

苏东坡：真正的人生，从四十岁开始

人间有味是清欢。
林语堂在《苏东坡传》里说，苏东坡的人生，是从四十岁之后开始的。
四十岁之后，在不如愿的命运里，苏轼所行是崎岖的道路，所见是辽阔的风物。
“一蓑烟雨任平生。”
他后半生活出来的滋味，比前四十年更韵味深长。

01

四十岁以后，更清醒。
熙宁九年的中秋节，41岁的苏轼和同僚畅饮于超然台上。每逢佳节倍思亲。推杯换盏间，苏轼已是醉眼朦胧，他见九天银光乍泄，不由思念起弟弟苏辙。
当初，因与王安石政见不同，苏轼自求外放，希望调任到离苏辙较近的地方，以期多相聚。
可事与愿违，因公务缠身，兄弟俩七年未曾团聚。
亲人隔山河，皓月当空洒，苏轼借酒意，挥墨写下“但愿人长久，千里共婵娟”。
人生的悲欢离合难有定数，惟愿他们多喜乐，长安宁。
少年莽撞，总想离家执剑走天涯，可是等到一定年纪，愈发觉得家是颠沛生活最好的归宿。
元丰1080年，45岁的苏轼被贬黄州，一家人随迁。
世间没有绝对的得失，失之东隅者，往往能收之桑榆。
之前，官务的繁忙，吏事的挤压，让苏轼疏于陪伴家人。
当远离于权力斗争的漩涡，苏轼感受到了久违的天伦之乐。
他领到一块废弃的荒地，命名为东坡。
苏轼夫妇都是农家出身，可识百谷、可辨草木，他们日出而作，一起去田地里锄禾浇水；目

落而息，在屋内升起炊烟。
苏轼有大把的时间陪伴孩子，白天他携孩子漫游江岸，夜坐无事，与长子苏迈联句为乐。
人间有味是清欢。
芸芸众生的我们，为名为利疲于奔命，却忘了宜室宜家，便是人间难得的欢愉。
走过半生的苏轼，终于悟透了这一点。
人生际遇本就起起落落，真正归一个人所有的，是灯火摇曳的温暖，是柴米油盐的充实。

02

四十岁以后，更淡然。
贬谪，是一场没有期限的惩罚。
千年的贬黜史里，有人因苦旅颠簸，形容枯槁，有人因仕途不得志，心似灯灭。
苏轼却不然。
朝堂之上既然留不住，那便去看山看海。
他在临皋亭外，听呼啸不停的涛声；在赤鼻矶畔，看郁郁苍苍的山容林相。
山水间，木石中，苏轼不言苦难，把难捱的日子过出了另一番风情。
有一次，他和好友三人从东坡学堂回临皋亭。
仰见明月朗朗，俯见人影绰约，景致清逸。
他们一边悠然散步，一边行歌互答，好不快活。
一位友人突然说道，今天傍晚，打捞到一条状似松江之鲈的鲜鱼，可惜没有酒。
一句话便把大家的酒兴提了起来。
苏轼兴冲冲回家，跟夫人打了声招呼，带了酒过来。
既已有酒有肴，于是一伙三人趁兴，泛舟于江上。
这只是苏轼生活的一个缩

影。
独自一人时，苏轼会摄衣登上崖顶，仰天长啸，或游于赤壁，唱一曲归来未晚。
若有朋友拜访，便一起聚在东坡雪堂，在灯下清歌唱和，在花前沉醉忘世。
四十多岁的苏轼，活成了许多中年人理想中的样子。
许多中年人，因工作皱了眉，因生活折了腰，日子过得沉甸甸的。
可无论如何，一个人再忙再苦，都不应失去对生活的热爱。
若汲汲于痛苦，痛苦便无处不在。

03

四十岁以后，更包容。
苏轼曾说过，吾上可陪玉皇大帝，下可以陪卑田院乞儿，眼前见天下无一个不好人。
人情反复，世路崎岖。
苏轼这一生交人无数，有人谤他，有人帮他，但无论何种人，相逢一笑泯恩仇。
宋神宗熙宁年间，王安石掀起变法运动。
苏轼与他政见不合，认为改革太过激进，多次上书抨击。
由此，权倾朝野的王安石，百般打压苏轼。
可让人没想到的是，乌台诗案发生时，许多同僚噤若寒蝉。王安石却为苏轼仗义执言，力谏道：“岂有盛世而杀才士乎？”
最终，苏轼活下来了。
被无情打压过，又被授予以援手过，种种是非恩怨，谁能道得清，说得尽。
苏轼作出了选择：只记人恩，不记人过。

