

# 黄庭坚：人生低谷期，活出高境界

一个人如果不读书，后果有多严重？

黄庭坚说：士大夫三日不读书，则义理不交于胸中，对镜觉面目可憎，对人则言语无味。

他认为，三天不读书，处世的道理会忘掉，人会变丑，说话也无趣了。

作为北宋著名诗人、书法家、江西诗派的开山之祖，黄庭坚自然才高八斗，学富五车，与苏轼齐名，时称“苏黄”。

他的人生之路与仕途，并未因此一马平川，反而是起起伏伏，走得异常艰难。

喜爱读书，也擅长读书的黄山谷，在人生低谷期，活出了高境界。春风得意时，处之泰然。潦倒失意时，随遇而安。

少年神童，谪居人间  
宋仁宗庆历五年，黄庭坚出生在江西修水县的一个书香门第。

黄氏家学渊博。黄庭坚的父亲黄庶，饱读诗书，与王安石同登金榜。祖父黄湜，老骥伏枥，花甲之年与苏轼同榜进士。曾祖父黄中理，办书院，定家规，是一位教育家。

庭坚，是皋陶的字，黄庶给儿子取这个名，是希望他日后像这位上古圣人一样正直、智慧，有所作为。

黄庭坚从小聪明过人，堪称神童，用现在的话说，就是别人家的孩子。

五岁已能背诵五经，先生没做要求的《春秋》也主动默记于心。面对考问，他对答如流。

七岁写诗作词，虽显稚嫩，却已透出才气与早慧。

八岁时作出一首送别诗，思路清奇，让在场的大人惊为天人：

青山鸟帽芦花鞭，送君归去明主前。若问旧时黄庭坚，谪在人间今八年。

人小，口气大，却也流露出男儿壮志。优良的家风，为黄庭坚的文学修养打下基础。

十五岁那年，他随舅父李常出门游学。那花花世界，充斥着宝马雕车，蛾儿雪柳，秋波顾盼处，秀色

可餐。人不风流枉少年，初出茅庐的黄庭坚迷醉于声色犬马，推杯换盏，还写下“奴奴睡，奴奴睡也奴奴睡”这一类的丽词艳曲。

有舅父管教，他并未在酒色间沉沦下去。作为学者与藏书家，李常将自己所学向外甥倾囊传授，还创建诗社，举办活动，邀请文人雅士前来谈文论道。

在此环境下，黄庭坚有幸结识各方名流，提升创作水平，还遇到了人生另一半——文学家孙觉的女儿孙兰溪。

一个是风流才子，一个是大家闺秀，两人从“忆我又唤我，见我，嗔我，天甚教人怎生受”的相恋，走进门当户对的婚姻。

中国人讲究先成家后立业，家既成，业始立。婚后，黄庭坚与兄长黄大临一起参加乡试，双双中举，黄庭坚还取得第一名的好成绩。

顶着乡魁的光环，黄庭坚赶往京城参加礼部会试。他风尘仆仆，踌躇满志，结果却名落孙山。

回到家里，黄庭坚总结失败失败的教训，加上亲友鼓励，三年后又乡试第一名。重新进京赶考，冥冥中和他父亲一样——23岁金榜题名。

三更灯火，十年寒窗。一朝成名，荣归故乡。

人生犹如桃花扇，黄庭坚手上这把白扇“喇”的一下被打开。他书生意气，盼着挥洒在上面激扬文字。

精金美玉，超轶绝尘  
黄庭坚的第一份工作，是被分配到偏远的汝州当县尉。

他讲真话，办实事，带头赈济灾民，敢用手中的笔为百姓发声请愿望。

县尉任满，黄庭坚被授予北京（今大名县）国子监教授。这是一份教书育人的差事，很适合他，本可以施展才华，然而——

燕云十六州的失陷让这里成为边境城市，地广人少，发展滞后。

黄庭坚的公务也因此清闲。借此机会，他读遍诸子百家野史神话，写下不少诗词，关于读书、饮茶，也关于生离死别、参禅悟道。

人生没有白走的路，人生也没

有白读的书，每一步，每一卷，都算数。

黄庭坚在此谋生时，苏轼恰在杭州任职。有一次，他顺道拜访老朋友孙觉，读到老友贤婿的诗文，称赞其诗“超逸绝尘”，其人更是“精金美玉”。

这是这对良师益友相交十年的铺垫。

