

中国古代有两部经世典籍
一部是古人进入
官场的敲门砖 《四书五经》
一部是步入仕途、
左右逢源的方术 《人间训》

上
册



人间训

白话全译本

西汉 刘安 / 原著
童笙 / 编译

为什么刘安编完《人间训》后就成了神仙

为什么说《人间训》是诸子百家最后一次呐喊

为什么《人间训》被历代帝王列为禁书



宗教文化出版社

B234. 4

1-1



藏动静异化之形

效阴阳二气之功

集诸子百家之妙

八地人间之训

为什么有人忙碌奔波却屡屡失败？
为什么存心戒备的事却偏偏发生？
为什么有时赞誉人而反之使人倒霉？
为什么有时毁谤人而恰好助他成功？
为什么有人贪生反而死去？
为什么有人轻生反而得生？

.....

B23

1

中国古代有两部经世典籍

一部是古人进入

官场的敲门砖 《四书五经》

一部是步入仕途、

左右逢源的方术 《人间训》

下
册



人间训

西汉

刘安 / 原著
童笙 / 编译

白话全译本

为什么刘安编完《人间训》后就成了神仙

为什么说《人间训》是诸子百家最后一次呐喊

为什么《人间训》被历代帝王列为禁书



宗教文化出版社

李松

要想巧妙处理好人际关系
请牢记——

人 间 训

上

原著 [汉]刘安
编译 童 笙

宗教文化出版社

要想巧妙处理好人际关系
请牢记——

人 间 训

下

原著 [汉]刘安
编译 童 笙

宗教文化出版社

图书在版编目(CIP)数据

人间训/(汉)刘安著;童笙编译.-北京:宗教文化出版社,1998

ISBN 7-80123-161-9

I.人… II.①刘… ②童… III.淮南子-译文
IV.B234.44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(98)第 22603 号

人间训

(汉)刘安 原著
童笙 编译

宗教文化出版社出版发行

新华书店经销 北京洛平印刷厂印刷

850×1168 毫米 1/32 26 印张 600 千字
1998 年10月第1版 1998 年10月第1次印刷

责任编辑:史平

ISBN 7-80123-161-9/K·53

定价:38.00 元

前言

我国古代有两部传世的经典，一部是众所熟知的《四书五经》，一部就是这本鲜为人知的《人间训》。

古代知识分子想谋求一条读书做官的谋生之道，都得熟读四书、五经。特别是元、明以后到清朝六七百年间，所谓三级取士的金阶——由县试取秀才、乡试(省级会考)取举人、进京殿试取进士、中状元，考试题都是以四书、五经为范本。不然，纵使学富五车、才高八斗，能通诸子百家之学，如果试卷不对四书、五经之题、不合“八股”之格，那都休想取得任何功名。所以，古代知识分子在入士之前不得不死读四书、五经，独尊儒术。

然而，一旦他们步入了仕途、跻身于官场、参与了社会之后，竟然有人对啃啮多年的“老八股”产生了怀疑，而对被历代帝王查禁的《人间训》却一往情深，不仅争相传抄，而且以此为人生的指南，以书中的训诂指导自己巧妙地处理互相倾轧的人际关系、大胆地去重新认识世界甚至改革社会。他们从中得到的是思想的解放、行为的洒脱和精神的升华。

难怪后人称四书、五经只是科举考场的敲门砖，

而《人间训》则是步入人生辉煌的金阶。

《人间训》不是刘安一人的独撰。刘安生于西汉文帝元年(前179),为汉高祖刘邦的孙子,为人好书鼓琴,善文辞博辩。史称西汉的哲学家、文学家。他招致宾客方术之士数千人,集体编写了这本独立千古的《人间训》。

全书21篇,包括了广大而光明的哲理。“牢笼天地,博极古今”(唐·刘知几《史通》),不但集道、墨、法、阴阳及一部分儒家思想之精华,而且蒐集了大量珍贵的天文、地理、医学等资料,保存了许多相当有价值的神话传说,是原始神话文学资料的宝库。

刘安所处的时代是一个“大道兼综百家异说”、社会上学术思想比较自由开放的时代。它为《人间训》的集成提供了多元化的宽松环境。然而,由于《人间训》打破了董仲舒“独尊儒术”的一家之言,不合正统,因此受到历代帝王的查禁,致使作者刘安的形象长期被封建史家所扭曲。不过,刘安后来成了神仙倒是明文史载的。

