# 自律感悟随笔

来源：网络 作者：尘埃落定 更新时间：2025-08-01

*人生是茶，自律是沸水，茶用沸水冲泡，方能芳香四溢，凸显人格的高洁。下面是小编精心为您整理的自律感悟随笔，希望您喜欢!　　>自律感悟随笔篇一　　人生是舟，自律是水，以水推舟，方能扬帆万里，驶向自己人生价值的彼岸。人生是树，自律是土，树滋长...*

　　人生是茶，自律是沸水，茶用沸水冲泡，方能芳香四溢，凸显人格的高洁。下面是小编精心为您整理的自律感悟随笔，希望您喜欢!

　　>自律感悟随笔篇一

　　人生是舟，自律是水，以水推舟，方能扬帆万里，驶向自己人生价值的彼岸。人生是树，自律是土，树滋长于土，方能枝繁叶茂，结出人生的果实。人生是茶，自律是沸水，茶用沸水冲泡，方能芳香四溢，凸显人格的高洁。让我们铭记于心吧——就如塞尼卡所说的：“能自律的人，就是最强有力的人。”

　　富兰克林用他的小黑点牢记住了各种做人处事的道理，他每日不忘反省，随时也不忘自律，他将缺点视为敌人并去积极克服它，他随时随地都在思考，自己的言行是否得体，这种做法是否礼貌，于是，他便很能克制和约束自己了，并且在自律的同时他还养成了很好的习惯，那就是无论在做什么之前总会顾及后果不会盲目。自律使他成熟，自律也使他自己更加完善。自律如一个茧，让他在里面慢慢修炼，最后羽化成蝶。自律也是他备受人敬佩，自律使他稳重，大方，行为得体，自律是一列强劲的列车，让他极速进步，直达成功。

　　周恩来自制纸镜子，让自己每日记住行必端，言必正，颜色宜和宜静宜庄。周对自己的高要求使人望尘莫及而周这种自律的精神则是更加令人敬佩，自律就如一面镜子，时刻让自己清醒，时刻让自己注意自己的行为，它反映出自己的不足并配合改正，它有如土壤一般，滋养自己，使人生这棵大树枝繁叶茂，也是自己迅速进步，直奔成功的终点。

　　《简爱》作者夏洛蒂的弟弟布朗威尔因为无法克制自己，经不起花花世界的诱惑，一度荒废学业，他的失败是因为不会自律，自律是一种对欲望的控制，是对诱惑的拒绝，自律是一种理智而冷静的思考，多一些这种思考便会使自己更明确目标，让自己展现出全部的价值，让自己少走许多弯路，使自己能更快进步。

　　自律是一种改造，是最严厉的自我提纯，人格的冶炼。它如同兴奋剂一般使你勇往直前，不受一切阻拦，它使你飞速进步，不浪费一点时间。

　　自律是金光灿烂的马缰，它让人受到理智的束缚，不偏离轨道。自律是一把心灵的扫帚，它让人深知不足并扫除精神污秽。自律是一个大头钉，它让你的生命之纸时刻坚守自己的本真。

　　>自律感悟随笔篇二

　　自律对人，是不可或缺的。人是社会动物。对于社会动物而言，组织、纪律是根本。而自律，又在纪律中起着举足轻重的作用。自律同纪律，就如同物理学中原子核同原子一样，前者是后者的核心。可见，自律对人是多么地重要。

　　不过，正如良药苦口，忠言逆耳一样，做到自律也是极其困难的。自律，是陡峭的山峰。

　　“律”部首是双人旁。古人造字之时，就已经意识到“律”的困难，尤其是没有外界帮助时，更是难上加难。吸烟者上瘾后，总会按耐不住，明知无用功，也还会欺骗自己说：“今天最后一根，不再抽了!”学生在考试之前的温书假，也总会一拖再拖，把“复习”这档子事全部交给最后一天的自己;减肥的人也经常难敌美食的诱惑，口口声声地说最后一顿大餐，明天开始减肥，可承诺却总随长江流进大海，第二天就找不到了。这不禁让我想起《童年》里唱的：“总是要等到睡觉前才知道功课只做了一点点……”似乎，在自律面前，不论男女老少，都只是个憧憬长大的，沉醉在童年里的孩子。可见，自律是多么困难。

　　正因为自律的困难，在面对一些事情时，人性的懒惰就会促使他们放弃自律。而这，造就了烟瘾患者，肥胖人士以及最令老师头疼的不交作业的学生。但是与之相反的，克服了懒散，能够自律的人，往往是潜在的成功人士。自律，是成功的密码。

　　在英国有一项小实验：将六、七岁的孩子带进一个房间，桌上有一块蛋糕。而对这些孩子的惟一要求，就是在一分钟内不要吃掉那个蛋糕。时间到了，蛋糕就属于他们。研究员对这些孩子做了长达数十年的跟踪研究，发现控制住自己不去吃蛋糕的孩子，未来大多生活地幸福美满，成为成功人士的人也更多。可见，自律是人成功的重要条件之一。

　　记者采访“股神”沃伦•巴菲特时，曾问过他成功的秘诀。其中十分重要的一点，就是不要让外界消息和他人的情绪影响自己。可见，对任何人而言，自律的重要性都不言而喻。因此，即使困难，我觉得我们都应该翻过这座陡峭的山峰，探寻这串神奇的密码，学会自律，用它来解开成功之迷!

