

国学经典
丛书

名家注译本

菜根谭

「明」洪应明 著
林家骊 注译

长江出版传媒
长江文艺出版社

国学经典
丛书

名家注译本

菜根谭

明「洪应明」著

林家骊 注译

长江文艺出版社

图书在版编目 (C I P) 数据

菜根谭 / (明)洪应明著;林家骊注译.-- 武汉 :
长江文艺出版社, 2015.7
(国学经典丛书)
ISBN 978-7-5354-8032-3

I. ①菜… II. ①洪… ②林… III. ①个人—修养—
中国—明代②《菜根谭》—注释③《菜根谭》—译文
IV. ①B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2015)第 109442 号

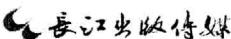
策划编辑:张远林

责任编辑:张 韵

封面设计:徐慧芳

责任校对:陈 琪

责任印制:左 怡 邱 莉

出版:  长江出版传媒  长江文艺出版社

地址:武汉市雄楚大街 268 号 邮编:430070

发行:长江文艺出版社

电话:027—87679360

<http://www.cjlap.com>

印刷:中印南方印刷有限公司

开本:880 毫米×1230 毫米 1/32 印张:8.625 插页:4 页

版次:2015 年 7 月第 1 版 2015 年 7 月第 1 次印刷

字数:187 千字

定价:28.00 元

版权所有,盗版必究(举报电话:027—87679308 87679310)

(图书出现印装问题,本社负责调换)

总 序

郭齐勇 武汉大学国学院院长

国学大师钱穆先生曾说“今人率言‘革新’，然革新固当知旧”。对现代人尤其是青年一代来说，缺乏的也许不是所谓的“革新力量”，而是“知旧”，也即对传统的了解。

中国文化传统的源头，都在中国古代经典当中。从先秦的《诗经》《易经》，晚周诸子，前四史与《资治通鉴》，骚体诗、汉乐府和辞赋，六朝骈文，直到唐诗、宋词、元曲和明清小说，在传统经典这条源远流长的巨川大河中，流淌着多少滋养着我们精神的养分和元气！

《说文解字》上说“经”是一种有条不紊的编织排列，《广韵》上说“典”是一种法、一种规则。经与典交织运作，演绎中国文化的风貌，制约着我们的日常行为规范、生活秩序。中国文化的基调，总体上是倾向于人间的，是关心人生、参与人生、反映人生的，当然也是指导人生的。无论是春秋战国的诸子哲学，汉魏各家的传经事业，韩柳欧苏的道德文章，程朱陆王的心性义理，还是先民传唱的歌曲，屈原的忧患行吟，都洋溢着强烈的平民性格、人伦大爱、家国情怀、理想境界。尤其是四书五经，更是中国人的常经、常道。这些对当下中国人治国理政，建构健康人格，铸造民族精魂都具有重要意义。经典是当代人增长生命智



慧的源头活水！

长江文艺出版社历来重视中华民族优秀传统文化的传播及普及，近年来更在阐释传统经典、传承核心文化价值，建构文化认同的大纛下努力向中国古典文化的宝库掘进。他们欲推出《国学经典丛书》，殊为可喜。

怎么样推广这些传统文化经典呢？

古代经典和现代读者的阅读习惯及趣味本来有一定差距，如果再板起面孔、高高在上，只会让现代读者望而生畏。当然，经典也不是任人打扮的小姑娘，一味将它鸡汤化、庸俗化、功利化，也会让它变味。最好的办法就是，既忠实于经典的原汁原味，又方便读者读懂经典，易于接受。在这个原则的指导下，《国学经典丛书》首先是以原典为主，尊重原典，呈现原典。同时又照顾现实需要，为现代读者阅读经典扫除障碍，对经典作必要的字词义的疏通。这些必要精到的疏通，给了现代读者一把打开经典大门的钥匙，开启了现代读者与古圣先贤神交的窗口。

放眼当下出版界，传统文化出版物鱼目混珠、泥沙俱下，诸多出版商打着传承古典文化的旗号，曲解经典，对现代读者尤其是广大青少年认知传承经典起了误导作用。有鉴于此，长江文艺出版社推出的《国学经典丛书》特别注重版本的选取。这套丛书30个品种当中，大多数择取了当前国内已经出版过的优秀版本，是请相关领域的名家、专业人士重新梳理的。这些版本在尊重原典的前提下同时兼顾其普及性，希望读者能有一次轻松愉悦的古典之旅。

