

冥想的心得 读书心得体会(实用5篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

冥想的心得篇一

小时候，小时候，我听人们说：“书中自有黄金屋”。虽然那时不懂这句话的深奥之处，但自从我阅读了许多书籍之后，慢慢懂得了它的含义。

我至今还记得爷爷去世前对我说的话，爷爷期望我好好读书，将来做一个对社会有用的人。人们说：老人去世前会留给后辈房子、金钱等财富。”然而我却认为“书”就是爷爷留给我的一笔永远也用不完财富。

我从读小人书、童话书至中国四大名著再到外国书籍，不断吸取知识。我每看一本书就像在知识的海洋中遨游，那一本本资料丰富的书就像一朵朵翻腾的浪花，轻轻地抚摸我的大脑。当我从知识的海洋中沐浴出来时，感觉充实多了。

书，是无声的教师，给予人们知识。在它的怀抱中，我就像小鸟一样，在无边无际的天空中飞翔，多么潇洒，多么自在。那时我就觉得上帝真好，给了我们书，让我们去自由创造。每当我读完一本书，都会感觉自我的知识是多么的贫乏，从而鞭策自我努力读书。同学们如果你觉得自我的知识太少了，不妨去读书，在知识的海洋里游泳，这样你的脑细胞生长得更快，会变得更加聪明。

又是一个充满诗意的清晨，我又沉浸在知识的海洋里，我感激地从心房里发出这样一个声音：“读书真好”！

虽然那时不懂这句话的深奥之处，但自从我阅读了许多书籍之后，慢慢懂得了它的含义。

我至今还记得爷爷去世前对我说的话，爷爷期望我好好读书，将来做一个对社会有用的人。人们说：“老人去世前会留给后辈房子、金钱等财富。”然而我却认为“书”就是爷爷留给我的一笔永远也用不完财富。

我从读小人书、童话书至中国四大名著再到外国书籍，不断吸取知识。我每看一本书就像在知识的海洋中遨游，那一本本资料丰富的书就像一朵朵翻腾的浪花，轻轻地抚摸我的大脑。当我从知识的海洋中沐浴出来时，感觉充实多了。

书，是无声的教师，给予人们知识。在它的怀抱中，我就像小鸟一样，在无边无际的天空中飞翔，多么潇洒，多么自在。那时我就觉得上帝真好，给了我们书，让我们去自由创造。每当我读完一本书，都会感觉自我的知识是多么的贫乏，从而鞭策自我努力读书。同学们如果你觉得自我的知识太少了，不妨去读书，在知识的海洋里游泳，这样你的脑细胞生长得更快，会变得更加聪明。

又是一个充满诗意的清晨，我又沉浸在知识的海洋里，我感激地从心房里发出这样一个声音：“读书真好”！

冥想的心得篇二

翻开书，首篇导读便吸引了我。

讲到冰心是如何创作诗集，从小到长大，充分体现了冰心在写作方面的天赋。

她的诗主要以母爱，童真，自然著称。其中母爱的比重较大，的确，世上只有妈妈好，母爱的爱是最伟大，母亲的爱是最纯洁的。但，她那深深的母爱，思母心切是我们所不能企及

的。母爱是那么圣洁，它是世界上任何一种爱，所不能企及的。冰心是母爱的代名词，通过冰心我读懂了母爱。

从《繁星》中“童年呵，是梦中的真，是真中的梦，是回忆时含泪的微笑。”可想而知，冰心的童年充满着梦，充满着童稚的幻想。“小弟弟呵，……灵魂深处的孩子呵。”更诠释冰心与兄弟姐妹之间那不可言喻的深情厚谊。这些是冰心充满童稚的渴望与幸福。

她后来出洋留学，一去便是多年，她便通过笔来叙述自己的思念，迫切希望能够早点回家，她幻想着与母亲见面，幻想着回家，她很快乐。但是一旦没了幻想，那么她就会变得更加的失落与失望。

