

2023年罗素名言感悟(优秀10篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得感悟，从而不断地丰富我们的思想。心得感悟对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得感悟呢？下面小编给大家带来关于学习心得感悟范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

罗素名言感悟篇一

上了初中，我明显感到初中的学习与小学学习有很大区别。初中的课程多了，如果课堂上不认真，课后要是再想把老师讲的弄懂弄透，那就困难得多了。所以，我们必须跟着教师走，相信教师，才能真正有效学习。

鲁迅有一套学习的“十字法”——多翻、跳读、设问、五到、立体。我认为这是很有价值的学习方法。“多翻”就是多翻各种各类书籍，以开阔视野，启迪思路，增长知识。其实，多看课外书，增长课外知识，开阔视野，对平常的学习和考试都有好处，能更好地理解知识。“跳读”是指无论如何都不会读懂某个问题时，先跳过去，向后看，于是连前面的都明白了。这用在英语短文阅读理解上十分有效，联系上下文能很好地帮助我们理解短文内容。“设问”就是带着问题去读书，我们在阅读文章时就应该如此，这样做，能使我们在阅读过程中得到答案，提高学习效率。

“五到”是心到、口到、眼到、手到、脑到。这“五到”无论在学习、考试还是平时做事，都应该做到。也只有真正做到这“五到”，才能真正有效地做好每一件事，事半功倍。“立体”指有一般的读，又能重点的深掘；既要有横断面，又要有纵剖面；既有对原著有关有钻研，又有对有关资料的涉猎。这就是要求我们不能只看片面，应多角度地认识事物，这样才能认识得全面、深刻。

此外，我们学习要有“恒心”两个字，有了它，才能像蚕吃桑叶一样，一口又一口，坚持不懈地去啃，直到预定目标顺利攻克。平时，要多思多练，在学习过程中要勤于思考，注重积累，在思考做题的过程中累积解题技巧和经验。还有，就是要先把书上的“死知识”给“死死地”背下来，再把熟练的知识灵活运用。这就是“先死记，再活用”。

有时候，我们学习了一些知识，当时能记住，但过会儿就忘记了，这就与记忆方法有关。我认为，在学习过程中，看、写、读、听、背，多管齐下效率高，也记得牢。著名科学家茅以升先生，是个记忆力超群的人。人们问到他的记忆秘诀，他的回答是：“重复！重复！再重复！”学过的知识如果不重复，不多久，能记得到也就剩那么一点儿。所以，我们在学习过程中，可以尝试着“看写读听背”一并运用，一并提高。过后，每隔一段时间就重复知识，也就是定时复习。这种学习方法，能减低遗忘率，更有效地记住知识。

开学时，老师曾对我们说：“行动是最好的语言。”“吃得苦中苦，方为人上人。”其实，如果能做到这几项，成绩必然提高。学习是一件苦差事，但苦中有乐。只有克服重重困难，吃的下学习过程中的苦，才能超越自我，获得成功。而行动比任何计划、检讨更有用。说得天花乱坠，却没有实际行动，那又有什么用处呢？行胜于言。

拜五，我们八年级一起出去，进行了一次别具特色的社会实践。

这是那里湖泊的风景图。很美吧！

乘坐着大巴，经过了1个多小时的颠簸吗，我们终于到达了我们的目的地：炮台湾湿地公园。这里靠近海，风景十分的优美，我们非常喜欢这里！

在公园里还有一块很大的草坪，我们小队在哪里进行了野餐

在草坪上，还有一些老人在这里放风筝呢！

我们在公园里欣赏了很多风景。不得不说，这里的风景真的是漂亮。

我们在这里玩的十分高兴，也收获了许多，我们希望，还能有更多这样的社会实践。

这个星期一，我们五年级的八个班一起坐车去礼参实践基地，参加了社会实践活动。在礼参住了一个星期。第一、二天我感觉这里很好，既没有作业，又可以和同学们玩。但是后几天又有点想爸爸和妈妈了，就想回家。

不过，我还是坚持下来了。在这里，我还学到了许许多多课堂外的知识。在五金小工厂，我学会了使用各种工具，在美点教室里，我学会了怎样做蛋糕，并体会到了做蛋糕非常的累。在小机床教室里，我学到了怎么使用小机床，在彩泥画教室，我知道了彩泥画是怎样制造的，在机器人教室里，我学到了关于机器人的知识，并学会了做模型。这就是我的礼参社会实践生活。

这是一种学生利用节假日进行的单项或多项的. 社会调查、访问等接触社会、了解社会、服务社会、与群众主动结合的一种形式。从现在学生参加的社会实践活动看，主要有以下类型：第一类为国家、地学校组织的社会实践活动。

这类活动大多是为了一定的目的而开展的教育活动。第二类为某鞋单位、部门、科研组织为了完成各项任务，利用学生的智力与体力，在假期吸收学生参加的时间活动。第三类是学生自发组织的，以科技服务为主要内容的社会实践活动。第四类是学生根据自己的条件、兴趣爱好有目的地开展社会实践活动。

参观了禁毒教育馆后，我了解了毒品的种类以及对人类的危

害。在那里，我深切的感受到了毒品的可怕，一旦染上了毒品，就很难再重新回到正常的生活。所以，争当禁毒小标兵，看到别人吸毒及时制止，让我们有一个美好的社会、家园。

今天我参加了两个集体项目：一个是“定向运动”。“万里长城”这个游戏锻炼了我们班的合作能力，在我们全班的努力下，齐心协力，获得了第二名。“定向运动”这个游戏让我们大家一起完成一个比较难完成的任务。虽然我们没有得到名次，在过程这遇到了许多的困难，但是我们的小组成员非常的勇敢，解决了问题。今天的活动让我们收获了许多，懂得了许多的道理。

罗素名言感悟篇二

- 1、即使真相并不令人愉快，也一定要做到诚实，因为掩盖真相往往要费更大力气。
- 2、现在是刚过去的时间上的一个点。
- 3、使人生愉快的必要条件是智慧，而智慧可经由教育而获得。
- 4、为爱所支配的知识是教育者所必需的，也是他的学生所应获得的。在低年级，对学生的爱是最重要的爱；到高年级，热爱所传授的知识，就逐渐成为必要。
- 5、乞丐并不会妒忌百万富翁，但是他肯定会妒忌收入更高的乞丐。
- 6、青年时期是豁达的时期，应该利用这个时期养成自己豁达的性格。
- 7、知识是自然势力和破坏性激情的王国的解放者，没有知识，我们希望的世界不能建立起来。

