# 人生需要挫折作文700字（最终定稿）

来源：网络 作者：水墨画意 更新时间：2024-08-09

*第一篇：人生需要挫折作文700字记得有一首歌是这样唱的“不经历风雨，怎能见彩虹”。人生不是一帆风顺的，总会有许多的挫折在我们人生的道路上阻挡我们前行。只有直面迎接挫折，抵抗挫折，我们才能见到自己的“彩虹”。下面给大家分享一些人生需要挫折作...*

**第一篇：人生需要挫折作文700字**

记得有一首歌是这样唱的“不经历风雨，怎能见彩虹”。人生不是一帆风顺的，总会有许多的挫折在我们人生的道路上阻挡我们前行。只有直面迎接挫折，抵抗挫折，我们才能见到自己的“彩虹”。下面给大家分享一些人生需要挫折作文700字，希望对大家有帮助。

人生需要挫折作文700字1

生活中常常会面临一些挫折，只是不同的人会不同地对待它们。有的人遇到挫折，会勇往直前，打倒挫折;有的人遇到挫折，会停滞不前，被挫折所打败;有的人遇到挫折，则会想尽办法绕过挫折，换条路走。虽然这些挫折可能会阻挡你，但是生活中需要经历这些坎坷，只有经历过它们，人生的道路才会更加辉煌。

就拿我来说吧，记得有一次期末考试，我由于粗心大意，数学只考了八十几分。当时我瞬间脑子里一片空白，试卷发到手中后，我细细一看，发现里面有好几条分值大的题目都是因为粗心而错，不禁懊恼起来。唉声叹气中，我突然想起一个成语：破罐不顾。

据说，古时有一个年轻人，他在集市上买了一个瓦罐，但是集市上人们挨挨挤挤，一不小心，那瓦罐就掉到地上，碎了。那人扭头就走，昂首挺胸，一丝哀伤之情都没有。这一幕被当时的著名文人郭泰看见了，一把拉住那位年轻人，问他：“你的东西碎了，怎么一点怜惜之情都没有呢?”那人答道：“东西已经碎了，再去怜惜又有什么用呢?还不如反思经过，摸索出为什么会这样，下次不再这样不就行了吗?”

郭泰听了不禁暗暗赞叹，他心想：这人自己的东西碎了没有哀叹，而是进行自我反思，以后一定会有出息。果不其然，那位年轻人后来真的成了一个文学家。

想到这儿，我觉得我不能一直这样哀叹，也要向那个年轻人学习，做到自我反思，这样才能吸取教训，以后才能做得更好!

于是我便在家里适当地做些数学课外练习，来克服我粗心大意的坏毛病。经过我的不懈努力，最后我终于成功地跨过了这道坎，在下一个期末考试中喜获了一百分。

可见，挫折对我们的生活很有帮助，面对勇敢者，它会让人更上一层楼;面对懦弱者，它会让人跌入谷底。

生活，需要挫折，让我们一起努力地战胜挫折吧!

人生需要挫折作文700字2

如果人生飘飞的云彩，挫折便是碧空上的狂风，吹散软弱的信念;如果人生是滔滔的江河，挫折便是丛林中的瀑布，摔打无力的躯体;如果人生是蔚蓝的海洋，挫折便是海面上的风暴，卷起最美的惊涛。

古今中外，那些成功人士，几乎都经历了挫折，才出人头地。挫折是生活的必需品。

“人固有一死，或重如泰山，或轻如鸿毛。”西汉史学家司马迁，饱读诗书，满腹经纶，为完成父亲的梦想，编写《史记》。任太史令时，他为李陵说话，触怒了武帝，遭受了最屈辱的宫刑。他曾几度承受不了这样肉体和精神上的残酷折磨，想要一死了之。可他想到：为实现伟大的理想，即使历尽挫折我也心甘情愿!现在我们看到的，就是被鲁迅称为“史家之绝唱，无韵之离骚”的鸿篇巨作。

面对挫折，“坚忍不拔的勇气是实现目标过程中不可缺少的条件!”无独有偶。1862年，瑞典化学家诺贝尔开始了对硝化甘油的研究。然而，这样充满危险与牺牲的实验，终究还是酿成了灾祸。滚滚浓烟中，有五人被死神夺去了生命，其中包括诺贝尔的弟弟，以及他亲密无间的助手。他一生中为了发明炸药，失败了五百多次，大无畏的精神或许使死神都望而却步，他早已习惯与死神朝夕相伴。终于，在经历了数不清的失败挫折后，他终于发明出了炸药，取得了巨大的成功。

“我从来不曾有过幸运，将来也永远不指望幸运，我的最高原则是：不论对任何挫折都决不屈服!”物理学家居里夫人，一生坎坷，难以尽述：10岁时母亲与姐姐先后去世，念书时大学不收女学生，婚后丈夫不幸去世……她没有像别人一样灰心丧气，而是愈挫愈勇，使得她在科学的道路上不断前行，发现了放射性元素镭，获得了诺贝尔奖。

没有挫折的人生是不会成功的，无尽的安乐才会使你落入深渊。唐玄宗曾开创了唐朝的极盛之世——开元盛世。但是他后期懈怠，痴迷美人，日日享乐，疏于政治，宠信奸臣……结果导致了后来长达八年的安史之乱。长安陷落，仓惶出逃，马嵬兵变，缢死贵妃。他的晚年十分凄凉，郁郁寡欢，终于积郁而死。

没有挫折，司马迁就不会如此坚定编写《史记》;没有挫折，诺贝尔就不会永不言弃发明炸药;没有挫折，居里夫人就不会努力奋斗获得奖项。而若是有挫折，李隆基也不会凄凉度日。不错，人生的道路总是坎坎坷坷，没有一个人能够终生逃避挫折，生活需要挫折，这是一门必修课。

人生需要挫折作文700字3

每个人都希望自己的人生一帆风顺，但生活的现实却把这种美好的愿望，敲击得支离破碎。于是，人生就变得曲折百转，如同无边无际的大海：时而惊涛骇浪，时而血雨腥风，时而平静如初了。

生活也是如此，免不掉的是无数的艰难困苦。在坎坷挫折面前，有的人失去了奋进的勇气，自此一撅不振;有的人却百折不挠，在困境里苦苦探索，在曲折中砥砺前行。所以，我认为生活上的挫折，往往是人生的一笔财富。

在人生的成长过程中，你走过的弯路，所犯过的错误，并不是坏事，更不是什么耻辱。要在探究与实践中，勇于承认和改正错误;就要像爱迪生那样，他所经历的困难和挫折，比我们在学习上遇到的难题，多上千万倍……

爱迪生在发明电灯的过程中，做了无数次实验，用了6000多种材料，这是多么惊人的数字，也说明了他在在实验的过程中，失败了很多次。但爱迪生并没有放弃，成功之神眷顾像他这样锲而不舍，永不言败的人。又经过无数次的实验、论证，最终选择用钨丝做灯丝，延长了电灯的寿命，世界上的黑夜自此变得一片光明。这些事实，难道挫折不是人生最好的老师吗?