背井离乡，又离开了至爱的母亲，怎会没有思乡之情呢？“故乡的波浪呵！你那飞溅的浪花，从前是怎么一滴滴的敲我的盘石，现在也怎么一滴滴的敲我的心弦。”那波浪不断的拍打岸，我无动于衷，我不曾离开过家乡。

冰心的短诗，给了我万千的感慨。她的诗不含丝毫的虚伪，全是出自内心的真实感受，能够感人至深，也可见冰心的童年幻想中度过过的，她的幻想是那么美，那么引人入胜，那么富有童趣。

冥想的心得篇三

以教育为主题的美丽、可爱又动人的故事，应该很多，发生在你我大家的身上，大家都在从事教育工作，而且是最基层的教育工作人员，所接触到、感受到的故事应该最多，也最深刻，只是大家都没有把他记录下来而已，如果有机会加以整理，如同本书一样，一定叫好又叫座的一本好书。

我们不要过分执着一个观念、一种行为模式、一种习惯，而要常求突破，要从不同角度，正、反方面整体思考来解决问

題。我们应该养成反省思考的习惯，对任何事都要下困思勉型的功夫，才不至于被外界所困惑。

看过的书颇多，很少再回味一遍，重新再来；写过的报告、资料也不少，也很少再重新翻开研读，事实上偶而重新品味一番，个中滋味又当从何说起？只能意会不能言传。我们经常不知不觉当中只顾往前冲，忽略了反省与自觉的功夫，也常常在不知不觉当中，忽略了别人的感受。

时代的产物中，造就了很多的读书人很会读书，很多学生光会读书，不会读人；只会做事、不会做人，个人过度重视iq□忽视eq;;是学术界的巨人，却是生活中的侏儒；可以和电脑、机器、实验室对话，却无法与人沟通。

从事教育工作，针对教育问题而言，通常也是值得思考的问题，到底哪些是“要”或者是“不要”？读了浏阳教育局发给我们的四本书，我认为这个问题值得探讨和研究。

(一)教师要教育不要训斥：教育是引导而不是灌输，视学生为「有」而不是「无」。训斥则不容许学生说「不」，教育则潜移默化。

(二)了解学生、认识学生、适时的赞美和接纳、鼓励与协助，培养学生挫折和容忍的价值判断能力等等，让学生快乐成长、茁壮，更会利用各种机会和家长取得联系，适时的提供教养子女的咨询与方法，共同为学生的`未来而努力。

(三)教师要理解人性：要了解学生的感受，学生的反应、学生的心声也该仔细的聆听看看。

(四)教师要多怜爱和鼓励

(一)教师不要认为这行业是铁饭碗！打不破，要珍惜羽毛。

(二)教师不要训斥与灌输，不强迫学生学习。

(三)教师不要妄想“教育万能”，不是万能丹也不是特效药，有其极限。

(四)教师不要过分执着“立竿见影”，潜移默化的过程导向，注重人格的培养，身心健康的引导。

(五)教师不要悲观，要乐观以对，充满希望与理想。

(一)多关心我们的学生，有爱的教育，才有美好的回忆。

(二)坚守岗位，默默耕耘、尽一己之力。

(三)学习型组织的体会：1、系统思考2、自我增进3、改善心智模式4、团队学习。

(四)知识经济的时代，教师要上进好学、多求取新经验，落实教学工作。

(五)教师专业成长*进德修养，教师专业自主工作理念的实践，必须落实在教育工作上，表现在各科教学工作上、表现在日常生活教育当中，以收到身教言教的效果。

以上就是我对这些书的一点体会

冥想的心得篇四

《平凡的世界》，全景式地描写了中国现代城乡生活，通过复杂的矛盾情感纠葛，作者围绕着主人公孙少安与孙少平兄弟俩在这个平凡的世界中不断超越自身的局限，最终获得生活上的成功，谱写了一曲充满活力又沉重的生命之歌，向人们揭示了人生的自强与自尊、奋斗与拼搏、挫折与追求、痛苦与欢乐，并以一幕幕催人泪下的苦难所展现出的人物的顽

