

## 苏轼词中的人生观

序：期末汇报，我想延续期中的主题，讲一下苏轼词中体现出的人生观。我将会结合具体的词作去探索苏轼词体现出的人生态度，讲一下这些人生态度产生的背景，并将尝试去构想苏东坡产生这些人生态度的原因，最后，将简单讨论苏东坡词中的人生观对我们现代生活的启示。

### 一，苏轼词中的人生观

林语堂先生在《苏东坡传》里提到，“苏东坡是一个秉性难改的乐天派”，似乎大众一提到苏东坡，豪放和豁达就是他的代名词。但有学者进行文本数据统计发现，发现苏东坡的作品中，负面情绪的词汇占了 69.7%。情绪是内心世界的真实反映，是灵魂的语言，这些负面情绪，反而更能让我们看到一个思想情感更具复杂性的真实的人，一款和我们所有人更加相似的东坡先生。但是我依然认为苏东坡是一个乐天派，他乐天的态度，是苦苦思索的结果，根植于他的人生态度，是一种类似涅槃的东西。而这些人生态度被苏东坡抒发在了他浩如烟海的诗词中，吾与子之所共适 [2][6]。

#### 《望江南·超然台作》

春未老，风细柳斜斜。试上超然台上看，半壕春水一城花。烟雨暗千家。  
寒食后，酒醒却咨嗟。休对故人思故国，且将新火试新茶。诗酒趁年华。

超然台由苏轼主持重修，由苏辙题名，“超然”取自《老子》“虽有荣观，燕处超然”，指人的精神可以不依赖外物而获得。寒食之节，本应回乡扫墓，苏轼无从还乡，登台远望，眺望春色烟雨，触动愁绪。而在最后两句中，苏轼很快便扭转了自己些许压抑的心情，“哎呀，不要在老朋友面前思念故乡了，姑且点上新火来烹煮一杯刚采的新茶，作诗醉酒都要趁年华尚在啊。”这里的年华，也可以理解为美好而短暂的春季，我认为也可以理解为人短暂的一生。

**理解之一：**词中蕴含着一种超然的人生态度——人生总有不尽如意的时候，但是人要活在当下，努力珍惜当下所有细碎的美好啊！或者说，生活中的美好需要去寻找和体悟，这一过程中需要秉持一种超然的态度。更详细点讲，我当下的心灵状态，可以随着我精神的跳脱而刹那间变得丰富，自由且积极起来。

**理解之二：**这也是一种建构在人生意义上以诗酒为载体来进行的审美价值的超越——“咨嗟”，是悲剧意识的兴起，也是对现实悲剧性的默许与感慨——我们可以想见苏轼想到了故乡，想到了过往的亲友，想到了世事变迁和人生的须臾。

尽管人生若此，也要“休对故人思故国，且将新火试新茶。诗酒趁年华”，这样的态度并非及时行乐和得过且过（可以和晏殊“酒筵歌席莫辞频”、“不如怜取眼前人”对比），而是文人应有的对本真生活和生命力的追求 [1]。

#### 《满庭芳》

蜗角虚名，蝇头微利，算来著甚干忙。事皆前定，谁弱又谁强。且趁闲身未老，须放我、些子疏狂。百年里，浑教是醉，三万六千场。  
思量，能几许？忧愁风雨，一半相妨。又何须抵死，说短论长。幸对清风皓月，苔茵展、云幕高张。江南好，千钟美酒，一曲满庭芳。

这首词应该是作于苏轼乌台诗案之后，因联想到党争中由此而带来的倾轧以及被伤害后的自

身处境，感到苦闷。

**理解之一：**这首词最明显的感情就是揭示了功名利禄的虚幻，并且察觉到了现实的荒谬及不可控性（“事皆前定”）。而人生短暂，仅仅三万六千场，要去体味人间烟火生活的美好，收获心灵的平和。

**理解之二：**这也是一种人生价值意义的追寻吧——应当依照既定的有价值和有意义的合理准则去做“我”该做之事，而非依照世俗的、功利的、不合理的准则去做事，这是既定准则，与现实宠辱得失、虚名浮利无关。这是在自然、诗歌和酒中建构起生命价值，张扬本真的生命之情 [1]。