人的一生难免会有或大或小的挫折，遇到的艰难总是要面对的。只要勇敢面对，挫折就会变成人生追求的动力。

生活需要挫折。在人生的征程里，我们只有不断磨练自己的意志，奋力前行，才能取得成功，才能开拓出美好的未来。

人生需要挫折作文700字4

俗话说得好：“不经历风雨怎能见彩虹?”在漫长的人生旅途中，难免会遇到一些挫折。但只有经历这些挫折并战胜它，最终才能成大器。

人的一生总会出现一些难过去的坎，我也不例外。在一次数学考试中，由于粗心大意，分数一下掉到了95分以下。当老师报到我分数时，我惭愧极了，感到很没有面子，仿佛身边有无数双眼睛都看向了我，在嘲笑我。我赶紧将脸看向试卷，可最上方那用红笔写出的92和几个鲜红的大叉叉似乎在朝我瞪眼睛，露出了嘲讽的眼神。回到家后，我拿着这份沉重的试卷给爸爸妈妈看，最后还被严厉批评了一番。这次对我打击很大，但我还是跨过了挫折，挫折给我敲响了一个警钟：付出与回报是成正比的。于是我每天加强复习，在题目中圈出关键词，就这样，我的成绩日续提高。

前几天我迷上了折千纸鹤，看见范铭书文具盒中那一只只可爱的千纸鹤，少女心顿时爆满，便去请教范铭书她折千纸鹤的独家秘诀。我虽然掌握了步骤，但却折得不好看，虽然折的过程一模一样，但最终的成品却大不相同。我折的千纸鹤嘴巴扁的、脖子歪的、翅膀斜的、身体扁的，就像一只丑小鸭。范铭书折的千纸鹤嘴巴尖尖的、脖子又细又长、翅膀又大又宽、身体鼓鼓的，宛如一只高贵美丽的彩色天鹅。我看后目瞪口呆，心想：果然是折纸大师，名不虚传，我要是也能折成这样，该有多好哇!我十分羡慕，自己也想尝试一下，可折了许多次，依然没有长进，就在我快要准备放弃的时候，脑子里突然闪现出一句话：“失败乃成功之母。”原本被挫折压垮的我，又成功地站了起来，打败了挫折。我仔细观察，找出了问题，原来是在折纸鹤的时候，我没有把纸对齐、把角抹平，我记住了这两点后又重新折了一只，这一次我注意到了问题，细心地折好了它，果然比之前的好看多了，我欣喜自狂。挫折，让我不断进步!

“阳光总在风雨后，不经历风雨，怎能见彩虹?”只有战胜挫折，才能成长起来!玉不琢，不成器。生活需要挫折，有了挫折，才能不断磨练自己，才能成大器!

人生需要挫折作文700字5

漫步在河畔，水上笼罩着一层簿雾，天，亦是那么阴暗。

当语文试卷发至我的眼前时，仿佛天一下便阴沉了下来，同学们的开怀大笑、吵吵闹闹我似乎都听不到了，我听到的是眼泪涮涮落下的声音。

终于放学了，那天，轻盈的书包也变得格外的沉重，我眼前充斥着一个个鲜艳的红叉，它们似乎不曾打在试卷上，而是打在我的心上。

我沿着小河，向未知的前方走去。

突然，一条古巷出现在我的面前。它是那样的古老，青砖黛瓦上有着时间的烙印，墙上布满了青苔，连地上的青石板也被岁月打磨得格外光滑。

我怀着好奇的心理向古巷中走去。里面没有人烟，似一个被遗弃的角落，铁质的大门上已是锈迹斑斑。

走了好一会儿，还是没有走到小巷的尽头。我心中犹豫不决，向前走不知何时才到古巷的尽头;回头吧，又不甘心，难道还只能看一路走过的风景那多无趣。正当我不知所措时，一转身，惊喜地发现墙角竟然有一株蒲公英。

那是怎样的一株蒲公英啊!大大的花冠似公主的皇冠般洁白无瑕，叶子青翠欲滴，枝干是那样细，似一支玉箫。再往下看时，看到了它的根，柔弱的根紧紧地插在古板与墙之间微乎其微的泥土里。

我惊讶地张大了嘴。是呀，连一株小小的蒲公英遇到挫折还不泄气，勇敢地与挫折做斗争，何况我呢?难道我还要退缩吗?它是与死神在搏斗，我仅仅是学习之路上的坎坷。狭路相逢勇者胜，只有敢于和挫折做斗争才能凤凰涅槃，浴火重生。

一阵风吹过，吹起一朵蒲公英，飘飘悠悠地向前方飞去，我循着它的脚步，过了一个拐角，便是古巷的出口。

没有一个人的成长没有挫折，人生需要挫折，这样才能感悟人生的真谛，成就自己的辉煌。

人生需要挫折作文700字

**第二篇：人生需要挫折**

人生需要挫折

每个人都追求快乐、幸福，而逃避灾难、悲伤，我们总是会为挫折而难过，为自己得不到幸福而伤心。其实,挫折并不是什么可怕的事情,只要你用一颗平常的心去看待它,不怕困难,迎难而上,挫折就不是什么可怕的事情。

