

# 东坡不惑

## 诗酒趁年华

“人生唯寒食、重九，慎不可虚掷。四时之变，无如此节者。”1078年重阳节前后，42岁的徐州知州苏轼，在写给好友的信中如是说。

清明节前，古有寒食节。《荆楚岁时记》说：“去冬节一百五日，即有疾风暴雨，谓之‘寒食’。”这个节又称为“五节”，或又称“冷节”。如今寒食早已不算什么正规节日了，可在宋代时还曾列为三大节之一，与冬至、元日并列。

为何苏东坡会这么珍惜寒食节？这是因为寒食节和重阳节在四季轮回中具有独特的时空节点意义——

寒食节在清明前一到两天，此时春已深，万物复苏，是生命轮回的转折点；而重阳节在农历九月初九，阳气式微，正是沉潜与收获时。这两个节日恰好位于春、秋之末，承载着天地间季节转换的趣味。

在徐州之前，自称“天涯倦客”的苏轼在密州任职。当时的密州治所在今山东诸城。如今的诸城是一个普通又充满生机的县城，可说起它的旧时风貌，可谓诸蕴不凡。从琅琊郡首府到宋密州的州城，苏轼的到来，为此地增添了文化滤镜。

公元1074年冬到1077年春，正值壮年、意气风发的苏轼到密州任太守。开局并不顺利，正如苏轼在《超然台记》中写的“始至之日，岁比不登，盗贼满野，狱讼充斥；而斋厨索然，日食杞菊”。

问题多多，苏轼却有办法迎刃而解。他注重调研，行事果决，体恤民生，担忧忧世，只用了一年左右时间，便把密州治理得井井有条。终于得闲的他，在秋冬之际将北城墙上原有的一座已经颓废的古台修葺好，请在济南为官的弟弟苏辙命名。苏辙取老子“虽有荣观，燕处超然”之意，取名超然台，并作《超然台赋》。

苏轼作《超然台记》详细补充，并贡献了后人玩味不已的名句：“凡物皆有可观。苟有可观，皆有可乐，非必怪奇伟丽者也。噍糟嚼醲，皆可以醉；果蔬草木，皆可以饱。推此类也，吾安往而不乐？”

又是一年清明到。苏轼约请一批好友在超然台游玩，写下《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。”

通过被后世称为“密州四曲”的千古名作——《水调歌头》《望江南·超然台作》《江城子·乙卯正月二十日夜记梦》《江城子·密州出猎》，我们看到如一面多棱镜的苏轼，他的作品中折射出不同的精神光彩，却又统一在一个完整的人格之中。这种多面性矛盾又丰富，分裂且和谐。

为文、为官的经历，促使苏轼对人生的感悟，渐渐从量变转向质变。40岁之前

的他，无论是叙述日常生活还是抒发情怀的诗中，在传递对时间的感觉时，总有一股如梦一样的潜流，静水深行。

苏轼将人生视为梦幻，时间自然也像梦那样空洞。在密州前后，他对往事如梦的感觉骤然在诗词中多了起来——《江城子·乙卯正月二十日夜记梦》：“夜来幽梦忽还乡，小轩窗，正梳妆。”

《送春》里说：“梦里青春可得追，欲将诗句拌余晖。”

《寄吕穆仲寺丞》：“回首西湖真一梦，灰心霜鬓更休论。”

《和子由送将官梁左藏仲通》：“觉来身世都是梦。”

《中秋见月和子由》：“明朝人事随日出，恍然一梦瑶台客。”

《次韵答顿起》其一：“殿庐直宿真如梦，犹记忧时策万言。”

《人日猎城南……》：“青春还一梦，余年真过鸟。”

《余去金山五年而复至……》：“旧事真成一梦过，高谈为洗五年忙。”

