

2023年静水流深真善无言 静水流深心得体会(优秀5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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

静水流深真善无言篇一

作为一个现代人，我们时常感到生活的忙碌和压力。工作、学习、人际关系等问题纷至沓来，使我们永远处于一个忙碌的状态中。然而，当我们面对生活的喧嚣和波澜，我们有时需要冷静下来，用心去领悟“静水流深”的含义。在这个过程中，我体会到了许多心灵的启示，下面我将从宁静、思考、觉悟、勇气和珍惜五个方面谈谈我的心得体会。

首先，宁静是“静水流深”的前提。在平时的生活中，我们常常急于追求物质的满足，繁忙的工作和各种琐事不断侵占我们的时间和精力。然而，当我们学会放下外界的喧嚣，寻找内心的宁静时，我们才可以真正理解生命的真谛。不管是在做瑜伽冥想、修身养性，还是在与自然接触时，我意识到宁静不仅是一种状态，也是一种境界。在宁静中，我们可以更好地感受到自己的内心世界，从而更加清晰地认识自己和生活。

其次，思考是在“静水流深”中发现生活的途径。当我们在宁静中思考一些问题时，我们会更加清晰地认识自己的内心需求，并找出解决问题的办法。在这个过程中，我发现静水流深不仅是对外在环境的体验，也是对内心世界的观察和思考。正如一位哲学家所说，“深处心源，源出于静”。只有在沉静内心的时候，我们才能发现一切的答案。

觉悟是在“静水流深”中增强内心力量的方式。尽管生活中充满了挑战和困难，但当我们在平静的状态下与自己对话时，我们能够拥有觉悟的力量。觉悟不仅是一种对生活的深刻认知，更是一种面对困境时的坚定信心。在这个过程中，我学会了放下过去的遗憾和不完美，接受自己和生活的不完美之处。当我们觉悟到这一点，我们可以更加勇敢地迎接未来的挑战。

勇气是“静水流深”中不可或缺的一部分。在人生的道路上，我们常常面临着各种困难和挑战，需要有勇气去面对。而这种勇气正是我们在“静水流深”中培养出来的。通过静心思考和觉悟，我们会对自己有更加清晰的认识，从而减少恐惧和焦虑的情绪。当我们拥有了内心的勇气时，我们会变得更加有力量去追求自己的梦想和目标。

最后，珍惜是在“静水流深”中领悟的一种珍贵品质。生命短暂而宝贵，我们应该学会珍惜每一个瞬间，每一次机会。而在“静水流深”的状态中，我们会更加珍惜和感激生活中的点滴。静水的深处，我们可以感受到时间的流逝和宇宙的运行，从而更加明白生命的可贵和快乐的真谛。珍惜生活中的每一个瞬间，我们才能更好地体验“静水流深”的美妙。

在追求快节奏和物质满足的社会中，我们常常忽略了内心的需求和平静的感受。然而，当我们学会“静水流深”时，我们能够发现生活中的意义和价值。通过宁静、思考、觉悟、勇气和珍惜等方面的努力，我们能够更好地理解自己和世界，从而过上更加充实和幸福的生活。让我们一起在喧嚣的社会中找到宁静的自己，体验“静水流深”的美妙吧！

静水流深真善无言篇二

暴风雨前的沉寂是力量的积蓄。平实厚重的土地却时刻进行着岩浆的律动；光秃颓废的枝干上却要孕育着新叶的喷薄而出。光影流转，尘埃积淀，唯有最为厚重的东西才能越过时

空、界限。因此，深重、沉稳才最能酿造时代精华。

静水流深，沉稳间而生一种绝佳的人生境界。当《围城》出版，“一石激起千层浪”时，钱钟书选择将自己围在褒奖与批评的声音之外，潜心研究文学。当莫言一举荣冠2012年度“诺奖”。世人又是一番热捧，各种商业活动、出版事宜蜂拥而至，而他却选择站在一旁继续自己的路。这便是大师的气度，不流于表面的轻浮，内心始终装着一个“封闭的空间”，却从一小孔中窥探到外界一切症结。然而，也有人于流俗中丢失了自我，迷失了前进的方向。胡适晚年专心于他人的恭维，倾尽时间接受探访与交流，却是一著难成，无所突破地走尽一生。假若他一种更沉稳的姿态面对学术和生活或许他能留下的更多。

