

# 茶艺心得体会 茶艺学习心得体会(汇总5篇)

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

## 茶艺心得体会篇一

“一杯茶，品人生沉浮；平常心，看万千世界，人生百年，宛如浮云；若非宿缘，岂能相遇？”在茶文化课上，终于看到大益八式的现场表演，课上短短的几十分钟让我们以益之韵之大益八式感受中华茶道的博大，也品味人生海阔天空的淡然，下面就说一下我自己的一点感受和心得。大益八式”给人的是一种静心享受的过程，重在一个“慢”字，讲究动作的轻柔、优美、连贯。大益八式分为洗尘、坦呈、苏醒、洗尘、养成、身受、分享、放下。洗尘实际上是指茶道演习开始时身与心进入一个干净的境界过程。即包括入礼、礼拜宗师、礼拜客人等步骤；坦呈指向一个动作，即将茶席铺开，在茶席上摆布茶具的动作。

这里的坦呈有两层含义，一是待客之坦白诚恳，二是茶具的呈现、展示。苏醒是指在泡制过程中“温杯洗具”的过程。这一过程，茶具的温度得以提升，可以使茶具里面的能更好地施展色、香、味、型的特点；法度，是指取茶，所谓量不在多，适度就好，正是取舍有度，知足常乐，动作上要求轻柔；养成是茶汤冲泡过程中最为关键的一个环节，它对水温有着严格的要求，水温的掌握对茶性的展现极为重要，前面几式均是为此做铺垫；身受，它是茶者品茗感悟一杯茶的过程，先己后人，益己利人这是茶道所提倡的；之后是分享和放下。在这整个茶艺表演过程中，我更是深深体会到一杯好茶不是说出来也不是写出来的，还是要动手泡出来的。所谓的凤凰三点头、悬壶高冲等等，来不得半点偷工减料。俗话说得好：

台上三分钟，台下十年工。

中国茶道文化是一种包罗万象、融会世间万物、顺乎自然的美学、哲学、综合科学，是一种审美的意识形态。茶道是客观存在的，关键在于如何发掘，如何寻求，如何品悟。茶人能品悟多深，茶道便有多深，这也是中国茶道的博大精深之处及它国茶道无法比拟之处。这些都足以令华夏子孙为之振奋，为之骄傲，为之尽绵薄。

清代郑板桥诗云：

不风不雨正清和，翠竹亭亭好节柯。

最爱晚凉佳客至，一壶新茗泡松萝。

写的正是心之静。在茶道中，静与美常相得益彰。古往今来，无论是羽士还是高僧或儒生，都殊途同归地把“静”作为茶道修习的必经大道。因为静则明，静则虚，静可虚怀若谷，静课内敛含藏，静可洞察明澈，体道入微。可以说：“欲达茶道通玄境，除却静字无妙法”。喝茶能够静心、静神，有助于陶冶情操、去除杂念。对于很多喜欢喝茶的人来说，泡茶或许是一种烹茶饮茶的生活艺术，一种以茶为媒的生活礼仪，一种以茶修身的生活方式。闲暇时，泡一壶茶，静心、养性。茶艺是包括茶叶品评技法和艺术操作手段的鉴赏以及品茗美好环境的领略等整个品茶过程的美好意境，其过程体现形式和精神的相互统一，是饮茶活动过程中形成的文化现象。它起源久远，历史悠久，文化底蕴深厚，有助于陶冶情操、去除杂念，这与提倡“清静、恬澹”的东方哲学思想很合拍。

喝茶品茶是一个好东西，而中国茶道是雅俗共赏之道，它体现于平常的日常生活之中，它不讲形式，不拘一格。突出体现了道家“自恣以适己”的随意性。同时，不同地位、不同信仰、不同文化层次的人对茶道由不同的追求。所以虽然作

为普通人的我们可能不会精心研究茶艺茶道，但是我们还是可以通过闲暇时喝喝茶来达到修心养性的效果。

在现代生活中，以茶待客，以茶交友，通过茶来表示深情厚意，不仅已深入到每家每户，而且也用于机关、团体，甚至成为国家礼仪。不论是宋代汴京邻里的“支茶”，还是现在的人们以茶待客和茶话会，茶都是礼让、友谊的象征，都是亲和、和谐的体现。

