

生命不能承受之轻散文(通用19篇)

文明礼仪是社会公德的具体化，是人与人之间和谐相处的基础。文明礼仪的学习需要从小开始，家庭和学校的教育都起着关键的作用。下面是一些关于文明礼仪的实用指南，供大家参考学习。

生命不能承受之轻散文篇一

曾在一部讲述大学四年生活小说中提到米兰·昆德拉《不能承受的生命之轻》，近日阅读之后思绪万千。

第一遍，觉得很肤浅、庸俗、不可思议，自小就受儒家思想教育，宣扬欲望是格格不入的，情节是一个名叫托马斯的医生去乡下诊疗，在酒吧遇到一个侍女特蕾莎，从此，两个磕磕碰碰走在一起，同时画家萨丽娜是托马斯情人，而萨丽娜与大学教授弗兰茨也是情人关系，以一言以蔽之：第一遍是四人之间的感情纠葛。

第二遍，梳理了小说情节，它是我所阅读中最独特的逻辑构思小说，以蒙太奇方式，跨越时间、地点，同一件事在不同章节中以不同侧面反复提及。

第三遍，查阅相关资料，了解小说情节发生在1968年苏联入侵捷克时期为时代背景，发生的“布拉格之春”事件，“两千字宣言”，不同侧面描绘出捷克知识分子的生活状况。

第四遍，把主要事件串珠在一起，联系四个人生活遭遇。

小说是米兰·昆德拉以生命轻重二元论来观察世界，审视灵魂，诠释生命的真谛。

小说的背景布拉格之春政治事件

1968年，捷克斯洛伐克共产党中央第一书记杜布切克发起了布拉格之春改革，有脱离苏联控制倾向。

苏军决定武装干涉。6月下旬，华沙条约组织在捷境内举行军事演习，演习结束后迟迟方撤。7月之后，局势有所缓和。8月3日晚华约在捷签署联合声明，危机似乎已经过去了。

8月20日晚11时，布拉格机场接到一架苏联民航机信号“机械事故，要求迫降”没有理由不同意。客机一降落，数十名苏军突击队员冲出机舱迅速占领机场。几分钟后，苏第24空军集团军巨型运输机开始降落，一分钟一架。1小时后，一辆苏联大使馆的汽车引路，苏军空降师直扑布拉格。

界。（西方向第二方面军）驻匈牙利苏军8个师，匈军2个师，保加利亚军一部从南部进攻。（西南方向第一方面军）苏波合成军4个师进攻北部。（西方向第三方面军同时苏军对北大西洋公约组织与捷军开始全面电子压制。

21日拂晓，苏军占领布拉格，逮捕杜布切克。

在进攻开始6小时后，苏军控制了捷克全境。几十万捷军被全部缴械，北约也没来得及作出任何反应。

这是苏军一次典型方面军群进攻战役。西方向主攻，西南方向配合，共动用4个方面军，1个坦克集团军，4个诸兵种合成集团军，26个师，约30万人。但由于进攻过快，两个战略方向的后备坦克集团军群均未出动，只动用了各集团军，师，团的直属坦克，共有9000余辆。

介于所有人都还没忘记1956年发生在匈牙利的悲剧，杜布切克并没有阻止抵抗，在这次事件中仅有80个捷克人被杀，与匈牙利事变相比，大大减少。

1969年4月，古斯塔夫代替杜布切克成为了捷克斯洛伐克共产

党第一书记。

布拉格之春是一次有重大意义的国际政治事件，标志着华约内部的裂痕已经渐渐显现，可视为东欧剧变的前奏与导火索。

生命不能承受之轻散文篇二

济南的夏日下起雨来，依旧是热腾腾的，空气中弥漫着风尘的味道，张扬着尘土的气息。这点小雨理应是不用带伞的，因为雨滴仿佛巧克力上的榛果粒，落在身上也没有几颗，干燥的大地倒是湿了一片。我依旧带着伞，不过是习惯罢了。家在温润的江南。时不时便会落下些雨来，有时候朦朦胧胧的一片就湿了衣裳。以往的我总是不愿意带伞，颇嫌累赘，但母亲却时不时地往我的背囊里塞进一把伞，我也懒得再取出来，就这般度过了在杭城数不清的那些个雨天。独自在北方度过的三年，我依旧习惯带着伞，不过如今的伞倒是我自己放进去的。不过也不见得有什么用处，济南的雨就算下大了，顷刻就停了。或许是习惯了背囊里有一把伞，也不再觉得麻烦了。

其实在北方念书，也就是寒暑假回趟家，回去的时候却执意将书塞满背囊，回来则被父母换成吃用的东西。如此满载而去，满载而归，背着行囊去往家里的时候，一定是自己念想着假期里要多看几部书，勿使光阴虚度。背着行囊来的时候，也无非是父母怕我人在外地，饿了苦了，午饭没吃也舍不得买点东西充饥，背囊里有零食，可以自己拿来吃。然而放在背囊里带回去的书并不一定会看，带着来的吃用的东西也不一定会动。

如此想着仿佛也明白了，自己所背的，不过就是牵挂，好比随行的一封信笺，更多时候只是拿出来看看，有时候上面写满了亲人细碎的叮嘱挂念，有时候又装载了自己憧憬的未来梦想。最后都是一下封上口子，随着带着走，也不见得有什么用处。或许只有等到背囊逐渐厚重了，自己背不动的那天，

东西才会搁置下来。

当时外婆家要拆迁的时候，屋子的三楼上还有许多她的“宝贝”，老底子的那一块块布匹，如今还崭新得可以做衣裳，平时节俭的外婆手上竟然有几箱，当时存着的时候，或许是给我母亲，或是大姨小姨留作衣裳的，然而时光荏苒，这个念想转眼就积满了灰尘，我和表哥表妹都相继成人，装载的“行囊”却沾染了厚重的土灰，停留在了承载过去时光的那个角落，只得着某一天被处理殆尽。那段时间看着外婆经常搓着皱起纹路的手，惋惜昔日“背囊”里的这些东西也甚是心酸，那可是她积攒了一辈子的想念。我还依旧记得，她常常在嘴边提起这些存货，如数家珍。这些布匹重量就是她心中念想的重量。然而自从那些布匹被处理掉之后，她常说自己走路轻飘飘的，人也瘦得厉害。

济南的雨果然很快就停了，我也收了伞，伞面连湿也没湿，团成一团，似乎又可以塞到背囊里面。掂着包里的重量，我便感觉踏实了许多，其实渐渐也明白了，往昔母亲在我背囊里装的，不过是她寄托在我身上一个念想，我想，人的生活大概如昆德拉所说的那样，是要些重量的。而如今我背囊里添加的这把伞的重量，或许也是为了告诉我自己，在这遥远的北方，我不是一个人。

