

清海無上師

開悟之關

關



1993 年  
全球弘法專輯  
第三冊



開悟並不能算是一種責任，也不是喜馬拉雅山上的聖人或印度修行人專屬的權利。開悟是每個人的權利。

～清海無上師～



我們不需要等到身體已經筋疲力盡、腦汁也耗盡時，才去度假，只要每天靜靜地打坐，就能得到休息。

～清海無上師～





# 即刻開悟之鑰

清海無上師

一九九三年全球弘法專輯

(三) 夏威夷及墨西哥

清海無上師世界會出版有限公司

## 2 · 清海無上師一九九三年全球弘法專輯

### 即刻開悟之鑰

### 清海無上師1993年全球弘法專輯

清海無上師於1993年，爲了給世上渴望解脫的人帶來真理的訊息，不辭辛勞地展開一次由東方到西方再回到東方，爲期長達三個半月，十六個國家的全球巡迴講經。此六冊經書收錄行程中的各場開示、討論會，並有師父回答世界各地求道者所提出無數的問題。

### 六冊簡扼目錄：

#### 第一冊 遠東

無言真經	印尼	1993.03.03
強國之道	新加坡	1993.03.08
重回黃金時代	新加坡	1993.03.09

#### 第二冊 澳洲

做而不做才能與上帝同一體	澳洲墨爾本	1993.03.14
如何將苦難導向喜樂	澳洲雪梨	1993.03.16
先求內在的天國	澳洲雪梨	1993.03.17
你們都是無上師	澳洲布里斯本	1993.03.20
真正的加持得於自我	澳洲布里斯本	1993.03.21

#### 第三冊 夏威夷及墨西哥

踏實生活、認真修行	美國夏威夷	1993.03.27
我們就是無上師	美國夏威夷	1993.03.28
每個人都可以和上帝溝通	墨西哥	1993.04.01

**第四冊 美國及加拿大**

找尋真我	美國洛杉磯	1993.04.03
通行宇宙網路	美國西雅圖	1993.04.07
欣賞人生從開悟開始	美國丹佛	1993.04.10
開悟是一切之鑰	美國華府	1993.04.14
注內聆聽天堂的教理	加拿大蒙特婁	1993.04.17

**第五冊 歐洲**

讓上帝藉由我們服務世人	瑞士日內瓦	1993.04.20
由內在智慧了悟真理	瑞士日內瓦	1993.04.21
尋回真、善、美	法國巴黎	1993.04.24
跟著我的方向走，就會有一個快樂的人生（師父接受記者訪問）	奧地利維也納	1993.04.27
尋回上帝的語言	奧地利維也納	1993.04.27
上帝賜予世人最美麗的禮物	比利時布魯塞爾	1993.04.29
脫離輪迴的惡性循環（師父接受記者訪問）	德國慕尼黑	1993.04.30
印心的真義	德國慕尼黑	1993.05.01
把天國帶入生活中	德國柏林	1993.05.04

**第六冊 亞洲**

內在的聖靈	韓國漢城	1993.05.08
超越智力的境界	韓國釜山	1993.05.15
過一個人間天堂的均衡生活	日本東京	1993.05.22
重獲內在至高的力量	香港	1993.05.28
開悟—解脫生死輪迴之路	馬來西亞吉隆坡	1993.06.04
聆聽天國之音	泰國曼谷	1993.06.12

