

# 最新金刚经究竟无我分 星云大师金刚经 心得体会(优质10篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 金刚经究竟无我分篇一

星云大师是中国佛教界的一位知名人士，他曾经广泛宣扬佛法，传授禅修方法，影响了很多人的生命。其中，他研究金刚经的心得颇有建树。金刚经以简洁、深刻的语言，诠释了佛教的核心思想，也给我们指引了一条走向解脱之路的方向。在星云大师的诠释下，金刚经更是变得生动而有易于理解的特点，对于我们日常生活的修行具有重大意义。于是，本文将为您分享星云大师的金刚经心得体会。

### 第二段：要义讲解

星云大师认为，金刚经的核心思想是“空、色、受、想、行、识皆空”。这六个字，是佛陀为了帮助人们消除执著，达到涅槃的目的，所讲的针砭时弊的真理。我们常以眼耳鼻舌身意六根七情六欲来认识自己和世界的，但其实这六根七情六欲实际上都是生起于心中的，而心中所记载的一切根源都是造诸法空。只有认识到这个基本事实，才能真正抛开万物，解脱苦海。星云大师特别强调，如果一位学佛者能够真正理解“空”的意义，就能够真正生成智慧，走向解脱之路。

### 第三段：禅修方法

星云大师认为，禅修可以帮助我们更好地理解佛经中不容易理解和领悟的智慧。禅修要理解的并不是严苛的道德规范和

劝慰，而是为了拓宽和澄清我们的心智，使我们的抱负和渴望能够被认识并明白。禅修的核心是让我们的心平静下来，心静则思考清晰，思想清晰，我们才会愈加接近佛教的殊胜境界。禅修是我们安排和规范日常生活的有力方法，帮助我们心安和谐，认识到无常和离苦得乐的更高级成就。只有通过禅修的方法，才能更好地领会和践行佛陀的智慧。

#### 第四段：价值观感受

星云大师的金刚经心得让我们深受启发，认识到什么才是最重要的。生命中其实最值得重视的是智慧，要将智慧作为人生的主题和追求，才能真正意义上的富贵与美好。在星云大师的指引下，我们认识到贪瞋痴执是离真理最远的因素，也知道人生的真正自由和有意义的方向。相比起其他利益和领土、威望相比，得到智慧和解脱的果实更为珍贵。随着星云大师的金刚经心得的指点，我们可以更加坚定心智，迈向卓越的生命，让我们的人生更加丰富多彩。

#### 第五段：总结

总的来说，星云大师的金刚经心得是对我们生活的一个宝贵的依靠。习得了他的教导，我们可以走向真理、智慧的路上，找寻真正的快乐和内心的平静。于是，我们就能够拥有真正意义上的富贵和美好，发现更高的境界并迈向更优秀的人生。最重要的一点是，我们可以找到自己内心的真谛，认识到人生最深处的真正价值。这个道路虽然崎岖，但是我们从中真正认识了生活的真意义，也就可以减轻人生的痛苦，并且保持对它更深刻的理解。

## 金刚经究竟无我分篇二

我与《金刚经》是有缘的。早在四十多年前，我独自陪伴我的外婆在一座庵堂里生活，我见她每天清晨端坐在佛堂中，手捻佛珠，两眼专注着面前那本黄色的线装书，嘴里老是在咕噜咕

噜地念着。我就问她念的是什麼，她告诉我，念的是《金刚经》。从那时起，我就知道佛教里有个《金刚经》。但当时的我却是将《金刚经》连同佛教一道，一并视为迷信。

三十年后，我开始学佛，这时我几乎是本能的想到《金刚经》。但那个时候这种书还不容易买到。一次我到省城去开会，听说我地的一位在省城挂职的干部，买有这本经书。我当晚就赶去他的住地，叫他带我去买。他一说天太晚，二说天下雨，到第二天再说，但经不住我一再的坚持，他只得带我去书店。书是在一家极小的私人书店中买的，算是有缘，我们去时小老板正准备关门。

当晚，我如饥似渴地读完了这本经。但合上书之时我有一种失望之感，我认为经书道理说得不多，但文字极为罗嗦，重复来重复去，也不知最后到底说些什麼，读经之前糊涂，读经之后还是糊涂。在后来的几天里，我一直在思考这是为什么。一部在佛教中流传最广，影响最大的《金刚经》，怎么到了我手里却全然无味。后来我得出一个比较冷静的结论：问题不在经，在我的自身。《金刚经》问世两千多年来，不知度化了多少人，佛教史上也不知有多少人从中获得智慧，这是铁的事实，肯定是我没有读进去。从此，我强迫自己去读，读不懂也要读，觉得经罗嗦也要读。久而久之，形成了一个天天读经的习惯。一天，当读至“如来是真语者，实语者，不妄语者，不异语者”时，我顿感心中犹是一股电流穿过，哄的一下周身一麻，禁不住泪流满面。当时的我顿觉自己无明深重，忏悔自己愚痴，佛在经中将佛法真谛说得如此分明，我不仅不理解，反而视经语言罗嗦，文字繁琐，实为大大的惭愧。打这以后，我天天读《金刚经》，无论是出差还是外出旅游，我都要将经书带在身边，天天诵读。后来我觉得带着一本书不是很方便，就干脆将经文全背诵下来，日日跏趺坐，在心中诵读。

我深知《金刚经》是说无上之法，是直指佛法真谛；用《金刚经》之理观察娑婆世界，无有不通；用《金刚经》之义透视一切众生，无不通达见底；以《金刚经》之法指导修持，更是利益

万千,功德不可说。但因自己佛缘浅薄,慧根不利,资粮不足,当处无我之时心生恐惧,而生退转。每每想到此时此境,心中顿生惭愧。《金刚经》为旨,通达佛义“无我相,无人相,无众生相,无寿者相,无法相也无非法相.....”到那时自有一番殊胜之境。

以金刚经为旨进行修持,这是一个十分艰苦的过程,一是要靠与身俱有的根器支持;二是要靠自身今生正信进取。两者相辅相成,互相促进。在这方面居家学佛人更为艰辛,因没有一个学佛的大环境,没有专门的修持时间,也没有明人指导,一切都需要自身时常保持清醒的意识,处于尘世而不染,出于污泥而自清。世间的道理也告诉我们,付出得多就收获得多。荷花之所以能出于污泥而不染,艳丽夺目,就是因为它汲取了污泥中的养分,以促进自己的生长,居家学佛道理也是如此。

