

茶与人生的感悟(大全8篇)

岗位职责是指在具体工作岗位上所要承担的义务和职责，它直接关系着一个人在工作中的表现和职业发展。我们对自己的岗位职责是否清晰明确有所思考了吗？岗位职责是我们工作的基石，我们需要重新审视一下自身是否做好了该份内的责任。岗位职责的明确对于个人和组织都非常重要，我们是否需要重新梳理一下自己所承担的岗位职责呢？岗位职责是我们工作的重要依据，我们是否需要对自己的岗位职责进行一次全面梳理和总结呢？岗位职责直接关系到工作效率和团队合作，我们是否需要对自己的岗位职责有更深入的理解呢？岗位职责是我们在工作中的基本要求，我们是否需要对自己在岗位职责方面进行总结和检查呢？岗位职责是我们所承担的责任和义务，我们是否需要对自己的岗位职责有更清晰明确的认识呢？岗位职责是我们在工作中所要完成的任务和目标，我们是否对自己的岗位职责进行了全面了解和总结呢？岗位职责是我们在工作中应尽的责任和义务，我们是否需要对自己的岗位职责进行一次全面总结呢？岗位职责是我们在工作中所要承担的角色和职责，我们是否需要对自己在岗位职责方面进行更深入的思考和总结呢？岗位职责是我们在工作中所承担的责任和要求，我们是否需要重新审视一下自己在岗位职责方面的表现呢？岗位职责的范文可以帮助我们更加清晰地了解每个岗位的具体要求。

茶与人生的感悟篇一

公元二零零九年七月二十二日，出现了三百年一遇的天象奇观——日全食。

到了九点，同学们都聚集在操场上。家长们在公共场所，家里的阳台上。就连机要人员也目不转睛的盯着太阳盼望着天文奇观——日全食。

我在学校操场上静心等候着日全食的出现，大约过了十几分钟，我心急如焚，见日全食还没出现，暗暗地埋怨老天爷，成心和我们做对。就买了一袋辣丝和一瓶冰红茶，坐在操场的旗杆边，吃着辣丝，喝着冰红茶，真是太痛快了！大家也纷纷跑出学校买东西吃。等我把吃完辣丝喝完冰红茶，借了副眼镜一望，太阳还是圆圆的一点也没有变化，我直冒火说：“今天应该没有日全食，只是媒体乱说的。”说完就回到了教室，有些同学半信半疑，也有些人回到了教室。可是还是有许多同学在外面等着日全食的出现。又过了几分钟，有同学在操场上大喊：“日全食出现了！日全食出现了！”我飞得冲出教室，抬头一望一点变化也没有，我想一定是他们弄虚作假。可是有更多的人说日全食出现了。我迷惑不解，一想才知道原来是我忘带了眼镜。于是我向一个好朋友借了一副眼镜。

只见太阳像被一张贪吃的大嘴巴咬了一口。天空也渐渐暗了下去，真是天地玄黄啊！大家都想现在是几点了。还有人说：“我只看过天狗吃月亮，从没看到天狗吃太阳。”他又幽默的说：“这天狗也太贪心了，要把整个太阳吃了。”过了一会儿太阳中间出现了一个大黑洞，大家都欢天喜地，声音惊天动地，还有几个同学在谈天说地。过了一会儿天空又明亮了，太阳有恢复了原来的样子。

通过这件事，我发现日全食很短暂，人的生命也是有限的，我们要有限的生命创造无限的价值。我们应该勤奋学习，奋发向上。做个德智体全面发展的人。

茶与人生的感悟篇二

- 1) 我们男人可以累，也可以哭，但却一定不可以怂！
- 2) 诠释不了的悲伤，怎能用文字形容。
- 3) 女人，长得漂亮是优势，活得漂亮才是本事。

- 4) 世界是瞳孔中筛网状的柠檬黄。
- 5) 也许我偶尔想回到之前的时光，但你要知道——人始终要学会向前看。
- 6) 别轻易放弃梦想奇迹每天都在上演。
- 7) 自信的生命最美丽！
- 8) 从不奢求生活能给予我最好的，只是执着于寻求最适合我的！
- 9) 生命，只要你充分利用，它便是长久的。
- 10) 渐渐疲惫的羽翼，为你披上了勇气。
- 11) 青春如同奔流的江河，一点一滴的流淌着。
- 12) 人生是一张单程车票，没有后退，没有返回！
- 13) 你不必流离失所也不必像一个拾荒者那般寂寥无色，只要在路边等待，便不会错过末班车。
- 14) 撑不住的时候可以对自己说声“我好累”但不要对自己说“我不行”也可以说“再坚持分钟”。
- 15) 志在山顶的人，不会贪念山腰的风景。

经典语句人生感悟【最新版】

- 1) 坚志而勇为，谓之刚。刚，生人之德也。
- 2) 活着不是要用眼泪博得同情，而是用汗水赢得掌声。
- 3) 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。

