

图 文 本

吕 坤 著
陈眉公

呻吟语 小窗幽记



宗教文化出版社

图文本

呻吟语小窗幽记

吕坤
陈眉公 著

赵机
其宗 编选

宗教文化出版社

图书在版编目(CIP)数据

呻吟语 小窗幽记: 图文本/吕坤 陈眉化 著 赵机 其宗
编选

北京: 宗教文化出版社, 2002.1

ISBN 7-80123-409-X

I. ①呻…②小… II. ①吕…②陈… III. ①呻吟语②小窗幽
记 - 普及读物 IV.R281.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2001)第 69333 号

呻吟语 小窗幽记

吕坤 陈眉公 著

赵机 其宗 编选

出版发行: 宗教文化出版社

地 址: 北京市西城区后海北沿 44 号 (100009)

电 话: 64095215

责任编辑: 史原朋

封面设计: 陈 非

印 刷: 北京飞达印刷有限责任公司

版权所有 不得翻印

版本记录: 850×1168 毫米 32 开本 10.25 印张 256 千字

2002 年 1 月第 1 版 2003 年 3 月第 2 次印刷

印 数: 5001-8000 册

书 号: ISBN 7-80123-409-X/G·124

定 价: 19.80 元

前 言

明代思想家吕坤生于嘉靖十五年(公元1536年),河南宁陵人,字叔简,号新吾,自称抱独居士。万历二年,吕坤中进士,初为襄垣知县,因有突出的政绩,遂不断升迁,相继在山东、山西、陕西等地为官,后召为左金都御史,历任刑部左、右侍郎。

《呻吟语》是吕坤的呕心沥血之作,也是他留给后人的济世良方、处世宝典,历经30年方才完成,成书于万历二十一年(公元1593年)。吕坤在序文中对书名有过这样的解释:“呻吟,病声也。呻吟语,病时疾痛语也。”他记述下这些“病时疾痛语”的目的,决不是自哀自怜,而是为了让人们记住病时的痛苦,寻找出治病的良药——当然,文中所指的“病”实际是国民的病、社会的病、国家的病、统治者的病。可以说,《呻吟语》是作者针对病人膏肓的明王朝发出的苦闷悲愤之言,忧国忧民之情溢于言表。同时,吕坤在其中还记录了许多宝贵而有益的经验之谈,例如怎样修养,怎样处世,怎样为官,怎样养生,怎样对待圣贤,怎样看待世界,等等,显示出非凡的智慧。

《呻吟语》全书共六卷,前三卷为内篇,后三卷为外篇,从性命、存心、伦理、谈道、修身、问学、应务、养生、天地、世运、圣贤、品藻、治道、人情、物理、广喻、词章等十七个方面,阐述了吕坤对人生与世情的观察、思考、体会、认识和求索,充满了哲理的睿智、感悟的真情和对真理的不懈追求。书中收入的文章没有长篇宏论,大多颇似言简意赅、意味深长的语录,往往于轻言慢语、情深意切中娓娓道出生命的真谛,即使是今天来看,《呻吟语》也不失为一部启迪心扉、品味人生、规范道德、指导实践的好书。

《小窗幽记》作者陈眉公,清代小品文作家,生平不详。其所著《小窗幽记》,共194条人生的回味和处世的格言,谓生活

中总要睁着一只眼,不能糊涂;人非无情物,如何潇洒,欲有一番作为,必须脱俗;人生何处无烦恼,超然空灵,才能享受那种文字家所拥有的品味和灵秀。人生的苦与乐、荣与辱有时是很微妙的,微妙到几乎没有什么差别。对人生的苦与乐各人有各人的理解,苦乐在我,人活着最重要的就是调整自己的心态,以平常心看待荣华富贵,不嫉人有,也不笑人无。《小窗幽记》所选的格言妙语、小品片句,涉及社会、人生诸多方面,或立言精深,使人百思方悟;或含蓄蕴藉,令人回味悠长;或情趣盎然,读来津津有味。总之,无一不闪烁着智慧的火花。当然,陈眉公毕竟是几百年前的文人雅士,其观点必有不合于时代者,相信读者的慧眼可以识别之。

编者

2002年1月

目 录

呻 吟 语

卷 一

- 性 命····· (3)
- 存 心····· (11)
- 伦 理····· (30)
- 谈 道····· (43)

卷 二

- 修 身····· (55)
- 问 学····· (84)

卷 三

- 应 务····· (93)
- 养 生····· (125)

卷 四

- 天 地····· (129)
- 世 运····· (132)
- 圣 贤····· (136)
- 品 藻····· (145)