生命是难得的,是多世的因缘所至,一期生命的了结非常短暂,稍稍不留意就“波波度一生”(禅宗六祖语),故而学佛人珍惜生命,精进修持,识自本性,是今生一大幸事,万不可大意。

我与《金刚经》的缘份,也是我多年来熟读《金刚经》,并加以思虑所获。但我也知道要体证《金刚经》佛理真谛,是一件极不容易的事。必须要持之以恒地实践修持,要付出生命的代价,要承受精神与身体的痛苦,这一点丝毫不假。我将这种身心的痛与苦,视为消业。业不消,佛法难证,即便是偶有所得,也会因业力作用,顿时退转,故而更不敢轻易放松自己。

以世间之评说,人生修行是一件苦事,但不修行更苦,而且苦无尽头,苦海无边。我想在今后的修持征途中,必定还有许多磨难。然而我坚信,有《金刚经》指引,有佛光普照,一定能冲破层层魔障,进入无上的光明之道。

拓展阅读: 读《金刚般若波罗蜜经》的建议

最近在纽约大觉寺讲了两次‘如何读《金刚经》’,著重于

字音及如何读断句子，好像颇得听众的欢迎。特别是初读《金刚经》的，发觉有许多地方，和他原先以为是对的并不相同。事后有人建议我应该将它写出来，也许有很多人会得到好处。其实，只要诚心诵经，念错几个字也没多大关系，各地方言就有许多不同，顶要紧的是掌握住经中的意义。又何况我所知有限，所谓对，也是主观的见解，不过能够满足几位同修的愿望，也是应该，所以就写出来，抛砖引玉，望能多得读者的指正，欢迎有新的意见。

中国的文字很美，包容性极大，古文不用标点，所以往往有各种不同的读法和解释。千余年来，因为抄写及印刷校对的不够精确，差异错误，在所难免。《金刚经》版本极多，各种版本有不同出入的地方，恐怕比任何经典都多，于是许多大德的注解，因为依据不同版本的经文，也可能颇有出入，有的地方，使读者莫知适从！譬如须菩提第一次所问的‘应云何住’，许多近代版本印成‘云何应住’，一字易位，影响极大。又如‘不’字，可有三种不同的读音及意义，也容易为人忽略。

依据我看了近二十种不同版本的结论，认为台湾大乘精舍印行的江味农居士的《金刚经校正本》为最合理，他参考了十一种版本的经文、注、疏、赞述，有敦煌石室发现的一千多年前唐朝书法家柳公权书写的《金刚经》(石刻)文，有九百多年前东传到日本再传回来中国的《金刚经注》，以及清朝乾隆时的《金刚经疏记汇编》等等，江居士的校正严谨，是值得介绍的。

这次即采用这本校正本作为蓝本，经文与目前的流通本，有多处不同。我建议读经大德参考大乘精舍所印江居士的校正本内的校勘记。另外，我依照下列二个原则，加以注音及简单的标点。

(一) 一个字如有多种读音及意义的，则根据《辞海》加以注释。

(二)加入简单标点符号，并不采用校正本原有的标点。

很有趣的是，《金刚经》的前半部，似乎读音、句读等问题比较多，后半部则很少。现在请各位逐字逐句的研读下去。如果觉得太长，不妨中途休息。如果能有一字一句合您的意的，就很不错了。

## 金刚经究竟无我分篇三

星云大师是中国佛教界的一位杰出人物，他对佛陀的金刚经有着深刻的理解和领悟。下面我将简述我通过阅读星云大师关于金刚经的心得体会，对于佛法和人生有了新的认知和启发。

### 第一段：修行的动因

在许多人的修行心路历程中，最初的动因都是因为承受不了人生的压力，导致求助于佛法的修行方法。星云大师在阅读金刚经时也有类似的感受：佛陀所讲述的“坐禅三昧”是超越人类思维能力的境界，而人们日常生活所面临的问题和苦恼，正是因为没有超越自己的思维和感性经验。因此，修行之前必须沉下心来思考，仔细反思自己的人生之路和目的，找到真正的心灵居所，才能真正的摆脱世俗之苦。

### 第二段：舍饭修行的境界

舍饭修行是佛陀所提倡的一种行善方式，是通过将自己的食物，资产等物质财富和内心善良的情感分享给有需要的人群，去达到修行的目的。星云大师在金刚经中认为，舍饭修行是达成心灵与世界的和谐的途径之一，舍饭的人在修行过程中要将自己的心灵与生活融入到整体中去，从而达到美学、道德、情感、文化等方面的协调，形成真正的和谐社会。

### 第三段：空性和非常道

佛陀所讲述的空悟，即认为世界上的一切都是虚幻的，在这种认知上来看世界，不再被各种生命、事物和情感束缚，可以摆脱个人的人生观，奋发于无限生命的宇宙观里。而非常道是指非事物，非功德，非生死，从根本上认识人的身心本质和人生起源，通过能解脱一切事物的非常道，成就真正的自由。

#### 第四段：佛法的阴阳

佛法也有着阴阳的理论，佛道的阴是指人类的欲望，是最大的敌人。佛道的阳是指人心中道德的理念，是通过觉悟和行善，一步一步达到救度和智慧的道路。在佛陀的教诲中，要通过阴之内的阳，化解阴之外的阴。

#### 第五段：修行的方法

星云大师在金刚经的阅读中教我们一个非常重要的修行方法——“明心静虑”，就是通过静心思考，观察外界和自我，寻找真理和突破思维的限制，达到平静和自由。例如，在座禅冥想时，要深层次地了解和思考自身的无常，深刻认识自身的面貌和极限，在思考中，使自己消除个人恐惧和压力，从而走向生命的平和与喜悦之道。

总之，通过阅读星云大师的金刚经心得体会，我们能够更深入地认知佛法及其修行方法，了解如何掌握和平衡内外心灵的力量以寻找人生的真正意义。最终，世界观，价值观和人生态度所呈现出来的和谐与进步，是我们通过读经和思考的唯一目标。