据《史记·儒林传》记载,东汉建元六年,武安侯田蚡为丞相,下令“黜黄老刑名百家之言”。接着,董仲舒《举贤良对策》,促使汉武帝开始推行独崇儒学的文化专制主义政策。于是,学术依附于政治,儒学成为官学,学者的自由与创造意识受到极大压抑,意识形态里生动活泼的气氛被官学所取代,百家争鸣的局面

遂告结束。此后长达两千余年的儒学正宗时代,再也难以见到象《人间训》这样综合性的学术著作了。正因如此,《人间训》便成了西汉诸子百家之学的最后一次呐喊,百家争鸣的千古绝唱。

历代政治家、谋略家、军事家、仕人学者之所以对《人间训》独有情钟,因为书中集哲学、政治学、史学、谋略学、伦理学、科学、经济学、军事学等学科于一书。有最典型的宇宙生成论,影响了尔后两千年的中国哲学史;有探索人生命运及吉凶奥秘的专论,它是协调人际关系、和谐家庭、社会的谆谆大训;还有专讲汉代道家人体生理学与养生学的规律篇,有阐君术、述民俗的圣道篇。其中有唯物主义,也杂有唯心主义和神秘主义。

《人间训》文辞精深,写作手法独特。特别在表达形式上可谓多姿多彩,大量地运用了比喻、拟人、借代、夸张等修辞手法。我们在编译过程中,不但反复深究文意,大量参考资料,而且将长篇分割切块,分级标题,以使读者在阅读时能自由选择,可从头阅起,也可从中间选择地看、或从后往前看,可以全面地研究,也可以选择地欣赏。编译中难免舛误之处,欢迎垂教!

1998 年秋于北京



目 录

前 言	(1)
-----------	-----

第一卷 原道训

——探讨自然规律的本源	(1)
-------------------	-----

1. 空间上无边际 时间上无穷尽	(3)
2. 似神龙兴起 像鸾凤聚集	(4)
3. 若有若无 似存似亡	(5)
4. 苍天作盖 大地作车	(6)
5. 静是先天的本性 动是外部的体现	(8)
6. 弃大道而用小技 只能助长混乱	(9)
7. 大禹治洪水 神农播五谷	(10)
8. 羽鸟孵卵 毛兽怀胎	(11)
9. 禹进裸国脱衣 是入乡随俗	(12)
10. 不妄求而有 不动手而成	(13)
11. 在于顺乎道 不在于机巧	(14)
12. 大地不争高 流水不争先	(15)
13. 内部修治为本 外部装饰为末	(16)
14. 欲刚以柔相济 欲坚以弱相护	(17)
15. 柔弱而安静 淡漠而平定	(18)
16. 天下之物 莫弱于水	(20)
17. 无形生有形 无音生有音	(22)



- 18. 可上九天揽月 可下五洋捉鳖 (22)
- 19. 废除智巧 遵循大道 (24)
- 20. 清静恬淡 方能成为枭雄 (25)
- 21. 如呼唤与回声 像物体与影子 (26)
- 22. 内心不悦 其乐也哀 (28)
- 23. 我有天下 天下有我 (30)
- 24. 不以己悲 不以物喜 (31)
- 25. 性命得到安定 是自我满足之本 (32)
- 26. 形为命之舍 气为命之根 (33)

第二卷 傲真训

——探究天地万物的起源 (37)

- 27. 有生于无 无生于无无 (39)
- 28. 船藏于峪 山藏于深泽 (41)
- 29. 变化多端 是非难察端绪 (41)
- 30. 睡时无梦 醒来无忧 (42)
- 31. 用礼乐作钓钩 用仁义作钓饵 (44)
- 32. 明白死生 通达利害 (45)
- 33. 上达九天之门 下布六衢之道 (47)
- 34. 万物皆兄弟 天下为一家 (48)
- 35. 大风能撼树 不能拔毛发 (50)
- 36. 吐故纳新 万物和睦 (52)
- 37. 虚无是道之舍 平易是道之素 (53)
- 38. 体内有病 必形于色 (54)
- 39. 聪明惑于外物 丧失性命之本 (56)
- 40. 生死中泰然处之 荣辱中无动于衷 (58)