后来，黄庭坚又被调任德州，顶头上司是李清照的公公赵挺之。一个恃才傲物，一个倚老卖老，加上立场不同，两人后来搞得水火不容。

职场相攻的是宿敌，江湖相望的是知己。宿敌易逢，知己难遇。

那年在德州过中秋，举杯邀月时，黄庭坚想起挚友黄几复。情至深处，他执笔写下千古名诗《寄黄几复》：

我居北海君南海，寄雁传书谢不能。桃李春风一杯酒，江湖夜雨十年灯。

持家但有四立壁，治病不蕲三折肱。想得读书头已白，隔溪猿哭瘴溪藤。

黄几复是他的发小，一起玩耍，一起长大，后来踏上仕途，终究各奔东西。

一个在四季如春的南方，一个在大雪纷飞的北国，两人靠书信保持往来，情谊不减当年。

遥想青春年少，两人一起春游、赏花、饮酒……那美好时光，仿佛就在眼前。夜雨孤灯下，追忆往昔，竟已流水十年。

山一程，水一程，不同的旅程，总会遇见不同的渡口与过客。

黄庭坚被召回京城，升任中书机构的京官。除了参与主编史学巨著《资治通鉴》，还主编《神宗实录》，因此获得“黄太史”的雅称。

这一时期，他与回朝任职的苏轼第一次“面基”。他俩志趣相投，经常交游酬唱，黄庭坚也从此被列入“苏门四学士”。

两人相差八年，亦师亦友，留下“苏不离黄，黄不离苏，苏黄写尽天下诗”的文坛美誉。

有荣光，也就有黯淡，能攀上高峰，也可能跌落低谷，这才是真实人生。

漂泊九年，白头归来  
人到中年，厄运开始降临黄庭坚身上。

先是六弟病逝，接着舅父、岳父相继去世。亲人一个接一个离开，让黄庭坚深切领悟人生无常，生出归隐之念。

他提交辞呈，未获批准，又请求将升职的恩宠转授给自己老母。

老母去世后，黄庭坚再次提出辞呈，这次，非但未获批准，还在党争的风起云涌下被贬入蜀。

“蜀道难，难于上青天”，黄庭坚没有怨天尤人，而是顺势而为，开启全新的田园生活，躬耕种粮，建造房舍，晴耕雨读、自给自足。

农闲之余，他发挥自身所学，收徒讲学，培养才俊，提升了当地的文化氛围。

人生，从来都是失之东隅收之桑榆的过程。

远离官场，与明月清风为伍，他开始做自己喜欢做的事。在黔州，黄庭坚创作中国书法史上最长的经典长卷：《廉颇蔺相如列传》，令人叹为观止。

后来又又被政治的风云吹去戎州，他同样既来之，则安之，在这里建任运堂，造稿木庵。

禅宗所谓修行，是饥来餐饭倦来眠。黄庭坚行于逆境，从容应对，该种地种地，该饮酒饮酒。

有一次，朋友邀请他品尝名酒，他们模仿王羲之“曲水流觞”的雅趣，边饮酒，边吟诗。

酒杯流淌到黄庭坚面前，他捞起酒杯，一饮而尽，然后豪兴赋诗。

当地百姓为纪念这位正直豁达的文人，后来在溪边建了一个池子，取名为流杯池。

逆境的磨砺，最终可以转化为人生财富。谪居戎州的黄庭坚，不论诗词还是书法，水平上更上一层楼。

创作于这时期的《苦笋赋》《苏轼寒食帖跋》等作品，经过时光淘洗，最终成为闻名中外的文物。

伟大的人，能用一颗元气淋漓

的心，从苦难的土壤里种出绚烂的艺术之花。梵高如此，苏轼如此，黄庭坚同样如此。

近五十岁开始，黄庭坚踏上贬谪之路，东飘西荡，岁月悠悠。漂泊近十年，才有机会重回家乡。站在久违的厅堂，他叹道：“蛮中九年，白头归来。”

这次回乡，除了与兄弟闲话家常，黄庭坚还拜访了诗僧惠洪，参禅论道，作诗唱和。告别时，他写下两句偈语，既是当下状态，也有对生命的深刻领悟：

似僧有发，似俗无尘。作梦中梦，见身外身。顺逆一境，笑对风雨。

行至暮年，六十岁的黄庭坚再次踏上离家的路。

他被流放到瘴蛮之地，也是人生旅途的最后一站——宜州。

不愿与众人伤感辞别，便在夜里独自出发。长途孤寂，囊中羞涩，想到屈原、杜甫这些前辈时，他自我安慰：“我虽贫至骨，犹胜杜陵老。”

