



南京中华中等专业学校

Nanjing Zhonghua Secondary Vocational School

暑研砺素师心笃，职教深耕双师强

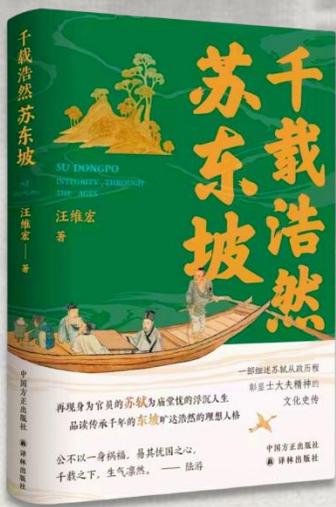
—— 全体教师暑期研修暨综合素养提升培训

南京中华中等专业学校

2025年8月29日



是什么成就了苏东坡



汪维宏 著

中华传统文化名人的“天花板”



东坡先生是集思想家、政治家、文学家于一身的思想巨人、政治精英和文化巨匠。他是中华传统文化名人的“天花板”。

一滴水可以见太阳



习近平总书记的 ——2022·年度瞬间——



一滴水可以见太阳

学习论理

一滴水可以见太阳

一滴水可以见太阳，一个三苏祠可以看出我们中华文化的博大精深。我们说要坚定文化自信，中国有“三苏”，这就是一个重要例证。

——2022年6月8日，习近平在四川考察时的讲话

“世界英雄”



法国《世界报》

2000年，组织评选出过去1000年最有影响力的12位“世界英雄”，东坡先生是唯一入选的中国人。

人生缘何不快乐,只因未读苏东坡。

每个人的心中,都有一个苏东坡。



文武兼修，张弛有度

“六艺”出自《周礼》，从周朝起便成为贵族教育的核心体系，是指六种基本技能和修养。

六艺：礼（礼仪）、乐（音乐）、射（射箭）、御（驾战车、马车）、书（识字）、数（计算），其中射箭和驾车为军事技能。



“杯酒释兵权”

标志着北宋崇文抑武政策的开始

公元960年,后周大将赵匡胤在陈桥驿(今河南省新乡市封丘县)发动兵变,部下诸将给他披上黄袍,成为北宋的开国皇帝。

赵匡胤为了消除隐患,防止历史重演,决定解除禁军将领们的兵权。

公元961年,赵匡胤宴请石守信等禁军高级将领。席间,他表达了自己的担忧,并暗示诸将领交出兵权可以保全荣华富贵,将领们心领神会,纷纷表示愿意交出兵权,颐养天年。



宋朝军权三分制

宋朝的军权三分制,主要依托三大机构,分别为枢密院、三衙和兵部。

枢密院是最高军事机构,长官为枢密使或知枢密院事,均由文官担任,武将仅有战场的指挥权,而无权自主调兵。

三衙:殿前司,负责殿前禁军的日常管理和训练;侍卫亲军马军司,统辖禁军中的骑兵部队;侍卫亲军步军司,统辖禁军中的步兵部队。

机构 \ 军权	发 兵	统 兵
枢密院 中央最高军政指挥机构	●	✘
三 衙 中央最高统兵机构	✘	●
兵 部 非军事领域的辅助和行政	不直接参与调兵遣将等核心军事活动	

宋代“文人论兵”

宋代文人论兵是中国历史上一个特殊的文化现象。

苏洵不仅擅长,而且喜爱论兵。1056年,苏洵来到京师后,与富弼、文彦博、韩琦等大谈兵事。唐宋八大家的曾巩评价苏洵:“其文言当世之要,颇喜言兵”。

苏洵一生最重要的作品之一《权书》,是他几十年钻研成果的结晶,旨在探讨仁义之师采用的战术。

1058年,苏洵还上书仁宗皇帝,建议改革吏治,恢复武举。



“少年带刀剑，但识从军乐”

苏东坡虽无从军经历,或许受到父亲喜爱论兵的熏陶和中华优秀传统文化中爱国主义的教育,投笔从戎、抗击外侵便是他从小立下的爱国志向。

苏东坡写下“**封题寄去吾无用,近日从戎拟学班**”,以汉代抗击匈奴的班超为榜样,立志投笔从戎,建功边陲,他开始练习骑射。

苏东坡在《和子由论书》诗中说:“迩来又学射,力薄愁官笥”,并添加了“官箭十二把,吾能十一把箭耳”的自注,意思是,近来学习射箭,虽然力量不够,射得不远,但射得还是比较准的,十二把箭能射中十一把。

后来,苏东坡进步神速,已达到百步穿杨、箭无虚发,苏辙赞扬苏东坡“吾兄善射久无敌”。



老夫聊发少年狂，左牵黄，右擎苍，锦帽貂裘，千骑卷平冈。为报
倾城随太守，亲射虎，看孙郎。

酒酣胸胆尚开张，鬓微霜，又何妨？持节云中，何日遣冯唐？会挽
雕弓如满月，西北望，射天狼。

— 《江城子·密州出猎》 苏轼



• 熙宁十年(1077)七月,黄河决口,徐州城危在旦夕。时为徐州太守的苏东坡亲入武卫营求助,违规要求禁军为保卫城池尽力,士卒踊跃参加筑堤护城。

次年,他上书神宗皇帝,请求建立利国监冶(铁)户武装,增强地方军事实力。

• 元丰八年(1085)三月,苏东坡任朝奉郎知登州。到任仅五日,又接到礼部郎中的任命。

他在赴京途中,写下《登州召还议水军状》,文中指出:“登州地近北虏,实为边疆前线,自国朝以来,先来屯驻重兵,教习水战,以备不虞。虏知有备,故未尝有警。”



