

# 《一隻牡羊的金剛經筆記》

## 图书基本信息

书名：《一隻牡羊的金剛經筆記》

13位ISBN编号：9789866841354

10位ISBN编号：9866841359

出版时间：2009-2

出版社：網路與書

作者：郝明義

页数：152頁

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《一隻牡羊的金剛經筆記》

## 內容概要

我們真該慶幸處於這麼一個變動的時代，所有的秩序都在重整。經濟低迷，所以可以使得原來只靠謊言就可以不斷擴張的企業現出原形。紮實工作的人，更能顯出本領。

財富重分配，可以使我們和有錢人的差距沒那麼明顯。

政治人物無品無行，可以使我們的理念更加清楚，甚至鮮明。

沒有「無常」，一些虛假的面具不會脫落；因為「無常」，未來才有更多美好的可能。

《金剛經》告訴我們，每個人都有能力不被任何表相的干擾與限制所困，每個人都有能力不斷提升自己的生命層次，有益自己，也有益於他人。

如果說《金剛經》是一部登峰造極的內功心要，《六祖壇經》就是這部心要的白話版、演義版，《金剛經口訣》是註解版、分解動作版，《心經》則是濃縮的短詩。

《一隻牡羊的金剛經筆記》，則是郝明義花了二十年時間尋覓、摸索的心得報告。

郝明義錯當了很久很久的雙魚座。

雙魚座很有夢想，不很務實，又挺有矛盾的性格等等，都能在他身上找到印證，因此有很長一段時間，郝明義都把自己想成一條長著兩隻肥頭大耳的雙魚。

1996年，在他四十歲生日，也是他要離開時報出版公司的前夕，郝明義才突然發現因為換算農曆生日的錯誤，事實上他是一頭陸上的牡羊，而不是水裡的雙魚。

終於「歸座認命」之後，郝明義總結出

牡羊好奇。但好奇會殺死一隻貓，也包括牡羊。

牡羊前進。他可以連續兩個月每天睡眠不到兩個小時，但是一個星期有五天要天亮才回家，婚姻是會出問題滴。

牡羊快速。享受手起刀落，但不小心會刀起手落。（自己的手）

牡羊樂觀。但也會昧於事實。

牡羊前瞻。但也會看不到腳下的陷阱。

於是，他決定改變自己的個性，用繩索套住牡羊。接下來，他一套則套了四條，名之曰「寧緩不急」，名之曰「寧小不大」，名之曰「寧公不私」，名之曰「寧待不求」；一用則用了十年的時間來馴伏牡羊。等到他終於覺得十年磨一羊可以了，要讓牡羊重新馳騁的時候，卻發現其中一條繩索如何切割都切割不斷，而牡羊，幾乎不會跑了。於是，他又再花了兩年的時間，終於在一個意外的機會裡，找到一把倚天劍與屠龍刀合體的利器，給十來年的磨練畫下一個句號。

郝明義馴羊的動機，基礎，與方法，都在於一本《金剛經》。從一九八八年頭一次接觸《金剛經》，到二〇〇八年他終於感受到自己對《金剛經》有所體會，整整走了二十年。

《一隻牡羊的金剛經筆記》，有郝明義對自己的回顧，細部描繪他如何花了十多年時間和自己的「念頭」掙扎，並且以一個企業經營者的身分，說出他對《金剛經》接觸的經過與心得，以及他為什麼認為《金剛經》是一把倚天劍與屠龍刀的合體，也是「心」的創造力的根本。

不但如此，郝明義還解釋了為什麼《金剛經》是一部無以名狀的內功秘笈。《六祖壇經》為什麼是《金剛經》的白話版，演義版，也是分解版。六祖註解的《金剛經口訣》，又為什麼是《金剛經》的註解版、實用版。幾部經典如何交叉使用，以破解《金剛經》這部內功秘笈的極致。

# 《一隻牡羊的金剛經筆記》

## 作者簡介

郝明義

1956年出生於韓國。

1978年台大商學系國際貿易組畢業，次年開始進入出版業工作。

歷任長橋出版社、《2001月刊》、《生產力月刊》、《時報新聞周刊》之特約翻譯、編輯、主編、總編輯等職。

1988年任時報出版公司總經理，1996年離任。

同年秋，創立大塊文化。

1997年初接任臺灣商務印書館總經理兼總編輯，1999年底離任。

2001年創立Net and Books。

現任大塊文化董事長，與Net and Books發行人。

著有：《工作DNA》、《故事》（大塊文化）、《那一百零八天》、《他們說》、《越讀者》（Net and Books）

譯著：《如何閱讀一本書》（臺灣商務）、《2001太空漫遊》（遠流）

個人網站：[www.rexhow.com](http://www.rexhow.com) email：[rexhow@netandbooks.com](mailto:rexhow@netandbooks.com)

# 《一隻牡羊的金剛經筆記》

## 書籍目錄

1. 遲來的牡羊
2. 黑戶佛教徒
3. 四條繩索
4. 「十加二」年的掙扎
5. 尋找屠龍刀
6. 答案
7. 為什麼提前十年寫這本書
8. 有關《金剛經》的十二個問題
9. 附錄：數息打坐法

# 《一隻牡羊的金剛經筆記》

## 章节摘录

二 黑戶佛教徒 人可以分四種。 第一種，是「無神論」。相信腳下踩的就是土地，頭頂有的就是天空，別無其他。死後也就塵歸塵，土歸土，別無去處。 第二種，是「有神論」。相信天地之外，另有其他存在。有天堂，有地獄，有無上的主宰。因而會選擇一種宗教信仰。 第三種，「非無神論」。沒有宗教信仰，但相信冥冥中有一種力量，「抬頭三尺有神明」。 第四種，「非有神論」。以上皆非，也以上皆是。最大的特徵就是有廟就求，有神就拜。 三十三歲之前，我是個「非無神論」者。

# 《一隻牡羊的金剛經筆記》

## 編輯推薦

《一隻牡羊的金剛經筆記》特色 「長達十二年的時間裡，我用四條繩索網綁自己，以免在事業上忘情衝刺。最後，終於找到了要斬斷繩索的理由和方法。」 我們真該慶幸處於這麼一個變動的時代，所有的秩序都在重整。經濟低迷，所以可以使得原來只靠謊言就可以不斷擴張的企業現出原形。紮實工作的人，更能顯出本領。財富重分配，可以使我們和有錢人的差距沒那麼明顯。政治人物無品無行，可以使我們的理念更加清楚，甚至鮮明。沒有「無常」，一些虛假的面具不會脫落；因為「無常」，未來才有更多美好的可能。《金剛經》告訴我們，每個人都有能力不被任何表相的干擾與限制所困，每個人都有能力不斷提升自己的生命層次，有益自己，也有益於他人。如果說《金剛經》是一部登峰造極的內功心要，《六祖壇經》就是這部心要的白話版、演義版，《金剛經口訣》是註解版、分解動作版，《心經》則是濃縮的短詩。《一隻牡羊的金剛經筆記》，則是郝明義花了二十年時間尋覓、摸索的心得報告。

# 《一隻牡羊的金剛經筆記》

## 精彩短评

1、人总是被念所牵累，一生羁绊无法超脱。如何正视自己心中随处岁时产生的念，正是心性修为的一个重要问题。众多宗教，通过禅坐、通过反省、通过心斋来解决这个至难的心灵问题。而在红尘道场中的人，缺乏安静的独处时空，该如何去做呢？

读完《禅的行囊》之后，坚持连日来每天静静地绘制一幅曼陀罗，来内观自己的世界。昨天下午卧读台湾大块文化的郝明义先生在2009年所著的《一只牡羊的金刚经笔记》。

六世祖慧能当时了悟佛法，就是在喧闹的集市中，听人诵读《金刚经》。这是一部很神奇的经书，用郝明义先生的话来说，任何经书关乎佛法、菩萨，只有《金刚经》“教我们如何面对我们的心，而不是乞求任何外在，包括诸佛菩萨的经”。

那段有名的话：“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。”就出自于《金刚经》。其间的“一切有为法”包括俗世尘埃，也包括众佛法的世界。

在这样一个进取与奋争的世界，人心执着，几乎成魔。如何摆脱自己的魔念，得一切真自在呢？

郝明义回忆了自己十多年来的路与参悟《金刚经》的心得。他是一个内省力很强的人，在外力作用之下，他能够持守本心，继而去除个人的偏执，进而观望自己的念生念灭。

其中，提及《心经》中的“诸法空相，不生不灭，不垢不净，不增不减”，和《金刚经》中的“应无所住而生其心”。

——为何连“善念”都是不应该有的？

——一个人的善念是否是完满的善？

——一个人的善念施于他人，即是对他人的恶，而行善者却以善自居。这不是孽业吗？

心间无任何念头，无论是善亦或是恶。这一观点，让人叹服。

2、如果这本书换个别的名字，可能就没这么吸引力。可看完全书，又觉得这个名字似乎不那么贴切。

首先说“一只牡羊”，牡羊念起来就是母羊，但不是指母羊，牡羊的意思有两个，一个是指雄羊(暗指作者是男性)，另一个是台湾所称的牡羊座，即大陆所说的白羊座。刚开始，容易被误导，也就会产生一些所谓的好奇心。

其次说“金刚经笔记”，也不是全围绕金刚经的解释、释义之类的，而是既包含了作者的一些生平经历，有些经历与金刚经没有关联，还有就是一些拓展的阅读，比如他所推荐的几本书：

来注易经

如何阅读一本书

会饮篇

2001：太空漫游

民主与教育

罗素自传

我的知识之路：约翰·弥尔自传

探索奇迹

千手千眼无碍大悲心陀罗尼经

浅谈方法

给未来者言

潜意识的力量

这些书更多的是作者的阅读经历，及对这些书的理解体会。

可能这本书叫《郝明义的阅读心得》MS更贴切些。

3、阅于国图

4、佛陀说，“把鸽子身上的一隻羽毛切成一千段。以千分之一支羽毛去沾沾海水，沾到多少就是目犍连的神通所及。”而佛陀的智慧则是那整个大海。

5、书的确很薄 讲经历讲感悟，十年前一次碰面吧。于是十年后我记得还有一次相遇。增补版来吧~随

## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

书附赠的合订本我暂时就不看了……倒是最后那个打坐的倒是可以

6、三星给副册

7、很淡很淡的蝉悟

8、金刚经是佛教经典之一。整本经书共5000余字，是大乘佛教般若部重要经典之一，文字优美，充满韵律感。台湾著名出版人郝明义专门出了这本《一只牡羊的金刚经笔记》。这本书作为他学佛多年的感悟。虽然这本书是小三十二开版本150多页，还是排版文字非常稀疏的那一种，但这本书把一个职场人对金刚经的理解写的很生动，我非常喜欢。