这一次，黄庭坚的处境比以往更加坎坷，革除官职不算，还受当地衙门监管，连选择居所的自由都没有。

民房、寺院既已无法容身，他只能在官府强制下搬回城，租了房屋，取名喧寂斋。

听起来很古朴，环境也极为简陋，屋外市声喧杂，屋内夏热冬冷，一般人难以忍受。

黄老先生却泰然处之，在此闹中取静，焚香，静坐，品茗读书，……将心静自然凉的境界发挥到极致。

他并没有与世隔绝，躲进小楼一笼统，而是融入当地民众，礼尚往来，也开门授徒，教化民众。

宜州流传一首歌谣，其中一句是：“赢得声名留胜迹，开化第一功。”这是赞颂黄庭坚对于岭南开化教化所作的功劳。

漂泊异乡，亲友分离，物质艰苦，精神丰沛，这是黄庭坚的晚年境遇。

幸运的是，有一位叫黄信中的年轻人，算是这位大文豪铁粉，自愿照顾他最后阶段的饮食起居。

## 念经 许愿 放生 改善自己命运

### 止念就是心灵静坐 (上)

智慧分别，就是去思考，佛理在人间是否能真正行得通，比方说，夫妻吵架了，现在用佛法来解决，夫妻都是上辈子的缘分，我们要好好珍惜、珍惜佛缘、珍惜人缘、感情缘。佛陀说了，众生皆具佛性，试想一下，他陪了我一辈子，我为什么还跟他争吵？我要用慈悲心来感化他、度化他，好了，不吵架了，想想太太不容易，想想先生也不容易，想想两个人走到今天很不容易，苦在一起，乐在一起，现在一想，解决了，你这样做是不是真正地在人间用佛法在修心？化解你们两个人的矛盾，实际上靠的就是一个慈悲心啊，观世音菩萨最伟大的心是什么？慈悲啊。老公体谅老婆，老婆体谅老公，不就是慈悲吗？

法师什么都不想，连表情都没有，法师做什么事情都不去想，你们去问他这个事情对不对？他不讲话的，他就笑一笑。就像我们小时候跑过去问爸爸：“哥哥欺负我，哥哥是不是对的？”爸爸说：“你们小孩子吵架，都是我的孩子，爸爸妈妈能说什么呢？”弟弟说：“知道了、知道了。”然后就不讲话了。现在我们人在人间也是这样的，你们来问师父，这个事情是对的，还是错的啊？师父能说什么？今天是对的事情，过几年说不定是错的呢，五十年代是对的事情，今天可能是不对的，中世纪被吊死的人，现在说不定不该死，那什么叫对？什么叫错？

没有对错，只是一个缘分罢了。离婚的时候分财产，能分平均吗？付出的是感情，得到的是物质，这个物质能够代替你的感情吗？感情能用物质买来吗？很多男人有钱，娶了一个老婆，这个老婆根本不爱他，就爱他的钱，等到哪一天那个男人没钱了，感情就没了，这就是要你们懂得，在人间什么叫正确的修心。

有关于学佛和念经上的问题可以咨询“大华府观音堂”。

大华府观音堂电话：301-683-8831, 240-621-0416。

地址：1111 Spring Street, Suite 301, Silver Spring, MD 20910

大华府观音堂十月搬迁，新址：401 E Jefferson St, Suite 108 Rockville, MD 20850

随着时间的推移，随着世界的转换，人的概念的变革，什么叫对、什么叫错啊？过去女人还裹小脚呢，对不对？当年就叫对，现在就叫不对。很多人说，我要学习、继承我们祖宗的所有东西，那我们的祖宗还留一个小辫子呢，那现在谁去留小辫子？对错是根据你的意识形态，你的时间推理，和你所处的现实环境来决定的，什么叫对错啊？在家里老婆跟老公吵架，实际上都

# 觀音堂

7-162

1111 Spring Street, Suite 301  
Silver Spring, MD 20910



(301) 683-8831, (240) 621-0416

xinlingmd@gmail.com

改变命运 远离病疼 超度亡人 消灾延寿  
家宅平安 子女教育 挽救婚姻 净化心灵



### 開放時間與活動安排

每天10:00 - 14:00 開放  
每周六有免費素食分享  
與學佛、祈福、共修活動

歡迎大眾來學佛祈福