1.不要埋怨任何一个人、一件事，自己的今天是无数个昨天的叠加与累积，所以重要的是走好今天的每一步！

2.人生有两条路，一条需要用心走，叫做梦想；一条需要用脚走，叫做现实。很多时候我们总是低估了自己，对自己不够狠，从而错过了遇到一个更加优秀的自己。逼自己一把，很多事并不需要多高的智商，仅仅需要你的一份坚持，一个认真的态度，一颗迎难而上的决心。

3.人生如车，或长途，或短途。人生就是一种追求，一种努力，一种期盼。渴望着把梦想变成现实，将虚幻化为真实。生活，因梦而美好；人生，因梦而苦闷。然而，再难的道，也有尽头；再长的路，也有出口，坚持就会有光明！

4.如果事与愿违，就相信上天一定另有安排；所有失去的，都会以另外一种方式归来。你要相信，只要努力，时间不会亏待你。

5.没有太晚的开始，不如就从今天行动。总有一天，那个一点一点可见的未来，会在你心里，也在你的脚下慢慢清透。生活，从不亏待每一个努力向上的人。

6.我们都在时光里跌跌撞撞的成长，然后一点点离开最初的模样。

7.人生的累对于大多数人来说，都是不可避免的。与其逃避负重，不如主动迎战，这样起码，我们还能掌握主动权，有跟命运叫板的锐气。

8.无论这个世界对你怎样，都请你一如既往的努力、勇敢、充满希望。生命中所有的不甘，都是因为还心存梦想，在你放弃之前，好好拼一把，只怕心老，不怕路长。你要知道不是每件事都注定会成功，但是每件事都值得一试。

9.梦想是靠自己一步一步走出来的，梦想不是光靠想，只想不做，那终究是个梦。

10.千万别在最好的年龄里，吃得最胖，用得最差，活得最便宜，早安，亲爱的姑娘！

11.人活着不是靠泪水博得同情，而是靠汗水赢得掌声。世界很公平，你想要比别人强你就必须去做别人不想做的事，你想要更好的生活你就必须去承受更多的困难。不吃拼搏的苦就会吃生活的苦。真正的强者不是没有眼泪而是含着眼泪继续奔跑，不要让任何人偷走你的梦想，因为没有人会为你的人生买单。早安，共勉！！

12.生命中，没有一种状态，比不懈的奋斗，更能让我们活的理直气壮！

13.接近什么样的人，就会走什么样的路。人最大的幸运，不是捡钱，也不是中奖，而是有人可以鼓励你、指引你、帮助你。其实，限制你发展的，往往不是智商和学历，而是你所处的生活圈及工作圈，身边的人很重要。所谓的贵人，并不是直接给你带来利益的人，而是开拓你的眼界，纠正你的格局，给你正能量的人。

14.每一个繁花似锦，都是经历了暗涛汹涌；每一个鲜艳夺目，都是经历了风雨无阻；每一个风光无限，都是经历了黯然伤神。所有的一切，只有经历过的人，才更懂得背后的力量。

15.与其花时间应付以后不理想的生活，不如花时间造就你想要的生活！

16.当你鼓起勇气，放下忧惧和怀疑，一步一步向前走去的时候，你就会发现，每走一步，你都能把下一步路看得清楚一点。往前走，别站在远远的地方观望！你就可以找到你的方向。我们都曾幻想过，如果时光能倒流，将所有的遗憾重新来一次，这样的人生会更加完美。

17.如果你不努力，一年后的你还是原来的你，只是老了一岁；如果你不去改变，今天的你还是一年前的你，生活还会是一成不变。欣赏那些勇于尝试不安于现状的人，眼光放远，努力当下，收获未来！

18.是时候放下你的浮躁，放下你的懒惰，放下你的三分热度，每天的努力和汗水都不会白费，莫负自己，莫负时光，用行动证明逝去之日没有白费！此刻奋起总好过后悔停留。努力拼一把，不蹉跎，不虚度，把握现在的每一天，做更好的自己!愿不负春的耕耘，夏的拼搏，崭新的九月，所有一切重新书写！若不想秋天一无所获，带上自己的阳光，梦想起航！加油！精彩的世界等着你去发现！

