

2023年感悟生活随笔可抄(通用5篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得感悟，从而不断地丰富我们的思想。我们想要好好写一篇心得感悟，可是却无从下手吗？下面是小编帮大家整理的心得感悟范文大全，供大家借鉴参考，希望可以帮助到有需要的朋友，我们一起来了解一下吧。

感悟生活随笔可抄篇一

我们并不是一个人旅行，一路上总有人同行。怀念那些纯真朴实的岁月，那些午休时躲在被子里玩耍的情景。那些日子，我们曾经手拉手走过。

记得那些盛夏的日子，我们站在大树下大口喝着冰镇汽水。水甜甜的，凉丝丝的，一直流到心里。头发因几滴汗水的缘故而粘在额头上。我们玩着游戏，开心的笑着，连鸣蝉也抛之在后，多么简单的快乐。

下午的时光是最快乐的，也是最短暂的。我们摆好衣服当作球门，就开始了满场地跑。不大的水泥地荡漾着我们的笑声。

一窜如同断了线的雨丝落了下来，紧接着是第二窜，第三窜，然后便听到“啪”的几声是雨点打在叶子的声音，迟钝的我这才发现是雨，你拉着我的手飞奔，就在下一秒的事，我差点摔倒，你还是紧抓我的手不放，终于，我们一路狂奔到大树下，看着早已淋成落汤鸡的对方，开心的笑了。

虽然我离这些日子越来越远，但是，不经意的一回头，往事重现，你们都不曾离开。

收拾好行理，我又要上路了，但已前的时光我却不回忘却，以后的时光我也会有这憧憬与向往。

感悟生活随笔可抄篇二

灯下独思

在一盏灯下翻阅泛黄的书页，如同翻阅一段尘封的往事。不如风也不如烟，如一滴春天的雨落在紧闭的玻璃窗上，一声沉闷的嘀嗒，是那渐行渐远渐模糊的时光么？在心灵最柔软的地方弥漫，化成一点最沉重的叹息，久久飘散不出门去。

好多年了。我们始终以为自己已经习惯了冷漠。脸上的皱纹深了？这没有什么，老家门前的那条木凳已经糟朽，再也承载不起我们日益发福的躯体。头上的头发白了？这也没有什么，红漆木箱里的那本稿笺已经潮湿，再也书写不下我们日渐远离的青春。年年中秋，头顶的那轮明月，用它看过在这世间走过的每一个人的冷眼看我的时候，我总会回报它一双冷眼——如海螺沟千万年没有融化的冰川。

可是，在一些时候，心，为什么会隐隐约约地疼痛？难道是在翻阅那些泛黄的书页时，不经意触痛了自己结痂的伤口？在朦胧的《背影》里，我们的父亲是否来过？一句话也不说，甚至不让我们看一眼他越来越陌生的面庞，就匆匆地消逝在凄婉迷茫的梦里。在“世间安得双全法，不负如来不负卿”的诗句里，我们的双眼是否有过泪花？在一棵长满果实的树下，怎么也看不见那一树织成云霞的桃花。

得到过，失去得更多，好像是所有人共同的感叹。在“对酒当歌，人生几何”的迷茫里，我们艰难地前行；在“哀吾生之须臾，羡长江之无穷”的浩叹里，我们尽力地突围；在“前不见古人，后不见来者”的伤感里，我们不停地求索。在来来去去匆匆忙忙缠缠绵绵纠纠缠结的脚印中，到底有没有我们鲜红的泪滴。

其实，我们都不愿意痴念着过去。但是过去总是以各种形式与我们纠缠不清，比如一页潦草的日记，或者一张黑白的照片，或者一首多情的老歌。我们避无可避，因为我们注定要在他们的蛊惑中走过一生，就像阳光，就像空气，就像流水。

你是怎么变极端的

相亲节目中，一个男人走上来，外表不错，谈吐还行，突然一嘉宾扔出一句话，明显的质疑。接着，男人的噩运来了，所有女嘉宾开始揪住这点不放，批判、攻击、挑衅、打压，好像有人扔了一块砖，其他人就得齐心协力把他拍死，否则就是对民意的违背。

