



即刻開悟之鑰  
清海無上師 樣書〔贈閱〕

我等弟子，基於過去求道歷程的艱辛，所以深知明師難遇，真法難求。因此將我們師父清海無上師的講經內容印行成書，以幫助那些和我們同樣渴望一世解脫的人。如果你們內在還充斥著有關生死和修行的種種甚深問題，在這本書中，一定可以獲得解答。

# 即刻开悟之钥(样书)目录

|   |                 |     |
|---|-----------------|-----|
| 一 | 简传前言            | 一   |
| 二 | 清海无上师简传         | 二   |
| 三 | 超世界的奥秘          | 九   |
| 四 | 何谓开悟            | 四十五 |
| 五 | 什么人可以去西方极乐世界    | 六十七 |
| 六 | 修行观音法门的益处       | 八十三 |
| 七 | 见明师一眼保证解脱       | 一〇七 |
| 八 | 为什么要素食          | 一二一 |
| 九 | 清海无上师即刻开悟·问答录摘要 | 一三九 |
| 十 | 印心——观音法门        | 一四九 |
|   | 出版品介绍           |     |

## 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。

## 青海无上师简传

青海无上师生于悠乐一个富有之家。她的父亲是一位曾经接受西方教育的中医医师，很喜欢研读文学，及有关东西方哲学的书籍，尤其对中国的老庄哲学，更有研究。他管教小孩既开明又严格，开明的是，不会以东方父亲的权威压迫孩子，完全依师父的天性，给予完全发挥的机会；严格的是，不轻易给予赞赏，怕养成傲慢的习性。因此师父自幼即养成谦虚无我的态度。

在此环境的熏陶下，加上师父善根深厚，博学强记，使得她还未上小学，即能自行阅读各种文学书籍，及悠乐文的佛经、道德经、庄子等书。她的父亲看她小小年纪，不像同年龄七、八岁的小孩一样游戏玩耍，放学回家，又从未看到师父勤读在校课程（其实师父在学校已经读过，都懂了），只是时常阅读这些大人们都不易了解的书籍，感到既惊讶又关心，就问她：「你到底看懂不懂？」师父很恭敬地回答说：「如果不懂，我怎么会有兴趣再读下去呢？」不过师父每个月都拿至少前三名的奖状回家，并没有忽略学校的课业，所以她父亲也没有理由可以阻止她阅读古文书籍。可见青海无上师这份异于常人的天赋，与她宿世的修行有绝对关系。

师父的父母亲是开朗的天主教徒，虽曾受洗，但是对佛教并不排斥。师父自幼即不沾

荤腥的食物，一看到荤腥，马上就跑掉，平时就跟着她的奶奶吃素念经拜佛。她常在星期天早上去教堂做礼拜，下午去寺庙拜佛，晚上再到教堂听道。因为生长在这种特殊的家庭环境，因此她从小就已经了通佛经及圣经，并且对宇宙人生感到困惑，常自问各种宇宙人生的问题，例如人从何来？死后到哪里去？人与人之间为什么会有这么大的境遇差别？……等等。

师父天生就具有悲天悯人的菩萨心肠，从小就时常帮助各种患难受苦的人，在朋友间被戏称为「在世佛」，即使后来去欧洲，她的欧洲朋友也称师父是「在世佛」或「有趣的圣人」（因为师父一向很幽默）。当时因逢悠乐战乱时期，各地医护人员不足，师父在课余时间就自动到医院帮忙，任何卑下肮脏的工作她都不在乎，她帮忙清除病患污秽的排泄物，替他们翻身，擦洗身体，清洗衣物及尿壶，又替他们拿药端开水，做一切她能力所及的事。师父不仅从小对人慈悲，对动物同样具有爱心，看到它们受伤，会带回家养伤，然后放生，看到它们被杀，都会难过得掉泪。她常常恨不得自己具有超人的能力，可以帮助一切众生。

