

成熟演讲稿三分钟(优质10篇)

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？下面是小编为大家整理的演讲稿，欢迎大家分享阅读。

成熟演讲稿三分钟篇一

谷子成熟了，就低下了头，向日葵成熟了，也低下了头，昂头是为了吸收正面的能量，低头是为了避让危险的冲撞，事实如此，正应了一句俗语：“低头的是稻穗，昂头的是秕子”。

植物如此，倘若不低头，就不会成熟，风会将之吹折，雨会将之腐朽，鸟儿也会将果实作为食物而果腹充饥，只有空空如也的秕子，才会昂着头招摇在风中。人生也如此，至刚易折，至柔则无损，上善若水，是最好的选择，便利万物，而又能高能低，能屈能伸，方能顺利长远。

所谓低头，是适时的选择，识时务者为俊杰；所谓成熟，也是辩证兼得，不能一味的追求一成不变的态度。

生活中，如果一味的昂着头生活，那就会给人一种趾高气扬、不可一世的感觉，让人敬而远之，久而久之，人们就会觉得这是一种傲慢无礼、目中无人的傲气，会不被认可，或遭人排挤。

而适时的低头，不只是一个动作，也是一种智慧，是一种豁达的胸怀，是忍的境界；适时的低头，不是委曲求全的懦弱，是“留得青山在不怕没柴烧”的深谋远虑。

而成熟的标志，是一种百炼成钢绕指柔的状态，知道什么时候昂头，知道什么时候低头，柔刚并进，进退有度，是一种谦

逊的姿态。

俗话说：“懂得低头才能出头。”有时候稍微低一下头，是一种宽容，是一种从容，是一种竞争的避让，是一种生存的智慧，留有一点存在的机会，才会有出头的可能。

有的时候，低头才能看见自己的幸福，才能看见自己的不足，仰望出来的幸福不是幸福，低头看看，身边最普通的生活才充满了真实的幸福；如果总是昂着头，不会看见自己的缺点，适时的低头想想，反省一下自己，发现不足，才能完善自己。

有的人，不屑于低头，直来直去，硬撑强做，一直奉行“宁可玉碎不为瓦全”的精神，到最后伤害了别人，也断送了自己。

有的人，把低头看做是耻辱和退缩，总觉得刚、猛、直才是英雄所为，才是硬汉子的做法。做事横冲直撞，锋芒毕露，却不知，即使是最硬的弓，拉的太满也会折断，更不知道，即使是最美的月亮，也会有盈亏的自然之道。

适时的低头，就是需要我们的人生要有弹性和韧性，低头的避让是为了更坚定的前进，勾践卧薪尝胆，韩信受胯下之辱，这些典故充分说明了“小不忍则乱大谋”的低头智慧。

人生在世，不都是称心如意，天有不测风云，保不齐会失意，保不齐会求人，保不齐会屈一下身，弯一下腰，低一下头。实际这都无伤大雅，只要有自己做人做事的底线，是不失颜面和尊严的，不能“死要面子活受罪”，能屈能伸才更坦然。

适时的低头，是成熟的标志，是一种取舍的智慧，不是无原则的妥协，而是理智的忍让和忍耐，不是无条件的迁就，而是有意识的谦让和迂回，是一种巧妙的人情达练。

适时低头，也是需要勇气的，这种低头是一种平和的执着，

是为了胜利，而不惜做出一些牺牲的勇气，是一种大智若愚的谦卑，是一种走向成功的资格。

适时的低头，是一种明智的选择，过一扇门，爬一座山，我们都需要低头，当一根棍子横扫过来，我们会自然的选择低头和放低身段，否则，受伤的一定是那个自以为是的硬汉。

懂得低头，会看清自己脚下的路，懂得低头，路边的野花会是你的鼓励，懂得低头，才能忍辱负重，懂得低头，低头便见水中天，懂得低头，也是人生中的风度和休养。

懂得低头，也就懂得了不低头，在金钱、命运、权贵、邪恶、困难、人格面前，我们是绝对不能屈服，绝对不能低头，否则，自己将沦陷其中，成为终生的奴隶。

成熟的人，是不会让自己撞的头破血流，而懂得低头，成熟的人，是不会在绝望面前孤注一掷，而是选择退一步海阔天空，巧妙的低头，这即是一种策略，也是一种智慧。

人生路途，荆棘遍布，相信低调做人，信奉一句话“虚心竹有低头叶，傲骨梅无仰面花”，也许，我们的人生会走的更顺利、更长远，我们的人生也会拥有宽容、大度的成熟和智慧。

若人在低谷、檐下时，在无力回天时，不妨低低头，也许，低头就有一丝光亮，低头就为自己开了另一扇窗，如果，生活中懂得适时的低头，生命里就会多一份韧性、一份张力和一份成熟。

