

菜

根

譚

葉根譚題詞

逐客孤踪屏居蓬舍樂與方以內人遊
不樂與方以外人遊也安與千古聖賢
置辯於五經同異之間不與二三小
子漫談于雲山變幻之麓也曰與漁父
田夫朝吟唱咏於五湖之瀟綠野之坳
禾曰與競刀鋌榮升平唐文辭抒情於

冷熱之場腥羶之窟也間有習濂洛之
說者牧之習竺乾之業者闢之爲譚天
雕龍之辯者遠之此足臥畢乎坐中伎
倆矣適有友人洪自誠者持菜根譚示
予且丐乎序予始訖又然眎之曰旣而
徹几與陳編屏胸中樵慮手讀之則覺
具譚性命直人玄澁道人情曲盡岩隙

俯仰天地見胸次之夷猶塵芥功名知
識趣之高遠筆底陶鑪無非綠樹青崖
口吻化工盡是鸞飛魚躍此具自得何
如固未段深信亦據所擒詞悉辰卅醒
人之喫緊非人巨出口之浮華也譚以
菜根名固自清苦歷練中來夫自栽培
灌漑裡得具顛顛風波備嘗險阻可視

矣其子曰天勞我已形吾逸吾心以補
之天阨豕以遇吾言吾道以通之具所
自警自勿者又可思矣用是以數語并
之俾公諸人又知菜根中有真味也

三峰主人于乳兼題

菜根譚前集

還初道人洪自誠著

覺迷居士汪乾初校

棲守道德者寂寞一時依阿權勢者淒涼萬古
達人觀物外之物思身後之身寧受一時之
寂寞毋取萬古之淒涼

涉世淺點染亦淺歷事深機械亦深故君子與
其練達不若朴魯與其曲謹不若踈狂

君子之心事天青日白不可使人不知君子之
才華玉韞珠藏不可使人易知

勢利紛華不近者為潔近之而不染者為尤潔
智械機巧不知者為高知之而不用者為尤
高

耳中常聞逆耳之言心中常有拂心之事纔是
進德修行的砥石若言又悅耳事又快心便
把此生埋在鴆毒中矣

疾風怒雨禽鳥戚又霽日光風草木欣又可見
天地不可一日無和氣人心不可一日無喜
神

醲肥辛甘非真味真味只是淡神奇卓異非至
人至人只是常

天地寂然不動而氣機無息少停日月晝夜奔
馳而貞明萬古不易故君子閒時要有喫緊
的心思忙處要有悠閒的趣味

夜深人靜獨坐觀心始覺妄窮而真獨露每於
此中得 機趣既覺真現而妄難逃又於此
中得大慚忸

息裡由來生害故快意時須早回頭敗後或反
成功故拂心處莫便放手

藜口菟腸者多冰清玉潔袞衣玉食者甘婢膝
奴顏蓋志以澹泊明而節從肥甘喪也

田前的田地要放得寬使人無不平之嘆身後

的惠澤要流得長使人有不匱之思

徑路窄處留一步與人行滋味濃的減三分讓
人嗜此是涉世一極安樂法

作人無甚高遠事業擺脫得俗情便入名流為
學無甚增益功夫減除得物累便超聖境

交友須帶三分俠氣作人要存一點素心

寵利毋居人前德業毋落人後受享毋踰分外
修為毋減分中

處世讓一步為高退步即進步的張本待人寬
一分是福利人實利己的根基

蓋盡功勞當不得一個矜字彌天罪過當不得
一個悔字

完名美節不宜獨任分些與人可以遠害全身
辱行污名不宜全推引些歸己可以韜光養
德

留個有餘不盡的意思便造物不能忌我

鬼神不能損我若紫必求滿功必求盈者不生內變必召外憂

家庭有個真佛日用有種真道人能誠心和氣愉色婉言使父母兄弟間形骸兩釋意氣交流勝於調息觀心萬倍矣

好動者雲雷風燈嗜寂者死灰稿木須定雲止水中有鷲飛魚躍氣象絳是有道的心躰攻人之惡毋太嚴要思其堪受教人以善毋過

高當使共可從

糞虫至穢變為蟬而飲露於秋風腐草無光化
為螢而耀采於夏月固知潔常自污出明每
從晦生也

矜高倨傲無非客氣降伏得客氣寧而後正氣
伸情欲意識盡屬妄心消殺得妄心盡而後
真心現

飽後思味則濃淡之境都消色後思姪則男女

之見盡絕故人常以事後之悔悟破臨事之
痴迷則性定而動無不正

居軒冕之中不可無山林的氣味處林泉之下
須要懷廟廟的經綸

處世不必邀功無過便是功與人不求感德無
怨便是德

憂勤是美德太苦則無以適性怡情澹泊是高
風太枯則無以濟人利物

事窮勢蹙之人當原其初心功成行滿之士要
觀其末路

富貴家宜寬厚而反忌刻是富貴而貧賤其行
矣如何能享聰明人宜歛藏而反炫耀是聰
明而愚懵其病矣如何不敗

居卑而後知登高之為危處晦而後知向明之
太露守靜而後知好動之過勞養默而後知
多言之為躁

放得功名富貴之心下便可脫凡放得道德仁義之心下纔可入聖

利欲未盡害心意見乃害心之蝨賊聲色未必障道聰明乃障道之藩屏

人情反復世路崎嶇行不去處須知退一步之法行得去處務加讓三分之功

待小人不難於嚴而難於不惡待君子不難於恭而難於有禮

寧守渾噩而黠聰明留些正氣還天地寧謝紛
華而甘澹泊遺個清名在乾坤

降魔者先降自心心伏則群魔退聽馭橫者先
