

# 论对话读书笔记 与神对话读后感(大全8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？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

## 论对话读书笔记篇一

最近看一本书，《与神对话》，这是一本心理学方面或者说是与自己相处的书，不像书名体现的是一本宗教方面的书，其中里面有很多精彩的篇章，虽然还理解不透，但是值得分享，假以时日可以再写一写。

“精神也许无法真诚地认同身体的行动能带来你选择的东西，但它非常清楚地知道，神将会通过你把好东西带给其他人。

如果你选择的是快乐。去促使别人快乐。

如果你选择的是发财，去促使别人发财。

如果你选择的是在你生活中拥有更多的爱，去促使别人在他们的生活中拥有更多的爱。

真诚的这么做—不是因为你追求个人的好处，而是你真的希望别人拥有这些东西—然后所有这些你送出去的东西都会来到你身边。你把某样东西送出去的行动促使你经验到你拥有它。因为你无法将某样你现在并不拥有的东西送给别人，于是你的精神得出了新的结论，对你产生了新的思维—具体来说，就是你肯定拥有这样东西，否则你不可能把它给出去。

然后这个新思维变成你的经验。你开始处于那种状态之中。一旦你开始处于某种状态，你就启动了宇宙间最强大的创造

机器—你那神圣的自我。你处在什么状态，就会创造什么东西。这个过程完整之后，你将会在你的生活中创造出越来越多那种东西。它将会在你的物质经验中出现”。

大多数人认为，如果他们“拥有”某样东西（更多的时间、金钱、爱情等等），他们就终于能够采取“行动”去做某件事（写书、培养爱好、度假、买房子、谈恋爱等等），这将会使他处于某种存在“状态”（快乐、安宁、满意或者充满爱）。这就是拥有一行动—状态模式。

实际上，他们弄反了“状态—行动—拥有”范式。宇宙真相与你想象的不同：拥有某样东西并不会产生某种存在状态，事实正好相反。

首先你必须处于那种叫“快乐”（或者“领悟”、“明智”、“同情”等等）的状态，从这种存在境界出发，你才能采取“行动”去做各种事情—你很快会发现，你所做的事情最终给你带来了你想要“拥有”的东西。

启动这种创造性过程的方法是，看看你想“拥有”什么，问自己，一旦“拥有”那样东西之后，你会处于什么“状态”，然后直接进入那种状态。”

以上摘自原文，一字一字敲出来的。有没有和你以前认知相左的地方。一直以来，我认为自己也是一个如果我怎么怎么样了，我才会如何如何去做的思维模式。很多事情并不能如我所愿。

马克思在资本论中分析货币—商品—货币的 $g-w-g$ 的过程时说过，为了卖而买和为了买而卖是不一样的逻辑。前者是资本家的套路，后者是普通劳动者的套路。赚钱的人是先把钱投出去，换成某种非钱形态，比如商品，购买劳动力，通过再次出售再换回钱来。起点和重点都是钱。普通人的逻辑更多的是，我要努力工作赚到更多的钱，去买更好的东西，钱

作为一个中间通道，连接两端非钱的东西，一直手上就留不下钱。

## 论对话读书笔记篇二

该书给我很多的启发。社会的多元性与复杂性，在管理岗位不是简单地完成自己的工作，管理意味着更多的协调和沟通，特别在创新活动中，意见相左更是家常便饭，本书学的技巧可以帮助我安全有效地在关键时刻表达自己的观点。它改变了我在家庭和工作中的一些错误沟通方式。书中介绍的技巧是在社会科学研究的基础上根据实践经验总结出来的结论，在综合团队建设、绩效管理、冲突化解、问题解决等诸多领域都有行动技巧指导。关键对话技巧再多，如果最后无法转化为行动，那么再高效的沟通也很难说是成功的沟通。同时，从谈话进入到行动，其难度等级无疑要高出很多，操作不慎的话，很有可能又要从头再来，重新谈一次。在最近的项目并购过程中，我学着如何跟任何人开诚布公地探讨任何问题，并摸索着使用决策的技巧并推动项目在关键节点落地。

