# 人生最大的敌人是自己

来源：网络 作者：风华正茂 更新时间：2025-03-06

*第一篇：人生最大的敌人是自己 人生最大的敌人是自己。人生最大的失败是自大。人生最大的愚蠢是欺骗。人生最可怜的是嫉妒。人生最大的错误是自卑。人生最大的痛苦是痴迷。人生最大的羞辱是献媚。人生最危险的境地是贪婪。人生最烦恼的是争名利。人生最大...*

**第一篇：人生最大的敌人是自己**

 人生最大的敌人是自己。人生最大的失败是自大。人生最大的愚蠢是欺骗。人生最

可怜的是嫉妒。人生最大的错误是自卑。人生最大的痛苦是痴迷。人生最大的羞辱是献媚。人生最危险的境地是贪婪。人生最烦恼的是争名利。人生最大的罪过是自欺欺人。人生最可怜的性情是自卑。人生最大的破产是绝望.

**第二篇：人生最大的敌人是自己（小编推荐）**

人生最大的敌人是自己；人生最大的失败是自大；人生最大的愚蠢是欺骗；人生最大的可悲是嫉妒；人生最大的危险是贪婪；人生最大的财富是健康；人生最大的幸福是知足；人生最大的欣慰是布施；人生最大的礼物是宽恕；人生最大的惋惜是错过；人生最大的烦恼是争名夺利；人生最大的罪过是自欺欺人。

**第三篇：最大的敌人是自己演讲稿**

最大的敌人是自己演讲稿

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好！今天我演讲的题目是“最大的敌人是自己”，最大的敌人是自己演讲稿。

看过《动物世界》的人都会知道，在非洲草原上，不管是跑得最快的狮子还是跑得最慢的羚羊，要逃避死亡的追逐，首先就要战胜自己。它们必须越跑越快，因为稍一松懈便会成为他人的美味餐点。

在漫漫历史长河中也不乏因无法战胜自己而失败的身影。古代，项羽失败后，愧对江东父老，最终自刎乌江。有人说：项羽最大的失误，就是在鸿门宴上未听从谋士范增之言，以至放“虎”归山，招致最后的失败。对此我并不赞同。细读史书，透过一幕幕细节，就会清楚的发现，项羽性格中存在着极为严重的缺陷：他空有高志却目光短浅；他爱慕虚荣，不乏自满自得的小农意识；凡事勇在先，智在后，残忍有余，仁善不足；缺乏从谏如流、宽宏大量的领袖气质。这就决定了他的一生，只宜做一名叱咤风云的将军，却不具备一种帝王的气度。他真正的失误不在于杀没杀刘邦，而是误在自身不能克服的性格弱点上，就算他于鸿门宴上杀了刘邦，以后也一样会败于像刘邦这样的人手中。

近代，天京变乱可以说是洪秀全的滑铁卢之战。倘若进京后洪秀全领导班子能够摒弃农民阶级身上贪图享乐、不思进取的缺点，最后也就不会发生手足相残，努力多时的成果最终付之东流。

现代，\*\*\*因为各种罪最终锒铛入狱，或许仍然有人会对此找借口声称“常在河边走哪有不湿脚”，认为他会犯下如此错误市场经济环境中的拜金主义所致，演讲稿《最大的敌人是自己演讲稿》。然而为何在这样的大背景下也有最美村官、教师这样为人民服务的身影，为何\*\*\*身为身居高官却不能像这些人一样呢？仅仅是环境所致么，答案是否定的。如果他能够坚持原则，能够战胜自己心中的贪欲也就不会有如此闹剧。

相反，能够战胜自己的人最终会顺应历史潮流，赢得结局。

越王勾践卧薪尝胆，最终三千越甲可吞吴。有人说多亏他有了一个足智多谋的范蠡和一个貌美天仙的西施。然而这只是一个有利的条件之一而已。倘若勾践在被打败后就一蹶不振，怨天尤人，那么哪怕来的是大罗神仙，他最终也只是个扶不上墙的刘阿斗。所以关键还在于勾践战胜了自己。

保尔柯察金战胜了自己，让世人看到了他那钢铁般的意志；张海迪全身高位截瘫，自学四门语言，成了着名的作家；霍金虽然瘫痪，却成了众所周知的宇宙之父……这些人，他们之所以取的了成功，都与他们战胜自己分不开。

人要想打败他人和困难，就必须先战胜自己。从心理学角度而言很多人常常把战胜自己看做是一件无法实现的事情，所以自己才是那一道最大的魔障。对于在深海航海的船长而言，最大的困难不是汹涛怒浪，而是他是否能够克服害怕，冷静地识辨方向；对于在首次操刀的医生而言，最大的困难不是机器设备，而是他是否具备战胜自己内心的恐惧，坚持到手术结束。