## 第三冊目錄

青海無上師全球弘法的第四站.....	6
--------------------	---

新聞組來自夏威夷的報導

☆檀香山.....	6
-----------	---

踏實生活、認真修行.....	9
----------------	---

青海無上師以英文講於夏威夷檀香山1993.03.27

☆古代先師與道德傳統.....	12
-----------------	----

☆東西文化應中和兼顧.....	14
-----------------	----

☆身為人類的雙重責任.....	16
-----------------	----

☆每天享受免費的度假.....	17
-----------------	----

☆忘記自己的偉大是唯一的罪.....	20
--------------------	----

會後問答.....	23
-----------	----

☆人生的目的.....	24
-------------	----

☆上帝就是光和音.....	28
---------------	----

☆我們提供兩種打坐的方法.....	30
-------------------	----

☆與內在源頭溝通才能無欲.....	36
-------------------	----

我們就是無上師.....	47
--------------	----

青海無上師以英文講於夏威夷檀香山1993.03.28

☆每件事都是上帝的旨意.....	48
------------------	----

☆大智若愚的聖人.....	50
---------------	----

☆善用創造和破壞的力量.....	53
------------------	----

☆每個人都需要開悟.....	56
會後問答.....	59
☆我們就是無上師.....	60
☆我們本來同一體.....	63
☆無所不在的大開悟者.....	67
 夏威夷參議院的歷史性演講.....	68
 清海無上師全球弘法第五站.....	69
新聞組來自墨西哥的報導	
☆因緣際會——上帝的安排.....	69
☆單純誠心的墨西哥人.....	70
 每個人都可以和上帝溝通.....	73
清海無上師以英文講於墨西哥1993.04.01	
☆上帝的品質.....	74
☆快樂來自對上帝的認知.....	80
會後問答.....	85
☆素食的目的.....	87
 如何與我們聯絡.....	95



## 青海師父1993全球弘法

### 第四站：太平洋地區

新聞組來自夏威夷的報導

眾生的渴望緊催師父的腳步，剛揮別澳大利亞，隨即登上美洲，覺醒的靈魂，頻頻召喚靈魂的母親，真理之光乍現，幾世紀的黑暗就要消逝。

夏威夷於1959年正式成為美國的一州，由八個主島和散布在太平洋上的許多小島所構成，在加州舊金山西南方約2000哩處。美麗的沙灘、怡人的氣候，吸引了全世界的觀光客。幸運的遊客能在師父弘法期間來到夏威夷，得見一位完美的在世明師，聽她講述古代的智慧，真是機會難逢。

#### 檀香山

一個令人難以忘懷的時刻，1993年3月24日晚上十時半，數百人圍繞在檀香山國際機場的出口，當群眾見到摯愛的師父出現時，歡呼、問候聲不絕於耳，現場洋溢著一片歡欣。

隔天，由此次邀請師父前來弘法的全美亞裔共和黨聯盟和許多夏威夷的名流，舉行了一場「法華」素宴

來歡迎師父的蒞臨。一時間冠蓋雲集，參加的貴賓包括檀香山市長花士 (Frank Fasi) 先生、州長祕書、陳洪鋼先生、參議員和市議員及各界聞人，場面非常熱鬧歡樂。檀島的中文電台也到餐會訪問師父，華盛頓中文報紙並以大篇幅刊載這次餐會的詳細過程，每位在場人士都盡情地享受了一個豐盛歡樂的午餐。有一篇報導寫到：「清海師父言詞誠摯，辯才無礙，智慧過人，富幽默感，屢屢獲得心領神會的聽眾熱烈的掌聲。」她就是慈悲與愛的化身，她的行止，足以做為我們的典範。

夏威夷電視台二十二台的宗教節目，在師父來訪期間以及在數月前的每週末連續播放師父的講經錄影帶，很多人因此認識師父，前來聽經、印心。有位夏威夷的名歌星，曾在二十二台看過師父講經的錄影帶，很渴望跟師父印心修行，可是師父到此地講經時，他剛好去洛杉磯演唱。只要誠心，師父都會照顧，他終於在洛杉磯見到師父，並順利印心。

師父講經第一天還發生了個小插曲：在前往會場的途中，師父突然著急地催司機開快一點，當時時間並不趕，所以大家都有點納悶。原來有位聽眾，因有事等不到講經開始，就要離開會場趕往碼頭搭船，他很渴望看師父一眼，師父因為聽見他的祈求，催促司機

## 8 · 清海無上師一九九三年全球弘法專輯

快馬加鞭趕去會場，讓他如願看師父一眼才離開。也因為這個因緣和福報，這個誠心的人，後來才能在韓國得到師父的印心傳法。

1993年3月27日和28日，師父在檀香山各舉行一場講經，來自各地的求道者擠滿會場，有虔誠的基督徒、溫文儒雅的紳士和淑女、大鬍子的嬉皮、新新人類、搖滾歌手、政壇要人、老人和小孩，美國與中、悠籍人士各佔一半。師父以一席幽默的開場白揭開講經的序幕，闡述如何透過開悟，過一個快樂的人生。師父談笑怡然的風采，讓會場不時充滿了笑聲與掌聲，她博大精深的智慧，觸動了夏威夷聽眾的心。

