

国
文
珍
品
文
库

菜根谭



【译评】 马凤华 何芳

吉林文史出版社



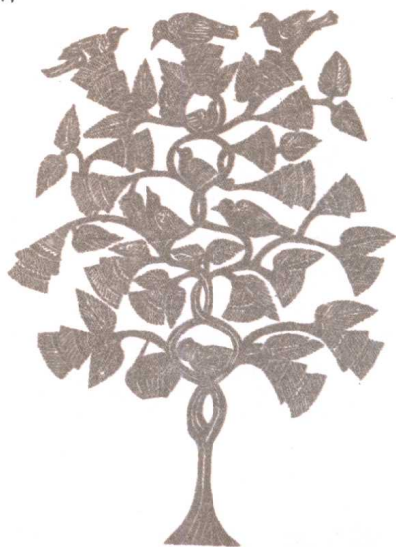
◎ 国文珍品文库 ◎

菜根谭

明·洪应明 著

马凤华 何芳 译评

吉林文史出版社



图书在版编目(CIP)数据

菜根谭/(明)洪应明著;马凤华,何芳译评. —长春:吉林文史出版社,2004.1

(双色版国文珍品文库)

ISBN 7-80626-949-5

I. 菜... II. ①洪...②马...③何... III. ①个人-修养-中国-明代②菜根谭-译文③菜根谭-研究 IV. B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2003)第 072660 号

Caigen Tan
菜根谭

马凤华 何芳 译评

责任编辑:王尔立

封面设计:马力恒久

吉林文史出版社出版发行	880×1230 毫米	32 开本	8.375 印张	130 千字
(长春市人民大街4646号)	2004 年 1 月第 1 版		2004 年 1 月第 1 次印刷	
长春市第十一印刷厂印刷	印数:1-10 000 册		定价:16.50 元	
ISBN	7-80626-949-5	I·248		



序

清

乾隆五十九年，遂初堂主人游古刹时，在残卷弃书中拾到一本明代洪应明著的《菜根谭》。通读之后，他深感此书关于性命之学，令人警醒，于是，校正付印，公之于世。

“谭者，谈也。性定菜根香。”花的香用鼻可以品味，叶的香用口可以品味，根的香却需要一颗有智慧的心灵。

洪应明，字自诚，生活在明代嘉靖、万历年间。这是一个缺乏明君贤相，不断产生忠良奇冤故事的年代。嘉靖皇帝“威柄自操，重典以绳臣下”，常常大规模庭杖重臣。万历皇帝惰于朝政，经年不朝，善恶俱无迁谪。他们宠信的又大都非人。嘉靖末年，严嵩父子专权二十年，万历前期的张居正、后来的申时行，世人也颇有微辞。当时，党争纷起，朝政混乱，军政废弛，财政困难。这不是开元盛世盛唐气象，“至君尧舜上”的雄心对于这一代文人是切实际的。他们难以发展成独立不倚的大树。要立足官场，除非作攀附而上的藤萝。但“栖守道德者寂寞一世，依阿权势者，凄凉万古。达人观物外之物，思身后之身；宁受一时之寂寞，毋取万古之凄凉。”洪应明的生平终不可考，他的一生生活是寂寞的。

善用环境者生机，不善用者杀机。寂寞刺痛心灵的同时，也掘出了生命的泉水。“风恬浪静中，见人生之真谛；味淡声希处，识心体之本然。”一个被历史忘记的普通人，用他平淡的人生去感悟生活。



真谛，生成了这部为历史所不能忘却的奇书——《菜根谭》。

《菜根谭》中充满了思辩。“子生而母危，铤积而盗窥，何喜非忧也？贫可以节用，病可以保身，何忧非喜也？”有了辩证就有了弹性，在生活中才会适可而止，不会为逆境撞成粉碎。他用透视的眼光去看人生历史，“自老视少，可以消奔驰角逐之心，自瘁视荣，可以绝纷华靡丽之念。”有了洞穿历史的深邃，他才能不随世尘飞扬，保持冷静。他曾引邵雍诗说：“昔日所云我，而今却是伊。不知今日我，又属后来谁？”这是一种对自为存在的思考。他不只关注人类，也充满了对宇宙万物的终极关怀。“人情听莺啼则喜，闻蛙鸣则厌；见花则思培之，遇草则欲去之，俱是以形气用事；若以性天视之，何者非自鸣天机，非自畅其生意也。”他的思维超出了狭隘功利，超出了个人生命，走向广阔的天地。

《菜根谭》中充满了经邦治国的谋略。“居轩冕之中，不可无山林气味；处林泉之下，须要怀廊庙经纶。”“议事者身在事外，宜悉利害之情；任事者身居事中，当忘利害之虑。”他的议论要比书生枉谈实际，又比热衷世故者冷静。

