

2023年生命的散文(优秀5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

生命的散文篇一

中午醒来，我并不急于洗脸、工作，而是习惯性用个枕头靠在床头，静静地坐着，我会不自主地看看床头柜上的插座，想把手放进去，放进去兴许会好些，可以彻底结束。过去的几个月里，我都是这样，早上醒来，坐在床头，犹豫着要不要把手放进去，中午醒来，坐在床头，任由脑袋里两个念头斗争，一个说，放进去吧，放进去就结束了，一个说，千万不能，你可以不管不顾其他，但是生养你的父母亲，你不能不管。我的手哆嗦着，没有往前一点点，我的神色正常，完全看不出两个念头在脑子里拉锯战。这是一场战斗，一场一个人的孤独的战斗，工作的时候，该干嘛干嘛，跟个正常人没两样，每天醒来的时候，属于我自己决定的时候就到了，一个念头推着我往前，一个念头把我往后拽，每每我向前一点点，理性就把我一点点往后拉，不断重复着前进后退的活动，每一次，理性的力气都大一点点，占据上风，我爬起来，洗漱上班，战争暂时停顿。桌面上的灰尘已经很厚，我视若无睹，那是灰尘的事情，与我何干，我依然每天习惯性地靠在床头。

春节过完的时候，工作调动，我去到新的城市，寄居在一家饭店。工作忙碌起来，每天早早起来，狼吞虎咽应付过早点，匆匆赶到办公室，不知从什么时候起，早上醒来坐在床边的这个习惯从我生活里消失，我没有多少时间慢悠悠地起床，工作在召唤。中午，我多半在办公室打盹，有时候也回饭店

休息，醒来的时候，如果还有点时间，我会看会电视□cctv-4正在播出一个叫远方的家的节目，安徽铜陵的黄金，孔子后人避祸江南的文庙，海边的渔家女，景洪的夜晚，怒江的溜索……，吴丹的可爱，王瑶洁的大气，周雪梅的亲切……，我迷上了这个节目。晚上，通常没事，大家经常约了喝酒，我不爱喝酒，怕，酒是辣的。喝酒是人际交往的通行证，谈工作，没有喝过几顿酒，免谈。喝酒、追剧，是我每天的功课，我每天会长时间靠在床头，专看远方的家。

喝酒壮胆，半年里，酒量没有增加多少，酒胆壮了不少，酒是辣的，我不怕，干了，酒是醉人的，我不怕，干了，我醉过很多次，我哭过几次，我不迷恋酒，我爱它。远方的家，叫我念念不忘，大海我没有看到过，白居易去过的九江，我没有到过，美丽的雪山，我没有看过，新疆的冬不拉弹唱我没欣赏过，有一个地方叫远方叫家，那么美丽、那么远，那是在梦里都没有出现过的，我在这里，它在那里，我们之间隔着万水千山，我想去看看，远方的家。

半年后，我回到了原来工作的地方。一切都是老样子，寝室还是原来的，床头的插座是从前的，桌上的灰尘比原来更厚了，小狗阿黄领着一窝崽，这是最大的变化。我知道，我不能再回到从前。

事情很明了，一种是事情本身，工作、健康、人事、经济等若干方面同时出现较大问题，一种由于事情本身的恶化，给心理层面带来负面影响，长期没有解决，就像天空中久久不散布满乌云，势必给环境造成影响。问题就是，人在多重重大危机或压力之下，如何从外在和内在两方面应对？事情本身，多重任务危机同时出现，容易导致系统崩溃，原因是从未面对过这种危机，或者，只遇到过其中某项，没有多任务并行处理的经验和能力，这种情况下，只能划分事情的轻重缓急，一项一项解决，能做多少做多少，能解决到什么程度就解决到什么程度。心理问题就是，人在这种情况下，怎么才能不慌不忙，从容不迫？有这么几点，其一，从事情层面逐步解决

问题，其二，认识到逃避不能解决问题，其三，人的心理承受能力也是需要锻炼的，没有经历事情历练的心理是不会强大的，经历的事情越多，困难越大，痛苦越多，心理才可能开发建设强大。

在佛洛伊德那里，门槛太高，头晕目眩，我去荣格那里获取帮助，但是连他的传记都看不懂。心理医生的收费太高、疗程太长，显然不适合我。药品药物，在我看来，最多是缓解某些症状，要想从根本上解决，还得从两个方面解决，外在的事情本身和内在的心理本身。