## 金刚经究竟无我分篇四

### 金刚经第一品法会因由分

如是我闻，一时，佛在舍卫国祇树给孤独园，与大比丘众千

二百五十人俱。尔时，世尊食时，著衣持钵，入舍卫大城乞食。于其城中，次第乞已，还至本处。饭食讫，收衣钵，洗足已，敷座而坐。

## 金刚经第二品善现启请分

时，长老须菩提在大众中即从座起，偏袒右肩，右膝着地，合掌恭敬而白佛言：“希有！世尊！如来善护念诸菩萨，善付嘱诸菩萨。世尊！善男子、善女人，发阿耨多罗三藐三菩提心，云何应住，云何降伏其心？”佛言：“善哉，善哉。须菩提！如汝所说，如来善护念诸菩萨，善付嘱诸菩萨。汝今谛听！当为汝说：善男子、善女人，发阿耨多罗三藐三菩提心，应如是住，如是降伏其心。”“唯然，世尊！愿乐欲闻。”

## 金刚经第三品大乘正宗分

佛告须菩提：“诸菩萨摩訶萨应如是降伏其心！所有一切众生之类：若卵生、若胎生、若湿生、若化生；若有色、若无色；若有想、若无想、若非有想非无想，我皆令入无余涅槃而灭度之。如是灭度无量无数无边众生，实无众生得灭度者。何以故？须菩提！若菩萨有我相、人相、众生相、寿者相，即非菩萨。”

## 金刚经第四品妙行无住分

“复次，须菩提！菩萨于法，应无所住，行于布施，所谓不住色布施，不住声香味触法布施。须菩提！菩萨应如是布施，不住于相。何以故？若菩萨不住相布施，其福德不可思量。须菩提！于意云何？东方虚空可思量不？”“不也，世尊！”“须菩提！南西北方四维上下虚空可思量不？”“不也，世尊！”“须菩提！菩萨无住相布施，福德亦复如是不可思量。须菩提！菩萨但应如所教住。”



## 金刚经第五品如理实见分

“须菩提！于意云何？可以身相见如来不？”“不也，世尊！不可以身相得见如来。何以故？如来所说身相，即非身相。”佛告须菩提：“凡所有相，皆是虚妄。若见诸相非相，即见如来。”

## 金刚经第六品正信希有分

须菩提白佛言：“世尊！颇有众生，得闻如是言说章句，生实信不？”佛告须菩提：“莫作是说。如来灭后，后五百岁，有持戒修福者，于此章句能生信心，以此为实，当知是人不一佛二佛三四五佛而种善根，已于无量千万佛所种诸善根，闻是章句，乃至一念生净信者，须菩提！如来悉知悉见，是诸众生得如是无量福德。何以故？是诸众生无复我相、人相、众生相、寿者相；无法相，亦无非法相。何以故？是诸众生若心取相，则为著我人众生寿者。若取法相，即著我人众生寿者。何以故？若取非法相，即著我人众生寿者，是故不应取法，不应取非法。以是义故，如来常说：‘汝等比丘，知我说法，如筏喻者；法尚应舍，何况非法。’”

## 金刚经第七品无得无说分

“须菩提！于意云何？如来得阿耨多罗三藐三菩提耶？如来有所说法耶？”须菩提言：“如我解佛所说义，无有定法名阿耨多罗三藐三菩提，亦无有定法，如来可说。何以故？如来所说法，皆不可取、不可说、非法、非非法。所以者何？一切圣贤，皆以无为法而有差别。”

## 金刚经第八品依法出生分

“须菩提！于意云何？若人满三千大千世界七宝以用布施，是人所得福德，宁为多不？”须菩提言：“甚多，世尊！何以故？是福德即非福德性，是故如来说福德多。”“若复有

人，于此经中受持，乃至四句偈等，为他人说，其福胜彼。何以故？须菩提！一切诸佛，及诸佛阿耨多罗三藐三菩提法，皆从此经出。须菩提！所谓佛法者，即非佛法。”

### 金刚经第九品一相无相分

“须菩提！于意云何？须陀洹能作是念：‘我得须陀洹果’不？”须菩提言：“不也，世尊！何以故？须陀洹名为入流，而无所入，不入色声香味触法，是名须陀洹。”“须菩提！于意云何？斯陀含能作是念：‘我得斯陀含果’不？”须菩提言：“不也，世尊！何以故？斯陀含名一往来，而实无往来，是名斯陀含。”“须菩提！于意云何？阿那含能作是念：‘我得阿那含果’不？”须菩提言：“不也，世尊！何以故？阿那含名为不来，而实无不来，是名阿那含。”“须菩提！于意云何？阿罗汉能作是念，‘我得阿罗汉道’不？”须菩提言：“不也，世尊！何以故？实无有法名阿罗汉。世尊！若阿罗汉作是念：‘我得阿罗汉道’，即著我人众生寿者。世尊！佛说我得无诤三昧，人中最为第一，是第一离欲阿罗汉。我不作是念：‘我是离欲阿罗汉’。世尊！我若作是念：‘我得阿罗汉道’，世尊则不说须菩提是乐阿兰那行者！以须菩提实无所行，而名须菩提是乐阿兰那行。”

### 金刚经第十品庄严净土分

佛告须菩提：“于意云何？如来昔在然灯佛所，于法有所得不？”“不也，世尊！如来在然灯佛所，于法实无所得。”“须菩提！于意云何？菩萨庄严佛土不？”“不也，世尊！何以故？庄严佛土者，即非庄严，是名庄严。”“是故须菩提！诸菩萨摩訶萨应如是生清净心，不应住色生心，不应住声香味触法生心，应无所住而生其心。须菩提！譬如有人，身如须弥山王，于意云何？是身为大不？”须菩提言：“甚大，世尊！何以故？佛说非身，是名大身。”

### 金刚经第十一品无为福胜分

“须菩提！如恒河中所有沙数，如是沙等恒河，于意云何？是诸恒河沙宁为多不？”须菩提言：“甚多，世尊！但诸恒河尚多无数，何况其沙。”“须菩提！我今实言告汝：若有善男子、善女人，以七宝满尔所恒河沙数三千大千世界，以用布施，得福多不？”须菩提言：“甚多，世尊！”佛告须菩提：“若善男子、善女人，于此经中，乃至受持四句偈等，为他人说，而此福德胜前福德。”

