

2023年回忆录后记 张锦程回忆录心得体会 (优秀9篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？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。

回忆录后记篇一

张锦程回忆录是一本真实记录着一个人一生经历的书籍，读后让人深思。通过这本书，我进一步认识到了人生的不易和生命的可贵。同时，我也发现了一些与我类似的生活经历和心灵历程，深感人与人之间的共通性。在这篇文章中，我将分别从“人生的坎坷”、“人间有真情”、“努力与奋斗”、“对于美的追求”和“对于人生的思考”五个方面展开论述。

人生的坎坷是任何人都无法避免的。张锦程经历了小时候的贫困，家庭的逆境，这对他的心理造成了不小的影响。然而，他并没有被困境击垮，而是相信自己可以改变命运，努力寻找机会。这让我深刻地认识到，人生的坎坷只是一时的，只要我们对生活充满希望和勇气，就有可能逆袭，走出困境。

人间有真情是张锦程回忆录中另一个让我动容的点。在动荡的时代背景下，张锦程从身边的人得到了无私的帮助和关爱。他记录了许多他所见证的善良和真情。这让我明白，尽管人们在困难时刻有时会显得冷漠和自私，但真正的善良和真情并不会消失。通过这些真情的传递，张锦程告诉我，爱和温暖是人类最珍贵的财富。

努力与奋斗是张锦程坚定的人生信条。在回忆录中，他多次提到自己通过努力和奋斗实现自己的梦想。他虽然没有背景

和特殊资源，但他通过自己的努力和天赋，克服了各种困难，实现了自己的成功。这让我深刻地明白，只有通过自己的努力和奋斗，才能真正实现自己的价值和梦想。

对于美的追求是张锦程人生中重要的一部分。他经历了艺术的启蒙，从而培养了对于美的热爱和追求。他记录了许多他所欣赏的文化艺术作品和自己的创作。通过他的经历，我意识到美是人类灵魂的食粮，是我们在追求物质生活的同时，也应该追寻的一种精神追求。

对于人生的思考是张锦程回忆录给我带来的最重要的启示。通过回忆和思考，他对自己的人生和社会有了更深入的了解。他提出了一些关于人生意义、社会伦理和责任等问题的思考，引起了对于这些问题的关注。这让我明白到，一个人应该对自己的生活负责，对社会负责。我们应该不断反思和思考，不断探索和寻找，才能更好地面对人生的起伏和挑战。

总结起来，张锦程回忆录让我对人生有了更深刻的认识和思考。通过他的经历和心灵历程，我明白了人生的坎坷、人间有真情、努力与奋斗、对于美的追求以及对于人生的思考的重要性。我们应该尊重每个人的选择和努力，珍惜人与人之间的真情，用汗水和努力去追求自己的梦想，欣赏和追逐美的存在，同时也要对人生有着更多的思考和反思。这是我从张锦程回忆录中获得的宝贵经验和启示。

回忆录后记篇二

1) 回忆是一架老式留声机上的的一张旧歌片，尘埃沾惹，伤痕满布。咿咿呀呀，呀呀咿咿，似倾诉支离平时破碎的人生荒凉，似漫阅无止无止的岁月沧桑。

2) 那是一种很奇特的味道，酸?甜?苦?辣?分不清楚，尝了才知道，那是回忆的味道吧，怪不得那么熟悉!

3) 有时，爱也是种伤害。残忍的人，选择伤害别人；善良的人，选择伤害自己。

4) 我喜欢不劳而获，可不劳而获不喜欢我！

5) 人干点好事儿总想让鬼神知道，干点坏事儿总以为鬼神不知道。

6) 童年以是过去的事了，只有回忆起那点点滴滴的事，只有积累更多的经验，这路才能走得更远更宽。每个人都拥有自己五彩缤纷的童年，童年是人生最珍贵的东西，它是你一生的开始，拥有着它那你就拥有一生，们应该好好地珍惜它。

