《菜根譚》的乾坤人生

台大哲學系教授杜保瑞

摘要：略

關鍵詞：略

1. 前言：

　　《菜根譚》，是明代知識分子洪應明的人生智慧小品文，融合儒家服務的精神和道家謙退、無私的智慧，並結合自身經驗，形塑出的一套為人處事的法則。洪應明一生為官，將其一生以儒者的承擔精神，奉獻國家社會的體驗，配合道家謙退的智慧，在官場上以及人生場景上如何因對進退的道理，還有對終極生命意境的認識，發揮在《菜根譚》360條左右的小品文當中，字字珠璣，句句精品，深透人心，發人深省，是在社會上打滾過的成功人士，必備的人生修煉的智慧法寶。

　　《菜根譚》是入世之作，有以為他融合了佛家的智慧於儒道之中，筆者認為，這只是文字表面上的使用，談不上洪應明有明確的佛教信仰，佛家清修的精神意境確實出現在他的作品中，但佛教的根本原理因果業報輪迴之說並未成為他在《菜根譚》論述中的指導原則，因此，《菜根譚》仍是儒道兩家入世應用之作。

　　為介紹及討論的方便，本文將以上《菜根譚》的作品分為五個類型的主題：＜自我修養篇＞、＜自我勉勵篇＞、＜人性透視篇＞、＜境界品味篇＞、＜福德培植篇＞，顯示人生之體會，一層深又一層，筆者認為，掌握《菜根譚》的智慧，應付此生，當無失誤。本文之討論，將以彰顯文句精義為主，將文中智慧揭露，使其更易於了解，更便於運用，且不致誤解生疑。

本文所使用的材料，依據台灣三民書局的版本，其中的編號及小標題，是依據台灣三民書局，吳家駒注譯的《新譯菜根譚》的文字而來[[1]](#footnote-1)。

1. 菜根譚：第一課：＜自我修養篇＞

　　＜自我修養篇＞挑出《菜根譚》文句中在確立人生的志向、建立健全的人格、提出修養的意見上相關的句子。條條都是中正平和之見，內容都是提供人們應該如何調理自己的心情以及心態的觀點，使人能夠面對日常生活以及社會生活，找出積極的價值以及服務的理想，以投身社會，並展開自己美好的人生。可以說，＜自我修養篇＞是青年修養的入手之法。

302：見微知著　守正待時

伏久者飛必高，開先者謝獨早，知此，

可以免蹭蹬之憂，可以消躁急之念。

做人就是要有理想，理想需要實力去達成，所以要立志學習，在自我培養的階段，要能沉住氣，不要一看到人家有成就，自己就急切地想要表現，假使沒有實力而又站上高位，這種人只是來搶奪社會資源的，這樣的人做事對社會沒有好處。因此，有理想的君子，應該積極努力培養自己，但也要安於現狀，一旦等到只有自己才有能力處理的事情出現的時候，就是自己登台的場合了，這個時候所的事情才是符合理想的事情。做人要不忘初衷，才能不貪高望遠，在等待的時候，不會覺得浪費時間，也不會急躁難捱。

203：宴樂、聲色、名位　三者不可過貪

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，不是個好臣士。

　　人生是要有所追求的，因此在人生的道路上就有種種風光，有些風光只是一時的絢爛，與理想無關，既然如此，經歷一下就讓它過去，切莫流連。

　　飲宴可以暢意，但那是在事情辦成之後的暫時休憩，沒有實功而耽溺宴樂，表示他心中的理想已經流失，不再是個上進的子弟了。

　　聲華是讓自己處於榮譽狀態之中，但有時過度好慕榮譽就變成虛榮，榮譽以實力而自然獲得，而且是植根在別人心中的觀感，並不是自己裝飾出來的，總要裝腔作勢活在聲華之中的人，不能真正努力做事，就不是一個社會上有用的人了。

　　有德者宜有位，但無位亦無妨於有德，更無妨於有能力且樂於做事，因此，服務、做事才是君子的價值，而不是權位，然而權位畢竟是人人所追求的成就象徵，做官的人無不競逐，甚且忽略了做事，以自己的名位為要，遺忘了服務的價值，這就不是真正的為官之道。

3：心事宜明　才華須韞

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。

君子就是要承擔社會責任的，進入社會就是要為大眾謀福利的，這其中不能有私心私慾，不能有私下密謀、暗盤交易，若有，就不是服大眾之務而是為一己私謀，這樣的話，路已走偏。所以，君子做事，坦坦蕩蕩，心中無不可告人之事。重點是，根本就不可以有損害大眾的心思。「不可使人不知」就是不能刻意隱瞞有害社會大眾的動機，要把自己真正的想法開誠布公地說出來。

