

全彩图译本

菜根谭

〔明〕洪应明 著

《一力古典文丛》编辑组 编译

 文匯出版社

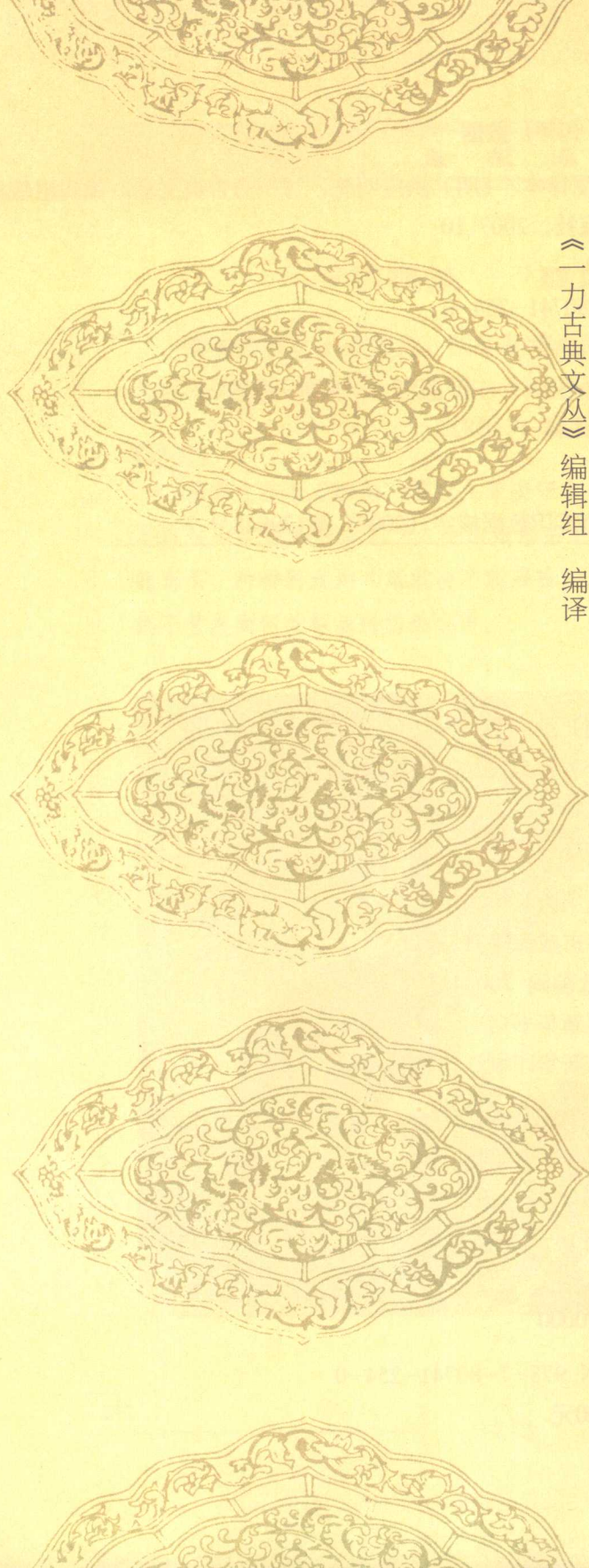
全彩图译本

菜根谭

〔明〕洪应明 著

《一力古典文丛》编辑组 编译

 文匯出版社



图书在版编目(CIP)数据

菜根谭：全彩图译本／〔明〕洪应明著；《一力古典文丛》编辑组编译．
—上海：文汇出版社，2007.10

(一力古典文丛)

ISBN 978-7-80741-254-0

I. 菜… II. ①洪…②一… III. ①个人—修养—中国—
明代 ②菜根谭—注释 IV. B825

中国版本图书馆CIP数据核字(2007)第129848号

菜根谭

著 者 / 〔明〕洪应明

编 译 / 《一力古典文丛》编辑组

责任编辑 / 张建德

装帧设计 / 灵动视线

出版发行 / 文汇出版社

上海市威海路755号

(邮政编码 200041)

