

# ALSO SPRACH ZARATHUSTRA

FRIEDRICH NIETZSCHE

**Ein Buch für  
Alle und Keinen**

一本献给所有人而不献给某个人的书

## 查拉图斯特拉如是说

[德国]尼采 著 杨恒达 译

凤凰出版传媒集团  译林出版社

# ALSO SPRACH ZARATHUSTRA

PROLOGUE - PART THREE

Ein Buch für  
Alle und Niemand

© 1994 by Friedrich Schlegel & Co.

ALSO SPRACH ZARATHUSTRA

PROLOGUE - PART THREE

© 1994 by Friedrich Schlegel & Co.

# 查拉图斯特拉如是说

Also sprach Zarathustra

尼采著

Friedrich Nietzsche

杨恒达译

图书在版编目(CIP)数据

查拉图斯特拉如是说 / (德) 尼采 (Nietzsche, F.) 著; 杨恒达译. — 南京: 译林出版社, 2007. 12

ISBN 978-7-5447-0401-4

I. 查… II. ①尼…②杨… III. 超人哲学 IV. B516.47

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2007) 第 175662 号

书 名 查拉图斯特拉如是说  
作 者 [德国]尼 采  
译 者 杨恒达  
责任编辑 黄 颖 续 文  
原文出版 Deutscher Taschenbuch Verlag de Gruyer (dtv)  
出版发行 凤凰出版传媒集团  
译林出版社(南京湖南路 47 号 210009)  
电子信箱 yilin@yilin.com  
网 址 <http://www.yilin.com>  
集团网址 凤凰出版传媒网 <http://www.ppm.cn>  
印 刷 上海文艺大一印刷有限公司  
开 本 880×1230 毫米 1/32  
印 张 12.375  
插 页 2  
字 数 270 千  
版 次 2007 年 12 月第 1 版 2007 年 12 月第 1 次印刷  
书 号 ISBN 978-7-5447-0401-4  
定 价 22.50 元

译林版图书若有印装错误可向承印厂调换

一本献给所有人  
而不献给某个人的书

# 目 录

## 第一卷

查拉图斯特拉的序白	1
查拉图斯特拉的言论	18
论三种变形	18
论美德的讲坛	21
论背后世界的人	24
论身体的蔑视者	28
论欢乐与激情	31
论苍白的罪犯	34
论读写	37
论山上的树	40
论死亡说教者	44
论战争和斗士	47
论新偶像	50
论市场之蝇	53
论贞操	57
论朋友	59
论一千零一个目标	62

论爱邻人	66
论创造者之路	68
论老老少少的小女人	71
论毒蛇咬的伤口	74
论孩子与婚姻	76
论自由的死神	79
论馈赠者美德	82

## 第二卷

持镜子的孩子	89
在幸福之岛上	93
论怜恤者	96
论教士	100
论有德者	104
论恶棍	108
论毒蜘蛛	111
论著名的智者	115
夜之歌	119
舞之歌	122
坟之歌	126
论自我超越	130
论崇高者	134
论教化之邦	137
论无瑕疵的认识	140
论学者	144
论诗人	147

论伟大事件	151
先知	156
论解脱	161
论人类的精明	167
最安静的时刻	171

### 第三卷

漫游者	176
论幻觉与谜	180
论违背意愿的极乐	186
日出之前	190
论让人渺小的美德	194
在橄榄山上	201
论从旁走过	205
论背叛者	209
回家	214
论三件恶事	219
论重力之神	225
论新旧牌匾	230
痊愈中的人	253
论大渴望	261
另一首舞之歌	265
七印记(或者:赞同之歌)	270



## 第四卷

蜜糖祭品	276
呼救声	280
和国王们的谈话	284
水蛭	289
巫师	293
退職者	302
最丑之人	307
自愿的乞丐	313
影子	318
晌午	322
问候	326
晚餐	333
论更高之人	336
忧郁之歌	349
论知识	356
在荒漠之女中间	360
顿悟	368
驴子的庆典	372
梦游者之歌	377
征兆	387

