

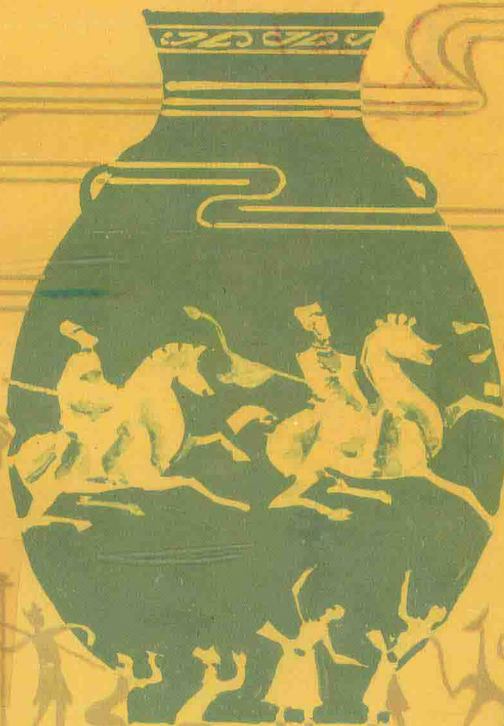
(明)洪应明 著 林家骊 注译

# 白話菜根譚



古  
今  
哲  
理

为  
人  
处  
事



中国国际广播出版社

# 白话菜根谭

(明)洪应明 著

林家骊 注译

中国国际广播出版社

1991·北京

白话莱根谭

洪应明 著

林家骊 注译

中国国际广播出版社出版

(北京复兴门外广播电影电视部内)

浙江省萧山市新华书店发行

石门印刷厂印刷

开本787×1092 1/32 10.5印张 218千字

1991年9月第一版 1991年9月第一次印刷

印数 1—18000册

IS BN 7-5078-0187-X/Z·47

定价：5.00元

## 前 言

在我国浩如渊海的传统文化典籍中，有一本书至今还放射出智慧的光芒。四百年来，它被多次翻刻，广泛流传，经久不衰，远播海外；时至今日，在邻国日本又掀起了一个购读此书的热潮，这是继《易经》热、《孙子兵法》热、《三国演义》热之后的又一个中国传统文化热，这本书就是明朝万历年间洪应明撰写的《菜根谭》。

洪应明，字自诚，别号还初道人，《明史》无传，它书似乎也未提及。其生平事迹，只有从他自己的著作以及别人为他的著作所作的题记、序跋来加以考证了。

洪应明的著作，留传至今的，除了《菜根谭》，还有《仙佛奇踪》四卷。《四库全书总目》著录云：

《仙佛奇踪》四卷，明洪应明撰。应明字自诚，号还初道人，其里贯未详，是编成于万历壬寅。前二卷记仙事，后二卷记佛事。首载老子至张三丰六十三人，名曰《消摇墟》，末附《长生诠》一卷。次载西竺佛祖自释迦牟尼至般若多尼十九人，中华佛祖自菩提达摩至船子和尚四十二人，曰《寂光境》，末附《无生诀》一卷。仙佛皆有绘像，殆如儿戏。考释道自古分门，其著录之书亦各分部，此编兼采二氏，不可偏属。以多荒怪之谈，姑附之小

