

# 2023年摘抄的心得(实用6篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 摘抄的心得篇一

人们以为天堂是乐园，他们可以在云头飘浮，在河里嬉戏，在山间漫游。但是景色再美，没有心灵的慰藉，也是毫无意义的。

人生匆匆，青春不是易失的一段。青春也是一种永恒的心态。满脸红光，嘴唇红润，腿脚灵活，这些并不是青春的全部。真正的青春啊，它是一种坚强的意志，是一种想象力的高品位，是感情的充沛饱满，是生存之泉的清澈常新。

日子总是像从指尖渡过的细纱，在不经意间悄然滑落。那些往日的忧愁和误用伤，在似水流年的荡涤下随波轻轻地逝去，而留下的欢乐和笑靥就在记忆深处历久弥新。

如果你是一个被遗弃的人，那么，一块朝你扔过来的石头，都可能是让你珍惜的东西。

如果你是一棵大树，就洒下一片绿阴；如果你是一株小草，就增添一份春色；如果你是一只蜜蜂，就酿造一份甜蜜；如果你是雄鹰，就搏击万里长空；让我们共同创造辉煌。

生活的海洋并不像碧波涟漪的西子湖，随着时间的流动，它时而平静如镜，时而浪花飞溅，时而巨浪冲天……人们在经受大风大浪的考验之后，往往会变得更加坚强。

什么叫快乐？就是掩饰自己的悲伤对每个人微笑。

往事如歌，在人生的旅途中，尽管有过坎坷，有过遗憾，却没有失去青春的美丽。相信自己，希望总是有的，让我们记住那句话：错过了太阳，我不哭泣，否则，我将错过月亮和星辰。

我好想淋雨，好想让雨冲走那段回忆。也许，雨会让我清醒。雨点打在脸上的感觉，可以让人分不清是泪还是雨，于是，我可以这样说：男孩不哭！

希望源于失望，奋起始于忧患，正如一位诗人所说：有饥饿感受的人一定消化好，有紧迫感感受的人一定效率高，有危机感受的人一定进步快。

细雨霏霏，朦胧中仿佛看到淡紫色的丁香花在雨中轻轻摇曳，细雨在丁香丛中淅淅吟咏，如烟似雾，凄婉净美。雨雾在紫色的丁香花上聚凝莹露，清亮如玉。緘结不开的丁香雨愁，緘结不开的如水情怀。晶莹的眼泪悄然滑落，思绪如丁香花雨一样纷纷扬扬飘向远方。些许怅然，一帘幽梦随着绵绵雨丝泻进心里，泛起一串串涟漪。

夏日的繁华日渐淡尽，天空清澈悠远，喜欢秋天的宁静与清澈，秋天的忧郁与成熟，秋天的韵味蕴涵而深沉。

像从千年沉睡中苏醒。洒满阳光的小路，一个转身，一个回眸，我就看见你微笑的脸庞。你说。你寻了我千年，终于将我寻到。我扬起嘴角，给了你一个妩媚的微笑。扬起脸，阳光打在脸上，金灿灿的。你看着我，满眼的宠溺。你温柔的将我拉起，穿越千年轮回。

烟雨蒙蒙，弥漫成一种情调。喜欢在细雨蒙蒙的日子听着抒情的音乐，欣赏美丽的文字。音乐能带给我一种纯净，文字是我的另一种生命。倘佯在散文的清新隽永中，倘佯在诗词

歌赋的古典里，享受着自己的宁静。思绪轻轻掠过如水文字。“青鸟不识云外信，丁香空结雨中愁。”读到这样的诗句总是有一种幽婉情思，淡淡的忧伤轻掠心湖。

眼睛盯在幽蓝的屏幕上。好象能把忧伤看穿。幸好。你看不见我潮湿的脸庞。幸好。你听不见我破碎的声音。夜。如此漫长。散发出凄迷的苍凉。我们在探究灵魂下深埋的欲念。却依然抵不过暧昧流年。

