

<<菜根谭大全集>>

图书基本信息

书名：<<菜根谭大全集>>

13位ISBN编号：9787511317209

10位ISBN编号：7511317200

出版时间：2011-11

出版时间：中国华侨

作者：洪应明

页数：423

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>

<<菜根谭大全集>>

前言

《菜根谭》成书于明万历年间，距今已有近四百年的历史。

著者洪应明，字自诚，号还初道人，早年热衷仕途功名，晚年归隐山林，潜心读书立文，最终将自己的人生体会、读书心得和生活参悟付诸笔尖，挥毫泼墨，著了这洋洋洒洒的三百多条错落有致的语录世集。

“菜根”一词本出自北宋学者汪信民的一句“咬得菜根，百事可做”。

这句话的意思是说，一个人只要坚强地适应清贫的生活，不论做什么事情，都会有所成就。

洪应明偶见此言，一时有感而发，便以此立意，定“心安茅屋稳，性定菜根香”为主旨，写下了几百年传世不衰的菜根箴言。

这些箴言融合了儒家的中庸思想、道家的无为思想和释家的出世思想，深入浅出地讲述了关于修养、处世、出世等多个方面的人生哲学，告知后世读者享受平凡、活出真我，自会觅得人生真味。

《菜根谭》辞藻优美，言简意赅，通过洞察人生百态来点化世间万事。

它是囊括五千年中国处世智慧的奇书。

书中倡导积极入世、经营天下、为民谋福、泽被后世的进取精神；主张亲近自然、悠游山水、修身养性、清静无为的隐逸趣旨；宣扬悲天悯人、普渡众生、透彻禅机、空灵无际的超脱意蕴。

可谓一身处世、只眼观花。

初读其书，似觉矛盾错杂，神龙虎尾无迹可寻；详思再三，始悟狡兔三窟，随处可安身立命。

得志者读之，能悟人生无常，居安思危，匡世济人；失意者读之，能起死灰之心，自强不息，终有所成；富贵者读之，能知艳为虚幻，履满慎思，遗泽子孙；贫贱者读之，不坠青云之志，安贫乐道，培植善根；它揭示出人生之真谛，振聋发聩、医愚医贫，堪为人类“心灵之药石”。

然而，在相当长的时间里，人们并未给予《菜根谭》足够的重视，直到最近几年，对其内涵的研究热潮才兴起，并流行于海内外。

《环球》杂志介绍日本社会这股热潮时说：“论企业管理的书籍成千上万，而从根本道理上说，多数抵不过一部《菜根谭》。”

其实，不仅企业界、商界的人爱读它，政界、学术界的人甚至普通大众也爱读它，更有人认为，《菜根谭》与《孙子兵法》、《三国演义》等具有同等的文化地位，并称它为中国传统文化的经典之作。

《菜根谭》之所以能于当代见称，其中的一个重要原因就在于它的精神启发性和生活指导性历久弥新。

其中，方圆并进的处世哲学、心平气和地对待人生起伏的平常心态、修身养德的精神境界以及回归自然陶冶心性的生活之道，都可以作为当代人在工作学习、享受生活、修身养性等过程中的经典法则。

为使《菜根谭》更好地启迪人生、造福社会，我们精心制作了这本《菜根谭大全集》。

本书以明刻本为底本，并在原文的基础上，加了精妙传神的译文，阐述其微言大义；以现代人的视角，在对原著箴言进行经典解读的同时联系当下，找到指导现实生活的经典智慧。

既保留了原著的精华，又彰显了《菜根谭》的现代价值和魅力。

中华文化，妙在神韵，为让《菜根谭》这一经典图书焕发出新的光彩，编者特选配百余幅中国传统名画，其中以明清神品居多。

这些画家与洪应明同为文人，处在相同或相似的文化环境之中，他们的价值取向、生活情趣皆有共同指归。

以图配文，力求妙传其清韵，丰富其内涵，并给人以视觉之享受；文图意趣暗合，相得益彰。

《菜根谭》之形式，精言雅致，字字珠圆；隽语风流，句句玉润。

读来朗朗上口，谐金石之声；思后悠悠沁髓，夺宫商之韵。

其体虽散，备意阳春白雪；其章虽促，融情流水高山。

译文例解，恰使全书节奏明朗；原文新语，同奏和谐韵律。

品读本书，可以让人心旷神怡，重温那种已被淡忘了的真趣；也可省察己身，使被烦恼、压力束缚的身心得以解脱；同时，也会帮我们稀释现实生活中的种种困惑和焦虑，找到解决这些症结的方法。