种种原因，这套丛书必然会有缺点和疏漏，祈望方家指正。



导 言

在我国浩如渊海的传统文化典籍中，有一本书至今还放射出智慧的光芒。四百年来，它被多次翻刻，广泛流传，经久不衰，远播海外，这本书就是明朝万历年间洪应明撰写的《菜根谭》。

一

洪应明，字自诚，别号还初道人，《明史》无传，它书似乎也未提及。其生平事迹，只有从他自己的著作以及别人为他的著作所作的题记、序跋来加以考证了。

洪应明的著作，留传至今的，除了《菜根谭》，还有《仙佛奇踪》四卷。《四库全书总目》著录云：

《仙佛奇踪》四卷，明洪应明撰。应明字自诚，号还初道人，其里贯未详，是编成于万历壬寅。前二卷记仙事，后二卷记佛事。首载老子至张三丰六十三人，名曰《消摇墟》，末附《长生诠》一卷。次载西竺佛祖自释迦牟尼至般若多尼十九人，中华佛祖自菩提达摩至船子和尚四十二人，曰《寂光境》，末附《无生诀》一卷。仙佛皆有绘像，殆如儿戏。

考释道自古分门，其著录之书亦各分部，此编兼采二氏，不可偏属。以多荒怪之谈，姑附之小说家焉。（子部·小说家类存目二）

民国二十年陶湘辑刻《喜咏轩丛书戊编·还初道人著书二种》，收有《仙佛奇踪》，书前《仙引》，了凡道人袁黄曰：

洪生自诚氏，新都弟子也。一日携《仙记》一篇征言于予，予披阅之，青霞紫气，映发左右，宛若游海上而揖群真，令人飘然欲仙，真欲界丹丘、尘世蓬岛也。

《佛引》中，真实居士冯梦禎曰：

洪生自诚氏，幼慕纷华，晚栖禅寂，缘是溯诸佛菩萨而为之传其神、纪其事。

日本太和馆本《仙佛奇踪》中《长生诠》和《无生诀》有小引，记曰：

万历壬寅季冬朔，还初道人洪应明书于秦淮小邸。

又《菜根谭》有三峰主人于孔兼题词，内曰：

逐客孤踪，屏居蓬舍。乐与方以内人游，不乐于方以外人游也。……适有友人洪自诚者，持《菜根谭》示予，且丐予序。

根据以上材料，我们可以知道：一、洪应明是四川新都（今



四川省新都区)人,后到南京求仕且在南京居住;二、洪氏与袁黄、冯梦禛、于孔兼都有交往。袁黄(1534—1607),浙江嘉善(今浙江省嘉善县)人,作有《阴鹭录》一书,隆庆三年(1569)取号了凡,万历壬寅年(1602)为六十九岁;冯梦禛(1548—1605),字开之,祖籍江苏高邮(今江苏省高邮市),明初移居浙江嘉兴(今浙江省嘉兴市)秀水,万历五年会元,翰林院庶吉士,同编修,后任南京国子监司业,最后以祭酒致仕,归隐秀水,栖心禅寂,万历壬寅年写题序时年五十五;于孔兼字天时,金坛(今江苏省镇江市)人,万历八年(1580)进士,《明史》卷二三一有传,另据《东林列传》记载,他曾赴无锡参与东林讲学。日本学者井宇三郎博士《菜根谭解说》推断于孔兼约在万历四十一年(1613)五十五岁时去世,那么万历壬寅年于孔兼为四十四岁,是年洪应明结束了《仙佛奇踪》的编辑,以后又开始《菜根谭》的撰写,书成时,袁黄与冯梦禛都已去世,独有于孔兼在世,于是请于作了题词。从以上考述可知,袁黄与冯梦禛是洪应明的前辈,于孔兼与洪应明年龄相仿,这与三人题序、题词的语气相符。从题序与题词我们还可以知道,洪应明早年热中仕途,后来仕途不顺,遭受种种磨难曲折,晚年信奉佛道二教,故有《仙佛奇踪》与《菜根谭》之作。

