# 懂得感恩字(优质9篇)

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2025-06-10

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。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，我们一起来看一看吧。懂得感恩字篇一小时候，我很爱看书，...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。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，我们一起来看一看吧。

**懂得感恩字篇一**

小时候，我很爱看书，所以妈妈经常买书给我看，可是因为阅读能力达不到，我就只看那些童话 书，但长大了之后，再去书店买书，妈妈却不同意给我买童话书了，而是给我买一些关于励志类的书。一开始看的时候，就觉得这种书真难看，世上没有比这更难看的书了，每当妈妈再给我选这种书的时候，我就总是推辞。那天，妈妈给我选好一本书要结账的时候，被我拦下了，我说：“妈妈，我不看这种书，我都看不懂，买回去还不是当破烂么！”妈妈一听，来气了，说：“好，那以后再也不给你买书了，去看你的童话书吧！，我一听，着急了，怕再也看不到书了，就给妈妈求饶，最后只好捧着一本我不愿意看的，沉重的书回家了。我天天对着这些文字发呆，日久天长，也就慢慢看懂了，便觉得没那么无聊了。一天，我在这本书里见识了一个新词：感恩。这是什么意思呢？我遇到问题了，于是跑去问爸爸。爸爸说：”感恩就是体会被人对你的辛勤付出然后去回报别人，叮当，你一定要学会感恩，知道么？只有懂得感恩和珍惜的人才能获得人生最大的收获——快乐和幸福，！“现在，我要履行对爸爸的诺言，要时时刻刻心怀感恩。

我要感恩父母，感恩他们对我们的养育恩情，感恩他们在几千个日日夜夜里为我们做过的每一顿饭，感恩他们给我们洗过的每一件衣服，感恩他们做我们生活上的指路人，感恩他们为我们提供的良好的环境，感恩他们对我们犯错时候的教诲，感恩他们对我们的那最最纯正的不屈不饶的爱！

我要感谢上苍，感恩他虽然没有给我十分美丽的容貌，却给了我一双明亮的能把人心看透的大眼睛，感恩他给的我健康的身体，感恩他们给我一双能够踏遍千上万水的腿和脚，感恩他给了我活动 自如的胳膊，感恩他给了我一双灵活的手，可以让我用他们写出优美的文章，感恩他又给了我灵敏的的味觉的嗅觉，感恩他给了我能听见世间最美旋律的听觉。还有最会幻想的大脑，有了大脑，写文章，如有神助。最重要的是，他把我带到了这个宁静美丽的世界！

我要感恩老师，感恩同学们，感恩他们在我有困难的时候对我伸出的援手，感恩他们在我比赛失利后对我的不放弃和鼓励。感恩他们在我不开心时，做出的每一张鬼脸，曾经是这些鬼脸，给了我无限的力量，感恩他们在我遇到困难时给我一遍遍耐心的讲解，也感恩他们为我们扔个垃圾、买瓶水、借个笔的举手之劳。不是他们的陪伴，就没有今天的我。

我还要感恩大自然，感恩它有自己甘甜的乳汁哺育了世界各地的奇观，潮涨潮起，感恩它，为我们净化了空气，让我们的生活更愉快，更安宁。感恩它造就出的世界奇观让人们在不开心时重新振作，感恩它总是那么变化无穷，让人们用心，用眼睛，用摄像头把这完美的一幕记录下来，还要感恩它的造就给人们带来的启发。

感恩其实很简单，我学会了，我懂得了，无非就是一盆洗脚水、一杯热牛奶、一句叮咛、一张贺卡……这些也都是我们力所能及的，感恩父母、感恩上苍、感恩师长、感恩大自然，让我们从小事做起吧！

**懂得感恩字篇二**

感恩是一种美德，也是一种必要的生活态度。在当今社会，人们往往忙于追求自己的个人利益和幸福，却很少关注他人的付出和帮助。然而，当我们懂得感恩的时候，我们才能真正体会到人生的意义和价值。

第二段：懂得感恩的源泉

懂得感恩首先意味着要有一颗感恩的心。在生活中，我们会遇到很多人和事情，让我们明白到自己的不足和无助。这时，我们应该学会怀着一颗感激的心去看待这些人和事情。无论是一位友人的帮助，一次陌生人的关心，还是一次失败的经历，都是我们成长的机会和财富。只有懂得感恩，我们才能从中汲取力量，不断前行。

