

2023年挫折励志文章 在挫折中成长励志文章(通用8篇)

导游词可以通过与游客互动、提问等方式，增加旅游的趣味性和参与感。导游词的语言要活泼生动，注重情感的表达和与游客的互动交流。以下是小编为大家整理的导游词范文，仅供参考，大家一起来欣赏吧。

挫折励志文章篇一

励志，便是让一个人重新焕发起这种力量。励志，并不是让弱者取代另一个人成为强者，而是让一个弱者能与强者比肩，拥有实力相当的生命力和创造力。惟有从内心深处展开的力量，用心灵体验总结出的精华，才是一个人真正获得尊严和自信的途径。下面和小编一起来看在挫折中成长励志文章，希望有所帮助！

男孩长成了一位大男人。在生活中却不能独立解决难题，的确是一种悲哀！暴力解决的莽撞时代已经结束。尔后面临着理智生活和稳重的处事原则。这一转变，不是随着年龄的增长就能完善，阅历的丰富也不是凭空的构思就可以的。

人的成长之中，完全的一帆风顺，不可能会有。离开父母的那天，就意味着，未来的生活要靠自己打拼了。独立能力，是立足于世的基本。首先就要解决吃穿的问题。只有吃饱穿暖，才会有足够精力去打拼生活，坚强的面对社会压力；再则就要独立思考的能力，这是判断问题，解决生活难题的关键之所在。能思考，会思考，精思考，在问题面前独当一面。在遇到情感问题时，就要冷静对待了，虽然有独立能力和思考能力，在感情方面，也会一不小心跌入深渊，头脑就会不理智，尤其爱情，更让人头脑发热，泡在里面，其他事情就无足轻重，不管不顾。所以在成长的勃发期和事业的准备及

上升期，就要合理处理爱情问题，不是要一刀斩断，也不是全然不顾，而是要分清轻重缓急，一个男人肩负着家庭的重担和社会的，责任，不能以小失大，也不能一门心思专研于事业而不顾家庭。当然，这只是假设，最重要的就是有一位通情达理的`妻子。虽然，这也只是假设。毕竟，生活要靠自己来争取。

从无知少年的转变，就像电影剧情里的穿越一样，在某次雷电的击中或则被夜行汽车的撞击而瞬间穿越。当然，生活的番悟没有如此夸张。但也需要有使你刻骨铭心的挫折，才会有所思考，有所醒悟，虽然来得晚了点，但对于以后人生的华丽转变有莫大的帮助。譬如，今天在开幕式的重要场合，作为学生代表上台发言，作为第一次面临的重要会议，激动不免而来，随之的负面影响接踵而至。有此事件，让我知道了自己的不足，胆量、稳重、大方是在以后的需要修养的重点。给以后的努力方向与完善计划点明了指示灯。这就是挫折的好处吧，失败是暂时不重要的，毕竟已是过去时，以后才是最重要的。

挫折是人生不可避免的，最主要的是看如何面临挫折，在原则上就要尽力避免，在尽力后，仍不可避免就要做些反思，及时发现能力缺陷。在这里，只是满腹的牢骚罢了，在挫折中成长，就要越挫越勇，而不能一蹶不振。

在挫折中成长，好好生活，发现生活，享受生活，才不枉在世间走一遭。

在挫折中成长，留下你去思考。

挫折励志文章篇二

人的一生会经历无数次的挫折，当你面对挫折时，就会很好的表现出你的原形：面对挫折时，永不言败的人，他就是人

群中的佼佼者；如果面对挫折，轻易言败的人，则是人群中的失败者，他们通常都在事业上、感情上受到挫折，而他们却无法超越自己，从此一落千丈。当然他们之中有的可能是尖子生，但我坚信败在挫折底下的人，并且不敢与挫折交锋的人，就算他是尖子生，是爱迪生，是爱因斯坦，也会变得一事无成。史上有许多的伟人，他们在面对挫折时，表现出十分的镇定自若，并会用实际行动去挑战它们。当然他们有时候也会败在挫折底下，但是他们并不灰心，而是分析失败的原因，并学会去攻克他。

相反，有些人遇到挫折，轻则一事无成，重则轻视生命。有些人，就是感情上面出了点小小的问题，就闹得家破人亡、妻离子散，甚至是藐视生命。人生就像是一条长河，在这条河上不免会有狂风和巨浪，不免会有漩涡和急流，也不免会有荆棘和高山。当我们面对它们时，重要的是我们的信心，俗话说“有信心就等于成功了一半”，对自己要有足够的信心，还有一半就看你自己的能力了。在有些人眼中挫折如天使一般，因为它会锻炼你的毅力，会培养你的信心，但在有些人眼中，挫折如恶魔，它会让你一事无成，会让你一败涂地，甚至是倾家荡产，关键是看你的心态。所以面对挫折，心态也起到很重要的作用。

如果你做到了以上几点，那么就等于你已经战胜了一个挫折。战胜挫折以后，并不代表你已经胜利了，而是说明你可以得到暂时的休息，因为人生这条长路还会有更多的挫折等待着你去挑战。只要你敢去挑战挫折，胜利一定会属于你的。走出荆棘，前面便是铺满鲜花的康庄大道；爬上山顶，脚下便是积翠如云的山水一色。啊！一星陨落，黯淡不了星空灿烂，一花凋零，荒芜不了整个春天。

挫折励志文章篇三

失望是什么？我们是否逃避了就没有了失望？希望是什么，难道就那样遥远？摆脱冬天最后一层冰雪的桎梏，春天再次开启

四季的轮回之门;摆脱蛹中的最后一次挣扎，终于破茧为蝶;同样，摆脱失望的最后一秒，我们就会迎来下一次希望!

人们习惯赋予春天温柔的性格，殊不知，他经过了夏、秋、冬的蜕变;人们也习惯于观看蝴蝶的翩翩起舞，殊不知他经过了多次挣扎!他们美好的希望不是凭空产生的，而是付出了垂死的漫长挣扎!事物的联系是普遍存在的，所以说失望无处不在，希望随后就到来!生活不是呆板的平面画，而是立体的雕塑;不是平静的海底，而是波光粼粼的湖面。所以说希望总与失望长伴，它们是双胞胎，他们是人与影子，从不分离。这就是规律，是不可违背的客观规律!失望时，愚昧的人会感伤和叹息;而明智的人会向上攀登。矛盾是对立统一的，遵循规律的人获得成功，不理它的人宣告又一次沮丧!

失望并不可怕，怕的是不会运用失望。失望并不可怕，怕的是违反矛盾的特性;失败并不可怕，怕的是等到了倒数第二秒而放弃了最后!我们的意识要有超前性，黎明前的黑暗是给我们更好的期望，我们不可能到了黎明就不迎接明天!

年轻人在希望中生活，为什么不呢?人生长河，哪个人是一帆风顺?有几个人又是平步青云?青春之所以美好，是因为希望是你的锦绣，是你灿烂的前程，挺过了这一秒，迎接你的，也许是另一番天地!我们要有良好的意志，正确的意识具有能动作用!凡是行百里者，必须经过九十步!

希望在前，我们能不断向前。这一秒不要失望，我们下一秒就有希望!

经历风雨后就有许多怡人的风景!是的!生活有时捉弄人，就像大人逗小孩一样，抢走孩子手中的糖块，孩子哭了，大人觉得可笑。其事实上，上帝并不像大人捉弄孩子，它对每个人都是公平的，他留给了你失望，在前面的不远处一定就留了希望!坚持下去吧!拨开重雾吧!这一秒不失望，下一秒就有希望!