馭此氣又平則外橫不侵

教弟子如養閨女最要嚴出入謹交遊若一接
近匪人是清淨田中下一不淨種子便終身
難植嘉禾矣

欲路上事毋樂其便而姑為染指一染指便深

入萬仞理路上事毋憚其難而稍為退步一
退步便遠隔千山

念頭濃者自待厚待人亦厚處又皆濃念頭淡
者自待薄待人亦薄事又皆淡故君子居常
嗜好不可太濃艷亦不宜太枯寂

彼富我仁彼爵我義君子固不為君相所牽籠
人定勝天志一動氣君子亦不受造物之陶

鑄

風恬浪靜，不見人生之真境界。淡聲希處，識心體之本然。

立身不高一步，立如塵裡振衣泥中濯足。如何超達處，立不退一步處。如飛蛾投燭，羝羊觸藩，如何安樂。

學者要收拾精神，併歸一路。如修德而留意於事功名，譽必無實。誦讀書而寄興於吟咏風雅，定不深心。

人人有個太慈悲維摩屠劊無二心也處又有
種真趣味金屋茅簷非西地也只是欲蔽情
封當面錯過便咫尺千里矣

進德修道要個木石的念頭若一有欣羨便趨
欲境濟世經邦要段雲水的趣味若一有貪
着便墮危穢

古人無論作用安祥即夢寐神魂無非和氣凶
人無論行事狠戾即聲音咲語渾是殺機

肝受病則目不能視腎受病則耳不能聽病受於人所不見必發於人所共見故君子欲無得罪於昭又先無得罪於冥又

福莫福於少事禍莫禍於多心唯苦事者方知少事之為福唯平心者始知多心之為禍

處治世宜方處亂在宜圓處叔季之世當方圓並用待善人宜寬待惡人宜嚴待庸衆之人當寬嚴護存

我有功於人不可念而過則不可不念人有恩於我不可忘而怨則不可不忘

施恩者內不見已外不見人即斗粟可當萬金之惠利物者計已之施責人之報雖百鎰難成一文之功

人之際遇有齊有不齊而能使已獨齊乎已之情理有順有不順而能使人皆順乎以此相觀對治亦是一方便法門

心地乾淨方可讀書學古不然見一善行竊以
濟私聞一善言假以覆短是又藉寇兵而齎
盜糧矣

奢者富而不足何如儉者貧而有餘能者勞而
府怨何如拙者逸而全真

讀書不見聖賢為鉛槧傭居官不愛子民為衣
冠盜講學不尚躬行為口頭禪立業不思種
德為眼前花

人心有一部真文章都被殘編斷簡封錮了有
一部真鼓吹都被妖歌艷舞湮沒了學者須
掃除外物直覓本來纔有個真受用

苦心中常得悅心之趣得意時便生失意之悲
富貴名譽自道德來者如山林中花自是舒徐
繁衍自功業來者如盆檻中花便有遷徙廢
興若以權力得者如瓶鉢中花其根不植其
萎可立而待矣

春至時和。冬尚鋪一段好色。鳥且嘖幾句好音。
士君子幸。列頭角復遇溫飽。不思立好言行。
好事。雖是在世百年。恰似未生一日。

學者有段兢業的心思。又要有些瀟灑的趣味。
若一味歛束清苦。是有秋殺無春生。何以發
育萬物。

真廉無廉名。立名者正所以為貪。大巧無巧術。
用術者乃所以為拙。

歌器以滿覆撲滿以空全故君子寧居無不居
有寧處缺不處完

名根未拔者縱輕千乘甘一瓢總墮塵情空氣
未融者雖澤四海利萬壺終為剩技

心躰光明暗室中有青天念頭暗昧白日生
厲鬼

人知名位為樂不知無名無位之樂為最真人
知饑寒為憂不知不饑不寒之憂為更甚

為惡而畏人知惡中猶有善路為善而急人知善處即是惡根

天之機緘不測抑而伸又而抑皆是播弄英雄顛倒豪傑處君子只是逆來順受居安思危天亦無所用其伎倆矣

燥性者火熾遇物則焚寡恩者冰清逢物必殺凝滯固執者如死水腐木生機已絕俱難建功業而延福祉

福不可徼養喜神以為召福之本而已禍不可
避太殺機以為遠禍之方而已

十語九中未必稱竒一語不中則愆尤駢集十
謀九成未必歸功一謀不成則讎議叢興君
子所以窳默毋躁寧拙毋巧

天地之氣暖則生寒則殺故性氣清冷者受享
亦涼薄唯和氣熱心之人其福亦厚其壽亦
長

天理路上其寬稍游心胸中便覺廣大宏朗人
欲路上甚窄。絲寄迹眼前俱是荆棘泥塗。

一苦一樂相磨練。又極而成福者。其福始久。一
疑一信相叅勘。又極而成知者。其知始真。
心不可不虛。又則義理來居心不可不實。又則
物欲不入。

地之穢者多生物。水之清者常無魚。故君子當
存含垢納污之量。不可持好潔獨行之操。

泛駕之馬可就馳驅躍冶之金終歸型範只一
優游不振便終身無個進步白沙云為人多
病未足羞一生無病是吾憂真確論也

人只一念貪私便銷刮為柔塞智為昏變愚為
慘染潔為污壞了一生人品故古人以不貪
為寶所以度越一世

耳目見聞為外賊情欲意識為內賊只是主人
翁惺又不昧獨坐中堂賊便化為家人笑

未就之功不如保已成之業悔既往之失不如防將來之非

氣象要高曠而不可踈狂心思要縝密而不可瑣屑趣味要冲淡而不可偏枯操守要嚴明而不可激烈

