

摆脱青涩时光,养成硕果人生

一个人成熟与否在于内心,在于精神与意志,在于他面对世间百态所采取的应对手段

成熟



破茧成蝶的修炼

看这里,你熟透了吗?

言籽阳◎编著

丢掉孩子气,成为值得信赖的“大人”

chengshu pojianchengdiedexiulian

在你觉得困惑难解、郁闷难舒的时候,翻翻这本

成熟跟年龄大小并没有太直接关系,要不这世上就不会有“小大人”和“老顽童”这样看似冲
十足的称谓了。

成熟



破茧成蝶的修炼

言籽阳◎编著

中国华侨出版社

图书在版编目(CIP)数据

成熟 / 言籽阳编著. —北京:中国华侨出版社,2011.4

ISBN 978-7-5113-1157-3

I.成... II.言... III.成功心理—通俗读物 IV.B848.4-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 035241 号

● **成熟**

编 著 / 言籽阳

责任编辑 / 崔卓力

装帧设计 / 袁剑锋

责任校对 / 王京燕

经 销 / 全国新华书店

开 本 / 787×1092 毫米 1/16 印张 /16.5 字数 /216 千字

印 刷 / 廊坊市华北石油华星印务有限公司

版 次 / 2011 年 9 月第 1 版 2011 年 9 月第 1 次印刷

书 号 / ISBN 978-7-5113-1157-3

定 价 / 28.80 元

中国华侨出版社 北京市朝阳区静安里 26 号 邮编:100028

法律顾问:陈鹰律师事务所

编辑部: (010) 64443056 64443979

发行部: (010) 64443051 传真: (010) 64439708

网 址: www.oveaschin.com

E-mail: oveaschin@sina.com

前言

当你还是懵懂少年时，你总爱追着风满世界跑，相信童话的结局一定是美好的，也相信只要写下了“我的志愿”后就一定能一路顺遂美梦成真，于是你意气风发，豪言壮语，觉得自己无所不能；慢慢地，你长大了，开始面对社会的复杂与迷失，开始需要立在十字路口选择下一步该往哪个方向走，你发现原本被认为是光明的世界，其实也有很多太阳照不到的阴暗角落，你需要分裂出无数个自己才足以勉强应对每天与你打照面的每个人；紧接着，爱情的花朵开始在你的生活中悄然绽放，这又是一片你从未被教导该如何应对的世界，于是，你兴奋，你迷茫，你投入，你渴盼，然后发现其实爱一个人真的很不容易。

刘心武说：与其讨好别人，不如武装自己；与其逃避现实，不如笑对人生；与其听风听雨，不如昂首出击！

郭敬明说：我终于发现自己看人的眼光太过简单，我从来没有去想面具下面是一张怎样的面容，我总是直接把面具当作面孔来对待，却忘记了笑脸面具下往往都是一张流着泪的脸。

这就是历练后的人生感悟，与其说是看穿了别人，不如说是参透了自己，几十年的光阴掠过之后，你会发现自己失去了很多，也许你会因此感到后悔、遗憾或是懊恼，但如果你俯首整理时至今日的收获，就会发现其实没有什么可感到委屈的，因为：你已经不是孩子了，有股默不作声的力量正在催促着你一层层地褪去青涩，褪去脆弱，然后，演化出愈加完整并强大的自我。那种力量，叫做成熟。

这似乎是一件很残酷的事情，接近成熟，就代表着青春的流失和梦想的褪色。但是，成熟，并不意味着你要屈服在市侩和庸俗之下，也不

代表着你就要用世故冷漠的表情面对周遭的人或事，苟且偷生，唯利是图，这些是小人物的聪明，但绝不是你所追求的大智慧。

面对爱情、生活、理想，现实中的一切，挫折在所难免，痛苦避无可避，你会因为想要得到最圆满的结局，一次又一次地在舍与得之间徘徊，而这每一次的拿起和放下，也许会很揪心，但都会使你离成熟更近一步。

