

2023年奋斗是青春的底色 坚守底色题记 心得体会(精选6篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

奋斗是青春的底色篇一

底色指的是一个人的基本道德准则和人生态度，是一个人立身处世的根本。而题记则是镌刻在人们心中的箴言，能够指导人们的言行。本文主要围绕“坚守底色题记”的主题展开，旨在探讨为什么要坚守底色和题记，以及它们给予我们的启示。

第二段：底色的重要性

底色是一个人立身处世的基石，它包括人们的道德品质、人生准则、家庭观念等等。一个有底色的人会正直、诚实、守信，这样的人总能赢得他人的尊重和信任。而没有底色的人则往往面临丧失社会声誉、丧失他人信任的困境。底色是人的灵魂，它给予人们信心和勇气去面对困难和挑战，是一个人一生的向导。

第三段：题记的作用

题记是一种警示、提醒人们的格言或箴言，它以简短明了的语言将深刻的道理传递给人们。一个好的题记能够激励人们积极向上、努力奋斗。它可以起到纠正人们错误行为、引导人们正确行为的作用。当人们遇到困境和挫折时，良好的题记能够帮助他们保持积极的心态，勇往直前。题记可以成为人们心中的座右铭，引领人们追求更美好的人生。

第四段：守住底色题记的意义

守住底色题记对于一个人的成长和发展至关重要。当困境来临时，人们往往容易迷失方向，容易受外界环境的干扰而迷失初心。而守住底色和题记，就是守住了一个人最基本的原则和信念，能够帮助人们在困境中坚持。守住底色题记还能让人们在成功时保持谦虚、不骄不躁，避免得意忘形。守住底色题记是培养健康人格和高尚品质的基础，同时也是一个人日后大展才华的保证。

第五段：给予我们的启示

坚守底色题记是每个人应该具备的品质，也是一个人取得成功的关键。我们应该时刻提醒自己守住底色，不忘初心。同时，我们也要选择合适的题记，让它成为我们内心的力量和座右铭。无论是面临困境还是成功，我们都应该坚守底色题记，做一个坚定有底线的人。只有守住底色题记，我们才能走得更远、更稳健。最后，希望每一个人都能坚守底色题记，成为社会的中流砥柱，为构建美好的社会做出自己的贡献。

总结：

底色和题记是一个人立身处世的基础，守住底色题记对于一个人的成长和发展至关重要。它们能够给予我们信心、勇气和力量，帮助我们在困境中坚持，避免得意忘形。守住底色题记是每个人应该具备的品质，它是取得成功的关键。只有守住底色题记，我们才能走得更远、做一个坚定有底线的人。希望每一个人都能坚守底色题记，成为一名无愧于自己的人。

奋斗是青春的底色篇二

年轻的同事要我传授如何做到好心态的秘密。其实我并没有比一般人命更好，我出生成长在物质和文化都极度匮乏年代

的偏远农村，少女时我没有令少年倾心的俊俏，青春时期我的自信被现实无情地抛弃，我嫁的夫家一贫如洗，丈夫也是壳厚得一针扎不到底，我在职场上曾被几个上海女人折磨得不能坚守，也曾经为同僚间的尔虞我诈夜不能寐，我父母的早逝在我心口留下经年不愈的伤。但是我从未放弃过对美好生活的向往和追求，在哪里跌了一跤，爬起来看看是什么将我绊倒，然后继续赶我幸福的路程。也许有人认为为此我要付出多少的努力，需要多大的勇气，其实不然，做到这些对我来讲，是很自然也很正常的事情，不需要付出额外的努力，这源于我太阳般明亮的生命底色，那是生命的源动力。

因为在家中是最小的孩子，所以我得到的爱和关注更多些，我再闹父母也没有把我扔给长姐长兄带，我记得很大还在吃母乳，直到五六岁还和父母同住，我记忆中的幼年都是在妈妈温暖的怀里。在那个年代我可能营养不良，但对爱的需求确是充分的满足，幼年时期充分的爱为我的人生打下了明亮的基调。我感谢我的父母给了我足够的关注和爱，让我的人生充满亮丽的色彩。有一个从事心理行为学方面培训的讲师，女儿三岁了还在给她哺乳，这在现代这个所谓文明进步的社会近乎于怪物，然而我懂得，那是她对女儿的爱护。