4) 有梦别怕痛，想赢别喊停！

5) 因为某人不如你所愿爱你，并不意味着你不被别人所爱。

6) 一个有信念者所开发出的力量，大于个只有兴趣者。

7) 当一个人真正觉悟的一刻，他放弃追寻外在世界的财富，而开始追寻他内心世界的真正财富。

8) 有人帮助你是你的幸运，无人帮助你是公正的命运。许多时候你并不是很幸运，你找不到可以帮助你的人，那么你就需要为自己点一盏灯。

9) 在路上，可以耽于风景，却不可忘记再度启程。

10) 愚者用肉体监视心灵，智者用心灵监视肉体。

11) 一个人的特色就是他存在的价值，不要勉强自己去学别人，而要发挥自己的特长。这样不但自己觉得快乐，对社会人群也更容易有真正的贡献。

12) 待人对事不要太计较，如果太计较就会有悔恨！

13) 每一种喜欢都有一种理由！但每一种伤感却是莫明的。

14) 别小看任何人，越不起眼的人。往往会做些让人想不到的事。

15) 与你擦肩而过的遗忘，是一生的惊涛骇浪。

经典语句人生感悟【热门版】

1) 靠别人的人不算本事，靠自己的才算真本事。

2) 我不走到绝境怎会更冷静。

3) 人之所以有一张嘴，而有两只耳朵，原因是听的要比说的多一倍。

4) 中国社会，没有对与错，只有强与弱。

5) 在难过的时候，不要忘记自己还要前进。

6) 爬上去也许需要几年几十年甚至一辈子，放弃却只需要一瞬间。

7) 一个能思想的人，才真是一个力量无边的人。

8) 我不知道年少轻狂，我只知道胜者为王。

9) 一个人最大的破产是绝望，最大的资产是希望。

10) 对的，坚持；错的，放弃！

11) 人既不是天使，又不是禽兽；但不幸就在于想表现为天使的人却表现为禽兽。

12) 没有人依靠的时候，就必须自己撑过不要懦弱！

13) 原来，很多时候，最让人疼痛的，是孤独。

14) 不要以为你晒黑了，就能掩盖你是白痴的事实。

15) 昨天一哥们媳妇怀孕了，今天见到我就在唱：我种下一颗种子，终于长出了果实，今天是个伟大日子。

16) 时间会告诉你，谁是真的爱你，谁是玩玩而已。

17) 珍惜现在所拥有的，也许下一秒就不再属于你的。

- 18) 别想一下造出大海，必须先由小河川开始。
- 19) 微笑拥抱每一天，做像向日葵般温暖的女子。
- 20) 你还要长大，几经苦苦挣扎几度重新站立绝不服输。

茶与人生的感悟篇三

- 1、说假话总会被人揭穿，戴假发总会被风揭穿。
- 2、骆驼不流泪是因为它知道水的珍贵，女孩不流泪是因为还没有找到值得流泪的人。
- 3、没有准备请不要开始，没有能力请不要承诺。
- 4、人干点好事儿总想让鬼神知道，干点坏事儿总以为鬼神不知道，我们太让鬼神为难了。
- 5、人生有四个存折：健康、情感、事业和金钱。如果健康消失了，其他的存折都会过期。
- 6、三十岁以后，男人忙着装成熟，女人忙着装嫩。
- 7、妈妈说人生最好不要错过两样东西：最后一班回家的车和一个深爱你的人。
- 8、举得起放得下叫举重，举得起放不下叫负重。
- 9、幸福就是下班回家时敲门，而不是自己去找冰冷的钥匙。
- 10、奈何桥上的老婆婆都卖上可乐了，你叫我怎么忘记你？
- 11、飞蛾扑火，在浪漫主义者看来是美和勇气；在现实主义者看来是蠢和自杀。

- 12、每个人都是一段弧，能刚好凑成圆圈的两个人便是一对。
- 13、天没降大任于我，照样苦我心智、劳我筋骨。
- 14、最有价值的技能是，为一切事情创造价值，增加价值。
- 15、这个世界真话越来越稀有，在我们眼里也越来越珍贵。
- 16、热情往往是化腐朽为神奇，变平凡为崇高的重要因素之一。
- 17、尽管等候能够锻炼人的耐心，但没人愿意等候。守时不仅是一种礼貌，也体现了一种素质。
- 18、解决并非由你造成的问题，这是提升人生境界的最好途径。
- 19、虚假的好消息是比坏消息更糟糕的东西。
- 20、学习别人但不照搬别人，否则你难以超越别人。
- 21、总会有人比你取得更大的成就，也总能找到不如你的人。
- 22、有件事比能力更罕见、更高超、更宝贵，那就是识才的能力。
- 23、一个不能给他人带来财富的人，自己也不能获得财富。
- 24、奖励什么行为就能得到什么行为。
- 25、不要等待完美的机会，而应该利用机会，把事情做完美。
- 26、能够以身作则，以自己的行为作为楷模的人，可以对他人产生最大的影响。