8、知识是使人类快乐的主要因素之一。

10、喝醉是暂时性的自杀。

11、爱情只有当它是自由自在时，才会叶茂花繁。认为爱情是某种义务的思想只能置爱情于死地。

12、据说人是一种理性动物。穷我自己一生，我都在寻找这观点的证据。

14、凡是教师缺乏爱的地方，无论品格还是智慧都不能充分地或自由地发展；这种爱主要地在于感觉儿童是一种目的。

16、在现代生活的条件下，规律是绝对的，凡是不重视有训练的智慧的民族是注定要失败的。

17、许多人宁愿死，也不愿思考，事实上他们也确实至死都没有思考过。

18、青年时期是豁达的时期，应该利用这个时期养成自己豁达的性格。

19、我永远不会为信仰而死，因为我的信仰可能是错的。

20、从阿米巴变形虫到人类的这一过程对哲学家来说，很明显是个进步。但是变形虫怎么想我们就知道了。

21、有很多人，让他们思考一下还不如让他们去死。事实上，很多人还没思考过就已经死了。

22、我曾相信，所有值得知道之事，我在剑桥都知道了。在我旅行的过程之中，这一想法逐渐消失了。这与我本意相反，但是却对我非常有益。

23、希望是坚韧的拐杖，忍耐是旅行袋，携带它们，人可以

登上永恒之旅。

24、作为一个人，对父母要尊敬，对子女要慈爱，对穷亲戚要慷慨，对一切人要有礼貌。

25、民主，就是挑选那个受批评的人的过程

26、占有欲--希望尽可能多地占有财产或拥有财产的所有权--是一个动机。我认为该动机产生于恐惧心理和拥有必需品的欲望结合之中。

27、传统的人看到背离传统的行为就大发雷霆，主要是因为他们把这种背离当作对他们的批评。

28、必要的道德教育最好在婴儿出生的那一瞬间就开始，因为这样开始就不会因太多的期望而失望。

29、我们不能从使每个人具有诗人的气质的观点来制订我们的教育，但是有些特性是普温需要的，它们共同形成理想品格的基础，这就是：活力、勇气、敏感、智慧。

30、民主，就是挑选那个受批评的人的过程。

31、幻觉不是你的错，在幻觉中做决定，这就是你的不对了。

32、很多人可以勇敢的死去，但是却没有勇气说他为之而死的原因没有意义，甚至连这样想一想的勇气也没有。

33、我的人生正是：使事业成为喜悦，使喜悦成为事业。罗素名言名句

34、很多人陷入爱情是为了寻找一个遁世的避难所。在这个避难所里，当他们不值得爱慕的时候，依然有人爱慕他们，当他们不值得赞扬的时候，依然有人赞扬他们。

- 35、植物藉栽培而生育，人类藉教育而成人。
- 36、我们要提出两条教育的诫律。一条“不要教过多的学科”另一条，“凡是你所教的东西，要教得透彻”。
- 37、幸福的生活是一种由爱鼓舞，由知识指导的生活。
- 38、在美国，所有人都认为没有什么人比他的社会地位高，因为人人生而平等。但是，他可不承认没有人比他社会地位低。
- 39、亚里士多德说女人比男人的牙齿要少。尽管他结了两次婚，但是他都没想过要检查一下他老婆的牙。
- 40、爱情只有当它是自由自在时，才会叶茂花繁。认为爱情是某种义务的思想只能置爱情于死地。只消一句话：你应当爱某个人，就足以使你对这个人恨之入骨。
- 41、我们有力的道德就是通过奋斗取得物质上的成功；这种道德既适用于国家，也适用于个人。
- 42、对于青年期中的年轻人应以豁达的热情去激励，而且应使他们以此种热情去建设自己的生活和事业。
- 43、从每天上学的时间看，中国儿童最有思想。
- 44、对爱情的渴望,对知识的追求,对人类苦难不可遏止的同情心。
- 45、人是轻信的动物，必须得相信点什么。如果这种信仰没有什么好的依据，糟糕的依据也能对付。
- 46、伟大的事业是根源于坚韧不断的工作，以全付精神去从事，不避艰苦。

47、我们有力的道德就是通过奋斗取得物质上的成功；这种道德既适用于国家，也适用于个人。

48、对幸福的轻蔑通常是对其他人幸福的轻蔑，在精巧的伪装之下是对人类的仇恨。

49、为一个人，对父母要尊敬，对子女要慈爱，对穷亲戚要慷慨，对一切人要有礼貌。

50、人生而无知，但还不愚蠢。教育才把他们变蠢。

51、伟大的事业是根源于坚韧不断的工作，以全副的精神去从事，不避艰苦。

52、生活中完全没有冒险，这可能是没什么意思的。但是生活中如果不管什么种类的探险都有，那肯定是短暂的。

53、不要为自己持独特看法而感到害怕，因为我们现在所接受的常识都曾独特看法。

54、从伟大的认知能力和无私的心情结合之中最易于产生出思想智慧来。

55、良好的人生是受行动和智慧指导的。伟大的事业是根源于坚韧不断地工作，以全副精神去从事，不避艰苦。

56、一个教育者应该爱年轻人，但是仅仅这一点是不够的，他还必须是有对人类优秀品质的正确理解。

57、美好的人生是为爱所激励，为知识所引导的人生。

58、不要害怕怀有怪念头，因为现在人们接受的所有的观念都曾经是怪念头。

罗素名言感悟篇三

罗素集团成员包括英格兰金三角六所高校，以及六所红砖大学。罗素集团的24个成员在qs排名中基本固定在前200名，是英国高等教育的第一梯队。

罗素集团成员院校虽然只占英国大学总数的15%，但每年获得的科研经费和赞助资金占全英大学的65%以上。而通过将科研成果转化为先进生产技术及商业经营方式，集团成员为英国一年做出了341亿英镑的经济贡献。这相当于英国政府每为罗素集团院校提供1英镑的公共科研经费，就会获得9英镑的经济回报。

2、国际化水平高

罗素大学集团与世界各国的高校联盟，如中国c9联盟、国际科技大学联盟、澳大利亚八校集团、环太平洋大学联盟、德国u15大学联盟、日本学术研究恳谈会、加拿大u15研究型大学联盟等均保持合作关系。这意味着这些高校联盟间会开展各种学术合作项目，而学生也有机会参加这些院校间开展的各种交换生项目。

