



孔子所以成为“至圣”，是因为他认识自己，他不承认自己“生而知之”，而说自己是“学而知之”，不承认自己博学通才，而称自己是“少也贱，故能多鄙事”（出身卑贱，所以比一般人多懂得一点），故而“学道不倦，诲人不厌，发愤忘食，乐以忘忧”（《史记·孔子世家》）。即使在名满天下之时，他还为“德之不修，学之不讲，闻义不能徙，不善不能改”而担忧。

曾参所以成为上承孔子之道、下启孟子之学的代表人物，而被后世尊称为“宗圣”，是因为经常不断地拷问自己“为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？”，善于在“吾日三省吾身”中认识自己。

认识自己在人之成长发展中太重要了，或者说，人之一生就应该在逐渐认识自己中完善自己，提升自己，成就自己。

凡有所成就者无不对自己有清醒而深刻的认识。

战国时期齐国的宰相邹忌是认识自己的典范，因此留下了《邹忌讽齐王纳谏》的千古经典。邹忌身长八尺，容貌堂堂，但与邹忌同处一城的徐公也是位美男子。有一天，邹忌问家人，自己与徐公相比，谁更美。家人一致说：徐公哪能与您相比啊？过了一天，邹忌遇见了徐公。邹忌一看就知道自己美不如徐公。回到家里，又通过镜子审视自己，觉得自己远远比不上徐公。这时邹忌犯糊涂了，自己明明美不及徐公，家里人为什么偏偏说自己远胜于徐公呢？邹忌想一想，想出了名堂，悟出了道理。原来，妻子说他美，是因为偏爱他；小妾说他美，是因为惧怕他；客人说他美，是因为有求于他。第二天，邹忌将发生在自己身上的故事

腊八一过，年的步伐越来越快，孩子们一年中最期盼的时刻到来了。过年前有许多事情要忙活，其中我最盼望的就是杀年猪。小时候，村里几乎家家户户养猪，我家也不例外，每家用番薯、菜叶养出来的猪膘肥体壮。腊月廿四前后，全村就会响起此起彼伏的猪叫声，此时是杀猪佬一年中最忙碌的时刻，家家户户等着他们杀猪。每当轮到我家时，父亲就会找邻居帮忙，将猪赶出猪圈用绳子绑好，抬到手推车上，拖到杀猪场。母亲会拿上干净的蛇皮袋（垫在板车下面放猪肉）、菜篮子（装猪下水）、大盆子（装猪红）和父亲一起去；我当然也去，美其名曰帮着父亲推车，其实是肚子里的馋虫在作怪，迫不及待想吃肉了。农村的孩子从小胆就大，杀猪的场面一点都不怵，有时候杀猪佬人手不过来，还会搭把手，比如杀猪的时候拽个猪尾巴，帮忙往猪红里加水等等。杀猪一般需要三四个男人，一起把捆好的猪抬到两条绑在一起的长凳上，一个负责按住猪的前腿，一个负责按住猪的后腿，一个负责拽尾巴，然后杀猪佬找准猪的颈动脉下刀子。放完血，就烫毛褪毛，这个过程孩子并不感兴趣，最感兴趣的是杀猪佬分解猪肉。杀猪佬总会逗孩子，先割下一块五花肉让赶紧送回家下锅。现杀的猪肉做红烧肉，极其新鲜，极其味美。因为家里杀了猪，肉多着呢，可以放开了吃。

家中不养猪好多年了，那样好吃的红烧肉我再也不曾吃到过。杀了猪，家里的伙食直接提升了一大截，大骨熬汤、红烧肉、扎肝（我们那的特色菜，用猪的小肠将五花肉、猪肝、笋干扎到一起然后红烧，真的别有一番滋味）、裹蛋饺、炸肉圆……

我和胡萝卜结下的情缘，一辈子也忘不了。它是我儿时最好的零食，曾伴我度过了最困难的日子，甚至还救过我的命。记得小时候，每年的冬天、春天，正是胡萝卜上市的时候。那个时候，家里的菜地、田边到处长满了胡萝卜。胡萝卜是个宝，既可以当蔬菜，又可以当水果。当蔬菜可以红烧、清炒、腌胡萝卜干，更考究的是搭配烧羊肉，既杀腥又鲜美。胡萝卜还可以用来煮胡萝卜粥、煮胡萝卜饭，既香甜，又节省粮食。当水果更不用说了，它是我们儿时最可口、最喜欢的零食。随便拔一条，在衣服上蹭两下，就可以大口嚼起来，脆嘟嘟，水滋滋，味甜甜，解渴、解馋还当饱。

