

东坡大家讲

赵冬梅教授对话传习志愿者：

学习苏轼，让自己的生命更丰盈

“春未老，风细柳斜斜。试上超然台上看，半壕春水一城花。”3月25日，春日的眉山三苏祠博物馆，迎来了北京大学历史学系教授、博士生导师，中国宋史研究会理事赵冬梅。她以《东坡“过岭”：代际命运与个体选择》为题，带来了“东坡大家讲”第一季的收官之讲。

讲座结束后，4位传习志愿者向赵冬梅教授请教。三苏祠博物馆工作人员翟晓楠表示，作为河南洛阳人，她格外关注“洛蜀党争”的内容。于是，她向赵冬梅教授请教道：“苏轼曾出过一道题，《师仁祖之忠厚，法神考之励精》，就是请考生将仁宗朝和神宗朝的优缺点列举一下。有些人认为这是苏轼要调和新旧党争，也有人认为是苏轼想回归仁宗朝时代。这引起了很大的风波。您如何看待这件事？”

“我认为，在这件事中，狭隘在某些关键时刻影响很大。”赵冬梅认为，因为这件事而责怪苏轼，属于“欲加之罪，何患无辞”。“苏轼一直都是一个坚持独立思考的人。”她说，无论是对于仁宗朝还是神宗朝，苏轼一直有独立思考，也敢于直面这么尖锐的问题。“这个例子说明了苏轼所处的代际环境已极其恶劣。按道理，他最好能变通一下。但如果他变了，也不再是苏轼了。”在赵冬梅看来，现在因为东坡而相聚的人们，也充分体现了苏轼身上的和合之美：“大家不挣不抢，共同纪念苏轼。这是不常见的，也是格外了不起的。”

第二位志愿者是来自眉山市文联的潘奔。他向赵冬梅教授请教：“苏轼将黄州、惠州、儋州看作他平生最自豪的功业地。让苏东坡做出这样选择的内核动力是什么？我们普通人在极端苦难失意的环境下，如何把握个体选择？又能从苏东坡的选择中获得哪些启示？”

赵冬梅认为，苏轼内在的支撑首先来自他的家风家教。其次，范仲淹、欧阳修等人也给了苏轼很好的滋养。“苏轼是一个被滋养得很好的人，



传习志愿者、三苏祠博物馆工作人员翟晓楠向赵冬梅教授提问。雷远东 摄



赵冬梅教授讲解苏轼在惠州的故事。雷远东 摄

他并不把做官当作人生唯一目标。他还有很多爱好，包括追求真理、美食、画画、写诗、书法、抚琴等。”在赵冬梅看来，这也是苏轼精神强大的原因。“所以，我觉得生命的建设不应该只在依赖外界的东西。”她说，作为一个个体，“我”是一个丰富的人，不全然依靠外界的评价体系。“我有美的东西，‘清风明月’是谁都夺不走的。

即便再过1000年，人们依旧会纪念苏轼。这正是因为他有着“丰盈的生命”，而非他的官阶有多高。

在第三位志愿者王爱霞看来，苏东坡谪贬岭南是他人生最灰暗的时候，但他却大放光芒，写了很多诗词，包括至今都在治愈着许多人的诗歌。赵冬梅教授认为，正是因为“独一无二的天才”苏轼，在诗歌中提炼了他的生活，升华了他在贬谪之中并不如意的生活，因此这种态度才有了跨越古今的力量，直到今天还能够激励世人。

第四位志愿者是来自重庆的“苏迷”叶芷余。她向赵冬梅教授请教，在苏轼与李白两人的命运中，他们的性格各有什么样的影响？在教育下一代时，可以从中学到什么？

“李白是看不清政治形势，但苏轼不是看不清，而是有意做出了选择。”赵冬梅教授说，对于教育下一代，需要思考的是，家长所定义的成功究竟是什么？“我们在读书中寻找的，不是速成的‘发财经’，而是寻找慰藉。也就是我所遇到的困难，原来这些大人物也遇到过。如果我能熬过去，那么我也可以变得了不起。”她说。

华西都市报-封面新闻记者 刘可欣

观众点赞：

苏轼的故事可励志也可育儿

现场特写

“心似已灰之木，身如不系之舟。问汝平生功业，黄州惠州儋州。”绍圣元年(1094年)10月2日，59岁的苏轼抵达广东惠州。在这里，他做过哪些实事？经历了怎样的心态变化？3月25日下午，眉山三苏祠博物馆苏轼盘陀像前，北京大学历史学系教授、博士生导师，中国宋史研究会理事赵冬梅教授做客“东坡大家讲”。她以《东坡“过岭”：代际命运与个体选择》为题，围绕苏轼被贬谪至惠州的事迹，深入解析苏轼。