• 元祐四年(1089)七月,苏东坡以两浙西路兵马钤辖龙图阁学士知杭州。

任上,为了加快工程进度,先是调动一千名官兵参与六井疏浚及管道铺设,接着又动用五百名官兵参与西湖疏浚及西堤的建筑。

• 元祐八年(1093),苏东坡以端明殿学士兼翰林学士出任河北西路安抚使兼马步军都总管、出知定州军知事,统管一路军政大权。

苏东坡法纪严明,敢于碰硬,严肃查处了军中贪污腐败、酗酒赌博等问题。在他的铁腕治理下,军容风纪和战斗力大为改观。

苏东坡少有报国之志,好读兵书,关心国家大事,对军事问题有不少见解,形成了独到的军事思想,尤其是在军事策略和兵法上。

“知安而不知危，能逸而不能劳”

——《教战守策》



苏东坡对北宋军事变革的真知灼见

- 《策别训兵旅》等文：提出“蓄材用”“练军实”“倡勇敢”。主张积极备战，富国强兵，积极防御外敌是国之大计。
- 《策别安万民》：提出“教战守”等应对之策，旨在建设强大的国防，打造一支能征善战的军队。
- 《孙武论》：提出军事行动应遵循“廉、静、信”三原则，即廉洁、冷静、诚信，旨在强调道德在军事中的优先性，与传统兵家“兵不厌诈”形成鲜明对比。
- 《次韵和子由闻予善射》：提出无论书生还是武将都应该文武兼备。



一

是什么成就了苏东坡



- 家风、家教、家学的熏陶和老师们的教育;
- 青少年时期苏东坡的立志与勤奋;
- 中华优秀传统文化中汲取的营养;
- 跌宕起伏、命运多舛的人生历练。

1 家风、家教、家学的熏陶和老师们的教育



苏家历史上的两位名人



苏章

东汉时期，年少博学，善著文章。曾任冀州（今河北省衡水市）、并州（山西省太原市）刺史，后隐居赵郡。



苏味道

唐代著名文学家，有两个成语源于他：
“火树银花” “模棱两可”

眉山“人杰地灵”



苏轼

吾家蜀江上，
江水绿如蓝。

孕其蓄秀当此地，
郁然千载诗书城。

陆游



景祐三年(1036年)十二月十九日，
苏东坡生于四川眉山。



“基因传承”

苏东坡出生时，祖父苏序还健在。苏序，为人朴实，任侠尚义，乐善好施，喜好饮酒，满是侠义之气。而苏序“吾欲子孙读书，不愿富”的理念，成就了苏家子孙。为此，他倾其钱财，购置了大量书籍。应该说苏东坡的达观豪放和好酒之风，多少遗传了他爷爷的基因。



“基因传承”



苏氏出于高阳，而蔓延于天下。
唐神龙初，长史味道，刺眉州，卒于官，一子留于眉，眉之有苏氏自是始。

—《苏氏族谱》·苏洵



苏味道
苏洵追认其为始祖



苏序
苏轼祖父



苏轼
“苏东坡”



苏洵
苏轼之父



苏辙
苏轼之弟

程夫人“相夫”



天圣元年(1027),苏洵娶妻成亲。

程夫人温良贤淑,自幼饱读诗书,聪慧过人,相夫教子。程夫人对夫君不取功名,信天游式的生活态度很是不满,希望父亲能对孩子言传身教,树立榜样。

苏洵幡然醒悟,决定走科举之路,为儿子做出表率。

程夫人“教子”



程夫人在子女教育方面颇有见解,非常重视历史知识的学习教育,认为学习历史不仅能增长知识,更是培养品德、增强明辨是非能力的重要途径。



“儿若要做范滂，
您许吗？”

“你能做范滂，难道
我就不能做范母吗？”

《记先夫人不残鸟雀》

吾昔少年时，所居书堂前，有竹柏杂花，丛生满庭，众鸟巢其上。武阳君恶杀生，儿童婢仆，皆不得捕取鸟雀。数年间，皆巢于低枝，其馥可俯而窥也。又有桐花凤四五百，翔集其间。此鸟羽毛至为珍异难见，而能驯扰，殊不畏人。闾里间见之，以为异事。此无他，不伎之诚，信于异类也。有野老言：“鸟巢去人太远，则其子有蛇、鼠、狐狸、鸱鸢之忧，人既不杀，则自近人者欲免此患。”由是观之，异时鸟雀巢不敢近人者，以人为甚于蛇鼠之类也。

《记先夫人不发宿藏》

先夫人僦居于纱毂行。一日，二婢子熨帛，足陷地。视之，深数尺，有一瓮，覆以乌木板。夫人命以土塞之，瓮中有物，如人咳声，凡一年而已。人以为有宿藏物，欲出也。夫人之侄之问闻之，欲发焉，会吾迁居，之问遂僦此宅，掘丈余，不见瓮所在。其后吾官于岐下，所居古柳下，雪，方尺不积雪，睛，地坟起数寸。吾疑是古人藏丹药处，欲发之。亡妻崇德君曰：“使先姑在必不发也。”吾愧而止。