19.每一个华丽的转身，背后都有不为人知的心酸，外表的光鲜亮丽，背后心情汗水与辛劳付出，一分耕耘，一分收获，羡慕别人！不如战胜自己。

20.女人，可以小鸟依人，也可以自力更生！有你，我可以坐拥天下；没你，我的世界依然伟大！女人没有公主命，那就必须有一颗女皇的心，不是你给谁泪花，谁都能陪你勇闯天涯！――努力吧……亲爱的自己！

21.原本人的生命之所以顽强，是得已历经风露，磨难，而依然完好无损，享受阳光。可生命中那些不完美的缺陷，往往它会成为生命中的一道独特的风景！

22.你要努力，你想要的，只能你自己给；别人给的，你要问问自己，拿得起么。

23.拥有一个良好的心态，用积极的态度应对人生的风风雨雨。你经历了、努力了，为之而奋斗了，就是成功者。

24.人生就是一个磨练的过程，如果没有这些酸甜苦辣，你永远都不会成熟！所以，我们应该在阳光下灿烂，风雨中奔跑，泪水中成长，拼搏中展望，对自己说一声：昨天挺好，今天很好，明天会更好！

25.这世上没有奇迹，只有你努力的轨迹，没有运气，只有你坚持的勇气，每一份坚持都是成功的累积，只要相信自己，总会遇到惊喜，只有以诚待人，才能换来别人的真心回报，真诚既是对别人的尊重，也是对自己的负责，向着阳光，野蛮生长。

26.人生不管有多么迷茫，或许记得，或许遗忘，我们都不能在回忆里徘徊，未来一定会有份温柔的目光锁定你。我们前进的动力，其实不在别处，全在自己。态度决定一切，实力捍卫尊严！就算跌倒，也要豪迈的笑。

27.你曾经偷过的懒，都将成为打在你脸上的巴掌，打拼，上进，不是为了做给别人看，是为了不辜负此生。燃烧吧！打起精神去奋斗！不然等到白首老去，你要拿什么去面对曾经光芒万丈的青春？人生就是一场漫长竞赛，有些人笑在开始，有些人却赢在最后，命运不会偏爱谁，就看你能坚持多久。

28.好的生活方式，是和一群志同道合的人，一起奔跑在理想的路上！回头有一路的故事，低头有坚定的脚步，抬头有清晰的远方。

29.把你害怕的、迷茫的、烦恼的、困惑的事一一列举，再一一制定如何面对的计划。心中的焦虑和不安就会被缓解，无法前进的事情也会慢慢出现转机。

30.我觉得人的脆弱和坚强都超乎自己的想象。有时，我可能脆弱得一句话就泪流满面，有时，也发现自己咬着牙走了很长的路。勇敢吧，前方会有太阳。

31.机会是留给努力奋斗的人的，有谁的幸运，凭空而来，只有当你足够努力，你才会足够幸运。这世界不会辜负每一份努力和坚持。时光不会怠慢执着而勇敢的每一个人。

32.但凡成功之人，往往都要经历一段没人支持、没人帮助的黑暗岁月，而这段时光，恰恰是沉淀自我的关键阶段。犹如黎明前的黑暗，熬过去，天也就亮了。

33.失败与挫折并不可怕，可怕的是丧失了自信，丧失了激发我们积极向上的内在动力。让我们重拾信心，始终坚信：人生航船由我们自己掌舵，只要鼓起自信的风帆，就能战胜风浪，抵达美好彼岸。

34.珍惜自己的时间，利用好每一分每一秒。做事不放过没一个细节，小心谨慎，细致，能够做到这些，还有什么是不可能的呢？

35.被人误解的时候能微微的一笑，这是一种素养；受委屈的时候能坦然的一笑，这是一种大度；吃亏的时候能开心的一笑，这是一种豁达；无奈的时候能达观的一笑，这是一种境界；危难的时候能泰然一笑，这是一种大气；被轻蔑的时候能平静的一笑，这是一种自信；失恋的时候能轻轻的一笑，这是一种洒脱。

