

202504 文集

《隨緣成長 · 逆境生根》

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) —

2025年 04月 目次

《隨緣成長・逆境生根》

虛妄的迷途	6
就隨它而去	7
活久見	8
《覺處》	9
貧窮限制想象力智慧破枷鎖	10
逆境生根~苦難開花~	11
沉默與聲音	12
與誰和解	13
用心感受超越自我	14
出路	15
不問終點如何	16
無明之勇	17
時間的河流	18
話語的智慧與修行	19
無一法不在改變	20
走之後，誰看清了誰	21

夢如幻	22
「行情」與心情	23
剛剛好	24
一念	25
三不	26
一路好走一路走好	27
心行因緣，靜觀成長	28
菩薩的鏡子	29
在那一瞬間	30
古今的換與變	31
來去無常	32
福報與智慧	33
呼吸之變	34
茶水皆隨緣	35
浮航三境	36



虛妄的迷途

01.04.2025 Kaizhao

活在謊言編織的世間，
如同迷航的船隻，
每一波蕩漾，
都帶來無盡的痛苦。
人離不開「利益」為繩索，
牽動心與心之間的糾纏，
恩怨交織，無法割捨，
在這條路上，走得那麼艱難。
心中裝滿了虛妄的浮影，
卻因盲信而失色，不再見真相，
歲月如流水，在無知中虛度，
最後，誰引領誰，皆成盲者。
這是一場無盡的循環，迷霧中，
反覆徘徊何等的苦，
渴望智慧，不見善知識
卻被無形的鎖鏈緊緊束縛。
若能破除虛妄，
若能在虛幻中尋得真實，
唯一方法，親近諸善知識
才能擺脫痛苦的牢籠，
迎接一個
不再被謊言捆綁的明天。