---其实，男人真没那么差，不过是多说了一句话而已。

《人生感悟的`生活随笔》()。你只能闭嘴，这会儿再去倒戈，非被口水淹死不可。

---其实，电影真没那么差，不过是大家在一起闹的。

有一个词叫做“群体极化”，说的就是这种现象。与群体成员单独决策相比，群体倾向于作出比较极端的决策。在某些情况下，群体决策偏向保守一端，但在更多情况下，群体决策偏向冒险的一端。

现实中，还有很多倒霉的人倒霉的事。

办公室里的女同事，如果相当不招一个人待见，那么她可能会渐渐不招很多人待见。那个对她不怎么感冒的人，随口说上一两句话，极化效应就来了，大家都会觉得她就是诡异，怪不得人人都不喜欢她。其实最初不喜欢她的，可能只有一个人。

追求女孩的男人，女孩并不讨厌，可是偏偏女友们不喜欢。

女友总是说，你看，他总是不给你打电话。你看，他又忘了。女孩不为所动。可是不久，女孩发现，朋友们都相当不喜欢这个男人，好像自己要真和他好了，不仅仅是有眼无珠，更是会众叛亲离。

更常见的情景是，一件衣服，有一个人说了不好，你再说好，似乎有损于自己的品位；一种现象，当大家都向一个论点迈进的时候，你最好沿着分支走，另辟蹊径只会让你成为公敌。

“群体极化”就是这么可怕。不幸的是，我们中的每个人，都可能是帮凶。

人们都习惯于用挑剔质疑的眼光来对待事物，而这个始调一旦确定，大家就会在这个方向上提供更多的论点。

还有社会比较。

当然，极端未必是坏事，如果没有“群体极化”，许多重要的价值至今不会顺利实现。例如公民权运动、废奴运动和女权运动，都曾一度被视为极端而遭多方打压。

但是，生活中，事实也很清楚，极端可能会伤害很多人，灭掉很多东西。有些时候，你跟着群体作出的决定，回到一个人的时候，会生出很多后悔。

要知道，生活并不是跷跷板，无论永远在高处，还是永远在低处，都不是最佳观测点。有些时候，往中间靠靠，才可能摸清全局，也看到退路。

感悟生活随笔可抄篇三

简

简，渗透到骨子里的生活美学。

譬如出行，飞机游轮太奢侈，宝马香车太拥堵。它们载着的一颗颗奔突浮躁的心，不自在，也不自由。我崇尚简单出行，一人，一双旅行鞋，一个放松的身体，一行自由的脚印，一份散淡的情怀，这就足够了。

再如吃，美食太过丰富。山珍海味珍馐佳肴，很容易俘虏贪婪的味蕾。身体一圈一圈地膨胀肥大，胃亦不堪重负。痛定思痛，决心管住自己的嘴。简，是美食蛊惑下的突围，是身体重荷下的必然诉求。我喜欢回归自然的清淡，如一小碗稀粥，一碟萝卜丝，一碟花生米，适量的馒头，颇有一种返璞归真的简约和美好。

简，减也。要减去诸多依赖症。花花绿绿的生活，诱惑何其多。譬如掌上电子产品，那么多的app原本是为了消遣，却被它们消遣了我们。我喜欢给手机卸载。卸载，也是给自己减负，减掉噼噼啪啪的网络社交，减掉乱七八糟的八卦资讯，让眼睛和心灵一起休憩。

复杂的人事、错综的关系、纷乱的世俗搅扰着生活，令人不堪其扰！事实上，是心态过于复杂而已。简化心灵的负累，不追求加官晋爵，不渴慕物欲满足，不计较是是非非，方能从喧嚣的羁绊中抽身而出，拥有单纯而淡泊的心境，享受心灵在寂寞安静中的远游。

简，一种豁达的人生态度，一种理智的生活选择。

难忘那种眼神

夜深了，窗外没有月光，也没有星星，雨噼里啪啦地下着，一阵风吹过，把我的思绪带入那个似曾相识的雨夜。

他没有打伞，亦无雨披，衣衫褴褛，左手拄着拐杖，端着空空的搪瓷碗的右手不停地颤抖。

他许是走了很长的路，也不曾放下尊严开口向人乞讨，只是静静地候着，候着，等待觥筹交错后的冷炙残羹。

远远看去，突然感觉他像极了一个人，像极了很多人。他们的影子在我脑海里盘旋成队，成列……一个熟悉而又陌生的群像在眼前升腾。

走近他时，我抬起头，发现他正平静地看着我，我顿时窘起来，赶紧低头不敢与他对视。那究竟是一种什么样的眼神啊，期待而不乞求，热切而不急切，就这样平和地看着你，让你的同情心汨汨流动，立刻回归到善的边界。

