

东坡大家讲

学者刘墨对话传习志愿者：

为何苏轼能交到众多朋友？
“智慧又慷慨，有才且幽默”

苏轼是出了名的“社交牛人”，他的朋友很多，上到玉皇大帝，下到卑田院乞儿。这么多朋友中，谁在他最困难的时候帮助了他？苏轼交友又是否有一定的“标准”？1月29日下午，眉山三苏祠“东坡大家讲”系列讲座邀请到文化学者、《苏东坡的朋友圈》作者刘墨开讲。90分钟的精彩分享后，来自东坡家乡的传习志愿者们向刘墨抛出了问题。

“苏轼朋友这么多，那在他人生最低谷的时候，哪位朋友对他的帮助最大呢？”现场一位名叫黄浩洋的志愿者提问。刘墨解答，乌台诗案时期，当时在政坛上有很多有影响的人物，比如王安石、司马光等等。但是在生活中，真正为苏轼提供了帮助的，应该是大学正马正卿。乌台诗案后，苏轼被贬谪黄州，是马正卿申请下来一处旧营地，帮助苏轼修筑起居室，让他们一家人终于有了安居之地，这处旧营地正是“东坡”。

“当然还有很多人都愿意帮他，苏轼的人缘好到无法形容。他到凤翔做官，遇到两个道士，非要将绝密的炼丹术方子赠给他，他拒绝不了只得收下，后来才知道这是别人求也求不来的宝贝。”刘墨说。

志愿者宋强问道：“为什么有那么多人崇拜苏东坡，您认为的因素有哪些？”刘墨解释，第一个是因为苏轼有才，有才的人固然也有缺点，但是苏东坡属于缺点少的。另外苏轼幽默、智慧、大方、慷慨，“只要有好朋友来做客，他都是拿最贵的茶招待。手里有什么好东西，随手就赠送给别人了。虽然苏轼的日子过得很紧张，但是他不管何时，对朋友都愿意分享。”刘墨总结道，智慧且慷慨，有语言天赋和幽默，这是苏东坡拥有众多朋友的关键因素。

志愿者李佳英听了讲座后，对苏轼被贬谪这一事件最感兴趣。她向刘墨提问，在儋州时期，是哪一位朋友给了他支持，在没有笔墨纸砚的困苦时刻，作为一个文人，又是如何获得精神上的支撑？



1月29日，“东坡大家讲”讲座现场。



志愿者李佳英向刘墨提问。

刘墨解答道，苏轼在儋州最大的苦恼是没有书，对于他而言是非常痛苦的。这个时候，有一位朋友愿意借书给苏轼，给了他莫大的帮助，这位朋友叫郑嘉会，给他送来大量的书籍以及笔墨纸砚。正是这位朋友的帮助，苏轼可以在儋州完成大量的著作，写下许多名篇。“尤其是有了纸与笔，他

可以在心情低落的时候，和陶渊明的诗，这是他自我排遣的方式，对于苏轼来说是非常重要的，这也是他的精神支柱和信念。”刘墨说，还有在海南的邻居、学生、朋友等等都给了东坡很多力量和帮助。

志愿者杨柳萍向刘墨提问：苏东坡既然有这么多朋友，那他是否有一套自己的交友标准？如果我们交朋友，能否效仿苏轼的标准交朋友呢？刘墨认为，苏轼对朋友没有太多的标准，只要聊得来互相尊重就能成为朋友。

“但大体来说，我觉得有几个特征，真诚、热情、坦率，他不太计较背后的地位和身份。当然如果要真正了解苏轼如何对待朋友，可以去翻阅《苏轼文集》，里面有大量他写给朋友的信。”刘墨说，写完《苏东坡的朋友圈》之后，他也产生了许多思考。例如在当今社会，许多人的语言都充满攻击性，“我认为可以多说让别人温暖的话、让他人感到舒服的话，这样会让我们的社交活动变得更愉快。”

华西都市报-封面新闻记者 徐语杨 摄影 雷远东

铁杆“苏迷”谈苏东坡：

他像是我的挚友和人生导师
指引我前进的方向

1月29日，农历腊月十九，是苏东坡诞辰987周年。正是在这个非常有意义的日子，“东坡大家讲”系列讲座迎来了第十一讲。文化学者、艺术家刘墨来到眉山三苏祠，以“苏东坡和他的朋友圈”为题，为线上线下的观众带来了一场精彩的讲座。

时值寒冬，寒风萧瑟，但依然抵挡不住“苏迷”们的热情。下午2点左右，眉山三苏祠南大门外启贤广场的活动现场座无虚席，观众们都早早来到了现场等候，王超就是早到的一员。

“我专门从成都过来，特意来听

刘老师的讲座。”王超说，他是苏东坡的铁杆粉丝，而苏东坡对于自己而言，也是意义非凡。“他就像我的兄长、挚友、人生导师，指引着我人生前进的方向。”