- 27、不要被悲观的情绪所笼罩，现实绝非想象的那么糟。
- 28、悲观只能产生平庸，乐观才能创造卓越。
- 29、感受不到痛苦的爱情不是爱情，享受不到幸福的婚姻是悲哀的婚姻。
- 30、结婚未必如人所想的那么好，离婚则比想象的还要糟。
- 31、高尚的婚姻就是爱本身，卑鄙的婚姻则是爱以外的东西。
- 32、爱情如花，婚姻似果。花总是美丽的，果未必都是甜的。
- 33、恋爱的时候不妨多回忆过去，失恋的时候不妨多憧憬将来。
- 34、贫穷不可怕，可怕的是贫穷又虚荣。
- 35、给予并不难，难的是给予而不求回报。
- 36、给予不是施舍。给予是平等的，施舍是不平等的。
- 37、以施舍的态度给予，对别人是一种侮辱。
- 38、男人追女人隔座山，女人追男人隔层纸。
- 39、说谎是一种不道德，信谎是一种不明智，传谎是一种不负责。
- 40、人生不说谎几乎是不可能的，说谎的底限是只利己，不损人。
- 41、说谎先成事后败事，诚实可能先败事，但最后一定能成事。

42、人往往崇拜不熟悉和远离自己的人，这和嫉妒正好相反，人嫉妒熟悉和身边的人。

43、世上真正深沉的人不多，何必去模仿深沉伪装深沉呢！

44、看得远，才能走得远；想得远，才能做得远。

45、对于朋友，除了背叛，没有什么是不可以宽容的。

46、世界上最残酷的事情，莫过于扼杀希望。

47、前途比现实重要，希望比现在重要。

48、在小事上亲情面前无是非，在大事是亲情面前无原则。

49、人云亦云不是成熟，固执己见也不是成熟。

50、人生三愿：一是吃得下饭，二是睡得着觉，三是笑得出来。

51、我们开始相爱不是因为找到了一个完美的人，而是因为学会了完美地看待一个不完美的人！

茶与人生的感悟篇四

你可以不相信爱情，但是不可以不相信爱。

要学会说“你的眼泪，与我无关”。

如果手机里的老朋友联系的越来越少，不要觉得孤单，那是必然的。

要永远记住感情和婚姻不能建立在金钱之上，选择一个可以跟你同舟共济，可以跟你一起承受人生挫折的女人。

男人可以哭，但是不可以轻易认输。

付出没有得到回报那很正常，就像食堂里吃饭，给的钱一样，别人碗里的肉比你多一样的道理。

不要为一个心爱的女人放弃自己做人的原则，可以放下架子但不能丧失自己，大男子主义未尝不好。

如果不能给一个女人基本的物质生活，你拿什么说出你的爱。

无论你从事什么职业，要记住对得起你做人的良心。

那些只要求有房有车的女人远点，请把爱多给父母一些吧，不要为了追求自己未来生活的舒适，牺牲父母毕生的心血，你的目标不是努力让自己的子女未来生活的好，而是让父母能过上你现在想要过的生活，牺牲自己，让他们享受到他们应该享受的生活。

朋友不需要天天联系，如果他需要你的时候请把他的事当成自己的事去办，竭尽所能。

岁前你可以有很多份感情，因为那时你年轻，岁之后请不要轻易说爱，许下的诺言就是欠下的债。

请努力的改掉自己的脾气和大男子主义，不要以为那很酷，很个性，应该知道那很致命。

不要说没有一个女人可以征服你，如果你愿意，请放下你那处女座特有的追求完美和过于挑剔的特点吧，让自己很愿意去听那个人的话吧。

茶与人生的感悟篇五

1、最后，好好努力，多多赚钱，好好生活。

2、纵然当你转身离去，我也会在你转身的地方，将我们的故事，一个人，继续进行下去。

3、只是喜欢，只是沉醉，而不是沉溺。喜欢面对伤感，用自己喜欢的方式释放内心的烦恼；喜欢欣赏伤感，在伤感里体会点点的酸甜苦辣。伤感，并不是痛苦不堪，也不是刻意营造；伤感，只是一种态度，一种最真实的情感表露。

