# 2024年心灵作文400字(十篇)

来源：网络 作者：悠然小筑 更新时间：2024-10-12

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧心灵作文400字篇一又是一年风雨，又是一次劫难。吃完晚饭，我感到身体不舒服，就匆匆地回到班级，坐...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**心灵作文400字篇一**

又是一年风雨，又是一次劫难。吃完晚饭，我感到身体不舒服，就匆匆地回到班级，坐在座位上，只能静静地等待那时的我，脑子一片空白，不知所措。明明知道自己发了高烧，却不知道吃药，那时我太傻了。

迷迷糊糊地上着晚自习，我坚持写着每一道题，我有些困。一次次地坚持希望熬过去，却被班主任细心地发现了。她问我：“你怎么了，是不是发高烧了。”我那时想，如果说发烧了我父母就要来了，这黑灯瞎火的，开车出事怎么办，于是就回答：“没事，我能坚持。”“你能坚持吗？量量体温吧！”我接过体温计量了起来。时间一分一秒地过去，我依旧在那里，只能静静等待着。“五分钟，刚刚好，你把体温计拿出来给我吧！”我便递过体温计。“什么！烧成这样了，39摄氏度，快和我去医务室。”我被她细心地照料着，直到挂上点滴静静地坐在那里，她出去了，我知道她去干什么了，她回来了，对我说：“你好好待着，班级里没有人，我先回去了，等会再来看你了，”随后，给我接了一杯热水就匆匆地离开了。

我在床上，静静地等着，依旧不能做什么。大约过了一小时左右，她回来了，还带着我的父母。爸妈一见我就说着：“怎么这么不注意啊，感冒了怎么不吃药？”还说了好多。老师在一旁静静地看着。刚好点滴挂完，便回到班级收拾好东西回家了。回家的\'路上，我居然不发烧了，体温恢复了正常，天啊！太坑人了。”早知这样挂瓶点滴就好了，何必回家啊！在路上，我向车窗外看，天空中有一颗星星在闪烁着光芒！

记忆永远不会消失，老师也许只是我们人生路上的过客，但是她带给我们的不只是知识，更多的是关爱。老师就像蜡烛，一点一点地燃烧自己将我们照亮了。

天空中有一颗星星闪烁着光芒，它就是我们的老师。

**心灵作文400字篇二**

是谁，有着对母亲日日夜夜的思念？是谁，有着对母亲一生的遗憾？又是谁，用普通的文字表达对母亲深深的思念？读舒晴曼妙的文章，我深深地体会到作者对母亲的怀念与追忆。

《我再看世界时已没了母爱》，是我偶然间读到的一篇博文，我是揪着心读完的。失去了母亲，我不知道作者如何度过人生最痛苦的时刻？人生很漫长，可是在痛苦的挣扎中更漫长，因为她的脑海里全是母亲微笑的模样，说话的模样，就连母亲生气皱眉头的模样也清晰地印在脑海里。而正是因为作者坚强的意识到，明白人死不能复生，通过写文字来表达对母亲生前的思念、关心，给我带来了极大的震撼与鼓励。

我出生在一个好的家庭环境中，每天饭来张口，衣来伸手，却一点也不知道母亲的心酸，总觉得时间还很长，以后会报答母亲的。可是，看了舒晴曼妙写的这篇文章我感悟很大，也明白了许多，想起以前对母亲的态度真是感到脸红。

记得那一次，天气也不太冷，我刚起床，正要去帮奶奶摆摊，奶奶年纪大了就靠一个小摊来维持生活。可刚要出门，母亲叫住我，让我喝了那碗粥再去，我想了想也行，正要坐下喝，母亲就说：“你穿的这么薄。”父亲听了就说：“感冒好不容易好了，快穿一件去，”我听了大声说道：“你知道我穿的薄吗？”然后跑到自己房间大哭，泪都没擦干，就起身甩门而去。直到中午回来，桌上的粥已变得冰冷冰冷，就像母亲的心。可是母亲看我回来了，立马把桌上的粥热了一下，端给我，心里一下子变暖了，现在感觉当初自己太不应该了。曹会双老师已经得不到母亲的关心、爱护却用笔来刻画母亲表达对母亲的想念，而我，却不珍惜现在拥有的幸福。

