# 安全生产题库

来源：网络 作者：梦中情人 更新时间：2025-03-26

*安全生产知识竞赛试题本部/部门：课：姓名：工号：成绩：一：填空题：（）1.干粉灭火器点检方法;压力表指针应指在（绿）色区域，压力达到（1.0）以上。2.各单位储存，使用危险品或者处置废弃化学危险品，必须执行（化学品管理规定），采取可靠的安全...*

安全生产知识竞赛试题

本部/部门：

课：

姓名：

工号

：

成绩：

一：填空题：（）

1.干粉灭火器点检方法;压力表指针应指在（绿）色区域，压力达到（1.0）以上。

2.各单位储存，使用危险品或者处置废弃化学危险品，必须执行（化学品管理规定），采取可靠的安全防护措施（含应急措施）接受（主导部门的监督）管理。

3.机床的局部照明灯应使用\_（36）伏以下的电源。

4.《中华人民共和国消防法》规定：消防工作方针是：（预防为主.，防消结合）。

5.《中华人民共和国消防法》第21条规定：任何单位、个人不得损坏、擅自挪用、拆除、停用消防设施、器材，不得埋压、圈占消火栓和不得占用防火间距和（堵塞消防通道）。

6.《中华人民共和国消防法》第5条规定：任何单位、个人都有维护消防安全、保护（消防设施）、预防（火灾）、报告火警的义务，对单位和成年公民规定应参加有组织的灭火工作。

7.《中华人民共和国道路交通安全法》规定：机动车在高速公路上发生故障需停车排除故障时,车上人员应迅速将车移至（右侧路肩上）路肩上或应急车道上,并迅速（报警）。

8.储存化学危险品的车间，仓库必须（通风）良好，（防火），（防爆），设有符合紧急疏散要求、标志明显、保持畅通的出口，禁止封闭、堵塞通道的出口。

9.等边三角形的外形，黄色底周边为黑色较宽的边框，框内有一个黑色的感叹号。请说出其安全标示的意思是（注意安全/警告）。

10.公司防火门现多数使用消防锁，当异常发生时只要用力推门（消防锁）即可打开，人员能及时撤离现场。

11.在使用燃气灶具期间，应保持（有人看守）。

12.浴室内使用燃气热水器应保持（通风换气）。

13.各部使用排风扇为防止长期运行导致着火，下班后应当及时（关闭排气扇）。

14.燃气炉具使用的胶管应不超过（2米），每（2年）更换一次。

15.现场电气设备/锡炉保养时应先（断电），严禁使用（易燃易爆化学品）清洗锡炉。

16.电气设施下严禁放置（易燃物质），需保持足够的安全距离。

17.消防通道/安全出口任何时候必须保持（畅通）严禁（赌赛和占用）。

18.消防逃生“十要诀”中第五句是：（）。

19.严禁带电（移动电气设备）和修理电气设备。

20.严禁金属外壳（无接地装置）的用电设备投入运行，低压用电设备（包括居民照明用电）应装（漏电保护开关）。

21.严禁现场为抢救触电者打强心针，抢救触电者应就地进行正确的（人工呼吸抢救）法。

22.现部门发生工伤事故后应（立即报集团安全小组）知晓，并按“四不放过原则”调查处理，（2日内）向集团安全小组提交工伤事故调查处理报告。

23.各部在动火作业前，必须到集团安全小组处办理（临时动火证），允许后方可作业；

24.集团安全小组发出的《安全隐患整改通知书》对应单位必须在（5日内）作出回复（整改方案/担当人员/完成时间/等）；

25.常见的消防过滤式自救呼吸器在氧气浓度低于（17%）时不能使用。

二、单项选择题:（共230题）

1.安全文化素质的基础是\_\_\_D\_\_\_\_\_\_。

A:

安全技能知识

B:

心理应变,承受适应能力

C:

道德,行为规范的约束力

D:

安全意识,法制观念.2.>第34条规定:生产.经营.储存.使用危险品的车间.商店.仓库不得与\_\_D\_\_\_在同一座建筑物内.A:

女工与洗室

B:

办公室

C:

卫生室

D:

员工宿舍

3.物的不安全状态和人的不安全行为是事故发生的\_\_\_\_B\_\_\_

.A:

间接原因

B:

直接原因

C:

既是直接原因与是间接原因

D:

不正确

4.\_\_\_A\_\_\_\_\_\_

是实现安全生产的关键,对安全生产起决定作用.A:

从业人员

B:

生产设备

C:

生产坏境

D:

责任意识

5.安全责任追究的根本目的是让人们更好地履行安全责任,增强责任主体的\_\_D\_\_\_\_\_

.A:

安全意识

B:

生产设备

C:

思想意识

D:

责任意识.6.安全教育培训的三个阶段中最重要的是:

\_\_\_\_D\_\_\_\_\_\_。

A:

安全知识

B:

安全管理知识

C:

安全技能教育

D:

安全态度教育

7.\_\_\_\_\_B\_\_\_\_是指人们在劳动生产过程中表现出保护自身和保护设备,工具等物资的一切动作.A:

安全作业

B:

安全行为

C:

作业标准化

D:

安全动作

8.重伤是指损失工作日\_\_\_\_D\_\_\_\_的失能的伤害.A:

＜105日

B:

＞105日

C:

≦105日

D:

≧

105日

9.调查事故最基本的原则是\_\_\_\_\_C\_\_\_\_\_\_。

A:

“四不放过”原则

B:

第三方的原则

C:

尊重科学,实事求是,以客观事实为依据,事故是可以调查清楚的D:依靠专家,依靠科学技术的原则

10.事故应急预案是控制事故

＿\_C\_\_\_\_的有效方法.A

:

发生

B:

发展

C:

扩大

D:

消亡

11.＿\_\_C\_\_\_工伤保险的物质基础。

A:

工伤保险条例

B:

工伤保险制度

C:

工伤保险基金

D

:

工伤理赔

12.用人单位应在发生事故伤害之日起，＿A\_\_\_\_\_日内向统筹地区劳动保障行政部门提出工伤认定申请。

A:

B:60

C:

D:

360

13.＿\_\_\_\_A\_\_

是企业安全生产的第一责任人。

A:

企业主要负责人

B:

安全管理人员

C:

工会

D:

企业负责人

14.>第30条规定:生产经营单位使用的涉及生命安全,危险性较大的特种设备,必须经过专业的检测,取得安全使用证明或者＿\_C\_\_\_\_\_,方可投入使用.A:

安全许可证

B:

安全运行证

C:

安全标志

D:

安全标签

15.以下不属于防触电安全装置的是\_\_D\_\_\_

A、断电保险装置

B:电容器放电装置

C:接地

D:绝缘手套；

16.厂内运输车辆运货时车上货物伸出车箱前后的总长不能超过\_\_A\_\_\_

A：2米

B：1.8米

C：1.5米

D：1米

17.我国的职业病防治工作采取

B＿的方针.A:

安全第一,预防为主

B:

预防为主,防治结合C:

预防为主,防消结合D:

预防为主,安全第一

18.安全产管理制度中最基本的核心是\_\_D\_\_\_\_\_\_

A：安全教育制度

B：安全检查制度

C：安全生产奖惩

D：安全生产责任制

19.漏电保护器的作用是防止\_\_\_\_\_B\_\_\_

A：电压波动

B：触电事故

C：电荷超负

D：电压稳定

20.人行为的标准化对安全具有重要的意义，因为很多事故是\_\_A\_\_\_引起的。

A：人的意识淡薄

B：人的操作

C：人为失误

D：ABC都不是

21.安全色“黄色“的含义是＿\_\_B\_＿。

A：禁止、停止

B：警告、注意

C：指令、必须遵守的规定

D：提示、安全状态、通行

22.新工人的三级安全教育是指厂级教育（B）班组教育。

Ａ：启蒙教育　　Ｂ：车间教育　　Ｃ：礼仪教育　　Ｄ：学历教育

23.《安全生产法》对工会在安全生产工作中的（A）作出了规定。

Ａ：监督职责　　Ｂ：享有的权利　　Ｃ：应尽的义务　　Ｄ：管理职责

24.发生劳动争议的当事人可以依法申请（A）或者提出诉讼，也可以协商解决。

Ａ：调解仲裁　　Ｂ：拖延不决　　Ｃ：找人私了　　Ｄ：经济手段

25.安全监察是一种带有（A）的监督。

Ａ：强制性　　Ｂ：应急性　　Ｃ：自觉性　　Ｄ：随意

26.生产操作人员应保证本岗位工作地点和设备、工具的安全、整洁、不随便拆除（C）。不使用自己不该使用的机械和设备，正确使用保护用品。

Ａ：周围照明灯　　　Ｂ：信息公告栏　　　Ｃ：安全防护装置　　　Ｄ：ＡＢＣ都不是

27.目标管理理论认为，生产经营单位管理人员应该通过（B），以保证生产经营单位总目标的实现。

Ａ：行政命令对下级进行领导

Ｂ：目标对下级进行领导

Ｃ：行政手段对下级进行领导

Ｄ：强迫命令对下级进行领导

28.目标管理强调个人目标、部门目标与整个生产经营单位目标的（B）。

Ａ：独立性　　Ｂ：一致性　　Ｃ：相关性　　Ｄ：内在性

29.安全生产法规的立法依据主要是（B）。

Ａ：经济法　　Ｂ：中华人民共和国宪法　　Ｃ：刑法　　Ｄ：合同法

30.当表示存在危险性、紧急情况、机件失灵、出现故障、错误、停止时，应使用（A)。

A：红色信号灯

B：黄色信号灯

C：绿色信号灯

D：白色信号灯

31.白色信号灯表示（B)。

A：存在然险性、紧急情况、机件失灵、出现故障、错误、停止

B：危险性临近、处于边缘状态、警告、缓慢进行状态.C:情况、性能发挥正常，数据在规定范围以内，处于安全状态。

D：系统准备就绪、操作顺利进行。

32.库存危险物品应当分类、分垛储存、垛与墙间距不小于（D)。

A：0.2米

B：0.3米

C:0.4米

D:0.5米

33.厂内运输车辆运货时装货后的高度离地面不得超过（C)。

A:3m

B:3.8m

C:4m

D:4.2m

34.126、气瓶检验周期的规定，对于盛装惰性气体的气瓶，\_B\_\_\_\_

检验一次.A:每三年

B:每五年

C:每二年

D:每六年

35.燃烧的形成是有条件的，它必须有\_\_D\_\_\_\_存在并且相互作用才能发生.A：可燃物质

B：助燃物质

C：火源

D：可燃物质、助燃物质和火源这三个基本条件同时

36.使用有毒物品作业场所的个体呼吸防护用具，我们可采用（A)。

A、防毒口罩

B、胶鞋、手套

C、防护眼镜

D、工作帽

37.《安全生产法》规定，特种作业人员必须经专门的安全作业培训，取得特种作业（A)证书，方可上岗作业。

A:操作资格

B：许可

C:安全

D：检验

38.142、生产经营单位的从业人员有权了解其作业场所和工作岗位所存在的危险因素，防范措施及事故应急措施，有权对本单位的安全生产工作提出\_\_\_A\_\_\_\_\_。