复盘时我明显感觉到在不同情况下改变对话方式可以为我们带来完全不同的结果。对话高手既对自己要表达的观点感到自信，同时又会意识到对方的看法也是有价值的，无需时刻证明自己的正确。他们的观点只是展开对话的一个起点，而不是无法更改的判决。他们不但会积极陈述自己的看法，同时也会鼓励对方这样做。而在取得了对方的认同，亦即在关键对话取得初步进展后，必须马上和对方进行决策，并且制定出具体的行动方案，包含明确说明行动人、行动目标和截止时间等要素。否则，事情的发展很容易背离双方谈好的方向，导致前面的努力功亏一篑。

从心沟通，话说的切中要点，让对方清楚知道你的看法，是一种能力；说的圆满得体，让对方自动反省，是一种智慧。运用本书提供的技巧，不论是多么难以应对的局面，都能够以事半功倍的效率轻松面对生活与工作。

## 论对话读书笔记篇三

今年我定的一本书名叫《与神对话》，据说这本书曾雄踞《纽约时报》畅销书排行榜达两年半之久。

这本书是写给青少年看的，但我看后觉得无论什么年纪都能看，都能给我们以启发。因为这本书里讲的各种人生问题，大多数我们都碰到过。因此，这本书实际上讲的就是人生哲学，包括为人处世、待人接物、恋爱交友、工作理想等等。

实际上这类书很多，但这一本写的更加吸引人。正如艾拉妮丝所说：“我想要彻底弄明白人生的真正意义是不是我一直以为的这些：去提升自己、表达自己、接纳自己、爱我自己，并且尽力去鼓励别人也这么做”。所以我在这里也想向我周围的人、向我们公司里的人——特别是年轻人强力推荐这本书。

认真的、好好的’去读一读这本书吧，如果你真正读进去了，那么对你今后的人生之路肯定会有很大帮助的。

## 论对话读书笔记篇四

在我们每个人的内心里，可能都希望我们身边能有一尊神，可以无处不在、无所不能，尤其是我们陷入困境时，这种感觉会更加强烈，为此我们可能临时抱神脚、也可能虔诚的祈祷，但最终神又能帮我们多少呢。

《与神对话》里通过神传递给我们的第一个信息也是整本书核心的信息是：“我永远是你最高级的思维、最清晰的话语、最美好的感受；最高级的思维永远是包含了欢乐的思维，最清晰的话语永远是包含了真实的话语，最美好的’感受是你称之为爱的感受；”即神就是昭示欢乐、真实、爱的化身。

书中借神之口告诉了我们很多，“我(神)最得力的信使是经验”接下来作者用了不少篇幅，阐述了经验之重要，“不倾

听经验造成的后果是，你不断地重复体验到它，一次又一次”。经验是我们每次跌倒后用疼痛换来的奖励，如果你不懂得珍视，自然还要再痛一次。

当我们特别想达到某种愿望的时候，我们可能都会不由自主的祈祷，“你若是恳求乞讨，你将来体验到你想要选择的东西的几率就会变得非常小，”“这是因为，你作出要求，恰恰表明你正处在匮乏的状态；当你说想要某样东西，你就会在现实中得到那种匮乏的经验。”“所以呢，正确的祈祷从来不是恳求的祈祷，而是感恩的祈祷。”感谢神赐予我们的万事万物，我们的人生就会变得非常丰富；要想使愿望成为现实，还有一个很重要的条件就是信仰，“坚定地认为无论你想要什么，神都会毫不例外地满足你的要求。”

“如果你以为神创造并决定你生活中的一切，那么你就错了。神是观察者，而非创造者。”“神创造了你，依照神的形象与模样。其余都是你创造的，利用神给予你的力量。神创造了生命的历程以及你所了解的生活。然而神给你自由的选择，让你能够依照自己的意愿去生活。”说到底，是你自己造就了自己的人生，糟糕的、成功的都是你自己的杰作；每次掉入逆境，自救永远是你最首要的选择；当你有足够的能力掌握自己命运的时候，你心中最神圣的神其实就是你自己。

## 论对话读书笔记篇五

对话非决策，是获取观点的过程，丰富的. 观点是为了正确决策和行动。当你拥有管理权时，对话后你能决定采取哪种决策方式，也可以直接用命令式，而权责不明时的决策可以采用顾问式、投票式、共识式进行决策。决策之后采取行动我们要充分考虑行动人、行动目标、行动时间、检查方法。尤其要记录结论、决定和安排的细节，用综合陈述法和行动人进行对话以促进行动。