5、有机会，到母校走一走，回忆你当初的单纯。

6、眼睛在为你下雨，心却在为你打伞。

7、伤感，其实是一种与生俱来的情绪。

8、没关系、没关系、一辈子真的没那么长。

9、离去，让事情变得简单，人们变得善良，像个孩子一样，我们重新开始。

10、浪漫是一袭美丽的晚礼服，但你不能一天到晚都穿着它。

11、快乐给了你，寂寞给自己。忽然很想醉，是因为早已心碎；忽然很想睡，是因为心里早已疲惫。

12、风空空洞洞地吹过。一年又这么过去。而来年，还要这么过去。我不知道是安稳的背后隐藏着沮丧，还是沮丧里终归有安稳。只是我们，无法找到。

13、风吹起如花般破碎的流年，而你的笑容摇晃摇晃，成为我命途中最美的点缀，看天，看雪，看季节深深的暗影。

14、繁华历尽，方知平凡是真；回首沧桑，只想平淡如水。

15、当我们搬开别人架下的绊脚石时，也许恰恰是在为自己铺路。

- 1、蜘蛛：能坐享其成，靠的就是那张关系网。
 - 2、虾：大红之日，便是大悲之时。
 - 3、天平：谁多给一点，就偏向谁。
 - 4、瀑布：因居高临下，才口若悬河。
 - 5、锯子：伶牙俐齿，专做离间行为。
 - 6、气球：只要被人一吹，便飘飘然了。
 - 7、钟表：可以回到起点，却已不是昨天。
 - 8、核桃：没有华丽的外表，却有充实的大脑。
 - 9、指南针：思想稳定，东西再好也不被诱惑。
 - 10、花瓶：外表再漂亮，也掩不住内心的空虚。
 - 11、树叶得势时趾高气扬，失意时威风扫地。
 - 12、历史的标点全是问号，历史的幕后全是惊叹号。
 - 13、官廉首要的是不贪，不腐，不昏；民廉首要的是不贿，不媚，不借官光，不趋炎附势。
 - 14、一官之廉，十吏效之，百民随之。一官之腐，百吏必从之，千民必附之。
 - 15、饭桌上批孩子，大人伤神，孩子伤胃，全家伤心。
- 1、上帝喜欢努力的人，除了努力找借口的人。
 - 2、天空这样蓝，日光这样温暖，在鸟的歌声中我想到了你。

3、我们都太容易让一首歌带自己对号入座，听见一首歌的时候，好像自己就行走在歌词里。

4、一个人与其在别人指点下规规矩矩行事，还不如让他自己去闯闯，出点差错，反能获得更多的教益。

5、不是所有的人都能知道时光的涵意，不是所有的人都懂得珍惜；这世间并没有分离与衰老的命运，只有肯爱与不肯去爱的心。

6、我发现一个人在放弃给别人留好印象的负担之后，原来心里会如此踏实。一个人不必再讨人欢喜，就可以像我此刻这样，停止受累。

7、男人的爱是俯视而生，而女人的爱是仰视而生。如果爱情像座山，那么男人越往上走可以俯视的女人就越多，而女人越往上走可以仰视的男人就越少。

8、你知不知道思念一个人的滋味，就像喝了一杯很凉的水，然后用很长的时间，把它一点点化成眼泪。

9、你的工作不能代表你自己，你的银行帐号不能代表你自己，你开的车不能代表你，皮夹里的东西不能代表你，衣服不能代表你，你只是芸芸众生中的一个。

10、什么是真实的自我？就是你到底是什么样，而不是别人觉得你是什么样。

11、现在我终于弄明白了为什么有些人我沟通不了，因为他从头到尾就是个心里想着一件事，嘴上说着一件事，然后下手去干第三样事的混乱分子。

12、连岳：成熟，就是你不再要求事事迁就你。

13、每个人都该拥有属于自己的梦想，千万别拥有别人的梦想，因为别人的梦想一旦加诸于你身上时就成了期待。

14、你可以一辈子不登山，但心中一定要有座山。它使你总往高处爬，它使你总有奋斗的方向，它使你任何一刻抬起头，都能看到希望。

15、那么多年，一个人可以佯装一切，却无法佯装幸福。

茶与人生的感悟篇六

世界因为有了生命而精彩，精彩在于生命创造有价值的人生，在于创造无数的奇迹。

——题记

人生是什么？曾经以为人生是路途中远方一道迷人的风景，那里神秘悠远，充满诗情画意。随着岁月的流逝，便又觉得人生不过是一次又一次的悲欢离合，一幕又一幕的潮起潮落，一轮又一轮的阴晴圆缺，再后来……人生到底是什么，我不清楚。但霍桑却替我找到了答案，他说：“人生包括两个部分：过去是一个梦，未来是一个希望。”

过去是一个梦。回首过去的风风雨雨，生活中的许多东西像一只断了线的风筝，在岁月长河中悄然而逝。所有的记忆像梦一样变得遥远而模糊，不再清晰了。但又有一些刻在脑海中挥之不去。原来，岁月虽然会斑驳年轻的容颜，但它带不走曾经永恒的记忆。忘不了第一次离家的难舍，忘不了第一次上讲台给学生讲课的紧张，忘不了第一次暗恋一个人的滋味，忘不了第一次收到情书的激动，忘不了……生活中总有那么多美丽的瞬间留下。这些记忆常在我眼前晃动，当我伸出手去抓时，它又消逝得无影无踪。过去的已经过去，永远地过去了，成为了远去的风景，我怎么也回不到从前了。

