

青春读书课 珍藏本 第六卷  
成长教育系列读本

6

一个人，有权享用世上最尊贵的事物  
一个中国人  
也不例外

严凌君 主编/导读

# 人类的声音

世界文化随笔读本

[上]

海天出版社(中国·深圳)



青春读书课·珍藏本 第六卷

成长教育系列读本

严凌君 主编/导读

# 人类的声音

世界文化随笔读本 [上]



海天出版社(中国·深圳)

## 图书在版编目(CIP)数据

青春读书课. 人类的声音. 上 / 严凌君主编、导  
读. —深圳:海天出版社, 2018.1  
ISBN 978-7-5507-2186-9

I. ①青… II. ①严… III. ①阅读课—中学—课外读  
物 IV. ①G634.333

中国版本图书馆CIP数据核字(2017)第269124号

## 青春读书课. 人类的声音. 上

QINGCHUNDUSHUKE. RENLEI DE SHENGYIN. SHANG

出品人 聂雄前  
责任编辑 蒋鸿雁 谢芳  
责任技编 梁立新  
责任校对 万妮霞  
书籍设计 韩湛宁  
插页设计 李晓光

---

出版发行 海天出版社  
地 址 深圳市彩田南路海天综合大厦 (518033)  
网 址 www.htph.com.cn  
订购电话 0755-83460239 (批发) 83460397 (邮购)  
排版制作 深圳市思成致远创意文化有限公司 Tel: 0755-82537697  
印 刷 深圳市华信图文印务有限公司  
开 本 787mm×1092mm 1/16  
印 张 19.75  
字 数 400千  
版 次 2018年1月第1版  
印 次 2018年1月第1次  
定 价 32.00元

---

海天版图书版权所有, 侵权必究。

海天版图书凡有印装质量问题, 请随时向承印厂调换。

# 目录

## 上编 人的上升

### 心灵空间

- 创世记【古希伯来】《旧约全书》 …… 003  
普罗米修斯【古希腊】希腊神话 …… 007  
各代人生【古希腊】希腊神话 …… 011  
西奈山训谕【古希伯来】摩西 …… 013  
鹿野说法【古印度】释迦牟尼 …… 016  
大同和小康【中国】孔子 …… 021  
登山训众 耶稣 …… 024  
辞朝演说 穆罕默德 …… 028

### 经典文献

- 独立宣言【美国】托马斯·杰弗逊 …… 030  
人权宣言【法国】国民议会 …… 033  
共产党宣言【德国】马克思 恩格斯 035  
联合国宪章【联合国】 …… 038  
世界人权宣言【联合国】 …… 040  
走向全球伦理宣言【世界宗教议会】 045

### 历史文本

#### 论雅典之所以伟大

- 【古希腊】伯里克利 …… 053  
洛根首领的哀辞【美国】洛根 …… 056  
葛底斯堡演说【美国】林肯 …… 057  
热血、辛劳、汗水、眼泪  
【英国】丘吉尔 …… 058  
论四大自由【美国】罗斯福 …… 060  
论不合作【印度】甘地 …… 062  
我有一个梦想  
【美国】马丁·路德·金 …… 065  
存在主义是一种人道主义  
【法国】萨特 …… 069  
体育颂【法国】顾拜旦 …… 072  
我们在月球上散步了  
【美国】奥尔德林 …… 074



## 巨人之声

- 自白 【德国】马克思 …………… 076
- 我的世界观 【美国】爱因斯坦 …………… 078
- 人类生存的目标 【美国】爱因斯坦 …………… 083
- 我的信念 【波兰】玛丽·居里 …………… 084
- 怀念皮埃尔 【波兰】玛丽·居里 …………… 086
- 我为何而生 【英国】罗素 …………… 088
- 对我智力的评估 【英国】达尔文 …………… 090
- 上帝造我的模子打碎了  
    【法国】卢梭 …………… 095
- 自助 【美国】爱默生 …………… 098
- 论公民的不服从 【美国】梭罗 …………… 101
- 我的呼吁 【法国】史怀哲 …………… 107