我选择了佛教作为突破口。金刚经说神马都是浮云，我觉悟不了空，不能明心见性，便尝试用空的思想安顿自己的内心，执着是烦恼，放下才能自在。法显法师、玄奘法师西行万里求法，九死一生。达摩祖师枯坐九年。弘一法师，出家前写诗作文、喝酒泡妞、教书演戏，好不快活，出家后，读书写字，拜佛念经，舍此之外，没有其他活动，这是何等的心力！佛教有句话，难行能行，难忍能忍，难舍能舍，从行动和心理层面，都给了我很大动力。

见大家都养兰草，我动了心，想试试，虽然没有经验。我在窗前栽了几盆花草，两盆兰草和一盆藤蔓植物，兰草是自己漫山遍野寻来的，藤蔓的根茎是挖路的时候捡来的，兰草两周浇一次水，一年换一次土，藤蔓植物长着一根细长的藤子，大大的、绿油油的叶子布满藤子，耗水量很大，一两天就要浇一次水。它们很容易养活，放在阴凉处，定期浇水、换土，基本不操什么心，自个长高、发新叶，结果，枯萎，又冒出新叶，开始新一轮的生长，目睹它们的生长变化，我看到了生命。

也许，他们只是交换了各自所需；

也许，一艘船给了另一艘救命的给养…

不管怎样，他们会感谢对方，遇到他们，让这孤独的海面上，不再孤独；

让这苍白的航行中，不再单调；

让今后的狂风暴雨，不再肆虐。

相遇像是一张纸遇上了画笔，总会留下些颜色。这颜色或深或浅，或明或暗。生命中不断的相遇，各种色彩组合在了一起，构成一幅绝美的画。

感谢；

所有的相遇；

真惜，留下的痕迹。生命里满是你们的色彩，让苍白被覆盖，涂写出美好的回忆。

落

冬日的风已至，路边的那排银杏到底扛不住四季的轮回。一片片娇黄的叶子告别了树梢，纷纷地如乱舞的蝶。

天是空旷的天，没有一丝柔软。太阳光照在身上，却还是生生的泛起一阵阵寒意。

注定要枯黄吧？注定要飘落吧？注定要化作春泥！经历了春的温情呵护，饱尝了夏的酣畅淋漓，感悟了秋的离别与收获，最终等待我们的，还是冬——冰冷的死亡。

我抬起头凝视这片无数生命飞翔又飘落的天空，思路被粘在蛛网上，挣扎不开。忽然，一颗蒲公英种子落入了视角，这微小柔软的小家伙啊，在起伏不定的风中游离着，伴着一片片娇黄的飘落。

没有恒远，无法永生，那就留下颗柔软的种子吧。说不定风雪过后，它会在哪儿生出一片绿色。

散文投稿：生命坚守

在那里散文

原创散文：三十而立

散文：浮沉

散文：夜雨

生命的散文篇二

一个小生灵的到来，世界就又多了份爱与恨，一份欢乐与忧愁，一份理想与堕落；也多了一个奇迹，一个对生命的追求的奇迹。

追求生命，于何人何时，都是一项伟大而艰辛的工程。

芸芸众生，追求生命者都为构筑这一工程而不断地去寻找自己的答案。

世界之大，无命不生；岁月之久，又无奇不有。

花的开放犹如生命的产生，花的凋谢也似生命的消逝。

花开显示了生命的力量，芳香显现了花的意义，给人以愉悦、欢快。

花的开放，也是绿叶对生命的追求。

花开花落，也就是绿叶的生命的象征。

花香经久不衰或落有余香者，它们也就永远得到人们的珍惜，孤芳自赏，朝开夕凋者只会得到践踏。

要使花的生命常存，就得执着的追求，要使生命之花常开，就得建设一项伟大的工程。

生命有神奇的力量，花有无限的芳香。让生命长存，让花常开。

生命的散文篇三

一次，和小伙伴到湖边玩耍，看到一群色彩明丽的鱼儿正在嬉戏，有红的、有蓝的，还有黑的，美丽极了，于是我往水里撒了一些面包屑，小鱼们便争先恐后地向我游来，它们犹如一道色彩鲜艳的彩虹。小鱼这种积极乐观面对生活的精神把我震住了。

严寒中的腊梅花，不惧风雪，顽强不屈，傲然在雪中站立，因此显得与众不同。正如诗中所写：墙角数枝梅，凌寒独自开。遥知不是雪，为有暗香来。正是因为腊梅的这种坚忍不拔，自强不息的精神品质，所以才赢得了大家的称赞与好评。

