# 2024年笑对人生苦难的事例 人生苦难格言(优秀15篇)

作者：深海探秘 更新时间：2024-03-27

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。笑对人生苦难的事例篇一1.当一个人先从自己的内心开始奋斗，他就是个有价值的人。2.盛年不重来*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**笑对人生苦难的事例篇一**

1.当一个人先从自己的内心开始奋斗，他就是个有价值的人。

2.盛年不重来，一日难再晨。

3.人生不售来回票，一旦动身，绝不能复返。

4.人的活动如果没有理想的鼓舞，就会变得空虚而渺小。

5.不经巨大的困难，不会有伟大的事业。

6.生活就像海洋，只有意志坚强的人，才能到达彼岸。

7.成功不是凭梦想和希望，而是凭努力和实践。

8.即使爬到最高的山上，一次也只能脚踏实地地迈一步。

9.积极思考造成积极人生，消极思考造成消极人生。

10.积极的人在每一次忧患中都看到一个机会，而消极的人则在每个机会都看到某种忧患。

11.成功源于不懈的努力。

12.旁观者的姓名永远爬不到比赛的计分板上。

13.一个人炫耀什么，说明内心缺少什么。

14.志在山顶的人，不会贪念山腰的风景。

15.如果心胸不似海，又怎能有海一样的事业。

16.对的，坚持;错的，放弃!

17.活在当下，别在怀念过去或者憧憬未来中浪费掉你现在的生活。

18.即使光环已不再也不要放弃你的梦想。

19.等待机会，是一种十分笨拙的行为。

20.成功者绝不放弃，放弃者绝不会成功。

21.当有人说你是傻瓜时，证明你离成功不远了。

22.强者向人们揭示的是确认人生的价值，弱者向人们揭示的却是对人生的怀疑。

23.理想的路总是为有信心的人预备着。

24.挫折时，要像大树一样，被砍了，还能再长;也要像杂草一样，虽让人践踏，但还能勇敢地活下去。

**笑对人生苦难的事例篇二**

\"从沙城暴中逃出的你已不再是跨入沙尘暴时的你。这是村上春树在《海边的卡夫卡》中写到的一句话。

人生中的苦难总是在不经意间降临，我们不能逃避，也无法逃避。

高士其是一位著名的科普学家，在国外留学时的他在一次实验中意外地打破了一个装有脑炎过滤性病毒的玻璃瓶。病毒不慎侵入了他的小脑，留下了身体致残的祸根。

饱受病毒摧残的他难道就从此一蹶不振？不，他没有。虽然他日夜被病毒折磨，但他依然坚持学完了芝加哥大学细菌学的全部博士课程。随着病情的加深，回国后的高士其已经半瘫，说话和行动都十分困难，到后期甚至连睁眼和闭眼都需人帮助。

正如余世存所言：\"苦难是人生的必由之路，我们唯一需要记取的，是能否配得上所受的这些苦难。苦难并不可怕，可怕的是他并没有给你前进的动力，成为你成功的奠基，而是成为将你拖入深渊的沼泽。高士其的苦难并没有将他打倒，而是成为了他前进的脚踏石，这才算配得上它所受的苦难。

不能杀死你的，最终都会使你更强大。显然，苦难并没有让他们挫败停滞，而是使他们的意志更加坚定，敢于面对一切，愈战愈强。

困难与折磨对于人来说，是一把打向坯料的锤，打掉的应是脆弱的铁屑，锻成的将是锋利的钢刀。当我们经历过锤子的击打后，如何面对它的态度，便是能否锻成钢刀的关键。

当我们把苦难当作涅槃重生烧不尽的蓬勃野草，当做泥泞湿冷沼泽上的绚丽星空，一切的苦难只不过是苦尽甘来后的美好。而我们自己，也终将不再是踏入沙尘暴时那个迷茫胆怯的身影。

**笑对人生苦难的事例篇三**

\"从沙城暴中逃出的你已不再是跨入沙尘暴时的你。”这是村上春树在《海边的卡夫卡》中写到的一句话。

人生中的苦难总是在不经意间降临，我们不能逃避，也无法逃避。

高士其是一位著名的科普学家，在国外留学时的他在一次实验中意外地打破了一个装有脑炎过滤性病毒的玻璃瓶。病毒不慎侵入了他的小脑，留下了身体致残的祸根。

饱受病毒摧残的他难道就从此一蹶不振?不，他没有。虽然他日夜被病毒折磨，但他依然坚持学完了芝加哥大学细菌学的全部博士课程。随着病情的加深，回国后的高士其已经半瘫，说话和行动都十分困难，到后期甚至连睁眼和闭眼都需人帮助。

正如余世存所言：\"苦难是人生的必由之路，我们唯一需要记取的，是能否配得上所受的这些苦难。”苦难并不可怕，可怕的是他并没有给你前进的动力，成为你成功的奠基，而是成为将你拖入深渊的沼泽。高士其的苦难并没有将他打倒，而是成为了他前进的脚踏石，这才算配得上它所受的苦难。