被征召回京师时，他途径金陵，特地去看望王安石。
一杯浊酒下肚，前尘往事烟消云散。
那段时间，他们一起天天出游，或观赏山川美景，或谈论古今，惺惺相惜。
人来人往，皆是缘分使然。
遇到对的人，志同道合，道合为友。
遇到错的人，那就懂得放下，解脱自己的心。
昔年好友章惇屡次陷害苏轼，最后把他流放到海南，可后来遇赦北归时，苏轼没有报复，反叮嘱他好好养病。
昔日同事沈括曲解附会他的诗词，上告朝廷，为乌台诗案埋下伏笔。可时隔多年相见后，苏轼还礼貌地写了一篇《书沈存中石墨》，夸赞沈括的功绩。
飞鸟与鱼不同路，从此山水不相逢。
人生这一场盛宴，人聚人散，无须怨恨，无须耿耿于怀。
因为路过生命的每一个人，都参与了我们，并最终构成了我们。

04

四十岁以后，更坚定。
苏轼从小就跟着母亲程夫人读书。
读到《范滂传》时，程夫人讲述范滂气节清高，为民谋福的故事。
苏轼便立志以范滂为榜样，做一个为生民立命的好官。
自从走上仕途之路，无论得意时，还是落魄时，他都未忘记这个初衷。
1077年，40岁的苏轼担任徐州知州。
走马上任三个月，黄河决口，洪水呼啸而来，徐州有被吞

没之危。
苏轼就站在城墙上，手拿工具，脚穿草履，与军民筑起一道千丈长堤。
徐州保住了，百姓将这道“救命堤”称作苏堤，感念苏轼的善举。
后半生，苏轼漂泊不定，即使在最黯淡的低谷期，他仍胸怀天下事。
在黄州时，他听闻岳鄂民间流行“溺婴”的恶俗，便成立“育儿会”，捐钱捐粮，救活无数弃婴。
惠州生产力落后，他改良农具，教授先进的插秧技术，大大提高了农作物的产量。
儋州文化凋敝，他办学堂，兴儒学，培养出岛上第一位举人和进士。
居朝堂之上，就献安邦定国之策；处江湖之远，便躬身为民。
苏轼致君尧舜上的理想光辉，直至暮年都从未曾熄灭。
他经历世态炎凉后，仍锐气不减，遭受挫折后，仍不向平庸低头。
这大抵就是人到中年最好状态：
命运重锤一次次把我们击倒，可我们会再站起来，再出发，矢志不移地去成为想要成为的人。
▽
就如林语堂的评价：“苏轼最大的魅力，不是让内心被环境吞噬，而是超出环境，以内心的光亮去照亮生活的路。”
苏轼用后半生教会我们：日子的好坏不在于生活的环境，而在于你对生活的感受。
人生如逆旅，我亦是行人。想开一点，把生活的一切都当成曼妙的风景。

清廉家风故事——北宋三苏的家风



从这里，可是走出了堪称中国古代文坛“顶流”的“父子档”——北宋文学家苏洵、苏轼、苏辙父子三人，可以说是一个集人气与文化内涵于一身的地方。
三苏祠位于四川省眉山市中心城区纱帽行南街，曾是苏家故居，元代改宅为祠，明末毁于兵火，清康熙四年在原址重建。三苏祠主要由前厅、谕殿、启贤堂、来凤轩、东西厢房等构成三进四合院，占地106亩。
从这里走出的苏氏三父子，又称“三苏”，三人均位列唐宋八大家。其中，尤以苏轼成就最为非凡。
苏轼才华横溢、气度豪迈，他的文章和事迹誉满中华。历代人

