

最新印能法师地藏菩萨本愿经念诵 每日 念诵心得体会(模板5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

印能法师地藏菩萨本愿经念诵篇一

在快节奏的生活中，我们常常忽略了内心的平静与宁静。念诵是一种让我们与自己内心对话的方式，它能够让我们回归内心，找回平衡与和谐。我每日坚持念诵，不止是为了守护内心的安宁，更是为了在日常生活中找到力量和勇气。

第二段：默念的力量

每日的默念，是一次与内心对话的机会。当我专注地默念某个词语或短语时，我会发现思绪渐渐清晰，内心逐渐平静。念诵像是一面镜子，帮助我反思自身的情绪与心态。在念诵的过程中，我会觉察到自己内心的不安与焦虑，然后逐渐释放出来。默念的力量在于它能够让我真正地与自己对话，认识到内心的需求与渴望。

第三段：念诵的应用

念诵不仅仅是为了心灵的抚慰，它还有实用的应用价值。当我面临压力和困惑时，我经常寻求内心的指引。念诵帮助我在困境中寻找答案，它让我更加明确自己的目标与方向。同时，念诵还能增强我的专注力和耐心。在工作中，我会时不时地默念一句简短而有力的话语，让自己更加专注和坚定。

第四段：念诵的深度

念诵不仅仅是反复咏唱某个词语或短语，更是探索内心深处的一种方式。通过不断念诵，我渐渐感受到词语背后的含义和力量。这些词语像是一面镜子，让我看到自己内在的光芒与可能性。念诵可以唤醒内心的智慧，让我更加明白生命的意义和价值。而这种深度的念诵，需要经过长时间的坚持和钻研。只有通过不断地念诵和思考，我才能以更加敏锐的眼光理解词语背后真正的内涵。

第五段：念诵的影响

每日的念诵已经成为我生活中不可或缺的一部分。它让我更加自律和自信，也让我更加容易达到内心的平静与宁静。念诵不只是一种修行，更是一种生活的态度。它教会了我如何与自己对话，如何面对困难和挑战。在我坚持念诵的日子里，我逐渐发现自己变得更加坚强和乐观。念诵的影响超出了我最初的预期，让我体验到更多生命的可能性。

结尾：回归内心的念诵，让我找到了内在的平静与勇气。每日的念诵不仅是让我与自己对话的方式，更是让我在生活中获得力量和智慧的途径。通过念诵，我可以更加明确自己的目标 and 方向，也可以更加深入地了解自己。念诵的力量无处不在，它温暖我的心灵，也启迪了我的生活。每天都与自己对话，让我在喧嚣的世界中找到了真正的平安和幸福。

印能法师地藏菩萨本愿经念诵篇二

第一段：引言（120字）

在现代社会里，念诵经典已经成为一种非常流行的修行方式。经典念诵不仅可以增加个人内心的平静，还能帮助人们更好地认识自己，拓宽自己的视野。在过去的几年里，我也开始了这种修行，并且深深体会到经典念诵所带来的益处和体验。在下文中，我将对经典念诵的心得体会进行分享。

第二段：经典念诵的意义（240字）

经典念诵对人们的意义是多维的。首先，经典念诵可以帮助我们舒缓内心的压力，减轻焦虑和忧虑。当我们沉浸在经典的旋律中，将自己的思绪和呼吸与之结合，可以帮助我们专注于当下，忘记杂念和外界的干扰。其次，经典念诵还可以提升我们的心智能力和记忆力。通过反复地诵读经典文字，我们可以加强自己的语言能力和思维能力，提高记忆力和理解力。最后，经典念诵还可以给我们带来内心上的平静和宁静。当我们将经典的哲理融入到生活中，我们的心境会随之改变，让我们更加从容和淡定地面对外部的挑战。

第三段：经典念诵的实践方法（240字）

经典念诵并不是简单的读几句文字而已，它需要一定的技巧和方法。首先，我们可以选择一些经典的文献，如佛经、圣经或其他哲学著作，并选择一段符合自己需求的内容进行念诵。其次，我们可以找到一个安静且舒适的地方，尽量保持身体和心灵的放松状态。然后，我们开始以缓慢而连续的方式诵读经典内容，同时注意呼吸和语调的配合。最后，在诵读完毕后，可以保持一段时间的静默，让自己的内心感受经典所带来的力量和宁静。

