关死亡、“濒死经验”或“死后经验”的医学研究，现在这方面的资料非常丰富，随手可得。市面上有许多有关开悟的书，还有开发潜能的书等等，这些对我们很好，可是另一方面而言，也并非那么好。

美国人阅读许多书籍。而且也喜欢阅读，因为他们很聪明，他们渴求知识，所以阅读许多书籍。以前我也读了不少，现在仍继续看很多书，因为有时候我必须了解社会潮流及所发生的事，以便因应或解释——解决这些书籍或精神粮食所带给人们的疑惑。

为什么我这么说？因为这些讯息有时并非都对我们有利益，因为我们喜欢阅读，我们生吞“知识超市”内的任何东西，有时我们会消化不良，有时脑袋塞满智识的讯息却没有亲身体验，而认为我们已经知道了：“哦！我知道尤迦南达说的‘光’；我知

道 Sant Mat 的光和音；我知道清海师父，她教同样的东西，所以我不需要来听她讲经。”我们来不是听经，我们必须来，是为了要有真实的体验；假如我们还没有体验，或是假如我们曾有些许的开悟体验，但不知如何再进一步，如何长养智慧，如何把开悟的智慧融入生活，如何和日常生活的生产力结合，以服务世界，我们就必须来学。

## 把世界变成天堂

我们必须把世界变成天堂，而不是跑去天堂，因为每个地方都是天堂。上帝只创造天堂，然而我们却用故障的、不怎么灵光的“计算机”（头脑）把世界搞得乱七八糟。“开悟”是修复我们自己的方法，这并非想象的遥不可及的天堂神话，而是每日可以体验的伟大爱力和智慧的泉源，这是我们降临这个物质世界之前，上帝就赋予我们的。假如我们认为天堂在云端上，我们就麻烦了，因为我们必须等待至少六十年或一百年，经历世上种种苦难之后才能到那里，但我们无需如此。

生命对乾坤至上的主的小孩而言，应是充满喜乐的。即使你只是国王的小孩或是总统的小孩，当你走进学校时，感受如何？你有侍卫、有专用的劳斯莱斯、有种种特权，甚至全校都以尊敬、喜爱、钦慕、嫉妒的眼光看你，你明白感受到自己的身份地位。圣经上写着：“我们是上帝的子女”、“上帝是万王之王”，而现在我们却过这样的生活，为些许的金钱担心，每件事情都令我们害怕，甚至那么小的子弹，只有你体重的千分之一，就可以把你吓得失去尊严，甚至求人饶命。

为了生存，我们可以做任何事，只求肉体持续运作而已，这样不是有尊严的生活，也非上帝子女的生活方式，假如我们真正

了解“上帝”是什么意思！上帝拥有整个宇宙，而我们是他的孩子，你们能相信吗？只是空谈，却从不了解，这不是开悟！而我们却认为我们很好。只要地球上还有一个人受苦，假如我们的隔壁还有战争、饥荒，我们就不够好，因为我们生活在地球这个大房子，应分担责任。

这是个大家庭，范围很广，因为我们不能、也没必要全部挤在一个房间内，我们需要各种各样的特色才华，使世界多采多姿、生动有趣，这是上帝对我们的期许。我们有这么多才华，每个人都可以贡献一些。然而即使有这么多才华，我们仍然无法全部贡献，也无法如愿完全发挥，因为我们还不够好。我们缺乏某些东西，缺乏真正的智慧，及在我们每人内边沉睡的真正的爱。

## 善用上帝的爱与力量

事实上，不应该有任何明师或老师，应该只有灵性上的朋友，灵性上的兄弟姐妹，因为我们承袭从上帝而来相同的伟大智慧。任何明师和在座的任何观众毫无差别，不论老幼都没有差别，因为我们内在拥有相同的爱与力量。假如我们不善加利用，才是地球上最大的浪费，不论我们回收多少物质的材料，我们还是在浪费。最大的浪费是我们不知道我们有智慧，我们不知道我们有上帝的力量，我们忘了我们是上帝的子女。你可以说你已经知道，你读过圣经，每个人都知道我们是上帝的子女，不过你知道或不知道有何差别？你还是和昨天一样，你不是真正了解，唯一的差别，只是你在知识上，听过这么一回事而已。

假如今天我所说的任何事情，对你们有任何意义的话，是因为我认识内在的智慧，而且我也知道你们内边也有，只是你不想用他、拒绝他、否认他而已，或者你们自卑感太重；但是我们并



没有做过什么坏事，即使我们有做过，也是因为无明，现在已经是时候了，该了解什么是对的，所以我们可以变改得很快。为了照顾这个身体，我们每天花了多少时间，而且我们知道肉体活不久，可是还是需要照顾，现在假如我们不照顾我们的真我，我们会有更大的麻烦。

世上多数人受苦，因为不知道自己伟大之处，没有别的理由！因为我们的无知，认同年少时从电视学来的习惯；也许从邻居、书上学习来的；我们做许多良心认为错的事，但是我们仍然照做，因为很多人都这么做，然后我们就陷入苦境中。比方说：有时候我们知道不该吸毒，但我们觉得内心空虚、沮丧，有时我们有才华，但不知如何使用？哪里可以发挥？有时是因成见、种族问题或长相不合人意，受到社会排斥，所以我们以各种廉价的代替品填满空虚，这些东西到头来残害了我们的身、心、灵，因为我们不知自己的伟大，不知如何发挥我们伟大之处。

我不是来募款或告诉你们该做什么，或让你陷入什么困难的情况，我只想帮你们找回你们最伟大的智慧，重拾你们最伟大的能力，以使你们改善自己的生活。你的生活变得更好，我的生活也会变得更好，我们的下一代、我的朋友和我的各位兄弟姐妹的小孩，就会有越来越好的生活环境，因为我们彼此息息相关。

假如你们不维持美国的清净、安全，我能坐在此地跟你们说话吗？假如农人不生产谷物，即使我们有钱，我们能填饱肚子吗？不可能。所以我们彼此相依相存。我不能说我来教你们，请不要存有这种概念，别管这个无上的头衔，无需理会它，因为我们都是至高无上的，因为进入这个肉体之前，我们是来自至高无上的源头，当时间一到，我们也就返回这个无上的源头。

所以无需否认我们至高无上的身份，假如因为你很谦虚或认为身份不配而不愿承认，那是你的事，可是我不想否认我的身份，

因为我很明白，这没什么好骄傲的，只是承认自己的身份而已，毫无傲气、大惊小怪和假谦虚，假谦虚毕竟还是假的，并不真实。

我们的真善美应该表现在灵性和言行举止上，才是完美的人。即使我们不想学习即刻开悟的方法，我们还可试试别的，至少可以想想，再次往内集中，记得我们是谁，真正了解“我们是上帝子女”这句话的意思，对佛教徒而言或者要想想：“我们内在都有佛性”，意思是说我们与佛平等，不只是拜佛而已。我们应该用正确方法礼佛——认识我们自己，那么佛就可以少一点工作做。

假如我们真要拜佛或任何圣人，我们就必须成佛或成圣人，这样他们可以少一点负担，少一点忧虑，而且还多一个同伴来提升人类等级。有些人听到我说：“不要拜佛，要成佛。”就不高兴，但我可以指导你们如何成佛。我会造佛，不是经由雕刻，而是直指你的佛性，而你必须每日认得你的佛性，直到你完全相信为止。我们有办法认得自己的佛性，面对他，直到你完全相信你就是佛，那时，你和十方三世佛就有同样的等级。

## 改变自己就能改变世界

我们正迈向黄金时代，所以我们必须变改。我们应该抛开所有那些认为圣人应是什么模样的陈旧和无用概念，我们应该舍弃黑暗的思想及对自己和世界的否定看法，开始积极行动。从我们自己开始行动，假如我们的房子不干净，我们就先清理我们的房子；如果不喜欢自己的某些质量，就改变它，以更积极、更道德的质量取代。

比方说，以前我们看见无家可归的人时，我们并不理会，那人顶着烈日、站在路边好几小时，努力想要些食物充饥，你会说：“不行！我不能带一个陌生人回家，太危险了！”也许是！但是

我们可以给他食物，而不要求他回报。有时，我们与一个无家可归的人擦身而过，没任何感觉，因为我们慢吞吞反应的习惯，使我们不想帮忙，也没帮忙。回家以后，我们觉得不对劲，认为那时应该帮忙的，可是我们马上又把它盖起来，说：“不行！”然后打开电视、看电视、做其他事，不想听从我们的良心，因此世界才无法变得更好。

如果我们所想都是要利益世界，至少让自己和邻居有个更舒服的环境，我们能和人分享什么，就开始分享，然后我们将可以感受到内在的微细变化——有更多的爱注入我们的意识里面，我们会知道有变改，而这就是起步。所以五戒只是一些建议，让我们改变生活中一些不喜欢的角落，而非让我们产生罪恶感，或者责怪自己没遵守戒律；它是我们前进的目标。

比方说我们试着更有爱心而非暴力或生气；付出更多而非索取；对我们的伴侣更忠诚，不再有情妇，也有可能是情夫（师父及大众笑）。我不知道为什么你们总是责怪男人，也有女人喜欢扮演蝴蝶夫人（大众笑），从一朵花飞到另一朵。有两种花：雄花和雌花，你们晓得吧？花朵可以照耀我们的世界，创造周遭更祥和的气氛，让我们舒服一点，这些都很好，这也是一种禅定。

无论如何，我们大家在生活中时时刻刻也都在打坐，只是多数时候专注在不对的事情，所以现在只是把这个禅定力量，转到正确的事情而已。当我们过度专注于如何以别人为代价，赚别人的钱，那也是打坐，我们专注在钱上面（师父及大众笑），我们运用所有的专注力量、思考能力，只想得到那张纸（钞票），而那张纸上面印着“我们相信上帝”（师父及大众笑），这不是很矛盾吗？但有时候我们的上帝就是金钱（师父笑）。

“我们相信上帝”表示我们必须认识上帝，如果不认识上帝，我们怎么相信他？空谈“相信上帝”很容易，但是如何相信？他

到底是谁？他长什么样子？他为我做过什么？他将为我做什么？为什么我必须相信他？这些我们必须明白，这就是开悟可以帮助我们地方。我们必须开悟，以便明白上帝是什么？他是谁？他怎么在每日的生活细节上帮忙我们。我们开悟后就会明白，而且会越来越明白。如果我们以前就曾受到上帝加持赐福，已经认识他，经由禅定，我们会更认识他，经由这种很科学的方法，我们可以保持开悟的状态。假如我们仅偶尔开悟一、两次，我们会觉得不究竟，因为如果有人饿了很久了，你给他一点水和面包，他会满足吗？当然不会。

## 我们内边只有上帝而已

“即刻开悟”就是尝到开悟的滋味，然后我们会告诉你如何每天滋养、维护、开展它，直到你真正完全开悟，认识你的本来面目。你认识上帝，因为只有上帝住在我们内边。圣经上难道说：“有两个人住在我们的圣殿里。”耶稣这么说过吗？或者佛说过：“有两个佛在我们内边”吗？或“一个佛和一个凡夫在我们内边。”他这么说过吗？没有！圣经、经典不曾说：“在这个房子、这个身体住了两个人。”那是谁住在我们内边？只有上帝而已。

若我们丢弃、忽略我们的习惯及累积来的世俗见解，我们内边根本没有别的东西，只有上帝而已。因为习惯、知识、博士学位都非真实的自己，生下来的时候并没有这些，死的时候也不带走，所以唯一的真人就是上帝——我们的“真我”，但是我们大多数人都忘了（大众鼓掌）。你们一直问我：“我们遇到师父，如何即刻开悟？”并非如此！你们遇见我之前就已经开悟了，只是你们不知道，你们忘了而已，因为你认为自己是某某女士，每天工作八小时，有三个小孩，那个有时生气、有时有爱心的人，这些

都不是你！你只是收集讯息而已，你只是依照环境、时间，做出必要的反应而已，不过那不是你，我们生下来时并没有这些。

我们真的是像上帝一般，我们也是上帝的一部分，我们就是上帝。你们可能现在无法相信，但是回家想一想，我们呼吸在上帝之中，我们住在上帝中、来自上帝，也要回归上帝，你还能往哪里去吗？除了来自上帝，我们能从哪里来？你们认为我们会来自地毯、天花板或是出生之前你父亲的那滴精血吗？或是摄取食物使你成为现在的样子？那我们应该称呼自己是牛肉汉堡（大众笑）、包心菜或果菜市场，而非具有完整智慧的人类。即使使用你所吃的食物喂牛或狗，他们也不会和你一样聪明。假如把父亲的精血给狗或其他生物，就会造出一个人吗？不会的！

是什么造成我们现在的模样？是上帝的力量，这个力量充塞宇宙，他在空中，在任何我们行住坐卧之处，只是他恰巧住在这个工具之内，就像电流在某些器具里，在灯泡、冰箱和一些马达里，可是电力无所不在，无处不同，只是它把自己装在某些器具里。同样的，上帝的力量，也住在我们内边，我们是其中一个器皿，正好用来装载上帝的力量一段时间，就像水流自瀑布或高山，有人刚好挖个洞或挖个游泳池，引水进入，水就来来去去与河相连，池中的水与河中的水相通。

在香港的道场，我们挖了一个游泳池，事实上没有真的挖啦！我在香港，住在山上，你们会惊讶香港竟然还有山，那里非常安静，就在百层高楼旁边，只要走五分钟，你就可以看到整个香港，你回头走五分钟，就有僻静的山，有许多果树，充满绿意，美丽又安静，那就是我在香港的住处。我们的山重重起伏，一层一层的，所以在两层之间，用石头和水泥围起，看起来像天然的池塘，再引取邻近的溪水进入池内。在下一层我种了肥大的蔬菜；那是在我有空的时候，我不是常常这么做的。

游泳时，池内的水会流进田里，所以我无需太过劳累浇水，水就这样不断流进流出，而且保持清新，因为我们偶尔就会清洗，除去青苔，这些绿色植物满布池中。我们放入许多大鹅卵石，闪闪发亮，象是装饰品，不过很便宜，十公斤一块钱，不过很漂亮，我们把它们摆进水中。有时它们布满青苔，所以我们把它们洗一洗。

鱼也跑进来，那种鱼是很贵的，每条价值大约美金二千二百元，不过这么小，他可以长到那么大（大众笑），不过也差不了多少，那是一种非常笨的娃娃鱼。不过有一天他让我吓了一跳，因为那种鱼应该是很笨，动作迟钝，不能做什么。但是现在他是稀有品种，所以许多人想抓来买卖。我们的地方满满这种鱼，我可以马上成为百万富翁（大众笑），开个鱼市场就成了。不过，我们不这么做，我们不赚这种钱，我们保护他们，所以别人不能闯入我们的地方抓他们。这种鱼很特别，上面是棕色，腹部和前肢有亮丽的橘色斑点，他可以在水中游，也可以在陆地上爬，水陆都可以生存，所以人们很喜欢。

我本来认为这种鱼很笨，不过有一天他让我很惊讶，他们对话的方式很有爱心，好像一对爱侣，一个好像在生气，掉头而去，另一个就一直紧追，跑到前面挡他，紧紧注视着像这样（大众笑并鼓掌），好像你的爱人生气了，你想和她重归于好，就像那样。你们能相信吗？我看了好感动，然后我想：“天啊！我真抱歉！我一直认为你们很笨，我要道歉！（师父及大众笑）因为你们比我们懂得如何才能做个好爱人。”过了一阵子，女方同意了，所以，两个又一起游泳，不再吵架了！

有一天他让我更加惊讶，他是那种动作很慢的鱼，一副很笨拙的样子，在水中好慢好慢，可是有一次我到池边，我看到其中一条，我说：“嘿！你！上来！”开玩笑而已，可是他真的上来，他就“咻！”像这样跳到我手边，碰了一下又下去，我说：“嘿！

你听得懂啊！那再上来！”他照我的意思就这样来去三次，让我知道他并不笨（大众笑及鼓掌），所以我整天向上帝忏悔，向那条鱼道歉。

真好玩，一个无上师竟然不懂鱼很聪明（师父及大众笑），所以我觉得很糟，不过这件事是很好的。有人证在我旁边，我没有虚构，（师父问一位侍者）你记得那条鱼，从池中来回三次的事吗？是！是！他也在场，他想拿录像机拍摄，可是鱼看到录像机黑黑大大的镜头，他说：“嗯！嗯！不要，我不要上电视！”

（师父及大众笑）他不想出名，也许他害怕。我想：“对！对！”所以我告诉他不要这样拍摄，因为这样之后，人们会来抓更多赚钱，他们就有危险了，他们已经濒临绝种。所以他很聪明，知道何时该出现、何时不要。他一分钟之内上上下下三次，我说上来，他就立刻上来，他下去之后，我再说上来，他就又上来，不偏不倚，就在我正前方，就这样，“咻！”直直的上下。

## 爱护生命从素食开始

你看过这些以后，最好就不要吃鱼和肉类了。事实上，假如我们可以爱一条狗，为什么不能爱牛或猪呢？因为他们本质相同（大众鼓掌）。所以这是素食的原因之一——爱护所有生命，扩展爱心，把我们的爱和我们自己扩大到整个宇宙。我们甚至也不该剪花、吃蔬菜，但我们为了维生，仍必须做最轻微、最小的伤害。我们剪下花朵后，它还会再发芽，长出更多的花朵，我们切下蔬菜的枝叶，它还可以长得更茂盛，所以不是那么糟糕。即使所有生物都有感觉，植物的感觉最微弱，因为百分之九十的成分是水，所以它们的意识比动物或人类微弱。

人身是由许多东西所组成，它提供一个优良的环境来让我们

从事智识活动。即使你非常聪明，还是需要一部好计算机，才能处理一些聪明绝伦的工作。同样地，上帝需要这个由不同元素构成的身体，以便将内在的力量示现于外在世界，所以我们才比较有感情、比较聪明，因为这样，上帝才能运用我们内边的许多微细的工具，散发他的加持、他的讯息和他的智慧，但在植物身上，上帝的力量就不能这样做，因为植物还不是完全的工具，仅此而已。好比一百瓦的电灯泡，它的电力比二十瓦的灯泡亮，如果弄坏了一百瓦的灯泡，当然比弄坏二十瓦的灯泡更贵、更浪费。所以我们要精打细算一点，这就是为何我们应该尽量食用意识最小，像蔬菜之类的东西，这样合逻辑吗？这样可以吗？（大众答：“是！”）

我不是要强迫你们相信或让你们有罪恶感，只是讨论一下可能的原因和作法。所以杀人是最严重的罪，杀动物次之，而砍割植物就没有那么多业障，因为植物可以从根再生。但是动物即使你只砍了他半个头，他不会再长出来，所以我们应相信合逻辑的事，不是因为这说法引发人的罪恶感，或因为有些老师或宗派这样说，我们才这样做。我不认为我们是没智慧的人，会随便囫圇吞枣，尤其是美国人，他们不是没有条理的人，他们不会盲目接受，所以我们必须告诉他们合逻辑的事。即使人们今天不能马上接受，但是事后他们也会想一想。

有时讲经时我讲太快，你听了一句，漏了下一句，而且也很难了解，如果你想再听一次，你可以请录音带去听，我们的录音带、录像带都没有利润，那些带子的质量很好，却只有空白带的价钱，因为我们不想卖“上帝”赚取利润。我们靠其他世俗的才华谋生，像服装设计、制造灯具、画画，这些我们都能做，因为这些都是世俗的才艺，所以我们换取世俗的利润，但是不卖“上帝”赚钱，我们甚至不会用上帝的教理募款或收会员费或诸如此类的事，因为上帝对待每一个儿女都是免费的。我也是免费的，只要我负担



得起，对任何人都将免费，如果我负担不起，我就停下来，就是这么简单。

现在你们知道为什么我们都是“上帝”了吧？上帝的力量无所不在，遍布在任何地方，我们也只是其中一个持有者。就像我游泳池的水是来自邻近的河流，由一条水管引入，并在下面或上面挖个洞，水就会流入原来的河流，不用截断它的水。即使游泳池四周，以水泥和石头围起，它还是来自河流，而且和它在别的地方再连接，如果我们的游泳池阻塞，因为某些缘故和水源中断，我们必须疏通水流，可能是水管阻塞或是坏了或是洞塞住了，所以我们疏通它。开悟也就是去除无明返回本性，与内在的上帝及宇宙整个大力量沟通（大众鼓掌）。

•••      •••      •••      •••      •••      •••

## 会后问答

问：您对“轮回”的看法是什么？

师父：我前面有讲过“轮回”就是“转世再生”的意思。“轮回”是东方人常用的字眼，圣经并不常提到，但是事实上现在的圣经如你们所知并非是很完整的，而且它也“轮回”了（师父笑）二千年或更久，部分内容可能已经漏失。真正的圣经被锁在某个地方，我们不许去看，但是最近在某些古老的地方挖出了圣经一部分篇幅，其中有些提到“轮回”。

例如，我记得有个地方提到有人问耶稣基督，他是否是过去先知“以利亚”的再生，还有某几个别的名字，他们提到两、三位比他早降世的先知的名字，但耶稣基督并不回答是或否，如果“轮回”的观念是不对的，如果先知不会再“轮回”来帮助世人，他会说：“不！不！没有‘轮回’。”但他没有回答。有可能他答说：

“是！”但他是“轻声细语”的人（师父笑），以后再也没有有关这问题的修正。据我所知两千多年前或更早之前，大约是佛陀、基督在世的时代，如果他们对某些问题不予回答，就是表示同意，如果人们问了三次仍不答，就表示默认了！如果有徒弟邀请，你保持沉默，就表示同意了！从这件事，我们可看出圣经是提到过“轮回”，否则实在很难证明。

我们可从许多书中得知耶稣基督曾游历印度和西藏，而且和许多佛教的师父学习，对他而言“轮回”的道理应是十分熟悉的，如果他没有教导徒弟这个概念，实在令我们感到惊讶。也许圣经中这些篇章已经遗失，或是翻译不正确，诸如此类的事；因为基督所处的时代非常混乱，为了安全顾虑，他有时必须躲躲藏藏，徒弟也是在担心害怕中修行，因此并非耶稣的全部教理皆有完整的记载，而且在他被钉死之前，在世传法只有三年半的时间，所以他怎么可能什么都教，是吗？特别是在那种环境之下，充满恐惧又处处受限的环境，而且又只有那么少的徒弟，那是相当困难的。

“轮回”并不难了解，举例来说，我们日复一日的活着，昨天我们想完成某事却不能或尚未完成，今天醒来，我们会试着去完成它或想办法再试一次。如果在我们生命中任何事情尚未完成，往生时还有欲望想要做它，觉得遗憾有事情还未完成，这个欲望非常强而有力，它会促使我们有机会再做一次。因此我们才会一次又一次拥有肉体的工具，再来世界运用上帝的力量，展现我们的智慧，直到有一天我们实践了理想，完成了工作，那时我们就可以回“家”了。

这就是人们渴望开悟的时候，他们不觉得在世上要再做什么，有可能他们的任务已经完成，自然而然会有一股力量催促他们，使他们心里想要回“家”，但他们并不知道“家”在哪里，“家”是什么样子，只知道想回到源头，这时他们才想要开悟。所以俗语说：“因缘成熟，明师自然会出现。”你不能强迫人们开悟，

耶稣不能强迫，佛也不行。佛陀在世时，并非全印度的人都开悟，基督在世时也非全部犹太人都已开悟。

所以当我们想要回“家”的时候，我们就停止轮回生死，对这个世界我们不再有兴趣，只要我们还对某件事感兴趣，或是今世有事还没完成，那就表示我们还想留在这个世界上，就像有一股我们无法避免的动力，强迫着我们。因此开悟和没开悟的人都差不多，但是开悟的人过着比较好的生活，比较平顺、比较有智慧，他做事可以“事半功倍”。

许多人问我：“您当明师又常常跑遍世界，又要演讲、又要照顾不同国家的徒弟，怎么还有时间画画、作曲、唱歌、作词等等呢？”我说：“这很容易的！我并没有花很多时间画画，只花了几个小时而已。拿作曲来讲，四天完成十二首歌曲，没什么了不起呀！写诗是当你有灵感又有空时，一下子就可完成，不是吗？而服装设计花十分钟，那不是问题。”但是在开悟以前，做任何事都是很难的。画画，我是一窍不通，我记得大概在中学时，我想画一匹马却画得像一只火鸡（师父及大众笑），所以我的老师干脆叫我不浪费原料就给我分数（大众笑），是这样。

问：我们的下意识是否连接着无限的智慧？

师父：没错，下意识只是一座桥梁，那不是真我，它是一座桥梁，连接无限智慧的桥梁。

问：我们该如何面对问题及痛苦？

师父：能消除就试着消除，如果不能，那么就祷告，祈求上帝帮我们克服困苦，或是帮那个人克服痛苦。“开悟”是最好的办法，这样较容易“消化”痛苦，开悟后也较容易谋求解决之道。

问：您相信，上帝从我们一出生就一直指引着我们吗？

师父：是的，但我们注意过他吗？我们曾聆听过他说话吗？如果有，就不会有许多人遭遇困难，这世界就不至于像过去或现在这样，所以我们必须先开悟，重新与上帝沟通，才能聆听他的

指示，才能知道他的旨意及正确之道，因此我们贡献与上帝再度沟通的方法，这称为开悟、或称为寻回天国，随你要怎么称呼都可以，我无法一一列出全部这些用语——开悟、找到自己的佛性、成佛、回到天国、了解自己、了解上帝、了悟上帝、了悟自己等等。因此，我们统称为“即刻开悟”。

问：耶稣说他是唯一的道路，若他开明的话，他会说：“佛陀和克里斯那一样都是道路。”

有人答：我想他们所谈的耶稣或是“我”，是无所不在及无所不能的（师父说：是！）因此重点在于他的爱及智慧。当耶稣说“我”，是指“爱和智慧，无所不在的上帝力量，是道。”（大众鼓掌）

师父：是，这好比克里斯那说：“爱‘我’一个人”，“我”是大写。“只跟随我，完全信靠我，你的生活就会改善等等。”佛陀也说过相同的事：“除了佛，别跟随任何人。”他所指的是“真我”、无所不在的全能的力量。在当时，可能大部分的万能的力量，显现在他这根“电线杆”上（师父笑）。譬如这盏灯此刻电力最强、最亮，其他的灯有点暗。意思是说，你信靠的应该是电力，而不一定是这盏灯。但当时这盏灯电力最强、最亮，你靠近这盏灯，你就能读、能看所有的东西、照镜子、认识你的本来面目及化妆。这并不意味着，你得相信这个灯泡，而是要信靠在这灯泡里的电。

每一位在世明师皆有上帝的力量，上帝在任何时代都可以运用任何一位明师。他是无限的、他不会穷得只有一个儿子。他有太多的方法及工具可以带领自己的儿女回到身边，你们不认为如此吗？（大众答：“是！”并鼓掌）我愿意给予你们我所有的爱来帮助你们开悟，不过，如果我们的缘分不够，那你们可以等。在等待之时，读圣经、相信上帝、耶稣，这样对你们有好处。不是光读圣经上的字就算了，还要把它付诸于行动，譬如十诫，我们应该试着遵守，这样才算一个好的基督徒。

在我开悟之前，我每晚与圣经同眠，每当我遭遇困难，我就会看它，没有圣经我无法入睡，偶尔我也会换一下，在清晨读佛经，它会让我感到舒适，有时候会提升我到法喜充满的境界，这也是有益的。如果你对圣经抱持着虔诚崇敬的态度，深深地相信它并且诚心的研读，它会带给你极大的帮助。如果你有兴趣，我们只是提供另一种选择的道路，若没兴趣，那就相信圣经，试着遵守十诫，并且把上帝教你做的爱心的事，付诸于行动，如此而已。



## 修行使世界更文明

清海无上师以英文讲于美国纽约哥伦比亚大学

一九八九年十一月三日

兄弟姐妹们，让我们一起向你们自己的上帝、你们的好本质和自己的佛性祈祷几分钟，愿这次的聚会对你有所帮助。谢谢大家！兄弟姐妹们，你们是大知识、大智慧的孩子，我想你们一定多少都了解自己一些，只要你们想了解，有时候你们也会感受到你们自己内心的伟大，感受到圣父、圣母、造化者或是我们所谓的佛性，我们由此而来，亦将回归于此。

每个人都有自由意愿，绝对的自由来选择留在这个世界上或去较高境界的国土。大部分的人比较喜欢留在这边，但有些人则喜欢回家，回到天国或是佛土。只要我们清楚自己想要做什么就好。如果我们真的喜欢留在这个地球上，做对人类有用的世界公民的话，那我们也必须考虑某些条件，否则我们暂居在这个世界的的生活将不会很愉快；如果我们希望回到天国或是成佛回到佛土，那我们也应该考虑一些可以使我们到那里的因素。现在我们先讲使我们留在这世界，并过着舒适愉快生活的条件，万一有人喜欢留下来的话。

我们的星球是个非常美丽的宇宙飞船，我们可以说它是宇宙

飞船，它负载着许多众生在空中绕行。我们的星球带给我们很多舒适和欢乐，给了我们很多的宝藏，并且透过多种途径和方法维持我们的生命。当然我们也该为大地母亲负一点责任，帮助她一直保持这样强有力的状态，她才能帮助我们。为了达到这个目的，所有的宗教已经教我们怎么做了；或许我能利用这个机会，征得你们的同意来提醒你们一点点，同时也为了以后会听到这场演讲录音的人们。

请不要认为我要当你们的讲师、教师、师父或什么的；忘掉这一切，就当我是你们的兄弟、姊妹或女儿，只是一个善意、诚恳的人，她愿意尽其所能将自己所有的贡献给大家。就好像假如你是一位工程师，那么你会试着用你的技术知识来帮助社会；假如你是位医生，那么你会试着消除人类的痛苦、治疗疾病……来帮助社会向上。

我生来就具有学习灵性知识的趋向，我有责任将我所获得的灵性知识如数反馈。正如我们在大学学完机械或医术之后，就必须反馈社会，所以我只是尽我的职责而已，也非常感谢大家给我这个机会和欢迎的气氛，让我完成我的工作。

## 我们只用了脑力的百分之五

为了让我们的社会恢复从前愉悦的状态，我们应该遵循某些戒律，相互尊重和了解。大部分人的生活方式对他们自己有伤害，也对其他有形、无形的众生有伤害。假如我们不相信无形众生的存在，我们至少相信我们自己的种族、人类、以及所有动物的存在；这些动物也是世界公民。近来人们流行吃素，这是一个很好的趋势。因为我们知道，每样东西都有能量，每个行动都被记录，没有丝毫疏漏，我们用科学就能够证明这一点。

假如我们制造一些暴力的情况，这种暴力气氛会围绕着我们，或是环绕我们的星球，并且引起灾难。我们一直想了解为什么会有这么多战争，为什么会有这么多地震、灾难降临我们的星球。任何事情都有原因，圣经记载得很清楚：“你种什么因，你就得什么果。”我们现在看不到我们种的因，有时候我们只看到我们所得的果，这是因为我们的聪明才智非常有限。根据科学研究指出，我们只用了百分之五的智力，真想不到我们只用了百分之五！那么我们怎么能知道这么多的事情呢？应该还有很多我们还没有发现、还不了解的事物。关于这一点，我们必须接受，无法否认。

在二千六、七百年前，佛陀告诉他的弟子们：“小心你们所喝的水。你们喝水以前必先过滤，并且复诵密咒，以免杀死你们水杯里面的众生。”他说一杯清水里有八万四千个众生；八万四千并不是刚好八万四千个，而是代表很多的意思，这是印度的习惯用法；所以佛陀告诉他的弟子们要过滤他们喝的水。在当时的印度，过滤水并不像今日这么普遍，而佛陀却已经超越他的时代，看见水中有细菌的存在。当然，那个时代的人们很难相信佛陀的话，因为他们无法证明一杯干净的水里居然还有任何众生，或有我们所称的细菌存在。由于科学的进步，我们现在可以非常容易地证明这一点。