我们会因为不成熟而丢失太多的东西：没有经验，所以创业失败；太挑剔完美，于是遗失了一段追悔莫及的爱情；为了让别人看到自己的成绩，甚至丢弃了自己原本坚守的信念……

成熟，从来就不是一蹴而就的事情，你因此而走了许多弯路，浪费了许多气力，心里隐隐作痛，心想为什么没有人可以手把手教你，告诉你你要怎么样才能练就十八般武艺但可以少受点伤；为什么没有人可以为你分担风险，让你能在安全系数较高的环境下堆砌起自己的城堡……一个人走向成熟是困难的。这就像泰戈尔所说的，除了通过黑夜的道路，无以到达光明。

成熟总是跟挫折形影不离，单纯的言传授业并不能让你成熟。成熟是没有终点的自我修炼，没有什么最高境界，只有不断进化的过程。成熟是相对的，它并不要求你不犯错误，而是期望你能从错误中吸取教训，付出代价，换取一个美好的自己。

用余秋雨先生对成熟的定义结个语：

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，一种并不陡峭的高度。

目 录

第一章 告别彼得潘，飞出永无岛

你总是被冠以“小屁孩”的称号，总是有人会用一种无奈又轻责的语气说“你还是不够成熟”，其实，你也不知道为什么别人觉得你还是个永远长不大的“彼得潘”，天知道你有多想飞出永无岛，可是，你准备好飞翔了吗？如果答案是肯定的，别急着充大人，先搞明白为什么他们会说你“孩子气”吧。

1. 别轻易许下承诺，如果做不到，比没许下更可恶 * * * 2
2. 别逃避，要承认自己其实不够好 * * * 6
3. 学会谦逊，而不是给点阳光就灿烂 * * * 10
4. 接受“小小的自我”，悦纳“大大的世界” * * * 13
5. 难道不能一直依赖别人吗 * * * 16
6. 由着性子可不行，你支配不了全世界 * * * 21



第二章 成熟像炒股票，心态好比什么都重要

都说股市即人生，那种面对动荡依然能稳如泰山的股市老手必定是经历过起起伏伏后，心态成熟了才会如此淡定超然。也许你在怨恨自己付出了十倍的努力却得不到等价的回报；你原本认为制定了完美的计划后就可以一步一步迈向成功，却不想走到半路就被惊涛骇浪打得措手不及，这所有的突如其来都只是因为，你把现实想得太理所当然，好像所有的一切本该属于你。想想吧，你自己究竟付出了多少？难道现在得不到就一辈子一无所有吗？

1. 等待，本身就是一个错误 26
2. 不要觉得是生活亏欠了你，其实是你做的努力不够 29
3. 过去的事情可以不忘记，但一定要放下 33
4. 成功的时候不要忘记过去，失败的时候不要忘记还有未来 37
5. 缓解孤独，唯一方式就是平静地享受它 41
6. 付出没有得到回报很正常 44

第三章 成熟是一种控制自己的能力

孩子和成年人的区别还在于，孩子需要大人的监护，因为他们没有健全的意识来掌控自己的言行，但成年人却要每时每刻为自己的行为负责。

1. 把分内的事情做到一百分 48

- 2. 取舍间，必有得失 52
- 3. 不是自己的东西不要，哪怕再喜欢也不行 57
- 4. 这不是独角戏，别累着自己。 61
- 5. 背后不说他人是非，要说请说好话 64
- 6. 学会承受痛苦，苦中也有甜 68

第四章 成熟是遭遇不如意时的指南针

你不能再做那个动不动就哭鼻子的小孩儿了，因为这个城市里的每个人都很忙碌，他们没有空为了你停下他们的脚步；当你发现自己做什么都不如意时，受打击难免，但依然要坚强。因为，不是你得不到你想要的一切，而是现在的你还没有足够的能力可以拥有这一切，这不是绝望的判决书，而是一次在出发前的自我鉴定，学会反思，学会给自己希望。

- 1. 莫斯科不相信眼泪 74
- 2. 勇敢不是莽撞，有胆量未必有力量 77
- 3. 不要试图给自己找借口，错就是错 82
- 4. 生活不是单行线，一条路走不通，你可以转弯 86
- 5. 再努力一下子，愿望就有机会实现 91
- 6. 学会坚守，也要学会妥协 96