生命不能承受之轻散文篇三

我的生活和希望，总是相违背。

你和我河两岸，永隔一江水。

外公，我和你永隔一江水。

偶然想起今天是你的忌日。其实又怎会是偶然呢。

要知道，在你走后的两周年，我一直告诉我自己，我并不是孤单一个人的。你还在我的左面，我的右面。你在我心里无所不在。

我不曾停止过想你。

只有这样我才能安慰自己不去难过。

生命不能承受之痛莫过于最深爱之人的离开。从此便是天涯两隔阴阳两极。然逝者长已矣，生者如斯夫。

无论生活再怎么难过，日子还得往下过。

你走后的很长一段时间，我总是梦到你。那时外婆因承受不了你离开的事实夜夜不能寐，我便搬去她那陪她睡。

我知道，你离开时，最最放心不下的便是外婆了。相濡为沫的这些年，你一直以雄鹰护雌鹰的姿态，把你的女人护在怀里为她遮风挡雨□

不曾想过有一天她若没有了你要怎样苟活。

所以直到离去，你还是不能放下她。

她是那么弱小又无助。个子矮小身体羸弱脆弱无比。夜晚不敢一个人上厕所，又怕吵醒了在一旁睡觉的我。隐忍着不敢开口，只有到实在憋不住的时候，才肯叫醒我。

那时的她是惶恐不安的孩子。她真的不知道她应该怎样活下去。我终究是明白了你临终时的担心。但请放心，我会替你，好好照顾她，连着你的份也一并照顾。

我陪着时她心疼她想念你我记得我也快崩溃。

晚上浅眠，起来给奶奶盖被子或带她去上厕所。路过大厅，我总是觉得我能看到你。这是血脉相融的感知么。

你穿着洗得泛黄的衣服，熟悉的身影。坐在你最爱坐的那个沙发上，慈祥的笑着，从没有言语，还是健在时精神抖擞的样子。时光好似从没老去，你还是好好的。一切都淡然安宁。

我跟乔哥说过这件事。她说，以后我若还能看到你，便跟你说话。她也有过这样的经历。

那么，外公，我在说我真的.很想你。

你听到了么。

至今不能忘却你离开前一个月的模样。

你的手上布满了密密麻麻的针眼。细妹姨给你打点滴时，你隐忍着不曾喊过疼。就那么安静的躺着，没有言语，像死一般的寂静。

我真怕。你给我的感觉像是随时都会离开我。我甚至不敢闭上眼睛，我怕我一闭上眼再睁开时就是得到你离去的噩耗。

这是我万万不能承受的。

我只是帮你轻轻地揉起那些因打针打点滴鼓起的地方。感觉里面血脉在脉脉跳动，那是你生命还在的迹象的表现。我就感觉还有希望。

但那只是可笑的自欺欺人。

癌症。排名世界第二的致死疾病。每年无数的人被它夺去了生命。也不是没有一些人坚强的活下来。

但你是晚期，而且你不年轻了。新陈代谢各种功能远不如前。

所以谁都知道谁也没法阻止你生命的终点包括你自己。

我还是恨。恨自己。

那种想要挽留自己最爱的人的生命却什么都做不了的感觉真的好无力。

为什么人就不能永远如愿以偿人力在面前疾病时真的如此脆弱不堪一击呢。

为什么我就只能眼睁睁地看着你只能用葡萄糖来维持生命不能进食，身子日益消瘦，天天徘徊在生与死的边缘上呢。

不想你离开苦苦哀求怨天怨地却终也迎来了你离去的噩耗。虽有早有心理准备但还是乱了心神。

我什么都知道了不想了只记得你临终时望向我们那舍不得的眼神和眼角那一颗晶莹的泪珠。

它像滴在我的心头。我的心也在哭泣。

送葬那天，站在正中央你的黑白照片前，感觉整个世界都是静谧的。我听不到耳边一阵又一阵的哭声也感不到人们一层又一层的悲痛。

生命不能承受之轻散文篇四

一刻钟，鲜活的生命却永远定格在了201x

悠扬的新年钟声如约响起

亲人那撕心裂肺的呼喊却再也无人应答

那一刻，我们无法体会你们承受的一切

那一刻，心痛的不只是整个世界

36

一个神秘的数字

难道是神话中天上的星宿

相约要在一年的最后时刻齐聚？

冰冷的十七级台阶

生命不能承受之轻散文篇五

生命不能承受之轻作文800字

作者/李思远

报载，有一位偏重事业的女孩哭诉，自己没见着临危的父亲最后一面，心中的疼痛难以消解。是啊，用亲情换来的前程纵然锦绣，日后行走起来，印下的不免是惭愧的脚印。当亲情已成往事，当父慈母爱已成过往云烟，纵得孝子千行清泪，又怎可将过去挽回？“树欲静而风不止，子欲养而亲不待”，似锦前程，宏图大业，终究难以报得三春之晖。

史载，禹三过家门而不入，却常躲起来听孩子的哭声，以求寻得心灵的慰藉。那么，最早在“亲情”这条路上踽踽独行着的，应该是他吧。看，他疲惫的身躯靠在墙边，紧张地听着孩子的哭声。这个男人对他的“家”，似乎已全然陌生。当他毅然决然地填土治水换得了人们的尊敬，换得了“大禹”这一千古圣王美名，但那华丽的皇袍上，却早已沾满了辛酸的泪水。

其实，大禹还是重亲情的，但是，为了家国天下，不得不

弃“小家”于不顾。(高三作文)可是，这种内心的缺失，当如何弥补？当年卢沟烽火顿起，一时硝烟遮天，人们早已把个人命运与国家前途紧紧维系在了一起。“亲情”在**的年代，是脆弱的，但人们还是放不下：无数士兵冲锋时口袋里装的是家人的照片，无数的军人倒下前低吟的是亲人的名字。

亲情，与理想、前途，其实是可以并存的。割舍前途的人似寄生虫，终生无用；抛弃亲情的人则如行尸走肉，千夫所指。只有当人依赖着亲情，珍存心底的美好，人才有了为前途而战的动力，才能挣脱命运的桎梏。人，因珍惜亲情而称其为人。

洪战辉在理想、前途前面，没有抛弃亲人，而是不离不弃地照顾着或生病或年幼的家人，用亲情更好地诠释了他求学的青春。皮定均将军在亲情与前途的天平前，未曾弃置任何一端。人们从他遗留的家书中，看到了这位威严的大将军不为人知的另一面，家庭生活的和谐尽显其作为丈夫的情义和作为父亲的慈祥。

有人说，过分注重亲情，是一种不成熟的表现。我却认为，人活下去都是有动力的，人往往反而会因亲情变得更坚强。

那名没与父亲见上最后一面的女生已体会到了生命不能承受之痛，并且连弥补、挽救的机会都丧失了。“父兮生我，母兮鞠我”，只有父母，才会隐瞒自己的伤痛，让子女放手一搏，去争取自己的前程。

不禁想起了小时候的幼稚之言。孩子们总是会用“长大后赚大钱给父母”的话，来逗得父母开怀；再长大，却啥都不记得了，慢慢地只顾自己的理想、前途了。你是可以认为小时候“童言无忌”，却不能将这份沉甸甸的亲情看轻看淡。

现如今，该承担这掂错了分量的生命之轻了。

指导教师：祝宇

生命不能承受之轻散文篇六

人活于世，似苇草，似青松，或身躯瘦弱，于风中摇曳；或刚强伟岸，抵抗万物折磨。但是，人既然存活于世，生命中所配置的，必然有如大海的浩渺，泰山的厚重。生命，本应有重量。

叹生活不美，欺诈行为肆意蔓延；悲人生苦短，美妙的少女就此殒命。回望故事的起与结，大多数人只会唾骂狡诈的犯罪分子，然而，当你内心有了无穷大的承受力时，你就能经历大风大雨，生命便只在你的掌握之中，活得精彩并非不可能！

浏览古今长河，伟大的人总不那么顺心，然而就是在这样沧桑变化中，在困境中不断成熟，他们却用自己生命的重量沉淀出精彩。

还记得“民国四才女”之一的萧红吗？在那个兵荒马乱的时代中，她挣扎出来，于哈尔滨的灾害中坚持写作的梦想。虽然贫困，虽然被情所困，但是那汨汨清泉般的文字伴随着她的作品不断成熟，不断沉淀，直至今日，我们敬之叹之。