就隨它而去

當我們說一樣，
其實只是情感的執著，
一切都是流動，無常的變遷。

昨天與明天，
如何能說它們一樣？
前一秒與此刻，
又怎能說它們是同一？

生生滅滅，
如同潮起潮落，
一刻不曾停歇。

若心執著，苦便隨之而來，
如陰影緊緊相隨。
當你看見這變化，
心不再執著，
煩惱自然會減少，
如同雲霧散去，
清風拂過，
心也輕盈起來。

就隨它而去，
無常是流，
讓心隨流，無所執著。

02.04.2025 Kaizhao



03.04.2025 Kaizhao

活得久了，
怪事便不算怪。
事如風，吹過又散，
看多了，連嘆息都懶。

還活下去，
新聞不過是舊事，
換了妝容重來。
耳朵早已過濾是非，
眼睛學會，對聚散——平常事。

天天皆有新聞，
活得多久，
聽聞覺知，
卻是天天不同。

可見——
問題不在活多久，
而在於心，
是否不為所動。
這，才是人生快樂之道。

世界天天變，
常識也會過期。
快樂，不在於看透一切，
而是學會不為所動。

固執的人守著廢墟，
智者早已輕裝前行。



——致在理想與現實間跋涉的你

《覺處》

你以為的彼岸，不過是一座新的碼頭，
當苦厄如潮水般洶湧而來，
那些經文成了躲避風浪的藉口。

理想太輕，載不動生活的重擔，
那些沈重的繩索，緊緊地束縛著你，
在每一個清晨醒來，都勒出新的傷痕。

不如直面灘頭的泥濘，
看煩惱如何從掌心抽芽。
每一次對峙，都是一次修行，
每一次疼痛，都是覺醒的開始。

別再追問菩提有多遠，
當你停止追問的那一刻，
它正從腳下升起，從心念的轉變開始。
此岸與彼岸，生滅就在當下，
如實了知，就在這一刻。

04.04.2025 Kaizhao



貧窮限制想象力
智慧破枷鎖

因貧窮所限，我的想象力被束縛，
那一句玩笑，重如鎖鏈，
綑綁了夢想，禁錮了視野。
無形的牆，冰冷且堅硬，
將希望隔絕，留下的只是無聲的嘆息。

金錢的奢華，如夢似幻，
我們只能在遠方，默默凝望。
然而，想像力，是心中的烈焰，
在黑暗中，燃燒出不屈的渴望。

貧窮是荒涼的沙漠，
智慧則是綠洲，帶來生命的希望。
努力如同攀登險峻山峰的腳步，
每一步，都留下堅定的痕跡。

智慧如利刃，斬斷命運的糾纏，
努力如烈火，燃燒出燦爛的黎明，
財富是瞬間的流光，
而智慧，卻是永不枯竭的源泉

即便身處貧困，也能綻放光芒，
在對未知的探索中，智慧成為前行的燈塔，
它照亮希望，指引我們走向無苦的彼岸。
破除枷鎖，燃起希望的火花，
智慧引領我們，步向未來。

即使身處黑暗，也能看見星光，
因為智慧，讓我們洞察生命的真諦，
有了智慧，哪來的限制呢？

05.04.2025 Kaizhao



註：「娑婆」是佛教對我們所處的堪忍世界的稱呼，
意指眾生在此苦難世界忍受煩惱，卻仍有機會修行解脫。

逆境生根
~ 苦難開花 ~

梅花教我們「在風雪中靜放」，
娑婆教我們「在煩惱裡覺悟」。
它們共同告訴我們：
這是「與古今修行者共証此心」。
生命中的困境，
實際上是蛻變的契機。
願我們學習這份智慧，
與所有前行者一起找到無苦的路，
共同共証菩提。

06.04.2025 Kaizhao



沉默的好人，
如智者的靜水，波瀾不驚，
卻映照出一片天與地。

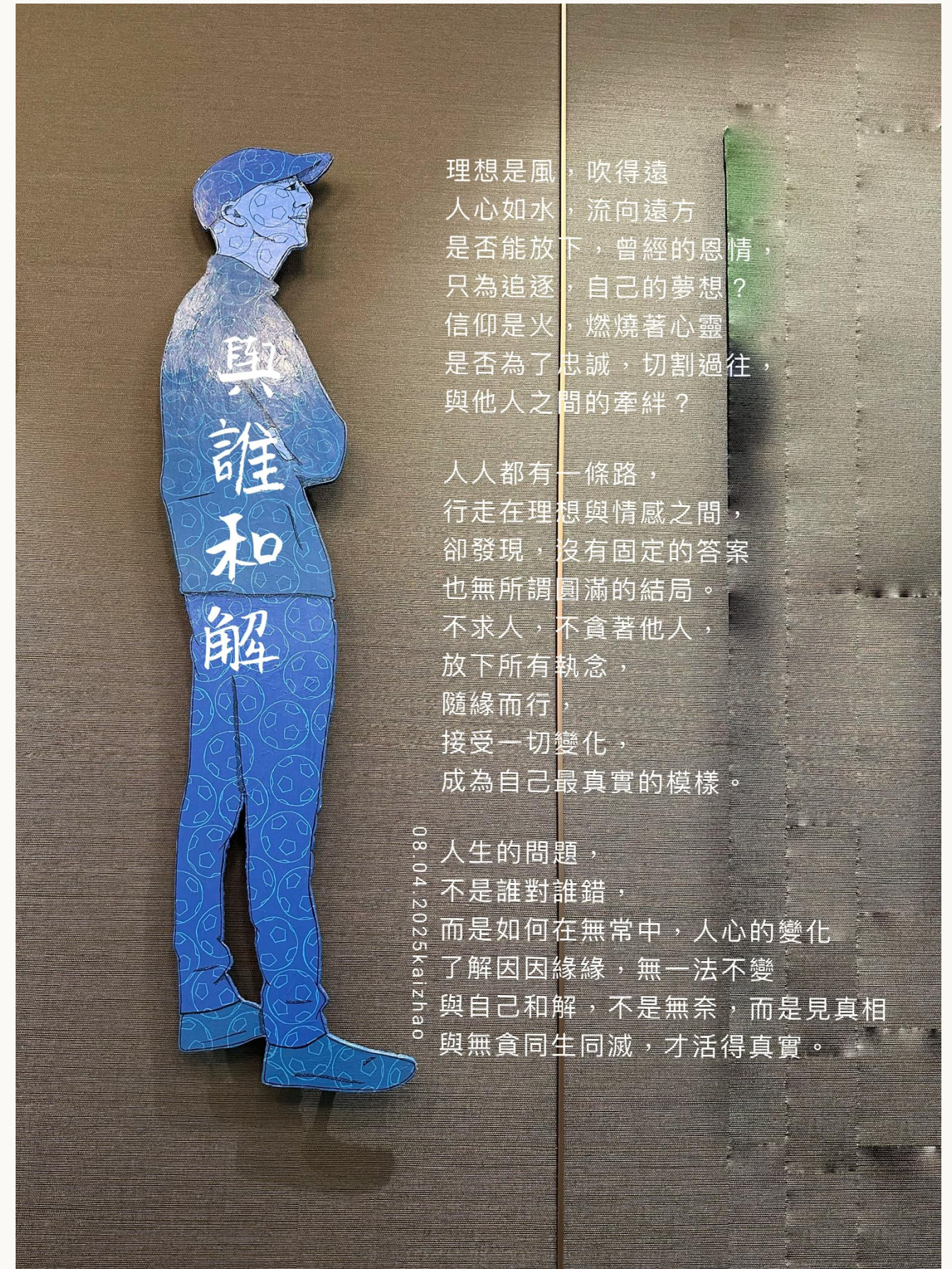
古人言：沉默是金，
是平和的語言，是不言的智慧，
但當苦難來臨，當不公橫行，
沉默是否仍可是金？