　　君子都是有能力的人，才能承擔責任，但是能力要用在建設社會的事業上，而不是馳騁自己的意氣而已，因此，要等待正確的情勢出現，才適宜施展才華，不是甚麼事情都要搶出頭，搶出頭的結果，只會遭忌，將來人家不樂意見到你有成就，則喪失了在真正重要的事情上為社會服務的機會了。「不可使人易知」就是不能主動宣揚自己的本事，目的在四處宣揚，並爭功勞。

　　109：持盈履滿　君子兢兢

老來疾病，都是壯時招的；

衰後罪孽，都是盛時造的。

　　年輕時飲食不節制，作息不正常，以為體力好，無所謂，其實都在消耗精氣、啃蝕老本，老來疾病叢生，天天看病治病，後悔莫及，關鍵就是不能在快意的時候知所節制。因此，作息正常，少宴樂，注意飲食，適當活動身體，才是健康長壽之道。

　　退休後，卸任後，原來對你卑顏屈膝的人都反過來傷害你，為什麼會這樣呢？這就是因為在你掌權主政的時候，對他人頤使頤氣，只顧自己的官威，不能照顧屬下，甚至假公濟私、公報私仇，損人不已。你有權勢時人家怕你，無權勢時，人家就來對付你了。這何苦呢？任何時候、任何角色職務，都要把人當人看，要尊重人，職務上應該要求的固然要要求，人情上該尊重的更要尊重，否則只是把自己的人際關係破壞殆盡，卸下權力之後便沒有朋友情誼了。職務上的互動是角色扮演，但人際關係不決定於職務，而是決定於胸襟氣度，以及體貼關懷。做官時要善待部屬，否則徒惹人怨。

　　16：德在人先　利居人後

寵利毋居人前，德業毋落人後；

受享毋踰分外，修為毋減分中。

　　做官就是做君子，就是為大眾服務的心胸，做事成功有利益可得的時候，一起做事的人大家都想要爭功，你衝到人前，就是奪了人家的利益，造成怨懟，下次做事的時候不跟你合作了，這時候，寵利退到後面，讓人家先去得，別人高興了，下次還跟你合作，你可以合作的人多了，將來可以不斷地做更大的事業。寵利是要讓的，但德業不能推，事情要拿起來做，不要計較做多做少，事情做得多，能力提升得高，更保持謙虛的態度，不惹人厭，這就是君子的胸懷。

　　做事有酬勞，幫助別人得人感念，這些都是正常的福報，人家給甚麼，就受甚麼，不要多要，多要了人家表面上不好不給，心理上已經瞧不起你了，你的貢獻不值得這樣的享受，得多要多的結果，反而損壞了你的貢獻，「物壯則老，是謂不道，不道早已」，你會提早被人家踢出這個政局市場的。至於待人處事，多厚道，多謙下，可以付出就付出，可以幫忙就幫忙，使自己保持在人群中的優雅形象，各種關係長長久久。

這一課，說明了年輕人應有的人生觀，以此為基礎，展開面向社會的人生。

1. 菜根譚第二課：自我砥礪篇。

　　「自我砥礪篇」是針對自己的缺點及事業的艱難，發出警惕的聲音，從橫逆處講起。在人們開始為社會服務及學習成長的過程中，將面臨許多人生考驗以及自我砥礪的關卡。菜根譚作者，深入發掘人生進步或退步的關鍵因素，勉勵世人如何積極砥礪，自我要求，不為環境的艱困所擊倒，不為人世的炎涼所擊潰，永保高昂的戰鬥意志，投身社會的服務工作中。

38：伏魔先伏自心　馭橫先平此氣

降魔者，先降自心，心伏，則裙魔退聽；

馭橫者，先馭此氣，氣平，則外橫不侵。

　　別人以欲望引誘，以損人利己之事引誘，自己必須狠下心才能接受，這就是魔，魔性一起，自己就跟著墮落下去了。降魔就是降自心，自己調理順了，是非明了，義利分了，別人再怎麼引誘就知道要避開了。否則人生自此將陷入不拔之地。

