



天

藝

Celestial Art

清海慧与师

天

藝

Celestial Art

清海無上師





清海無上師

獻禮

最美麗又最有愛心和藝術天賦的師父：


萬分感激您 用天國藝術美化世界
萬分感激您 提昇地球的意識層次
萬分感激您 教導我們神聖的真理
感恩之情 溢於言表

自從您為我們取得西湖道場，至今已屆滿20週年。這兒是修行的天堂：高振動力、純淨、祥和，我們都非常感恩，並十分珍惜。我等弟子，包括所有長住和同修，謹向我們全宇宙無與倫比的老師致上最真誠、最深厚的謝意，謝謝您！謝謝您！！

謹獻上此書作為謝禮。我們收集了您大部分的藝術作品，搭配您對這些創作的起源和意義的精闢闡釋，藉以表達我們是多麼喜愛與珍視您巧奪天工的創作，並對這些象徵真、善、美的作品嘆為觀止。希望您喜歡這本書。

您，就是真、善、美
您，就是藝術
經過您神奇的一觸，每樣東西都活了起來
一顆鵝卵石、一根草、一朵花、手稿、陶土、畫筆、顏料、畫布、衣料…
無不閃耀著法喜！
和您一起振動是極樂
生命本身就是榮耀
經過您的眼拍出的照片，處處呈現天堂之美
感謝您帶來天國藝術，妝點人間
感謝您的駕臨—真、善、美為我們的生命上彩

聖恩滿溢的弟子們 敬上



你們都是用愛心在做❤️
我真的很喜歡這本書 —
色彩繽紛、美不勝收
非常謝謝大家的用心和體貼
上帝加持！❤❤
師父

目 錄

獻禮.....	iv
西湖道場是一部活生生的師父教理.....	viii
西湖天堂.....	x
擁抱自然的西湖山洞.....	xii
福地洞天—師父媽咪為備受寵愛的西湖長住設計的山洞.....	xv
師父居家和辦公的山洞.....	xvi
無上媽咪的溫馨禮物.....	xviii
師父的簡單生活.....	xix
清海無上師簡傳.....	xx
序.....	xxiii
前言—與眾同行.....	xxiv
01 真我的創造源頭.....	.01
02 靈修力量勝過專業技能.....	.21
03 上帝力量讓我們無所不能.....	.38
04 藉由色彩和形象傳達靈性真理.....	.44
05 反映天堂光彩的畫作.....	.49
06 「寧靜夜」與「新紀元」的創作緣起.....	.56
07 奮鬥.....	.59
08 生動詮釋「石頭開會」.....	.60
09 沙漠之花.....	.62
10 精美畫框搭配靈性畫作.....	.64
11 逆境更能激發潛能.....	.66
12 放下執著的角落，才華展露無遺.....	.68
13 師父畫扇涼暑氣.....	.79
14 從作畫和典籍，探討人類與萬物相處之道.....	.87
15 情況促發內在才華顯現.....	.94
16 藝術家如何創造不朽的經典作品.....	.101
17 修行才能發展十全的才華.....	.112
18 自在發揮創造力美化世界.....	.117
19 鳳凰—創新的建築藝術.....	.119
20 天堂來的鳳凰—鳳凰建築物剪綵.....	.120
21 師父的愛心貢獻.....	.129
22 專心認真才能有高度的成就.....	.131

23 藝術創作與靈感.....	.136
24 萬歲燈的欣賞與解析.....	.142
25 清海無上師設計的部分萬歲燈草圖.....	.148
26 師徒合作，創作藝術極品.....	.155
27 創意美學.....	.156
28 為生命繪上天堂色彩.....	.167
29 平衡生活有妙招.....	.174
30 飲食與烹調藝術.....	.181
31 來自天國的靈思—天飾的靈性意涵.....	.188
32 清海無上師設計的部分天飾草圖.....	.196
33 無上師的攝影札記.....	.204
34 SM天衣世紀之秀.....	.206
35 真、善、美是上帝的呈現.....	.216
36 清海無上師設計的部分天衣草圖.....	.218
37 清海無上師設計的部分天包草圖.....	.240
38 方便輕巧的智慧型帳篷.....	.244
39 神聖的浪漫.....	.247
40 我們都是人生舞台上的演員.....	.253
41 藝術加上靈修，相得益彰.....	.254
42 用心靈工作，提昇自我和他人.....	.257
43 詩歌藝術是一種「愛的語言」.....	.261
44 當你說你愛我.....	.262
45 小豬豬的話.....	.264
46 明師透過藝術創作，巧妙引導眾生.....	.268
壓軸之作—驚喜饗宴：師父舊作首次公諸於世.....	.278
出版品介紹.....	.285
如何與我們聯絡.....	.289
《即刻開悟之鑰》樣書.....	.290
無上師電視台.....	.293

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



清海無上師1989年5月於福爾摩沙西湖

西湖道場是一部活生生的師父教理

清海無上師既是靈性導師又是藝術家，她透過言教及身教來教化眾生。西湖道場的建設完全由師父和徒弟們合力完成，師父不僅是設計者，她也和我們一起整地、犁土、鋪草皮、種菜、植樹、種花、生火、編織、煮菜、拌水泥、貼石片、建石洞等等，做好多工作，而且師父總是做得比我們更好、更快。不論是進行甘露河、彩虹園、石洞或其他建設，師父都耳提面命地告誡我們要小心保護環境，所以道場裡處處生態和諧，一木、一草、一石無不充滿師父的愛力，每個角落都是洋溢藝術氣息的立體畫作，這裡真是名符其實的人間伊甸！



清海無上師1988年12月5日於福爾摩沙西湖



清海無上師1991年4月於福爾摩沙西湖



清海無上師1988年12月於福爾摩沙西湖



清海無上師1989年8月於福爾摩沙西湖



清海無上師2008年5月4日於摩納哥


西湖天堂

清海無上師以英文講於美國加州長堤 1996.12.28
(影帶編號#570)

我買給大家的苗栗那塊地非常便宜，因為以前沒有人要去那裡，那是鳥不生蛋的荒地，意思是說那塊地非常差，因為沒有水，很乾旱，所以了無生機。那附近什麼都沒有，土壤不肥沃，是一種用來做磚塊的黏土，很特別的黏土，非常黏，沒辦法在上面種植太多東西。必須下很大的功夫把土犁鬆，才能種點東西，但也沒辦法種太多，所以沒有多少人住在那附近，也沒有什麼人要在那裡買地。後來我們去買了一些地，定居在那裡，因為那時已經有好多長住跟著師父，所以需要有一個地方給他們住，總不能老是待在河邊。而且那時很多在家眾也來，因為那個地方很方便又便宜，我們就買下來了。然後大家都來那裡，經過多年的建設，我們陸續又買了一些地，就成了現在的苗栗西湖道場。

當你們去那裡時感覺很舒服，是嗎？那是因為多年來所積聚的修行氣氛，所以你們會喜歡，去到那裡就好像回到家一樣。那是我們買來親手建立的美麗勝地，是福爾摩沙最美的地方，我們把那裡建設得好美。我們親手造的山洞好漂亮，因為要保護地形景觀，我們在山壁上挖洞。後山的地形有二種，一種比較平坦，坡度不大，另一種就比較陡峭。當我們從山壁挖洞進去，從那裡看下去真的好美，宛如仙境！喜馬拉雅山的洞穴也沒這麼漂亮。我們山洞的建造方式很美！因為要保護地形和環境，要保持原有的風貌，我們就從山壁挖進去，把洞穴建在裡面，非常的美。

你們有機會可以去看一看，我可以做導遊；對我來說這是最棒的工作，在帶領你們參觀的同時，我還可以講有關靈性方面的事。我是靈性之旅的導遊，可以帶你們回天堂，你們覺得如何呢？而且免費！我們應該要記得自己內在的天堂，我只是提醒你們，我有方法可以回到天堂，因為我的提醒，你們找到了自己的天堂。所以那是真的，那是美麗的地方。



擁抱自然的西湖山洞

清海無上師以英文講於法國巴黎 2007.03.27

你們大概以為我在苗栗是住在一間大房子裡，其實不然！我是住在一個高、寬各兩公尺的山洞裡，這樣的大小就夠我住了。

我們在那裡蓋了許多山洞給我和長住們居住，山洞裡很舒服。現在洞裡還鋪了木板，以前沒有，後來我告訴他們要用木板，這樣可以吸溼氣，所以現在洞裡很乾燥、很舒服。噢！我都不想離開那個山洞，進去坐在裡面，就不想動、不想出來了（大眾笑），而且感覺洞裡空間很大，比我住過的任何房間、任何房子、去過的任何皇宮都還大。


那只是個高、寬各兩公尺的小山洞，跟其他所有長住的都一樣，沒有什麼特別，只是大家美化的方式不太一樣，我的也有所不同，但並沒有太大差別，我們只是在入口的門面做些小變化，用石頭或是用沙圍繞起來。洞口前面設有自來水，我們用石頭遮蔽水龍頭，讓它看起來比較天然，有的人用花或是其他東西裝飾。

這就是我設計要蓋給每位長住住的山洞，高、寬各兩公尺，反正我們這裡沒有人身高超過兩公尺，所以兩公尺對我們已經很足夠了。

打開門就可以一躍而入，在洞裡打坐（大眾笑）；如果空間太大，就得開始清潔打掃和佈置，那就沒時間打坐了。你們很多人都不知道後山有山洞，我們就住在山洞裡，我們是山洞人。（師父和大眾笑）

長住和我一起共同建造山洞，不像外面專業的人，我們不分男女大小，都要搬水泥、架鋼筋、灌漿，大家一起工作，但是我們也有租機器來做。然後我們合力在兩個月內完工，差不多蓋了兩百個山洞，我並沒有細數，包括我那個山洞在內大概有這麼多。

這就是建造過程的大致情況，我們就這樣蓋了這些山洞。我曾經說：「如果我們要建造山洞，就一定要蓋得堅固耐久。」絕對要這樣，才能讓大家住得安全。由於那座山有時土質鬆軟，我有時會看到山壁受到侵蝕，所以必須要蓋得很堅固才行，萬一土石坍塌，山洞還能保持穩固，所以才會有如此的設計以及兩公尺的高和寬。我們也不夠地方蓋更大的，第一是因為整座山很小（師父笑），如果要蓋比較大的山洞，地方根本不夠；第二是因為我們只需要這樣的大小，假如有人往生，只要把洞口封起來就可以了，就是這麼簡單省事。我們把洞口蓋得很小，只要用石頭和水泥封起來就好了（師父和大眾笑），以後我們不會再記得曾經有過那個山洞，四周長出的雜草會蓋住它，你的一生就此結束，任務做完了（師父和大眾笑）。這樣非常經濟、簡單又不麻煩，所以我們把山洞蓋成高、寬各兩公尺，這樣就夠了。（師父和大眾笑）

A lush, green mountain path with stone arches and small dwellings. The path is made of stone steps and is surrounded by dense tropical vegetation, including ferns and various flowers. Several small, stone-arched openings are visible along the path, some of which appear to be entrances to small dwellings or caves. The overall atmosphere is serene and natural.

福地洞天-- 師父媽咪為備受寵愛的 西湖長住設計的山洞

清海無上師原始設計及指導，由師父和長住親手建造、自己裝潢，每個山洞有不同的外觀。西湖共有176個山洞，居住在此仙境的長住都陶醉在師父的加持和恩典中，感激之情無法用言語形容（也是因為我們缺少詞彙，但內心卻擁有滿滿的愛）。

感恩師父！感恩上帝！

師父居家 和辦公的山洞

清海無上師原始設計及指導
師父和西湖長住建造及裝潢

師父曾說她非常喜歡所住的山洞，因為當一進去，
就覺得非常自在，洞裡空間化為無限，好平靜、好輕
鬆，她可以一直住到永久。

師父，任何時候您想回家
歡迎您隨時歸來
有清新景致、習習涼風
及此處溫馨之所迎接您
明師永遠付出
即使些微舒適或休息
也樂意為眾生犧牲
願世人都能聽從您的寰宇急呼：
吃素、環保、行善、彼此相愛、救地球
用道德美化我們自己
願徒兒們永遠和您一起走在愛的路上
將天國榮耀帶到十方



無上媽咪的溫馨禮物

青海無上師原始設計、指導
長住木工組施工
長住自己裝潢

繼水泥山洞和石頭擋土牆之後，西湖長住收到無上媽咪的另一份禮物：洞內的木質裝潢，無上媽咪的每一個小孩都有高、寬各兩公尺的洞內裝潢空間，發揮他們的創作才華。木板比水泥要天然，又能吸濕氣，讓山洞保持冬暖夏涼。洞內木質裝潢實在是師父媽咪送給我們的無數貼心禮物之一，師父透過這些禮物所傳達的寰宇大愛，為我們樹立了照顧眾生的典範。願我們追隨您的腳步，和眾生分享您的愛，來榮耀您。



師父的簡單生活

雖然身為師父，但她並沒有比我們多享受物質的舒適，而是和其他所有長住一樣，住在高、寬各兩公尺的空間裡。「簡約」-- 就是師父的生活寫照。



清海無上師簡傳

清海無上師出生於悠樂（越南），是一位偉大的靈性導師及慈善家，她曾前往喜馬拉雅山求道，最後以「觀音法門」證悟。由於衆生的懇求，無上師開始前往世界各地弘法，歐、亞、美、非等各大洲的許多國家及聯合國，均曾邀請無上師蒞臨演講。

在許多人的眼中，清海無上師是「愛的化身」，她的愛心和奉獻超越了文化與種族的藩籬，嘉惠世界各地無以計數的人們。世界各國政府和私人組織，為了表揚清海無上師的博愛精神與無我奉獻，先後頒給她「世界和平獎」、「世界精神領袖獎」、「世界公民人道獎」、「顧氏和平獎」等獎項。

除了傳授觀音法門，幫助世人重新與上帝連線，清海無上師也鼓勵大家盡力美化並提昇這個世界。藉由修行觀音法門，無上師發展了多樣的才華，包括繪畫、彩扇、音樂、詩作、燈飾、珠寶和服裝設計等。在談及創造力時，她說：「修行人只要開啓內在的萬能力量，沒有什麼是不可能的！」又說：「我們來這裡，是為了學習成長，也為了學習使用我們

清海無上師一九八〇年代早期於泰國



無限的愛力和創造力，來使我們所處的任何世界變得更美好！」無上師透過豐富多元的藝術創作印證了這些話，並身體力行她所教導的理念。

1995年，無上師設計的天衣時裝，曾在倫敦、巴黎、米蘭和紐約等國際聞名的流行重鎮巡迴展出。她設計的天飾珠寶，也曾參加瑞士BASEL世界頂級珠寶展及法國巴黎國際珠寶展，並受到極高的評價。

清海無上師不遺餘力地為世人提供無私的愛心服務，滿足身心靈各方面的需求。二十多年來，無上師奔波世界各地，經由適時的人道援助及傳授觀音法門，與世人分享愛與開悟的訊息。她並不接受任何捐贈與金錢資助，而是利用自己所從事的藝術創作所得，資助在人道方面與靈性上的工作，真正為我們樹立了在世聖人的最佳典範。誠如前夏威夷檀香山市長花士先生所言：「她以愛心消除世上的仇恨，她為絕望的人帶來希望，她化誤解為理解，她是偉人之光，她是全人類的慈悲天使。」

清海無上師穿著人造皮草
2008年2月17日於歐洲
透過視訊連線參加在福爾摩沙台北
舉辦的《高貴的野生》新書發表會



清海無上師1995年5月5日
於義大利米蘭SM天衣世紀之秀



天飾：無上天鵝

序

清海無上師擁有無邊的才華和源源不絕的創造力，她的創作風格和表現手法變化多端，並突破傳統藝術框架，在在令人嘆為觀止。然而她謙虛地表示：「每件作品的靈感都來自天國，我認為像我這樣平凡的人，不可能創作如此美麗的藝術品，所以我們稱之為『天國美麗的藝術品』。」舉凡彩石、彩扇和繪畫等美術品，天衣、天飾和萬歲燈的設計，以及樂曲、烹飪、詩詞、建築和景觀的創作，在無上師的慧心巧手下，每一件作品的意境都被推向極致。

