



B5L6庖 文公 丁解牛

P120莊子



P120題解



P120題解

- 出處：《莊子·養生主》
- 文體：哲理散文

P120釋題

- 庖 文玄 丁，名為丁的廚師。
- 庖 文玄 :廚師。
- 解牛:宰割牛隻。



P120主旨

- 庖^{ㄨㄠ}丁由「技」入「道」的解牛故事，寄託「依乎天理」、「因其固然」的養生與處世之道，說明只要掌握自然的本質，並順應其中變化來行事，就能保全自身，游刃^ㄩ有餘地生活。



P121作者

P121名號

- 本名莊周
- 唐玄宗天寶初，詔^{出玄}封為
南華真人

<https://zh.wikipedia.org/wiki/莊子>



P121籍貫

廳 飯店 名勝景點 博物館 大眾運輸 藥局 自動提款機

• 戰國時代宋國蒙邑

• 今河南省商丘市





P121生卒

- 生卒年不詳
- 約在戰國時代，與孟子同時



P121生平

- 莊子處於群雄割據的亂世，一生安於貧困，不慕榮利，早年曾任蒙邑漆園吏。
- 據傳楚威王聽聞莊子賢能，派遣使者以重金禮聘他為相，莊子推辭不受，此後未再出仕。



P121主張

- 順應自然，物我齊一，消解一切外在束縛^ㄟ，
以達到精神上的逍遙自在。
- 先秦道家的代表人物，與老子並稱「老莊」。
有《莊子》一書傳世。



P121著作

- 《莊子》
- 又稱《南華經》、《南華真經》
- 四庫全書之中歸類為子部道家類



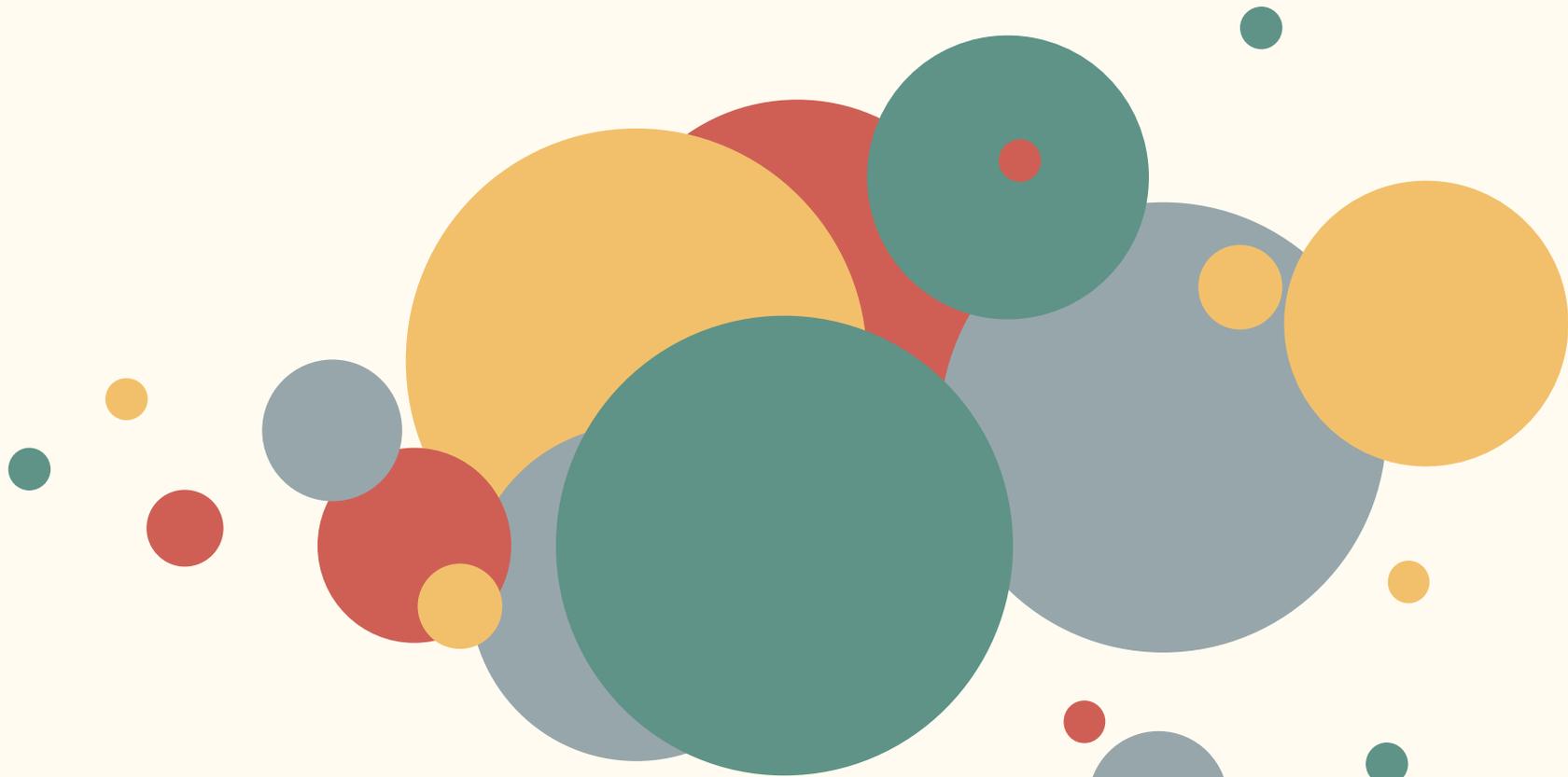
P121 《莊子》一書

- 現存**33**篇，分為**內篇**、**外篇**、**雜篇**。
- 一般認為**內篇**是莊子自著，為其思想精髓所在，**外篇**、**雜篇**則可能是莊子弟子及其後學所記。



P120 《莊子》一書

- 書中多用寓言傳達哲理，想像豐富，譬喻生動，文采瑰麗恣肆，於先秦散文中自成一格，對後世文學影響深遠。



P122課文

P122-1 第一段課文朗讀

庖ウツ丁為ウツ文惠君解牛。手之所觸，肩之所倚ウツ，
足之所履ウツ，膝ウツ之所踦ウツ，砉ウツ然響然，奏ウツ
刀騞ウツ然，莫不中ウツ音：合於桑林之舞，乃中ウツ
經首之會。



P122-1第一段大意

- 寫庖^{文公}丁解牛的場面，他的技術熟練，動作優美，充滿節奏感。

P122-1第一段注釋

庖^{ㄨㄠ}丁為^{ㄨㄟ}文惠君解牛。

- 為：替、給
