

感恩的心得体会通用 15 篇

感恩的心得体会 1

品读《学会感恩、担当责任》一书，感触颇深，作为一名管理者，我觉得认认真真工作，就是我的责任，以慎独的态度做好所有工作就是敬业；以认真的工作态度和良好的工作业绩回报单位就是一种感恩。要做一名称职的公路管理者，就要从学会感恩开始，从懂得敬业开始，从担当责任开始。

一、学会感恩——工作之源

我们的一生，很多事情都需要用感恩的心态去面对。感恩，让我们的心态变得坦然。我们感谢父母，因为他们赋予我们生命，给予我们无私的奉献和关爱；我们感谢老师，因为他们教会我们本领和做人的道理；我们感谢朋友和同事，因为他们给予我们稳中有知的关怀和帮助；我们感谢所在的工作单位，因为他给我们提供优良的工作环境，给我们提供了锻炼成长的平台。给我们的家庭提供了理想的经济保障。

对拥有的一切心存感激，用感恩引领乐观，让自己在工作中更快成长，一种感恩的心态可以改变一个人的一生。如果我们每天都能怀着一颗感恩的心去面对工作，相信就会加倍珍惜我们的岗位，就会竭尽全力做好手中的工作，努力与周围的人快乐相处，结果心情自然更加愉快。只有感恩载德、以德立命、厚德敬业，才能心安神定，从而让自己的能力得到最大限度的发挥。

我们的行业已经给予我们丰厚的待遇，我们应当对个人的利益和职务升迁少一些计较，多考虑一下自己为单位能做什么事，做了哪些事，能发挥什么作用，发挥了多大的作用。

所以，我们要心存感恩，知足惜福，快乐工作。从自己的内心来感谢行业、感谢领导、感谢同事。以扎实的工作，来享受稳定的职业带给我的充实感，享受

完成每一项工作任务带给我的成就感，享受同事们对自己工作充分认可的满足感。

二、懂得敬业----工作之本

什么是敬业？我的理解，敬业就是认真做事，全心全意地做事。这里的认真，不是指偶尔认真，而是长久地、持续地对每件自己该做的事都认真做。

三、担当责任----工作之力

工作就是责任，态度决定一切。责任心是成就和发展事业的基础，也是我们做好本职工作的前提。一个有责任心的人，一定会认真思考，勤奋工作，细致踏实，实事求是；一个有责任心的人，做每一件事都会坚持到底，按时、按质、按量完成任务。

作为一名公路管理者，更应努力践行“执法求公正、服务逆文明”公路理念，认真履行公路法赋予我们的职责，为公路事业发展再立新功。

感恩的心得体会 2

今天下午，我们学校开展了感恩教育活动。全校同学一起坐在塑胶草坪上，家长们坐在我们的板凳上。

活动开始了，张云栋老师拿着话筒对我们讲了一个故事：有一位单身母亲好不容易才把自己的孩子带大，因为这个孩子很努力，所以他考上了清华大学，这位母亲想让自己的儿子考上博士，她就在大街上捡垃圾为生，养活自己的孩子……张老师讲的这个故事感动了全校师生，让我们知道家长对我们孩子的关心和爱护。

张老师又让我们找一找家长的白头发又多了几根，脸上有没有皱纹？家长的手暖不暖和，衣服穿了几件？他还让我们跪在家长面前，让家长重新看到我们生出来的样子。

我们抱着家长，都感动地流下了眼泪，真是“谁言寸草心，报得三春晖！”