师父小时候，曾为星象学家所预言，认为她天资卓越出众，本命高贵，注定应该出家，如果当一个普通的在家人，在社会上必定会获得崇高的地位，并且会和高贵的人结婚，婚姻美满。但是最好出家，出家修行，必定「成道」。即使长大以后，师父到世界各国参修时，也遇到不同的预言家对她说类似的预言，他们一看到师父都面带惊讶，主动请求替师父预言，纵使师父一再地拒绝，并告诉他们，我不相信算命，也不愿意浪费钱算命，但是

他们宁可分文不取，也不愿错过预言师父的机会。

后来师父在发心出家以前，曾经写信给她在悠乐的父母，为此，她母亲还特地到悠乐最灵感的寺庙祈求，观音菩萨示签指示：「师父是千万亿人中，难得一出的希有贵子，来此娑婆世界和我（观音菩萨）一起渡筏，接引无数各类众生到彼岸。」当时她母亲还把这只签文寄到德国给师父看。

在十八岁时，师父就前往英国留学，后来到了法国深造，最后去德国，在德国的国际红十字会当翻译（翻译英文、法文、德文、悠乐文），另一方面又为悠乐难民服务。她经常从早上忙到晚上十一点还不能休息，难民实在太多，有时候累到头痛不堪，身体极为虚弱，也没有时间照顾自己，还有很多难民等着她服务，她必须打起精神，继续帮忙解决他们的各种问题，常常忙到只能在路上抽空随便吃点素菜的三明治充饥。这种全然忘我的牺牲精神，完全出于师父的一片利他之心。

因为工作环境的关系，师父有机会时常接触各种国际灾民，不仅是悠乐而已，还有非洲饥民、阿富汗、西班牙及其它国家的难民。她看到这个世界实在太痛苦了，充满战乱流离、饥荒困苦，在那种环境工作，无异天天提醒她，众生在受苦，看到众生痛苦，她比他们更痛苦，每次她个人丰厚的薪水都全数拿去救济国际灾民及供养寺庙，分文不剩。

基于这个理由，师父对宇宙生命的实相，更渴求能了解，以帮助众生。所以在欧洲生活期间，更努力地修行，仍然继续跟随许多法师修行各种法门，修密宗、修净土、修呼吸、

修观想，读各种不同宗教的经典及哲学书籍，任何法门她都专心修行，期望能获得大智慧。但是令她很失望，不论她如何虔诚地修行，也无法获得经典上所讲的最究竟开悟的体验。她常自问：各种宗教经典都说，开悟的人可以看到光，可以听到各种内在的声音，并且体验到超世界的境界，为什么我一心虔诚、精进修行，却没有大开悟的体验呢？

师父对其它宗教一向持着包容吸取的开朗态度，这使她不致拘限在佛教徒的立场，而能以认识真理的态度，客观深入地了解各种经典。因此，在她后来到各地传法讲经时，常常引用耶稣基督、释迦牟尼佛的话，及其它宗教的哲理，来证明大师们所说的道理都一样，因为真理只有一个，宗教的分别是人为的观点及时代背景的差异所造成的。

师父居留德国期间，因一大因缘和一位拥有科学、医学的双重博士结婚，婚姻美满，家庭富裕。她的先生非常宽宏明理，不但不责怪她从未拿钱回家，相反地，每次看到师父的户头没有钱，就偷偷地把他的钱存进去，甚至任何时候，只要师父一提到，需要什么，或喜欢什么，他马上想办法实现。如果师父提起要度假，他工作再忙，也会请假陪她去。甚至还跟着她吃素，更鼓励他的朋友也要吃素，常在朋友面前赞叹自己太太的慈悲善良，家庭照顾很周到，又很懂得如何调配素菜的口味和营养，他自己也跟着学，平常都和师父一起分担家庭工作。虽然他不是佛教徒，但是极为尊重师父的信仰，师父要去远处，拜访她的师父们，或是做佛事，如果他不能开车送她去，也会出钱赞助师父去做这些事。并且还时常买最好的沉香、鲜花、素果供于佛坛上，让师父高兴，可以说完全拥护、支持师父的