7) 我的关心不过是你看来卑微的讨好，凭什么无怨无悔为你把青春当掉？

8) 我们一起用心捧起童年的雨滴，我们一起用双手挽留童年的风。我们在春天的田野上祝愿童年的生活可以永恒。

9) 人干点好事儿总想让鬼神知道，干点坏事儿总以为鬼神不知道。

10) 童年生活中发生的一件件趣事常常把我带入美好的回忆里。

11) 感谢你，我亲爱的日记，感谢你陪我度过孤寂，在黑暗里看到光明，我已明白缺点有那份得不到的美丽，我会小心保存你的，里面有我和你共同的秘密哦。这就是我唯一值得骄傲的骨头回忆。

12) 回想起已成为过去的曾经，点点滴滴在渐渐在眼底模糊。最后随著泪水的蔓延，一同蒸发在毛孔里，湿润的空气里。伸出手，任由窗外的雪花洒落在手心中。瞬间冰冷，随之一点点消失掉。悲凉的笑声回荡在夜空的飘雪中。没有回声，没有回应。没有思念。透过雪花的阻隔，想去回忆些什么。

才发现。到最后，我竟无人去想念。这是比寂寞还悲哀的孤独。

15) 每一段记忆，都有一个密码。只要时间，地点，人物组合正确，无论尘封多久，那人那景都将在遗忘中重新拾起。

回忆录后记篇三

第一段：引言（字数：120）

张锦程回忆录是一部令人感慨和思考的作品。这本书以真实的形式记录了经历过中国各个历史时期的普通人的故事，通过他的回忆和见闻，展现了那个时代的人们的勇敢和不屈精神。在阅读这本书的过程中，我深受触动，为张锦程所经历的一切感到敬佩和钦佩。

第二段：传承和坚守的理念（字数：240）

张锦程回忆录中最令人印象深刻的是他对于家族传承和坚守的理念。无论是在贫穷困苦的时代还是在动荡不安的年代，张锦程始终秉持着对家族传统的尊重和坚守。他始终以坚韧和顽强的精神，守护着家族的荣誉和尊严。这种传承和坚守的理念对于我们每一个人来说都具有深刻的启示。它提醒我们要有积极向上的价值观，要以家族的传统和文化为根基，坚定自己的信仰并不断努力向前。

第三段：对于团结合作的思考（字数：240）

张锦程回忆录中也展现了他对于团结合作的思考。在那个艰难的年代，面对各种困难和挑战，张锦程始终保持乐观和积极的心态，并不断寻找合作伙伴，与人合作共同克服困难。他的思想和行动告诉我们，只有团结一致，共同努力，才能战胜各种困难和挑战。只有通过合作和团结，我们才能实现共同的目标和愿景。团结合作是一种宝贵的品质，它能够凝

聚力量，为我们带来希望和美好的未来。

第四段：对于勇敢和不屈精神的思考（字数：240）

通过阅读张锦程回忆录，我也深深地感受到了勇敢和不屈精神的力量。在那个动荡的年代，无数的人民经历了磨难和苦难。然而，在面对挫折和困境时，他们没有向命运低头，而是勇敢和坚定地面对一切。张锦程就是其中的一位代表。他在艰难的环境下，始终保持着乐观和坚强的心态，不屈不挠地追求自己的梦想和信念。这种勇敢和不屈精神对于我们每一个人都是宝贵的。它鼓励我们要敢于追求自己的梦想，勇于面对困难和挑战，并永不放弃。

第五段：结语（字数：360）

阅读张锦程回忆录，让我对于人生有了新的思考。他的故事和心得告诉我们，无论生活中有多少困难和挑战，我们都不能背离自己的初心和信念。我们要坚持传承和坚守的理念，团结合作，勇敢面对一切困难，永不放弃。只有这样，我们才能实现自己的梦想和目标。同时，也要珍惜当下的生活，感恩所有对我们的付出和关爱。在追逐梦想的过程中，不要忘记家人和朋友的支持和帮助。感谢张锦程为我们留下了这本宝贵的回忆录，让我们在阅读中汲取智慧和力量，激励自己成为更好的人。