<<菜根谭大全集>>

无论是在阅读中还是合上书页后，我们会在不知不觉中放松下来，开阔心胸，放慢脚步，在实现人生价值的同时享受生活。

<<菜根谭大全集>>

内容概要

《菜根谭大全集（超值白金版）》更好地启迪人生、造福社会，我们精心制作了这本《菜根谭大全集》。

本书以明刻本为底本，并在原文的基础上，加了精妙传神的译文，阐述其微言大义；以现代人的视角，在对原著箴言进行经典解读的同时联系当下，找到指导现实生活的经典智慧。

既保留了原著的精华，又彰显了《菜根谭大全集（超值白金版）》的现代价值和文化魅力。

<<菜根谭大全集>>

作者简介

《菜根谭》更好地启迪人生、造福社会，我们精心制作了这本《菜根谭大全集》。本书以明刻本为底本，并在原文的基础上，加了精妙传神的译文，阐述其微言大义；以现代人的视角，在对原著箴言进行经典解读的同时联系当下，找到指导现实生活的经典智慧。既保留了原著的精华，又彰显了《菜根谭》的现代价值和文化魅力。

书籍目录

第一章：立德修身——高处立，平处坐，低处行

浩身自好栖守道德
与其练达不若老实
心地光明才华韞藏
真味是淡至人如常
有木石心具云水趣
心想高处不安现状
正气清白留于乾坤
欲路勿染理路勿退
富贵名誉自道德来
至善无痕施之不求
花尚好色人行好事
舍勿处疑恩不图报
立名者贪用术者拙
天机最神智巧无益
人活一世晚节更重
种德施惠无关地位
君子改节无异小人
人品极处本心使然
德怨两忘恩仇俱泯
权衡利弊扶公却私
蹉跎岁月磨练本领
以德御才恃才败德
不能养德终归末技
勿昧所有勿夸所有
为人以诚待人以信
善事奉行恶事莫做
君子立德小人图利
慈悲心肠如沐春风
一念慈祥寸心洁白
堂堂正正本来不失
学会感恩一生无憾
机心不用质朴显诚
坚守良知保全清白
坚持原则当止则止
不昧己心造福他人
过俭者吝过谦者卑
心如止水浊中悟道

第二章：自省克己——慎独自修，心无妄念

秉持原则污泥不染
闻逆耳言怀拂心事
静坐观心真妄毕现
自我审视再现真心
降伏内心控制浮躁
谨于细微不现过错

<<菜根谭大全集>>

多心为祸少事为福
 气度高旷自省慎独
 心体光明暗室青天
 恶中有善引人向善
 多病未羞无病是忧
 知人者智自知者明
 持身勿轻用意勿重
 自知自戒胜私制欲
 喜怒不愆好恶有则
 戒疏于虑警伤于察
 恶隐祸深善显功小
 冷眼观物勿动刚肠
 律己要严待人宜宽
 为奇不异求清不激
 不听谗言不掩己过
 末路晚年精神百倍
 喜忧安危勿介于心
 冷静处世逍遥而游
 长不欺短富不凌贫
 责人情平责己德进
 闲时吃紧忙时悠闲
 常思常想灵活变通
 忙不乱性死不动心
 出世心态淡然生活
 富贵知贫少壮念老
 闹中取静冷处热心
 少时思老荣时思枯
 一念不生真境自现
 放下我执少些烦恼
 舍得舍得有舍有得
 人生福祸皆因念生
 根蒂在手不受提掇
 观心增障齐物剖同
 宁默毋躁宁拙毋巧
 了心悟性俗即是僧
 造化人心混合无间
 该忙时忙该休时休
 乐极生悲苦尽甘来
 纷纷扰扰随常以待
 人我一视动静两忘
 不计妍丑不争雌雄
 就身了身以物付物

