

全本

菜根谭

精华解析

菜根谭扎根于中国传统文化土壤，它对儒家之修身治国齐世，平天，做了最经典而注解。对道家之清静无为，作了最深入浅出之阐释。释弄璋农的八世书世作了最完美之总结。它门人们熟知的菜叶根为喻，将人生修涉及的修身，为官治家，接政，学问，御人，处事，诸方面融为一律，构造了一层层至理至上的中国式的成功学。于今天之众生，不愧为一剂精神良方。

全本菜根谭精华解析

之
三

情场菜根谭

纪康保 主编



中国致公出版社

目 录

菜根解味

难悬之色	独蕴之香	(1)
绝世风流	当场豪举	(1)
老去禅心	少年侠气	(2)
山水花月	美人生韵	(2)
暮雨潇潇	空房独守	(2)
青蛾皓齿	梅粉妆成	(3)
诉尽平生	花月之语	(3)
春娇满眼	掠削云鬟	(4)
长眉始画,	愁对离妆	(4)
世无花月	不愿生世	(5)
愁云长聚	泪水难干	(5)
弄柳拈花	销魂之处	(6)
越舞吴歌	巧舌吐艳	(6)
天台花好	巫峡云深	(7)
月之娟娟	嫦娥不应	(7)
绣户相通	望眼多情	(7)
莲开并蒂	缕结同心	(8)
暂满还亏	几时团圆	(8)
轻解罗裳	独上兰舟	(8)
天涯旧恨	几许消魂	(9)
绿树长亭	几把离尊	(9)

🌀 全本菜根谭精华解析 🌀

画楼深闭	暗消肌雪	(10)
泪浥罗巾	各自消魂	(10)
歌里真情	休言不知	(11)
胜绝愁绝	此情谁说	(11)
一种相思	两处闲愁	(12)
贾女容销	蛾眉常锁	(12)
西蜀豪家	情穷鲁殿	(12)
醉把杯酒	拂剑长啸	(13)
枕上曾逢	可认眉尖	(13)
千缕愁丝	一片香痕	(13)
忍看鬓绿	遇客衫黄	(14)
悲火常烧	愁云频压	(14)
无女入梦	空忆巫山	(14)
满腔愁绪	子规啼归	(15)
豆蔻不消	丁香空结	(15)
月色悬空	蛩声泣露	(16)
情天恨海	相思两地	(16)
镜想分鸾	琴悲别鹤	(16)
春透水波	寒峭花枝	(17)
夜光暗投	红颜薄命	(17)
鸟语听涩	蝉声闻断	(17)
断雨断云	三春蝶梦	(18)
流苏帐底	夜月窥人	(18)
明月当窗	两处断肠	(18)
燕情莺意	泻入玻璃	(19)
此情谁见	愁病相仍	(19)
少年豪纵	京城游子	(20)
海角逢春	天涯为客	(20)

杜宇声声	雨打梨花	(20)
红印春色	枕上花飞	(21)
天倾斗酒	醉停玉床	(21)
盈盈相隔	解语香帷	(22)
酒浣春衫	别有风流	(22)
听风兴思	庄生逍遥	(22)
旧人如梦	无处追寻	(23)
蛾眉未赎	潮信难通	(23)
村酒酣人	野花艳丽	(24)
有美耀目	不痴不慧	(24)
桃叶题情	柳丝牵恨	(24)
濯足清流	芹香飞涧	(25)
花鸟之情	天趣活泼	(25)
花看半开	酒饮微醉	(26)
月下卧醒	濯魄冰壶	(26)
错看花步	错寻花步	(26)
愁还似织	泪又偷滴	(27)
蝶憩香风	尚多芳梦	(27)
无端相思	相思杀人	(28)
多情成恋	薄命何嗟	(28)
虚窗夜朗	不减故人	(28)
灯结细花	泪带痕红	(29)
渔舟唱晚	雁阵惊寒	(29)
当为情死	勿为情怨	(30)
梦去心去	梦还心不还	(30)
出相思海	下离恨天	(31)
惆怅旧欢	无处追寻	(31)
几条杨柳	三叠阳关	(31)

