

2023年访学心得体会 老师家访学生心得体会(汇总10篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

珍惜工作的感悟篇一

珍惜，是一种珍惜历史的态度，也是一种对于当下和未来的珍视。它是人类对于时间和资源的充分利用，更是对于生活的一种感恩之情。珍惜是一个值得我们去思考的话题，它让我深刻认识到时间、人际关系和资源的重要性。

首先，我们要珍惜时间。时间的流逝如同沙漏中的细沙，稍纵即逝。它不会因任何事情而停留，更不会回头。因此，我们应该明白，时间就像一位百般温柔但毫不宽容的朋友，我们需要与它建立起良好的关系。在紧凑的学业生活中，合理规划时间成为一种必备技能。我曾经是一个时间管理不善的人，经常被琐事耽误了学习和锻炼的时间。直到有一次考试前，我才突然意识到，时间的宝贵性是不可替代的。从那以后，我开始认真制定每天的学习计划，并严格按照计划去完成。只要合理利用时间，每个人都能够事半功倍，活出精彩人生。

其次，我们要珍惜人际关系。人际关系是我们生活中最为重要的一环。家庭、朋友、同学、同事等，无数的人都与我们息息相关。在现如今繁忙的社会中，我们常常忙于学业和工作，忽略了身边的人。一段时间过去后，我们才想起原来自己曾经有过深厚的友谊或亲情。然而，已经失去的不能回头，后悔只是徒劳无益。我曾经亲身体会过这样的遗憾，因为工作的忙碌，我疏远了我最好的朋友。当我再一次联系她时，

才发现她已经远离了我，我心中充满了遗憾和悔恨。人际关系的珍贵与重要是不言而喻的，我们要懂得及时行乐，及时珍惜。

再次，我们也要珍惜资源。资源的有限使得它们更加宝贵。然而，在我们日常生活中，浪费却时有发生。节约资源不仅是为了保护环境，更是一种节约的生活态度。我记得有一次，我在超市里看到一个整盒的水袋被扔掉。我感到非常不解，明明里面还有一半的水，为什么不直接喝完呢？即使我们有再多的资源，浪费也是一种不道德的行为。我们应该养成节约的好习惯，从小事做起，比如随手关灯、节约用水等。只有珍惜资源，我们才能够保护环境，为自己和后代创造更好的生活条件。

最后，珍惜还是一种心态。它是对生活的一种感恩之情，是一种积极向上的态度。在人生的道路上，我们会遇到各种困难和挫折，但是只要我们保持一颗珍惜的心，坚定信念，就能够勇敢面对困难。我这一年来，经历了很多的挫折和困难，但是我始终相信，这是一种磨练，也是一种成长。我坚信，在充满困难的环境中，只有保持一颗感恩的心，我们才能够看到光明，坚持走下去。

总之，珍惜是一种懂得感恩的态度，是对生活的一种敬畏和热爱。只有珍惜时间、人际关系和资源，我们才能够把握住当下的一切，过上真正有意义的生活。珍惜是一种智慧，也是一种美德。让我们从现在开始，珍惜每一寸光阴，珍惜每一个人，珍惜每一份资源，用心去体验生活的美好。

珍惜工作的感悟篇二

珍惜是一种美好的品质，也是一个人的态度和内心世界的体现。在生活中，我们时常会遇到各种各样的困难和挫折，如何珍惜身边的人和物，更好地面对挫败和挑战，成为了我们必须面对的成长课题。下面，我将从个人角度出发，分享我

在学习珍惜这方面的体验和感悟。

第一段：了解珍惜的重要性的意义

珍惜一个人、一件事或者一段记忆，意味着我们愿意承担责任、珍视过去并为未来负责。缺乏珍惜的人，往往缺乏了解懂得、不善交流和不愿承担责任的特点，往往难以得到别人的认可和信任，甚至会遭受孤立和冷落。因此，学会珍惜身边的人和物，不仅能让我们关心他人，也让我们意识到自己的珍贵与责任。