静水流深，沉稳间沉淀自己，获得更长远的进步。本年度的诺贝尔化学奖得主贝格尔无疑是一大亮点。本是物理学家的他已有建树，本是“富二代”的他却没有像样的实验室。他始终选择冷峻而深重的目光看待自己的成就，若非如此，今天的成就又从何而来呢？可回想项羽深受世人的目光左右，自缚手脚，最终自刎乌江，不也是血的教训吗？因此，只有始终保持一颗沉静的心，才能识破世间的明暗，看透岁月的沉浮，如垂暮之年的老者般洞明通达，在已有的基础上不断革新，开拓新的境界。

回首当下，“包装”、“浮夸”、“看脸”、“套路”等等社会热词何其浮躁、庸俗。丧失了“沉”的本能，遗弃了稳的学问，时代怎么向前进呢？快餐文化、急功近利也似成了通病，没有人再有“闲情逸致”寄送几封书信，阅读几本经典，吟几首唐诗宋词。“静不下来”成了潜藏在当今社会深处的一粒毒瘤。

积淀自己，方能融进时空的长河，静水流深……

静水流深真善无言篇三

生命如水，而中华文化正如一汪沉静无言的水，在纷繁复杂的世界一角缓缓流淌，直至生命的最深处。时光在树上写史，上古的颜色才读毕，忽然看到当代。旧与新，往昔与现在，并不是敌对状态时，它们在时光行程中互相辨认，以美为最后依归。

你沉静，如同被时光的清泉晕开的一抹月色，在古老的东方土地上悄悄滋长。伴随着金黄的麦穗，喜色的果实，你从劳动人民的手中欣然诞生了。也许，人们还没有意识到，可你就是在这样的静默中蔓延开来，带着铁力牛耕的丰收喜悦，吟着咿呀学语般的第一首歌谣。是你开启了人类的智慧，是你点燃了百家争鸣的熊熊火焰，沉静已久的大地，从此开始焕发出全新的光彩。

你温和如水。空气中看不到你的身影，行走间听不见你的言语，你是世间最柔弱的东西，却有着可以摧毁一切桎梏的力量，谈笑间，你幻化成一个个激扬的文字，从士大夫的口中吐出。你使始皇帝统一六国，然而他欲千方百计将你扼杀之时，你却不言不语，依然如水般艰难但执着的流动着，最终，秦朝灭亡，你经历险滩，终于冲破桎梏，以全新的姿态面对世界。

你坚韧，如抽刀不断的水流，体现着生命的博大与包容。当异族的洪流滚滚而至，你没有惊慌与不解，有的只是好奇与从容，正如宽广的大海从不会拒绝欢乐的溪流。当外来的铁蹄和炮声践踏你，撕裂你，否定你的时候，你只有眼含热泪，默默地俯身亲吻这一片悲哀的土地，但是，千年的磨练与蕴藉不会因此而销声匿迹，终有一天，你也会从这片土地上觉醒，迸发出更加强大的力量。

如今，你仍是深沉如水，这水，已不是当初的激流险滩，而有着水滴石穿的毅力与豪情。五千年，在这片古老的东方土

地上，你经历了太多太多，你是黄河沙粒，你是电光火石，你是沉寂已久埋藏在心底深处的巨大力量，你是中华民族所奏响的最唯美的篇章。

静水流深，沉默如你，苦难如你，坚强如你，辉煌如你。今天，你不再年轻微弱，也不再佶屈聱牙，一夜的苦茗，怎说的尽半生的沧桑？大浪淘沙，千百年的时光流转沉淀下你的影子，这一汪静水，终会流到炎黄子孙的内心最深处。

静水流深真善无言篇四

公公生病已经快四个月了，在这两个月里，不间断的打针、输液、吃中药。大部分时间都是婆婆侍候。可是，公公的脾气很不好，年轻时候就是这样，他总是习惯对婆婆吼。婆婆年龄大了，有点耳聋，于是公公就越发吼得厉害。我因为在外地上班，很少在老家小居，所以，每次听见公公对婆婆吼，心里都一激灵，很不习惯。再看婆婆呢，就是那样直着眼听公公吼，一次也不反抗，然后默默干活，这着实令我不解。有什么话不可以好好说吗？这么吼多伤感情呀！其实背地里我也曾说过公公：“我婆婆每天在家里忙里忙外的也不容易，特别是大哥死后对她的打击更大，她耳聋，您有话好好说，不然别人看了心里也不舒服。”公公向来脾气不是很好，家教也很严，只有我还敢说一下他，这时，他开始沉默，然后压着声音说：“她聋，不这么大声她听不见，我们已经习惯了。”于是我不再多说，但是对公公的吼还是不舒服。