小时候的我常常感冒发烧，我又一次倒下了，高烧不断，达到40度。我简直快要疯了，仿佛脑子里有一样东西在没命地挣扎。当时只有昏沉与我做伴，朦胧包围着我，我始终逃不出这个令人颤抖的圈。

吃了药，挂了水，病情并未有多大好转。我担心，我气愤，我埋怨，为什么这世上会有病这种东西，为什么它会叫人如此受折磨，为什么受折磨的人偏偏会是我，为什么人生有那么多挫折？为什么？一百个，一千个为什么在我心中打转。我所能做的，就只有躺在床上，睡不着，也笑不出来，一站起来就是一针天旋地转，人仿佛失去了重心。我向往外面的世界，恨透了这缠着我不放的病魔。此时此刻的我似乎整个身子，甚至灵魂都被燃烧着，我在大火中拼命挣扎，就这样挣扎着。一直到一个星期以后，我的病好了。

回到学校的时候，我置身于暖暖的阳光之中，我多么渴望这灿烂美丽的世界，我发现我的世界又出现了那片久违放晴的天空，也出现了我久违的笑容。一切都是如此可爱，拥有生命，真好！我早已陶醉在又见到同学的兴奋与喜悦之中，我又可以高声地喊了，自由地跑了！我体验着从未有过的幸福。

**第三篇：作文-人生需要挫折**

人生需要挫折

人生需要什么？我思索，我追求，终于，我得出答案——挫折。纵观古今，所有做出重大贡献的人，无一不经历过大大小小的挫折；尽览中外，又有谁不经历挫折，便功成名就的呢？有人说：“人生最大的遗憾，莫过于辜负青春。”而我说：“人生最大的遗憾。莫过于错过挫折。”因为，少了一份挫折，我们就少了一份人生阅历，少了一份挑战自我、证明自己的机会。

他，天生丑陋，家境贫寒，生有所好，却又因耳聋面临着困难，几乎是被命运抛弃的他，却没有抛弃命运，他宁愿用牙齿咬着小木棒，去感受那来自心灵的呼唤，“我要扼住命运的喉咙！”这是他对命运的挑战书。终于，他成功了。贝多芬，这个闪烁着金子般光芒的名字被永远的铭记在了亿万人的心中！

乌江畔，望江水滚滚，战火硝烟。一个九尺身影出现在江边——项羽。一次败仗，让历史失去了一代枭雄，本可以东山再起的他，却因经不起这小小挫折，铸就了刘邦的高祖梦。长剑从手中滑落，一个身影被历史的长河所淹没。

面对挫折，有选择了面对，有人停滞不前，而有的人甚至直接放弃。有时，或许就是这样的一个选择，改变了他们的一生。

树木没有了挫折，哪来的匆匆森林；蝴蝶没有了挫折，哪来的翩翩蝶舞；苍鹰没有了挫折，哪来的笑傲长空；溪水没有了挫折，哪来的大海的深邃……

让我们呼唤挫折，迎接挫折，迎来我们美好的人生，因为人生需要挫折。

**第四篇：人生不能没有挫折(700字)作文**

精选作文:人生不能没有挫折(700字)作文

人生不能没有挫折

人的一生中有微笑，有不愉快的事情发生，但是没有一个人的人生是无风无浪的，总会有一些风风雨雨的。

它会使人跌到痛苦一生，有时它是老天爷安排的人生中的一道必经之坎。但是不同的人的想法会使结果改变的，挫折它是我最害怕的东西，因为它会使我非常痛苦，有时会因祸得福，你越是逃避你就会伤的更重，只要勇敢去面对现实，可能老天爷会被你的真诚打动的，俗话说精神所至，金石为开。但是我不这样认为，可能是我的性格吧，挫折对于我来说是一种痛苦，会是我疲惫不堪，会使我人生变得毫无色彩，挫折它是突如其来的，它会一下子使人跌到，使人不在想站起来，使人痛苦万分，使人一蹶不振。

挫折是我最讨厌的恶魔，它会毫不留情面地伤害你，把你从欢乐的天堂像箭似的跌到黑色的地狱，就算你能爬起来，你也会元气大伤，伤痕永远会在心里，不会消散，痛时时刻刻都在提醒你不能在一错在错，跌倒了并不可怕的，最重要的是会振作的站起来，记住曾经怎样的跌倒以后不能再跌倒，虽然心中有伤痕，但终有一日会好的，只要记住昔日的痛，你就不会一错再错。要学会坚强，就算挫折来临也不畏惧，也不会把你伤的一蹶不振。做一事，长一智，我再也不会让挫折伤害我的心灵，以后我每做一件事都会三思而后行，这次的伤当作是一次演练，在也不会有第二次的，只要学会勇敢，挫折也不会拜访你的。你越懦弱，挫折就会永远陪伴这你，只要你不怕它，它就不会找到你的。勇敢，快乐，自信的生活下去，我相信你的世界会变得更美好的。

挫折与你的距离只有一步之遥而已，在于你是怎样的面对现实的，处理的好是一件幸福的事，处理的不好会变成一件令你厌倦的事，人与人只要坦诚相待，就不会有不必要的痛苦，挫折是人的必经的阶段，只要战胜它，你就不会恐惧它，不要害怕它，要战胜它。初一:董心妍 篇一：挫折人生作文

无际的大海，那么挫折就是其中一朵骤然翻起的浪花。人的一生不可能是一帆风顺，总会遇到困难可挫折。

在一个荒无人烟的戈壁滩上有两颗种子落地，生根，其中的一颗种子受不了太阳的暴晒，在干渴中死去了。另一颗种子，在默默地生长着，没有水，它就把根伸的更深些去寻找水，就这样它长成了一棵胡杨。几百年后，这里成了一片胡杨林。

面队人生中的挫折，篇二：挫折话题作文

挫折话题作文

挫折人生

你可知项羽？你可晓李白？他们，一武将一文人，都曾为中华民族五千年的文化留下绚丽的一笔，但他们却有着截然不同的心态。－－题记

一、项羽

曾几何时，虞姬横刀一抹，湛蓝滑过茅尖，鲜红的血液流过那雪白的颈，顿时，壮士掩面，乌雎悲鸣。你英雄的传奇是无人企及的佳话，破釜沉舟是你的豪言壮语，回想乌雎来回奔驰，每一回合的撕杀，都使尸骨成堆，血流千里。当楚歌的旋律从四面八方传来，像蚀人心魄的魔音一般，折磨着你的耳鼓，无情的眼泪冲垮了你的伟岸。

