



中国传统文化精华
ZHONGGUOCHUANTONGWENHUAJINGHUA

◆ [精美图文版]



呻吟

s h e n y i n

语

y u



德性以收敛沉着为第一，收敛沉着中，又以精明于易为第一。

含蓄蕴藉 情趣盎然

丰富人生的经典

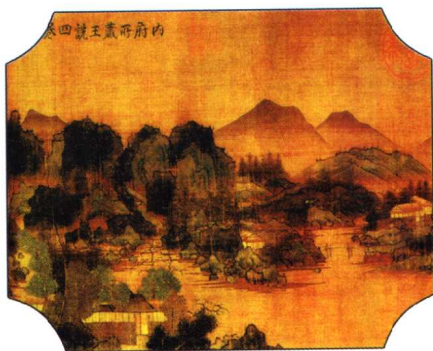
可多得的首选珍品图书

不为外撼，不以物移，而后可以任天下之大事。



哈尔滨出版社

呻吟语



ZHONG GUO CHUAN TONG WEN HUA JING HUA

中国传统文化精华

哈尔滨出版社

图书在版编目(CIP)数据

呻吟语 / 钟雷 主编. — 哈尔滨: 哈尔滨出版社,
2004.5

(中国传统文化精华)

ISBN 7-80699-234-0

I. 呻... II. 钟... III. 人生哲学 - 中国 - 明代 -
青少年读物 IV. B248.92-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 034760 号

主 编: 钟雷
副主编: 韩雪

责任编辑: 姜广宇
封面设计: 稻草人工作室



呻吟语

哈尔滨出版社

哈尔滨市南岗区贵新街 170 号

邮政编码: 150006 电话: 0451-86225161

E-mail: hrbchs@yeah.net

网址: www.hrbchs.com

全国新华书店经销

哈尔滨市工大节能印刷厂印刷

开本 850×1168 毫米 1/32 印张 7 字数 140 千字

2004 年 5 月第 1 版 2004 年 5 月第 1 次印刷

ISBN 7-80699-234-0/B·31

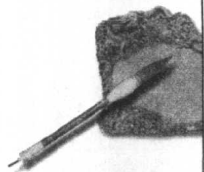
定价: 8.80 元

版权所有, 侵权必究。举报电话: 0451-86225162
本社常年法律顾问: 北京岳成律师事务所黑龙江分所

目
录

性命	(1)
存心	(15)
应务	(61)
养生	(139)
世运	(145)
品藻	(153)
人情	(198)

呻
吟
语



性 命

【原文】

正命者，完却正理，全却初气，未尝以我害之。虽桎梏而死，不害其为正命。若初气凿丧，正理不完，即正寝告终，恐非正命也。

【译文】

能按照正理完成人生使命而死的人，完满地保持了正理，保持了人生之初的元气。正理和元气没有因我而受到损害，这样，虽然被囚禁而死，也可以称做正命。如果最初秉承的元气流失了，正理不完备，即使能寿终正寝，恐怕也不能称做正命。

【原文】

德性以收敛沉着为第一。收敛沉着中，又以精明平易为第一。大段收敛沉着人，怕含糊，怕深险，浅浮子虽光明洞达，非蓄德之器也。

【译文】

德性以收敛沉着为第一，收敛沉着中，又以精明平易为第一。一般来说，收敛沉着的人怕含糊，怕深险。浅浮的人看上去虽

然光明洞达，并非是具有高尚道德的人。

【原文】

或问：“人将死，而见鬼神，真邪、幻邪？”曰：“人寤则为真见。梦则为妄见，魂游而不附体，故随所之而见物。此外妄也。神与心离合而不安定，故随所交而成景。此内妄也。故至人无梦，愚人无梦，无妄念也。人之将死如梦然，魂飞扬而神乱于目，气浮散而邪客于心。故所见皆妄，非真有也。或有将死，而见人拘系者，尤妄也。异端之语，人人骨髓，将死而惧，故常若有见。若死必有召之者，则牛羊蚊蚁之死，果亦有召之者耶？大抵草木之生枯，土石之凝散，人与众动之死生，始终有无，只是一理，更无他说。万一有之，亦怪异也。”

