







2018年2月10、11日

十二月廿五、廿六 合刊

.0734 热 线 :0734

8223670 8243140 (总第6268期)

坚决贯彻落实党中央 要进一步提高政治站位, 郑建新在十一届市纪委三次全会上强调, 关于全面从严治党的战略部署

# 以永远在路上的执着精 把全面从严治党引向深。

## 中医专家:老年人节日饮食应注意什么

详见 03 版

### WiFi 信号对孕妇有影响吗?

百家文脉 · 洪姓

详见 05 版

详见 03 版

#### 新观察

### 苏轼告诉你:好日子要慢慢过

"明月几时有,把酒问青天……人 有悲欢离合, 月有阴晴圆缺, 此事古难 全。但愿人长久,千里共婵娟。"

对于苏轼的《水调歌头·中秋》,虽 然许多人记不全,但"明月几时有,把 酒问青天""但愿人长久,千里共婵 娟"还是记忆犹新的。

从词里走出来, 我们看到的仿佛是 苏轼生活的奢华

1076年的中秋节,时任密州 (今山 东省诸城市) 太守的苏轼,非常高兴, 因此欢饮达旦,喝到大醉,便写下了这 首词,以寄托对弟弟苏辙的思念。

除了爱酒, 苏轼还喜美食, 好品 茗,曾创造出许多饮食精品,比如东坡

爱酒好美食, 苏轼的生活似乎奢华 无比?

出现这样的猜测。的确有一定的合 理性。

他是北宋文学家、书法家、画家。 作为北宋中期的文坛领袖, 他几乎是一 个奇才、全才, 在诗、词、散文、书、 画等方面都成就斐然。既被尊为"唐宋 八大家"之一,又有"宋四家"之一的 美誉,有《东坡七集》《东坡易传》 《东坡乐府》等传世。

更让人佩服的是, 苏轼不只是一个 帝,他最后还是功德圆满。

1057年,21岁的苏轼进士及第。 宋神宗时曾在凤翔、杭州、密州、徐 州、湖州等地任职。宋哲宗时, 曾任翰 林学士、侍读学士、礼部尚书等职,并 年因新党执政被贬惠州、儋州。宋徽宗 难以追陪新进", "老不生事或能牧养 览,写下了《赤壁赋》《后赤壁赋》和 好。

时获大赦北还。宋高宗时被追赠太师, 谥号"文忠"

在封建王朝, 苏轼这样的经历和结 局,应该说是道路虽曲折,前途很光 明,功德是圆满的。

对于苏轼, 无论在今天, 还是在北 宋, 都是一个让人仰望的文坛大腕和官 场大佬。

在文坛上,他引领一代风骚;在官 场上,他做到部级干部。

这样的人, 似乎应该有奢华的基 础、似乎可以过着一掷千金的生活。

苏轼真的过着放浪形骸、纸醉金迷

事实上, 浪漫的苏轼没有这样, 如 果是这样, 苏轼也许就会滑向贪婪。

面对生活, 苏轼不是以浪漫来处 之,而是以严谨来算计。在他看来,日 子要一天天谋划着过,生活才会一天天 向好,好日子如一坛美酒,如果一饮而 尽,不是口有醇香,而是醉不知味,后 悔痛苦;如果慢慢抿慢慢品,不仅醇香 弥久, 而且延年益寿。

好日子要慢慢过,这个理念在苏轼 最困难的时候派上了用场。

1079年,这一年是苏轼仕途不利 之年,时年43岁的他被调为湖州知州。 这个职务相当于今天的地级市市长之 优秀的文人,他还是一个好官,也是一 位。应该说,无论今天还是昔日,这都 坚决不买,绝不超支。积攒下来的钱, 个高官。虽然官场坎坷,但历经几个皇 表明苏轼已经身居高位。只要安安稳稳 苏轼把它们又存在一个竹筒里,以备意 果实,不要一口气把它吃完。" 这么做下去,以他的才华,前途必定是 外之需。 步步高升。

但天有不测风云。据史载,上任 一呆就是四年多。这四年多,他用他的 完的美筵。"

小民",这些话被新党利用,引发了著 名的"乌台诗案"。

好在王安石等人为他运作求情, 皇 帝考虑他是个人才,决定对他从轻发 落, 贬为黄州 (今湖北黄冈) 团练副 使,按照今天的级别算,相当于中校团

1080年,从监狱中死里逃生的苏 轼,来到了黄州。从手握实权的正厅级 市长, 到毫无权力的副团中校。地位降 了,薪酬减了,但苏轼清楚,日子还要 快快乐乐过下去。

一向为官清廉的苏轼,开始面对窘 迫的生活处境。好在苏轼是一个秉承好 日子要慢慢过的主,总是注意节俭,很

到了黄州, 他想着不能单靠薪酬过 日子,还要找些补贴。在朋友的帮助 下,他弄到了一块地,自己耕种起来。 为了合理开支,细水长流,他实行计划 经济: 先把一年所有的收入计算出来, 然后以12个月为标准,平均分成12 份,每月用一份;每月的那一份,他再 细分成30小份。钱全部分好后,按份 挂在房梁上,每天清晨取下一包,作为 全天的生活开支。即便是这样分配后, 他每天拿到一小份钱后, 还要仔细权 衡,坚持做到精打细算,能不买的东西

《念奴娇·赤壁怀古》等千古名作。

"房梁挂钱"也因此成为苏轼的一个

我想,如果苏轼没有把好日子慢慢过 的理念和自觉,他可能渡不过这个难关, 更不会有被贬谪之后还有兴趣和心情去游 历作文,写下那些千古名作。

节俭不是苏轼的发明,它是中华民族 的优良传统之一,它同时也是一个人应有 的操守和品行, 展现出一个人的素养和美

作为大明的开国皇帝, 朱元璋的故乡 凤阳至今还流传着四菜一汤的歌谣:"皇 帝请客,四菜一汤,萝卜韭菜,着实甜 香; 小葱豆腐, 好处深长, 一清二白, 贪 官心慌。"讲述的是朱元璋给皇后过生日 时, 只用红萝卜、韭菜, 青菜两碗, 小葱 豆腐汤,宴请众官员。而且约法三章:今 后不论谁摆宴席, 只许四菜一汤, 谁若违 反,严惩不贷。

贵为天子,为皇后过生,都如此节 俭,令人叹服。

因此说,节俭是家之需要,也是国之

家当节俭,有诸葛亮所写的:"静以 修身,俭以养德"为训。国当节俭,有魏 徵所说的: "不念居安思危,戒奢以俭" 为镜。

维吾尔族有一句谚语: "辛苦得来的

因此,美国著名哲学家、文学家爱默 面对这样的经济状况,苏轼在黄州 生就这样形容: "节俭是你一生中食之不

后,他即给神宗写了一封《湖州谢表》, 理念,将这种看似拮据的日子过得有滋 人生很长,来日很多,不管处于什么 文采飞扬的他,面对这个例行公事的公 有味。这四年多,他依然潇潇洒洒,笑 境况,如果我们懂得"戒奢以俭",天天 出知杭州、颍州、扬州、定州等地。晚 文,也情感迸发,说自己"愚不适时, 对坎坷。他多次到黄州城外的赤壁游 都会是好日子,生活一定会越来越幸福美