不能杀死你的，最终都会使你更强大。显然，苦难并没有让他们挫败停滞，而是使他们的意志更加坚定，敢于面对一切，愈战愈强。

困难与折磨对于人来说，是一把打向坯料的锤，打掉的应是脆弱的铁屑，锻成的将是锋利的钢刀。当我们经历过锤子的击打后，如何面对它的态度，便是能否锻成钢刀的关键。

当我们把苦难当作涅槃重生烧不尽的蓬勃野草，当做泥泞湿冷沼泽上的绚丽星空，一切的苦难只不过是苦尽甘来后的美好。而我们自己，也终将不再是踏入沙尘暴时那个迷茫胆怯的身影。

**笑对人生苦难的事例篇四**

在每一个人的人生中，总会经历苦与乐，，而是在苦中经历了甜，我也有过这样的经历：

在小学生涯中，都会有一场决定命运的考试——小升初。

我上五年级并且快考试之前，是十分煎熬的。并且对于我这个中等偏下的学生来讲，复习的知识点也是十分困难的。

我回到家后，便开始写作业，老师留的作业十分多。尤其是是数学，我对数学是一窍不通，我能做上来的题很少，只能把不会的题留下来让家长讲，做完作业已经十点了。作业写完了，心里有一点点激动，我突破了一道难关。为了能让数学考个高分，我决定在复习一会，百分数的定义，统计图的作用，等等都是要背的，我克服了想睡觉的想法一点一点的背起来，背完以后，我又开始做练习题，做的是十分艰难，哈欠也连接不断的打个不停，但是我还是做了下来，时间一点一点的过去了，大约十二点了，我做完了，我平时对数学一窍不通，虽然不敢保证全对，但这是我自我经过思考做出来的，有一点小小的开心。

我直接躺在床上睡着了。第二天，凌晨五点，我被闹钟吵醒，发现老妈还没起床，便背了一会课文，背着背着才发现之前背过的差不多忘记了，读一遍又有印象，所以北的很快。

到学校后，状况也好不到哪去，只是上课老师讲的那些知识搞懂了，练习题不会的要比昨日要好一点。总算没有白费，还是有一点高兴。

回到家后，我继续写作业，虽然很多，很难但这已经不算什么了，依旧十点左右写完了作业，继续复习，我做了一下综合考试的卷子，题目好难呀，都是我没复习到的。我细心琢磨每一道题，把题读清楚，抓住关键的字，做得很慢很慢，看着姐姐香喷喷的睡着，我的睡意也忍不住上来，但为了考个好成绩，坚持。

在考试的前几天，老师让我们做了一张期末综合卷，经过我长时间的复习，那些填空题，应用题已经不难了。心里难免有点高兴，心里感觉甜甜的。

日子一天天过去了，到了最关键的时候，数学统测卷发下来一看，眼花缭乱，题目就应很难吧，经过几十分钟的思考与解题，突然觉得题目是那么简单。

成绩考的还算不错吧，复习阶段的辛苦付出最后有了我应有的回报。我心里暖暖的，我实在太兴奋了，得了90多分。

再经历了苦之后自然会有乐，只有坚持不懈的努力最终才会尝到甜头这就是我的苦与乐。

**笑对人生苦难的事例篇五**

古人有云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨。”

——题记

河蚌忍受巨大的痛苦，最终孕育出晶莹的珍珠。依米花挺过数年的风沙，终于绽放出最美的花朵。人生唯有经历苦难与挫折，才能放出耀眼的光辉。

苦难固然是可怕的，但它又是人们成长的催化剂。每个人都可能经历过“十年生死两茫茫”的悲痛，也可能有过“花自飘零水自流”的黯然神伤，但也只有经历这些，才可能“一览众山小”。面对挫折，我们不应轻言放弃、消极沉沦，如此下去只会毁了自己。我们应认真反思，积极面对，以良好的心态、昂扬的斗志迎接新一轮的挑战，走出低谷，勇攀人生高峰。苦难不应成为我们成功路上的绊脚石，反应是我们的垫脚石，因为它使我们深刻反省到自己的错误所在，吸取经验教训，为日后的前进积累宝贵财富。

在现在的学习生活中，我们难免会遇到挫折、经历苦难。一次测验的失意，老师父母的责骂与不理解，同学之间的矛盾都可能使我们对未来失去自信。但我们是否想过，如果没有考试的失败，我们就不会发现自己的不足，更没有机会改进。如果没有老师父母的督促，我们就不会继续前进，感受人间真情。如果没有与同学发生矛盾，我们又怎会掌握处世之本，发觉友谊的可贵？唯有经历挫折，我们才能使自己的意志坚强，渐渐明白成长并非一帆风顺，从而坚定目标，更好的发掘自己的潜能，最终登上成功的峰顶。

