

<<菜根谭精粹大全集>>

图书基本信息

书名：<<菜根谭精粹大全集>>

13位ISBN编号：9787544149297

10位ISBN编号：7544149293

出版时间：2012-5

出版时间：洪应明、博瀚 沈阳出版社 (2012-05出版)

作者：博瀚 著

页数：354

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>

## &lt;&lt;菜根谭精粹大全集&gt;&gt;

## 前言

《菜根谭》是明代洪应明编著的一部通俗性著作。

洪应明，字自诚，号还初道人，籍贯不详。

据他另一部作品《仙佛奇踪》，得知其早年热衷仕途功名，晚年归隐山林，洗心向佛。万历三十年(1603)前后曾居住在南京秦淮河一带，潜心著述，有《菜根谭》传世。

《菜根谭》书名取自宋人汪信民语“人常咬得菜根，则百事可做”。

明人于孔兼进一步阐述道：“谭以菜根名，固自清苦历练中来，亦自栽培灌溉里得”。该书可以说是作者几十年间生活经历的所感所悟之作。

据《重刻原序》中指出，该书“有持身语，有涉世语，有隐逸语，有显达语，有介节语，有仁语，有义语，有禅语，有趣语，有学道语，有见道语”，足见该书是一部贴近社会生活的智慧之书。

读懂了《菜根谭》，更能体悟出人生的各种滋味。

《菜根谭》全书作为人生经验的指南，是一部有关修养、人生、处世、出世的语录集。全书对人的正心修身、养性育德、社会交往等各方面具有切实的指导意义。

在自身修养方面，洪应明强调“昨日之非不可留”，对待错误应及时改正，否则将阻碍人们对事理、天理的追求，同时，人们在闲暇无事时，应该认真反省。

人心如明珠，“以物欲障蔽之，犹明珠而混以泥沙，其洗涤犹易”，相反，“以情识补贴之，犹明珠而饰以银黄，其涤除最难”。

万万不可有害人之心。

同时，洪氏认为，君子修身应注意避免喜怒之情显露于色，“君子之心事，天青日白，不可使人不知；君子之才华，玉韞珠藏，不可使人易知。

”他要求人们“心体澄澈”，一尘不染，常常使自己处于明镜止水之中；意气平和，常常使自身处于风和日丽的气象中，调整自我，改变观念。

如此一来，“天下自无可厌之事”，“自无可恶之人”。

在面对大是大非、邪恶与正义的选择时，不应有任何妥协，一旦犹豫，就会丧失正道。

在遇到利害得失之时，亦不应斤斤计较。

为人处世方面，洪氏认为：“福莫福于少事，祸莫祸于多心。

唯省事者，方知少事之为福；唯平心者，始知多心之为祸。

”“处世让一步为高，退步即进步的张本；待人宽一分为福，利人实利己的根基。

”“想到白骨黄泉，壮士之肝肠自冷；坐老清溪碧嶂，俗流之胸次亦开。

”“遍阅人情，始识疏狂之足贵；备尝世味，方知淡泊之为真。

”“地阔天高，尚觉鹏程之窄小；云深松老，方知鹤梦之悠闲。

”这些无一不为作者多年的生活体悟。

一部《菜根谭》，看遍了人间冷暖，涵纳了人间万象。

本书编选了《菜根谭》中的精华语录，用历史中的典型案例加以生动阐释，以此解答生活中的种种困惑，力求让读者对每一条语录能有深刻的认识和理解。

由于时间仓促，谬误之处在所难免，敬请广大读者指正。

## <<菜根谭精粹大全集>>

### 内容概要

《菜根谭精粹大全集》乃明代道人洪应明收集编著的一部论述修养、人生、处世、出世的语录世集。

此书对于人的正心修身、养性育德，具有不可思议、潜移默化的力量，被视为中国这个人情社会的“社交明规则”。

《菜根谭精粹大全集》将《菜根谭》中的箴言在理想立志篇、修身处世篇、心态交往篇、做人做事篇四大方面加以归纳提炼，在原文翻译的基础上配以人情事理、人际角度的加以解读，希望读者能通过《菜根谭精粹大全集》有所感悟、有所获益，进而在人情社会中游刃有余地修身养性、得体处世、实现理想，共同营造我们的和谐社会。