## 大修行者为世界带来文明

如今我们的社会变得如此进步、聪明，这是好现象，科学研究及辛勤努力带给我们很舒适的生活。我们会问自己，为什么几千年前没有这些电器用品？因为我们以前没有那么聪明，科学也不发达。假设有上帝存在，那么他以前为什么不让人们聪明点？几千年前那些上帝的儿女究竟发生了什么事？难道上帝待他们如



领养的子女，不如亲生的那样好吗？

你们要知道世界的进步是由那些所谓的修行人、在这个世界上有光的人，像瑜伽行者、觉悟者、大灵魂、明师……，勤奋努力所带来的。那些最伟大的修行者对全世界利益更多，工作范围更广；即使是所谓较低等级的瑜伽行者、修行者和带光者，为了给世界带来今天的成果，他们也都对整个世界气氛的改变做了贡献。

假如这些光的修行者、带光的人不存在，并且在历史上都一直不曾存在过，我们的世界将不会进步到现在这种状态。我们对于一切舒适的生活、先进的仪器，我们感激科学和科学家的发现，感激他们带给我们舒适的生活，但我们反而忘了谁是幕后恩人，忘了那看不见的、幕后的人，是他们带来文明。假如没有这些所谓的修行人或带光的人，世界就会变成像地狱一样，没有道德的典范、没有高等生活的榜样、没有光，像没有电的荒郊野外，像古代那样的漆黑一片。

使我们的世界不同于地狱的原因，是我们仍然有人有光，我们的世界不同于天堂的原因是带光的人太少了，有道德的人太少了，假如没有他们，世界就会变成地狱。地狱就是一个没有光亮、道德沦丧的地方。假如我们有更多的带光者，那么我们的世界就会变成天堂，这是造成差别的原因。

每个人都喜欢过舒适的生活，住在如天堂般的世界中，但并非每个人都愿意花功夫来为他们自己、或周围的人，建造一个天堂。我们必须回过头来参考基督教、佛教的经典，以明了如何为我的世界建造一个天堂般的环境。

关于这点我不想描述太多。也许你们会感到厌烦，因为你们会说：“我已经知道了。”你们会告诉我：“圣经从头到尾我都知道。我是基督徒，不用你来告诉我。”而佛教徒也会对我说：“我

知道佛的五戒。我是个在家人，四十年前就皈依佛了。我有法号，是佛教徒的法号，很特别的。”佛教徒的法号跟基督徒的教名一样，当你受洗时，你会得到一个圣人的名字，玛莉亚某某或约瑟夫某某。

根据基督教的传统，除了你自己原来的名字之外，还会有教名，佛教也有类似的传统。当你皈依佛法僧之后，也会得到一个优美的名字，例如“善光”、“佛光”、“智光”或是“善智”、“善德”和“解脱”、“大悟”……。不论是基督徒或佛教徒，有这些名号都很好，但是，如果我们能够依此生活就更好了。

假如我们的法号是圣法兰西，那我们便应该多读这位圣人的传记，看他如何变成圣人，看他如何度过一生，至今还一直让全世界崇敬。假如我们恰巧叫“阿难”；依据印度传统“阿难”在梵文里是天福、至上的喜悦、幸福、法喜充满的意思；我们就应该藉着道德修持，藉着精进修习内在，静观内边的喜悦，以获得这种喜悦。

我们真正的自我就是这个喜悦，就是这个道德以及与上帝的联系。假如我们忘了真我，我们会非常孤单，并且饱受世间的艰难困苦；一旦和这个真我接触，事情便会有好转，我们会更明白该走哪个方向，会知道该做什么，以利益自己、社会及全宇宙。

我们所做的任何事，都会影响这个世界和其他世界的众生。每个宗教都告诉我们，万事万物本来同一体，就像我们的身体有很多部分，假如手受伤了，也会影响整个身体。正因为宇宙的本体如此庞大，众生置身其中却无法了解、看不见整个宇宙，所以我们也许不相信我们的举动会影响到其他众生。如果我们开了天眼、智慧眼，我们便知道自己的确和所有众生有关联，那时我们会对自己的行为非常小心谨慎。

耶稣基督和佛陀发展这个智慧眼，因此他们知道什么是宇宙的法律，该如何做才能美化我们的世界，使我们的生活更愉快、

更舒适、更适合我们的品味。于是他们根据天堂的生活而制规矩，作为我们日常生活的行为规范，这些规定是非常有价值的，我们称之为戒律或上帝的圣训。如果我们遵守这些戒律，我们的生活就会顺利得多，但这只是就世俗的关系、世俗的利益而言。

## 进入天国最快的方法

如果我们遵守戒律，我们对邻居友好、爱我们的敌人……，那么世界就会和平、就会成为一个好的住所，我们的地球也会更长寿。如果世界和平，我们的生活也会受到影响，我们会感觉非常和平。假如我们住在一栋已经损坏、情况不好的房子里，那我们的健康和舒适便会受影响。同样地，假如我们居住的世界充满混乱和纷争，我们就不会有和平，所以说帮助世界就是帮助我们自己。这些只是针对如果我们想留在这世界上而言的。

如果我们想回到天国或佛土、或是成佛，我们就应该知道更多微细的条件和规则。除了遵守戒律、过有道德的生活、宽容及帮助他人以外，我们也应该和天国沟通。什么是天国呢？如果你们愿意下功夫及花时间，并诚心渴望去那里的话，就很容易看见它；凭着你们自己的单纯、诚心和全心全意的奉献，你们就能找到天国。但最好、最快的方法是找一位已有进入天国的方法的人，你只要跟随他，他会握着你的手带你上去。

因此耶稣基督必须降生这个世界，为了带领一些与他同时代的、诚心的、喜爱上帝的人们回到天国；也因此佛陀必须降临这个世界，为了要带一些他的皈依者回到佛土。每一个国家、时代，总是会有像耶稣基督或佛陀这样的人物，这是非常好的消息。我们礼拜耶稣和佛陀是很好的，但却很少人知道我们也可以变得跟耶稣、佛陀一样伟大，而这正是他们来这世界的唯一目的。

耶稣在圣经中强调：“我今天所行的神迹，你们将来能够做得更好。”他向我们保证，我们可以变得跟他一样伟大，甚至更伟大。佛陀也曾说：“你们都可以成佛，我已经成佛了，你们将来也会成佛。”没有人声称他是佛土的唯一拥有者，没有人能够这么说。如果有人这么说，他是一点也不明白佛的质量及基督的精神。

真正的基督是可以从一人传到另一人的力量，就像你赚了许多的钱，你就可以任意布施一样。正如我们拥有物质财产，我们也同样能够真实地拥有精神力量，这力量是无形的财产，也能够被传递。这个力量不是经由传授才有，因为我们内边都已有这种力量，只需专家的开启。好比当我们进入这个房间时，对房间里面的电源和开关系统都不熟悉，因而我们必须靠自己来发现，或是我们应该用最快最好的方法，直接找负责管理这个房间的人，他知道一切，他每天都在这个地方，知道开关系统在哪里，哪一个灯泡由哪一个开关控制，他能在几秒钟内打开开关、打开灯，并帮你们接洽有关今天这场演讲所需的全部东西。

## 唤醒全部的智力

同样地，耶稣和佛陀都已知道天国，他们来来去去，即使不是已经亿万遍，也有很多次了，所以他们可以帮助我们到天国，并提供我们所需要，能让我们舒适的一切。一旦我们进入这个房间，找到房间的管理人，便能找到任何所需的东西。同样地，耶稣也告诉我们：“先找到天国，然后所有的一切都将加诸于你。”所谓天国就是我们与生俱来却不曾使用的智慧，我们大多数人都没有用到它。

正如我一再提及的，我们只用了脑力的百分之五而已，假使

我们能百分之百的运用全部脑力，我们就可以做惊天动地的事了。只用百分之五的脑力就可以造飞机、造火箭到月球、到银河，可以做很多神奇的事，治愈很多疾病，并且发现许多伟大的事物，发明好多计算机、机械器材，制造高速车及巨型喷射机。但是，还有百分之九十五的脑力没有被用到，如果我们唤醒这个智力，我们便可以知道更多的事物，能够做更多的事，能够发明更多的东西，创造出无数的东西，这就是天国、佛陀的智慧、或佛性的意思。

我们还有更多精细的力量蕴藏在脑力之后，就是所谓灵魂的力量，他才是我们的真面目、我们的真人。毫无疑问地，真我存在我们身体里面，我们并不是这个肉体。肉体只是供我们在这世界居住的房子而已——好比旅馆的房间，不然为什么我们死的时候，肉体仍然在那里，却无法再动弹？所以，一定有某种别的东西在身体里面、在大脑后面推动整个肢体思考、走路、吃饭和睡觉，那就是我们的真我，这个真我躲在—层幻觉的面纱或梵文所称的“魔”之后。

幻觉就像—齣戏，让我们忘记我们的真我，就好像我们看电视、看电影或看戏，因为太专注而忘了真正的自己，于是我们随着舞台上的角色哭、笑、悲伤及害怕。我们忘了自己是参议员或是一位重要人物的夫人，我们把自己黏在屏幕前，跟着里面的人物一起欢笑、哭泣，我们愤怒、兴奋，等戏演完了或电影结束了，我们才醒过来回到现实，回到我们自己，然后回家。我们不会留在戏院里，也不会将自己一直黏在电视荧幕前。

戏剧、电影及电视只不过是短暂的事物，仍然如此吸引人。你们都知道电视瘾，有时打开电视就很难把它关上，不管演些什么就是非看不可，因为它非常吸引人，千变万化，总是令人感到兴奋、新鲜。我们有时会忘记我们的职责、职业、工作，盯着电

视看。人生则是一个更大的舞台，是一段更长的演出，难怪我们会忘了我们真正的自己。人生的舞台甚至比戏院的舞台更有趣、更强烈、更多采多姿、更曲折离奇、更迷人，因此我们才一直黏在人生的屏幕上，忘了我们是谁。

这一切都是幻觉的游戏，一旦幻觉停止，游戏也会结束，那就是我们清醒的时刻。当我们醒过来时，我们就开悟了！假如我们完全地醒悟，并且挥去对戏中的所有印象，戏中一切就不会再让我们伤心、哭泣和欢笑，那时我们就变成像基督一样，或者可说是成佛了，我们知道这一切都是梦。我们完全醒悟后，我们会非常有力量，我们能控制所有我们必须控制的事物，但同时也让每个人自在，如果他们不想被控制的话，我们就让一切顺其自然，但我们也能做任何我们想做的事，而不会危害其他人，我们只做好事。

一旦我们完全地醒来或开悟，我们就会拥有我们内边与生俱来的全部智慧。只用我们脑力的百分之五这样的小聪明，我们就能创造这么多伟大的作品，如帝国大厦，以及这么多进步的、不可思议的仪器，若善用这个与生俱来、新发觉的智慧，我们就能够创造天堂，我们能创造舒适的环境和生活，以及我们希望拥有的所有事物。

## 每个人都拥有造化的力量

你们有些人一定听过在印度、中国、甚至美国的神通表演，这没什么神奇，他们只是利用那个创造力而已，他们比普通人更懂得如何使用自己的智力，就如同我们能够运用百分之五的脑力来制造飞机、船、火箭、和科学仪器……东西一样。我们可以更善用这个创造力来创造更先进、神奇、更无法想象、更妙的事物。

天堂和一切美好、神奇的事物，都是创造力创造出来的，我们每个人里面都有这种力量。用这个创造力来造一些花、柑桔、糖果，根本不算什么，在我们头脑的创造游戏中，这不过是小事一件，我们了解得越多，就越能创造越伟大的事物。科学家们已经发明很多神奇的机器和仪器来为人类服务，但如果科学家们对于智慧王国有更多涉猎，便可以凭空创造出天堂。我们用地球上的材料来制造宇宙飞船和各种交通工具与仪器，我们也可以用无形的材料来制造各种我们这一生和下一生所需要的一切东西。

因此耶稣说：“先找到天国，然后所有的一切都将加诸于你。”佛陀抛弃世俗的王位和荣华富贵，他反而拥有更多财富，他知道他比世上任何国王更富有，否则一个人怎么可能在王国大权在握时抛弃一切，过着乞丐似的生活，达四十九年之久呢？他随时可以回去继承王位，成为伟大的国王，治理国家、享尽舒适的生活，但他没有回去。因为他比出家前更富有，他拥有任何想要的东西，他能去任何天堂、任何境界、任何星球、任何星系，他拥有各种宝藏和所有他想要的东西，但他却连这些东西也不想要。

当我们了解所有宇宙的奥秘，当我们能够拥有天堂的所有宝藏之后，我们就再也没有任何欲望，我们内心会变得快乐，一切随遇而安，会变成跟小孩一样，没有欲望，世俗的欲望再也不会激动我们的心，再也无法控制我们，这就是开悟的利益。

## 开悟才能真正爱人

很多人有错误的观念，认为如果要开悟、要修行，就必须成为和尚或尼姑、或是去喜马拉雅山。我以前也有这样的观念，认为我必须这么做，但那是我傻，那时我还没有开悟，你们不需如此。我们可以过家庭生活，尽世俗的责任，同时又能开悟。如同我们

可以同时运用我们的脑力，及我们的双手做很多工作，一面做世俗的工作，一面开悟。

仅运用我们现在有限的聪明度，用百分之五的脑力，我们就可以完成这么多工作，好比你是内科医生，回家后也可以到菜园里种菜，甚至帮太太清理地毯，可以有多种嗜好。一旦你有更多的智慧，你将能做更多的事，绝不会更少。不用为了要得到天堂而放弃世界，你只会做得更多、贡献更多，不需减少你应尽的责任，这就是开悟的逻辑。

既然我已成为出家人，我现在习惯了，所以我就保持这样，对我并没有任何伤害。但我们不必那么做，我们可以用我们的智慧做很多事，他可以容纳很多事物。我们可以同时爱上帝又爱家人，爱上帝并不会影响我们对家庭生活和对他人的爱。如果上帝就是爱，佛陀就是慈悲的话，那么我们的家人应该被包括在内，不该被排除。我们甚至不只爱家人、丈夫和太太，我们也能爱我们的邻居、我们的敌人。

开悟以后我们就会变成这样，所以耶稣说：“爱你的敌人”，他不只是口头上说教而已，而是真正地去实践它。完全开悟以后，你对任何人都不会存一丝恨意，而且能更明白地看待事物，你会知道人们为什么对你这样，为什么对那个人又是那样，你不会对自己的所作所为有罪恶感，也不会对任何伤害你的人产生恨意，因为你了解宇宙内所有事物的因和果。这就是为何我们可以远离仇恨，可以爱我们的邻居与敌人的缘故。

要人们去爱他们的敌人是不容易的事情，他们懂这个道理，但实行起来又是另一回事，引用佛陀的话很简单：“所有众生本性都干净，你们无罪，无善也无恶。”但要说服别人不要有罪恶感则很难，因为他们看不到因和果，他们做事没办法不用我执，也因我执而惹难上身。



一旦开悟了，我们便会从较高的观点、用更高的智力来看事物，我们会了解没有一件事是偶然的，没有一件事是我们自己做的，但要向你们解释这些很难，得到开悟比解释开悟要简单多了。

## 上帝有很多名字

如果我们听到了佛的名字或是任何经典的教理，我们会有一些功德，一些道德方面的功德，以便能够再生在天堂，否则就会掉到地狱去；人们是这样告诉我们的，我现在不怎么相信地狱，但无论如何地狱真的存在，只是我不会去那里，所以我不相信地狱。

地狱有地狱的法律，天堂有天堂的法律。地狱的法律是非常低等级的法律制度，为了要把人们绑在这个假象的轮回中；而天堂的法律则是仁慈的恩惠、爱力和无条件的谅解，可以把人拉回天国或是佛土，享受应得的快乐和永恒的喜悦。地狱或尘世的法律是由魔王所统治，魔王就是所谓的“幻觉导演”，是这场幻觉游戏的幕后导演；天堂和佛土的法律则是由那些仁慈、有爱心、有同情心、慈悲的众生所管理，他们是万能上帝或最高佛祖的工作伙伴。

我们用不同的名字称呼上帝都没有关系，你可以叫你太太“亲爱的”，或是“我的苹果派”，或是“我的蜜糖”、“蜂蜜派”，随便你想怎么称呼都可以，同样，我们应该允许人们有不同的心理和不同的喜好，用不同的名称来称呼上帝，这是非常合乎逻辑的。我很惊讶多数人不懂这个道理，为名称而争执。如果你叫你的妻子“小饼干”，没有关系，但邻居要叫他的妻子“苹果派”，也都是是一样的。

假如我们说上帝是阿拉、是耶和華、是最高佛性、是阿耨多罗三藐三菩提、或是万能的力量、或最亲爱的、或天父、或圣母、

造物主、上帝，或任何名字，又有什么关系呢？很多人认为我同时传多种宗教，不！不！我只传一个，那就是真理的宗教、智慧的宗教、爱力的宗教。我们所称的万能上帝或最高佛祖是指我们自己的智慧、我们自己生存的力量和才智，如果我们希望的话，我们随时都可以使用。

## 成佛以后会变得很平常

如果我们不知道从何处开启这扇智慧之门，我们可以找一些专家帮忙，就是这样而已，很简单、很实际。我们不需要把每件事都变得那么神秘、困难，那么让人难以相信和难以实现。如果我能得到这个智慧，你们也可以。我没有说我已经得到全部的智慧，好让你们赞美我，或是给我一大堆礼物，我这样说就像你们说你们是医生一样，因为你已经从医学院毕业了，你说你是医生，是为了让人们知道并相信你能帮助他们。我说我得到智慧，也是为了给你们做榜样，给你们希望，激发你们，让你们知道你们自己也能得到。

有时候有些人批评我，说我的徒弟都赞美我，说我是佛，我是什么什么。这么多年来，我从没说过我是什么，但人们从我徒弟那里听到，然后为了一些我本人从没有说的事跑来攻击我。“什么？你是佛？怎么可能？啊？你怎敢是佛？”我碰到太多这类的问题，所以我就烦了，对谦卑感到厌烦，就说：“我就是佛，那又怎样？有什么不对吗？”我干脆公开地说了。

当你成佛以后，你会变得很平常、很有爱心、很可爱，没什么大不了的事，没什么特别的；你只是发现了自己的宝藏和你自己的力量，并利用它而已。发现你遗忘在银行的存款有什么了不起。花自己的钱，不是什么道德、什么大不了的事，每个人都明白这

个道理。同样，发现你自己的力量和你自己的智慧，并且用来利益自己、利益需要的人，也没什么了不起，除了发觉你自己拥有的智慧和力量，你还是很平常，只是增加了更多力量，如此而已。

别人做的事情你也做，他们走路，你也走路，他们睡觉，你也睡觉，他们吃东西，你也吃东西，他们工作，你也工作，没什么事。你像以前一样，只是被额外的力量充了额外的电。就和医学院学生的例子类似；从医学院毕业后，他就成为医生，他并没有什么改变，是吗？一样的外表、一样的朋友、一样的社交、行为也没有改变，不同的是他拥有额外的知识、才华、能力，靠着他的医学专长来帮助别人，包括他自己和家人。

人们把佛变成一位非常传奇的人物，一个非常伟大的众生，一个非常神秘的形象，没人能了解，没人知道，没人能接触，没人能看到；基督也被当成世界的主人，没有别人可以达到他的等级。这是错误的，这是不正确的讯息，你发现了自己失落的宝藏，并不表示你会改变你的任何习惯和行为，你不会变成木头雕像或石头佛，你还会有一样的感情，有相同或更好的理解力、工作能力。你能用更多力量、更多精力，以更清晰的想法、更专心地来服务社会。

除了用你有形的能力把才华贡献给社会、全世界外，你更拥有无形的智慧，这智慧可以明白显露，可以向周围的人们提供加持力，鼓励他们并带来欢乐。由此可见，没有人应该拒绝开悟，不应该拒绝获得我们自己智慧和力量的权利。这个智慧是摸不到、看不到的，但一旦我们想要使用他，我们就能感觉得到，我们看不到电，但开灯时却能感觉到它，打开电扇、电视机或所有的电器设备时就能使用它，所以我们知道电存在。

我们如何才能知道上帝、智慧或佛性的存在呢？通过这个力量的显现我们会知道。我们已经发现这个力量，并进一步的使用

他，我们将这个智慧应用在有用的目的和事物上。就好像电虽然看不到，但你可以将它变成光，变成录音机的动力，并且将它应用在冰箱、电扇及一切有用的东西上。如果我们已经有了这与生俱来的智慧，我们可以利用他，并让他成为我们想要的任何事物，包括建造我们自己的天堂，那时候甚至连上帝也不需要了！

因此，有时某些非常开悟或已经开悟的人，比如像禅师们，在得到开悟以后，禅师总会说些冷漠的话：“没有上帝，没有人。”或者他们会说：“我正在喝茶”之类的话。他们不会对上帝或圣灵表达太多的情感。要了解他们很难，我们有时也许误会他们是外道，但他们并不是外道。

佛陀的情形也类似，他得道后，甚至否认上帝的存在，他用另一个名字“阿耨多罗三藐三菩提”，意思是最高佛，最高佛或最高上帝意思是相同的。“最高佛或最高上帝住在我们内边，这是一切不可思议中的不可思议的事情。”那是什么意思，你们知道吗？那是说我们就是上帝，我们就是佛。如果我们内边没有佛，那有什么呢？拥有者就是佛，所以我们就是佛，我们就是上帝。

但是要讲、要讲或重复这些话都很容易，要实现却不简单。我们每天过着自卑或高傲的生活，不了解我们自己真正是谁，所以我们才受苦，我们才觉得有负担，我们感到孤独、沮丧、无助，这都是因为我们不知道我们伟大的地位，不知道那个住在我们内边的真我、上帝、或圣灵。圣经上说：“你难道不知道，你就是上帝的殿堂，圣灵就住在你内边。”“看啊！天国就在你内边。”佛陀也说：“佛在心”，意思是说佛在内边。假如佛在内边，那么我们就是佛，要不然是什么呢？没有别人在里面，只有佛住在里面，那么我们就是佛了！

不是这样的吗？如果没有别人住在里面，只有圣灵、天国，那么我们就是天国，我们就是上帝。就算没有开悟，这也是非常

合逻辑的，没有什么可争论。接下来就是寻找这个天国，寻找这个藏在我们内边的万能力量，既然我已经找到了，我就可以告知你们。如果你们想要找他的话，我将会无条件的贡献给你们。

••• ••• ••• ••• ••• •••

## 会后问答

问：开悟时个性会有什么变化？

师父：你是说假如你是容易生气的人，你会变得比较平静吗？会这样！开悟会使我们的个性变得更完美。

问：佛陀强调打坐，现在的天主教徒则努力学习佛陀打坐的方式，因为天主教的打坐是靠圣经，阅读里面的文字来学习，用文字来冥想。而佛陀的打坐方式则是心空。我们怎么用这种打坐方式接近上帝？

师父：只要我们开悟，我们了解事情就会不同于普通的见解。以前我也不了解心空是什么意思，不了解什么是天国、佛性，所有这些名词对我来说都遥不可及。开悟以后，每件事都像小孩的游戏。天主教有些传统也教打坐。基督教有很多静修中心，有很多躲起来的我们称为秘密的教团，外人不能进入。他们在做什么呢？他们在冥想，他们在祈祷，他们在打坐。

什么是打坐呢？我告诉你们，礼拜上帝一段长时间后，我们的手臂由于长时间的数念珠而酸痛，膝盖有时会累，所以我们会倒下来，静静的坐在那里或跪在那里休息一下，那时候上帝的旨意便会来临，这就是打坐。我们必须安静才能倾听，一直说话，上帝就没有机会告诉我们。所以祈祷就是说话、要求，而打坐就是倾听。

但是大部分人只是一直祈祷，一直吵闹、讲话，上帝没有机会告诉他们怎么做，难怪他们的祈祷没有得到回答，上帝根本没有机会。所以从逻辑的观点来看，打坐是必须的，不管你们是佛教徒、基督徒或回教徒我都不在乎，如果你们不留时间来倾听上帝，便无法和上帝沟通。

即使你和朋友讲话、打电话，你要说也要听。即使你们问我问题，你先要问，然后必须安静，我才有机会回答你。我们对待上帝还不如对待朋友，我们一直说个不停，而不给他机会。所以打坐就是安静倾听的时刻，只是这样而已，上帝就会来。

问：您说一位好的明师不会用神通，但是耶稣用神通替人治病？

师父：记得耶稣告诉他的母亲：“为什么你告诉人们我会神通？”他非常不愿意做这件事，但是因为他的母亲已经叫人准备好水放在那里，强迫他去做，所以他只好做了。很多次耶稣救治痲疯病者、救治病人，都等到没有别人的时候，才去告诉病人起来接受治疗；当他看到人们跟在他后面，他马上就躲起来。你们记得吗？他躲起来，为了不让人们看见他使用神通，并且告诉病人不要跟别人讲，但是那个人出去后，还是把所有的事说出来了。

就算明师有神通，也很少公开使用来吸引大众的关注，他只想吸引那些诚心寻求天国的人。因为如果你只要求神通，那只能得到神通而已，得不到天国；但假如你想要天国，找到天国以后，所有的东西都将属于你，你将会得到神通和一切。大部分明师都避免用神通来吸引人，因为害怕人们会将注意力局限在上帝力量的一个角落，而忘记全部的力量。

问：我的生命有危险，您感觉到吗？

师父：我知道。但不论是你、我或任何人都一样；不管你知道或不知道，我们的生命随时都有危险。所以如果你要保护自己，

就要先开悟，用你的智慧保护自己的生命，没人能帮你！

问：终生吃素、不吃肉是为了不杀生，可是蛋能吃吗？

师父：蛋有一半的生命，受精以后就会变成小鸡，这是为什么我们不应该吃蛋的第一个理由。现在一些蛋是所谓的未受精的蛋，但仍然包含了一半的生命。第二个理由便是鸡什么东西都吃，什么虫都吃，虫有病菌，所以我们吃的蛋并不干净，对我们微细的灵体不好。我们越修行就越敏感，蛋太脏了！第三个理由是，所有使用黑神通的人、巫师都用蛋来吸引所谓的亡魂，用蛋控制亡魂。如果我们吃蛋，我们也会吸引这类东西到我们自己身上，我们会有更多阴的质量，对修行进步没有多大帮助，所以我们不吃蛋。

问：就像佛陀要他的徒弟过滤水一样，我们是不是必须过滤我们的环境和行为，才更容易开悟？

师父：是，我们应该这么做！这就是强调持戒及圣训的原因！

问：您对占星术有什么看法？

师父：不能改变什么，没有多大帮助。我们必须从意识的高层次来改变，而不是只了解明天会发生什么事。我们必须改变我们的生活方式，使我们的生活变得更好、道路变平坦；不是靠占星家，因为他可能告诉你避免一个灾难，但下一个灾难会跟随而至。你不能把占星学家带在你的口袋里，你有你的智慧永远与你在一起，这才是最好的占星家、最好的向导，智慧会告诉你一切，即使不告诉你也会指引你，即使你尚未获得灵性上的充分领悟，内边的师父也会照顾你，让你不致遭遇太多困难，并且为你铺平道路，这才是最好的做法，而不是去问星相家。一旦我们智慧发展得很高，我们会超越星相学，再也没人能算出你的命，再也没人知道哪一颗星会影响你。都超过了！你超过星星、太阳和月亮，没有任何事物可以影响你。

问：为什么世界上有这么多的灾难？会不会有无罪的人受害？

师父：没有人是无罪的，除非我们重生，否则我们就不是无罪的。重生的意思是忏悔我们过去的错误，并向上帝保证从此过一个更好、有道德的生活，那么上帝的恩典会降临，帮助我们、洁净我们、净化我们、让我们变成小孩，那时你才能说：“我重生了，我是无罪的。”印心以后，我们可以说我们无罪。

如果我们沿着道德的路走，我们会一直无罪；但印心前并非如此，我们背负着所谓的原罪，或过去世的业障，我们不能说我们是无罪的。我们每一个人都必须为今日世界的状况负责，不管知道或者不知道，我们都对这个世界制造过一些损害，我们必须忏悔，我们必须改变我们的生活方式，我们必须生活在智慧、道德中。

问：如果只有一位上帝或佛，为什么说我们自己就是上帝？

师父：因为我们都是同一体，是幻想让我们以为不同一体。开悟以后，你会了解大家都同一体，只有一个灵体，只有一个整体、一个伟大的圣灵在我们每个人内边。比方说，阳光是不是一体的？阳光是从太阳而来，它是整体的一部分。但因为太阳必须照耀不同的方向，才能够利益不同的方面，所以我们有充足的阳光。但我们不能说有一束阳光是单独的，与整体分离。若说一束阳光是单独的，那是一种错觉，绝不是这样。说海浪不同于海洋，也是幻觉，是无知的说法。

问：偶尔跟朋友喝上一杯啤酒或小酌一杯又有什么错呢？

师父：看起来好像没错，但人们都是这样开始的，人们是从和朋友一起喝一杯无害的酒开始酗酒。他们不可能突然变成酗酒



的人，不是吗？是从一杯、一杯又一杯的啤酒，一杯、一杯的酒发展成了嗜好，越喝越多，受它的摆布。所以不要开始，不要玩火。一滴酒、任何酒精制品都会让你的智慧迟钝，破坏你的记忆力，让你远离真理，忘了自己是谁、使你脱离荣耀之道和你最高的智慧。所以我们最好能免则免。

很多人生来就智障，因为他们前世用了太多酒、毒品或者这类的麻醉品，以致扼杀了他们的智慧。所以不要玩火！因为我们不知道我们的自制力有多少，知道的时候已经太晚了。所有的错误都因为高估了我们的自制力而引起，说起来容易，但做起来不简单，所以最好不要试试看。世界已经非常混乱、乌烟瘴气，为什么要让你的精神更加混淆呢？我们的视线已经模糊不清了！为什么还要用酒精或毒品在我们不清醒的心智上雪上加霜？

问：为什么人们有时无法控制自己？

师父：我已经跟你们说过了！控制别人比较简单，控制我们自己比较难，这是因为我们没有学会控制，同时也因为业障的关系，而我们却不了解这一点。有些人我们第一次看到，就会爱上他(她)，我们说是一见钟情，而有些人我们才遇见一秒钟，就想和他吵架。并非我们不想控制自己的情绪或怒气，只是没办法，因为前世业障的关系。

也许那个人曾经跟你谈过恋爱，或是在你心中留下很好的印象，所以你第一次碰到那个人，就感觉到强烈的爱，有时候误以为是一见钟情，这都是前世造成的影响。而那个看到就想和他争吵的人，也许因为前世他一直生你的气，并且给你造成很多麻烦。

问：普通人、凡人也能够开悟吗？有可能达到非凡心的境界吗？请师父开示！

师父：当然，当然！没有人是凡夫！只是你们自己骗自己，佛在心，哪里是凡夫！没有一个人是凡夫，只是明知故犯！我们

自己不想要知道自己是佛，每天赚钱、睡觉、吃饭、生小孩，没有找另外一个地方。工作、吃饭、睡觉、生小孩也可以，顺便也要开悟，才知道为什么我们这样做，才知道我们是佛，如果你没有开悟，只做世界的工作，那我们当然永久在世界，永久是凡夫。