总结（字数：60）：

张锦程回忆录是一本令人感慨和思考的作品。通过阅读，我们可以从中汲取智慧和力量，深刻思考人生的意义和价值。张锦程的家族传承和坚守理念，对于我们每一个人都具有重要的启示；他的团结合作和勇敢不屈精神，也是我们应该学习和追求的品质。让我们都成为坚强勇敢的人，为自己和家族的梦想而努力奋斗。

回忆录后记篇四

《张锦程回忆录》是一本令人动容的回忆录，它记录了一个普通人生活中的点点滴滴，以及他对生活、梦想和人性的思考。在阅读这本书的过程中，我不禁陷入了深深的思索和反思之中。本文将结合我的理解和体会，探讨《张锦程回忆录》所展示的人生真谛和价值观。

第二段：对自我的思考

《张锦程回忆录》中的张锦程是一个普通人，面对职场竞争、人际关系和生活压力，他渐渐迷失了自己。这让我不由得反思自己的生活状态。在现代社会中，我们似乎陷入了金钱追逐和功利思维的漩涡，失去了对生活的热爱和追求内心真正的幸福。回忆录中的张锦程告诉我们应该放下功利心态，多关注我们内心真正的需求和梦想，才能找到生活的真正意义。

第三段：对人生的思考

《张锦程回忆录》在展示张锦程的个人经历和思考同时，也触发了我对人生意义的深思。愈发明显的是，生活应该有一个更宏观的目标，那就是追求幸福、追求真理和对人生的思考。回忆录中的张锦程通过重新思考人生的意义，逐渐找到了自己的定位，并为自己的梦想而努力奋斗。他的故事告诉我们即使面临困境，只要我们勇于追寻自己内心的渴望，就能找到属于自己的幸福之路。

第四段：对社会的思考

《张锦程回忆录》不仅仅是一个个人故事，它也通过回忆录中的各种社会现象和思考，提供了对当代社会的深入思考。在现代社会中，我们急迫地寻找外在的认可和成功，而不是真正关注内心的需求和情感。张锦程回忆录中呈现的悲喜交加、沉浮起伏的人生经历，唤起了我对这种社会现象的深思。

我们应该跳出功利的泥潭，关注人性和内心的声音，为自己设定真实的目标和价值取向。

第五段：总结

回忆录给予了我更深刻的体验和思考，也唤起了我对生活和人生的各种思考。《张锦程回忆录》通过展示一个普通人的生活点滴，启示我们应该注重内心的需求和梦想，追求真正的幸福。同时，它对当代社会提供了一种反思，指出我们不能被功利驱使，而是应该关注人性和追求真理。我相信，只有在关注内心需求的同时，我们才能找到生活的真正意义和方向。

回忆录后记篇五

在我今年生日的时候，外公送了我一件珍贵的礼物，是一本厚厚的回忆录。外公是一个军龄四十几年的转业军人，退休后为了展示故乡和家族70多年的沧桑变化，他决定写一本回忆录。无论严寒酷暑，他每天花费十几个小时在书房一笔一划手写着故事，历时3年才完成。

那天晚上，外公带着我一页一页认真翻看着回忆录，指着里面的一幅幅老照片、一段段文字，为我讲述故乡如何从过去贫穷落后的小县城变成现在繁华富足的现代化城市，我们的家族如何从食不果腹走向如今的衣食无忧。书中令我记忆最深刻的照片，是外公兄妹8人在老房子前的两次合影，第一张是在1965年，背景是低矮破旧的两间木头房；第二张是20xx年，背景已是拔地而起的5层楼房。40年间房子发生了翻天覆地的变化。

外公书中还提到小时候家里非常贫穷，经常吃不饱饭，只有过节去姨妈家才能吃顿香喷喷的白米饭，为了这顿饭他要顶着烈日步行十几公里。以前我总是从电视或书籍中了解过去的情况，但是总觉得离自己很遥远，跟随着外公的回忆，我