<<菜根谭精粹大全集>>

作者简介

作者:(明)洪应明

## &lt;&lt;菜根谭精粹大全集&gt;&gt;

## 书籍目录

前言 理想立志篇 志向的修炼是一种境界 做正直的、崇高的人 人生要有所作为 目光要放长远 皇天不负苦心人 建大功和立大业必有艰难险阻 读书做事勿生私念 挫折是人生的一种挑战 树立上进奋发的雄心 大志 透过现象看本质 要具备克服困难的耐性 自助者必定得天助 亲自寻求答案会受益终身 问心无愧的信念一定要恪守 脚踏实地走好人生 细节决定成败 不要蹉跎了岁月 出身贫寒并不可怕 戒贪念 不要回避现实 要居安思危，临危不惧 不要给自己定过高的目标 不能自暴自弃 反省是一剂良药 适时地选择下个目标 要明白什么叫坐吃山空 真正的人生需要磨练 逆境磨练人的意志 居安之时要思危 修身处世篇 注重个人品德的修养 但留清白在人间 勿过分地要求他人 保持清静的心态 做情绪的主人 恶有恶报，善有善报 对他人好就是对自己好 曲意逢迎他人不可取 说话不当会惹祸 不可存害人之心 真心实意地对待朋友 做人要有主见 对待朋友和小人要讲究方法 害人就是害己 世态炎凉面前要冷静 用诚心宽容感化他人 少壮思老，富不忘本 努力做个无私欲的君子 做人要公私分明 欲望少一点，成功就会多一点 适时地放松一下自己 待人不能太刻薄 对平民百姓也要怀有敬畏之心 德才兼备是人才的标准 发现真实的自我 做人须学会忍耐 不攻击他人的短处 传心之诀 不要戴着面具做人 拥有一颗宁静致远的心 保持良好的心态 心态不同所导致的 做人做事篇 先吃苦，后享受 清心寡欲乃人之根本 谨记交往中的中庸之道 平平淡淡才是真 急流勇退乃自保之道 浪子回头金不换 逆境是进步的阶梯 失败乃成功之母 莫贪图享受 要学会平衡 心态 锋芒太露是假聪明 骄傲使人落后 莫为昨天而懊悔 做人应不偏不倚 控制欲望 正确对待他人的过失 走得直，行得正 保持纯真的本性 言行皆须深思熟虑 不要降低道德标准 光明磊落乃做人本色 不要被名利诱惑 做人要讲人格 视富贵名利如粪土 做人必须有气节 心是一切善恶的根源 堂堂正正地做人 尊卑高低重在德行 尊君子、憎小人 收起你的贪恋之心 做人一定要公正宽厚 善恶存于一念间 对贫贱富贵无厚薄之分 贪婪的人永不满足 切忌起贪心 金钱是祸根 莫受名利之害 勿受功名利禄的诱惑 贪小便宜吃大亏 知足者最富有 富贵并非永恒的 虚伪是最可悲的 做人要保持本色 不能太争强好胜 莫把自己看得太重 宠辱不惊是真聪明 无事一身轻最幸福 安分守己是快乐之本 要坚持真理 淡泊明志，严于律己 笑看人生 成与败 心态交往篇 心有喜神万事顺 大肚容人会得人助 礼让三分天地宽 真人不露相，露相不真人 幸福快乐取决于心态 不要忘记他人的恩惠 忠言逆耳皆利于行 不要想着和他人攀比 与人方便，于己方便 繁华奢侈皆过眼烟云 方圆宽严交互用 宽容仁厚将永富贵 容纳善与恶 耐心开导家人 不必邀功 要有恻隐之心 生活要有乐趣 退一步海阔天空 认识错误才会少走弯路 敢于分享和分担 营造家庭中的和睦气氛 做人要诚心诚意 做任何事都不能太过分 千万不能过于急躁 最重要的是结果 做事不能昧良心 闲时要有吃紧的心思 做事懂得通达求变 不要用极端的方式做事 不要成为书呆子 遇事不可太冲动 勿怀有太过分的心思 行事须谨慎小心 小心方能行得万年船 知错后要改过 少动口，多动脑 懂得给自己留退路 一切随缘 附录：  
《菜根谭》修身 应酬 评议 闲适 概论