　　別人惡言相向，暴力攻擊，自己也暴力惡言反擊，這就是橫。心一橫，再惡劣的事情也幹得出來，自己的人生就開始走樣了，沒有慈愛之心，沒有平靜之態，人見人避，而你的敵人也只會以更為粗暴的方式待你，自己便將陷入暴戾之氣中，而成了一般人眼中的惡人。要避免陷入此境，就不要以惡劣的方式反擊他人的暴戾之氣，而要以寬容慈愛之心忍受下來，惡人的攻擊力量自然會減緩，久之也不再與你為敵了，惡境退卻，自己也得回平靜的生活。

176：明利害之情　忘利害之虛

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。

　　面對公家的事情，開會討論時，要知無不言、言無不盡，以供大家參考。把處理此事的種種公私利害陳述分明，讓決策者和執行者明明白白，不能隱匿實情，致令組織陷入困境。

然而一旦是自己受命承擔，就不要再和組織、長官計較個人的利害，應以公事辦成為重，有甚麼艱難困苦，自己承擔下來，不要再增加組織的為難。這才是君子為政之道。

54：惡人讀書　適以濟惡

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。

　　讀書學習道理，是要取其向上之道以自勉，此心志之明，不可折扣。否則，讀古書、明事理只是把它們當作爭奪利益的工具。

知道甚麼事情是對的，就刻意地表現出甚麼樣子，以攫獲人家的好感，以便搶奪資源，這不是君子之道。知道話怎麼講是好話，就藉此合理化自己的言行，文過飾非，錯誤還是沒改正，只是搶到口頭的上風，這事小人的作風。

以上這樣的作為，等於是把軍隊送給敵寇，把糧食送給強盜，讓惡事更加昌盛，而不是藉善言以砥礪自己。這就是心地不乾淨的人學習古人智慧的結果，都是假借虛偽而已。所以，要讀古書，把念頭先正了再開始。

85：未雨綢繆　有備無患

閒中不放過，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。

　　平時沒有急事的時候就趕快為未來要做的事情做準備，等到該忙碌的時候，就可以心情放鬆，好整以暇。

　　平時自處的時候就不放逸心神，能夠慎獨，有事的時就不會突然失去判斷的標準，而能迅速正確反應。這就是「未發涵養，已發察識」。

　　別人不知道的狀況下自己一樣善待別人，在公開的場合上就更能自在的與人相處，沒有愧疚，和樂融融。

本課程在明白告誡社會青年，一旦投入社會，還要更加勇猛精進，端正念頭，刻苦自勵。

1. 菜根譚第三課：人性的透視篇

　　「人性的透視篇」講述人性較為隱惡的一面。當自己有了良好的理想，又懂得自我砥礪，不畏環境艱苦的時候，還需要認識社會人性的真相。人心不一定是險惡的，但在某些特殊場景中，人心會是險惡的。如何透視人性的弱點，以及人性的貪婪，才能夠保護我們自己，在與社會互動的時候，不至於受害；又能夠有效消彌紛爭，解決人事的困境，這樣才能積極有效地幫助社會進步。

67：陰惡之惡大　顯善之善小

為惡而畏人知，惡中猶有善路；

為善而急人知，善處即是惡根。

　　認識人心的善惡，真正的本性常常是隱微的，有人為惡，確實不應該，但可能他的良知尚未消泯，如果他還有羞恥心，羞於為人所知，表示內心還有是非在，這就表示他還有救，善念仍在。

　　人都應該做好事，但做好事有時候只是為了讓人家知道看到，以便從中得利，這種急要人知的善行，本身就是貪念，心中不是真善，尚有可鄙之處。

為惡者中尚有有良知者在，為善者中可能隱藏奸佞之徒，對於人性的隱微真相，應該深刻觀察。

138：陰惡禍深　陽善功小

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。

　　看一個人為善為惡的表現，可以知道他的真正的格局，人都會為善也會為惡，但行為的背後還有真正的動機，為惡劣傷人之行，又不肯正面示現，盡量逃避責任，故而惡行以遮掩的方式進行，讓受害者不知道是誰害他的，這就是陰惡。陰惡最後還是會被發現的，或者是人家早已知道，只是沒有證據不能指控而已，因此對施害者的怨恨是更加地深惡痛絕的，以後有機會反擊時，絕對加倍奉還。故曰惡忌陰，忌陰是說這種惡行最是惡劣至極。若是公然為惡，人家當場反擊，反擊完了，怨恨也消了。而施惡者自己怒氣發完，以後也沒事了。所以，惡忌陰，惡之顯者禍淺，隱者禍深。