## 上帝照顾一切

清海无上师以英文讲于德国慕尼黑

一九九五年八月十八日

我在慕尼黑总是感觉很快快乐，我不知道为什么，可能因为慕尼黑曾经是我的故乡吧！除了我的出生地悠乐之外，我从来没有在任何地方，像在慕尼黑一样住过这么久，它是我第二个家。

恭喜你们有一个这么漂亮的共修中心！上帝多么照顾你们，上帝多么爱我们，也包括爱我这位谦卑的仆人。上帝赐福给我，让我有这个荣幸为你们——他的小孩服务。上帝赐福给我们，使我们能够永远和谐地在一起，不论我们想要什么、需要什么，我们不必开口，他总是会给我们。因此，我们心中要永远感谢上帝对我们这么好，我们也要真诚地为那些比我们不幸的人祈祷。

### 感念上帝是我们的本分

我们每次打坐，要先感谢上帝，为那些比我们不幸的人祈祷，那么我们就以甜美及奉献的心感念上帝。感念上帝是我们的本分，非常简单、单纯、有效，即使我们不要求什么，也会自然拥有一切东西。

你们都有这方面的体验，是吗？（大众答：“是”）我也有

这方面的体验。我从未要求他给我绘画的才能，我也从未因自己经济上的需要，或为了帮助他人而要求他给我设计服装或珠宝的才能，我从未要求任何事，但是一切都不请自来。有时来得太快，为了接受福报，我还得有所组织，以免浪费任何福报。

## 天国的宝藏在我们内边

你们有问题吗？没有问题最好！我们打坐越多问题就越少，即使有问题，也不那么重要了。我们打坐以后，就知道没有什么事那么重要，我们只觉得快乐、充满喜悦。当我们快乐、喜悦时，就不在意任何事了，真的！我们不会用头脑想太多。

当一个人快乐的时候，即使这种快乐是在世俗的等级里，比如两个人坠入爱河；男女之间的恋爱会令人觉得很快乐、很幸福；那时你不会在意住在哪里、吃什么、穿什么，或者舒不舒服，你真的什么都不在意。

同样地，假如我们内边陶醉的话，我们会变得更快乐、喜悦，那时我们真的不再有任何问题，我们不在乎了！即使我们不太懂世界的科技，也不知道什么是最新的发明，或是目前最受欢迎的电影明星是谁，什么是世界上最新潮的建筑，任何事都不会影响我们，上帝的爱就足以让我们觉得很快乐。这就是我们生活的目的，找到上帝的爱，我们会感到满足，你们都晓得这个道理，所以我想我也不用多说。

如果没有上帝的爱，我们会一直深陷在苦难之中，我们会贪得无厌、索求无度，并且贪婪。我们用各种各样有害的毒品及酒等等，来藉此获得快乐。但是这些只会使我们的情况更糟，使我们的麻烦更多，因为我们没有找到真正的幸福快乐。

这就是我们要想念上帝的原因。如果我们做不到，明师的力量会指引我们找到某位上帝的使者，这位使者会引导我们，帮助我们如何正确地想念上帝。你们要念上帝，不然你们就会念钱、

念女朋友、男朋友，那也是一种想念，但是影响不同，是坏的影响（师父及大众笑）。很多人念不同的事物，比如说商人念着他的生意，政治家挂念着他的名声和事业，而花花公子满脑子所想的都是漂亮女人等等。这是一种不同集中注意力的方式。我们都会关注的事物，而我们唯一要做的事，是改变我们注意力的焦点。

## 改变思想的焦点

与其想这些无常的事物，像金钱、名声、以及世间无常的快乐，我们不如转而想念上帝，然后我们什么都会有，甚至连漂亮的女人也会有（大众笑），钱也会有，什么都会有！我不是为了金钱或名声才寻求上帝，但是由于我非常专注于寻求上帝，他什么都给，这是从我的专注及献身上帝之中得到的证明，也是为你们及大家证明：“先找到你内在的天国，然后你们什么都会有。”我赚的钱都象是从天上掉下来的一样，而我并没有做很多工作。

外面的人有时做很多工作，却没赚多少钱，而我的钱却花不完，还可以捐给别人用，有时也会用来购置中心给大家打坐，这全视当时的需要而定。真的，如果我们总是奉献自己，专心敬爱上帝，我们需要什么就会有什么，什么都不缺，不用费力就可以得到一切。我做事毫不费力，你们都知道，我完成一幅画或是设计一件衣服所需的时间非常少。我什么都有，因为我什么都不在乎，我只在乎上帝，而一切都是上帝的。如果我只想上帝，任何东西也都属于我，这个道理很简单，也很合逻辑。

你们记得那个印度国王的故事吧？他把所有的财产都送给人们，任人挑选。每个人都来拿想要的东西，有人想带走灯、有人带走珠宝、有人试穿衣服，也有人拿精致餐具、银瓶、金瓶，或者诸如此类的东西。每个人都兴高采烈的拿走自己喜欢的东西，他们以为他们所拿的都是国王所拥有的美丽而珍贵的宝物，但是每个人只能拿走一、两样国王的财宝，不能全部都拿。有一个女

孩直接走到国王面前说：“我想要你。”所以她拥有所有的财宝，包括整个国家和国王自己。

同样的情况，如果我们只想要上帝，不要别的，我们当然什么都会有，这是十分明确的、百分之百保证的事，我就是活生生的例证。我总是感到快乐，因为上帝一直都照顾我，他从未让我缺乏任何东西，任何我真正需要的东西，我都会得到。

## 上帝给的最好礼物

事实上我不需要任何东西，我已经了解我什么都不需要。我们最后将不再有什么欲望。如果我们多打坐，我们就会明白我们不需要任何东西。但是即使我们什么都不缺，上帝也会照顾我们生活中所需的必需品。如果你们一天天地打坐，你们也会注意到这个奇迹。对我们而言，每一天都是奇迹。每一天我们变得更加快乐、有爱心，这就是上帝给我们最好的礼物。如果他赐给我们金钱的福报，那也好。如果他赐给我们彼此相爱的福报，那也好。如果他赐给我们更多的房子和车子，我们也接受。上帝赐给我们的任何东西都是好的，我们不要再说：“喔！上帝，我不要物质的东西，这不是我想要的！”他给我们什么东西都好，我们就跟每个人分享，没关系！

这就是把这个世界变成天堂的方法。每个人都互相与他人分享，人人都变得更加快乐，到那时候，没有人会想偷邻居的东西，或是想伤害邻居、或是做任何其他有害的事，因为每个人都很快快乐。这就是对我们星球未来的展望，这就是我们应该一直不断地去奋斗、实现的，总有一天会达成。让我们为此祈祷！如果事情不如我们所盼望的，至少我们自己的世界是和平、快乐及和谐的；至少我们的先生、太太、邻居和小孩所居住的世界是幸福、快乐、和谐的。

这个世界对我们也很重要，因为我们的世界是最重要的基石。

没有这个世界，广大的宇宙也不会存在，少掉我们世界这块砖头，宇宙也不会存在。宇宙是由许多砖头所砌成的，所以每块砖头都很重要，我们每个人与亲戚、朋友和邻居所组成的小宇宙也很重要。这就是为什么，如果我们每个人都好好照顾我们的小宇宙的话，大宇宙也会随之和平。

不必为了讨论世界和平，到日内瓦举行盛大的会议，喝一大堆香槟和咖啡、吃一大堆牛肉；如果每个家庭都很和平，每个家庭都跟上帝接触，得到他永恒而无条件的爱，那么世界自然会和平，根本不必讨论什么。这是我们世界的理想美景，是宇宙中每一个星球的理想远景，这也是上帝的旨意。也是上帝要我们了解的事，不管我们需要花多久的时间去了解，上帝都会给我们；还会给我们工具、信息及方法。

## 上帝照顾一切

上帝让我们知道方法，为我们开辟道路。如果我们有必要了解，我们的生命及其与宇宙关系这类基本问题，上帝会赐给我们方法，我们有无穷的时间可以学习，但我们现在就可以做到，我们可以经由光和音的法门来获得，我们马上就能得到。不然的话，我们可以等待，经由错误、苦难、悲伤及虚幻的快乐，直到我们学会的那一天。

这就是上帝派某位使者来提醒我们的原因。如同古代一样，我们也可以快速即刻地得到它，如果你们已经得到，不用再等待，这样比较好；不过告诉你们的朋友，如果他们想要永远等待的话，上帝也觉得无所谓（师父及大众笑）。上帝很有耐心，太有耐心了！经由打坐及内边的接触，我们很快会发现到每件事都早有安排，天下本无事。上帝照顾每个生命的所有细节，这是我们快乐和满足的原因，这也是世上的悲伤及苦难无法影响我们的原因，因为我们已经知道真理，知道这唯一而且铁定的真理——上帝照顾一

切!

每次上帝给我们机会，用最快的方法学习，让我们明了真理可以化解我们一切苦难时，我们都要感谢上帝，因为真理真的会让我们自由，唯一能让我们自由的只有真理。如果我们不了解这一点，我们就会一直忧虑，我们总是觉得难受，为什么有苦难？为什么人会有麻烦？为什么有灾祸？……

由于我们不了解，所以才会一直忧虑。我们想掌握所有的细节，但是我们总无法做到，因为每件事都要配合宇宙的大计画，而我们只是宇宙中很小的一粒微尘，我们总是爱操心，好像我们是上帝一样。我们企图谋求世界和平，企图在生活中想尽办法，非要达到我们认为必须达到的目的不可。我们忘了只有上帝的旨意才能成就，而非我们自己的想法，因为我们什么也不懂。

我们只有在想念上帝的时候，在藉着光和音直接与上帝接触的时候，我们才会明了。不必向任何人学习，也不必阅读书籍、看报纸，我们就会了解所有的事，我们会深切永恒地了解一切。如果你们规律精进地打坐，你们就会了解任何事。我不必教你们什么，没有人需要教你们什么，因为你们是自己的明师，每个人内边都有上帝，这个道理人人都懂。

我们越反闻自己的智慧和明师的力量，我们所知道的事就越多。这是自然而然的教导，不靠语言，是从内边教导。就是这么简单！我们为世俗的人不懂这个道理而觉得难过。简单的就像我们呼吸空气或像我们喝水一样，真理以及明了真理的方法是如此的简单！但是世俗的人复杂习惯了，他们习惯昂贵的、总要辛辛苦苦才能得到的东西，一旦有东西如此简单、迅速而无条件地提供给他们时，他们反而无法了解。

看看人们在上世是如何工作的，他们每天工作八小时、十小时、十五小时、十八小时，到底为了什么呢？只为了有一个遮风避雨的地方、一天的两、三餐、几件衣服，或许还有一辆用来上班的交通工具，他们为了这些最基本的生活必需品，如此辛苦地工作。



人们辛苦惯了！这就是为什么人们无法相信任何免费、简单、直接又无条件的事物。而这是我们的责任，如果我们愿意负起这个责任，去提醒人们，尽力运用我们从上帝那里得来的慈爱，使人们了解最好的事物总是简单而无条件的。我们藉由我们的生活标准、道德质量，以及人人可见的慈爱，来证明这个道理。我们必须藉着我们的生活方式、行为、对上帝的奉献和爱，以及对全人类的奉献和爱，来彰显上帝的爱。这也是我们教理成功的原因，不是说说而已，而是身体力行。



# 走出人生大梦

清海无上师以英文讲于美国波士顿哈佛大学

一九九一年二月二十四日

我不认为世人无明，我认为他们很浪漫，太浪漫了，幻想太多，却不试着努力解决问题、了解问题或实现他们的理想。

## 人生如梦

我们总是在作梦。世界上的一切都像梦，历经多年的求道过程之后，我就像从长梦中醒来一样。我们往生以后也会醒来，有的人醒来发现身在漂亮的地方，有的在陌生奇怪的世界，有的还在这个世界，仍在同样的环境，但穿上不同的身体；有的人还是同样的人身，只是换上不同的感觉、不同的活动方式和身体功能。有的人醒来发现自己身在痛苦的世界；有的人则在非常黑暗、无法忍受的地方。

这就像一个人从梦中醒来，发现自己处在不同于他日常生活的环境里。什么样的环境则取决于他所过的生活型态。比方说，身负重任的人，不管他是不是作了一场美梦，当他醒来，还是要面对各种责任、各样待解决的问题；生意人醒来后，要面对许多

投资问题、银行账户、最新汇率、世界经济危机，诸如此类的问题；医院里的病人醒来后，则发现自己还在病痛中，鼻孔周围插着管子，手臂插着针管，甚至可能被绑在床上，或是发现自己已经痊愈，更健康、更乐观，也可能当天就可以出院了。

往生时，我们每个人都会从一百年的梦中醒来。这是一场长梦，有人的梦比较短，运气比较好，他们真是幸运的人！我们都知道有一天会醒来，但我们却没有准备去面对醒来后的情况，所以才会感到困惑、恐惧。若是我们知道如何为生命的下一页做准备，这个过渡就不会那么痛苦了。就像一个人过着非常平静的生活，尽义务、有爱心，当他每天醒来，或多或少都会面对很好的气氛，这要看他如何安排自己的生活。我们离开这个世界后并没有死，如果我们的生活很普通、很正常，就没什么好怕的；如果我们忽略了上帝的戒律，就会有可怕的幻象等着我们。这些戒律是为了整个世界的运转而制定的，也是为了让生命以多采多姿的形态延续而安排，并不是为了惩罚我们。但是如果我们不遵守戒律，就需要某种“维修”。但也不是永久的，请大家千万不要存有这种消极的看法，认为任何不遵守戒律的人，都会永远受到惩罚。

## 地狱只是一种心境

地狱也是有限的，没有人可以在那里永久居住，因为上帝不想把世界变成无间地狱，或是让这么丑陋的东西成为永久。因此，不管我们做什么事，都会得到报应，但只是短暂的；即使只是短暂的受苦，对我们来说已经非常痛苦了！因为受苦的时候，时间好像无穷无尽，需要很长、很长的时间才能克服这段痛苦的时期。就像在这个世界，睡觉时很舒服，时间过得特别快，我们早上起不来，我们以为还是睡觉时间。当我们跟情人或朋友快乐地在一

起时，时间又好像太短暂。当我们有麻烦，当我们等人、着急时，或遭受肉体、精神上的痛苦时，时间好像永无止尽。在所谓的地狱里，情况也相同。就像我们在这个世界生病或不快乐时一样，地狱是指在精神上或肉体上更不快乐、更痛苦的一种精神状态，但痛苦程度会多好几倍。我们所谓的地狱是一种精神混乱、倍受压力 and 无形痛苦的状态。

在这个世界，我们有很多方法可以避免痛苦。当我们无聊、不快乐时，可以出去喝点饮料，也许去跳舞、看电影、看戏。另一些人会去打坐，会去属于他们自己的角落，寻找内边的快乐、内边的世界、内边的天国。我不会看不起那些吸毒、酗酒、或是用各种所谓的低廉替代品而获得快乐、忘记生活痛苦的人。我觉得他们只是用了错误的方法，实在很可惜！他们若是知道还有别的方法，并且品尝过不同方式的快乐，很快便会朝另一个方向改变，他们会最快开悟，会跑得最快，冲向任何给予他们快乐的目标或方法。这些人都是一些坏讯息的受害者，他们被误导了。我们这些“所谓”仍然清醒、还有一些智慧的人的责任是帮助他们，而不是一味地谴责。

我们不了解他们对真理的渴望，他们的内心对快乐有强烈的渴望。上帝不就是快乐和爱吗？他们渴望上帝，但却被误导而转往别的方向，用错误的方法追求上帝。这些人已经很接近出世的境界，类似出家人；因为他们也放下生活，寻找他们自己幻想的快乐，拒绝物质的、短暂无常的人生。

普通人只要有一大块牛排、有瓶威士忌之类的小东西就很开心了，他们每天去工作，照顾生活，照顾太太、先生、小孩。但刚才说的那些人却不喜欢这种平凡的生活，不能忍受、不想过这种生活，这种生活不能满足他们。这表示他们很高贵，没有那么坏，他们只是还没有找到突破的方法。他们可能比任何出家人更厌倦

人生，他们有可能是最放得下的人，只是他们不知道如何获得真正的快乐。

我们找到很多方法可以获得开悟、涅槃和快乐。最好的方法当然是藉着努力、经由开悟、通过适当的管道找到上帝，而不是藉由物质替代品，如毒品、酒精或其他不自然的方式。

## 寻回内在宝藏

我们愿意把这种打坐方法贡献给你们和任何渴望快乐的人们。这种打坐方法非常安全，不需要费很多力气，不必改变生活方式，不需要任何费用，你们不会负担不起。除了必须往内边看，找到你们自己的宝藏、找到真正永恒的快乐之外，根本不需要任何东西。即使是世界上最富有的人，即使是世界之王，如果不开悟也一样不会快乐，只有开悟才能得到真正的快乐。

开悟的人外表看起来也许像别人一样，有相同的质量、个性，有时候也会生气，但他的愤怒不是真的，恨意不会根深柢固，像云一样消散，来得快、去得也快，没有任何强烈的情绪。当一个人生气时能够那样，就会很轻松自在。他的愤怒像海浪一样，对大海没有一点影响。海浪来自大海，但不是大海；它是大海，不过也不是大海。海浪是由于风吹或地球运转而产生的，浪花虽然存在，不过它不是真的海洋。

没有开悟的普通人一旦生气，他们的愤怒会使全身都震动，在那个时刻他们失去了大部分的理智；当然不是永远失去。但有时候，他们的愤怒会使他们陷入疯狂的、情绪无法控制的状态中，而伤害到他们的心智、精神、情绪和肉体。

开悟的人生气时只是表面愤怒，所以不会伤害自己太多，而愤怒的力量也不会伤害对方，因为没有恨意和真实的情绪做后盾。

有时候，开悟的人外表虽生气，里面却在笑。就像你在舞台上演戏一样，你明白自己的角色，为了让观众开心或者让他们悲伤，你表演得非常真切，目的只是为了娱乐观众。

开悟和不开悟是有区别的。即使一个开悟的人和一个没有开悟的人在某方面看起来完全一样，如果我们开悟，就会感觉得出他们之间的不同。我们只能感觉到，但没办法说出来，因为他们都有一个鼻子在中间，眼睛、耳朵在两边，他们也像我们一样吃饭、讲话、睡觉、尽各种义务，但是他们内边完全自在。

## 解脱才是真自由

我们总是谈论自由，自由有不同的种类——外面的和里面的自由。里面的自由才是最有深度、无法动摇的。外面的自由会随着不同的社会制度、环境、身体能力而一直改变，里面的自由则永远不变。我们一旦得到里面的自由，就会永远拥有它，而且我们只会一天比一天自由，会发现我们可以无穷无尽地表现我们的自由。相反地，外面的自由却非常有限，甚至要负更多的责任，经常是比没有自由时有更多责任。

有一部关于耶稣的影片，我不记得片名。内容是说一个人寻找明师很多年，他用所有的财产买了三颗不同的宝石，等遇到明师时要拿出来供养。最后他终于找到耶稣，本来应该将宝石供养耶稣的，但太迟了！他遇到耶稣之前发生了一些意外。他以前从未遇到明师，他到处寻找耶稣，总是有意外发生，使他无法跟这位伟大的明师碰面。一位跟随他很久的奴仆，有一天向主人要求自由。仆人说：“我跟着你到处走，你甚至不给我薪水。我想要自由，不想替你做事了，你不再是我的主人。”这位求道者就说：“好，你走吧！你想走就走吧！”这个仆人就离开了，去外面享受自由。

后来仆人想：“我不知道自己究竟是不是真的想要自由，没有主人也很麻烦。”他现在必须自己照顾一切，他有点不习惯这种情况。

大家都认为坐牢不好，没有自由，又不能到处走动，生活起居得完全按照指示。有些人却喜欢坐牢，不必烦恼要找什么工作、做什么事情、由谁来管教小孩、谁为太太买首饰等等之类的问题。人家叫他们起床就起床，叫他们睡觉就睡觉，叫他们做什么就做什么，他们感到奇妙的自在。也许这些人开悟了！一旦他们获释，他们到外面去就必须找工作，而这并非易事，特别是有坐牢纪录的人，很难找到好工作。随便找个工作是可，但不是很好的工作，又要缴税、付帐单、填写各种表格和处理复杂的琐事。

很多人说出家人是放得下的人。但是师父认为你们才放得下，你们放弃过这种快乐、简单、无忧无虑的生活和侍奉上帝的快乐；为了照顾复杂的税表、电费账单和小孩，你们放弃了这么美好的生活。也许从照顾小孩中也会得到一些“快乐”，并不是说小孩子复杂，我的意思是那些和小孩子相关的事是复杂的，你必须照顾他们，他们生病你就不能睡觉；他们在学校表现不佳，你就不开心；他们长大后，你会有没完没了的烦恼和担忧：女朋友是谁？男朋友是谁？他们同谁交往？有没有吸毒？就像在家里装了两三颗随时都会爆炸的炸弹。

我认为你们的放下很伟大，我实在很佩服你们的勇气、耐心、毅力，和对复杂生活的真心奉献（师父及大众笑）。有时候我会想，不知我们之间谁比较好。如果让我回到以前的生活，管这些杂七杂八的事，我恐怕做不了！对我来说太复杂了。每天清晨五点，是被窝最暖和、睡得最沉的时候，你就必须醒来，半眯着眼睛，咖啡喝到鼻子里，眼睛还看不清楚，吞点干面包，试图保持睡觉的气氛，又必须醒来，有时要摸着上洗手间。天天如此，你们是怎么做到的？（大众笑）而我醒来后，只需爬到不远的打坐

室就行了！当然，我也有工作，但我不认为我的工作有那么复杂。那是另一种方式，有另一种意义，不像你们的生活那么复杂。而你们竟能快乐地承受，至少表面上很快乐，我不知道你们是如何做到的。每个人都有自己的生活，万一你们不满意这种生活，想过更简单的生活，想在内边永恒地拥有更多的力量，想更了解宇宙生命的微妙，那么就必须找到开悟的方法。

如果你们对目前的生活很满意，想等到一百年或六十年后才从梦中醒来，那也没关系。但是我认为，醒来时能发现一个更舒适的环境在等着我们，会比较好，总比当我们从梦中醒来，却发现身在同样的环境或更差的环境要好得多。每个人晚上睡觉时，总是有意无意地希望明天会更好，问题都解决、生意更兴隆、小孩更乖巧、婚姻更美满。但是经过长夜的睡眠后醒来，常常发现同样的问题、情况还存在，或变得更糟。

我们的生命也是如此。如果我们从生命的长眠中醒来，发现还在相同的世界，但是环境更糟糕，那会是很疲倦、很痛苦的事，我们无法忍受这种情况。你们都听过许多死掉的人回来给亲人制造麻烦的故事，他们在那边不快乐，更糟糕的是他们没有身体享受愉快人生。

人生有时候很痛苦，但有时还可以享乐。当我们享乐时，至少会暂时忘掉痛苦。但是那些没有准备、没人引导、没有功德随身的人，他们生活得很平凡，一生中从未做过任何善事，从未想过上帝，当他们离开身体后，就很难有机会去快乐的境界。

## 我们永远不死

我们现在还有人身，还不太痛苦，还享有一点快乐，还可以自由选择，还有一些自由意志，我们就应该为下一个世界做准备。



我不相信多数人 would 认为死后什么也没有，现代人更聪明、知识更广博，有更多的资料可以证明生命是永恒的；无论生前、死后、或出生前发生过什么事，生命这道意识的溪流总是源源不断。我们永远不会死亡，我们可能会抛弃一件又一件像衣服一样的身体，但我们永远不死。如果我们死了，又怎么能出生呢？出生之前如果没有生命，我们从哪里来呢？死后若没有生命，那出生之前我们从哪里来？

我们不可能凭空蹦出来，从科学得知，没有东西是凭空而来的。我们并不是从无中来，又再回归于无。在科学突飞猛进的时代，我们更应该相信永恒的生命。我从内边的修行中获得足够的证明来了解这一点，我愿意告诉大家，真的有永恒生命，证实你们的信念是真的。依我的看法，也是过去伟大明师们的见解，我们应该为了离开这个肉体之后的大“觉醒”做准备。觉醒后我们会发现没有死亡，那时候我们应该做什么呢？得到这个所谓的新生命以后，应该如何适应他？我们必须及早考虑这些问题，等到那时就太晚了！

•••     •••     •••     •••     •••     •••

## 会后问答

问：活着时要照顾这个肉体，如何能照顾我们的灵体？

师父：不像你所想的那么困难。比方说这位同修她仍要吃饭、上班，她是教师，有两份工作，晚上教书，白天上学，有空的时候，她就照顾她的灵性。我们必须安排时间，我们多数的时间都浪费在闲聊、电话闲谈、看无聊的报纸广告和电视上面，即使我们不想看电视。多半当你打开电视时，你根本并不想看，但因为开了！

你就让它开着，一直看下去。

如果我们有明确的目的和时间表，我们会分配时间：上学、工作和打坐时间；打坐时就不闲聊、不讲话、不听电话，把这些事都挪到打完坐以后再做。很多人不和我们讲话，他们也不会死掉（大众笑）。我们都把自己想得太重要了。首先，我们应该照顾我们的智慧，开发更多我们伟大的智慧源泉，然后才能照顾别人更好，学习速度更快，工作更有效率，对世界做出更多的贡献。我们不是只偏向精神方面而忘记世界。

我也要工作，你们知道吗？我唱歌、讲经、作画，再把它们卖掉，所得的钱用于讲经（师父笑），我工作很认真。修行很容易，非常容易。如果师父做得到，你也能做得到。

问：有时候是否需要自私一点，花时间来满足自己。

师父：这不是自私，你花时间吃饭，是因为你为社会工作了一整天，已经又累又饿，需要补充体力，这不是自私。如果只为了这个无常的、短暂的身体，我们就不得不拼命工作、发明这么多东西、煮这么多饭来喂饱它，那我们是不是更应该花时间来喂饱我们的灵体；这不是自私，这是正确的方式。我们习惯以艰难、错误的方式做事情，现在我们用正确的方式，反而被认为是自私，这是不正确的想法。

假如世界上每个人都不吃东西，当你感到饥饿而吃东西时，他们会认为你自私吗？（师父笑）我们的内在和外在都需要食粮。我们不吸收精神食粮才会饥饿、遭受痛苦、无明，不知何去何从，才会这么挣扎，而迷失在这一世。

## 耶稣是人，基督是一种力量

问：师父，圣经上一篇经文说：“拯救是上帝的恩典，

它不是经由善行而获得。耶稣基督为我们担受罪业而死，凡接受他为上帝、救世主者，他会给予永生。”请师父开示。

师父：是的，拯救是上帝的恩典。我们光靠行善布施、过有道德的生活，不能得救。但做这些事也有好处，它让我们的心灵平静。如果我们做善事、有道德，我们会自觉得更平衡善良，寻找上帝时，就不会有很多障碍，没有罪恶感阻挡我们，让我们不自在，懂吗？所以还是有好处的。行善布施、过有道德的生活，真的不能让我们得救，耶稣为我们担受罪业而死也是真的。

耶稣在世时是一位伟大的明师，他强调，只有通过他才能进天国，意思是要通过一位在世明师。他没有说他永远是明师，他说：“只要我在世，我就是世界的光。”后来他说：“不要为我悲伤，我会给你们送来慰助者。”这就是说还会有其他的明师来。灵魂是永恒的，耶稣怎么会死呢？他会一次又一次藉着我们、藉着开悟的人活下去。我们应该让自己变成耶稣，才能证明他救世的事迹。否则我们每天只是过着非常无明、低等意识的生活，又怎么能证明耶稣曾救过我们呢？

很多人都自称是基督徒，却互相争斗，为了基督教或所谓的宗教狂热，流了这么多血。那些人不是真正的基督徒，耶稣不曾救过他们，他们的行为不能证明耶稣的恩典。我们应该证明耶稣的恩典。如果了解耶稣真的救过我们，我们应该达到那个神圣的等级，否则就只是空谈而已，对耶稣一无所知，又怎么能真正了解他、衷心感谢他呢？

耶稣是一个人，但基督是一种力量，可以通过一个合格的人随时随地传递。就像电力可以通过电线传送，只要电线没问题，又有插座。师父只是提供大家一个跟耶稣、跟基督力量通电的方法，然后你们就会了解基督是什么，发自内心地感谢他。光只是谈论不能了解、也得不到耶稣基督的拯救。

耶稣为人类而死，是指他在世时。任何一位在世明师，都要替当时的人民担负一些业障，特别是替那些相信他和他的徒弟们。为了处理那些业障，明师才要受苦，在他的肉体上会显现出来，他可能会生病、受折磨、被钉在十字架上、被诽谤、被迫害。任何明师都要经历这类事情，你们自己看就会明白。即使是佛陀、穆罕默德、基督和其他很多的东、西方的圣哲，没有一个人可以平静地过日子，而不受到任何迫害。这就是明师为人类牺牲的真相，只有在他有肉体时才能承担业障，因为世界上的业障是物质的，如果你要从物质的业障中解救人们，你就必须有物质的身体。为了拯救人类，明师要化生成物质身体来担负困难、承受苦难，并且解决这些问题。明师是广大恩典与福祉的蓄水库，所以他的身体可以承担一切。

然而并非他不苦，所以耶稣为人类受难，这种说法是对的，但只有他在世时如此，在他之后必须另有人承担，别的明师必须来照顾下一代。假设说耶稣已经拯救了全人类，我们又如何解释世界持续不断的苦难？为什么人类还是生活在无明之中？还会互相残杀？即使基督徒也如是。如果你告诉师父，其他的人无明，他们不知道耶稣的名字，不按照基督徒的方式生活，所以他们才受苦、才互相争斗、残杀、尽做恶事。我同意你的说法，也许是。但是对于基督徒的做法，你又怎么解释？他们知道基督、知道教理、又上教堂，他们甚至是教堂里的高阶人士，如果耶稣已经拯救了他们，为什么还做这种事情呢？所以，耶稣只有在世时才能救度众生，而他已经去别的世界，担负其他的工作，现在有别的明师来这里工作。

问：请问师父，何谓观音法门？

师父：观音法门的“观”意思是观察，“音”是声音的意思。这个声音，就是圣经上所说的声音（WORD）。“天地之初就是这

个声音”，是一种振动力，“这个声音与上帝同在，这个声音就是上帝，所有的东西都从他而来，没有一样东西不是他造出来的。”古代称这种振动力为“声音”，声音是一种振动力，这个声音与上帝同在，他就是上帝的振动力，当我们和这个声音沟通时，我们就和上帝沟通了，我们会真正了解上帝，我们会再度跟上帝同一体。我们会依照上帝的旨意做事，而不是按照我执来做，就不会再做错，即使我们想做错也会很难；就像现在你们想做对很难一样。

### 顺从上帝的旨意做事

问：有人说，真正开悟的人在这个世界上无所用心、无所作为，他们只是旁观者，不做任何选择，他们只是像河流一样流过。人活在世上怎么能够无所作为、不做选择呢？他们还说，“有为”会干扰大自然的平衡，因此大自然会造出相反的事物来弥补，这是真的吗？

师父：你应该先开悟才懂。你还没到那个程度，师父怎么能向你解释呢？但我会试试看。无为不是指你没有生命、灵魂、心智等等，而是指你顺其自然地做事。你开悟时，就无为，不会选择什么，你和上帝同一体，完全依照上帝的旨意做事。虽然从外面看起来，你和一般人做同样的事，但其实不一样。一切都是上帝的旨意，所以你不用负责任，永远不会做错。