经 销 / 全国新华书店

印 刷 / 山东新华印刷厂德州厂

版 次 / 2007年10月第1版

印 次 / 2007年10月第1次印刷

开 本 / 787×1092 1/16

字 数 / 126千

印 张 / 12

印 数 / 1-10000

书 号 / ISBN 978-7-80741-254-0

定 价 / 26.00元

内容简介：

本书是一本关于启蒙教育的典籍，内容包括修身、劝世、明智、齐家、治平等各个方面，其中不乏历代相传的经典名句和至理名言，对于当代青少年修身养性、陶冶情操以及传统道德观、价值观的培养与形成大有裨益。

一
力
古
典
文
丛

《人间词话》

《周易》

《论语》

《老子》

《唐诗三百首》

《宋词三百首》

《元曲三百首》

《孙子兵法》

《三十六计》

《格言联璧》

《聊斋志异》

《菜根谭》

《百家姓》

支持网站： www.pfylbook.com

责任编辑：张建德

装帧设计： 灵动视线·严 满

TEL: 010-85983452

序 言

中华民族在漫长的历史发展中，得以建构了人类历史上最悠久的文明之一。在维系中国社会稳定和政治秩序方面，以儒家思想为核心的传统文明曾发挥着相当大的作用，然而传统文明最致命的弱点在于，它潜伏着一个阻抑社会进步、科学发展和个性发扬的病根。自鸦片战争以降，代表现代科学思维的西方文明挟其“坚船利炮”，打破并无真实守卫力量的“闭关锁国”，使在文明古国大地上安榻稳居了数千年、年迈而肢体不便的传统文化，陷入被“拥护”和“打倒”的尴尬境地。此后百余年的政治、经济在矛盾中认可西方文明的过程，始终贯穿着以反对“旧礼教”、“旧制度”、“旧传统”为主要内容和表征的文化论争。以至美国汉学家费正清在《剑桥晚清史》中说，中国近代史从根本上是一场最广义的文化冲突。

台湾学者殷海光总结道，对于传统的态度，就至少半个世纪以来的中国人说，大致可分为三种：传统至上说，传统吃人说，传统可塑说。当然，中华民族作为多民族文化共同体，传统并不只是儒学一家，世界也不允许再行封闭。综合创新说，也为愈来愈多的有识之士所认同。关于传统的价值问题，近年已至存亡绝续、转化创新之际，这不只是一个纯理论兴趣的问题，而且是一个关乎民族治乱兴衰、和谐发展和高扬自己文化旗帜的问题。

在数千年的文明发展中，中国传统文化所蕴含的思维方式、行为准则、价值观念，不仅为我们留下了宝贵的文化遗产，还因其巨大的独创性、传承性与包容性，为当今社会创新文化提供历史的依据和现实的基础。故此，文化论争虽是近百年来重要话题，但从近代文化变革看当

代新文化建设，仍有可鉴之处。中华文明传承数千载，典籍浩如烟海，精彩纷呈而又鱼龙混杂，选一本古籍读物容易，选一套能引领现代人精神回归且又能拓展现代人的文化精神空间的国学典籍，则实难矣，稍有不慎，即会陷入维持旧观念、旧伦理、旧习俗的文化复古之谬——它有什么现实作用？它能否推进国家进步？文化是时代的产物，传统文明是历史文化的结晶，以我们现在所处的时代和环境，去审视传统文明，并试图从中引申出某些解决现代问题的思路，是否有“刻舟求剑”之嫌？客观介绍中华传统文化、民俗，无疑能给处在混乱与迷茫中的读者一种向传统靠近的契机，能使国人获得心理和情感上的某种满足和慰藉。然而，与此同时又如何不误导传统主体文化的自我保持与更新，如何不误导中外文化的比较与融通，是我们一直思考并尤为慎重的。作为这个时代的知识分子，我们现代不能割断传统，现代是与传统进行创造性的对话而开拓出来的。

