



庖丁解牛

《庄子》



庖，厨师。丁，人名。

解，分解、分割

庖丁解牛：一个叫丁的厨师分解牛的肢体。

1.欣赏解牛之美

2.一代名“庖”的成长历程

3. “解牛之道”和“养生之道”有什么联系？

文意疏通

给、替

“所”字结构，“所”+动词=名词性结构

庖丁为文惠君解牛。手之所触，肩之所倚，足之所履，膝之所踦，砉

翻译：

然向然，奏刀騞然，莫不中音，合于桑林之舞，乃中经首之会。

通“响”

进

没有

很好

合乎

节拍

通“盍”，怎样

文惠君曰：“善哉！技盖至此乎？”

翻译：

给
所顶的地方

()

所接触的地方

节奏

()

所倚靠的地方

()

所踩的地方

— () —

文意疏通

放下

自然规律

超过

起初

庖丁释刀对曰：“臣之所好者道也，进乎技矣。始臣之解牛之时，所见无非全

不曾

凭、用

精神

牛者。三年之后，未尝见全牛也。方今之时，臣以神遇而不以目视，官知止而神欲行。

翻译：

开始

凭

(

)

)

未曾

精神

文意疏通

天然结构

空

本来的结构

脉络相连的地方

依乎天理，批大郤，导大窾，因其固然，技经肯綮之未尝，而况大軫乎！

于

空隙

顺着

依照

宾语前置的标志

未曾尝试

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

名作状，每年

一般

名作状，每月

刀刃若新发于硎。

磨出

磨刀石

翻译： 于天然结构 缝隙 () 空处 依照

本来的构造

不曾拿刀碰到

过

一般

每

月()

()

磨刀石

出来

间隙

形作名，厚度

很宽绰的样子

刀刃的运转

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，

宾前，因此

虽然这样

碰到

小心翼翼地提高警惕

是以十九年而刀刃若新发于硎。虽然，每至于族，吾见其难为，怵然为戒，视

省略“之”

省略“之”

筋骨交错聚结的地方

为此

为止，行为迟，动刀甚微。謦然已解，如土委地。提刀而立，为之四顾，为之踌

通“缮”，擦拭

躇满志，善刀而藏之。

翻译：

间隙

是没有厚度的

()

()

宽宽绰绰地

刀刃的运转

因此

虽然这样

碰到(筋骨)交错聚结的地方

就小心翼翼地提高警惕

因为

因此

(

)

()

为此

()

擦拭

文惠君曰：善哉！吾闻庖丁之言，得**养生**焉。

养生：

参考译文：





清·龚自珍《明良论四》：

“庖丁之解牛，伯牙之操琴，羿之发羽，
僚之弄丸，古之所谓神技也。”

一代名庖是如何练成的？





问题一：找出文中描写“解牛”场面的句子。庖丁解牛给我们怎么样的一种感受？

动作描写

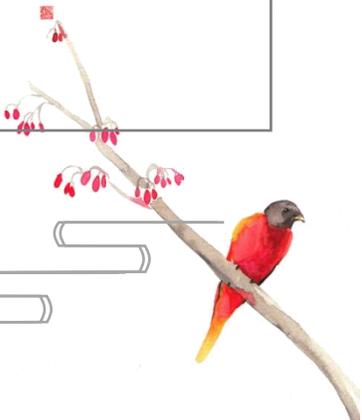
手、肩、足、膝
触、倚、履、跂

和谐并用
流畅自然(舞蹈化)

描摹声音

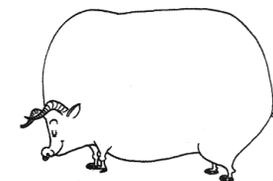
砉然、騞然
合于《桑林》之舞
乃中《经首》之会

莫不中音(音乐化)



一代名庖

问题二：一代名“庖”的成长历程





异曲同工

异曲同工“三境界”