感恩的心得体会 3

11月29日晚上，清华大学心理系知名教授樊富珉为我们上了一堂团队心理辅导课——《感恩工作坊》，充满着无限感恩的氛围贯穿于整个活动之中，全体学员受到极大感染，有的甚至声泪俱下，协助的研究生们奔跑其间，温情地送上洁白的餐巾纸，如今都过去几天了，仍然令我难忘，感动着我。其中有一个环节，分小组活动，要求每个学员筛选三个值得感恩的人，说说为什么要感恩他们，你想对他们说什么？每个人写在纸上后，进行组上交流，再全班交流。令我感触最深的是一位来自崇州的四十多岁的张凤老师，张老师谈到她非常感恩自己的父母，是父母给了她生命，培育她长大成人。因此，张凤老师是一个孝顺的人，每天都要陪伴着父母，孝敬父母。在张老师潜移默化的影响中，张老师的孩子从小就懂事、孝顺，如今虽读大学，仍然是一个孝顺的好孩子。在家时，总是抢着做家务，为父母分忧，就连与母亲一起过马路时，也很自然的搀扶着母亲。张老师是成功的，家庭成功、婚姻成功、育子成功、事业成功，是多么令人羡慕，多么令人钦佩，多么令人感动！

家庭氛围的营造对孩子的影响是多么的大啊！父母是孩子的第一任老师，其一言一行都在悄无声息中给予孩子心理暗示，无不影响着他们的成长。一个连自己的父母都不孝敬的人，怎能让自己的孩子孝敬他呢？一个心无感恩的人又怎能培养出心存感恩的孩子呢？。同时，一个连父母的养育之恩都不懂得感激、回报的人，根本不可能懂得感恩他人。因此，让孩子从小学会感恩尤为重要，父母不仅要为孩子作出表率，而且要让孩子切实感受到父母为自己所付出的辛劳，亲身体验是最具有说服力的，作为家庭的一份子，有责任、有义务承担家庭的部分工

作。榜样是潜移默化的教育，亲身体验也是对孩子很好的一种教育方式。因此，作为家长，应该为孩子创设一个良好的，有利于孩子健康成长的、充满无限爱与感恩的学习、生活的家庭环境。

感恩的心得体会 4

爸爸妈妈是这个世界上最爱我的人，相信这个道理谁都懂。我呢，也一直都明白“父爱如山，母爱如海”的道理，在写作文时，也习惯了大唱老爸老妈的赞歌，赚取老师的感动。但是，真正到了生活中，面对我们的父母，却总是将他们的爱视作理所应当，不自觉地任性蛮横，无理取闹。

这是因为，在父母面前，我们可以真正地卸下伪装，放松、放肆地做本真的自己，有委屈就讲，有眼泪就流，有脾气就发泄出来。这些本无可厚非，如果我们在家里还戴着面具，那做人不是太累了？但是如果我们能够更多地体会到父母对我们的爱，便可以更好地体谅他们，理解他们看似蛮不讲理的背后一片良苦的用心。

小时候的我只懂享受父母给自己的宠爱，但随着年龄的增长，我渐渐明白，感激父母的恩情，是每个人都应该、也值得去做的。记得姥姥和姥爷相继去世后，妈妈哭得伤心极了，一直喃喃自语：“这个世界上再没有这样人疼我了作文；…”我在旁边安慰她说：“没事，还有我和爸爸呢！”妈妈却摇摇头，告诉我，那不一样。起初我不懂，我和爸爸都很爱妈妈，怎么不一样？但在某一刻我顿悟了，因为这个世界上真的没有第三个人，会像爸爸妈妈那样疼爱我，无条件接纳我一切，只知付出，不求回报。

子欲养，而亲不待。对现在的我们来说这句话似乎遥不可及，但我们要是能更早的意识到爸爸妈妈对我们的爱是独一无二、无可取代的，早点开始珍惜他们，努力疼爱他们、孝顺他们，不是再好不过吗？

有些东西失去后还可以争取回来，但爸爸妈妈总有一天会离开我们，到那时才学会珍惜，再懂得感恩，真是连后悔都来不及了。或许我们不一定要在重大节日作出多大的表示，只要在平时多关心多体谅他们，多为他们分担力所能及的家务事，多担起家庭的责任，照顾好自己不让他们担忧牵挂，多从他们的唠叨中体会出爱，而不是不耐烦，这就是最大的孝道。

