

# 2023年家心灵的港湾 宿舍心灵港湾心得 体会(汇总20篇)

提纲中的每个主要点都应该对应一个段落或章节，以确保文章的完整性。写提纲时，可以参考相关的资料和文献，拓展思维，增加内容的丰富度。请大家阅读以下提纲示例，从中获取灵感和启发。

## 家心灵的港湾篇一

宿舍，是每个大学生生活中不可或缺的一部分。作为离家远行的学生们，宿舍不仅是他们的栖身之所，更是一个心灵港湾。在这片小小的宿舍里，我们一起分享欢笑与泪水，一同度过了人生中最宝贵的时光。这里诞生了我对大学生活的深刻体会。

宿舍是一片温暖的海洋，吸引着来自不同地方的同学们围绕着相同的梦想而聚集。刚踏入宿舍的第一天，我被一对欢乐的室友融入其中，他们笑容灿烂，热情洋溢，以一种朝气蓬勃的态度带领我迅速适应了新环境。在宿舍里，我们经历了无数个快乐的瞬间，笑声在室内回荡，彼此成了生活中最亲密的伙伴。宿舍的和谐氛围让我感受到了朋友的力量，也让我更加坚定了自己在大学生活中追求幸福的信念。

除了欢声笑语，宿舍也是情感的汇聚之地。大学生活中充满了各种各样的挑战和困难，而宿舍成了我们疲惫身心的庇护所。当我在学业和生活上遇到挫折时，宿舍的朋友们总是在我最需要的时刻给予我鼓励和支持。他们用自己的故事和经验告诉我，每个人都会遇到困难，但勇敢面对并寻找解决方法才是最关键的。在这个宿舍里，我懂得了珍惜友情，更懂得了如何去帮助别人。

宿舍也是一个让自己成长的舞台。在这里，我遇到了各种各

样的人，并学会了如何与他们相处。每个人都有不同的价值观和习惯，而宿舍的环境让我不得不学会尊重和包容。面对与室友间的分歧和冲突，我学会了妥协和寻找最佳解决方案。宿舍生活激发了我内心的勇气和成熟，让我逐渐从一个依赖家人的孩子变成了独立自主的成年人。

除了情感交流和成长，宿舍还给我们提供了丰富多样的社交机会。在宿舍里，我遇到了来自不同地区和不同背景的小伙伴们。我们一起组织各种各样的活动，如宿舍聚餐、电影欣赏会等，丰富了我们的大学生活。这些活动不仅让我们彼此更加了解，还让我们建立了持久的友谊。宿舍，成了我们相互交流和分享的平台，也是我们友谊的见证。

宿舍心灵港湾的美妙之处在于，它给我提供了一个温暖的家，一个可以尽情展示自我、感受真实情感的地方。在这里，我不仅体验到了友情的力量，也收获了人生中的成长和进步。宿舍，将永远是与相伴的心灵港湾。

## 家心灵的港湾篇二

宿舍，对于大多数学生来说，是一个温馨而又熟悉的地方。在这个狭小的空间里，我们生活、学习、交流，它成为了我们的心灵港湾。在我入学后的五年里，我有幸经历了宿舍生活的点点滴滴，这段时光给了我无尽的回忆与收获。

首先，宿舍是我们的独立空间，给了我们探索自我的机会。当我们从父母的庇护下走出来，来到陌生的大学，宿舍成为了我们独立的小天地。在宿舍里，我们可以尽情发挥自己的想象力和创造力，布置自己的空间，展示自己的个性。每个人都在自己的床上摆上喜欢的玩偶，墙上贴上自己喜欢的明星照片，这一切构成了一个个独特的风格。通过宿舍的布置，我们可以更好地了解自己的喜好和风格，同时也可以展示给他人。这段宿舍生活让我意识到，每个人都有自己独特的个性和特点，我们应该欣赏和尊重不同的风格。

其次，宿舍也是我们相互交流与学习的场所。宿舍里每个人都有自己的特长和优势，我们可以通过互相学习和交流来提升自己。在学习中遇到困难时，我们可以向室友请教，大家会互相帮助和支持。我记得有一次我在数学作业中遇到难题，我室友是数学系的，他耐心地给我讲解解题方法，最终我成功解决了问题。除了学习，宿舍也是我们交流感情的场所。每个晚上，我们都会坐在宿舍里聊天，分享我们的喜怒哀乐，彼此坦诚相待。这种室友间真诚的交流不仅增进了我们的友谊，而且也对我们的思想和心理成长起到积极的作用。

再次，通过宿舍生活，我学会了与人和睦相处。在宿舍里，我们和室友共同生活，一起面对生活中的困难和挑战。如果我们不能和谐相处，宿舍就会变成一个矛盾重重的地方。因此，我意识到了与人相处的重要性，并学会了互相包容和体谅。当室友有不愉快或烦恼时，我会主动去关心和倾听，给他们一个舒心的空间。而当我有困难时，我的室友也会主动过来帮助和鼓励我。在宿舍里培养出的这种和谐相处能力，让我在日后的生活中受益匪浅。

另外，宿舍也让我在生活自理方面有了很大的提升。在宿舍里，我们需要自己打理生活的方方面面，比如洗衣、打扫卫生、做饭等等。不再有家长的照顾和操持，我们需要自己去解决这些问题。起初，我对这些生活技能毫无经验，但随着时间的推移，我逐渐习惯了这种独立生活的状态。我学会了洗衣服、煮饭、打扫卫生等各种生活技能，这些技能在日后的生活中也派上了用场。在宿舍生活中的点滴细节，让我成为了一个更加独立和自信的人。

总的来说，宿舍是一个可以让我们展示自我、相互交流与学习、和睦相处、提升自理能力的地方。作为学生时代宝贵的回忆，我会永远铭记在心。虽然宿舍是一个狭小的空间，但它承载了我们五彩斑斓的青春，守护着我们成长的足迹。我相信，无论何时何地，我们都会怀念宿舍这个珍贵的心灵港湾。

