

<<菜根谭>>

图书基本信息

书名：<<菜根谭>>

13位ISBN编号：9787510801051

10位ISBN编号：7510801052

出版时间：2009-7

出版时间：少恒九州出版社 (2009-07出版)

作者：少恒

页数：281

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<菜根谭>>

### 前言

早年就聆听和泛读过《菜根谭》中的一些片言散语，为其珠玑之句，隽永之语而朦胧地陶醉。但个中玄理并未细玩于心得其真悟。

后因专注其他，忙忙碌碌，加之庸懒怠惰，故一直流于肤浅之识，未得对该经典宝卷进一步穷推究理，窃以憾之。

近年来，常常手捧茶盏收看中央电视台“百家讲坛”的节目，聆听不少名家学者的国学高论或精彩演说，诸如于丹的《论语》心得、易中天先生的《品三国》、阎崇年的《康熙大帝》等等，感悟颇深。他们的演讲和作品之所以能得到广大听众和读者的喜爱，在于能够将传统文化的精粹内容与人生这一最厚重的主线紧密地结合起来。

授之于人们增强修养和把握人生的智慧。

随着这一思考，思绪穿越时空的沧桑，不由得又将我引入到情结较深和素来偏爱的国学瑰宝——《菜根谭》的阅读和笔耕中，并力求以心得或感悟展现该书与人生那最密切，最美妙的契合与闪光点。

