自由的心灵感悟(模板15篇)

公益不分国界，它是全球人类共同面对的重要课题，需要我们共同努力解决。公益活动要尊重受助方的意愿和需求，注重帮助他们实现自我发展和自主权利。以下是一些公益项目的推广策略和落地实施方式，给我们提供一些思路。

自由的心灵感悟篇一

他是一颗蒲公英的种子，随着风儿的步伐，飘散到远方，你也是一颗蒲公英的种子，有着一颗充满自有的心灵，我也是一颗蒲公英的种子，有一颗敢于冒险的好奇心。其实，每一个孩子都是一颗蒲公英的种子，因为那我们都有一颗充满自有的心灵，因为我们有一颗敢于冒险的好奇心！

我曾经问过他的梦想，他用渴望的眼神望向天空，然后对我说：“我目前的梦想是和你们一样，做一颗随着风儿的步伐，飘散到远方的自由的蒲公英种子，我有充满自由的心灵，我也有一个敢于冒险的心灵。

可是，我们有支配自己的时间以及自由的权利。我的每一天都得按照我的家长给我安排的时间表来进行，说是多久就是多久，就连我想要出去和同学玩，都要打一个条子，等爸爸和妈妈来审核我该不该出去和同学们玩儿。”他向我倾诉着自己的心声。我口中的那个他，是我的好朋友杨志滔。我听着听着，便想起了一次玩耍时的情景。

那一次，我，张正阳约上了杨志滔去陈祉晞家玩国际象棋。我们按照杨志滔给的地址等他，等了一上午，他还是没有出现。我们三人肚子饿得咕咕叫，正准备去吃东西，杨志滔这才急匆匆地出了门，他的身边，还跟着他的妈妈。

他看见了我们，径直朝我们走来。这时，他的妈妈不合时宜

地说了一句：“杨志滔，你有两个半小时的时间，时间到了就赶快回来。”一路上本应该是有说有笑的，可是因为杨志滔妈妈的这一句话，把这欢乐的气氛都给破坏了。

回到陈祉晞家，我们尽量输给杨志滔，让他多玩几局。突然他问了一句：“几点了？”“呃，两点了。”张正阳掏出手机下意识地回答。只听他说了一句：“来不及了。”便夺门而出。

我们三人赶紧追了出去。一直到他家楼下，不过到了两点十五分，超过了他妈妈规定的时间五分钟。只见他接了一个电话，电话传出的话音：“杨志滔，你怎么还不回来，都迟到了五分钟。”那话音像连珠炮，杨志滔没有任何解释的机会，说着说着，便“啪”的一声挂掉了电话。

我们目送他上了楼，这才回到陈祉晞家，不过却没了之前的兴致。

做一颗蒲公英种子并不难，难的是争取到自己自由的权利。

自由的心灵感悟篇二

暮冬时节的景致没有什么色彩，单一而萧瑟，今年又要准备中考，我的生日怕比这景还萧条吧。我走进教室，心里失落地想着。

下课铃打响了，一阵阵的写字声传来，让听者压抑万分。我刚离开座位，一双手拍了一下我的肩膀。

“今天是你的生日吧？”转过头，我看见一个灿烂的带着帅气的笑脸。她是我们班名副其实的女汉子，没想到细心地记住了我的生日。

“这是你的生日礼物，自己做地，观赏一下就好了，实际就

不要用了，我怕散架了。”她有些尴尬地笑着，小心地从口代里拿出一个发簪。

“紫色的……簪花？”蓦然想起几天前她无意试探过我喜欢什么颜色。心中有些感动，我接过了那枚簪子。

那是一枚很精致的铜质发簪，紫色的珠子点缀着闪着暗黄色的铜，添了几分古老与神秘。细碎的流苏如半轮弯月交错缠绕，重叠地簪花交相辉映。所有的坠饰都用细细的铜线缠绕起来，一圈又一圈……像九寨沟那般千回百转，剪不断理还乱。

“没想到她竟然为我如此细心！”我震惊诧异地看着她，瞧见了她漫起笑意的眼底淡淡的黑眼圈。

心里被深深地震感着，原来她从那时就开始为我准备生日礼物了。她，在这个充满战火味的初三，还肯抽出如命般宝贵的时间，花费自己的心力与时间，而目的只是为了送了一份生日的祝福。