感谢苦难，因为它为我们指明正确的方向。感谢苦难，因为它给我们提供了跨越障碍的.动力。感谢苦难，因为它成就了我们的人生！

朋友们，我们的成长离不开苦难，苦难造就我们的成功！

**笑对人生苦难的事例篇六**

不经一番彻骨寒，哪能闻得梅花香；不经历一场风雨，怎能见到绚丽彩虹；不经历一番波折，怎能看到希望就在前方；不体会一种苦难，哪能获得鲜花与掌声？成功就像是冬日里的梅花一样，必须熬到冬天来了才会遇到它的花期，只有经受了寒冷的洗礼才会绽放它的花苞，只有挨住了风雪的袭击才会弥漫它的芳馨。

如果说彻骨的寒冷是梅花必须经历的考验，那么苦难就是一个人获得成功的必经之路。一个人只有在困境中迷茫过，在深渊里绝望过，在黑暗里挣扎过，他才会懂得成功的不易，明白人生的艰难，体谅世道的辛酸。与此同时，一个人只有走过荆棘之路，度过坎坷难关，熬过风雨席卷，扛过挫折失败，他才会变得无惧无畏，才会走得义无反顾。

众所周知，伟人之所以成为伟人，必定经历过很多常人所不能忍受的苦楚，体验过很对平常人所不能理解的辛酸，而正是因为这样，他们才会变得那么的通透，那么的理智，那么的坚强，那么的`伟大。

就像贝多芬一样，他不仅用苦难成就了自己的音乐梦，更是把整个世界的音乐推向了高潮，让自己的作品得到了整个世界的认可。就如同霍金一般，他不仅用苦难演绎了自己的英雄梦，更是为人类解开了很多未知的宇宙奥秘，让人类在空间研究，时间探秘，宇宙探索的征程向前迈进了一大步。就宛如司马迁一样，他不仅用苦难书写了自己的生命史诗，更是在绝境当中为我们留下了亘古通今的《史记》，让世人所敬仰，让同胞所震撼，让后人所受其益，让世代所受其利。

纵观古今，在苦难中成就自我，在逆境中成就人生的英雄人物真可谓数不胜数，可是我想说的是：我们不应该一味羡慕别人的人生，一味慨叹别人的壮举，相反，我们应该以史为镜，以人为鉴，做一个坚强坚毅的人，做一个无惧无畏的人，做一个不怂不怯的人，做一个通透明理的人。只有这样，我们才能“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海。”唯有这样，我们才能“会当凌绝顶，一览众山小。”

苦难成就人生，愿我们每个人都能在苦难中活出精彩，成就一番轰轰烈烈的事业。

文档为doc格式

-->

-->[\_TAG\_h3]笑对人生苦难的事例篇七

蚕作茧自缚，它渴望苦难，为的是破茧之后自己能得到一双力翅。

小草从黑暗深土中向上跋涉，它渴望苦难，为的是寻求自己渴望已久的甘露和阳光。

……

诺贝尔在自己的科学事业有很高声誉的时候，没有安逸享乐，相反，他不放过实验中出现的细小漏洞与失误，企求的是从困难中使自己不断探索前进。

中国一代富豪李嘉诚，他不给自己的儿女出一分钱，而让他们自己去闯天下，接受困难的挑战与洗礼，懂得真正的幸福真谛。

可以说，人们需要困难，没有困难的生活是枯燥的，乏味的，没有生机活力的。正因为人们经历无处不在，无时不有的苦难的冲击，才学会了什么是坚强意志，才更富有同情心，才有真正的幸福情感。

“如果一切生命都不去石缝间去寻找立足之地，那么飞鸟将无处栖息;如果一切生命都只贪念于黑沃的土地，那又怎能完备自己抵御风险的能力?”它告诉我们，人需要苦难，需要磨炼，这样才能有发展。

“宝剑锋从磨炼出，梅花香自苦寒来”，“没有一番寒彻骨，哪得腊梅扑鼻香”，无论什么时候，苦难都是造就一个人成才的必备条件。

假若苏轼没有经历仕途坎坷，而是路途平坦，那么他怎会对世事有如此深刻的思想，写出传扬千代的壮丽诗篇;如果张继不是落榜之人，他怎会彻夜不眠，写下如此惊世的“枫桥夜泊”。尽管他们活着的时候，并不受人器重，但是真正的不朽是艺术的不朽，他们在磨难的鞭笞下，已经实现了自己的不朽。

著名的科学研究院院士黄伯云和他的同行工作人员潜心研究飞机上的某个部件，但事不如人意，一次次失败。他们从国外引进，但外国人却和他们开着玩笑，送来的不是真货。在冷潮热讽，无数的艰辛折磨之下，他们奋力一博，终于研制成功。真所谓“功夫不负有心人”。

是的，苦难能使人重新振奋起搏击的勇气，能使人明智，能使人在前途希望之卑微尽头，从绝望中寻找阳光，努力奋斗，进而爆发无限潜能。

“阳光总在风雨后”，我们明白，“好事多磨”我们知晓，如果不想造就鸡的钝羽，想要拥有鹰的力翅，就让我们从此刻开始，不要畏惧苦难，要有奋力一搏的勇气和信心。让我们在风雨中冲刺!

