# 2025年后天努力比先天优势更重要的事例 后天努力心得体会(通用11篇)

来源：网络 作者：情深意重 更新时间：2025-01-25

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。后天努力比先天优势更重要的...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**后天努力比先天优势更重要的事例篇一**

努力是人生中不可或缺的一部分。后天努力是指在我们天生的天赋和能力之外，通过努力学习和实践来提高自己的能力、知识和技能。我在过去的几年中，通过不断地后天努力，逐渐提高了自己的能力，并积累了宝贵的经验。在这篇文章中，我将分享我自己的后天努力心得体会。

首先，后天努力需要明确目标和计划。明确的目标能够激发人的动力和斗志，使人更加专注并有方向感。在我的学习生涯中，我发现制定明确的目标和计划对于后天努力至关重要。每次开始一项新的学习任务，我首先会设定一个具体的目标，然后制定一个详细的计划来实现这个目标。这样一来，我能够更加有条理地进行学习，并在学习过程中不断调整计划和目标。通过这种方式，我能够更快速地改进建立自己的能力和知识。

其次，后天努力需要坚持和毅力。持之以恒是取得成功的关键因素之一。在我自己的经历中，我发现有时候遇到困难和挑战是不可避免的，但是只要我有足够的坚持和毅力，我就能够克服这些困难并取得成功。例如，在学习一门困难的科目时，我曾遇到过很多困难和挫折。但是，我从不放弃，坚持不懈地学习，最终我克服了困难，并取得了不错的成绩。通过这个经历，我意识到只要坚持努力，就能够克服任何困难和挑战。

另外，后天努力需要不断反思和改进。反思和改进是我们提高自己能力和知识的关键环节。通过反思，我们能够更好地了解自己的问题和不足之处，并找到解决问题的方法。在我自己的学习过程中，我会定期回顾自己的学习成果，并思考自己在学习中遇到的困难和错误。在这个过程中，我会寻找改进的方法，并着手实施。通过不断的反思和改进，我能够更加有针对性地提高自己的能力和知识，从而取得更好的成绩。

此外，后天努力也需要积极主动和乐观向上的心态。在面对困难和挑战时，积极主动和乐观向上的心态能够帮助我们更好地克服挑战，继续努力。在我学习过程中，我经常面临着各种各样的困难和压力，但是我总是努力保持乐观向上的态度。我相信困难只是暂时的，只要我坚持努力，就能够克服它们。同时，我也会积极主动地主动寻求帮助，与他人建立合作关系。这样一来，不仅能够学到更多的东西，还能够变得更强大。

最后，后天努力需要坚持学习和追求进步。学习是一种持续不断的过程，只有保持对知识的追求和渴望，我们才能够不断提高自己的能力。在我的心得体会中，我深刻认识到学习是取得成功的唯一途径。通过不断学习和进步，我能够提高自己的竞争力，并在社会生活中获得更多机会。因此，我会不断充实自己，开拓自己的眼界，并追求进步。

总之，后天努力是成功的基石。通过明确目标和计划，坚持和毅力，不断反思和改进，积极主动和乐观向上的心态，以及坚持学习和追求进步，我在后天努力中收获了许多宝贵的经验和教训。我相信，只要我们坚持后天努力，就能够不断提升自己的能力和知识，并取得更加辉煌的成就。

**后天努力比先天优势更重要的事例篇二**

1.世界上那些最容易的事情中，拖延时间最不费力。

2.人之所以能，是相信能。

3.不要等待机会，而要创造机会。

4.人有了信念和追求就能忍受一切艰苦，适应一切环境。

5.心有多大，舞台就有多大。

6.在任何情况下，遭受的痛苦越深，随之而来的喜悦也就越大。

7.坚韧是成功的一大要素，只要在门上敲得够久够大声，终会把人唤醒的。

8.挫折其实就是迈向成功所应缴的学费。

9.相信梦想是价值的源泉，相信眼光决定未来的一切，相信成功的信念比成功本身更重要，相信人生有挫折没有失败，相信生命的质量来自决不妥协的信念。

10.我走得很慢!但我从不后退!

11.觉得自己做得到和做不到，其实只在一念之间。

12.只有经历过地狱般的折磨，才有征服天堂的力量，只有流过血的手指，才能弹出世间的绝唱。

13.当世界给草籽重压时，它总会用自己的方法破土而出。

14.昨晚多几分钟的准备，今天少几小时的麻烦。

15.不要抱怨，不要总是觉得自己怀才不遇，这种状况大部分是自己造成的。

16.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。

17.成大事不在于力量多少，而在能坚持多久。

18.每一个成功者都有一个开始。勇于开始，才能找到成功的路。

19.任何的限制，都是从自己的内心开始的。

20.古之成大事者，不唯有超世之才，亦必有坚韧不拔之志也。

21.世界上那些最容易的事情中，拖延时间最不费力。

22.一天过完，不会再来。

23.再长的路，一步步也能走完，再短的路，不迈开双脚也无法到达。

24.世界会向那些有目标和远见的人让路。

25.即使爬到最高的山上，一次也只能脚踏实地地迈一步。

26.有事者，事竟成;破釜沉舟，百二秦关终归楚;苦心人，天不负;卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。