因为排名靠前、教学质量高，罗素集团院校吸引了大批的国际学生。国际生的占比在这些院校的本科阶段达到了35%，在硕士阶段更是高达44%。

除英国本土学生外，中国留学生能在这里接触到来自欧洲、印度、中东等地区的同学，增强自己的国际视野。

3、含金量高

相对来说，罗素集团在英国本地的认可度更高，英国雇主也会更青睐拥有罗素集团院校一等学位的毕业生，所以想要毕业后留英的同学，可以多多参考罗素集团名单；而对于打算

回国就业的大多数同学来说，依然是qs排名参考价值更大。

罗素名言感悟篇四

读完一本书以后，大家心中一定是萌生了不少心得，此时需要认真思考读后感如何写了哦。可是读后感怎么写才合适呢？下面是小编收集整理罗素《幸福之路》读后感，希望对大家有所帮助。

第一章 “什么会让人不快乐”

人，究竟为什么人活着？经常感到不快乐，怎么办？走在地铁站，观察行色匆匆的人们，猜想他们正在经历什么样的生活，也是很有趣的事情。

对什么都提不起兴趣，是让人倍感压力的。像小孩子对世界充满好奇，很难有时间感受不快乐。种种不快乐，有外部制度原因，更多的个人心理。当身处让我们感到极度不愉快的外部环境时，大脑仿佛陷入了一个怪圈，思维也变得停滞，如果时间长了，发现自己正不自觉地被自己曾厌恶的而同化，那种感觉才真是不快乐呢？所以，努力地逃离让自己不舒服的环境，也是获得快乐的有效方法哦。但是因为种种现实原因，无法改变外部条件呢，这时候就需要我们找到自己感兴趣的事情，将注意力集中在可以让我们有幸福感的事物上，不断强大自己的内心，抛弃烦杂的欲望，从让自己快乐的小事做起，或许就会收获一个全新的自我了。

我们都希望被别人赏识或认可，不必为人类的本性而苛求自己。承认自己内心的欲望，感知身边的美好，慢慢走向快乐吧！

第二章 “论拜伦式痛苦”

曾经也有一段耍酷的日子，以为自己是有思想的，与别人与众不同，以为痛苦才是看破红尘的人所应有的。其实，时常痛苦并不会比别人高人一等。封闭自己，拒斥外界信息，陷入自我内心的痛苦，也不会有伟大。

厌恶生活，觉得一切都是虚幻的，鄙视那些现实的人。那个阶段终究还是过去了。真正的现实生活并不是凌空蹈虚的，需要自己去承担责任的时候，一味逃避也不可取，尤其身后有需要自己帮助的人。

所以啊，不要太高估自己的冷静，面对投入式的感情时，不那么成熟，也是情有可原的。因为真正的感情是需要用心来对待的，即使经历过伤害，也不要对真正的感情抱有敌意了，经历会让我们学会更好地与这个世界和解。

第三章 “论竞争”

我们很多人每天都在为生存而努力，为成功而拼搏。有时候，甚至会忘了为什么出发，一旦迈上了这条路，就像上了发条似的，机械地转着，没心情和家人静下来通电话，玩耍的时候也不能全神贯注，仿佛身后始终背负着无形的重担。日复一日的重复与低效，使得整个人身疲力竭，看不到真实生动的生活。应该承认，这种生活并不是我们内心想要的。一味地竞争，希望胜过他人，是没有尽头的，金钱、地位、权势，终是一场空。因为恐惧而努力，导致幸福感越来越低。如何应对成功，是一门需要修行的课。逃避现实也是不可取的，适度地放空自己，累了的时候摆脱负罪感，畅快地休闲一会儿，或许能更好地掌握生活的艺术，平衡好身体和精神的健康。

第四章 “论烦闷与兴奋”

罗素给“烦闷”做了一个界定，“烦闷的本质之一，是现实环境与让人想入非非的更愉快的环境之间存在着反差，它的

另一本质是人的机能没有被完全占用。”感受到烦闷，是很容易焦虑的，试图去摆脱烦闷的过程也会让人身心俱疲。我们为什么这么害怕烦闷呢？或许是欲求的不满足。习惯了刺激的生活，一旦陷入平庸，就会引起烦闷。没有生活重心的人也容易陷入烦闷的情绪，不可自拔。

想起了小时候农村的夜晚，家家户户都待在家里，街上空空荡荡的。躺在床上，只是等待着时间的流逝，没有什么消遣，但那时候也没有感到有多烦闷。而长大以后，如果没有手机或书本，只是等待着时间赶紧过去，那肯定会让人无法忍受。有过监考经历的人也许也会有类似的感受，三个小时，不能看手机或杂书，只是盯着下面答题的孩子，走走动动，会感受到极大的烦闷，时间慢得令人发指。如果一个爱思考的人，或许还可以冥想，会减少些许烦闷。但漫长的时间还是会消耗尽耐心，从而忍受时间的惩罚。

烦闷忍受力需要修炼，人的生活不可能始终有兴奋点。有时候，只有忍受一段时间的单调和烦闷，才能得到我们真正想要的东西，体验到纯粹的快乐。克服现代人对烦闷的惧怕吧，即使处于单调乏味的生活，也多一点忍耐，尽量保持内心的平静，坦然地过好生活。

第五章 “论疲劳”

疲劳是现代人最常出现的状态，长期处于疲劳状态中的人很难感受到幸福。习惯了为未知焦虑的人经常处于不安的状态，晚上不忍放下手机，不然如何忍受那漫漫长夜啊。很多疲劳是焦虑或忧虑而导致的，睡好觉，简单的几个字却很难很难做到，需要极大的心理自律。如果躺到床上后就能抛开一切忧虑，舒舒服服地睡一觉，相信疲劳和忧虑感会减轻很多的。但是啊，思想是难以控制的，内心始终有事儿，为学业，为家人，为未来……似乎胡思乱想成了常态。

“有秩序的头脑就是在合适的时间里充分地思考一件事，而

不是在所有的时间里断断续续地思考这件事。”这句话说得太对了，焦虑的时候提醒自己一下。人的大脑容量是有限的，不要放太多东西，学会减负，果断行动、做决定，是我们所要必须学会的。

