

# 最新写兰州免费 兰州变化心得体会(通用8篇)

青春是交友和交流的阶段，我们应该主动结交各方面的朋友。如何在青春时期培养独立思考和解决问题的能力？以下是小编为大家整理的青春故事，希望能够给大家一些启示。

## 写兰州免费篇一

兰州是一个历史悠久的城市，不仅有着美丽的自然风光，还拥有独特的文化底蕴。近年来，兰州经历了一系列的变化，城市面貌逐渐焕发新的活力。通过我的观察和体验，我深刻感受到了兰州的变化，并从中获得了许多心得体会。

首先，兰州的交通设施有了质的改变。曾经拥堵地让人头疼的交通问题得到了有效解决。新建的城市道路和桥梁不仅缓解了交通压力，还提高了车辆通行的效率。此外，兰州轨道交通的开通也给城市的交通系统带来了新的变革。乘坐轨道交通，我感受到了时刻都在不断前进的城市脉搏，也深刻体验到了兰州城市发展的巨大进步。

其次，兰州的城市环境得到了极大改善。街头巷尾的垃圾处理得井井有条，垃圾分类也成为了居民生活的一部分。公共绿化空间得到了充分的利用和开发，花草树木的绿意让人心旷神怡。城市的整体环境更加宜居，这也让我对兰州的未来充满了希望。

再次，兰州的文化旅游业发展迅猛。作为一座历史名城，兰州保留了鲜明的历史文化特色。不仅如此，兰州还积极开发旅游资源，打造了一系列具有吸引力的旅游景点。我参观了兰州博物馆，深入了解兰州的历史变迁，让我对这座城市的文化底蕴有了更深的认识。此外，兰州还举办了许多具有地方特色的文化活动，吸引了全国各地的游客，也让我对兰州

的文化发展充满了信心。

最后，兰州的经济发展迈上了新台阶。作为西部重要的区域中心城市，兰州在经济建设方面取得了显著的成绩。随着新兴产业的不断发展，兰州吸引了大量的人才和资本。工业园区的建设也为兰州的经济发展提供了强大的支撑。在观察兰州的经济变化过程中，我深刻体会到了经济发展对一个城市的改变和影响。

综上所述，兰州的变化给我留下了深刻的印象。交通设施的改善、城市环境的提升、文化旅游业的发展以及经济的迅猛发展，无不体现着兰州城市发展的魅力和活力。这些变化不仅让我感受到了兰州的美，更让我对兰州的未来抱有无限的期待。我相信，兰州会在不久的将来继续实现经济、社会和文化的全面提升，成为更加宜居和宜业的现代化城市。

## 写兰州免费篇二

这两天，一首《兰州，我为你点赞》的“抗疫诗”在兰州市城关区广武门街道社区工作人员、志愿者的朋友圈刷屏了，这首诗记录了一线抗疫人员令人动容的瞬间，文字饱含深情。

10月22日起，广武门街道广后街社区为保障辖区居民核酸检测应检尽检，省市区等34家单位组织党员到社区报到，各部门多方联动，党员干部、医务人员、志愿者凝心聚力、紧密合作、冲锋在前，共同筑起社区群防群控的严密防线。

在水车园小学采样现场，医护人员有序采样，穿着红马甲的工作人员统筹人员分工、处理现场突发事件、做好后勤保障，志愿者们测温、扫码、维持秩序有序引导，保障一米线间距。在各楼院小区，为了让更多居民进行核酸检测、居家防疫，各部门在职党员志愿者有的带着小喇叭来回动员，有的张贴海报，有的入户统计数据，有的电话排摸，他们的足迹遍布

辖区的每一栋楼院、商铺。

广后街社区“社工委”委员、省政协社法委在职党员志愿者沈兴国在下沉该社区参加疫情防控志愿服务后，被一线抗疫人员的奉献精神深深感动，连夜作诗一首，记录这一抗疫时刻。

兰州，我为你点赞

深秋寒夜灯火阑珊

金城兰州通宵达旦

一排排长长的人群

通往核酸检测点

为了每一个生命的安康

无数美丽的故事

温暖着黄河两岸

广后街社区书记李静玉

团队姑娘们柔美如她名字

人人工作起来是拼命三郎

有序组织检测数千人

千叮咛，万嘱咐

“保持一米距离排好队”