尽管苏轼已看透“人间何事非梦幻”，可他无法真正超越时间。他一再絮叨人生如梦这一命题，也可见他对时间与生命终未能释然于怀。

境界。苏轼感叹人生短暂，能有多少次机会看清这世间的繁华与虚空，又能有多少机会保持内心的清明与通透呢？

这样的明快之下，对人生与梦的思索也深了一层。1078年秋，苏轼夜宿燕子楼，写下“古今如梦，何曾梦觉，但有旧欢新怨”的诗句。他在梦里遇到曾在燕子楼盘桓的唐代尚书小妾关盼盼，人生如梦的本质并未改变。谁又能真正从人生大梦中觉醒？人们只是在旧欢新怨中轮回，无法超脱。

打击，总像电影里设置好的情节，接踵而至。在徐州待了不足两年，苏轼经历人生大挫折“乌台诗案”，被贬黄州团练副使。这时，他从儒、道家，转向佛家。他在住所东坡开荒种地，从此自号“东坡居士”。

风雨也无晴。”

“谁怕？”这两个字最令人击节。这声叩问，系于“如梦”的虚无与“慎不可虚掷”的执着之间，所达成的微妙平衡。四个月，苏轼举起酒杯，奠祭的不仅是雄姿英发的周瑜，还有亘古永存的江月。

中国艺术研究院艺术学研究所副研究员王一楠认为，此时的苏轼，处于了无所得的境界，他从万物同一的角度看待人生，认为得道者应取消分别之见，与物相通，乘物以游心，最终游于物外，如此使有涯之生向无限的宇宙生命敞开。他那“来往一虚舟，聊随物外游”的书写，试图在心灵中解构变化，与命运中的风浪和平共处，将与虚舟合而为一的自我投射在大化流行之中，停留在洞箫一曲的片刻永恒中。

而这一切，与密州层层叠叠的梦，有着千丝万缕的联系。愿我们能和苏东坡一样，在春和景明的日子里，抵达不惑。

## “她剧集”：站在流量与品质的十字路口

□ 本报记者 田可新  
本报实习生 张昊冉

2026年开春，女性题材剧集持续占据荧幕主流，从腾讯视频与CCTV-8同步热播的《隐身的名字》，到优酷律政剧《正义女神》、爱奇艺年代剧《你好1983》，再到抖音、快手平台批量涌现的女性向微短剧，此类作品在播放量、讨论度上持续走高，成为反映女性生存状态、展现女性力量的重要载体。但热潮之下，同质化、套路化、过度消费女性等问题也随之凸显，“她剧集”正站在流量与品质的十字路口。

### 热潮之下：女性群像的多元突围

现实题材都市剧已成为女性题材的主流，且多以群像形式呈现，覆盖不同年龄段、职业与价值理念，着重刻画情感、婚恋、家庭等当下热点问题，贴近普通人的生活质感，区别于制作精良却距离现实较远的古装年代剧。

2026年热播的《隐身的名字》，以一本被删窃的日记为引，串联起两代女性的命运纠葛与彼此救赎。倪妮饰演的任小名，遭遇丈夫删窃其私密日记出版小说，名字也从著作封面消失，精准映射出女性在亲密关系中被“精神吞噬”的现实困境；闫妮饰演的母亲任美艳，为保护女儿多次改嫁，逼女儿改姓，以“隐身”之名对抗命运的不公，展现了母爱的坚韧；刘雅瑟、董洁等饰演的女性角色都跳出了刻板标签，让不少观众实现了深度共情。

2026年的女性题材长剧也呈现出多元探索。杨紫主演的《生命树》以高分领跑口碑，剧中她饰演的巡山队女警察白菊，从莽撞新人成长为成熟守护者，既有强悍的行动力，又有柔软的内心，打破了“柔弱女主”的刻板印象；田曦薇在《逐玉》中饰演的“杀猪女”樊长玉，肩扛活猪，凭杀猪刀自立养家，展现了“不依附男性”的草根女性力量。这些作品对人际关系的刻画也更具新意，代际沟通从单向说教转向双向理解，婚恋关系强调平等尊重，职场叙事注重专业成长，让女性形象更加立体鲜活。

