

202406 文集

《堅守正念 · 慈潤心田》

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) —

2024年 06月 目次

《堅守正念 · 慈潤心田》

一品一味	6	最終誰最傷	18
我的信念 (1)	7	王對王	19
我的信念 (2)	8	有所知，不為所動	20
我的信念 (3)	9	認真不草率	21
我的信念 (4)	10	只是 一杯茶	22
我的信念 (5)	11	流動、轉動	23
真的不簡單 01	12	禪心、與咖啡	24
真的不簡單 02	13	禪思間	25
不再質疑	14	慈動人心	26
不質疑了	15	何來簡單	27
因為老故	16	重「結果」主義者	28
不問西東	17	無常不忙	29

一品一味



來去往返間，未忘禪心緣。
茶湯浮沈里，倒映著流年。

杯舉一瞬間，茶韻暖心田。
靜好無雜念，禪味忘塵天。

一品一味

01.06.2024 文·開照

我的信念 (1)



在紅塵的喧囂里
我，只是一粒微塵
不是成就大器之人
沒有傳奇，只有平淡
但我心，從不自棄

在佛法信念的下
我，日子天天過
不因為平凡而自輕
不因為渺小而自卑

我的信念 (1)

02.06.2024 ~ 文·開照

我的信念 (2)

在我的信念里
人生的偉大的事
在於 每一次思考
一次次的深思
要有新的體會
不再讓無明成為枷鎖
不再讓有愛成為羈絆

在我的信念裡
唯一的目標
釋放心房的鎖鏈
讓慈悲與智慧成長



我的信念 (3)



我的信念 (3)

在平凡的歲月中
我，書寫自己的篇章
在思考的海洋里
我，雲遊人間
在紅塵中，我雖微小
心中無願，何來大小願
我只是個很普通人
一思一念也很簡單
緣來緣去
照亮自己的心路
隨緣點亮他人前路

04.06.2024 ~ 文. 開照

我的信念 (4)

在業影的因緣中，我的信念如磐石，
緣來祝願，緣去護念，在這緣生緣滅里。

有情的我們，各自是業的主人，
因緣讓我們相遇，又讓我們分離，
心中無怨，即使不能再見，
背後亦會祝願，如同晨曦。

有緣見一面，無緣背後祝願，
若不能再見，背後亦會護念，
有情各自皆是業的主人，
多次因緣不能再見，心中不會埋怨。

我的信念 (4)

05.06.2024 文·開照

我的信念 (5)