36.不能被别人的舌头压死，走自己的路，拿自己的主意，做自己的决定，凡事做到问心无愧就好。整天忧心忡忡担心别人对自己的看法，只能是天下本无事，庸人自扰之。坚持按自己的想法去做，直至成功。

37.人生没有停靠站，现实永远是一个出发点。无论何时何地，不能放弃，只有保持奋斗的姿态，才能证明生命的存在。

38.年轻人没有捷径，每个人都是修行者，所有成功的背后，都有着不为人知的艰辛。你的责任就是你的方向， 你的经历就是你的资本， 你的性格就是你的命运。

39.复杂的事情简单做，你就是专家； 简单的事情重复做，你就是行家； 重复的事情用心做，你就是赢家。

40.我们每走一步，都是一个新的起点，这一个个起点连接成我们一生的轨迹。不要害怕开始，经历了起步时的艰难，方能产生飞跃的嬗变；不要畏惧结束，所有的结局都是一个新的开端。到头来我们会发现，人生如圆，终点亦是起点。不要奢望太多，得到的终归要失去；不要敬畏太甚，能够主宰你的，永远是你自己。

41.最快的脚步不是跨越，而是继续；最慢的步伐不是缓慢，而是徘徊；最险的道路不是陡坡，而是陷阱；最大的幸福不是得到，而是拥有；最好的财富不是金钱，而是健康；最棒的祝福不是将来，而是现在。

42.人生是场表演，它以生活为舞台，以时间为布景，以情感起伏变化为线索，以我们经历的人与事为情节，以精彩与成功为高潮。你哭也好，笑也罢，愿意也好，被动也罢，这是一场你无法拒绝的表演。有时，我们演饰了别人，丢失了自己，成了自己舞台上的配角。去做属于自己的主角吧，你的表演，谁都无可替代。

43.年轻就要醒着拼。别滥用了最能拼的年纪让自己整天无所事事。我还年轻从不服输。自信旳抬起胸膛，傲然旳抬头视人。换一种姿态，活出自己的骄傲。你配得上更好的世界！

44.美好是属于自信者的， 机会是属于开拓者的， 奇迹是属于执著者的！ 你若不想做，总会找到借口； 你若想做，总会找到方法。

45.有时候，你需要做的就是放下所谓的自尊，承认自己的错误。这不叫放弃，而叫成长。不管做什么，都不要急于回报，因为播种和收获不在同一个季节，中间隔着的一段时间，我们叫它为：坚持。

46.生命中，没有一种状态，比不懈的奋斗，更能让我们活的理直气壮！趁年轻去吃苦，去拼搏，等年老时，回忆里满是骄傲，这是别人给不了的。

47.岁月是一台精准的计算器，它分毫不差地记录着你的付出和努力，衡量着你的底子和实力，测算着你的份量和价值。——努力付出，岁月不会辜负你。

48.这世上没有所谓的天才，也没有不劳而获的回报，你所看到的每个光鲜人物，其背后都付出了令人震惊的努力。请相信，你的潜力远沒有爆发出来，切勿给自己的人生设限，你自以为的极限，只是别人的起点。

49.最长的莫过于时间，因为它永远无穷尽，最短的也不莫过于时间，因为我们所有的计划都来不及完成。

50.有人在奔跑，有人在睡觉，有人在感恩，有人在抱怨，有目标的睡不着，没目标的人睡不醒，努力才是人生应有的态度，睁开眼就是新的开始。

51.人生没有如果，命运不相信假设。曾经的拥有，感恩就好；错过的美丽，回味就好；爱过的人，记得就好，无须苦苦纠结，无须时时懊恼，轻装上阵，才能有一个轻松快乐的旅程。

52.从不获胜的人很少失败，从不攀登的人很少跌跤，要想知道成功的滋味，就得少言多行，决而不断，断而不行，必然贻误时机。

53.人生就像买西瓜，未知才精彩。大胆尝试，不要畏畏缩缩，要是你尝了真甜，会觉得幸福和满足。要是不甜，你也是勇敢的。怕不甜就不买，你放弃的不是一次吃西瓜的机会，而是失去了自信。