“请戴好口罩”

一个个嗓子喊得嘶哑

一张张漂亮的脸颊

堆满了昼夜忙活的疲倦

累得支撑不住了

就趴在单车上眯会眼

你歇会

我来上

我们都是共产党员

一批批身着马甲的志愿者

汇聚成五颜六色的港湾

臂上彤红的“党员志愿者”

像一面面红旗

在深秋夜风中招展

人人有爱城市无恙

他们和人民公安

守护家家户户平安

三名外国青年

手持护照前来做核酸  
志愿者中一位俊美杏眼  
用流利的英语问长问短  
告诉他们应去的检测点  
群众为她钦佩给她点赞  
有人自豪说我认识  
她是兰州市干部赫艳  
啊，她就是金城名片  
身着防护服的白衣天使  
手指闪着淡淡的月光  
轻盈快速仔细取样  
“小朋友，别害怕，张开嘴”  
“大家请孕妇优先”  
天空星星也不忍看  
她们忙得腰酸腿软  
悄悄唤住秋风停步  
别让可爱的天使着凉  
深秋寒夜党徽闪闪

兰州街头传递温暖

一处处核酸检测点

一座座坚强的战斗堡垒

一颗颗心无私奉献

一曲曲歌动人心弦

一面面红旗迎风飘扬

东方朝霞飞满了天

映红了巍巍白塔

映红了滔滔黄河

映红了百年铁桥

映红了大美金城

夸不完黄河之滨也很美

兰州，我为你点赞

（徐静雯）

来源： 光明网

## 写兰州免费篇三

近年来，兰州市经历了翻天覆地的变化，无论是城市的面貌，还是人民的生活质量，都发生了翻天覆地的变化。在这个过

程中，我亲身体会到了兰州变化带来的巨大成就和发展潜力。以下是我对兰州变化的心得体会。

首先，兰州的城市面貌发生了巨大的变化。以前的兰州是一个尘土飞扬的城市，空气质量差，市容市貌陈旧，给人一种黄河入海终究是黄的印象。然而，如今的兰州已经焕然一新。兰州市政府对城市进行了大规模的改造和建设，修复并修建了众多的公园广场，在城市的各个角落增添了一抹绿意。此外，兰州市还大力推动交通基础设施的建设，修建了许多高速公路和桥梁，大大提高了出行效率。这些变化，不仅改善了兰州的城市形象，更让市民享受到了更美好的生活。

其次，兰州的经济实力得到了极大提升。兰州作为甘肃省的省会城市，一直以来都是甘肃省经济的中心。然而，在过去的几年里，兰州的经济实力获得了巨大的提升。兰州通过发展高新技术产业、电子信息产业等新兴产业，吸引了大量的投资和人才。如今，在兰州，我们可以看到越来越多的高层建筑拔地而起，大型购物中心纷纷开业，人们的消费水平显著提高。这些都说明了兰州的经济实力在不断增强，日益成为西北地区的经济中心。

再次，兰州的教育资源得到了极大的优化和提升。教育是一个地区发展的重要支柱，兰州市政府深刻认识到了这一点。因此，他们大力发展教育事业，极大地优化和提升了教育资源。如今，在兰州，我们可以看到越来越多的优质学校建成投入使用，学生的学习环境得到了极大改善。此外，兰州还积极引进优秀教育资源，与国内外的名校建立合作关系，为学生提供更广阔的学习机会。这些措施，让兰州的学生享受到了更丰富的教育资源，也为兰州的教育事业打下了良好的基础。

最后，兰州的人民生活水平得到了显著提高。在过去，兰州市民的生活水平与其他一线城市相比有所差距，但近年来，兰州的发展取得了巨大的成绩，人民的生活水平大幅提高。

如今，兰州市人们不仅享受到了更好的教育和医疗资源，还拥有更多的娱乐和休闲选择，生活品质得到了极大的提升。此外，兰州市政府还大力发展社会保障和福利事业，提供更多的就业机会，让市民的生活更加稳定和幸福。

