

读

菜根譚

悟经典人生

咬得菜根，百事可做。

化通俗为雅致，变腐朽为神奇，人间万事之通典。
读进去，体会人世的超然境界；悟出来，享受出世的平淡快乐。



中国华侨出版社
王涵◎编著

B825-49
W205.1/2

25-48 8
W205.1/2

读采根谭悟经典人生

王涵◎编著

中国华侨出版社



图书在版编目(CIP)数据

读菜根谭悟经典人生 / 王涵编著. —北京: 中国华侨出版社, 2007.12

ISBN 978-7-80222-517-6

I. 读… II. 王… III. ①个人-修养-中国-明代②菜根谭-通俗读物 IV. B825-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 189160 号

●读菜根谭悟经典人生

著 者 / 王 涵

责任编辑 / 邓文华

版式设计 / 丽泰图文设计工作室 / 桃子

经 销 / 全国新华书店

开 本 / 700×1000 毫米 1/16 开 印张 / 24 字数 / 252 千字

印 刷 / 北京银祥福利印刷厂

版 次 / 2008 年 3 月第 1 版 2008 年 3 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-80222-517-6/G·406

定 价 / 36.00 元

中国华侨出版社 北京市安定路 20 号院 3 号楼 邮编: 100029

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

e-mail: oveaschin@sina.com



前言

菜根谭

前言

古人云：性定菜根香，静心沉玩，乃得其旨。

读明代奇人洪应明的著作《菜根谭》，需要静下心来，耐心地品、细细地悟。因为只有这样，才能够从它精微深刻的语言中悟出旷达高远的智识，从而提高自己的心智。

毛泽东曾说，嚼得菜根者百事可做，读懂一部《菜根谭》体味人生的百种滋味，就能做到“风斜雨急处，立得脚定。花浓柳艳处，着得眼高。路危径险处，回得头早。”的确，《菜根谭》可以帮助人们找到人生的方向，因为它将儒、释、道三家之精髓熔于一炉，并加之高妙的文字表达，深刻地展示了一种博大的文化视野和人生世路的锤炼。

本书就是对《菜根谭》的深刻感悟，书中总结了为人处世之策略，求学问道之真假，功业政事之智慧，修身养性之要义，生死名利之玄妙，居家交友之心得。它通过充满审美情趣的思维方法，简单明了的语言，跌宕起伏的故事情节，传达出一种深刻的人生感悟，帮助人们破解人生中遇到的诸多难题。

本书看似随手写就，实则是将《菜根谭》的各种珍藏本整合在一起，拾遗补漏，着重将精神修养和为人处世相结合，精选世界古今之经典事例，让广大读者从中体味出人生中的难题。只要定心于

自身之锤炼修培，难题便可以在一片自由挥洒中迎刃而解。

古人说：莫将容易得，便做等闲看。就是因为，很多事物和书籍，只有对它静心玩味的人才能领会，才能去把握和实践。而《菜根谭》就是这样一部需要人们放在床头、案头，静心品读的旷世奇书。初读它的人，或许会觉得杂乱无章，甚至自相矛盾。不过，当身心投入地读进去，便能够发现志藏其里。如果再进一步悟其深意，则会有醍醐灌顶之感，倍觉终生受益。

看人间之事，常常是仁者见仁，智者见智，而读《菜根谭》更是如此。这样一本囊括了中国几千年处世智慧的经典文献，从它问世以来，可谓经久未衰。直至今日，仍然有太多的人被它所吸引，成功者、失意者、居官者读它，甚至僧舍道观、骚人墨客也莫不悉心研习。

究其原因，就在于它能够帮助人们解决人生难题。而这本《读进去悟出来的人生哲理》，语句不求华丽却显实用，它可以帮助广大读者朋友更快捷地挖掘出《菜根谭》之精华及哲理玄机，也会让读者受用一二。

书中如有疏漏偏颇之处，还请各位读者不吝指正。



第一章 为人处世篇

——宽容真诚做人，灵活自如处世

《菜根谭》说：做人无点真恳念头，便成个花子，事事皆虚；涉世无段圆活机趣，便是个木人，处处有碍。人生在世，实在做人和灵活处世是为人处世的最佳标准。二者同存，则有相得益彰之功效；二者择一，则有唇亡齿寒之损失。要想不虚度此生，不妨从实在和灵活处做起。

1. 花看半开 酒饮微醉 003
2. 以屈为伸 韬光养晦 007
3. 待人以宽 严以律己 012
4. 行道中庸 藏露得当 017
5. 急处站稳 险处回首 023
6. 高步立身 退而处世 027
7. 处世不偏 行事得当 031
8. 困境砺行 顺境堕落 033
9. 专势弄权 引火自焚 037
10. 不犯正论 远离权门 044
11. 情急勿躁 严厉生恨 046
12. 路退一步 味让三分 048
13. 谨言慎行 立世之本 054

