

202310 文集

《客如人生 · 此刻自心》

阿姜開照 · 著 / Ajahn Kaizhao



帝洲 · 出版

山重水復疑無路，柳暗花明又一村。
山迴路轉、撲朔迷離，出路何在？

這專輯收集了開照長老（Yuttadhammo）
激勵人心的法雨著述，
在此，獻給希望去除煩惱的人們。

當你對人生感到茫然，閱讀了這專輯，
相信你將豁然開朗，感受到人生充滿希望和光明。

祝福大家：
煩惱隨時減，福慧隨時添；
有生一日，快樂每一天！

— 阿姜開照 (Ajahn Kaizhao) —

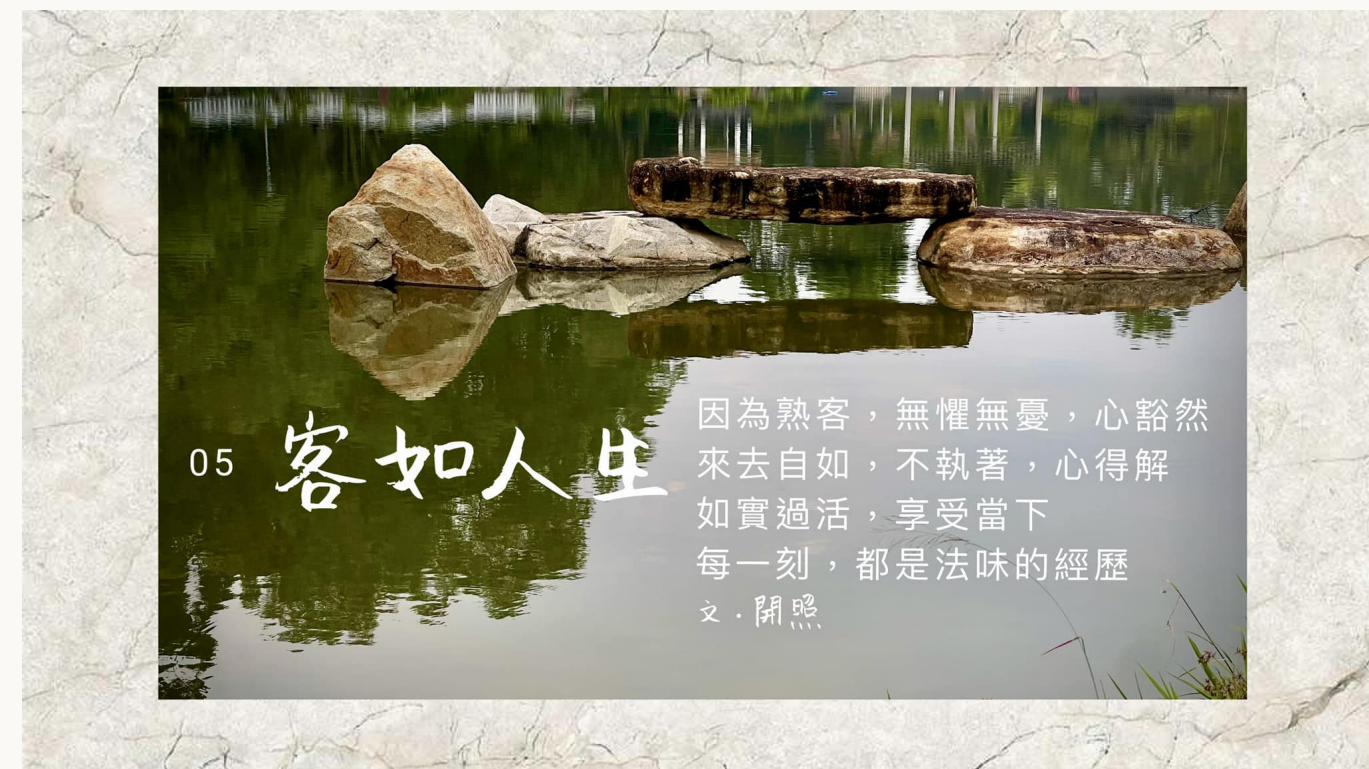
2023年 10月 目次

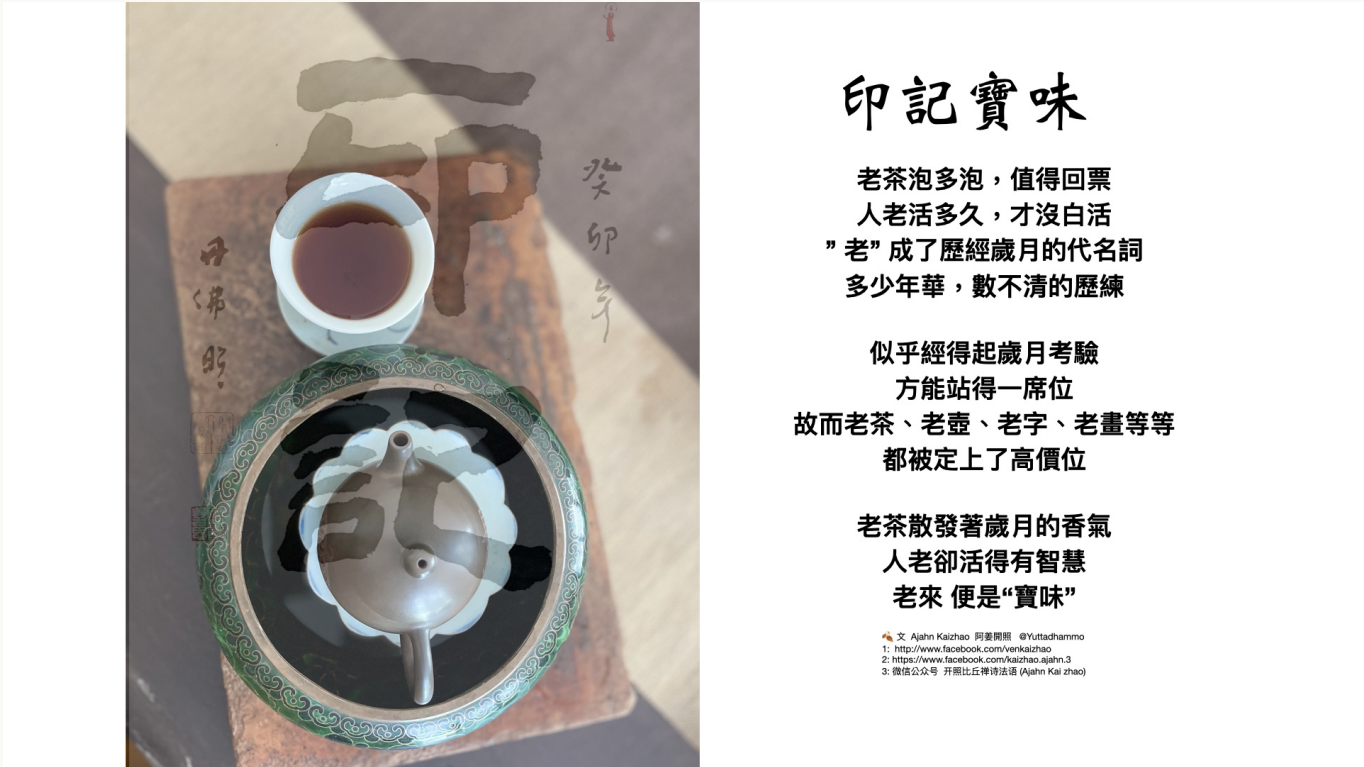
《客如人生・此刻自心》

隨緣安住	6
客如人生・如風不停歇 02	7
客如人生・匆匆一笑 03	8
客如人生・來去自如 04	9
客如人生・印記寶味 05	10
客如人生・完結篇 06	11
此刻你・念知因果 01	12
此刻你・念知無常 02	13
此刻你・念知生滅 03	14
此刻你・念知無我 04	15
此刻你・念知生死 05	16
如果沉默是金・勇敢抒發 01	17

如果沉默是金・靜聽自心 02	18
如果沉默是金・勇敢發聲 03	19
如果沉默是金・互解通達 04	20
人與人相處・沉默與對話 05	21
在對話中茁壯成長 06	22
晚秋落木・歸根靜默 01	23
晚秋落木・歸根靜默 02	24
生命的足跡・輕鬆放手	25
隨時放手・澄心自在	26
心機・淨化動機	27
依靠與依賴	28
自恣與布薩・戒律清淨	29









