

# 2023年拥有一颗感恩的心感悟(精选8篇)

总结范文是我们对自己进行思考和思维整合的一个过程。在写总结之前，需要明确总结的目的和范围，这样才能有针对性地进行回顾和概括。总结模板范例

## 拥有一颗感恩的心感悟篇一

人人都就应有一颗感恩的心。

拥有一颗感恩的心，使你对世间的诸多事情改变看法，让你少一些怨天尤人和一味索取。滴水之恩，当涌泉相报。父母的养育之恩，亲友之间的知遇之恩，同事之间共同工作的缘分等等。不要等到失去了，才懂得珍惜。感恩，不仅仅是一种心态，更是一种美德。

人人都就应有一颗感恩的心——感谢明月照亮了夜空；感谢朝霞捧出的黎明；感谢春光融化了雪冰；感谢大地哺育了生灵。感谢母亲赐予我生命；感谢生活赠友谊和感情；感谢苍穹藏理想幻梦；感谢时光常留永恒公正。感谢收获、感谢和平、感谢这一切一切的所有。

一次，美国前总统罗斯福家失盗，被偷去了许多东西，一位朋友闻讯后，忙写信安慰他，劝他不必太在意。罗斯福给朋友写了一封回信：“亲爱的朋友，谢谢你来信安慰我，我此刻很平安。感谢上帝：因为第一，贼偷去的是我的东西，而没有伤害我的生命；第二，贼只偷去我部分东西，而不是全部；第三，最值得庆幸的是，做贼的是他，而不是我。”

人生不会一帆风顺，我们会遇到种种挫折和失败。如果我们不敢勇敢地应对，旷达地处理，而是一味地埋怨生活，这只会使自己变得消沉、萎靡不振。拥有一颗感恩的心，像罗斯福那样换种角度去看待人生的失意和不幸，你就会总会持续

健康的心态、完美的人格和进取的信念。

英国作家萨克雷说：“生活就是一面镜子，你笑，它也笑；你哭，它也哭。”你感恩生活，生活将赐予你灿烂的阳光；你不感恩，只知埋怨，就只会终日无所成，沦落成愤世嫉俗！

感恩并是要你给自己心理安慰，它也不是对现实的逃避。感恩，是一种歌唱生活的方式，它来自对生活的爱与期望。

## 拥有一颗感恩的心感悟篇二

古人说：滴水之恩，当涌泉相报。感恩，是我们民族的优良传统，也是一个正直的人的起码品德。事实上，我们也十分需要感恩，因为，父母对我们有养育之恩，老师对我们有教育之恩，同学对我们有协助之恩，社会对我们有关爱之恩，军队对我们有保卫之恩，祖国对我们有呵护之恩……赠人玫瑰，手留余香。感恩是一种礼貌，感恩是一种品德，更是一种职责。人有了感恩之心，人与人，人与自然，人与社会也会变得更加和谐，更加亲切。

感恩应是社会上每个人都就应有的基本道德准则，是做人的起码的修养，也是人之常情。对于我们学生来说，感恩意识绝不是简单的回报父母养育之恩，它更是一种职责意识，自立意识，自尊意识和健全人格的体现。只要我们人人都有一颗感恩的心，就会感到世界原先是那么完美。只要我们人人都有一颗感恩的心，我们的校园，我们的社会也将会更加和谐。

懂得感恩，才会懂得付出，才会懂得回报。有人说善良的本质就是有一颗感恩的心，有人说一个人如果有了一颗感恩的心，他就是一个幸福的人，对别人的帮忙，哪怕是一点，一滴，我们都应当怀感恩之心。学会感恩，懂得感恩应当成为每个人的美德。

拥有一颗感恩的心，我们才懂得去孝敬父母。拥有一颗感恩的

心，我们才懂得去尊敬师长. 拥有一颗感恩的心，我们才懂得去关心，帮忙他人. 拥有一颗感恩的心，我们就会勤奋学习，珍爱自己. 拥有一颗感恩的心，我们就能学会包容，赢得真爱，赢得友谊. 拥有一颗感恩的心，我们就会拥有快乐，拥有幸福. 我们就会明白事理更快地长大，我们就能够拥有一个完美未来.

