# 2024年独立自强的文案(精选11篇)

来源：网络 作者：沉香触手 更新时间：2024-08-30

*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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。独立自强的文案篇一独立自强是每个...*

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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**独立自强的文案篇一**

独立自强是每个学生都应该具备的品质和精神，也是追求成功和成长的关键。作为一名学生，我深深体会到了独立自强的重要性。通过学习和成长的过程，我逐渐摸索出了一条属于自己的路，下面我将从时间管理、解决问题、自我激励、目标规划和自信心提升五个方面，总结我在独立自强上的心得体会。

首先，合理的时间管理是独立自强的基础。时间是有限的，而任务是无穷的，要想有效进行学习和生活，必须学会科学细致地规划时间。我每天会在学习开始前列出一份详细的计划，明确每项任务的时间和步骤。在遇到困难和失败时，我不会因为时间不够而放弃，而是会根据实际情况进行调整。通过规划时间，我不仅提高了学习效率，还培养了自己的时间管理能力。

其次，解决问题的能力是独立自强的核心。在学习和生活中，我们经常会遇到各种各样的问题和困难，如何善于解决这些问题是独立自强的关键。我意识到，解决问题需要冷静思考和勇于担责。在遇到问题时，我首先会进行全面分析，找出问题的本质和原因，然后采取行动，积极解决。通过不断锻炼解决问题的能力，我逐渐变得更加成熟和自信。

第三，自我激励是独立自强的源泉。长期以来，我深知外界的赞许和鼓励并不能持续推动我前进，必须要有内在的动力。因此，我时刻保持对自己的高要求，不断激励自己追求进步。每当我取得一个小进步，我都会给予自己适当的奖励，同时反思自身不足之处，寻找下一步的提升方向。这种自我激励的机制让我在学习和生活中能够坚持下去，不断提高自己。

第四，目标规划是独立自强的指南。人生没有目标就像航海没有指南针，无法找到正确的方向。为了做到独立自强，我每年都会制定一份长期目标，并将其细分为短期目标。然后，我会为每个短期目标制定详细的计划和行动方案，以实现总体目标。在实践中，我发现目标的制定和规划不仅能够指引我前进，还可以让我更加了解自己，发挥自己的优势。

最后，自信心的提升是独立自强的必经之路。在面对各种挑战和压力时，只有保持自信，才能够取得成功。我通过不断努力和积累经验，逐渐打开了自己的心扉，并增强了对自己的自信。在学校的演讲比赛中，我敢于自信地站在舞台上，和其他参赛者竞争；在班级的团队合作中，我勇敢发表自己的意见，并积极参与讨论。自信心的提升让我能够勇敢面对挑战，坚持自己的信念，不断追求自己的梦想。

独立自强是一种与人生紧密相联的品质和精神，只有具备了独立自强的能力，我们才能在未来的道路上奋勇向前。通过时间管理、解决问题、自我激励、目标规划和自信心提升，我逐渐感受到了独立自强给予我的力量和改变。相信在今后的学习和成长道路上，我将继续坚持独立自强的信念，不忘初心，不断追求更高的目标和更好的自己。

**独立自强的文案篇二**

当然不是了。这是因为几千年来封建思想，重男轻女的影响。其实不是男儿才当自强。女儿也是很自强的。

桑兰是一个多么了不起的人物，我真钦佩她，钦佩她那顽强的斗志、自强不息的精神。就桑兰这一事例就可以证明：“女儿当自强”并不是徒说。而且自强的女儿不止桑兰一个，还有热爱生活、积极向上的张海迪。她也是因疾病而高位截瘫痪，她说：“像所有矢志奋斗的人一样，我把艰苦的探寻本身视作真正的幸福。”她一直以顽强的毅力与病魔抗争，为社会做贡献。她们那份坚强奋斗，自强不息的精神很值得我们学习。自强即是积极进取、不懈追求，是前进的动力，所以人生当自强，不分男女。

“眼前多少难甘事，自古女儿当自强。”可能人们认为这样念起来不顺口吧，也可能人们偏心了。不过，女儿确实当自强，这是事实。

**独立自强的文案篇三**

曾经有这样一个调查，调查什么样子的孩子才是“好孩子”的首选标准?只有21.96%的母亲选择“成绩优秀”，竟有49.59%的母亲尤其看重“自立自强”。

一个流浪汉行乞40年。一天他来到比尔·盖茨的门前，盖茨说，你打算要一美元，还是要一万美元?流浪汉知道他是世界上最大的富翁，便说：“对您来说一万美元不过是一美元，就给一美元吧。”盖茨给了他一美元，外加一张签了“发挥你的长处，以知识致富”的名片，说：“这是一美元，这是9999美元。”流浪汉接过钱和名片问：“这张名片真的值那么多钱吗?”盖茨说：“只要你照着去做，可能不止值9999美元。”

第二天，流浪汉就给市政厅工商部写一份报告：现申请成立纽约乞讨咨询公司。理由如下：1、市场广阔。据《纽约时报》公布的最新数字，纽约街头有20万流浪汉以乞讨为生。2、服务社会。由于流浪汉较多，施主愈来愈差，致使部分流浪汉感到了生存压力。3、具备资格。本人流浪40年，乞讨经验丰富，乞讨手段全面。4、时代需要。知识经济已经到来，本人属于靠学识致富。

去年，纽约乞讨咨询公司的资产突破千万。前不久，该公司以“知识乞讨”为主题到欧洲开辟市场。一个小时候仅为爸爸搓过一次背的流浪汉，通过咨询也改善了生活，由于他对伦敦和每一条街道了如指掌，咨询人员让他办了一个个人领路公司。

求人，低三下四;求己，昂首挺胸;求人，被人唾弃;求己，受人尊敬;求人，前途黯淡，求己，前景光明。其实，动物都懂得自立自强之道。善于奔跑的非洲豹捕住猎物时，不是立即将其咬死，而是有意识地放生，然后驱赶尾随而来的豹崽去追赶失魂落魄的猎物。小豹追赶一阵若停止脚步，母豹会怒张大口，毫不留情地撕咬小豹。小豹开始惊叫躲闪，但很快领悟到母豹的意图，便抖擞精神奋力狂追那死里逃生的猎物。如此“教子之道”，看似冷酷，实是爱得深沉。那便是从小培养自立自强意识。

