



无障碍·读国学
W UZHANGAI DUGUOXUE

无障碍读 菜根谭

【明】洪应明◎编著

吉林出版集团有限责任公司





W 无障碍·读国学
UZHANGAI DUGUOXUE



无障碍·读 菜根谭

【明】洪应明◎编著

吉林出版集团有限责任公司



图书在版编目(CIP)数据

菜根谭 / (明) 洪应明编著 ; 《无障碍读国学》丛书编委会主编. — 长春 : 吉林出版集团有限责任公司, 2011. 5

(无障碍读国学)

ISBN 978-7-5463-5166-7

I. ①菜… II. ①洪… ②无… III. ①个人-修养-中国-明代 IV. ①B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 070893 号

无障碍读国学 菜根谭

编 著 (明)洪应明
主 编 《无障碍读国学》丛书编委会
出 版 人 毛文凤
责任编辑 陈 璇
责任校对 周 娟 刘修文
封面设计 揽胜视觉
开 本 787mm×1092mm 1/16
字 数 230 千字
印 张 16
版 次 2011 年 5 月第 1 版
印 次 2011 年 5 月第 1 次印刷

出 版 吉林出版集团有限责任公司
(长春市人民大街 4646 号 邮编:130021)
发 行 江苏可一出版物发行集团有限公司
(南京市山西路 67 号世贸中心 4 楼 邮编:210009)
电 话 总编办:0431-85600386
市场部:025-66989810
网 址 www.keyigroup.com
印 刷 肥城新华印刷有限公司

ISBN 978-7-5463-5166-7 定价:17.80 元

版权所有 侵权必究 举报电话:025-66989810

前言

随着人们对传统文化认识的加深，国学越来越被人们所重视，国学在国内掀起了新一轮的中国风。国学著作甚多，如果我们要想快速、高效地学习国学，那么我们应该读哪些国学经典呢？选择之后又如何来读呢？

针对于此，我们编辑策划了《无障碍读国学》这套丛书。本丛书精选了20本、三十多部名气最大、影响最广、价值最高的国学图书作品，旨在重现国学经典之作的原有风貌。《无障碍读国学》是一套真正意义上的无障碍阅读丛书，我们在图书中设置了原文、译文、注释、评析四个板块，真正体现

原文

- ◎精选当今最受欢迎的20本国学经典
- ◎篇篇精彩，字字珠玑

译文

- ◎原汁原味表达原文内涵
- ◎忠于原文，辅助读者阅读

【原文】

夫以子之不遇时，苟（假如）慕义强（努力做到）仁者，皆爱惜焉。矧（shén，况且）燕、赵之士，出乎其性者哉！然吾尝闻风俗与化移易，吾恶（wù，怎么）知其今不异于古所云邪？聊（且）以吾子（对人亲昵的称呼，此处指董仲舒）之行卜之也。董生勉乎哉！

【译文】

像您这样没有好机遇，即使一般仰慕正义、力行仁道的人都会同情爱惜您。何况燕、赵一带的豪杰之士，他们行侠仗义是出于本性的呢！然而我曾听说过，社会风俗习惯是随着教化而转变的，我哪里知道那边现在的社会风俗和古代所说的不会有不同呢？姑且以您此行作为一番测验吧。董生努力吧！

【原文】

吾因之有所感矣。为我吊望诸君（即乐毅）之墓，而观于其市，复有昔时屠狗者（指高渐离，此处泛指不得志之士）乎？为我谢曰：“明天子（圣明的天子）在上，可以出而仕（古代称做官叫仕）矣！”

【译文】

我因此有所感触。请您替我凭吊一下望诸君乐毅的坟墓，并且到那里的集市去看一看，还有从前的“屠狗者”高渐离一类的豪杰人物，好吗？替我向他们致意说：“圣明天子在上面当政，可以出来做官为国家效力了！”

