

成长并不可怕 你何须畏手畏脚

馄饨小皮

编著

成长
并不可怕



你何须
畏手畏脚

馄饨小皮——编著

© 民主与建设出版社，2018

图书在版编目(CIP) 数据

成长并不可怕，你何须畏手畏脚 / 馄饨小皮编著. -- 北京：

民主与建设出版社，2018.10

ISBN 978-7-5139-1912-8

I. ①成… II. ①馄… III. ①成功心理 - 通俗读物

IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字（2018）第012824号

成长并不可怕，你何须畏手畏脚

CHENGZHANG BING BU KEPA, NI HEXU WEISHOUWEIJIAO

出 版 人 李声笑

编 著 馄饨小皮

责任编辑 王颂 袁蕊

封面设计 MM末末美书

出版发行 民主与建设出版社有限责任公司

电 话 (010) 59417747 59419778

社 址 北京市海淀区西三环中路10号望海楼E座7层

邮 编 100142

印 刷 三河市天润建兴印务有限公司

版 次 2019年2月第1版

印 次 2019年2月第1次印刷

开 本 880mm × 1230mm 1/32

印 张 8

字 数 180千字

书 号 ISBN 978-7-5139-1912-8

定 价 36.80 元

注：如有印、装质量问题，请与出版社联系。

CONTENTS 目录

CHAPTER 01

每个人都有过一段很糟糕的时期

- 003 / 成功未到来之前，你要学会坚持和隐忍
- 008 / 成长并不可怕，你何须畏手畏脚
- 014 / 人生苦难面前，请多一些担当
- 021 / 生活没有现成的剧本，需要你勇敢去坚持
- 026 / 失败不可怕，怕的是你连尝试都不敢
- 035 / 谁还没遇上几个低潮期呢
- 039 / 岁月再煎熬，也别丢了勇气和耐心
- 045 / 挺过艰难，才有未来
- 052 / 人生的大部分时候，需要我们一个人去度过

CHAPTER 02

不因挫折就给自己的人生画句号

- 061 / 安逸使人堕落，磨难使人发奋
- 067 / 当风雨来的时候，迎上去就是
- 072 / 年轻时走过的弯路是人生的必经之路
- 078 / 人的成长必须经历痛苦和挣扎

083 / 认真地去做好一件事，人生便能无憾

088 / 生活不给你微笑，你就笑给它看

096 / 走过最难的路，接下去的路就好走多了

CHAPTER 03

你现在的不懈努力就是以后要埋的单

105 / 不模糊现在，不恐惧未来

113 / 创造性的努力，才能使你变得非凡

119 / 没有什么雪中送炭，这个世界只有锦上添花

127 / 每个奋斗的地方，都不相信眼泪

133 / 每一段路程都有其意想不到的价值

140 / 你的标签可不是你的全部

148 / 物质生活再好，精神生活跟不上也是白搭

155 / 这个世界很残酷，不努力一定没结果

CHAPTER 04

可以迷惘一时，但更要坚持一世

165 / 把鸡汤和道理放在一边，先迈出一步

- 172 / 感谢孤单日子里仍在坚持努力的自己
- 177 / 梦想并不遥远，只要你在追的路上
- 182 / 你的人生还没有到说放弃的时候
- 190 / 你之所以迷惘，是你太早就选择了放弃
- 197 / 千错万错，你的付出不会有错
- 203 / 人生随处都有翻盘的希望，只要你在坚持
- 207 / 习惯努力，你的人生会有大改变

CHAPTER 05

你的生活，应该有你自己的精彩

- 217 / 彪悍的人生就是跟着自己走
- 224 / 你的生活不是为他人而活
- 229 / 你想要什么，就去追求什么
- 234 / 你要相信，这一生的风景不可计数
- 242 / 人生最好的拥有是对自己的信念

CHAPTER

01

每个人都有过 一段很糟糕的时期

你可能有一段很糟糕的经历，
但是你不可以一蹶不振，
你不能放纵自己去过一个烂透了的人生。



不要为了一个人、一个困难就给自己画上句号，
否则的话，真的就结束了。

人生在世，注定要受许多委屈。而一个人越是成功，他所遭受的委屈也越多。要使自己的生命更有价值、更有意义，就不能太在乎委屈，不能让它们揪紧你的心灵、扰乱你的生活。要学会一笑置之，要学会超然处之。智者懂得隐忍，原谅周围的那些人，在宽容中壮大自己。

成功未到来之前，你要学会坚持和隐忍

夜里收到一条短信，一个姑娘告诉我，家里催她结婚都快要把她逼疯了。她没有办法反驳父母，也不知道怎么解决这个问题。

我于是回复她，那你有没有试着跟家里好好沟通这件事情，我觉得现在年过30岁仍未婚的人太多了，你千万不能勉强自己啊……然后，这个女生给我回复，我去年刚毕业，工作还不到一年。

不知从什么时候开始，我身边一群人向我请教问题的方式都是：我今年就要实习了，我明年就要找工作了，我觉得好恐慌；我快要25岁了，从来没有过男朋友，也找不到男朋友，这是不是