**笑对人生苦难的事例篇八**

古人有云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨。”

——题记

河蚌忍受巨大的痛苦，最终孕育出晶莹的珍珠。依米花挺过数年的风沙，终于绽放出最美的花朵。人生唯有经历苦难与挫折，才能放出耀眼的光辉。

苦难固然是可怕的，但它又是人们成长的催化剂。每个人都可能经历过“十年生死两茫茫”的悲痛，也可能有过“花自飘零水自流”的黯然神伤，但也只有经历这些，才可能“一览众山小”。面对挫折，我们不应轻言放弃、消极沉沦，如此下去只会毁了自己。我们应认真反思，积极面对，以良好的心态、昂扬的斗志迎接新一轮的挑战，走出低谷，勇攀人生高峰。苦难不应成为我们成功路上的绊脚石，反应是我们的垫脚石，因为它使我们深刻反省到自己的错误所在，吸取经验教训，为日后的前进积累宝贵财富。

在现在的学习生活中，我们难免会遇到挫折、经历苦难。一次测验的失意，老师父母的责骂与不理解，同学之间的矛盾都可能使我们对未来失去自信。但我们是否想过，如果没有考试的失败，我们就不会发现自己的不足，更没有机会改进。如果没有老师父母的督促，我们就不会继续前进，感受人间真情。如果没有与同学发生矛盾，我们又怎会掌握处世之本，发觉友谊的可贵？唯有经历挫折，我们才能使自己的意志坚强，渐渐明白成长并非一帆风顺，从而坚定目标，更好的发掘自己的潜能，最终登上成功的峰顶。

感谢苦难，因为它为我们指明正确的方向。感谢苦难，因为它给我们提供了跨越障碍的动力。感谢苦难，因为它成就了我们的人生！

朋友们，我们的`成长离不开苦难，苦难造就我们的成功！

**笑对人生苦难的事例篇九**

每个人的一生总会经历各种各样的坎坷，以至于许久过去了，我们还不忍心把它抛弃也正是这些苦难和坎坷才构成我们人生中一幅幅美丽而精彩的画面，成为我们静下来回味自己人生的一段弥足珍贵的财富，也正是因为这些我们才不断的强大、不断的振作！人生意识高的人，无论怎么说总是会把苦难看作人生的成长，或者是心灵的蜕变。

我喜欢经历困境和苦难，因为只有它才能勾画出我的人生，只有它的经历才成为我给后辈教育的筹码，因为在每一个困难背后都隐藏着它必然的含义，任何的生命，没有经历苦难他必然是苍白无力的，是不可能健康成长的。平静的湖面必定历练不出精悍的水手。每天看见的变化，那必然不是最为真实的变化。

人生就像一杯茶，只有你静下心来，独处的时候，慢慢的品才能真正感受到茶的文化和香甜，人生的每一个经历都需要我们仔细的回味，认真的思考才能感受到它的弥足珍贵，不要去抱怨世道的不公，不要去埋怨自己的出生卑微，因为很多人没有经历你所承受的痛苦，那些人必定成为温室的花朵，经不起风雨的洗礼。

生活其实是一门艺术，在这门艺术课程里面包含了所有很珍贵的人生的财富，懂得艺术的人他们很珍惜这个，到了万年之后回头想想自己的人生觉得值得，不枉来世上走一遭，他们懂得人的一生无外乎生与死。人生应该有所追求，但是他们懂得哪些可求哪些不可求。

苦难是一种磨练，善于利用苦难的人，他会把它当成一种弥足珍贵的财富，他从中可以领略很多，实质上生活本质上就是一种道，每一个人有着独特的道。

**笑对人生苦难的事例篇十**

苦难是动力的催化剂;苦难是一本启智的经书;苦难又是一位深沉的哲人;苦难是人生一道永远开放着绚丽花朵的风景。不经过挫折，怎知道路之坎坷;不经过磨练，怎知意志之坚强;只有在人生道路中与苦难交锋，才知苦难也是一种财富。人不是战胜痛苦的强者，便是屈服于痛苦的弱者。再重的担子，笑着也是挑，哭着也是挑。再不顺的生活，微笑着撑过去了，就是胜利。“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全。”苦难在很大程度上是一种自然规律的表现，早在一千多年前，苏轼就告诉了我们这样的道理。我们对苦难应该持有的态度是正视和乐观。“真的猛士敢于直面惨淡的人生，敢于正视淋漓的鲜血”，“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身”。苦难是人生旅途中不可以绕着走的驿站，是成功道路上必须爬过去的山峰，我们只有知苦还尝，知难而上，跌倒后再爬起来，失败后再鼓起勇气去奋斗，才能培养起过硬的素质，才能有抵达辉煌的希望。彩虹总在风雨后，无限风光在险峰!

