

从前的人没有那么强的自我意识，不像现在，人人都有个自我，而且，不再有一个统一的理性纲领指导各个阶层的人按什么方式来生活。在技术化、数字化的大形势下，实际上生活的意义本身变得越来越晦暗。这个时候，我们格外需要坚持个体生活的意义，这就更加需要对自己有个更清楚的认识。

“吾日三省吾身”说的就是自我认知。老子不是儒家，也说“自知者明”。实际上，读哲学的都知道，不读哲学的可能也听说过，哲学最根本的目标或最根本的任务就是认识你自己。“认识你自己”是德尔菲神谕所门口的箴言，苏格拉底后来把这句箴言当作座右铭，哲学史家说，希腊哲学一开始围绕着认识自然——自然哲学，到苏格拉底转了个大方向，转向人本身——伦理学。

认识世界和认识自己，我举个例子——这个例子有点儿不正经啊，我怕太正经大家要打瞌睡。我去抢银行，踩点没踩好，带着枪冲进去了，结果是个理发店。这是我认识世界弄错了，我认识世界的水平不够。当然，也许我认识世界认识对了，我正确地冲到银行里了，然后我掏枪，结果一掏枪，我自己先吓得哆哆嗦嗦，瘫在地上了。这就是我对自己的认识不太对了，以为看了两个警匪片自己也成江洋大盗了。不是的，你把自己认识错了。

从这个例子看，好像认识世界和认识自己是平行的，这边认识世界，那边认识自己，但是，既然德尔菲箴言说的是“认识你自己”，我们难免会想，认识自己比认识世界更重要、更高明。老子说“知人者智，自知者明”，大概也是这个意思，认识世界、认识他人只能叫聪明，认识自己的人才叫明慧、明达。不仅有不少哲学家这么说，有时候我们自己还真会感觉到，认识世界容易点，认识自己更重要也更困难一点。

新书摘

AI时代，我们该如何思考人的位置、人与世界的关系以及人存在的意义？作为长期关注科学与哲学关系的哲学家，首都师范大学哲学系资深教授陈嘉映在新书《感知·理知·自我认知》中，将他多年的思考以易懂的方式聊给我们听，从一个深入而有新意的视角，让我们对这个世界重新产生感觉，更有力量去应对当下的问题，也让我们更清楚地认知自己，明确我们应该走的人生路。

## 陈嘉映：如何“认识你自己”

常有人提到，人类认识已经到达了百亿光年之外的宇宙边缘，深入到了夸克这样物质的最细微结构，可是对我们的大脑是怎样工作的、对面的人心里在想什么，我们仍然知道得很少，我们甚至不知道自己到底爱什么、要怎样生活。

认识我自己到底是认识我自己还是认识我们自己？这的确是个问题，我后面会多多少少对此做一点儿辨析。总之，认识世界和认识自己不在同一个层次上，科学家是认识世界的，咱们哲学家比他们更高明，咱们是认识自己的。

但另一方面，认识自己跟认识世界好像也没有那么不同。我看我的老朋友，一个个头发花白了，看我自己，头发也花白了，这有什么不同吗？有点儿不同，我可以直接看到老朋友的头发，却只能在镜子里看到自己的头发。我们说过，在镜子里看到自己的眼睛，跟你眼睛平常是什么样子的，不一定一样，不过，说到头发，应该没啥区别。而且，你可以不照镜子，你可以剪下一把头发摊在手心上慢慢看。嗯，这跟看到头发长在头顶上的感觉不一样——我在镜子里看到自己的白发三千丈，会生出一种格外的感慨，但我们现在先不管这个。我们来看看更根本的东西：大家还记得什么叫正确的认识吧？正确的认识就是认识到事物客观所是的那个样子。这对自我认识也是有效的。我身高一米七六，