《菜根谭》的作者洪应明，字自诚，别号还初道人，明代万历年间人。

该书是一部论述修身、应酬、评议、闲适的语录世集，上至治国、平天下，下至修身、齐家，人世中的大道无所不包。

书中糅合了儒家的中庸、道家的无为、佛家的出世和自身生活体验，形成了一套为人处世的真经，表现了中国古人对人性、人生和人际关系的独到见解。

## <<菜根谭>>

### 内容概要

《菜根谭：立身处世的智慧》是一部关于修身、应酬、评议、闲适的语录文集，上至治国、平天下，下至修身、齐家，人世中的大道无所不包。

书中糅合了儒家的中庸、道家的无为、佛家的出世和自身生活体验，形成了一套为人处世的真经，表现了中国古人对人性、人生和人际关系的独到见解。

当年毛泽东同志也十分衷爱《菜根谭》，并发出“嚼得菜根者，百事可做”之感言，可见其给人的教益非同寻常。

## &lt;&lt;菜根谭&gt;&gt;

## 书籍目录

第一章 情操陶冶篇慈祥暖春意，高洁留芬芳功不可独占，过不要全推烈火中煨来，薄冰上履过胸襟放宽，惠泽流长心诚感天地，虚亡影自惭慧眼看世界，心明辨纷华操履严明，心气和易节义凌云，有德有言持以善举，消除邪恶不要在贪图享受中磨失心志善守其身，莫陷污浊留个清名在乾坤气象高旷，不偏不激不争名利，持重德行不做亏心事，岂怕鬼敲门不昧己心，正气耀人第二章 心智修炼篇眼高心远，急处站稳宠辱不惊，去留无意持身不可太皎洁身放闲处，心在静中诚实最可贵，切莫乱猜疑动静合宜为真道不要被欲望牵引得太深既要尊重人言，也要持有主见打消邪念，转祸为福不可浓艳，也不可枯寂绝一念贪私，度终身无忧遇事不乱，沉着稳定切不可偏听偏信性不可烈，烈则伤人又伤己人生短暂，不必相争有功莫狂傲，悔过须自新第三章 读书学习篇绳锯可断木，滴水能穿石梅花香自苦寒来读书之妙，贵在专心不二书中有高雅，会意在心灵纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行敏而好学，不耻下问以谦为本，戒骄戒傲不要纸上谈兵，贵在活学活用良好的学习效果自“静”中而来少壮不努力，老大徒伤悲劝君惜取寸光阴业精于勤荒于嬉，行成于思毁于随自身的努力最重要心地纯洁，方可读圣贤之书要有始有终，不可半途而废张弛有度，不失生机第四章 人处事篇路让一步，味减三分花看半开最美，酒饮微醉相宜念头宽厚，能化冰霜包容为真，清高无益退一步海阔天空让一步为高，宽一分是福方圆处世，城府深厚宽容雅量高，不念人旧恶低调谦和一些好不形于言，不动于色福随仁至，器小禄薄自谦受益，力戒矜夸不必和小人太过不去不要让心胸置于狭隘中第五章 识人交友篇慧眼辨识人心亲疏有度，浓淡相宜浮华不足羨，淳朴最存真宁可无朋友，也不交势利之人念过不念功，记恩不记怨坦诚才能令人久交不厌害人之心不可有，防人之心不可无慎防小人，小人咬起人来够呛第六章 成功做事篇苦其心志，劳其筋骨成大事者必有坚忍不拔之志是蛟龙不必盘缩在池塘里要脚踏实地，戒虚浮懒惰闲而不怠，超越平庸心急吃不了热豆腐宁拙勿巧，恪守信誉既要诚恳，又要圆通遇险不乱，灵活反应积极的预防比简单的补救要轻松易行凡事都应理性思考急躁是成功的大敌思危可求安，虑退能得进勇于激励，放大心中的光环遇挫不弱，执着进取者必胜第七章 言辞有度篇宁可默然，不出躁语言简意赅，注重场合潜移默化，启迪人心批而不露，婉转点击多栽桃李少栽刺言辞过烈，其成果往往是零信口闲话不宜多第八章 韬光养晦藏巧于拙，用晦而明鹰立如睡，虎行似病才华须韞，莫轻易炫耀行事宜冷静，不可动刚肠该糊涂时就糊涂一些帆莫张太高，水勿注太满见好就收，安然无欺恃才自傲，必遭中伤张扬炫耀是一种愚蠢第九章 家庭港湾篇家和万事兴春风解冻，和气消冰恒念物力维艰，克勤克俭可贵以贤德教育和影响后代有问题要心平气和地说嫉恨相斗，家不和被人欺恩爱常存忍让中第十章 明理练达篇嗜欲如火，当以清凉扑解去妄戒傲，伸张正气得意不可忘形恶习之气不可染，义理之事不惧难认识清醒，察今防非良药苦口利于病，忠言逆耳利于行知退一步之法，懂让三分之功嗜好本正常，贵在节制与区分益害心境由自己主宰过俭必吝，过谦必伪感化的力量能消除邪恶张弛有度，忙中不失闲趣

## &lt;&lt;菜根谭&gt;&gt;

## 章节摘录

慈祥暖春意，高洁留芬芳【原文】一念慈祥，可以酝酿两间和气；寸心洁白，可以昭垂百代清芬。如果能用慈善仁义之心对待他人，就可以营造彼此之间和睦融洽的氛围；如果能使自己的心灵保持高尚纯洁的情操，就能够泽被后世，百代留芳。