第三段：感恩的实践

感恩不仅是一种情感，更是一种行动。我们可以通过回报他人的帮助来表达对他们的感激之情，例如送上一份小礼物、给予一句温暖的话语或者提供一点实际的帮助等等。除了对他人的感恩，我们还应该对自己的成就和付出心怀感激。人生的道路上充满了艰辛和挑战，当我们取得一些成绩或者克服一些困难时，要及时鼓励和肯定自己，因为这些努力都值得我们感激和珍惜。

第四段：感恩的意义

懂得感恩的人更容易获得幸福和满足感。当我们心怀感激时，我们会发现生活中发生的种种困扰和不如意都变得微不足道了。我们会更加关注身边的美好和快乐，不抱怨和埋怨，而是用一颗宽容和感恩的心去对待每一个人和事物。这样，我们的内心会更加开阔，我们的人际关系也会更加和谐。

第五段：总结

感恩是一种美丽的品质，它能够让我们的生活更加充实和有意义。我们应该学会懂得感恩，从日常生活中的点滴细节中体会到感恩的力量。只有懂得感恩，我们才能培养出一颗宽容、善良的心灵，同时也会激发自己不断进取的动力。让我们从现在开始，用感恩的态度去面对生活的点滴，让它成为我们前行路上的明灯。

**懂得感恩字篇三**

感恩的心，漾起的是爱的涟漪，是快乐的源泉。

————题记

如果我是鸟儿，那快乐就是任我翱翔的天空；如果我是花朵，那快乐就是滋润我的雨露；如果我是鱼儿，那快乐就是让我畅游的蔚蓝大海……我的生活，因快乐而丰富多彩；我的世界，因快乐而充满阳光。这一切，都源于我幸福的家庭，都源于我懂得感恩。

咳咳……这声音像一颗颗尖利的石子，在我的耳膜上一次次划过，让我的心也跟着揪了起来。我知道，妈妈又在咳嗽了。从喝冰糖大蒜水，到吃含片，吃消炎药，妈妈试了好多种方法，效果都不明显。对了，听奶奶说起过一个偏方喝荸荠汤可以治咳嗽，我马上向奶奶发出了求助信息，订购了一袋新鲜荸荠。

咕嘟咕嘟锅里的水开始冒泡泡，一股白色的水蒸气袅袅上升。我把煮好的荸荠盛进玻璃碗，澄清的汤汁里，那咧着嘴的荸荠正朝我微笑。我郑重地端起碗，朝妈妈的房间走去，一种暖融融的快乐在我心底荡漾。

这碗荸荠汤，飘散着爱的味道，沁着我感恩的心。

阳台上，那蓝色的身影一起一伏，爸爸又在擦地了。走到近前，我望着那双熟悉的大手，手指已被冻疮所占据，这还是印象中那双细腻的手吗？我的心中真不是滋味儿，爸爸的手，不该是这样的……我捡起另一块抹布，笑眯眯地走向爸爸：老爸，我来擦！

跪在地上，我真正感受到阳光的温暖。尽管一阵阵冰凉从指间蔓延，但快乐像一团火苗在心间跳跃，驱走了阵阵寒意。

这块抹布，见证了亲情的传递，浸着感恩的情怀。

晚饭后，奶奶捶着直不起来的腰，满脸疲惫在沙发上坐下。我知道，忙碌了一天，奶奶的腰疼又犯了。奶奶，我来帮你按摩！我绕到奶奶背后，握起拳头，在奶奶的腰上轻轻捶打着。不多久，奶奶紧蹙的眉头便舒展开来：嗯，真舒服！帮我肩膀也捏捏。

我的手指在奶奶的肩膀上游走，奶奶享受地眯起了眼睛，花白的头发在灯下闪着银光。奶奶的肩膀，曾挑起家庭的重担，那灵巧的双手，曾为我们做出可口的饭菜，曾为我缝制漂亮暖和的棉鞋……想到这，我不由地在手指上加重了力量。看着奶奶脸上绽放的菊花，快乐的小溪水静静地在我心底流淌。