### 一、子不语怪力乱神

关于对鬼神的认知，作者很新奇的把人分成了四种信仰，分别是：有神论者，无神论者，非有神论者和非无神论者。前两种我们都知道，后面两种类型的区分很新奇，那些没有宗教信仰，但相信冥冥之中有一种力量决定因果的，认为“头上有三尺神明”的人，就属于非无神论者。而那种并非坚定的教徒，满嘴唯物主义辩证法，却有神就拜，有庙就磕头的人，就属于非有神论者。西方很多人对纯粹的无神论者感觉是很可怕的，称之为“无信者”，这可能和文化传统有关，大概是他们认为无神论者没有任何信仰，因此往往行事极端，无所顾忌缘故吧！而实际上，即使没有明确的宗教信仰，那种相信因果律的非有神论者还是很多的，孔子说过：“子不语怪力乱神”，只是不去评价他们，并非坚定的认为他们不存在。

### 二、修行在心不在神通

作者在书中讲了一些关于自己通过阅读佛经时，感受到的灵异故事，比如他在念地藏经的时候，和去世多年母亲道别的故事。我在听别人讲《金刚经》的课程时也听过类似的论断：“大家别不相信鬼神啊，科学检测不到的东西并不代表他们不存在。。。 ”但金刚经是一本讲究“空”的经书，依法修行到最后“无我相，无人相，无众生相，无寿者相”，连自己都没了，无用说什么神通了！作者自己也承认，学佛不是为了研究这些神通，更不是宣扬这些神通。他举了一个佛经故事说：佛的弟子中，目键连是神通第一。他的神通之大，看到一只鸽子，就可以知道他过去未来一千世。而有人曾经问如来，目键连的神通到底有多强大。如来回答：把那只鸽子身上的一支羽毛切成一千段，一千分之一的羽毛去沾海水，沾到多少就是目键连的神通，而佛陀的智慧是整个大海，我们应该从经典中寻求智慧，而不是执着于争辩怪力乱神的存在。

### 三、不垢不净心无所住

我以前对佛教中讲的所谓“四大皆空”的概念也不太明白，感觉“不生不灭不增不减”好理解，但“不垢不净”不好理解，通过读这本书、原文以及其他国学作品以后，慢慢的似乎有点了解，这句话其实用现代的语言表达出来的意思就是一种保持“空杯”的心态，对人先不要进行道德评价，或者说不要预设立场去评判事物，否则容易出现自我实现预言的可能，并不是让我们善恶是非不分，不讲卫生。而是提醒我们要看清楚所谓善恶都只是一些价值观，在判断一件事情进行决策的时候，不要站在自己立场上评判善恶，而是应该更加空杯、更加中立的心态出发，去客观评价分析事物。王阳明说的更加透彻：“无善无恶心之体，有善有恶意之动，知善知恶是良知，为善去恶是格物”

### 四、梦幻泡影心无挂碍

作者自言自己是一个佛教的“黑户”，相信学佛不是为了出世而是应该在红尘中修心修行，因此他选择在职场商界一边打拼一边保持心的修行。通过阅读金刚经等书籍去领悟道理，应对挫折烦恼，实现顿悟。从工作中印证金刚经的真谛，回答自己“应云何住，云何降伏其心”的人生问题。作者针对自己的性格，为自己打造了四条“绳索”：宁缓不急，宁小不大，宁工不私，宁待不求。然后利用整整十二年的时间，一一挣脱自己这些“绳索”，实现在红尘中的更加积极进取。通过自己十二年的阅历、经历，上下求索，然后开悟。所谓“一切有为法，如梦幻泡影，如梦亦如电，应作如是观”，这四句偈算得上《金刚经》乃至所有佛经中最有名的四句偈了吧，然而这四句话我感觉并非是用在一些成功人士事业失败，“白茫茫一片大地真干净”的时候，而是在如日中天时需要不断提醒自己，“凡所有相，具是虚妄”，不可以执着于自己的一点成就，也不要因为取得的成绩迷失自己。



## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

作者说自己的这本金刚经笔记早出了10年，之所以早出来，是因为作者自己感觉对金刚经这本佛经的了解，还比较浅薄，不够透彻；那为什么要早出呢，是因为他迫不及待的想把自己二十年来在职场上打拼和金刚经相互印证的故事，早一点和读者分享。他分享的是自己的故事。对我们也是一个很好的借鉴，因为我们，也一样身上套着“重重绳索”，在人生道路上修行。

9、修身，通过金刚经

10、来打坐和读金刚经。

11、《金刚经》是一部如何管理“念头”的书。一只牧羊需要管理念头么？需要么？不需要么？需要么？不需要么？

12、 1.“民主并不只是一种政治形态；主要乃是一种共同生活的模式，一种协同沟通的经验。”  
--杜威

“在社会之中做有用的人，就是让自己从群体生活中得到的，与自己对群体的贡献平衡。他既是一个个人，一个有欲望、情绪、想法的人，他在群体中得到和贡献的并不是看得见的财物，而是使自觉的生活更趋宽广深化——能够更深刻地、更有纪律地、更开阔地实现生活的意义。”-----杜威

2.“分析的习惯对深谋远虑和洞察力是有利的，但对热情和德行来说却永久是根部的蛀虫；更重要的是，分析的习惯可怕地破坏由联想引起的所有希望和所有喜悦。”----约翰 密尔

“在实践中找到办法，把政策以最容易被对方接受的方式，深入在习惯上对此没有准备的人们的心；同时工作真正使人懂得使众人感动的困难，懂得妥协的必要和牺牲次要以保全大局的艺术。我学会了在不能得到全部时，怎样得到我能得到的最重要的东西；在我的主张不能得到全部贯彻时，我不气馁，不沮丧；能贯彻一小部分时，我会从中感到喜悦和鼓励；在连这一点也做不到时，我能完全心平气和地忍受自己的主张被全盘否决。”----约翰 密尔

3.罪恶只对那些上道或近道的人存在。罪恶就是那些使人停顿的，帮着他欺骗自己的，自认为正在工作，其实只是蒙头大睡的事情。罪恶使人在决定要清醒时哄他入睡。而什么使人睡觉？就是任何非必要、非不可或缺的一切事情。

一个人永远不能牺牲一切，但是他必须清楚界定他愿意牺牲什么，其后不得讨价还价。----葛吉夫

4.笛卡尔说“我思故我在”，这里的“思”，其实是“怀疑”。他的“谈谈方法”，其实也就是谈谈怎么对自己不明白的事情抱持怀疑态度，如何由怀疑而建立自己对事物认知以及了解的方法与过程。最后，还有一些伴随的行为准则。

笛卡尔的四个方法是：

第一条是：凡是我没有明确地认识到的东西，我决不把它当成真的接受。

第二条是：把我所审查的每一个难题按照可能和必要的程度分成若干部分，以便一一妥为解决。

第三条是：按次序进行我的思考，从最简单、最容易认识的对象开始，一点一点逐步上升，直到认识最复杂的对象；就连那些本来没有先后关系的東西，也给他们设定一个先后顺序。

最后一条是：在任何情况之下，都要尽量全面地考察，尽量普遍地复查，做到确信毫无遗漏。

由于这是一条从怀疑到认知到明白的过程，很颠覆，也可能很漫长，所以笛卡尔又给自己订了一套临时的行为规范：

一、遵从这个社会及法律的规定。在所有的意见中，采取最远离极端，最中道之见，来约束自己

## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

二、在不明白自己的选择是否正确时，要跟从或然率。看不出或然率大小比较的时候，还是要做一抉择。一旦抉择，就不再以为它们可疑，而相信那是最可靠、最正确的看法，果断坚决，不再犹豫，不再反复无常。就像密林中迷路的人，总要前行，不能停留在原地。

三、永远只求克服自己，而不求克服命运。只求改变自己的愿望，而不求改变世间的秩序。要始终相信一点，除了我们自己的思想，没有一样东西我们可以自主。尽自己最大的努力去改善。改善不了的，就是不可能的。不可能的事，就不要去痴心妄想。这样就可以安分守己，心满意足。

5.我一直相信，书不在拥有多少，或读了多少，而在能否遇到一本书，读了之后，你的人生从此不再如同过往。

6.忏悔：“忏”就是知道自己错在哪里；“悔”就是决不重犯。

13、看看成功之人的金剛經心得,會覺得自己有個伴,在修習的路上不會感到寂寞

14、有一定的指导意义

15、以一己之见说不好有妄断之嫌，但是此书对我而言确实无所获益

16、三个小时，读了这本小书。本想作为读经的引子，带我入门。其实并不是在寻找什么信仰，主要还是好奇。对几千年积淀的各种文化的好奇。

但读过之后，感觉那些道理，似乎都懂，也都差不多做得到，读经的兴趣反而被打消了。

宜缓宜急，宜大宜小，宜公宜私，宜待宜求。Life is preparing. Don't limit yourself.

其实简单说来，就是马克思的一分为二，就是中国人骨子里的中庸之道。

反倒是最后所附的打坐的方法，估计我是做不到的。我也不知道为什么要那样做。就连瑜伽的时候我都觉得无聊，脑子总不肯停下来。干嘛非要清空自己的大脑去数息呢？也许有一天可以心血来潮试一下。

上网上累了，打发了一个安静的下午，也蛮好的。

17、应无所住而生其心

18、明白了。原来常说的一句话是真理：“信则有，不信则无！”

受唯物主义毒害太深了...慢慢改！

19、有趣的黑户佛教徒。

20、“每个人都有能力不被任何表相的干扰与限制所困，每个人都有能力不断提升自己的生命层次，有益自己，也有益於他人。”“读再好的注，也不能忘记读原书；有再好的提要，也不能忘记读原书”

21、郑老师家张阿姨推荐

22、如何才能排除非必要非不可或缺的一切？

23、如果一生只看一本佛学书，那么就看这一本。

24、第一部分 摘引

只有做好了general reader，才可以做一个够格的general publisher。

不要被自己的念头所惑，不要被自己的念头所制。

事缓则圆。

我太自负于会策略思考，大局着眼，却往往没注意到细节决定一切，尤其是人际关系上。

宁缓不急。

在我对自己念头没有把握之前，我不想主动追求什么。

Life is Preparing.

