

<<呻吟语>>

图书基本信息

书名：<<呻吟语>>

13位ISBN编号：9787806651810

10位ISBN编号：7806651810

出版时间：2002-10

出版时间：岳麓书社

作者：吕坤

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>

## <<呻吟语>>

### 内容概要

《呻吟语》是一位饱经人世忧患、富有人生经验的儒哲以儒家的中庸之道为立足点，扬弃释道，冲破宋明理学的牢笼，独辟蹊径探索人生、思考宇宙的思想结晶。

《呻吟语》反映了作者深刻的哲学思想以及他对人生的思考和探索。

作为一部探讨人生的哲学著作，作者说得最多的还是修身养性、处事应物的道理和方法，他从十几个不同的侧面展示了他的体会和心得，或者是人生经验的总结，或者是深思熟虑的格言，读这样的书，你像听一位厚道正直的长者娓娓而谈，亲切有趣，个中意味，使人回味无穷。

《呻吟语》的很多人生观点和处世方法是对中华民族优良传统的弘扬，体现了中国古代优秀的知识分子的本质特征。

<<呻吟语>>

作者简介

吕坤（1536-1618），明嘉靖、万历年间人，字叔简，一字心吾或新吾，自号抱独居士，宁陵（今属河南）人。

为政有异声，官至刑部左、右侍郎。

<<呻吟语>>

书籍目录

呻吟语序呻吟语卷一 礼集 内篇 卷一之一 性命 卷一之二 存心 卷一之三 伦理 卷一之四 谈道呻吟语卷二 乐集 内篇 卷二之一 修身 卷二之二 问学呻吟语卷三 射集 内篇 卷三之一 应务 卷三之二 养生呻吟语卷四 御集 外篇 卷四之一 天地 卷四之二 世运 卷四之三 圣贤 卷四之四 品藻呻吟语卷五 书集 外篇 卷五 治道呻吟语卷六 数集 外篇 卷六之一 人情 卷六之二 物理 卷六之三 广喻 卷六之四 词章