王国维在《人间词话》里提出古之做学问的三种境界：

昨夜西风凋碧树。独上高楼，望尽天涯路。

——臣之所好者，道也

——不畏艰难，目标高远

衣带渐宽终不悔，为伊消得人憔悴。

——三年之后，未尝见全牛也

——坚定不移，孜孜以求

众里寻他千百度，蓦然回首，那人却在，灯火阑珊处。

——方今之时，以神遇而不以目视

——千锤百炼，终成正果

国学大师王国维精妙地以三句词道破人生之路：

起初的迷惘，继而的执着和最终的顿悟



补充：老僧三十年前未参禅时，见山是山，见水是水。及至后来，亲见知识，有个入处，见山不是山，见水不是水。而今得个休息处，依前见山只是山，见水只是水。

（青原惟信禅师·《五灯会元》卷第十七）

“见山是山，见水是水”者，山水对于见者只是一个混沌（庖丁所见无非牛者），见者对于山水也只是一个莽汉（牛之所见无非庖丁者）；“亲见知识，有个入处”非常重要，入不去则仍然留在外边，一无所得；入去了将亲见知识。这个知识指佛学所谓的善知识，即令我得入真实道、如来地的趋向。以理性出发，进去物理层面，进行结构化、系统化的分析、探究。进去了，当然还要再出来，站在更高的层面来看。“得个休息处”，为其无为，从心所欲（官知止而神欲行），安而行之（因其固然）。那时将“依前见山只是山，见水只是水”，重新回到大自然的本然，人在天地怀里，天地在人心中，这个时候的心，已经进出自在，无所不包，无所不有。万千经典，只讲一个字，唯“心”而已！

问题探究

本段中庖丁也将良庖、族庖和自己的用刀方法作了比较，说说这样写有什么作用？



割

“良庖岁更刀”



折

“族庖月更刀”



解

“臣之刀十九年”

问题探究

文惠君听庖丁介绍后，说自己懂得了“养生之道”，解牛之道和这种“养生”之道有什么联系？



庄子善于讲寓言故事，在**感性的形象和有趣的故事**中，让读者自己去体会其中的**深意**。在本文中，庄子的本意是要用这个故事来说明养生的道理。

那么，如何理解庄子的养生之道？

用牛体的复杂结构来比喻社会，用刀来比喻人。

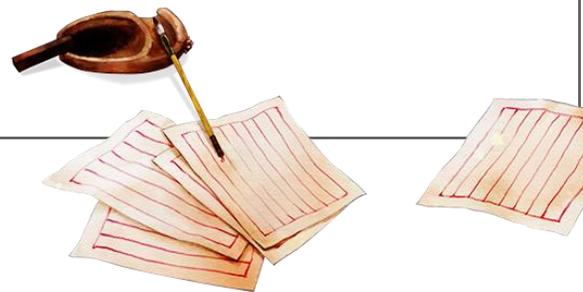
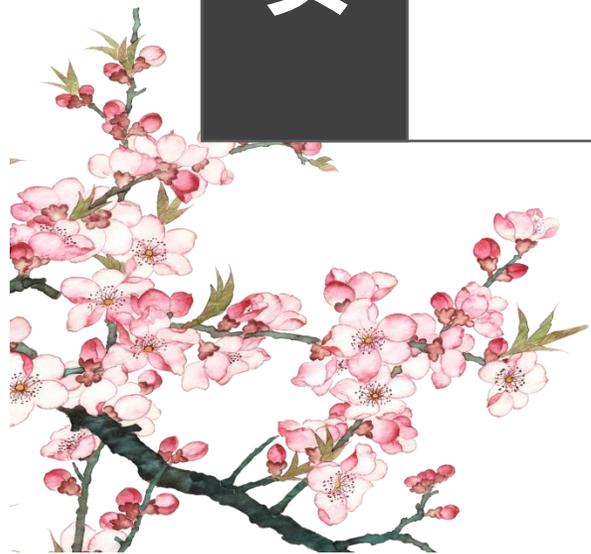


庄子·内篇·养生主

庄子认为，**养生之道重在顺应自然，忘却情感，不为外物所滞**。庄子主张的是“至知/无知”，既知识不能简单地说“越多越好”或“越少越好”，而是要区别清楚。顺道知识越多越好，悖道知识越少越好。所以，**求知既是知识增加的过程，也是鉴别所得知识是否合道，并剔除悖道知识的过程**。这里的“道”，**可以理解成真理**。本文字里行间表面虽是在谈论养生，实际上是在体现作者的哲学思想。