27.这个社会，是赢家通吃，输者一无所有，社会，永远都是只以成败论英雄。

28.伟人之所以伟大，是因为他与别人共处逆境时，别人失去了信心，他却下决心实现自己的目标。

29.一个年轻人，如果三年的时间里，没有任何想法，他这一生，就基本这个样子，没有多大改变了。

30.任何一个行业，一个市场，都是先来的有肉吃，后来的汤都没的喝。

31.一流的人才，可以把三流项目做成二流或更好，但是，三流人才，会把一流项目，做的还不如三流。

32.勤奋是你生命的密码，能译出你一部壮丽的史诗。

33.人生伟业的建行，不在能知，而在能行。

34.死脑筋的人相信命运，活脑筋的人相信机会。

35.做对的事情比把事情做对重要。

36.竞争颇似打网球，与球艺胜过你的对手比赛，可以提高你的水平。

37.只有不断找寻机会的人才会及时把握机会。

38.高峰只对攀登它而不是仰望它的人来说才有真正意义。

39.智者一切求自己，愚者一切求他人。

40.苦想没盼头，苦干有奔头。

41.当一个小小的心念变成成为行为时，便能成了习惯;从而形成性格，而性格就决定你一生的成败。

42.自己打败自己的远远多于比别人打败的。

43.如果我们做与不做都会有人笑，如果做不好与做得好还会有人笑，那么我们索性就做得更好，来给人笑吧!

44.行动是治愈恐惧的良药，而犹豫拖延将不断滋养恐惧。

45.这个世界并不是掌握在那些嘲笑者的手中，而恰恰掌握在能够经受得住嘲笑与批评忍不断往前走的人手中。

46.生命之灯因热情而点燃，生命之舟因拼搏而前行。

47.人的才华就如海绵的水，没有外力的挤压，它是绝对流不出来的。

48.只要我们能梦想的，我们就能实现。

49.拥有梦想只是一种智力，实现梦想才是一种能力。

50.坚持把简单的事情做好就是不简单，坚持把平凡的事情做好就是不平凡。所谓成功，就是在平凡中做出不平凡的坚持。

**后天努力比先天优势更重要的事例篇三**

后天努力是一种与生俱来的品质。它代表了人们在面对挑战和困难时不轻言放弃的决心和毅力。而在我的成长过程中，我对后天努力有了更深刻的理解。我亲身经历了后天努力的奇迹，体会到了它所带来的成就感和满足感。本文将从个人经历出发，谈谈我的后天努力心得体会。

第二段：努力改变命运。

我曾经是一个缺乏自信的学生。因为学习成绩欠佳，我觉得自己和其他同学不一样，担心被人嘲笑和排斥。但我没有选择放弃，而是决心迎难而上，加倍努力。每天晚上，我都会花费大量的时间来复习课本，整理笔记，并找到不懂的问题请教老师和同学。通过我的后天努力，我的成绩逐渐得到了提高。我得到的好成绩让我重拾了自信，也让我明白了后天努力的力量。努力改变了我的命运，带给了我更多的机会和选择。

第三段：锻炼意志力。

除了学习上的努力，我也通过锻炼意志力来强化后天努力的能力。每天早上，我都会坚持进行体育锻炼，如慢跑、游泳等。起初，我常常觉得疲倦和困顿，很想放弃。然而，每当我坚持完成锻炼后，我都能感受到一种充实和焕发的感觉。通过坚持不懈的运动，我增强了意志力，使自己能够更好地面对困难和挑战。我相信，只要靠后天努力，我就能够战胜一切困难。

第四段：追求梦想。

通过后天努力，我成功地进入了大学。我选择了我的梦想专业，希望将来能够成为一名优秀的人力资源管理师。这个领域对我来说是全新的，需要掌握大量的专业知识和技能。我知道，只有后天努力，才能达到自己的梦想。因此，我制定了详细的学习计划，利用每一天的时间来学习和提升自己。虽然在学业上会遇到困难和挫折，但我相信只要我坚持不懈地努力，就一定能够实现自己的梦想。

第五段：总结。

后天努力是每个人都需要具备的品质。通过努力，我们能够改变自己的命运，提高自己的能力，并实现自己追求的梦想。在我个人的经历中，后天努力带给了我自信、意志力和成就感。在未来的路上，我将继续保持后天努力的品质，不断提升自己，不断追求更高的目标和更美好的未来。我相信，只要坚持努力，每个人都能够实现自己的梦想。

**后天努力比先天优势更重要的事例篇四**

2、仰不愧天，俯不愧地，内不愧心。

3、每一次的失败，是走上成功的一阶。

4、过去属于死神，未来属于你自己。

5、但愿每次回忆，对生活都不感到负疚。

6、石看纹理山看脉，人看志气树看材。

7、人生自古谁无死，留取丹心照汗青。

8、没有比人更高的山，没有比脚更长的路。

9、学会坚强，做一只沙漠中永不哭泣的骆驼!