未来才是那辆奔驰的列车，才是人生的希望。所以，用欢笑与流泪用心地去捕捉和珍惜人生的每一次光芒，好好地把握现在，去实现未来的梦吧。但幸福也总会在风雨中摇摆，因为，人生不是一帆风顺的，它是一场残酷的考验，一次艰难的旅途。当不如意来临时，请不要气馁，不要抱怨，更不要麻木。否则，那将是一个人一生中最可悲的事情。回首往事，尽是遗憾，默想未来，夕阳西下，暮蔼苍茫。或许，人生就是一连串的选择，选择了拼搏，选择了微笑面对一切，未来的太阳才会在朝霞的陪伴下冉冉升起。

人生是一个过程，它需要回味，需要憧憬，需要感受，如此，人生才会深刻。

茶与人生的感悟篇七

不能因为咱俩有过节，你就把我当节过。

不是路不平，而是你不行。

眼泪的存在，是为了证明悲伤不是一场幻觉。

光阴似面，日月如锅。

绝口不提不是因为忘记，而是因为铭记。

一个人要不正经，连头疼都是偏的。

我这人不太懂音乐，所以时而不靠谱，时而不着调。

如果你容不下我，说明不是你的心胸太狭小，就是我的人格太伟大。

没有不透风的墙，没有不能上吊的梁。

伤感的人爱喝小酒，寂寞的人爱唱老歌。

那人长得吧，怎么说呢。像素比较低！

我的兴趣爱好可分为静态和动态两种，静态就是睡觉，动态就是翻身…

不蒸馒头争口气，哪怕没有猫扑币。

你走你的过街天桥，我过我的地下通道。

我们每个人都是梦想家，当梦走了，就只剩想家了。

关于明天的事，我们后天就知道了。

女人不要以为长的好就可以不念书，男人不要以为书念得好就可以长得难看。

天气冷得像个笑话，日子过得像句废话。

语不惊人死不休。

所谓美女，大都是化妆品的奴隶。

混社会是个体力活儿，讲究四门功课：闪转腾挪。

真正的勇士敢于正视漂亮的美眉，敢于直面惨淡的单身。

成人是过期的儿童，老人是失效的成人。

舌头比牙齿更长寿，软件比硬件更长久。

站在痛苦之外规劝受苦的人，是件很容易的事。

我有一筐的愿望，却等不到一颗流星。

- 1、人没能力把钱带到地狱，但钱有魔力把人带进棺材。
- 2、宁可骑着单车微笑，也不要躲在奔驰车里哭泣。
- 3、真正可笑的不是对牛弹琴，而是一群牛对着你弹琴。
- 4、上帝听不懂凡间言语，用行动祈祷才能让上帝了解你的意图。
- 5、再富有的人也需要别人帮助，再穷困的人也有机会帮助别人□
61. 你越早接受现实，就会有越大的机遇在等待你，你越早接受这个事实. 就能越早踏入新生活。
7. 最先道歉的人最勇敢, 最先原谅的人最坚强, 最先释怀的人最幸福。
8. 忍是一种眼光. 忍是一种胸怀. 忍是一种领悟. 忍是一种人生技巧. 忍是一种规则的智慧。
10. 证严上人：“什么样的生命，才是有价值的生命?空间、时间利用得愈充分，就是愈高层的生命观。”人生时间有限，活动的空间尤为重要;时间和空间的利用，决定人生的价值大小;计利众生，就要到大众中去，发心发愿，协众精进，积累功德，身体力行去“行道”。

茶与人生的感悟篇八

【1】爱情是一个磁场，而不是一条绳子，捆着他，不如吸引他。一条绳子会让男人有挣脱的欲望，而一个磁场却能给男人自由的假相，和一个永恒的诱惑。

【3】 要相信自己，即使身处逆境，也不要轻言放弃。

【4】 女人如茶，要你倾其一生的精力去品，品不懂却品不倦，只想用一生慢慢感受那淡淡的幽香来自何处。

【5】 世上的女人只有两种，一是幸福的一是坚强的，幸福的被捧在手心不需坚强，而坚强的却是不得不坚强。

【6】 有道是希望越大，失望越大。套一句老话，成功者千万别骄傲，不定哪天你那光环就套到别人头上了。失败者也不必气馁，失败是成功之母嘛。

【7】 别人可以替你开车，但不能替你走路；可以替你做事，但不能替你感受。人生的路要靠自己行走，成功要靠自己去争取。天助自助者，成功者自救。

【8】 文凭代替不了水平，美丽代替不了学历！

【9】 繁华历尽，方知平凡是真；回首沧桑，只想平淡如水。

【10】 人生最大的烦恼，不是选择，而是不知道自己想得到什么，不知道到了生命的终点，自己想有些什么人在身边！

【11】 我们每个人都有自己的故事，有自己的痛苦，对于痛苦，有的人会淡然而过，有的人会困在其中。人生在世，要的只有快乐！一切看淡了，心也就不累了。万事不要强求，否则只会给自己带来无尽困扰，只会给自己带来痛苦，只会让自己不开心。钱多钱少，够用就好；有爱无爱，开心就好！