二

《菜根谭》,一作《菜根谈》,谭与谈通。而何以命名“菜根”二字?考宋邵伯温《闻见录》云:

汪信民常言,人咬得菜根,则百事可做。

朱熹《朱子全书·学篇》云：

某观今人因不能咬菜根而至于违其本心者众矣，可不戒哉！

于孔兼《菜根谭题词》云：

谭以菜根名，固自清苦历练中来，亦自栽培灌溉里得，其颠顿风波，备尝险阻可想矣。洪子曰：“天劳我以形，吾逸吾心以补之；天厄我以遇，吾高吾道以通之。”其所自警自力者又可思矣！

乾隆三十三年（1768）三山病夫通理序云：

夫洪应明者，不知为何许人，其首命名题又不知何所取义，将安序哉？窃拟之曰：菜之为物，日月所不可少，以其有味也。但味由根发，故几种菜者必要厚培其根，其味乃厚，似此书所说“世味及出世味皆为培根之论，可弗重欤？”又古人云“性定菜根香”，夫菜根，弃物也，而其香非性定者莫知。如此书，人多忽之，而其旨唯静心沉玩者方堪领会。

所有以上这些，均可作为此书何以要以“菜根”二语为名的解释。比较以上诸说，何者为优？于孔兼氏为作者友人，其说或更接近作者原意吧！

《菜根谭》成书后，曾多次翻刻，广为流传，今天所能看到的版本，大致来说可以分为两个系统。一个系统的版本分为前集





和后集，书前三峰主人于孔兼的题词，卷首有“还初道人洪自诚著觉迷居士汪乾初校”字样，现有明刊本存世，据日本学者中村樟八、石川力山《菜根谭考述》一文推测，此书最初收录在万历年间翻刻的《遵生八笺》的附录中，在日本广为流传的就是这个系统的版本。另一个系统的版本有的亦分前后两集，前集再分修省、应酬、评议、闲适四编，后集是概论一编，有的干脆不分前后两集，全书直接分为修省、应酬、评议、闲适、概论五编，现在所能看到的这一系统的最早的版本是清乾隆三十三年常州天宁寺刻本，国内流传本大多是这个系统的版本。比较两个系统的各个版本，所收章数和次序都有不同，但总的来说，第二个系统版本的章数明显多于第一部系统版本。为何如此，原因待考。

三

《菜根谭》真正广泛引起人们兴趣的，应该说首先是在与我国一衣带水的友好邻邦——日本。

《菜根谭》问世后，在明代就漂洋过海，流传到了日本。据日本学者中村樟八、石川力山的《菜根谭考述》一文，日本现存明代万历年间刻本《遵生八笺》后附有《菜根谭》，同时，还有明刻单行本保存，比如尊经阁文库就收藏有明版的《菜根谭前集》、《菜根谭后集》二册，在这种版本中，没有于孔兼的题词。内阁文库还收藏钤有享和癸亥三年（1803）印章的一个抄本，书前冠有于孔兼题词，封面和卷末有“昌平版学问所”的黑印章，卷首则有“浅草文库”的印章，这种钞本在于孔兼题词的字体、每页的行数、每行的字数、落款等方面，都跟收入《遵生八笺》的《菜根谭》完全相同，然根据里面的空缺之处推究，又不抄于《遵生八笺》，可知又是抄于另一个本子。文政五年（1822）五月