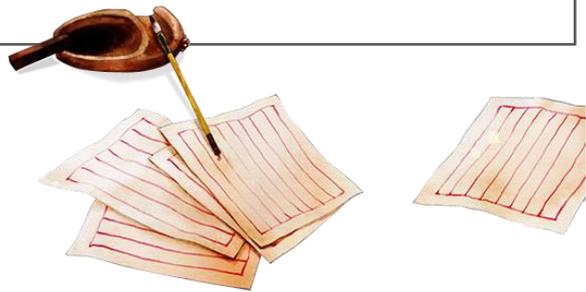


养生主 开头



背景资料

纷乱的时代





寓意小结

一切事物都有它自身的规律，只要反复实践，不断积累经验，就能像庖丁一样，认识和掌握事物的规律，做到游刃有余。



主旨

从这篇课文中我们还可以读到哪些“人生之道”呢？

了解规律，掌握规律

抓住本质，用心处事

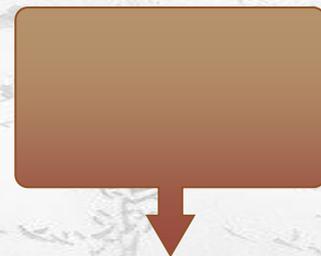
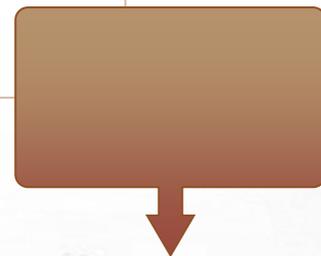
顺其自然，不强求

避开锋芒，从长计议

以己之利攻彼之弊

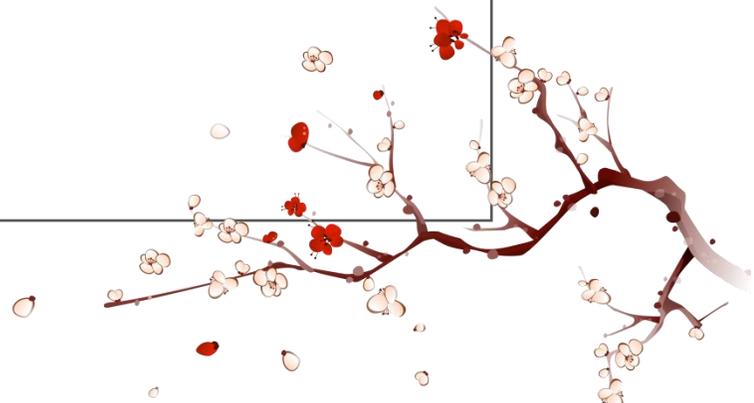
不莽撞，谨慎行事

收敛锋芒，低调做人



总结

：



走进庄子：

庄子(约前369—前286)，名周，字子休(一说子沐)，宋国蒙(今河南商丘东北)人，战国时期伟大的思想家、哲学家、文学家。他继承并发展了老子的思想，是道家学派的重要代表人物，与道家始祖老子并称为“老庄”，他们的哲学思想体系，被思想学术界尊为“老庄哲学”。庄子最早提出的“内圣外王”思想，对儒家影响深远。主要思想：天人合一、清静无为。代表作品为《庄子》，其中名篇有《逍遥游》《齐物论》《养生主》等。



庄子生平：

与梁惠王、齐宣王是同时期人。他生活贫困，学识渊博，淡泊名利，靠编草鞋为生，以清静修道为务，过着隐居生活。他对当时统治者攻城占地的做法深恶痛绝，对儒家积极参与政事给予了尖锐的批评，主张“出世”。相传，庄子自幼聪明好学，以庄子之才学取财富高位如探囊取物，然庄子无意仕途，一生率性任真，崇尚自然，非毁礼法，傲视王侯。楚威王曾以厚礼聘他为相，被他拒绝，终身不仕。据传庄子尝隐居南华山，卒葬南华山。被后世尊称为道教祖师、南华真人、道教四大真人之一。



了解《庄子》：

《庄子》又名《南华经》，是庄子及其后学者所著道家经典。到了汉代以后，尊庄子为南华真人，因此《庄子》亦称《南华经》。与《老子》《周易》合称“三玄”。

内容：

原有52篇，现存33篇，分为内篇、外篇和杂篇。

庄
子

内篇7篇 为庄周所作

外篇15篇
杂篇11篇 其门人及后学之手





《庄子》



《庄子》善于虚构，大多是寓言作品，“寓真于诞，寓实于玄(深奥、玄妙)”。想象奇妙，构思巧妙，意境开阔,描绘生动，善于用寓言和比喻，文笔汪洋恣肆，具有浪漫主义的艺术风格,对后世文学有较大的影响。《庄子》被人称为“文学的哲学，哲学的文学”。与《老子》《周易》合称“三玄”。

据传，庄子曾隐居南华山，故唐玄宗天宝初，诏封庄周为南华真人，称其著书《庄子》为《南华真经》。

解牛之礼

《周礼》中专设有“庖人”一职，“庖人掌六畜、六兽、六禽，辨其名物。”

在先秦时期，牛是非常尊贵的祭品以及礼品，人们非常看重牛，解牛这一举措也并非寻常，牛通常用于祭天、祭地、祭宗庙、王飨xiǎng等祭祀活动中。