《菜根谭》中充满了富于通变的处世哲学。处治世宜方，乱世宜圆。他深知世态炎凉：“我贵而人奉之，奉此峨冠大带也；我贱而人侮之，侮此布衣草履也。然则原非奉我，我胡为喜？原非侮我，我胡为怒？”不憚以最坏的恶意度小人，以最少的信任寄于世情，才能在世上宠辱不惊，去留无意，获得真正的自由。对一切他不轻取、不轻信。“非分之福，无故之获，非造物之钓饵，即人世之机阱。此处着眼不高，鲜不堕彼术中矣。”“完名美节，不宜独任，分些与人，可以远害全身。辱行污名，不宜全推，引些归己，可以韬光养德。”只有未雨绸缪，防患于未然才能平安度过乱世。

洪应明有一种中国式的澹泊，他崇尚自然，喜欢宁静，甘于贫贱。“桃李虽艳，何如松苍柏翠之坚贞；梨杏虽甘，何如橙黄桔绿之馨冽。”



他喜欢恬淡久远，而不喜欢过眼的繁华。他不只喜欢清淡的景，也喜欢清淡的人。“袈裟行中，著一蓑杖山人，便增一段高风；渔樵路上，著一蓑衣朝士，转添许多俗气。固知浓不如淡，俗不胜雅。”

《菜根谭》中充满了诗情画意。“诗思在灞陵桥上，微吟就，林岫便已浩然。野兴在镜湖曲边，独往时，山川自相映发。”“林间松韵，石上泉声，静里听来，识天地自然鸣佩。草际烟光，水心云影，闲中观去，见乾坤最上文章。”但他已不是那种优越环境中成长起来的理想化的任性自恃的单纯文人，不偏激，不做作，不执着。中国传统文人重感悟，不重理性。多缺乏严密的逻辑和科学性。洪应明也感到了这一弱点：“凭意兴做为随作随止，岂是不退之轮？从情识解悟者，有悟则有迷，终非常明之灯。”他反对书呆子的固执，深感君子害人甚于小人，忠臣误国更为可怕。“纵欲之病可医而势理之病难医。事物之障可除，而义理之障难除。”他也反对文人的孤芳自赏，自视清高。“势利纷华，不近者为洁，近之而不染者为尤洁；智械机巧，不知者为高，知之而不用者为尤高。”他不喜欢把某些人的天真无知当作清高，只有成熟才有资格评论是否高洁。他也不把特立独行当作文人的长处。“山之高峻处无木，而溪谷回环则草木丛生；水之湍急处无鱼，而渊潭停蓄则鱼鳖聚集。此高绝之行，褊急之衷，君子重有诫焉。”他不同流合污于世俗，也不究心于标新立异，自然是人的最高境界。

晚明的清言集很多。屠隆的《婆罗馆清言》、《续婆罗馆清言》、李鼎的《偶谭》、吴丛先的《小窗自纪》、汤传楹的《闲余笔话》、徐学谟的《归有园麈谈》等，都曾风行一时。许多作者比洪应明更有地位，更有文名。但没有一部清言集能像《菜根谭》这样香远益清，越久越具有旺盛的生命力。

《朱子家训》是儒家的处世大全，而洪应明却没有这种界限，吸收一切有价值的东西。在《菜根谭》中，儒释道融为一体，心学与禅





学是其核心。它不是洪应明一人的智慧,也涵盖了洪应明视力所及的前人妙语。它展示的不是某一生活侧面,修身、齐家、治国、平天下,大道皆在;栽花种草,赏月弹琴,小景可观,这是完整的生活。它所面对的不是某一种人,而是芸芸众生。人们可能地位不同,学历不同,性格不同,但都能从中有所吸取。《菜根谭》是不同人的共同选择。

毛泽东喜欢读《菜根谭》。他说:“嚼得菜根者,百事可做。”善嚼菜根的他,携着这卷书从陕北来到了北京。

商业巨子们也重视《菜根谭》,有了这个周全、冷静、机智的参谋,企业在“风斜雨急处”才“立得脚定”。

僧侣们则喜欢《菜根谭》的博大、宽容、善良。许多寺庙把它作为劝善书,免费赠给世人。

当然,它更是文坛上的一个奇迹。它那短短不过三行的偶然之语,带我们走进的是“一沙一世界,一花一天堂。掌中存无限,刹那成永恒”的哲思妙境。“虽无江山万里之巨观,而一丘一壑,时复有致。”它不刁蛮地向你要求整块时间。茶余饭后,月下几边,品茗而读,它会像一位密友无话不谈,也会像一位畏友,时时给你警策。