人的幸福感跟金钱和财富到底有多大关系是讨论不清楚的话题，但和生命的底色确有着直接的关系。生命的底色形成于我们的婴幼儿时期，尤其是三岁之前，这底色是明亮还是灰暗，与物质没有任何的关系，婴儿期需求充分满足的孩子，底色就是生命原本的亮丽色彩，而有多少的不满足，在这底布上就有多少的阴霾，再多了就连底色也变成灰暗的了。要知道这底色对人有多重要，有着明亮生命底色的人也会有创伤，也会有阴云密布，但一旦散去，漏出来生命底色便是阳光灿烂。他们的生命像阳光般明亮，他们无论走到哪里，也都如太阳般温暖照亮着别人。而如果底色是灰暗的呢？无论曾经有过多少温暖和欢喜，消散之后挥不去的依然是忧伤阴郁。

“谁敢说一个笑容可掬的人，其灿烂表像下不会是一张流着泪的脸？”写出这样文字的人，一定没有体会过内心阳光灿烂

的坦然，拥有灿烂生命底色的人，那张流泪的脸一定不会隐藏在下面，他们会流泪，但是会像婴儿一样，脸上的泪珠未干，便会绽出灿烂的笑容。

这就是为什么无数心理学家在不停呼吁，给孩子他们应该得到的关注。因为这关乎一个人一生的幸福旅程。一位大师在他的书里写道：如果你希望你的孩子拥有一种品质，那么请祈祷是乐观。而这乐观的品质便埋藏在生命的底色里。

心理学的基本知识在中国如此不普及，真是悲剧。也许这发源于西方的人文科学总有一点神秘，也许心理学家都过分的理性，写出的文字晦涩难懂，而可以写出打动人心文字的文人又太过感性，跳不出自己认知局限，走不进这门理性的学科。这门学科实际非常易懂，但又对人生有如此重要的指导作用，虽然不是让我们摆脱所有烦恼，但至少对我们孩子的教育会非常受益。

很多我们没有记忆的幼儿时期的经历，全部被填入了生命的底色，而我们长大后全部的努力和经营，都是在这块底色上构建搭起。比如有的人很难给家人拥抱，源于他婴儿期没有得到母亲足够的拥抱，人给不了自己没有的东西，正如没有吃过梨子的人，他不懂得他的甘甜可以消除病痛。得到充分关爱的婴儿长大后可以关爱家人，因为他们有。而没有被充足关爱的婴儿，长大后在这方面表现出来的就是麻木和冷漠。

如果一个人的生命底色已经是灰暗的颜色，也不意味着要灰暗地度过一生。只要努力，只要不放弃，多和自己的内心联系，慢慢体会到自己的感觉，就可以将底色上的灰暗一块块除去。也许需要付出多一些的努力，但那完全值得。任何人都有幸福快乐的机会和可能，只要自己不放弃这样的权利。

奋斗是青春的底色篇三

第一段：引言（200字）

在日常生活中，我们经常会对各种各样的困难和诱惑，需要不断地坚持自己的底色，保持内心的坚守。底色是一个人立足的基础，是人格的象征，它象征着人的原始本性和内在的品质。在面对外界诱惑的时候，人们常常会迷失自己，背离自己的底色，这时候，题记作为心灵的指南，在坚守底色方面起到了不可忽视的作用。本文将围绕“坚守底色——题记心得体会”展开阐述。

第二段：题记的作用（200字）

题记是一种常见的文学形式，它以精炼的文字、深入人心的意境，表达了作者的情感和观点。题记有助于人们在自我迷失时重新找回自己，坚守底色。题记的深刻和言简意赅的特点，使其能够激发读者内心的共鸣，并引起人们对底色的思考和追求。“志士不饮盗泉之水”、“饿了么，金钱和传说”等经典题记使人们在物质诱惑面前坚守底色，对自身价值观进行思考。

第三段：如何坚守底色（300字）

要坚守底色，并不是一件容易的事情。在日常生活中，我们常常会面临各种各样的诱惑和困境，容易轻易地背离自己的底色。为了保持底色，我们可以从几个方面着手。首先，要有坚定的信念。只有坚定的信念，才能让我们在困难面前保持冷静，并坚守底色。其次，要注重家庭教育。家庭教育是一个人底色的基石，家庭中的父母应该起到良好的榜样作用，引导孩子坚守底色。最后，要学会自我约束。将自己的底线标志好，并在日常生活中严格遵守，不轻易背离自己的底色。