苏洵教子之法

苏洵与苏东坡相比,似乎有些孤傲、冷苛。虽然发奋较晚,且屡试不中,但丝毫没有影响他的治学、修身与济世之心。苏洵对苏东坡兄弟俩的教育有这么几个特点:

- **苛刻严厉。**在两个儿子的学习上有辅导、有布置、有检查。
- **涉猎广泛。**诸子百家、诗词歌赋,苏洵要求他们全部涉猎。父子三人读经、读史、读百家,讨论史实、练习写作。
- **不吝赞扬。**对于两个儿子学业上取得的进步,苏洵和程夫人总是及时夸赞。



夜梦嬉游童子如，父师检责惊走书。
计功当坐春秋余，今乃初及桓庄初。
怛然悸悟心不舒，起坐有如挂钩鱼。

—《夜梦（选句）》苏轼



苏东坡教子有方



《迈砚铭》

以此进道常若渴，以此求进常若惊。
以此治财常思予，以此书狱常思生。

苏东坡的入学情况

七岁 天庆观北极小学,师从张易简。

十一岁 寿昌书院,师从刘巨。

十六岁 青神县中岩书院,师从王方。



2

青少年时期苏东坡的立志与勤奋



当张易简和一位乡老先生阅读《庆历圣德颂》时,苏东坡从旁窥探,他问诗中所颂的是些什么人,乡老先生说:“童子何用知之?”东坡倔强地反问道:“如是天人,则不敢知,假如也是人的话,为何不可问?”那位乡老先生非常惊讶,就耐心地告诉他:“这韩、范、富和欧阳,此四人者,人杰也。”



- “早岁便怀齐物志,微官敢有济时心。”
- “发奋识遍天下字,立志读尽人间书。”
- “少年有奇志,欲和南风琴。”





我昔在田间，但知羊与牛。
川平牛背稳，如驾百斛舟。
舟行无人岸自移，我卧读书牛不知。

忆昔与子皆童丱，年年废书走市观。

青少年该吃苦时要吃苦



苏东坡在黄州时,曾在诗中写道:“少年辛苦真食蓼,老境安闲如啖蔗。”

意思是,少年时代,历经苦难,那艰辛的滋味,就如同吃蓼草一样又苦又辣,老年之后,生活逍遥,那种清悠闲的样子,就像在吃甘蔗一样,又香又甜。

没有少年时期历经的辛苦,哪来晚年生活的安闲逍遥。不然就会“少壮不努力,老大徒伤悲。”勉励青少年该吃苦时要吃苦。

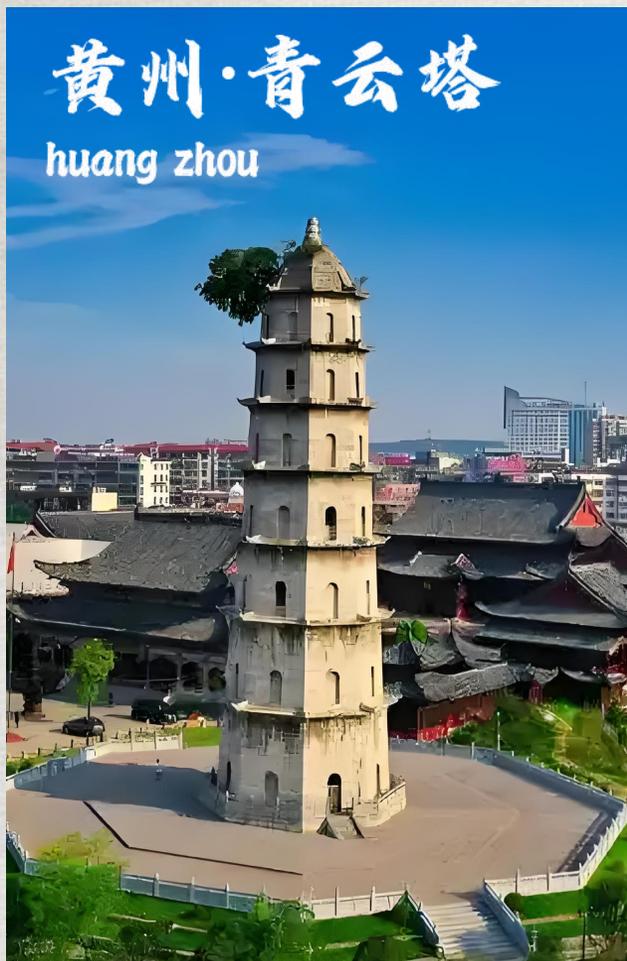
3

中华优秀传统文化中汲取的营养



4

跌宕起伏、命运多舛的人生历练





二

科举路上的佼佼者



美丽的“乌龙”

考官梅尧臣读到苏东坡的策论后，赞不绝口，便将此文呈主考官欧阳修。

欧阳修读后更是惊喜万分，大为赞赏，感觉这篇文章出自自己的学生曾巩的可能性最大，于是欧阳修为了避嫌，将这篇文章列为第二。



科举路上的佼佼者



苏洵



莫道登科易，
老夫如登天。
莫道登科难，
小儿如拾芥。

科举路上的佼佼者

千年科举第一榜



苏轼



苏辙



曾巩



吕惠卿



曾布



章惇

为天地立心，
为生民立命，
为往圣继绝学，
为万世开太平。



张载

科举路上的佼佼者



欧阳修



“读轼书，不觉汗出，快哉，快哉！
老夫当避路，放他出一头地也。”