到了1960年，人们的生活越来越艰难困苦。那时候，我们都是吃大食堂，一天三顿都是照得见人影的胡萝卜粥。几片胡萝卜沉在碗底，上面漂浮着几根早已焖黄的胡萝卜缨子，看不到几粒米，直接就是靠胡萝卜度命。我当时正在上初中，一天到晚肚子总是空摇空摇的，经常饿得头发晕，眼发黑，两条腿拖不动。每天下午放学，我就和同学们，三三两两地，拿一根尖头的竹杆子，到附近已挖过胡萝卜的田里，去找二交胡萝卜。我们经常找了一遍又一遍，很难得挖到一条半条；

讲给齐王听，力劝齐王开门纳谏。邹忌不仅正视自己，认识自我，而且深刻分析别人曲意逢迎的真正用意，其境界已经大大超出了认识自己。

历史上也不乏麻木不仁的自我陶醉者。三国时的马谡，自以为熟读兵书，刚愎自用，结果街亭失守。由此不难看出，认识自己太难了。

老子说过，知人者智，自知者明。生活中的我们缺少的正是“自知”，如果我们认识自己的无知，怎么会不读书、不学习、不思考，整天浑浑噩噩地生活？如果我们认识自己所担负的责任，怎么会不用心、不出力、不上进，整天得过且过地工作？如果我们认识自己在学术、专业上的不足与局限，怎么会自以为是、目空一切，甚至自称“家”，自封“大师”，而摆出一副老子天下第一的架势？以此类推，还可以列出若干个这样的“如果”。

人之所以屡屡犯错，是因为不认识自己犯错，人之所以以身试法，是因为不懂得自己违法。要之，不认识自己。

人贵在认识自己。如何才能认识自己？批评和自我批评是很好的方法和途径。

别人是认识自己的一面镜子。要善于在接受别人的批评中，择善而从之。罔顾别人的批评，实际上就是堵塞了认识自己的一条通道。更重要的是要经常不断地从道德、法律、学识、能力等层面，像孔子、曾子那样反思自我，拷问自己，善则守之，过则改之。

如此，虽不能成为圣人完人，至少是一个认识自己的清醒者。

各式各样的吃食每天都将肚子撑得滚圆，用手指轻轻一戳就好像会爆了似的。

腊月里好吃的多，事情也特别多，家里最隆重的仪式就是祭祖，我们那里叫做“做羹饭”，意为临近年末，老祖宗辛苦一年保佑我家平平安安，请祖宗吃顿饭。“羹饭”一般在腊月廿七左右进行，这个仪式以前是爷爷做，现在是父亲，近几年父亲老是我唠叨让我好好学，不能等他以后走了，过年连“羹饭”都吃不上，我却总是打马虎眼，至今都不曾学会。“羹饭”的菜式和流程都是固定的。每每这天，家中的气氛总是比较严肃，母亲准备菜肴，父亲举行仪式，我则跟在父亲后面磕头。平时可以调皮一些，这个时候不能，如果不认真磕头，父亲会板着脸训斥，甚至打骂。父亲的理由很简单：老祖宗在这儿吃饭呢，不能皮。所以我只能收起顽劣的性子，恭恭敬敬地对着饭桌磕头，这个时候父亲会念叨“老祖宗保佑我儿平安，读书聪明，考个好学校”之类的话。随着年龄的增长，我对于年末的祭祖活动，愈发虔诚，我能感受到这样一种仪式里家族血脉的传承。

“羹饭”做完，往往家中的忙碌可以告一段落了，只等着新年的到来。其实年前那段时光是很快乐的，孩子们不仅有的吃，还有的玩。于男孩子而言最好玩的莫过于一种叫“擦炮”的炮仗，这个时候村里总会充斥着擦炮的爆炸声，为即将到来的年增添氛围。除了擦炮，还有玩具枪，还有跳绳等等许多好玩的。现在想来，那时候的快乐很简单，可是这简单的快乐却是我们以后的岁月里再也难以企及的。

有时候运气好，能找到三四条，要欢喜好半天。

记得有一个星期天，我没有回家，而是伙同两个同学到临泽镇北边的临泽农中附近田里去找二交胡萝卜。我们胆子小，不敢在已经种上大麦的萝卜田里面找，而是沿着田埂在田边上找。就这么一边挖一边找，跑了好几条田埂，好不容易才找到三四条小胡萝卜。由于时间长了，肚子饿了，再加上一会儿蹲一会儿站，顿感头发晕眼发花，突然身子一歪，竟跌倒在田里昏过去了。两个同学一看，吓坏了，大声呼喊救命！后面庄上的人听到呼救声，连忙赶了过来。一位老大爷伸手摸摸我的心口，让大家不要慌，说这小家伙可能是饿坏了。忙掐我的人中，我终于苏醒了过来。老大爷让人从他家里拿来两条很大的洗干净胡萝卜让我吃。我也没有顾得上说感谢，接过胡萝卜就啃了起来。一条吃下去，感觉好多了，再吃一条，有点力气了。就这样，两条胡萝卜救了我一命。