風來踈竹風過而竹不留聲雁度寒潭雁去而潭不留影故君子事來而心始現事去而心隨空

清能有容仁能善斷明不傷察直不過矯是謂
蜜餞不甜海味不鹹纔是懿德

貧家淨掃地貧女淨梳頭景色雖不艷麗氣度
自是風雅士君子一當窮愁宜落柰何輒自
廢弛也

閑中不放過忙處有受用靜中不落空動處有
受用暗中不欺隱明處有受用

念頭起處終覺向欲路上去便挽從理路上來

一起便覺一覺便轉此是轉禍為福起死回生的關頭切莫輕易放過

靜中念慮澄徹見心之真體閑中氣象從容識心之真機淡中意趣冲夷得心之真味觀心證道無如此三者

靜中靜非真靜動處靜得來纔是性天之真境樂處樂非真樂苦中樂得來纔見心體之真機

舍已毋處其疑處其疑即所舍之志多愧矣施
人毋責其報責其報併所舍之心俱非矣
天薄我以福吾厚吾德以迓之天勞我以形吾
逸吾心以補之天阨我以遇吾亨吾道以道
之天且亦我何哉

貞士無心徼福天即就無心處牖其衷愴人着
意避禍天即就着意中奪其魄可見天之機
權最神之智巧何益

聲妓晚景從良一世之胭花無碍貞婦白頭失
守半生之消苦俱非語云看人只看後半截
真名言也

平民肯種德施惠便是無位的公相士夫徒貪
權市寵竟成有爵的乞人

問祖宗之德澤吾身所享者是當念其積累之
難問子孫之福祉吾身所貽者是要思其傾
覆之易

君子而詐善無異小人之肆惡君子而改節不
及小人之自新

家人有過不宜暴揚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
解凍如和氣消冰纔是家庭的型範

此心常看得圓滿天下自無缺陷之世界此心
常放得寬平天下自無險側之人情

澹泊之士必為濃艷者所疑檢飭之人多為放

肆者所忌君子處此固不可少變其操履亦不可太露其鋒芒

居逆境中周身皆鍼砭樂石砥節礪行而不覺處順境內滿前盡兵刃戈矛銷膏靡骨而不知

生長富貴叢中的嗜慾如猛火權勢似烈焰若不帶些清冷氣味其火焰不至焚人必將自燂矣

人心一真便霜可飛城可墮金石可貫若偽妄
之人形骸徒具真宰已亡對人則面目可憎
獨居則形影自媿

文章做到極處無有他奇只是恰好人品做到
極處無有他異只是本然

以幻迹言無論功名富貴即肢體亦屬委形以
真境言無論父母兄弟即萬物皆吾一體人
能看得破認得真統可任天下之負擔亦可

脫世間之韁鎖

爽口之味皆爛腸腐骨之藥五分便無殃快心
之事悉敗身喪德之媒五分便無悔

不責人小過不發人陰私不念人舊惡三者可
以養德亦可以遠害

士君子持身不可輕又則物能撓我而無怨閑
鎮定之趣用意不可重又則我為物泥而無

瀟洒活潑之機

天地有萬古此身不再得人生只百年此日最
易過幸生其間者不可不知有生之樂亦不
可不懷虛生之憂

怨因德彰故使人德我不若德怨之兩忘仇因
恩立故使人知恩不若恩仇之俱泯

老來疾病都是壯時招的衰後罪孽都是盛時
作的故持盈履滿君子尤競又焉

市私恩不如扶公議結新知不如敦舊好立禁

名不如程隱德尚奇節不如謹庸行

公平正論不可犯手一犯則貽羞萬世權門私
實不可着脚一着則點污終身

曲意而使人喜不若直躬而使人忌無善而致
人譽不若無惡而致人毀

處父兄骨肉之變宜從容不宜激烈遇朋友交
遊之失宜剴切不宜優游

小處也泰漏暗中不欺隱末路不怠荒總是個

真正英雄

千金難結一時之歡一飯竟致終身之感蓋愛
重反為仇薄極翻成喜也

藏巧於拙用晦而明寓清於濁以屈為伸真
世之一壺藏身之三窟也

衰頹的景象就在盛滿中發生的機緘即在零
落內故君子居安宜操一心以慮患處變當
堅百忍以處成

驚竒喜異考無遠大之識苦節獨行者非恒久之操

當怒火愆水正騰沸處明知得又明又犯著知的是誰犯的又是誰此處能猛然轉念和魔便為真君矣

毋偏信而為奸所欺毋自任而為氣所使毋以己之長而形人之短毋因己之拙而忌人之能

人之短處要曲為彌縫如暴而揚之是以短攻
短人有頑的要善為化誨如忿而嫉之是以
頑濟頑

遇沉又不語之士且莫輸心見悻又自好之人
應須防

念頭昏散處要知提醒念頭喫緊時要知放下
不然恐去昏又之病又來懂又之擾矣

霽日青天倏變為迅雷震電疾風怒雨倏轉為

朗月晴空氣機何常一毫凝滯太虛何常一毫障塞人心之體亦當如是

勝私制欲之功有曰識不早力不易者有曰識得破忍不過者蓋識是一顆照魔的明珠力是一把斬魔的慧劍兩不可少也

覺人之詐不形於言受人之侮不動於色此中有無窮意味亦有無窮受用

橫逆困窮是煅煉豪傑的一副鑪錘能受其煅