本書收錄了歷年來清海無上師在藝術創作方面的精采開示，並搭配許多精美彩照，圖文並茂，深入淺出。無上師在書中生動闡述創作的緣起、過程及靈感來源，並帶領讀者賞析意涵深遠的作品，同時也分享開發潛能、發展創作才華的方法。令人驚訝的是，無上師從未受過任何藝術訓練，但卻擁有無與倫比的創作才華，她的許多作品都是信手拈來，渾然天成，並散發磅礴氣勢與神聖愛力。

《天藝》是一本結合靈性與藝術的超凡之作，作者以靈性角度詮釋藝術真諦，以藝術展現天國的真、善、美；讀者在優遊於清海無上師浩然壯闊的藝術天地、徜徉於璀璨輝煌的靈性境界之際，將被詩人的深情至性、畫家的纖細敏銳、設計師的巧思創意、音樂家的浪漫溫柔及靈性導師的智慧慈愛所深深感動。



前言—— 與眾同行

清海無上師以中文講於福爾摩沙西湖道場 1996.02.19

修行以後，我們的潛能會跑出來，既然能利益衆生，那當然要用。藝術才華或是什麼才華我都不需要，但是有人需要啊！有人聽了我的音樂就來印心，因為他是音樂家，他喜歡。有的人看到師父設計衣服，就開始吃素、修方便法，然後來印心，又傳告很多同業來印心。因為同性相吸，他看我跟他一樣也設計衣服，就覺得很親切、很信任師父。有人看了師父的詩，心就轉了，本來還誹謗師父，唸師父的詩以後，了解師父的理想，所以本來誹謗、攻擊的人就軟化了，反過來相信、尊重師父，然後就吃素，開始要打坐了。

清海無上師1991年9月22日於福爾摩沙西湖
中秋節禪三和慶祝活動



有人看師父跳舞，他很喜歡，他說：「唉呀！這個人不會太嚴肅，大概很開悟。」他愛跳舞嘛！所以不管師父跳怎麼樣，即使像小孩一樣，他也高興。跳得比他爛，他更高興。

所以不用解釋什麼，看到師父跟他一樣，他自然就高興了。我們人都是這樣子，這在菩薩道裡叫「同事」，和衆生做一樣的事情，這是一種菩薩行。要度衆生就應該和衆生同事、同行，做一樣的行為，人家才會感覺親切，然後才會信任我們。

我們和他像朋友一樣，他就不會感覺很隔離、很怕，或是很陌生。我們都喜歡比較熟悉的人，誰會喜歡陌生人，是不是？比方說我們有幾個喜歡的朋友，就會常去找他們聊天、吃飯，有什麼事也會去找那些人幫忙，是不是？（大眾答：是！）我們不會去找陌生人。

清海無上師1993年11月25日
於美國加州舊金山感恩節慶祝活動



天飾：無上天鵝

因為朋友互相習慣、信任、親切、談得來，他們看起來跟我們一樣，覺得磁場很配合。如果磁場不一樣，就會起摩擦，我們最怕摩擦，一摩擦，磁場馬上收回來，不想再交往。在這個世界，跟衆生越類似越好，慢慢來，他會知道你不同在哪裡。好比你是大珠寶商，不過你跟強盜、乞丐住在一起，或是跟他們同路一道走，不過你穿得跟他們不一樣，穿得很漂亮，戴王冕、鑽石，閃閃發亮，這樣是不是找麻煩給自己？既不能跟他們打成一片，又威脅到自己的安全。

我們怎麼樣都沒關係，心裡面明白就好了。一個很有錢的生意人，滿身都是珠寶，皮袋裡面也是珠寶，他難道不知道自己也有珠寶嗎？即使他外面穿得破破爛爛像乞丐，或是打扮像強盜一樣特別，他也不會是強盜啊！只是衣服像而已。他難道會忘記自己是賣珠寶的人嗎？不可能的。他為了保護珠寶，才穿跟他們一樣的衣服，為了走路方便，因為跟他們走同一條路，不想吸人注意力。如果跟他們同等一般，大



清海無上師與長住的舞蹈表演
1995年10月25日於福爾摩沙西湖
清海日國際禪七和慶祝活動



萬歲燈：天雨

家都舒服，你就不用害怕什麼，而可以跟他們聊天，他們也不會傷害你，而且還有機會可以感化他們，這樣不是比較好嗎？何必亮出來，珠寶穿戴滿身給他們看，讓他們知道我跟他們不一樣，我是有錢的人，這樣人家會受不了。

清海無上師與長住的舞蹈表演
1995年10月25日於福爾摩沙西湖
清海日國際禪七和慶祝活動

A woman with long dark hair, wearing a blue turtleneck sweater and blue jeans, is sitting on the ground next to a waterfall. She is looking up and to the left, towards the falling water. The waterfall is cascading over rocks, and there are some green plants and yellow flowers in the foreground on the left. The background shows a body of water with ripples.

真我的創造源頭

清海無上師以英文講於美國加州洛杉磯
1997.09.13 (影帶編號#602)

清海無上師一九八〇年代早期於歐洲

當我年輕的時候，我非常內向，不像現在說這麼多話，我很少說話，也不知道要說什麼。記得我告訴你們關於我先生和朋友的事嗎？他們每件事都可以聊好久，我總是希望我和我先生說話有他們的一半就好了，這樣會比較活潑，但我通常不說話，我不知道要說什麼。我真的改變了，變成一個不同的人，我不知道是如何發生的，但就是改變了。

甚至許多從前我在印度道場所認識的人，都很驚訝我竟然可以滔滔不絕地講經。當他們看到你們印在雜誌上的講經內容，或是有人給他們我的錄影帶，大家都很驚訝：「天啊！這個女孩，她講經？」因為當我在喜馬拉雅山或是在印度各地道場或是其他地方，我很少和人說話，甚至沒有親近的朋友，我總是非常安靜，對別人、對大眾很害羞。上帝改變了我，祂讓我變成完全不同的一個人。我從來沒有像這樣說話，我從來不知道怎麼說，我真的不會說話，從來都不會，我自己也很驚訝。

如果我們隨順上帝，祂就會這樣改變我們。只要完全信靠上帝之名、耶穌之名或佛陀之名，那麼每件事都會照它該有的樣子安排好。我們應該變得像小孩一樣，不要忘了我們內邊的「小孩」，祂一直都在那裡，任何時候我們呼喚祂，祂都會出來，祂會顯現出來，那就是我們的上帝本質、我們純真的天性。我們不應該擔心那麼多，不應該計較那麼多：「如果我做這件事，會得到什麼回報？」小孩不會這樣，小孩從不擔心明天。



清海無上師一九八〇年代早期於德國



聖經上也說一樣的事：「不要為明天憂慮，照顧好今天就足夠了。」「想想野地裡的百合花，是怎麼長起來！甚至是小草，上帝也會照顧它們，祂怎麼會不照顧你們呢？」但我們多數人不能變得像小孩一樣，所以我們才会有許多憂傷、許多問題。即使我們可以像小孩一般，但是我們的親朋好友不像小孩，這也會造成問題，會把我們拉回冷淡、令人窒息的世界。我們如果不像小孩一般，要生活在一起就會很困難。

像小孩一般，並不是說不負責任或是不做我們該做的事，而是滿懷單純的喜悅去做，沒有任何期待，因為認識了上帝的本質後，我們真的不用擔心。祂用七天造了整個宇宙，但是一團糟（師父及大眾笑）。不要告訴祂，好嗎？這只是我們之間一個不太好的笑話。也許祂應該花多一點時間：祂像小孩一樣，太匆忙了，用很快的方式創造了萬物，所以現在我們必須修補一點，沒關係！

清海無上師1990年3~4月和西湖長住
於福爾摩沙屏東好茶春季閉關



清海無上師扮
「瑤池金母」(Queen of the River)
1990年3~4月和西湖長住
於福爾摩沙屏東好茶春季閉關



清海無上師1993年5月於日本



事實上，祂是故意的，如果上帝把一切都造得太完美，那我們做什麼呢？我們會更無聊，沒有電影可看，沒有湯可以喝，每個人都不會餓、不會渴，不需要娛樂，不用做任何雕塑、繪畫或藝術品，因為每樣東西都有了，都很完美了，我們什麼都不用做。

是的，宇宙裡什麼東西都有了，一切已經很完美了，但有時我們選擇忽略它，選擇關上我們和完美之間的簾幕，所以我們會看到一些缺點、一些錯誤、一些不完美，這樣我們才可以創造新的，或做得像上帝原本造的一樣完美。這就是為什麼我們會身在這裡為人，否則我們真的不需要在這裡。

有時當我們入定，進入我所講的赤子般的境界，真正的像小孩、像天使、像上帝，完全沈浸在喜悅當中，四周的一切都不存在，那時我們真正知道萬事萬物都是完美的，我們心想事成；但是在那種境界時，我們將心無所求。你們都記得入定的時候，真的是好享受！



清海無上師1991年10月於日本

為無為

對有智慧、有打坐、像小孩般而且凡事信靠上帝的人而言，每件事情就像風吹過一樣，就像是日出、日落，沒什麼真正需要費力的。比方說那些專業畫家，他們畫一幅畫要好多天或好多個星期，而我只花幾個小時，有時甚至只用半小時，看情形而定。我從來沒有學過任何繪畫技巧，甚至也沒有讀過有關繪畫的書，但外面的人還是喜歡我的畫，不只是我們自己人喜歡而已。

我並沒有下很多功夫，而那些專業畫家，大部分只會畫同一種風格的畫。有時候去看某個人的畫展，從頭看到尾，都是一樣的畫風，只是畫的角度不一樣而已。例如有的人擅長畫森林，陽光從樹葉間灑落，下方再畫個水池，他每次都畫這些，也許角度有些不同罷了。他將水池分成好幾部分，這張圖取左邊的景，那張圖取右邊的景，另一張則取中間的景。只要看到其中一幅畫，甚至不需要看署名，我也知道那是他的畫，大多數是這樣，我並不是說每一位畫家都是這樣。而且他花了許多時間去學習，才能畫這樣，也花了很多時間才完成那些畫，有些畫家就像這樣。

我不需要這樣，雖然我也可以再畫同樣的畫，但是我從來不想這麼做，畫一幅就已經夠無聊了，何況再重複畫一遍，我辦不到！你們能不能想像，整個輩子都在畫幾乎一樣的畫，而且花費那麼多時間，用盡你在這方面的才華與經驗。人們真的很有耐心和毅力，這我做不到，這會無聊到令我掉淚。再說，他們也賺不到什麼錢。

畫作：日本的蘋果園
1991.10 日本

我們之間有很大的不同，他們著重技巧與知識，而我畫畫則是很自然，像小孩一般，純粹是出於樂趣而畫，那時候我腦子裡沒有任何人，而且也完全沒有想到要畫些什麼，沒有任何固定的想法或是主題，我只是想到什麼就畫什麼，憑當時的感覺，覺得這樣很舒服。每當我完成一幅畫，我接連好幾天會好想去看看它，一直到那幅畫乾了。有時候我出門，仍會想念它，想回去看它。

現在我長大了一點，不會再想念那些小事情，但是我以前會想念我的畫，你們信不信？不知道是不是所有畫家都會想念他們的作品。也許你們不太能體會，因為大家對藝術的想法不同，當然每個人都不一樣。然而我剛開始畫畫的時候，不論你們認為那些畫有多爛，但對我卻意義重大，因為作畫的當時，我真的好快樂，看著它逐漸成形，我就開心了，我真的沒有花什麼工夫。

有時候或許要花點工夫，我告訴你們令我頭痛的事情是什麼，就是畫靜物，畫花、畫水果之類的東西，在描繪實物時，我會覺得很累，我想：「老天啊！難怪畫家們的作品那麼貴。」

畫水果還沒有那麼難，但是畫花真是難。我原本以為很容易，只要把花放在這裡，看起來很容易，就準備畫了，好玩嘛！哦！一點都不好玩，不像我自己創作那麼有趣。我在創作時，比較自在，比較樂在其中。但是當我開始畫花，就非要潤飾以及顯現其特色，真不敢相信！



清海無上師1991年2月於哥斯大黎加

我不知道其他畫家如何享受作畫的樂趣，因為當你必須去臨摹實物時，靈感就跑掉了。我必須留意花朵各個細微的部分，但還是無法畫得跟真的一樣。不過我畫得比較好看，因為我還加進了一些特色在裡頭，我並不想畫得跟真花一模一樣，而是想透過花來表達一些東西，這樣至少讓我在那些靈感和動機裡找到一些慰藉，否則我可能無法再畫這樣的畫。畫花好難，以前我從來不知道這麼難。你們欣賞梵谷的向日葵畫作時，別以為那很簡單，看起來容易，其實不然，或許對畫家而言很容易，我不曉得，說不定他們已習慣於描繪東西。

現在我知道為什麼任何非原創性的東西都會讓人疲累，這也是為什麼這個世界這麼累人，因為它不是原創的，它是真實世界的影子，而我們又必須依照習俗與規則做事，所以才令我們感到疲憊。開車讓我覺得很累，因為那就像依樣畫葫蘆。

每次講經時，我可以像現在跟你們講話一樣自然，沒問題；但是如果必須事先想好，並打草稿的話，哦，老天！我從來沒想過會那麼困難。其實我在學校的時候，作文並不差，都是得第一，我會寫，但我從來不想寫；除非學校規定要寫，我隨時都可以寫，很簡單。

如果要我們描述某件事物或是某個情況，那還可以，但是如果描述上帝，事先想好，那就一點也不自然了。當我去歐洲講經時，要事先準備德文或法文講稿，真的好困難，尤其是很久沒有講那種語言，真的很頭痛。即使要用英文寫，我也會覺得怪怪的，覺得好假、不真實。

清海無上師1993年4月
於美國華盛頓州西雅圖1993年全球弘法期間



以赤子之心展露創造才華

因為我們本來是造物者，是創造力與神性的光輝，任何強迫我們照章行事，跟著別人依樣畫葫蘆、模仿的事情，我們都不喜歡，那就像一部影印機，所以如果我們無法自然地展露創造力，善用內在創造的才華，我們會感到很累。因此這個世界上任何工作不論可以給你多少錢，還是會令人感到疲累。我了解並不是因為你們懶惰，或是你們不想工作，也不是因為你們不想貢獻，只是很多工作真的會把你們拉下來，把你們榨乾，因為做事必須一板一眼，有時候真的很單調乏味。有時我真為大家感到遺憾，遺憾我們不能夠跟小孩子一樣，即使我們想要這樣也沒辦法，有時候現實世界就是要把我們拉回到這個很沉重的物質境界，令我們感到好累、好累。即使有時候我們一天只工作四個小時，兼差而已，也會感到很疲憊，每天工作結束時，好像能量都被淘空似的。所以我們會變得比較緊張、愛挑剔，當然就不再天真無邪，對很多事情有一大堆先入為主的看法，也許後來我們會了解這些看法不見得都是對的，但也付出了代價。

因為每件事都狠狠打擊在我們臉上，告訴我們：這個不好、那個不好，做事很難、賺錢不易，你必須去奮鬥、去爭勝，你必須這樣做、那樣做，才能夠出人頭地。有好多學校專門教人怎麼在最短時間內成為百萬富翁，如何不工作就可以賺錢。事實上並不是那麼一回事，我們真的不需要那樣絞盡腦汁，只要記得真我的創造源頭就可以了，然後我們就可以創造任何東西。



清海無上師1997年9月
於美國加州洛杉磯小中心中秋節慶



事實上，能量可以造物，可以化現物質的東西。在西藏有一些傳統，有某些宗派教人如何觀想造物，也可以觀想任何你想到的人，你可以挑一個人，觀想他，然後複製一個，不需要那種複製機器，你可以靠自己的想像力。真的變出那個人之後，甚至可以摸到他，這樣也很麻煩。

