

2023年金刚经的回向 金刚经上班族背诵 心得体会(精选5篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

金刚经的回向篇一

金刚经，是佛教中非常重要的经典之一，它以简洁的文字和深刻的意义，引导人们超越烦恼和贪念，追求心灵的至高境界。然而，在现代社会中，忙碌的上班族们往往很难有时间去修行和品味这部经典。为了解决这个问题，有些上班族开始尝试将金刚经背诵进入日常生活中。在背诵金刚经的过程中，我深深地体会到了这部经典的智慧和力量，下面我将分享我在这一过程中的体会和体验。

首先，背诵金刚经让我更加了解自己。每天忙碌的工作和生活，常常让我迷失在琐碎的事务中，难以发现自己内心的真实想法和需求。而通过背诵金刚经，我不仅可以减少烦恼和杂念，更重要的是，我逐渐开始关注自己内心的声音。在背诵的过程中，我必须将注意力集中在每一个字词上，这样才能准确地完成背诵任务。而在这个过程中，我渐渐发现了自己内心深处希望追求的东西，也更加明确了自己的目标和真实的需求。

其次，背诵金刚经让我学会了放下和忍耐。背诵一部经典并非易事，需要长时间和耐心的坚持。而在这个过程中，我渐渐明白了，放下杂念和焦虑，静下心来专注在一件事上的重要性。无论我工作中遇到多么困难的问题，无论生活中有多少烦恼和纷纷扰扰，通过背诵金刚经，我学会了放下一切杂念，专注于背诵的过程。这既是对自己内心的一种修炼，也

是保持安宁和平静的一种方式。

第三，背诵金刚经让我获得了人生的智慧和启示。金刚经虽然文字简练，但其中蕴含的意义却是极其深刻和宏大的。在背诵的过程中，我不仅能记住字句，更能深入思考其中的意义和教诲。金刚经中提到了人生的苦、空、无常等重要观念，通过背诵，我渐渐悟到了人生的无常和短暂，以及内心的满足和善巧的修行之道。这些智慧和启示不仅让我在工作和生活中更加睿智和明达，也为我寻找到了人生的方向和目标。

第四，背诵金刚经让我体验到人与人之间的共鸣和力量。虽然我们每天忙于工作和生活，但无论身在何处，背诵金刚经时我们都在做同样的事情。这种共鸣让我感受到了身处社会中并不孤独，相反，每个人都在不同的方式中寻求内心的安宁和善巧修行的道路。在背诵经文的过程中，我感受到了许多人的共同努力和智慧，这使得我更加有动力坚持背诵下去，并且愿意与他人分享自己的体验和心得。

最后，背诵金刚经不仅是一种修行，更是一种生活态度。通过背诵金刚经，我渐渐培养了专注和坚持的品质，学会了放下和忍耐，获得了人生的智慧和启示，体验到了人与人之间的共鸣和力量。这些品质和体验不仅在背诵经文的过程中得以体现，更在我日常的工作和生活中发挥着作用。因此，背诵金刚经既是为了修炼自己，更是为了追求内心的安宁和生活的幸福。

通过背诵金刚经，我体验到了这部经典带给我乃至上班族们的智慧和力量。我将继续坚持背诵下去，让金刚经的智慧在我工作和生活中发光发热。同时，我也希望更多的上班族可以尝试背诵金刚经，让这部经典成为我们生活中的灵魂之书，引导我们走向内心的宁静和智慧。