“献丑了，礼物不是很精致，不过这是我的一份心意。”她笑着拍了拍我的肩膀。

阳光下，熠熠生辉的簪花如同被施了魔法一般，开到了我的心里。没有言语能诉说此时我心中的感动。我的心里，一大片一大片的花海竞相开放着，气势是如此磅礴。我知道，是她的真挚的祝福与心意，驱赶走了我内心的忧伤，让我的心开满了鲜花，充满了温暖与感动。

那一刻，我给了她一给热烈的拥抱。

自由的心灵感悟篇三

不要让世俗的尘埃遮住自由的心灵。

不要让社会的毒牙麻痹活跃的神经。

不要让时间的磨盘榨干翱翔的思想。

有些人似乎刚出生，命运就已经被他们的父母安排好，该走什么样的路，未来做什么，他们都已经知道，他们不用去思考，只要去接受，去听从父母的安排，向着计划好的路线行走。这样的人虽然吃喝不愁，未来平坦，但是失去了最珍贵的自由。他们正如金丝雀一样，已经习惯了被安排、被控制的生活，忘却了追求心灵上的自由，忘记了反抗，忘记了飞翔。

然而就算他们离开了有形的“牢笼”，他们仍不逍遥，因为他们忘了打开心灵的“牢笼”。虽然挣脱了外在的绳索，却逃离不了内心的枷锁，这才是真正的可悲。船能前进，是因为有水在推它；鸟能飞翔，是因为有风在托它。它们都是有所依靠，并不能得到真正的自由，达到逍遥的境界。金丝雀的生活也是如此，它被圈在自己的心灵“牢笼”里，无法得到灵魂的自由。人也有所待，所依赖的事物则会成为束缚绑架心灵的黑暗镣铐，总归还是生存在“围城”之中。

时间的沉淀，动物的本性被磨平，由着命运的设计，失去了自由的能力，甘愿做牢笼中的囚犯，忘了如何挣扎。如果说掌控奴役的人可恨，那么情愿被奴役的人不是也很可笑吗？我们不要忘了何为自由，因为忘了它，就失去了灵魂，失去了活着的意义。

不要做被圈养的家猪，要做一头有自由思想和灵魂的野猪。脱离心灵的暗流，放出被困在“牢笼”里的自己，让那思想，那神经，那灵魂自由。我们是独立于别人的个体，应让心灵自由，让它飞翔。

自由的心灵感悟篇四

真正写到卷子上边的已经找不到了，顺序已经完全不记得了。很多内容都没有了。作为一篇完全凑出来的文，就这样吧。

“我们再得不到自由了”——那，是你的叹息。哦不，亲爱的，我们永远不会失去一样东西，那便是任你的思维开阔的头脑。

心灵的自由是人类生来便具有的能力与权力，是任何外界的事物都束缚不了的。而唯一能束缚我们那自由的心灵的，只有我们自己。

我们都渴望自由——渴望在漫天飞花中飞舞、歌唱，也渴望在旋绕的红枫中漫步、忧伤;渴望在片片绿荫下悠然低诵、也渴望向莹莹雪花诉说衷肠……我们渴望享受这幸福与悠然，却又畏惧得到后的失去。而正是这种畏首畏尾使得我们再看不到生活的美好——当看到满天飞花，会想到花粉过敏;看到旋绕的红枫，会想到已至深秋的寒冷;看到片片绿荫，会想到汗流浃背的难受;看到莹莹雪花，会叹息：“哦!这该死的冬天!”如此一来，你如何还能感受到这生活的`美好?所以，只要你的心是自由的，现实就是美好的。

自由的心灵感悟篇五

人的行为是由我们的内心所左右的，言谈举止，行为处事都是由心去做指挥，不管是成功或失败，高兴或沮丧，都要从内心里去找到原因。我们的心随时随地都在发生着变化，不同的环境会有不同的心情，会促使我们做不同的事情。内心的快乐与平和是人人所向往的，但这种平和需要建立在不为环境所动的基础上，不为外境所动，不为物欲所引，唯有如此，才能挣脱内心的羁绊，才能收获一个好的心境，好的人生。