善行和理想。

师父的俗家先生还是一位很有爱心的医师，回家时经常向她谈起，在医院看到病患受痛苦折磨，医师们却束手无策，基于法律的规定，又不能提早结束病人的生命，减轻他们的痛苦。每当说到那种无能为力，又令人难过的情况，常使两人面色凝重，一句话都说不出来。像这样一位难得难求的完美丈夫，师父为了服侍更多的众生，也可以毅然地割舍。

长久以来，师父常想，凭她一个凡夫的力量实在太有限，即使一天有四十八小时，也只能帮助极小部份的众生。有一天，她突然领悟到释迦牟尼佛说过的一句话：「成佛以后，可以具有大力量，帮助一切众生」，因此她发心出家，为了高雅的理想，奉献自己的生命和所有的时间，实现「完美的六度」（布施、持戒、忍辱、精进、禅定、智慧），希望以后能够帮助众生解脱苦海。

未出家之前，师父即长时期多次恳切和先生谈论，终于获得他的准允和谅解。然而对他们而言，此一分离的决定，令他们两人真正感到痛心，因为师父深深了解，她先生的应允是出于最痛苦的决定。为此，师父更感痛苦，她天天诚心祈求，若有其他人要出家，愿他们都能顺利无碍，不要尝受到他们那种难以忍受的椎心痛苦。但是既然决定把自己完全奉献给众生，就必须放下一切。

师父的出家意念已定，就更迫切要寻找一个究竟「成道」的法门。她看楞严经中，释迦牟尼佛强调，「这个」观音法门是唯一成佛的法门，十方三世佛应该修此法门，才能得

到最高的等级。但是师父认识的老师中，没有一位真正了解这个法门。她曾到世界各地寻访明师，都不能满足她内心的渴求，就在她最感绝望的时刻，突然绝境逢机，在一个偶然的机缘下，让她有机会遇到一位师父，传给她楞严经上真正的观音法门，因为她在印心时，即刻体验到经典上大开悟的体验，有这种印证，所以她肯定，这的确是各种宗教经典上所提到的，最究竟的成道法门。不过她还是耐心谨慎地精进修行，并且以客观的态度继续观察，最后透过自身种种的体验，才「决定」印证这个就是真正最高的法门。

清海无上师跟随她师父修行六个月以后，她的师父认为她已经达到「毕业」的程度，就叫她出去传法。但是师父还不敢，她自己前往喜马拉雅山清静闭关。后来因缘成熟，就来到福尔摩沙。在福尔摩沙居留期间，看到本地人单纯的信仰风气及真诚的道心，令她很感动。

在福尔摩沙师父还是继续精进行，常常单独闭关。当时她正结夏安居在一个小关房（属于小寺庙放骨灰的地方），有一天，在台风的夜晚，有一群人顶着大风大雨突然来敲门，这些人以前不仅不知道这家小寺庙，更是从来不曾听过清海无上师的名字，师父问他们来此的目的，他们诚敬地说：「观音菩萨回答我们长时期的祈求，指示我们来此，求您明师传真法。」师父回答：「我没有什么法可传。」但是那些人还是一再虔诚恳求多次，师父不得已，只好答应，并告诉他们，要多净化自己的身、口、意，发愿要为「慈悲心」吃长斋。几个月以后，师父也传心印给他们。

因为这群人的因缘，及透过口传，师父的学生愈来愈多，加上很多人在印心后，立刻感觉到自己和以往有相当大的改变，并且感受到很大的利益，最重要的是，他们马上体验到经典上所说的，超世界的体验，继续修行，体验更进步，所以知道这是一个真正好的法门。因此更不肯让师父离开福尔摩沙，一再恳求师父慈悲，留在福尔摩沙弘法利生，师父为了他们多次诚心诚意的恳求，才答应留下来一段时间，一方面传观音法门，一方面既严格又慈悲地照顾学生修行，及教导道德方面的事。

