

最新负能量的心态会给你带来 核能量心得体会(模板10篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

负能量的心态会给你带来篇一

当提到核能量，人们常常会想到曾经发生在日本福岛的核事故，以及与之相关的放射性污染等问题。然而，核能量作为一种非常重要的能源形式在现代社会扮演着不可或缺的角色。在我亲自参观核能发电厂并了解更多关于核能的信息之后，我对核能量有了更深入的理解，进而形成了自己的心得体会。

首先，核能量是一种高效且清洁的能源形式。相较于传统的化石能源，核能量具有更高的能量密度，一公斤的核能物质相当于数吨的煤炭或数千升的原油。这使得核能发电厂在能源供应方面具有极强的竞争力。此外，与化石能源相比，核能在燃烧过程中不会产生二氧化碳等温室气体，对于减缓全球变暖、保护环境起到积极的促进作用。通过核能发电，我们能够为人类提供大量清洁的电力供应，同时减少对化石燃料的依赖。

然而，核能的优势也伴随着一定的风险。尽管核能发电厂在设计、建设和运营过程中采取了严格的安全措施，但核事故的风险仍然存在。福岛核事故给全世界带来了巨大的震动，人们对核能的安全问题变得更加警惕。然而，在我参观核能发电厂时，我发现厂方对核安全非常重视，他们投入大量资源和精力来确保设施的安全性。无论是建筑结构的坚固性，还是防护层的保护性能，都经过了精心的设计和反复的检测。

此外，核能发电厂也制定了严格的应急预案，以应对任何潜在的事故。这使我对核能安全问题更有信心。

除了核能的高效和安全性，我亦了解到核能发电具有稳定性和持续性。相比于可再生能源如风能和太阳能，核能发电能够持续不断地为我们提供电力。这一点在能源供应紧张时尤为重要，因为核能发电厂不受季节、天气等诸多因素的限制，能够稳定地提供足够的电力。这对于国家经济的稳定发展和人民的生活需求具有重要的意义。

然而，核能也需要我们持续不断地提高技术水平和安全措施。在我参观核能发电厂期间，我了解到科学家和工程师们不断地改进和提高核能发电的技术，以更高效、更安全地利用核能。通过应用先进的技术和设备，核能发电厂能够提高发电效率，同时减少对环境的影响。此外，不断加强核能安全领域的学习和研究，也是确保核能发电安全运营的重要保障。

总结而言，核能量作为一种高效、清洁、安全、稳定的能源形式，在现代社会发挥着重要的作用。通过对核能发电厂的参观和了解，我对核能有了更深入的认识。然而，我们必须不断提高技术水平和加强安全措施，以确保将核能优势发挥到最大，同时降低核能的风险。只有这样，核能才能更好地为人类社会的发展和环境的保护做出积极的贡献。

负能量的心态会给你带来篇二

读完《正能量》这本书，我感慨良多受益匪浅，一个人生活在这个世界上，就应秉持一种什么态度？持续一种什么信念？带给身边的人一种什么影响？在书中都能够找到答案，这些都让我对生命涵义明白更上了一层。下方我根据自己的明白并结合我的实际与大家分享我读这本书的读书心得想。

什么是正能量？书中指一切予人向上和期望、促使人不断追求、让生活变得圆满幸福的动力和感情。能量有正负，表现

出一种情绪不仅仅能影响我们的情绪，更能直接有力地影响我们的身体，催生不一样的能量。而只有愉悦的、提振人心的情绪，才能激发出正能量，给予我们期望，成为促使我们不断追求、让生活变得圆满幸福的动力源泉。

改变自己，让自己成为快乐而充满激情的人。《正能量》说道：不仅仅微笑能使人更快乐，人类行为的方方面面包括走路和说话的方式都能够影响人们的感受。因此，如果你想要变得快乐，那就先得感觉完美，先得表现得欢乐。《正能量》里有一句：“热爱做正确之事，热爱自己的工作，让奋斗成为一种乐趣，斩平前面的荆棘，幸福之情自会油然而生。”什么是幸福，我觉得做好自己的事情也是一种幸福。自己的事情，当然包括自己的工作，每一天把自己的工作做好，有所收获，也是不错的！透过工作，看到了自己存在的价值了，自己工作的好处了，这才是幸福吧！当然，在工作中，我们会面临着许多的不如意，比如自己真的发奋了，但却得不到认可，比如，和某某人关联不好，比如，不是故意的犯了错误，比如觉得自己工作很累，压力很大等，但我们要理性的应对一些困难，多给自己一点自信，一点正能量。像书中所说：“做正确之事不仅仅拘泥于正确做事本身，更是源于一种对正确行为的向往，对诚实取得的成就的热切向往。”因此，正确的去做好自己的工作，始终持续一颗激情的心，和热爱的态度去每一天工作。