最后，真的很荣幸在大学生涯中可以选修茶文化这门课程，让我从之前的只会喝茶如饮料的人得以明白茶文化的真谛，了解茶文化的历史，茶的种类，好处多多。虽然时下一些“酒文化”、“咖啡文化”、“可乐文化”等这些在充塞在各种媒体的时尚版块中大放异彩，但是我仍然相信，通过对新时代青少年的教育与熏陶，具有中国传统文化特色的茶文化定能在今后为世界人所崇尚。愿在茶文化的学习中，积淀更多安定优雅的气质，平静谦和的面对今后生活。

## 茶艺心得体会篇二

“半壁山房待明月，一盏清茗酬知音。”今天，我们来到大连市沙河口区中学生劳技中心学习茶艺。伴随着音箱中的悠悠古琴声，我们走进了茶艺课堂。

老师的桌子上也摆了一套茶具，我们六个组长先和老师一起学习。

第一项工作是暖杯。只见老师轻轻拿起壶盖绕开茶盘放在固定的茶垫上，接着拿起随手泡高高的向茶壶由里至外冲水，称为“高冲”，最后把盖子绕原路盖回。左手持茶巾，右手托茶壶，将闻香杯与茶杯用壶自内向外倒上七分满的水，10~15秒后用竹夹将杯里的水一一倒进茶盃。虽然我们都很认真地学，但终究是第一次接触它，错误接二连三的出现：

“咣当”!第三组的茶杯没夹好掉在桌子上了，幸好没有碎。我正拿起随手泡想要倒水。“你还没拿开壶盖!”我的组员着急地说。我吐了一下舌头，放下随手泡，打开壶盖，正当我又一次想往茶杯里倒水时，“茶巾!茶巾!左手持茶巾!”我的组员又一次提醒我。我只好再一次放下随手泡，拿起茶巾。心里想：“真麻烦!”其他组也没有好到哪里去，要不就是这一步忘记，或者是那一步出错。老师一切看在眼里，微笑不语。

接下来是泡茶与敬茶。我们动作越来越熟练，错误也越来越少。六个组员轮着来，每个人都有了一次尝试的机会。喝到自己亲手泡的茶，似乎铁观音那一丝丝苦味也被心中成功的甜蜜所代替了。

喝到茶的那一瞬间，我的眼前仿佛出现了古时文雅居士们品茶的情景：三次泡茶，唯有最后一次最醇香，最甜美，最入味。轻轻拿起托盘，夹起茶杯与闻香杯，由外至内，由友人至自己，何不体现了“谦让”这一品质?一桌的人静静地嗅香，静静的品味。他们脸上的那种平静，恬适，超然而满足的感觉，穿越了时空，重新体现在了我们的脸上。前时那种不耐烦和失败带来的阴霾心理一下子被悠悠茶香扫清了。原来之前的种种努力就是为了现在这杯至香至醇的清茶!

茶分三品，一品茶香，二品茶味，三品如茶般的人生。

### 茶艺心得体会篇三

抱着“活到老，学到老”的心态参加了由xx市xx茶业有限公司创办的岑溪市首届“茶艺师”培训班，经过了两个星期的学习和积累，可以说是受益匪浅。了解了茶最早起源于中国，有着五千年的历史和丰厚的传统文化和沉淀。中国不仅是茶叶的故乡，还是最早种茶，制茶和饮茶的国家。

过去只知道绿茶、红茶、花茶、龙井茶、乌龙茶这几种茶，殊不知，茶的基本种类分为绿茶、红茶、青茶，白茶，黄茶，黑茶六大茶类，而龙井茶属于绿茶这一分类。除此之外，它们的加工方法和冲泡方法都各有差异。

何为茶艺?茶艺是指泡茶和饮茶的技艺。泡茶的技巧，实际上是包括茶叶的识别，茶具的选择，泡茶用水的选择等。比如，冲泡绿茶要用玻璃杯，因为玻璃杯是透明的，且不容易吸香，用其泡茶可使茶之清香，嫩香充分显露出来，也便于我们欣赏茶芽形态和茶汤的颜色。明代茶人张大复在《梅花草堂笔谈》就有写到“茶性必发于水，八分之茶，遇十分之水，茶亦十分矣;八分之水，试十分之茶，茶只八分耳。”可见水质能直接影响到茶质，泡茶的水质好坏，对茶叶的色、香、味，特别是对茶汤的滋味影响很大。而饮茶的技巧则是茶汤的品尝，鉴赏，对它色、香、形、味、韵的体味。要泡好一杯茶，主要是要根据不同的茶类，加工方法，茶的特性，掌握好茶的用量，开水的温度，冲泡的时间。因此，可将茶水比例，开水温度，冲泡时间归纳为泡茶的三要素。