当“力拔山兮气盖世”的伟绩褪色成一片泛黄的丹青，携手夕阳下汉家传唱的“大风起兮云飞扬”一同远去，只留下那长长的彳亍的背影。无奈，你只能用一句“无颜以对江东父老”而痛苦的终结了你辉煌的人生，却不知没有挫折的人生不一定是壮美的人生，而沉沦在挫折中不能自拔的人生，注定是悲剧的人生。

二、李白

曾几何时，你“仰天大笑出门去”，高吟“我辈岂是蓬蒿人”。官场的尔虞我诈，世俗的道貌岸然，无情的现实冷却了你的一腔热血。“御用文人”的金幌怎能罩住你那放荡不羁的心，终于，在经历了官场的挫折后，你便潇洒的释然。重返鲁地，寻幽豪饮，同销万古情愁，南下吴越，梦游天姥，寄难酬鸿志于山水间，虽不是“廊庙器”可“天生我才必有用”。那万古之痛，不过浊酒一杯，当心境豁然开朗，挫折便不再是逆水行舟的浪，而是鼓帆勇进的风。于是，悠悠几千年诗苑绽放着你浪漫主义的奇葩。青莲居士，数载宦海沉浮，痛哉苦哉；一腔浪漫豪情，幸矣乐矣！

三、自我曾几何时，考卷上鲜红的错号，让我伤心不已；老师严厉的话语，让我痛哭流涕；父母高声的责骂，让我失魂落魄......痛苦的阴影渐渐地侵蚀了我孤独的心灵，迷茫疑惑充斥着我的内心。我的思想踯躅于深渊的谷地。;在绝望中，我回忆以往的美好；在绝望中，我幻想未来的憧憬，那是多么美好的一切啊！而我，自尊心极力作怪的我，怎能甘于失败的囹圄，我要站起来，要像那深夜的星星，使出浑身解数发出那微不足道的光芒，虽然，它很弱，但若天空没有它，那将是什么样呢？

四、尾声

历史的灰烬盛进古铜色的香炉，青烟缭绕着苍老的记忆。挫折，在个人身上演绎着成败，在历史的洪流中冲刷着兴衰。面对痛苦，李白得意淡然，失意坦然，正视痛苦，绣口一吐就半个盛唐；项羽兵败自刎，失败的痛楚染墨滔滔乌江之水，放大痛苦，把自己的壮丽抹杀的所剩无几。我呢，曾在失败中徘徊，又在“重生”中涅盘。;看来，挫折与痛苦如一潭沼泽，只要你扶着理想的拐杖，即使是“山重水复”终会“柳暗花明”。

;[简评] 本文立意高远，昔日霸王和诗仙的历史事迹，正如颗颗珍珠闪耀着睿智的光芒。再联系到作者自身遭遇，过渡自然，使文章内容更加饱满。最后总结，作者竟能发出“挫折，在个人身上演绎着成败，在历史的洪流中冲刷着兴衰”的感慨，真乃一代“女中豪杰”。采用小标题，结构新颖，诗句错落有致，使整篇文章更显异彩纷呈。文章豪放大气，材料贴切精当，语言华美飞扬，给人以强劲有力，荡气回肠的美感。总之，此文使人在享受之中感受挫折，在品味中感受语言魅力。范文2 成长需要挫折

挫折是什么？

失败说：挫折是成长路上永远翻不过去的山，因为翻过一座山，前方又会有另一座山。懦弱说：挫折是成长路上的一片荆棘地，会把人扎的遍体鳞伤。

;沮丧说：挫折是被击倒后的眩晕，让人丢弃了信心，迷失了前进的方向。

;站在童年的尾巴上，望着前面未知的路，我害怕了。;这时，但丁走过来对我说：“走自己的路，让别人说去吧。不管别人说成长路上有多少挫折，你都要勇敢走下去，只有挫折会让你成长。”

高位截肢的张海迪对我说：“即使挫折使你倒下去一百次，你也要一百零一次的站起来，唯有挫折能让你坚强起来。” 双耳失聪的贝多芬说：“要在挫折面前扼住命运的喉咙，挫折会使你自信起来。”

徐特立说：“想不经受任何挫折而成长起来，那是神话。挫折是成长过程中的必需品。”

站在青春的林荫道上，望着前面的路，我似乎有了点信心。

了坚强；我仿佛看到了又盲又聋的海伦凯勒在努力又吃力的学着语言，在挫折面前，她选择了坚持；我又仿佛看到了被剜去膝盖骨的孙膑坐在战车上指挥着战斗，在挫折面前，他选择了忍辱负重；我又仿佛看到了贫穷的洪战辉带着小妹妹到处奔波，在挫折面前，他选择了奋斗；我还仿佛看到了张海迪，贝多芬……

伟人之所以能成为伟人，是因为他们往往经历的常人所没有经历过的挫折，并且战胜了它，才会有比常人更突出的成就。温室里的花朵永远经受不了野外的暴风雪，只有高高挺立的松柏才能四季常青。站在青春的十字路口，我想了想，选定了一条最艰险的路。

;不要逃避挫折吧，只有挫折才能让我们坚强，让我们自信，让我们奋斗，让我们有更多的经历，让我们成长。挫折是什么？

坚强说：挫折是山，翻过他，就可以见到成功的大海。

胜利说：挫折是海中的礁石，不遇见他，永远激不起成功的浪花。

成长，需要挫折！

范文3 挫折

你见到过宝剑的锋利的刀刃吗？宝剑的利刃是反复磨砺的结果；你闻到过梅花的香气吗？梅花的清香是经过严冬腊月寒冷的考验才发散出来的。人也是这样，凡在历史上有作为的人物，都是经过困难和挫折磨练出来的。