说家焉。（子部·小说家类存目二）

民国二十年陶湘辑刻《喜咏轩丛书戊编·还初道人著书二种》，收有《仙佛奇踪》，书前《仙引》，了凡道人袁黄曰：

洪生自诚氏，新都弟子也。一日携《仙记》一篇征言于予，予披阅之，青霞紫气，映发左右，宛若游海上而揖群真，令人飘然欲仙，真欲界丹丘、尘世蓬岛也。

《佛引》中，真实居士冯梦禎曰：

洪生自诚氏，幼慕纷华，晚栖禅寂，缘是溯诸佛菩萨而为之传其神、纪其事。

日本太和馆本《仙佛奇踪》中《长生论》和《无生诀》有小引，记曰：

万历壬寅季冬朔，还初道人洪应明书于秦淮小邸。

又《菜根谭》有三峰主人于孔兼题词，内曰：

逐客孤踪，屏居蓬舍。乐与方以内人游，不乐于方以外人游也。……适有友人洪自诚者，持《菜根谭》示予，且丐予序。

根据以上材料，我们可以知道：一、洪应明是四川新都（今四川省新都县）人，后到南京求仕且在南京居住；二、洪氏与袁黄、冯梦禎、于孔兼都有交往。袁黄（1534～1607），浙江嘉善（今浙江省嘉善县）人，作有《阴鹭录》一书，隆庆三年（1569）取号了凡，万历壬寅年（1602）为六十九岁；冯梦禎（1548～1605），字开之，祖籍江苏高邮（今江苏省高邮县），明初移居浙江嘉兴（今浙江省嘉兴市）秀水，万历五年会元，翰林院庶吉士，同编修，后任南京国子监司业，最后以祭酒致仕，归隐秀水，栖心禅寂，万历壬寅年写题序时年五十五；于孔兼字天时，金坛（今江苏省镇江市）人，万历八年（1580）进士，《明史》卷二一三有传，另据《东林列传》记载，他曾赴

元锡参与东林讲学。日本学者井宇三郎博士《菜根谭解说》推断于孔兼约在万历四十一年（1613）五十五岁时去世，那么万历壬寅年于孔兼为四十四岁，是年洪应明结束了《仙佛奇踪》的编辑，以后又开始《菜根谭》的撰写，书成时，袁黄与冯梦禔都已去世，独有于孔兼在世，于是请于作了题词。从以上考述可知，袁黄与冯梦禔是洪应明的前辈，于孔兼与洪应明年龄相仿，这与三人题序、题词的语气相符。从题序与题词我们还可以知道，洪应明早年热中仕途，后来仕途不顺，遭受种种磨难曲折，晚年信奉佛道二教，故有《仙佛奇踪》与《菜根谭》之作。

## 二

《菜根谭》，一作《菜根谈》，谭与谈通。而何以命名“菜根”二字？考宋邵伯温《闻见录》云：

汪信民常言，人咬得菜根，则百事可做。

朱熹《朱子全书·学篇》云：

某观今人因不能咬菜根而至于违其本心者众矣，可不戒哉！

于孔兼《菜根谭题词》云：

谭以菜根名，固自清苦历练中来，亦自栽培灌溉里得，其颠顿风波。备尝险阻可想矣。洪子曰：“天劳我以形，吾逸吾心以补之，；天厄我以遇，吾高吾道以通之。”其所自警自力者又可思矣！

乾隆三十三年（1768）三山病夫通理序云：

夫洪应明者，不知为何许人，其首命名题又不知何所取义，将安序哉？窃拟之曰：菜之为物，日月所不可少，以其有味也。但味由根发，故凡种菜者必要厚培其根，其

味乃厚，似此书所说“世味及出世味皆为培根之论，可弗重欤？”又古人云“性定菜根香”，夫菜根，弃物也，而其香非性定者莫知。如此书，人多忽之，而其旨唯静心沉玩者方堪领会。

所有以上这些，均可作为此书何以要以“菜根”二语为名的解释。比较以上诸说，何者为优？于孔兼氏为作者友人，其说或更接近作者原意吧！

《菜根谭》成书后，曾多次翻刻，广为流传，今天所能看到的版本，大致来说可以分为两个系统。一个系统的版本分为前集和后集，书前三峰主人于孔兼的题词，卷首有“还初道人洪自诚著 觉迷居士汪乾初校”字样，现有明刊本存世，据日本学者中村璋八、石川力山《菜根谭考述》一文推测，此书最初收录在万历年间翻刻的《遵生八笺》的附录中，在日本广为流传的就是这个系统的版本。另一个系统的版本有的亦分前后两集，前集再分修省、应酬、评议、闲适四编，后集是概论一编，有的干脆不分前后两集，全书直接分为修省、应酬、评议、闲适、概论五编，现在所能看到的这一系统的最早的版本是清乾隆三十三年常州天宁寺刻本，国内流传本大多是这个系统的版本。比较两个系统的各个版本，所收章数和次序都有不同，但总的来说，第二个系统版本的章数明显多于第一部系统版本。为何如此，原因待考。