(5) 我的信念

在無常的時光里，緣生緣滅間，
護念依舊伴隨心間，緣來祝願，緣去隨緣。

有緣一起共修，

無緣的時候，自己獨自修，

每個人都是業的主人，

個人生死，個人了，

多次錯過因緣，我不會埋怨，

既然無緣，也不會抱怨。

懷有慈願的信念，唯有祝願與護念，

何來有怨，在這無常法之中，

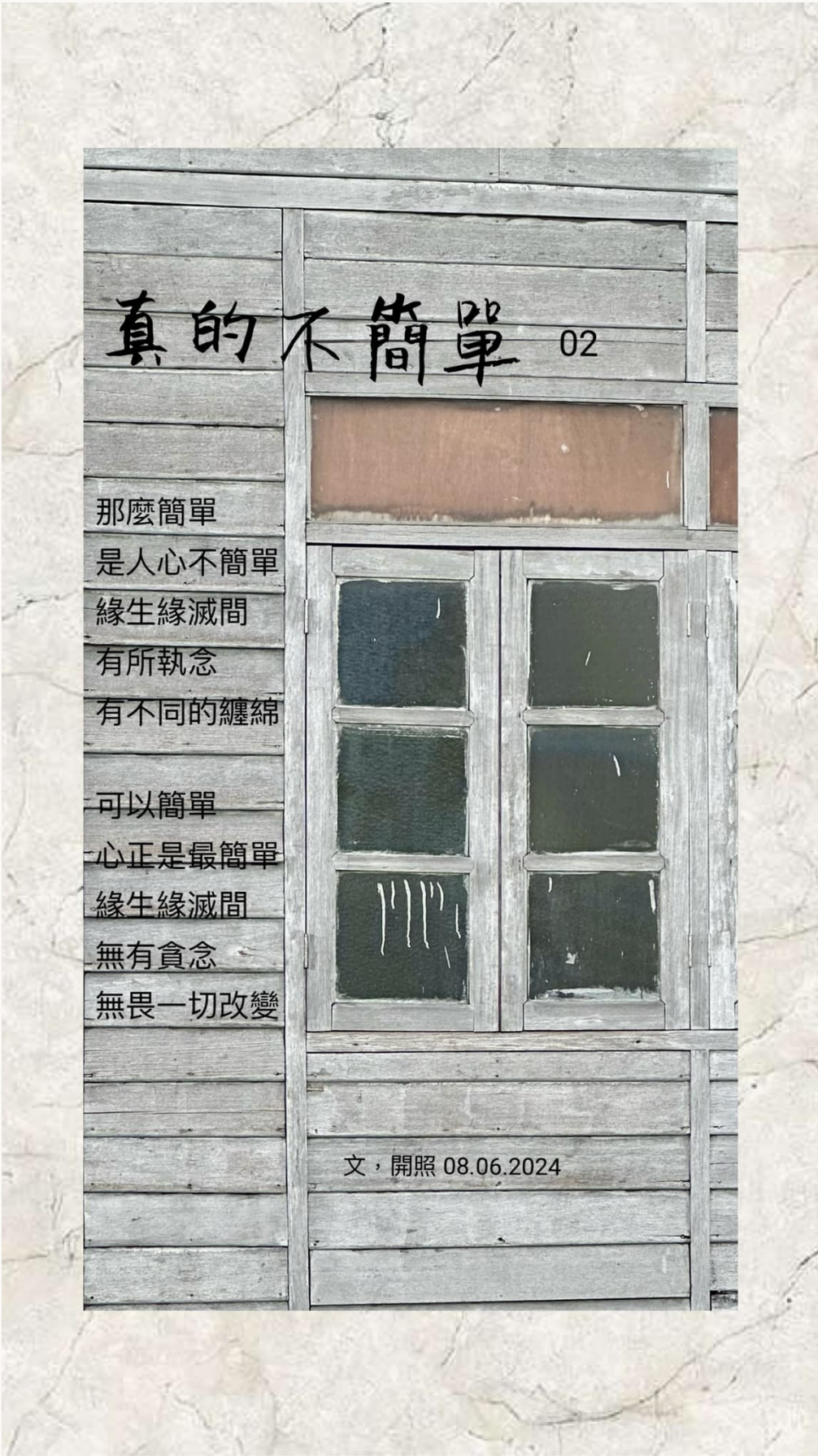
隨順因緣，智是信念，心中無怨。

文·開照 06.06.2024

真的不簡單 01



真的不簡單 02



不再質疑



不質疑了





最終誰最傷

寬恕在心海激盪，
正義與忿怒迷失方向。
心如暴風雨中的海洋，
在迷思的波濤中，堅持導航。

仇敵對仇敵，痛苦無邊，
淚水與怒火，心間交織。
真相終將揭曉，
虛偽與真實，心靈徘徊。

正義的刃，割裂心靈，
和諧之翼，混亂加劇。
智慧與慈悲，迷失方向，
深陷迷霧，無法解脫。

最終誰最傷，
因果與時間，將揭真相。
矛盾的海洋，捍衛立場，
網上的審判，誰最清楚？

當正義與怒火共存於心，
會讓誰更痛苦，
最終的結局，多少秘密，
原形必露，終將揭曉。

文·開照 13.06.2024

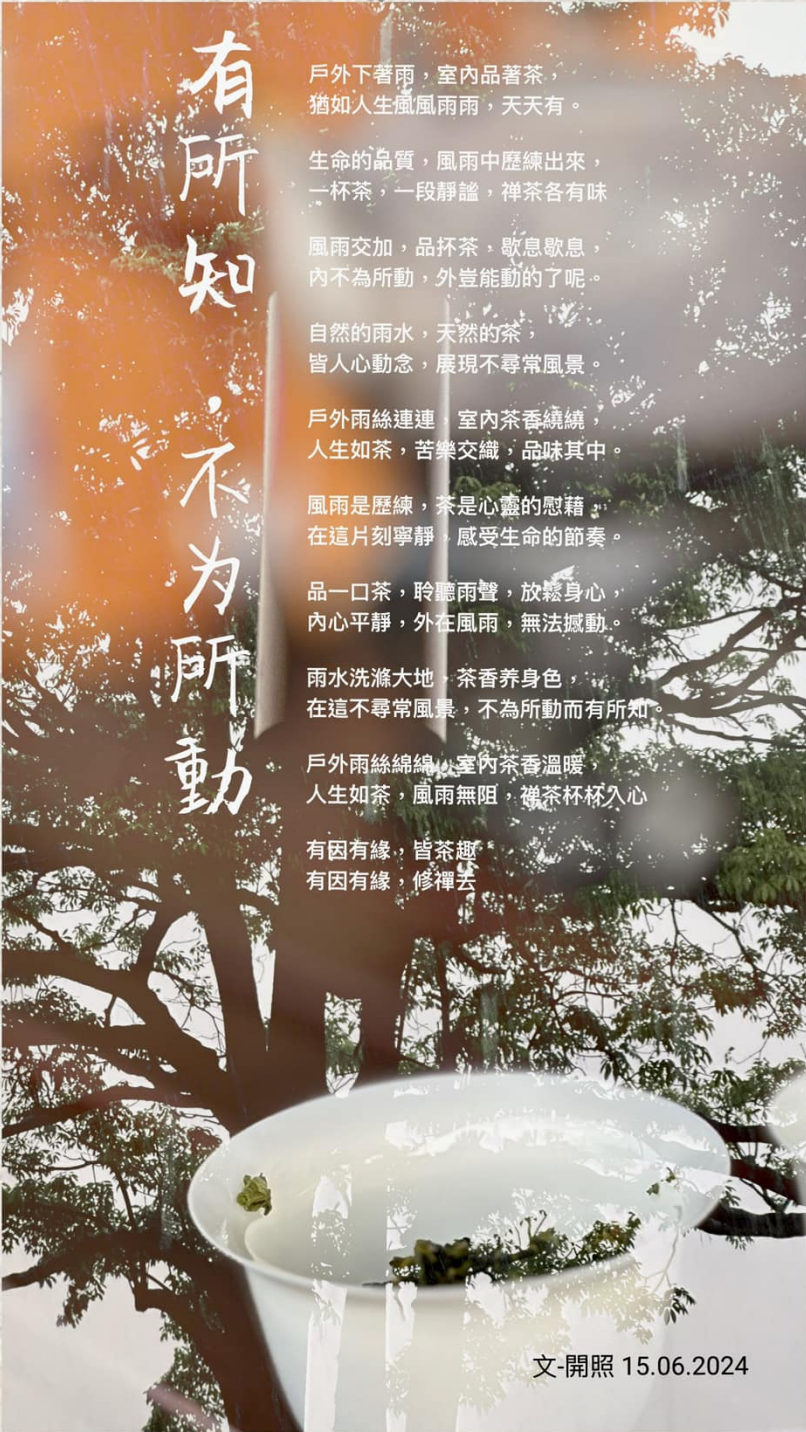
班章王遇到蕃薯，霸氣與樸實相遇
一個力量彰顯，一個堅韌不拔