在無聲的世界裡，
每一個不公、每一場掩蓋的悲傷，
都需要有人發聲。
心中何忍，眼中何忍，
沉默，是否成為默許？

智者的沉默，
也許是為了遠見，
是為了明日的光輝，
但當今日的黑暗無法忍受，
該有一聲怒吼，
該有一個無畏的行動。

沉默，是金，
當它是為了保護心的清明；
但若它是對不義的漠視，
那麼，它只是一塊沉重的鐵，
束縛著每一個渴望改變的希望。

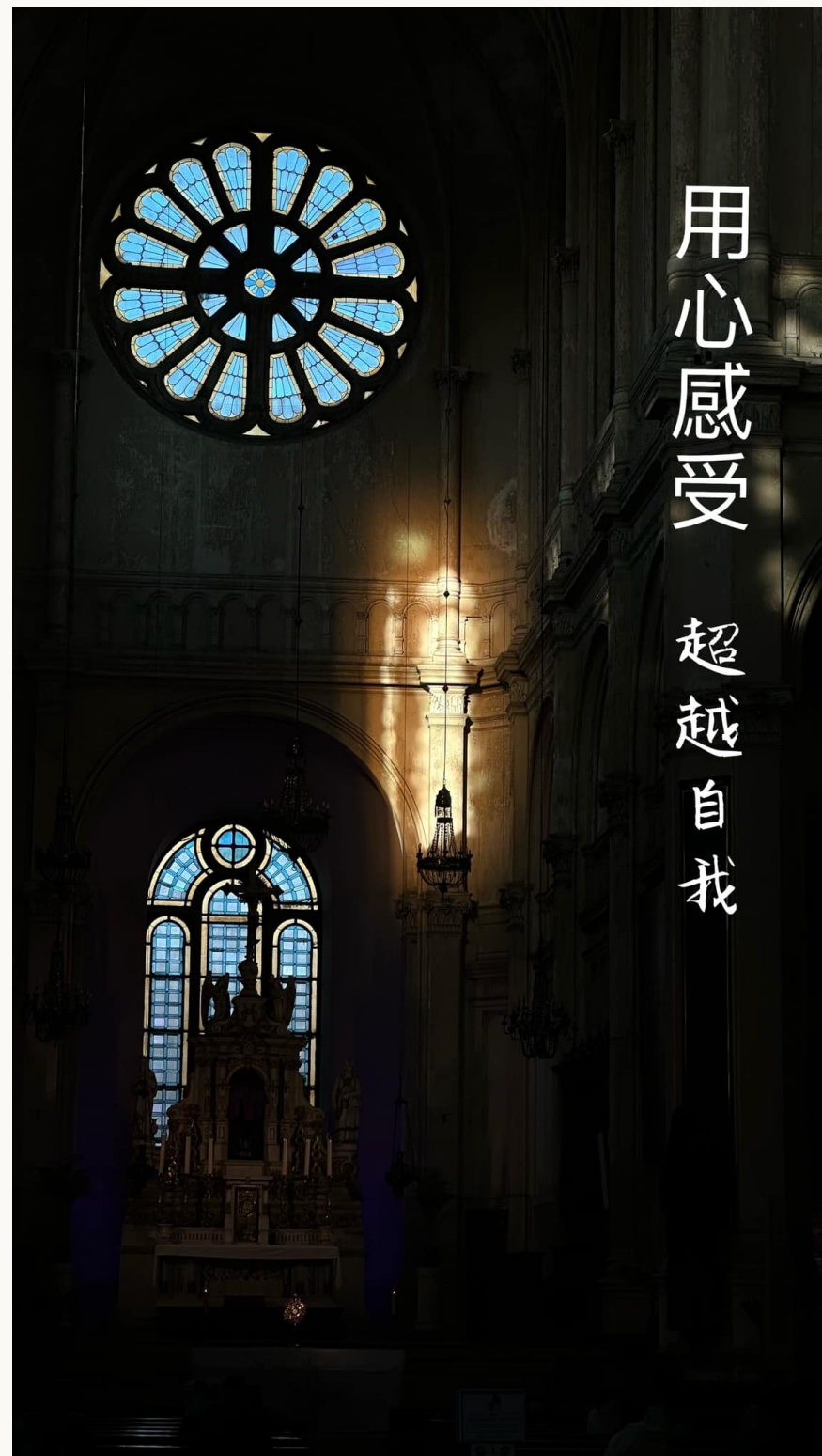
所以，
在沉默與聲音之間，
有請選擇在每一個不正義的時刻，
讓心找到安穩，讓聲音感受欣慰，
讓光明照進每一個黑暗的角落。