### 三

《菜根谭》真正广泛引起人们兴趣的，应该说首先是在与我国一衣带水的友好邻邦——日本国。

《菜根谭》问世后，在明代就飘洋过海，流传到了日本。

据日本学者中村棹八、石川力山的《菜根谭考述》一文，日本现存明代万历年间刻本《遵生八笺》后附有《菜根谭》，同时，还有明刻单行本保存，比如尊经阁文库就收藏有明版的《菜根谭前集》、《菜根谭后集》二册，在这种版本中，没有于孔兼的题词。内阁文库还收藏铃有享和癸亥三年（1803）印章的一个抄本，书前冠有于孔兼题词，封面和卷末有“昌平版学问所”的黑印章，卷首则有“浅草文库”的印章，这种钞本在于孔兼题词的字体、每页的行数、每行的字数、落款等方面，都跟收入《遵生八笺》的《菜根谭》完全相同，然根据里面的空缺之处推究，又不抄于《遵生八笺》，可知又是抄于另一个本子。文政五年（1822）五月加贺藩的儒生林瑜（1781～1835）刊印了日本最早的《菜根谭》刻本，他在《重刻〈菜根谭〉序》中详述了刊行《菜根谭》的原因，他说，最近在江户游学时得到洪氏所著的《菜根谭》一书，读后深感此书识见卓越，与普通儒者的见解不同，虽然仅是分前后二集的小册子，但也要“对此书亲自校勘，把以往对此书的评语抄录下来，置于书前，授诸门人，将其付梓刊刻，公之于同志，省其抄写之劳。”文政八年，江户的层山堂西村宗七又翻刻了此书。元治元年、明治初年、大正十四年，不断地在各地翻刻，进一步同日本各阶层的读者见面。据《菜根谭考述》一文列举的日本刻本还有：近藤元粹评点的《菜根谭》（明治三十一年，井上文鸿堂），山田孝道的《菜根谭讲义》（明治四十一年，光融馆），东敬治标注的《标注菜根谭》（明治四十二年，松山堂），文保天随的《菜根谭详解讲义》（明治四十三年，金刺芳流堂），日下宽的《袖珍菜根谭讲义》（明治四十三年，大修堂），山口察常译注《菜根谭》（昭和九年，岩波文库），五岛庆太郎的《袖珍菜根谭》（昭和十五年，实业之日本社），鱼返善雄

译《菜根谭》（昭和三十年，角川文库），神保侃、吉田丰《菜根谭》（昭和四十年，德间书店），今井宇三郎《菜根谭》（昭和四十二年，明德出版社，中国古典新书），今井宇三郎译注《菜根谭》（昭和五十年，岩波文库）等，可见《菜根谭》在日本是一本颇受人们欢迎的书籍。最近，日本又出现了《菜根谭》热，日本企业家普遍认为，这本书在企业管理、用人制度、业务推销、开拓市场、企业家自身修养等方面，都是一本极为珍贵的好教材，书中条条格言都往往为企业家反复研读，学好《菜根谭》，终生享用不尽。李荣标先生《〈菜根谭〉在日本》一文称，他仅仅在日本东京神田书店街就看到了三种不同版本的《菜根谭》，“一种是精装本，一种是简装本，另一种是岩波文库本”，他深有感慨地说：“在日元升值、经济不景气、书籍大量滞销的日本，一部书同时用几种版本发行，乃是一种引人注目的现象，这说明日本社会对《菜根谭》的重视和需要。”

#### 四

《菜根谭》一书在中国的流传，却似乎经历了一个颇为曲折的过程，虽然我们现在还能看到一些较早的版本，如明刊本、清乾隆三十三年（1768）常州天宁寺校刊本等，然而流传面大概不广，乾隆五十九年（1794）二月二日遂初堂主人重刻此书的识语颇引人深思，曰：

余过古刹，于残经败纸中，拾得《菜根谭》一录。翻视之，虽属禅宗，然于身心性命之学实有隐隐相发明者。亟携而归，重加校准，缮写成帙。旧有序文不雅训，且于是书无关涉语，故芟之，著是书者为洪应明，究不知其为

何许人也。

此书当时竟被弃入残经败纸之中，联系乾隆三十三年三山病夫通理在常州天宁寺校刊本序言中所说的“夫洪应明者，不知为何许人”等话来看，《菜根谭》在当时既不被人所重视，那么洪应明究竟是什么人，就更不会为当时的人所知道了。

虽然如此，清代道光、同治、光绪年间，还是有人对《菜根谭》发生兴趣，且有人翻刻此书，这些版本现在仍能看到。

至于到了民国年间《菜根谭》的一度广泛引人注目，说来有趣得很，还是受了海外遗书传回中国的浪潮的影响。一九一五年，浙江奉化（今浙江省奉化县）人孙锵奉命出使日本，在京都的书店买到了文政刻本《菜根谭》和阳明学派书籍十二种回国，他翻阅了《菜根谭》后，认为此书对那些急功好利者可作清凉散，对那些萎靡不振者可当益智膏，又误认为此书中国已经佚失，于是将此书校订出版，并加序曰：