人的生命是有限的，所以我们才要更好的珍爱生命、热爱生命。让自己的一生活得更加充实、更加美好。

生命的散文篇四

网络，在这个情感开放的社会，为爱，可以放飞心情，然而现实很骨感，爱情不是儿戏，也许真正的爱情需要相互去经营，不会因贫贱而放弃，然而，执着的是内在，往往总是把尊严放在第一，而放弃了自己，是自己的内在不完美，灵魂充满了缺陷。

题记

在太阳花绽放的日子里，生命多姿多彩，充满了浪漫温馨的气息，于是，花儿含蓄的笑了，我也灿烂的笑了，在那一刻，阳光无限的暖。

记得那年，那一天，我站在城市的街头，我在等一个人，我生命里唯爱的阳光男孩。

那年刚离婚，整天沉迷于网络，无度的感伤。总想，如果没有电脑我该怎么活，日复一日，就这样消极的，茫然的生活，不知自己在渴求什么，该何去何从。总语论无次的重复着一句话，我终于没有家了，孤单的我，一个人孤零零的过完了春节。

春天来了，春暖花开，大自然真的好美。也许是上天眷顾吧，在春暖花开的季节，在网络我认识了他，一个阳光帅气的大男孩，那时他告诉我，老婆因家里有没房子，扔下五岁的儿子跑了，他一个人过。他很诚恳善良的对我说，喜欢我，愿意用自己的生命来爱我，给我他生命里全部的爱。

他说的时候哭了，哭的很伤心，我问他年龄，他告诉我大我一岁，身高一米七五，我在视频看着他帅气的脸，我有点心动，他说你来深圳吧！我们一起生活，为了我的诚心，我寄路费给你吧！

我说不用，他告诉我应该测试下他是否真诚，他的话语，让我感动，第二天，果真收到他汇的路费。

我问他，就不怕遇到骗子吗？他回答，感觉我一定不会骗他，他相信我们一定有缘，就这样我们私定婚约，一定相见。

不久，我辞掉了管理员工作，来到了广东深圳，为了渴望见到他，朋友对我说，去吧追求你新的生活，去了大城市，就不要再回到小城市，朋友的话我很欣慰，我想我一定会珍惜，上苍赐予我这份来之不易的缘。

下车了，我站在繁华的城市街头，心情冲动着，激奋着，在想，第一次见他，他该是怎样一个人，有点羞涩，有点陌生，又是那么的渴望见到他，心里五味的感觉，有点新鲜，有点刺激，我想我会喜欢他。

朝着他可能到来的方向，痴痴的望着，一个帅气的大男孩迎面走来，他穿着白色格子衬衫，牛仔裤，高高的，发型很自然，很帅气，阳光，很典型的那种帅气大男孩。

我想一定不会是他，他年龄显然小我很多，没想到他却一直看着我，他在对着我笑，他在叫着我的名字，天哪！怎么是他啊！那么阳光帅气，让我有些窒息，他过来拉着我的手，对我说我们一起回去吧！房子已经租好了！

随着他来到租的房间，六楼有点高，但房间很整洁，一室一厅一厨，房间的后边不远处是公园，环境很好，他说，萍以后我们一起生活吧！我爱你，我愿意为你做我能力所及的任何事，就这样我们相爱了。

那一夜，我接受了他给予我真诚的爱，他的身心，我们融化在一起，我们疯狂的，彼此疼爱着，需求着，享受着上天赐予我们的本能。我们缠绵着，无尽的取悦彼此，在那一刻，在他怀抱我是最幸福的女人。

在那同时，已经知道他整整小我五岁，我多么不想接受年龄上的距离，可我无论怎么问，他都回答大我一岁，我知道他在安慰我，他怕我因年龄感到不安，总无微不至的关心我，照顾我，续日，我疯狂的爱上了这个小我五岁的大男孩。

除了工作外，我们在一起尽情的疯，无尽缠绵卿卿我我，好似压了许久的爱没及疼惜，所以迫不及待的，恩爱着，缠绵着，需求着，贴肤的感觉，爱的融入，成为我们恩爱无尽的渴求，我们醉生梦死，爱让我们窒息，让我们沉迷陶醉，忘乎所有。

我知道他给予我无度的爱，让我彻夜沉醉缠绵，我感觉自己是天下最宠的女人，看着他完美的体魄，帅气阳光的面容，我感到夜晚因他的存在是那么的充实。

一种无望的感觉，好压抑，只有下班了，夜晚的缠绵需求，才会取代一切杂念，就这样半年过去了，我想我应该离开了，我告诉他，以后做我的弟弟吧！我要回家了，回我自己的家，他哭了，哭得很伤心。