第五章 成熟需要人情冷暖来鉴定

郭靖出于对结拜兄弟杨康的义气，在康弟成为



众矢之的时依然为他辩护，相信他的所作所为即便有违正义，也是事出有因。杨康对他的背弃虽然可恶，但也有这位郭大哥自身的原因。相信朋友当然没有不对，但“谈笑有鸿儒，往来无白丁”的交友格调也是需要学习的，友情诚可贵是需要珍惜的，但却不能因此盲目。交朋友不是过家家，几个小孩儿尚且会因为争抢玩具而闹绝交，更何况现在面临种种诱惑的成年人呢？

1. 与小气人交往，吃亏怨不了人 102
2. 读书多不代表有素质，没上过学的不一定是文盲 105
3. 好朋友的定义是：与有荣焉，你急他更急 108
4. 如果一个人开始怠慢你，请你离开他。 112
5. 不要欠朋友太多东西，因为你可能永远都没有机会还他 115
6. 朋友不求多，只要个个是精品。 118

第六章 成熟是种对己对人的责任感

“如果没有你，我还怎么活下去……”、“如果你不爱我，我活着还有什么意义……”，这难道会是成熟的爱情吗？成熟的爱，是有勇气靠近，也有能力保持距离。正如弗洛姆所说：“爱情可以使人克服孤寂和与世隔绝，但同时又使人保持对自己的忠诚，保持自己的完整性和未来的面貌。”

1. 过分将就就不是爱情，是犯贱 124

2. 一个人，寂寞寂寞就好 * * * 126
3. 如果爱，就给他自由 * * * 131
4. 不要把感情浪费在没有希望的人身上 * * * 135
5. 宁缺毋滥是一种责任感 * * * 138
6. 讨来的甜言蜜语只会是敷衍 * * * 143

第七章 成熟是在隐忍中让人刮目相看

《杜拉拉升职记》告诉我们，菜鸟想变成凤凰，除了勤奋之外也需要有头脑。如果你是一株尚未绽放的水仙，如果你找不到方法证明自己的价值，就很可能被别人当作一棵葱，然后被拿去炆锅还要被嫌弃“这棵葱一点也不香”。如果你是水仙，你一定一定不能放弃。不能因为被当作葱而郁郁寡欢。今天的隐忍是为明天的绽放积蓄养分和能量。

1. 无论你从事什么职业，要记住对得起良心 * * * 150
2. 不要太看重梦想，吃饱饭才是一切的前提 * * * 153
3. 有望得到的要努力，无望得到的不介意 * * * 157
4. 人善被人欺，马善被人骑 * * * 162
5. 学着放下身段，才能看得清脚下 * * * 168

第八章 成熟是不同角色的投入和抽离

你要在长辈面前表现乖巧懂事，在朋友面前表



现随和好相处，在领导面前表现才华和服从，在下属面前表现魄力和威严，这世上只有一个你，却有那么多的戏份儿等你出演，人生本就是一场不断交替场景的折子戏，你需要的是适应、是随机应变，是穿梭于每个角色中的游刃有余。每个阶段，都需要你清醒地定位，否则将永远等不到杀青。

1. 没有人一开始就能当主角 174
2. 别人的人生可以复制，但不能粘贴 178
3. 黄金配角也很厉害 181
4. 你是演技派还是偶像派 185
5. 再华丽的戏剧也有落幕的时候 189
6. 台前闪耀后，做幕后英雄也不错 193

第九章 成熟是眼里容得下沙子的宽容

幼稚的心从来不会宽容。宽容别人，也是宽容自己，这体现了对人性缺陷的包容和理解，因此，宽容不但是一种成熟，也是智慧。其实，这“不宽容”也是值得宽容的，因为他们的幼稚。伏尔泰说：“我们所有的人都有缺点和错误，让我们互相原谅彼此的愚蠢，这是自然的第一法则。”

1. 人在江湖漂，哪能不挨刀 198
2. 事有缓急，伤有轻重 202
3. 以牙还牙是野兽的行为 206

- 4. 斤斤计较只会越来越贫穷 211
- 5. 如果没碍着你，管他什么样儿 214
- 6. 任何时候也不要与老人与小孩子计较 218

第十章 成熟是一种收放自如的姿态

也许你从上学开始就是个风云人物，走到哪儿都戴着耀眼的光环；也许你认为自己与众不同，才气不凡，没有几个人你能放在眼里；也许有时候明明不是你的错，但总得有人屈服一下让大家都下得了台面。你有很多的勃勃野心，也会有很多的难言之隐，该做的，不该做的，不得不做的……能屈能伸的姿态最强大。