理想是風，吹得遠
人心如水，流向遠方
是否能放下，曾經的恩情，
只為追逐，自己的夢想？
信仰是火，燃燒著心靈
是否為了忠誠，切割過往，
與他人之間的牽絆？

人人都有一條路，
行走在理想與情感之間，
卻發現，沒有固定的答案
也無所謂圓滿的結局。
不求人，不貪著他人，
放下所有執念，
隨緣而行，
接受一切變化，
成為自己最真實的模樣。

人生的問題，
不是誰對誰錯，
而是如何在無常中，人心的變化
了解因緣緣，無一法不變
與自己和解，不是無奈，而是見真相
與無貪同生同滅，才活得真實。



用心感受 超越自我

用心去感受
不是挑剔，不是指責
而是尊重與接納
那一份真誠的付出，
無論其背後
是善或是惡。

不再停留
在自己渴望的邊緣
不再只看見
自己的影像
學會了
放下自我的期待，
去理解，
去體會他人的心意。

當我們不再被牽動
當我們不再只為自己
便能以智慧的心，
自在無憂還是自己。

09.04.2025 Kaizhao

若不見全貌的佛法
步履難免會偏差
你走你的路，我說我的話
各自以為懂了佛法

自以為是的聲音
悄悄在心中扎根
不知不覺斜了腳印
也將他人帶入迷雲
說要解脫，卻織成繩索
困了自己，也困了你我
誤把盲點當成燈火
照不亮誰的沉默

完整次第的法門
契機契理，處處關鍵
給彼此留一道門
才是護念眾生之緣
不是為了誰服從
只願有人看見希望

若真了悟修行之路
不會任誰墮入絕途
只是靜靜點亮一盞燈
讓人自己走出迷霧

10.04.2025 Kaizhao



出路



11.04.2025 kaizhao

～一首關於生命覺醒的歌～

欲走好長路先踏穩當前程
放下執念才得見真性
以善為舟渡無常波濤
隨緣不惑心燈自明
帶不走的為何苦苦緊握
留得住的是善心所作
終點將至誰真陪身旁
不如修心自在與安詳
一息一呼生死交會間
當下之中蘊藏真相源
緣起不迷惑緣滅不留戀
覺醒之心不沈淪
不問終點何往但求心無憾
不執聚散變幻唯願心如鏡
緣起緣滅中自在任翱翔
這便是生命最真實模樣