没有经历痛苦洗礼的飞蛾，脆弱不堪。人生没有痛苦，就会不堪一击。正是因为有痛苦，所以成功才那么美丽动人;因为有灾患，所以欢乐才那么令人喜悦;因为有饥饿，所有佳肴才让人觉得那么甜美。正是因为有痛苦的存在，才能激发我们人生的力量，使我们的意志更加坚强。瓜熟才能蒂落，水到才能渠成。和飞蛾一样，人的成长必须经历痛苦挣扎，直到双翅强壮后，才可以振翅高飞。

人生若没有苦难，我们会骄傲;没有挫折，成功不再有喜悦，更得不到成就感;没有沧桑，我们不会有同情心。苦难是成长之路的必经之点，苦难是使人成功的试金之石，苦难是催人上进的鞭策之绳。感恩苦难，不自怨自艾。昔人有言：“艰难困苦，玉汝于成。”只有懂得感恩苦难的人，才能够在困难中战斗，发奋并逐渐走向成才之路。奥斯特洛夫斯基在一次战争中受伤，导致他双目失明，全身瘫痪。但就是在这么艰难的情况下，他完成了文明世界的长篇小说。他的成功靠的是什么，考得是他勇于直面苦难，感恩苦难。

感恩苦难，应越挫越勇。真正的强者是不惧苦难的。著名京剧表演艺术家盖叫天，演艺精湛，意志坚强。他在一次表演中折断左臂，又跌折右腿，解接骨时还接错断骨。他凭着在苦难面前勇往直前的精神，终于铸成了自己独特的艺术风格。

“苦难是人生最宝贵的财富”。我们应当在苦难中找到奋斗的源泉，要越挫越勇。

因此，不要幻想生活总是那么圆满，生活的四季不可能只有春天。每个人一生都注定要跋涉沟沟坎坎，品尝苦涩与无奈，经历挫折与失意。痛苦，是人生必须经历的一课。在漫长的人生旅途中，苦难并不可怕，受挫折也无需忧伤。只要心中的信念没有萎缩，你的人生旅途就不会中断。艰难险阻是人生对你的另一种形式的馈赠，坑坑洼洼也是对你的意志的磨炼与考验——大海如果缺少了汹涌的巨浪，就会失去其雄浑;沙漠如果缺少了狂舞的飞沙，就会失去其壮观;如果维纳斯没有断臂，就不会因为残缺美丽而闻名天下。

生活如果都是两点一线般的顺利，就会如白开水一样平淡无味。只有酸甜苦辣咸五味俱全才是生活的全部。

所以，你要从现在开始，微笑着面对生活，不要抱怨生活给了你太多的磨难，不要抱怨生活中有太多的曲折，更不要抱怨生活中存在的不公平。天地阔大，世事渺远，掩卷凝思时，几度物换星移。苦难是人生最大的财富，苦难是成功的“原材料”。穿越悠悠岁月，唯有文字不会生锈，唯有思想永恒璀璨。痛苦，是人生必须经历的过程!

**笑对人生苦难的事例篇十一**

“不经历风雨，怎么见彩虹，每个人都不能随随便便成功。”这首歌大家应该不陌生，它非常形象地唱出了成功道路上有险阻，说明要在苦难中成长、壮大。

人生道路上，没有人能一帆风顺，命运总是在我们的道路上设下障碍，让我们去经历种种苦难。音乐巨匠贝多芬面对双耳失聪的人生苦难，告诫自己，要扼住命运的咽喉，在苦难中成长，于是演奏出辉煌的《命运》绝响。海涅面对手足瘫痪、视力微弱的人生绝境，信念不倒，吟唱出了誉满人间的不朽诗篇。这都说明成长需要苦难。

我正是勇于面对苦难，从苦难中成长了许多。今年年初，别人都是走亲访友，其乐融融，而我的家人却是医院进进出出忙个不停。因为我爷爷因重病而住院了。当时家人焦急万分，却束手无策，只能在医院细心照顾爷爷。在这期间，我也经常照顾爷爷，给爷爷换吊水，与爷爷谈心，使他早日康复。这也是我人生中第一次如此焦急，甚至害怕爷爷撒手而去，同时也是第一次如此细心照顾他人。最终爷爷康复并回家了。从这件事中我学到了很多，学会承担，学会关心、照顾他人，不再是一个什么也不懂的小孩子。

从这件事中我体会到成长也需要苦难，它使我们成熟、懂事，激发我们的潜能。它是炼金的烈火，是淘沙的巨浪，只有经历磨难，才能真正蜕变、成长。

**笑对人生苦难的事例篇十二**

苦难是人生的老师，苦难是人生的经历。所有人都想避开它，挣脱它，可无论人类怎样的反抗与努力，它从不曾离开。

然而，苦难却是我们前进路上的雕塑家，它会把你打磨并塑造成全新的形象，或锋芒四射;或有惊人之举;或从天使演变成魔鬼„„我们生活中很多人在经受苦难的磨练。一些人承受不住折磨终被压成一条虫，而一些人顶着苦难的考验挺立成为人中之龙。