54.真正成功的人生，不在于成就的大小，而在于你是否努力地去实现自我，喊出自己的声音，走出属于自己的道路。

55.别总是抱怨生活不够幸运，是你欠了生活一份努力。未来美不美，取决于你现在拼不拼。

56.害怕困难的心理，比困难本身危害更大。勇者无惧。勇者的路随着脚步延伸；弱者的路止于眼前。希望往往不在心里，而在脚下。不迈出第一步，希望再大的事都没有希望。

57.所谓能耐，就是既有能力又能忍耐。没有能力的人做不了事，没有忍耐的人成不了事！种下能力，不一定会结果；种下忍耐，常常会有意外收获。能力是锻炼出来的，忍耐是磨炼出来的。能力与忍耐相辅相成，没有能力的忍耐是一种懦弱，没有忍耐的能力是一种危险。

58.所有的愤怒，基本上都源自于没钱；不要老在别人面前倾诉你的困境和袒露你的脆弱，不要想着依靠别人，努力赚钱，这与年龄无关。

59.自己不努力，没人会帮你，不要假装很努力，因为结果不会陪你演戏。

60.不管什么年纪，别辜负最好的自己！把每一句“我不会”都改为“我可以学”，把每一句“我不敢”都改为“我一定行”，尝试总比永远不敢开始要强！

61.选择了安逸，就不必羡慕别人精彩充实；选择了惊涛骇浪，就无须向往岁月静好。不同的选择给予你不同的生活路径。只要认定你内心真正想要的，并为之持续努力，每个人都会是自己的人生赢家！

62.只要活得精彩和开心，任何时候都是最好的当下，努力工作，认真生活，心怀梦想，真正能抗衡岁月的，是那颗有活力的心。

63.每个人都要通过自己的努力去决定自己生活的样子。世界是很公平的，如果你觉得很难，那你就放弃，但是放弃了请不要抱怨。生活就是这样，要得到必须付出，要付出你还要学会坚持。

64.成功，就是征服自己。人，不怕渺小，只怕卑微，生活是公平的，要活出精彩，需要一颗奋进的心。以勤为本，以韧为基，尽自己的全力，求最好的结果，行动成就梦想，奋斗成就人生。

65.谁也无法预知未来，很多事情可能一等就等成了永远。想做的事就做，有梦，就赶紧去追，别让人生输在一个“等”字上。

66.有些烦恼是我们凭空虚构的，而我们却把它当成真实去承受。想得太多只会毁了你，让你陷入忐忑，让实际上本不糟糕的事情，变得糟糕。阳光这么好，何必自寻烦恼。

67.你每天起床之前有两个选择，要么继续趴下做你没有做完的梦，要么拉开被子完成你没有完成的梦想。

68.上坡的路难走，走上去会很累，但你要是不走，就看不到山顶上的风景；不要忘记了当初，你曾经为了梦想而有过的勇气，把那一刻的勇气，变成此时此刻的坚持，你终将遇见更好的自己。

69.走过的路长了，遇见的人多了，不经意间发现，人生最曼妙的风景是内心的淡定与从容，头脑的睿智与清醒。

70.不要沮丧，不必惊慌，做努力爬的蜗牛或坚持飞的笨鸟，我们试着长大，一路跌跌撞撞，然后遍体鳞伤。坚持着，总有一天，你会站在最亮的地方，活成自己曾经渴望的模样。

71.别在意人家的眼光。别人越不看好你，你就得越努力。很多时候，我们都是一边不被人看好，一边又在证明自己的道路上努力成长的。假如你有一个梦想，就把它化作勇气，化作此时此刻的坚持，让时间去证明一切，让未来的你遇见更好的自己。努力到无能为力，拼搏到感动自己！