金刚经的回向篇二

- 1、但是作为一个已皈依的佛徒，我发誓我会尽可能的多学习佛教教义，并且运用佛法义理来帮助芸芸众生。
- 2、所以，为了更好地理解英语习语的意义，更加有效地使用它们，我们必须对习语的语义理据作一个深入细致的探讨。
- 3、有时候，一个巴利单词具有如此丰富的内涵，仅仅坐下把它们勾画出来，对于阐明佛陀的教导，作用不亚于一篇义理长文。
- 4、从认知语言学和功能语言学来看，这样构成的术语义理与原词相通，翻译时可相互参照。
- 5、郭雍是宋代义理易学的代表人物之一，其核心的思想是“《易》言三才之道”。
- 6、通过对《大学》义理的纲要即“三纲领”和“八条目”的内涵分析，“格物”是成就工夫的起点。
- 7、义理是日本社会的基本伦理道德观念，主要有“对社会的义理”和“对名誉的义理”两类。
- 8、本文从横渠文本的义理脉络出发，讨论了横渠思想中所蕴涵的生态伦理观念。
- 9、理据包括语音理据，形态理据，语义理据和词源理据。
- 10、但是，由于义理之学所依托的历史条件不同，故而在知识依据、思想旨趣、知识形态等诸多方面均有自己的传统内涵，而不同于西方哲学。
- 11、这种新兴文体后来不但发展出繁复的写作技法，其解经

时所重新萃取、建构之义理层面，也具有经典诠释学的研究价值。

12、在《周易》中，形式就是象数，内容就是义理。

13、这既表现在佛教题材、语汇和意象的使用，又表现为佛学义理在作品中的体现。

14、其深刻的经济义理表现为有助于效益的提高，减少交易费用，提高成交量。

15、它主要通过以佛教义理对现代科学的诠释，实现佛教在科学时代的宗教功能。

16、由“理”和“象”所昭示的两种不同思维形式出发，形成为了解读《周易》文本的两大阵营-义理易学和象数易学。

17、文章从构词形式、词义理据及语义属性等方面对粮食英语词汇进行了探讨。

18、曾国藩开创的湘乡文派是建立在湖南固有的“情韵”和“义理”两个文学传统基础之上，也取决于湖南地域独特的地理和风俗。

19、这个体系不以古文的文学性为旨归，而是靠古文的“义理”来维系的。

20、中国历史学自古以来就存在着重考据和重义理两种治学传统。

21、在荀学义理研究方面，马克思主义学者开拓出荀学研究的新方法。

22、他的经学研究特点鲜明，主张“以训诂明义理”，提倡把经典内容的考据和义理思想的探究并重。

- 23、大体来说其理论特点主要表现为：汇通考据与义理；
- 24、“一本圆融”体现了程颢哲学的特色，也是程颢所体贴出的儒家义理。
- 25、从语义理据来看，英汉俚语的一大特点就是带有鲜明的修辞色彩。
- 26、杜光庭是唐末五代著名道士，学识渊博，著述颇多，其中有道教义理方面的佳构，也有大量富含奇异文学色彩的篇章，这些道教理论和文学作品中还蕴含着许多审美思想。
- 27、日语中的“义理”用英文怎么说？
- 28、譬喻是《法华经》的主要表法方式，是佛学义理和文学性高度结合的体现。
- 29、作者隐然尝试将以上三种宗教性的诠释安置于一个天人合一之义理框架的现代诠释辩证发展当中。
- 30、而那些更早的石刻，如在最近印度北部发现的一件阿弥陀佛像（阿弥陀佛是大乘佛教所崇拜的佛像），在其中也表达了非大乘的义理。

金刚经的回向篇三

- 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。

金刚经的回向篇四

《金刚经》是诸佛的心髓，三乘圣者的如意源泉。下面是《金刚经》的义理，希望能对你有所帮助。

说起《金刚经》，就一定要知道还有那浩瀚的，长达六百卷的《大般若经》。《大般若经》的宣讲经过了漫长的二十二年时间，前后在四个地方，分了十六会进行。这段时间在历史上

也被称作佛陀的二转*轮时期。“般若”被喻为佛教的三乘之母,是佛教里成就无上佛果的独特智慧。《金刚经》便是取自于《大般若经》的第九会,第五百七十七卷。

《金刚经》在我国共有六种汉译本,这些译者分别是姚秦的鸠摩罗什法师、元魏的菩提流支法师、陈朝的真谛法师、隋朝的笈多法师、唐朝的玄奘法师和唐朝的义净法师这六位三藏法师。如今流通最广的,也就是大家经常念诵的,是鸠摩罗什法师的译本,因为他的翻译,行文优美流畅,读起来朗朗上口,所以被广大信众所喜爱。