㊦ 全本葉根潭精華解析 ㊦

弄柳拈花	銷魂之處	(32)
截住巫山	永不放云	(32)
不忍重看	嫩娃鬢綠	(32)
千古空閨	薄幸驚魂	(33)
蝴蝶懸夢	鳳凰弦鳴	(33)
款款細腰	纖纖柔指	(33)
東鄰巧笑	西子微顰	(34)
姦女爭華	嫦娥竟爽	(34)
青牛帳里	朱鳥窗前	(35)
葬骨埋香	雙鸞之霧	(35)
佳人病怯	不耐春寒	(35)
歐公香餅	顏氏隱囊	(36)
烹雪之茶	爭春之館	(36)
紅袖歌舞	賞心悅目	(36)
畫扇練裙	春游風光	(37)
何郎咏燭	韓壽偷香	(37)
當場笑語	背地風波	(38)
幽情化石	怨風結冢	(38)
半聲春鳥	偏喚愁人	(38)
酒聖書仙	生不逢時	(39)
狂言驚座	紅粉回首	(39)
蜀紙磨墨	越甌犀液	(39)
閨房新婚	羞影難掩	(40)
春閨秋思	綿綿無期	(40)
芳草離魂	風自淒淒	(41)
最苦夢魂	佳音密耗	(41)
花顏縹緲	春風欺樹	(42)
紅袖登山	幾多風流	(42)

鹤心被斥	梅韵遭删	(42)
分果车中	捉刀床侧	(43)
身色幻影	风里杨花	(43)
到来是泪	过去成尘	(43)
缘分所寄	一往而深	(44)
桃花胭脂	坠马翡翠	(44)
手巾欲燥	愁眉顿开	(45)
逶迤洞房	半入霄梦	(45)
春亦堪怜	情更堪惜	(45)
肝胆谁怜	天涯穷交	(46)
花下携手	我亦多情	(46)
落花空舞	黄昏送雨	(46)
旧曲凄清	故人何在	(47)
岁月如流	叹息愁盈	(47)
愁不归眠	立残更箭	(48)
韩嫣金弹	潘岳果车	(48)
苧萝村里	娇歌艳舞	(48)
红袖撩人	非关薄命	(49)
同气之求	同声之应	(49)
女郎说剑	学士谈禅	(49)
销魂之所	为卖花声	(50)
燕市醉泣	楚帐悲歌	(50)
陌上繁华	闺中寂寞	(51)
情伤荀倩	稀星数点	(51)
落絮无声	行云有影	(52)
门隔花深	夕阳无语	(52)
芳艳流水	素骨凝冰	(52)
古柳重攀	暮山横翠	(53)

◎ 全本菜根潭精华解析 ◎

别后书辞 离魂暗逐	(53)
燕燕轻盈 莺莺娇软	(54)
笑语盈盈 蓦然回首	(54)
山花满头 莫问奴处	(55)
花落花开 误被前缘	(55)
“媚”字极韵 不着痕迹	(55)
无寒酸气 无脂粉气	(56)
情词之美, 西厢为最	(56)
诗酒画禅 贵在有意	(56)
红颜未老 黄卷将残	(57)
娇歌艳曲 混乱耳根	(57)

情场谋略

爱情是一门感情艺术	(58)
吻, 不可轻诺	(60)
学会馈赠	(62)
掌握求爱步骤	(65)
恋人约会的艺术	(67)
恋爱是一种修炼	(73)
巧妙索吻	(82)
爱情“保鲜”术	(85)
男人如何让自己显得有魅力	(87)
恋爱中的注意事项	(89)
为何与他(她)共进餐厅	(91)
如何含蓄地表达爱情	(92)
在热恋中不可迷失自己	(94)
学会收买人心	(99)
懂得拒绝	(102)

仅仅有爱是不够的	(111)
善于了解和洞察人心	(114)
善用你的眼神	(115)
女性如何向恋人示爱	(117)
恋爱中交谈的技巧	(118)
情书会助你一臂之力	(120)
不按牌理出牌	(127)
爱情来不得半点虚假	(130)
不要把初恋当游戏	(132)
恋爱不能跳跃式前进	(134)
爱的表白不必拘泥形式	(135)
保存爱情的秘方	(138)
初恋成功的秘诀	(142)
恋爱多久结婚合适	(144)
“擒”住他的战术	(146)
女性在恋爱中易犯的错误	(149)
在恋人面前需要扬长避短	(153)
莫当“小鸟依人”的小女人	(157)
放长线，钓大“鱼”	(158)