【评析】

董仲舒，寿州安丰（今安徽寿县西南）人，与韩愈友谊甚厚。大约在唐宪宗元和年间（公元806年—820年），董生屡次在京参加进士考试不第，准备去河北投靠藩镇割据势力，可能投奔魏博节度使田季安。当时藩镇正在揽人才，增强实力，用以对抗朝廷。而失意的人士多奔向那里，谋求个人出路。韩愈是个爱惜人才的人，他坚决维护国家的统一，反对封建割据势力，对董仲舒的屡考不第颇为同情，并深抱不平。但对他投往河北的割据势力，又很不赞成，并深感惋惜。因而文中勉励董仲舒到河北去考

文中注释

- ◎解除查找之苦顺畅阅读
- ◎及时明了，随看随懂
- ◎高效阅读，实现阅读无障碍

评析

- ◎评析切入要点，准确到位
- ◎观点时尚新颖，紧扣主题
- ◎言语通俗易懂，方便阅读

无障碍之处就是我们的注释部分、译文部分和评析部分。注释部分，国学著作的原文多为文言文，注释显得尤为重要。我们一改传统国学图书把注释放在图书底角或者文章结尾处的习惯，而是更科学地把注释放在了文中，这样读者在阅读中发现生僻字或者不懂的词语时，能在第一时间看到生僻字或者词语的读音及含义，不必再去底角或者文章结尾处查找，这样就能保持阅读的连贯性，不用担心因为反复查找生僻字、词而对阅读失去兴趣，实现阅读无障碍。译文部分，为了方便阅读，我们把译文部分分成若干段落，每一段原文后都有一段译文跟随，目的是让读者在读完原文后第一时间看到译文。同时，读者需要看到的是原汁原味的译文，而不是变了味的译文。按此原则，为了更好、更准确地表达原文，我们在译文部分力争完全忠于原文，原汁原味地表达原文。评析部分，国学著作多为文言文，一些语句晦涩难懂，即使有译文和注释，如果不放在特定的环境里，读者也很难读懂，更不要说理解里面的内涵和哲学思想了。为此，我们在文章的结尾处加上了评析环节，原因有二：一是把读者们不能理解的、晦涩的语句置于特定的环境里，细细揉碎，慢慢说来，从而加深读者印象；二是把文中的一些观点主张提升到一定的高度，从社会、政治、哲学等方面进行剖析，方便读者阅读和思考。

国学是中华五千年文明的结晶，是中华民族生生不息、国脉传承的精神纽带，是中华民族面临严峻挑战以及面对各种复杂环境屹立不倒、历经劫难而百折不挠的力量源泉。作为每一个中国人都应该学习国学、宣扬国学，这是我们每一个中国人的责任也是义务。