第四段：经典念诵的体验收获（240字）

通过长期的经典念诵，我得到了很多意想不到的收获。首先，我的内心逐渐平静，对于生活中的挫折和压力变得更加从容。我学会了面对困难时保持平静的态度，寻找解决问题的方法。其次，我的专注力和记忆力明显提升。以前我总是容易分心和健忘，而现在我能够更长时间地保持专注，并更好地记住重要的事物和知识。第三，经典念诵提升了我的情绪稳定性。在遇到挫折和困难时，我能够更好地控制自己的情绪，保持积极乐观的态度。最后，经典念诵拓宽了我的视野，让我能够更加深入地理解人生和宇宙的奥秘。

第五段：结尾总结（360字）

通过经典念诵的实践，我深刻地体会到了它对人们的益处和意义。从减轻压力、提高记忆力，到平静内心和拓宽视野，经典念诵可以帮助我们在这个快节奏的社会中找到内心的宁静和属于自己的平衡。同时，经典念诵也是一种倾听内心和与自己对话的方式，它让我们更好地认识自己，并提升自我修炼。因此，我希望更多的人能够尝试经典念诵，并享受到它所带来的丰盛和充实。无论是在灵修的道路上，还是在日常生活中，经典念诵都有着无穷的力量，让我们的心灵得到滋养，丰富我们的生命。

印能法师地藏菩萨本愿经念诵篇三

《金刚经》的第一页上一般都有保宁勇禅师写的《警策文》（注一），告诉大家应该以什么样的心和身口意来学习佛经，这一点是非常重要的。尤其是当经书不用的时候应当放在干燥洁净的地方，结手敬拜。

千万不要小看这部《金刚经》，它所在的地方就相当于有佛有塔，修行功夫高的人会看到它在暗中是放着金光的，而这金光中还有很多天龙护法在护持。所以，有的人还会看到有龙在金光外围时隐时现，围着经书转。这是一种外相。法界这个东西，虽然是一不是二，但毕竟有二。从某些意义上来说，因果是存在的。在修证程度不够的情况下，应该以柔和的心态来圆融地对待佛法。

接下来是金刚经祈请部分。

首先是香赞（注二），这是非常重要的。有大德讲，寺院里一诵香赞，大殿中就会放金光，这里面就有好多放着金光的佛的化身。

在法界中，香跟烟这两样东西是通冥阳两界的，因此也叫作

心香。在发愿时燃一支香，这支香就有直通你的心性的意思。一诵香赞，十方诸佛都能知道。

佛法要从细处学。

然后是净口业真言(注三)和净三业真言(注四)，以及安土地真言(注五)和普供养真言(注六)。

这些对刚开始诵经的人是非常关键的，因为他们身上还有着许多宿世间的业障。比如，虽然漱过口了，但是还会有口业。心表面上似乎很静了，实际上还有乱糟糟的意业。这些都是修学过程中的业障。有些朋友身上的业力非常重，不学佛还好，学佛时间一长，反而病了。这是因为对戒律和规矩不是很懂，类似于迷信地学佛，不懂法界的缘起造成的。

比如有人持楞严咒，本来楞严咒在法界中的法力是非常大的，但持诵者如果持戒不是很圆满，尤其是不能戒杀，反而会不自觉地造了很大的罪业。因为楞严咒是以大慈悲心为基础的，对杀生嗔心特别敏感。另外，诵完楞严咒后应该诵一下十小咒，送走法界一切佛菩萨和诸天神圣。这都是非常重要的注意点。

一个人在诵《金刚经》时，身后是放着金光的，如果他身上的业力非常重，就会有很多众生被这金光超度到天上。那些宿世间的恶缘突然发现你竟然是一个亿万富翁了，而他还是个穷光蛋。这时他就可以要求你诵部经给他，然后你们之间的恩怨就一笔勾销了。这是因为《金刚经》在法界中可以抵好几座不可思议的金山，这是《金刚经》不可思议的地方。