师父传法完全是应众生所需，对于一个已经自在解脱的人，无处不是道场，师父在那个地方弘法，完全决定在她能利益多少众生。

我等弟子诚心祈求十方三世大明师，及最高力量的加持，让众生有此大福报，能留住清海无上师，弘法利生。

# 超世界的奥秘

清海无上师以英文讲于纽约联合国

一九九二·六·二十六

欢迎你们到联合国听经，请以你们的信仰方式跟我一起祷告——感谢我们所有、所得的一切，并希望有所不足的人，也能跟我们一样得到所需。世界上的难民、战争的受害者、军人、各国政府和联合国的领导者，都能实现他们的愿望，和平共处。我们相信凡是我們祈求的都会实现！因为圣经上这么说。谢谢大家！

今天的主题是：超世界的奥秘。世界的事你们都知道了，我不想再讲这些事。除了这个世界，还有很多别的事你们想要了解，所以才会来听经。它不象我的徒弟刚才所见证的神奇感应那么虚幻、令人难以相信，而是非常科学、合逻辑、又很重要的事。

各种宗教的经典都说有七重天，有不同的意识层次，有内在的天国、佛性，这些就是超世界的东西。但是没有多少人得到这些经典上所讲的东西，我不能说没有，但是不多。和世界的人口相比，能得到内在天国或超越世界经验的人，实在太少了。如果你是美国人，你可能常有机会看到很多描述超世界的书籍。有些美国人拍的电影并非全属虚构；还有日本人所拍的电影也不完全是杜撰的，这些人可能看过从超世界回来的人所写的书，或是他们本身曾见过天国的景象。

天国是什么样子？我们在这个世界已经有职业、有安稳的房子和可爱的亲人等等，为什么还要去想天国的事呢？正因为我们已经什么都有了，才应该寻找天国。讲天国，好象宗教味道很浓，事实上它只是一种较高的意识层次。古代的人说天国，以科学的说法来解释，就是不同层次的高等知识和智慧，只要知道方法，我们都能获得这种智慧。

## 摩登入定法

听说美国最近发明一种能使人入定的新机器，你们玩过这种机器吗？现在正在大拍卖当中，价钱视你所要入定的等级而定，从四百到七百元之间不等。他们说这种机器是专为那些不想打坐，却要马上入定的懒人而设计的，你们不知道的话，我可以简单介绍给你们听。

这种机器，可以让你的心灵进入完全松弛的状态，然后达到高等的智商。据说那种感觉很棒！能带给你高等的知识和智慧。他们在机器里放些特选的音乐——外在的音乐，所以要戴耳机，然后可能再用一些电流刺激你，使你看到一些闪光，所以还要戴眼罩，想入定只要戴上耳机和眼罩就够了，这也不错！四百块美金而已，很便宜。但是我们的入定更便宜，完全免费又是永恒的，不用电池也不必插电，更不必担心机器一故障，就要马上修理。

因为这些人造光和音乐能让人变得这么轻松、有智慧（师父在报纸上看到的，我也没试过），所以才这么热门，销路这么好。即使是人造的声光都能让人放松心情、提高智商，你不能想象真实的东西对我们的智慧将有多大的帮助？这些真实的东西都是超世界的东西，只要他想跟他沟通，每个人都能得到这些内在的天音。靠这些音乐和光的强度，可以把我们推出这个世界，进入更高的超世界等级。

## 超越世界的方法

就象物理定律一样，火箭要脱离地心引力时，背后需要很大的推进力，而当火箭急速飞行时，就会发出一些光芒。当我们快速地进入超世界时，我们也会放射一些光，听到一些声音。这种声音是一种振动力，它可以把我们推到更高的境界，体验它既无杂音，又不会故障，没有任何不舒服的感觉，更不需要花钱，这就是我们超越世界的方法。

超世界的东西比我们世界的东西更美好，比任何我们想象得到和不能想象的事都美好。没有人能确实地告诉我们超世界的情形，一旦有体验就很容易明白，不过也要持之以恒，要真正诚心地修行。没人能替你修，就象没人能替你做联合国的工作，却让你领薪水一样，同样也没人能替你吃饭，让你饱腹。所以修行的方法就是要亲身体验，我们能听有体验的人

讲，但无法从中得到许多体验。经由一位体验过上帝的人，我们借着他的力量，可能会有一两次或几天的体验，不必努力就能自然地看到一点光、听到一点声音，不过这种体验多数都不能持久，所以我们应该自己修行，亲自体验。