所以请记住：没有比脚更长的路，没有比人更高的山。只要战胜了自己，就可以克服一切困难，勇往直前。

我的演讲完毕，谢谢大家！《最大的敌人是自己演讲稿》

**第四篇：最大的“敌人”是自己作文**

最大的“敌人”是自己作文

在平凡的学习、工作、生活中，许多人都有过写作文的经历，对作文都不陌生吧，写作文是培养人们的观察力、联想力、想象力、思考力和记忆力的重要手段。怎么写作文才能避免踩雷呢？下面是小编为大家整理的最大的“敌人”是自己作文，希望对大家有所帮助。

最大的“敌人”是自己作文1

在人生道路上，我们总认为最大的敌人是竞争者，是同学，甚至是街道上的陌生人，其实我们最大的敌人是我们自己。

在学习上，我们认为最大的敌人是同学。我们把每一场考试，都当成南京大屠杀，“杀”一个片甲不留。可我们没有想过，在别人努力复习的时候，而我们在与心里作斗争，被玩念遮住了双眼，没有追求和付出，哪来的成功。往往我们最大的敌人是我们自己。

在生活中，我们认为最大的敌人是兄弟姐妹。当我们同时看中一样的东西的时候，父母只能买个一个人，由于我们的虚荣心，一定要得到。可我们没有想过分享，那样东西可以一起用，而不是为了所谓的输赢，争个鱼死网破。往往生活中最大的敌人不是别人，而是我们自己。

在运动场上，我们认为最大的敌人是竞争者。总想超越别人，有了好胜心，我们就只许自己赢，不许别人赢，根本没有想过友谊第一，比赛第二，自己赢为自己高兴，别人赢了为别人高兴，我们只要追前一名，努力了就行。往往运动场上最大的敌人，就是我们自己。

这些事例，都是我们自身的，最大的敌人不是别人，就是我们自己，我朋友跟我说过一句话。“你不要拿别人跟自己比，要拿自己跟自己比，这样子才能进步，不然你只能在原地踏步。”这句话让我明白了许多。

往往最大的敌人是自己，我们要打败玩性，打败虚荣心，打败好胜心，打败自己，只追前一名。

最大的“敌人”是自己作文2

清晨,我被一阵急促的铃声惊醒,一骨碌爬起来一看,六点 了。

昨天,爸爸妈妈批评我:简直不像一名学生,早晨睡懒觉,从不 读书,学习一塌糊涂.我低下头，决心痛改前非，从明天早晨 起，六点钟起床读书。晚上我把闹钟调到六点钟。

铃声愈来愈急促，睡意正浓的我，按掉闹钟。

窗外寒风凛冽，屋子里伸手不见五指，街上偶尔传来的汽 车喇叭声刺破四周的静谧,随后又复归平静。我静静地躺在床 上，犹豫不绝是把爸爸妈妈的话当耳边风继续睡觉，还是起床 读书，我的脑子里好象有两个小人在打架，一个说起来，一个 说睡觉，迷迷糊糊中，不知不觉，我又进入了梦乡......不知过了多久，妈妈急促地叫我起床，大声说：“7点30 了，起来读书。”我睡眼睛朦胧地睁开眼，瞅了瞅床旁的闹 钟，懒洋洋地爬起来，慢腾腾地拿出书，心不在焉地读起来，没有读两句，妈妈又催促我吃饭了，我收拾完书包，时间已不 多了，我饿着肚皮飞奔下楼......哎，妈妈说得不错。人，最大的敌人是自己。我什么时候 才能战胜“敌人”呢！

最大的“敌人”是自己作文3

在这个优胜劣汰的社会中，竞争无时不有，你会遇到许许多多的敌人、对手，但最大的敌人不是别人，是自己！

第一次段考刚刚过去，万分欣喜中夹杂着不少忧虑——担心成绩。为什么会担心？是自己没考好。可又为什么会没考好呢？是没有努力复习好。初中的好成绩一直都是努力换来的，只要你努力复习，认真上课，细心作业，成绩会不好吗？打好了初中基础，高中自然轻松，高考也得心应手。勤奋，是成功人士通往成功的道路，可就这么简单的两个字，却难以遵循，最主要的原因是人性的弱点——懒惰。一到周末，大家该玩的玩，该吃的吃，作业不知也被抛到哪儿去了。直到回到学校才匆忙地补完，根本没有效率，复习的事当然也是根本没有开始。考试的差成绩就是这么来的。

学霸在人们眼中，一直都是高智商人物，无需太认真，随意就能考个八九十分，其实，他们也付出了许多，只是你们不知道罢了！然而，身边有许多同学脑瓜子都十分灵活，却都不肯花在学习上，不肯勤奋努力，或许他们一努力就能成为一个准学。