## 家心灵的港湾篇三

“独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲”而今，独在异地的我，站在四楼的窗口，向我的故乡眺望，那个我曾认为破旧不堪的家乡，如今都回不去了，现在，真的好想拥抱你，我的故乡，我心灵的港湾。

我出生在一个小村子里，那里有很多的树，泥土小路两旁到处是花草草，爬满了整个夏天，那时家家户户都是土方，用泥土制造的，我每天看着电视里的高楼大厦，一顿幻想，我也要住楼，离开这个土里土气的房子。

过了几年，家家户户都换成了瓦房，可我家仍然还是那个土房，我也没有太多埋怨，因为我知道，我家的状况，所以只能在心底暗下决心，离开这个地方。

而今，我终于住进了学校的公寓楼，心里是很欢喜的，但第一次接触这种东西，我却弄的一塌糊涂，同学们也对我慢慢疏远了，我坐在床上，辗转反侧，突然那么怀念家乡的土房，脑海中浮现家乡的青葱的树木，深绿的绿草，无颜六色的小花.....

踏上回归家乡的路，内心是充满激动的。

再次走上那条不知被我走了多少次的路，心里一顿感触，既是有时沙土会打到我的腿上，鞋子上，但我却一点都不生气，只是感觉这是故乡为我的归来，表示欢迎，张开双臂，深呼吸，飘散在空气中的花香，我的心归于平静。

采一片飘落的树叶，我在树林间来回散步，越走越远，但我却感觉越走越近。

天空中盘旋的大雁，落日染红的云朵，落了一树的梨花.....我忘不掉故乡的一切，只有回到故乡，我的心才能

够归于平静，才能得到安慰。

望着家乡的方向，却看不到那小土房，看不到被高楼挡住的红火落日，看不到家家户户升起的袅袅炊烟。

我在一片迷茫中寻找方向，看到了无标无际的大海，看到了那标有故乡的港湾，停了船，回到故乡。

故乡，我心灵的港湾，因为有你，我的生活才如此多彩，因为有你，再也不会害怕黑暗，故乡我心灵的港湾。

## 家心灵的港湾篇四

“独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲”而今，独在异地的我，站在四楼的窗口，向我的故乡眺望，那个我曾认为破旧不堪的家乡，如今都回不去了，此刻，真的好想拥抱你，我的故乡，我心灵的港湾。

我出生在一个小村子里，那里有很多的树，泥土小路两旁到处是花草草，爬满了整个夏天，那时家家户户都是土方，用泥土制造的，我每天看着电视里的高楼大厦，一顿幻想，我也要住楼，离开这个土里土气的房子。

过了几年，家家户户都换成了瓦房，可我家仍然还是那个土房，我也没有太多埋怨，因为我明白，我家的状况，所以只能在心底暗下决心，离开这个地方。

而今，我最终住进了学校的公寓楼，心里是很欢喜的，但第一次接触这种东西，我却弄的一塌糊涂，同学们也对我慢慢疏远了，我坐在床上，辗转反侧，突然那么怀念家乡的土房，脑海中浮现家乡的青葱的树木，深绿的绿草，无颜六色的小花.....

踏上回归家乡的路，内心是充满激动的。

再次走上那条不知被我走了多少次的路，心里一顿感触，既是有时沙土会打到我的腿上，鞋子上，但我却一点都不生气，只是感觉这是故乡为我的归来，表示欢迎，张开双臂，深呼吸，飘散在空气中的花香，我的心归于平静。

采一片飘落的树叶，我在树林间来回散步，越走越远，但我却感觉越走越近。

天空中盘旋的大雁，落日染红的云朵，落了一树的梨花.....我忘不掉故乡的一切，仅有回到故乡，我的心才能够归于平静，才能得到安慰。

望着家乡的方向，却看不到那小土房，看不到被高楼挡住的红火落日，看不到家家户户升起的袅袅炊烟。

我在一片迷茫中寻找方向，看到了无标无际的大海，看到了那标有故乡的港湾，停了船，回到故乡。

故乡，我心灵的港湾，因为有你，我的生活才如此多彩，因为有你，再也不会害怕黑暗，故乡我心灵的港湾。

## 家心灵的港湾篇五

第一段：引言（120字）

宿舍是大学生生活中不可或缺的一部分，它不仅仅是我们的寝室所在，更是心灵的港湾。在宿舍里，我们与室友相伴度过了许多难忘的时光，学会了互相包容与理解，也培养了一颗关心他人的心。通过这段时间的住宿经历，我深刻感受到了宿舍作为一种特殊的环境所带来的影响，也收获了一份珍贵的心得体会。

第二段：共同建设和谐宿舍（240字）

一个和谐的宿舍环境离不开大家的共同努力。一开始，我们互不相识，来自不同的地方，性格各异，理念迥异。但是，我们逐渐学会了相互包容和尊重。在面对问题和冲突时，我们善于倾听，表达自己的观点，并通过沟通寻求解决的办法。同时，大家还共同参与宿舍的建设，每个人都尽力营造温馨舒适的氛围，保持宿舍的整洁和安静。通过这些共同努力，我们将每间宿舍打造成了一个温馨、和谐的大家庭。

### 第三段：彼此激励共同成长（240字）

在宿舍里，我们不仅仅是互相包容和尊重，更多的是对彼此的鼓励和激励。每当有人遇到困难或者挫折时，大家总是伸出援手，给予帮助和支持。在紧张的学习中，我们互相监督，共同进步。大家共同制定学习计划，互相鞭策，共同进步。同时，在宿舍里，我们也会进行各种文化艺术的交流和分享，共同培养兴趣爱好，提升自己的综合素质。通过宿舍的互助和激励，我们共同成长为更好的自己。

### 第四段：温暖互助的情感纽带（240字）

宿舍不仅给我们提供了一个学习生活的场所，更重要的是宿舍建立了一种温暖互助的情感纽带。在宿舍里，我们相互扶持，在彼此的支持下一起度过了很多难忘的时刻。每当有人生日或者遇到困难时，大家都会给予祝福和鼓励。在春节和其他重要节日，我们会一起庆祝，感受家的温暖。宿舍里的友谊不仅仅是浅层的交往，而是真挚的情感交流，如同一座灿烂的温馨之家。