价值是文化的要素，如何不失固有血脉，又能与时俱进，推动价值系统的自主创新，这是一个需要博识深思、认真对待的问题。这套图文并茂的《一力古典文丛》从文化的各个结点构筑中华文明的大体轮廓；读者的思想如在结点间攀缘，当能在空间维度和时间维度层面丰富对传统文化的认知，从而由感性进入思辨领域触及几千年文明的肌理。向现代读者介绍此套丛书，并不意味着我们倡导文化复古或中立，而是期待有能在学问和思想上打开僵结的一代人来承前启后。如果读者能由这些普及读物对几千年文明有所直观了解，再能由这些结点入乎其里而出乎其表，进行一种有根底的原创，当是文化之幸，民族之幸。

编者

2007年1月

目录

栖守道德	毋依权贵	1
与其练达	不若朴鲁	2
心地光明	才华韞藏	2
污泥不染	机巧不用	2
闻逆耳言	怀拂心事	3
和气喜神	天人一理	4
真味是淡	至人如常	4
闲时吃紧	忙时悠闲	4
静坐观心	真妄毕现	5
得意早回头	拂心莫停手	6
志从淡泊来	节在肥甘丧	6
田地放宽	恩泽流长	6
路留一步	味减三分	7
脱俗成名	减欲入圣	8
侠心交友	素心做人	8
利毋居前	德毋落后	8
忍让为高	利人利己	9
矜则无功	悔可减过	10
美名不独享	责任不推脱	10
功名不求盈满	做人恰到好处	10
诚心和气	胜于观心	11
云止水中	动寂适宜	12
责恶勿太严	教善勿太高	12

洁常自污出	明每从暗生	12
伸张正气	再现真心	13
事悟痴除	性定动正	14
志在林泉	胸怀廊庙	14
无过是功	无怨是德	14
忧勤勿过	待人勿枯	15
原其初心	观其末路	16
富宜宽厚	知宜敛藏	16
登高思危	少言勿躁	16
放得功名	即可脱俗	17
偏见害人	聪明障道	18
知退一步	加让三分	18
不恶小人	有礼君子	18
正气清白	留于乾坤	19
降魔先降心	驭横先驭气	20
教育子弟	要严交游	20
欲路勿染	理路勿退	20
不可浓艳	不可枯寂	21
超越天地	不入名利	22
高一步立身	退一步处世	22
修德忘名	读书深心	23
一念之差	失之千里	23
有木石心	具云水趣	24
善人和气	凶人杀气	24
君子无祸	勿罪冥冥	25
多心为祸	少事为福	25
当方则方	当圆则圆	26
忘功念过	忘怨念恩	26
施之不求	求之无功	26

相观对治	方便法门	27
心地干净	方可学古	28
崇俭养廉	守拙全真	28
学以致用	立业种德	29
扫除外物	直觅本来	29
苦中有乐	得意生悲	29
富贵名誉	来自道德	30
花铺好色	人行好事	30
兢业的心思	潇洒的趣味	31
立名者贪	用术者拙	32
宁虚勿溢	宁缺勿全	32
拔去名根	融化客气	32
心体光明	暗室青天	33
无名无位	无忧无虑	34
恶畏犹善	显善存恶	34
居安思危	天亦无用	34
偏激之人	难建功业	35
愉快求福	去怨避祸	36
宁默毋躁	宁拙毋巧	36
热心之人	其福亦厚	36
天理路广	人欲路窄	37
磨练福久	参勘知真	38
虚心明理	实心却欲	38
宽宏大量	胸能容物	38
多病未羞	无病是忧	39
一念贪私	坏了一生	40
心中亮堂	不受诱惑	40
保已成业	防将来非	40
培养气度	不偏不颇	41

