

诚心一字泰山高

道德文章冰雪操

忧患人生百滋味

呻吟处处听洪涛

中国
社会
出版
社

下



漫话 呻吟 语

东方人生智慧珍品

(明)吕

坤

原著

李安纲
述

漫话
呻吟
吟
语

诚心一字泰山高

道德文章冰雪操

忧患人生百滋味

呻吟动处听洪涛



图书在版编目 (CIP) 数据

呻吟语/(明)吴从先著;李安钢述论.——北京:中国社会科学出版社,
1997.4

(东方人生智慧珍品)

ISBN 7-80088-392-2

I. 呻… II. 李… III. 人生哲学-中国-明代 IV.

B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (97) 第 04010 号

东方人生智慧珍品

漫话·呻吟语

原 著:(明)吴从先

述 论:李安钢

责任编辑:林晓靖

出版发行:中国社会科学出版社 邮政编码 100032

通联办法:北京市西城区西黄城根南街9号

电话:66051713 电话:66034924

印 刷:北京顺义康华福利印刷厂印制

经 销:各地新华书店

字 数:246千字 印张:12.25

版 次:2004年1月 第2版 第1次印刷

ISBN 7-80088-392-2/C·194

定 价:26.60元(上下册)



(凡中国社会科学版图书有缺漏页,残破等质量问题,本社负责调换)

目 录

· 性 命 篇 ·

- | | | |
|-----|--------------|--------|
| 101 | 鬼神与梦魂····· | (1) |
| 102 | 大气与形体····· | (3) |
| 103 | 真机与真味····· | (4) |
| 104 | 性分与情欲····· | (6) |
| 105 | 六合与圣人····· | (7) |
| 106 | 人性与天气····· | (9) |
| 107 | 阴阳与存亡····· | (11) |
| 108 | 五行与生物····· | (12) |
| 109 | 见性与生情····· | (13) |
| 110 | 无体质而用不穷····· | (15) |
| 111 | 念头与气血····· | (16) |
| 112 | 君子与小人····· | (18) |

· 存 心 篇 ·

- 201 心灵与天平……………(21)
- 202 收放心与追放豚…(22)
- 203 不动气与事事好…(24)
- 204 放心与邪正……………(25)
- 205 放心与收心……………(27)
- 206 防欲与力善……………(28)
- 207 屋漏与宇宙……………(29)
- 208 万善与百邪……………(30)
- 209 畏法与畏理……………(32)
- 210 妄见与妄闻……………(33)
- 211 无心与有心……………(35)
- 212 虚静与主张……………(36)
- 213 浮躁心与委靡心…(38)
- 214 涵蓄与浑厚……………(40)
- 215 待事与养心……………(41)
- 216 胸中景与眼前景…(43)
- 217 怕理与恃人……………(44)
- 218 主静与勇力……………(45)
- 219 摆脱与沾恋……………(46)
- 220 我心与天地……………(48)
- 221 尘芥与荆棘……………(49)
- 222 心灵与万事……………(51)
- 223 蓄疑与过思……………(52)
- 224 迷人之迷与明人之迷
……………(54)

225	忍激与祸福·····	(55)
226	殃咎与快心·····	(56)
227	坦荡荡与常戚戚·····	(57)
228	恶恶与乐善·····	(59)
229	有见闻与无见闻·····	(60)
230	种子与果实·····	(62)
231	带走带不走·····	(63)
232	心虚与心实·····	(64)
233	大公与天下·····	(65)
234	心灵与躯壳·····	(67)
235	恕心与罪过·····	(68)
236	七尺与方寸·····	(70)
237	生门与死户·····	(72)
238	心念与天知·····	(73)
239	气血与涵养·····	(75)
240	大公与自私·····	(77)
241	刀剑与寇仇·····	(78)
242	为恶与为善·····	(80)
243	人心与家贼·····	(81)
244	虚实与大小·····	(82)

· 伦 理 篇 ·

301	家长与修养·····	(85)
302	富贵与淫逸·····	(86)
303	门户与气焰·····	(88)
304	家庭与自我·····	(89)

