



CAI GEN TAN



蔡志忠漫画

弄根譚

人生的滋味



生活·讀書·新知 三联书店



目次

漫谈 《菜根谭》

漫话漫画 《菜根谭》

《菜根谭》——人生的滋味

虞祖尧 5

赵宁 7

9

淡中知真味，常里识英奇 10

闲时吃紧，忙里悠闲 11

淡泊明志，肥甘丧节 12

眼前放得宽大，死后恩泽悠久 13

路要让一步，味须减三分 14

侠义交友，纯心做人 15

退即是进，与即是得 16

骄矜无功，忏悔灭罪 17

动静合宜，道之真体 18

轩冕客志在林泉，山林士胸怀廊庙 19

作事勿太苦，待人勿太枯 20

知退一步之法，加让三分之功 21

对小人‘不恶’，待君子有礼

22

超越天地之外，人于名利之中

23

修德须忘功名，读书定要深心

24

真伪之道，只在一念

25

忘功不忘过，忘怨不忘恩

26

恶人读书，适以济恶

27

读书希望讲学躬行，居官爱民立业种德

28

苦中有乐，乐中有苦

29

谦虚受益，满盈招损

30

勿羡慕显，勿忧饥饿

31

阴恶之恶大，显善之善小

32

忧劳兴国，逸豫亡身

33

一念贪私，万劫不复

34

心公不昧，六贼无踪

35

勉励现前之业，图谋未来之功

36

不着色相，不留声影

37

动中静是真静，苦中乐见真乐

38

多种功德，勿贪权位

39

文章极处无奇巧，人品极处只本然

40

持盈履满，君子兢兢

42

大处着眼，小处着手

43

爱重反为仇，薄极反成喜

44

对阴险者勿推心，遇高傲者勿多口

45

大量能容，不动声色

46

人乃天地之缩图，天地乃人之父母

47

伦常本乎天性，不可任德怀恩

48

不夸妍好洁，无丑污之辱

49

应以德御才，勿恃才败德

50

穷寇勿追，投鼠忌器

51

趋炎附势，人情之常

52

须冷眼观物，勿轻动刚肠

53

人心惟危，道心惟微

54

自然造化之妙，智巧所不能及

55

云去而本觉之月现，尘拂而真如之镜明

56

急流勇退，与世无争

57

文华不如简素，谈今不如述古

58

修身种德，事业之基

59

心善而子孙盛，根固而枝叶荣

60

道乃公正无私，学当随事警惕

62

律己宜严，待人宜宽

63

人情冷暖，世态炎凉

64

慈悲之心，生生之机

65

居官公廉，居家恕俭

66

处富知贫，居安思危

67

勿仇小人，勿媚君子

68

喜忧安危，勿介于心

69

宴乐声色名位，三者不可过贪

70

冷静观人，理智处世

71

躁性僨事，和平徼福

72

恶不可即就，善不可即亲

73

酷则失善人，滥则招恶友

74

不轻诺，不生嗔，不多事，不倦怠

75

守口须密，防意须严

76

不忧患难，不畏权豪

77

菜根谭后集

言者多不顾行，谈者未必真知

79

无为无作，优游清逸

80

世间之广狭，皆由于自造

81

乐贵自然真趣，景物不在多远

82

心静而本体现，水清而月影明

83

观形不如观心，神用胜过迹用

84

心无物欲乾坤静，坐有琴书便是仙

85

知机真神乎，会趣明道矣

86

万象皆空幻，达人须达观

87

泡沫人生，何争名利

88

广狭长短，由于心念

89

与闲云为友，以风月为家

90

隐者无荣辱，道义无炎凉

91

隐者高明，省事平安

92

超越喧寂，悠然自适

93

得道无牵系，静躁两无关

94

理出于易，道不在远

95

动静合宜，出入无碍

96

执着是苦海，解脱是仙乡

97

卧云弄月，绝俗超尘

98

云中世界，静里乾坤

99

不希荣达，不畏权势

100

圣境之下，调心养神 101
 春之繁华，不若秋之清爽 102
 得诗家真趣，悟禅教玄机 104
 像由心生，像随心灭 105
 来去自如，融通自在 106
 欲心生邪念，虚心生正念 107
 富者多忧，贵者多险 108
 处世流水落花，身心皆得自在 109
 处世忘世，超物乐天 110
 人生本无常，盛衰何可恃 111
 宠辱不惊，去留无意 112
 苦海茫茫，回头是岸 113
 求心内之佛，却心外之法 114
 野趣丰处，诗兴自涌 115
 在世出世，真空不空 117
 毁誉褒贬，一任世情 118
 澈见自性，不必谈禅 119

真不离幻，雅不离俗 119
 布茅蔬淡，颐养天和 120
 断绝思虑，光风霁月 121
 操持身心，收放自如 122
 自然人心，融和一体 123
 雌雄妍丑，一时假相 124
 祸福苦乐，一念之差 125
 若要工夫深，铁杵磨成针 126
 雨后山色鲜，静夜钟声清 127
 雪夜读书神清，登山眺望心旷 128
 万锺一发，存乎一心 129
 就身了身，以物付物 130
 不可徒劳身心，当乐风月之趣 131
 风迹月影，过而不留 132
 月盈则亏，履满者戒 133
 把握要点，卷舒自在 134
 超越口耳之嗜欲，得见人生之真趣 135

漫谈《菜根谭》

《菜根谭》作者洪应明，字自诚，号还初道人，生平事迹不详。据推测，他很可能是金坛县人士，是一位久居山林的隐士。该书成书和刊行的时间可能在万历年间的中后期或末期。这时，神宗皇帝治国无道，宦官专权，朝纲废弛，党祸横流，由嘉靖朝开始显露端倪的内忧外患至此更加深重起来，有识之士的思想异常沉闷，无法从当时十分激烈的社会矛盾中解脱出来，于是就会有人形诸笔墨，表达时代的心声。《菜根谭》与《金瓶梅》都是这个历史时期的作品，但它们的表现形式和社会效果是不同的。《金瓶梅》以文艺小说的形式揭露社会的黑暗，令人怵目惊心而深省；《菜根谭》则以道德格言的形式指示人性的善恶，教导人们如何从复杂的人际关系中得到超脱。《金瓶梅》以其恢宏的构筑、细腻描绘社会形相而成为文学珍品，广泛流传至今。《菜根谭》却只能以其孤高的道德说教流传于僧舍道观、骚人墨客之间，几百年间，时隐时现，险些失传。可是，《菜根谭》在日本却倍受社会各界人士的珍视，事业上成功的人爱读它，失意者亦爱读它；企业界、商界的人爱读它，政界、学术界的人士也爱读它。

《菜根谭》不是一部有系统的、逻辑严密的学术著作，而是三百多年前一位退职官僚的人生处世哲学的表白。作者揉合了儒家的中庸思想、道家的无为思想和释家的出世思想，成为一种在世出世的处世方法体系。这是该书最突出的一个特点。但《菜根谭》并非完全消极厌世的道德说教，它还有劝导人们建功立业，积极入世、乐观进取的一面。

例如，他说：「天地有万古，此身不再得；人生只百年，此日最易过。幸生其间者，不可不知有生之乐，亦不可不怀虚生之忧。」他的积极入世思想是有限度的，他要求人们应该坚持一种道德标准，符合时则可以积极入世，反之，则宁可「受一时之寂寞，毋取万古之凄凉」。这种讲究道德的原则立场对于现代社会依然有借鉴意义。

洪自诚《菜根谭》的文辞秀美，对仗工整，含义深邃，耐人寻味。台湾蔡志忠先生从其中选择一百二十五则，以其独特风格的漫画形式表现了洪氏的儒、道、释思想之三昧，确实别出心裁，读之颇令人心旷神怡。

我少时家境不裕，但生性乐观，经常喜咬橄榄数枚，蹲门坎儿上观看各种小人书、连环画和漫画，尤其是丰子恺、张乐平的作品，常常能给人们带来许多欢乐和希望，使人们忘记痛苦和烦恼。只有母亲唤吃菜饭的叫声能把我从观漫画的沉迷中叫醒回来。不知已有多少年没有再尝青橄榄和菜饭了，这次仔细观看蔡志忠的《漫画菜根谭》，使我很自然地联想到这两样东西，它们的清香和清味，联想到我当教师的清淡的一生。很清淡但很有味。

我相信我的学生、同事和企业界的一些朋友也都会喜欢这部漫画集的。它可以帮助我们体会人生的滋味，回顾过去，展望未来。朋友们，当你回味人生滋味的时候，不论你的感觉是甜、是酸、是苦、是辣，还是甜、酸、苦、辣的综合，都请别忘记人生的本味只是清淡这样一层意思。否则，岂不辜负了蔡君这部漫画的美意了吗？

一九八九年岁末，北京

漫话漫画菜根谭

——序蔡志忠漫画《菜根谭》——人生的滋味

各位读者大家好！欲做精金义玉的人品，定从烈火中锻来，思立掀天揭地的事功，须向薄冰上履过。」类此隽永简语，发人深思的文句，只要过目，一定会永铭于心，终身受益。不过，这三十二个字就是《菜根谭》的开场白。作者洪应明先生在书里阐明「性定菜根香」的真义。因为万味皆由根处发。「厚培其根，其味乃厚。」普光居士（我）在家中、车上、学校研究室里，各置一本，在为人处世，临进退两难之地，遇哭笑不得之时，就抓出来翻阅诵背，常会大事化小，小事化无，不惟减少摩擦，且能增加速度。方悟本书，真是一部有禅、有道、有情、有趣，可以固本培元，修身养性的宝典。

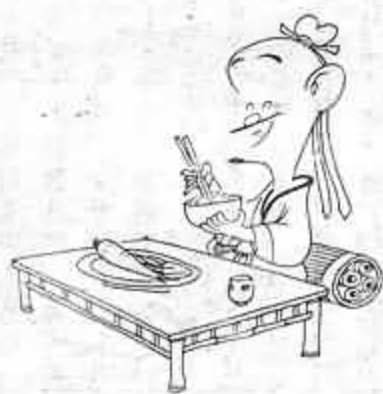
为什么佛经、《圣经》、《可兰经》全世界都有各种文字的版本呢？就是因为要劝世宏法，广为流传，让众生都能身体力行的缘故。志忠先生用锲而不舍的恒心，二十八年的功力，聪慧捷敏的才华，发扬诙谐的艺术，在漫画的天地挥洒自己的天空，既叫好又叫座。这些丰功伟业大家都耳熟能详，不需要老赵在此唠叨不休，但也许各位看官都不太了解，志忠吾兄也是一位够意思的朋友，他自己得到了《菜根谭》的好处，十分的快乐。又觉个独乐不如众乐，于是舞起滑稽突涕的画笔，「甜」「口」「公」心的娓娓向您倾诉，请看啊，请听啊！会心不在远，得趣不在多。白纸黑画间，便居然有万里山川之势；片言只语里，便宛然见千古圣贤之心。这才是高士的眼目呐，达人的胸襟。

志忠老友是一位特立独行，有为有守的艺坛奇士。他从十四岁扬帆于漫画的翰海里，便从此乘风破浪，勇往直前。无论惊涛骇浪或是一路顺风。冷月孤灯，还是掌声如雷，他永远摇晃着他那一头长发，紧紧握着手上的针笔，起三更，熬半夜的向您传递中国的情趣和漫画的美丽；在台北寒流来袭的隆冬，他有时会约普光居士一起到长安东路他心爱的小酒店，去享受日本的炭烧和清酒，上天下地，无所不说。每当酒酣耳热，曲终人散，推门出店，冷风扑面，耳际就会响起：「趋炎虽暖，暖后便觉寒威，食蔗能甘，甘余便生苦趣。何以养志于清修，而炎凉不涉；栖心于淡泊，而甘苦俱忘，其得为更多也。」原来啊！寒温冷暖，来去聚散，四财人情，都是在为东方古国士君子的智慧在做见证啊！

志忠大师拿赏心悦目的视觉艺术，来诠释宏扬补过进德修业的宝训菁华，亦庄亦谐，妙趣横生。取舍剪裁，俱见功力。这种寓教化于漫画的作品，不但极端幽默，也是社会教育的上乘境界。做为一个漫画界留职停薪的逃兵和滥竿师大社会教育系的教书匠来说，读毕了漫画《菜根谭》，清凉去火心旷神怡之余，如果不拚命鼓掌，大力推广，觉得不但愧对老友，也实在是有愧职守。所以东拉西扯，胡乱写下一点感想，各位读者，心地上无风涛，随在皆青山绿树，性天中有化育，触处都鱼跃鸢飞。对不对？哈！来首打油诗结尾吧：

