202511 文集

《道法共行 · 僧信和合》

阿姜開照 · 著 / Ajahn Kaizhao



谛洲 · 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 11月 目次

《道法共行 · 僧信和合》

法工 6
沙彌 7
比丘 8
師兄 9
同師 10
同門 11
同道 12
一寺一心 13
一師一心 14
一法一心 15
一僧一心 16
佛弟子 17
道法共行 18
令人感動與深思 19
一寺一心 20
穩步與速成 21
安然承受 22
誰服了誰 23
法輪動人心 24
福報與正見 25
形影可逝印記動人心 26
你才是自己的治療師 28
夕照菩提路 29
比較見人心 30
尊在德 31
停下卻看不見的停止 32
停下看見的是 33
就是這樣 34
簡貴 35
洗盡塵心 36
喜不在他人安在於己 37

法工

法工
「法工」，非凡工；
以法為志，以願為行。
工在人事，心在法中，
是護僧、護法、護心的行者。

一、《法工：
發功——發心即功，功在無形》
「法工」之「工」，不在勞力，
而在發心。
若一念清淨願起，
掃地亦是修福，搬柴亦是修慧。
「發功」者，不在手之勞，
而在心之光。



二、《法工：
法攻——以法攻心，降伏煩惱》
護持之時，境緣多變，
最難守者，是己心。
若能「法攻」——以法觀照，
攻破我執與煩惱，
則事再多，心仍安然。
修行不離勞動，勞動即是修行。

三、《法工：
法共——共行於法，共成於願》
「工」之真義，在「共」。
僧俗共修，法法相應，
非誰為主，誰為僕，
而是眾力成就道業。
法共則心和，心和則寺安。

——

發心是功，護法無窮；以法攻心，煩惱自融。
同行共願，同護正宗，願心不退，法燈長明。

01.11.2025 Kaizhao

沙彌

沙彌
「沙彌」者，學道之始、入法之初。
以純淨之心習戒，以謙和之行近法。
修行不在年齡之幼，而在心念之真。

一、《沙彌：莎迷——柔如莎草，不迷於境》
「沙」可作「莎」，柔軟而不折。
學道者，當如莎草，遇風而低、遇雨不斷。
不迷於境界之華，不戀於人情之影。
柔軟者，能容；不迷者，能進。



二、《沙彌：
察明——察己過失，明自心光》
「彌」若作「明」，
則修行的路，貴在察己。
察過不為懊悔，而為警策；
觀心不為責難，而為覺照。
察而明，明而靜，靜而生慧。

三、《沙彌：
捨迷——捨我慢，離愚惑》
初學之道，
最易「迷」於學問與名相。
若能「捨迷」，
以戒為基，以行為修，
一日一省，一念一覺，
方是真學道之心。

——

柔而不弱，靜而不滯；
察己則明，捨迷則慧。
學道無早，願心為師，
沙彌一心，正道自啟。

02.11.2025 Kaizhao

比丘

比丘
「比丘」者，乞士也，
行乞非為食，乃乞無上之法。
身披袈裟，志在離欲；守戒安然，願行無畏。
故「比丘」之名，不止於身分，而在於心分。

一、《比丘：
比求——比己之過，求法之真》
「比」者，非比人也，而比己也。
修行之道，貴在自省，
見他之善以自策，觀己之失以自改。
「比求」者，不競於名利，
但求於法義；不求勝他，唯願降我。



二、《比丘：
避咎——避染於俗，遠離於非》
「丘」可作「咎」，
出家之人，應「避咎」而淨身心。
避者非逃，乃守；
離者非棄，乃護。
避欲避慢避諍，
使心無垢、行無染，
方能安住清涼地。

三、《比丘：
必修——戒為基，定為依，慧為果》
「比丘」三字，亦可作「必修」。
必修戒，令身端；
必修定，令心靜；
必修慧，令見真。
若三學不離，
則名實相應，
是為真比丘也。

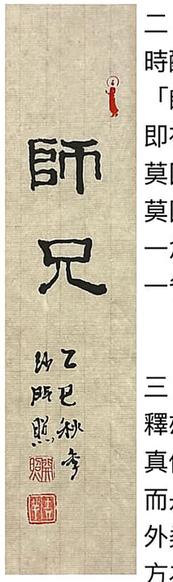
——
比己非人，求法為尊；
避咎離染，清淨自存。
必修三學，戒定相因；
行於正道，方稱比丘。

03.11.2025 Kaizhao

師兄

「師兄」，不只是一種稱呼，
更是一份行持上的榜樣與責任。
在學道之路上，先行一步者，應以謙為先、以行為教。

一、《師兄：識行——以識照行，以行成識》
「師」者，示也；「兄」者，先也。
能識而行，不但明理，更能踐行於日常。
識行相應，智慧與德行方能並生。



二、《師兄：
時醒——時時自省，常常警醒》
「師兄」若作「時醒」，
即在修行路上時時提醒自己：
莫因資歷而生慢，
莫因得法而生驕。
一念不慎，智慧成障；
一省即覺，迷霧皆開。

三、《師兄：
釋雄——以柔為強，以釋為勝》
真修行者，非爭雄於言，
而是能釋懷、釋執、釋我。
外柔內定，
方為真正的「雄」。
能讓、能忍、能悲憫，
才是師兄之德。