一种病，该不该担忧？又或者是：我已经30岁了还没结婚，我是不是要孤独一生了？更有人问我：我越来越讨厌自己了，你能告诉我怎么办吗？

这些杂乱无章的提问一直充斥在我的眼前、我的脑海里，于是我试着坐下来平静一下情绪，然后问问我自己。我突然发现自己当年也是这么过来的，而且我如今还走在这条焦虑的路上，只是我从来不会刻意渲染这种恐惧感而已。

我想说说我一年前的焦虑。因为是在互联网行业工作，我每天看到的业内新闻都是无数个90后典型创业先锋出来做演讲，他们口口声声告诉你“我们的资本就是年轻”或者“90后就是牛，你们永远黑不完”一类的话。于是，你看到他们一个个成为CEO，一路欢呼着走向人生巅峰。

张爱玲那句“出名要趁早”不知道毒害了多少跟我当年一样年幼无知的少男少女，我自己也曾经陷入这个诡异的怪圈中。夜里睡不着的时候，想着我身边的朋友都出国去了，都看世界游玩去了，都结婚生孩子了，老家的同学都成为一个个叫得上级别的人物了，而我自己还窝在这个租来的小屋里……想完以上种种之后，我得出了一个结论：我这辈子过得真失败。这种思维方式一直到去年的时候，还一直萦绕在我的脑海里。

有天，我读到了吴晓波的一篇文章，他写了几个人的故事，

比如名满天下的画家及雕塑大师罗丹，是一个整天埋头于画室的孤独老人。所以，作者的结论是：是什么让某些人变得与众不同？那就是工作和足够的耐心。

这句话触动了我，我开始把精力转移到自己身上，不再一味地拿不可复制的他人的成就来刺激自己。

高中那年我写了一篇小说，本来是打算投稿给当时很火的新概念作文大赛的，心里期待着哪怕能拿个优秀奖也好。可是，有一天中午我翻到了韩寒参加新概念作文大赛的那一篇《杯中窥人》的文章后，我一个人窝在被子里哭了很久，然后起床把写好的手稿撕掉了。因为我觉得跟韩寒、郭敬明这类天才相比，我这辈子即使用尽全力，我的文学梦也是不会实现的了。

然后回到现在，今年我27岁，我的第一本书筹备完毕，陆陆续续有很多的出书邀约在等着我。这是一件我意料之外的事情。

我周围人都说，“你好厉害！”而我很慌张，这种慌张不是因为害怕别人的赞美跟肯定，而是我害怕给别人一种错觉——我轻而易举地就这么出书了。我知道自己每天投入了多少时间在电脑前；我知道自己会把时时刻刻在脑子里思考的各种事情都尽量记录下来；我甚至在青春岁月里因为想问题太多，一度患上了抑郁症。

这些事情，我从来没有告诉过任何人，于是身边的朋友觉得我这个机会竟然是如此唾手可得，简单至极。

我以前总是害怕来不及，觉得青春时光好像要没了，很多人生愿望我要错过了，难道我这一辈子完了？

我想了一会儿，给自己梳理了几个理由：一是我的积累太少了；二是我的修炼不够；三是我还没有见过更大的世界；四是我太懒了，各种拖延症在身上作祟；五是方法不对，很多时候一味地努力付出，却从来没想过方向的问题。

这些理由梳理出来以后，我的问题就迎刃而解了。以后，我也可以针对每个问题，都列出相应的解决方案，去一点点完善自己。但是，上升到意识层面，我想要什么样的人生呢？

我的前助理问，为什么还这么大压力？她说因为对于我们这样的人来讲，目前的你，可以写你喜欢的东西，可以自由安排自己的时间，还能养活自己，为什么还会觉得焦虑呢？

我细细想了一会儿，要知道，一年前的我绝对不会想到自己今天会有这个状态。但是我知道，如今享受到的这半点小成果，是我这些年思考总结外加揉碎重建的结果。那么按照这个逻辑推理，我现在要做的事情就应该是在为我30岁的节点做积累了。

嗯，这就是我想说的答案，因为焦虑，所以不满足于当下。我开始明白，焦虑跟孤独一样，可能就是生活本身的色彩，毕竟

快乐只会占据我们人生的那么一点时间而已。明白这一点之后，我反而愿意带着焦虑上路了。

以前让我着急的那些事情，如今想来就跟升级打怪一样，每一次出现的时候都让我胆战心惊，但是一旦过了这一关又觉得也就那样，然后到下一关的时候我又继续焦虑起来，周而复始。

只是如今我开始适应这个节奏了，因为我相信每一段紧张刺激的升级游戏，都意味着我的成熟又高了一个境界。它更提醒我，那些克制与隐忍、等待跟蛰伏都是有用的。那些属于你内在的强大力量，那些你日夜积累起来的点滴能力，那些你从别人故事里拿过来、自己重新组建过的价值观，才是让你对抗这种“感觉一切都来不及”的慌张的力量所在。