让我们学会感恩吧！

## 拥有一颗感恩的心感悟篇三

假如，这个世界没有感恩，有没有人想过会怎样？世界之大，有好人，当然，也会有坏人。我相信，好人总会有好报的。

现实生活中，我们听过也见过许许多多的感恩事件。老师常说：“你们已经长大了，不再是小孩子了，你们要学会感恩，感恩父母，感恩老师，感恩那些爱你的人。”也许，老师说的是对的，我们要学会感恩。

活在当下，我们身边有好多让人值得感恩的事。只是我们从来没有真正的注意过这些事。我们大多都是些90后或是00后的孩子。习惯了，让身边的所有人，视你为“珍宝”。只不过，这些孩子这样做也没有错。因为，他们觉得所有人为他们做的一切都是理所当然的。所以，他们才不会在时时刻刻拥有一颗感恩的心。

中华上下五千年，一直都有着感恩父母、孝顺父母的传统美德。

东汉时的黄香，是历史上公认的“孝亲”的典范。黄香小时候，家境困难，10岁失去母亲，父亲多病。闷热的夏天，他在睡前用扇子赶打蚊子，扇凉父亲睡觉的床和枕头，以便让父亲早一点入睡；寒冷的冬夜，他先钻进冰冷的被窝，用自己的身体暖热被窝后才让父亲睡下；冬天，他穿不起棉袄，

为了不让父亲伤心，他从不叫冷，表现出欢呼雀跃的样子，努力在家中造成一种欢乐的气氛，好让父亲宽心，早日康复。黄香这样做，也是因为有一颗感恩的心，感恩他的父亲在母亲去世以后把她含辛茹苦的拉扯大。也正是因为这样，黄香才会做出这么多孝顺他父亲的事。归根结底，这一切，都是因为一个词，“感恩”。

是的，人们说的，我都知道，我都懂。但是，我相信，一切都会变好的！无论是上古几千年，几百年，还是当今这个黑暗的社会，总会有人学会感恩的。

一个关于感恩的故事有一个五岁便得了怪病的孩童，一只脚比另一只脚长得长，走路时脚跛得像只小鸭子，面对周围小朋友的嘲笑与众人异样的眼光，懵懂的孩子将乞求的讯号发向了父母，父母忍着泪水骗他说：“孩子，这不是病，只要经常走走，锻炼就会好的。”

孩子相信父母的话，一直走着。多年的辗转奔波，父母为他寻访名医，给他用尽奇药，可孩子的病却不见佳，而父母在伤心欲绝的悲情痛楚下，依旧没有放弃为孩子治病的念头。孩子就这么在父母善意的谎言中，在父母慈爱的滋润下，在父母的祈求里漫漫成长起来。后来，孩子懂事了，明白了一切事实的真相。可他一点儿伤心的理由都没找到，因为他知道父母多年来的泪水，已将他的伤口愈合；他明白父母多年来的无悔，早把他的痛楚麻木；他更了解父母多年来承受的压力远盖过他的不幸。他毫无失落之感，怨悔之意，因为父母的爱为他搭起了成长之桥，那桥是起于地而腾于空的桥，他比任何人都站得要高；那桥是凌驾于生命与前途边沿的桥，他心中的感恩足以消除一切的不如意。

躺在病床上的一个小女孩，面对病魔，面对死神，她有无可数落的痛与苦，可她没有流过一滴眼泪。然而，面对父母那滴血的心，吞泪的眼，撕裂的肺，空白的脑，游离的魂，却坚强的信念支撑的脸，她翕动了干渴得发白的嘴唇，因为她