焦虑的一大原因是我们太害怕自己办不好某件事，以至于让期待自己的人失望了。但其实别人真没有那么在乎我们，一件事做得好不好，影响不了很远，再痛苦的情绪也会被时间冲淡的。所以啊，在有压力的时候，先定个“番茄钟”，从自己能轻易完成的事情做起，进入状态后再开始稍难的部分，遵从自己的能力，那么貌似难如上青天的工作也没那么可怕了。避免恐惧，能有效地缓解疲劳。如果忍不住要为一些事情恐惧或忧虑，那就不要刻意地玩手机或做一些消磨时间的东西，勇敢地直面恐惧，完全熟悉了以后也会降低恐惧，放松心情。

第六章 “论嫉妒”

嫉妒仿佛伴随我们很久很久了，以至于都把它当成了一种常态。小时候面对的不公平，或许会影响他长大后看待世界与他人的方式。我们都想要幸福，想要公平，但有时候必须得承认这个世界本身就是参差不齐的啊。美与丑，富与穷，智慧与愚蠢，因为参差不齐，所以丰富多彩。

嫉妒感也很正常，但如果转化为羡慕感，会让内心更品格和一些。尤其不要因为嫉妒而去散播流言蜚语，讨论是是非非，这样很不好，攻击他人本身就证明了内心的不强大，输不起，这种情绪可是会带来不幸的。不要以为自己是被全世界嫌弃的人，带着善意去交往，或许会收获一段令人暖心的友谊呢。一开始就是带着别人肯定不会喜欢我的情绪，那么这种印象会诱化自己的语言和行为，而导致别人真的不喜欢自己，从而加深自己的被遗弃感，改变心态真的太重要了。

“有智慧的人是不会因为别人有的东西而放下自己的快乐的。

” 所以啊，多去想自己有的，不要去攀比而自我内耗，享受已有的快乐，避免跟想象中过得更好的人进行比较，永远不满足的状态是会影响很多的。满足自己的天性，像一个智者一样开拓自己的心胸，不断地在求知的路上走很远，“获得宇宙般无限的自由心灵”。

第七章 “论犯罪感”

有罪的人通常会有两种痛苦，悔恨合格忏悔。西方有罪感文化，人生来就是为了赎罪的，为了去往天堂而不敢做坏事，即使犯了罪也会去教堂祷告去赎罪，以免来世入地狱。有信仰和敬畏心的人在犯罪的时候会有所考量的，良心这一关很难跨过去。尤其犯罪都带来被群体驱逐的感觉，人是社会动物，对这种灾难的畏惧也会加剧犯罪者内心的不安。

对于犯罪感，其实也经常发生在我们的身边，比如对于性行为的看法，生理与情感的冲突会使一个人面临道德的百般折磨。在感情中，道德感可能并不是一层不变的，“如何强迫无意识主义到支配我们有意识的思维理性的信念。”稳定自己的价值观与是非观，面对选择，强大自我的理性意识，让自己的内心能更加安宁，实现我们的目标。

第八章 “论被虐狂”

“被虐狂”心理其实深藏在我们很多人内心里，总是杞人忧天地以为全世界都背叛了自己。像祥林嫂一样像别人诉说自己被世人虐待，有智慧的人会分辨出其中的根源。面对流言蜚语，保持一种理性的审视，不论是对自己，还是对他人。祸从口出，每个人都希望别人带着温柔的爱和深深的敬意对待我们，那我们就努力不让做那个让别人心里不舒服的人了。抱着一颗宽容的心，不揭别人的短，学会彼此相悦。相处舒服，不害怕暴露自己的缺点，这应该算是比较理想的相处状态了吧。

不过分夸大自己的价值，也不过分贬低他人，知晓了这一点，相信会让我们在人际关系中少很多阻碍，也能更愉快轻松地生活。如果客观现实真的让我们感到悲哀的话，那也要改变心态，承受人的不成熟与不完善。充分认识四条真理：一是你的动机并不总像你想的那样无私；二是不要过高估计你的价值；三是不要指望别人也像你一样那么看重你；四是不要幻想着大多数人总是在想着怎么害你。勇敢地面对生活中的挑战，也不要轻易地因为他人改变自己一直以来的坚守，用理性与智慧构筑我们的生活，更有力量更从容地实现我们的理想。

第九章 “论舆论恐惧症”

现代社会确实有圈子化和群体化现象，仿佛融不进去群体，我们就会产生被孤立之感，然后承受一些痛苦，或是生活上的挫折，还有可能大量损耗某个人的精力。以对抗身边的敌意。但是啊，我们如果一味地遵从所处群体的风俗，我们很可能会找不到自己的路，误入歧途也不是不可能的。要想真正地快乐，就要学会如何面对舆论，放开自己，遵从内心。一直害怕被舆论压制，得不到想要的幸福，提高我们的承受力和抗打击力，不断地找到自己的生活节奏吧！

第十章 “还可以快乐吗？”

快乐有很多种，但只要快乐了，我们就会感到生命的意义。每个人有自己对快乐的定义，金钱、地位、权势不足以衡量一个人的快乐程度。内心真正感觉自己做的事是有意义的，从中获得内心的满足感，就可能得到快乐。比如无偿帮助别人，会唤起我们对他人的价值感，全力以赴地参与某项科研活动，会让我们由衷地感受到快乐的。

不要太自负，也不要太自卑，平和地对待自己，从我们的身边找到乐趣。必须博士生活也许在很多人看来比较苦，需要长期坐冷板凳，但是我们可以在读书和写文章中找到共鸣点，

提升生命的价值和意义，又有谁能说这种持续的努力不快乐呢？“狂热和嗜好不是快乐之源，只是逃避现实、暂时忘记难以面对的痛苦的一种手段。真正的快乐比其他任何东西都更依赖于对人对物的善意的兴趣。”不妄想支配某个人的思想，也不总是渴望回报，自然而然地喜欢很多人，善意地面对这个世界，我们就会获得真正的快乐。

第十一章 “论情趣”

人与人之间是有很大差别的，与有些人相处的时候，就会发现这个人没情趣，对待生活永远都是敷衍的态度，谈论某些事情也得到的都是一些事不关己的态度。但有些人，你跟他相处，就会有如沐春风的感觉，仿佛他整个人身上都散发着能量。我想，这其中最大的区别就在于这个人是否有情趣。

对生活的抱有积极乐观态度的人会更容易发现事物的美好，对吃饭运动等普通的事，他们也会报之以热情。我们都喜欢这样的人，也想成为这样的人。

我们要发挥我们作为人的主体性，面对生活中的一些挫折或是命运的一些挑战，也能及时转换心态，更好地适应纷繁复杂的生活。活成自己的一束光，也给别人带去能量，这也会给我们带来幸福感。