《金刚经》的全称是《金刚般若波罗蜜经》。在唐玄奘法师的译本中还加有“能断”两个字,用来比喻般若的坚韧锋利,势不可挡。而“金刚”两个字则比喻般若的坚固永恒,和完美至极。

整部《金刚经》是在慧命须菩提尊者和释迦牟尼佛的问答对白中展开的。我经过这些年的研读,发现《金刚经》的义理主要是围绕着两条线索而逐层展开的。第一条,我相信大家都知道,那就是对须菩提所提问题的直接正面回答,也就是菩萨的用心和行为应该是什么样的;第二条线索是从侧面分析,我们和菩萨、和佛存在着差距,原因何在。

我们先说这第一条线索,既然是对问题的回答,那就让我们先温习一下,须菩提尊者到底在一开始问了什么,这很重要。须菩提问的意思是这样的,因为他看到,诸佛如来非常重视,也经常赞叹所有的菩萨们,所以,他现在要代表所有声闻缘觉乘的修行人,包括凡夫的修行人,请求佛陀进一步详细开示,菩萨的用心和行持究竟有什么样的与众不同,这也就是经中所言,“菩萨应云何住,云何降服其心”。这个核心问题和对它的回答就是整部《金刚经》的灵魂所在。这个问题前后出现了两次,分别是在第二分和第十七分中。

紧接着这个问题,释迦牟尼佛在第三分和第四分中立刻就给予

了明确而简捷的答复。第三分中佛是这样回答的，“菩萨应灭度一切众生，灭度无量众生已，实无众生得灭度者”。在第四分又是这样回答的，“菩萨于法，应无所住行于布施”，“菩萨不住相布施，其福德不可思量”。我们看，第三分和第四分的这两种方式的回答，其实说到底是一个意思。第三分先说菩萨发起度众生的无量善行，再说他们无众生实度的不住于相；第四分则是先说菩萨的不住于相，再说他们同时会行布施等一切善法。由此，我们可以清晰地看到，心不住相和行度众生的善法这两大要素的同时具备，是菩萨心和菩萨行的根本特征。换言之，也只有菩萨才能够做到，既消灭了一切妄念有相，身口意不再发起任何妄想妄行；同时，他又不会懈怠，而表现出孜孜不倦、马不停蹄地为度众生而做着种种善法。

为了进一步说明菩萨的这个特点，我们来把菩萨和其他的修行人之间做一个简要的对比。先说凡夫修行者，虽然也在遮止恶行，努力地做着各种善法，但是他们并没有通达无我真义，所以，不论他们是为了得福报，为了高兴，还是为了成佛，他们刹那刹那的起心动念都还没有摆脱受妄念的支配，都还属于有为法中的修行。

再看声闻缘觉乘中那些悟了道的圣人，他们通过定慧的修持，证悟了空性，也就是心不住相的另一种说法。但他们了解的空性并不彻底，也只是刚刚好把三界六道、这凡夫生命世界中存在的所有精神和物质现象空掉了，所以，他们可以不来这里投胎了。他们是佛法的受益者，但路还远远没有走完。要知道，小学毕了业和真正考上博士是完全不同的两个概念，同样，出离了六道轮回，和最后的真正成佛也是两个完全不同的概念。总之，他们是初步地达到了不住相的境界，但却没有发起度众生的善行。可见，还是只有菩萨才会既不住于一切相，又全力以赴地为度众生而做着一切善法。