现如今，茶艺已经慢慢的融入我们的日常生活中，比如有客人来时都是以茶代礼，聚会时一起聊天喝茶，这些都与茶息息相关。其实，人生就像一杯茶，平淡是它的本色，苦涩是它的历程，清香是它的馈赠。但愿中国的茶文化越来越发扬光大。

最后非常感谢xx市xx茶业有限公司给大家带来的这一次学习茶艺的机会，让爱茶的人相聚一堂谈天论地，也让我的心慢慢沉淀下来，变成一个优雅的女子，而这只是刚刚开始，希望我们都能成为爱茶，懂茶，惜茶的人。

### 3. 茶艺学习心得体会范文

## 茶艺心得体会篇四

茶，作为中国的国饮，蕴涵了深厚的传统文化底蕴。下面是本站小编为大家整理的浅谈茶艺文化心得体会，供你参考！

茶艺与茶道，是中国茶文化的核心。我们这里所说的‘艺’，是指制茶、烹茶、品茶等艺茶之术；我们这里所说的‘道’，是指艺茶过程中所贯彻的精神。有道而无艺，那是空洞的理论；有艺而无道，艺则无精、无神。茶艺，有名，有形，是茶文化的外在表现形式；茶道，就是精神、道理、规律、本源与本质，它经常是看不见、摸不着的，但你却完全可以通过心灵去体会。茶艺与茶道结合，艺中有道，道中有艺，是物质与精神高度统一的结果。

茶艺茶道我已学习了2个学期，在学习了这门课程之后，我对茶具、茶的种类，泡茶的基本流程都有了一定的认识。这门课和其他科目不同，它是一门实践性课程，更注重的是我们的实际操作能力。老师先是对一些基本理论知识的讲解，接着让我们看视频，然后亲自给我们做示范。最后让我们带着问题和悬念进行学习和表演。因为是第一次接触这门课，所以我们对这些茶具都特别感兴趣。老师激发了我们积极思考、主动探索中国茶文化的兴趣，感受求知带来的快乐。另外，江老师教学方法在我看来也是非常有创意的。她让我们4人一组，通过每个同学都担任一次主泡、副泡、解说，来活跃课堂上的气氛，提高我们的积极性和信心，让我们都切身体会到在不同的场合下所产生的心理活动和感受。这样，不仅仅加深了我们对这些知识的理解，更提高了我们各方面的能力。

这学期，我们主要学习了三种茶的泡法——绿茶、乌龙茶、花茶。

记得第一次绿茶实训表演的时候，大家都很紧张，有些主泡同学的手都在发抖，毕竟以前从来没有做过。我第一次是担

任主泡，的却有些紧张。第二次乌龙茶，我担任的还是主泡。虽然泡茶的时候，大家的目光都集中在我的身上，但我已经没有那么紧张了，更多表演出安然自若，全身心都投入在了泡茶的过程当中，非常享受这个过程。茶艺表演，令我的心灵更加纯净，令我的心态更加平和，令我浮躁的心情渐渐平静下来。从第一次绿茶的生疏，到第二次乌龙茶的从容，再到第三次花茶的得心应手，我经历了一个成长的过程。第三次的花茶由我讲解，没上场的时候还很紧张，不知为什么，一上台，反而镇定自如了。泡茶，就是在我们熟悉的环境中展示优雅！

通过一个学期的茶艺茶道学习和表演，我对如何将茶艺表演做得更好也有了自己的心得体会。首先，准备工作必须到位，要准备好一切表演所需的茶具。其次，衣着应得体、端庄、大方，展现优美的仪容仪表和姿态。然后，表演环境应无嘈杂之声，干净、清洁，所选音乐应该与泡茶主题相符合。最后就是适时精辟的解说词。解说人员要声音适中，语调柔和，口吃清晰。茶艺表演过程中，古典清幽的传统音乐，悦耳动听的茶艺解说，加上主泡的精彩表演，副泡的密切配合，使茶艺表演到达了一个完美的境界。