72.多要求自己，你会更加独立，少要求别人，你会减少失望；抱怨是一件最没意义的事情，如果实在难以忍受周围的环境，那就暗自努力，然后跳出这个圈子！

73.人生一瞬间，有机会就要拼，成功失败与否，要的是结果而享受的是过程，没有坎坷崎岖不叫命运，没有大风大浪不叫人生。

74.幸福是什么？幸福不一定是腰缠万贯、高官显禄、呼风唤雨。平凡人自有平凡人的幸福，只要你懂得怎样生活，只要你不放弃对美好生活的追求，你就不会被幸福抛弃。

75.放弃不难，但坚持一定很酷。什么是坚持？就是一天，又一天，你告诉自己，再坚持一天。

76.永远不要把自己，放在别人人生里的一个你自己都不确定的位置；不要为模糊不清的未来过分担忧，只为清清楚楚的现在奋发图强。

77.当生活变得艰难时，当一切都不顺时，也请记着，即使是乌龟，只要它不放弃，就能爬到终点；生活就像马拉松，获胜的关键不在于瞬间的爆发，而在于途中的坚持。你纵有千百个理由放弃，也要给自己找一个坚持下去的理由。很多时候，成功就是多坚持一分钟，不放弃就会有希望。

78.拼命努力的日子，都是这辈子最清晰的时光。激励你坚持前行的不是励志语录，也不是励志故事，而是充满正能量的自己。

79.人最大的动力是自己，最大的阻碍也是自己。跨过思维里的界限，克服行动上的懒惰，自然会越来越优秀。

80.每个人都有大脑，但不是每个人都有智慧；每个人都有眼睛，但不是每个人都有眼光；每个人都有双手，但不是每个人都能把握机会；每个人都有机遇，但不是每个人都有勇气去追求梦想；机会永远都是给那些，有智慧、有眼光、有勇气的人准备的。

81.努力应该是一种习惯，而不是一时兴起，这样将来你才可以有底气说：得到的从来不是侥幸。

82.每一个人的成功之路或许都不尽相同，但我相信，成功都需要每一位想成功的人去努力、去奋斗，而每一条成功之路，都是充满坎坷的，只有那些坚信自己目标，不断努力、不断奋斗的人，才能取得最终的成功。但有一点我始终坚信，那就是，当你能把自己感动得哭了的时候，你就成功了！

83.人生就有许多这样的奇迹，看似比登天还难的事，有时轻而易举就可以做到，其中的差别就在于非凡的信念。

84.你连几点睡都控制不了，还谈什么控制人生。那些能让你变好的事，最开始也许不容易，但只要坚持，就能成长。别老待在舒适区。越努力，越幸运，自律的程度，决定你人生的高度。

85.人生最好的状态是：每天醒来，面朝阳光，嘴角上扬。不羡慕谁，不讨好谁 ，默默努力，活成自己想要的模样。

86.对自己狠一点，逼自己努力，再过五年你将会感谢今天发狠的自己，恨透今天懒惰自卑的自己，既然认准了一条路，那就坚持走下去，命运不会辜负每一个认真而努力的人。

87.没有人会为了你的未来买单，你要么努力向上爬，要么烂在社会最底层的泥淖里，这，就是生活。

88.所有牛逼背后都是苦逼堆积的坚持；所有苦逼都是傻逼般地不放弃。只要你愿意，并且为之坚持，总有一天，你会活成，自己喜欢的那个模样。

89.有些时候，我们是要努力。因为自己不聪明。只能用努力来填补空缺。即使是没有回报，我们依然要努力。至少这努力的姿态很美。

90.生活中可以没有诗歌，但不能没有诗意；行进中可以没有道路，但不能没有前进的脚步；工作中可以没有经验，但不能没有学习，人生中可以没有闪光，但不能有污迹。

91.没有必要去思考人生的意义和生命的价值，只需要用真实的内心来感受生活。无论命运赋予了你什么，都不要低下高贵的头颅，唯一要做的就是迎着阳光向前走。让梦想指引前进的脚步,让勇气鼓起破浪的风帆，让自信赢得好运的青睐，让拼搏换取成功的喜悦！

92.不要再去怨天尤人地抱怨自己的际遇，或者将自己的不幸怪罪到别人身上。你是选择到处充溢着爱与感谢的世界，还是选择充斥着不满与病痛的世界，全都在你的一念之间。

93.一生多磨难者，并非都是坏事，因为在困难面前不低头，在逆境中不气馁，勇往直前，遇到的虽然是挫折与坎坷，但得到的却是勇敢和坚韧不拨的高尚品格。

94.洒脱的人最快活。学会从容，保持一颗健康向上的心、一种怡然自得的度、一个活出真性的意、一种活得潇洒的容、一片泰然自若的情！淡定于心，从容于行，踏实做事，方正为人，快乐生活！