最后，希望本套丛书能够带领读者重温古文化之旅，感悟国学经典的博大精深，从国学经典中汲取知识，获得文化熏陶。

| 目 录 |

修身励志篇

金玉人品 烈火中炼 / 1

昨日之非不可留 今日之是不可执 / 2

时时检点 学问真谛 / 2

念虑只差毫厘 人品直判天渊 / 3

是非邪正不可迁就 利害得失不可分明 / 4

淡泊之守须过浓艳 镇定之操须经纷纭 / 4

持身如泰山九鼎 应事若流水落花 / 5

完得心之本 尽得世之道 / 6

面上扫开千层甲 胸中涤去数斗尘 / 6

和气致祥 喜神多瑞 / 7

为万物立命 为天地立心 / 8

欺人愧赧 失志晚悲 / 8

枕席上参勘心体 饮食中谙练世味 / 9

临小事如临大敌 坐密室若坐通衢 / 10

闲中先检点 静里密操持 / 10

一念常惺避弓矢 纤尘不染解天罗 / 11

浓夭淡久 大器晚成 / 11

祸起玩忽之人 功败细微之事 / 12
 持身涉世 不可随境而迁 / 13
 世人以心愜处为乐 达士以心拂处为乐 / 13
 不作垢业 不立芳名 / 14
 风息时休起浪 岸到处便离船 / 15
 肝肠煦若春风 气骨清如秋水 / 15
 市恩不如报德之为厚 / 16
 心事天青日白 才华玉韞珠藏 / 17
 忙于闲暇之时 放于收摄之后 / 17
 贫贱所难 难在用心 / 18
 心体澄澈 天下无可厌之事 / 19
 宁以风霜自挟 毋以鱼鸟亲人 / 19
 做人要脱俗 不存矫俗之心 / 20
 梦里悬金佩玉 睡虽真觉后假 / 21
 密则神气拘逼 疏则天真烂漫 / 21
 事事用意意反轻 事事忘情情反重 / 22
 至人常若无若虚 盛德多不矜不伐 / 22
 翠竹淡雅 红莲清幽 / 24
 花逞春光 催归尘土 / 24
 老鹤虽饥 饮啄犹闲 / 25
 厚德以积福 修道以解困 / 25
 顺境不足喜 逆境不足忧 / 26
 困苦穷乏 锻炼身心 / 27
 节义来自暗室漏屋 经纶纛出临深履薄 / 28
 金须百炼 矢不轻发 / 28
 坎坷世道 耐而撑持 / 29
 平居息欲调身 临大节则达生委命 / 30
 学贵有恒 道在悟真 / 31
 谢豹覆面 犹知自愧 / 31
 外伤易医 心障难除 / 32

- 意见害心 聪明障道 / 33
- 骄矜无功 忏悔灭罪 / 33
- 居安思危 处乱思治 / 34
- 一念贪私 万劫不复 / 35
- 习伪智矫性循时 至人所弗为也 / 36
- 事上敬谨待下宽仁 / 36
- 已响其利者 柳跖之腹心 / 37
- 为生民立命 为子孙造福 / 37
- 抗心希古 雄节迈伦 / 38
- 去声华名利 做正人君子 / 39
- 居官无私 居乡有情 / 39
- 涉境之心须 防流宕之忘归 / 40
- 闲时吃紧 忙里悠闲 / 41
- 天道忌盈 卦终未济 / 41
- 做事勿太苦 待人勿太枯 / 42
- 原其初心 观其末路 / 43
- 执拗者福轻 操切者寿夭 / 44
- 苦中有乐 乐中有苦 / 44
- 抱身心之忧 耽风月之趣 / 45
- 居安思危 天亦无法 / 46
- 尘许旃檀彻底香 毫端鸩血同体毒 / 47
- 多喜养福 去杀远祸 / 47
- 持盈履满 君子兢兢 / 48
- 大处着眼 小处着手 / 49
- 忙里偷闲 闹中取静 / 49
- 盛极必衰 剥极必复 / 50
- 震聋启聩 临深履薄 / 51
- 功过不容少混 恩仇不可过明 / 52
- 立得脚定 回得头早 / 53
- 应以德御才 勿恃才败德 / 53

居安思危 处进思退 / 54
一念一行 都宜慎重 / 55
德在人先 利居人后 / 55
陆鱼不忘濡沫 笼鸟不忘理翰 / 56
动静合宜 道之真体 / 57
降魔先降自心 驭横先驭此气 / 57
心无其心 物本一物 / 58
谦虚受益 满盈招损 / 59
养天地正气 法古今完人 / 60
不着色相 不留声影 / 60
君子德行 其道中庸 / 61
诸恶莫作 众善奉行 / 62
不轻诺不生嗔 不多事不倦怠 / 63
长袖善舞，多钱能贾 漫衙附魄之伎俩 / 63
乐贵真趣 景不在远 / 64
善操身心 收放自如 / 65
为奇不为异 求清不求激 / 65
持身不可轻 用意不可重 / 66
伸张正气 消杀安心 / 67
莫认偶尔之效 勿以暂时之拙 / 68
清冷凉薄 和气福厚 / 68
羨达人旷 笑俗士迷 / 69
人生重结果 种田看收成 / 70
推己及人 方便法门 / 71
世态变化无极 万事必须达观 / 71
竞处而复竞时 才是有根学问 / 72
只畏伪君子 不怕真小人 / 73
机动者杯弓蛇影 念息者触处真机 / 73
饱谙世味慵开眼 会尽人情只点头 / 74
放下屠刀 立地成佛 / 75