# 第一卷

## 查拉图斯特拉的序白

· 1 ·

查拉图斯特拉三十岁<sup>①</sup>的时候离开他的家乡，以及家乡的湖泊，来到山里。他在这里从精神与孤独中得到享受，乐此不疲地度过了十年时间。但是他的心中终于起了变化——有一天早晨，他迎着朝霞起床，来到太阳面前，对着太阳如是说：

“你这伟大的天体！假如你没有你所照耀的一切，你的幸福何在！”

十年了，你来到这里，来到我的洞穴：要是没有我，没有我的鹰与蛇，你会慢慢厌倦这光芒、这道路吧。

但是每天早晨，我们等候你，接受你的丰盈，并为此祝福你。

瞧啊！我像采蜜太多的蜜蜂一般，对我的智慧感到厌倦，我需要向我伸出的双手。

---

① 尼采自称本书为“第五福音书”，书中处处可见《圣经》中，尤其是《圣经》的“福音书”中的一些意象和相似细节的再现。此处可参见《圣经·路加福音》第3章第23节：“耶稣开始传道，年纪约有三十岁。”——本书注释为译者注和来自Giorgio Colli和Mazzino Montinari主编的《尼采全集》第14卷的注解，并由译者酌情改动。以下不再一一说明。

我想要赠送和分发，直到人群中的智者再一次为他们的愚蠢，穷人再一次为他们的财富而高兴。

为此我必须下山：就像晚上你所做的那样，你下到大海后面，给下面的世界带去光明，你这过于富有的天体！

我像你一样，必须下山，就如人类如此称呼的那样，我将要到他们那里去。

那就祝福我吧，你这平静的眼睛，它可以看见一种太大、太大的幸福，却不含丝毫妒忌！

祝福这将要溢出的杯子吧，让水金子般从中流出，把你祝福的反光带到任何地方去！

瞧！这杯子将再次变空，查拉图斯特拉将再次变人。”

——于是，查拉图斯特拉开始下山。

·2·

查拉图斯特拉独自下山，没有人遇见他。但是当他走进森林时，突然有一个老人站在他的面前。这老人离开他神圣的茅舍，在森林里寻找树根。老人对查拉图斯特拉如是说：

“我看这位漫游者并不陌生，几年前他经过这里。他叫查拉图斯特拉；但是他已变了模样。

那时候你把你的灰运到山里去：今天你要把你的火带到山谷里吗？你不怕受到对纵火犯的惩罚吗？

是的，我认得出查拉图斯特拉。他的目光清纯，他的嘴上也没有隐藏着厌恶。他不是像一个舞者一样来到吗？

查拉图斯特拉变了，查拉图斯特拉变成了孩子，查拉图斯特拉是一个觉醒者：你现在要到睡着的人那里做些什么呢？

你生活在孤独中时，就像在大海里一样，大海负载着你。哦，

你想要登上陆地?哦,你想要重新自己拖着你这躯体?”

查拉图斯特拉回答:“我爱人类。”

“为什么,”这圣人说,“我要到森林、荒漠里去?不是因为我爱人类吗?”

现在我爱上帝:我不爱人类。在我看来,人类是一种太不完美的东西。对人类的爱会要了我的命。”

查拉图斯特拉回答:“关于爱我说了什么!我要给人类带去一件礼物!”

“什么也不要给他们,”圣人说,“宁可从他们那里拿走点东西,和他们一起分担——对他们来说,此乃最大之善行:只要这于你有益!

即使你要给他们,也不要比一种布施给得更多,而且还要让他们为此向你乞求!”

“不,”查拉图斯特拉回答,“我不给施舍。要这样做我还不够贫穷。”

圣人朝查拉图斯特拉笑笑,如是说:“那么你就争取让他们接受你的宝贝吧!他们不信任隐居者,不相信我们前来赠送。

在他们听来,我们的脚步在街上响得太孤独。就像夜间,还在太阳升起以前好久,他们在床上听见一个人走动,于是他们就会自问:那个贼要去哪里?