第二段：珍惜亲情

亲情是我们生活中最珍贵的财富，它是我们成长的根基和支持。我很珍惜自己的家人，因为他们无论在我最艰难的时候都为我提供了无尽的支持和鼓励，让我始终坚定着前行的步伐。因此，当我面对外部挫折和压力时，我会跟家人交流和分享，寻求他们的支持和评价，为我开阔了人生的视野和路途。

第三段：珍惜友情

在生活中，重要的不仅是我们的家人，也有许多朋友。朋友是我们生活中朝夕相处的人，他们走入我们的生活，我们会继承一段友情，共同学习成长。我很珍惜自己的朋友，因为他们让我从不同角度看待问题，拓展我的视野和思路。即使有时我会犯错或理解偏差，他们也会用诚恳和耐心的方式跟我说话、引导我，让我慢慢成为更好的人。

第四段：珍惜生命和时间

生命是一个奇妙的宝贵礼物，它让我们得以高兴地呼吸、翱翔，去发掘我们的极地和梦想。因此，我们应该充分珍惜时间，为我们的梦想和价值而努力，承担我们的责任，为我们

的生命和世界做出一份贡献。在有限的的时间里，我们应该好好考虑我们所需要的和我们还想做的，珍惜人生，努力成就自己和周围的人。

第五段：成为珍惜的人

最后，我们需要成为珍惜的人，这意味着我们可以以同样尊重和关怀的态度对待身边的人。当我们成为了这样一种人，我们会拥有无尽的能量和动力，面对任何挑战都理性而富有自信，充满了人性的温暖和激情。学会成为一个珍惜生活的人，我们会珍惜年龄、珍惜过去、珍惜另一个人的最佳选择。

在学习和实践珍惜的过程中，我们会遇到各种各样的问题和困难。但只要我们保持一颗勇敢和开放的心，勇于面对现实，整理我们的思想和行动，持续加油，我们就可以成为一个珍惜的人，享有平静和幸福的生活。

珍惜工作的感悟篇三

每当看到这样的情景，我的心里就像有一只小兔子一样嘭嘭直跳。这些同学有没有想过这样的行为会导致什么样的后果呢？在走廊上飞奔的同学一旦相撞，往往鼻青脸肿、头破血流；栏杆上的同学一旦掉了下去，后果是可悲的；从扶手上往下滑，只要稍不注意，就会跌落，导致骨折、脑震荡……人的生命是脆弱的，生命一旦发生什么意外，会留下永远的伤痕；健全身体一旦失去，将永远无法挽回。

在这里，我要提醒那些人，热爱生命吧，生命如时间，一转眼就没了，所以我们应该珍惜生命，珍惜时间，热爱生活和学习！

一个人问你说，世界上什么最珍贵，你会怎样回答？是时间？是金钱？是知识？是道德？而我则会说，生命最珍贵。

珍惜生命心得体会

珍惜工作的感悟篇四

在我蒙蒙的时候，看见远处有一个人影，有一把很微弱的声音对我说：“你的生命还有两小时，好珍惜吧！”然后，黑影就消失了。

“我的生命只剩两小时，做什么好？”我心想。要做有建设的事了，我把一半家财捐给无国界医生和乐施会吧！时间一分一秒地过去，时间只剩下四十五分钟，我想去日本看樱花，但我只剩下四十五分钟，哪有足够的时间呢？突然，一道强光的出现，竟迅速地把我带到日本。漫天樱花从树上飘下来，空气中洋溢着淡淡的花香，置身在这静谧的情景，是多么的写意！我还游览了很多地方和吃了很多地道美食呢！那间又有一把声音在我耳边响起：“要回到医院了。”我点头示意，便不知不觉地回到病床上，我已经没有牵挂，听到钟声滴答滴答地响，我知道时间到了，家人含着泪向我送别，我的心跳开始慢慢放缓，眼帘也不其然地慢慢地盖上了。