所以说，最大的敌人不是别人，是自己。人有无限潜能，只要打败惰性，打败玩性，将自己的激情释放出来，将潜力逼出来。谁也不能随随便便地成功，它来自彻底的自我管理和毅力。只有比别人更早、更勤奋地努力，才能尝到成功的滋味。

打败自己，登上巅峰，你打败失败的自己之时，就是成功之时！

最大的\'“敌人”是自己作文4

对你而言，最强大的对手是谁呢？

对于这个问题，如果我告诉你，最强大的对手恰恰就是你自己，你会作何感想？

也许你会立刻否定这种说法，并罗列出一连串事实：xx学习比我优秀；xx篮球比我打得棒；xx钢琴弹得比我动听……他们才是我最大的对手呢。的确，有些人在某些方面的确表现得比我们出色。可是，我要告诉你们的是，要超越他们，你首先要战胜自己。

“我怎么能够和他同台pk呢？他可是这方面的no.1。”“我是他的手下败将，我是无论如何也不敢向他挑战的！”“我的作文水平本来就不高，我可不敢参加什么作文大赛。”……朋友友们，日常的学习生活中你们有这样的想法吗？事实上，正是这些想法让你成为了一个逊色者！你不相信自己，不相信自己的能力，又如何去超越别人呢？

获得过11次乒乓球世界冠军的张怡宁曾说过：“最大的对手是自己，只要能战胜自己，真正的对手就不多了。”

我也这么认为，就算是输给别人，也不能输给自己！

最大的“敌人”是自己作文5

今年的元旦晚会，我得知班级要开展联欢晚会，当时真的体会到什么叫开心的要飞起来了。一回家我就把这个好消息分享给妈妈，妈妈说：“那你们班级开联欢会，你准备给同学和老师表演什么节目啊”?当时我的心情兴奋的点立马降了好几级。

这时，我心里仿佛有两个小人在吵架，一个说：“你新学的那支舞很好看，勇敢去吧”。还有一个却说：“还是算了吧，都是那么熟悉的人，万一跳错了，就太丢人了”。我沉静在两个小人儿的对话中出了神。这时，妈妈拍拍我：“嘿，想啥呢?你可以的，勇敢点!”

期盼又让人紧张的元旦联欢会终于到来了，这天下午，同学们都早早来布置教室，很快，晚会就开始了。同学们坐好后，主持人开始报幕，第一个节目就开始了，是我们班长的电子琴表演，啊～真好听，一样长的琴键怎么就能演奏出这么美妙的歌曲呢?热烈的掌声后，听到主持人报到我的名字，该我上台了，紧张到心脏突突跳。音乐一响，壮着胆子就开始跳了起来，跳着跳着，我就沉静在自己的舞蹈世界中，直到音乐停了，听到同学们欢呼声。我竟然一点都不紧张了，还很享受整个过程。

这次的班级元旦联欢会不但让老师和同学们对我又有了更多的了解，也帮我克服了心中的恐惧。原来绊住脚步和拉着前进的都是自己。

**第五篇：你是自己最大的敌人的人生哲理**

曾经是众人夸赞的聪明孩子，为什么到最后竟然变成平凡大人，一事无成？究竟是哪里出了问题？聪明却低成就，这是怎么造成的？

肯尼斯克利斯汀在他的励志畅销书《这辈子，只能这样吗？》中仔细思考这个问题，配合他手边所经手过的个案，最后他发现了社会心理学中的“自我挫败行为”可以做为解释。所谓的“自我挫败行为”，指的是有些人会有一种莫名其妙的倾向，面对大好机会时竟然故意放弃努力，结果招致失败。

这些失败的人不是不聪明，不是不想成功，但就是不知怎么地，让自己陷入一种漫长的自我折磨里，最后磨掉了所有的能力，变成一事无成的平庸凡人。

克利斯汀发现，聪明却低成就的人，通常都会习惯性的自我设限，有逃避努力的倾向，喜欢延迟或干脆放弃原本该去做的事情(例如老师请你补考，并表明来考就过，但却直接放弃考试)，渴望不用吃苦耐劳就能获得的成功，讨厌汗流满面的努力最后竟然还是失败。

凡事力求简便，只作最低程度的努力(或干脆不努力)，即便是很重要的事情。花很多时间逃避该做的工作，做事情无法持久，无法乐再努力，总是犹豫不决，无法执行计划(但很会制定计划)，无法组织自己的工作或人生，无法建立长程目标，对于新鲜事有很大热情但是新鲜感过了之后就感到无趣，接近成功的时候反而想要逃走，做事拖拖拉拉，只参与自己能够轻松完成的工作或人际关系，从来不肯为任何事情努力，自我评价过低，担心自己无法达成别人的期望，担心自己虚有其表，无法努力争取自己内心真正渴望的东西只因为不想承受失败的风险，避免做出重大承诺好替自己留余地，分不清机会与冒险，把失败归咎于他人或运气不好就是不肯承认自己有错，认为自己有社会适应不良症，时常陷入沮丧中。

