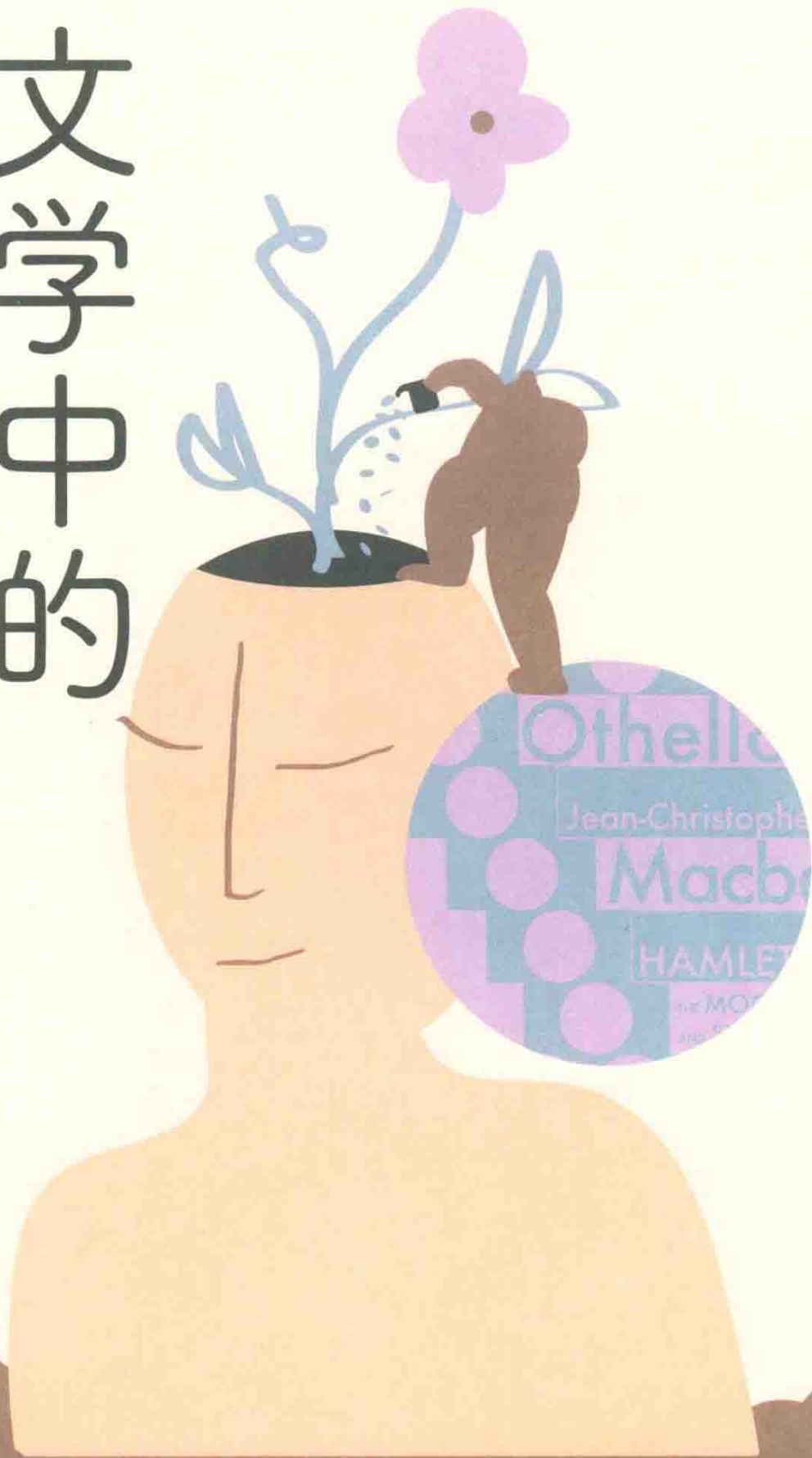


经典的故事，为没有后悔药的人生，提供了纠错的力量

史秀雄 × 杜素娟 著

# 文学中的 人生进化课



文景

Horizon

上海人民出版社

# 文学中的 人生进化课

史秀雄 × 杜素娟 著

上海人民出版社

## 文学中的人生进化课

史秀雄 杜素娟 著

出品人：姚映然

策划编辑：李 颀

责任编辑：李 颀 佟雪萌

营销编辑：胡珍珍 高晓倩

装帧设计：安克晨

出品：北京世纪文景文化传播有限责任公司  
(北京朝阳区东土城路8号林达大厦A座4A 100013)

出版发行：上海人民出版社

印刷：北京盛通印刷股份有限公司

制版：北京百朗文化传播有限公司

开本：890mm×1240mm 1/32

印张：12 字数：223,000

2023年4月第1版 2023年4月第1次印刷

定价：65.00元

ISBN：978-7-208-18038-3/B·1663

### 图书在版编目(CIP)数据

文学中的人生进化课 / 史秀雄, 杜素娟著. -- 上海:  
上海人民出版社, 2023

ISBN 978-7-208-18038-3

I. ①文… II. ①史… ②杜… III. ①心理学-通俗  
读物 IV. ①B84-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2022)第211531号

本书如有印装错误, 请致电本社更换 010-52187586

## 目 录

序 1

引 言 3

## 身份与家庭

第 1 讲 莎士比亚的《奥赛罗》 9

——自卑的人如何避免被自卑主宰？

第 2 讲 罗曼·罗兰的《约翰·克利斯朵夫》 47

——出身卑微应该如何努力，如何建设身份？

第 3 讲 曹禺的《雷雨》 95

——父亲不完全是暴君，你也不完全由原生家庭定义

