

法谈开示汇编

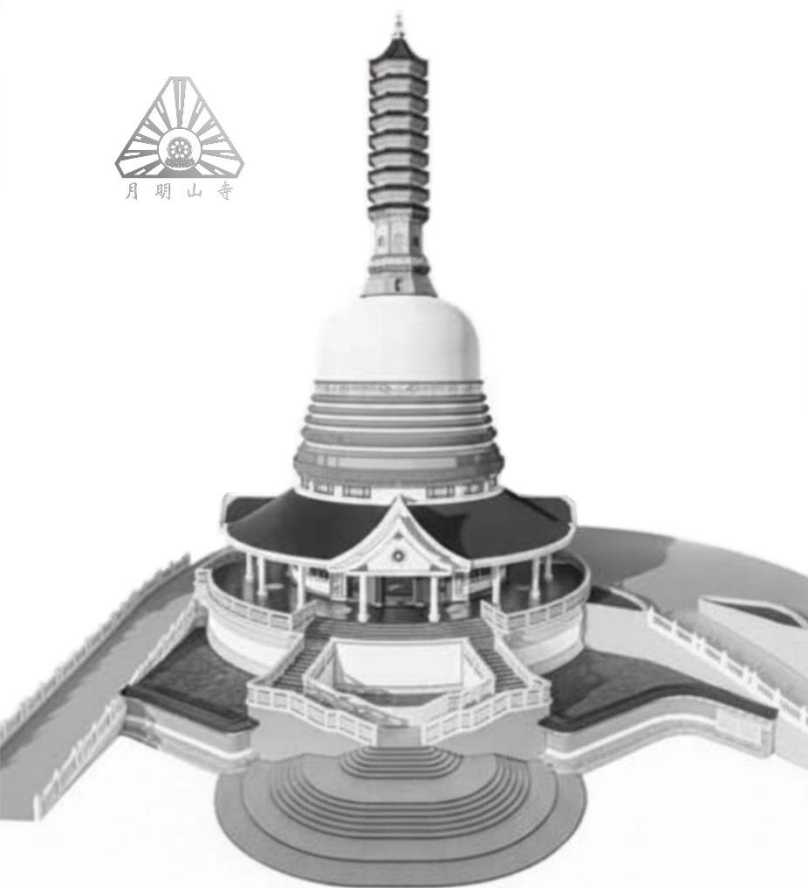
导师的佛法遗产 第一版



阿姜查、阿姜阿南佛法开示中文翻译，
禅修营开示、佛法问答，月明山寺早晚
课念诵、有声书，以及佛法视频等等。

法谈开示汇编

导师的佛法遗产 第一版



阿姜查、阿姜阿南佛法开示中文翻译，
禅修营开示、佛法问答，月明山寺早晚
课念诵、有声书，以及佛法视频等等。

法谈开示汇编

导师的佛法遗产 第一版

首次印刷： 2026年7月

印刷数量： 1,000 本

编 辑： 月明山寺众弟子

地 址： Wat Marp Jan 8/1 Moo 7

Klaeng, Rayong 21160

电 话： +66 38-026-251,

+66 63-542-9144

月明山寺法谈音视频资源

法谈音频 MP3 : watmarpjan.net

<https://watmarpjan.org/cn/podcast/>

法谈视频 Video :

youtube.com/@AjahnAnanCN



礼敬世尊、阿罗汉、正等正觉者

礼敬世尊、阿罗汉、正等正觉者

礼敬世尊、阿罗汉、正等正觉者

愿三宝——佛、法、僧——的一切善德，
以及诸菩萨的加持，
护佑所有聆听、理解并实践教法的人，
使他们的内心得以找到依止与归宿。

愿由此所生起的一切善德，
谦恭回向给最尊胜的诸大菩萨——
观世音菩萨与弥勒菩萨。
因为一切由修行所生起的善法，
皆唯依仗佛、法、僧三宝，
诸菩萨，以及历代师长之力而得以成就，
自隆普曼尊者乃至隆普查尊者。

