

闲来别谈

朱光
著

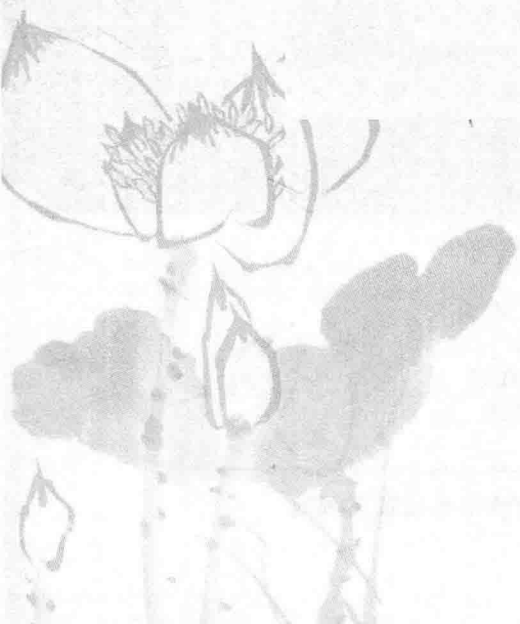


山西

山西出版传媒集团

闲来别谈

朱光
著



山西出版传媒集团
山西人民出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

闲来别谈 / 朱光著. —太原: 山西人民出版社,
2015. 12

ISBN 978 - 7 - 203 - 09298 - 8

I. ①闲… II. ①朱… III. ①中国文学 - 当代文学 -
作品综合集 IV. ① I217. 2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 256268 号

闲来别谈

著 者: 朱 光

责任编辑: 薛正存

装帧设计: 陈 婷

出 版 者: 山西出版传媒集团 · 山西人民出版社

地 址: 太原市建设南路 21 号

邮 编: 030012

发行营销: 0351—4922220 4955996 4956039 4922127 (传真)

天猫官网: <http://sxrmcbs.tmall.com> 电话: 0351—4922159

E — mail: sxskecb@163.com 发行部

sxskecb@126.com 总编室

网 址: www.sxskecb.com

经 销 者: 山西出版传媒集团 · 山西人民出版社

承 印 者: 山西出版传媒集团 · 山西新华印业有限公司

开 本: 890mm × 1240mm 1/32

印 张: 11.5

字 数: 210 千字

印 数: 1 - 2 000 册

版 次: 2015 年 12 月 第 1 版

印 次: 2015 年 12 月 第 1 次印刷

书 号: ISBN 978 - 7 - 203 - 09298 - 8

定 价: 28.00 元

如有印装质量问题请与本社联系调换



作者像

心 经

(代序)

我心是我。心如玉,心如铁,心如磐,心如镜,心如海,心如佛。立志有雄心,学习有恒心,为官有民心。待人以诚心,做事以全心,报国以忠心。遇利以惠心,遇名以虚心,遇功以让心,遇禄以怯心。对老有孝心,对小有爱心,对偶有恋心,对人有热心。贫不生贼心,穷不生妒心,富不生淫心,贵不生歹心。意乱心不乱,事多心不多,人慌心不慌,神散心不散。事不平心平,气不顺心顺,理不清心清,说不明心明。识人心先知,做事心先立,责任心先担,欢乐心先去。心以德报德,心以恩报恩,心以好换好,心以心换心。礼乐以净心,厚仁以宽心,好善以养心,知足以安心。孤独心铸大成,玲珑心著美文,慈悲心敬佛事,平和心好人生。

心经
(代序)

2010年3月7日

目 录

别 谈

论心态	3
论心情与健康	6
母 爱	8
玩	11
也谈女人	22
谈恋爱	27
谈爱情	30
新感悟	33
也谈男人	34
书法认识论	38
书法学习论	42
书法实践论	53
书法欣赏论	58
朋友谈	66
诗词谈	70
为人处事谈	74

婚姻谈	77
教育论	81
草书诀	84
幸福谈	85
人生与责任论	88
勤 颂	92
退休赋	95
也谈好女人	96
也谈好男人	101

散 文

父 亲	109
刘硕生老师	118
中秋月夜	124
桑蚕趣	129
延安行	135
大 娘	138
我和我的母亲	148
元宵节	179
又到夜合槐花盛开的季节	187
核桃树	192
一次拜访和求教	197
再忆父亲	205

黄河岸上的明珠——碛口	214
姐 姐	223
窗外,树上叶子又变黄了	236
大海边	239
蒙山游	245
二 爹	251

诗 词

跑家有感	269
和赵木兰老师《忆秦娥》词一首	270
四十咏叹	272
夏天,不要只成为秋的回忆	273
春日偶成	276
元 日	278
示 儿	279
相知有感	280
咏 雪	281
观壶口瀑布	282
爱情宣言	283
花无怨	287
秋	288
思 念	289
沁园春·晋祠	293

端午节	294
父亲节有感	295
夜游西湖(之一)	296
夜游西湖(之二)	297
和张朝曦诗一首	298
清明节	299
五十抒怀	300
春 游	301
地球与人类说	302
秋月夜	303
满江红(祝祖国甲子华诞)	305
夜泊朝天门	306
有 感	307
你的心底很阳光 ——读《舞动的梦想》有感	308
有所思	310
游翠枫山	311
无 题	312
关羽楹联	313
春 思	314
题洛阳牡丹	315
牡丹(一)	316
牡丹(二)	317

