

中国古典名著

● 菜根谭

● 小窗幽记

● 围炉夜话

孔泽人

立身三经



●菜根譚 ●小窗幽記 ●圍爐夜話

立身二經

孔祥人

序

囊括五千年处世智慧，问世四百载历久不衰的《莱根谭》、《小窗幽记》、《围炉夜话》三姊妹书，是中国明末清初的三位隐士洪应明、陈眉公、王永彬的格言名著，是论述修身应事、待人接物、逢源左右、游刃尘寰的《立身三经》。

《三经》揉儒、佛、道思想于一处，熔深邃的人生哲理与老道的处世经验于一炉，行文典雅高贵，运字隽永明快，短小精粹，言近旨远，文辞秀美，对仗工整，精辟警策，意趣盎然。

《三经》虽是古代为人处世的精言妙语，却极能吻合现代人的社会生活。因此，被奉为做人的准则、处世的法宝、聚财的妙术、治家的秘诀。

《三经》在海内外影响甚巨，近年来在日、美引起了轰动。日本学者福田雅太郎指出：“书的作者非常精通儒、佛、道三教，每句话、每个字都能发挥三教的精华，可谓千锤百炼，斑斓绚丽，堪称修养身心典籍之冠。”日本书评家石川力山盛赞该书是“日本人人关心、人人爱读的书籍”，以致于“人手必备，深研精读”，以中国人的智慧丰富了他们的头脑，也填饱了他们的腰包。无怪乎日本书评家武进陶氏大呼：“该书的价值，怎么估计也不为过高！”

《三经》言简意赅，辞旨深刻，特加释译，以献读者。

目 录

菜根谭 (明) 洪应明 (1)

小窗幽记 (明) 陈眉公 (241)

围炉夜话 (清) 王永彬 (351)

菜根谭

1

栖守道德者，寂寞一时；依阿权势者，凄凉万古。

达人观物外之物，思身后之身；宁受一时之寂寞，勿取万古之凄凉。

〔注释〕

栖守：栖，安居；栖守，固守。

依阿：指缺乏独立人格，凡事附从他人。《通鉴》：“苟求便身，率以依阿两可。注：‘依阿，谓不特立其说也。’”

达人：指智慧高超、胸襟开阔、眼光远大的人。

物外之物：物质以外的东西，指精神生活或道德修养。

身后之身：身后，死后；身后之身，指死后的名誉。

勿取：不要得到。

〔译文〕

一个坚守道德规范的人，固然不免会遭受一时的冷落；但那些依附权势的人，却会遭受永久的凄凉。

大凡一个胸襟开阔的人，都能重视物质利益以外的精神价值，并且能够虑及身后的名誉问题，故而他们宁愿承受一时的

冷落，也不愿遭受永久的凄凉。

2

涉世浅，点染亦浅；历事深，机械亦深。

故君子与其练达，不若朴鲁；与其曲谨，不若疏狂。

〔注释〕

涉世：经历世事。《晋书·孔衍传》：“博学不及衍，涉世声誉过之。”

点染：本为点缀景物、渲染色彩，此指玷污之意。杜甫：“反复归圣朝，点染无涤荡。”

机械：本为器物，此喻机诈。《庄子·天地篇》：“有机械者，必有机事。”《淮南子》：“故机械之心藏于胸中。”

练达：指对世事洞察通达。《后汉书·胡广传》：“广为太傅，年八十而心力犹壮，练达事理。”

朴鲁：憨厚、老实。苏轼《议学校贡学校》：“其余皆朴鲁不能传也。”

曲谨：拘泥小节，谨慎小心。《宋史·李纲传》：“平居无事，小廉曲谨，似可无过。”

疏狂：疏，疏放；狂，豪迈。疏狂，放荡不羁，不拘细节。白居易：“疏狂属年少。”

〔译文〕

一个刚踏入社会的人阅历虽然短浅，但所受社会不良影响也较少；一个饱经事故的人固然阅历深广，但其阴谋诡计等恶习也随之增加。

所以一个正人君子，与其圆滑世故，不如诚实淳朴；与其

谨慎小心，不如豁达大度。

3

君子之心事，天青日白，不可使人不知；
君子之才华，玉韞珠藏，不可使人易知。

〔注释〕

才华：表现于外的才智。《颜氏家训》：“才华不为妻子所容。”李白：“复羡二龙去，才华冠世雄。”

玉韞珠藏：珍藏珠宝。陆机《文赋》：“石韞玉而山晖，水怀珠而川媚。”

〔译文〕

一个正人君子，其心地如青天白日一样光明正大，没有不可告人之事。

一个正人君子，真才学像珍珠美玉一般深藏不露，不可轻易让人知道。

4

势利纷华，不近者为洁，近之而不染者尤洁。

智械机巧，不知者为高，知之而不用者为尤高。

〔注释〕

势利：权势、利益。《史记·武安侯传》：“天下吏士趋势利者皆去。”《汉书·张耳陈余传》：“势利之交，古人羞之。”

纷华：本为景色繁缛，此指富丽堂皇。《史记·礼书》：“出见纷华盛丽而说，入闻夫子之道而乐。”