不要去人类那里,留在森林里吧!宁可到动物那里去!为什么你不想和我一样呢?——一只熊中之熊,鸟中之鸟。”

“那么圣人在森林里干什么呢?”查拉图斯特拉问。

圣人回答:“我作歌、唱歌。我作歌时,便笑啊,哭啊,呢喃啊:我如此赞美上帝。

我以歌唱、哭泣、欢笑、呢喃来赞美上帝,他是我的上帝。可是你给我们带来了什么礼物?”

查拉图斯特拉听到这话，便向圣人致意，并且说：“但愿我有什么东西给你们！可你还是让我快快走开，免得我从你们那里拿走了什么！”——于是他们分手，这老人和这男人，笑着，笑得像两个男孩子一样。

但是当查拉图斯特拉独自一人时，他对他的内心如是说：“难道这会可能吗？这位老圣人在他的森林里还没有听说，上帝死了！”——

· 3 ·

当查拉图斯特拉来到那个离森林最近的城市时，他发现市场上聚集了许多人：因为预言说，人们会看到一个走钢丝演员。查拉图斯特拉对众人如是说：

我教你们超人。人是应该被超越的东西。你们做了什么来超越他呢？

一切生物至今都创造了超越自己的东西：你们要做这大潮中的落潮，宁可回到动物那里去，也不愿意超越人类？

对人类来说，猿猴是什么？一个笑柄或是一个痛苦的耻辱。对超人来说，人也一样：一个笑柄或是一个痛苦的耻辱。

你们完成了由虫到人的过程，你们身上许多东西仍然是虫。你们曾经是猿猴，现在人比任何一只猿猴更是猿猴。

但是你们当中的最聪明者，也不过是植物与幽灵的矛盾体与共同体。但是我吩咐你们变成幽灵还是植物？

瞧，我教你们超人！

超人是大地意义。让你们的意志说：超人应是大地意义！

我恳求你们，我的弟兄们，忠实于大地，不要相信那些向你

们谈论超越大地之希望的人！那是投毒者，无论他们自己知道与否。

那是生命之轻蔑者、垂死者，其本身就是中毒者，大地对他们已经厌倦：所以让他们逝去吧！

亵渎上帝曾经是最大的亵渎，可是上帝死了，这些亵渎者也随之死亡。现在最为可怕的是亵渎大地，是将不可探究者的内脏看得比大地的意义还高！

灵魂曾经轻蔑地看待躯体：当时这种轻蔑是最高的轻蔑：——它要躯体消瘦，要它令人厌恶，要它饥饿。灵魂想要以此逃避身体和大地。

哦，这灵魂自己还很消瘦、令人厌恶、饥饿：而残忍便是这灵魂的淫乐！

但是我的弟兄们，请对我说：你们的躯体证明你们的灵魂为何物？你们的灵魂不是贫乏、污秽与可鄙的舒适吗？

真的，人是一条污水河。你必须是大海，才能接受一条污水河而不致自污。

瞧，我教你们超人：他便是这大海，你们的伟大轻蔑可以在其中下沉。

你们可能有的最伟大经历是什么？是伟大轻蔑的时刻。在那样的时刻，你们甚至你们的幸福，还有你们的理性和德性，都会使你们感到厌恶。

那时候你们说：“我的幸福有何用！它是贫乏与肮脏，以及可鄙的舒适。但是我的幸福应该证明此在本身是合理的！”

那时候你们说：“我的理性有何用！它渴望知识不就像狮子渴望食物一样吗？它是贫乏与肮脏，以及可鄙的舒适！”

那时候你们说：“我的德性有何用！它还没有使我狂热起来。我多么厌倦我的善和我的恶。所有这一切都是贫乏与肮脏，以及

可鄙的舒适!”