自从我看了《花儿开了，就感谢》之后，我深受启发，一首歌里唱过“感恩的心，感谢有你，让我一生有勇气做我自己，感恩的心，感谢命运，花儿开花，我依然会珍惜。”这首歌充分地表达了我的心情。

早晨，我起床，小屋里射进两三方斜斜的阳光，我在阳光的照射下，十分温暖，我伸了伸懒腰，感恩上天给我温暖的太阳；我下了床，穿完衣服、裤子，感恩这张床给了我一夜的好觉；我刷完牙，感恩牙刷，牙膏使我有两排洁白的牙齿；我洗完脸，感恩水，她让我有一张干净的脸……

吃完早饭，我背起书包，又蹦又跳地到了学校，又一天与老师开始亲密接触。老师教我们许许多多的知识，教我们如何做一个勤勉、爱国、正直的孩子，我感恩老师，在我们受伤害的时候是老师用温柔的手抚平我们的创伤；在我们快乐的时候，老师与我们一起分享着快乐，在我们犯错的时候是老师纠正了我们，在我们骄傲的时候，老师严肃地告诉我们，骄傲的孔雀是飞不高；我感恩老师，她从不要求自己的学生，做高山上的青松而不做山脚下的野草。她从不介意自己的学生做了鲜花还是绿叶，她常对我们说，每个人都有自己的闪光处，只要你坚持不懈地去挖掘，总还是有的。她说，鲜花没有绿叶的陪衬也是显现不了它的美的。尽管她不是一位哲学家，只是一位平凡的老师，但她一番话，让我学会了感恩，让我们懂得什么才是真正的生活。

当我结束一天的学校生活，背着沉沉的书包回家的时候，是奶奶慈祥的脸迎接我，是爸爸微笑的脸迎接我，是妈妈一桌热腾腾的饭菜迎接我，我感恩我们这个美好的家——我的情感驿站，我的安全避风港。

感恩可以让人看到人生美好的一切。让我们做一个心存感恩的人，这样的世界不是很美好吗？

感恩的心得体会 5

感恩节的这一天如约而至，学校也举办了相关的活动，在这一天中我们了解到了很多的感人事迹，似乎也更加明白了为什么我们的父母和老师都在告诉我们要常怀感恩之心，“人非草木，孰能无情”，正是因为如此，我们才更要将内心的情感唤醒，做一名高素质的学生。

这世间万物存在即合理，而我们生活在这个五彩斑斓的世界中，要感谢的人或事实上有很多，甚至有一些是被我们忽视掉的。正如这个世界，我们生存于此，要感谢大自然的土壤、氧气、水源……这是我们生存的条件，而这些都是大自然给予我们的，而我们对其心怀感恩的最好方式就是要学会去爱护她，珍惜每一种资源，比如我们身边的小事：不随地扔垃圾、随手关上水龙头等等，每一件看似不起眼的事情，实则都起着非常大的作用。

而我们最常说的一定就是对父母的感恩，这是生养我们的人，给予我们生命，让我们健康地成长，这一路的成长，他们又有怎样的辛苦，我们的理解都是浅显的，父母的恩情大过于天，“乌鸦反哺，羊羔跪乳”，在这世间，不管是人还是动物都明白要感恩父母，而我们在平时应该如何去做呢？在我看来就是不去忤逆父母，作为子女多从父母的角度出发去思考问题，不要局限在自己的世界中，对他们多一些关心，这就是最简单的方式。这也让我不禁想起来，有一次与妈妈出去逛街，我们挽着胳膊穿梭在店铺之中，妈妈似乎很感慨地说了一句，“一天天的长大了，不知道还能陪在妈妈身边多长时间”，是啊，人生不过短短几十年，在我们有时间去表达内心的感情的时候，我们不应去吝啬，父母的爱都是那样的无私，我们又为何不去表达对他们的感恩之情呢？