充满爱意的\'世界真的很美，很美。原来，在我的生命里，有一轮最明亮的太阳，那就是母亲。在我的人生道路上，我因为拥有这轮太阳而幸福。

希望所有人都爱自己的母亲、多尽孝心。这时，你会发现母亲真的老了，需要你的呵护、遮风挡雨。

**心灵作文400字篇三**

有人说：“人的信任就像一张纸，一旦破了就无法修复。”那你又曾想过你的信任底线值多少吗？现代社会存在那么多的信任危机，你是否也觉得如今的“信任”已不复存在了呢？

一位小女孩被同学举报，说她拿了存款箱里的钱。于是，老师将孩子的母亲请到了学校。母亲了解事情之后，只问了孩子一句，“你有没有拿？”孩子害怕而又坚定地说：“没有。”母亲看着孩子的眼睛说；“请不要责怪我的孩子，我相信她。”“请相信孩子真诚的眼睛，那里是最纯洁的地方。”这是那母亲真实的笔录。

事实确实如那孩子所说，只是中间有了那么一点点小误会而已，孩子将事情的经过告诉了母亲。这是母亲的信任，也是孩子的信任。请您也再看看你的身边，这样的人不也很多吗？他们不是演员，即使是演员，也拥有最纯洁的心灵。

然而，现实并不是都像那孩子那么幸运。宁波有位女士在购物节期间刷卡消费，幸运地抽中了之最大奖——一辆价值25万的沃尔沃轿车。你一定很吃惊，认为这一定是个骗局吧。这也正是那位女士的.想法，而且她也向相关部门投诉了它。直至亲眼看到新闻，她这才相信那是真的，也确定自己的确是中奖了。

工作人员说：“我们打通知顾客中奖的消息，连续受到了被骂挂电话的拒绝。”那种“天上不会掉馅饼”的思想已在人们的思想中根深蒂固，也不难理解这种误会会产生。面对这样的好事，有谁的第一反应不会认为这是一个骗局？此类事件或许还需去追究“狼来了”的故事，人与人之间的信任，不就是这样被瓦解的吗？

据《中国社会心态研究报告》显示：七成人不信任陌生人，人与人之间的信任跌破60分底线。面对这样的数据，扪心自问一下，我的信任底线值多少？重新建立一份信任真的那么的难吗？打破那道似透不透的玻璃，让心与心相拥，我们的信任底线还拉不上来吗？

**心灵作文400字篇四**

友谊，是一个巨大无比的箱子，收获快乐，也分享快乐。

也许，友谊就是这样，来得意想不到，当然，我也不例外。

时间仿佛倒转，回到那得到第一份真正友谊的那一天。友情触动了我的心灵。

笑声一阵阵随风飘进我的耳朵里。好奇的我走出教室，坐在旁边的树底下，观望着只有两三人组成的游戏，当我鼓起勇气，加入他们的游戏时，他们还不犹豫地接受了我。在游戏里，常旭明和黄凯成了我最好的朋友，也是我得到第一份友谊，而这份友谊就在有趣的游戏里渐渐清晰。我们的感情一天天增加，直升到我知心朋友的地位。

就这样，日复一日，年复一年，我们三个成了不可割分的知心朋友，也让我受到来自朋友的快乐——那个雨天。

雨，不断地下，随时变化着，有时大，有时小。我面对这场突如其来的雨，一筹莫展。天渐渐边黑了，雨还没有停的意思，正当我和黄凯决定冲回家时，一把伞遮住我的头顶之外，我惊奇地回头一看，原来是常旭明。他好像知道我在想什么，还没等我开口，就接问道：“一起走吧！”我开心地笑了笑，温暖像一把火，霎时间占据了我冰冷的心。不知什么时候，他边打开伞边说：“我随便送黄凯到菜市。”