卷 五

- 治 道····· (161)

卷 六

- 人 情····· (187)
- 物 理····· (199)
- 广 谕····· (201)
- 词 章····· (210)

小窗幽记

- 做人必清醒 做事要明白····· (219)
- 守节声色场 安志纷闹中····· (219)
- 真出于诚 诚由于真····· (220)
- 背后无人诋 久交不生厌····· (220)
- 天意实难违 正心修我身····· (221)
- 观人观事见本质 不可小测君子心····· (221)
- 相反可相成 相得必益彰····· (222)
- 用情深处孤独 任性切勿放肆····· (222)
- 真廉无名 大巧无术····· (223)
- 说话心口一致 做事名符其实····· (223)
- 适时可发 拔苗不长····· (224)
- 若要得享福 必先会救祸····· (224)
- 交多不必假 能舍才能得····· (225)
- 世间万物皆有度 无度胜事亦苦海····· (225)
- 轻财以聚人 律己以服人····· (226)
- 知迷则醒 知难不难····· (226)
- 患难见真情 烈火试真金····· (227)
- 良心静里见 真情苦中来····· (227)
- ◆ 宁为随世之庸 勿为欺世之杰····· (228)
- 习忙可销福 得谤可销名····· (228)
- 人多有嗜节 当以德消之····· (229)
- 万善一念始 万恶一念结····· (239)
- 梦里不能主张 泉下安得分明····· (230)
- 不知了了是了了 若知了了便不了····· (230)
- 畅开心扉 欢乐无忧····· (231)
- 居堪傍恶邻 会可容损友····· (231)
- 君子小人 五更检点····· (232)

- 以理听言 以道窒欲…………… (232)
- 先达后近 交友道也…………… (233)
- 形骸非亲 大地亦幻…………… (233)
- 寂而常惺 惺而常寂…………… (234)
- 智少愈完 智多愈散…………… (234)
- 从多人少 从有人无…………… (235)
- 脱厌如释重 带恋如担枷…………… (235)
- 看透名利生死关 方是人生大休闲…………… (236)
- 多欲无慷慨 多言无笃实…………… (236)
- 佳思侠情一往来 书能下酒云可赠…………… (237)
- 美人迟暮名将老 四不皆空苦不到…………… (237)
- 饮酒高歌不放肆 大庭卖弄假矜持…………… (238)
- 人生得足 未老得闲…………… (238)
- 心性本不束 肉身是桎梏…………… (239)
- 业障起心动 祸至因贪念…………… (239)
- 挨骂不还口 便是得便宜…………… (240)
- 宁无忧于心 不有乐于身…………… (240)
- 会心之语不解 无稽之言不听…………… (241)
- 柳密拨得开 雨急不折腰…………… (241)
- 悉利害之情 忘利害之虑…………… (242)
- 空被空迷 静为静缚…………… (242)
- 贫不能无志 死不可无补…………… (243)
- 穷交能长 利交必伤…………… (243)
- 当为情死 不为情怨…………… (244)
- 缩不尽相思地 补不完离恨天…………… (245)
- 可魂系梦萦 不失魂落魄…………… (245)
- 醉卧美人旁 欲念不曾动…………… (246)
- 慈悲筏济人 恩爱梯接人…………… (246)

- 花柳深藏 雨云不入..... (247)
- 天若有情天亦老 人间正道是苍桑..... (247)
- 小玉和西施 飞烟与尘弥..... (248)
- 杨柳凝别恨 阳关诉离肠..... (248)
- 绿绮情弹无知音 画眉深浅谁与看..... (249)
- 豆蔻不消心上恨 丁香空结雨中愁..... (249)
- 情人说痴话 痴情是真情..... (250)
- 顾影自怜无用 心动不如行动..... (250)
- 化石而立 千古情魂..... (251)
- 良缘易合 知己难投..... (251)
- 既知如今 何必当初..... (252)
- 饮罢相思水 方识相思情..... (252)
- 多情成恋 薄命可嗟..... (253)
- 情之所至 风伴月容..... (253)
- 听得春花秋月话 识得如云似水心..... (254)
- 边陲封疆缩地 中庭歌舞犹喧..... (254)
- 人应通古今 士要知廉耻..... (255)
- 宁以风霜自挟 毋为鱼鸟亲人..... (255)
- 无位之公卿 有爵之乞丐..... (256)
- 失足一恨 悔之千古..... (256)
- 圣贤托日月 天地现风雷..... (257)
- 不因怨而失愿 不因财而伤才..... (257)
- 身不束心 名不束人..... (258)
- 待人余恩 处事余智..... (258)
- 既要拿得起 又能放得下..... (259)
- 认假也识真 卖巧还藏拙..... (259)
- 量晴较雨 弄月嘲风..... (260)
- 弃俗得仙 舍仙得道..... (260)