忆念于此，我礼敬佛陀。
愿佛陀的慈悲加持，令一切聆听此法者，
皆能明了通达。

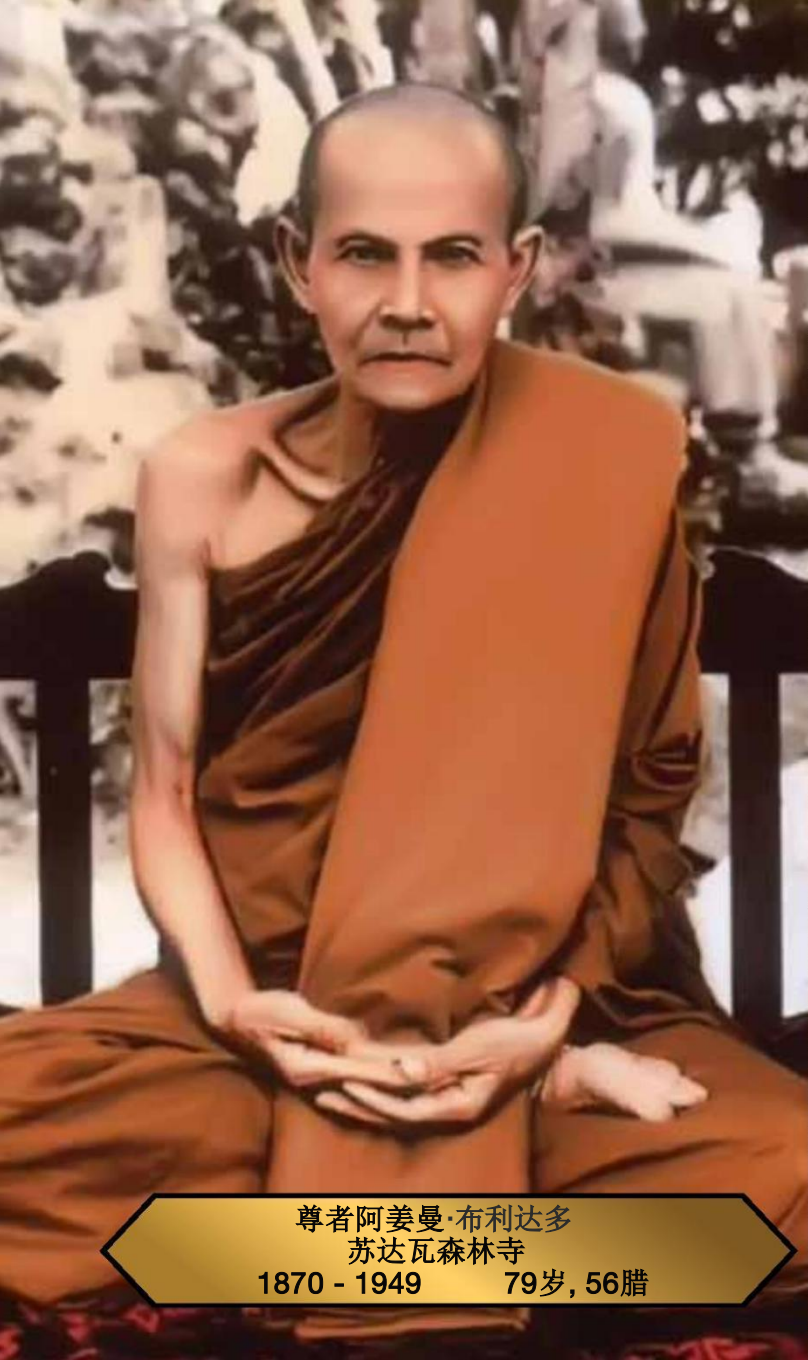
~~阿姜阿南·阿金察诺尊者



月明山寺戒堂内的佛像



菩薩殿內的大悲觀世音菩薩



尊者阿姜曼·布利达多
苏达瓦森林寺

1870 - 1949

79岁, 56腊



阿姜摩诃布瓦·雅那桑班诺尊者
巴班达寺

1913 - 2011

97岁, 77腊



菩提智长老（阿姜查·苏帕多）
巴蓬寺

1918 - 1992

73岁, 52腊





阿姜阿南·阿金察诺尊者
月明山寺



当你聆听佛法时，应当听闻关于培植善法的教导——即远离恶行，行诸善事，修福积德，培植善业。并应坚定不移地实践布施与持戒，以及开发心智（禅修）。

如果我们在聆听佛法时，能够提起正念与觉知，内心趋于宁静……那么，听闻佛法必定能够生起极大的利益。

即使我们不知道法谈的内容是什么，但只要单纯地领受法的流动，我们的心在聆听之时也会变得更加安定。

就这一点，本身已经是修行了。即便我们未必理解所听闻的法义，但我们已然在理解“修行”本身。



让心平静的技巧

2022/10/01

阿姜阿南·阿金察诺



阿姜阿南·阿金察诺尊者 法谈

这是阿姜阿南·阿金察诺尊者佛法开示汇编，内容涵盖他的各类教导。按照不同类别进行整理，包括：功德、正信、戒定慧、道果、解脱、问答、有声书、诵经，以及多种有趣的分类。



