

# 菜根譚

毛德富 毛曼 注译



国学经典 | 典藏版

# 菜根谭

毛德富 毛曼 注译

中州古籍出版社

· 郑州 ·

图书在版编目(CIP)数据

菜根谭 / 毛德富, 毛曼注译. — 郑州: 中州古籍出版社, 2017.1

(国学经典典藏版)

ISBN 978-7-5348-6718-7

I. ①菜… II. ①毛… ②毛… III. ①个人-修养-中国-明代②《菜根谭》-注释③《菜根谭》-译文  
IV. ①B825

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2016)第 307185 号

---

出版社: 中州古籍出版社

(地址: 郑州市经五路 66 号 邮政编码: 450002)

发行单位: 新华书店

承印单位: 北京彩虹伟业印刷有限公司

开本: 640mm×960mm

1/16

印张: 11.5

字数: 131 千字

印数: 1-3000 册

版次: 2017 年 1 月第 1 版

印次: 2017 年 1 月第 1 次印刷

---

定价: 40.00 元

本书如有印装质量问题, 由承印厂负责调换。

# 目 录

前言	3
修省	15
应酬	31
评议	53
闲适	75
概论	95
附录	175
重刻《菜根谭》原序	三山病夫通理 175
序	傅连璋 176

# 菜根谭



## 前言

春天，草长花飞，莺啼燕舞，春色撩人，爱意盎然；是花的季节，情的海洋，是少年的天下。

夏天，烈日炎炎，酷暑浓浓，麦随风熟，梅逐雨黄；五月山雨热，三峰火云蒸；热情似火，感情如灼，是青年的性格。

秋天，杪杪秋声，山山寒色，中秋重阳，月圆花好；金秋十月，收获季节，是中年的标志。

冬天，雨雪濛濛，见曦日消，寒风摧木，严霜逼人，阴气积郁，愁颜鲜欢；冬日苦短，冥思时长，是老年的结局。

四时行焉，百物生焉，天何言哉！

青年人喜欢文学，老年人喜欢哲学；青年人是诗，老年人是散文；青年人瞻望未来，老年人回眸过去；青年人干，老年人说；青年人在干中吸取教训，老年人在说时总结经验；青年人建功立业，老年人无过是功。……五千年文明古国，有识之士大声疾呼：少年中国，凤凰涅槃。

窃以为，《老子》讲的是人与自然和谐共处的哲学；《论语》论的是执政兴国、甲乙丙丁的政治；《颜氏家训》道的是齐家治室教子家训的龟鉴；而《菜根谭》则说的是个人修身养性、处世哲学的智慧。四个层次的哲学、四个方面的智慧，各有其用，互为补充，运用

之妙，存乎一心。

以上便是我在读了《菜根谭》后，由此引发的一些感悟和琐碎杂想，姑且算作是前言的“题记”吧。

## 一

绵绵几千年，不知有多少圣贤哲人一次又一次地幻想和构设着人类生存智慧与处世哲学的理想模式，又不知有多少宿学硕儒在理想与现实的冲突中为寻求一条平衡木而困惑烦恼。

在中国，预言“怎样做人”、“怎样处理人际关系”才算明哲保身者可谓汗牛充栋，然而，明白告诉人们“应该这样”才是人生的最佳选择者却如吉光片羽。

当我们回首检索中国人的人生态度与生活走向的文化要素时，当我们审视体味中国人的生存智慧和人格模式的历史形成时，不禁“别有一番滋味在心头”……

当我们背靠悠长的文化传统，面向物竞天择、适者生存的未来，当我们置身于东西文化碰撞、天下愈加小的物理空间与心理空间时，不由得慨然长吟：“当年不肯嫁春风，无端却被秋风误。”

## 二

中国传统的生存智慧和处世哲学作为传统文化的有机组成部分，同传统文化一样有一个发展、融合、形成的过程。

儒、释、道早期确曾有过三教鼎立、互相攻讦的不愉快的过去。宋明以降，三教握手言和，成为如陆、海、空联合作战的三支友军，既分工又配合地把持着人们精神世界中的“陆、海、空”。如果说儒家的人生哲学是强调个体与社会秩序的统一，注重人际关系的和谐，鼓励“天行健，君子自强不息”、“知其不可为而为之”的人世精神，那么，道家的人生哲学是强调个体与自然相适协调，注重自然生命的