### 第五段：宿舍心灵港湾的启示（360字）

通过宿舍心灵港湾的体验，我深刻领悟到宿舍对于大学生活的重要性。它不仅是一个供我们休息的地方，更是一份情感的归属。在宿舍中，我们学会了相互包容和尊重，共同建设和谐的环境。彼此激励和互相成长，共同度过困难和挫折。

宿舍也是一个温暖互助的情感纽带，给我们提供了家的感觉。宿舍心灵港湾的体验告诉我，人与人之间的关系是需要经营和维护的，只有相互理解，关心和支持，才能创造出和谐快乐的宿舍生活。

## 总结（120字）

宿舍是大学生活中不可或缺的一部分，它不仅是我们的寝室所在，更是心灵的港湾。通过共同努力，共同建设和谐宿舍，我们学会了相互包容和尊重。通过彼此激励共同成长，我们为自己定下了更高的目标。在温暖互助的情感纽带中，我们感受到了家的温暖。宿舍的心灵港湾告诉我们，珍惜和维护人与人之间的关系是至关重要的，它给我们的大学生活带来了更多的欢笑和感动。

## 家心灵的港湾篇六

避风港的温馨都源自于心灵的感触。而心灵，却是春夏秋冬四季的变化，可风雨之后，却总能见彩虹。

### 春

这是个鸟语花香的季节，我望着茵茵绿草，燕舞莺歌，心中自是一番惬意。清爽的春风，吹尽了一切的烦愁，父母带着我，走在幽静的林荫道，两旁的树是那么翠绿，可能春雨洗净了它们的种子？凉爽的绿荫下，父母谈论着天地，我拾着地上的绿叶。春天的心，是娴静的，一尘不染的，因为脸上一向挂着微笑。

### 夏

夏季的浮躁更不必说。初夏还好，若是仲夏，闷热得让人坐不住。不时，还有蚊子的烦躁，我不例外，望着似火的骄阳，心中异常的暴躁，汗水止不住地渗。到晚，浑身的汗臭味，



而洗个澡或许清爽些。最终，等到第一场雷雨快下之时，凉风拂人，之后电闪雷鸣之后，倾盆大雨如注直泻，这是的我与父母坐在阳台上，待雨停，尽情地呼吸折雨后清新的空气，偶然，湛蓝的天空隐约浮现着旖旎的彩虹，而一家人，自然是看的入迷……夏天的心，浮沉不定，虽有波动，但一家人一齐的舒适还是一缕清风。

秋

前天的到来是种闲淡，这是的我不好呆在家中，愿与父母同行，走在春天的林荫道上，春已去，秋天的它另是一番美丽树叶虽已泛黄，却显得更自在，随风飘舞，春时的野草花，虽残花委地，败草无限，却自有一番风情，我和父母，都遥想着火红枫树在秋天的风姿……秋天的心，是安逸而满足的，没有奢望，只愿是家人一齐，赏这轻云薄雾，落叶凋花。

冬

一家人一齐走过了春夏秋冬，无时都有无比的关爱和温暖笼罩着我，而我如今才明白这是一种亲情融制的温馨。

## 家心灵的港湾篇七

每个人心里都有一个港湾，让我们遇到风雨时去停靠。我内心深处的港湾便是我的母亲。

打开记忆的大门，许多朦胧的画面慢慢浮此刻我的脑海中，有一件事渐渐清晰。

那是小学二年级的时候，一个闷热的中午，由于玩厌了躲猫猫一类的游戏，就和小伙伴们去找些新花样玩儿。功夫不负有心人，最终在一条小溪旁，发现了趣味的游戏——跳石头。

之后我和小伙伴们进行了一场比赛，比谁能从石头上头蹦过

去。有几个小朋友先跳，当我看到他们一个个成功后喜悦的表情，内心不禁充满了羡慕与嫉妒。

时间悄悄流逝，最终到我了，我在内心给自己打气，相信自己必须比他们更好。我就抱着这样的心态，简便上阵。谁知就当我即成功时，听到了旁边一个小伙伴故意发出的叫声，心里一慌，脚下一软，杯具发生了一——只听‘’扑通‘’一声我摔倒在了小溪里。随着而来的是嘲笑声，不仅仅是伙伴们的，还有大自然的——树叶沙沙作响，鸟儿叽喳个不停，肉体的伤痛，心灵的’打击，让我不由得呜呜地哭了起来。

不久，小伙伴们的嘲笑声戛然而止，我用双手揉了揉眼睛，一个模糊的身影进入我的视线，我止住哭泣，看清那个身影是我的母亲。她一声不吭地抱起我，一步一步走向回家的路，我们就这样消失在小伙伴们的视线中。

回家后，母亲一边察看我的伤势，一边安慰我说：‘’还疼不疼了？‘’我摇了摇头，然后母亲进了房间里，拿出了碘酒给我涂了涂，我强忍着不出声，但还是逃不出母亲的眼睛，她心疼的说：‘’疼了就哭出来吧‘’我说道：“不疼，我是男子汉，不哭。”妈妈听了，一把把我搂在了怀里。

妈妈的爱如涓涓溪流，无声无息，缓缓流过我的一生。

她的爱永远是我心灵深处的港湾！

## 家心灵的港湾篇八

小时候，我常住在外婆家。看惯了初春金黄的油菜花，听腻了盛夏无休止的知了声，金秋“刷刷”的收割声也不再引起我的好奇，我也不再期盼在万籁俱寂的冬日下飘下一场一场白雪。

日子就像井水，虽是那么平淡，又带些甜味儿。家就像一口

井，有了井便有井水。我躺在外公的菜园里，当我仰望天上的星星，手里握着那把把泥土的时候，或者当我回想起儿时和外公外婆往事的时候，我想到公鸡在黎明时的鸣叫，碧绿漂亮的白菜在土地上低吟；我看见了长在土地里的树上的苹果，那“临寒独自开”的白菜林；我想起了初春金黄的油菜花，听到了盛夏无休止的蝉鸣，金秋“刷刷”的落叶声，还看见了冬日下飘落的白雪。