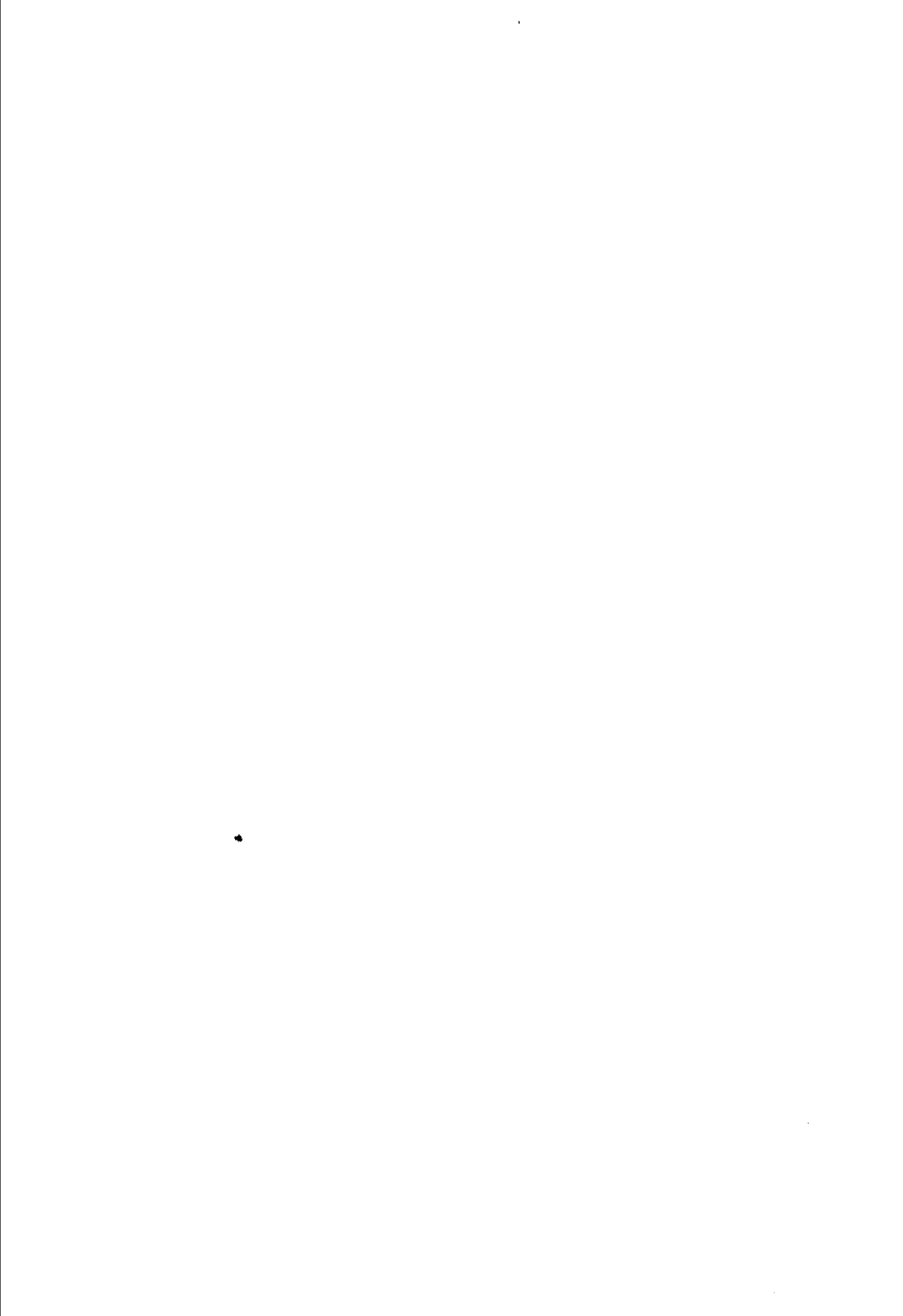
- 修心养性可立命 人情练达天意通····· (261)
- 达人离险境 俗子沉苦海····· (261)
- 浮名梦中蝶 幻而本非真····· (262)
- 只有百折不回 才可万变不穷····· (262)
- 实地着脚 实处立基····· (263)
- 兢兢业业心思 潇潇洒洒趣味····· (263)
- 无事时提防 有事时镇定····· (264)
- 穷通未遇局已定 老疾未到关已破····· (264)
- 秋叶难辞枝 野鸟犹恋巢····· (265)
- 刚不胜柔 偏不融圆····· (265)
- 声应气求之夫 风行水上文章····· (266)
- 以学问摄躁 以德性融偏····· (266)
- 居官有山林气 野处有理国才····· (267)
- 少言语以当贵 多著述以当富····· (267)
- 须负刚肠 当坚苦志····· (268)
- 清贫自乐 美色成空····· (268)
- 烦恼场空空 营求念绝绝····· (269)
- 斜阳树下谈禅 深雪堂中论人····· (269)
- 宁为真士夫 不为假道学····· (270)
- 觑破兴衰得失灭 阅尽荣枯心肠冷····· (270)
- 名山不乏侣 好景有好诗····· (271)
- 一技天下 吃遍南北····· (271)
- 才士不妨泛驾 净臣岂合模棱····· (272)
- 宁为薄幸狂夫 不作厚颜君子····· (272)
- 看尽心人间鬼 才作北风图····· (273)
- 至音不合众听 至宝不同众好····· (273)
- 梦中说真话 或可是真人····· (274)
- 胸无火炎冰兢 时有月到风来····· (274)