第四段：题记对个人成长的启示（300字）

题记对于个人的成长具有重要的启示作用。智者云“庄稼不能够离开土壤，鱼儿不能离开水源”，我们也不能离开自己的底色。题记告诉我们要坚守自己的底线，不被诱惑所动摇。在人生的长河中，我们会面临各种困难和挫折，但只有坚守底色，才能保持内心的可靠和坚定，从而在逆境中不断成长。题记也教会我们要思考和追求真理，不轻易妥协和迷失自己。通过阅读和思考题记，我们可以不断发展个人品质，树立正确的人生观和价值观。

第五段：结论（200字）

通过题记的阐述和个人反思，我们可以发现坚守底色是人生不可忽视的一部分。只有在坚守底色的过程中，我们才能保持内心的稳定和坚定，并在逆境中成长。题记作为心灵的指南，帮助我们在迷失的时候重新找回自己，并保持底色。因此，我们要学会珍惜题记的智慧，通过阅读题记，汲取其中的力量和启示，在日常生活中用行动来坚守自己的底色。这样，我们才能在纷繁复杂的社会中保持自我和独立，实现自己的人生价值。

奋斗是青春的底色篇四

人的底色，是指一个人内在的品质、道德和行为准则。有人将底色比作山顶上的冰雪，它们是人格的核心，也是一个人坚守的信念和原则。坚守底色，意味着在各种环境和诱惑面前，始终保持自己的初心和原则。底色的坚守不仅照亮了个人的发展道路，也对社会风气的净化起到了积极的推动作用。下面，我将从“努力做到诚实守信”、“坚持正义善良”、“勇于承担责任”、“保持积极乐观心态”、“传承文化经典”五个方面，谈谈我对“坚守底色”这一主题的心得体会。

首先，坚守底色意味着努力做到诚实守信。道义底线是每个人底色的根基，守信诚实体现了一个人的品德和信誉。在社

会生活中，很多时候，为了自身利益，人们往往很容易违背自己的底线。然而，只有坚守底色，无论面对怎样的诱惑和压力，都要努力做到诚实守信，才能树立起自己的信誉，树立起信任的基础。作为社会的一员，我们要坚持做到自己的承诺，并且保持言行一致，以诚实守信的底色，为自己树立起一种崇高的品质。

其次，坚守底色是要坚持正义善良。正义是社会发展的基石，也是一个人价值观的准则。作为一个受良好教育的人，我们要坚持正义善良的底色，不仅要主动参与到社会公益事业中，还要帮助身边的人，关心弱势群体，关注社会问题，以实际行动去推动社会的公平正义。坚守底色的人不会袖手旁观，他们会毫不犹豫地站在正义的一端，用善良的心去关爱这个世界。

第三，坚守底色是要勇于承担责任。人生是一次永不回头的旅程，每个人都要为自己的选择负责，为自己的行为负责。坚守底色就意味着勇于承担责任，无论是对自己的人生还是对社会的发展。坚守底色的人会优先考虑自己的行为对他人和社会的影响，他们会对自己的决策和行动负责任，不推卸责任，不搪塞。只有勇于承担责任，才能走得更远，做得更好。

第四，坚守底色是要保持积极乐观心态。面对生活的起伏和困难，只有保持积极乐观的心态，才能更好地坚守底色。作为一个有理想和追求的人，我们要时刻保持对未来的期许和信心，即使面临挫折和困难，也要勇往直前，坚持自己的底色。积极乐观的心态不仅能给自己带来力量和勇气，也能为身边的人带来希望和阳光。

最后，坚守底色是为了传承文化经典。文化是一个国家和民族的精神表达，是一个民族的传承和发展的根基。坚守底色的人不仅要在个人品德上做好表率，还要传承和弘扬民族文化。只有传承经典，才能保持底色的纯粹和力量，为社会发

展和文明进步作出贡献。

总之，坚守底色意味着保持内心的纯净和信念，也是一种对社会的责任和奉献。作为新时代的青年，我们要时刻提醒自己坚守底色，努力做到诚实守信、坚持正义善良、勇于承担责任、保持积极乐观心态以及传承文化经典。只有用行动践行我们的底色，才能为社会的进步和发展贡献自己的力量，成为新时代的有益之才。

