

中华传世名著精华本

藏

国学珍品最佳读本

忍经

必有忍，
其乃有济；
有容，
德乃大。

《忍经》

淘
书
堂
文
化



【吉林人民出版社】

忍

经

藏



编辑委员会

顾问	胡维革
策划	孙健筠
主编	陈渔
副主编	周知民
编委	陈瑞玲

王学军	王庆平
李瑛	孙健筠
张平	陈渔
姜晨曦	夏雨虹
杨林	刘景云



图书在版编目 (CIP) 数据

忍经 / 陈渔, 夏雨虹主编. — 长春: 吉林人民出版社,
2005. 1

(中华传世名著精华本)

ISBN 7-206-04541-3

I. 忍... II. ①陈... ②夏... III. ①个人—道德修养—中国—元代 ②忍经—注释 ③忍经—译文 IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2004) 第 132799 号



中华传世名著精华本

忍

经

责任编辑 孙健筠

出版发行 吉林人民出版社

(长春市人民大街 7548 号)

印刷 长春市南关文教印刷厂

版次 2005 年 1 月第 1 版

2005 年 1 月第 1 次印刷

开本 880×1230 毫米 1/40

字数 150 千字

印张 6.5

印数 6000 册

书号 ISBN 7-206-04541-3/G · 1512

定价 13.80 元

(如发现印刷质量和装帧问题,请直接与印刷厂联系调换)

忍 经



原著

吴亮

译注

许名奎
刘丽波
张国华

君來長劍斃殺尸乎豈能殺
尸可殺我也豈不能殺尸從



成王告君陳曰：“必有忍，其
乃有濟；有容，德乃大。”

——《忍經》

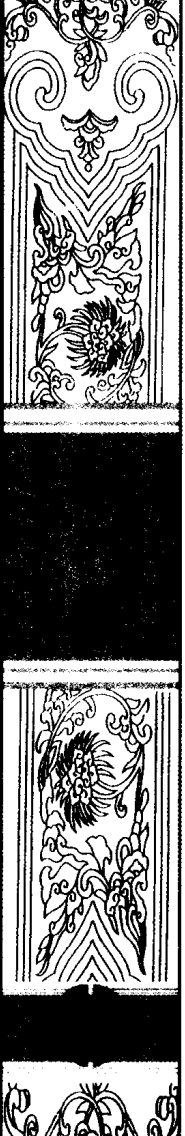
我胯下過韓信遂愿身從胯
下過漢高祖任爲大將軍信

总序

中国传统文化源远流长，博大精深，凝结着炎黄子孙改造世界的辉煌业绩，包含着华夏先哲的无穷智慧，是先民留给今人的一份极其丰赡、弥足珍贵的宝藏，是人类文化宝库中一朵璀璨的奇葩。今天，如何使这一东方文化瑰宝为当今世界所用，使其为振兴中华、实现“四化”大业服务，是当代国人学子肩负的神圣责任。对于青少年学生来说，如何继承这份珍贵的历史遗产，接受中华民族优秀传统文化的熏陶，弘扬爱国主义精神，把自己培养成为社会主义“四有”新人，以肩负起两个文明建设的历史重任，更是时代赋予的宏伟重托。

我们不揣谫陋，编辑出版了《中华传世名著精华本》这套丛书。中华优秀传统文化典籍浩如烟海、汗牛充栋。如何确定书目，是一件十分困难的事情。经过反复筛选和权衡，本套丛书共包括 20 本书：《老子》、《孟子》、《孔子家语》、《千家诗》、《唐诗三百首》、《宋词三百首》、《三字经、百家姓》、《诗经》、《吕氏春秋》、《朱子家训、增广贤文》、《菜根谭》、《孙子兵法》、《三十六计》、《战国策》、《古文观止》、《忍经》、《论语》、《成语故事》、《名人名言》、《寓言故事》。这 20 本书难免挂一漏万，好在我们还将继续推出新书。

每一种文化典籍都是特定历史的产物。随着历史的高歌猛进，中国传



统文化中相当数量的典籍，其所使用的语言，当时虽然明白易晓，今天却变得古奥难懂了；其所反映的生活，当时虽然真切实在，今天却显得遥远隔膜了；其所表达的观念，当时虽然几乎妇孺皆知，今天却已经逐渐被人淡忘了。为了清除广大读者朋友们阅读理解障碍，我们对原文做了注释和今译。但要凿通悠悠的时空隧道，破解往圣先贤们的符号编码，也是一件十分困难的事情，而且尚有许多问题是见仁见智、悬案百年的事情。因此，我们的注释和今译只是读者达到彼岸的桥梁，而它们本身并不是彼岸。