就像人生的旅途，多樣而又豐富

人生也莫過於如此，
有剛有柔，有強有弱
班章王的茶香，激蕩著心潮澎湃
蕃薯的甘甜，滋養著平凡生活
盡在這一杯茶，一口薯
兩種不同的人生態度

文·開照 14.06.2024

王對王

有所知，不為所動



認真不草率



只是一杯茶



流動、轉動





禪心與咖啡

文·開照 22.06.2024

在悠閒與咖啡間
每一次舉杯，每一次對視
心與心的交流，默契無聲
悠閒在心，咖啡暖心扉

在禪與歇息間
木桌舊椅，歲月的印記
內外眼角，藏著故事
每一處角落，都是回憶
在這裡，感謝前人的給予

在悠閒與咖啡間
禪與心之間
每一次微笑，每一次呼吸
悠閒在心，咖啡暖心扉

咖啡在杯中輕輕旋轉
每一滴都是時間的沈澱
心在緊密相續的念知
分秒趣向心的安穩狀態



禪思間

一把壺，不僅是容器，
承載著歲月的痕迹。
一餅茶，不僅是飲品，
傳遞著智慧的訊息。

在這簡單的一杯茶裡，
禪與思之間的交融，
每一口都是歷史的滋味，
每一滴都是觸動的法味。

文·開照 24.06.2024

慈動人心



何來簡單



重「結果」主義者



無常不忙





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：2024.06 初版

非賣品 / NOTFORSALE