总之，兰州的变化使我深受鼓舞和感动。兰州的城市面貌、经济实力、教育资源和人民生活水平都发生了巨大的变化。这一切都离不开兰州市政府的正确决策和全体市民的共同努力。相信在不久的将来，兰州将继续发展壮大，在甘肃省乃至整个西北地区发挥更重要的作用。无论是作为兰州市的居民还是游客，我们都应该为兰州的发展感到骄傲。我们应该珍惜兰州的变化成果，为其发展做出自己的贡献。

## 写兰州免费篇四

各位朋友，大家好！我们将要游览的景点是五泉山，我先给大家介绍一下五泉山的概况。

### 五泉山的概况

兰州夹在南北两山之间，南面的这座叫做皋兰山，五泉山就是皋兰山的北麓，是皋兰山的一部分。它背靠皋兰，面对市区，海拔1600多米，现在占地面积是27.6万平方米，它比世界上最小的国家梵蒂冈的一半还大。山上现在保存有明清以来的古建筑十多处，1000多间，规模宏大。庙宇楼台依山就势，错落有致；长廊阁道上下连通，蜿蜒曲折。山间丘壑起伏，林木苍翠，环境清幽，空气宜人，五眼长流不息的清泉，汇成潺潺的流水，曲回而下。五泉山，1955年被国家正式开辟为公园，是兰州人节假日休闲旅游的场所，每年还在这里举办各种灯会、花卉展览活动。园里有动物园，豢养各类动物上百种；还有各种成人和儿童的游乐设施。

说到五泉山，不能不给大家讲一段传说：西汉年间，骠骑将军霍去病率领骑兵万人，奉武帝之命征讨河西走廊一带的匈



奴。他的部队途经兰州，扎营在皋兰山脚下。经过了长途跋涉，全军已是人困马乏，附近一带却怎么也找不到水源，不能做饭。副将急忙请示，要骠骑将军拿主意。霍去病镇定自若，拿起马鞭在山坡上戳了五下，霎时有五股清泉顺着鞭痕从山坡汨汨流出，水味甘甜，不光供足了三军将士的用水，而且一直流到了今天，成为历代饮用的‘重要水源。据说，这就是五泉山名的来历。

其实，公元前121年年仅20岁的骠骑将军霍去病远征匈奴时，从今天的甘肃临洮出发，过焉支山，与匈奴军队鏖战于皋兰山下，这个皋兰山是今天张掖地区高台县北的合黎山，兰州的南山大约在北朝的时候才称作皋兰山，与霍去病毫无关系。但是后来的人们，一直把兰州的皋兰山当作霍去病远征的皋兰山，明朝以后就有了霍去病鞭戳五泉的传说。

在霍去病的传说之前，北魏地理学家酈道元在《水经注》中，已经有了一个关于五泉来历的传说：东汉中期，汉桓帝联合宦官逮捕了把持朝政、贪赃枉法的大将军梁冀，论罪灭族。梁冀子孙中有一个名叫梁暉的，侥幸躲过了被杀的劫难，从都城洛阳逃出，一直躲到羌人占据的金城县一带。长期居住之后，他受到羌人的信任，被推举为大头领。当时天灾人祸，社会混乱，在金城呆不下去，梁暉准备率领部下迁徙他乡。当他的部众出发来到金城南山，就是现在的皋兰山暂且驻扎时，却被敌对的其他羌人包围。山上没有水，大家饥渴难耐，眼看就无法坚持。情急之下，梁暉把自己用榆树枝做成的马鞭插到地上，同时宰杀了一只青羊作为祭品，祈祷南山之神保佑他的部众。这一下果然灵验，山坡上顿时有神泉涌出，他的马鞭也刹那间变成无数棵榆树，化作大片的树林。泉水越涌越多，汇成小溪，自南向北，一直流入黄河。后来，人们为了纪念梁暉，就把这个神泉称为梁泉。