此刻的你 ~ 01

念知因果為先
凡事確立了正見
智慧啟迪內心
此刻的你
如此隨喜，如此的付出

文 Ajahn Kalzao 阿姜開照 @Yuttadhammo
1: <http://www.facebook.com/venkalzao>
2: <https://www.facebook.com/kalzao.ajahn.3>
3: 微信公眾號 開照比丘禪師法語 (Ajahn Kai Zhao)



此刻的你 ~ 02

念知無常為先
隨緣與世相處
擁抱人生的變幻
此刻的你
如此自由，如此的釋放

文 Ajahn Kalzao 阿姜開照 @Yuttadhammo
1: <http://www.facebook.com/venkalzao>
2: <https://www.facebook.com/kalzao.ajahn.3>
3: 微信公眾號 開照比丘禪師法語 (Ajahn Kai Zhao)



此刻的你 ~ 03

念知生滅為先
與變化共舞一生
不惑世間的浮沉
此刻的你
如此平靜，如此的安詳

文 Ajahn Kaizhao 阿姜開照 @Yuttadhammo
1: <http://www.facebook.com/venkaizhao>
2: <https://www.facebook.com/kaizhao.ajahn.3>
3: 微信公眾號 開照比丘禪師法道 (Ajahn Kai Zhao)

此刻的你 ~ 04

念知無我為先
智慧引領著心路
知一法親証一法
此刻的你
如此明亮，如此的光芒



文 Ajahn Kaizhao 阿姜開照 @Yuttadhammo
1: <http://www.facebook.com/venkaizhao>
2: <https://www.facebook.com/kaizhao.ajahn.3>
3: 微信公眾號 開照比丘禪師法道 (Ajahn Kai Zhao)



此刻的你

~ 05 完結編

念知生死為先
緊抓當下的契機
放下執著的束縛
此刻的你
如此豁達，如此的自在

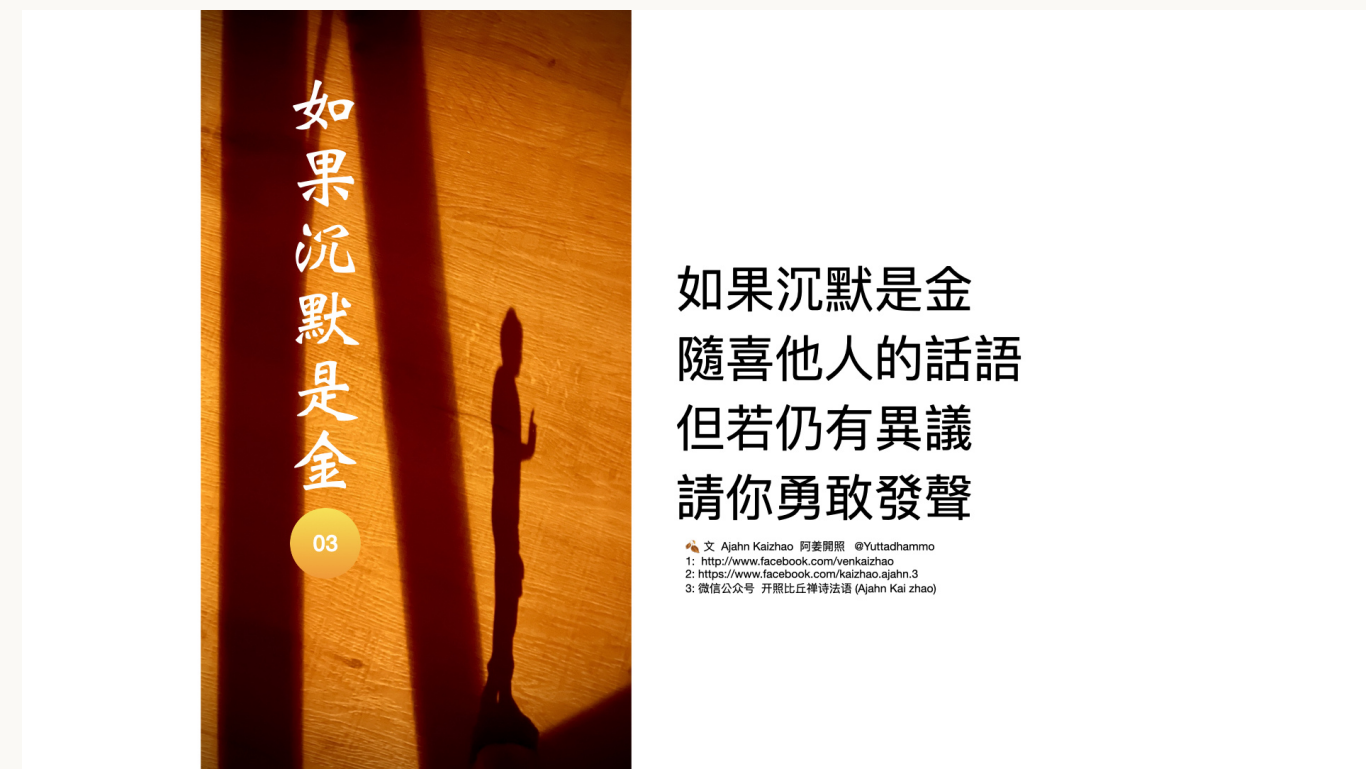
文 Ajahn Kaizhao 阿姜開照 @Yuttadhammo
1: <http://www.facebook.com/venkaizhao>
2: <https://www.facebook.com/kaizhao.ajahn.3>
3: 微信公众平台 开照比丘禅诗法语 (Ajahn Kai zhao)