第三章：宽心从容——达观处变，静待人生起伏

达不足喜穷不足忧
 处患不忧心系苍生
 心宜旷达切忌狭隘
 盛衰无常强弱安在

<<菜根谭大全集>>

宠辱不惊去留无意
 从冷视热从冗入闲
 荣辱皆忘冷暖自知
 生死成败任其自然
 随人接引随事警惕
 前念不滞后念不迎
 看透生死悠然自得
 身心自如融通自在
 从容放下自由畅快
 孤云出岫朗镜悬空
 心胸豁达随遇而安
 热不必除穷不可遣
 人情世态平常看待
 福祸无常泰然处之
 过而不留物我两忘
 顺应天性乐观生活
 心闲日长意广天宽
 身在事中心超事外
 满腔和气随地春风
 从容处世淡然观事
 得固不喜失亦不忧
 看得圆满放得宽平

第四章：明心交友——辨真识假，看清人情世故

侠心交友素心做人
 不恶小人有礼君子
 善人和气凶人杀气
 忘功念过忘怨念恩
 热心之人其福亦厚
 毋形人短毋忌人能
 己所不欲勿施于人
 阴者勿交傲者勿言
 故旧之交意气愈新
 交友识人独具慧眼
 亲善杜谗除恶防祸
 警言救人无量功德
 着眼内在鸣其天机
 趋炎附势人情通患
 宽之自明纵之自化
 守口应密防意应严
 细处着眼施不求报
 做事论事明晓利害
 谦逊低调立身之珍
 以诚待人以德服人
 通权达变善于倾听
 气量宽厚兼容并包
 君子易处小人难待
 不畏谗言却惧蜜语

<<菜根谭大全集>>

气度平和悦纳他人
闻恶防谗闻善防奸
用人不刻交友不滥
风斜雨急立定脚跟
轻诺惹祸乘快多事
茫茫世间以真示人
少番思虑少番臆度

第五章：方圆处世——路退一步乃宽，礼让三分为功

心胸开阔与人为善
路留一步味减三分
和衷少争谦德少妒
洞悉世态低调通达
目光放远胸怀放宽
内敛谨慎明哲保身
为人处世方圆并用
不争功劳不矜成就
折其两端取其平衡
偏见害人聪明障道
知退一步加让三分
不可浓艳不可枯寂
高处立身低处处世
当方则方当圆则圆
无为养心半分做人
心域打开宽心待事
宽宏大量胸能容物
君子懿德中庸之道
固守操履不露锋芒
美味快意享用五分
胸无芥蒂养德远害
藏巧干拙以屈为伸
奇人乏识独行无恒
宽而容人不行于色
高调做事低调做人
功过分明恩仇糊涂
气量宏大宽待他人
有难同当不共富贵
念头宽厚尽善尽美
恩威并济先严后宽
操履严明谨慎行事
异行涉祸庸德远害
平和雍容游刃有余
聪明不露才华不逞
居官有节居乡有情
一言一行切戒犯忌
对上谨慎待下宽仁
万事有度物极必反
进时思退得手思放

<<菜根谭大全集>>

狭路相逢宽忍上策
内心空灵在世出世
急流勇退与世无争
能屈能伸收放自如
履盈满者冲虚谦下
让一步为高宽一分是福

第六章：功业沉浮——事穷留初心，功成思末路

得意回头拂心莫停
看淡荣辱远离骄矜
永葆初心不受纷扰
头脑清醒登高思危
相观对治方便法门
苦中有乐得意生悲
居安思危天亦无伎
偏激之人难建功业
有吾之有心逸身安
安贫乐道磨砺心智
终身役役无缘成功
未雨绸缪有备无患
富贵丛中心境淡泊
人心一真千种可能
大处着眼小处着手
深谋远虑着眼长远
百折不挠苦难辉煌
修身种德事业之基
养精蓄锐百忍图成
圆融谦虚丰功伟业
胸襟宽广驭才有道
成大业者不贪小利
沉潜蓄势厚积薄发
不义之财不图不纳
抓住关键迎刃而解

第七章：清心寡欲——功名不求盈满，利欲恰到好处

清清白白无所负累
名缰利锁淡泊自守
脱俗高远减欲超圣
利毋居前德毋落后
抱负远大心智淡泊
放下功名超凡入圣
无德为忧尸位为羞
拔去名根融化客气
沽名钓誉未厌名利
无名无位无忧无虑
无所妄念追求自然
荣辱得失心清如水
不恋富贵不贪权力
一念贪私坏了一生

