1.成功要经过三种水：冷水、汗水、泪水。成功要考验四个心：信心，爱心、决心、恒心。成功需要有五个力：动力、耐力，毅力，坚持力，执行力。相信自己你能行！

2.没有人有义务必须透过你邋遢的外表去发现你优秀的内在。你必须干净、整洁、甚至是精致，这是你做人的基本与尊严，不分男女。越活越理解“以貌取人”的积极之处，自勉互勉。

3.成功的人，绝不是每天坐着等奇迹发生。他们知道，任何奇迹发生之前，必须经一番努力。你不主动去争取创造，只有呆望着别人成功。放弃很容易，但最终会一无所得； 坚持很难，但最后一定会有所收获。 成功不是因为别人走你也走，而是在别人停下来的时候，你仍然在走！

4.别想着来日方长，世上最愚不可及的事，莫过于胸有大志，却又虚掷时光。一生其实不长，有时还没等你活得透彻，青春难觅，垂暮已至，唯留一声嗟叹。岁月难留，现在过的每一天，都是我们余生中最年轻的一天，把握好当下。

5.不要失去希望，你永远不知道明天会带来什么。很多事犹如天气，慢慢热或者渐渐冷，等到惊悟，已过了一季。趁年青，趁梦想还在，想去的地方，现在就去。想做的事情，现在就做。

6.不要抱怨生活给予太多的磨难，不要抱怨生命中有太多的曲折。把每—次的失败都归结为一次尝试而不去自卑，把每一次的成功都想象成一种幸运而不去自傲。微笑着去面对挫折，去接受幸福，去品味孤独，去战胜忧伤，去面对生活带给我们的一切。

7.有目标的人在奔跑，没目标的人在流浪，有目标的人在感恩，没目标的人在报怨，有目标的人睡不着，没目标的人睡不醒，生命只有走出来的精彩，没有等待出来的辉煌。

8.懂得进退，才能成就人生；懂得取舍，才能淡定从容；懂得知足，才能怡养心性；懂得删减，才能轻松释然；懂得变通，才会少走弯路；懂得反思，才会提高自己；懂得感恩，才能温润心境。

9.在这个世界上，是有许多事情那都是我们所难以预料的。我们不能去控制际遇，却可以掌握自己；我们无法预知未来，却可以把握现在；我们不知道自己的生命到底有多长，但我们却可以安排当下的生活。

10.世界上最恐怖的事情：就是是拿自己的时间，去见证别人的梦想成真；最悲哀的事情：就是自己从不敢尝试，还去嘲笑奔跑的人。

11.人生就是一场马拉松。领先时不必沾沾自喜，落后时也不用慌乱着急，此刻的得失成败，不代表最终的成绩。把鲜花和掌声当作前进的动力，把挫折和失败化为奋进的勇气，只要不放弃，再平凡的人生也能创造奇迹

12.你今天敢于做别人不敢做的事，你明天才可以拥有别人不能拥有的东西。 成功的路上，只有奋斗才能给你最大的安全感和答案。也不要在乎身边的闲言碎语，因为未来是你自己的，每天给自己一个完美的交代，为自己而努力！！越努力，越幸运！

13.成功的人，绝不是每天坐着等奇迹发生。他们知道，任何奇迹发生之前，必须经一番努力。你不主动去争取创造，只有呆望着别人成功。放弃很容易，但最终会一无所得； 坚持很难，但最后一定会有所收获。 成功不是因为别人走你也走，而是在别人停下来的时候，你仍然在走！

14.每一个人都多多少少有点惰性。一个人的意志力量不够推动他自己，他就失败，谁最能推动自己，谁就最先得到成长。

15.真正决定一个人成就的，不是天分，也不是运气，而是严格的自律和高强度的付出，一直坚持做正确的事情，简单的事情重复做，重复的事情用心做，成功离你就不远了！

16.懂得进退，才能成就人生；懂得取舍，才能淡定从容；懂得知足，才能怡养心性；懂得删减，才能轻松释然；懂得变通，才会少走弯路；懂得反思，才会提高自己；懂得感恩，才能温润心境。