正值金秋，果树上如星星般点缀，淘气的苹果已经熟透，个个都散发着香味儿，红色已经充满脸庞，外公被苹果散发的香味诱惑过去了，“灿啊，苹果已经熟透了，快来吃一个。”外公和蔼地喊着，我在房间里听见了外公的叫喊，激动的上蹿下跳。

我想要自己摘，外公却说：“让我来吧，等会儿你一摔就不得了。”可是我那是调皮淘气，硬要自己摘，但在外公的再三劝说下，还是他自己爬上了梯子。外公的手法总是那么娴熟，一秒钟可以摘好几个。又大又红的苹果个个都光鲜亮丽，我馋得直流口水，看得眼花缭乱。爷爷的手快得看不清了，我眼前冒出了金星。“愣着干嘛，快拿吃。”外公总是那么和蔼，我迫不及待给外公挑了个最大的，自己拿了个比较小的，“你干什么？这个大的给你吃，我吃小的就行了。”我开心地接过来，大口大口的吃了起来。“好吃吗？好吃咱们下次还摘，都给你。”我感动了，内心被这句话深深的触动了。

冬天悄然来临，天黑得比较早。空中已经看不到夏夜眨眼的星星，只有一片漆黑，月亮若隐若现。

我沿着床边下来，忽然有股尿意走出卫生间，现有什么拉着我似的，一股洪流推着我进去，我回头转了转。睡着了，但他的力量在诱惑我，我忍不住打开了它，里面是一张张鲜红的百元大钞，我往门外看了看，经不住诱惑，伸手拿了几张。那一夜，外面下着大雪，狂风怒吼，仿佛看到了刚才我的所

作所为。并和夜晚一起将他托给了外公的梦乡，我蹑手蹑脚上了床，我久久不能入睡，外面的大雪呵斥着我，那一夜我是痛苦的，公鸡在窗外鸣叫，我被吵醒了，呆板的坐在床边，脑子里一片空白，我吃了早餐，早餐还是那么枯燥，鸡蛋牛奶面包，我早已厌倦了这种生活，我忽想起昨夜的事情，心里七上八下。勉强的吃了下去。一场下来，外公愤怒地喊了一声，我被吓倒了，想起了昨天昨夜发生的事，“你是不是拿我钱了？要钱你就说为什么要偷？”我惭愧得承认了，早知结果何必当初呢？我后悔用新斥责自己。事后，外公并没有责怪我，而是循循善诱地教育我，我流下了眼泪。

那夜是痛苦的，也是后悔的。

可是人再怎么伟大，终究赶不上时间，外公早就在那年冬天离开了这个万恶的世界。外公对我来说。就是家心灵的港湾，他是我心中最伟大的人。

## 家心灵的港湾篇九

倦鸟知还，归根落叶。年少的我们向往无数的远方，可最终兜兜转转，心中有一个声音在说，家乡是你最初的光。

淳朴，是我对家乡的第一印象

南方小镇的傍晚，人们出门逛街、买菜，街市上热闹又祥和。天空是一幅唯美的画，霞色染红了半边天，撒下一片金光，撒在过路人的身上，鲜明又温暖。街边小贩最多，卖水果的、卖蔬菜的、卖衣服的、卖玩具的、卖鱼卖肉的……走到一处水果摊前，老板必定笑吟吟地递上一根竹签说，尝两块。即便你多尝了几块，他也不会阻止；即便你尝完什么也不买，他也只是笑吟吟地说：“好吃吧？下次再来哦！”

偶尔走过一个鱼摊，你可能会听到老板说“一百零二元，算你一百好啦！”路过买菜的，你可能会看见买完茄子的客人

特别不好意思地收下老板送的大蒜小葱香菜等，你会看见他们脸上都洋溢着纯粹的笑容。也许，在晚饭后散步时，你会看见一群大人，老人和孩子围坐在大树下乘凉，吹晚风，聊过往，聊未来，你看着这些人，明明不认识，却还是很温暖，他们好像都藏进了你的心房。

这淳朴的小镇，淳朴的人们，就这样牵住了我的心，牵住了我的思念。

曾外出求学过，那时气盛，觉得大城市定是要比这小镇好，殊不知承受不了外面世界的竞争，没资本，没才智，没应变能力，单靠一腔热血出不了头。坎坷的生活磨平了我的棱角，学会了冷静，学会了思考，这才是最大的收获。每每孤身一人时，想回家的心便越发急切，孤独带给我的，是另一种期盼。深院里的人羡慕外边的繁华，可安稳的生活也是多少人求之不得的。百般思索后，我还是决定回家。

一个人去，一个人回。那天很冷，我走出车站，望着熟悉的景色，眼眶微微湿润。一个人拉着大行李箱，安安静静的走了一大段路，竟觉得家乡的阳光好像要比外边的暖和一些，路也更好走，风也是家乡的味道，擦肩而过的行人好像每一个都有印象……我终于忍不住了，找了个角落蹲下来就哭了，把半年来的委屈、心酸、不堪都发泄在这片生我养我的土地上。哭到眼睛酸涩，一个人呆坐了许久，感觉到有人在身旁安慰我，给我递纸巾，扶我站起来，那一刻，心里骤然暖暖的。

眼睛还红着，我低着头穿过一条条熟悉的街道，不敢叫熟人认出来。正值黄昏时分，天边一抹橘红晃晃悠悠飘进我的视线，霞光散落下来，连我眼角的泪珠都照得明显。街市上依旧热闹，我站在一个街角，望着不远处一家以前常光顾的水果摊，老板还是很爱笑，明晃晃的，叫人心生好感。