当天的讲座，吸引众多观众、游客驻足。1999年出生的芳芳(化名)直言，这是她第一次了解老年时

期的苏轼。“以前了解更多的是少年时期和成为东坡居士后的苏轼，对他被贬岭南时期的故事知之甚少。”通过赵冬梅教授的讲解，芳芳不仅填补了许多知识空白，还深入了解了苏轼的人生态度和精神内涵。芳芳认为，苏轼的乐观豁达和坚韧不拔的精神品质对她产生了很大启示，让她在面对生活中的困难时也能保持积极的心态。

第二次参加“东坡大家讲”活动的伍女士点赞此次讲座：特别精彩！采访中，她特别提到了赵冬梅教授在现场互动环节中分享的关于苏轼教育孩子的启示，她认为这些内容对于家长来说非常有价值。“我以前并没有意识到，苏轼的故事可以如此生动地用来教育孩子，尤其是如何面对困

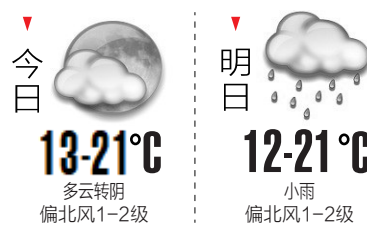
难和挫折。”她认为，通过了解苏轼如何在困境中蜕变，可以激发孩子们在面对挑战时的勇气和毅力。

同样身为母亲的冷女士也表示，此次讲座让她受益匪浅。她说，自己参加“东坡大家讲”活动并不是为了单纯地了解苏轼的文学成就或为官故事，而是更关注他的人生态度和豁达乐观的精神。在她看来，苏轼的这些品质对于现代人来说同样具有启示意义。“没听讲座之前，我对苏轼的了解就是一位千古大文豪，但随着讲座的深入，我发现苏轼其实是一个非常有趣且多面的人物。”她希望通过学习苏轼，能够更好地面对自己的人生，保持积极的心态和乐观的精神。

华西都市报-封面新闻记者 荀超

知冷暖

成都市区天气情况



省内主要城市今明日天气

城市	天气	温度	天气	温度
马尔康	小雨	2-15℃	小雨转阴	-1-9℃
康定	多云	4-13℃	小雨转多云	2-15℃
西昌	阴转晴	11-28℃	多云转小雨	9-26℃
攀枝花	多云转晴	14-32℃	多云转晴	13-29℃
广元	阴转小雨	12-20℃	阴	10-24℃
绵阳	阴转小雨	12-20℃	阴	11-24℃
遂宁	多云	14-21℃	阴	12-23℃
德阳	阴转小雨	13-20℃	阴	11-23℃
雅安	阴转小雨	12-18℃	小雨	9-18℃
乐山	阴	13-21℃	小雨	12-19℃
眉山	阴	13-21℃	小雨	12-20℃
资阳	阴转多云	13-24℃	阴转小雨	12-25℃
内江	阴	14-24℃	小雨	12-26℃
自贡	阴	14-25℃	阴转小雨	12-26℃
宜宾	阴	14-23℃	阴转小雨	12-21℃
泸州	阴转小雨	14-23℃	小雨	12-21℃
南充	阴转小雨	14-22℃	小雨转阴	12-24℃
广安	阴转小雨	14-21℃	小雨转阴	12-22℃
巴中	阴转小雨	13-20℃	小雨转阴	11-24℃
达州	阴转小雨	14-21℃	多云转阴	11-24℃

同呼吸

25日空气质量

成都(17时)

AQI指数 40 空气质量:优

26日空气质量预报

成都主城区

AQI指数 40-70

空气质量等级:优或良

成都平原部分城市为优或良;

川南部分及川东北部分城市为优或良;

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3月25日开奖结果

超级大乐透第24033期全国销售356750334元。开奖号码:04、08、10、11、15、07、09,一等奖基本3注,单注奖金1000万元,派奖2注,单注奖金4166666元;追加2注,单注奖金800万元,派奖2注,单注奖金3333332元。二等奖基本93注,单注奖金155489元,派奖53注,单注奖金52410元;追加57注,单注奖金124391元,派奖53注,单注奖金41928元。三等奖220注,单注奖金10000元,派奖133注,单注奖金5000元。921716263.22元奖金滚入下期奖池。

排列3第24075期全国销售50884348元。开奖号码:285。直选全国中奖10679(四川536)注,单注奖金1040元;组选6全国中奖38119(四川1946)注,单注奖金173元。54682220.27元奖金滚入下期奖池。

排列5第24075期全国销售23109582元。开奖号码:28508。一等奖88注,单注奖金10万元。37398361.24元奖金滚入下期奖池。

本期开奖截止日为2024年5月24日,逾期作弃奖处理。