- 1. 学会做个倾听者 224
- 2. 要学会说“你的眼泪，与我无关” 228
- 3. 当所有人都低调的时候，你可以高调，但不能跑调 232
- 4. 遇到不想回答的问题，直视对方的眼睛，微笑、沉默 236
- 5. 可怜之人，必有可恨之处 241
- 6. 让自己做做坏人不是件真的坏事 245

第一章

告别彼得潘，飞出永无岛

你总是被冠以“小屁孩”的称号，总是有人会用一种无奈又轻责的语气说“你还是不够成熟”，其实，你也不知道为什么别人觉得你还是个永远长不大的“彼得潘”，天知道你有多想飞出永无岛，可是，你准备好飞翔了吗？如果答案是肯定的，别急着充大人，先搞明白为什么他们会说你“孩子气”吧。



别轻易许下承诺，如果做不到，比没许下更可恶

我们总会发现身边的很多人，总是动不动就喜欢许下承诺，又或者喜欢听到别人许下诺言。人们之所以愿意这样乐在其中，是因为承诺听上去实在是太美好，它可以让正春风得意的人看到更加璀璨的未来，也可以让心灰意冷的人重获生活的美好希冀，它让我们相信，只要撒下种子，它就一定会开出一朵诱人的花。一个承诺的产生，在爱情里，是一方想要给另一方添加一些能让爱情更够味儿的甜蜜素；在友情里，是朋友精心炮制的贴心小棉袄；在自己的人生里，一个承诺也许就等于一个奋斗的目标，你会在某个时刻笃定地对自己说，我要成为一个什么什么样的人！但是，这许许多多的承诺，却不代表真的能一一兑现。

当一个男孩对一个女孩说：“我会一生一世保护你，爱你一辈子。”那么他真的会一生一世跟她不离不弃吗？当一个朋友对你说“我们是一辈子的好朋友，任何事情都影响不了我们的友谊。”难道你们的友谊就真的无坚不摧，永远不会变质吗？当你对自己说“我以后一定奋发图强，绝不再浪费和虚度光阴了。”那么你就真的能做到时时刻刻鞭策自己永不停息吗？

承诺，是在某个特定时刻的心情抒发。也许在当下是真的能做到，可是有谁能保证以后发生的一切，没有人能够预计未知，想做到的事未必是能做到的事。塞林格曾经说过，一个不成熟男人的标志是他愿意为某些事奉献自己的生命，而一个成

熟男人的标志是他愿意为某些事卑贱地活着。当然，我们不能只把矛头指向男人，但凡是年少时的人们都常常说出轻狂的话语，许下很多看似美好但无法实现的承诺，是冲动，还是轻率，过了一些时日却发现，曾经的承诺都已变质，成为了善意的谎言。因为许下承诺的时候自己是从没想过要去违背的，只是计划赶不上变化，而变化又来得迅雷不及掩耳。因此，我们无情地告诉自己，关于承诺，不能轻易许下，也不能太轻易相信。

大多数做出承诺的人都是还不够成熟的，因为他们往往认不清承诺的含义和代价，不知道一旦许下诺言，就等于给了别人期望，说好了的话是不能违背的，倘若实现不了，对人对己都是一种伤害。很多时候，女人爱听男人的承诺，因为在她们看来，承诺就跟协议一样可靠，但是，这世上毁约的事时有发生，更何况是只凭一时心情而脱口而出的口头承诺呢。一个没有经过深思熟虑，一时兴起而产生的承诺，给人带来的除了短暂的惊喜，更多是在等待中对未来的担忧和恐惧。

太轻易许下的承诺就跟脱口而出的玩笑一样没有力量，被时间磨灭得日渐模糊，说的人也许早已忘了当初的山盟海誓，而听的人却因为苦苦等待而慌了心，伤了神。

也许，这世界上最动人最甜美的承诺当属于爱情。所以从古至今，惊天地泣鬼神的爱情誓言才会绵延不绝地出现。从“执子之手，与子偕老”的平实温暖到“天地合，乃敢与君绝”的勇敢深情，还有那“在天愿作比翼鸟，在地愿为连理枝”的缠绵浪漫，都让陷入爱情的男女艳羡不已，无不想要效仿。