恭敬地供养

法谈分类目录

本书的佛法开示汇编，按照不同类别进行整理，包括：尊者阿姜曼、佛使尊者、阿姜查的开示，阿姜阿南法谈汇编，禅修营、问答、有声书、诵经，以及佛教经典等多种分类。

A* 尊者阿姜曼

- | | | |
|---|-----|---|
| A | 解脱心 | 2 |
|---|-----|---|
-

B* 佛使尊者

- | | | |
|---|------|---|
| B | 诸法无我 | 3 |
|---|------|---|
-

C* 菩提智长老（阿姜查）

- | | | |
|---|---------|---|
| C | 阿姜查开示节选 | 3 |
|---|---------|---|
-

D* 阿姜阿南·阿金察诺
法谈@音频

D-01	功德善业	6
------	------	---

D-02	正信三宝	9
------	------	---

D-03	戒	12
------	---	----

D-04	定	14
------	---	----

D-05	慧	17
------	---	----

D-06	趋向道果	20
------	------	----

D-07	正道解脱	23
------	------	----

E* 禅修营

E-01	2023年禅修营开示	26
------	------------	----

E-02	2024年禅修营开示	27
------	------------	----

E-03	2025年禅修营开示	29
------	------------	----

F* 问 答

F	问 答	31
---	-----	----

G* 有 声 书

G-01	追寻佛陀	34
------	------	----

G-02	须陀洹道	37
------	------	----

H* 早 晚 课 及 念 诵

H	早晚课及念诵	39
---	--------	----

I* 佛 经 音 频

I-01	大念住经	43
------	------	----

I-02	转法轮经	46
------	------	----

V* 周 五 法 谈 @ 视 频

V	周五法谈视频	47
---	--------	----



法谈内容列表

@开启

祝福与供养



恭敬地供养

1:39



A

尊者阿姜曼

1 解脱心-1

15:45



2 解脱心-2

16:44



3 解脱心-3

13:03



4 解脱心-4

12:25



B

佛使尊者

1 诸法无我-1

20:41



2 诸法无我-2

16:39



3 诸法无我-3

12:52



C

菩提智长老（阿姜查）

1 以法为赠礼

19:32



2 法性

23:03



3 我们真正的归宿

12:48



4 为何我们生于此

25:40



5 清凉之地·正见

08:09



6 了解本然之心

42:02



7 四圣谛

29:12



8 静止的流水

37:47



9 定的修习

29:50



10 由慧得解脱

18:59



11 明了佛陀的教导

35:36



12 圣者的标准-“不确定！”