总之，充分理解对话原则，刻意练习对话技巧，可以解决实

际问题，尤其是提高风险话题的成功率，有助于打造凝聚力的团队或形成良好和谐的人际关系。但对话的套路并非重点，对话的最高境界应该是“积极若镜”，（语出《庄子·应帝王》“至人之积极若镜，不将不迎，应而不藏，故能胜物而不伤”），对话中关注目标、提问也好，总结也罢，这些技术干货只是试探，试图让对话者可以从多角度去如实照见自己。“积极若镜”是希望对话者静下来，慢下来，退一步，前后左右，上上下下，仔细通过他人跟自己对话，看看自己，这个自己也许更为宽广、未知……，需要我们有耐心、有好奇，慢慢去发掘……，如此理解对话之道与对话之美，方能立德立言，虽久不废，我认为这才是“关键对话”的要义所在。

## 论对话读书笔记篇六

最近读了《关键对话》，读这本书的原因是因为在两个不同的场合听到两个不同的kol推荐了这本书，所以本着提高自己的沟通能力的初衷读了这本书。

推荐理由：书籍有一些对话套路和方法，可以看看学习，对于提高沟通能力可能还是有一定作用的。

阅读时间：我是断断续续读的，读了3天时间，如果连续认真阅读的话，应该半天时间就够了。

看完这本书之后收获的几点：

- 2、在沟通中要时刻营造一个安全对话的氛围；
- 3、关注和明确自己想要达成的目的，不要被其他不重要的事情困扰自己；
- 4、对话后，需要落实到执行层面，不然对话也仅仅是对话而已；

总的来说，还是有所收获的。

## 论对话读书笔记篇七

读完《关键对话》这本书使我获益匪浅，从中学到了很多经验。书中提到的一些在工作中和生活中的经历和我平时遇到的是十分相似的。在生活和工作中我们时时都会遇到关键对话，而如何应对这些关键对话就是一门学问。这本书教会我如何从一个对话敌手成长为一名对话高手。很多时候，在我们遇到沟通障碍时，总是让情绪左右了自己的判断，要么由于愤怒而攻击对方，要么感到无法与对方沟通而选择沉默，结果都忘记了我们沟通的真正目标。我们不懂得建立安全的沟通氛围，很多时候都因觉得自己有理而咄咄逼人，试图证明我们观点有多么英明和正确，却忽略了对方的内心感受。所以，我们首先要做到的就是，从“心”开始，明确对话的目的，始终记住对话的目的所在，开动脑筋寻找可以实现对话的健康方式。其次，我们还要时刻注意观察对话注意观察对话氛围，保持安全气氛，防止出现沉默或暴力应对的状态。

我们在工作和生活上常常会因为沒有注意到对话氛围，把普通对话变成关键对话，而自己又没有意识到关键对话的重要性，最终的结果导致了对方沉默或者暴力应对的场面。

最后，如果出现沉默或暴力应对，暂停对话，或者必要的时候向对方道歉，利用对比法消除对方的误会，提出共同目的。

## 论对话读书笔记篇八

生活的意义不是发现，而是创造。

我们带着使命来到地球，通过创造来显现自己的真实身份。所有的境遇都让我们忘记真我，唯有内心灵魂的孤独冥冥中引领我们寻找回家的路。

活着就是要回忆起自我的本性。创造者即是造物主。我们每个人都是造物主，每天的生活就是我们自己创造的。你选择怎样的生活，生活就会是怎样的。没有别人，只有自己的选择。如何知道选择是正确的？只要让你内心感到真正的愉悦和平和，那就是对的选择。

没有过去，没有未来，只有当下。此时此刻，内心感受是真实的存在。

写吧，写吧，流畅的表达也是源于宇宙的通道。静下心来，感受内心的声音。也许我还没有准备好，否则我会灵感涌出，无法停止。但是我有预感，一切正在临近。那个开悟的时刻，可以坦然接纳一切的静定。

要去创造，不枉此生。5月，去完成一部小说。不管怎样，要开始写。