

中华传世格言

品

读

经

典




书立方®
心享悦读

金玉良言，字字珠玑，
五千年的人生智慧，圣人先贤的处世哲学，
含英咀华，沁人心脾。

陈博 编著

重庆出版集团  重庆出版社

• 书立方系列 •

中华传世格言



书立方

陈博 编著

重庆出版集团  重庆出版社

图书在版编目(CIP)数据

中华传世格言/陈博编著. —重庆: 重庆出版社,
2011.3

(书立方, 第4辑)

ISBN 978-7-229-03879-3

I. ①中… II. ①陈… III. ①格言—汇编—中国—通俗
读物 IV. ①H136.3-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第040385号

书立方系列



中华传世格言



重庆出版集团
重庆出版社

出版

(重庆长江二路205号)

北京联兴盛业印刷股份有限公司 印刷

重庆出版集团图书发行公司 发行

制 作:  (www.rzbook.com)

邮购电话: 010-85869375/76/77转810

E-MAIL: tougao@alpha-books.com

全国新华书店经销

开本: 890mm × 1300mm 1/64

印张: 120 字数: 2800千字

版印次: 2011年4月第1版 2011年4月第1次印刷

定价: 400.00元 (全40册)

如有印装质量问题, 请致电023-68706683

版权所有, 侵权必究

中华传世格言

出版人 罗小卫
责任编辑 陈建军
特邀审校 慧眼文化
文图编辑 陈丽辉
美术编辑 辰 征
封面设计 夏 鹏
版式设计 阮剑锋



书立方 | 系列

前言

中华优秀传统文化是现代中国人取之不尽、用之不竭的智慧宝库。格言则是中华优秀传统文化中最具中国人思维模式和语言表达模式的精神产物。

短小精悍、哲思焕发是格言给人的第一印象，朗朗上口、短洁明快是格言的艺术魅力，事无巨细、包罗万象，是格言的内在本质。格言，如同中国传统文化一样，早已化为中国人社会意识的一道潜流，和人们的思维模式、道德情操、行为准则、审美情趣、处世态度以及风俗习惯等融为一体，成为宝贵的精神财富。我们渴求在这些精神财富之中获得自己所希望得到的东西，来规划人生，完善自我，成就事业……

《中华传世格言》，从数千年流传下来的各种著作中遴选出与现代人生活情趣密切相关的条目，分为格物、成事、处世、人心、修德、交友和养生等板块。每条格言下都设有出处、释义和延伸阅读等栏目。一则帮助读者开阔眼界，增强可读性，二则帮助读者获取更多的相关知识，增强其实用性。出处简洁明了，释义通俗流畅，延伸阅读内容丰富、叙述详尽，加之书中插配的富于传统文化意境的图片，足以让读者在一个全新的平台上理解这些格言深邃的思想内涵，领悟其精妙所在。

格物篇

- ◎一尺之捶，日取其半，万世不竭。…………… 12
- ◎不塞不流，不止不行。…………… 13
- ◎尺有所短，寸有所长；物有所不足，智有所不明。14
- ◎正复为奇，善复为妖。…………… 15
- ◎圣人千虑，必有一失；愚人千虑，必有一得。 16
- ◎有无相生，难易相成。…………… 16
- ◎若言琴上有琴声，放在匣中何不鸣？若言声在指头上，何不于君指上听？…………… 18
- ◎将欲夺之，必固予之。…………… 19
- ◎祸兮福之所倚，福兮祸之所伏。…………… 20
- ◎天下之至柔，驰骋天下之至坚。…………… 21
- ◎皮之不存，毛将安傅。…………… 22
- ◎茂林之下无丰草，大块之间无美苗。…………… 23
- ◎苟得其养，无物不长；苟失其养，无物不消。 24
- ◎性相近也，习相远也。…………… 25
- ◎柔弱胜刚强。…………… 27
- ◎辅车相依，唇亡齿寒。…………… 28
- ◎寒者不贪尺玉，而思短褐；饥者不愿千金，而美一餐。…………… 30
- ◎蓬生麻中，不扶自直；白沙在泥，与之皆黑。 31
- ◎万物必有盛衰，万事必有弛张。…………… 31
- ◎久卧者思起，久蛰者思启，久懣者思嚏。…… 32
- ◎天下皆知美之为美，斯恶已；皆知善之为善，斯不善已。…………… 33

◎天上浮云如白衣，斯须改变如苍狗。·····	34
◎月晕而风，础润而雨。·····	35
◎月满则亏，水满则溢。·····	36
◎风生于地，起于青蘋之末。·····	36
◎末大必折，尾大不掉。·····	37
◎先日所用，今或弃之；今之所弃，后或用之。·····	38
◎近朱者赤，近墨者黑。·····	39
◎穷则变，变则通，通则久。·····	40
◎物至而反，冬夏是也；致至而危，累棋是也。·····	41
◎南风吹山作平地，帝遣天吴移海水。·····	42
◎胜地不常，盛筵难再。·····	43

