

精神自由论文(优质5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

精神自由论文篇一

践行公正、正义理念促和谐

自治区党委书记张春贤在《奋力前行 给力新疆》的新春寄语中提出：，新疆各族人民以爱国、感恩、勤劳、互助、开放、进取的精神，以变化、变革、创新的理念，以敢于创造‘新疆效率’的激情，克服困难，团结奋斗，共建美好家园，与全国人民一道，坚定而充满信心地走进新一年的春天。

新疆人的精神——感恩

感恩，《现代汉语词典》解释是“对别人所给的帮助表示感激。”其实，“感恩”是个舶来词，牛津字典的定义是：“乐于把得到好处的感激呈现出来并且回馈他人”，这个解释更加贴切。感恩知报的传统在我国古已有之，《诗经》里就有“投桃报李”之说，古语还有“谁言寸草心，报得三春晖”“滴水之恩，涌泉相报”等名言。感人心者，莫先乎情。感恩是中华民族性格的重要表现。感恩滋生了传统社会浓郁的亲情、友情和乡情。中华文明之所以生生不息，能够历尽沧桑，饱经磨难，却在跌宕起伏中传承不辍，与历史形成的这种感恩精神有密切的关系。

感恩是一种情感。它集中反映了一种反哺之情和回报之心。拥有一颗感恩的心，你才懂得去孝敬父母，去尊敬师长，你才会为伟大的祖国奉献一切，人与人、人与自然、人与社会也才会变得更加和谐。

感恩是一种美德。它体现了一个人对自己与他人、与社会、与伟大祖国关系的正确认识。正如德国大哲学家康德所说的，感恩是崇高的义务，我们反对功利主义的感恩，但是每个人必须怀有感恩的心态，珍惜别人给予自己的恩惠。

感恩是一种回报。当今社会，是一个，人人为我、我为人人的社会，我们的衣食住行、生老病死等离不开社会和他人的帮助。我们不仅是社会财富的创造者，更是受惠者。作为受惠者，理应感恩。

感恩是对社会生活积极回应的方式。英国作家萨克雷说：，生活就是一面镜子，你笑，它也笑；你哭，它也哭。‘感恩就是笑对生活。

感恩是理性的思考和谦卑的态度。当一个人懂得感恩时，便会将感恩化作一种充满爱意的行动，实践于生活中。一颗感恩的心，就是一个和平的种子，因为感恩不是简单的报恩，它是一种责任、自立、自尊和追求一种阳光人生的精神境界！

感恩是生命对生命的惠泽。一位哲人说过，世界上最大的悲剧或不幸，就是一个人大言不惭地说没有人给我任何东西。感恩并不是单向度的付出。感恩，让我们在施予的同时分享了生命的阳光和感动，领略了幸福的真谛。

我们需要感恩祖国我们需要感恩全国人民 新疆各民族需要相互感恩

有这样一句颁奖词、有这样一段话、他曾让我泪留满面

[颁奖词]英雄回乡 万人送别魂归故里悼念英雄

男儿足迹平凡人生感动新疆，感动中国

，对这些救了我儿子的人，我的感激没法用语言表达！‘获救

小孩的小超的父亲说，儿子的生命是一个素不相识的大学生用生命换来的，他要教育儿子一定要学习恩人的品质，要学会感恩。

他是一名积极上进、充满爱心的80后大学生；在两名落水少年生死攸关

时刻，他毫不犹豫下水救人。最后关头，他把漂浮物奋力甩给落水少年，落水少年得救了，他自己却献出年仅22岁的宝贵生命。他就是重庆信息技术职业学院新疆籍大学生刘开瑾。他把爱撒向江淮大地，感动了新疆，感动了中国大地。

新源县阿勒玛勒乡塔格尔布拉村，是刘开瑾生活了整整22年的故乡。刘开瑾的母亲陈玉霞是一位普通的农村妇女，为等儿子，她已经十来天没好好吃顿饭了。7月27日，终于等到孩子爸爸刘生昌的归来，可抱着的却是个骨灰盒。泪已尽，仍不愿相信事实的陈玉霞在看到儿子骨灰和熟悉遗像的瞬间，彻底绝望了。三八节，刘开瑾从信息学院给妈妈打了电话，感谢母亲的养育之恩。母亲节，他又拨通了家里的电话，告诉妈妈要多保重身体，儿子已经长大，等挣钱的那一天，一定送给妈妈一件像样的节日礼物！再后来，刘开瑾又打过电话给妈妈，这一次有点让母亲担忧，他说在学校突然晕倒了，我问他是不是学习太累用脑过度造成的，还往他卡里打了钱，让他去医院做个脑电图，再拿点药。我估计他为了省钱一直都没有去医院……‘陈玉霞说，每次打电话回家，儿子的最后一句话一定是，爸妈，你们要多保重身体’。刘开瑾的父亲刘生昌在安徽蚌埠市，专程去了儿子救人的淮河边，河水汹涌，特别吓人，听当地人说，起码有二三十米深，儿子又不会游泳，下去肯定会没命的。‘站在淮河边，刘生昌百感交集。