爱迪生发明电灯泡，前后实验千余次；曹雪芹著《红楼梦》先后十余年！勾践尝胆复国！没有坚定的意志，如何有希望？生活中不如意，我们可以哭，但不可以失望！“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”，我们谁也不知道今后会发生什么？但是有一点可以肯定，希望是有的！上帝既然不吝啬给你挑战，也一定不吝啬给你希望！

失望是什么？是希望前的曙光！希望是什么？是失望的产儿！生活就是有希望与失望结合的彩练！朋友！当你沮丧时，还有什么理由不勇往直前？一次次的失败，就像黑夜里的明灯，指引你到达成功的彼岸！让我们笑对失望，因为有希望在等待！

励志文章2：学会微笑着面对失败

怎样面对失败？对任何一个人都是值得思考的问题。

关键在于：失败转化为成功要有条件。如果创造了条件，就能从失败走向成功，否则，只能永远停留在失败。可见失败让人承受了巨大的心里压力。当天空中有一道裂缝的时候，无论多么阴的天，也不会再下雨了。所以，我们应敞开郁闷的胸膛，对着自己，对着失败，微笑。

也许是上帝太宠于刘翔，在他的跨栏生涯中去捉弄他，考验他。于是上天没有给刘翔在“鸟巢”夺金的机会，可是也没剥夺他展现奥运伟大精神的权利。这样的场景，也早在19墨西哥城奥运会的马拉松比赛上上演过。

比赛已结束一个小时，观众早已走光，工作人员也在收拾东西。突然，开路的警车闪着灯进来了，一个一条腿上缠着血染的绷带的运动员跌跌撞撞地走进来。他是最后一个完成马拉松比赛的，他叫约翰·阿赫瓦里。当他教练劝他放弃时，他却笑着说：“我的祖国从700英里外的远方把我送到这里，不是让我开始比赛的，而是让我完成比赛的。”于是他微笑着半走半跑地坚持着，完成了整个比赛。

人生的起起落落就像月圆月缺一样，是自然界的规律。经历了一些挫折，也应感受到了历练的味道。就像约翰一样，只要笑一笑，没有什么事情过不了。

八次落榜的明朝人归有光，一边在嘉定招生办学，一遍发奋攻读，终于写出了长达40卷的《震川文集》。

三次落榜的著名医学家李时珍，下决心从医，一生精心研究，走遍了长江黄河流域，历时27年，参考了800多种医书，终于写出了医学巨著《本草纲目》。四次落榜的清代文学家蒲松龄，深入民间，广泛搜集，写出了著名的文言小说集《聊斋志异》。

他们同是经历了落榜、失败后，调整好自己的心态，笑着重新出发。

请不要担心过程的艰辛，笑看云烟，学会微笑着面对失败。

励志文章3：年轻时不要轻易放弃

不要在年轻时轻易放弃，因为错过的时光换不来想要的东西；不要在年轻时轻言放弃，因为迷失的爱情换不回最爱的人。

你可以累了，可以醉了，但不可以放手，自由。你可以孤独，可以沉默，但不可以抛弃，潇洒。

年轻时，你只需要坚持两样东西，一是梦想，一是爱情。关于梦想，那是你努力拼搏的目标，指引你前进的方向；至于爱情，我总认为最美的爱情，发生在最纯真的年代，因为年轻，所以无所顾忌，因为年轻，所以冲动自由。成熟让人变得呆板，做事都已模式化，没有了朝气蓬勃的精神面貌。

岁月增添的不只是皱纹，还有更多的烦恼与厌倦。走过时光才发现过去的每一天都是美好的，都是值得怀念的。未来太

多的不确定，太多的阻碍烦恼。我们也见识了众多的烦恼，也目睹了众多的阻碍。时光很可怕，因为我们都在被它消磨，变得光滑，变得不可驾驭。再也回不去那么多的棱角，那么随心所欲。当你发现自己被时光隧道所限制，再没有往日的冲动与激情，只如行尸般重复着生活，生命变得也就没了乐趣。

因为年轻，所以不能轻易放弃。最美好的事物，或许现在遥不可及，可以把它放在内心，时刻激励自己我要得到它，那是自己的目标，为目标而奋斗。或许不轻易放弃在一些人看来是种固执，可固执的背后是付出，对于爱情，固执是奉献，是等待。谁也不能很轻易地就懂谁，有些时候，我们能做的只有等待。只是怕爱我们的人伤心，怕等我们的人，最后一场空。再等等，或许他/她会让你感动，会让你懂真正的爱情。

年轻时不要轻易放弃，苦点累点，回首你会发现，那是段最美的时光，而在那段时光，你拥有着理想与信仰。

励志文章4：生活因挫折而美丽

一朵朵美丽的鲜花在笑声中绽放出花蕊!迎着雨水的洗礼，夕阳的余晖绽放在那让人迷恋而有向往的星空之中!迎着微风的扶摆，蝉儿的鸣叫，迎着月儿温柔而羞涩的光茫;还有那一闪一眨，一眨一闪快乐的星儿;蝶儿翩翩飞舞在身旁;花儿笑着点点头;星儿快乐的跳着明天的舞;月儿的光茫照在身旁;蝉儿让人抬起泪的脸，打开那流着水的“水库”;微微月光照在脸上，温暖着那还有泪痕的脸;温热着那双冰冷的手;抚平了那因生活中的挫折而带来心灵上的伤痕。

“好痛!好痛!好痛呀!”我的心在跟我诉苦;“好想休息呀!休息一下吧!休息一下吧!”我的头脑在跟我诉苦。放眼望去，一堆堆的“活”，一堆堆的问题，一堆堆的一堆堆。还没有“做完”，怎么可以休息呢!“再坚持一下，快好了，快好了!”

战胜了一个个挫折，铲平了一个个在面前出现的绊脚石时。总是很开心，很快乐！

但却又迎来了新的困难与挫折。

困难，没玩没了的难题，一个接一个的挫折。

我无法安眠，我无法休息片刻。

好像从出生的那一刻起，我就调入了一个很深、很深、很深的“井”中，望着身边一个个从“井”中走过的人。我向他们呼喊，他们还是若无其事的走着，发现我的，则是对我冷言冷语。

有时，总会想：躺下后就不要再起来了，永远都不要再来，但每次都会起来。

想逃避这些，但又能逃到哪里去呢！逃过了今天，明天还是会来临！

夜幕降临，总是带着残留在脸上的泪痕跑向那条极其幽静的小路上。

小路很静，静的让人有些害怕，但正是因为这里静，所以挫折可以远离我一会儿。穿过幽暗的小路，就可以看到天上的星儿，月儿，翩翩而舞的蝴蝶，听见蝉儿的鸣叫，嗅到那阵阵花香。

在最痛苦的时候，我总会在夜幕降临之时，跑向小路，带着泪水与伤痕。

在这儿，我总能得到一份心灵上的安抚，一份心灵上的安慰。

月儿永远在太阳落山后照耀着我，用她那温柔而羞涩的光茫抚慰着我。每当我抬起那眼角残留着泪水的脸时，月儿，星

儿，就在我的面前，为我照亮前进的道路，让我不再孤单。

在他们的鼓励下，我，擦干了残留在脸上的泪花，快乐而又坚强的面对着眼前的这一切。微风吹扶，吹动着我的秀发，我笑着坚强而又勇敢的一步一步走向成功。

所以：

我战胜了挫折！

——我的生活因挫折而靓丽

记

正如人们常说的“不经历风雨，怎见彩虹！经历风雨的地方，彩虹才会更加的美丽。”一步步走向成功，战胜眼前的一切困难与挫折。

面对困难，我们应该迎难而上，越挫越勇，越挫越奋，快乐向前。

现在的我们正是遇到困难，挫折的时候，我们勇敢接受一切挑战，勇往直前！

励志文章5：从逆境中奋起

曾经读过冰心的一首小诗，至今无法忘怀：

成功的花，

人们只羡慕她盛开的明艳，

然而当初它的芽，

浸透了拼搏的泪水，

洒遍了牺牲的血雨。

我想，我爱这花儿，因为她没有温室里安逸的生活，没有众精心的培育照料，没有养料充足的环境。她只有烈日的暴晒，骤雨的摧折，霜风的凛冽。这倔强的花儿不被挫折压倒，她以烈日酷暑为和煦阳光，以倾盆骤雨为甘霖洗礼，以凛冽寒风为微风轻拂。她吸吮着苦难的乳汁拼命成长。终于有一天，饱餐霜雪的花儿实现了生命的绽放，她用自己含泪的微笑诠释着无言的美丽。