　　為善之行，是為了需要幫助的人而做的，而不是自己顯耀。但是，人們常常又只是為了自己顯耀而去做助人之舉，於是其善行公然於天下，同時也得到了想要的公維，這就是陽善，陽善有時很讓人難堪的，對於受助者，始終被壓在地上踐踏，心中十分不快，這種善行，可以說根本也不是善行了。若是為善不欲人知，自己的修為上升了，被助者心中的感念也將永遠存在，故而，善忌陽，顯善功小，隱善功大。

194：忘恩報怨　刻薄之尤

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。

　　有一種極端刻薄的人，碰到這種人，相處上要極為小心，盡量不要發展深入的關係，這種人，心中只有損人之心，沒有任何善良的念頭。可以說也是自己無能的人，因此對別人的輕賤就更勝於任何人，藉此平衡自己無能的事實。

　　此人受到人家的恩惠，並不想報答，因為不想示弱，或是不肯付出回報。但是，別人得罪他的話，必定反擊，即便是微不足道的小事，也大肆報復，只想到維護自己的利益，沒有寬容之心。事

　　此人心中始終是忌妒輕賤他人的，聽到別人做了壞事，就算還沒查證，他也認為別人一定是真的做了壞事。聽到別人做了好事，卻要刻意質疑，雖然已經被大家都證實了，還是要找些毛病損人一下，總之就是見不得人好，又以為天下都是壞人，尤其是能力強的人，沒一個是好東西。

　　此種刻薄至極之人，心懷怨懟之念，面對社會，時時傷人，君子宜遠避之。

208：惡不可即就　善不可即親

聞惡不可就惡，恐為讒夫洩怒；

聞善不可即親，恐引奸人進身。

　　有權勢的大官，時時會有人向你推薦或貶損一些人，這些傳話者可能心中不善，別有用心，你的反應不可不慎。

　　別人向你述說他人的好壞時，被說壞話的人，不一定就是惡人，不可以就對他實施懲罰，因為這可能是心懷不軌的人要陷害他人的言語而已。

　　別人向你述說他人的優點，被說有優點的人也不一定就真的是好人，所以也不可以就把這個人拉到身邊來做事，他可能是別有用心的人要安插自己的親信過來搶奪你的資源的人。

　　世道險惡，擁有資源的人，做大官的人，時時刻刻對人性都要敏感，用誰不用誰，都要謹慎為之，不能被別人誤導。如何不被誤導呢？自己心正，勤奮工作，經驗豐富，資訊來源眾多，才能夠立於不敗之地。

131：親近善人須知幾杜讒　剷除惡人應保密防禍

善人未能急親，不宜預揚，恐來讒譖之奸；

惡人未能輕去，不宜先發，恐遭媒孽之禍。

　　有權勢的大官，身邊就是要用人，看清楚了身邊所用的人的好壞之後，處置之時，一樣要謹慎，要顧到反作用力，也就是要顧到提拔善人或罷黜惡人的後果。

　　知道誰是優秀的人才時，在還沒有完全安排好他的職務之前，切莫洩漏出去，以免間人覬覦此位，而故意講人才的壞話，導致晉升的作業受到阻礙。

　　知道誰是奸惡之徒時，若是還沒有把握好開除他而不會遭反擊前，就不要先說出去，以免尚未開除，他已經展開反攻，說不定自己就被拉下去了。

尤其是人事的問題，事情要辦成了之後才能說出去，在此之前保密是最重要的，天下是最隱微的就是人事之事了，因為對每個關係人而言，都是切身利害的事。

188：清濁並包　善惡兼容

持身不可太皎潔，一切污辱垢穢，要茹納得；

與人不可太分明，一切善惡賢愚，要包容得。

　　在官場處事，總是要與三教九流之人打交道，一個不慎，不是得罪惡人就是被惡人牽連，結果做事就難以成功，做官就無法留下政績，只是在人事打滾的功課中就摔下馬來。

　　對自己形象的維護，不要太在乎，別搞得太清高，讓三教九流之人不能親近，要捨得一些清明的形象，讓別人易於相處，被別人說一些閒話，不必去澄清，正好化除小人對你的戒心。你真正的形象是存在君子的心中，小人怎麼看你說你，不要計較，他們不覺得你是好人，反而大家好相處。

