

从诗词看苏轼的乐观精神和豁达气质

文本刊特约撰稿 王惠平 陈勇

北宋大文豪苏东坡才华横溢、雄心豪气，但一生坎坷异常，多次遭贬谪，还曾蹲过大牢，险些丢了性命。尽管厄运不断，但这世间的风雨却没有击垮东坡，他用从容乐观、豁达自适织成一件精神蓑衣，抵御人生的狂风骤雨，等待“苦雨终风也解晴”的那一天。更难能可贵的是，他将艰难困苦转化为笔下的感悟哲思，写下《水调歌头·黄州快哉亭赠张偓佺》、《定风波》（莫听穿林打叶声）、《望江南·超然台作》、《念奴娇·赤壁怀古》等千古名篇，给无数身处逆境的后人带来慰藉和力量。



苏轼雕像。资料图

“一点浩然气，千里快哉风”：看东坡坦荡浩然、乐观应变

“一点浩然气，千里快哉风”出自《水调歌头·黄州快哉亭赠张偓佺》：

落日绣帘卷，亭下水连空。知君为我新作，窗户湿青红。长记平山堂上，欹枕江南烟雨，杳杳没孤鸿。认得醉翁语，山色有无中。

一千顷，都镜净，倒碧峰。忽然浪起，掀舞一叶白头翁。堪笑兰台公子，未解庄生天籁，刚道有雌雄。一点浩然气，千里快哉风。

这首词作于宋元丰六年（1083年），当时苏东坡正谪居黄州。因“乌台诗案”被贬黄州，是东坡一生的重大转折。当时的黄州，十分贫穷落后。一般人被贬至此大多会心灰意冷，在自怨自艾中了却残生，但一代文豪终非凡人，他以“一点浩然气”为精神武器对抗人生的磨难。

词中“忽然浪起，掀舞一叶白头翁”其实是东坡自身人格风貌的写照。而后，作者由在浪尖上弄舟的老人，自然引出他对战国时期楚国兰台令宋玉所作《风赋》的看法。在他看来，庄子所言天籁本身绝无贵贱之分，关键在于人精神境界之高低。最后两句的抒情由此生发，展现了作者的乐观精神及对心性修养的不懈追求。

苏东坡以“一点浩然气，千里快哉风”这一豪气干云的话语告诉世人：一个人只要具备了至大至刚的浩然之气，在任何境遇中，都能坦荡浩然、乐观应变，享受使人感到无穷快意的千里雄风。他这种在逆境中仍保持浩然之气的人生态度，显然具有积极的社会意义。

同样是写风，东坡从海南北归前写下的“垂天雌霓云端下，快意雄风海上来”（《儋耳》）意蕴有所不同，这两句诗表达了作者初获赦免、憧憬前程的

欣喜之情。

无论是“一点浩然气，千里快哉风”，还是“快意雄风海上来”，都体现了作者开阔的视野和强大的定力。这份坦荡浩然、乐观应变，连同他“才华冠绝，仕途坎坷”的人生经历，鼓舞了一代又一代人在失意绝望时重新找回生命的意义。

“一蓑烟雨任平生”“也无风雨也无晴”：看东坡宠辱不惊、淡定从容

“一蓑烟雨任平生”“也无风雨也无晴”出自苏东坡词作《定风波》（莫听穿林打叶声）：

莫听穿林打叶声，何妨吟啸且徐行。竹杖芒鞋轻胜马，谁怕？一蓑烟雨任平生。

料峭春风吹酒醒，微冷，山头斜照却相迎。回首向来萧瑟处，归去，也无风雨也无晴。

这首记事抒怀之词，作于元丰五年（1082年）春，记述了东坡和友人在郊游归途中偶遇风雨这样一件生活小事，简朴中见深意。整首词体现了东坡在突遇意外情况时的淡定从容，其中的“一蓑烟雨任平生”，将他旷达超脱的胸襟展露无遗。