如果懂得，低头处事，昂首做人，也许会感悟到人生里的诸多智慧的选择。

成熟演讲稿三分钟篇二

春天，生命的种子播种于肥沃黑土，生根发芽，那一抹生机的绿中有着无限的活力与欣喜。夏天，阳光强烈灿烂，在无情的炙烤下仍然挺直腰杆倔强向上的树木便代表着那无所顾忌的青春，锋芒毕露，年少气盛。冬天，雪花朵朵飘落，纯净厚实的白色是经历起起落落后人生的积淀，干枯的树杈上零星的点点粉红梅花，是最后的美好。而秋天，平淡，温柔，慈祥，安然，就像圣者脸上那一抹宠辱不惊的微笑，有一种深不可测的神秘和从容，这便是成熟的韵味。

成熟，是一种终于停止向周围申诉求告的大气，一种在别人议论声中稳步向前的坚定，在众多光环与成就中仍波澜不惊的心灵。年少时的我们会因为被老师误会、被别人抢走了一块糖果而哭闹不休，因为一次满分的成绩欢呼雀跃，因为路人无心的一句话改变内心原本坚定的想法。于是，向前的脚步不再如开始时踏实，在心中渐渐升起的浮躁与彷徨中逐渐丢失了原来的方向。

十年x革，葬送了许多才子的大好前程，却也成就了一些人更加明亮而坚强的人生。国学大师季羨林忍辱负重，在夜晚的依稀烛光下译出了著作《罗摩衍那》，“留得十年寒窗苦，牛棚杂忆密辛多”，他用那一颗成熟的心灵波澜不惊对待着所发生的一切，不悲于自己遭受的无尽屈辱，不喜于自己在文坛所取得的巨大成就，晚年毅然三辞桂冠，他说：“身上的泡沫洗掉，还我一个自由身，露出了真面目，皆大欢喜。”成熟是简单而纯粹的，是世间繁华褪尽之后只留下的那内心的强大力量，人性本真中那一份淡定从容，是一种无须声张的厚实，一种并不陡峭却难以企及的高度。

成熟的过程定不是美丽而光彩的，被绊倒才能知道注意脚下的石头，也只有经历过数次磨练才能成就一颗宠辱不惊的成熟的心。即便是至圣先师孔子，也有过气盛的年轻岁月，不也是在一次次的失败与沮丧中练就了海洋般深邃的成熟心灵，

点点滴滴写下了流传千古的文字。反观现在许多年轻的演员吸毒，便是年少轻狂的青春最好的佐证，那些在太快到来的鲜花掌声中迷失方向的人们，不知能否最终找回遗失了的单纯心灵。

成熟便如泡一壶陈年茶水，起初，青涩干枯的茶叶在沸水中翻滚漂浮，汤色浑浊，杂乱无章。慢慢的，一片片细长的叶片舒展开来，像一个个舞女墨绿的衣衫，在水中上下浮动，别有一番美感。冲水几次，杯中的茶水清澈而醇厚，轻轻晃动茶杯，茶水送入口中，初觉苦涩，心却在回味的淡淡清香中平静下来，仿佛与世隔绝，陷入了自我的一片清静之地。时间用慢火将一个生涩的茶饼暖热，而喝茶，便是安然惬意的沉醉在与旧时光的对话之中，这样宁静舒适的美好便只有一颗成熟的心灵才能享受，这是成熟的韵味。

成熟演讲稿三分钟篇三

前些日子，我买了些“爱心香蕉”，一来便宜，二来可以帮助那些辛苦的农人，便又多了些道义感。

香蕉取回来才发现，摘得早了，还没有成熟。在办公室里放了两天以后，丝毫看不出变化。有同事说，要买一些熟香蕉和它们放在一起，会熟得快。想想觉得有理，香蕉们在一起，大抵也会交谈的。