人的痛苦往往是因为走不出自己划定的心理界限，就像一只困在笼子里的小鸟，吃着主人给的谷粒，饮着主人倒的清水，每天刷一刷漂亮的羽毛，清一清悦耳的嗓音，悠然自得，用歌唱来证明自己的存在。但是，笼子里只能看到有限的天空，外面的世界已无从跨越，小鸟的翅膀再也不能划过群山，划过绿树，划过百花的娇艳，这种从此无法自由飞翔的生活，作为一只拥有一双灵巧翅膀的鸟儿来说，是多么大的遗憾啊!有时人类也会遇到如此境遇，一旦心的空间太过狭小，容不下天地万物，就会如笼中的小鸟一般，将自己困住不得解脱，那更是一种遗憾啊!更是一种愚蠢的表现!所以，人要学会解放自己的内心，不要被琐事所扰，要看透人生的本质，要有对自由人生的向往。

自由的人生需要我们的心首先要充满自由。心的自由，是用宽容之心去待人处事，用奉献和爱心去生活，用清净之心去安顿自己，减少无谓的私欲，真正做到无欲为乐，无欲则刚，知足常乐，对待任何的事情不奢求、不强求，随时发现生活之美，享受精神世界的快乐与幸福。如此，生活的乐趣就会油然而生，快乐与自在就会充满我们的心，而这颗心将会引导我们走向成功。成功来自于宽广，成功来自于豁达，成功来自于心与心的交流，不要把冷漠和隔阂笼罩在心头，要每天擦拭自己内心的天空，让心中的小鸟自由的飞翔，让心的静寂陪伴、鼓舞我们人生的每一段成长。

自由的心灵感悟篇六

今天，外出散步。猛一抬头，发现天空中挂着众多五彩缤纷的风筝，才发觉已是阳春三月，是啊，春天来了。

天空中的风筝在眼前晃悠悠地转动着，可脑海中，心中也有一只风筝在眼前晃悠悠地转动着。那是一只挣断线头，飞向蓝天的风筝，可最终的结果，它失败了。

这听起来很像一个童话故事，但现实生活中又何常不存在这

两种人呢？

一种人，为摆脱束缚，为心灵的’自由而奋斗终生；一种人却因困难险阻而放弃信念，逆来顺受。

一棵小草，若不钻出地面，它永远也不会感觉阳光的美好，它永远只是一颗在黑暗中虚度光阴的草籽；一只小鸟，若没有勇气摆脱母鸟的呵护，而学会飞翔，它永远都不能感觉到飞翔蓝天的快乐，它永远都是一个失败者；一朵花，若没有勇气接受迎面而来的风风雨雨，它永远也不会知道战胜困难的喜悦，它永远也不会长出一个饱含胜利的果实；一个人，若曾因为困难，而放弃；曾因为挫折而气愤；曾因为失败，而一蹶不振；曾因为束缚，而逆来顺受，它永远都体会不到成功的喜悦与甜蜜，他永远都感受不到因为自己的努力与付出，而飞向心灵自由殿堂的快感！

自由，心灵的自由，我们渴望自由，渴望心灵的自由。可又有多少人能为自己的心灵的自由坚持到底呢？我期望着有一天，所有的人都能够为自己，为心灵的自由而摆脱束缚，飞向自由的殿堂。虽然失败了，但只要你，曾经付出过，努力过，也是难能可贵的。相信自己，成功的彼岸就在眼前。

幸福，要靠自己去争取；意志，要靠自己去磨炼；感情，要靠自己去抒发；情操，要靠自己去陶冶；习惯，要靠自己去培养；自由，也是一样，要靠自己去奋斗。

奋斗的结果就是心灵的自由。

文档为doc格式

自由的心灵感悟篇七

一本好书是一个人的良师益友，所以读心灵自由路能带你走进心灵之旅。要改变这个世界，首先要改变我们的心灵。

我们研究交际心理原理，不能只从某一种情境出发，而应该充分预计到可能发生的变化，从动态中研究它。这样交际原则就必须随之变化。除此之外，我们也必须知道心必须非常安静、敏锐、不陷于任何心理或生理习惯。

