

國家圖書館出版品預行編目資料

夜夜夜思：菜根譚的智慧 3／聖印法師著 -- 初
版 -- 臺北縣新店市：中天，2001〔民90〕
面：公分 --（行者新幹線；19）

ISBN 957-0389-52-4（平裝）

1. 修身

192.1

96009779



思夜夜夜

菜根譚的智慧 ③

一年三百六十五天，
您有天天作功課嗎？

《菜根譚》是最生活化的經典，
本書貼心設計成一天一則，
提醒您日日都是有氣天！

聖印法師 ◎ 著

夜
夜
夜
思

聖印法師◎著

中天出版

•

一日一則，一期一會

《菜根譚》一般人看作是聖典，但一提到「聖典」兩個字，就以爲是二千年前的釋迦牟尼、耶穌、孔子、老子或莊子等的經典，或是其他一宗一派的祖師寫成的宗派聖典，其實《菜根譚》並不是那樣古老的書籍，而是大約三百年前的著作，作者並非大宗一派的祖師，而是一個涉獵過道教、儒教，尤其是對佛教特別通達的人，所以他能引用各教的教義詞句，可說是一部徹研三教真理的結晶。

作者不但把三教的思想化爲己有，更把三教的道理，平易地闡述出來，使人讀了咀嚼玩味，體會其中困苦艱辛的經驗、清冷淡泊的趣味，對於人的正心、修身、養性、育德，有不可思議的潛移默化力量。它是一部萬古不易、教

人化世的聖典。作者的一言一語都含義深遠，字句雖是片斷的，卻很能警世感人，真正是一本有益於世道人心的書籍。

《菜根譚》共分前、後二集，前集有二百二十五則，後集有一百三十五則，共計三百六十則；正適合一日一則，天天直見生命。體裁是隨筆，也有人視作「語錄」，其根本思想是中國的思想、儒教的現實主義、老莊的玄旨，以及佛教的道法，所謂三教合一，集結儒、釋、道各派的精華，冶於一爐，誠爲曠古稀世之奇箴寶訓。

作者隱君子「洪自誠」，明代人，號「還初道人」。關於他的事蹟，沒有正史可稽，所以很難斷定他是一個怎樣的人。當時社會局勢十分混亂，他對於功名富貴看得很淡泊，專心埋首於著述。他的著述很多，如《聯瑾》、《樵談》、《筆疇》、《傳家寶》等書，都是當時的警世教言，雖然後世無傳，但這本《菜根譚》卻散放不朽的光明，歡喜讀它的人不少。從《菜根譚》中可看出作者的思想、文辭、性格等，絕不是一般學者如膠柱鼓瑟或侈言清談者流所可比擬。

書名爲何叫《菜根譚》？宋儒汪民曾說：「得常咬菜根，即做百事成。」胡康侯聽了這話，擊節嘆賞。菜根者，即青菜的根，如蘿蔔、番薯、芋頭等粗食，咬得菜根，即表示能夠受艱難困苦，才會做成偉大事業。洪先生取斯語以爲書名，其寓意是在淡淡乏味的菜根中有著無限真味存在，故本書是修身處世不可缺少的精神食糧。

如果把東方與西洋的文章作一比較，西洋的文章是較爲客觀寫實的，描寫生動而有力，但蘊藉的意味並不深遠。東方的文章用字雖然不多，含義卻特別雋永豐富。因此，西洋的文章如油畫一樣，東方的文章則如文人的墨寶，不著華麗而韻致無窮。東方文章解釋方面不大注重，要讀者自己去省悟、去自覺，這可說是民族性的自然趨向。因此，《菜根譚》充分代表了東方文藝的特色，這大概沒有人能夠否認吧！

推究「菜根」的意義，「菜」就是所謂青菜的菜葉，「菜根」如蘿蔔、大根、牛蒡等，是一種粗俗淡泊的食品，在《鶴林玉露》一書中說：「士大夫不

可一日離菜根，百姓不可一日無色水。」這是當時貼在寺廟的門框上，教人去咬菜根味的警語，其意義是老百姓如無菜可吃，徒嗅菜根以療饑渴，那麼就是政治家的不是了。故看一般老百姓的面色即知當時執政者的成績如何。因此「菜根」二字，當時十分流行。用此二字警告世人，以堅忍、清苦磨練身心，栽培灌溉，充實自我。這是作者洪自誠親身體驗孕育出來的結晶。故本書頗通人情世態，裡面包蘊甜、酸、苦、澀等人間味道。