　　對處理別人的事務，有時不必要求太高，基本任務可以達到就行了，如果同時還要要求對方是個聖人，那就沒有人能夠及格了，別人看你姿態甚高，也不想與你親近，結果做事情時身邊就不會有得力的助手了。所以對別人不相干的一些缺點，你就是容忍就對了。只要那些不是損害大眾利益的壞事惡行，而是一些個人修養或生活習慣上的缺點，就都要包含。

192：寧為小人所毀　勿為君子所容

寧為小人所忌毀，毋為小人所媚悅；

寧為君子所責備，毋為君子所包容。

　　在官場上做事，必須有為有守，堅守正道，除惡務盡。若是自己做錯事，就要勇於承擔，不可卸責。

　　不對的事情，損害公益的事情，有害天下的事情，就不能打折扣，必須制止以及懲處，這樣做事，會被小人所忌毀，因為他們總想從中取利，不惜公眾的利益，只顧自己的私利，你擋下來了，自然阻礙了小人的利益，他們會忌憚你，會講你的壞話，讓你受損，最好丟官，但是，這是必須堅持的價值與立場，做官做事就不能喪失立場。否則，不能得罪小人，處事不公，圖利他人，結果小人都喜歡你，因為可以和你同流合汙，瓜分國家公司的利益，於是天天媚悅你，讓你很舒服，但是，這時候的你已經墮落了。

　　自己做事要全力投入，把事情做好。如果是因為自己的疏失或能力的不足，把事情辦壞了，就要向長官承認錯誤，不要找藉口推卸責任，更不可以把過錯推給別人，害人枉受無妄之災。在向長官承認的時候，即便會被責罰，這也是自己應該承擔的。如果推諉卸責，讓長官不知道問題發生在哪裡，則事情就無法有效改善，公事就一直無法辦好，這便是自己更大的過錯了。「人非聖賢，孰能無過，過則勿憚改，善莫大焉」。你一承認，知道改善之道，事情便能做好了。

　　在你推卸責任的時候，長官看到你的缺點，他心中不忍，善待寬容於你，自己辛苦承擔了下來，這就等於你因為自己的愚昧而加重了長官的負擔，天下滔滔，君子有幾人？難得有好的長官，赴湯蹈火在所不辭，怎能讓他為你負重？

　　心中是為公還是為私？一個人的行為就在這裡看出。一個會長大的國家，就是部屬是君子，長官也是君子，一個難以進步的國家，就是上下都是小人。

　　人心難測，不可不辨，這一課，告訴在社會上打滾的人，成熟就是對人性不天真，成熟就是了解人性中的負面的一面，但君子絕不自流於惡。

1. 菜根譚第四課：境界的品味篇

　　「境界的品味篇」在為檯面上的人物評價高低，當一個人進入社會紅塵打滾，已經懂得了各種應對進退，經歷了種種人情世故之後，他已經能夠深刻地了解人性的弱點、缺點以及不足之處，回過頭來再來看自己人生的作為以及與他人的比較，終於明白人生境界的高低之間，真正的關鍵不在世俗的名位成就，而在智慧的通達，以及心情的平和，從此取得了品味人生意境的智慧眼光，從容自在悠閒，不為世俗名位所靠攏羈絆，獨立走出有自我品味的人生格局。

252：隱者無榮辱　道義無炎涼

隱逸林中無榮辱，

道義路上無炎涼。

　　品味人性，要知道他的真心，一個人的境界，不在他的出處，而在他的心態。

　　已經放下事功的人，就是走入隱逸的人，這時候世俗的評價就不再關心了，如果自己還眷戀官位，還主張自己的榮辱，認為自己的貢獻沒有獲得應有的評價，這就是身在民間心在事功，不是真正隱逸的人。這時候，可以打起精神，找目前能做的有意義的事情，重新來過，官場或許回不去，社會上未必沒有值得追求的事業，就繼續幹活吧。

　　追求道義的人，就是要為貧者弱者主持正義的人，貧者弱者沒有資源，總是飽受冷眼，常常感嘆世態炎涼，要幫助他們的人，一樣不會獲得世俗的喝采，特別是周遭利害關係相關的人，必定冷眼相向，無情地譏諷，要你知難而退，要主持道義的人，如果因為這樣，感歎世態炎涼，就不想幫了，這就是沒有真正的誠意的人，不過是為了榮耀自己而來主持道義的，要主持道義，就要忍受利害關係人的霸凌，沒有這個肩膀，就不要出面，否則又要退出，出爾反爾，沒有水準。