才更加直观地感受到中国人民是经历了怎样的艰苦奋斗，才摆脱了过去的一穷二白，实现了祖国的强大和民族的复兴。

今年我们的祖国也经历了种种考验，让我明白，中华民族的复兴之路还不能停下，我们的祖国还需要建设得更加强大。正如梁启超先生在《少年中国说》中说的“少年强则国强”，我们终将扛起中华民族奋进的大旗，实现伟大的复兴之梦，为了祖国更美好的明天，吾辈当自强！

回忆录后记篇六

1) 曾经这样以为，许下的诺言，我们真的可以如书上所言，不离、不弃、现在扔下所有矫情的句子，美好的时光，婉如过眼云烟，转瞬即逝。

2) 童年，只有再回忆中显现时，才成就了那份完美。

3) 我发现我以后还是会很怀念大学生活，十年后，我会给儿子讲我的大学。但我怕到时候素材都忘了，所以用笔留住游走时光。

4) 月佬的红线，我们一人一半，最终被我们：拉扯至断。

5) 青春，当我们步入的第一天，便感到青春是一种生机勃勃的绿色，是一种正在燃烧的绿色火焰，是一轮正在升腾的太阳。青春不单单是生命里的一段时光，也不仅仅意味着红润的脸颊。青春是一种精神状态，是一种不懈的干劲、丰富的想象力和滚烫的情怀，是一束生生不息的绿色火焰。

6) 所谓“爱情”就是要现在进行时，过去的，再也不是爱情，只是旧情。

7) 你遇上一个人，你爱他多一点，那么，你始终会失去他。然后，你遇上另一个，他爱你多一点，那么你早晚会离开他。

直到有一天，你遇到一个人，你们彼此相爱。终于明白，所有的寻觅，也有一个过程。从前在天崖，而今咫尺。

8) 人的一生就是一场经历，走到最后只剩回忆。

9) 听到这样一个故事，在古希腊传说中，情侣都将戒指套在对方的中指上，因为他们相信，那有一根血管，直通心脏。所以戒指的意思就是用心承诺。但是人世间有多少爱能够生死白头，又有多少的情可以天长地久。所以你娶的未必是你最爱的，最爱你的也未必会嫁给你。多少的情人走不进彼此的今生，只能苦苦的相约于来世，而多少的男男女女走过爱情，走进婚姻，却不会再珍惜彼此的付出。

10) 心有不甘的承认我的人生就是属于潮湿黑暗的地底你的阳光折射出我的心却迟疑放过了我的命。

11) 把自己化为尘埃在这红尘落定。天涯海角是我守望不到的遥远，彼岸花开花落是我感知不到的永恒。飘散中逝去曾经懵懂的年华，童真般灿烂的笑容已不在。把感动放于心底，不让文字跟随心一起疼痛。那么，谁谁谁，也别为我疼。

12) 初恋是一份感情的开始，也意味着自己的心里开始有了一个人的存在，然后再进入生命，住进梦里。

13) 年轻时我们放弃，以为那只是一段感情，后来才知道，那其实是一生。

14) 一个人的漠然加上另一个人的苦衷，一个人的忠诚加上另一个人的欺骗，一个人的付出加上另一个人的掠夺，一个人的笃信加上另一个人的敷衍。爱情是一个人加上另一个人，可是，一加一却不等于二，就像你加上我，也并不等于我们。这种叫做爱的情啊，如果你忘了苏醒，那我宁愿先闭上双眼。

15) 消失，不等于离开，消失只是自己一个人的事，不需要说

再见。说再见的时候就是离开，走入人海中，不是因为寂寞。仅仅是因为无处可去。

回忆录后记篇七

回忆录是一种以个人亲身经历为基础来表达思想、情感和记忆的文学形式。写回忆录是一种对过去的思考、总结和追忆，也是一种自我反省和情感释放的过程。在写回忆录时，我们应该注重情感的表达和细节的描绘，使读者能够产生共鸣。下面将从选题、构思、描写细节、情感表达和文笔抒发五个方面来探讨如何写回忆录的心得体会。