智械机巧：智械，智慧性活动；机巧，机灵乖巧。智械机巧，泛指运用才智。

〔译文〕

权势利益，纷繁华丽，不接近的人为清白，接而不染的人更清白。

权术计谋，奇技淫巧，不知道的人为高明，知而不用的人更高明。

5

耳中常闻逆耳之言，心中常有拂心之事，才是进德修行的砥石。

若言言悦耳，事事快心，便把此生埋在鸩毒中矣。

〔注释〕

逆耳：对人说忠贞之言，使人听不高兴的话。《家语·六本》：“良药苦口而利于病，忠言逆耳而利于行。”

拂心：拂，拂逆，违逆。拂心，不称心。

砥石：一种磨石，粗石叫砺，细石叫砥；砥石，此指磨炼。

鸩毒：鸩，鸟名，羽有毒，泡入酒中可成毒药，即所谓鸩酒。鸩毒，指烈性毒药。王逸《离骚注》：“鸩羽有毒，可杀人。”

〔译文〕

一个人的耳朵如果能经常听些不中听的话，心里经常想些不如意的事，这才是敦品进德有益身心的砺炼。

如果每句话都好听，每件事都称心，那就等于把自己葬送在毒药中了。

6

疾风怒雨，禽鸟戚戚；霁日光风，草木欣欣。

可见天地不可一日无和气，人心不可一日无喜神。

〔注释〕

戚戚：忧虑害怕的样子。《论语·述而篇》：“君子坦荡荡，小人长戚戚。”

霁日光风：晴朗的天气，月下的清风。

欣欣：形容草木茂盛。陶渊明《归去来辞》：“木欣欣以向荣。”

和气：本指和蔼可亲，此指和平气象。

喜神：指快乐的神情。

〔译文〕

在狂风暴雨的气候中，连飞禽都感到哀伤忧虑；当晴空万里的日子里，连草木也呈现欣欣向荣。

由此可见，天地不可一日无祥和之气，人心不可一日无欣喜之情。

醲肥辛甘非真味，真味只是淡；神奇卓异非至人，至人只是常。

〔注释〕

醲肥：醲，醇酒；肥，美食。《淮南子·主术篇》：“肥醲甘脆，非不美也；然民有糟糠菽粟不接于口者，则明主弗甘也。”

真味：本为真正可口的味道，此喻人的自然本性。

神奇：指才能智慧超越常人。《孟子·忠心》：“圣而不可知之谓神”；《形音义大辞典》：“玄而不可思义之谓奇。”

卓异：聪明才智与众不同。《汉书·宣帝纪》：“思惠卓异。”

至人：修养达到极至的人。《庄子·逍遥游》：“至人是无己，神人无功，圣人是无名。”

〔译文〕

美酒佳肴、大鱼大肉不是真正的美味，真正的美味是粗茶淡饭。

称奇立异、超凡绝俗的人，不算真正的伟人，真正的伟人是平凡无奇。

天地寂然不动，而气机无息稍停；日月昼夜奔驰，而贞明万古不易。

故君子闲时要有吃紧的心思，忙处要有悠闲的趣味。

〔注释〕

寂然：宁静的意思。白居易《偶作诗》：“寂然无他念，但对一炉香。”

气机：气，指阴阳之气；机，指宇宙运动。气机，指天地运转。

昼夜：终夜的意思。

贞明：贞，贞操，比喻坚守不渝；明，光明，比喻光明磊落。贞明，此指光辉永恒。

吃紧：紧急的意思。《朱子全书·治道》：“系人性命处，须吃紧思量。”

〔译文〕

天地好象一动不动，其实天地的活动时刻不停；日月昼夜都在不断地运转，然而日月的光明永恒不变。

所以一个明智的君子，应该效法自然。闲暇时心中要有打算，以便因应意想不到的变化；忙碌时作到忙里偷闲，享受一点生活的乐趣。

9

夜深人静独坐观心，始觉妄穷而真独露，
每于此中得大机趣。

即觉真现而妄难逃，又于此中得大惭愧。

〔注释〕

观心：佛家语，指自我反省。《辞海》：“观察心性谓之观心。”

妄穷：妄，妄念；穷，穷尽。妄穷，妄念全失而反朴归真。

机趣：指生活的真正乐趣。

大惭愧：很羞愧。

〔译文〕

每当夜深人静万籁俱寂时，自己独坐庭院观察自己的内心，才会感到妄念全消而真心流露。

当此之际，皓月当空，觉得精神十分舒畅，自在之机油然而生。

假如这种心境能够常在该有多好，然而欲念偏偏难消，于是感觉羞愧不安。

10

恩里由来生害，故快意时须早回首；败后或反成功，故拂心处莫便放手。

〔注释〕

恩里：蒙受他人恩惠的意思。

拂心：不能随心所欲，违背自己的意愿。

〔译文〕

被当权者施恩重用往往会招来祸患，所以从政不可贪恋权位，应该见好就收，急流勇退，明哲保身。

不过万一遭受挫败，反而会使人走向成功。因此遭受意外打击，不可就此罢休而不再继续奋斗。

11

藟口莛肠者，多冰清玉洁；袞衣玉食者，甘婢膝奴颜。

盖志以淡泊明，而节从肥甘丧也。

〔注释〕

藁口苧肠：藁，菜名；苧，植物。藁口苧肠，指粗茶淡饭。曹植《七启》：“余甘藁藿未暇此食也。良注：‘藁藿贱菜，布衣之所食’。”