发奋进取、甘于奉献，是工作中激发正能量的法宝。从事税收工作，每一天与数字打交道，一个个数据、一张张报表几乎占据了我所有头脑的工作时刻，偶尔会有烦躁的情绪，然而，当我停下工作，环顾四周，却发现办公室的同事们都在不辞疲惫、默默无闻地工作。看着眼前的一切，内心也多了几分豁然和坚定。他们正在用自己的行动，向我传递着踏实、勤奋的“正能量”。突然明白，就是这样默默无闻、求实敬业的群众，才能培养出我们勤奋踏实的工作态度，也培养出了我对此刻的工作由衷的热爱。

豁达善良、公平正义，是人际交往中传递正能量的关键。和谐的人际关联，能够给我们带来愉悦舒心的工作氛围。很多时候人与人之间的相互明白、相互包容至关重要。持续善良的品性，以豁达的胸怀对待周围的人和事，用理性、公正的标准来决定身边的是与非，是人与人之间互相传递的另一股“正能量”。平凡的岗位，平凡的工作，需要我们坦诚、正直的处事态度和善良博大的胸襟。同胞遭遇灾难，我们捐衣捐物、奉献爱心；同事临患疾病，我们亲切关怀、无私帮忙；工作任务分配，大家不计得失、任劳任怨；先进优秀的评优选拔，大家实事求是、公平公正。坚信我们从自身做起，长期持续品质优秀、作风正直，定能构成一个团结协作、工作效率极高的团体单位。乐观向上、健康生活，是精神世界释放正能量的源泉。

每个人身上都是带有能量的，而只有健康、用心、乐观的人才带有正能量。当我们陷身困惑、争执或消极能量之中时，尝试解脱或改变破坏性的能量，当用心的能量被引爆时，我们的人生也将会得到神奇的大转变。唤醒我们体内的“正能量”，发奋实践、勇于创新，坚信我们每个人激发出的“正能量”都能成为促进我们地税事业的一股力量！

负能量的心态会给你带来篇三

爱，是世间一个最美好的字眼，同时也是最高深莫测的词语，我对爱的理解是不怎么深刻的，因为爸爸妈妈平时并没有让我感受到明显的爱，其他人就更不用说了。而其中最让我感受深刻的是妈妈对每一个人的爱，我把这无法比喻的爱比作炉火。

炉火能温暖周围的一切，妈妈也是如此，她经常能温暖身边的人。有一次，我们去坐地铁，有一个女士用自动售票机买票时把钱放进去后，钱弹了出来，但票却也跟着出来了，等于说，她没有交钱就拿到了票。而那位女士二话不说，拿了钱和票就走。妈妈跟在后面，及时叫住了那位女士，向她讲道

理，那位女士十分不满，两人还吵了起来，最后这位女士终于妥协，将钱还给人工售票的人，妈妈这一举动赢得了许多人的赞赏，我的心里也暖洋洋的。

还有一回，妈妈与同事们在街上逛街，忽然发现了一个乞丐，妈妈十分清楚这个乞丐的情况：他小时候患了小儿麻痹症，双腿失去知觉，整天坐在滑板上乞讨度日。妈2000妈先给了他20元，也带动同事纷纷捐款。这个乞丐十分感激，不停地感谢妈妈的慷慨与同事们的好心，我也更加钦佩妈妈了。

妈妈用心中的爱，像炉火般地传播给别人，我也一定要像妈妈一样，传递爱和正能量，这样，爱就像炉火一样让每个人被感染，让这个世界更加美好！

负能量的心态会给你带来篇四

此刻正能量这个词好像很流行，经常在电视上或者在演讲中听到。我的理解，正能量实际上就是一种心态，一种对人对事对物所坚持的态度。正能量就是很进取、乐观、向上的态度；相反，负能量就是消极、悲观、抱怨、抵触等。我们督察干部，常年出差在外，与家人聚少离多，工作压力大、工作强度大，正能量，确实是我们内心所需要的一种能量，我期待着这样一本书能为我解除内心的困惑，能够增长我的智慧。