【译文】

有人问：“人将要死亡时，说见到了鬼神，这是真的呢？还是幻觉呢？”我回答说：“人醒着的时候看见的叫真见，梦中见到的是妄见。人将要死时，魂魄飘扬而不附体，魂魄飘扬时见到物，这叫做外妄。神与心分离会合不能安定，心神相交时出现的景象，叫做内妄。因此，道德修养达到最高境界的人没有梦，愚蠢的人没有梦，这是因为他们没有妄念。人将要死时，就如同做梦一样，魂魄飞扬且目光散乱无神，正气浮散且邪气归入内心，因此看见的都是虚妄的，不是实有的。还有将死的人看见有人来拘系他，这就更是虚妄的了。一些歪门邪道神神鬼鬼的话，深深印在人的脑海，将死时感到恐惧，所以好像若有所见。假如死时必然有东西来招的话，那么牛羊蚊蚁的死，果然也有来招的吗？大致说来，草木的生长枯死，土石的凝结散开，人与各种动物的生死、始终、

有无,都是同一个道理,没有其他的说法,即使有的话,也是怪异的说法。”

【原文】

气无终尽之时,形无不毁之理。

【译文】

气无终尽的时候,形体没有不毁灭的道理。

【原文】

真机真味要含蓄,休点破。其妙无穷。不可言谕。所以圣人无言,一犯口颊,穷年说不尽,又离披浇漓,无一些咀嚼处矣。

【译文】

体会到真机和真味要含蓄,不要轻易点破。其中的奥妙是无穷无尽的,不需明说。所以圣人从不夸夸其谈。有的一旦说起来,就没有休止,而且零乱轻浮,没有任何耐人寻味之处。

【原文】

性分不可使亏欠,故其取数也常多。曰穷理,曰尽性,曰达天,曰入神,曰致广大,极高明。情欲不可使赢余,故其取数也常少。曰谨言,曰慎行,曰约己,曰清心,曰节饮食,寡嗜欲。

【译文】

人的本性是不能有缺陷的。因此,它的表现形式通常是多种多样的。所以有穷理、尽性、达天、入神、致广大、极高明的说法。

人的情欲不能过分地扩大,它的表现形式应该有一定的限度,因而应谨言、慎行、约己、清心,少饮食、少嗜欲。

【原文】

深沉厚道是第一等资质。磊落豪雄是第二等资质。聪明才辨,是第三等资质。

【译文】

深沉厚道是第一等天赋,磊落豪放是第二等天赋,聪明灵巧是第三等天赋。

【原文】

六合原是个情世界,故万物以之相苦乐。而至人圣人不与



焉。

【译文】

天地间是一个有感情世界。因而，世上的万事万物都因情而有痛苦和欢乐。然而，那些品德高尚的上人和圣人是包括在外的。

【原文】

凡人光明博大，浑厚含蓄，是天地之气；温煦和平，是阳春之气；宽纵任物，是长夏之气；严凝敛约，喜刑好杀，是秋之气；深藏固啬，是冬之气；暴怒是震雷之气；狂肆是疾风之气；昏惑是霾雾之气；隐恨留连，是积阴之气；从容温润，是和风甘雨之气；聪明洞达，是青天朗月之气。有所钟者，必有所似。

【译文】

人的气质光明博大，深厚含蓄，这是秉承了天地之气；温煦和平，这是秉承了阳春之气；宽容随和，这是秉承了夏天之气；严凝敛约、喜刑好杀，这是秉承了秋天之气；深藏固吝，这是秉承了严冬之气。暴怒是秉承了震雷之气，狂肆是秉承了疾风之气，昏惑是秉承了霾雾之气，隐恨流连是秉承了积阴之气，从容温润是秉承了和风甘雨之气，聪明洞达是秉承了青天朗月之气。秉承了什么气，必然表现出相似的气质。

【原文】

先天之气发泄处，不过毫厘。后天之气扩充之，必极分量。其实分量极处，原是毫厘中有底，若毫厘中，合下原无，便是一些增

不去。万物之形色才情，种种可验也。

【译文】

人先天秉承的气质，可以发扬拓展的不过只有毫厘，但经过后天的修养扩充却能达到至高至上的境地。其实，修养扩充至高至上境地的气质原来就存在那只有毫厘大小的中间，如果毫厘中原来一点也没有，就丝毫也不能增加。万物的形、色、才、情，每个方面都可以验证这个道理。