刚准备离开，却听到老板喊了一声“哎呀！”我抬头，视线

刚好与他对上，知道他是在叫我，便快步走了过去。老板笑吟吟地拿竹签挑了一块芒果给我：“怎么一个人呢？好久没来啦！”他故作严肃道：“难不成是我的水果不好吃啦？”我连忙摇头，他也就笑了，拉着我说了许多话。要离开时，还装了一大袋水果让我带走。我忍住眼眶里蓄满的泪水，取而代之的是一个大大的笑容。我那时候才发觉，原来我身边的一切都这么美好。

淳朴，是我对家乡的最初印象，也是唯一印象。

倦鸟知还，归根落叶。家乡是我心中的光，更是我心灵的港湾。愿我的生命里有足够多的云翳，来造成一个美丽的黄昏，供旧忆长存。

## 家心灵的港湾篇十

或许是太孤独了，太无助了，身处一个新集体，我的心灵却没有一种归属感，安全感的。我的心在四处飘荡！就像一片叶子，虽然牢牢地挂在树上，却在不停地摇摆，没有安全感。也正是因此，常常会想起昔日的初三九班。昨晚在网上，昔日的老班送我一句话：“路过的且路过，留下的且当珍惜。”细细品味，我又重新学会了感动，为我的心灵找到停泊的海湾！

乐明，开学第一个闯入我视线的女生。一头飘逸的秀发，整个人有种飘飘然的朦胧美。军训，老班要求“剃度”，女生又谈条件，又耍脾气的。只有赵越一声不吭就“归依我佛”了。是的，她是坚强的诶有一般女生的优柔与缠绵。然而，周五。她落泪了，就为了班里跑操口号喊的不响的`事。天晓得，落泪对她意味着什么。在她抹掉眼角最后一颗泪珠的时候，我震撼了。我的心在告诉我：

“赵越，一个坚强的女孩，她不仅是一班之长，更是高一。

十七班这个家的主人。她爱这个家！”

滕晓，第一个闯入我心里的男生。每天跑操喊着响亮的口号调整我们的步伐，尽管无人响应，他依旧努力。周三，阴暗的一天。

我在教室里坐了一整天，就为了那该死的数学成绩。课间，我拿着习题本一页一页的撕，嘴里不知念叨着什么。滕昆蹦着过来，冲我乐着说：“陈\*\*，给我笑一个，哈哈。”我给他嘿嘿了两声。他却饶有意味地说：“果然如此。”又哈哈地蹦走了。看着他那憨样，我竟被逗乐了。乐得什么都忘了，包括那恶心的数学成绩。

放学，我追着他问：“刚才什么意思啊？”

“没什么，就是逗你乐乐。”说完又憨憨地骑走了。

“就是逗你乐乐”我心里记住了。每每想起，便感觉幸福极了，原来我身边依旧还有这么多天使在陪护着我，我的老师，同学！

## 家心灵的港湾篇十一

“摇啊摇，摇啊摇，摇到外婆桥，外婆请我吃糕糕，外婆说我好宝宝……”悠悠的歌谣将我带到安全的港湾，心灵在此得到回归。姥姥是我心灵的港湾，沉淀着我童年的梦。

由于各种原因，我从小生活在姥姥家，对姥姥有一份特殊的感情。

姥姥不像妈妈的心慈手软，也不像爸爸的严厉苛刻。对于我闯的祸，她总是那样轻叹着摇头，那眼神，有怜爱也有无奈。她总是笑，笑的从容，笑的自然，那眼神，有希冀也有渴望。

姥姥，心灵的港湾！

姥姥不像妈妈的默默无言，也不像爸爸的出口成章。对于我的疑问，她总是那样微笑着回答，那眼神，有欢快也有矜持。她总是叹，连说话时都叹，叹的温柔，叹的伤感，那眼神，有和蔼也有烦忧。

姥姥，心灵的港湾！

我总是向姥姥倾诉我的不快，却不知如何承担姥姥的烦恼，我总是向姥姥抱怨我的忧虑，却不知如何缓解姥姥的焦急，我总是向姥姥爆发我的愤怒，却不知如何平息姥姥的气焰。我总是向姥姥索求些什么，却不知如何回报。

姥姥，心灵的港湾！

我希望有一天在一个无人的角落，认真聆听港湾传来的鸣声，清风不来，夕阳不来，梦里回荡着叮叮当当的脆响，摇曳着湾上的小船，夜色如水，心灵得到归宿。

姥姥，心灵的港湾！

我来到世上的十四年，有七年姥姥包容着我，带给我彩色的童年，赐予我避风雨的亭。我希望有一天，我会到达成功的彼岸，将心灵的港湾报答。

姥姥，心灵的港湾！

## 家心灵的港湾篇十二

希腊神秘哲学家早说，人生可是是家居，出门，回家。我们一切情感理智和意志上的追求或企图可是是灵魂的思家病，想找一个人，一事物，一处地位，容许我们的身心在这茫茫漠漠的世界里有个安顿归宿，仿佛病人上了床，浪荡子回



到家。出门旅行，目的还是要回家，否则不必牢记着旅途的印象。

虽然我没有经历过陶渊明的“误落尘网中，一去三十年”，也无从切身体会回归田园的简便自由，但我明白回家的简便自由。

那是我的家，那是充斥着成长记忆的家，那里有我最亲爱的父母，亦有紧紧包裹着我的温暖。无论我们去哪里，我们最终的目的还是要回家。家是我们的根本，没有了家，心就没有了驻足的地方。

小时候，最怕的便是离家。那种感觉就好像是黑暗逐渐吞噬光明的恐惧，在漆黑中无处寻找依托，无处寻找方向。

长大了，最不想的仍是离家。我是一个离不开家的人。虽然随着年龄的渐渐成熟，那种害怕离家的恐惧感渐渐淡化，可是无论去到哪里，总会有想回家的迫切感。

其实，逐渐成熟长大的我们更应当出去外面的世界闯一闯，毕竟我们不可能在家一辈子。在成长的旅行路上，我们会有失意与惆怅，我们会遇到丛生的荆棘，我们还会经历种种难言的物事，但等待我们的却是披荆斩棘、尝遍百味、勇闯炼狱后的柳暗花明，最终便是灵魂释去重负后归家的喜悦。无论在这路上你经历了什么，或得或失，可至少你还有家。无论以后走到哪里，别忘记家永远是我们的根。