10、困难像弹簧，你强它就弱，你弱它就强。

**后天努力比先天优势更重要的事例篇五**

1、横眉冷对千夫指，俯首甘为孺子牛。

2、只要心中有希望存在，就有幸福存在。

3、不屈不挠的奋斗是取得胜利的唯一道路。

4、别想一下造出大海，必须先由小河川开始。

5、不要抱着过去不放，拒绝新的观念和挑战。

6、这一秒不放弃，下一秒就会有希望。

7、不识货，半世苦;不识人，一世苦。

8、天上最美的是星星，人间最美的是真情。

9、当眼泪流尽的时候，留下的应该是坚强。

10、宁可被人笑一时，不可被人笑一辈子。

11、与其用泪水悔恨今天，不如用汗水拼搏今天。

12、每个人都有错，但只有愚者才会执迷不悟。

13、日日行，不怕千万里;常常做，不怕千万事。

14、靠山山会倒，靠人人会跑，只有自己最可靠。

15、成功的法则极为简单，但简单并不代表容易。

16、有信念不一定成功，没信念一定会失败。

17、活鱼会逆流而上，死鱼才会随波逐流。

18、即使是不成熟的尝试，也胜于胎死腹中的策略。

19、成功决不喜欢会见懒汉，而是唤醒懒汉。

20、昨晚多几分钟的准备，今天少几小时的麻烦。

文档为doc格式。

**后天努力比先天优势更重要的事例篇六**

1.勤奋的含义是今天的热血，而不是明天的决心，后天的保证。

2.不比智力，比努力;不比起步，比进步。

3.当今之世，舍我其谁!

4.穿透石头的水滴，它的力量来源于日积月累。

5.登高山务攻绝顶，赏大雪莫畏严寒。

6.可以失败，不可以失志;可以失望，不可以绝望。

7.在茫茫沙漠，唯有前时进的脚步才是希望的象征。

8.谁要游戏人生，他就一事无成;谁不能主宰自己，永远是一个奴隶。

9.我从不怀疑自己的能力，只怀疑自己有没有努力。

10.愚蠢的人总是为昨天悔恨，为明天祈祷，可惜的是少了今天的努力。

11.一个人至少拥有一个梦想，有一个理由去坚强。心若没有栖息的地方，到哪里都是在流浪。

12.成功者绝不放弃，放弃者绝不会成功。

13.只要目标向前，你可以到任何的地方。

14.世上唯有贫穷可以不劳而获。

15.困难里包含着胜利，失败里孕育着成功。

**后天努力比先天优势更重要的事例篇七**

3、耐心和恒心总会得到报酬的。——爱因斯坦。

5、书山有路勤为径，学海无涯苦作舟。

9、世人缺乏的是毅力，而非气力。——雨果。

11、坚持意志伟大的事业需要始终不渝的精神。——伏尔泰。

12、得到一个最后的微笑胜于得到最初的一场欢乐。——佚名。

14、当你希望成功，当以恒心为良友。——爱迪生。

16、精神经百炼，锋锐坚不挫。——刘过。

17、奋斗之心人皆有之。——李叔同。

18、只要持续地努力，不懈地奋斗，就没有征服不了的东西。——塞内加。

20、人类要在竞争中求生存，更要奋斗。——孙中山关于努力奋斗的励志名言。

21、忍耐和专心，会使我们渡过难关。——佚名。

23、思想的形成，首先是意志的形成。——莫洛亚。

24、穷当志益坚。——欧阳修。

25、恒心是达到目的地的捷径。——佚名。

**后天努力比先天优势更重要的事例篇八**

现在我已是一名初中学生，但我常常会想起小学时那些渐渐淡忘的日子。有好些事情都已记不清了，但那天发生的一切，却依旧如此清晰。

那是一个阴沉沉的下午，天空中乌云密布，似乎随时都会下雨。我在家中忐忑不安地等待着，等待着那令人期待的数学竞赛成绩。这次考试感觉不错，预测分能拿一等奖。老师同学都已肯定我能顺利拿下，我也是信心满满。

那窗口中无情地写了几个大字：“二等奖”。这几个字如同几个大石头，一下子压在心口上，压得我喘不过气来。时间停滞了，声音消失了，我感觉不到世界的存在，除了在心中升腾，奔涌，弥漫开来的悲哀与凄凉。

几年的呕心沥血，殚精竭虑就结出了这样一个“硕果”！为什么我弄清如此艰辛的学习，近乎疯狂的努力换来的竟是这样不堪的成绩？我不甘心！我不服气！老师的墩墩教诲，父母的殷切希望，又让我如何面对！

雨声一阵接过一阵，一声紧过一声。分明是向我展示他的勇猛，力量，坚韧和顽强。我心中蓦地闪现出一道五色的光亮。

进入初中，因小学扎实的数学基础，在数学科目上屡获佳绩。回想那个惨痛的下午，只不过是黎明前的黑暗。人生慢慢，几多艰难，但每当身处困境，身心疲惫时一定要有坚强的信念，一定要坚信阳光总在风雨后，高山之后有平川。

**后天努力比先天优势更重要的事例篇九**

1.人生舞台的大幕随时都可能拉开，关键是你愿意表演，还是选择躲避。

2.成功是对执著者的一种馈赠，失败是对追求者的一种考验。

3.困难像弹簧，你强它就弱，你弱它就强。

4.多一点细心，少一点后悔。

5.人生自古谁无死，留取丹心照汗青。

6.美丽与魅力是同样的拼音，两者不可分割。没有魅力的美你可以做到，别人也能，那个层面上比到了头也不过是谁更接近芭比娃娃一点。但如果美得有魅力，那除了“她是美的”这种声音以外，她还会听见，“美是她”。