去温去火去忧烦，蔡子漫画万家传，有情有趣还有禅，大家来看《菜根谭》。

菜根譚



酩酊香甜非真味
真味只是淡；
神奇卓异非至人，
至人只是常。

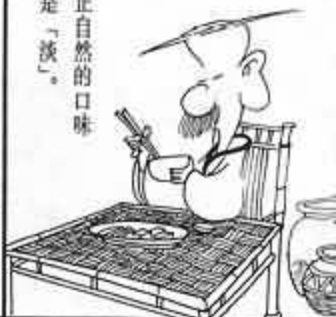


1
浓酒、美食、辣味、甜品不
是自然的口味；



2

真正自然的口味
只是「淡」。



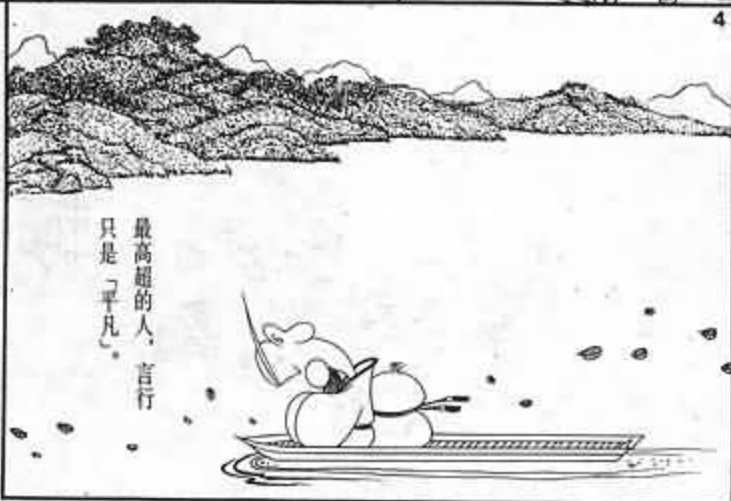
3

具有神奇特异才能的
人，不是最高超的人；



4

最高超的人，言行
只是「平凡」。



刺激、新奇的事物不能长久，
清淡平常才能保长。
任何刻意成就的，往往失去了
本来面目，自然才是真。



天地寂然不动，
而气机无息稍停；
日月昼夜奔驰，
而贞明万古不易。
故君子闲时要有吃紧的心思，
忙处要有悠闲的趣味。



天地像似寂然不动，
但气候变化从不停息。

日夜不停的交替，
但日月的光明，
却万古不变。



2

所以，君子闲时应居安思危，



忙时应忙里悠闲。



人要效法天地，不变中有
变，变中有不变。
平时心中不过于松懈，临事
内心不可浮躁。



藜口苳肠者，
多冰清玉洁，
衮衣玉食者，
甘婢膝奴颜。
盖志以淡泊明，
而节从肥甘丧也。



能甘于粗茶淡饭的人，



心性必定，
玉洁冰清。



追求繁华富贵，
锦衣美食的人，



3

往往会因为利益，而
像奴才般的去谄
媚权贵。



贪图物欲，
名节即因而丧失。



甘于淡泊不为物役，
抱负即能得以伸张！



5

人不求人自然直，甘
于粗茶淡饭的人，任何利
益都，能使他改变立场。



6

面前的田地要放得宽，使人无不平之叹；身后的恩泽要流得久，使人有不匮之思。



1

眼前心胸要放得宽……



2

才不会使人有所不满；

他做人真好！

真是无话可说。

是。



3

死后留给后人的恩泽，要能流得久远……



4

才能使后人有无尽的追思。



人应放开心田，对人体贴宽厚，就不会引起他人的不满，人应贡献己身，为大众谋求利益，自然会被人追思。





走在狭窄的小路上，
要让一步给人行走。

径路窄处，留一步与人行；
滋味浓的，减三分让人尝。
此是涉世一极安乐法。



遇到有利益的事，
何妨分出三分让人同享。



「世事让三分，天空
地阔；心田培一点，子
种孙收。」你对人谦让
几分，人也对你客气
几分。



这是立身处世的一种
安乐法则。

交友须带三分侠气，
做人要存一点素心。

与朋友交往，要有三分
侠义的心肠！



做人处事，要保存一颗
赤子之心。

朋友之间应互相勉励，有福同享，有难
同当。为人处事应以真诚之心，坦诚待
人，永远保持着善良的本性。



处世让一步为高，
退步即进步的张本；
待人宽一分是福，
利人实己的根基。



处世以能忍让
为最可资，



今日退一步，就是
日后进一步的本钱。



待人以能宽厚
为最有福，



今日便利别
人，就是日
后便利自己
的基础。



退即是进，与即是得，
不与人争，常得多利，能
退一步常进百步。



盖世功劳，当不得一个矜字；弥天罪过，当不得一个悔字。



即使立下盖世的功劳……



也抵挡不过一个「矜」字的消磨，

2



即使犯下滔天

的罪孽……



只要能及时悔悟，也可立地成佛。

4



纵算功高盖世，但若矜矜自傲必自败。而犯下滔天大祸者，若能由心底真诚的忏悔，则罪过也就消失了。



好动者，云电风灯；
嗜寂者，死灰槁木。
须定云止水，
有鸢飞鱼跃气象，
才是有道的心体。



好动的人，像风中
的烛火摇摆不定。



好静的人，像冷却
的灰烬，枯槁的树
木死气沉沉。



人的心应像在不
动的浮云中有如
自由飞翔的鸢鸟；



在静止的水流中
像任意跳跃的鱼



静中有动，动中有静，
这才是有道者的心胸。

动

静



人生在世，唯有动中

取静，静中取动，
动静合宜才不失
真趣。



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。



身居高官显爵时，应有隐居山林淡泊名利的观念。

大不了官不做，到山林隐居罢了。



而幽居山野泉林时，则应有出而治理国事的胸怀。



有机会就尽一己之力，为国家社会做点事。



身负国家重任的人，须淡泊名利，以立立人，以达达人，而一般的平民百姓也应时时关心国事，尽自己的一份力量。





但若是太过于操劳，
就违反本性而使心情
无法开朗愉快。



尽心尽力的做事是
一种美德，



忧勤是美德，
太苦则无以适性怡情；
淡泊是高风，
太枯则无以济人利物。



为人处事应抱持着中庸之
道不偏不倚，幸福快乐
才会源源而来。



但若是对事物过分冷漠，
则将失去人生的意义。



恬淡寡欲是一种
高尚的节操，



人情反，世路崎岖。
行不去处，须知退一步之法；
行得去处，务加让三分之功。

1

人情变化
无常，

你好

你好！

2

你混
蛋！



3

世路崎岖不平



4

走不过去的地方要有
退一步的打算，



5

容易通过的地方也
要有谦让三分的美德。



人心变化无常，人生道路坎坷
不平，遇狭路须知退一步海阔
天空，平坦顺利时别忘了让人
三分。



待小人，
不难于严，而
难于不恶；
待君子，
不难于恭，
而难于有礼。



对待小人严厉并不难，
而难在不去厌恶憎
恨他们。

1



你看你又
做错事了，
又懒又笨！



3



他原不
原谅我
了……

2



待小人严厉不难，
却难以包容的心去
宽恕他。待君子恭
敬不难，而难在如
何表现得恰到好处



哈哈，好
朋友，来
干一杯！

而难在掌握适度的礼仪表现。

4

彼富我仁，犹爵我义，君子固不为君相所牢笼；人定胜天，志一动气，君子亦不受造物之陶铸。



别人虽然富贵而我仍坚守着仁德。



别人虽居高官显爵而我仍坚守着节义。



一个君子绝不会被高官厚禄所笼络。



一个人若能坚决奋斗，必能战胜环境；集中意志能变化气质。



所以一个君子也不会为造物者所主宰。



一个有为有守的君子，应以仁爱待人，以道德处世。不因别人而动摇心志。宁可做个自由人，何必为名利富贵所困？



学者要收拾精神，并归一路。如修德而留意于事功名誉，必无实诣；读书而寄兴于吟咏风雅，定不深心。

常用內品爲賞亡件遺書而長其反用顯而節其才
之於內而提之於外實其輕者輔正其者此謂順政參伍
之善處文帝曰政與善無邪而顯公賜金帛 順政右禮
目有攻重之象也魚失於淵而不可復得也人主失其尊重
者我者利器也若操之以制臣民得之以據文選
爲政欲回國之制蓋不可以示人 靖郭君相

追求学问应集中精神，专心一致。

如果在潜修道德时仍去注意事功名誉，则必得不到真实的造诣。



读书时偏好吟咏诗文……

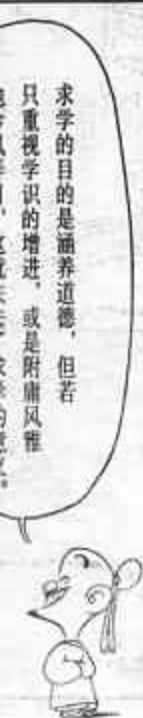
春有百花
秋有月
夏有凉风
冬有雪……

则必然不会用
心思考问题。

4

3

求学的目的是涵养道德，但若只重视学识的增进，或是附庸风雅



人人有个大慈悲，
 维摩、屠剑无二心也；
 处处有种真趣味，
 金屋、茅檐非两地也。
 只是欲闭情封，当面错过，便咫尺千里矣。



人人都有慈悲心，
 维摩居士和屠夫刽子手的本心
 并没有两样。

只是人心常被贪欲
 私情所蒙蔽，

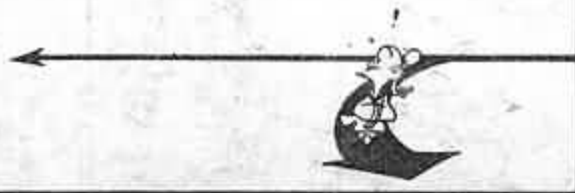


处处都有自然的
 趣味，华宇和陋
 舍并没有不同。



2

一旦走偏了，
 咫尺之差便隔
 去千里之遥。



4

「羞恶之心，
 人皆有之；是
 非之心，人皆有之。」
 人心
 本善却常有情欲所缚，
 正像光明的人忽然盲目
 失明，岂不可悲？」



我有功于人不可念，
而过则不可不念，
人有恩于我不可忘，
而怨则不可不忘。



我有好处在人家
身上时，不可以
记在心上。



但对人有了过失，
就不可以不记在
心上。



从前我曾助我
之恩，我没齿
难忘。



请别放
在心上。



别人有恩于我
不可忘。

3

事有可忘与不可忘，别人有恩于我
或我有过于人不可忘，相反的我
恩于人或别人有过于我则不可不
忘。这是与人相处和谐的基础。

别人有恩于我
不可不忘。

4

他们以前
曾欺负你
啊！



哈哈，
我早就
忘了。



心
方可读书学古。

不然，见一善行窃以济私，
闻一善言假以覆短，
是又藉寇兵而资盗粮矣。



南子
是以子贡言王言而子富用内美而盛貌亡保通古而
乘疑船之常明主绝之於内而施之於外者其理
殿位但其说在秦休信之善惠文君也故复
《势重者人主之谓也臣者势重之谓也
人主正者政托之於臣官利者利器也
夫身所托则臣也
左右重久据情也