如果没有苦难的日子，萧红不会有这般成熟稳重；如果没有内心挣扎后的教训，她也不会将深沉的笔触透露给世人，《生死场》也不会就此诞生。

同样是欺骗，同样是在青春正盛的日子，有人承受住生命之重，有人却轻飘飘地走了，留给世人无限的深思。

生命永不能轻飘飘地走过。“岁寒，知松柏之后凋。”我们的人生，坚忍之后方显价值。季羨林在动荡的文革期间之坚忍，才能清淡地描绘出当时的牛棚；马尔克斯在墨西哥城的

坚忍，方能将我们带回生命本该有的绚丽奇幻。如果徐玉玉也能在上当受骗之后之坚忍，世界回报给她的将不仅是完整的人生旅程，还有厚重的灵魂。

现如今，有太多人不能坚忍，不能领悟生命的重量。徐玉玉的例子，折射出当代许多人的脆弱，他们将内心装扮地纯净空白，不能正确对待社会的残酷，他们在父母、在校园的荫庇下只能活在自己的世界里。米兰·昆德拉说：人一旦迷醉于自身的软弱之中，便会一味软弱下去，会在众人的目光下倒在街头，倒在地上，倒在比地面更低的地方。

生命不能承受之轻，是对现实生活的领悟，是对生命质量的沉淀。即使是一根苇草，根系于土地之上也能承受住大风的侵扰，总能于水洼之中立地不倒。人的生命亦是如此，锻炼出强大的内心，我们方能更精彩地活着。

生命不能承受之轻散文篇七

生命不能承受之重(论坛精华)

云裳

米兰·昆德拉在他著名的《生命不能承受之轻》中告诉我们：负担越重，我们的生命越贴近大地，它就越真切实在。相反，当负担完全缺失，人就会变得比空气还轻，就会飘起来，就会远离大地和地上的生命，人也只是一个半真的存在，其运动也会变得自由而没有意义。

那么，我应该选择什么？是生命的轻盈，还是生命的沉重？我在思考……

青春年华，我毫不犹豫的选择了“沉重”，开始了我激情燃烧的岁月。我用年轻的生命和全部热情迎接着外界与自身的挑战，创造着业绩。初上讲台，我热情开朗、爱生如子，赢

得了孩子们的敬爱，师生之情绵延至今，时时感动着我的心怀，温蕴着我的生活；我勤奋执着，教学独特，深得同行赞许，获得众多荣誉。

按理说以后我的生命应当是轻松的，但是在事业的追求中，总有一份不安现状的个性，越来越让我远远离开轻松，承受起生命之重。

工作，工作，再工作，三年一轮的教育教学试验，我几乎没有停止过，我总在寻求更好更科学的方法。我曾经认真地告诉学生：我每一天都能对自己说，今天的我比昨天有进步。学生们也由衷地感爱到，并共享着我教书育人的一番快乐的心境，被我深深感染。以至于他们听有老师说当工作成为一种生活手段时，这世界上没有多少人能感受到工作的乐趣，他们立刻就会反对：有啊，我们焦老师就能。而工作无乐趣的见解，我也曾视之作为一种见识的肤浅。

于是，工作，工作，还是工作，废寝忘食是常事，我在不断超越自己的奋斗中感受着一种成功的喜悦与幸福。我的努力和取得的业绩越来越多的引起关注，伴随着更多的赞誉，各种各样的'教学任务也越来越多堆压在我的肩上。教学，教研，活动，班级管理，学校的、市里的，我像一个永不停息的钟摆，我永远没有了轻松的时刻。时光渐逝，我蓦然发现，虽精神犹存，意志仍坚，但身体却难于支撑工作重负。

一起工作的同学，我的年龄是偏小的，加上开朗活泼的天格，我一直是同学、朋友们宠爱的小妹妹，甚至比我略小几岁的朋友们也常常会把我当成小妹妹。可这两年的同学、朋友聚会，大家都为我青春容颜早逝而叹惋，都在劝我注意身体。感受着朋友们的关怀，想着自己流逝的岁月，心中是别一番滋味。

以前一直在紧张工作的我是不大在意这些的，这些日子静下来揽镜自照，写在脸上的憔悴，真是让人不忍促睹。

这样的疑惑还没消释，又要同时担负几项骤然而至的任务，在限定时间内完成后，我感到了异常疲惫，于是我逼着自己，下班回家放下工作，好好休息，一周过去，疲惫感丝毫不见消减。我在朋友的劝说下终于走进了医院，慈祥的专家望闻问切了一番后，告诉我说：“你太累了，身体透支太厉害，休息一段时间吧，我给你先开一个月假。”

身体透支？我一直在告诉我的学生要善待生命啊！善待生命，我们的生命才能绽放出夺目的光彩。这个道理我一直都懂，可为什么我却不去珍惜呢？啊，我一直以不虚度每一分光阴为荣。我总在说，生命的长短不可预料，一天天虚耗过去，等生命尽头回首时会有许多遗憾的，而我这样忙碌着，每一天都充实而有分量，等告别世界的时候可以了无遗憾，甚至可以微笑着和世界告别吧。

为什么一定要放弃这样的生命呢？我苦苦思索，但是我不知道答案是什么。

但这只是一个梦罢了，我仍旧工作着也美丽幸福着，也向往着那另一种生活……

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

[搜索文档](#)

生命不能承受之轻散文篇八

夜已经深了，可是我却我没有睡意。反反复复不知道做什么？过去—现在—将来，是多么沉重而严肃的一个话题。每天的面对生老病死，我的心也随着生命的浮沉而在飘荡。希望他们能在我们这里得到更好的治疗，希望大家都用一颗友善的心，去善待生命！！！！

每天像行尸走肉一样麻木的面对自己，不知道该用什么样的态度去改变自己。夜里常常是在记忆的影子中醒来，没有了睡意。任凭如何翻滚，心，都是乱乱的。不喜欢把内心的想法表达出来，也不知道该如何走出那段时光。岁月的河流中，因为有了记忆而变得美丽温馨，因为有了感动而是那样精彩。拖着今天沉重的步伐，耳边好像还在环绕机器的报警声、患者的呕吐声、护士的杂乱脚步声。原本就很累的工作，因为众多的因素变的更累，忙碌的工作使得我们的心都跟着浮躁了。看看身边一个个渴望求生的生命，我无语面对他们。道不同的生命前进的路上，我只是个给沿途花儿灌溉的使者，它们的根茎，需要更加细心的护理。可是，我没有感受到珍惜生命的力量，我没有感觉到为生命惋惜的叹息声，我没有感悟到重视生命的.真诚……秉持不同的思绪，不同的人生，不同的心境，我只能做好我自己。只能给即将凋谢的生命之花以点点雨露，期待他们傲然绽放。

天天都在跟死神进行赛跑，却不知道终点在哪里？我很迷茫。迷茫的不只是我的眼睛，还有我的心，我的灵魂。我是一名曾经不知道疲倦的天使，但是现在，我却收起了我的羽翼。因为我害怕因为自己的翱翔儿成为猎人的目标，在飞行的过程中，被射伤。封锁了自己的真心，紧闭了自己的双唇，束缚住自己勤劳的双手，在享受着撞钟的痴迷。低迷的日子，总会让人失去自我。多么希望能给求生的灵魂已支持，让他们在生命中释放自己的灿烂，可是，夕阳，已被乌云遮住了光芒。

每天最快乐的时候，是窝在家里，看着搞笑的电视节目。或者尽情驰骋在游戏中，肆意发泄自己的空虚与无奈。今天朋友跟我说起了游戏中的一些事情，可是我却不是很在意。我喜欢用游戏来打发时间，缓解工作压力。喜欢跟熟悉的、陌生的朋友坐在一起，侃侃自己的过去，期待一下未来。相约快乐，相聚温暖是温馨的幸福。虽然自己不胜酒量，但是我却喜换小醉的感觉。听着老公跟朋友叙旧，好像我也在经历着许久前的快乐，有欢喜，有眼泪，有祝福的过去，带给我们那么多相同回忆。