我们不能说，其他不负责任的人也是执行上帝的旨意，不是的！他们根本不懂上帝的旨意是什么。开悟以后，我们才能了解宇宙的计划，并且依此行事。开悟以前，我们只会认可一切，企图把我们自己的愿望强加于自然的计划。比如说好的演员知道角色的角色，记得自己的台词，他们会按照整齣戏的剧本和导演的

指示来说、做、演。但是一些烂演员，他们不想知道他们的角色和台词，只想赚钱，或只想上舞台亮相，却不尽自己的责任，不去揣摩自己所扮演的角色，不去了解剧情的动机和指示，又不听从导演的安排，然后在台上出错，搅乱整齣戏，这就是好演员和烂演员之间的差别。他甚至记不得台词，上台时该说的不说，不该说的却说出来，或者应该轻轻打对方一下巴掌，他却真的用力把对方打昏在台上，最后导演只好暂停演出，然后重新再来，实在很麻烦，而导演又不得不干预。

问：请师父开示，应该怎么打坐？坐多久？什么方法最有效？

师父：有很多方法可以安定我们的心智，让我们更聪明、工作更有效率。你可以选择你喜欢的方法。但如果你想了解你自己，我们会提供可以直接跟上帝沟通的方法。上帝就是我们的自性、自己的高贵质量、和最高的智慧。所以才说天国在你的内边、或佛在心。否则应该说，佛在涅槃、或上帝在天堂等等。如果我们想找上帝、或找自己的高贵质量和高贵地位，应该修观音法门，和那个振动力、宇宙最原始的力量同一体，和上帝沟通。

问：动物可以捕猎为食，人为什么不能呢？猎食是自然界生存之道，人类难道不是大自然的一分子吗？

师父：你想要的话，就自称为动物好了！动物以捕猎为食，你也要以捕猎为食，捕猎动物，就跟动物一样了，降低了我们的等级。你要的话也可以，没人会阻止你。但是如果你想更高贵、想称自己为人类，就应该了解人类应该做什么、过怎么样的生活，为我们的弟弟妹妹们做榜样。如果我们和这些动物弟弟、动物妹妹们过一样的生活，那我们在上帝的创造中就不会有价值了。在旧约第一章，上帝说：“人类应该领导动物。”我们应该比动物优秀，我们位于所有动物之上。如果想降低我们的等级变成动物，

也没有关系，你有你的选择自由。但是你还应该问自己，这是不是个好选择？我确信人类是众生中最优秀的，应该以身作则，过高雅的生活，因为动物将来也会进化成人，看到我们的坏榜样，他们怎么会学好？我们又怎么教育他们？

## 高贵的质量来自天国

问：持五戒、行十善，没有打坐修行的话，往生后能否解脱？

师父：光是靠持戒、行善，不能令我们解脱。唯有知道自己解脱时，才能解脱。了解我们的本性已经自在无碍，知道自性永远不死，那时我们才解脱，还盲目地行善布施，就还不能解脱。认为应该做些什么才能解脱的话，我们还很无知，不知道本性自在无碍。不要说持五戒、行十善，即使持五百戒、行万善，也还不能解脱，如同煮沙不能成饭。

问：打坐修行的最终目标是解脱。请问师父，解脱的靈魂是不是真的断除了贪嗔痴？

师父：是！师父已经说过，开悟的人发脾气，不是真的发脾气，对方也不会被恨意和否定气氛所影响。开悟的人永远不会为自私的目的而生气。他不会为了你不给他够钱或离开他、或为了妻子跟别人跑了等事情而生气；他不会追她回来，然后再想办法伤害那个情敌。开悟的人也许会看起来像在生气，但却是为了别的原因；为了工作和执行的使命，你必须用所谓攻击性的力量才能突破魔障。他不会因为没人给他食物、没人给他钱、或没人爱他而生气。你不能逃避怒气，你应该运用它。真的生气跟开悟的人运用来作为武器的生气是不同的。

就像外科医生手上的刀是做手术用的，它不同于杀人凶手的

刀；它也同样会让人疼痛、流血，但它会治疗病痛。外科医生知道怎么开刀、要开在哪里、割多长。但是杀手只为了仇恨、或自私的利益而盲目杀人。

贪嗔痴和其他所谓否定的质量也都是从涅槃、天国而来。它们都是高贵的质量。为什么我们贪求世俗的东西呢？因为我们从辉煌的天国而来，我们习惯了天国的荣耀，我们习惯了富有，我们习惯不必工作即可拥有一切，所以我们大都很懒、不喜欢工作，只想要钱，只想要钻石（大众笑）。但我们应该知道这个世界情况不一样，我们可以利用贪欲使自己突破这个世界，来获得内边的无价之宝——如意珠。

贪没有什么不好，嗔也不是否定的质量，痴也很好，只要我们能正确地使用，把它们用做治病的工具，而不是用来杀人，那么一切东西都很好；没有什么东西是否定的，我们的观念错误才把事情变成否定（大众鼓掌）。

问：替别人治病或减轻痛苦违反自然吗？我们是否应当接受别人痛苦的情况，例如难民，而不去介入？

师父：用灵力医病是违反自然的事，会扰乱病人的灵气、穴道、磁场，扰乱以后，就很难再恢复，同时也会干扰病人的灵性。但帮助那些需要的人、那些向我们求救的人不会违反自然，就像医生用物质的针筒、刀、管子、药品来治疗病人一样，并不违反自然，医生也不会因此而招致任何业障。但如果干扰别人的灵性磁场，业障就很重；救济饥荒或帮助难民，是没有关系的。因为圣经上也说：“要善待陌生人”，“不要压迫陌生人，因为在埃及的土地上我们也是陌生人。”我们也是地球的陌生人，可能不久我们也会变成难民；目前是战争时期，我们可能也会沦为难民。帮助需要帮忙的人，这样上帝才会帮助我们。



## 开悟是上帝的恩宠

问：佛陀累世行善才开悟、成佛，凡夫如何能走捷径，在这一世得到开悟或天国呢？

师父：不能这么说，你怎么知道你过去没有累世行善？你能向我证明你一直很坏吗？你能向我证明佛陀累世行善吗？那都是他说的，你也是听说而已，不知道是不是真的。你也不知道自己以前是好、是坏。我们不必这么悲观，我们应该相信自己的价值。上帝说：“每个人都是依照上帝的形象造出来的。”我们看起来跟上帝一模一样，为什么应该觉得自己低等呢？

佛陀是否生生世世都善良、高尚，这我不知道，我只知道他开悟以前也没做什么好事。他生在皇宫，受到过分的宠爱，除了皇后之外，还有后宫佳丽五百人，日以继夜地歌舞伺候他，四季有冬暖夏凉不同的皇宫供他享受，他花费国家纳税人的血汗钱达三十年。他做了什么善事使他有资格开悟？刚才已经说了，开悟是上帝的恩典，而不是通过道德、或行善才能获得。

我们都可以开悟，我们都可以成佛，或者至少可以解脱。如果我们没有希望的话，上帝就不需要送耶稣、佛陀和穆罕默德下来救我们。如果有道德的人才能开悟，我也不知道谁真正有道德，有一句俗话说：“每位圣人都有他的过去；每个罪人都有他的未来。”我们不像自己所想的那么罪恶深重，而且罪恶也是一种幻想而已，一旦了解这一点，就无善、恶之分了。但要很认真修行，才能了解，那时你就自在解脱了！观音法门提供给大家一条高速公路，使你们马上了解自己，了解你们本来就高贵。然后你也许可以看到你的过去，那时候再告诉我，你有没有做过善事，好吗？

问：师父刚才说开悟的人所作所为，都是依照上帝的旨

意，但开悟的人如何对自己的所作所为负责？他或她能在任何情况下都依照上帝指示行事吗？我们怎么知道谁是真正开悟的人呢？我们可以信任他们吗？

师父：你还不知道谁开悟，除了你自己以外，不要相信任何人。如果不相信别人，那就祈祷并反省，看你的动机是否真诚，是否很单纯。你若是真心想开悟，就会遇到明师。一切都取决于你自己，而不在于师父。如果你很单纯，就会同性相吸。

任何人不幸碰到糟糕的师父和不好的师父，都是他自己的错，应该反省自己的行为、动机、纯洁度和自己的诚意，然后再祈求上帝，上帝会引导我们去找别的师父。这就是供需法则：“要求，就会得到；敲门，门就会开。”

问：为什么我们不记得前世？

师父：如果都记得的话，我们会受不了，负担太沉重。在这一世我们要面对的事情已经够多了！税金、战争、小孩，还有眼前的问题和业障，如果还知道前世曾经非常坏，或者非常好、非常高贵，那会更混淆，不能专心完成这一生的责任。因此，上帝、自然法则才会拉上一层布幕，必要时你才会知道。如果对你的修行进步有必要，有时候你也会在打坐中知道；不必要的话，你就不会知道。

耶稣也说：“不必担心明天，照顾好今天就够了。”明天对我们有影响、对我们很重要，我们尚且不知道，更不用去知道已经消逝的过去。

问：佛陀的智慧是什么？是以逻辑揭示的，还是以直觉揭示，或者超越这两者？

师父：超越所有这些东西。凡是我們想得到的，都还不是佛陀的智慧。唯有当我们接触到佛陀的智慧，我们才能了解他。我们无法表达，但当状况来时，我们会明确地了解，一清二楚。你

不会背着佛陀智慧到处走，你只是活在这个大智慧中，把他应用于生活，成为智慧的化身。

问：祈祷能减轻我们的业障吗？

师父：可以，如果我们够诚心的话。非常虔诚、深入地祷告也是一种打坐，在禅定的状态中，我们进入恩赐库、功德福报库的最深处，这样才有效，可以洗业障。只有当我们真正诚心地、深深地渴望宽恕，才有效果。



# 信靠自己

清海无上师以英文讲于美国夏威夷檀香山共修会

一九九四年九月六日

## 身为人就必须工作

我们学不是为了让人家知道，我们学是为了让自己知道，然后才能默默地加持世界，以我们内边的荣耀和内边的爱力去加持。

就像任何其他的科学和学习，必须靠自我发展，所以佛陀说：“自性自度，而非他度。”当然他也说，能看到佛是很难得的，是最大的加持，百千万劫难遭遇；不是一辈子一次，而是很多辈子才能看到佛一次；也许佛就在你面前，不过你却视而不见，就是差在这里。很多人见到了佛，但却视而不见，他们什么也没看见；可能他们看了，却视而不见，他们听了，却听而不明！

而耶稣也说：“除非透过我，没有人能到天父那里。”是吗？不过，他没有说你现在看到我了，回家去睡个觉，然后就一定可以去天国。他告诉你们要修行，要爱你的天父、持我的戒律、在内室祈祷、爱你的邻居。哇！有好多事要做。他没说：“好，现在你看到我耶稣，然后你就一定会去天国。”不是，他没有那样说。他告诉我们有很多事要做。即使是对他的亲人，记得吗？他说：“谁

是我的亲人？谁是我的母亲？谁是我的姊妹？只有遵从天父旨意的人才是我的亲人、我的母亲、我的姊妹。”他说：“除了你们之外，我没有亲人。”他指的是那些遵从上帝的旨意的人，那些爱邻居的人，还有那些守戒律的人，那些全心全意爱天父的人等等，才是他的亲人，记得吗？

耶稣在成为世界灵性导师之前，他也必须在内室打坐、祈祷。他必须谦卑地接受洗礼，即使他知道自己上帝的儿子，他不必这样做，而他仍然必须像我们一样经历所有事情，为了要告诉我们，身为人就必须工作。他叫徒弟们出去宣扬福音，他说：“任何我秘密告诉你们的事情，你们都去公开宣讲；但是千万不要将珍珠给小猪。”他还说，并不是每个人都能接受他的教理。

## 来世界学习爱人与服务

大致来说，在这个世界的任何时代中，真正爱上帝的的人非常少有。而且，上帝有不同等级的化现，我们众生也有不同的等级。如果我们在这个世界时，不学习去了解灵性方面的问题，就算我们因为天父的爱力无边而去到天堂——他没有分别心，真的，你爱他，那好；你不爱他，他还是爱你。然而就算我们上了天堂，我们还是没有发展，我们还是以前的老样子，是自私的笨天使。喔！并不是所有的天使都是好的，所以他们必须来这里，穿这个肉体的衣服，为了要学习，学习如何去爱别人、如何服务，而不是一直坐在那里享受着极乐天堂。

现在我们有机会在这所人生的学校里学习，如果我们不把握这个机会好好学，等我们到了天国将会非常后悔，没有人会说什么，你自己会回顾自己的人生，那时一切就如同一面镜子一样，非常地清楚，于是你会感到非常非常难过，因为你过去竟然如此

软弱、懒惰，如此地执着于物质的东西；物质的东西也是天父所赐，作为让你进步的工具而已。然而，你却执着于这些工具，忘掉了使命，忘掉你为什么来这里。所以才有那么多的灵魂徘徊在生死轮回之间，他们被绑在这个世界，因为他们太留恋这个红尘了！即使天国的门一直都开着，我们还是不想回去。

上帝是有力量、全能的，没有什么是上帝做不到的，只因为我们不够诚心，所以我们许多祈祷才没得到回应，然后我们就认为没有上帝，这才麻烦。可怜的老天爷！什么事都怪上帝，所有的战争、灾难、饥荒等等，所有这些事我们只是怪上帝，或是怪天国的高等众生不帮忙我们。事实上是我们自己的选择，是人们选择违反天意和宇宙法则，是这些人在制造战争，听从本性中的否定力量，那个我们称之为撒旦或魔鬼的力量。撒旦或魔鬼一直都存在，所以这个否定的世界才能维持平衡，而在天国，否定的力量没有必要存在。

## 自我审判

在天国里，没有好，也没有坏，那里的人有时对“罪”的看法也和我们不一样，他们不会责怪你。所以往生的时候，有时是自己在责怪自己，你会非常后悔自己不曾尽全力，后悔自己应该用另一种作法来做，你知道应该做什么，但却没有那么做。而这就是在你死后，让你备受煎熬的缘故，这就是人们所说的“地狱”，并非有个上帝待在那里审判你。如果我们没有真正修行、悔改，没有真正过着应该要过的道德生活，往生的时候，就会看到低等的境界，那时我们会像看电影一样，但是非常快，整个辈子甚至不到一秒钟就过去了！

你会看到每一件事情，不过你能了解，即使在这么快的速度中，

也会了解你所做的一切事情，哪样是对、哪样是错，你全会知道，而那时你会哭泣，会知道自己做错了，而你再也没有机会重来了！或者要再等非常、非常久的时间，因为有很多众生在等着来做人，而你远远地排在等候名单的后面，你已经错过机会了！那就是所谓的无间地狱或是永久的判刑。不过，当然，没有什么真正永久的，只是因为在一不愉快的情况或是感觉中，时间似乎过得很慢。当我们高兴时，好像时间过得很快。因为我们的罪并非永远的，所以我们的悲伤也不会永远持续下去，只不过会觉得时间好长，也会觉得很后悔。我们已经得到过机会去做好，去增进关于造化、关于天父及万物运作的知识，去学习应该如何彼此相爱，但我们却没有把握这个机会，那就是问题所在，而使我们感到非常非常难过。

我希望这不会发生在你们身上，我确定不会的，因为你们已经在努力寻求真理，寻求自己原本的家，寻求上帝。当然，在这种环境下，有时候我们的头脑会软弱，身体也会虚弱，有时候，我们虽想打坐久一点，不过我们的身体很软弱，意志也随着肉体一起软弱下去。因此我们必须一再学习，要坚定地重新开始，今天失败了，打坐不很好，那明天就更努力一些，要不断为更坚定的意志力而奋斗，灵性才会进步，而到天国中成为较坚强、更有智慧的人。

并非天国里的每个人都一样，即使上帝是公平的，他一视同仁地爱他所有的小孩，不过如果我们不努力，我们就只能停在那里。就像学校中的小孩，有的聪明、有的用功、有的只会出去玩，找女朋友、吸毒或诸如此类的事。在环境的影响之下，而他们又太软弱而无法抗拒，太叛逆而不听父母的话，于是他们伤害了自己，并惹许多麻烦给自己。当然，父母也会被连累并感到懊恼，不过受苦最多的人还是他们自己。

## 克服不利的情况

同样地，在我们下来这个世界的时候，我们就得到所有的工具、装备以及环境，让我们可以发展，可以尽量克服情况、克服由情况所引起的憎恨。有时候我们被置于不利的情况下，看看我们能不能爱敌人。不过，我们常常都不能爱我们的敌人，我们常常屈服于自己的肉体欲望，还有环境的诱惑，而憎恨我们的敌人，我们就是这样被教导，那就是我们习惯的方式，但那不是天国的方式。

有时候我们做到了，有时就没办法做到，而我们做到的越多，当然我们在宇宙中的果位也就越高，然后我们就能在天堂的体系下获得更多机会，做更好、更有意思的工作，以及更多宇宙的工作，然后我们可以发展无限的才华，那些我们从不知道自己拥有、甚至连想都想不到的才华。我们会被赋予天国中的领导地位，象是教导许多天国的众生等等，或是当我们回来这个地球时，我们会成为明师、灵性导师或得到某些特殊的地位，带领人们进入天国。

## 把握在世良机

如果我们在这个世界、在学校中的这段时间还懈怠不前的话，我们就不会再有这样的机会。别以为你们一直都有机会再回来，不是一直有机会。留下来的不过是子孙后代，是遗传基因而已，是遗传基因内的讯息和欲望，以及在欲望中的一切能量，是这些在轮回，而不是你本人、你的灵魂轮回，有许多灵魂在等着要进到这所学校，我没有地方让你一直待着。也是可以，不过要等好久的时间，而在这期间你会受苦，因自己的悲伤而受苦。天国的爱力还是在，但你会为了所错过的事情而感到非常难过，是的，



你希望当初就把它做好，你想要再来一次，你希望可以做得更好。

然而当你再次得到机会时，你还是会忘记，这才糟糕。那就是为什么有时候我们必须回来重新学习，不过也得看我们是否真的够好，而且够福报，或是有好机会下来，但下来这里你必须付出代价。比方说，某人负有任务要下来帮助世界，然后你就说：“好，我参加，拜托让我加入，我什么事都做，我什么都答应，我不会再像上次一样了！真的，不会的，不会的。”（大众笑）好呀！当然，“天堂”永远是一家信赖他人的公司，于是他们就给了你一份工作，不过当你下来这里，既没有帮助那个人或那个组织来改善世界，而是做别的去了！甚至可能和他们唱反调，因为你已经忘了出生之前的承诺，大家都是这样。

由此你们可以了解，为什么佛陀要三十年才开悟，耶稣也是一样，他们不是一出生就马上说：“我是佛”、“我必须去帮助世界”，他们都忘记了。所以上帝才给这么多驱策我们的机会，象是你所面临的灾难，或是有人会在你背后逼你或驱策你，或有一些其他的情况发生，让你忽然醒过来，或许是一些朋友，甚至是一些街上的乞丐，来提醒你这个世界的无常。所以那些乞丐也是天使，有时候苦难是为了要提醒我们。有些人是来从事大任务，有些人则来完成小任务，为了获取做人的福报。他们用在这所学校（世界）赚的功德，才可以在天国里晋升，并再有另一次升级的机会。

## 记得在天堂许下的承诺

我常常告诉你们，比如悠乐难民，他们是自己愿意处于那样的情况，为了要唤醒世界的良心，让人知道有关难民的处境是如何困苦，战争是如何影响人们和许多国家，而不是只影响一个国

家而已。他们还带给那些帮助他们、给他们庇护、食物、支持与同情的人们爱心的福报。

爱别人就是爱我们自己，我们实在是夸张了自己的荣耀，并非我们帮助了什么人，我们是在帮助自己。当你做了好事时，请记住这一点，都是上天的旨意，是对你们有好处的。你们应该做得更好、更有爱心、在内边更努力，运用你们的智慧。不要做群体中的小羔羊，你们已经脱颖而出，你们做事已经好得多了！更要试着去记得你们在下来之前，曾对天父及高等众生作过的承诺，那也是你们来这里的原因。

藉由打坐、从观光与音中的智慧，你们会记起自己是谁，以及该如何提升自己，因为你再度与无上智慧沟通上了，然后你就会记起自己的任务，以及自己该做些什么，那就是你变得更好的原因，因为你们记起自己是天堂的众生。你们会越来越好，越来越像天使，越来越像来自天堂的众生，那就是你该做的。当然，明师和天堂的众生永远都会在旁边帮忙我们，不过，如果你们不自己去实行，无论多少帮助都没有用，我们必须自己先做了，天堂的众生才会帮忙我们，师父的力量也会一直帮忙我们。



## 金钱与权力

清海无上师以英文讲于福尔摩沙西湖道场

一九九五年六月三日

我们最好奋斗一下，总要力求过好一点的生活。并不是我们崇拜物质主义，而是在任何方面，生活都应当充满喜乐、富裕。我们不必把权力和钱财，全交给恶势力阶层的人。打个比方，假如好人都不努力为自己赚钱，也不在社会上争取获得一定的权力，那么所有的权力、金钱，都跑到恶势力阶级那边了。到后来坏人反过来控制好人，而好人却什么也做不了，甚至连好事也无法宣扬。所以对我来讲，为了你自己，为了你的家庭、国家有好的生活水平，在生活中努力奋斗去赚钱、做生意是一项责任，而不是罪恶。

我从不鼓励徒弟甘于贫穷，而把所有的权力和金钱，全都交给恶势力体系，交给那些没有道德、没有责任感、没有感情，不懂得与他人分享的人。比方说，我们修行、持道德戒律的人，如果有钱，我们总是与他人分享，我们帮助灾民、帮助难民，帮助穷困、需要帮助的人，帮助病人、孤儿等等，所以说有钱很好、很好！这跟资本主义不一样哦！而是我们必须活用财政和社会活动方面的权力。

如果你是个政治家，你应该留在政治圈内做一个好的政治家，

为你的国家奋斗，也为提升其他人生活水平而努力奋斗。如果你是一个商人，你当然要做个成功的商人，要不断努力去经营成就，上帝给你多少你就去赚多少，然后你可以分享给别人。钱是很好用的，假如你没钱当然你可以说：“噢，我才不在乎钱哩！我是修行人，哪里能碰钱！”那样不对！不能有这种态度，不能因为你没钱又懒得赚就说：“我什么都不在乎！我什么都‘放下’了！”事实上并非如此。

古时候，所谓的修行者总是要放下很多东西，那没关系，你们可以那样做一段时间。但我不认为你们应当永远那样做，不是吗？噢！我想你们也可以啦！每个人都变和尚，然后早晚吃空气（大众笑）、喝露水这样，我们还需要什么呢？其实我们修行人不需要那么多东西，我们吃的只是蔬菜，穿的也不必总是那么漂亮，真的是如此！我们真的不大注意外表。

有时我也化化妆，穿几件新衣服，但等过了三、四天以后，令我最高兴的事就是能够去河边，什么也不用穿戴，自己一个人，自自然然、无拘无束。化妆、打扮有时让人感到好累，如果你还不习惯外面的人所要求的美感和仪态，会感到很累；特别是对修行人。我们只爱好自然，有时我们甚至想不留发、不妆扮……那样会很轻松，但如果是为了要美化这个世界，或是要在社会上工作，我们也会这样做，没关系。

对我们所谓的修行人来说，我们真的不需要物质上的舒适，真的是这样！所以我们有时会认为：“为什么要赚钱？反正我又不想要任何东西！”这是一个很方便的逃避借口。但如果我们仔细想想，如果我们还在这个世界上生活，很多人要依靠我们；我们的家庭、孩子、父母、亲戚和朋友，有时他们需要我们的帮助。如果我们不帮助他们，谁又会帮助他们呢？因为在这个世界上，很少有人会去帮助穷困或需援助的人。

在这个世界上，真的很少有人肯施予什么东西的，即使在日常生活当中也是如此，这就是否定力量所造成的结果。它让人变得贪婪、自私，什么都是我的、我的、我的！从来不给出一点。即使是已经拥有太多，多得数都数不过来，已经数不清自己拥有多少了，还要贪取更多，不愿让其他人占有。因此，如果所谓的好人、代表正面力量的人，像那些有道德的修行人或修道、修真理的人，要是没有钱，谁会去帮助那些需要帮助的人呢？是啊！差别就在这里。这就是为什么我们需要赚钱、做好生意，并不是因为我们需要钱，而是因为在这世界上，我们可以运用金钱、权力或政治地位这些有用的工具去帮助人。

### 善用权力为上帝工作

比方说，要是我是美国总统的话，只是假如而已（大众笑），那我老早就接受所有的难民了，不管是悠乐、古巴、海地或是车臣、波士尼亚……各地的难民。然后我会教我们的同修，如何去照顾这些难民（大众鼓掌），而你们也会去做的。每个人只照顾一个或两个就行了，马上就可以照顾好所有的难民了，只可惜没有人允许我们这样做。

我相信我们所有的同修，不管属于哪个国籍，只要我讲一句话：“请照顾这个人或这个家庭。”你们都会去做的，你们每位同修，不管在韩国、中国、悠乐、福尔摩沙、美国、法国或英国，不管在哪里，你们都会马上做，是吗？（大众鼓掌并答：“是！”）这样就没有问题了，真的没问题。这样就不用把难民关在难民营里养他们，我们会给他们钱去做生意或训练，这样他们很快就会自立了，然后他们还能去照顾其他的难民，这样全世界就都没问题了，是啊！真的没问题了！

难民是其中的一个问题，另外一个问题是堕胎。我们不需要杀胎儿啊！我们曾致函给联合国和其他国家，信中提到：“我们不需要堕胎。我们可以设立特别的社会照料系统，让这些小孩生下来，然后把他们送给那些没有小孩的家庭。”目前领养小孩是件困难重重的事情，得经过很多繁缛公文。而想要领养小孩的夫妻又那么多，不只一家而已，有时是两、三、四家一起要领养，不管什么种族的小孩，他们都喜欢。那么为什么要杀戮这些稀有的胎儿呢？

我认为要是继续这样下去，我们将会残害到自己，以后我们人类就会变成需要被保护的稀有动物了！现在有很多鸟类、丛林里的狮子、老虎，都已归为稀有动物了。以后人类甚至会变得更稀有，因为已经没人生两个小孩了。比如在许多国家禁止生一个或两个以上的小孩，多的小孩就得堕胎杀掉。不应该这样做嘛！我们可以互相交换。要是你没有小孩，而我有太多小孩，那我给你几个，很简单，为什么不这样做呢？这么简单！目前世界上最严重的就是这两个问题——难民与堕胎。我认为都很容易解决，假若我是某个强国的总统的话。我是举个例子来告诉你们，让你们知道处在这个世界上，不需弃绝社会和经济权力。并非我们想要这些权力，正因为我们根本不想要，才更应该拥有权力（大众鼓掌）。要是我们把这些权力交给那些想要的人，他们总是会滥用权力，原因是这些人太爱权力了，这种人一旦得势，一定会滥用权力。正因为我们不想要有权力，才能很公正、和平地善用这些权力为世人工作。

问题是有很多所谓修行人，喜欢出世、放下世界，这是挑简单的办法逃避，是吗？像我，要是不去教人、不接见你们，也很轻松，省很多麻烦。这个我当然晓得，那我该怎么办呢？我不会专挑简单的事做。比方说，我算是你们的老师，我根本不需要工

作，真的不需要。因为我吃也吃不了多少，所以不管我到哪里，我可以这样说：“要是你要邀请我的话，你们要买机票、替我租旅馆，给我这、给我那……”而且你们都会马上去做，是吗？（大众回答：“是！”）

## 师父身体力行，立下榜样

可是我不想要享受这种贪便宜的事。我什么都自己来，自己动手、自己赚钱，除非我真的需要什么，才会向你们提出要求，可是也仅限于一些小事。比如什么地方有灾难，我会请你们代我去视察，因为我人在外国，去不了，所以请你们去看看我们能做些什么？要是你们能帮忙他们就帮忙，要是财力或人力不够，那我们会援助你们，总是这样的，事实上这也是教你们帮自己的忙，因为帮你们同胞的忙，也正是显扬自己从每天打坐所获得的爱力和智慧。我所要求你们的不过如此而已！

我从来没要求过你们为我自己做任何事，尽管我随时都可以做这样的要求，所以说，不管我做什么事，都是给你们的一种教导。我不是每次都告诉你们：“做这个、做那个。”你们只要观察我的行动，就足以当作学习的功课了，真的不需要再教你们什么了。只因你们常来看我，期待我教你们一些事情，讲故事给你们听，跟你们解释这个、解释那个，其实你们并不需要我讲些什么，我甚至也不需要开口讲什么。我所做的任何事，完全符合我的教理，任何我教你们的，我自己都身体力行。

我也可以这样说：“噢！我是明师，干嘛要自己动手。我是不碰钱的，我是圣洁无瑕，超越万物之上的，要是我手一碰钱，就会被污染！”我也可以这么说，我可以找任何的借口。多数所谓的“古鲁”一旦“迷”住他（她）那些所谓的信徒，就驱使他

们去做自己所想要的东西，为所欲为。我不会这样做！

我所教你们的，都是真正美好善良的事，对你们自己、对社会都有好处。我所做所为就是我的教理，我怎么教人，自己就怎么做，是吗？（大众回答：“是！”并鼓掌）我只是要告诉你们，我也可以只挑简单的做，可是我不这么做，因为我认为为了帮助这个世界，我必须有权力、有财力，不是为了我自己的利益和荣耀，才要取得这些金钱和权力；我们是为了自己的理想和信念而做。这也是为什么我要你们也这么做，如果你们做得到、自己也想要做才去做，因为我认为这是很合逻辑的。当然你们并不一定要这样做，要是你们抱有同样的理想，也同意这种逻辑，那么你们就可以去做。我只不过要跟你们解释一下，为什么我们不能逃避金钱，为什么不能鄙视政治地位，因为它们是很好用的工具，是为上帝工作，为改善整个世界工作的好工具（大众鼓掌）。

很多人认为：“我身为一位明师，为什么还去赚钱？”当然我晓得人们会这样讲，这是因为他们无明，他们太笨了！不然他们会明白我为什么这样做。我根本不必要这么做，我只要向你们每人要一百元，一天之内我就变成亿万富翁了，绝对没问题，我根本不需要工作嘛！（大众鼓掌）因为我不是崇拜物质主义者，也不在乎地位和金钱，所以我才要工作，并不是因为我在乎。如果我在乎钱财和地位，我会控制你们，可以叫你们每个人每个月捐点钱给我，大家都会愿意这样做，是吗？（大众回答：“是！”并鼓掌）你们不仅会愿意捐一百元，还会捐更多。即使我要每个徒弟每人只捐一块钱，一天之内我就能从徒弟那儿收集几百万元，一天就够了（大众鼓掌），每人每天只要捐给我一块钱，我会有多少？你们知道吗？

好！现在要是有人问你们，为什么我要赚钱，你们就知道原因了，因为这样做是对的。我们靠自己的血汗、天赋与努力来赚



钱，诚实地生活，这是正确的。我们付出劳力、才华、心血及时间，从事生产来赚钱，然后再布施出去。要是我真的贪钱的话，用这种法子不是太笨了吗？对于一个拥有数百万信徒的明师，还要用这种办法，实在是太笨了！画一幅画要花好几天功夫，还差点让油墨弄瞎了眼；或亲自去裁布做衣服，还忙着到世界各地展示，用这种笨方法赚钱，这真是最笨的方法。世上多数的明师，大多是从不动手工作的，他们都不需要工作，除了我这个最最笨蛋的明师之外。