加贺藩的儒生林瑜（1781~1835）刊印了日本最早的《菜根谭》刻本，他在《重刻〈菜根谭〉序》中详述了刊行《菜根谭》的原因，他说，最近在江户游学时得到洪氏所著的《菜根谭》一书，读后深感此书识见卓越，与普通儒者的见解不同，虽然仅是分前后二集的小册子，但也要“对此书亲自校勘，把以往对此书的评语抄录下来，置于书前，授诸门人，将其付梓刊刻，公之于同志，省其抄写之劳”。文政八年，江户的层山堂西村宗七又翻刻了此书。元治元年、明治初年、大正十四年，不断地在各地翻刻，进一步同日本各阶层的读者见面。据《菜根谭考述》一文列举的日本刻本还有：近藤元粹评点的《菜根谭》（明治三十一年，井上文鸿堂），山田孝道的《菜根谭讲义》（明治四十一年，光融馆），东敬治标注的《标注菜根谭》（明治四十二年，松山堂），文保天随的《菜根谭详解讲义》（明治四十三年，金刺芳流堂），日下宽的《袖珍菜根谭讲义》（明治四十三年，大修堂），山口察常译注《菜根谭》（昭和九年，岩波文库），五岛庆太颜的《袖珍菜根谭》（昭和十五年，实业之日本社），鱼返善雄译《菜根谭》（昭和三十年，角川文库），神保侃、吉田丰《菜根谭》（昭和四十年，德间书店），今井宇三郎《菜根谭》（昭和四十二年，明德出版社，中国古典新书），今井宇三郎译注《菜根谭》（昭和五十年，岩波文库）等，可见《菜根谭》在日本是一本颇受人们欢迎的书籍。最近，日本又出现了《菜根谭》热，日本企业家普遍认为，这本书在企业管理、用人制度、业务推销、开拓市场、企业家自身修养等方面，都是一本极为珍贵的好教材，书中条条格言都往往为企业家反复研读，学好《菜根谭》，终生享用不尽。李荣标先生在《〈菜根谭〉在日本》一文中称，他仅仅在日本东京神田书店街就看到了三种不同版本的《菜根谭》，“一种是精装本，一种是简装本，另一种是岩波文库本”，他深有感慨地说：



“在日元升值、经济不景气、书籍大量滞销的日本，一部书同时用几种版本发行，乃是一种引人注目的现象，这说明日本社会对《菜根谭》的重视和需要。”

四

《菜根谭》一书在中国的流传，却似乎经历了一个颇为曲折的过程，虽然我们现在还能看到一些较早的版本，如明刊本、清乾隆三十三年（1768）常州天宁寺校刊本等，然而流传面大概不广，乾隆五十九年（1794）二月二日遂初堂主人重刻此书的识语颇引人深思，曰：

余过古刹，于残经败纸中，拾得《菜根谭》一录。翻视之，虽属禅宗，然于身心性命之学实有隐隐相发明者。亟携而归，重加校准，缮写成帙。旧有序文不雅驯，且于是书无关涉语，故芟之，著是书者为洪应明，究不知其为何许人也。

此书当时竟被弃入残经败纸之中，联系乾隆三十三年三山病夫通理在常州天宁寺校刊本序言中所说的“夫洪应明者，不知为何许人”等话来看，《菜根谭》在当时既不被人所重视，那么洪应明究竟是什么人，就更不会为当时的人所知道了。

虽然如此，清代道光、同治、光绪年间，还是有人对《菜根谭》发生兴趣，且有人翻刻此书，这些版本现在仍能看到。

至于到了民国年间《菜根谭》的一度广泛引人注目，说来有趣得很，还是受了海外遗书传回中国的浪潮的影响。一九一五年，浙江奉化（今浙江省奉化市）人孙锵奉命出使日本，在京都



的书店买到了文政刻本《菜根谭》和阳明学派书籍十二种回国，他翻阅了《菜根谭》后，认为此书对那些急功近利者可作清凉散，对那些萎靡不振者可当益智膏，又误认为此书中国已经佚失，于是将此书校订出版，并加序曰：

《菜根谭》者。一名《处世修养篇》，余以今年一月东游日本，购之京都书肆者也。书为日本人竹子恭所释，……前清末，凡有志荣途者，无不藉东游为捷径，甚至政府亦标以品题，然其所查考者，大都师范、法政、工艺、制造诸新法是已。余之东游，仅十日耳，既不能多所考查，多所购买，于阳明学派书十二种外，又得此篇。盖虽仅仅数十纸，不足以见学术之本原，然急功近名者服之，可当清凉散，萎靡不振者服之，可当益智膏，以此馈赠国人，似亦不无小补也。……

书后还附有浙江海宁（今浙江省海宁市）人马汤楹所写的跋文，跋文中也认为《菜根谭》一书中土早已亡佚。

过了五年，一九二〇年孙鏊又得到了另一种本子即国内保存的本子，发现与其从日本携回的本子殊多不同之处，又作了翻刻，并作《菜根谭后序》云：

乙卯之春，归自日本，购有《菜根谭》一书，……刷印多次。而大儿海环，亦因友人索观者众，在成都依式仿印，不胫而走，几遍全国。此前世鲜见本，故海宁马绪卿先生亦以为书亡不知若干年也。其后吾浙人寓成都者陈君西庚书来，谓其与架上藏本，颇有异同。余固悟中国自有刊本，并未亡失，特当求之不广耳。既而购得常州天宁寺刊本，不分