霍去病鞭戳五泉的传说，可能是从《水经注》中的故事演变来的。人们把兰州的皋兰山误认作霍去病作战的皋兰山，于是也就把梁暉的故事安到了霍去病身上。

故事虽然带有传奇色彩，但五泉山有五眼清泉却毫不含糊。现在，这五眼清泉已是公园的重要景点，它们从东向西呈弧线形分布。五眼清泉，各具特色，人们分别给它们取名为：惠泉、甘露泉、掬月泉、摸子泉和蒙泉。除了五泉之外，公园的东西两侧还有两股流水，出自东龙口和西龙口。五眼清泉各有什么特色呢？等到了实地之后，我会给大家一一讲解的。

百姓中有一句俗话说得非常有意思，叫作“好山多让僧人占了，好衣服尽让女人穿了。”五泉山也是一个佛教名山，里面的建筑绝大多数是佛教殿堂。现存最古老的寺院是建于明朝的崇庆寺，俗称浚源寺，它建于明朝洪武五年，也就是公元1372年。除此之外，还有千佛阁、地藏寺、卧佛殿、嘛呢寺等等，使五泉山成为兰州佛教活动的中心。每逢佛教的重要节日，这里都要举行盛大的佛事活动，比如水陆大法会等等，每当此时，整个五泉山上是人山人海。

五泉山上还保存有自金代以来的数百件历史文物，其中最著名的是铸于金朝泰和二年的泰和铁钟，距今已有800年历史了。还有一尊铜接引佛，铸于1368年，就是明代始皇朱元璋刚当皇帝的那一年。除此之外，还有一些清朝字画和辛亥革命时期的历史文物。

## 刘尔炘

说到五泉山的建筑修复和保护，还要向大家介绍一个人物，就是刘尔炘先生。刘尔炘字又宽，号晓岚，又号果斋、五泉山人，祖籍山西，生于兰州，是甘肃近代著名的教育家、学者和书法家。光绪十五年，刘尔炘考中进士，并先后做过翰林院庶吉士和编修；受聘担任五泉书院讲席，就住在五泉山下，自号“五泉山人”。他创办了兰州第一所近代小学，1922年修建五泉书院，为兰州的教育事业作出了极大的贡献。在办学的同时，刘尔炘多方筹集资金，募银4800多两，在1919—1924年间对五泉山进行了大规模的修葺扩建，修建了牌楼、太昊宫、企桥、半月亭等景致，修复了倾圮的庙宇

楼阁，并在园内题写了130多副对联。这些对联咏物寄情、诙谐幽默、寓意深远，不光有对自然风景的赞美，更蕴涵着对人生的体味，对游人的指点，活泼隽永，耐人回味，许多都是语含双关、文蕴两意的佳作。过去，经常有人专门跑到五泉山，来抄录他的对联。

各位朋友，现在我们已经到了五泉山前，这个牌楼就是五泉山公园的大门，是山中所有寺院的山门，“五泉山”三个大字就是刘尔炘书写的。古人说：“登山则情满于山，观海则意溢于海。”意思是说，不论是游山还是玩水，人总会获得一些特别的感受，总能被激发出丰富的豪情。愿大家登游五泉山，情满五泉山！

## 嘛呢寺

我们眼前有座雄伟的门楼，高悬在上的“乐到名山”四个字，是当代著名书法家舒同题写的。从这里开始，有东、中、西三条上山的路。进入这个大门，走的是中路，顺山依次有许多建筑。为了节约时间，少走重复的路，我们现在走西路，下山时从中路的这个大门出来。

现在大家请看我的右手边，这里有一道流水，石头丛中的一块石头上刻着“溪流”二字，这水流就出自上方的泉水。

我们先来参观藏传佛教寺院嘛呢寺，要进入嘛呢寺，首先要经过一条长长的阶梯，坡度较大，登上去有点不容易，这也许能考验善男信女的虔诚。在我们的右上方，大家看，立着一对杆子，上面还飘着幡，有人知道那是什么吗？对了，那叫嘛呢杆，是藏传佛教里的一种圣物，信徒们把佛经写在幡上，每当风吹过一遍，就相当于把经文念了一遍，这和我们在电视上常见的转经筒的作用是一样的。嘛呢杆后面的那座建筑就是嘛呢寺，是西侧山坡上的主要建筑群，也是五泉山上惟一的一座藏传佛教寺院。