忽然，我听到一把急促而熟悉的声音在叫唤：“快起床！快起床！再不起床就迟到了。”是妈妈的声音！哈！原本只是一场梦，但这个梦中，我既学会了珍惜时间。更学会了珍惜生命！

□

珍惜工作的感悟篇五

“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴。”的道理人人都懂，可为什么总有少数人虚度光阴、无所事事。现在有那么一些人，找不到工作，就天天在外面喝酒寻乐，或是呆在家里无所事事，明明已经成年，还是给父母增加了许多负担成为啃老一族，甚至少数人一不小心就掉进了犯罪的深渊，成为社会的“危险人群”。这些人往往有一种“我生待明日”的想法，认为自

已现在还年轻，先尽情享乐，过几年再考虑工作。最终明日复明日，成事成蹉跎。一个“今天”至少需要两个“明天”来弥补，当日事一定要当日做，把什么事都放到明天的人，最终什么事都干不成。

有时我总会抱怨时间不够用，许多要干的事都没有干，但是真的怪时间不够吗？时间就像海绵里的水，只要愿挤，总是能挤出时间的。归根结底是自己不抓紧它，时间就像铁面无私不动感情的一个老人，不会因你的任何举动停住脚步，它只会对你的虚度光阴抱以轻蔑的一笑，然后轻轻越过。对一个人来说，时间就是生命，时间有限，当失去它时，生命也走到了尽头。你是想把它当作日历一天天撕去，到最后只留下一个生了锈的日历夹吗？人活着是要实现价值的，为什么有些人生命的价值大、有些人生命的价值小呢？仔细看一看吧，他们的一生都做了什么。有些人的一生在不断完成那些有意义的事，那么他的价值在学习工作中就体现出来了，只有做的事越多，做的越好，生命的价值就越大；反之，一个人不断地浪费时间，他的生命价值就会少得可怜。

你热爱生命吗？那么就请珍惜时间，因为时间是组成生命的材料。

一提到珍惜时间，大家容易惯性思维把珍惜时间看成是珍惜学习的机会，努力工作的机会，在有生之年丰富充实自己，用知识武装自己的头脑，再用武装好的头脑去创造金钱、地位，来验证一个人的人生价值。

而我却认为珍惜时间，是热爱生活的表现。比如有时写字对我来说是快乐的事情，但是手累了、脑子累了，我就不写了，这时就去听听音乐，闭目养神，天马行空地去神思遐游一番也是快乐的，甚或带着一丝忧伤而又甜蜜地想一个人也是一种享受。也许你会说这是小我的小资情调，可是没有这小我，哪来大我？在享受的过程中，会获得点点滴滴的积累，积累健康、智慧、美丽的心境等，然后心情愉快，神清气爽，精

神饱满地投入到工作中，会获得更大的效益，最大限度的展现自我和创造生命的价值。

反之，不会享受生活，不懂得珍惜时间的人，又何谈工作与学习呢？知识是学不完的，金钱是挣不完的，事情是做不完的，而人生命是有限，我们幸运的来到人世，除了要创造价值外，还要学会体验价值之外的东西；除了要完成和尽自己的责任外，还要学会善待自己，享受快乐、自由和轻松，这也是要完成的人生使命。

珍惜工作的感悟篇六

珍惜，是一种深深的懂得，一种内心的触动，一种对生命的热爱和尊重。在快节奏的现代社会中，我们时常忽略了身边那些微不足道的小事，然而，当我们停下来静静思考时，我们会发现，珍惜的重要性和赐予我们的意义。在这篇文章中，我将分享我对珍惜的心得体会。