有些人，在聽完師父講經後仍欲罷不能，又飛往下一個講經地點以便聆聽更多的開示，有位渴望印心的悠樂人，錯過了這次機會，在學方便法之後，體驗滿滿，不管行住坐臥都能看到內在的境界、聽到內在的聲音，後來去了香港印心。很多徒弟更是追隨師父接下來的弘法行程，一路陪伴在聖師的身旁。得以跟隨一位開悟的明師，感受她散發的愛力，令人無比幸福。



# 踏實生活、認真修行

清海無上師以英文講於夏威夷檀香山

1993.03.27

Aloha！（大眾回：Aloha）我喜歡夏威夷，每個人都喜歡夏威夷，尤其當他們住得起私人海灘上又好又安靜的房間時。我的徒弟因為不景氣，在高速公路旁租了個房間給我，所以我更喜歡夏威夷了（師父笑），他們說海灘旁邊的房間要兩倍價錢。我猜想我或是佛在我誕生以前就已經知道了，所以祂把我的身材變小，好讓我能住在這樣的小房間裡。我希望你們來度假的人都能找到更好、更安靜的房間。從第一天起，我就儘量適應高速公路的噪音，把它和前門的海潮音混在一起，不過我會換來換去，當我聽厭了車子的噪音時，就走到前門聽聽海潮聲、看看從漁夫手中照射出的燈光。他們不應該把手電筒照來照去，但是他們還是那麼做。

大家好嗎？可以嗎？還有耐心聽嗎？這個房間小了一點，因為我們可敬的陳先生以為只有中國來賓，不知道你們這些白色的臉孔從哪裡冒出來的（師父及大眾笑），不便之處還請見諒。聽說明天會有比較大的房間，我只是聽說，還沒看到。這個房間我也是到現在才看到的。聽說本

## 10 · 清海無上師一九九三年全球弘法專輯

來只有三百人，怎麼現在看起來有兩倍多，或許更多，還有一些人在樓下看電視。

華僑在物質方面受到夏威夷政府很好的照顧，這裡的政府很好，從清潔的環境和人民快樂輕鬆的氣氛就知道，所以我想夏威夷的物質生活不虞匱乏。悠樂社區的情形也一樣，他們都能快樂地定居在此。我們謹代表中國人及悠樂人謝謝夏威夷政府，同時也要感謝檀香山市的市長，昨天他陪我們在素食餐廳進餐，也許這是他這輩子第一次吃素，不過他好像非常喜歡，吃了兩、三大盤的食物，我想那些素食一定很合他的口味。

你們也應該試試看，夏威夷的素食餐廳很好，一家或很多家？（聽眾有人答：一家）只有一家而已啊！那我們要推廣一番（有人答：而且是為師父而開），為我而開？我吃得不多！今天我只吃一個三明治，今天唯一的一餐，多數時候都是如此，不景氣嘛！（大眾笑）我得跟上時代才行。

佛陀說：如果要救眾生，要和眾生溝通，就應該恆順眾生。所以我和大眾一樣，也吃三明治，但吃得不多。並非不想去餐廳吃，只是覺得沒有必要去人多的地方。我很少出門，除非必須這樣做才能幫助你們，否則我很少出去，如果沒事或沒地方要去，我就待在自己房間，根本不跨出房門一步，整天整晚都待在房裏，打坐或看各種不同宗教的經典，我和你們一樣認真讀書。

這個房間雖小，可是不同膚色的人卻有一體的感覺，這樣很好，這種氣氛只有夏威夷才有，沒有人在意鄰居的長相，膚色或工作，只管自己的事，大家快樂和諧地住在一起，這樣非常好。我尤其感受到中國人的關懷及愛心，不管到哪裡，中國人都很擁護我、歡迎我，即使他們根本不認識我。有時候，我們沒時間找房間或旅館，或是同修的房子太小，不夠容納來賓時，中國人就會收拾自己的行李住到旅館去，而將整個房子讓給我們，很多地方都是這種情形。