## 名人画像

- 《名人传》引 【法国】罗曼·罗兰 …………… 110
- 人的上升  
    【英国】雅各布·勃朗诺斯基 …………… 112
- 贝多芬百年祭 【英国】萧伯纳 …………… 114
- 文人英雄 【英国】卡莱尔 …………… 118
- 梭罗 【美国】爱默生 …………… 127
- 同样面孔的两帧照片  
    【智利】聂鲁达 …………… 138
- 普鲁斯特的悲惨生涯  
    【奥地利】茨威格 …………… 140
- 遥远的回忆  
    【苏联】塔·苏霍津娜·托尔斯塔娅 …………… 145
- 契诃夫轶事 【俄国】布宁 …………… 150
- 穿着拖鞋出走 【捷克】塞弗尔特 …………… 154



# 下编

## 思想的芳香

### 智者箴言

沉思录 【古罗马】奥勒留 .....	159
格言与感想 【德国】歌德 .....	161
零碎题目随想 【英国】斯威夫特 .....	164
预拟老年决心 【英国】斯威夫特 .....	166
袖珍神学 【法国】霍尔巴赫 .....	167
地狱箴言 【英国】布莱克 .....	169
箴言 【奥地利】卡夫卡 .....	170
文化和价值 【英国】维特根斯坦 .....	172
钟的秘密心脏 【德国】卡内蒂 .....	176
思想改变历史 【多国】 .....	178

### 哲人快语

人是会思想的芦苇 【法国】帕斯卡尔 .....	191
思想的芳香 【德国】马克思 .....	194

热爱生命 【法国】蒙田 .....	197
论读书 【英国】培根 .....	199
读书与书籍 【德国】叔本华 .....	201
看哪, 这人 【德国】尼采 .....	206
论美与神性 【德国】荷尔德林 .....	211
西西弗的神话 【法国】加缪 .....	214

### 科学福音

探索的动机 【美国】爱因斯坦 .....	218
科学与社会 【美国】爱因斯坦 .....	221
社会和个人 【美国】爱因斯坦 .....	223
我的见解 【德国】玻恩 .....	225
科学的价值 【美国】费曼 .....	231
吠檀多哲学的崇高意境 【奥地利】薛定谔 .....	238

## 细胞生命的礼赞

【美国】托马斯·刘易斯 ..... 241

## 科学中的美和对美的追求

【印度】钱德拉塞卡 ..... 244

## 自然清音

大地的眼睛 【苏联】普里什文 ..... 248

动物素描(2则) 【法国】布封 ..... 253

毒蛇的自白 【俄国】安德列耶夫 ..... 259

小麦 【美国】诺里斯 ..... 263

## 特利埃夫之秋

【法国】让·齐奥诺 ..... 265

听泉 【日本】东山魁夷 ..... 268

## 向一条死亡的大路告别

【瑞士】居·鲁 ..... 270

## 我生活的地方;我为何生活

【美国】梭罗 ..... 273

寂寞 【美国】梭罗 ..... 284

夜宿松林 【英国】斯蒂文森 ..... 290

## 我对山林没有一点热情

【英国】兰姆 ..... 293

## 维苏威火山爆发

【古罗马】小普林尼 ..... 295

## 新洞穴

【美国】艾萨克·阿西莫夫 ..... 300



上编

# 人的上升

创世记<sup>①</sup>

文字承载着智慧，  
思想使人类尊贵，  
而心灵让人类伟大。  
人类的精神星空  
一代代人熠熠生辉。



The **voice**  
人类的**声音**  
of human being





【古希伯来】《旧约全书》

## 创世记<sup>①</sup>

人类需要一个上帝，来为许多未知的事物提供一个方便的解释。其实没有上帝，人类也会像现在这样生活。每个民族的先民都设想过自己的上帝，现在名头最大的是犹太人的上帝，这是西方文化扩张的结果。“上帝”是万能的，“上帝说要有光，就有了光。”上帝创造了世界，又按自己的形象创造了人（男人），又把偷吃智慧之果的人逐出乐园，这个神话被基督教定为人类的“原罪说”。其实，各民族的远祖都喜欢把蒙昧之初的日子想象成“乐园”，而变得复杂了的文明时代，人类不再单纯，自然是“失乐园”了。