阳光虽然能给绿萝供给充足的光照以坚持其生命力旺盛，氧气虽然能给绿萝供给其进行呼吸作用的原料以促进其生长，可是这些都不足以让它重新繁盛，亦给不了它真正所需的，其实绿萝真正需要的只是一个依托，只是心灵的归向罢了。

我们驶着的船只载着惶恐的心灵与迷茫的灵魂航行在人海中，最终是应当停泊在心灵的港湾，那里有温暖。如果你累了，

不妨停泊在这个港湾，此处温暖，不再孤单。

## 家心灵的港湾篇十三

理解，是我们最渴望，最期盼得到的，同时，它也是最难实现的。

理解——心灵的港湾，我们受到伤害苦楚的。受到挫折，它是我们的容身地，受到伤害是痛苦的，受到挫折的打击更是苦楚的。可是，如果我们得到了别人的安慰，别人的理解与鼓励，我们是多么的满足，多么的快乐。

很多的时候，我真的真的渴望母亲的理解，母亲是一位好母亲，可她不理解我的所想，我一直想去一所艺校，从事艺术。可是她偏说：“那不行”。我失望过，我痛哭过，可我不明白母亲怎么那么说，可她怎么不像我的朋友一样了解我。知道我的所想，知道我的一切呢？倘若她知道，我想：她应该是支持我的吧！很多的时候。如果说：我们能相互的坐下来谈一谈，把什么都说出来，也就好了。很多时候，我就这样想。

理解——沟通心灵的纽带。当这颗心因不同的观点而分散时。是你，悄悄的把它们吸收到一起就如同正负相吸的原理一样。两个陌生的人，他们怎会成为朋友？是理解啊！朋友，他们是相互理解，相互关爱的表现啊！当我们了解了每一位朋友，我们就会感到欣慰，感到满足，想到快乐。

理解——佳人的前提。理解理解是我们对待别人的前提，我们要不时的去了解每一个人，让每个人的思想感情达到共鸣，让我们的生活没有一点的恩怨矛盾。

理解——生活的调味剂。生活枯燥乏味，别人误会重重，我们怎会有心情做自己的工作、学习、理想，生活的调味剂，它为我们调配出了各种不同的味道，让我们品味其中的乐趣，

让我们以积极的心态面对明天美好的生活。

理解，她还远吗？朋友，抬起头看看，你会发现，理解就在身边，她也许只是一个眼神，也许只是一个动作，可是它却融合整个民族，整个原大地。

## 家心灵的港湾篇十四

一条小船，在茫茫大海中漂泊，海面时而风平浪静，时而波涛汹涌。然而，再大的风险小船也不畏惧，而是迎着风浪，咬着牙坚强地冲出去。它乘风破浪，历尽艰辛，只是为了自我心中的一个念想寻找那个能够让自我栖身的港湾。

当我们呱呱落地之时，第一个给我们关心爱护的人就是他们，他们给予了我们无微不至的关心；当我们嗷嗷待哺的时候，依然是他们照顾我们，疼爱我们，仅有在他们身边，我们才能感觉到无比的幸福和欢乐。

渐渐的，我们长大了。对世间百态有些许了解的我们，内心不再安分宁静，他们有时对我们面露惯色，有时对我们苦口婆心，一切的一切只为了抚平那颗开始悸动的心。

最终，那颗心再也不想呆在那个狭小的空间里，它带着我们一齐离开了他们的唠叨，他们的管束。而这时的我们，往往已是而立之年了。我们成家立业，那颗以往躁动的心，在时间的推移中渐渐地平静了，并且，这时的我们也有些想念他们了。

世间万物皆是如此：小船要入港，因为那是它最终的归宿，而亲人的关怀不就是我们的心灵所向往的地方吗家的含义不仅仅是那一所房子，更是房子里那浓浓的亲情啊！

我最终寻找到了心灵的港湾，她并不抽象，她就在我们身边，她就是我的亲人！

## 家心灵的港湾篇十五

家，是我们心灵的港湾，是我们的避风港。那里有爱，那里有爱我的人和我爱的人。

早晨的太阳光一缕缕地照进来，唤醒了她。她慵懒地伸了个懒腰，起来后看到了桌上父母为她精心准备的早餐，脸上洋溢起了幸福的笑容。

小时候在学校，上课发着呆想着什么时候下课，能够回到家。遇到了什么事情，第一个想到的是家。如果得到了一张奖状，你必须想立刻回家与父母分享。

此刻长大了，要到一个离家远的地方上学了。可无时无刻都在想着家。

夜深了，皎白的月光挂在高高的空中，静静地躺在那儿想起了那个使我牵挂的地方。想起了我的爸爸妈妈、想起了我们一齐吃饭、一齐看电视、一齐大扫除、想起了我们在一齐的欢乐时光。

记忆最深的是那件事。

那是，我贪玩儿，下学后与同学玩儿时，一下子摔倒了。把衣服也摔破了，膝盖也摔烂了，我大哭，同学把我送到家门口。我很害怕妈妈说我，于是犹豫了一下，低着头，悄悄地开开了门，可是这么微小的声音妈妈还是听到了。我一看到妈妈就哭了起来。妈妈并没有吵我，而是着急的问我怎样样，然后给我消了毒，贴上了创可贴。当时，我感到幸福极了，心里充满了温暖。

我爱我的家，因为那里有爱，因为那里是我心灵的港湾，并且他们会始终陪伴我的左右。

## 家心灵的港湾篇十六

小时候，喜欢抬头看天，那千变万化的云彩，美好皎洁的月亮，点点闪耀的星星，都一次次的激发我无尽的遐想，一次次的使我心醉神迷，那时候，天空分明美丽纯净，我也因此喜欢上了下雨，因为它总是会带来淡淡的天空的味道。长大了，天空美丽依旧，但我却忘了抬头欣赏我曾经最爱的天空，丢掉了我心灵的那一片净土。