同时，我们诵《金刚经》时，地方上的鬼神也会非常惊惶：哪来的大德在诵《金刚经》！因此初学者需要念诵包括“安土地真言”在内的四句真言，来消除念诵金刚经时不如法的地方。

奉请八金刚(注七)四菩萨(注八)。这八大金刚和四位大菩萨都在宿世间发过愿，要一直护持《金刚经》的持诵者。

在法界中，愿力就跟契约一样，大家达成一个约定。就跟观世音菩萨一样，只要你念诵“南无观世音菩萨”，他老人家就立即来到你身后，寻声救苦。

只要在诵《金刚经》时轻声称颂这十二位朋友的名号，无论你有没有神通，他们都会来到你身后护持你诵经。所以初学《金刚经》的朋友要诚心称颂他们的名号。

发愿文(注九)。对学佛者，愿力和智慧是两件宝贝。一个人的成就都来自于他的愿力；而要实现愿力，入无余涅槃(非无余涅槃，是名无余涅槃)，则要通过般若智慧来实现。

这个发愿文是古时一个大德发的愿力，因为非常适合末法时期的众生修行，所以我们今天借用过来。这个愿力让一个人宿世所有的善缘恶缘，都能发心成佛，然后能一齐往生极乐国，非常殊胜。

云何梵(注十)和开经偈(注十一)。开经偈已经确定是武则天所作，云何梵传说也是她作的，这两个偈子都作得不错，表达了对佛法的恭敬心。

对学佛者来说，如果缺乏恭敬心，就很难学到东西。

以上金刚经正文前的这么一大段，随着时间的推移，如果读经读得心很静了，就可以把云何梵去掉，再慢慢地可以把奉请那十二位朋友去掉。最后，可以把四个咒子和开经偈去掉。

但是香赞、发愿文和“南无祇园会上佛菩萨”一般都要念诵。

如果读完了一遍想继续读，就可以把这段省略，直接读正文。

另外要注意的是，不要读昭明太子作的那些品名(注十二)，因为有很多写得不合理。像清末民初有一位叫魏源(注十三)的大德，思想很先进，却犯了一个严重的错误，就是改佛经。改佛经是一个非常大的业障。因此，大家不要去读那些品名，同时，这也是慈悲昭明太子。

读完经之后可以念七遍补阙真言(注十四)。诵经的人一定要多诵补阙真言，这是一个非常大的善巧方便。有些朋友不喜欢念补阙真言，这是丢掉西瓜捡芝麻的坏习惯。

补阙真言在法界上的力量是不可思议的。读经时读错的地方，不如法的地方，多念几遍补阙真言就可以补上。

注一：

《保宁勇禅师示看经警策文》：

夫看经之法后学须知：当净三业。若三业无亏，则百福俱集。三业者，身、口、意也。

一、端身正坐，如对圣容，则身业净也。

二、口无杂言，断诸嬉笑，则口业净也。

三、意不散乱，屏息万缘，则意业净也。

内心既寂，外境俱消。方契悟于真源，庶研穷于法理，可谓水澄珠莹，云散月明。义海涌于胸襟，智岳凝于耳目。辄莫容易，实非小缘。心境双忘，自他俱利。若能如此，真报佛恩。

注二：

香赞：

炉香乍爇法界蒙熏诸佛海会悉遥闻

随处结祥云诚意方殷诸佛现全身

南无香云盖菩萨摩訶萨(三称)

注三：

净口业真言：

唵。修利修利。摩訶修利。修修利。萨婆訶。

注四：

净三业真言：

唵。娑嚩婆嚩秫驮。娑嚩达摩。娑嚩婆嚩秫度憾。

注五：

安土地真言：

南无三满多。母驮喃。唵。度嚕度嚕。地尾娑婆訶。

注六：

普供养真言：

唵。誝誝曩。三婆嚩鞞日啰斛。

注七：

奉请八金刚：

奉请青除灾金刚奉请辟毒金刚

奉请黄随求金刚奉请白净水金刚

奉请赤声火金刚奉请定持灾金刚

奉请紫贤金刚奉请大神金刚

注八：

奉请四菩萨：

奉请金刚眷菩萨奉请金刚索菩萨

奉请金刚爱菩萨奉请金刚语菩萨

印能法师地藏菩萨本愿经念诵篇四

第一段：引言（大约200字）

念诵经典是一种传统文化的重要形式，可以让人们更好地理解 and 传承文化。本人最近参加了一场关于经典念诵的活动，对此有了深刻的体会和感悟。在念诵经典的过程中，我不仅感受到了文字的力量，还经历了心灵的洗涤和成长。在这篇文章中，我将分享我的经典念诵心得体会。

