

最新读书笔记摘抄及心得体会(优质7篇)

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得体会，通过写心得体会，可以帮助我们总结积累经验。我们想要好好写一篇心得体会，可是却无从下手吗？那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

读书笔记摘抄及心得体会篇一

那是一种难以言喻的美丽，像是光芒撕裂开一大片黑压压的阴霾，然后无数白光瞬间涌进来，照亮一整个世界。

一个从小生活在富足家庭里的庄园主的女儿，一个心里只想着舞会、郊游、围着她转的崇拜者的小姐，因为一张战争，将一切一切美好的梦境举到头顶，然后重重砸到地上，碎了一地的过去。几乎所有柔弱的南方男子，扛起了以前只用来狩猎的刀枪，毅然冲上了前线，开始了长达多年的一一美国南北战争。

1864年夏天，北军直逼亚特兰大，身在亚特兰大的斯佳丽不得不被迫逃出被北军包围的城市，带着怀孕的梅勒妮回到塔拉老家去。她听见炮火在破旧的马车旁边炸开，熊熊烈火似要吞噬全部，恐惧从后脊梁蔓延到发根，她的心里只有一个念头：逃！1865年4月，南方邦联军投降，战争结束。几乎所有南方人都在为他们的失败而悲愤。而在斯佳丽的心里，更重要的问题是如何保住塔拉庄园。

一个瘦弱的女子，肩上担负着整个庄园大大小小的事务。最敬爱的母亲因瘟疫而死，不久后终日守在台阶上盼母亲回来的父亲也一并跟随而去。单调乏味的玉米面取代了可口的甜点美食，本应拿着羽扇的双手被镰刀磨得粗砺不堪。她摒弃了贵族小姐的娇气和风度，传统淑女应有的礼节和矜持，不

顾外界社会对她的指指点点，冲破一切枷锁，只是为了守护一个支离破碎的家。

人究竟能承受多大的打击？答案是无尽的。一个人如果有信念，无论身上压的是多大的巨石，仍够可以要紧牙关，撑起一方小小的天地。我有时候会想，如果我生活在那样一种对女性设有条条框框的时代，面对外界的舆论和被敌军践踏后的一个家，是否能像斯佳丽那样，不屈不挠，自强不息？她告诉我，困难面前要坚强，也只能坚强，把血吞进肚里去，把泪水擦干，然后朝着光明的地方走去。

独立，自主。这是父母亲常常对我失望的地方。这个社会有太多太多阴暗面，只有勇敢坚毅地去面对一切未知的将来，才能生存下去，在这个迅速发展的时代立足。有人告诉我，我们这个时代是最好的时代，没有对女性的歧视，没有拘束，任何事情都取决于自己。

一道光刺破了瞳孔，那是追求自由的光，洒在那条名为人生的道路上。

读书笔记摘抄及心得体会篇二

对于成长于文化断层年代的我们，胡适先生似乎只是历史的一个符号，他曾经走在文字改革的先端，是新文化运动的倡导者等，由于种种原因，难得看到胡先生的文字，对于他的了解多来自片段性的. 轶事或宏大感受。近日于南图觅得一本《胡适的声音》，虽然只是一册不同时期的演讲集，但也足以窥见胡先生博大精深学养的沧海一粟。

“宁鸣而生、不默而死”，是《胡适的声音》一书的卷首语，这是胡先生一生主张并奉行的人生格言，由此看来，不论在什么语境下先生都会是一个“大右派”。作为一个有深厚旧学背景，在完善的西学教育中成长起来的学者，胡先生在文学、

哲学、史学、考据学、教育学、伦理学等诸多领域均有建树，是真正学贯中西的大家。他的文字晓畅明白，朴实自然，没有精英意识，即使现在阅读也有极强亲近感，很符合他倡导的白话文应该是“活”的文字。

书中涉猎的领域与年代跨度很大，从“五四”时期到五十年代，几乎收录了胡先生一生中不同时期的各种演讲内容，让我们看到胡先生历经学者到官员（驻美大使）直至“中央研究院”院长等不同角色转化中为人，治学的态度，可以充分体现他毕生倡言的“大胆的假设，小心的求证”、“言必有证”的治学方法以及“认真的作事，严肃的作人”的为人之道。

对书中感触颇深的是一篇对“五四”事件的回顾演讲稿，具体而详尽的过程描述让我们身临其境。一方面，他承认“经过了这次轰动全国青年的大解放，方才有中山先生所赞叹的思想界空前之大变动”。另一方面，他坚持说，五四运动“实是整个文化运动中的一项历史性的政治干扰。它把一个文化运动转变成一个政治，运动”。他明确表达了：对抗争政府的同情与对运动方式的拒斥。胡先生作为独立知识分子，一贯坚持以自己的方式“宁鸣而生”。