要有自律，要像动用加护病房里所有设备那样密切观察自己。

信心不是陪你从黑暗走向光明，信心是陪你从一个黑暗走进另一个更深的黑暗。

如果我相信的不是《金刚经》，而是《圣经》的话，情况又是如何。

《2001：太空漫游》：他们身处丰饶之中，却逐渐饥饿至死。

《我的知识之路：约翰·弥尔自传》：分析的习惯对深谋远虑和洞察力是有利的，但对热情和德

## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

行来说却永久是根部的蛀虫；更重要的是，分析的习惯可怕地破坏由联想引起的所有希望和所有喜悦。

《潜意识的力量》里说，“表面意识”像是一辆车的主人，“潜意识”则像是一个司机，可以驾驶车子到任何你想去的目的地。“心想”，就是我们表面意识想的事情，也就是你告诉司机要去的地方；“事成”，则是我们的潜意识开始日夜二十四小时没有任何休息地赶路，把你载到想去的地方。

不生不灭的心，才有累计能量的效果。

六波罗蜜本来就没有孰先孰后，孰重孰轻之分，而必须六者并行。

宜缓宜急，宜大宜小，宜公宜私，宜待宜求。

每个人都应该站在别人的肩膀上前进。

《金刚经》告诉我们，每个人都有能力不被任何表相上的问题所困，每个人都有能力不断提升自己的生命层次。

当“念头”的主人，而不是当“念头”的奴隶，进而体会到人为什么可以永远不受任何限制、干扰所困，永远有提升自己生命层次，有益自己，也有益于他人的能力。

“戒”就是不做让别人痛苦的事。

“定”就是不论在任何情况下，都能维持一个自己做主的心，检查自己是不是有一个可以做主的心，绝不随念头起舞。

“慧”就是随时在生活中提醒自己、检验自己、调整自己。

忏，就是知道自己错在哪里；悔，就是绝不重犯。

珍惜每一个呼吸的机会。

### 第二部分 不要再觉得你跟《金刚经》很陌生

十几个世纪以前，也就是唐朝的时候，《金刚经》曾经达到过家喻户晓的程度，上至达官贵人，下至文盲江湖，无不崇敬和读诵此经。我不相信大家都能信解受持，古代的文化高端的一面非常发达，但教育显然不普及，这种流行只是证明其无与伦比的文化地位。

时过境迁，今天的中国人对文言文的学习还不如英语，更别说阅读佛经。佛经在魏晋和隋唐两个时期经历了深入广泛地翻译，也就是说以那个时候的中国古人的翻译语词与成文方式为表达基础，也就是说如果对一些当时的中国语言及汉译佛教文化术语不了解的话，自然就会对文本感到很陌生。

第二个原因是，佛教文化尤其是中国佛教文化虽然作为中国传统文化的极重要内容，但大家已经对其感到很陌生了，加上科学主义的意识形态，对佛经文本常有的对话方式和各种佛菩萨的圣号难免感到陌生和别扭。

第三方面是文本以为的，即缘分因素了。如果大家都没有提升自己内心的追求，没有对东方文化的一个好的印象，那就根本没有可能接受对《金刚经》的学习，甚至都根本不会听闻过这个东西的存在。

第四是，就算你听了某些大师的宣讲后信了佛教，但是没有一个理上的正信，诵经万遍心中却想着跟佛做生意，用功课换个福利，那也没有任何意义。最终与其关系还是陌生的。

博大精深四字形容佛法都远不够给力，其不可思议实在为人类心智所不可思议。文化是群体的，宗教文化或集体的宗教信仰都不是个体的，而个体的才是更深刻的，因为存在的秘密只依赖于个体与道的碰触、交流，真正的宗教是非组织的、个体的，制度、仪式、媒介等，只能是为了便利传法。

当然，末法时代，追求高度精神生活的人不多，行动起来也不易，只能靠自心虔诚精进。对于大多数人来说，我认为对于《金刚经》的学习起码可以起到一个提高生活品质的作用，当然，我们需要参考很多圣贤的解说，毕竟我们不是慧能，听听就能悟，更多地，悟需要善因善缘。

祝大家好运。

25、此书在当当网或卓越网上的图片中，看起来很厚，是因为随原书附送了一本金刚经集，原书本身既薄且易读，一两个小时内可以阅读完毕。全书是关于一个人寻找并实践信仰的故事。

关于此书的评论，可参见我的博客文章：

## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

<http://user.qqzone.qq.com/285347392/blog/1292427160>

26、这是一个以工作为道场的人读《金刚经》后的体会，更是他工作实践的体会和记录。不过，总觉得有点“不贴合”。作者是入世的，在作者那里，佛教也是入世的。但是，不管怎么说，他认为《金刚经》给了自己智慧和力量，这就足够了。事实上，作者是那么执著于事业，可是《金刚经》告诉我们的一个核心词是“空”，最后归结为“一切有为法，如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观。”“过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。”

27、有点名不副实、、、一个下午就翻完了

28、半夜睡来打发时间看了《一只牡羊的金刚经笔记》都是本笔记型的书，不同于《当和尚遇到钻石》作者: 麦克尔·罗奇

《笔记》是笔者受惠于《金刚金》的故事，《当和尚遇到钻石》除了科普钻石行业外，作者更想写成一本成功励志书（布施成功经验）大篇幅的介绍了因果、潜能...

两位作者都是受了佛的恩惠，后来从商取得了相当大的成就，前者似乎对《金刚金》功效提出了疑问但在挣脱枷锁过程中无量次的反证了它的功效；后者已得了“格西”的成就码字能力非凡；

微型人生、越界阅读

身喻世界，人我喻山。烦恼喻矿，佛性喻金。

如果说《六祖坛经》是《金刚经》的白话版、演义版，那么六祖注的《金刚经口诀》（又名《金刚经解义》），就是《金刚经》的批注版、分解动作版。

29、朴素大方

30、本来还想给2星呢

31、断章取义，摘取我觉得我可以借鉴的段落。

32、有幸郝明义老师上周主动送了我这套书并签名留念

33、忽然间想到这个题目，很奇怪。

我们的毛泽东先生就曾经说过，这个世界，只要有人的地方就有“左中右”。是这样吧。所以向左走向右走就是个问题了。

仿佛又不是这个问题。众所周知：我们的国家叫“中”国，历来主张不偏不倚，所谓“中庸”之道是也。而且有大量论据，说明世界几大文明古国，只有中国一脉相承没有断过，而其它的古文明都消失了。甚至有许多的诺贝尔得主聚集在一起，说应该向中国古老的文明学习。

呵呵，这么深奥的表达，他们还要来学习啊。

“天下皆知美之为美，斯恶已。

皆知善之为善，斯不善已。

有无相生，难易相成，长短相形，

高下相盈，音声相和，前后相随。”

谁能明白呢。而且那个被大英博物馆奉为圣人的慧能六祖都他的徒弟说：

将来啊，别人向你们求道。凡是来问“有”的，你就要以“无”来对答，问“无”要用“有”来对答；问“爱”要用“恨”来对答，问“恨”要用“爱”来对答；凡是问“善”的，你就要以“恶”来对答，问“恶”者，要用“善”来对答.....好像是在忽悠人哦.....

## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

34、正在学习金刚经的释义，很好

35、 《一只牡羊的金刚经笔记》的启示

很早就看过这本书了，最近再翻一翻，很多的情感还是不得已流露出来。或许这就是人生，总在不经意间认识了一些东西。

在《一只牡羊的金刚经笔记》的扉页，小小的一行字，“献给在生命中寻找方向的人”，从一开始就吸引了我。苦苦思索过，苦苦找寻过，我想我是一个缺少一个方向的人，我真的缺少了一个方向！而这本书，就是给我这样的一个在找寻方向的人，我想我找对了书。事实证明，我的确获益匪浅！

我记得第一次上毛概课的时候，老师很有激情地描绘他的人生经历，告诉我们一些他的人生体验。老师他奋斗那么多年，看了那么多的书，走了那么多的路，又经历了那么多事，讲出来的人生经历，简直就是一本书。而他也提到，我们这一代是迷茫的一代，我们应该找到自己的方向，并且坚定地去走我们的路。想到自己的路，我就茫然了。我犹如在偌大的世界上，迷失了我的方向，即使我拥有者最精确的地图。我一直不是很了解，一直很疑惑，我该如何找到我的方向？我又该如何去践行我的目标？作为一个高年级的学生，随着年岁的增长，我的疑问不减反增！后来，我带着深深的疑问，请教了我的老师。我得到了老师的回复，他说：

“每个人的人生和对自己的期望是不一样的，我想，或者我们可以这样来进行设计。不妨提一个问题：十年之后，我希望自己成为一个什么样的人？那么，在大学毕业的时候，我应该做什么样的选择方向？在确定了长期目标之后，我们才能确定每年、每月甚至于每天应该做的事情。当然，这依然是一个非常模糊的做法。其实，大学里无非是两种最主要的生活：学习或者活动。如果你觉得自己的性格是比较沉得下来看书的，那不妨考虑未来考研和做研究；但如果你比较喜欢社会活动，喜欢各种较为冒险性的挑战，那也可以多点去尝试一些实习、一些兼职等等。

其实，每个人都是在不断地尝试中去明确自己的道路选择的。我只能给一个最大概的说话，那就是“follow your heart”，你自己最初的理想，你内心深处最大的兴趣与愿望，就是你为之奋斗的动力。即使短暂的迷惑和不尽如人意，也会在你的坚持之中逐步找到你的成功之道！

这些淳朴的文字，荡漾着智慧的光芒，给迷航的我点亮了一盏明灯！我很感谢我的老师能够在我即将迷失的时候，给我一点提醒，好让我有所警惕，有所警醒。老师的良言一直提醒我，可即便如此，我还是会偶尔还会偏离方向，继而陷入“迷路”的状态。

我记得第一次接触到郝明义先生是在中学，那是的自己深深地被郝明义先生的睿智果敢征服。虽然郝明义先生从小便患了小儿麻痹症，但仍能够独自飘洋到台湾学习；虽然郝明义先生的父亲生意失败，家里条件困窘，但他仍能够从家里走出去，展示自己的个性；虽然郝明义先生的创业起步很艰难，但是他仍能够绝处逢生，闯出自己的事迹。