俄国著名的物理学家列别捷夫说得好：“平静的湖面练不出精悍的水手；安逸的环境造不出时代的伟人。”困难和挫折可以把人吓倒，使人唉声叹气，退缩不前；也可使人精神振奋，经受磨练，增长才干，增强意志。就看你如何对待它。只有能面对困难和挫折而毫无惧色的人，才能到达成功的顶峰。日本曾有一名药物专家，为了发明一种专治梅毒的药物，虽然连续经历过605次挫折和失败，但他并没有气馁，而是不断总结经验，直到

;范文4 挫折与成功

成功对每一个人来说，都是一件幸运的事，但成功也不是每个人都能获得的。成功不是路边的小石子，随处可拣；也不是田间的小花，随处可觅。要成功需要有一条漫长的路要走，在这期间是要经历许多挫折的。;对待挫折，著名的数学家华罗庚曾经说过：“在科学的道路上没有平坦的大道可走，只有一条条弯曲的小径。只有不谓攀登的人，才有可能登上科学的顶峰。”

强者在挫折面前会愈挫愈勇，而弱者面对挫折会贸然不前。我们要正视挫折，正确对待挫折，只有这样才能让挫折成为我们走向成功的阶梯。美国著名的科学家爱迪生，为了找出可以做电灯灯丝的材料，试验了1600多种矿物和6000多种植物，最后才使电灯发出耀眼的光华。爱迪生一生的发明，有记载的就有1328种，这是多么惊人的成就啊！我国的李时珍为了编写《本草纲目》，跋山涉水，风餐露宿，历尽艰险，尝遍百草，花了整整27年，才编写成这本巨著。这样的事例举不胜举。

;总之要获得成功必须先经历挫折，因为科学上的每一个真理都是在经历无数次的挫折和失败后才得出来的。挫折孕育着成功。而前提是坚定的信念和勇往直前的精神。当具备了这些条件之后，挫折就会被你踩在脚下，明天就是雨过天晴之时。范文欣赏5 挑战挫折体验成功

题记：艰苦和挫折是人生的老师。有的人在挫折面前倒下去，有的人退缩，而有的人冲了上去，战胜了困难。征服了挫折。这样的人，才是生活的强者；这样的人，才会体验成功的快乐！

我读了《托起心中的太阳》后，心中感触很深！尤其是“自己做自己的鼓手”里阐述的内容让人耳目一新。是啊！与其让亲人在我的人生起跑线上喊：“加油”，还不如在没有跑之前，自己对自己说：“加油，我相信你一定能跑出最辉煌的成绩！”《闪光的人生轨迹》是“自己做自己的鼓手”其中的一篇文章，讲述了一个身患残疾的下岗工人，她以中国人特有的百折不挠的精神，勇敢地面对时代的挑战，用心灵演绎了一段可歌可泣的故事。她的一生经历风雨，克服了常人无法相象的困难，奋力拼搏，从哪里倒下，就从哪里站起来！同学们，你知道这位女强者是谁吗？她就是历经坎坷，最后成功的人—洪志和。是啊！她的精神感动了我。我知道在学习的道路上，也要有这种顽强克服困难的精神，才能走向胜利的“高峰”。一个人想要取得成绩，就要不畏困难，时刻自我激励，永远自强奋进。我回想自己开始学钢琴时，手指根本控制不好，总是弹错音，旋律不合拍。当时，我很沮丧，不知该如何是好，想就此罢休，就此退缩。老师耐心地教导我，看着老师，那鼓励的目光。我再次鼓起了勇气，努力地控制好手型，想尽量不出错。可是，事与愿违，经过几十次的练习，我还是没有掌握好技巧，当时，我差点哭了出来。回到家，妈妈讲了一番让我记忆犹新的话：“做任何事情都要有恒心，如果只练习了几

次，没有成果，就自暴自弃的话，你是永远成不了大器的。孩子，想要比别人强，就要付出双倍的努力，相信，你一定行！”我点点头，开始更加努力地学琴，每天坐在琴凳上，一弹就是两三个小时。终于，在我顽强地拼搏下，我在钢琴的技巧发面有了很大的突破。在短短的几年里，我的钢琴演奏技巧达到了中央音乐学院六级的水平。这令人欣慰的成绩，使我明白了“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”这句话的深刻含义。我从中懂得了一个收益非浅的道理：人总是要和挫折、成功交朋友的。在你面对挫折的打击时，你是选择知难而进，还是选择退缩不前。知难而进会给你带来成功的喜悦！而退缩不前，只会使你沉浸在失败的痛苦中！所以，我坚信，面对困难的时候，敢于拼搏的人，才是命运的主人！在山穷水尽的绝境里，再搏一下，也许就能看到柳暗花明；在冰天雪地的严寒中，再搏一下，一定会迎来温暖的春风！相信我吧！只有当你勇敢地面对种种挫折时，只要去顽强地拼搏，成功之神才会微笑地向你走来！同学们，挑战挫折的过程是艰苦的，但是当体验到成功的喜悦一定是甜蜜的！

范文6 微笑面对挫折

《礁石》一诗中写道：“一个浪，一个浪，无休无止地打过来，每一个浪都在它脚下，被打成碎末，散开……它的脸上和身上，像刀砍过一样，但它依然站在那里，含着微笑，看着海洋。”

读了这首诗，会令人自然地想到浩瀚的大海，它永远不停地翻着巨浪。海上的任何一只航船，都会或多或少地经受风暴与巨浪的洗礼。这不正像一个人一生的路上，无论如何都不会一帆风顺，而总是伴随着大大小小的挫折吗？朋友，当挫折来临时，你会如何面对它呢？告诉你，面对挫折一定不愁眉不展，而应勇敢无畏地含着笑容去面对！