### 《行香子·过七里瀨》

一叶舟轻，双桨鸿惊。水天清、影湛波平。鱼翻藻鉴，鹭点烟汀。过沙溪急，霜溪冷，月溪明。重重似画，曲曲如屏。算当年、虚老严陵。君臣一梦，今古虚名。但远山长，云山乱，晓山青。

**理解之一：**本篇核心思想是和赤壁赋类似的。我认为作者刻画了一种“无我之境”，由描述自然之景，体现出了自然之无穷；而由自然之无穷，联想到吾生须臾，浮生若梦（君臣一梦，今古虚名）；那重峦叠嶂的山脉；山间缭绕变幻的白云；晨曦中青翠的山峦……屹然不动，似乎千百年来永恒若此……我们也是这世界上的一员，与山与云与树有何异？静下来，发现我们和它们原来是可以融为一体的，那么我们和它们一样，也是永恒的存在吧（自其不变者而观之，则物与我皆无尽也）。

**理解之二：“算当年、虚老严陵。君臣一梦，今古虚名”**写出了隐士皇上大臣如梦一般消失在了历史的长河中，表达了舍弃名利返璞归真的思想，这也有点他对自己政治失意的宽慰吧。

**理解之三：**一种人本真价值建立的境界——“上片全写对宇宙自然的体认之情，下片以“重重似画，曲曲如屏”作总结。这是一个在美好的情境中寻觅的过程，但宇宙情怀如果不经过历史悲剧意识的过滤就会显得浅薄和虚浮，所以接下来就自然转向人事——“算当年、虚老严陵。君臣一梦，今古空名。”然而，即便是这样的君臣相遇也终归是空名，经过这样的历史悲剧意识洗礼以后，苏轼眼前呈现的是“但远山长，云山乱，晓山青”。这是人感悟之后又“看山是山，看水是水”的“悟道”境界，是人的本真价值建立之后的境界。” [1]

### 《少年游·润州作，代人寄远》

去年相送，余杭门外，飞雪似杨花。今年春尽，杨花似雪，犹不见还家。对酒卷帘邀明月，风露透窗纱。恰似嫦娥怜双燕，分明照、画梁斜。

**理解之一：**本首词是苏轼出门在外时写的词，借用诗经中“昔我往矣，杨柳依依。今我来思，雨雪霏霏”和嫦娥思念后裔的典故委婉地表达了对妻子的思念。

**理解之二：**这就是王国维所言的无我之境吧！本词不仅是写人伦之爱，也写自然之爱——该诗体现了本真生活与精神归宿的统一，因而具有强大的艺术魅力。我们感受到的是人与自然在对话，人并不试图主宰自然，自然也并不为人提供归宿。本词作体现了苏轼爱人爱生活而爱自然的感情——爱自然的自然而然，不只是爱的延伸，更是爱的升华和心灵的彻底敞开 [1]。

### 《定风波》

常羡人间琢玉郎，天教分付点酥娘。自作清歌传皓齿，风起，雪飞炎海变清凉。万里归来年愈少，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。

**理解之一：**本词最让人受启发的无疑是最后一句——“此心安处是吾乡”，这句词表达出了

一种随遇而安的生活态度。纵使生活颠沛流离，人生不尽如意，并不妨碍我们努力营造安宁的内心状态，而这种随遇而安的生活态度，也让我们得以体会到生活最细微和珍贵的那些美好。

**理解之二：**这是一种以心灵解脱的方式进行审美超越——心灵解脱，是指人在思维和情感上都摆脱了现实功利乃至生存欲望的束缚和羁绊，只按照历史合理性的本然要求来思维和行动。其中既有儒家对现实的执着，有道家对心灵自由的向往，也有佛家真如本体的追求。本真的心灵就是苏轼的故乡，这与随遇而安的消极处世态度有着本质的区别，是一种否弃外在价值观念，直接诉诸心理本体的审美的人生态度。**以心理为本体不是无本体，而是将外在的本体内在化，使人真正处于完全开放的境域中，使人得到最彻底意义上的解放。而这正是中国文化的精髓所在 [1]。**