一个人总要走陌生的路，看陌生的风景，听陌生的歌，然后在某个不经意的瞬间，你会发现，原本费尽心机想要忘记的事情真的就这么忘记了。

雨点打在脸上，淋湿了我的裙角。你将白衬衫支撑起来，像一只白色的雨伞。我们躲在里边。冷空气将彼此的脸吹得潮红。呼出白色的寒气。你将我抱在怀里。紧紧的。生怕我会让雨水冲走。你用温热的嘴唇抵在我光洁的额头。像小虫落在皮肤上面，发出一阵酥痒。

## 摘抄的心得篇二

1. 决定放弃但不知究竟能否成功。信念只在一瞬，动作却需永恒。虽然这种永恒只需一年半，但的确考验着我的意志。一年半的放弃或许枯燥而又单调，但恰好为将来的重拾奠定了坚实的基础。但愿在众说纷纭的彷徨之后，在理想与现实冲突过后，在信念与行动冲突过后，我能冷静下来，停下脚步，省察来时经过的路，寻找即将行走的路。“吾已往之不谏，知来者之可追”。放弃它，我就找到了那条我将行走的路。

2. 路旁那一棵棵高大的菁桃树引人注目，上边开满了洁白如雪的小花，每一根枝上都有几十上百朵小花，它们挨挨挤挤的，你不让我我不让你的竞相开放着；真是满树菁桃花满蹊，

千朵万朵压枝低。榆叶梅也不甘示弱，被园林工人修剪的像一个个大馒头、大蘑菇、花雨伞，它们也打起了粉如霞的小花苞，也是挤满了花枝，有的已经张开了嘴，从里边吐出来一个带着小黑帽的花蕊，特别有趣。

3. 夏天，太阳公公仿佛一个大火球烤着大地，让人感到闷热极了。天地间仿佛是一个大蒸笼，热得让人喘不过气来。小草、花儿、树木……都被太阳公公晒得无精打采的。树上的知了“知了，知了”地叫着，好像在说：“好热呀！好热呀！”突然一阵大风刮来，“好凉快的风呀！”这风吹掉了大家头上的汗。风越刮越大，树枝被狠命地摇曳着，发出“咯咯吧吧”的响声，似乎随时都会脱离树干，被甩向远方。不一会儿，雷声就吼叫着冲了过来，紧接着，一道道银蛇般的闪电划破了天空，雷声伴随闪电，这声音山崩地裂、地动山摇。

4. 一下车，我们便飞快地往观景台攀爬去。站在观景台上放眼远眺，再没有比秋雨洗浴后的铜鼓岭更迷人了。整座铜鼓岭，都是苍翠欲滴的浓绿，风一吹，林涛四起，像群山深深的呼吸，给人一种神秘幽远的感觉。收眼近瞧，茂密的灌木丛里，鲜艳的野花在山风的轻抚下翩翩起舞。山上还有一座风吹能动、但却不会倒的大石头，叫“风动石”。风动石屹立在那，就像一位长者在眺望着美景。天上的云朵飞快地移动着，就像波涛汹涌的大海，从天外滚滚而来，显得分外壮美。西边山脚下的月亮湾犹如一面巨大的明镜，无数雨点落进水里，就像一颗颗跳跃的珍珠。真是“水光潋滟晴方好，山色空蒙雨亦奇”，让人仿佛走进了连绵不断的画卷中。

5. 如果没有人提示，即使你到了那里，站在它上面，也认不出它是一座水塔，因为它不是普通的水塔，它分明是一个十分庞大的树桩，这个树桩奇形怪状的树根仿佛是几条巨龙蛰伏在那里，树桩的直径将近三米，站在它上面，仿佛进了一个由巨大的树桩雕琢的的亭子里，这个亭子有四个方形柱子，柱子的木纹和整个木桩十分吻合，除了边沿的树皮自然地保