“这世上没有什么方法、系统、曼陀罗、老师，没有任何东西能帮助你平静”。平静的心能看清事物，于是心就非常平静。这就好比看见危险就躲开一样。看见心必须完全平静，于是心就平静升了。所以，重要的是“安静”这种素质，卑微的心也可以很平静。

我们大部分人大都陷于习惯中，包括生理的、心理的习惯。有的人警觉到这一点，有的人不然。一个人警觉到自己的习惯，知道自己有某中习惯以后，是不是就能毫无挣扎的停止这个习惯？我们抗拒一个习惯，想压制它，与之斗争，那么原本用心了解这习惯所需的能量就会在这种斗争控制中消耗。

我们知道，光在意识上努力，很难检视内心深层的内涵。我们这肤浅的心除非完全免除制约、成见，免除所有的恐惧，否则旧无法看。

我们是否能一起寻找，看看有没有一种实相不是知识或感情的发明，不是逃避。整个历史上，人一直在说有种实相，我们必须为这个实相做准备；你必须做某些事，训练自己，抗拒某些诱惑，克制自己，我们知道自己不可能逃避这个世界，所以要迎接它。

我们是否有这样的心智来了解整个恐惧、快乐、思想过程以及心的安静？我们能不能在需要思想时深思熟，再不需要思想时不用思想？当然这很简单，不是吗？这就是说，心能不能非常专注，所以问题不在于该不该思想和行动，而在于怎样保持清醒，不昏庸，不机械运作。但只有在心完全清醒而无任何扭曲的情况下，才能深刻的`了解生活。

我们常在喧闹的环境中生活，而不知道什么是静心，所谓静心，静心是没有传统的，也不可一是传统的，没有谁能教你静心。你不能遵循某一途径，然后说我顺着这一条途径学习何谓静心。静心的内部的意义在于心里完全安静，不只意识层安静，而且深刻的、秘密的、潜匿的潜意思层也要安静。因为彻底而完全安静，所以思想完全安静，不在四处游移。我们所说的静心传统有一派说我们必须控制思想。可思想并不是要控制，而是要摆在一边。要把思想摆在一边，就必须密切、客观、不待感情的注视思想。一个用力的心当然不可能平静，因为用力，所以心不可能完全平静。以深刻意义而言，静心必须先有德性，有道德。这道德不是某一模式、某一实际或某一社会的道德。这道德必须自然的、不可免的起自于了解自己、清楚自己的思想。

人的心如果不能完全自由，就无从学习、探索，也就无法看到真实。

自由的心灵感悟篇八

春天来了，小燕子又飞回来了。

它在空中自由飞翔，一会儿掠过水面，一会儿又静立在屋檐下。小燕子是自由的。不信，你听，它啾啾地叫着，多快活啊！

连翘花也是自由的。密密麻麻的黄色花瓣，自由地沐浴在春风里。它需要阳光，而不迎合阳光，灌木丛中到处都绽放着黄色的小花。它向着自由生长，哪怕没有绿叶陪衬，也要一朵一朵怒放。

河流从大山深处走来，一路坎坷，一路高歌。河水是自由的。不信，你看，它温柔地抚摸着鱼儿，仿佛母亲微笑着在看护婴儿。

天空是自由的。它接纳风云，容纳雷电，也洗涤着空气中的浮尘。白云在它怀里自由游动，可以化为风，亦可以变为雨。天空给予它们的，除了广阔的空间，就是轻松与自由。

大地的给予是自由的。树可以向高处生长，草亦能往低处蔓延，每一种生物都被大地赋与了自由的生长空间。树叶是绿色的，也可以是黄色的;花朵有红色的，也有白色、黄色和黑色的……大地不拒绝相似的生物，同时也接纳有差异的个体。一方水土，养一方生灵。大地选择了自由，也就选择了温和与松适，它不自我设限，也不控制他物。

你是自由的，我也是自由的。自由无处不在，宛如春风从你面前掠过，你看不到它，却能处处感受到它。

心灵是自由的。心灵自由的人感觉不到自己是多么的随心所欲、自由自在，就像鱼儿在水里游动，感觉不到水的存在。身心上了枷锁的人，才渴望自由，就像饥饿的人希望得到食物一样。鲜活的跳动着的心哦，除了自由的生命，谁也抹杀不了内心自由舒张的活力。