生命的意义不仅在于执着拼搏，同样也表现为乐观的生活态度。孔子最得意的学生颜回，“一箪食，一瓢饮，在陋巷，人不堪其忧，回也不改其乐”。他不以苦难为苦难，不以挫折为挫折。因为他知道，面对挫折，怨天尤人是于事无补的。要从逆境中奋起，必须先磨砺意志，备尝艰辛，不计得失，笑看成败。孟子云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，行拂乱其所为。”我们需要磨练，磨练我们的意志与品质。在经历磨练后，我们将变得更坚强、更自信、更有勇气去正视生活中的挫折。

“文王拘而演《周易》，仲尼厄而作《春秋》；屈原放逐，乃赋《离骚》；左丘失明，厥有《国语》；韩非囚秦，《说难》、《孤愤》；诗三百篇，太抵圣贤发愤之所为作也。”人生的低谷不但没有困住他们，相反，他们抱着坚定的信念从逆境中奋起，使人生的价值上升到了一个新的高度。正如平静的湖泊练不出强悍的水手，安逸的生活造不出时代的伟人。伟大的荣耀不会拒绝平凡，只会拒绝平庸。“大鹏一日同风起，扶摇直上九万里”，大鹏之所以能一飞冲天，是因为它经历了太多的磨砺与苦难。它积蓄的力量一旦勃发，才能冲上云霄，俯瞰大地。

当人们惊叹于珍珠的光华时，有谁想到过它是贝用血肉磨成的？当贝开始用血肉磨砺石块的那一刻起，它就知道，这是一个必须历经流血流泪的过程。苦难如长江之水绵绵无绝期。

她咬牙忍受，绝不放弃，它甚至从未想过放弃，终有一天，一道光彩从贝中呈现，那就是她用血肉磨成的珍珠啊！正是一种人人都可以做到却又人人都难以做到的力量才能使她化为珍珠。这种力量叫做坚持。

我们应当学习这种精神，学习这种永不放弃的执着与永不言败的意志。人生命的意义就在于拼搏奋斗，克服困难，挑战自我。为了自己心中的梦想，要敢于不断地攀登险峰，要不停息地追赶朝阳。

花儿从逆境中奋起，实现了生命的绽放；大鹏从逆境中奋起，实现了生命的腾飞；贝从逆境中奋起，实现了生命的价值。物犹如此，人何以堪？让我们抱着坚定的信念，拼搏进取，战胜挫折，成就辉煌的人生！

挫折励志文章篇四

很多你小时候不懂的问题，长大之后自然而然就懂了。岁月会让你明白很多事情，所以不要为你的懵懂和青涩而烦恼，总有一天你会豁然开朗。

与其羡慕别人，不如改变自己。

身边总会有活得比你更好的人，至少在你的眼里，他们的生活很美满。你越是羡慕，就越是不满自己的现状。在不满之后，更多的人会选择自怨自艾，很少人会选择发奋图强。

你的羡慕不过是为别人的快乐锦上添花，而你的烦恼别人并不会为你雪中送炭。因此，不要把时间浪费在羡慕别人上面，想要过什么样的生活就要靠自己的努力去达到。

与其后悔过去，不如珍惜现在。

当初一个错误的决定导致了后来一系列的烦恼，你为此后悔

不已。也许你会责怪别人，也许你会责怪自己，却因为把心思放在悔恨上影响了手上的工作，招致更多的损失。

当错误已经造成，后悔也是无济于事，补救的方法就是从现在开始努力让损失减到最低，不要让过去的事情影响到现在。

与其等待运气，不如全力一搏。

很多时候你说自己运气不好，做什么都不成功，其实根本原因是你还不够努力，或者努力的方向不对，才会事半功倍。

所以，你要做的不是等待运气来临的时候再努力，而是要立即反省自己，想办法改变现状，再努力一次。

岁月会让你明白很多事情并不是你想象中的样子，不是在脑子里想一想就能解决的，这就是现实。当你渐渐懂得现实的时候，你就知道该如何面对人生中的风雨了。

励志文章2：成功人懂的熬，失败人懂的逃

为什么一个老板再难，也不会轻言放弃？而一个员工做得不顺就想逃走？

为什么一对夫妻再吵再大矛盾，也不会轻易离婚？而一对情侣常为一些很小的事就分开了？

说到底，你在一件事，一段关系上的投入多少，决定你能承受多大的压力，能取得多大的成功，能坚守多长时间。

冯仑说：伟大都是熬出来的。为什么用熬？

因为普通人承受不了的委屈你得承受，普通人需要别人理解安慰，但你没有，普通人用对抗消极指责来发泄情绪，但你必须看到爱和光，在任何事情上学会转化消化，普通人需要一个肩膀在脆弱的时候靠一靠，而你就是别人依靠的肩膀。

孝庄对康熙说：“孙儿，大清国最大的危机不是外面的千军万马，最大的危难，在你自己的内心。”

感悟：最难的不是别人的拒绝与不理解，而是你愿不愿意为你的梦想而作出改变！

生活总是现实的。穷人用悬崖来自尽，富人用悬崖来蹦极，这就是穷人与富人的区别。

弟子问：师父您有时候打人骂人，有时又对人又彬彬有礼，这里面有什么玄机吗？师父说：对待上等人直指人心，可打可骂，以真面目待他；对待中等人最多隐喻他，要讲分寸，他受不了打骂；对待下等人要面带微笑，双手合十，他很脆弱、心眼小，只配用世俗的礼节对他。

感悟：你受得了何种委屈，决定你能成为何种人！

一个不会游泳的人，老换游泳池是不能解决问题的；

一个不会做事的人，老换工作是解决不了自己的能力的；

一个不懂经营爱情的人，老换男女朋友是解决不了问题的；

一个不懂经营家庭的人，怎么换爱人都解决不了问题；

一个不懂职场伦理的人，绝对不会持续成功；

一个不懂正确养生的人，药吃得再多，医院设备再好，都是解决不了问题的。

我是一切的根源，要想改变一切，首先要改变自己！学习是改变自己的根本。其实，你爱的是你自己；你喜欢的也是你自己。你爱的、你恨的，都是你自己。你变了，一切就都变了。你的未来由你创造！

励志文章3：难熬的日子里学会诗意地生活

诗几乎可以表达人类生活的所有情感，情深而成文字即为诗。每一个人心中都为诗留着一片圣地，只不过随着岁月的流逝，琐碎的生活用厚厚的尘埃把人们心中的这块圣地封闭了起来，让人们变得日渐迟钝。我们为了名誉和地位而勾心斗角，我们为了权力和利益而蝇营狗苟，我们忘了生活中还有诗歌存在。但在我们心中，诗歌这片圣地永远不会消失，只要一有机会，就像花树遇春风一样，一瞬间就能够开放出灿烂的花朵。

什么是诗意的生活呢？

在学校里，除了每天在教室里听课在图书馆看书之外，除了匆匆穿行于宿舍食堂教室三点一线之外，你也有过躺在草坪上看白云飘过的时候，也有过一个人静静地坐在池塘边发呆的时候，也有过在黑夜里被教室的灯光所感动的时候，也有过在春天看枯草泛绿在秋天听秋风扫落叶的时候，也有过斜靠在床上就着昏暗的床头灯捧着自己心爱的书舍不得放下时候。如果你经历过这些，那你已经有了诗意的生活。

在工作中，除了天天伏案工作面对电脑之外，除了朝九晚五拥挤奔波忙碌之外，你也曾在自己的办公桌上放上一盆绿色植物并小心养护，也曾抬头看见夕阳正慢慢下到山的那一边，也曾轻轻哼唱自己最喜欢的流行歌曲放松心情，也曾喝上一杯咖啡让自己的想象随咖啡的芳香一起飘飞。如果你有过这些体验，那你也已经有了诗意的生活。

诗意的生活不是故意去寻找的，不是摆脱了一切世俗事务去浪迹天涯，而是这样一种能力——身处琐碎的事务却不被日常事务所淹没，总能在不经意间抬头看一看天空，想一想远方，做一做白日梦。很多人陷入世俗事务的纠葛中，就像一个不会游泳的人跳进水中一样，除了痛苦的挣扎和绝望什么都没有。而诗意的生活就像一个会游泳的人，在水中能过，

