



LINK

苏东坡书单

- 《苏轼十讲》| 朱刚 上海三联书店
- 《赵宋：如是我见》| 赵冬梅 山西人民出版社
- 《苏轼诗词文选评》| 王水照 朱刚 上海古籍出版社
- 《苏东坡和他的世界》| 王水照 中华书局
- 《苏东坡传》| 林语堂 湖南文艺出版社
- 《在故宫寻找苏东坡》| 祝勇 湖南美术出版社
- 《此生有味·苏东坡美食地图》| 林卫辉 广西师范大学出版社



朱刚：这些年，苏东坡教我们的事

【文/青年报 唐骋华 图/受访者提供】



朱刚

“士大夫”是理解苏东坡的核心密码

Q：近些年“东坡热”居高不下，很多年轻人喜欢苏轼，您认为是什么原因？

A：首先，苏轼本人极具人格魅力，此外还有技术层面的原因——雕版印刷在他生活的时代迅速普及，中国出版业由此步入正轨。当时的苏轼又极受欢迎，“粉丝”众多，出版商就去找他合作，印他的作品。就这样，苏轼写过的东西无论重要与否，几乎全都保存了下来。这对于后世的读者、研究者而言是巨大的福利。不管你关心他什么问题，只要去查，都能从文集里找到相关的表述。这对于作品的传播和研究是很有意义的。

Q：苏轼在您心目中是怎样一个形象呢？

A：对我而言，这个形象经历了逐步转变的过程。首先当然是词人。他的豪放词在词的发展史上具有划

近年来，社会上兴起一股“东坡热”，尤其受到年轻人的追捧。故宫博物院举办苏轼书画展，粉丝慕名而来，文华殿展厅人头攒动。《苏东坡新传》《苏东坡的朋友圈》《漫话东坡》等著作相继面世。中央电视台六集纪录片《苏东坡》一经推出即好评如潮，自媒体纷纷制作短视频，讲述苏东坡的生平和思想。在哔哩哔哩平台搜索“苏东坡”“苏轼”，涌现出海量视频，播放量动辄数十万、上百万。舞台同样热闹：话剧《苏堤春晓》、音乐剧《苏东坡》、现代舞诗剧《诗忆东坡》、民族舞剧《东坡海南》……几乎出一部火一部。

为什么一位千年前的宋朝人能跨越时空，成为今日文化“顶流”？苏轼究竟是怎样一个人？何以如此有魅力？我们又怎能从他的人生轨迹中领悟到什么？围绕这些话题，复旦大学中文系教授、《苏轼十讲》作者朱刚与北京大学历史系教授、宋史研究者赵冬梅在亚朵竹居对谈。其后，朱刚教授与我们继续畅谈，分享他心目中的苏东坡。

时代的意义，所以一开始我是把他当作一名词人来研究的。但研究深入到一定程度以后，就会发觉词还不是苏轼文学创作中最核心的部分，他在诗歌领域取得的成就并不亚于词，而且他本人应该更看重诗。于是到这个阶段，我更愿意把他看成一位诗人。等到我给学生们上课讲苏轼、开始写《苏轼十讲》这个阶段，我对他的认识就更加深入了。如果要用一个词来概括苏轼的话，我愿意用“士大夫”这个词。

Q：从词人到诗人再到士大夫，意味着您对苏轼的认识超越了文学领域，把他放到一个更大的脉络中去考察。

A：是的。从唐宋时期开始，中国的领导阶层或者说精英阶层主要是通过科举考试产生的，我们称之为士大夫。苏轼就曾参加过科举，考取进士。士大夫的特点之一是全面发展，什么都要会，这在苏轼身上体现

得尤其明显；他的诗词、文章、书画都达到了一流水准，堪称全才。除了文学创作，他还有经学著作、史学著作甚至医方。士大夫最重要的身份是官员，处理行政事务。苏轼一辈子担任过很多行政职务，做杭州知州的时候整治西湖，修建了苏堤等水利设施。

Q：是苏轼一个人全能，还是士大夫都这样？

A：我觉得这是古代社会对士大夫的普遍要求，作为一个士大夫，就应该什么都会。当然不是每个人都能尽善尽美，但苏轼确实做得特别好。

在逆境中摸索生活之道

Q：但是作为士大夫，苏轼就不可能单纯地做个吟诗作画的文人，而会不可避免地陷入政治纷争，比如北宋中期开始愈演愈烈的党争。

A：确实是这样。对苏轼那一代人来说，走上仕途

必然要面对王安石变法，而变法又引起新党和旧党的分裂。你要么是新党，要么是旧党，不得不选一个。这就像人生遇到的一个坎，只要你是一个想有所作为的士大夫，就必须过这个坎。所以我认为苏轼一定会陷入党争，人生也会跟着党争起起落落。

Q：“问汝平生功业，黄州惠州儋州”，从湖北到广东再到海南，苏轼一辈子颠沛流离，但他总能在逆境中保持乐观，这也是很多年轻人喜欢苏轼的原因。您认为他的乐观源自何处？

A：一是天性，我想苏轼天生就是一个旷达的人，这是他性格的底色。还有就是知识结构。苏轼的知识结构是以经学为主，佛学和道家为辅，从而形成一套比较综合的人生观。经学为主，是说苏轼从小就熟读儒家经典，为科举考试做准备，要当士大夫。这是比较严肃或者说沉重的一面，在此之外还有佛学和道家。当作为士大夫的志愿受阻的时候，佛道能帮助他排解掉一大部分压力和怨念。所以我们说儒释道三位一体，就构成了士大夫的人生观。