这次按摩，饱含了浓浓祖孙情，让我体会到感恩的真谛。

每一次回忆，每一次感恩行动，都踏着快乐的节拍。当幸福轻叩我的大门，我听到了快乐的声音。

**懂得感恩字篇四**

还记得那天晚上，已经是深夜三点多钟了，我从房间里慢慢地爬起来，疲惫地来到了妈妈的`房间。妈妈摸了一下我的头，就知道我感冒了，便把我扶进房，让我躺下。随后，妈妈马上下楼找感冒药，怎知道妈妈因为担心我而过于紧张，连楼梯灯都忘记开，一下不小心踩了空，幸好妈妈握住了楼梯的扶手，只是头撞到了扶手，不然就会从楼梯上滚下去了。找到药后，妈妈又急急忙忙上楼，把药给我吃，我一不留神碰到了妈妈的头。“哎哟”！“干什么呀？”我问道。“没什么，只是看到了几只老鼠在跑。”妈妈紧张地说，“哦，原来是这样”。其实我知道妈妈的头上起了一个很大很大的“包”，知道妈妈受伤了，妈妈是怕我担心所以不说出来，一想到这里心里很不好受。第二天，妈妈一早就起来带我到医院检查，检查完后又给我买早餐。回到家后，妈妈马上喂我吃药，问我晕不晕、疼不疼，中午还煮粥给我吃。一直到忙到我睡着，妈妈照顾我已经大半天了。醒来后，我隐隐约约看见妈妈在卷起袖子工作呢！

父母，不管做什么，永远都是为了儿女。作为儿女，我们要懂得心存感恩，我们要好好学习，努力争取好成绩，那才是给父母最大的回报！

**懂得感恩字篇五**

看着妈妈每天拖着劳累的身子，一回家就躺在沙发上休息，但又不得不起来给我们做饭炒菜，我很是心疼。一天中午，妈妈还没有下班，我的肚子早已饿得像干瘪的\'袋子，肚子还在唱“空城计”呢?这时我心里直埋怨妈妈：怎么还不回来，我都要饿死了。后来转念一想，妈妈现在还在上班，也没吃饭，我坐在家里都感觉饿了，她不是更累、更饿吗?想到这，我顿时心中生了一个念头。对，亲自给妈妈做一顿饭，给她一个惊喜。于是，我学着妈妈以前做饭的样子，系上了围裙，用碗舀米，恩，先放两格米就够了，然后淘米，我淘了三次，因为这样才能保证米洗干净。由于是第一次烧饭，心中不免有些紧张。洗完米以后只要放一定的水量就可以了，这下可把我难住了，到底放多少水呢?放多了会成为稀饭，放少了，会吃生饭的。算了，不管了，我放了两格水，便将锅放入电饭煲内，然后按下开关就大功告成了。过了一会儿，我想光烧好饭，却还缺下饭的菜呀，于是我准备炒盘鸡蛋。我打了几个鸡蛋在碗里，用筷子反复搅拌，再将锅烧热，接着倒点菜油，让油烧热，到一定的时间就可以把鸡蛋放入锅中了，还要撒上一些盐，此时，只见鸡蛋在锅中爆米花似的起着泡泡，慢慢地鸡蛋清的液体就变成白色的固体了，再在上面撒些葱花，就这样，一碗香喷喷的炒鸡蛋就出炉了，鸡蛋铲入盘子里，闻一闻，恩，真棒!饭好了，菜也上桌了，真是“万事俱备，只欠东风”了。

妈妈回来看见了，眼眶里红红的，她一边吃饭一边吃菜，细细地嚼着，好像在品尝什么大餐似的······嘴里还不停地称赞我长大了。

**懂得感恩字篇六**

在我们的生活中，感恩是一种美好而重要的情感。懂得感恩，能够让我们更加珍惜生活中的每一个美好瞬间，更加坚强面对挫折和困难。在这篇文章中，我将会谈论我对感恩的心得体会，以及如何通过懂得感恩来拥有更加美好的生活。

第一段：感恩的力量

感恩是一种能够带来积极权利的情感。当我们感恩时，我们不仅能够体验到内心的愉悦感，还能够感受到外在世界对我们的回馈。感恩可以让我们更加自信，有了这种自信，我们更容易顺利地完成我们的事业，这不仅有利于我们自身的成长，也可以带来更加美好的社会环境。