人总是在遭遇一次重创之后，才会幡然醒悟，重新认识自己的坚强和隐忍。所以，无论你正在遭遇什么磨难，都不要一味抱怨上苍不公平，甚至从此一蹶不振。人生没有过不去的坎，只有过不去坎的人。

一个人的豁达，体现在落魄的时候；一个人的涵养，体现在愤怒的时候；一个人的体贴，体现在悲伤的时候；一个人的成熟，体现在抉择的时候。谁都愿意做自己喜欢的事情，可是，做你该做的事情，才叫成长。

成长并不可怕，你何须畏手畏脚

[01]

读者在后台留言说她正准备考研，但家人不太看好。相比较而言，他们更愿意她参加国考，倘若失利，还有省考，实在不行的话，可以考虑事业单位。

眼见考试迫在眉睫，她的信念开始动摇，学习时总是静不下心，惴惴不安，担心未来会活得很糟糕。

在她身上，我看到了曾经的自己。她说很喜欢学校，梦想在大学教书。当讲述梦想时，她的声音那么纯澈，语言是那么质朴，让我感受到她真实跃动的内心。

年轻意味着充满活力，并且有时间和精力去折腾。不要害怕失败，跌倒后大不了拍掉灰尘重新开始。

长辈的选择或许很好，但不一定适合自己。倘若给自己太多的退路，容易滋生侥幸心理，认为这件事做不好，还可以做下件事，往往到最后，一件事都做不成。

我告诉她，要专注，不要急，更不要怕。

凡事都有风险，听长辈的话或许能规避风险，但倘若长此以往，则可能会强行让你跨越某个人生阶段，错过人生中宝贵的历练。毕竟有些路，你得自己走；有些道理，你需自己悟，才能记得住。

既然那么年轻，你又何必畏手畏脚，放开胆子试一试又何妨。

[02]

读大学时，室友喜欢上一个女孩。她的父母在政府上班，家境优渥。然而他出身贫寒，感觉配不上女孩。尽管女孩毫无偏见，可两人在一起处时，他总感觉别扭。

室友很自卑，自己条件那么差，担心别人嘲讽他动机不纯，笑话他癞蛤蟆吃天鹅肉。于是他与女孩就逐渐疏远，亲手扼杀了那段感情。

从一开始他就否定了自己，认为自己配不上她。但最坏也不过陌路，可他连试都没试过，就干脆拒绝了一个美好的可能。

大学毕业后，他去了一家公司做游戏开发。为了赚钱，他闲暇时接了不少单子，之后，存了一些积蓄，与人合伙创业。生意如期望的那样火爆，但由于合同有漏洞，合伙人过河拆桥携款跑路。

他压根没料到开始如此美好，结局却如此糟糕，而他眨眼间就一无所有了。室友对我说，还能怎么办，反正都糟糕成这样了，再穷也不过就是要饭，再多努力一点，多坚持一下，生活就会变好。

听着室友的豪言壮语，真心感慨与大学时相比，他显得更为成熟了。当初错过的那份感情让他至今追悔莫及。于是，他努力尝试，拼命去赚钱，只为人人生多些选择，少些遗憾。

如果你连追求的勇气都抛弃了，那真的意味着失去了所有。

[03]

40岁那年，她不幸遭遇婚变。她拒绝和解，一气之下与丈夫离了婚。命运为她重新洗牌，她不得不为糟糕的生活而奔波劳碌。

可事不如人愿，她投了不少简历，但用工单位都以年龄太大为由拒绝了她。她心如死灰，过得很忧郁。可人生还未过半，她

心有不甘，开始反思自我，并渐渐学会乐观面对。

经闺蜜介绍，她开始帮杂志写专栏，生活慢慢有了起色。许多人以前以为她的生活就此黯淡，但她比想象中的要坚强许多，勇于尝试改变，一步步走出了生活的泥潭。

在一次公众号经验分享会上，她跟我们讲述了自己的人生体验。那段婚姻的失败让她认清了自己，死死拽住自尊的尾巴，成就了自我并挽回了体面。

我们羡慕她，不光是因为她的成功，更重要的是她所具备的韧性。她从一个离婚妇女蜕变为专栏作者，期间不知经历了多少挣扎，付出了多少超越常人的努力，最终用汗水赢得了别人的掌声。

前辈最后的一段话，我至今记忆犹新：在这场与自己赛跑的过程中，我跌倒过无数次，但每一次爬起，内心就仿佛增添了一分力量，仿佛脱胎换骨，重新又活了一次。容颜虽不能常驻，但一颗年轻的心却能永远拥有。

其实，失败并不可怕，可怕的是你的畏惧心。许多人热衷成功，却对失败嗤之以鼻。可生活不是一锤子买卖，成功也不会来得那么容易，它需要历经无数次的磨砺。

努力做一个勇敢的年轻人，学着去承受生活给你的每一个耳光。千万别在风暴来临之前，就自甘堕落而缴械投降。