A:建议权

B：批评

C：检举

D：意见

39.黄色与黑色间隔条纹颜色在安全中表示\_\_\_A\_\_\_\_。

A、警告危险

B、禁止越过

C、注意

D、不表示任何意义

40.如果我们要表示：“当心触电，注意安全，当心激光等标志”时，我们应该选择的安全标志为\_\_\_B\_\_\_

A、禁止标志

B.警告标志

C.提示标志

D.指令标志

41.从业人员有权拒绝接受\_\_\_D\_\_\_并对上级单位和领导人忽视从业人员安全，健康的错误决定和行为提出批评或控告。

A:生产任务

B：布置任务

C：岗位检查

D：违章指挥

42.安全色有红、蓝、黄、绿四种，黄色代表（B)？

A提示

B

警告

C

关注

D禁止

43.寒冷季节厨房石油气瓶供气不足炉火不够旺时，为加大出气量可以用（B）%以下温水加热气瓶，而不可将气瓶倒卧或直接用明火烤。

A.20

B.40

C.60

D.80

44.家庭用的防止人身触电的漏电断路器应选用不大于（A）毫安的漏电动作值。

A.30

B.60

C.220

D.80

45.在饭店或家庭的厨房宜配置（A）灭火器；灭火器应放置在显眼易拿取的地方。

A.二氧化碳

B.干粉

C.水剂型

D.泡沫

46.电器发生短路产生明火时应及时作（C）处理。

A把电线剪断

B.用水浇灭

C.断电

D.迅速撤离

47.对成年触电者进行口对口人工呼吸时，吹气量以（A）升为宜。

A.0.8~1

B.1-1.8

C.2-3

D.3-3.5

48.二氧化碳灭火器不可灭（A）类火灾。

A.A类火灾（固体）

B.B类火灾（液体）

C.C类火灾（气体）2-3

D.E类火灾（电气）

49.下列哪一类物品不属于A

类（固体）火灾（C）。

A.木材

B.纸张

C.沥青

D.棉.毛.麻

50.私自在宿舍内使用插板，未经动力课或生活指导员认可、固定。检查发现按宿舍安全管理规定罚款（A）元。

A.50

B.20

C.100

D.200

51.按《特种设备安全监察条例》第27条规定特种设备使用单位应当对在用的特种设备进行经常性日常维护保养，并定期检查。自行检查至少（D）一次。

A.每周B.每年

C.每半年

D.每月

52.若车间发生火警，不能乘搭电梯；在浓烟中逃生，若没有防烟面罩，应以湿毛巾掩口鼻，为避免吸入致命浓烟。下列正确撤离方式是（A）

A.蹲低姿势贴近地面爬行

B.抬高姿势快速跑步

C.正常行走

D.等待救援

53.发生人身触电事故，在进行救护时，首先应采取措施为：立即（A）使触电者与带电部份脱离。

A.断开电源

B.直接救护

C.向人身倒水

D.等停电后

54.生产车间、办公室、住房的220V照明灯具离地面的高度一般不应低于（A）米。

A.2米

B.1米

C.1.5米

D.3米

55.焊接用的气瓶在没有火源遮挡设施时，气瓶与动焊点的距离不宜少于（A）米。

A.2米

B.3米

C.1.5米

D.5米

56.机械设备的防护栏杆部位应涂成（A）色。

A.红色

B.白色

C.黄色

D.褐色

57.在炎热季节对高温作业工种的工人应供应含盐0.1%~0.2%的清凉饮料，饮料水温不宜高于（D）℃。

A.20

B.30

C.40

D.15

58.高温高湿的作业环境易发生中暑现象。（B)

A.中毒

B.中暑

C.感冒

D.发烧

59.集团《安全生产管理条例》规定：为激发职员工对安全生产关注及提高应对突发事故的处理能力，集团安全生产小组主导对下列当事人予以奖励：突发安全事故(火灾或其它危及人生安全事故)发生，对第一发现者及参与扑救处理有关人员给予最低（D）元奖励，视事故的严重性调高相应奖励金额（不封顶）。

A.300

B.50

C.100

D.200

60.《安全生产管理条例》规定：本部长（总经理）对本部/子公司内的安全生产负全面领导责任；部长、课长、管理及组长对其分管职责范围内安全生产负管理责任；本部/部门（B）对所管辖区域的安全工作负监督责任。

