

挪威的森林读书心得体会 挪威的森林读书心得(实用10篇)

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

挪威的森林读书心得体会篇一

这次读书，在自己的读书群里邀了三人一起读，当我读到很想分享讨论的地方，才知道他们两个没有读，有时间读书真是一种幸福。

主人公喜欢徒步旅行、游泳、看书，喜欢一个人做事，这点很像自己。原来主人公喜欢读书，也是因为农活累人和自己比较懒的关系。小时候我给爸爸说，我不爱干活，爸爸说没有一个人爱干活。

绿子一直说主人公说话意思，有一次还说像亨弗莱·鲍嘉说话，自己周围要是有一个说话有意思的人，那该多好！每个人的话都是汉字组成的，只是每个人的组合方式不一样，效果也不一样，这个组合方式怕是与每个人的思维方式有关，那就其实是喜欢一个思维奇特的人，而不是千篇一律的人。书里角色的思维方式能学习么？曾经看过一篇关于读书作用的文章，讲得就是书里人物的思维方式会潜移默化的传给你。

书里直子住的疗养所里精神不正常的人，我倒觉得是正常的人，而疗养所外面的人才是不正常的！从某种意义上说，每个人都是某一种精神病患者，只是我们不肯承认罢了。疗养所里的生活就像一个部落一样，每个人没有坏心眼，都很真诚！真诚有生存的土壤。主人公很真诚，我在想在我们的环境中

他能否存在?我觉得他会被扭曲的只剩下尸体!现在把老实和笨划等号,说你老实其实是委婉说你笨,所以大家都不希望别人说自己老实,努力学的聪明,聪明后真诚越来越少了。

1969年日本繁华而冷漠的都市,仿佛我们身边的城市现在在演绎,高度发达的物质文明把生活塑造得越来越完美,却把心雕刻得越来越粗鄙,把社会变得越来越繁华,而心却在这种繁华中渐渐落寞。直子在那样的环境中无法生存,只有绿子这种亦正亦邪的才能存在。直子就是一种理想,读着的时候给人希望,指引生活的方向;绿子才是生活榜样,值得每个人学习。

我看见了自已。与渡边相似,我对生活也没有十分的热情,提倡顺其自然,不擅长处理人际关系,导致朋友寥寥无几。但就是这样的自己,也平稳地走过了三十年,并且将继续淡然地生活下去。读完《挪威的森林》,带给我的并不只有故事完结的悲戚惆怅,同样还有对未来无限的希望。

第一次读这本书的时候,觉得它是阴冷的。本月的死,直子的姐姐的死,初美的死,这样的密集自杀,却没有让人觉得一丝一毫的不自然。死亡带来对生更加深入的探知,同时也让生命断裂开一个出口,督促着幸存着的人们去探寻。

然而对人生自始至终没有把我的感觉,对诸多人事的无能为力,以及深深地孤独,却是一直深深存在于渡边和我们各自的内心,慢慢的,我却也渐渐能够明白其间一些温情。很大一部分,是来自哪个叫绿子的女孩子。这个直率的女孩子,深知世间的诸多规律和困苦,却始终像个孩子一样任性。她有俏皮的短发,穿着短裙走在渡边身边,会往下拉一拉裙摆。有时候想象她说话的声音,应该是清脆甜美的。

这样的女孩子始终是叫人喜欢的。在书中的诸多出场的人物中,唯有绿子的人生是坚忍和完整的,其他人,不论是冷漠的永泽、高贵天真的初美、挣扎的直子、还是落魄飘离的玲

子，甚至是哪个被当做笑料来讲述的敢死队，都只会让我想起来被撕裂的布匹，他们的生命是残缺的。

我不知道要通过怎么样的语言将那些感觉诉说出来。就如文章最开初，渡边最开始回想起直子时，所讲到的那口井。那口井就在草地不知道何处，我们小心翼翼的行走，但总免不了有一个不小心，掉落其中，从此暗无天日，独自挣扎。然而绿子她没心没肺，一份假装盲目的天真。这个女孩子，是真正经历过生活琐碎的困难的，从小得不到许多的疼爱，学校生活也并不如意，末了还要面对双亲逐个病逝。然而即便如此，她的内心却有着不可多得的笃定，对生本身有一股不顾一切的热切感情。想法单纯到只想要一个疼爱自己的男人，两个人在下雨天躲在被窝里天南地北的聊天。