今天我本來想用中文開示，因為是這裡的中國人邀請我來，因此我覺得有義務用中文開示，不是有義務，是很想說中文。可是後來他們告訴我來了很多「白臉」，你們不會生氣吧？你們也可以叫我「黃臉」（大衆笑），我們要有幽默，太平淡無聊的話，你們會想睡覺。他們告訴我：有很多講英文的，事實上他們沒有用「白臉」這個字眼，不過偶爾會講類似的話。你們知道中國人不太會說英文，發音不正確，有時連「美國人」都講不清楚，所以乾脆就說「白臉」，不然我不懂他們說的是誰。

來了太多講英文的人，沒有足夠的耳機，所以我說：好吧！優先給中國人用耳機，讓他們坐我旁邊，悠樂人坐到別的地方去。

## 古代先師與道德傳統

別擔心，我很快就會把中國人解決掉，然後我們一起上天堂。只是我覺得應該把這麼好的民族介紹給你們認識，大部分的亞洲人都非常好，因為中國人到處都有，所以應該多了解他們才好。無論走到哪裡，中國人都為當地帶來商業繁榮、提高道德水準、家庭倫理，並且對於他們所居住的國家和地方非常忠心，因為他們有老祖宗留下來的倫理道德。

自古以來他們習慣老子、孔子和莊子這些古代明師的教誨，所以在潛意識或生活方式上他們已有很好的傳統規範，因此不管他們走到哪裡都很成功，因為上帝賜給他們聰明和勤奮的習慣，可惜的是，也因為這樣大家都嫉妒他們。不過我發現，無論哪個國家對待華僑好，那個國家也會好，悠樂人也是一樣。

他們內在非常美，所以外面也穿得很美，你們看清朝或古代的衣服，簡直就像神仙一樣。為什麼呢？因為古人都有修行，知道打坐的方法，他們可以到天堂去看到一切美景，就把這些畫下來或做成藝術品等等，他們模仿天人的穿著。所以即使中國的觀音菩薩也穿得很漂亮，不是嗎？各種華衣寶石裝飾於一身，即使中國的佛也要漂漂亮亮的，不能像苦行僧一般。他們比較喜歡漂亮的佛，因此觀音菩薩才掛滿裝飾品，穿著漂亮、高貴的衣服降生人

間，否則中國人不接受祂。（師父及大眾笑）

他們愛美，也愛珍寶之類的東西，他們的手工藝品非常美麗，世界聞名。我之所以要告訴你們這些，是為了讓你們了解中國人成功、聰明、勤奮的原因，因為他們的境界較高，我是指內邊，也許外面也是。有些人問我為什麼以前中國大陸的人以及悠樂人會受苦受難？因為他們有任務，必須將光明和美麗散播全世界，所以否定的力量才要控制他們。不過不會太久，他們的國家已漸露曙光，不久便可以自由地做他們應該做的事。

悠樂人也一樣，他們喜歡美麗的東西，每個悠樂人都會唱歌，即使有些人唱得不是很好，可是他們會唱、愛唱，也都愛漂亮，他們穿著非常漂亮。中國人、悠樂人的衣服都很漂亮，因為喜歡藝術的人內邊也會有藝術的氣息，這是境界較高的象徵。因此才必須受點苦，因為肯定和否定的力量永遠都在戰鬥以決勝負。

無論到哪裡，這兩個民族的人都會把美麗、善良帶給那個地方，這是我環遊世界，和中國人、悠樂人接觸後親眼所見的情形。當然，到不同國家，他們也會入境隨俗，但在內心深處他們知道怎樣是美，怎樣才叫高品味、高格調。看看他們的瓷器，全世界都喜歡他們的瓷器、絲織品、手工藝品、耳環等等。雖然每個國家有不同的寶石，但中國人的手工藝非常奇特，他們使寶石看起來更美、與眾不同。中國女性的穿著也是如此，例如清朝皇室或貴族