煉則身心交益不受其煅煉則身心交損

吾身一小天地也使喜怒不愆好惡有則便是
燮理的功夫天地一大父母也使民無怨咨
物無氛疹亦是敦睦的氣象

害人之心不可有防人之心不可無此戒踈於
慮也寧受人之欺毋逆人之詐此警傷於察
也二語並存精明而渾厚矣

毋因群疑而阻獨見毋任己意而廢人言毋私

小惠而傷大軀毋借公論以快私情

善人未能急就不宜預揚恐來謔譖之奸惡人
未能輕去不宜先發恐招媒孽之禍

青天白日的節義自暗室屋漏中培來旋輒轉
坤的經綸自臨深履薄處操出

父慈子孝兄友弟恭縱做到極處俱是合當如
此着不得一毫感激的念頭如施者任德受
者懷恩便是路人便成市道矣

有妍必有醜為之對我不誇妍誰能醜我有潔
必有污為之仇我不好潔誰能污我

炎涼之態富貴更甚於貧賤妬忌之心骨肉尤
狠於外人此處若不當以冷暘袖以平氣鮮
不日坐頰惱障中矣

功過不容少混又則人懷隋隳之心恩仇不可
太明又則人起携貳之志

爵位不宜太盛太盛則危能事不宜盡畢盡畢

則衰行誼不宜過高過高則謗興而毀來
惡忌陰善忌陽故惡之顯者禍淺而隱者禍深
善之顯者功小而隱者功大

德者才之主才者德之奴有才無德如家無主
而奴用事矣幾何不魍魎而猖狂

鋤奸杜倖要放他一條去路若使之一無所容
譬如塞鼠穴者一切去路都塞盡則一切好
物俱咬破矣

當與人同過不當與人同功同功則相忌可與
人共患難不可與人共安樂共安樂則相仇
士君子貧不能濟物者過人痴迷處出一言提
醒之遇人急難處出一言解救之亦是無量
功德

饑則附飽則離煖則趨寒則棄人情通患也君
子宜當淨拭冷眼慎勿輕動刮腸

德隨量進量由識長故欲厚其德不可不弘其

量欲弘其量不可不大其識

一燈螢然萬籟無聲此吾人初入冥寂時也曉
夢初醒群動未起此吾人初出混沌處也乘
此而一念迴光炯然返照始知耳目口鼻皆
桎梏而情欲嗜好悉機械矣

反己者觸事皆成藥石尤人者動念即是刀斧
一以闢衆善之路一以濬諸惡之源相去霄

壤矣

事業文章隨身銷毀而精神萬古如新功名富貴逐世轉移而氣節千載一日君子信不當以彼易此也

魚網之設鴻則罹其中螳螂之貪雀又乘其後機裡藏機變外生變智巧何足恃哉

作人無點真懇念頭便成個花子事又皆虛涉世無段圓活機趣便是個木人處又有碍

水不波則自定鑑不翳則自明故心無可清去

其混之者而清自現樂不必尋太其苦之者而樂自存

有一念而犯鬼神之禁一言而傷天地之和一事而釀子孫之禍者最宜切戒

事有急之不自寬之或自明毋躁急以速其忿人有操之不從者縱之或自化毋操切以益其頑

如篆傲青雲文章高白雪若不以德性陶鎔之

終為血氣之私技能之末

謝事當謝於正盛之時居身宜居於獨後之地
謹德須謹於至微之事施恩務施於不報之
人

交市人不如友山翁謂朱門不如親白屋聽街
談巷語不如聞樵歌牧詠談今人失德過舉
不如述古人嘉言懿行

德者事業之基未有基不固而棟宇堅久者心

者後裔之根未有根不植而枝葉榮茂者

前人云拋却自家無盡藏沿門持鉢效貧兒又云暴富貧兒休說夢誰家竈裡火無烟一箴自昧所存一箴自誇所有可為學問切戒

道是一件公衆物事當隨人而接引學是一個尋常家飯當隨事而警惕

信人者人未必盡誠已則獨誠矣疑人者人未必皆詐已則先詐矣

念頭寬厚的如春風煦育萬物遭之而生念頭
忌刻的如朔雪陰凝萬物遭之而死

為善不見其益如草裏東瓜自應暗長為惡不
見其損如庭前春雪當必潛消

遇故舊之文意氣要愈新處隱微之事心迹宜
愈顯待衰朽之人恩禮當愈隆

勤者敏於德義而吝人借勤以濟其貪儉者淡
於貨利而吝人假儉以飾其吝君子持身之

符反為小人營私之具矣惜哉

憑意興作為者隨作則隨止豈是不退之輪從
情識解悟者有悟則有迷終非常明之燈
人之過誤宜恕而在己則不可恕己之困辱當
忍而在人則不可忍

能脫俗便是奇作意尚奇者不為奇而為異不
合污便是清絕俗求清者不為清而為激
息宜自淡而濃先濃後淡者人忘其惠威宜自

嚴而寬先寬後嚴者人怨其酷

心虛則性現不息心而求見性如撥波覓月意
淨則心清不了意而求明心如索鑑增塵

我貴而人奉之奉此義冠大帶也我賤而人侮
之侮此布衣草履也然則原非奉我又胡為
喜原非侮我又胡為怒

為鼠常留餘憐蛾不點燈古人此等念頭是吾
人一點生天之法無此便所謂土木形骸而

已

心體便是天體一念之喜景星慶雲一念之怒
震雷暴雨一念之慈和風甘露一念之嚴烈
一日秋霜何者少得只要隨起隨滅廓然無碍
便與太虛同體

無事時心易昏冥宜寂又而照以惺又
有事時