14. 平和待人 收起锋芒 058
15. 宽宏大量 器小禄薄 061
16. 真挚正直 以德报怨 066
17. 天道忌盈 事不做绝 070
18. 人情世路 应识礼让 073
19. 心体光明 念勿暗昧 076
20. 方圆有度 宽严互用 078
21. 少事为福 多心招祸 081

第二章 求学问道篇

——专心致志求学，持之以恒悟道

《菜根谭》说：学者要收拾精神，并归一路，如修德而留意于事功名誉，必无实诣；读书而寄兴于吟咏风雅，定不深心。专心致志是一种至上的求学态度，是求得真才实学的不二法门。因为只有抛开杂念、心无旁骛，才能够客观而全面地吸收到广博的知识和深邃的思想。

1. 读书之善 观物之妙 087
2. 金须百炼 学贵有恒 088
3. 磨炼福久 求知参勘 091
4. 修德忘名 读书深心 093



5. 量弘识高 品德增进	095
6. 闲时学习 急时受用	097
7. 心地纯洁 方可读书	100
8. 道要常悟 好学不倦	103
9. 读书见圣 居官爱民	106
10. 扫除外物 直觅本来	110
11. 幻无求真 雅不离俗	113
12. 绳锯木断 水滴石穿	116
13. 勿夸所有 可为学问	121
14. 幼时不学 难成大器	124
15. 心事宜明 才华须蕴	134

第三章 功业政事篇

——性情中和是福，沉着冷静建业

《菜根谭》说：躁性者火炽，遇物则焚；寡思者冰清，逢物必杀；凝滞固执者，如死水腐木，生机已绝；俱难建功业而延福祉。诸如性情暴烈、吝于施恩、拘泥守旧这类事物，都是成就事业的绊脚石。只要它们的一种或几种仍存在于或表现于欲成大事者的言行举止中，就会或多或少地降低成就事业的成功率。因此，要想成就一番事业，必需从大局出发，凡事分清利弊后方可行动。

1. 以德待众 事业之基	141
2. 信人尽诚 疑人已诈	144
3. 雅量容忍 德当载物	148
4. 谨慎于微 施于不报	153
5. 坎坷之路 以耐坚持	158
6. 以德御才 德才兼备	163
7. 虚圆立业 执拗败事	166
8. 骄矜无功 忏悔消罪	170
9. 隐智藏才 任重道远	174
10. 磨砺如金 沉着为本	178
11. 大处着眼 小处着手	180
12. 忧勤勿过 淡泊勿枯	184
13. 居安思危 天也无法	186
14. 持盈履满 君子兢兢	191
15. 无过即功 无怨即德	194
16. 不防谗言 难成大业	195
17. 良药苦口 忠言逆耳	201
18. 看清事态 可建功业	203
19. 辨别是非 明识大体	207
20. 闹中取静 处乱不惊	211
21. 精诚所至 金石为开	217



第四章 修身养德篇

——出淤泥而不染，明机巧而不用

《菜根谭》说：峨冠大带之士，一旦睹轻蓑小笠飘飘然逸也，未必不动其咨嗟；长筵广席之豪，一旦遇疏帘净几悠悠焉静也，未必不增其缱恋。人奈何驱以火牛，诱以风马，而不思自适其性哉？修身养德靠的是发自内心的反省和思索，需要的是一种宁静而致远的心境，而不是身外环境的感染和熏陶。

1. 色欲名利 修身大忌 221
2. 动静结合 道之真体 225
3. 不昧己心 为民立命 227
4. 善操身心 收放自如 229
5. 不计得失 不图回报 231
6. 消除仇怨 随处春风 236
7. 清贫不惫 精神畅裕 237
8. 宽恕待人 养德远害 239
9. 修身之道 勤俭朴实 242
10. 富为虚幻 淡为真味 245
11. 超然事外 看清利害 247

12. 心神修养 不乱本性	249
13. 退步宽平 清香悠长	251
14. 德在人先 利居其后	253
15. 韬光养德 远害全身	256
16. 悠然自得 宜若平民	259
17. 静中真境 淡中本然	261

第五章 生死名利篇

——非淡泊无以明志，非宁静无以致远

《菜根谭》说：石火光中争长竞短，几何光阴？蜗牛角上较雌论雄，许大世界？人生短暂如长江之浪花，转瞬便会销声匿迹。淡泊名利者方能不惧生死，以穷则独善其身、达则兼顾天下的豁达胸怀将短暂的人生变得别具意义。

1. 淡泊明志 肥甘丧节	265
2. 君子立德 小人图利	269
3. 好利害人 好名患隐	274
4. 人生短暂 何争名利	278
5. 一念贪私 万劫不复	284
6. 弄权一时 凄凉万古	287
7. 功名一时 气节千载	290