庄子有一句名言：“夫物芸芸，各复归其根”。现代文化导源于传统文化，传统文化是现代文化之根。如果对中华优秀传统文化元典不熟悉，我们就无法读懂唐代韩愈的书、宋代朱熹的书、明代王阳明的书，就是对现代文化的理解也难以深入。因此，我们广大读者，尤其是广大青年朋友们，应下功夫读一点传统文化的典籍。通古贯今的文化长河，一定能把我们培育成为根深叶茂的现代文明人。

面对浩瀚的中国传统文化，我们这套小丛书只能说是在海边采撷了几个小小的贝壳，远谈不上包罗净尽、解说确当，更不待说尽其精要、毕发奥旨了。为此，我们真诚地希望广大读者批评指教，以期日后改正提高。

胡维革

2004年12月5日



中华传世名著精华本

珍藏

壹 老子

貳 孟子

叁 孔子家语

肆 千家诗

伍 唐诗三百

陆 宋词三百

柒 三字经百家姓

捌 诗经

玖 吕氏春秋

拾 朱子家训 增广贤文

拾壹 菜根谭

拾貳 成语故事

拾叁 孙子兵法

拾肆 三十六计

拾伍 古文观止

拾陆 忍经

拾柒 论语

拾捌 战国策

拾玖 名人名言

贰拾 寓言故事





目录

忍 经

忍 经	(1)
细过掩匿	(8)
醉饱之过 不过吐呕	(9)
圯上取履	(10)
出胯下	(11)
尿寒灰	(12)
诬 金	(13)
诬 裤	(13)
羹污朝衣	(14)
认 马	(15)
鸡肋不足以当尊拳	(15)
唾面自干	(16)
九世同居	(17)
置怨结欢	(18)
鞍坏不加罪	(19)

忍

经

万事之中，忍字为上····· (19)	诋短逊谢 ····· (35)
盘碎，色不少吝····· (20)	直为受之 ····· (36)
不忍按····· (21)	服公有量 ····· (37)
逊以自免····· (21)	呵辱自隐 ····· (38)
盛德所容····· (22)	容物不校 ····· (39)
含垢匿瑕····· (23)	德量过人 ····· (40)
未尝见喜怒····· (23)	众服公量 ····· (41)
语侵不恨····· (24)	还居不追直 ····· (42)
射牛无怪····· (25)	持烛燃鬓 ····· (43)
代钱不言····· (26)	物成毁有时数 ····· (44)
认猪不争····· (27)	骂如不闻 ····· (45)
鼓琴不问····· (28)	佯为不闻 ····· (46)
唯得忠恕····· (28)	骂殊自若 ····· (46)
益见忠直····· (29)	为同列斥 ····· (47)
酒流满路····· (30)	不发人过 ····· (48)
不形于言····· (31)	器量过人 ····· (50)
未尝峻折····· (32)	动心忍性 ····· (51)
非毁反己····· (33)	受之未尝行色 ····· (52)
辞和气平····· (34)	与物无竞 ····· (53)
委曲弥缝····· (34)	忤逆不怒 ····· (54)

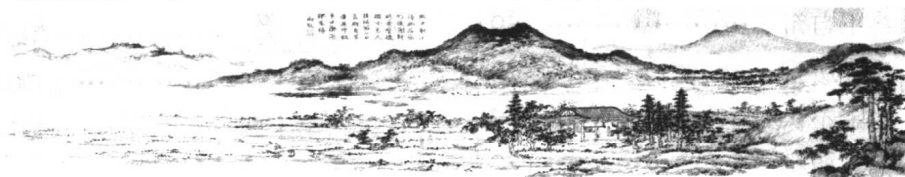
潜卷授之	(54)
俾之自新	(55)
未尝按黜一吏	(56)
小过不怪	(57)
拔藩益地	(58)
愤争损身，愤亦损财	(59)
十一世未尝讼人于官	(59)
无疾言剧色	(60)
子孙数世同居	(61)
愿得金带	(62)
公诚有德	(63)
所持一心	(64)
人服雅量	(65)
终不自明	(66)
户曹长者	(67)
逾年后杖	(69)
终不自辩	(69)
自择所安	(70)
得金不认	(72)
一言齟粉	(72)

无入不自得	(73)
不若无愧而死	(75)
未尝含怒	(77)
处家贵宽容	(78)

劝忍箴言

言之忍第一	(80)
气之忍第二	(82)
色之忍第三	(83)
酒之忍第四	(85)
声之忍第五	(87)
食之忍第六	(88)
乐之忍第七	(91)
权之忍第八	(92)
势之忍第九	(94)
贫之忍第十	(95)
富之忍第十一	(97)
贱之忍第十二	(98)
贵之忍第十三	(100)
宠之忍第十四	(101)