　　>自律感悟随笔篇三

　　说到自律的人，我爷爷当数第一!第二嘛，暂时还没发现，第三呢，那差得十万里了。

　　爷爷原来是一位小学教师，他退休得早，多年来养成了三大嗜好：喝喝小酒、抽抽劣质烟、搓搓小麻将。

　　我八岁那年的一个夏天，天躁，闷热难耐，偶然间看见了桌上放着一瓶可以解渴的“汽水”，于是奔过去猛喝了起来，一口气喝下了一大半。不想口渴没能解除，浑身却感觉更加的燥热难耐，全身的血液汹涌澎湃，脑子浑浊一片就倒在了床上……当我醒过来的时候，我看见爷爷站在我的床边，一边用右掌不住地抽打着自己的脸腮，一边嘴角呢呢喃喃絮叨不已。从此以后，爷爷的饭桌前再也没有出现酒了，代替它的，是一大碗的白开水。

　　我小学四年级的时候的一个夜晚，我正在做着作业，爷爷不知道何时就溜到了我的面前。“小子，怎么这么简单的题目都会答错啊?”我首先感受到的不是爷爷的责问声，而是那呛人的烟味，咕咚咕咚地钻入了我的鼻孔，一股恶臭伴随着袅袅烟圈向我扑了过来，令我生气极了。我忍不住就对着爷爷吼：“天天吸，天天吸!你这个自私的爷爷，大家都跟着你吸二手烟，你可不可考虑一下全家人的健康呀?”此时的爷爷像一个做错了事的小孩，满脸愧疚地看着我，说不出一句话来。以后的好长一段时间，我看见爷爷每天从卧室到客厅来回溜达，坐卧不安，嘴角不住地嚼着口香糖。结局你肯定猜到了，是的，他硬是把那视如自己生命一般热爱的烟给戒了。

　　进入初中后，我的学习越加紧张起来，晚自习的时间随着年级的增加越来越长，爷爷在家和一帮老友搓麻将的时间由天天一搓变成了三天一搓，即便是这样，在我面对难题苦思闷想的时候，那阵阵的麻将声听着就像针刺一般的难受。我知道，爷爷也不容易，就剩下这唯一的爱好了，强忍着吧，别让爷爷一无所爱。没想到在我初三的时候，家里再也没有他的那帮老朋友来了。我问他是怎么回事，他乐呵呵地说：“戒了，戒了!我不能影响我孙子的学习哟!”

　　这就是我的爷爷，一位自律的老者。在他的身上，我不仅感受到了爱，更多的，是对他为了家人而自节自律的敬!

　　>自律感悟随笔篇四

　　当我刚上初一的时候，妈妈给我说了一个著名诗人歌德的一句话，妈妈说：伟大的诗人歌德，他曾经告诫过人们：不论做任何事情，自律都是至关重要。自我节制，自我约束，是一种控制能力，尤其控制人们的性格和欲望，一旦失控，变得随心所欲，结局必将一败涂地，不可收拾。妈妈说我就要上初中了，自己还要住校，只有星期六，星期天回家。父母和我接触少了，希望我记住这句话。自我约束，不要贪玩，影响学习。

　　刚开始上初一的时候，我没有很在意妈妈说的这句话，反正，上初一就要住校了，父母看不见，碰不到的。自己愿意怎么样，就怎么样喽。慢慢我像被栓了很久的小马，野性也随着住校时间变长，慢慢被时光挖掘出来了。疯狂的玩，想去网吧的时候，就是上着课，也得研究怎么去网吧玩游戏，看电影，想唱歌时候，就晚上偷偷的不上晚自习，和宿舍的舍友去电影院看电影，去KTV，K歌。天天玩的随心所欲，昏天地暗的。渐渐地，我无心学习，无心在课堂上听课了，我的成绩下滑到，倒数几名，在初一期末考试的时候。妈妈发现了我的成绩，看着我的成绩单，妈妈两眼充满了泪水。当时，我知道，爸爸知道后肯定是一阵的暴揍我，我很害怕爸爸下班回家，我躲在自己的房间不敢出来。当妈妈叫我吃晚饭的时候，我才磨磨蹭蹭的来到餐厅，看着坐在饭桌对面，只有妈妈一个人的时候，我有点发愣。妈妈说：你爸出差了，来吃饭吧!当你爸回来的时候，我会帮你把期末考试成绩拦下来，但，你要答应妈妈一个条件，必须把妈妈给你说的著名诗人歌德的那一句话，抄写一千遍，从明天起妈妈希望你记住这句话，不要在把自己变的那么随心所欲，要严格律己，好好学习。

　　初一的暑假结束，初二开学的时候，我还是住校，我不在像初一的时候了。我时时刻刻提醒自己，要严格律己，把自己的学习提高上去。我不在去网吧，不在去电影院，不在去KTV。我只去我以前从没去过的图书馆，把自己埋在了书的海洋里。眼看初二就要期末考试了，我对这次充满了信心，因为，我会一直记住妈妈给我说的话，严格律己，不要被自己坏的欲望打败，将来实现自己的梦想。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找