- 君子之心 雨过天晴 / 76
 过俭者吝嗇 过让者卑曲 / 76
 量宽福厚 器小禄薄 / 77
 勿为欲情所系 便与本体相合 / 78
 趋炎附势 人情之常 / 79
 人乃大地之缩图 天地乃人之父母 / 79
 善人和气 凶人杀机 / 80
 天福无欲之贞士 而祸避祸之人 / 81
 晴空可翔 莫学飞蛾 / 82
 喜忧相生 顺逆一视 / 83
 乐心在苦处 苦尽方甘来 / 83
 以失意之思 制得意之念 / 84
 过而不留 空而不著 / 85
 功名一时 气节千载 / 86
 执著是苦海 解脱是仙乡 / 86
 烦恼由我起 嗜好自心生 / 87
 人生一傀儡 自控便超然 / 88

求学悟道篇

- 难处做功夫 苦中得学问 / 90
 堵塞物欲路 放下尘俗肩 / 90
 此处除不净 石去草复生 / 91
 适志恬愉 养吾圆机 / 91
 弃尽虚名 才见真体 / 92
 一错百行非 无悔万善全 / 93
 事理自悟 意兴自得 / 93
 淡中知真味 常里识至人 / 94
 谙尽世中滋味 领得世外风光 / 95
 炎凉无嗔喜 浓淡无欣厌 / 96
 救既败之事者 如驭临崖之马 / 96

刚强终不胜柔弱 偏执岂能及圆融 / 97
 伺察乃懵懂之根 朦胧正聪明之窟 / 98
 静中观心 真妄毕见 / 98
 识吾真面目 方可摆脱得幻乾坤 / 99
 会心不在远 得趣不在多 / 99
 智小者不可以谋大 趣卑者不可以谈高 / 100
 古人闲适处 今人忙一生 / 101
 秋虫春鸟共畅天机 老树新花同含生意 / 101
 迷真逐妄 自设坎坷 / 102
 贫士肯济人 闹场能学道 / 102
 福善不在杳冥 祸淫不在幽渺 / 103
 木落草枯觅消息 才是乾坤之橐钥 / 103
 苦乐无二境 迷悟非两心 / 104
 日月笼中鸟 乾坤水上沤 / 105
 蓬茅下诵诗读书 日日与圣贤晤语 / 106
 烹茶听瓶声 炉内识真理 / 106
 芳菲园院看蜂忙 寂寞衡茅观燕寝 / 107
 磨练福久 参勘知真 / 107
 诚可感动天地 伪则形影自愧 / 108
 处逆境时比于下 心怠荒时思于上 / 109
 伏久者飞高 开先者谢早 / 110
 穷理尽妙 进道忘劳 / 110
 生生之意 天地本心 / 111
 花鸟尚绘春 人生莫虚度 / 112
 恶人读书 适以济恶 / 112
 性天未枯 机神宜触 / 113
 读心中之名文 听本真之妙曲 / 114
 勿妄自菲薄 勿自夸自傲 / 115
 理寂事寂 心空境空 / 116
 若要功夫深 铁杵磨成针 / 116