就是在这样一份期待中，我开启扉页。作者理查德怀斯曼期望利用表现原理的力量去帮忙人们改变生活甚至改变世界，他延续了一贯的风格，经过描述心理学界很多的实验，用简便幽默的语言，深入浅出地向读者全面介绍威廉詹姆斯革蠢命性理论。所谓詹姆斯革蠢命性理论，即19世纪心理学家威廉詹姆斯提出的表现原理，它颠覆了传统的情绪决定行为的因果关系，倒因为果，认为特定的行为决定了相应的情绪。詹姆斯曾这样通俗的表述他的思想：如果你想拥有一种品质，那就表现得你像是拥有了这个品质一样。人们经过有意识的操纵自我的行为，获得某种进取的正能量的积聚，从而获得

正面的情绪。这样，控制自我的情绪变得如此简单：如果你想变得欢乐，那先微笑吧；如果你想变得自信，那先昂首阔步吧。他还期望着我们读者能抛弃旧的行为习惯，重新开始新的生活。

当我静下心来，往深处读时，我感觉到了作者无处不在的活力，字里行间里都透着作者的自信和亢奋。无疑，这是一本心理学的经典教程，这是一本成功学的又一典范。作为督察干部，督察事业正处在爬坡跃槛的关键时刻，工作正处在规范创新阶段，干部队伍处于新老交替阶段，超强度的工作运转成为家常便饭，作为一名督察人，作为兵头将尾的干部，如何能让自我欢乐高效的工作。感到要做到以下几点：

一、改变自己，让自我成为欢乐而充满活力的人。每一个人每一天都在工作，不管你情绪高涨好使情绪低落，我们都要应对眼前的一切，那么就让我们充满活力，欢乐的工作。那么怎样才能做一个幸福欢乐而充满活力的人呢《正能量》说道：不仅仅微笑能使人更欢乐，人类行为的方方面面包括走路和说话的方式都能够影响人们的感受。所以，如果你想要变得欢乐，那就先得感觉完美，先得表现得欢乐。我要改变自己，从今日起我要欢乐地与内心交谈。

二、改变自己，让自我所在的团体拥有正能量，更加有活力。团体正能量，顾名思义，就是团体成员都能瞄准目标，进取进取，各司其责，通力合作，共创佳绩的能量，是一个团体攻无不克，战无不胜的核心战斗力，是一个团体开拓创新的能量源泉。读完《正能量》，我时常会想在我的这个团体中，我该如何去传递正能量呢首先，我要做优秀的自我，工作态度进取，工作行为主动。其次，我要能立足本职，脚踏实地，甘于默默无闻，乐于无私奉献。再次，我要能服从团体的要求，与其他成员步调协调，荣辱与共。

《正能量》告诉我，想很多很多，如果去做，用表现这种张力的形式去做，就会让能量变成进取向上，成为正能量。相

反，不去做，一个劲的不用行动而只是用思维在自我的脑海里打转转，就是一种负能量，让这种负能量笼罩，那么一个人就会消沉下去。光会动脑，还是不够的，要在动脑，在理论的指导下，就要进取行动起来，用表现来为自我获取足够的正能量，坚持持续乐观进取向上的态度，不断尝试的态度，立刻行动，为自我争取更多的正能量。在生活 and 工作中，坚持意志力，坚定不移的走下去，做下去，是有着很实际的意义。正确的去做好自我的工作，始终坚持一颗活力的心，和热爱的态度去每一天工作！

负能量的心态会给你带来篇五

人类自古以来就一直在探索和利用各种能源来满足自身的需求。随着科技的不断发展，核能逐渐成为人们关注的焦点。核能是一种高效且环保的能源形式，但同时也引发了很多争议。在我深入研究并亲身体会核能之后，我对它的理解有了更深层次的认识。