人类历史上，如何教育子女是个古老而常新的话题。东汉杨震做莱州太守时，有人劝他乘着有权势置些产业留子孙，杨震付之一笑：“使后世称为清白吏子孙，以此遗之，不亦厚乎?”民族英雄林则徐给后世留下一副对联：“子孙若如我，留钱做什么?贤而多财，则损其志;子孙不如我，留钱做什么?愚而多财，益增其过。”显然，杨震和林则徐都不愿后代在自己营建的“安乐窝”里坐享其成，而希望他们具有自强、自立的品质。

日本人将中小学生放到荒岛上进行学会生存的“无人岛教育”，让幼儿园孩子光着脚走路的“赤足教育”，传媒上多次见到，但国人接受恐非易事。众多被视为“小皇帝”的宝贝疙瘩，在家似群星拱月，“捧在手里怕跌着，放在地上怕吓着”，生活上有求必应，百依百顺。结果娇惯生任性，任性又导致性格的另一面——感情脆弱，意志不坚，对困难和挫折缺乏应有的承受能力。

鲁迅先生说：“无情未必真豪杰，怜子如何不丈夫。”我们是国家未来的栋梁。为了祖国和民族的未来，我们应该吃一些该吃的苦，并树立一些基本的信念，起码要懂得：“滴自己的汗，吃自己的饭，自己的事自己干。靠人、靠天、靠祖上，不算是好汉。”在这方面哈尔滨市三中的朱延河为我们作出了榜样。朱延河的父母都是聋哑人，家境贫寒。年迈的姥姥不识字，妹妹尚小，在同龄人“少年不知愁滋味”时，他已成了要操心柴米油盐的顶梁柱。

每天中午，大多数学生的饭盒里轮番变换花样，可朱延河的饭盒里总是土豆、白菜、萝卜唱主角。他与同学们围坐在一起有说有笑，那样自然坦荡。

朱延河的父母虽是聋哑人，却一直以自己的勤劳正直乐观为孩子默默诠释着人生。他的姥姥虽没有文化，却极有见地。从小不管延河摔得多重，她都让他自己爬起来，告诉他：只有自己才能救自己。再大一些，姥姥告诉他：穷不丢人，没有骨气才丢人，要挺直腰板好好做人，好好学习，长大报效国家。正是在这样的家庭氛围中。，朱延河小小年纪便知为大人分忧，便懂得艰苦奋斗，坚定、执著中、关心他人。

有一次老师问他是否羞于说出家里的情况，他抬起头，眼中闪着异样的光芒，十分庄重地说：“我家虽然清贫，但我心中很平静;父母虽残疾，我同样感受到父母的爱。有些人整天无聊地炫耀祖宗的财产与功业，而自己则平庸可怜得一无所有。我将用自己的双手和知识去振兴我的家与国。”正是在这种振兴民族报效祖国的精神感召下，朱延河努力学习、刻苦钻研，成为品学兼优的好学生，他曾参加过全国数学竞赛并取得好成绩。物理学科是他的长项，高二时他连破三关，闯入全国竞赛的行列，获得一等奖。

七月，每个应考学生家中都躁动着不安。朱延河的家里平静如往。聋哑父母只能以眼神鼓励自己平静温课的儿子，他们实在拿不出什么物质营养晶，但他们相信渐渐长成男子汉的儿子。

学校因为朱延河成绩一直优异将其列入保送名单。谁知这对许多人来说是梦寐以求的喜事却被他婉言谢绝了。他要以自己的实力来证明一切，结果朱延河如愿以偿，以高出北大、清华30多分的成绩考入哈工大，在多名新生中名列第一，获一等奖学金，享受直读硕士的待遇。为了节省伙食费和照顾母亲，学校批准他走读。尽管社会上许多人伸出热情之手，愿意资助他的学习和生活，他都婉言谢绝了。他说：“我可以接受这真诚的爱心，但我没有理由接受他人的馈赠，弱者靠别人的施舍过日子，强者凭自己奋斗创造业绩。这些更激发了我奋发向上、战胜困难的决心和勇气，我要把这爱、这情铭刻在心底。”

一位诗人说过：“苦难是人生最好的老师。”对于那些从贫困家境走出来的成功者而言，“卑贱”更是一笔受益终生的难得财富。出身于殷实之家，确实可享受到好的教育，优越的家庭可提供常人无法企及的育才环境，但在同等条件相同机遇下生存竞争，“卑贱”者往往比优越者更能利用和珍惜某些千载难逢的机会。中国古代有句名言叫“纨绔子弟少伟男”，国外也有一句至理名言叫“卑贱者最聪明”，因为“卑贱”者比优越者更懂得获之艰辛得之不易的深刻哲理。

是啊，也许你生于富贵人家，身为名门之后;也许你父母只是一般职员，生活拮据步履维艰;也许你祖辈什么也不是，只能世代务农。但从你开始，你就是你，你努力去做，该得到的就有可能得到;不去努力，即使得到的也会失去。让我们做一个自立自强的人吧!