- 理出于易 道不在远 / 117
- 观形不如观心 神用胜过迹用 / 118
- 诗思野兴 出于自然 / 119
- 宽严得宜 勿偏一方 / 119
- 修德须忘功名 读书定要深心 / 120
- 居官爱民 立业种德 / 121
- 胸次玲珑 触物会心 / 122
- 拙意无限 巧象含衰 / 122
- 道者应有木石心 名相须有云水趣 / 123
- 手舞足蹈 心融神洽 / 124
- 躁极则昏 静极则明 / 125
- 花开则谢 人事惧满 / 125
- 处喧见寂 出有入无 / 126
- 宁静淡泊 观心之道 / 127
- 息心见性 了意明心 / 128
- 不能养德 终归末节 / 128
- 了心悟性 俗即是僧 / 129
- 修行宜绝迹于尘寰 悟道当涉足于世俗 / 130
- 了身外事 参心中禅 / 131
- 减省便可超脱 求增桎梏此生 / 131
- 悟得真趣 匹俦嵇阮 / 132
- 去得吾心冰炭 便生满腔和气 / 133
- 清静之门 淫邪渊藪 / 134
- 真伪之道 只在一念 / 134
- 自然鸣佩 最上文章 / 135
- 幽人自适 不着泥迹 / 136
- 短暂人生 何争名利 / 137
- 广狭长短 由于心念 / 137
- 以我转物 逍遥自在 / 138
- 雌雄妍丑 一时假象 / 139

世路茫茫 随遇而安 / 140
 静中见真境 淡处识本心 / 140
 省事为适 无能全真 / 141
 夜钟醒迷梦 观影见本真 / 142
 嗜欲天机 尘情理境 / 143
 山间花鸟 更显天趣 / 143
 识乾坤自在 知物我两忘 / 144
 超脱物累 乐于天机 / 145
 闲看庭前花 漫随天外云 / 146
 福为祸本 生为死因 / 146
 任幻形凋谢 识自性真如 / 147

交际处世篇

为师当为洪炉化铁 为友当为巨海纳污 / 149
 无背后之毁 无久处之厌 / 150
 交友者难亲于始 御事者拙守于前 / 150
 宁以刚方见惮 毋以媚悦取容 / 151
 意气与天下相期 肝胆与天下相照 / 152
 几句清冷言语 扫除无限杀机 / 152
 君子严如介石 小人滑如脂膏 / 153
 望重缙绅 怎似寒微之颂德 / 154
 抱朴守拙 涉世之道 / 155
 糟糠不为彘肥 锦绮岂因牺贵 / 155
 眼前放得宽大 死后恩泽悠久 / 156
 让名远害 归咎养德 / 157
 知退一步之法 加让三分之功 / 157
 不流于浓艳 不陷于枯寂 / 158
 厚德载物 雅量容人 / 159
 操履不可少变 锋芒不可太露 / 160
 藏巧于拙 寓清于浊 / 161

- 春风育物 朔雪杀生 / 161
- 恶不可即就 善不可即亲 / 162
- 出世在涉世 了心在尽心 / 163
- 在世出世 真空不空 / 164
- 勿仇小人 勿媚君子 / 164
- 世界之广狭 皆由于自造 / 165
- 非分之福勿信 无故之获慎取 / 166
- 须冷眼观物 勿轻动刚肠 / 167
- 庸德庸行 平安和顺 / 167
- 谗毁如寸云 媚阿似隙风 / 168
- 侠义交友 真心做人 / 169
- 退即是进 与即是得 / 169
- 无求之施斗粟万钟 有求之施百镒无功 / 170
- 德怨两忘 恩仇俱泯 / 171
- 直躬不畏人忌 无恶不惧人毁 / 172
- 毋以短攻短 毋以顽济顽 / 172
- 对阴险者勿推心 遇高傲者勿多口 / 173
- 亲善防谗 除恶守密 / 174
- 刻则失善人 滥则招恶友 / 175
- 戒高绝之行 忌褊急之衷 / 175
- 诚心和气陶冶暴恶 名义气节激砺邪曲 / 176
- 愈旧宜愈新 愈隐当愈显 / 177
- 藏才隐智 任重致远 / 178
- 无过便是功 无怨便是德 / 178
- 立身要高一步 处世须退一步 / 179
- 虚圆立业 债事失机 / 180
- 人能诚心和气 胜于调息观心 / 180
- 春风解冻 和气消冰 / 181
- 从容处家族之变 剀切规朋友之失 / 182
- 谨言慎行 君子之道 / 183