行先非上，心淨為真；
識行並進，柔中見仁。
時時自省，念念歸依，
名為師兄，實是修人。

04.11.2025 Kaizhao

同師

「同師」者，同依一師，學於一道。
不在名同，而在心同；
不在爭法，而在共修。
同師之情，貴在互敬互助，共成共悟。

———

一、《同師：同識——共識於法，同行於道》
同依一師，應同識於法義。
非我見為是、他見為非，
而是以法為準，以覺為歸。
若能共識於法，則無爭於人；
同行不礙，各得其益。



二、《同師：
同施——同心施行，共護正法》
「同師」若作「同施」，
則是同心付出、共同護持。
法之傳，不止於言教，
更在於行中共成、
願中共守。
同施者，
心等無高下，功德無遠近。

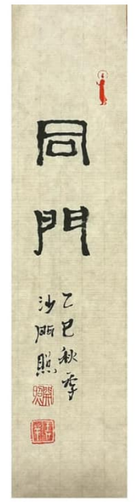
三、《同師：
通時——隨時通達，隨緣長養》
學道者，不固執於己法，
亦不比較於他行。
「通時」者，知時應機，
因緣而化。
通則不滯，時則不亂，
同師而不同執，
正法自久長。

同師同道，心若一光；同識無爭，同行無妨。
通達隨緣，施行無我，法在人間，覺路自彰。

05.11.2025 Kaizhao

同門

「同門」者，同入一門，共學一法。
門雖一扇，心路萬千；
若能同心共行，則道不孤、法不遠。



一、《同門：
同聞——共聞於法，和合於道》
「同門」者，當「同聞」。
聞法非為辯勝，而為覺悟。
若各自執見，則同門成異道；
若能同聞於法，心和則法久。
共聞即共修，共修即共明。

二、《同門：
通問——以問為學，以通為悟》
「門」者，進出之所，學亦然。
若能「通問」，
問而不疑，疑而能悟，
則法義日明，行路日寬。
問非為爭，乃為通；
能問者，方能通。

三、《同門：
同願——願同心，行同行》
同門學道，不在誰先誰後，
而在願同、心同、行同行。
同願者，共護道業；
同行者，互為增上。
願同則無爭，行同則無礙。

同門一心，共聞一法；通問而明，同願而化。
學在和中，行在道下；法久人久，心安無罣。

06.11.2025 Kaizhao

同道

「同道」者，同修一法，共行一心。
道無高下，唯行者異；
心若相契，道自無分。
同道之情，不在言說，而在同行相照。

一、《同道：同導——互為導師，共為行友》
「同道」若作「同導」，
是彼此相導、互為鏡燈。
有時我為人師，有時人為我師；
能相導而不爭導，
則道路無礙，行願日深。



二、《同道：
通到——心通則法到，
情通則願成》
學道之人，不怕慢，只怕滯。
若心不通，則法難入；
若情不融，則願難成。
「通到」者，
柔軟其心、寬容其見，
讓法脈能流，讓願行能續。

三、《同道：
懂道——懂理不執理，
懂法不離法》
懂者，不多言；
道者，不外求。
能「懂道」之人，
於平凡中見深法，
於逆境中修柔心。
懂道非智巧，
而是真誠與體證的化合。

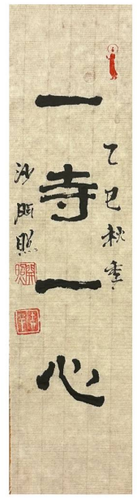
同行非爭，懂道為明；
通心則到，導人自成。
願同道久，心常同行，
法燈相續，無盡光明。

07.11.2025 Kaizhao

一寺一心

「一寺一心」者，不止是一句口號，
而是一種共修的精神。
寺有眾職，心有萬端；
若能同心於法，則寺安、眾和、道行。

一、《一寺一心：一致於願，同行於法》
「一寺」者，共依三寶而住；
「一心」者，同願清淨無爭。
若能一致於願，則行中無分別；
同行於法，則眾中無高下。
願同則力聚，心一則法成。



二、《一寺一心：
醫志一心——以法為醫，
以願為志》
「一寺一心」，
亦可作「醫志一心」。
修行者皆帶煩惱病，
唯以佛法為良藥，
願心為方劑。
心若專一，則病得痊；
志若不移，則行不退。

三、《一寺一心：
依止一心——內和為本，
外和為緣》
寺院清淨，先在眾心不亂；
若人人「依止一心」，
則不爭、不動、不偏。
內和者，養定慧；
外和者，生慈悲。
和即是道，心即是寺。