17.在这个世界上，是有许多事情那都是我们所难以预料的。我们不能去控制际遇，却可以掌握自己；我们无法预知未来，却可以把握现在；我们不知道自己的生命到底有多长，但我们却可以安排当下的生活。

18.世界上最恐怖的事情：就是是拿自己的时间，去见证别人的梦想成真；最悲哀的事情：就是自己从不敢尝试，还去嘲笑奔跑的人。

19.别轻易放弃梦想，别在最能吃苦的年纪选择了安逸；人的成长秘密，就是去不断淘汰自己，找到完美的路。

20.生命的奖赏远在旅途终点，而非起点附近。我不知道要走多少步才能达到目标，踏上第一千步的时候，仍然可能遭到失败。但我不会因此放弃，我会坚持不懈，直至成功!

21.能够在这个世界上独领风骚的人，必定是专心致志于一事的人。伟大的人从不把精力浪费在自己不擅长的领域中，也不愚蠢地分散自己的专长。

22.自己才是命运的主人。只有凭借自己的力量，去努力争取，才有可能改变自己的未来。你未来的命运是由你现在所做的一切所决定的，根本掌握在自己的手里，别人是不能左右的。别人能够给予我们的只能是外界的一些帮助，最终还要靠自己站起来。以其埋怨命运，不如反思自己；以其依靠别人，不如强大自己。

23.人生是一趟单程车，一路向前，永不回头。我们每天迎来崭新的岁月，却常常在自己的蹉跎中，反复过着同样的日子。不要怨天尤人，改变才是出路。所有人共享着同一段岁月，却在不同的选择中分道扬镳。静下心来，找回自己。脚步向前，境界向上，人生才有希望。

24.爱情就像织毛衣，建立时一针一线，千辛万苦，拆除时只需一方轻轻一拉，曾经最爱的人就变成了最熟悉的陌生人。

25.有些人之所以不断成长，就绝对是有一种坚持下去的力量。好读书，肯下功夫，不仅读，还做笔记。人要成长，必有原因，背后的努力与积累一定数倍于普通人。所以，关键还在于自己。

26.在能奋斗的时候用尽全力，能改变的时候竭尽所能，这是对自己负责。生活中的安全感是自己给的，不要辜负最好的年纪，成为更好的自己。

27.面对困难挫折挑战只要你肯相信自己，不断努力的付出，哪怕你现在的人生是从零开始，你都可以做得到。

28.正在奋斗路上的你，千万不要怕吃苦。没有什么捷径能让你出类拔萃，没有哪些艰难困苦是白白煎熬。你的每一份经历，不管是顺境还是坎坷，都会增加你生命的厚度。

29.在逆境中，智者知难而进，愚者消沉不前。与其相信依靠别人，不如相信依靠自己，那些看似到不了的未来，都会成为你经历过的云淡风轻！

30.坚持我们内心的梦想，就算现实阻拦那又怎样，拿出勇气向前冲，为梦想而拼搏。坚持自己的梦想，坚持不懈，永不言弃。为自己的梦想付诸更多的行动，相信自己，你也能做到！

31.每天多做一点点，就是成功的开始;每天多创新一点点，就是领先的开始;每天多学一点点，就是进步的开始;每天多进步一点点，就是卓越的开始。

32.有人在奔跑，有人在睡觉，有人在感恩，有人在报怨，有目标的睡不着，没目标的人睡不醒，努力才是人生的应有态度，睁开眼就是新的开始。

33.在奋斗的路上别矫情，别人能做好的事你也可以，相信自己我能行，老天不会辜负你所付出的努力，加油！

34.你总是这样，一边焦虑不安的担心未来，一边又大大方方的浪费生命，最怕一生碌碌无为，还安慰自己平凡可贵！

35.一个人为什么要努力？努力是为了当你看到自己喜欢的东西时，不用担心自己的钱包，更不用顾虑别人的脸色。努力，跟你的性别无关，跟你单身与否无关，努力，是为了让自己更独立。

