

精装典藏本

小窗幽记

(明) 陈继儒 著



(明) 陈继儒 著

小窗幽记

精装典藏本



明
中国书店
CHINA NATIONAL KEYUANG BOOKS
1995

图书在版编目 (CIP) 数据

小窗幽记 / (明) 陈继儒著. -- 北京: 中国画报出版社, 2012.11

ISBN 978-7-5146-0636-2

I. ①小… II. ①陈… III. ①人生哲学—中国—明代
IV. ①B825

中国版本图书馆CIP数据核字(2012)第248039号

小窗幽记

出版人: 田 辉

作者: (明) 陈继儒

责任编辑: 罗平峰

出版发行: 中国画报出版社

(中国北京市海淀区车公庄西路33号, 邮编: 100048)

电 话: 010-88417359 (总编室兼传真) 010-88417409 (版权部)
010-68469781 (发行部) 010-88417417 (发行部传真)

网 址: <http://www.zghbcbs.com>

电子信箱: cppl1985@126.com

经 销: 新华书店

海外总代理: 中国国际图书贸易集团有限公司

印 刷: 北京彩虹伟业印刷有限公司

监 制: 傅崇桂

开 本: 710mm×1000mm 1/16

印 张: 19

印 次: 2012年12月第1版 2012年12月第1次印刷

书 号: ISBN 978-7-5146-0636-2

定 价: 36.00元

版权所有 翻版必究

目录

卷一 • 001

醒

卷二 • 025

情

卷三 • 043

峭

卷四 • 067

灵

卷五 • 093

素

卷六 • 143

景



目录

卷七 · 167

韵

卷八 · 191

奇

卷九 · 205

绮

卷十 · 223

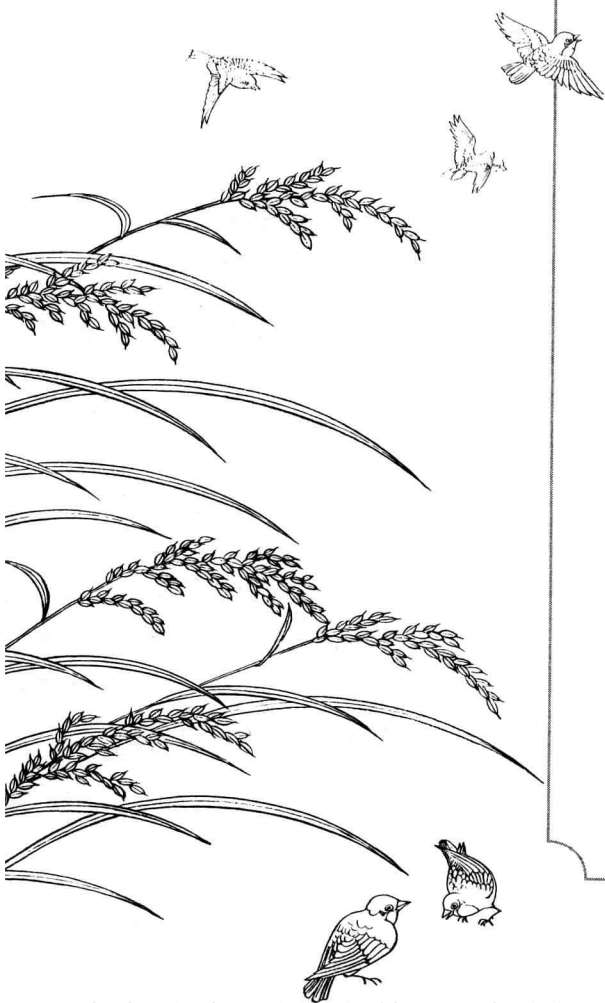
豪

卷十一 · 245

法

卷十二 · 267

倩





卷一 醒

醒食^①中山之酒^②，一醉千日，今之昏昏逐逐，无一日不醉。趋名者醉于朝，趋^③利者醉于野，豪者醉于声色车马。安得一身清凉散，人人解醒^④。集醒第一。

【注释】

①醒食：清醒时饮用。②中山之酒：中山，春秋战国时期诸侯国中山国，地处今河北定县、唐县一带。晋干宝《搜神记》中记载：“狄希，中山人也，能造千日酒，饮之千日醉。”③趋：追求、追逐。④解醒：清醒。