首先，核能具有极高的能量密度，可以说是目前已知能源中最高的。核能的释放是通过核裂变和核聚变反应来实现的。核裂变反应可以提供大量能量，而核聚变反应则具有更高的能量潜力。这种高能量密度使得核能以非常小的体积提供大量电力，满足人类对能源的需求。在我亲自参观核电站并了解其运作原理后，我感受到了核能的巨大能量潜力。核能不仅可以为我们提供可靠的和持续不断的电力，还可以应用于其他领域，如医疗、冶金和航天等。

其次，与传统能源相比，核能具有更低的环境影响。燃烧化石燃料会产生大量的二氧化碳和其他污染物，导致全球变暖和空气污染等问题。而核能产生的不是温室气体或尾气，因此对气候变化和空气质量影响较小。我曾经担忧核能会造成核废料的排放问题，但在了解后发现，核废料可以进行有效的处理和储存，以最大程度地减少对环境和人类健康的潜在影响。这种环保的特性使得核能成为可持续发展的重要组成部分。

部分，为未来的能源转型提供了一个可行的选择。

然而，核能也面临着一些挑战和争议。首先，由于核能本身所含的风险，任何事故或人为失误都可能造成大规模的灾难。切尔诺贝利和福岛核事故的发生令人们对核能的安全性产生了极大的担忧，因此需要采取严格的安全措施来保证核能的安全运行。其次，核能的建设成本较高，并且需要大量的资金和技术支持。这使得一些发展中国家难以承担核能项目。此外，如何解决核废料的问题也是一个亟待解决的难题。虽然核能可以产生大量的电力，但若不能妥善处理核废料，将给环境和人类带来潜在的风险。

在我的研究和体验中，我深深体会到核能作为一种能源形式，是兼具利与弊的。核能的能量密度和环保特性使其成为满足日益增长的能源需求的有力工具。但我们不能忽视核能所带来的安全风险和建设成本等挑战。在未来的能源发展中，需要在安全和环保方面加强监督和控制，同时加大对新能源技术的研发和应用。

综上所述，核能具有高能量密度和较低的环境影响等优势，但也存在安全风险和建设成本较高等挑战。了解和思考核能背后的利与弊，才能做出更加明智和可持续的能源选择。只有在维护核能安全同时加大研发新能源技术的支持下，我们才能更好地利用和发展核能，为人类创造更加繁荣的未来。

负能量的心态会给你带来篇六

人类的生命离不开能量，获得、储存和释放能量是我们生存的必需条件。然而，我们常常忽略了对能量的理解和利用，错过了利用能量的机会，导致自身能量的消耗和浪费。在我多年的学习和实践中，我领悟到了能量的重要性和正确的能量管理方法，今天我要为大家分享我的“能量心得体会”。

第二段：对能量的理解和掌握

能量是指事物在运动和相互作用中所拥有的物理量，它也是生命活动所必须的能源。人体所需的能量来源于食物、空气、阳光等外部因素，这些都是我们获取和储存能量的途径。然而，能量的使用也需要科学的方法，否则会对身体带来不良影响。我们可以通过饮食、运动和睡眠等方式来调节身体的能量平衡，从而保证身体的健康和正常的生理功能。

第三段：身心能量的关系

人的身体不仅仅需要物理上的能量，还需要精神上的能量。身心能量的平衡不仅对身体有益，而且对情感和精神的心理健康也有很大的影响。在日常生活中，我们应该注重身心的协调，学会如何把握能量和精神的平衡。通过冥想、瑜伽等方式可以调整身心能量，促进身体健康和心理健康。

第四段：正确的能量管理方法

能量的管理也需要一定的方法。我们应该学会如何掌握能量的运用时机和方式，以便在生活和工作发挥最大的能量价值。此外，在对待工作、情感和人际关系等方面也需要保持适度的能量，避免过度消耗和浪费。一个积极向上、精力充沛的人，才能更好地应对生活和工作中的各种挑战。

第五段：总结

综上所述，能量是人类生命和健康的重要条件。我们需要正确地理解和管理能量，以便充分利用能量的作用，实现人类的个人价值和社会价值。我们应该注重身心的协调，学会保持能量的平衡，格外注重精神上的健康。越来越多的人开始关注自身的能量管理，这使我们更加明确了能量的重要性和正确的管理方法。希望在今后的生活中，我们都能够重视能量的科学运用，提高生命质量，迎接美好的未来！