同时，我要感谢教会我知识和道理的老师，师恩是我们应该一辈子铭记的事情，还记得在我成绩不理想时，是老师重新给了我信心，让我有了再次站起来的勇气，每一件事情我都不忘记，所以在感恩节这一天，希望老师能够照顾好身体，谢谢他们曾经的每一句鼓励，学生此生难忘，这份恩情也会永远牢记于心。

常怀感恩之心，时刻提醒自己对身边的人和物表达自己的感恩之情。

感恩的心得体会 6

我不是一只雄鹰，却渴望完美的飞翔，是企业给了我广阔的天空和起点，让我展翅飞翔。感恩企业心得体会 3 篇

记得那是__年7月的一天，公司到我校招聘，我十分激动，准备好了所有的荣誉证书和技术资格证，开始了决定人生命运的应聘。当我通过了初试和复试、获得认可、在合同书上签上自己名字的时候。我哭了，泪水滚烫地滑过我的脸颊，我深深知道，这是幸福的眼泪，也是辛酸的眼泪，更是期待以久的眼泪。

我特别渴望获得一份工作，需要通过工作挑起全部家庭重担。我是来自山西农村的一个孩子，家里三代人居住的是经常进风漏雨的土坯房，直到我外出读书时也丝毫没有改变过。积劳成疾的父亲被严重的脊椎病变成了一把弯刀，深深扎进我的心里，在母亲那锉刀一样粗糙的双手里成长，我刺痛，我内疚，我自责。我所感知和所经历的一切困苦都需要改变，通过我获得一份工作来彻底改变。在我读书期间，父亲的一场大病，让我深深体会到了无助，我不但无力提供医药费用，而且需要从他们微薄的农业收入里获取生活费。我需要有一个工作的机会，这个愿望是如此的强烈，这个愿望的基础是报答父母的恩情。

是企业给了我这个机会，我在内心深处感恩于企业。

当我通过工作获得第一份宝贵的工资收入时，我的手在颤抖，我终于独立了，在其他同事上街购物来享受劳动成果的时候，我却把它一分不差地存入银行，

我知道我们不一样。同样，在企业给我的这个起点上，我需要以最大限度的努力发起冲刺，期望比别人跑的更快，走得更远，也期望通过我的有效劳动来回报企业给我的这次工作机会。

在协助张士站技术组作资料的工作中，我对自己提出了这样的标准：当日事当日尽，无论发生什么情况也决不动摇。在10月份，我经历了工作以来最大的挑战。由于检查部门对资料填写的不确定性，车站资料需要重新来过，也就是说从基坑开挖，到做底板，中板，共18段，每一段包括钢筋、混凝土检验批、隐蔽工程以及施工记录，检查证等都有50多页，只修改手写版的就上千份，还要修改电子版本。这是一个数量惊人的整改工作，15天时间我完成了任务。这15天我不断克服自己越来越急躁的情绪和无法入睡的痛苦，完成了工作对我的挑战，保证了资料及时、到位、和正常施工需要。

因为感恩的思想支配我的全部，我必须减少我的生活开支，也必须做好组织交给我的工作。

从女人的心理需求和社会认知上讲，我也有时尚消费和展示美好一面的需求，感恩父母改变家庭环境的愿望使其他东西显得无足轻重，每月薪水的积蓄在一点点上涨，改变家里现状的目标在一步步靠近；工作两年来，我光顾过沈阳大大小小的商场却始终未能为自己很好添置新衣或自己喜欢的东西。底当我的积蓄，离为家里盖新房还有一步之遥的时候，党组织为我圆上了报答父母恩情的梦想，作为困难党员，组织的经济援助使三代人住新房的梦想成为现实，当我看到父母惊喜的和难以置信的表情时，再一次为企业和组织的帮助流下了眼泪。

我必须努力工作，我知道报答企业的最好方式就是又好又快地完成好自己的工作，10月组织调我到工程部

管理内业资料，由于对业务的不熟悉，我以最短的时间从头至尾将55个档案盒的全部资料梳理了一遍，对一些漏登文件和容易混淆的公用文件进行了全面清理、分类和存档，做到了资料随要随查。不仅如此，在经理部组织的各种活动中，

