

意气谱

／反菜根譚

〔明〕

归终居士著

海南出版社



榮辱生死 論大道 我阻我做好人 以財發身 人生當留情 極高明手段
無上禪機 財路與理論 高人一等法 識之高下 人之高下 共味人生

意气谱

一反菜根谭

〔明〕归终居士/著

许良/注译

海南出版社

目 录

前言 许 良(1)

序 听涛馆主人(1)

卷一修省

1. 众人皆食菜叶几人能咬菜根 (1)
2. 人生当留情 (2)
3. 顺情合理何可见责 (2)
4. 腐儒矫情之论远逊孟子所论 (3)
5. 达观之士无哀乐 (4)
6. 生平只思现在 (4)
7. 我阻我做好人 (4)
8. 吃饭和做事 (5)
9. 盲人瞎马之空言 (5)
10. 英雄与学者 (6)
11. 三不争 (6)
12. 难得糊涂 (6)
13. 圣者王者霸者与民 (7)
14. 庭广之累 (8)
15. 养心之法在一省字 (8)

-
- | | |
|-----------------|--------|
| 16. 躯壳须壮健 | (9) |
| 17. 厄劫之铸炼 | (9) |
| 18. 一念之转超凡入圣 | (10) |
| 19. 苦与乐 | (10) |
| 20. 赵州和尚得高士之旨 | (11) |
| 21. 大学者之性格 | (11) |
| 22. 摄与融 | (12) |
| 23. 败与得 | (12) |
| 24. 水月之联想 | (12) |
| 25. 一生春风化柳 | (13) |
| 26. 皮肉骨髓 | (13) |
| 27. 无法解脱之因 | (14) |
| 28. 数与万 | (14) |
| 29. 尘许旃檀与毫端鸩血 | (14) |
| 30. 云水与木石 | (15) |
| 31. 耐穷 | (15) |
| 32. 无分之得 | (16) |
| 33. 人生不如意事常居八九 | (17) |
| 34. 野狐禅 | (17) |
| 35. 财路与理路 | (18) |
| 36. 拂意·快心·久安·初难 | (18) |
| 37. 真 | (19) |
| 38. 春夏秋冬 | (19) |
| 39. 尘影梦 | (20) |
| 40. 爱人与恶人 | (20) |
| 41. 人须百炼 | (20) |

卷二应酬

- | | |
|------------------|------|
| 42. 贵人·美人·闲人 | (22) |
| 43. 士君子于人于物 | (22) |
| 44. 改苏秦语 | (23) |
| 45. 谄与耻 | (23) |
| 46. 暗默与静止 | (24) |
| 47. 实与名, 心与语 | (25) |
| 48. 有张有弛, 方能度日 | (25) |
| 49. 感与应俱适, 心与境两忘 | (26) |
| 50. 华欧之婚异 | (27) |
| 51. 人与事 | (27) |
| 52. 起处与灭处 | (27) |
| 53. 宇宙内事 | (28) |
| 54. 了事自了心 | (28) |
| 55. 一与千百 | (28) |
| 56. 独夫与迂朽 | (29) |
| 57. 随缘 | (29) |
| 58. 不生事, 不怕事 | (30) |
| 59. 强本·固业·恃势 | (30) |
| 60. 人间只有亏好吃 | (31) |
| 61. 待人 | (31) |
| 62. 极高明手段 | (32) |
| 63. 施恩与立威 | (32) |
| 64. 安乐之场 | (32) |
| 65. 以汤浇雪 | (33) |

66. 大佳与大明	(33)
67. 贫贱	(34)
68. 为君子友则不能为小人友	(34)
69. 积行	(34)
70. 处世贵自力	(35)
71. 待人有主心骨	(35)
72. 自信人信	(36)
73. 论知己	(36)
74. 君子好人之好	(36)
75. 不开口	(37)
76. 论谤	(37)
77. 苟全性命	(38)
78. 以财发身	(38)
79. 高人一等法	(38)
80. 论事来事去	(39)
81. 学古	(40)

卷三评议

82. 文人多大言	(41)
83. 手技	(42)
84. 中国有史而无士	(43)
85. 尼山本义	(43)
86. 押韵与人	(44)
87. 识之高下，人之高下	(45)
88. 脱俗与随时	(45)
89. 宁受人毁	(46)