另一篇极具特色的演讲稿是关于中国禅宗的发展史，从中国哲学史的角度系统讲述了佛教在中国成长发展的过程。胡先生关于禅宗发展史的研究考证翔实，表述客观风趣。胡先生本人没有宗教信仰，他的佛教研究完全从学问的视野进入。胡先生的禅宗研究源于他编著的《中国哲学史大纲》，到他离世只完成《中国哲学史大纲》上卷，禅宗史是研究的不足之处，他一直在进行这方面的弥补。胡先生对禅宗史下过很多功夫，颇有心得，在研究的基础上专门为影响很大，成为一代宗师却不识字的六祖慧能的弟子，作了一部《神会与尚传》；晚年，又花很多时间去考证《虚云与尚年谱》。虽然禅宗史只是胡先生治学一隅，但严谨的态度足以描述中国佛教发展的历史，他的研究甚至曾引发日本禅宗学者铃木大拙与他的一翻论战。胡先生对于禅宗史的研究体现了他在治学中

的“不默而死”。

多看看胡先生的研究，会感受到中国传统文化与现代文明的交融，感受到他作为独立知识分子，用独立、理性、责任、正见、负责的言论来发表个人思考的行为特点。

如何深入的探寻与认同自己的文化，如何以独立知识分子的思维来“宁鸣而生、不默而死”，是我们需要一生探寻的问题。

读书笔记摘抄及心得体会篇三

看东西只有用心才能看得清楚，事物的本质要用心灵才能看的见。正是因为小王子为她付出的时间，使得他的玫瑰是独一无二的，是最重要的。

因为小王子为她浇水，给她盖过玻璃罩，为她消灭过毛毛虫。因为小王子倾听她的沉默。因为她是小王子的玫瑰。所以小王子觉得她比所有玫瑰加起来都重要。虽然寻常的路人认为她和其他玫瑰差不多，但在小王子心中是最宝贵的。

之所以他的玫瑰花在他心里如此宝贵，是因为玫瑰被他“驯化”了。我不禁想起了那盆植物。我已经把它“驯化”了，可我没有对它负责到底：原先，时不时就去浇浇水，晒太阳，到了最后，我几乎忘了它的存在，有一天，猛然间发现叶子已经枯黄，还有些黑点，仿佛它在伤心流泪。过了不久，我又养了盆植物，我每天去照顾它，后来，它越长越茂盛，一阵风拂过，叶条随风摆动，那长长的柔软的枝叶好似一位亭亭玉立的少女，我望着那婀娜的舞姿，不禁抿嘴笑了。

后来，看了《小王子》后明白了：如果你“驯化”了东西，那你必须要负责到底，不然它就只是普普通通的，和其他成千上万的同类一样，没什么不同。

但你“驯化”了它的话，那它就是独一无二的。其他的同类

虽然很好，但也很空虚，更不会有人为它们去死。

我们一旦“驯化”了东西，就应该负责到底，像交一个朋友一样，竭尽全力去浇灌它，去关怀它，去保护它。让它快乐、安心、自在地成长。不然它就只有普普通通的，那么空虚，那么平凡。

对待已经被自己“驯化”的东西认认真真地负责到底，不要当做普通的事物对待，因为它是你的独一无二！

读书笔记摘抄及心得体会篇四

这几天空闲读了马歇尔·卢森堡的《非暴力沟通》刚开始仅仅把它当成心灵鸡汤类型的书。打算就这样翻翻就得了，但是实际上看完以后发现确实是一本好书。

作者首先讲了问什么要非暴力沟通，作者早年生活在南非，在那个年代，他被白人当成黑人，而黑人又把他当成白人，因此两头受欺负。后来作者去了美国，在美国他也没有因此受到公平的待遇，他经常会被美国人当成犹太人，也会因此经常挨打。他居住的地方发生了一场严重的暴力事件，多人在这场冲突中丧生。这让作者明白原来暴力并不能解决任何问题，只能让问题严重。

《非暴力沟通》还说明了非暴力沟通的意义。作者在书中的一段话概括了它的意义：虽然我称非暴力沟通为“沟通方式”，但它不只是沟通方式。它更是一种持续不断的提醒，使我们专注于更可能满足我们人生追求的方向。我们仔细观察正在发生的事情，并清楚地说出观察结果。非暴力沟通并不要求我们保持完全客观而不作任何评论，它只强调区分观察和评论的重要性。将评论和观察混为一谈，人们将倾向于听到批评，甚至会产生逆反心理。

读了这本书，我知道非暴力沟通的主要点是表达，比如表达观察结构，表达感受，表达需求，表达感受，表达请求。做这些事情的时候要根据自己的真实需求来处理，一切以需求为中心。