33：人能放得心下　即可入聖超凡

放得功名富貴之心下，便可脫凡；

放得仁義道德之心下，才可入聖。

　　人們要追求功名富貴，但功名富貴有兩個面向，一個是自己努力達到的社會位階，另一個是別人眼中的你的形象，即便有很高的社會位階和富裕的生活，表面上看起來是功名富貴具有了，但是沒有相應的德行，這在別人的眼中只是暴發戶，是無德有位者而已，不會受人尊敬的。不管你做甚麼事，放下這個功名富貴之心，一心以把事情做好為原則，功名到哪裡是一回事，事情一定辦好，富貴多少是一回事，別人急難必定相助，這樣的人，把公益看得比私利重要，才是真正具有仁德的胸懷的人，他的功名富貴亦是不乏，但他的品格意境已經遠遠超越他的社會地位，這樣才是人們心目中真正值得尊敬的人，而不是還在世俗凡塵中。

　　人都應該有仁義道德之心，然而，行善之際，時常是為了獲得有仁義道德的美名而做，甚至自己根本不仁不義，仍要搶奪名聲。一個人要做好事，就要放下被誇獎的慾望，放下被標榜仁義道德的心念，真心助人，這樣的人，已經超越了仁義道德的境界，直達聖境。

102：文章極處無奇巧　人品極處只本然

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。

　　寫出極佳的文章，不是靠華麗的詞藻，而是把該說的話恰好地說出。做人做到圓滿，不是標新立異，只是把為人處事該做的本分做好。

　　人都想好好做人，更想要做人上人，人上人不是事事搶先，不是高高在上，人品超越的人，其實就是本分做人的人。做人本分，別人相處上最舒服，樂於親近，受到大家的尊敬，這才是人品。

169：為奇不為異　求清不求激

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。

　　人要標榜自己清新脫俗，顯示自己的境界高，這時候就會做一些標新立異、索隱行怪之事，這種行為，並不足以說明他的意境高，只反映了他好出風頭而已。

人要做到品性高潔，就是不與惡人同流合汙就好了，但有人刻意拒絕從事一些世俗上容易沾染惡習的活動，或是刻意斥黜一些犯過錯誤的人，以為這樣就是高潔，其實這樣做的效果只是引起世俗大眾的反感而已，好像只有你是好人，別人都是壞人，這樣做只會得罪人，並不是真的人品高潔。

226：言者多不顧行 談者未必真知

談山林之樂者，未必真得山林之樂；

厭名利之談者，未必盡忘名利之情。

　　一個人的格局決定於他的話題，話題說明了潛意識裡的慾望，而不論在這個話題上他主張了甚麼。

　　樂談山林之樂者，常常是藉此諷刺官場上的俗人，但這就正表明了自己心繫官場，捨不得放下，想藉著標榜自己樂於親近山林而自命清高，希望有機會重返官場。真樂山林者，早已倘佯山林水間與蟲魚花草為伍，沒時間管人間的是非善惡。說都不會去說。

　　說自己不要名利，卻不斷提起這個話題，並且不斷指責名利中人，此人心中正是名利之心最重，得不到，就要傷人，還要自我劃清界線。真正放下名利之人，生活上沒有這個話題，從不關心，正常地過著純樸的生活，這才是放下了名利。

看人除了看好壞之外，還要評高下，最高境界都是只做不說，還在自我標榜者，尚非人上人。

1. 菜根譚第五課：福德的培植

「福德的培植篇」談人生的最高意境，就是要能夠服務社會，又能增進福德。一個人社會經驗豐富又個性成熟之後，就是透徹了人生的意境，而且有了關照世局的獨特眼光。人生的意義何在？價值何在？還是要不忘初衷的。那就是在於求一己一生的平安，以及家人生活的福祉，同時，更在於求社會的理性與平和，世間的發展與進步。於是進入真正最有智慧的入世之道。如何培養福德？包括自己的福德以及社會的福德？在所有人際關係應對進退當中，除了積極處事之外，還要在對人性的透徹的基礎上，以及對境界的品味的平台上，讓每一件事都處事圓融，讓方方面面都找到定位，這是菜根譚裡面境界最高、意境最全面的一類的文字，福德的培植。