首先，珍惜让我们更加懂得感恩。人生中有太多美好的事物和值得感激的人。然而，我们常常被琐碎的忧虑和不满所笼罩，忘记了身边那些不可或缺的人和事。当我们开始珍惜时，会发现自己对生活有了更多的感恩之情。我们懂得感谢家人辛勤的付出，感谢朋友的陪伴和信任，感谢那些默默为我们付出的人。

其次，珍惜教会了我们如何心存愉快。面对生活中的每一个小细节，我们常常抱着苛求和不满的态度去对待，没有意识到幸福就在我们的身旁。然而，当我们开始珍惜时，我们会发现幸福其实就在一瞬间的微笑、一句温馨的问候、一次意义非凡的旅行中。懂得珍惜的人会更加有自信、乐观和平静，他们会从容面对生活中的每一个挑战和困难。

然后，珍惜使我们更加懂得宽容和包容。每个人都有自己的缺点和不足，正因如此，我们需要学会宽容和包容。当我们

意识到珍惜的重要性时，我们会懂得体谅和包容他人的过错。我们明白人性的脆弱和无奈，我们会对他人的错误持有宽容的态度，给予他们改正的机会。珍惜给了我们一个更加美好和和谐的人际关系，使我们的人生更加丰富多彩。

再者，珍惜带给我们对未来的期许和希冀。当我们开始珍惜现在的一切时，我们会对未来有更多希望和憧憬。我们希望自己能够保持对生活的热爱和感激，不忘初心，不负未来。珍惜也让我们更加勇敢去追求自己的梦想和价值，因为我们懂得珍惜生命的宝贵和有限。

最后，珍惜是一种生活的态度。当我们选择珍惜时，我们选择了一种快乐、积极和满足的生活态度。无论我们身处何地，无论遭遇怎样的困难，珍惜都会让我们心存感激，给予我们内心的力量和勇气。珍惜使我们的生活更加美好，也让我们成为更加优秀和有价值的人。

总之，珍惜是一种生活的智慧，一种对生命的理解。通过珍惜，我们不仅懂得感恩，心存愉快，宽容包容，对未来有期许，更是拥有一种积极、乐观和满足的生活态度。让我们每一个人都珍惜眼前的每一个美好瞬间，让我们每一个人都成为一个懂得珍惜的人。

珍惜工作的感悟篇七

时间，他是人们生命中的匆匆过客，往往在我们不知不觉中，他便悄然而去，不留下一丝痕迹。人们常常在他逝去后，才渐渐发觉，留给自己的时间已经所剩无几。也正是如此，才有了古人一声叹息：少壮不努力，老大徒伤悲。

xxx留住这个来也匆匆，去也匆匆的“朋友”呢？榜样的力量是巨大的。

事实告诉我们，只要我们愿意，时间是可以支配的。就像鲁

迅先生说的一样：时间就像海绵里的水，只要愿挤，总还是有的。

而能否把握时间，做时间的主人往往决定着一个人一生的命运。陶渊明说过：盛年不重来，一日难再晨。及时当勉励，岁月不待人。人生短短数十秋，想要在如此短的时间内，取得成功，登上人生的顶峰，谈何容易。也正因为如此，珍惜时间就显得异常得重要。每个成功人士的背后往往有一段珍惜时间的故事。

奥地利著名作家莫扎特，连理发时也在考虑乐曲创作，常常情不自禁地停止理发，记下他构思出的新乐曲。他说：“谁和我一样用功，就会和我一样成功。”

莫扎特说得不无道理，也许我们和他一样用功，不一定会象他一样的成功，不一定能达到他所能达到的高度。但至少我们努力了，至少我们达到了我们所能达到的处。我们就能够站在人生的顶端对人们说：我尽力了，我并没有浪费命运留给我的一点点的时间。