· 谈道篇 ·

- 401 太平的定义……(92)
- 402 意味与至宝……(94)
- 403 七情与五性……(96)
- 404 自然与当然……(98)
- 405 身心与外物……(100)
- 406 性生与情死……(102)
- 407 闲道与幸福……(103)
- 408 兵法与处世……(105)
- 409 一身与万类……(106)
- 410 制欲与无欲……(107)
- 411 爱欲与烦恼……(109)
- 412 安虑与止水……(111)
- 413 相同与不同……(112)
- 414 利刃与迅炮……(114)
- 415 病痛与根本……(116)
- 416 三教与戒律……(118)
- 417 鬼神与教化……(119)
- 418 我心与世界……(121)
- 419 道深与言浅……(122)
- 420 从容与急速……(124)
- 421 有我与无我……(125)

· 修身篇 ·

- 501 六合与人我…………(128)
- 502 环境与修养…………(129)
- 503 余气与受用…………(131)
- 504 做人与其他…………(132)
- 505 谨德与养生…………(134)
- 506 处己与处人…………(136)
- 507 心胸与天下…………(137)
- 508 嫉妒与诋毁…………(139)
- 509 善恶与忠奸…………(141)
- 510 违众与违己…………(143)
- 511 万全与缺绽…………(144)
- 512 心身与操劳…………(147)
- 513 俗念与俗眼…………(149)
- 514 现在与到头…………(151)
- 515 智慧祸福与贫富毁誉
…………(153)
- 516 可人意与可我意…(154)
- 517 盗跖、伯夷与老子
…………(156)
- 518 城池与门户…………(157)
- 519 气盛、心满与才露
…………(159)
- 520 名心与作伪…………(161)
- 521 自是与自私…………(162)
- 522 贫贱与老残…………(164)

- 523 所不能与所当尽……(166)
- 524 知足与无厌……(167)
- 525 天人与自我……(169)
- 526 笑人与可笑……(172)
- 527 闻毁与怒毁……(173)
- 528 贪爱与制欲……(175)
- 529 祸福与生死……(176)
- 530 处世之十态……(178)
- 531 本色与近情……(185)
- 532 毁谤与君子……(187)
- 533 自亡与他亡……(189)
- 534 出言与见义……(191)
- 535 刚明与婉晦……(192)
- 536 处身和待人……(194)
- 537 有过与认过……(196)
- 538 爱身与贵名……(197)
- 539 多门与多口……(198)
- 540 殃子孙十条……(200)
- 541 自责与自反……(202)
- 542 贫富与贵贱……(203)
- 543 君子求四真……(206)
- 544 说话是难事……(208)
- 545 益世与损世……(209)
- 546 安常与盛满……(211)
- 547 自责与相责……(212)
- 548 不逐物工夫……(214)
- 549 不作空躯壳……(215)

· 问学篇 ·

- 601 读书与做人·····(217)
- 602 口耳与身心·····(219)
- 603 吾心与觉悟·····(221)
- 604 学者与器度·····(223)
- 605 学病与静治·····(226)
- 606 读书与寡过·····(228)
- 607 好处不好处·····(230)
- 608 一己与天下·····(231)
- 609 中字与敬字·····(233)
- 610 性急与性缓·····(235)
- 611 随人与自得·····(236)

· 应务篇 ·

- 701 纡徐与迫切·····(239)
- 702 难任事与难处人·····(241)
- 703 下手与见功·····(242)
- 704 察观与度量·····(244)
- 705 智愚与巧拙·····(246)
- 706 浑厚与涵蓄·····(248)
- 707 与小人相处·····(250)
- 708 果决与因循·····(251)
- 709 使气与使心·····(252)
- 710 自得与天遇·····(254)

711	共事与成败·····	(256)
712	无识见与偏识见·····	(257)
713	支吾与废弛·····	(259)
714	饭路人话事·····	(260)
715	处事与长民·····	(262)
716	顺境最难处·····	(263)
717	善用人与不善用人 ·····	(266)
718	从是与不从不是·····	(267)
719	轻生死与善用死·····	(269)
720	争利与争言·····	(271)
721	过错与责让·····	(272)