罗素名言感悟篇五

通过这次的国培学习，不论是教育教学理论或业务水平都有一定的提高。回顾十几年的教学工作，不管别人怎么看，我只觉得自己做的问心无愧。

一、能科学地施教知识，深入学习教育学、心理学、教育方法等方面的知识，把教育理论的最新研究成果引入教学过程，使教育教学的科学性和艺术性高度完整地统一起来。

二、 熟练掌握了现代教育技术的操作和应用。积极参加现代教育信息技术的培训，能够利用现代教育技术，恰当有效地选择教学方法和方式，直观形象地展示教学内容，使教学知识传授与创新思维结合起来，培养学生的创新精神和创新能力。我积极参加镇级的现代教育信息技术操作大赛及课件制作比赛均获一等奖。

三、 有创新的精神。积极开展教育和科学研究，探索新的科学的教育模式，在耕耘中拓宽视野，在执教中提炼师艺，升华师技。形成自己独特的教学风格：我以通过抽象思维和逻辑推理的训练，培养学生的数学思想为目的，善于启发，分析细腻层次分明，注重解题思路的传授和解题技巧的总结。

四、 有爱心。我始终认为：教师就必须用教师的职业的爱去对待每一个孩子，在孩子有困难时，在孩子做错事时，在孩子得到进步时，作为教师才能一视同仁的对待，教师的爱就是渗透在平时的点滴中，贯穿在孩子成长的每一个阶段。教师不仅要有这种做人的威望，人格的力量，令学生所敬佩，还要以最佳的思想境界，精神状态和行为表现，积极地影响和教育学生，使他们健康成长。正如奥地利教育哲学家马丁·布贝尔所说：“教师只能以他的整个人，以他的全部自发性才足以对学生的整个人起真实的影响”。教师应把言传和身教完美结合起来，以身作则，行为示范；热爱学生，关心学生，建立平等的师生关系；仪表端庄、举止文雅，以自己的言行和人格魅力来影响学生。

很长一段时间内“没有教不好的学生，只有不会教的教师”这个极端的教育口号像枷锁一样天天束缚着我，使我常常生活在自责和愧疚之中，使我天天怀疑自己的教育教学能力，我真的就认为我就是那个不会教的教师，否则为什么会有部分学生不会学习呢。后来通过学习相关理论及多方面的实践探索请教我才知道，它只是一种浪漫主义的宣传鼓励口号，而绝不是评价教师工作的客观标准。

教育是一项繁琐的工作，在日复一日的教学生活中，面对一些顽劣的学生，恨铁不成钢的心理会左右自己的情绪，另外过于看重学生成绩，偏离了素质教育的轨道，有时候会茫然不知所从，不能坦然面对学生的错误，影响了与学生感情上的沟通和交流，也是存在的问题。因此怎样克服工作中的急躁情绪，尊重每一个孩子，真正做到蹲下来给学生说话，还需要在以后的工作中进行调整。

总之，在今后的教育教学工作中，我会认真遵循“教书育人”的工作准则，把书教好，用新观念育出不同的人才，以适应新世纪对教师，特别是优秀教师的要求。

罗素名言感悟篇六

春华秋实，岁月潇湘。转眼期盼许久的为期一个月的社会实践就过去了。记得罗马法学家塞尔苏斯曾说过：“法乃善与正义之科学。”第一次参加社会实践，我明白中学生社会实践是引导我们学生走出校门，走向社会，接触社会，了解社会，投身社会的良好形式；是培养锻炼才干的好渠道；是提升思想，修身养性，树立服务社会的思想的有效途径。通过参加社会实践活动，有助于我们在校中学生更新观念，吸收新的思想与知识。

近三个月的社会实践，一晃而过，却让我从中领悟到了很多东西，而这些东西将让我终生受用。社会实践加深了我与社会各阶层人的感情，拉近了我与社会的距离，也让自己在社会实践中开拓了视野，增长了才干，进一步明确了我们青年学生的成材之路与肩负的历史使命。社会才是学习和受教育的大课堂，在那片广阔的天地里，我们的人生价值得到了体现，为将来更加激烈的竞争打下了更为坚实的基础。我在

实践中得到许多的感悟!

在这次实践中，让我很有感触的一点就人际交往方面，大家都知道社会上人际交往非常复杂，但是具体多么复杂，我想也很难说清楚，只有经历了才能了解.才能有深刻的感受，大家为了工作走到一起，每一个人都有自己的思想和个性，要跟他(她)们处理好关系得需要许多技巧，就看你怎么把握了.我想说的一点就是，在交际中，既然我们不能改变一些东西，那我们就学着适应它.如果还不行，那就改变一下适应它的方法。让我在这次社会实践中掌握了很多东西，最重要的就是使我在待人接物、如何处理好人际关系这方面有了很大的.进步。同时在这次实践中使我深深体会到我们必须在工作中勤于动手慢慢琢磨，不断学习不断积累。遇到不懂的地方，自己先想方设法解决，实在不行可以虚心请教他人，而没有自学能力的人迟早要被企业和社会所淘汰。

这周六，我看了安全教育的电视节目。节目内容分为五个部分：地震、火灾、溺水、洪水和交通事故。我最关注的是关于交通事故的部分。

交通事故讲的是在马路上的安全知识。比如，不要在机动车道上追跑打闹，不要在机动车道上骑车、或拦住车辆，不要翻越车道中间的栏杆。

预防火灾的主要有：晚上不要点蜡烛看书，不要玩明火。如果发现身上有火，不能快跑而是赶紧在地上打滚。

地震来时，应该保护好头部，快速躲到不易倒塌的物体下，如果被埋在废墟下，千万不要大喊，，用敲击的方式来引起救援人员的注意，如果有条件，可以适当补充食物或者水等。

这次节目，我学到了很多安全知识。

罗素名言感悟篇七

1. 战争不决定谁对了，只决定谁留下了。
2. 须知人生的参差百态，乃是幸福的本源。
3. 你能在浪费时间中获得乐趣，就不是浪费时间。
4. 一切伟大的著作都有令人生厌的章节，一切伟人的生活都有无聊乏味的时候。
5. 人的一生就应该像一条河，开始是涓涓细流，被狭窄的河岸所束缚，然后，它激烈地奔过巨石，冲越瀑布，渐渐地，河流变宽了，两边的堤岸也远去，河水流动得更加平静，最后，它自然地融入了大海，并毫无痛苦地消失了自我。
6. 在一切道德品质之中，善良的本性在世界上是最需要的。
7. 如果一听到一种与你相左的意见就发怒，这表明，你已经下意识地感觉到你那种看法没有充分理由。如果某个人硬要说二加二等于五，你只会感到怜悯而不是愤怒。
8. 我绝不会为我的信仰而献身，因为我可能是错的。
9. 太强的自我是一座牢狱，倘你想完满地享受人生，就得从这牢狱中逃出来。
10. 数学，正确地看，不仅拥有真，也拥有至高的美。一种冷峻而严峻的美，一种屹立不摇的美。如雕塑一般，一种不为我们软弱天性所动摇的美。不像绘画或音乐那般，有着富丽堂皇的修饰，然而这是极其纯净的美，只有这个最伟大的艺术才能显示出最严格的完美。
11. 言论自由只有在政府认为它自身安全的时候才存在。

