

今年1月8日是苏轼986岁生日

# 苏轼居然对星座略有研究

1月8日，是北宋著名文学家苏轼986岁的生日。

中国现代文学大师林语堂曾评价苏轼是“人间不可无一，难能有二”之人。他有旷世之才，精通诗词、书法、绘画等，却又一生坎坷，在政治的漩涡中起起伏伏。

然而，纵使“拣尽寒枝不肯栖，寂寞沙洲冷”，苏轼仍笑对人生，“菊花开时乃重阳，凉天佳月即中秋”。只要心中有明月，天天都是中秋节，若人人都有苏轼此等豁达情怀，或许快乐的人会更多一些。



## 命苦都怪“摩羯座”

1月8日是“摩羯座男孩”苏轼的生日。但是你可能不知道，其实苏轼对摩羯座意见很大！

早在宋代时期，关于十二星宫的说法已经广为流传。北宋开宝五年（972年）刊刻的《炽盛光佛顶大威德销灾吉祥陀罗尼经》，其经卷之首的插图就是一幅环状的十二星宫图。北宋景德二年（1005年）刊刻的《大隋求陀罗尼经咒》，更是把中国古代文化的二十八宿和外来的十二宫结合画于一图。

如果说宋代哪位名人对星座知识略有研究，那就不得不提到大文豪苏轼。

苏轼的仕途之路坎坷到需用“惨”字形容。他出仕时，正赶上王安石变法，他因批判新政而遭报复，污蔑他扶父丧返川时，偷贩私盐。苏轼不屑与其争辩，只求出任地方官避祸。

从此苏轼开始了贬官生涯，由北至南，由富庶之都到不毛之地，越贬越远。最后，他在62岁的时候，居然被贬到了海南岛儋州！在宋朝，放逐海南是仅比满门抄斩罪轻一等的处罚。

唐代文学家韩愈曾写过一首诗《三星行》：

“我生之辰，月宿南斗。牛奋其角，箕张其口。牛不见服箱，斗不挹酒浆。箕独有神灵，无时停簸扬。”大意说的是，韩愈出生之时，恰逢月在斗宿，因不见牵牛星守护，又有簸箕星在一旁搬弄是非，因此让他一再遭到打击，一生颠簸坎坷。

苏轼诵读了韩愈的《三星行》之后，立刻写了一首《东坡志林·命分》感叹：“退之诗云：我生之辰，月宿直斗。乃知退之磨蝎为身宫，而仆乃以磨蝎为命，平生多得赞誉，殆是同病也！”

苏轼的意思是，他和韩愈二人都是摩羯座，可谓是同病相怜，命格不好，注定一生多美誉。

命苦为什么是“摩羯座”的错？在宋人看来，摩羯座是个不吉祥的星座。宋代学者方大琮给朋友写信时吐槽：“惟磨蝎所莅之宫，有子卯相刑之说。”南宋的牟巘自嘲道：“生磨蝎之宫，人皆怜于奇分。”甚至当过宰相的周必大也说：“亦知磨蝎直身官，懒访星官与历翁。”但据学者考证，周必大并非摩羯座，而是宝瓶座。

## 挖野菜的“养生达人”

众人皆知苏轼是一位美食家，其实他还是位“养生达人”。他可以在看似寻常的饮食中，找到养生的契机。

虽然东坡肉声名远扬，但是苏轼亦提倡蔬食养生的理论，他被贬到各地做官时，经常会去挖野菜来吃。不仅如此，苏轼还很爱吃蜂蜜，每次吃蔬菜时蘸点蜂蜜，吃起来甜甜的。“予少嗜甘，日食蜜五合，尝谓以蜜煎糖而食之可也。”

身为四川人的苏轼爱上了甜食，由此可见他对蜂蜜的喜爱程度了。而且蜂蜜具有很好的药效，可营养心肌，保护肝脏、润肠胃、降血压，具有防止血管硬化的效果。

他曾在一首诗中写道：“狂吟醉舞知无益，粟饭藜羹问养神”，以自己的经验劝别人不要醉生梦死，而要粗茶淡饭养生。

茶叶养生是苏轼的经验之谈，他在《仇池笔记》中曰：“除烦去腻，不可无茶。”并且在没有牙膏、牙刷的古代，苏轼就已经具有远见地提出了以茶漱口法，“吾有一法，每食已，以浓茶漱口，烦腻既出而脾胃不知。肉在齿间，消缩脱去，不烦挑刺，而齿性便若缘此渐坚密。”

他自创了这套“浓茶固齿法”，并呼吁大家要养成习惯、长期坚持，这样牙齿就会渐渐变得坚固了。

苏东坡还把“按摩脚心”作为一项重要的养生法宝。“盘腿擦涌泉，闲坐观菖蒲”他每天都要盘腿坐在床上，用力按摩脚心。现代科学研究证实，常按摩脚掌，对许多疾病如贫血、糖尿病、阳痿、痛经及肾功能紊乱等都有一定的缓解作用。



## 四邻相率助举杆 人人知我囊无钱



“且夫天地之间，物各有主，苟非吾之所有，虽一毫而莫取。”苏轼为官40余年，始终戒奢崇俭，清廉自持。他真正做到了以民为本、与民同苦，每到一地都留下了清廉、勤政、爱民的美名，被当地百姓世代传颂。

元丰三年（1080），苏轼被贬到黄州，也就是如今的湖北省黄冈市。由于薪俸减少了许多，他沦落到“先生年來穷到骨，问人乞米何曾得”的境地。

后来幸而得到朋友的帮助，苏轼在城东弄到一片坡地，终于可以自己开荒种田，解决全家的温饱问题。苏轼还为这块地取名“东坡”，自称“东坡居士”，因此他又被后人敬称为“苏东坡”。

当时生活窘迫的苏轼，为了不乱花一文钱，他还实行了严格的计划开支：先把所有的钱平均分成12份，每月

## 与民同苦的清廉“父母官”

用一份；每份中又平均分成30小份，每天只取一小份。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。

当天拿到钱后，他还要仔细权衡，能不买东西坚决不买，只准剩余、不准超支。而积攒下来的钱都被存进一个竹筒里，以备不时之需。

苏轼对贪污非常痛恨，他曾写信规劝以奢侈闻名、认为奢侈就是“得道”的好友蒲宗孟，“闻所得甚高，然有二事相劝：一曰慈，一曰俭也。”他曾在为一名考生的一首诗作序时，透露了自己做官的态度和原则：“求官”的目的在于“得”，否认这点是虚伪的，但“得”与“道”发生矛盾时，不要为了得到高官厚禄就放弃自己所学的“道”。苏轼这么说，也是这么做的。当

他离任杭州时，一位挚友为他送来黄金5两、白银150两作为礼物。盛情难却下，苏轼只好接受了这笔礼金，但他没有私用而是转赠给安乐坊，用来为贫困人群治病。

苏轼关心民间疾苦、为百姓谋福利，安乐坊就是他在杭州当“市长”时抗疫所建的“方舱医院”。当时他筹集了白银2000两，又从自己的私房钱里拿出50两黄金，安乐坊建成后便可以集中对染疫的病患进行治疗。

这所名为安乐坊的免费医院，明显带有民助性质，是领先时代的创新举措。而安乐坊及其运作模式也引起当时朝廷的极大关注。崇宁元年（1102），朝廷开始在各地设置安济坊，专为穷人治病。不久，安乐坊也被朝廷改赐名安济，遂为官办。 中新