- 注釋1文惠君：戰國時代魏國國君魏惠王魏瑩^{ㄨㄟ}，
「文惠」為諡^{ㄨㄟ}號，因魏國首都在大梁，又稱
「梁惠王」



P122-2第一段注釋

- 注釋2履 カ 下 マ : 踩踏。
- 注釋3踳 一 マ : 抵住。

P122-2第一段注釋

- 踦 ^ㄩ : 抵住。例：膝之所踦。
- 旖 ^ㄩ : 輕柔。例：旖旎。
- 綺 ^ㄩ : 華麗、美麗。例：綺麗。
- 犄 ^ㄩ : 倚靠。例：犄角之勢（比喻二邊呼應，共同夾擊敵方）。

P122-3第一段注釋

- 注釋4 砉 フ、 然：形容皮肉與筋 フ、 骨相離的聲音。
- 注釋5 奏 フ、 刀：進刀、運刀。
- 注釋6 騞 フ、 然：形容刀割物的聲音。
- 注釋7 中 中、 音：符合音樂的節奏。中 中、，符合。



P122-4第一段注釋

- 注釋8桑林：商湯時的樂曲名。
- 注釋9經首之會：經首樂曲的節奏。經首，堯時咸^丁池樂曲的一章。會，節奏。

P122-1 第一段重點

1. 手之所觸，肩之所倚 一，足之所履 カ，膝 工
之所踦 一，砉 フ 然響然，奏 フ 刀騞 フ 然，莫不
中 出 音



P122-1第一段重點

- 從視覺和聽覺二方面描繪庖丁^{文公}超凡的解牛技藝。他不只靠刀子及雙手宰殺牛隻，而是運用了全身各部位，可知他已經達到人刀合一的境界。

P122-4第一段重點

2.合於桑林之舞，乃中 出文 經首之會

- 庖 文 丁解牛的動作與聲音符合古樂舞節奏韻律，技法純熟高妙。

P122-1第一段文法

1. 手之所觸，肩之所倚^一，足之所履^カ，膝^工
之所踦^一

- 之：助詞。用於強調或補足語氣，無義。
- 所+V句型：所，助詞。置在動詞前，暗示動作達到的事物。



P122-1 第一段修辭

1. 手之所觸，肩之所倚^一，足之所履^力，膝^工
之所踣^一：排比、類疊



P122-5第二段課文朗讀

文惠君曰：「嘻_ㄒ，善哉_{ㄆㄛ}！技蓋_ㄟ至此乎？」



P122-5第二段大意

- 文惠君(魏惠王)對庖文公丁的技藝感到驚嘆。

P122-5第二段注釋

- 嘻^ㄒ：歎詞，表示讚美嘆賞的語氣。
- 善哉^ㄉ：稱讚的感嘆辭。
- 注釋10 蓋^ㄉ = 盍^ㄉ（通同字）：為^ㄉ何、為什麼。

P123-1 第三段課文朗讀

庖^{ㄨㄠ}丁^{ㄉㄧㄥ}釋^ㄕ刀對曰：「臣之所好者，道也，進乎技矣。始臣之解牛之時，所見無非牛者。三年之後，未嘗見全牛也。方今之時，臣以神遇而不以目視，官知止而神欲行。」