心地纯洁无瑕，才可以读
圣贤书，学习古人的哲理，

2

否则，看到古人的善行，就
拿来用以达成私欲，

这句写
得真好，
可以偷
来用。



3

听到古人的佳句，就藉以掩饰自己
的过失，

你瞧！
古人也是
这样说
啊，证明
我没错。



4

这就好比借武器给敌人，送
粮食给盗贼一样啊！

这些武器
粮食送给
你！

嘻嘻



学问如加以善用，
则可修身治国。但心
术不正者，反而会利用
学问去做种种见不得
人的事。



读书不见圣贤，如铅槩佣；
居官不爱子民，如衣冠盗；
讲学不尚躬行，如口头禅；
立业不思种德，如眼前花。

读书不探求圣贤的哲理。

1

有如摹写契版的刻工。



3
做官不爱护百姓，
有如穿着衣冠的
盗贼。

谈学问却不身体力行，就像
只会念经而不懂佛理的和尚。



嘛呢阿弥陀佛
嘛呢阿弥陀佛
嘛呢阿弥陀佛
嘛呢阿弥陀佛



5

事业有成却不
积德，就像易凋
的花朵。

世间的事理都有真实和
假象。求学的目的在于书中的
哲理，而不是表面的成绩。
成就要与德业同行，才会有
根基。



苦心中，常得悦心之趣；得意时，便生失意之悲。

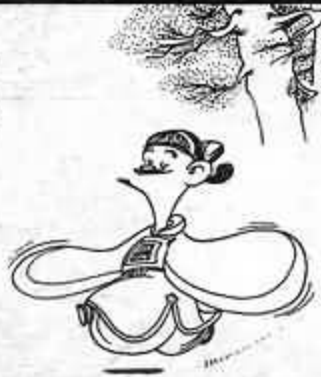
1

陷于困境苦心思虑时，



3

得意时，



2

往往会得到发自内心的喜悦，



4

则往往会产生失意的悲痛。



失意时，发愤图强，克服困境，当困境解除时，内心十分快慰，得意时，往往会因忘形，乐极生悲。



软器因装满了水而倾覆。



软器以满覆，扑满以空全。
故君子宁居无居有，
宁处缺不处完。



所以一个君子宁可处于无争无为，
也不愿处于有争有存的境地。



2

扑满因里面空无
一物而保全。



『弓满则折，月满则亏』，君子若能
虚怀若谷，安贫
乐道，则离正道
不远矣。

宁可处于欠缺不完整的环境，
也不愿事事要求完美无暇。

4



缺



人知名位为乐，不知无名无位之乐为最真；
人知饥寒为忧，不知不饥不寒之忧为更甚。

人都以为拥有
名利地位是一
大乐事，



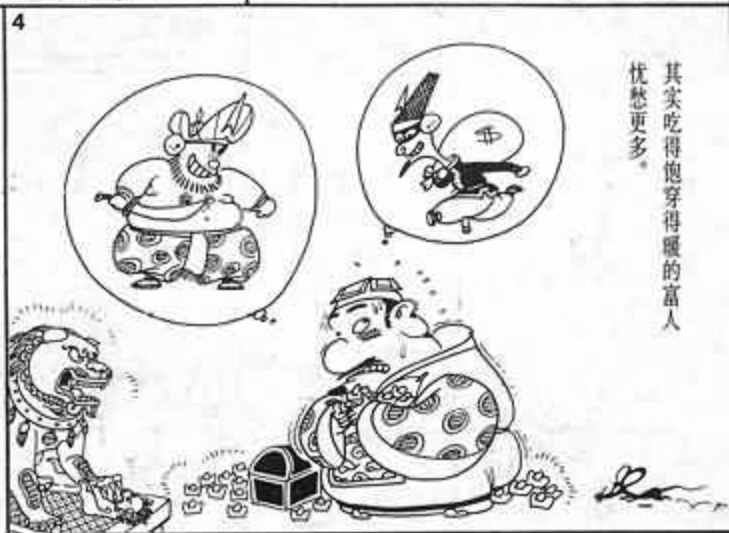
其实没有名利
地位，才
是真逍遥。



人都为了吃不饱
穿不暖的穷困而忧愁，



其实吃得饱穿得暖的富人
忧愁更多。



世事没有绝对的好坏善恶，
都有其得、失之处，只看
你从哪个角度去看！





足驾之马可就驰驱，跃冶之金
 终归型范。只一优游不振，便
 终身无个进步。白沙云：为人
 少病未足羞，一生无病
 是吾忧。」真确论也。



再顽劣凶悍的马也可以驾驭
 奔驰。



溅出熔炉的
 金属最后还是
 会被注入
 模型。



但只求贪图逸乐
 不肯振奋精神，
 终身便没有什么
 进步。

嘿嘿！别再
 浑浑噩噩的
 虚度光阴了。



一个人有很多缺点
 并不可耻，一生中
 没有缺点才是最值
 得担心的事。



明朝陈宪章说：

这句话说得
 一点也没错啊！

一个人不怕有缺点
 有过失，只怕知道了自
 己的缺点仍不知悔改。





就会使刚毅正直变为
柔弱无能，

2



使聪明智慧变为
昏昧无知，

3



人只要有一点贪求
私利的念头，

人只一念贪私，便销刚为柔，
塞智为昏，变恩为惨，
染洁为污，坏了一生人品。
故古人以不贪为宝，所以度越一世。

1



使仁慈心肠变为
阴狠毒辣，

4



从此败坏了一生
的品德。

6

别逃！

所以古人以不
贪求分外之物
为最可贵，才
能超越物欲的
诱惑而顺利
度过一生。

7

耳目见闻为外贼，
情欲意识为内贼。
只是主人翁惺惺不昧，
独坐中堂，贼便化为家人矣。

耳闻目见的声色是外来的贼人，



2

心中的情欲意识是
内在的贼人，

只要本身能保持清醒不昏聩，

3



清心
自在



4

镇定的独坐在正厅，守一执中。

5

那么这些外
贼内贼就会
变为自家人
了。



外界的诱惑使人迷
失自己，内心的贪念使
人陷入迷境。故应时时
警惕自己，保持着
本心的清醒。



图未就之功，不如保已成之业。
悔既往之失，不如防将来之非。

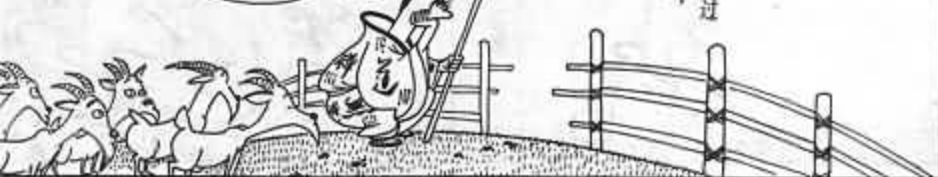
计划做没有把握的事，



不如保守着目前既有的成就基础。



后悔已经过
去的错误，



不如提防将来可
能会发生的过失。



要脚踏实地。从现有的稳定中求发展。若是失败了，要记取教训，不要活在悔恨中。



风来疏竹，
风过而竹不留声；
雁渡寒潭，
雁去而潭不留影；
故君子事来而心始现，
事去而心随空。



风吹竹林，风一吹过，
竹林并不再留下风声。



雁飞渡水潭，雁一
飞过，潭面不再留
下雁影。



所以君子应在事情
来临时，才以本性去自然
反应，



事情过去之后，心性又
恢复空的状态，不陷
入往事的泥沼中。



咣！



人往往为了还没来临的事
牵肠挂肚，为了已发生的事
懊恼后悔，于是日子过得
痛苦不堪了。



静中静非真静，动处静得来，
才是性天之真境；乐处乐
非真乐，苦中乐得来，才是心体
之真机。



在静寂无声中保持宁静，
不算真正的静；



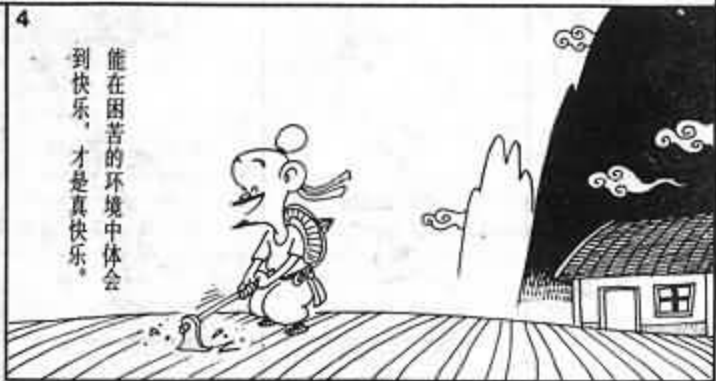
能在喧嚣的环境中静得下
来，才算真正达到静的境界。



在快乐的境遇里
感到快乐，不算
真正的快乐；



能在困苦的环境中体会
到快乐，才是真快乐。



人往往随着境遇而
改变心境，能超越境遇
不为境所迁，这时
才是心体之真机。



平民肯种德施惠，
便是无位的公相；
士夫徒贪权市宠，
竟成有爵的乞人。



一个老百姓如
能行善积德，
广施恩惠，

1

3

一个官吏如果只贪图权势地位，
而处处逢迎邀宠，

2

便是个没有爵位
的公卿宰相。



你真是救
苦救难的
菩萨啊！



圣上真是
英明啊，
了不起！



4

便成了有官爵
的乞丐。

以威拍得
不错，这
官位施舍
给你。



多谢圣上
圣明，谢
谢！谢谢！

人的尊卑高下，并
不在于地位的高低，
而在于德性的有无。
位居高官恋栈权位而
对上逢迎奉承，这
与乞丐有何差别？



文章做到极处，
只是恰好；
人品做到极处，
无有他异，
只是本然。

[illegible]