处世篇

◎激雷不能追既往之失辞，班输不能磨斯言之既玷。·····	44
◎唯善人能受尽言。·····	45
◎慎于言者不华，慎于行者不伐。·····	46
◎闻毁勿戚戚，闻誉勿欣欣，自顾行何如，毁誉安足论。·····	48
◎人不知而不愠，不亦君子乎？·····	49
◎闻荣誉而不欢，遭忧难而不变。·····	50
◎利旁有倚刀，贪人还自贼。·····	51
◎夫唯不争，故天下莫能与之争。·····	52
◎不戚戚于贫贱，不汲汲于富贵。·····	53
◎人生何谓富？山水绕吾庐。人生何谓贵？闭户读我书。·····	55
◎恃人不如自恃也；人之为己者，不知己之自为也。·····	56

目录

中华传世格言

- ◎花开笑春风，却被风吹落。自无坚贞性，但怨风轻薄。赖有护花幡，众芳得所托。恐此亦偶然，莫便矜灼灼。…………… 57
- ◎以人言善我，必以人言罪我。…………… 58
- ◎君子得时则大行，不得时则龙蛇。…………… 59
- ◎敬之而不喜，侮之而不怒。…………… 61
- ◎非宅是卜，维邻是卜。…………… 62
- ◎大行不顾细谨，大礼不辞小让。…………… 63
- ◎外举不隐仇，内举不隐子。…………… 64
- ◎乘人之车者载人之患，衣人之衣者怀人之忧，食人之食者死人之事。…………… 65
- ◎物有不可忘，或有不可不忘。…………… 66
- ◎有阴德者必有阳报，有隐行者必有昭名。…………… 67
- ◎君子成人之美，不成人之恶。…………… 68
- ◎老吾老，以及人之老；幼吾幼，以及人之幼。 69
- ◎贫贱之知不可忘，糟糠之妻不下堂。…………… 70

成事篇

- ◎智若禹汤，不如尝更。…………… 72
- ◎凡百事之成也必在敬之，其败也必在慢之。… 73
- ◎天下之事，以为无足虑，则必有大可虑者。… 74
- ◎一忍可以支百勇，一静可以制百动。…………… 74
- ◎不远复，无祇悔。…………… 75
- ◎不涸泽而渔，不焚林而猎。…………… 76
- ◎以死心处死地者成，以生心处死地者败。…………… 78

◎权，然后知轻重；度，然后知长短。·····	79
◎伐柯伐柯，其则不远。·····	80
◎无参验而必之者，愚也；弗能必而据之者，诬也。·····	81
◎敬则未有不勝者矣，不敬则未有能勝者矣。·····	82
◎昼之所为，夜必思之。·····	83
◎无欲速，无见小利。欲速，则不达；见小利，则大事不成。·····	83
◎三思而后行。·····	85
◎乞火不若取燧，寄汲不若凿井。·····	85
◎末流之竭，当穷其源；枝叶之枯，必在根本。·····	86
◎成大功者，不小苟。·····	87
◎抱薪救火，薪不尽，火不灭。·····	88
◎反水不收，后悔无及。·····	90
◎圣人不能为时，而能以事适时。事适于时者其功大。·····	90
◎西施宜笑复宜颦，丑女效之徒累身。·····	91
◎成事不说，遂事不谏，既往不咎。·····	93
◎时未至而为之，谓之燥；时至而不为之，谓之陋。·····	93
◎智者弃其所短而采其所长，以致其功。·····	95
◎取果半青黄，不如待自落。·····	97
◎一进一退，一左一右，六驥不致。·····	98
◎机不可失，时不再来。·····	99
◎亡羊而补牢，未为迟也。·····	99
◎射幸数跌，不如审发。·····	101
◎狡兔有三窟，仅得免其死耳。·····	102

修德篇

- ◎德胜才，谓之君子；才胜德，谓之小人。…… 104
- ◎无德而贿丰，祸之胎也。…… 105
- ◎土扶可成墙，积德为厚地。…… 106
- ◎一德立而百善从之。…… 107
- ◎有源之水，寒冽不冻；有德之人，厄穷不塞。 108
- ◎人生在世，无德以表俗，无功以及物，于禽兽草木之不若也。…… 109
- ◎夫人之有义者，虽贫能自乐也；而大无义者，虽富莫能自存。…… 111
- ◎无官何患，无钱何惮，休教无德人轻慢。…… 112
- ◎立事者不离道德，调弦者不失宫商。…… 113
- ◎以德服人者，终心悦而诚服也。…… 113
- ◎德比于上，欲比于下。德比于上故知耻，欲比于下故知足。…… 114
- ◎生、死、穷、达，不易其操。…… 115
- ◎种树者必培其根，种德者必养其心。…… 116
- ◎人而无义，唯食而已，是鸡鸣也。…… 117
- ◎人不知而不愠，不亦君子乎？…… 118
- ◎与其奢也宁俭，与其倨也宁逊。…… 119
- ◎勿以身贵而贱人，勿以独见而违众。…… 120
- ◎自满者，人损之；自谦者，人益之。…… 121
- ◎心无愧怍，则无人而不自得；心无贪恋，则无往而不自安。…… 123
- ◎心正自然邪不扰，身端怎有恶来欺。…… 124
- ◎智而为私，不如愚而用公。…… 125

- ◎以信待人，不信思信；不信待人，信斯不信。125
- ◎诚者，天之道也；思诚者，人之道也。……126
- ◎比于善者，自进之阶；比于恶者，自退之原也。128
- ◎必有忍，其乃有济；有容，德乃大。……129
- ◎桃李不言，下自成蹊。……130
- ◎唯俭可以助廉，唯恕可以成德。……131
- ◎有过而讳言，适重其过；因言而遽改，适彰其美。132

交友篇

- ◎一死一生，乃知交情；一贫一富，乃知交态；一贵一贱，交情乃见。……134
- ◎一饭之德必偿，睚眦之怨必报。……135
- ◎人未已知，不可急求其知；人未己合，不可急与之合。……137
- ◎人生交分耻苟合，贵以道义久可要。……138
- ◎人生交契无老少，论交何必先同调。……139
- ◎人生贵知心，定交无暮早。……140
- ◎人生贵相知，何必金与钱。……141
- ◎人生结交在始终，莫为升沉中路分。……142
- ◎人君而无谏臣则失正，士而无教友而失听。…143
- ◎士为知己者死，女为悦己者容。……144
- ◎丈夫结交须结贫，贫者结交交始亲。……145
- ◎与人以实，虽疏必密；与人以虚，虽戚必疏。146
- ◎与不期众少，期于当厄；怨不期深浅，期于伤心。147
- ◎与不善人居，如入鲍鱼之肆，久而不闻其臭。148
- ◎与正人处则日习于正，如行康衢，自不为偏岐所惑；