科举路上的佼佼者

制科考试宋朝第一人



朕今日为子孙得两宰相矣！

宋朝的制科考试成绩共有五等：

第一等和第二等都是虚设，从来无人得过。

第三等通常不录取。

第四等为录取的考生。

第五等为落榜的考生。





三

苏王之争岂在变法



苏王之争岂在变法



张方平对“三苏”不仅竭力推荐,给欧阳修写了一封情真意切的推荐信,而且还慷慨解囊,资助了他们去汴京的部分盘缠。



苏王之争岂在变法



王安石对“三苏”的看法:

- 1、“三苏”所学是策士之学;
- 2、对苏东坡人品产生怀疑;
- 3、“三苏”有不为君子之所为;
- 4、当众碾压苏洵。



王安石

“如果我是考官，就不取他。”



吕公著

韩维

苏王之争岂在变法



王安石比苏东坡年长十五岁,考中进士比苏东坡早十五年,去世也比苏东坡早十五年。



你娘去世,我爹不去



你爹去世,我也不去

老夫聊发少年狂，左牵黄，右擎苍，锦帽貂裘，千骑卷平冈。
为报倾城随太守，亲射虎，看孙郎。

酒酣胸胆尚开张，鬓微霜，又何妨！持节云中，何日遣冯唐？
会挽雕弓如满月，西北望，射天狼。

——《江城子·密州出猎》·苏轼





老百姓为了感激苏东坡,纷纷杀猪宰羊,前来慰问。苏东坡实在推辞不掉,只好接受下来,然后在他的指点下烧成大块红烧肉,回赠前来慰问和参与抗洪的百姓。百姓起名为“回赠肉”。

其实,这就是一直流传至今的名菜“东坡肉”的起源和雏形。

为了纪念抗洪胜利,建筑大堤的同时,苏东坡在城东门兴建了一座三十多米高的楼阁,取名为“黄楼”,望以保徐州城一方平安。苏辙特撰《黄楼赋》作为贺礼,苏东坡亲自书写此赋刻石。





四

“乌台诗案”始末



“乌台诗案”始末

导火索



知其愚不适时，难以追陪新进；
察其老不生事，或能牧养小民。

“乌台诗案”始末



沈括将苏东坡诗集中认为有问题的诗句圈出来，逐处加以笺注后，附在察访报告里，一并呈送皇帝，称苏“愚弄朝廷”。



“乌台诗案”始末

借刀杀人



- 御史台又称“乌台”，一是因为御史台四周种满柏树，乌鸦以柏树筑巢而居，数以千计，别称“乌台”；二是暗指御史们都是乌鸦嘴。苏轼因诗文获罪，由御史台审理，故称“乌台诗案”。

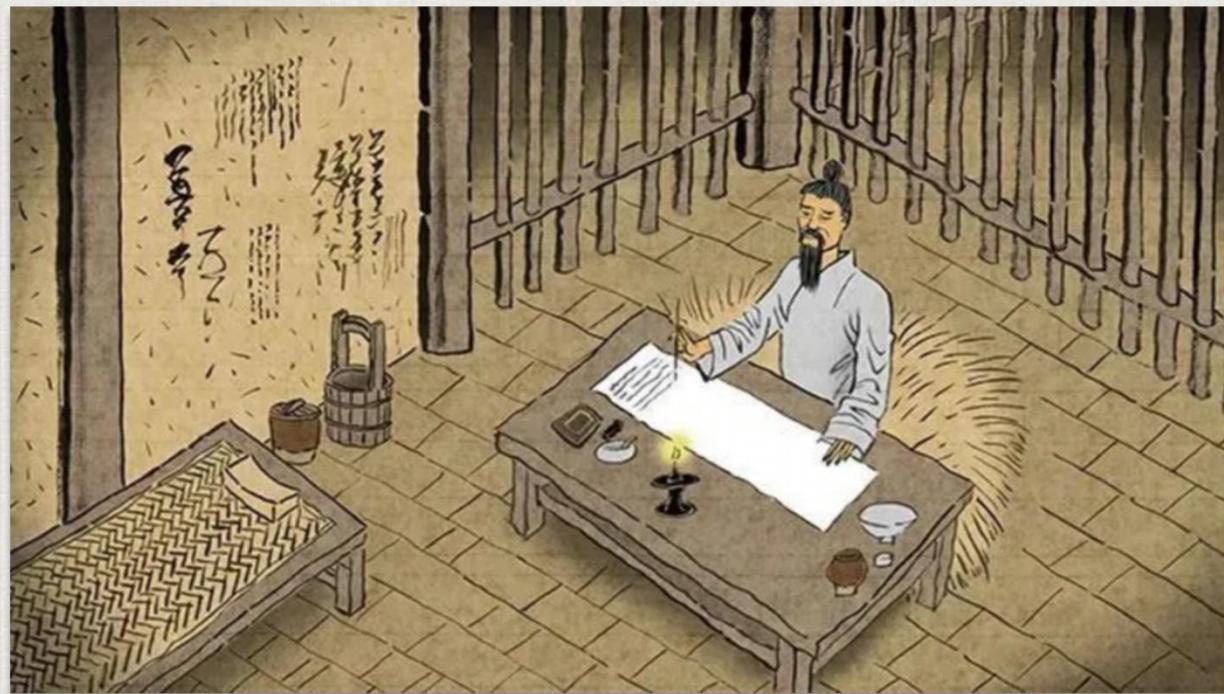
“乌台诗案”始末

狱中寄子由二首



圣主如天万物春，小臣愚暗自亡身。
百年未满先偿债，十口无归更累人。
是处青山可埋骨，他年夜雨独伤神。
与君世世为兄弟，再结来生未了因。

柏台霜气夜凄凄，风动琅玕月向低。
梦绕云山心似鹿，魂飞汤火命如鸡。
眼中犀角真吾子，身后牛衣愧老妻。
百岁神游定何处，桐乡知葬浙江西。



“乌台诗案”始末

“最大救星”