12. 不用盲目地崇拜任何权威，因为你总能找到相反的权威。
13. 恐惧是迷信的根源，也是造成残忍的主要原因之一，智慧始于征服恐惧。
14. 幸福的秘诀是：尽量扩大你的兴趣范围，对感兴趣的人和物尽可能友善。
15. 人的情绪起落是与他对事实的感知成反比的，你对事实了解得越少，就越容易动感情。
16. 人生而无知，但是并不愚蠢，是教育使人愚蠢。
17. 参差多态乃是幸福之本源。
18. 只凭阅读本身，并不能提高我们对任何事物的理解能力。如果一生中能读到一本好书，在阅读中又感到乐趣，这种乐趣又把我们引深到思考中去，在思辨中再得到更大的乐趣，这才是一本好书应有的价值，也是它真正存在的意义。
19. 眼光长远是理性的，但也是苦闷的，因为美好永远在将来，当下永远有苦难。
20. 这个世界最大的麻烦，就在傻瓜与狂热分子对自我总是如此确定，而智者的内心却总充满疑惑。
21. 放弃自己想要的某些东西，是幸福生活不可或缺的一部分。
22. 记忆和证言对科学至关重要。
23. 使我们无法自由和高尚地活着的，最主要原因是对财富的迷恋。
24. 欲望使人即使到了天堂也会坐立不安。

25. 世界充满了神奇的东西，它们在耐心地等待我们变得更有智慧。
26. 父亲们最根本的缺点，在于想要自己的孩子为自己争光。
27. 你的每一项专长都能为幸福铺路。
28. 人之所以有道德，是因为受到的诱惑还不够大。
29. 过分的自信很容易使人产生毁灭性的傲慢。
30. 一个有勃勃生机与广泛兴趣的人，可以战胜一切不幸。
31. 一个明智地追求快乐的人，除了培养生活赖以支撑的主要兴趣之外，总得设法培养其他许多闲情逸致。
32. 精神崩溃的一个最初征兆，就是坚信自己的工作非常非常重要。
33. 日常生活中的知识有三种缺陷：自以为是、含混和自相矛盾。
34. 所谓幸福的生活，必然是指安静的生活，原因是只有在安静的气氛中，才能够产生真正的人生乐趣。
35. 意识到时间并不重要乃是智慧之门。
36. 世上的麻烦是这样的，愚者过于自信而智者满腹怀疑。
37. 康德说过，他不担心被证明有错误，却担心被误解。
38. 许多人宁愿死，也不愿思考，事实上他们也确实至死都没有思考。
39. 人的真实生活不在于穿衣吃饭，而在艺术、思想和爱，在

于美的创造和冥想以及对于世界的合乎科学的了解。

40. 当心灵回到起点时,它已经在过程中有了新的觉悟。

罗素名言感悟篇八

一个学期以来,学习《教育技术学》使我受益匪浅,我不光学到了许多有关于教育技术的理论知识,更为重要的,通过实践操作,我掌握了思维导图、photoshop、premiere等软件的使用方法。一些我在学教育技术学之前已经初步掌握的技术,例如制作ppt。在学习了教育技术学之后,我对它们的功能有了进一步的了解,这使我不仅限于“会”的阶段,运用起这些技术来更加得心应手。

在学习教育技术学之前,我对这门课程了解不多。我只知道老师上课所需要的ppt是教育技术的一部分。在学习开始之前,我通过阅读教材、搜索资料,对教育技术学有了一定的了解,也知道了其重要性。它的用处极大,当然不仅限于老师上课使用的ppt。下面是我对教育技术重要性的认识以及学习教育技术的过程。

作为一个师范生,教师是我将来最有可能从事的职业,为此,学习教育技术学对于我来说,是必要的。我们师范生通过现代教育技术的学习,可以了解现代教育思想和理论,掌握利用教育技术进行教学的技能,通过信息技术与学科课程的有机整合来实现理想的学习环境和全新的、能充分体现学生主体作用的学习方式,从而彻底改革传统的教学模式,培养大批具有21世纪能力素质的人才,提高师范生的信息化教学水平。所以在信息化社会,教育技术能力是每一个师范生应具备的基本素质,是当代教师必备的能力素养,也是教师从教的基本要求。此外,我认为,现代教育技术不仅是师范生、教师的必修内容,它对于其他人也是有所裨益的。因为这些现代教育技术不仅可以应用到教育事业中去,它还可以运用

到学习、科研、一般工作等中去。如学生可以运用思维导图整理归纳自己所学的知识，有助于更好记忆；员工报告业绩□ppt是常用的技术手段；而制作电子相册、编辑视频则是日常生活中常常需要用到的技术。

虽然已知学习教育技术是必要的，但是在初学教育技术的阶段，我因为不得要领、学得吃力而对这一门课感到厌倦。幸而老师总是对我们很耐心，在我们理解困难的环节上总是不厌其烦一讲再讲，我总算跟上了老师的步伐。在逐渐的学习中，我慢慢摸到了这门课的学习方法——把书本、老师的课堂教育和课后的自我练习结合起来。每次上新课之前，我总是将老师上节课已经布置下来的学习内容预习一遍，该下载的软件都下载下来，课上好好照着老师的方法进行操作，课后我再独自将课上学习的内容再温习几遍。这样下来，我在课堂上总是觉得得心应手，老师教过的知识和技能，也能牢记在心。