生命不能承受之轻散文篇九

亲爱的孩子

紧紧挽了你的妈妈

从此，将用无尽的悔恨让自己明白

松手，你就会远去

天堂中应不会孤独

最爱你的人却要独自吞下一生最痛的'苦

今夜，又是月明星稀

远道而来的父母已无力倾诉

怀抱中那一张张笑脸

将永远刻入不忍启封的记忆

一束束白色的哀思，在风中更显冷寂

双手合十，俱灰的不是万念

只愿已逝的灵魂在另一个世界不再拥挤

生命不能承受之轻散文篇十

曾经很多次地在历史主观题中写下“不忘国耻，正视历史”的答案，却从没有去试着担担那历史的重量。曾经不知多少次地从书籍电影中窥见那满目疮痍的年代，那无比沉重的战争，却仍旧在南京大屠杀纪念馆前震惊，还是震惊。

走在前往馆内的道路上，不由要正视那由各国文字书写而成的“遇难同胞300000”的大字，旁边则挂着一只硕大的和平之钟，每年的12月13日，人们会将它敲响。庄重的心情，是已经有的了。踏入馆内，四周猛然暗下来的光线里，那依稀稀疏的火把是唯一的，且不温馨的光源、被烧毁的房屋，废墟中露出半截的家什，一切都那么尽力地还原当时的情景。我想象着80年前的人们该是怎样地惊慌与失措，不安与恐惧满满地溢上我的心头，让我不禁捏紧了同伴也同样汗湿湿的手，慢慢地向前踱去。我是愿意去低声地、庄重地将墙上所有遇难同胞的姓名一个一个地念过去的，可无奈那墙太长，也太高，压在心头是我永远负担不起的重量。我看着那一个个某氏的字样，那是旧中国的产物，那些女人连一个名姓也没有。作为落后年代那鲜明的特征，永远载入历史，旁边一个个遇难者的遗像，生与死的对比，分明在控诉日本军人的残忍行径，令人无比唏嘘，自叹幸运。

走向祭祀台前，心灵在此刻收获了宁静，亦容不得一丝尘埃的打扰，两边闪烁的蜡烛长明着，低低的梵音不知从哪里传来，安宁还是安宁。之前满腔的震惊、满腔的怒气此时已被徐徐地压下，我明白了，那是生命不能承受之重。和平的钟声长久地在耳边回响，偌大的祀堂似乎只留我一人在此驻足。于是我懂得，所谓正视历史，必先承担历史，然后以和平的姿态继续前行。

生命不能承受之轻散文篇十一

《不能承受的生命之轻》是捷克著名作家米兰·昆德拉的代表作。去年第一次读它的时候，居然深感不安和迷惑——那是一部意象繁复的作品，字里行间闪烁着许多“不解之辞”——我的理解力居然很难渡过它艰深晦涩的语意之河。怀着自我挑战的心理，今年暑假又认认真真地把它重读了一遍。

重读此书，却给了我完全不同的感受——好像我从来就未曾读过一样！那是一座感性与理性纵横交织起来的神秘幽深的城堡，看似简单的爱情故事，蕴含着丰富的哲理思辨，闪烁着耀眼的思想的光芒。作者用讥讽幽默而冷静的笔调，剖开人类生命的外衣，探索灵魂的秘密，揭开人性深处隐秘的真相，展示了社会动荡和命运沉浮的人生图景，揭露了人类“媚俗”的天性。

读罢掩卷，我的眼前仿佛出现了一幅现代主义的三维立体图画：破败的城市、游行的人群、缠绵的肉体、忧伤的眼神——这一切杂乱地交织重叠成灰色的梦境，而这一切梦境的背后，则隐约可见无比温馨静谧的遥远的山村图景，那里斜阳暖暖，牧歌悠然。

这的确是一部值得反复读的作品。它就像一株枝繁叶茂的大树，以我浅陋的理解和愚拙的笔触，如果勉强能触摸到它的三两片辉煌的树叶，也算很侥幸的了！

“如果我们生命的每一秒钟得以无限重复，我们就会像耶稣被钉在十字架上一样被钉死在永恒上。这一想法是残酷的。在永恒轮回的世界里，一举一动都承受着不能承受的责任重负，这就是尼采说永恒轮回的想法是最沉重的负担的缘故吧。

作家在小说开头第一章，便以一个哲学家高深莫测的姿态，抛出了尼采的“永恒轮回”说，并以大段的哲理思辨使我不

得不陷入关于重和轻的凝重思索。

“重便真的残酷，而轻便是真的美丽？”

“最沉重的负担压迫着我们，让我们屈服于它，把我们压到地上。但在历代的爱情诗中，女人总渴望承受一个男性身体的重量，于是，最沉重的负担同同时也成了最强盛的生命力的影像。负担越重，我们的生命越贴近大地，它就越真切实在。

相反，当负担完全缺失，人就会变得比空气还轻，就会飘起来，就会远离大地和地上的生命。人也就只是一个半真的存在，其运动也就变得自由而没有任何意义。

那么，到底该选择什么？重还是轻？”

是的，究竟该选择什么？重还是轻？直到小说结尾，这个问题依然悬而未决……或许这是个连作家本身也尚未找到答案的人生谜题吧？我只能试图从作品的主人公身上，寻找作者思想的蛛丝马迹。

托马斯——原为布拉格著名的外科医生，生性自由，以交往众多情人为嗜好，同时深爱着特蕾莎。苏联占领捷克后，携特蕾莎流亡瑞士。后又为了爱情重返布拉格。曾因政治迫害沦为玻璃清洗工，又在环境重压下隐居山村，当了一名卡车司机。他一生漂泊，不断地在生命的重与轻的漩涡中挣扎。最后与特蕾莎双双死于车祸。

特蕾莎——一个柔弱，忠诚，纯真，善良的女子，一个不断审视自己灵魂的爱情信徒。原为布拉格附近某小镇乡村酒店的女招待，后为布拉格某新闻图片社的摄影记者，托马斯的妻子。深爱托马斯，不堪承受由于托马斯的不忠带来的嫉妒和痛苦，生活在噩梦和眩晕之中。也是一生漂泊，由小镇来到托马斯的城市布拉格，之后流亡瑞士，在感情的痛苦折磨

中离家出走回到祖国，然后和托马斯一道隐居山村，做了一名牧羊女，最后和托马斯一起死于车祸。

萨比娜——布拉格年轻的女艺术家，托马斯的最重要的情人。弗兰茨的崇拜对象。思想自由独立，生性叛逆，反对媚俗。她不断地背叛原来的位置：背叛家庭，背叛父母，背叛祖国，背叛爱情，抛弃了深爱她的弗兰茨；她不断地叛己所叛，最后到了无可背叛的地步。

她的生命无限轻盈，了无分量，没有何牵挂和责任，像漂浮在半空中半真的存在。她不停地流浪，从布拉格流亡到日内瓦，然后到苏黎世，最后到美国和一对喜欢她的画的老年夫妇生活在一起，而不久那对老年夫妇也将离开她到自己的女儿那里去。在无尽的背叛和漂泊中，她感受到不能承受的生命之轻的残酷重压，在无限凄凉孤独和忧伤中，渴望着一扇遥远的童话中亮着温馨灯光的窗户。她是四个主人公中唯一存活下来的人，也是最悲惨的命运的牺牲者。