但求路上無悔

不問終點如何

流水人生聚散皆因緣
如夢似幻何苦心掛牽
有生必有滅這是如實語
將死放胸前反更能安然



無明之勇

若人唯以勇猛為志，
執念如焰，焚盡畏懼，
踏荊斬棘，不顧前途。
然勇若無智慧為引，
不識因緣，不辨是非，
終墮輪迴之舊軌，
重蹈歷史無盡殘痕。

勇而無明，為蠻行；
猛而無慈，成殘忍。
佛法以智為舟，以悲願為帆，
不觀慧眼，不懷慈心，
即萬夫莫敵，亦難脫苦海。

願眾生以智慧為燈，
以悲願為心，
所行之道，不唯無畏，
更具光明與寬恕；
不墜嗔怒，不困執著，
方能見彼岸，佛法得久住。

12.04.2025 Kaizhao



時間的河流

時間如河，
悄然流淌，
不問去向，
只在岸邊留下痕跡。
每一刻都是水滴，
滴落心底，
漸漸漫過思緒的沙灘，
曾經的心事，
已被時間沖刷成泡沫。
各自的影像都在流動，
隨著波瀾不斷前行，
穿越過往，我們皆為業的主人。
未知的未來，
是否能在下一個轉彎處，
還要再回頭？

13.04.2025 Kaizhao



話語的智慧與修行

話語，
不僅是表達，
更是一種考驗，
乃至一種修行。
何時說，
如何說，對誰說，
皆是人生的智慧。

善觀因緣而言，
自利，亦利人；
自護，亦護人。
若偏離此原則，
便已遠離正道，
不再依佛法而行。

14.04.2025 kaizhao



無一法不在改變

——寫給行於道上的人

15.04.2025 kaizhao

無一法，
不在變中流轉。
對於修行之路，
既非直線，
亦無終點。
心境，起伏如潮；
因緣，瞬息萬變。

福報有別，慧根深淺有別，
步伐自異，
無需比較，
亦難定案。
具足正見者，
隨緣觀照，
不困於「未得」而自卑，
不執於「已得」而自滿。

即便大覺者，
其圓滿不離煩惱止息；
既活於世，
亦行於人間，
仍須應機隨緣，
處事待人，因地制宜。

所證之境，
尚須面對業影糾纏，私密如晨霧；
所行之道，
雖變幻如風，
仍堅持滅苦之志，不捨一念初心。

修行，
原是學會在變中不惑，
在無常裡清醒，
不急於定論，
亦無須名狀。



彼此最熟悉的敵人
他提了方案，總要質疑
他得了獎，那人從未道賀
卻從此心知肚明
彼從不肯低頭
而這場無聲的拉鋸
也撐起了彼此的高度
直到某天
消息傳來——
他走了，真的走了
不是退休，是離世了
那一天，現場上
告別式的，花圈鋪滿
那些曾與他冷眼相對的牆
一個個紅著眼，原則：鮮明，敬業一生

走之後，誰看清了誰

站的人群裡
聽著這些話，
人心不是不懂，而是不說破
有經驗的人，都心照不宣
因為人還在的時候
讚美不能說太早
敬重不能說太滿
——「肯定」會變成威脅
——「欣賞」會變成壓力
直到他退場
直到他往生
眾人才終於放心
可以盡情歌頌他
因為
他，再也搶不走什麼了
人之間的恩怨
知者看眼裡
卻也直到那一刻
才真正懂得：
——
無論誰走了之後
留下的，不只是遺憾
而是一面鏡子
照見每一張
還活著的臉
只是，人人
早已知

