

# 查拉图斯特拉如是说



〔德〕尼采◎著 文竹◎译

尼采美学和哲学里程碑式的作品，被誉为超人的圣经。

渗透着哲人的睿智、喷涌着诗人的激情，是一本永恒的书。

中國華僑出版社

# 查拉图斯特拉如是说

〔德〕尼采◎著 文竹◎译

中國華僑出版社

## 图书在版编目 (CIP) 数据

查拉图斯特拉如是说 / (德) 尼采著; 文竹译.  
—北京: 中国华侨出版社, 2016. 12

ISBN 978-7-5113-6467-8

I. ①查… II. ①尼… 文… III. ①超人哲学  
IV. ①B516. 47

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2016) 第 261073 号

## 查拉图斯特拉如是说

---

著 者/[德] 尼采

译 者/文 竹

策划编辑/周耿茜

责任编辑/文 蕾

责任校对/高晓华

封面设计/胡椒设计

经 销/新华书店

开 本/880 毫米×1230 毫米 1/32 印张/14 字数/336 千字

印 刷/北京中印联印务有限公司

版 次/2017 年 1 月第 1 版 2017 年 1 月第 1 次印刷

书 号/ISBN 978-7-5113-6467-8

定 价/58.00 元

---

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号通成大厦 3 层 邮编: 100028

法律顾问: 陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网 址: [www.oveaschin.com](http://www.oveaschin.com)

E-mail: [oveaschin@sina.com](mailto:oveaschin@sina.com)

## 目录

### 查拉图斯特拉如是说·第一部

查拉图斯特拉如是说·序言	003
查拉图斯特拉的演讲	022
1. 三种变形	022
2. 德性讲坛	025
3. 彼世论者	028
4. 身体的蔑视者	032
5. 快乐与热情	034
6. 苍白的罪犯	036
7. 读与写	039
8. 山上的树	041
9. 死亡说教者	044
10. 战争与战士	047
11. 新的偶像	049
12. 市场上的苍蝇	053

13. 贞洁 .....	057
14. 伙伴 .....	059
15. 一千个目标与一个目标 .....	061
16. 邻人之爱 .....	064
17. 创造者的路 .....	066
18. 老妇与少妇 .....	070
19. 毒蛇之噬 .....	073
20. 婚姻与孩子 .....	075
21. 自由的死亡 .....	078
22. 馈赠的德性 .....	082

## 查拉图斯特拉如是说·第二部

23. 拿着镜子的小孩 .....	091
24. 在幸福的岛屿上 .....	094
25. 怜悯者 .....	098

26. 教士们 .....	102
27. 有德性的人 .....	106
28. 流氓和痞子 .....	110
29. 毒蜘蛛 .....	113
30. 知名的智者 .....	118
31. 夜歌 .....	122
32. 舞曲 .....	125
33. 坟茔之歌 .....	129
34. 论自我的克服 .....	134
35. 崇高的人 .....	139
36. 教养的国度 .....	143
37. 无瑕的知识 .....	146
38. 学者 .....	151
39. 诗人 .....	154
40. 大事件 .....	158
41. 预言家 .....	163

42. 救赎 .....	169
43. 人类的智慧 .....	175
44. 最寂静的时刻 .....	180

### 查拉图斯特拉如是说·第三部

45. 漫游者 .....	187
46. 幻觉与谜团 .....	191
47. 与愿望相悖的幸福 .....	198
48. 日出之前 .....	203
49. 凋零的德性 .....	208
50. 橄榄山上 .....	217
51. 路过 .....	222
52. 背叛者 .....	226
53. 回乡 .....	233
54. 三种罪恶 .....	238


55. 重力的精神 .....	246
56. 旧的牌与新的牌 .....	252
57. 康复的人 .....	281
58. 强烈的渴望 .....	291
59. 另一支舞曲 .....	295
60. 肯定与阿门的赞歌 .....	300

### 查拉图斯特拉如是说·第四部

61. 蜜的祭品 .....	309
62. 苦难的呼唤 .....	314
63. 对话国王 .....	318
64. 水蛭 .....	324
65. 魔术师 .....	328
66. 辞职的 .....	337
67. 最丑陋的人 .....	344



68. 自愿成为乞丐的人 .....	351
69. 影子 .....	356
70. 正午 .....	361
71. 欢迎 .....	365
72. 晚餐 .....	372
73. 高等级的人 .....	375
74. 关于忧郁的歌 .....	390
75. 科学 .....	398
76. 行走在荒漠女儿之间 .....	402
77. 唤醒 .....	412
78. 旧信仰与新信仰 .....	417
79. 梦游者之歌 .....	423
80. 征兆 .....	434