## &lt;&lt;呻吟语&gt;&gt;

## 章节摘录

书摘 儿女辈常着他拳拳曲曲，紧紧恰恰，动必有畏，言必有警，到自专时尚不可知。若使之快意适情，是杀之也。

此愚父母之所当知也。

责人到闭口卷舌，面赤背汗时，犹刺刺不已，岂不快心？然浅隘刻薄甚矣。

故君子攻人，不尽其过，须含蓄以馀人之愧惧，令其自新，方有趣味，是谓以善养人。

曲木恶绳，顽石恶攻，责善之言不可不慎也。

恩礼出于人情之自然，不可强致。

然礼系体面，犹可责人；恩出于根心，反以责而失之矣。

故恩薄可结之使厚，恩离可结之使固，一相责望，为怨滋深。

古父子、兄弟、夫妇之间，使骨肉为寇仇，皆坐责之一字耳。

宋儒云：“宗法明而家道正。

”岂惟家道，将天下之治乱恒必由之。

宇宙内无一物不相贯属，不相统摄者。

人以一身统四肢，一肢统五指；木以株统干，以干统枝，以枝统叶；百谷以茎统穗，以穗统樽，以樽统粒，盖同根一脉，联属成体。

此操一举万之术，而治天下之要道也。

天子统六卿，六卿统九牧，九牧统郡邑，群邑统乡正，乡正统宗子。

事则以次责成，恩则以次流布，教则以次得传宣，法则以次绳督。

夫然后上不劳下不乱而政易行。

自宗法废，而人各为身，家各为政，彼此如飘絮飞沙，不相维系。

是以上劳而无要领可持，下敝而无脉络相贯，奸盗易生而难知，教氏易格而难达。

故宗法立而百善兴，宗法废而万事弛。

或曰：“宗子而贱、而弱、而幼、而不肖，何以统宗？”曰：“古之宗法也，如封建，世世以嫡长。

嫡长不得其人，则一宗受其敝，且豪强得以豚鼠视宗子，而鱼肉孤弱，其谁制之？盖有宗子又当立家长。

宗子以世世长子孙为之。

家长以阖族之有德望者而众所推服，能佐宗子者为之。

胥重其权而互救其失。

此二者，宗人一委听焉，则有司有所责成，而纪法易于修举矣。

” [注] 六卿：指吏、户、礼、兵、刑、工六部尚书。

九牧：这里指九州的长官。

宗子：一族之中的嫡长子。

封建：古代帝王把爵位土地赐给诸侯，在封定的区域内建立邦国称封建。

责善之道，不使其有我所无，不使其无我所有，此古人之所以贵友也。

“母氏圣善，我无令人”，孝子不可不知；臣罪当诛兮，天王圣明，忠臣不可不知。

[注] 语出《诗经·邶风·凯风》。

朱子云：“不求人知，而求天知。

”为初学者言也。

君子为善，只为性中当如此，或此心过不去。

天知、地知、人知、我知，浑是不求底，有一求心，便是伪，求而不得，此念定是衰歇。

以吾身为内，则吾身之外皆外物也。

故富贵利达，可生可荣，苟非道焉，而君子不居。

以吾心为内，则吾身亦外物也。

故贫贱忧戚，可辱可杀，苟道存，而君子不辞。

或问敬之道。

## &lt;&lt;呻吟语&gt;&gt;

曰：“外面整齐严肃，内面齐庄中正，是静时涵养的敬；读书则心在于所读，治事则心在于所治，是主一无边的敬；出门如见大宾，使民如承大祭，是随事小心的敬。

”或曰：“若笑谈歌咏、宴息造次之时，恐如是则矜持不泰然矣。

”曰：“敬以端严为体，以虚活为用，以不离于正为主。

斋日衣冠而寝，梦寐乎所祭者也。

不斋之寝，则解衣脱冕矣。

未有释衣冕而持敬也。

然而心不流于邪僻，事不诡于道义，则不害其为敬矣。

君若专去端严上求敬，则荷锄负耜、执轡御车、鄙事贱役，古圣贤皆为之矣，岂能日日手容恭、足容重耶？又若孔子曲肱指掌，及居不容，点之浴沂，何害其为敬耶？大端心与正依，事与道合，虽不拘拘于端严，不害其为敬。

苟心游千里，意逐百欲，而此身却兀然端严在此，这是敬否？譬如谨避深藏，秉烛鸣佩，缓步轻声，《女教》《内则》原是如此，所以养贞信也。

若汲妇汲妻，及当颠沛奔走之际，自是回避不得。

然而贞信之守，与深藏谨避者同，是何害其为女教哉？是故敬不择人，敬不择事，敬不择时，敬不择地，只要个心与正依，事与道合。

”[注] 造次：急遽，匆忙。

语出《礼记·玉藻》。

曲肱指掌：《论语·述而》：“饭疏食，饮水，曲肱而枕之，乐亦在其中矣。

不义而富且贵，于我如浮云。

” 点之浴沂：点，即曾点，字皙，孔子弟子。

沂，水名，在今山东邹县、曲阜境内。

据《论语·先进》载：予路、曾皙、冉有尝侍孔子，各言其志。

曾皙曰：“暮春者，春服既成，冠者五六人，童予六七人，浴乎沂，风乎舞雩，咏而归。

”夫子喟然叹曰：“吾与点也。

” 汲妇：给耕田之人送饭的妇人。

汲：打水。

先难后获，此是立德立功第一张主。

若认得先难是了，只一向持循去，任千毁万谤也莫动心，年如是，月如是，竟无效验也只如是，久则自无不获之理。

故工夫循序以进之，效验从容以俟之，若欲速，便是揠苗者，自是欲速不来。

造化之精，性天之妙，惟静观者知之，惟静养者契之，难与纷扰者道。

故止水见星月，才动便光芒错杂矣。

悲夫！纷扰者，昏昏以终身而一无所见也。

《氓》之诗，悔恨之极也，可为士君子殷鉴，当三复之。

唐诗有云：“雨落不上天，水覆难再收。”