“顺天从性”，宣扬做人“无为而无不为”，实即知其可为而不为，或者改头换面叫“知其不可奈何而安之若命，注之至也”（《庄子·人间世》）。佛教的人生哲学是强调个体对现世的逃遁，对来世的向往，在摆脱此岸的苦难，达到彼岸的幸福途中，必须禁欲、忍辱、无争、色空。

儒、释、道由同室操戈到三教合流，从同行冤家到联袂结婚，谁说中国人只会勾心斗角、内战内耗？三教组成联合政府统治人们的精神世界是如此稳固、深入，便是明证。憨山禅师有云：

为学有三要：所谓不知春秋，不能涉世；不精老庄，不能忘世；不参禅，不能出世。此三者，经世、出世之学备矣。缺一则偏，缺二则隘，三者无一而称人者，则肖之而已。

儒、释、道三家联营生产的一整套具有东方文明特色的人生哲学是一种建构在人际情感关系基础之上的处世哲学，它与西方文明建构在个人主义竞争的物质关系之上不同。中国古代的人生哲学有两个内容组成，即藏与用，穷与达；入世与出世，进取与退隐；杀身成仁与保全天年，兼济天下与独善其身。无论是前者或后者都要仁爱不争，与道合一，所谓忘怀得失，荣辱不惊是也。这是地位尊、修养高的人的追求，作为小民百姓同样需要向贤者看齐。具体做起来该怎么办？退让第一，忍受第一，克制第一，无为第一。

### 三

西方著名的未来学研究团体罗马俱乐部在它的第一份研究报告中就明确指出：

人必须探索他自己——他的目标和价值——就像他力求改变这个世界一样。献身于这两项任务必然是无止境的。因此，问题的关键，不仅在于人类是否会生存，更重要的问题在于人类能否避免陷入毫无价值的状态中生存（着重号为笔者所加）。

不难看出，西方人不仅讲究生存智慧，而且还注重有效的生存价值；不仅讲究个体的生存智慧，而且更注重民族的、国家的生存智慧的探求，并且鼓励、提倡、宽容、理解多姿多彩的处世风格和领新标异的人生探索。

于是有克洛德·西蒙的“尝试人生”派，有海明威的“拳击生活”派，有马斯洛的“恬然自发，天然情真”派……

形形色色，各领风骚，虽与中华民族的处世哲学迥异，但二者注重生存智慧的本质则同。

人生哲学作为人类“探索他自己”的精神重镇，从古至今，从中到外无不备受青睐。被美国未来学家阿尔温·托夫勒比喻为“第800个人生”<sup>①</sup>的今天的生存智慧和人生哲学，绝不是人类文明史的断裂，也不是横空出世的“天书”，它应是人类智慧之果的升华，人类文明进程的又一次“接力赛”。正是从这个意义上，笔者愿意向读者诸君推荐本书——《菜根谭》。在下无意提倡复古、尊古，只是如上所述的认为，现代人的生存智慧和处世哲学必须是民族精魂之美的升华和优化。因为任何身处日新月异之科技革命的当代，心恋“采菊东篱下，悠然见南山”的隐居生活的人，都无异于拒绝与生活合作，甘愿生存价值的沦丧。所以，尽管笔者推荐《菜根谭》，但绝不要求诸君死搬教条，食古不化。道理很简单：似乎任何一个民族以往的历史、经验，都不曾为容纳今天某种陌生的或新生的文明而从容地做好心理准备与物质条件的准备。

#### 四

以语录体名世的修身处世的书籍，在宋、明最盛，《菜根谭》不仅是其中的佼佼者，而且像一朵永不凋谢的花，至今仍芬芳东瀛，并在那里掀起一场与《孙子兵法》、《三国演义》同样的热潮。据说在日本企业界还获得了较好的社会效益和经济效益。至于本书是怎样

“由精神变物质”的，这里暂且不提，还是先介绍一下《菜根谭》的主要内容吧！

《菜根谭》的内容共分五部分：“修省”、“应酬”、“评议”、“闲适”、“概论”。清人三山病夫通理在序文中转引不翁老人对本书的概括，说：

其间有持身语，有涉世语，有隐逸语，有显达语，有迁善语，有介节语，有仁语，有义语，有禅语，有趣语，有学道语，有见道语，词约意明，文简理诣。设能熟习沉玩而励行之，其于语默动静之间，穷通得失之际，可以补过，可以进德，且近于律，亦近于道矣。