所以，要是他们真的认为我是拜物主义者，贪钱、贪地位，那些有这种想法的人才笨，完全误解了！很明显是大大的误解！即使是福尔摩沙的同修就够了，只要每人给我一块钱，光是福尔摩沙就够了，不需要你们外国同修，不需要！我可以买上一百多部“劳斯莱斯”名车，我可以给自己盖一座宫殿，盖在任何我满意的地方；随时可以盖，甚至可以买而不用自己盖。盖新的花太多时间了，谁有空！明师不应该盖房子，不应该管这些物质的事情，是吗？我甚至连钱都不必碰，叫徒弟去替我买房子就行了，或替我在哪边买个宫殿，马上！不一定要留在福尔摩沙，瑞典、瑞士或法国任何城堡，只要我想要的，马上就可以得到，不需要动用到外国同修，福尔摩沙同修就够了！这是打个比方而已。

所以我用这种笨方法辛苦赚钱，人家还认为我会从你们徒弟身上捞钱，真的好笨！假如我要从你们身上拿钱的话，我就干脆赖在这里算了，不需到世界各地到处奔波、忙东忙西。现在你们懂了吧！假如你们心里还有任何怀疑的地方，赶快挖掉它，不然对你们不好，会让你们长癌、长瘤，对你们灵性的健康不利。

所以世界真的是颠倒！所谓的“明师”，什么工作都不做，只知道收徒弟供养，然后大家都称赞他：“哦！多么圣洁的人啊！从来不碰钱、不管任何物质的事情！”事实上并非如此，但也有

可能是真的。但这只是其中一方面而已，并非全部都是这样，不是所有明师都喜欢这样做，也并非所有明师都像这样不碰钱，而光坐在那里受别人供养才是神圣的人，不是这样！

事实上，我想就一般人的眼光来看，我是在做很笨的事，因为从来没有明师这样做。收徒弟供养已经够了，他们干嘛还需要工作，或做其他事，但是我要给你们一个发展的好榜样，在各方面都完全发展；不光要发展你们的道德标准和智慧，而且要在日常生活中应用这些道德标准和智慧，把它表现出来。

### 发挥所能美化世界

比方你有才华、智慧，那你就可以做各种事，可以美化这个世界，可以赚钱供自己用，照顾自己的生活，不给别人增加负担。当你有了好的道德，自然就会关爱、同情那些迫切需要别人照顾的人，自然会向别人伸出援手，而不分种族、肤色、信仰和教义，甚至连你自己的敌人。这样，我们自己或别人才知道我们真的有智慧、有道德，不然别人怎么知道呢？他们又怎样自我教育呢？你告诉大家要做好事、要有智慧，但是你自己却什么都没有表现出来。

就好像你是一位英文老师，假如你从来没有说过英语、从没有写过英文，却一直跟所有学生讲：“你们必须自己会说英文才行！从今天起，看到我就是在向我学习英文了。你只管自己讲英文好了，因为每个人都会讲英文！”但老师自己从未亲身示范，从未讲过一句A B C，从未写过半个英文字，从未说过半句英文，这样子学生怎么知道他是英文老师呢？或许他又聋又哑，因为他什么都不能讲，他甚至不能读、不能写。所以一位老师一定要言行一致才行（大众鼓掌）。

至少你们还了解我一点，但世界上很多其他的人则不了解，他们想法颠倒！假如我只是坐在这里好看，然后你们都带花、带食物及其他东西来，围在我旁边，伏在地上对我磕头等等，我就变圣人了。因为我什么事都不用做、不碰钱，我就变圣人了！的确是“剩人”，一无用处（大众笑）。而那些用自己的双手努力，为了要改善世界的人，却有很多人责骂他们，批评他们是物质主义者，或要争夺权力等等。权力，我已经够多了，物质的东西，我任何时候要就会有；任何时候，不用说一天或一小时，只要一分钟就够了！只要有足够时间，让人把钱放进去就行了！一个人一块钱，我就有足够的钱，轮回好几辈子都够用，不只是一辈子。我可以把钱存入瑞士银行，再轮回回来当下一个活菩萨或“吐库”（西藏高等喇嘛）、“仁波切”（另一种高等喇嘛）什么的（大众笑），我会知道我的钱都放在哪里。据说其他转世的喇嘛都知道他们的前世嘛！所以他们知道前世所有财产，包括雨伞和念珠，听说是这样子的，是吗？这太棒了！我只要把钱存入瑞士银行，并记得我的银行账号就行了（大众笑）。

## 不让恶势力把权

我们必须工作，上帝送我们来这里，给我们平等的机会、力量和才华，如果我们不好好把握，从这世界获取财富和权力，那么所有恶势力便会夺走一切金钱和权力，到时我们就只有被控制了，然后负面的力量就赢了，使我们一点办法都没有。我们不能抱怨说，上帝不帮忙我们！他有帮忙了，他送你来这里，甚至给你机会去学习，和其他人、和恶势力有完全一样的机会。这就像一场竞赛，双方都有同样的机会、才华和能力，去赢得同样的东西。

所以，如果你甘愿放弃，当然恶势力会得到它。他们会说：“抱

歉，是他们自己不要的嘛！”在这世界，如果没有钱、没有势力，我们会变成什么？乞丐！那当然了！当乞丐每一个人都行，但是，我提醒你们，这个时代即使乞丐也不能存活。许多政府不喜欢乞丐，即使你什么都放下了，只要托钵、乞讨，也不能保证你平安无事。许多政府把乞丐拘禁在一个收容所，毫无自由，不能做这个、不能做那个，不得不去做许多不情愿做的事情。在那里，必须吃肉、不能吃素等等，怎么办？

所以并非你放下一切，恶势力就会放过你、让你平静，才不呢！所以，靠自己奋斗吧！你真的没有选择的余地了。先去除你们有关名利的错误观念，你们应该放下的是对名利的执着，而不是名利本身，你们应该放下的是对名利的欲望，而不是放下名利（大众鼓掌）。很多修行的人还有这种错误的概念，所以你们现在不应该再有这种错误观念了，因为我已经很逻辑地解释清楚，让你们知道。并非我强迫你们、要你们相信我的胡说八道。我所讲的都很合乎逻辑，好，现在你们知道了吧！

## 放下欲望而非放下世界

所以，不要笑我们那些在国会或议会工作的同修，他们在克尽自己的职责，而且做得很好。我们有很多同修在政治界有很高的地位，或是非常有名望、有成就的生意人，我从来没有要他们离开原来的职位。如果他们离职，我甚至会问：“为什么？你疯啦？”是啊！我们有些同修印心后就引退了，不再当国会议员也不去竞选，什么都不做了。我问：“现在你要做什么？我身边不需要一个没用的人，我已经有‘太多’了！”（大众笑）

我们放下对世界的欲望，而不是放弃这个世界。因为这世界是我们自己的一部分，是我们亲戚朋友、兄弟姐妹的一部分，我

们不能放弃这个世界，这句话不对！我们放下对这世界上任何东西的欲望，那才是我们必须放弃的，然后你想做什么就做什么事情，能赚多少就赚多少钱，地位越高越好，然后运用你的金钱和权力去帮助需要的人，这样才对（大众鼓掌）。



## 为灵性奋战

清海无上师以英文讲于美国加州洛杉矶

一九九三年十一月六日

一九九三年美国加州大火后，师父带领同修参加洛杉矶拉古纳海滨的灵修大会，为灾民们祈福。会上师父的开示，启示了大众对灾难背后的灵性意义深思反省。

我们生活中发生的任何灾难，都是“阴”“阳”不平衡的缘故，是否定的力量在运作，我们必须衡量清楚。我们在“否定”和“肯定”之间可以有所选择。这很简单做，当思想倾向“否定”的时候，马上转向“肯定”；每当想说否定的话时，就转而说肯定的话；每当憎恨别人时，要多三思，然后转成爱心对人，因为憎恨别人对你没有好处（大众鼓掌）。我们可以享受上帝赐给的财富、奢华和所有美丽的事物，但是必须记得赐予者，我们必须记着上帝，而上帝就是我们自己，我们至高的本性，别无他物（大众鼓掌）。

我们可以选择肯定的思想，任何在恰当的时机能利他利己的事，就是肯定的。任何害己、害人的事都是否定的。所以，我们必须随时斟酌什么是否定？什么是肯定？这就是我们奋斗的方式。如果我们用爱心待人，思想、言语以及做事方式都是正面的、肯定的，也就是说在适当的时机做适当的事，使自己和别人都能受

益，那么我们就是和肯定的力量站在一起；而肯定力量就多了一个储存库，这个能量足以克服世上反面、否定的能量（大众鼓掌）。如果这个世界有更多肯定的力量，我们的生活会更美丽、更富有；我不是指金钱方面，而是指周遭环境的气氛；我们所做的一切事情都会更顺利、更成功。如果我们让否定的力量增强，那么灾祸、困难、战争以及邻居间的磨擦也将更多。

我们有选择权，所以不要认为在这里或任何地方发生的灾难，都只是当地人的业障，我们也有责任，每当我们思想否定，我们就要为世界或邻居所发生的灾难负责。所以随时要努力保持肯定，尽量以爱心、仁慈待人，尽量控制自己否定的想法。我知道你们都知道，只不过有时忘了利用而已，所以要尽量多使用它，想肯定的、说肯定的，用爱心去做事，以爱心去思考。每次一有否定的倾向，就把它关掉，把自己拉回来，这是唯一的办法，我没有其他的秘法了！我也是尽力这样做。

灾难有时对我们也有好处，对人性有好处。是的，比如人们会学到同心协力、互爱互助和同甘共苦，人们的心肠会变得比较软，因误会而引起的邻居间的憎恨会因此化解等等。灾难中的人们会开始醒悟到生命无常，然后会开始了解物质的保障并非都那么可靠。看看成千上万的住家，只要五、六分钟就全完了。

我最近看报看到很多有趣的事，比方说，医生现在也承认有宗教信仰的人士痊愈得较快，至少对他们的健康状况有较强的忍受力和接受度；因为他们相信上帝，所以较乐观、较开朗，即使他们并没有像我们一样见到上帝，也没有见到上帝帮助他们，但是他们仍然对上帝的信心，而这股信心帮助他们痊愈，现在医生也知道这一点了。

而且，如果真心相信上帝，就算灾难临头，感觉上也会觉得好很多。像这样的大火，有些灾民因为相信上帝，就能接受现况，心里觉得好多了，较一般人更能接受事实，因此不会感到太痛苦，

但是大多数人遭遇灾难的时候，精神上会受到震惊，需要很长一段时间才能恢复。

## 练习发展爱心与同情心

美国越来越好了！我在报上看到的，比如现在电视台正在减少暴力的节目，而在音乐广播节目方面，他们也想要减少各种激烈疯狂的音乐，各种称颂帮派团体、吸毒、或色情等方面的音乐。对此我很高兴，他们做对了！我应该说美国人确实在很多方面，长久以来一直努力要做对，不过需要一些力量在后面推动。所以我们试着来提供一点微薄之力，和其他修行团体，一起使世界变得更美好。

但那并不是说从此就没有灾难，并不表示我们统统不会有病痛，因为大多数人仍然执着于不好的习惯，虽然很多人都知道这样对他们不好。因此他们才需要某种震惊，比如灾难，好将他们从梦幻中惊醒。不过，我不喜欢这样，因为这样对人们太痛苦了！所以我们用我们的关爱、物质的支援和精神的安抚，尽量减少他们的痛苦。不然我们来这个世界做什么？如果我们总是将一切都责怪上帝，说这是他们的业障、是他们的报应，那么我们来这儿做什么？就像你们的小孩，如果他们做错事而伤到自己，你当然知道那是他们做错事的后果，但是当他受伤了、生病了，你还是帮助他。虽然是由于他的愚蠢而自作自受，但我们还是一样帮助他、一样爱他。所以同样地，我们实行慈悲博爱、与人为善，这是对我们好。我们做的每一件事都是为全体，而不是为我们自己。

看起来世界各处都正在变好，但是此刻看来又很混乱，为什么呢？一方面，整个世界看起来越变越好，每一个国家都越来越自由，那些原本封闭的国家现在也开放了！变得更自由。不同国家的人民更加接近了，以前最对立的敌人现在也变成朋友，这对



我们世界很好，非常非常好，但是为什么看起来又很混乱呢？有人知道吗？（答：“人们不知如何处理自由的权利。”）你是从我昨晚的演讲中听来的（大众笑）。还有谁？（有人答：“业障转得比较快。”）是，也可能是如此，可能是他们业障转得较快，洗得较干净。这就像盖一所新房子或大扫除时，一时会显得更乱一样，那时看起来更杂乱，但以后就会变得整洁。或者就像有时你们病很严重去看医生，他给的药有副作用，一时间看起来病比以前还更严重，但过一会儿病就会好多了，就是这样。

## 上帝才是最恒久可靠的

在这个世界很难确保平安，那么从哪里能保平安呢？只有从我们自己、从上帝，这才是最恒久可靠的。因为至少我们了解，除了拥有这些物质的东西之外，我们还拥有其他的，早晚我们会回去那儿，在那儿我们什么都有，我们拥有整个王国（大众鼓掌）。所以如果我们遇到任何不幸，至少不会发狂、震惊或者引起精神异常之类的情况，我们会很平安。你们至少不会增加社会的负担，你们在精神上会很快恢复。我很高兴告诉大家住在那一区的同修都安然无事，我是说没有一家遭到大火波及。有很多同修就住在圣塔安那等那些区域。

所以要帮助那些需要帮助的人，这样对你们才好，否则我们还要送食物、玩具和毛毯到你家去。如果我们过简单的生活，就比较容易帮助别人也帮助自己，同时我们从灵性修行中得到保障，所以我们很少会害怕。我有时会害怕，当我接受医疗检查时，进入那种通管；像个隧道、或棺材，象是你回来这个世界时，那个将此世界与彼岸隔开的隧道，生死的隧道；一个长长的管道就像那样子，而且很低，如果你睁开眼睛看，它就在你的鼻子前面，让人很有压迫感，不过我还是熬过来了！在挣扎了三次之后，我

就说：“我要躺在这里。”结果就好了！

会害怕没关系，因为那是习惯。有时是从四周的气氛中收集来的恐惧感，不一定是你自己的。有时是因为我们修行后变得比较敏感，所以我们从他人那里收集来，我们分担他们的困难、恐惧，以及他们对那个地方当时的感受，而那就是我们之所以在场的原因。

## 分担净化地球的责任

不过，我们的恐惧并不是真正的恐惧，我们能够征服它，这就是不同之处。我们知道如何去做，如何去驾驭它。上帝创造我们成这个样子，我们才能够帮忙净化这个星球。每位观音修行者都以不同程度分担净化这个星球的责任。所以说当你在这里共修打坐时，并不单单只为了你自己及五代的解脱，或是为了美国及你的家庭而已，而是为了整个星球。越多人修行越好，令人遗憾的是并非人人都能了解这点，他们只能想到切身的利益，因此有时会很难以令他们加入我们这个神圣工作的队伍。

不是我们不关心，而是有时很难去关心，那就是业障；因此我们必须耐心等待，直到有一天业障过去了，那时才帮得上忙。我们不能勉强，不能超越因果律而随心所欲，那样对人反而不好。世界就像一个大家庭，有父母照顾小孩，我们就像小孩，有的小孩乖巧、安静、善良，父母就奖励他们，使他们发展得更好，成为别人学习的好榜样；如果小孩顽劣不改，那么父母也必须采取行动，象是打他屁股或是一星期不准吃冰淇淋等等，然后小孩就会学乖一点，是吗？

因果律的主宰就象是我们的父母，代表万能力量、最高上帝，照顾这里的小孩子们。因此他必须做他的工作。人们因为不记得他们累世的业障，所以有时会埋怨上帝，他们会说：“我这一辈

子都在做好事，而祢却烧了我的房子。”他们忘了就在三十年前，在他们尚未出世以前，他们在哪里、做了什么？我们去年做了什么事，尚且很容易就遗忘，更不用说上辈子、好几辈子以前的事。

## 所作所为都应无条件

所以当你们为了开悟而修行时，必须了解我们是无条件的修行，就算我们修最高的观音法门，还是必须接受一些小麻烦，有时甚至是大麻烦或大灾难；所幸比起一般不修行的人要少得多。如果你是抱着订合约的心态来找我，那你就会失望。有人误解我们的动机，我从未保证你们会富有，我从未保证你们会过舒适的生活，或是万事皆如意，也从未应允你们会得到想得的任何一切，包括不好的东西。

修行是为了消除我执，有人什么都想要，甚至于是无聊或不可能得到的东西都要，经常勉强别人为他工作，只想不劳而获，只顾己利，不考虑情况，不顾对错，那就是我执。上帝并不欠我们任何东西，我们打坐完全是为了自己好，使自己变好，因为那样才对我们好。



## 圣人心不求回报

清海无上师以英文讲于福尔摩沙西湖道场

一九九五年六月五日

禅三已经结束，我想我该让你们按正常时间去睡觉了。你们不必打坐打那么久，你们可以回到各自的帐篷继续打坐，直到你们想睡觉为止。白天你们可以随自己高兴休息或打坐；依照这里的作息时间表，比如说，早上四点到七点，晚上六点到九点打坐。一般情况下是这样，你们就依照这里的作息时间表。有时在夏天和冬天时间表会有点不同。你们可以很自在，但要尽量多打坐，不要闲聊太多。如果一定要讲话，就谈上帝、谈些有益的事情，才能在空气中产生肯定的振动力，来为世界的和谐，为你们自己灵性的提升，也为你们的邻居们做一份贡献。无论我们讲什么，讲好事或坏事，都会相应地发出一种振动，它会反过来影响我们。

很多人还在这里，你们会留很久吗？你们的家人同意吗？我告诉过你们，如果你们没有责任就可以留；没有家庭、小孩、工作或其他责任，尤其是家庭、小孩和工作；如果你们有工作要做，你们必须在离开之前通知老板，或告诉他你要留在这里等等，不能这样随随便便想走就走。设身处地为人着想，看情况办事，不可以太自私，破坏你自己和我们团体的名誉。

## 做好事不期待任何回报

我们在这个世界上必须做好事，并不是为了得到好结果、好的果报，那只是给小孩子、给刚刚修行的人；刚开始修行的人，他们还需要功德、奖赏、惩罚，这类称赞与责备的东西。但当我们进入更高的境界、更高的意识层次以后，我们就不在乎这些了！只要对别人有利益，只要我们的良心认为是正义的事，我们都会去做，而根本不会期待任何回报。

如果我们看世界历史，就会知道并不是每一个行正义的人，每一个善意的行为，都会相对地得到好的回报。比如说我们看耶稣基督，他一生都努力做好事，做上帝质量的好典范，但他并没有得到什么特别的奖赏作为回报，我是说至少在他活着的时候没有。佛陀也一样，他为这个世界和他的弟子们做了那么多，而他所得到的却是众多诽谤、责难和诅咒，有时甚至几乎被暗杀。再比方说甘地，他尽力为他的人民和他的国家做好事，并在印度不同的宗教信仰者之间带来和平，可是到最后他得到的是什么？一粒子弹。还有很多其他人，像美国的肯尼迪、亚伯拉罕·林肯等等，所有这些好人，他们真诚地努力为这个世界带来正义，为人类带来和平。这些人为这个世界做了好事，却都得到了悲剧性的果报。

做好事并非一定会得到好报，所以不要期待我会答应你们说，如果你们持戒、吃纯素，我就会给你们所有的保护力量，让你们的生活顺利没有问题——所有人都爱你们，没有敌人、疾病、不愉快的意外事故等等。你们持戒，你们做好事，因为只有这样才能生而为人。

## 超越称赞与责备

更进一步，如果我们想超越凡夫的人生而成为一个圣人，利益整个宇宙，那才是做一个堂堂正正的君子的涵义，那才是目的，唯一的目的。只要我们修持慈爱善行，总会有负面的力量想办法攻击我们，想办法使我们改变原有的宗旨，偏离正道。所以要下很大的决心，并坚持原则，才能掌握自己，才能检查我们所走的路，检查我们的生活，这样我们才能一直往正确的方向走，即使当我们没有从中获得好的结果时也无怨无悔。

## 成为高贵的众生是唯一的选择

即使我自己，也不是总会得到正确的结果或正义的奖赏；得一次奖或一次荣耀，我得到上百个诽谤作为回应，只不过你们不晓得这些事情，但并不表示它们不存在，只是因为我不在乎，这也不表示它们不存在。就是因为我们不把毁誉看得那么重要，我们才不怎么受影响，不是表示我总是得到赞誉，总是每个人都跟我合作，即使和徒弟也一样。事实上，当一位明师绝不是一件简单容易的事，而是一种巨大的牺牲与受苦；这是指内边而言，多数人不了解。所以，即使障碍重重、人们不领我们的情，我们仍然继续做好事，不断改善自己去做对的事，对的事就要去做（大众鼓掌）。正由于这个世界充满挑战，我们才要时时走在上帝的道上，时时遵循良心的戒律，我们因此而能超越各种差异与各种赞誉、责难，而成为高贵的人。

## 做高贵的众生是唯一的路

即使做一位高贵的众生是很不容易、很难获得的果位，但那

是唯一的路。难道我们要一直沉在较低的等级，沉在较低等的思想里，或是过着暴力的生活，沉在无明的质量之中吗？我们应该这样吗？（大众答：“当然不应该。”）对啊！你们答对了！所以说这是我们唯一的选择，无论多么艰难，也要勇往直前，无论目的多高、多么遥远，也要奋力向上。我们必须一次又一次地努力尝试，直到在我们内边只存在好的质量为止，直到我们的内边只认识上帝的天国，别的什么都没有为止。

什么是天国？天国并非是一个闪耀着金、银、钻石、红宝石及各种宝石光芒的宫殿，他是纯洁、爱力、友善、慈悲与祥和之心，那才是天国。如果我们在内边带着这个天国，那么无论我们走到哪里，都会感觉到置身天堂之中。所以当我们活在这世上，就没有必要渴望超世界的生命，而避开为地球上的兄弟姐妹们服务的机会。因为如果我们已经得到内在的天国，无论我们是活着还是死了，他都是属于我们的，没有人能把他拿走。但如果我们没得到他，即使我们去了天堂，天堂的外在环境或许还穿透不进我们暗黑了的灵魂，我们还带着仇恨、嫉妒、坏及否定的思想在我们的心中，那么，天堂对于我们来说，只是宇宙中的另一个地方而已。如果我们还没有改变自己，到哪里都是一样的。

## 内边和平了处处是天堂

如果我们改变了，情况也会跟着改变。如果我们内边有天堂、内边和平，那么所到之处都是天堂，到处都是和平，那就是做好人好事的目的，因为那是唯一的选择；除非我们想要永远留在地狱，那我就知道了！要那样很容易，要去地狱我们不用努力、不需用功，那是最易走的路，最拥挤的地方，所以我想最好还是去天堂，不那么拥挤，更安静、更多空间。每个人都去地狱，那

么我们为什么不去天堂呢？就像在城市已经太拥挤了，为什么我们还要去那里呢？所以，如果我们想要和平、平静与安宁，我们就去乡间，那里比较有空间，土地也便宜，充满绿色的环境，对我们的健康与灵性等各方面都有好处。

我认为如果我们选择去天堂是很明智的，也许要花很大的工夫（大众鼓掌），当下是要很努力的。不过，如果你们想以后再努力或下辈子再用功，那样会更艰难，累积更多的垃圾、更多的坏质量和更多习惯，而很难清除。也许我们现在已经在第一千次轮回当中，如果再回来一次，就是一千零一次，再回来一次，就是一千零二次，每一世轮回我们都累积更多的垃圾、更多的坏习惯，那么要除掉这些坏习惯就更加困难。所以无论多么艰难，这次都要努力试一试。

### 拔除根深柢固的微细习性和执着

也许你们自以为已经很干净、很纯洁了，但我要告诉你们，要小心，不要以为因为我们吃纯素、持戒，我们就干净、纯洁，还没有！没有那么容易，下次观察一下你自己，观察一天中的每个时刻，花一天时间观察自己，看看你对不同的情形怎么反应，仔细观察，然后你就会知道我的意思了！比如像有些人来我这里想要出家，我告诉他们，不行，你没必要出家。我不想跟他们说，他们还没达到那个程度，我只是告诉他们没必要。因为即使当他们和我在一起跟我谈话的时候，比如说，一个男孩正在与我谈话，这时他听到另一个女人的声音，正要来师父的房间或师父的地方，他会马上梳理头发，甚至他自己也不自觉，可是我知道。或是一个女孩，正在和我谈话，然后听到一个声音，只有听到声音而已，知道有一个或两个男孩走过来，不管来者是谁，马上她就整整衣服、



摸摸头发（大众笑），不是平常我们头发被风吹散时随意梳理的那种动作。我办公室内也没有风。

许多事情我们自己也察觉不到，有些是非常琐屑的事情，很根深柢固、微细的习惯，还有许多其他事情也是，好比我们缺乏慈悲爱力，对别人的痛苦不敏感。比如有时，我与我们这里所谓的出家人一起看电影，电影内容很多，有时是有关战争的，有时是关于灵性方面的，有时是有关于这个世界上令人感触很深的事情，像战争、死亡与苦难，诸如此类。这些事情总让我掉眼泪，有时让我非常震撼，而有时又令我深深地感动。但有些出家人，只是笑笑就过去了！也许他们的等级比我高，没有感情，而我的阿修罗感情太多，或是其他什么的（大众笑）。

虽然我明知它只是一部电影，但是我并非只是看电影，我看到的是电影背后所要传达的苦难。我并不是为了电影中的人物死掉而掉眼泪，我晓得那是电影，我不是因为那个演员死了，或少了一条手臂、一条腿而掉眼泪，我是为了他们在电影中想要努力描述的这个世界上非常真实的苦难而感动。然而我看到有些出家人他们坐在一边，因为电影中的某些情节而笑了起来，而我却笑不出来；当然我是最会笑的，这个你们都晓得；并不是我不会笑，但在这样一种情形，我完全笑不出来，那时我便感觉到有些出家人是多么不敏感，太麻木了！这就是我们生生世世所累积下来，连我们自己也意识不到的，非常微细的习惯和坚硬的质量。

## 对自己坦白

你们务必要彻底检查所有那些你们并不想要随身携带，不喜欢却又根深柢固的习惯。如果你们带着它们感到舒服，对我来讲也没问题。那是你们的垃圾，不是我的。但我的意思是，如果我

们对自己真的很坦白，想改进、想训练我们对他人苦难与欢乐的敏感度，以及对我们的纯洁与完善的敏感度，那么我们必须时时保持警觉，要时时很注意！否则很容易的，一天就过去了、两天过去了、三天、一辈子都过去了，我们还沉在自我放任中，在坏习惯中，而没有进入一个更高的意识层次，无法了解灵性生活更深一层的意义，然后我们责怪别人、责怪上帝、责怪这个法门、责怪师父、什么都责怪，但那并不能帮助我们。那是不对的，我要告诉你们，那是不正确的。

如果你们要，你们可以责怪我、责怪法门，但那样完全帮不了你们的忙，不能帮你们变得更好。最好是你们对自己诚实，时时警惕我们根深柢固的习惯，以及它对我们的不好影响。时时要小心！我只是告诉你们几个例子而已，还有很多，我一时也记不起来了！而且我也不愿意带所有的垃圾给你们，我信任你们现在已有足够的智慧与聪明度，可以从这些例子中得到某些启示，而因此能够找出自己其他的习惯或其他根深柢固的业障；我虽没提到它们，但下一次，当你们看到、感受到它们，或当你观察到它们在趁你不注意的时候，增长、或潜入你的生活，你就会认出它们了。有很多情况，我没办法都记得，没办法全告诉你们，但是你们知道，有许多、许多小事情。

从今天起你们九点钟左右就可以去睡觉了，在你们的帐篷内继续打坐，早上大约三点起床，打坐到七点。白天你们可以休息或帮忙做事、或做清洁工作。工作的时候时时刻刻都集中注意力，不要闲聊，讲些没用的话。当然没人会骂你们或把你们怎么样，但既然你们已经来到这里了，就应该利用空闲的时间，利用道场的环境与气氛，提升自己的灵修等级。无论是走路、睡觉、谈话、坐着、躺着时，都要把注意力集中在智慧中心，那样的话你们修行会更快进步，那时你们自己会感受得到；而你越进步，你就会

越受到鼓舞，从而会更努力地修行。如果我们已经有了这个法门，却不善用它，那是很可惜的。道场这里对你们的打坐修行很有益处，没有人干扰你们那么多。尽量利用你们在这里的时间好好修行，这就是我所要告诉你们的。晚安！（大众鼓掌）谢谢大家。



# 开悟唤醒肯定力量

清海无上师以英文讲于新加坡

一九九五年一月十日

## 穿越虚幻之门

很多人都期望开悟的人或是会开悟的人，他们一定有某些不平凡的相貌，也许有七尺高，或者脚掌长得像这样或手像那样。因为当我们读佛教的经典时，里面描述佛有些什么特征，象是他的脚掌像鸭子一样的连在一起（大众笑），或是他的腿像鹿腿，他的眼睛像牛眼……之类（大众笑），以此来赞美佛。不过假如将这一切凑在一块，那会造出个可笑的佛，懂吗？（师父笑）

不过有些人并不了解这些，也许在古代的时候，这些动物之王是美和高贵质量的最好象征。这就是为什么那些敬爱佛陀的人，想传达给别人知道佛陀是如何的美，就比喻他走路有如鹅王，他的胸膛有如狮子……之类。但是若将所有这些动物部分的形容凑在一起，你们大概不会知道这是哪一类的佛了！

这些只是外在而已，每个人的内在其实都一样，我想你们每个人都知道这一点。但是怎么的一样呢？我们又如何能知道？这就是一个困难的问题了。即使这问题非常简单，但是还是很困难，因为我们完全忘记了，就是这样而已。我们完全忘掉我们真正是

什么？每天忙于追逐我们的梦想，忙于满足那些刻不容缓的欲望，使我们忘记了。我们忘记我们真正是谁？我们从哪里来？为了要让你们知道我们是多么地健忘，让我来告诉你们一个我自己的真实故事。

我想那是在两、三年以前，当我第一次受邀访问澳洲时，我们在不同的城市办了三场的讲经。第一场讲经进行得还好，没什么问题。第二场也不错，我准时赴会。第三场讲经，我迟到了！迟到的理由不是交通的问题，不是我睡着了，不是我没有车或没有什么，唯一的理由是我忘记了，我忘记那天晚上有讲经。

我一直在做自己的事，看到房间有点不整齐，所以我把它整理一下，然后试着把东西搬到这、搬到那的，好像那是我的房间一样。也许是要平衡一下我忙碌的行程，找一些事情来做，可能是这样。或者因为我是个完美主义者，每当看到有不整齐的地方，就想要将它弄整齐。于是就这样，我完全忘了那天晚上的讲经。

一直到时间已经超过预定开始的半个小时后，才有一些徒弟紧张的冲进来；几乎是用闯的进来说：“师父，您在哪里？”我很清凉的说：“哦！我在这里啊！”他们说：“师父，您现在应该已在讲经的大厅了。”我说：“什么？什么讲经大厅？”我真的忘得一干二净。我想没有人像我这样健忘，不过也许我们有时候都会忘记事情。你们会不会？

有时你们全神贯注做其他的事情，就忘了那天主要的目的。你们有没有发生过这样的事？有啊？好！当然我马上赶过去，并对大家道歉。我真的感到很糟糕，于是我跟上帝约定，如果下次他要让我再去讲经，得先为我准备好闹钟才行。从此以后，我总是到处摆放闹钟，每当有讲经时，我就到处把闹钟设定好，这样万一当我忘记时还会提醒我。怎么可能连要讲经都会忘记呢？哦！连我也不懂！不过这的确发生在我身上。

