# 励志文章摘抄500字 励志文章摘抄300字(4篇)

来源：网络 作者：悠然自得 更新时间：2024-09-02

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。励志文章摘抄500字 励...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

**励志文章摘抄500字 励志文章摘抄300字篇一**

有的人，整日劳累奔波，默默承受工作的压力;有的人，别无选择的奔忙于生活的琐事，不敢有一刻停歇;有的人，全心全意的去付出，结果换来的只是一厢情愿。

身处喧嚣，你有你的苦恼，他有他的忧愁，不可避免，也无法逃避，但我们可以选择如何与烦恼相处，当不开心的时候，不妨看看这句话!

假如你不够快乐，也不要把眉头深锁，人生本来短暂，为什么还要栽培苦涩？打开尘封的门窗，让阳光雨露洒遍每个角落，走向生命的原野，让风儿熨平前额......

这是诗人汪国真所写的一首小诗，每当不开心时看到它，总给人一种释怀的感觉。

正如诗中所言，人生就是减法，过一天少一天，何必整日皱眉不展，与其将时间消耗在各种各样的烦恼上，不如好好对待眼前的一蔬一饭。

那些不开心的事，无论是来自生活，工作或感情，该翻页的时候就翻页，该看淡的时候就看淡，别让失意的阴霾掩盖了平凡温暖的幸福。

前行的路上，有的不只是坎坷崎岖，还有青山秀水;有的不只是风霜雨雪，还有欢乐喜悦。

生活或许不完美，但不代表它一点也不美好，我们要学会把坏情绪拿出来晒一晒阳光，每天给自己一个淡然的微笑。

《大鱼海棠》里有句话说：人生是一场旅程。我们经历了几次轮回，才换来这个旅程，而这个旅程很短，因此不妨大胆一些去爱一个人，去攀一座山，去追一个梦

这个世界我们只来一趟，不要让自己留下遗憾，该丢掉的包袱就丢掉，该抛开的烦恼就别多想，不管走到人生那一个阶段，都要让自己过得快乐。

如果不开心了，就看一看窗外的风景，想一想生活不仅有事与愿违的苦涩，还有简简单单的美好，要尽心尽力的过好每一天才不负此行。

励志文章摘抄500字 励志文章摘抄300字篇二

别忘了此时此刻你的勇气。

去年下半年，我去参加过一个很奇怪的活动，需要参与者在纸上写下一个具体目标，然后主办方会帮你保管起来，直到半年后你再回来拆开这封信件，看看你的这个目标实现了没有。

上个月回去的时候，发现很多人的目标都拆开了，然后挂在墙上和大家分享成果。有的人是立志要在半年内减肥十斤，有的人是要在半年内追到一个漂亮的女朋友，也有的人是要在半年内学会英语口语。后来，有的人实现了目标，有的人半途而废了。

当时刚好有个分享会，期间有一个35岁左右的男人上去分享自己的坚持。他说，写下这个目标的时候，其实不只是写在纸上，更多的是写在自己的心上。因为坚持做一件事，从来就不会很容易。

这个男人的半年计划是每天早起跑步。这听起来是一件很酷的事情，无论大风大雨，还是前一天晚睡，他都坚持起来跑步。他说，想要让自己身体更健康，所以必须努力锻炼。一开始会觉得很难，因为立下目标只需要五分钟，可是坚持这个目标却要每天都克服懒惰。

所幸的是，他坚持了下来。他把自己的目标告诉了全家人，让所有人都来监督他，一旦他没有做到，他就要承包家里一年的家务活。

他说，如果有勇气开始，那请你也有勇气坚持，坚持去完成你曾经拍着胸膛想要做到的事情。

我看着台上这个因为坚持跑步而神采奕奕的男人，也跟着大家一起鼓起掌来。旁边一个姑娘低头问我，你完成半年目标了吗？我笑着说，我的目标是半年内每天坚持写作，然后努力写稿争取出书。现在，我的新书已经进入制作流程了，可是，我并没有做到每天坚持写作，所以，我也是那个只有开始的勇气，却没办法坚持的人。