风不留声	雁不留影·····	42
君子懿德	中庸之道·····	42
穷当益工	不失风雅·····	42
未雨绸缪	有备无患·····	43
念头起处	切莫放过·····	44
静闲淡泊	观心证道·····	45
动中真静	苦中真乐·····	45
舍己勿疑	施恩勿报·····	45
厚德积福	逸心补劳·····	46
天机最神	智巧何益·····	47
人生态度	晚节更重·····	47
种德施惠	无位公相·····	47
积累念难	倾覆思易·····	48
君子诈善	无异小人·····	48
春风解冻	和气消冰·····	48
看得圆满	放得宽平·····	49
坚守操履	不露锋芒·····	50
逆境砺志	顺境杀人·····	50
富贵如火	必将自焚·····	50
精诚所至	金石为开·····	51
文章恰好	人品本然·····	52
能看得破	才认得真·····	52
美味快意	享用五分·····	52
忠恕待人	养德远害·····	53
持身勿轻	用心勿重·····	54
人生百年	不可虚度·····	54
德怨两忘	恩仇俱泯·····	54
持盈履满	君子兢兢·····	55
扶公却私	种德修身·····	56

公论不犯	权门不沾·····	56
不畏人忌	不惧人毁·····	56
从容处变	剴切规友·····	57
大处着眼	小处着手·····	58
爱重为仇	薄极成喜·····	58
藏巧于拙	以屈为伸·····	58
盛极必衰	居安虑患·····	59
奇人乏识	独行无恒·····	60
放下屠刀	立地成佛·····	60
毋形人短	毋忌人能·····	60
己所不欲	勿施于人·····	61
阴者勿交	傲者勿言·····	62
调节情绪	一张一弛·····	62
君子之心	毫无障塞·····	62
智慧识魔	意志斩妖·····	63
宽而容人	不动声色·····	64
英雄豪杰	经受锤炼·····	64
天地父母	万物敦睦·····	64
戒疏于虑	警伤于察·····	65
明辨是非	大局为重·····	66
亲善杜谗	除恶防祸·····	66
培养节操	磨炼本领·····	66
父慈子孝	伦常天性·····	67
不夸妍洁	谁能丑污·····	68
富多炎凉	亲多妒忌·····	68
功过要清	恩仇勿明·····	68
位盛危至	德高谤兴·····	69
阴恶祸深	阳善功小·····	70
以德御才	恃才败德·····	70

穷寇勿追	投鼠忌器·····	70
有过归己	有功让人·····	71
警言救人	功德无量·····	72
趋炎附势	人之通病·····	72
冷眼观物	慎动刚肠·····	72
德量共进	识见更高·····	73
人心惟危	道心惟微·····	73
反省从善	尤人成恶·····	74
功名一时	气节万古·····	74
机里藏机	变外生变·····	74
诚恳为人	灵活处世·····	75
去混心清	去苦乐存·····	76
一言一行	切戒犯忌·····	76
欲擒故纵	宽之自明·····	76
不能养德	终归末技·····	77
急流勇退	与世无争·····	78
细处着眼	施不求报·····	78
清心去俗	趣味高雅·····	78
修身养德	事业之基·····	78
心善子盛	根固叶荣·····	79
勿昧所有	勿夸所有·····	79
道德学问	人皆可修·····	80
信人已诚	疑人已诈·····	80
春风催生	寒风残杀·····	80
善根暗长	恶损潜消·····	81
愈隐愈显	愈淡愈浓·····	81
君子立德	小人图利·····	82
意气用事	难有作为·····	82
律己宜严	待人宜宽·····	82

为奇不异	求清不激	83
恩宜后浓	威宜先严	83
心虚性现	意净心清	84
物自为物	我自为我	84
慈悲心肠	繁衍生机	85
心体天体	人心天心	86
无事寂寂	有事惺惺	86
议事论事	明晓利害	86
操履严明	亦毋偏激	87
浑然和气	居家之珍	87
诚心和气	激励陶冶	88
一念慈祥	寸心洁白	88
异行奇能	涉世祸胎	88
忍得耐得	自在之镜	89
心体莹然	本来不失	90
一张一弛	事先安排	90
为民请命	造福子孙	90
为官公廉	居家恕俭	91
富贵知贫	少壮念老	92
气量宽厚	兼容并包	92
勿仇小人	勿媚君子	92
疾病易医	魔障难除	93
百炼成金	轻发无功	94
戒小人媚	愿君子贵	94
好利害浅	好名害深	94
忘恩报怨	刻薄之极	95
不畏谗言	却惧蜜语	96
清高偏急	君子重戒	96
虚圆建功	执拗债事	96