选题是写回忆录的第一步，应该选择一个让你深有感触的话题。这个话题可以是你的成长过程中的一段经历、一个重大事件，或是一个对你产生过强烈影响的人物。选好话题后，要思考这个话题的主旨和要传达的情感，这能帮助你更好地展开写作。比如，你可以选择以自己与父亲相处的点滴回忆为题，透过这个话题，传达对亲情的思念和感激之情。

在构思回忆录时，要注重写作的逻辑结构和层次感。可以按照时间顺序来组织回忆录，或者可以将回忆按照重要性进行排序。在整个构思过程中，要注意思维的连贯性，避免在写作时出现跳跃和不流畅的情况。此外，对于每个回忆点或事件，要选择一到两个最能代表这段经历的细节，以增强读者的代入感。

在写回忆录时，细节的描写至关重要。要尽量详实地描写感官体验、场景和人物的特征。例如，如果你回忆的是童年时期的一次郊游，你可以描述那次旅行目的地的阳光明媚、花香四溢，还可以描写你与家人、朋友们的欢声笑语和快乐的回忆片段。这样的描写不仅能让读者更加真实地感受到你的情感，同时也可以使回忆更加生动。

情感表达是写回忆录时需要着重注意的一点。回忆录是你表

达自己情感的窗口，要借助具体的事件和细节来传达情感。在写作时，可以用真挚的语言来表达感激、思念、快乐、悲伤等情感。比如，在回忆你与父亲相处的点滴时，可以借用直接的对话来传达你们之间的感情，同时也可以拓展想象，表达你内心对父亲的思念和感激之情。

最后，要注重文笔的抒发。回忆录是一种有情感的文学作品，要通过精心选择的词语和形象的比喻，使文章更具有艺术性。同时，还要通过句子的变化和节奏感，来营造出回忆的氛围。例如，在描述童年时期的快乐时，可以运用生动的描写手法和押韵的语言，以增加文章的感染力。

综上所述，写回忆录需要注重选题、构思、描写细节、情感表达和文笔抒发。选好合适的话题，合理构思文章结构，充实描写细节，真挚地表达情感，并注重文笔的抒发，都是写好回忆录的关键要素。希望以上的心得体会能够对你写回忆录有所启发。

回忆录后记篇八

童年的事情五彩缤纷，喜怒哀乐应有尽有。让我现在想起来还暗自好笑的“傻事”，至今让我记忆犹新。

傻事一：我让小鸭子抽了筋

我4岁的时候，妈妈给我带回来一只可爱的小鸭子。瞧瞧这只小鸭子：黄色的绒毛，绿豆般的小眼睛，棕褐色的小嘴巴，扁扁的，走起路来一摇一摆，可爱极了！不一会儿，我就和小鸭子形影不离了。我幼稚的对小鸭子说：“我们来玩‘贝贝追小鸭’怎么样？”（嘿嘿，我小名叫贝贝）。我拿来一根小木棍，开始追赶小鸭子。一开始我们还玩的兴致勃勃的，可到了后来小鸭子不知道怎么了，不走了。这时候，我可不干了，我拿起小木棍，使劲的往前赶，越来越快。突然，小鸭子立定不动了，右脚开始颤抖起来，我愣了一下，开

始“哇哇”大哭起来。这时妈妈下班回来了，看见我撕心裂肺的哭，急忙问我怎么了，我一边哭一边指着那边的小鸭子。妈妈一看立即把小鸭子抱到屋里，抚摸着小鸭子的腿，我站在一边抹着眼泪。虽说后来小鸭子已经安然无恙了，可是现在想想也挺羞愧的。嘻嘻！