## 理想与价值

第4讲 毛姆的《月亮和六便士》 131  
——理想真不真，需要他人的认证吗？

第5讲 歌德的《浮士德》 167  
——哪怕人生充满失败，你也可以找到精神和道德的支撑

## 爱情与自我

第6讲 张爱玲的《沉香屑 第一炉香》 217  
——不要牺牲自我，期待爱情的救赎

第7讲 钱锺书的《围城》 251  
——爱情中的随意、软弱、将就和悲剧是如何产生的

## 欲望与选择

第 8 讲 莎士比亚的《麦克白》 297  
——丛林法则最终会给人带来什么？

Bonus 莎士比亚的《哈姆雷特》 331  
——这不是复仇的故事，而是对人类理性的坦诚刻画

参考书目 377

## 序

2021年10月，我和杜素娟老师在“小宇宙”上发布了一个系列音频，以对谈的形式来讨论经典文学作品中的个人成长启示。这个叫作《文学中的人生进化课》的系列广受好评，而在世纪文景的伙伴们的倾力支持下，该系列的文字版也得以出版。在此，我和杜老师希望对出版方以及每一位听众和读者表达最衷心的感谢。希望你喜欢这本书！

史秀雄

2023年1月6日



## 引 言

史秀雄（以下简称史） 你好，欢迎来到“文学中的人生进化课”。

我是史秀雄，一名心理咨询师，也是播客“Steve说”的主播。

杜素娟（以下简称杜） 大家好，我是杜素娟，华东政法大学的文学课老师，已经在大学教了23年文学课了。

史 今天的年轻朋友们都爱“吃瓜”，但“吃瓜”并不单纯是打发时间的娱乐活动。实际上，作为社会性的动物，人类一直以来都通过讲述和聆听故事来学习跟思考。我们不仅会在故事中听到令人错愕、愤慨、悲哀或者感叹的情节，也会将自己带入不同的人物当中，推测自己会有怎样的选择和感受。在不知不觉中，我们就经历了许多人的生活，有了许多本来不属于自己的阅历，也变得更加成熟、更加智慧了。人类很早以前就发现了故事的力量，因此才创造出许多伟大的故事，讲给一代又一代的年轻人听。