【译文】

有人在清醒时喝了中山人狄希酿造的酒，一醉千日不醒。今日尘世中人迷于俗情世务，昏昏沉沉，可说没有一日不在醉乡。追逐名利的人沉醉于朝廷的官位，喜欢功利的人痴迷于世间的财富，富足的人则沉迷于声色犬马之中。如何能得到一剂清凉的药，让每个人都清醒过来呢？

【评点】

喝醉的人，给他喝下一碗“醒酒汤”就能清醒，可是，在功名利禄中沉醉的人，如何才能唤醒他呢？

1.1 澹泊^①之守，须从秾艳^②场中试来；镇定之操，还向纷纭境上勘过^③。

【注释】

①澹泊：淡泊。②秾艳：富贵奢华。③勘过：验证。

【译文】

淡泊清静的操守，必须在声色富贵的场合中才能试得出来。镇静如一的操守，要通过纷纷扰扰的环境才能验证。

【评点】

一个人心境的淡泊和始终如一的操守，能让人不但在贫贱之时保住自己的尊严，更能让人在历经声色豪富时，也经受住考验。世间绚丽多彩、诱动心志的事物太多。淡泊就是不贪浓艳之境，任何时候，都能够保持自己的平常心，不为环境所动。在紊乱的环境中也能保持安定的心境，掌握自己的方向。做到富贵不能淫，贫贱不相移，这才是真正的淡泊。





1.2 市恩不如报德之为厚，要誉不如逃名之为适，矫情^①不如直节^②之为真。

【注释】

①矫情：自命清高。②直节：坦诚。

【译文】

给予他人恩惠，不如报答他人的恩德更为厚道。想要一个好的名声，不如逃避名声来得轻松自在。故意违背常情以自命清高，不如坦白率真做人来得真实。

【评点】

费尽心思讨好别人，不如真心实意地报答别人对自己的帮助。因为最大的报恩是心存感激地以德报恩。很多人想获得名声，并以此为荣，倒不如回避名誉来得逍遥自在，因为只有平凡中的伟大才更让人敬佩。

1.3 使人有面前之誉^①，不若使人无背后之毁；使人有乍^②交之欢^③，不若使人无久处之厌。

【注释】

①誉：动词，夸奖、奉承。②乍：初次。③欢：形容词。形容一种好的感觉。

【译文】

要他人当面夸奖自己，倒不如要他人不在背后毁谤自己。让别人对自己在第一次交往时就有好感，不如保持让对方与自己长久交往而不会有讨厌反感的情绪。

【评点】

人多是虚伪客套的，要让他人当面赞美自己并不困难，而要他人在背后保持对自己好的评价却很难。所以，与其刻意地追求别人的奉承，不如好好修养德行，让人们身前身后都能发出由衷的赞誉。

第一印象固然重要，但也不必刻意去修饰和追求，否则日后缺点暴露时，会让人生厌。

1.4 天薄我福，吾厚^①吾德以迎之；天劳我形，吾逸^②吾心以补之；天厄我遇，吾亨^③吾道以通之。

【注释】

①厚：加强。②逸：放松。③亨：加强。

【译文】

命运安排给我的福分淡薄，我会努力提高我的品德修养来面对它。命运使我的形体劳苦，我便安乐我的心情来调节它。命运使我的际遇困窘，我会加强我的道德使它通达。

【评点】

福分薄，是指生命常有缺憾。若内心修养不够，便会怨天尤人。若内心修养深厚，能使人安然自适，也可活得知足快乐。人生际遇无常，困厄在所难免，此时不可灰心丧志，不如充实自己的学问，扩充自己的心胸，提高自己的道德，来弥补这些先天不足。