而所有的植物都在微风中能够悠然自得，既能够和水相融，也能够体会到搏击大海、劈波斩浪的快感。

那些懂得生活的人总能够从平凡的日子中找到美好，找到让自己心灵获得营养的诗意瞬间。不信？你暂时放下手中枯燥的教科书或烦琐的工作，轻轻闭上眼睛，侧耳听一下，也许微风正从窗外吹过，而所有的植物都在微风中浅唱低吟。上帝在一开始创造世界的时候就已经是工作六天休息一天，现在我们已做到了工作五天休息两天，表面上比上帝还进步了。其实不然，我们常常用这两天的时间更加拼命学习或工作，拼命联络别人构建所谓的“社会关系”，往往疲惫之感比工作五天还甚。

因此，请从这一刻开始暂时放下手中的学习和工作，关掉电脑和手机，闭上眼睛调整呼吸，把脑子里令人烦恼的世俗事务驱逐出去，然后再睁开眼看一眼窗外的天空，想象一下城市之外的大地，那里鲜花正在盛开，河水正在奔流，百鸟正在歌唱，那里的每一株草每一棵树都在等待着你，等你去寻找诗意的生活：

没有什么能够阻挡

你对自由的向往

天马行空的生涯

你的心了无牵挂

励志文章4：你要成为自己的支撑，无论接下来生活会有多么艰难

1

每个人都或多或少经历过一些挫折，在那段日子里，你身处

黑暗，可能常常以泪洗面，甚至想过轻生，一了百了。你也无数次地问生活：究竟为什么要这么作弄我呢？可它从来都不会给你答案。

有些时候，我们不得不承认造化弄人，命运总是出其不意，我们必须去承受一些打击，逼着自己去接受现实。然后将自己从深渊里狠狠地拽出来，让这一切都归零，打起精神重新开始。

记得上大学的时候，闺蜜曾在一个月里失去了两个亲人，一个是她亲密无间的舅舅，另一个是一直和她生活在一起的姥爷。在那段最难熬的日子里，闺蜜每天都在哭。她怎么也想不明白，为什么一个月前还跟她开玩笑、叮嘱她好好学习的大男人突然就倒下了。

在那一整年里，她还经历了失恋，经历了学业的下滑，经历了考研的失败。她经常会毫无征兆地流下眼泪，旁人所有的安慰都如同隔靴搔痒，她什么都听不进去。很多个夜里，她都睡不好觉，整夜辗转反侧，不肯入梦。

她想他们，却再也不能够见到他们，她觉得生活好像跟她开了一个玩笑，所有的不幸都挑中了她。直到有一天，她的眼泪再也掉不下来，她开始变得有些麻木，才把“失去”两个字理解得更加透彻。

2

原来，难过到极致是哭不出来的，心也像跟着死了，但是，她也明白了一个道理。如果她迈不过去这个坎，那么她失去的那些人应该会比她更难过。慢慢地，她终于打起精神挺过来了。

前段日子见到她，她还是一副古灵精怪的样子，喜欢笑，性格开朗，但又比我刚认识她的时候多了一丝沉稳。我翻了翻

她的朋友圈，找到了一条动态，上面写着：“我很想念你们，但比想你们更重要的是我要好好地过好自己的生活了，我想这也是你们想要见到的。”

或许没有人知道她经历过什么，但是我们知道，熬过那段艰难的岁月，对她来说一定是非常难。

你可能也有过失恋失业，你也会躲在家里喝得烂醉如泥，你也或许哭了整整一个月，像个傻子一样，紧紧地抱住每一个去到家里的朋友，问他们，为什么那个人不喜欢我了，为什么那个公司不要我了，为什么生活好像只跟我开玩笑。

那个阶段，你每天都过得浑浑噩噩，失去了那些人，失去了那些事，就好像失去了整个世界。

直到有一天，你得知那个人有了新的女朋友，你看见身边的好朋友们都过得比你好，你突然发现，自始至终，只有你一个人还停留在原地。所以，你有没有想过，这个世界上不只你一个人有低谷期，每个人都有。不要再这么下去了，你应该决意开始新的生活。

你可以依赖亲密的朋友、关爱你的家人，但是到最后，能真正挺过来的人其实还是你自己啊。

3

我记得有个朋友曾经对我说：“在这个世界上，比你过得差的人有很多，而失恋失业失败，其实是最微不足道的。你还会遇见新的人，开始新的生活，还会有新的成功在等着跟你相遇呢。”

失去那些爱的人，肯定很痛苦，但熬过去了就是另外一种重生。你要知道，有很多事情都是不能强求的，“再见”说出口了就不要回头，还有未来值得你去期待。

想必每个人都有撑不下去的时刻吧，觉得现实残酷，没有希望，没有继续走下去的勇气，只想一味地逃避，以为这样你就能够得到解脱。

可是，面对痛苦的最好方式，就是正视它。接受它给予你的折磨，再做出一副无所畏惧的样子，不被它打倒。这个世界上没有哪一种生活是容易的，你所羡慕的那些光鲜亮丽的背后，都有一段沉默的时光。

成年人的生活里没有容易二字，你以为自己现在举步维艰，但是比你苦的人还有很多。

你要成为自己的支撑，无论接下来生活会有多么艰难，都要记住，不要轻易地被它打败。天总是会晴的，熬过那段最艰难的岁月，后面一定会越来越好。

励志文章5：原来，我们都是幸福的

1

小a是我大学时的室友。

一到周末或寒暑假，室友们都会欢快地收拾着自己的包裹准备回家，只有小a若无其事地躲在床铺上看书。

相识两年多，小a很少谈及自己的父母，也几乎没有家人来看望过她。

有一次临近寒假，寝室里只剩下了我们两个人，我随口问道：“小a你哪天回家啊？”

她漠然地抬起了头，完全没有任何归家的迫切和期待，反而有些失落地回道：“宿舍就是我的家啊！”

“其实，我没有家的，父母离婚后，他们都各自开始了新的生活，我从小是轮流寄住在亲戚的家中长大的，相比在别人的同情和可怜中度日，我更喜欢躲在宿舍里的踏实和安稳。”

“你知道吗？只有这个时刻，我才感觉到自己是一个人，可以完全直面自己内心里的悲喜，不必讨好谁，不必担心被人嫌弃，不必害怕自己做错了事情被人斥责，也不必时时刻刻面对自己生命里无力改变的残缺和尴尬。”

“你不知道，其实我有多羡慕你们，有父母爱，有家可回，有所期待……”

那一刻，我才知道，原来有父母爱，有家可回，是值得被人羡慕的，是有些人倾尽一生的努力也无法得到的。

2

有一次，独自去山东旅行。

在李清照的故居中，认识了一位年近六十岁的张阿姨，和我一样，她也是自己一个人出来旅行的。

两个不同年龄的陌生人，竟然因为拥有着相似的兴趣，有了相见恨晚的感觉。

“你怎么一个人出来旅行了呢？自己一个人不怕孤独吗？”她问我。

“我吗？我想趁年轻，看看这个世界的样子，您呢？”我微笑着望着她。

“你好勇敢，我年轻时才不敢一个人出远门呢，几年前我得了一场大病，是乳腺癌，后来我切除了一个乳房才保住了性

命，生病那段时间我天天躺在病床上，以为自己再也不能活下去了，可是一想到这世界那么大，我竟然哪都没有去过，内心里不免充满了自责和遗憾。那时我发誓，如果老天能够让我活下去，我一定会换一种态度去生活，多走走，多看看，多些感恩，少些苛责。”

“说实话，我以前一直忙着应对生活，忙着攀比，忙着成为一个被人所羡慕的人，很长一段时间，我已经忘记了自己究竟是为了什么而活，大半辈子虽然积攒了一些积蓄，但却觉得自己活的很不快乐，直到我生了病，才开始反思自己的人生，以前觉得能够拥有健康的身体，能够拥有生命是一件理所当然的事情，直到我得了癌症之后才知道，原来这些并不是理所应当的，也是需要感恩的。”