我便买了些熟香蕉，放在那几挂香蕉上。可是，又等了两天，熟香蕉表面已经变黑，“爱心香蕉”却仍旧不为所动。大约是性格不合，谈判失效。

同事查阅了资料，终于找到方法。将所有的香蕉装入两个纸箱里，并盖了厚厚的一层报纸，上面又搭了一块密不透风的布。两天以后打开来发现，最上面的一部分香蕉熟了。

成熟的香蕉表皮发黄，根部微黑，失去了青涩时的好模样。

像一个孕育过孩子的女人，面色泛着黄油脂，青春不再。但成熟的香蕉确实是好吃的，剥开来，甜，色泽也好，入口的感觉像一段轻音乐，抒情，能形成我们对事物的好印象。

然而，没有成熟的香蕉还在下面。便又捂好了箱子，像是答应香蕉要保守一个秘密。

看着那些没有成熟的香蕉堆在一起的感觉，突然觉得，世间的事，大多如香蕉一般，从青涩到成熟的过程，是如此不堪。

曾采访过一个知名偶像派歌手。采访他的时候，他尚租住在北京郊区，名声刚给他带来福利，尚没有让他彻底摆脱贫穷。

他在地下室住了九年，在夜店唱歌，在地铁走廊里唱歌，在夜市大排档里唱歌，在公园里唱歌，在别人婚宴或生日宴会上唱歌……最穷的时候，他连坐地铁的钱都没有，买几个馒头，路过卖烤红薯的推车，说上些好话，借着人家的炭火将馒头烤热了，吃上四个馒头，然后步行近二十公里回到住处。

谈到屈辱史，他笑了笑，说，若没有理想，就没有屈辱，我被理想害了多年，好在上天没有抛弃我，不然，惨不堪言。他的手被琴弦割破过多次，声带坏过多次，被女友抛弃过多次。生活由一天又一天琐碎的时光组成，尊严只是伴随物，饥饿时，尊严自然被闲置起来。我能理解他对过往的叹息和长时间无助的沉默。

这就是他的现实。他最后说，如果有一天，我住到自己的房子里，我第一件事情是大哭一场。

成熟总是意味着经历时间的打磨，比如经冬的麦子，经过季节的变化、温度的起伏，才终于灌浆饱满，成为供养我们的粮食。成熟也意味着经过世间所有高温，或承受涅槃般的煎炒，或默默躲进蒸笼，才成为食物。

成熟也和人的身体相关，欲望与抑制，激情与持久。成熟意味着一个人内心渐次平和，不再因细小的诱惑而放弃追逐的目标，不再为即将到来的惩罚而逃避责任。

成熟意味着融化个体，不再独立于他人之外；成熟意味着褪去了虚伪，不再为证明自己而活得疲倦；成熟意味着已经拥有，所以不必和他人争抢利益；成熟还意味着懂得放下，因为人生的行程有限，不可能全部的景点都走一遍。

成熟自然是稳重而得体的现实描述，它像一壶陈年的普洱，初看时汤色混浊，细品却甘怡润心。一杯熟普洱，可以安心静气。茶本来也是青涩的叶片，是时间用慢火将一个生涩的茶饼暖热，这样，饮一杯熟普洱，我们仿佛和一段旧光阴在对话，我们会瞬间进入安静，觉得平淡也是欢喜。

那些不为人知的努力，那些浸满了汗水和泪水的辛酸，正像被捂在箱子里的香蕉一样，在成熟之前，在味道变得美好之前，沉默无助，承受时光的黑暗，或者理想的破败。

美好是一个相对较晚到来的词语，它值得我们为之付出。而美好之前的不堪，注定是我们人生必然伴随的滋味。

成熟演讲稿三分钟篇四

在《格林童话》里，我为白雪公主的出世而感到喜悦，又为狠毒的继母感到愤怒。《安徒生童话》里，我为卖火柴的小女孩的境遇而悲伤，也为当时社会而感慨。书：你记录了黑与白，美与丑。

我们都知道，只有人会思想。可在杨红樱阿姨的笔下，一只猫竟然也和人一样会思想。这只猫就是和大家形影不离的“伙伴”——笑猫。笑猫会许多种笑：冷笑，嘲笑，傻笑，大笑……还有一种连人都很难学会的笑：皮笑肉不笑。