太皇太后·曹氏

“以作诗系狱，得非受了小人中伤。”

“不须大赦天下凶恶，但放了苏轼就够了。”

“死罪囚流以下，一律开释。”

“苏轼任黄州团练副使。”

宋神宗





五

从苏轼到苏东坡的人生蜕变



从苏轼到苏东坡的人生蜕变

思想变化



惊弓之鸟，噤若寒蝉

缺月挂疏桐，漏断人初静。谁见幽人独往来，缥缈孤鸿影。
惊起却回头，有恨无人省。拣尽寒枝不肯栖，寂寞沙洲冷。

世事一场大梦，人生几度秋凉。夜来风叶已鸣廊。看取眉头鬓上。
酒贱常愁客少，月明多被云妨。中秋谁与共孤光。把盏凄然北望。

幽人无事不出门，偶逐东风转良夜。

饥寒未至且安居，忧患已空犹梦怕。

从苏轼到苏东坡的人生蜕变

思想变化



二

躬耕东坡，缓释压力

去年东坡拾瓦砾，自种黄桑三百尺。
今年刈草盖雪堂，日炙风吹面如墨。

从苏轼到苏东坡的人生蜕变

思想变化



《寒食雨两首》

其一

自。年。今。卧。暗。何。
我。年。年。闻。中。殊。
来。欲。又。海。偷。病。
黄。惜。苦。棠。负。少。
州。春。雨。花。去。年。
, , , , , ,
已。春。两。泥。夜。病。
过。去。月。污。半。起。
三。不。秋。燕。真。头。
寒。容。萧。脂。有。已。
食。惜。瑟。雪。力。白。

其二

春。小。空。那。君。也。
江。屋。庖。知。门。拟。
欲。如。煮。是。深。哭。
入。渔。寒。寒。九。途。
户。舟。菜。食。重。穷。
, , , , , ,
雨。濛。破。但。坟。死。
势。濛。灶。见。墓。灰。
来。水。烧。乌。在。吹。
不。云。湿。衔。万。不。
已。里。苇。纸。里。起。

从苏轼到苏东坡的人生蜕变

思想变化



三

儒释道的融会贯通，兼收并蓄

“物我相忘，身心皆空”是苏东坡所要追求的精神境界，而学道礼佛、厚自养炼和焚香默坐，则是他在黄州时的自我调适方法。

儒家重在修身，修的是浩然正气，精髓是拿得起；道家重在治身、养生，修的是练心见性，精髓是想得开；佛家重在治心，修的是渡人渡己，精髓是放得下。

儒学增强了他兼济天下的情怀，道学坚定了他潇洒豁达的心态，佛学给予他看淡一切的境界。他对儒家、佛家和道家思想的融会贯通，赐予他生命的滋养、智慧的启迪，成就了他逆境中坚韧刚毅、苦难中大智若愚、漂泊半生却逍遥旷达的心态。

从苏轼到苏东坡的人生蜕变 思想变化



三 儒释道的融会贯通，兼收并蓄

临臯亭下八十数步，便是大江，其半是峨眉雪水，吾饮食沐浴皆取焉，何必归乡哉！江山风月，本无常主，闲者便是主人。闻范子丰新第园池，与此孰胜？所不如者，上无两税及助役钱耳。

《临臯亭题》·苏轼

从苏轼到苏东坡的人生蜕变

思想变化



三

儒释道的融会贯通，兼收并蓄

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，也无风雨也无晴。

《定风波·莫听穿林打叶声》·苏轼

从苏轼到苏东坡的人生蜕变

思想变化



四

与自己及社会和解，文学创作进入巅峰时期



故天将降大任于是人也，
必先苦其心志，
劳其筋骨，
饿其体肤，
空乏其身，
行拂乱其所为，
所以动心忍性，
曾益其所不能。

从苏轼到苏东坡的人生蜕变

笔耕不辍



苏东坡一生中，二千七百多首诗、三百多首词、四千八百多篇文章。

黄州时期，便有四百五十三篇文学作品：

诗二百一十四首；

词四十九首；

散文四百五十七篇；

赋三篇。



从苏轼到苏东坡的人生蜕变

作品赏析

大江東去浪淘盡
千古風流人物
故壘西邊人道是
三國周郎赤壁
亂石穿空驚濤拍
岸卷起千堆雪
江山如畫一時多
少豪傑
遙想公瑾當年小
喬初嫁了雄姿英
發
羽扇綸巾談笑間
檣櫓灰飛煙滅
故壘神遊多情應
笑我早生華髮
人間如夢一尊還
酹江月

