

小学生课外必读

国学启蒙卷

策划 / 台湾风车编辑群

菜根谭

——先人的智慧——

图文并茂

白石翁秋塘雙浴圖
秋宵剪燭龍吟
白石翁史著平



文 心 出 版 社

小学生课外必读◎国学启蒙卷

菜根谭

先人的智慧



文心出版社

策划／台湾风车编辑群

图书在版编目(CIP)数据

菜根谭/台湾风车编辑群编. —郑州:文心出版社,
2002. 1

(小学生课外必读. 国学启蒙卷)

ISBN 7-80537-915-7

I. 菜… II. 台… III. ①汉语—古代—启蒙读物
②个人—修养—少年读物 IV. H194.1-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2001) 第 082808 号

著作权合同登记号:图字 16-2001-057

出版社:文心出版社

(地址:郑州市经五路 66 号

邮政编码:450002)

发行单位:河南省新华书店

承印单位:河南第一新华印刷厂

开本:850 毫米 × 1092 毫米 1/32

印张:4.75

字数:60 千字

印数:1—3 000 册

版次:2002 年 1 月第 1 版 印次:2002 年 1 月第 1 次印刷

书号:ISBN 7-80537-915-7/G·840 定价:13.80 元

出版说明

新的素质教育形势,对小学生各方面的教育提出了更高的要求,其中,中华民族优秀传统文化教育是小学生德育、美育及智育不可或缺的一项内容。中国国学博大精深,璀璨夺目,虽然历时久远,但仍具有极强的阅读价值和深刻的教育意义。综观现有的小学生课外阅读材料,全面而系统地引导小朋友接受传统文化教育的书籍寥寥可数,几近于无。为填补这一空白,本社有针对性地引进了台湾风车图书出版有限公司出版的这套浅显易懂、清雅晓畅的国学作品。这套书着眼于小学生的素质教育,重在启发引导,使小朋友通过对作品的朗诵、阅读,既能开拓视野,提高阅读、写作和鉴赏能力,又能于潜移默化中接受古典文化的熏陶,规范自己的言行,树立正确的世界观、人生观和价值观,增强自己的审美底蕴和人文意识。

序

何友明

《菜根谭》是明代的大学者洪自诚所写，内容包含了儒家、释家、道家的学说精华。《菜根谭》这本书的内容是以做人处世的道理为主，来阐释人生的意义。这是一部充满人生哲理的佳作，值得小朋友仔细阅读。

小朋友在阅读古文的时候，常常面临的问题就是艰涩难懂的字句，造成学习兴趣的低落。笔者

有鉴于此，特将“注释”和“解释”安排其中，让原文也可以成为简易白话，方便小朋友阅读。另外，我们还增加了“启示与应用”，希望导引小朋友从生活当中，体会出简朴生活的情趣和修养品德的重要性。

宋朝的一位学者汪信民曾说：“咬得菜根，百事可做。”意思就是说：菜根的味道虽然很淡，但却能够耐人寻味。所以，洪自诚先生就用菜根引为书名，目的也是希望世人能够从恬淡认真、松坦寡欲的生活中修身养性，完成自身的品德。



目 录

栖守道德者	(1)
君子之心事	(4)
耳中常闻逆耳之言	(6)
酿肥辛甘非真味	(9)
经路窄处	(11)
交友	(13)
洁常自污出	(15)
富贵家宜宽厚	(17)
心地干净	(20)
人心有一部真文章	(23)
春至时和	(25)
敬器以满覆	(27)
闲中不放过	(30)
家人有过	(32)
文章做到极处	(35)





爽口之味	(37)
小处不渗漏	(39)
谁能丑我	(41)
人情通患	(43)
智巧何足恃	(45)
学问切戒	(47)
念头宽厚	(50)
为善	(52)
庸德庸行	(54)
磨砺	(56)
鹰立如睡	(58)
用人不宜刻	(60)
性躁心粗者	(62)
善读书者	(64)
桃李虽艳	(66)
岁月本长	(69)
得趣不在多	(71)
心无物欲	(73)
石火	(75)





栽花种竹	(77)
孤云出岫	(80)
水流	(82)
芦花被下	(84)
竹篱下	(86)
春日	(88)
念息	(90)
人情	(93)
多藏者厚亡	(96)
花居盆内	(98)
人心难降	(100)
宠辱不惊	(103)
晴空朗月	(105)
文以拙进	(108)
遇病	(111)
优人	(114)
田父野叟	(117)
兴逐时来	(120)
绳锯木断	(122)