《旧约》，希伯来古文献集，收入公元前13世纪~前2世纪的各种历史文献，是犹太教的经典，被视为上帝与人订立的“契约”。

### 上帝的创造

太初，上帝创造宇宙。大地混沌，没有秩序。怒涛澎湃的海洋被黑暗笼罩着。上帝的灵运行在水面上。上帝命令：“要有光。”光就出现。上帝看光很好，就把光和暗隔开，称光为“昼”，称暗为“夜”。晚间过去，清晨来临；这是第一天。

上帝又命令：“在汪洋大水中要有穹苍，把水上下分开。”一切就照着他的命令完成。于是上帝创造了穹苍，把水分为上下。他称穹苍为“天空”。晚间过去，清晨来临；这是第二天。

上帝又命令：“天空下面的水要汇集在一处，好使大地出现。”一切就照着他的命令完成。上帝称大地为“陆”，汇集在一起的水为“海”。上帝看陆地和海洋很好。接着，上帝发出命令：“陆地要生长各种各类的植物，有产五谷的，也有结果子的。”一切就照着他的命令完成。于是陆地生长了各种各类的植物，有产五谷的，有结果子的。上帝看这些植物很好。晚间过去，清晨来临；这是第三天。

上帝又命令：“天空要有光体来分别昼夜，作为划分年日和节气的记号，并且在天空发光照亮大地。”一切就照着他的命令完成。于是上帝创造了两个大光

<sup>①</sup> 选自《旧约·创世记》。

体：太阳支配白天；月亮管理黑夜。他又造了星星。他把光体安置在天空，好照亮大地，支配昼夜，隔开光和暗。上帝看光体很好。晚间过去，清晨来临；这是第四天。

上帝命令：“水里要繁殖各种动物；天空要有各种飞鸟。”于是上帝创造了巨大的海兽，水里的各种动物和天空的各种飞鸟。上帝看这些动物很好。他赐福给这些动物，叫鱼类在海洋繁殖，叫飞鸟在地上增多。晚间过去，清晨来临；这是第五天。

上帝又命令：“大地要繁殖各类动物：牲畜、野兽、爬虫。”一切就照着他的命令完成。于是上帝创造了地上所有的动物。上帝看这些动物很好。

接着，上帝说：“我们来创造人类；他们要跟我们相似，跟我们相像。让他们管理鱼类、鸟类和一切牲畜、野兽、爬虫等各种动物。”于是上帝创造了人类，使他们跟自己一样。他创造了他们，有男的，有女的，赐福给他们，说：“你们要生养许多儿女，使你们的后代遍满全世界，控制大地。我要你们管理鱼类、鸟类和所有的动物。我供给五谷和各种果子作你们的食物。但是所有的动物和鸟类，我给它们青草和蔬菜吃。”一切就照着他的命令完成。上帝看他所创造的一切非常好。晚间过去，清晨来临；这是第六天。

这样，整个宇宙都创造好了。第七天，上帝完成了他创造的工作就歇了工。他赐福给第七天，圣化那一天为特别的日子；因为他在那一天完成了创造，歇工休息。这就是上帝创造宇宙的过程。

## 伊甸园

主上帝创造宇宙的时候，地上没有草木，没有蔬菜，因为他还没降雨，也没有人耕种；但是常有地下的水涌出来，润泽大地。

后来，主上帝用地上的尘土造人，把生命的气吹进他的鼻孔，他就有了生命。

主上帝在东方开辟伊甸园，把他造的人安置在里面。他使土地生长各种美丽的树木，出产好吃的果子。在那园子中间有一棵赐生命的树，也有一棵能使人辨别善恶的树。伊甸园有一条河，灌溉园子。它流到伊甸园外面，分成四条支流。第一支流叫比逊河，环绕着哈腓拉（那地方出产纯金、稀罕的香料和宝石）。第二支流叫基训河，环绕着古实<sup>①</sup>。第三支流叫底格里斯河，穿过亚述东部。第四支流叫幼发拉底河。