## 二，让我们尝试去对东坡先生“感同身受”

其实，过去的我对于苏轼的一些词并不能有太大的感悟，是因为听到一种说法，认为这些失意的大诗人并不是值得同情的，更值得同情的是最底层那些穷苦的人民们——这么一个大文豪，一个政治官员，在生活上不用担心吃穿住行，相比于那个时代最底层的农民而言，已经好了不知上百倍，那么何必为了一些政治失意而写无数的诗词呢？

后面，我渐渐明白了——

想要真正理解一个人，必须尝试从他的角度看问题：苏轼在极其年轻的时候就名满京城，被誉为“有宰相之才”，他自己或许也很年轻就意识到自己是一个可以和李太白比肩的绝世罕见的文学天才，他也很年轻时就有了施展才华的一腔热血，但是以他的才华和能力来看，他并没有实现自己的期望，甚至可以说完全没有，还差点把命丢掉（乌台诗案）。

此外，我也认识到苏轼的那些诗词远非抒发政治上不得志的愤懑，可以说远远超过了这个境界，而更多是表达一种人生存在意义的探寻。我觉得，人生意义是所有人都会疑惑的东西，倘若一个人觉得自己的生活没有意义，可能会陷入“虚无主义”的泥潭，而这是相当糟糕的一件事情。

而作为知识分子，科举考试当官去施展自己的政治抱负就是那个时代正统儒家知识分子最大的意义。正统的儒家君子希望为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平。而历史和现实往往就是带着些悲剧和荒谬——官吏们同为科举出身，但远非都是标准的儒家君子，有太多官员身居高位，却是摆弄权柄，蝇营狗苟的自私小人，他们成为一个阶层（朋党），想尽一切办法维护自己这一类人的权益。而那些真正想要做出实际工作的人，备受阻挠，甚至“怀疑人生”，就像苏东坡，选择自求外出做官。

作为标准的儒家君子，苏轼接受的儒家思想激励他发扬自强不息的主体精神，并把个体的人格与国家社会紧密联系在一起，要求君子应以天下为己任；这种人格理想在中国历史上代代相传，薪火相续，造就了无数个志士仁人；而苏轼从小也受到了佛教的影响（他的母亲信佛），再加上他独特的经历和敏感的思绪，他真切地领悟了什么是万法皆空，人生若梦；而道教的熏陶，则让他的视野从社会人生延展到更浩渺的宇宙，让心灵徜徉于天地万物之间，深切地思考道教中体悟和顺应自然的道理。

他站在一个更高的角度去看待这些问题，最终达到生命层次的思考，并意识到了生命中真正珍贵的东西：他意识到尽管人生若梦，尽管世界总是有点悲剧色彩，尽管处处皆是不完美，但消极悲观不是人生的真谛，超脱飞扬才是生命的壮歌，所以要**“休对故人思故国，且将新**

火试新茶。诗酒趁年华”；尽管他提到“蜗角虚名，蝇头微利，算来著甚干忙。”但他并不全是因为政治失意而发牢骚，而是倡导舍弃名利寻找那些真正重要的东西，而且他尽管体味到了一切吾生须臾，长江无穷，体味到了“算当年、虚老严陵。君臣一梦，今古虚名”，他却努力突破了人短暂生命面对历史长河时的悲剧色彩，正如在《念奴娇·赤壁怀古》中，他写道了周瑜的雄姿英发，表达了对历史英雄的瞻仰，并且以“一尊还酹江月”结尾，瞻仰宇宙的无限，在须臾之中创造和体会永恒；然而也正是看到了人生的渺小短暂，他无比珍视人与人之间的情感，“十年生死两茫茫，不思量，自难忘”是为亡妻而作的悼亡词；“去年相送，余杭门外，飞雪似杨花。今年春尽，杨花似雪，犹不见还家”是寄托对自己小家的思念；“但愿人长久，千里共婵娟”则是表达了对弟弟的挂念；而他作为个体，带着敬畏和爱选择与大自然平起平坐，从自然当中汲取到了极强的生命力，也看到了生命无限和永恒的存在，正若：“但远山长，云山乱，晓山青”，“恰似嫦娥怜双燕，分明照、画梁斜”。正是：惟江上之清风，山间之明月，取之不尽，用之不竭，是造物者之无尽藏也，而吾与子之所共适。