7.中考已临近，只要努力一点，就能看见胜利女神的微笑。

8.生活真象这杯浓酒，不经三番五次的提炼呵，就不会这样可口！

9.学会坚强，做一只沙漠中永不哭泣的骆驼！

10.世上无难事无心人不就，科学有真谛有志者竟成。

11.事在人为，人定胜天。

12.勤奋的含义是今天的热血，而不是明天的决心，后天的保证。

13.不以规矩，无以成方园。孟子。

14.懦夫把困难举在头顶，英雄把困难踩在脚下。

15.社会犹如一条船，每个人都要有掌舵的准备。

16.有志者自有千计万计，无志者只感千难万难。

17.我从不怀疑自己的能力，只怀疑自己有没有努力。

18.话说入口之前你话的主人，说出口之后你就是话的奴隶！

19.当一个人先从自己的内心开始奋斗，他就是个有价值的人。

20.世间的活动，缺点虽多，但仍是美好的。

21.奋笔疾书，改写人生篇章;挑灯夜读，铸造金色辉煌。

22.志之所向，金石为开，谁能御之？

23.物我两忘，勇往直前。

24.没有播种，何来收获；没有辛苦，何来成功；没有磨难，何来荣耀；没有黯淡，何来辉煌。

25.信念，这强烈的精神搜索之光，照亮了道路，虽然凶险的环境在阴影中潜行。

26.人是自身幸福的设计师。人生如戏但切不能戏弄人生。

27.在咱们中国，哪个导演把电影拍烂了出家了，没有；电影拍完了跟女主角成家了。

28.人生难得几回博，此时不搏何时搏?

29.天空因彩虹而绚丽，生命因拼搏而精彩。

30.我品尝着拼搏的快乐，拼搏精彩着我的生活。

31.春蚕到死丝方尽，人至期颐亦不休。一息尚存须努力，留作青年好范畴。

32.好学不倦者必成人才。

33.物质的富足不是不断地喜新厌旧，而是一样东西可以承载你多少生活。

**后天努力比先天优势更重要的事例篇十**

纵观古今，哪一位名人的。

成功。

不是靠着他不懈的努力而换来的。本站小编精心为大家搜集整理了后天努力成功的事例大家一起来看看吧。

马尼尔·托雷斯是西班牙马德里市一家摩托车厂的普通喷漆工。三年前的一天，马尼尔正在车间里给摩托车外壳喷漆，厂长在巡视时见他工作挺认真就夸了他几句，马尼尔竟然连喷嘴都没有关就转过身去，红色的油漆刹那间喷到了厂长的白衬衫上，厂长被弄得哭笑不得，尴尬地走了。同事们便纷纷嘲笑马尼尔真是个蠢蛋。

本来事情应该就这样过去了，可在一个月后，又发生了一个小小的意外。那次厂里举办一个庆典活动，建议员工都带着自己的爱人参加。他陪着妻子走遍大半个马德里，终于挑到一件最满意的外套。然而到参加聚会时才发现，一位女性车间主任的着装竟然和马尼尔的妻子一模一样。主任瞟了几眼马尼尔的妻子，对马尼尔说：“你不是会喷衣服吗?为什么不给你妻子喷一件独一无二的衣服呢?”这番话惹得同事们再一次哈哈大笑起来。

马尼尔和妻子羞愧得说不出话来，无趣地离开了。路上，马尼尔咀嚼着车间主任的话，突然灵光一闪：如果真能发明一种“喷罐面料”，会怎么样?第二天，马尼尔来工厂辞职，说：“是我的那件蠢事给了我灵感，我要回家研究用喷漆的方式制作衣服!”

“你要研究用喷漆的方式制作衣服?这简直太荒谬了!”厂长被他这个主意逗得前俯后仰，但马尼尔去意已决，他也只能批准了。

辞职后，马尼尔把大量。

时间。

都用来查阅各类资料和书籍，生活的担子全落在了妻子一个人肩上，这让妻子非常不满，时常发牢骚说他已经被同事们笑傻了。但马尼尔并不介意，他依旧继续着自己的研究，并且开始频繁拜访许多大学的化学教授和时装设计师，希望能发明出一种速干、廉价的无纺布料，做出像皮肤一样合身而且绝对不会雷同的衣服。

两年来，马尼尔尝试着把棉纤维、塑胶聚合物和可溶解化学成分的溶剂组合在一起，终于发明出不需一针一线编织或缝合也能结合在一起的面料。又经过半年多的研究和实验，马尼尔从天然纤维到合成纤维，从基色到荧光色，研发出了花样繁多的面料。

马尼尔请来一位模特带上护目镜，将喷嘴对准她身体轻轻一喷，一件纯白色t恤就穿在了模特身上，而如果担心纯白t恤略显过时，还可以给t恤喷上其他颜色，让它变得吸引眼球。当然，喷好的衣服也能脱下来清洗，再次穿到身上。除了t恤，马尼尔还充分发挥想象力，喷制出连衣裙、裤子、泳装或者帽子等，再也不必担心衣服不合身或者“撞衫”。甚至，当人们厌倦某种设计后，还可以把面料再次溶解，然后重新做成别的款式。