- 41. 身心空虚起来 吉祥自然停留 (59)
- 42. 夏天不穿皮衣 冬天不用扇子 (60)
- 43. 化生者不死 化物者不变 (61)
- 44. 耳目接触外物 内心便可感知 (63)
- 45. 洛河出丹书 黄河出篆图 (64)
- 46. 平和与宁静 是圣人的本性 (66)

第三卷 天文训

——探讨宇宙演化与形成 (69)

- 47. 西方日月星辰 东方水流尘土 (71)
- 48. 天道曰圆 地道曰方 (72)
- 49. 阳燧见日燃为火 方诸见月津为水 (73)
- 50. 中央八方是九野 金木水火土为五星 (74)
- 51. 一年三百六十五天 二十八年为一周天 (76)
- 52. 报答土地之功 祭祀四方之神 (78)
- 53. 轩辕是后妃的寝宫 咸池是天神的苑囿 (79)
- 54. 营室五度的位置 正是纪元的开始 (80)
- 55. 阳气胜则为水 阴气胜则为旱 (81)
- 56. 二月万物群生 八月草木枯萎 (82)
- 57. 阳气生于冬至 阴气生于夏至 (83)
- 58. 咸池和月建 五音和六律 (85)
- 59. 奖励有勋的人员 播散仓库里的财货 (87)
- 60. 天圆地方 道在中央 (89)
- 61. 阴乘阳则万物死 阳乘阴则万物生 (90)
- 62. 种子开始结荚 万物布满天地 (92)
- 63. 气分阴阳 阴阳和合而万物生 (94)



- 64. 卵生动物八个孔窍 胎生动物九个孔窍 (95)
- 65. 古代的长度单位 生于天道 (97)
- 66. 前三后五 百事可举 (99)
- 67. 在寅年时 太阴称摄提格 (100)
- 68. 太阳为德 月亮为刑 (102)
- 69. 与日相当 后必无殃 (104)
- 70. 三年一次饥荒 六年一次衰退 (105)
- 71. 土中可以生金 金中可以生水 (106)
- 72. 合于岁前死亡 合于岁后吉祥 (107)
- 73. 阴阳彼此交错 四维才能通畅 (109)
- 74. 指向辰位叫执徐 指向未位叫协洽 (110)
- 75. 东方长一万八 西方长三万六 (112)
- 76. 欲知天之远 树表高一丈 (114)

第四卷 地形训

——幅古代中国地形图..... (117)

- 77. 四季管理大地 太岁校正天时 (119)
- 78. 九山和九塞 八风和六水 (120)
- 79. 昆仑山中有天地 黄泉丹水可养生 (121)
- 80. 天帝的神泉 滋润万物的甘泉 (122)
- 81. 东方的阳州 太阳升起的地方 (123)
- 82. 南方产象牙 西方出珍珠 (125)
- 83. 东西为纬 南北为经 (126)
- 84. 昼生者类父 夜生者似母 (128)
- 85. 东方适宜种麦子 常有虎豹出没 (130)
- 86. 禾苗春生而秋死 大豆夏长而冬枯 (131)



87. 水可以和土 火可以炼金 (132)
88. 海外三十六国 天下全是子民 (133)
89. 昆仑山上住王母 东方雷泽有神物 (133)
90. 长江源头在岷山 向东奔流入大海 (135)
91. 八方诸神 掌管八面来风 (136)
92. 飞龙生凤凰 凤凰生鸾鸟 (137)
93. 阴阳交接成为雷 剧烈碰撞成为电 (138)

第五卷 时则训

——适应自然变化的法则 (141)

94. 东风解冻 万物复苏 (143)
95. 天降雨水 桃李开花 (144)
96. 彩虹初现 浮萍始生 (146)
97. 春麦成熟 青蛙鸣叫 (149)
98. 鹿角脱落 百舌无声 (150)
99. 凉风习习 雏鹰飞行 (153)
100. 青蝉振动薄翼 雄鹰捕杀飞禽 (155)
101. 燕子南归 群鸟展翅 (157)
102. 大雁北方来 秋菊黄花开 (159)
103. 河水结冰 大地封冻 (161)
104. 芸香萌芽 蚯蚓屈结 (163)
105. 喜鹊筑巢 家鸡下蛋 (166)
106. 雪霜聚集 流沙沉羽 (168)
107. 仲春播种 季秋收获 (170)
108. 春天是圆规 秋天是方矩 (172)