强坚韧的信念告诉人们：苦难与挫折只是一个外壳，真正广阔的生活意义在于我们对生活理想所保持的生生不息的虔诚与热情中所体现的坚强的信念——“相信自己能飞！”。

1、孙少平与田晓霞的爱情

他们那样的相爱，又爱的那样真诚，可命运又是这般爱捉弄人，田晓霞的离去，独留孙少安在这个世界上悲伤缅怀。

黄土高原初夏的傍晚，暖暖地春风如醇酒般令人沉醉。孙少平，田晓霞，这对黄土高原的儿女，如他们的母亲一般朴实。不仅他们的个人本性朴实，他们也爱的朴实，他们不求回报地对方付出着，无关金钱与名利。

这不禁让人感叹！在那样一个门当户对的年代里，在那样一个贫穷的年代里，开始这样一段爱情是需要莫大的智慧与勇气的。

但无疑，孙少平与田晓霞都是极具勇气与智慧的人，虽说田晓霞是省委副书记的女儿，而孙少平是个家民的儿子，他们的身份地位相差十万八千里，但他们在精神上是平等且相通的，他们拥有一样的胸怀，拥有一样的生活哲学。晓霞钦佩孙少平，因为他对生活有着非同一般的体会与感悟，他从来没有瞧不起过自己，他只是选择了一条比常人要艰难的道路去实现自己的理想。他崇尚劳动，他站在了更高的角度去理解劳动。这些都正是晓霞所需要的，她本身就不是个平庸的人，她当然不会去找一个平庸的男朋友。他们的真情，他们的结合源乃是源自共同的价值观，以及心灵的相通。正是这样，他们的爱不是盲目的，所以，他们的爱是稳固的，是长久的。只可惜这个青年没有得到命运的垂青，上帝的眷顾，还没有和亲爱的人过上几天幸福的日子，亲爱的人就永远地离去了。

美丽的花儿凋谢了也还是美丽，从此以后，她的美丽永远地

盛开在了少平的心里。夜幕里，黄原城依旧如往昔般亮起了点点的灯火，像极了天上的繁星。他并没有因为这两个小人物的悲伤而停止喧闹。

这个世界就是这样，好像每天都这样不停地运转着，没有什么多大的改变。但，变了，活在这个世界里的小人物们每日都在起着巨大的变化。

2、孙少安与田润叶的爱情

十三岁那年，少安参加了升初中的统考，以全县第三名的好成绩被录取了，然而，随着录取通知书的到来，也宣告了他学业生涯的终结，为了家庭，为了弟弟妹妹他做出了人生的第一次选择。那年他第一次看到了刚强的父亲流泪，那年他告别了最好的童年朋友——润叶。当润叶坐着汽车离开村子的时候，他一个人偷偷地躲在公路上，望着远去的汽车，童年多少美好的回忆，化作两行热泪在脸上肆意的流淌，从那天起，他们开始走向不同的方向。

转眼间润叶已经二十二岁了，这在当时是一个多么不可思议的年龄，可怜的人儿为了自己的最爱付出了多少勇气，等来的还是无言的结局。当少安接到润叶露骨表白的纸条时，他被一道耀眼的光芒照晕了，一股暖流充满了炽热的胸膛，然而现实的生活又让他很快清醒了：这是不可能的！“一个满身臭汗的泥腿把子怎能和一个公家的女教师在一起生活呢？”是啊，残酷的现实无情的拉开了他们之间的距离，有些故事一开始就注定它是悲剧结局。对于一个普通人来说，只好听命于生活的裁决。这不是宿命，而是无法超越的'客观条件。在这个世界上，不是所有合理的和美好的都能按照自己的愿望存在或者实现。