“酸肥辛甘非真味,真味只是淡。神奇卓异非至人,至人只是常。”著书的洪应明是个平常人,发现这部书的遂初堂主人也是位无名文人。这部书是一本平常人写给平常人读,感悟平常生活的书。





栖

守道德者，寂寞一时；依阿权势者，凄凉万古。达人观物外之物，思身后之身；宁受一时之寂寞，毋取万古之凄凉。

◎译文◎

坚

守道德的人，可能会暂时寂寞；阿谀攀附权贵的人却会最终永远凄凉。通达的人洞察具体事物外的哲理，考虑死后的千古声名，所以宁可坚守节操，忍受一时的寂寞，绝不趋炎附势，落得万古寂寞。

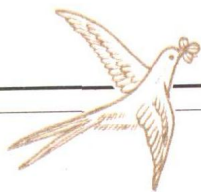


◎评点◎

“卑鄙是卑鄙者的通行证，高尚是高尚者的墓志铭。”君子有所不为，而小人却不择手段，在现世中，小人得势是常有的事。但是，人不只有他的肉体生命，还有灵魂。你可以欺骗某些人于一世，可以欺骗全体人于一时，却难以欺骗全体人于永远。树倒猢猻散，而根本没有永远不倒的大树。高宗死后，秦桧终遭唾骂；乾隆死后，和珅终被抄家。而岳飞、刘墉对于人们却是永远的。

栖守道德者，寂寞一时；依阿权势者，凄凉万古。





二

涉

世浅，点染亦浅；历事深，机械亦深。故君子与其练达，不若朴鲁；与其曲谨，不若疏狂。

◎译文◎

涉

世不深的人，沾染的不良习惯也少；阅历比较丰富的人，权谋奸计也多。所以做一个君子，与其精明老练，熟悉人情世故，不如淳朴天真；与其处处谨小慎微，不如行为狂放，不拘小节。

◎评点◎

最美的图画也不会比白纸干净。能看透小人心计的人，自己也不会纤尘不染。在这污秽喧嚣的世界里，想真的做到洁身自好，也许只能“隔断红尘三十里。”但是，计谋也未必是坏事，看要怎么用。有些药材，用来害人，就是毒药；用来以毒攻毒，就是良方。刽子手和医生的手上都有血，它的意义却是不一样的。可以不作纯洁如羔羊般的圣徒，但要消除天下的小人，使将来的每个人都可以做君子。

三

君

子之心事，天青日白，不可使人不知；君子之才华，玉韞珠藏，不可使人易知。

◎译文◎

君

子的心事像青天白日一样，不能让别人不知道；君子的才华像珠玉一样深藏，不能让人轻易知道。

涉世浅，点染亦浅；历事深，机械亦深。



◎评点◎

有不可告人的阴暗心理,就无法成为君子。古来圣贤都以当时的人不了解自己为最大的悲哀。而对于学问、才华,他们则谦虚含蓄,藏而不露。浅水是喧哗的,深水是沉默的。能够让人一眼见底的,只能是浅水。人没有必要过分吹嘘自己,如果所有赞美你的话都被你自己说尽了,那么别人只能批评你了。

四

势力纷华,不近者为洁,近之而不染者为尤洁;智械机巧,不知者为高,知之而不用者为尤高。

◎译文◎

不接近权势名利的人是高洁的,接近权势名利,却能够不为之动心的人更为高洁。不懂得权谋诡计的人是清高的,懂得权谋诡计却不去用的人更加清高。

◎评点◎

只有在矛盾中才能看出人的真品格。幼年的耶稣与犹大一样无知无识,我们无法区分。只有抵制了诱惑才见得出坚贞,战胜了恐惧才显示出勇敢,拒绝了诡计才看得出高洁。有些人貌似清高,只不过生活没有给他机会。皇帝称赞晏殊说:“别人都纵情声色,只有晏殊生活勤勉俭朴。”晏殊赶紧私下告诉皇帝:“我也想象他们那么做,只是没有钱,官职低,太忙。”后来,当晏殊位尊势隆后,他果真像别人一样奢侈享乐。不过,像他这样诚实的人太少了。许多人是太言不惭地接受了清名,而对于人们来说,这只是一场误会。