42:12



13 守护六根

36:10



14 如何修行解脱道-1

31:03



15 如何修行解脱道-2

24:26



16 以涅槃为目标

42:32



D

阿姜阿南·阿金察诺法谈@音频

D-01 功德善业

1 如何有效地行善积德

2023/09/22 16:04



2 如何种善因以获常恒利益

2024/05/10 16:31



3 谦逊和尊重

2024/08/09 14:51



4 泰国萨德节，纪念祖先日

2024/10/11 12:48



5 建设外在的寺庙，从而令内在佛心生起

2024/11/29 13:42



6 忆念善德

2024/12/27 14:03



7 从善启程，迎接新年

2025/01/03 14:09



8 成功人生的佛法原则

2025/02/28 20:00



9 父母的恩德高于一切

2025/08/15 17:06



10 修心恰恰好，人生恰平衡

2025/09/26 16:10



11 和合自恣与迦提那衣的功德

2025/10/03 15:50



12 功德与善业，是净化心的工具

2025/11/28 17:22



13 积累善行，提升慈爱，迎接新年

2025/12/12 16:16



14 吝啬的危害

2025/12/19 17:46



15 布施者之信仰 接收者之福田

2025/12/26 16:22



16 新年快乐 2026

2026/01/04 08:03



17 纯净之爱，奥斯汀传递的故事

2026/02/13 16:07



18 佛教的春节：传承感恩

2026/02/20 16:50



19 感恩是难得的美德，是人生最崇高的吉祥

2026/04/17 16:15



D-02

正信三宝

1 在宋干节修造一颗新心 2024

2024/04/19 17:40



2 卫塞节 2024

2024/05/22 17:02



3 信生慧

2024/05/24 16:23



4 死亡是无法回避的事实

2024/06/07 16:46



5 转法轮节-导致证悟的因缘

2024/07/20 17:06



6 恭敬是成功的基础

2024/07/26 14:21



7 三宝是最高皈依处

2024/09/13 13:32



8 见诸欲之过患，速速修行勿放逸

2024/10/18 14:12



9 玛哈帕瓦纳，谦逊宽恕自恣日

2024/11/01 15:35



10 告别2024，开启2025的新篇章

2024/12/31 14:56



11 2025年万佛节-佛教核心教义

2025/02/12 14:58



12 佛教原则

2025/02/21 15:22



13 依佛法与世共处，但不迷于世

2025/03/14 24:30



14 佛陀的舍弃

2025/05/09 20:20



15 佛陀的广大恩德（2025 卫塞节）

2025/05/11 15:15



16 别气馁，莫绝望

2025/05/16 16:24



17 佛陀圣体火化日

2025/05/23 14:32



18 摩利迦夫人的德行典范

2025/05/30 15:48



19 在三宝节唤醒觉性

2025/07/10 16:36



20 内在的圣财-信心与真正的依靠

2025/12/05 15:54



21 信仰的纽带：34年恩师从未离去

2026/01/25 18:42



D-03

戒

1 须陀洹的心和五戒

2008/11/15 09:05



2 戒是通往平静快乐之路

2010/04/24 09:24



3 戒是见法的基础

2012/06/24 12:39



4 持戒要以四梵住为准则

2020/04/07 10:38



5 戒使心平静

2020/04/14 09:32



6 戒是心重要的原则

2020/04/16 09:11



7 戒是卓越的圣财

2020/04/18 10:15



8 训练五戒成为习惯

2020/09/04 19:37



9 以戒的力量管控

2020/11/30 17:15



10 戒为了解脱

2022/06/04 20:57



11 没有戒的过患

2022/09/09 13:28



12 八关斋戒和八戒的区别

2024/08/30 14:24



13 德行、慈悲与和谐

2025/06/13 15:33

14 摄护根门，是通往内在平静的
钥匙

2025/08/08 15:24



15 心主导投生的层次

2025/08/29 16:52



D-04

定

1 禅定开发智慧

2018/10/27 20:43



2 培育随喜心

2021/01/15 15:34



3 培育舍心

2021/01/22 13:47



4 为了让心安住

2023/09/26 11:05



5 一切平衡

2024/03/15 14:52



6 培育慈心

2024/03/21 15:03



7 慈心的力量

2024/04/26 16:13



8 佛理之正定

2024/05/31 17:57



9 结集意念

2024/06/14 19:15



10 进入雨安居

2024/07/26 14:22



11 修心净意近涅槃之法

2024/09/06 14:44



12 心到家了，智慧便会绽放

2025/08/22 13:54



13 心安乐自在-真正的自由

2025/09/19 16:42



14 于物质时代修行

2025/11/21 19:16



15 施予宽恕-熄灭愤怒 降伏烦恼

2026/04/10 15:04



16 滤水以清 净心以纯

2026/04/24 14:00



D-05

慧

1 清晰照见

2022/10/31 09:49



2 持正见，弃邪见

2024/04/12 16:24



3 修念定慧的益处

2024/06/28 16:32



4 布施、持戒、禅修之道

2024/08/16 12:42



5 理解假名与解脱的真相

2024/10/04 14:50



6 建立生起智慧的因缘

2024/11/22 13:21



7 八正道和身随观

2025/01/31 14:47



8 行善去恶 令心明亮

2025/02/07 14:33



9 如何应对纷乱的世界

2025/03/07 14:50



10 领悟佛法的美好成果

2025/04/04 16:24



11 幸福崩塌处，顿悟放下时

2025/06/06 16:56



12 学习佛陀殊胜的法

2025/07/18 13:29



13 结交智者，使生命进步

2025/08/01 14:10



14 戒定慧 为了摧毁心的烦恼

2025/09/12 16:30



15 让佛性在心中生起

2025/11/07 15:16



16 达到所向往的目标

2025/12/29 25:24



17 新年，以修行使心焕然一新

2026/01/09 17:31



D-06

趋向道果

1 须陀洹手册

2023/09/25 11:55



2 摧毁束缚心的结缚

2023/10/04 14:43



3 放下自我

2023/10/18 10:45



4 以恒离苦

2024/05/03 16:00



5 相信因果业力是佛教徒的基本原则

2024/07/05 16:43



6 观察四大

2024/09/20 13:48



7 观苦思维

2024/09/27 13:35



8 初果须陀洹之道

2024/12/06 13:15



9 修行以求道果涅槃

2024/12/20 13:28



10 观心·察身

2025/03/28 15:17



11 观身、受、心、法修习念住

2025/04/11 14:04



12 雨安居的意义

2025/07/25 18:48



13 精进修行，崇敬隆普查的德行

2026/01/23 17:24



- 14 忍耐与克制-舍弃烦恼和诸恶莫作的道路

2026/02/27 18:44



- 15 《教诫巴蒂摩卡》-永不过时的人生指南针

2026/03/03 17:17



- 16 戒定慧-净化心证悟无我之路

2026/03/06 19:21



- 17 舍罪恶 除我慢 抵达空

2026/03/13 18:30



- 18 解锁幸福密码，世间越混乱，心越要平静

2026/03/20 18:11



- 19 离欲之乐-不依赖外在物质的快乐

2026/04/03 18:24



D-07

正道解脱

1 通往真正幸福之道

2020/06/23 18:25



2 知道与看见

2022/07/18 18:00



3 见到真正的佛陀

2022/11/03 10:23



4 阿罗汉的心还有情绪吗

2023/10/21 13:02



5 佛陀觉悟之路

2024/05/17 14:15



6 佛教眼中的快乐

2024/08/02 14:13



7 佛陀解脱的喜悦

2024/08/08 16:43



8 以戒定慧见法

2024/08/23 14:33



9 铭记隆普查教诲

2025/02/14 14:17



10 戒定慧，真正解脱痛苦之道

2025/03/21 17:36



11 执著的教训，界域和业报

2025/09/05 14:58



12 新年伊始，训练心生起智慧

2026/01/05 24:42

13 以智慧思维三法印，心抵达
“空”