前后集，而有修省、应酬、评议、闲适、概论等名目，始知日本所谓《处世修养篇》者，殆得各类而泛言之耳。……后又购得金陵刻经处本，则分类与天宁寺本无异，……

孙鏊翻刻的两个不同系统的《菜根谭》版本，在国内引起了人们广泛的注意，以后各地也多有翻印。

国内现存《菜根谭》版本甚多，比如：明代刊本，清乾隆三十三年（1768）常州天宁寺刊本、道光六年（1826）重刻本，道光十五年（1835）北京琉璃厂魁元斋刊本，同治四年（1865）中道堂刻印木，光绪元年（1875）扬州藏经禅院刻本，光绪二年（1876）扬州藏经禅院重刻本，光绪五年（1879）春田氏重印本，光绪十三年（1887）扬州藏经禅院重刻本，宣统三年（1911）刻本，民国四年（1915）孙鏊铅印本，民国九年（1920）新学会社印本、民国九年孙鏊印本，民国十一年（1922）福建汀州医院傅连璋石印本，民国十六年（1927）上海青年协会排印本，民国十七年（1928）秦光第石印本，民国十八年（1929）排印本，民国二十年（1931）武进陶氏《喜咏轩丛书戊编》所收《还初道人著书二种》本，民国二十一年（1932）《周氏师古堂所编书》本，民国二十六年（1937）上海世界图书局《佛学丛刊》铅印本，民国三十年（1941）铅印本，民国三十二年（1943）铅印本，民国三十七年（1948）铅印本，年份不明的海门印刷局排印本、明善书局石印本、上海铅印本等。从上述版本情况可以看出：自一九一五年孙鏊之书刊行后，各种印本显著增加。

五

《菜根谭》为何能拥有如此众多的读者，产生如此深广的影



响？纵观全书，我们可以知道，这是一本论述修身、处世、待人、接物、应事的格言集。有明一代，到了万历年间，阶级矛盾日益激化，但朝廷上下却是醉生梦死，阉党横行、权奸当道，东林党人正人君子已被排斥殆尽，知识分子中的才智之士大多沉埋下层，社会风气日益卑下。作者学识渊博，才智超人，可是在那黑暗的时代，仕途颇受挫折，志不得伸，在长期的磨难中，对社会现象有了入木三分的观察。在这本格言集中，凝聚着作者对整个人生社会万种世态和错综复杂的人际关系的分析，饱含着作者企图拯救社会、劝人为善的一片苦心，显示了他对儒、释、道三教思想融会贯通的灵活运用。本书内容丰富，包罗万象，无所不及，促人警觉，言近旨远，趣味盎然，富有哲理，颇多独特见解，含有朴素的辩证法思想。在书中，有几方面的内容是十分突出的。

首先，本书十分强调人生在世应该十分注重磨炼自己的人品道德。无论哪种版本，首章就是“欲做精金美玉的人品，应当从烈火中炼来；思立掀天揭地的事功，须向薄冰上履过”。把千锤百炼的精神和小心谨慎的态度巧妙地结合起来了。“昨日之非不可留，留之则根在复萌，而小过转为大罪，今日之是不可执，执之则渣滓未化，而理趣反成欲根。”提醒人们对于自己的缺点错误千万不要轻易放过。“无事，便思有闲杂念虑否；有事，便思有粗浮意气否；得意，便思有骄矜辞色否；失意，便思有怨望情怀否。时时检点，到得从多入少，从有入无处，才是学问的真消息。”让人们时时处处都不要放松自己的思想修养。“士人有百折不回之真心，才有万变不穷之妙用。”提倡做人要有百折不回的精神。“小处不渗漏；暗处不欺隐；末路不怠荒，才是真正英雄。”说明人们修炼品德的态度要认真严肃，不要有丝毫的欺隐和怠荒。