无论时间有多么的紧张，只要我们愿意，他会源源不断的到来。

珍惜时间，就是珍惜生命。充分利用命运给我们的每一分，每一秒。不要成为时间的奴隶，做时间的主人。到那时，让这个匆匆过客，永伴你我左右。

这学期，老师发了一本叫《与美同行》的书，拿到了这部书后，我津津有味地读了起来，书里讲得是人与人之间的诚实守信、感恩向善、爱学善思和踏实能干这几部分的故事，最吸引我的是《惜时如金的鲁迅》。

故事里讲述鲁迅在13岁时，由于家里的一些变故。他经常到当铺当掉家里值钱的东西，然后去药店给父亲抓药。有一次，

鲁迅一大早去当铺和药店，回来时老师已经开始上课了。老师看到他迟到了，非常生气，当场就批评了他，鲁迅低着头默默回到自己的座位上。并在书桌的右上角写下了一个“早”字，心里暗暗发誓：以后一定要早起，不能再迟到了。从此以后，鲁迅再也没有迟到过。

读完了这则故事，我很想去绍兴看看鲁迅的故居，也很想看看他写在课桌上的“早”字。于是我把这个想法告诉了爸爸，爸爸在这个假期里定了个时间，约好在3号早上我们8点钟准时出发，9点37分就到了绍兴。10点25分开始排队参观鲁迅故居，在摩肩接踵的人海中，我们从鲁迅家的老台门开始，一直到“三味书屋”，看到了鲁迅先生读书时坐的课桌，但遗憾的是没能看到那个“早”字，可能是文物的缘故吧，游客是不让进的，参观好“百草园”后，已是中午12点15分了。

回来后，我便开始构思这篇了。由于贪玩，只能时而稀稀拉拉地写上几句。想想自己回家作业经常是拖拖拉拉，写几个字要东看看西瞧瞧，根本没有时间观念，说好了6点30分前完成，非得到7点甚至8点才能完成，背书也不专心，背了上一段忘了下一段，时常需爸爸妈妈大声呵斥才会动动。还有在暑假期间，老爸给我排了一张周学习计划表，每天需完成什么，都罗列在每个时间段中，但现在回想起来并对照了一下，能按时完成的不到百分之六十，都是要到了临阵才知道磨枪。记得三年级时，老师就教了“一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴”的诗句。这不现在，还在写这遍呢。想想也真是惭愧啊！

我要学习鲁迅先生珍惜时间的品质，正如他所说那样：“时间就像海绵里的水，只要你挤，总是有的。”因此，我要牢牢记住这句话，珍惜现在。如果我们自由散漫，无所事事，时间就会从我们身边悄悄溜走；如果我们勤奋努力、好学不倦，时间就好像有意为我们放慢脚步。当我们和着时间的节拍，积极主动地学习，就会发现学习过程中的趣事像海边的贝壳一样丰富多彩，我们的收获也会像天上的星星那样数不

胜数。

夜晚，我做在窗子边，耳畔忽然传来这首歌。是啊，时间就像风一样，一溜即逝。

正如朱自清散文集的《匆匆》中写的——早上我起来的时候，小屋里射进两三方斜斜的太阳。太阳他有脚啊，轻轻悄悄地挪移了；我也茫茫然跟着旋转。于是——洗手的时候，日子从水盆里过去；吃饭的时候，日子从饭碗里过去；默默时，便从凝然的双眼前过去。我觉察他去的匆匆了，伸出手遮挽时，他又从遮挽着的手边过去，天黑时，我躺在床上，他便伶伶俐俐地从我身上跨过，从我脚边飞去了。等我睁开眼和太阳再见，这算又溜走了一日。我掩着面叹息。但是新来的日子的影儿又开始在叹息里闪过了。