## 金刚经第十二品尊重正教分

“复次，须菩提！随说是经，乃至四句偈等，当知此处，一切世间、天人、阿修罗，皆应供养，如佛塔庙，何况有人尽能受持读诵。须菩提！当知是人成就最上第一希有之法，若是经典所在之处，则为有佛，若尊重弟子。”

## 金刚经第十三品如法受持分

尔时，须菩提白佛言：“世尊！当何名此经，我等云何奉持？”佛告须菩提：“是经名为《金刚般若波罗蜜》，以是名字，汝当奉持。所以者何？须菩提！佛说般若波罗蜜，即非般若波罗蜜。须菩提！于意云何？如来有所说法不？”须菩提白佛言：“世尊！如来无所说。”“须菩提！于意云何？三千大千世界所有微尘是为多不？”须菩提言：“甚多，世尊！”“须菩提！诸微尘，如来说非微尘，是名微尘。如来说：世界，非世界，是名世界。须菩提！于意云何？可以三十二相见如来不？”“不也，世尊！何以故？如来说：三十二相，即是非相，是名三十二相。”“须菩提！若有善男子、善女人，以恒河沙等身命布施；若复有人，于此经中，乃至受持四句偈等，为他人说，其福甚多。”

## 金刚经第十四品离相寂灭分

尔时，须菩提闻说是经，深解义趣，涕泪悲泣，而白佛言：“希有，世尊！佛说如是甚深经典，我从昔来所得慧眼，

未曾得闻如是之经。世尊！若复有人得闻是经，信心清淨，则生实相，当知是人，成就第一希有功德。世尊！是实相者，即是非相，是故如来说名实相。世尊！我今得闻如是经典，信解受持不足为难，若当来世，后五百岁，其有众生，得闻是经，信解受持，是人则为第一希有。

我于往昔节节支解时，若有我相、人相、众生相、寿者相，应生嗔恨。须菩提！又念过去于五百世作忍辱仙人，于尔所世，无我相、无人相、无众生相、无寿者相。是故须菩提！菩萨应离一切相，发阿耨多罗三藐三菩提心，不应住色生心，不应住声香味触法生心，应生无所住心。若心有住，即为非住。是故佛说：‘菩萨心不应住色布施。’须菩提！菩萨为利益一切众生，应如是布施。如来说：一切诸相，即是非相。又说：一切众生，即非众生。须菩提！如来是真语者、实语者、如语者、不诳语者、不异语者。须菩提！如来所得法，此法无实无虚。须菩提，若菩萨心住于法而行布施，如人入暗，即无所见。若菩萨心不住法而行布施，如人有目，日光明照，见种种色。须菩提！当来之世，若有善男子、善女人，能于此经受持读诵，则为如来以佛智慧，悉知是人，悉见是人，皆得成就无量无边功德。”

## 金刚经第十五品持经功德分

“须菩提！若有善男子、善女人，初日分以恒河沙等身布施，中日分复以恒河沙等身布施，后日分亦以恒河沙等身布施，如是无量百千万亿劫以身布施；若复有人，闻此经典，信心不逆，其福胜彼，何况书写、受持、读诵、为人解说。须菩提！以要言之，是经有不可思议、不可称量、无边功德。如来为发大乘者说，为发最上乘者说。若有人能受持读诵，广为人说，如来悉知是人，悉见是人，皆得成就不可量、不可称、无有边、不可思议功德。如是人等，即为荷担如来阿耨多罗三藐三菩提。

何以故？须菩提！若乐小法者，著我见、人见、众生见、寿

者见，则于此经，不能听受读诵、为人解说。须菩提！在在处处，若有此经，一切世间、天、人、阿修罗，所应供养；当知此处则为是塔，皆应恭敬，作礼围绕，以诸华香而散其处。”

## 金刚经第十六品能净业障分

“复次，须菩提！若善男子、善女人，受持读诵此经，若为人轻贱，是人先世罪业，应堕恶道，以今世人轻贱故，先世罪业则为消灭，当得阿耨多罗三藐三菩提。”“须菩提！我念过去无量阿僧祇劫，于然灯佛前，得值八百四千万亿那由他诸佛，悉皆供养承事，无空过者，若复有人，于后末世，能受持读诵此经，所得功德，于我所供养诸佛功德，百分不及一，千万亿分、乃至算数譬喻所不能及。须菩提！若善男子、善女人，于后末世，有受持读诵此经，所得功德，我若具说者，或有人闻，心即狂乱，狐疑不信。须菩提！当知是经义不可思议，果报亦不可思议。”

## 金刚经第十七品究竟无我分

尔时，须菩提白佛言：“世尊！善男子、善女人，发阿耨多罗三藐三菩提心，云何应住？云何降伏其心？”佛告须菩提：“善男子、善女人，发阿耨多罗三藐三菩提者，当生如是心，我应灭度一切众生。灭度一切众生已，而无有一众生实灭度者。

何以故？须菩提！若菩萨有我相、人相、众生相、寿者相，即非菩萨。

## 《金刚经》

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

## 金刚经究竟无我分篇五

在生活中，我们都希望变得更加坚强，以面对生命的变幻和挑战。金刚经是一部开启心灵的宝典，也是一个关于修行的道行指南。在我接触金刚经后，深入学习，逐渐了解到生命的真谛与自我内在的力量。入门读经时，我开始触摸到心柔情弱的困境，翻开经卷时，我闻到了生命中的味道，深入人心，寻找真正的自己。

### 二、平衡心境，回归本心

金刚经中心流的思想，强调一种庄严而神秘的境界，即万物同性、相依相关和本具自性的观念。它让我深刻认识到每个人都有自己的使命，为了顺从生命的规律而不断养成和扩大，心态要求平衡，回归本心。只有这样，才能避免过多的悲喜情绪过于追求，避免欲望与贪婪带来的干扰，以最初的心态感受、体味生命。在情感和思想上达到了平衡，我得到了深度和清晰度的境界，这是一种真正意义上的解脱。

### 三、抛开执着，修得圆满

金刚经中提出的“无我境界”概念，在我看来相当妙趣。这个概念是说，我们并没有真正的个体和身份，只存在于整个宇宙共同的无限空间。这个概念带给我们带来了重要启示，即摆脱了自我和执着对于我们的约束和束缚。一切的一切，皆是天成，都不同于我的需求、积累和延续。逐渐抛开执着，我收获了人生困扰的解脱，舒展了精神的空间，最终修得了圆满之境。