二十三岁的孙少安，站在高高的山顶上，望着润叶所在的县城方向，带着太多的不舍，两手紧抓着自己的胸口。他面对黄昏中连绵不断的群山，热泪在脸颊上刷刷地流淌，原谅我

吧，润叶！我将要远足他乡，去寻找一个陌生的姑娘。别了，我亲爱的人……少安和山西来的大眼睛姑娘结婚了！这个消息把润叶送向了崩溃的边沿，爱情的火焰早已烧红了那片感情的自留地，想要冷却是何等的不易。经过多少个日夜感情的挣扎，润叶依然不能接受李向前的爱情，看着向前痛苦的表情，她何曾不心痛，一个不幸的人儿，你为何爱上了一个不该爱的人！

在《平凡的世界》史诗般壮阔的长卷中，爱情，这一美丽的词儿，充满了瑰丽的芬芳。路遥曾经感叹：“雪夜之中，依偎在街角的恋人是最幸福的，也是最让我羡慕的！”读路遥的小说，便能看见这样的爱情。

最近宫校长为我们老师推荐了李志敏博士的励志书籍，我非常喜欢读这类的书籍。非常有幸我读到了《做最好的自己》这本书，读完整本书后，感觉自己收获了很多，自己的心灵也重新得到了洗礼。宫校长，谢谢您，谢谢您让我感悟到怎么样才能做最好的自己，让我在工作中始终以积极的心态去面对所有的问题，让我踏踏实实，不断超越自己。

高尔基曾说过：“书是人类的进步阶梯。”书是我们的好朋友，通过它可以“看”到广阔的世界，“看”到银河里的星星，“看”到中华瑰丽的五千年，“看”到风土人情和世间万象……对我们扩大视野、增长见识、丰富积累、提高素质，有着十分积极的意义。

我国伟大诗人杜甫说过：“读书破万卷，下笔如有神”。

首先吸引我的是书名，当书到手时我怀着好奇的心情去读这本书。读完后不禁觉得神清气爽，以前也曾读过一些书，读后似乎感觉都是一些空话，仅仅留给我一些无谓的说教，没什么实质性的帮助。看了这本书后，感觉与众不同，如何才能做最好的自己？这需要我们每个人进行思考。是的，更多的时候，大家都在审评对方，研究对手，却很少有时间静下心来

来了解自己。李博士用平实的语言为我打开了一扇了解自己、重新审视自己的心门。他告诉人们：做人不是只有自省才能更完美，但是不时的自省却能让自己更加的清醒；做人不是简单的树立理想就可以轻松实现，但是没有理想的人却一定无所适从；做人一定要有广阔的胸怀，真正做到严于律己，宽以待人才有容天下之大量的非凡气度；做人要有勇气，真正敢于追逐自己梦想的人才能让更多的机会停留在自己身边……他不仅提出了浅显易懂的“成功同心圆”说，而且运用了发生在他身边的大量故事来阐述成功的秘诀。这些故事很值得我学习和品味，从中吸取经验和教训，指导我走向成功之路。

其次，每个人对成功的理解不同。相信许多人和我一样，或许经常有这样的感觉：不知道什么才是真正的成功，怎样才能得到成功，搞不清真正的人生价值是什么，如何实现。现在看了李老师的“成功”学后，体会到：人和人之间千差万别，每个人都有自己的选择，不能用同一个模式去衡量所有人的成功，无论是所处地位与名望的高与低，拥有财富的多与少，只有发挥了自己的兴趣和特长，又对社会和他人有益，同时还体验到了无穷的快乐，这就是成功，做到了最好的自己就是成功。

世界本来就是一个矛盾的集合体，每个人在生活中，都会遇到各种各样的抉择，但不需要为压力过重而苦恼，更不需要为了失败而哭泣，也不要让事情来主宰我们，而是要用积极的态度来主导、推动事情往更好的方向进展。