留作为护栏外，中心部分雕琢成一个平面，从它的年轮和四周风吹雨打留下的痕迹看，它足有上千年的历史。这座由钢筋水泥等材料制成的水塔，你根本认不出它是一座水塔。

6. 当欢笑淡成沉默，当信心变成失落，我走近梦想的脚步，是否依旧坚定执着；当笑颜流失在心的沙漠，当霜雪冰封了亲情承诺，我无奈的心中，是否依然碧绿鲜活。有谁不渴望收获，有谁没有过苦涩，有谁不希望生命的枝头挂满丰硕，有谁愿意让希望变成梦中的花朵。现实和理想之间，不变的是跋涉，暗淡与辉煌之间，不变的是开拓。甩掉世俗的羁绊，没谁愿意，让一生在碌碌无为中度过。整理你的行装，不同的起点，可以达到同样辉煌的终点。人生没有对错，成功永远属于奋斗者。

7. 走过木桥，越过避兵洞，迎面而来的是群猴观景峰。四周奇峰似姿态各异的猴子，或憨或顽，或刁或怒，似在欢迎远来的游客。他们是大自然凝固的音韵，遮阳山原始情趣的哲学遗稿。——据载，张三丰隐居后在此度过。张三丰可谓道教之仙，在此有许多遗迹。如他在绝壁上飞身用手指镂刻下的诗句，青石上踩过的脚印以及升仙之所。——退出藏经洞，穿过茫茫林海，抬头仰望，远处一线天依稀可见，不禁使人怀疑天外是否还有天。

8. 一轮红日当空，没半点云彩，其日十分大热。当日行的路，都是山路崎岖小径，南山北岭，却监着那十一个军汉，约行了二十余里路程。那军人们思量着要去柳荫树下歇凉，被杨志拿着藤条打将来，喝道：“快走！教你早歇！”众军人看那天时，四下里无半点云彩，其实那热不可当。当时杨志催促一行人在山中僻路里行，看着日色当午，那石头上热了，脚疼走不得。

9. 撑着雨伞，进入教室，开始了她回国后的第一节课。她以为会看到一群陌生的面孔。然而，在她走上讲台，静下来一望以后，她看到的，是几十个光彩焕发的面孔，几十个像她从

前那样充满了憧憬与渴望的面孔，几十个她……窗外，春天的第一声雷响了，拿起粉笔，她很迫切地，想把这种感觉抓紧。怎么样，才能使自己明白，奔走天涯所寻求的东西，就在家乡。怎么样，才能让另外一代的“她”明白，不要再走一条被愚昧的自我所安排的路？怎么样，才能让她们知道，她们本来可以拥有的，是多么美丽的一个春天。

10. 他们不愿把自己的真心敞露，因为那心已经经不起风吹雨打，否则，又会揭开以往的伤疤。他们从一次次的伤害中懂得了保护，他们终于明白，心一定要用面具保护——哪怕自己融入进虚伪的人群，但他们再也不愿意，一厢情愿地用真心换取背叛。他们开始适应这面具之下的生活。起初的压抑，苦闷逐渐成了习惯。他们习惯了看不到对方的真实，因为他们有着自己对这一切的美好幻想，不愿这些被现实和真实所打破。于是，人与人，就此有了两张面具的距离，开始远了，远了。

### 摘抄的心得篇三

灰色的天，灰色的瓦，灰色的墙，灰色的曲折狭窄的小巷，还有灰色的游走在青石板路上的心情。

一踏入烟雾霭霭的绵绵群山围绕的桃源西递，望着古老沧桑的建筑，抚着壁上的精美雕刻，默读着厅堂悬着的治家楹联，我们不禁凛然生肃，为那唤醒的尘封记忆，为那扑面而来的厚重文化。

这古板的黛瓦白墙，循规蹈矩，它严肃的面孔拒绝轻松放肆的欢笑。在这“五步一楼，十步一阁，廊腰缦回，檐牙高啄，各抱地势，钩心斗角”的古建筑群中，我觉着自己的心情是灰色的，黯淡的，教人透不过气来。