蘇軾念奴嬌赤壁懷古
詞典網集

书法作品 《念奴娇 赤壁怀古》· 苏轼



六

苏东坡的廉政思想



苏东坡的廉政思想

- 功废于贪,行成于廉
- 苟非吾之所有,虽一毫而莫取
- 物必先腐也,而后虫生之
- 至今不贪宝,凛然照尘还



(一) 功废于贪，行成于廉

苏东坡关于“廉”的论述，当以熙宁年间的《六事廉为本赋》为代表。他在此赋开宗明义指出：“事有六者，本归一焉。各以廉而为首，盖尚德以求全。”

- 廉善：即从善如流和行事方式，指官吏的道德品行、口碑政声。
- 廉能：即保证政令畅通和令行禁止，指官吏的执政能力、担当精神。
- 廉敬：即心存敬畏和恪尽职守，指官吏的为官之道、行为准则。
- 廉正：即行无倾邪、品行端正，指官吏的正己为先、清廉公正。
- 廉法：即恪守法律和天人合一，指官吏的寸心不昧、守法不失。
- 廉辨：即辨事分明和清醒明察，指廉政监察官吏的精细考察、明辨是非。

(一) 功废于贪，行成于廉

苏东坡在《六事廉为本赋》中提出了几个重要的论点：

- “事有六者，本归一焉。各以廉而为首，盖尚德以求全”，在“六事”之中，清正廉洁无疑是第一位的、决定性的。
- “举其要兮，廉一贯之”，为官从政要把廉洁自律贯穿从政过程的始终，一以贯之，绝不可功亏一篑、半途而废。
- “功废于贪，行成于廉”，功业毁废于贪婪，德行养成于廉洁，这是苏东坡总结出来的从古至今为官从政的一条铁律。

(二) 苟非吾之所有，虽一毫而莫取

在苏东坡和苏澈的成长成才道路上，母亲程氏起了至关重要的作用。她在子女教育方面颇有见解，非常重视古今成败历史知识的学习教育。

- 苏辙在《颖滨遗老传》中评价自己的母亲：“母成国太夫人程氏，亦好读书，明识过人，志节凜然，每语其家人：‘二子必不负吾其志’。”
- 苏东坡曾在《记先夫人不发宿藏》中记述母亲程氏言传身教的一段往事，“非义不取”的善举给童年时期的苏东坡留下深刻印象。



(二) 苟非吾之所有，虽一毫而莫取

“且夫天地之间，物各有主，苟非吾之所有，虽一毫而莫取。惟江上之清风，与山间之明月，耳得之而为声，目遇之而成色，取之无禁，用之不竭，是造物者之无尽藏也，而吾与子之所共适。”

——《赤壁赋(选段)》·苏轼

苏东坡被贬黄州后，日子过得非常紧巴，他每月分日分次分项精打细算，省吃俭用。纵然当日钱不够花，也绝不寅吃卯粮。

尽管当时生活艰辛，但他依然保持了**超然与物的追求**和**虽一毫而莫取**的节操。

(二) 苟非吾之所有，虽一毫而莫取

1989年1月，时任宁德地委书记的习近平同志就廉政建设送给党员干部四句话中的第一句话，就是“苟非吾之所有，虽一毫而莫取”，他认为**这是作为党员干部的起码要求**，强调党员干部要廉洁自律，切勿利用手中的权力谋取私利。



习近平关于加强党的作风建设论述摘编

习近平 关于加强党的作风建设 论述摘编

中共中央党史和文献研究院 编

中央文献出版社

中央文献出版社

党的领导干部更要对组织和人民常怀感恩敬畏之心，对功名利禄要知足，对物质享受和个人待遇要知止。“惟江上之清风，与山间之明月，耳得之而为声，目遇之而成色，取之无禁，用之不竭。”苏轼的这份情怀，正是今人所欠缺的，也是最为珍贵的。生不带来、死不带去。想通这个道理，就一定能够以身作则、以上率下，以清廉养浩然正气。

《重整行装再出发，以永远在路上的执着把全面从严治党引向深入》（2018年1月11日），《习近平关于加强党的作风建设论述摘编》第六章，中央文献出版社2025年版，第105页。

（三）物必先腐也，而后虫生之

“物必先腐也，而后虫生之；人必先疑也，而后谗入之。”

——《论项羽范增》·苏轼

苏东坡不仅写下了物先腐、腐生虫的自然现象，而且更进一步阐述了人先疑、而后谗的哲学现象，蕴含着深刻的哲理：

在事物发展过程中，外因是变化的条件，内因则是变化的根据，外因通过内因而起作用。而作为具有独立思考能力的人，在信息采信与事物判断上亦是同理。

（三）物必先腐也，而后虫生之

苏东坡一生对天下名泉情有独钟，每游必有感悟，从清泉中感悟人生的道理，也从中汲取清廉的启示。

绍圣元年(1094年)八月，苏东坡被贬惠州，途经虔州时，与当地隐士阳孝本同游当地名胜廉泉，写下了著名诗篇《廉泉》。“水性故自清，不清或挠之”“廉者为我廉，我以此名为。有廉则有贪，有慧则有痴”“毁誉有时尽，不知无尽时”。

苏东坡在诗中揭示了廉与贪、慧与痴、毁与誉的辩证关系，指出了泉清靠自洁、人正靠自廉的深刻道理。只要人们具有抵制贪欲、廉洁自律的意识，就能达到“我影投廉泉，水洁清我心”“好在水中人，到处相娱嬉”的境界。