婚姻艺术

从花前月下到柴米油盐	(162)
不是冤家不聚头	(168)
冷暖两心知	(172)
打好感情的基础	(180)
互敬互爱共书世间情话	(188)
多为对方着想	(194)
言语有“度”	(201)

㊦ 全本葉根譚精華解析 ㊦

爱便是理解	(207)
小两口吵架不记仇	(217)
在感情上加些“调味品”	(224)
爱到尽头	(235)
平淡话语暖人心	(243)
施展你的柔情	(246)
“红杏”出墙	(253)
审视情缘	(261)
追忆似水流年	(272)

菜根解味

难悬之色 独蕴之香

【原文】 高僧简里送诗，突地天花坠落；韵妓扇头寄画，隔江山雨飞来。酒有难悬之色，花有独蕴之香。以此想红颜媚骨，便可得之格外。

【译文】 高僧借着签筒，送来禅诗，好似天女散花，纷纷落下；富有风韵的妓女在扇子上题诗作画，隔江的青山细雨飞入画中。酒有使人难忘的色泽，花有独特奇异的芳香。由此想那红颜柔媚的女子，就可格外得之。

绝世风流 当场豪举

【原文】 绝世风流，当场豪举，世路既如此，但有肝胆向人，清议可奈何，曾无口舌造业。

【译文】 该豪爽时就豪爽，绝世风流，人世间的路就是这样。只要对人肝胆相照，清谈、议论又怎么样？世上还没有因口舌而造下恶业的。

老去禅心 少年侠气

【原文】 蒲团布衲，难于少时存老去之禅心；玉剑角弓，贵于老时任少年之侠气。

【译文】 穿着僧衣，坐在蒲团之上打坐，难在少年时就存有老年时的禅心。佩着玉剑，拿着角弓打猎，贵在老年之时仍有少年的豪爽侠气。

山水花月 美人生韵

【原文】 山水花月之际，看美人更觉多韵，非美人借韵于山水花月也，山水花月直借美人生韵耳。

【译文】 山水花月之前，看美女更觉得风韵颇多，不是美女借助于山水花月而生风韵，而是山水花月借助美女产生风韵罢了。

暮雨潇潇 空房独守

【原文】 深花枝，浅花枝，深浅花枝相间时，花枝难似伊；巫山高，巫山低，暮雨潇潇郎不归，空房独守时。

【译文】 高花枝，低花枝，深浅花枝相互错落、交杂之

时，花枝难像心中的她；巫山高，巫山低，暮雨潇潇，情郎没有回来，只好独守空房，无聊地打发时光。

青蛾皓齿 梅粉妆成

【原文】 青蛾皓齿别吴倡，梅粉妆成半额黄，罗屏绣幔围寒玉，帐里吹竹学凤凰。

【译文】 长长的眉毛，洁白的牙齿，告别了娼妓的生活，梅粉梳妆，额头贴上花黄。华丽的屏风，锦绣的纱帐围住不胜寒冷的玉骨，坐在帐中吹起笙来仿若凤凰飞翔。

诉尽平生 花月之语

【原文】 初弹如珠后如缕，一声两声落花雨。诉尽平生云水心，尽是春花秋月语。

【译文】 刚刚弹奏，声韵如珍珠落盘，后来宛转细腻，其声韵如丝缕，缠缠绵绵，一声，两声，仿若花瓣被雨打落。诉尽了一生钟情山水之心，实际上都是春花、秋月之下的私情话语。