王超说，其实这些年自己的生活并不太顺利，有许多坎坷，但苏东坡给了自己启发和力量。“无论是顺境还是逆境，都可以在东坡先生的身上找到向上的力量和前行的方向。让我在身处低谷之时不悲观、不绝望，找到走出困境的方法。”

从苏东坡身上感受到力量的还有来自云南曲靖的小“苏粉”杨淑媛。“我

今年读高一，在重点班学习压力很大，但其实，压力再大也没有千年前一再被贬谪的东坡先生大，他都能乐观豁达，我也要向他学习，懂得化解和释放生活和学习中的压力。”

杨淑媛说，听了刘墨老师关于苏东坡朋友圈的讲座，她对苏东坡的朋友们也有自己的看法。“我觉得苏东坡最好的朋友就是他的弟弟苏辙，苏辙一直帮助他哥哥，两个人的感情非常好，中秋节的时候，苏轼也给弟弟写信，希望‘但愿人长久，千里共婵娟’。”

华西都市报-封面新闻记者 王越欣

知冷暖

成都市区天气情况

今日



5-10℃

阴
偏北风1-2级

明日



7-11℃

阴
偏北风1-2级

省内主要城市今明两日天气

城市	今日	明日	今日	明日
马尔康	晴转多云	-5-13℃	多云转阴	-4-13℃
康定	多云转晴	-4-8℃	多云转阴	-4-8℃
西昌	晴	3-19℃	晴转阴	3-19℃
攀枝花	晴	6-21℃	晴转阴	5-22℃
广元	阴转小雨	3-10℃	小雨转阴	5-9℃
绵阳	多云转阴	6-10℃	多云转阴	7-11℃
遂宁	阴	6-10℃	多云转阴	6-10℃
德阳	多云转阴	5-9℃	多云转阴	6-11℃
雅安	阴	5-9℃	阴	5-11℃
乐山	阴	7-11℃	阴	8-13℃
眉山	阴	6-11℃	多云转阴	6-13℃
资阳	阴	6-11℃	多云转阴	7-13℃
内江	阴	7-12℃	多云转阴	7-14℃
自贡	阴	8-11℃	阴	8-13℃
宜宾	阴	8-12℃	阴	8-14℃
泸州	阴	8-11℃	阴	8-11℃
南充	阴转小雨	7-11℃	小雨转阴	7-11℃
广安	阴转小雨	6-9℃	小雨转阴	6-10℃
巴中	阴转小雨	5-10℃	小雨转阴	5-8℃
达州	阴转小雨	7-10℃	小雨	8-10℃

同呼吸

29日空气质量

成都(17时)

AQI指数 93 空气质量:良

30日空气质量预报

成都主城区

AQI指数 121-151

空气质量等级:轻度至中度污染

成都平原部分城市为轻度至中度污染；川南部分及川东部分城市为良至轻度污染；

盆地其余城市为优或良；

攀西地区和川西高原大部城市为良；

全省首要污染物以PM2.5为主。

(数据来源:各地生态环境部门官网)

体彩

中国体育彩票1月29日开奖结果

超级大乐透第24013期全国销售273865726元。开奖号码:05、22、25、28、30、03、12，一等奖基本10注，单注奖金7927899元，追加2注，单注奖金6342319元。二等奖基本88注，单注奖金126216元，追加38注，单注奖金100972元。三等奖214注，单注奖金10000元。867748199.06元奖金滚入下期奖池。

排列3第24029期全国销售48281412元。开奖号码:575。直选全国中奖19306(四川994)注，单注奖金1040元；组选3全国中奖26864(四川1396)注，单注奖金346元。52289174.39元奖金滚入下期奖池。

排列5第24029期全国销售24798766元。开奖号码:57548。一等奖151注，单注奖金10万元。28275067.28元奖金滚入下期奖池。

足球胜负平第24017期全国销售52164950元。开奖号码:3103333100113，一等奖全国中奖1964(四川98)注，二等奖全国中奖32317(四川1700)注。

胜负任选9场第24017期全国销售22384494元。开奖号码:3103333100113，全国中奖79138(四川4342)注。

足球6场半全场胜负平第24023期全国销售502592元。开奖号码:333111003133，全国中奖11(四川0)注。

足球4场进球第24023期全国销售2202032元。开奖号码:30110001，全国中奖269(四川8)注。

本期兑奖截止日为2024年4月1日，逾期作弃奖处理。