16.04.2025 Kaizhao



未來的夢，
穿過煙霧與塵土，
如風般欲停未停，
在虛實交界處徘徊。

渴望越多，幻影越多，
人們追逐著光的輪廓，
卻在途中迷失了自己，
忘了為何出發。

夢與現實的距離，
不過是心靈的迷藏，
在執念與放下之間，
若能如實看見——
一切有為法，如夢幻泡影，
常作如是觀，
夢便不再是夢，
而是腳下每一步的路。

踏實走過緣起緣滅，
不偏不倚，自在安然。



18.04.2025 kaizhao

「別讓心情也壞。」
行情的好與壞，
都是在訓練人心。
心若穩，
人生這條路，
才走得安穩、從容。
行情好，
是外在的順風順水；
也因為太好，
人便容易執著，難以放手。
行情壞，
是外在的風雨交加；
也因為太壞，
人便容易抱怨，更難放下。
好與壞之間，
是人生常見的風景。
兩極變化，反覆出現，
才是真相必然的模樣。
唯有走過，
看盡兩端的更替與更換，
才能有所頓悟。
這，便是智者。
從此以後，所遇的人與事，
才能看得開，放得下。

行情
與
心情



沒想過的地方，卻來了；
沒排過的行程，同行去了。
劇本誰寫？
無人知曉。
像是風寫的，像是業緣牽引，
不早也不晚，
這一幕，正好。

活著啊，
原來就是這麼一齣戲。
總以為要懂得全劇情，
其實只記得走下去，
其餘的，
靠心去體會，靠眼去感受。

前緣如霧，後路如風，
該來的，擋不住；
該走的，留不下。
不爭，不問，
只靜靜地走、輕輕地放，
不多一步，不少一程。

如此而已。
此刻，剛剛好。



一念之間，是苦海無邊，
還是一片光明？
取決於你，心中的那片天地。

一念執著，
心如狂風卷落葉，
追逐虛影，
迷失在無盡的黑夜。
一念苦，
夢被束縛，
在慾望的牢籠里，
掙扎，卻越陷越深。
一念捨，
放下手中緊握的沙，
讓它隨風飄散，
心海泛起溫柔的波瀾。
一念捨，
苦從何來？
執念散去，
心間豁然開朗。



不糾纏於過去，
不束縛於現實，
不糾結於得失，
心如流水，
隨著時光輕輕流淌。
在喧囂中，
能覓得內在的清醒，
不為外界所擾，
在繁雜中，
守住一份寧靜。
在風雨中，
能看見方外的出路，
不畏前方的陰霾，
心中自有光明。



當你踏上新的路，
也許是再見，還是告別，
這是起點的事，
都無所謂，重要該說的已經說在先。
背影的步伐越走越遠，
心中有法，也有你的願，
「一路好走」我輕聲說，
願你無論何處，都能與三寶再相遇。