杜 而小说呢，就是故事的一个最佳载体。它正是通过讲故事呈现人生、人性和命运的各种现象，通过讲故事表达对于人生规律、人性秘密和命运逻辑的思考和探索，所以文学

也被称为“人学”。古希腊人认为，人活着最重要的就是能够知晓和把握人自身的问题。对于人自身问题的思考和学习，可以帮助我们在面对人生迷局时保持更多的清醒和理性，用智慧的方式处理自己遇到的问题。而对小说的阅读和理解，正是提升这种能力的最佳途径。特别是对于年轻人来说，在缺少足够人生教育和引导的情况下，小说中呈现的一代一代前人的的人生故事，是他们理解与把握人生最好的资源和课本。

史 - 我和杜老师分别是心理学和文学领域的专家，我们带着各自领域丰富的经验和见解，有过两次播客节目的对谈，分别是“Steve 说”的 212 期和 242 期。这两次对话碰撞出了非常精彩的火花，也成为“Steve 说”迄今为止最受欢迎的几期节目。我们在对话中发现，文学的美感和智慧在结合了心理学的分析和解读之后，可以给大家带来更加深刻的思考与启示。

杜 是的。通过前面几次对话，我发现心理学的分析方法对于解读文学人物的性格、行为、情感，都具有特殊的力道和深度。文学在讲述人类的故事时，往往只是呈现现象、行为、选择和情感的状态，但是要把这些行为之谜、情感之谜解读清楚，秀雄老师贴着人生提供的心理学诠释，就能让人耳目一新，而且对于我们今天的生活也有直接的启迪和帮助。所以，这种文学和心理学的联手，让那些经典作品中的故事都具备了现实的意义。

史 为此，我们专门为大家制作了这个从文学和心理学视角共读文学经典的系列课程，选取了9部涉及理想、自卑、爱情、原生家庭、成长困境、人性善恶等人生重要议题的经典作品。在课程当中，我和杜老师会一边和大家赏析故事情节，一边从中提炼出具有启示意义的话题，联系现代人的实际生活进行讨论，为大家总结出有助于成长的思想。

杜 这些作品是我们紧紧围绕今天的青年所关心、所遭遇的核心问题精心选择的。都说太阳底下无新事，所谓的经典小说，正是因为触及了人类生活中最普遍、最具共性的问题，才能被一代代人接受和阅读，流传到今天，从而成为经典的。我们相信，通过讲述这些经典作品关乎人性、人生的贯穿性的命题，一定可以让大家从虚构的小说中看到真切的现实，从过去的故事中得到今天所需要的启发。人生是一次单程的旅途，不能回头，不能修改，但也许对经典作品中人生故事的分析和了解，能够让我们为这趟单程的旅途多准备一些探路的手杖，也多拥有几盏照路的明灯！

史 希望大家喜欢我们的对话，也祝愿你们未来的人生一切顺利，心想事成。

杜 人生注定是一场艰难的旅程，痛苦和挫折在所难免，但是如果能够从前人留下的故事中得到人生的启发和教育，得到命运的理解和情感的共鸣，也许我们对于未知的前程会多一些了解和预知，那么在遭遇痛苦的时候，就不至于崩溃，在遭

遇挫折的时候，也能够拥有一份坦然和从容。希望我们的听众和读者都能够拥有一双洞察生活迷局的眼睛，生长出一个强大而坚韧的自我！

# 身份与家庭



## 第1讲 莎士比亚的《奥赛罗》

——自卑的人如何避免被自卑主宰？

瞧！我有一柄剑；从来没有一个战士的身边佩带过比它更好的剑；凭着这一条小小的胳膊和这一柄利剑，我曾经冲破二十倍于你们这样人数的包围；可是，无聊的夸口啊！谁能主宰他自己的命运呢？现在我已经没有那样的本领了。虽然你看我拿着武器，可是不用害怕，这儿是我的旅途的终点，我的航程的最后的目標。你吓得退走了吗？这是不必要的惊恐；谁只要拿一根灯草向奥赛罗的胸前挺了过来，他也会向后退缩的。奥赛罗应该到什么地方去呢？