但那還不是最高等的境界，所有神通都從那裡來。只要你夠專心，就可以觀想出任何你想要的東西，這只是舉個例子而已。像有位印度的古魯，他可以用一點點空氣變出東西來給你，他並不是騙人的，他真的有辦法，至少可以變出一些灰來。

這不是最高等的意識，就可以做這些事，那如果我們可以回到那個真正最高的源頭，那個創造宇宙萬物，小至微蟲，大至溫暖整個世界的太陽的源頭，以這用之不盡的力量，我們可以做更多的事呢！

對我們而言，如果真想要，也可以去試試看，但是必須記著內在赤子之心才是真正的上帝。「除非你變成如小孩一般純潔，不然你無法進入上帝的殿堂。」這句話就是告訴我們任何事情都要信靠上帝，唯有這樣才能真正滿足我們所有的期望，我們自然會遇到一些事情帶給我們快樂與利益，甚至不必刻意去做些什麼或努力什麼。



所以我們要成為這樣的小孩，不是那種不負責任的，而是有智慧的小孩。我們變得很有智慧、很單純，因為當我們了悟一切，就沒有什麼是我們應該要了解的，沒有什麼應該要探究的，沒有什麼應該要知道的，所以我們才會如此心滿意足。因為至少我們知道不論發生什麼事都好，遇到什麼都好，上帝會安排一切，上帝是我們內在的主人，上帝就是我們自己，是一開始創造我們的那個造化力量，那是我們的一部分，那就是我們，永遠都是（大眾鼓掌）。

清海無上師1990年3~4月
和西湖長住於福爾摩沙屏東好茶春季閉關



清海無上師1990年3~4月
和西湖長住於福爾摩沙
屏東好茶春季閉關



靈修力量勝過專業技能

清海無上師以中文講於福爾摩沙西湖 1991.07.21 (影帶編號#183)

清海無上師



畫作：剛與柔
1991.6 福爾摩沙西湖



清海無上師1992年8月
於福爾摩沙台北陽明山單獨開關

畫作：怕
1991.6 福爾摩沙西湖



師父畫作的獨特之處

我偶爾才能畫一幅，不是每天都有靈感，而且世界的東西這麼無聊，怎麼能夠每天畫呢？
是嗎？（大眾答：是）你們看師父的畫，跟外面的畫不一樣，我如果畫跟他們一樣，那太無聊了。如果要畫很逼真的話，那乾脆放照片在那裡就好了，就比較像。

你們認得這是什麼花嗎？這個本來是玫瑰花（畫作名：「怕」），畫一會兒就變這個樣子。
那個是蘭花（畫作名：「剛與柔」），看起來比較像，不過也不是很像。外面的人畫蘭花，這部分是白的，下面是紅的，我不同意這種安排，所以把它畫成紅色的，比較配合這樣。



這個本來是小菊花(畫作名:「平常夢」),就畫這個樣子,好看嗎?(大眾答:好看)上面那些花不曉得是什麼花(畫作名:「親愛的」),長在我的帳篷前面,長了一大片,很漂亮,不曉得是什麼花?

畫作:親愛的
1991.6 福爾摩沙西湖

清海無上師
1991年6月
於福爾摩沙西湖



畫作:平常夢
1991.6 福爾摩沙西湖



畫作:親愛的
1991.6 福爾摩沙西湖



畫作：玉蘭樹
1991.6 福爾摩沙西湖

這個玉蘭花本來有畫在裡面(畫作名：「玉蘭樹」)，結果刮一刮颱風以後就沒了，所以用想像的，等到明年再開這樣。

清海無上師1991年5月於福爾摩沙西湖



畫作：獨立
1991.6 福爾摩沙西湖

那個是叫等級不一樣(畫作名：「獨立」)，一個大、一個小。一位長住跟我說：「為什麼那個只畫一半而已？」我說這樣才有意思，讓人家有想像的空間，不曉得那棵樹長到多高。如果全部都畫出來，就沒意思了。不需要每次都全部畫嘛，像那些蘭花全部都畫，那棵樹就不用。每次畫不一樣呀，不應該都畫一樣，愛畫怎麼樣就畫怎麼樣，現在不一樣啦。

只有那兩幅是油畫，別的都是什麼畫，知道嗎？你們想不到的，這是別的藝術家(在畫布上)作畫沒有用到的東西—粉筆，粉筆的顏色會掉啊，所以畫法也要好。不曉得有沒有人知道這種畫法？一定有！看到了才會想到，沒看到就不會想到。這樣很漂亮喔，剛剛有沒有靠近看？(大眾答：有)看起來比較柔和。油畫是有油畫的美，不是沒有美啦，但是感覺比較強烈、比較真實。粉筆畫感覺比較神祕、柔和一點。

畫太多，你們也不會珍惜。我剛畫完第一幅的時候，那是最好看的，因為只有一幅，每次只看一幅而已，感覺比較不一樣。現在放很多幅給大家一起看，感覺到這只是其中一幅而已，沒有像我們只看一幅的時候那麼集中。

每次師父畫完了以後，都感覺到好像不是自己畫的，因為我以前畫得很爛啊！我小的時候都不會畫畫。比方說，我畫一個人倒下來的話，他會倒這個樣子，好像從報紙剪一塊，然後貼上去這樣子，沒有那種立體感，也沒有表情。現在連畫花也有表情、也有個性，有沒有看到？像那些蘭花（畫作名：「剛與柔」），它們好像面對面在講話，一起聊什麼祕密的事情。

像這些花掉下來的時候，露出很驚訝的表情（畫作名：「怕」），你們看，每個角落都不太一樣。這些花好像裡面裝滿了風，因為它掉下來的時候，風裝滿在裡面，還露出很驚嚇、很緊張的表情。現在連畫花也有個性、也有表情，以前即使畫人也沒有表情。

畫作：怕
1991.6 福爾摩沙西湖





人生際遇由自己決定

世界上的任何東西都不是我們的，即使我們做了什麼好事，也不是我們做的，造化事先都已經安排好了。所以才說，當我們跟上帝同一體、跟萬物同一體了以後，就沒有個人的「我」了，因為我們知道一切都是上帝安排。

也許你們會問師父：「既然一切都是上帝安排，為什麼上帝會安排我們經常碰到很困難的事情？為什麼我們要求這個，卻得到那個？要求好東西，卻偏偏得到不好的東西呢？」答案很簡單，因為宇宙的東西有好、有壞，有黑、有白，看我們的手伸到哪裡去，就抓到那裡的東西。

像我們看一個人的身體也是一樣，即使是個美人，她身體的結構也是跟醜的人一模一樣，我們如果抓到她的腳，也會發現它和一般人的腳一樣，不會長得像一隻手，也不會像嘴巴那樣。我們如果想要看或想要親她的嘴的話，就應該往上面一點；不過，我們如果想親她的腳，就要往下面去。當然，美人的腳比醜人的腳好看一點，不過再怎麼好看，還是一隻腳而已。

畫作：西湖夕照
1990.10 福爾摩沙西湖

修行越高，福報越高等

我們修行也是差不多這樣，當我們修到高一點的境界時，就會得到比較高等的東西，那時候我們想拿的東西都是高等的，實際上拿到的也都是高等的，即使不小心拿到，也都是高等的東西。我們在還沒有修行很高的時候，就算很小心、很用功、很想拿到好的東西，也拿不到，反而經常拿到很差的。

比方說，人世間有一些貧窮的人，也有一些有錢的人，貧窮的人再怎麼節省，也省不了多少錢，不管他想穿怎麼漂亮、怎麼高貴的衣服，也拿不到，或是他想吃很好的食物，想搭配很高雅的餐具，也都拿不出來。但是對一位國王或富有的人來說，他打開櫃子，眼睛閉起來隨便拿，也會拿到很好的杯子或餐具，這是因為他家裡都是好的東西，他拿不到不好的東西。不過，貧窮的人即使很想、很小心、很故意想從家裡拿好東西，也拿不到，因為他家裡根本沒有任何好的東西。

所以不修行的人往往會很想得到很多東西，越不修行、生活越困難，越想得到好的東西，他們一天到晚祈求這個、祈求那個，要這個、要那個，不過都得不到。因為他們是住在「貧窮的家」裡面，怎麼能夠拿到好的東西、高貴的東西呢？也許你們會跟師父說，即使他很貧窮，不過他家裡有一個寶貝，或是有流傳下來一個古董。好！就算真的有，也只是一、兩樣而已，不可能全家都是寶貴的東西；如果他全家都是寶貴的東西，就不能算是貧窮的家庭了。

同樣，不修行的人即使有時候祈求了以後，也會得到一樣好東西，不過沒辦法常常這樣。相反地，有修行的人即使不祈求，生活也過得很好，各方面都好，修行越高，拿到的東西越寶貴也越高等。

清海無上師的第三幅畫：月圓之夜
1990.9 福爾摩沙西湖

清海無上師1991年9月1日
於福爾摩沙西湖

修行人「無師自通」的能力

世界的人如果沒有修行，他們不管畫畫、唱歌或是演奏樂曲等等，雖然有的也有它的美，不過，那些作品還是會散發出粗糙的氣氛，我們可以感覺得出來。因為不修行的人經常有很多煩惱和凡夫的念頭，他們沒辦法提昇到很高的境界去，所以表達不出高境界的意境。

我們修行的人即使沒有學習某些專業知識或技能，不過我們要做的話，也可以做得很好，要了解事物，也可以了解得很明白。所以六祖慧能雖然沒有學問，也不曾看過什麼經典，不過任何經典唸給他聽，他馬上就懂了，而且還可以解釋給別人聽。相反地，有的人即使很有學問，經典都讀過，甚至都背起來了，也沒辦法了解經典裡面講什麼。

師父彈鋼琴的時候，一位師兄跟我說：「師父彈這個是『現代派』。」我說：「我沒有什麼派啦，我根本沒有深入學過，只是好久以前還住在德國的時候，有學過一點點而已。」

然後他問師父，有沒有學過唱歌？有沒有學過這個、學過那個？這些事情我們需要做的時候，自然就會做，根本不用學那麼多。學越多，反而越被綁在那種「公式」裡面，比方說，畫畫應該怎麼畫，顏色應該怎麼調配等等，時間都花在那裡搞那些「公式」，搞了好幾個禮拜還畫不出來。等到好不容易畫出來了，又想：「這幅畫能不能賣得出去？人家會怎麼想？」管那麼多，靈感都沒了！

我們修行的人不用想什麼，做事也可以做得很好，修行越好，做事越好，只要情況有需要，我們都可以做。但是我們如果有那種想要亮出來給人家看的心態，就做不好；我們自然做，才做得好。如果是故意做，想要讓人家知道我們有才華，或是想亮出來給人家讚嘆的話，不管修行怎麼樣，都做不了。表示說我們修行還修不好，才有那種念頭。我們畫畫如果只是單純為了內邊想畫、為了自己喜歡，自然就會畫得很快又很好。有的人畫畫，也許表面上看起來好像畫得很隨便，不過事實上不是這樣，這是因為他太熟練了，所以可以畫得很快，像一個人做事很熟悉、很習慣了以後，就可以做得很快。

世界上的任何東西都是造化安排，沒有什麼是我們造出來的，所以不用驕傲什麼。我們如果在工作領域或藝術方面有任何新鮮的創意，或是發明了什麼機器，都是因為我們有修行，所以頭腦比較明白也比較有靈感，我們的等級提昇到比較高等的境界，拿到那邊的東西，然後在這個世界把它表現出來，這樣而已。事實上，我們在這邊表現高境界的東西時，有的時候也會弄錯，如果我們修行不夠，智慧比較少的話，我們會寫錯、會弄錯，做出來的東西沒有像高境界的這麼好看。

畫作：石頭洞
1990.11~12 福爾摩沙屏東山區
清海無上師單獨閉關

清海無上師
1991年7月8日
於福爾摩沙西湖

高境界的真善美

我們地球雖然也是宇宙中的一個星球，不過我們這邊比較落後，算是落後的星球，這裡的任何東西都比較粗糙、比較不完美。比方說我們這裡的珠寶，像是鑽石或其他寶石，雖然看起來亮亮的，每個女人都喜歡，不過跟高境界比起來，這裡的東西都不算什麼，太粗糙、太硬了！即使我們說鑽石是最永久、最堅固的，不過還有東西可以切割它，有的時候時間一久，它也會破掉、也會毀壞。高境界的鑽石或寶石沒有這麼遜色，不僅看起來好漂亮、好漂亮，而且還會發光，令人很舒服，即使很硬，不過我們可以穿過去；硬，不過很軟；軟，不過不會毀壞，不是像麵條一樣，意思說它的振動力非常微細，所以即使它存在，不過不會阻擋別的東西。

我們這個世界任何存在的物質，都會阻擋別的東西，即使是很好的物質，也會阻擋。比方說，我們放一大塊鑽石在路上，我們開車就開不過去了，鑽石雖然看起來很透明，是最寶貝的，但還是會阻擋我們的路。高境界就不一樣，那裡任何東西存在的目的，都是為了表現真、善、美，不是為了要以物質的形態呈現出來，然後障礙到別的東西。所以我們才說天國無量無邊、沒有邊界，那邊的境界看起來很舒服，要用什麼就可以變什麼。在低等的境界，連鑽石也很麻煩，我們如果想要把它變成珠寶，戴在身上，也要經過很多加工的過程，需要使用很多工具，花很多功勞。上面的鑽石，你要把它變怎麼樣，它就怎麼樣，它不會障礙你。高境界的任何東西，都是為了幫助眾生，不是要阻擋眾生，或是需要他們加工這麼多，這麼麻煩！

這個世界任何好的東西，即使對我們有幫助，我們也應該加工，花很多功勞。比方說，飯、水果和其他食物都是給我們享受，不過，我們還是必須很辛苦種植，種了以後又要照顧、要澆水，有的時候刮一個颱風就沒了，或是遭遇洪水侵襲，就很多人餓死了。所以你們看，這個世界沒什麼好留戀的，多住一天就要多麻煩一天，最好是能夠不回來。修行的人有很多高等的境界可以去，這些境界可以滿足我們內心的任何渴望，讓我們精神好舒服、好快樂。

清海無上師的第二幅畫：天堂花
1990.9 福爾摩沙西湖

清海無上師1995年10月25日於福爾摩沙西湖
清海日國際禪七和慶祝活動

上帝力量 讓我們無所不能

清海無上師以英文講於巴拿馬 1990.12~1991.02
(影帶編號#139)

師父：這幅還沒有畫好，來！來！來！大家來猜畫名，獎金三百塊錢。

徒弟：師父畫的是「宇宙」。

師父：噢！好大的主題！畫名很簡單。

徒弟：她說「師父和我們一起工作」。

師父：噢！不，妳不是為我工作，妳每次都只想到工作。

徒弟：「巴拿馬」？

師父：不對！跟巴拿馬沒有關係。

徒弟：她說是「休息的地方」。

師父：猜過頭了，畫名是「休息」，所以不算完全猜對，是「休息」才對，但我不一定會用這個畫名。妳猜得很接近了，我給妳一百五十塊錢，一半獎金。是「休息」，但並沒有「地方」這兩個字，任何地方都可以休息。「休息」意味著更多的空間，而「休息的地方」就比較有限，了解到多加字就有不同意義了嗎？這就是中國人所說的「多嘴」，意思就是囉嗦、多餘。

徒弟：「休息的畫」？

師父：什麼？

徒弟：「休息的畫」。

師父：「畫」？畫怎麼會休息？畫名就只有「休息」。

徒弟：休息，指的是內邊的休息！

師父：對了，正確，如果加上「地方」這兩個字，就一定有個空間，那已經是外在的了，所以如果取為「休息的地方」、



畫作：休息
1991.1 巴拿馬

「休息的帳篷」之類的名稱，都算是物質層面了。

這純粹是個象徵，不需要畫個人躺在那裡，不用畫出全部，只要畫個帳篷，就可以知道主人正在休息。這幅畫並沒有慵懶、淒涼或是躲避的意味，因為畫中的色彩非常明亮，表示內心充滿了喜悅，所以如果用太多字，就太多嘴了。本來不應該取什麼畫名，可是考慮到人們會看不懂，才取名為「休息」，要不然每個人看了畫會不知含義。