对照郝明义先生的事迹，我忽然觉的自己和他其实很相像。我也经历过我的意外，我的家里也发生了一些变故，此刻的我现在也和他在我这个年龄的迷茫，我也在积极地找寻方向，努力地去尝试。于是，我的身边多了一个人，多了一个帮手，在为我出谋划策。

《一只牡羊的金刚经笔记》，是作家兼出版人郝明义先生花了二十年时间摸索《金刚经》的心得报告。本书描绘他如何花了十多年时间和自己的“念头”挣扎，并且以一个企业经营者的身份，说出他接触《金刚经》的经过与心得。郝先生挣扎了那么多年，看了那么多的书，走了那么多的路，又经历了那么多事，写出来的文字，除了个人经历，也是读书笔记。这些隽永的文字，闪烁着睿智的光芒，给寻找人生方向的我一股正面的力量！而这些彷彿又给我一个线索，一个找寻方向的线索。他说金刚经是一部谈如何管理念头的书。我们作为一个人，有太多自己不自知的情绪和念头从心底涌出而不由自己控制。情绪管理，并不是管理那些引发情绪的外因，而是认识情绪的发源地：心。而金刚经提供了这个契机，让我们得以静观自己的情绪，念头并经由管理，得到自由。这个过程需要从经典到实践，再从实践回到经典，周而复始去成就。

郝先生把这个过程，展现于我们的面前，诚实而坦荡。

情绪是一种能量，能量没有好坏之分。当你不加贪嗔痴爱地去看它，这些酸痛麻痒冷热起伏，就是一股股单纯的能量。能量是养生的。念起即觉，觉已不随。

念头分四种：第一种是始终不知道念头是需要管理的，就是始终不知道自己的习惯和个性，有什么需要调整的地方。

## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

第二种，知道念头需要管理，但一旦不该起的念头起来的时候，却毫无觉察，非得等到随念头把不该做的事都做了，才事后懊悔。知道有习性要改，但始终改不了。

第三种，是懂得看管念头的方法，从十次中看管一次做起，逐渐能看管好两次、三次，越来越有把握。

第四种就是真正可以应无所住而生其心的人。我突然想到了《功夫熊猫》里面提到的“inner peace”，因为做到了内心的平静，熊猫阿宝顿时懂得什么，随即突破了自己的潜能，将潜力全方位激发开来。仔细想想，我们在冲动的时候经常会做一些错误的决定，而在冷静的情况下，我们的抉择往往是正确的。看来，一个内心强大的人才是真正的强者！只有保持内心的平静，我们才能从内心世界里找到一种对信仰的怀疑、坚持、调整和自如。郝明义先生真切地将那种境地描绘出来，我的心灵仿佛如一池荡起涟漪的湖水，久久不能散开。轻轻品味《一只牡羊的金刚经笔记》，在关上书本那一时刻，我的内心获得了安宁和平和。似懂非懂地感觉到，我的境界又提升了一层。我的提升，不是纯粹的知识提高，而是一种思想提高。内心的强大，足以将一切困难克服！我顿悟，我要找的方向，不就得从把握情绪开始吗？那不就需从“心”开始吗？再想起老师的话，“follow your heart”，的确如此啊！我应该追随我的心。

不记得是在哪里看到的一句话了，“我们的社会正在一点点烂掉，这是个没有理想的时代。没得救了。”可是，我现在看到的却恰恰相反，并不是中国的新一代没有理想，而是我们想要做的事情太多太多，多到以至于只能追求“止痛”而非“医治根源”。今天捡起了这个理想，群起而攻之；明天就发现新的燃点，“关注就是力量”，一波波看似汹涌的集体思辨甚至是网络暴力，出发点是好的，其中的一些思想也是好的甚至会带来社会变革的，但问题就在于我们都忘记了“改变=过程”。我们应该坚持自己的内心想法，我们要学会“特立独行”，我们要学会“走自己的路，让别人说去”。

有人这样说过，“熬日子是会有惯性的。熬高考，熬大学，熬工作，习惯了熬一切，等待一个幻想中的白马王子出现拯救自己的时候，结果熬惯了，和白马王子一起过日子，也成了熬。”。我不想这样熬下去！我已经熬过了高考，即将熬去我的大学，我不想再“熬”了，我不可以再去习惯这一切，我不可以一直等待，等待别人的救援，等待一个人和我一起熬！我要改变，我要找到我想做的事情，我要做我想做的事情！

或许我做的，有很多的人不会认同，很多人带有歧义。可是我有必要去在乎那么多人的眼光吗？看似做不到的事情，别人怎么可以断定我就做不到？看似错误的事情，就一定会是错误的吗？看是正确的，就一点正确吗？我只知道，我的心告诉我，我应该去做，我要去做，那我就去了。一个内心强大的人，就是一个强者！而“当我们想要完成一件事情时，全世界都会帮你的！”，一句外国的谚语如此说道！

二十多岁的我们，一无所有，但是我们拥有着青春！比起很多人，我们早已在荆棘遍地的路上经历很多。我们真正需要去做的，就是心里所想的。我们不能够一直亦步亦趋，满足现状，不敢迈出那一步！时不待我，莫等到了空悲切，白了少年头！我们应该坚信，只要走出第一步，一切都得到改变！

反复地思考，《一只牡羊的金刚经笔记》传达给我的就是：想要找到自己的方向，那就必须有勇气做自己，有勇气跟随自己的“心”！我想说，真正令我们自豪的，不应该是满足现状，而是遵从你的内心，勇敢迈出的一步。

- 36、这本书写得非常好，作者确实把心得都写出来了！
- 37、一直想找个机会静下心来好好看金刚经 这个能算个入门注解
- 38、主要看它附赠的四经合订本，感觉还可以~应无所住而生其心~
- 39、总体还是不错的！

说好声一片一片的，我来唱两句反调！

我到现在还是很不能理解书里关于“神秘体验”那几段文字。

久治不愈的伤读了2遍经文以后突然好了！

## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

读经时见到已故亲人的灵魂！

神通人士云云：你该让你死去的母亲放心去了...！

对不起！真理解不了，这都写的什么啊？让我们这些没有神秘体验的凡夫俗子怎么去理解啊！

为什么我活到现在也读经，也学佛，从来没有过这种神秘体验呢？

实话说：我现在对神通人士的的印象就2个词：骗子 or 疯子？

我也问了周围的人，大家都这么想！我相信这也是大多数人的第一反映！

您还真别说我太较真了，虽然后面作者又补了，说什么用羽毛之水和大海之水比喻神通之事与佛法的关系！

但是，请别掩盖问题：这不是一本严肃的书么？你别告诉我郝大写这段只是为了骗骗那些个老头老太，搏个销量！那真的太伤佛祖的心了！

我们可以认为亡者读经是寄托思念、释放个人情绪的一种合理的心理学“治疗工具”，可是这疗效和现象确实有点神奇！

难道我们都没体验到，就像传说的那样是因为“心还不够诚”？

那麻烦也解释一下，凭什么说心诚就能见神通了？凭什么你心就诚，我心就不诚了？诚与不诚，可有个判定？

总而言之，这神通之事到底是佛学的“末节”？还是一个根本不存在的“伪节”，完全是被俗人出于各种目的附会上去的？

Being Or Not Being...这是一个问题！

其实我是愿意相信作者的神秘体验的，但是这神通之事，有还是无？如果有，那么神秘主义的大师们，应该如何帮助我们理解神通之事呢？

有能人能够认真解释一下么？

40、那是，哥就是大海嘛，哇嘎嘎！

41、《金刚经》是一本教我们管理“念头”的书。对于“念头”，人可以分四种。第一种，是始终不知道“念头”是需要管理的。换另外一种说法，就是自己始终不知道自己的习惯和个性，有什么需要调整的地方。第二种，知道“念头”需要管理，知道自己的习性有需要调整之处，但是一旦自己不该起的念头起来的时候，却毫无觉察，非得等到随着念头把不该做的事情都做了，才事后懊悔，痛恨自己为什么没有管理好“念头”。可是下次再碰上同样的情况，他又跟着自己痛恨的这个念头跑了，又要到大错铸成，才懊悔不已。然后又再一次次历史重演。自己知道有习性要改，但始终改不了。第三种，是懂得看管念头的方法，从十次中看管好一次做起，逐渐能看管好两次、三次，越来越有把握。第四种，就是真正可以“应无所住而生其心”的人。

我们真该高兴处在这么一个变动的时代，所有的秩序都在重新分配。经济低迷，所以使得原来只靠甜言蜜语，虚晃两招就可以搞到钱的企业现出原形。扎实工作的人，更能显出本领。财富重分配，可以使我们和有钱人的差距没那么明显。政治人物无品无行，可以使我们的理念更加清楚，甚至鲜明。这样想着，突然真为自己庆幸。一切的难题都不是难题。没有“无常”，一些虚假的面具不会脱落；因为“无常”，未来才有更多美好的可能。当然，在一个前途不明朗的时代，我们每个人都要谨慎、节制。但如果只有谨慎、节制，而没有开拓、前行，那只是自陷困境。而《金刚经》告诉我们，每

## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

个人都有能力不被任何表相上的问题所困，每个人都有能力不断提升自己的生命层次。

笛卡儿又给自己定了一套临时的行为规范：一、遵从这个社会及法律的规定。在所有的意见中，采取最远离极端，最中道之见，来约束自己。二、在不明白自己的选择是否正确时，要跟从或然率。看不出或然率大小比较的时候，还是要做一抉择。一旦抉择，就不再以为它们可疑，而相信那是最可靠、最正确的看法，果断坚决，不再犹豫，不再反复无常。就像密林中迷路的人，总要前行，不能停留在原地。三、永远只求克服自己，而不求克服命运。只求改变自己的愿望，而不求改变世间的秩序。要始终相信一点，除了我们自己的思想，没有一样事情我们可以自主。尽自己最大的努力去改善。改善不了的，就是不可能的。不可能的事，就不要去痴心妄想。这样也就可以安分守己，心满意足。

笛卡儿的四个方法是：第一条是：凡是我没有明确地认识到的东西，我决不把它当成真的接受。第二条是：把我所审查的每一个难题按照可能和必要的程度分成若干部份，以便一一妥为解决。（编注：英文译本中则强调切分的“部份”越多越好。）第三条是：按次序进行我的思考，从最简单、最容易认识的对象开始，一点一点逐步上升，直到认识最复杂的对象；就连那些本来没有先后关系的东西，也给它们设定一个次序。最后一条是：在任何情况之下，都要尽量全面地考察，尽量普遍地复查，做到确信毫无遗漏。