处世之道	不同不异·····	97
烈士暮年	壮心不已·····	98
聪明不露	才华不逞·····	98
过俭者吝	过谦者卑·····	98
喜忧安危	勿介于心·····	99
声华名利	非君子行·····	100
乐极生悲	苦尽甜来·····	100
盈满勿加	将折勿搦·····	100
冷眼观人	冷眼思理·····	101
心宽福厚	量小福薄·····	101
闻恶防谗	闻善防奸·····	102
躁急无成	平和得福·····	102
用人不刻	交友不滥·····	102
立定脚跟	著得眼高·····	103
和衷少争	谦德少妒·····	103
居官有节	居乡有情·····	104
事上警谨	待下宽仁·····	104
逆境消怨	怠荒思奋·····	104
轻诺惹祸	倦怠无成·····	105
心领神会	全神贯注·····	105
勿以长欺短	勿以富凌贫·····	106
中才之人	高低难成·····	106
守口应密	防意应严·····	106
责人宜宽	责己宜严·····	107
幼时定基	少时勤学·····	107
君子忧乐	亦怜茕独·····	108
浓天淡久	大器晚成·····	108
静中真境	淡现本然·····	108
乐者不言	言者不乐·····	109

省事为适	无能全真·····	109
艳为虚幻	枯为胜境·····	110
天地之闲	因人而异·····	110
盆池竹屋	意境高远·····	110
静夜梦醒	月现本性·····	111
天地万物	皆是实相·····	111
知无形物	悟无尽趣·····	112
无欲有书	神仙之境·····	112
盛宴散后	兴味索然·····	112
得个中趣	破眼前机·····	113
非上上智	无了了心·····	114
人生苦短	宇宙无限·····	114
极端空寂	过犹不及·····	114
休无休时	了无了时·····	115
从冷视热	从冗入闲·····	116
轻视富贵	不溺酒中·····	116
不嫌人醉	不夸己醒·····	116
心闲日长	意广天宽·····	117
栽花种竹	去欲忘忧·····	118
知足则仙	善用则生·····	118
附势遭祸	守逸味长·····	118
松涧望闲云	竹夜见风月·····	119
欲时思病	利来思死·····	120
退后一步	清淡一分·····	120
忙不乱性	死不动心·····	120
隐无荣辱	道无炎凉·····	121
心静自然凉	乐观无穷愁·····	121
进时思退	得手思放·····	122
贪者常贫	知足常富·····	122

隐者多趣	省事心闲	122
自得之士	逍遥自适	123
孤云出岫	朗镜悬空	124
浓处味短	淡中趣真	124
高寓于平	难出于易	125
喧中见寂	有入于无	125
心无系恋	乐境仙都	126
静躁稍分	昏明顿异	126
卧雪眠云	绝俗超尘	126
浓不胜淡	俗不如雅	127
出世涉世	了心尽心	127
身放闲处	心安静中	128
云中世界	静里乾坤	128
不忧利禄	不畏仕祸	128
山泉去凡心	书画消俗气	129
秋日清爽	神骨俱清	130
得诗真趣	悟禅玄机	130
好用心机	杯弓蛇影	130
身心自如	融通自在	131
盛衰始终	自然之理	131
无欲则寂	虚心则凉	132
贫则无虑	贱则常安	132
晓窗读易	午案谈经	132
花失生机	鸟减天趣	133
诸多烦恼	因我而起	133
少时思老	荣时思枯	134
人情世态	倏忽万端	134
热中取静	冷处热心	134
寻常人家	最为安乐	135