我以前不知道自己會畫畫，我不曾跟專業畫家學過，也不曾看過有關繪畫的書。我畫畫只是想要表達一些東西，我想這樣才會是最好的繪畫。雖然油畫最難畫，但我發現其實並不難。你們可以看到，畫中的顏色是象徵內在的喜悅及和諧，否則石頭會畫成灰色，河流會畫成黑色，森林會全部畫成綠色，所以不要以為我不知道石頭要畫成灰色，或以為師父是「色盲」，分不清灰色和黑色的差別。當然，我知道顏色的差異，我用的顏色有「休息」和「寧靜」的意味，我可以再加些紅色和黃色，但看起來會太沉重了。

現在你們了解為什麼我會用這些顏色和取這個畫名。一幅作品必須表達一些意涵，而且要有靈性。

清海無上師1990年3~4月
和西湖長住於福爾摩沙屏東好茶春季閉關

現在你們知道為什麼我這樣畫這幅畫了，你們喜歡嗎？對一幅畫，你們只能表示喜歡或不喜歡，而不能說：「我了解這幅畫」，因為不見得都能了解。當我們說我們了解一首詩或一幅畫，這種說法並不恰當，只能說我們喜歡它。我喜歡這幅畫，我原先不知道自己畫得出來，而且畫得還很像，也不知道自己能畫出這樣的畫，本來以為會畫得亂七八糟，可能把葫蘆畫成像石頭，石頭畫成像樹，樹畫成像河。

我以前都不會畫畫，至少到目前為止是這樣，小時候好羨慕別人能將景物畫得栩栩如生，我覺得他們好了不起，並深受鼓舞，但從沒想過自己也能做得到。現在我知道一旦有了上帝的力量，就沒有做不到的事情；只要是上帝的旨意，任何事情都可以做得到。所以，耶穌基督才說：「先找到內在的天國，然後一切將隨之而來。」現在我越來越了解這個真理，這就是修行的利益，修行讓我們越來越有自信，因為我們會發現越來越多自己從來不知道的能力。如果我們已經在這世上輪迴很久，我們很可能已學會了很多事情、技能和藝術，而且還留有記憶，那為什麼不按一下按鈕拿出來用呢？打坐能讓我們每次都找到對的按鈕，發掘內邊所一直儲藏的東西，明瞭自己所有能做的事情。

現在我開始畫畫之後，也拿到一些繪畫的書，有人買了許多教人繪畫的書，我看了其中幾本，只是翻了幾頁，並沒有實際研讀，因為我相信自己可以畫得一樣好或更好。我只看了幾頁，我擔心如果再看下去，會被他們的概念影響，而失去自己的創意，所以就沒有再細看，只是看了書裡的畫作，有些畫得很好，有些不好，很少有傑出的作品。除非畫家是從內邊靈魂表達出來，我才會認為那幅畫是好作品。

清海無上師1990年3~4月
和西湖長住於福爾摩沙屏東好茶春季閉關



清海無上師1990年3~4月
和西湖長住於福爾摩沙屏東好茶春季閉關



清海無上師以中文講於哥斯大黎加 1990.12~1991.02 (影帶編號#139)

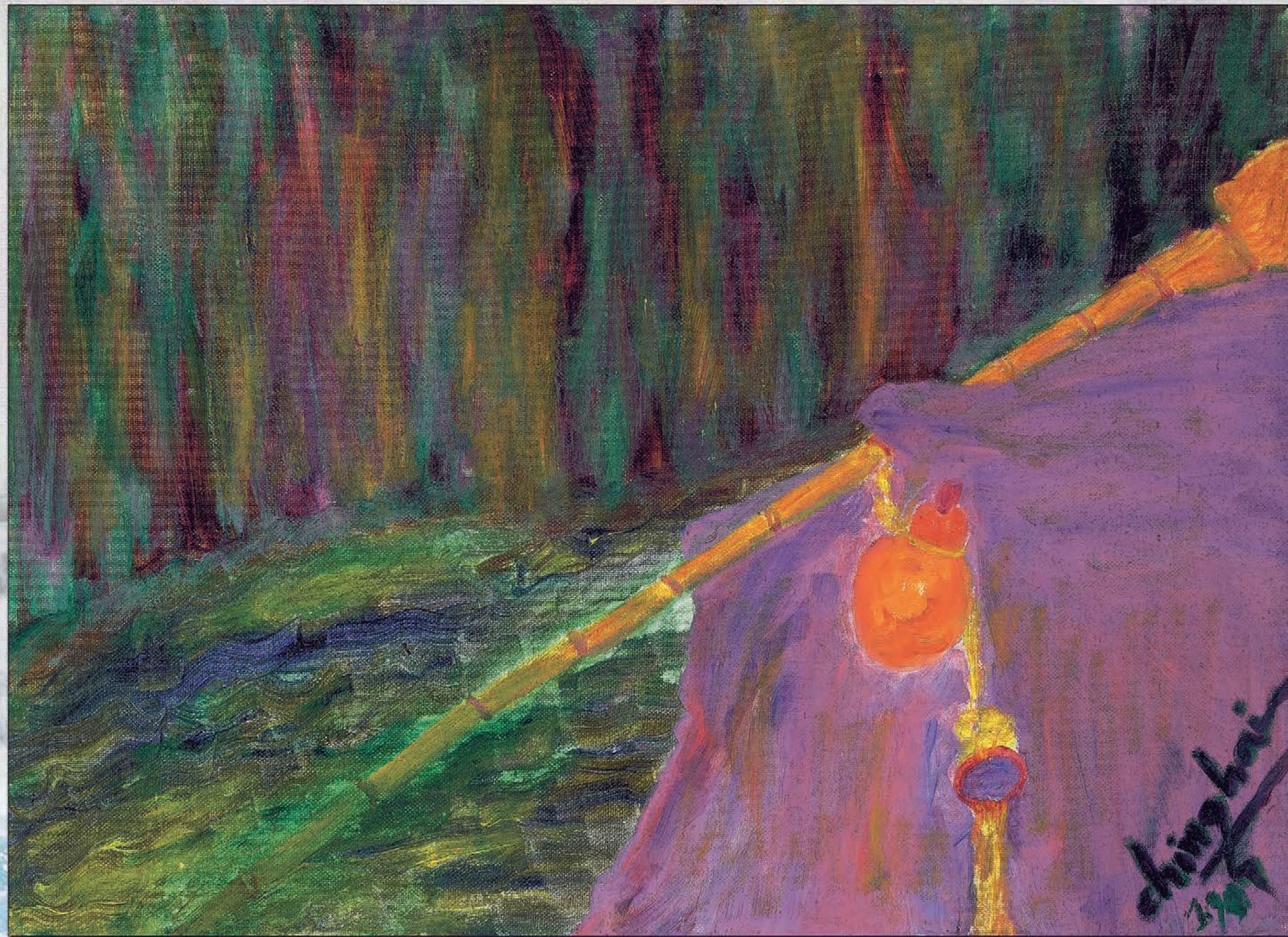
這幅叫做「休息」，不是這些東西休息，而是它們的主人在休息：這些東西不重要，那個看不到的人才重要。你們知道這個星期我在休息嘛！我們可能會認為休息的地方應該很柔和、很和平，但如果你在太柔和的地方休息也不行，因為師父做這種工作，要休息的話應該有保護層、有比較安全的阻隔，不然別人會衝進去吵我，所以有造牆、有石頭啊。即使有水，不過還是要陽剛一些。有人不懂，認為師父怎麼畫這麼硬，要休息應該在柔和一點的地方，有樹在旁邊。你們應該運用想像力啊。不過師父要休息的話，應該躲起來，四周有牆壁，這樣比較可靠一點。這些只是代表而已，最重要的是看不到的那個人。

水很漂亮，顏色很流暢喔！水是軟的，石頭是硬的，有陰有陽嘛！躲起來不是因為覺得世界無聊，而是為了要修行、休息，所以畫裡的顏色都很漂亮、很快樂，而不是黑的石頭、灰色的牆壁、或是黑黑的水，這表示說心裡很快樂，這些都是那種所謂「修行的顏色」。



畫作：休息
1991.1 巴拿馬

清海無上師1990年3~4月
和西湖長住於福爾摩沙
屏東好茶春季開關



藉由色彩和形象 傳達靈性真理

清海無上師以中文講於哥斯大黎加 1990.12~1991.02
(影帶編號#139)

你們看那個房子後面是斜斜這樣子，還有那棵樹也是
長得斜斜的，那裡時時都有風，可以看到風的存在嗎？



畫作：自在
1991.1 巴拿馬

清海無上師1991年5月於福爾摩沙西湖





這幅叫做「爭辯」，為什麼叫「爭辯」呢？因為多數的人都是依據書的內容來爭辯，看書之後，然後互相吵起來，自己沒有實際的經驗，所以我建議他們把兩本書放在上面吵就好了。不管講什麼，都只是書裡的邏輯而已嘛！這個桌子斜斜的，是表示他們的邪念、概念的關係，並非我不會把它畫平。那些黑黑暗暗的顏色，象徵阿修羅那種低等級，比較喜歡打仗、吵架這樣，喜歡辯來辯去那些無聊的事情。兩本書的封面都寫著「No. 1」，兩個都說自己是最好的。我們爭辯的時候，因為生氣，臉會發紅或發綠，所以說爭得面紅耳赤。這幅畫的顏色將這種情景描繪出來。

清海無上師1991年9月15日
於福爾摩沙西湖



畫作：爭辯
1990.12 福爾摩沙屏東
清海無上師單獨閉關



畫作：好茶的倉庫
1992.12 福爾摩沙屏東好茶
清海無上師單獨閉關

反映天堂光彩的畫作

清海無上師以中文講於福爾摩沙台北 1994.05.21~1994.05.27 (影帶編號#427)

這是好茶的芒果樹，好茶的草木屋。(無上師單獨閉關的地方)

清海無上師1990年3~4月
和西湖長住於福爾摩沙屏東好茶春季閉關



清海無上師1991年10月於福爾摩沙西湖



畫作：閉關
1990.11~12 福爾摩沙西湖太音山
清海無上師單獨閉關

這幅也是蠻漂亮(畫作名：閉關)，再繼續看下去，誰都想去閉關。有沒有人看了這幅畫之後想去閉關？
(有人答：有) 真的哦。那個帳篷也很好玩，我的帳篷真的是這樣。這個山林好漂亮！亮亮的，有各種不同的顏色。雖然看起來顏色不多，不過我是用十幾種顏色混在一起，才變成這個顏色，變這樣淡淡的。



清海無上師1992年8月
於福爾摩沙台北陽明山單獨閉關

這幅也很美（畫作名：心花不謝），活力很強，那些花好像剛剛開，剛剛採下來。好漂亮哦！不過你們去外面買不到這麼豐腴的鳶尾花，我好喜歡！

畫作：心花不謝
1992.9 福爾摩沙台北陽明山
清海無上師單獨閉關





這幅有意思，這個房子歪歪的，
這樣也可以住（畫作名：愛源）。
（有人說：好像吊在半空中一樣）
世界的看法比較歪嘛。幹麼要畫
得跟別人一樣呢？是嗎？（大眾
答：是！）如果這樣就用照相的就
好了。啊，我看這些畫，我就很高
興了。

清海無上師1993年4月於美國華盛頓州西雅圖
1993全球弘法期間



畫作：愛源
1993.4 美國華盛頓州西雅圖
1993全球弘法期間所作



畫作：新紀元
1992.3 日本沼田

「寧靜夜」與 「新紀元」的創作緣起

清海無上師以中文講於福爾摩沙西湖 1992.04.02 (音帶編號#CG32)

這兩幅是新完成的畫，在日本畫的。我們在日本期間，有一天剛來那個房子的時候，天上有月亮，四周沒有雲，只有一個圓圈圈這樣，我們全體都有看到。然後他們就用錄影機和照相機拍攝，卻拍不到。我沒辦法，就趕快畫起來這樣。本來要畫這個（畫作名：「寧靜夜」），結果我看不很像，我就把它擺一邊，再畫那個（畫作名：「新紀元」）。後來看這個顏色也蠻不錯，我就加一個幽浮進去（師父及大眾笑並鼓掌）。我跟他們說：「唉呀！這個太無聊，怎麼辦？」一個長住說：「加一個幽浮或是外星人什麼的。」我畫那個幽浮不很像，不過我信任你們的想像力，所以我讓你們想像就好了。

畫作：寧靜夜
1992.3 日本沼田



清海無上師1991年2月於哥斯大黎加



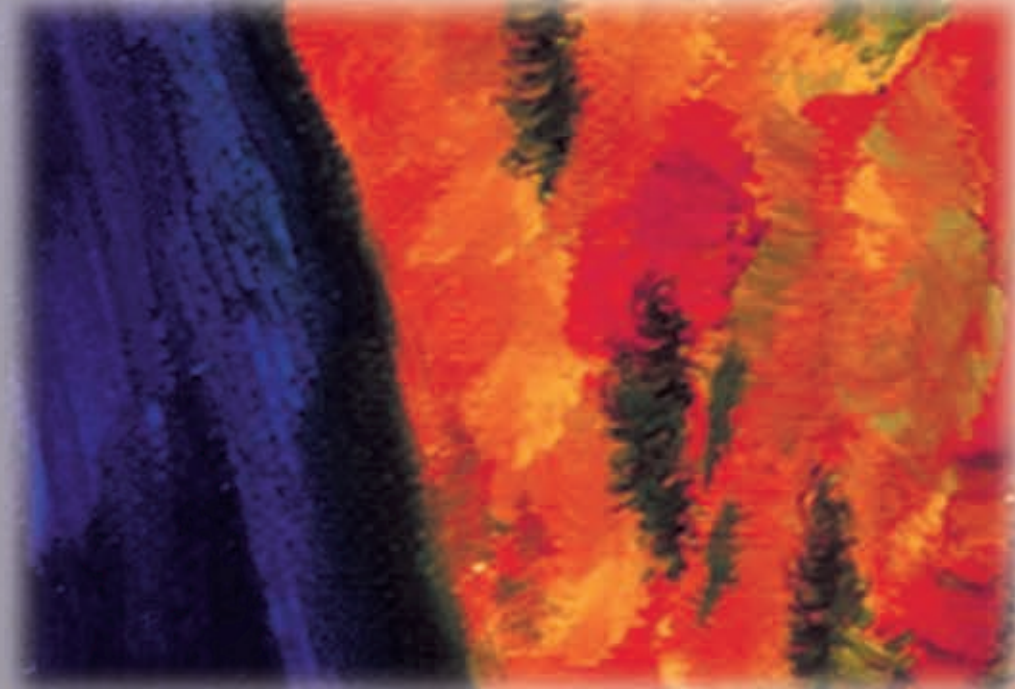
畫作：奮鬥
1991.2 哥斯大黎加

奮鬥

清海無上師以英文
講於比利時布魯塞爾
1993.04.29
(影帶編號#364)