现在我仍然十分钟情胡萝卜，经常买些回来做菜和配菜，甚至有时候还用来搭搭小酒。喝上一口酒，咬一口又甜又脆的胡萝卜，慢慢咀嚼，还真是个很好的享受呢。

“断送一生唯有（酒），消除万虑无过（烟）。”这是汪曾祺1993年于北京撰写给同父异母弟海珊（曾庆）的一副藏尾联，括号内的字为笔者所注。早在1981年汪曾祺第一次回乡就曾为嗜酒的海珊写过另一副对联：“金罍密贮缸缸酒，玉树双开迟桂花。”

汪老为什么写此两联送给海珊？1993年汪老已深知烟酒之害，念手足之情，倾诉心声，劝诫胞弟，情感真挚，蕴含联中。而1981年汪老所撰书的对联，“玉树”何解？海珊说，那时，他正与一女子相恋，汪老得知，深感欣喜，对40多岁晚婚的弟弟将有终身伴侣，表示祝福。至于缸缸酒，是美酒的代称，非实指。

海珊说，大哥与他均是爷（父亲）“培养”出来的嗜酒好烟者。汪老诗文联中谈酒的不止百处，而别人就汪老嗜酒说事要有几百处。酒、烟已是他们哥俩生活乃至生命的一部分。在兄弟姐妹及亲戚中，能与汪老对饮的非海珊莫属。他们应酬时善饮，而在家中更贪杯中

一个平常的周末，早晨起来跑步。一段时间的雾霾天气令人难受，不如到湖边呼吸一下清新空气，在风景如画的运河西堤跑步，信步跑到了镇国寺。

“镇国寺”三字独特的书体吸引了我，特别清瘦的隶书。背面是楷书“来此为甚”，有点意思。

来此为甚？不妨欣赏一下书法作品，同时感受一下佛教文化。

镇国寺，据传是唐僖宗（公元874—888年）年间初建。皇帝的弟弟举直禅师看破红尘，落发为僧，四海云游，遍访名刹，行至高邮，见这里西倚平津堰，珠湖雪浪滔滔；东有隋堤烟柳葱郁，运河流水汨汨，正是修行好地方，便奏请皇帝哥哥帮他在这里建一座寺庙，供他修行念佛。举直禅师圆寂后，后人建一座佛塔供奉他的舍利，这便是镇国寺塔的到来。

历史风云变幻，兴废更替，镇国寺历经沧桑，至上世纪末，仅存一座残塔，兀立在斜阳荒草里。但它的顽强存在，成就了世界文化遗产京杭大运河的历史见证之一，河心岛上残存的方形七层砖塔，明显保存唐塔建筑风格，被誉为“南方大雁塔”。如今的镇国寺，庙堂宏大、庭院整洁，分区合理、管理有序，信徒众多、香火旺盛。

走上长而气派的普渡桥，廊桥顶全部彩绘书画，中段有一幅大字：“善用其心”（注文写着：佛言善用心，则获一切胜妙功德，于一切法，心无所得，随众生住，恒不舍离，断一切恶，具足众善。一切幻愿，皆得具足，于一切法，无不自在）。看不懂，但怪有意思的。

文字（书法）确实是神奇的东西，它承载历史记忆，传递思想精神，丰富想象空间，给人力量给人美感。

踏上小岛，南面广场是高大庄严的观音菩萨像，礼佛。沿甬道绕岛一周，看看路边的灯杆旗文字，越看越

荸荠扁平球状，小巧玲珑；红褐色，深浅不一；“嘴子”短而尖，似嫩芽。它很中看，常人画，入画更撩人。白石老人画过《莲藕与荸荠》，乡贤汪曾祺画过《茨菰与荸荠》。这两幅画，风格各异，却共同氤氲着一股浓烈的生活气息。荸荠给人以舌尖上的享受。此物高邮盛产，乡人口福不浅。

荸荠最宜生吃，生吃须洗净去皮。去了皮的荸荠，洁白如玉。吃在嘴里，甜甜的、嫩嫩的。生吃还有另一种吃法，就是吃“风荸荠”。荸荠洗净，放进竹篮，挂起来吹。吹上两三天，待其表面发皱，成矣。这样的荸荠，就叫做“风荸荠”。“风荸荠”，更甜，且甜而发鲜；更嫩，且嫩而发脆。窃以为，这“风”成人之美也——它把荸荠之魅力，发挥到极致。

荸荠也可去皮煮熟了吃。冬日的夜晚，家乡的大街小巷，常见挑着担子卖熟荸荠的。那是一道独特的风景线——通红的炉火、乳白色热气、抑扬顿挫的吆喝，给人以无限的温暖与慰藉。熟荸荠是用竹签穿起来卖的，一串八个。穿荸荠，是个技术活。一串荸荠，从头到尾，要一