**独立自强的文案篇四**

自强不息的人生，是立志的，是坚强的。

海伦凯勒的一生道尽了自强不息的全意。人残志不残，虽然听不见，看不到但是凭借着自己的努力成为一个学识渊博，掌握英、法、德、拉丁、希腊五种文字的著名作家和教育家。她走遍美国和世界各地，为盲人学校募集资金，把自己的一生献给了盲人福利和教育事业。她赢得了世界各国人民的赞扬，并得到许多国家政府的嘉奖。成为了全世界都闻名的成功女性。当然像海伦凯勒一样人残志坚的人也不再少数，去看看残运会，可能你会看一场哭一场，看到那些一块块金牌的`背后是多少血与泪的故事。更是我们这些常人无法感受到的！

自强不息的意思是自觉努力进取，不懈怠，不停止。“自强不息”道出了人生的准则，更体现出了像海伦凯勒一样虽然身体有着缺陷的人们的坚强的意志与那敢于向生命挑战的力量。常言道：“我命由我不由天！”，命运是掌握在自己手里的，自强不息，逆流而上，挑战这世界之巅！

人生就相当于一场马拉松比赛，我们的起跑线都是一样的，最重要的还是看比赛中的过程，你努力一点，你坚持一点，就可能比别人快一点，进一步。可能到最后大家都累到了，但是你还站立着，那么你就是胜利了；如果大家都卧着，你跪着那么你就是胜利了；如果大家都休息着，你还继续着你就胜利了。自强不息的真正意义其实就是坚持二字，何为坚持？两个字，一个是“忍”，另一个是“努”。

要知道“业精于勤荒于嬉！”

**独立自强的文案篇五**

6、最可怕的敌人，就是没有坚强的信念。——罗曼罗兰

7、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

9、永远没有人力可以击退一个坚决强毅的希望。——金斯莱

11、坚强的信念能赢得强者的心，并使他们变得更坚强。——白哲特

12、立志不坚，终不济事。——朱熹

13、书不记，熟读可记；义不精，细思可精；惟有志不立，直是无著力处。——朱熹

14、疼痛的强度，同自然赋于人类的意志和刚度成正比。——武者小路实笃

15、意志目标不在自然中存在，而在生命中蕴藏。——武者小路实笃

16、意志若是屈从，不论程度如何，它都帮助了暴力。——但丁

17、只要有坚强的意志力，就自然而然地会有能耐、机灵和知识。——陀思妥耶夫斯基

18、能够岿然不动，坚持正见，度过难关的人是不多的。——雨果

19、有了坚定的意志，就等于给双脚添了一对翅膀。——乔贝利

20、谁有历经千辛万苦的意志，谁就能达到任何目的。——米南德

21、不作什么决定的意志不是现实的意志；无性格的人从来不做出决定。——黑格尔

22、执着追求并从中得到最大快乐的人，才是成功者。——梭罗

23、富贵不能淫，贫贱不能移，威武不能屈。——孟子

26、有志者事竟成。——佚名

27、三军可夺帅也，匹夫不可夺志也。——佚名

28、功崇惟志，业广惟勤。——佚名

**独立自强的文案篇六**

独立是夜幕中的一丝微光，虽然很淡，但也能冲破黑暗。下面是本站小编为你整理的几篇大学生独立自强

演讲稿

，希望能帮到你哟。

敬爱的老师、亲爱的同学：

大家好!

今天我演讲的题目是“独立自主、不做温室里的花朵”。

花儿总有冲破泥土，傲然绽放的时候;鸟儿总有离开鸟巢，拥抱蓝天的一天;我们每个人也总有离开家庭呵护，走向独立的过程。

陈寅恪说：“人应当有自由之精神，独立之人格。”人总要学会长大，没有一把伞能撑起永远的一方晴空，没有一个人有一生的保护神。一个人总有学会尝试，学会面对，学会承受，哪怕面前是万丈深渊，哪怕眼前是刀山火海，哪怕饱尝耕耘的辛酸，失败的泪水，请不要轻易地把求助的目光投向别人。李嘉诚就是这样白手起家，成为中国首富的。凤凰浴火才能重生，毛毛虫挣脱蛹的束缚才能化蝶，能独挡一面，特立独行的人才是能傲雪的腊梅。作为小学生的我们，不能永远躲在避风港里，甘做温室里的花朵，我们渴望独立，就要笑迎风霜雨雪;我们渴望做生活的强者，就要走出温室，让暴风雨来得更猛烈些吧!

人应该是独立的。随着身心的发展，我们一方面比以前拥有了更多的自由度，另一方面却担负起比以前更多的责任，面对这些责任，有些人感到胆怯，无法跨越依赖别人的心理障碍。依赖别人，意味着放弃对自我的主宰，这样往往不能形成自己独立的人格。依赖性强的人喜欢和独立性强的同学交朋友，希望在他们那里找到依靠，找到寄托。学习上，喜欢让老师给予细心指导，时时提出要求，否则，就像断线的风筝，没有着落，茫然不知所措。在家里，一切都听父母摆布，甚至连穿什么衣服都没有自己的主张和看法。一旦失去了可以依赖的人，就会常常不知所措。时间一长，孩子容易形成“父母对，自己错”的思维模式，走上社会也觉得“别人对，自己错”。这两种教育方式都剥夺了我们独立思考、独立行动、增长能力、增长经验的机会，妨碍了我们独立性的发展。

爱迪生出身低微、生活贫困，他的“学历”是一生只上过3个月的小学，老师因为总被他古怪的问题问得张口结舌，竟然当他母亲的面说他是个傻瓜、将来不会有什么出息。爱迪生虽未受过良好的学校教育，但凭个人奋斗和非凡才智自信，自强，自立获得巨大成功。他自学成才，以坚韧不拔的毅力、罕有的热情和精力从千万次的失败中站了起来，克服了数不清的困难，成为美国发明家、企业家。他发明自动电报帮电机留声机;实验并改进了电灯(白炽灯)和电话。在他的一生中，平均每15天就有一项新发明，他因此而被誉为“发明大王”。

同学们，鹰的翅膀是在搏击风浪中练硬的，挺拔的松柏是在傲霜斗雪中成长的。愿大家勇做翱翔蓝天的雄鹰，不做贪图安逸的麻雀;要做山巅松柏，独立自主、不做温室花朵。

谢谢大家。

自立，是走向成功的伴侣，是战胜困难的利剑，是达向理想彼岸的舟楫。有了它，就迈出了成功的第一步;有了它，就走上了义无反顾的追求路。

有了自信，中华民族便有了无数追求成功的动人的故事：“头悬梁，锥刺骨”、“凿壁偷光”、“囊萤映雪”……有了自信，一双脚便能穷尽大漠沙海，脚下就飘起“丝绸之路”，身后就有“丝路花雨”;有了自信，一双手便能雕绘出莫高窟的金碧辉煌，筑起葛洲坝“截断巫山云雨”，托起“神州号”飞船遨游神秘的天宇。

自信不是狂妄自大，也不是心血来潮，更不是“宁信度，勿自信也”形而上学的固执。它是理想进取中折射出的生命的灵光，是孜孜追求路途中永恒的生命潮汐，是成功碑塔下第一块灵活辩证的基石。自信吧，朋友!有了自信，才会拥有自我，才会拥有成功，才会拥有辉煌灿烂的人生!