第二段：文字的力量（大约200字）

在念诵经典的过程中，我深深感受到了文字的力量。经典中的每一个字、每一句话都富有深意。通过反复念诵，我逐渐领悟到文字背后的含义和情感。经典中的每一个词语都仿佛是一把开启心灵之门的钥匙，让我进入一个全新的世界。文字散发出的力量，让我感受到思想的升华和灵魂的升华。

第三段：心灵的洗涤和成长（大约200字）

经典念诵不仅仅是对文字的理解，更是对心灵的洗涤和成长。在念诵的过程中，我会逐渐放下繁杂的思绪，静下心来专注在每一个字上。这种心灵的冥想让我逐渐感受到内心的平静与宁静。同时，经典念诵也是一个修身养性的过程，可以启迪智慧、陶冶情操。经典中蕴含的价值观和人生哲理，让我不断反思和成长，让我更加明白人生的真谛。

第四段：激发创造力和表达能力（大约200字）

经典念诵的过程同时也是一个激发创造力和表达能力的过程。通过对经典的感悟和理解，我逐渐拓宽了自己的思维和见识。经典中的美丽句子和精彩段落，激发了我表达的欲望和动力。我开始尝试用自己的语言和音调去演绎经典，去传达自己的感受和理解。这样的努力不仅让我更加熟练地掌握了语言表达的技巧，而且也提升了自己的创造力和思维能力。

第五段：传承与发展传统文化（大约200字）

经典念诵的活动不仅让我个人受益匪浅，更重要的是可以促进传统文化的传承与发展。在现代社会，随着科技的发展，人们的阅读和表达方式也在不断改变。经典念诵可以让年轻一代接触到传统文化，并以一种更加现代的形式去表达和传承。通过参与经典念诵的活动，我深刻感受到了传统文化的魅力和价值，并愿意将这种魅力传播给更多的人。

总结：

念诵经典是一种特殊的修行方式，通过文字的力量让人们感悟事理，洗涤心灵。同时，经典念诵也是一种对传统文化的传承与发展。通过参与经典念诵的活动，我收获了念诵的乐趣、文字的力量、心灵的洗涤和成长、创造力和表达能力的提升，同时也培养了对传统文化的热爱和传承的责任感。我相信，经典念诵不仅对我个人有着深远的影响，同样也能够对更多的人起到启发和帮助，让传统文化在当代焕发出新的

光彩。

印能法师地藏菩萨本愿经念诵篇五

只要诵《金刚经》就会交吉运、大兴盛。因为，《金刚经》的法力实在太大了。

1. 无论念佛念咒，都要一口气一口气地念，也就是一口气能念多久念多久，比如一个咒子你一口气能念10遍那就尽量不要只念9遍，总之要念到这口气完全出尽为好。
2. 一口气出尽后，要闭住嘴，不能用嘴吸气，而是要用鼻子自然吸气。同时在吸气时候最好意念也在继续念咒，而不要空过。记住这个吸气尽量让身体自然吸气，而不要刻意吸气，事实上，人在一口气出完后身体会本能地进气的，就是这样自然让肺呼吸最好。等气吸足了，就继续念咒，如果在吸气时候意念在念咒，那么念到哪里就接上继续念就好。
3. 从始至终，耳朵都要认真地听自己念佛或者念咒的声音，而不要去理会其他外部声音，这很重要，念咒其实也是在修炼第二识(耳识)，也就是耳根圆通法门，耳根圆通太重要了，不懂耳根圆通那想修成就几乎不可能，大家赶快去研究一下观世音菩萨的耳根圆通法门，在《楞严经》里。
4. 念诵时候要尽量用胸腔或者腹腔发声，而不要用喉咙发声，因为如果你用喉咙发声很快喉咙就会哑了，而且你是声音如果不能震动你的身体，那也起不到打通经脉转化色身的作用。金刚念诵的好的人，可以整日整夜地念咒，喉咙也不会哑。
5. 以上要点做好后，就开始尽量做到嘴唇和牙齿尽量不动，只靠舌头弹动发音，同时念诵时候舌头不要碰到嘴里的其他部位。这个也很重要，因为只有这样你才可能念诵的很轻灵，念诵的很快速，当然这是比较高级的功夫，初学金刚念诵的朋友不要苛求做到这点。