奋斗是青春的底色篇五

“底”在《说文解字》中解释为“下也”，意思是东西最下面的部位，“色”即颜色，底色是一个人最本质最重要的背景色，因而涂好孩子的人生底色至关重要。

家长会直接影响孩子的底色，为涂好孩子的底色，家长应努力做好榜样，因为一个新生命诞生时大多像白纸一般，家长往往是涂好底色的第一人。《布鲁克林有棵树》中弗兰西的祖母虽然没有文化，却建议弗兰西的母亲每天坚持给孩子读《圣经》和莎士比亚的作品，好让孩子处于困境中不至于沉沦，每日一页让弗兰西收获了巨大的精神财富，也为她的人生底色抹上了最为明亮的一笔。正如卡拉马佐夫兄弟所说的“一个好的回忆，特别是从父母家里留下的回忆，是世界上最强烈最健康而且对未来生活最为有价值的东西”。日本作家岛田洋七深受积极乐观的外婆的影响，尽管儿时生活拮据，却能意识到贫穷或富有并不是决定内心的精神力量。古人云：“蓬生麻中，不扶自直，白沙在涅，与之俱黑。”说的就是一个人的生长环境对个人的成长是多么重要。

但是仅仅靠家长的修养还太单薄，社会的力量也会决定孩子的底色。当下，一切都在飞速的发展，高铁动车飞机能让你说走就走，与人联系只需在手机上轻轻点几下即可，空间的距离越来越近，世界的变化越来越快。社会急功近利的心态折射在孩子底色的涂抹上，君不见社会上各种各样的速成班

铺天盖地，仿佛天才如雨后春笋，一夜之间就漫山遍野。然而孩子的教育欲速则不达，否则，孩子的底色就会变得单调乏味，甚至是荒腔走板，生命一旦陷入速度的泥淖，就像法国电影《云上的日子》中一句经典的台词：“脚步太快了，灵魂跟不上。”

孩子的底色需要家长、社会和古典文化共同涂抹。

奋斗是青春的底色篇六

人间的底色，既不是白色，也不是黑色，而是灰色。

南京这个六朝古都，我生于斯长于斯，在数不清的人文风物中我最钟情于它的巷子。

或许你会问我，南京的巷子有什么特别的呢？无非白墙黛瓦，和所有城市的巷子一样充斥着市井气。

不，不是的。我也见过北京的巷子。如果把北京的巷子比作海洋，那么南京的巷子就是行于山川中的溪。

海洋存在至明与至暗，海面如此平静温和，浪花如此闪着金光，眼前的视野是如此开阔明丽，往往会隐匿住深处的暗礁。巷子迎着光的一面亮得近乎灼眼，背着光的一面却阴暗又潮湿，像一团化不开的浓墨，困锁住一切见不得光的苦厄。

而南京的巷子，光与暗没有明显的界限，它是光与暗的交织，光中可以存有暗，暗中同样可以透过光。虽然墙仍然雪一样白，瓦仍然黑得像中国姑娘的明眸，可是投入人心上的是温和的灰。

人间的底色同南京的巷子的底色如出一辙。南京的巷子是包容，甚至宽容的。它将它的一切都剖白给你，无论是贫穷、市井，还是人与人之间自然的温情。

巷口有个小脚老太太，古板又不苟言笑。孩子见了她也要哆哆嗦嗦地绕道。可是有一天，一个约莫四岁的小姑娘哭着看着掉落在地面的糖葫芦，老太太站了起来，颤颤巍巍地走到小姑娘的旁边，变戏法一般从袖口拿出一颗糖放到小姑娘的手心。小姑娘瞪着还带有泪珠儿的眼睛，俏生生说了句谢谢，老太太弯着眉眼，即使这个笑容依然古板。

黑与白都有过分与极端的成分，唯有灰色是真实的`。

灰色，染不成白色也抹不成黑色。正是因为看见了黑中的白，在一次次失望与打击下看见了更好的可能性而非最好的定论，才会哪怕步履蹒跚、跌跌撞撞，也要坚定地走下去。

所以，所谓人间所谓人性，并非是不含杂质与丑陋的善也并非看不见光的恶。而是偶尔伶牙俐齿却不尖酸刻薄，偶尔失望却不怨天尤人，无论经历过多少不公与苦痛还是看清这个世界的阴暗面，仍然对这个世界抱有善意并且对身边的人温柔，内心依然丰富，依然对任何事情都抱有热忱。

我始终相信，即使在最冷的冬天里，灰色的石头也会在砭骨的寒风中擦出火光。