



## 了凡谈改过

文/高自发 图/肖文津



躬行实践

知耻敬畏

古人云“过而能改，善莫大焉”，袁了凡在《了凡四训》中开出的“发三心”改过良方，恰似一剂由千年古方精心配伍而成的醒世汤药。这剂药，只需以心为炉，将耻、畏、勇三味心药细细熬炼，便可祛除人生沉疴，养出澄明气象。

人要有羞耻心。羞耻心是人有别于禽兽的一个重要指标。禽兽排泄、交尾等诸种行为是随心所欲、毫不避讳的，但人类若当街解带，少不得要遭人侧目——这正是文明进化刻在骨子里的羞耻烙印。要改过，必须先有羞耻心，没有羞耻心，则与禽兽无异。有人说“羞

耻心是我们这个时代最缺的一味药”，此话颇有道理。互联网时代，某些网红或博主为达到吸睛又吸金的目的，撰文或发布图片、视频时，不是打情色的擦边球，就是故意发布有悖于人伦的事，甚至蹭死人的流量，种种不知羞耻、挑战社会底线的行为，把互联网搞得乌烟瘴气。

人要有敬畏之心。因为敬，才会效仿。比如“亲其师，信其道”，亲其师，是学生对老师敬重的结果，敬重老师就会心生佩服之情，才会效仿老师的所作所为。因为畏，才会有所为，有所不为。畏，并

不是胆小懦弱，而是对社会道德、公序良俗、法律制度等的畏惧和遵守。有敬畏心的人往往慎独，即使无人监督也不敢做坏事，因为他们相信天地良心。东汉杨震官居要职，有人晚上送重金给他，并说：“夜半更深，无人知晓。”杨震拍案而起：“天知、地知、你知、我知，何谓无知？”这声断喝穿越千年时空，至今仍叩击人心。

勇心即勇猛之心，也是一种勇气。犯了错，不能遮掩或推脱，要勇于承认错误，还要及时改正。改正错误，光有羞耻心、敬畏心是不够的，必须要有勇猛之心，只有勇于解剖自己，勇于自我批评，勇于改正缺点和错误，才能进步。如果优柔寡断、畏葸(xǐ)不前，即使认识到自己的错误，也很难付出实际行动去改变。发耻心和畏心是知，而发勇心则是行，知行必须合一，才能真正做到改过。

人非圣贤，正视并改正自己的过错，是每一个上进的人都应该做到的。然而如何改过，并非所有人都知道，袁了凡的“发三心”之说，恰如三面心镜，将玄奥的修身哲理化作可触可感的实践指南。今人处世，若能常备这三面心镜：晨起揽耻心镜整肃衣冠，日间持畏心镜省察言行，入夜执勇心镜刮垢磨光，纵不能立地成圣，亦可在红尘浊世中养得一身清气。

## 成语故事

### 适得其反

高西浪

春秋末年，邯郸百姓每到元旦，便将捉来的斑鸠献给赵简子。

献鸟有赏，哈哈。



有一客卿见此非常不解。



您这可是害生啊！



大家为得赏钱去捕捉斑鸠，斑鸠死伤很多，放生一二，伤亡八九。您本欲行善，却适得其反啊。



赵简子深受触动，便贴告示，以后再不收斑鸠。



漫漫征途中，我们全力以赴，但也要随时放缓脚步，看看自己有没有走错路。



## “东山再起”中的“东山”在哪儿？

文/李向伟 图/朱慧卿

“东山再起”的东山，位于浙江省绍兴市上虞区西南，又称谢安山，意思是指再度出山担任要职，也比喻失势之后重新得势。这个典故与东晋谢安有关。

谢安，字安石，出身陈郡谢氏，是东晋名士。他才学过人却淡泊名利，隐居在会稽郡山阴县的东山，与当时的名士王羲之、孙绰等交往甚密。东晋永和九年(公元353年)三月初三“上巳节”，他参与了在会稽山阴兰亭举办的“兰亭雅集”。与四十余名江东名士曲水流觞、饮酒赋诗、挥毫泼墨，书写了魏晋风流的华章。

许多人都知道谢安是治国平天下、辅佐君王的大才，纷纷想延揽他做官。扬州刺史庾冰慕名请他出来任职，多次派人催促。他不得已只好赴任，但只过了一个多月，就找借口辞官返回。

谢安40多岁时，哥哥谢奕在豫州刺史任上去世，



弟弟谢万又因兵败被罢官，他才萌生入仕之意。《晋书·谢安传》记载：“安始有仕进志，时年已四十余矣。”征西大将军桓温请他担任司马，送行时，中丞高嵩揶揄道：“卿累违朝旨，高卧东山，诸人每相与言，安石不肯出，将如苍生何，苍生今亦将如卿何！”谢安面露愧色。

谢安出山后，大展身手。在他的指挥下，东晋军队以少胜多，在淝水之战中击败强大的前秦，彻底扭转了东晋北部边境的不利局面。

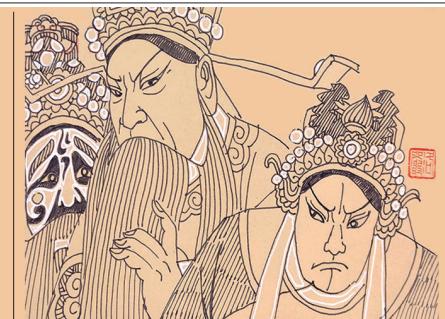
唐代大诗人李白对谢安推崇备至，曾作诗曰：“三川北虏乱如麻，四海南奔似永嘉。但用东山谢安石，为君谈笑净胡沙。”

## 投军降马(下)

赵洛严



薛平贵揭榜投军，苏龙、魏虎一看，嚯，高手啊！派他去红沙涧收拾妖魔。薛平贵是紫微星下界，为他霸业助一臂之力。平贵降伏红鬃烈马，被封后军督府，王允来“搞事情”，上本将他改成前战先行，这职场够精彩！



投军揭榜显武艺，红沙涧内把马降。 紫微星君从天降，暗地助他成大业。 降伏烈马功劳大，圣上册封后督府。 王允上殿把媚参，督府改为前战先。