一心同願，萬行同歸；
內外和順，法久人輝。
寺在人中，心在法裡；
一寺一心，即是菩提。

08.11.2025 Kaizhao

一師一心



「一師一心」，聽似一句簡語，卻蘊藏修行的核心。
「一師」不僅指外在的導師，更是提醒——心中應有法的依歸；
「一心」不只是專注，更是以恭敬、純淨的心緣佛德。

學法之道，若多師而心散，終難契入；若一師而心雜，亦難得益。
故「一師」在於信受，「一心」在於專志。
能以清淨心承師意，法自心開；能以無雜心聞法義，道自明朗。

真正的「一師一心」，
不是執著一人，而是透過一位善知識，
見法、見心、與佛德相應。
——
一心依一師，法水自澄明；
不逐人我見，佛德在自心。

09.11.2025 Kaizhao

一法一心



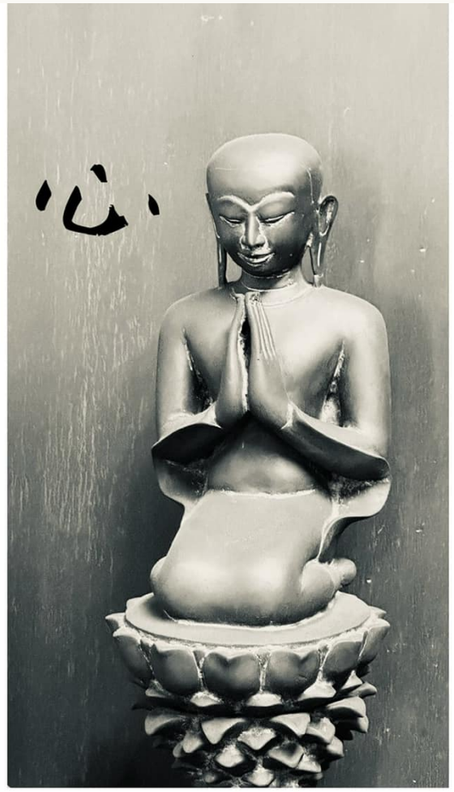
「一法一心」，乃學法之要，修行之基。
「一法」者，非多聞繁取，
而是於一法中安住、深入，直至通達；
「一心」者，非偏執一境，而是以清淨無雜的心，契入了義法。

修學若貪多逐廣，
則心散而不得要領；若能於一法中勤修不退，則萬法由此開展。
正如一滴水映月，全體皆現；
一心修定慧，法法皆明。

「一法一心」提醒我們——
學法貴在專一，修行貴在真誠。
法不在多，心不在雜；心一則法現，法現則心明。
——
一法入一心，千門皆可通；
止觀兼具足，現法親作証。

10.11.2025 Kaizhao

一僧一心



「一僧一心」，
是修行者的本分事，
也是僧團清淨的根本。

「一僧」者，
不只是個體的名分，
而是代表
僧伽中一分子的責任；

「一心」者，
不是狹隘的私意，
而是以無我之心，
共成和合之道。

若一僧一心各異，則僧團分散；若一僧一心相契，則法輪常轉。
修行不在於誰領導誰，而在於彼此皆願以法為師，以戒為依。
同住共學，無高下之分，唯有同願同行。

「一僧一心」提醒我們——法法相潤，自護利有情，不忘令正法久住；
非求自淨，而願眾淨。僧團如身，眾僧如器，心若同，則法自成。
——
一僧一心和，法雨潤群芳；
同願同修處，僧在法即在。

11.11.2025 Kaizhao



序言：
寺院，不只是磚瓦之所，
僧職，不只是稱謂之名。
每一個角色——
皆有其責任與心態，
皆是修行之道場。

一寺如一心，
心中有法，法中有人。
職事即修行，日常即道場；
持戒守心，護法護僧，
皆非外事，
而是內心的鍛煉與淨化。

映照修行者
應有的心態與智慧：
懂得「知可而行，能退而安」，
學會「應時而導，隨法而護」，
最終皆歸於
同一心——清淨、明慧、慈悲。





結論：
「道法共行」，
是修行者應守的心軌。
「道」者，行之所歸；
「法」者，理之所依。
若行離於法，則道失其真；
若法離於行，則理空無用。
唯有道與法共行，
行與理相契，
方能成就清淨之行。