好的文章没有什么奇特

好的人品没有什么
和人不同的地方，只
是尽了本性。



写得恰
到好处
增一字
则太多
减一字
则太少。



他真是做到了仁至义尽了。



天地有万古，此身不再得；
人生只百年，此日最易过。

幸生其间者，
不可不知有生之
乐，亦不可不
怀虚生之忧。



大地万古不
变，可是人
的这一身却
不可再得。



2

人生百年，
日子很容易
就匆匆而过。



3

人生在世，
不可不知
生命的乐
趣。



也不可抱
着虚度一生
的忧虑。

4

天地长久，但生命却有限。
幸生为人，应随时随地体会
周边美好的一切，
才不会虚度此生。



老来疾病，
都是壮时招的；
衰后罪孽，都是盛时造的。
故持盈履满，君子尤兢兢焉。



年老时的疾病，
都是年轻时不
爱护身体所致。

2
衰败时的罪祸，都是得意
时不知检点所造成。



所以君子在富贵得意时，

4
言行举止要尤其谨慎
小心。



一个君子在富贵
得意时，应谨言慎行。
年轻时，要多注意身体，
一生才能安稳顺利。



小处不渗漏，暗处不欺隐，
末路不怠荒，才是个真正
英雄。



细微的地方也不疏忽失误！



别人看不见的地方也
不欺骗隐瞒！

十目所视，
十手所指，
其严乎！



穷困失意的时候
也不怠惰荒废，



这样才能算是个
真正的英雄。



「千丈之堤，毁于一蚁
之穴。」小事若不加注
意，往往是失败的祸源。



千金难结一时之欢，
一饭竟致终身之感。
盖爱重反为仇，
薄极翻成喜也。



即使以千金赠人，也很难获得别人的欢心。

这点小钱
请笑纳。



旁边摆
着吧！

有时一碗饭的
恩惠，也能
使人终身感
激。

这碗饭
给你吃



你忘恩
负义。

因为过分的宠爱
反而容易变成仇
恨。

你偷鸡
摸狗！



而一点点的恩惠反而
会使人感激不已。

想当年你
曾救济我
一碗米饭
解饥。

爱并不是建立在物质条
件上，而是给予适时的关
心。锦上添花，何如雪中
送炭来得实在？



遇沉沉不语之士，
且莫输心；
见悻悻自好之人，
应须防口。



遇到深沉阴险不太说话的人，
不要急着和他推心置腹坦诚相交；



2

看到满脸怒气高傲自恃的人，
应当谨慎小心不要随便开口。



表情冷峻深沉不语的人，多半阴险狡诈，城府极深，故不宜深交。
满脸怒气自以为是的人，多半是高傲自恃，刚愎自用，绝不会听取别人的意见，故应谨慎发言。





觉人之诈，不形于言，
受人之侮，不动于色。此中有
无穷意味，亦有无穷受用。



受到别人侮辱时，
不要立即表露在脸上。



吾身一小天地也，
使喜怒不怒，
好恶有则，便是变理的功夫；
大地一大父母也，
使民无怨咨，物无氛疹，
亦是敦睦的气象。



我们的身体就是一个小天地，

能够在喜怒之间
不犯过失，



使好恶之间有一定的标准，
就是一种谐和调理的功夫。



天地是万物的父母，能使民众没有
怨尤，使万物没有
灾祸，也就是一种
和睦的气象。



人心有喜怒哀乐之情和
鉴别好恶的良知。喜怒
好恶都有准则，行为举止
才能合于法度，才能培
养出健全的人格。



父慈子孝，
兄友弟恭，
纵做到极处，
俱是合当如此，
着不得一丝感激的念头。
如施者任德，受者怀恩，
便是路人，便成市道矣。

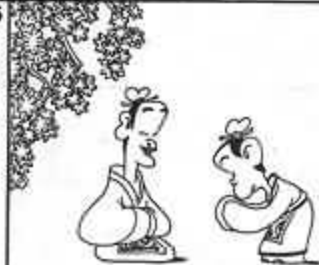


2
儿女对父母孝顺，

父母对儿女慈祥，



3
兄姐对弟妹爱护，
弟妹对兄姐恭敬。



4
这些亲情都
是本来如此
的，不必存
有感激的念
头。



5
如果施予的一方以施舍
恩惠的大恩人自任……



真是大逆
不道，也不
想想我养育
你之恩。



6
而接受的一方存着感恩
图报的心理，

7
我小的时候你
养我，你老的
时候我养你，
公平了吧？



那么彼此间便成
了路人了，这种
关系就像商业行
为了。



父慈子孝，兄友弟恭，
乃骨肉亲情的自然流
露，不是勉强而来的。
所以说：爱不须要说



有妍必有丑为之对，
我不夸妍，谁能丑我？
有洁必有污为之仇，
我不好洁，谁能污我？



有美好就有丑陋和它
成对比。

我诗书棋画
样样出色，
人品修养
无人能比。

如果我不自夸美好，
有谁会认为我丑陋呢？



有洁净就有污秽
和它成对比。



如果我不偏好洁净，
有谁能污秽我呢？

我纯洁无瑕，
一生都没
有污点。

现在有
污点了！



为人处世该谦冲为怀，
不要自夸自傲，自然就
不会招致无谓的毁谤和
污辱了。



德者才之主，才者德之奴。
有才无德，如家无主而奴用事矣，
几何不魑魅猖狂？



道德是才能的主人，
才能是道德的奴仆。

有才能而无道德，就好比一个
家没有主人而任由奴仆当家
管事。



是



我要你
向东！
我要你
向西！



是



向前一
直走，
一直走！



这样一来，怎能不使妖魔
鬼怪恣意而行呢？

3

有才无德的人，
不懂得谦冲自处，反而自矜自
傲专权跋扈，如此他的
才能对于社会不但无益，反而
是有害啊！



锄奸杜幸，
要放他一
条去路。

若使之一无所容，
譬如塞鼠穴者，一切去路都
基尽，则一切好物俱咬破矣。

铲除奸恶之徒，
要留给他一条生路。

把钱留下，
放你一
条生路，
你走吧！



如果使他没有
容身之地，

不成！
除恶务
尽，别想
溜！

可恶！
与你拼
命了！

反了！
反了！
反了！



就像堵塞老
鼠进出的洞
穴一样……

结果室内所有的
器物都会被咬破。

反了！
反了！
反了！

除恶应留给他们一条生
路，如不给他们一个改过自
新的机会，逼其陷于绝境，
则必使之铤而走险，造
成更大的不幸。



饥则附，饱则跑，
 煖则趣，寒则弃，
 人情通患也。



饥饿时就依附别人，



2

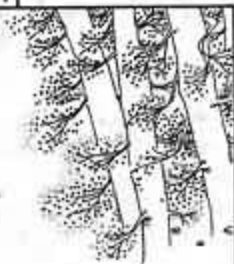


吃饱了便远走

高飞，



看见别人富贵就急
 着想攀附，



3



看到别人贫贱就
 鄙弃不顾。



这是一般人共有
 的毛病啊！



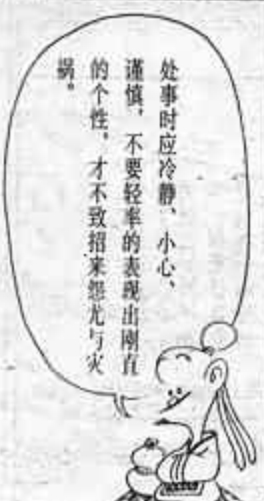
4

人往往因自己的际遇不同，
 而改变自己的态度；往往因别
 人的情况不同，而改变对别人
 的态度，这是一般人的通病！



君子宜净拭冷眼，
慎勿轻动刚肠。

君子应保持冷静、的态度
来观察事物，



谨慎小心不要轻易表现刚直
的性格。

你胆敢
有意见？

你对我
们不满
意？

处事时应冷静、小心、
谨慎，不要轻率的表现出刚直
的个性，才不致招来怨尤与灾
祸。

一灯萤然，万籁无声，此吾人初入宴寂时也；晓梦初醒，群动未起，此吾人初出混沌处也。乘此而一念回光，炯然返照，始知耳目口鼻皆桎梏，而情欲嗜好悉机械矣。



在微弱的灯光下，天地万物都已悄然无声，这就是我们身心要安息的时候。

清晨醒来，万物都还未开始活动，这是我们刚从迷濛中醒觉的时候。



如能趁这时反身内省，在理性光辉的照耀下，

就知道耳、目、口、鼻都是束缚心智的，



而情欲嗜好都是使人性堕落的机器。



人在就寝前、清醒后，是头脑最清明的时刻，如能利用此时作自省的功夫，将获益良多。

鱼网之设，鸿则罹其中；
螳螂之贪，雀又乘其后。
机里藏机，变外生变，
智巧何足恃哉！



为捕鱼而张设的鱼
网，竟有鸿雁受困
其中！



螳螂捕蝉……



却不知黄雀在
后窥伺。



玄机之中藏着玄机，
变化之外又生变化，
智慧技巧再高明也不
足以依赖呀！

人不可过于自恃，须
知人外有人，天外有天，
凡事应明察秋毫，瞻前顾后，
方能减少错误灾变的发生。



水不波则自定，
鉴不翳则自明。

故心无可清，去其混之者，
其清自现；乐不必寻，
去其苦之者，而乐自存。

水不起波浪自然就
平静，

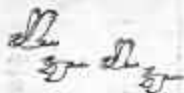


2

镜子不受遮掩自然
就明亮。



所以人心没有什么
可清洗的，只须去
除使心绪混乱的
杂念，自然清心
自在。



4

快乐不须往外寻求。



只须去除使身心痛苦的
根源，快乐自然存在。

5



人心本是清静，但
往往被妄想杂念所遮蔽，
因此只要拭去妄念，清
净光明的本心自然
就会出现。



谢事当谢于正盛之时，
居身宜居于独后之地。

引退当在事业巅峰
的时候！



处身最好是在与人
无争的地方。



「鸟尽弓藏，兔死狗烹」功成
应身退，方不致惹来祸患。
与人相处，不争名利，不计较利害
荣辱，处处谦让容人，就不会遭
人妒忌。



交市人不如友山翁，渴
朱门不如亲白屋；听街谈巷
语，不如闻樵歌牧咏；谈今
人失德过举，不如述古人嘉言
懿行。



与其结交城市中人，不如和
隐居山野的老翁做朋友。



与其攀交权贵人家，不如
亲近贫贱人家。



与其听那毫无凭据
的里巷传闻，不如听听
樵夫牧童的歌唱。



与其谈论周围人物的过
失，不如讲述先人的嘉
言善行。



结交富贵，不如
亲近隐士。凡人，

听是非之言不如听樵

歌牧咏；谈人是非不如

传述古人善行，趋祸

当然不如修德。



德有事业之基，
未有基不固而栋宇坚久者。

道德是建立事业
的基础。

道德



2

从来没有基础不稳固，而房子
能够坚固耐久的。



创立事业须先立下基础，基
础不固，则事业便无法持久，
而道德仁义正是事业的基础。



心者后裔之根，
未有根不植而枝叶荣茂者。

善良的本性是后世子孙
昌盛的根苗。



2

没有不栽种根苗而枝叶
能繁荣茂盛的道理。

根本坚固则枝叶必然茂盛，所以身心
健全，子孙才能绵延不绝。心地善良
纯正，处处积德行善，子孙才能获得
更多的恩泽。



前人云：「抛却自家无尽藏，沿门持钵效贫儿。」又云：「暴富贫儿休说梦，谁家灶里火无烟。」一箴自昧所有，一箴自夸所有，可为学问切戒。



古人说：

不要随意放弃自家无穷无尽的宝藏不用，而去向别人乞讨。



古人又说：

不要向人夸耀自己的才华与财富，你所拥有的别人未必比你少。



前一句是规诫人：不要忽视自己所拥有的。



后一句是规诫人：不要夸耀自己所拥有的。

这是做学问的人应该深切警惕的。



天下万物，每个个体都是独一无二，有其存在价值的，不必跟人比较，不要妄自菲薄，自欺自夸。



道是一重公众物事，当随人而接引。学是一个寻常家饭，当随事而警惕。

道

道是一种人人都可追求的事。

应当随着个人的性情去引导。



学问就像家常便饭一样简单。



学问只是人人都可求得的东西，只要虚心向学，则处处皆是学问。



看到好的我学习，看到坏的我警惕。



应当随着事物的变化而随时警戒惕励自己。

别人有了过错应该宽恕，

是的

但自己有了过错则不可宽恕。

严以律己宽以待人

自己遭受困窘应该要忍耐。

忍耐 忍耐 忍耐

但別人若遭受困窮則不可忍心不顧。

与人相处应该严
以律己宽以待人，自己
遭困境时要以毅力恒心
来突破，别人遭困境时
应及时伸出援手。

我贵而人奉之，奉此峨冠大带也；我贱而人侮之，侮此布衣草履也。然则原非奉我，我胡为喜；原非侮我，我胡为怒。



1

我富贵时，别人来奉承我，只是奉承我的权势、地位而已。



2

我贫贱时别人来侮辱我。



3

只是侮辱我的贫困，寒酸罢了。



4

然而，根本不是尊奉我本人，我何必高兴？

根本不是轻视我本人，我何必生气呢？



名利地位原是身外之物，得之不足为喜，失之不足为忧。表面虚伪的事物，不能换取真情至性的流露。



「为鼠常留饭，怜蛾不点灯」，
古人此等念头，是吾人一点
生生之机。无此，便所谓土木
形骸而已。



「为了怕老鼠饿死，
而经常留下点米饭。」



2

「为了怕飞蛾扑火伤身，
而夜晚不点灯烛。」



古人这种慈悲的念头，是使我们
生生不息的一种契机。



4

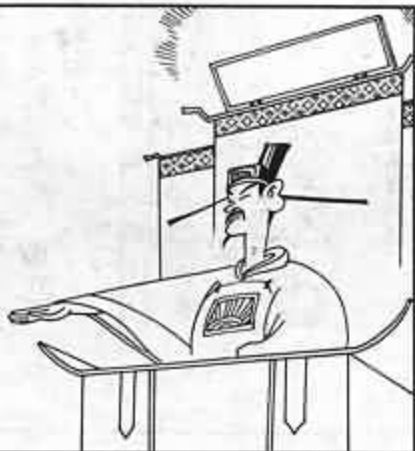
如果人无一点慈悲心怀，便和土
木一样，只是空有一副形体而已。



慈悲之心是一切有情
众生应有的本性，一切善
因果皆由慈悲而来，人
若无这念头，只是个行尸
走肉而已。



居官有二语，
曰：「唯公则生明，
唯廉则生威。」
居家有二语，
曰：「唯恕则情平，
唯俭则用足。」



做官从政有两句格言：
「唯有公正无私，才能
有清明的判断。」

治理家务也有两句格言：

唯有宽恕
包容，才
能平和安
乐。



「唯有廉洁不受贿赂，
才能保持威严。」



唯有节俭
朴实，才
能使家用
充足，不
虞匮乏。



居官当以公廉持身，
才能受人尊敬仰慕。
治家当以恕俭持身，
才能使家庭和乐安康。



处富贵之地，要知贫贱的痛痒；
当少壮之时，须念衰老的辛酸。

富贵时，要知道贫穷的痛苦。



再挥霍下去，家
财必会散尽……



少壮时，要想到年老时的悲楚。

再放纵下去，将来必成
个老酒鬼……

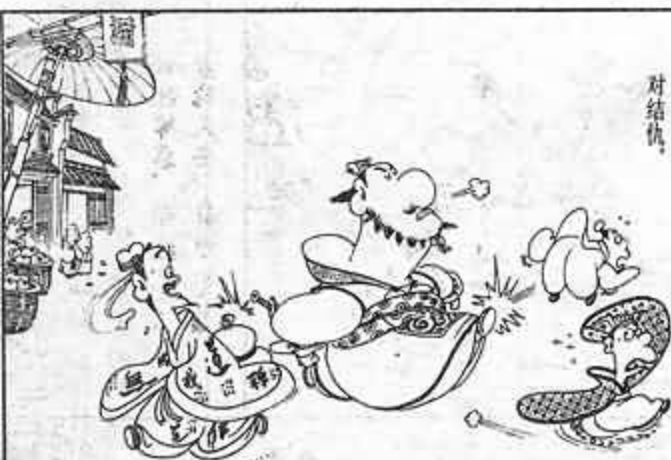


人无远虑，必有近忧。
处富知贫，居安思危。



休与小人仇讐，小人自有对头；
休向君子谄媚，君子原无私惠。

不要和小人敌
对结仇。



2

小人自然会有
他的对头。



3

不要对君子
逢迎取媚，



4

君子不会因而
给你特别的恩惠。



跟小人计较，只会
增加更多的困扰。
向君子取悦讨好，只
会招致对方的轻视。

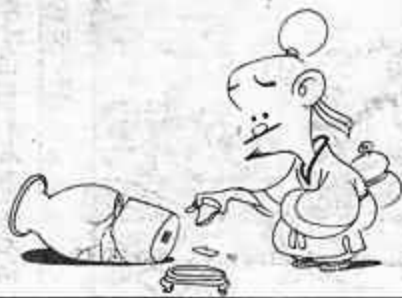


毋忧拂意，毋喜快心，
毋恃久安，毋惮初难。



1.