分析的习惯对深谋远虑和洞察力是有利的，但对热情和德行来说却永久是根部的蛀虫；更重要的是，分析的习惯可怕地破坏由联想引起的所有希望和所有喜悦。

42、 1. 我一直相信，书不在拥有多少，或读了多少，而在能否遇到一本书，读了之后，你的人生从此不再如同过往。

2. 说“表面意识”像是一辆车的主人，“潜意识”则像是一个司机，可以驾驶车子到任何你想去的目的地。“心想”，就是我们表面意识想的事情，也就是你告诉司机要去的地方；“事成”，则是我们的潜意识开始日夜二十四小时没有任何休息地赶路，把你载到想去的地方。

你一定会问：那为什么我经常“心想”很多事情，但是却没看到“事成”呢？

照约瑟夫·摩菲的回答，这是因为你可能犯了三个错误：

第一，你告诉司机要去什么地方，说得越清楚越好。譬如你想发财，你不能只是想“发财”而已。这就好像你不能告诉司机你要去忠孝东路。你得告诉他你要去忠孝东路几段几号，他才能准确地送你到要去的地方。否则，车子往往只是在忠孝东路一段到六段上来回晃荡而已。

第二，你告诉司机地点之后，不能再三改变要去的目的地。很多人“心想”了一件事情之后，还会想很多事实上与之矛盾的事情。这就好像告诉司机要去忠孝东路之后，又告诉他要去淡水，要去新店，让他疲于奔命。

第三，你可能不够相信司机。司机本来有自己的路可以到忠孝东路你要去的地方。你信任潜意识，他就要载你过去。但是坐在后座的表面意识，往往过了一會兒，自觉得离忠孝东路越来越远，会不断地急切地下指令，甚至自己抢到前座来开车，根本不给司机，也就是潜意识开车的机会。

这个例子给我最大的提醒是：不要随便乱指挥司机的重要。“念起即觉，觉已不随”，是从道理上提醒你该怎么做，以及起了念头就赶快打消的方法。而约瑟夫·摩菲则以说故事的方式，解释了为什么要打消这个念头，以及这个念头如果不赶快消除的话，会产生什么问题。毕竟，“不生不灭”的心，才有累积能量的效果。

可这本书仍然有所不足。想要乱指挥司机的时候，到底怎么打消那个念头；以及如果长时间看不到司机把你载到目的地的时候，你怎样不致慌乱，都是这本书所没有提到的。

43、首先要说，郝明义是我喜欢的作家和出版人，他的经历和文字都能打动我。这本金刚经笔记，很多人误解了，把它当成了《金刚经》研习注解来看，抱着这种目的必然会失望而归，还不如看南怀瑾的《金刚经说什么》或者六祖的注解。这本小册子，其实是郝明义二十年来对于“念头”的生灭之旅的感悟与心路。文字不多，但是读来能感受到他在人生岔路口的彷徨，难过，迷茫，人生走出困境后的豁达，喜悦，平和。能与作者共享这份心路历程，有如走过一个人的人生，谢谢郝明义的菩提之心



## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

- 。 44、 作者的经历一般，更喜欢附赠的佛经  
45、 是标题党也不是标题党  
46、 为撒给三星呢？

47、 @我相信佛法不是出世之法。《金刚经》的“应无所住而生其心”，让我觉得可以不受任何牵绊，勇往前进，有任何挫折和烦恼，像是抖抖衣袖般抖掉即可。抖不掉的时候，就如《六祖坛经》说的：“烦恼即菩提”，努力体会。体会不得，就带着烦恼继续前进。

@柏拉图主张：人要思考得清楚，最好明白所有的事情。于是有段时间我相信自己不足的是对知识架构的掌握，努力阅读古今中外的书籍，希望能找到知识的“圣杯”。又有段时间，想找到一两个特别的人物，能以他们的人生经历，来刺激自己的实践动能。间于其中，也偶尔参阅一些其他宗教或非宗教对待心念的书，看看有没有值得参考之处。如此一路下来，这些年来读了一些心得挺深刻的书籍。但是很有意思的是，其中大部份不但没有发挥我想象中的“屠龙刀”作用，甚至，相反。

@如果说《金刚经》是指引一个人如何不断提升自己的生命层次，那么柏拉图的《会饮篇》，则很实际地以爱情为例，演示了一个人可以如何从只知男女之爱，而一路提升自己，最终升华到“突然看到一种奇妙无比的美。他的以往一切辛苦探求都是为着这个最终目的。这种美是永恒的，无始无终，不生不灭，不增不减的”。

@一切的难题都不是难题。

@没有“无常”，一些虚假的面具不会脱落；因为“无常”，未来才有更多美好的可能。当然，在一个前途不明朗的时代，我们每个人都要谨慎、节制。但如果只有谨慎、节制，而没有开拓、前行，那只是自陷困境。而《金刚经》告诉我们，每个人都有能力不被任何表相上的问题所困，每个人都有能力不断提升自己的生命层次。

- 48、 笔记尔尔,内附的经书不错  
49、 你还大海呢。。。。。。。  
50、 有些书，不能读的很粗略，无法体会其真意。

睡前醒来读完的牧羊金刚经笔记，感觉起来了，让我觉得是金刚经的广告宣传，加上买的时候，也送来了金刚经，不知道那本书才是真正要买的。

有可取之处，作者的金刚经感受，自己读书，作书20年，的感受倒是谢谢真真楚楚，感觉到人生非凡，又充满了文人的随波逐流，然后又随遇而安的落寞，无论成功与否

- 51、 我也是像知秋这样读书，只摘让自己有想法的段落，也许立意和角度和作者并不相同。  
谢谢这书评！

- 52、 结缘佛教哲学的第一本书  
53、 一本牧羊的金刚经笔记

关于郝明义先生的对于“金刚经”：的初次相遇，相识，相知的一个过程。在这段与他的奇遇中是如何领悟到他的精髓，领悟到人生的真谛。为其在台湾的出版业里奠定了基础。

涂然想起这样一句话“人生本无常，何须泪尽流”何时何地都可能发生任何情况

首先，对于这本“笔记”进行详尽的描述。此书分为七个篇章，第一：毕业。第二：偶识“金刚经”和对它的领悟。第三：在其领悟后为其套上四条枷锁。/第四：骚动与怀疑枷锁。第五：寻找解开枷锁的钥匙。第六：“答案”。第七：感触

。 从题目开始观察，这是一本按照其经历后而写的笔记。对自我的认识—枷锁----徘徊-----钥

## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

匙-----答案----感悟

按时间来计算，这是一本按时间顺序来记录的回忆。从三十三岁-----五十三之间的一段艰辛的过程和对于“金刚经”的认识。

第一：（毕业）出生于韩国，毕业于台湾。和朋友合伙开过公司，跑过单帮，后回台湾经过朋友的帮忙，介绍到：长桥做编辑。开始正式进军出版业。在出版业的惨烈竞争下，暂时退出。

第二：在偶然的情况下，开始认识佛法，读了“大悲咒”，“地藏经”“法华经”“金刚经”等。在上山进行禅七后，其在“心经”中所体会到：“诸法空想，不生不灭，不垢不经，不增不减”又在“金刚经”中体会到“应无所住而生其心”的含义。

第三：再次进军出版业，为自己套上四条枷锁：“1：宁缓不急2：宁小不大3：宁公不私4：宁待不求。又为自己规划“微型人生”和“线性人生”。在这一切准备好后，开始等待机会的到来。

第四：骚动与怀疑是否应该放弃先前为自己套上的枷锁。在徘徊中，左右摇摆之间行走着。在经过一系列的事情后，决定将其斩断。

第五：开始寻找斩断枷锁的方法，大量拜读“来注易经”“如何阅读一本书”“会饮篇”等书籍。在自己的努力当中，解开了三条枷锁。还剩一条..

第六：在一次偶然的的机会中遇见“洪启嵩”先生，在与其对话中突然领悟。后解开第四条枷锁。有为自己寻找到新的目标“宜缓宜急，宜大宜小，宜公宜私，宜待宜求”

第七：通过摸索与挣扎，渴望与大家分享这段过程。

第八（附录）有关“金刚经”的问题和打坐法。

对于这本“笔记”进行详尽的描述。此书分为七个篇章，第一：毕业。第二：偶识“金刚经”和对它的领悟。第三：在其领悟后为其套上四条枷锁。/第四：骚动与怀疑枷锁。第五：寻找解开枷锁的钥匙。第六：“答案”。第七：感触

“一本牧羊的金刚经笔记”告诉我们：当我们在战场上寻找生还者时，请看看你的脚下。是否还有一息尚存的人？当我们在为自己套上一系列原则时，请看看这些原则是否阻碍了你的成长？当我们为生活忙碌时，是否忘记享受那一刻的一缕阳光？

对于还是个年轻人的我来说，看这样深奥的“金刚经”多少有些困难。现在我虽然有幸看到郝明义先生的“金刚经笔记”让我对于这本佛法之术来说，有一些感悟和领会。但究其自身的状况，文字与生活的分割。还未将其精髓融入生活之中，未彻底去了解郝明义先生在这本书上的感悟。在不同的年龄段，看这本书的意义也就同。作为一名“伪文学骗子”来说，还未尽到力量去了解其笔记的含义，是指惭愧。

先生在最后的一个章节中，给与我们了答案。他把对于“金刚经”的认识与大家分享。

“是经义不可思议，果报亦不可思议”。先生在认知后不断的提高着生命的层次，也对自身的毛病，习惯检讨和改正。

究其自身的许多不足，对于郝明义这本“牧羊的金刚经笔记”。只能做这简单的评价和介绍。

在第五章的寻找解开枷锁的过程中，先生拜读了大量的书籍。也有幸的看到一本本“如何阅读一本书”。然后通过郝明义先生介绍。将其买来，开始进行段落，篇章，全书的总结。自无法像大多数的评论者一样，可以简单明了的说明对于本书的认识。在观察自身笨拙的文字和用语的基础，只能在这里罗嗦几句简单不能在简单的道理。

对于“郝明义”先生在放弃，捆绑，打开的一段过程中付出的艰辛和努力是我不无法体会的。曾坐下来反思自己，在一段时间内所做的事情，自羞愧难耐而放弃一些朋友。

所谓“正义，多少邪恶假汝之名而行之”，只不过是一些打着正人君子的旗号而做的一些邪恶之事。

人生短短的几年光阴中，福祸相倚，何必斤斤计较。

用这本书中出现的一席话来结束这篇文章的评价：Life is Preparing(生命就是在随时准备着.....)