8. 无名无位 其乐最真	297
9. 不希利禄 不畏仕危	300
10. 欲有尊卑 贪无二致	302
11. 万事皆缘 随遇而安	307
12. 浑噩淡泊 清名传扬	309
13. 知足常乐 善用常生	311
14. 彻见真性 可达圣境	313
15. 超越天地 不入名利	315
16. 逃避名声 以求自保	318

第六章 居家交友篇

——从容处家族之变，剴切规朋友之失

《菜根谭》说：人之短处，要曲为弥缝，如暴而扬之，是以短攻短；人有顽固，要善为化诲，如忿而疾之，是以顽济顽。居家如此，交友亦如此。无论是对待家人还是朋友，都要拥有一颗不含半点虚伪的真诚之心。正所谓精诚所至，金石为开。只有做到这点，才可以享受居家之乐和交友之趣。

1. 诚心和气 家有真佛	323
2. 寻常家饭 珍惜是福	328
3. 去苦存乐 小事忍让	332

第一章 为人处世篇

——宽容真诚做人，灵活自如处世

《菜根谭》说：做人无点真恳念头，便成个花子，事事皆虚；涉世无段圆活机趣，便是个木人，处处有碍。人生在世，实在做人和灵活处世是为人处世的最佳标准。二者同存，则有相得益彰之功效；二者择一，则有唇亡齿寒之损失。要想不虚度此生，不妨从实在和灵活处做起。





1.花看半开 酒饮微醉

【原文】花看半开，酒饮微醉，此中大有佳趣。若至烂漫酩酊，便成恶境矣。履盈满者宜思之。

【释义】含苞待放时的花最值得观赏，略有醉意的感觉最为美好。这其中蕴含着极高妙的学问。而如果花已开得娇艳，酒已喝得烂醉，那么不但没有美妙可言，还会让人感到大煞风景。所以事业达到巅峰阶段的人，应该好好想想这其中的含义。

1862年，曾氏家族处于鼎盛时期。曾国藩身居将相之位，曾国荃统领的人马达二万之众，曾国华统领的人马也达五千之多；曾国荃在半年之内，七次拜受君恩。尽管这还不是曾氏家族最为辉煌的时期，但面对如此浩荡皇恩，曾国藩早已心满意足，甚至有点喜出望外，他禁不住骄然慨叹：近世似此者曾有几家？近世似弟者曾有几？

他把自己的感觉和心情告知家人，又以自己的学识、阅历和权威规劝家人：“日中则昃（太阳偏西），月满则亏。我们家现在到了满盈的时候了！”管子云：“斗斛满则人概（削平）之，人满则天概

之”。曾国藩以为，天之平人原本无比形，必然要假手于人。比如霍光氏盈满，魏相来平灭他，宣帝也来平灭他；诸葛恪盈满，孙峻来平灭他，吴主也来平灭他。待到他人来平灭而后才悔悟，就已经晚了。我们家正处于丰盈的时期，不必等到天来平、人来平，我与诸位弟弟应当设法自己来平。

“功成身退”的思想在今天对许多人来讲已经不太灵验。它会使人失去积极的进取心，从而满足于现状，当一天和尚撞一天钟。这是其糟粕之处。事实上，这里提出的“功成身退”仅是一种退守策略，是指一个人能把握住机会，获得一定成功后，见好就收。

老子的知足哲学也包括了“功成身退”的思想。所谓“持而盈之，不如其已；揣而锐之，不可长保。金玉满堂，莫之能守；富贵而骄，自遗其咎。功遂身退，天之道也。”其含义为，过分自满，不如适可而止；锋芒太露，势难保长久；金玉满堂，往往无法永远拥有；富贵而骄奢，必定自取灭亡。而功成名就，急流勇退，将一切名利都抛开，这样才合乎自然法则。因为无论名或利，在达到顶峰之后，都会走向其反面。

曾国藩本来是一个虔信程朱理学的学者，不幸的是那个时代把他造就成了一代中兴名将。从1852年奉旨兴办团练开始，到1872年他死前的一二年，他一直在过问军事。他仿照明代戚继光创建了一支不同于绿营军（官兵）的新型军队，这支军队纪律严明，战斗力强，为他立下了赫赫战功。然而，正当它处于威震四海的顶峰时期，曾国藩下令解散它。他为朝廷创建了一支军队，却为自己解散了这支军队。

曾国藩自从“特开生面，赤地新立”拉起一支从团练改编而成的军队——湘军时，便汹汹然地冲在对抗太平天国的最前列，此时他完全被维护皇朝的义务感和炫耀自己的功业心交融在一起。但在以后的征战生涯中，不仅战事棘手，屡屡受挫，而且也时常受到来