物，只是慢饮、品酒，随心所欲而喝，并不大碗筛酒。1991年10月的一天，汪老从北海大酒店回家，应外甥赵京育之求，让他谈西南联

大以后的为文待人的逸事。中午刚喝过“五粮液”的汪老毫无倦意，侃侃而谈，一场文学沙龙式的谈笑就在不经意中拉开了。时至下午5点，汪老对妹婿金家渝说，现在提前喝点什么？金会意，酒，洋河酒，可是没菜。汪老点了三个：花生米、炒鸡蛋、炆大蒜。海珊与其对饮，京育助兴。汪老给家渝信手写了“滨河野筑”，喻他们住在臭河边的小房子中。其“河”的最后一竖钩写得如日本字，汪老说，这都是洋河酒作的怪，引得大家笑了。直至华灯初上才罢休，晚上，北海大酒店还有晚宴等着汪老哩。

笔者和海珊都认为，只要无大病，饮酒抽烟可适量而行，这已形成生活规律，顺其自然不是坏事。笔者父亲年轻时能喝一斤白酒，晚年依然小饮，活到95岁，无疾而终。

善用心。忘记并不等于从未存在，一切自在来源于选择，而不是刻意。不如放手，放下的越多，越觉得拥有的更多。”

“心似白云常自在，意如流水任东西。”“痛若可以成为我们伟大的老师，例如当你在极端痛苦时，心便会被降服，娇慢就不会那么明显。另由自己的痛苦，你了解到众生正在遭受什么，你的慈悲心也会因此而生起。”“水流断崖是瀑布，人逢绝处是重生。”“万物皆有裂痕，那是光进来的地方；不要害怕自己的不足，那是进步的开始。”……

灯杆旗左右对称设两块宣传牌，一面写着如上各条格言警句，另一面写四个字“善用其心”。

我恍然大悟，原来“善用其心”就是镇国寺的立庙精神、弘法愿景！

我之理解，善用其心，第一层意思是善良，人要有一颗慈悲心！众生平等，度人即度己，学会宽恕，学会爱人，放下一切恨怨怒嗔，踏实做事，诚实待人，帮助别人，快乐自己。不自卑自艾，也不自视高人一等；不嫌贫爱富，也不虚荣自我膨胀。

善用其心的第二层意思是善于，人要有一颗智慧心。不执念，不封闭，通达豁达，心随境转，会借力懂合作，办法总比困难多，时间会解决一切问题。世事沧桑，免不了受骗，免不了痛，累了倦了痛了也不要故作坚强，不妨找个肩膀靠一下，找个角落哭一回，也可以躲在文艺的宫殿里自我疗伤。恰如寒山与拾得的经典问答。寒山问：世间谤我、欺我、辱我、笑我、轻我、贱我、恶我、骗我，如何处治乎？只是忍他、让他、由他、避他、耐他、敬他、不要理他，再待几年，你且看他。

这心除了慈悲心、智慧心，还有第三层意思，保持本心。只要是符合大道的、阳光的、进取的，选择了就去做，不装着端着、藏着掖着，“爱我所爱，行我所行，听从内心，无问西东”。

人活世间，免不了困惑迷茫。有时就像这雾霾天，一片白茫茫，看不见方向，憋屈难受。善用其心，心有明灯。

荸荠，一个比一个大；从尾到头，要一个比一个小。这样看上去匀称，有卖相。记得家乡“四德泉”浴室大门口，曾经有个卖熟荸荠的老人，他穿荸荠既快又漂亮。老人

待人和气，尤其小孩。那时候，就喜欢跟着父亲去洗澡。跟着父亲去洗澡，有煮熟了的荸荠吃。煮熟了的荸荠，清香阵阵。它带着甜味，直往你鼻子里钻，吊你馋瘾。别着急，烫嘴——荸荠串儿拿在手上，你得吹。一吹，热气散开，香甜味愈浓，吃起来愈带劲。

荸荠煮熟了吃，能治病。“荸荠雪梨冰糖汤”和“荸荠百合蜂蜜汤”，都有止咳祛痰润肺之功效，民间常用。

荸荠还可去皮做菜肴，常见的有“糖醋荸荠”“荸荠片炒肉片”等。最出名的，当属“荸荠丁炒虾仁”。此菜品色光亮，荤素搭配，鲜香脆嫩，是酒席上比较冒尖的热炒。还有淮扬大菜“狮子头”，它里面也掺和了切碎了的荸荠。这在过去是秘而不宣的，菜谱上没有。“狮子头”里有了切碎了的荸荠，口感才那么松软，味道才那么甜美。酒家饭店，要做“狮子头”，一年四季，冷藏荸荠是必须的。