势力纷华,不近者为洁,近之而不染者为尤洁;智械机巧,不知者为高,知之而不用者为尤高。





五

耳中常闻逆耳之言，心中常有拂心之事，才是进德修身的砥石。若言言悦耳，事事快心，便把此生埋在鸩毒中矣。

◎译文◎

耳中常听到不中听的忠言，心中常想到不顺心的事，这才是修炼德行的磨刀石。如果听到的全是好听话，遇到的全是称心事，就等于把这一生泡在毒酒里。

◎评点◎

“生于忧患，死于安乐”是古今的至理。热带森林中条件优越的那群猴子，至今仍爬在树上。而森林枯萎，条件恶劣地带生存的猴子已成了今天的人。做人也应常思此种道理。在年轻的时候，多把自己放在逆境中，尚可从中多学一些本领。如果年轻顺利，到了老年遇到困境，就已经没有时间学习本领去征服它了。忠言逆耳，是因为他与你意见不同或批评了你的弱点。但这也正是一个使你多角度看问题和清理后背上污垢的机会。最拙劣的赞美也要比最高明的批评好听，但十句赞美不如一句批评的话给你有价值的东西多。

注：拂心：不顺心，使心情不愉快。



耳中常闻逆耳之言，心中常有拂心之事，才是进德修身的砥石。



六

疾风怒雨，禽鸟戚戚；霁日风光，草木欣欣。可见天地不可一日无和气，人心不可一日无喜神。

◎译文◎

狂风暴雨会使鸟兽忧伤，风和日丽则使草木充满生机。可见天地之间不能一天没有和平的天气，人的心中不能一天没有愉快的心情。

◎评点◎

世界是一面镜子，你对它皱眉，它就对你皱眉；你微笑，它就对你微笑。幸福不是一种现实，而是一种感觉。使你不幸的，是你自己，而不会是什么别的人。

七

酖肥辛甘非真味，真味只是淡；神奇卓异非至人，至人只是常。

◎译文◎

烈酒，肥肉，辛辣、甘甜的东西都不是最自然的口味，最自然的口味只是清淡。言谈举止神奇超出众人的人，并不是道德修养最高的人，道德修养最高的人举止只不过和普通 人一样。

疾风怒雨，禽鸟戚戚；霁日风光，草木欣欣。





◎评点◎

奇能生趣,能吸引人们的注意,但不能长久,也不符合生命的内在规律。就是街上流行的服饰,最时髦的也往往最容易过时,而经久不变的,是那些式样简洁普通的衣服。奇,只能成为生活的调剂,却不能成为生活的主旋律,平平淡淡才是真。

八

天地寂然不动,而气机无息稍停;日月昼夜奔驰,而贞明万古不易。故君子闲时要有吃紧的心思,忙处要有悠闲的趣味。

◎译文◎

天地看起来寂静不动,而内在的变化却没有一刻停止;日月每天都在运行,而它们的光辉却万古不变。所以君子在清闲时要有应急的准备,繁忙时要有悠闲的情趣。

◎评点◎

“人生代代无穷已,江月年年望相似。不知江月待何人,但见长江送流水。”世界是这样的寂静,静得让人想高喊一声“我来了。”世界又是这样的重复着它的原则,重复得让人真想在它坚硬的轨道上留下一丝痕迹。我忙碌着,但并不琐碎。我要改变的是这莽莽荡荡的永恒,而不是我拥有的这忙碌短暂的一瞬。

注:气:我国古代哲学概念,常指构成万物的物质。机:事物变化的原因。

天地寂然不动,而气机无息稍停;日月昼夜奔驰,而贞明万古不易。





九

夜 深入静独坐观心，始觉妄穷而真独露，每于此中得大机趣；既觉真现而妄难逃，又于此中得大惭愧。

◎译文◎

夜 深入静时一个人坐着反省自己，才感到杂念都消失了，只有本性显露出来。常常在这个时候才能体会到生命的真正乐趣。但又觉得真心的流露是暂时的，世俗的非分杂念却难以最终摆脱，这个时候也感觉最惭愧。