2026/01/06 19:37



14 抵达“空”的道路-以智慧清晰照见
诸法

2026/01/07 17:27



15 隆普查教导的艺术

2026/01/30 18:39



16 身不净 心解脱

2026/02/16 20:28



E

禅修营

E-01 2023 年

1 怎么让正念修习取得成果

第一天开示

2023/10/28 16:55



2 就只需理解这么多

第二天早晨

2023/10/29 20:27



3 一步一步地修习

第三天早晨

2023/10/30 17:15



4 离苦之道

第四天早晨

2023/10/31 26:26



5 万物皆佛

第五天早晨

2023/11/01 22:12



6 如何照顾你的心

第六天早晨

2023/11/02 21:36



7 如何超越困难

第七天早晨

2023/11/03 17:23



8 胜利之道

第八天早晨

2023/11/04 14:11



E-02

2024 年

1 禅修指导

2024/02/15 21:31



2 净意

2024/02/16 14:22



3 痛苦和死亡的恐惧

2024/02/16 12:03



4 为何修行？

2024/02/17 20:30



5 白骨观，谁是阿罗汉？

2024/02/17 21:08



6 唤醒正念

2024/02/18 21:23



7 昏沉，酸痛及战争

2024/02/18 22:06



8 无我，空性思维

2024/02/19 17:57



9 在家持续地修行

2024/02/19 17:19



10 累积波罗蜜

2024/02/20 18:08



11 趋向目标

2024/02/20 09:34



E-03

2025 年

1 如何对治猛烈烦恼

2025/03/25 21:38



2 从禅定到观照、慈心与无我

2025/03/25 12:49



3 观身：通往平静与智慧之门

2025/03/26 21:16



4 第一天欢迎致辞&简要引导

2025/07/26 12:07



5 为了证悟而听法

2025/07/27 12:11



6 战争、空及心的感触

2025/07/27 15:14



7 五蕴的真相

2025/07/30 22:10



8 帮助母亲&世俗规则相关

2025/07/30 17:42



9 四梵住 熄灭愤怒与嫉妒之火

2025/07/31 14:11

10 亲近智者&止观的区别&惭愧
怖畏

2025/08/01 22:49



F

问 答

- 1 不曾伤害过他人，自己是否也不会被伤害？

2025/03/07 03:32



- 2 如何开始学习佛法和逐步的发展？

2025/03/07 06:30



- 3 世俗谛和真实谛

2024/09/17 06:50



- 4 如何观照四大元素？

2024/12/20 07:37



- 5 父母是子女的阿罗汉

2024/12/20 06:44



- 6 什么修行业处最适合自己？

2024/09/20 03:01



7 独处有危险吗？

2024/09/20 04:55



8 培植波罗蜜

2024/09/20 04:47



9 天人的德行和版权相关探讨

2024/09/27 20:47



10 为何恶业比善业容易产生？

2024/09/20 03:45



11 如何让观无我和空的智慧生起？

2024/07/26 04:26



12 怎样衡量选择-菩萨道或阿罗汉？

2024/07/26 07:18



13 如何战胜烦乱, 修习慈心与合适的睡眠

2024/07/26 03:21



14 四种修行人

2024/08/09 04:36

**15** 涅槃后觉元素还在吗？

2024/08/09 09:23

**16** 处于当下时，智慧怎么发展？

2024/08/23 02:17

**17** 禅定和八正道的正定一样吗？

2024/08/23 04:21

**18** 看见生灭就足以了解真相吗？

2024/08/23 04:30

**19** 具备念觉支就能圆满其他觉支
吗？

2024/08/23 06:03

**20** 修行需要学阿毗达摩吗？

2024/09/06 06:09



21 心宁静了，感觉不到色身了，
该观什么？

2024/09/06 07:28



22 入流果，觉元素

2024/09/13 03:31



23 观和止，哪个比较快？

2024/09/13 08:43



G

有声书

G-01 追寻佛陀

1 导言

01:41



2 第一章 三摩地的修习-1

11:52



3 第一章 三摩地的修习-2

11:21



4 第二章 解脱之定-1

16:34



5 第二章 解脱之定-2

16:34



6 第三章 觉悟的心-1

13:52



7 第三章 觉悟的心-2

14:46



8 第三章 觉悟的心-3

14:03



9 第三章 觉悟的心-4

11:26



10 第四章 死随念 把死亡挂在
心头-1

13:58



11 第四章 死随念 把死亡挂在
心头-2

10:54



12 第四章 死随念 把死亡挂在
心头-3

10:02



13 第四章 死随念 把死亡挂在
心头-4

11:22



14 阿姜阿南简介

03:16



G-02

须陀洹道

1 前言+序言

10:23



2 上篇 一~四

18:22



3 上篇 五~八

19:10



4 上篇 九~十一

16:36



5 上篇 十二~十三

15:03



6 下篇 十四~十六

16:31



7 下篇 十七~十九

19:35



8 下篇 二十

18:03



9 下篇 二十一~二十三

15:03



H

早晚课及念诵

1 早课

13:13



2 晚课

12:19



3 回向一切有情偈

01:27



4 回向许愿文

02:14



5 慈心回向

01:29



6 邀请天神

02:05



7 三皈依

01:44



8 诸佛偈

01:59



9 礼敬成就偈

02:00



10 八礼敬偈

00:59



11 吉祥经

02:22



12 宝经

02:21



13 应作慈爱经

02:30



14 蕴护卫偈

00:36



15 孔雀护卫偈

01:38



16 礼敬过去七佛护卫偈

01:28



17 盎哥摩罗护卫偈

00:22



18 觉支护卫偈

01:55



19 无畏护卫偈

00:53



20 杂品偈

02:16



21 欢送诸天神偈

00:53



22 三宝功德

01:34



23 胜吉祥偈

03:17



24 胜利护卫偈

02:05



25 胜者之阵

04:31



佛经音频

I-01 大念处经

1 念住诵

05:11



2 总说

01:33



3 入出息念

03:19



4 四威仪

01:26



5 正知

01:45



6 可厌作意

03:31



7 界作意

01:43



8 九墓虚观

12:04



9 受随观念处

02:03



10 心随观念处

02:17



11 五盖

04:16



12 五取蕴

01:39



13 十二处

03:53



14 七觉支

04:16



15 四圣谛-苦

06:38



16 四圣谛-集

09:26



17 四圣谛-灭

09:26



18 四圣谛-道

05:06



19 四念处的利益

01:30



I-02

转法轮经

1 转法轮经

10:51



Anumodanārambha gādhā

回向功德偈-祝福偈



愿你所求与所愿，

Icchitam patthitam tumham.