弗兰茨——日内瓦某大学的教授，梦想主义者，英俊健美，思想单纯，热衷于一切政治运动，崇拜并深爱着萨比娜。曾为了追求萨比娜而离开不爱的妻子，在萨比娜不辞而别之后，他又把年轻的女大学生当做萨比娜的影子，最后为了缥缈的爱情幻想投身到支援柬埔寨的国际医疗队伍的“伟大进军”中。

他加入到“伟大进军”的理由也非常富有反讽意味——因为柬埔寨和萨比娜的祖国都是同样遭受被侵占的厄运的国家，他想：如果萨比娜知道他加入到支援柬埔寨的伟大进军，一定会感受到他对她的祖国遥远的支持和同情，她也会因此而高兴的！当他终于从寄托在“伟大进军”上的爱情梦想中幡然醒悟的时候，却不幸被砸死于偶然的抢劫事件。

“托马斯站在寓所的窗前，茫然地望着对面楼房的墙”。——他在脑海里回忆着和特蕾莎相识的情景，并反复思忖着：

究竟该选择什么？是接受特蕾莎来和她一起生活，背负起爱情之沉重责任，还是继续享受以往的自由轻盈？这是故事一开始作者为我们描述的场景。而且这一场景在小说中意味深长地反复出现了多次。

“人永远不知道自己该要什么，因为人只能活一次，既不能拿它和前世相比，也不能在来世加以修正”。

所以，每当他面临生命中重与轻的抉择的时候，他都会这样茫然无措，犹豫不决。事实上，托马斯短暂的一生的确是在重与轻的抉择和倾轧之中渡过的。他是布拉格的著名的外科医生，原本活得自由洒脱，自从爱上特蕾莎之后，身上便背负起一个女人全部的爱的重量和责任，这重量使他不堪重负，不断地下坠，下坠，像一片空中漂浮着的飞絮被雨水打湿，坠入地面，和大地融为一体。

他的生命也因此被赋予了意义。在他的观念里，灵魂和肉体是截然分开的，他追逐众多女性的嗜好丝毫不会损害到他对特蕾莎独特而深刻的爱。一方面，他深爱着特蕾莎，认为特蕾莎是“漂在涂了油脂的篮子里的孩子，偶然漂到了他的床榻之岸”，他对柔弱的特蕾莎有着深刻的同情和“无法表达的爱”。另一方面，他又不肯放弃以往自由不羁交往众多女友的生活方式，不断的背着特蕾莎和其他女友约会。

他生活在特蕾莎因嫉妒无助而产生的痛苦的噩梦的缠绕中，穿梭在谎言和爱情之间，对自己不忠的内疚，对特蕾莎的同情怜悯以及深刻的爱，交织在一起，形成一股强大的漩涡，把托马斯这叶自由飘荡的轻舟，一次次不断带入命运的深谷。

托马斯追随离家出走的特蕾莎从日内瓦回到祖国，应该是他继流亡瑞士之后命运的一次重大转折，也是他在轻与重之间抉择的最为显著的例证。我在想，如果在特蕾莎出走之后，托马斯没有回布拉格找她，而是留在日内瓦继续“风流”他的“韵事”，享受自由甜美的生命之轻盈，那么他的命运一定

会是另一番完全不同的图景。我们也就不会看到小说结尾的悲惨结局了。

事实上，当他又一次徘徊在轻与重的十字路口，站在寓所的窗口茫然地望着对面楼房的墙，他内心深处却反复重复着一句贝多芬的乐句：非如此不可！为何“非如此不可”？这可能就是他灵魂深处的声音。在特蕾莎离开他的最初几天，他一个人流浪街头享受自由空间的短暂的甜美，但他无法再去接触任何一个女性，他的脑海里总是浮现出特蕾莎无限悲哀的眼神和痛苦的表情。他在心里感受并放大着特蕾莎的痛苦，他无法摆脱特蕾莎的柔弱对他精神和情感的强大控制，他无法承受离开特蕾莎之后的“生命之轻”。于是，他放弃了轻盈的生活，重新回到祖国，回到了特蕾莎身边——他选择了“重”。

特立独行的托马斯在无限自由轻盈的生命状态下，被一次又一次地拖入命运“重”的泥潭，而这“重”的泥潭，除了他的爱情之责任以外，还有一个重要的根源，那就是强大的无法抗拒无处可逃的社会动乱和“政治黑暗”。作者似乎在告诉我们，平凡的个人在社会政治的强大漩涡中无异于一只弱小的蚂蚁，个人的生活在无序癫狂的国家机器的碾压之下会被轻而易举地碾成粉碎。

他厄运的开始源自一封影射当局的信件：希腊神话中的俄狄浦斯在完全无知无觉的情况下，犯下了弑父娶母的大罪，当他知道真相后，深感罪孽深重，无颜面见世人，于是自挖双目，流亡他乡，以残酷的自我惩罚来为无知犯下的罪过忏悔。难道无知者犯下的罪过就不该承担责任吗？一些苏联共产党当局以“当时什么也不知道”来搪塞以逃脱罪责，他认为是应该受到谴责的。就是这样一封对他个人生活看似“无关紧要”的信件，彻底改变了他的命运。于是，他由一名外科医生变成了街头的“玻璃清洗工”。

然而，使他写下这封信的动机是什么？是对政治的单纯热衷

吗?我觉得不是。以托马斯特立独行的个性来看，他是“媚俗世界的恶魔”，他是不会热衷于政治的喧嚣去参与什么激进言论的。使他写下这封信的更为隐秘的原因，来自他那“危险的比喻”，这同样关乎他的爱情。

他无数次的深刻地感觉到，特蕾莎是一个被放在篮子里顺水漂来的孩子，有一天偶然地漂到了他的床榻之岸。是他收留了她。这个危险的比喻使他对柔弱的特蕾莎产生了深刻的同情和无法表达的爱。这难道不是命运?而俄狄浦斯这个希腊神话中的赎罪之神，不也正是一个被放在篮子里顺水漂来的孩子吗?这和特蕾莎有着多么致命的相似!

所以，有一天当托马斯偶然在书架上翻到《俄狄浦斯》这本书的时候，又联想到了那个致命的比喻。于是，鬼使神差地写下了那篇改变他命运的关于俄狄浦斯的文章。我想，这就是所谓的“命运的阴谋”吧?于是，当他以知识分子的率真和孤傲拒绝在脱罪文书上签字的时候，他被政治巨手紧紧攫住的命运便不可逃脱了。于是，他失去了医生的优裕生活，成了玻璃清洗工。

那个时期，布拉格正被笼罩在斯大林的“共产主义运动”的红色恐怖中。大街小巷到处是政治话语的喧嚣，每一个角落，似乎都有秘密警察的耳目，人们说的每一句话做的每一件事，都似乎有被监视偷拍录音作为反动证据的危险。日复一日，人们惶惶然生活在这阴云密布异常沉重的政治高压下。

然而此时，托马斯的生命居然以空前的“轻”的形态展现出来。因为他终于卸掉了多年来一直郑重地信奉并身体力行的医生的“拯救人类生命”的神圣使命，一身轻松，一如继往甚至更为“狂热”地投入到探索不同女性的“事业”中，“用生命的解剖刀剖开不同女性身上的那神秘的百万分之一不同”，乐此不疲。

这真是一支“重”与“轻”合奏的别具意味的人生回旋曲！

当政治的混乱和社会的黑暗代替了人道和文明，当“政治媚俗”堂而皇之地跻身博爱民主的殿堂，渺小的个体，只能挣扎在不能承受的“重”与“轻”交织的漩涡中。

我们很难用道德家的眼光来评判他，————托马斯，在他身上，实在是存在太多的“卑劣”——放浪，好色，不忠，欺骗，他有着一切被道德君子所不耻的“无耻之徒”的特性，然而在他身上，同时又存在着正义，善良，仁慈，悲悯，率真，清高，自由等许多可以称之为“美好”的东西。他是一个在生命之“重”和“轻”的博弈中苦苦挣扎的真实存在。作者对他未加任何道德的评判，——在道德沉沦的世界，“一切都被预先谅解了，一切也都被卑鄙地许可了”。