第二段：感恩的启示

感恩的启示可以让我们更加深刻地认识生活，更好地理解它具有的意义和价值。生命是短暂而宝贵的，只有通过感恩，我们才能真正地领悟到生命的意义和价值。感恩可以让我们更加深刻地认识到周围的世界，帮助我们更好地把握每一个美好的瞬间。

第三段：感恩的理由

我们有很多能够让我们感恩的理由。首先，我们应该感恩我们的父母和家人。正是他们的辛勤付出和爱心，才让我们得以拥有美好的成长环境和生活条件。其次，我们应该感恩那些曾经帮助过我们的人，尽管他们或许早已忘却，却始终让我们感激。我们还应该感恩那些在我们生活中所遇见的困难和挫折，正是通过战胜困难和挫折，我们才能更加坚强地成长。

第四段：懂得感恩带来的好处

懂得感恩可以为我们带来很多好处。首先，懂得感恩可以让我们更加珍惜生命中的每一个瞬间。其次，懂得感恩可以带来更多快乐和幸福感。当我们懂得感恩时，我们会发现周围的世界变得更加美好，我们也因此而更加快乐。最后，懂得感恩可以带来积极的社会影响。当我们以感恩的姿态待人处事，会让我们更加亲切和慷慨，也会带来更多的社会美德。

第五段：结论

感恩是一种美好而重要的情感。只有通过懂得感恩，我们才能更好地欣赏生命中的每一个瞬间，更好地面对困难和挫折，并最终成长为更好的自己。所以，让我们在日常生活中，抱着感恩的心态，积极地关注自己的身边，从中发现美好，让我们的世界变得更加美好。

**懂得感恩字篇七**

“感恩的心，感谢有你，伴我一生让我有勇气做我自己。”对啊!是老师从我们走进校园开始传授我们知识，从我们无知开始，老师就一天一天不停的教我们做人。

老师是辛勤的园丁为我们这祖国的日夜操劳，累白了头发。累黑了胡茬。老师为我们付出这么多。难道不应该回报一下他们吗?尊敬老师是最重要的，是尊重老师的劳动，教学是一种艰苦细致的脑力劳动，老师为此付出了大量的时间和精力。老师要精心设计每一个教学方案，认真上好每一节课，仔细批改每一份作业，老师的工作是辛苦而繁重的。我们要了解体谅老师工作的特点和辛苦，尊重老师的劳动。

老师，您的爱，太阳一般温暖，春风一般和煦，清泉一般甘甜。您的爱，比父爱更严峻，比母爱更细腻，比友爱更纯洁。您的爱最伟大，最无私，最神圣。

一天，您冒着风寒来到学校，您的脸腊黄腊黄，走路都颤微微的，可您还是强忍着痛苦，满脸微笑给我们上课，那天我们还不领情，乱说话，惹您生气，现在想来我真是后悔莫及呀。那天中午同学们听写错了许多，您就留下来陪他们，中午饭也没吃，那天您的侄女去叫您说您家来了客人，您却为了学生忘记了客人，直到同学走后，您拖着疲倦的身子回到家，客人却走了。后来我们听您侄女说客人非常生气。

老师，您的职业是伟大的，光荣的，是无私的，您应该为您有这种爱业精神而感到骄傲自豪!

老师是我们成长道路上的引路人。老师教我们做事，教我们做人，引导我们走好人生之路，当我们遇挫折，老师帮我们撑起前进的风帆;当我们遇到困惑与迷茫时，老师是为我们指点迷津;当我们因取得成绩而骄傲时，老师的及时点拨让我们清醒。

老师我感谢您，是您教会了我无私、教会了我容忍、教会了我以广大的胸怀来接纳别人。您工作的今朝，却建立着祖国的明天，您教学在课堂，成就却在四面八方。

老师您的伟大精神永驻我心，您的宽广胸怀激我前进，老师您伟大的职业我永远不会忘记，未来的明天会被我们这一代接替，祖国的明天会更加繁荣富强。

老师您的伟大精神永驻我心，您的宽广胸怀激我前进，老师您伟大的职业我永远不会忘记，未来的明天会被我们这一代接替，祖国的明天会更加繁荣富强。

**懂得感恩字篇八**

我们或者要。

感恩父母，父母给了我们生命，把我们带到这个美好的世界，给予我们父爱母爱。妈妈生下我们是不容易的，把我们拉扯大也不容易，爸爸每天辛苦赚钱，为撑起我们的家而操劳奔波。我们要感恩父母，他们对我们的爱是无私的，是伟大的，他们给予我们关怀，让我们感到了世界上最初的温暖。