打坐大殿應該是和平的地方，但我把這幅畫取名為「奮鬥」，因為他們內心經過奮鬥，最後才達到和平的境界。

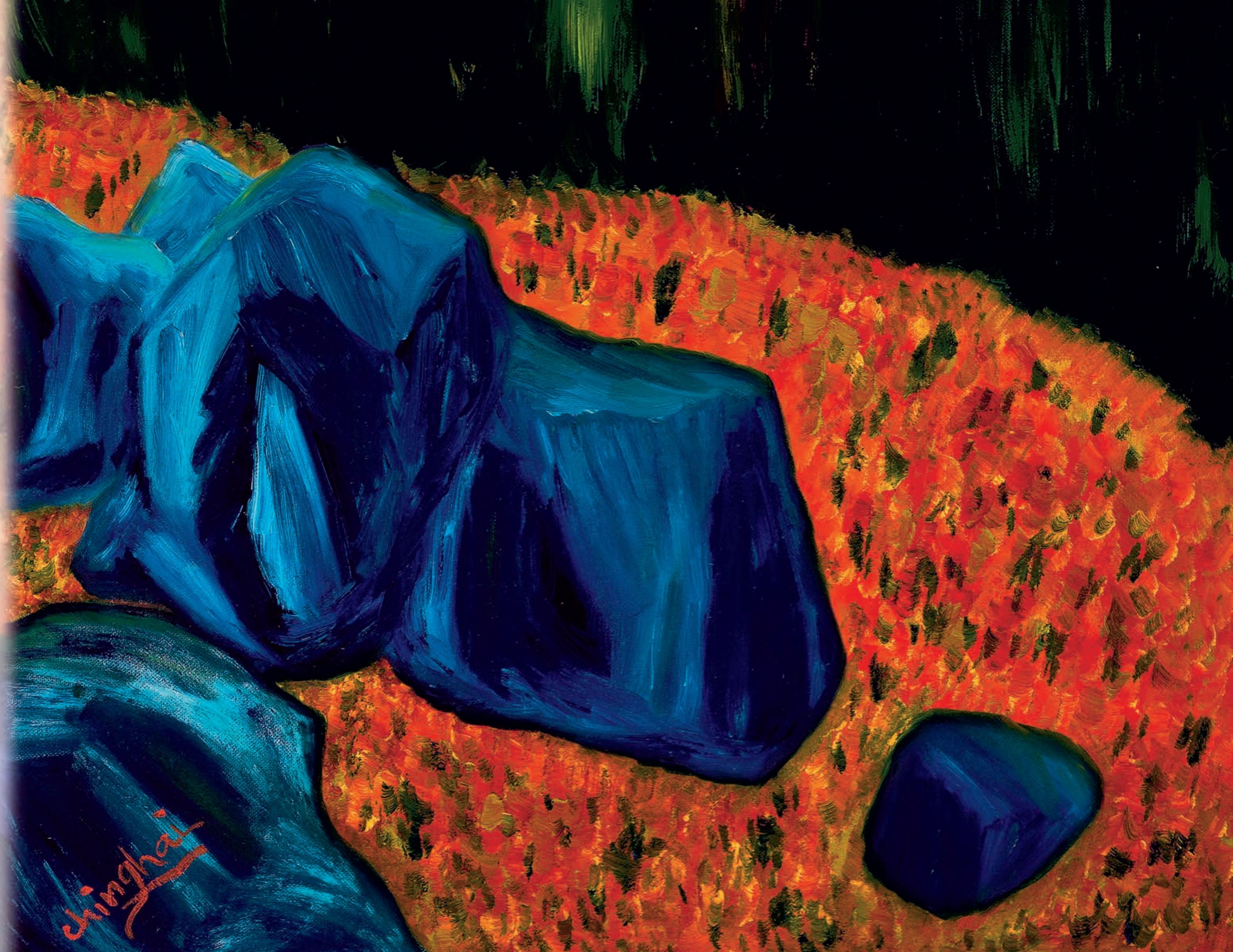
多數人畫寺廟或打坐大殿，都會畫得很美麗、很祥和，有小鳥唱歌等等。但對我而言，那是一種奮鬥，因為我知道內在的情況，當你們努力歸於平靜，剛開始並不容易做到，但當達到那種境界之後，就可以不需要打坐大殿了。所以這幅畫取名為「奮鬥」，我想你們都可以了解其中的含義。



生動詮釋「石頭開會」

青海無上師以英文講於美國波士頓 1991.02.24 (影帶編號#155)

我畫過一幅色彩鮮明的畫，畫裡的藍色十分明亮，黃色也是耀眼、炙熱的金黃。冷冽的石頭是藍色，火燙的沙子呈現紅色、黃色和金色。畫作發出灼熱的能量，凝視太久會讓人眼睛感到刺痛。畫裡的海灘上有許多的沙石，其中有一顆大石頭看起來像是一位威權赫赫的白髮老翁，令人印象深刻。在另一邊和小石塊在一起的一些石頭，也很引人注目。毫無疑問，這些一看就知道是石頭，但是表情卻很像人，你也講不出來到底哪裡像，不過看起來就像開口講話的人。所以我把這幅畫命名為「石頭開會」（高峰會議），它就像一場會議，石頭聚在一起高談闊論，而你們也知道石頭講話可以講多久。它們表情冷漠、威嚴而且很固執。一旁的沙子和樹木早就已經發火了；因為講太久了，石頭們講了好久好久，又言不及義，惹得周圍大家都「火冒三丈」，而那些石頭卻依舊無動於衷地坐在那裡，繼續滔滔不絕的講。所以我取名為「石頭開會」，這就是其中一幅畫所表達的哲理。



畫作：石頭開會
1990.11~12 福爾摩沙屏東河邊

沙漠之花

清海無上師以英文講於美國加州 1994.03.09 (影帶編號#409)

這幅畫叫「沙漠之花」，這種花很少見，只有在沙漠地區才看得到，而且也不是所有的沙漠地區都有這種花，不同的沙漠地帶會生長不同的花。大部分的沙漠地區都只有生長一種藍色的花，而只有一處沙漠地區生長這種赭紅色的花。這種花很美，會讓人感覺到好像是栽培在我們庭園中的花。這種植物雖然外觀看起來很乾枯，事實上那只是顏色造成的錯覺，這種植物內部十分青翠、有活力，如果剝開來看，會發現裡面還很綠，有些沙漠植物的特性就是這樣。

對於植物而言，生長的環境不同，所開出的花兒顏色和外形也會跟著不一樣。我們人也一樣，生長在不同情況和環境下的人，無論是內在或外在也都會不一樣。我並不是指內在靈魂或那個不生不滅的本來面目，而是指生長在不同背景或環境下的人，他們所養成的個性、人格和習性會有許多差異，不過他們本人還是很美，就像沙漠之花一樣。

所以我畫畫的時候，不是只表現出靜物或風景的表象而已，同時也呈現出它背後的涵義。沙漠之花就如同那些生長環境與眾不同的人們，那些人看起來是那麼地陌生和獨特，和我們都不一樣，或許只像我吧！這種情況就好比沙漠之花。



畫作：沙漠之花
1994.3 美國加州

精美畫框 搭配靈性畫作

清海無上師以英文講於比利時布魯塞爾 1993.04.29 (影帶編號#365)

所有我設計的畫框都是為了搭配畫作，例如，這幅畫叫做「愛之林」，我就設計心形的畫框來搭配。



畫作：愛之林
1990.11~12 福爾摩沙屏東
清海無上師單獨閉關

清海無上師1996年12月29日
於美國加州長堤悠樂藝術家慈善音樂會
「絲竹之夜—前身足跡與故鄉情歌」



畫作：山竹果
1990.10 福爾摩沙西湖



畫作：怡
1991.6 福爾摩沙西湖



畫作：剛與柔
1991.6 福爾摩沙西湖



畫作：獨立
1991.6 福爾摩沙西湖

逆境更能激發潛能

清海無上師以中文講於福爾摩沙台北 1993.02.28 (影帶編號#320)
師父於國父紀念館開示後至藝術創作區觀賞

從來沒有人做這種畫框嗎？(同修：沒有，他們都是做方方正正的)這些是我設計的，這個框真的好美！(大眾：好漂亮！)我只是暫時設計一些而已，以後如果有不同風格的畫，那時候再設計。這樣搭配起來比較不一樣。(大眾：是！好漂亮！)這樣才好，才值得展覽。師父有好多設計，還有萬歲燈，我們有時候真正需要時，才華才跑出來。我

們蓋那個小木屋的時候，沒有燈，我們去買外面的燈，好粗糙，配不上，我才想到自己設計。所以「塞翁失馬，焉知非福。」真的如是！有時候我們生活缺少什麼，我們才華才跑出來，所以缺少物資並非有什麼不好，越缺少越好。如果沒有缺少那些宮燈，師父也不會設計那些萬歲燈出來。



清海無上師1994年12月~1995年1月
於福爾摩沙西湖寶物亭



清海無上師的第一幅畫：海之歌
1990.9 福爾摩沙西湖



畫作：開心
1991.6 福爾摩沙西湖竹林

放下執著的角落， 才華展露無遺

清海無上師以中文講於福爾摩沙台北 1993.02.28 (影帶編號#320)
國父紀念館印心後開示

師父設計畫框的緣起

這些框，師父設計好久了，從陽明山閉關的時候，師父那幾幅畫有比較不同的風格，叫他們做框，可是講了好久他們都不做，或是拖拉到現在還沒做好。其實以前他們就做了，但是做得跟師父意思不一樣，所以我說重新再弄，結果他們昨天晚上才開始弄。不過，師父以前就有打電話告訴他們哪一個框應該怎麼做，深度怎麼樣，哪一個深、哪一個淺，哪一個是圓的、哪一個是心型的，內邊應該怎麼樣配合等等，因為有時候你們配不好的話，整幅畫的藝術感都被破壞了。

他們在那邊說不會做、不行啦！讓師父生氣，因為我已經交代好幾個月了，到現在做這個樣子，還敢跟我說不行。而且錢多少沒關係，師父都會付的，買材料的事情也已經交代好了，他們又有木工的才華、又有做框的經驗，怎麼還做不好？我在那邊罵了一頓，我說：「做不好，不要再來了，莎啞娜拉！」然後，他們一天一晚就全部做好了！做的人也在這裡，我不說妄語，很多證人你們知道。有嗎？(同修答：有)好！他們也在場。

做這些畫框不是小工作，即使速度很快，不過也沒辦法這麼快，他們才兩、三個人而已。這些畫框都是他們自己做的，不是在外面訂人家做好的。師父指示怎麼做，他們一天一晚就趕出來，而且做得那麼漂亮，雖然還不是合我的意，還不夠完美，不過已經很好了，是不是？外面他們做的框，都是四四方方這樣子，看起來不優美，我不很喜歡，所以我想自己設計畫框。



畫作：思念彼岸
1990.11~12 福爾摩沙屏東河邊
清海無上師單獨閉關



畫作：親愛的
1991.7 福爾摩沙西湖

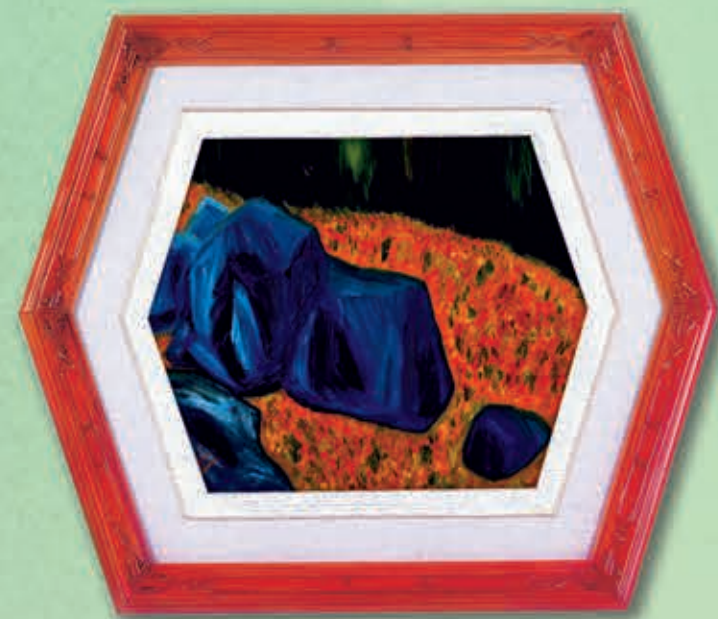


畫作：法喜充滿
1990.11~12 福爾摩沙屏東
清海無上師單獨閉關

清海無上師1995年4~5月
於摩納哥S.M.天衣世紀之秀期間



畫作：石頭洞
1990.11~12 福爾摩沙屏東山區
清海無上師單獨閉關



畫作：石頭開會
1990.11~12 福爾摩沙屏東河邊
清海無上師單獨閉關



清海無上師1995年8~9月
於德國漢堡禪三後



清海無上師的第三幅畫：月圓之夜
1990.9 福爾摩沙西湖



清海無上師的第二幅畫：天堂花
1990.9 福爾摩沙西湖



畫作：和諧
1991.2 哥斯大黎加

奇怪！以前跟他們柔和地講，還畫出來、設計出來給他們看，不過，三、四個月做不好。想不到罵了一頓以後，一天就做好了，不是一個畫框而已，而是二十幾個框啊！喔！我覺得真的神通廣大！（大眾笑並鼓掌）我神通廣大啦！教訓人的時候，那個人也難過，他也是很老了，而且又有做畫框的經驗，另外一位是所謂的出家人，他們兩個很難過，在那邊覺得一定不可能做好。結果做好以後，就跟師父說：「真的，師父不罵不進步。」（大眾笑）現在在那邊笑了，笑得好高興。不過我不高興，因為教訓人的時候師父很苦，我不喜歡罵人。

清海無上師1995年8~9月
於德國漢堡禪三後



畫作：休息
1991.1 巴拿馬



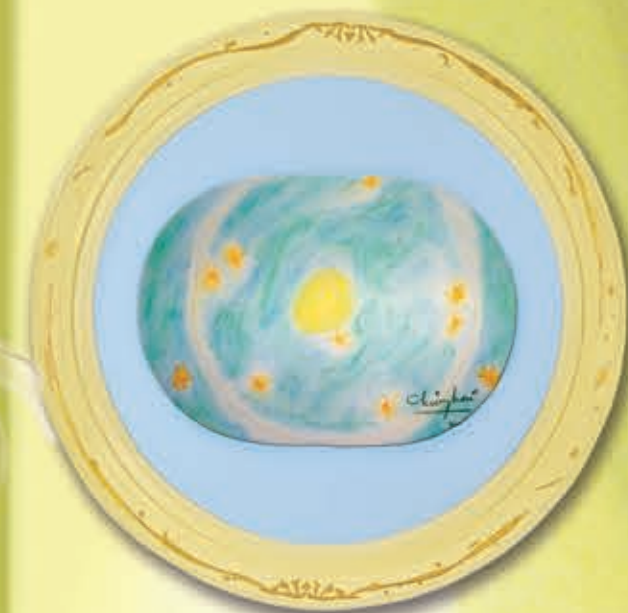
畫作：平常夢
1991.6 福爾摩沙西湖



畫作：師父的鞋與扇
1991.7 福爾摩沙西湖
清海無上師在禁食期間完成



畫作：西湖夕照
1990.10 福爾摩沙西湖



畫作：寧靜夜
1992.3 日本沼田



畫作：簡單喜悅
1990.11~12 福爾摩沙屏東
清海無上師單獨閉關

越修行，越多才多藝

所以最好你們自己好好用功修行，而且要真正檢查自己的內邊，時時把注意力放內邊，就不用被師父教訓、不用被社會磨練。即使有時候師父沒有教訓你們，同修或是外面的人也會這麼做，因為你們修行不好，沒有逼自己把全部的才華用出來。有時候師父教訓你們，是為了逼你們自己站起來。他現在知道自己會做了，好高興，他從來沒有這樣做過畫框，都是買人家弄好的，回去釘一釘這樣子而已，從來沒有自己製作過。我說你一定會，做這樣比較舒服，因為自己還可以創作出來。如果做像職業一樣，買現成的材料回來釘一個框，這樣誰都會嘛！我們的才華都埋沒了。我們的才華也是從智慧而來，所以我們越修行，越多才多藝。

世界上有很多人才沒有錯，不過他們的才華只是在一個方面而已。我們修行的人多才多藝，以後你們會發現自己有好多才華，那些你們自己都不知道的才華，都會自然展現出來。因為我們智慧是無量無邊的，我們用在哪個方面都好，只不過我們沒有遇到被情況逼的時候，有時候自己不知道，或是我們懶惰，或是被成見綁住，認為自己不會、自己很爛，認為我們就是那樣而已、我們只能這樣而已。事實上都是胡說，我們什麼都會。