那一刻，我才知道，原来能够活着，能够拥有健康的身体，是值得被人羡慕的，是有些人散尽一生积蓄的财富，想买也买不到的。

3

许多年前，在养老院认识了一位年近90岁的李奶奶。

她一生无儿无女，老伴过世后，独自一人住进了养老院，每年过年时，所有的老人们都被儿女接回家了，只剩下了她一个人无处可去，好在院长每年都留下来陪她一起吃年夜饭。

奶奶虽然年事已高，但是她很要强，自己能做的事情从来不麻烦别人，她说她年轻时会弹钢琴，看过许多书，去过很多地方。

“像你们年轻多好，丫头记住了，要是心里想做什么事，想见什么人，趁年轻就赶紧去做，别害怕失败，别害怕被拒绝，别总往后拖，千万别像奶奶这样，到老了身体不听使唤了，想去的地方永远也去不了了，想见的人永远也见不到了，每

天只能困在这十几平的房间里，就连出门晒晒太阳，都得需要人帮忙！”

那一刻，我才知道，原来年轻，拥有能够自主的未来，是值得被人羡慕的，是有些人永远也回不去的曾经。

4

问过了身边的许多人：你们对自己满意吗？

大部分人，都失落地摇了摇头。

这人世间，每一个人都渴望拥有完美无缺的人生，每一个人都在不由自主地羡慕着别人，每一个人却也在毫不自知地被别人所羡慕着。

没有腿的人，会羡慕别人像风一样可以奔跑的自由；

没有手的人，会羡慕别人可以自食其力的能力和尊严；

双目失明的人，会羡慕别人能够看遍世间美景的幸运和潇洒；

听力有障碍的人，会羡慕别人能够听到潮起潮落时的喜悦和惊叹；

没有家的人，会羡慕别人有家可回、身有所栖的安稳和幸福；

没有父母的人，会羡慕别人有父母陪伴的美好和暖心；

没有伴侣的人，会羡慕别人妻儿围绕在身边的欢乐和温柔；

没有积蓄的人，会羡慕别人有车有房、生命有所保障的安全感；

久卧病床即将告别人世的人，会羡慕别人能够继续活在这个

世界上的幸运和美好……

这其中被别人所羡慕的人里，一定也有你和我的影子，然而我们自己可能并不知道。

当我们停下了追逐的目光，静下心来数一数自己人生的篮筐时，或许我们就会知道，自己现在所有拥有的，自己现在所挑剔的，自己现在所不满的，或许是许多人一辈子努力也永远不可能得到的。

原来，那个一直被自己所嫌弃的自己，也许正在被许多人偷偷地羡慕着。

原来，我们都是幸福的！

挫折励志文章篇五

1. 在如此生活工作的繁忙中，也要随时培养出学习的习惯和能力，只有掌握了好的方法，人生进步才能进步。
2. 挫折给你历练，给你困难，当你解开后你发现它不是考验你，而是让你懂得如何成功。
3. 聪明的人检查昨天，抓紧今天，规划明天，愚蠢的人哀叹昨天，挥霍今天，梦幻明天。
4. 不要让心活得太累，不要去幻想太多已不属于自己的人 and 事，那样才有可能在生命没逝的时候找到自己的心灵归属。在人生的旅途中，偶尔也会迷失在来时的路，沿途的风景，边走边忘。不再是挣扎，不再去纠缠。
5. 比你有权的人，一定比你努力，比你努力的人，终有一天会比你有权，生活本来就是平衡的，你不为赚钱付出辛苦，你就得为省钱烦恼，这不是鸡汤，是现实！

6. 一刻春宵值千金，二月无花逛西城；三月繁花开似锦，四月清明天难晴；五月江南烟雨景，六月骄阳闹人心；七月流火劳难停，八月桂花遍地情。

7. 快乐职场牢记：不懂多请教，尽量少埋怨；学历只是门票，莫要高估自己；保持阳光心态，懂得尊重别人；莫要指指点点，待人友善和气。祝你职场成功如意！

8. 只有珍惜今天，才会有美好的明天；只有把握住今天，才会有更辉煌的明天！

9. 这个世界本就邈邈，所以没有什么可怕。每个人都有无法发泄的苦涩，都有无力排解的抑郁，而生活在这里的我们，哪一个不是拼尽全力，甚至不择手段地活着。

10. 有一则谚语说，绵羊每“咩咩”叫上一次，它就会失掉一口干草，如果你的心态是沉重的，总是抱怨你的苦恼，那么每说一次你便失掉一个快乐的机会。

11. 做人之美，在与简约；做事之美，在于利索；胸怀之美，在于宽阔；聚散之美，在于淡泊；心情之美，在于快乐。

12. 每天安静地坐十五分钟·倾听你的气息，感觉它，感觉你自己，并且试着什么都不想。

13. 青春是如此忧伤，在这个季节我们学会了感伤。身后曾经有一双翅膀，努力飞翔却是别人的力量。

14. 机遇起着重要的作用，但另一方面，即使在那些因机遇而成功的发现中，机遇也仅仅起到一部分的作用。

15. 自己喜欢的事情，可以肆意去做。而自己讨厌的事情，完全可以不做。这样随心的生活，或许就是一种美满。

16. 自觉心是进步之母，自贱心是堕落之源，故自觉心不可无，自贱心不可有。

17. 金钱难买健康，健康大于金钱，金钱难买幸福，幸福必有健康，生命的幸福不在名利在健康，身体的强壮不在金钱在运动！

18. 影响我们人生的绝不仅仅是环境，其实是心态在控制个人的行动和思想。同时，心态也决定了一个人的视野和成就，甚至一生。

19. 认认真真，踏踏实实，勤勤恳恳地做好每一件事，不因其易而轻视，不因其苦而放弃，不因其难而退缩，不因有功而自傲，也不因无过而自喜。

20. 雨后的我不在需要倾诉，风雨阻止不了我成功的脚步，经过挫折洗礼才懂得你该往哪里走。

挫折励志文章篇六

当你面对挫折时，不要气馁，一个好的心态很重要！

1、决心

决心是最最重要的积极心态，是决心，而不是环境在决定我们的命运。

2、企图心

企图心，即对达成自己预期目标的成功意愿。要想成功，仅仅希望是不够的。

3、主动

被动就是将命运交给别人安排，是消极等待机遇降临，一旦机遇不来，他就没办法。凡事都应主动，被动不会有任何收获。

4、热情

没有人愿意跟一个整天都提不起精神的人打交道，没有哪一个领导愿意去提升一个毫无热情的下属。

5、爱心

内心深处的爱是你一切行动力的源泉。不愿奉献的人，缺乏爱心的人，就不太可能得到别人的支持；失去别人的支持，离失败就不会太远。

6、学习

信息社会时代的核心竞争力，已经发展为学习力的竞争。信息更新周期已经缩短到不足五年，危机每天都会伴随我们左右。

7、自信

什么叫信心？信心就是眼睛尚未看见就相信，其最终的回报就是你真正看见了。

建立自信的基本方法有三：一是不断地取得成功；二是不断地想像成功；（本站）第三是将自己在一个领域取得成功的“卓越圈”运用神经语言的心理技术，移植到你需要信心的新领域中来。

8、自律人人崇尚自由，然而，自由的代价是自律。

成功需要很强的自律能力。你是不是能忍受与家人暂时分开，去外地推销产品？这一切，就是你必须“强迫”自己付出的

成功代价。

9、顽强

我们追求成功的过程中，一定会遇到许多艰难、困苦、挫折与失败。你不打败它们，它们就会打败你。

成功有三部曲：第一，敏锐的目光；第二，果敢的行动；第三，持续的毅力。用你敏锐的目光去发现机遇，用你果敢的行动去抓住机遇；用你持续的毅力把机遇变成真正的成功。

10、坚持

假使成功只有一个秘诀的话，请问那会是什么？那应该是坚持！

挫折励志文章篇七

每个人都会有面对挫折的时候，这“挫折”就像一个黑暗的陷阱，如果你不做任何反抗，只能被它吞没。但是你如果尽力挣扎，反抗，就可以让自己挣脱、重见光明。这就是上次考试带给我的感悟。