那天我看到那些坚持完成了目标的人，突然明白了自己不能改变生活的原因：因为改变生活的第一步，是改变你自己。我们总是能轻而易举地许下承诺，拍着胸膛说出自己的诗和远方，可是，别忘记了一开始你出发的勇气，这样你会更有可能坚持到终点。

英语酷炫到不行的电影《中国合伙人》里，主角成冬青是我很佩服的角色。

一开始，他没能如愿考上自己想要的大学，他没有放弃，一直坚持，最后如愿以偿;在他毫无预兆地喜欢上一个姑娘的时候，除了一开始表白的勇气，他更能坚持不懈地勇敢追求，坚持用自己的这份勇气来让对方喜欢上自己;还是一开始，他的英语口语因为发音问题，听起来像日语，但是当他翻到英语词典里的那张书签，看到上面写着“有天你会让我妒忌的”，那一刻他获得了莫大的勇气，最后真的就成了那个让人妒忌的人。

看到他勇敢倒腾、壮志豪言的那一幕，你也一定不会陌生吧。我们都曾这样勇敢过，每当我们立志要完成某件事情、某个目标的时候，我们也会这样勇敢。就像我们说要好好念书，就像我们说要英语八级，就像我们说要周游世界……

可惜的是，我们很多人都只有开始的勇气，却缺乏了坚持的勇气。

你有没有试过，想要为了一个人而去改变自己？

你有没有试过，想要得到一份更好的工作而去改变自己？

你有没有试过，想要实现自己的一个梦想，而去努力改变自己？

你当然试过，一开始我们也曾经胸怀勇气，斗志昂扬。只是，很多人没能坚持下去，没能把这份勇气一直坚持下去。于是，那些坚持下去的人，成功改变了自己，让自己变得更好了。

电影《那些年我们一起追的女孩》里，柯景腾说，突然有一天你发现，努力念书也可以变成一件很热血的事情。于是，他努力学习，努力学好英语。光着身子站在家里的阳台上大声朗读英语，就算每次都会被对楼的大叔嘲笑，他也依旧认真而大声地背单词。

他也会烦闷，也想过放弃，可终究没有。我想，这就是勇气吧。为了一开始拍着胸脯说“我要是认真念书肯定会比你厉害”这句话，他坚持了下去，身为学渣的他最后居然考了一个很不错的成绩。

所以，一开始的勇气很重要，而坚持下去的勇气，或许更重要。无论你在做着什么样的工作，或是还坐在学校的教室里，都请不要忘记了，一开始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。

**励志文章摘抄500字 励志文章摘抄300字篇三**

32-47岁，黄金xx年，你需要做的10件事

人的一生，从三十而立迈向四十不惑的一段路上会有很多新的感悟，不管怎样，这十门功课是少不了的。70、80后的亲们共勉!

1 、学会承受

有些事情需要无声无息地忘记，经过一次，就长一次智慧;有些苦痛和烦恼需要默默地去承受;历炼一次;丰富一次。

2 、避开两种苦

尘间有两苦，一是得不到之苦，二是钟情之苦。在你付诸努力的前提下，所有的、想得到的都当作一场赌。胜之坦然;败之淡然。好在这年龄还具有一定的资本，我们可以卷土重来。世间最苦是钟情，如果在这时候还有这样的情愫，一定要象打扫灰尘一样，把它从心屋里清出去。