　　76：厚德載物　雅量容人

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。

　　汙穢之土地養分更多，植物生長更為茂密，因此穢而多物。魚蝦藏於水中，喜找有遮蔽之處躲藏，水清見光之處易為人取，常少魚蝦，因此清而少魚。

人生在世，與人相處，絕大多數的人都是普通一般人，有各種各樣的人性缺點，要找到沒有缺點的奇才是不可能的。要成就事業的人，做官御下之人，使人者眾，有一項才華的人或許有多項缺點，要懂得用他的才華，若計較他的缺點，他便不會入你帳下，你的事業也就少了奮死效力之人。所以對於部屬的其他缺點，只要不是直接礙事壞事，就應該接受包容，這就是「存含垢納汙之量」，若是愛惜自己名聲，不肯跟有問題的人相交，那麼可以跟你往來的人就很少了，而且別人看你高潔獨行，也不願意跟你交往了，你能用的人就少了，這就是「持好潔獨行之操」。

讓更多的人參與你的事業，在事業投入中讓他們成長，為了維護大局他們也會放下缺點，自我提升，人成，事也成，這才是智者御下之道，御下也要育下。不是自己高高在上而已，事辦不成，非有福德之人。

　　19：完名讓人全身遠害　歸咎於己韜光養德

**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。**

與人共事，要注意免遭人忌，若遭人忌妒，便不好做事了，事辦不成，功業就沒了，自然不是有福德的人。若要辦成大事，則需要眾人之力，即便自己出力為主，別人也有助力之功，即便沒有功勞，也有苦勞，即便沒有苦勞，也有不勞而獲的心理，總之，事情辦成，分功賞爵之時，切莫忘了周圍的同事，若是自己一人獨攬全功，肯定遭忌，以後會背後中傷你，更會破壞你的事業，讓你不能成功，所以，事情辦成，多多益賞，小人不嫌功勞多，君子雖不貪功，也不喜傲慢無禮之人。把功勞分多一些給別人，皆大歡喜，事情已經辦成，你的地位將在眾口同聲中獲得保住，地位保住，下次再受任，又可以成大事業了。因此，不必計較小人無功受祿，小人就是來搗亂的，受祿而不亂，就是你的智慧，把它當作成功的成本之一就好，天下沒甚麼事情是表面公平的，表面不公平的事情常常才是真公平，因為君子想的是天下安危，小人只想自己的利益而已，要功勞者得功勞，要利益者得利益，皆大歡喜。小人不壞事才是最重要的。

世上小人多，辱行汙名之事多有人幹，幹辱汙之事者喜歡更多人一起幹，才顯得此事有理，才免於罪惡感。君子幹事，為天下公益，故而高潔其行，若是辱行汙名絕不肯沾，這個高高在上的形象就易於與群眾脫離，一旦脫離群眾，做事將無人支持，於是一些無傷大雅的辱行汙名也涉入一下，或是被別人無謂地牽扯進去，也不必去澄清，寧可被別人當笑談無妨，人家還覺得你是正常的人，不會沒事找眾人的麻煩，也就與你為善了，你也就免於被小人因畏懼而惡意中傷的命運了。

　　126：大量能容　不動聲色

**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。**

　　別人耍詐陰你，你心照不宣，把受害程度降到最低，但不去揭露，就不會正面衝突，對方還以為你不知道，也就不必防備你的報復，也就不會因為害怕傷害你的事情被知道了要受罰，就繼續攻擊你，於是你和對方兩不相礙，繼續無事般相處。但是你不會再和對方交心了，你不會再把自己的錙重利益讓對方有機會過問了，你和他在同一個環境中卻像兩條平行線而不再交流，那麼對方也不會再有機會陰詐你的資源了，這就是不撕破臉的哲學。一旦撕破臉，天天破口大罵，誰對誰錯，觀眾還分不清呢。把吵架的力氣省下來，努力幹活就好。

　　別人以語言汙辱你，你當沒聽到，別人總不好舉手打你，你不對號入座，也等於沒事，事情就過去了。這個惡言之人不是真君子，不是好朋友，你以後避開他就好，避開只是不深入共事，若是不得已共事，事情自己辦就好，不要有關鍵的條件要依賴人家，他不會善待你的，也還會汙辱你，但你一直成長，以後事業的層次提高，他也見不到你了。

　　這樣處事，就是不與人結仇，他詐你損你你就發怒相殺，你們結仇了，沒完沒了，下輩子繼續糾纏，划不來。你努力成長，以後活動空間自然區隔，境界不同，不會再交手了，這就是智慧的處事之道。小人到處都有，只要你不相應，就沒事了，以後有需要還可以合作的。