## 章节摘录

版权页：插图：志向的修炼是一种境界原文：居轩冕之中，不可无山林的气味；处林泉之下，须要怀廊庙的经纶。

译文：身居显位高官的人，要保持一种隐居山林淡泊名利的思想；隐居在田园山林之中的人，必须要有胸怀天下治理国家的雄心壮志。

轩冕是一种身份的象征。

轩指马车，冕指中国古代帝王及地位在大夫以上的官员们戴的礼帽，轩冕比喻高官以及富贵之人。

廊庙是指从政为官，北宋名臣范仲淹《岳阳楼记》中写道：“居庙堂之高则忧其民，处江湖之远则忧其君。”

”其中的庙堂也是这个意思。

中国古代知识分子在人生态度上，一方面是积极入世，实现理想抱负；一方面恬淡出世，品味林泉真趣。

凡夫俗子如果没有崇高的社会责任感，没有济世救民的宏大抱负，那就既谈不上入世也谈不上隐退，不过随波逐流，随生随灭。

如诸葛亮没有帮助刘备建立蜀汉以前，别人称他是隐居的卧龙，这时他自称为隐士、山人。

当时一个襄阳隆中的普通农民能称为隐士吗？

他们没有任何志向抱负，自然就无所谓仕和隐了。

因而，隐是以仕为前提的，退是以进为前提的，没有积极进取的志向就谈不上退隐林泉的超脱。

救世济民的胸怀是退隐的前提条件。

相反的，从宦途退居于山庄野岭，过着自由自在生活的人，不可以完全忘记国家，要时时刻刻关心国事，在政治上有卓越的识见，爱国救国的抱负十分真切，才显出自己是高风亮节、明礼知义的人。

诸葛亮是历史上一代名相，被人们称为“卧龙先生”。

诸葛亮的少年时代，是在战乱流离中度过的，直到他进入成年时，才在襄阳城西的隆中置了一片田产，建了几间房子，姐弟三人一起定居下来，自此过着“躬耕垄亩”的生活。

但是，他身居隆中，却胸怀治理国家的雄心壮志。

刘备在新野时，徐庶向他推荐诸葛亮，说他是人中之龙，劝刘备亲自屈驾迎请。

刘备三顾茅庐之后得与诸葛亮相见，之后就在诸葛亮的茅屋中请教起天下大计来。

刘备说：“汉室倾危，奸臣专权，皇帝蒙尘，我自不量力，欲申大义于天下，却因智术短浅，狼狈至今，虽然如此，我大志尚存。

请问有何大计能使我完成夙愿呢？

”于是，诸葛亮对天下的形势进行了分析，为刘备指出了成就霸业的长远大计。

理路清楚，明确中肯，足见其超人的政治、军事头脑。

后来，刘备对关羽、张飞说：“我之得孔明，犹鱼得水。

”诸葛亮也依靠刘备施展了自己的抱负，成为辅佐蜀国的千古名相。

所以，我们在年轻时，一定要有远大的志向，有志不在年高，无志空活百岁；而我们一旦成功时，又要给自己留好退路，时时要有放手的念头，这样就能在任何情况下都游刃有余了。

做正直、崇高的人原文：天理路上甚宽，稍游心胸中，使觉广大宏朗；人欲路上甚窄，才寄迹眼前，俱是荆棘泥涂。

译文：天理是自然的公理，是追求真理的正道，它就像一条宽敞的大路，只要人们略微用心探讨，心灵深处就会豁然开朗；欲望就好象一条狭窄的小路，刚一把脚踏上就觉得眼前全是一片坎坷难行崎岖不平的泥路，稍不小心就会陷进泥潭寸步难行。