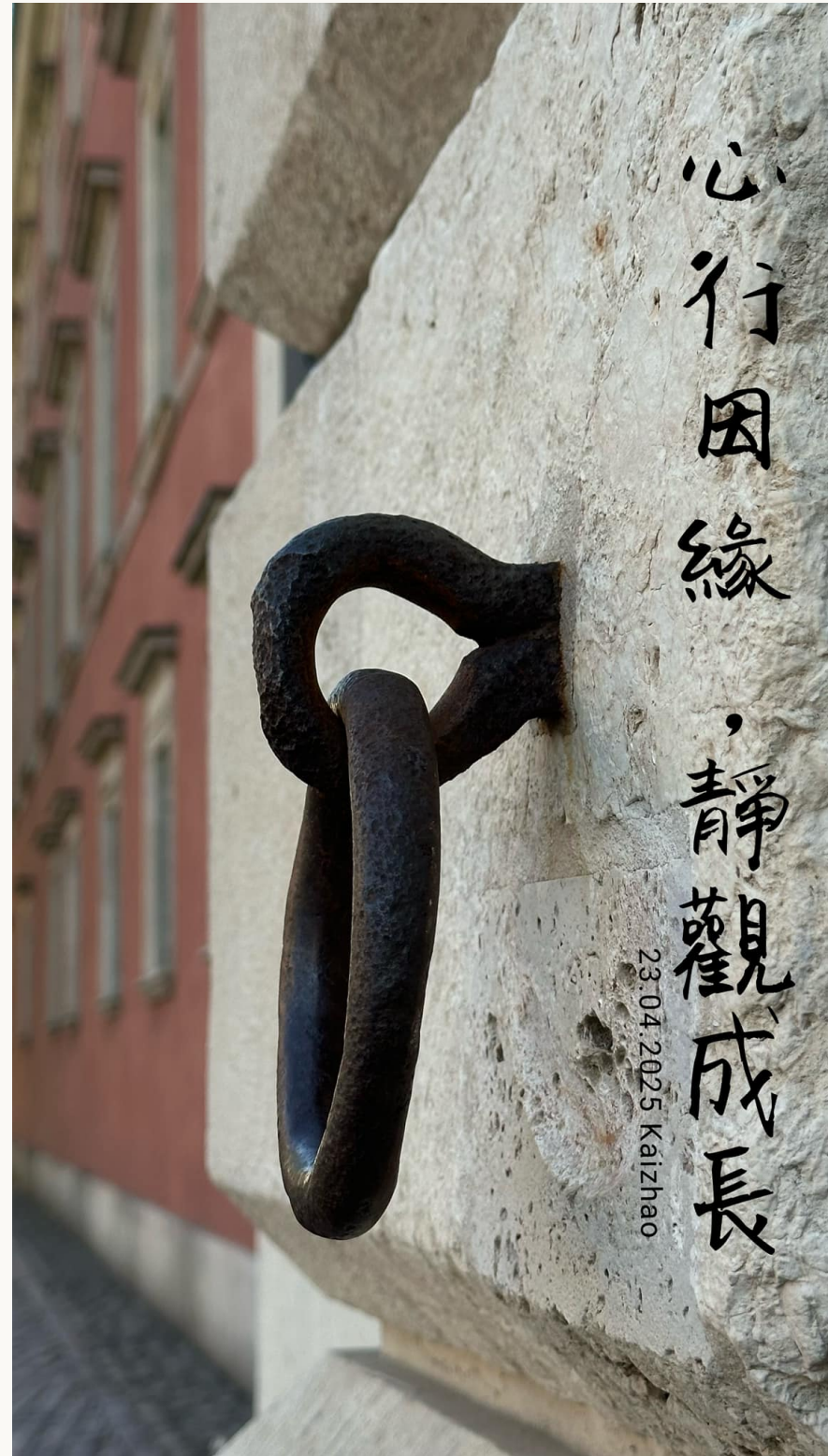
「一路好走」，不再回頭，
無論何方，都有心中的祝福，
走向未知，走向未來，
希望你無畏，帶著你的願望，一路好走。
「一路走好」，莫問前路，
在每一步，記得走得堅定與安然，
無論風雨或晴天，
都無所謂，一路走好，善業陪伴你。

生命的路不止於眼前，
每一程都是另一程的延展，
「一路走好」，有智不用怕，
在每個當下，願你活得豁達與從容。

當你踏上新的征途，
或許困難，或許有迷霧，
但我相信，無論何時何處，
你都能走出自己的路，
輕鬆而自如。

有些路走過才懂得，
有些路曾經走過
告別不等於結束，
而每一步走好，才是真正的善護，
是否回頭，
有因有緣，會有不同的呈現。

「一路好走」，心中記住，
「一路走好」，無論何處，
在這條路上，有福有慧，才值得回味。



走過許多地方，
遇見不同的人，
經歷不同的因緣，
收穫不同的體會，
也看見
自己的知與修的有限。

從不完美中出發。
當心靜下來，
煩惱便無處藏身；
外境如實映現，
內心清明如鏡，
光影分明。

止，是讓心安住；
觀，是讓智慧透徹。
如風止於水面，
如月映入深潭。

修行，不離世間，
只需在世間之中，
學會不迷失，
學會看見，
學會轉化。

每一段路，
每一個人都是一面鏡子，
映照過去的我，
也照亮未來的心。



法，如鏡，
映萬象而不染塵埃，
觀人事即觀己心，
鏡中所見，終是自我倒影。
了知法之後，心如夜空開曠，
不再執著風景，
而知，一切皆緣生、緣滅。
自覺，與覺他，
自度，與度人，
自利非私藏智慧，
而是讓光照到他人的黑夜。
看來是為他人悲憫，
實則自心靜明如水，
給人菩薩的感覺，
不過是內裡流淌著
不求回報的智慧。
不言成就，不求果報，
悲心自起，行願無盡，
在幫助他人離苦的那一刻，
自己也在悄然得度。
這不是誰的模樣，
而是每個願意照見自己的你我，
在塵世之中，
菩薩之名，不如說是悲智現身。