## 14 · 青海無上師一九九三年全球弘法專輯

的服飾，便和西方國家大不相同。他們的產品都比較精緻、高雅，因為他們內邊有祖先傳下來的精神遺產。

很多中國同修，進步很快，等級也很高，悠樂人也是。其他國籍的同修也許就有點困難，比中國人、悠樂人困難。這是我親身體驗，請不要生氣，也許今天你們可以證明給我看你們比較好。不過我們其他國家的徒弟也都一樣，也許他們不習慣所謂東方的打坐方法，事實上，這不是東方的，而是全球性、國際性的。

### 東西文化應中和兼顧

若想要有豐富的人生，就應該兩者兼顧，有些中國人有的，西方人沒有；有些西方人有的，東方人沒有，例如在應用科學方面。西方人在機器、電子方面比較先進，有許多文明的設備和發明，他們的生活比較衛生，比較有組織、有秩序。因此如果東西兩方的人能互相學習、截長補短，那就太棒了！中國人應該學習歐美的科學文明，歐美人士也應該向中國人學習，這就是為什麼上帝把中國人和悠樂人放在全世界各角落，他們的生活方式和對美的品味，各方面都很類似。

如果太重視靈性生活而不實際，那我們的生活就會缺少一些色彩。例如印度有很多人修行打坐非常神聖，但他們的物質方面非常缺乏。我想這是西方人對修行裹足不前的一個原因，他們只看到所謂神聖生活不切實際的一面，

但我們不一定要不切實際才能成為聖人。

神聖的真正涵義應該是「全部的」、「健全的」、一個「完整的」衆生，然後我們將擁有一切。我們應該發展任何方面的才能，應該將事業照顧好，又同時內邊具有智慧和聖潔，只有這樣我們才能真正完成人生的目的——了悟自我，並且美化世界，無論我們停留在此多麼短暫。如果太注重靈修生活，可能會和這個世界脫節，而且也不會關心這個經過百千萬億年才形成、又歷經百千萬劫才適合人類居住的美麗星球。雖然有戰爭和天然災害的破壞，世界依然非常美麗，尤其是夏威夷。

世界是無常、虛幻的，如果我們忽略它，不是很可惜嗎？只要我們還住在這裡，我們的小孩也住在這裡，就應該美化它。女人喜歡化粧或在頭上插花，一有機會或和其他人外出就穿上最好的衣服，因為我們內邊有真善美的自然天性。男人也愛美，不過他們的表達方式不同，因為男人的美不需要化粧，所以他們不化粧。（大眾笑）

人們常說女人代表美麗，但我認為男人較美，因為他們不需要化粧，就有女人追著後面跑，自古便如此。是夏娃誘惑亞當的，並不是亞當誘惑夏娃，據我所知是這樣，若是我錯了，請告訴我（大眾笑）。但夏娃也只成功一半，亞當只吞下半個蘋果，或是當他吞到半路時就卡在那裡了（大眾笑）。因此大部分的女人都擔心先生會不忠實，因為她無法完全控制或佔有他，只有百分之五十而

已，我想那是一種直覺。

### 身為人類的雙重責任

現在，為了能夠十全十美，我們要從兩方面著手：第一，照顧好世界的責任。也許過去沒有盡心盡力的做，或是尚未了解工作也是一種福報，可以消除我們在這個世界上和他人施與受的因果關係。工作也可以使我們身心強健，因為我們還需要用它來工作，那是我們讓這肉體機器持續運作的一個藉口。就像一部車，如果將它放在車庫太久會有問題，即使不用它，也必須時時讓機器運轉，這第一個責任我們所有人或多或少都做到了，也許剛開始不是出於自願。

第二個就是開悟，一旦開悟之後，就會把第一種責任做得更好。開悟並不能算是一種責任，也不是喜馬拉雅山上的聖人或印度修行人專屬的權利。開悟是每個人的權利，甚至六歲的小孩也做得到。我們的同修年齡從六歲到六十歲都有，有時還超過這個範圍。有些小孩只有五歲半或五歲九個月或五歲十一個月半，他們會來討價還價：