清海無上師1990年3~4月
和西湖長住於福爾摩沙屏東好茶春季閉關



清海無上師的第一幅畫：海之歌
1990.9 福爾摩沙西湖

師父從事藝術創作的緣由

師父以前沒有學過畫畫，我嘗試畫了第一幅畫「海之歌」，這只是試筆而已，因為我從來不曾正式作畫，我想試一試而已，結果就變成一幅畫。從那一天開始，我才知道自己也會畫畫（大眾鼓掌），這只是一方面而已。不過，師父也不是每天故意施展自己的才華，我只是藉由自己親身的體驗來告訴你們，你們才相信。事實上，師父也是情況逼出來才畫的。因為以前師父想自己賺錢，不要麻煩同修，不要受供養，因為師父教你們什麼，我自己要親身做到，所以我也不受供養。然後才開始畫石頭，賣給人家當壓文件的東西，就這樣子而已。畫石頭以後，大家都搶著買，後來那些石頭都被我們贖回來了，給大家欣賞就好了。

因為我來不及畫了，畫一個石頭需要三、四天的時間，因為兩面都畫，一面乾了以後，才畫另外一面，然後再反回來畫東西上去，我覺得太累。而且來不及賣給同修，連外人也買不到，何況外人呢？師父畫石頭的時候，正在屏東閉關，屏東河邊有很多那種漂亮圓的石頭，所以我就地取材，順便畫一畫。因為我們在哪裡就順應那邊的情況，我在河邊還能開什麼工廠呢？是不是？所以就開「石頭工廠」，然後長住和我一起工作，有的去撿石頭，有的洗石頭，有的擦石頭，然後我畫畫這樣。我們也是蠻熱鬧，不過供不應求。





清海無上師的畫石
1990年3~4月和西湖長住
於福爾摩沙屏東好茶春季閉關期間所作

師父剛畫石頭的時候，只有那些聯絡人員，或是很有功勞、很奉獻的那些同修，才能夠買到師父的石頭，別人輪不到，即使你出多高的價錢也沒有用。那時候我訂多少錢就多少錢，不是像義賣那樣，誰多錢就能多買，沒有！因為我畫的石頭太少，大家都搶著買，我不知道賣給誰，所以才訂這樣，不是有分別心。後來覺得畫石頭太小、又太累，又不能發展我的才華，才開始想畫大一點。從這個過程看來，師父好像是被情況逼出來，才變成畫家。

同樣，你們或許有很多才華，現在也可以加以運用。我們修行觀音法門以後，情況怎麼樣，我們會很快地應對怎麼樣。像師父不會畫畫，不過因為這樣子才變成畫家。師父設計萬歲燈，也是被逼出來的。因為我們有一次蓋一間小木屋，我設計很漂亮，然後要去買那種木製的宮燈來搭配，結果沒有一個配得上，因為那些燈都是工廠用機器大量製造的，所以配不上。當時徒弟就說：「師父，那您自己設計嘛！既然這些燈太粗糙，您都不喜歡，那您自己設計就好了嘛！」我說：「我從來沒設計過，我試看看！」所以才設計了那些萬歲燈，雖然不是世界上最美的，不過也是蠻有藝術感，是不是？（大眾鼓掌）

還有很多別的事情，比方說，彈琴、古箏、洋琴等等。你們有聽過師父的洋琴錄音帶嗎？（大眾答：有）那是我第一次彈的，從沒學過，不管好不好聽，你們聽那個旋律，也知道不是初學者能彈得出來的。同樣，我們內邊有很多潛能，我們修行以後自然會發展出來。這些潛能我們也不需要全部用，不需要展露給整個世界知道我們是多才多藝，這不是我們的目的，不過我們該做的時候，自然會做。只有修行才能夠幫助自己，才能夠真正的幫助世界，不然的話，做什麼都沒有用，不管我們的理想多高，我們誠心怎麼樣，如果沒有智慧的話，全都是白費。



清海無上師1990年3~4月
和西湖長住
於福爾摩沙屏東好茶春季閉關



師父畫扇涼暑氣

福爾摩沙苗栗西湖觀音使者
節錄自清海無上師新聞雜誌第21期 1992.07 出刊
(原文為中文)

師父最近畫了一些扇子，緣由起於有天下午，師父在西湖太音山散步時，指導長住如何就地取材，利用細竹枝和其他材料做扇子，當長住完成扇子的外型後，再由師父畫上圖案。師父隨興地畫了一個下午後，一支支色彩柔和、活潑、又深富禪意的扇子，便呈現在大家的面前。這些扇子看起來很像是繡的，每一把的風格和意境也各不相同，有些較有現代感，有些則古典秀雅，還有一些非常俏皮，師父的幽默和赤子之心在畫扇中流露無遺！

當師父讓大家猜畫扇中的意思時，曾開玩笑地說：「這是很嚴肅的事情，這些都有禪的味道。」由於大家都被許多嚴肅的修行概念綁住而未能猜中，當師父說出真正的主題時，大家不禁拍手叫絕！

清海無上師1992年8月
於福爾摩沙台北陽明山單獨閉關



有一把取名為「隔壁的太太比較漂亮」，師父說：「平常我們從這山看到那山，總覺得那邊的草比較綠，就像一些徒弟一樣，跟著一位師父，然後看有沒有更好的，意思說『隔壁的師父比較開悟』。」（大眾笑）



有一把取名「人草」的扇子，師父解釋說：「如果不修行的話，我們也是像草木而已，種在地下；不過扇中人草的智慧眼冒『煙』，表示說有修行。」



另外一把扇子取名為「拜山拜水」（朝山），師父解釋說：「幾塊磚頭就是代表那些給人家拜拜的寺廟或是石頭，那個人畫得像螞蟻一樣，人為什麼爬在地上呢？那麼弱小，好像螞蟻一樣，頭上又戴個王冕（代表萬物之王），有那麼偉大的智慧，卻爬在地上像螞蟻一樣，因為智慧沒有用、沒有判斷能力，所以才沒有什麼勇氣，沒有方向，盲盲目目像螞蟻一樣。」



另外一把取名「智慧眼」，意思是說：「這個世界本來沒有什麼，空的嘛！我們即使當王也沒什麼意思，等一下也空了，只有智慧眼是最重要，別的都沒用！」



還有一把取名「坐慘」(禪)，師父幽默地畫出道場長住打坐時的情景。前面冒煙代表雜念，好像坐在火爐上面一樣，坐不定，所以叫坐慘(禪)。

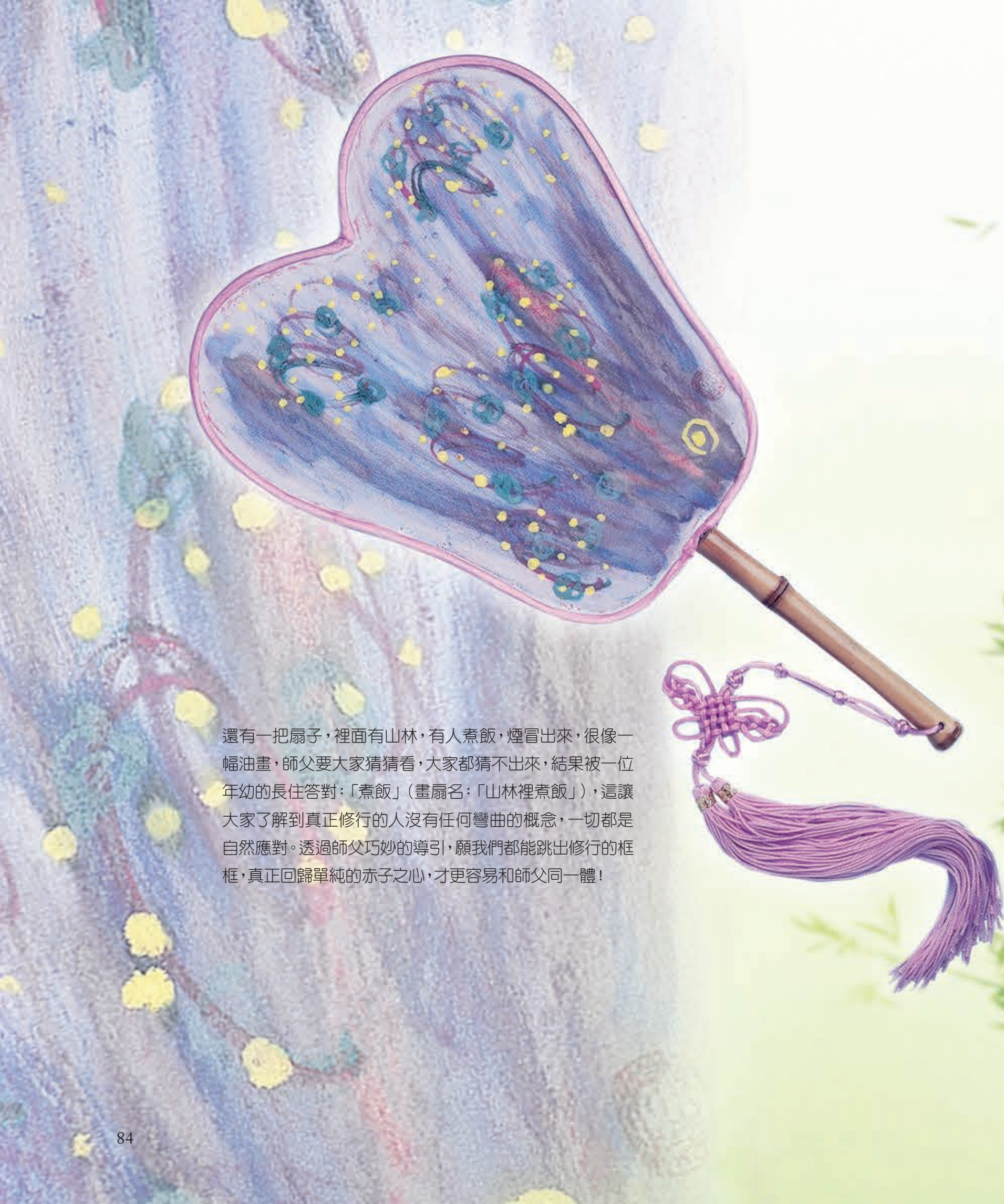
還有一把取名「大量」的扇子，三顆心連在一起，高興時，心打開，心不窄，什麼都能容納，與萬物同一體。

有一把取名「百尺竿頭」的扇子，師父提示：「這是一個人，一直往上爬，爬到頂上面，以後怎麼樣呢？」大眾正思索不解時，師父幽默地回答：「天氣很熱，就跑下來了……」(師父及大眾笑)

* 百尺竿頭原本是現代禪門出名而且嚴肅的「公案」。



另外一把非常可愛，取名為「幸運」，師父說：「這叫幸運，彩虹啊，然後滿天都是星星，一定是好預兆。他們象徵內在的光。」



還有一把扇子，裡面有山林，有人煮飯，煙冒出來，很像一幅油畫，師父要大家猜猜看，大家都猜不出來，結果被一位年幼的長住答對：「煮飯」（畫扇名：「山林裡煮飯」），這讓大家了解到真正修行的人沒有任何彎曲的概念，一切都是自然應對。透過師父巧妙的導引，願我們都能跳出修行的框框，真正回歸單純的赤子之心，才更容易和師父同一體！





清海無上師1995年11~12月
於福爾摩沙西湖畫『陰陽戰』

從作畫和典籍， 探討人類與萬物相處之道

清海無上師以中文講於香港禪三 1994.04.01-04 (影帶編號#414)

事出有因，禍福自己造

我在這邊沒事幹也可以，幹麼有時候要畫畫？因為我要這樣過日，我喜歡畫，我就畫出來；畫出來的話，我的鼻子、眼睛、頭髮、手啊，還有我漂亮的衣服，到處都是畫畫的顏料，我自己本人也變成一幅畫（師父笑）。我畫出來一幅畫以後，我全身也變成油畫，這是我自己造出來的，不能在那邊抱怨說：「唉呀！怎麼上帝讓那些顏料噴到我身上呢？」

如果我畫完以後，馬上全身都是油彩的話，我就會記得這個緣故，知道是我自己畫畫才弄得那麼髒，我去洗一洗就好了。但是像別的事情，有時候相隔很長的時間，或是發生在幾百年前、幾十年前，我們出生以後就忘記了，忘了我們以前欠哪一個人多少錢，或是我們前世打人，現在他回來打我們，我們忘記以前的事，然後就哇哇叫說：不好、不好、不好、冤枉等等。事實上很多事情都是我們自己造出來的。

順應自然，尊重萬物

在《莊子》裡面有一個故事，提到河神問海神說：「什麼是天？什麼是人呢？」海神說：「馬啊，他用四隻腳跑，那就是天；用繩子穿過馬的鼻子，然後把他綁在一個地方，或是叫他做事，那就是人。」（《莊子》秋水篇原文：河伯曰：「何謂天？何謂人？」北海若曰：「牛馬四足，是謂天；落馬首，穿牛鼻，是謂人。」）我們沒有順其自然，想要綁這個、要抓那個，要把牛的鼻子鑽一個洞，然後穿一條繩子過去這樣拉他。上帝生牛出來，他的鼻子這裡沒有一個洞，也沒有繩子，這樣做的就是人。

真的如是！上帝生牛出來就完成了，他自己要跑就跑，要吃就吃，要睡就睡，要死就死，要互相打架就互相打架。人卻把他抓過來，挖一個洞在鼻子這邊，控制他，叫他做這個、做那個。人類做了很多這種事情以後，也順便把人挖一個洞在鼻子那邊，然後控制他們，以前確實有發生這樣的事情。

以前不是有一些所謂比較聰明、比較文明的白人，抓那些黑人或是那些落後國家的人，也許沒有挖他們的鼻子，不過也是讓他們很痛苦。有時候用那個很熱的鐵，在他們鼻上或額頭印上號碼或是特號，表示說那個奴隸是屬於哪一個派，或是哪一個富有的人的，這樣也是像對待動物一樣嘛！所以這就是人。上帝沒有叫我們這樣弄。

上帝造黑人出來，一定不是為了來當白人的奴隸。而且黑人都住在非洲那邊，根本沒有跟白人有任何關係，也不會來那邊吵他們。你們看亞歷克斯·哈利(Alex Harley)所寫的《根》(Roots)那本書，描述非洲奴隸的故事：從黑人祖先被抓，一直到他們在美國繁衍下一代，然後進行革命、爭取平等整個過程。那本書這樣那麼厚，都是記錄那些令人很難過的真實故事。人對人哪，真的不如動物啊！動物他們不會彼此對待這個樣子，除了有時候為了搶女朋友或是爭奪地盤，才會互相打仗一點，不然他們不會彼此對待那麼殘忍。而且動物又不是人，我們都罵他們是動物，那他們有權利可以做野蠻的事情，而我們是人，怎麼能這樣做？不過我們做習慣了以後，良心都鈍掉了，沒有感覺了，不知道殘忍、仁心是什麼。

清海無上師2007年12月27日於法國巴黎
國際聖誕禪四（與全球聯絡人的聚會）



清海無上師1993年1月
於福爾摩沙屏東

聖者悲憫眾生的胸懷

我還沒有修行以前，就已經不忍心虐待動物了，以後越修行越敏銳。好久以前，我去西班牙度假的時候，我不敢去看鬥牛表演，因為我覺得太殘忍了。不過那時候我還有騎馬，因為在那個地方又不能走路，大家都騎馬，所以我也騎。但是現在我連騎馬也不忍心騎，覺得比較尊重他們，也許他們不會在意，不過我很敏感，不忍心騎他們。

以前我曾經去緬甸朝聖，因為那邊有很多古老的寺廟，木頭佛像、銅佛很多，所以我們去那邊看看、拜拜。那邊有很多馬車，那個時候我已經比較敏感了，我看那隻拉車的馬太苦、太吃力了，本來那個椅子坐八個人就夠多了，結果還擠兩個人在前面，又擠兩個人在後面。那邊很熱，馬車仗又一直打他，他不走不行嘛！喔，我看了受不了！