《菜根譚》也有同名異類者，如乾隆五十九年，以還初堂主人的識語為冠的洪應明之著作便是，這與本講話所用的底本，雖然有人說是同人異名，其實不管是內容、編纂等都有懸殊的差異。

洪自誠的《菜根譚》分為二集，洪應明的《菜根譚》不但分為修省、應酬、評議、閒適、概論五項，尤其裡面散見清朝石惺齊之《續菜根譚》的語句，故我們可以斷定洪應明的《菜根譚》是後人的合纂，唯洪自誠的著作才是正宗。

本書問世後，博得許多人的讚賞，學者間爭先恐後寫了很多續篇，或類似的書籍，其中只有清石惺齊的《續菜根譚》二卷、劉子載的《吾家菜根譚》二卷比較出色，而這更突顯原典的可貴價值。

目次

前言：一日一則，一期一會

九月

不親富貴，不溺酒食 022

恬淡適己，身心自在 024

廣狹長短，由於心念 026

栽花種竹，心境無我 028

知足則仙凡路異，善用則生殺自殊 030

守正安分，遠禍之道 032

與閒雲爲友，以風月爲家 034

存道心，消幻業 036

退步寬平，清淡悠久

038

修養定靜工夫，臨變方不動亂

040

隱者無榮辱，道義無炎涼

042

去思苦亦樂，隨心熱亦涼

043

居安思危，處進思退

045

貪得者雖富亦貧，知足者雖貧亦富

047

隱者高明，省事平安

049

超越喧寂，悠然自適

051

得道無牽繫，靜躁兩無關

053

濃處味短，淡中趣長

055

理寓於易，道不在遠

057

動靜合宜，悟入無心

060

執著是苦海，解脫是樂鄉

062

躁極則昏，靜極則明

064

臥雲弄月，絕俗超塵

066

鄙俗不及風雅，淡泊反勝濃厚

068

出世在涉世，了心在盡心

070

身放閒處，心在靜中

073

雲中世界，靜裡乾坤

075

不希榮達，不畏權勢

077

聖境之下，調心養神

079

春之繁華，秋之清爽

081

十

得詩家真趣，悟禪教玄機

084

相由心生，相隨心滅

086

來去自如，融通自在

089

憂喜取捨之情，皆是形氣用事

091

夢幻空華，眞如之月 093

欲心生邪念，虛心生正念 095

富者多憂，貴者多險 097

讀易松間，談經竹下 099

人爲乏生趣，天機在自然 101

煩惱由我起，嗜好自心生 103

以失意之思，制得意之念 105

世態變化無極，萬事必須達觀 107

鬧中取靜，冷處熱心 109

世間原無絕對，安樂只是尋常 111

接近自然風光，物我歸於一如 113

生死成敗，一任自然 115

處世流水落花，身心皆得自在 117

勘破乾坤妙趣，識見天地文章 119

猛獸易服，人心難制

1 2 1

心地能平穩安靜，觸處皆青山綠水

1 2 3

生活自適其性，貴人不若平民

1 2 5

處世忘世，超物樂天

1 2 7

人生本無常，盛衰何可恃

1 2 9

寵辱不驚，去留無意

1 3 1

苦海茫茫，回頭是岸

1 3 3

求心內之佛，卻心外之法

1 3 5

以冷情當事，如湯之消雪

1 3 7

徹見真性，自達聖境

1 3 9

心月開朗，水月無礙

1 4 1

野趣豐處，詩興自湧

1 4 3

見微知著，守正待時

1 4 5

十一月

森羅萬象，夢幻泡影

148

在世出世，真空不空

150

欲望雖有尊卑，貪爭並無二致

152

毀譽褒貶，一任世情

154

不爲念想囚繫，凡事皆要隨緣

156

自然得真機，造作減趣味

158

徹見自性，不必談禪

160

心境恬淡，絕慮忘憂

162

真不離幻，雅不離俗

164

凡俗差別觀，道心一體觀

166

布茅蔬淡，頤養天和

168

了心悟性，俗即是僧

170

斷絕思慮，光風霽月

172

機神觸事，應物而發

174

操持身心，收放自如

176

自然人心，融和一體

178

不弄技巧，以拙爲進

180

以我轉物，逍遙自在

182

形影皆去，心境皆空

184

任其自然，萬事安樂

186

思及生死，萬念灰冷

188

卓智之人，洞燭機先

190

雌雄妍醜，一時假相

192

風月木石之真趣，唯靜與閒者得之

194

天全欲淡，雖凡亦仙

196

本真即佛，何待觀心

198