们对这位大文豪的仰慕，可以说是，始于斐然才华，终于人格魅力。
他曾在《六事廉为本赋》写下“功废于贪，行成于廉”，主张“保民生”“与民同乐”，为官一任、造福一方。苏轼所到之处，言行如一、勇于担当，屡遭贬黜而无怨无悔，令后世景仰。
苏轼被贬谪至黄州之时，老百姓生活穷困。苏轼倡议成立民间慈善机构——育儿会，邀请当地富户加入，捐献钱物，管理支出。乡间贫民无力抚养新生儿，育儿会便给予一些必要的帮助，这让数以百计的孩子得以存活。
苏轼曾两度在杭州为官，带领杭州人民治理西湖。疏浚修堤，遍植花草，注入如诗意境。如今，世人将西湖长堤称为苏堤，饱含着对苏轼的怀念和崇敬。
西湖侧畔曾有一座安乐坊，是一家看病住院不收钱的公立慈善医院，其创始人正是苏轼。这个领先时代的创新举措，在史册上留下

了令人称道的一笔。
密州，捕蝗抗灾，收养弃儿；惠州，引泉入城，供百姓饮用；儋州的东坡医所……苏轼善政的足迹遍布各地，影响深远，铭刻史册。各地的东坡井、东坡书院等不胜枚举。这不仅仅是人文地理的点缀，更是苏东坡经世济民之心的缩影，中华文明传承的象征。
“天下之本在家”。苏轼一身的清风正气和一生的刚正不阿，与其家家教密不可分。
先说其父亲，苏洵。
虽然苏洵的名气不及儿子苏轼，但这并不影响他成为一名成功的父亲。
从苏轼十岁开始，苏洵在结束云游后就亲自教导两个儿子读书。他把全部寄托都放在两个儿子身上，给他们最大的财富就是书籍。苏洵经常对他说，作文章“皆有为而作”“如药石必可以伐病”，能解决实际问题。苏洵还把苏家的南轩命名为“来凤轩”，作为儿子的书房。
苏家家教甚严。在海南流放时，苏轼还梦到被父亲提问背诵《春秋》，结果从梦中惊醒，“犹如挂钩鱼”。

两个儿子的启蒙教育，倾注了整个苏家的心血。苏轼、苏辙，也可以说是父亲苏洵最好的“作品”。
再说其母亲，程夫人。
苏轼少年时代以母为师，在苏洵游学四方时，母亲程氏对他亲授以书，成了他的家庭教师。她曾教他读《后汉书·范滂传》，要苏轼以“能死直道”的范滂为榜样。
试想一下，如果你家里突然挖出一个可能装有金银珠宝的罐子，你会有什么举动？
知道程夫人是怎么做的吗？苏轼的《记先夫人不发宿藏》就讲到了这样的一件事。
一天，丫鬟和家丁正在熨烫绸缎，一个丫鬟突然大声惊叫了起来。她的双脚陷进地下的泥土里，原来泥土下面，有一个瓮。众人很兴奋，猜测瓮里可能装有金银珠宝。程夫人做了一个出人意料的决定：命人用土将陷下的坑填好，告诉大家那东西是前人埋下的，不属于苏家，谁也不准去挖取。
这无疑是一堂廉明公正人生观的身教课，给了苏东坡重要的启示。他在《前赤壁赋》中写道：“天地之间，物各有主，苟非吾之所有，虽一毫而莫取。”

苏轼的“枕边人”同样清醒有原则。
苏轼原配王弗是一位聪明沉静的女子，对苏轼关心和体贴无微不至。苏轼初仕凤翔时，她以苏洵的话告诫苏轼：“子去亲远，不可不慎。”劝苏轼不要同那些一心营私、完全顺着苏轼的意思说话的人交往。对那些急于同苏轼亲近的人，她常说恐不能久，因为与人交往快的人往往抛弃朋友也很快。
苏轼也将这种家风家教传承给了后代子孙。
苏轼有三个儿子，皆恪守做官先做人的道理，风骨卓然。
苏轼曾在他的长子苏迈赴任时，赠予他一方砚台，并亲手刻上砚铭：“以此进道常若渴；以此求进常若惊；以此治财常思予；以此书狱常思生”。父亲对儿子的教诲，字字珠玑：“爱民如子、勤政廉洁”。
古人说，积善之家，必有余庆，苏氏家家风传，超越了家族，已经载入中国人的口碑，深深地融入了中华文化，成为历代传扬的道德精神。
如今，三苏祠里专门陈列的家训家风，也在潜移默化地影响着更多的人。