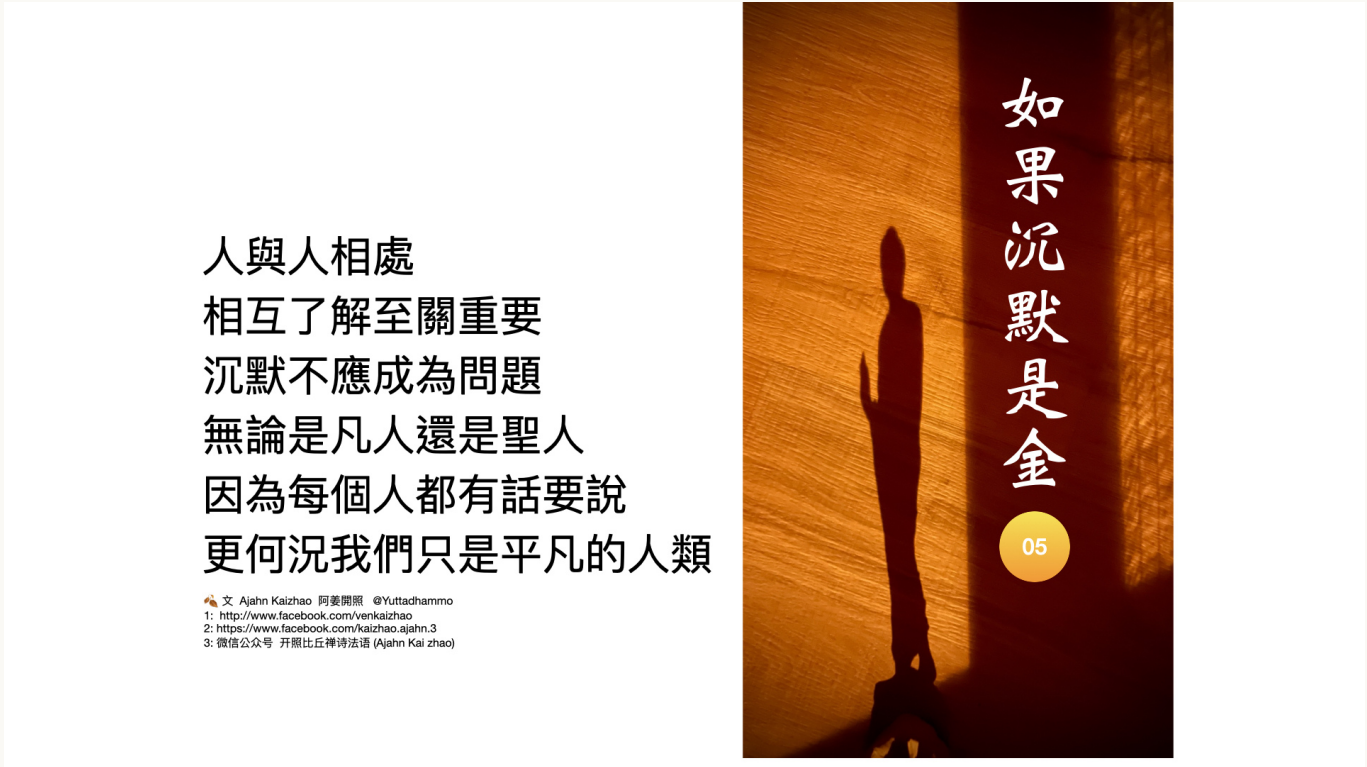


01

如果沉默是金
讓內心無所牽掛
但若有心結
請你勇敢抒發

文 Ajahn Kaizhao 阿姜開照 @Yuttadhammo
1: <http://www.facebook.com/venkaizhao>
2: <https://www.facebook.com/kaizhao.ajahn.3>
3: 微信公众平台 开照比丘禅诗法语 (Ajahn Kai zhao)