最后李博士认为：成功就是不断超越自己，就是“做最好的自己”。

对此我的理解就是每个人都有成功的机会，形式不同，成功的意义也不同，不要去在乎世俗的模式，只要自己努力去实现理想，并且每天都在向理想靠近，就是成功。成功的标准并不是单一的，社会给每个人提供了不同的舞台，只要在自己的舞台上将自己的价值发挥到极限，无论是令人瞩目还是

平凡普通，都是成功。当然，在现实社会中或许我们每个人都有自己无法实现的梦想，我们的理想和现实永远存在着差距。而许多事情是我们无法改变的，我们所能做到的就是改变心态，调节情绪，改变思考方式，不断超越自己，努力让自己的生命充分燃烧，做最好的自己。

多么简单多么朴素的道理，为什么我当初就没想到呢，想想我们在工作学习中难免会与人产生摩擦，如果我们只盯着别人的错误，那么只能让矛盾越来越激化，但是我们如果想别人的优点，就会使我们很快的冰释前嫌，问什么同样的问题发生在学生与老师的身上就这么不可调和呢？其实还是缘于“爱”，如果我们给学生多点，再多点的爱，对于他们的错误我们都用理解之心，包容之心，责任之心看待，而不去苛求他们像成年人那么懂事，师生关系会不会更和谐一点呢？在众多的压力与竞争下，要保持积极的心态，不论遇上什么困难都不要气馁，积极心态战胜一切困难，一样可以做到优秀。

事实证明，我们每个人都可以做一个最好的自己，都可以做到优秀。我们更不必为自己赶不上别人而太过自责，也不必因为境遇不好而太过感伤，怨天忧人。我们所需要的，是追随自己心灵的选择，不求其他，但求做最好的自己。我们就会变成一个更美好、更大度、更成功的人！

作为教师，从书本中获取知识就显得尤其重要。人类创造的知识财富，如同浩瀚的海洋，博大精深。作为我们教师需要加强各方面的修养来提升自己。所以我们理应多读书，用书来净化心灵，用书中的知识充实自己。教师，作为一种职业，承担着传播人类思想文化的重任，在人类社会发展中起着桥梁和纽带作用。随着新课程改革的实施，教师“一言堂”已全盘否定，学生是学习的主体，教师是学生学习过程中的引导者，教师要成为研究者、专家和名师。

读书让我更深刻得体会了教育的民主，在学生眼里，教师能

够与他们平起平坐，他们的心理也就获得了一种平衡，这样的教师最能受到学生的敬重。学生乐意与我走近，常把心里话告诉我，向我诉说烦恼，向我倾诉困难，我因此常和学生交流，这不能不说是一笔最宝贵的财富。

当今社会，科学技术突飞猛进，知识应用期日趋缩短，知识创新日趋鲜明，这就要求教师要不断吸取新信息、新知识、新理念，不断充实自己，始终站在知识的前沿；要不断完善知识结构，做到博学多才，与时俱进，学生才会“亲其师而信其道”；对所教学科，要知其然，更要知其所以然，才能抓住要领，举一反三，触类旁通，运用自如，才激发学生的学习兴趣。学习文化知识，提升综合素质。作为教师，不仅要学习专业知识，精通本专业知识，还要学习与本学科相关的人文知识，如社会、心理、信息技术等，力求知识全面。只有自己的专业知识、业务水平提高了，对教育教学工作才更加热心，态度才更加积极向上。

一、时刻警醒自我

对于教师来说，爱是不可须臾成缺的，只有以挚爱奠基，教师才会倾尽精力，激活智慧，把自己的全部热情，甚至生命献给他所热爱的事业和学生。有效教师们都有一颗不泯的童心，他们总是保持着真诚、热情、乐观和积极，他们十分乐意与学生一起活动，一起游戏，一同欢笑，一同烦恼，钱梦龙老师说：教师只有始怀着一颗“赤子之心”，才能以自己的心去发现学生的心。“多改变自己，少埋怨环境”是魏书生老师总结的涵养性情的一条法则。这给予我的启示便是教师要以平稳的情绪和愉快的心境投入工作，善于营造亲切、和谐的愉快的教育气氛，使学生进入最佳的学习状态，激发他们生动、活泼、主动的学习与发展。在今后的工作中，以名师们为榜样，努力成为学生的良师益友。