渡江吊很石，过岭酌贪泉。

—《次韵苏伯固游蜀冈，送李孝博奉使岭表（选句）》·苏轼



酌贪泉而觉爽，处涸辙以犹欢。

——《滕王阁序（选句）》·王勃



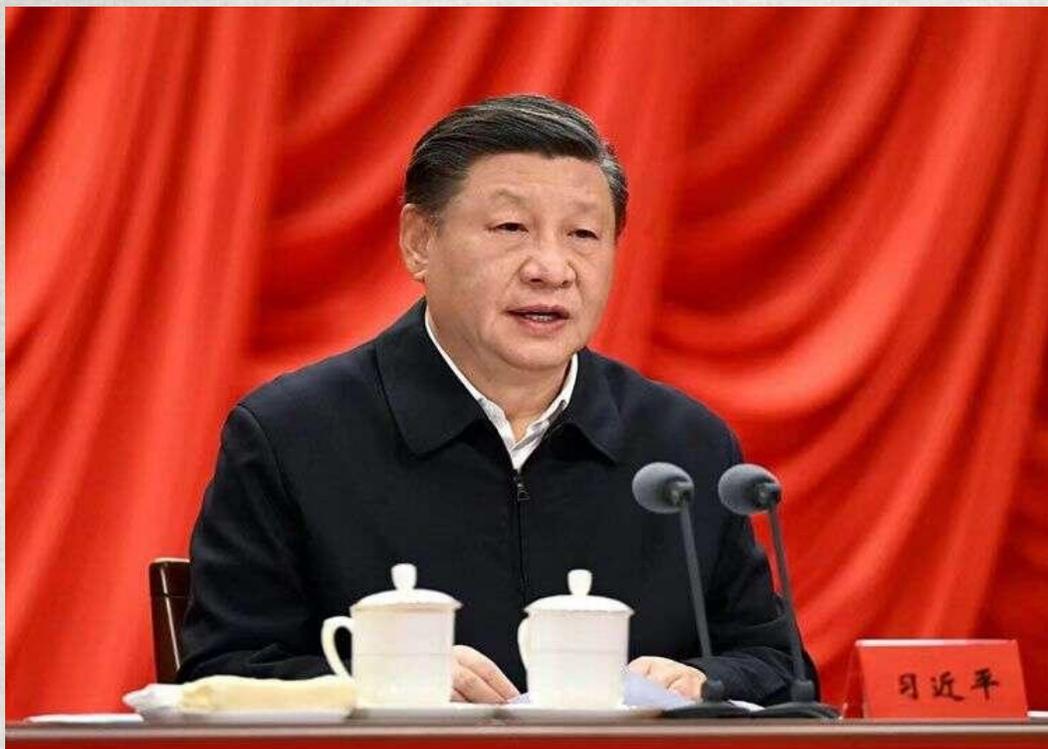
物必先腐也，而后虫生之

晋代人吴隐之任广州太守，在广州城外，见一池泉水名“贪泉”。当地传说饮了贪泉之水，便会贪婪成性。他不信这些，照饮不误，饮后还写了一首诗：“古人云此水，一畝怀千金。试使夷齐饮，终当不易心。”

他在任期间，果然廉洁自律，坚持了自己的操守。



物必先腐也，而后虫生之



— 2012年11月17日习近平总书记在第十八届中共中央政治局第一次集体学习时的讲话

物必先腐，而后虫生

“反对腐败、建设廉洁政治，保持党的机体健康，始终是我们党一贯坚持的鲜明政治立场。党风廉政建设，是广大干部群众始终关注的重大政治问题。”

（四）至今不贪宝，凛然照尘还

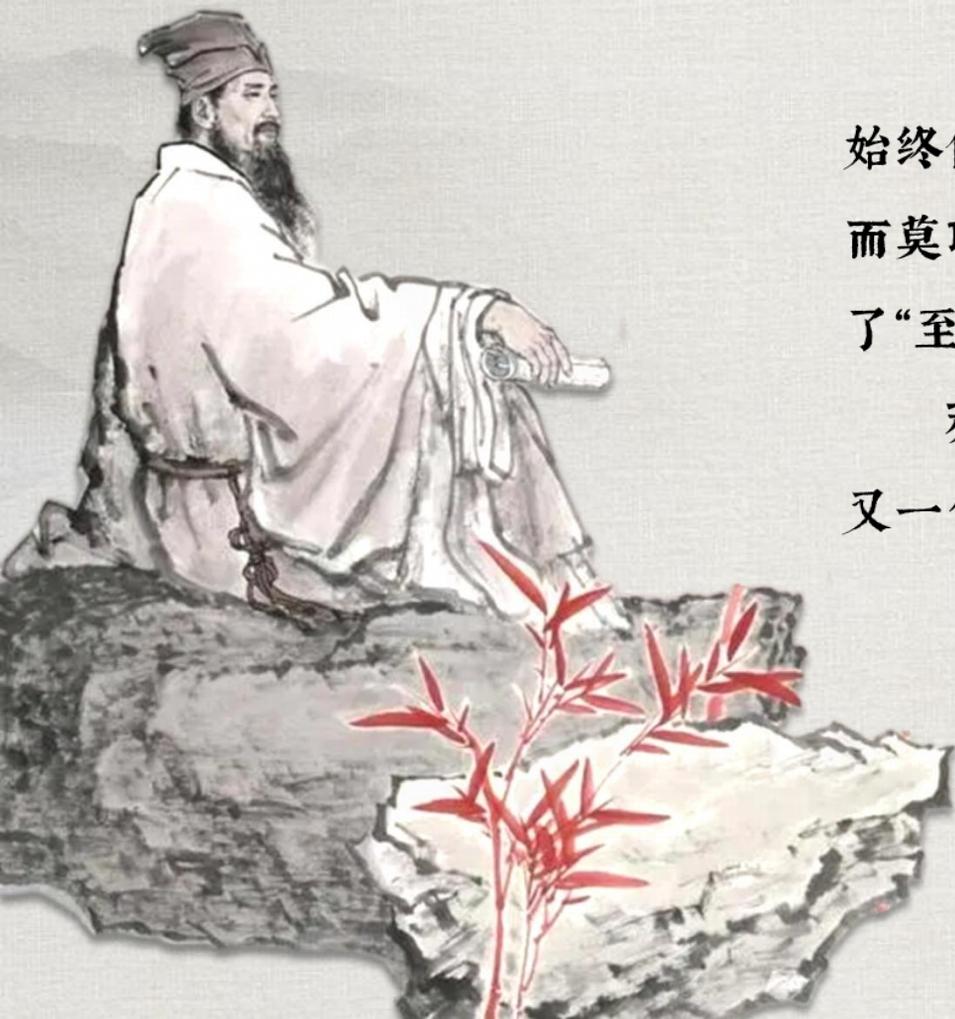
纵观苏东坡的一生，无论是居庙堂之高，还是处江湖之远，在清正廉洁方面，他始终恪守其在《杭州召还乞郡状》中所言的“守其初心，始终不变”。他毕生清廉的动力来自家风家学熏陶下自幼养成的内在约束、廉洁精神和根深蒂固的民本思想。