一样，真正放松自己，放飞自己的心灵，放牧自己的天性，体会一份纯真，收获一份属于自己的劳动成果。最后，非常感谢江老师一学期来对我的教导，谢谢您！

就快毕业了，以后的路不知道怎么样，心中的理想是那么的广大，但是有抱负没有行动是不行的，在茶文化中我了解了一种叫三味茶的少数民族的茶，先苦后甜，就像人生一样，必须经过拼搏才能得到成果，懒懒散散，毫无上进，没有吃苦能力的人生是没有作为的，作为我们即将毕业的大学生，这个道理告诉我们，不要有大学生的优越感，凡是要从低做起，要能吃苦才能感到苦后的甘甜。

茶道是一门学问，在古代，古人一对茶道的礼仪就有很严格

的要求，就像做人处事一样，严谨得体，高贵典雅，学习茶道后我了解了一些古人的引茶心得，掌握了一些对自己文学方面很有帮助的古文知识，从中也懂得了不少做人的道理，在我看来茶道不仅是一门学问还是一种艺术一种人生道理。

茶文化是包括茶叶品评技法和艺术操作手段的鉴赏以及品茗美好环境的领略等整个品茶过程的美好意境，其过程体现形式和精神的相互统一，是饮茶活动过程中形成的文化现象。它起源久远，历史悠久，文化底蕴深厚，与宗教结缘。茶艺包括：选茗、择水、烹茶技术、茶具艺术、环境的选择创造等一系列内容。茶艺背景是衬托主题思想的重要手段，它渲染茶性清纯、幽雅、质朴的气质，增强艺术感染力。不同的风格的茶艺有不同的背景要求，只有选对了背景才能更好地领会茶的滋味。这个学期的茶文化课上完了，以后我相信还是有机会接触有关茶道的，现在学到的知识将为我以后奠定基础，我会紧跟老师教导及茶道人生道理去迎接我接下来面对的社会，好好生活，坚强做人！

茶文化的历史悠久，内容灿烂多彩，丰富了中华民族文化的内容，充实了各族人民的的生活，成为中华文化的重要组成部分。

茶艺起源于中国，与中国文化的各个层面都有着密不可分的关系。高山出好茶，清泉泡好茶，茶艺并非空洞的玄学，而是生活内涵改善的实质性体现。茶是和平的饮料，只要心存恭敬，心中宁静，就可以泡一壶自己喜欢的茶来。

茶艺学是一门新的学科，它包含有知、情、意的部分，是综合的学科，也是整合的科学。学习了茶的相关知识之后，各种体会也慢慢随着茶知识的提高而产生。

首先，还没有学习茶的种类时，我只懂得绿茶、红茶、茉莉花茶、龙井茶这么几种并且还不知道它们的特点如何呢。然而当听到老师的讲解的时候，才意识到自己的见识的多么的

窄小，学过之后，才知道竟然还有那么多的种类，仅咱中国就已经有很多了。基本茶类就是绿、红、白、黄、青、黑。

除此之外，还有它们的加工方法让我大感茶的复杂以及深刻的内涵，这些都蕴藏着高尚的品质。自从知道了茶的加工工艺是如此的麻烦之后，也知道了所谓的茶香醇厚是如此的可贵，猜想懂茶的人肯定是个气质高雅的人。因此也立志做个优雅之人。努力认真学习这门课：《茶艺学》。与此同时，也学习鉴别茶的好坏，让我不禁感叹茶的奥妙和精深的内涵。鉴别茶的好坏，选择好茶叶很重要，一般来说，判断茶叶的好坏可以从以下几点着手：即察看茶叶，嗅闻茶香，品尝茶味，分辨茶渣。茶艺的形式可以分为五个要项。第一要项是选择茶叶，第二要项是茶具配合，第三要项是泡茶用水，第四要项是纯正技艺，第五要项是品名环境。

后来，学习了各种茶的冲泡方法和技巧，看着视频，主人公的泡茶动作是那么的优雅高贵，深深地震撼着我：天底下竟然有如此的泡茶方法，也竟有如此的讲究，这必定是懂茶的人才会的享受吧。泡好一壶茶的技艺有三大要素：第一是茶叶的用量，第二是泡茶用水的温度，第三是浸泡的时间。用量就是放适当分量的茶叶；水温就是用适当温度的开水；冲泡茶叶时间，就是将茶叶泡到适当的浓度后倒出。泡茶用水需要讲究，好茶需要好水。

把茶看作是造物主送给人类的一本教科书，它教育我们要热爱生活。今天高速的经济发展要求高度的社会精神文明，高度的社会精神文明来源于人们较高的艺术修养。让我们结合时代的要求和我们中华民族的特色，弘扬茶的文明，广泛提高艺术修养，推动社会的高度。我要用我所学，发扬中国的传统文化。