不要为了不如意
的事烦恼！



不要为了一时称心
如意而高兴！



哇哈哈，
我得到一
大笔横财
了！



2

不要因为长久的安定
而有恃无恐！



不要因起步困难
而退缩不前。



一个人当坚持信心和毅力，
不可为了一时的安定喜悦而
松懈了勤奋的精神，只有勇往
直前才能不断的突破和进步。



1
饮宴之乐多，不是个好人家；
声华之习胜，不是个好士子；
名位之念重，不是个好臣子。

喜欢华美淫靡
歌声的人，
不是个好读书人。



2

经常宴客作乐的
家庭，不是个好
家庭。



3

名利权位观念太重的人，
不是个好臣子。

声色、宴乐、名位
虽然都为人所好，
但必须懂得节制，不可
过分贪求，否则必遭
灭顶。



冷眼观人；冷耳听语；
冷情当感；冷心思理。

以冷静的眼，观
察人的行为；



以冷静的耳，细听
人的话语；



以冷静的情感，
判断事情；



以冷静的心，思考
事理。



感情往往是冲动的，处理事
情应多方观事，冷静观人，以理
智处世就不容易犯错了。



性躁心粗者，
一事无成，
心和气平者，
百福自集。

性情急躁粗心大意
的人，做什么事都
不会成功！



第十三个
失败作品

性情温和平静的人，



所有的吉祥幸福，自然
会降临在他身上。

考虑周密的人，处事谨慎
细心，按部就班，自然能成
功！急躁粗心的人，凡事都
未经审慎思虑，便匆忙付诸
行动，必然容易失败。



闻恶不可就恶，
恐为谗夫泄怒；
闻善不可即亲，
恐引奸人进身。



听到别人坏，不可
立刻产生厌恶的心理，

这个人
坏得一
无是处。



1

2

因为这可能是
小人为泄恨而
搬弄的是非。



不会啊……
看来挺不
错的。



听到别人好，不可立
脚去亲近他，



这个人好
得一塌糊
涂。



3

4



因为这可
能是小人
用以进身
致仕的伎
俩。

了谢

多谢你美
言，这是
你的报酬。



为人固要忠厚诚恳，
但不可因而随便轻信人
言，必须冷静地思索，
客观地验证，才不落
人圈套。



用人不宜刻，
刻则思效者去，
交友不宜滥，
滥则贡谀者来。

用人不能过于苛酷，

笨笨笨笨
蛋！
通通是一
群白痴！



苛酷就会使想来替你
效力的人因而离去。

噢？通
通通走光
了……



交友不应太
过于轻率，



4

轻率就会便逢
迎取媚的人因
而都来。



「要怎么收获先怎么栽」，
人与人相处，如同镜子的
两面，你怒它也怒，你笑
它也笑！

不可乘喜而轻诺，
不可因醉而生哄，
不可乘快而多事，
不可因倦而鲜终。



不可因一时高兴而轻许诺言，

放心吧！
这件事
包在我
身上。

谢谢。



不可借醉装疯，
乱发脾气。



3

不可乘一时
之快而多管
闲事，



2

4

不可因为疲倦而
有始无终。



在高兴时、酒醉时、
冲动时、困倦时应把
持自身，随时留意，不
要轻率地做出使自己
懊悔的事。



口乃心之门，守口不密，泄尽真机；
意乃心之足，防患不严，走尽邪蹊。

口是传达心意的
大门，守口
不密就会泄露
心中的秘密。



意欲是表现心意
的双脚。



提防意欲不够严密，
就会走进邪路歪道。



不要逞一时的口舌之快而招惹
是非，不要放任自己的意欲，
以免兴起不正的邪念，因而走
入歪道。



君子处患难而不忧，
当宴游而惕虑；
遇权豪而不惧，
对茆独而惊心。



君子处在患难中，
并不忧虑担心，



在宴饮游乐时，反而
会戒慎忧虑。



君子遇到有权势地位
而强横无理的人，并不
感到畏惧，



对于孤苦无依的人，
则会油然而起同情心。



君子处变不惊，不
沉湎于声色酒肉中；
君子济弱扶倾，
不恃强凌弱，败者
怕忌。



菜根譚 (后集)



谈山林之乐者，未必真得山林之趣；
厌名利之谈者，未必尽忘名利之情。



那就去隐居啊！

我希望能通过世隐居，
享受山野林泉的生活。



经常谈论隐居山林的人，
不一定真能领略隐居的乐趣。

唉，好寂寞哦……



不喜欢谈论功名利禄的人，
不一定真能忘却功名利禄。

我最恨谈这些俗不可耐的话题了！



名利

真能体会山林逸趣者，不会将之形于色表于言；真能淡泊名利者，早已超脱名利的观念，心中无所谓的好恶。



3

4



钓水，逸事也，尚持生杀之柄；弈棋，清戏也，且动战事之心。可见喜事不如省事之为适，多能不如无能之全真。



钓鱼本是清逸的事，但却含有生杀的权力。



多才不如无才，能够保全纯真的本性。



因此可见，多事不如无事来得舒适自在。

庄子说：“至乐无乐，不需要借助于任何的逍遥，才是真逍遥。”