我说我一米八，就是错误的认识。这跟认识一条水沟的宽度也没什么区别，沟宽两米，我说它宽两米，就是正确的认识，我说它宽一米半，就是错误的认识。

自我认识就是照原样认识自己，这话肯定是对的，而且，在自我认识上尤其突出，因为，我们都知道，我们特别容易自欺。我本来长得挺丑，可我自己觉得长得还不赖。我要想知道自己真正长什么样，就需要用高保真或高像素的方式照一张照片或者对着镜子仔仔细细地看，这才能按照我原来是什么样来认识自己。

给自己量身高的确跟给别人量身高没什么区别，不过，自我认识可不都像给自己量身高这种事情。自我认识可以看做反身动词，本来，一个及物动词的宾语多半是我之外的一个对象，现在我们把这个对象换成了我自己。本来，我想拿石头砸别人，没想到搬起石头砸了自己的脚，这里好像没什么特别难解的东西；我踩到了一只猫，但也有可能踩到我自己；我激励我的学生，但有时候我也需要激励我自己。不过，反身动词有时候有点儿诡异，比如我们有时会说，寻找自我，找到自我。我找手机，找车钥匙，这很容易理解，本来车钥匙放在桌子上，现在它不在那儿了，可是自我呢？自我总是在我这儿啊。我们受过高等教育的，寻找自我、发现自我这类话听起来蛮顺的，但停下了一琢磨，里头有点儿诡异的东西。

所以，我们还得更仔细看看认识自我和认识世界有什么不同。哪里不一样？我们从海德格尔的一句话说起吧，他说，对存在的理解、领会是此在的一部分。这么说吧，你怎么认识一个对象，这不是对象的一部分，你怎么认识却是你自己的一部分。你丈量一条水沟，沟宽两米，你量对量错，跟水沟多宽没关系，沟宽两米，完了。我身高一米七六，没完，我还有对自己身高的认识，也许我认为自己一米八，我身高一米七六，这是我的一部分，我认为我身高一米八，这也是我的一部分。我的认识总出错，我不能说，我是我，错是错；这不对，出错是我的一部分，愚蠢是我的一部分。一个人总是认识错误，那跟一个总是正确认识的人很不一样。这个应该不难理解吧？简单说，我对沟的认识是我的一部分，不是沟的一部分。

不过，我们这么理解海德格尔的这句话，这话也稀松平常。我引用海德格尔这句话，是因为在我看来，它是《存在与时间》的核心命题，是我们理解海德格尔的一条主线。其中的内涵，我们要一点儿一点儿展开。我们现在这种理解，只是开了个头，理解得不怎么到位，因为这仍然没有区分出认知世界和认知自我——你怎么看待自己，当然是你的一部分，但你怎么看待世界，也是你的一部分。这里区分出来的是有认知的存在者和没有认知的存在者，你无非是说，

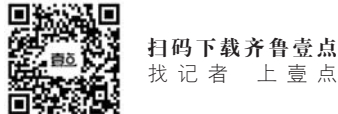
水沟只有一个部分，你却有两个部分，一个部分是你的现实，一个部分是你的认识，你是你的现实加上你对现实的认识。

我们刚才举的那些例子，量身高，看头发，都不是自我认知的好例子。我看自己的头发，跟看别人的头发，没什么区别，都是在看一个客体。所以，我看到我的头发花白了，其实算不上一种自我认识，我看别人的头发也是这样看法。不能一说到我的头发，似乎那就是自我认识，这里，我的你的，都是从外面加到头发上的。我们说自我认知是你的所是的一部分，要比这个内在，至少像这样——两个人，智商相同，但一个认为自己有点儿笨，另一个认为自己比谁都聪明，那这两个人的聪明程度就不一样。但这还是不够内在，真正说到自我认识，不是认识自己的这个方面那个方面，而是把自己作为一个整体来认识，认识整个自我。

（摘自《感知·理知·自我认知》，作者陈嘉映）



《感知·理知·自我认知》  
陈嘉映 著  
理想国 | 北京日报出版社



编辑：曲鹏 美编：陈明丽

“讲文明 树新风”公益广告

倡导文明健康绿色环保生活方式

齐鲁晚报·齐鲁壹点

关注我们

关注每一滴

一个滴水的龙头，每天至少浪费5升水

5升水可以保障2个成人身体一天的需要