1.5 澹泊之士，必为秣艳^①者所疑；检饰^②之人，必为放肆者所忌。事穷势蹙^③之人，当原其初心；功成行满之士，要观其末路。

【注释】

①秣艳：豪华奢侈。②检饰：检点。③事穷势蹙：穷途末路，走投无路。

【译文】

恬静寡欲的人，常为豪华奢侈的人怀疑。谨慎而检点的人，会被行为放肆的人所嫉恨。一个人到了穷途末路之时，我们应看看他最初的心志如何。一个功成名就的人，我们要看他最后的结果怎么样。

【评点】

习惯豪华奢侈生活的人，会怀疑恬淡寡欲的人；放荡不羁的人，会忌恨言行谨慎的人。不是因为有多大冤仇，只是因为这些人让他们感到不自在。我们不必看扁一个穷途末路的人，也不必羡慕一个十分成功的人，因为最终的结果怎么样，大家都不知道。毕竟笑到最后，才是笑得最好的人。

1.6 好丑心太明，则物不契^①；贤愚心太明，则人不亲。须是内精明，而外浑厚，使好丑两得其平^②，贤愚共受其益，才是生成的德量。

【注释】

①契：契合。②平：平和。

【译文】

如果把美丑区分得过于明确，就无法与事物相契合。把贤与愚划分得太清楚，则无法与人亲近。精明应该藏在内心，对外处事要仁厚相待，使得美丑两方都能平和，贤愚都能受到益处，这才是上天培育我们的气度和品德。

【评点】

世间万物都不绝对，美丑也无一定的标准。如果对事物美丑太过挑剔，人为地将其绝对化会背离事物的本来面目，不能准确鉴别事物。

1.7 情最难久，故多情人必至寡情；性自有常，故任性人终不失性。

【译文】

情爱最难保持长久，所以情感丰富的人反而会显得浅薄无情。天性本有一定的常理，所以率性而为的人终不会失去他的天性。

【评点】

“情到深处情转薄”，一是因为情甚苦，一是因为情难长久。一旦用情，便会执著，得不到必定痛苦；情又很难以捉摸，掌握甚难，再加上环境多变，见人难见心。能由情爱之中得到快乐的人只是少数，而生命无常，至亲至爱也敌不过生死的摧残。所以，多情之人在备受命运捉弄之后，多半要远离情感，而变得寡情了。



1.8 真廉无廉名，立名者，所以为贪。大巧无术，用术者，所以为拙。

【译文】

真正廉洁的人不是为了名声，那些追求名誉，以廉洁自我标榜的人，无非是贪图名望罢了。最大的巧妙是不使用任何方法，凡是运用种种技术的人不免是笨拙的。

【评点】

真正的廉洁表现在很多方面，不是不贪财就是廉洁，为廉洁而立名，虽不贪利，却是贪名，这种“贪名”的行为也不能称为廉洁。廉洁能为世人所称道，是因为极其难得。若是官官都能廉洁自律，廉洁成为很正常的事情，又何必为此而立名呢？

1.9 谭^①山林之乐者，未必真得^②山林之趣；厌名利之谭者，未必尽忘名利之情。

【注释】

①谭：谈论，议论。②真得：真正领悟。

【译文】

喜欢谈论山居生活之乐的人，未必真正领悟山林隐居的乐趣。喜欢在口头上厌恶名利的人，未必真的将名利完全忘记。

【评点】

有许多事情，表面和事实往往相差甚远。正如有些人，好谈山林之乐，本身却不一定真正了解山林之趣。而真正了解山林之趣的人，早已经乐不思蜀，身处其境而不返了。还有一些口口声声厌恶名利的人，也是最放不下名利的人。这些人形虽放下而心未放下，口是心非。