所以现在，如果我们在这世界待太久，一辈子、两辈子、

一百辈子，那当然我们更会忘记自己来这世界的目的。有些人有过暂时死亡几分钟或甚至二十分钟的经验——临床上的死亡，譬如医生已经宣布死亡，呼吸停止、没脉搏……。但是在他们甦醒之后，他们说了很多超世界的故事，也记起他们为何来这世界，为何出生到地球的原因。不过大部分的人，随即就忘了他们在天堂所看到的事情，忘了他们在这一世该做的事。虽然他们看到了来此世界的目的，但是当它们回到这个世界，再度活过来时，他们就忘了。他们只是知道有使命，但忘记是什么。

中国有一种传说，当我们再度投胎到这个世界之前，阴间的阎罗王会给我们一种汤喝，可能是像巧克力之类的热饮吧！（师父及大众笑）喝了会让我们完全忘记自己的前世，好开始新的一生。多数我们都曾答应过说，如果我们再来这个世界，如果能再有机会做人的话，我们会做这个、会做那个，以及其他很多事情，我们会修行、打坐，会怎样又怎样的；然后我们会开悟，会奉献我们的一生和精力去服务人类……。

我们真的想要做好，但是由于“孟婆汤”——这种“忘我汤”，所以每个人都忘记了。因此，我们唯一要再度记得的，就是要开启这道秘密知识之门。如果没有打开这道门，我们就永远无法超越这个世界。而我们所能知道的，就只是物质的存在，和这一切的痛苦、享乐和其他无常的事物。我们将永远以为自己就是这个外在的肉体，而随之一起受苦。

## 世界的苦难来自无明

为什么我们必须记起我们来这世界的目的呢？这倒不是因为我们曾答应这么做，而是因为如果我们不记起来的话，我们就必须一再地回到这世界，直到我们记得、一直到完成我们在这个地球上的使命为止，然后我们才能去更高等的境界；或记起我们原

本在天堂或涅槃的伟大地位。这个世界的苦难并不是全由战争所引起的；战争还不算是巨大的灾祸；也不是饥荒及这类的事所引起的，这世界的苦难其实来自无明！因为我们不知道来这世界的使命和目的，误把游乐场当家园，时间过了还不想回家，有时在外面挨寒受冻、遇险。

但是即使如此，佛菩萨、全能的上帝，还是一直试着寻找我们这些因爱玩、忘记回家而走失的小孩们，因此佛菩萨有时会下来，忍受人类生活的苦难，忍受这卑微物质生活的屈辱，就为了找寻迷失的小孩，好及时将他们带到安全的地方。因为任何房子，不管造得多么坚固，总有一天它也会自己毁坏，或是因为自然力或其他因素而坏掉，或是因为太旧了，必须要再建一间新的。而这个世界就是一间大房子，很漂亮、很坚固的房子，但不是永恒的房子。

这就是为什么佛菩萨，还有像耶稣、穆罕默德……圣人，他们要下来我们这里，散播加持给我们。我们走一步，他们走百千步来接纳我们，原谅我们的错误，洗净我们过去不好的行为，并教导我们新的生活方式、新的开始。更好的说法是，他们引领我们回到原本的生活方式，一种我们应有的、应该实现生命的方式。

## 负面讯息的破坏力

直到现在，我们身体里面所有的细胞、所有的神经系统，几乎都是遵从由我们的讯息中心所发出的负面指令。这就是为什么我们会有战争、为什么会有屠杀、为什么会有因竞争而牺牲别人的工作、事业或致夫妻失和的情况，这都是因为我们的头脑中心，没有正面的讯息可以命令身体去做好的事情。即使是世界上的好人，在社会的负面影响冲击之下，有时候，信心也常会动摇，善良的本性变得软弱，有时甚至还会屈服于否定的力量。

当我们脑中只有负面的讯息时，当然我们也只能发出负面的讯息和负面的指令，而体内的细胞、神经系统，也就只能遵从这些负面的指令，做出负面的事情来。这就是为什么世界没有和平，为什么到今天兄弟仍然自相残杀，甚至父母为了享乐，为了一己之私，为了个人的自由，赞成堕胎合法化来杀害他们的孩子。并不是因为他们不好；不是这些战争制造者或这些父母不好，就像那些杀了太太的丈夫、杀了丈夫的太太、或是互相残杀的兄弟，不是他们不好，只不过是因为他们的头脑一直被灌以负面的讯息和负面的概念。头脑下命令，细胞必须遵从，身体也必须照着执行。这就是为什么我们会越来越消沉，为什么我们的世界无时无刻，都处于由我们自己所造成的灭亡危机之中。

因此从逻辑上来说，唯一能够帮助我们的，便是要灌输我们自己正面的讯息，要改变我们的讯息流。我们必须每天都要接收好的、正面的、有建设性的、开悟的与智慧的讯息，然后这些讯息就会从头脑里指挥细胞及神经系统来做事。这时所做的事情自然都是好的、和平的、智慧的及有建设性的正面事情，这就是我们拯救世界的方法。不然的话，不论有多少和平会谈，不论花多少钱在军备上、在军队上，我们依然不会有安全感。只要看今天这个国家才结束战争，两方握手言和，有个新的开始，明天醒来，又听说另外一个国家爆发战争，联合国又连忙赶过去那里；这边还没有结束，又有一个国家同另外一个国家发生战争……东一个战争，西一个战争，到处都是战争。

## 开悟为世界带来奇迹

现在已经快二十一世纪了，我们应该已经很文明、很和平、很友爱，彼此间能互相帮助。并且以我们现有的科技成就，以及从孕育万物的地球和宇宙中所发现的财富来说，我们每一个人应



该都可以过着帝王般的生活。可是这世界却仍充满着贫穷、战乱和苦痛，这都是因为我们没有足够的正面信息，来输入我们的头脑和整个系统。开悟大致来讲就是这样而已，代表一种正面的生活，可以让我们接上原本就存在我们内边的肯定力量。大家都知道在宇宙间有两种力量，我们称之为阴和阳。我们现在几乎是住在阴里面，没有正面的阳，因为我们还没有打开那个源头。

这个世界是个否定的世界，所以很显然地，到处都有很多的阴，而且大家也比较容易接触到阴，比较容易接触到否定的力量。所以除非我们具有足够的智慧能转向肯定的这一面，并且从中汲取我们每日所需的正面力量，这样才能获得平衡，才能在这个世界创造奇迹，那时候世界必将再也没有战争、没有痛苦。所以刚刚我才说，这个世界上的痛苦，并不是由任何个人或国家所造成，而是因我们人类的无明才产生。

开悟不是新奇的事，不需要我们去乞求，也不神秘。它是一种人人内边皆有，但尚处于休眠而且尚未使用状态的肯定力量。所以，如果有人提醒你到哪里去找，或如何去使用它，那就叫做开悟。这也是为什么我们可以“即刻开悟”的原因。因为假如你的口袋内或这里有某样东西，你就可以马上把它拿出来，没有必要再跑去超级市场买。只要你愿意接受，它就在那儿。我会向你证明它是即刻的，你马上可以使用它，并且在头几天就可以体验到自己的人生获得改善。

有的人在印心时，就有重获新生的感觉，他们满心喜悦，几乎要走上街头亲吻每个人。当然我会建议他们别这么做，尤其是在新加坡。这只不过是表达他们喜悦的一种方式而已，印心之后，他们会活得飘飘然，他们工作，却没有负担；他们以爱心来照顾家庭，而没什么挣扎。大多数的家庭常常因为无明而彼此折磨，但许多人开悟后，发觉自己的家竟变成天堂。如果每个人、每个家庭皆如此，我们就没必要到天堂去了。我们这个行星将能保存，

并且透过我们肯定的力量，我们也可以提升其振动力，使它变得如同天堂。

## 天堂与地球的差别

天堂与地球唯一的不同就在于振动力。天堂的频率快且平顺，而像地球这样的物质世界则粗糙而不均。这就是为什么我们有时会有灾祸、地震及各式各样的天气变化。当然，我们可以依据天气预报所说：“喔！西北边有风，因为它这么吹才造成诸如此类的结果……”其实这一切都是整个地球，及其周围大气层的振动力所引起的。天堂并没有这些事情，那儿没有台风、地震，甚至没有地、没有风。一切都一样，即使天堂众生的振动力也不一样；正因为他们的振动力不同，天堂也就不同。所以就算我们待在这儿，只要我们的振动力不一样，我们的生活也会不一样。

不过如果地球上只有少数人修行的话，还是不能将整个地球变成天堂。但是如果全部的人，或是只要二分之一的人能够依这个方法修行，地球的振动力就会不一样，那么即使另外半数的人，什么也没做，依然会获得利益。这就好像在一个家庭中，只有爸爸、妈妈去工作，不过他们的薪水却可养活全家人，家中的小孩子并不需要去工作；他们要也可以，等他们大了，想要工作时也可以工作，不过是出于为社会尽义务，而不是出于生活之必须。当然了，家中成员钱赚得越多，这个家的生活也可以过得越好。

同样地，地球上越多的人依天堂的生活方式修行，如此地球的质量才能越提升，那时我们在此的房子才算安全，否则就称不上安全。如果地球的振动力还是如此粗糙的话，那么终有一天它会爆裂开来。我们知道，越精致的东西，越无形的东西，就越能持久存在。同样地，因为我们的地球太过于粗糙、太沉重，所以到头来免不了会自行毁灭。而且恐怕在这之前，我们所制造的原

子弹，我们对环境的摧残和对地球大气层的疏于保护，早就已经摧毁它了！

有时候我们使用太多的化学物品来毒害自己、土壤及水源，所以地球才难以持续存在下去。我们不需要成为天眼通或像诺斯查·达马斯（十六世纪法国一位预言家）那样会预言的人，才能预测这个世界无法永存。我们自己也可以预测。只要看看我们邻近四周的环境，就可以了解到我们是如何对待我们的地球，以及战争是如何一而再、再而三地破坏地球的每一个角落。

### 红精灵与绿精灵的故事

有一个故事叙述两个住在山上的魔鬼；事实上他们也不是魔鬼，而是半天使半妖精的精灵。他们两个住在一起，其中一个绿精灵，另一个则是红精灵。就好像外面的红绿灯一样，绿色代表和平及顺畅，红精灵则代表战争、停止及障碍。他们两个一直都快乐地同住在这山上，没有任何问题，没有焦虑、欲望，什么都没有。

他们这样活了好几百年，平时没事的话就常一起坐在山顶上，往下瞧瞧人间凡尘。他们看到人们整天上上下下奔波忙碌，而且世界也不断变迁。所以绿精灵就对红精灵说：“你看，我们在此已经活了好几百年，日子还是一成不变，但是下面的人间每天都有所变化。为什么会这样呢？”红精灵回答：“的确，你说得对，这很有意思，人类的生活看起来比较有趣些。”绿精灵又说：“为什么人类的生活总是不断变动呢？”红精灵想了一下才答道：“一定是由于他们总是互相争战的缘故。你看他们今天盖好一栋又美又大的房子，明天他们起了战争就毁了它。然后他们会再盖一栋，然后战争再起而又毁了它。所以人类世界才一直有事可做，人间才会不断变迁。我们两个的生活过于和平，十分无聊，我想我们

应该开始彼此争战才对。”这是红精灵的想法。

绿精灵则说：“不！不能打仗。我们是好朋友，几百年来都是如此。我们怎么可以互相争战呢？”

但是红精灵说：“如果我们不打仗，我们的生活就不会有变化，我们的日子将会千篇一律，实在很乏味，没有什么进步，我们还是打仗好了！”绿精灵说：“不，不，不！我做不到，我们是朋友。”但是红精灵仍坚持己见地说：“从今天起，你就是我的敌人。”红精灵这样即地宣战后就离开了，不再和绿精灵住在一起，他搬到山的另一边，独自一个人坐着，开始准备战争。绿精灵则仍住在山的这一端，他觉得既孤独又可怜，思念另一个精灵而感到很难过。

你们晓得精灵有些超能力，他们能够飞、能变出东西、能看得很远、能听得很远……，他们的鼻子还能够无限地延长。有一天，绿精灵正坐着感到无聊时，他突然注意到下面的人类世界，有东西一直闪闪发光，他觉得好奇，便把自己的鼻子变长（大众笑），他说：“变长，变长，变长！”然后他的鼻子就一直伸长，伸长直至穿到下面的世界，来到闪闪发光的地方。

原来光亮是来自当地城市的公主衣服，她的仆人们正在户外晒它们。由于公主的衣服上镶有黄金片、钻石、红宝石……珠宝，所以在太阳底下闪闪发光。只听那些晒衣的仆人们彼此说道：“公主的衣服这么漂亮，又这么多，我们的竹竿不够用了，该怎么办呢？”

恰巧绿精灵的鼻子刚好适时伸达（大众笑）。所以接下来仆人们就想：“我们现在有一段很长很长的竹竿，足够晒这些剩下的衣服了。”于是他们把公主剩下的衣服都挂在这根绿竹竿上，然后高兴地进到屋子里，吃起印度饼来了。

现在绿精灵突然觉得鼻子好重，他很害怕，立即将鼻子缩回原状，于是一大堆闪闪发光的衣服就掉在他的脚前。他想：“今

天真真是个幸运日。”于是开始试穿起那些衣服来。衣服穿上很漂亮，所以他很得意地一个人走来走去。

这时红精灵刚好过来找绿精灵，想要挑起争战以求进步。绿精灵说：“你看！我有些漂亮的新衣服，我留了一半给你。”红精灵以鄙视的态度说：“我可不穿这种可笑的东西。只有像你这么疯狂的人才会穿这种东西。”他要挑起争端，所以就胡说八道起来。绿精灵永远是绿精灵，他很清凉，不跟红精灵计较，他说：“好嘛！好嘛！你不想穿也没关系，留在那里，没问题！”红精灵因为不知道还能做什么，所以只好回家去了。

红精灵其实非常嫉妒绿精灵，所以他也想自己试着去拿一些衣服。他如法炮制地将鼻子伸得很长，伸到皇宫去，等待有人把漂亮的衣服挂在上面。刚好那天武士们在一起练剑。当他们看见这么长的东西伸过来时，互相问道：“那是什么东西啊！”其中一个说：“很可能是敌人发明的新型武器，想试着攻击我们。让我们先杀了它！”“喔！好。”于是武士们就用剑劈下去。红精灵只觉得突然间一阵剧痛，连忙把鼻子缩短回来，只见上面流着血，于是他哭了起来，哭得好伤心。

绿精灵听到哭声，连忙赶过来问他：“怎么了？什么事？”红精灵觉得很不好意思，又很生气，不敢把实情说出来。因此他说：“滚开！不要烦我。”绿精灵连忙说：“不！我不会烦你，我是来帮你的，你流血了。看！我有这个药，我帮你涂在伤口上，血马上会止住，而且将来鼻子会复原成原来漂亮的样子。否则可能会留下一个疮疤或一个洞，那时就很难看了，我只是想照顾你而已。”

红精灵终于被感动，他说：“好嘛！好嘛！”然后开始痛哭：“好痛！快点！请快点帮助我，让它快一点好起来！”从此以后，他们又恢复了和平相处。因为红精灵已经吵够了，他了解争斗是不好的，他已经学到了和平的功课。从此他们每天一起穿好看的

衣服，一起喝茶而不再有战争。

## 唯有开悟才能唤醒本人

但是我们的世界，还没有学到这种爱的功课，真是件不幸的事。所以不要一直在报纸上批评这个或那个国家政府，指责这个或那个独裁者，或是指挥军队应该怎么做，因为直到现在为止，这些都没什么用，所以不要做这些事。或者除了做这些事之外，我们还要及时为自己找到一条出路，而这唯一的出路就是所谓的“开悟”，开悟能让我们重新得回我们严重缺乏的正面讯息；它本来已经存在那里，只是我们以前没去用它而已。

当我们诞生到这个世界的时候，每个人都必须照顾自己生理上本能的需求，象是寒冷、饥饿、环境感染……，所以从出生或孩童时代起，我们所做的本能的反应，都是为了拥有这些物质上的舒适及肉体上的需要，这就是为什么我们没有机会记得正面讯息的原因。有了这些正面的讯息，我们才有办法生存，才能有智慧，才能更完美地履行我们在这个世界的职责。

现在你们应已了解为什么我们会忘记；为什么我们不能拥有正面讯息；为什么我们已拥有却不用，这都是因为从出生一开始，这个世界给我们生理需求的威胁，超过我们所能忍受的。我们所做本能的反应，都是为了保护我们这个身体，照顾它吃的、喝的、给它衣服穿、盖房子给它住，买更多的毯子、买大车子以便让我们能到处跑，建大马路让车子能够行驶……。所有这些肉体上的需求，都是从出生起，就马上整个占据了我們所有的时间，让我们逐渐习惯于以各种物质需求来蒙蔽我们自己。这就是为什么，我们越来越遗忘要更进一步地去思考，我们天赋本能中正向的那一面，这就是唯一的秘密。你们觉得这样说有道理吗？（听众答：“是！”）

现在我已经简短地以逻辑向大家解释、提醒你们什么是真正的开悟。开悟一点也不神秘，开悟就是我们本性中肯定的那一面；在我们里面两种力量都有，到现在为止，我们都只用负面的力量。因为这个否定世界的物质需求，一直是强迫我们依靠负面的力量才能存活，如果我们越那样做，我们就越忘记另一面，如此而已，而这不是我们该做的事。

因为没有正面的力量，我们连负面都没办法照顾好。没有司机嘛！不管你把车子照顾得多好，没有司机它就不会动，如果它动，可能会到处乱走而撞死人。所以现在一定要唤醒这个司机才行，一定要把他叫起来好好地开车，这就是开悟的意思。

•••      •••      •••      •••      •••      •••

## 会后问答

### 观音法门助益众生

问：师父，我知道有所谓的“方便法”，它和观音法门一样吗？

师父：并不完全一样，可是它也可以让你品尝一下开悟的滋味。而且不必严守像吃全素或每天要打坐两个半小时之类的戒律，就可以每天继续修这个方便法。只要每天打坐半小时，职务或情况方便、允许的话就尽量吃素，所以这个方法才叫做“方便法”。

修方便法你同样可以得到开悟，但这属于“小乘”，只有你一个人可以解脱。而观音法门则可以让你的七代甚至九代的亲友都解脱，甚至连一些你根本不认识的人，例如你的祖先、你的后代，及一些还没有出世的子子孙孙们，由于血源的关系，他们也会解脱。

问：师父，当我作东款待朋友午餐或晚餐时，而他们并

没有吃素，我是否该为了自己一个人吃素完全点素菜？

师父：不，不用！你点那些宾客想吃的菜。我们不强迫别人跟我们过一样的生活方式，不妨碍他们的自由，这是他们的选择。可以问他们想不想吃素，如果他们同意而且乐意偶尔试试素食，那很好；如果他们不喜欢就算了。

问：师父，请告诉我如何可以达到天国的第一界？或是我必须先做什么准备？

师父：只要到第一界而已吗？你的目标实在太低了！（大众笑）你为何不跟我到至少第五界去呢？在那里，几乎都空空的，因为没有人到达那里，那里很空，新加坡太拥挤了。我们可以改变一下生活，那里有许多宫殿，没有红绿灯，没有交通阻塞（师父笑）。

第一界不值得当你的目标。兄弟们，第一界只有一些阿修罗的众生住在那里，只是一些小天堂及地狱而已。在那里只有一些小小的神通、治病的能力以及天眼通，就这样而已。你可以住在那里百千万年，可是还是要再回来。但谁知道你会生在哪里当什么众生？因此为什么要去第一界呢？第一界和这个娑婆世界一样不安全。不要期望去那里，那只是个起点，A B C的等级而已，我们从那里出发，但是不停留在那里。

问：师父，关于第一个戒律“不杀生”，假如有一条蛇跑进我的房子，我是否可以为了保护我的家人而杀死他？

师父：新加坡没有蛇，不要找麻烦给我（大众笑及鼓掌）。甚至连人都不够地方住了，这条可怜的蛇可以住到哪里去？无论如何，你不需杀生，你可以给他一个布袋，他会很乐意地自己爬进去，然后你再带他到外头的小树丛之类的地方去放生，这样他会很高兴的。如果你必须杀他，当然你也可以做，但你得偿付这个代价。在这个世界上，你可以做任何你想做的事，只不过你得去清偿；不是指钱财方面，而是业障。

你杀死他，然后等一下也许你某处会受伤，或是有严重的头痛，



或是你会突然手臂瘫痪，比方这样子。你也许很快就清付这个业障，也或许要长期地清付，这要看你造业的大小，看你从造物主的物质宝库中拿走多少东西而定。你拿得越多，你要偿还的就越多，你拿得越少，你要偿还的就越小，这也是为何我建议你们吃素，因为代价比较小。

你们知道，即使蔬菜也有生命，可是吃蔬菜不会造成太多业障，不会造成你们太大的负担，并非吃蔬菜就不用付代价，我不是指市场标的菜价，我是指清付造物主而言。造物主位于全能的上帝之下，如果你不能或没有还清造物主你的债务，你就无法到达上帝那里，这就是症结所在。

## 明师持有开悟之钥

问：师父，请解释何谓观音法门的印心？

师父：印心是开启智慧的无形仪式，不用鲜花、不烧香、不用礼拜也不用佛像或教堂，什么都不需要，只要和你内边原有的肯定力量就够了。你只需静静地坐着，然后我会指引你的灵魂回到阴阳结合的状态。现在的你是被隔开的，为了生存，你一直都偏向阴的那一边。当你静静地坐在那里，准备回故乡，我一拉你就可以回去，但并不需要什么行动。这些是很抽象的，是无形的万能力量的杰作，不需要做任何事情，是做而不做。

我甚至可以不必在现场，不需知道你的名字、住址、年纪或职业，我不用认识你；我是指外面这个肉体不用认识你，内边则会认识。因此印心时你只是坐在那里，然后就能回到你肯定的那一面。你知道，就像失去平衡一样，你一直偏向阴的那一面，现在一瞬间拉回来你就平衡了，然后你会知道你开悟了，因为你会看到光，听到美妙的旋律。

这是来自天国的教理，这个教理不是新加坡式的英文，也不

是中文，他是一种没有声音的声音，寂静的声音，这个声音会让你越来越有智慧，越来越了解你自己的伟大，了解你是你自己的主人，这就是印心，无法用任何言语来形容。因为印心时，我不会跟你讲任何话，我甚至可以不在现场，因为你那时已经和宇宙同一体了，你知道吗？那样你才能认识你自己，这很不容易理解的，如果不知道，只要你去印心就知道了。

问：师父，开悟后我们是否还会生病？

师父：当然了。看看我，我才得了流行性感冒，多谢那些传染给我的朋友。我身体虚弱，因为我常常工作过度，因为我有许多徒弟要照顾，而且世界各地有许多人要求帮助，我的身体当然跟你们的一样，而你们的身体也跟别人的一样，假如你的身体抵抗力很弱，而又一再工作过度，这个身体就会停摆、生病。就像车子也会故障的道理一样，不论是奔驰或是凯迪拉克，它们有时也会有些故障，这是很正常的事情。

为什么我们要逃避生病呢？这没什么好大惊小怪的，如果我这几天没有生病的话，这两天我就没有机会躺在床上好好休息一下，所以这是我的额外发红，这也不坏呀！而且，哇！当我生病时，所有的人都会很疼爱我，他们关心，这也算是一种享受。不用担心生病，释迦牟尼佛也生病，不是吗？所以生病并没有什么大不了的。

问：师父，这个世界上为何有那么多的宗教？

师父：其实只有一个，只不过有不同的名字罢了！如果你不相信我的话，你可以花点时间去研究所有的宗教，全部比较看看，然后你便会知道我的意思了。因为人们没有去研究其他的宗教。罢了，这样也好，如果你只认识一个宗教，那就专心投入这个宗教，这样就够了。因为所有的宗教都差不多，都是劝人们做好事，要崇敬上帝或佛陀，不杀生、不偷盗。没有一个宗教教人做坏事，或是永远留在娑婆世界吃喝玩乐，然后老死在这里，所有的宗教

都劝我们“在世时要做一个好人，并且尽量去找寻天国。”其余的只是一些琐琐碎碎、繁文缛节的事情（大众鼓掌）。

问：师父，您说知道回“故乡”的路，这个“故乡”是在哪里？天堂及地狱又在哪里？

师父：就在这里（师父指着智慧眼）！所有的境界都在这里。但是如果你不知道的话，所有的境界则散布各处，到处是天堂，到处也都是地狱。如果你知道，便是天堂，否则便成地狱，就是这么简单（大众鼓掌）。

问：师父，如果我修观音法门，我可不可以看到那些已经往生的亲人，并和他们沟通？

师父：往生的亲人？哦！可以！当然可以！只是我怕你也许不喜欢去那里。有些你的亲人并不简单连系到，如果你想说的话，必须有明师陪伴，不然就会有危险。因此，和往生的亲人见面并不一定好。只要你修观音法门，有些死去的亲人会立刻脱离他们受苦的状况；如果他们已经在天堂了，那他们会到更高的天堂去；如果他们受苦较轻、刑罚较轻微，那他们可以马上走、很快；如果刑罚实在是太重了，那么我们得谈判，师父会和他们谈判或替那个人受苦，不过不会太久。例如，如果那个人要受到好几千年的刑罚，师父不用受苦那么久，也许只需几个小时或是几秒钟，有时是几分钟，有时候也许延长一点点或是生一场小病之类的事。

所以去探访死去的亲人并不一定好，不如去探访在世的亲人倒还好些，并且在他们还在世时疼爱他们、服务他们、鼓励他们（大众鼓掌）。可是你还是可以看到那些往生的亲人，很多我们的同修看到他们往生的亲友回来向他们道谢，由于他们有修行，使得他们也跟着解脱，这没有什么大不了的，没有什么！

问：师父，五戒中有一戒是不邪淫，对于还是单身的人，要怎么去持守？

师父：哦！我们是指必须对自己的另一半互相忠诚，可是有

些宗教团体，根据他们的传统，他们也许可有很多太太。如果在印心前就有很多太太的话，并不是说印心后他们就必须分开，而只跟一个人在一起。不过一般来说，我们告诉人们不要有太多的关系，因为你有一个老婆，我想你就已经够受了。哦！抱歉（大众笑），我是指真是抱歉，不要怪我，拜托！我指的是说，外遇对丈夫或太太而言，是很难承受的心理重担，你并不希望把那种痛苦带给其他的人，更何况是给你们自己心爱的朋友或是小孩的妈妈（或爸爸）。

因此这也是为什么我们建议，如果你已经结婚的话，就不要有外遇。不过如果在印心前就有的话，那就有吧！最好不要让另一半知道，尽量减少彼此痛苦，越少痛苦越好。因为你也会受到影响，你会受到良心的谴责、会有罪恶感，这样你如何可以安安静静地打坐？当你打坐时想要想念上帝，而你所想到的只有第二个太太或第三个太太……想到昨夜她要揍你一顿，因为你太晚去……或是你给另一个老婆买比较好的衣服……。哎呀！好多麻烦，而且也伤人的心。这就是原因了，这就是所谓的“邪淫”。

但对于还没有结婚的人而言，当然在这个摩登的时代里，我们不能告诉人们说：“不！不！不可以。”你们知道的，是吗？因此，尽量试着彼此忠诚对待，好吗？这对彼此的内心、社会道德、相互的信赖都有好处，尤其对你的身体健康更好。在世风日下的今日，你应该知道的，你们比我更常看报纸，那个字登得好大，需要我再多说吗？越来越多的人死于艾滋病，因此好好的照顾你自己吧！

问：师父，是否需要一处安静的环境来修行？

师父：是的，刚开始时需要，以后就不用了。以后有时也需要啦！这就是为什么每年的不同时候，我们有时要集合起来闭关一、两个礼拜，或四天、三天不等。这是为了让我们有机会处在一个和平、安静，纯粹打坐修行的环境中。在其他的情况之下，

你也必须走进社会把光及加持力分享给我们的兄弟姊妹，你们不可以永久隐居在山里，这样会变成一个自私佛（大众笑）。

问：师父，梦到未来的事情是否会成真？我们能不能改变未来？

师父：可以，有时候我们可以，如果我们能力够的话。假如你想拥有足够的力量，就要打坐！把你的佛力拿出来用，然后你就可以改变任何事了！否则未来会改变你。

## 减除情欲的方法

问：师父，请给我一些建议，教我如何控制强烈的情欲，我需要上帝的恩典。

师父：这个嘛！我没有这方面的经验。你知道吗？有许多治疗的方法，多数的人，当他们吃太多的肉及酒时，这些东西都会刺激他们的情欲。我们已经有太多所谓的兽性在身体里，所以我们很多表现都跟动物差不多，这是我们无法控制的。

当我们居住在这个世界时，由于这个肉体的关系，我们秉承了部分动物的质量。现在，我们若要控制它的话，必须减少像酒、或刺激性之类东西的摄取。有些食物会增强我们的性欲，有人专门在找这些东西；有些人就是喜欢这些。所以过去的国王都喜爱这些东西，他们常常吃一些特殊的食物，因为他们有太多的老婆。

有很多食物可以控制情欲的冲动，第一步是吃素，吃全素——不吃蛋、不吃鱼……，同时不喝酒、不吸食含酒精的东西。一般人往往花费极高的代价，但买来的东西大都是毒药。我总是很惊讶，为何人们花大把的钞票来毒害自己！不过，这是他们自己的选择和自由意愿。

所以，假如你问我怎样可以减低情欲，有很多方法可行。你改成吃素，吃简单些，不要太油腻或放太多辛香料之类的东西，

然后喝大量的冷水；不要喝香槟，香槟是最糟糕的东西，保留到结婚那天再喝。这些你们都知道嘛！我不知道，我听说如此，但不了解，他们都如是说。

最简单的方法就是让自己忙碌，做一些有意义、帮助他人的事情，这样你就可以忘掉自己的问题。我甚至不知道你怎么会有空去想这个问题。如果你像我一样，整晚都得看书的话，我想你的性冲动会自动“冲”走了！（大众笑及鼓掌）因为它吓坏了，被工作吓跑了。

做点事情吧！在这世上有很多的苦难。在你空闲时，做一些义务性的工作，去感受你的同胞所受到的苦难，奉献出你自己，把自己投入在牺牲奉献的纯然的喜悦中，当你带给别人高雅的快乐时，你也会同样拥有高雅的快乐。

也许你读太多不好的黄色书刊，现在不要再读了。改读一些经书，像圣经、佛经、可兰经；读那些能让你过一个高雅生活的书，好吗？像印度教的书籍之类，任何你喜欢的，如瑜伽体位法的书，或是圣人的教理……，有太多可以读的。

问：师父，如果观音法门可以让我解脱生死轮回，那我生生世世的业障怎么处理？

师父：哦！我把它们烧光，丢它们到垃圾桶里，然后放一把火烧光它们，好吗？你知道业障从哪里来吗？从你的行动和反应而来，当然囉，但它从何处来呢？它贮存在你们的下意识里，那里有一个按钮，我只要按一下，全部就会消失。就好像你的计算机或录音机一样，你可以操作它，用它来录音，也可以洗掉它，只要知道怎么做！

问：师父，通常开悟需要多久的时间？我可否知道时间长短和什么有关？

师父：哦！和很多事情有关。首先，要看是否有一个正确的静坐法门，而且也和老师有关，要看他是不是能让你开悟，而不

是先管多久会开悟！如果你有一位好老师，你就可以马上开悟。如果你没有遇到一位好老师，我不知得经过多久，也许好久、好久、好久、好几辈子才会开悟。同时，开悟也和你的诚心有关，和你是否想要开悟有关。假如你真的想开悟，那你马上就可以开悟；否则不论你多会假装、你坐得多久，就是坐到屁股都掉了（大众笑），也不会得到任何开悟。