心易奔逸宜惺又而主以寂又

議事者身在事外宜悉利害之情任事者身居

事中當忘利害之慮

士君子處權門要路操履要嚴明心氣要和易
毋少隨而近腥羶之黨亦毋過激而犯蜂虿
之毒

標節義者必以節義受謗榜道學者常因道學
招尤故君子不近惡事亦不立善名只渾然
和氣纔是居身之珍

遇欺詐的人以誠心感動之遇暴戾的人以和

氣薰蒸之遇傾邪私曲的人以名義氣節激
礪之天下無不入我陶冶中矣

一念慈祥可以醞釀兩間和氣寸心潔白可以
昭垂百代清芬

陰謀怪習異行竒能俱是涉世的禍胎只一個
庸德庸行便可以完混沌而召和平

語云登山耐側路踏雪耐危橋一耐字極有意
味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棒莽坑塹哉

誇逞功業炫耀文章皆是靠外物做人不知心
體瑩然本來不失即無寸功隻字亦自有堂
又正又做人處

忙裏要偷閑須先向閑時討個榻柄關中要取
靜須先從靜處立個主宰不然未有不因境
而遷隨事而靡者

不昧己心不盡人情不竭物力三者可以為天

地立心為生民立命為子孫造福

居官有二語曰惟公則生明惟廉則生威居家
有二語曰惟恕則情平惟儉則用足

處富貴之地要知貧賤的痛癢當少壯之時須
念衰老的辛酸

持身不可太皎潔一切污辱垢穢要如納得煙
人不可太分明一切善惡賢愚要包容得

休與小人仇讐小人自有對頭休向君子諂媚

君子原無私惠

縱欲之病可醫而執理之病難醫事物之障可除而義理之障難除

磨礪當如百煉之金急就者非遠養施為宜似千鈞之弩輕發者無宏功

宜為小人所忌毀毋為小人所媚悅宜為君子所責備毋為君子所包容

好利者逸出於道家之外其害顯而淺好名者

竄入於道義之中其害隱而深

受人之恩雖深不報怨則淺亦報之聞人之惡
雖隱不疑善則顯亦疑之此刻之極薄之尤
也宜切戒之

純夫毀士如寸雲蔽日不久自明媚子阿人似
隙風侵肌不覺其損

山之高峻處無木而谿谷迴環則草木叢生水
之湍急處無魚而淵潭停蓄則魚鱉聚集此

高絕之行褊急之衰君子重有戒焉

建功立業者多虛圓之士僨事失機者必執拗
之人

處世不宜與俗同亦不宜與俗異作事不宜令
人厭亦不宜令人喜

日既暮而猶烟霞繡爛歲將晚而更橙橘芳馨
故末路晚年君子更宜精神百倍

鷹立如騷虎行似病正是他櫻人嗔人手段處

故君子要聰明不露才華不逞絕有肩鴻任
鉅的力量

儉美德也過則為慳吝為鄙吝反傷雅道讓誌
行也過則為足恭為曲謹多出機心

毋憂拂意毋喜快心毋恃久安毋憚初難

飲宴之樂多不是個好人家聲華之習勝不是
個好士子名位之念重不是個好臣工

世人以心肯處為樂却被樂心引在苦處達士

以心拂處為樂終為苦心換得樂來

居盈滿者如水之將溢未溢切忌再加一滴處
危急者如木之將折未折切忌再加一搦
冷眼觀人冷耳聽語冷情當感冷心思理

仁人心地寬舒便福厚而慶長事又成個寬舒
氣象却夫念頭迫切便祿薄而澤短事又得
個迫切規模

聞惡不可就惡恐為纜夫洩怒聞善不可急親

恐引奸人進身

性燥心粗者一事無成心和氣平者百福自集
用人不宜刻又則思効者去交友不宜濫又則
貢諛者來

風斜雨急處要立得脚定花濃柳艷處要看得
眼高路危徑險處要回得頭早

節義之人濟以和衷纒不啟忿爭之路功名之
士承以謙德方不開嫉妬之門

士大夫居官不可竿牘無節要使人難見以杜
倖端居鄉不可嗔訐太高要使人易見以敦
舊好

大人不可不畏人大人則無放逸之心小民亦
不可不畏又小民則無豪橫之名

事稍拂逆便思不如我的人則怨尤自消心稍
怠荒便思勝似我的人則精神自奮

不可乘喜而輕譏不可因醉而生嗔不可乘快

而多事本可因倦而辭終

善讀書者要讀到手舞足蹈處方不落筌蹄善
觀物者要觀到心融神洽時方不泥迹象

天賢一人以誦衆人之愚而毒及遲兩長以形
人之短天富一人以濟衆人之困而毒反枝
所有以凌人之貧真天之戮民哉

至人何思何慮愚人不識不知可與論學亦可
與建功唯中才的人多一番思慮知識便多

一番億度清疑事又難與下手

口乃心之門守口不密洩盡真機意乃心之足
防意不嚴走盡邪蹊

責人者原無過於有過之中則情平責已者求
有過於無過之內則德進

子弟者大人之胚胎秀才者士夫之胚胎此時
若火力不到陶鑄不純他日涉世立朝終難
成個令器

君子處患難而不憂當宴遊而惕慮遇權豪而
不惧對博獨而驚心

桃李雖艷何如松蒼栢翠之堅貞梨杏雖甘何
如橙黃橘綠之馨冽信乎濃夭不及淡久卑
秀不如晚成也

菜根譚後集

還初道人洪自誠著