最近看了一本《哈尔罗杰历险记》，心情久久不能平静下来。这本书说的是哈尔和罗杰去海上找珍珠，结果被遗弃在一个无树、无草、无人的小岛上。但是他们没有绝望，在荒无人烟的小岛上照料自己，又不断地寻找求生的办法，最终，他们乘着鱼皮做的小船回到了陆地。他们在荒无人烟的小小岛上都能努力让自己活下来。相比之下，我们的生活那是多么美满幸福，如果将我们遗弃在岛上，那会怎么样呢?我想会活活地饿死或者渴死。

现在我先不说面对生死存亡时，就在生活当中，我们会怎么样呢?想到这里，我心里油然而生一种惭愧。记得有一天，爸爸妈妈都出差了，我煮给自己吃的不过是蛋炒饭，而且还要倒上许多酱油才可口的菜呀!和哈尔、罗杰相比之下，可以说是小巫见大巫了。

就如陶行知先生说的：“滴自己的汗，吃自己的饭，自己的事情自己干，靠人靠天靠祖宗，不算了好汉。”人生的道路总是曲曲折折的，不会一帆风顺。一个人有了自强自立的精神，就会有勇气克服困难，使自己的生命之火熊熊燃烧，就可以迎接生活的挑战!

为了让我们不遗失求生的本能，为了让我们能自己生活，让我们从小养成自强自立的好习惯吧!

有不少人和我说，独立就是靠自己。还有些人和我说，独立就是一种自大，一种偏执。

事实并没有那么简单，当我们真正离开父母老师的羽翼时，试问有几个能依靠自己软弱无力的双腿稳稳站住的呢。当独立到来时，便意味着更多的困难要解决，更多的现实与不堪要面对，更多的责任要承担，更多的来自社会与自我的束缚。。所以，独立就是靠自己的双腿站起来，用自己的汗水与付出获得自己想要的东西，独立即是一种担当，一种成熟，一种自我监督，一种自我完善。

当我们真正独立时，我们背负的也更多了。我们需要对自己的一切行为负责，需要对身边的人负责，作为子女，作为朋友，作为一个公民。我们逐渐拥有更多的身份，更多的责任。独立的开始，便是我们直面我们所承担的责任的时候。

独立与年龄有关吗?有关，因为独立的含义需要岁月去理解，也无关，独立可以从孩童开始，独立不一定要从行为开始，而是由内心，从磨练自己的心志与处世能力开始。独立即使一种自我要求，一种向上的生活态度。

对于作为学生的我们，独立不仅应从尽心尽力的完成学业，更应从调节好自己对于学习的看法与自身的审视开始。自己坐在课堂之上目的是什么，天天到同一个地方接受学业又对自己有什么意义呢?了解了这一些便不会为小小的利益而迷茫了，便不会虚度年华，浪费青春了。也会在生活中更多体谅他人的做法，监督自己行为中的过失，不给他人惹不必要得麻烦。独立的过程是痛苦的，但是是我们必须经历的，人，要在独立中生活。

所谓独立，也是不可以被单独认识的。它有一个伙伴，叫团队。而独立的关键，也不应该是独，而应该是立。目的是立起来，靠自己不过是一种规则。而团队，其实是帮助一个想立起来的人，遵循靠自己这个规则的最好的一种环境。如果没有团队这个环境，或者会走向偏执，或者会走向自大，或者会独过了头。所以独立不能只是自我世界的体现而忽视了身边得人事物.如果比尔盖次在离开大学后没有伙伴的支持，那或许也不会有今后的成就了.独立，要在生活中独立起来。

法国生物学家巴斯德说:”立志，工作，成功是人类活动的三大要素”，作为高中生的我们独立的第一步就是要首先树立自己的理想，那样才会有生活的动力，有激励自己立起来的能量.仅仅31岁的风暴主持芮成钢被多个国际企业青睐，但他却认为钱有的是机会挣，他说:”考不考大学，读什么专业，甚至找什么工作让学校父母，以至社会为我们选择的学生是很无趣的，把自己变的小心谨慎失去年轻人应有的朝气的学生是很无趣的，那些评价人只为了兴奋点集中在财富和地位上，很少去感受一个人的精彩之处的人，媒体和社会是很无趣的.所以独立不是逼迫自己一定要附和生活，抛弃原来的自我，而是能够响应内心对梦想与幸福的追求，独立自主的做决定，不做任何人，任何物的奴隶.这样便能脚踏实地的站立，而又自由自在的生活了.在生活中独立，在独立中生活。

**独立自强的文案篇七**

“穷人的孩子早当家”。我终于体会出了这句话的含义。我们像温室里的花，娇生惯养；而民工子女却好比戈壁滩上的\'白杨，吃苦耐劳。我们生活在幸福美满的家，衣来伸手，饭来张口；而民工子女却生活贫困，很多困难都要独自面对，一个人解决。

今天，我们来到了民工子女张宇和张丽家。他们的家，仅仅只有15平米，简陋的小床，小小的桌椅，构成了他们的家。我们想要什么，就一定要什么，爸爸妈妈不给，我们就要发脾气；民工子女却十分体谅父母，只索要一些必要的东西，没有自己的玩具，都是别人玩过的玩具。学习努力，尽量帮父母分担家务，吃苦耐劳。比起我们，那我们可真是身在福中不知福了。我们有良好的读书环境，还不好好学习，反而给父母添乱，我真自愧不如。