共行，非同形而已，
而是同心而行。
在僧團中，
每一步皆是學法的足跡；
每一念皆是修道的契機。
互為鏡，互為伴，
見他人之長而自省己短，
聞法義之深而自增信心。

「道法共行」的精神，
在於——不自高，不輕他；
不爭名，不逐利。
行於道中，守於法內，
安住一心，同行一願。

道與法同行，心與願同明；
同修滅苦路，共證向涅槃。

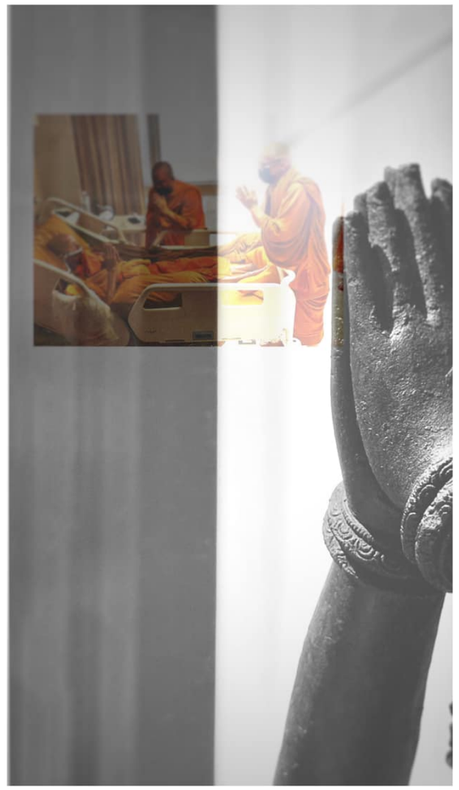
修行者
的心軌與實踐

令人感動與深思

12.11.2025 Kaizhao

拜訪長老時，他雖臥病在床，
眼神卻依然清亮，說話也依舊有力。

面對病痛與衰老，他無所畏懼，
展現出對佛法的堅定信念，
生命因而有了依歸與方向。
這份從容與智慧，令人由衷敬佩。



長老的謙和與豁達，深深觸動了我。
明天本該是他的九十一歲壽辰，他卻因病在醫院中度過。
臨別之際，他與我相約，明年再見。

長老的鼓勵，使我們更加堅定前行。
願他一生修持的功德，化作殊勝的助緣，
圓滿長老心中的願。

目錄：

主持者，持責而平衡；
監院者，守界而清明；
知客者，知可而取捨；
長老者，長養而常了；
戒師者，界識而導行；
沙彌者，莎迷而捨迷；
比丘者，比己而必修。
禪師者，纏識而示道；
法師者，發心而化眾；
徒弟者，圖地而啟第；
道兄者，導行而互照；
住眾者，主眾而築眾；
客僧者，克生而課僧；
侍者者，識者而釋者；
信眾者，心重而護法；
淨人者，靜人而忍淨；
法工者，發功而法共；

一寺一心，寺淨而心淨；
一師一心，師明而心明；
一法一心，法寂而心寂；
一僧一心，僧安而心安。

14.11.2025 Kaizhao



一寺一心

序言：

寺院，不只是磚瓦之所，
僧職，不只是稱謂之名。
懂得「知可而行，能退而安」，
學會「應時而導，隨法而護：

結論：

職雖不同，道皆相通；
名雖各異，心皆向法。
以此觀照，寺院不只是場所，
而是一部完整的修行經典；
每一位僧職、居士、弟子們，
依三寶為依歸，
皆是法的活現，皆是道的行。



修行之道，關鍵在於「穩步」與「速成」的抉擇。
穩步者，貴在次第，能讓人如實地了解從起點、
過程到終點的完整路徑。
如此步步踏實，信心自然與日俱增。
反之，若只求速成而忽略次第，即便能燃起一時的信心，
也終將在各種境界考驗面前動搖、褪色。
漠視循序漸進之法，則縱然生起一時之信，
也必將在塵境波瀾中，不堪一擊。