《笑猫日记》写的是一只猫，从中也记载了一个孩子精彩快乐的童年。在书本里，我可以抛开所有烦恼，尽情遨游，尽情探索，展开无限的想象。书，为我的童年插上梦幻的翅膀。

成熟演讲稿三分钟篇五

“梁潇，是你吗？”伴着一声亲切的询问，我停住脚步。回头望去，是原来的邻居小丽阿姨，她打量着我说：“哎呦！都长成大姑娘了，上初中了吧！”我不好意思的低下头，笑了笑，和阿姨告别后，望着她远去的背影，我慢慢回味着她刚才的话，猛然意识到：我，已经长大了。

我继续向前走，突然就听不远处传来一声巨大的刹车声，震耳欲聋，还有一声惨叫，很多人都跑过去，我也不知为什么，双腿竟不听使唤紧跟着脚步走过去，想看个究竟。当我走到那里时，看到了最不想看见的那一幕，一辆轿车撞倒了一个中年妇女，她看起来很痛苦，双眼紧闭，全身有几处伤口在往外流血，她痛苦地呻吟着，这让我的心一惊。

我慌了，不知道怎么办，旁边是一群看的人，但他们都无动于衷，有的还在那里指指点点，我想到猛然想到打120，于是，我赶忙跑到公话亭，拨打120，我知道，如果时间多一分钟的话，那么阿姨就有可能多一份危险，我必须让她有求生意识，我便在一旁使劲喊着“阿姨”旁边的人也仿佛都被我的这举动感动了，纷纷伸出了援助之手。

在焦急的等待中，急救车终于来了，望着阿姨被送上了车，这下我才松了一口气，不知为何，我竟然坐在地上起不来了。好长一段时间，我才稍稍喘过气来，脑海不断地重复着刚才那触目惊心的一幕，人的生命竟是那么的脆弱，或许在你不知不觉中已慢慢成长，生命往往在一瞬间就有可能失去，所以我们每个人都应珍惜生命，我十六岁了，不再是小孩子了，十六岁的我，应该学会用理性的眼光去审视周围的事物。十六岁的我，再也不是那个对妈妈撒娇，哭闹着要和她睡一张

床的小女孩子。

长大了，意味着成熟，在每个人成长的历程中，都有酸、甜、苦辣，喜怒哀乐，关键看我们如何对等待。

人生如戏，岁月如歌，十六岁的我，经过这件事后，变得比以前更加成熟，我开始学着思索，用心地观察周围的一切，用行动证明我已长大，已变得成熟。

成熟演讲稿三分钟篇六

当呆呆的丑小鸭变成了天鹅；当肉肉的毛毛虫扯破束缚化为蝴蝶，在惊喜于生命变幻的美妙的同时，我感受到刹那却又恒远的美丽——一份来自成长的美丽。

长大了，成人了，成人了，就该成熟。当我真正细细体味着成长的意义时，感到的是一阵轻轻的震撼。那是一种双重感觉的心灵上的震动。

人在一点点地长大，肩上的责任与担子也与日俱增；于是渐渐的，说出的话，做出的事儿，已不再仅仅考虑自己的喜好。再往后，我学会了“三思而后行”。多为他人着想、换位思考、站在别人的立场去考虑问题，渐渐溶入我们的思维，成为我最基本的做事原则之一。

我成长着，我改变着，我要变得成熟，因为我必须长大。我要在长大的过程中变得慢慢成熟；否则，我就会被别人指责为轻浮。

终于有一天，我的改变被别人注意到了。邻居夸奖我说：“这孩子真懂事。”父母赞扬我说：“你长大了，像个大人了。”当我看到旁人赞许的目光，当我看到父母脸上的皱纹有所舒展，我体会到了一份欣喜：我的改变得到了肯定，我的改变有了质的飞跃。

成长，还在我身上无法改变地进行着。成熟，是我扶正我肩上的担子；有棱有角的自我，我不愿放弃！在有个性化的成长中成熟起来，那是我所希冀的。

成熟演讲稿三分钟篇七

当大唐盛世的瓦当不再锃亮，当歌舞升平的霓裳不再绮丽，昨日繁华渐渐褪去。一叶带着一个叫徐福的术士和追随而至的童男童女的扁舟，向一个小小的渔岛驶去，一个名叫日本的民族在中国的臂弯里成长。可这小小的渔岛，却见证了泱泱中华的悲欢荣辱。