张韶涵唱过《亲爱的，那不是爱情》，其中一句“太美的承诺因为太年轻”就已经让很多人心有感触，承诺这个东西，



除了不能轻易相信之外，更加不能轻易给予。

正值青春年少的我们，都认为这样的承诺是多么美丽动人，原本贫乏的生命也因为有了这些被承诺了的爱情才有了价值和意义。爱情之所以让人连性命都愿意放弃，也许是因为等待承诺实现的那段过程，是最让人牵肠挂肚，情绪纠结的。在相爱的人看来，一起实现诺言是生命存在的全部意义，若无法实现，那么生命就如同草芥，无可眷恋。对女人来说，她们都喜欢听到甜言蜜语，承诺是爱情最好的信物，当她们爱上一个男人，一句承诺比一颗钻石都来得珍贵得多。爱你到海枯石烂，爱你到天崩地裂，爱你到天长地久，甚至一万年，这样的承诺是当初发烧的情侣都曾信誓旦旦过的，只不过，当初我们不知道说过的话未必会实现，能实现，不知道人生无常，世事沧桑，不知道命运多变，翻云覆雨。历经人生许多风雨后，我们都会成熟，也才会知道，人生除了爱情，还有许多重要的东西；才会知道，承诺不是造句，可以出口成章，七步成诗，如果不兑现，它就是一句谎言，即便是善意的，也终究不能再让人信任了。

一个成熟的人，如果选择承诺或相信承诺，那么，就必须学会去承担失望和艰难。因为，希望越大，失望越大。你必须为你的承诺付出代价，实现它的过程无法假借他人，如果实现不了也不能迁怒别人，要怪只能怪自己太天真太草率。所以，想要成熟，就要先学会保护自己和对别人负责，你要有自己相信的人，但却不能相信他所说的每一句话。这不是教你待人不真诚，而是避免自己受到不必要的伤害。有些话，说说而已，看似美丽，但比彩虹还要短暂，所以，面对着它们，欣赏片刻就好，过去了就别再挂心上。面对承诺，我们要学会的是原谅

和守信，当别人有意或无意因为失信而让你受到伤害，请原谅他不能言出必行；并且请尽量实现自己说过的话，如果做不到，就请保持沉默，不要轻易承诺。

不要总拿年轻当借口，年轻不是你犯错的资本。太相信承诺和不遵守承诺一样，一不小心都会伤害到心灵，只是对象不同罢了。我们要学会在成长的路上成熟，而不是依旧像个未成年的孩子，仗着不用负责任而为所欲为。

成熟的人要学会活在当下，别总是把希望寄托在不可预知的未来。隐瞒真实，是在欺骗自己，也是在哄骗别人。你是一个什么样的人，有几斤几两重，相处下来便会让人悉数尽知，没有人会喜欢一个只会自吹自擂，动不动就夸下海口的人，在别人的期待中神气，在别人的取笑中泄气……

也许有人会问，承诺有什么不好？它能给人带来希望，也能让自己的形象变得高大一点，其实，不轻易承诺就等于是留给自己一级台阶，也给别人多一点思考的空间。轻易承诺有时是过分自信，高估自己的一种表现，成熟的人要学会接受现在的自己，用真实的自己对人对事，正确评估自己的能力之后，就不会失信于人，也就不会因为一些因夸下海口却无法实现的承诺而被人讨厌。试想一下，有时候别人本想和你共同面对一件事情，结果被你自告奋勇一力承担，那对方就只有退出了，然而最后你却无法实现，这结局连想都不用想自然是糟糕透顶了，任务没完成，还失去了信用，其实，原本你是有机会避免这种“赔了夫人又折兵”的惨状的。

诺言的分量可不轻，所以要仔细掂量以后再做决定是否要去承担。太重的诺言，有时需要你花费一生的时间去兑现，甚至可能要付出生命的全部。而太轻的诺言，则会像风一样悄悄