P123-1 第三段課文朗讀

依乎天理，批_{ㄅㄨ}大郤_{ㄒㄩˋ}，導大窾_{ㄎㄨㄞˋ}，因其固然。
技經肯綮_{ㄎㄨㄥˋ ㄑㄩㄥˋ}之未嘗，而況大軫_{ㄉㄞˋ}乎？良庖_{ㄌㄧㄥˊ ㄅㄠ}歲
更_{ㄍㄨㄥˋ}刀，割也；族庖_{ㄉㄨˊ ㄅㄠ}月更_{ㄍㄨㄥˋ}刀，折也。

P123-1 第三段課文朗讀

今臣之刀十九年矣^一，所解數千牛矣^一，而刀
刃^四若新發於硯^一。彼節者有間^四，而刀刃^四
者無厚，以無厚入有間，恢恢乎其於游刃^四必
有餘地矣^一！

P123-1 第三段課文朗讀

是以十九年而刀刃^如若新發於硯^石。雖然，每至於族，吾見其難為，怵^然然為^之戒^也，視為^之止，行為^之遲，動刀甚微，謦^然然已解，如土委^之地。提刀而立，為^之之四顧，為^之之躊躇^也躇^也滿志，善刀而藏之。」



P123-1 第三段大意

- 庖丁自述喜好的是「道（事物生成變化的原理、規律）」，而非「技（技術）」，並說明自身多年來解牛境界的變化與提升。

P123-1第三段重點

1. 臣之所好ふ者，道也，進乎技矣一

- 注釋12道：事物生成變化的原理、規律。
- 注釋13技：技術。
- 總括ㄟ全文，重點在「道」而非「技」。



P123-2第三段重點

2.始臣之解牛之時，所見無非牛者

- 第一層境界：庖文丁自述文初解牛時，依靠的是感官目視。

P123-2第三段注釋

2.始臣之解牛之時，所見無非牛者

- 注釋14所見無非牛者：指僅看見整隻牛，而看不出牛體組織與骨節可下刀的空隙₁。無非，不外是、不過是。



P123-2第三段文法

2.始臣之解牛之時，**所見**無非牛者

- **所+V句型**：助詞。置在動詞前，暗示動作達到的事物。



P123-2第三段文法

2.始臣之解牛之時，所見**無非**牛者

• 雙重 否定 否定



P123-3第三段重點

3.三年之後，未嘗見全牛也

- 第二層境界：技術純熟後，已能看出牛的筋骨理路。

P123-3第三段注釋

3.三年之後，未嘗見全牛也

- 注釋15未嘗見全牛也：指技術純熟後，對牛體的組織分布與骨節空隙₁了解透徹₂，眼前所見不再是整隻牛。



P123-4第三段重點

4.方今之時，臣以神遇而不以目視，官知止而神欲行

- 第三層境界：由技入道，官能知覺停止作用，而憑心神感受解牛。從心所欲，順理而行，自在悠游其中。



P123-5第三段注釋

- 注釋17官知止而神欲行：感官知覺停止運作，而以精神直覺來行事。官知，感覺器官的知覺，指視覺、觸覺等。神欲，心靈直覺等精神活動。

P124-1 第三段重點

5. 依乎天理，批大郤_{ㄉㄨˋ}，導大窾_{ㄅㄨˋ}，因其固然
- 解牛之道為順乎自然，亦暗指養生、處世之道。

P124-1第三段注釋

- 注釋18天理：指牛天生的肌理、經絡カネ等結構。
- 注釋19批大郤ト：劈ク開筋ハ骨相連的空隙ト。批，劈ク、擊。郤ト=隙ト（通同字）空隙ト。

P124-1第三段注釋

- 注釋20導大窾 ㄉㄞˇ ㄍㄨㄞˇ：順著骨骼 ㄍㄨㄞˇ 間的空隙 ㄉㄞˇ 切入。導，順著。窾 ㄍㄨㄞˇ，空隙 ㄉㄞˇ。
- 注釋21因其固然：依照牛體本來的骨肉結構。

P124-2第三段重點

6. 技經肯綮 ㄍㄥˋ ㄩㄥˋ 之未嘗，而況大軫 ㄉㄞˋ 乎

- 以「解牛」暗指處世之道，透過長期修養的工夫，掌握事物自然的規律，便能應對錯綜複雜的情況，不生牴觸。

P124-2第三段注釋

- 注釋22技經肯綮_{クニ}之未嘗=未嘗枝_出經肯綮_{クニ}
（倒裝），不曾觸碰支脈_{ツマ}、經絡_{カネ}、附著在
骨頭上的肉和筋_{ツマ}肉盤結的地方。技，應為
「枝」字之誤，指支脈。經，經絡_{カネ}。肯，附
著在骨頭上的肉。綮_{クニ}，筋_{ツマ}肉盤結的地方。