95.人生就像一杯没有加糖的咖啡，喝起来是苦涩的，回味起来却有久久不会退去的余香；淡然并不是伪装出来的，而是一种沉淀。所以，人老去的只是容颜，时间会让一颗灵魂，变得越来越动人。

96.人生至境，只在平和。我们要以一颗平和的心去面对挫折和失意，也要以平和的心面对成功和得意。忘不掉的，就长留心底吧，不要让它成为我们对过去的悲鸣。你陷进去了昨天，必然就会苍白了明天。

97.生活不会时时的去厚待我们，总是会有挫折，会经历失败。要学会去用达观的人生态度坦然面对，用一种平和、淡然的心境去迎接。当我们把这些都当成是自己人生一笔宝贵财富时，那么我们的心灵的天空就不会总是阴霾。

98.世界上没有永远不犯错误的人，做错事，千万别后悔。后悔是一种耗费精神的情绪，后悔是比损失更大的损失，比错误更大的错误。

99.苦难是一所魔鬼训练学校，能从这个学校毕业，才有跟命运叫板的资本。面对命运的作弄，坚强的人会把苦痛转化成奋斗的动力；而懦弱的人则浸泡在无休无止的抱怨里，丧失了改变生活的勇气。

100.机会从来没有自动找上门来的，我们应该勇于行动，用自己的行动诉说自己的欲求。只有主动出击，别人才会了解自己的诉求，我们也才能争取到更多属于自己的机会。

101.对于实现目标，无非也就是三步，思考、选择、行动。依赖于别人，很多时候，也就是缺少担当，生活，大多数人总是想着得过且过，然后找很多借口，证明这不是自己的本愿。

102.运气是努力的赠品，没有经过实力的原始积累，给你运气你也抓不住。上天给予每个人的都一样，但每个人的准备却不一样；不要羡慕那些总能撞大运的人，你必须很努力，才能遇上好运气。

103.没有行动，懒惰就会生根发芽!没有梦想，堕落就会生根发芽!所以，为了很好的站着，就不要停下你的脚步!越努力越幸运！不要给年轻找太多借口，现在你能做的，除了努力，别无其他。

104.所有的不甘，都是因为还心存梦想，在你放弃之前，好好拼一把，只怕心老，不怕路长。人生那么短，总得有段时间为自己活一次吧！

105.雄鹰在鸡窝里长大，就会失去飞翔的本领，野狼在羊群里成长，也会爱上羊而丧失狼性。和聪明的人在一起,你才会更加睿智。和优秀的人在一起，你才会出类拔萃。所以，重要的是，你和谁在一起。

106.别人想什么，我们控制不了；别人做什么，我们也强求不了。唯一可以做的，就是尽心尽力做好自己的事，走自己的路，按自己的原则，好好生活。即使有人亏待了你，时间也不会亏待你，人生更加不会亏待你！

107.人生最可悲的事情，莫过于胸怀大志，却又虚度光阴。觉得自己不够聪明，但干事总爱拖延;觉得自己学历高，可又没利用业余继续充电;对自己不满意，但自我安慰今天好好玩明天再努力！

108.世界是美丽的，而世界也是有缺憾的；生活是美丽的，可生活同样有缺憾。因为美丽，才值得我们来这个世界走一回；因为缺憾，才需要我们去弥补。既然抱怨同样无事于补，那就尽量少一点抱怨或者不抱怨，让幸福离自己近一点，多一点！

109.有目标的人在奔跑，没目标的人在流浪，因为不知道要去哪里!有目标的人在感恩，没目标的人在报怨，因为觉得全世界都欠他的!有目标的人睡不着，没目标的人睡不醒，因为不知道起来去干嘛!