20xx年9月，马尼尔向政府申请了专利，并成立“喷罐面料有限公司”和研究团队，致力于科技和设计的交叉学科研究，时装界更是把这种“喷罐制衣”称作是面料与时装界的“奇迹”，争先恐后与他签订长期。

合作。

协议。下一步，马尼尔准备进军医药和其他领域，生产喷制绷带、药膏等。

“如果说这是一个奇迹，那就是一个被嘲笑出来的奇迹，我感谢曾经嘲笑我的每一个人!”在9月23日的产品发布会上，马尼尔这样说。

在这个标榜颜值的年代，范伟得长相没有小鲜肉的清秀帅气，但是凭着演技，从一个相声演员到金马影帝，实力派就是这样一步步修炼成的。

范伟的双亲都不是搞艺术的，父亲是厂里的宣传干事，母亲则是个营业员。走上演艺这条路并取得这样的成就，可以说是范伟的喜爱和后天努力的结果。

观众知道范伟是从小品开始的，《卖拐》、《卖车》，弱者的善良和单纯，通过他憨厚的容貌和和实力派的演技，让观众在欢笑之余多了几分思考。像小品种这种憨厚善良的形象，范伟的每一次表演，都让观众记忆犹新。

范伟的大红总和赵本山有着丝丝缕缕的联系。二人同为铁岭老乡，赵本山走红的时候，范伟还是默默无名的相声演员。从1993年的小品《儿子大了》开始，范伟和赵本山的合作密切了起来，接下来的10余年时间，他不但在春晚上了带给了观众许多好看的小品，还在赵本山的电视剧里大放异彩，《刘老根》中的药匣子李宝库是个金句层出不穷、搞笑古怪、贪小便宜，非常爱表现自己小人物，范伟凭借他多年的舞台经验，成功的向观众塑造了这一角色。

而要说起影视剧，拿了金马奖影帝的范伟着实让人有些诧异。在春晚的舞台上有了一定的成绩之后，范伟已经开始在小品与电影这两种形式的表演舞台上来回奔波了，虽然作品多以配角或是客串的角色出现，戏份不多，但就是这些角色的点缀，让观众记住的不止电影，还有电影中范伟的表演。

半路演起影视剧，不是科班出身，却胜似科班出身。20xx年，在电影《手机》中，范伟饰演葛优的表哥，他的出现让男女偷情制造的紧张氛围突然舒缓，电影里对比明显的表演及所形成的张力，是一个十足的记忆点。还有《天下无贼》中傻气的劫匪，《芳香之旅》中诠释深沉爱意却又略带喜感的老崔。20xx年，范伟的演技厚积薄发，在《南京!南京!》中演委曲求全、小心应付、最终以悲剧收尾的唐先生。一路走下来，范伟的演技越来越棒，而戏路也越走越宽。

她1977年出生于广西桂林，漓江的柔美，象鼻山的意趣，大地的青翠蕴涵着江南的灵秀，也塑造了她一身的灵气。于是，从小她就显示出一种天生的乐观和逼人的才气。

几个要好的女同学私下里问过她：“你考试成绩不好的时候不伤心啊?怎么就没看见你哭过鼻子呢?”她脸上仍旧挂着甜甜的微笑：“谁也不能时时刻刻都出类拔萃，只要我尽力做到了最好的自己，那就够了。全力以赴地付出过，剩下的就是乐观地面对生活。”

这种乐观一直支撑着她的成长，甚至后来她父亲身患重病去世了，家里的生活一度拮据到了极点，有时候一天只能用一个面包勉强充饥，她也擦干眼泪面带笑容继续生活，并且取得了骄人的成绩。

22岁那年，她大学毕业，上海电视台到学校选人，尽管她长相并不出众，但台长亲自拍板，说：“她的内涵会给新闻节目注入一种新鲜的血液。”后来的事实证明，台长的预言没有错，凭借亲和、不做作的主持风格，她迅速得到观众的喜爱，并迅速播报上海台晚间黄金时段的新闻，成为当家一姐。

20xx年，中央电视台向她抛来了橄榄枝，她毅然选择了北漂。当时，在上海台，她是正式员工，收入稳定，还买了房子。而在央视，最初她只是一个连进门卡都没有的“临时人员”。初到北京，她住在一套40平方米、没有暖气的老式居民房，而且北京很干燥，总需要开加湿器;家里的菜是酸辣风格的，但在北京，一吃辣就咳嗽。

更大的考验来自工作，北京的工作强度比上海高很多，而且最初她很不适应，因为压力过大，最初的几个月里，她的身体频出问题，经常要到医院打吊针。那是她。

人生。

最低落、最压抑的一段日子。在那段最苦最难的日子里，她没发过一句牢骚，也没有丝毫的抱怨。她告诉家人和朋友，自己已经尽全力做到最好的自己了，如果不能成功，也该轻松快乐地去面对。她的乐观情绪感染了身边所有的人，大家不再多说什么，只是力所能及地多给她一些帮助。

努力终有回报，她很快便在央视吸引了全国观众的目光，她俏皮的语言、乐观的性格、专业的主持能力，给越来越多的观众留下了深刻的印象。从20xx年起她连续4年获得央视十佳主持人，并于20xx年获金鹰节优秀电视节目主持人奖，她主持的节目《第一时间》获中国播音主持“金话筒电视主持作品奖”。