专家表示，近几年差异化女性形象不断出圈，核心在于此类作品能满足女性观众的心理需求，剧中的女性形象涵盖了不同的社会境遇，折射出真实的社会问题，让更多观众能够深度代入，因此拥有了巨大的市场潜力。

### 隐忧凸显：流量陷阱与创作失衡

在影视工业化浪潮中，女性题材剧集也面临着艺术性与商业性的双重考验，女性话题逐渐成为流量密码，过度消费的风险日益凸显。类型化创作对作品质量的侵蚀尤为明显，机械复制的创作模式难以孕育真正的爆款，反而让不少作品陷入口碑困境。

影视行业从业者刘新的观点颇具道理：“影视剧的爆款不是因为题材，而是因为和观众产生强烈情感共鸣并最终实现口碑和收视的双丰收。女性观众看的作品越来越多，曾经的甜宠、虐恋或者是贩卖焦虑博同情的戏码在今天已经不适用了，反而会适得其反。”

微短剧领域的问题则更为突出。截至2025年6月，短剧市场规模已达634.3亿元，用户量突破6.96亿，其中女性用户占比超过一半，成为短剧市场的核心受众。但快速扩张的背后，是套路化创作的泛滥。3分钟一集的快节奏叙事，催生大量“霸道总裁爱上我”“豪门弃妇逆袭”等模板化作品，密集堆砌“车祸失忆”“契约婚姻”等狗血元素，女性形象被简单割裂为“傻白甜”与“黑莲花”两种极端。更有甚者，将女性命运简化为“受虐—黑化—复仇”的三幕剧，平均每集出现多次下跪、耳光等狗血剧情，完全脱离现实生活。

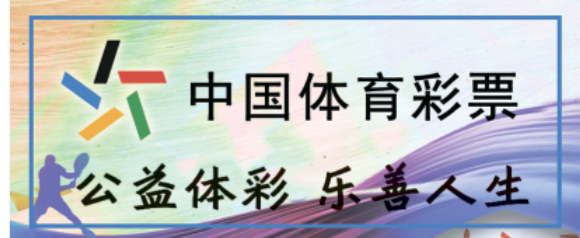
值得注意的是，2025年以来，AI技术在短剧创作中广泛应用，渗透率超过50%，虽将制作成本降低60%，却也加剧了同质化问题。70%的AI短剧被吐槽为“PPT式”创作，人物表情僵硬，口型错位，完播率远低于行业均值。娱评人钟楠直言：“这种流水线生产模式将女性生活简化为猎奇性剧情佐料，缺乏真实生活观照，难以与受众建立持久情感连接，本质上是工业化生产与艺术规律的失衡。”

### 破局之路：扎根现实方能行远

面对工业化生产与艺术创作的矛盾，女性题材影视剧正站在转型升级的十字路口，突破类型化窠臼，重构价值体系已成为必然选择。在叙事革新上，越来越多的作品开始探索复合型叙事结构，不再局限于传统线性叙事。

观众审美迭代也在重塑创作生态，女性观众对专业细节真实度和角色成长逻辑的要求越来越高，这也倒逼制作团队升级。2026年播出的《正义女神》，聚焦少年法庭议题，所有庭审辩论环节都经过专业把控，确保符合司法实践；此前的医疗剧《关于唐医生的一切》，心脏外科手术场景由专业团队全程指导，这些细节的打磨，让作品更具说服力。