6. 念诵的时候尽量不要只用一个声调，而要高低起伏最好，只有这样才能让咒音震动全身经脉，进而打通，转化。

7. 初学金刚念诵的人可能会不太适应，会觉得声音压制在喉咙里出不来，甚至不太舒服，这很正常，不必害怕，以我和很多人经验，只要精进用功，时间长了你的喉咙气脉会打通，之后再你念诵就会很舒服了。喉咙打通后，你身体的其他地方也会慢慢打通，当然这非一日之功。

8. 每一句咒，每个发音都要很认真地念，很认真地听，这样功夫长的才快。我举个例子，念咒如同练射箭，如果你每一箭都很用心地对靶心射，几年苦功下来就可以成为神箭手，但是如果你每一箭都是很随意地乱射，练了几十年后多少也会有些功夫，但成不了神箭手。

9. 当以上要点都做好以后，就要开始追求念诵的速度，金刚念诵一定要在高速念诵的时候才会显出最大威力，我这里说的快速不是一般的快念，而是不可思议快速，比如一句佛号或者一句咒，一般人念诵的话可能会到每小时几百遍，几千遍但如果要想通过金刚念诵做到转化色身，那就要向更高的目标迈进，可能是每小时几万遍，几十万遍。。。不要以为这是神话。

念诵修持《金刚经》应注意的事项

节选自“回家人老师关于《金刚经》读经的仪轨”

经书的第一页上一般都有保宁勇禅师写的《警策文》(注一)，告诉大家应该以什么样的心和身口意来学习佛经，这一点是非常重要的。尤其是当经书不用的时候应当放在干燥洁净的地方，结手敬拜。

千万不要小看这部《金刚经》，它所在的地方就相当于有佛有塔，修行功夫高的人会看到它在暗中是放着金光的，而这

金光中还有很多天龙护法在护持。所以，有的人还会看到有龙在金光外围时隐时现，围着经书转。这是一种外相。法界这个东西，虽然是一不是二，但毕竟有二。从某些意义上来说，因果是存在的。在修证程度不够的情况下，应该以柔和的心态来圆融地对待佛法。

接下来是金刚经祈请部分。

首先是香赞(注二)，这是非常重要的。有大德讲，寺院里一诵香赞，大殿中就会放金光，这里面就有好多放着金光的佛的化身。

在法界中，香跟烟这两样东西是通冥阳两界的，因此也叫作心香。在发愿时燃一支香，这支香就有直通你的心性的意思。一诵香赞，十方诸佛都能知道。

佛法要从细处学。

然后是净口业真言(注三)和净三业真言(注四)，以及安土地真言(注五)和普供养真言(注六)。

这些对刚开始诵经的人是非常关键的，因为他们身上还有着许多宿世间的业障。比如，虽然漱过口了，但是还会有口业。心表面上似乎很静了，实际上还有乱糟糟的业。这些都是修学过程中的业障。有些朋友身上的业力非常重，不学佛还好，学佛时间一长，反而病了。这是因为对戒律和规矩不是很懂，类似于迷信地学佛，不懂法界的缘起造成的。

比如有人持楞严咒，本来楞严咒在法界中的法力是非常大的，但持诵者如果持戒不是很圆满，尤其是不能戒杀，反而会不自觉地造了很大的罪业。因为楞严咒是以大慈悲心为基础的，对杀生嗔心特别敏感。另外，诵完楞严咒后应该诵一下十小咒，送走法界一切佛菩萨和诸天神圣。这都是非常重要的注意点。