每当我看到自己制作的ppt□通过photoshop美化处理的图片等等，我感到十分的自豪与愉悦。诚然，通过付出而获得的回报是最令人觉得心安、理所当然的。教育技术学就是这样一门课程，总是有付出就有回报。它不需要经年累月的知识的积累，也不要求人日复一日地艰苦练习，它能使人在相对短的时间里掌握一些技能。但它却不是“来得快也去得快”的，教育技术学包涵的内容，假如你学会了，它们可以被重复运用在日常学习生活中。不过需要注意的一点是，虽然现阶段的教育学具有相对的稳定性，但是它并不是永远一成不变的，它是有其新陈代谢的周期的。这不仅是教育技术的特点，是整个技术领域的特点。有时，当新的技术出现，旧的技术甚至会被取代，如黑板粉笔曾作为主要的教育工具，如今地位已经大不如前。教育技术的这些特点都要求我们要树立终身学习的观念，活到老学到老，紧跟时代的步伐。

这一学期的《教育技术学》学习即将告终。回望这一段时间，经过这一学期的学习，我已经掌握了不少教育技术，以后我

一定好好运用这些知识。虽然这学期的《教育技术学》的学习即将告一段落，但这只是我一个阶段学习的结束，课程结束后，我一定会利用各种资源加固加深对教育技术学的学习。我相信，教育技术学的地位将日益重要，教育技术的作用也会越来越突出。我一定将在教育技术学这门课程上学到的东西应用到实践中去。

罗素名言感悟篇九

- 1、从伟大的认知能力和无私的心情结合之中最易于产生出思想智慧来。
- 2、只有同这个世界结合起来，我们的理想才能结出果实；脱离这个世界，理想就不结果实。
- 3、作为一个人，对父母要尊敬，对子女要慈爱，对穷亲戚要慷慨，对一切人要有礼貌。
- 4、荣耀归于身经无数年代战斗的勇猛战士，他们已为我们保有了无价的自由遗产。
- 5、在一切道德品质中，善良的本性是世界最需要的。
- 6、惟有对外界事物抱有兴趣才能保持人们精神上的健康。
- 7、一个明智地追求快乐的人，除了培养生活赖以支撑的主要兴趣之外，总得设法培养其他许多闲情逸致。
- 8、在各种各样的谨慎中，恋爱时也许是最有碍得到真正的幸福的。
- 9、“现在”是刚过去的时间上的一个“点”。
- 10、你能在浪费时间中获得乐趣，就不是浪费时间。

11、希望是坚韧的拐杖，忍耐是旅行袋，携带它们，人可以登上永恒之旅。

12、你被人谈到的机会越多，你就越希望被人谈到。

13、一个有勃勃生机与广泛兴趣的人，可以战胜一切不幸。

14、读一部书有两个动机：一个是你喜欢它，另一个是你可以夸耀它。

15、能聪明地充实闲暇时间是人类文明最新成果。

16、在一切道德品质之中，善良的本性在世界上是最需要的。

17、伟大的事业是根源于坚韧不断地工作，以全副精神去从事，不避艰苦。

18、在世界上一切道德品质之中，善良的本性是最需要的。

19、一个人即使已登上顶峰，也仍要自强不息。

20、良好的人生是受行动并受智慧指导的。

21、惧怕爱情就是惧怕生活，而惧怕生活的人就等于半具僵尸。

22、我的人生正是：使事业成为喜悦，使喜悦成为事业。

23、青年时期是豁达的时期，应该利用这个时期养成自己豁达的性格。

24、人类一切的活动都发生于两个冲动与愿望。

25、人生中最难学的便是过那座桥，烧那座桥。

26、人的真实生活不在于穿衣吃饭，而在艺术、思想和爱，在于美的创造和冥想以及对于世界的合乎科学的了解。

罗素名言感悟篇十

你的音乐的光辉照亮了世界。你的音乐的气息透彻诸天。你的音乐的圣泉冲过一切阻碍的岩石，向前奔涌。——泰戈尔
以下是小编为大家整理的经典励志语录75句，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

1、风铃，风铃发出悦耳的声音，让我非常陶醉，总是静静地想，如果我有一串风铃那该多好。

2、若没有苦难，我们会骄傲；没有沧桑，我们不会用同情心去安慰不幸的人。

3、我错了，我不对，我低头，我认罪！！！实际上我比窦娥还冤哪！

4、在这个一切都如同梦幻的世界上，永存不逝，那一定会深自悔恨。世上的万物，世上的人们以及人们的心灵，都要消失，因为它们的美有一部分本来就由这不幸所形成。

5、在生活中，一个懂得爱护自己的人，就是要相信自己，爱惜自己，无论是怎样的生命，都是世界上独一无二的风景。

6、记住成功第一步，赶走旧观念，培养成功的观念。为日后独自做成功的决策，打下坚固的思想基础。这样你才不会被那些闲言碎语绊住了脚步，因为你知道，他们都是正确的，只有自己拥有成功的想法，有成为“卓越人”的秘诀。

7、奋斗目标决定你将成为怎样的人。

8、爱是什么？我不知道，只要你幸福就好！爱是什么？我不

知道，只要你健康就好！爱是什么？我不知道，只要你快乐就好！默默的望着你也是一种幸福！

9、凡是不如意的人都喜欢缅怀过去，如意的人都不管将来。

10、你不知道我有多么的喜欢你，只是我一直在等你，等一句你爱我，我们就在一起。

11、从泥土的束缚中释放出来，树木并没有获得自由。

12、世界上有两个我，一个假装快乐，一个真心难过。假装快乐，不是因为能得到什么，而是害怕失去继续爱你的勇气；感到难过，不是因为你欺骗了我，而是因为我再也不能相信你了。

13、一个人只要有了雄心、目标和借口，就能应付各种复杂的局面。

14、千万不要相信“女孩子不用在乎自己外表”这样的话，因为当你有一天又瘦又美的时候，你会发现自己的人生就像开挂一样。

15、通过你的行动，做一个有自控力的榜样，你会发现，自己也会变得和缓、沉稳。

16、不知道从什么时候开始我开始在意自己的形象语言动作表情，整个人变得神经兮兮，这一切的原因都是因为你。

17、送别的场景就这样留在了记忆最深处，看着你们远去的背景，心里的酸涩只有离别的人才能够体会。

18、忠、孝、仁、义、礼、智、信，核心都是责任。

19、长大后慢慢就会明白，很多能问出来的问题都是心里有答案的，不知道答案的问题永远都不敢问。

20、纪律，在哪里都重要。这个纪律广泛上说包括为人处世道德准则，国家法律法规政策，市场经济运行规律。也许你遵守纪律并没有得到些什么，但是你不遵守纪律一定会让你损失些什么。