这寺前古树参天，寺旁有石桥流水，风吹树摇，泉落水响，真是“泉水响云绿，树高摇山青”。在这寺前停留片刻，准会使你横生遐想。

这里有一个大经轮，僧众按顺时针方向转动它，同时口中反复念诵“嘛呢”，也就是六字箴言“唵嘛呢叭咪吽”，就可得到解脱，功德圆满。经轮转一圈，就等于念了一遍所有的经卷。因此，信徒们除了在佛殿、经堂、寺院周围转动经轮外，还要在家中旋转。信教的藏族同胞家里，一般都有大小不同的经轮，有手摇的小经轮，有旋转的大经轮，只要有空，时时摇转。游客到此，也会旋转七圈，祈求佛爷给自己一个好运气，或者是满足一下自己的好奇心。大家不妨转转，一家要顺时针方向。

嘛呢寺正殿建于清同治十三年，也就是公元1874年，其余建筑都是刘尔炘先生扩建的。寺内本来辟有依依经、仄仄门、曲曲亭、重重院、叠叠园，名称形象有趣；一些寺舍还题以迎绿、飞黛、听松、拜云等雅号，现在许多都已废弃。正殿供奉的主要是观音、普贤和文殊三大菩萨。西侧的偏殿里，供奉的是地藏王菩萨。地藏菩萨曾经发过誓：地狱未空誓不成佛，众生度尽方证菩提。他是一位留一切幸福给别人的菩萨，世人称他为“大愿”。

## 惠泉

游客朋友，我们面前的就是惠泉，水流比较旺盛，水质特别好，过去一直是附近居民饮用和灌溉的水源，给人们带来实惠，因此被称作“惠泉”。用它泡茶，味甘气香；用它浇灌而成的兰州水烟和大枣，曾经是清朝贡品。自20世纪以来，由于气候变化，水量变少，而现代化的抽水设施使人们大量用黄河水灌溉，惠泉已失去了原来的使用价值，而变成了一眼只供人观赏的泉水。

好了，我们再往上走。

## 甘露泉

甘露泉是五泉中海拔最高的一眼，源流较细，据说它“久雨不盈，大旱不干”，味道甘甜，就像甘露。甘露泉在清虚府西南角山崖下，为五泉中地势最高的泉。在明代时水量充沛，山泉漱石，飞珠溅玉，称为漱玉泉。清中叶以后，泉流变小，纤细无声，却经年不涸不溢。因所处地势最高，离天较近，便于祈求天降甘露，遂改为甘露泉。光绪时，陕甘总督左宗棠曾经在此祭祀过泉神、雹神。现泉为圆形，直径2.1米，深入地表3米，水深0.3米，在泉上建有六角攒尖顶亭护泉。

## 掬月泉

掬月泉乾隆时在东麓，是五泉山最早得月处，月出东山，天上一轮明月，泉中一轮明月，泉中之月伸手可掬，月在泉中也好像将月掬于银盘之中，故名掬月泉。此泉干涸。光绪时又在文昌宫东墙下出一泉，直径1.1米，深入地表2.35米，皓月当空，月入泉中，明月伸手可掬的佳景遂又重现。

## 摸子泉

摸子泉位于地藏寺旷观楼下摸子洞内。地藏宫大殿供地藏菩萨，东殿供送子将军，西殿供观世音菩萨。寺西南角一门可通掬月泉。摸子洞深14米，两侧石壁上凿有佛龛，到洞最里面之后，再下5级台阶，就到了泉边。泉为方形，水深0.4米。以前寺内僧人在泉中置石子和瓦片，说求子者摸到石子生男，摸到瓦片生女。

洞口原来悬有刘尔忻所撰楹联：糊糊涂涂将佛脚抱来求为父母；明明白白把石头拿去说是儿孙。

## 写兰州免费篇五

兰州，古有“金城兰州”之称，自古以来就是西北地区的一

个重要城市。近年来，随着中国经济的腾飞，兰州也逐渐成为了人们重要的过境站，其交通发展迅速，特别是加油站的服务质量和环境卫生得到了大幅提升。我最近在兰州旅游时不仅感受到了这座城市的魅力，同时也有了一些对于兰州加油心得的体会。