负能量的心态会给你带来篇七

看本书之前，正能量三个字首先跃入眼帘，到底什么是正能量呢？以往个人的认识：正能量是健康、乐观、积极向上的思想和行为，通过读理查德·怀斯曼正能量一书，对正能量有了更系统认识，书中指一切予人向上和希望、促使人不断追求、让生活变得圆满幸福的动力和感情就是正能量。

之前我认为正能量产生效应是先有主观想法再带动行为积极转变，看了书才明白，詹姆斯提出的“表现”原理，它颠覆了传统的“情绪决定行为”的因果关系，认为特定的行为决定了相应的情绪。人们通过有意识的操纵自己的行为，获得某种积极的“正能量”的积聚，从而获得正面的情绪。作者通过各种实验告诉大家具体的行为可能产生的心理能量，如果想要有正能量的心理状态，可以先做出具有正能量行为的举动，这些行为举动都会不自觉让你产生积极、开心、乐观的心理状态。

能量有正负。表现出一种情绪不仅仅能影响我们的情绪，更能直接有力地影响我们的身体，催生不同的能量。而只有愉悦的、提振人心的情绪，才能激发出正能量，给予我们希望，成为促使我们不断追求、让生活变得圆满幸福的动力源泉。家庭、组织、社会同样需要正能量，否则会变得道德沦丧、混乱不堪。正能量是可以感染和传递的，只有越来越多的人不断激发和积累正能量，才能像催化剂一样使整个社会都变得快乐起来，充满正能量！

用心发现和感受自己就可以找到答案：举个最近例子，也是刚发生不久，就在上周日下午2点钟，与朋友约好一起外出逛街，刚出院子大门过马路时，不小心被送快递的摩托车碰倒，当时头蒙了一下，感觉不好这下完了，回过神来感觉腿很疼，当听到一句对不起时，气消了一半，但是还是忍不住说了一句，你咋骑的车，见人也不知道刹车，对方急忙扶住我，关心地问哪里不舒服，我们到就近医院看看，先看病。坐着送

货摩托车来到医院门口，丢下车，他急忙前去带着我挂号，看他关切着急样子，我心里一暖，今天发生的事情都是大家不愿意看到的，他能主动承担责任，我被感动了，开始关心起他了，让他先去把装满货物车寄存起来，免得再次发生不必要丢失损失。也许就是能为别人多想点，事情处理就会更让人感觉痛苦减少一些，他立马感觉我对他的信任，停好车子，很快回到医院，扶着我看医生，并嘱咐让医生好好看看，需要做什么检查就做。医生诊断需要做磁共振，花费500元，他拿着开好的单子去办理缴费手续，在去做检查时，结果忘拿交款单收据，就在他回去拿单子的时候，我与做磁共振大夫询问情况。大夫说现在做这个检查意义不大，看不出来问题，既然做这个检查意义不大，考虑到他挣钱不容易，也不忍心就这样让他花这么多，在我的意识里做出了决定，不做这个检查了，可以为对方减少费用损失，还是保守治疗吧。我把我的想法告诉他，他很感激，下来找大夫沟通开了一些缓解病痛药物，继续观察病情情况，再做下一步治疗。之后连续几天，他几次打来电话要来看望，都被我谢绝了，我目前病情有所好转，在坚持上班的这几天里，又得到了部门每个同事关心问候及实际行动帮助，很感谢大家，心里暖暖的。

负能量的心态会给你带来篇八

能量是自然界中最重要的要素之一。在人类社会中，我们也有许多与能量有关的经验和感受。在接下来的文章中，我们将探讨一些我对能量的理解和体会，并分享一些帮助我们利用能量和提高能量效率的技巧。

第二段：能量的来源和种类

能量是自然界中的一种物理量，可以通过许多方式来获取。食物、水、阳光和风都是能量来源。另一方面，能量也可以被归类为多种类型，包括机械能、电能、化学能和热能等。不同类型的能量在我们生活中扮演着不同的角色，并被用于完成不同的任务。因此，学习如何控制这些能量是非常重要的。

的。

第三段：如何利用能量

我们每天都需要利用能量来完成各种日常活动。比如，我们需要食物来补充身体所需的能量，我们也需要电来给手机、电脑和家用电器供电。在工作中，我们需要专注精力来提高工作效率。因此，学习如何有效地利用能量非常重要。我们可以通过均衡饮食、定期锻炼和提高时间管理等方式来保持身体和精神的能量水平。