　　105：忠恕待人　養德遠害

**不責小人過，**

**不發人陰私，**

**不念人舊惡。**

**三者可以養德，**

**亦可以遠害。**

　　小人有過失是當然的，你去責備他，只使他對你怨懟，只要他不是正在為惡，要把他當正常人，否則與他結仇，對自己是惹麻煩。

　　別人有陰私，人人都有陰私，都有不足為外人道的過去，私人的隱痛，傷口已癒合，你去揭露，就是要看人笑話，最是傷人，令人厭惡，這是自己心地不乾淨的表現，表示自己內心有欲望不滿足，藉由發人陰私暗中滿足，此最小人之舉。

　　別人有過於我，已經是過去的事了，現在與我正常相處，沒有惡念，就是朋友，念人舊惡，就是自己沒有成長，藉由攻擊別人保住自己的姿態，這是沒有自信的人幹的事情。舊仇化解了就是好朋友，念念不忘者一定是自己沒有成長的結果。

　　有德者有服務的精神，努力學習、努力成長、積極服務，不會惦記別人的缺點，無德者藉由打擊別人，維護自己搖搖欲墜的地位，結果惹來災難不說，更是缺德。

　　129：戒疏於慮　警傷於察

**害人之心不可有，防人之心不可無，此戒疏於慮也；**

**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。**

害人即是為惡，人當不可為惡，但防人為惡之念不可無，否則自己易遭凶險。要時常提醒自己，謹慎分辨周遭的情況。

對於不熟識的朋友，交往之際，宜以誠信待之，相約之事就守信辦成，如果別人心存貪念，侵傷於我，那就罷了，下次不再交心結盟就好了，而不是事情還沒有做，就想著別人會不會欺騙我，瞻前顧後，自己不守約定。所以要時常提醒自己，不要太自以為精明，以免得罪君子。

以上兩種情況，都是用智之道，自己利害攸關的資源，不要太招搖，以免別人覬覦，此防人之心。已經訂好的約定，無論別人心態如何，自己一定守信完成，此寧受人之欺。這就是處世之道。

　　51：忘功不忘過　忘怨不忘恩

**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。**

　　幫助別人的事情辦完了就放下，不能去索討回報，否則就是做生意，而不是助人。

　　我做錯了事對不住別人時，一定要承認錯誤，勇於道歉，切實改過，並且找機會彌補過失。

　　別人無條件幫助我們，表示他心地善良，我必須謹記在心，終生感念。

　　別人做錯事得罪我，過去就過去了，不要掛在心上，這是自己不長進。

　　功過恩怨各有道理，關鍵就是自己是個有理想的人，人生只有兩件事，學習與成長，於是沒有時間惦記別人的過錯，但是對自己的過錯勇於彌補，有時候幫助了別人不可要求別人報恩，但自己受人之恩卻要湧泉以報，這就是胸襟、氣度、智慧、福德。

　　141：過歸己任 功讓他人

**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，安樂則相仇。**

　　犯錯誤受責罰時人愈多愈好，這樣壓力會變小。辦事情成功受獎賞時人愈少愈好，這樣好處會多些。智者與人相處，深暗此道，故有過時可以與人攤受懲罰，有功時就盡量避開不與人爭利，人際之間的奧妙就在這裡，這就是了解人性之後的智慧作法。人活著，就是要成長，成長以為社會服務，過程中還要了解人性，不得罪人的同時，把事情辦好了，社會國家公司得到利益，公事圓滿，私人之間也無恩怨，這樣一個人的福德就不斷提升了。

結論：

　　《菜根譚》對人生與人性觀察入微，許多句子雖然一條一條分開來說，但整個背後的視野仍是儒家服務的人生觀與道家謙退的智慧，一個人不做君子則已，要做君子，就要追求成為人上人，人上人的修煉是一層再上一層，《菜根譚》作者馳騁思維，意識清楚了就發為文字，本文之作，則是將這些文字分為幾個不同的層次，讓年輕的學者，在初入社會的同時，就有一套修煉自我的功夫心法。首先要立志做儒者，有絕對的服務精神，然後要懂得人心人性，以道家謙退的智慧化解別人的貪念惡行，最終事情辦成，建立功業，安全退休，且福德綿延。

　　以本文五個主題來分類《菜根譚》的句子時，可以放入的句子還有太多，限於篇幅，暫寫至此，以後另待它文再繼續撰寫。

1. 吳家駒注譯《新譯菜根譚(平)》台灣，三民書局，出版日期：2006-03-01。 [↑](#footnote-ref-1)