覺迷居士汪乾初校

譚山林之樂者未必真得山林之趣厭名利之
譚者未必盡忘名利之情

釣水逸事也尚持生殺之柄奕棋清戲也且動
戰爭之心可見喜事不如省事之為適多能
不若無能之全真

鶯花茂而山濃谷艷總是乾坤之幻境水木落
而石瘦崖枯纔見天地之真吾

歲月本長而忙者自促天地本寬而卻者自隘
風花雪月本閒而勞攘者自冗

得趣不在多盆池拳石間烟霞具足會景不在
遠蓬窓竹屋下風月自賒

聽靜夜之鐘聲喚醒夢中之夢觀澄潭之月影
窺見身外之身

鳥語虫聲總是傳心之訣
花英草色無非見道之文學者
要天機清徹胸次玲瓏觸物皆有會心處

人解讀有字書不解讀無字書
知彈有絃琴不知彈無絃琴
以迹用不以神用何以得琴書之趣

心無物欲即是秋空霽海
座有琴書便成石室丹丘

賓朋雲集烈飲淋漓樂笑俄而漏盡燭殘香銷
茗冷不覺反成嘔咽令人索然無味天下事
率類此人柰何不早回頭也

會得個中趣五湖之烟月盡入寸裏破得眼前
機千古之英雄盡歸掌握

山河大地已屬微塵而况塵中之塵血肉身軀
且歸泡影而况影外之影非上上智無了又

心

石火光中爭長競短幾何光陰蝸牛角上較雌
論雄許大世界

寒燈無焰散裘無溫總是播弄光景身如稿木
心似死灰不免墮落頑空

人肯當下休便當下了若要尋個歇處則婚嫁
雖完事亦不少僧道雖好心亦不了前人云
如今休去便休去若覓了時無了時見之卓
美

從冷視熱然後知熱處之奔馳無益從冗入閒
然後覺閒中之滋味最長

有浮雲富貴之風而不必岩棲穴處無膏盲泉
石之癖而常自醉酒耽詩競逐聽人而不嫌
盡醉恬淡適已而不誇獨醒以釋氏所謂不
為法纏不為空纏身心兩自在者

延促由於一念寬窄係之寸心故機閒者一日
遷於千古意廣者斗室寬若兩間

損之又損栽花種竹儘交還烏有先生忘無可
忘焚香煮茗絕不問白衣童子

都來眼前事知足者仙境不知足者凡境總出
世上因善用者生機不善用者殺機

趨炎附勢之禍甚慘六甚速棲恬守逸之味最
淡亦最長

松澗邊携杖獨行立處雲生破衲竹窓下枕書

高卧覺時月浸寒鐘

色慾火熾而一念及病時便興似寒灰名利銜
甘而一想到死地便味如嚼蠟故人常憂死
慮病亦可消幻業而長道心

爭先的徑路窄退後一步自寬平一步濃艷的
滋味短清淡一分自悠長一分

忙處不亂性湏閒處心神養得清死時不動心
湏生時事物看得破

隱逸林中無榮辱道義路上無炎涼

熱不必除而除此熱惱身常在清涼臺上窮不
可遣而遣此窮愁心常居安樂窩中

進步處便思退步庶免觸藩之禍着手時先畜
放手綫脫騎虎之危

貪得者分金恨不得王封公怨不受候權豪自
甘乞丐知是著藜羹旨於膏粱布袍煖於狐
貉編民不讓王公

矜名不若逃名趣練事何如省事閒

嗜寂者觀白雲幽石而通玄趣
榮者見清歌妙舞而忘倦
唯自得之士無喧寂無榮枯無往
非自適之天

孤雲出岫去留一無所係
朗鏡懸空靜躁兩不相干

悠長之趣不得於醞醞而得於啜菽飲水
惆悵之懷不生於枯寂而生於品竹調絲
固知濃處味常短淡中趣獨真也

禪宗曰饑來喫飯倦來眠詩旨曰眼前景致口
頭語蓋極尚寓於極平至難出於至易有意
者反遠無心者自近也

水流而境無聲得處喧見寂之趣山高而雲不
碍悟出有入無之機

山林是勝地一營恋便成市朝書畫是雅事一
貪痴便成商賈蓋心無染着豈覺是樞都心
有係恋樂境成苦海矣

時當喧襍則平日所記憶者皆漫然忘去境在
清寧則風音所遺忘者又恍爾現前可見靜
躁稍分昏明頓異也

慮花被下卧雪眠雲保全得一窩夜氣竹葉杯
中吟風弄月躲離了萬丈紅塵

袞冕行中著一藜杖的山人便增一段高風漁
樵路上著一袞衣的朝士轉添許多俗氣固
知濃不勝淡俗不如雅也

出世之道即在涉世中不必絕人以逃世了心
之功即在盡心內不必絕欲以灰心

此身常放在閒處榮辱得失誰能差遣我此心
常安在靜中是非利害誰能瞞昧我

竹籬下忽聞犬吠鷄鳴恍似雲中世界芸窗中
雅聽蟬吟鴉噪方知靜裡乾坤

我不希榮何愛乎利祿之香餌我不競進何畏
乎士宦之危機

徜徉於山林泉石之間而塵心漸息夷猶於詩
書圖畫之內而俗氣潛消故君子雖不玩物
喪志亦常借境調心

春日氣象繁華令人心神駘蕩不若秋日雲白
風清蘭芳桂馥水天一色上下空明使人神
骨俱清也

一字不識而有詩意者得詩家真趣一偈不叅
而有禪味者悟禪教玄機

機重的弓影疑為蛇蝎寢石視為伏虎此中渾
是殺氣念息的石虎可作海鷗蛙聲可當鼓
吹觸處俱見真機

身如不繫之舟一任流行坎止心似既灰之木
何妨力割香塗

人情聽鶯啼則喜聞蛙鳴則厭見蒼則思培之