我曾亲见婆婆对公公的细微照顾。每年年节，女儿儿子全回去，十几口人，婆婆就少不了忙碌，弟妹年纪小，而且厨房活计不是很好，所以做饭菜的重任就都落到了婆婆的身上，可是随着年龄的增大，婆婆干活的速度越来越慢，尽管每次动手做饭菜的时间很早，可是到吃饭时，还是已经过正午了。大家都开始用餐后，却不见婆婆的影子，一问才知道，婆婆在给公公做面汤。本来，儿女们拿的东西很多，有八宝粥，有高级蛋糕，……可是，婆婆总说：“他爷爷不喜欢那些现

成的东西，太甜，也凉，你们吃，我一会就做好。”我问过弟妹，婆婆经常这么做吗？弟妹点头，说是一年四季，一天三顿，婆婆不厌其烦，一直这样做。我真是服了婆婆的耐性了。我还问道：“这么多天，公公的牙齿不好，婆婆做的饭是不是很单调。”弟妹告诉我：“嗨，还别说，今天粥，明天面条，后天水饺，婆婆是变着样的做，老伴老伴，多亏了婆婆了，不然公公也许早走了。”

弟妹说的是实话，公公身体一直不好，早些年在煤矿工作，落下了心肺病的病根，一年四季咳嗽不止，严重的时候，连去厕所都很费劲。后来不知是什么时候，又得了肝病，今年已经恶化到了肝腹水的程度。所以，公公只能吃些很软的东西度命。几次几次，我看见婆婆那么精心的照顾公公，心里就十分钦佩：多亏了婆婆了，做儿女的别说没时间。就算有时间，有几个有那么多的耐性的。而且日积月累，我发现伺候公公，婆婆已经成了一种习惯，从没有半句怨言。就算有时公公心里不顺，大声吼婆婆，顶多婆婆也只是瞪着眼看公公一会儿，从不多说一个字。

公公去世的前两天下午，公公看婆婆的眼神忽然变了，我怀疑他已经知道了自己大去之期不远矣。下午四点，公公把大家叫到跟前，手哆嗦着拿出两个布包，一个递给小叔，一个递给婆婆，当着大家的面说：“这些钱，都是年节和生日，亲戚孩子们给我的钱，我没舍得花，积攒到现在。老小子瞻仰我不容易，跑里跑外的，这一千元留给你贴补家用吧。这另外一千给你娘。她一辈子就知道默默做活，舍不得吃舍不得穿，只有爱抽烟这个爱好，这些钱，就买些好烟抽吧。有我在，我可以买给她，我不在了，你自己买吧。要买好烟抽，这辈子你跟着我也没享到福。”公公一通嘱咐，大家心里都很不是滋味。婆婆说什么也不要，还是被公公又吼了一次，被塞进口袋里的。本来当时公公的气色很好，大家都没太往心里去。

要说公公攒的这两千元钱，实属不易。虽然公公和小叔在一

起过，可是小叔家的日子一直都不是很好，也就这二年，才渐渐地缓过来。这两千元公公积攒得太难了。因为我想起一件事，两年前，公公的大儿子得了肝癌，花了近六万元钱，一直到家里债台高筑也病入膏肓了，当时我家刚买了楼房，借了十几万的外债。可是有一天，公公还是找到了他的二儿子——我老公，说是哥哥四十几岁的人了，如果死了没有棺材不好看。我一听当时就急了，为了给他治病，我们已经花了很多钱，这还不包括前几年大哥家借我们的。关键是现在我们也山穷水尽。我坚决不给买。可是公公就可怜巴巴的，望着我老公，不说一句话。最后，老公心软，还是借钱为哥哥买了棺材。我想那时他一定经过了矛盾的思想斗争，自己手里有钱，但是却不能为大儿子买棺材。求人的滋味是很难受的，不管是求谁。他一定是想到了，自己是没有机会赚钱的，如果花掉了，就没钱给婆婆留下了。给小叔的一千，不过是想挡一下弟妹的嘴。因为，如果只给婆婆，弟妹肯定会生气的，婆婆也不会要，他竟然把事情考虑得如此周全。

还是大姑揭开了谜团：“有一次，爸爸曾给我说过，他给娘攒了点钱，但是没说多少。他说娘身体不好，有冠心病。如果突然发病了，钱不凑手，大家会做难。还有，爸说娘一生节俭，舍不得花一分钱。这些钱就留着以后用吧。以后一旦出现什么紧急情况，不至于耽搁了。”