## 神通的世界

在我们的世界之外，还有很多不同的世界。比方说比我们高一点的世界，以西方的用语我们称之为「阿修罗世界」。光是阿修罗世界，就有一百多个境界，每个境界自成一个世界，代表我们的理解程度。就象我们进大学读书，必需经过每个年级，它代表我们愈来愈了解大学课程，然后就逐渐走向毕业之路。在阿修罗世界有很多神通，我们很可能被神通诱惑，也可能会有神通、能救病、能看到别人看不到的事。在那儿，我们至少会有六种神通，可以不受时空的限制、看到超凡的境界、听到超凡的声音；我们不受距离的限制，这就是所谓的天眼、天眼。有时候我们能看透别人的心思，知道他心里在想什么等等。当我们修到第一界时，就可以获得这些力量。

师父刚才说过，在第一界里有很多语言所不能形容的境界，比方说印心以后，我们修到第一界时已拥有很多能力，甚至会发展出以前所没有的文学才能，知道别人所不知道的

事。很多能力都象上天赐予的一样，有时是财政上、有时是事业上的聪明才智，或是其它的才能。我们开始会写诗、画画，并能做以前所不能做的事，我们想不到自己竟有这种能力。我们能写出风格很美的诗和文章，比方说我们以前不是专业作家，现在却能下笔成章。在第一界中，我们将能获得这些物质上的利益。事实上这些都不是上帝赐予的，而是存在我们内在的天国里，只要我们唤醒它，使它活跃起来，就能应用它，这就是第一界的情形。一旦去到较高的境界，又可以看到并获得更多别的东西，由于时间的关系，师父不能一一告诉你们，而且也没这个必要。光是听这些美好的东西，就象光听人家讲饼干糖果，自己却从来没吃过。所以师父只是稍做广告而已，你们若想亲自品尝的话，又是另外一回事！如果你们想品尝这些东西，等一下我们可以提供真正的食物。

超越第一界，我们再往上走到第二界，为了简化，我们才称为第二界；到第二界我们可能比在第一界更有能力，包括神通在内。不过在第二界最显着的成就是「辩才无碍」，似乎没人能辩得过一个到达第二界的人，因为他的口才和智力已经发展到巅峰。

## 佛并非最高的等级

一般人的智商大部份都很简单，无法跟这种人匹敌，因为他的智商，已经发展到很高

的程度。不仅是物质的头脑更高度的发展，我们内在潜藏的智慧、神奇的力量，此时也逐渐一开放。在印度，人们称这个等级为「菩提」，即为心智的等级，当你成就菩提的等级时就成了佛了。「佛」这个字就是从菩提而来，所以佛的等级就只是这样而已；还没完！师父不只介绍佛而已，还有比那个更高的境界。所以多数人称开悟的人为「佛」，如果他还没超过第二界，可能会很骄傲，自认为是活佛，他的徒弟也会很骄傲地称他为「佛」。但事实上，能看到任何人的三世因果，又有辩才无碍的能力，这只是到达第二界，还不是天国的终点。

所以任何人能够看到过去、现在、未来也不应该骄傲。以西方用语来讲，就是你们所了解的「阿卡西记录」(Akashic Record)，任何修瑜伽或静坐的人都了解阿卡西记录；它是一种图书馆，就象我们联合国里的图书馆一样，里面什么语言都有，有阿拉伯文、俄文、中文、英文、法文和德文；应有尽有，只要你看得懂这些语文，就知道在某些国家发生些什么事。同样的，一个修到第二界的人，他看一个人的三世记录就象看自己的自传那么清楚。

在第二界还可以获得非常多其它的能力。不论如何，达到第二界已经很了不起了！已经是活佛了！因为菩提的智慧已经打开，会知道很多无法形容的事。不管我们要不要，都会有很多奇迹发生在我们身上。因为我们的智慧已经打开，知道如何和更高等的整理治疗的能源沟通，让生活变得更平顺、更美好。由于我们的菩提智慧已经打开，所以能从过去