我都感怀报恩之心，从每一笤帚扫雪、每一铁锹除渣、每一次擦洗围挡中体会报恩的感觉，报恩是无疆界的。我自学了《工程造价管理》、《隧道施工》等书籍，我深深体会到，扩大知识面、掌握更多的技能、才能更好的回报企业，才能成为新时代的员工，尽管，我从一名大学生变成了熟练业务的资料管理员，但这仅仅在企业给我的起点上迈出了第一步。

一首《感恩的心》激励着多少人的成长，“我来自何方？像一颗尘土。有谁知道我的脆弱？”是啊，我们生存在这个世界上，一个人就像一粒尘埃一颗草芥，在天地之间是那么的渺小。但是，进入公司这个强大的舰队后，我们的内心变得如此的强大，大到可以用微薄的力量去对抗那未知的命运。

当我知道我的一些分配到其他单位的同学，已经因为企业的缘故，被迫回家待岗或者即将面临失业的消息后，内心更加复杂，我一次次地告诉自己，能在这样宽容的企业里工作怎能不生发热爱之情、报恩之心，又怎能不加倍地努力工作？

我们没有理由不做这样的思考：责任和忠诚的背后是感恩，感恩的背后是动力和信念，它们为扬帆万里济沧海奠定了必胜的基础。

让我们共同建设企业，共同创造财富，共同迎接挑战吧，我相信企业给个人创造的蓝天越辽阔，个人的飞翔就越自由越完美。让我们与企业一起创造更美好更辉煌的未来吧。

感恩的心得体会 7

首先，我要表示感谢，感谢学校给我提供了这次重新学习和聆听报告的机会；还要感谢张老师的精彩报告，使我能够对教育孩子，甚至自身生活也有了一个全新的认识。

在树立感恩的观念上，其实在我们的意识中是存在的，但听了张老师如此精彩的分析和讲解后，使我更有了一个深刻的理解。只有常怀感恩的心，才能更珍

对周围的人、事物都心存感恩，更是一个人心地宽广的表现，也是积极生活的一种态度。

我们感谢生在中国，使我们可以学习源远流长的中华文明，如果不是这样，我们怎能学习和传承五千年的文化，作为一名中国人，没有人不受中华文明的熏陶，没有人不受中华文化的影响，谁不承认内心没有中华文化的烙印。我们现在所拥有的一切，又何尝不是得益于中华文明，又怎能不感谢生在中国？

我们感谢父母，是父母带我们来到这个精彩的世界，使我们能经历如此丰富的人生，领略如此纷呈的世界；是父母无私的奉献、不求回报，我们才能健康成长；是父母的每一句叮嘱每一声呵护、是父母的牵挂和关心在不停的陪伴我们，我们怎能不发自内心说出对父母的感谢？

我们感谢老师，俗话说十年树木、百年树人，可见教育对人一生的重要，是老师无私的把知识传授给我们，不厌其烦的讲解，才使我们能真正掌握知识，在我们的人生点亮明灯，老师只求桃李满天下，又何曾想过得到回报？

我们感谢朋友，在成功时给我以庆祝，在失败时给我以鼓励。

我们感谢挫折，使我们能正确面对现实，重新审视自我。

我们感谢周围的一切事物，常怀感恩之心，才会感受到爱，才会宽容的面对一切。人人都心怀感恩之心，人人也才能得到应有的理解和尊重。

常怀感恩之心，从我做起，从现在做起。

我们经常在颂读诗文时，会有人生苦短、时不我待的感触：“少壮不努力，老大徒伤悲”、“一万年太久，只争朝夕”、“君不见，高堂明镜悲白发，朝如青丝暮成雪”，确实是这样的，听了杜老师分享的故事，更使我们得以理解，所有的机会都是有时效的。