岁月本长，而忙者自促；天地本宽，而卑者自隘；风花雪月本闲，而劳扰者自冗。



1 岁月本是悠长的，



2 但忙碌的人使它变得短暂。



日子过得好快啊，名利都到手了，人也老了。

3 天地本是宽阔的，



4 但心胸窄小的人使它变得狭隘。



5 风花雪月本是很美的，



6 但劳虑的人使它变得多余。

那些花花草草有什么好看？



若心中充满了物欲，于是精神变成了肉体的奴隶。人生的目的难道就是名和利吗？



得趣不在多，
盆池拳石间，
烟霞俱足；
会景不在远，
蓬窗竹屋下，
风月自賒。



能使人获得乐趣的
事务，并不在于多寡。



即如脸盆般的水池，如拳头
大的石头间，山水的意趣



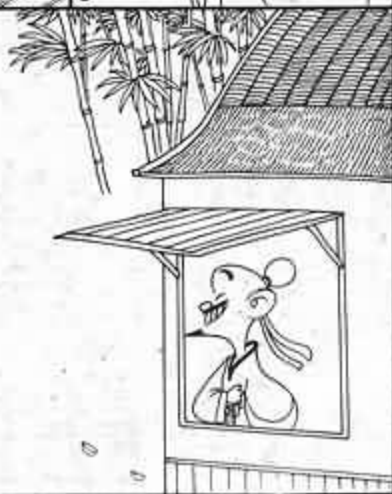
能使人领会自然景色
的地方不必向外远求，



一花一世
界，一叶
一如来。



草窗竹屋下，同样
可以邀纳明月清风。

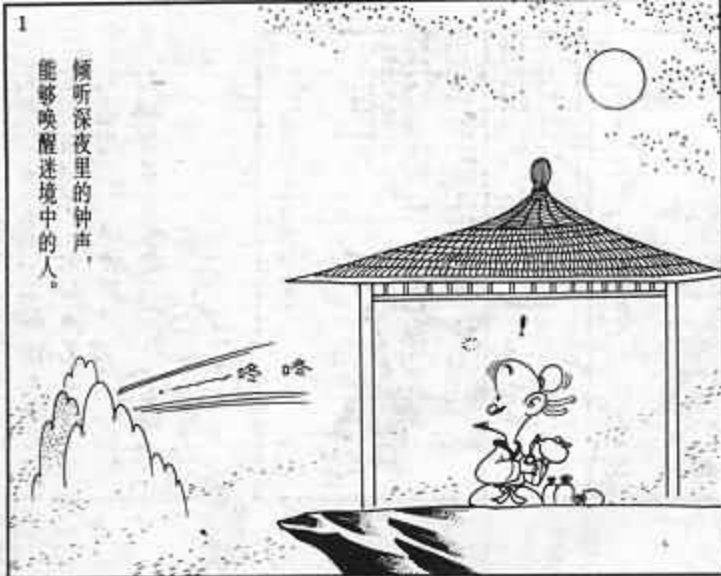


「参禅何须山水，灭却
心头火亦凉。」懂得体
悟欣赏人生的人，随处都
能识得生命的真谛。



1

倾听深夜里的钟声，
能够唤醒迷境中的人。



听静夜之钟声，
唤醒梦中之梦；
观澄潭之月影，
窥见身外之身。



2

万籁俱寂之夜听钟声，能感受到
和平之气，心智更明鉴，平日所迷者
往往因此豁然领悟。



静观明潭上的月影，
能够看见自己的本性。



人解读有字书，不解读无字书；
知弹有弦琴，不知弹无弦琴；
以适用，不以神用，
何以得琴书之趣？

人往往只会读有字的书，



2

却看不见世上的无字书。



善读书者，
无之非书，
山水亦书也，
棋酒亦书也，
花月亦书也。

3

人往往只会弹有弦的琴，



4

却听不见天地间
的无弦琴者……

天地间的
琴音，处
处可闻，
有心的人
即可听到。



只会运用有形
的形体，而不
懂得无形的神
韵，哪能够真正
得到读书弹琴的
乐趣？



5

用心去看，用心
去听，你便能发
现天地间到处
都是无字书、
无弦琴音。



心无物欲，即是秋空霁海；
坐有琴书，便成石室丹丘。

能做到对物质欲望
不再贪求。



1

胸襟自然就能像秋天的天空一样晴朗；
碧绿的海洋一样开阔。



2



3

能体会琴书生活的乐趣。



4

周边即能变成
山林石室一样的
清静，自如生
活在外仙境的
快乐自在。



心无物欲，方寸之间都是海阔天空。
淡泊生活而能自得其乐，即能
体会周边每一事物的美妙之处。



会得个中趣，
五湖之烟月尽
入寸里；
破得眼前机，
千古之英雄尽归掌握。

能体会周边微小事物
的情趣，



就像五湖景色
全都纳入我胸
中。

一沙一世界，若能体会个中情
趣，一粒沙与湖光山色并无两
样。若能贯通事理，便可从先人
的经验中得到契机。



能看透眼前的
道理，千古以来
的英雄都归我掌
握。



3



山河大地已属微尘，而况尘中之尘；血肉身躯且归泡影，而况影外之影。非上上智，无了了心。



小河大地只
不过是宇宙
中的一粒微
尘……

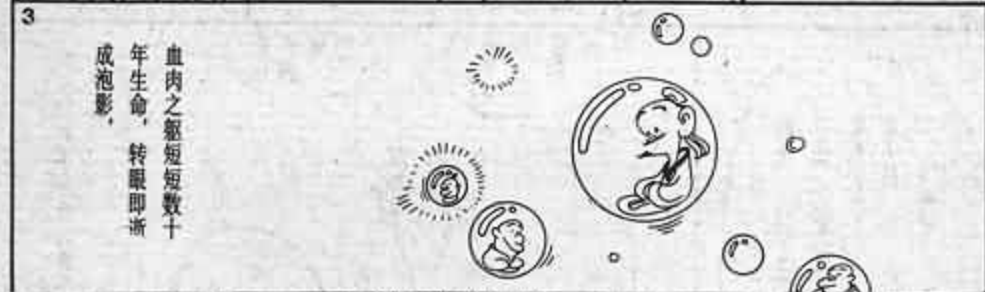
而人更是
处在微尘
中的微尘！

血肉之躯短短数十
年生命，转眼即逝
成泡影。

功名富贵，这些身外之物更
是影外之影。

这玄妙的道理，除非有大智慧
而洞悉事理的人，否则实难以体会领悟。

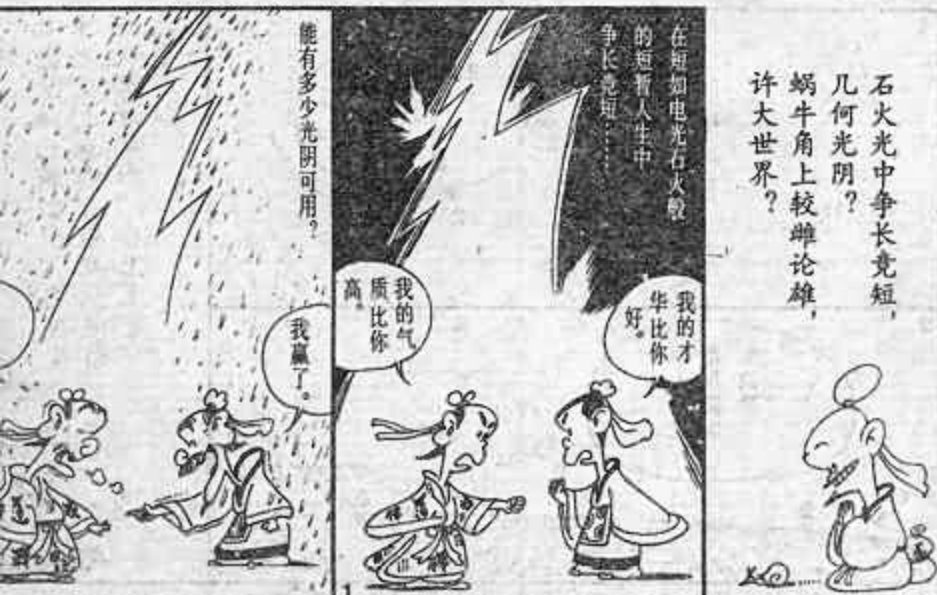
万象皆空幻，人应和
诸安乐度此生，何必为
虚幻的身外之物争执不
休呢？



石火光中争长竞短，
几何光阴？
蜗牛角上较雌论雄，
许大世界？

在短如电光石火般的
短暂人生中
争长竞短……

能有多少光阴可用？



在小如蜗牛角般的狭小空间
争雄雄。

我比你
强。

我才是
真正的
强者。



能有多大世界可争？

嘻嘻
嘻嘻



地球，在宇宙中只是一粒尘埃，
人生，在宇宙中只是一刹那。
在短暂的人生中，应好好体会生
的美妙，而不是把时间花在竞长
短，争雄雄。



延促由于一念，
宽窄系之寸心。
故机闲者，一日逸于千古；
意广者，斗室宽若两间。



时间的长短全在于个人
的想法。

日子过得
好快哦！

日子过
得好慢
哦……



空间的宽窄全在于个人的感觉。

好宽好大
的房子哦！

我还是觉
得太小
了点。



能够忙里偷闲的人，一天
比千年还长久。



心胸宽广的人，处在窄狭的屋内，也觉得像天地一样宽阔。

好宽阔
哦！



时空的感受因人而异。
心境若能修闲，则事事从
容有余；心胸若能宽广，则
海阔天空任我遨游。



松涧边，携杖独行，
立处云生破衲；
竹窗下，枕书高卧，
觉时月侵寒毡。

长满松树的山涧边，
拄着手杖独自散步，



2
所站立的地方，云雾
围绕着破旧的衣袍。

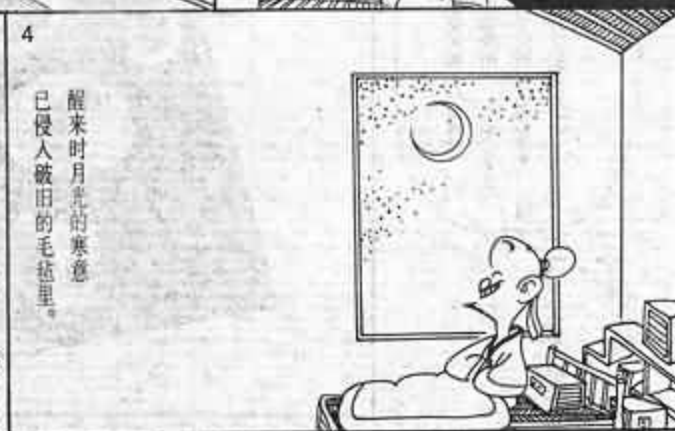


在竹影稀疏的窗
户外，枕着书本
高卧而眠。



4

醒来时月光的寒意
已侵入破旧的毛毡里。



“与闲云为友，
以风月为家”，这种
极美的情趣，不需要
什么条件，任何人
都能获得。



隐逸林中无荣辱，
道义路上无炎凉。

宠辱不
惊……

退隐山林的高士没有虚
荣得失的心理。

1

有钱的没
钱的都一
视同仁，
通通是我
的好朋友！

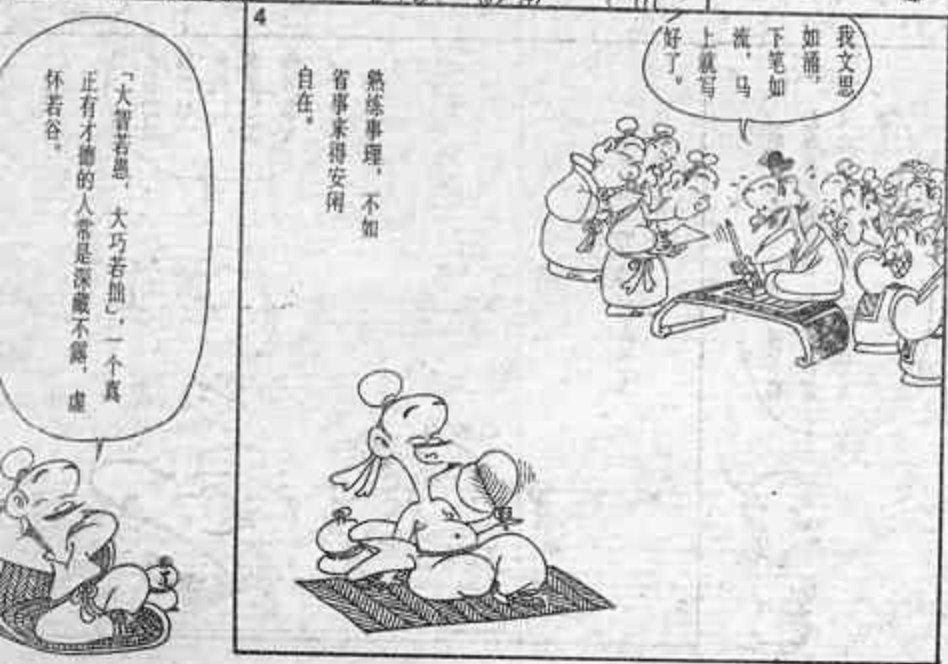
重视道义的人，没有对人
厚薄的行为。

把得失之心看开，就不再
会有荣辱悲喜的心理；以道
义自任，自然不会随便给人
眼色。

2



矜名不若逃名趣，
练事何如省事闲。



嗜寂者，观白云幽石而通玄；
趋荣者，见清歌妙舞而忘倦。
唯自得之士，
无喧嚣，无荣枯，
无往非自适之天。



爱静的人，观赏白云
和奇石，即能悟出宇
宙玄妙的哲理。

2

喜欢繁华富贵的人，
听到美妙的歌声，看
到婀娜的舞蹈，就会忘了
所有的疲倦。



3

只有了悟天地之道怡然自得
的人，没有喧闹或寂寞，
也没有繁华或衰败，所到
之处无不是能悠然自得
的天地。



这个很
不错。

除了悟事理的人，凡事处之泰
然，怡然自得，心不为境所迁，
是逍遥的至高境界。

这个也
非常好。



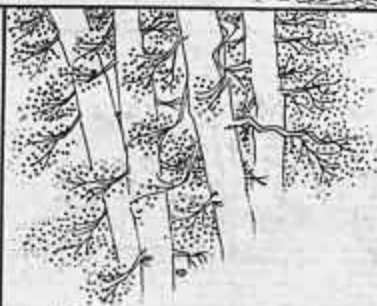
孤云出岫，去留一无所系，
朗镜悬空，静躁两不相干。

一片孤云从山谷
中飘出，它的去
留毫无牵系，



1

一轮明月高挂在天空，
人间的喧闹恬静
和它毫不相干。



干杯！



哈哈



哈哈



2

「念念相续不断，名为系缚；
念念不住，即无缚也。」内心欲念
与外在行去一致，不为外物所系，
自然能潇洒地来去自如。



禅师说：

禅宗曰：饥来吃饭倦来眠。
诗旨曰：眼前景致口头语。
盖极高寓于极平，
至难出于至易。
有意者反远，无心者自近也。



饿了就吃饭，
累了就睡觉。



论作诗要旨
的人说：



眼前的景致
要随与得平
是难口。

3

最平凡的事物往往
藏着最高深的道理。



5

有意求道者反而
离道远……



道

无心求道者反而
离道近。

6

道



日常生活即是道，把握眼前所见
所接触的一切事物，体会其中的道理。
所谓道的启悟即是最近切的学问。



水流而境无声，
得处喧见寂之趣；
山高而云不碍，悟出有入无之机。



使人得到处于喧闹之中
而感到寂静的趣味。

2



3

山势高耸而云势犹能
来去自如。



4

使人领悟从有我进入
无我境界的玄机。



若心能定静，就不会执
着于外相，则万物万象随心
转，这就达到了物我合一，
无我忘我的超然境界。



水淙淙不停的流着，
而四周却悄然无声……

山林是胜地，一营恋便成市朝；书画是雅事，一贪痴便成商贾。盖心无染着，欲境是仙都；心有系恋，乐境成苦海矣。



山林本是胜地，但一迷恋便成了庸俗喧闹的地方。

书画本是高雅的技艺，但一耽溺迷恋，便有市俗气。



心灵若能不受外物污染，则在充满欲望的境地，仍犹如人间仙境。



心里若有系恋，则快乐幸福的人间仙境也会变成苦海。



欲得净土，当净其心；随其心净，即佛土净。若内心能保持纯净无染，则所到之处无不是人间仙境。



芦花被下，卧雪眠云，
保全得一窝夜气；
竹叶杯中，吟风弄月，
躲离了万丈红尘。

在芦花纷飞下，
以雪地为床而卧，
以浮云为帐而眠，



可以保全得一颗
清明纯净的本心，



在清杯淡酌中，吟咏
清风，玩赏明月，



可以脱离繁华
喧嚣的凡尘。



大自然的生生不息有着无限
的生机，若能常与大自然
接触，自能受其熏陶而心
旷神怡，脱胎换骨。



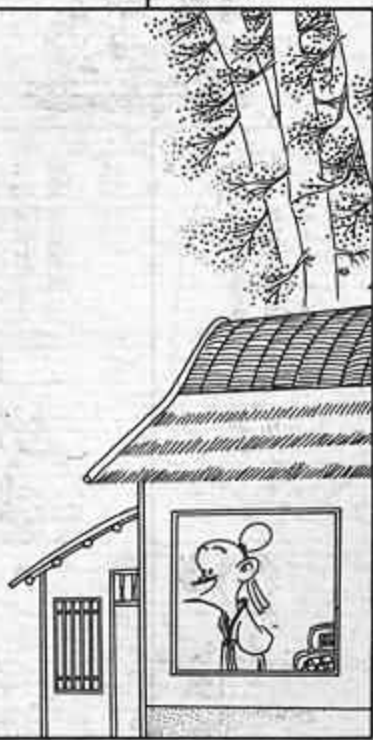
竹篱下忽闻犬吠鸡鸣，恍似云中世界；
芸窗中雅听蝉吟鸦噪，方知静里乾坤。



在竹篱旁听到鸡啼狗叫，恍如置身心境。



在书房中静听蝉鸣鸦噪，方知静中别有天地。



竹篱下悠然自得之际，

犬吠鸡鸣惊回了现实，这是在我无我的境界里保持我，芸窗中心游六合之际，蝉吟鸦噪影响不了一颗静修的心。



我不希荣，何忧乎利禄之香饵？
我不竞进，何患乎仕宦之危机？



我不希冀
获得荣华
富贵。

1

则何必担忧
利禄的诱惑呢？



2



我不与人争逐
名利权位，则
何必畏惧仕途上
的重重危机呢？



持其志毋暴其气，常保持
一颗纯正清明的本心，就不必
忧虑受人诱惑了。



3

徜徉于山林泉石之间，而尘心渐息，
夷犹于诗书图画之内，而俗气潜消。
故君子虽不玩物丧志，亦常借境调心。



徜徉在山林泉石之间，
世俗名利之心就会渐渐忘去。



1

2

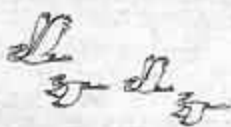
潜心研求于诗书图画
之内，庸俗的气质就会
消失无形。



所以君子虽
不会沉迷于
所好的事物
而丧失本来
的志气。



也常要借所遇
的事物来调养
身心。



4

自然美景可
洗涤尘心，诗书
图画可开拓视野，
使气质品格提升。



春日气象繁华，令人
心神骀荡，不若秋日云
白风清，兰芳桂馥，水天一色
上下空明，使人神骨俱清也。



春天的景色繁华美丽，
令人心神安详舒适。



不过却不如秋天云
淡风清，兰花芬芳，
桂花清香。



3

水面和天空连成一片蔚蓝，
使人身心都感到舒畅。



春之繁华不若秋之清
爽，年轻时为了物欲而
冲刺奋斗，不若中年后爽
破俗情而淡泊。



一字不识，而有诗意者，
得诗家真趣；