## 四、返璞归真，获得自由

金刚经中透露出一种关于返璞归真的气愤，人们往往对于自然、对于宇宙会保持着异化和分割。然而，这个过程过于单向和偏见，遮蔽了人类走向真正的自由。利用金刚经的思想，需要我们走自己的道路，摆脱束缚和偏见，获得自由和解脱。这种解脱是一种心灵的独立，人类回归到本该有的状态，即自由、静思、探究。这是一种叫做返璞归真的境界，也是命运中的至高处境。

## 五、心灵共鸣，归于大道

金刚经最大的特点就是它不以传道，而是注重心灵的共鸣。在把握精神空间的时候，我们要学会捕捉与人的共鸣，去发现创新。这样，我们就能与宇宙相互呼应，搭建彼此的桥梁，走向真正的境界。通过金刚经的领悟，我开始体会到宇宙和自己之间的关系，而这种关系需要逐渐建立在心灵的共鸣之时。而我们要做的，就是在寻求到自己的心灵共鸣之后，及时朝向自己的方向，实现灵秀之途的好处。

## 金刚经究竟无我分篇六

### 第一品法会因由分

如是我闻，一时，佛在舍卫国祇树给孤独园，与大比丘众千二百五十人俱。尔时，世尊食时，著衣持钵，入舍卫大城乞食。于其城中，次第乞已，还至本处。饭食讫，收衣钵，洗足已，敷座而坐。

### 第二品善现启请分

”佛言：“善哉，善哉。须菩提！如汝所说，如来善护念诸菩萨，善付嘱诸菩萨。汝今谛听！当为汝说：善男子、善女人，发阿耨多罗三藐三菩提心，应如是住，如是降伏其

心。” “唯然，世尊！愿乐欲闻。”

### 第三品大乘正宗分

佛告须菩提：“诸菩萨摩诃萨应如是降伏其心！所有一切众生之类：若卵生、若胎生、若湿生、若化生；若有色、若无色；若有想、若无想、若非有想非无想，我皆令入无余涅槃而灭度之。如是灭度无量无数无边众生，实无众生得灭度者。何以故？须菩提！若菩萨有我相、人相、众生相、寿者相，即非菩萨。”

### 第四品妙行无住分

“复次，须菩提！菩萨于法，应无所住，行于布施，所谓不住色布施，不住声香味触法布施。须菩提！菩萨应如是布施，不住于相。何以故？若菩萨不住相布施，其福德不可思量。须菩提！于意云何？东方虚空可思量不？” “不也，世尊！” “须菩提！南西北方四维上下虚空可思量不？” “不也，世尊！” “须菩提！菩萨无住相布施，福德亦复如是不可思量。须菩提！菩萨但应如所教住。”

### 第五品如理实见分

“须菩提！于意云何？可以身相见如来不？” “不也，世尊！不可以身相得见如来。何以故？如来所说身相，即非身相。” 佛告须菩提：“凡所有相，皆是虚妄。若见诸相非相，则见如来。”

### 第六品正信希有分

非法。’ ”

### 第七品无得无说分



“须菩提！于意云何？如来得阿耨多罗三藐三菩提耶？如来有所说法耶？”须菩提言：“如我解佛所说义，无有定法名阿耨多罗三藐三菩提，亦无有定法，如来可说。何以故？如来所说法，皆不可取、不可说、非法、非非法。所以者何？一切圣贤，皆以无为法而有差别。”

## 第八品依法出生分

“须菩提！于意云何？若人满三千大千世界七宝以用布施，是人所得福德，宁为多不？”须菩提言：“甚多世尊！何以故？是福德即非福德性，是故如来说福德多。”“若复有人，于此经中受持，乃至四句偈等，为他人说，其福胜彼。何以故？须菩提！一切诸佛，及诸佛阿耨多罗三藐三菩提法，皆从此经出。须菩提！所谓佛法者，即非佛法。”

## 第九品一相无相分

“须菩提！于意云何？须陀洹能作是念：‘我得须陀洹果’不？”须菩提言：“不也，世尊！何以故？须陀洹名为入流，而无所入，不入色声香味触法，是名须陀洹。”“须菩提！于意云何？斯陀含能作是念：‘我得斯陀含果’不？”须菩提言：“不也，世尊！何以故？斯陀含名一往来，而实无往来，是名斯陀含。”“须菩提！于意云何？阿那含能作是念：‘我得阿那含果’不？”须菩提言：“不也，世尊！何以故？阿那含名为不来，而实无不来，是故名阿那含。”“须菩提！于意云何？阿罗汉能作是念，‘我得阿罗汉道’不？”须菩提言：“不也，世尊！何以故？实无有法名阿罗汉。世尊！若阿罗汉作是念：‘我得阿罗汉道’，即为著我人众生寿者。世尊！佛说我得无诤三昧，人中最为第一，是第一离欲阿罗汉。世尊，我不作是念：‘我是离欲阿罗汉’。世尊！我若作是念：‘我得阿罗汉道’，世尊则不说须菩提是乐阿兰那行者！以须菩提实无所行，而名须菩提是乐阿兰那行。”

## 第十品庄严净土分

佛告须菩提：“于意云何？如来昔在然灯佛所，于法有所得不？”“不也，世尊！如来在然灯佛所，于法实无所得。”“须菩提！于意云何？菩萨庄严佛土不？”“不也，世尊！何以故？庄严佛土者，则非庄严，是名庄严。”“是故须菩提！诸菩萨摩訶萨应如是生清净心，不应住色生心，不应住声香味触法生心，应无所住而生其心。须菩提！譬如有人，身如须弥山王，于意云何？是身为大不？”须菩提言：“甚大，世尊！何以故？佛说非身，是名大身。”

## 第十一品无为福胜分

“须菩提！如恒河中所有沙数，如是沙等恒河，于意云何？是诸恒河沙宁为多不？”须菩提言：“甚多，世尊！但诸恒河尚多无数，何况其沙。”“须菩提！我今实言告汝：若有善男子、善女人，以七宝满尔所恒河沙数三千大千世界，以用布施，得福多不？”须菩提言：“甚多，世尊！”佛告须菩提：“若善男子、善女人，于此经中，乃至受持四句偈等，为他人说，而此福德胜前福德。”