遇草則欲去之俱是以形氣用事若以性天
視之何者非自鳴其天機非自暢其生意也

髮落齒疎任幻形之彫謝鳥吟花咲識自性之
真如

欲其中者波沸寒潭山林不見其寂虛其中者
涼生酷暑朝市不知其喧

多藏者厚亡故知富不如貧之無慮高步者瘁
顛故知貴不如賤之常安

讀易曉窓丹砂研松間之露譚經午案寶香
竹下之風

花居盆內終乏生機鳥入籠中便減天趣不若
山間花鳥錯襟成文翱翔自若自是悠然會
心

吾人只緣認得我字太真故多種又嗜好種又
煩惱前人云不復知有我安知物為貴又云
知身不是我煩惱更何侵真破的之言也

自老視少可以消奔馳角逐之心自瘁視榮可
以絕紛華靡麗之念

人情丑態修忽萬端不宜認得太真堯夫云昔
日所云我而今却是伊不知今日我又屬後
來誰人常作是觀便可解却胸中胃矣

熱鬧中着一冷眼便省許多苦心思冷落處存
一熱心便得許多真趣味

有一樂境界就有一不樂的相對待有一好光
景就有一不好的相乘除只是尋常家飯素
位風光纔是個安樂的窩巢

簾櫳高敞看青山綠水吞吐雲烟識乾坤之自
在竹樹扶疎任乳燕鳴鳩送迎時序知物我
之兩忘

知成之必敗則求成之心不必太堅知生之必
死則保生之道不必過勞

古德云竹影掃階塵不動月輪穿沼水無痕吾
儒云水流任急境常靜花落雖頻意自閑人
常持此立心以應事接物身心何等自在

林間松韻石上泉聲靜裡聽來識天地自然鳴
佩草際烟光水心雲影閑中觀去見乾坤最
上文章

眼看西晉之荆榛猶矜白刃身屬北邙之狐兔
尚惜黃金語云猛獸易伏人心難降谿壑易
填人心難滿信哉

心地上無風濤隨在皆青山綠樹性天中有化
育觸處見魚躍鳶飛

峩冠大帶之士一旦睹輕箬小笠飄然逸也
未必不動其咨嗟長筵廣席之豪一旦遇踈
簾淨几悠又烏靜也未必不增其縈戀人柰
何驢以火牛誘以風馬而不思自適其性哉
魚得水逝而相忘乎水鳥乘風飛而不知有風
識此可以超物累可以樂天機

狐眠敗砌兔走荒臺盡是當年歌舞之地露冷
黃花烟迷衰草悉屬舊時爭戰之場盛衰何

常強弱安在念此令人心灰

寵辱不驚閑看庭前花開
蒼落去留無意漫隨
天外雲卷雲舒

晴空朗月何天不可翱翔
而飛蛾獨投夜燭清
泉綠卉何物不可飲啄
而鴟鴞偏嗜腐鼠噫
世之不為飛蛾鴟鴞者
幾何人哉

纔就筏便思舍筏方是無事
道人若騎驢又復
覓驢終為不了禪師

權貴龍驤英雄虎戰以冷眼視之如蟻聚羶如
蠅競血是非蜂起得失蝟興以冷情當之如
冶化金如湯消雪

羈鎖於物欲覺吾生之可衰夷猶於性真覺吾
生之可樂知其可哀則塵情立破知其可樂
則聖境自臻

胸中既無半點物欲已如雪消爐焰冰消日眼
前自有一段空明時見月在青天影在波

詩思在灞陵橋上微吟就林岫便已浩然野興
在鏡湖曲遠獨往時山川自相暎發

伏久者飛必高開先者謝獨早知此可以免躓
蹙之憂可以消躁急之念

樹木至歸根而後知華萼枝葉之徒榮人事至
蓋棺而後知子女玉帛之無益

真空不空執相非真破相亦非真問世尊如何
發付在世出世徇欲是苦絕欲亦是苦聽吾

儕善自修持

烈士讓千乘貪夫爭一文人品星淵也而好名
不殊好利天子營家國乞人號饕餮位分霄
壤也而焦思何異焦聲

飽暗杳味一任覆雨翻雲總慵開眼會盡人情
隨教呼牛喚馬只是點頭

今人專求無念而念終不可無只是前念不滿
後念不迎但將現在的隨緣打發得去自然

漸又入無

意所偶會便成佳境物出天然纔見真機若加
一分調停布置趣味便減矣白氏云意隨無
事適風逐自然清有味哉其言之也

性天澄徹即饑飡渴飲無非康濟身心心地沉
澁縱譚禪演偈總是播弄精魂

人心有個直境非絲非竹而自恬愉不烟不茗
而自清芬須念淨境空慮忘形釋纔得以游

衍其中

金自鑛出玉從石生非幻無以求真真道得酒中
仙遇花裡雖雅不能離俗

天地中萬物人倫中萬情在界中萬事以俗眼
觀紛又各異以道眼觀種又是常何煩分別
何用取捨

神酣布被窩中得天地冲和之氣味足藜羹飯
後識人生澹泊之真

纏脫只在自心，又了則屠肆糟廛居然淨土，不然縱一琴一鶴一花一卉嗜好，雖清魔障終在語云能休塵境為真境，未了僧家是俗家信夫。

斗室中萬慮都捐，說甚畫棟飛雲珠簾捲，兩三杯後一真自得，唯知素琴橫月短笛吟風，萬籟寂寥中忽聞一鳥弄聲，便喚起許多幽趣，萬卉摧剝後忽見一枝擢秀，便觸動無限生。

機可見性天未常枯槁機神最宜觸發

白氏云不如放身心冥然任大造晁氏云不如
收身心凝然歸寂定放者流為猖狂收者入
於枯寂唯善操身心的柵柄在手收放自如
當雪夜月天心境便爾澄徹遇春風和氣境界
亦自冲融造化人心混合無間