不過我想一想，如果我不坐的話，他就沒錢買東西給那隻馬吃，也不是真的幫忙什麼。所以我在那邊進退兩難，內心很難過、很難過。我希望我能夠把那隻馬放生，不過放生了以後，人家還會抓回來做更恐怖的事情，甚至把他吃掉。還有，如果我想帶他搭飛機，怎麼帶呢？而且整個世界那麼多馬，怎麼放得完呢？還有牛啊、狗啊、小鳥、烏龜、魚等等，唉呀！沒有什麼東西人類不抓來玩的。玩還可以，有時候對待他們真的很殘忍，那就是人？？？

傷害眾生，招致苦難

上帝造動物出來幫助我們、給我們觀賞、陪我們，結果我們卻把他們抓來虐待，然後利用他們等等，讓他們很痛苦。我們對待上帝造出來的生物是這樣子，然後又期望上帝對待我們好。然後因因果果這個樣子，一直造出來很多痛苦的情況。我們每天虐待動物，他們那種痛苦的氣氛也會黏在我們身上，黏久了以後，就把我們壓下來，讓我們沈在那種痛苦的氣氛裡面。那時候我們就痛苦了，我們得到不好的命，然後才在那邊哇哇叫，說上帝怎麼不公平。沒有任何東西會平白消失，動物痛苦的氣氛會留在那裡，然後一直黏在我們身上。

有一部電影描述一個人，他好像有修行，所以有一種靈感，他摸什麼人的房子、椅子而已，就知道那個人殺人。他摸椅子而已，不需要摸到人，對方殺人的景象都會顯現在他的面前，他就知道那個人殺人。真的是有這種事情，因為那種氣氛還會留在那裡，你跑不掉。如果我們是在很久以前做這些事情，然後我們死了以後再生回來，那些氣氛還會黏在我們身上，不過我們忘記為什麼，然後就哇哇叫，說上帝怎麼樣、怎麼樣。

原諒敵人，方為上策

有時候我們真的是無辜的受害者，有時候則是我們自己造出來的，現在我們也不知道是哪一種情況，然後就互相殘殺，下輩子再回來報仇。不管你現在是無辜的受害者，或是你自己以前造出來的，還是會造成因果循環。因為如果是你以前造出來的話，你現在又不甘心別人對付你、欺負你，於是你又想辦法報仇。而那個人因為你以前欺負他，現在他就欺負你，但是你又向他報仇，所以他下輩子又再回來欺負你，然後就永遠沒完沒了。

如果現在你是難民，被人家欺負的話，或許你以前沒有做很壞的事情，不過有時候自己殘暴出來，像把牛的鼻子挖一個洞，比方說這樣子，自己造出來一些因果，然後又欺負那些比較無辜的人。結果那些無辜的人就生氣、憎恨你了，然後又想辦法報仇。從那個時候就開始冤冤相報了。那些無辜的人這輩子本來是難民，下輩子就變成你的仇人；然後這些仇人下次又變成難民，這些難民下次又再來當你的仇人，這些仇人下次又變成難民，這樣子輪輪流流，然後世界就開始亂了。

所以佛啊、耶穌基督都勸我們原諒敵人、愛敵人，不管我們是難民或是以前自己造出來的因果，原諒敵人是最好。因為我們現在已經不記得前世對他做了什麼：就算前世我們沒有對他做什麼，現在他欺負我們的話，我們也是要原諒他，不然一直這樣仇仇恨恨、冤冤相報，那什麼時候才了呢？

清海無上師2007年10月24日
於法國巴黎禪三



清海無上師1994年1月1日
於泰國曼谷新年慶祝活動

情況促發 內在才華顯現

清海無上師以英文講於泰國 1994.01.02
(DVD編號#401)

你們擁有很多，你們可以做很多事。任何我所做的事，比方說畫畫或服裝設計，我以前都沒學過。我也沒學過作曲，但你們喜歡聽，而且作曲的專業程度不會比任何人差。因為我擁有這些才能，當時機成熟，當我催促自己，當我必須要做的時候，我自然就會做。我並不是每天都做，也不會在不需要的時候做，但是我做得到。

比方說昨天晚上我穿的衣服，原本我並不想設計什麼，也沒想到這些事，我只是想：「噢！我隨便穿穿就好了。」可是後來有些人說：「噢！不行，師父，這樣不好，現在是新年，會有好幾千人來，您要穿好看一點。」然後我就想：「噢！我沒有好衣服可穿，怎麼辦呢？好，我來設計。」然後不到三、五分鐘就設計出來了，很簡單，因為我是迫於情況而做，沒多少時間構思。

所有我創作的這些音樂，也都不是我想作曲或有其他目的，或是構思好久之後終於理想實現，都不是這樣。我只花了一、兩天，在充滿音樂曲韻的心境下寫出來的。為什麼呢？因為有一位很親近的同修忽然無緣無故走掉了，令我有些難過。我覺得如果他回去俗世，對他來說沒什麼意義，因為很多人離開我之後又回來，即使沒有回來，他們的情況也都不太好，這樣會令我一再的擔心，讓我煩惱。如果他們離開後很快樂，結了婚，從此過著快樂的生活，這樣也好；但多數不是這樣，都只是讓我更煩惱。我早知道會這樣，我說：「噢！不要，不要再發生這種事，拜託！」歷史一再重演，你們應該從過去經驗中學到教訓，而不是重蹈覆轍，然後受苦。

因為我知道我對他們好，我很解除了我之外，世上沒有人像我一樣地愛他們，無論對他們是責罵或是親切，都是出自於愛。

因為那個人就這樣離開了，我感到很傷心，也不是非常傷心，而是覺得有點挫折，以前看過的情況又再次發生。所以我心想：「噢！不要！不要現在，我太累了，我很忙。」我的精神和肉體都需要休息，還有別的事要處理，還有很多事要忙，目前壓力很大，可是他卻忽然離開了。我心想：「噢！不該選在這個時候，你可以在其他時候離開，但不要現在。」我覺得每個人都心甘情願或不自覺地被幻想騙了，情況也的確如此。所以這首歌一下子就湧現出來，我是為那個人寫的，然後和這首歌有關連的其他歌也紛紛冒出來，總共十二首，其中有些歌是翻譯成悠樂文和中文。所以它們是自然而來，我幾分鐘就寫出了一首歌，沒有事先構思或安排，因為情況促成，所以我才寫出來。



清海無上師一九八〇年代早期於德國

畫畫也是一樣，我從沒想過要畫畫，我是最懶惰的人，沒有創造力，什麼都沒有，我只是有什麼就做什么，或情況需要就去做。比方說，這些畫是怎麼畫出來的呢？我以前從沒畫過，而且我過去是班上最不會畫畫的，老師可能隨時會對我說：「不要浪費顏料了，總之我會給你分數和成績，就省省顏料和紙張吧！」我想雖然老師沒有這樣講過我，但在班上我對畫畫大概不是很有自信。我還記得那時的第一幅畫，我可以畫一些花之類的東西，但我覺得不好，後來我的第一幅畫是畫人，內容大致是畫一對姊妹，其中一個從腳踏車上跌下來，另一個立刻下來幫她，把她扶起來，畫名就叫做「互相幫助」。那是我的第一幅畫，中學時候畫的，而畫中人物的腳缺乏動感，也不優雅，就像這樣（師父擺了一個姿勢），你們知道機器人嗎？看起來就像那樣。那個跌下來的人，跌這個樣子（師父擺另一個姿勢，而且和大眾一起笑），另一個扶她起來的人，扶這個樣子（師父再擺另一個姿勢）。我意思是說，我沒有繪畫天份，我的老師沒說什麼，不過我覺得很糟糕，我知道我不會畫畫。

清海無上師1990年3~4月
和西湖長住於福爾摩沙屏東好茶春季閉關

以前在屏東的時候，我們住在河邊，那裡有很多石頭，我們非常喜歡那裡，那個地方叫做「好茶」，離大路很遠，要走一個小時左右才能到目的地。在那之前，有路可以開車，一路上都是層層山脈和河流，沒有人煙。我們好喜歡那個地方，我一點也不想離開那裡，有時候這是我們的一些惰性，我喜歡閉關，不想看人。那時候我不像現在有那麼多徒弟，大概只有一百五十到兩百個出家人和我住在一起。所以我們去那裡閉關，結夏安居。大家都好喜歡那裡，我也不想出來：如果不出來，那我就必須想辦法賺錢。

後來我們看到那裡到處都是石頭。我就說：「啊！對了，我可以畫石頭，當成紙鎮。」然後我就畫了兩、三個，也許他們買給我的顏料不合適，需要很長時間才會乾，大概要三天。那時候，我們對任何事都很天真，只有出家人在一起，大家跑東跑西，甚至連顏料也買不對，要三天才會乾。所以我必須先畫石頭的一面，它是圓圓的，再寫點字，然後等三天再翻過來，畫另外一面。有時顏料上得太厚，即使三天之後翻過來，顏料還是會黏在紙上或布上，很麻煩。所以我說：「噢！這樣太麻煩、太花時間了。」後來我想畫大一點，這樣才能自由發揮，下筆和上色更揮灑自如，就這樣我開始畫畫。剛開始我們賣石頭，情況還不錯，很快就深受歡迎，供不應求。起初我試著教其他出家人像我那樣畫，每組都畫一些石頭，但後來他們畫得太爛了，我不敢拿出去，品質不好。因此，兩百人的家庭裡，我是唯一的經濟來源。所以後來我說：「太累了。」畫一次等三天，太花時間了，每三天才能畫兩、三個石頭，怎麼能餵飽兩百個人呢？太麻煩了。雖然我們賣的石頭大受歡迎，但後來我們不再賣了，而把它們統統拿回來，因為太多人想要，供不應求，我必須把它們贖回來，情況很艱困。所以我開始在畫布上畫畫，畫在大一點的地方，這樣比較能自由揮灑，我就是從那時候開始畫畫的。

清海無上師的畫石
1990年3~4月和西湖長住
於福爾摩沙屏東好茶春季閉關期間所作



設計服裝也是一樣，當我必須出席盛大宴會或見重要官員的一些場合時，我不希望別人對宗教過敏，因為我認為宗教之間沒什麼不同，所以我如果繼續穿佛教的衣服，天主教徒或基督徒看了會說：「噢！我不想參加她的聚會，不想聽她講經。她就是想把我變成佛教徒。」我還沒開口，他們可能就這麼想了。當我只代表真理的一個角落或一種色彩，那我就不能和所有的人一起共事。佛教原本代表所有色彩，包含每個角落，遍及各個層面，但是後來人們造出不同的宗派，像是佛教、天主教等等，才引起麻煩。所以我不能故步自封，代表一個並非人人接受的事物。人們怎麼樣都不會接受只有一種宗教，即使是基督教、天主教，沒有人接受只有一種宗教，所以才會彼此爭戰。如果我一直穿佛教的傳統服裝，就會限制住自己。因此我必須設計一些具有修行人品味的服裝，很高貴，又結合了大眾的口味，當初就是這樣子開始的。

我告訴你們這些，是希望你們知道自己內在有很多才能，當情況需要，或你們一直催促自己的時候，就會知道自己擁有多少才能。智慧也是一樣，如果你們不跟別人談話，不讓別人問問題，就不會知道自己從每天打坐中獲得多少。

清海無上師2007年3月27日受邀參加聯合國教科文組織在法國巴黎總部舉行的世界戲劇節



清海無上師黃金四年(2007)5月31日親臨斯洛維尼亞共和國總統府頒授全球優秀領導獎予第二任總統雅奈茲·德爾諾夫舍克博士





清海無上師正在捏陶
1995年12月於福爾摩沙西湖

藝術家如何創造 不朽的經典作品？

清海無上師以英文講於韓國永同道場 1998.05.09
(DVD編號#620)

當然，工作不一定有趣，但是我們可以從工作中的某些部份找尋生活的樂趣，同時也讓工作之餘的生活變得有趣，這樣就沒問題。

事實上，這個世界的工作系統，多數時候都是很無聊的。很多人浪費他們的才能、時間和寶貴的自由，只為了賺錢謀生，而這就是許多工作者懊惱的原因，因為他們覺得被迫去工作，他們只被訓練從事一種工作，而且無法改變。完美的系統應該是讓每個人做他想要做的事，而不是只為了賺錢，應該供應每個人足夠的生存所需，並額外照顧其他方面，讓大家做自己想要做的事。

宇宙中有一些比較先進的社會，那裡的人不必工作謀生，到處都有類似公共廚房或公共商店的地方，每個人可以用勞力、產品、作品或手藝換取他們所需要的東西。即使有的人沒有付出，還是可以獲取所需；但如果他們想要多拿一些，就必須在不同的方面多努力一些。每個人貢獻自己的才華或能力給社會，目的不是為了賺錢，而是出於歡喜心，為了有榮幸能貢獻。金錢不存在於這些社會，因為他們一點也不需要，他們所需要的任何東西，都可以獲得供應。

在這種高度發展的社會中，人們需求不多，他們知道自己需要什麼，大多只是基本所需，閒暇時間則用來發展他們的才能、嗜好或任何他們想要發展的領域。因此，他們越有時間就越進步。他們不需要像我們的社會一樣擔心物質方面的需求，那是完全不同的系統，那裡的人比較快樂。

清海無上師1991年9月22日
於福爾摩沙西湖中秋節禪三與慶祝活動



或許將來我們的星球會有這樣的環境，也許三千年以後吧！（師父及大眾笑）那時所有的人都吃素，吃葷變成是惡作劇，葷食餐廳位於很偏遠的角落，如果有時你要胡鬧的話，就必須搭飛機到那裡去吃飯，然後再回來（大眾笑）。葷食餐廳會變得很稀有，就像我們現在的素食餐廳一樣；現在的情況則剛好相反。

很多其他星球的系統比我們的更理想，我們的系統過於物質化，每個人所關注的不外是生存、金錢、財產、房子等等。但是其他星球的系統不需要那些東西，因為都已經提供了，甚至不需要車子就可載你到各處，也許你只要戴上一個安全帶，或有按鈕的小設備，按一下，就可以帶你到任何想去的地方。有些地方連那些都不需要，你甚至可以騰雲駕霧、坐在蓮花或一片草葉上，那樣比較方便也沒有污染（師父及大眾笑）。

我們的社會非常物質化，想法和生活方式都很沉重；而在其他星球，他們的想法非常高雅、非常輕鬆。如果你有機會去那裡與他們往來，你會覺得無憂無慮、莫名的喜悅，甚至不需要打坐也覺得法喜充滿，感覺時時都在入定狀態。你的頭腦和身體輕如白雲，但是並非你像個白癡或是腦袋空空，而是每件事情都變得很單純、很容易，想什麼事情都不需費力，做任何事都很自然、自動自發又有愛心，你甚至不覺得自己有做什麼，你做的任何事都讓你感到滿足，因為是用愛心去做。

不像我們的系統，做任何事大多是為了生存，所以工作才那麼辛苦。許多人不喜歡電腦，但是也必須去做，因為那是目前最有工作機會的職業，薪水高又簡單做。然而一旦在這個領域訓練，就很難在別的領域發展，因為那些工作已經每天佔掉八至十個小時，回到家就已精疲力竭，沒有別的選擇，也沒有力氣去做任何改變。到了週末，又得採買、煮飯、洗衣服、洗碗、和女朋友約會等等。這些還是最基本的事情而已，不然生活如果毫無變化又缺乏樂趣的話，你早就完蛋了！而週末又過得特別快，加上又得補充睡眠等等，有好多事情要做。所以一旦從事某種工作之後，就很難改變。有些工作還可以有些變化，看起來會不一樣；但是有些工作整天跟機器在一起，讓人覺得很沉重、很無聊。