Q：我想这应该有一个过程，苏轼毕竟遭遇过那么多挫折，不会一开始就平衡得那么好。如果的确有一个转变过程的话，会是人生的哪个阶段？

A：我认为是黄州。贬谪黄州前发生了乌台诗案，苏轼在狱中关了130天，差点没命。元丰三年（公元1080年）苏轼被贬到黄州，命保住了，工作也相对清闲，但内心很痛苦。设身处地去想，他正面临绝境。因为宋神宗是支持王安石变法的，等于皇帝是支持新党，反对苏轼这个旧党。宋神宗比苏轼小十几岁，苏轼当然料想不到皇帝会英年早逝，站在当时的角度，他会认为局面不可能扭转，自己的政治前途已经走到尽头。这对于一个立志要“治国平天下”的士大夫来说是毁灭性的打击。后面的日子该怎么过？人生必须重新规划。



赵冬梅谈苏轼

赵冬梅 北京大学历史系教授、中国宋史研究会理事

只要汉字在，汉字所承载的文化在，大家就永远会记得苏轼，永远能从他身上汲取力量。他是华夏最美好人格的代表，也是最具人民性的历史人物。

古往今来所有人都处在自己的代际命运当中。在当时的环境里，苏轼太突出，又不肯沉默，黄州是他命里必有一劫。而当治国、平天下都做不到之后，就只能回到修身和齐家，只能回到自己。

苏轼因其天下之名和当时士大夫的体面，即使在贬谪中也被招待得很好，他的旅行和创作给各地留下了丰富的

Q：他是怎么重启的，做了哪些心理建设？

A：不光是做心理建设，首先要做的是经济方面的准备。因为他领不到现钱了，必须得节省，然后创造一些收入，所以他在黄州弄了一块地去耕种，以缓解经济压力。然后要保持身体健康。一方面种地要有一个好的体魄；另一方面，他还是想等待时机，争取能重新出来做事。健康包括两个方面：身体和心理。前面说过，苏轼觉得自己身处绝境，心中很压抑，如果长期苦闷不表达会出问题，所以他写了大量文学作品。苏轼填词的高峰期就在黄州，书法成就也非常高；同时他开始研读佛教著作，钻研佛理，以寻求心理上的平衡。这样尽量尝试，一点点拓宽生活的境界，慢慢摸索出了生存之道。

Q：其间也难免有痛苦吧？

A：肯定是痛苦的，但最后超脱出了痛苦。用我老师王水照先生的话概括，苏轼刚到黄州，拼命要表现得我很豁达，我很看得开，我不为困境所困，但实际上过了一阵子痛苦就冒出来了，此后又经历了一个从痛苦中解脱的过程。大概到元丰五年（公元1082年）写前、后《赤壁赋》的时候，我们可以看到一个心灵上比较澄澈、成熟的苏轼了。

发现人生的完整性、丰富性

Q：读您的《苏轼十讲》，我有个很深的感受就是苏轼和他的弟弟苏辙关系非常密切，两人有一种互相扶持、互相安慰的关系。

A：是的，这在当时是很特殊、很难得的。北宋的党争异常激烈，经常搞到兄弟失和、朋友反目的地步，曾巩、曾布，蔡京、蔡卞都是这种情况。但苏轼和苏辙始终同进同退，乌台诗案以后，苏轼被贬到湖北黄州，苏辙被贬到江西筠州。兄弟俩的意见总是保持一致，所以顺利时在一起，倒霉时也在一起。两人感情非常

深厚，苏轼的《水调歌头·明月几时有》，就是中秋节那天因为想念弟弟而写的。《宋史》评价他俩的情谊：“进退出处，无不相同，患难之中，友爱弥笃，无少怨尤，近古罕见。”我认为是非常贴切的。

Q：您认为苏轼对于我们普通人最大的价值是什么？

A：苏轼把人生的可能性、丰富性挖掘了出来。现实世界里总是存在很多束缚和阻力，常常让你觉得这也做不成、那也做不成。那么就来看一下苏轼。你不让他做这个、不让他做那个，他还可以做第三个，有各种各样的事情可以做。做不成公务员，可以做学者，做不成医生，还可以做画家、美食家、旅行家、诗人等等。他有太多的侧面了，这样一个人是打不败的。进一步说，这也体现了苏轼的人生哲学。他说“人生如逆旅，我亦是行人”，我们都是人世间的过客，几十年匆匆而过。看起来很消极，但关键在于我们如何面对。我们不能无动于衷地走过人生旅程，而要让这段旅程足够丰富，感受到存在的意义，这是苏轼教给我们的。

Q：今天我们想了解苏轼、走近苏轼，应该从何处入手？

A：可以读苏轼的诗集。他的诗集不分古体、近体、五言、七言，完全按照写作时间来编纂。你顺着诗集读下来，等于跟着他走过了一个人的人生旅程。他的写作有一个特点，就是随时随地反思自己走过的路，这体现了他对人生的思考，给我的启发非常大。读苏轼的价值就在这里了。

Q：您个人最喜欢的一句苏轼的金句是什么？

A：“腹有诗书气自华。”我们读书不只是为了获取知识，更要把知识内化为自身的修养，提升自己的气质。我觉得这一点很重要，所以我经常把这句话赠送给朋友。

旅游资源。虽然有旅游价值的古人往往会各地方争夺，但爱苏轼的人没有陷入争夺之中。他到过的所有地方都在友好地纪念他，大家不约而同地接纳，共同进步，这很了不起。

真实的人怎么会始终情绪稳定、不起波澜？所以苏轼有消极情绪很正常。苏轼尚且如此，更何况我们这些后人？我们可以原谅自己的消极，更要熬过去。毕竟“明天是新的第一天”，无论遇到什么样的打击，只要睡一觉熬过去，第二天就会觉得事情没那么糟糕。外界在变，我们也在变。