除非你同意，谁也剥夺不了你选择自由的权利。这就好比一只笼中的小鸟，别人囚禁了它的身体，却永远束缚不了它向往天空的自由。

自由从哪里来，又将到哪里去?自由从心灵深处来，必将回归心灵深处去。

自由的生命，自由的选择，自由的心灵……

公众号：永不消失的电波

自由的心灵感悟篇九

我是一只自由自在的小鸟，在蔚蓝的.天空中飞翔着，蓝天是

我的游乐场，白云是我的蹦蹦床，森林是我温馨的家。

一天，森林举办了一次“家庭狂欢会”。在“狂欢会”开始的前一天，大家都忙前忙后地准备：小蜜蜂妹妹负责采集任务，用她敏捷的身躯，把每个杯子都灌满甜甜的花蜜；看这一团团灵巧可爱的小松鼠，真不舍得让她们干重活，就只能让松鼠们打扫卫生了，他们那大而有力的尾巴，“扑扑扑”！把桌子、地板都打扫得一尘不染；“万兽之王”狮子哥哥也不甘落后，利用他那强壮的身体，担起了搬运任务；我嘛！我用尖尖的小嘴把各种漂亮的小花叼回来，穿成一串，挂在会场上，让所有小动物来到这里有一种仿佛来到了仙境的感觉。

布置会场的任务圆满完成了，大家都得意洋洋地跳起舞来！半夜了！我想起明天“狂欢会”的画面，就兴奋地睡不着觉。我在想，大家会不会高兴得连蹦带跳呢？会不会像我一样高兴得睡不着觉呢？会不会把不开心的事都抛到九霄云外去呢？如果能帮人把不开心的事忘掉！那就太好了！想着想着我带着笑容进入了甜蜜的梦乡。

期待已久的一天终于来了！大家在“家庭狂欢会”的会场上，焦急而又激动的等待着。正在这个时候，灵巧可爱的小松鼠家族，昂首挺胸地打起鼓来，“嘭！嘭！嘭！”节奏欢快，清脆悦耳的鼓点声多么动听；随着强劲有力的鼓声，狮子哥哥带着他的兄弟们，群魔乱舞，那庞大的气场镇压四方，现场气氛瞬间高涨起来！表演得有声有色。突然，一阵清脆优美的歌声从远处传来！看！那是我和我亲爱的姐妹们如仙女一般从远处飘来，我们随着微风飘动，唱出了动听甜美的歌曲，小动物们都陶醉其中。

时间一点一点地流走，“家庭狂欢会”接近了尾声，大家果然非常开心，玩得都不想回家了。我多想让时间停留在这美好的瞬间啊！留住这自由的心灵！

自由的心灵感悟篇十

心，是一个储存你所有欢笑和泪水的地方。

——题记

国有国法，家有家规，生活中，规则如同空气般无处不在，它有时约束着人们有时却保护着人们。没有规则的世界就像一个失去重心的不倒翁，摇摆不定。但是丢失了心的自由，周遭事物的好与坏，美与丑，都变得没有一点色彩，没有一点意义，平平淡淡，空空洞洞。

爷爷家里新养了一只鸟，它全身羽毛雪白，唯独双翅略显金黄色，傍晚的太阳就像一个橘红色的灯罩，放射出柔和的光线，把鸟笼子照得光彩熠熠，如同一个金碧辉煌的宫殿，每每我去逗她玩时，那双炯炯有神的小眼睛总望着窗外，散发着一种极淡的哀伤，我想，或许只是新环境的不适应罢了。凑巧，不知何处飞来了一只麻雀，这啄一下，那啄一下，时不时扑腾扑腾翅膀，玩得好不自在。这时笼子里发生了一阵动静，它展开翅膀，急促的上蹿下跳，发出不屈的鸣叫，没有一刻停歇。过了许久，它停了下来，全身无力的瘫在笼底，双目无神，就连那原本光彩的羽毛也在微微颤抖，鸣叫也是哀怨的，显得悲痛沉重，对笼子外的世界也已经失去了信心，失去了希望，过去的它，也是天空中飞行者的一员，如今却只能在这小小的笼子里虚度时光。再完美的金丝笼也比不过无边无际的蓝天，再结实的屏障也阻挡不了渴望自由的心灵！