神情恍惚的我，忽然很想和她说说话。就在这不经意遇见的一瞬间，让我无端地心生喜欢，让我无端地为之心动。

回环往复的小巷，就像多情的女子，让人迷失方向。也就在这短短的一瞬间，我回过神来，不禁哑然失笑了，耻笑自己的多情了。

遇见，不正如你看风景吗？你会心动，你会喜欢，但你终究清醒地知道，你不属于这里，你只是寻求美好记忆的匆匆过客罢了。

写于二零一四年六月二十五日晚

## 摘抄的心得篇四

某天傍晚，偶然间在拥挤的人潮中，发现了一面古老的有些残败的墙。墙上爬满了绿油油的爬山虎，爬山虎的脚紧紧抓着墙壁，仿佛这是它们唯一的依靠。在墙的右下角竟还有一张清晰的球鞋印，不只是是哪个调皮的小孩在何时留下了这个印记，但我此刻只觉温馨，他许是爱上了这堵墙吧，那这堵墙也不会寂寞了。

最让人难忘的是，在墙的后面的一角，露出了几簇蔷薇花。它们依偎着墙，睁着有些胆怯眼，打量着这个世界和傻乎乎站在它们面前的我。这一朵朵白的粉的小花朵，在橘黄的夕阳的斜照下，闪着温暖的光。看着美丽的它们，不知过了多久，只觉不觉间有泪水流下来。它们也在这里呆得够久了，可为什么只有我发现它们呢？它们的花朵这么美丽，手指摸上去，很温润，皮肤会有一丝丝的颤动，它们是这样的脆弱，像个刚出生从它们的根茎处流出的白色的眼泪。

记得高中的学校里的围墙上也有大片的蔷薇花，清晨的露珠洒在上面，像是女子温柔饱满的唇。每天天刚蒙蒙亮的时候，我们就起来跑步，每当经过它们身边的时候，看到那淡雅的颜色，闻到那若有若无的香味，都会很感动。这样的清晨，还有它们以这样无意的方式陪着我。年轻的心总是快乐的，那时只觉得这花开的热闹，开的拥挤，现在才知那是沉静过

后的美好。偶尔也会摘一朵放在发间，那一天都是美好的，有时也会放在玻璃杯里用水养着，是谁说过，把花朵放在水里，它会活的更久。

有一次在精品店，看到了一个蔷薇琥珀，用细长的玻璃盛着，里面浮着一两个气泡。我望着它，它就像一个还在母亲身体里的胚胎，它还是世间最新鲜的东西。店员说它是一百年才开一次的玫瑰，很珍贵，不禁愕然，竟然是玫瑰。再去看它，依然很美，却少了一种难以说明的感觉。

太阳渐渐西斜了，我也必须转身走了，还有很多事情等着我去做。虽不喜欢，但也要尽力，是自己的责任就要尽量做好。人活着不止只有自己，还有很多的其他，所以会累。但每当想起，周围的人因为自己而过得幸福，家人也很欣慰，心里就会很满足，很开心。稍稍与这个世界有些许的关系，原来也可以很快乐，像蔷薇花般快乐。

## 摘抄的心得篇五

时间如水，一梦长眠，何时是醒？何时是真？在这个美丽的生命，遗憾太多，回忆太苦，等不到的是那离人已去的车，留不住的是那如握在手中流沙的时光。

心就像一座寂寞的城，不管走的有多么遥远的路，停住一看永远还是藏满了一城的惆怅落寞，于千万中的纷繁城市中，心一直都像一座空荡无人的荒城。

我在等吗？在等什么呢？是啊！我在等，等一首未完的曲子，等一句未曾说完的话，记得这座城曾经有人路过，只是路过，她用那好似永远清澈的眼睛看着这座城，让的这座哀怨的城隐隐的安静了许久，可那人的停留只是仅此短短的停留。