“没有任何方法可以检验哪种抉择是正确的。因为不存在任何比较。如果生命的初次排练就已经是生命本身，那么生命到底会有什么价值？正因为这样生命才总是一张草图。但“草图”这个词还不确切，因为一张草图是某件事物的雏形，比如一幅画的草稿，而我们的生命却不是任何东西的草稿，它是一张成不了画的草图。”

小说主人公的悲剧，不仅是他们所属的那个时代的悲剧，同时也是我们许多现代人的悲剧。或许，作者正是在托马斯他们的身上，寄托了自己对人生无限未知可能性的探索吧。当看到小说结尾，我已经不能轻松地微笑，一缕深切的悲凉从遥远的天际袭来。

正如作家所感慨的那样，生命的初次排练便已经是生命本身，生命永远是一张成不了画的草图！生命之画图是如此的潦草，还未来得及修正，也根本没有机会修正，就画完了匆匆的那一笔。也许一切的结果，无论暗淡还是辉煌，都不值得追悔或者赞叹，一切的抉择也没有什么正确和错误的区别，那只是一道生命的轨迹，因为对于我们所选择的道路，我们根本

没有机会比较其优劣！

而使我们必须这样走的理由，便是无数偶然表象下的必然，是你命中注定的“非如此不可”。“这非如此不可”是加载在我们身上的一道命运的符咒，那或许就是你最想要而不能得到的部分，是你内心真正的渴望。我们总是会在一个地方反复犯着相同的错误，反复重演着同样的悲剧，我们正是从这反复重演的悲剧中，看到了自己生命的潦草画图，看到了自己的本性。它无关道德，只来自人心。

生命不能承受之轻散文篇十二

有很多书，我们在读的时候不屑一顾，原因是它们没有一波三折的情节和波涛汹涌的情感，但是在阅读结束再回头思考的时候，又会觉得温婉深沉，回味无穷。读这类书纯属精神层面的享受，可以获得对人生和生命价值的思考和追问。

《生命中不能承受之轻》于我就是很好的例证。

一页页将《生命》读完，我从心底里服了米兰·昆德拉。他用高超的技巧将哲理小说提高了梦态抒情和感情浓烈的一个新水平。其对于灵与肉、轻与重的思考颠覆了我原本既有的生命价值观念，甚至开始使我产生惶恐。

生命中确有轻重之分。人类奔波劳碌倾其一生无非就是为了追求幸福快乐，即一直以重的姿态在追逐“轻”，而人类幸福的标准无非是家庭、名利、爱情等媚俗的东西。西方悲观哲学家叔本华以为，人生即意欲之表现。意欲是无法满足的渊藪，人生却总是去追逐这种无法满足的渊藪，所以追逐本身就是一大痛苦。对此，很多人呼吁何不放弃追逐，重新审视身边的人，考虑一下如何真正的活着，抛掉负担，回归自然，养精蓄锐以应对一切。

可是生命除了有轻有重，还有“沉重之轻”。叔本华说，存在

既是痛苦。若要不痛苦，须是不存在。生命之重通常都会使我们理智地提醒自己应该遵循的生命法则。有重就会有对于轻的渴望。然而当轻真正降临，我们却很难承受。沉重之轻与重不可调和的矛盾让生活更加糟糕。人们习惯了在一次次成功和赞美中肯定自我，当真正放下追逐，卸下所谓生命之重时，便陷入了失重后的生活。这时候一切的满足感荡然无存，“上进心”被当做垃圾处理了，自我意识就再也无法支撑，社会上只剩一群人感叹家庭亲人的可贵，芸芸众生将慢慢丧失掉个性。说的远一点，社会发展文明进步就更没指望了。

诗人兰波说：人生要一边赶路，一边赏花。“一边…一边…”这个关联词往往强调并列性。兰波想表达的不是要有乐观豁达的心态，而是要用这心态来“赶路”。人生如果仅仅用来“赏花”，便只剩空虚、恐慌和无聊的安逸了。这即是我所理解的生命中不能承受之轻。

书中对于我们所忠于的生命之重有种特定称谓，叫做“媚俗”。媚俗要求人们拥有一份坚信和简单化的真理来得到最大多数人的理解，并同化他们整个集体。在媚俗的世界里实施的是心灵的专制，是对个人定义美的意志的剥夺，它来自对生命的绝对认同。我认为书中四个主人公中，弗兰茨是最媚俗的。他可以代表我们每一个人，他至死都没有明白自己所追求的美只是别人眼中偶然的错误。

所有存在的即是合理的，媚俗也不例外。任何人只要不脱离公众就难免媚俗。当个人有意扭曲自己的价值观去应和群体的价值取向时，就已经陷入了媚俗的境遇。所以，即使最潇洒的萨比娜也不能免俗。

书中有两对互做对比的人物：托马斯和特蕾莎用来表现“灵”与“肉”，萨比娜和弗兰茨用来表现“轻”与“重”。灵与肉的纠葛占了本书大部分篇幅，但是浅薄如我却并没有参透什么，而萨比娜和弗兰茨的对立冲突，让我印象深刻。

萨比娜是带有叛逆色彩的特立独行的女画家，她的人生充满了背叛。她是昆德拉媚俗哲理思想的主要载体。被特蕾莎发现和托马斯的情人关系时她选择离开，弗兰茨准备和她真正携手时她又再度选择离开。她的背叛不止在私人生活中存在，更延伸到国家社会中。在祖国遭遇困境时，她对游行队伍毫不理睬，共同的故土、历史和文化不会使她与那些捷克移民有任何共同的思想亲近。这样，她又构成成了对“同胞”这个概念的背叛。她宁愿自我地生活在阴暗的光里，也不愿媚俗的活在阳光下。我觉得她和书中两个男人之间都不存在爱情。她不愿承担什么，始终处于背叛的进行时，所以他们只是她享受生命之轻的道具。和托马斯在一起，是类似知己的存在。和弗兰茨在一起，她则扮演起长者的角色。放下奔波的角度组织家庭安顿下来，对别人来讲是种轻，对她则是不能承受的媚俗之重。可是一个时时刻刻将自己视为局外人的，一个总是不停背叛生命之重的人，生活中会剩下什么呢？萨比娜给了我们答案，只剩下空虚和寂寞。

生命不能承受之轻散文篇十三

《生命中不能承受之轻》，初看书名就油然而生一种肃穆的感觉，不由得端正了身子，小心翼翼地捧起它来翻阅。

《生命中不能承受之轻》以医生托马斯、摄影爱好者特丽莎、画家萨宾娜、大学教师弗兰茨等人的生活为线索，通过他们之间的感情纠葛，散文化地展现了苏军入侵后，捷克各阶层人民的生活和情绪，富于哲理地探讨了人类天性中的“媚俗”本质，从而具备了从一个民族走向全人类的深广内涵。

作者米兰·昆德拉在这部小说中，围绕几个人物的不同经历，经他们对生命的选择将小说引入哲学层面，对诸如回归、媚俗、遗忘、时间偶然性与必然性等多个范畴进行了思考。这是一部哲理小说，与传统的小说不同，它不再通过故事情境本身吸引读者，而是用将读者引入哲理的思考之中，通过生活中具体的事件引起读者形而上的深层思考。