她叫欧阳夏丹，现在主持的节目是《共同关注》，每天都会微笑着出现在全国观众面前。

在谈到自己的乐观时，欧阳夏丹有自己的秘诀：“气球里充满了比空气轻的氢气，所以才能飞上天空;我一直都让自己身体里充满快乐轻松的生活元素，所以我也才能飞翔起来!”如此理念，也能传染给人快乐飞翔的感觉。

**后天努力比先天优势更重要的事例篇十一**

倘若你没有经过努力，就想不劳而获，是不会取得真正的成功的。成功必须通过不懈的努力才能够取得。本站小编精心为大家搜集整理了后天努力成功的故事，大家一起来看看吧。

在二次大战期间，

丘吉尔。

已经60多岁了，但他却能够每天工作16个小时，一年一年地指挥英国作战，实在是一件很了不起的事情。他的秘诀在哪里呢?他每天早晨在床上工作到11点，看报告、口述命令、打电话，甚至在床上举行很重要的会议。吃过午饭以后，他要再上床去睡一个小时。到晚上，在8点钟吃晚饭以前，他要再上床去睡2个小时。他并不是要消除疲劳，因为他根本不必去消除，他事先就防止了。因为他经常休息，所以他可以很有精神地一直工作到半夜之后。

当今世界上最大的化学公司——杜邦公司的总裁格劳福特·格林瓦特每天挤出一小时来研究一种世界上最小的鸟——蜂鸟。权威人士把他写的关于蜂鸟的书称作自然历史丛书中的杰作。

休格·布莱克进入美国议会前，并未受过高等教育，他从百忙中每天挤出一小时到国会图书馆去博览群书。数年如一日，就是在议会工作最忙的日子里也从未间断过。后来，他成了美国最高法院的法官，是最高法院中知识最渊博的人士之一，他的博学多才也使美国人民受益匪浅。

威尔福·莱特康丽奋斗了40年，成了全世界织布业的巨头之一。尽管事务十分忙碌，他仍然渴望有自己的兴趣爱好，决定每天抽一小时来画画。为了保证这一小时不受干扰，他每天清晨5点前就起床，一直画到吃早饭。他说：“其实那不算苦，一旦我决定每天在这一小时里学画，每天清晨这时候，渴望和追求就会把我唤醒，怎么也不想再睡了。”数年下来，他举办了多次个人画展，其中有几百幅被高价买走。他把用这一小时作画所得的全部收入作为奖学金，专供给那些搞艺术的优秀学生。他说：“捐赠这点钱算不了什么，这只是我的一半收获。从画画中我获得了很大的愉快。”

人的一生在时间的长河中显得微不足道，所以智者认为。

珍惜时间。

就是珍惜生命，他们努力过好每一天，在追求事业成功的同时，他们也合理地利用时间享受生活的快乐，对于该做的事，他们会动力地去做，对于没有价值的事，他们绝不去浪费自己宝贵的时间。

愚者也在忙忙碌碌地生活，整天都没有闲暇的时间，表面上看起来他们在充分地利用时间，可是以头来我们并没有看到他们有什么成就，其实，在愚者的忙碌中，有一大半是把时间浪费在可做可不做的没有价值的事情上了，生命也就在这一分一秒中悄悄地消失了。

“马杜罗，你跟我出来一下。”

自习课上，当同学们聚精会神写作业时，马杜罗却趴在课桌上打瞌睡。他跟在迈克老师后面，无精打采地走出了教室。

“你相信石头会开花吗?”老师的手掌里，躺着一枚光滑的鹅卵石。马杜罗不肯开口说话，只摇了摇头。两年前，因为一次偶然的患病，他落下了口吃的毛病;因为担心被别人嘲笑，他变得自卑，很少说话，学习成绩也一落千丈。

老师让马杜罗坐下来，拿出一把小巧的工具刀，埋头开始雕刻。很快，石头的上面，一朵小花栩栩如生。“你看，石头其实是可以开花的，只不过需要你转变一下思路而已。”老师又说：“我知道你一直喜欢看书，好故事应该与大家一起分享。周末的班会上，我希望能听到你的声音……”

马杜罗告别老师时，心情很复杂。回到家里，他开始认真练习，对着镜子纠正自己的发音，一遍，两遍……周末那天，因为口吃总是躲在角落里的马杜罗，居然主动站到讲台上。虽然他紧张得大汗淋漓，说话也不是特别流畅，大家却送给了他最热烈的掌声。

多年以后，大学毕业的马杜罗，早已改掉了口吃的毛病，成长为俊朗的小伙子。酷爱看书的他，梦想成为一名职业作家，整天躲在租来的房子里写文章。不料，所有投出去的稿子，或者毫无音讯，或者收到退信，从来没有一篇能够发表。

那天，马杜罗发现口袋里的钱只能再勉强维持几天的生活了。他怀着沮丧的心情，独自在街头漫步，竟然在街头邂逅了多年不见的迈克老师。与当年不同的是，老师早已经离开课堂，成了一位著名的雕刻家。

