

学生版

主编：王为国

传世

CHUANSHIJIJINGDIAN

经典

20



红旗出版社

04

20

传世经典

学生版

主编 王为国

红旗出版社

第八篇

修身齐家论

养生主
——《庄子》

【题解】

庄周(约公元前 369 年—公元前 286 年),通常称庄子,战国时期宋国蒙邑(今河南商丘)人。据史料记载,庄子曾在家乡做过管漆园的小官,生活相当贫困,一度靠借粮食度日。虽然生活如此潦倒不堪,但当他在濮水上垂钓,楚王派使者请以国事相委托时,他竟然“持竿不顾”。现存《庄子》一书是经后人整理而成的,分内篇、外篇和杂篇。内篇的思想、文风较统一,学者多认为是庄周的手笔,而外篇、杂篇则不少为庄子后学所作。

本篇(选自《庄子·内篇》)主要是宣扬为人要善于钻空子、避免碰钉子,才能保命全生,在一定程度上反映了庄子的人生观。

【原文】

吾生也有涯^[1],而知也无涯^[2]。以有涯随无涯,殆已^[3]。已而为知者^[4],殆而已矣!为善无近名^[5],为恶无近刑^[6],缘督以为径^[7],可以保身,可以全生^[8],可以养亲^[9],可以尽年。

庖丁为文惠君解牛^[10],手之所触^[11],肩之所倚^[12],足之所履^[13],膝之所踦(音已 yǐ)^[14],砉(音花 huā)然响然^[15],奏刀騞(音豁 huō)然^[16],莫不中(音众 zhòng)音^[17],合于桑林之舞^[18],乃中经首之会^[19]。

文惠君曰:“嘻^[20],善哉!技盖至此乎^[21]?”庖丁释刀对曰^[22]:“臣之所好者,道也^[23],进乎技矣^[24]。始臣之解牛之时,所见无非全牛者;三年之后,未尝见全牛也。方今之时^[25],臣以神遇而不以目视^[26],官知止而神欲行^[27]。依乎天理^[28],批大郤^[29],导大窾(音款 kuǎn)^[30],因其固然。技经肯綮(音请 qǐng)之未尝^[31],而况大辄(音姑 gū)乎^[32]!良庖岁更刀,割也;族庖月更刀,折也。今臣之刀十九年矣,所解数千牛矣,而刀刃若新发于硎(音刑 xíng)^[33]。彼节者有间而刀刃者无厚,以无厚入有间,恢恢乎其于游刃必有余地矣^[34]。是以十九年而刀刃若新。虽然,每至于

族^[35]，吾见难为，怵然为戒^[36]，视为止，行为迟，动刀甚微，濇（音或 huò）然已解^[37]，如土委地^[38]。提刀而立，为之四顾，为之踌躇满志^[39]，善刀而藏之^[40]。”文惠君曰：“善哉！吾闻庖丁之言，得养生焉^[41]。”

公文轩见右师而惊曰^[42]：“是何人也？恶乎介也^[43]？天与？其人与^[44]？”曰：“天也，非人也。天之生是使独也^[45]，人之貌有与也^[46]。是以知其天也，非人也。”

泽雉十步一啄^[47]，百步一饮，不蕲畜乎樊中^[48]。神王（音旺 wàng）^[49]，不善也^[50]。

老聃死^[51]，秦失吊之^[52]，三号而出。弟子曰：“非夫子之友邪？”曰：“然”。“然则吊焉若此可乎^[53]？”曰：“然。始也吾以为其人也，而今非也。向吾入而吊焉^[54]，有老者哭之，如哭其子；少者哭之，如哭其母。彼其所以会之，必有不蕲言而言，不蕲哭而哭者。是遁天倍情^[55]，忘其所受^[56]，古者谓之遁天之刑。适来，夫子时也^[57]；适去，夫子顺也^[58]。安时而处顺，哀乐不能入也，古者谓是帝之县解^[59]。”