“三更灯火五更鸡，正是男儿读书时”，人的一生，最好的学习机会就是在青少年时期，不仅是知识的积累与沉淀，更是人生价值观、责任感形成的重要时

做到的，我们能做的就是把握现在，把我们目前的事做对、做好，就是把握住了机会。

做为一名家长，常怀感恩之心，把现在的事情做好，不仅是自己生存发展的需要，也是教育子女最重要的一点，身教胜于言传，我们说一千遍，不如我们行动起来、做一遍，我们在做，子女在看、在学，也才是最有效果的教育。

以上是我聆听报告会的肤浅感受，不当之处，请老师指正，不胜感谢！

顺祝身体健康，工作顺利！

8

近日我在公司培训，观看了李强教授的讲座视频《感恩忠诚责任》，让我对个人与企业整体的关系处理问题有了深刻的理解。这次培训时间不长，但对我开拓视野、提升思维、优化理念、充实经历、提高能力帮助很大，深感受益匪浅，有以下心得体会。

在忠诚这个课题上，李老师着墨甚重，这足以看出忠诚对企业，对集体合作的重要性。“别人对待你的方式，都是你教给别人的。”很多时候，我们都会觉得世界很不公平，自己得到的总是不多，但是正所谓种瓜得瓜，种豆得豆，世界总是处在一个有规律的因果循环之中，当我们面对生活中的“不公”，譬如自己工资不够高，待遇不够好，别人对待自己态度冷漠时，我们应该学会反思，想想自己有没有为企业奉献自己的全部力量，做出相应贡献；想想自己平时有没有站在别人的角度上思考问题，体会别人的感受，是不是积极帮助别人排忧解难。只有忠于集体，忠于他人，别人才会真心对你，所以在工作和生活时，要从实际出发，不弄虚作假，要真诚待人，与同事搞好关系。只有这样，我们才可以收获事业的成功和真诚的友谊。

李老师在讲座中说道：时势造英雄，我们要依靠组织。这句话给了我很大的启示，个人的能力在团队中才能更好的得到发挥，团队给个人提供的支持是成功的必要保证，没有人的成功是完全依靠自己的努力就能取得的。在工作中，我们要团结同事，发挥团队的力量，不能让个人英雄主义冲昏头脑，急功近利，从而影响到集体的协作，给企业带来损失。

一个合格的员工，要忠于自己的团队，要忠于自己的事业。看了李教授的讲座视频，我更加深刻的体会到忠诚和团结的重要性。我想在我未来的工作中，我会端正我的工作态度，积极融入集体，在团队中奉献自己的力量，在团队中实现自己的价值，严格要求自己，不断提高自己的能力。我会用自己的血汗做资本，为企业的发展尽自己的一份力量。

通过培训师李强专题“忠诚、责任、感恩”主题教育活动学习，深刻地认识到你最大的忠诚就是你的坚守。忠于组织、忠于团队是每一名员工必备的要素条件。

1、首先要忠于自己的事业，永不放弃：你所拥有的一切是你的付出换来的，既然选择玫瑰，就要永远忠诚于爱情。信念来自于对自己的忠诚。

2、如何打造自己的团队：信任 团结 推崇 协作 原则 自检

名禽择木而栖，名臣择君而侍。志不同道不合，不相为谋。用自己的行动、语言和爱来推崇我们的民族。乐到无求身自高，生命短暂，享受生活最重要。

心在哪里收获就在哪里：机会永远是属于哪些有准备的人，知道就要做到，做到就要干好。每天必须告诉自己四件事：想你该做的；说你该说的；做你份内的；改你做错的。人生处处是考场，人生事事是考题。好的结果需要认认真真做事的精神。

人不能忘本，人只有反思，才能回到一个伟大的起点，也只有团队才能致胜。必须懂得协作、和谐的重要性。刚毕业的大学生切不可把学历当成能力，要认清事实、时势，脚踏实地，懂得奉献才有收获！