## 印心是内在的传法

问：师父，在新加坡是不是有人可以指导我们这些初入门者修行观音法门？

师父：有的！我会派一些出家众留在这里，应该说是“观音使者”。他们看起来不象是和尚，他们看起来像我一样，也和你们一样的平常。我会留下一些修行比较久，了解修行初步情况的人给你们；此外，你们也可以写信给我。现在我们有传真机，所以不用担心，而且内在的沟通永远存在，百分之百，不会故障，这是最好的指导。

之后，你们就可以不必依靠任何人，因为你可以从内在很快的得到答案，你会知道的！而且师父也会知道你在哪里，在做些什么，或是你现在遇到什么样的困难，需要练习什么……。在内边知道，从内边教，不是用语言的教导！

讲经开示只是一些很平常的事，就像我们彼此聊天说笑、讲一些古老的故事来鼓励你们修行之类的；但言语方面的指导永远都不会是完美的教理，最完美的教理只能从内边获得，而且只有师徒两人知道而已。在内边给每个人的都不一样，即使你坐在他的隔壁，你也不会知道他的等级到哪里了，或是师父在里面传给他什么；每个人都不同，懂吗？这得看个人的等级而定。

问：师父，我们可不可以一面向上帝、耶稣祷告，一面

到庙里去顶礼观世音菩萨？

师父：为什么不可以呢？我想越多越好（师父笑），这是我们所认为的。你可以做你想做的事，只要你觉得高兴就好了。如果这样能让你开悟，那更好；如果不能，那快修观音法门，当你面对面看见上帝、耶稣或观世音菩萨，拜在他们的脚下时，这才算真正的顶礼，这和你顶礼木头佛的感觉会有很大的不同。

当你顶礼木头像时，它不会开口讲一句话，也不能回答你任何问题；但是当你打坐或是睡觉时，到天堂向真正内在的佛菩萨顶礼时，这才算是真正的顶礼，你会感到完全不同！你会觉得你不属于这个世界，然后你会觉得你就是佛，这才是真正的顶礼。你可以顶礼任何你喜欢的圣人，不过得先确定你看到了他们（大众鼓掌）。

问：师父，打坐会不会使我们着魔？

师父：这要看情况，假如随便打坐而没有老师指导；或是你走邪道，或是你虽然认真打坐但却破戒，吃不对的食物，或是伤害到别人，才会有反作用。这就是你自己让那些所谓的邪魔进来伤害你、给你惹麻烦的时候。魔只是大自然中否定的一面而已。

当我们不想依靠什么，可是自己又站不稳，一直这样持续下去的话，它就会把你拉回否定的那一面去，而且这次会抓得更紧、更用力，因为它上次让你跑掉了，所以这次它会把你抓得更紧，让你不简单挣脱。

所以这就是为什么，我不想为了要出名而有一大群信徒、收许多所谓的徒弟的原因。你必须严守戒律、必须吃素，知道吗？同时净化你自己，这样在打坐时就不会有副作用，不会有任何麻烦。

假如你有持戒、有依照指示修行，我就会为任何发生在你身上的情况负责，所以不会有问题的。不过如果你做不到的话，那连上帝也帮不了你。

问：师父，我是个罪人，我能开悟吗？



师父：哦！谁不是罪人，请举手！（大众笑及鼓掌）罪人，请举手！我也包括在内，别担心！没有一个人是有罪的。我们只是无明罢了！我们还没有被教导过圣人的生活方式，我们只是被教怎样在这个世界生存，怎样吃、怎样穿、怎样去照顾这个臭皮囊，这就是截至目前我们所被教导的。而且教育也是以那些为目标，让你怎样有一个好的工作，不是吗？我们一直被教导过智慧的法门、高雅神圣的生活方式，而现在时机到了。不会有问题的，我们不知道自己做了什么，怎么可以算是罪人呢？如果一个小孩没被教育而犯了错，怎么可以怪他呢？要怪就怪上帝吧！他没有早点送你一位老师，这是他的错！（大众笑及鼓掌）

问：师父，我想将我的一生贡献给大众，请问您有什么建议？

师父：好啊！很好！如果有人愿意接受你的话（大众笑），我们可以趁还在世时贡献出我们的服务。嗯！任何人多多少少都有将他们自己贡献出来，他们为了社会、家庭工作，这也算是一种贡献。有些人贡献多一点，他们为好多个团体工作，自愿服务大众而不求回报，这也许就是你所指的。做你觉得喜欢的，和能力所及的，这世界上有许多的工作要做，还需要很多人去做。

## 回归天人的质量

问：师父，如果在这个世界生活很快乐的话，为什么我们必须花这么大的努力上天堂呢？

师父：哦！那就不用试了！谁要你努力去试呢？（师父笑）只有那些想上天堂的人才应该去试，如果你喜欢享受世界这么多，那好啊！恭喜你！希望你可以享受久一点（大众笑）。因为没有人晓得明天将会怎样，这就是问题所在。

如果我们可以一直享受这个世界，如果我可以盖章保证你在

这个世界永远不会受苦，而且你整个辈子、生生世世都可以继续享受，那么请不用考虑去天堂了。可是，没有人可以向你保证。你问自己看看，所有的皇帝、所有享尽荣华的国王皇后，他们现在在哪里？他们比你更享受，甚于你所梦想的，而他们现在在哪里？在做什么呢？他们所享的乐在哪里呢？你应该知道答案！

问：师父，你说我们是上帝的子女，而且只有一位上帝，那为什么我们人类会有不同的肤色、种族，每个人都不平等，就如同您和我也不同。

师父：看看花朵，你希望它们只有一种颜色吗？粉红色、就没别的了！你会觉得美吗？只有粉红一种！因为我们有很多种不同的颜色，所以才好玩。你喜欢这个颜色，所以你自己选择投生成这种肤色，但是你现在还不明白，快快开悟就会知道了！不过你说的也有道理，这个问题问得很对！在高境界上，根本没有什么分别，没有男女的分别、肤色的分别，甚至是无形无相的，只有纯然的觉知、纯然的智慧。

问：师父，当我们还有忧虑，还必须为了谋生而工作赚钱时，我们怎样可以即刻开悟及一世解脱呢？

师父：（师父向司仪说）你知道的，你可以回答他。（司仪：“每天打坐两个半小时。”）他还不知道打坐，不要吓坏他。开悟是一件你有生以来最不可思议的事情。它会减轻你每天所必须背负的负担，它会免除你人生旅程中的许多挫折。这个开悟的力量可以在你跌倒或生病时搀扶你，在你有困难或危险时保佑你，让你时时刻刻感到，好像被母亲的爱所拥抱着一样，而没有任何担忧。你现在所以焦虑不安，是因为你没有开悟，而不是反过来讲，所以如果你想免除这些折磨，那就要开悟。

问：师父，在这世上为何好人会遭受这么多苦难？

师父：你怎么知道他们是好人？每个人你都认识吗？有时你并不知道。好、坏只是用我们所能理解的标准去衡量，他们生

生世世的纪录太长了，有时他们好，有时他们坏，你永远没办法一一检查。每件事情之所以会发生，都有理由的，别烦恼。

问：师父，如何解释为什么有的人不像其他人那么幸运呢？

师父：因为因果的关系。有些人做善事、布施很多给别人，当他们再出生回来，便会很有钱也很幸运。如果其他的人在别人受苦及困乏时，从未伸出援手，那么当他们再回来时，就会比较不幸运了。

问：师父，您是人类还是天人？（大众笑）

师父：你们认为呢？我是谁？认为我是人类的请举手。认为我是天人的请举手。没人！两样都对，两个都给优等。我们两样都是，我们同时是人类也同时是上帝，只不过大部分的时候，多数人都偏向于认同自己是属于人的这一部分，他们只认同到这个肉体的功能，而忽略了他们的上帝的质量，就是这样子。

你和我都一样，我们同时都是人类，也同时都是天人，如此而已。你满意吗？（大众鼓掌）我们之间唯一的差别，就是我已经认识上帝的质量，而你或许还没有。或者是你还不能完全肯定你自己上帝的质量，这是唯一的不同处。

问：师父，精神沮丧的人可以打坐修行吗？

师父：假如他们可以了解我今天讲的，可以了解教理、有理解的能力，那他们就可以修行。有时候精神失常是因为沮丧的关系，承受了太多社会给予的压力，为了要躲避问题，逃开社会的负担而形成的，事实上并不能真正算是一种病；只是暂时的，他们仍能再度站起来。当然，如果有打坐的话会康复得更快。



# 天堂完美的众生

清海无上师以英文讲于泰国

一九九四年九月十一日

我们都是从天堂下来的伟大众生，所有出生于这世界的人都是伟大且最勇敢的天人下凡来的。因为如果不伟大、不勇敢的话，就不会有足够的胆量敢下来这个世界，绝不可能也绝不敢来。

这就是为什么如果有人能做利益人类的事，所有的天人都会充满欢喜地赞叹他，并且非常的尊敬他；我们越能这样做，我们就越得到上天的尊重。即使有时候我们会因从事利益大众的事而遇到麻烦，或许被人迫害、或会有其他障碍，不过那些都只是暂时性的。事实上，整个宇宙都会因我们所做的每一项善行，及我们对同胞所发出的爱心而感到欢喜雀跃。如果我们已被赋予足够的装备，有足够的机会能帮助人类却不去做的话，那实在是非常令人惋惜的事。

我们来这里之前都曾怀有高雅的理想、最好的动机和善意，以及强烈的决心想要帮助这个世界的人类，并且提升自己的灵性等级。但是来到这里之后，多数人就忘记了。变成比较喜欢睡觉和吃喝玩乐，比较喜欢照顾对自己有利的事，因而有时会忘了我们来这里的目的、忘了我们为何而来。不过忘了也好，这样我们就不会因为想回去天国而感到太难过，因为天国要比这边好太多

了。

不过如果我们打坐，在下意识里灵魂也会记得，所以，即使我们必须住在这么局限又令人不愉快的环境中，还不致于感到太痛苦。我们比较能安定下来，安心地住在这个世界而不执着这个世界。然后，我们知道自己必须要完成来这里的使命。不论头脑懂不懂，内边的灵魂会了解到自己必须要完成在这地球上的任务，然后我们就可以很快回“家”。

有一个故事是关于一位女士，她死后去了一趟天堂，然后又回来这个世界。这当中她被带去看了天堂的许多地方，知道宇宙的奥秘和创生万物的目的，也见到了一些伟大的众生，像耶稣基督或一些上帝的代表；至少她以为那是耶稣，因为也没人知道耶稣长得怎么样（师父笑）。因为那位众生充满了爱力，四周又有好大的光圈，所以她想那一定是耶稣基督。

在看过这些境界之后，她觉得好像回到家里一样，当然啦！她觉得好快乐、很被疼爱，然后她就不想再回来这个世界了。不过那些天人告诉她时间还没到，所以她必须回去。她说她不想回去，于是天人就显现她的任务给她看，让她知道为了帮助这世界，今后她所该做的事，所以她才同意回来。天人并且告诉她，在她看过自己的任务之后，他们会抹去这段记忆，当她再回到现实生活中，将不会记得自己的任务是什么；果然她真的忘记了！

不过，当她回来，一看到自己丑陋的身体躺在那里，她就说：“哦！我不想进去了。”（师父及大众笑）等到进去自己的身体以后，她觉得好紧、好局限、被锁在里面，就伤心地哭了起来。经过好长、好长的一段时间、好几个月之后，她才开始重新适应她的身体，然后她想起天人告诉她的话，她在这个地球有一项任务，不过现在却一点也记不得内容是什么。回忆好长一段时间后，她就想不记得也好，这样对她比较好，因为上帝知道如果她想起来的话，她会迫不及待地完成任务，然后她就可以回天堂了（师父笑）。

是啊！然后她就不会做得好，只会想快快做完，不管用什么方法，然后她就可以自由了。

我们多数人也是这样被遮盖起来，上帝不让我们知道。即使印心后打坐修行，我们也只能看到一点点而已，至少这样会给我们一点点安慰，让我们能在这世界继续生活下去，又不会感到太自傲于自己天国的质量。

通常你们打坐的时候，因为有师父的力量润滑，所以当自己的灵魂离开身体时，你不会察觉出这进、出之间有什么差别。明师的力量让物质世界和灵性世界能顺利转换，让你的灵魂随意逍遥于全宇宙之后，再回来这个小身体时，不会感到那么晕车。但是多数的人，当他们死亡、或是濒临死亡边缘又再回来时，都会感受到物质与灵性世界之间的巨大差别，所以才会很痛苦。就像那位女士一样，回来这世界后她沮丧了好几个月。

所以多数时候，当我们打坐离开这个身体时，并没有感觉到我们离开，然后回来的时候，我们才觉得：“喔！有什么东西？”……有时感觉好像从哪个地方回来似的，不过那种转换不是很强烈，所以不致于干扰我们日常的生活太多。否则，如果你每天都知太多这些差异之处，有时你们会受不了。因为如果我们记得在天堂的境界有多漂亮、多轻松自在、多么受宠爱的话，我们会连多一秒或百万分之一秒都不想待在这里。

有很多天人根本不想来这里，他们没有勇气来。比方说，你已经住在既漂亮、干净又美好的地方，然后你必须去一个人们倒垃圾、污水的肮脏地方，每天把你关在那个地方，你会喜欢吗？狭窄、局限又肮脏，这就是天堂灵性众生下来住在这个被局限的身体时所会面临的境遇。

有些天人来这里是要提升、进化这个地球，让它成为更漂亮的地方。你们记得读过的地球演进史，地球原本不是这样子的，以前它只是一大片了无人烟的浓密丛林，既不舒服也不漂亮。但

是因为这个地球跟上面造化的计划有关联，所以大家必须一起工作。因为我们也是天堂的众生，跟其他天人有关联，所以我们在这里的所作所为也会影响到他们；如果是很高等级的众生就不会受到影响，低等的才会有点影响。所以我们如果做了什么好事的话，他们都会好高兴、好快乐，而当我们做了伤害世界、进而影响宇宙的事时，他们也会很担忧、很不安。所以我们每个人都有一些所谓的“守护天使”来帮助我们从事在这个世界的任务。有些人会有比较多的守护天使，有些人则较少；有些守护天使较有力量，有些则较普通，这要看我们所负的任务大小而定。

印度人有一个传统，就是尊重他们所遇到的每一个人。也许这是因为印度神话故事中有说过：“所有来这星球的人类，都是从天上下来的伟大、有智慧的灵性众生。”有时候我们打坐也会看到，不过有时被盖住了，让我们不会因太想念而患思乡病（师父笑）。有些人他们打坐时可以探望一下家乡，至少看一眼，然后再回到这里工作。其他有些人则忘记了，也不思念家乡，只想一直待在这里。上帝赐给他们足够的金钱、足够的工具替这个世界工作，他们却忘记，而将这些金钱和工具都用来享乐了！（师父笑）像这样的人就很难得到解脱。

所以自古以来，都有明师和灵性朋友们牺牲自己来到这里，为了要唤醒这个世界的人；不过却很困难，因为一旦我们来到这里，就把天堂的事忘得一干二净。明师替这些兄弟姐妹感到非常遗憾，而且看他们太痛苦了，才日夜辛苦奔波，想要唤醒他们，带他们回归灵性的光辉。

无知使他们忘了自己的源头、忘了来这世界的高雅目的、忘了他们在这世界所拥有的，都只是为了让它们能完成使命的工具而已。不过他们却陷在这个漂亮的工具或情况里面，被绑在这里而回不了“家”。有时这些人要等很长一段时间才能觉醒，而天上所有的灵性众生都会为他们感到难过，并想帮助他们、拉他们

一把，可是有时这是很困难的事。还好你们都醒过来了（师父笑），好在你们已经了解自己不是这个世界的这个身体，你们的家是在天上。

我们应该对待我们的父母亲、兄弟姐妹们如同灵性修行的兄弟姐妹，因为事实上，我们真的是这样。在下来这里之前，我们曾互相约定说：“喔！你当我父母亲；你当我儿子；你当我姊妹；你当我老师；你当我朋友等等。”大家一起下来互相协助完成彼此的任务，同时提高灵性的果位。我们当然不是为了更高的灵性地位才下来，而是我们有这个勇气要来试试看、想要接受挑战；挑战越大，我们灵性的领悟及成长也越大。由于我们为这个宇宙付出心力及智慧，当然我们的等级就会提高，自然会受到天人更多的尊重，然后赋予我们更多、更高的责任。

举个例来说，假设你生在一个富有的家庭，什么事都不做，父母亲宠坏你，不让你出去学习，也不让你从事各种工作以体验成长的滋味及磨练自己的天赋、聪明才智和体力，而任你整天在家里晃来晃去、吃饭和睡觉，不像一般成年人拥有成熟的经验和能力。这样的话，即使是你的父母也不能将庞大的财产托付给你。如果你刚好是独子，有一天父母去世，让你继承他们的财产，你就不知道该怎么经营生意，到最后只好任事业垮台而自己也沦为穷人。所以，上帝才让我们来这里学习，加强我们的能力。我们越工作、帮助别人越多，我们越会长大。

在这世界上，不论我们的任务是什么，最重要的是要爱别人、彼此相爱，如果没有这样做，我们就会缺少很多东西。而不论从事什么工作，我们也都必须全心全意去做，同时也要尽己所能帮助我们的同胞，使他们快乐，让他们感到被疼爱。任何时候只要情况需要，我们都要发挥爱心，并付诸行动，身、口、意随时都要有爱心、善意，这样对我们的灵性成长、对我们的同胞都是最好的。



小孩子如果在小时候得不到父母或家人足够的爱，长大以后也不会有爱心，甚至会变成很坏的人，连带也会影响跟他们接触的人；这种互相牵连的影响很大，而不只是个人而已。所以有时候，我们看到有些家庭或有些团体，他们的个性都很类似，或整个团体或部落都有自己的特色和性格，扩大一点则整个国家的国民都具有相同的特性；不论这特性是很有爱心或是很凶恶。

当然任何团体总是有好人和坏人，不过这种多数人共同拥有的明显特性，在不同的团体、不同的国家，都可以清楚的看出来。有时当你在一个国家遇到一、两个人对你不好或跟你有什么过节的话，那你就会对那整个国家印象不好。如果这种经验一再重演，你就会认定这个国家的人都不好，再也无法改变你的态度和对那个国家的坏印象。不过，如果在那个国家你遇到一、两个好人，接着又遇到更多好人，那么不管发生什么事，你还是会认为那个国家是好的，或那个国家的人们是好人。

在宗教方面也有类似的情况。有时候，只是团体里面的几个人做错或引起误会而已，结果整个团体都受到连累，为了少数几个人所做的事而遭到迫害。因此事实上，我们每天做什么都要小心，因为并不是只有我们个人会承受自己的思想和言行的责任而已，我们可能还会影响到别人。

我们的思想其实非常重要，我们应该照顾自己的思想，永远“想好的”才好。因为思想就是宇宙造化万物的材料，如果意念太强烈，就会马上变化成物质出来；如果不够强烈，则晚一点才会化成。如果有时因时间拖太长，我们就忘记了，以为某些事情是自然发生的，跟我们的意念无关。不过，事实上那件事的发生正是因我们的意念而来，这就是所谓的业障——“种什么因，得什么果。”

所以要小心保持意念的单纯，因为有很多人甚至可以看到我们在想什么。多数的时候，人与人之间都有一层保护网，让彼此不知道对方在想什么，这样对人比较好。不过有一些人有他心通，

而天人也都能看透我们的心。对整个宇宙而言，我们象是一本摊开的书，所以要小心。每当动什么恶念的时候，最好马上砍断，否则真的是很尴尬的事。同时因为我们的意念，我们也给这个世界或邻近的星球制造好或不好的气氛。如果意念很强的话，光一个人的意念就足以让好事或坏事发生；如果不很强的话，则一群人想同样的事也会让事情成真。

如前所说的，我们会看到一个团体或一个部落的人，有时在个性上会有非常相同的特色，或者会遭遇到相同的情况；有时整个国家会遭遇到类似的事情，这就是共业；因为相同的意念会吸引相同的东西。所以在修行方面人家都会劝我们要清净身、口、意，我们首先保持自己个人清净的气氛，然后才能为自己所居住的这个世界、为天堂和宇宙创造一种清净气氛。

所以才说越多人能够修行，世界就会越净化；至少能保持平衡，而不致于恶化到无人能呼吸、无人能住得下去。这就是我们达成来此地球的任务和加持这个世界的方法，现在你们知道保持自己身、口、意干净有多重要了！我们也必须帮助社会，能做什么就做什么，以协助减少世界的苦难。这就是最高雅的工作，不但被这个世界所承认，也会受到上天的赞叹。

那就是为什么当你给需要的人爱心或物质上的安慰时，你会感觉到很棒。为什么呢？因为那时你与上帝为一体，你做的是神圣的工作，做的是正确的事情，你真正代表上帝在做这些布施的工作。或许那些接受布施的人也是天人，牺牲自己来这里出生当穷人，让你能学习到爱心的功课。因此，自古以来明师都说：“布施或对别人好时，不应该骄傲。”我们可能会感到舒服，不过也应该感激能够有机会布施行善。

最近在美国有一本很出名的书，书中描写：有一位女士死后，上天堂看到了人类在这世界所扮演的许许多多不同功能的角色。其中有一幕是天人让她看到有一个孤独的人躺卧在街道的角落，

他是一个又老、又脏的酒鬼。天人问她知不知道那个人是谁？她从天上看来说：“何必问，不过是个笨蛋、酒鬼罢了！”因为那个人看起来真的喝醉酒、傻傻的，一副又脏、又丑、又老的样子，看起来毫无价值。

后来天人显露他的真正身份给她看，她才知道那个人原来是众天界中受尊崇的一位很伟大的天人，为了帮助他的朋友，而牺牲自己来地球扮演那个角色。他的朋友是一位律师，就住在同一条街上不远的地方。他的律师朋友一向都很帮助穷人、在国内主持公道，每次他一看到这个醉汉，就让他更加强为民众做更多事的决心，否则他会忘记努力或容易懈怠。

不过他们两位都不记得了！在来地球之前，他们曾彼此约定要互相帮助。因为他们在天上是好朋友，所以用这种方式来帮助对方；当然那位律师得到的都是荣耀与功劳，而醉汉所得到的只是人们的咒骂与轻视。不过，不管他们知不知道，各自使命皆会达成，等时间一到，他们一样都会回去天堂。那个当醉汉的人，只是整天躺在那里（师父笑），为了不断地提醒他的朋友，要为贫穷的人、绝望的人或无家可归的人们而奋斗。



## 如何寻回内在宝藏

清海无上师以英文讲于泰国清迈

一九九四年十二月四日

泰国人非常温和、高雅，他们做事不匆忙。所以当徒弟把“即刻开悟”的告示挂上时，我不晓得这是否能引起泰国人的兴趣。我想也许应该改成“慢慢开悟”（师父及大众笑）。但是我很惊讶有这么多的人来，也许这样做没问题。事实上我们开悟得非常慢，因为我们生生世世享受这物质的世界。有些人转世千、百万次了！感到累了，受够这种物质的戏院。他们想要找快一点的方法开悟回“家”、回到佛土、或回到天国，不同宗教有不同的说法。或许这就是为什么人们寻求即刻开悟的原因，因为有些人并不想在这一世之后，还留在这个地球。

在我去喜马拉雅山之前，我也有同样的想法，了解了世界上许多的痛苦与灾难后，我感觉到自己同样在分担世人的痛苦，我希望不计任何代价能即刻解脱，甚至牺牲生命也在所不惜。或许是这样，上帝或佛陀才怜悯我，允诺了我的愿望。

开悟的种子在我们内边

这也同样发生在全球数以千计的同修身上，当他们的心哭泣要求解脱，当他们诚心渴望真理、智慧的源头，十方佛或全能的上帝也允诺了他们的愿望，他们已经获得开悟，经由修行观音法门，他们每天越来越开悟。未来若有其他任何人想要得到一样的加持，我们可以跟你们分享，因为开悟的种子已经在我们内边，不需要到处去寻找。

我们看古代的经典，不同的佛与明师，在不同的地方，经由不同的奋斗努力，在不同的期间得到开悟。有的人修苦行，有的人是在家轻松的修，有些人花很长、很长的时间，许多年或一辈子才能修得完全开悟。有人只花几个月，有人则马上开悟。

## 小孩也可以开悟

在释迦牟尼佛的时代，有一位靠近佛的菩萨，他说了一个龙女八岁成佛的故事。那代表成圣人、开悟，并不因为年纪、性别或基因、遗传因子、是龙、是人或地点不同而有所差异。我们知道龙族住在海底，假设是这样，而她只是个八岁大的小孩。如果你读过法华经，就会知道。

如果八岁的女孩也能成佛，这表示可以即刻成佛，最多花两年的时间即可成佛。因为自古以来，明师不给六岁以下的小孩印心，所以小龙女最多只花了两年就成佛了！不只是开悟而已。

我们常听说只有人类才能成佛、开悟，只有男众才能成佛。现在却有一个相反的故事；女众，甚至于小孩子也能够成佛。

我们同修中也有很多这种年纪的小孩，他们在很小的时候就开悟了。人们总是夸赞那些在孩童时代就已追求真理的修行人，因为小的时候心比较单纯，比较容易提升自己，了解高境界，进入较高层次的内在意识。可是这些古代的人是如何开悟，而在最后成就佛的果位呢？我们应该知道答案。是经由苦行？或经由放

松？或经由如孩童般的纯真？也许这些都是，但不是绝对依靠这些因素才开悟的。这是自古以来的一个秘密，直到最近才或多或少的被公开给大众。

在古代如果有人要跟明师学这个秘法，他们必须爬山、涉水、做很多的苦役，以博取当时明师的爱与接纳。原因有很多，也许因为在古代，修练灵性上的秘法，会给师父和徒弟招致许多危险。许多的迫害来自于人民、政府与宗教团体，他们不相信这种超出他们宗教组织的東西。所以师徒们必须保密、不宣扬，以免给自己招惹危险。

## 明师甘冒危险，提醒我们本性的伟大

例如耶稣、先知穆罕默德、释迦牟尼佛，在他们传道时期都曾受到或大或小的迫害。我读过许多印度不同宗派的经典，许多不同宗教的大师都曾遭受迫害。

有时被活生生的剥皮或火烧，只因为他们传播真理。即使是释迦牟尼佛，他非常有名望，出身高贵，是一位贵族，一位王子，他的名气、慈悲、智慧已传遍到整个印度和附近的国家。虽然如此，仍有很多不同宗派的人要迫害他，甚至暗杀他，但是他们都失败了。还有别的原因，也许是明师要徒弟珍惜明师所给的东西，所以让弟子经由苦役、苦行才得到，因为明师了解人类的心理；我们比较珍惜任何辛苦得来的东西，不珍惜轻易得来或免费获得的东西；所以明师在接纳徒弟之前，会给徒弟很多的考验和试炼。

在古代明师要徒弟离开家庭，放下肉体的享乐，放下奢华的生活来追随他，为师父做劳役，只为了测试徒弟的韧性和诚心。在古老的经典里，我们读到许多类似这种训练的故事。但在现代，我不认为这行得通，因为很少人有空被师父考验。不是考验的法门不好，考验是非常好，很有价值，有很多的利益。

其中的一个利益是因为明师这么做可以少负担徒弟生生世世的业障。他用各种考验、各种困难磨鍊徒弟，以净化他的身口意。这样一来，在印心的时候师父就不必为他工作得太辛苦，不必承受徒弟如此沉重的业障负担。

这些就是古代明师考验徒弟的好处。但是这种方法也给人类带来很多的不利。所以我们地球比宇宙深处许多更文明、更进步的星球落后。直到现在，甚至同一宗教里我们还有宗教歧视、有宗教战争，我们的世界到现在还在受饥荒，及许多不公平的苦难。即使到了现在，我们的教理，或佛陀、基督的教理，在许多国家还是不可以公开的。都快二十一世纪了！人类已登陆月球、探测火星，但在思想和灵性的发展上还是非常的落后。可是要公开这个秘密给大众却不如我们预期的那么容易，这也是为什么许多明师失去生命的原因，因为他们冒险去告诉大众：“我们生来就有的智慧是在我们的里面。”他们冒着生命、名誉和舒适的危险，只为了提升我们灵性的觉悟。

今天，任何灵性的讯息都是古代明师留给我们的，所以我们欠他们很多。我们所知道的一切，即使到了今天只剩下一点点，我们还是欠过去所有伟大明师的恩情。那就是为什么人们喜欢建筑庙宇、教堂、寺院来纪念伟大的明师，以表达对伟大明师们的感激之意。他们甘冒一切危险，只为世界更好。但是盖庙宇和教堂还不够，那还不足以表达我们对明师的感激，除非我们善用明师留给我们的讯息，因为那就是明师到世上的目的，也就是要提醒我们记得我们的佛性、智慧和内在的天国，我们应竭尽所能去找到他。

明师来到世间并不是为了享受世人的尊敬和崇拜，明师来是为了要把人们也变成明师，提醒他们自己内在的伟大，那就是明师的目的。佛陀曾说：“我来是为了使你们了解自己的佛性。”他说：“佛与众生是平等的，没有什么不同。”即使我们相信佛，

但我们还是不懂什么是佛性，因为没人教我们，或许我们自己没有尽力去了解。对于那些自己找到佛性的幸运者，那很好；但大多数人，他们生生世世失败了很多次，而且一次比一次困难。有些有天眼通的人；他们的第三眼已开，能看到天堂，他们看到这世界上充满了老灵魂，亦即他们不断地在同一个星球上轮回，过着同样模式的生活。因为我们在第一次回家时失败了，第二次失败了，第三次、第四次、数千次都失败，忘了我们从哪里来。即使我们忘记了佛性，但不表示我们遗失了佛性，我们随时都可以找到佛性。成千上百万的人已经找到那个宝藏，包括我自己，所以你也可以。

## 开悟后恒常自然

很多人曾问我：“开悟之后会变成怎样？个性会变吗？生活上呢？想法上呢？开悟或成佛后你都做什么呢？”我想你们也想知道，对吧？是或不是？（大众答：“是！”并鼓掌）所以我告诉他们：“开悟后，我饿的时候就吃饭，累的时候就睡觉。”但只有肉体上的我才这样做，另一部分灵性上的我，就是已醒悟的佛性，在肉体功能之外也并行做些其他的事情。也就是说，如果一个人成佛后，你无法从外表判断他内在的等级，不是用肉眼和肉体的知觉，你就可以知道这个人是否开悟或成佛。不过如果我们启开了灵性的知觉和智慧，又有打坐或修行，或天生就有灵性的天赋，那我们就会知道，如果我们跟佛学习也会知道，我们会发现他有多伟大。

就好像我们英文学得越多，我们越能了解英文老师讲的英文有多好，否则如果不遵循指示和不学习相同方法，有可能我们只懂得一点点，无法判断老师的学识。所以最重要的仍旧是，我们找到了自己的伟大，才能判断别人的伟大。不然我们也知道，佛



在饿的时候也要吃饭；即使只是一天一餐；累的时候也要休息。有时依身体的状况、环境卫生，佛也会生某种病。虽然佛有一部分是永远不生病、不劳累、从来不饿的，那就是我们内边所拥有的真我、真正的佛。在我们出生之前，死亡之后，我们仍然拥有他。

## 佛性永远存在

我们今天来此和到各地去的目的，就是要跟你们分享这个好消息，让我们可以再次找回我们的佛性、我们的真我，他永远不生、不死、不病、永远存在。当然，这是永远免费的礼物（大众鼓掌）。