除了第三分和第四分，在后面的经文中，佛也重复做了几次回答。在第十分中有：“须菩提，诸菩萨摩阿萨，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”；在第十四分中有：“须菩提，菩萨应离一切相，发阿耨多罗三藐三菩提心，应生无所住心。”“菩萨为利益一切众生故，应心不住色布施。”“菩萨心不住法而行布施，如人有目，日光明照，见种种色。”在第二十三分中有“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”，这些都是围绕着本经两次提出的“菩萨应云何住？云何降伏其心？”这个根本性的问题而作的正面回答。不难看出，菩萨以通达无我真义在积极地做着红尘中的度生事业，这便是菩萨心灵的真实写照。

那么，一开始我们说到《金刚经》还有第二条线索，那就是，我们不能够像菩萨一样堪称佛子，直接成佛，原因究竟是什么呢？在第五分中有很关键的这样一句话，“凡所有相，皆是虚妄。若见诸相非相，即见如来。”可不要小看这一句话呀，这里说的可是见真如来啊！也就是说的真实意义上的成佛啊！那反过来说，如果修不到成佛，那就一定是因为没有见诸相非相，或者是虽然非了相，但非得不够彻底。《金刚经》下来的内容中，用了大量的篇幅在讲这个道理。从第五分到第十分，对我们用全部身心皈依的佛法僧三宝进行了逐次破解。第五分有“不可以身相得见如来”，这是破的我们意识中的佛的圆满身相。第六分中有，“不应取法，不应取非法”，“知我说法，如筏喻者，法尚应舍，何况非法？”。第七分中有，“如来所说法，皆不可取，不可说”。第八分中有，“所谓佛法者，即非佛法”。这三分都是在破除我们以为的佛法那固有的法相。下来的第九分是破除了声闻乘中，从须陀洹到阿罗汉的各个圣果位的实有存在；第十分是破除了大乘中菩萨果位的实有存在。这两分都是在破除我们以为实有的僧宝相。至此，由佛法僧三宝构建的`圣教体系被驳斥一空。可见，不论是凡是圣，只要有一相留存在心中，都无法得见真如来啊！所以，在这条菩提道上，先依法而行，最后离法所见，方是真见啊！正所谓，无驻足处且驻足，方能得到般若妙趣的真传啊！

总的来说，《金刚经》中的否定词语出现了百余次之多，不是“非”字，就是“无”字、“不”字和“否”字。还有“佛

说何物,即非何物,是名为何物”,这样结构的句子共出现了二十多次,也都是围绕着“诸相非相”这个总的原理而展开的例证说明,而这些非相的假名,则只是佛菩萨们自在游戏于凡夫水月坛场之中的方便罢了。《金刚经》的高妙之处便在于不以高法而自居,任何虚虚实实,有有无无的道理,甚至包括佛法真理的本身,在这里也都没有了落脚之处,所以才得以深谙三世诸佛那不可思议的深远意境。

最后,让我们再来回顾一下《金刚经》义理的两条主要线索。第一个是正面回答须菩提所提出的问题,告诉我们菩萨是怎样用心、生心和修行的;第二个是从侧面说,如果不能像菩萨一样心不住相而行一切救度众生的善法,那究其原因,还是没有将破相进行到底,没有将最后的空相也破掉,所以罗汉们就不能够天大地大地行动起来,就不能证得十方圆满清净的无余涅槃。

我希望通过对《金刚经》脉络的梳理,能让我们对《金刚经》有一个更新更深的认识,愿我与在座的大家在《金刚经》智慧的加持下,早日共登无余涅槃的彼岸。

拓展阅读:《金刚经》的纲要

金刚经者,乃佛令发菩提心,行菩萨道者,圆离凡情圣见,以行六度万行之轨范也。故曰,我应灭度一切众生,灭度一切众生已,实无众生得灭度者。良由内不见能度之我相,外不见所度之人及众生相,中不见所得无余涅槃之寿者相。四相圆离,六尘不著,故得称性遍修六度万行,以上求佛道,下化众生也。正所谓无所住而生心,生心而无所住。若有所住,则所生之心,便堕于凡情圣见之中。便与三轮体空,一道清净之义相戾。是故应无所住而生其心一句,实为此经纲要。亦为一切行菩萨道者之指南。