首先，兰州的加油站服务人员态度热情。在我加油的过程中，每一次都能感受到加油站工作人员最真诚的微笑和热情服务。即使在繁忙的时候，他们也总是能够很快地给予我加油、清洗车窗等各项服务。同时，他们还会主动地询问是否需要点餐，为我提供用餐的建议。这种热情服务，不仅让我感受到了兰州人民的友好和善意，同时也为我在兰州的旅行增添了许多美好的回忆。

其次，兰州加油站环境整洁舒适。兰州加油站的场地宽敞明亮，而且尤其注重环境的整洁与卫生。我在加油的过程中，无论是加油站的大厅还是卫生间，都保持着干净整洁的状态。这种环境让我感到十分舒适，并且无论是在饥饿的时候还是车辆需要休息的时候，我都可以在这里得到充足的休息和美食。整洁的环境给我一种宾至如归的感觉，让我对兰州这座城市有了更深的喜欢。

第三，兰州加油站供应的食物丰富多样。在兰州的加油站，我不仅可以加油，还可以品尝到各种美食。兰州以其丰富的食物文化而闻名，加油站也不例外。在这里，我有机会品尝到正宗的回族美食“牛肉面”和“手抓饭”。这些美食不仅味道鲜美，而且价格实惠，可以满足广大消费者的需求。在加油的过程中，我不仅能够满足我的加油需求，还能够品尝到各种美食，这让我对兰州的加油站印象深刻。

第四，兰州加油站的支付方式便利。在兰州加油站，我不仅可以使⽤现⾦支付，还可以使⽤支付宝、微信支付等电⼦支付方式。这种便利的支付方式不仅省去了我找零的麻烦，还能够更加快捷和方便地完成支付。特别是在旅游过程中，当

我没有现金或者忘记带钱包时，电子支付成为了非常重要的一种支付方式。兰州加油站早已顺应时代潮流，为消费者提供了更好的服务体验。

最后，兰州加油站的价格透明公正。相比很多城市的加油站，兰州的加油站在价格方面给人一种透明和公正的感觉。无论是汽油还是柴油，每升的价格都明确显示在价格牌上，让消费者价格一目了然。这种透明公正的价格策略让我觉得非常放心，也让我更愿意在兰州加油站加油。

综上所述，兰州加油站的服务质量、环境卫生、食物丰富程度、支付方式的便利以及价格的透明公正，让我对兰州加油站有了非常好的体验。我相信，在未来的发展中，兰州的加油服务会越来越越好，给消费者带来更多便利和惊喜。我也会继续选择在兰州加油，体验更多的兰州魅力。

## 写兰州免费篇六

捧一本《读者》静静品读，抬眼向窗外望去，五泉山巍然挺立，绵延至天边。五泉山是兰州的一座天然屏障，也是兰州的骄傲。从小就听过关于五泉山的故事，诸如霍去病挥下的五鞭、五眼清泉之类，那些传说至今令我神往，时常禁不住幻想当年这里曾经演绎的一切。于是我便喜欢上了这座山。

每年五月，趁闲去五泉山，登高望远，俯瞰金城全貌，何等舒适！一家人围坐一起，品茶，游戏，闲聊，没有烦恼，没有忧愁，有的只是一种舒心的感觉。忽然拂过的一阵清风，撩乱了双鬓的发丝，淡淡的芬芳顿时令人神清气爽、精神焕发。

天气渐热，夏天已经很深了呢！夏日乘凉的好去处应该是黄河边了。黄河，也是兰州的骄傲。黄河穿城而过，为整个城市注入了活跃的音符。绵长的风情线更是这座城市现代气息

的最好说明。黄河母亲的雕像屹立在岸边，是一位慈祥的守护神，日夜守护着勤劳善良的黄河儿女。悠悠转动的水车，是这座城市亘古不息的历史脉络，记载了整个城市的历史，向我们不断叙说着那些悠久的历史。