## 第十二品尊重正教分

“复次，须菩提！随说是经，乃至四句偈等，当知此处，一切世间、天人、阿修罗，皆应供养，如佛塔庙，何况有人尽能受持读诵。须菩提！当知是人成就最上第一希有之法，若是经典所在之处，则为有佛，若尊重弟子。”

## 第十三品如法受持分

尔时，须菩提白佛言：“世尊！当何名此经，我等云何奉持？”佛告须菩提：“是经名为《金刚般若波罗蜜》，以是名字，汝当奉持。所以者何？须菩提！佛说般若波罗蜜，即非般若波罗蜜，是名般若波罗蜜。须菩提！于意云何？如来

有所说法不？”须菩提白佛言：“世尊！如来无所说。”“须菩提！于意云何？三千大千世界所有微尘是为多不？”须菩提言：“甚多，世尊！”“须菩提！诸微尘，如来说非微尘，是名微尘。如来说：世界，非世界，是名世界。须菩提！于意云何？可以三十二相见如来不？”“不也，世尊！不可以三十二相得见如来。何以故？如来说：三十二相，即是非相，是名三十二相。”“须菩提！若有善男子、善女人，以恒河沙等身命布施；若复有人，于此经中，乃至受持四句偈等，为他人说，其福甚多。”

#### 第十四品离相寂灭分

尔时，须菩提闻说是经，深解义趣，涕泪悲泣，而白佛言：“希有，世尊！佛说如是甚深经典，我从昔来所得慧眼，未曾得闻如是之经。世尊！若复有人得闻是经，信心清净，则生实相，当知是人，成就第一希有功德。世尊！是实相者，即是非相，是故如来说名实相。世尊！我今得闻如是经典，信解受持不足为难，若当来世，后五百岁，其有众生，得闻是经，信解受持，是人则为第一希有。何以故？此人无我相、无人相、无众生相、无寿者相。所以者何？我相即是非相，人相、众生、相寿者相即是非相。何以故？离一切诸相，则名诸佛。”佛告须菩提：“如是！如是！若复有人得闻是经，不惊、不怖、不畏，当知是人甚为希有。何以故？须菩提！如来说第一波罗蜜，非第一波罗蜜，是名第一波罗蜜。

须菩提！忍辱波罗蜜，如来说非忍辱波罗蜜，是名忍辱波罗蜜。何以故？须菩提！如我昔为歌利王割截身体，我于尔时，无我相、无人相、无众生相、无寿者相。何以故？我于往昔节节支解时，若有我相、人相、众生相、寿者相，应生嗔恨。须菩提！又念过去于五百世作忍辱。仙人，于尔所世，无我相、无人相、无众生相、无寿者相。是故须菩提！菩萨应离一切相，发阿耨多罗三藐三菩提心，不应住色生心，不应住声香味触法生心，应生无所住心。若心有住，则为非住。是故佛说：‘菩萨心不应住色布施。’须菩提！菩萨为利益一

切众生，应如是布施。如来说：一切诸相，即是非相。又说：一切众生，即非众生。须菩提！如来是真语者、实语者、如语者、不诳语者、不异语者。须菩提！如来所得法，此法无实无虚。须菩萨，若菩萨心住于法而行布施，如人入暗，则无所见。若菩萨心不住法而行布施，如人有目，日光明照，见种种色。须菩提！当来之世，若有善男子、善女人，能于此经受持读诵，则为如来以佛智慧，悉知是人，悉见是人，皆得成就无量无边功德。”

### 第十五品持经功德分

无有边、不可思议功德。若是人等，则为荷担如来阿耨多罗三藐三菩提。

何以故？须菩提！若乐小法者，著我见、人见、众生见、寿者见，则于此经，不能听受读诵、为人解说。

须菩提！在在处处，若有此经，一切世间、天、人、阿修罗，所应供养；当知此处则为是塔，皆应恭敬，作礼围绕，以诸华香而散其处。”

### 第十六品能净业障分

“复次，须菩提！若善男子、善女人，受持读诵此经，若为人轻贱，是人先世罪业，应堕恶道，以今世人轻贱故，先世罪业则为消灭，当得阿耨多罗三藐三菩提。”“须菩提！我念过去无量阿僧祇劫，于然灯佛前，得值八百四千万亿那由他诸佛，悉皆供养承事，无空过者，若复有人，于后末世，能受持读诵此经，所得功德，于我所供养诸佛功德，百分不及一，千万亿分、乃至算数譬喻所不能及。须菩提！若善男子、善女人，于后末世，有受持读诵此经，所得功德，我若具说者，或有人闻，心则狂乱，狐疑不信。须菩提！当知是经义不可思议，果报亦不可思议。”

## 第十七品究竟无我分

来说：人身长大，则为非大身，是名大身。”“须菩提！菩萨亦如是。若作是言：‘我当灭度无量众生’，则不名菩萨。

何以故？须菩提！实无法名为菩萨。是故佛说：一切法无我、无人、无众生、无寿者。须菩提！若菩萨作是言，‘我当庄严佛土’，是不名菩萨。

何以故？如来说：庄严佛土者，即非庄严，是名庄严。须菩提！若菩萨通达无我法者，如来说名真是菩萨。

## 第十八品一体同观分

“须菩提！于意云何？如来有肉眼不？”

“如是，世尊！如来有肉眼。”

“须菩提！于意云何？如来有天眼不？”

“如是，世尊！如来有天眼。”

“须菩提！于意云何？如来有慧眼不？”

“如是，世尊！如来有慧眼。”

“须菩提！于意云何？如来有法眼不？”

“如是，世尊！如来有法眼。”

“须菩提！于意云何？如来有佛眼不？”

“如是，世尊！如来有佛眼。”

“须菩提！于意云何？如恒河中所有沙，佛说是沙不？”

“如是，世尊！如来说是沙。”

为非心，是名为心。所以者何？须菩提！过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。”

## 第十九品法界通分分

人以是因缘，得福甚多。”“须菩提！若福德有实，如来说得福德多；以福德无故，如来说得福德多。”