生命的存在与价值的问题是任何一个人也无法逃避的问题，生命只是一个过程而已。在米兰·昆德拉看来，人生是一种痛苦，这种痛苦来自于我们对生活目标的错误选择，对生命价值的错误判断，世人都在为自己的目的而孜孜追求，殊不知，目标本身就是一种空虚。生命因“追求”而变得庸俗，人类成了被“追求”所役使的奴隶，在“追求”的名义下，我们不论是放浪形骸，还是循规蹈矩，最终只是无休止地重复前人。因此，人类的历史最终将只剩下两个字——“媚俗”。

读它时心情很压抑，米兰昆德拉就像张爱玲，笔锋直指人类最原始的欲望，直接、犀利。可人们却不得不承认，这些欲望的真实和无德。我想米兰要说的是：无德为“轻”，“轻”让人们无法负载在生命的轨道上。

书里的一个情节特别让我感触良多：特雷莎的妈妈年轻时很漂亮，她有九个追求者。第一个最英俊，第二个最机智，第三个最富有，第四个最健康，第五个最高贵，第六个最会背诗，第七个曾周游世界，第八个会拉小提琴，第九个最有男子气概。特雷莎的妈妈最终嫁给了第九个，不是因为她爱他，而是因为她和他不小心有了特雷莎。

她不爱特雷莎，她觉得特蕾莎是她的拖油瓶，害得她被迫呆在第第九个男人的身边——她一直在想另外八个都比第九个好。她在想她还没有追求过别人，于是，她离开了最有男子气概的男人，追求一个没有男子气概，犯过几次罪，有过两次离婚的男人。后来，她嫁给了他，从此，她开始沦落，渐渐失去美貌，变成泼妇。

这段我印象最深刻。就像造物主不会让某一个人拥有一切旁人所羡慕的东西，作者把九种特质分配到九个人身上，特雷莎的妈妈只能从中选一个。然而她谁都想要，同时她不知道自己最需要的是什么。她的贪婪让她来到一个一无所有的人身边。她开始失去，失去美貌，失去生活品质，失去灵魂。

当特蕾莎把门锁上，要求自己最基本权利的时候，作为妈妈的她暴跳如雷，她才意识到一切在离她而去，她在用最后母亲的身份，几乎是要挟她女儿留下。可这些都是徒劳的，因为她从没有承担过生命中的责任，无论是对社会、对家庭、还是对亲人。她死掉也只是轻轻地一闭眼，不会有任何重量，她失掉了灵魂。

另一方面，我在考虑作者要传达的爱情观。然而，我不懂爱情。我以为，爱情是纯感性的东西，如果你用太多理性思维去思维它，那么爱情将不纯正。现在这种观点几乎完全被颠覆。爱情需要条件，需要理性的思考。人无完人，没有一个人能够拥有你所喜欢的一切特质。

你必须清楚自己最需要的是什么，找个可以满足自己需要的人，然后包容他的其他缺点，履行自己对对方的责任，这才是爱情。作者说“负担越重，我们的生命越贴近大地，它就越真实存在。”大概伴责任走过的爱情才是真实存在的爱情。写到这里，我才发现执着地追寻一个自己想象的人是多么愚蠢，爱情是在特别的时段遇到特别的人。

不知不觉写了这么多，但还有意犹未尽的感觉，《不能承受的生命之轻》很难读，每一句话都意味深长，读好它我可能得花上几年工夫，可它已经使我开始受益了。

生命不能承受之轻散文篇十四

米兰·昆德拉的《生命不能承受之轻》中描述了男主人公托马斯因为婚姻失败，既渴望女人又畏惧女人，因此发展出一套外遇守则来应付他众多的情妇。可当他爱上一个餐厅的女侍—特蕾莎时，他对她的爱违反了他制定的原则，甚至娶她为妻，但是托马斯灵肉分离的想法却丝毫没有改变，依然游移在情妇之间，这促使特蕾莎极度痛苦与不安，最后决定离开托马斯。分离后经历了磨难，命运与抉择让托马斯回去找特蕾莎，此后两人没有再分离。他们意识到在一起是快乐的，

是折磨与悲凉里的快乐，彼此是生命中甜美的负担。而托马斯的情妇之一，萨比娜则不但逃避家庭，逃避婚姻，逃避情人，也逃避祖国，逃避革命，是个典型的背叛者。

米兰·昆德拉在这部小说中，围绕着托马斯，特蕾莎等几个人物的不同经历，经他们对生命的选择将小说引入哲学层面，对诸如回归、媚俗、遗忘、时间偶然性与必然性等多个范畴进行了思考。

整本小说主要写“轻与重”，“灵与肉”，对托马斯来说，轻是“偶然一次不算数”，是“别样亦可”，而重则是“非如此不可”。在遇到特蕾莎之前的托马斯，会更偏重于选择“轻”，因此屡次外遇，在他的字典里没有背叛这个名词，但当他遇到心爱的女人时，托马斯在灵魂和肉体间划分着明显的界限，他内心确实是深深的爱着特蕾莎，但却不停的一次次的伤害她，而特蕾莎潜意识里认定灵魂离不开肉体，因而最终选择离开。到最后托马斯回去找到了特蕾莎，并选择了“重”，做到了“非如此不可”。

重，是有序，是必然，是非如此不可，它意味着责任，很少有人愿意主动承担责任。轻，是无序，是自由，是偶然，是别样亦可。对于何者为“轻”？何者为“重”？什么时候该选择“轻”？什么时候该选择“重”？“灵与肉”能否分开？这些问题，我们往往难以认清且正确地做出选择。

就我自己来说，我难以认同男主人公托马斯“灵与肉”分离，选“轻”弃“重”的做法，我认为这是不负责任的行为，爱一个人就应该一心一意，就应该尽力甚至牺牲自己去保护她，不让她受伤害。而至于萨比娜，因怕责任，选择逃避与背叛，这也使她难以快乐地生活。我觉得选择“重”，并在“沉重的负担”下生活，“灵与肉”相合，跟着心中的感觉走有时也是一种幸福，因为这才是自己心里真正想要的，诚实的面对自己的内心，勇敢地肩负起应负的责任，在艰难和压力下不断前进，人生才能过得更快乐，更有意义，更精彩。随着

心灵生活在“重”中，有时那种踏实与幸福也会使自己忘却沉重的负担下的艰辛，从而感觉到“重”中的“轻”，感觉一切负担都是“轻”的，没有负荷的。

在最沉重的负担下，我们要勇于承担负担，让灵魂与肉体结合，真实地面对自己的内心，不畏困难，不向命运低头。因为只有这样的非如此不可，我们才能不断前进，才能感受到“重”中有“轻”，“轻”中有“重”，才能做出正确的选择。

生命不能承受之轻散文篇十五

我读小说向来品位不高，只图好玩、痛快，不愿费脑筋。所以昆德拉的这部小说我反反复复拿起过多次，都只能翻到开头几页。然而在那个寂静的午夜，我独自坐在客厅再次捧起它时，居然像读《知音》和《故事会》一样毫无滞碍地读了下去。书中的内容吸引并打动了，因为我在书中看到了身边的人和事，也看到了自己，从我过去从未意识到的角度。

一部成功的文艺作品总会揭示现实与人性，而昆德拉的段位太高，不用什么惊天动地的现实描摹，不用什么千锤百炼的人物对白，看似随意挥舞两下，就已经挖得太深，掘出太多让人意想不到的东西，以至天资愚钝不学无术的我痛恨自己阅读的快感与沉静的思考不能兼得，其中的妙处没能细细品味，也不可能悟透。所以我不敢评价和分析，只能从几个容易下手的角度说说自己的感受。