我慌张地翻遍了口袋，很遗憾，连一个子儿都没有。他好像看到了我的窘迫，冲我微笑一下，拄着拐杖，端着锈迹斑斑的‘搪瓷大碗蹒跚离去。

那夜，我失眠了，老人的眼神在我脑子里晕晕乎乎地晃悠着。

多年后，我一直在想，我是否让他失望？

老，也许并不那么可怕

对面的她，拥有一米七三的身高，身姿挺拔，正颀颀婷婷地向我走来。

我盯着她，目不转睛地行着注目礼，

白和浅粉红混色的毛线织成的帽子，斜斜地扣在头上，宽宽的帽檐翻卷上去，一边露出几绺卷卷的发丝。上身一件黑色短款毛领羽绒服，贵气十足；领口露出紫色的真丝围巾，一下子突破了黑色的沉重，显得轻盈活泼起来。羽绒服下边是一件长款包臀亮蓝色毛衣，腿上裹一条修身打底裤，脚上一双黑色中粗跟长靴子，靴一直到膝盖上边。毛衣和靴子之间的打底裤只露出四五指宽。

她的脚步轻快，真年轻啊！我在心里赞叹起来。

到了跟前，“天哪！”我忍不住脱口而出，表示了极大的惊讶。

她的脸色白里透红，闪着亮光。眉毛描画得细细弯弯的，嘴唇也闪着亮光，当然是涂着唇彩了。两个耳环一时还刹不住，正左右摇晃着。

想着自己此刻正顶着一张憔悴的脸，黄中透着黑，我不觉自惭形秽起来。

她从一双细腻精致的黑皮手套里退出一右手，拉住了我的手。我的眼睛下意识地盯着手套上手背部位装饰的一撮正颤颤悠悠的灰色的毛球球。

她笑盈盈地说：“还是不上班好啊，我的脸色是不是比你还好？你们上班的人都太忙，脸色显得很憔悴。”

我连连点头：“是是是，你的脸色让我太嫉妒了啊。还有还有，你也太时髦了吧？看你这长袍短褂，我一直以为这样的打扮是二十郎当岁小姑娘的专利，没想到你穿也好看，这么年轻……”

“看看看看，你一直这样落伍。想怎么穿就怎么穿，怎么好看怎么来，你这人就是放不开。我今天就是来给你子的。”

“我一周两个晚上去学唱歌，两个白天去老年大学学画国画，家里还接待了两个留学生，管他们住宿连带管一顿晚饭。我不为挣钱，就是不想落伍，跟年轻人多呆呆自己也老得慢嘛……”

我惭愧地聆听着她的教诲。半个小时后，她和我告别：“改天老邻居约好聚聚，一起去唱歌，到时让你评价一下我现在的唱歌水平。改天再送你一幅我画的画。不要太累了，工作

悠着点干。拜拜——”她挥挥手走了。

我看着她的背影，目送她姿态优美地远去，不觉又呆了半晌。

这个她，是我的一个老邻居，老同事，已经退休很久了。我也很久没见她了，每次见她都让我大吃一惊。她今天来单位领春节福利，依然让我吃了一惊。

她今年该六十多岁了吧。

我不能确定，就专门问离退休干事，结果是这样的：她今年已经整整68岁了。

留下我继续目瞪口呆。

老，也许并不像我想象的那么可怕？

感悟生活随笔可抄篇四

人的一生总是有那么多不如意，谁也避免不了，开心不开心，烦恼，谁都会有，如果总是拘泥与烦心处，徘徊不前，失落烦恼，无意义的埋怨懊悔，却是最大的错误，应及时调整心态面对，因为你任拥有最大的财富生命，生命就是人生最大的财富。

人生最大的不幸就是不知道自己是幸福的。用积极的态度看事情可以让一切变的有希望，美好。用消极的态度对待事情，反之似乎一切都是那么的不如意，不幸。一个走在沙漠里的人，体力近乎透支，拿出自己仅剩的半杯水，消极的说道：“哎！为什么只有半杯呢，早知道当时买杯子的时候买个大的了，把水装满点了，现在却是只能等死了”如果是一个积极的人却一定会认为自己还有半杯水觉得自己很幸运，因为这半杯水可以支持自己走出一段较为可观的路，让自己继续有了生的希望。