15.11.2025 Kaizhao

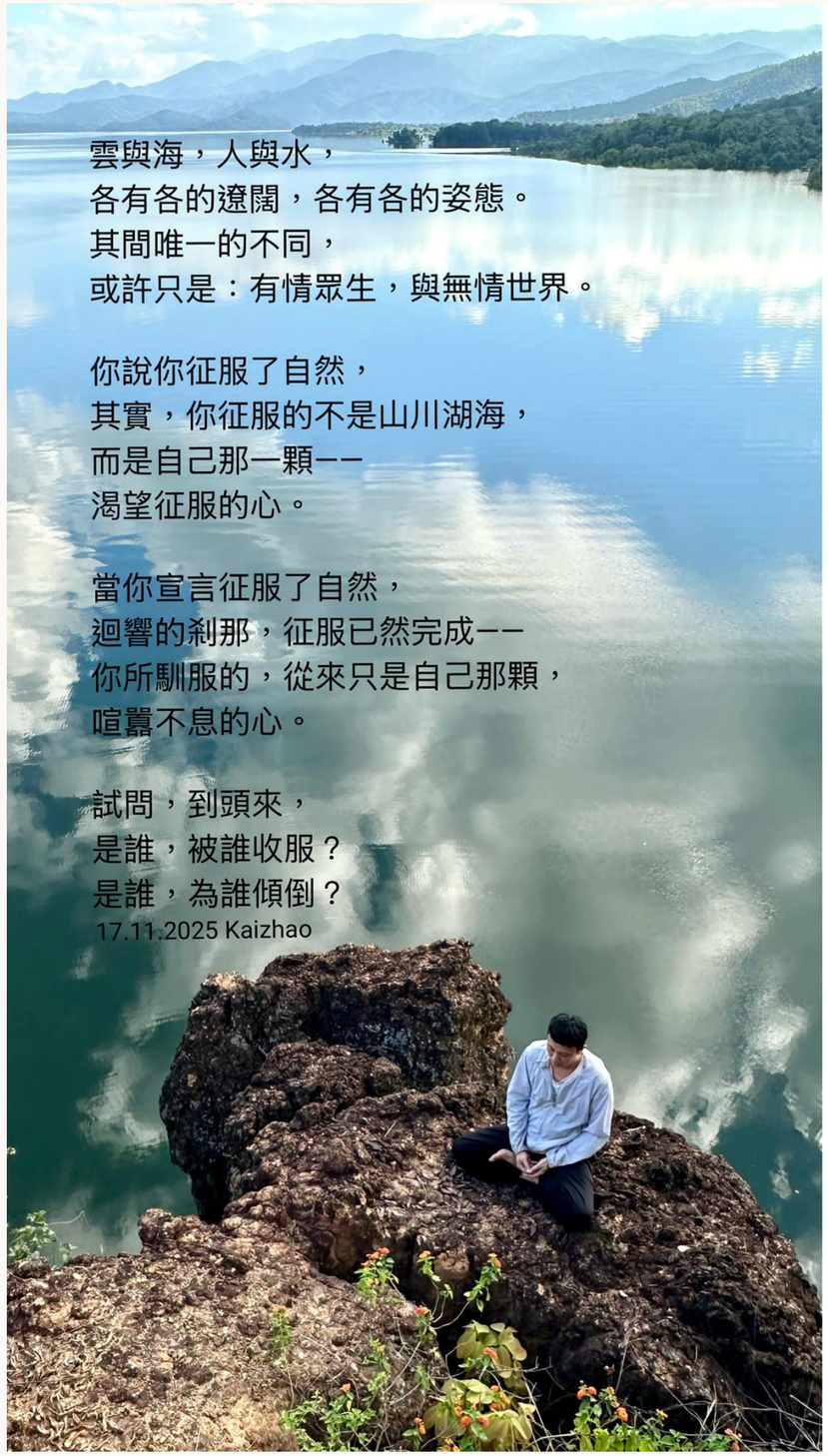
安然承受



以智慧觀照世間，洞明生滅本是生命必然的風景。
當體證這無常實相，我們唯一能為、也應為之事，便是「如實了悟」與「安然承受」。
這份承受，並非軟弱或屈服，而是緣生盡滅後的澄明選擇；
它源於內在無住生心的出世間智慧，於紛擾變幻中，自然生起安定從容。
於是，面對潮起潮落，不再與之抗衡，
只是如實經歷，全然感受。
讓一切來來去去，而心不隨境轉，不為所動，
始終，安然。