于是婆婆就拿着这钱呜呜的哭，这些日子，她已经流了太多的眼泪，人也憔悴了很多。本来哥哥去世后，她整个人身体就每况愈下，现在，再加上公公去世的打击，就更不成样子了，她一边流泪，一边喃喃自语：“哎，你爸爸攒这些钱不易呀，他自己有病，却舍不得花钱。这些钱是他这些年来一点一点攒的，他就怕我老了没人管，才这么做的……”

于是大家都不停地落泪，觉得这些钱无比的沉重。也觉得，其实公公并没有走远，他一直陪伴在婆婆的世界里。

一直到公公去世三天后，小姑给婆婆整理衣服，竟然在婆婆

很久不穿的衣服里，发现了一千元钱，这一次，竟然发现了一九七几年的老版人民币。依然是整理的十分整齐，依然是用同样的布包着。婆婆拿在手里，忍不住又是一阵老泪纵横。有时，我很不解，也忍不住问婆婆：“公公总是吼你，现在他走了，你终于可以轻松了吧，因为毕竟你也伺候他这么久了。”

婆婆擦了擦眼泪，慢声说：“你爸爸的吼，我都习惯了。他年轻时身体就不好，家里事又不省心，他心里难受我知道，他不吼我吼谁呀。倒是现在他不吼了，我反而不习惯了，你爸爸他不要我了……”说着又哭起来。

八千元钱，对于有钱人来说也许不算什么，但是对于一生务农，没有其他收入的婆婆来说，这是一个天文数字。我还清楚的记得，有一次婆婆捡了一百元钱，人紧张得不得了。那么那沉甸甸的八千元，饱含着公公对她多么深沉的爱啊！那每一张纸币上其实都有一双眼睛，一双担心的不愿瞑目的眼睛。那每一张纸币上都写满了话语，写满了对婆婆的无比担心的话语。公公是在用他独有的方式，表达着对婆婆一生照顾的艰辛，和作为夫妻的情深似海。

静水流深真善无言篇五

不同时期的不同经历，

成就着不同心境的自己。。。

也许，亦可以说，

不同心境的自己，

造就着不同时期的不同经历。。。

恍恍惚惚度过了二十几年的光影，

仔细回想，才发现，
自己一无所有，
每一个时间段认识的
可以称得上朋友的人
如今也早已不联系，
可以交心信任的人屈指可数，
很羡慕电视剧中那样要好的知己，那样幸福的生活，
可现实终归是现实，
不是永远都是完美结局的电视剧。。。
想要努力的过好自己的生活，
努力的和身边的人友好相处，
反而，
一塌糊涂，
受伤的，
永远都是自己，
于是学会了，只为自己活着，
学会了，不再轻易相信他人，
学会了，不再轻易付出真心，

只是。。。

真的从未想要变得世故，

却被现实折煞到如今的模样。。。

一直都只想要平平淡淡的生活，

却从未平淡过，

其中的波折，

很艰难，

可是过去了，

也成长了，

也许难过的同时也应该庆幸：

经历的多，看清的，也就越多。

曾经只是抱怨着上天的`不公，

总是自怨自艾，

如今明白，

每个人有着每个人的故事，

每个人都经历着他人不愿经历的事，

看不看得清，看不看得开，看不看得透，

都得继续生活，

都得继续在这让人已经厌倦透了的世界挣扎前行，

看不开，苦了的只有自己。。。

看清了，自己的世界也就豁然了，

看开了，自身的抗打压能力也就随之增强了，

看透了，就能以最完美姿态来面对各种磨难终能顽强的拥有自己的一片天。。。

曾经，朋友说：女人不应该那么坚强，

应该学会依靠安稳的臂膀。

其实真的从未想过要坚强，

也曾想要躲在别人的怀里享受温暖任世界的雷霆风暴，

只是现实。。。

没有值得信赖的怀抱可以依靠，

只能无奈的被各种残酷一步一步的逼着坚强。。。

沉寂了那么久，

和以前的朋友毫无联系，

生活在自己的世界里，

思考了种种。。。

虽说很多事情看开了，

只是现如今真的没有那么多的心力去应付朋友了，
只想安安静静的在自己的小世界里，
简简单单，平平淡淡，安安稳稳，
不以物喜，不以己悲。。。

静心静气，

只是为了更快的让自己达到最佳状态，
更好的面对所有的一切。。。

希望自己终有一天能如静水流深般看淡所有的一切。。。