36.你总是这样，一边焦虑不安的担心未来，一边又大大方方的浪费生命，最怕一生碌碌无为，还安慰自己平凡可贵！

37.懒这一个字就足以让你失去一切。一个人的梦想也许不值钱，但一个人的努力很值钱。

38.塑造自己过程很疼，但请相信你将收获一个更好的自己。

39.你生气，是因为自己不够大度；你郁闷，是因为自己不够豁达；你焦虑，是因为自己不够从容；你悲伤，是因为自己不够坚强；你惆怅，是因为自己不够阳光；你嫉妒，是因为自己不够优秀。

40.我感受到的压力，都是来自于我自己不努力，不积极而又不甘于现状的恐慌 。

41.世上最耀眼的两种光芒！一种是太阳，一种是你努力的模样！因为在这个世界上所有别人给予的，都有可能被收回只有自己创造的，才会永久留下来。

42.人生这部大戏，一旦拉开序幕，不管你如何怯场，都得演到戏的结尾。聪明人会把嘴藏在心里，愚蠢人却心摆在嘴里。

43.唯一不能重演的是人生，唯一不劳而获的是年龄。该怎么走，过什么样的生活，全凭自己的选择和努力。时间很贵，请别浪费！

44.每一个人，都应该用你们的努力去惊艳时光，生活不会亏待任何一个努力的人!

45.想要变优秀，顺其自然是不可能的，你需要做很多，花很多时间，忍耐并且坚持。

46.总想活给别人看，不累才怪呢；人总要学会长大，学会原谅，学会倾听，学会包容，学会坚强。这段路，是逼自己撑过来的。

47.在人生的道路上，从来没有全身而退，坐享其成，不劳而获一说。你不努力，就得出局。

48.慢慢明白，生活不会因为某个节点而变得与众不同，未来的幸运，都是过往努力的积攒。

49.你今天的努力，是幸运的伏笔。当下的付出，是明日的花开。

50.好运不会总是降临在自己身上，努力，是唯一能站住脚跟的依靠！

51.别荒废了最能拼的年纪，人生从来不是规划出来的，而是一步步走出来的。勇敢去做自己喜欢的事情，哪怕每天只做一点点，时间一长，我们也会看到自己的成长。不管你想要怎样的生活，你都要去努力争取。让自己整天无所事事！

52.一个不努力的人，别人想拉你一把，都找不到你的手在哪里。

53.成功与否，我们赌的是坚持。在你坚持的时候别人也许就放弃了。你坚持的越久你就越容易成功。

54.你勤奋充电、你努力工作，你保持身材、你对人微笑，这些都不是为了取悦他人，而是为了扮靓自己，照亮自己的心，告诉自己：我是一股独立向上的力量。

55.如果你不相信努力和时光，那么成果就会是第一个选择辜负你的。不要去否定你自己的过去，也不要用你的过去牵扯你现在的努力和对未来的展望。不是因为拥有希望你才去努力，而是去努力了，你才有可能看到希望的光芒。

56.开口抱怨很容易，但是闭嘴努力的人才容易成功！

57.没有任何一个男人，可以游手好闲赢得女人的欣赏。更没有任何一个女人能够好吃懒做，得到一个男人的尊重。所以，还是埋头经营自己吧，别把时间浪费在不切实际上，没有委屈就没有成长。