16.11.2025 Kaizhao

誰服了誰



法輪動人心

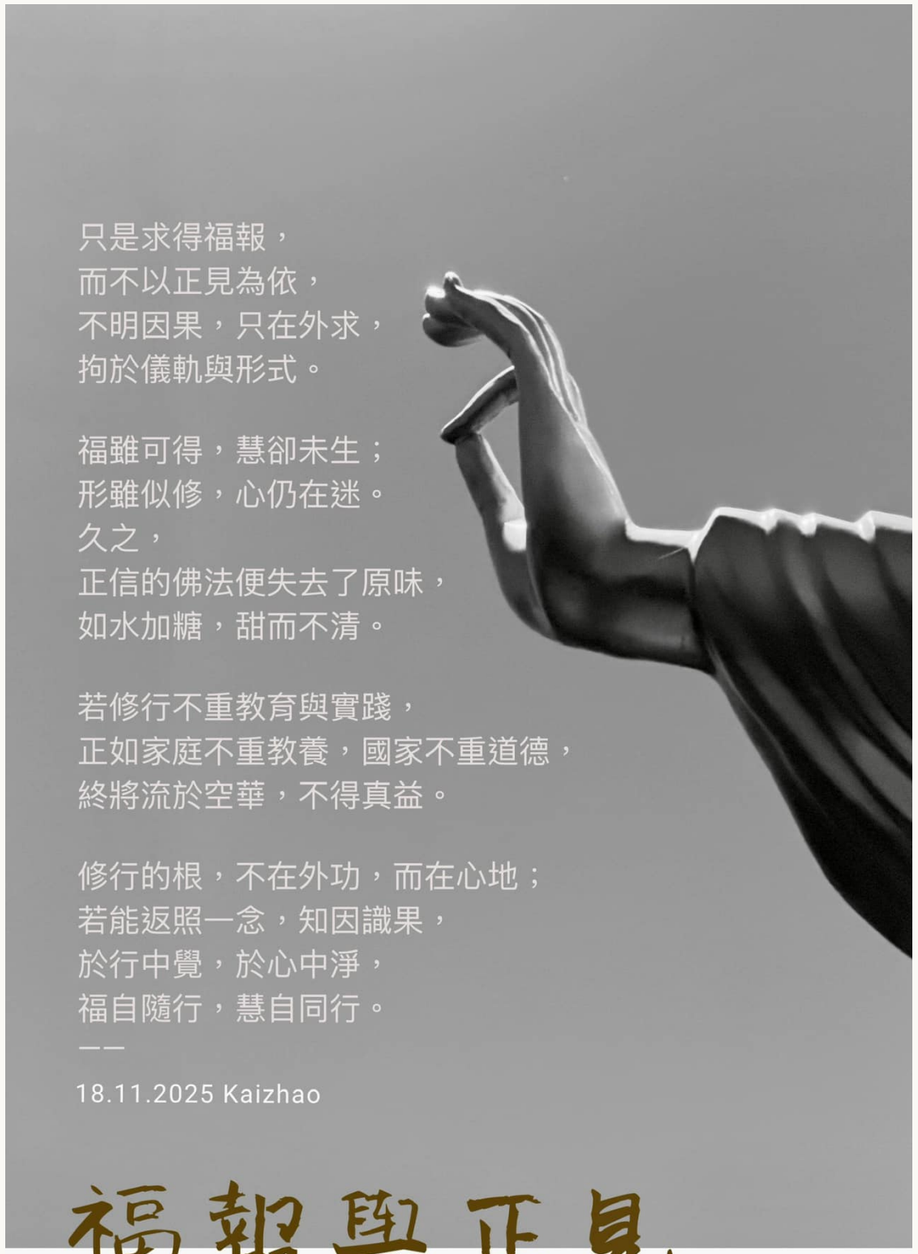


法輪常轉，其動非形，而在心。
它振聾發聵，如獅子吼，以聲動之，破開煩惱迷障；
它潤物無聲，如春雨落，以潤化之，滋養平和安寧。

剛強者，因其潤澤而心生柔韌；枯槁者，蒙其法雨而重獲生機。
此法輪之力，不言威德而威德自顯，
廣被無別，總在契機之時，完成生命最深之轉動。

故知法輪所向，即是人心歸處——
轉煩惱為菩提，導眾生向清涼，終至究竟自在。

福報與正見



形影可逝印記動人心



來得及做一場告別，卻來不及當面說再見。
這張由我在疫情期間拍下的照片，
成了您塵世中最後的留影。
我們凝望著，憶念您合掌時的虔誠、溫暖的笑容，
與那份始終如一的認真。
形影雖逝，您留下的溫潤心印，很動人心。

回顧往昔，疫情期間，
感恩您定期前來供養午餐，
也感恩您以好茶招待。
而在今晚的儀式中，我以佛法為大眾開示，
您雖已安眠無應，卻彷彿仍在靜靜聆聽。
這場法語，是專為您而說的告別；
在場親友共同諦聽，凝神見證。
這正是一場"生死兩相安"的殊勝緣會。

您一生行善、為人至善，
此次突然離世，恰似無常的示現。
儘管我們心中萬般不捨，卻也深信：
您已先我們一步，往生善處，去繼續那未竟的心願。

儀式至此，我們謹以至誠，共同回向：

願我們共同的信念，
匯聚成清淨的功德之海，
回向給您——
願您生前一切善業功德，
與子女、親友為您所做的一切善行，
皆成為您殊勝的助緣。

願您來世：
往生善趣，常遇三寶，
無論何時、身處何地，
皆得親近善知識，心向光明。

願此功德照亮您的前路，
成為心中的光明助緣，
圓滿所願，如意吉祥；
於未來世，生活幸福安樂，
遠離一切障礙，
脫離一切苦惱。











你才是自己的治療師



佛陀是醫者，
在漫長黑夜裡
點亮一盞能照見苦的燈，
把藥方輕輕放在我們掌心——
那是法，
是對治迷茫與不安的妙藥。

然而，
藥方終究只是指引，
真正啜飲苦的解毒之水的
是我們自己。

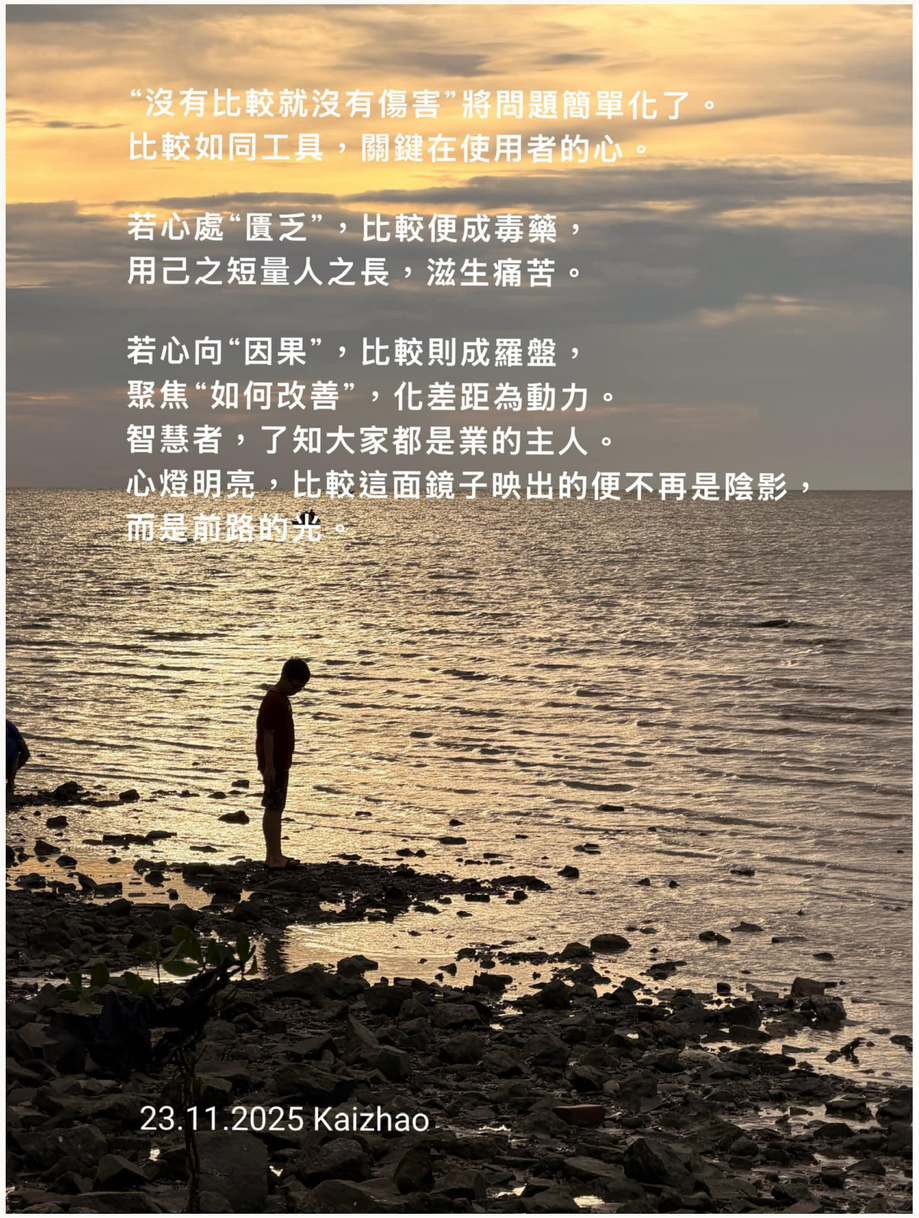
修行，
不是聽聞、不是收藏經句，
而是日復一日，
將法滴入心中，
如飲清泉，
讓它在血脈裡緩緩流動。