<<菜根谭大全集>>

不昧惺惺不受诱惑
 有求无欲人生至境
 一起便觉一觉便转
 不耽富贵自在放旷
 持盈履满君子谨慎
 达不足贵穷不足悲
 公论不犯权门不沾
 不迷物欲内心逍遥
 贪婪遭祸守逸味长
 抛开物欲得失泰然
 贪者常贫知足常富
 无欲则寂虚心则凉
 超越嗜欲只求知足
 不为物役尘情即理境
 恰到好处用心把握
 沉淀欲念豁达康乐
 欲时思病利来思终
 欲有尊卑贪无二致
 无欲无求悠然无滞

第八章：淡泊明志——凡事随缘不变，淡中趣味深长

一念之差失之千里
 多分清醒多分放下
 静闲淡泊观心证道
 志从淡泊来节在肥甘丧
 君子之心不滞不塞
 参透生死自性真如
 看得豁然生活安然
 清淡明志雅淡抒节
 心态平和达观进取
 无为无争低调谦让
 不可刻意不能执拗
 不存纤芥心境坦荡
 顺应因缘顺应自然
 心无系恋乐境仙都
 浓处味短淡中趣真
 减省欲望乐享生活
 清净内心自在解脱
 喜时则喜怒时则怒
 知足则仙善用则生
 洗尽铅华大美不言
 无名多趣省事心闲
 清静无为内心澄澈
 简单做人简单生活
 胸无物欲眼自空明
 溪壑易填人心难满
 遇事从容身心自在
 正确定位自在生活

<<菜根谭大全集>>

淡定冷静谨慎从事
艳为虚幻返璞为真
食无求饱居无求安
减却一事轻松一世
平凡真趣简单欣喜
生活平淡万般滋味

第九章：求学问道——成败名誉不挂心，读书明理须深心

修德忘名读书深心
心地干净方可学古
学以致用学有所成
触类旁通乃真学问
兢业心思潇洒趣味
书中修身谦逊知礼
锲而不舍百炼成金
触物会心举一反三
谦虚为学实在为人
一心一用全神贯注
幼时定基少时勤学
人生百年不可虚度
虚心受教大器晚成
扫除外物直觅本来
恒心不变水滴石穿
磨练福久参勘知真

第十章：齐家育人——诚心和气，教子安家

攻人之恶思其堪受
愉色婉言家庭和睦
教育弟子交友要谨
崇俭养廉守拙全真
心无矫饰乐活自存
立业念难倾覆思易
家人有过宽容以待
不贪富贵家和为贵
父慈子孝伦常天性
从容处变剴切规友
放低心态戒骄戒躁
惟恕情平惟俭用足

第十一章：静心达生——保持心性清静，生活随处安然

天地和气人心喜气
闹中取静苦中作乐
控制情绪化解矛盾
心虚性现意净心清
忙里偷闲闹中取静
物自为物我自为我
躁急无成平和得福
趣不在多景不在远
劳攘自冗徐生安然
乐山乐水陶冶心性

<<菜根谭大全集>>

心性纯真逍遥人生
外物浮华不如淡忘
静躁稍分昏明顿异
活在当下坦然生活
趣味在心不在境遇
身放闲处心安静中
放慢脚步放空心灵
不睦繁华宁静致远
诗意禅味自在人心
乐享自然安享闲逸
置身自然静心默想
远离虚妄不受熏染
高天可翔万物可饮
清静之心品悟生活
秉持天然趣味悠长
心中清明矢志不渝
珍惜自性机神触发
放空心境包容万物
因顺自然回归质朴
景与心会自在天然
见素抱朴本色可贵
意气行事难有作为
平息意念切记躁进