## 第一部

| 查 | 拉 | 图 | 斯 | 特 | 拉 | 如 | 是 | 说 |



## 序言

| 查 | 拉 | 图 | 斯 | 特 | 拉 | 如 | 是 | 说 |

003

第  
一  
部

三十岁那年，查拉图斯特拉告别故乡和故乡之泉，踽踽一人，踏入山林。离开故乡，隐居山林的十年里，他始终安享一个人的孤独，徜徉在独一无二的精神世界中，不知疲倦，又自得其乐。但是，他的心灵，终究还是在某一天发生了转变。那天清晨，他迎着天边第一道曙光起床，走向太阳，对太阳说：

“太阳啊，伟大如你，如果没有被你所照耀的人类，你的生命中又怎会有幸福？”

“十年了，你每天都在这里冉冉升起，用光和热照耀我的洞穴。如果，我的鹰、我的蛇，以及我自己并不存在，你對自己散发的光明也会感到厌倦。”

“我们沐浴着你的光辉，在对博大的期许中祈盼着你每日的升起，并为你送上由衷的祝福。

“我就如一只蜜蜂，因为采集了太多的花蜜，所以厌倦了自己的智慧，只想张开双臂。

“我要馈赠，我要分发，直到尘世中睿智的人们，一次次为自己的愚钝与拙劣感到欣喜；人间的穷苦者，一次次为自己的富有感到欣喜和满足。

“为此，我必须如你一样，在黄昏的时候，沉入海面，降落至无尽的深渊，为那黑暗的渊壁，带去光明与祥和。伟大而充满了内涵的太阳啊！

“我要走了，告别你，下山去。我会入尘世，宣讲我的道。

“所以，请祝福我吧。你那一双深情与博爱的眸永远宁静，总是倒映着那夸张却广博的仁爱。

“看啊，这只酒杯已经盛满了金子般璀璨的美酒，那一滴滴因为饱满而流溢的酒水，就会化作幸福的日光，不断地向着远方播洒。

“做一只空杯，是这只杯子最热切的希望，查拉图斯特拉，也想重新入世，成为那凡俗中的一员。”

就这样，查拉图斯特拉朝着山下走去。

## 二

查拉图斯特拉下山之后，一路独行，途中一个人也不曾遇到。但当他来到森林的时候，眼前却突然出现了一位耄耋老人。这位老人离开自己圣洁的茅舍，走进森林，是为了寻找树根。见到查拉图斯特拉，老人如是说：

“我认识这位漫游者，他的名字是查拉图斯特拉，多年前，我

看到过他，他从此经过，但是现在，他的样子发生了改变。

“遥想当年，你独自上山，带着你的灰烬，现在，你要做什么？是要带着你的火去山谷吗？难道你就不怕被以纵火的罪名惩罚？”

“没错，就是他，查拉图斯特拉，他的目光已经澄澈，他的唇边不带丝毫厌弃，他走过来了，看，他多么像一位舞者。

“查拉图斯特拉，你变了，你觉醒了，你变成了孩童，那些陷入沉睡中的人又能给予你什么？”

“孤独是承载你生活的海洋，你离开了它，莫非你想踏上陆地？查拉图斯特拉，你又想成为你身体的拖累了吗？”

查拉图斯特拉面色坦然，他说：“我爱人类。”

老圣徒不以为然，他说，我逃到森林、寄居荒野的理由，就是因为我曾经太爱太爱人类了啊。

但是现在，我只爱仁慈的上帝。我再也不爱人类了，我认为人是不完美的，爱人类会让我失去生命。

“爱是什么？我不想谈论。我只是去给我爱的人类送一件礼物。”查拉图斯特拉如是说。

不，你没有必要给人类送礼物，老圣徒说。与其赠送礼物，倒不如帮助他们分担一些肩上的负重，如果你愿意那么做，他们会喜闻乐见，并对你无限感激。

如果你想要施舍他们一些东西，就单纯地去施舍，而且是在他们乞求你的情况下。

查拉图斯特拉摇摇头：“不，我从来都没有想过去施舍，我还没有贫穷到能去施舍的地步。”

听了查拉图斯特拉的话，老圣徒嗤笑道：“即便是要送出宝物，也要留神怎样被接受才是。他们从不相信我们是为馈赠而来，更不

相信隐士这个群体。

“对人类而言，我们蹒跚的脚步显得太孤独。就像是黎明到来之前的深夜，他们躺在床上，听到门外有脚步声传来，就会猜想：这么晚了，这个小偷要到什么地方去。

“留下来吧，和我一起~~在森林中~~隐居，我真不明白，你为什么不愿意停留，走进人群，比走进兽群更可怕。人类社会比自然还残酷，我宁可去教导野兽，也不愿意去指引人类。”