明白道出这是一部融合儒、释、道三家人生哲学的修身养性、为人处世的书。

## 五

日本企业界学习本书的成功经验说明了什么？它将引发我们作何思考？

当黄河、长江以她甜美的乳汁哺育出中华古代灿烂辉煌的文化之时，泰晤士河、莱茵河和密西西比河上的“土著”人正生活在黑暗的原始森林之中，视中国为上邦。曾几何时，西方文艺复兴的春风不仅吹绿了新大陆，也孕育出生产革命的果实，然后用坚船利炮轰开了中国封闭的大门，中国这头“沉睡的雄狮”被迫睁开眼睛看世界。

1840年鸦片战争的失败促使一代又一代先进的中国人向西方国家寻找真理，寻求强国富民之路。从文化角度讲，一个半世纪以来，中国经历了三个中西文化碰撞的高潮，而每一次文化碰撞都不乏主张全盘西化的人，认为中国落伍的主要原因是灿烂的传统文化成了当代人前进的包袱，只有彻底否定和摒弃传统文化，才能轻装前进，迎头赶上世界大潮。

问题是否如此简单，姑且不论。笔者想提请“挖祖坟”者注意：日本传统文化中大部分源于中国文化，连造字都半假借于中华，但并未妨碍日本经济的繁盛。当然，某一国家经济的盛衰有着非常复杂的历史的与现实的、政治的与经济的、国际的与国内的、文化的与教育的原因，但日本的发展强盛与对传统文化的继承密切相关也是事实。这就提出对传统文化有个怎么对待的问题，窃以为鲁迅先生的“拿来主义”观点仍然值得重视：对其“或使用、或存放、或毁灭”。鸦片本是毒品，“只送到药房里去，以供治病之用”，便会成为贵重的药品。

同样是一部《三国演义》，在中国仅仅作为文学作品，老是围绕着虚实、正统问题纠缠不清。因书中尊刘抑曹之倾向，几乎惹了众怒，大有把罗贯中批倒批臭之势，在日本却成了企业经营管理的法宝。同是一部《菜根谭》，在中国默默无闻，在日本倒成了包括企业管理、用人制度、商品销售乃至企业家自身修养等学问的企业经营之书。当然见仁见智，本是自然；有一百个观众就有一百个哈姆雷特，也是常态，但从我们的仅止于批判、日本的善于吸收的对比中，我们是否可扪心自问一下孰是孰非！另外，日本民族的善于吸收本身不正表明了传统文化遗产并非全是糟粕只能遗弃，而还有许多精华需要我们去发掘、开采，成为激发我们民族自信心和自豪感的形象生动的教材，真正做到“古为今用”吗！

## 六

真理向前跨进一步就是谬误。显然，谬误就是合理性的绝对化或真理的过“度”。

适度作为一种处世哲学和人生态度，最讨厌把什么都“神化”或“丑化”，使之变形，失去本来合理的内涵。

适度最喜欢继承合理的内核，剔除无用的糟粕。她认为：“柔

弱”并非一定是懦弱，“无为”并非一切均不为，“退一步”并非就是一味退让，“圆融”并非就是圆滑……

她认为，与人为善和乐于奉献是双胞胎，即使在今天仍是美丽心灵的外在表现，是精神文明的一种写照，是净化人伦环境、净化人格秀质和美好情感的珍贵美德。

她认为，美的品格、美的心灵是创造和谐的人际关系，弹奏美妙的人生乐章的前提条件。

譬如本书讲“士君子济人利物，宜居其实，不宜居其名，居其名则德损；士大夫忧国为民，当有其心，不当有其语，有其语则毁来”。施德惠民本属“德不孤，必有邻”、“得道多助，失道寡助”的古训。为积德求道，不仅施恩不图报，而且助人不留名。这种修省做人的追求，在今天的两个文明建设中，不也是需要大力提倡的吗？

又如：“我果为洪炉大冶，何患顽金钝铁之不可陶熔；我果为巨海长江，何患横流污渎之不能容纳。”做人的雅量与对人的恕道，在今天仍然是需要的。那些“美国真美”的崇拜者，一定熟悉林肯那句处世名言了：

如果我试图把攻击我的所有的言论都看一遍，更不用说给予回答，那么这家店铺就干脆不如关门大吉。

两者精神上的一致与相通是不言而喻的。如果说后者表现了林肯做人的自信与豪爽，那么，前者则无疑表现了国人做人的雅量与宽容。

适度不食古不化，不死搬教条，讲求不同时代有不同的处世哲学：“处治世宜方，处乱世当圆，处叔季之世当方圆并用。”这又不是简单的滑头哲学，而是人生经验的总结。若是不看时代，不问环境地一味泥古，只能碰壁。例如“安贫乐道”的处世哲学，在人吃人的社会和污秽的世界中，只能是拖着长长的历史阴影，令人痛苦，令人如阿Q般麻醉；若在平等竞争的社会和健康向上的时代，安贫乐

