

认识自己接纳自己的感悟(优质5篇)

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得感悟，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。心得感悟对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写心得感悟呢？以下是我帮大家整理的最新心得感悟范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

认识自己接纳自己的感悟篇一

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

人身处逆境之时，不要迷茫，不要彷徨，更不要退缩！你需要做的就是静下心来对自己说：“我能行，我一定能行。”人总能在困境中突破自我，认识到自己究竟有多棒。

烈日当空，太阳过火的热情，炙烤着大地。万里无云，一丝风都没有，空气里充满了焦躁的分子，似乎不久就会凝固。在这样的天气，我们将要接受难度更高的空中训练。然而我在经历之前次次魔鬼训练后，已经精疲力尽了。

果不其然，还没到会场，我就已经汗流浹背了。几个女生甚至哭出了声，好不容易到了场地，白晃晃的阳光刺得我睁不开眼。隐隐约约，我看到了，空中索道到那么高，可望而不可及！

几个胆大的男孩儿摩拳擦掌，跃跃欲试。第一个男孩儿冲向空中，索道摇摇晃晃，我看得心惊胆战。他刚下来就瘫坐在地上，但好在成功了。教官拥抱了他，给了他鼓励。

有了领头羊，大家渐渐积极起来，一个、两个、三个……很快到我了。

没办法，我只好硬着头皮上了。我的手心，额头沁出了汗珠，腿也不住地抖动。真的太高了。我一步步小心往前挪着，生怕一不小心摔下去。摇摇摆摆过了第一关，渐入佳境，大阔步又闯了一关，终于到了最后一关了，我深吸一口气，打算开始。无意间眼睛扫看到了下面，“嗡”的一下脑子一片空白，感觉真的是万丈深渊，仿佛一个个血盆大口，再等我不小心落下。我紧紧扶住一旁的麻绳，不敢跨过这一米的距离，地面上轻而易举的事在这里仿佛成了真的鸿沟。

“加油，你可以”见我迟迟不肯跳，教练同学开始为我加油了，可双腿还是不听使唤。鼓励声越来越响，回荡在场地，怎么办？退缩？那意味着前功尽弃！不能。牙一咬，心一横，豁出去了！“我能行，我一定能行！”深吸一口气镇住哆嗦的自己，握紧手中的麻绳，用尽浑身力气，我努力向前蹦了过去，跨过了似乎不可逾越的鸿沟，脚稳稳地落在了目的点。我做到了，我真的可以！掌声飘进我的心中。

这件事过去很久了，但回想它仍历历在目！因为它让我认识到，只要静下心来，不要迷茫，不要彷徨，更不要退缩，静下心来去做事，那我一定能行！不试试你永远认识不到自己有多强。

认识自己接纳自己的感悟篇二

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

就像那只在佛塔顶上安了家的老鼠，佛塔安逸的生活让它失去自我，忘记自己是过街老鼠的身份，在塔上自由走动，享受不属于它的供品，甚至是妄图享有别人所无法想象的特权，那些不为人知的秘笈，借着佛像狐假虎威，最终是自欺欺人，自取死路。我们不应该贪图眼前的利益，忘记隐藏其身后的危险，所以，最重要的'一点是，我们必须认识自己，找准位

置。世界万物都有自己的位置，我们人类也应该找准自己的位置，不盲目崇拜别人的优点，找准自己的优点为建设我们美好的未来做好奠基。

虎啸深山，鱼翔浅底，驼走大漠，雁排长空，万类霜天都有自己的位置，有自己的长处，我们应该找准自己的位置，找出自己的优点，发挥自己的长处，发扬自我。爱因斯坦一直梦想成为小提琴家，但是他确实在小提琴方面天赋不足，一直没有多少造诣。最终他把自己的人生定位在了科学研究，并且做出了举世瞩目的成就。鲁迅先生从仙台学医回国后发现，国人的病不在身上，而是在精神上。由此可知，每个人都有自己的位置，那些大多数一事无成的人并不是因为自己的能力达不到，而是他们没能够认清出自己的能力，没有发挥在适当的地方，不能够找准自己的位置。所以，我们应该学会慢慢认识自己，找准位置。