不记得是在哪处的段落里，渡边说，只有见到绿子，才终于觉得自己回到了现实世界里面，绿子是他和外面世界的一处关联，否则他大概也只能像直子那般，在没有光亮的井底拼命抗衡，最终却只能选择死亡。而我是直到后来成长一点，才渐渐学会欣赏像直子这样的女孩。干净温婉，黑色直发垂散直下，有美好温润的身体和脸庞，看起来是弱不禁风的模样，叫人怜惜。她说话的声音应该是更加轻的，没有绿子那般有重量，但自有她的平缓坚定。

她倾注在自己的世界里，年少时候没有留下只言片语便自杀的恋人和亲生姐姐，她掉落在自己生命深处的那口井里面，浑身破损，即使用尽许多力气，拼凑在一起，却终究是费力和徒劳。

很多叙述都是寻常的，轻描淡写，从不过分执着于情绪，却像细细的针，没有声音的刺入内心。这或许就是村上最为打动我的地方。

从文字的最开始，他在飞机上，看见周遭陌生的人群，突然回想起来年少时候的恋人，那种感受，或许是需要一定的年

岁来理解的。他说他渐渐难以想起直子的脸庞的时候，言语之间并没有太多着墨，却叫人内心跟随着他斗转星移。自己的身躯已经老去，记忆也早已经在时光和日常生活的琐碎时间里被磨损和拼接，而故人也不再。即便当初再过深切的爱恋，也终究是枉然。

还有阿美寮里面，同玲子在仓库里面吃葡萄，听她说起往事，期间有一些细节，也是真实的，而我曾经在某一段时间里，时常翻出小说的第八章的开初，渡边的手被玻璃划破。一些微小的地方，看起来似乎没有逻辑可循，然而读起来，却是叫人觉得自然而然，事情本该是这般发生。可能自己还太年轻，还不能完全明白和理解作者的一些东西，但是还是无法掩饰我对这本书的喜爱。

世界变大了，心却变小了，高度发达的物质文明把生活塑造得越来越完美，却把心雕刻得越来越粗鄙，把社会变得越来越繁华，而心却在这种繁华中渐渐落寞。

《挪威的森林》中展现的就是一群人在冷酷的现实社会面前的困惑与苦恼，他们孤独，寂寞，却无法排遣，于是便开始把玩孤独，把玩寂寞，把玩无奈……《挪威的森林》是日本作家村上春树的佳作之一，他给我们展现的就是一个孤独，腐化，堕落的世界。作家借此来表达现代人在机械化、科技化的现实社会中生存的悲哀与生存的困惑。

“我真的太寂寞了，非常非常的寂寞……”阿绿总是像一头黑夜被遗弃在荒漠中的狼向世界发出最沉痛的哀鸣。他们都很寂寞，所以需要被在乎的感觉，而这种在乎不一定是喜欢和爱，在乎只是寂寞中的人急切需要、时刻需要的镇痛剂，而已。在他们的世界里，爱情不再是爱情，爱情是被亵渎被蹂躏的对象，他们只是打着爱情的幌子获取肉欲上的满足与快感来融化寂寞，腐蚀孤独。他们只靠啃食那点可怜的低级的肉体的快感在世上苟延残喘。

像永泽与初美，初美从来不管他多么滥情，她只需要他在她身边，陪伴她，哪怕他是一具行尸走肉的躯壳，而她相信这只是暂时的，一切都会好起来的，因为事情到最后只能变好！所以她在脑海中独自编织美妙的梦想，梦总是美的，而悲哀的是一个人在把梦编织好之后要被现实压迫得不得不万念俱灰地亲手撕碎自己的梦，然后恶狠狠地告诉自己这永远只能是梦。明知道在扭曲变形的世界里，爱情只是一个人寂寞时的玩物，而她却要冒险。很长时间之后，当初美发现她与永泽之间的爱情除了肉体上的占有外，其他的全是一片令人绝望的惨白时，她呆滞的眼神向永泽发出绝望的质问：难道有了我，你还不能满足？他冷冷地说：“并非不能满足，在我的心里面有某种东西渴求那样做。但我只能活在那种饥渴感之中。这就是我，有什么法子？”他无法把爱情当爱情，他只有把玩孤独把玩无奈，他才能活。