月明山寺回向功德

03:45



周五法谈@视频Video

1 三宝是最高皈依处

2024/09/13 13:32



2 观察四大

2024/09/20 13:48



3 观苦思维

2024/09/27 13:35



4 理解假名与解脱的真相

2024/10/04 14:50



5 泰国萨德节，纪念祖先日

2024/10/11 12:48



6 见诸欲之过患，速速修行勿放逸

2024/10/18 14:12



7 玛哈帕瓦纳，谦逊宽恕自恣日

2024/11/01 15:35



8 建立生起智慧的因缘

2024/11/22 13:21

9 建设外在的寺庙，从而令内在
佛心生起

2024/11/29 13:42



10 初果须陀洹之道

2024/12/06 13:15



11 修行以求道果涅槃

2024/12/20 13:28



12 忆念善德

2024/12/27 14:03



13 告别2024，开启2025的新篇章

2024/12/31 14:56



14 从善启程，迎接新年2025/01/03 **14:09****15** 八正道和身随观2025/01/31 **14:47****16** 行善去恶 令心明亮2025/02/07 **14:33****17** 2025年万佛节 - 佛教核心教2025/02/12 **14:58****18** 铭记隆普查教诲2025/02/14 **14:17****19** 佛教原则2025/02/21 **15:22****20** 成功人生的佛法原则2025/02/28 **20:00**

21 如何应对纷乱的世界

2025/03/07 14:50



22 依佛法与世共处，但不迷于世

2025/03/14 24:30



23 戒定慧，真正解脱痛苦之道

2025/03/21 17:36



24 观心·察身

2025/03/28 15:17



25 领悟佛法的美好成果

2025/04/04 16:24



26 观身、受、心、法修习念住

2025/04/11 14:04



27 佛陀的舍弃

2025/05/09 20:20



28 佛陀的广大恩德（2025 卫塞节）

2025/05/11 15:15

**29** 别气馁、莫绝望

2025/05/16 16:24

**30** 佛陀圣体火化日

2025/05/23 14:32

**31** 摩利迦夫人的德行典范

2025/05/30 15:48

**32** 幸福崩塌处，顿悟放下时

2025/06/06 16:56

**33** 德行、慈悲与和谐

2026/06/13 15:33

**34** 在三宝节唤醒觉性

2025/07/10 16:36



35 学习佛陀殊胜的法

2025/07/18 13:29



36 雨安居的意义

2025/07/25 18:48



37 结交智者，使生命进步

2025/08/01 14:10

38 摄护根门，是通往内在平静的
钥匙

2025/08/08 15:24



39 父母的恩德高于一切

2025/08/15 17:06



40 心到家了，智慧便会绽放

2025/08/22 13:54



41 心主导投生的层次

2025/08/29 16:52



42 执著的教训，界域和业报

2025/09/05 14:58



43 戒定慧 为了摧毁心的烦恼

2025/09/12 16:30



44 心安乐自在-真正的自由

2025/09/19 16:42



45 修心恰恰好，人生恰平衡

2025/09/26 16:10



46 和合自恣与迦提那衣的功德

2025/10/03 15:50



47 让佛性在心中生起

2025/11/07 15:16



48 于物质时代修行

2025/11/21 19:16



49 功德与善业，是净化心的工具

2025/11/28 17:22



50 内在的圣财-信心与真正的依靠

2025/12/05 15:54



51 积累善行，提升慈爱，迎接新年

2025/12/12 16:16



52 吝啬的危害

2025/12/19 17:46



53 布施者之信仰 接收者之福田

2025/12/26 16:22



54 新年快乐 2026

2026/01/04 08:03



55 新年，以修行使心焕然一新

2026/01/09 17:31



56 精进修行，崇敬隆普查的德行2026/01/23 **17:24****57** 隆普查教导的艺术2026/01/30 **18:39****58** 纯净之爱，奥斯汀传递的故事2026/02/13 **16:07****59** 佛教的春节：传承感恩2026/02/20 **16:50****60** 忍耐与克制-舍弃烦恼和诸恶莫作的道路2026/02/27 **18:44****61** 《教诫巴蒂摩卡》-永不过时的人生指南针2026/03/03 **17:17****62** 戒定慧-净化心证悟无我之路2026/03/06 **19:21**

63 舍罪恶 除我慢 抵达空

2026/03/13 18:30

64 解锁幸福密码，世间越混乱，
心越要平静

2026/03/20 18:11

65 离欲之乐-不依赖外在物质的
快乐

2026/04/03 18:24



66 施予宽恕-熄灭愤怒 降伏烦恼

2026/04/10 15:04

67 感恩是难得的美德，是人生最
崇高的吉祥

2026/04/17 16:15



68 滤水以清 净心以纯

2026/04/24 14:00





菩提智长老 (隆普查尊者)

隆普查尊者 (Bodhiñana Thera) 于 1918 年出生在泰国东北部乌汶府的一个农村。青少年时期，他曾短暂受沙弥戒；20 岁时，因对出家生活怀有深厚向往，正式受具足戒。按照当时泰国传统佛学教育的课程修学一段时间后，他逐渐对纯粹的学术研究感到不满足。1946 年，他开始过着严格清苦的云游林居僧生活。

泰国的森林僧传统在此前几个世纪中一度衰微，后来由著名禅修大师隆普曼尊者重新振兴。受到这位导师的启发，20 世纪初期的许多泰国僧侣放弃了安逸定居、专事研读的生活方式，像佛陀当年那样行脚林间，严格依照僧团戒律修行，专心一意以禅修作为证悟真理之道，渴望寻得佛法的真实精髓。隆普查也追随这些云游僧为榜样，他在随后的八年里，走访偏远荒野之地，在多位传承中的禅师座下修行，其中也包括隆普曼尊者。

经过多年艰辛的行脚与修行后，隆普查被邀请定居在靠近他出生村庄的一片浓密森林中，那里被认为是老虎、眼镜蛇和鬼魂出没之地。后来在此建立的寺院被称为“巴蓬寺” (Wat Nong Pah Pong)。当时生活条件艰苦，基本