一偈不参，而有禅味者，
悟禅教玄机。

春天月夜雨
声蛙！

不识字但说起话来却有
诗意的人，可说是领悟了
诗人作诗的真正趣味。



2

不曾参加过禅偈但说起话来却
有禅机的人，可说是已领悟了
禅宗教义的高深哲理。

你渡人成
佛，我渡
石头成
佛！



认识文字，参研禅偈，只是便
于读书作诗，认识禅理的一种方
式，故学习过程的长短与真正领
悟了教义没有绝对的关系。



机动的，
弓影疑为蛇蝎，
寝石视为伏虎，
此中浑是杀气；
念息的，石虎可作海鸥，
蛙声可当鼓吹，触处俱见真机。



疑神疑鬼的人，看到杯中的弓影，
会以为是蛇蝎，



内心安闲和平的人，石虎
与他相处也会像舞鹤一
样温驯。



看到暗处的石头会以为是
老虎，他的周边充满着疑
惧杀气……



蛙声可当成悦耳的音乐，
他所接触之处，到处都是
祥和之地。

心念若不能定静，见
风吹草动即生疑惧。心念
若能静定不动，则不为物
所惑而能洞见真相。

身如不系之舟，一任流行坎止；
心似既灰之木，何妨刀割香涂。

1



身体要像没有系上缆绳
的小船，完全任由水流
的方向飘流或停止。

2



内心要像已燃烧
成灰的木头。

3



受到刀割般
痛楚或涂
香料似的赞誉，对
我一点影响也没有。

「不以物喜，不以己
悲」，一切的成败毁誉
都不能影响我的平和宁
静，如此才能真正来去
自如，乐天知命。

他好棒
哦！
很有才
气呀！

他好差
劲！
他很坏
哦！

欲其中者，波沸寒潭，
山林不见其寂，虚其中者，
凉生酷暑，朝市不知其喧。

心中充满欲望的人，
他的心则波涛汹涌……



即使处在山林中，也感受不到
寂静之趣。

真无
聊啊……

静

心中没有物欲的人，



即使处在喧嚣中，
也不会感到扰攘。

心中宁静祥和，不生
物欲贪念，虽处朝市
也不觉喧闹，虽处污
晦的名利场中也不受
侵染。



多藏者厚亡，故知富不如
貧之无慮，高步者疾顛，故
知貴不如賤之常安。

財富愈多的人，
愈怕失去財物。

由此可知富有的人不如貧窮的
人无忧无慮！

两袖清風不怕
抢也不怕偷。



地位爬得愈高的人
愈容易跌倒。

由此可知显貴的人不如卑賤的
人能常保平安。

钱财愈多愈容易招惹禍端，
「樹大招風，名高喪身」，所以地位尊
貴反而不如卑賤的人常保自在无慮。



古德云：「竹影扫阶尘不动，月轮穿沼水无痕。」
吾儒云：「水流任急境常静，花落虽频意自闲。」
人常持此意，以应事接物，身心何等自在。



1 有位高僧说：「竹影扫台阶，但尘土并不因而扬起。」



有位儒者说：「任山水湍急，而四周环境依然安详宁静。」



「花瓣虽然纷纷凋落，而意兴依然安然自在。」



人若常抱这种意念来待人处世，则身心将是多么地自在啊！

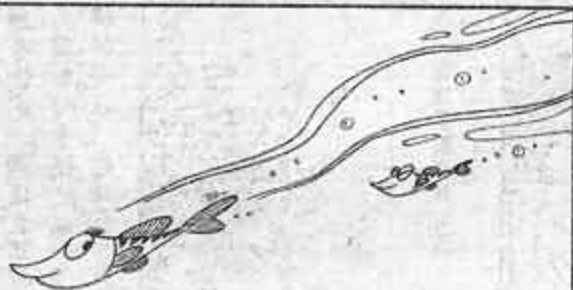


君子应随缘而居，事情来了就全力以赴，事情过去了也要平心静气，勿患得。



1

鱼得水而游，却不
知自己身在水中；



鱼得水游，
而相忘乎水；
鸟乘风飞，而不知有风。
识此可以超物累，
可以乐天机。



2

鸟乘风飞翔，却不
知自己在风中。



如果能体悟这其中
的道理，就能超脱
外物的诱惑。



4

而享受天地自然
的机遇了。



鱼在水中游而忘却
自身处在水中，故能自
由自在地悠游；人生活
在世间却被世间的物欲
所牵累诱惑，因而受到
束缚。



狐眠败砌，兔走荒台，
尽是当年歌舞之地；
露冷黄花，烟迷衰草，
悉属旧时争战之场。盛衰何常？
强弱安在？念此令人心灰。



1
狐狸夜眠在颓圮的
台阶上，



野兔窜走在
荒废的亭台
楼阁，这里
都是当年的
歌台舞榭。



3

湿冷的露水滴在菊花
上，烟雾弥漫看枯黄
的乱草，这里都是以前
战争的场所。



4

盛衰无常，强弱皆
空，一时的荣华终究如
一场春梦。若能彻悟这
道理，自然不再为野
心所困，不为物欲所累。

兴衰都不能长
久，强弱如今
都已不在，想
到这里不禁感
到凄冷寂寥。



宠辱不惊，闲看庭前花开花落；
去留无意，漫随天外云卷云舒。



晴空朗月，何处不可翱翔，而飞蛾独投夜烛；清泉绿草，何处不可饮啄，而鸱鸺偏嗜腐鼠。噫！世之不为飞蛾鸱鸺者，几何人哉？



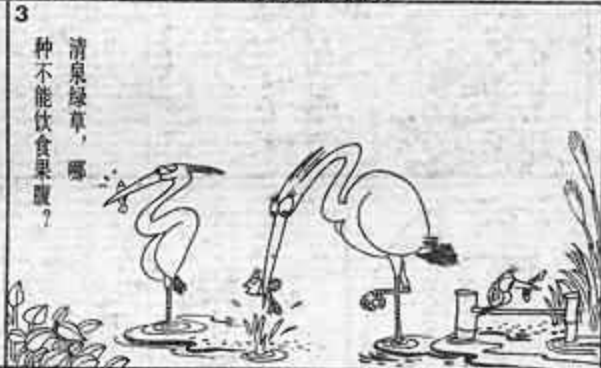
万里晴空，哪里不能遨游飞翔？



但飞蛾偏偏扑向灯烛，引火自焚……



清泉绿草，哪种不能饮食果腹？



但鸱鸺却偏喜欢吃腐臭的鼠肉……



唉！世上能不为飞蛾、鸱鸺的人有几个呢？



海阔天空可任人翱翔，而一般人却把自己紧锁在狭小的空间里，盲目追求名位利禄，就如同飞蛾引火自焚。



1
方坐上竹筏就舍弃竹筏，
即是悟通道理的人。

才就筏便思舍筏，
方是无事道人；
若骑驴又复觅驴，
终为不了禅师。



2

若是骑在驴上却又在找驴，
终究成不了开悟的禅师。

船筏只是借以到达目的的工具，故应
得鱼忘荃，得兔忘蹄，得意忘言。
人的自身，一切具足，往外去追觅真
理，往往是愈追愈远了。



诗思在满陵桥上，
微吟就，林岫便已浩然，
野兴在镜湖曲边，
独往时，山川自相映发。



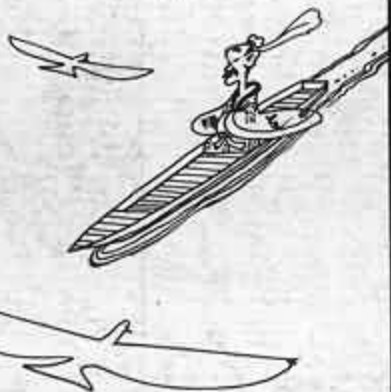
作诗的灵感在
满陵桥上，



只要略起诗
兴，山林峰
峦即是广大
的题材。



大自然的趣味
就在湖边，



一个人独自前往，便
能体会到山川相映的
美景。



敞开胸襟，纳入大自然之趣，
山水花月，惟有心者得之。



真空不空，执相非真，
破相亦非真，问世尊如何发
付？在世出世，循欲是苦，
绝欲亦是苦，听吾偈善自修持。

能超越一切色相意识
不为色相所迷惑，不
一定能看透一切，



是什
么？

执着手事物外在的形象，
不能看清事物的本真，



浪

错了，
不是浪
而是
水！

是啊……浪只
是假象，它
的本真是
水啊……

破除事物形象的迷惑，
也不一定看清事物的本真。



6 5

请问我佛如何解释
这个道理呢？

那就是身在世俗，但
要有超脱世俗的胸怀，



8 7

苦心营求私欲固
然是一种痛苦……



而断绝一切欲
念也是一种痛苦

9

如何能执两用中，就端赖
自己的体会和修持了。

执着于物相或偏执
于虚幻，都是违反自然
真理。只有身在世俗中，
而心怀超脱世俗之外，
才是最高妙的
处世之道。



饱谙世味，一任覆雨翻云，
总慵开眼；会尽人情，随
教呼牛唤马，只是点头。

饱经世故的
人，完全任
由人情世态
反复无常。

我非你帮
忙不可，
请你替我
作事。

他总是懒得睁
眼计较。

现在不需
要你了，
请你滚！

可造人情冷暖的人，
任随别人毁誉褒贬。

你好棒！

是吗

你好差
劲！

他自己只是点头
称是而不动气。

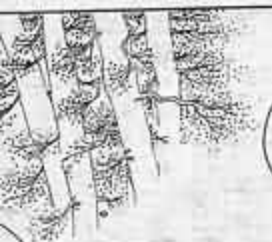
一个人历经沧桑，饱
经人情冷暖，便能看透世
情，对人情的反复无常，
毁誉褒贬都能
无动于衷。

性天澄澈，即饥餐渴饮，无非康济身心；
心地沉迷，纵谈禅演偈，
总是播弄精魂。

1

本性澄明的人，就是饿了吃饭，
渴了喝水，

什么是
禅？



也都是为了调剂保持自己
身心的健康。

2

而心地沉迷物欲的人，纵即使是
谈论禅理，推敲佛偈，



溪声便是
广长舌，
山色岂非
清净身。



4

愈参愈不
明白……

也只是在玩弄浪费
自己的精神智力。



不能从内在澄清
自己的意念，而端求
外在的潜修以参悟禅
理，无异是缘木



全自矿出，玉从石生，非幻无以求真；
 道得酒中，仙遇花里，虽惟不能离俗。



神酣布被窝中，
得天地冲和之气；
味足藜羹饭后，
识人生淡泊之真。

能在粗布被窝里
睡得香甜，

1

即能体会天地中



能在粗茶淡饭中
感到满足。



即能体会淡泊生活
的美妙。

4

能将物质生活降到最低，
即能在精神生活中得到最大的
满足，因为再无人有能力令你去
做你不想做的事了。



斗室中，万虑都捐，
说甚画栋飞云，珠帘卷雨；
三杯后，一真自得，
唯知素琴横月，短笛吟风。

在狭小的屋中，若能捐弃一切
思虑，



2 哪还管它什么雕梁画栋，高耸人云的华厦？



3 浅酌三杯后，心中或许能领会某些真趣。



4 此时只知以素琴对月弹弦，



5 短笛迎风吹奏，哪还管它那些烦人的俗务？



对酒当歌，人生几何？
譬如朝露，去日苦多！
人若能抛开思虑，即能真切体会享受人生。

曰氏云：「不如收身心，天然任天造。」晁氏云：「不如收身心，凝然归寂定。」
寂者流为猖狂，收者入于枯寂。
唯善操身心者，把柄在手，收放自如。



白居易说：

人生要放任
自己的身心，一切
听由自然造化。



晁补之说：

人生要收放
自己的身心，



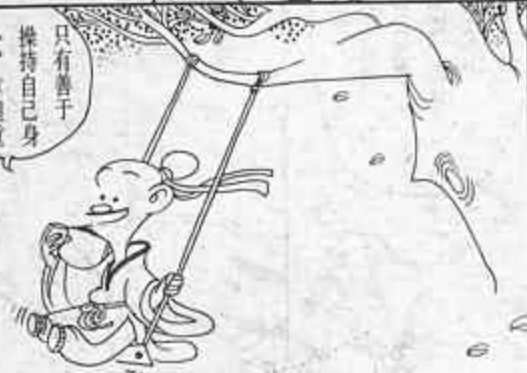
但过于放任而不加检束，
则易流于狂妄放荡。



过于收敛而不知调剂，
则易流于枯
寂死沉。



只有善于
维持自己身
心，掌握重
点，才能达
到收放自如
的境界。



过于放任或过于收敛身心都失
于偏颇乖违，执其中道而行，不偏



2

皎洁的明月
高挂天空，
使人的心境清明
澄澈。



1

在雪花纷飞的
夜晚，



当雪夜月入，心境便尔澄澈；
遇春风和煦，意界亦自冲融。
造化，人心，混合无间。



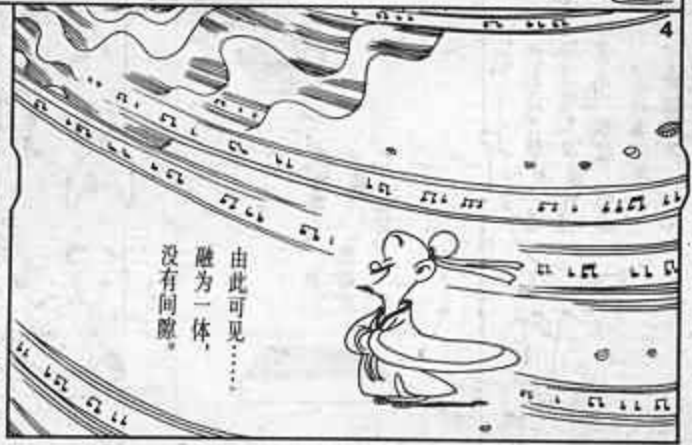
春风送暖天气和爽时，
使人的意念平和融洽。

3

天地造化与人心
原为一体，随随心
转，心随物化，心
中除却物欲，则能得
自然之趣。



由此可见……
融为一体，
没有间隙。



4

仇人傳粉調朱，
效妍丑于毫端，
俄而歌殘場罢，
妍丑何存？
弄者爭先竟后，
较雌雄于着子，
俄而局尽子收，
雌雄安在？

演戏的人傳粉施朱，
在化妆笔下赛美丑，



歌舞完畢觀
眾散去，美
丑在什麼地
方？



对弈的人爭前恐后，
在下子之間比胜负，

棋局賽完，棋
子收了，胜敗
又在哪儿？

戏台前洋洋得意，幕
落后不过是位靠演戏维
生的优人，棋盘上无往

胜！

负！

1

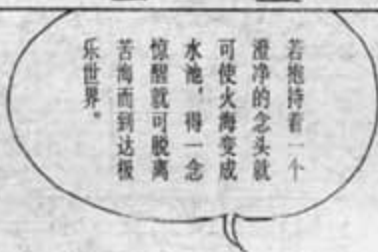


人生的福祸都是由人的
念头想法所造成的。

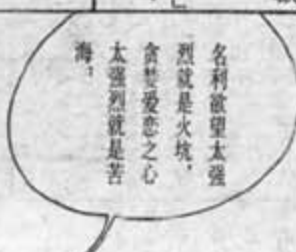
人生福境
祸区，皆念
想造成。故释氏云：「利欲
炽然即是火坑，贪爱沉溺
便为苦海；一念清净烈焰
成池，一念惊觉船登彼岸。
念头稍异，境界顿殊，可
不慎哉！」