前天，当驶向西域的驼铃叮当作响，笨重的骆驼身上滋滋地冒出热气，碧眼的狐狸四下张望，闭关锁国的清政府不过是一个戴着x粟花冠的瞎眼老人。可是，另一个腐朽的帝国却在明治维新之后睁大眼睛，张开臂膀，接受挑战，重唤生机。于是，古老的中华开始惊醒，在维新变法洋务运动中寻找重新崛起的机会，开始在这面镜子的映照下迈出自己的脚步。只是，这一觉睡得太久，这一步迈得太迟。

昨天，贴着膏药旗的军舰驶进了我们的海港，大力丸的广告贴在了整个中华的伤疤上，六朝古都被鲜血浸透。我们奋起反抗，高唱着大刀向鬼子头上砍去，保卫自己的家乡。当我们憎恨他们的时候，却发现这群禽兽有钢铁一般的意志，难以想像的团结和纪律。于是，一团散沙的我们震惊了，想到连起手臂，筑成统一战线，组成血肉的长城顽强地与其对抗。终于，在这面镜子的反衬下，我们找到了自己并最终取得胜利。

今天，国门敞开了，华夏民族昂首阔步于世界之林。可是，我们却发现常常以一步之差落后于人。陶瓷是中华之瑰宝，却无法走向世界；日本人在茶杯上作了一个小小的改进，让它更适合高鼻子的白种人，就使他们的茶杯远销各地。动漫，不是日本人首创，却成为其国民增长的第二大热点，中国少

年的钞票源源不断地输入，这又让中国震惊不已。日本人并不比我们聪明，但他们的精明和细致，却往往在最后成为胜利的筹码。面对这样的镜子，不免让人感慨良多。

中国，不是一个名词。日本，却是一个惊叹号，让泱泱中华从这面镜子上重新审视自己。古人说：以铜为镜，可以正衣冠；以人为镜，可以明得失。今天，我们不妨以日本为镜。也许有人不齿，也许有人怨恨，但是，在竞争如此惨烈的今天，我们应当为有这样一面镜子而庆幸。昨天，我们已经为这面镜子付出了高昂的代价；今天，我们理应提早预防。

想起了爷爷的一句老话：狼来了，你可曾准备好枪？那么，就让我们擦亮镜子，迎接明天吧。

成熟演讲稿三分钟篇八

这一路上，走走停停，顺着少年漂流的痕迹。

成长是遇见，是分离，是断舍离。如一次旅行，经历千山万水，一路走来，觉得甚是爱自己，更爱那个越来越成熟的自己，但成长总需要痛苦的眼泪来交换，不折不扣。

之前的我开放活泼，不稳重。或许每人都是如此吧，见到自己喜爱的东西双脚就开始挪不动；从网上得知一个电视剧有韵味就想追来看看；有开心的事傻得就像个三岁的半的孩子；有紧急的事就会与紧张、慌忙撞了个满怀。