1.10 伏^①久者，飞必高；开先者，谢^②独早。

【注释】

①伏：潜藏。②谢：结束

【译文】

长久潜伏在林中的鸟，一旦展翅高飞，一定会一飞冲天；事物若太开发得太早，往往会很快结束。

【评点】

万事万物都有自己的法则，在长久的潜伏下韬光养晦，会将自己的内心历练得饱满充实，有朝一日表现出来，必能“不飞则已，一飞冲天”。“开先者，谢独早。”人生经验的开发也不宜太早，应该像一坛酒一样，愈陈愈香，要让它经历长久的岁月自然地酝酿和成熟，才能成为一罐好酒。

1.11 天欲祸人，必先以微福骄之，要看他会受。天欲福人，必先以微祸儆之，要看他会救。

【译文】

上天想要把灾祸给一个人，必定先给他一些福分，让他升起傲慢之心，目的

是要看他是否懂得承受。上天想把福分给一个人，必定会先给他一些祸事，来使他警醒，目的是看看他能否自救。

【评点】

著名的思想家老子曾说：“祸兮福所倚，福兮祸所伏。”又说：“将欲废之，必固举之；将欲夺之，必固与之；是谓微明。”这就是天道，天道尚且如此，更何况人事。欲降福而先降祸，是天之善意。豁达的人居福不骄，处祸不忧，知晓祸福只在于一己之所为，天意难违，也难以预料，但是人的内心若能自救，便能常葆泰然。

1.12 世人破绽^①处，多从周旋^②处见；指摘^③处，多从爱护处见；艰难处，多从贪恋处见。

【注释】

①破绽：过失。②周旋：交际应酬。③摘：指责。

【译文】

世人在行为上的过失，多发生在与人交际应酬时。指责别人，是出于爱护的缘故。觉得艰难放不下时，多是贪恋留恋所致。

【评点】

交际应酬，就算人做得八面玲珑，也很难面面俱到，日常交际到烦人之处，恩多反怨，会生出种种嫌隙。所以，喜欢在人情场上周旋的人，也必定会在人情场上出现过失。人生中的许多艰难，往往由于贪婪和留恋。贪生者害怕死亡，恋情者害怕失去。可是，大凡执著于何处，何处便容易出现困难。惟有能舍一切得失，不贪恋一切，才能自由豁达地行于世间，而不被外物所束缚。

1.13 山栖^①是胜事，稍一萦恋，则亦市朝。书画鉴赏是雅事，稍一贪痴，则亦商贾。诗酒是乐事，稍一曲^②人，则亦地狱。好客是豁达事，稍一为俗子所扰，则亦苦海。

【注释】

①栖：居住。②曲：屈从。

【译文】

寄居山野本来是一件愉快的事，如果过于迷恋，则与世俗没有什么不同了。喜欢书画是一种高雅的行为，但过于贪得无厌，则跟商人没有二致。作诗饮酒是一件快乐的事，可若总是屈从他人，敷衍应付，则跟地狱没什么区别。热情好客是一件令心胸豁达舒畅的事，但一旦成了世人喧闹的场所，便成了苦海。

【评点】

写字绘画，本是一件高雅的事，若每次都花费大量金钱购置名家之作才甘心，这就雅意尽失，成了炫财傲富的事，还有什么趣味？作诗饮酒，要兴趣所致，倘若没有兴趣，只是为了应付，就很痛苦了。热情好客亦是如此，广泛交友可以舒展胸怀，但若是来者不拒，整天喧腾一堂，估计让人避之犹恐太迟。所以，万事不能贪，也不能过俗，一旦流于贪俗，则与世俗无异。



1.14 轻财足以聚人，律己足以服人，量宽^①足以得人，身先足以率^②人。

【注释】

①量宽：胸怀宽阔。②率：表率。

【译文】

对钱财不看重，可以集聚众人，对自己严格约束可以使众人信服，宽宏大量会很容易得到他人的帮助，凡事敢为人先则可以领导他人。

【评点】

能够实现自我约束是让人心悦诚服最好的方法，如果不能约束自己，又怎么能要求别人呢？只有严于律己，才能让人心生敬意，自然就会跟随你，听从你了。想领导他人，要敢为人先，这样才会有领导力。