其次，本书提出了为人处世要有一定的气度与见识，还要有



真诚的态度。“我果为洪炉大冶，何愁顽金钝铁不可陶熔；我果为巨海长江，何患横流污浊不能容纳。”表达了作者对改变世风、劝人为善的信心。“融得情性上偏私，便是一大学问；消得家庭内嫌隙，便是一大经纶。”说明能真正处理好人际关系实在不是一件容易的事。“操存要有真宰，无真宰则遇事便倒，何以植顶天立地之砥柱；应用要有圆机，无圆机则触物有碍，何以成旋乾转坤之经纶？”提出凡事要有自己的主见，而且要有随机应变的灵活性。“曲意而使人喜，不若直躬而使人忌；无善而致人誉，不若无恶而致人毁。”“处父兄骨肉之变，宜从容，不宜激烈；遇朋友交游之失，宜剴切，不宜优游。”提醒人们为人处世态度要真诚正直，而不要随意曲从。

再次，《菜根谭》提出了怎样才能真正识人、怎样才能用人的问题。“非盘根错节，何以别攻木之利器；非贯石饮羽，何以明射虎之精诚；非颠沛横逆，何以验操守之坚定。”提出只有经过考验，在关键时刻才能真正识别人。“才智英敏者，宜以学问摄其躁；气节激暴者，当以德性融其偏。”“少年之人，不患其不奋迅，常患以奋迅而成卤莽，故当抑其躁心；老成之人，不患其不持重，常患以持重而成退缩，故当振其惰气。”提出因人而治的方法。“降魔者先降自心，心伏则群魔自退；馭横者先馭其气，气平则外横不侵。”提出了思想工作为先的道理。“教弟子如养闺女，最要严出入、谨交游，若一接近匪人，是清净田中下一不净的种子，便终身难植嘉苗矣。”提出了培养人教育人时要注意的问题。如何对待有缺点错误的人呢？洪氏曰：“家人有过，不宜暴怒，不宜轻弃。此事难言，借他事隐讽之；今日不悟，俟来日再警之。如春风解冻，和气消冰，才是家庭的典范。”大度待人，容其改正。

第四，《菜根谭》劝人在遇到逆境时要正确对待，办事要有



一种知难而进的精神，还要有一种善于忍耐的态度。“事稍拂逆，便思不如我的人，则怨尤自消；心稍怠荒，便思胜似我的人，则精神自奋。”“恩里由来生害，故快意时须早回头；败后或反成功，故拂心处切莫放手。”告诉人们如何对待拂逆和失败。“功夫自难处做去，如逆风鼓棹，才是一段真精神；学问自苦中得来，似披沙获金，才是一个真消息。”“立业建功，事事要从实地著脚，若少慕声闻，便成伪果。”在治学和办事的态度方面，提出了要有刻苦、踏实精神的重要性。“语云：登山耐险路，踏雪耐危桥。一‘耐’字极有意味。如倾险之人情，坎坷之世道，若不得一‘耐’字撑持过去，几何不堕入榛莽坑塹哉？”对忍耐精神作了充分肯定。

第五，《菜根谭》在具体对待社会生活的各个方面都有一些极好的意见，可供我们借鉴。如在从政与家庭方面，“居官有二语，曰：唯公则生明，唯廉则生威。居家有二语，曰：唯恕则平情，唯俭则足用。”前半对我们今天的廉政建设还有现实意义，后半对我们如何搞好家庭团结和家庭建设极富启发作用。“毋因群疑而阻独见，毋任己意而废人言，毋私小惠而伤大体，毋借公论而快私情。”提倡广开言路，听取不同意见。“善启迪人心者，当因其所明而渐通之，勿强开其所闭。”提倡做思想工作要循循善诱。“谢豹覆面，犹知自愧；唐鼠易肠，犹知自悔。盖愧、悔二字，乃吾人去恶迁善之门，起死回生之路也。人生若无此念头，便是既死之寒灰，已枯之槁木矣。何处讨些生理？”让人们时常对自己所做之事进行反省，充满了作者劝世为善的一片苦心。

如此种种，不能一一枚举。总而言之，《菜根谭》一书言近旨远，雅俗共赏，仁者见仁，智者见智，能使人警觉，引发无限联想，其儒家的道德，佛道的妙理，能给人以智慧和力量。此书文笔优美、比喻生动、对仗工整，情文并茂，反复阅读，意味无