这对民工子女使我懂得了感恩，父母工作很累，我们要会体谅父母，不要给父母添乱，要帮父母做一些力所能及的家务活。学习要刻苦，遇到困难不要总是依赖父母，要靠自己。

让我们做一个独立自强的孩子吧！

**独立自强的文案篇八**

1、有时候挺讨厌自己的，不会说话，太过善良，没什么心眼，还这么可爱！

2、等过了这个坎，你就要开心起来，一切都会变好的，超好，爆好，无敌好！

3、我从来不相信浪子回头，喜欢我的人必须从一开始就痴心不改。

4、收起无谓的委屈，收起不需的眼泪，从现在起，只做自己的女王。

5、目的虽有，却无路可循；我们称之为路的，无非是踌躇。

6、如果道歉有用的话，要圣罗兰，纪梵希，古驰，香奈儿，迪奥，兰蔻做什么！

7、依靠男人的女人最后都会丧失自己，依靠自己的女人最后都会赢得天下。

8、疯就疯吧，笨就笨吧，怪就怪吧，想怎么样就怎么样。生命短暂，快乐至上。

9、我需要的是能陪我到死的爱人，而不是让我去浪费青春的碍人。

10、现在的我，你爱理不理。记住了，以后的我，你高攀不起。

11、偶尔自己唱歌给自己听，好坏不重要，心情爽朗就可以。

12、念旧的人总是容易受伤，喜欢拿余生等一句别来无恙。

13、祝愿欺骗我感情的少年无爱一生，断子绝孙，孤独终身且长命百岁。

14、万一脆弱的不行了，请选好哭泣的对象，不要随便借肩膀和胸膛。

15、我希望我这样一本正经地做出要离开的样子，会引起你的注意。

16、一个人最好的状态就是：眼里写满了故事，脸上却不见风霜。

17、请一定要有自信。你就是一道风景，没必要在别人的风景里面仰视。

18、打扮的再美，穿的再昂贵，那只是个幌子，用善良做的外衣才是真的美。

19、旧情复燃的结果就是重蹈覆辙，自作多情的下场就是自取其辱。

20、爱情没有统一零售价，有时一文不值，有时千金难买。

21、人的眼睛是黑的，心是红的，但有时眼睛一红，心就黑了。

22、姑娘应该明白的是，气质比年龄重要，微笑比颜值重要，开心比爱情重要。

23、生活已经很累了，就不要去招惹那些让人身心疲惫的感情了。

24、晚上早点回家，自己没有车，超过十点要打的士，或者让人来接。

25、喜欢一个人你就去追，追不到就继续追，还追不到就打断他的腿。

26、爱自已还能提升品位和气质，让自己在众人面前表现出更加强大的自己。

27、当有负面情绪的时候，不要说，管好自己的嘴，有时候做哑巴，是一种境界。

28、你备胎无数，你感情不断；并不是因为你很迷人，而是你廉价又百搭。

29、有酒就去喝，有情就去爱，一生那么短，再拘谨几下就真的过去了。

30、我希望心里下一场刀子雨，把赖在里面不走的人剁成肉泥。

31、有一种爱，不求回报，却一直给予；有一种爱，不善言表，却能遮风挡雨。

32、女人，不要活在别人眼里，也不要活着别人嘴里，命运要靠自己掌握在手里。

33、我的心现在一片狼藉，有的人出不去，有的人进不来。

34、你爸妈把你当公主一样疼了十多年，不是让你在一个男人面前委曲求全的。

35、堂堂正正做人，认认真真吃饭，兢兢业业干活，无事少去扯淡。

36、抛掉过去，不一定有好的开始，但一定不会比过去坏。

37、从此以后，你走你的独木桥，我坐我的私人飞机，咱们井水不犯神仙水。

38、你还年轻，别凑合过，接下来的人生，还有万万种可能。

39、如果可以请不要念念不忘，伤口好了，就要舍得离开。

40、凡事先讨好自己，至于别人，分交情，看心情，做人就要酷一点。

41、我是你一颗糖就能收买的女孩，也是你十座金山都换不回的姑娘。

42、我变成所有你想要的样子，可丢了自己，也未曾拥有你。

43、别再委屈自己了好吗，做个迷人的混蛋，温柔且目中无人。

44、现在的我，很相信顺其自然；别说我不在意，就算在意了又能怎样？

45、学会做个彪悍的娘们，不矫揉不造作不发嗲不懦弱，怎么骄傲怎么活！

46、能自己扛，就别声张，往事清零，爱恨两清，各自安好，互不打扰。

47、被抢走的东西就不要去惦记了，因为能抢走的东西都是垃圾。

48、岁月让我知道了除了快递、工资、公交车、下班和大姨妈，我谁都不必等。

49、从现在起为了自己骄傲的活着，好好爱自己，永远不要为难自己。

50、过了某一个坎儿，你就会发现，再想遇到一个喜欢得不行了的人实在很难了。

51、换掉我的心脏，给我一副铁石心肠，我会笑着看伤我的人走向死亡。

52、已经错失的好男人不要去后悔，他们不属于你，于是你要睁大眼睛再找一个。

53、记住了，第一：我永远是对的，第二：如果我错了，请参阅第一条。

54、万一不小心喝醉了酒，不要打电话给任何人，包括死党和他。

55、再苦再累，也要保持微笑。笑一笑，你的人生会更美好！

56、祝愿欺骗我感情的少年，无爱一生，断子绝孙，孤独终身，且长命百岁。

57、带不走四季的风，就卷走一路的风景；遇不到心动的人，就孤身潇洒走四方。

58、就算你是我的肋骨，碰了我的底线！我也能笑着抠出来给你扔了！

59、疯狂的事情经历一次就好，比如翻越千山万水的去看望一个人。

60、如果你是一匹野马，我抓不住你的缰绳，我就会烧了整个草原。

**独立自强的文案篇九**

2、上天完全是为了坚强我们的意志，才在我们的道路上设下重重的障碍。——泰戈尔

3、挫折是块磨石，把强者磨得更加坚强，把弱者磨得更加脆弱。

4、既来之则安之，如果我们无法选择疾病，那么我们可以选择面对疾病的态度。越坚强、越乐观、越积极面对，希望就越大!