1.15 从极迷处识迷，则到处醒；将难放怀一放，则万境宽。

【译文】

在最容易让人迷惑的地方识破迷惑，则任何时候都是清醒的状态。将内心最割舍不下的事情放下，那么到处都是宽广的路。

【评点】

人心若无太多牵牵绊绊，天地便会始终辽阔。眼前无路往往是由于心中无路所致，如果将内心的石块拿走，自然诸事顺遂，万境宽广。

1.16 大事难事看担当，逆境顺境看襟度，临喜临怒看涵养，群行群止看识见。

【译文】

遇到大事和难事的时候，可以看出一个人是否具有担当责任的勇气。遇到逆境的时候，可以看出一个人是否具有胸襟和气度。而逢到让人或喜或怒的事情时，则可以看出一个人的涵养。在与众人同行同止时，可以看出一个人对事物的见识。

【评点】

很多人遇事没有主见，容易追随别人，做出和别人一样的事，但这样做出来的事情未必就是对的。不盲目从众，心中自有取舍，这才是真正有见识的人。

1.17 良心在夜气清明之候，真情在箪食豆羹之间。故以我索^①人，不如使人自反；以我攻人，不如使人自露^②。

【注释】

①索：要求。②露：暴露。

【译文】

只有在深夜内心清静平和的时候，才能看出一个人的良知，也只有在最简单的饮食生活中才能流露出真实的情感。所以与其不断去要求别人，还不如经常进行自我反省。与其去揭露他人的弱点，不如先检查自身的错误。

【评点】

深夜来临，万籁俱寂之时，独坐静思，细想一日言行，才会发觉多有不是的地方，而生愧疚。因此，在夜气清明时，人最容易自我反省。

1.18 宁为随^①世之庸愚，勿为欺世之豪杰。

【注释】

①随：顺应。

【译文】

宁愿做一个顺应世人的平庸愚笨之人，也不要做一个智力超群而欺世盗名之徒。

【评点】

真正的豪杰应该是运用自己的聪明才智来造众人之福，否则只能被称为寇盗枭雄，即使名声在外，只不过是沽名钓誉罢了。所谓欺世之豪杰，便是说的这类人。

1.19 清福上帝所吝，而习忙可以销福；清名上帝所忌，而得谤可以销名。

【译文】

清闲安逸的生活是上天所吝啬给予的，如果让自己整天处于忙碌的状态中，习惯忙碌的生活，则可以减少这种虽然清静但不善的福分。好的名声是上天所禁忌的，如果受到他人的毁谤，则可以削弱这种名声所带来的负担。

【评点】

维持一个好的名声是很难的，也很累人。而且完美的名声有时也会带来灾祸。所以，如果偶尔遭受他人的毁谤，不用着急生气，这未必不是一件好事。因为名声受损后，就不易遭人妒忌，还可以摆脱盛名之累，可以让自己有自己的空间，去做些自己喜欢的事。

1.20 人之嗜名节，嗜文章，嗜游侠，如好酒然^①，易动客气^②，当以德消之。

【注释】

①然：一样。②客气：冲动。

【译文】

人们珍惜名声气节，爱好舞文弄墨，喜欢仗义豪气，就如同爱好喝酒一般，容易一时兴起，应当用道德修养来改变它。

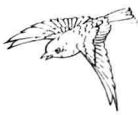
【评点】

喜欢名节的人可以为名节拼了性命，喜好文章的人可以为文章的措辞反目成仇，而以游侠自居的人却常常仗义不足。这些都不是发自内心的真正喜欢。究其原因，只不过是好面子罢了，对自己却毫无益处，更谈不上什么有利他人了。