“当然，一切的突破都要落脚到抒发真情实感，这样才能让作品观照个体，符合逻辑。”钟楠认为，女性题材影视剧不仅是一种娱乐产品，更记录着女性在“她时代”的成长与进步。可喜的是，传统单一的女性审美标准正逐渐被打破，多元化的女性形象已然在荧屏上大放异彩。创作实践证明，深耕女性题材，不能只靠流量密码，更要扎根现实，挖掘真实的女性故事，展现多元的女性力量。未来，如何打破固有思维模式，跳脱“大团圆”式结局，如何挖掘多样化主题，关注更广阔的女性群体，仍是影视剧创作者需要共同面对的挑战。



## 人生看得几清明

四十岁，是个有趣的年纪。不惑之年，每一步没有白走的。

苏东坡便是如此，40岁的他被从密州调到徐州。他写给继任者孔宗翰一首告别诗。“秋不不满眼，宿麦种亦稀”，苏轼一路往南，看到密州大地上，本该五谷丰登的秋季，眼前却是庄稼稀疏、麦种匮乏的荒凉景象。“永愧此邦人，芒刺在肤肌”，这十个字如同一把利刃，剖开了苏轼的内心。这种深切不是作秀，而是源于他对百姓疾苦的愧疚共情。

到徐州上任之初，黄河泛滥至徐州城下，苏轼带领百姓努力抗洪，“劳苦纷纷”，甚至有“几已为鱼”的生命之虞。但他以出类拔萃的聪明才干、不预不立的执政理念，兢兢业业、勤政为民，取得了卓尔不群的政绩。第二年清明，苏轼继续写诗给孔宗翰。这首《东栏梨花》如是：

困居黄州，1082年寒食节来临之际，苏轼写下两首五言诗，并书写出著名的“天下第三行书”《黄州寒食帖》——

“小屋如渔舟，濛濛水云里；空庖煮寒菜，破灶烧湿苇”，生活环境如此不堪；“君门深九重，坟墓在万里；也拟哭途穷，死灰吹不起”，心情更是如同死灰。

若一直如此消沉下去，那便不是苏东坡了。

此时，苏东坡对人生的思索，已更上一层楼。1080年，他被贬去黄州后，曾为蜀僧宝月作《胜相院经藏记》。偈言：“我游多宝山，见山不见宝。岩谷及草木，虎豹潜龙蛇。虽知宝所在，欲取不可得。复有求宝者，自言已得宝。见宝不见山，亦未得宝哉。譬如梦中人，未尝知是梦。既知是梦已，所梦即变灭。见我未见梦，因以我为觉。不知真觉者，觉梦两无有。”

“梨花淡白柳深青，柳絮飞时花满城。惆怅东栏一株雪，人生看得几清明。”

苏轼写梨花，何尝不是写自己。他一生正道直行，坦荡如砥，却屡遭贬谪，身处政治漩涡。这株在东栏边静静开放的洁白梨花，正是他自身的写照。它不像“颠狂柳絮”那样随风逐流，也不像“轻薄桃花”那样追逐春光，而是在角落里坚守着自己的清白与孤高。

写此诗时，苏轼已历经母亲、妻子、父亲相继离世的打击，又因新旧党争而外放地方。人生的大起大落让他对世事有了更深的体悟，心境也从早年的锋芒毕露转向了淡然与超脱。梨花的“淡白”契合了他此时看淡名利、超然物外的心境。

诗句之末的“清明”，一语双关，既指清澈明朗的春光，也指清醒澄澈的人生

苏东坡彻底悟透了。人在梦中自然不知是梦，而既已觉，则梦已幻灭，又何必斤斤于梦呢？当他了悟这一点时，就豁然超越了人生如梦的命题，达到一个自在的境地，诗中不再有对时间的感觉。他在《胜相院经藏记》中发愿要“尽未来世，永断诸业，客尘妄想，及诸障障。一切世间，无取无舍，无憎无爱，无可无不可”，这似乎是他后半生的人生宣言。

由此观照，45岁那年清明，在山东曾主张“诗酒趁年华”的苏东坡，一边在《黄州寒食帖》中感慨生活艰难，一边写下《定风波》——

“三月七日，沙湖道中遇雨。雨具先去，同行皆狼狈，余独不觉，已而遂晴，故作此词。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