挫折只不过是强者成功路上的一块垫脚石。这是因为，他们在面对挫折时，并不畏缩，而是微笑地迎接一切。这微笑并不是漫不经心的，相反地，它恰恰反映了一个人有足够的勇气接受挫折的挑战。这样，他们才能清醒地审视挫折，从中发现自己的错误与不足，然后想方设法在今后去修正与弥补。同时，在努力战胜挫折的过程中，他们锻炼出更顽强的意志，铸就了更坚利的精神之剑，更有助于在今后的路上披荆斩棘，勇往直前，最终摘取成功的桂冠。有时我们可能会认为自己遭受的挫折很大，但是和在双腿残废、双目失明后仍坚持以写作进行斗争的保尔·柯察金比一比；和身患绝症却依然乐观面对生活的抗癌明星们比一比；和在腥风血雨的革命年代里义无反顾地赴汤蹈火的先烈们比一比，我们的挫折又算得了什么呢？我们难道不应该像他们一样微笑地面对挫折，勇敢地向困境挑战么？所以，我们在面对挫折时，应该勇敢地、微笑地迎接它。如果你鼓起勇气，尽自己的最大努力去战胜挫折，那么你就会发现，挫折的阴云被驱散后，头上是一片多么美的天空。反之，如果你面对挫折只会叹息，失掉了前行的勇气，那么你必将被困顿束缚，被天空中逐渐浓密的黑云所吞没。年轻的朋友们，让我们含笑地面对人生道路上每一个挫折吧！

范文欣赏7 面对挫折

人之一世，殊为不易。在看似平坦的人生旅途中充满了种种荆棘，往往使人痛不欲生。痛苦之于人，犹狂 下页篇三：挫折作文

首先明确什么是“挫折”。根据《现代汉语词典》的解释，挫折有两个义项，一指压制、阻碍使削弱或停顿；二指失败，失利。据此可知，挫折应该是人生道路上的困难和磨难，它不断给你制造麻烦，成为你前进道路上的绊脚石，会导致你生活事业的失败。但是，遇见挫折就只有等着它让它将我们打败吗？是不是只有一帆风顺才能获得事业生活的胜利呢？

挫折还有另一面，它也可以考验你，磨练你的意志，让你不断奋斗，获得成长，成为你人生路上不可或缺的 1挫折

“孔雀东南飞，五里一徘徊。”这凄婉的故事，不是有情人终成眷属的欢喜。当仲卿和兰芝化为鸳鸯朝夕相伴，夜夜相鸣时，我心中没有欣喜和安慰——因为，谁在现实中真的看见过所谓“化鸟”“化蝶”的美丽结局吗？ 人的生命只有一次，选择放弃就永远无法挽回，究竟是什么困难要让他们选择死亡呢？是父母的阻挠，兄长的逼迫，还是强权的干涉？很多人都认为这些外因造成了他们的不幸，但我不能同意。这些挫折，这些阻碍固然可以将他们逼上绝境，但同样可以也应该成为他们继续活下去、反抗到底的最大动力。归根到底，是他们的心中缺少了面对挫折的勇气。

现代的人就比他们看得开得多。梁静茹在《勇气》中这样唱道：“爱真的需要勇气来面对流言蜚语，只要你一个眼神肯定，我的爱就有意义??”那么坚强，那么执着，那么积极。这与“黄泉下相见”截然不同。仲卿和兰芝的情路确实充满艰辛，但一定要坚持，携手走下去，才有可能战胜这人生的挫折，迎来相守到老的明天。

面对挫折，需要勇气。李白也曾发出过“行路难”的感慨，可他同样拥有博大的胸襟和极高的智慧，最终悟出“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”的道理。只有正视眼前的挫折，才能勇敢面对，创造未来。挫折本来就是人生的一部分，一帆风顺只是美丽的梦想。面对接踵而至的风风雨雨，我们需要足够的勇气，那是我们战胜一切困难与挫折的基本前提。古代行军打仗，短兵相

接之时一定要击鼓

来鼓舞士气，一鼓作气，与敌拼死战斗。看见敌方的强大是必须的，但是害怕敌方的强大则于事无补。我们的失败往往不是来自对手的强大，荆棘的密布，巨浪的滔天，而是先从心里害怕了对方的力量，而压制了自己奋斗的力量和勇气。只有信心十足，勇敢面对困难和挫折，才能背水一战，绝境逢生。面对挫折，我们还需要有一定的智慧。陶渊明面对自己厌恶的官场，无法自由的现实，并不愤愤不平，而是巧妙地抽身而出，让自己回到了宁静和谐，轻松自由的园田，这不是简单的消极，而是极高的智慧。陶渊明最终在田园山水间找到了内心的宁静和喜悦，也在文学史上留下了千古美名。鼓起勇气，运用智慧。如此面对挫折，你会发现，挫折原来是那么不堪一击！【简评】习作有两大长处：一是认识深度。如何面对挫折，习作者不仅指出需要勇气，更进一步指出还需要智慧，这比一般同学的认识深入了一步，体现了认识的深刻性，使文章结构上层层推进。二是对事例有自己的认识。她不是简单列举书上的例子证明观点就罢了，而是对事例有着自己独到的见解，并能言之成理，如《孔雀东南飞》和陶渊明这两例就是很好的证明，体现了认识事物的独立性.2谈挫折

人生在世，挫折难免，生活的道路无不充满坡坡坎坎。不管你愿不愿意，喜不喜欢，挫折都随时可能翩翩而来，与你相伴。

面对挫折，有的人一蹶不振，慨叹天公不公，伤感命运不济，沉沦为生活得奴隶；有的人半途而废，责怪世事多艰，悲悯自身缺陷，失败在成功的门槛。然而，我们更能欣喜的看到，古往今来，有多少人直面挫折，与挫折为友，用良好的心态，成就了自己的伟业；有多少人关注挫折，做人生的伯乐，用冷峻的思考，提升了自我的高度；又有多少人拥抱挫折，用置之死地而后生的勇气和胆识，用崭新的思维去开拓进取，在山穷水复的迷茫中，寻找到了柳暗花明的胜景。

英国科学家道尔顿，他知道了自己的色觉有问题，分不清颜色，但面对五彩缤纷的生活，他没有为自我人生的挫折而气馁，而是关注挫折，冷静思考，潜心研究，经过漫长而辛苦的钻研之后，在1794年成功发表了《视觉之异常》，轰动了整个医学界，他将这种病定位为色盲症，填补了医学理论上的一项空白，提升了自己的深度，用挫折点缀了人生的缤纷色彩。

日本商人安腾百福，面对破产的严峻，没有灰心失意，而是拥抱挫折，催生希望，当他看到一个卖拉面的摊子前排成了“长蛇”，于是他在自我挫折的面前，找到了崭新的突破口，他买回了面粉和食用油，每天20小时的工作实践和研究，终于在1958年成功的发明了世界上