夏日的黄河边，永远是一派热闹非凡的场面。快艇驰过，扬起阵阵水波，而一旁的羊皮筏子悠然划过，荡起心中万千思绪。漫步在黄河边，迎面吹来凉爽的河风，吹走了我们身心的疲倦。还有随风轻舞的柳枝，都给人以轻松的感觉。尘世喧嚣，都市的快节奏中，适时放慢脚步，细细品味这奔腾的黄河水，用心感悟这宁静的生活。享受自然，享受人生。

走在兰州的大街小巷，行道树随风轻摆，向你诉说绵长的故事。美味的瓜果，诱人的小吃，更会使你流连忘返。

这里不是江南，没有灵秀的石桥；这里也不是大漠，没有飞舞的黄沙与荒凉的戈壁滩。

这里只是一处山水皆有情的心灵驿站。

## 写兰州免费篇七

在现代社会，学习已经成为一项不可或缺的任务。当我们想要提高自己的能力并成为更优秀的人时，培训已经成为了一种很好的选择。近期，我参加了一次兰州培训课程，我从中获取了许多有益的经验，今天我想分享我的体会。

### 第二段：认识到问题

这次培训让我最深刻的领悟就是，我以前的学习方法有很多问题。在这个充满信息的时代，我们找到了许多可以获取知识的途径，但我们却经常会迷失在信息的海洋里。



### 第三段：变革学习方式

我意识到，学习不仅仅是顺着课本走，更是要有自己的主动性。我必须学会把“海量”的信息转化为自己能够掌握的知识。因此，我开始调整我的学习方式，采取更加高效的方法学习，包括主动地寻找问题、制定目标、制定学习计划、注重实践等。

### 第四段：课程收获

在兰州培训课程期间，我学习了许多新知识，也结识了许多优秀的老师和同学。他们的知识、经验和人格魅力，对我的学习和生活产生了非常大的影响。课程结束后，我还积极跟进老师的建议，不断参加更多的自我培训和实践，提高自己的技能。

### 第五段：总结

这次兰州培训给了我很多启示，也让我更好地认识到自己的不足之处。我相信，只要我继续保持积极的心态，始终坚持学习的态度，并根据自己的实际情况进行调整，我一定能够成功地完成我的学业和事业，成为一个成功的人。

## 写兰州免费篇八

欢迎大家来到这！我是你们的导游，我姓x□大家可以叫我小x□为了便于大家参观游玩，下面我首先向大家介绍一下。

兰州城隍庙始建于宋代，有殿3楹，祀奉汉将军纪信，又名纪信庙。明代重修后改易现名。清乾隆年间（1736—1795）毁于大火，后重修。坐北向南，占地12000平方米，建筑面积4000平方米。大门3间，为忠烈侯坊，二门为硬山顶式环廊戏楼，北有卷棚歇山顶式享殿，后为重檐歇山顶式正殿，左右有厢房、钟鼓楼等。回廊下原有壁画，现已不存。1956年

辟作兰州市第一工人俱乐部。现在的城隍庙，就是一个大型的古玩经营市场，有100多户商家，经营着各类古玩、书画、瓷器、奇石、铜器、玉器，热闹非常。

兰州城隍庙又名纪信庙，明代重修后改易现名，建于宋代，有殿3楹，祀奉汉将军纪信。其位于甘肃省兰州市张掖路步行街中段。城隍是汉族宗教文化中普遍崇祀的重要神祇，多由有功于地方民众的名臣英雄充当，是汉族民间和道教信奉守护城池之神。

大门3间，为忠烈侯坊，二门为硬山顶式环廊戏楼，北有卷棚歇山顶式享殿，后为重檐歇山顶式正殿，左右有厢房、钟鼓楼等。回廊下原有壁画，现已不存。1956年辟作兰州市第一工人俱乐部。

兰州城隍庙在兰州市张掖路。建于宋代，有殿3楹，祀奉汉将军纪信，又名纪信庙。明代重修后改易现名。清乾隆年间（1736—1795）毁于大火，后重修。坐北向南，占地12000平方米，建筑面积4000平方米。