苏轼词是宋词中审美超越悲剧精神的最重要的代表。这种审美超越基于对人生应当存在状态以及价值与意义的思考和探寻，通过对不同事物不同层次的审美超越，最终达到心灵解脱的最高境界，指向的是极富宗教魅力的“极高明而道中庸”的现实人格 [1]。

### 三，对现代生活的启示

我个人认为，苏东坡可以给当今社会人们的第一个启示就是对生命意义的探寻，他可以让让我们反思生活，重新思考什么是对我们而言“真正重要的东西”，避免我们费心尽力地去争取我们想要但是我们并不是那么需要的东西，避免我们被世俗的定义和框架压得喘不过气来；

我觉得苏东坡可以给我们的第二个启示，就是个体应该如何面对古今中外的人类社会一直都存在的一种荒谬性，或者说是渺小个体在面对庞大社会时突显出的悲剧色彩。正如有抱负有学识的人被一群小人打压，郁郁不得志，无法实现自己人生最初的意义……面对这种情况，苏轼选择了逃离又选择了抗争——逃离是让自己的心逃离，他没有完全困在那个地方，而是发现了生命中其他的意义所在，也极大的丰富了自己的生命体验；他选择了抗争，我们可以看到他两次调回朝廷，并进谏忠言；而在外任职，他尽可能做的足够好，曾治水三过家门不入，而并没有失去自己作为一个儒家君子最初的理想……

其实到后来啊，我认为他已经跳到了一个更高的高度来看待这件事情，看出了其中历史和人的悲剧色彩，彼时，看到那些蝇营狗苟勾心斗角的官吏们，他的内心已经激不起太大的波澜而只想做好自己能做的事情，认真地生活和工作……这也可以解释在生命的最后时期，他说他从来不计恨任何人吧。

最后也是最重要的一点，就是一种昂扬的生命力，我觉得这是极为重要的，有人习惯认为佛教和道教是消极的，实则它们本质上和儒教一样，都是极其积极的，让个体从自身和自然出发，寻觅生命的价值与活力，而远非仅仅是一种“逃离”手段。苏轼懂得爱的意义与价值，所以会和家人友人保持美好的情感联结，“但愿人长久，千里共婵娟”如今仍被人用来表达发自内心的祝福；而正如上文中提到的，面对生命的渺小，消极悲观不是人生的真谛，超脱飞扬才是生命的壮歌，所以要“一尊还酹江月”，要“休对故人思故国，且将新火试新茶。诗酒趁年华”，而此处的年华，应该是指人的全部一生吧，远非仅少年时代，毕竟长江无穷，而逝者如斯夫，生命何其短暂！

参考文献:

- [1]冷成金. 苏轼词对现实悲剧性的审美超越[J]. 河北学刊, 2016, 36(03):86-92.
- [2]陈金美. 苏轼情绪转化策略的质性文本分析——基于苏轼词情绪文本数据的研究[J]. 温州职业技术学院学报, 2022, 22(03):87-92. DOI:10.13669/j.cnki.33-1276/z.2022.055.
- [3]王树海, 赵宏. 论苏轼词的佛禅精神[J]. 学习与探索, 2013, (11):137-140.
- [4]王刚. 浅析苏轼词的“自我超越”意识[J]. 延边教育学院学报, 2019, 33(05):111-114.
- [5]黄永莉. 从苏轼词管窥其人生态度[J]. 才智, 2016, (20):217-218.
- [6] 林语堂. 《苏东坡传》.

注: 也参考了每首词百度中相应的词条。