一个人在诵《金刚经》时，身后是放着金光的，如果他身上的业力非常重，就会有很多众生被这金光超度到天上。那些宿世间的恶缘突然发现你竟然是一个亿万富翁了，而他还是个穷光蛋。这时他就可以要求你诵部经给他，然后你们之间的恩怨就一笔勾销了。这是因为《金刚经》在法界中可以抵好几座不可思议的金山，这是《金刚经》不可思议的地方。

同时，我们诵《金刚经》时，地方上的鬼神也会非常惊惶：哪来的大德在诵《金刚经》！因此初学者需要念诵包括“安土地真言”在内的四句真言，来消除念诵金刚经时不如法的地方。

奉请八金刚(注七)四菩萨(注八)。这八大金刚和四位大菩萨都在宿世间发过愿，要一直护持《金刚经》的持诵者。

在法界中，愿力就跟契约一样，大家达成一个约定。就跟观世音菩萨一样，只要你念诵“南无观世音菩萨”，他老人家就立即来到你身后，寻声救苦。

只要在诵《金刚经》时轻声称颂这十二位朋友的'名号，无论你有没有神通，他们都会来到你身后护持你诵经。所以初学《金刚经》的朋友要诚心称颂他们的名号。

发愿文(注九)。对学佛者，愿力和智慧是两件宝贝。一个人的成就都来自于他的愿力；而要实现愿力，入无余涅槃(非无余涅槃，是名无余涅槃)，则要通过般若智慧来实现。

这个发愿文是古时一个大德发的愿力，因为非常适合末法时期的众生修行，所以我们今天借用过来。这个愿力让一个人宿世所有的善缘恶缘，都能发心成佛，然后能一齐往生极乐国，非常殊胜。

云何梵(注十)和开经偈(注十一)。开经偈已经确定是武则天所作，云何梵传说也是她作的，这两个偈子都作得不错，表

达了对佛法的恭敬心。

对学佛者来说，如果缺乏恭敬心，就很难学到东西。

以上金刚经正文前的这么一大段，随着时间的推移，如果读经读得心很静了，就可以把云何梵去掉，再慢慢地可以把奉请那十二位朋友去掉。最后，可以把四个咒子和开经偈去掉。

但是香赞、发愿文和“南无祇园会上佛菩萨”一般都要念诵。

如果读完了一遍想继续读，就可以把这段省略，直接读正文。

另外要注意的是，不要读昭明太子作的那些品名(注十二)，因为有很多写得不合理。像清末民初有一位叫魏源(注十三)的大德，思想很先进，却犯了一个严重的错误，就是改佛经。改佛经是一个非常大的业障。因此，大家不要去读那些品名，同时，这也是慈悲昭明太子。

读完经之后可以念七遍补阙真言(注十四)。诵经的人一定要多诵补阙真言，这是一个非常大的善巧方便。有些朋友不喜欢念补阙真言，这是丢掉西瓜捡芝麻的坏习惯。

补阙真言在法界上的力量是不可思议的。读经时读错的地方，不如法的地方，多念几遍补阙真言就可以补上。

注一：

《保宁勇禅师示看经警策文》：

夫看经之法后学须知：当净三业。若三业无亏，则百福俱集。三业者，身、口、意也。

一、端身正坐，如对圣容，则身业净也。

二、口无杂言，断诸嬉笑，则口业净也。

三、意不散乱，屏息万缘，则意业净也。

内心既寂，外境俱消。方契悟于真源，庶研穷于法理，可谓水澄珠莹，云散月明。义海涌于胸襟，智岳凝于耳目。辄莫容易，实非小缘。心境双忘，自他俱利。若能如此，真报佛恩。

注二：

香赞：

炉香乍爇法界蒙熏诸佛海会悉遥闻

随处结祥云诚意方殷诸佛现全身

南无香云盖菩萨摩訶萨(三称)

注三：

净口业真言：

唵。修利修利。摩诃修利。修修利。萨婆诃。

注四：

净三业真言：

唵。娑嚩婆嚩秫驮。娑嚩达摩。娑嚩婆嚩秫度憾。

注五：

安土地真言：