与某些小说家不同，昆德拉不强调这是一个真实的故事，反而直白地告诉你，这是我虚构出来的人物。然而这些人物都有着自己独特的成长经历、性格特点和价值取向，更重要的是有着自己独特的困惑与障碍、选择与行动，能让读者产生极强的同理心。或许昆德拉对讲故事本就不感兴趣，他感兴趣的是如何将人物的经历、内心活动和梦境作为隐喻，来表达对现实和人性的思考。另外，就像鲁迅先生经常在小说和

散文中不经意地随口骂人一样，在主题之外，昆德拉也能随时写出大量类似“人是不能和比喻开玩笑的，一个比喻，就可以产生爱情”这种文青们最喜欢的金句。

他写了大背景，却写了小人物；他写的小人物，却用了大手笔。人物在困境下的反应、特殊时代背景下的政治、以及爱情和性，这些都是小说中常用的素材，用来歌颂、批判、反思或者讽刺某些特定的人或事，会让主题显得比较深刻。而跟昆德拉一比，这些就肤浅了。他写人物不会只写到某某真勇敢值得我们学习，某某真小气大家一起鄙视他的层面；他写政治不局限于揭露某个政府真无耻，某段历史真黑暗的层面；他写爱情和性，也不满足于只让你感动或者虐心。他有更深刻的、形而上的东西要表达。他写到“存在之轻”的沉重，写到“非如此不可”的决心，写到“灵与肉”的冲突，写到反对政治的“媚俗”以及无所不在的“媚俗”。这些都是大部分小说家未能触及的地方，而昆德拉写到了，还写得那么有道理，还写得那么巧妙，这就是他的厉害之处。

这部小说的叙事结构从整体看来是完整的，可在读的过程中视角不断变换，各个章节互相打断，甚至在中间就已经交待了男女主人公的死，后来两人的经历又重新成为叙事的主旋律。很多人评论这是昆德拉在小说写作中借用了音乐手法，他们称之为“复调小说”，而四位主要人物则对应着第一小提琴、第二小提琴、中提琴和大提琴四个乐器，小说像乐曲一样富有节奏和速度的变化，形成了回旋与变奏。

昆德拉曾引用“人类一思考，上帝就发笑”这句谚语，他认为“小说艺术就是上帝笑声的回响”，所有杰出的小说作品都是由此而来。无疑《生命中不能承受之轻》就是其中之一。

生命不能承受之轻散文篇十六

一看到《生命不能承受之轻》这个书名，人们自然会想到以前的读过的课文“人固有一死，或重于泰山，或轻于鸿毛”。

下面是生命不能承受之轻读后感，希望对各位有帮助。

我一开始就被这本书的名字所吸引——《生命不能承受之轻》。

《生命不能承受之轻》还谈到了爱情，人的心理，政治。我不是很明白，但是这本书，它会让你继续读下去，直到最后，然后你还会想再读一遍。有一段文字有一点印象，记得不清楚。所以从网上摘录，分享吧。

书中还有一段文字令我印象深刻，大家可以来品读一下。

这完全是一种无我的爱：特丽莎不想从卡列宁（他和托马斯的狗）那里获取什么，从未要求他给予爱的回报。她从未问过自己那种经常折磨人类情侣的问题：他爱我么？他是不是更爱别人？他比我爱他爱得多么？也许我妈所有的这些关于爱情的问题，这些度量，测定，试探，以及对爱情的挽救，都有一个附加的效果，就是把爱情削弱。也许我们不能爱的原因，就是我们急切的希望被人爱，就是说，我们总是要求从对象哪里得到什么东西（爱），以此代替了我们对他的无所限制和生命不能承受之轻读后感无所求取，除了他的陪伴。

一个问题就像一把刀，它穿过舞台，向我们展示它背后的东西。事实上，这正是萨宾娜对特蕾莎关于她自己的画作所做的解释：表面上毫无疑问是一个谎言，但内心却是一个神秘的真相。

如果有兴趣，各位都可以读读这本书，写下自己的理解。

生命不能承受之轻散文篇十七

一开始就被图书的书名给喜吸引了——《生命不能承受之轻》！

文中有一句话我很喜欢且印象很深刻，“特蕾莎是被人放在篮子里顺水漂流送他身边的”，到底是托马斯救了特蕾莎还是特蕾莎挽救了托马斯。

《轻》中还谈到了对爱情、人的心理、政治，脑子不够用。无法理解，看不懂。但是这个书呢，就会让你继续看下去，直到看完还要继续看一遍的魔力。还有一段文字有点印象，记得不清。所以从网上摘录了下来，分享一下。

这完全是一种无我的爱：特丽莎不想从卡列宁那里获取什么，从未要求他给予爱的回报

无所求取，除了他的陪伴。

一个问题就像一把刀，会划破舞台上的景幕，让我们看到藏在后面的东西。事实上，这就是萨宾娜向特丽莎解释的自己画作的准确意义：表面上是明白无误的谎言，底下却透出神秘莫测的真理。

生命不能承受之轻散文篇十八

终于又有时间读点书了，感觉真好，淡淡的日子，淡淡的过，似乎曾经也这样提到过！

《生命中不能承受之轻》度过了第一部分第16节，终于读到了轻重的启示！细加掂量的决断与命运之声联系在一起；重、必然和价值是三个有内在联系的概念：必然者为重，重者才有价值。对于我们所有人来说，人的伟大在于他扛起命运，就像用肩膀顶住天穹的巨神阿特拉斯一样。人只有一次生命，绝无可能用试验来证明假设，因此他就永远不可能知道自己情感所左右到底是对还是错。

我们都觉得，我们生命中的爱情若没有分量、无足轻重，那简直不可思议；我们总是想象我们的爱情是它应该存在的那

种，没有了爱情，我们生命将不再是我们应有的生命。我们都坚信，满腹忧郁、留着吓人的长发的贝多芬本人，是在为我们伟大的爱情演奏“esmussein”

“如此必然的决定依赖的却是这样偶然的爱情。”

我的生命里多了太多的偶然，然而却没有一次让这些偶然成为必然，或许生活已经告诉了我必然的答案，只是我不知道，我无法接受，我不想承认这必然的结果！

如果和你的相遇一切从必然开始，那么过程中能否出现偶然的惊喜吗？

生命不能承受之轻散文篇十九

开篇昆德拉就引述尼采观点，和我们谈“永恒轮回”。

每一个个体的生命可能会经历相似的事情，但你绝不会过着反复的生活，尽管生活大方向一成不变，但每一次从睡梦中醒来，你过得每一天都是变化的。

当你将个体聚拢，回看群体的历史，便能发现“史书上谈及的是一桩桩不会重现的往事”，纵使这桩往事牵涉到上万人，伤害了上百万个家庭，当它成为了历史，便很难激起你强烈的情绪共鸣，而是“化成了文字、理论和研讨”，如果你不翻看那些记录的书籍，这段过往，便将随风而逝，轻如鸿毛。

特蕾莎和托马斯的爱恋，就是“六个偶然”的结果。科主任的偶然犯病，引着托马斯来到了这家外省医院，旅馆五选一的偶然下榻，旅馆酒吧的偶然进入，特蕾莎的偶然当班，服务对象是托马斯的偶然，引着两人相遇。也正因为六个偶然导致的绝对，也使得托马斯的灵魂彻底沦陷。

在爱的王国里，爱情因为“偶然”变得没有分量，无足轻重，

两个人的“非你不可”在“偶然”的诠释下，就变成了“如果没有遇到你，我肯定会爱上他”的“别人亦可”。

我觉得这正是昆德拉文字的魅力，他用两个人的命中注定，为我们消解了爱情的独树一帜。既然相爱不是“非你不可”，那么分手也不必“痛不欲生”。