天地之心	(125)
雨余观山色	(128)
士君子	(130)
子生而母危	(133)
花看半开	(136)
山肴	(138)
人生	(141)





qī shǒu dào dé zhě jì mò yì shí
栖守^①道德者，寂寞一时；

yī ē quán shì zhě qī liáng wàn gǔ
依阿^②权势^③者，凄凉^④万古。

dá rén guān wù wài zhī wù
达人^⑤观物外之物^⑥，

sī shēn hòu zhī shēn
思身后之身^⑦，

nìng shòu yì shí zhī jì mò
宁受一时之寂寞，

wú qǔ wàn gǔ zhī qī liáng
毋^⑧取万古^⑨之凄凉。

【注释】

①栖守：固守。

②依阿：依靠。

③权势：权威势力。





④凄凉:遭遇到悲苦寂寞。

⑤达人:通达事理的人。

⑥物外之物:指有形事物之外所包含的无形精神价值。

⑦身后之身:指子孙后代。

⑧毋:不要。

⑨万古:永远。

【解释】

坚守道德的人,只会受到一时的寂寞;而倚仗权势、攀附权贵的人,则要受到永远的寂寞和悲凄。

明白事理的人,他能看到隐藏在事物背后的精神价值,以及想到要为后代子孙立下良好的典范,所以,他能看清现在和考量未来,宁愿受到一时的寂寞,也不愿意违背自己的道德良心,做出伤天害理的事情,这样才不会受到后代子孙的唾弃而遗臭万年了。

【启示与应用】

君子做事情,总会有长远的考量,并不会受到





眼前名利诱惑。

小人就不同了，小人总是只看眼前的名利，而没有长远的打算，所以，君子的内心经常是心安理得，坦坦荡荡，而小人大多是躲躲藏藏，缩头缩尾。





jūn zǐ zhī xīn shì tiān qīng rì bái
君子^①之心事，天青日白^②，

bù kě shǐ rén bù zhī
不可使人不知。

jūn zǐ zhī cái huá yù yùn zhū cáng
君子之才华^③，玉韞珠藏^④，

bù kě shǐ rén yì zhī
不可使人易知。

【注释】

①君子：指有才德的人。

②天青日白：像青天一样的晴朗，像太阳一样的光明，这是比喻君子的内心光明磊落，没有什么不可告人的隐私。

③才华：才能。

④玉韞珠藏：如同隐藏不显的珠玉一样。玉韞：玉是包藏在石头里面。珠藏：珍珠是藏在贝壳里面。韞即藏的意思。





【解释】

一个才德兼备的君子，他的内心经常是坦坦荡荡的，就像青天白日一般光明磊落，他的所作所为都不会有所隐瞒而不让人知道。可是，对于自己拥有的才能，却会很谦虚地隐藏起来，就像珍珠和宝玉隐藏在贝壳和石头里一样，他明知道自己的才华绚丽耀眼，却懂得谦虚，不让人一眼就看出他的实力。

【启示与应用】

君子深知“为人要谦虚谨慎”的道理，所以他不会刻意地表现自己的才华，免得遭人嫉妒。而心中却永远光明坦荡，没有什么不可告人的秘密。





ěr zhōng cháng wén nì ěr zhī yán
耳 中 常 闻^① 逆耳^② 之 言，

xīn zhōng cháng yǒu fú xīn zhī shì
心 中 常 有 拂心^③ 之 事，

cái shì jìn dé xiū xíng de dǐ shí
才 是 进 德 修 行^④ 的 砥 石^⑤。

ruò yán yán yuè ěr shì shì kuài xīn
若 言 言 悦 耳，事 事 快 心^⑥，

biàn bǎ cǐ shēng mái zài zhèn dú zhōng yǐ
便 把 此 生 埋 在 鸩 毒^⑦ 中 矣。

【注释】

①闻：听。

②逆耳：不喜欢听。

③拂心：不顺心。

④进德修行：修养道德和品行。

⑤砥石：磨刀石，比喻品德的修养要像磨刀一样越磨越利。





⑥快心:顺心。

⑦鸩毒:指毒药。鸩是一种有毒的鸟,把这种鸟的羽毛浸泡在酒里,就成了含有剧毒的毒药。

【解释】

经常听到不喜欢的话,或生活中碰到不顺心的事,其实,这对于我们品德的精进是很有帮助的,就好像刀在磨刀石上面磨一样,越磨越利。

反过来说,如果平常所听到的都是让你高兴的甜言蜜语,或遇到的事都丝毫没有困难,这样看来似乎很好,但是实际上就好像把自己泡在毒药中一样,这样会让我们德行退步,处理事情的能力降低,所以是很危险的。