《浮士德》是歌德倾毕生心血所完成的史诗性的巨著。然而这部伟大史诗是他经历了失恋的锥心之痛后的成功。大诗人歌德外出旅行时爱上房东太太的大女儿乌尔丽克，她正值妙龄焕发青春的年华，而歌德已度过七十四岁的生日。从此他陷入了爱带来的痛苦与激情中。开始他像换了一个人似的，这个沉默寡言、态度严峻、咬文嚼字、满脑子几乎都是诗歌创作的老人，完全听凭感情的\'摆布。他把自己的全部热情倾注在十九岁的乌尔丽克身上。可姑娘的家人采取了拖延的办法。春季过去，转眼夏季也快要过去，他的痛苦与日俱增，终于到了该离去的时候了，还是没有得到任何许诺和任何暗示。这时候，仅仅与乌尔丽克最后一吻的歌德眼前展现出一片秋色，他在这种环境下一气写下了他晚年最著名的爱情诗篇《玛丽恩巴悲歌》。在七年之后，他又以八十三岁高龄完成了伟大史诗《浮士德》的创作。是爱情让他饱受痛苦。歌德的多次失恋，都是凭借文学来摆脱精神痛苦的，也因此在这样的情感苦痛中完成了惊人之作。

若不是这样的悲苦经历，不知道我们还会不会看到这些不朽的精彩。正因为苦难与痛心的感受，人的思想少了浅薄与浮躁，多了深刻的思考与惊人的表现力。我们不得不承认这种力量是苦难铸就的。大凡有成就者，同样有着苦难的经历，他们在寂寞与凄苦中坚持自己的理念，似一个苦行僧在岁月中接受风雨的洗礼。有时，在终老也未曾被人理解，但思想的光芒不会因肉体的消失而终止。

“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身。”苦难是磨练心志的经历。在《我的限量青春》里说：“失恋、痛苦、挫折、失败，如果这些从来没有经历过，人生未免不丰富。”而丰富的人生才会让一个人有更多的感受去表现精彩与深刻。纵观古今中外，大多被世人认可且流传不朽的思想精髓无不是苦难的产物，数不胜数。司马迁忍辱苟活，经过十多年功夫，终于完成五十多万字的巨著《史记》。一生中只有七个音符财富的柴可夫斯基，却流传大量传世佳作，如果他不能忍受悲苦的生活与评论家的否定，我们还能欣赏到《悲怆交响曲》、《天鹅湖》、《罗密欧与朱丽叶》吗?一直在误解与非议中度过的尼采，固执的用自己的思维方式来回应那些讥讽与白眼。贝多芬的两次失恋曾令他写下遗嘱自杀，但最终从音乐中寻找到安慰，写下《第二交响乐》、《第七交响乐》《第八交响乐》《第九交响乐》而成为音乐大师。还有海伦、霍金、梭罗„„如果他们的经历与生活在一片掌声与喝彩声中，难免被世俗的羁绊消磨，也不会有真正的思考，不会让思想与灵魂绽放精彩与绚丽。

或许这些圣人可以在苦难与逆境中创造惊人的价值。作为凡夫俗子的我们只能在磨难中消沉吗?那只是为自己找的借口或让自己变得愈发浅薄与平庸罢了。苦难，苦难是人生的老师，似一剂历练人才的良药，被世人越来越看重。在澳大利亚这个发达国家，教育上信奉“再富也要‘穷’孩子”。他们让孩子从小就去感受磨难，连躺在婴儿车里的婴儿都要接受炎炎的烈日。可见他们的良苦用心。歌德说“凡不是就着泪水吃过面包的人是不懂得人生之味的人。”

不拒绝苦难的内心体验，用积极向上的心态去把这种磨难转换成一种力量，真正实在的思考感悟生活，坦然豁达笑对人生。淡然心境是趟过苦楚的河练就的。这是很多人追求的一种心态，但实则在鲜花与掌声中极易被庸俗与浮躁所消磨。每天嚷着看淡些的人，却总是拿起了放不下，使自己身处困境。我们学会正确对待苦难，让这种经历成为蓄积的力量，使自己的思想境界上升到一种高度，少些媚俗、浮躁与庸俗。借用一句话说：你让我身陷地狱，我却由此走向天堂。这才是在苦难中汲取力量，继而走向豁达、淡然的生活，走向人生的精彩。

苦难是人生的最好老师 苦难是通往真理的最好老师，它激发了我们潜在的能力，磨练了我们的意志、性情和耐力，教会我们认识真理的手段。 “文王拘而演《周易》，仲尼厄而作《春秋》，左丘失明而有《国语》……”那些最伟大的人无一不是苦难的学徒，无一不是历进千辛万苦才能成就的辉煌。苦难能磨练人的性格和毅力，能教会人们学会对付成功的方法。人没有象司马迁那样被人阉割、象屈原那样被人谗害之类的经痛苦历，也就不可能有大《史记》《离骚》的绝唱之作。 苦难对于弱者来说是无底深渊，但对于一个有能力的人来说，苦难则是一笔财富，甚至是成为伟人的垫脚石。拉梅奈说：“不懂得苦难的裨益的人，并未过着聪明而真实的生活。”没有苦难的折磨，就不会有崇高思想的生成。苦难是我们伴随生与死折磨后，最有用、有益的财富。林肯幼时丧母，初恋情人早逝，夫人精神歇斯底里，中年丧子，后又死于谋杀，是痛苦和厄运成就了林肯独特的思想境界。