总之，读了这本书我的感受是任何事情我们都要学会沟通和表达。因为只有这样才能更好的解决问题。

读书笔记摘抄及心得体会篇五

道德经并非是一部讲为人处世等礼节之书，而是哲学角度的人生教诲之典籍。儒家所提倡的仁、义、礼、智、信、孝等方面行为准则可以说是在当时的社会条件下所提出的一套对当时社会秩序有益处的对人的一种规范，理应是在现实生活中（主要是在周朝以及春秋战国时期）对往昔以追忆，可以说是有前车之鉴，是对西周时期的统治思想的一种发展，一种延续。反观老子，其主要是从大千世界中去寻找、去体会，进而来对人生进行一些教诲。相对于儒家来说是把自然之利与世间之利相互契合，而不似儒家是以人之利来看待自然之利。儒家观点沉重而肃穆，庄严以施威；道家之理清然而深邃，自在悠然。

当代之人看待古之事件皆以今之观点析之，纵使自觉客观亦不能处当事人之境会之，今之窠臼仍将作用之。道，似一种规律，然亦非也。以心灵会之，口不能道焉，故老子曰“道可道，非常道”。大千世界孕育自然之道，自然之道孕育出万般规则，我们所能知道且能道明的道理是自然产生的“有”，是一种载体，或亦即是规律，（规律非道），天、地、人皆归其道，汇入总道，“四域”是道的载体，人亦是各道载体的产物，故“人法地、地法天、天法道、道法自然”。大道“恍兮惚兮”，如何辩道？尺度若何？何以明己所为合于道？拙见见之曰“旁观，反见之”。道德一经，以道开始，有无相交，阴阳相合，盈虚之理，谓之辩证。以旁

观者的心态来看自己行为之结果，先觉之！以水类比，即可见准绳。“知不知上，不知知病。夫唯病病，是以不病。圣人不病，以其病病。夫唯病病，是以不病”。这是自省，即是辩证的理性。

道乃德之本，然本书内容之先后亦有不同。一曰：道德经；一曰：德道经。德乃道之中枢，是得“道”之征兆。故可产生两种疑问：是否德先盈而后得道？亦或是先体道而后知德？盲目寻求道，则会时刻疑其德；可以追求德，亦会陷入不同伪道。此乎难！个人有个道，孰乐恭他而弃己？何为正道，亦会纷争不断？此又违背“绝圣弃智”，恐此乃老子亦在愁困之处也。

然，不论如何，老子思想乃又一璀璨之星也，尚有借鉴之处，恐日后会得到进一步的发展。

读书笔记摘抄及心得体会篇六

据说金庸受大仲马影响颇深。我一直喜欢金庸的武侠小说，后来看到大仲马作品的时候自然感到相当亲切。金庸的很多武侠小说都是历史与虚构结合，让自己笔下的人物参与到那些野史轶闻、风流韵事中去，又显得如此自然生动，使人忍不住怀疑他们是否真的存在过。三剑客也是如此。

作为一个文盲，我对欧洲历史一无所知，对书中表现的当年的某些价值观也无法赞同，但是看这本书依然觉得很有趣，小说能做到这点大概就算成功了吧。据说大仲马的作品一直被批低俗，三剑客估计也逃不了这个帽子，不过它依然是一部有趣的作品，而且流传至今，这就够了，更何况它采用的手法如此经典实用。

关于《二十年后》和《布拉热洛纳子爵》

我是看评论才知道居然还有这两部后续，貌似很难找的样子，大概查了查简介。算了还是不看了，我无法忍受那样的结局。

我希望故事能停留在最好的时候，他们都报了仇，升官发财当教士。人人为我，我为人人。

读书笔记摘抄及心得体会篇七

在生活中我用过的《三字经》有为人子，方少时，亲师友，习礼仪。融四岁，能让梨。弟子长，宜先知。首孝悌，次见闻。知某数，识某文。在学校里我尊敬老师，团结同学，向大哥哥大姐姐们学习，学习他们的优点，同时也爱护小同学，在家我孝敬父母，有了好吃的东西，我总是先给爸爸、妈妈尝后我在吃。

我知道一个人从小要学习做人道理，首先做到孝敬父母，恭敬兄长、友爱弟妹，因为这是人类最基本的德行，其次就是学习看到的和听到的知识，学习数学语文等各种文化知识，这样才能奠定好做人和求学的基础。

而“读史者，考实录；通古今，若亲目。”这个故事告诉我们，聪明加勤奋才能成为有学问的人。妈妈告诉我，聪明是天生的，是自己所无法改变的，但是勤奋是需要每个人自己去创造的。所谓勤奋，就是要不怕困难，不怕吃苦，按老师和父母的要求严格要求自己。我平时做得还很不够，今后我要严格要求自己，勤奋学习，成为一个好学生、好干部。

读完《三字经》的变化：

语言上，表达事情不罗嗦了，语言简练了。表达能力强了。与人交往上：和小朋友一起玩儿时。知道谦让。

总而言之：浅意识的懂得了一些做人的道理。