与邪人处则日习于邪，如由曲径，往而不返，不觉入荆棘中矣。…………… 149

◎与邪佞人交，如雪入墨池，虽融为水，其色愈污；与端方人处，如炭入熏炉，虽化为灰，其香不灭。 150

◎上交不谄，下交不骄，则可以有为矣。…………… 151

◎山有木，工则度之；宾有礼，主则择之。…………… 152

◎久要不可忘，薄终义所尤。…………… 153

◎门内有君子，门外君子至。…………… 154

◎小人槿花心，朝在夕不存。…………… 156

◎不打不成相识。…………… 156

◎友也者，友其德也，不可以有挟也。…………… 158

◎友如作画须求淡，山似论文不喜平。…………… 159

◎见义必许死，临危当指。…………… 161

◎父有诤子，不行无礼；士有诤友，不行不义。 161

◎落地为兄弟，何必骨肉亲。…………… 163

◎落落者，难合亦难分；欣欣者，易亲亦易散。 164

养生篇

◎养生之道，莫先于饮食。…………… 166

◎人以水谷为生，故脾胃为养生之本。…………… 167

◎安人之本，必资于食。食能排邪而安脏腑，悦神爽志，以资血气。…………… 168

◎人以谷气为主，是以得谷者昌，绝谷者亡。… 169

◎食其时，百骸理；动其机，万化安。…………… 170

◎久视伤血，久卧伤气，久坐伤肉，久立伤骨，久行伤筋。…………… 171

◎先饥而食，食不过饱；先渴而饮，饮不过多。 172

- ◎美食无使膾，膾则不能受。…………… 173
- ◎饮食五味，养髓、骨、肉、血、肌、肤、毛发。 174
- ◎衣锦食鲜，非所以延年；服粗餐粝，聊可以卒岁。 175
- ◎食淡精神爽。…………… 176
- ◎人之受用自有剂量，省啬淡泊，有久长之理是可以养寿也。…………… 176
- ◎惩病克寿，矜壮死暴。…………… 177
- ◎万物皆有其味，调和胜而真味衰矣。…………… 178
- ◎晨殆啖蔬菜，如读渊明诗，清腴有至味，舌本生华滋。…………… 179
- ◎食后行百步，常以手摩腹。…………… 180
- ◎饱食即卧生百病，不消成积聚也。…………… 181
- ◎食毕漱口，食后啜杯茶，食讫以手摩面，食后行百步，食饱摩腹，仰而呵气。…………… 182
- ◎养生当论食补，治病当论药攻。…………… 182
- ◎耳鸣宜须补肾，目暗必须治肝。节饮自然脾健，少思必定神安。…………… 183
- ◎谷菽菜果，自然中和之味，有食人补阴之功。 184
- ◎晨起食粥，推陈致新，利膈养胃，生津液，令人一日清爽，所补不小。…………… 185
- ◎病在筋，无食酸；病在气，无食辛；病在骨，无食咸；病在血，无食苦；病在肉，无食甘。…………… 186
- ◎不乐损年，长愁养病。…………… 187
- ◎乐太甚则阳溢，哀太甚则阴损。…………… 187
- ◎忍泣目易衰，忍忧形易伤。…………… 188
- ◎纳爽耳目变，玩奇筋骨轻。…………… 189
- ◎食不语，寝不言。…………… 190

格物篇

讲认知事物的规律。如盈虚、转化、祸福相倚、相对、绝对、内因、外因等。古人在社会实践的过程中，对于事物的发展变化做了深入的研究，以简明扼要的语言概括其中的真理，哲思焕发，耐人寻味。

一尺之捶，日取其半，万世不竭。

——《庄子·天下》

❖ 释义 ❖

“一尺之捶，日取其半，万世不竭。”“一尺之捶”，今天取其一半，明天取其一半的一半，后天再取其一半的一半的一半，如是“日取其半”，总有一半留下，所以“万世不竭”。一尺之捶是一有限的物体，但它却可以无限地分割下去。这个辩论讲的是有限和无限的统一，有限之中有无限。

❖ 延伸阅读 ❖

《天下》以篇首二字命名。“天下”指中国的社会。《天下》的主旨既是《庄子》一书的导言，

又是中国最早的哲学史学史。在“天下之治方术者多矣”段中，提出学术问题有道术和方术之分。道术是普遍的学问，只有天人、圣人、神人、至人才能掌握它。学术则是具体的各家各派的学问，这种学问都是各执一词的片面的学问。

不塞不流，不止不行。

——唐代韩愈《原道》

◇ 释义 ◇

“不塞不流，不止不行”这句话的大意是这一方不予以堵塞，另一方就不能流淌；这一方不予以阻止，另一方就不能通行。原是指要塞止佛、老之道，以便使儒道得以流行。现常用来说明不抑制不好的东西，好的东西就不能树立起来并发扬光大。

◇ 延伸阅读 ◇

《原道》是唐宋首席文学家、思想家韩愈批驳、斥责佛、老，推崇、宣扬儒家的论说文中的代表作。“原”，在这里作动词用，有探讨、推究的意思。韩愈就是要通过他的“原”，通过他的探讨和推究来阐扬、光大儒家的“圣人之道”，并对佛、道两教予以严正的诘难与训斥。韩愈所遵从、所

褒扬的“道”是儒家的这个“道”，而不是老子的那个“道”。

尺有所短，寸有所长；物有所不足，智有所不明。

——战国屈原《卜居》

❖ 释义 ❖

一尺可能会成为短的，一寸可能会成为长的；任何事物都有不足的成分，聪明的人也有他不能了解的。原指占卜并不能完全解决人所疑惑的问题。后用以说明事物互有长短，各有利弊。

❖ 延伸阅读 ❖

《卜居》篇中写屈原被放逐，“三年不得复见”，



为此心烦意乱，不知所从，就前去见太卜郑詹尹，请他决疑。屈原先述世道不清、是非善恶颠倒的一连串疑问，然后詹尹表示对这些疑问“龟策诚不能知事”，只好说“用君之心，行君之意”。显然，《卜居》并非真的问卜决疑之作，只不过设为问答之语，以宣泄作者的愤世嫉俗之意而已。

正复为奇，善复为妖。

——《老子》五十八章

❖ 释义 ❖

正常的事可变成怪异的，善良又可变成邪恶。说明正、善会向其对立面怪、恶方面转化。老子对事物转化规律的认识，是对辩证法的一大贡献。但他忽视条件的作用，使其辩证思想不能正常发展。

❖ 延伸阅读 ❖

老子认为自然界和人类社会都是变动不居的。他观察到天地间万物万事存在着互相矛盾的两个对立面，例如有无、刚柔、强弱、祸福、兴废等，它们都是互相依存、互相联结的。所以说：“有无相生，难易相成，长短相形。”还说：“贵以贱为本，高以下为基”，“祸兮福之所倚，福兮祸之所伏”，表明了对立双方的同一性。老子还