110.只有相信自己、喜欢自己，才会被别人欣赏。看到自己的长处，把自己安排在合适的位置上，才能经营出有声有色的人生。

111.你所浪费的今天，是许多人奢望的明天；你所厌恶的现在，是未来的你回不去的曾经。人生最可悲的事情，莫过于胸怀大志，却又虚度光阴。当你在荒废时间，有多少人在拼命。提醒自己，时间残忍却又公平，珍惜眼前，做好当下！

112.有人失败后学会了总结，有人失败后学会了抱怨。你愿意选择做哪一种人呢？

113.再远的路，走着走着也就近了；再高的山，爬着爬着也就上去了；再难的事，做着做着也就顺了。每次重复的能量，不是相加，而是相乘，水滴石穿不是水的力量，而是重复和坚持的力量。成功之道，贵在坚持！

114.成功得靠自己去行。人立于世，当自己拍板，不怕失败，不言放弃。成功时，不要兴奋醉倒；失败时，不要怨天忧人。要敢于行大事，立志向，树目标。

115.生命不在年龄，贵在心理年轻；生活不在金钱，贵在怡乐心情；装扮不在时尚，贵在秀外慧中；膳食不在多寡，贵在营养均衡；居室不在大小，贵在宽阔心胸；朋友不在多少，贵在真情相拥；锻炼不在朝暮，贵在持之以恒。

116.成功没有捷径！该来的总会来，不好高骛远，不急功近利，付出总会有回报；不管处于哪个阶段，都要一步一个脚印，踏实的走好每一步。

117.人生在世，有多少梦想是我们无法实现的，有多少目标是我们难以达到的。我们在仰视这些无法实现的梦想，眺望这些无法达到的目标的时候，应该以一颗平常心去看待我们的失利。岂能尽如人意，但求无愧我心。

118.一定要相信，没有做不到的，只有想不想做到。我就是我的英雄，我最大的阻碍是我自己。别人能做到的事，我也可以做到。自信，比什么都重要！

119.不要沮丧，不必惊慌，做努力爬的蜗牛或坚持飞的笨鸟，我们试着长大，一路跌跌撞撞，然后遍体鳞伤。坚持着，总有一天，你会站在最亮的地方，活成自己曾经渴望的模样！

120.人与人之间本身并无太大的区别，真正的区别在于心态，要么你去驾驭生命，要么生命驾驭你，心态决定了一切。有了积极的心态，便有了战胜一切困难取得成功的信心！

121.与其埋怨，不如改变！越是泥泞的道路，留下的足迹越清晰；越是陡峭的山峰，看到的景致越美妙。世上没有平白无故的成功，所有的鲜花都是汗水浇灌而来。一旦选准自己要走的道路，就勇敢地走下去，再难也要坚持，再远也不要放弃。一分耕耘未必有一分收获，但九分耕耘一定会有一分收获。

122.有些事年轻的时候不做，就真的没有机会再去做了。不要怕失败和跌倒了重新再来，只怕把一些期望一直埋在心里，最后变成了内心时常念叨的痛。

123.别人否定你，你就否定自己；别人肯定你，你就肯定自己；只能说明，你没有自我。太在意别人的看法，最后会有两种结局：要么自己累死，要么被别人整死！

124.心若坚强，生命就会有力量；心若有归宿，日子便会馨香；心若随缘，便无烦恼生成；心若超脱，便会淡然；心若感恩，幸福就会来临；心若有禅意，人生则豁然开朗。

125.抱怨是一种毒药。它摧毁你的意志，削减你的热情。抱怨命运不如改变命运，抱怨生活不如改善生活，凡事多找方法，少找借口，强者不是没有眼泪，而是含着眼泪在奔跑！

126.成功没有快车道，幸福没有高速路，一份耕耘一份收获，所有的成功都来自不倦的努力和奔跑，所有幸福都来自平凡的奋斗和坚持！

127.放下压力，累与不累取决心态；放下烦恼，快乐其实很简单； 放下自卑，奋斗改变命运；放下抱怨，与其抱怨，不如努力； 放下懒惰，敢拼才会赢； 放下狭隘，心宽，天地就会宽！

