

周国平：认识你自己

一个灵魂在天外游荡，有一天通过某一对男女的交合而投进一个凡胎。他从懵懂无知开始，似乎完全忘记了自己的本来面目。但是，随着年岁和经历的增加，那天赋的性质渐渐显露，使他不自觉地对生活有一种基本的态度。在一定意义上，“认识你自己”就是要认识附着在凡胎上的这个灵魂，一旦认识了，过去的一切都有了解释，未来的一切都有了方向。

人人都在写自己的历史，但这历史缺乏细心的读者。我们没有工夫读自己的历史，即使读，也是读得何其草率。

“认识你自己！”——这是铭刻在希腊圣城德尔斐神殿上的著名箴言，希腊和后来的哲学家喜欢引用来规劝世人。对这句箴言可作三种理解。

第一是人要有自知之明。这大约是箴言本来的意思，它传达了神对人的要求，就是人应该知道自己的限度。希腊人大抵也是这样理解的。有人问泰勒斯，什么是最困难之事，回答是：“认识你自己。”接着的问题：什么是最容易之事？回答是：“给别人提建议。”这位最早的哲人显然是在讽刺世人，世上有自知之明者寥寥无几，好为人师者比比皆是。看来苏格拉底领会了箴言的真谛，他认识自己的结果是知道自己一无所知，为此受到了德尔斐神谕的最高赞扬，被称作全希腊最智慧的人。

第二种理解是，每个人身上都藏着世界的秘密，因此，都可以通过认识自己来认识世界。在希腊哲学家中，好像只有晦涩哲人赫拉克利特接近了这个意思。他说：“我探寻过我自己。”还说，他的哲学仅是“向自己学习”的产物。不说认识世界，至少就认识人性而言，每个人在自己身上的确都有着丰富的素材，可惜大多被浪费掉了。事实上，古今，一切伟大的人性认识者都是真诚的反省者，他们无情地把自己当作标本，藉之反而对人性有了深刻而同情的理解。

第三种理解是，每个人都是一个独一无二的个体，都应该认识自己独特的禀赋和价值，从而实现自我，真正成为自己。这种理解最流行，我以前也常采用，但未必符合作为城邦动物的希腊人的实情，恐怕是文艺复兴以来的引伸和发挥了。

51 选校网生涯规划教育系统一生涯先行，升学无忧！

在一定意义上，可以把“认识你自己”理解为认识你的最内在的自我，那个使你之所以成为你的核心和根源。认识了这个东西，你就心中有数了，知道怎样的生活才是合乎你的本性的，你究竟应该要什么和可以要什么了。

然而，最内在的自我必定也是最隐蔽的，怎样才能认识它呢？各种宗教有静修内观的功夫，对于一般人来说，那毕竟玄了一点。而且，内观的对象其实不是上述意义的自我，而是这自我背后的东西，例如，在佛教是空，在基督教是神。

我觉得我找到了一个认识自我的方便路径。事实上，我们平时做事和与人相处，那个最内在的自我始终是在表态的，只是往往不被我们留意罢了。那么，让我们留意，做什么事，与什么人相处，我们发自内心深处感到喜悦，或者相反，感到厌恶，那便是最内在的自在表态。就此而论，知道自己最深刻的好恶就是认识自我，而一个人在这个世界上倘若有了自己真正钟爱的事和人，就可以算是在实现自我了。