生活资具极为匮乏，出于对导师隆普查的信心与忠诚，僧众与尼众甘愿忍受种种困难，依循隆普查慈悲指引的修行之道与教导。

1981年，隆普查的健康状况开始恶化，最终需要进行脑部手术。尽管接受了手术治疗，他的病情仍逐渐加重。生命的最后十年里，他长期卧床，无法说话。这段时间，忠诚的弟子们细心照料他。

1992年1月16日，隆普查尊者以74岁高龄安详示寂，留下了至今仍在不断发展的法脉传承。他被公认为已证得佛法最高的精神成就，并以其幽默与智慧深受敬爱。无论是出家众还是在家众，泰国人或国际人士，凡对佛陀解脱教法感兴趣的人，都远道而来，只为亲近这位平实而不凡的尊者片刻。他慈悲温暖的气度感动了世界各地无数人；他锐利而透彻的智慧，总能帮助人们找到通往内心真正平静的道路。

在由泰国国王与王后主持的隆普查葬礼上，近百万人前来致敬，向这位真正示现佛陀教法的人表达最后的敬意。直到今日，每逢隆普查的忌日，仍有成千上万的出家人与在家信众前来礼敬与修行。正如隆普查的弟子们在这些日子里常常提醒我们的：纪念他最好的方式，就是亲自实践并体证他慈悲所指引的那条通往解脱与自由之路。

阿姜阿南· 阿金察诺尊者

阿姜阿南·阿金察诺尊者 1954年3月31日出生于泰国中部萨拉武里府 (Saraburi) 的一个省城，俗家名字为阿南·昌印。自幼常随父母前往当地寺院礼佛诵经，每当瞻仰佛像时，心中便生起无比虔诚。由于他学习成绩优异，毕业后受聘于暹罗水泥公司担任会计师。尽管工作勤勉尽责，但他内心始终向往佛法修行，因此业余时间常驻寺院精进修行。

此后数年间，他一面恪守在家居士八戒潜心修行，一面继续会计工作。每日清晨供养僧众后赶赴公司，傍晚归来便去寺院禅修。日益增长的修行智慧最终消融了他对佛法的所有疑惑，遂决意剃度出家，将毕生奉献于佛教。

1975年7月3日，他在戒师暨导师——尊敬的隆普查尊者座下受具足戒，获得巴利法名“阿金察诺” (Akiñcano)，意为“无忧者”。随后四年，他在隆普查尊者的寺院——巴蓬寺及东北部的分寺修行，并作为隆普查尊者的贴身侍者，与导师建立了十分亲近的关系。

长期亲近隆普查尊者并承蒙其教导，阿姜阿南尊者的修行境界日益精进。在恩师的鼓励下，他前往更为僻静之地深化禅修。随后的五年间，他云游于东北部地区的森林与泰国中部



的茂密丛林，历经野兽与荒野生存之艰险，更曾六度因疟疾而濒临死亡。

1984年，阿姜阿南尊者结束行脚生涯，于泰国中部海岸一处信众供养的土地上创建寺院。在两位比丘与一位沙弥的随同下，僧团驻锡于罗勇府的幽深林野，即今日的“月明山寺”（Wat Marp Jan）。

四十余载过去，阿姜阿南尊者作为卓越禅师的声誉流传，寺中僧众亦逐年增多。他的教导不仅强调日常禅修与正念培养，更善以平实语言阐释佛法，令不同背景的修行者皆能领悟。其法音远播，吸引众多外国信众前来求法，许多人更在其座下出家，常住月明山寺及其泰国与海外分院。

如今，阿姜阿南尊者作为月明山寺的住持与导师，不仅指导寺内僧众修行，接引居士参访，更护持着泰国本土及海外日益扩展的弘法道场。

月明山寺

月明山寺 (Wat Marp Jan) 是巴蓬寺的第**73**座分院。**1984**年初，阿姜阿南尊者与另一位比丘在泰国东南部罗勇府附近的大达山浓密森林中行脚头陀行时，开启了这座寺院的缘起。虽然沿海一带零散的渔村与果园距离他们在泰国东北部受戒的巴蓬寺甚远，但罗勇府的居民早年曾接待过来自巴蓬寺森林僧传承的僧团，因此部分信众已熟悉隆普查尊者的禅修传统。

当地一对夫妇——颂蓬先生与颂婉·素万那秋女士——在僧众日常托钵时与他们相遇，并出于虔诚信心，供养了一大片土地，供僧众居住与修行。大达山一带既有来自海岸的清涼微风，又有深林环绕、远离罗勇市区的喧嚣，为新寺院提供了理想的修行环境。新任住持——阿姜阿南尊者——最初将寺院命名为“萨玛那松·苏帕达班博”，意为“吉祥繁荣之山”，以纪念其敬爱的导师隆普查·苏帕多。


尽管阿姜阿南尊者在多年的头陀行中已习惯森林生活的艰辛，但大达山的原始荒野仍为最初驻锡的三位比丘、一位沙弥及四位在家居士带来了独特挑战。这片尚未开发的土地栖息着熊、山猫、吠鹿、猴群，以及多种蛇类，包括蟒蛇、眼镜蛇和眼镜王蛇。虽然自**1991**年起寺院已无疟疾病例，但在早期，大多数僧众