主上帝把那人安置在伊甸园，叫他耕种，看守园子。他告诉那人：“园子里任

<sup>①</sup> 古实，古地名，在今美索不达米亚平原。

何果树的果子你都可以吃，只有那棵能使人辨别善恶的树所结的果子你绝对不可吃；你吃了，当天一定死亡。”

后来，主上帝说：“人单独生活不好，我要为他造一个合适的伴侣，做他的内助。”于是主上帝用地上的尘土造了各种动物和飞鸟，把它们带到那人面前，让他命名；他就给所有的动物取名。他给牲畜、飞鸟和野兽取了名；但是它们当中没有一个适合做他的伴侣，好帮助他。

于是，主上帝使那人沉睡。他睡着的时候，主上帝拿下他的一根肋骨，然后再把肉合起来。主上帝用那根肋骨造了一个女人，把她带到那人面前。那人说：“我终于找到我骨里的骨，我肉中的肉。我要叫她做‘女人’，因为她从男人出来。”因此，男人要离开自己的父母，跟他的妻子结合，两个人成为一体。

那人跟他的妻子都光着身体，然而他们并不觉得羞耻。

### 人违背命令

蛇是主上帝所创造的动物当中最狡猾的。蛇问那女人：“上帝真的禁止你们吃园子里任何果树的果子吗？”

那女人回答：“园子里任何树的果子我们都可以吃；只有园子中间那棵树的果子不可吃。上帝禁止我们吃那棵树的果子，甚至禁止我们摸它；如果不听从，我们一定死亡。”

蛇回答：“不见得吧！你们不会死。上帝这样说，因为他知道你们一吃了那果子，就会像神明一样能够辨别善恶。”

那女人看见那棵树的果子好看、好吃，又能得智慧，就很羡慕。她摘下果子，自己吃了，又给她丈夫吃，她丈夫也吃了。他们一吃那果子，眼睛开了，发现自己赤身露体；因此，他们用无花果树的叶子编了裙子来遮盖身体。

那天黄昏，他们听见主上帝在园子里走，就跑到树林中躲起来。但是主上帝呼唤那人：“你在哪里？”

他回答：“我听见你在园子里走，就很害怕，躲了起来；因为我赤身露体。”

上帝问：“谁告诉你，你光着身体呢？你吃了我禁止你吃的果子吗？”

那人回答：“你赐给我、做我伴侣的那女人给我果子，我就吃了。”

主上帝问那女人：“你为什么这样做呢？”

她回答：“那蛇诱骗我，所以我吃了。”

### 上帝判罪

于是，主上帝对那蛇说：“你要为这件事受惩罚。在所有动物中，只有你受这

诅咒：从现在起，你要用肚子爬行，终生吃尘土。你跟那女人要彼此仇视；她的后代跟你的后代要互相敌对。他们要打碎你的头；你要咬伤他们的脚跟。”

主上帝对那女人说：“我要增加你怀孕的痛苦，生产的阵痛。虽然这样，你对丈夫仍然有强烈的欲望；他要管辖你。”

主上帝对那男人说：“你既然听从妻子的话，吃了我禁止你吃的果子，土地要因你违背命令而受诅咒。你要终生辛劳才能生产足够的粮食。土地要长出荆棘杂草，而你要吃田间的野菜。你得汗流满面才吃得饱。你要工作，直到你死了，归于尘土；因为你是用尘土造的，你要还原归于尘土。”

亚当给他妻子取名夏娃，因为她是人类的母亲。主上帝用兽皮做衣服给亚当和他的妻子穿。

### 亚当和夏娃被赶出伊甸园

后来，主上帝说：“那人已经跟我们一样，有了辨别善恶的知识；他不可又吃生命树的果子而永远活下去。”于是主上帝把他赶出伊甸园，让他去耕种土地——就是那用来造他的原料。主上帝赶走那人以后，在伊甸园东边安排了基路伯，又安置了发出火焰、四面转动的剑，为要防止人接近那棵生命树。