58.决不能习惯失败，因为你要知道，身体的疲惫，不是真正的疲惫；精神上的疲惫，才是真的劳累。

59.相信梦想是价值的源泉，相信眼光决定未来的一切，相信成功的信念比成功本身更重要，相信人生有挫折没有失败，相信生命的质量来自决不妥协的信念。

60.每个人都有潜在的能量，只是很容易被习惯所掩盖，被时间所迷离，被惰性所消磨。

61.成功的名字叫奋斗，创新的名字叫探索，上进的名字就攀登，勇敢的名字叫攀登，勤奋的名字叫耕耘，谦虚的名字叫倾听，幸福的名字叫满足。

62.伟人所到达并持续着的高处，并不是一飞就到的，而是他们在同伴们都睡着的时候，一步步艰辛地向上攀爬的。

63.与其担心未来，不如好好把握现在，因为未来是你自己的，只有你自己能给自己最大的安全感，无论我们处在人生的那一个阶段，都应努力好好经营自己。

64.不想认命，就去拼命！付出就会有收获，或大或小，或迟或早，始终不会辜负你的努力！有一种落差是，你总是羡慕别人的成功，自己却不敢开始！立即行动，永远不晚！

65.人生的游戏不在于拿了一副好牌，而在于怎样去打好坏牌，世上没有常胜将军，勇于超越自我者才能得到最后的奖杯。

66.在成功的领奖台上，有人到得早，有人到得晚，但他们都比中途放弃的人多了一份坚持。

67.坚强做自己，因为你的软弱别人只会对你视而不见，你的眼泪说明不了什么，它代表了你的软弱，记住在这世上，没有人会同情一个弱者，也没有人会在乎你的眼泪，收起你的软弱和眼里，做一个内心强大勇敢的自我。

68.人生有一半掌握在上帝那里，另一半攥在自己的手中。人的一辈子唯一做的就是，不断地用你手中的这一半更多地赢取上帝掌握的那一半。

69.没有舞台，没有观众，不要就此停止你的舞蹈，请记住，你不是为了舞台的华美而舞蹈的，也不是为了观众的掌声才存在的，他们都是外物，你要遵守的是你的心，你心中那份不朽的热爱，那份坚定不移的自我而舞动生命的美，你只要始终坚持下去，不抛弃，不放弃，总有一天你会看到心中的那份光亮！

70.与其担心未来，不如现在好好努力。这条路上，只有奋斗才能给你安全感。未来是你自己的，只有你自己能给自己最大的安全感。别忘了答应自己要做的事，别忘记自己想去的地方，不管那有多难，有多远！

71.你的人生不会辜负你的。那些转错的弯，那些流下的泪水，那些滴下的汗水，全都让你成为独一无二的自己。

72.做有用的事，说正能量的话，想美好的事，睡安稳的觉。把时间发生在进步上，而不是抱怨上。

73.微笑是一种态度，奔跑是一种姿势，这是积极的人生不可缺少的样子！

74.给人生一个梦，给梦一条路，给路一个方向，跌倒了要学会自己爬起来，受伤了要学会自己疗伤，生命只有走出来的精彩，没有等待出来的辉煌！

75.骗别人容易，骗自己更容易，但是要骗这个世界真的有点难。时间很公平，你把它花在哪里，它就在哪里结果。踏踏实实的前进，走好每一步，哪怕速度慢一点，生活也会给你一个满意的结局。

76.任何时候都可以开始做自己想做的事，希望你不要用年龄和其他东西来束缚自己。年龄从来不是界限，除非你自己拿来为难自己。

77.如果每个人都能理解你，那你得普通成什么样子！

78.有空去仇富，还不如花时间去致富！

79.该努力的时候好好努力，该玩的时候尽兴玩，人这一生，唯有自己 不可辜负，因为全世界，你最珍贵！

80.真正优秀的人，没时间跟生活抬杠！人生没有捷径，停止为懒惰找借口！你未来的模样，就藏在你的努力里！从今天开始改变，共勉！

81.你总说梦想遥不可及，可是你从不早起，总觉得成功都属于别人，可自己却从不努力，天赋不能带来的东西 努力或许可以改变，愿你在生活中自省，在美好里相遇，成为更喜欢的自己！