.....

## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

54、 个人来说，开始接触佛教类的东西，应该算是比较早，初中时候，翻看西游记。里面有一段乌巢禅师向唐三藏传授多心经的片段。然后看过几遍之后便能大略的背诵其中的句子。多心经作为佛教的入门经典，基本上算是每个学佛之人必学之书。短小精悍的两三百字，却将佛教主要思想都在其中融汇贯通。后来也曾经好好读过金刚经，甚至还手抄过一份，除了每篇同样的那段开头和最为著名的那句“一切有为法，如梦幻泡影如雾亦如电，应作如是观”，剩下的倒也渐渐随着时间流失慢慢忘记。

这里郝明义先生提到他是如何学习金刚经的故事，其实是一个如何通过佛教的思想来磨练自己心性的故事，作为一个冲动性的白羊，如何做事情张弛有度，又如何在竞争激烈的企业界做人做事，其实都是不断将自己的心性修炼到圆融状态的一个过程。这个过程中有过各种各样的弯路，之所以能够真正获得渴求的境界，依靠的是自己的坚持与反思。

大抵真正能够做成一番事业的人，都是能够坚持不懈的为自己的目标奋斗且不断反思的人。这个道理与参禅的过程又何尝不是一样的呢？

55、 金刚经绝对是内功心法的高层之书，作者也表现出来意思，但是不喜欢这种方式表达

56、 阅读能使人内心强大、人格成长吗？

我理解的郝老师，阅读加工作修行才能达到此目的！

57、 这是本有意思的书。装帧很特别。小32开本,厚厚一匣,里面两本,一本是《笔记》，一本是《金刚经合订本》，后者是赠送的。

这本书的出版也挺有意思。台湾著名媒体人、出版人郝明义四十岁生日“赫然发现”自己是牡羊座的，“归座认命”，让他开始寻找驯服激进牡羊的法门。他慢慢发现，原来所有驯羊的动机、基础与方法，都在《金刚经》里头。

如果说《金刚经》是一部登峰造极的内功心法，这本学习笔记，则是作者花了二十年时间摸索《金刚经》的心得报告。

作者说《金刚经》是一部谈如何管理念头的书。关于如何管理念头，作者把他修行的过程和体悟，展现于我们面前，诚实而坦荡。

关于这本书，说好说坏的都很多。老虎觉得这是本真实的书。他的价值不光是告诉你通过数息可以修心，还在于给你了一个真实的修行案例。

58、 如何在紅塵裏修行的好示範

59、 哇，哥，最后一句那么经典啊~

60、 作者用平实的语言讲述了自己如何与佛结缘，在自己出版界一步步发展的过程。

觉得对于对佛学有兴趣但是毫无头绪的入门者比较适合。

推荐：

P66开始有一些图书推荐。

书结尾处有打坐的方法，很朴实，易操作，适合初学者。

61、 是很不错的心路随笔，但出版方式有些让人反感了，所幸我更喜欢附带的典籍。

62、 看书名没感觉的书评倒觉得有点看头

支持楼主

63、 感谢秀玫姐

64、 喜欢.....待写

65、 前两天看了台湾资深出版人赫明义写的《一支牧羊的金刚经笔记》，赫明义用自己前半生的经历描述了自己学习金刚经、体验金刚经和领悟金刚经的经历，给我非常多的启发，今天想我大家分

## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

享的是“慢就是快”和“微型人生”。。

赫明义刚到有百年历史的商务印书馆任职时，商务印书馆的副董事长张连生告诫他要“事缓则圆”，告诉他跑的快了容易跌摔倒，摔倒可能爬的起来也可能爬不起来，即使爬的起来也耽误时间还不如开始的时候就慢一些。

看到这里我深以为然。

这次回老家我看到了中国经济快速发展给农村带来的变化，我们老家人和中国其它地方一样的收入增加了，生活质量也提高了，人的观念也有很大的变化，这是好的一面，但是四周自然河水变少了变臭了，空气质量变差了，人的健康状况也变差了，1000人左右的小村子近来50岁左右重疾死亡的都有好几个。

我不知道这种环境的破坏能否被逆转或者是否真的有人在乎这件事情，我只知道我是不愿意返回老家生活在这个天空始终是灰的、空气和水是被污染的、农作物是要靠化肥和农药种植、家畜要靠激素和抗生素养殖的环境中的。

不只国家如此，我们个人的发展何尝不是如何。

有人为了金钱、为了事业、为了这样那样的东西牺牲了爱情牺牲了家庭牺牲了健康甚至牺牲了生命，去年有个报导从2003年起有公开报导的非正常死亡的亿万富翁超过72位，其死亡概率远远高于普通人，这是否可以引起我们思考一些东西呢？

也许我们每个人都问自己假如2012真的是世界末日你会希望怎么渡过余下的日子呢？和谁在一起？做些什么事情？

富爸爸讲的财务自由，想一起财务自由以前你会做什么呢？看看巴菲特、索罗斯、李嘉诚、李彦宏这些已经实现了财务自由的人在做的事情，能不能给我们一些启发。为什么这么多人赚到了这辈子根本花不完的钱后还在工作？是因为他们做自己喜欢的擅长的事情实现了财务自由还是实现了财务自由后才开始做自己喜欢的擅长的事情？

也许你现在就可以过上实现财务自由以后想过的生活，比方说选择做自己喜欢的事情或者喜欢你正在做的事情，你觉得呢？

原文地址：[http://www.fubabachuangfu.cn/manjiushikuai\\_caiwuziyou.html](http://www.fubabachuangfu.cn/manjiushikuai_caiwuziyou.html)

66、其实，全世界都在叹息的那逝去的时代，并没有那么好。真好的话，不会包藏了引爆今天这么多严重问题的祸根。过去多么的“好”，既然是错觉，今天多么的“坏”，也可能是错觉。

67、般若菠萝蜜

68、在书店里见过，书的风格设计和标题都比较吸引我，但是犹豫了一下没有冲动购买，在图书馆里找到借来看完的，作者讲述了自己的一些经历和感悟，可以看看，不过的确不得花钱买。

可以直接请一本《金刚经》，读上了百来十遍，然后再请一本叫《金刚心总持论》的，这本经书是佛祖释迦摩尼对金刚经的解读，没有《金刚经》名气大，但是仔细读下来会很有收获^\_^

69、“过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。”——好个空灵的态度

70、今年读的书还没有以前一个季度读的多.....

71、赫明义先生在书中记录了自己学习金刚经，并用来指导自己生活工作的过程。他几十年出版生涯的痛苦困扰、犹豫不安和四道枷锁最后被简短的两句“应云何住”、“应无所住而生其心”打破。这说的就是每个人都有自己的价值观，不要过于执着自己所谓的对错、善恶。在一个多元化的世界，自己的善很有可能是别人眼里的恶，永远不变的就是一直在变。。。。但我觉得有一个真理是不变的，那就是一滴水要想不会干涸，只能融入大海。

72、有益自己，也有益于他人

73、实在是一般。

# 《一隻牡羊的金剛經筆記》

## 精彩书评

1、L君 21:54:06应无所住而生我心。这是佛学上的吗 仲夏夜 21:54:28是啊是《金刚经》的中心 L君 21:54:39你有金刚经？ 仲夏夜 21:56:31最近买了一本后来我妹妹推荐我读《一只牡羊的金刚经笔记》又附赠了一本，有两本啦 L君 21:57:49能外借吗？ L君 21:57:55那你吃素吗 仲夏夜 21:58:19呵呵，你想看可以啊 仲夏夜 21:58:43并没有特意要吃素 L君 21:59:10哦，我也很想买佛学的书来看看的 仲夏夜 21:59:11还不是佛教徒哦 L君 21:59:22之前看金刚经看了一半 L君 22:00:05我也不信佛的，更不会加入什么佛教的，只是想看看智者的书，想让自己有点提升 仲夏夜 22:02:04呵呵，其实金刚经是一本超越了佛教的书在中国有很多人喜欢读 仲夏夜 22:02:57不过挺不容易读懂的 L君 22:03:15嗯 L君 22:03:34我知道，你读的是谁翻译的呢 仲夏夜 22:05:54呀，前面一本还没怎么注意《一只牡羊的金刚经笔记》附赠的是六祖惠能的注解，还附有《心经》，就是平时人们常说的“色即是空空即是色”的原文那里 L君 22:06:22没有翻译我是很难看得懂的 仲夏夜 22:08:16是啊，我现在是两本一起读你有没有听过：“过去心不可得，现在心不可得，未来心不可得。”也是出自金刚经。就挺难理解的。或许现在我以为理解了，可实际并没理解。 L君 22:10:01呵呵，我其实看的都不多，只是想让自己有所提升 L君 22:10:11最好能有个人可以交流下 L君 22:10:53目前为止我才只看了金刚经一点点内容呢，正像你说的，可能有些我以为自己看懂的，可能实际上我并没有理解 仲夏夜 22:11:35好书就是要慢慢读呵 L君 22:12:46呵呵 L君 22:13:32我看的理解为劝人向善，无所住 仲夏夜 22:14:08“应无所住而生其心”重点就在一个“住”字，仲夏夜 22:18:03我的理解”住“应该是”先入为主“的意思就是心里要放开执著的见解，那样就不会带着”有色“眼镜看待一切事物，因而能够感受到一切事物的客观存在，呵呵 仲夏夜 22:22:51其实在《一只牡羊的金刚经笔记》里，作者郝明义就有一个迷惑，就是说到“住”的时候，心应该不住“恶”与“非善”，可是为什么《金刚经》要说连“善”也不要住呢？ L君 22:24:43我也不懂 L君 22:25:12我只看了金刚经，如果要交流看来要我看我才有资格发表自己的意见了 L君 22:25:24可是为什么《金刚经》要说连“善”也不要住呢？ L君 22:25:31这个也是我迷惑的地方 仲夏夜 22:26:04我只能说说自己的理解了。比方一个特别善良的人，他看待一切的事物都会是善良的。这时他心里就“住”有“善”，可是是否“恶”就不存在了呢。我们以前学过《东郭先生和狼》的故事，东郭就犯了那样的错误啊。 仲夏夜 22:29:06或许《金刚经》的本意是要人们获得更大的智慧。 仲夏夜 22:30:14也是一己之见，很多我也似懂非懂的 L君 22:30:49谢谢你的分享 L君 22:31:00下个星期你会在市区吗 仲夏夜 22:33:03应该会在，还不是很确定。18号我有点事要出去的。 L君 22:34:00哦，那到时候我回去打电话给你 仲夏夜 22:34:12我是想借本来读读 L君 22:34:13我想看看金刚经的翻译文 L君 22:34:28想接着原来的看完 仲夏夜 22:34:58哦，好的。 L君 22:36:27我下了，有空再聊 仲夏夜 22:36:4088 L君 22:36:4888

2、《一只牡羊的金刚经笔记》的启示 很早就看过这本书了，最近再翻一翻，很多的情感还是不得已流露出来。或许这就是人生，总在不经意间认识了一些东西。 在《一只牡羊的金刚经笔记》的扉页，小小的一行字，“献给在生命中寻找方向的人”，从一开始就吸引了我。苦苦思索过，苦苦找寻过，我想我是一个缺少一个方向的人，我真的缺少了一个方向！而这本书，就是给我这样的一个人在找寻方向的人，我想我找对了书。事实证明，我的确获益匪浅！ 我记得第一次上毛概课的时候，老师很有激情地描绘他的人生经历，告诉我们一些他的人生体验。老师他奋斗那么多年，看了那么多的书，走了那么多的路，又经历了那么多事，讲出来的人生经历，简直就是一本书。而他也提到，我们这一代是迷茫的一代，我们应该找到自己的方向，并且坚定地去走我们的路。想到自己的路，我就茫然了。我犹如在偌大的世界上，迷失了我的方向，即使我拥有者最精确的地图。我一直不是很了解，一直很疑惑，我该如何找到我的方向？我又该如何去践行我的目标？作为一个高年级的学生，随着年龄的增长，我的疑问不减反增！后来，我带着深深的疑问，请教了我的老师。我得到了老师的回复，他说：“每个人的人生和对自己的期望是不一样的，我想，或者我们可以这样来进行设计。不妨提一个问题：十年之后，我希望自己成为一个什么样的人？那么，在大学毕业的时候，我应该做什么样的选择方向？在确定了长期目标之后，我们才能确定每年、每月甚至于每天应该做的事情。当然，这依然是一个非常模糊的做法。其实，大学里无非是两种最主要的生活：学习或者活动。如果你觉得自己的性格是比较沉得下来看书的，那不妨考虑未来考研和做研究；但如果你比较喜欢社会活动，喜欢各种较为冒险性的挑战，那也可以多点去尝试一些实习、一些兼职等等。其实，每个人都是在不断地尝试中去明确自己的道路选择的。我只能给一个最大概的说话，那就是“follow your heart”，你自己最初的理想，你内心深处最大的兴趣与愿望，就是你为之奋斗的动力。即使短暂的迷惑和不尽如人意

## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

，也会在你的坚持之中逐步找到你的成功之道！这些淳朴的文字，荡漾着智慧的光芒，给迷航的我点亮了一盏明灯！我很感谢我的老师能够在我即将迷失的时候，给我一点提醒，好让我有所警惕，有所警醒。老师的良言一直提醒我，可即便如此，我还是会偶尔还会偏离方向，继而陷入“迷路”的状态。我记得第一次接触到郝明义先生是在中学，那是的自己深深地被郝明义先生的睿智果敢征服。虽然郝明义先生从小便患了小儿麻痹症，但仍能够独自飘洋到台湾学习；虽然郝明义先生的父亲生意失败，家里条件困窘，但他仍能够从家里走出去，展示自己的个性；虽然郝明义先生的创业起步很艰难，但是他仍能够绝处逢生，闯出自己的事迹。对照郝明义先生的事迹，我忽然觉的自己和他其实很相像。我也经历过我的意外，我的家里也发生了一些变故，此刻的我现在也和他在我这个年龄的迷茫，我也在积极地找寻方向，努力地去尝试。于是，我的身边多了一个人，多了一个帮手，在为我出谋划策。《一只牡羊的金刚经笔记》，是作家兼出版人郝明义先生花了二十年时间摸索《金刚经》的心得报告。本书描绘他如何花了十多年时间和自己的“念头”挣扎，并且以一个企业经营者的身份，说出他接触《金刚经》的经过与心得。郝先生挣扎了那么多年，看了那么多的书，走了那么多的路，又经历了那么多事，写出来的文字，除了个人经历，也是读书笔记。这些隽永的文字，闪烁着睿智的光芒，给寻找人生方向的我一股正面的力量！而这些仿佛又给我一个线索，一个找寻方向的线索。他说金刚经是一部谈如何管理念头的书。我们作为一个人，有太多自己不自知的情绪和念头从心底涌出而不由自己控制。情绪管理，并不是管理那些引发情绪的外因，而是认识情绪的发源地：心。而金刚经提供了这个契机，让我们得以静观自己的情绪，念头并经由管理，得到自由。这个过程需要从经典到实践，再从实践回到经典，周而复始去成就。郝先生把这个过程，展现于我们的面前，诚实而坦荡。

情绪是一种能量，能量没有好恶之分。当你不加贪嗔痴爱地去看它，这些酸痛麻痒冷热起伏，就是一股股单纯的能量。能量是养生的。念起即觉，觉已不随。念头分四种：第一种是始终不知道念头是需要管理的，就是始终不知道自己的习惯和个性，有什么需要调整的地方。第二种，知道念头需要管理，但一旦不该起的念头起来的时候，却毫无觉察，非得等到随念头把不该做的事都做了，才事后懊悔。知道有习性要改，但始终改不了。第三种，是懂得看管念头的方法，从十次中看管一次做起，逐渐能看管好两次、三次，越来越有把握。第四种就是真正可以应无所住而生其心的人。我突然想到了《功夫熊猫》里面提到的“inner peace”，因为做到了内心的平静，熊猫阿宝顿时懂得什么，随即突破了自己的潜能，将潜力全方位激发开来。仔细想想，我们在冲动的时候经常会做一些错误的决定，而在冷静情况下，我们的抉择往往是正确的。看来，一个内心强大的人才是真正的强者！只有保持内心的平静，我们才能从内心世界里找到一种对信仰的怀疑、坚持、调整和自如。郝明义先生真切地将那种境地描绘出来，我的心灵仿佛如一池荡起涟漪的湖水，久久不能散开。轻轻品味《一只牡羊的金刚经笔记》，在关上书本那一时刻，我的内心获得了安宁和平和。似懂非懂得感觉到，我的境界又提升了一层。我的提升，不是纯粹的知识提高，而是一种思想的提高。内心的强大，足以将一切困难克服！我顿悟，我要找的方向，不就得从把握情绪开始吗？那不就需要从“心”开始吗？再想起老师的话，“follow your heart”，的确如此啊！我应该追随我的心。不记得是在哪里看到的一句话了，“我们的社会正在一点点烂掉，这是个没有理想的时代。没得救了。”可是，我现在看到的却恰恰相反，并不是中国的新一代没有理想，而是我们想要做的事情太多太多，多到以至于只能追求“止痛”而非“医治根源”。今天捡起了这个理想，群起而攻之；明天就又发现新的燃点，“关注就是力量”，一波波看似汹涌的集体思辨甚至是网络暴力，出发点好的，其中的一些思想也是好的甚至会带来社会变革的，但问题就在于我们都忘记了“改变=过程”。我们应该坚持自己的内心想法，我们要学会“特立独行”，我们要学会“走自己的路，让别人说去”。有人这样说过，“熬日子是会有惯性的。熬高考，熬大学，熬工作，习惯了熬一切，等待一个幻想中的白马王子出现拯救自己的时候，结果熬惯了，和白马王子一起过日子，也成了熬。”。我不想这样熬下去！我已经熬过了高考，即将熬去我的大学，我不想再“熬”了，我不可以再去习惯这一切，我不可以一直等待，等待别人的救援，等待一个人和我一起熬！我要改变，我要找到我想做的事情，我要做我想做的事情！或许我做的，有很多的人不会认同，很多人带有歧义。可是我有必要去在乎那么多人的眼光吗？看似做不到的事情，别人怎么可以断定我就做不到？看似错误的事情，就一定会是错误的吗？看是正确的，就一点正确吗？我只知道，我的心告诉我，我应该去做，我要去做，那我就去了。一个内心强大的人，就是一个强者！而“当我们想要完成一件事情时，全世界都会帮你的！”，一句外国的谚语如此说道！二十多岁的我们，一无所有，但是我们拥有着青春！比起很多人，我们早已在荆棘遍地的路上经历很多。我们真正需要去做的，就是心里所想的。我们不能够一直亦步亦趋，满足现状，不敢迈

## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

出那一步！时不待我，莫等到了空悲切，白了少年头！我们应该坚信，只要走出第一步，一切都得到改变！反复地思考，《一只牡羊的金刚经笔记》传达给我的就是：想要找到自己的方向，那就必须有勇气做自己，有勇气跟随自己的“心”！我想说，真正令我们自豪的，不应该是满足现状，而是遵从你的内心，勇敢迈出的一步。

3、首先要说，郝明义是我喜欢的作家和出版人，他的经历和文字都能打动我。这本金刚经笔记，很多人误解了，把它当成了《金刚经》研习注解来看，抱着这种目的必然会失望而归，还不如看南怀瑾的《金刚经说什么》或者六祖的注解。这本小册子，其实是郝明义二十年来对于“念头”的生灭之旅的感悟与心路。文字不多，但是读来能感受到他在人生岔路口的彷徨，难过，迷茫，人生走出困境后的豁达，喜悦，平和。能与作者共享这份心路历程，有如走过一个人的人生，谢谢郝明义的菩提之心。

4、人总是只相信自己眼睛所看到的，甚至有的时候连自己眼睛所看到的也未必真的去相信。又怎么能指望他会相信这个世界上还有佛。人没办法去相信自己内心不能抵达的境，读经千万遍还是等于没有读。试图去理解，去度量，去比较。这样又怎么能够读的明了。黑色书皮上赫然写着，应无所住而生其心。明了的又能有几个？看得破，放得下。你真的放得下么？要怎么放下？放下的状态于你，于我，于他应该又是怎么样的？当当下种种都变得那么重要的时候，你还会相信这经典所说的应无所住而生其心么？

5、金刚经确实不好读，感觉绕来绕去的让人发晕。我只记住好像两个句子。一个是‘应无所住而生其心’，另一个是‘如梦幻泡影，如露亦如电，应作如是观’。通过读这本书，我知道光停留在口头上是没有作用的，应该把即使唯一学到的句子，也应该用在生活当中，去思考，去实践。另外关于书中最后的数呼吸，记得南怀瑾书中说是一吸一呼中间的那个停顿叫做‘息’。作者这里说的是呼出去的那口气为‘息’，不知道孰是孰非了。笔记中提到了一些书，也许可以让我参考阅读吧。

6、台湾人写书评和读书笔记好过内地人的地方在于文笔中的迂腐气少，应景话少，八股腔少，感觉真诚有力。不好的地方在于文字中比较喜欢撒娇，向读者撒娇，给自己撒娇，多了很多内地人拿来开玩笑的文艺腔。但这些都影响不了这本笔记的鲜活。一直对《金刚经》这类的佛经敬而远之，料想我等慧根暗顿之人读也读不懂，不如不懂。但郝明义先生告诉我们，一件事情只要去磨只要力行，任何人都会有所获的。作者有着台湾文人特有细密心思，介绍了他认识、了解、实践佛经的点点滴滴，让读者对佛经产生了亲近感。此外，他对如何阅读和体会佛经奥义提出了很具操作性的路径。作者介绍说，读《金刚经》一定要配合慧能的《金刚经口诀》和《六祖坛经》来看。这两本书是对《金刚经》最好的注解和延伸。我试了一下，真的管用。比如说为什么叫《金刚经》吧。我先琢磨半天，收效甚微。想了个歪招，先不看“注释”，先看英文吧，佛经肯定不会用古英文的，肯定好懂。情况原来是这样的：《金刚经》全名《金刚般若波罗密经》。通常佛经的中文名很让人头大，英文就很明晰：《Diamond Wisdom Transcend Sutra》。“般若”应是智慧的意思，“波罗密”应是指超越或渡过的意思。这样一来，中文不解自通。后来我对比了一下六祖慧能在《金刚经口诀》中的解释，的确如此。更让人惊奇的是，延伸阅读至《六祖坛经》，竟在环市东的星巴克等人期间一气读完，畅快不已。《六祖坛经》先不提其高深的禅意和哲学思想，就其故事性而言就融武侠情仇、门派纷争、江湖恩怨与一炉，煞是好看。这一点再一次证实，世界上最伟大的作品多不是“蓄谋已久”的鸿篇巨制，而是每个人或天启或亲历的故事，每个人发生内心的点滴真言。《圣经》如是，《可兰经》如是，佛经亦如是。这本书还有一个非常好的地方就是他将我提到的上述佛经汇集成册，经典小巧，实为居家旅行随时翻阅之必备好书。-----PS。台湾人爱撒娇在此书中表现为郝先生作为一位“大伯”（应有六十岁了吧），但书中竟如小女生一样一会儿称自己“双鱼”，一会儿叫自己“牡羊”，让我心生阵阵寒意。内地人实在不习惯啊。但无论如何要感谢他以非常好的方式介绍了非常好的书。

7、渊源：我并不是一个过于纠结的人，但我着实是一个矛盾的集合体。纠结的定义是：陷入某种境地而心理混乱，形象点说就是五脏都搅到一块了那种感觉.....，而我更多的是知道自己需要什么，我有自己的梦想和追求，但总是会因为各种原因自我否定。在我乐观自信的另一面，有深深的自卑，即便在我安静的时候大多数的人都能感受到我的感伤，但是人们总会相信我的这一切都是短暂的。我可以接受任何人以任何形式对我的否定，因为只要我决定做成一件事情，那么任何人任何形式的否定对于我来说都是毫无意义的。但，说服自己去做出决定，是一个自我肯定，继而自我自我否定，继而做出选择的过程。我承认，在这个过程中我的想法并不简单。非有神论：具体说，我也不知道自己追求的

## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

是一个什么论。从小不信牛鬼蛇神，继而开始有自己的信仰，我信耶稣是为了拯救这世上的罪人而生，我信故我觉得我是幸福的，我一直这么幸福的过了五年，但是我总觉得这似乎并不能改变我的心性，并不能让我能独立的让内心淡泊。我还是有那么多的疑惑，顾虑，而这些顾虑与疑惑是不能一一推给上帝。我的困惑，大多是因为我太需要一个结果，是我太过于刻意，所以弄得身心俱疲。尤其是心。一开始我对佛教秉持着一个排斥的心理，因为无论怎样，去破坏或者说重建内心的信仰都是一件不易的事情。基督即便让没有得到什么实质，但是我一直心向善，把每一次挫折当作上帝带给我的考验，于是即便灾难再大，我都秉持宽容和乐观的想法。我承认，这些想法对我的过去五年起到了巨大的支持。变化：变化的开始，或许是之前对现世的漠不关心，也或许是自我受到的影响比较少。我不得不说，自己很容易受到外物的影响。几年前看过《货币战争》之后，大概有几个月我沉浸在书中无法自拔，对事物的认知也开始变化，可以说那时我的价值观忽左忽右。我自己觉得很惊奇，为什么那么一本书会对我的价值观产生了如此的冲击。回头再掂量一下自己自始至终看的书，貌似没有一本是主观而偏激的，如今遇见这本内心仿佛就不淡定。于是我开始大量的读《圣经》希望能静心，希望能保持一如既往的自己，可是我发现我仍旧不能淡定下来。于是，我连看了3遍《论语》《道德经》，当然是跳读。看完后内心稍稍淡定。源于希冀：有天我对我的一个朋友说，我每天都在为病榻上的外婆做祷告，我多么希望她能好起来啊。我的朋友对我说：应无所住而生其心。他劝说我为外婆抄写《心经》，他说：本想劝说你抄写《地藏经》，但我认为不论你去抄什么，读什么，贵在一个诚心，不要去在意最后的结果，因为在冥冥之中会有那么一股力量去为了你的诚心在努力，我相信你的外婆能感受到这一切。如是几天后，我收到了他送我的这本书。或许是困惑太多，矛盾又不能自我解决，拿到这本书之后我便开始阅读，刚开始一边听电台一边看书，后来索性把电台也给关了。我想我看着本书的时候，就如一个男人看女人的乳房和大腿一样，尽管书很平实，不过是淡淡的叙事，但我还是忍不住激动了。他跟我一样，一直一直都在寻找和困惑中。我似乎读到了我们之间的共性。关于得到：我总把自己现在的拥有太少归结于自己资质平平，我总把自己的想法难以化解也难以寻见出口归结于自己悟性太差。尽管我从不认为自己是个神人，但我似乎也忘记了自己是个凡人这一点。因此我总是想以自己的悟性短期的实践和运筹帷幄一个真理，殊不知多少人跟我一样作为一个真理的实践者参悟了十几年甚至几十年也只是参悟到皮毛而已。我明白那个坚持的人不只是我自己，那个理想主义的行动派不仅仅是我自己，那个拥有着困惑，挣扎，迷茫的不仅仅是我自己。我通读了一遍金刚经，不知所云。但是起码郝明义告诉我，不用去追求一个结果，认真的做下去就可以。

8、没读之前，对于这个题目很是费解。读过之后才发现，原来“牧羊”是指作者的星座。看来很是亲切，因为我也是牧羊座，但是上升星座在巨蟹。所以如此看来，如果十二星座的人每个出一个代表都可以写一本读《金刚经》的笔记，就会有《一只金牛的金刚经笔记》、《双子读金刚经》、《处女眼中的金刚经》……哈哈，真是五花八门了。书归正传。没读之前看过豆瓣的一些书评，有一部分人认为这本书本身没太多营养，比较值的是随书附送的《金刚经合集》，就是买椟还珠。我是看的电子书，所以没看到《金刚经合集》，只单说本书，厚道的说对于从没看过《金刚经》的我来讲还是有点启发的。这种启发并不指的是作者的观点或是整本书每句话都充满智慧的那种，就是很零星的，很偶然的，没负担的那种。这也是很多这种台湾心灵书籍的特点吧。昨天在公交车上一直想从书中偶然看到的一些话：比如说打破“执着”。作者提到了他对佛经中打破对“贫富”、“美丑”、乃至“善恶”的执着心的一个逐步认识的过程。我突然想到，我们一生都在追求幸福，这就是一种执着。然而幸福就像影子一样，你追它就跑，你永远追不上——除非你停下来，其实它就在你的脚下。（即放下执着）。也许人从一出生就拥有了足够多的幸福，它不在过去，不在未来，而就在当下。我们的眼睛能看到远方的风景，却看不到自己的鼻子尖底下。我们花费一生寻求幸福，做出各种设想：当我有钱的时候，当我变的漂亮的时候，要是我长大了，要是我变年轻了，以后，过去……我们的执着为幸福设定了各种条件，仿佛它高高再上，遥不可及。可是，其实它就在眼前，在当下，免费的，取之不尽的，就是幸福。这种幸福无分别，不外求，人人平等。乞丐犀利哥的幸福不比比尔盖茨要少，贫民百姓的幸福不比官僚显贵要少，老年人的幸福不比青年人少……总之，只要你找，它永远在那里。既然看到这一点，就像到了社会主义，人人不在为吃饭发愁，物质极大丰富。换成这么想就是幸福人人都有的是，不用追求，就像空气，只要你呼吸就有，有的是，每个人都有，随便吸。就像在共产主义社会劳动不在是生存的必须，而是一种兴趣，你明白了这点，幸福随时都有，你便可以做任何事，只是听从内心真正的喜欢：你是谁、长什么样子、做什么、在哪里，都不要紧，都可以幸福。呵呵，只是一点浅显的思考，也许很幼稚吧，人一思考，佛祖和上帝都会发笑吧。



## 《一隻牡羊的金剛經筆記》

9、也是在豆瓣上看到了推荐，久闻经书，不见其文，也无导读，这个实在是太合适不过了。于是购之。很喜欢这本书。虽然有许多道理我还不能理解，但通读下来，给人许多的释然。也许，经文真的可以让人顿悟。但，需要准备好一份平静的心，和足够的智慧吧。

# 《一隻牡羊的金剛經筆記》

## 版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)