治癒之路明亮而確實，
從如實看見自己的苦開始，
直到苦在心底靜靜熄滅。

如今，
這張無價的處方
已然落在你的手中——
賢友啊，
還在等什麼呢？

夕照菩提路





比較見人心



尊在德

24.11.2025 kaizhao

以老為尊，是敬歲月與經驗，
尊的不是年齡，而是德行與智慧。
真正的長者，讓人因其慈心與謙光而敬重。

以老買老，則是倚年自重，
想憑年歲換取順從，
此「老」非長養之老，而是倦怠之老。

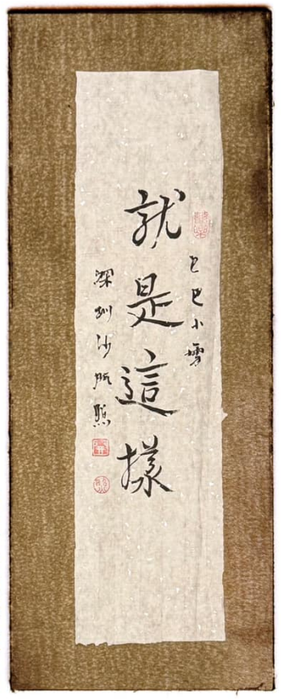
尊在德，不在年；若只以老買老，未必得人敬；
能以德服人，方是真長者。





會有停下的一刻，那也不過是一期生命的終結。
而真正的停止、止息，是煩惱的熄滅，不是現象的消失，是不再陷入輪回。
會有那麼一天，
你依然眼見形影不息、萬象紛呈，而真相的停下與止息，並非肉眼所能看見。
也歡迎你一起，親自來見證。
夢幻固然多姿多彩，而真相，也不過是生生滅滅而已。
26.11.2025 Kaizhao

就是這樣



“就是這樣”，一詞兩面，境界全在吐納之間。
真正的成熟，是此言出口時，
心底有靜水流深的接納，
亦如古樹根植大地的堅守。
靜水之下清明不惑，古樹之中自成風骨——
這收放自如的尺度，便是智慧本身。