## 【古希腊】希腊神话

曹乃云 译

普罗米修斯<sup>①</sup>

007

在所有神话中，古希腊的神话最具“人性”。人和神有牵扯不清的血缘关系，人是天神的种子，而神常常不如凡人。古希腊人的精神多么健朗，心灵空间何其辽阔，那为人类盗火、为人类受罪的英雄普罗米修斯，不正是每个民族所企盼的、不少民族至今仍供奉的“人文初祖”吗？

天地造成，气象万新。

大海在咆哮。巨浪滚滚，气势磅礴地拍击着两旁海岸，激起了层层浪花。波涛间，鱼儿游乐，自由自在，生活得无限甜蜜。

小鸟在空中飞翔，欢乐地鸣啭歌唱。

陆地上动物成群，生机盎然，到处呈现一派朝气蓬勃的生动景象。

可是世界上缺乏一个供精神和灵魂借住的躯壳。他们应该是未来的大地主宰。

普罗米修斯应运而生，降落到大地上。普罗米修斯是古老的神的族第的后裔，是地球之母与乌拉诺斯的后代，可惜乌拉诺斯后来被宙斯废黜。

普罗米修斯知道大地上孕育着天神的种子，因此就用河水调和黏土，按照天神，亦即世界的主宰模样捏塑成一种形体。他为了让这团泥块具有生命，便借用了动物灵魂中善与恶的两重性格，将它们锁闭在泥团的胸内。从此世界上就有了人。

普罗米修斯在蓝天下的繁华世界上有一位女友，名叫雅典娜，她是智慧女神。雅典娜十分赞赏提坦神伊阿珀托斯的儿子的杰作，于是便朝具备一半灵魂的泥团造物上吹了一口仙气，让泥团获得了灵性。

世界上出现了第一批人。他们生殖繁衍，马上发展成为一大群，布满了东南西北。可是这批人却在很长时间内不知道应该如何运用自己的四肢，不知道怎样使用天赐的灵魂。他们有眼睛，却什么也看不见；他们有耳朵，却什么也听不到。

① 选自德国古斯塔夫·施瓦布整理改编《希腊古典神话》，译林出版社，1996年版。

他们就像梦中幽灵，浑浑噩噩地只知道来回走动，却不能够使用和发挥造物的作用。另外，诸如采石、烧砖、从森林里砍伐木头做成房梁，然后再用砖瓦、石块、木梁建造房屋等等，他们对这样高深的艺术是从来都不敢问津的。他们像蚂蚁一样，钻在没有阳光的土洞里，一切都毫无计划，毫无方向。

普罗米修斯开始了他的劳动和创造。

他教会人们观察天体运行，观察日月升落，星辰闪烁；他发明了数字和文字艺术，又教会人们驾驭牲口，使他们懂得牲口是帮助自己劳动的伙伴，从而学会给骏马套上缰绳，用它拉车或者作为坐骑。他还发明了船和帆，用于航行。他关心人类生活中的一切活动，教会人们如何生活。

从前，人们没有医药知识，不知道使用药物防治疾病。他们不知道使用涂抹油膏来减轻病痛。由于缺医少药，许多人病魔缠身，最后，悲惨地死去。普罗米修斯教会他们调制药剂，用来防治疾病。另外，他又教人们学占卜，给他们解释预兆和梦境，解释鸟的飞翔和祭祀供奉。他引导大家开采地下矿产，让他们发现矿石，寻找铁矿、白银和黄金。他教会人们农艺耕种，让他们生活得轻松舒适。

那时候的天空完全归宙斯和他的儿子们掌管。宙斯废黜了父亲克洛诺斯，推翻了古老的神族世家。普罗米修斯正是出身于这个神的族第。

新任主宰的诸神开始注意刚刚形成的人类世界。诸神要求人类敬重他们，并答应保护人类作为条件。后来，神和凡人在希腊的墨科涅聚会商议，一致确定了人类的权利和义务。普罗米修斯出席了会议。他作为维护人类的代表参与讨论，希望诸神不要因为答应保护凡人从而提出过分苛刻的条件。作为提坦巨人伊阿珀托斯的孩子，普罗米修斯聪颖过人，决意愚弄一番众神。他以自己造物的名义宰杀了一头大公牛，让天上的神自由选择，看他们到底需要牛的哪些部分。普罗米修斯把祭祀的公牛分成碎块，摆成两堆：其中一堆放着牛肉、内脏和牛的脂肪，他用公牛皮把这一堆覆盖得严严实实，然后把牛胃搁在牛皮上；而另一堆内却全部是骨头，普罗米修斯把牛骨故意浇上煎熬过的牛油。置放牛骨的那一堆看上去又高大又饱满，分外诱人。