90. 荣辱死生	(46)
91. 对待非理与妄念	(46)
92. 人之流品	(47)
93. 钟声之启示	(48)
94. 一心之力	(48)
95. 琴书诗画	(49)
96. 论空寂	(49)
97. 乞色与德色	(50)
98. 傲与浮	(51)
99. 鱼鸟不若	(51)
100. 大人之学与小人学	(52)
101. 心偏则妄动	(52)
102. 世人恋富嫌贫	(54)
103. 聪明与糊涂	(54)
104. 贫能济人	(55)
105. 欲“无欲”即欲	(56)
106. 返真	(56)
107. 知的和犯的	(57)
108. 论孝与淫	(58)
109. 最难耐	(58)
110. 论与人交	(59)
111. 论善观	(59)
112. 苦乐宏谨	(60)
113. 论魏征集崛强、妩媚于一身	(60)
114. 论宽	(61)

卷四闲适

- | | |
|-----------------|------|
| 115. 情必有所寄 | (62) |
| 116. 无上禅机 | (63) |
| 117. 论文人画 | (63) |
| 118. 共味人生 | (64) |
| 119. 无坏境界 | (65) |
| 120. 于人生之厌、恋 | (65) |
| 121. 三福份 | (66) |
| 122. 自然之声教 | (66) |
| 123. 论大道 | (67) |
| 124. 栽花与种田 | (67) |
| 125. 耐闲适 | (68) |
| 126. 能劳者得闲适 | (68) |
| 127. 慢就是快 | (69) |
| 128. 作人三昧 | (69) |
| 129. 知足之素心 | (69) |
| 130. 平居 | (70) |
| 131. 论瞽者善辨 | (71) |
| 132. 论作画作书之条件 | (71) |
| 133. 作书求稳、险、老、润 | (72) |
| 134. 观花赏叶 | (72) |
| 135. 善绘事者长寿 | (73) |
| 136. 皮黄喻诗 | (74) |
| 137. 论风月之趣 | (74) |
| 138. 高一品作人法 | (75) |

139. 夺关斩将之意	(75)
140. 书法喻诗	(75)
141. 超物累，乐性真	(76)

附录

分类索引	(78)
------------	--------

修省卷一^①

【注释】①修省(xing醒):修身反省。《易·震》:“君子以恐惧修省。”古人的所谓修省,意为努力提高自己的品德修养,回忆检查自己的思想行为。

一 众人皆食菜叶,几人能咬菜根 还初道人撰《菜根谭》^①,盖取汪信民“人咬得菜根,则百事可做”意^②,故其开宗明义,侈言“精金美玉的人品”、“掀天揭地的事功”^③。余以为菜根实不能食,普天之下,众人皆食菜叶,几人能咬菜根?同理,几人又有“精金美玉的人品”、“掀天揭地的事功”?质之还初道人,恐亦将赧颜以对矣。^④

【译文】还初道人写作《菜根谭》,是根据汪信民所说“人咬得菜根,则百事可做”的意思,所以开宗明义,就大谈什么“精金美玉的人品”、“掀天揭地的事功”。我认为菜根是实在不能吃的;普天之下,大家都是吃的菜叶,几个人能够吃菜根呢?同样的道理,几个人又具有什么“精金美玉的人品”、“掀天揭地的事功”呢?将这个问题来问还初道人,恐怕他会羞颜相对的。

【注释】①还初道人：明洪应明，字自诚，别号还初道人，撰有《菜根谭》。②汪信民语见宋邵伯温《闻见录》。③所引见《菜根谭》首章。人品：人的品质、品格。事功：事业和功绩。王巾《头陀寺碑文》：“夫民劳事功，即镂文于钟鼎。”④赧颜：羞愧的样子。

二 人生当留情 古人云：太上立德，其次立功，其次立言。¹余以为此仅指有为人而言。凡人除此“三不朽”之外，大都须追求留情。留情者，一生注重父母、妻子、亲戚、师友情谊之谓也。若撒手西归之际²，与人关系亦如灰飞烟灭，情何以堪哉！

【译文】古人说：最上等的人树立道德典范，次一等的人建立功勋，再次一等的人著书立说。我认为这种说法仅仅指有作为的人。普通人除了这“三不朽”以外，大都要追求“留情”。什么叫留情呢？那就是要一生注重与父母、妻子、亲戚、师友的情谊。试想如果临死的时候，自己与别人的关系也如同灰尘、烟云那样散灭殆尽，此时在感情上又如何受得了！

【注释】①《左传·襄公二十四年》：“太上有立德，其次有立功，其次有立言，虽久不废，此之谓不朽。”后谓立德、立功、立言为“三不朽”。②佛教认为人死了，魂会回到西方乐土去。撒手西归之际：临死的时候。