5、就是有九十九个困难，只要有一个坚强的意志就不困难。——杨根思

6、不害怕痛苦的人是坚强的，不害怕死亡的人更坚强。——迪亚娜夫人

7、今日起做个向上的女孩，让自己变优秀和坚强独立，做自己喜欢的事，不为别人，只为自己，然后就是等你。

9、其实每一个人都会有时候没安全感，我原来就是一定要伪装自己，伪装成一个非常坚强的女孩。

10、人在旅途，难免会遇到荆棘和坎坷，但风雨过后，一定会有美丽的彩虹。我希望看到一个坚强的我，更希望看到一个坚强的你。

12、其实，我很累了，我习惯假装坚强，习惯了一个人面对所有，我不知道自己到底想怎么样。

13、如果你足够坚强，你就是史无前例的。——司科特·菲茨杰拉德

14、是逆境，让我们变得更坚强。只要你还没有被逼过，你的潜力就有可能被埋没。

15、多了一点点坚强，不是那个动不动就爱哭的小女孩，因为还有生活要打拼啊。

16、一年又过去了，自己又长大了一岁，慢慢的走向成熟，慢慢的成长，不管未来会是怎样的，我都要坚强的面对，相信自己一定可以的!

17、你若不勇敢，没有替你坚强，加油吧，女孩。

18、人生前方路并非坦途，我自仰天长笑，面对人生的坎坷与荆棘，风雨中我会更坚强，为活出了自我而喝彩!

19、上帝会厚待那些勇敢的，坚强的，多情的人!

21、愿你不再脆弱，并永远不需要再假装坚强。晚安。

22、无论你正在经历什么，坚持住，你定会看见最坚强的自己。

23、今后还会不断地栽跟头，但同时你也有了每次站起来的坚强。——《哆啦a梦》

24、所谓的坚强，就是看着自己喜欢的东西却无法得到

25、爱笑的女孩也会流泪，谁都不是与生俱来的光芒四射，愿努力坚强、温柔善良。

1、意志坚强的人能把世界放在手中像泥块一样任意揉捏。——歌德

2、我要有多坚强才能在别人提起你的时候一笑而过。

3、没有人能一直做你的避风港，现实的残酷能教会你不断坚强!

4、我就一个心，贱命，随你怎么伤，我会为你去学各种坚强。

5、有时候，明明心如刀割，却要灿烂的微笑;明明很脆弱，却表现的如此坚强;眼泪在眼里打转，却告诉每个人我很好。

6、殊不知在你面前我一直在装坚强，其实在背地里我也有哭泣的时候。

7、在全人类中，凡是坚强正直勇敢仁慈的人，都有是英雄!——贝多芬

10、孩子，你必须坚强，勇敢。生活中没有诗，但诗歌也没有。没有前进的道路，但是没有前进的脚步。

11、我要做个温柔体贴、善良可爱的女孩，我要坚强、要勇敢、不轻易掉眼泪、不抱怨、不批判，我要赤诚、热心、积极。

12、我并不是真的坚强，只是不愿看到你们安慰我而焦急的样子，那样我会感到更心痛。

13、用笑去面对困难，用泪花去迎接胜利，从小做一个坚强的男子汉。

14、强烈的信仰会赢取坚强的人，然后又使他们更坚强。——华特贝基霍

15、坚强要从少年开始。即使困难重重，也绝不灰心丧气一蹶不振。——佚名

16、这世界纷繁复杂千头万绪，需要一种精神自我鼓励，有风有雨更要选择坚强，是龙是虫要靠自己证明自己!

17、一生中明白自己真正要做的事，你才能足够勇敢足够坚强，才能坚持初心，才能不迷失在诱惑里。

18、有好多话想说，但是说不出口，希望这一年，我能比以往勇敢坚强，能找到自己喜欢的事，做个善良积极的女孩。

19、人一定要有五样东西：扬在脸上的自信，长在心底的善良，融进血里的骨气，两侧外泄的霸气，刻进命里的坚强!

20、临着一切不平常的急难，只有勇敢和坚强才能拯救。——沙甫慈伯利

21、那种渺小又微不足道的感受，就算遍体鳞伤也要故作坚强。

22、自己的路自己走，虽然坎坷，虽然坑坑洼洼，但是并没有什么不好，也能让自己更加的确信，一定要靠自己坚强勇敢的走下去。

23、坚强的人不是没有弱点的人，而是勇于并善于战胜自己弱点的人。——佚名

24、感谢那些伤害你的人吧，他们让你变得更加的坚强。

25、透支了眼泪，我们便学会了没心没肺的笑。如果可以有依靠，谁愿意坚强。

**独立自强的文案篇十**

1、女人要爱自己，或许也可以这样说，就是要爱男人之外的生活本身。爱你的家人，你的朋友，你的宠物，你的事业，你的理想。

2、姑娘应该明白的是，气质比年龄重要，微笑比颜值重要，开心比爱情重要。

3、女人这一生，必须要靠自己，多攒点钱，你才有所有的尊严，才能有地位，别指望找个有钱的男人，话说有钱人都情人一堆堆的，没钱的男人，只是没多余的钱才不去花天酒地的，以姐踏入社会的经验，你想找高富帅，但是前提你得是白富美。门不当户不对的。灰姑娘的故事只发生在童话里。所以说人这辈子，靠谁不如靠己，求人不如求己。

4、你要珍惜自己的美丽，并不断充实自己的内涵。多看书，多学习：社会、人文、财经、时尚、家庭……上天没有赐你一张漂亮的脸，但是你可以为自己争一颗智慧的心。红颜易老，唯有你的内涵历久弥新。

5、真正有魅力的女人在事业上才华尽现，懂得如何在社交中显示自己的智慧、发挥自己的才干。真正有魅力的女人在男人面前谈吐风雅、不卑不亢、将女人的美与睿智，机敏与体贴表现的淋漓尽致。真正有魅力的女人在生活中会主宰自己的命运，会调剂爱人情感，会制造浪漫情调。