《菜根谭》者，一名《处世修养篇》，余以今年一月东游日本，购之京都书肆者也。书为日本人竹子恭所释，……前清末年，凡有志荣途者，无不藉东游为捷径，甚至政府亦标以品题，然其所查考者，大都师范、法政、工艺、制造诸新法是已。余之东游，仅十日耳，既不能多所考查，多所购买，于阳明学派书十二种外，又得此篇。盖虽仅仅数十纸，不足以见学术之本原，然急功近名者服之，可当清凉散，萎靡不振者服之，可当益智膏，以此饷国人，似亦不无小补也。……

书后还附有浙江海宁（今浙江省海宁市）人马汤榘所写的跋文，跋文中也认为《菜根谭》一书中土早已亡佚。

过了五年，一九二〇年孙锵又得到了另一种本子即国内保存的本子，发现与其从日本携回的本子殊多不同之处，又作了

翻刻，并作《菜根谭后序》云：

乙卯之春，归自日本，购有《菜根谭》一书，……刷印多次。而大儿海环，亦因友人索观者众，在成都依式仿印，不脛而走，几遍全国。此前世鲜见本，故海宁马绪卿先生亦以为书亡不知若干年也。其后吾浙人寓成都者陈君西庚书来，谓其与架上藏本，颇有异同。余固悟中国自有刊本，并未亡失，特当求之不广耳。既而购得常州天宁寺刊本，不分前后集，而有修省、应酬、评议、闲适、概论等名目，始知日本所谓《处世修养篇》者，殆得各类而泛言之耳。……后又购得金陵刻经处本，则分类与天宁寺本无异，……

孙锵翻刻的两个不同系统的《菜根谭》版本，在国内引起了人们广泛的注意，以后各地也多有翻印。

国内现存《菜根谭》版本甚多，比如：明代刊本，清乾隆三十三年（1768）常州天宁寺刊本，道光六年（1826）重刻本，道光十五年（1835）北京琉璃厂魁元斋刊本，同治四年（1865）中道堂刻印本，光绪元年（1875）扬州藏经禅院刻本，光绪二年（1876）扬州藏经禅院重刻本，光绪五年（1879）春田氏重印本，光绪十三年（1887）扬州藏经禅院重刻本，宣统三年（1911）刻本，民国四年（1915）孙锵铅印本，民国九年（1920）新学会社印本、民国九年孙锵印本，民国十一年（1922）福建汀州医院傅连璋石印本，民国十六年（1927）上海青年协会排印本，民国十七年（1928）秦光第石印本，民国十八年（1929）排印本，民国二十年（1931）武进陶氏《喜咏轩丛书戊编》所收《还初道人著书二种》本，民国二十一年（1932）《周氏师古堂所编书》本，民国二十六年（1937）上海世界图书局《佛学丛刊》铅印本，民国三十年（1941）铅印本，民国三十二年（1943）

铅印本，民国三十七年（1948）铅印本，年份不明的海门印刷局排印本、明善书局石印本、上海铅印本等。从上述版本情况可以看出：自一九一五年孙诤之书刊行后，各种印本显著增加。

近年来《菜根谭》在中国又一次成为大家的热门话题，则明显地是受了日本《菜根谭》热的影响。李荣标先生在《经济日报》（1987年4月19日）和《环球》杂志（1987年第六期）上撰文介绍了日本继《易经》、《孙子兵法》、《三国演义》的热潮之后出现的《菜根谭》热的情况，在国内引起了强烈的反响，人们开始重视《菜根谭》，其中也得以重新出版，根据笔者所知，近几年出版的有：杨伯江先生注释的《菜根谭》（1988年4月，中国和平出版社）、袁庭栋先生校注的《菜根谈》（1989年1月，巴蜀书社）、王同策先生注释的《菜根谭注释》（1989年9月，浙江古籍出版社）、张熙江先生整理编注的《菜根谭（新编）》（1989年11月，上海人民出版社）。其中有的一版再版三版，发行量相当大，书店普遍反映这是一本畅销书。最近又看得戴逸如先生绘画批注的《漫画菜根谭·品格篇》问世（1990年5月，上海人民出版社）。另外，据说台湾、香港也有各种《菜根谭》本子出版。如郑志明先生的《菜根谭》（1986年12月，台北金枫出版公司），王进辉先生的《菜根谭籍注》（1988年9月，台北顶渊文化事业公司），蔡志忠先生的《漫画菜根谭》（1988年7月，香港博益出版集团公司；1990年7月，北京生活·读书·新知三联书店）风靡全国，深受广大人民群众的喜悦。从以上这些，我们可以看出今天《菜根谭》在祖国各地的广为流传以及人民群众对它的喜爱，这一切形成了中国的《菜根谭》热。

