

儒

解

菜根谭

古典菜根谭译解

【明】洪应明

漱石山人

原著

译解

菜根里集聚了

内圣外王的原动力

小用则修身齐家

大用则治国平天下



三峡出版社

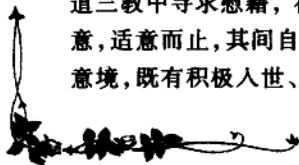


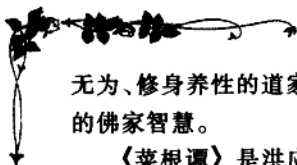
前 言

明朝万历年间，在中国出现了一部“奇书”，这就是影响深远、享誉海内外的《菜根谭》。

对“菜根谭”三字的解释，十分耐人寻味。宋人汪信民说：“人咬得菜根，则百事可做！”朱熹讲：“某观今日因不能咬菜根而至于违其本心者众矣。”明人孔兼称：“谭以菜根名，固自清苦历练中来，亦自栽培灌溉里得。”这些都有益于我们理解这本书的内涵。

这本“奇书”的作者洪应明，处于晚明时期，当时皇帝无道，宦官误国，官场腐败，世道衰弱。而随着商业大潮的荡涤，社会经济的变革，社会风气的大变，思想领域空前解放，形成了一个“千古未有之大变局”。影响所及，文化界涌现出了一批性灵之士。他们以旁观的态度洞察世情，以自身的生活体验人生，在儒释道三教中寻求慰藉，在山水泉石间寻求雅趣，直抒胸意，适意而止，其间自有信手拈来、行云流水的灵感与意境，既有积极入世、经营天下的儒家思想，又有清静





无为、修身养性的道家旨趣，更有透彻禅机、空灵无际的佛家智慧。

《菜根谭》是洪应明这位山人隐士为人处世的真言名句。该书知人论世，言近旨远；语词优美，妙趣无穷；文如行云流水，意似朗月长空。读之可以愉悦性情，净化心灵，启迪智慧，裨益人生，因此备受世人喜爱，被誉为“心灵之药石”、“处世之宝典”。

这部“奇书”在清朝、民国时期由于刊刻极少，一直默默无闻，未能引起国人注意。相反，此书传入日本以后备受青睐，自明治以来刊刻不绝，以至形成了日本朝野上下的“菜根谭热”，在日本出现了“事业上成功的人爱读它，失意者亦爱读它，企业界、商业界爱读它，政界、学术界的人爱读它”的局面。此书还特别被日本企业界评为“企业管理之准绳”、“商业推销工作的参谋”、“企业家自我修养的好教材”。

自中国改革开放以来，此书风靡大陆，引人注目，再一次显示出其本有的无穷魅力。我们此次以儒家理念进行译解，来与《菜根谭》相互发明，参酌对比，以便于现代人进一步理解体味，开发智慧，给现代人提供了为人处世方面的精神源泉。