【12】 不要等到开心快乐时，才露出微笑；不要等到有人夸奖时，才相信自己；不要等到要说分手时，才后悔相遇；不要等到有了好职位，才努力工作；不要等到失败落魄时，才记起忠告；不要等到生病垂危时，才意识到生命的脆弱；人生不售来回票，请珍惜现在的幸福！

【13】工作没有十全十美，尽心就好；生活没有十全十美，简单就好；恋人没有十全十美，贴心就好；朋友没有十全十美，真诚就好；爱人没有十全十美，真心就好；亲人没有十全十美，和睦就好；快乐没有十全十美，幸福就好；幸福没有十全十美，知足就好；人生没有十全十美，快乐就好。

【14】一切放下，一切自在。生活中的很多问题，并不需要放在心里；人生的很多负担，并不需要挑在肩上。一念放下，才能感受到简单生活的乐趣，才能感受到心灵飞翔的快感。放下烦恼，就得到了快乐；放下贪欲，就得到了平和；放下怨恨，就得到了解脱。放下即是解脱，即是拥有。

【15】苦，是一种过程，也是一种理解；苦，是一种感觉，也是一种感受；苦，是一种艰涩，也是一种期望；苦，是一种过程，过程之后，才觉苦尽甘来；苦，是一种理解，体味之后，方觉苦中带涩；苦，是一种感觉，初尝深味，方知倍加努力；苦，是一种感受，身体力行，方知真情无限。

【16】人，最不能忘记的，是在你困难时拉你一把的人；最不能结交的，是在你失败时藐视你的人；最不能相信的，是在你成功时吹捧你的人；最不能抛弃的，是和你同创业共患难的人；最不能爱的，是不看重你人格的人。

【17】人生如同没有回头路的拾荒，想走得远，你不能背得太重，必须经常清理背篓，该扔该留不犹豫。一辈子在于碰：碰对了方向，光彩一辈子；碰对了时运，顺当一辈子；碰对了爱人，幸福一辈子；碰对了师长，收获一辈子；碰对了领导，宽松一辈子，我们需要有运气，更需要有随缘的心态。

【18】生活原本没有痛苦，没有烦恼，没有忧愁，当欲望太多，计较太多，背负太多时，痛苦、烦恼、忧愁就产生了。欲望越多，痛苦就越多，幸福就越会远离。只有懂得节制欲望的人，才能享受到人生的真正乐趣。只有懂得不去计较的人，才能享受到左右逢源的和谐。只有懂得放下自己的人，

才能享受到生活的自在从容。

【19】你可以失言，但不能失信；你可以缺钱，但不能缺德；你可以倒下，但不能跪下；你可以求名，但不能盗名；你可以低落，但不能堕落；你可以放松，但不能放纵；你可以虚荣，但不能虚伪；你可以平凡，但不能平庸；你可以浪漫，但不能浪荡；你可以生气，但不能生事。

【20】生活中，我们一路的奔走，人生，是有多么痛苦，那就会有多少成长。真正的忘记，是不需要努力的。在爱情的世界里，总有一些近乎荒谬的事情发生，当一个人以为可以还清悔疚，无愧地生活的时候，偏偏已到了结局，如此不堪的不只是爱情，而是人生。

【21】人生如酒，彰显着豪迈情怀；人生如歌，吟唱着悲喜交加；人生如戏，演绎着不同角色；人生如线，结满着大小疙瘩；人生如藤，纠缠着苦涩瓜果；人生如路，伴随着坑坑洼洼；人生如茶，忍受着开水煎泡；人生如水，冲刷着河岸沙滩；人生如书，记录着酸甜苦辣。

【22】成熟，不是心变老，而是繁华过后的淡定。人生如果树，在风雨中成长，在阳光下开花，繁花落尽，硕果累累。花季的烂漫，雨季的忧伤，随着年轮渐渐淡忘，沉淀于心的，一半是对美好的追求，一半是对残缺的接纳。曾经看不惯，受不了的，如今不过淡然一笑。成熟，不是看破，而是看淡。

【23】心态好，人缘好，因为懂得宽容；心态好，做事顺利，因为不拘小节；心态好，生活愉快，因为懂得放下。别让脾气和本事一样大，越有本事的人越没脾气。心态好的人，处处圆融，处处圆满。好的心态，能激发人生最大的潜能，是你最大的财富。