# 陶光千载映客途

□ 本报记者 张依盟

当列车驶过齐鲁沃野，车轮与铁轨的轻鸣仿佛与远古的陶轮转动遥相呼应。在“好客山东·齐鲁1号”文物研学主题旅游列车上，一节以“陶”为主题的车厢悄然开启了一场跨越五千年的文明对话。这里没有冰冷的展柜，没有冗长的讲解，只有“复刻”的文物、生动的场景，让乘客在行进中亲历从大汶口文化到汉代的陶器辉煌。

首先映入眼帘的是一件红陶兽形壶，其形如一只圆筒憨拙的小猪，拱鼻竖耳，短尾微翘，背上的弧形提梁更添一抹灵动。这不仅是稚趣的造型，更凝聚着远古的生活智慧：鼓腹可增容量，四足便于加热，从尾部注水，腹中升温，自嘴出汤，一件器物巧妙融合了实用与审美。它见证了大汶口先民制陶技艺的成熟，也标志着陶塑艺术从写实步入创作之境。猪在当时是财富象征，随葬猪头数量往往与墓主人身份尊贵程度相关，如大汶口遗址133座墓葬中，43座共随葬96个猪头，其中一座大型墓葬随葬猪头多

达14个。

与之相邻的八角星纹彩陶豆，则呈现出另一种庄严气象。泥质红陶托起深腹高足，腹壁上，褐白相间的八角星纹静婉绽放——方正的核心象征着大地，放射状的八个角则指向无垠的天空，整体喻示着“天圆地方”，映照出先民对天地秩序的敬畏与思考。彩陶施彩技法分两种：一是在陶坯上直接绘画，称为“原地绘画”；二是先涂一层彩色泥浆作为底色，再行绘制，称为“施陶衣”。此件彩陶构图对称、色彩对比鲜明、纹样繁而不乱，堪称我国原始艺术的珍品。

说起陶艺的巅峰，不得不提山东文物的名片——蛋壳黑陶高柄杯，其薄处仅如两页纸张，却挺立四千年而不损。龙山时期的工匠，仅凭一双手、一盘轮，通过拉坯、打磨、渗碳，竟将陶土做到“黑如漆，亮如镜，薄如纸，硬如瓷”的境界。它并非日用之物，而是沟通天地的礼器。更值得一提的是，当二十世纪初“中华文明西来说”一度流行时，正是这样精湛绝伦的蛋壳黑陶，以实物铿锵回应：同时期其他古文明在

彩陶阶段时，东方的匠人已掌握了如此超前的薄胎与渗碳技艺；而类似的工艺在地中海地区出现，已晚了近两千年。

车厢深处，一件西汉彩绘负壶陶鸟昂首伫立，形似鸿鸟，双目圆睁，双翼各负一彩绘陶壶。陶鸟通高逾半米，体硕大而雄健，足踏方座，颈胸饰赭色鳞状羽纹，简朴豪放。鸿鸟在古代被视为“不噎之鸟”，象征长寿吉祥；双壶所盛，正是汉代敬老所用的“糜粥”，也就是一种细腻易食的粥浆。以不噎之鸟载不噎之食，寄托了生者对逝者的良好祝愿，也折射出汉代敬老尊贤的礼俗。这件国宝级陶塑，既展现了汉代陶艺的雄浑气魄，更将泥土塑成了信仰与温情的载体。

这些陶是技术的突破，是艺术的表达，是信仰的寄托，更是文明进程的鲜活注脚。而今，这列穿越时空的列车，让泥土与火焰的故事再次苏醒，邀请每一位过客驻足聆听，那穿越五千年时光的、低回而温暖的陶语。

视频请扫描二维码观看



## 文物志

### 轨上博物馆



西汉彩绘负壶陶鸟(手绘)