· 天 地 篇 ·

801	昼夜与日星·····	(276)
802	水火与虚实·····	(278)
803	遂恶与祸亡·····	(280)
804	欺心与欺天·····	(281)

· 世 运 篇 ·

901	世人难与言·····	(284)
-----	------------	-------

· 圣贤篇 ·

- 1001 圣人与凡人……(288)
- 1002 天道与圣人……(290)
- 1003 圣人平天下……(292)

· 品藻篇 ·

- 1101 小人莠与君子弁…(295)
- 1102 士人三不顾……(297)
- 1103 士人与死物……(300)
- 1104 达人智士与忠臣孝子
……(303)
- 1105 无心与无我……(305)
- 1106 圣贤乐与众人乐…(307)
- 1107 当事与说理……(309)
- 1108 修养与境遇……(310)
- 1109 聪明与昏愚……(313)

· 人情篇 ·

- 1201 掩过与喜誉……(315)
- 1202 相非与自是……(317)
- 1203 己美与人美……(319)
- 1204 人生三大妒……(322)

1205	泰然与安穩……………	(324)
------	------------	-------

· 物理篇 ·

1301	釘子与鎖子……………	(328)
1302	相忘于所生……………	(329)

· 广喻篇 ·

1401	坐井与游天……………	(332)
1402	圣人鑒尺叔……………	(334)
1403	无我与空有……………	(336)
1404	愛小体与毀大体…	(339)
1405	瓦砾与君子……………	(341)
1406	槌刀与槌杀……………	(343)

· 词章篇 ·

1501	胸中与眼前……………	(345)
1502	文章与明道……………	(347)
后 记	……………	(350)

只一个贪爱心，第一可贱可耻。羊马之于水草，蝇蚊之于腥膻，蜣螂之于积粪，都是这个念头。是以君子制欲。

〔述论〕

人只要有一个贪婪爱欲的心理，就是第一件卑鄙可耻的事情。牛羊驴马对待那个水源和草料，苍蝇蚊虫对于那个血腥和膻味，屎壳螂对于那堆积的粪便，都只是这样一个念头。所以，君子特别要限制自己的欲望。

孔子说过，人类的本性是食色，叫做“食色性也”，“饮食、男女，人之大欲存焉”。也就是说，食欲与性欲是人的本能和天性。但是，如果人类只是在这两方面发展，或者是尽量地满足自己的食欲与性欲，那的确与动物和禽兽也就没有什么两样了。

人的特点，在于能够超越自己的动物本性，而努力达到人的境界。动物只是听其自然，人却希望改变自然，并且克服自己的弱点，从而让万物服从于自己。所以，人生的意义就在于否定自己的物性，而升华自己的精神。

动物的生存目的，就是保护自身的生存和物种的延续。羊马在大草原上生存，必须有水让它们喝，有草让它们吃，才能保证自己的生命存在；苍蝇蚊虫喜欢吸血逐臭，哪里有肉味就往那里聚集；屎壳螂吃屎，所以要滚粪蛋，见了粪蛋就没了命。如果人类也有所贪婪和爱欲，那么也同这牛羊驴马、苍蝇

蚊虫和屎壳螂没有什么区别了。

君子的念头与动物不同，他要争取修身养性，使自己成为完全超越了物欲的人，从而进入那清静高尚的圣人行列。凡人只是顺着自身欲望的发展，所以只是爱欲的奴隶，自己一刻也做不了主。这样以来，人也就做不好了，与那禽兽也就为伍了。动物的目的在于生存，圣人的目的是在生存之外还要做好人，所以就必须限制自己作为物性的欲望。

当我们能够克服了自己的欲望，从而得到人格的升华的时候，那种感觉是无与伦比的。

529

祸福与生死

仁厚刻薄，是修短关；行止语默，是祸福关；勤惰俭奢，是成败关；饮食男女，是死生关。

[述论]