新疆人的精神——互助

互助，简单的讲，就是彼此帮助，共同发展。它是一种真诚自然的付出行为，是一种脱离低级趣味的高尚情怀。无论什

么时代，团结互助精神永远熠熠生辉，永远鼓舞和激励人们奋发向上。

互助，既是道德良心的一种体现，也是一种社会责任。古往今来，新疆作为古丝绸之路的通道，自古以来就是多民族、多语言文字、多宗教和多文化相互交流、融合之地，在新疆广袤的大地上，各民族儿女团结奋斗、互帮互助、休戚与共。各民族在相互交往和融合中，形成了难能可贵的携手互助精神，这既符合社会主义核心价值观，又顺应了新疆各族人民的根本意愿。

（霍城县法院案例）

新疆人的精神——进取

《易经》曰：天行健，君子以自强不息。这句话揭示了一种精神——进取。《易经》曰：天行健，君子以自强不息。这句话揭示了一种精神——进取。作为现代文化的重要内涵，进取意味着奋发有为，意味着顽强拼搏，意味着革故鼎新、创新发展。

生活在古代新疆的各民族，长期处于，地涸泽碱卤，不生五谷，木皮三寸，冰厚六尺’的干旱、寒冷的气候条件下，又常常相互争战。这种特定的自然、人文环境，造就了新疆各民族吃苦耐劳的品格和进取自强的民族精神。这种民族精神内核和精华，至今仍然是新疆各民族实现现代化的重要力量源泉。

进取体现在对未来发展方向、目标、道路、模式的选择上。每一个地区、一个国家走向现代化、融入全球化的历程，都是在一定背景下的选择、适应过程。

而霍城县援疆工程把位于伊犁河谷东部的霍城县与素有，江海门户、锁航要塞’之称的江阴一线相牵，援疆工程给霍城县带

来的正是未来发展方向、目标、道路、模式上的一种进取精神、一种创新理念。援疆工程既有奠定新疆长远发展的工业项目,也有保障和改善群众生活的民生项目,既有资金、物资的无偿支援,也有干部、人才的鼎力支持,既有“输血”与“造血”相结合的援建工程,也有双方互惠共赢的合作事宜,包含的是作为对口支援新疆建设的省份人民,对新疆人民满怀热情、无私的帮助。你们用行动回答了“援疆为了什么、在疆干些什么、离疆留下什么”的问题。他更多的给霍城县带来的是一种精神和理念。学如何不守旧,勇于创新,勇于不断地超越自我,自我超越。‘转变观念、创新理念,看不到、摸不着,对常人来说都是抽象的概括。在江阴,‘创新’是实实在在的具体行动。江阴站在时代发展的浪头,瞭望未来发展方向,更重要的是能跳出自己看自己,在传承以往好经验的同时,不断否定自己,实现了一个又一个的跨越。一个地方也好,一个企业也好,一个领导也好,‘创新’不是雾里看花,要抓实,转化为具体的行动。江阴不可复制理念可以嫁接,弘画卷可以模拟,江阴模式不能简单复制。再好的样板也不能盲目照搬照抄。用俞伟人的话说,创新就是在不断否定自己的过程中进步,是根据发展的时代,根据变化的形势,立足自身,寻找新的增长点和发展点。眼界宽,才能思路宽。不仅要学习发达地区的成功经验、先进技术和知识,而且要培养创新理念和有把握时代脉搏的眼界。

让我们以“新疆精神”作为自己的力量支撑和行为导向,作为我们共同的尊崇和追求,同心、同向、同调、同力,更好地发挥新疆的比较优势、机遇优势和后发优势,谱写幸福霍城跨越式发展和和谐社会的崭新篇章。

精神自由论文篇二

大家好:

我想做一个欢乐的人,想鸟儿一样在空中飞翔;我想做一个自由的人,像海鸥一样在大海上飞翔;我想做一个无忧无虑

的人，像鱼儿一样在水中游来游去。

自由，一个充满欢乐，充满幸福的词，它代表着我们的喜怒哀乐，代表着人生中的坎坎坷坷，自由可谓是人的灵魂。从小我就渴望自由，渴望家长防守，可是，从小到大，家长从来都不会给我自由的空间，把我的时间安排得紧紧的，我似乎连喘气的机会都没有。

任务越来越重，时间越来越紧，玩的时间也越来越少了，好不容易挨到了周末，先好好休息一下，却得上家长安排的辅导班……当我抬头仰望天空时，总觉得自我是笼子里的“囚鸟”，没有属于自我的天空，没有欢乐，更没有自由。

蟋蟀的欢乐是能够尽情的歌唱，泥土的欢乐是能够滋养花草树木，花儿的欢乐是能够装点苍茫的大地，而我的欢乐就是能拥有属于自我的一片乐土，净土。

我真的渴望自由，我理解父母那望子成龙的梦想，但他们应当给我们自由，放开我们的手让我们自我去搏，自我去闯，仅有真正的放手，才能让自我的孩子成长起来。

我渴望我的自由，要是我拥有它，我就要变成一只鹰，在蔚蓝的天空中飞翔，去世界上最远，最高的地方，去实现我的梦，在风雨中，我会傲然飞翔，不管有多大的困难，我都会去做最好的自我！

精神自由论文篇三

自由，一个充满快乐，充满幸福的词。有多少的人向往这种生活，向往自由。自由，它代表着我们的喜怒哀乐，代表着人生中的坎坎坷坷。自由可谓是人的灵魂。

从小我就渴望自由，渴望着家长的放手。可是，从小到大家长从来都不给自由的空间我，他们会时时刻刻“盯”着我，

我似乎连喘气的机会都没有。

小时候，家人以还小的理由不让我出去玩，整天呆在家里。每当我想逃出时总有一股巨大的力量阻拦着我，顿时我渴望自由。

当我渐渐长大的时候，有了好伙伴，她们时常叫我出去玩，但是几乎每一次我都无法用任何理由征得妈妈的同意。久而久之，我和她们就慢慢地疏远了。

我非常渴望自由。我讨厌别人管着我、束缚着我。这种渴望在一天一天地增加，可是家人却一天比一天管得严。很多时候我觉得非常难受，快窒息了。

我真的非常渴望自由，我也能理解父母望子成龙、望女成凤的梦想。但是他们应该给我们一些自由，放开我们的手，让我们自己去闯一片属于自己的天地。只有真正的放手，才能让自己的孩子成长起来。

你们以为把孩子关在家里，孩子们就会收心认真学习吗？你们真是大错特错。你们越是这样我们就越渴望自由，觉得在这里连喘气的机会都没有，想逃出去，远离这里。就算你们这么做真的让孩子成龙成凤了，孩子就会开心吗？我们总是说童年是最快乐的。可是事实真是如此吗？我不这么觉得，整天被学习压得差点窒息。

我渴望我的自由，假如我拥有了它，我要变成一只鹰，在蔚蓝的天空上飞翔，去世界最高、最远的地方，去完成我的梦；在风雨中，我会傲然飞翔，尽管有多大的困难，我都会做最好的自己。

家长们，放心吧，放开孩子的手，我们长大了，遇到挫折已不会再哭泣，跌倒了会笑着站起来。。我们渴望自由，渴望我们自己的青春，让我们自己面对生活，自己选择吧！

你们只有真正地放手了，我才会成凤，才不会怕遇到困难和挫折，哪怕是掉下了万谷深渊，我也不会惧怕不会气馁不会跌倒，我会再一步一步地爬到最高的地方。

你们放心吧！没有你们的搀扶我也会磕磕碰碰地向前走去。

精神自由论文篇四

大家好！

小时候想过自由就是没有人管教，想做什么就做什么。但是毕达哥拉斯曾经说过“不能制约自己的人，不能称他为自由人。”直到现在自己也慢慢明白自由是在自己可以控制好自己的情绪并且要学会制约自己这样我们才真正拥有自由。

我们常常说着渴望自由，坐在教室里的学生呐喊着作业真多，老师管的真多，学不学又不是她的事情，去了学校就没有了自由。呆在牢房里的人群呼喊着我虽然犯了错但是你们不能限制我的自由啊，人生的自由你去哪里了？在工作的工人却不想干活就在工作时间里休息了，老板的责骂，他却说自己没了自由被老板管着。