世人或许很容易看到伟人们的痛苦，却未必能明白伟人们在痛苦中领悟的境界。昂贵的痛苦和厄运，往往让一个人成了一个伟大的人。茨威格说：“命运总是喜欢让伟人的生活披上悲剧外衣。命运就是用它最强大的力量考验最强大的人物，用荒谬的事变对抗他的计划，使他们的生活充满神秘莫测的讽喻，在他们前进的道路上设置重重障碍，以便让他们在追求真理的征途中锻炼得更加坚强。命运戏弄着这些伟大人物。但这是大有补偿的戏弄。因为艰苦的考验总会带来好处。” 凡是有才能的人总会受到外部环境的压迫，没有一个不受到外界的压迫而伟大的人。坚强的人如果不被邪恶的世界所毁灭，他就会发奋要改造这邪恶的世界。许多人一生之所以伟大，都是来自他们的苦难经历。是苦难激发了他们的使命感和责任感，是苦难给予了他们与抗争的动力。没有苦难，崇高就不能生成;没有挫折，人的精神就不能提升。世界上从没有未经过艰难困苦而成为真正伟大的人。美国学者马尔藤博士说过：“困难是我们的恩人，有了困难，才能拦住与淘汰去一切不如我们的竞争者，而使我们得到胜利。”

厄运是先觉的伴侣，苦难是先觉的老师。先知先觉似乎是上帝派到人间承受、体验和反抗痛苦的“怪物”。上帝既然赋予了他们一颗体验人间痛苦的敏感之心，这使得人间的任何压迫和不幸都能对他造成极为惨烈的内心疼痛和反抗。结果，愈是反抗就愈痛苦。以至于人类的任何苦难都能对他刺激他们去反抗，从而把落到别人身上的苦难招引到自己的身上。 世上最精致的瓷器，都要经过多次烧考。没有多次烧烤的瓷器，永远不会坚固和精美。无数事实告诉我们，只有在漫长的烧烤环境中禁得住磨练的人，才会有可能成功。就像一首歌的歌词一样，“不经风雨，那能见到彩虹;人生岂能随随便便成功”。 挫折是前进中才有的困境，逆水的人才会遇到挫折，那些总是一帆风顺的人，是不可能品尝出困难的艰辛。许多人都把自己的成功归结于逆境，正是艰难的逆境，最终使自己的聪明才智得以发挥。

逆境总是垂青成功者，命运往往总在最艰苦的逆境之后出现转机。拿破仑说：“最困难之时，也就是离成功不远之日。”塞缪尔.斯迈而斯说过：“痛苦，就是用一只强有力的手，操纵一张沉重的铁犁，深深地犁进难以开垦的土地，但是这土地只要翻开，他的肥沃就会让土地接出丰硕之果。” 最大的幸运者，也是最大的苦难者。如果苦难不能使他们低头，那么苦难就会助他们成功。当一个人突然陷入只能靠自己的努力才能摆脱的困境时，他往往会出现想象不到的品质和意志。历史上最伟大的政治家、思想家、文学家，一生无一不是伴随着坎坷中踉跄而行。许多才华横溢而又品性善良的人们，仅仅因为他们成长的道路上没有出现可以使他们得以磨练的挫折，他们注定是要失败的。

**笑对人生苦难的事例篇十三**

古人有云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨。”

——题记

河蚌忍受巨大的痛苦，最终孕育出晶莹的珍珠。依米花挺过数年的风沙，终于绽放出最美的花朵。人生唯有经历苦难与挫折，才能放出耀眼的光辉。

苦难固然是可怕的，但它又是人们成长的催化剂。每个人都可能经历过“十年生死两茫茫”的悲痛，也可能有过“花自飘零水自流”的黯然神伤，但也只有经历这些，才可能“一览众山小”。面对挫折，我们不应轻言放弃、消极沉沦，如此下去只会毁了自己。我们应认真反思，积极面对，以良好的心态、昂扬的斗志迎接新一轮的挑战，走出低谷，勇攀人生高峰。苦难不应成为我们成功路上的绊脚石，反应是我们的垫脚石，因为它使我们深刻反省到自己的错误所在，吸取经验教训，为日后的前进积累宝贵财富。

在现在的学习生活中，我们难免会遇到挫折、经历苦难。一次测验的失意，老师父母的责骂与不理解，同学之间的矛盾都可能使我们对未来失去自信。但我们是否想过，如果没有考试的失败，我们就不会发现自己的不足，更没有机会改进。如果没有老师父母的督促，我们就不会继续前进，感受人间真情。如果没有与同学发生矛盾，我们又怎会掌握处世之本，发觉友谊的可贵？唯有经历挫折，我们才能使自己的意志坚强，渐渐明白成长并非一帆风顺，从而坚定目标，更好的发掘自己的潜能，最终登上成功的峰顶。