”又近世有名言一偶云：“一失脚为千古恨，再回头是百年身。”

”此语足道《氓》诗心事，其曰“亦已焉哉”，所谓“何嗟及矣”，无可奈何之辞也。

[注] 《氓》之诗：《诗经·卫风·氓》：“氓之蚩蚩，抱布贸丝。

匪来贸丝，来即我谋。

送子涉淇，至于顿丘。

匪我愆期，子无良媒。

将子无怒，秋以为期。

”朱熹注：“此淫妇为人所弃，而自叙其事以道其悔恨之意也。

……士君子立身一败，而万世瓦裂者，何以异此？可不戒哉！”这里吕坤取其悔恨之义。

三复：多次反复。

见李白《妾薄命》诗。

## &lt;&lt;呻吟语&gt;&gt;

明杨仪《明良记》载：“唐解元寅既废弃，诗云：‘一失脚成千古笑，再回头是百年人。’”后多用“一失脚为千古恨”。

平生所为，使怨我者得以指摘，爱我者不能掩护，此省身之大惧也，士君子慎之。故我无过，而谤语滔天不足惊也，可谈笑而受之；我有过，而幸不及闻，当寝不贴席、食不下咽矣。是以君子贵“无恶于志”。

[注] 无恶于志：即无愧于心。

《中庸》：“故君子内省不疚，无恶于志。”

谨言慎动，省事清心，与世无碍，与人无求，此谓小跳脱。

身要严重，意要安定，色要温雅，气要和平，语要简切，心要慈祥，志要果毅，机要缜密。

善养身者，饥渴、寒暑、劳役，外感屡变，而气体若一，未尝变也。

善养德者，死生、荣辱、夷险，外感屡变，而意念若一，未尝变也。

夫藏令之身，至发扬时而解协；长令之身，至收敛时而郁阏，不得谓之定气。

宿称镇静，至仓卒而色变；宿称淡泊，至纷华而心动，不得谓之定力。

斯二者皆无养之过也。

里面要活泼，于规矩之中，无令怠忽；外面要摆脱，于礼法之中，无令矫强。

四十以前养得定，则老而愈坚；养不定，则老而愈坏。

百年实难，是以君子进德修业贵及时也。

涵养如培脆萌，省察如搜田蠹，克治如去盘根。

涵养如女子坐幽闺，省察如逻卒缉奸细，克治如将军战勍敌。

涵养用勿忘勿助工夫，省察用无怠无荒工夫，克治用是绝是忽工夫。

学必相讲而后明，讲必相直而后尽。

孔门师友不厌穷问极言，不相然诺承顺，所谓审问明辨也。

故当其时，道学大明，如拨云披雾，白日青天，无纤毫障蔽。

讲学须要如此，无坚自是之心，恶人相直也。

[注] 直：诘问。

自是：自以为是。

“熟思审处”，此四字德业之首务；“锐意极力”，此四字德业之要务；“有渐无已”，此四字德业之成务；“深忧过计”，此四字德业之终务。

静是个见道底妙诀，只在静处潜观，六合中动底机括都解破若见了。

还有个妙诀以守之，只是一，一是大根本，运这一却要因时变通。

学者只该说下学，更不消说上达。

其未达也，空劳你说；其既达也，不须你说。

故“一贯”惟参、赐可语，又到可语地位才语，又一个直语之，一个启语之，便见孔子诲人之妙处。

[注] 参，指曾参，孔子弟子，字子舆。

《论语·里仁》：“子曰：‘参乎，吾道一以贯之。’”

曾子曰：‘唯。’

子曰：‘何谓也？’曾子曰：‘夫子之道，忠恕而已矣。’

赐，指端木赐，字子贡，孔子弟子。

《论语·卫灵公》：“子曰：‘赐也，女以予多学而识之者与？’对曰：‘然。非与？’曰：‘非也。’”