128.心累的时候，换个角度看世界;压抑的时侯，换个环境深呼吸;困惑的时候，换个位置去思考;烦恼的时候，换个思维去排解;自卑的时候，换个想法去对待！

129.路再长也是会有终点，夜再长也是会有尽头，不管雨下得有多大，总会有停止的时候。

130.每一个懂事淡定的现在，都有一个很傻很天真的过去，每一个温暖而淡然的如今，都有一个悲伤而不安的曾经！

131.竹子用了年的时间，仅仅长了cm，从第五年开始，以每天cm的速度疯狂的生长，仅仅用了六周的时间就长到了米。其实，在前面的四年，竹子将根在土壤里延伸了数百平米。做人做事亦是如此，不要担心你此时此刻的付出得不到回报，因为这些付出都是为了扎根。多少人，没熬过那三厘米！

132.不再为一点小事伤心动怒，也不再为一些小人愤愤不平。一定要打份得清清爽爽，漂漂亮亮，从容自若面对生活！

133.无论有多困难，都坚强地抬头挺胸，人生是一场醒悟，不要昨天，不要明天，只要今天。活在当下，放眼未来。人生是一种态度，不一样的你我，不一样的心态，不一样的人生！

134.你若想得到这世上最好的东西，先得让世界看到最好的你！

135.生活是一只看不见的储蓄罐，你投入的每一份努力都不会白费！

136.脚下的路，没人替你决定方向，心中的梦，没人替你去完成。风吹雨打知生活，苦尽甘来懂人生！其实人生就是一种感受，一种历练，一种懂得！告诉自己，人一定要靠自己。没有等来的辉煌，只有拼来的精彩！

137.人生，不要被安逸所控制，决定成功的，是奋斗。人生，不要被他人所控制，决定命运的，是自己。没有过不去的坎，让自己跨越的姿势美一点！

138.命，是失败者的借口；运，是成功者的谦词。失败者说命不好，心里却后悔当初没尽力；成功者说命好，心里却清楚付出的代价。你如何选择，命运就如何发生。人生越努力，成就就越多！

139.人生，就要活得漂亮，走得铿锵。自己不奋斗，终归是摆设。无论你是谁，宁可做拼搏的失败者，也不要做安于现状的平凡人！

140.人最大的对手，就是自己的懒惰；做一件事并不难，难的在于坚持；坚持一下也不难，难的是坚持到底；感觉累，也许是因为你正处于人生的上坡路；只有尽全力，才能登上人生巅峰！

141.每个人都是自己命运的设计师和建筑师，要想有所作为，就不能等待幸运降临。世界上什么事都可以发生，就是不会发生不劳而获的事！

142.不论做什么事，都要相信你自己，别让别人的一句话将你击倒。人生没有对错，只有选择后的坚持，不后悔，走下去，走着走着，花就开了！

143.一个人，想要优秀，你必须要接受挑战；一个人，你想要尽快优秀，就要去寻找挑战。世界上，成功的有两种人，一种人是傻子，一种人是疯子。傻子是会吃亏的人，疯子是会行动的人。

144.如果说梦想是成功的起跑线，决心是起步时的枪声，那么勤奋则如起跑者全力的奔驰，惟有坚持到最后一秒的，方能获得成功的锦标！

145.放下压力，累与不累，取决于心态；放下烦恼，快乐其实很简单；放下懒惰，奋斗改变命运；放下消极，绝望向左，希望向右；放下抱怨，与其抱怨，不如努力；放下犹豫，立即行动，成功无限！

146.无论有多困难，都坚强地抬头挺胸，人生是一场醒悟，不要昨天，不要明天，只要今天。活在当下，放眼未来。人生是一种态度，心静自然天地宽。不一样的你我，不一样的心态，不一样的人生！

147.生活中，有人给予帮助，那是幸运，没人给予帮助，那是命运。我们要学会在幸运青睐自己的时候学会感恩，在命运磨练自己的时候学会坚韧！

148.想要体面生活，又觉得打拼辛苦；想要健康身体，又无法坚持运动。人最失败的，莫过于对自己不负责任，连答应自己的事都办不到，又何必抱怨这个世界都和你作对？

149.人活一世，看似长久，实则只有三天——昨天、今天、明天。昨天，过去了，不再烦；今天，正在过，不用烦；明天，还没到，烦不着。

150.成功往往在多次失败之后才姗姗到来，每一次跌倒后再爬起来，都能使你的技艺更精湛，本领更强大，信心更充足。永不放弃，持之以恒，当挫折在脚下堆积成梯，你就获得了进步的机会。