人生既是如此，拥有的越多，渴望的’却同样越多。无法摆正心态，正确面对人生，永远都无法快乐起来，因为你永远无法满足。就如很久以前媒体做的一个调查一样，全世界快乐指数最高的国家，不是那些最富有的国家，却是北欧小国丹麦，一个非常寒冷的国家，一年下来常是在0摄氏度以下的国家。他们人口稀少，同样他们不需要争夺资源，他们社会治安稳定，因为人与人之间信任度高，他们从不埋怨自己的家园寒冷，因为他们许多独有的资源就需要这样的环境下才有。借一句常听到的话说，比尔盖茨他比我富有100万倍，但是他绝对没有比我多100万倍的快乐。

人生何必去追求那么的多呢？很多事情往往越去想它却离自己越远。一切随缘，不去强求，却不消极，去想那些自己所能得到的，自己已经拥有的，可以利用起来的。正如一个人失业了，他却并没有因此而不高兴，因为他失去了一条道路，却拥有了一百条可供他选择的道路，因为他只是失去了工作，并没有失去供自己生存的知识。

应学会以多种角度看待人生的一切，春有百花夏有凉风，秋有明月冬有雪。看淡不如意的，淡忘烦心的，珍惜拥有的，争取能够得到的，人生即会变的快乐。谁都很难做到不以物喜不以己悲这样的境界，但也理应做到乐观正太，带着一种愉悦的心情面对人生，可更能启发人的灵感，反之却会使人生充满阴影，做事往往事倍功半。

人生因学会把握尺度，“得即高歌失即休”。得不到的就应早去放弃，属于自己的理应争取。“闲坐庭院笑看花开花落”，“依楼听雨管它秋去冬来”，我就是我从不管他人看法，只为自己而活，只为自己快乐而活，得不到的从不强求，属于自己的从不放弃，从不因别人看法而做任何改变。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

感悟生活随笔可抄篇五

你是怎么变极端的

相亲节目中，一个男人走上来，外表不错，谈吐还行，突然一嘉宾扔出一句话，明显的质疑。接着，男人的噩运来了，所有女嘉宾开始揪住这点不放，批判、攻击、挑衅、打压，好像有人扔了一块砖，其他人就得齐心协力把他拍死，否则就是对民意的违背。

——其实，男人真没那么差，不过是多说了一句话而已。

你刚看完一部电影，觉得还行，突然有人说，这片子太烂了！于是，你住了口。又有人说话了，特效也太差了，什么东西！接着，铺天盖地都是恶评，从导演，到演员，到音乐，到故事，简直难以置信的垃圾。你只能闭嘴，这会儿再去倒戈，非被口水淹死不可。

——其实，电影真没那么差，不过是大家在一起闹的。

有一个词叫做“群体极化”，说的就是这种现象。与群体成员单独决策相比，群体倾向于作出比较极端的决策。在某些情况下，群体决策偏向保守一端，但在更多情况下，群体决策偏向冒险的一端。

现实中，还有很多倒霉的人倒霉的事。

办公室里的女同事，如果相当不招一个人待见，那么她可能会渐渐不招很多人待见。那个对她不怎么感冒的人，随口说

上一两句话，极化效应就来了，大家都会觉得她就是诡异，怪不得人人都不喜欢她。其实最初不喜欢她的，可能只有一个人。

追求女孩的男人，女孩并不讨厌，可是偏偏女友们不喜欢。女友总是说，你看，他总是不给你打电话。你看，他又忘了。女孩不为所动。可是不久，女孩发现，朋友们都相当不喜欢这个男人，好像自己要真和他好了，不仅仅是有眼无珠，更是会众叛亲离。