- 草舍才子登玉堂 蓬门佳人造金屋…………… (275)
- 传话者轻 好议者浅…………… (275)
- 不留昨日之非 不执今日之是…………… (276)
- 应沉潜平实 勿哗众取宠…………… (276)
- 尘心减时 道念方生…………… (277)
- 恩爱富贵时 自思反省日…………… (277)
- 得闲有书读 世间享清福…………… (278)
- 古人是非分明 今人真伪难辨…………… (278)
- 己情不可纵 人情不可拂…………… (279)
- 天不禁人闲 人自不肯闲…………… (279)
- 浮云有常情 流水意厚深…………… (280)
- 贫士立德 闹场静心…………… (280)
- 心生一切 心灭一切…………… (281)
- 才鬼胜于顽仙 芳魂毒于虐祟…………… (281)
- 自悟了了 自得休休…………… (282)
- 简淡出豪杰 忠孝成神仙…………… (282)
- 招客应断尘世缘 浇花不做修道障…………… (283)
- 一言灵天下 百世光景新…………… (283)
- 人生一世有三乐 佛书佳客山水游…………… (284)
- 眼无成见读书多 胸无渣滓处世圆…………… (284)
- 不作营求 自无得失…………… (285)
- 勿无事而忧 勿对景不乐…………… (285)
- 出世者入世 入世者出世…………… (286)
- 诗禅酒画皆有意 真意只存吾心底…………… (286)
- 愁去观棋酌酒 乐来种竹浇花…………… (287)
- 了心看清本来面 出世堪破无常理…………… (287)
- 天地万物适者存 适才养性可得真…………… (288)
- 熏德用好香 消忧有好酒…………… (288)

- 破除烦恼木鱼声 见澈性灵优钵影…………… (289)
- 太闲生恶业 太清类俗情…………… (289)
- 灵丹一粒 点化俗情…………… (290)
- 妖冶成骷髅 功名是梦蝶…………… (290)
- 独坐禅房 心静神清…………… (291)
- 才人多放正敛之 正人多板趣通之…………… (291)
- 闻人善则疑 闻人恶则信…………… (292)
- 尽心利济 天地皆容…………… (292)
- 读史莫怕有错词 闲居要能忍俗汉…………… (293)
- 明窗净几一息顷 名山胜景一登时…………… (293)
- 闲得一刻好快活 心中无事能行乐…………… (294)
- 兴来醉倒落花前 机息忘怀磐石上…………… (294)
- 烦恼种种 蝎蹈空花…………… (295)
- 休便休去 了时无了…………… (295)
- 意亦甚适 梦亦同趣…………… (296)
- 业净成慧眼 无物到茅庵…………… (296)
- 一粒沙中有世界 一朵花中有天堂…………… (297)
- 宜身在湖海 不必怀魏阙…………… (297)
- 可爱之人可怜 可恶之人可惜…………… (298)
- 澄辨不急 归劝勿逼…………… (298)
- 比上不足时 比下可有余…………… (299)
- 求俭求贤 安贫乐道…………… (299)
- 唤醒梦中之梦 窥见身外之身…………… (300)
- 打透生死关 参破名利场…………… (300)
- 一笔写出 便是作手…………… (301)
- 隐逸无荣辱 道义无炎凉…………… (301)
- 经书是方法 佛性为本身…………… (302)
- 勿闻谤而怒 勿见誉而喜…………… (302)