1.21 一念之善，吉神随之；一念之恶，厉鬼随之。知此可以役使鬼神。

【译文】

一个善良的念头，可以让降福的吉神伴随左右；而一个邪恶的念头，可以招



来恶鬼为祸作灾，明白这个道理，便可以差使鬼神了。

【评点】

其实所谓吉神与恶鬼，完全取决于我们自己是想做善人，还是想做恶人。祸福并不是由鬼神给予，而是惟人自取。长期为善的人心胸坦荡，本身就是自己的吉神。长期为恶的人本身形为恶鬼，心中充满蒺藜，自然会有恶鬼跟着他，引诱他作恶，最终自食其果。

1.22 眉睫线交，梦里便不能张主^①；眼光落地，泉下又安得分明。

【注释】

①张主：控制自己的主张。

【译文】

当双眼闭上，在睡梦中人便不能自作主张。当梦醒之后，眼光落到地下，想到梦中都不能自主，死后在九泉之下又如何能想得分明呢？

【评点】

在佛教中，说生命有六道轮回，又说死后会出现一种“四大分离”的可怕现象，说我们这个色身为幻身，这些都是很有道理的。我们所追逐的一切功名利禄，不管看起来多么宏伟，可在永恒的时空里，也只是渺小的幻影，因此，面对死亡，许多事情都可以释怀。

1.23 佛只是个了仙，也是个了圣。人了了不知了，不^①知了了是了了；若知了了，便不了。

【注释】

①不：没有。

【译文】

佛只是一个善于了却俗尘凡事的神仙，也是个善于了却烦恼的圣人。人类虽然很聪明，却不知该如何了却一切的烦恼，不知万事放下便是无事；若心中还有放下的念头，便是还没有完全放下。

【评点】

人总是自以为很聪明，却整日在烦恼欲望的沟壑中不能自拔。很多事情没有来临之时疯狂地去追逐，真正来临之时渴望一直拥有，过去之后还在心中念念不忘，全然不知放下即收获快乐，只是不断地以欲望来烦恼自己，束缚自己。

1.24 剖去胸中荆棘以便人我往来，是天下第一快活世界。

【译文】

将心中最易伤害自己、伤害他人的荆棘去除，以最宽阔的胸怀和人交往，这是一件很快乐的事情。

【评点】

去除胸中恶念，以便于和他人真诚交往，这是一件很快乐的事。作为一个在社会上生存的人，要善于与人交流，与人沟通，不要把自己尘封在另一个世界里，锁住自己的心灵。要打开心扉

让忧愁哀伤释放出去，把爱和欢乐带回家，这样的生活，会让自己感觉轻松愉快。

1.25 居不必无恶邻^①。会不必无损友^②，惟在自持者两得之。

【注释】

①恶邻：可恶的邻居。②损友：有害的朋友。

【译文】

居住在一个地方，不一定非要避开不好的邻居。会友聚会时也不一定要除去不好的朋友。关键在于自己，如果自己能够把持，即使是恶邻和损友，自己也能从中得到益处。

【评点】

无论是恶邻还是损友，都是在考验我们的定力和修养。倘若我们与邻居吵架，以牙还牙，也把垃圾丢在他家门口，也放狗在他家门口拉屎拉尿，这样，我们与毫无涵养的恶邻有什么不同呢？很多时候，一些事情稍加忍耐也就过去了，即使实在说不过去，去交涉也要依理而行。至于损友，那就完全看自己的把持了，如果自己的定力足够，就不会被人影响。这样的恶邻或损友，不过是对自己修养的试金石罢了。

1.26 要知自家是君子小人，只须五更头检点，思想的是什么便得。

【译文】

要想知道自己是君子，还是小人，只要在五更时分，天将明时进行自我反省，看看自己所思所想的是什么，就会很明白了。

【评点】

君子和小人有什么分别呢？其分别在于君子总是以大我为出发点，在大局面前，会不计较个人利益；而小人则总是以小我为出发点，事事总以个人利益优先。君子不会因为利益而伤害别人，而小人却会因为利益而伤害别人。