宙斯是一位无所不晓的神之祖。他早已看穿了普罗米修斯的诡计，便说：“伊阿珀托斯的公子，尊敬的国王，仁慈的朋友，你把祭品分配得多么不公平啊！”

普罗米修斯正想欺骗他，于是便微微地笑了笑，说：“尊敬的宙斯，永恒的神之祖，你就按自己的心愿挑选一堆吧！”

宙斯很气愤，故意伸出双手，抓住浇过白色牛油的那一堆。等到看清这堆全是骨头时，宙斯又装作直到现在才发现受骗上当，生气地说：“我看到了，伊阿珀托斯的孩子，你还没有忘掉骗人的伎俩！”

宙斯决定为受到欺骗报复普罗米修斯。他拒绝向人类提供最后一件礼物，

那就是为了维持生命而必须使用的火。可是伊阿珀托斯的儿子十分机灵，想出了巧妙的办法。普罗米修斯取来一根粗壮的大茴香长茎，扛着它悄悄地走近奔驰而来的太阳火焰车。他把茴香茎秆置放在闪闪发光的火苗上，带着余烬未熄的火花回到地球。不久，地面上架起了人类第一堆准备燃烧的木柴，熊熊的烈火直冲天空。宙斯看到人间热气腾腾、烈火熊熊，十分生气。他计上心来，立刻想出一个新的磨难用来惩罚人类，以便最后夺取他们的火种。

原来火神赫淮斯托斯因为有超人的工艺而闻名遐迩。他给宙斯赶制了一尊美貌少女的石像。而雅典娜也渐渐地对普罗米修斯嫉妒起来，于是给石像披上一件白色闪光的外衣，并在它的脸上蒙了一道面纱。雅典娜给石像戴上花环，还给它挂了一道金项链。赫淮斯托斯为取悦父亲，又用各种动物造型装点项链。给众神服务的使者赫耳墨斯向妩媚的造型传授语言；执掌爱与美的女神阿佛罗狄忒则赐给它种种迷人的魅力。

宙斯利用美的形象制造了一场恶毒的祸端。他把自己的造物称作潘多拉，意思是具备各种人间礼物的女子，那是因为每一个神都给这位姑娘送上一件施祸于人类的礼物。宙斯把年轻的女子潘多拉带到人间。他看到神和凡人在地面上散步休憩，十分自在。大家看到天上降落下一位漂亮女子，齐声称赞。潘多拉来到普罗米修斯的弟弟厄庇墨透斯跟前，给他献上宙斯赠送的礼物。厄庇墨透斯是个心地善良的人。

普罗米修斯曾经警告过弟弟，决不能接受奥林匹斯山上宙斯的任何礼物，而必须迅速把礼物退回去。可是，厄庇墨透斯想不起这番忠告，高兴地接纳了美丽的姑娘。直到后来祸端连绵，他才意识到当时的轻率。因为迄今为止，人类社会的男男女女都遵循厄庇墨透斯的哥哥的教诲，远避祸害，从来没有繁重的劳动，也没有折磨人的疾病。

姑娘双手送上她的礼物。这是一只紧锁的礼盒。她当着厄庇墨透斯的面拉开了盒盖。厄庇墨透斯正想瞧个仔细，看看盒内是什么礼物时，只见盒内升腾起一股祸害人间的黑烟，黑烟犹如乌云迅速布满了天空，其中有疾病、癫狂、灾难、罪恶、嫉妒、奸淫、偷盗、贪婪等等。种种祸害闪电一般地充斥了人间。盒子底部藏着唯一的好礼物，那就是希望。潘多拉听从神之父的建议，趁着希望还没有来到盒口的时候，连忙把盖子重新关上，从此把人们的希望永远锁闭在潘多拉的盒子内。