- 人胜我无害 我胜人非福…………… (303)
- 闭门是深山 读书为净土…………… (303)
- 自心一尘不染 才见圣人胸襟…………… (304)
- 成名穷苦日 败事得志时…………… (304)
- 让利又逃名 才是真君子…………… (305)
- 求福速祸至 安祸速福至…………… (305)
- 读书不可拘旧 学理不要盲从…………… (306)
- 但识琴中趣 何劳弦上音…………… (306)
- 假戏假作 真戏真作…………… (307)
- 一言济人 功德无量…………… (307)
- 闲要有余日 读书无余时…………… (308)
- 简傲不可谓高 刻薄不可谓明…………… (308)
- 运笔之先 胸有成竹…………… (309)
- 云霞青松作我伴 一壶浊酒清谈心…………… (310)
- 闲居家中 神游外物…………… (311)
- 徒号书厨 终非名饮…………… (311)
- 美酒一饮题花落 清爽快意在天堂…………… (312)
- 妙于天成 坏于人造…………… (312)
- 清闲无事 坐卧随心…………… (313)
- 舞蝶游蜂 落花飞絮…………… (313)
- 鸟栖高枝弹射难 土隐岩穴祸焉至…………… (314)
- 混迹尘中 高视物外…………… (314)
- 五夜鸡鸣 一觉睡醒…………… (315)
- 扇风不如清风 井水不及甘雨…………… (315)
- 月榭凭栏凌缥缈 云房启户看氤氲…………… (316)
- 耳目宽时天地窄 争务短时日月长…………… (316)

呻
吟
語



卷一

性 命

1·1 正命者^①，完却正理^②，全却初气^③，未尝以我害之。虽桎梏而死^④，不害其为正命。若初气凿丧^⑤，正理不完，即正寝告终，恐非正命也。

[注释]

①正命：寿终正寝。与非命相对。此指为正义而死。

②正理：正义，犹言人之常情。

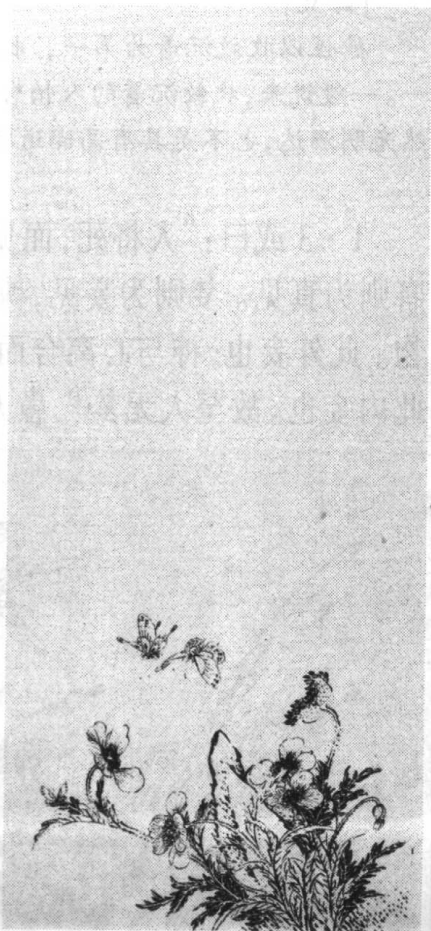
③初气：初始之气，此指人的基本道义。

④桎梏：镣铐折磨。

⑤凿丧：损伤。

[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。正理和元气没有因为我而受到损害，这样，虽然被囚禁而死，也可以称作正命。如果最初禀受的元气流失了，正理不完备，即使能寿终正寝，恐怕也不能称作正命。



1·2 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^①虽光明洞达，非蓄德之器也。

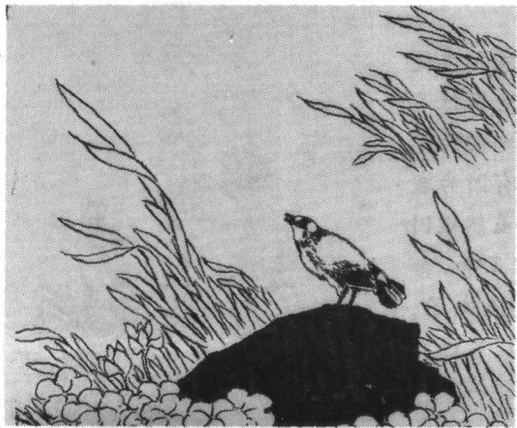
[注释]

①浅浮子：轻浮的人。

[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。一般说来，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，也不是具有高尚道德的人。

1·3 或曰：“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^①，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^②；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^③，