6、这个世界不能指望着谁，也不能想着倚靠谁，任何人都要靠自己，只有自己才不会背叛自己。

7、面对人生旅途中的挫折与磨难，我们不仅要有勇气，更要有坚强的信念。

8、一个女人成熟的标志，是学会狠心，学会独立，学会微笑，学会丢弃不值得的感情。

9、一句或两句体贴的话，对他人态度作宽大的了解，这些都可以减少对别人的伤害，保住他的面子。

10、为人一世，今生一回。

11、女人千万别做让男人省心的妻子，也别做男人不喜欢的“三心”女人，让他感到把你留在家里放心，平时想起你来伤心，回家看到你会恶心。

12、世界上许多困难的事情都是由那些自信心十足的人完成的。如果你有了强大的自信，成功离你就近了。

13、立志是一件很重要的事情，工作随着志向走，成功随着工作来，这是一定的规律。立志、工作、成功是人类活动的三大要素。

14、学习要有耐心和恒心，只有经过长时间有准备的积累，才可以大有作为。

15、期待改变并不能带来改变，下定决心、此刻就采取行动，才能改变一切。

16、旧情复燃的结果就是重蹈覆辙，自作多情的下场就是自取其辱。

17、我没有选择的权利，但我有努力的决心。

18、最终你相信什么就能成为什么。因为世界上最可怕的二个词，一个叫执着，一个叫认真，认真的人改变自己，执着的人改变命运。

19、爱自已还能提升品位和气质，让自己在众人面前表现出更加强大的自己。

20、当我们努力使自己变得更好的时候，我们周围的一切也会变得更好。

21、美丽，相信自己是美的，美是女人一生的权利；读书，不为气质，只让自己不孤独；工作，独立获得食物是尊严；爱情，只遵从直觉，与金钱或道德无关；性，身体小于爱情，但大于其他虚荣；婚姻，是某种一般的生活方式；自信，要相信自己。

22、抬头挺胸，抛掉不愉快的一切。努力生活，为宝宝努力赚钱。什么都靠自己才是真理。

23、已经错失的好男人不要去后悔，他们不属于你，于是你要睁大眼睛再找一个。

24、人这一生，每择取一次，总会以失去一段回忆作为代价。有的人苦守回忆而孤独一生，有的人丢掉回忆而后悔一生，有的人掌握回忆而幸福一生。

25、时间不仅让你看透别人，也让你认清自己。很多时候，就是在跌跌拌拌中，我们学会了生活。

26、所有光鲜亮丽的背后，都有你看不到的心酸。正所谓台上一分钟，台下十年功！

27、冷不靠灯，穷不靠亲，钱自己挣，苦自己尝，人自己爱，情自己惜，事自己扛，梦自己圆，伤自己养，家自己撑，路自己走。

28、不要指望谁陪你一辈子，没光的时候连影子都会离开你。

29、人没钱，会抓不住面子，人没朋友，无法培养自己，，人没胆，会缺少努力的目标，人没信心，会连亲戚都能说三道四，人没有别人有的，就更加要努力靠自己。

30、良心是每一个人最公正的审判官，你骗得了别人，却永远骗不了你自己的良心。

31、所有的一切，只要是靠自己努力得到的回报，都是值得称颂的！

32、只有经过地狱般的磨练，才能炼出创造天堂的力量。只有流过血的手指，才能弹奏出世间的绝唱。

33、看到别人取得成功时，我们会说，他们的运气好；当他们遭遇失败时，我们会说，他们不努力。自己取得成功时，我们会说这是自己努力的结果；若遭遇失败，我们会自我解嘲说都是环境的错。

34、幽默胜过直白，话少胜过多言；坦率胜过伪装，自然胜过狡辩；心静何来多梦，苦索不如随缘。

35、女生不努力的两种结果，穿不完的地摊货，逛不完的菜市场。

36、用阳光乐观的心态去面对生活和工作，它们一样也会回报给你阳光。如果你的一生还有一次翻身的机会，就要用尽全力！不能拼爹，唯有拼命-这是创业者的态度-态度决定你的成败。