至少感染过一次疟疾，阿姜阿南更是罹患不少于六次。僧众住在简朴的头陀伞帐中，将种种困难视为修习佛法的一部分，也是磨炼忍耐力的机会。

阿姜阿南尊者的声誉日益远播，月明山寺迅速成为泰国东南部泰国森林传统僧团的重要聚会中心。著名长老如隆波本尊者与隆达摩诃布瓦尊者等都曾前来访问。1996年，寺院开始在高踞山丘之上的位置兴建新的戒堂。这座可容纳五百余人的建筑成为寺院的新核心，既供比丘与沙弥受戒之用，也作为僧团每半月诵比丘戒的场所。新戒堂历时五年建成，其外观设计象征一艘船，寓意渡越轮回的种种考验，抵达涅槃的彼岸。

此后数年，寺院规模与阿姜阿南尊者的声望持续增长。如今，月明山寺常住僧众已超过六十人，其中包括许多前来泰国出家的西方僧人。虽然寺院设施已较创立初期完善许多，阿姜阿南尊者仍鼓励僧众行脚头陀，深入偏远森林修行，并在分布于泰国及澳大利亚的十余座分院中，以简朴条件精进禅修。

2014年，寺院开始兴建一座大型舍利塔，用于安奉圣物，并作为信众礼敬修行之所。这座建筑融合上座部与大乘佛教的建筑风格，象征佛教不同传统之间的和谐共融，也寄托着月明山寺继续成为日益壮大的国际佛教社群之庇护与启发之地的愿望。



在巴蓬寺建寺 25 周年之际，隆普查说：

“无论是出家人还是在家人，只要有人能用 25 年的时间专心致志地修行，他必定能够在佛道上建立起稳固的基础，甚至有可能觉悟或证得正法。”



月明山寺

每周五 线上共修 (ZOOM)

周五晚课



时间安排

月明山寺周五晚课于 **泰国时间晚上7点 (GMT+7)** 开始，流程包括：

- 共修晚课
- 阿姜阿南尊者佛法开示 (泰语配英语和中文翻译)
- 问答环节
- 僧众祝福

参与方式

1. 请点击下方链接报名，获取Zoom会议接入信息
2. 若希望在开示时开启视频：
 - 登入Zoom后点击“举手”功能
 - 您的画面将同步至寺院主屏 (阿姜阿南尊者、僧团及现场信众皆可见)
3. 提问方式：
 - 通过Zoom“问答”功能输入您的问题

扫我
报名



月明山寺

日常晚课 线上共修 (ZOOM)

周六至周四晚课



月明山寺

阿姜查传承的佛教寺院

时间安排

月明山寺晚课于 泰国时间晚上7: 15 (GMT+7) 开始, 流程包括:

- 共修晚课
- 阿姜阿南尊者佛法开示 (泰语, 配英语翻译)
- 集体禅修 (至晚上9:00)
- 礼敬三宝, 圆满回向

参与方式

请点击下方链接报名, 获取Zoom会议接入信息

[点击报名常规晚课](#)

*链接有效期: 3个月 (过期后系统将提醒您重新报名)

扫我



报名



Maps
Google



วัดมarpจันทร์
WAT MARP JAN

ไป อ.บ้านค่าย
to Ban Khai District

3138

ถ. พัทธยา-ระยอง
Pattaya Rayong Rd.

36

S-ยอง
Rayong

รพ. ระยอง
Rayong Hospital



ไป อ.สัตหีบ
to Sattahip

ไปหาดแม่รำพึง
to Mae Ramping Beach

3

10 กม./km.

ไปตะพง
to Tapong



1.7 กม./km.

ไปวัดธรรมสถิต
to Wat Thamma Sathit



3 กม./km.

ไปจันทร์
to Chanthaburi

2 กม./km.

ไปหาดบ้านเพ
to Ban Phe Beach

กม.ที่ / km. @241

ไปสวนสม
to Suan Son



วัดมarpจันทร์ (สาขาหนองป่าพงที่ 73)

8/1 หมู่ที่ 7 ต.คลอง อ.เมืองระยอง จ.ระยอง 21160

Wat Marp Jan (Wat Nong Pah Pong Branch No.73)

8/1 Moo 7 Klaeng, Mueang Rayong 21160 Thailand

☎ (+66) 038-026-251, (+66) 063-542-9144

✉ info@wattmarpjan.com



Information : wattmarpjan.org

Registration : wattmarpjan.com

Dhamma Talks : wattmarpjan.net

(โครงการสนทนาธรรม / Legacy of Our Teachers)

本书法谈开示内容及数量

- ➔ 阿姜阿南·阿金察诺尊者的法谈、禅修营开示、问答 (175 音频)
- ➔ 隆普查·苏帕多的开示教导 (16 音频)
- ➔ 尊者阿姜曼和佛使尊者的开示 (7 音频)
- ➔ 阿姜阿南·阿金察诺尊者有声书 (23 音频)
- ➔ 早晚课及念诵 (25 音频)
- ➔ 周五法谈视频 (68 视频)
- ➔ 简传与历史 (3 篇)

跟踪订阅 阿姜阿南·阿金察诺尊者 佛法开示



 Podcast 中文



 @ajahn.anan



 @ajahnanan




 @ajahnanan-th
(Thai Youtube)



 @ajahnanan
(English Youtube)



 @ajahnananCN
(Youtube 中文频道)