它是如此，我又何尝不是？我徘徊在父母的期望中，久而久之，也被成绩所束缚，背负学习的压力，承受分数的波动，“好好学习”仿佛就是我身上的永久性标签。我轻轻的打开鸟笼，拍打拍打笼子示意它离开。

它飞走了，重生了，飞向新的未来，摆脱了束缚，挣扎地逃离，让限制永远远离自己，自由会带来勇气和动力，去创造

新的奇迹。别让规则束缚了你心灵的自由。

自由的心灵感悟篇十一

有时我也渴望，渴望，一片蓝天，放手，让我自由飞翔。

——题记

无趣的漫步在大街上，夕阳象守财奴似的收敛着他最后的金子，那怜爱的目光拥抱着我，就像妈妈的眼神，裹得我太紧，太紧。其实我想对您说：“放手，让我自由飞翔。”

一直以来，我是家里的小公主，小太阳。妈妈对我呵护极致，含在嘴里怕化了，捧在手里怕掉了。家里有什麽好吃的我先吃，有什麽好玩的我先玩，冷了妈妈为我端来热热的巧克力奶，热了妈妈为我拿来甜甜的冰激凌。在我眼中：妈妈，妈妈，你就是天底下最好最好的妈妈!就拿前两天我的脚被开水烫了来说，妈妈每天早上把我送到教室，中午去给我送饭，晚上到教室去接我，一天夜里，睡意朦胧的我醒来发现妈妈正捧着我被烫伤的小脚丫，怕我碰着。我的妈妈有多爱我啊!

可是也就是这样，我总是被妈妈用心的呵护，妈妈您总是怕我这样或是那样，每样事情都会替我办好，现在的我连最简单的值日都做不好，将来的我又怎麽可以去面对社会呢?妈妈，放手吧，让我自由飞翔!

我就像是一只娇小的雨燕，怎麽也飞不出妈妈宽大的臂膀，您用您的翅膀为我遮住了风雨，却也挡住了蓝天，妈妈你为什麽不试着放手呢，也许我会摔得很重很重，但不经历风雨如何去见那美丽的彩虹，我知道您一定相信您女儿有这个能力!亲爱的妈妈，我想您也不希望您的女儿是一只绣花枕头，徒有美丽的外表，内容却很空虚，不是吗?妈妈，放手吧，让我自由飞翔!

妈妈您就是一个笼子，我是一只金丝雀，遮住了我可以自由飞翔的天空，不是女儿不爱您，不是女儿不理解您，放手，让我自由飞翔!

3篇无论是在学校还是在社会中，大家一定都接触过作文吧，作文要求篇章结构完整，一定要避免无结尾作文的出现。相信写作文是一个让许多人都头痛的问题，下面是小编为.....

4篇在学习、工作乃至生活中，大家都接触过作文吧，作文可分为小学作文、中学作文、大学作文（论文）。那么，怎么去写作文呢？以下是小编为大家整理的，仅供.....

_小学生作文在日常的学习、工作、生活中，大家对作文都不陌生吧，作文是通过文字来表达一个主题意义的记叙方法。相信很多朋友都对写作文感到非常苦恼吧，下面是小.....

(4篇)在学习、工作或生活中，大家总免不了要接触或使用作文吧，作文是由文字组成，经过人的思想考虑，通过语言组织来表达一个主题意义的文体。写起作文来就毫无头绪？.....