当他一口气说出心中的烦恼时，老师微笑着说：“你知道我手里那块石头为什么能开花吗?首先，因为我酷爱雕刻，每天所有的业余时间，都用来学习这方面的知识。另外，不管做什么事情，仅有喜欢还不够，更重要的是要适合。就像我，每次将雕刻刀握在手中时，灵感总是如约而至……”

马杜罗倒吸了一口凉气，他想起自己每次写字时的艰难，那种搜肠刮肚的痛苦，忽然就明白了，自己喜欢文字，却只适合当一名读者，而不是一位作者。

不久，马杜罗就按照街头的广告，跑去一家广告公司应聘。一年后，他又成为一名公交车司机。为人谦虚、热情大方的他，受到同事们的尊敬，被选为行业工会领袖。于是，在工作之余，他又多了一项任务，那就是为争取普通工人的权益而奔波。从此，他慢慢步入了政坛，开始了不一样的人生旅程。

记者们蜂拥而至，面对他们连珠炮般的提问，马杜罗从容地反问：“你们相信石头会开花吗?我信。”说着，他微笑着伸出手来，掌心里躺着的，正是迈克老师当年赠送的那块鹅卵石，隔了这么长的光阴，刻在上面的花朵，依然那么栩栩如生，一如年少时的梦想，从来不曾凋零。

爱因斯坦(1879―1955)物理学家，生于德国。1920xx年毕业于苏黎世工业大学并入瑞士籍，1940年入美国籍，在物理学多个领域均有重大贡献，其中最重要的是建立了狭义相对论，并在此基础上推广为广义相对论。因物理学方面的贡献，特别是发现光电效应定律，于1920xx年获诺贝尔物理学奖。

1882年，爱因斯坦来到这个世界已经3年了，却不像其他孩子那样天真活泼，爱说爱笑。他总喜欢静静地坐在客厅里，歪着脑袋认真地倾听从母亲的指间流淌出来的优美动人的音乐。母亲看着他那聚精会神的憨样，开心地笑了，说道：\"瞧你一本正经的模样，简直就像一个教授!嗨，我的小宝贝，你为什么不说话呀?\"爱因斯坦动了动嘴唇，没有回答母亲的问话，但他那对亮晶晶的眼睛却扑闪扑闪地不断眨动着，显示出快乐的光芒，他的内心已经体会到音乐的优美流畅，但他却说不出口。

爱因斯坦的父亲喜欢郊游，经常兴高采烈地带着全家人到野外去游玩。小爱因斯坦十分喜欢这种活动，那美丽动人的湖光山色，那耸入云霄的参天大树，那颂歌般的松涛，那金色的阳光，都使他沉醉，然而，他却不爱说话，不能用语言把这一切表达出来。而比他小的妹妹却象一只百灵鸟，一路上欢快地唱着、叫着。

邻居家的孩子们经常在一起玩游戏，小家伙们在一起尽情地唱呀、跳呀、叫呀，可这里面却没有爱因斯坦的身影。他喜欢一个人静静地坐在客厅的角落里玩搭积木，一玩就是老半天，然后默默地坐着，忘情地欣赏自己的杰作。就这样，小爱因斯坦已经四五岁了还不大会说话，这时，父母有点儿着急了：\"难道他是低能儿，是个傻子?\"父母亲赶紧为他请来了医生，却没有检查出什么毛病。

在爱因斯坦四五岁的时候，一天，爸爸送给他一件小玩具――罗盘。对新鲜事物充满好奇的小爱因斯坦为此心花怒放，立刻爱不释手地摆弄起来。

罗盘中间有一根指北针，尖端一头涂着红色，颤巍巍地抖动着，总是顽固而坚定不移地指向北方。爱因斯坦小心翼翼地转动盘子，想偷偷改变指针的方向，但无论他怎样转来转去那根针就是不听指挥，红色的那端依然牢牢地指向北方。小爱因斯坦急了，猛的一转身子，从朝北转向朝南，心想：\"这个指北针总该跟着我走了吧?\"但是定睛一瞧，他不由大吃一惊：红色的一端依旧指着北方!

\"太奇怪了......\"爱因斯坦不知所措地喃喃着，\"这到底是为什么呢?\"。

他想去向父亲询问，可灵机一动，他马上自己做出了解答：\"对，这根针的旁边一定有什么东西在推着它，所以它能永远保持一个方向。\"。

于是他翻来覆去地研究罗盘，想在指针周围找出那神秘的东西。但令他大失所望的是，他什么也没找到。这个童年之谜就此深深刻印在他的记忆中，挥之不去。也许，爱因斯坦日后对电磁场的深入研究，其灵感就是源于童年时代那谜一样的小玩具罗盘呢。

爱因斯坦的童年本来就沉默寡言，不爱说话，如今有了罗盘这个有趣的伙伴，他整天精神恍惚，越发沉默不语，父母还以为这次他是真的病了呢。

这件有关罗盘的童年往事，给爱因斯坦留下深深的印象，甚至在许多年后，他还常津津有味地回忆。

到了上学的年龄，与同龄孩子相比，小爱因斯坦依然显得十分木讷，动作迟缓呆笨。在班上，他的学习成绩很差，每次被老师叫起来背诵课文，便呆头呆脑一句也念不出来。同学们私下里都嘲笑他，认为他是一个\"差劲的落伍生\"。爱因斯坦就这样开始了他的求学生涯。他虽然很愚笨，然而却很善良、虔诚，同学们给他起了一个绰号叫\"老实头\"。