2



若抱持着一个
澄净的念头就
可使大海变成
水池，得一念
惊醒就可脱离
苦海而到达极
乐世界。



因此世尊说：
名利欲望太强
烈就是火坑，
贪婪爱恋之心
太强烈就是苦
海。



3

念头稍有不同，所处的境界
就有差别，人能不小心谨慎
吗？



内心沉溺于贪爱，
名利欲念太重，就
易陷于罪恶的深渊
引火烧身。只要及
时醒觉，就能脱离
无边的苦海！



绳锯木断，水滴石穿，学道者须加力索；水到渠成，瓜熟蒂落，得道者一任天机。



1
绳子可以锯断木头，



2
水滴可以穿透石头，



3
求学论道的人，若能有恒心毅力，凡事顺其自然而不强求，则必然水到渠成，瓜熟蒂落。



4
悟得真道的人都能完全听任自然。



求学问道须加努力探求，泉水流到自然成为沟渠，瓜果成熟自然会脱蒂落下。



雨后观看山色，
会觉得景象更为
清新美丽。

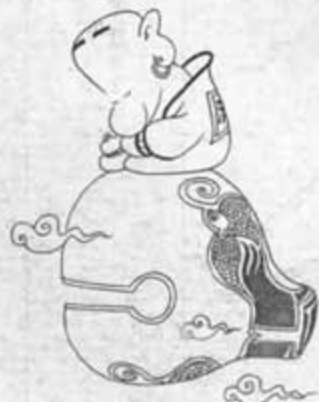


雨余观山色，
景象便觉新妍；
夜静听钟声，
音响尤为清越。



在幽静的环境里，
经过涤荡
后，人心自然能显出纯真的
本性。

夜闌人静时静听远处
传来的钟声，会觉得
音响特别清激悠扬。



登高使人心旷，临流使人意远；
读书于雨雪之夜，使人神清；
舒啸于丘阜之巅，使人兴迈。



爬上高山远眺可以
使人心胸开阔。



面对着溪流
可以使人意念
悠远。



在雪花如雨般飘
落的晚上读书，
可以使人神志清爽。



在小山丘上放声呼号，
可以使人意兴豪迈。



要开阔胸襟，培养高雅的气度，
最好的方法就是接近自然。



就一身了一身者，
方能以万物付万物，
还天下于天下者，
方能出世间于世间。



了然彻悟己身幸我，
所能长久保有的人，



就不会任意要求天地万
物，都依照自己的意思
行事。



1

2

3

凡事皆能顺其自然，
使天地万物各适其性
自由发展，



4

因此，能取之不尽，
用之不竭。



能体悟自己只是天下万物中
的一分子的人，自然能大公
无私，超然于物外，而不受
狭隘空间的拘泥束缚。



就一身了一身者，
方能以万物付万物，
还天下于天下者，
方能出世间于世间。



了然彻悟已身非我，
所能长久保有的人，



就不会任意要求天地万
物，都依顺自己的意思
行事。



1

凡事皆能顺其自然，
使天地万物各适其性
自由发展，



4

因此，能取之不尽，
用之不竭。



能体悟自己只是天下万物中
的一分子的人，自然能大公
无私，超然于物外，而不受
狭隘空间的拘泥束缚。



1

一个人生活得太闲散，
就容易心生妄想邪念，



人生太闲，则别念窃生；
太忙，则真性不现。
故士君子不可不抱身心之忧，
亦不可不耽风月之趣。



太过于忙碌，则易失去
人生的乐趣，

忙得像部
工作的机
器一样……



2

所以有才德的君子，
不可不多加注意自
己身心的健康，



3

健康的人生，应持守其
中庸之道，不使自己无所
事事，也不宜过于劳碌，
导致身心的疾病。



也不可不多接近大自然，
品赏风花雪月的趣味。



耳根似颿谷投响，过而不留，则是非俱谢；心境如月池浸色，空而不着，则物我两忘。



耳朵要像山谷，疾风呼啸而过，什么也未留下，

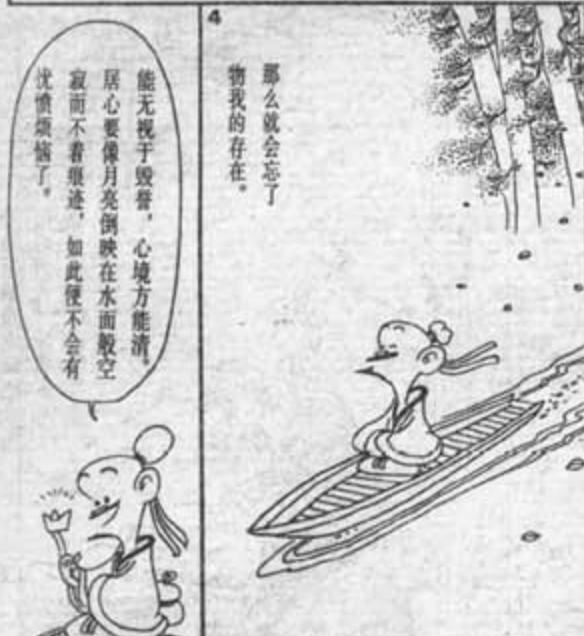


那么所有的是非黑白都会消逝。

啊！很好

他好

他很坏！



那么就会忘了物我的存在。

能无视于毁誉，心境方能清。居心要像月亮倒映在水面般空寂而不着痕迹，如此便不会有忧愤烦恼了。



心境要像月亮倒映在水面上，虽然月色沉浸在水里，却空灵而不看痕迹。

此中大有佳趣；
若至烂漫醺酣，便成恶境矣。
履盈满者，宜思之。



欣赏花朵要在半开放的时候，喝酒只能喝到略带醉意的程度。



这时候才能享受其中的微妙趣味。



如果等到花开绚烂或喝得酩酊大醉，



就易陷入罪恶的境地了。



5



处境圆满事业到达颠峰的人，应该多想想其中的道理。



过满则易衰，不及则易败，凡事做到七八分处，才能体会其中的妙趣。所以「不持盈，不履满」，才是处世应有的态度。



人生就像
一场傀儡戏。

人生原是一傀儡，
只要根蒂在手，一线不乱，
卷舒自由，行止在我，
一毫不受他人提掇，
便超出此场中矣。

只要将丝线机纽
掌握住，不让任
何一条丝线紊乱，
收放自如。



行动或停止竟
全操在我手中，
一点也不受
他人的干涉。

先走
一步
啦！



若能掌握自己的本心，
不受外在环境的影响，
不受他人左右，自然收
放自如。

如此就可以超脱
于这场戏外了。



我身
不由
己啊



再见！



茶不求精而壺亦不燥，酒不求冽而樽亦不空，素琴无弦而常调，短笛无腔而自适。纵难超越羲皇，亦可匹侔嵇阮。



1
饮茶不必求精，
只要茶壶
不干涸就成；



2
喝酒不必求酒味香醇，
只要酒杯不空就成。



3
素琴虽弹不出曲调，
却能调和身心；



4
短笛虽吹不出动人的音乐，
却能使心胸舒畅。



5
纵使不能像伏羲那样
清静恬淡，



6
也可以媲美嵇康和阮
籍那样潇洒飘逸。



凡事只要能自得其乐，
就不必讲究精美的品味，
着重外在的形式，一切但
求怡然自适，随遇而安。

附录

IDEA 大公开



- 什么时候动脑?
- 什么时候动手?
- 什么时候收获?

IDEA

大公开



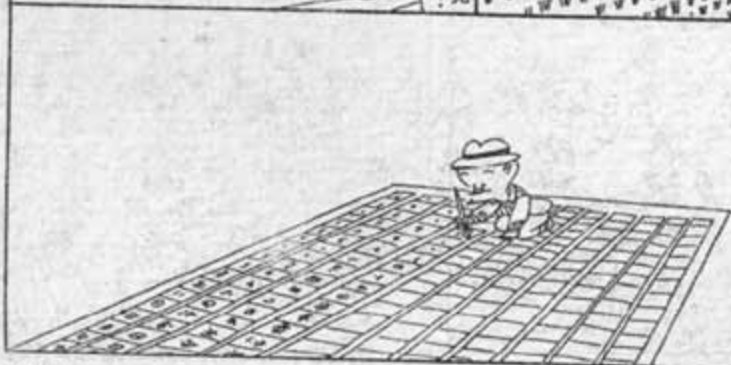
蔡志忠自說自



若在不对的时间
播，很可能收不
了成果！



以农立国，农夫们一直
是春耕秋收，因为春天
的气候正适合播种，而
秋天正好收获……



创作笔耕也如同农耕，
要选择对的时间播种，
才能有好的收获，得到
最大的成果。

由于白天太过
吵杂，不适合
动脑创作……



通常一般动脑
的人们都选择
夜深人静时工
作。



我，对漫画过分狂
热，是个漫画中毒者。
一年之中大约要画三千则……



三千个点子不会从天上
掉下来，完全要自己动脑去获得。



一天当中当然是晚上
最适合动脑构思……
但一年四季呢？
什么时候适合动脑？
什么时候适合动手？



春

睡又肩痛……



夏

日炎炎汗
黏黏……



秋

高气爽正
好玩……



冬

天刺寒
头脑最
清醒！



所以我每年冬天一到，就飞到日本去做一年度的动脑创作！



冷十度，更加刺激头脑的清晰度。



思路更加快速，反应神速，头脑清楚。



加上东京朋友很少，又没有电话及烦杂事物打扰……





但身为一个「职业」漫画家，
就不能说：

想不出点子
画不出来啊！



既然把漫画做为职业，就应具有
「职业」水准，就像职业拳手
出场时，一定维持一定的水准。

35%

75%



所以碰到思路不流畅时，
我总先清理工作环境，



再去泡个温水澡……



一切准备就绪后，
平静的坐在桌前……



首先收心，再静，然后
用心……
横的联想……
真的联想……
由里面想出……
由外面想入……
联想再联想……

静心



于是有了很多成熟的、不够成熟的点子漂流在思流上。



这时我像个站在河里捡拾漂流物的拾荒者……



不管它这个漂流物有没有用，都把它捡起来，于是收集满了很多半成品点子。



要用时，再检视一一累积的点子，选出最合适的出来用。



这个正好派上用场！

用这个办法，通常我带日两个月中，即能把一年份的点子想足。



于是高高兴兴地满载而归。



有人喜欢存钱，但我喜欢存时间。



春天、夏天是动手的季节，而让大脑休息，半年中把一年的工作做完。



留下来的半年空档，可以用来计划来年的新工作。



虽然目前要供应数十几家报纸杂志的漫画稿，但我从来不着急！



有了周全的准备，千手来，我也千手化之……

心净即是佛土净，手忙脚忙心不忙。



◎作者简介

本名／蔡志忠

籍贯／台湾彰化

出生／一九四八年二月二日

经历／一九六三年起开始画连环漫画

一九七一年任光启社电视美术指导

一九七六年成立远东卡通公司、龙卡通公司，

拍摄卡通作品有《老夫子》第一、第三集、《乌龙院》

《老夫子》第一集获最佳卡通影片金马奖

一九八三年开始在报章杂志发表四格漫画，作品并在
新加坡、香港、马来西亚、日本报章长期连载

一九八五年获选为台湾十大杰出青年

蔡志忠中国古籍漫画系列

• 老子说

• 老子说Ⅱ

• 庄子说

• 庄子说Ⅱ

• 孔子说

• 论语

• 大学

• 中庸

• 孟子说

• 韩非子说

• 孙子说

• 列子说

• 史记

• 世说新语

• 六朝怪谈

• 六祖坛经

• 禅说

• 唐诗说

• 唐诗说Ⅱ

• 宋词说

• 菜根潭

• 聊斋志异

(以上各种由生活·读书·新知三联书店出版)



蔡志忠漫画

菜根谭

人生的滋味



ISBN 7-108-00358-9/B·86 定价:5.90元

