

## 真正的成熟： 追求向往美好 接受包容残缺



何为成熟？余秋雨的散文集《山居笔记》中有一篇文章《苏东坡突围》，他曾在文中写道：成熟是一种明亮而不刺眼的光辉，一种圆润而不腻耳的音响，一种不再需要对别人察言观色的从容，一种终于停止向周围申诉求告的大气，一种不理睬哄闹的微笑，一种洗刷了偏激的淡漠，一种无须声张的厚实，一种能够看得很远却又并不陡峭的高度。

诚然。成熟，是笑看花开淡看花落的坦然，是谦逊而温润的态度，是自信而平和的心境。

一个成熟的人，总会给人踏实的感觉，如沐春风。无需招摇，自成风景。而真正的成熟，意味着对美好的追求和向往，也意味着对残缺的接受和包容。

### 1 知世故而不世故 是最善良的成熟

有人说，人生就像一支铅笔。刚开始的时候，总是削得很尖，锋芒毕露，正如我们年轻的时候，血气方刚，意气风发，恨不得一日看尽长安花。

不经意间，岁月渐渐磨平了我的棱角。不是变得圆滑了，而是被时光雕琢得越来越圆融，越来越通透了。

当一个人越来越成熟，就会发现，能够说出口的委屈越来越少，值得炫耀的东西也越来越少。整个人，会越来越低调，越来越从容，越来越平和。

成熟，不是变得软弱，不是变得世故，而是学会原谅过往，学会珍惜当下。面对指摘和非议，面对痛苦和伤害，不会轻易妥协，也不会一味地去争辩，懂得适时沉默。用微微一笑，代替哭哭啼啼。

历经千帆，不染岁月风尘。知世故而不世故，才是最善良的成熟。

### 2 看淡世事沧桑 内心安然无恙

毕淑敏在《愿你与这世界温暖相拥》中写道：“任何一颗心灵的成熟，都必须经过寂寞的洗礼和孤独的磨炼。”

人类的很多喜怒哀乐并不共通，也没有那么多的感同身受。每个人，都在自己的世界里，无声地吐纳呼吸。

所以，成熟的人，不再向外寻求安慰，而是回归内心寻找力量。

成熟，是不再抱怨，也不会逃避，清楚地知道自己想要什么，明确地知道自己能做什么。不再好高骛远，而是脚踏实地，学会在孤独中积蓄力量。

摔倒了，自己爬起来，拍拍身上的灰尘，继续前行。不妄自菲薄，也不自命清高。

人生路上，有得有失。红尘陌上，有聚有散。那些我们经历的事，那些我们在乎的人，那些令自己感动过的情，渐行渐远渐无息。而我们也总要经历一些伤痛才能学会成长，才能变得成熟。

成熟，便是拥有一颗平常心，拿得起，放得下，看淡世间沧桑，内心安然无恙。

### 3 历经岁月坎坷 依然热爱生活

生活，充满了酸甜苦辣。会有阳光和喜悦，也会有苦难和艰辛。

有的人经历了人生低谷，便一蹶不振，不再相信别人，不再相信生活，也不再相信自己。而有的人，纵使生活千疮百孔，也依然在心中坚守希望，就像在绝境里逢生，开出一朵素雅的花，不张扬，不喧闹，却依然暗香浮动。

最高境界的成熟，便是历经岁月坎坷，依旧热爱生活。

成熟，不是心变老，而是繁华过后的淡定，是历经磨难之后的从容，是遗世而独立的安静和优雅。

成熟，是千帆过尽依旧心怀赤诚的善良，知世故而不世故，历圆滑而弥天真。

成熟，是内心的自信和笃定，经历了风风雨雨，却依旧云淡风轻。

成熟，是一种豁达和宽容。不再斤斤计较，懂得原谅和释怀。

成熟是一种智慧，就像成熟的水稻，垂下稻穗，不是向现实低头，而是以一种谦卑的姿态，感恩土地的哺育，感恩大自然的馈赠。

做一个成熟的人，一半向往美好，一半包容残缺。如同一棵开花的树，一半扎根泥土，一半飘摇风中。

在风雨中成长，在阳光下挥洒馨香。

来源：人民网

## 宋朝人吃饼技法多

宋朝时，中原地区广种粟麦，北方多以面食为主，饼由此成为宋朝百姓一日三餐不可或缺的主食。散文家汪曾祺在《宋朝人的吃喝》中描述过宋朝人的饮食风俗：“宋朝的面食品类甚多。我们现在叫作主食，宋人却叫‘从食’。面食主要是饼。《水浒》动辄说‘回些面来打饼’。饼有门油、菊花、宽焦、侧厚、油锅……《东京梦华录》载武成王庙海州张家、皇建院前郑家最盛，每家有五十余炉。五十几个炉子一起烙饼，真是好家伙！”可见，宋朝人是多么喜欢吃饼。

据记载，宋时，凡面粉制成的食物均可叫“饼”：烤制的叫烧饼，水煮的为汤饼，上笼蒸的是蒸饼，油炸的称为环饼。

宋朝的饼不仅门类多，而且同一门类又分为不同的种属。比如烧饼，就有门油、宽焦、侧厚、髓饼、满麻等品种；再如蒸饼，又有炊饼、笼饼等多种叫法；我们现在常吃的面条，宋代叫汤饼，汤饼又可以细分为软羊面、桐皮面、插肉面、桐皮熟脍面等。

宋朝人爱吃饼，主要基于两方面原因。一是宋朝农业生产空前发展，黄河流域盛产粟麦。北方地区粮食产量稳增，百姓生活富足有余，以面当家成为趋势。二是宋朝的面食物美价廉。据《东京梦华录》记载：“吾辈入店，则用一等玻璃浅棱碗，谓之‘碧碗’，亦谓之‘造羹’，菜蔬精细，谓之‘造羹’，每碗十文。”一碗精致的汤羹，只要十文铜钱，约合现在的人民币几块钱。这样低廉的物价水平，也难怪宋朝人吃饼吃出花样了。

刘中才



生活中，很多人一辈子都在揣摩他人，却很少去探究自己。一位古代哲学家曾言：“知人者智，自知者明。”人生在世，需要认清自己的位置，才能更好地前行。

## 人生的蜕变 从认清自己开始

### 1 认清自己的底线

底线，就是我们人品的体现。

一个人若是没有底线，无论地位多高，也难以赢得他人的尊重。认清、守好自己的底线，既是对他人负责，也是对自己负责。

所谓：“君子有所为，有所不为。”底线，才是一个人安身立命的根本所在。人生在世，要认清自己的底线。一旦突破底线，肆意妄为，最终的结果只会是伤人害己。

### 2 认清自己的目标

真正拉开人与人之间差距的，不在于情商和智商的高低，而在于能否认清自己的目标。

明确自己真正想要的是什么，才是成功的第一步。

有句话说：“人最难走的是心路，不忘初心很难，坚持初心更难。”

人生这条路途，会有无数条岔路，一着不慎，就有可能走偏。唯有认清、认准自己的目标，才能在正确

的路上，越走越远。

### 3 认清自己的价值

每个人都有自己的长处和短处，只有足够了解自己，才能扬长避短，充分发挥自己的优势。

认清自己的价值，选择正确的方向，就等于成功了一半。

有句话说：“一个人的选择里，往往也藏着他的运气。”你喜欢的，不一定是你擅长的。认清自己的价值，找到自己擅长的，才会事半功倍。

人有两个眼睛，可以看世间、看万物、看他人，但少有人看到自己。

而人这一生，最紧要的不是关注别人，而是认清自己。

不把自己看得太高，高估自己容易裹足不前，也不把自己看得太低，低估自己容易妄自菲薄。

唯有看清自己，才能逐步找准自己的定位，掌控好人生前进的方向；唯有看清自己，才能不断修炼自己，从而超越自己。

来源：新华社