那一天，同学们正在发语文单元考的试卷，我坐在座位上，期待着能有一个好成绩。这时一阵墨香，“我的！”我叫了出来。可是，看到那两个用红笔的写的数字“88”，我刚才的兴奋与期待顿时支离破碎，像晴天霹雳一般，我呆住了，心里想：完了，这次考得这么差，先不说回家后的“下场”，肯定还会被一些同学嘲笑。我长长地叹了口气。果然不出我所料，同学们有的拿着卷子兴高采烈地四处炫耀，有的也像我一样拿着卷子愁眉苦脸。有个同学走过来，看了看我的卷子，怪叫起来：“你怎么考得这么差？你看看我，97分，多高的分数！”说着便挑了挑眉毛，那骄傲的神情仿佛在放肆地嘲笑、讥讽着我。“谁叫人家考得好呢。”我在心里说。

我的目光再次定格在了那“88”分上。我想：“也许我真的只有这考88分的能力，也许我永远也达不到向往的95分。”我的自信心像一缕青烟，顿时消失于无形。

回到家后，我告诉了妈妈我的成绩。妈妈也指责了我一顿，我的心情仿佛跌落到了谷底，再也振作不起来。

晚饭后，我一个人坐在阳台上，还是很郁闷。这时，我却意外的看到了一支鲜花。“咦？前几天这盆花不是快要枯萎了吗？怎么今天又开了呢？”我忽然豁然开朗了：我现在的心境多想几天前的这盆花啊。花谢了，还会再开。是不是只要我努力，挺过这挫折的时候，成功就会到来呢？我似乎找回了自己的信心。

几秒钟后，房间里便又想起了我响亮的读书声……

挫折励志文章篇八

1

我有一个前同事白羽。这是一个地道的宅女，平时最喜欢看韩国的浪漫爱情剧和日本的动漫，对《犬夜叉》非常熟悉，对欧巴明星了如指掌。

她最大的梦想就是在单位里面一直安安稳稳工作下去。于是我们开玩笑跟她说，最好赶紧找一个本地人在一起，就能长长久久待在这个城市了，而且还不用太辛苦自己买房。

在早些年，让一个女孩子独立买房，还真是一件压力巨大的事情。且不说每个月还房贷就很可怕，拿到工资了再也不能买好看的衣服，不能轻轻松松租房，不能自由自在逛街了。而且，她的家人也催促她，还不如回到老家的小县城，轻而易举就能住上大房子。再相亲结婚，男方一般要买车，会更加惬意。

可是她读了大学，在上海工作过，又回到武汉工作，已经觉得人生适应了这样的城市生活。

她一直犹豫，听从我们的意见，开始尝试着接触一个城市里的男孩。

她谈了一个体育学院的老师，我们旁观者们，持保留意见，因为她性格这么柔弱，遇到那种力气大，却不解文艺的男人，恐怕观念很难统一。

这段感情，以无疾而终收场。那个老师相当势利，搞清楚了她的收入状况，加上没有本市户口，就闪人了。

白羽有些难过，埋头工作大半年，决定在假期出门散心。

机缘巧合，有一次她在旅行的时候，认识了一个摄影师。跟这个摄影师恋爱了。这个摄影师不是影楼工作的那种，是电影电视剧圈的。两个人对喜欢的影视剧，相谈甚欢，一拍即合。

白羽很开心。

很快她又面临到了人生大问题。摄影师是一个长年累月跟着剧组跑的人。主要的工作地点是北京，但他不是北京人，也买不起北京的房子。

怎么办?要不要嫁给北漂的男青年啊?

2

在谈婚论嫁之前，当然是见家长。摄影师带着她，坐了十几个小时的火车，然后再转皮卡车。来到了内蒙古的大草原。蓝蓝的天空雪白的云朵。

白羽人生中第一次骑上了高大的骏马。戴着宽边的大帽子，围绕着帐篷毡房，体会了一把游牧民族的生活。摄影师的父母家人，带着少数民族的热情诚恳。

就在那一刻，她忽然笃定了，觉得可以和这个男人一起走进家庭。

她一直很害怕也很抗拒考虑未来，也不想再漂泊在大城市。没想到，因为爱上摄影师，忽然有了勇气。

她辞掉了武汉的工作，在北京找了一份新的工作。

她和摄影师男友租了房子，结婚了。

白羽在武汉的工作是一家历史悠久的老单位，非常传统和保守，上班的时候连qq都不允许安装。去了北京之后，最终，她跳槽到了一家文化公司。

她在大学本科的专业是英语。她的新工作是总监助理，对接外国翻译作品，充分运用上了自己的所学专业。她很开心。

如果一直留在原来那家单位，她的爱情很可能无疾而终，而且只会继续做着不喜欢的事情。

到了北京以后，的确和预料的一样。北京的生活要面对高昂的房租，到处都是天价房子。能够买得起城郊楼盘，已经非常不容易了。

大家劝她，反正很多人都北漂，一直租房。或者在北京多赚点钱，回到家乡买房。白羽却不再害怕房贷什么的了。哪怕北京房价是武汉的好几倍。

人生总要为自己争取。

所以，白羽留在北京快五年的时候，下定了决心，她说服老公，一起坚定斗志，在通州定下了一套两居室。

3

以前上班当同事的时候，她数学不好，连报销都觉得头疼。她只知道埋头做事，周末煲鲫鱼汤，看看超市的各色菜。

从买房子开始，她陷入了痛苦纠结。这世界上的房地产商，大部分很奸诈，总有各种不如人意的缺点。收房交房，拖延违约，都遇到了。

她找我求教，我用我过去买房的经验，还有些微记忆的法律知识，给她解释。

一贯文艺女青年的她，把我说的内容，都记下来，耐心琢磨法律的意思，搞清楚了状况。

最后终于拿了钥匙，存好了装修钱，开始打造自己的家。

她的微信状态，隔几天更新一下。

“今天订好窗帘，定做了若干寝具，明天再跑一趟送过去。不管有多慢，即使一次只能做一点点，几个月后，也会弄完了。”

“我不怕慢，不怕上当受骗买教训，我怕不动，怕不做，怕嫌琐碎，头绪多，我怕看不上做小事，只想一次做出大事一鸣惊人，我怕这样只是眼高手低。”

“我不怕维权，不怕丢脸，我不怕奔波一天还有别的烦恼，我不怕明天继续早起晚归。我都不怕。我只怕自己被不知不觉消磨殆尽。”

看着她的状态，我忽然觉得有点感动，以前的那个柔弱无主见的同事，成长为家庭达人，为了生活，强大起来。

她学会了为自己鼓掌，已经不再是过去那个迷茫胆怯的年轻女孩了。

4

回武汉，我们几个老同事重聚，在一家西餐厅吃饭。

她说她喜欢现在的公司，把所有的产品都做得很精致，再累再费心，也觉得有价值。

真的，不管在什么地方工作，都会累。但我们希望累得有价值。她工作的项目，是《纽约时报》评价好书的中文版，她格外负责，细细做好每一步，很快进入了排行榜。

在商场里看见那个作品的漂亮海报时，她觉得无比开心。

新年时候，看见她发在朋友圈的消息，她是这样写的：“在新家住的第一个早晨，第一个傍晚。昨晚睡得很香，今晚继续。今天开伙，做了排骨海带汤，也很美味。”

配图是一棵刚刚开花的树，姹紫嫣红的，满是春天的气息。

过往的一切辗转反侧和畏惧，都淡出。

我想，从这一刻开始，她进入了人生的另外一个阶段，那是属于她自己的全新未来。她曾经以为自己会成为一个可怜的大龄剩女，在公司里低声下气。然而，她鼓足勇气，走了出去，没有饿死，还拥有了自己的家。