是啊！光阴来得匆匆，去也匆匆。在意大利的一所学校中，学生在上课前有这样一句话——昨天、今天、明天，昨天已经逝去，今天正在度过，但也会逝去，明天还未到来。

要知道，时间是不会等人的。正如英国莎士比亚所说——抛弃时间的人，时间也会抛弃他。黑发不知勤学早，白发方悔读书迟。要知道，在人年轻力壮时，是会有许多事要做的。在幼年时读书；在中年时成家立业。许多事在你老了就不能做了，只剩后悔，但世界上是没有后悔药的。所以乘你现在年轻，多吃一些力所能及的事吧，至少到你老了你不会后悔，因为你曾经努力过了坚强过了。

xxx曾说过‘我以为世间最可贵的就是“今”，最易丧失得也是“今”。因为它最容易丧失，所以更觉得它宝贵。’失去的便失去了，就再也挽回不来了。今天的事情就在今天将它做完，何必等到明天呢？若你这样一天拖一天的，那你终究难成大业。

要记住，一年之计在于春，一日之计在于晨；一寸光阴一寸

金，寸金难买寸光阴；强中自有强中手。风雨之后必有彩虹，但前提是你懂得珍惜时间！

珍惜工作的感悟篇八

第一段：引言珍惜的重要性（200字）

珍惜是一种对生活、对他人、对自身的态度和行为。它是一种珍视、珍爱和爱护的心态，表现出的是对生活中所拥有的一切感激和满足的情感。在这个喧嚣浮躁的时代，我们常常因为追求更多的物质和享受而忽略了身边的珍贵。然而，珍惜却是我们心灵的滋养和生活的应有之义。

第二段：珍惜他人的情感及时回馈（200字）

珍惜他人的情感是我们在人际关系中应该具备的基本素养。现代社会的人际关系变得复杂而脆弱，我们和他人的连结很可能瞬间断裂。因此，我们需要更加珍惜来之不易的人际关系。及时回馈对方的关心和爱护，不仅可以让关系更加密切，同时也可以给他人带来温暖和安慰。只有真正珍惜他人，我们才能建立起长久的友谊和亲密的关系。

第三段：珍惜自己的能力和机会（200字）

珍惜自己的能力和机会是实现人生价值的前提。我们每个人都是独一无二的，都有自己的才华和潜力。然而，有时我们会为自己的不足和遗憾而苦恼。珍惜自己意味着要充分发挥自己的优势，发掘自己的潜力，并为之努力奋斗。同时，我们也要珍惜机会，要抓住每一个机遇，不给自己留下遗憾和后悔。只有珍惜自己的能力和机会，我们才能实现自己的人生目标和理想。

第四段：珍惜身边的人和事（200字）

珍惜身边的人和事是我们在日常生活中应该学会的。有时候，我们会在无意间伤害了身边的人，但当我们失去他们的时候，却才意识到珍惜的重要。因此，我们要用心对待身边的人，尤其是我们最亲密的家人和朋友。此外，我们也要学会珍惜身边的事物，不要对生活中的小小温暖和快乐无视，因为每件小事都可以成为我们幸福的源泉。

第五段：结语（200字）

珍惜并非一蹴而就的事情，需要我们不断地用行动去实践。当我们真正体会到珍惜给予我们的幸福和满足时，我们就会更加懂得如何珍惜。同时，我们也要教育下一代珍惜，把珍惜的价值观传递给更多的人。只有珍惜，我们才能过上真正有意义的生活。让我们从现在开始，珍惜每一个美好的瞬间，珍惜人生中的一切，从心中感激，从行动中体会珍惜的力量。

珍惜工作的感悟篇九

家庭是每个人最重要的港湾，也是我们生命中难以替代的支柱。然而，在现代社会中，许多人因为事业的成功或其他原因而忽视了家庭，这不仅会对家庭造成不良影响，也会影响个人的幸福感。因此，珍惜和维护家庭成员之间的关系显得尤为重要。本篇文章将从以下几个方面，谈谈如何珍惜家庭并使其更加紧密。

第二段：学会感恩

每个人都应该感恩自己的家庭，无论它是否完美。我们不应该一味地抱怨家庭中存在的问题，而是要看到它的美好，让我们的家庭在良好的氛围中成长。感恩的心态是一种积极向上的态度，可以使家庭成员之间更加和谐，相互了解和尊重。