已无言感恩，只好在脑海中不断搜寻过去与父母度过的一个又一个忽而串联，忽而闪断的画面，她要在离去之前把它们串成一段感动的让自己流泪的回忆故事。

父母闪过的一幕幕的瞬间，命运之神的不幸之箭被她那受伤但激动的心融化，病魔折磨下的苦痛被驱赶到了宇宙的边缘。可没过多久，无情的死神还是把她带到了另一边天空，而且走得那样悄然无息，那么短暂。一滴泪水在她最后一次心跳的时候，沿着留有余温的脸庞划落而下。那滴泪，蕴藏着女孩的一个梦——清晨的阳光，穿过窗落在她的身上，她醒了，双手拭拭朦胧的双眼，自己躺在那温馨的家中，眼前的父母红肿着双眼，不言而喻，是他们颤悸的心灵，感天动地的呼喊，将她从死神的掌中抢回，她心中充满了感恩。

无论是东汉时的黄香还是这个五岁的小女孩，他们都同样拥有一颗感恩的心。虽然，他们不在一个年代，一个时代，一个社会，但是，他们的心如同由时光魔法机使用时光魔法系在了一起。他们都同样的感恩父母，他们都同样的拥有一颗感恩的心，他们都同样都懂得了一个人生的真谛“感恩”。

我想，我们是时候，应该懂的孝顺父母了；我们是时候，应该懂得去感恩那些爱我们的人了；我们经历过的也太多了；我们也不再需要继续呆在父母的庇护下了！

是时候，该去好好爱我们的父母了，该去好好的感恩那些曾经对我们有过帮助的人了。

## **拥有一颗感恩的心感悟篇四**

人活着要有一颗感恩的心。

一个人生活的快乐与否，不在于他是否年轻美貌，也不在于他是否高官富有，而在于他是否拥有一种健康的精神状态，和是否拥有一颗善于感恩的心。

人的一生漫长而遥远，在漫长的人生途中，我们会结识许许多多的人，会经历许许多多的事。其中有无法言语的感动，有发自内心的感激，也有不可避免的艰难困苦和委屈无奈，无论遇见什么，我们必须要学会拥有一颗宽容而感恩的心。

日有阴晴，人有善恶，自然界有很多事物都不是我们人力所能为的。我们不可能改造世界，我们也不可能改造别人，我们能改造的只有我们自己的心态和我们对待世界，对待周边人的一种宽容的处世哲学。

学会感恩，你的内心会豁达而开朗，你对世界上所有的完美会心存感激，你的生活也会快乐许多。

我时常对自己说，做一个谦虚而知足的人吧，把生活中所有的苦难都当做上帝赐予你的礼物。未经历寒冷，怎明白温暖，未体验艰辛，怎明白甘甜。我愿把所有的痛苦和不快乐都藏在心底，当做生活给我的历练，用一颗感恩的心去微笑着应对世界。

我感谢父母给予我生命，感谢磨难给予我坚强，感谢挫折给予我勇气，感谢欺骗给予我智慧，感谢贫困给予我信念，感谢藐视给予我自尊。

我感谢山水给了我灵气，感谢日月给了我温暖，感谢蓝天给了我透明与澄净，感谢黄土地千年的文化给了我一颗朴实而善良的心。

在水中放一块明矾，能够沉淀水中的渣滓，在我们心中培植一种感恩的思想，则能够沉淀许多的浮躁与不安。

学会感恩便是学会了一种良好的生活态度，当你对世界万物，对周边所有的人都心存感激之时，你自己便能够消除内心所有的积怨与不满，你眼里的世界也没有了尘埃，透明而洁净的心便是你快乐之所在。

快乐是生活中最宝贵的财富，是一种生命情绪的自然流露，快乐要靠自己用心去汲取。感恩的心容易感动，感恩的心充满感激，有了感激的心你就会快乐而满足。

一条不经意的信息，一句轻轻的问候，一个善意的微笑，一声遥远的祝福，都能够表达一颗感恩的心对生活的热爱。学会了感恩，你就学会了洒脱，学会了感恩，你就学会了快乐。

感恩是一种处世哲学，常怀感恩之心，会让你拥有很多朋友。

感恩是一种生活态度，常怀感恩之心，它会让你淡泊名利，知足而愉悦。

感恩是一个人不可磨灭的良知，常怀感恩之心，它会让你懂得滴水之恩，涌泉相报。

学会感恩，生活将赐予你灿烂的阳光。

## 拥有一颗感恩的心感悟篇五

没有阳光，就没有大地的温暖；没有雨露，就没有五谷的丰登；没有水源，就没有生命；没有父母，就没有我们。没有亲情和友情，世界将会一片孤独和黑暗。这些都是很浅显的道理，没有人会不懂。但是，我们常常缺少一种感恩的思想和心理。