这个世界，加倍赏给她生活的美好。

励志文章2：你啊，不要等到碰壁了才想起努力

1

上个星期看了很多招聘信息，参加了很多场面试。其实找工作跟谈恋爱是差不多的，你看得上的公司未必看得上你，而公司看得上你，你未必看得上它。所以，很多时候还是需要一点缘分和契机才能“两情相悦”。

找工作的流程大都相似，网上投简历，如果符合条件hr会邀约面试，或者你把简历挂网上，也能得到一些面试机会。我没有海投简历，与自己的能力基本吻合的才投。

有些公司条件福利待遇各种好，工作内容也是我喜欢的，满怀希望地投了，但是石沉大海了，因为我不符合它的某些要求。印象最深的是一个公司其他要求都符合，唯一一点不符合的是英语水平没有八级。

突然想起之前一个“大牛”跟我说的，英语不能弱，英语好可以增加很多机会。当时我不以为然，如今失去机会才意识到问题的严重性。

自从开始有了英语这个科目后，我的软肋又多了一根，整个学习生涯，英语都拖着我的后腿死不放手。可是，越是拖你后腿的科目，你越不想学；越好的科目，你反而更有动力。于是这么多年，我认了英语不好这条命。有过无数次重拾英语的决心，但每每都半途而废，买的很多学习资料都在墙角落满了灰。

有时候也会想，如果我英语好一些，人生是不是会有些不同，我是不是可以看到更多风景，我是不是可以得到更多的机会。可是没有如果，后悔也没有用，唯一的解决方法是立刻、现在、马上去学，不要让将来再错失更多机会。

因此，有些东西不要等到碰壁了才想起努力。人生要走的弯路一条也不会少，人生要学的东西同样一个都不能少。有些东西你现在不学，将来势必吃亏。

2

人要有忧患意识，过好当下很重要，但只图眼前的安逸和顺利是万万不可取的。

大学时，身边很多人的生活是三点一线，教室、食堂、宿舍。没课的日子，不是在刷刷玩游戏当中度过，就是去外面吃喝玩乐潇洒自在。甚至有些人连课都不去上，逃课成瘾，在“反正大学学的东西，以后工作也用不上”的声音中更加心安理得。

四年的时光，转瞬即逝。当要找工作时，才发现简历上空空如也，没有一技之长，也没有丝毫的过人之处，甚至连一些基本的软件都用不溜。然后迷茫着、彷徨着，也有心仪的公司，面试却屡次碰壁。

世上要是有什么后悔药，你该吃一打了吧。人生没有重来，你种下什么样的因，就会结什么样的果。人生是个大课堂，很多东西你现在不去学，待你趟过很多坑，你迟早都得学会。

3

很多人问我，读大学到底有没有意义？意义这个词，是人赋予的，我相信每个人对它的解读都不一样。

如果你好好利用这四年，不断学习，不断提升自己的能力，大学于你的意义就是更好的自己，更好的未来。如果你把这四年的时光都花费在无用的事情上，到头来依旧两手空空，大学于你或许就真的没有意义了。

所以，为什么说大学毕业是个分水岭，刷掉了一批跟不上节奏的人，留下来一批越来越强大的人。作为一个过来人，尤其最近找工作，对这点的心得越发深刻。大三暑假找实习时，有自己想做的工作，但是苦于在大学里并没有往相关方面积累技能，面试了很多公司都被刷下来。时隔一年，这次找工作就顺利得多，投的简历几乎都收到回复，邀约面试的电话络绎不绝，得到了很多机会。所以当你有一定成绩时，不管是你找机会还是机会找你，都容易得多，关键看你如何选择。

这个世界很功利，但是它承认你的努力。

坚持还是放弃，选择现在苦，还是将来苦，全在于你自己。不要等到失去了才懂得珍惜，不要等到碰壁了才想起努力。

励志文章3：试着比别人多走一步，你将会得到更多

多尝试一次，也许难题就会迎刃而解

很多人都说，“退一步，海阔天空”，但在职场上，遇到困难和解决问题的时候，却恰恰相反，不是退一步，避而不谈，或者逃避就能解决问题，而是需要更进一步，多走一步，再试试看，也许之前无法解决的问题，就会迎刃而解了。

工作中，解决问题的能力，往往来自经验、知识以及应变能力的综合。所谓经验，是指在遇到问题时，从自己所知道或者所经历的事情里寻找相似的片段，作出最有效、最得当的应对。所谓知识，则是指大量占有信息，从中得到启发或直接找到可供借鉴的例子，来解决问题的能力。

将积累的经验、掌握的知识有效组合，与自己实际的观察和思考，综合去应对面临的问题，制定解决的方案，是衡量一个人工作能力的重要指标之一。所以，多走一步，多思考，多尝试，在别人放弃的地方，别人尝试认为无效的地方，再坚持一下，再尝试尝试，再应变一下，也许之前无法解决的

问题，可能就会有新的解决途径和方法了。

而这，正是办公室菜鸟和职场高手的功力差距所在。

多一封邮件，也许就能打开一个世界

很多人在交换了名片之后，带回来，整理一下，分门别类一放，从此卡片是卡片，陌生的名字还是陌生的名字。但有些人，出差回来之后，会给卡片上陌生的名字，或者只有一面之缘的陌生人，发个短信，发封邮件，从此便开始建立起了联络的通道。慢慢的，那些陌生人，那些陌生的名字，就会变成你熟悉的人，开始建立起联系，也许某一天，你就可能会在他那里获得有价值的信息，或者深入交往和交流的机会。

有一次出差，我几个同行都和一位行业中的专家交换了名片。当时人员众多，场面有些杂乱，我相信他对我并没有留下什么印象。大家的交流也仅限于自我介绍和简单寒暄。出差回来后，我写了一封邮件给他，除了表达对他的敬意之外，还向他请教了几个问题。我其实并没有寄希望于他能回复，不料，当天我就接到了他的回复，不仅详细解答了我提出的问题，还给我介绍了另外一位专家，让我就某个问题，可详细向他请教。

那一刻，我真的开心坏了。只不过是多写了一封邮件而已，不仅建立起来了我与他的沟通机会和通道，而且，因为他，我又认识了另外一位专家。后来，因为交流机会增多，我们也有机会在其它场合见面，所以我与他们的交情越来越深，他们也在我的专业发展道路上，给了不小的帮助。

实际上，很多人，往往就是缺少这一步，所以那些交换过之后趟在名片夹中的名字，其实还是个冷冰冰的陌生人，只有多走一步，建立起联系，他们才能变成真正的活生生的人，才能真正认识你、记住你。

千万不要小看这一步。世界上的事情没有那么多巧合，别人之所以成功，一定有他成功的道理——试着找到它，下一次成功的就会是你。

多一次交流，就会多积累一次靠近成功的机会

在职场上，能用开放的心态，多些机会去交流，往往可让我们收获到很多意料之外的东西，会让我们多一些靠近成功的机会。

我每年都会从学校招一些应届毕业生，因此看到过很多新人成长的过程。

有一年，我带三个应届毕业生，这三个人的工作方式非常具有代表性，他们的成长也是。

小a□永远把主要精力放在完成上司布置的工作上。在他眼里，只要工作成果一交上去，就与自己再无关系，至于之后这成果在多大程度上被有效利用、上司进行了怎样的修改，他毫不介意，也毫不在乎。“反正我完成你交代的工作任务了，你爱咋改咋改。”这是他的惯常态度。

小b□爱惜羽毛的典型。要是有人改动她的方案，她总是一万个不乐意，如果是上司，她就会不依不饶，试图证明自己的方案是最好的，如果是同事改动，她一定找机会给对方一个差评。她始终觉得自己的就是最好的，那些所谓的不同意见，不过是欣赏不了她的优秀，或是嫉妒她的能干罢了。

小c□与以上两位都不同。同样是认真完成工作，同样是爱惜羽毛，但不一样的是，她每次都会拿着上司或同事的修改意见与自己的方案进行反复对比——改了些什么、怎么改的、为什么要这么改。遇到看不懂的地方，她会追着上司和同事不厌其烦地请教：这个地方，您是怎么想的？有没有其他方式？您看如果这样行不行？完了他还会拿着自己的工作方案向