自由的心灵感悟篇十二

我曾记得小时侯。奶奶常给我念叨的《勤学》诗。“少小读书不用心。不知书中有黄金。早知书中黄金贵。夜点明灯苦用心。”听了奶奶念的书歌子。小时的我却不以为然。心里老觉着读书有什么难的。

长大后。我手执教鞭。走上了三尺讲台。当我面对台下那一双双明亮而渴求知识的眼睛时。我为我书读的少感到汗颜了。我总怕误人子弟。因而我不断地学习。“要给学生一碗水。老师应有一桶水。并且是一桶活水。”正是经常性的读书。我讲课时。有了底气。我深深的体会到：多读书。能积淀底

气；勤写作。能练就自己的才气。

朱永新教授的话很是震撼人心。动人心魄。他说：“一个人的精神发育史。就是一个人的阅读史。一个民族的精神境界。在很大的程度上取决于这个民族的阅读水平。”

而中国人年平均读书仅为4.5本。购买的图书。80%是学辅导类的书。20%的为非教辅书。中国人的读书状况是不能让人乐观的。

我们究竟为了什么而读书？就本质而言。读者是为了自己的心灵自由而读书！

阅读完全是个体化的活动。一个人。只有自己的心灵与书中的人物心灵而互相融合。转换沟通。他才会享受到读书的乐趣`幸福。享受到心灵的自由。自由地进行二度创造。自由地表达自己的真情实感：也才能体会到：“书中自有黄金屋。书中自有颜如玉。”为了心灵的自由而读书。读书的感觉是美好而神奇的、读书的收获是幸福的。

面对我国如此严峻的读书形势。我们该做些什么？我们应当去读书。让阅读成为人的生活习惯。成为人的生活方式。全社会行动起来共同营造书香校园。营建书香社会。真心希望：每个人都有书读。每个人都参与读书。关注孩子的读书状况。就是关注祖国的未来！

亲爱的朋友。今天你读书了吗？

自由的心灵感悟篇十三

七年前，我来到了这个不偏僻也不繁华的乡村小学，开始了我漫漫人生的第一次真正跋涉。

开始，自己对所教教材不熟悉，知识结构不系统。晚上，当

别人围坐在电视机旁观看精彩节目的'时候，课本教参是我唯一的“节目”。不是班主任，管学生当然有一定难度，但是凭我的耐心与爱心最后和他们成为了无话不说的知心朋友，尤其是班上的后进生更需要爱的春雨，爱的甘露，对待后进生要做到不嫌弃，注意发现他们身上的闪光点，坚持正确引导、采用合理方法。

记得我班上学期转来的一个学生，名叫方晓东，该生学习自觉性差，上课不专心听讲，爱做小动作，常常影响他人学习，此外还有说谎等不良行为。好几次我都想把他退回原校或把他放在后面不管算了。但我觉得这样做不妥：一会挫伤他的上进心;二会导致他失学。我想：他毕竟是个孩子，再说谁没有孩子，谁没有过错，父母送他到这儿来读书，是对这里的老师寄予无限的希望，所以我没有“门缝看人”，而是细心观察，发现他的闪光点，通过家访我知道他父母经常外出经商，生活上什么事都是他自己处理，但他从不迟到、缺勤。为此，我特意选了一堂早会课，当着全班同学的面表扬了他勤劳，守时习惯，并奖给他一朵“守纪”小红花，在热烈的掌声中他激动得流下了眼泪，这是他读书来得到的最高荣誉。从此，他的学习积极性更高了，也改掉了不良习惯，期末考试他的成绩由原来入校时的7分变为87分，被评为“进步学生”。

岁岁年年话相似，年年岁岁人不同。不觉，已经送走了一届又一届的学生，迎来了一个又一个新教师。为了能培养高素质的学生必须要和他们一道下大力学习掌握先进的教育教学理论，涉取多方面的知识，开拓自己的视野，并且勇于创新，勇于探索。只有自己拥有一桶水，学生才能有一碗水。所以，学习对自己来说，必不可少，它是自己日常生活的一部分，它为自己的课堂添色加彩，它使自己所培养的花朵开的更鲜艳、更美丽。

如：有一次自己到实验小学听课，听完课以后，我发觉自己相比于实验小学的教师还差的很远，如自己的教态、教法，

等许多方面，都不如人家，于是，我就下大力气在课堂上端正自己的教态，改正自己落后的教学方法，培养学生自主探索、主动参与，教生一起学，学生是学习的主体，学生只有参与在教学活动中，才能集中注意，开动脑筋，进而不断认识自我，发展个性。因此，在课堂40分钟内，我尽量做到：“学生能做到的，应让学生自己去想。”让学生跳起来摘果子，凡学生自己能探索得出的，决不替代，凡学生能独立发现的，决不暗示，要尽量给学生多一点思考时间，多一点活动的余地，多一点表现自己的机会，多一点体味成功的喜悦。