悬崖边，沟壑旁，山脚下，常常生长着一些叫不出名的小草，他们身形矮小，叶子翠绿。他们或倔强地屹立在悬崖的缝隙里，或坚强地挺立在沟壑的背脊上，或顽强地匍匐在山脚的乱石中，那么的让人忍不住多看一眼，再多看一眼……多想跟小草聊聊心里话……

于是——

我问小草：你独自在悬崖边，孤独吗？

小草微笑：孤独？世间有多少人比我孤独，虽然他们身处闹市，可心毫无寄托！我虽长在悬崖边，可我扎根大自然，装点大自然，给大自然点点绿色，我心里充实，我不孤独！

我问小草：你趴在沟壑的背上，藏在沟壑的肚子里，委屈吗？

小草微笑：沟壑的背是我的摇椅，肚子是我的床，春来我发芽，夏来我茂盛，秋来我泛黄，冬来我深眠。沟壑给我养分，也给我遮风挡雨，我感谢他，我不委屈！

我问小草：你躺在山脚的乱石中，有时被人踩，有时被人“打”，有时被人连根拔起，害怕吗？

小草微笑：害怕？人生在世间，无论是环境优越还是环境恶劣，都有被人伤害的可能，今天你打了我，明天我碰了你，天地之大，何处无摩擦？肉体的伤害咬咬牙过去了，那内心的伤害如何治愈？我长在自然中，汲取大自然给予的甘露，即便是死又如何？我不害怕！

我问小草：同为自然的造物，你没有牡丹的高贵，没有茉莉的清香，没有玫瑰的妖娆，也没有兰花的珍贵，你嫉妒吗？

小草微笑：嫉妒？我不知比较，我清楚的知道我生来就这样，就如每个人都无法选择自己的出身一样。我欣赏自己的独特，同样赞赏他人的美，造物主就是一个能工巧匠，他鬼斧神工般的让大自然五彩斑斓，各司其职。无论是牡丹，茉莉，玫瑰，还是兰花他们有他们的使命，我亦有我的职责，默默的奉献自己的一点绿，我知足，我不嫉妒！

我问小草：你惧怕狂风暴雨吗？他们会随时将你摧残。

小草回答：狂风暴雨的确猛烈，他们若能将我打到，这也正说明了我不够强大，我会继续磨练自己！有一天当我没有因此而消极，一蹶不振，我又一次站起来的时候，说明我长大了，我感谢他们对我的考验。人不就是如此吗？只有经历了种种磨难后又一次次爬起来，站起来，挺起来，才能让自己从容面对风雨，让自己立于人生的不败之地，笑傲人群中，收获自己人生的果实！

我问小草：既然来到世间，总有所求，你有什么求呢？

小草回答：是呀，无论是谁来到世间走一遭，都有所期冀，有人盼望功成名就，有人盼望家庭幸福，有人盼望事业有成，有人盼望儿女双全，父母康健。……我也一样，我祈求自然和谐，风调雨顺！

我问小草：你活的如此自在潇洒，活的如此坚强，有人伤害了你，背叛了你，你怨吗？你恨吗？你会原谅吗？

小草回答：人世间的确有太多的纷纷扰扰，恩恩怨怨。只要是伤害，背叛，就肯定会怨，会恨，工作总结可既然能对你造成伤害，构成背叛，正说明他是你的亲人，只有至亲的人才伤得到你，不是吗？既然是亲人可以不原谅吗？这原谅的决心，原谅的过程，真的让人难以承受，那是心在滴血，那是针在扎，那是石在堵，那是内心深处两个魔鬼的较量，撕扯……佛说：世间万事，要看得开，放得下。“看得开，放得下”，说来六个字，用时不到一秒钟，可做起来呢？也许一年，十年，甚至一辈子……。可无论多难总要学着原谅，因为你们是至亲的人，因为生活还要继续，因为前方的路还得赶！