就在那一瞬間，
欲攬住什麼，
卻發現，
指縫間皆是夢影。
原來，留不住的，
不過是心頭的執念。

剎那變幻，無住無依，
世間萬象，何曾屬我？
世人總言：
「這一刻，留住了。」

卻不知，
過去若能停駐，
當下又豈會流逝？
終究
不過是自以為真的夢。

風過無痕，水流無跡，
念起念滅，如露如電。
唯有放下，方得自在。



人總在換，
換生活方式，
信仰，價值觀等。
古今皆然，
世界在變，人心也在變。
但越換越累，
總在相似困境中輪回。

問題不在變，而在“我的”。
執著於
“必須符合我的理想”，
“必須永遠屬於我”，
“必須讓我滿意”。
真正執著的，
是“我”對它們的定義。
一旦貼上“我的”標籤，
變化成痛苦，
失去成恐懼，
輪回永無止息。

古今的“換”與“困”，
兩不離。

真正的自由，
是清醒地經歷變化，
不被貪欲蒙蔽。
隨緣皆變，
但覺知的心，可以不動。
呈現的，是智慧與慈悲。



來去無常

27.04.2025 Kaizhao

該來的，總會到來，
該走的，終將離去。
不該來的，
或許在門外叩響心扉，
或許在周遭徘徊不定；
不該走的，
或許悄然告別，
或許默默停留。

來去之間，
有主動的奔赴，
有被動的漂泊。
而最終，
無常的鐘擺輕輕搖曳，
業力的成熟靜靜沈澱，
在來去之間，悄然流轉。



福報與智慧

28.04.2025 Kaizhao

福多福少
他們說，福是銀行裡的數字，
是桌上的熱湯，
是雨天有傘，病時有床——
生活，因此有了重量。
但福也會逃走，像指縫的流沙，
像春日的櫻花，轉眼風化。
德行在智慧
真正的安穩，
不在外頭的風停雨歇，
而在心裡，
有沒有一盞不滅的燈。
貪求福報的人，
像追逐浪花的孩子，
而覺悟者，
靜坐沙灘，看潮起潮落，
心不動。
生活需要福——
讓我們走得遠；
生命需要慧——
讓我們飛得高。
不拒人間煙火，
不貪世間風光，
活著福中不迷惑，
活著享有而不貪著。



呼吸在改變，
還是在變化中？
是風穿過肺葉的微響，
還是心念起伏間的低語？
我們以為呼吸不變，

只是因為——我們仍活著。
錯認堅定為「穩定」，
卻不知：呼吸早已在變，
心念，也從未停歇。
只是因為
安住於樂、習於安穩，
那細微的變動，
才不易察覺罷了。

呼吸之變

29.04.2025 kaizhao



茶水皆隨緣

29.04.2025 Kaizhao

渴時飲水，閒時品茶，
皆是因緣，
無非人間風景。

若心無掛礙，
白水自清，茶湯自醇；
縱有分別，不落執著。

有人尋茶千味，
是為「趣」；
有人安飲白水，
是為「常」。
渴時解飲，閒時細味，
茶不擇人，水不挑時，
原是心境自現差別。

「遇茶吃茶，見水飲水。」
知味之人，不惑於味。

浮航三境



人生值機須知：
——時刻精准如律，
——旅伴隨機似緣。
執念是超重行李，
放下即頭等艙。
時准航正客匆匆，
緣起緣滅夢幻影。
若問浮生何所系？
雲舒雲卷任西東。
登機口開合間，
座位號更迭處。
我們都是，
時光航班裡，
一期一會的，
旅人。

待續



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：2025.04 初版

非賣品 / NOTFORSALE