春娇满眼 掠削云鬟

【原文】 春娇满眼睡红销，掠削云鬟旋妆束。飞上九天歌一声，二十五郎吹管箫。

【译文】 满眼娇滴滴的美女睡在红色的丝绸帐中，往后掠掠头发，束一个发鬟，一会儿便妆梳完毕。一声青歌飞上九天之上，还有情郎吹着管乐为其伴奏。

长眉始画，愁对离妆

【原文】 家胜阳台，为欢非梦；人惭萧史，相偶成仙。轻扇初开，忻看笑靥。长眉始画，愁对离妆。广摄金屏，莫令愁拥。恒开锦慢，遥望人归。镜台新去，应余落粉。熏炉未徙，定有余烟。泪滴芳衾，锦花长湿。悉随玉轸，琴鹤恒惊。锦水丹鳞，素书稀远。玉山青鸟，仙使难通。彩笔试操，香笺遂满。行云可托，梦想还劳。九重千日，谯想倡家？单枕一宵，便如浪子。当令照影双来，一鸾羞镜；勿使推窗独坐，嫦娥笑人。

【译文】 闺中之乐胜于阳台之欢，寻欢作乐非梦境；面对萧史而感到惭愧，凡人能够相亲相爱共同成仙。轻轻移开小团扇，喜看美人两酒窝。才描柳叶细长眉，镜中映出一位身着艳妆心内忧愁少妇。收拢精美的屏风，莫让伤感簇拥。常开锦乡帟帐，盼望情人早归乡。懒于再对梳妆台，落下傅粉谁人

知。香炉没动灯草已燃，芳烟未绝仍缠绕。泪滴锦被何时见，绢花长湿泪绵绵。愁肠挂肚玉憔悴，一琴一鹤也堪惊，春水荡漾波鳞鳞，鸿雁传情音杳杳。青鸟殷勤为探看，神仙难通相思情。试弄彩笔泼浓墨，信笺写满恨悠悠。寄托行云去寻觅，梦中容颜已衰老。九重天外似三秋，谁怜娼家归我门。春宵之夜孤独眠，天涯浪子似我身。当令照镜影双来，一鸾羞愧坐妆台；莫要推窗空独坐，嫦娥月中笑今人。

世无花月 不愿生世

【原文】 世无花月美人，不愿生此世界。

【译文】 世上如果没有鲜花、明月、美人，那么生活在这个世界上还有什么乐趣。

愁云长聚 泪水难干

【原文】 罄南山之竹，写意无穷；决东海之波，流情不尽。愁如云而长聚，泪若水以难干。

【译文】 写尽南山的竹子，无法表露爱慕心意；决开东海的波涛，难以表达无边无际的情感。谁人识我愁云长聚，泪水难干。

弄柳拈花 销魂之处

【原文】 瞻云望月，无非凄怆之声；弄柳拈花，尽是销魂之处。

【译文】 抬头望见浮云明月，耳中所闻无非是凄惨悲凉的声音；风月场中弄柳拈花，细细品味，何处不是销魂之所。

越舞吴歌 巧舌吐艳

【原文】 朱楼绿幕，笑语勾别座之香；越舞吴歌，巧舌吐莲花之艳。此身如在怨脸愁房、红妆翠袖之间，若远若近为之黯然。嗟乎！又何怪乎身当其际者，拥玉床之翠而心迷，听伶人之奏而堕涕乎？

【译文】 红楼绿幕，风月之地，欢声笑语，满座皆香，舞姿翩翩，歌声袅袅，舌吐莲花，芳艳绝伦。此身仿佛在妻子的怨脸愁房、歌妓的红妆翠袖之间，或远或近，为之黯然伤神。唉！对那些处于此种境况下拥翠玉床之美女而心迷，听优伶之人奏乐而落泪者，又有什么可奇怪呢？

天台花好 巫峡云深

【原文】 天台花好，阮郎却无计再来；巫峡云深，宋玉只有情空赋。

【译文】 天台山鲜花像美人般娇美，阮籍却无法再来；巫峡云雨像男女之情一样深深，宋玉只有空赋《高唐赋》。

月之娟娟 嫦娥不应

【原文】 瞻碧云之黯黯，觅神女其何踪；睹明月之娟娟，问嫦娥而不应。

【译文】 放眼望去，碧云黯淡，从何处能寻觅神女的踪迹？望着娇美的明月，问嫦娥却得不到回应。

绣户相通 望眼多情

【原文】 妆台正对书楼，隔池有影；绣户相通绮户，望眼多情。

【译文】 梳妆台对着书房楼，隔着水池，俩人影子相映；绣花门通着华丽户，一往深情，望眼欲穿。