功过评议篇

- 贪得者虽富亦贫 知足者虽贫亦富 / 184
- 弄权一时 凄凉万古 / 185
- 君子不能灭情 唯事平情而已 / 185
- 勿恕以适己 勿忍以制人 / 186
- 福从灭处观究竟 贫从起处究由来 / 187
- 急回贪恋之首 猛舒愁苦之眉 / 188
- 常思林下之风味 常念泉下之光景 / 188
- 费千金结纳贤豪 孰若济饥饿之人 / 189
- 大烈鸿猷 常出悠闲镇定之士 / 190
- 美女不尚铅华 禅师不落空寂 / 190
- 浓艳损志 淡泊全真 / 191
- 贪心胜者 逐兽不见泰山在前 / 191
- 车争险道 败处噬脐 / 192
- 富贵是无情之物 贫贱是耐久之交 / 193
- 欲字所累 听人羁络 / 194
- 烹白雪清冰 熬天上液髓 / 195
- 炮凤烹龙 与齏蔬无异 / 195
- 想到白骨黄泉 壮士肝肠自冷 / 196
- 脱俗成名 超凡入圣 / 197
- 欲路上勿染指 理路上勿退步 / 197
- 轩冕客志在林泉 山林士胸怀廊庙 / 198
- 多种功德 勿贪权位 / 199
- 勿犯公论 勿陷权门 / 200
- 淡泊名利 自适其性 / 200
- 不希荣达 不畏权势 / 201
- 浓不胜淡 俗不如雅 / 202
- 明世相之本体 负天下之重任 / 203
- 操持严明 守正不阿 / 204

- 正气路广 欲情道狭 / 204
 富贵多炎凉 骨肉多妒忌 / 205
 留正气还天地 遗清名在乾坤 / 206
 山居清洒 入尘赘旒 / 207
 超越天地之外 不入名利之中 / 208
 天全欲淡 方为直境 / 208
 艳是幻境 枯见真吾 / 209
 文华不如简素 谈今不如述古 / 210
 恬淡适己 身心自在 / 211
 心地能平稳安静 触处皆青山绿水 / 212
 福祸苦乐 一念之差 / 212
 乐苦者苦日深 苦乐者乐日化 / 213
 若为驹倏 生不如死 / 214
 机息风月到 心达远凡尘 / 214
 拔除名根 驱散客气 / 215
 人生无望 必堕顽空 / 216
 有浮云风 无耽酒嗜 / 217
 澹泊明志 肥甘丧节 / 217
 富者应多施舍 智者宜不炫耀 / 218
 雨余山秀 夜静钟清 / 219
 冷眼视之 冷情当之 / 220
 人有贵贱 心无二致 / 220
 有识有力 魔鬼无踪 / 221
 存道心 消幻业 / 222
 猛兽易伏 人心难制 / 223
 生于自然 勿为世染 / 224
 好利者害显而浅 好名者害隐而深 / 224
 见外境而迷者卑 见内境而悟者高 / 225
 守正安分 远祸之道 / 226
 人情冷暖 世态炎凉 / 226

得冲和之气 识淡泊之真 / 227
人能放得心下 即可入圣超凡 / 228
萼叶徒荣 玉帛无益 / 228
隐者高明 省事平安 / 229
世间原无绝对 安乐只是寻常 / 230
心无物欲 坐有琴书 / 231
浮生可见 妙本难穷 / 231
万钟一发 只在寸心 / 232
盛衰何常 强弱安在 / 233
勿恃格兽之能 莫纵染指之欲 / 233
浓处味常短 淡中趣独真 / 234
繁华不及清淡 心动未若神爽 / 235
知哀破尘情 知乐臻圣境 / 235