通过理论与实践相结合，在周老师的精彩解说下，让我对茶文化有了更深层次的理解，在操作课上周老师教我们展示茶具，学泡乌龙茶。在学会展示茶具的自己，似乎不再羡慕视

频里的 主人公的那优雅高贵了，因为我也可以做到，至少自我感觉身心已经达到那种境界了。

以上是对《茶艺学》这门学科的心得体会，感谢周老师的精彩讲解，让我学到了很多很多，我将会运用这些所学到的知识伴随着我的生活，让茶艺丰富我的人生。

## 茶艺心得体会篇五

- 1、有时候不是对方不在乎你，而是你把对方看得太重；有时候总感觉别人忽略了自我，其实可能是自我太闲了。
- 2、时间，抓起了就是黄金，虚度了就是流水；书，看了就是知识，没看就是废纸；梦想，努力了才叫梦想，放下了那只是妄想。努力，虽然未必会收获，但放下，就必须一无所获。坚持，期待破茧成蝶的那一天！早安，朋友，祝你人生一路精彩，阳光灿烂！
- 3、生活会给你糖果，也会给你伤疤，到之后那些伤口褪去软弱，必须会成为你身上最百毒不侵的地方。
- 4、人家怕你，并不是一种福，人家欺你，并不是一种辱。
- 5、我们每个人都应微笑应对人生，没有了怨言，也就不会有哀愁。一个人有了期望，就会对生活充满信心，只要你用完美的心灵看世界，总是以乐观的精神应对人生。
- 6、没有创造的生活不能算生活，只能算活着。
- 7、未来必须会很好，即使此刻的生活艰辛，你要相信，糟糕的时间里熬过去了就好了，剩下的就是好运气。
- 8、在生活中不能太软弱，每一个人都有强大的理由，脆弱的

时候必须要自我努力的站起来，人生当自强，自我强大比什么都重要！

9、时光不会被辜负，努力去做一个可爱的人，不羡慕谁，也不埋怨谁，在自我的道路上，欣赏自我的风景，遇见自我的幸福，记得给自我掌声！

10、当你还没强大到必须程度，没必要到处抱怨你的处境，默默做好你该做的事情，等你变得足够好，自然会有配得上你的人，拉你进更好的圈子，到那时，你会站在新的高度，拥抱更美的风景。

11、世界没有杯具和喜剧之分，你能从杯具中走出来，那就是喜剧，你沉湎于喜剧之中，那它就是杯具。富足人生是忙世人之所闲，闲世人之所忙。顺境中能够进取，逆境中要学会潜伏。

12、知是行的主义，行是知的工夫，知是行之始，行是知之成。

13、一个人，想要优秀，你必须要理解挑战；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。

14、没有百分之百的把握就不要抱百分之百的期望。

15、职场人生，做事做人，做事之前，先学做人！踏踏实实勤勤恳恳认认真真兢兢业业！相信自我，每一天努力，祝福你：事事顺利！

16、别去试探人心，它会让你失望，更会让你绝望。有些事知道就好不必多说。有些人认识就好不必深交。做好自我该做的，有爱或无爱，都安然对待。

17、应对失败和挫折，一笑而过是一种乐观自信，然后重整旗鼓，这是一种勇气。

18、没有经历痛苦的人，不会强大。没有流过泪水的人，不会有坚强。当下定决心大干时，世界会为你让路。当满脑子全是目标时，只剩下方法和成功。

19、没有梦想的人享受不到花样年华，就让时光白白蒸发，像自行车一样的梦想不需要复杂，一步一步向前踏。

20、不要太在乎别人对你的评价，做好自我个人，干好自我的事，走好自我的路。活在别人眼里，是世上最可悲的一件事。

21、很平凡的生活里，有一颗风雨无阻的心，有一份执着坚定的果敢，年轻的生命里有道很绚烂的彩虹，也有不曾忘怀的伤。但那一切都不重要，如今，我还是在自我的路上，边行边歌，一路阳光。

22、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！

23、生命太短，没留时间给我们每日带着遗憾醒来。所以去爱那些对你好的人，忘掉那些不知珍惜你的人。

24、头等舱能够优先登机，银行vip能够不用排队，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！

25、或许命运有时候会不公，但只要我们努力地去奋斗，时刻谨记“奋斗”二字，我们就能“扼住命运的咽喉”，改写命运。

26、仅有自我佩服自我，才能让别人信服你。

27、人生是船，我们载着无数梦想无限期望在广阔的宇宙中无限徜徉，路途中会有颠簸会有迷茫，可是小船依旧会乘风破浪，坚强地驶向它最终的方向！

28、人生简单，善待别人，理解自我，不要玩心计，不要算计人，别跑到别人的生命里当插曲，不管是友情还是爱情，你来，我热情相拥。你走，我坦然放手！不属于我的东西，我不要。不是真心给我的东西，我不稀罕。

29、你跌跌撞撞，落得一身的伤，就当是为青春，画下的残妆

30、所有的困难都是上天给你预设的劫难，使你坚强，所有的挫折都会让你吃一堑长一智，使你充实让你睿智不经历了风雨，哪能见到彩虹，不尝过人生百味，哪能懂得人生的真谛。新的一年，加油。不经历了风雨，哪能见到彩虹，不尝过人生百味，哪能懂得人生的真谛。新的一年，加油。

31、活在当下，别在怀念过去或者憧憬未来中浪费掉你此刻的生活。

32、生命是有限的，可是期望那是无限的，只要我们不忘每一天给自我一个期望，我们就必须能够拥有一个丰富多彩的人生。

33、人生，就要闯出一条路来！为了事业，为了奋斗的人生，尽管失去许多，但有失必有得！而得到的往往会比失去的更重要，它是人生的价值与意义。

34、茶可是两种姿态，浮沉；人可是两种姿势，拿起放下；人生如茶，沉时坦然，浮时淡然，拿得起也需要放得下。

35、问路才不会迷路，留退路才不会有绝路。失去了不必须是失败，成功了也不必须是成就，能够逃避现实，但不能逃避人生。

36、生命需要奋斗，奋斗与不奋斗，造就的结果截然不同。生无所息，坚持奋斗的姿态，让世界变得如此灿烂，让你的人生绚烂多姿。千万不能满足小溪的平缓，否则你也就满足了自我的平庸，仅有努力奋斗，才有机会欣赏自我。

37、能赢得普遍尊敬的人，并不是由于他显赫的地位，而是由于始终如一的言行和不屈不挠的精神。

38、今日再大的事，到了明天就是小事；今年再大的事，到了明年就是故事；今生再大的事，到了来世就是传说。人生如行路，一路艰辛，一路风景。你的目光所及，就是你的人生境界。

39、只要还有明天，我们就应当学着奋斗，学着努力，学着尝试新的事物，而不是旁观他人的成功，祝福他人的努力。与其临渊羡鱼，不如退而结网。

40、多笃志去细听别人怎样说，不要急着表达你本身的见解。

41、努力奋斗，做人，要靠心，心真方能被人信。做人，别靠嘴，靠嘴就是吹牛皮。心是用来爱人的，不是拿来害人的。嘴是用来说话的，不是用来骗人的。

42、地狱中最炽热的地方是为那些在伟大精神考验中坚持中立的人预备的。

43、世界上有一条很长很美的路，叫做梦想，还有一堵很高很硬的墙，叫做现实。翻越那堵墙，叫做坚持，推倒那堵墙，叫做突破。加油！拼搏了你才会知道自我多优秀！

44、人生的成就应当与白发成正比，否则就虚度了光阴；满头华发的学者让人肃然起敬，白发苍苍的扒手让人怜悯叹息；要么早生华发，要么年少多金！

45、没人会真正的感同身受到你的痛楚，也没人会真正的去在意你一路走来所遇过的坎与负过的伤，所以别再为了寻求安慰而四处同人诉说你的苦，因为旁人只看结果，也只关心结果。

46、幸运，从来不是偶然，你所做的每件事，都会有惊喜等待着你，人生也没有白走的路，时光从不会为谁而停留，我们总不停歇地奔向下一个驿站，所以不要留恋过去，要为当下而努力，要学会憧憬未来。

47、既然成长了，就要变强。

48、人活着一天，就是有福气。人生短短几十年，不要给自己留下更多的遗憾。日出东海落西山，愁也一天，喜也一天；遇事不钻牛角尖，人也舒坦，心也舒坦。早安！

49、一个人在你面前开心，但关起门来他未必开心。没有谁活得异常轻易，你能够不理解别人，但请尊重别人。

50、努力不必须成功，不努力必须不成功，我努力了吗？