世界上最伟大的莫过于人，人身中最伟大的莫过于心。

心地慈祥能回荡着温暖的春意，寸心洁白能留得万世的清芬。

这段话中，着重讲述了慈祥之念和寸心洁白两层含义。

慈善和蔼是一种血性，一种亲情，也是一种感动，它能化解无形的障碍和隔阂，是人与人之间营造和睦氛围的必然要素，也是当今构建和谐社会的强化剂。

寸心洁白，是一种明澈，一种高贵，一种博大，也是一种浩然之气，以这种高贵的品质，置身社会，践行人生，必将懿德垂范，谱写出一曲至高人生境界的绚丽之歌。

句子中的“慈祥”，指善良、仁义、和蔼。

“酝酿”，本意为酿酒，后引申为考虑、思索，此处作制造调和理解。

“昭垂”，为昭示流传之意。

“清芬”，意为清香，比喻美好的品德。

简而言之，这段话要求人们持有慈善之心和高尚的情操。

慈善和蔼，作为一种温情，一种热心，它轻柔似水，暖如春风，能给人的心头送去清凉与惬意，并能发挥出填平沟壑，显现“两间和气”的奇效。

记得发生在日本的一个故事：日本战败后，一位叫市村的老板想在银座买一块土地，然而这块土地的所有人是一位顽固的老太太。

市村为此来来回回跑了不下百趟，老太太基于祖业始终不肯放弃。

可市村还是不死心，三天两日地一有空就跑去跟老太太交涉一番。

在一个大风雪的天气，市村如往常一般，再度走访老太太家，请她出卖这块土地，惹得老太太都厌烦了。

老太太心想坐在家里不好过于发作，便想几句话打发他走，便说：“今天你先回吧。

我再细考虑一下，明天到你班上说话。

”老太太本意是想第二天到市村班上当着众人之面严词回绝他，叫他永远不要再来谈土地一事。

第二天，当这位老太太出现在市村的事务所时，脸上却浮现着少见的愉悦神色，市村很热情地请她入座，老太太说：“市村先生，我今天来的目的本来是要彻底拒绝你的要求，但刚刚发生了一件事情，使我又改变了主意。

”市村听她这么说，不知道究竟发生了什么事情，只得愣愣地听着：“市村先生，那块土地我想让给你。

”老太太说。

“……？”

”市村猛然一惊，他怔怔的连话都说不出来了。

原来老太太换了很多趟车才摸到市村的事务所，在途中曾向许多人问路，不少人都爱理不理，老人身心感到十分疲惫和郁闷。

等到推开市村事务所的大门时，一位女职员一声很温柔的“请进来”，不但没嫌她尘土仆仆，反而脱下自己脚上的拖鞋请老人穿上，又把她扶上楼。

这名女职员对她亲切的态度犹如女儿对老母亲的一片孝心，使得老人深受感动。

战后的日本，人心落寞，大家都怀着自扫门前雪的态度，已不知爱心、体贴为何物，老人没想到这个公司里，竟会遇到如此温情与热心。

于是，市村多次奔走、万般恳求都没能解决的难题，被一分不经意的慈祥心轻松化解了。

慈善和蔼之所以能打动人，从根本上来说，在于它能产生一种暖流，当这份暖流融进对方的心里时，就是心灵与共，就是最高的理解与融合，于此，双方之间还有什么事不好解决呢？

功不可独占，过不要全推【原文】完美名节，不宜独任，分些与人，可以远害全身；辱行污名，不宜

## &lt;&lt;菜根谭&gt;&gt;

全推，引些归己，可以韬光养德。

完美的名誉节操，不要独自一人据有，应该和别人一起分享，这样才不会引来嫉害；对于不光彩的结果和名声，不要把责任全推给别人，应该自己承担一部分，这样才能消除傲慢和狭隘而更好地提高涵养和德行。

功不可独占，过不要全推，这体现出一个人的远见与素养。

在上文这段话中，重点是告诉人们避害保全，提高品德修养的重要内容。

“远害全身”，意思是指远离祸端，保全性命。

“韬光”，为掩藏、收敛之意。

从整个句子分析来看，要求人们对于闪耀光环的美名不要贪得独享，分些与人，才能避免受到别人的嫉恨和陷害。

并且，就实际来说，一个人的成就或功劳再大，也离不开别人的支撑和帮助。

为此，“完美名节，不宜独任”是情理，也是一个人应有所悟的修养。

具有这种修养，就意味着具有了“远害全身”的利器。

“辱行污名，不宜全推，引些归己，可以韬光养德”，辱行污名的原因是由于过错而产生的，因为有过错而导致不好的结果，不好的结果又势必会引发不好的名声，“引些归己”，是要求相关者要主动承担一些“辱行污名”的过错，而不可把责任全推掉，这体现一个人不傲慢，不狭隘的公正心态。

须知产生这种不好结果的原因往往不是单一的。

如一个领导者指挥手下的人去远方完成某次任务，结果由于手下的人业务能力，思想责任或某些准备工作不足而导致计划失败。

那么这种延误时机，徒劳无功的结果，执行人固然要承担很大的责任，但作为一个指挥的领导者，并非没有过错，至少在识人、用人等方面存在的问题。

如果完全推卸，绝不是一个德行良好的领导。

比如，《三国演义》中诸葛亮派遣马谡守街亭。

由于马谡纸上谈兵，排兵布阵严重失误，并且固执己见，不听副帅王平劝阻，结果遭致惨败，丢失街亭。

这种严重的后果给蜀军带来很大的不利。

诸葛亮在痛责痛悔马谡的同时，也深深地痛责痛悔自己，他在按军法从置，挥泪斩马谡后回朝上书，要求把自己降三级，也责过处罚，主动承担了用人方面的过错。

这种主动承担责任的行为不仅没降低诸葛亮的声望，反而更提高了他的威严和德行。

烈火中煅来、薄冰上履过【原文】欲做精金关玉的人品，定从烈火中煅来；思立掀天揭地的事功，须向薄冰上履过。

要想拥有精金美玉般的美好品质，必须像烈火冶炼真金那样，经得住锻炼；要想建立一番惊天动地的伟业，必须像从薄冰上踩过一样，格外小心谨慎。

优秀的品质是从艰苦中磨炼而成的。

有道是“玉不琢不成器”，没有磨炼，就不会有坚强的毅力；没有磨炼就很难由稚嫩走向成熟；没有磨炼，就很难扬起人生远航的风帆。

句子中“精金美玉”，指纯洁美好；“履”，作踩、走解，此处比喻谨慎的意思试看古今中外，凡成就伟业的人，无不具有坚强的毅力和顽强拼搏的精神。

他们能充满自信，不甘卑下，谦和为人，恭行处世。

他们能正确理解“磨炼”二字对于打造成功人生的积极意义。

“磨炼”不仅是一个词，也是一个人对人生观的看法。

生活是美好的，虽然不免有一些伤心和痛苦，但这些都是生活的本色，我们要勇敢而乐观地面对它。

大作曲家贝多芬是我们所熟悉的，他既有对和平生活向往的《田园》，又有勇往直前的《英雄》，还有向生活、困难挑战的《命运》。

他的作品正反映了他的不幸和他对生活的态度。

面对失聪，他没有绝望，没有悲观，生活的磨炼激发了他自强的意志，生活的磨难化成了他作品的源泉和灵魂，磨炼成就了一个伟大、乐观而不屈的生命。



<<菜根谭>>

又如，海伦·凯勒虽然又聋又瞎，但她却说：“我发现生命是这样美好。

”她在视线黑暗中用心灵敲打出的《假如给我三天光明》感动了整个世界，也让整个世界的人们敬仰、尊重海伦·凯勒这个名字。

身处困境的她看到了生活的美好，感悟到了生命的价值和真谛。

乐观赋予她生活的勇气，使她以不屈的意志和勃然的生机战胜厄运。

优良品性所包含的内容很深、很广，我们应该不断地去学习、丰富、培养。

“思立掀天揭地的事功，须向薄冰上履过。

”这一句名言，道出了要成就一番大事业，必须严密思考，谨慎行事，不能马马虎虎，草率为之，为此，用心思考是关键。

正如荀子所说：“心者，形之君也，而神明之主也。

”意思是说，“心”是身体的主宰，是精神的领导，凡事必出于心。

激活你的内心，你就容易从心中闪现出奇妙的火花，以至于合理地行事，从而达到成功的境界。

<<菜根谭>>

编辑推荐

《菜根谭》所蕴含的内容博大精深，妙处难以言尽。它充满了思辨，充满了经邦治国的谋略，充满了圆融通变的处世哲学，充满了诗情画意。可以说，这是一部为历史所不能忘却的奇书。越是静心品味，越发弥香幽远。



版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>