我问小草：有人伤害了你，背叛了你，一次你原谅了，如果又一次揭开了你的伤口，并撒上了盐，还原谅吗？

小草回答：问问你的内心，他还值得你要吗？一个人如果被人原谅过一次，可还重蹈覆辙，我想这样的人也就不值得你留恋了，放手也许是对自己最好的交代，对自己最真的负责，你说呢？珍惜该珍惜的人，放手该放手的人，让自己的生活——风来花自开！

……

生活中太多的“？”需要变成“！”，惟愿每个人都能像小草般坚强，如小草般通透，若小草般豁达，凡事力求“看得开，放得下”，少一点猜测，少一点抱怨，少一点伤害；一生追求“看得开，个人简历放得下”，活得豁达，活得坦荡，活得真诚；心存感恩，抛却纷纷扰扰，恩恩怨怨，也活得自在，活得洒脱，活得真实！

10

落红的誓言“落红不是无情物，化作春泥更护花”，这是花儿对大地的感恩；“羊有跪乳之情，乌有反哺之义”，这是动物对父母的感恩；“士为知己者死，女为悦己者容”，这是人类对知音的感恩。因为懂得感恩，他们就拥有了一颗金子般的心；因为懂得感恩，他们才创造了人世间许多传奇；因为懂得感恩，这世界才会如此充满温情美丽。而我们生活在当下。这是最糟糕的时代，但也是最美好的时代！我们赚的钱多了，人情味却少了；我们的交通工具更先进了，公交车上站着的老人却更多了；我们登上月球探索太空，却不愿伸手帮助对面的邻居……然而，不是一切大树都被暴风雨折断，不是一切种子都找不到生根的土壤，不是一切真情都流失于人心的荒漠。在现实生活中，我们仍然可以见到一幕幕感恩的动人场景，这些场景震撼人心，催人泪下。

数十年为战友守墓，矢志不渝，是陈健对牺牲的战友的感恩；让 118 名贫困生重返校园，是从飞对生我养我的父老乡亲的感恩；田世国捐肾救母，是儿女对父母三春晖的感恩；带着病残之躯日行百里，对伸手援助自己的人说声谢谢，是黄舸父子对付出关爱的人的感恩……正是他们，用最朴实的方式，传承着我们民族千百年来的优秀传统，向世界展示着我们民族独特的风情。人世间没有不绝的风暴，感恩却有其不绝的风情。感恩是一首古老的歌，唱起来才知道清韵袅袅；感恩是一杯醇香的酒，品完后才知道余味无穷；感恩是一把风雨中的伞，撑开后才知道无风无雨；幸福之花，开在感恩枝头，灼灼其华！懂得感恩，学着去感恩，冰冷的世界才变得温暖，单调的生活才多姿多彩。学着去感恩，回应着恩情，将别人无私的关怀和帮助传递，让每一个苦难的心灵接受爱心的呼唤，这世界将因感恩而美丽！拂去世俗的尘埃，让我们尘封已久的感恩之心焕发它的光彩。

只有真正拥有一颗感恩的心，方可欣赏人生，感悟人生的真谛和美好。携一颗感恩之心上路吧，学会感恩，让感恩后的幸福长留心中，纵然有一天成了落红，我依旧要化作护花的春泥！评语：即使我是落红，依旧怀着感恩之心，化作春泥更护花！立意高于一般的感恩类__，语言精美老练。相信自己，有梦在，就能飞翔！努力吧！

感恩的心得体会 11

生而为人，要感谢父母的恩惠，感谢师长的恩惠，感谢国家的恩惠，感谢大众的恩惠；没有父母养育，没有师长教诲，没有国家爱护，没有大众助益，我们何能存于天地之间？所以，感恩不但是美德，而且是一个人之所以为人的基本条件！

心怀感恩去工作，每一份工作或每一个工作环境都无法尽善尽美，但每一份工作中都有许多宝贵的经验和资源，如失败的沮丧、自我成长的喜悦、温馨的工作伙伴、值得感谢的客户等等，这些都是工作成功必须学习的感受和必须具备的

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/308014077125006132>