「師父，拜託嘛！只要再半個月我就滿六歲了，我可以印心嗎？」是誰教他們這樣做？因為他們內在佛性渴望回歸泉源並找到滿足。很多老人已經超過印心的年齡，因為考慮到他們能不能吃素、能不能久坐等等因素，所以我們有年齡的限制，但有些人也來向我要求，找很多藉口強迫我

給他們印心，所以有時候也會開特例。

所謂開悟和未開悟的人有什麼不同呢？一個開悟的人會從不同的角度看待人生，會比較輕鬆、快樂，而且他知道內在的寶藏，他知道那個讓所有東西運轉、讓人彼此相愛、讓地球生生不息、讓生活更快樂的大力量。我們每個人內邊都有無上師的力量，當我們喚醒祂、運用祂時，所有過去所收集的否定力量都將離去。就像花園，當我們在裡面種植有用的花草樹木時，雜草就會越長越少，而且我們會將不要的雜草拔除。

### 每天享受免費的度假

如果只把注意力集中在動的一面，便會失去另一個重要的東西，那就是靜，靜使動更趨完美。好比每年要休一次長假一樣，因為我們的靈魂及身心都需要休息，以便再回到工作崗位時會更有效率、更樂意去做。同樣，如果每天工作完後都能休息，當然第二天我們的工作會更有效率，這樣已經很令人欣慰了，更不用談天堂或其他的事。其實，不用等一年才度一個月的假，因為那時我們身心俱疲，已經無法享受休閒的樂趣了。匆匆忙忙來到夏威夷，租間高速公路旁的房子，像我一樣（大眾笑），享受汽車噪音和汽油味等等，然後再趕去訂機票，有時還訂不到呢！東奔西跑只為了到海邊把皮膚曬成棕褐色，否則人家不知道我們度假。

## 18 · 青海無上師一九九三年全球弘法專輯

歐洲以前流行這樣，大約一、二十年前當我住在歐洲時，如果有人曬黑了皮膚來上班，就知道他們很有錢，能去萬歲海灘（Costa Brava），能花很多錢把皮膚染色。然後當我們再回到工作崗位時，有時甚至還沒恢復精神，因為太匆忙了，先生必須開很久的車載太太及小孩到海灘去，又載他們回家、去喝咖啡、飲茶等等，結果假期結束後比出發前更累。不一定全是這樣，但大部分的情況是這樣，放假時先生最可憐，也許你們比我清楚。

所以我們不需要等到身體已經筋疲力盡、腦汁也耗盡時，才去度假，只要每天靜靜地打坐，就能得到休息，也不必一次坐兩個半小時，可以這裡坐半小時、那裡坐半小時，在午餐休息時、在公車上、火車上、飛機上，當你在海灘享受時，或在公園裡一面遛狗，一面陪小孩玩蹺蹺板時打坐。

事實上打坐不是神神祕祕躲在山洞裡，或躲在喜馬拉雅山上，我們在任何時間、任何地方都可以打坐，如果沒有安靜的房間，浴室也可以，哪裡都可以，衣櫥裡也可以。我以前就這麼做，當我和一大堆人在一起，或是在鐘鼓齊鳴的大寺廟裡，或在人聲吵雜的都市裡，都沒關係。無論在哪裡都可以打坐，非常容易，小孩也做得到。

不用像這樣盤腿。我必須盤腿，不然你們會想這是什麼種類的明師，連盤腿都不會（大眾笑）。其實我不需要盤腿，我打坐時大都不盤腿。這是古時候的傳統，因

為古時候沒有桌子，沒有椅子，大部分的印度人交易時都盤腿而坐。畢竟大部分的打坐方法都來自印度及中國，他們多數坐在地板上，那是他們的習慣，我們不一定要這樣做。可以像你們現在一樣的坐著，如果知道如何打坐，不管在任何地方，只要閉上眼睛就可以打坐，沒有人會知道你是個聖人。這是最大的好處，如果人們知道我們是聖人，有時會惹麻煩，是不是這樣？我到哪裡都有麻煩，自從人們知道我會某些打坐方法以後，幾乎每個人都想學。