好久了，好像是一场短暂的梦，我似乎看到当时那如废墟的荒城开满过美丽的花，只是现在遗留下来的只是一地的落花，

我弯下腰轻轻的捡起这早已经被风尘的覆盖的花瓣，突然心好痛好痛，好像失去了什么一样，又好像没有失去，又好像一直都不曾拥有。

泛黄的纸中，依旧清晰的记录着有段故事没有说完，枯燥的墨笔轻轻的掉落，怕是再写不完那首诀别诗，那残留在记忆的情愫莫奈得只是一碗苦酒，醉过便不再记起。

我想，有些东西不过只是一句玩笑，奈何还会有人去认为那才是最真的梦，有些人不过只是匆匆擦肩而过的过客，无奈还是会有人硬要去拉住妄想成为永远的伴侣。

书不下的是当初，觅不回来的是那曾经你认为会是遍地山花的路，当一朝落花而去，空不过一道影子，当一个人离去，你永远都不要去奢求会不会再次相见，因为离人一过缘自灭在这，作是一曲离魂曲，梦过罢了吧，无缘亦也无份，不曾有过。

若承诺是错下的语言，那么誓言便是听错的谎言，若相遇是偶然的擦肩，那么等候便是一生无缘的终结。

笑，不过是一种让人赏心的表情，哭，亦不过一种让人无奈的心情，不为谁，只为这场落的太美，美到让人心碎的烟花雨。

流生夺取的是记忆的清晰，浮梦留下的也不过一字墨迹。

风残不尽长生梦似落花意，岁月洗不尽半生追梦的虚意，不在梦，不在停，不在为谁，不在心碎。

那个人一直还是当初孤独的一个人，那座城一直还是荒芜的无一人。

从此荒城如旧，在不会有人会经过那里，再不曾懂过这颗冰

冷的心。

## 摘抄的心得篇六

昨夜在即将入梦之际，我听见窗外下雨的声音，若隐若现的，似乎是在梦境中。

我抬起头望向窗外，窗外却一片漆黑，看不到任何东西。于是我只能侧耳倾听。

耳边传来窸窣窸窣的声音，稍后一会儿便悄无声息。

我知道外面并没有下雨，那应该是风吹叶落的声音。

醒来已是天明，我感到微冷。窗外已不是昨日的窗外，那棵伫立在窗前的大树，树叶已尽数凋零。

我打开窗户，顿时凉风袭来。于是我又穿了一件外套，才出了门去。

繁碌的日子太多，能够悠闲散步的时间是很少的，所以我不惧凉意，只是感到一阵阵爽快。

走在校园的路上，早晨，道路上还没有多少人，稀稀疏疏的，宛如树上的叶子。天空清澈澄明，孕育着蔚蓝色的迹象。道路上铺满了一层薄薄的叶子，走在上面，就像走在树林深处。那种安静，是忙碌的人无法想象的。

路旁的枫树一改昨日的欢愉，一夜之间，似乎经历了沧海桑田，显得冷峻而又苍老。昨日密密麻麻的枫叶而今只剩几只，只剩几只苦苦地坚持，就像不愿离开父母的孩子，让人看了心生怜悯。

走着走着，我忽然闻到一阵桂花的香气，那是从校园深处的

花丛中传来的，在这晚秋的季节，在这万花凋零的季节，像梦幻一般传来这缕缕清香。

近来看惯了枫红叶落，忽然飘来桂花的香气，实在令人气爽神怡。

我知道秋天已经到了末尾，自然即将开启冬日的大门，可这一切还是让我感到突然，就像先前从春天过渡到夏天一样，恋恋不舍，执意怀念。所以感伤的人继续感伤，寂寞的人继续寂寞，但终究时光易逝，岁月难留，人们更要做的应该是加倍珍惜。

晚秋的浪漫在一片漫天飞舞的枫叶中发生，又在一片漫天飞舞的枫叶中落幕，只留下寂寥的痕迹，还夹生了许多不可名状的杂感。

所以落寞，所以在万物凋零中落寞。

很快我走到了一片空地，这里空旷开阔，空无一人，随即我的耳边传来哗啦啦的声音，天空中飞舞起金色的蝴蝶。

而当我转身望去，道路依旧，人也依旧。

在这个如梦的晚秋……