么样呢？

四、尾声

历史的灰烬盛进古铜色的香炉，青烟缭绕着苍老的记忆。挫折，在个人身上演绎着成败，在历史的洪流中冲刷着兴衰。面对挫折，李白得意淡然，失意坦然，正视痛苦，绣口一吐就半个盛唐；项羽兵败自刎，失败的痛楚染墨滔滔乌江之水，放大痛苦，把自己的壮丽抹杀的所剩无几。我呢，曾在失败中徘徊，又在“重生”中涅盘。

看来，挫折与痛苦如一潭沼泽，只要你扶着理想的拐杖，即使是“山重水复”终会“柳暗花明” [简评] 本文立意高远，昔日霸王和诗仙的历史事迹，正如颗颗珍珠闪耀着睿智的光芒。再联系到作者自身遭遇，过渡自然，使文章内容更加饱满。最后总结，作者竟能发出“挫折，在个人身上演绎着成败，在历史的洪流中冲刷着兴衰”的感慨，很大气。采用小标题，结构新颖，诗句错落有致，使整篇文章更显异彩纷呈。文章豪放大气，材料贴切精当，语言华美飞扬，给人以强劲有力，荡气回肠的美感。总之，此文使人在享受之中感受挫折，在品味中感受语言魅力。排比句：

但丁走过来对我说：“走自己的路，让别人说去吧。不管别人说成长路上有多少挫折，你都要勇敢走下去，只有挫折会让你成长。”

高位截肢的张海迪对我说：“即使挫折使你倒下去一百次，你也要一百零一次的站起来，唯有挫折能让你坚强起来。” 双耳失聪的贝多芬说：“要在挫折面前扼住命运的喉咙，挫折会使你自信起来。” 徐特立说：“想不经受任何挫折而成长起来，那是神话。挫折是成长过程中的必需品。” 这时，我仿佛看到了全身多处患病的霍金用唯一能活动的两个手指敲击着键盘，做着学术报告，在挫折面前，他选择了坚强；我仿佛看到了又盲又聋的海伦凯勒在努力又吃力的学着语言，在挫折面前，她选择了坚持；我又仿佛看到了被剜去膝盖骨的孙膑坐在战车上指挥着战斗，在挫折面前，他选择了忍辱负重；我又仿佛看到了贫穷的洪战辉带着小妹妹到处奔波，在挫折面前，他选择了奋斗；我还仿佛看到了张海迪，贝多芬?? 伟人之所以能成为伟人，是因为他们往往经历的常人所没有经历过的挫折，并且战胜了它，才会有比常人更突出的成就。温室里的花朵永远经受不了野外的暴风雪，只有高高挺立的松柏才能四季常青。站在青春的十字路口，我想了想，选定了一条最艰险的路。

不要逃避挫折吧，只有挫折才能让我们坚强，让我们自信，让我们奋斗，让我们有更多的经历，让我们成长。在巨大的不幸面前，曹雪芹倾注满腔心血于《红楼梦》，写出了这本传世不朽的经典；在巨大的困难面前，张海迪用惊人的毅力学会了多种语言，为社会作出了不可磨灭的贡献；在巨大的挫折面前，奥斯特罗夫斯基用手摸索着，完成了伟的作品《钢铁是怎么炼成的》。

面对挫折，他们选择了勇敢，选择了坚毅，也就选择了成功。其实，生活似大海，挫折就似大海中的波澜，赋予大海以壮丽与神秘；生活如蓝天，挫折如蓝天中的白云，星星点点，却布满天空；生活像一张白纸，挫折则像一支支画笔，为生活这张白纸描绘出美丽的图画；生活是一个乐章，挫折则是这乐章中一个个跳动的音符，奏响的优美乐章?? 假如你选择了蓝天，就不要渴望风和日丽；假如你选择了陆地，就不要渴望大陆平坦；假如你选择了海洋，就不要渴望一帆风顺。让我们勇敢地面对挫折，生活因为有了挫折而更加精彩！冰心说：“成功的花儿，人们只惊羡它现时的美丽。当初它的芽儿浸透了奋斗的泪水，洒遍了牺牲的细雨。”如果遭遇挫折，仍能以奋斗的英姿与之对抗，那么这样的人生是辉煌的。

当苏武被流放到北海时，北海的羊群咩咩地叫着，似在欢迎这位坚贞不屈大汉臣子。这十几年的痛苦如果可以当作是一次挫折，那么这次挫折无疑是痛苦的，可是这位

放羊老人从未曾放大痛苦，于是十几年后，大汉的丹青上书写下了民族不屈的坚贞气节。

昭君出走大漠，丝绸之路上又多了一串驼铃的丁冬声，“千载琵琶作胡语，分明怨恨曲中论”不应该是她真实心态的写照吧！如果不赂画师，终至出塞算是一次挫折，那么是挫折换来了汉匈两地人民的短暂安宁。苏武和昭君的举动应该是对直面挫折，缩小痛苦的心理的诠释。人生只有走出来的美丽，没有等出来的辉煌，因此直面挫折，化解痛苦才是我们的最佳选择。没有必要因叶落而悲秋，也没有必要因挫折而放弃抗争。因为一花凋零荒芜不了整个春天，一次挫折也荒废不了整个人生。

篇四：人生中的挫折 人生中的挫折

人生中，处处都有挫折的时候。有时，你遇到它，你会倒退。有时会勇敢地去战胜它。当你面对挫折时决定去放弃它，而有人去鼓励你去战胜，去打倒它。当我面对挫折的时候，都有他陪伴着我，不管我遇到什么。他都在一旁鼓励我去做。有了他的鼓励，我有了坚强的毅力，勇敢的气量，有他的安慰，我才知道在挫折中有一份爱，一份安慰。你可知道这个人是谁吗？他就是我的爸爸。

从小，我就是一个人睡，不管下雨还是狂风吼叫，都是我一个睡，我恨爸爸，因为他从来就对我严格要求，在我小时候他从来没有笑过，不管我遇到什么挫折，他都有我一个人去打败它。