感恩国家。没有国家，就没有我们安居乐业的生活，没有我们安稳的生活。国家富强，我们才能富强。国家把我们保护的很好，像叙利亚，伊拉克等国家，还在落后挨打，被强国欺负，他们老无所依，小孩没有学习的场所。而我们每天都在干净整洁的教室学习，我们不得不思考我们为什么可以这样舒适，不禁感叹国家给我们带来的福利，给我们带来的安全感。

感恩朋友。我们的生活中不能没有朋友。朋友会在我们失意的时候给我们温暖，在我们伤心难过的时候给我们慰藉和安慰，在我们迷茫的时候为我们提供可以借鉴的建议。朋友为我们的生活添加了一抹色彩，他们让我们的生活更加丰富多彩，让我们认为我们并不是孤单的，并不是一个人前进的`，朋友给了我们陪伴，让我们在人生的道路上有可以陪伴的人。

感恩生活。我们要每天怀揣着感恩之心，心怀感恩之情。心怀感恩的人不会运气很差，而每天嘴里只有抱怨的人，他们才会事事不顺，每天都活在阴霾里。要生活，感恩每一个机会，每一个好天气，每次的好心情。

我们要感恩的事情有很多，心怀感恩，，少些抱怨，多点期待，人生便会明媚很多。

**懂得感恩字篇九**

感恩是一个人应有的态度，即为了自身的获得而心存感激。感恩不仅仅是表达自己的谢意，同时也是一种对于生活的态度。人们应该懂得珍惜生活中所有的温馨和惊喜，并且心怀感激。感恩让人变得更加快乐，感恩也能让人更加积极向上；因此，人们应该学会怀着一颗感恩的心。

第二段：为什么要学会感恩？

人们应该学会感恩，首先是因为感恩能够让人们变得更加幸福。不论是在生活中还是在工作中，每一个人都需要别人的帮助和支持，而感恩恰恰就是要如实地认识到他人所做的贡献，并且对此心存感激。其次，感恩也能使人更加宽容和理解，对于事件碰到的不愉快或不如意，感恩的人可以更加宽容的包容这一事实，不会像其他人一样过于计较，而是知道珍惜并感谢生命中的点滴，感恩能够让人走得更加顺利。

第三段：怎样学会感恩？

学会感恩需要一个过程，但绝非不可能。首先，要学会感恩，必须首先熟悉自己的心灵，通过深入思考，认清为什么自己需要感恩。其次，要学会发现身边的所有支持和帮助，任何一个人都不能独立地完成所有的事情，身边的聚焦、支持和鼓舞是人成长的重要动力，在学会感恩的过程中，人也需要时刻留意这些有力的支持与帮忙。第三，了解感恩的重要性，明白感恩不仅是一种生活态度，同时也是一种职业素养。学会感恩可以帮助你更高效地完成工作，也能更好的提高自己的职业素质。

第四段：怎样才能化感恩为表达？

学会感恩后，表达感恩是一种必要的方式。感恩不仅是口头的道谢，同时也可以是一些实际的行动。比如，你可以送一份心意浓浓的礼物或者是写一封感谢信，表达自己对别人的感激之情；或者是在生活或工作中，通过自己的努力为别人所付出的得到更好的回报。用心地让别人知道你的感觉和想法，让你和他们的关系变得更加紧密。

第五段：学会感恩带给我的变化

在学会感恩的过程中，我发现自己的内心变得更加宽容豁达，情绪也更加稳定。不再为自己的得失过于执着，感恩让我明白到生命中珍贵的是那些快乐的点滴，比如与亲近的人品味美食，与职场朋友分享微笑，与陌生人交流时得到的温暖。懂得感恩让我对生活变得更加感性，让我知道要更好的呵护自己生命中的每一个细节，更好的呈现真实的自己。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn