

心态决定状态。心态虽无形,却引导着事情的走向,影响人生的顺畅。

好的心态,即便面对荆棘,也能吟出“风力掀天浪打头,只须一笑不须愁”的豁达;心态不对,看到秋景,却只能生出“海畔尖山似剑芒,秋来处处割愁肠”的悲鸣。

人活于世,快乐忧愁都只过一生,与其凄凄悲情、愤愤不平,不如摆正心态,活好一生。

## 1

## 遇难事,心不躁

古人云:“心浮气躁者,一事无成。心和气平者,百福自集。”

人生在世,少有一帆风顺,多是艰难险滩,面对困境的心态,往往决定着人生的方向。

东晋的宰相谢安,从小饱读诗书,以沉稳胆识出名。一次,在与好友孙绰泛舟海上时,乘坐的小船被风浪翻转,好友吓得惊叫连连。

可此时的谢安没有慌乱,只是从容地说了句:“如果这样就心乱,我们就回不去了。”谢安凭借沉稳的心态,成功地避开威胁,安全返航。

遇事不急躁,不仅能帮他摆脱险境,还能助其脱离困境。

在淝水之战中,仅有八万士卒的晋军,在面对前秦军的八十万大军时恐惧不安,实力上的巨大差距,任谁都不能泰然自若。

被任命征讨大都督的谢安,没有因为队伍实力上的悬殊而惶恐,反而不急不躁排兵布阵,仔细谋划。

在将领询问具体的打法时,谢安轻描淡写地回答:“我已有安排。”