A.老员工

B.安全推进

C.技术员

D.所有员工

61.集团全体职员工有依法获得安全生产保障的权利和履行安全生产方面的义务；（A）工必须遵守公司、岗位安全相关要求及规定,严守安全操作规程,严禁违规作业。

A.全体职员

B.安全推进

C.技术人员

D.管理人员

62.协力商提供工程或生产服务时，由工程监理(工程类)/对应部门(非工程类)负责安全监督，（A）负责安全监督、跟进。

A.安全专职检查员

B.安全推进

C.技术员

D.所有员工

63、行走人行道正确方法是：（A）

A、等绿灯亮时从斑马线通过

B、红黄灯亮时车辆较少时可以从斑马线通过

C、为了赶时间可以强行通过马路

D、为了上班不迟到可以取捷径从马路任何地点通过

64、常用的简易灭火工具不包含

（D）。

(A)泥土

(B)锅盖

(C)水桶

(D)消火栓

65、下列哪种灭火器使用前需先把灭火器上下颠倒几次（C）。

(A)手提式清水灭火器

(B)手提式机械泡沫灭火器

(C)手提式干粉灭火器

(D)手提式二氧化碳灭火器

66、干粉灭火器扑救可燃、易燃液体火灾时，应对准（C）扫射。

(A)火焰上部

(B)火焰中部

(C)火焰最猛烈部位

(D)火焰根部

67、干粉灭火器扑救固体可燃物火灾时，应对准燃烧（D）喷射，并上下、左右扫射。

(A)火焰上部

(B)火焰中部

(C)火焰最猛烈部位

(D)火焰根部

68、常见的消防过滤式自救呼吸器在氧气浓度低于（C）时不能使用。

(A)32%

(B)50%

(C)17%

(D)10%

69、灭火的基本原则：（A）

(A)先救人后灭火

(B)先抢救财产后救人

(C)先灭火后救人

(D)先控制后灭火

70、灭火器的有效期是（B）

(A)2年

(B)5年

(C)3年

(D)10年

三.判断题：（共:70题）

1、个人防护用品缺少属于人的不安全行为。（×）

2、安全生产责任制的要求就是要做到各级领导、各职能管理部门、各级管理人员、各工作岗位的生产职责做到“纵向到底，纵向到顶，横向到边，人人有责”。（√）

3、人体感觉舒适的有效温度范围大体处于15℃-25℃

。（×）

4、危险化学品装卸过程必须轻拿轻放，可以拖拉、倾倒，但不可以碰撞。（×）

5、“违章不一定出事，出事不一定伤人，伤人不一定是我”，是一种侥幸心理。（√）

6、生产现场电源插头，插座无电源表示，插座没固定，有破损和插头没差到位，有一项符合，扣部门安全评价分1分。（√）

7、发生火灾时应及时向上长报告等待上长处理，不必拨打公司紧急电话内线5119.（×）

8、企业对员工进行安全生产培训和教育的主要目的是：熟悉企业安全生产制度和掌握安全生产知识与技能。（√）

9、安全生产责任制划分依据、原则是管生产必须管安全，谁主管谁负责。（√）

10、在操作钻床时必须戴手套作业。（×）

11、《公安消防部队执行条令（试行）》中规定的灭火战术原则是：，先灭火；后救人，先控制，后消灭。（×）

12、可燃固体火灾，应优先选取干粉灭火器灭火。（√）

13、按《仓库防火安全管理规则》规定，库房内不得设置移动式照明灯具。照明灯具下方不准堆放物品，14、其垂直下方与储存物品水平间距离不得少于0.5米。（√）

15、使用灭火器灭火时人应站在火点下风方向去灭火。（×）

16、水能够灭火主要是靠水大量吸收燃烧产生的热量，使着火物的温度降到燃点以下的作用。（√）

17、公司的消防应急疏散演习是每一年/次；化学品防泄漏是每半年/次。（√）

18、储存、使用化学危险品的车间、仓库必须通风良好、防火、防爆，设有符合紧急疏散要求、标志明显、保持畅通的出口，禁止封闭、堵塞通道的出口。（√）

19、作业人员在作业过程中，应当严格遵守本单位的安全生产规章制度和操作规程，服从管理，正确佩戴和使用劳动防护用品。（√）

20、集团安全生产小组，安全专职检查员不定期的对集团各区域进行安全检查，发现事故隐患，为了给对方面子，可以隐瞒不报。（×）

21、安全检查人员履行监督检查职责时，各单位应当予以配合，不得拒绝、阻挠。（√）

22、《安全生产管理条例》规定：安全事故发生后，本部/子公司应立即组织对事故进行调查，调查工作应当自事故发生之日起2日内完成，并向集团安全生产小组或安全委员会提出调查报告；重大事故由安全生产小组主导对事故进行调查，3日内完成向集团总经理报告。（√）

23、《安全生产管理条例》规定：轻微事故：财产损失（直接损失）1000元～5000.00元以下的公司或保险公司支付费用的安全事故（含人身伤害事故）；其区域管理者应受到通告批评，其担当组长受到记过处分。（√）