目 录

修 性 篇

2/登东山而小鲁 登泰山而小天下

3/要能博大要能高

4/不以威行天下 而以德服天下

5/最难制服的是自己的心

6/朝闻道 夕死可矣

7/学如日 静居独思如火

8/修身 齐家 治国 平天下

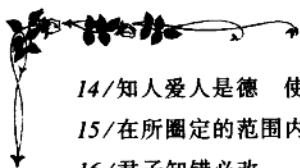
9/一分耕耘 才有一分收获

10/人之有德慧术知者 恒存乎疾

11/水滴石穿 瓜熟蒂落

12/不与他人长处相比 难以完美自身

13/知其不可而为之



14/知人爱人是德 使人知己爱己是才

15/在所圈定的范围内享受自由

16/君子知错必改

17/环境改变气度 奉养改变气质

18/有朋自远方来 不亦乐乎

19/因为不诚 造成不明

20/减少物欲 精诚专一

21/哪有满了不翻倒的呢

22/小的礼节不必固守

23/失去了本真 也就失去了生之欢乐

24/反己者 触事皆成药石

25/在万籁俱寂中反省觉悟

26/德随量进 量由识长

28/横逆困穷是锻炼豪杰的炉锤

29/受人之侮不动于色

30/智慧是战胜私情和物欲的法宝

31/求全的人没有朋友

32/思念君子 温和如玉

33/至诚感天

35/欲望好比烈火 理智好比凉水

36/仁者不忧 智者不惑 勇者不惧

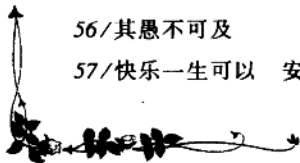


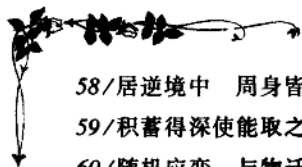


- 37/受人者畏人 予人者骄人
38/世人都说神仙好 唯有功名忘不了
39/欲无得罪于昭昭 必先无得罪于冥冥
41/人性会变 正如水会倒流
42/小不忍则乱大谋
43/偏见邪念是残害心灵的毒虫
44/富贵贫贱 始终如一
45/性天未常枯槁 机神最易触发
46/事事要有宽宏大量的气度
47/顾小利者办不成大事
48/君子宁拙无巧
49/惻隐之心为仁的萌芽
50/为人处世不要过分 也不要不及
51/人应懂得居功之害
52/此身常放在闲处 此心常安在静中

立身篇

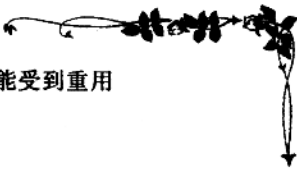
- 55/吾能死 不能拜
56/其愚不可及
57/快乐一生可以 安逸一生不可以





- 58/居逆境中 周身皆针砭药石
59/积蓄得深使能取之不尽
60/随机应变 与物迁移
61/无私才能无畏
62/以天下为己任 无己无私
63/幼不陶铸 难成令器
64/忠君不是绝对的 尽孝却是绝对的
65/近朱者赤 近墨者黑
66/早秀不如晚成
67/多闻 择其善者而从之
68/眼界狭隘就会固执一孔之见
69/能屈能伸方可安身立命
70/要有承当挫折磨难的心理准备
71/声华之习胜 不是个好士子
73/逆水行舟须耐住劲
74/心境平和稳健 气度宽宏大量
75/鱼和熊掌不可兼得
76/爵位不宜太盛 太盛则危
77/不经一夜寒彻骨 哪有腊梅扑鼻香
78/成败非一己之力所能定
79/思危才可以求安 虑退方能得进





81/恭敬不易遭受侮辱 诚信才能受到重用

82/人生减省一分便超脱一分

83/大丈夫志在天地四方

84/快乐不能过分

85/立身行事 要知序循序

86/贵者虽自贵 视之若尘埃

87/与人为善 处事勿贪

88/君子不近恶事 亦不立善名

89/虽有至亲 不如仁人

90/不犯公论 不涉权门

91/看人只看后半截

92/反省是一面镜子

93/人的选择便是命运

94/立身处世应以义理为先

95/留些正气还天地

97/只有大智才是人生的依凭

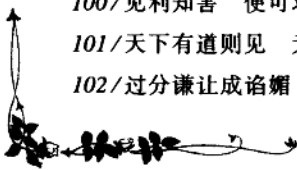
98/追求华衣美食之人 多半甘于奴颜婢膝

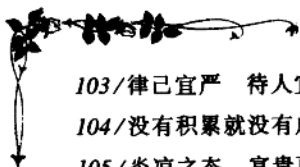
99/得道之人如火 自身发光发热

100/见利知害 便可求安

101/天下有道则见 无道则隐

102/过分谦让成谄媚





103/律己宜严 待人宜宽

104/没有积累就没有成功

105/炎凉之态 富贵更甚于贫贱

106/求则得之 舍则失之

107/聪明过人却不与人比聪明

108/既不失人 也不失言

109/塞翁失马 安知非福

110/不是不愿享受 而是从长计议

112/知退一步之法 明让三分之功

113/强求反而会适得其反

114/恩里由来生害 败后或反成功

115/污泥不染 知巧不用

处 世 篇

118/天地有万古 此身不再得

119/路径窄处 留一步与人行

120/水清可洗帽缨 水浊可以洗脚

121/人生福境祸区 皆念想造成

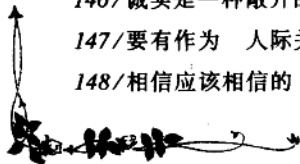
123/考虑两次就可以了

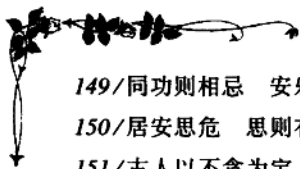
124/高山仰止 虽不能至 心向往之





- 125/掌上千秋史 世上风云人
126/结庐在人境 而无车马喧
127/人的生存由于正直
128/一贵一贱 交情乃见
129/他有他的财富 我有我的仁
131/没有认识命 就不能算是君子
132/柔顺如同蒲席 可卷可张
133/进则求取功名兼济天下 退则隐居山林修身养性
134/恬淡适己 不夸独醒
135/天劳我以形 吾逸吾心以补之
136/朋友有失要直言规劝
137/有意者反远 无心者自近
138/一花一世界 一叶一如来
140/人生太忙则真性不见
141/做人贵在自然和自明
142/如今休去便休去 若觅了时无了时
143/与好人交友 如入花室 久而不闻其香
144/用人不宜太刻薄 交友不宜太轻率
146/诚实是一种敞开的力量
147/要有作为 人际关系须好
148/相信应该相信的 怀疑应该怀疑的





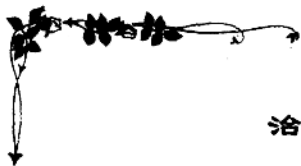
- 149/同功则相忌 安乐则相仇
150/居安思危 思则有备 有备无患
151/古人以不贪为宝
152/君子坦荡荡 小人长戚戚
153/益我货者损我神 生我名者杀我身
154/放得道德仁义之心下 才可入圣
155/人生需要一点自得其乐
156/义应该讲 钱也应该赚
157/小人之口是堵不住的
158/当今之世 舍我其谁
159/心着于静 便是动根
160/君子让千乘 贪夫争一文
162/人生快乐在心静自然中获得
163/从鸟吟花开中认识人性之真理
164/非宁静无以致远
165/你怎样待人 别人便怎样待你
166/躬己厚而薄责于人
167/君子 是笑到最后的那个人
168/君子成人之美
169/此一时彼一时
170/苦中乐得来 为心体之真机





- 171/静中念虑澄澈 闲中气象从容
172/心体光明 暗室中有青天
173/自待厚待人亦厚 自待薄待人亦薄
174/动静合宜才不失人生的节度
175/人我两忘 恩怨皆空
176/衣食足而知荣辱
178/功名之士承以谦德 方不开嫉妒之门
179/处世不宜与俗同 亦不宜与俗异
180/逐利者害显而浅 逐名者害隐而深
181/君子持身之符为小人营私之具
182/君子之交淡如水
183/不知其人视其友
184/人具有的我都具有
185/处治世宜方 处乱世宜圆
186/处世让一步为高 待人宽一分是福
187/感时花溅泪 恨别鸟惊心
188/君子事来心现 事去心空
190/有功于人不可念 过则不可不念

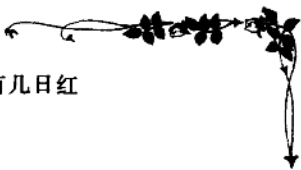
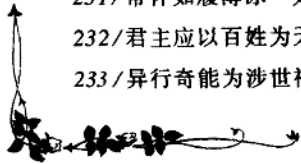


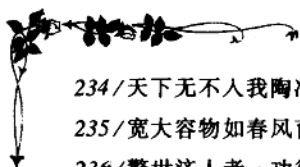


治世篇

- 192/吾身一小天地 天地一大父母
193/居轩冕之中 不可无山林的气味
194/去掉虚伪 显现本性
195/万变不离其宗
196/有德者方能有乐
197/君子当先立功 后受禄
198/盛衰无常 强弱安在
199/性情是决定取舍的内在根据
200/家和万事兴
201/只有去做 才能真正明白
202/以思无益 不如学也
203/有兢业的精神 又要有潇洒的趣味
204/半部论语治天下
205/书犹药 善读之可医患
206/君子坚守本位而不妄贪
207/以我转物者 失亦不忧
208/成事在公平 失事在偏私
210/不以一时一事得失为重



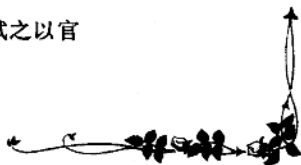
- 
- 211/少年休笑白头翁 花开能有几日红
212/市私恩 不如扶公议
213/寸有所长 尺有所短
214/心性偏激之人难建功业
215/天子呼来不上船
216/养默而后知多言之为躁
217/以我转物 尘情即是理境
218/习惯是最自然 最隐秘 最深刻的积累
220/道即人道 重道即重人
221/知身不是我 烦恼更何侵
222/不必绝人以逃世 无须绝欲以灰心
223/常忧死虑病 可消幻业长道心
224/欣赏人的容貌 不如欣赏人的思想
225/天有风霜雨露 人有喜怒哀乐
227/富贵不是增加什么 卑贱不是损失什么
228/善有善报 恶有恶报
229/天理路上甚宽 人欲路上甚窄
230/人没有的我亦不可强求
231/常怀如履薄冰 如临深渊之思
232/君主应以百姓为天
233/异行奇能为涉世祸胎
- 



- 234/天下无不入我陶冶中
235/宽包容物如春风育物
236/警世济人者 功德无量
237/士大夫贪权求宠 便成有爵的乞丐
238/对君子有礼 对小人也不憎恨
239/弥天罪过 当不住一个悔字
240/济世经邦 要有云水一样的淡泊胸怀

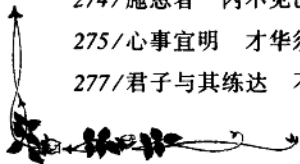
明 智 篇

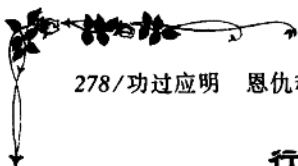
- 243/人之短处 要含蓄地规劝之
244/飞鸟尽 良弓藏
245/广泛取法 学无常师
246/不做知识的奴隶
247/遇病而后思强之为宝
248/忠告而善导之 不可则止
249/闻恶不可就恶 闻善不可即亲
250/抛却自家无尽藏 沿门持钵效贫儿
251/尽人事以听天命
252/言勇者试之以军 言智者试之以官
253/君子居安宜操一心以虑患





- 255/真廉无廉名 大巧无巧术
255/苦中有乐 得意生悲
256/洁常自污出 明每从晦生
258/聪明之人有自知之明 仁德之人懂得自爱
259/事物之障可除 义理之障难除
260/看人要用自己的眼睛 识人要依自己的判断
261/认识不难 难在付诸行动
262/只管人事所宜 对鬼神敬而远之
263/一生无错是我忧
264/君子之仁 不拘形式
265/与其诅咒黑暗 不如点亮一只蜡烛
266/宁为小人忌毁 毋为小人媚悦
267/一念一行都须警觉
268/仁者爱人没有偏心 但只亲近贤者
270/爱重反成仇 薄极反成喜
271/有条件就满足欲望 无条件就节制欲望
272/学习贤人品质却不蹈袭贤人行为
273/有所不为才能有所为
274/施恩者 内不见己 外不见人
275/心事宜明 才华须韫
277/君子与其练达 不若朴鲁





278/功过应明 恩仇却不可太明

行 事 篇

281/慎察自己的所欲所求

282/君子终身快乐 小人终身忧愁

283/意随无事适 风逐自然凉

284/侦得别人罪过 应哀之怜之

285/一事起则一害生

286/口乃心之门 意乃心之足

287/心和气平者百福自集

288/忙里偷闲 闹中取静

289/当局者迷 旁观者清

290/其进锐者 其限速

292/那坐旁的握刀人 才是英雄

293/谋事在人 成事也在人

294/知耻而后勇

295/先做好工作 再考虑报酬

296/不是力量不够 是意志不坚

297/怨因德彰 仇因恩立

298/助人的同时也是在助己