指穷于为薪^[60]，火传也，不知其尽也。

【注释】

〔1〕涯：边际，限度。

〔2〕知：指知识，智力。

〔3〕殆：疲困；不安。

[4]已:既然如此。为知:追求知识。

[5]无:似是虚字,没有实际意义。下句同。近名:近于名,跟名誉沾边。

[6]近刑:近于型,跟刑罚沾边。

[7]缘督句:王船山说:“身后之中脉曰督。缘督者,以清微纤妙之气循虚而行,止于所不可行,而行自顺以适得其中。”这一句是以督脉为喻,说明一切宜循着虚无自然之道进行,并习以为常,这才是养生妙道。

[8]生:通“性”,性灵。全生:有全养性灵之意。

[9]亲:指“真君”,即精神。

[10]庖丁:厨工。文惠君:有人认为就是梁惠王,也有人认为就是下文提到的公文轩。解牛:分解牛的肢体。

[11]所:指示代词,相当于“……的地方”。下三句中的“所”同义。

[12]倚:靠。

[13]履:踩。

[14]踦:抵住。

[15]砉:象声词。

[16]奏刀:进刀。騞。象声词,牛体解开时发出的声音。

[17]中音:合于乐音。

[18]桑林:相传是商汤时的一种乐曲。桑林舞,指用桑林曲伴奏的舞蹈。

[19]经首:相传是唐尧时的一种乐曲。会:音节。

[20]嘻:惊叹声。

[21]盖:通“盍”(hé),何。

[22]释:放下。

[23]道:指关于事物道理方面的修养工夫。

[24]进乎技矣:比普通技术更进了一步。

[25]方今之时:当今这个时期。

[26]神:精神。遇:接触。

[27]官知:指感觉。神欲:指思维活动。

[28]天理:天然的生理结构。

[29]批:似为劈的借字。郤:指筋骨间的空隙。

[30]导:引向。竅:洞穴,指骨节间的窍穴。

[31]技:“枝”字之误。枝:即支脉;经:即经脉。
技经,指经络。纂:筋骨连接的地方。未尝:没有用刀子试过。

[32]大辄:大的骨骼。

[33]礲:磨刀石。新发于礲:刚从磨刀石上磨过。

[34]恢恢乎:宽绰的样子。游刃:刀口的运转。

[35]族:指骨头结聚的地方。

[36]怵然:小心翼翼的样子。为戒:为之警戒。

[37]谍:象声词,形容牛体解开时发出的声音。

[38]委地:落地。

[39]踌躇:从容自得的样子。满志:心满意足。

[40]善:通“拭”,擦。

[41]得养生焉:领悟到养生之道了。

[42]公文轩:姓公文,名轩,传说是宋国人。古师:古代官职,这里借官名代人名。

[43]恶乎:何以。介:单足。

[44]其:选择连词,相当于“抑”,“还是”。

[45]是:指代词,指代右师的脚。

[46]有与:有赋予者。“与”和“予”音义并同。

[47]泽雉:草泽里的野鸡。十和百:均非实指,泛言步数之多。

[48]斲:祈求。樊:笼。

[49]王:通“旺”。

[50]不善:不好。

[51]老聃:老子。

[52]秦失:老子的朋友。

[53]焉:用同“之”,称代老子。

[54]向:刚才。

[55]遁天:逃避自然,背情:违背真情。

[56]所受:指禀受的本性。

[57]适:偶然。来:指来到人间。时:意为“应时”“顺时”。

[58]去:指离开人间。顺:顺乎自然。

[59]帝:指天,自然。县:同“悬”,实指倒悬。

[60]指:借为“脂”,油脂。

【译文】

吾生也有涯，而知也无涯，以有涯随无涯，殆已。就是说，我们若要拿有限的生命去追求无限的知识，就会被弄得十分疲困！既然这样，仍要一味求知，那也就会被弄得十分疲困。做善事不要有求名之心，做恶事不要弄得遭到刑戮。一切遵循虚无的自然之道进行，并习以为常，便可以保护生命，可以全养性灵，可以调养精神，可以享尽天年。

庖丁为文惠君解牛，他的手掌接触的地方，肩膀依靠的地方，脚板蹬踩的地方，以及膝盖抵顶的地方，都哗哗地响着。刀子捅进去，便又发出哗啦啦的响声。这些声音没有哪一种不合乎音节；既合乎《桑林》舞曲的旋律，又合乎《经首》乐曲的节奏。

