

国学
精华读本

菜根谭

(明)洪应明◎著

《菜根谭》成书于明代万历年间，三三三多年，广为流传，经久不衰，人们对其评价颇高。作者洪应明，字自诚，号还初道人。《菜根谭》是一本论述修身处世、待人接物处事的格言集，它汇集了儒家的中庸思想、道家的无为思想和佛家的出世思想，它形成了一种在世俗出世的处世方法体系。由于它讲的是人与人、人与物、人与人之间的基本关系，因此流传久远，直到现在仍有颇多启发价值，无论是成功者还是失败者，都能找到自己喜爱的语句。



内蒙古人民出版社

· 国学精华读本 ·

菜根谭

王 勇 选编



内蒙古人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

国学精华读本/刘悦霄编著. —呼和浩特: 内蒙古人民出版社, 2006. 7

ISBN 7 - 204 - 08507 - 8

I. 国... II. 刘... III. 国学—通俗读物
IV. Z125 - 49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 061537 号

国学精华读本

刘悦霄主编

责任编辑 娜 拉

封面设计 襄 平

出版发行 内蒙古人民出版社

地 址 呼和浩特市新城区新华东街祥泰大厦

印 刷 大厂聚鑫印刷有限责任公司

经 销 全国新华书店

开 本 32 开

印 张 100 印张

版 次 2006 年 8 月第一版

印 次 2006 年 8 月第一次印刷

印 数 1—5000

书 号 ISBN 7 - 204 - 08507 - 8/I · 1776

定 价 200 元 (全 20 册)

如出现印装质量问题, 请与我社联系。

联系电话: (0471) 4971562 4971659

前 言

我们伟大的祖国有五千年的文明史。五千年积累的文化中的精华,是千千万万劳动人民智慧的结晶,古典文学有着现代文学不可企及的优势,那就是它极高的文化含量。学习者不仅从中得到全面的知识素养,而且还在潜移默化中养成醇厚的道德人格。毫无疑问,文化经典往往是古代圣贤人的懿行嘉言。面对中国如此博大精深文化,中国人必定要花更多的时间和精力去学习和研究。

为弘扬中华民族传统文化,将中华古典文学珍品介绍给广大读者,我们精选版本,重新整理,博采众家之长,最终编纂成《国学精华读本》系列书籍。

中华古典文学涉及领域广泛,种类繁多,远非我们所能面面俱到地兼收并蓄,所以我们主要收集流传久远并有着广泛群众基础的作品,意在使优秀作品能为当代读者所接受理解。为此我们对作品重新选编、选译、选注。对其中疑难句段做重点注释,突出主题,把最为精华的部分展现给读者。相信《国学精华读本》系列会帮助读者加深对古典作品原著的理解,做到开卷有益。

本系列书的编排定位,以帮助我们达到精读为目地,同时充分考虑到读书兴趣及经济承受能力,对有些典籍的内容,进行了部分删减,从而既注重了古典文学作品的通俗性和普及性,又充分体现了轻松读书、娱乐读书的宗旨。

因我们水平有限,未能使案头工作更上一层楼,不免心存遗憾。但可以欣慰的是我们努力了,见到了成果。相信广大读者能和我们一样,畅游于古典文学珍品的海洋,博览群书,充分享受阅读的乐趣。

目 录

处世为人篇	1
功业成败篇	39
修身养性篇	93
学以致用篇	137
返璞归真篇	153

处世为人篇

1 抱朴守拙 涉世之道

【原文】

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。

【译文】

涉世不深的人，沾染的不良习惯也少；阅历比较丰富的人，权谋奸计也多。所以做一个君子，与其精神老练，熟悉人情世故，不如淳朴天真；与其处处谨小慎微，不如行为狂放，不拘小节。