【原文】

蜗藏于壳，烈日经年而不枯。必有所以不枯者在也。此之谓以神用先天造物命脉处。

【译文】

蜗牛的肉体藏在它的硬壳之中，长年在烈日下暴晒也不会干枯，其中必定有不干枯的原因。这就是天地间造物主在创造万物时的神奇之处。

【原文】

兰以火而香，亦以火而灭。膏以火而明，亦以火而竭。炮以火而声，亦以火而泄。阴者，所以存也；阳者，所以亡也，岂独声色气味然哉！世知郁者之为足，是谓万年之烛。

【译文】

兰香因火的点燃而发出香气，也因火的燃烧而消失；灯油因用火点燃而发光，也因火的燃烧而耗竭；炮因火的点燃而发声，

也因火的点燃而散发。隐忍而不表露就能够存在，表露而不隐藏就要灭亡，哪里只声、色、气、味是这个道理呢！世人知道蕴蓄不发就能永远充实满足，可以称之为万年之烛。

【原文】

火性发扬，水性流动，木性条畅，金性坚刚，土性重厚，其生物也亦然。

【译文】

火的本性是旺盛散发，水的本性是流动变化，木的本性是条理有序，金的本性是坚硬刚直，土的本性是稳重厚实。世间生存的万物，皆是如此。

【原文】

一则见性，两则生情。人未有偶而能静者，物未有偶而无声者。

【译文】

纯一则能见到事物的本性，不纯就会生情。人没有在两人相对时能保持静的状态的，物没有在两物相撞时不发出声音的。

【原文】

声无形色，寄之于器，火无体质，寄之于薪，色无著落，寄之草木。故五行惟火无体而用不穷。

【译文】

声音无形无色，它依靠器物发出声音。火无体无质，它依靠

木柴燃烧。色无着落，它寄之于草木之中。所以金、木、水、火、土五种基本元素，只有火没有形体，因而用之不尽。

【原文】

人之念头，与气血同为消长。四十以前是个进心，识见未定，而敢于有为。四十以后，是个定心，识见既定，而事有酌量。六十以后，是个退心，见识虽真，而精力不振，未必人人皆此，而此其大凡也。古者四十仕，六七十致仕，盖审之矣。人亦有少年退缩不任事，厌厌若泉下人者；亦有衰年，狂躁妄动喜事者，皆非常理。若乃以见事风生之少年为任事，以念头灰冷之衰夫为老成，则误矣。邓禹沉毅，马援矍铄，古诚有之，岂多得哉！

【译文】

人的思想是随着气血的消长而消长的。四十岁以前有奋发进取之心，经验不足，见识不广，但敢想敢干。四十岁以后思想就定型了，见多识广，遇事会三思而后行。到六十岁以后渐渐有消极情绪，虽然经验丰富，认识问题深刻，但却精力不足，力不从心。这是一般情况，并不是每一个人都是这样。古时候，人到四十岁才入仕做官，六七十岁告老辞官归里，就是基于这种情况。也有一些年轻人意志消沉，畏缩不前，如同老年人一样，也有些老年人身体衰弱，性情狂躁，喜动好事，这都是有违常理的。若是看到意气风发的年轻人，就断言他一定能担负重任，或是把什么念头都没有的老人当成是老成持重，那就错了！像邓禹那样既年轻又沉稳，像马援那样虽在暮年，却壮心不已的人，古时候虽然有，但毕竟是少数。

【原文】

命本在天，君子之命在我，小人之命亦在我。君子以義處命，不以其道得之不處，命不足道也。小人以欲犯命，不可得而必欲得之，命不肯受也。但君子謂命在我，得天命之本然。小人謂命在我，幸氣數之或然。是以君子之心常泰，小人之心常勞。

【譯文】

人的命本來是上天注定的，但君子的命在於自己掌握，小人的命也在於自己掌握。君子以義處命，不是用正義的方法得來的就不處，而命的好壞並不放在心上。小人用自己的欲望去違犯上天決定的命運，不能得到的也一定要努力得到，不肯接受上天的決定。但所說的君子的命在於自己掌握，是說他得到的命和上天

呻
吟
語



赋予的是相同的；而所说的小人的命在于自己掌握，是希望上天能偶尔改变原定的命运。因此，君子的内心常常是安定的，小人的内心常常是劳累的。

【原文】

性者，理、气之总名。无不善之理，无皆善之气。论性善者，纯以理言也，论性恶与善恶混者，兼气而言也。故经传言性，各各不同，惟孔子无病。

【译文】

性，是理和气的总称，没有不善的理，也没有全是善的气。说性善，这是单纯从理这方面说的；说性恶或善恶相混，这是从理、气两方面说的。所以儒家的经典和传注谈到性时，见解都不相同，惟有孔子的论述没有毛病。

【原文】

气、习，学者之二障也。仁者与义者相非，礼者与信者相左，皆气质障也。高髻而笑低髻，长裾而讥短袂，皆习见障也。大道明率，天下气质而归之，即不能归，不敢以所偏者病人矣。王制一齐，天下趋向而同之，即不能同，不敢以所丑者病人矣。哀哉！兹谁任之。

【译文】

气质和习见，是学者的两大障碍。仁和义相互抵触，礼和信相互背离，这都是气质形成的障碍。梳高发髻的人讥笑梳两个低发髻的人，穿长衣的人讥笑穿短衣的人，这都是习见造成的障