“谁言寸草心，报得三春晖。”“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”这是我们小时候常常吟诵的诗句，讲的都是要感恩。滴水之恩，永全相报；衔环结草，已报恩德。这些流传至今的成语，告诉我们的也是要感恩。

父母赋予我们生命，我们就应懂得感恩，并用实际行动来回报他们；老师赋予我们知识，我们就应懂得感恩，并用优异的成绩来回报他们；祖国赋予我们一片和平宁静的土地，我

们就应懂得感恩，并奉献自己；自然赋予我们期望，我们就应懂得感恩，并用爱来回报。

学会感恩，就懂得了爱；学会感恩，就学会了思考；学会感恩，也就理解了世界和生命。

虽说大恩不言谢，但感恩不仅仅要存之于心，还要付之于行。对你要感谢的人，必须要把那份心意表达出来，因为这不仅仅是表示感谢，更是一种心灵的交流。在这样的交流中，我们会感到世界因这样的息息相通而变得格外完美。

来把，让我们把这颗感恩的心，献给父母，献给老师，献给祖国，献给自然。让这个世界充满光明，让这个世界充满爱的温暖！

## 拥有一颗感恩的心感悟篇六

心，是架起你我沟通的桥梁。感恩，是指引你我通往那座桥的使者！世界上一切都是五彩斑斓的！“我说天空是什么色彩的？如果汪洋是蓝色的！”你说“天空他也是蓝色的，因为他们彼此是相爱的！”是的！你我的心灵总会有他（感恩）牵引着！

感恩，他具有一种神奇的力量！感恩他能使人快乐，使人幸福，使人朝气蓬勃，充满活力！你我都要坚定那颗感恩的心，你我都要学会感恩。我说：“快乐是什么色彩的？如果幸福是短暂的？”你说“快乐他也是短暂的，因为他们彼此是幸福的！”感恩也正是如此，虽然在那一瞬间是短暂的快乐，但是他却成为你我一辈子最完美的回忆！

“感恩的心”他会是什么样貌的呢？透明的？无形的？还是炽热的？你我都不明白，但是至少我能够感觉到他是快乐的！拥有了一颗感恩的心，他让我学会了许多！他让我学会了放弃，退出；他让我学会了理解宽容；他让我学会了坚强，更



重要的是他让我明白了什么叫做爱？什么叫做短暂的幸福，永久的回忆！

在成功与否的道路上，你我都要拥有一颗感恩的心；在幸福美满的生活中，你我要拥有一颗感恩的心；在聆听大自然的心声下，你我要寄有一颗感恩的心。。。。。每时每刻，我们的心中都要坚定一个信念怀有一颗感恩的心！

感恩，他让我学会了许多，明白的许多。。。。感恩，他向我引向了快乐，幸福的步伐。。。。感恩，他让我走像了成熟，走向了你我心灵。。。。。

只要你我都拥有一颗感恩的心，世界将转成完美的人间，将会更绚丽，更和谐，更缭绕温暖。。。。。

## 拥有一颗感恩的心感悟篇七

雄鹰高翔，白云逸飞，那是蓝天对大自然的感恩；大海壮阔，小溪幽雅，那是河流对大自然的感恩；稻谷芬芳，硕果累累，那是大地对大自然的感恩。

古人说：滴水之恩，当涌泉相报。感恩，是我们民族的优良传统，也是一个正直的人的起码品德。事实上，我们也十分需要感恩，因为，父母对我们有养育之恩，老师对我们有教育之恩，同学对我们有协助之恩，社会对我们有关爱之恩，军队对我们有保卫之恩，祖国对我们有呵护之恩……赠人玫瑰，手留余香。感恩是一种礼貌，感恩是一种品德，更是一种职责。人有了感恩之心，人与人，人与自然，人与社会也会变得更加和谐，更加亲切。