予一以贯之。

读书人最怕诵底是古人语，做底是自家人。

这等读书，虽闭户十年，破卷五车，成什么用？能辨真假，是一种大学问。

世之所抵死奔走者，皆假也。

万古惟有真之一字磨灭不了，盖藏不了。

此鬼神之所把握，风雷之所呵护。

<<呻吟语>>

天地无此不能发育，圣人无此不能参赞。

朽腐得此可为神奇，鸟兽得此可为精怪。

道也者，道此也；学也者，学此也。

或问：“孔子素位而行，非政不谋，而儒者著书立言便谈帝王之略，何也？”曰：“古者十五而人大学，修齐治乎，此时便要理会，故陋巷而问为邦，布衣而许南面。

由、求之志富强，孔子之志三代，孟子乐‘中天而立，定四海之民’，何曾便到手？”（一）听志不得不然。

所谓‘如或知尔，则何以哉’，要知‘以’个甚么。

‘苟有用我者，执此以往’，要知‘此’是甚么。

‘大人之事备矣’，要知‘备’个甚么。

若是平日如醉梦，一不讲求，到手如痴呆，胡乱了事，如此作人，只是一块顽肉，成甚学者！即有聪明材辨之士，不过学眼前见识，作口头说话，妆点支吾，亦足塞责。

如此作人，只是一场傀儡，有甚实用？修业尽职之人，到手未尝不学，待汝学成，而事先受其敝，民已受其病，寻又迁官矣。

譬之饥始种粟，寒始纺棉，怎得奏功？此凡事所以贵豫也。

” .....

## &lt;&lt;呻吟语&gt;&gt;

## 媒体关注与评论

书评呻吟语序 呻吟，病声也。

呻吟语，病时疾痛语也。

病中疾痛，惟病者知，难与他人道；亦惟病时觉，既愈，旋复忘也。

予小子生而昏弱善病，病时呻吟，辄志所苦以自恨，曰慎疾，无复病。

已而弗慎，又复病，辄又志之。

盖世病备经，不可胜志。

一病数经，竟不能惩。

语曰：“三折肱，成良医。

”予乃九折臂矣！沉痾年年，呻吟犹昨。

嗟嗟！多病无完身，久病无完气。

予奄奄视息而人也哉！三十年来，所志《呻吟语》凡若干卷，携以自药。

司农大夫刘景泽，摄心缮性，平生无所呻吟，予甚爱之。

顷共事雁门，各谈所苦。

予出《呻吟语》视景泽，景泽曰：“吾亦有所呻吟，而未之志也。

吾人之病，大都相同。

子既志之矣，盍以公人？盖三益焉：医病者见子呻吟，起将死病；同病者见子呻吟，医各有病；未病者见子呻吟，谨未然病。

是子以一身示惩于于下，而所寿者众也。

既子不愈，能以愈人，不既多乎？”余矍然曰：“病语狂，又以其狂者惑人闻听，可乎？”因择其狂而未甚者存之。

呜呼！使予视息苟存，当求三年艾健，此馀生何敢以沉痾自弃？景泽，景泽，其尚医余也夫！万历癸巳三月，抱独居士宁陵吕坤书

## <<呻吟语>>

### 编辑推荐

《呻吟语》是一位饱经人世忧患、富有人生经验的儒哲以儒家的中庸之道为立足点，扬弃释道，冲破宋明理学的牢笼，独辟蹊径探索人生、思考宇宙的思想结晶。

《呻吟语》反映了作者深刻的哲学思想以及他对人生的思考和探索。

作为一部探讨人生的哲学著作，作者说得最多的还是修身养性、处事应物的道理和方法，他从十几个不同的侧面展示了他的体会和心得，或者是人生经验的总结，或者是深思熟虑的格言，读这样的书，你像听一位厚道正直的长者娓娓而谈，亲切有趣，个中意味，使人回味无穷。

《呻吟语》的很多人生观点和处世方法是对中华民族优良传统的弘扬，体现了中国古代优秀的知识分子的本质特征。

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>