碍。大道昌明，普天下的气质都会归向大道，即使不能归向，也不能以偏离大道的东西来责备别人。成就王业的制度统一，天下的趋向就能一致，即使不一致，也不能以偏离王制的东西去责备别人。可悲啊！大道昌明、王制统一这样的重任谁来担当呢？

【原文】

父母全而生之，子全而归之，发肤还父母之初，无些毁伤，亲之孝子也。天全而生之，人全而归之。心性还天之初，无些缺欠，天之孝子也。

【译文】

父母生出的儿女是健全的，儿女也应该把头发皮肤健全地还给父母，像当初一样，没有任何毁伤，这是双亲的孝子。上天创造的人，全部交还给上天，心性还天之初，没有任何缺失，这才是天的孝子。

【原文】

虞廷不专言性善，曰：“人心惟危，道心惟微。”或曰：“人心非性。”曰非性可矣，亦是阴阳五行化生否？《六经》不专言性善，曰：“惟皇上帝，降衷下民，厥有恒性。”又曰：“天生蒸民有欲，无主乃乱。”孔子不专言性善，曰：“继之者善也，成之者性也。”又曰：“性相近也”，“惟上智与下愚不移。才说相近，便不是一个。相远从相近起脚。”子思不专言性善，曰：“修道之谓教，性皆善矣，道胡可修？”孟子不专言性善，曰：“声色臭味安佚性也。”或曰：“这性是好性。”曰好性如何，君子不谓。又曰：“动心忍性。”善性岂可忍乎？犬之性，牛之性，岂非性乎？犬牛之性，亦仁义礼

呻
吟
语

智信之性乎？细推之，犬之性犹犬之性，牛之性犹牛之性乎。周茂叔不专言性善，曰：“五性相感，而善恶分，万事出矣。”又曰：“几善恶。”程伯淳不专言性善，曰：“恶亦不可不谓之性。”大抵言性善者，主义理，而不言气质。盖自孟子之折诸家始，后来诸儒遂主此说，而不敢异同，是未观于天地万物之情也。义理固是天赋，气质亦岂人为！无论众人，即尧、舜、禹、汤、文、武、周、孔，岂是一样气质哉？愚僭为之说曰：“义理之性，有善无恶，气质之性，有善有恶，气质亦天命于人，而与生俱生者，不谓之性可乎。”程子云：“论性不论气不备，论气不论性不明，将性气分作两项，便不透彻。”张子以善为天地之性，清浊纯驳为气质之性，似觉支离。其实天地只是一个气，理在气之中，赋于万物。方以性言，故性字从生从心，言有生之心也，设使没有气质，只是一个德性，人人都是生知圣人，千古圣贤，千言万语，教化刑名，都是多了的。何所苦而如此乎？这都是降伏气质，扶持德性，立案于此，俟千百世之后驳之。

【译文】

虞廷不专门讲性善，《尚书》中说：“人心是很危险的，道心是很微妙的。”又说：“人心不是天性。”我认为说不是天性是可以的，难道是阴阳五行化生的吗？《六经》不专门讲性善，说：“只有上天，降善于下民，使人才有常性。”又说：“天生众民，有个人的欲望，没有君王就会出现乱子。”孔子不专门讲性善，说：“继承而来的就是善良，使之具体化就成为个性。”又说：“人的性相近似，只有上智与下愚的人不能改变。所谓相近，便不是一个模式。相远是从相近开始的。”子思不专门讲性善，说：“修道叫做教，性都是善的。还修什么道呢？”孟子不专门讲性善，说：“声音

颜色臭味安逸,亦是性吗?”有人说:“这性是好性。”至于说好性如何,君子未说。孟子又说:“动心忍性。”善心怎么能够忍呢?狗性、牛性,岂不是天性?那么,狗和牛的性,是否也是仁义礼智信之性呢?仔细推究,狗的性犹狗的性,牛的性犹牛的性,与人不同。周茂叔不专门讲性善,说:“五性相互感应而分为善和恶,万事由此而产生。”又说:“善恶差别很小。”程伯淳不专门讲性善,说:“恶亦不能不说是天性。”大概讲性善的人,主义理的,强调天性中合乎礼的东西,而不讲气质。从孟子折中各家主张开始,后来的一些儒家,就采用这一说法,并且不敢提出异议。这是由于他们没有观察天地万物的性。义理固然是天赋的,气质亦不是人为的。无论众人,即便是尧、舜、禹、商汤、周文王、周武王、周公、孔子,也不是一样的气质。我认为:“义理之性,有善无恶,气质之性,有善有恶,气质亦是天赋予人的,是与人生而同生的。不

呻
吟
语