也许你很有才华，但是无论如何也不肯努力，或者组织执行一个让自己达成目标的有效计划，永远在逃避失败的风险，为了避免失败降临宁愿放弃可能赢得的高成就，过着平凡甚至不如意的生活。

克利斯汀说，逃避是不可能换来真正的自由，更不可能换来成功，放弃机会、故意选择成为低成就的人也不肯冒险努力拚搏，到头来只会让自己懊悔。全面性的自我设限，不承认自己有能力，甘愿随波逐流，对于是否追求成就感到进退两难，觉得安全的小成功比冒险来得好，自信心严重不足，做什么事情都到快成功了就逃走放弃，再不然就是做表面功夫，自以为怀才不遇。

克利斯汀说，无论再有才华，无论选择哪一条人生路，人生都难免有进退两难、困惑，不知所措，备受考验的时刻。我们就算愿意面对问题，也不见得能克服所有难关，但是，如果只是惯性地逃避，并且找理由合理化自己的逃避行为，那么，成功将离我们越来越远。

除非我们愿意改变做事情的态度与方式，抛弃自我设限，真心真意的面对困难，把困难当作自我磨练的机会，积极组织规划并执行自己的人生规划，绝不投机取巧，懂得自我要求，绝不逃避问题，在自己认定的目标上坚持到底，乐意承受失败的风险，才有可能赢回原本因为逃避与自我设限而失去的成功人生。千万别害怕跌的四脚朝天，要把失败的羞耻与嘲笑当作鼓励自己继续坚持的动力。

本性难移不代表不能移，克利斯汀鼓励我们放下心中的抗拒，面对害怕失败的恐惧，选择目标集中努力，抱持长期抗战的心态面对人生关卡，把挫折视为自己正在面对问题的证明，我们虽然无法改变过去，但可以改变自己的未来，问题不是你是谁，而事你打算做什么，觉得该怎么做才能达成目标。

改变不是即将降临在你身上的事情，而是你要去做的事情，改变是一个过程，学习以不同的方式做事的过程，人生就是一连串不断学习和改变的过程，并且在此过程中变得成熟。为了让自己成熟，失败是必须承受的挫折，改变的过程中一定会让人一再受挫，不要害怕挫折，改变事件力在改变之上的。每个人都可以改变，只要放弃自我设限与逃避问题的行为模式，放弃习惯性延宕的负面行为习惯，重新建立对自己有帮助的积极的行为模式，坚持到底，改变将在你所做所为之间萌芽茁壮。

如果可以，找个信得过的人，定时和他分享你在追寻改变的过程中所遭遇的事情。开放自己，让自己愿意接受新体验。记得电影《Yes Man》吗？原本只想说不好简化事情让人生变得简单的金凯瑞，只因为开始强迫自己改说Yes，生命的齿轮也跟着转动了起来，引导向和原本说不时截然不同的方向。

试着找一件你一直很想做，却老是给自己找一堆借口，迟迟未能付诸行动的事情，下定决心，坚持让自己去完成这件事情，为此打造一份梦想计划书(并且拟订被用方案)。

改变你的说话方式，抛弃负面与不确定性用语，改采简洁积极且正向的字词，节制负面陈述，改变你的交际场合。

试着重新规划你的生活作息，把完成你心中所渴望完成之事排入你的日常生活作息中，透过执行这件任务所遭遇的挫折，更加认自己的优缺点，抛弃自我设限，重覆再重覆直到你建立好的新习惯取代了旧的坏习惯。使出浑身解数完成你所拟订的计划，完成后再回头看看自己究竟改变了多少，记住这趟旅程，将之应用到你所欲改变的其他事情上。www.feisuxs

不要幻想不劳而获的成功，承受无数失败后的成熟比意外的成功来得宝贵。你当然会失败，改变并不总是以成功作收，人生总得经历一些鸟事。但无论如何，不要害怕失败，坚持走在正确的道路上，不要再因为害怕失败而自我设限，连尝试的机会都不给自己，躲在一个绝对不会失败但却也不会成功的平庸生命里，自怨自怜。不让自己故态复萌。

生命是一所学校，好好在此学习面对和克服自己的弱点的方法，好好活出属于自己的生命风格，提升生命的品质，让自己成为一个对世界也对自己有用的人，不枉来此人生走一趟。

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！