第三段：学会沟通

珍惜家庭成员之间的关系，最重要的就是要学会沟通。沟通是最基本的交流方式，它可以帮助我们了解家庭成员的需求和想法。在沟通时，我们需要采取耐心，倾听对方的意见，以及保持诚实和开放。只有这样，我们才能更好地理解彼此的需求，避免家庭内部出现冲突和矛盾。

第四段：营造家庭氛围

家庭氛围是家庭中的重要环节，它可以对每个人的心态产生直接影响。营造一个良好的家庭氛围需要我们每个人的努力。这包括了分享家务、细心照顾长辈和家里的小动物、一起健身、一起旅行等互动活动。相信在这种互动活动中，家庭成员之间会更加融洽，关系更加紧密。

第五段：学会宽容

家庭成员之间难免会因为各种原因产生纷争和矛盾。这时候，我们应该学会宽容。不要因为小事而互相攻击对方，可以试着换位思考，从对方的角度去考虑问题以达成双方一致的解决方案。当我们学会宽容，便能化解纷争，促进家庭关系更加融洽。

结语

珍惜和维护家庭成员之间的关系是每个人的责任和义务，它需要我们的坚持和努力。通过学会感恩、沟通、营造家庭氛围以及学会宽容等方法，我们可以让家庭成员之间的关系更加和谐，让这个温馨而幸福的小家庭更加美好。希望每个人都能珍惜自己的家庭，让它成为我们人生最美好的一页。

珍惜工作的感悟篇十

生命是宝贵的，也是美好的。砖缝里顽强生长的小苗，绝境中奋力求生的飞蛾，花丛中感受春光的盲姑娘；这一幅幅动人

的画面无不展示着他们对生命的热爱。在我们的日常生活中也有很多感人的事，让我们感受到了生命的美好，残疾人对生命的热爱。

有一个叫黄美廉的女子，从小就患上了脑性麻痹症。这种病的症状十分惊人，因为肢体失去平衡感，手足时常会乱动，口里也会经常唠叨着模糊不清的词语，模样十分怪异。医生根据她的情况，判定她活不过6岁。在常人看来，她已经完全失去了语言表达能力与正常的生活条件，更别谈什么前途与幸福了。但她却坚强的活了下来，而且靠着顽强的意志和毅力，考上了美国著名的加州大学，并获得了艺术博士学位。她靠着手中的画笔和很好的听力抒发着自己的情感。有一次，在演讲会上，一位学生贸然地问：“黄博士，你从小就是这个样子，请问你是怎么看自己？有过怨恨吗？”在场的人都责备这个学生不敬，但黄美廉却没有半点不高兴，她十分坦然地在黑板上写了几行字：

一、我好可爱。

二、我的腿很长很美。

三、爸爸妈妈那么爱我。

四、我会画画，我会写稿。

五、我有一只可爱的小猫；

最后，她以一句话结论：我只看我所有的，不看我所没有的！

是啊，谁都有生活的权利，谁都可以创造出属于自己的缤纷世界。如果要使自己的人生变得有价值，就必须经过磨难的考验；要想使自己活得快乐，就必须接受和肯定自己。其实在这个世界上，每个人都有着不同的缺陷或不如意的事情，并非只有你是不幸的，关键是你如何看待和对待不幸。无须

抱怨命运的不济，不要只看自己所没有的，而要多看自己所拥有的，那时我们会想到：其实我们很富有。

是啊，人的一生是漫长而短暂的，也是美好而幸福的，我们可以好好的使用它，也可以白白的糟踏它，但很多残疾人都不向命运屈服，与病魔殊死搏斗，何况我们有着健全的身体呢？所以，我们必须对命运负责，让有限的生命体现出无限的价值，不要虚度年华，无所作为！