24、安全检查中，发现波峰炉排烟管道破损，排烟风速低于标准3.0米/秒，扣部门安全评价分1分。（√）

25、做波峰锡炉保养时，易燃/易爆物品离锡炉未达到1.5米以上且没有做防护措施，扣部门安全评价分1分。（√）

26、清洗基板、过滤网等作业员不必戴口罩、眼镜、手套等规定防护用品，对配戴者，扣部门安全评价分1分。（×）

27、现场化学危险品没定期点检、无应急用品或防泄漏失效或无防泄漏装置。扣部门安全评价分1分。（√）

28、私自关闭现场应急灯电源开关、消防栓总阀，扣部门安全评价分1分。（√）

29、非紧急情况下启动消防报警系统，对责任者罚款200元。（√）

30、物品离高温区（如配电箱、空调机、波峰炉、回流炉、变压器等）距离:可燃物未达到0.2米以上,其31、它未达到0.5米以上，扣部门安全评价分1分。（×）

32、在非指定吸烟处吸烟、乱扔烟头，对责任者罚款100元。（√）

33、私自在宿舍内使用插板，未经动力课或生活指导员认可、固定，对责任者罚款50元。（√）

34、宿舍无人时开灯、开电视、开空调、使用充电器充电等，对责任者罚款50元。（√）

35、在宿舍内使用点火蚊香，点蜡烛照明和焚烧物品，对责任者罚款200元。（×）

36、现场链条、齿轮等机械运转部位，无防护措施，扣部门安全评价分1分。（√）

37、电气设备运行管理存在隐患，有导致绝缘损坏触电的可能，损坏的电线未立即更换，扣部门安全评价分1分。（√）

38、宿舍内严禁吸烟，使用点火蚊香，私拉乱接电源，焚烧物品等安全问题，一经发现将作通告批评和罚款处理。（√）

39、使用煤气住户应开窗通风，并检查有无漏气，防止煤气中毒。（√）

40、发现同事触电时应立即断开电源，或用绝缘体将人员拉开触电位置，严重时将伤者平躺，适情况展开救援/人工呼吸。（√）

41、在厂外遇见有陌生人向你打招呼，借用手机/银行卡等时，见对方再诚恳也应该拒绝，并及时想办法离开。（√）

42、小孩应从2岁开始进行安全教育，遵守交通规则、不要玩火、不要随意摆弄电器设备、和消防知识（√）

43、灭火器的有效期为三年。（×）

44、当发现有消防设备设施被破坏或损坏时应当及时报告联络相关责任人。（√）

45、在逃生的时候最快的逃生方法是乘坐电梯。（×）

四：问答题：（共15分，各5分）

1.消防逃生“十要诀”内容；

2.消防“四懂四会、四个能力”内容；

3.灭火器（CO2、干粉）的操作方法；

4.你所在位置的安全出口/灭火器材的数量及可能导致火灾发生的隐患描述；

5.还来不及享受美丽的锦瑟华年，就已经到了白发迟暮，一生匆匆而过。生命，就是这样匆匆，还来不及细细品味，就只剩下了回忆。

生命匆匆，累了就选择放下，别让自己煎熬痛苦，别让自己不堪重负。放下该放下的，心才会释放重负，人生才能安然自如。

人生就是一个口袋，里面装的东西越多，前行的脚步就越沉重。总觉得该得到的还没有得到，该拥有的却已经失去，苦苦追寻的依然渺茫无踪。心累，有时候是为了生存，有时候是为了攀比。

只有放下羁绊前行脚步的重担，放下阴霾缭绕的负面情绪，才能感受到“柳暗花明又一村”的豁然开朗，领悟到“一蓑烟雨任平生”的超然物外。

人生太匆匆，累了，就放一放吧，何苦要执拗于一时的成败得失！

很多时候，我们用汗水滋养梦想，可是，梦想是丰满的，现实是骨感的。每个人都渴望成功的鲜花围绕自己，可是，谁都不是常胜将军，都会猝不及防地遭遇人生的滑铁卢。唉声叹气只会让自己裹足不前，一蹶不振只能让自己沉沦堕落。