更常见的情景是，一件衣服，有一个人说了不好，你再说好，似乎有损于自己的品位；一种现象，当大家都向一个论点迈进的时候，你最好沿着分支走，另辟蹊径只会让你成为公敌。

“群体极化”就是这么可怕。不幸的是，我们中的每个人，都可能是帮凶。

人们都习惯于用挑剔质疑的眼光来对待事物，而这个始调一旦确定，大家就会在这个方向上提供更多的论点。

还有社会比较。

但是，生活中，事实也很清楚，极端可能会伤害很多人，灭掉很多东西。有些时候，你跟着群体作出的决定，回到一个人的时候，会生出很多后悔。

要知道，生活并不是跷跷板，无论永远在高处，还是永远在低处，都不是最佳观测点。有些时候，往中间靠靠，才可能摸清全局，也看到退路。

灯下独思

在一盏灯下翻阅泛黄的书页，如同翻阅一段尘封的往事。不如风也不如烟，如一滴春天的雨落在紧闭的玻璃窗上，一声

沉闷的嘀嗒，是那渐行渐远渐模糊的时光么？在心灵最柔软的地方弥漫，化成一点最沉重的叹息，久久飘散不出门去。

好多年了。我们始终以为自己已经习惯了冷漠。脸上的皱纹深了？这没有什么，老家门前的那条木凳已经糟朽，再也承载不起我们日益发福的躯体。头上的头发白了？这也没有什么，红漆木箱里的那本稿笺已经潮湿，再也书写不下我们日渐远离的青春。年年中秋，头顶的那轮明月，用它看过在这世间走过的每一个人的冷眼看我的时候，我总会回报它一双冷眼——如海螺沟千万年没有融化的冰川。

可是，在一些时候，心，为什么会隐隐约约地疼痛？难道是在翻阅那些泛黄的书页时，不经意触痛了自己结痂的伤口？在朦胧的《背影》里，我们的父亲是否来过？一句话也不说，甚至不让我们看一眼他越来越陌生的面庞，就匆匆地消逝在凄婉迷茫的梦里。在“世间安得双全法，不负如来不负卿”的诗句里，我们的双眼是否有过泪花？在一棵长满果实的树下，怎么也看不见那一树织成云霞的桃花。

得到过，失去得更多，好像是所有人共同的感叹。在“对酒当歌，人生几何”的迷茫里，我们艰难地前行；在“哀吾生之须臾，羡长江之无穷”的浩叹里，我们尽力地突围；在“前不见古人，后不见来者”的伤感里，我们不停地求索。在来来去去匆匆忙忙缠缠绵绵纠纠缠结的脚印中，到底有没有我们鲜红的泪滴。

其实，我们都不愿意痴念着过去。但是过去总是以各种形式与我们纠缠不清，比如一页潦草的日记，或者一张黑白的照片，或者一首多情的老歌。我们避无可避，因为我们注定要在他们的蛊惑中走过一生，就像阳光，就像空气，就像流水。

生活如风铃

生活是时光每时每刻都在观看的日历，被它尖锐的刻刀划下

一道道鲜明的印记，在看似繁杂喧嚣的生活里，多的则是寂寞难耐，所以它需要倾诉，正如风铃，需要一颗细腻的心去倾听。

当风铃被挂在屋檐下，它就等待明庶风，吹响它空寂的心，发出金属碰撞的声音，“叮叮，叮叮……”为了什么奏响天籁。

而更多的时候，它却在宁静地仰望或安稳地沉睡。带着纯纯的依恋静静地望着随时都在变化着的纤云或空寂的舒月，闪烁着银色的光泽，宛如瞌睡人的眼。

有时候也并不总是那么顺利，还是会碰上风雨天的。风铃被沾湿，被刮起，愤怒化作几声清脆的响而随后又在风雨中消失殆尽。白昼一点一点被雨吞噬，风铃也因阴翳的加重而颤抖不已。“叮叮，叮叮……”它无助的哭诉已变成了美妙的享受，呢喃低吟，似乎自己正在深谷下，茂林中接受着生命圣洁的洗礼。“吧嗒”一滴晶莹的雨珠落在风铃上，缓慢地沿着它的轮廓滑下，虽然还是如此冰冷，但已尝到了它甘甜的味道。

日光弹指过，花影座前移。韶光已去，年华不再，光阴的故事，全被折进了书页的某个章节。风铃，留下了它锈迹斑斑的记忆，似水年华在它眼前转瞬即逝，种花的人变成了看花的人，看花的人变成了葬花的人，寂寞的年岁里竟满是“物是人非”的苍凉呐喊，惟风铃依旧，恬恬淡淡，波澜不惊。

是谁说过的，那些离开的人，离开的事，终有一天会卷土重来，而那些曾经认真倾听过风铃的心的人，才能一次次变幻时间的拼图，怀念而忧伤地咀嚼着回忆。