感恩应是社会上每个人都就应有的基本道德准则，是做人的起码的修养，也是人之常情。对于我们学生来说，感恩意识绝不是简单的回报父母养育之恩，它更是一种职责意识，自立意识，自尊意识和健全人格的体现。只要我们人人都有一

颗感恩的心，就会感到世界原先是那么完美。只要我们人人都有一颗感恩的心，我们的校园，我们的社会也将会更加和谐。

懂得感恩，才会懂得付出，才会懂得回报。有人说善良的本质就是有一颗感恩的心，有人说一个人如果有了一颗感恩的心，他就是一个幸福的人，对别人的帮忙，哪怕是一点，一滴，我们都应当怀感恩之心。学会感恩，懂得感恩应当成为每个人的美德。

我们就能学会包容，赢得真爱，赢得友谊。拥有一颗感恩的心，我们就会拥有快乐，拥有幸福。我们就会明白事理更快地长大，我们就能够拥有一个完美未来。

## 拥有一颗感恩的心感悟篇八

“世上只有妈妈好，有妈的孩子像块宝，投进妈妈的怀抱，幸福少不了。”每当我轻轻地唱起这首歌，我都会沉浸在无比的激动与幸福之中。是呀，妈妈不仅仅给了我们最宝贵的生命，而且给了我们人世间最伟大的母爱。妈妈对我们的爱是无私的，是细腻的，是温暖的，是深情的。妈妈的爱，无时不有，无处不在。

当清晨第一抹晨曦在东方出现，妈妈已经开始为我整理书包；当放学的铃声刚刚响起，妈妈已经伫立在雨中等候我多时；当每一顿饭菜端上餐桌，妈妈总是等我第一个吃饱；当每一次病痛向我袭来，妈妈眼里都会闪现着心疼得泪花……妈妈的爱，让我在幸福中一天天长大；妈妈的爱，使我的童年充满了欢乐；妈妈的爱，使我感受到温暖的人间亲情；妈妈的爱，也是我开始蕴藏了一颗感恩的心。

如果有一天，妈妈会因岁月的霜华慢慢变老；如果有一天，妈妈会因生活的劳累而病倒；如果有一天，妈妈会因为儿在远方而少了几分叮咛和嘱托；如果有一天，妈妈会因为惦念

儿女而多了一份期盼和挂牵。我们也会像妈妈爱我们一样去爱妈妈的。

是阿，是父母用欣喜泪水和幸福的笑容迎接了我们的到来，从我们来到世间的那一刻起，父母便多了抚育和照顾我们的职责。为了给我们一个舒适完美的生活环境，他们总是那么辛劳，那么简朴。此刻，我们长大了，我们也要怀着一颗感恩的心去体谅父母，去照顾父母，去孝敬父母。

谁言寸草心，报得三春晖。只有拥有一颗感恩的心，才会让你感受人间的真情，人间的温暖，人间的完美。拥有一颗感恩的心，我们才懂得去孝敬父母；拥有一颗感恩的心，我们才懂得去尊敬师长；拥有一颗感恩的心，我们才懂得去关爱他人，帮忙他人；拥有一颗感恩的心，我们才会赢得友谊，拥有快乐。

小草感谢漫漫春晖的沐浴，大树感谢深藏泥土的根系。怀着一颗感恩的心，一代伟人邓小平在古稀之年说道：“我是中国人民的儿子，我深情地爱着我的祖国和人民！”亲爱的同学们，让我们一齐把感恩的心变为报恩的行动，怀着一颗感恩的心应对世界，应对生活，用感恩的心来报答生育我们养育我们的母亲，回报我们的祖国母亲！