第四段：能量和注意力的关系

除了身体的能量，我们还有注意力能量。在现代社会中，我们经常遇到需要集中精力和长时间工作的任务。然而，我们的大脑的注意力资源和能量并不是无限的。因此，如果我们不管理好我们的注意力和精力，就会很容易失去专注力和动力。为了让我们的的大脑和身体始终保持精神饱满，我们可以通过锻炼、定期休息和减少干扰等方式来优化我们的注意力和精神能量。

第五段：总结

综上所述，学习如何有效地利用能量是我们日常工作和生活非常重要的一件事。通过更好地管理我们的注意力、体力和精神能量，我们可以更好地应对生活中的挑战，并变得更加健康、积极和成功。我们还可以通过阅读和研究更多的相关文献来增加我们对能量的理解，进而提高我们的能量效率和创造力，为实现自己的目标和追求更高的生活质量打下坚实的基础。

负能量的心态会给你带来篇九

能量是一个抽象的概念，在物理学、化学、生物学等科学领

域都有着重要的应用。而在生活中，我们也可以感受到能量，比如身体的精力、情绪的波动、周围氛围的变化等。在这篇文章中，我将分享一些关于能量的心得体会。

第一段：能量对人体的影响

能量是无处不在的，它对人的身体和精神都有着重要的影响。人体的能量来自于食物、空气、阳光等，而这些能量会通过呼吸、消化、代谢等机制转换为身体内部的能量。当我们身体的能量处于平衡状态时，就会感到身体舒适、精力充沛。然而，当我们的能量失衡时，就会出现疲劳、焦虑、抑郁等不良反应。因此，保持能量的平衡对于身体健康和心理健康都非常重要。

第二段：能量的传递与转化

能量的传递和转化在生命中起着重要作用。比如，人与人之间能量的交流，有时候几分钟的交谈可能会让我们感到生气、兴奋或者放松。同样的，环境中的能量也会对人的情绪和状态产生影响。在自然中，阳光、空气、水等纯净的能量可以让人感到放松和愉悦。而在城市中，噪音、污染等负面能量则会让人感到不适和疲劳。因此，我们应该选择良好的生活环境，避免负面的能量影响。

第三段：调节能量的方法

调节能量的方法有很多种，比如，运动、冥想、瑜伽等都可以促进身体的运行和能量的平衡。此外，我们还可以通过音乐、艺术、自然等方式调节情绪状态，使身心得到放松和愉悦。在与他人交流时，保持积极态度和善良心态，不仅可以传递良好的能量，也可以提升自己的幸福感和满足感。

第四段：能量与自我成长

能量也与自我成长密切相关。在日常生活中，我们不断面临着压力、困难和挑战，这些都可以促进我们的成长和进步。而通过学习、思考、自我反省等方式，我们也可以提升自己的能量水平和素养。我们应该保持乐观积极的态度，学会接纳宿命，相信自己的能力，以积极的姿态面对生活和困难。

第五段：总结

能量是一个抽象而又重要的概念，在生活中有着广泛的应用和影响。保持能量的平衡、选择良好的生活环境、调节情绪状态、吸取生活经验和教训、促进自我成长，这些都可以提升自己的能量水平和质量。在面临困难和挑战时，我们应该保持乐观自信的心态，以更好的方式应对生活中的变幻和挑战。

负能量的心态会给你带来篇十

徐悲鸿，他是一个热爱祖国的人。我很喜欢他！有一次，他被那个外国学生嘲笑了，说你们中国人就是到天堂去深造也成不了才！所以，他就奋发努力的学画。他的生活很清苦，他只租了一间小阁楼，经常，只用一杯白开水和两片面包来解决一日三餐，为的是省下钱来购买绘画用品，每到节假日，他就到博物管里去临摹，他画呀画呀，一画就是一整天，经过潜心临摹，他的画技有了很大的提高，他创作的油画在巴黎展出时，轰动了整个画界！那个外国学生看了徐悲鸿的作品，非常惊讶，他找到徐悲鸿说：“我没想到你的画技这么高，看来我犯了一个错误，用中国话来说，那就是‘有眼不识泰山’。”

梅花香自苦寒来，宝剑锋从磨砺出。只要我们有恒心、肯努力，就没有难得倒的事情！