

# 依止尊長教授， 則易通達經論扼要（二）

2026年1月15日



## 1. 如何能易通達經論扼要：

「誰不想要得到容易通達和快速地去了解經論的扼要呢？我們想要這樣啊！但是要『依止尊長教授』才能夠做到這樣。依止的意思是什麼？就是照著善知識的話做。口訣嘛！照著他的口訣做。」

## 2. 依止尊長教授的障礙：

反觀一下自己，「我們更多的時候是希望別人能傾聽我的想法、我的思路，甚至我對事情的安排的步驟。我們把『我的』這種東西放得非常非常重要，不可避免地就是『我的、我的、我的』這種東西會擺在前面，比如說我對經論的理解，還有我的感受，這些都會在學習的時候冒出來。」

## 3. 不如法依止的過患：

- 「經典上說的，如果不依止善知識教授的話就會走遠路，不容易通達，最重要的是會搞錯啊！搞錯扼要。搞錯扼要就是，將到幸福的彼地，結果到了痛苦的那個地方，它就是反的！」
- 「所以這件事它是不能含糊的，它的質量要要求絕對地清純、清淨，我們的步驟也不能混亂，這種一定需要有經驗的人帶著自己。」「如果沒有人帶著，自己到一個地方去拓荒，那就有可能拓到完全黑暗區的地方。所以幸虧依止尊長教授能做到這樣，萬一還沒有個辦法，那就慘了！」

## 4. 將如法依止尊長教授變成生命的追求：

- 「能夠知道依止尊長教授的容易和速度快，而且準確，這變成是我們生命的一種追求。就是你渴望改變自己，而不是什麼事都順著自己——挑戰自我！」「用理路過去啊！因為這就是成就者的經驗嘛！說依止尊長教授就快、容易，而且正確、沒有問題——質、量沒有問題。」
- 原來都是煩惱的戰場、煩惱的障地；「正知見、向內調伏、戒律這些是去不了的，只有修行人才能夠戰煩惱。所以大家不要把這句話輕易地看過，要在內心中再再地種下依止善知識、依止尊長教授能對經典容易通達，並且很快速地給我們對經典的扼要的決定解，這對我們的生命來說是彌足珍貴的！」

## 5. 依師的道理貫穿整個道次第：

「就是在各個章節，質、量、次第每一部分都要把這個問題廣泛地宣說。」「師父說：要學佛，要爬上去，這個共同的基礎在這裡。這共同的基礎是什麼？就要親近善知識，依止尊長的教授。」

# 依止尊長對治我執 快速通達經典扼要

2026年1月16日



## 1. 挑戰自我，把依止尊長教授變成生命追求：

- 「能夠知道依止尊長教授的容易和速度快，而且準確，這變成是我們生命的一種追求。就是你渴望改變自己，而不是什麼事都順著自己——挑戰自我！」
- 「事事好像都跟自己過不去。過去不就完了嗎？……用理路過去啊！因為這就是成就者的經驗嘛！說依止尊長教授就快、容易，而且正確、沒有問題——質、量沒有問題。」

## 2. 尊長教授對我們彌足珍貴：

- 「要在內心中再再地種下依止善知識、依止尊長教授能對經典容易通達，並且很快速地給我們對經典的扼要的決定解，這對我們的生命來說是彌足珍貴的，彌足珍貴！」
- 「在各個章節，質、量、次第每一部分都要把這個問題廣泛地宣說。……師父說：要學佛，要爬上去，這個共同的基礎在這裡。這共同的基礎是什麼？就要親近善知識，依止尊長的教授。」

## 3. 快速通達經典扼要的秘訣：

「『大乘必須經過的跟密教必須經過的，完全共同。』……這句話主要是在勸我們說：把各個部分都向後看、都去了解。……就是又容易、又快速，對經典的各部分拿到扼要。為什麼？因為我們一定要依止尊長的教授，然後非常容易地通達，並且快速地授與我們對於經典扼要的準確了解。」

## 4. 具慧弟子如理依止：

當反觀自心時，會發現我們的現行是更希望別人能聽我的想法、我的思路、我的安排的。但若想要容易通達和快速了解經論的扼要，就要「依止尊長教授」——照著善知識的口訣做。然而這裡仍要經過一番辨析，弟子除了能斷器過，弟子相中的「具慧」很重要！對於師長提出的不如法或者示現考驗的部分，要能善巧辨析其合理性！

## 5. 我愛執所造成的大障礙：

我們從小到大，在求學、工作的經驗中，或是面對父母、尊長時，出現我的感受、我的理解。這種「我的、我的、我的」東西會對依止尊長教授造成一個很大的障礙，導致我們在無限生命中生死輪轉。《資持》釋云：「未歸三寶皆名信邪。隨順生死皆名邪業。」不依止善知識教授的話就會走遠路，即使表面依止了還是處處以自我為核心，沒有向內調伏，更得不到增上生。

# 修行鬥戰煩惱習氣 堅定依止尊長教授

2026年1月17日



- 1. 依止尊長教授，易速獲得經典扼要：**
  - 「誰不想要得到容易通達和快速地去了解經論的扼要呢？我們想要這樣啊！但是要『依止尊長教授』才能夠做到這樣。依止的意思是什麼？就是照著善知識的話做。口訣嘛！照著他的口訣做。」
  - 「師父說：要學佛，要爬上去，這個共同的基礎在這裡。這共同的基礎是什麼？就要親近善知識，依止尊長的教授。」
- 2. 以自我感受為導，容易走錯方向：**

「無量生命的生死的流轉，就因為不如法依止善知識。如果依止了之後，還是處處以自我為核心，讓自己高興、自己感覺好，從這樣的角度來說就沒有向內調伏；沒有向內調伏，後面的路有可能增上生就是拿不到的。……搞錯扼要就是，將到幸福的彼地，結果到了痛苦的那個地方，它就是反的！」
- 3. 依止尊長教授挑戰自我，成為生命中的追求：**

「對我們來說，能夠知道依止尊長教授的容易和速度快，而且準確，這變成是我們生命的一種追求。就是你渴望改變自己，而不是什麼事都順著自己——挑戰自我！」
- 4. 我們容易隨順自己的習慣與思路：**

我們知道依止尊長教授的重要性，也希望能夠照著善知識的教導去做。一旦尊長教授挑戰我們的習性時，卻很容易隨順自己的想法與習慣，將善知識的教導擺一邊。此時最關鍵的是要挑戰自我，努力透過理路擺脫自己的習氣，因為善知識是成就者，依據他的經驗就沒有問題；而隨順自己的習氣，未來會產生很大的問題。
- 5. 當一個戰煩惱的修行人：**

當我們仔細向內觀察，會發現大部分的時間是處於煩惱的戰場上，正知見、向內調伏和戒律是過不去的。若要認識煩惱，就要觀察自己的習性——對於哪些境會生起貪心或瞋心。隨順習性是很容易的，但是要跨越卻不容易，因此要把自己定義為戰煩惱的修行人，觀察我們的現行與師長的教誡差距有多遠，否則如果沒有真實對到內心的喀什，看不見自己不承許師長教誡的地方，會站在師長的對立面。

# 覺 燈

1. 無量生命的生死的流轉，就因為不如法依止善知識。
2. 依止善知識後如果沒有向內調伏，增上生有可能就拿不到。
3. 學習經論的時候急劇地需要一個善知識，來幫我們每一步、每一步地調整。
4. 「挑戰自我」，事事好像都跟自己過不去。要怎麼過去？用理路過去啊！
5. 無論念佛還是參禪，顯教還是密教，共同的基礎都是依止尊長教授。
6. 不要選擇在悲傷中沉溺太久，別讓淚水淹沒心志。

2026年1月15日

大覺  
晨曦



# 覺 燈

廣海明月0536

1. 依止就是照著善知識的話做。照著他的口訣做。
2. 經典上說的，如果不依止善知識教授就會走遠路，不容易通達，最重要的是會搞錯啊！
3. 如果沒有人帶著，自己去拓荒，那就有可能拓到完全黑暗區的地方。
4. 大師還在勸誡我們要努力呀！努力聽完整的道次第。
5. 「請為知識若不善依，於現世中，遭諸疾疫非人損惱，於未來世，當墮惡趣，經無量時受無量苦。」
6. 我們真正的痛苦，其實就是貪瞋等的煩惱，究其根本原因，並不是別人造成的。

2026年1月16日

大覺  
晨曦

# 覺 燈

1. 反觀一下自己：我們是想要別人按照自己的想法做，還是希望自己按照別人的想法做呢？
2. 只有修行人才能夠戰煩惱。
3. 能夠知道依止尊長教授的容易和速度快，而且準確，這變成是生命的一種追求。
4. 「挑戰自我」，事事好像都跟自己過不去。要怎麼過去？用理路過去啊！
5. 要學佛，要爬上去，共同的基礎就要親近善知識，依止尊長的教授。
6. 為人生負責的方法，如何負責？在當下，每一個當下，改變苦因、種樂因。

2026年1月17日

大覺  
晨曦