第六卷 览冥训

——大自然和人类万物的关系 (175)

- 109. 乐师奏白雪 武王伐商纣 (177)
- 110. 蒲且高空捕鸟 詹何深渊饵鱼 (178)
- 111. 蚕吐丝而商弦绝 鲸鱼死而彗星出 (179)
- 112. 磁石吸铁 葵花向阳 (181)
- 113. 池中小鱼 可见不可得 (183)
- 114. 青龙腾升 凤凰翱翔 (184)
- 115. 钳且驾馭 雷电奔驰 (185)
- 116. 凤凰翔于庭 麒麟游于郊 (186)
- 117. 女娲补天 功被九州 (187)
- 118. 夏桀昏庸无道 青山变成秃岭 (189)
- 119. 七雄并据 生灵涂炭 (191)
- 120. 求火不如钻燧 取水不如掘井 (192)

第七卷 精神训

——探究精神、形体的产生 (195)

- 121. 阴阳为纲 四时为纪 (197)
- 122. 天有风雨寒暑 人有取舍喜怒 (198)
- 123. 求多而少得 见大而知小 (199)
- 124. 五色乱目 五味乱口 (201)
- 125. 天地运而相通 万物总而为一 (202)
- 126. 因时以安其位 当世而乐其业 (204)
- 127. 心是形之主 神是心之宝 (205)
- 128. 形若槁木 心似死灰 (206)



129. 身轻天下 变化同一..... (209)
130. 黄龙背负小舟 禹王笑意吟吟..... (210)
131. 至贵不依赖爵禄 至富不依赖财产..... (213)
132. 饿了吃饭 渴了喝水..... (214)
133. 返归自然 摒除巧诈..... (216)
134. 君子固穷 安贫乐道..... (218)
135. 抱薪救火 扬汤止沸..... (220)

第八卷 本经训

——讨论治国的根本常法..... (223)

136. 形体同天地相通 精神与阴阳共存..... (225)
137. 杀鸡取卵 开蚌取珠..... (226)
138. 春衰秋荣 冬雷夏霜..... (228)
139. 德丧然后仁生 行失然后义生..... (230)
140. 苍颉著书 伯益打井..... (231)
141. 胸怀包容四海 德泽延及后世..... (232)
142. 长幼有序 万民欢腾..... (233)
143. 殊事同旨 异路同归..... (235)
144. 光辉与日月并重 精灵和鬼神融洽..... (237)
145. 神明藏于无形 精神反于至真..... (239)
146. 太阳黯淡无光 大地荒芜贫瘠..... (240)
147. 木梁不加雕琢 金玉不加镂刻..... (243)
148. 上下同心协力 君臣和睦相处..... (244)



第九卷 主术训

——主术乃治天下之道…………… (249)

- 149. 处无为之事 行不言之教…………… (251)
- 150. 神不驰胸中 智不出四域…………… (253)
- 151. 水浊则鱼殣 政苛而民乱…………… (254)
- 152. 皋陶哑而为大理 师旷瞎而为太宰…………… (256)
- 153. 四海集祥云 千里淋甘雨…………… (258)
- 154. 舟浮于水中 车行于陆上…………… (260)
- 155. 智不足治九州 勇不足持天下…………… (261)
- 156. 千人之群无绝梁 万人之聚无废功…………… (263)
- 157. 与其誉尧毁桀 不如反修其道…………… (264)
- 158. 不出户知天下 不窥牖知天道…………… (266)
- 159. 人尽其才 物尽其用…………… (268)
- 160. 一人行善 天下受益…………… (269)
- 161. 言不过其实 行不逾其法…………… (271)
- 162. 不赏无功之臣 不忠无德之君…………… (273)
- 163. 静以修身 俭以养德…………… (275)
- 164. 非淡泊无以明德 非宁静无以致远…………… (277)
- 165. 贤者尽其智 不肖者竭其力…………… (279)
- 166. 其身正不令而行 其身不正虽令不从…………… (281)
- 167. 有术则制人 无术则制于人…………… (283)
- 168. 无为而有操持 有为而无爱好…………… (286)
- 169. 枝不得大于干 末不得强于本…………… (288)
- 170. 顺道者昌 逆道者亡…………… (290)
- 171. 男耕女织 琴瑟和谐…………… (292)
- 172. 民以食为天 君以国为本…………… (293)