仁爱敦厚与尖酸刻薄，这是人寿命的长久和短暂的关头；行动静止与言语沉默，这是一个人遭祸与得福的关头；辛勤懒惰与节俭奢侈，这是人生事业成功与失败的关头；饮食欲望与男女性事，这是人死亡与生存的关头。

心地善良仁厚的人，对待任何事物都会宽宏大量，不与人斤斤计较。正是心底无私天地宽，也就容易得尽自己的天年而长寿；而那些心地尖刻的人，对待任何事物都要挑剔，只怕别人做的事情有问题，或者只怕别人超过了自己。百般挑剔的结果，使自己的心理永远处在一种戒备状态，而且矛盾重重，很难达到一种平衡的境界。

久而久之，心理状态会影响到生理素质，自然就不会长寿了。谁也不能否认心理与寿命的关系，而且我们并不迷信。但我们却坚信，心理作用在人类生命的运行过程中，具有着十分重要的意义。为了长命百岁，我们也应该保持一个善良的心地和仁厚的品格，不要与人过不去。

那些好动的人，往往心理素质不佳，但他们的血液却比较活跃。遇到事情，往往会心血来潮，凭着义气用事，或者拔刀相助，或者慷慨赴义。只顾眼前痛快，结果惹下弥天大祸。社会就像一张网，其中的每一个人都有各自的位置和处境。谁也不敢保证自己的势力最强，而他人的势力就最弱。仅凭血气之勇，说话不留后路，往往会惹出是非来，说不定什么时候就会大祸临头。

而那些遇事不慌，沉静安详，少说多做的人，常常会福大命大，得其中庸。原因就是狂喊无益，而一默如雷。沉默的时候，我们却可以观察到各种各样的情况，才会对事情做出正确的判断来。没有灾祸，也就是大福了。

人们为了充分实现自己人生的价值，都希望有所作为，干出一番事业来。而要干事业，就想要得到成功，以便圆满。然而，欲成事者千千万万，结果成功者却毕竟寥寥。一个根本的原因，就是要看你的志向与努力如何。有的人志气比天高，但却毫无实际的事业，只能失败或者颓废而已。

只要你辛勤努力，走一步他就算了一步，终究会到达目的地；并且在生活中节约敛省，那么肯定不会把已有的基业给毁掉，也就算做成功了。创业是成功，守业也是成功。你如果懒惰不勤，而且奢侈挥霍，家里本来不多的财产都会被你挥霍一空的，只能是个败家仔了。这成与败的关键，就在那个勤俭与

懒奢上。

饮食的目的，是为了保证自己肉体生命的存在，达到这个目的也就行了。但是，有的人却认为，来到世间，就是要讲究吃吃喝喝。什么东西好吃什么，什么奇怪吃什么，叫做生猛活鲜，海陆八珍。无所不能吃，无所不敢吃。吃的多了，总以为自己的胃口无所不能抗拒，无所不能容纳。

结果是，我们自己的胃口毕竟只是肉长的。那些生猛活鲜的东西吃得多了，肠胃就忍受不了了，那些疑难杂症便随即而生。现代的科学再发达，也无法保证这样的胃口不得病。病到医治无效，也就一命呜呼了。

530 处世之十态

世有十态，君子免焉：无武人之态（粗豪），无妇人之态（柔懦），无儿女之态（娇稚），无市井之态（贪鄙），无俗子之态（庸陋），无荡子之态（佻达），无伶优之态（滑稽），无阉閹之态（村野），无堂下人之态（局迫），无婢子之态（卑谄），无侦探之态（诡暗），无商贾之态（炫售）。

[述论]

世间的人处世有十种态度，君子却是应该免掉的：不应该有武人的态度，他们粗鲁豪放；不应该有妇人的态度，他们柔弱怯懦；不应该有少儿少女的态度，他们娇嫩幼稚；不应该有市井小人的态度，他们贪婪鄙吝；不应该有凡夫俗子的态度，