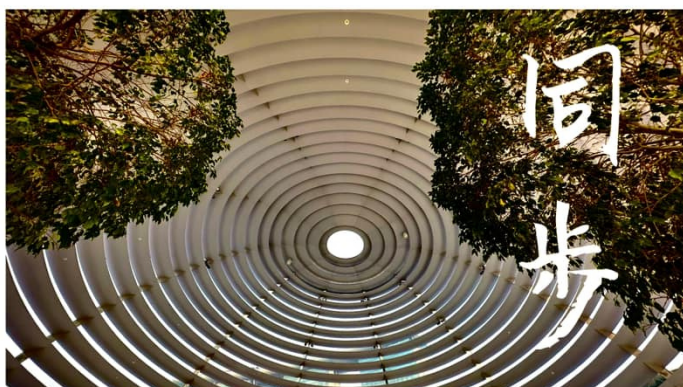


與時間

文：開照

時間推動著年齡
時間緊貼著生命
誰在為誰，誰需要誰
時間就在那一呼一吸間

時間推動著年齡
時間緊貼著生命
誰在等待，誰需要誰
時間總在一呼一吸之間



時間不為誰而活
人依著時間存活
白天黑夜，日日年年
按照時間來計劃與規劃
人的時間有限
而時間是無限

人因為時間存活
隨時間走到盡頭
時光無情，人心有情
隨時間的步伐渡過一生
接受它的運轉
隨它同生同滅

時間不為誰而活
我們在時間的河流中漂流

何來留得住

每個時刻都如此變化
每段回憶都獨一無二
帶走的是業習的感動
留下的是生命的足跡

每顆心跳像音符奏鳴
每段旋律都獨具韻味
帶走的是生命的精彩
留下的是深刻的印記

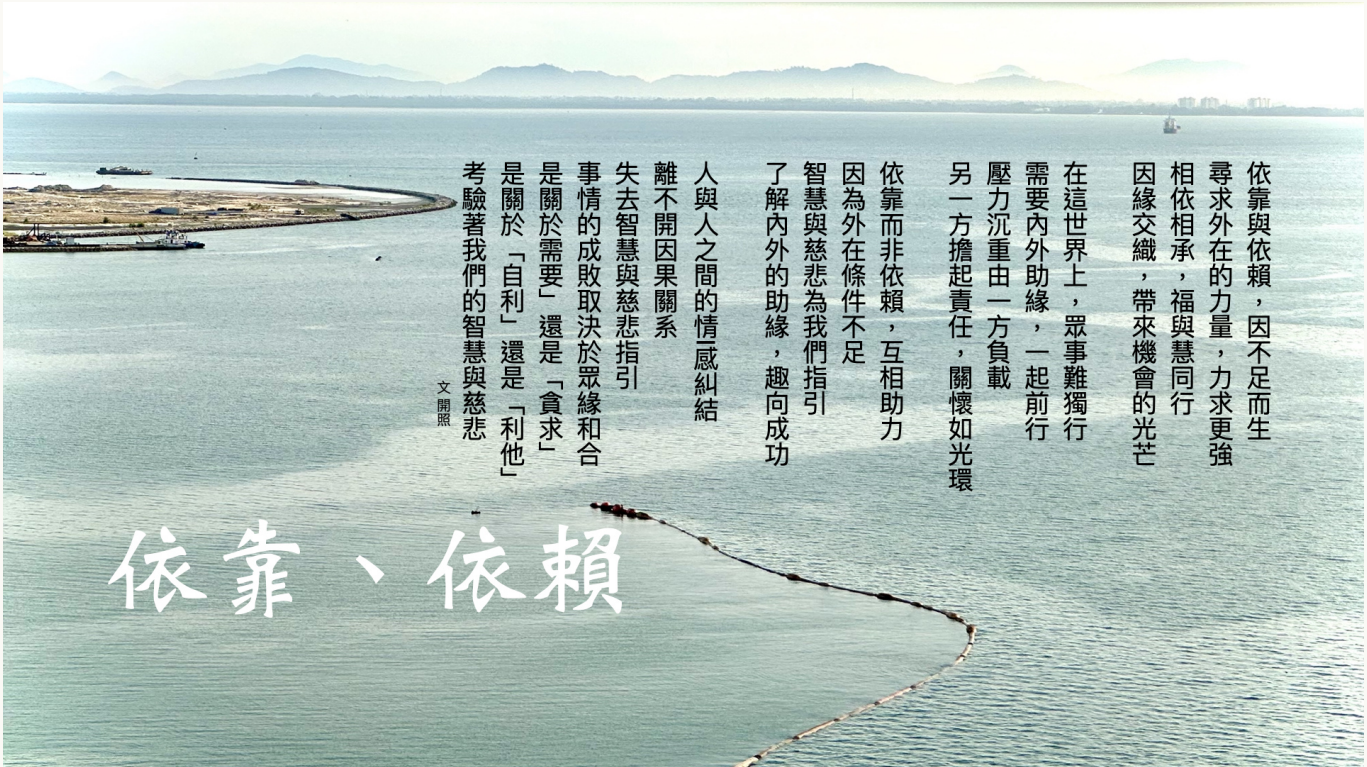
世間，無一法能帶得走
生生滅滅，何來留得住呢
如實來感悟
不生一念這是我的
又何來一念是留得住

世間，擁有僅是暫時的
生與死間，帶不走留不住
如實來感悟
一切都不屬於自己
隨時能夠輕鬆地放手

文 Ajahn Kaizhao 阿姜開照 @Yuttadhammo
1: <http://www.facebook.com/venkaizhao>
2: <https://www.facebook.com/kaizhao.ajahn.3>
3: 微信公众号 开照比丘禅诗法语 (Ajahn Kai zhao)







依靠、依賴

依靠與依賴，因不足而生
尋求外在的力量，力求更強
相依相承，福與慧同行
因緣交織，帶來機會的光芒
在這世界上，眾事難獨行