那时候你们说：“我的正义有何用！我看不出我是炭火与煤炭。但是正义者正是炭火与煤炭！”

那时候你们说：“我的同情有何用！同情不就是爱人类者被钉在上面的十字架吗？但是我的同情不是一种钉死在十字架上的刑罚。”

你们已经这样说了吧？你们已经这样喊了吧？啊，我似乎已经听见你们如此喊叫！

不是你们的罪恶——而是你们的知足对天呼喊，甚至是你们罪恶中的吝啬对天呼喊！

用舌头舔你们的闪电何在？必须用来给你们注射的疯狂何在？

瞧，我教你们超人：他便是这闪电，他便是这疯狂！——

查拉图斯特拉这样说罢，人群中一个人喊道：“关于那走钢丝演员，我们已经听得够多；现在让我们也看一看他！”所有人都嘲笑查拉图斯特拉。可那位走钢丝演员，他相信那话是对他而发，便开始他的表演。

·4·

但是查拉图斯特拉看着那些人，很是惊奇。然后他如是说：

人是一根绳索，系在动物与超人之间，——一根悬于深渊之上的绳索。

一个危险的前瞻，一个危险的中途，一个危险的后顾，一个危险的战栗和停留。

人的伟大之处在于，他是一座桥梁而非目的；人的可爱之处在于，他是一个过渡，也是一个沉沦。

我爱那些不懂得生活的人，假如他们不是沉沦者，那他们就是超越者。

我爱那些伟大的轻蔑者，因为他们是伟大的崇敬者，是指向彼岸的渴望之箭。

我爱这样的人：他们不是到星星背后去寻找沉沦和牺牲的理由，而是为大地而牺牲，使大地有一天成为超人的大地。

我爱那为认识而生活的人，他要求认识，为的是有一天会有超人生活。因此他也要求他自己的沉沦。

我爱那为了给超人建造房子，给超人准备好大地、动物和植物而工作、而发明的人：因为这样他也要求他自己的沉沦。

我爱那爱自己德性的人：因为德性是求沉沦的意志和一枚渴望之箭。

我爱那不为自己保留一点精神，而要整个地成为自己德性之精神的人：因此他作为精神跨过了桥梁。

我爱那用自己的德性构成自己的嗜好和厄运的人：因此他要为了自己的德性而继续生活，或不再生活。

我爱那不想要有太多德性的人：一种德性比两种德性更是德性，因为它更是连接厄运的纽带。

我爱那种挥霍自己灵魂、不愿意接受感谢、也不回报的人：因为他始终赠与，不要保全。<sup>①</sup>

我爱这样的人：当骰子落下，给他带来幸运时，他倒感到羞愧，然后他自问，我竟是一个作弊的赌徒吗？——因为他愿意毁灭。

我爱那先有金玉良言，后有行动，并且坚持做得比许诺更多的人：因为他想要的是他自己的沉沦。

---

<sup>①</sup> 参见《圣经·路加福音》第17章第33节：“凡保全生命的，必丧掉生命。凡丧掉生命的，必救活生命。”



我爱那为未来者辩解,并拯救过去者的人:因为他愿意作为现在者而毁灭。

我爱那因为爱自己的上帝而惩罚上帝的人:因为他必在他的上帝发怒时毁灭。

我爱那灵魂即使在受伤害时仍然深沉,而且在一个很平凡的经历中就能毁灭的人:所以他愿意越过桥梁。

我爱那灵魂过于丰富,以致忘却自我,而且集万物于一身的人:所以万物变成了他的沉沦。

我爱那具有自由精神和自由心的人:所以他的脑袋只是他的心之内脏,但是他的心却驱使他走向沉沦。

我爱所有那些像沉重的雨点一样一滴滴从乌云中朝人类头顶上落下的人:它们宣告闪电将临,然后作为宣告者毁灭。

瞧,我是闪电的宣告者,是云中一滴沉重的雨点:但是这闪电名叫超人。——

· 5 ·

查拉图斯特拉说罢这些话,重又看着人群,沉默不语。“他们站在那里,”他对自己的心说,“他们在那里发笑:他们不理解我,我无法让他们听我的话。

难道非得先撕去他们的耳朵,让他们学会用眼睛来听话?难道非得像敲鼓和听忏悔的牧师那样叮叮咚咚、絮絮叨叨吗?还是他们只相信口吃者呢?

他们有引以为傲的东西。他们把这使他们骄傲的东西叫做什么?他们称之为教养,这使他们显得比牧羊人突出。

所以他们不愿意听到用‘轻蔑’一词来说他们。那么我就诉诸他们的骄傲。