慢慢的发现，自己消费有了规律且适度；不再轻易追剧，以防自己迷恋；有开心的事，我只会嘴角上扬，虽然心里异常的快乐；遇事能思考，不慌不忙。

不像原来那样的迷茫，懂得与自己对话，心中那个骄傲的天使与坚强的魔鬼，一直在我成长的路上相爱相杀，争斗不休。

惊涛骇浪之后，终于风平浪静，我被折腾得异常清醒，逐步认清现实，认清自己。

来到这个世界是为了什么，现在的努力是为了什么，选择努力还是放弃……

我也找到了属于我自己的答案。

每代人都有属于自己那一代人的长征路。每一代人都要走好自己的长征路。

属于我们的舞台早已搭建竣工，即使成为不了舞台上那颗耀眼明星，也可以成为台下默默鼓掌的观众。

这是一个痛苦与欢乐并存的年代，我们有一个共同的目标，同追梦，奋前行。

愿我们以梦为伴，与时代同行，让中国风永不落幕！

愿肆意生长，热爱无休。

成长路上的“段舍离”，让我在摇摆不定的岁月常青藤上刻下了一道道深刻的痕迹，这痕迹将越来越深，拉着我，扯着我，让我也越来越成熟。

成熟演讲稿三分钟篇九

在现今社会中，成功人士都非一般成熟，都是身怀绝技的武林高手。我心里也一直敬慕着庄严的他们，他们早已是我价值观中崇敬的超级巨星。

凤毛麟角的他们在不知不觉中已成为我的哲学导师。每天昂也仿佛被他们那成熟韵味灌溉着幼小的心田，也不知何时从此处汲取了众多的养分，使心力磅礴了起来，阳光亦照亮了

那茁壮的大树。

随着知识的不断涌入，也不知何时大浪渐渐吞噬了往常天真的自我。我逐步脱离了幼稚这无底深潭，也感到无比自豪。

“铁的纪律，金的人格。”这是身处学校，面对众多难题，沉思中我无意间察觉到大牌上的一道八字真言。注意到此前“铁的纪律”我毫无疑问是达标的了，但“金的人格”我几乎是零。造就我一直停滞不前的就是那倔强的成熟。

“青蛙总会忘记自己从前是蝌蚪。”我也意识到其实生活并非一把牛劲就会成功。以前那天真幼嫩的昂确实有较多的牵绊，也造就过“金的人格”。

我反思，淹没在黑压压的波澜中那可爱的稚嫩卷土重来了。生命的曙光像蔓藤成长般无止境照亮整个躯干。

有时候需要放下无谓的成熟，太执著追求完美终究会一败涂地。与他人相处要敞开心扉，放低成见，衷心为友人着想，这样才可撑起一片天空。

开心见诚交谈是一种放松心身绝妙的良方。尽情挥洒汗水，热血奔腾地比赛也是同一道理。这便是所谓“金的人格”。

放弃成熟！在适当时机应该择此举。相信自己的举措，坚守自我的理念，测试自身的器量，在调研后统筹一切，全面发展自个才干，这便是成熟。

放弃那一半多余的成熟，让性命的河水得以净化，清澈地反映出自身对世界的“爱”，这将奔向明媚的风景，享予阳光与海滩，在这种心境平和的状况下，我们便会有一番成就。

放弃成熟，是分时段的。

放弃成熟，我做对了！做对了！

成熟演讲稿三分钟篇十

有人谓成熟为年满十八，有人谓成熟为自食其力，有人谓成熟为家业两全，这便是所谓的成熟吗？不，还不够，成熟不仅是身体的成长，更应该是心智的完备，成熟该是这样的。

豁达之胸怀

没错，有些事无法改变，比如长相，比如他人的嘲讽。但博尔蒂没有计较他人的嘲笑，而是泰然处之，以豁达的胸襟原谅他人的过错，最终成就了自己。豁达不是一味忍让，一团和气，而是能宽容他人，不拘小节。豁达是成熟的必备要素，有之，才能厚德载物，化险为夷。

淡然之心境

人们总将奖杯奖牌摆在最显眼的位置，借以炫耀自己的辉煌过去。而著名的音乐人林夕却反其道而为之，将奖杯奖牌都藏在柜子里。“我看着它们觉得厌恶”，“奖项只代表过去”，林夕如是说。这样的淡泊名利，在浮躁的娱乐圈实在少之又少。

能在音乐路上越走越远，林夕的淡然心境功不可没。抛却了尘世功名浮华，专心于唯一的音乐，怎么会碌碌无为？这不只是年龄带来的淡定，更是心智不断成熟带来的释然。看淡了一些事，看轻了一些物，生活才会更加称心。淡然是成熟的重要成分，有之，才能静观云起，坐看花开。

低调之姿态

文学大师贾平凹不常参加集体活动，却常常一个人到贫穷山村住几日，扶贫帮困。人们觉得他木讷，不爱说话，他却笑

答：“正因人前木讷，才写下来。”他不会和别人炫耀自己的成绩，不要别人的恭维奉承，只是低调做人，写书，助人。

因为成绩已经做出，不需要再宣扬什么；因为好事已经做到，不需要再炫耀什么；因为自己已经做好，不需要再被奉承什么。这就是一代国学大师，用低调的姿态展示成熟的魅力。低调是成熟的主要表现，有之，才能做回自己，做好自己。

成熟是豁达的胸怀，是淡然的心境，是低调的姿态，是从容，是释然……最简单的成熟是身体上的，最重要的成熟是心智上的。真正懂得成熟的意义，才能成为一个成熟的人。