二、在合作交流中，不断提高自我

新课程标准非常明确地把“合作交流”作为营造新课堂氛围和培养不宪政的重要目标。作为教师更重要懂得合作交流的重要意义。开敞胸襟，乐于交流勾通，不孤芳自赏、不自我封闭。与学生亲密交往、平等对话、真诚交流，同事之间、上下级之间埋诚相对，相互扶持。教师的成长离不开身边的长者、名师的指名和帮助，团结的力量大，集体的智慧永远大于个体。

豁然大度，宽以待人，不斤斤计较，不“同行相轻”也同样是一名有效教师应具备的条件。不断的自我反思，不断提升，在合作交流中不断提高自我。

三、立足本职，做好工作

爱岗敬业，加强师德修养。由于教师的职业，是育人、塑造心灵的事业，因此教师的世界观、人生观和价值观，甚至一言一行，都会对学生产生潜移默化的深远的影响。因此，教师要时刻注意自身道德情操的修养，通过言传身教，在传授知识的同时渗透为人的道理，帮助学生塑造健康人格，为他们今后美满人生铸造坚实的基石。

用心育人，建立平等关系。教师的工作对象是人，人是有情感的，需要教师的关爱和关心。教师要在生活上、思想上和情感上要给予关怀。因此，教师要学会缩短与学生的情感距离，要善于发现学生的心理变化，要设身处地为学生着想，体谅他们成长过程中的难处与烦恼；要建立起新型的平等的师生关系，才能拉近与学生的心灵距离，沟通情感，真正做到教书育人。

既然选择了“教师”这一职业，就要无怨无悔！对教学过程负责。为了使自己的教学水平不断提高，要坚持经常学习时事政治、专业理论等；要多听课，虚心请教，学习别人的长处，领悟教学艺术；每上一节课，都要根据教材的特点及学生的实际情况设计教案，做好充分的准备，认真完成每一个教学环节。对

学生未来负责。教育是一个长期的又是环环相扣的过程，一个环节出现缺陷就会影响其它环节，从而影响学生的正常成长。因此，教师要立足当今，放眼未来，以苦为乐，甘于寂寞，充当人梯，为家长负责，为学生负责，为社会负责，为我们伟大祖国的千秋大业负责。对学困生负责。帮助学困生是教学工作的重任，因为一个班级里面总存在学困生。对于学困生，教师在教学上、情感上应给予特殊的关怀，如课堂上多提问、多巡视、多辅导，对他们取得的点滴成绩及时给予肯定和表扬，让他们树立信心，激发学习兴趣。

教师要勇于摒弃旧事物、接受新事物，要敏锐地了解新思想，认真地研究新理论，主动地、迫切地学习新知识，开拓进取，更新观念，始终站在时代的潮头，才能“百尺竿头，更进一步”！

冥想的心得篇五

无聊的暑假里，我花了整整一个月的时间，终于把这本厚厚的《爱的教育》读完了。读完后给我的第一感触，那就是——爱。这本书是以一个小男孩——安利柯的日记，来透视日常生活中的学校和家庭关系，老师和学生的关系以及父母，兄弟姐妹间的天伦之爱。

当你独自一人处理某件事情时，很孤独时，你会发现你的身边也有爱。只是不在某个情况下，你没有那副善于观察与发现的眼睛，一般时，你的眼睛对于身边的爱是处于忽略不计的。

这时候你就会少观察到很多你平时观察不到的爱，让我们努力发现爱，用书籍来开阔我们的“视力”。