文以拙進道以拙成一拙字有無限意味如桃
源犬吠桑間鷄鳴何等淳龐至於寒潭之月

古木之鴉工巧中便覺有衰颯氣象矣

以我轉物者得固不喜失亦不憂大地盡屬逍
遙以物役我者逆固生憎順亦生愛一毛便

生纏縛

理寂則事寂遣事執理者似太影留形心空則
境空去境存心者如聚糧却納

幽人清事總在自適故酒以不勸為歡棋以不
爭為勝笛以無腔為適琴以無絃為高會以

不期約為真率客以不迎

夷若一牽

丈泥迹便落塵世苦海矣

試思未生之前有何象貌又思既死之後作何
景色則萬念灰冷一性寂然自可超物外而
遊像先

遇病而後思強之為寶處亂而後思平之為福
非蚤智也倖福而先知其為禍之本貪生而
先知其為死之因其卓見乎

優人傅粉調硃效研醜於毫端俄而歌殘場罷
妍醜何存奕者爭先競後較雌雄於着子俄
而局盡子收雌雄安在

風花之瀟洒雪月之空清唯靜者為之主水木
之榮枯竹石之消長獨閒者操其權

田父野叟語以黃鷄白酒則欣然喜問以鼎卷
則不知語以緼袍絰褐則油然樂問以衮服
則不識其天全故其欲淡此是人生第一

境界

心無其心何有於觀釋氏曰觀心者重增其障
物本一物何待於齊莊生曰齊物者自剖其
同

笙歌正濃處便自拂衣長往漢蓮久撒手懸崖
更漏已殘時猶然夜行不憚咲俗士沉身苦
海

把握未定宜絕迹塵囂使此心不見可欲而不

亂以澄吾靜。躰操持既堅。又當混迹風塵。使
此心見可欲而亦不亂。以養吾圓機。

喜寂厭喧者。徃又避人以求靜。不知意在無人。
便成我相心。着於靜。便是動根。如何到得人
我一視動靜兩忘的境界。

山居胸次清洒。觸物皆有佳思。見孤雲野鶴而
起超絕之想。遇石澗流泉而動澡雪之思。撫
老檜寒梅而勁節挺立。侶沙鷗麋鹿而機心

頓忘若一走入塵寰無論物不相關即以身
亦屬贅旒矣

興逐時來芳草中
撒履閑行野鳥忘機時作伴
景與心會落花下披襟兀坐白雲無語漫和
留

人生福境禍區皆念想造成故釋氏云利欲熾
然即是火坑貪愛沉溺便為苦海一念清淨
烈焰成池一念警覺船登彼岸念頭稍異境

界類殊可不慎哉

繩鋸木斷水滲石穿學道者須加力索水到渠成瓜熟蒂落得道者一任天機

機息時便有舞到風來不必苦海人盡心遠處自無車塵馬跡何須痼疾丘山

草為藥便礙葫蘆於根底時序雖凝寒終
四時於飛灰萌殺之中生又之意常為之
三歸此可以見天地之心

兩餘觀山色景象更覺新妍夜靜聽鐘磬音響
尤為清越

登高使人心曠臨流使人意遠讀書於兩旁之
夜使人神清舒肅於立阜之巔使人興邁

心曠則萬物如瓦缶心隘則一髮似車輪

無風月花柳不成造化無情欲嗜好不成心跡
只以我轉物不以物役我則嗜慾莫非天機
塵情即是理境矣

就一身了一身者方能以萬物付萬物還天下
於天下者方能出世間於世間

人生太閑則別念竊生太忙則真性不現故士
君子不可不抱身心之憂亦不可不耽風月
之趣

人心多從動處失真若一念不生澄然靜坐雲
興而悠然共逝雨滴而冷然俱清鳥啼而欣
然有會花落而滿然自得何地非真境何物

無真機

子生而母危，錐積而盜窺，何喜非憂也。貧可以節用，病可以保身，何憂非喜也。故達人當順逆一視而欣戚兩忘。

耳根似飈谷，投響過而不留，則是非俱謝。心境如月池，浸色空而不著，則物我兩忘。

堽人為榮利纏縛，動曰塵堽。苦海不知雲白山青，川行石立。花迎鳥咲，谷谷然謠堽亦不塵。

海亦不苦，德自慶苦其心爾。

花看半開，酒飲微醺，此中大有佳趣。若至爛熳，
醞醞便成惡境。笑履盈滿者，宜思之。

山肴不受壺間，灌溉野禽不受壺間。豢養其味，
皆香而且冽。吾人能不為壺法所點染，其臭味不迥然別乎。

栽花種竹，玩鶴觀魚，亦要有段自得處。若徒留
連光景，玩弄物華，亦吾儒之口耳，終氏之福。

空而已有何佳趣

山林之士清苦而逸趣自饒農野之夫卸畧而天真渾具若一失身市井但儉不若轉死溝壑神骨猶清

非分之福無故之獲非造物之釣餌即人垂之機阱以處暑眼不高鮮不墮彼術中笑

人生原是一傀儡只要根蒂在手一線不亂卷舒自由行止在我一毫不受他人提撥便超

出此場中笑

一事起則一害生故天下常以無事為福讀前人詩云勸君莫話封侯事一將功成萬骨枯又云天下常令萬事平匣中不惜千年死雖有雄心猛氣不覺化為冰霰矣

淫奔之婦矯而為伉熱中之人激而入道清淨之門常為婬邪之淵藪也如此

波浪蕪天舟中不知惧而舟外者寒心猖狂罵

座席上不知擊為席外者咋舌故君子身雖
在事中心要超事外也

人生減省一分便超脫一分如交遊減便免紛
擾言語減便寡愆尤思慮減則精神不耗聰
明減則混沌可完彼不求日減而求日增者
真桎梏此生哉

天運之寒暑易避人世之炎涼難除人世之炎
涼易除吾心之冰炭難去又得此中之冰炭

則滿腔皆和氣自隨地有春風矣

茶不求精而壺亦不燥酒不求冽而樽亦不空
素琴無絃而常調短笛無腔而自適縱難超
越羲皇亦可匹儔嵇阮

釋氏隨緣吾儒素位四字是渡海的浮囊蓋在
路茫茫只一念求全則萬緒紛起隨寓而安則
無入不得矣

童子心虛而雉馴海翁機息而鷗下唯箴機挾

詐之人神形兩相猜疑肝胆自為胡越豈惟
物不能動抑且身自為仇

草木之芳菲魚鳥之飛躍烟雲風月之逸宕而
光霽皆吾性的生機若被塵勞羈鎖物欲翳
障觸目不見一點趣味吾性亦索然稿矣

丑態有炎涼而我無嗔喜丑味有濃淡而我無
欣厭一毫不落世情巢臼便是一在丑出丑
法也

寧為璞玉毋為圭璋寧為素絲毋為黃裳凡事
不受人益歟心便與天遊

人心一有粘帶便鴻毛重若泰山唯因物付物
洒然自得則堯舜遜讓不過三杯酒湯武征
誅真是一局棋矣

奔走風塵者心冗意迫百年恍若一瞬棲遲泉
石者念息機關一日真如小年