就这样，我们三个说说笑笑，一路打破了校园此刻的\'寂静。那一刻，有远保留在我的心灵深处，因为那一刻，让我明白了什么才是真正的友谊——在朋友时伸出援助之手，中学转瞬而逝，与朋友在一起的时间只剩下短短级年里，毕业之后，也许老天让我们的缘分继续，但也许不会。我认为，珍惜现在的时光，珍惜现在的友谊，在朋友间留下深刻的回忆，才能让友谊得到真正的友谊吧，友情感触了我的心灵！作文

**心灵作文400字篇五**

友谊，是一个巨大无比的箱子，收获快乐，也分享快乐。

也许，友谊就是这样，来得意想不到，当然，我也不例外。

时间仿佛倒转，回到那得到第一份真正友谊的那一天。友情触动了我的心灵。

笑声一阵阵随风飘进我的耳朵里。好奇的我走出教室，坐在旁边的树底下，观望着只有两三人组成的游戏，当我鼓起勇气，加入他们的游戏时，他们还不犹豫地接受了我。在游戏里，常旭明和黄凯成了我最好的朋友，也是我得到第一份友谊，而这份友谊就在有趣的游戏里渐渐清晰。我们的感情一天天增加，直升到我知心朋友的地位。

就这样，日复一日，年复一年，我们三个成了不可割分的知心朋友，也让我受到来自朋友的快乐——那个雨天。

雨，不断地下，随时变化着，有时大，有时小。我面对这场突如其来的雨，一筹莫展。天渐渐边黑了，雨还没有停的意思，正当我和黄凯决定冲回家时，一把伞遮住我的头顶之外，我惊奇地回头一看，原来是常旭明。他好像知道我在想什么，还没等我开口，就接问道：“一起走吧！”我开心地笑了笑，温暖像一把火，霎时间占据了我冰冷的心。不知什么时候，他边打开伞边说：“我随便送黄凯到菜市。”

就这样，我们三个说说笑笑，一路打破了校园此刻的\'寂静。那一刻，有远保留在我的心灵深处，因为那一刻，让我明白了什么才是真正的友谊——在朋友时伸出援助之手，中学转瞬而逝，与朋友在一起的时间只剩下短短级年里，毕业之后，也许老天让我们的缘分继续，但也许不会。我认为，珍惜现在的时光，珍惜现在的友谊，在朋友间留下深刻的回忆，才能让友谊得到真正的友谊吧，友情感触了我的心灵！作文

**心灵作文400字篇六**

如果人是一条鱼那么书就是水；书是人进步的阶梯；书是人的精神食粮；书往往是震撼你心灵的催化剂。

一部唤醒了多少无知的人；感动了多少善良的人；震撼了多少贫穷的人。

它描写了一位与命运斗争，奋斗一生的人。正是这位伟大的人，从小生活贫苦\_命运悲惨，但是他毫不退缩，决不放弃，为了自己的梦想与生活奋斗了一生。正是他书写了一个大写的\"人\"

当无知的\'人还在抱怨命运不公时，是否以为你是世界上最掺的人？当你读过是你就被唤醒了，不再抱怨。回顾自己以前的碌碌无为而感到羞愧。对自己明天说一声：我终于清醒拉！向着新的目标奋力起身，也许这又是一个成功的起点，向着终点跑去，不放弃不退缩。这就是一个被它唤醒的人，一个无知的人的转变。

当善良的人看过时，你是否会为主人公的悲惨命运而悲伤落泪？你会的！他的一生坎坷，曲折忍受了常人所不能忍受的；承受了凡人所不能承受的；体验了我们为之恐惧的生活。这就是被它感动了的善良的人。

当贫穷的人在抱怨自己生活艰苦时，看一看你会为自己的命运而感到幸运。因为你的艰辛又怎能与这里的主人公所经历的相提并论呢？你回感谢上天赋予你的一切，你是多么的富有！这就是被它震撼了的人，一个贫穷的人。