辱之忍第十五.....	(103)	谄之忍第三十一.....	(130)
安之忍第十六.....	(104)	笑之忍第三十二.....	(133)
危之忍第十七.....	(106)	妒之忍第三十三.....	(135)
忠之忍第十八.....	(107)	忤之忍第三十四.....	(137)
孝之忍第十九.....	(109)	仇之忍第三十五.....	(139)
仁之忍第二十.....	(111)	争之忍第三十六.....	(142)
礼之忍第二十一.....	(113)	欺之忍第三十七.....	(143)
智之忍第二十二.....	(114)	淫之忍第三十八.....	(146)
信之忍第二十三.....	(115)	惧之忍第三十九.....	(148)
喜之忍第二十四.....	(118)	好之忍第四十.....	(149)
怒之忍第二十五.....	(120)	恶之忍第四十一.....	(151)
疾之忍第二十六.....	(122)	劳之忍第四十二.....	(153)
变之忍第二十七.....	(124)	苦之忍第四十三.....	(155)
侮之忍第二十八.....	(125)	俭之忍第四十四.....	(156)
谤之忍第二十九.....	(127)	贪之忍第四十五.....	(158)
誉之忍第三十.....	(129)	躁之忍第四十六.....	(159)



虐之忍第四十七	(161)	不满之忍第六十六	(192)
骄之忍第四十八	(163)	听谗之忍第六十七	(194)
矜之忍第四十九	(165)	无益之忍第六十八	(195)
侈之忍第五十	(167)	苛察之忍第六十九	(197)
勇之忍第五十一	(169)	屠杀之忍第七十	(198)
直之忍第五十二	(170)	祸福之忍第七十一	(201)
急之忍第五十三	(172)	苟禄之忍第七十二	(203)
死之忍第五十四	(173)	躁进之忍第七十三	(205)
生之忍第五十五	(175)	特立之忍第七十四	(206)
满之忍第五十六	(176)	勇退之忍第七十五	(209)
快之忍第五十七	(178)	挫折之忍第七十六	(210)
取之忍第五十八	(179)	不遇之忍第七十七	(211)
予之忍第五十九	(181)	才技之忍第七十八	(213)
乞之忍第六十	(182)	小节之忍第七十九	(215)
求之忍第六十一	(184)	随时之忍第八十	(216)
失之忍第六十二	(186)	背义之忍第八十一	(218)
利害之忍第六十三	(187)	事君之忍第八十二	(220)
顽嚚之忍第六十四	(189)	事师之忍第八十三	(222)
不平之忍第六十五	(191)	同寅之忍第八十四	(223)



为士之忍第八十五·····	(224)
为农之忍第八十六·····	(225)
为工之忍第八十七·····	(226)
为商之忍第八十八·····	(228)
父子之忍第八十九·····	(230)
兄弟之忍第九十·····	(231)
夫妇之忍第九十一·····	(233)
宾主之忍第九十二·····	(234)
奴婢之忍第九十三·····	(236)
交友之忍第九十四·····	(237)
年少之忍第九十五·····	(239)
将帅之忍第九十六·····	(240)
宰相之忍第九十七·····	(242)
好学之忍第九十八·····	(244)



忍 经

(一)

【原文】

《易·损卦》云：“君子以惩忿窒欲。”

【解说】

《易经·损卦》说：“君子自己能抑制愤怒，控制情欲。”

(二)

【原文】

《书》周公戒周王曰：“小人怨汝詈汝，则皇自敬德。”又曰：“不啻不敢含怒。”又曰：“宽绰其心。”

【解说】

《尚书》中记载周公告诫周成王说：“小人怨恨你，骂你时，应当加强自身修养，不要和他们计较。”周公又说：“和他们谈话时，还不能含有怒气。”周公继续教导成王：“要有一颗宽容的心。”



(三)

【原文】

成王告君陈曰：“必有忍，其乃有济；有容，德乃大。”

【解说】

周成王告诫君陈说：“必须有忍性，事情才能成功；有度量，道德才能高尚。”

(四)

【原文】

《左传·宣公十五年》：“谚曰：‘高下在心，川泽纳污，山藪藏疾，瑾瑜匿瑕，国君含垢，天之道也。’”

【解说】

《左传·宣公十五年》载：



傲
趙
伯
駒
江
早
秋
色

“谚语说：‘所谓高下，应当放在心中，河流和沼泽容纳着污泥，丛山和草丛中隐藏着害人的东西，美玉包含着无用的瑕疵，作为国之君，又何尝不是要忍受一些无端的耻辱呢？其实，这是天之道，也就是说，是极正常的自然法则，并不值得大惊小怪。”

(五)

【原文】

《昭公元年》：“鲁以相忍为国也。”

【解说】

《左传·昭公元年》称：“鲁昭公和臣下以相互忍让来治理国家。”

(六)

【原文】

《哀公二十七年》载：“知伯入南里门，谓赵孟入之。对曰：‘主在此。’知伯曰：‘恶而无勇，何以为子尔？’对曰：‘以能忍。耻庶无害赵宗乎？’”

【解说】