## 第二十品离色离相分

### 《金刚经》

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

## 金刚经究竟无我分篇七

金刚经是世界上最古老的佛教经典，也是佛教中最高深的经典之一。金刚经第三品是其中一个阐述佛教教义的章节，主题为“三无无尽”，即世间一切的法都是无我、无相、无作。这意味着一切事物都没有固定的自我实体，所有事物都是因

为其他事物的存在而存在，并且没有固定的形态或属性。这一主题是佛教中至关重要的一环，对于所有寻求解脱之路的人来说都是不可或缺的。

## 第二段：阐述无我、无相、无作三个概念的内涵

“无我”指的是人们常说的自我或灵魂，并不是存在的，而只是一种心理感受。人们有自我意识的感觉，实际上是由于自己的思想和身体所造成的联系感。同样地，“无相”说明世界上所有事物都没有固定的属性或形态，一切都是因为条件的相互作用而有所体现。最后，“无作”则表明所有的事物都是无法在自己内在原因的支配下发生，而是取决于无数其他因素的影响。

## 第三段：解析佛教关于无我、无相、无作的意义和重要性

佛教中强调无我、无相、无作的意义和重要性，在于揭示了人们对于世界本质的误解。人们常常将自己的意识和他人的存在视为固有的、自成体系的存在，而这些都是对于世界的错觉。同时，这些教义还表明了一切事物都是互相依存的，而这种依存关系并不是被动的，而是充满了积极的可能性。因此，佛教强调人们应该认清无我、无相、无作的真相，从而摆脱生死轮回的限制，最终获得真正的解脱。

## 第四段：金刚经第三品对于当代社会的意义

在当今社会，人们经常面临着焦虑、压力和疲累等问题。在这种背景下，佛教的“无我、无相、无作”教义在重新焕发出了它的光芒。金刚经第三品对于当代社会的意义就在于指导人们摆脱浮躁、繁杂和纷扰的生活，从而发现自己内心深处的真正快乐和满足。佛教强调人们应该从内心深处开始寻找解脱之路，由此帮助人们拥有真正的修行之路。

## 第五段：结论

金刚经第三品是佛教中非常重要和深刻的一部分，它阐述了佛教的无我、无相、无作的教义，并给出了这些教义在当代社会的指导意义。在实践中，人们可以将这些教义用于自我修行中，从而帮助自己获得真正的内心平和和自在。从这个意义上讲，金刚经第三品在佛教文化中具有不可替代的地位。

## 金刚经究竟无我分篇八

在忙碌的日常生活中，人们常常忘却了生命的本质。金刚经第三品是一篇关于无常的经文，正是通过这篇经文，让我们可以深刻领悟生命的本质。经文告诉我们，一切皆无常，没有任何一事物是可以永恒存在的。我们必须了解这一切都将逝去，唯有悟道之人，才能临终无惧。这让我们深刻意识到，时间的宝贵，我们应珍惜，活在当下。

### 第二段：拥有平常心态

金刚经第三品中提到了“观味五欲”，这意味着我们应该具备平常心态，避免过于沉迷于五欲之中。平常心态让我们保持冷静，不被外部诱惑所动摇，不被身体感官所限制。这让我们有信念去实现自己的目标。与之相对的是功利心态，贪婪心态，这些情绪都会导致我们的内心不稳定，思维混乱，将自己推向困境。

### 第三段：明确自己的生命意义

纵观整篇金刚经，它其实是在告诉我们人类的生命意义是什么，生命追求的目标是什么。人之所以为人，不仅仅是为了活着，而是要让自己的生命有所意义，追求人生的真正价值。通过经文所阐述的概念，我们不仅可以明确自己的生命目标，还可以为自己设立更高的目标，让自己的生命不断得到提升。

### 第四段：感悟广博的智慧



金刚经第三品所传递的智慧，广博而深邃。这一品经提供的内在启示使我们拥有了更广泛的视野，让我们意识到自己的生命是多么渺小而卑微。这种感悟让我们对生命有了更加深入和全面的了解。同时，它还教会我们如何正确地应对各种挑战和困境，从而更好地发展自己。

## 第五段：践行经文传递的智慧

金刚经第三品中所提供的智慧，不仅仅是道理，还需要践行。通过实践，我们能够更加深刻地领悟这些智慧。我们可以在日常生活中，通过不断业力修持，提升自己的道行，超脱凡俗，缓和身心疲惫。此外，我们还可以将这些智慧传递给他人，帮助更多的人爱自己，关爱他人，为世界带来更多的和平和福祉。

总之，金刚经第三品是一篇内在启示，它给予了我们更好的生命意义，平常心态和智慧，通过它，我们能够更好地领悟这些智慧，秉持这些智慧践行，不断提升自己的道行。最终，我们将能够达到心灵的彻底解放，实现精神层面的圆满和完美。这就是通过践行金刚经第三品我们所能得到的启辉，是一种高度履行道义的美好体验。

## 金刚经究竟无我分篇九

本部经在中国出现了六种译本：

1. 姚秦三藏鳩摩罗什译(与玄奘译《大般若经》卷五七七「能断金刚分」同本异译)
2. 元魏天竺三藏菩提流支译
3. 陈天竺三藏真谛译
4. 隋代达磨笈多译之金刚能断般若波罗蜜经(略称金刚能断

经)。

5. 唐三藏法师玄奘译

6. 唐代义净译之能断金刚般若波罗蜜多经(略称能断金刚经)。本经普遍流传於中国。

现有西藏译、蒙古译、满州译、英译、法译、德译,及日译等数种译本。梵本以义大利孔兹(conze)出版者為最新版本。

本经的影响:

1. 持诵本经得感应传说多。

2. 惠能以本经為心印。六祖惠能由於闻说《金刚经》的「应无所住而生其心」顿开茅塞。

3. 本经对禪宗影响很大,為中国禪学开启了歷久不衰的黄金时代。

4. 对民间宗教与文史哲界影响深,高深的哲理,流畅的文字,可用来作為实践法门。

本经组织,在中国有四种分法為:

(一)梁昭明太子(梁武帝的太子)分為三十二分:现在我们诵经的'时候,看到经文中「法会因由分第一」、「善现啟请分第二」……,一共有三十二分,是昭明太子所分的。

(二)罗什三藏法师的弟子僧肇法师之说:《金刚经》前半部,相当於昭明太子所分的第一分至第十六分,是说眾生空;后半部相当於第十七分到第三十二分,说的是身空、法空,也就是人无我、法无我,阐释证人无我进入涅槃,脱离生死成阿罗汉;证法无我即登大乘菩萨初地以上,虽入涅槃,但不出生死,在生