章节摘录

版权页：插图：【原文】宁守浑噩而黜聪明，留些正气还天地宁谢纷华而甘澹泊，遗个清白在乾坤。

【译文】做人宁可保持纯朴自然的本性，抛弃机心巧诈的聪明，也要留些浩然正气给大自然；宁可谢绝富丽繁华的诱惑，甘心过着淡泊宁静的生活，也要留个清白的声名在世间。

【精读解析】《庄子·刻意》中说道，“众人重利，廉士重名，贤士尚志，圣人贵精”。

从众人到圣人的过渡是修为的递增，同时也是人摆脱外物名利束缚的渐变过程。

圣明的人喜欢跟外物和顺而厌恶为自己求取私利；为个人求取私利，在圣人看来是一种严重的病态。

在历史长河中，即便是明德英勇之士，有时也不免卷入其中，甚至为了一时的世故机心争斗。

他们有的因此丧命，也有的因此得名得利，但是终归不过浮华如梦，留给后人一段又一段唏嘘感慨的饭后谈资。

春秋齐景公时，田开疆率师征服徐国，有拓疆开边强齐之功；古冶子有斩龟救主之功；由田开疆推荐的公孙捷有打虎救主之功。

三人结为兄弟，自号为“齐邦三杰”。

齐景公为奖其功劳，嘉赐“五乘之宾”的荣誉。

随着时间的推移，他们三人挟功恃勇，不仅怠慢公卿，而且在景公面前也全无礼数。

甚至内结党羽，逐渐成为国家安定的隐患。

齐相晏婴深感忧虑，想除掉他们。

一天，晏子从后花园摘了两个桃子，对他们三人说，谁的功劳最大，就吃一个桃子。

公孙捷首先挺身而出，说自己曾亲手打死一只吊睛白虎，解救了主公。

于是晏子赏给他一个桃子。

古冶子不服，站起来说自己曾在黄河中杀了一只巨龟，救了主公的性命。

于是晏子把最后一个桃子赏给了他。

可是，此时田开疆也站了出来，说他曾奉命攻打徐国，逼徐国投降，为国家奠定了盟主地位，他的功劳才最大。

晏子看公孙捷和古冶子的桃子都吃完了，立即对景公说：“田将军的功劳最大了，但金桃已经赐完了，只好等熟了再赐了。”

景公也说：“田将军的功劳最大，可惜说得太迟了。”

田开疆自以为这是一种耻辱，功大反而不能得到桃子，于是挥剑自杀。

古冶子和公孙捷相继因功小食桃而感到耻辱也自杀身亡。

这个著名的“二桃杀三士”的历史故事，后人不知做过多少评判解说。

其实不论我们站在哪个角度上来评价，充斥在这个故事中最多的其实就是一颗被外物束缚、丧失本真的心。

晏子虽为国家大计，其手段还是多少有些残忍，但是田开疆、公孙捷、古冶子三人若不是惑于功利而相争，最后也不会中晏子的计，落得个羞辱而死的下场。

正是因为这样才会有很多智者仁人提倡“留些正气还天地”“遗个清白在乾坤”，哪怕这样的执著会让他们和荣华富贵无缘，甚至亲近死神，命丧黄泉。

在现实生活中，同样有一些人对待任何人、任何事时，总是从“是否有用”这点上来考虑。

他们交朋友，只是为了今后能有一个良好的人际关系；做工作，只是为了能够赚取更多钱财；谈恋爱，只是为了满足个人一时的私欲；孝敬父母，只是为了博取一个好名声……总之，不管做什么事，总是目地在先，名利当头。

这些人脸上是一致的笑容，心里却装着互不相同的预谋，为了达到目的不择手段。

然而这样为人处世，虽能“以利合”，终究逃不过“迫穷祸患害相弃”的际遇。

和这样的心境相比，“宁谢纷华而甘澹泊”则给人带来一股清新的气息。

一个人浮华不限、名利不求，一切顺其自然，虽然不会有大富大贵，至少可以做他自己，不留悔恨给自己，也不留把柄在人手。

<<菜根谭大全集>>

具体说来，处理问题纠葛，不丧失正气；挣钱谋生，不图物质享受；和人相处，真心相待；个人修养，不养妄心，专修谦和。
做得这一点，一个人也就品得了菜根中的真意。

<<菜根谭大全集>>

编辑推荐

《菜根谭大全集(超值白金版)》更好地启迪人生、造福社会，我们精心制作了这本书。

《菜根谭大全集(超值白金版)》以明刻本为底本，并在原文的基础上，加了精妙传神的译文，阐述其微言大义；以现代人的视角，在对原著箴言进行经典解读的同时联系当下，找到指导现实生活的经典智慧。

既保留了原著的精华，又彰显了《菜根谭》的现代价值和文化魅力。

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>