傻事二：把洗衣粉当成了牛奶

本姑娘从生下来就超级喜欢喝牛奶，所以皮肤一直白白的，让谁看了都羡慕。可是，你们不知道，小时候有一次为了喝牛奶，差点把我的小命丢了！记得三岁的时候，爸爸把我送到姥姥家。我一进门就朝姥姥要牛奶喝，姥姥当时在洗衣服，所以说一会再给我拿牛奶。姥姥家的洗衣粉使用一个透明的小瓶子装的，看起来很像奶粉。姥姥这时去晾衣服了，我眼前一亮，把小瓶子拿到饮水机前，倒了一杯热水正准备喝呢。姥姥这时走过来了，看到这个小瓶子很眼熟，仔细一看，这不是装洗衣粉的瓶子吗？当洗衣粉马上就到我嘴边的时候，姥姥把小瓶子从我嘴边夺走了。眼看着我就要哭出来了，姥姥赶紧拿了一袋牛奶给我，我津津有味的喝了起来。

你们的童年有什么值得回忆的事情呢？赶紧告诉我吧！

回忆录后记篇九

回忆录是一种记录个人经历和感悟的文学形式，通过回忆并叙述过去的经历，以及对这些经历的和体验和感受，可以让读者更好地了解感受到回忆的主人。但要写一篇体验丰富、情感丰富且有连贯性的回忆录并不容易，以下将从选择主题、布局结构、描写细节、表达感受以及注重思考等方面，探讨如何写好一篇回忆录。

首先，在写回忆录之前，我们需要选择一个能引起读者兴趣的主题。回忆录可以从个人生活中的某一件重要的事情开始，也可以从某个特定的时间段或地点展开。无论选择何种主题，

都要确保它有足够的故事性和吸引力，以引起读者的关注和阅读兴趣。比如，回忆一次高中时的军训经历、一次难忘的旅行或一段深刻的情感经历等。选择一个具体的主题可以帮助回忆录有一个明确的焦点，使叙述更加连贯。

其次，良好的布局结构使回忆录更具可读性。回忆录可以按时间先后、空间布局或者情感层次等方式构建。按时间的布局可以按照时间先后的顺序，逐步叙述事情的发生经过，使读者能够更好地把握故事的逻辑；按照空间的布局可以根据地点的不同，逐步展现主人公在不同地方的经历和感受；按照情感层次的布局可以根据主人公的情感变化，逐步叙述其内心的转变。不论是选择哪种布局方式，都要确保起承转合，使文章有一个完整的故事结构，同时也能更好地体现回忆的真实性和历程感。

描写细节是回忆录中一个重要的部分。通过描写细节，可以使回忆更加生动真实，让读者更能感受到回忆的主人公。细节可以是视觉上的描绘，比如人物的外貌特征、环境和场景的描写，也可以是听觉、嗅觉、味觉或触觉上的细节，比如某个特定的声音、气味、味道或触感。通过细致入微地描写这些细节，可以让读者更容易产生共鸣，也更加真实地体验到回忆中的情感和感受。

在回忆录中，表达感受是必不可少的。回忆录不仅仅是一个事实的叙述，更是对过去经历和感受的反思和总结。在写回忆录时，可以尝试着从多角度、多层面去描述自己的感受和情感，如内心的喜悦、悲伤、恐惧、希望等。可以通过对过去经历的回忆，来反思自己的成长和变化，或者对当下生活的看法和认识等。通过情感的表达，可以使回忆更加饱满、动人和有感染力。

最后，回忆录需要注重思考和思想的表达。写回忆录不仅是对过去的回忆和感悟，更需要通过对过去的思考，对当下和未来有更深刻的认识和独特的见解。写回忆录可以是对年少

时温暖的回忆、对青春岁月的思索、对人生的感悟以及对人际关系、社会问题等的思考。通过对思考的表达，可以使回忆录更有思想深度，更能引起读者的思考和共鸣。

总之，写回忆录需要选择一个引人入胜的主题，合理布局结构，描写生动的细节，表达真实的感受并注重思考的深度。通过这些努力，我们可以写出一篇丰富、感人且有连贯性的回忆录。无论是回忆自己的人生经历还是感悟自己的内心世界，都应该以真实和情感为原则，让读者能够更深入地理解和感受到回忆的真实性和价值。