P124-2第三段注釋

- 23大軀  : 大骨。

P124-3第三段重點

7.良庖 ㄉㄤˋ ㄅㄠˊ 歲更 ㄍㄨㄥˋ 刀，割也；族庖 ㄉㄤˋ ㄅㄠˊ 月更 ㄍㄨㄥˋ 刀，折也。今臣之刀十九年矣 ㄨㄥˋ，所解數千牛矣 ㄨㄥˋ，而刀刃 ㄉㄤˋ ㄅㄠˊ 若新發於硎 ㄉㄤˋ ㄅㄠˊ



P124-3第三段重點

- 「刀」暗指人，人明白處世之道，順乎自然天理，才能保全自身完好如新。反之，不懂者則耗損形神而傷生。

P124-3第三段注釋

- 注釋24更 𠄎：改換。
- 注釋25族庖 𠄎：一般技術普通的廚師。族，眾、一般的。
- 注釋26折：劈 𠄎 砍，此指用刀劈 𠄎 砍骨頭。

P124-5第三段注釋

- 注釋27新發於研 研 ^ㄊ/_ㄣ：剛從磨刀石上磨出，形容非常鋒利或初露 カ 鋒芒。發，起、出。
研 研 ^ㄊ/_ㄣ，磨刀石。

P124-6第三段重點

8.節者有間 ㄏㄨㄢˋ，而刀刃 ㄉㄠˋ 者無厚，以無厚入有間，恢恢乎其於游刃 ㄉㄠˋ 必有餘地矣 ㄩˇ

- 表達生命主體順乎自然、解消執著障礙，便能自由游走於世間，任何窄小的空間都有如無限廣闊的天地。

P124-6第三段注釋

- 注釋28彼節者有間 ㄏㄨㄥ：那些骨節間 ㄏㄨㄥ 有空隙 ㄊㄨㄥ。間 ㄏㄨㄥ，空隙 ㄊㄨㄥ。
- 注釋29無厚：沒有厚度，指刀刃 ㄇㄨ 極薄、極銳利。



P125-1 第三段注釋

- 注釋30恢恢乎：寬闊的樣子。
- 注釋31游刃 回：運刀。



P125-2第三段注釋

- 注釋32雖然：即使這樣。然，這樣，指達到游刃^且有餘的境地。

P125-3第三段重點

9.每至於族，吾見其難為，怵_{ㄒㄩˋ}然為_{ㄒㄩˋ}戒，
視為_{ㄒㄩˋ}止，行為_{ㄒㄩˋ}遲，動刀甚微，譟_{ㄉㄨㄛˋ}然已
解，如土委_{ㄒㄩˋ}地

- 遇艱難處仍需戒慎小心，專心凝神以對，
方能安然度過難關。

P125-3 第三段注釋

- 注釋33族：指筋 ㄏㄩˋ 肉交錯聚結處。
- 注釋34怵 ㄒㄩˋ 然為 ㄒㄩˋ 戒 ㄏㄩˋ：因驚懼 ㄏㄩˋ 而戒 ㄏㄩˋ 慎 ㄏㄩˋ 小心。怵 ㄒㄩˋ，驚懼 ㄏㄩˋ。為 ㄒㄩˋ，因而。

P125-4第三段注釋

- 注釋35視為 ㄨㄣˊ 止，行為 ㄨㄣˊ 遲：目光因而專注，行動因而遲緩 ㄨㄣˊ。止，定、集中。
- 注釋36譟 ㄨㄣˊ 然：形容解開筋 ㄨㄣˊ 骨盤結處時，骨肉分離的聲音。



P125-5 第三段注釋

- 注釋37如土委ㄨㄟ地：像土塊崩ㄨㄥ落在地上。
委ㄨㄟ，散落。

P125-5 第三段重點

10. 提刀而立，為之四顧，為之躊躇滿志

- 問題已解，從容自得。
- 注釋38 躊躇滿志：從容自信的樣子。躊躇：雙聲聯綿詞，得意的樣子

P125-6第三段重點

11.善刀而藏之

- 內斂^カ 涵藏，不露^カ 鋒芒。
- 注釋39善刀：擦拭^尸 刀刃^尸。善=繕^尸（通同字），修治，此指擦拭^尸。



P125-7第四段課文朗讀

文惠君曰：「善哉下劣！吾聞庖文公丁之言，得養生焉一弓。」



P125-7第四段大意

- 以文惠君的讚嘆總結養生的主題。



P125-7第四段重點

1.吾聞庖丁之言，得養生焉

•領悟養生之道即順任自然。

THANK YOU