需要內外助緣，一起前行
壓力沉重由一方負載
另一方擔起責任，關懷如光環
依靠而非依賴，互相助力
因為外在條件不足
智慧與慈悲為我們指引
了解內外的助緣，趣向成功
人與人之間的情感糾結
離不開因果關係
失去智慧與慈悲指引
事情的成敗取決於眾緣和合
是關於需要」還是「貪求」
是關於「自利」還是「利他」
考驗著我們的智慧與慈悲

文開照



為了清淨

「自恣」與「布薩」
不同的階段與時機
來達到僧團及個人的清淨為目的
自恣是在三個月安居供住期間
藉由別人的觀察來發現自己的錯誤
而布薩由自己來表白懺悔自己的過失
這是古老的律制的方法
守護著佛子的智慧之火

註：自恣須如此作白：「大德，我從僧處請，根據我的行為所見，
所聞與所疑處來教誡我，願大德慈悲教導，我若見罪，我當改善。我從僧處請第二次、第三次。」 (Vin II 276)

註：布薩-是出家人誦戒日 (Vin II 241)記載，比丘們自行說戒後，規定犯戒者不得離戒，戒不得向有罪者說戒。若犯戒比丘出席，
其它比丘應感說戒。因此，犯戒者若要參加說戒，則要在說戒前先懺悔清淨，換句話說，只有清淨者才能參加說戒



作者：阿姜開照 / 優達達摩 / kz

出版單位：諦洲

Ajahn Kaizhao 阿姜開照 @Yuttadhammo

1: <http://www.facebook.com/venkaizhao>

2: <https://www.facebook.com/kaizhao.ajahn.3>

3: 微信公众号 开照比丘禅诗法语 (Ajahn Kai zhao)

出版日期：2023.10 初版

非賣品 / NOTFORSALE