实现人生价值，需要认识自己，找准位置。因为只有找准位置，才能登上属于自己的舞台，才能够让自己光芒四射。大诗人李白先是作为御用诗人，在皇宫享尽荣华富贵，但这不是他要追求的；他一句“我辈岂是蓬蒿人”豪爽地走向了大河山川。也就是这样，李白的形象长久地留给了后人。中国人如此，外国人也不例外。捷克小说家米兰·昆德拉先是作为诗人登上文坛；但诗歌创作显然不是他的长远追求，当他在30岁左右写出第一个短篇小说后，他确信找到了自己的位置，从此走上了小说创作之路，写出了巨著《不能承受生命之轻》。

找准自己的位置，不要再浪费自己的青春，不要再抱怨自己的一无是处，相信自己是最棒的，在自己的位置上，那才是通向成功的起点。

认识自己接纳自己的感悟篇三

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

能善于认识自己，要有无畏和追求真实的勇气。

“真的勇士，敢于直面惨淡的人生，敢于正视淋漓的鲜血。”有勇气正视现实，是清醒认识自我的第一步。鲁迅先生在他国学习医学时，勇于面对人生，看清了中国的现实，也发现了自己心之所往，毅然决然地踏上了文学之路，誓从精神上救治他人。有的人沉迷于想象中完美的自己，便恣意妄为，丝毫不听从他人建议；有的人自卑于那个毫无是处的自己，从此一蹶不振。他们都缺乏勇气，缺少直面人生、正视自己的魄力。人无完人，美玉仍有瑕，但能够清醒认识自己，分明优劣势，便弥足珍贵了。

以目标为峰，不懈攀登，让你不断刷新自己的认知。

不去做，不去攀登，你永远不知道自己有多强，你永远不知道极限在哪。乔布斯当年从大学辍学，在一间车库里便开始了技术研发，没有人曾预想到有今天，但他也曾遇到失败，别人的不信任。一步一步走来，是他不停奋斗的足迹，用近乎极致对于完美的`严苛铸就了苹果的奇迹和一个时代的巅峰。他也不断重新认知自己，不断寻求创新和改变，这是他的品质，也是苹果的品质，更是留给时代的记忆。

认识自己，最透彻的是探寻并遵从心灵抉择。

他是菊之隐者，淡泊处世，不为五斗米折腰。他写下《归去来兮辞》，不屑名利，赢得千古美名。他是陶渊明，他明白对于官场的厌恶，向往着闲适自然的田园生活，遵从了心灵的选择。他对于自己的认知是透彻的，是深入骨髓的，是直至灵魂的。不在意外界的评价、纷扰，只遵从内心。这是无比的纯粹、直白，却也鲜有人做到。人在世上，怕的是心早已随波逐流，迷失在碌碌无为的生活中，心上只有一层阴翳。正确认知自我，遵从心灵选择。

真实看待自己，勇于直面人生，不断奋斗，不偏离心之轨道。以最真实的态度勇敢生活，获得成功，驶向梦的彼岸。

认识自己接纳自己的感悟篇四

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

古希腊神庙上刻着一句箴言：认识你自己。

我是谁？从哪里来？到哪里去？这是人类的永恒话题。

屈原在《天问》中对人的本源发出了追问：“遂古之初，谁传道之？”

千年之后，达尔文用进化论做出了科学有力的回应。

但是，认识你自己，不仅是一个科学问题，更是一个哲学问题。每一个人，在不同的人生阶段，都有可能迷茫困惑，可能利令智昏，可能眼红耳热，忘记了自己的使命，丧失了自己的初心。