文惠君说：“啊，好极子！你的技术怎么能达到这种地步呢？”庖丁放下刀子回答道：“我所爱好的是有关事物道理方面的修养，比普通技术更进了一步。我开始宰牛的时候，所见到的没有哪一头不是囫圇的牛。三年以后，我所见的就不是囫圇的牛了。现在对于牛，我是用精神去领会，而不是用眼睛去感觉。感觉活动停止了。而精神活动在进行着。我依照牛的天然组织结构，把刀子劈那筋骨相边的缝隙，又引向那骨节间的空窍，完全按照牛体本来的结构动刀，就连经络相边和筋肉聚结的地方都没有用刀子去试过，何况大的骨骼呢？好的厨工每年要换一把刀子，因为

用刀割筋肉刀刃伤缺了；一般的厨子每月要换一把刀子，因为用刀砍骨头刀子折断了。如今我这把刀子用了十九年，所宰割的牛已经几千头，但是仍象在磨刀石上刚开好口一样锋利。那牛的骨节总是有空隙的，而我的刀刃却薄得没有厚度。拿没有厚度的刀刃伸进那有缝隙的骨节中去，这就宽宽绰绰，游刃有余了。正因为如此，我的刀子用了十九年还象刚从磨刀石上开好口的一样。虽然这样，每当遇到筋骨交错的地方，我看它不好对付，也特别小心谨慎，视线因此格外集中专注，动作因此也变得缓慢了。这样，刀子下得非常轻，而牛体却给哗啦哗啦地解剖开了。就象土块落地时四分五裂一样。于是，我提着刀子站起来，我高兴得四下张望，踌躇满志；然后，我擦擦刀子，把它收藏起来。”文惠君说：“好啊！我听了庖丁这番话，从中懂得了养生的道理。”

公文轩见到右师便惊讶地说：“这是什么人呢？为什么只有一只脚呢？是天生的呢，还是人为的呢？”他又接着说：“这是天生的，不是人为的。天生他就是一只脚。人的形貌是有个主宰者赋予他的。因此知道他是天生的，不是人为的。”

草泽里的野鸡，要走好几步才能啄得一口食，要走很多步才能喝上一口水，可是它并不期望被养在笼子里面，因为那样，虽然精神旺盛，却并不适然自乐。

老聃死了，秦佚去吊唁，只号哭了三声就出来了。

弟子问：“您不是我们老师的朋友吗？”秦佚说：“是的。”又问：“既然这样，那么您这样吊唁他，行吗？”秦佚说：“行的。开始时，我把他当作世欲之人看待，后来醒悟过来，并非如此。刚才我进去吊唁时，看到有老年人哭他，象哭自己的儿子一样；有年轻人哭他，象哭自己的母亲一样。那些人所以会聚在这里，一定有本来不想吊唁而吊唁的，有本来不想痛哭而痛哭的。这样做，实际是逃避自然，违背真情，忘掉了他们所稟受的本性。古人称这种作法是逃避自然而招致的惩罚。你们的老师忽然来到人间，是应时的；忽然离开人间，是顺天的。安时而处顺，一切哀乐之情便不能进入心怀。古人认为这样做，那世俗的倒悬之苦，便彻底解除了。”

油脂做成烛薪被燃烧尽了，但火种还是流传下去，没有穷尽的时候。

颜渊篇

——《论语》

【题解】

孔子(公元前551年—公元前479年)，名丘，字仲尼，春秋末期鲁国陬邑(今山东曲阜)人。他早年曾做过诸如管理仓库和看管牛羊之类的很不起眼的小官。

三十岁后,他就开始招收门徒,开创了中国历史上第一所私学。五十多岁时做过鲁国的司寇,代行相事,但为时仅三月,就因鲁国的动乱而离开鲁国。尔后,带领弟子周游列国,宣传自己的主张,但都未被采用。六十八岁时,又返回鲁国,从事教育。孔子在学习和教育的过程中,整理了《诗经》、《尚书》等古代文献典籍,删修了鲁国史书《春秋》,形成了自己的一套比较系统的理论,并把这些理论和知识传授给学生。他办学几十年,招收的学生据说达三千人。这些学生有的出仕做官,有的招徒设教,在社会上发生了很大影响。孔子本人成为中国古代儒家学派的创始人。汉武帝罢黜百家独尊儒术后,儒家思想成为中国二千多年封建社会的统治思想,影响极大。孔子的言论由他的弟子及再传弟子记载下来,保存在《论语》一书中。