21世纪是信息爆炸的社会，新知识新技术不断产生，人们需要不断学习，为工作而继续学习，为充实自己精神生活而学习，敢于创新，放飞自己心灵的自由，让祖国的花朵更加灿烂，只有不断地在学习中实践，在实践中总结，你才会有一种甜蜜的成就感，深深的幸福感……这时，你就会找到了自己的“理想”，也就是人类最无私，最伟大，也是自己最无悔的选择——教师，因为是你，用自己知识的海洋浇灌着他们稚嫩的花朵，让花开得更艳，让祖国母亲建设得更好，让自己更高尚。

自由的心灵感悟篇十四

相信大家都看过这样一则广告，大概内容是：人生就像一次旅行，重要的不是目的地，而是旅途中的风景和看风景的心情，让心灵去旅行。

心灵是我们另一双眼睛，它明亮的时候，比眼睛更加明亮、清澈，像水晶一样的珍贵;可是它变黑的时候，是世界上最邪恶的东西，它便失去了原有的光彩，不在美丽。

多年来，放飞心灵成为我最爱做的事。

我放飞了它，它让我感受到了自由的乐趣，心灵的自由是比

人身的自由更加轻松，让感觉全身舒畅。即使我在最无助、最不自由的时候，只要我的心灵是自由的，我都能乐观向上，这或许就是放飞心灵的好处吧。

我的成功最多来自于心灵的舒畅，是它给了我辉煌。

心灵的放飞，给我更多的喜悦，让我领悟了更多的人生，使我感受到更多的爱、恨、情、仇，人世间的酸、甜、苦、辣。放飞的心灵就像在空中飘舞的蒲公英，它是那么的渺小，却是那么的飘逸、美好、纯洁，恍如天国的白衣天使。

如果，我的心灵是水晶般透明的，那我是快乐的，如果我放飞的心灵是粉红色的，那我就是幸福的。

放飞心灵，放飞欢乐，放飞幸福;放飞烦恼，放飞仇恨，放飞无奈。放飞你的心灵，还你一片充满希望的`蓝天!

自由的心灵感悟篇十五

今天，外出散步。猛一抬头，发现天空中挂着众多五彩缤纷的风筝，才发觉已是阳春三月，是啊，春天来了。

天空中的风筝在眼前晃悠悠地转动着，可脑海中，心中也有一只风筝在眼前晃悠悠地转动着。那是一只挣断线头，飞向蓝天的风筝，可最终的结果，它失败了。

这听起来很像一个童话故事，但现实生活中又何常不存在这两种人呢？

一种人，为摆脱束缚，为心灵的自由而奋斗终生；一种人却因困难险阻而放弃信念，逆来顺受。

一棵小草，若不钻出地面，它永远也不会感觉阳光的美好，它永远只是一颗在黑暗中虚度光阴的草籽；一只小鸟，若没

有勇气摆脱母鸟的呵护，而学会飞翔，它永远都不能感觉到飞翔蓝天的快乐，它永远都是一个失败者；一朵花，若没有勇气接受迎面而来的风风雨雨，它永远也不会知道战胜困难的喜悦，它永远也不会长出一个饱含胜利的果实；一个人，若曾因为困难，而放弃；曾因为挫折而气愤；曾因为失败，而一蹶不振；曾因为束缚，而逆来顺受，它永远都体会不到成功的喜悦与甜蜜，他永远都感受不到因为自己的努力与付出，而飞向心灵自由殿堂的快感！

自由，心灵的自由，我们渴望自由，渴望心灵的自由。可又有多少人能为自己的心灵的自由坚持到底呢？我期望着有一天，所有的人都能够为自己，为心灵的自由而摆脱束缚，飞向自由的殿堂。虽然失败了，但只要你，曾经付出过，努力过，也是难能可贵的。相信自己，成功的彼岸就在眼前。

幸福，要靠自己去争取；意志，要靠自己去磨炼；感情，要靠自己去抒发；情操，要靠自己去陶冶；习惯，要靠自己去培养；自由，也是一样，要靠自己去奋斗。

奋斗的结果就是心灵的自由。