## 五

《策根谭》为何能拥有如此众多的读者，产生如此深广的影响？纵观全书，我们可以知道，这是一本论述修身、处世、待人、接物、应事的格言集。有明一代，到了万历年间，阶级矛盾日益激化，但朝廷上下却是醉生梦死，阉党横行、权奸当道，东林党人正人君子排斥殆尽，知识分子中的才智之士大多沉埋下层，社会风气日益卑下。作者学识渊博，才智超人，可是在那黑暗的时代，仕途颇受挫折，志不得伸，在长期的磨难中，对社会现象有了入木三分的观察。在这本格言集中，凝聚着作者对整个人生社会万种世态和错综复杂的人际关系 的分析，饱含着作者企图拯救社会、劝人为善的一片苦心，显示了他对儒、释、道三教思想融汇贯通的灵活运用。本书内容丰富，包罗万象，无所不及，促人警觉，言近旨远，趣味盎然，富有哲理，颇多独特见解，含有朴素的辩证法思想。在书中，有几方面的内容是十分突出的。

首先，本书十分强调人生在世应该十分注重磨炼自己的人品道德。无论哪种版本，首章就是“欲做精金美玉的人品，应当从烈火中炼来；思立掀天揭地的事功，须向薄冰上履过。”把千锤百炼的精神和小心谨慎的态度巧妙地结合起来了。“昨日之非不可留，留之则根在复萌，而小过转为大罪；今日之是不可执，执之则渣滓未化，而理趣反成欲根。”提醒人们对于自己的缺点错误千万不要轻易放过。“无事便思有闲杂念虑否；有事便思有粗浮意气否；得意便思有骄矜辞色否；失意便思有怨望情怀否。时时检点，到得从多入少，从有入无处，才是学问的真消息。”让人们时时处处都不要放松自己的思想修养。

“士人有百折不回之真心，才有万变不穷之妙用。”提倡做人要有百折不回的精神。“小处不渗漏，暗处不欺隐，末路不怠荒，才是真正英雄。”说明人们修炼品德的态度要认真严肃，不要有丝毫的欺隐和怠荒。

其次，本书提出了为人处世要有一定的气度与见识，还要有真诚的态度。“我果为洪炉大冶，何愁顽金钝铁之不易销镕；我果为长江巨海，何患污渎横流之不能容纳。”表达了作者对改变世风、劝人为善的信心。“融得情性上偏私，便是一大学问；消得家庭内嫌隙，才算一大经纶。”说明能真正处理好人际关系实在不是一件容易的事。“操存时要有真宰，无真宰则遇事便倒，何以植顶天立地之砥柱；应酬处要有圆机，无圆机则触物有碍，何以成旋转乾坤之经纶？”提出凡事要有自己的主见，而且要有随机应变的灵活性。“曲意而使人喜，不若直节而使人忌；无善而致人誉，不若无恶而致人毁。”“处父兄骨肉之变，宜从容，不宜激烈；遇朋友交游之失，宜剴切，不宜优游。”提醒人们为人处世态度要真诚正直，而不要随意曲从。

再次，《莱根谭》提出了怎样才能真正识人，怎样才能用人的问题。“非盘根错节，何以别攻木之利器；非贯石饮羽，何以明射虎之精诚；非颠沛横逆，何以验操守之坚定。”提出只有经过考验，在关键时刻才能真正识别人。“才智英敏者，宜以学问摄其操；气节激昂者，当以德性融其偏。”“少年之人不患其不奋迅，常患以奋迅而成卤莽；故当抑其操心；老成之人，不患其不持重，常患以持重而成退缩，故当振其情气。”提出因人而治的方法。“降魔者先降自心，心伏则群魔自退；驭横者先取其气，气平则外横不侵。”提出了思想工作为先的道理。“教弟子如养闺女，最要严出入，谨交游，若一接近匪