从此以后，地面、空中和海洋里失去了平静，到处充满了各种各样的灾难。形形色色的疾病，侵害着人们的肌体。疾病无比猖獗却又悄然无声，那是因为宙斯不让它们发出声响，高烧犹如歇斯底里的狂犬病包围了全球，死亡也加速了迅猛的步伐。

接着，宙斯又对普罗米修斯施加报复。他把这名倔强的敌人迅速交给火神



赫淮斯托斯以及两名仆人，克拉托斯和农亚，这是两位执行强迫和暴力使命的仆人。他们一起动手，把普罗米修斯押送到中亚细亚斯库提亚荒山野岭，用永远不能开启的铁链把普罗米修斯锁在高加索山岩的峭壁上。赫淮斯托斯并不愿意执行父亲的命令，把这位提坦神的儿子看做自己的亲戚，认为他是曾祖乌拉诺斯的子孙，因此是门第相当的神的后裔。可是执行残酷使命的仆人们却粗鲁地把他骂了一通，因为他说了许多同情普罗米修斯的话。

普罗米修斯被强行吊锁在悬崖峭壁上，他直挺挺的，根本无法入睡，也不能让疲惫的双膝弯曲一下。“不管你发出多少叹息和抱怨，这一切都是无济于事的，”赫淮斯托斯对他说，“宙斯的意志是无情的。这批不久才登上奥林匹斯山的神都是十分狠毒的人。”

折磨这位俘虏的旨意已经天定，大家都认为对他的磨难应该永无止境，至少也必须经历几千年的历史。普罗米修斯大声地叫唤，希望唤起风儿、河流、山川、海洋、大地之母以及洞察一切的太阳的同情，让它们见证自己的苦难。可是，他在思想上却是不屈不挠的。“命运中注定了的事，”他说，“对那些意识到必须承受暴力的人来说，那就应该乐于去承受。”他丝毫没有为宙斯的恐吓所屈服。宙斯再三威逼，要他说出“一场新的婚姻将使宙斯面临灭亡”的预言究竟来源于何处，可是始终没有得到回答。

宙斯不忘诺言，给捆绑着的普罗米修斯派去一只凶猛的鹰。鹰每天飞来啄食普罗米修斯的肝脏。肝区的伤口不断地痊愈，又被鹰不断地啄开。为此，普罗米修斯必须永远忍受痛苦的煎熬。直到将来出来一个人，他心甘情愿地准备为普罗米修斯而献身，才能最终结束对普罗米修斯的折磨。

拯救苦难的普罗米修斯的时辰终于来到了。普罗米修斯被紧紧地锁在山岩上，度过了漫长的悲惨岁月。这一天，大英雄赫拉克勒斯在前往寻找夜神赫斯珀洛斯的四个女儿，即在寻访赫斯珀里得斯的旅途中经过高山危岩。当看到一只鹰在啄食一个可怜人的肝脏时，大英雄连忙放下大棒和狮皮，取出了弓箭，把那只残酷的鹰从苦难的人的肝脏旁边一箭射落。接着，他解开了锁在普罗米修斯身上的铁链，带他离开了山地。为了满足宙斯的条件，赫拉克勒斯把半人半马的肯陶洛斯家族的喀戎留在山边当做替身。喀戎是一位不死的神，情愿放弃自己的永生，为解救普罗米修斯而甘愿牺牲。后来，为了彻底执行宙斯的判决，普罗米修斯必须戴一条铁项圈，项圈上镶嵌一粒高加索山上的石子。这样，宙斯可以自豪地宣称，他的敌人还一直锁铐在高加索的山岩上。至于宙斯费尽心机而百思不得其解的预言，原来就是跟海洋女神忒提斯的那场婚姻。一则神谕指明，忒提斯生下的儿子将会超过父亲。宙斯后来把女神嫁给人间英雄珀琉斯。他们生下了威风凛凛的阿喀琉斯。可惜宙斯当时也难识其中奥妙。