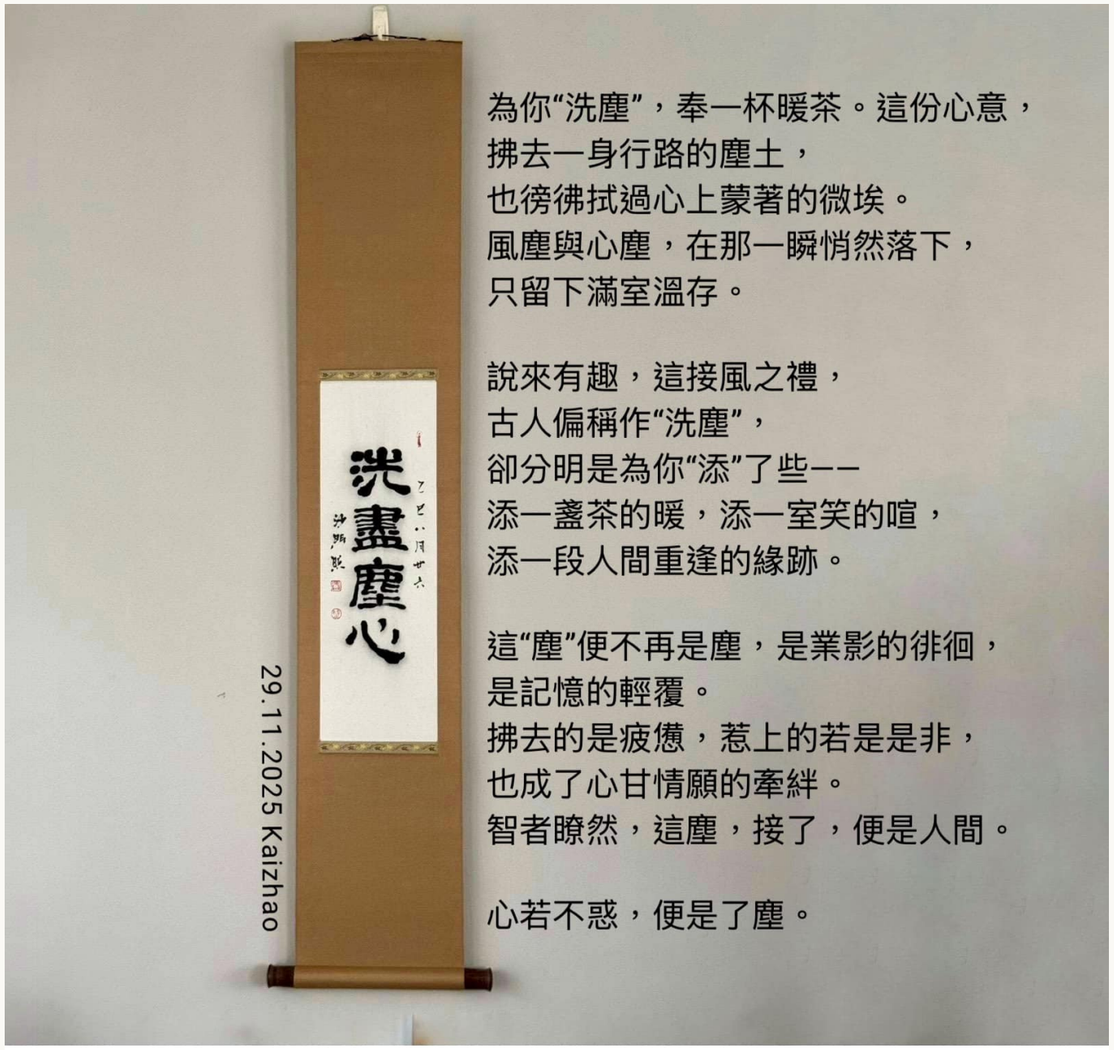
簡貴

二字一體，如呼吸相生。
真正的“簡貴”，

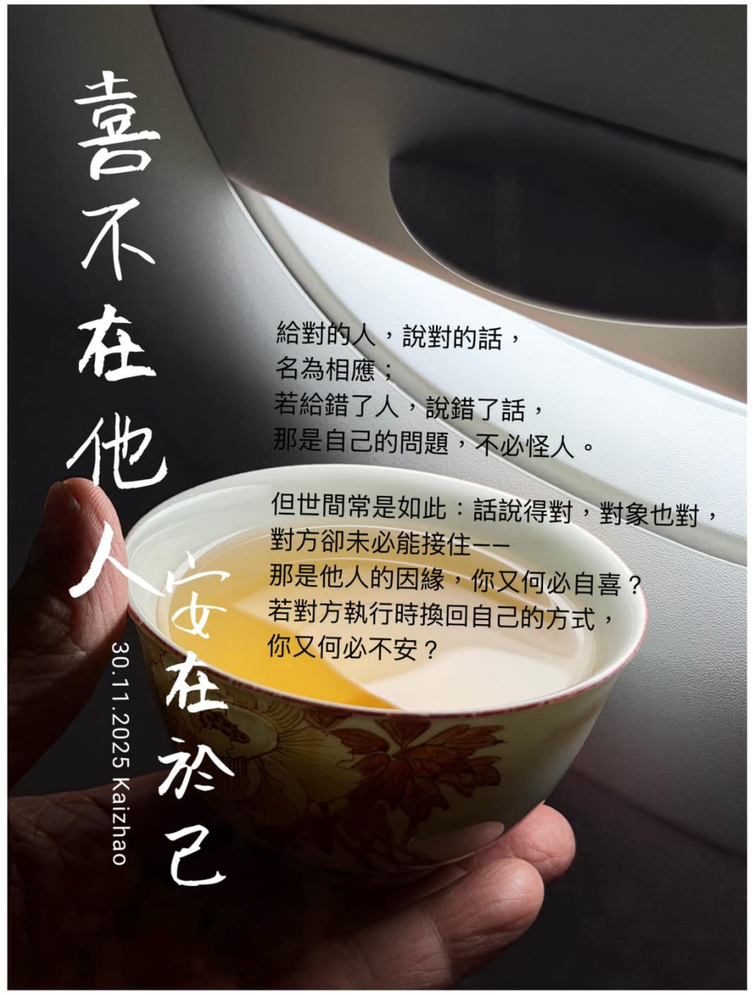


不在形式的清減，亦非價值的堆砌，
而在於生命這場修行中，
修一顆玉心——溫潤是慈悲；
養一點星智——璀璨是智慧。
不琢不磨，不增不減。

洗盡塵心



喜不在他人安在於己



智者所觀的，不在話語本身，而在兩件事：
一者，看清眾生心性的差別；
二者，破除自身的我執，不向外求回應。
於內，不因他人隨順而起喜，不因他人不隨而動搖；
於外，不再把心力耗費在不必要之處。
如此，心不為境轉，言不為情牽，
所說、所行，皆能成為清明之道。



作者：阿姜開照/優達達摩/kz

出版單位：谛洲

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 ：2025.11 初版

非賣品 / NOTFORSALE