人，是清淨田中下一不淨的種子，便終身難植嘉苗矣。”提出了培養人教育人時要注意的問題。如何對待有缺點錯誤的人呢？洪氏曰：“家人有過，不宜暴怒，不宜輕棄，此事難言，借他事隱諷之。今日不悟，俟來日再警之。如春風解凍，和氣消冰，才是家庭的典範。”大度待人，容其改正。

第四，《菜根譚》勸人在遇到逆境時要正確對待，辦事要有一種知難而進的精神，還要有一種善於忍耐的態度。“事稍拂逆，便思不如我的人，則怨尤自消；心若荒怠，便思勝似我的人，則精神自奮。”“思里從來生害，故快意時須早回頭；敗後或反成功，故拂心處切莫放手。”告訴人們如何對待拂逆和失敗。“功夫自難處做去，如逆風鼓棹，才是一段真精神；學問自苦中得來，似披沙撿金，才是一個真消息。”“立業建功，事事要從实处著腳，若稍慕虛名，便成偽果。”在治學和辦事的態度方面，提出了要有刻苦、踏實精神的重要性。“登山耐險路，踏雪耐危橋。一耐字，極有意義。如傾險之人情，坎坷之世道，若不得一耐字撐持過去，幾何不墮入榛莽坑塹哉！”對忍耐精神作了充分肯定。

第五，《菜根譚》在具体對待社會生活的各个方面都有一些極好的意見，可供我們借鑒。如在從政與家庭方面，“居官有二語，曰：唯公，則生明；唯廉，則生威。居家有二語，曰：唯恕，則情平；唯儉，則用足。”前半對我們今天的廉政建設還有現實意義，後半對我們如何搞好家庭團結和家庭建設極富启发作用。“毋因群疑而阻獨見，毋任己意而廢人言，毋利小惠而傷大體，毋借公論而快私情。”提倡廣開言路，听取不同意見。“善启迪人心者，當因其所明而漸通之，勿强開其所閉。”提倡做思想工作要循循善誘。“謝豹覆面，猶如自愧；唐鼠易腸，猶如自悔；盖愧悔二字，乃吾人去惡造善之

门，超死回生之语也。人生若无此念头，便是既死之寒灰，已枯之寂木矣，何处讨些生理？”让人们时常对自己所做之事进行反省，充满了作者劝世为善的一片苦心。

如此种种，不能一一枚举。总而言之，《莱根谭》一书言近旨远，雅俗共赏，仁者见仁，智者见智，能使人警觉，引发无限联想，其儒家的道德，佛道的妙理，能给人以智慧和力量。此书文笔优美、比喻生动、对仗工整，情文并茂，反复阅读，意味无穷。虽然作者由于时代与阶级的局限，使得书中也存在着一些糟粕，比如宣扬唯心论、天命论和消极厌世、浮生如梦的思想，但这些应以历史的观点去看待，不可苛求于古人。

## 六

《莱根谭》现在仍有它的现实意义，很值得一读。只是由于它用骈体文言写成，又充满儒、释、道三教哲理，含义深奥，一般的读者阅读还是有不少困难的，因此不揣冒昧，把它译注如后。本书的整理译注，采用清乾隆三十三年常州天宁寺校刊本作为工作底本，以其它各本（上文已经提及）作为参校本，修省、应酬、评议、闲适四编共204章，作为前集，概论编有207章，作为后集，另有161章作为续集，共计572章，应该说这是一个比较完备的本子了。并精选了几篇重要的题词、序言和文章作为附录供读者参考，以免查检之劳。将这一本充满禅理的书加注和翻译，使万人通读，对我来说，是一项新的尝试，因为许多原文哲理深奥，文笔优美，译文难以企及。但是为了弘扬祖国传统文化，使古籍为今天的社会主义精神文明建设服务，我还是坚持做了，并且努力完成了。限于水平，拙稿中的错漏之

处，在所难免，恳切希望读者批评指正。

本书在撰写过程中得到了许多老师与同志的帮助，得到了浙江省图书馆、上海图书馆北京图书馆古籍部同志的帮助，在此表示深深的谢意。本书承蒙九十高龄的著名古文献学家、杭州大学古籍研究所博士导师姜亮夫教授亲笔题签，体现了老一辈文献学家对古籍整理工作的极大关心与支持，特在此表示深深的谢意。

林家骊 于杭州大学古籍研究所

一九九〇年十二月