3 、播种善良

一定要极尽自己所能及之事，让那些比你苦、比你难的人感受到这世上的阳光和美丽。这样的善良常常是播种，不意间，就会开出最美丽的人性之花来。

4 、懂得音乐

音乐可以陶冶情操，它会洗涤你的身心。会打开你的记忆和想象，全心地投入，更会给你带来意想不到的宁静。它是日子中的味精，点点滴滴中让我们的生活有了滋味。

真挚的友谊是人生最温暖的一件外套。它是靠你的人品和性情打造的，在这个年龄一定要好好地珍惜它，用心去储存。

6 、学会放手

这个年龄已经不允许你不成熟，当你无力把握命运中的某种爱，某种缘，某种现实，学会放手。给自己身心一个全新的开始，只要信心在，勇气就在;努力在，就在。

7 、保留感恩的心

感恩的心一定要时时保留，它不仅让你怜惜一沙一石、一草一枝，还会让你淡漠某种无形的压力，平抚你的欲望和争斗，更多的时候，有一些幸福的感觉也往往来自于此。

8 、热爱工作

尽管它决没有喝茶、聊天儿那样惬意，但它检验着我们的智慧和能力，是我们体现价值和成就所必备一种内容。一定要全心爱它，它让你大半生有事做、有饭吃。

9 、善于学习

读书和学习都是在和智慧聊天，它不仅保证你的、感悟力。你的有些思想来源于此，有些见解来源于此。并且还能医愚，还会长久地保持你的个性魅力，这是练瑜珈做所不能达到的效果，何乐而不为。

10 、享受运动

很多人认为自己胖、自己丑于是，就有人拚命地节食、手术美容。你的大部分时间与其就浪费在这样的情况下，不如去享受运动、享受。

你的体重就不会因懒惰而上涨，你的容貌也不会因岁月而减少生动。那么你就在某种程度上保存住了你的青春，你的快乐，你的。

等老了，和心爱的人一起，找一个小镇，安静的住下，早上在巷口看太阳，晚上拄着拐棍敲夕阳

世间的感情莫过于两种：

一种是相濡以沫，却厌倦到终老;另一种是相忘于江湖，却怀念到哭泣。

离开一个地方，风景就不再属于你;

错过一个人，那人便再与你无关。

人生就是这样，牵挂着、烦恼着、自由着、限制着;走出一段路程，回头一望，却也生动着、美丽着;

有着你爱的人和爱你的人，

有着你喜欢的事和需要你做的事，

有着牵挂你的人和你牵挂着的人;

人这一辈子是短暂的，所以要让自己健康着、开心着、幸福着，偶尔还要醉着。

**励志文章摘抄500字 励志文章摘抄300字篇四**

30岁了 一事无成 你要学会这些

1、不努力的男人只有两种结果，抽不完的低档烟和干不完的体力活;不努力的女人只有两种结果，穿不完的地摊货和逛不完的菜市场!(学会奋斗)

2、不要奢望别人给你经济上的任何帮助，钱对任何人都是不够用的，有一万元的人想干两万元的事，有10万元的人想干20万元的事。(学会给与)

3、朋友帮你是善事，是道义;朋友不帮你也无可厚非，不该心怀怨尤。(学会理解)

4、要知道没有人必须在你需要的时候帮你，只有你自己，所以让自己独立、坚强、快乐、幸福，才是你需要做的，毕竟只有自己必须和你生死与共，息息相关。(学会坚强)

5、不要看贫富交朋友，他有亿万家财跟你一毛钱关系都没有，别把自己弄成哈巴狗。他也许一无所有却可以把唯一的馒头分给你。(学会分辨)

6、不要为了经济富有的朋友疏远了精神富有的朋友，慢慢你会明白，经济上富裕的朋友可以带你吃喝玩乐，也可以带给你复杂纷乱的世俗烦恼，精神富有的朋友也许只能带你去田野里，去溪流畔，没有美酒佳肴，没有香槟、咖啡、没有舞池，可是她能陪你一起奔跑、一起笑的像傻子。(学会自重)

7、可以相信世上真的有美好坚贞的爱情，不要憧憬那么浪漫的事会发生在你身上，它只属于牛郎织女、梁山伯祝英台、还有外国的罗密欧和朱丽叶。因为他们都没有活很久。而我们是要活很久的。(学会珍惜)

8、不管你因为什么结婚，只要你有了孩子，你就要爱这个家，不管它多么简陋多么寒冷，你都有义务让它温馨起来，因为你是父母!(学会承担)

9、我们的青春眨眼间就没有了，皱纹一条一条的爬到眼角，我们阻止不了岁月破坏我们的容颜，可是我们可以让心在岁月中慢慢磨砺，如蚌中的沙，慢慢的光润起来，等到我们发苍齿摇、步履蹒跚的时候，还可以让珍珠的光泽晕红最后的行程，不是吗?(学会成长)

10、不要执着，人生有很多不如意，世界不会迎合你，地球不是为你转的，所以不要执着于拥有，连我们都只是红尘的过客，生是赤条条的来，死又能带走什么呢?(学会放手)

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找