“圣徒先生，您在森林里，每日都做什么？”查拉图斯特拉问。

圣徒说：我自己谱写歌曲，自己哼唱，笑着唱歌，哭着作曲，来赞美我的上帝。

我用我的歌声，我的欢笑，我的泪水，我的一切，那是我的上帝。而你又有什么礼物能送给我呢？

听了老圣徒的话，查拉图斯特拉弯下腰，对他躬身致意，然后说：“我不能给你们什么，而且，我在这里待得久了，也许还会拿走你们的一些东西。所以，先生，请让我尽快离开吧。”就这样，查拉图斯特拉和老圣徒告别了，他们相视而笑，像是两个孩童。

离开之后，查拉图斯特拉心想：“真是不可思议，难道这位居住在森林里的老圣徒直到今日还不知道‘上帝已经死亡’的消息？”

### 三

很快，查拉图斯特拉来到了距离森林最近的一座城市，入城之后，他发现城中的许多民众都在朝着市场聚集，因为不久之后，在那里会有一场表演——高空走绳。于是，查拉图斯特拉对等待着的民众说：

我可以教导你们，关于超人。人类是需要被克服的一种生物，但你们有做过什么来克服人类吗？

截至今天，许多生物都通过克服自身而创造了许多不朽的物质，而你们，难道不想前进，而要逆着历史的潮流，朝着野兽的方向倒退吗？克服人类，难道不是你们的希望吗？

对人类而言，猿猴意味着什么？一种痛苦、一份耻辱，一个被耻笑的理由。同样地，对于超越了人类的物种——超人来说，人类同样是一种痛苦、一份耻辱、一个被耻笑的理由。

你们已经走完了从蠕虫到人类的进化之路，但你们身上却还带着许多蠕虫的特征。从前，你们还不是人，是猿猴，现在，你们变成了人类，但很多时候，你们比一只真正的猿猴更像是猿猴。

在整个人类群体中，智慧最卓越的，也不过是介于植物与鬼神之间的混种，但是，难道是我叫你们变成鬼神，或者，让你们向着植物衍变的吗？

过来瞧瞧吧，我会告诉你们，怎样超越自己，成为超人。

超人是大地意义。让你们的意志在内心高喊：超人是大地意义。

兄弟们，我请求你们，忠实于大地吧，不要将信任轻易给予那些妄谈超脱尘世的人，不管他们是有心还是无意，无论他们无知还是全知，他们都是不折不扣的坏种。

他们已经病入膏肓、身中剧毒，他们蔑视生命，他们不断地在释放毒气。他们已经开始被大地厌倦，那就赶走他们吧！

过去，最不可饶恕的罪恶是对上帝的亵渎，但是现在，上帝死了，亵渎者也失去了生命。于是，最不可饶恕的罪恶就是对大地的亵渎。你们怎么能够对某些玄妙无妄的东西抱有比对大地还要崇高



的敬意呢？

过去，肉体是灵魂轻蔑的对象，而且，这种轻蔑在当时被视作一种神圣。肉体的肮脏、瘦弱、恶劣是灵魂最希望看到的事情。它就是以这种方式在对大地和肉体进行逃避。

但事实上，诅咒肉体的灵魂本身就比较肉体更加的肮脏、恶劣与瘦弱，残暴不过是灵魂的淫欲。

兄弟们，连你们都对我说，你们的灵魂都被肉体告知了什么？这种卑微而又悲凉的欢愉难道还不能证明灵魂的肮脏与贫弱？

没错，人就仿佛是一条浑浊的河流，要想容纳这种浑浊，你们就必须变成大海，只有这样，才不会被浑浊污染。

我来告诉你们：超人是什么？超人就是能够轻易让轻蔑与浑浊沉底的大海。

被灵魂轻蔑的岁月，是你们所能体味的最神圣的事情。你们的理智呢？你们的德性呢？在那个时候，你们会厌恶它们，就像厌恶你们的幸福一样。

那个时候，你们会毫不犹豫地说：“幸福是个什么东西呢？它那样肮脏、那样贫弱，它带来的欢愉又是那样悲凉，可我，曾经愿意用生命为它辩护。”

那个时候，你们会毫不犹豫地说：“理智是个什么东西呢？知识被它渴望，就像食物被狮子渴望一样。它那样肮脏、那样贫弱，它带来的欢愉又是那样悲凉。”

那个时候，你们会毫不犹豫地说：“德性是个什么东西呢？它还没有让我疯狂的能力，但我却已经厌倦，无论是我的善良，还是我的罪恶。它那样肮脏、那样贫弱，它带来的欢愉又是那样悲凉。”

那个时候，你们会毫不犹豫地说：“公正是个什么东西呢？我