1.27 以理听言，则中有主；以道窒欲^①，则心自清。

【注释】

①窒欲：约束欲望。

【译文】

以理智对听到的言语进行判断，心中便自然会有主张。以道德来摒弃内心的欲望，则内心自然清明。

【评点】

我们的内心难以平静下来，是因为被私欲所控制，同时心胸也会因欲望的纠缠而变得狭隘自私，很难得到安宁。倘若我们能够在道德修养上多下工夫，便会明白许多欲望不应该，也没有必要，这样就会减低那些不合理的欲求，让内心趋于平静。



1.28 先淡后浓，先疏后亲，先达^①后近，交友道也。

【注释】

①达：接触。

【译文】

交朋友，要先淡薄后浓郁，先疏远而后亲近，先接触而后相知，这才是交朋友的正确方法。

【评点】

交朋友不是一件容易的事，要获得真正心灵相知的朋友则更是困难。《中说 魏相篇》中有“先择而后交，则寡尤；先交而后择，故多怨”。意思是说：有修养的人交朋友，要先看准，然后才能结交，这样方能少烦恼；没有修养的人交朋友，会先交往再从中选择，最后多怨仇。

1.29 形骸非亲，何况形骸^①外之长物；大地亦幻^②，何况大地内之微尘。

【注释】

①形骸：身体四肢。②幻：变幻。

【译文】

人体的四肢都不属于亲近之物，何况那些身体之外的声名财利等带不走的东西呢？山河大地不过是一种幻影，更不用说生活在天地间如尘埃的芸芸众生。

【评点】

佛家说肉身是一个虚幻而不真实的东西，身体形骸尚且如此，还有什么真正属于自己的呢？整个山河大地也会沧海桑田，最终都要在漫长无边的岁月中有如幻影般地消失。既然如此，为何不把眼界放得更开阔，更长远一些，何必去斤斤计较生活中那些鸡零狗碎、细枝末节呢？

1.30 寂^①而常惺，寂寂之境不扰；惺^②而常寂，惺惺之念不驰。

【注释】

①寂：糊涂。②惺：清醒。

【译文】

在寂寞的状态下，要时常保持警醒，但也要以不扰乱寂静的心境为优先。在清醒的状态下，也要时常保持寂静，这样才能使心念收拢，而不致于奔驰。

【评点】

“寂寂”指的是孤独和寂静，对于人生来说，它是一种境界，也是一种财富。但“寂寂”并不是让人安静得像木头一样，所以还要有“惺惺”，即“清醒”的作用。“惺惺”的心也要安静，但是要有静有定，静而不迷，清洗明白，不迷就叫做“惺”。如果能做到“寂寂”，“惺惺”便什么烦恼都没有了，常葆自己内心的安静祥和，还能随时随地都处于禅定当中。

1.31 童子智少，愈少而愈完；成人智多，愈多而愈散。

【译文】

孩童的智力发展不够，知识也不多，但是因其知识愈少，其看问题的角度愈

直接，所以智慧就会愈加完整；成人的智力已经发育完全，知识也多，但智慧却因其分散而不完整。

【评点】

老子说：“为学日益，为道日损。”说的是，知识和学问一旦累积得多了，注意力便会分散开来，成为一种负担。知识越多，想法便会越多，太在乎外在，而对内在的统一没有足够的认识。所以老子主张要“为道日损”，只有一天天地减去妄见，才能达到一种“绝学无忧”的境界。

1.32 无事便思有闲杂念头否，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。时时检点得到，从多入少，从有入无，才是学问的真消息^①。

【注释】

①真消息：关键所在。

【译文】

没有事情的时候要反省自己是否有一些杂乱的念头出现，忙碌的时候要思考自己是否心浮气燥，得意的时候要注意自己的言行举止是否骄傲，失意的时候要反省自己是否有怨天尤人的想法。能时时这样细查自己的身心，使不良的习气由多而少，最后渐渐地完全革除，这才算是真正了解了学问的真谛。