一部让无数的无知的人清醒了；让无数的善良的人为之感动；让无数贫穷的人为之震撼！

多么充实的一部书！改变了那么多人的命运，让他们的世界充满了阳光，不再黑暗。他就是人们在黑夜里的一盏路明灯，引你走向黎明，让你的心灵得到感悟！

**心灵作文400字篇七**

每个人内心深处都有一首歌，我们每个人对它的定义也不相同。

——题记

是您，用肩膀为我撑起一片天；是您，用粗壮的双手为我遮风挡雨；是您，用壮实的双脚为我踏出一片天地。

前不久，我听了一首歌，使我想起了您，想起了您与我的一切，顿时，一滴晶莹剔透的泪珠从我的脸庞划过。

此时此刻，我多想拥抱您。

这首名为《父亲》的歌。使我深受感动，让我想起了与您一起的美好时光。

夏热

夏日炎炎，凉爽多多。记得您以前经常陪我玩，那一天非常热，我要您陪我出去玩，您毫不犹豫地答应了。我们在炎炎夏日下玩耍，可我却感觉不到热，因为我一抬头，总是看到您慈祥的面容。

秋凉

秋日凉凉，震撼多多。记得那一天、那一刻、那一秒，我多希望时间就这样定格。那天，我刚到家门便闻到香喷喷的饭菜。我放下沉重的书包，迫不及待地跑到饭桌旁，我原本以为马上就可以吃饭了，可在您的“威逼利诱”下，我又无奈地等了一刻钟。我看着桌上早已冷却的饭菜，早已没有吃饭的念头。此时，您似乎看出了我的心思，便说：“你还想不想吃？”我呆呆地望着，重重地摇了摇。此时，您说：“人生就像这桌菜，只有趁热吃，才能吃出它的.味道。人生亦如此，事情只有趁早做，才能体现它的意义。”您说完后，便叫我一起动筷吃饭。我刚拿起筷子，您就夹菜到我碗里。我心头一颤，因为这是您第一次为我夹菜。

冬寒

冬日漫漫，感动多多。记得在一个寒冷的冬天，我早已进入了梦乡。可到了半夜，我还是会时不时冷得发抖。此时，不知是您恰巧经过，还是等待许久，您又为我拿来了一床被子。虽然这只是一个小动作，可对我而言，这却是最大的感动。

《父亲》是一首高度赞扬父亲的歌，是它，让我记住了与您在一起的时间。最后，我要将它献给您，因为它也是我心灵深入的歌——父爱之歌。

**心灵作文400字篇八**

他轻倚在病床上，他脸上的笑容是病房里最美丽的。

宽敞的走道，高大的窗户，洁白的墙下还有走道旁边装饰的花卉，给整个楼道添上一些活力。走道里来值班的护士，一个房间一个房间地检查，还有一股淡淡的消毒水的味道。

我乘上拥挤的电梯，在人群里按下楼层，等待我下电梯的那一刻。“叮”的一声，到了。我走下电梯，按母亲说的路线，找到了外公的病房，打开门，一股刺鼻的消毒水味道冲过来。病房很大，墙是白的、床是白的、被子也是白的，一切都是白的，但墙上的“福”字和纸花让整个房间充满了活力。

外公和外婆有三个孩子，大舅、二舅还我的母亲。过年，因为外公住院，没办法回家，只好一起在医院过。大舅和二舅家全都来了，表哥、表妹、表姐。表弟在一旁聊天、看电视、玩手机和玩游戏，大人们在边上做饭、洗衣服、陪外公外婆聊天，整个屋子充满过年的味道。

外公椅在病床上，见我来对我笑了笑，我也对他笑了笑，随后走到床前，向他拜年。刚要跪下给外公外婆磕头，就被一旁的\'大舅和外婆拉了起来。外公也要站起来。外公和外婆各从包里拿出一个红包给我，我接过红包，坐在沙发上玩手机，时不时往外公那看一眼。

外公依旧依靠在病床上，看着电视里放的小品，被逗得哈哈大笑。到了中午，二舅不知道从哪弄来的红酒，非要给每个人一杯，外公也不例外，每个人都喝了一点，脸红通通的。吃饭的时候，人们不停给外公外婆夹菜。小表弟调侃着外公，惹得大家哄堂大笑。外公也不恼，还开起了玩笑。