人要有崇高的理想，有一个坚定的奋斗目标，具备了这些，就好象走上了一条平坦的大道，假如世人都能顺着这条光明的坦途前进，那么他们的前途自然光明远大。

伟大的革命者周恩来少年时期就在沈阳读书。

他学习非常勤奋、刻苦。

有一天，东关模范高等学堂的魏校长走进周恩来所在的教室，问所有人为什么而读书。

<<菜根谭精粹大全集>>

有人说：“为家父。

”意思是为了父亲的期望而读书。

有人说：“为明礼。

”意思是为了知书达理而读书。

还有人说：“为光耀门庭。

”意思是要光宗耀祖。

魏校长问周恩来：“你为什么读书？”

”周恩来站起来，大声地说：“为中华之崛起而读书。

”就是说为了中华民族的强大兴盛，像巨人一样挺立在世界而读书学习。

周恩来毕业以后，去过法国，参加了中国旅法共产主义小组的创建，回国以后，一直奋斗在中国共产主义革命的最前线，建国后更是成为中华人民共和国第一任总理和外交部部长。

高尔基说：“一个人追求的目标越高，他的才力发展得就越快，他对社会的贡献也就越大，我确信这是一条真理。

”为中华崛起而读书，是周恩来毕生的目标，唯此，周恩来才受到万民的景仰，成为完美的化身。

所以说，合乎天理的大道，无论什么时候都毫无障碍地在人的面前摆着。

人能循着这一条路走去，胸襟开朗，志向恢宏，无处不显示着光明，而前途自然就日见远大。

反之，人世间充满了欲望，这欲望的道路充满了穷屈和狭隘。

人心一到这个地方就被利欲蒙蔽，处处都受利欲的驱使，不用说前途不广，一旦不能自拔，便是遍地的荆棘和满路的泥涂，向前一行全身都受到恶浊污秽的熏染，久而久之愈陷愈深，使人坠入到无底的深渊。

日本古代有一个著名的强盗石川五史卫门，是个富豪之家的公子哥儿，有一天，他家来了客人，石川恶作剧地偷了客人的钱物。

他的乳母不但不责备他，反而称赞他的机敏。

五史卫门渐渐养成了偷盗的恶习，最后受了他人指使，行刺丰臣秀吉大关白被捉住而正法了。

作恶就是这样而来。

作恶虽然与先天的性格有关系，但是人生最初出发点的善恶关系极为重要。

多数的人初入人欲的道路，第一步走错了，便铸成终生的大错。

常言道：“一失足成千古恨，再回头已百年身。

”所以，我们一定要防微杜渐，一旦发现自己做错了事，便要马上回头，否则在错误的道路上会越走越远。



<<菜根谭精粹大全集>>

媒体关注与评论

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。

——明·于孔兼 横逆困穷。

是锻炼豪杰的一副炉锤。

能受其锻炼者，则身心交益；不受其锻炼者，则身心交损。

——明·洪应明 洪应明，字自诚，号还初道人，大约生活于明朝万历年间。

一生事迹鲜有记录，但是他的旷世之作《菜根谭》自面世以来，风靡海内外，其中充满禅意的话语，藏有沟壑万千的人生智慧，常读常新，是为不朽的人生经典。

——编者



## <<菜根谭精粹大全集>>

### 编辑推荐

《菜根谭精粹大全集》作为人生经验的指南，是一部有关修养、人生、处世、出世的语录集。  
《菜根谭精粹大全集》对人的正心修身、养性育德、社会交往等各方面具有切实的指导意义。  
《菜根谭精粹大全集》编选了《菜根谭》中的精华语录，用历史中的典型案例加以生动阐释，以此解答生活中的种种困惑，力求让读者对每一条语录能有深刻的认识和理解。

<<菜根谭精粹大全集>>

名人推荐

<<菜根谭精粹大全集>>

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>