史 杜老师，我们今天要一起来读的作品是什么？

杜 我们要读的是莎士比亚（William Shakespeare, 1564—1616）“四大悲剧”当中的《奥赛罗》（*Othello*）。

史 这部作品可能很多人都知道，今天我们会深入地聊一聊，把它和自卑这个问题联系在一起。请你先来给大家介绍一下，

这部作品大概的故事是怎么回事。

杜 好的。我觉得《奥赛罗》是一个不复杂而且非常有趣的故事。虽然比较惨，但它其实是讲一个人做了一件难度很高的事情，这个人当然是一个小人，他把一对新婚夫妇拆散，让丈夫杀掉了妻子。这个故事的设置，让我们觉得莎士比亚胆子蛮大的，一般来说，在现实生活当中，拆散一对已经经历七年之痒的夫妻或许是比较容易的，拆散一对刚刚结婚还在蜜月期的夫妻则是很难的，但是这个人物却能够做到。这是一个很悲剧的故事，也是不可思议的。在读这本书的时候，我们的重点就是，他是怎么做到的。会不会我们解读之后，大家对此的感觉就从不可思议变成不可避免，觉得一切都是原因的？

这个故事里面人物不多，挺厉害的这个人叫伊阿古。这部剧的名字叫《奥赛罗》，听上去奥赛罗是第一男主角，但整个故事的推动都是靠这个被我们定义为小人的伊阿古。用我们现在的话说，他其实是一个“大 boss”。他对奥赛罗有两个不满：第一，他在奥赛罗手下做旗官，很想晋升，但奥赛罗没有提拔他，而是提拔了一个比他年轻的人——卡西奥；第二，他听到一些风言风语，说奥赛罗跟自己的妻子埃米莉亚之间有一点问题，他并没有去印证过，就非常恼火，认为奥赛罗对他的妻子有一些不轨的行为。因为这两个不满，他要报复，设了一个非常严密的局。其实今天来看，这个局也不是特别复杂，他对奥赛罗说：你那么爱你的新婚妻子，但

她其实跟别人有染。跟谁有染啊？就是你提拔的那个副将卡西奥。他就捏造了这么一个谣言，一石二鸟，既报复奥赛罗，又报复卡西奥。奥赛罗当然是不信的。但伊阿古的妻子埃米莉亚跟奥赛罗的妻子苔丝狄蒙娜算是闺蜜，两人经常在一起，伊阿古就让自己的妻子偷了苔丝狄蒙娜的一条手绢，偷偷放到了卡西奥家里。然后，他又设计让奥赛罗看到这个手绢在卡西奥手里，于是奥赛罗就爆发了，他相信了这个谣言，把自己的妻子苔丝狄蒙娜给掐死了。——就是这么一个简单的故事。

史 挑拨离间，最后出了人命。那么伊阿古的动机是什么？

杜 动机就是我们之前所说的，他对奥赛罗两个方面的不满。第一是奥赛罗对他的前途造成了损害。

史 没提拔他。

杜 对，这是我们生活中经常会遇到的事情，在职场上上升的渠道没有实现。第二是他的家庭，他听别人说自己的妻子跟奥赛罗之间有一些花边新闻。

史 事业跟婚姻双重的威胁。

杜 对，他认为奥赛罗对他形成了威胁，甚至造成了伤害，所以一上来就说要报仇。

史 他觉得自己是在复仇？

杜 故事读下去，我们就知道，这都是他单方面的恶意猜测。

史 这个故事设定在怎么样的年代和社会历史环境中呢？

杜 它是中世纪的故事，发生在威尼斯，奥赛罗是威尼斯的一名