金刚经的回向篇五

【每日至少应读经一遍】

一方面，缮写读诵等属十大法行，另一方面，此经主要宣说般若空性的甚深意义，受持此经与修持空性功德等无差别。麦彭仁波切在《智者入门》中云：“世间最大的三种功德是发菩提心，宣说大乘佛法，观想空性。”因此具善缘者应常观想，闻思此经，至少应每日读一遍，若时间有限诵一偈亦可。

【若时间有限可诵一偈】

“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。”……此偈概括了这部经的全部内涵，若无时间修持此经念诵全经，可仅念诵此偈。

【念皈依、发心、回向】（见附录）

在念诵本经前，首先应念三遍或一遍皈依，最好是三遍，然后念四无量心。念完全部经文最后回向，藏传佛教仪轨中都有皈依发心回向。这样具足了三殊胜，功德很大。

【应常为他人演说此经】

念诵、受持为人演说经中四句偈，如：“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。”其功德已胜过广大财布施的功德，何况全经如此行持呢？极力修学此经者，若如理受持、通达此经，机缘具足时应常为他人演说。现在自身具有本经的传承，又有所化的众生，应至力广弘此经，否则浪费光阴，错过机缘只有扼腕大叹。

麦彭仁波切云：“若无有闻思修的能力，得到人身还是应当每天持诵一个具有传承上师加持的金刚语，这样可得到殊胜

功德。”世人认为供养上师一条哈达或一百元钱功德很大，而沾沾自喜。从一方面看，这样供养确实有功德，但另一方面，真正发菩提心观修空性，为他人传法解经，功德更大。有志者应勇于荷担如来家业，在汉地广弘般若空性法门，使不信佛教道理者皈依佛门，懂一偈为人讲说都会成就自他利益，否则通晓佛法的人不弘扬佛法，而像阿罗汉一样入灭定，这并不合理。

【应方便演说四句偈义】

若确实不具备地点时间等因缘传讲全经，可以仅为别人演说四句偈义。一般人没有足够的时间财力等福报作广大的财布施，但演说一偈既不需很长时间，文字又通俗易懂便于接受，只需发一个清净心即可同时成办自他二利，这无疑是最好的积累资粮的方式。

【附录】

藏传佛教仪轨中的若干皈依、发心、回向

皈依

诸佛正法贤圣三宝尊，

从今直至菩提永皈依，

我以所修施等诸资粮，

为利有情故愿大觉成！（三遍）

念四无量心：

愿诸众生永具安乐及安乐因；

愿诸众生永离众苦及众苦因；

愿诸众生永具无苦之乐、我心愉悦；

愿诸众生远离贪嗔之心、住平等舍。

回向：

可以念任何一位佛菩萨或圣者祖师所作的回向文。

最好是念《普贤行愿品》。

若时间不足可只念：

文殊师利勇猛智，普贤慧行亦复然，我今回向诸善根，随彼一切常修学；

三世诸佛所称叹，如是最胜诸大愿，我今回向诸善根，为得普贤殊胜行。

或念：愿消三障诸烦恼，愿得智慧真明了，普愿罪障悉消除，
世世常行菩萨道。

或念：愿生西方净土中，九品莲花为父母，花开见佛悟无生，
不退菩萨为伴侣。等等都可以。

拓展阅读：《金刚经》的三种境界

《金刚经》中所说的“应无所住而生其心”、“应生无所住心”等等，那个“住”字，我也理解为执著。因为“应无所住而生其心”，所以“三心”都不可得。在这种状态下，你就有可能找到真心。当然，一定要多亲近善知识。没有善知识的点拨，你就会错过认知真心的机会。