道的背后却可以站着执著追求、乐于奉献的精神巨人，更加令人敬仰，令人进取。

欲和时代同步的人，就必须拥有时代的生存智慧和把握时代的人生路向的才能。

让我们背对历史——传统文化遗产，面向未来——创造中华民族新文化，脚踏着生存智慧的音符，放声高唱“雄狮醒来歌”！

## 七

我们讲传统文化在今天有个怎么对待的问题，并不是说它不能否定和扬弃。正如关于生存智慧和人生哲学，千百年来也不知有多少人开过多少个处世良方，但都没有十全大补的功效，更不会有一个永不失效而又放之四海而皆灵的方子。古人的悲剧正是过分依赖一个处世方子而泥古不变。千百年来，令人们陶醉在虚幻的桃花源中，自己贫穷饥寒，反深为能达无欲无求、安贫乐道之境而怡然欢欣。结果却正是内省无求的人格妨碍了中国人的全面发展，阻止了全社会向现代化迈进的步伐！正如马克思、恩格斯讲的那样：

人们的观念、观点和概念，一句话，人们的意识，随着人们的生活条件、人们的社会关系、人们的社会存在的改变而改变，这难道需要经过深思才能了解吗？

独特的自然环境、悠久的文化传统、复杂的社会关系和稳固的政治体制构成了中国人自己的生存状态和处世哲学。当历史的时针正指向 21 世纪的光辉时刻，古老的华夏民族不可避免地在经受一场空前而又全面的严峻挑战，传统的生存状态和处世哲学当然也面临着新的转换改造。

当今，信息和新技术革命的飞速发展，使人类日益感到世界真小，正准备乘坐宇宙飞船，走出“地球村”。中华民族不仅要摆脱“开除球籍”的困境，而且要在本世纪掌握各种挑战的主动权，就必

须告别“无为”、“无欲”、“仁爱不争”的人生哲学和生活方式，好汉不提当年勇，在“地球村”中再也不能像阿Q那样安慰自己和炫耀祖宗了。我们再也不能有意无意地丧失中华腾飞的历史契机，无论是个人的人生态度、处世哲学，或者是民族的生存智慧、文化“路向”，在“忧患意识”、“危机意识”的内动力驱使下，要创造性地转换中华民族独特的生存智慧和文化的“路向”，主动迎接新世纪的挑战，真正体面而潇洒地生存于世界民族之林！

有人曾这样描绘创造性地转换我们民族的生存智慧的过程及美好前景：

让心灵迎着新世纪欢笑。

这是以潇洒的生存姿态告别传统痼疾的尝试，这是将渗透着“知足者常乐”的生存智慧纳入“不知足者常新”的生存智慧的预演。让心灵迎着新世纪欢笑，意味着我们将以尽可能利索的人生姿态，抛却痛苦而沉重的历史负担，轻装、愉快地面向生活，面向世界，面向未来。<sup>②</sup>

## 八

最后交代一下本书注、译的一些情况：本书根据光绪十三年（1887）扬州藏经禅院重刻本进行注释、翻译。此重刻本在民国初年有刊印本，并有傅连璋的序，傅序作为附录附后。考虑到广大读者的要求，注、译以通俗易懂为原则。为了意思的完整通畅，翻译时并不严格按原文的对仗或秩序，有时甚至加衬或铺垫，这样或许非严肃的学者所愿为，但这是为广大读者着想的。知我罪我，自有读者明鉴。

全书的注、译由我和毛曼同志共同完成，最后由我统一全稿。

毛彘

1990年5月28日于扶亭书屋

补记：本书原于1991年出版。此次应中州古籍出版社之邀，作

者对该书又进行了重新修订。纠正了某些原文、注释、译文中的错误、错字，对某些段落又重新予以翻译。

毛德富

2003年6月

①详见阿尔温·托夫勒《未来的冲击》。他把大约5万年的人类历史，以62年作为一个人生，划分为大约800个人生。当代生存的人们便是处在第800个人生代中，当然，这只是对当代人生的近似值的划分。

②金马：《生存智慧论》第一章，第6页。



# 目 录

前言	3
修省	15
应酬	31
评议	53
闲适	75
概论	95
附录	175
重刻《菜根谭》原序	三山病夫通理 175
序	傅连璋 176