毫無疑問地，生命的樂章會繼續進行，而且也必須繼續進行，如果只有動態而無靜態，那按照邏輯來說，我們的生活就不平衡了。因此多數人的生活都不快樂、不滿足，因為我們沒給自己時間休息，我們認為睡覺就是休息。睡覺也是在休息，可是還不夠，因為睡覺時就和死人一樣，沒有意識。如果我們打坐，我們的意識覺醒，會知道自己的偉大，會知道我們和宇宙偉大的源頭有溝通，我們就是其中的一分子，我們和整個宇宙的力量是一體的；因此會更堅強、更有耐心、更有智慧，可以做很多神奇的事，別人看到會認為：「哇！他會神通。」事實不是，那是宇宙的大力量利用我們身體做的。就像收音機或電視機的網路，如果有設備，和電臺有連線，便能接收幾千里外的節目，不是電視機本身有節目，節目是從總站來的。

## 忘記自己的偉大是唯一的罪

同樣，當我們加入宇宙聖人的團體時，我們就成為其中一分子，所以會有力量，融入整體與它合一，不再覺得孤獨，甚至不再使用個人的力量來處理日常的工作。宇宙的大力量會照顧我們每天的工作，如果不用它，那是我們人生的一大損失，也是我們最大的無明，更是我們最不可原諒的過錯。不管別人多麼殘酷、多麼惡劣地對待我們，也不會比我們不知道自己內在偉大的力量來得殘酷，它時時等待開悟，時時等著為我們效勞。

它使得聖人不同於凡夫，因為聖人知道如何使用這個力量；它使得耶穌及佛陀幾千年來一直被人崇拜，因為祂們知道自己擁有什麼，並有效地利用這個寶藏，這個在祂們內邊最大的力量。這個力量使許多國王放下江山，讓佛陀丟棄王位、從未曾後悔，耶穌也是用這個力量叫死人復活、治癒盲人。我們都有這個能力，如果我做得到，你們也能，你們比我高大，能做更大的事。

房間有用並不是因為有漂亮的牆壁或堅固的屋頂，而是它裡面的空間，我們才能坐在裡面，擺一些花，擺貴重的物品和我們喜歡的東西。同樣，我們也必須把心房空出來，必須知道內邊的偉大，然後才能擺理想、擺希望。一切願望都將實現，如果能在每日繁忙的生活中抽出時間坐下來休息一會兒，發現我們內在最珍貴的寶物——足以使

世界上最富有的人形同乞丐。開悟以後，我們再也不渴望任何東西，因為我們擁有了整個宇宙。雖仍然工作，仍然賺錢養家，不過那是為了與世人分享，為了盡身為世界公民的責任，我們不求回報，也不計較成敗得失，只是盡力去完成我們的事業。

你們知道有位叫做帕拉瑪·尤迦南達的偉大明師嗎？他說：我們睡覺時就像上帝、就像天使，我們沒做什麼，非常純潔、非常天真。因為睡覺時我們和內邊的力量溝通，和內在的無上師一體，做任何事都沒有意識，所以當我們醒來時就覺得舒服多了，即使工作了一整天，就算只能休息五個小時，也已經感覺好多了，為什麼？因為我們是在快樂的源頭、在智慧的力量之中，因此像嬰兒一樣天真無邪。每個人睡覺時都很天真，像小孩一樣，即使剛殺過人或犯了一生中最大的過錯，睡覺時看起來也還是像小孩一樣，因為他又回到愛力、智慧的源頭。

現在你們能想像如果我們每天清醒地睡覺——打坐，就更能了解內邊最偉大的明師的力量，處理生活中的每件事也變得事半功倍，我們當然會更快樂。睡覺的時候我們沒要求什麼，也不恨什麼人，因為我們在充滿希望的泉源之中。同樣，如果知道和這個力量溝通，那做世界的工作會更清楚明白，即使還有欲望或怨恨，也會越來越少。這非常合乎邏輯，一點也不神祕，不難了解，也沒什麼好爭辯。我們要做任何事情要先看它是否合邏輯，不是盲盲目