诵经的目的主要在于体悟“三心不可得”的那种状态，并在日常中保持如如不动的真心。诵读《金刚经》容易犯两种毛病：一是理上明白了，但体悟上没达到那种境界；二是座上修时可

以安住真心,但是不能把那种状态贯穿到生活中去。

如何将那种状态贯穿到生活中去呢?就是记住《金刚经》中的三种境界,精进修行,见到真心后,在行住坐卧中,让真心生起妙用。

第一,要明白“一切有为法,如梦幻泡影,如露亦如电,应作如是观。”因为一切眼前的东西都像梦幻泡影一样,很快就会消失,它们都是因缘聚合之物。比如我和你今天见面了,过几天你就走了,虽然看上去有这个现象,但它本性是空的,不是永恒不变的。你一离开,这眼前的场景就消失了,像梦一样,不会永恒的。再比如,这所房子,你看起来很坚固,但大地震之后,城市都被毁掉了,可别提这楼房,即使不毁,几十年之后它也会被拆掉重修。所以一切都没有自性,都了不可得,那么就不要再执著它。这是第一个境界。

第二个境界:“应无所住而生其心。”“住”就是执著心中的念头。“无所住”就是任其来者自来,去者自去,不跟念头走。“生其心”就是真心的妙用。真心不是顽空,而是智慧。只有空而没有智慧,就不可能解脱,还有可能会堕入无色界。所以,要在真心的观照下做事,用行为去体现那颗真心。

最后一个境界:“若阿罗汉作是念:我得阿罗汉道,即为著我、人、众生、寿者。”如果行者说“我证得了大手印”,那么他还执著于自己证得的那个东西,就没有真正成就,因为最后的一关还没有过。

要把你证得的那个名相也抛掉,不要执著。换句话说就是,当你将空性打成一片的时候,如果你还执著于那个空性,就是著法、著相。这是你的另一种执著,像给自己捆上了另外一道绳子。只有一切都不执著时,才是究竟解脱,有执著必无解脱。当你证得了大手印,而执著于大手印的“明”时,就堕入色界;执著于空性,就堕入无色界;执著于大乐,就会堕入欲界。真心是超越一切名相的。

所以说,《金刚经》是了义的经典,当你不但道理上明白其中的这三种境界,身体上也能体验到这三种境界的时候,也就解脱了。不过还有人说,《金刚经》太深奥,不适合现代人的根器。

这种说法并不正确。修炼之法相当于药,有多少种烦恼就有多少种对治的方法,你不能说只有这种法才能对治烦恼,其他的就不能。比如,你不能说六味地黄丸是个好药,但不适合现在的人吃。同样的道理,既然有这种法,就肯定会适合一些人的根器。

还有一些修行人总爱在事相上打转,总是讲一些诸如弹酒的时候要在什么位置,打坐的时候眼睛要看着哪里,是前面一尺,还是更远之类的东西。其实,酒往哪儿弹都能证得空性,因为无论你怎么弹,心中的那个东西是不会变的。要明白如何见性,如何解脱,这才是关键。

有一天,有几个老太太来找我,她们把世间的一切都抛下了,什么都不要了,修行了很多年。我问她们:“你们修的是什么?”她们说不知道。我又问:“你们知道自己修行的目的是什么吗?”她们也说不知道。我再问:“没有人给你们讲过吗?”她们说:“没有。”像她们这样的人有许许多多,有些人已经没信心了,有些人已经死了,死时他们仍然不知道自己在修什么,该怎么修。所以,那时候我觉得如果我再沉默的话,就对不起这些人。后来,我才开始接触了一些人,告诉了她们解脱的真正含义是什么,修行真正的目的是什么,达到什么样的境界才能解脱,等等。

单纯只在形式上修炼是绝对解脱不了的,比如水的颜色不是水的本质,水的本质是另外的东西。如果仅仅在形式上玩弄一些技巧,肯定是不可能解脱的。