本篇(选自《论语》)主要内容是孔子和他的学生们关于如何治理国家、如何做人等问题的对话。

【原文】

颜渊问仁^[1]。子曰^[2]：“克己复礼为仁^[3]。一日克己复礼，天下归仁焉^[4]。为仁由己，而由人乎哉？”

颜渊曰：“请问其目^[5]。”子曰：“非礼勿视，非礼勿听，非礼勿言，非礼勿动。”

颜渊曰：“回虽不敏，请事斯语矣。”

仲弓问仁^[6]。子曰：“出门如见大宾，使民如承大

祭⁽⁷⁾。己所不欲，勿施于人。在邦无怨，在家无怨。”

仲弓曰：“雍虽不敏，请事斯语矣。”

司马牛问仁⁽⁸⁾。子曰：“仁者，其言也讱（音认 rèn）⁽⁹⁾。”

曰：“其言也讱，斯谓之仁矣乎？”子曰：“为之难，言之得无讱乎？”

司马牛问君子。子曰：“君子不忧不惧。”

曰：“不忧不惧，斯谓之君子已乎？”子曰：“内省不疚，夫何忧何惧？”

司马牛忧曰：“人皆有兄弟，我独亡⁽¹⁰⁾”。子夏曰：“商闻之矣：死生有命，富贵在天。君子敬而无失，与人恭而有礼。四海之内，皆兄弟也。君子何患乎无兄弟也？”

子张问明⁽¹¹⁾。子曰：“浸润之谮（音怎 zèn）⁽¹²⁾，肤受之愬（音束 sù）⁽¹³⁾，不行焉，可谓明也已矣。浸润之谮，肤受之愬，不行焉，可谓远也已矣。”

子贡问政⁽¹⁴⁾。子曰：“足食，足兵⁽¹⁵⁾，民信之矣。”

子贡曰：“必不得已而去。于斯三者何先？”曰：“去兵。”

子贡曰：“必不得已而去，于斯二者何先？”曰：“去食。自古皆有死，民无信不立。”

棘子成曰⁽¹⁶⁾：“君子质而已矣，何以文为？”子贡曰：“惜乎，夫子之说君子也！驷不及舌⁽¹⁷⁾。文犹质也，质犹文也。虎豹之鞶（音扩 kuò），犹犬羊之鞶。”

哀公问于有若曰：“年饥，用不足，如之何？”

有若对曰：“盍彻乎^[18]？”

曰：“二^[19]，吾犹不足，如之何其彻也？”

对曰：“百姓足，君孰与不足？百姓不足，君孰与足？”

子张问崇德辨惑。子曰：“主忠信，徙义^[20]，崇德也。爱之欲其生，恶之欲其死。既欲其生，又欲其死，是惑也。‘诚不以富，亦祗以异^[21]。’”

齐景公问政于孔子。孔子对曰：“君君，臣臣，父父，子子。”公曰：“善哉！信如君不君，臣不臣，父不父，子不子，虽有粟，吾得而食诸？”

子曰：“片言可以折狱者^[22]，其由也与^[23]？”

子路无宿诺。

子曰：“听讼^[24]，吾犹人也。必也使无讼乎！”

子张问政。子曰：“居之无倦。行之以忠。”

子曰：“博学于文，约之以礼，亦可以弗畔矣夫！”

子曰：“君子成人之美，不成人之恶，小人反是。”

季康子问政于孔子^[25]。孔子对曰：“政者，正也。子帅以正^[26]，孰敢不正？”