苏东坡一生将春秋时期宋相国子罕“以不贪为宝”，作为自己的人生信仰和毕生追求。他在《梦中作寄朱行中》一诗中自豪而欣慰地写下了“至今不贪宝，凛然照尘寰”。而“以不贪为宝”，也成为苏东坡一生的座右铭和廉洁自律的写照。

苏东坡一生跌宕起伏,命运多舛。

无论是居庙堂之高的显赫时期,还是处江湖之远的贬谪期间,他都始终信奉“功废于贪,行成于廉”的从政理念,践行“苟非吾之所有,虽一毫而莫取”的廉政承诺,保持了“一点浩然气,千里快哉风”的精神品格,实现了“至今不贪宝,凛然照尘还”的毕生追求。

苏东坡的廉政思想传承发展了中华优秀传统文化,必将激励着一代又一代人踔厉奋发、勇毅前行。



(四) 至今不贫宝，凛然照尘还



著名国学家王国维在1912年发表的《文学小言》中有这样一段话：“三代以下之诗人，无过屈子、渊明、子美、子瞻者。此四子者若无文学之天才，其人格亦自足千古。”



七

公职人员的楷模



公职人员的楷模



- 从政理念“民贵君轻,以民为本”。
- 以“虽千万人,吾往矣”的勇气,为了天下苍生和江山社稷,明知不可为而为之。
- 创办中国第一个儿童福利院和第一家公立医院。
- 首开中国景观水利、人文水利的先河,历史治水名人。
- 修改衙规、抗击蝗灾、整治东湖、整肃军纪、取消榷盐制度.....
- 以自己的言行诠释了“穷不仅能独善其身,也能兼济天下”。

“为国不可以生事,亦不可以畏事。”《因擒鬼章论西羌夏人事宜札子》

— 2014年2月17日习近平《在省部级主要领导干部学习贯彻十八届三中全会精神全面深化改革专题研讨班上的讲话》

“天下之患,最不可为者,名为治平无事,而其实有不测之忧。

坐观其变而不为之所,则恐至于不可救。”《晁错论》

— 2014年4月30日习近平《在新疆考察工作结束时的讲话》

“古之立大事者,不惟有超世之才,亦必有坚忍不拔之志。”《晁错论》

— 2018年5月2日习近平《在北京大学师生座谈会上的讲话》

“犯其至难而图其至远。”《思治论》

— 2022年12月31日习近平《二〇二三新年贺词》



苏东坡的一生

“八三四一”

“八”：是指他先后曾任八州知州，分别是密州（山东诸城）、徐州、湖州、登州（山东蓬莱）、杭州、定州、颖州（安徽阜阳）、扬州。

“三”：是指他曾担任过朝廷的吏部、兵部和礼部尚书。

“四”：是指他“四处贬谪”，先后被贬到黄州（湖北黄冈）、汝州（河南平顶山）、惠州、儋州。

“一”：是指他曾经做过一任“皇帝秘书”，翰林学士知制诰。



年轻读者向苏东坡学什么？

青年时期对于一个人的一生至关重要。青年朋友们，尤其是年轻读者应该从苏东坡跌宕起伏、波澜壮阔的一生中学习什么呢？

- 学习他博观而约取、厚积而薄发的学习态度，勤奋好学，持之以恒。
- 学习他一蓑烟雨任平生、也无风雨也无晴的人生态度，不怕挫折，知难而进。
- 学习他以民为本、爱岗敬业的工作态度，亲民爱民惠民，敬业精业勤业。
- 学习他乐观豁达、随遇而安的生活态度，向善而行，积善成德。



高山仰止，景行行止。
虽不能至，然心乡往之。

—《孔子世家赞》



司马迁



谢谢大家

不当之处，敬请指正