【评点】

人在无事的时候往往会因为无聊而生出种种杂念，所以在闲居的时候最要将心收住。而忙碌的时候又会变得脾气暴躁，不能冷静思考事情，这时若能觉察到自己情绪的浮动，便不会将事情做错或得罪他人。

1.33 贫贱之人，一无所有，及临命终时，脱一厌字。富贵之人，无所不有，及临命终时，带一恋字。脱一厌字，如释重负；带一恋字，如担枷锁。

【译文】

贫穷低贱的人，身无长物，什么都没有，到临死时，会因为对贫穷的厌倦而觉得死亡是一种解脱；富有高贵的人，应有尽有，什么都不缺，到临死时，因对功名利禄的迷惑而恋恋不舍。因为厌倦贫穷而解脱的人，死亡对他们来说，好像是放下了一副重担；因对功名利禄眷恋不舍的人，死亡对他们而言就像戴上了刑具般的沉重。

【评点】

死亡对每一个人都是公平的，它会降临到贫苦之家，也不会远离富贵之人。自古以来有很多王公贵族都梦想着长生不死，结果还是跟升斗小民一样，任由死神降临，变成黄土一。真正豁达的人，不论富贵还是贫贱，对生与死的态度是一样的。贫贱也不厌生，因为生活除了物质，还有许多别的东西，还有很多乐趣。富贵也不厌死，因为再富足的生活，也会让人疲惫。孔子所说“未知生，焉知死。”所以，既知生，就不用畏惧死亡了。



1.34 透^①得名利关，方是小休歇^②；透得生死关，方是大休歇。

【注释】

①透：看透。②休歇：休息。

【译文】

一个人，如果能看得透名和利，过了这一关，人生便轻松许多，这算是小休息；如果能看得透生和死，明白生死之间的界限，明白生死是人生必然的过程，这样才能真的放下，才是真正的大休息。

【评点】

古往今来多少英雄豪杰，追逐名利，人生的大部分光阴都放在“名利”二字上了。天下的芸芸众生，又何尝不是如此呢？看不破“名”和“利”，竞志斗才，蝇营狗苟，却没有让自己静下心来想一想，名和利于自己，到底可以保留多久？

1.35 多躁者，必无沉潜^①之识；多畏者，必无卓越之见；多欲者，必无慷慨之节；多言者，必无笃实^②之心；多勇者，必无文学之雅。

【注释】

①沉潜：深刻。②笃实：踏实肯干。

【译文】

性情浮躁的人，必定对事情没有深刻的见地。胆小的人，一定没有不同凡响的见解。对欲望过于看重的人，必定没有意气激昂的气节。多话的人，必定没有踏实肯干的心灵。过于勇猛的人，往往无法拥有文学的风雅。

【评点】

性情浮躁的人，内心很难专注，很难对事情有深入的见解。而遇事胆小畏惧的人，没有主见，往往会追随他人，当然不会有超越众人的见解。对欲望太过看重的人，每逢大难来临之时，有太多留恋的东西舍不得放弃，又怎么可能慷慨地舍生取义呢？这个时候，能不为自保而变节已经很不错了。所以，多躁、多畏、多欲、多言、多勇都不是好的现象，只有沉着、卓越、慷慨、笃实，才会有文学之雅，进而成为一个完美的人。

1.36 佳思忽来，书能下酒；侠情一往^①，云可赠人。

【注释】

①往：出现。

【译文】

精妙的才思突然涌来时，不需要什么美味佳肴，有一本书在手便能佐酒了。豪气的情意一生发出来，即使手中什么也没有，也可拿天上的白云来赠予他人。

【评点】

李白的诗《月下独酌》这样写道：“花间一壶酒，独酌无相亲，举杯邀明月，对影成三人。月既不解饮，影徒随我身，暂伴月将影，行乐须及春。”说的就是饮酒的情趣。饮酒重在情