三 顺情合理，何可见责 为善必欲自高胜人；施恩

必欲修和结好¹；修业必欲惊世骇俗²；植节必欲标异见奇³，此皆是人人意念中之本来真体⁴。顺情合理，何可见贵？

【译文】做好事就一定要胜过别人以己为高，给人恩惠就一定要与人修结和好的关系，修建功业就一定要使世俗大众惊怪骇异，培植节操就一定要显示异常表现奇特，这些都是人人思想中未被掩饰的原来面貌。这样的思想既顺应人情，又符合社会上的一般道理，怎么可以被责难呢？

【注释】①修和结好：修结和好的关系。②修业：修营功业。《易·乾·文言》：“君子进德修业。”孔颖达疏：“欲进益道德，修营功业，故终日乾乾匪懈也。”③植节：培植节操，修养品德。④本来真体：佛学称无物之始谓之本来。本来真体，简称本体，或称真身，谓诸法之根本自体。在此指思想中未被掩饰的原来面貌。

四 腐儒矫情之论远逊孟子所论 还初道人标“轻富贵”、“重名义”，有丝毫之念，则归咎于“心境芥蒂未忘”¹。按此乃腐儒矫情之论²。较之孟子“富与贵，人之所欲也；不以其道得之，君子不取也”则远逊矣。

【译文】还初道人标榜“轻富贵”、“重名义”，对于人们有一点点“富贵”、“名义”的念头，他都归咎于积在心里的怨恨和不快没有完全忘掉。这是腐儒虚伪地故意克制感情的言论。比较孟子所说“富与贵是人人所想要的，然而不以正当的方法、途径得到，君子是不要的”则差远了。

【注释】①见《莱根谭·修省》第5则。②矫情：故意克制

感情。

五 达观之士无哀乐 达观之士，无时而不安，无顺而不处，冥然与造化为—^①，将何得而何失？孰死而孰生耶？故任其所受，而哀乐无所错其间矣。^②

【译文】听任自然的人，没有时候感到不安，没有地方不顺然相处，暗中与大自然融为一体，这样又有什么得和失呢？有什么死和生呢？因此任凭他遭遇如何，而哀乐等感情波动是不会夹缠于他的生活中的。

【注释】①冥然：暗暗地。造化：大自然。②错：混杂。

六 生平只思现在 生平不思过去，思过去徒增懊恼；不思未来，未来不可知，思亦无益；只思现在，一切随缘，^①云何不乐？

【译文】人的一生应该不多想过去的事，多想过去徒然增添烦恼；不多想未来的事，未来的事不可预测，多想也没有好处；只考虑现在的事，一切随遇而安，怎么会不快乐呢？

【注释】①随缘：佛家语，外界事物之来，使身心受其感触，谓之缘；应其缘而起动作，谓之随缘。如水应风之缘而生波浪。《最胜王经》：“随缘所在觉群迷。”

七 我阻我做好人 立志要做一个好人，有谁阻我？其阻之者我也。

【译文】立下志愿要做一个好人，有什么人来阻止我这么

做呢？阻止我这么做的，是我自己罢了。

八 吃饭和做事 中国一千人中，五百人吃饭不做事，四百九十九人为吃饭而做事，不知可有一人为做事而吃饭？吃饭不做事者，倚赖人为生活，禽兽不若也。¹为吃饭而做事者，禽兽以爪牙觅食，人以知识、劳力觅食，觅食之方法不同，而其觅食则一，²禽兽类也。为做事而吃饭者，具有人格，出于禽兽之上，始得谓之人。

【译文】在中国，一千个人中有五百人光吃饭不做事，四百九十九个人做事是为了吃饭，不知道是不是还有一个人是为了做事而吃饭？光吃饭不做事的人，倚靠盘剥别人而生活，连禽兽都不如。为了吃饭而做事的人，禽兽用爪牙找得食物，人却用知识或劳动力找得食物，找食物的方法不相同，但他们（指人和禽兽）的目的是找得食物却是一致的，这种人可归为禽兽一类。至于为了做事而吃饭的人，他们具有人格，高出于禽兽类，这才可以叫作人。

【注释】①不若：不如。②一：一致，统一。

九 盲人瞎马之空言 攻木之利器，当于妙中纹理处显之；射虎之精诚，²当于羽贯虎额中显之。所谓“盘根错节”、³“贯石饮羽”之类⁴，是盲人瞎马之空言也。

【译文】砍伐木材工具的锋利，应当在巧妙地合乎木材纹理的砍伐过程中显露。射虎之心的至诚，应当在羽箭准确地贯穿虎额中显露。《菜根谭》所说的“盘根错节”、“贯石饮羽”之类，就象盲人骑着瞎