我说别哭，感谢这些相守的日子，我真的很满足，很欣慰，我会永远记着属于我们最快乐的时光，记着你对我的每一处好，放弃我吧！认命吧！属于我们的只是曾经那些恩爱的夜晚，我们捍卫不了属于我们自己的家，也许是我们的生活底线太低了，我们同是天涯沦落人，我们相遇在这伤感城，生活竟是如此的苦。

有句话，屋漏偏逢连夜雨，用于我们也许最合适。我们彼此太贫苦了，贫苦到一无所有，无法给予彼此物质上的家。再见了，亲爱的，我唯爱的阳光男孩，我生命里的太阳花。花开，花落，却不得相惜！

生命的散文篇五

很久没有这样静下心来去读别人的文字了，大抵是我心里一直的骄傲，也同时是真喜欢文字的人共有的性情，那就是不轻易去读别人，然后被别人带着走，文字，本就是属于个人的创作，个人的心情表达，也许有些相似的字句，但一定没有相同的感受，这是我一直的观点。而今天，认真读了一些比较好的文章，生活的，心情的，温暖的，冷静的，或者幸福，或者凄婉，都尽情的美，这就是文字的魅力所在。当你用心读别人的时候，其实，也就在走出自我了，这一点，于我来说，应该还是有必要的。水晶宫里再美，也不会生长山青水秀。

二十岁的时候，总喜欢仰着头，满眼里都是蓝天白云，以为人生真的可以格外的晴朗和明净。三十岁的时候，开始将目光转向与自己视线平行的，是叶绿花艳，是四季的轮回，有风花雪月，更有狂风暴雨，却依然还相信，人生应该有阳光灿烂。那么，到四十的时候，就会常常看看自己的脚下，是路，是草地，还有叶落花谢，更有坎坷不平，也就真的明白，你想要的，并不是能够轻易得到的。你不想要的，也不是轻易可以丢掉的。其实，人生就是一个不断拾取又不断丢失的过程，没什么是你真的永远能够拥有的。

一个和你聊天很久的人，即使不是情侣，也有些依赖了——看到这句话，深有感触，这或多或少体现了人与人的温情实质吧。爱不爱，在这样的温情前，都是其次的了。

对现在许多的人来说，现实里太多的不可言说，也无人诉说的情绪，常常让许多的人在网络寻找渲泄的突破口，而真正的愿意倾听，也愿意倾诉的人，又有几个呢？遇到了，相谈甚欢，得以继续，与暧昧无染，轻松自在，自然也就感觉亲近，这其实就是人最柔软的需要，没有一个人，真的能够坚强到不依赖一份温馨的喜悦。

于此，也就更懂得了珍惜和怜惜，当你还有这样的一个愿意陪你聊天的人时，你是幸运的，也许，某一天，你依然还是独看风景，可至少，那风景已有了些温度，不再清冷。

人生的路上，总有一些曾与你同行的人，会渐渐的走散，或轰烈，或悄然。而生命之中，与自己有着至亲，或者友情，爱情的人，也会渐渐的散去，虽然，轰烈和悄然，都不是我们愿意去接受的，但注定，最终，自己也会走散成一个人，孤独地向着自己的归宿而去。

清明之后的斜雨清风，格外的让人感觉凉，却与季节没有什么关联，而是记忆里的些许感伤，在湿湿的日子里，被浸渍得更加的清晰罢了。有人在走，有人在寻，有人是故意的不

见或不愿，我也便是其中的一个。或许，我真是一个冷漠的人，有时候，情愿忽略那些热情，而只为自己寻一隅寂静，在孤单的想念里，却以为一切静美。

当我们习惯了说：没事，我很好——这只是一种习惯罢了，至于是否好，有关系吗？也许有，那便是不想让朋友，亲人担心，有的，还是对自己的安慰，因为，不管好与不好，你得尽可能地去习惯一个人的日子，习惯不让别人担心。

这也就是娇气与坚强的区别吧，渐渐的，终于明白，不是每一个人，都有义务来支撑你，不是所有担心你的人，你都可以诉说自己的心情。而这样说的时侯，也至少可以让自己骄傲一点，那就是，我没有成为别人的负担。朋友，有时候，比陌生人更不容易让一个人敞开心怀，因为，你不想让他们难过，不想，因为自己的心情，而让别人生活中涂增麻烦。