82.成年人的世界，不存在永恒的靠山，你最强的靠山，就是你的努力。

83.头等舱可以优先登机，银行VIP可以不用排队，演唱会最贵的票位置也最好，世界从不平等，却又很公平，你有多努力，就有多特殊！

84.熬得住就出众，熬不住就出局，相信糟糕的日子熬过去了，剩下的就是好运气。

85.努力趁早，奋斗趁早，越是起点低，越要努力，你没资格堕落。时代抛弃你时，连一声再见都不会跟你说。

86.生活如果不宠你，更要自己善待自己。这一生，风雨兼程，就是为了遇见最好的自己。

87.我从来不信什么一夜成名，一夜暴富，只信一分耕耘一分收获。如果有一天，你的努力配得上你的梦想，那么你的梦想也绝对不会辜负你的努力。

88.人生总是很累，你现在不累，以后会更累。不要在该奋斗的年纪，一味地选择休闲。让十年后的你，感谢现在努力不放弃的你！

89.趁着这个美好的时光，趁着时间与身体还允许你向前迈进，请珍惜你上场的机会，为家人的幸福努力，为精彩的未来拼搏，为自己的选择喝彩！铭记那些让你脚踏实地的坚持！

90.一个人经历地越多，他会思考得越多。越是优秀越是努力，这一现象的根因在于，优秀的人总能看到比自己更好的，而平庸的人总能看到比自己更差的。真的努力后你会发现自己要比想象的优秀很多。记住一句话：越努力，越幸运！

91.担心未来，不如现在好好努力。这条路上，只有奋斗才能给你安全感。不要轻易把梦想寄托在某个人身上，也不要太在乎身旁的耳语，因为未来是你自己的，只有你自己能给自己最大的安全感。别忘了答应自己要做的事，别忘记自己想去的地方，不管那有多难，有多远。

92.如果你不相信努力和时光，那么成果就会是第一个选择辜负你的。不要去否定你自己的过去，也不要用你的过去牵扯你现在的努力和对未来的展望。不是因为拥有希望你才去努力，而是去努力了，你才有可能看到希望的光芒。

93.只有经历地狱般的磨练，才能炼出创造天堂的力量。攥起拳头我就是王者，咬紧牙关我将无愧一生；我要登上象牙塔的阶梯，靠自己努力而不是祖辈的荫庇；我要握住命运的咽喉，靠艰苦的分担而不是所谓的殊荣；强者居尊应为我，英雄到此敢力争；壮志激情铸梦想，志在必得定能行；我能！我行！我能行！

94.买得起自己喜欢的东西，去得了自己想去的地方，不会因为身边人的来或走损失生活的质量，反而会因为花自己的钱，来得更有底气一些，这就是应该更努力的原因！

95.世界是很大的，风景很美的，机会很多，人生很短，不要蜷缩在一小块阴影里。如果你的生活已处于低谷，那就，大胆走。因为你怎样走都是在向上。

96.树上的果子，只有抬手的人能摘到；地上有钱，也只有弯腰的人能捡到。假如我是卖登山票的，我只能保证你买了票可以去登山，能否登上山顶在于你是否坚持，任何事都一样，选择重要，选择后的努力更重要，用你的执行力加上你的坚持，成功的路上一定有你！

97.现在受的委屈、吃的苦、受的伤结成痂。总有一天会变成生命里绽放的灿烂烟花！到那时，万千言语，都化作乌有。你要相信你现在受的苦、吃的亏、忍的痛，到最后都会变成光，照亮你的路。

98.在生活中不能太软弱，每一个人都有强大的理由，脆弱的时候一定要自己努力的站起来，人生当自强，自己强大比什么都重要！

99.每一天都是全新的一天，都有全新的内容。不要满足于旧日的成果，不要沉湎于往日的磨难。放下过往的一切，全身心投入新的日子。

100.人的一生也不可能顺顺利利，总会遇到一些风风雨雨。要经历风雨，就必须把自己磨练成一个对待困难不折不挠的强者，在哪里跌倒就在哪里爬起来。没有人会甘于做弱者，让生命流失在无声的岁月间。