自由啊！你是多么美好的东西，可我要怎样才能得到你呢？我想要寻找自由了解自由到底是什么。于是我好奇学生为什么要学习？读了七八年的书我们也懂了吧！读书学习就是我们走向自由的一扇门，只有读书我们才可以学习到这个社会需要什么从而我们就能找到生存的出路，有了生存我们才有自由。读书学习也不仅仅是为了生存，还能让你在世界上更自由的寻找生活的美妙世界的的神奇。

这个世界是有制度的如果你犯了错误那么就必须受到惩罚，在牢房里的人你可以说他失去了自由吗？如果说他失去了自由那么这也是他自找的结果，开始他的自由并没有消失只要他能悔改世界总愿意给人改正的机会，因为每个人都会有犯错

的时候，只要认真改正那么就并不恐怖，可怕的是知错不改的人。所有要想得到自由那么我们就要能管住自己。有时候我们犯错就是因为一时的情绪问题所以学会控制情绪，是可以避免犯错的。

工作的人你可以说他没有自由吗？就算是工作时间他的自由同样存在，因为工作是你自己找的要做什么是你自己选择的，这就是属于你的自由。既然自己已经选择了那条路那么就自信的走下去，以前总不会太差的。我们的工作是自己的选择所以我们是自由的。

如何有自由？学生告诉我自由的一扇门是学习，犯错者告诉我走向自由就要不断改正自己的错误，工作的人说自由就是你选择的路你就要好好的走下去，如果错误那么就请不断改正让我们更好的走向自由。

谢谢大家！

精神自由论文篇五

眼前的美妙应该不是幻觉，因为面前的一湾池水虽然有些泛出来的是淡淡地黄色，可是，在池边绿柳的遮隐下，淡黄色的水波却没有使人产生多少无奈的感觉。

一缕风儿轻轻地吹过，那水中的粼粼的波纹在我的心中越发变得无比的柔和。啊！不是幻觉，我真的发现了？发现了池中五尾红色的小鲤鱼摇着它们的尾巴在我的眼前的水中游荡着……还有三尾了，不，就一尾还在我的视线中。慢慢地，慢慢地它们都在我的眼前消失了。真的，美境又在我的面前出现了，是十几尾红色的鱼儿，它们都慢慢地浮出水面，它们无意中排成了一朵美丽的莲花状，一尾的头衔着另外的一尾的尾，配合得是如此的默契。

真的让我羡慕它们的自由自在！

湖边的游人越来越多了，和我共同感受鱼儿自得其乐的人还真的不少呢，大概人们都在羡慕着它们的自由的吧！

突然，远处的声音打断了我的遐思。是一群钓鱼人，因为他们不少的人的鱼儿已经上钩了，那些自由自在的鱼都成了他们的俘虏了。我前几天还在想，学会他们也钩钓鱼。今天，看到了池中那自由自在的鱼儿，开始在心底痛恨这群钓鱼人了，我此刻真的想站起来，抬起我的双脚狠狠地把我面前的几个钓鱼人都揣进湖底，让他们也去喂鱼。看看他们当了鱼儿的俘虏的时候和此刻的鱼儿有什么不同！

就连鱼和人类都有类似的矛盾呢？何况是人类的同类呢？想想，也许是的！

想一想，还是去看那些灵性自觉没有被钓鱼人钩上的鱼儿吧！它们选择了幸存的理由很简单，是因为它们选择了自由也选择了逃避，它们选择了逃避也就无疑是未能吃到钓鱼人的香饵。也许有一天当它们成了人们的美餐的那一天的时候，都没能知道钓鱼人的香饵的滋味，那也未免不是一种缺憾。因为选择的是自由。

而选择上钩的鱼呢，毕竟用它的生命捍卫了它的尝试，尽管它遭遇了自己的厄运，而放弃了自己的自由，因为放弃自由对于每个生命都是需要付出自己的代价地，鱼儿也不会例外。

所以，在这里，无论是鱼儿还是钓鱼人，他们还都是自由的。因为姜太公直钩都能钩上鱼来，也许心底自由自在的鱼儿也不甘于寂寞吧！

于是，钓鱼人在沉浸在鱼儿的上钩，鱼儿也抵不住钓鱼人的肉饵的诱惑。双方的选择都是在自由平常中完成的。所以，反过来想，钓鱼的人和上钩的鱼他们都没有什么错。因为毕竟他们彼此都是快乐地！

我这才知道，快乐是上帝赋予全部生命的本能，并不是人类所独有！

是啊！可快乐是他们的，我什么也没有！