季康子患盗，问于孔子。孔子对曰：“苟子之不欲，虽赏之不窃。”

季康子问政于孔子曰：“如杀无道，以就有道，何如？”孔子对曰：“子为政，焉用杀？子欲善而民善。君子之德风，小人之德草。草上之风，必偃。”

子张问：“士何如斯可谓之达矣？”子曰：“何哉，尔所谓达者？”子张对曰：“在邦必闻，在家必闻。”子曰：“是闻也，非达也。夫达也者，质直而好义，察言而观色，虑以下人。在邦必达，在家必达。夫闻也者，色取仁而行违，居之不疑。在邦必闻，在家必闻。”

樊迟从游于舞雩之下^[27]，曰：“敢问崇德，修慝，辨惑。”子曰：“善哉问！先事后得，非崇德与？攻其恶，无攻人之恶，非修慝与？一朝之忿，忘其身，以及其亲，非惑与？”

樊迟问仁。子曰：“爱人。”问知。子曰：“知人。”

樊迟未达。子曰：“举直错诸枉，能使枉者直。”

樊迟退，见子夏曰^[28]：“乡（音向 xiàng）也吾见于夫子而问知^[29]，子曰，‘举直错诸枉，能使枉者直’，何谓也？”

子夏曰：“富哉言乎！舜有天下，选于众，举皋陶^[30]。不仁者远矣。汤有天下，选于众，举伊尹，不仁者远矣。”

子贡问友。子曰：“忠告而善道之，不可则止，毋自辱也。”

曾子曰：“君子以文会友，以友辅仁。”

【注释】

〔1〕颜渊：孔子早年的学生。

〔2〕子曰：孔子说。子，古代男子的通称，对老师

也称子。《论语》中“子曰”的子，都是指孔子。

[3]克己复礼：克，克制，约束；复，返回；恢复，

[4]归仁，称仁的意思。

[5]目：具体的条目。

[6]仲弓：孔子的学生冉雍，字仲弓。

[7]大祭：大的祀典。

[8]司马牛：即司马耕，字子牛。

[9]诎：难，迟钝。史记记载，司马牛多言而躁。孔子的话是针对他的缺点而说的。

[10]亡：同“无”。

[11]子张：孔子晚年学生，性颛孙，名师。

[12]浸润之谮：谮，谗言。浸润之谮，象水浸润物件那样开始不易觉察的谗言，即暗中的中伤。

[13]肤受之剐：剐，诬告。肤受之剐感受到象切肤之痛那样的诬告。

[14]子贡：孔子学生，性端木，名赐，字子贡。

[15]兵：指兵器、军备。

[16]棘子成：卫国大夫。

[17]驷不及舌：话一出口，四匹马也追不回来。

[18]盍彻乎：盍，何不。彻，西周田税制度，从收获中抽取十分之一为田税，“什一而税谓之彻”。

[19]二：指抽取十分之二的赋税。

[20]徙义：徙，迁移。改变自己的思想使之合于义。

[21]诚不以富，亦祇以异：《诗经·小雅·我行其野》诗句。意为：即便不是嫌贫爱富，也是见异思迁，喜新厌旧。

[22]片言：诉讼双方中一方的言辞，古时也叫“单辞”。

[23]由：孔子早年学生，姓仲名由，字子路。

[24]听讼：审理诉讼案件。

[25]季康子：鲁国大夫，姓季孙，名肥。康是谥号。

[26]帅：同“率”，带头。

[27]樊迟：孔子的学生，名须，字子迟，比孔子小四十六岁。

[28]子夏：孔子晚年学生。姓卜，名商，字子夏。

[29]乡：同“向”，刚才。

[30]皋陶：传说是舜的臣子。

【译文】

颜渊问怎样才是仁。孔子说：“抑制约束自己，一切都照着礼的要求去做就是仁。一旦做到克己复礼，天下就都归于仁了。实行仁德全在于自己，还能靠别人吗？”

颜渊说：“请问实行仁德的具体条目有哪些。”孔子说：“非礼勿视，非礼勿听，非礼勿言，非礼勿动”。

颜渊说：“我虽然迟钝，也要照您这话去做。”