◎评点◎

水静则清，万物可以照其影，人心亦如此。当白日的喧嚣已经沉寂，心海的尘渣也一起沉淀下去。人们多在这时反省一天的所作所为。刀不怕钝，常磨自然锋利。

人不怕平庸，常反省

自然睿智超脱。

最可怕的是卷

入世事的漩涡，

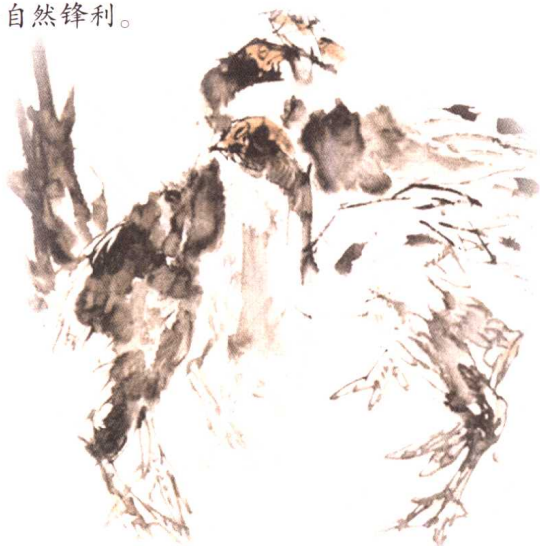
不肯停下来反

思自己所为，反

顾自己的处境。

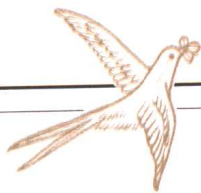
这种人才真正

不可救药。



夜深入静独坐观心，始觉妄穷而真独露，每于此中得大机趣。





十

恩里由来生害，故快意时须早回头；败后或反成功，故拂心处莫便放手。

◎译文◎

受到恩宠常常会带来祸害，所以得意的时候要早点回头；失败以后，有时接下去会反而成功，所以不顺心的时候不要轻易放弃。

◎评点◎

极处生变，这是事物发展的一条规律。许多名角在红极一时的情况下告别舞台，在人们的心目中他们的形象永远那么美好。“晴天不肯去，直待雨淋头。”自然的淘汰是残酷的，与其被推下舞台，不如姿态优雅地与观众挥手道别。“未晚先投宿，鸡鸣早看天。”走好今天的路，更要看清明天的方向。

十一

藜口菟肠者，多冰清玉洁；衮衣玉食者，甘婢膝奴颜。盖志以澹泊明，而节从甘肥丧也。

◎译文◎

吃粗茶淡饭的人，多具有冰清玉洁的品格；锦衣玉食的人，往往甘心卑躬屈膝。看来志气是在淡泊生活中表现出来的，而节操是在奢侈享乐中丧失的。

恩里由来生害，故快意时须早回头；败后或反成功，故拂心处莫便放手。



◎评点◎

诸葛亮曾说过：“非淡泊无以明志，非宁静无以致远。”追求高尚的品德如同走一条漫长的道路，如果总是系心于路边的野草闲花、彩蝶飞鸟，常常会使自己误入歧途。而富家子弟的生活中，遮蔽道德的物欲太多了。无限朱门生饿殍，几多白屋出公卿。道德智慧的圆满来于淡泊。



十二

面前的田地要放得宽，使人无不平之叹；身后的恩泽要流得久，使人有不匮之思。

◎译文◎

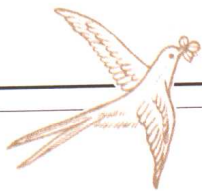
为人要心胸开阔，才不会招别人怨恨；死后的恩惠要流传长远，才会赢得人们无尽的怀念。

◎评点◎

“人间势与福，有始多无终。”所以，善待别人，给人多留一条出路，就是给自己多留条后路。冯谖替孟尝君收债，孟尝君让他回来时看家里缺什么就买什么。冯谖就把债券收上来焚毁。回来后告诉孟尝君，他买来了人心。后来孟尝君罢官，老百姓果然箪食壶浆欢迎他，才知人心比什么都贵重。不给别人活路的人，等于自绝后路。

面前的田地要放得宽，使人无不平之叹；身后的恩泽要流得久，使人有不匮之思。





十三

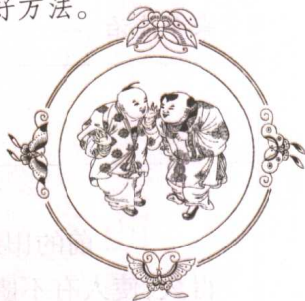
径路窄处，留一步与人行；滋味浓处，减三分让人尝。此是涉世一极安乐法。

◎译文◎

道路狭窄的地方，要留一步，让别人能走过去；味道好吃的东西，分一些给别人尝。这是处世中取得快乐的最好方法。

◎评点◎

“独乐乐”不若“与众乐乐”。自己享受，是一种乐趣，但如若把这些分给别人，你不但能在别人的幸福中感到快乐，而且会有一种道德上的满足。你同时也获得了一次机会，一次与别人交流快乐的机会，一次在将来获得别人帮助的机会。



十四

作人无甚高远事业，摆脱得俗情便入名流；为学无甚增益功夫，减除得物累便臻圣境。

◎译文◎

做人不需要干什么伟大的事业，只要能摆脱世俗之心便是名人；做学问也没有什么特别的诀窍，只要不受外物的诱惑就达到了圣贤的境界。

径路窄处，留一步与人行；滋味浓处，减三分让人尝。