在这个物欲横流的世界里，我渐渐迷失了自己。正如泰戈尔的那句“我迷了路，我游荡着，我寻求那得不到的东西，我得到我所没有寻求的东西。”单纯，最终在社会的重重一记耳光之下慢慢消失。浮躁和焦虑充斥着我的生活，我在世俗的眼光下战战兢兢的行进着，曾经的理想和抱负在现实面前被碰得头破血流。我忘记了什么是对，什么是错，什么是好，什么是不好，我也曾经清高，但最终随波逐流。

压抑，不安，有时候很想逃离这个让我手足无措的现实。忙碌，奔波，我们身为世俗所系，但我们的的心灵依然自由，我们的的心灵需要一片净土，当我们疲惫不堪时，洗净我们的不安和沮丧。

这只是一个梦，一个不切实际的梦，它只存在我的内心深处，在我空虚的时候，带我步入佳境；在我失意的时候，为我抚慰疗伤；在我疲惫的时候，给我休息之所。我知道，我最终脱离不了现实，我依然需要有我现实的理想，并必须为之不懈奋斗，但我的奋斗历程将与那片净土并存，他们就像严父和慈母共同伴我成长。

我们最终都脱离不了现实，但我相信每个人的心里，都可以有一片理想的净土，因此，当我看见身边的朋友正惬意的坐着，嘴角带着微笑，目光悠远深邃时，我绝不会打扰他，因为我相信他一定正在他心灵的净土里流连忘返。

## 家心灵的港湾篇十七

当你生活在一个陌生的环境中，你会害怕吗？会退缩吗？我想也许我会。也许不会。但在父母面前，一切的辛苦都化为乌有。我想，就是家吧！

家中有我、爸爸妈妈、爷爷奶奶。很温馨的一个小家庭，却充满了欢乐。寄宿在校的我，一个月回家一次，天数多了，就会想家。

那端的人听着我的话语，只在一旁叹气，我知道，从小到大，妈妈都教我独立自主，任何事情尽量不要依靠别人，学会自力更生。这些我都了解。妈妈安慰我说：人生的路还很长，不要经历一点分离就感到无奈，将来自己如何独当一面？听到妈妈这样的话，感到亲切，似乎心灵上也受到了温暖。

妈妈是过来人，经历过这些风风雨雨，也许我以后会像她一样教育我的孩子。今天对我的严厉，是我将来成长的资本。都说世上只有妈妈好，所以当时就像抓住一根救命稻草似的。家是遮风挡雨的港湾，这句话很实在，很朴素，你会想起家中的人和物。

对于母亲的爱，感到很惭愧，每次见到母亲，为我的事情东奔西走的时候，为的是什么呢？还不是想让我过得快乐。现在的我，在精神上感受到母亲的教诲，我独立了。但在物质上，我依然依靠着那个只靠白天上班、手上布满老茧的妈妈。每当想到这儿，感到自己不配做她的女儿，但想现在还不算太晚。以后就让我来做她的肩膀，一直让她依偎着我。

以前，妈妈是我的港湾；以后，我来做您的港湾。

## 家心灵的港湾篇十八

1、在最亲近的人都不理解的时候，我也不想去解释。真特么

够累的。人家都说家是避风的港湾，心灵的归属，可我找不到这种感觉.....

2、一栋建筑、一套房子、只有舒适了才是家，才是我们心灵的港湾。

3、家，始终是一个永恒的话题，家是我们栖息的港湾，家是我们心灵的慰藉，家是我们爱意的怀抱，生活中，家人无微不至的关怀让我们备感温暖。

4、都说，家是心灵的港湾，家是人生的避风所，家是温暖的代名词。真的！当一个人心理极其脆弱的时候，唯一想到的便是家。

6、家是心灵的港湾，是我心深处的丝丝眷恋！我爱我家，因为在那里充满了温暖的阳光，和甜甜的花香！

7、我若形影相随，寒冬再冷，心灵的港湾总是温暖的。

9、在每个可以回家团聚的日子里，迎接你们的是永远温馨如昔的家，让家成为你们最眷恋的心灵港湾.

10、家是心灵与身体的港湾，能停泊万吨巨轮也能栖息独木小舟。

11、辛苦一天了自己的家才是心灵最好的港湾

12、人的心灵总是需要一个港湾来寄托，为心灵找一个家吧.....