6岁时，爱因斯坦迷上音乐，开始学习小提琴，小提琴奏出的优美音乐将他带入了一个美妙的境界，音乐曾一度使他着迷。然而，练习小提琴时机械、重复的弓法和指法又令心生厌倦。就这样，小爱因斯坦以平淡无奇开始了小学生活，又以平淡无奇而结束。此时的小爱因斯坦与同龄人相比，不仅没有超长之处，反而多几分笨拙。

10岁那年，小爱因斯坦告别了小学，成了一名中学生。此时的德国军国主义思想如洪水猛兽般到处泛滥，到处横冲直撞。在学校里也不例外。那些老师像军人一样将希腊文、拉丁文一个劲儿地往学生头脑里塞，而学生的职责就是背、背，整天都是背。对这种学习方式，小爱因斯坦烦透了，有意无意间将自己的兴趣转移到了自学。

数学。

上，数学成了他中学时代的最大的业余爱好。

爱因斯坦的叔叔是一个工程师，对数学也很喜欢，有一次在纸上画了一个直角三角形，写了ab2bc2=ad2，并满脸神秘地爱因斯坦说：\"这就是大名鼎鼎的毕达哥拉斯定理，两千多年以前的人就会证明了，你也来试一试。\"12岁的爱因斯坦此时还不懂得什么叫几何，但他被这个定理迷住了，决心试一试，他一连几个星期苦苦思索，寻找着证明的方法，到第三个星期的最后一天时，竟然被他证明出来了。他第一次体会到创造的快乐，他的创造才能萌动了。

随着年龄的增大，爱因斯坦的眼界逐渐开阔，能使他产生兴趣的事物也变得越来越复杂。12岁时，爱因斯坦得到一本硬皮精装的几何教科书。他怀着兴奋神秘而又略带恐惧敬畏的心情把书翻开，从头一页欧几里德的第一条定理读起，越看越入迷，竟然一口气把全读完，深深为几何定理的精密、明确和严整所折服。对一些定理，他反复地进行琢磨和思考，有时还尝试着撇开已有的论证方法，另辟蹊径，自己来重新证明，爱因斯坦总会高兴得欣喜若狂，他第一次深切体会到发现真理的巨大快乐。

爱因斯坦幼年时代的好奇心得到进一步发展，同时他的自信心也逐步增强。不久，他又自学了高等数学，中学里的老师已不是他的对手。当他的同学们还在全等三角形中跋涉时，小爱因斯坦已经遨游在微积分的天地里了。

爱因斯坦在数学王国里成绩卓著，而其他学科引不起小爱因斯坦的兴趣，成绩就很差，不少老师对他这种学习态度都很看不惯，并多次责备过他。一次，小爱因斯坦的父亲问学校里的教导主任，自己的儿子将来可以从事什么职业，这位老师竟直言说道：\"做什么都没有关系，你的儿子将是一事无成。\"这位老师对小爱因斯坦的成见非常深，认为他是一块朽木，已再无雕刻的价值，竟勒令他退学。就这样，爱因斯坦15岁那年就失学了，连毕业证都没有拿到。

爱因斯坦自幼养成了爱。

读书。

爱思考问题的好习惯。有一段时期，他对《大众物理科学丛书》这本通俗科学读物着了迷，无论走到哪里，都要把这本书带在身边，时时翻阅。正是这本书，不但使爱因斯坦破除了宗教权威的迷信，而且引导他立下了探索自然奥秘的宏图大志。

在少年爱因斯坦的身边，还总是带着一个小笔记本，那是为随时记下灵感的火花而用的。16岁那年，又一个极富挑战性的问题占据了他的头脑：假如某种光的接收器，比如：人的眼睛或者是摄影机，跟随在光的后面，用光速飞奔，那么，会发生什么情形呢?他把问题捕捉住，记在本子上。但正确的答案又去哪里寻找呢?他百思不得其解，又为自己设置了一个新的难题、新的挑战。

正是这个令爱因斯坦日思夜想的高难问题，孕育了未来相对论的神奇萌芽。也许，这可以看作是小爱因斯坦向科学堡垒发起的第一次勇敢进攻。

小爱因斯坦日后之所以能取得辉煌成就，与他的家庭是分不开的。他生长在无忧无虑的家庭环境中，父母对他是十分宽容的。他的父母在他的成长道路上所扮演的就是保护他的气质与性格免受不良因素的影响。当爱因斯坦的\"天才\"还没有发挥出来，还显得很笨拙的时候，他的母亲很着急，担心自己的孩子将来一无所成，而他的父亲则说道：\"不用把此放在心上，孩子只是不能适应学校的规则，及学校机械的教学罢了。等他长大了，了解了周围的一切后，就可以顺利适应了。\"父母没有将他视\"弱智儿\"，没有因为功课不好、被学校开除而责打他，而是给他一个很宽松的环境，循循善诱地帮助他成长与发展。

1895年的秋天，16岁的爱因斯坦离开了亲人，独自登上开往苏黎世的列车，开始了人生新的里程。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找