【24】读懂了淡定，才算读懂了人生。少走了弯路，也就错过了风景，无论如何，感谢经历；生活的主题就是面对复杂，

保持欢喜;现在事，现在心，随缘即可;未来事，未来心，何须劳心。

【25】忍不了痛苦，就见不到幸福。追求是一种目标，是一种理想，还能是一种永远无法实现的幻想，追求无所谓高低贵贱。人生何曾没有过理想、没有过幻想?不管理想、幻想能否实现否，生活不能没有目标，不能没有追求。

【26】人生不在年龄，贵在心理年青;养身不在刻意，贵在自然顺心;锻炼不在朝夕，贵在持之以恒;作息不在早晚，贵在规律养成;家庭不在贫富，贵在和睦温馨;生活不在显达，健康快乐就成;朋友不在贵贱，知音胜过黄金;距离不在远近，常来常往最亲。

【27】有喜有悲才是人生，有苦有甜才是生活。无论是繁华还是苍凉，看过的风景就不要太留恋，毕竟你不前行生活还要前行。再大的伤痛，睡一觉就把它忘了。背着昨天追赶明天，会累坏了每一个当下。边走边忘，才能感受到每一个迎面而来的幸福。烦恼不过夜，健忘才幸福。

【28】一切随缘，不为难自己，不勉强他人。无欲当然清闲，心宽可享安乐。淡化一切烦恼，心有一切有，心空一切空;心迷一切迷，心悟一切悟;心邪一切邪，心正一切正;心乱一切乱，心安一切安;一切心造，无心自解脱。人生有多少计较，就有多少烦恼;有多少包容就有多少欢乐。

【29】做过的事，走过的路，遇过的人，每一个现在，都是我们以后的回忆。我们无须缅怀昨天，不必奢望明天，只要认真地过好每个今天，说能说的话，做可做的事，走该走的路，见想见的人。脚踏实地，不漠视，不虚度，继续唱着歌，快乐悲伤都要记得，就算心碎也要拥有最美的姿态。

【30】把事情变复杂很简单，把事情变简单很复杂。这个世界既不是有钱人的世界，也不是有权人的世界，它是有心人

的世界。一个人幸运的前提，其实是他有能力改变自己。经营自己的长处，能使你人生增值；经营你的短处，能使你人生贬值。地球是运动的，一个人不会永远处在倒霉的位置。

【31】沉着不寡断，自爱不自娇；豪放不粗野，老实不愚蠢，自知不自弃；谦虚不怯懦，大方不奢侈；谨慎不胆小，朴素不寒酸；成熟不世故，自立不自私；。坚定不固执，温柔不软弱；勇敢不野蛮，自信不自负；单纯不幼稚，自责不自辱；忍让不迁就，自尊不自傲；活泼不轻浮，自强不自骄。

【32】心是一个人的翅膀，心有多大，世界就有多大。很多时候限制我们的，不是周遭的环境，也不是他人的言行，而是我们自己。看不开、忘不了、放不下，把自己囚禁在灰暗的记忆里；不敢想、不自信、不行动，把自己局限在固定的空间里……如果不能打破心的禁锢，即使给你整个天空，你也找不到自由的感觉。

【33】跟着蜜蜂找花朵，跟着富翁挣百万，跟着乞丐会要饭！现实生活中，你和谁在一起的确很重要，甚至能改变你的成长轨迹，决定你的人生成败。和什么样的人在一起，就会有什么样的人生。和勤奋的人在一起，你不会懒惰；和积极的人在一起，你不会消沉；与智者同行，你会不同凡响；与高人为伍，你能登上巅峰。

【34】人之所以活的累，就是想的太多。身体累不可怕，适当的休息就可以缓解，心累就会影响心情，扭曲心灵，危及身心健康。人的欲望无止境，在这个充物欲横流、充满竞争的社会里，生活有太多的难题和烦恼，要适时调整自己，懂得取舍，该坚持的坚持，该放弃的放弃。

【35】心情是一条河，它的状态取决于它的深度。深水沉静，浅水喧哗。心量太小，小石头也能激起心情的浪花；心量大了，才能容得下暗藏的礁石。心若计较，再少的利益也有争处；心若放开，再大的好处也有让的余地。坏心情，是争出来的；好

心情，是让出来的。大家好，才是真的好。想开，看淡，自然微笑。

【36】人们都向往和寻找快乐，其实快乐就是一种心情，她秘密隐藏于人的心中。快乐从不曾远离我们，而是我们远离了快乐。原本单纯的心，一旦复杂起来，快乐和幸福就会远离而去，烦恼和忧愁就会随之而来。生活是快乐的源泉，如果计较少一些，那么快乐就会多一些；生活并不缺少快乐，缺少的是感悟快乐的心灵。