13、最开心最难过的时候最想和最爱的人在一起。爱是永不停息的牵挂。是止不住上扬的嘴角。是心灵永恒的港湾。

14、睡得真香，如此心安，家是心灵停泊的港湾，爸爸妈妈永远是世界上最爱你的人

15、一件单薄的衣裳盖不住的温暖，宅永远是我心灵温暖的港湾，抱着电脑听着喜欢的歌，寂寞屌丝的心情有悲也有欢。

16、家，永远是心灵的港湾！

17、家，一个遮风避雨的居所，一个憩息心灵的港湾。尽管生活中充满了各种冒险与悲喜剧，而家却是永恒的归宿，是走得再远也会回去的地方。

18、家是心灵的港湾，无论有多少无奈，听听亲人的叮咛，总是会放松很多。自己还是毛孩子，不应该有太多的负担，更不应该多虑，少生气，理解别人的意见。

19、人之相交交于情，爱之相伴在于懂。懂你的人，会走进内心，慰藉心灵。这里是你的心灵港湾。

20、初心不变，愿我们一直幸福快乐，我的心灵港湾。

22、好朋友是，在你脆弱的心灵需要一个港湾时，毫无怨言地听你唠叨的人。人生得如此一知己，足矣。

23、家是心灵的港湾，家是灵魂的故乡。一家人整整齐齐、和和睦睦，就比啥都重要！日有笑靥，夜有香梦；人有真情，家有温馨；家和万事兴，家和万事成。

24、家是温馨的港湾、保护我们心灵的避难所。家很强大，家也很脆弱。只有用温暖的话语像织布一样，一针一线的用心经营，才会织就出一块温暖的毛毯，温暖呵护我们的心灵。

25、家是心灵的港湾，它的温馨与和谐要靠我们自己来创造。下次回家时，不妨先对自己说：脱去烦恼，将快乐带回家。

26、那是一片有银河，有星星的夜晚，一路“哇”的尖叫，旅行中惊艳的风景，让人从未有的激动，大自然的鬼斧神工，



原来才是心灵的港湾！

27、真爱，用心触动才精彩。触动的爱情，是心灵的港湾.....早安！

28、岁月沿着长廊，如诗如画，人世沧桑不再写意上，只在记忆中回想，深信，在心灵深处，有处停泊的港湾，任我划一叶小舟荡漾，将烦恼遗忘。

30、你若需要，我愿作为你心灵的港湾，想靠靠就靠，想倾诉我愿伶听，不必束缚。

31、痛过，却没有办法摆脱，那就如从前一样吧

## 家心灵的港湾篇十九

戴上耳机，让一首悦耳的音乐经过耳朵，如溪水般沁入心田，使埋藏在这片土地里一种名叫“简便”的种子生根发芽，直到它的藤蔓缠绕了全身。这时的我，心中充斥着愉悦，但对于我来说，这世界上的哪一首乐曲，都不如爸爸的那声“儿子，加油！”更动听，因为这种声音，牵动着我的心灵！

红色与蓝色的海绵垫映入眼帘，热汗的气味刺激着大脑的神经。在赛场的大门被我推开的一瞬间，我听到了那一句我熟悉不已的“儿子！加油！”，爸爸拍拍我的肩膀，这样说。

我身上穿着跆拳道服，心里自豪无比——我已成功击败了两名对手，第三场比赛正在等着我。

“加油！加油！”观众席上的队友们为我鼓气，我正在属于自我的战役中拼搏着。汗水浸透了衣服，小腿肚剧烈的疼痛，因为前两场的比赛，我此时已有些体力不支。对手看准时机，一个侧踹将我踹出场地，我疲惫地躺在地上。“儿子！加油！”爸爸又一次为我加油，不一样的是，这次，是一声吼。

这一声震撼了我的心灵，让我浑身为之颤动，好像在刹那间，疲惫离开了我的身体，心中有一股勇气融入我的血脉，向全身的每个血管弥漫，只待最终的进发！我，站了起来，走向赛场中央，再次发起一轮猛攻！

在爸爸的帮忙和教练的指导下，我最终战胜了对手。

“儿子！加油！”这句话，是我心中力量的源泉，是我的世界上最优美最动听的歌曲。无论何时，无论何地，它都能够震荡我的心灵。我爱爸爸的这句话，更爱爸爸。他就是我的成功之神！我对他，永远敬畏。

有一种声音牵动我的心灵，那是爸爸的那句话。

## 家心灵的港湾篇二十

家，心灵的港湾

家，不仅仅局限于一套房子，一些家具。真正的家，是家庭成员间的和谐相处，是充满欢乐的殿堂，是风浪中心灵的港湾。这是一种基于物质基础上而超越物质的一种精神依托。

每当吃罢晚饭，一家人坐在沙发上读书看报说新闻，好一派其乐融融的气氛。偶尔的一天，为了取一件东西，妈妈打开那只总是静静地立在墙角的旧木柜。在我的记忆中，它很少被打开过。

我好奇地紧挨在妈妈身边。啊，原来柜中都是爸爸妈妈年轻飞扬时的照片，还有书本、结业证书、荣誉证书等……这时，我看到有一叠厚厚的信纸，用纸袋包装着，使我看不清什么内容，它无声无息地挤在最不起眼的地方。我拿起它，满脸狐疑地问道：“这是什么？”妈妈看了一眼回答：“你爸爸的。”我又去问爸爸，他抬起头，想了老半天，才回答：“想不起来了，可能是草稿，拆开来看看吧！”

我拆开了它，里面存放的是爸爸发表过的作品的剪贴和一叠叠的手稿，全是爸爸的笔迹。我惊讶极了，爸爸不光会写通讯报道，还会写小说？我又满脸疑问地把头转向爸爸，爸爸让我读读，我读起了那篇小说，而爸爸则沉浸在过去的往事之中。过了许多，他依然不发话，似乎在回答我又好像在自言自语地说：“这是我20岁那年写的”。“天哪！”我居然不知道。此时，我看见爸爸脸上洋溢着从未有过的天真，从未有过的灿烂，又仿佛回到了热血奔放的年轻时代。

“爸爸，你文笔这么好，为什么不去发表？”我终于提出了刚才一闪而过的念头。我看见了爸爸的目光似乎一亮，又犹豫了一下，说：“写作是我的兴趣、爱好，我追求的是创作过程中的乐趣，并不是一定要成名成家。”

从那天以后，爸爸一有空就改作品，望着改好的作品，爸爸像小孩子天真般地笑了。我问他为什么笑，他说：“因为这是我的作品”。“但是这作文已经有点过时了，你难道不难过吗？”我又试探道。我原以为爸爸会沉默了，想不到他马上胸有成竹地回答：“不。因为我曾经年轻，才拥有了这篇小说，虽然时代变了。但我曾经拥有，现在还是‘拥有’，我满足了。”的确，对于爸爸而言，曾经的拥有使他一辈子都有了回忆，就不会有失落。这就够了。

这时，我忽然想到，我现在是否应该写下些什么，保存到像爸爸那样的年龄再来重温一回。那时，它也将会是我“曾经的拥有”，我的家里，原来还有这么一叠普通得不能再普通的稿纸，见证着一家人经历的风风雨雨。

在爸爸的影响和指导下，我对写作也产生了浓厚的兴趣，写作水平有了提高。晚饭后的话题自然而然地成为了写作话题，家中又增添了不少的文学气氛。

我拥有一个家，要问尘世间最珍贵的感情是什么？那就是亲情。融洽的亲情构造了一个快乐的三人世界，使全家在晚饭

后的聚会中得到了心灵的愉悦，我爱这个家，爱这个快乐的三人世界。