37、你是怎样的人，你自己懂就好了；你过怎样的日子，你自己享受或者承担就好了。苦日子苦过，好日子享受，没必要令所有人都懂得和了解。

38、没有一蹴而就的\'幸福，也没有一劳永逸的美满，一切都靠自己努力去争取。

39、无论你觉得自己多么的不幸，永远有人比你更加不幸。

40、岁月让我知道了除了快递、工资、公交车、下班和大姨妈，我谁都不必等。

41、我真的好想好想离开这里去一个没人认识的陌生的地方。谁也不靠，就靠我自己。没有一个靠得住，到最后还是得靠自己，就连家人也一样。

42、凡事先讨好自己，至于别人，分交情，看心情，做人就要酷一点。

43、不要想有人保护你，不要乞求有人替你主持公道。只有学会了靠自己的力量活下来。

44、缘起缘灭，总有一个画地为牢，生死有命，总有一个规矩，别侵犯别人的底线，别耽误别人的格局，站的高了，别看不起人，站的低了，别说诋毁别人的话。

45、路是一步一步走出来的，情是一点一点换回来的，人生也是这样一页一页真实翻过来的。

**独立自强的文案篇十一**

1、一个女人的从容，可以把一个男人陶冶的心境柔和，一个男人的精明通达，阅世博深，一定让女方大受裨益。

2、我不在这里，请不要在我的坟边哭泣，因为我没有睡去。

3、人生苦短，要善待别人和自己，要真诚待人，心地善良。

4、若是志在山顶的人，怎会贪恋山腰的风景。

5、合理安排时间，就等于节约时间。

6、善良不是软弱更不是退让，而是从不主动伤害别人，不会纠缠不休，懂得适可而止。

7、在这个钢筋水泥构筑的城市，抱着已经逝去的爱情哭泣是没有用的。

8、如果放弃太早，你永远都不知道自己会错过什么。

9、淡定看人生，宁静做自我。人生充满变数，定力如何，直接影响到人生的走向。所谓定力，就是对自己的控制力。

10、家不在于大小，在于温馨；心灵不在于距离，在于相通；感情不在于拥有，在于长久；祝福不在于多少，在于真诚；朋友不在于远近，在于永远；牵挂不在于深浅，在于真心。

11、好的决惯愈多，则生活愈容易，抵抗引诱的力量也愈强。

12、人终究都会爱上新的人，遇见新的情，就像断尾壁虎。你以为你忘不掉，只是没有等到而已，或是你已遇见，却故意背过身视而不见。

13、当坚强成为你唯一的选择，你才知道自己可以有多坚强。

14、在风平浪静的日子里，留点空间给自己，留点空间给对方，留点美好给距离。

15、人生，有多少计较，就有多少痛苦；有多少宽容，就有多少欢乐。计较的心如同口袋，宽容的心犹如漏斗。复杂的心爱计较，简单的心易快乐。

16、不是因为有了希望才坚持，而是因为坚持才有了希望；不是因为有了机会才争取，而是因为争取了才有机会；不是因为会了才去做，而是因为做了才能会。

17、好女人会平衡各种人际关系。不一味追求不切实际的东西，不说三道四制造矛盾，量力而行，量体裁衣，知足者常乐。

18、有些事情我们必须放手，才有精力去迎接更美好的生活。

19、每个人都有一场爱恋，用心、用情、用力，感动也感伤。

20、下班再晚，工作再累，回家再冷，没等到男朋友一个电话。我可以自己独立坚强一个人硬撑。可是我想哭了。

21、女人是从来不讲道理的，她们的道理，就是自己的感觉。

22、过去的靠现在忘记，将来的靠现在努力，现在才最重要。

23、女人习惯停下来叹息，一旦爱情没有了，也就会觉得全世界都崩塌了，连生活都失去了意义。

24、世上从没有被命运抛弃的人，只有被命运捆住手脚的人。任何人的一生都不可能一帆风顺，难免会有坎坷和失意，关键是我们怎样去面对。

25、知己不在于相处，在于懂得；人生不在于顺逆，在于追求；梦想不在于伟大，在于坚持；生命不在于长短，在于精彩！

26、其身正，不一定不令而行；其身不正，不一定虽令不从。

27、人就活一次，酸甜苦辣咱得笑着。

28、勇敢的女人，永远比懦弱的.女人美丽。如果，你的爱人不爱你，我劝你还是勇敢点分离，好过，懦弱的纠缠。

29、如果你爱的人让你泪流成河，那么建一座桥，然后离开。

30、结婚，不一定要是你最爱的人，却一定是最适合你的人。

31、树有树的伟岸，草有草的柔美。大人物有大人物的精彩，小人物有小人物的自在。固然人的能力有大小，但只要在其位谋其事，努力去做了，就没有必要自惭形秽。

32、家，是滋养女人精华的地方，也是掏空女人精血的地方。一个女人，如果把家当成了生活的唯一战场，那离枯萎已然不远。

33、如果你投资的是自己，那么你会很顺利的收获真正属于你的爱情，爱情是以物质为基础的奢侈的精神享受。

34、冷漠，有时候并不是无情，是一种避免被伤害。

35、不能再急赶着奔跑了，我们头脑中的生活已经远远超过了心里的生活。退回来，退回自身。问最基本最古老的问题，重读那些重要的书。

36、生命、爱情、自由，本就没有谁的价更高，用一生去追寻哪一个可能都是错。考验爱情倒不如相信爱情，既然你已经选择了和一个人在一起，选择相信肯定要比怀疑和试图用怀疑去否定它更好。

37、努力发展设施蔬菜，我们用良心种菜，让百姓放心消费。

38、要纠正别人之前，先反省自己有没有犯错。

39、你们，相视过，微笑过，相爱过。而我们，只擦肩而过。

40、蛋糕非常香，咖啡十分甜，这里又没有地震，活着真好。

41、当你对美好身材的渴望远远大于你对食物的渴望，你就可以成功减肥。减不下来那是因为你对身材的渴望还不够强烈。

42、生活从来都是波澜起伏的，命运从来都是峰回路转的，因为有了曲折和故事，我们的生命才会精彩。

43、推动你向前的，不是困难，而是梦想。把外界的讥笑与冷漠丢到一边，拥有自信，坚持奋斗，人生的精彩之门最终会向你洞开。

44、去发现一个有潜力的男人，往往比去傍大款更切合实际。并且你会更有成就感。

45、有勇气说出那些话，却没有勇气去承受之后的那些痛苦。

46、如果你给我的，和你给别人的是一样的，那我就不要了。

47、无论你多么讨厌你的学校，当你离开久了，你还是会想念它。

48、独立的女人脸上永远是清澈的阳光味道，以清清的淡淡的笑送人\*\*送人和风，雨露缤纷的永远是闪烁的明净。

49、爱，也许真是这个样子，每个人都有自己的注解，但却永远走不进对方的世界。

50、小心眼，嫉妒心，仇恨，报复，女人的伎俩不过如此，你要施展没关系，关系的是你别被人发现。

51、一个人善良与否，决定了他将来是否有用；宽厚与否，决定了他将如何发挥作用；而能否不断反省、不断进步，则决定了他是否能持久向前，越来越有用。

52、我想真正拥有属于自己的，属于自己的事业。

53、如果跟男朋友没地方逛了，就一起去图书馆吧。安静的坐在他对面读书，其实也是件很浪漫的事。

54、轻不是你玩的理由，而是你奋斗的资本。

55、梦想是注定孤独的旅行，路上少不了质疑和嘲笑，但那又怎样，哪怕遍体鳞伤也要活的漂亮。

56、把艰辛的劳作看作是生命的必然，即使没有收获的希望也心平气和的继续。

57、我不是坚强，我是逞强，我不是独立，而是没有人可以依靠。

58、独立的女人会有落寂的忧伤，丝丝慢慢的忧伤无休止地缠绕着那看似坚韧的心灵，在隐忍的痛中独立的女人仍有独自的坚强，自抑坚强背后的慌乱，让淡淡的忧郁洒在掠过身边的每一缕风里。

59、独立女人越来越多，总会成为你眼里不经意的风景。

60、不要以为一天到晚笑嘻嘻或者沉默寡言的人好惹；当你撕开他的面具你会连跪下机会都没有！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn