

## 真正的成长： 向内求、向前看、向阳生

### 自我反省，向内求

当我们还是孩子的时候，常常以为，成长是一种年龄的累积。后来才懂得，真正的成长不只在于年龄，更在于内心的丰盈。

人生如棋，常复盘，才能常精进。自省是一面镜子，能够照见自己的缺失，而后改正，然后向上成长。盲目自大的人，容易在错误中越走越偏；经常自省的人，才能不断纠偏，找到正确的路。

真正的成长，还要学会在自己的领域里沉下心来，踏实深耕。路靠自己走走，才能越走越宽。不断充盈自身，才能成为越来越好的自己。

### 不念过往，向前看

“昨天的太阳，晒不干今天的衣裳。”人生在世，或多或少会有放不下的人和事，如果总是耿耿于怀，最后伤害的往往是自己。

生活犹如书籍，总要翻过一页，才能书写新的篇章。既然人生不如意之事十有八九，那就顺势而为，好的坏的都把它当成经历，坦然、勇敢地面对，拥抱变化。

我们与目标之间的距离，不在于想法有多完善，而在于执行力有多强大。目标近在眼前，可一直拖延怠惰，也只能停留在原地；路途再遥远，现在就开始往前走，自会慢慢靠近。

### 迎风而立，向阳生

人总有惰性，常常不自觉地就犯了懒、畏了



难。而一个人最终变成什么样子，很大程度上取决于他在辛苦和困境里，是选择迎风奔跑，还是转身逃跑。

有句话说得好：“努力这个词似乎是‘老生常谈’，但努力将使你的‘人生不平庸’。”

真正的成长，从不是一蹴而就的华丽转身，而是日复一日的精进与沉淀。在向着目标前行的路上，用心去生活，用力去成长，美好的事物就会出现。在前进的路上。

愿你常勤勉、肯突破，不断丰盈生活的底色，成就更好的自己。

来源：人民网

## 文学现场的马拉松式“跑者”



作为一个从业25年的记者，舒晋瑜相继出版的访谈录——《说吧，从头的说起》《深度对话茅奖作家》《深度对话鲁奖作家》等，创建起了中国作家与作品、读者、时代等之间可靠理解的多向度桥梁。近日，我读了她写的《中国女性作家访谈录》，感触颇深。全书收录了20后至70后几代各具特色的女作家访谈30篇，其中很多篇是作者20年间数次采访梳理而成，信息量大，汇聚了作家创作及人生的丰厚内容，蕴涵了深刻的文学思想。

一个带有精神磁场的采访者，方可能是文学品质的召唤者。舒晋瑜诚恳、智慧地面对每一个作家，既尊重他人又有自己的坚定，天然求真。在这本访谈录里，可见舒晋瑜不同于他人的内心投入和文学功力。如在每一篇访谈前，都附有一篇简洁凝练的“采访手记”，这千字左右的“采访手记”，记录着那些撼动过采访者内心的细节，或

是对作家亦形亦神的描述与独到评价、创作生涯的纪要等。如她写第一次见残雪，2001年在“中日女作家作品大系”研讨会上，“在实力相当、人气正旺的一群女作家中，残雪像个局外人，她不声不响，却有一种超然的气质……作为读者，她的阅读是与作家的对话；作为作家，她的写作是关于灵魂的探索。”她写蒋韵让她记住的那些文字，“爱，也许从来都和被爱无关，爱永远是一个人的事”，蒋韵笔下的古典情感——爱的真挚、疼痛的绝望与克制的尊严，还有近年来蒋韵“抢救记忆”的书写……寥寥数笔，萃取出作家的文学强度和高度。30篇“采访手记”，篇篇真切传神，勾勒出30位作家各具特色的精神肖像及文学气质。

舒晋瑜在《中国女性作家访谈录》“跋”里写：“在我的心里，作家不分‘男作家’‘女作家’，只有好作品、差作品。”在这本访谈录里，她们不玄虚，谈真话，谈写作的心路历程与经验，也谈其他种种，更多的是直面深入谈作品。如宗璞谈到写四卷本长篇小说《野葫芦引》的过程中，父亲去世，先生去世，“经历了更多死别，又经历了一些大事件，对人生的看法更沉重了一些，对小说结局的设计也更现实，更富有悲剧色彩”。

舒晋瑜选择、记下的作家们的所言、所行及诸多细节，应在她的心中翻卷过，沉淀过，如今也激荡着每一个读到它的人。这本访谈录，你可以翻开任一页读起，她们关于文学人生的真经或箴言，直入心灵，但又不得不把它读完，因为舒晋瑜对每个作家“从头的说起”的梳理，牵着你的眼睛认清漫长岁月中的这个作家，包括她创作的变化，以及为何变化等。尤其对于20后至50后作家来讲，基本到了可以回顾反省创作生涯的时期。这个文学现场的马拉松式“跑者”舒晋瑜，见证了几代作家的文学人生，她自己也从“青春年少一直写到满目沧桑”。

来源：光明网

听过一句话：“人生不过是居家，出门，又回家。”一个家庭最好的模样，莫过于厨房有声，书房有香，彼此有话。

### 厨房有声，烟火暖心

有人说：“厨房的温度，就是家的温度。”

家人之间的爱，流淌在食物间。有爱的家，厨房里时常热气腾腾，不管外面的风多大，推开家门，就能闻到饭菜的香味。

听着锅碗瓢盆的响声，闻着饭菜的香味，一颗心浸透了烟火气，热乎乎，满当当。

人间烟火气，最抚凡人心。生活落到实处，逃不过柴米油盐，三餐四季。最踏实的幸福，就是一家人互相陪伴、彼此温暖。

厨房里的烟火气，照见的是一个家幸福的模样。

### 书房有香，富养精神

一个家庭中没有书籍，就像一间房子没有窗户。

清代有位学者曾说：“世间数百年旧家无非积德，天下第一件好事还是读书。”物质财富可以不丰厚，但一定要培养孩子爱读书的习惯。

读书，可以丰盈灵魂，开阔眼界，让人懂得思考。一个家，可以没有书房，但一定要有书香，唯书香能致远。

一家人都爱阅读，就是无形中在为自己的家庭累积源源不断的智慧和力量。

### 彼此有话，温情脉脉

在一个家庭里，真正的了解是有话可说。

夫妻之间彼此交心，儿女与父母无话不谈，兄弟姐妹常常沟通，家人之间的感情才能长长久久。

家，是讲爱的地方，家人之间需要及时沟通和陪伴，更离不开相互尊重和理解。好好说话，用心交流，相互之间的表达越顺畅，一个家的凝聚力才会越强。

多与亲人沟通，才能让家里充满爱与温暖。家是有温度的，可以治愈疲惫的身体，抚慰饱经沧桑的灵魂。

愿你不论身在何处，都有家人闲坐，烟火暖胃，书香染心，闲话桑麻，平淡朴实，温暖幸福。

来源：新华网