“乌台诗案”发生前，苏东坡的人生整体上比较顺利，他出川入京科场扬名，入仕后广施善政，怀有“致君尧舜上”的政治抱负；“乌台诗案”后，他身陷囹圄，屡遭打压。在黄州步入人生低谷，他没有一蹶不振，而是从容地过好每一天，重拾生活的希望。他躬耕东坡，认真做一个自给自足的庄稼人，所以才会写下“昨夜东坡春雨足，乌鹊喜，报新晴”这样的句子。

人的一生经历风雨在所难免，以淡定从容的心态应对，才能穿越风雨见彩虹。所谓淡定从容，是得宠不骄，处变不惊；是遇事泰然自若，在困难面

前无惧色；是心胸开阔，能容他人难容之事。

“也无风雨也无晴”则是淡定从容中带有几分潇洒的境界，是一种天人合一、宁静超然的大彻大悟。正是有了这样的觉悟，苏东坡才能做到“吾心淡无累，遇境即安畅”，才能有“离别何足道，我生岂有终”这种进退自如的心境，沉着应对人生的起起落落、得失成败。

“此心安处是吾乡”“九死南荒吾不恨”：看东坡随遇而安、豁达自适

“此心安处是吾乡”这句话实际上是出自苏东坡好友王定国的歌妓柔奴（别名寓娘）之口。东坡借此金句作词《定风波·南海归赠王定国侍人寓娘》：

常羡人间琢玉郎，天应乞与点酥娘。尽道清歌传皓齿，风起，雪飞炎海变清凉。

万里归来颜愈少。微笑，笑时犹带岭梅香。试问岭南应不好，却道：此心安处是吾乡。

元丰二年（1079年），“乌台诗案”发生，王定国受到牵连，被贬至岭南的荒僻之地宾州。王定国赴岭南，柔奴随行。元丰六年（1083年），王定国北归见东坡，请出柔奴劝酒。东坡问及岭南风土人情，柔奴答以“此心安处，便是吾乡”。苏东坡听后，大为感动，作此词盛赞柔奴，也迂回地表达了自己凡事随缘、豁达自适、安然处世的人生观。

事实上，苏东坡谪居海南儋州三年期间，正是以“此心安处是吾乡”的心态面对“食无肉、病无药、居无室、出无友”的艰难处境，最终形成了“我本海南民，寄生西蜀州”的体悟和认知。

宋绍圣元年（1094年），宋哲宗亲政，章惇之流执掌朝政，专整元祐旧臣。苏东坡再次成为被打压的对象，一贬再贬，由广东英州（今英德）至惠州，再至海南儋州，前后近七年。年逾花甲却仍在贬途的东坡，内心痛苦过、绝望过，但他乐天派的精神内核再次展现出惊人的力量，他在边徼蛮荒之地读书著作、广交好友、劝民农耕，留下了绵延近千年的文化印记。元符三年（1100年）六月，东坡遇赦北归，在离开海南时作诗《六月二十日夜渡海》：

参横斗转欲三更，苦雨终风也解晴。

云散月明谁点缀？天容海色本澄清。

空余鲁叟乘桴意，粗识轩辕奏乐声。

九死南荒吾不恨，兹游奇绝冠平生。

这首诗既描写了海上的迷人景色，又表达了苏东坡对海南深深的留恋。“九死南荒吾不恨，兹游奇绝冠平生。”在他看来，被贬海南的三年，是人生中一段弥足珍贵的岁月。

纵观东坡的一生，他能在风雨扑面时从容乐观、豁达自适，活出人生新高度，离不开他身上的“一点浩然气”，也离不开他“也无风雨也无晴”“此心安处是吾乡”的精神气质。

东坡诗词传递出的具有普适性的生存智慧和人生哲理，滋养了一代又一代人的心灵，这也是东坡文化具有强大生命力的重要原因。■

本文摘自《首届东坡文化国际高端论坛论文集》



湖北黄冈的快哉亭。资料图



海南儋州东坡书院。
海南日报记者 陈元才 摄