在我12岁的那一年，天气非常糟糕，每天都是下鱼。有一天，我和爸爸一起去上街，可是，刚走到百河桥时，却遇到一个大灾难。桥面涨水了，不能过去。我便说：“爸爸，今天就不上街，明天再去吧”可是爸爸坚决要去，我只好听他的。我以为爸爸会背我过去，可却没想到他让我自己过去。当时，我气急了骂了一句：“什么爸爸呀！”话还没说完，爸爸却给我一个耳光，严肃地说：“这点困难都禁不住，出社会了你怎么办。”我没有出声，眼泪哗啦啦地流下来了。爸爸在前面走，我在后面走。过了半个小时，终于走了那个桥。当我看见自己努力走完这座危险的桥，我非常高兴。这是我童年中遇到的

正当我看得津津有味的时候，老师拿着刚刚判完的卷子来到了教室，问：“谁是班长？”我听了，心里不仅打了个冷颤，缓缓地站了起来，“你是怎么当的班长？见我没来为什么不去叫我？上课都十分钟了，你耽误了同学们多少时间？”老师厉声问道，“我”我被问得哑口无言，脸像个苹果似的，憋的通红，要知道，我以前是从来没被老师批评过的，可今天。。。随后，老师又批评了班委会的所有成员，并且撤消了我们的职务。我听了老师的话，像有一把钢针在刺痛着我的心，真是难受极了。我知道作为一名班长，我做的不对，耽误了同学们宝贵的时间，应该批评。可老师当着十几名同学的面，把我那已经当了几年的班长的职务给撤了，并且，不给我一点点改过自新的机会，这对我来说简直是一个晴天霹雳。

下课了，同学们都在议论着，“作为一名班长，竟然耽误了同学们那么多时间，就应该撤他的职位！”“就是，时间就是生命，她浪费了我们那么多时间，她赔的起吗？”“我看她以后还怎么耍她的班长威风！”我听了，脑袋嗡嗡直响，泪水在眼眶里打滚，心里像有一根棍子在上上下下的搅着，难受极了！这不禁使我想到了以前：担任班长的我常常受到老师的表扬，是同学们学习的好榜样，更是那些学习较差的同学的羡慕对象而现在，我丢掉了班长的职务，也不在成为同学们羡慕的对象，而是同学们责怪的对象。

从此，我消极了，再也不是那个上课积极举手、经常被老师表扬的我了，成绩也自然从以前的前三名降到了三十名。成了班里可有可无的小人物。老师发现后，鼓励我说：“遇到挫折别灰心，从哪里跌倒的，就再从哪里爬起来。”，我听了，似乎知道自己应该怎么做了，于是便又开始积极学习了。

经历了这次挫折，我才明白：遇到挫折，不能气馁，也许我今后面对的不仅是要在温暖巢穴中的一次奋斗，更是在惊涛骇浪、狂风暴雨中的一次搏击。但是，不管将来如何，至少，我现在可以自豪地说：“我经历过一次挫折了，我学会了如何去面对挫折！”

那天，我真后悔

每个人每天都会经历各种各样的事，有的事让人高兴，有的事让人后悔，有的事让人难过，有的事让人气愤??也就在那一天，我经历了一件事，使我后悔不已。

“咳，咳”清早，两声清脆的咳嗽声惊动了妈妈，“怎么回事，难道感冒了？今天早上有点冷，多穿一件毛线衣吧！”“不不不！”我连忙推辞。唉，谁愿意穿那厚厚的毛衣，那还不成水桶啦！

“算了，那就喝一瓶羚贝止咳糖浆吧！”妈妈接着说。“好吧！”我假装同意，从妈妈手中接过药瓶。但是等妈妈走后，我却迅速地将它扔进了垃圾桶。

早上上学后，我感到外面确实有些冷，但仍表现出一副若无其事的样子。到后来，实在冻得不行了，头和身子都缩在了一起。唉，心想要是早上听妈妈的话，那该多好呀！现在只好自作自受了。

中午一进家门，我就直嚷嚷：“妈，给我添件衣服！”妈妈笑笑说：“不听你妈言，吃亏在眼前！”

可是，由于在白天的强大寒冷攻击下，我这病怏怏的身体还是没挺住，终于感冒了，而且还不停地咳嗽。现在呀，脑海中只有一个词：后悔。

后悔又有什么用呢？

**第五篇：作文.人生需要挫折**

人生需要挫折

风平浪静的池塘往往没有生机盎然的群体，只有波涛汹涌的大海才有色彩斑斓的海底世界；温室里生长的树苗往往弱不禁风，只有经历着狂风暴雨的野外才会生长出参天大树。人生也需要挫折。在小学时我曾经是老师眼中公认的好学生，父母眼中的好孩子。然而进入高手云集的撷秀中学，一切都与以前大相径庭了，几门功课一拥而来几乎让我措手不及，我便如群星中不起眼的一颗星星暗淡无光，整日渴望着能有那么金光闪烁的一天。

失败的痛苦接连不断，月考、期中考一次又一次考验着我，我也多次努力，而成功却总是离我远去，但我却从不放弃。因为我坚信“风雨”之后才会见到“彩虹”，人生只有经历过挫折与失败的较量后才会显露出耀眼的一面。

于是，我继续在一次次失败中不断地调整状态，总结经验，分析一次次失败的原因，在成功与我总是擦肩而过的时候，我也曾想过放弃。但那些名人不也都是曾走过坎坷不平的人生道路吗？轮椅上的霍金、微笑面对人生的桑兰和勇敢坚强的张海迪，他们不都是用他们的人生之路向我诠释了该如何面对挫折和坎坷，激励我一次又一次从失败中重新爬起来的吗。

经过一次次的不懈坚持，我的成绩开始回升且步步得到提高，使我的信念之火不断燃烧。在我第一次进入三百强之列时，我终于体会到挫折和失败后成功的喜悦和自豪。

在成功的背后，没有人能体会到我为此付出的努力和汗水以及对

挫折和失败的持之以恒。

是的，人生需要挫折。挫折，使我体会到“不经历风雨怎能见彩虹”这句话的真谛；挫折，使我认识到“失败是成功之母”的真正意义；挫折，使我不断成长，经历人生的冬季，不如人生最美丽的季节。

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