2 污泥不染 知巧不用

【原文】

势力纷华，不近者为洁，近之而不染者为大洁；智械机巧，不知者为高，知之而不用者为尤高。

【译文】

不接近权势名利的人是高洁的，接受权势名利，却能够不为之动心的人更为高洁；不懂得权谋诡计的人是清高的，懂得权谋诡计却不去用的人更加清高。

3 心事宜明 才华须韫

【原文】

君子之心事，天青日白，不可使人不知；君子之才华，玉韫珠藏，不可使人易知。

【译文】

君子的心事像青天白日一样光明，不能让别人不知道；君子的才华像珠玉一样深藏，不能轻易让人知道。

4 和气致祥 喜神多瑞

【原文】

疾风怒雨，禽鸟戚戚；霁月光风，草木欣欣，可见天地不可一日无和气，人心不可一日无喜神。

【译文】

狂风暴雨的天气会使鸟兽忧伤；晴空万里的日子则使草木充满生机。可见天地之间不能一天没有和平的环境，人的心中不能一天没有愉快的心情。

5 闲时吃紧 忙里悠闲

【原文】

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。

【译文】

天地看起来寂静不动，而内在的变化却没有一刻停止；日月每天都在运行，而它们的光辉却永恒不变。所以君子在清闲时要有应急的准备，繁忙时要有悠闲的情趣。

6 快意回首 拂心莫停

【原文】

恩里由来生害，故快意时须早回头；败后或反成功，故拂心处切莫故手。

【译文】

受到恩宠常常会招致祸害，所以得意的时候要早些回头；失败以后，有时接下去会反而成功，所以不顺心的时候不要輕易放弃。

7 心地放宽 身死恩垂

【原文】

面前的田地要故得宽，使人无不平之叹；身后的惠泽要流得长，使人有不匮之思。

【译文】

为人要心胸开阔，才不会招别人怨恨；死后的恩惠要流传长远，才会赢得人们永远的怀念。

8 路留一步 味让三分

【原文】

路径窄处留一步，与人行；滋味浓的减三分，让人嗜。此是涉世一极乐法。

【译文】

道路狭窄的地方，要留一步，让别人能走过去；味道好吃的东西，要留一些给别人尝。这是处世中取得快乐的最好方法。

9 义侠交友 真心做人

【原文】

交友须带三分侠气，为人要存一点素心。

【译文】

交朋友要带几分豪气，做人要保留一点赤诚之心。

10 退即是进 与就是得

【原文】

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。

【译文】

为人处世让一步是高明的，退让实际上是进步的基础；待人宽厚一点儿是福德，便利别人是便利自己的根基。

11 骄矜无功 忏悔灭罪

【原文】

盖世的功劳，当不得一个矜字；弥天的罪过，当不得一个悔字。

【译文】

一个人即使功高盖世，只要骄傲就会功绩全无；一个人即使犯下弥天大错，只要悔过，就能抵消罪过。

12 让名远害 归咎养德

【原文】

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。

【译文】

完善的名节,不应该独自拥有,要分些给别人,才可以避免祸害;不光彩的名声,不应该全推给别人,自己承担一些,才能隐藏锋芒修养品德。

13 天道忌盈 业不求满

【原文】

事事要留个有余不尽的意思,便造物不能忌我,鬼神不能损我。若业必求满,功必求盈者,不生内变,必招外忧。

【译文】

做每件事都要留有余地,造物主就不会嫉恨我,鬼神也不会伤害我;如果总是追求事业完满,功业完善,即使内部不发生变乱,也一定会招来外在的忧患。

14 责毋太严 教毋过高

【原文】

攻人之恶毋太严,要思其堪受;教人以善毋过高,当使其可从。

【译文】

批评别人的缺点不要太严格,要想想他能不能接受得了;教别人做善事不要要求太高,要能使别人可以做到。

15 无过是功 无怨即德

【原文】

处世不必邀功,无过便是功;与人不要感德,无怨便是德。

【译文】

处世不一定追求有功,无过就是有功;待人不追求让别人感激你的恩德,只要别人不怨恨自己就是有恩德。

16 忧勤勿过 待人勿枯

【原文】

忧勤是美德,太苦则无以适性怡情;淡泊是高风,太枯则无以济人利物。

【译文】

勤劳多思是一种美德,但太辛苦了就无法使性情安适愉悦;淡泊是一种高尚的情操,但枯燥就无法有利于人和事。

17 知退一步 须让三分

【原文】

人情反，世路崎岖。行不去，须知退一步之法；行得去，务加让三分之功。

【译文】

人情反复无常，世上的路崎岖不平。走不通的地方，要知道退一步的道理；行得通的时候，一定要让几分好处给别人。

18 不恶小人 礼待君子

【原文】

待小人不难于严，而难于不恶；待君子不难于恭，而难于有礼。

【译文】

对待小人不难做到严厉，而难的是做到不厌恶他们；对待君子不难做到恭敬，重要的是做得符合礼节。

19 立身要高 处世须让

【原文】

立身不高一步立，如尘里振衣、泥中濯足，如何超达？

处世不退一步处，如飞而蛾投烛、羝羊触藩，如何安乐？

【译文】

修养品德如果不高出别人一步，就像在灰尘里抖衣服，泥水中洗脚，怎么能够超凡脱俗？处世如果不退一步考虑，就像飞蛾扑火，公羊角撞篱笆，怎么能够安乐？

20 方圆处世 宽严待人

【原文】

处治世宜方，处乱世当圆，处叔季之世当方圆并用。待善人宜宽，待恶人当严，待庸众之人宜宽严互存。

【译文】

生活在清明的时代，处世应当正直，生活在战乱的年代，处世应当圆滑，生活在末世，处世应当正直与圆滑两种手段并用。对待好人应当宽厚，对待恶人应当严厉，对待平常的众人应当宽厚严厉都有。

21 忘怨忘过 念功念恩

【原文】

我有功于人不可念，而过则不可不念；人有恩于我不可忘，而怨则不可不忘。

【译文】

我对别人有功，不要记住，有了错却不可以忘记；别人对我有恩不能忘，而对我有私怨，却不能不忘。

22 施而无求 求之无功

【原文】

施恩者，内不见己，外不见人，则斗粟可当万钟之报；利物者，计己之施，责人之报，虽百镒难成一文之功。

【译文】

给别人恩惠的人，自己内心并不在意，也不让人知道，那么即使恩惠不多，别人也会隆重地回报；给别人好处的人计算自己的给予，让别人回报他，即使恩惠很多却没有一点功劳。

23 谦虚受益 满盈招损

【原文】

敝器以满覆，扑满以空全。故君子宁居无不居有，宁处缺不处完。

【译文】

倾斜的容器因为装满而摔倒，储蓄盒因为空无一钱而得以保全。所以君子宁愿处在无的境地，不愿处在有的境