死中自由自在度化眾生, 这就是法无我。

(三) 天臺宗的创始人智者大师及三论宗的嘉祥大师之说: 前后两部為重说重言, 也就是前半部已经说过的话, 后半部又重新演说了一次。

(四) 印顺长老之说: 採用《大智度论》裡的五种菩提心来分判全经, 这五种是: 发心菩提、伏心菩提、明心菩提、出到菩提、无上菩提。这种分法可能比较接近原貌, 因為《金刚经》屬於般若系统, 而《大智度论》是就《般若经》第一品的序论来判定, 所以这种分法比较合理。

拓展阅读: 金刚经的威力

(一) 【最胜威力】:

最上第一希有之法, 所在之处皆应敬故, 如彼金刚胜诸宝物, 故《涅槃经》云: “如诸宝中金刚最胜, 随彼宝膜, 成彼宝故。”

(二) 【难见威力】:

经义果报, 皆不思議, 乐小法者, 不能受故, 如彼金刚非余能见, 故《正理经》云: “帝释顶宝, 名曰金刚, 非余能见, 光赫夺故。”

(三) 【除灾威力】:

下品持经, 为人轻贱, 先世罪业, 尚消灭故, 如彼金刚能消灭毒, 如《真谛记》云: “有六种宝, 皆名金刚, 青碧二色, 除灾毒故。”

(四) 【称求威力】:

有目能见, 普利众生, 能严净土, 得菩提故, 如彼金刚满人

所愿，如六宝中其余四色，黄赤白空，随须游空，出水火故。

(五) 【坚实威力】：

能摧我人众生寿者，法非法相非彼破故，如彼金刚非彼物所坏，故《涅槃经》云：“金刚拟处，物无不破，而是金刚无折损故。”

(六) 【利用威力】：

通达无我，得成于忍，以佛眼等，悉知见故，如彼金刚，穿通诸物，故《梁摄论》云：“譬如金刚其体锋利，悉能穿割一切物故。”

(七) 【无间威力】：

不住行施，生无住心，相即非相，无所得故，如彼金刚非物不杂，故《对法论》云：“譬如金刚体无间隙，非沙石等所相杂故。”

(八) 【一味威力】：

皆以无为而有差别，诸法如义，皆佛法故，如彼金刚其体纯一，故《对法论》云：“譬如金刚其体一类，纯一无杂，不变异故。”

(九) 【能引威力】：

诸佛及法，从此出生，成不思议无边福故，如彼金刚能引诸宝，故《梁摄论》云：“金刚能招一切宝物，有金刚处宝自集故。”

(十) 【遍满威力】：

福广如空，利益一切，离一切相，度一切故，如彼金刚遍满

一切，故《对法论》云：“譬如金刚遍一切处，金刚轮等，遍世界故。”

由此观之，《金刚经》有如是‘十威力’，只要受持读诵此经，不但可以开慧(明心见性)，而且又可以积福(积功累德)，难怪禅宗五祖弘仁大师以《金刚经》代替初祖达摩大师之《楞伽经》，传之于后，并由六祖慧能大师加以发扬光大，并因之而‘明心见性’之禅师倍增，其来有自。如果我们要明心见性，又要积功累德，福慧双修，早日圆满，非受持读诵此经并为人演说，自利利他不可。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

## 金刚经究竟无我分篇十

- 1、念起即觉，觉即不随。
- 2、不取于相，如如不动。
- 3、法尚应舍，何况非法。
- 4、如来说：一切诸相，即是非相。又说：一切众生，即非众

生。

5、说法者，无法可说，是名说法。

6、凡所有相，皆是虚妄。若见诸相非相，则见如来。

7、应无所住处生其心！

8、诸心皆为非心，是名为心。

9、不可以身相得见如来。

10、以无我、无人、无众生、无寿者，修一切善法，即得阿耨多罗三藐三

菩提。

11、无有定法，如来可说。

12、实无有众生如来度者。

13、实无有法，佛得阿耨多罗三藐三菩提。

14、如来所说法，皆不可取、不可说、非法、非非法。

15、如来者，即诸法如义。

16、过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。

17、如筏喻者，法尚舍，何况非法。

18、云何应住？云何降伏其心？

19、若心有住，则为非住。

- 20、一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。
- 21、应如是生清净心，不应住色生心，不应住声香味触法生心，应无所住而生其心。
- 22、于一切法，应如是知，如是见，如是信解，不生法相。
- 23、如来所得法，此法无实无虚。
- 24、若菩萨有我相、人相、众生相、寿者相，即非菩萨。
- 25、如来说世界，非世界，是名世界。
- 26、如来说：一切法皆是佛法。所言一切法者，即非一切法，是故名一切法。
- 27、是法平等，无有高下。
- 28、知一切法无我，得成于忍。
- 29、如来是真语者、实语者、如语者、不诳语者、不异语者。
- 30、应如是布施，不住于相。
- 31、菩萨于法，应无所住行于布施，所谓不住色布施，不住声香味触法布施。
- 32、所谓佛法者，即非佛法。
- 33、一切贤圣，皆以无为法而有差别。
- 34、一切法无我、无人、无众生、无寿者。
- 35、若以色见我，以音声求我，是人行邪道，不能见如来。

- 36、菩萨应离一切相，发阿耨多罗三藐三菩提心。
- 37、不应取法，不应取非法。
- 38、人生如梦幻泡影，如露亦如电。
- 39、诸行无常，是生灭法，生灭灭已，寂灭为乐。
- 40、迷途经累劫，悟则刹那间。
- 41、如来不应以具足诸相见。
- 42、当生如是心，我应灭度一切众生。灭度一切众生已，而无有一众生实灭度者。
- 43、所作福德，不应贪著。
- 44、若菩萨通达无我法者，如来说名真是菩萨。
- 45、如来者，无所从来，亦无所去，故名如来。
- 46、离一切诸相，则名诸佛。
- 47、云何应住？云何降伏其心？
- 48、如来者，无所从来，亦无所去，故名如来。
- 49、菩萨应离一切相，发阿耨多罗三藐三菩提心。