感谢苦难，因为它为我们指明正确的方向。感谢苦难，因为它给我们提供了跨越障碍的动力。感谢苦难，因为它成就了我们的`人生！

朋友们，我们的成长离不开苦难，苦难造就我们的成功！

**笑对人生苦难的事例篇十四**

大海因为有了暴风的袭击，才显示出它的顽强。海燕，在暴风中克服苦难，在苦难面前不低头，才迎来了光明。我，面对苦难，也不放弃，勇于拼搏。

晚上，面对窗户，我的眼前仿佛又出现了75分的试卷。看，小鸟在窗前“叽叽喳喳”是在为我的遭遇鸣不平吗？听，雨“哗哗啦啦”地下着，是在用你独特的歌声安慰我吗？闻，花丛里的花正在散发着迷人的香味，是邀我从苦难中走出，和你一起跳舞吗？大自然啊！我的命运是多么悲惨，你是在可怜我吗？面对试卷上的75分，我是不是被吓到了呢？我是不是知难而退了？唉！苦难，我还没有战胜你。

苦难，这一个代名词，对许多人来说，也许带来的更多是恐惧。但，它赋予我的，是喜悦。因为，我曾战胜过它！

五年级第一学期的期末测试，很遗憾，年级前3名与我无缘，我落到了第4名。回到家，我用泪水来宣泄，用文笔来倾诉。我尽力了，窗前的灯光仍在闪亮，它似乎在昂空长笑。它不是在讥笑我吗？是想激励我吗？哎，也许吧！

在六年级第一学期里，我发奋学习，同龄人尽情玩耍的时间我放弃了；同龄人自由自在的生活我放弃了；同龄人欢乐的笑容我放弃了。只乞求在书中寻找快乐，在学习中寻找快乐。终于，我成功了，六年级第一学习，我登上了年级第二的“宝座”。心中微微开起了一朵向日葵，永远向太阳绽开笑脸。

不要因为摔过交而放弃奔跑，不要因为受过风雨的袭击而憎恨大自然；不要因为曾经失败过而永远放弃……我何曾怕你——苦难。我昂首挺胸，微微一笑，我成了有灵魂的\'人，一切苦难只能是我的“手下败将”一切从头开始！

**笑对人生苦难的事例篇十五**

人生没有一帆风顺。在这条漫长的道路上，我们难免会遇到苦难。苦难如秋风，能将希望与坚持如落叶般拂去。唯有直面它，用行动打败他，我们才会守得云开见月明。

在苦难的折磨下，才华依然可以尽情释放。一提起史铁生，大家多是惋惜+如此才华横溢的他却失去了双腿。诚然，上帝给了史铁生无限的才华和灵感，却恶作剧般的夺去了健康的身体。连史铁生自己，都自怨自艾。那段灰暗的日子，他沉浸于深沉的痛苦之中，如一只疯狂的野兽。苦难如一张大网，笼住了他充盈着泪水的心。日复一日，史铁生跌跌撞撞的又拾起了生活的信心，望着天外背柜的雁群，史铁生没有像以往那样乱发脾气，时间的沉淀与自我的反省让他冷静了，纵使双腿依旧残缺，但他的灵魂，早已站起，直面于苦难丑陋的脸，他终于得到了自由。

苦难喜欢玩弄于人，夺取一切，然真正高贵的灵魂是不会屈服于此的。

她，被称为中国最后的贵族。为了纪念早逝的丈夫，她给自己更名为郑念。时间磨砺了她太多，却仍夺不去她骨子里的高贵。七十高龄的郑念，鹤发童颜，身板硬朗，那双睿智而美丽的眼，却透出了无限沧桑那是一段悲拗的往事。

年轻时，郑念孤身抚养着女儿，却被疯狂的红卫兵关进监狱，接受着漫长的审讯。长达七年的监狱生活折磨的她苦不堪言。而女儿，她唯一的精神支柱，在郑念入狱后就被红卫兵打死了。郑念迷茫了，绝望了，苦难似乎没有尽头，无时无刻的腐蚀着她。郑念明白，哪怕自己只有一口气，也要去沾满女儿鲜血的土地上看一眼。出身贵族的她，没有公主病，反而有着超常的毅力。为了强身健体，她甚至在狱中自创体操。出狱后，郑念辗转着去了美国，生活终于安定了下来。面对苦难，郑念以其瘦弱之躯，取得了胜利。

人生这趟路途总会充满坎坷与苦难，哀愁与不甘。我们如勇士却没有任何武器与之抗衡，唯有升华自我，充实自我，才不会被苦难所打倒。在苦难的洗礼中，我们会收获更好的自我。拨开苦难的迷雾，我们会拥有一片淡然的生活。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com