如果真的不能承受其重，就放一放，重新审视前方的道路，选择更适合自己的方向。

有些东西，本就如同天上的浮云，即使竭尽全力，也未必能揽之入怀。或者即使得到，也未必能提高幸福指数。所以与其为得不到的东西惶惶终日，不如选择放下，为心减负，轻松前行。

一人难如百人愿,不是所有的人，都会欣赏和喜欢自己。所以，我们不必曲意逢迎他人的目光，不用祈求得到所有人的温柔以待。

真正在意你的人，不会对你无情无义，不在意你的人，你不过是轻若鸿毛的可有可无。做最好的自己，静静地守着一江春水的日子，让心云淡风轻，怡然自若。

人生本过客，何必千千结。不是所有的相识都能地久天长，不是所有的情谊都能地老天荒。有些人终究是走着走着就散了，成为我们生命中的过客。

爱过，恨过，都会装点我们原本苍白的人生，感谢曾经在我们生命中出现过的人。如果无缘继续红尘相伴，就选择放下吧，给自己和对方都留一段美好的回忆和前行的空间。

鱼总是自由自在地在水中快乐游弋，是因为鱼只有七秒钟的记忆，只在一瞬间，鱼便忘记了所有的不愉快。所以，忘记所有的不愉快，才能为美好的情绪留出空间，才能让心情灿然绽放。

林清玄说：一尘不染不是不再有尘埃，而是尘埃让它飞扬，我自做我的阳光。是呀，世事喧嚣纷扰，放下纷扰，做一个阳光快乐的人，做自己快乐的主人！

还来不及享受美丽的锦瑟华年，就已经到了白发迟暮，一生匆匆而过。生命，就是这样匆匆，还来不及细细品味，就只剩下了回忆。

生命匆匆，累了就选择放下，别让自己煎熬痛苦，别让自己不堪重负。放下该放下的，心才会释放重负，人生才能安然自如。

人生就是一个口袋，里面装的东西越多，前行的脚步就越沉重。总觉得该得到的还没有得到，该拥有的却已经失去，苦苦追寻的依然渺茫无踪。心累，有时候是为了生存，有时候是为了攀比。

只有放下羁绊前行脚步的重担，放下阴霾缭绕的负面情绪，才能感受到“柳暗花明又一村”的豁然开朗，领悟到“一蓑烟雨任平生”的超然物外。

人生太匆匆，累了，就放一放吧，何苦要执拗于一时的成败得失！

很多时候，我们用汗水滋养梦想，可是，梦想是丰满的，现实是骨感的。每个人都渴望成功的鲜花围绕自己，可是，谁都不是常胜将军，都会猝不及防地遭遇人生的滑铁卢。唉声叹气只会让自己裹足不前，一蹶不振只能让自己沉沦堕落。

如果真的不能承受其重，就放一放，重新审视前方的道路，选择更适合自己的方向。

有些东西，本就如同天上的浮云，即使竭尽全力，也未必能揽之入怀。或者即使得到，也未必能提高幸福指数。所以与其为得不到的东西惶惶终日，不如选择放下，为心减负，轻松前行。

一人难如百人愿,不是所有的人，都会欣赏和喜欢自己。所以，我们不必曲意逢迎他人的目光，不用祈求得到所有人的温柔以待。

真正在意你的人，不会对你无情无义，不在意你的人，你不过是轻若鸿毛的可有可无。做最好的自己，静静地守着一江春水的日子，让心云淡风轻，怡然自若。

人生本过客，何必千千结。不是所有的相识都能地久天长，不是所有的情谊都能地老天荒。有些人终究是走着走着就散了，成为我们生命中的过客。

爱过，恨过，都会装点我们原本苍白的人生，感谢曾经在我们生命中出现过的人。如果无缘继续红尘相伴，就选择放下吧，给自己和对方都留一段美好的回忆和前行的空间。

鱼总是自由自在地在水中快乐游弋，是因为鱼只有七秒钟的记忆，只在一瞬间，鱼便忘记了所有的不愉快。所以，忘记所有的不愉快，才能为美好的情绪留出空间，才能让心情灿然绽放。

林清玄说：一尘不染不是不再有尘埃，而是尘埃让它飞扬，我自做我的阳光。是呀，世事喧嚣纷扰，放下纷扰，做一个阳光快乐的人，做自己快乐的主人！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！