大家看到谢安如此镇定自若,对战役的胜利也有了信心。

最后,八万的晋军在谢安临危不惧的指挥下,成功打败了兵力超自己数倍的前秦军,成就了历史上为数不多的“以少胜多”的战役。

俗话说:“烈火试真金,险境出英雄。”英雄不一定是技艺超群,但一定能够在难事面前稳住心性。

遇难事,  
心不躁遇乐事,  
心不傲

一个人是否能成事,不是看顺境时的行动,而是看困境时的心态。心态摆正,事事可成,遇难事,不急不躁,人生才能创造无限可能。

## 2

## 遇乐事,心不傲

张廷玉在《杂兴》中有言:“盛满易为灾,谦冲恒受福。”心存傲气,招来灾难;时刻谦逊,方能福运延长。

庞涓是战国时期的军事家,统领着当时号称“最强”的军队,本可以此建立功业,名垂青史,可最终却因“傲慢”葬送了自己的性命。

庞涓早年间凭借出色的军事才能,当上了魏国的大将军,事业上的成就,让他得意忘形,不可一世。

庞涓在学习期间,就嫉妒同门师弟孙臧军事上的天赋和才干,功成名就的他认为,这个世界上能够打败自己的只有孙臧,只要“赢下”孙臧,便无后顾之忧。

他骗孙臧到魏国当官,又找借口诬告孙臧,在其脸上刻字,剜去膝盖骨,把他变成残废。庞涓以为如此就可高枕无忧,但骄傲的结果往往是失败。

在桂陵之战时,庞涓中了孙臧的“围魏救赵”之计,战败被擒。侥幸脱困的他不但没有反思改进,反到认为孙臧靠得是运气。

直至马陵之战,庞涓再次中计,没有上次的好运,最终战死沙场。

“器满则倾,志满则覆。”装满水的容器容易倾倒,过于自满的人容易覆没。

高光下的自满,容易让人得意忘形,误以为自己无所不能,百无禁忌。心存傲气,无异于蒙住眼睛,盲目前行。

人生路上,要时刻明白自我的局限性。认清自我,不妄自菲薄,不自命清高,谨慎前行,才能于世间寻一丝安稳,找一方安宁。

## 3

## 摆正心态,活出状态

《论语》中说:“知者乐水,仁者乐山。”智慧明达的人,寄情山水,也被山水滋养;心胸宽广的人,心有日月,也被日月治愈。

世界是一面镜子,心态积极的人,乐观地看待万事万物,因而事物也会报之以美好。

清代诗人袁枚,年少成名,富有才华,但因不适应写“四书”的文章,科考名次并不理想,他毫不气馁,努力学习“四书”。

后来,进入翰林院,又因不会写满文而被下放。得知当年一起的同窗如今官运亨通,他也不眼红,一心做事,将当地治理得很好,为人尊敬。

后来,袁枚决心归隐山林。有人说他放荡不羁,他也不多解释,一笑了之。一直到80岁依然精神矍铄,还能徒步登山,后人写诗称赞其“八十精神胜少年,登山足健踏云烟”。

良好的心态,逆境不懈,顺境不飘,脚踏实地,方能行稳致远。

坎坷险境是人生,欢喜忧愁看心态。任何事情都有两面性,站在岔路口,心态的摆放决定事情的走向。

难事不躁,乐事不傲,摆正心态,懂得克制,乐观看待,一切皆可期待。

来源:人民网

## 泉水潺潺里的诗意中国



“泉水叮咚,泉水叮咚,泉水叮咚响,跳下了山岗,走过了草地,来到我身旁……”伴着悠扬轻快的旋律,摊开航天科学家余道范的文化随笔集《泉水里的中国》,倏忽间,眼前闪出一组澄澈悠远的画面,只见潺潺的泉水一路跳荡着流向远方,润泽着山川草木,润泽着大美中国的每一块多情土地。那些蕴藏在泉水里的文明故事和独到风景,也随着书页的展开,一并珍存于心。

这本书是余道范用20年时间寻访19个省市100多个名泉胜景后,写下的有关“泉”的文化随笔。这些享誉天下的名泉,既有历史悠久的北京玉泉山玉泉,也有氤氲着人文气息的济南趵突泉;既有见证家国兴亡的临汾尧井,亦有清澈爽口的长沙白沙井泉。这些名泉的背后,意蕴着众多历史掌故、民间传说、文人题咏、联匾碑刻,乃至民俗、宗教等等,形成了蔚为壮观的名泉文化。

在余道范的笔下,一众名泉,绝不仅仅是独处一隅的清水一潭,而是生于山林、长于溪畔,琴瑟和鸣中藏满了人文故事的文化之泉。曾几何时,围绕着这些天造地设的名泉,多少封建帝王为此大兴土木,在泉水流经之处,建楼台、矗高亭,楼因泉而得名,泉因楼而更富灵气。又有多少文人墨客慕名而来,欣然而去,留下阗阗吟泉的千古名句。不必说玉泉山玉泉的晶莹剔透,也

不必言趵突泉的清爽怡人,单表那临汾尧井的泽被后世,就愈加让人懂得饮水思源的普世道理。而饮上一壶纯天然的长沙白沙井泉水,那透彻心扉的沁凉,那润爽可口的滋味,则让人对大自然的山山水水越发充满了由衷的敬意。想当年,围绕着一泓山泉,明代大思想家朱熹挥笔写下了“半亩方塘一鉴开,天光云影共徘徊。问渠那得清如许?为有源头活水来”的“哲理诗”,将一湾清泉所带给人们的智慧启迪,淋漓尽致地表达了出来。

一汪汪清澈的泉水,背后是一个个有血有肉的人物,一则则生动鲜活的故事。“燕京八景”之一的“玉泉垂虹”为北京添彩,“天下第一泉”趵突泉让“泉城”济南天下闻名,珍妃井见证了晚清末年的王朝衰亡,避暑山庄的热河泉则谱写了民族融合的团结之歌……北京玉泉、济南趵突泉、无锡惠山泉、镇江冷泉、敦煌月牙泉……名泉古井中的汨汨泉水,充满向上向善的涌动力,展现着中国山水的另类之美、中国历史的别样风情。透过一眼眼名泉名井,我们得以“穿越”千古,体会山水自然的乐趣,感受历史人文的魅力。

泉水里的中国,清新如诗,亮丽如画,照见山水,观照文明,何其美哉!

钟芳