因為要達到這個世界的生存標準是很吃力的，不是每個人都可以有空間時間來自我省思，所以很多藝術家被埋沒在物質的求生本能中，無法超越。因此真正的藝術家必須要犧牲，他們多數生活貧苦，除了畢卡索之外，他比較幸運。多數藝術家終其一生都一貧如洗，等過世之後，他們的作品卻讓別人成了億萬富翁，或至少是百萬富翁，然後人們才開始欣賞他們的作品，我不知道為什麼會如此。

可是那些藝術家如果用別的方式賺錢致富，就不會有靈感來創造不朽的作品。所以為了獲得靈感，他們必須犧牲很多，他們生活困苦，無法享有物質上的舒適。因此多數的藝術品都流露悲苦的氣息，描述一些憂鬱的情感，因為被藝術家當時的心情所影響。多數人在困境時比快樂時更有靈感。一個人在快樂的時候，很難創作出不朽的詩篇或畫作，我不知道為什麼。當你很快樂的時候，根本不想畫畫。只有當你時間充裕又無事可做，女朋友走了、男朋友跑了或遭遇到什麼事情，然後你坐在那裡有股衝動想要創作。雖然有些遺憾，但歌曲、詩詞或繪畫的經典作品通常是在這種情況下誕生出來。

然而在高等世界，不需要經歷這些痛苦來創造經典之作，因為他們有很多時間留給自己，有很多快樂的時光，有很多時間可以沉思。所以大多數人如果真的有天分，他們也需要給自己時間和空間，來發揮靈感並具體呈現出來。因為內邊想的和感受的，跟呈現在紙上的不一樣，因為這是兩個截然不同的世界，一個是才智、情感的世界，一個是物質的世界，要把才智或情感表現在畫布或紙上，是大不相同的，所以需要許多時間。

靈感不是在作詩或繪畫時才出現，靈感不是只有那個時候才來，而是之前就已經醞釀許久。所以藝術家通常需要有很多時間，也因此多數人認為藝術家很懶惰，他們是出了名的懶，遊手好閒，無所事事。所以別人才會罵他們說：「難怪你會窮嘛！你什麼都不做！」不過這就是他們的工作，他們在等待靈感。到目前為止，你們有看過哪位藝術家忙著賺錢的嗎？沒有吧！我認為沒有。那些最出名的藝術家通常無所事事，遊手好閒，等候靈感的到來。的確，有時候就是這種情況。

清海無上師2005年於法國

清海無上師2005年於法國



有一位著名的畫家克勞德·莫內 (Claude Monet)，他坦承有時畫畫真的好難，不是想畫就能畫，有時候花了好幾個星期或好幾個月才完成一幅畫。因此在一般人眼中，藝術家都很懶惰。最近我畫不出來，不再畫畫了，我太忙，沒時間畫畫。我必須有多一點的時間，不只是時間而已，在內邊也要有空閒和時間。當我沒有很多事情要操心、處理時，才能畫畫。如果我有太多世俗的事要處理，那就很難了，我不會想要畫畫，根本連想都不想，早忘得一乾二淨。不然我會畫畫，雖然看起來不怎麼樣，不過至少我會畫。作詩也一樣，我需要很多時間。就像水果不是一瞬間就成熟，而是經過好長一段時間，需要陽光、風和雨，培育好幾個星期、好幾個月，等到時機成熟，你一覺醒來，發現芒果已經黃了，但它不是那一瞬間成熟的，而是經過長時間的培育。藝術家或藝術品也是一樣。

清海無上師1996年於泰國湄南河 (Chao Praya River) 畔提筆作畫，後因行程與工作緊湊，至今這幅畫尚未完成。

所以我們普通人打坐，至少可以讓我們在這個世界生存下去，不論我們從事什麼工作，至少都會比較有活力、有靈感。否則如果不打坐，我們會覺得更無聊，負擔更重，除非你是個完全物質主義者，沒有從工作中感覺到利益，每天只是這樣上班、下班，從八點工作到五點，日復一日，什麼也不想，有時就像機器一樣。如果我們對自己最初的源頭還有一些記憶，那麼每天朝八晚五的工作會毀了我們；也許不會使我們喪命，但是會讓我們變得愚鈍，只是一味地接受現況，而不願思考，就這樣周而復始地過日子。這就是為什麼許多人必須輪迴，因為他們這一世已經不再思考，他們花了大半輩子的時間在工作、賺錢謀生及生活所需上，而沒有時間思考，所以必須再輪迴來思考，也許那輩子還是沒有時間思考，那就得一再地輪迴。幸好我們不必如此，因為至少我們有騰出空間和時間來自我省思。

你們每天投資兩個半小時的打坐，會有幾千年的長時間功效。因為打坐時你們進入了永恆，時間停止了，不是只有兩個半小時而已，而是百千萬億年的進化和發展，你們進入了不同的時空，這樣一來你們可以重新充電，回來之後整個人煥然一新，所以不必一直輪迴來讓自己更新或還回本來面目。

因為我們出生的目的就是要學習重新認識自己，假如我們這輩子不做，那就得下輩子再做，或下下輩等等。如果我們現在有時間每天打坐兩個半小時，其效用有上百萬年之久。你們所投入的兩個半小時，不要認為只是那兩個半小時，或是嫌時間太長；你們所投入的每一分鐘都等於一輩子。因為在永恆的境界裡，沒有所謂的兩個半小時或是一分鐘，而都是永恆。我們因為被困在時間之中，所以才會計算時間，才知道有時間，一旦我們脫離了時間，就沒有時間的存在了。

所以打坐的時間非常寶貴，那是把你們百千萬億年的進化壓縮在一起，就像是電腦的壓縮晶片，像這樣一個小晶片，有時就包含有百萬筆的資訊。這跟大小、時間、或我們習以為常的數量無關，打坐時是完全不同的時空，所以你們越進入這個沒有時間、沒有空間的境界，對你們越好；你們越認識自己，就越自在。

特別是觀音，對你們非常重要，世界給你們的壓力越多，就越要做觀音。有時你們身不由己，因為太累，所以忘了，但是解藥一直都在你們手裡，天國也都在你們手裡，上帝一直在你們內邊，你們要時時記得。所以共修、打禪對你們很有幫助，教理錄影帶、錄音帶也都很有助益，你們要常常接觸。如果沒有這些來提醒和支持你們前進，你們很快會遭受痛苦的失敗；即使印心以後，也會沒有足夠的力量來支持你們的信念，並繼續下去。所以我喜歡共修，雖然有時花了我很多金錢和時間，但只要我能買給大家任何小中心或是設立任何小中心，我都很樂意去做，不管花多少時間、多少代價，我都會去做（大眾鼓掌）。



清海無上師1994年4月於香港天山道場



你們自己在家打坐，有時就是靜不下來，而去參加共修，就坐得比較好。或許剛開始坐不定，或許對某些剛印心的人很難，但是繼續坐下去，就會得到成果。如果不去共修，就得不到，因為感覺會不一樣。共修完後，好像洗了個澡，精神和決心好像都煥然一新。所以請你們隨時利用一些物質的幫助，特別是共修、打禪或經書，來和你們的本人接觸。當然不是每個人都需要這些東西，但是多數人還是需要。有些人可以自己打坐，坐得很好，這樣也可以；但是大家聚在一起共修，互相扶持，也是有利無弊。即使我們自己不需要共修，支持別人也很好。然而多數的團體或所謂的師父，

不會舉辦這麼大型的打禪，我不知道是因為場地或是時間的限制，但是我真的很重視打禪和共修。多數的團體不常共修，只有偶爾才辦一次，也許會有幾萬人參加，但不是每星期都有幾百幾千人真正為了打坐而來。

即使在印度，人們通常也只是去聽師父開示，吃東西，然後回家。當自己一個人打坐，有時會感到挫折，因為不是坐得很好，而且沒有進步。但是去參加共修，你們會覺得很棒，真的有收穫，並獲得淨化，覺得很有成就感，所以你們會想要參加更多共修，這樣對你們很好。我希望每位師父能經常為大眾舉辦共修，他們有一些中心，不過不是每個人主動到那裡去打禪或打坐。你們一定要做觀音，一定要找時間做觀音，因為觀音清洗的力量很強，提昇的力量也很強。

修行才能發展 十全的才華

清海無上師以中文講於福爾摩沙西湖 1992.05.10
(影帶編號#245b)

修行的人就是幫助世界最大的人。不管我們有什麼很好的意，如果沒有才華、沒有智慧、沒道德的話，也幫不了世界什麼忙。

所以我們不能不修行，因為不管我們做什麼工作，無論在藝術方面也好，在政治、經濟方面也好，我們還是要發展我們最大的智慧，然後才能夠將自己的職業做得完美，才能夠侍奉世界。



我們在家修行，一邊侍奉家庭、建設國家，這樣才是修行人的目的。我們離開人群了以後，修行有什麼用呢？我們不侍奉人類的話，修行的功德要用在哪個地方呢？所以修行的人是真正的好公民、真正好的世界公民。不管是當總統或是開計程車，修行的人做什麼事都心淨、單純，他們非常清廉、非常滿足、非常舒服，任何人看到都會喜歡。



你們修行到現在已經得到很多利益，知道自己身、口、意以及自己的家庭改變多麼大，當然也要幫助別人得到一樣的利益，讓他們也變成更好、更聰明、更有能力的人。修行了以後，我們什麼才華都可以發展，發展百分之百。所以不是變成一個好醫生就夠，或是變成一個好的水泥工就行了，我們還有別的才華要發展，這些才華、這些智慧只有在修觀音法門後才會被發掘出來，這是師父的親身體驗。



清海無上師1990年3~4月
和西湖長住於福爾摩沙屏東好茶春季閉關



清海無上師1990年3~4月
和西湖長住於福爾摩沙屏東好茶春季閉關



清海無上師1988年12月12日於福爾摩沙西湖

清海無上師1988年12月6日於福爾摩沙西湖



以前禪師教他們的徒弟，不是每天一進來就馬上教打坐，或是我們聽他們的故事，裡面所講的也不是每天怎麼打坐，都是聽到怎麼砍木材、舂米、煮飯，或是怎麼敲鐘、洗地板。我們這邊也如是。有時候師父叫他們出家人工作很多，超過他們所謂的能力，不過這樣才好，訓練嘛！如果每天叫你做一樣的事情，做一樣的那個角落的話，你沒有機會可以認得自己別的才華，沒有機會可以了解自己的智慧發展到哪裡。我們的能力超過我們的想像，只是我們沒機會用出來，才不曉得而已。所以，各位同修別怕辛苦，別怕工作，別怕新的任務，自己要試看看，任何東西你們都可以做，因為任何東西「我」可以做（大眾鼓掌）。

清海無上師1990年10月28日
於福爾摩沙西湖
師父親自為同修和貴賓烹煮餐點



雖然師父徒弟很多，我如果要什麼都會有，我相信你們沒有什麼東西不會送給我的，不過，師父為什麼要自己賺錢、自己畫畫、自己做手工，甚至水泥工也要自己做呢？因為我要讓你們學習、讓你們知道，一個開悟的人什麼都會做，而且也要讓你們知道，我們修行的人不是世界的米蟲。

因為我們長這麼大了，學問那麼多，如果又不能照顧自己的話，還談什麼照顧世界！我們修行的人，所謂開悟的人，如果一動就叫別人做，一動就不能做，走一步退三步那樣，什麼都靠別人、什麼都靠佣人、什麼都靠徒弟的話，那是什麼種類的明師？所以，師父不是為了要誇張自己的才華，我本來沒有這些才華，我需要什麼就做什麼，然後才知道自己有那些才華。師父也跟你們一樣，不是能知道當來的，面對情況時，就自然會反應這樣子，看情況怎麼樣，就處理怎麼樣。所以你們別怕任何情況，遇到情況，我們先平靜一下，就會處理了！

清海無上師以傳統方法編織圍巾
1988年12月5日於福爾摩沙西湖



自在發揮創造力美化世界

清海無上師以英文講於美國舊金山 1993.11.27 (影帶編號#397)

問：親愛的師父，您是無上師也是藝術大師，當您在創作時，您究竟是藝術家還是靈性師父？這兩者有什麼樣的差別呢？當您忙著在各地講經、從事慈善工作，並接受各種團體、電視台、廣播電台、報社的採訪時，您是否仍有時間作畫？多謝師父。

師父：我也不知道，我只是順其自然，有時間就畫。畫畫或設計服裝並不會花太多時間，我通常五分鐘設計一套服裝，半小時或兩小時畫一幅畫。我睡不多，也吃不多，所以或許晚上才有時間可以運用。有時在各地講經時有一些空檔，或是當靈感湧現時，我就會提筆畫畫或設計藝術品。總之我們每個人都必須工作，因此我們要運用創造力美化這個世界，同時也可以賺錢維生，而不會成為社會的負擔。不論我們給予什麼，都應該讓接受的人覺得輕鬆自在和安心，沒有金錢負擔，不要讓人感覺還沒有了解就已經要先付錢。

清海無上師1996年7月
於柬埔寨Raising Center



清海無上師1996年1月6日
於福爾摩沙西湖

鳳凰--創新的建築藝術

清海無上師1995年設計

天堂來的鳳凰

--鳳凰建築物剪綵

清海無上師以中文講於西湖蓮山
1996年1月6日

除了這個屋頂是我自己畫的以外(大眾鼓掌)，全部都是我設計的，顏色也是。(大眾歡呼、鼓掌) 看起來有沒有像一條鳳？因為這邊住的都是男眾，弄一條鳳讓他們平衡一下(大眾笑)。這是很自在的鳳，隨時可以飛的，有頭有尾什麼都有，有沒有？(大眾答：有) 全身又亮亮的，這一定是天堂的鳳凰下來這邊，等吃飽了、打坐好了，再飛上去。

有時候我們因為我執，就認為這樣比較好、那樣比較好。事實上不是！依照我的方法去做，是最快又最漂亮的。像那個柱子，我說弄圓的，因為已經太多「四方」了，房子四四方方的，屋頂方方四四的，桌子也是四四方方的，磚頭又是方方四四的，唉呀，太硬了！然後建築物又弄這麼硬，怎麼受得了？所以我叫他們把柱子弄成圓圓的。他們卻嫌圓的柱子太難弄，所以把它弄成四方的，認為這樣比較快。師父下來，叫他們全部拆掉，結果還要多做一天。其實做圓的最簡單，我們可以買人家弄好的水泥管，或是用塑膠水管，把它切成兩半，中間包上鋼條，再結合起來就好了，表面噴上亮亮的漆，看起來就像皇宮的柱子一樣。做起來很快，不到一個小時就弄好了。我沒有說這是最漂亮的，不過是我們自己做的，而且很活潑。

我想鼓勵他們男眾修行，因為男眾比較緊張，所以蓋這個鼓勵他們修行。這邊地勢比較低，蓋這個就亮一點，精神會比較好。



清海無上師1996年1月6日
於福爾摩沙西湖



天飾：鳳凰

清海無上師1996年1月6日
於福爾摩沙西湖



清海無上師設計的鳳凰建築物草圖









師父的愛心貢獻

清海無上師以中文講於福爾摩沙西湖 1992.04.03
(影帶編號#236)

這條河流(甘露河)當然是要供養上帝、供養十方三世佛、供養真善美的理想,同時也貢獻給你們的小孩。(大眾:謝謝師父!)你們要謝謝上帝、佛菩薩,讓我們這麼快在三天內就造好了。這很難,如果沒有佛菩薩加持,不會那麼快。(大眾:是師父加持)不是啦!我全部精神、愛心都放在那邊,因為好久以來,我一直在想,你們的小孩夏天來這邊,如果有瀑布、有水池可以玩,他們都會很喜歡。但是我們又不能用太深的水池,怕他們跌倒或是亂爬,會滑下去,這一點我們不能不管。所以我想好久、好久了,後來才想到造這個河,不過一直沒計劃。這次回來就馬上計劃動工。

現在祝這條河能永久使用,小孩子、大孩子都快樂,佛菩薩也高興。真善美,水開了,這個瀑布代表真善美!



清海無上師1992年2月5日
於福爾摩沙西湖農曆新年慶祝活動