你们喜欢免费的礼物吗？（师父笑）是的，这是很稀有的。这个时代没有什么是免费的。也有免费的，但我们必须要经营他。就是说智慧一旦打开，我们就必须靠自己的努力每天打坐保有他，并进展到更高境界，求得佛的果位。除了要每天打坐两三小时以外，一切都是免费的。我所有的时间、我的忠告、我的精力、我的帮助，在任何时候都是免费的。免费是因为我会赚钱照顾自己，不需要你们的捐献，有一个富有的佛，实在不错（师父笑），如果我是佛的话，如果你们相信我是佛的话。

很多人认为我是佛，但我什么都不想，我只是在这世上尽我做姊姊的责任，来回报你们的恩情。由于世人的恩情，我才能成长，才能受教育，开智慧眼。所以我贡献时间与精力给这个世界是很自然的事。

## 一切众生皆兄弟姊妹

就象是孩子长大以后，父母都老了，他们照顾父母以尽做子女的孝道。以此类推，服务人类也是我的光荣，因此我贡献出我的所有，包括我的钱财、我的慈悲心、我的爱心及时间。因为根

据佛的教理，根据在我们开悟之后所见，一切众生都是兄弟姊妹。这个世界上有人在肉体上和精神上受苦，因此，不论身为师父或弟子，我们必须尽所能的去帮助别人。

当我们很急切的渴望灵性的智慧和解脱时，在我们无明的时候，我们找到一位愿意无条件帮助我们的朋友，我们当然会非常感激！而且我们当然会崇拜所谓的老师、灵性上的朋友。而所谓的老师有时就必须忍受所谓的徒弟这种崇拜、爱心、和爱慕，但这些都没有必要。

如果我们都平等，内边都拥有佛和上帝的质量，就没有人应该为了任何事去感谢别人。对我们唯一重要的事情是，遵照我们相信的老师的指示，努力修行，直到我们达到跟老师一样的程度，才是学生最好的感谢方式。

当然，并非所有的人都习惯于这种古代圣人的生活方式，所以我们不太情愿加入灵性的修行，我们感到害怕。但这不该成为借口，只有在我们做一些不好的、伤害到自己、家庭、或国家的事时，才应该害怕。当我们做的事是好的、高贵的、正确的、发展灵性的，我们就不该害怕。

## 吃素会利益自己和世界

有一些人告诉我，他们吃素怕别人会嘲笑他们。我说：“为什么？吃素并不伤害任何人啊！”吃素即使不成佛，也有益健康。

我很高兴在清迈很多人吃素，百分之三十至四十的人吃素，在清迈有许多素食餐厅，这真是好消息（大众鼓掌）。记得好久以前我来泰国度假，那时在曼谷和其他地方都很难找到素食餐厅。在我做这个生意之前，我来过贵国许多次，那是在开悟之前；我认为泰国是佛教国家，应该很容易吃得到素食，但找不到。有时我到庙里去，想吃素食，但是却找不到。连和尚都没有素食可吃，

我怎能吃得到呢？当他们出去托钵时，人们把任何食物都放进去，因为他们担心和尚的健康，认为他们必须吃很多的鸡和牛肉，才能成为强壮的佛。所以这些可怜和尚没有选择的余地。但我想清迈的情况比较好吧！我可能会考虑在清迈出家，我就可以每天到素菜馆去托钵。

我想因为在这个地方有很多人吃素，所以当我来到这里时，我感到非常非常舒服。而且这里修行风气很盛，此地的气氛跟我以前去过的地方不一样，我们可以感受得到。

### 修行后更敏锐、更有智慧

经过一段长时间的修行之后，我们在生活各方面都变得很敏感，我们可以感受得到许多以前所感受不到的事情；我们可以了解到许多以前所不了解的事，这就是修行的利益。不然从外表上看来，我们和以前并没两样；也许外表变得比以前年轻、比以前美丽；但对于修行者而言，这并不是一个一定标准，内在才重要，内在我们变得更有智慧。

我们了解过去、现在、与未来，甚至超越这些，我们得到失去已久的最高智慧能力。而我们已来到此地与你们分享，提供这个即刻了悟我们宝藏的法门，并继续长养他直到我们完全了悟伟大自性。这个结果是立刻可以证明的，很多人在第一天就已经知道他们的过去和未来，许多人在数天、数周、或几个月后，将知道的更多，视我们前世的背景和诚心而定，这就是我们提供的讯息摘要。好！我想留些时间给你们问问题，否则时间会拖太长，因为佛的事业是非常伟大的，所以我说得很久，但是我认为最好是你们能自己醒悟，每天修行打坐来发觉他。就像看恐怖片，如果有人先告诉你结局和内容，也许就不会那么恐怖，然后你就失去了观赏的乐趣了。

所以我们邀请你们自己来发掘，讲经之后，我将与你们分享这个秘密。想要知道整个秘密的人，必须发誓从今天起吃纯素，那些想知道一半秘密或三分之一秘密的人可以修方便法，先试试看再考虑是否喜欢。两者的不同是，修练全部秘法的人可以一世成佛，并且令祖先、朋友、和喜爱的人超生，修方便法门的人只能让自己解脱。我让你们自己选择，谢谢你们专心听讲！（大众鼓掌）

••• ••• ••• ••• ••• •••

## 会后问答

### 打坐揭开死亡秘密

问：他想问您，他死后是否还会再生转世。因为他以前听过出家人的讲经，这个出家人还没死，怎能知道我们会转世再生？我们如何能相信他呢？

师父：不用怀疑那个出家人，因为他们的讲经是从佛的智慧而来的，是他们从经典上学来的，也许是他们从打坐中学来的，如果他们有修行的话。

我们不必等到死的时候才知道死后的情况。当然，有人问我死后的情况，我也会告诉他们：“我还没死，所以不知道。”但当我们打坐时，我们可以经历并了解许多不同等级的境界，所以我们可以知道是否有轮回，很容易查出来，没有问题。假如你要证明，你可以来学观音法门，你会找到你的本来面目。我们应该查证我们所听到的每件事，不要盲目地相信。那是非常理智的，你的做法很明智，不过不要一味地怀疑出家人，我们必须去求证、去查清楚。

问：她想知道什么是“印心”，如何得到印心？

师父：印心时所谓的明师会在静默中和你一起打坐，不管他是否在你面前或是在千里之外，都会与你内在的智慧沟通，为你破开无明之门，使你能看到光，直接听到上帝的教理，而觉醒本性。当明师在场时，会有一些口头的指示，有时候甚至也不需要，因为那是心对心、意念对意念的沟通，是我们佛性对佛性的沟通，不需要明师或弟子用言语或任何行动来沟通。如果你们任何人要印心的话，只要到外面去登记名字就可以了！讲经完后我们会通知你。很多人因为很诚心相信师父，也可以得到非正式的印心，甚至在千里之外，从没看过师父也可以得到非正式的印心。

### 打坐需找有经验的老师指导

问：他一天打坐三个小时，连续九天，重复预见到未来的景象，他想知道为什么会这样？他不了解这是真的或是幻象。

师父：他用什么方式打坐？（没有说）如果你有老师，可以再请教你的老师，跟我学的人可以个别写信问我。通常的情况是这样的，如果打坐的时候看到光，或是听到天堂的音乐，打完坐之后感到很舒服、很轻松，有更多的爱力，那就是真的；如果感到烦躁、害怕，或是觉得恐怖，那就表示你看到的是幻象，是来自于魔的力量，那就不要再坐下去。并非打坐时才会有内在的体验，任何人都有可能因为吸毒或处于极端痛苦的状态，或缺氧而产生错觉。所以最聪明的方法就是找有经验的老师，如果没有好的指导者，灵修的路有时候会是漫长而危险的。

问：死后是什么样子？

师父：如果我说我知道，他会问我：“您还没死，怎么会知道？”根据不同宗教经典的记载，人们现世的生活方式，决定他们死后

各自不同的际遇。如果我们过着有道德的生活，修行开智慧，那我们将会到一种美丽、和平、快乐的境界。如果我们的生活中没有爱、没有奉献，那么我们会到较低的等级。会到多高或多低，必须看是否有道德及智慧，或看我们伤害别人多少来决定。

现代有许多描述关于灵修者死亡经验的书，也有很多一般人濒临死亡而又复生的书，叙述了死亡的经历，你可以去图书馆查阅。

问：师父的打坐与佛教的打坐有何区别？

师父：本来没有什么不同，但现在却不太一样。因为多数佛教传统的打坐方式，和佛陀真正传给弟子的打坐方式不一样，我们的打坐方式是“顿悟”，目前多数佛教传统的打坐，并没有这种保证。我们修的观音法门保证现世解脱，并有成千上万的徒弟印证，我们是最后一世受苦。这个法门是根据佛教的教义，原版的、原始的方法而来的。佛的弟子在佛在世的时候得到传法，都立刻成为阿罗汉、菩萨或解脱的众生，虽然他们还没成佛，但他们的亲戚朋友也能得到解脱。解脱和成佛是不一样的。

我们的修行方式，在印心时就能立刻得到开悟，并且会一直持续下去。而目前，以其他佛教传统的修行方式并不能马上开悟。你可以跟你的老师学打坐，但是得不到什么，而且你也不晓得自己有没有开悟，但用我们的方法你会知道，因为会给你证明，让你知道，你会感受得到、会了解到自己开悟了，不一样了！已经被唤醒了，美妙的光及音乐会伴随而来，没有这些就不是开悟。同时你会觉得卸下了长久以来的重担，有一种提升感，就好像有什么东西从肩上掉下来了！“如释重负”，感觉轻飘飘的，感觉光亮，“法喜充满！”这就是开悟的证明。如果印心后你每天继续修行，一天会比一天进步，我们将会更有智慧、更具爱心、更能包容，成为一个不同于以往的人。因为我们已经进入圣人的团体，虽然过着肉体的生活，但却具有圣人的精神，如果有任何一个法门能提供相同的这一切，那就一定是真正的开悟之道。其他的任

何法门，我们都可以修、可以用，但那只是暂时的、基本的步骤而已，并不能引领我们得到最究竟的、灵性的智慧宝座(大众鼓掌)。

## 打坐是最深入的祈祷

问：当我有麻烦时我会祈求上帝，有时候会有感应。我的问题是我如何判断这个感应是真的，真的是得自于上帝的回应或指引？

师父：当我们诚心而深入地祈祷，我们会和内在上帝的加持力量沟通，在那个时候我们会有感应，心诚则灵，而打坐就是最深入、最诚心的祈祷方式，所以我们才会一直都有感应。印心后，明师会开启我们和内在上帝力量或佛性的沟通，我们每天沟通，而且只要祷告就会有回应，直到有一天，我们将不再祷告，而是成为那位回应所有祈祷者的人。这就是灵修的目的，我们每个人都能达到这个等级(大众鼓掌)。

问：如果想要尽快解脱，该怎么做呢？另一个问题是：如果我们在家修也就是不必离开家庭，是否比出家修来得慢？

师父：关于第一个问题，你可以到外面的印心服务台去登记名字。第二个问题是如果我们在家修行的话，是不是比出家人或离开家庭修行慢？不，不会比较慢！因为即使你出家，你也会很忙，出家人每天只有一段特定的时间可以修行，他们还要参与寺庙的职务，参与奉献的工作，和其他世俗的事情，就像我们一样，只不过处于不同的位置罢了！我们在家照顾好佛的家庭，有时间就打坐，可以利用早、晚或睡前修行，这样就可以了！“禅”应该实现于日常生活中，行住坐卧皆是禅！所有都是“禅”，不然的话佛做什么？我们不能只当个“坐佛”。有时候我们闭关一星期、两星期或一个月，那没有关系，但不能老是那样做。我们对社会

有义务，即使出家人也不例外，佛只坐了四十九天，但在这之前或以以后他也必须到处走动，或做其他的事情。在福尔摩沙也有很多出家人，大部分的出家人都必须去超度亡者，有时候他们甚至没有时间吃饭，他们必须赶场。所以并非如你们所想象的，出家就可以有很多时间坐在那边打坐，不是这样的。

## 开悟超越时空

问：世界是如何开始的？人类明知道出生后必须面对无止尽的生死轮回，为什么还要生出来？

师父：这说来话长，我没有时间，就算我从今天说到去涅槃，也说不完这个世界的创世史，如果你一定要听的话，我想我们两个都必须转世再回到这个痛苦的人间才能讲得完，我不认为你会喜欢这样，所以最便捷的答案就是——开悟！

当你完全开悟后，就会明白这一切，即使是无数的生生世世，也都在一刹那之间就能了解。因为藉由开悟，我们可以穿越时空的界限，由于没有时间的影响，所以我们不用花很多时间，就能了解许多事情。所以，有时候打坐了好几个小时，感觉上就像只过了一分钟，我们能明白必须经历千百年才能了解的事，这就是必须追寻内在智慧的原因，因为所有的答案都在内边。

问：为什么世界上有那么多宗教？哪一个才是真的？

师父：每一个都是，选一个吧！如果你能彻底了解一个宗教，就能了解任何其他宗教，否则只会造成争论和宗教间的战争。其实，所有的宗教都指向同一个真理，继续相信你自己的宗教，不过今天就要开悟，然后你会知道哪一个宗教最好。你会明白并没有很多宗派，只有一个而已！如果不开悟，就很难相信任何宗教其实都一样，不论我怎么向你解释，那都是我自己的知识，不是你的。所以，你必须有自己的，如果所有的宗教人士都能真正



了解自己的宗教，那么现今宗教之间，包括相同的宗教在内，就不会再发生战争了！惟有开悟的人才是真正全心全意、百分之百信奉宗教的人，他会了解人类的兄弟之情，不分别种族、信条和宗教，他才是世界和平真正的维护者。

问：打坐前必须先祷告吗？

师父：可以，但不是非做不可，打坐本身就是最深的祈祷，经由打坐，你可以得到你想要的一切。任何对精神及物质幸福有益的事，都将自动前来，不论你有没有祈求。所以修观音法门的人生活满足适意，因为他们别无所求。修行越多，欲望会越少；修行越多，祈求也越少。“先找到内在的天国，然后一切将随之降临。”

问：祈祷会有功德吗？或者只是传说而已？

师父：有，有功德，如果我们不开悟或是没有完全开悟，就必须一直祈求，希望能得到开悟和解脱，当然，我们会为我们所需要的，为生活基本需求而祈祷。不论祈求是否得到回应，至少我们祈祷时可以得到心灵上的安慰，那也很好。虔诚的祈祷是必须的，因为我们透过祈祷，将我们灵魂的光送到天堂，天堂的众生会收得到，然后他们会来帮我们。我们还可以为别人的幸福祷告，如果真的很诚心，所有的祈求都会立即得到回应。

## 吃素净化身心

问：这个人打坐了十年、已经吃素两年，有时候他的梦会成真，他说有百分之八十会实现，为什么会这样？

师父：这就是灵修及吃素的成果，因为吃素，体内的动物性负担会减小，身体和心智变得更纯净，更容易接收到灵性的讯息，尤其是打坐时，可以使一些杂乱的意念沉静，灵性的讯息就可以穿透进来。佛、上帝和灵性的众生，总是无时不在我们身边，以

各种方式帮助我们、回答我们的祈求，但是因为我们内在的意念太忙碌、太吵闹，因而永远收不到。我们的身体和精神被不同的事物所塞满，尤其是来自动物低等的振动力，这也说明了素食和修行打坐是合乎逻辑的，低等和高等无法混在一起，如果你越接近物质的等级、动物的层次，就越无法靠近天国或灵性上的高等境界。

问：印心和打坐一样吗？如果一样，能不能洗掉过去世和现世的业障？

师父：第一个问题，印心是开启打坐的能力，然后你就可以打坐了！当然，藉由打坐可以洗掉累世的业障，师父的力量可以为你做这些，只留下一点点业障，好让你继续这一世，否则你马上就会往生。即使业障本来空，但是为了要住在这个物质的身体里面，就必须这样做，不然的话，我们没有理由也没有借口可以留在物质的世界。只有透过打坐，才会了解业障虚幻的本质。所以我们不受业障的束缚。但为了要生存在这个世界，我们不得不进行着有业力的行动，这就是解脱的人没有得到解脱的人之区别。两者都背负着相同的业障，但是解脱的人了解业障虚幻的本质，没有解脱的人还深陷在业力的陷阱中。业障并不可怕，可怕的是对业障本质的无知。

## 唯有内在了悟使我们解脱

问：为什么在达到涅槃以前，必须重复着生死轮回？第一次降生的原因和理由是什么？

师父：我们来这里是因为我们想参加造化的这场戏，如果少了我们的参与，就没有万物，那就不好玩了！所以每个人在这个世界都有任务，并且都试着完成任务。原本人们在不同地位、有不同的任务，没有人会介意自己地位的高低，不论有没有钱财的

福报，还是沦为街上的乞丐。戏刚上演的时候，没有人在意自己扮演什么，等过了一段时间以后就开始执着自己的角色了！变得自怜、自傲，忘记了这场戏的目的，然后就开始为了各种欲望，为了竞逐世界的地位和幸福而感到痛苦。我们将自己在戏中扮演的角色视为真实的，执着越深越不记得演出的目的，越来越忘记自己的伟大和来处。由于这么执着于自己的角色，认定自己就是剧中所演的乞丐或国王，就会尽全力去增加自己的所有，或是保住高的地位，为达目的不择手段，使得有趣的演出变成痛苦折磨。当我们竭力想要增加财产或保住地位时，会激起我们的欲望，这一辈子欲望没有获得满足，就会想再回来，为我们所相信的正义而奋斗，就是这样我们才破坏了演出，才会轮回受苦。

我们原是来自于天国、佛土，大家都是平等的，世界上的国王、乞丐，同样是来自于高境界天堂的伟大天使，而今却为了地位、财富、名声而争斗，所以我们才会开始受苦，才会无法脱离物质轮回。只有开悟才能帮助我们斩断所有虚幻的地位和界限，了悟大家原本都是天国的众生，都是平等的，没有什么需要争斗的，没有什么要羞愧，也不必因拥有这个世界的物质和地位而自豪。所以开悟了以后，无论是身为一国的国王，或是放弃一切，当一名出家人，在街上托钵，对我们来说都是平等的。只要开悟，可以继续当国王治理国家，同时又得到解脱；没有开悟，就算出家也只是徒具形式而已，无法提升灵性。唯有内在的了悟和认知才能使我们获得自由，外在的势力、外表或行动，无法为我们带来真理（大众鼓掌）。谢谢！

问：他想知道印心以后生活方式会不会改变？

师父：会也不会！改变的是内在不是外表，当然，外表也会有些改变。很多印心的人变得更能干、美丽、包容、更有爱心，不过最重要的还是内在的改变，由无明变成有智慧。不用改变生活方式、工作或宗教信仰。

## 得道真师无所不在

问：跟师父学以后，自己打坐会不会有危险？如果有问题、感到怀疑时，可以请教谁吗？

师父：只要遵循师父的指示，就表示自己不是自己任意做的，那样就不会有危险，而且师父无所不在，你随时可以由内边得到答案。你有危险，师父会知道，即使你不求，也会马上得到帮助。若是知识上的问题，则可以写信给我，或是写给中心，也可以到中心来，有些老同修或出家众可以帮你。但这只是开始而已，以后你会从内边得知一切，你将不再有问题、没有怀疑、没有欲望，只是完成爱的使命，享受内在的加持力。真正的灵性导师是无所不在的，完全了解宇宙和世界的各个角落，每一个徒弟的心思和祈求。如果等到了紧急关头，还要依赖肉身师父出现搭救，那就太迟了！

所以我才告诫徒弟，不要急着出去教人，至少要达到明师的等级，才能无所不在地帮助弟子，任何尚未达到明师无所不在等级的人，都不应冒险涉足灵性的领域，否则将带领别人步入危险。所以别害怕，我教导你，就会照顾你，我保证！（大众鼓掌）

## 印心 — 观音法门

清海师父经由印心，把观音法门传给诚心渴望真理的人。“观音”中文的意思是静观声音的振动，此法门包含观内在的“光”与“音”。自古以来，在世界上所有的宗教及灵修文献中，都重复提到这种内在的体验。

例如，基督教的圣经上说：“万物初始于声音，这个声音与上帝同在，这个声音就是上帝。”（约翰福音第一章·第一节）这个声音就是指内在的声音；也称作“上帝的语言”、“Shabd”、“道”、“音流”、“喃”，或是“天上的音乐”。清海师父说：“他在万物之内振动，并且长养整个宇宙。这个内在的旋律可以治愈所有的创伤，满足所有的欲望，及平息一切世俗的渴求，他是全能且充满爱力。因为我们由这个声音创生，所以与他沟通会带来心灵的平静及满足。听过这个声音之后，我们整个人会改变，我们对于生命的想法会整个大幅度改善。”

“开悟”这个字即是指内在的光——上帝的光，他的强度由微光到无数个太阳那么亮。经由内在的光和音，我们才认识上帝。

修观音法门、印心并不是神秘的仪式或加入新的宗教。印心时，会指示打坐——观光和观音的特别注意事项。第一次神圣的体验将会在静默中降临。

传心印是此法门的精华，清海师父不必亲临现场为你开启此门，而如果没有师父的恩典，这些方法本身并不能带来什么利益。

在印心时，你马上可以听到内在的声音并看到内在的光，这种情况可以称为“顿悟”或“即刻开悟”。

清海师父接受各宗派和不同背景的人来印心。你不需要改变原有的宗教或信仰，也不会要求你加入任何组织，或要求你参与

任何不适于你目前生活方式的活动。

- \* 印心不需要缴任何费用。
- \* 终生吃纯素是接受印心必备的条件。
- \* 每天打坐修观音法门、持五戒是印心后唯一的要求。

戒律是一种准则，它能帮助你伤害自己，也不伤害其他的众生。如此修行，你可以深入且长养印心时开悟的体验，终而得到最高的觉悟或成佛。如果不每天修行，将会忘记自己已经开悟，而退回到一般的意识层次。

清海师父的目标在于教我们自己成道。因此，她所教的法门每个人都可以修，自己可以修，而不用靠任何额外的辅助。她不找信徒、崇拜者或徒弟，不想成立会员组织按期收费，她不接受你的金钱、膜拜或礼物，不用供养她这些。

她只接受你的诚心——在日常生活中及打坐修行上想提升自己成为圣人的那份诚心。

## 五戒

1 不杀生：包括须吃纯素，禁食任何一种肉类、乳制品、鱼、禽类、蛋类（受精或未受精）及不食用任何含蛋、奶和动物成分的产品。

2 不妄语

3 不偷盗

4 不邪淫

5 不使用及接触任何毒害身心的物质：包括不喝酒、不用毒品、不抽烟、不赌博，及不接触任何色情、暴力或使心智激动的书报影片和电动游戏。

## 清海无上师出版图书目录

1.《即刻开悟之钥》：中文版(1-10)、英文版(1-5)、悠乐文版(1-15)、韩文版(1-11)、印尼文版(1-5)、西文版(1-3)、泰文版(1-6)、蒙古文版(1、6)、波兰文版(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)、芬兰文版(1)、藏文版(1)

2.《即刻开悟·问答录》：中文版(1-3)、英文版(1-2)、悠乐文版(1-4)、韩文版(1-4)、印尼文版(1-3)、法文版、德文版、保加利亚文版、波兰文版、葡文版、捷克文版、日文版、匈牙利文版、俄文版(各1册)

3.《即刻开悟·师徒内信》：

中文版(1-3)、英文版(1)、悠乐文版(1-2)、西文版(1)

4.《即刻开悟·师徒神奇感应》：中文版(1-2)、悠乐文版(1-2)

5.《一九九二年三地门禅七专辑》：英文版、悠乐文版(各1册)

6.《清海无上师1993年全球弘法专辑》：

中文版(1-6)、英文版(1-6)

7.《师父讲故事》：中文版、英文版、泰文版、悠乐文版、西文版、韩文版、日文版(各1册)

8.《上帝与人类的故事——圣经故事的灵思》：

中文版、英文版、悠乐文版(各1册)

9.《和平之道——直接和上帝连线》：

中文版、英文版、悠乐文版(各1册)

10.《为生命上彩》：中文版、英文版、悠乐文版(各1册)

11.《了悟健康——回归自然正当的生活方式》：

中文版、英文版、悠乐文版(各1册)

12. 《轻松修行的秘诀》：中文版、英文版、悠乐文版（各1册）
13. 《清海无上师智慧漫画集——上帝照顾一切》：中文版、英文版、悠乐文版、韩文版、日文版、法文版（各1册）
14. 《清海无上师开悟笑话集——光圈太紧了》：  
中+英文版（合1册）（书+CD）
15. 《甘露法语（一）》：中文版、英文版（各1册）、西+葡文版（合1册）、德+法文版（合1册）、英+韩文版（合1册）、日+英文版（合1册）
16. 《甘露法语（二）》：中文版、英文版（各1册）
17. 《无上家厨·国际素食珍肴》：  
中+英文版（合1册）、悠乐文版、日文版（各1册）
18. 《无上家厨·家珍味》：中+英文版（合1册）
19. 《天艺》：中文版、英文版、悠乐文版（各1册）
20. 《真爱》：中文版，英文版，DVD，MP4
21. 《和平之音、四海一心》纪念专辑：中+英+悠文版（合1册）
22. 《清海无上师艺术创作专辑》：中+英+悠文版（合1册）
23. 《清海无上师艺术创作专辑——绘画系列》：  
中文版、英文版（各1册）
24. 《天衣珍藏本》：中+英文版（合1册）
25. 《带我回家》：中文版、英文版、悠乐文版、法文版、意大利文版、韩文版、蒙古文、希腊文版、保加利亚文版、西文版、德文版、波兰文版、匈牙利文版、俄文版、印尼文版、捷克文版、罗马尼亚文版、土耳其文版、阿拉伯文版（各1册）
26. 《今生有你——我的狗宝贝》：中文版、英文版、悠乐文版、韩文版、日文版、西文版、波兰文版、德文版（1-2册）
27. 《真爱奇遇——我的鸟羽兄弟》：中文版、英文版、悠乐文版、法文版、德文版、韩文版、蒙古文版、俄文版、印尼文版、阿拉伯文版（各1册）



28.《高贵的野生》：中文版、英文版、悠乐文版、德文版、法文版、韩文版、蒙古文版（各1册）

29.《沉默的眼泪》：中+英文版（合1册）、英+法+德文版（合1册）、中文版、英文版、悠乐文版、西文版、葡文版、菲律宾文版、韩文版（各1册）

30.《无子诗》：中文版、英文版、悠乐文版

31.《失落的回忆》：中文版、英文版、悠乐文版

32.《金铜回忆》：中文版、英文版、悠乐文版

33.《蝴蝶梦》：中文版、英文版、悠乐文版

34.《前身足迹》：中文版、英文版、悠乐文版

35.《往日时光》：中文版、英文版、悠乐文版

36.《旷世情人》：中文版、英文版、悠乐文版、法文版、德文版、西文版、韩文版、蒙古文版

37.《珍爱沉默眼泪》：中文版，英文版，CD, DVD, MP4

38.《生命与意识的省思》：中文版（雅奈兹·德尔诺夫舍克博士著作）

39.《和平曙光——有机纯素化解全球危机》：

欢迎至 <http://crisis2peace.org/tw>，免费在线阅读或下载各种语言版本电子书

以上丛书系列等陆续出版中！

另有讲经、音乐 DVD、MP3、MP4、CD 系列，有阿拉伯文、亚美尼亚文、悠乐文、保加利亚文、柬埔寨文、广东语、中文（繁体 & 简体）、克罗地亚文、捷克文、丹麦文、荷兰文、英文、芬兰文、法文、德文、希腊文、希伯来文、匈牙利文、印度尼西亚文、意大利文、日文、韩文、马来文、蒙古文、尼泊尔文、挪威文、波斯文、菲律宾文、波兰文、葡萄牙文、罗马尼亚文、俄罗斯文、斯里兰卡文、斯洛文尼亚文、西班牙文、瑞典文、泰文、土耳其文、祖鲁文等版本发行。

## 如何与我们联络

联络处：福尔摩沙苗栗西湖邮政九号信箱（邮政编码 36899）

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

### ☆ 无上师电视台

E-mail: Peace@SupremeMasterTV.com

电话：1-626-444-4385

传真：1-626-444-4386

### ☆ 经书编译组

E-mail: divine@Godsdirectcontact.org

（欢迎参与各种语文的翻译工作）

### ☆ 新闻组

E-mail: lovenews@Godsdirectcontact.org

### ☆ S.M. Celestial Co. , Ltd.

E-mail: smclothes123@gmail.com;

vegan999@hotmail.com

电话：886-3-4601391 / 传真：886-3-4602857

网址：http://www.smcelestial.com

http://www.sm-celestial.com

### ☆ 修行服务台

E-mail: lovewish@Godsdirectcontact.org

☆ 清海无上师世界会出版有限公司

E-mail: [smchbooks@Godsdirectcontact.org](mailto:smchbooks@Godsdirectcontact.org)

电话: 886-2-23759688 / 传真: 886-2-23757689

<http://www.smchbooks.com>

☆ 易购网

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

伊甸园: <http://www.EdenRules.com/> (英、中文)

☆ 莱明富纯净家园购物网

<http://www.lovingfood.com.tw>

☆ 爱家国际连锁餐饮

E-mail: [service@lovinghut.com](mailto:service@lovinghut.com)

电话: 886-3-4683345 / 传真: 886-3-4681581

网址: <http://www.lovinghut.com/tw/>

☆ 观音网站

**与上帝直接连线**——欢迎参访清海无上师世界会全球观音网站:

<http://www.godsdirectcontact.org.tw/eng/links/links.htm>

进入此入口网站, 即可进一步连结到各种语文的观音网站, 或观赏24小时网络电视台: “无上师电视台”、“艺术与灵性”节目。此外, 您也可以实时下载各种语文本的《即刻开悟之钥》样书, 订阅或下载电子版《清海无上师新闻杂志》, 或进行在线浏览等等。

## 无上师电视频道

无上师电视台是纯粹播映建设性节目的频道，此频道将为您带来灵性新视野，充实您的人生。 全天 24 小时提供在线观赏“无上师电视频道”——

<http://www.suprememastertv.com/tw>

## 《即刻开悟之钥》各国样书免费下载网站

(80 种语言)

<http://sb.Godsdirectcontact.net>

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

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

# 即刻开悟之钥 第八册

作者：清海无上师

发行所：清海无上师世界会出版有限公司

地址：台北市中正区忠孝西路一段 72 号 8 楼之 16

电话：886-2-23759688

传真：886-2-23757689

E-mail : smchbooks@Godsdirectcontact.org

<http://www.smchbooks.com>

邮拨账号：19259438

The Supreme Master Ching Hai © 1987~2015

著作权人：清海无上师

本书内容欢迎转载，但应先经发行公司同意

第一版：1996 年 10 月

第二版：1996 年 12 月

第三版：1997 年 11 月

第四版：1999 年 5 月

第五版：2011 年 6 月

第六版：2014 年 7 月

简版横排：2015 年 7 月

国家图书馆出版品预行编目资料：

即刻开悟之钥 / 清海无上师作。 -- 再版。 --

台北市：清海无上师世界会，1997「民 86」

1 册；13×19 公分

ISBN 978-957-98468-2-0 (第八册：精装)

1. 灵修 2. 精神生活

192.1

86014160

我等弟子，基于过去求道历程的艰辛，深知成道的在世明师难遇，真法难求。此法门即自古真师流传下来之最高法脉，能唤醒本性的智慧，令人了悟真理。我们修行此法门，获益良多，因此将我们师父清海无上师在世界各地的讲经内容集结成书，以帮助那些渴望一世解脱的求道者。以及那些对生命、生死、修行和真理有所疑惑而想得到解答的人。