21、年轻的时候，灵魂配不上自己的肉身，人到中年，身体又渐渐开始配不上自己的灵魂。一个夜晚紧跟着一个白天，人一生真的是处处不缺叹息声。

22、秋风纷扰着，便意味着你离我远去。失去继续微笑。

23、世界很大，就像一个永远无法实现的梦。世界很小，就像一座城梦刚开始的地方。

24、等来了天长，却是没有等到地老，那个明天，那个承诺的永远，到如今只是一个传说，红尘面前，我曾立下誓言，爱情永远不老，爱情永远执着，时光的一纸墨泪，飞零落处，只有把思念开始深埋在心底。

25、不能再次相聚，执手相看泪眼，成了默剧。生活是自己的杯具，别人眼里的喜剧。

26、经验因企图而生，不论从事什么活动，最重要的是认识自己的念头、情绪和感知是自然现象。既不抗拒，也不迎受，只是单纯认出那个经验，让它自然流逝。如果能持续这样练习，我们将会发现自己逐渐有能力应付以往觉得痛苦、害怕或悲伤的情况。我们将会找到一种不是源于自大或傲慢的自信。

27、上帝总是要拿去你什么东西的时候，先给你足够的快乐。

28、做人就做一个别人需要你的人，而不是你总是需要别人的人。

29、人生充满各种中转站，你知道你到这里只是为了去另一个地方，可就是这样的中转站，给了你足够的休息时间和力量。

30、不懂得谦卑，不懂得尊重别人，到头来伤害的还是自己。而那些真正做大事业的人，会像水一样至柔至刚，不争一时的长短，得理也会饶人。

31、别人有困难时，主动帮助，多多鼓励。

32、去一个地方，想念一个地方，都是因为那里的人，而不是那里的风景，一个城市会跟自己联系起来，也是因为那里有和自己相关的人，有你放不下的。

33、沟通的责任在于信息的发出者一方。

34、尊重自己，别人才会尊重你。

36、敬人不必卑微，卑微则显奴气，有礼有节即可。

38、世界上最伟大的事业都是由那些工作起来有条不紊、时间安排得当的人完成的。能够在这个世界上留下印迹的人无不懂得时间的可贵，无不惜时如金。

41、生在农村，努力打拼，历尽艰辛，做城里人，到了城市，没有房子，三十多岁，才娶妻子，过好几年，有了孩子，读书工作，要托门子，终老一生，就缺票子。

42、能驾驭你的人，都是你心甘情愿，视如生命爱的人。

43、努力了不一定有收获，不努力就一定没有收获，至少前者还有机会。

44、令人心痛但却纯粹，像天使的眼睛一般，清澈透亮的。
《天使之眼》

45、看别人的生活就好像在看台上观看斗牛比赛，我们在喧闹的高台上观看这一幕幕扣人心弦的场景，如果不了解牛的利刃穿身之痛，我们所做的只是喝彩，不停地喝彩。

46、对自己的商品要百分百的坚信，坚信商品一定可以给客户创造价值。

48、就算只是鸡毛蒜皮的小事，对在等回音得对方可是大事。自己主动接近，不仅可以减轻对方的负担，对自己也是好事。毕竟比起被人逼著回答，自己主动说明心情会轻松得多。

49、我不认为这个世界比构筑积木更加复杂，也不认为不久我必将走向那里的所谓“社会”比童话世界更加光怪陆离。一种界定在无意识中开始了。于是，所有的空想从一开始就在对这种界定的抵抗之下，不可思议地渗透完整的，类似其自身的一种热烈意愿的绝望。

50、他从来就是这样的人，说得少，做得多，一旦答应了什么，就是承诺。

51、有些事情，是冥冥中注定的，算再不情愿，也只能承受。一路上，不要害怕寂静与孤独，唯有它们会与我们长相厮守。晚安。

52、我还是相信，星星会说话，石头会开花。穿过夏天的木栅栏和冬天的风雪之后，你终会抵达。因为爱着，就算痛到极致，我们不会老去。

53、现在在一起的时光 是我们以后各自回忆的成本 因为我们没办法在一起。

54、街头巷尾所有美丽故事殊途同归的始末，那些被遣散的隐忍心情，在路途的惧怕中逐渐遗忘。

55、过去就像回形针，把青春一页页的固定，然后变成了一本不被出版的书。

56、人生有尺，做人有度，什么都可以舍弃，但不可舍弃内心的真诚；什么都可以输掉，但不可输掉自己的良心。

57、缄默是一种处世哲学，用得好时，又是一种艺术。

58、在这个明媚的人间四月天呀，要开心的过好每一天，并且保持努力不松懈，不负春光不负己。

60、一个人时好想找个人来陪。一个人失去了自己，不知还有没有要再追的渴望。

61、这是一个悲剧，但最终还是有一个充满光明和希望的结局，而小说存在的意义，无非是加强人们的信念，让人们看到生活的活有所值。

62、辛弃疾有句话，“事无两样，心有别”。外在的失去或获得都不构成人最本质的惩罚或者奖赏。人面对的最大困难始终是自己。有时候是一根羽毛落下来就不行了，有时候泰山压下来都没问题。对于我来说，我不担忧失去什么，而是担忧会来什么。害怕自己忽然对一切都感到失望、没有兴趣。

63、有在最喜欢的时候穿上美丽的衣服，没有在最纯粹的时候把这种纯粹表达出来，没有在最看重的时候去做想做的事情，以为将来会收获丰硕，结果全都变成小而涩的果。

64、就算我知道努力就会有收获是瞎扯，但我还是要继续下去，因为除了努力，我别无选择。

65、就算再不起眼肯定也会遇到好事的。

68、与其以后失望，不如刚开始就只好抱期望。

69、有些人，在心底从来没忘记；有些事有些梦，还找不到谜底；有些话，越欲言又止就越是动听。让咱们靠近，想悄悄告诉你，多爱你。很多事情永远都想不通，想不通为什么睁开眼，你就不是我的了。

70、在我的概念里，拿什么护照不重要，重要的是走遍天涯海角我都是一个中国人。

71、我把正因为有昨天的我才会有现在的我的事实刻在了心上。

72、当一个人成不了艺术家时，他就成了评论家。

73、当你低头于每一天的工作的时候，你恰恰正在书写历史，关键在于你有没有决心在每天都改变历史，而不是重复。

74、每一个困难处境都蕴藏着一个同等程度或者更大的机会。

75、幸福是爱的时候有人爱，想吃的时候有饭吃。