也许像母亲说的那样，人老了，更知道生命的可贵，也更加珍惜时光。是啊，经历过生死的人才知道生命的可贵，时间的美丽。

至今我仍记得他轻倚在病床上的笑容，是那样的美丽。

**心灵作文400字篇九**

岁月无痕，当我们蓦然回首，翻阅着自己心灵，总会有一段记忆在生命中留下深深的痕迹，无法忘怀，每当我重拾起它的时候，心里总会涌起一丝久违的触动，这便是感动。

曾经我一个朋友问我是否会接路上的传单，我当时是很无所谓的回答，有的时候接有时不接，他又问：“那你一般是扔掉还是拿着?”“一般直接扔了”，他对我严肃地说：“其实这样做不太好……”当时我不理解，直到有一天……

那是一个冷风阴雨的下午，可天上的阴云将天空包裹的像傍晚一样。我刚上完课，正着急的往家走，本来下雨天人的心情就很沉闷，路上的泥泞又溅到我的鞋上，我开始抱怨着天气。走着，走着，我突然看到一个用双手抱着传单没有打伞的人。那是一个个子矮小，单薄，穿着一身土色衣服的.短发女人，她正在发传单。

我的注意力被她吸引，她正在给一个高挑、身着华丽服饰的女人发传单。她把传单给这个女人，女人只是匆匆的接过传单看都不看的将传单塞到不远处的垃圾桶里，又匆匆的打了个的走了。

土色衣服的女人眼睛黯了，她静默的看着手里一厚沓传单，不再发给路人……

我实在看不下去了，我快步的小跑到她身边，“请问可以给我一张传单看看吗?”我微笑的询问，她抬起头来，眼里的星火又开始复燃，她激昂的回答：“可以，谢谢!”

回到家后，我就给朋友打了个电话，告诉了他事情的经过。我对他说：“我现在理解你了，当我帮助她的那一刻，我感觉我体内有电流过一样，从我的心到喉咙到鼻子最后到了眼睛。我想是我懂了为他人着想了。”

感动不是一次单纯的落泪，不是肤浅的感时伤怀，而是一种内心的感受，是人与人之间的心灵的共鸣。当你感动别人时也在感动你自己。所以，当你感到心里寂寞的时候，请腾出一点时间来回忆一下那一次次让你无法忘怀的感动吧!

**心灵作文400字篇十**

岁月无痕，当我们蓦然回首，翻阅着自己心灵，总会有一段记忆在生命中留下深深的痕迹，无法忘怀，每当我重拾起它的时候，心里总会涌起一丝久违的触动，这便是感动。

曾经我一个朋友问我是否会接路上的传单，我当时是很无所谓的回答，有的时候接有时不接，他又问：“那你一般是扔掉还是拿着?”“一般直接扔了”，他对我严肃地说：“其实这样做不太好……”当时我不理解，直到有一天……

那是一个冷风阴雨的下午，可天上的阴云将天空包裹的像傍晚一样。我刚上完课，正着急的往家走，本来下雨天人的心情就很沉闷，路上的泥泞又溅到我的鞋上，我开始抱怨着天气。走着，走着，我突然看到一个用双手抱着传单没有打伞的人。那是一个个子矮小，单薄，穿着一身土色衣服的.短发女人，她正在发传单。

我的注意力被她吸引，她正在给一个高挑、身着华丽服饰的女人发传单。她把传单给这个女人，女人只是匆匆的接过传单看都不看的将传单塞到不远处的垃圾桶里，又匆匆的打了个的走了。

土色衣服的女人眼睛黯了，她静默的看着手里一厚沓传单，不再发给路人……

我实在看不下去了，我快步的小跑到她身边，“请问可以给我一张传单看看吗?”我微笑的询问，她抬起头来，眼里的星火又开始复燃，她激昂的回答：“可以，谢谢!”

回到家后，我就给朋友打了个电话，告诉了他事情的经过。我对他说：“我现在理解你了，当我帮助她的那一刻，我感觉我体内有电流过一样，从我的心到喉咙到鼻子最后到了眼睛。我想是我懂了为他人着想了。”

感动不是一次单纯的落泪，不是肤浅的感时伤怀，而是一种内心的感受，是人与人之间的心灵的共鸣。当你感动别人时也在感动你自己。所以，当你感到心里寂寞的时候，请腾出一点时间来回忆一下那一次次让你无法忘怀的感动吧!

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找