冰清玉洁：形容品德象冰一样清明透澈，象玉一样纯洁无瑕。《新论·妄瑕》：“伯夷叔齐冰清玉洁。”

衮衣玉食：衮衣，古代帝王所穿的龙服，此指华服。《诗经·豳风》：“衮衣绣裳。传：衮衣，龙衣也。”玉食，指山珍海味等美食。《书经·洪范》：“惟辟玉食。传：‘言惟君得专威，服当美食，臣无有作福作威玉食’。”

婢膝奴颜：即奴颜婢膝，指自甘堕落而无骨气。

淡泊：清静无为的生活境界。《汉书·叙传》：“清虑淡泊，归之自然。”

〔译文〕

忍受粗茶淡饭的人，操守多半都象冰一般清纯玉一般洁白；讲求衣衫华美的人，多半甘愿作出卑躬屈膝的奴才面孔。

一个人的志气往往在清心寡欲中表现出来，而一个人的节操常常在贪图享受中丧失殆尽。

12

面前的田地要放得宽，使人无不平之叹；
身后的惠泽要流得久，使人有不匮之思。

〔注释〕

不平之叹：对事有不平之感时发出的怨言。

不匱之思：指綿長的思念。

〔譯文〕

待人處事要寬厚些，因為如此才不致使人有不平的牢騷。
身后的恩澤要流傳久遠些，因為如此才會使人永遠懷念。

13

徑路窄處，留一步與人行；滋味濃時，減三分讓人嘗。

此是涉世一極安樂法。

〔注釋〕

徑路：小路。《論語·雍也》：“有淡台滅明者，行不由徑。”
注：‘徑，小路也’。”

極安樂法：此指處世得到安樂的方法。

〔譯文〕

在狹窄的路上行進，要留一點让别人走；有美味可口的飯菜，要留三分给别人嘗。

這就是一個人立身處世的安全之法。

14

作人無甚高遠事業，擺脫得俗情便入名流。

為學無甚增益功夫，減除得物累便超聖境。

〔注释〕

俗情：世俗之情。

物累：外物的牵累，指物欲干扰。

圣境：至高的境界。

〔译文〕

要想成为一个会作人的人，不必懂得多么高深的道理，只要能摆脱世俗就可跻身名流。

要想学到高深的学问，并没有什么特别的秘诀，只要能排除物欲就可超凡入圣。

15

交友须带三分侠气，作人要存一点素心。

〔注释〕

素心：指纯洁善良之心。颜延之《陶徵士诔》：“弱不好异，长安素心。注：‘素，无饰也。’”陶渊明《归田园居》：“素心正如此，无径望三益。”

〔译文〕

结交朋友须有拔刀相助的侠义精神，为人处事要存一颗纯洁善良的赤子之心。

16

宠利勿居人前，德业勿落人后，受享勿踰分外，修为勿减分中。

〔注释〕

宠利：重视金钱。

德业：德行和事业。

修为：修，涵养；为，学习。

分中：指自己力所能及的范围之内。

〔译文〕

追求名利时，不要抢在他人之先；进德修业时，不要落在他人之后；享受物质生活时，不要超越自己的身份地位；修养品德时，不要达不到应达的标准。

17

处世让一步为高，退步即进步的张本；待人宽一分是福，利人实利己的根基。

〔注释〕

处世：此指作人。

张本：根本。

〔译文〕

为人处事以遇事让人一步的态度为高明，因为让一步就等于为进一步留下了余地。

而待人接物以抱宽厚态度为幸福，因为给人家方便就是给自己方便打下了基础。

18

盖世功劳，当不得一个矜字；弥天罪过，当不得一个悔字。

〔注释〕

矜：自以为了不起。《南史·邓绍叔传》：“性颇矜躁，以权势自居。”

弥天：滔天之意。《阴符经》：“卷藏于心，隐于神，施之弥于天，给于地。”

〔译文〕

即使有超过世人的丰功伟绩，也承受不了一个骄矜的“矜”字所起的反效果的抵消。

即使犯了滔天大罪，只要能作到一个懊悔的“悔”字就能赎回以前的过错。

19

完名美节，不宜独任，分些与人可以远害全身。

辱行污名，不宜全推，引些归己可以韬光养德。

〔注释〕

远害全身：远离灾害保全其身，也就是明哲保身的意思。

韬光：韬，本义是剑鞘，引申为掩藏。韬光，掩藏自己的才华。萧统《陶靖节集序》：“圣人韬光，贤人遁世。”

修德：修养品德。诸葛亮《诫子书》：“君子之行，以静养身，以俭养德。”

〔译文〕

不论如何完美的名誉和节操，也不要一人独占，必须分一些给旁人；只有如此，才不会惹起他人怨恨招来灾害而保全生