马乱说一气罢了。

【注释】①纹理：树木的纹路。如果斧头顺着木纹砍伐则不伤刃口。②射虎：《史记·李将军列传》：“（李）广出猎，见草中石，以为虎而射之，中石没羽，视之石也。”③盘根错节：树木的根干枝节，盘屈交错，不易砍伐。《菜根谭·修省》第10则：“非盘根错节，何以别攻木之利器。”④贯石饮羽：箭射入石板深，连箭杆尾部羽毛都隐没不见。《菜根谭·修省》第10则：“非贯石饮羽，何以明射虎之精诚。”

十 英雄与学者 英雄立业建功，必慕声闻，重名节。学者讲道修德，必计功效，崇笃行。^①

【译文】英雄要建立功业，一定会爱慕名声，看重节气。学者要讲修道德，一定会计算功效，推崇切实的实行。

【注释】①笃行：切实履行。《礼记·儒行》：“笃行而不倦，幽居而不淫。”

十一 三不争 平生有三不争，一不与俗人争利，二不与文士争名，三不与无谓人争气。^①

【译文】我一生有三不争：一不与世俗之人争钱财，二不与文士们争名声，三不与不相关的人争意气。

【注释】①无谓人：不相关的人。

一二 难得糊涂 难得糊涂^①，才避去神弓鬼矢；和光同尘，^②方解开地网天罗。

【译文】只有万事糊涂一点，才能够避开那使人根本意想不到的冷箭；不露锋芒、与世无争，才能够解得开天地所布下的罗网而不受惩罚。

【注释】①难得糊涂：指宽松、模糊地对待世事。清代郑板桥曾书写“难得糊涂”横幅，注云：“聪明难，糊涂难，由聪明而转入糊涂更难。放一着，退一步，当下心安，非图后来福报也。”②和光同尘：指不露锋芒、与世无争的消极处世态度。《老子》：“和其光，同其尘。”王弼注：“和光而不污其体，同尘而不渝其贞。”《三国志·魏志·辛毗传》：“大人宜小降意，和光同尘，不然必有谤言。”

一三 圣者、王者、霸者与民 圣者之得民¹，如以漆抟沙，²久而益固；王者之得民，³如以胶抟沙，胶弛而沙漫；霸者之得民⁴，如以水抟沙，水干而沙散，等而下之，则以手抟沙之类也。

【译文】圣人的取得人民的支持，就象用漆将沙粒捏聚成团，愈久而沙团愈坚固；王者的取得人民的支持，就象用胶将沙粒捏聚成团，胶变松弛了，沙粒也就散漫了；霸者的取得人民的支持，就象用水将沙粒捏聚成团，水干了，沙粒也就散开了；比霸者一类还不如的，就是用手去干干地捏聚沙粒之类了。

【注释】①圣者：道德极高，仅次于神的人。《孟子·尽心下》：“大而化之之谓圣，圣而不可知之之谓神。”赵岐注：“大行其道，使天下化之，是为圣

人；有圣知之名，其道不可得知，是为神人。”②
 持（tuán 团）：把散碎的东西捏聚成团。苏轼
 《二公再和亦再答之》：“亲友如持沙，放手还复
 散。”③王者：儒家认为，奉行以仁义治天下的王
 道的君主是王者。④霸者：儒家认为，凭借权
 术、利用威势、奉行刑法的君主是霸者。

一四 庭广之累 庭广则爽，冬累于风；①树密则
 幽，夏累于蝉，水近可以涤砚，蚊集中宵；②屋小可以御
 寒，客窘炎午。

【译文】庭院广阔就有爽朗之感，冬天却苦于北风凛烈；
 树木茂密就有幽静之感，夏天却苦于蝉声聒噪。
 距离水边很近就便于洗涤笔砚，夜半却苦于蚊子
 飞聚；房屋狭小就便于抵御严寒，夏天的中午却
 令住客感到酷热逼迫。

【注释】①累：牵涉、连累。②中宵：夜半。

一五 养心之法 在一“省”字 治有病，不若治无
 病；疗身，不若疗心；使人疗，不若先自疗；自疗心，更不
 若自养心。养心之法，在一“省”字。省多言，省笔札，①省
 交游，省妄想，是为居敬养心耳。②

【译文】诊治在有病的时候，不如诊治在无病的时候；治
 疗身体，不如治疗心；请人家治疗，不如先自己
 治疗；自己治疗心，更不如自己养心。养心的方
 法，在于一个“省”字。省于多说话，省于多写
 作，省于多交际，省于胡思乱想，这就是持身谨
 慎的养心啊。