认识你自己，要有谦虚的灵魂。

作为全希腊最有智慧的人，苏格拉底说过一句话：“知道自己一无所知。”近代自然科学的奠基人牛顿在临终前说：“我好像是一个在海边玩耍的孩子，不时为拾到比通常更光滑的石子或更美丽的贝壳而欢欣鼓舞，而展现在我面前的是完全未探明的真理之海。”人生是有限的，而智慧是无穷无尽的。拥有谦虚的灵魂，在自然面前保持敬畏，对生命常怀感恩，这是一个能够认清自我的人应该做的事情。

如果前秦主帅苻坚多一分谦虚谨慎，少一分妄言要投鞭断流，

而是清醒地看到淝水之战前双方的真实实力以及北方各族的暗流涌动，兴许不会一战而败、草木皆兵，南北朝的历史也就因此改写。如果能够大清帝国不再妄自尊大，看清楚自己早已不是世界的中心，停止闭关锁国，早日开启民智，兴许就不会被坚船利炮一次又一次地留下屈辱印记。

但是，历史没有那么多早知道。在纷乱的时局中保持清醒的头脑，并不是一件容易的事情。

《坛经》中记录了一个小故事：时有风吹幡动，一僧曰风动，一僧曰幡动，议论不已。惠能进曰：“不是风动，不是幡动，仁者心动。”无论是幡在动，还是风在动，都来自于内心对于外物的认知。要保持清醒的自我意识，还得时常听听自己的心跳，叩问自己内心最真实的声音。

认识你自己，从来就不是一件容易的事情，而是一种人生修为，一种人生境界。多一分清醒，少一分盲目；多一分克制，少一分冲动；多一分谨慎，少一分狂妄，兴许可以慢慢打开认清自己这道大门。

认识自己接纳自己的感悟篇五

尊敬的各位老师，亲爱的同学们：

大家上午好！

西风萧瑟，残叶如蝶，悠悠飘落，那低垂的花，早已无力承受那一个个美丽的神话，昔日的幻想与浮华，一点点地在这一片荒凉中消失殆尽。拥有的，只是在炽红的朝阳当空升起，霞光灿烂辉煌时对自己的认识。

一只鹰隼，几次振翅，跌落谷中，反反复复，这一——不是绝望，是想一飞冲天的一心执著；这一——是鹰隼对自己能够征服天空的信心与对自己能力的认识。

一枚枫叶，秋风过后，悄然翩飞，落在地上，这一——不是寂寞，是枫叶将自己献给秋天的一汪情意，这一——是枫叶对自己能“化作春泥更护花”的认识。

一炷香，点燃之后，化为灰烬，散落风中，这一——不是凄凉，是香销以后，香气弥漫的一片深意，这一——是香在生命尽头还能放出一缕的神韵，是它对自身价值的认识。

认识自己，实现人生的价值，为整个社会贡献出自己的一份绵力，那么，你的人生将会无比精彩。

著名数学大师陈省身在回答为什么选择数学时，竟毫不掩饰地说“别的什么都不会，只好做数学”，无独有偶，著名画家黄永玉也以同样的话回答这个问题，他们的话令我无比的震撼，能作出这样的回答，那是因为他们完完全全的认识了自己，在生命的长河中，选择了离自己最近的那枚卵石，找到了一盏最适合自己的航标灯。

当黑夜笼罩着你的人生，走出黑夜最好的方法那就是认识自己，点燃自己心中的那盏灯，这条路无论有多坎坷，跟着那盏灯，你会轻松而又愉快地达到成功的顶峰，实现人生的价值。

月亮的第一缕幽光已经划破黑夜，浮动托着我们无比焦躁的心驶向远方……，找到那轮属于你的月亮，找到那盏属于你的航标灯，找到夜晚那颗明亮的北极星……，它需要的是认识自我，只有认识自我，定位人生，才会使成功的光环降临到我们身上。

成功，需要的是认识自我！