单位里其他不同的人请教，每个人的职位、资历、观念不一样，她也自然能收获不同角度的方法、立场、角度——把它们积累下来，就成了自己职业发展的养料。

同样是做了一项工作，三个人收获和积累下来的东西却是天壤之别。这就是职业态度的差异，刚开始，三个人的能力和基础其实是差不多的，但随着时间的推移，小a和小b还在做着最基础的工作，而小c已经可以独当一面，成为公司备受重视和重点朋友的种子选手。

励志文章4：死撑，不是坚持的唯一打开方式

有一种痛叫做，我本可以，却没能坚持。

雄心勃勃定下的目标，只要一星半点的理由就可以化为泡影。

实际上，恒心也是一种修为，是可以通过对自己的认识和了解去挖掘培养的。

1

你的恒心，与你的意愿有关

很多时候，不能坚持并不是因为我们不能吃苦，只是因为我们会做某件事情的意愿不强。

我的体力和耐力都不好，长跑常常是忍着头痛恶心硬撑到最后。

因为这个原因，每次跑步前我都有很大的心理压力。加上那些立下的瘦身目标常常不能两三天见效，所以每一次都是心血来潮地开始，虎头蛇尾地结束。

可最近这一年，我却很积极地把晨跑坚持了下来。

并不是突然间变坚强，而是因为一个特别不起眼的理由：能够一个人呆一会儿。

自从荣升为两个孩子的妈妈后，我经常忙乱到连上厕所都觉得是一种奢侈。

尽管只有短短的半个小时，但这一切都让我足够迷恋。

虽然我仍然会在跑出四五百米之后心跳加快，头疼，手臂和腿都酸困地抬不起来。可对我来说，只要能出去，其他都不是什么大事。

原先看起来无法克服的困难，现在只要稍稍放慢脚步，调整呼吸，不一会儿便能缓解了。

坚持就是痛苦和心理需求博弈的过程。如果痛苦更明显，坚持就会变得艰难；如果心理需求更胜，坚持就只是自我成全的必经之路而已。

心之所向，行之所至。

只要从心底里非常想做某件事，就一定会调动身体里的所有潜能，积极配合。

2

你的恒心，与你的节奏有关

当我们立下flag的时候，可能一开始都会忍不住下狠劲儿。

之前一步都不想跑，决定健身了，就2公里开跑，冲刺5公里。

之前一页书也不想看，决定勤奋了，就焚膏油以继晷，好像不熬夜都不好意思说自己看书。

之前从没拉过筋，决定瑜伽了，就恨不得立刻把那支僵硬了几十年的老腿想掰哪儿就掰哪儿。

这种激情维持不了多久，很快就会被打回原形。

坚持从来就不是持续消耗，所以太用力的人一般都跑不远。

作家村上春树的生活里有两件非常重要的事情：写作和跑步。

他全职写作没多久，发现身体变差，便开始跑步。

在普通人眼中，职业小说家应该是不舍昼夜地伏案工作，资深跑者的锻炼强度更难以想象。可村上春树的生活却有张有弛，十分规律。每天早起后的三四个小时集中精力写作，午休后跑步，日暮时读书、听音乐。

在与写作和跑步相伴的几十年里，他既勤勉耐劳、不惜体力，又谨小慎微地呵护自己的热情，既怕惰性来袭，又怕用力过猛。

他说：要让惯性的轮子以一定的速度准确无误地旋转到最后。

坚持，从长远看，要循序渐进，就每一天来说，要量力而为。

既要摸清自己的节奏，也要管住自己按这样的节奏坚持下去。不盲从，也不随性，不蛮干，也不懒散。

只有不乱节奏，才能持之以恒。

3

你的恒心，与你的心态有关

坚持不下去的另一个原因，恐怕是因为我们想太多。

人心都是肉长的，若是在它上面加了太多的砝码，它就会不堪重负。

欲望太多，就不容易看到希望。

村上春树的第一部作品《且听风吟》和第二部作品《1973年的弹子球》问世后，虽然让他有了一定的知名度，但都没有获得日本文学大奖。

对此他十分淡然，觉得能写出让自己满意的作品才更加重要。

他后来在回忆这段经历时说，那时他还在经营餐厅，甚至觉得没得奖也挺好，至少不会没完没了的接待采访和约稿，影响了生意。

听起来像玩笑，但实际上，无论写书，还是跑步，他只是为了迎合自己，达到为自己设定的目标就好。

无欲则刚。

正是这种尽己所能、顺其自然的心态，才让他更长久地投身于自己所热爱的事情上。

自我消耗从来就不是正确的坚持方式，苦痛也不是恒心的代名词。

坚持不下去的时候，不如停下来审视一下自己，将自己内心的能量挖掘出来，找准自己的节奏，让自己心态更平和一些，而不是一味地逼自己死撑。

任何目标与坚持都是生命长河里微不足道的一段，即使某一段坚持并没有当下立见的好结果，但正确的坚持习惯却会让我们越来越有力量，对每一次新的挑战都从容笃定。

只有真正坚持过，你才可以坦然地说一句“尽人事，听天

命”。

不留遗憾，不负此生。

励志文章5：真正的努力，从来都不动声色

1

大四上学期备战考研时，在图书馆自习室我认识了茉莉，一个笑起来有两个梨涡的女孩。

得知我也在准备考研，茉莉很热情，要了我的联系方式，并约定一起晨读，背英语单词。我欣然接受。

第二天，茉莉穿着一件白色蕾丝长裙，踩着高跟鞋，长发披肩，姗姗来迟。我提醒她赶紧背书，她却拿出课本，让我帮她先拍几张照。站在树下，坐在长椅上，正面、侧身、背影……各种角度，各种姿态，一顿狂拍。

我想，她可能是好不容易找到个伴给她拍照，等几天新鲜劲儿过了就会安心复习。谁知，她每天晨读都要拍照，穿各种风格的衣服，摆各式各样的姿势，找各种不同的角度。

果然，不到一个月，茉莉就以天气渐渐变冷容易感冒为由，结束了晨读的日子。

天下难事，必作于易；天下大事，必作于细。努力，是克服自己的畏难情绪和惰性，朝着既定目标一点点、一天天、一步步靠近。

你做三四月的事，在八九月自有答案。真正的努力，从来不需要世人皆知。

2

不久前，朋友兰兰刚考上博士。

兰兰研究生毕业，在老家的小城市工作，老公在省会城市。她一直想和老公结束两地分居的日子。但是，她的专业不是很好就业，在人才济济的省会城市也没多大优势，于是她想考个博士，以后去高校工作。

兰兰考博成功给我打电话时，我很震惊。因为她平常工作很忙，事情特别多，更关键的是她刚生完孩子。

原来，兰兰两年前就计划考博了。她制定了严格的学习计划，工作日每天保证学习两小时，周末和节假日每天至少保证学习四小时，学习计划精确到每半小时。她复习的时候，关机、断网，只用手表看时间。怀孕期间，在身体允许的情况下，学习也没有间断。

我问她怎么不告诉我们考博的事情。她说，考博是她慎重考虑后做出的决定。她不需要昭告天下，只需朝着这个目标日复一日地努力。太多的关注和问候，反而容易给她带来一些不必要的心理压力。

既然选择了远方，便只顾风雨兼程。真正的努力，从来都不动声色。

3

很多时候，我们喜欢嚷着要改变，要努力。

想学英语，买了一大堆书，几个月过去了却还是停留在前三页；

想考研，约上小伙伴去自习室，最后却忙着自拍、看小说、聊微信，甚至补觉……

如果我们能把嚷嚷的劲头落实到每一天的实际行动中，也许就能减少很多因碌碌无为、虚度光阴而留下的悔恨了。

成功者之所以成功，是因为他们不浮躁、不喧闹，长年累月，脚踏实地、不动声色地努力。

真正的努力，是“不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海”的积累；是“贵有恒，何必三更眠五更起；最无益，只怕一日曝十日寒”的自律；是“千淘万漉虽辛苦，吹尽黄沙始到金”的执着。