无 题	318
下雨天	319
中秋有感	320
题鲁迅先生	321
兰亭怀古	322
题马联社先生	323
喜得孙儿记	324
五月十八日	325
祖国的栋梁 ——院歌	326
崛围山赏秋 ——和张朝曦诗一首	327
独在澳洲为异客	328
赴澳大利亚学习行	329
褚时健种橙	330
卜算子·咏梅	331
与老同学相聚有感	332
四月十九日大雪	333
夏日小雨	334
贺新婚	335
无 题	336
廉吏吟	337
老树吟	338

甲子岁	339
菊	340
兰	341
竹	342
水调歌头·中秋(一)	343
水调歌头·中秋(二)	344
为九一八作	345
怀 春	346
题吕林健先生	347
牡丹诗二首	348
阳春三月	349
和段江涛楹联一首	350
编者后语	351
附:根据二爹《我的回忆录》提供整理的近几代朱氏家谱 (截至 2014 年)	353

别谈



论心态

心情是人遇到问题时表现出的一种情绪，心态是人遇到问题所表现出的一种看法和态度。心情来自自我，心态来自比较。比如，在同一个大学毕业，又分配到同一个机关工作，从表面上看，付出的努力也是相同的，可几年之后，一个同学被提职、被重用，另一个同学却没什么变化。这时，两个同学的心态就出现了变化。

人的心态一旦出现变化，其表现形式是多种多样的。有平和的、有羡慕的、有消极的、有嫉妒的、有仇视的、有鄙视的，等等。人的心态是如何起变化的呢？实际上是不同的人的人生观、价值观、世界观在遇到具体问题的反映后产生的。比如，人们对金钱的看法，有的认为“有钱能使鬼推磨”，也有视“金钱如粪土”的。这里姑且不论谁对谁错。就从上面简单的比较也可以看出，同样是金钱，摆在不同价值观的人的面前，表现出对金钱的态度是有区别的。生活中，还有这样的情况，同样是一个人，他在金钱面前所表现出的心态是这样的，而在名利方面表现的心态却会是那样的；他在对待工作责任所反映出的心态是这样的，而在个人利益得失方

面反映出的心态却是那样的。

其实,人有某种心态都是很正常的,但引起心态变化的根源却是一个要引起十分注意的问题。由嫉妒、仇视、鄙视等原因,引起变化的心态是有害的,甚至是可怕的,会因这个人的社会地位不同,权力大小的差别产生不同范围的、不同程度的危害。小则危害本人、周围人,大则会危害社会,更有甚者会危害一个民族、一个国家。而由羡慕、敬仰、见贤思齐等原因,引起变化的心态则要好得多、有益得多,还会对个人、家庭、社会起到很积极的作用。

不要对一个人的不平衡心态,简单地就判断它是好或是不好。社会是由人组成的。每个人的社会作用和地位有很大的不同。而社会的进步和发展,正是依赖了人们在不断探索地球奥秘、改善生存环境、研讨社会哲学等的实践中循序渐进的。当我们的祖先如果对原始社会的生存和生活状态都满足、心态都很平衡的话,就不会有后来的奴隶社会、封建社会、资本主义社会、社会主义社会了。所以,只有人们出现某种心态的不平衡、产生了比较的想法、产生了不甘居人后的想法时,才能激发人去学习、去思考、去奋斗。这种不平衡的心态是十分可取的。如果他从事的事,是一件对社会有益的事,那么,事情成功了,对个人而言,是一种心态上的满足,对家庭、对社会也可能是完成了一种由量变到质变的积累。比如,一个人把金钱看得很重不一定是件好事,但是,正因为他把金钱看得很重,斤斤计较,所以才完成了他的原始

积累,然后他去经商、开工厂。一方面,他可能获得更大的利益,另一方面也在为社会做贡献,比如,纳税、提供就业岗位、募捐慈善事业等。谁又能说清楚这种心态是好还是不好呢?

人的心态会随着年龄的增长、阅历的丰富,对同一个问题也会产生变化。几年前可能是羡慕的心态,现在已经是与自己无关的了;前几年可能是积极的心态,现在已经是消极的了。对心态的变化,也要辩证地看。具体问题还要做具体分析,才能得出变化后的心态是好或不好的结论。但如果心态出现不平衡,继而引发的是情绪低落、万念俱灰,让别人看到你就像看见“乞丐”一样,需要别人去怜悯、去同情、去安慰、去施舍,那恐怕就不是简单的心态问题了。

2003年10月1日

论心情与健康

对人的身体健康而言,没有比心情更重要的了。就以目前医学水平而论,一个人自身的内分泌系统对自身的免疫力、对病菌的抵抗力、对人身体的健康起着决定性的作用。而影响一个人内分泌的一个关键因素,就是这个人的心情。对有些人来说,只有在心理和生理上得到一定满足之后,才会出现好心情。而对另外一些人,却不是这样的,他们在任何条件和情况下都能保持一种好心情。后一种人也分两种情况,一种是与生俱来的本能,一种是后天陶冶的结果。但无论哪一种,都是他们长寿秘而不宣,或秘而未宣的秘诀。

谈到健康,有的人大谈营养的作用。其实,营养是必需的,但作用是有限的。喝牛奶、吃鸡蛋,加大对牛、兔肉的摄入,是不是就叫增加了营养。整天喝维 C、吃维生素、补钙,是不是叫增加营养。这些都是在人体缺乏的前提下才需要的,并不是越多越好。营养过剩引起高血压、肥胖症、糖尿病的例子屡见不鲜。

说到健康,有些人大谈饮食结构的作用。其实,那最多只是解决生理上的健康,而心理上的健康是解决不了的。再