【37】任何事都是从一个决心、一粒种子开始。不管多远的路，也能走到尽头；不论多深的痛苦，也会有结束的一天。背负明天的希望，在每一个痛并快乐的日子，才能走得更加坚强；怀揣未来的梦想，在每一个平凡而不平淡的日子里，才会笑得更加灿烂。

【38】活得糊涂的人，容易幸福；活得清醒的人，容易烦恼。这是因为，清醒的人看得太真切，一较真，生活中便烦恼遍地；而糊涂的人，计较得少，虽然活得简单粗糙，却因此觅得了人生的大滋味。

【39】假话如同台词，常常是背熟了再说，真话如同咳嗽，多数是在压抑不住的时候喷涌而出。

【40】时间就像流水。你永远无法触摸同样的流水两次，因为已经流逝的流水不会再来，享受生命的每个当下！

【41】平淡是生活的主线，精彩是人生的点缀。我们无法回避现实的平凡，更无须沉迷在对未来的幻想。脱离现实的想象是没有生命力的，与其胆怯的逃避，不如勇敢地应对；与其消极地抵触，不如努力地抗争。多少柔情多少泪，多少梦幻多少醉，一切因相遇太美。分离无罪，幸福无罪，只剩再见。

【42】生活如舟，摇摆不定；生活如水，平淡最美；生活如麻，

千丝万缕;生活如料,酸甜苦辣;生活如酒,纯而不腻;生活如竹,步步高升生活是,生下来,活下去。遭受挫折不但可以使人生积累经验,而且挫折可使人生得到不断的升华。所以我们更应该正视挫折珍爱生命。

【43】其实没有人真的在乎你在想什么,不要过高估量自己在他人心目中的地位。被别人议论甚至误解都没啥,谁人不被别人说,谁人背后不说人,你生活在别人的眼神里,就迷失在自己的心路上。下意识地想要去寻找答案,却在途中迷失了方向,开始感到无奈,却无法停留,也找不回原来的路。

【44】生命中,似乎总有一种承受不住的痛。有些遗憾,注定了要背负一辈子。生命中总有一些精美的情感瓷器在我们身边跌碎,而那裂痕却留在了岁暮回首时的刹那…依然会默默为你守候,那是任何人都无法给予的温暖,和力量,青春年少时的梦,或朦胧而飘忽,即使再残缺,对自己而言都是完美的!

【45】人生因付出而快乐,幸福因分享而增值。幸福需要与人分享,否则内心就会像死海那样,水流只进不出,最终一片死寂。学会给予,才能收获幸福;懂得付出,才能有更多回报。幸福是一件神奇的宝贝,它不会越分越少,只会越分越多。凡事不要太计较,心胸不要太狭隘,与人方便自己方便,给人幸福自己幸福。

【46】人生只是一场体验,谁都无法永远占有。总有一天,我们都会和曾经拥有的一切永别。得到的一切,如意或不如意都须亲身体验。坦然面对经历的一切,平和对待得与失,让内心永远充满憧憬和梦想,学会感受那些微小但真实的满足,那么,我们就可以让每一天都充满快乐!因为放下得失,格外珍惜当下的拥有。

【47】在拒绝这件事上,越简单越好,我帮不上你,不行,不可以。绕来绕去解释半天,只会让自己感觉亏欠了别人,

或者让对方觉得你亏欠了他，徒增出许多烦恼。明明是别人需求自己帮忙，是他亏欠你人情，如果你帮不上就明确拒绝，如果你这不好意思那不好意思，就成了你亏欠了他。人际交往，简单明了有时最恰当。

【48】花一些时间，总会看清一些事。用一些事情，总会看清一些人。不管爱情友情亲情，都是易碎品，一旦出现过裂缝，便很难恢复原貌；不论是谁对不起谁，那裂缝都如同两面刃，一面伤人一面伤己。一些事情，当我们年轻的时候，无法懂得。当我们懂得的时候，已不再年轻。世上有些东西可以弥补有些东西永无弥补。

【49】人生的路上，我们都在奔跑，我们总在赶超一些人，也总在被一些人超越。人生的要义，一是欣赏沿途的风景，二是抵达遥远的终点；人生的秘诀，寻找一种最适合自己的速度，莫因疾进而不堪重荷，莫因迟缓而空耗生命；人生的快乐，走自己的路，看自己的景，超越他人不得意，他人超越不失志。

【50】人生的路很漫长，无论怎么选，我们都要走向成熟的，都是朝着终点走去。要学会不断地否定自己，世界是对的，错的是我们，慢慢地剔除年少的偏执轻狂；要学会体察他人，修炼包容大度的胸襟，其实对与错没有绝对，就看你心灵的境界有多宽广；要学会简单，你对世界简单了，世界也就不会太复杂。