直子，是因为适应不了这种扭曲的社会，所以她到疗养院来，把自己扔进和她一样需要宁静与安然的人群里，而疗养院的主治医生告诉她们：“你们之所以不能在外界生活，是因为你适应不了那种扭曲，既然不能改变，你们就应该让自己有一个适度的心理空间去接受那种扭曲……。”直子，她在努力啊，她想活着，简单地活着。可事与愿违，她适应不了那种扭曲，所以她越是强迫越是更糟，后来出现严重的幻听。她没有片刻的安宁，她崩溃了。在一个寂寞的深夜，她走向了茫茫的森林，用一根寂寞的布带让自己告别了世界，一个人孤苦地咀嚼着死亡……是的，对她来说，死亡才是最轻易的割舍。

《挪威的森林》的旋律开始在浩渺的黑夜中哀鸣，久久没有散去。而当渡边君知道直子死了之后，他深知，他与直子彻底地永别了。茫然苦楚之时，他想起了阿绿，他拨通了阿绿的电话，阿绿在电话的另一端沉默了好久，可最后还是低沉却平静的声音：现在你在哪里？“我现在在哪里？”渡边君自问道，如今他在什么地方？他猜不着，到底这里在哪里？映入他眼帘的只是不知何处去的人蔓，神色匆匆地从他身边走过

去，而他只能站在那个不知名的地方，不停地呼唤阿绿的名字……也许他已经不需要知道自己在哪里了，只知道或许从阿绿那里可以获得某种让他排遣寂寞、无奈的镇痛剂，继续活下去。

我翻开书，看见自己色彩斑驳的青春。

谁没有过迷惘的青春？怀疑朋友的友情，无视父母的亲情，对存在的意义和世界的真相提出质疑。混混噩噩不知前路在何处，只得相信自己，一个人蜷缩得更紧。

人活于世，无非迷惘于未来，纠缠于情感，徘徊于成败，超脱于生死，这些都是一个阶段一个阶段来的。而在现在这个社会，十九岁这个年纪，我们已接触到了全部，并深深陷入其中。

我苦于这些事情无人诉说，形单影只地走在成长的道路上，邂逅了《挪威的森林》。

从书中我看见了自已，也看见了跨越时间的真理。

初读时，我看见了一种在世人眼中称之为颓废的生活和思想。主角渡边无所谓明天如何，对大多数人漠不关心，按照自己的步调行走人生，平时去大学上课，周末呆在宿舍洗衣服和晾衣服，到了晚上去打工，如此反复。这种人生无所谓好不好，谁都没有资格对别人的人生指指点点。只是我想，在一味追求成功与荣耀的现在，能不受周围环境与世俗理念影响，保持着自己的个性与信念，实在难能可贵。这点给我感触颇深。

我还看见了凄苦的爱恨纠缠。渡边的情感被往事和现实所缠绕不得解脱。代表过去的直子，渡边对她的情感是十分复杂的，不仅有少时便存在的憧憬，还有因自觉认为被友人所托付而产生的责任感等等，真正称为爱的部分占的比例并不高。

在直子住院后，渡边遇见了代表现实的绿子，与直子不同，绿子身上有蓬勃的生命力并对生活洋溢着热情，是个人见人爱的角色。渡边同样深深地为她着迷并且感到为难，无法从示爱的两人中选择，体现了他优柔寡断的一面。

再读时，我看见了自己。与渡边相似，我对生活也没有十分的热情，提倡顺其自然，不擅长处理人际关系，导致朋友寥寥无几。但就是这样的自己，也平稳地走过了十八年，并且将继续淡然地生活下去。读完《挪威的森林》，带给我的并不只有故事完结的悲戚惆怅，同样还有对未来无限的希望。

我还悟到，所谓青春，是横贯古今中外共同的命题。青春的迷惘、无奈、惆怅无论是村上写下《挪威的森林》的八十年代日本，还是现在的二十一世纪的中国，都未曾变过。这一命题还将继续困扰数以百万的年轻人，并且谱写出一幕幕可歌可泣的生命之歌。

我合上书，侧头看见湛蓝的天空，和远在天际的未来。

后记：于昨晚我真正意义上读完了《挪威的森林》，暑假也即将结束。虽然现在我把书暂且搁置一旁了，但我的思绪并没有完全从中剥离。写的这篇读后感，权当是一种情感的宣泄。

人有欲望，有向往，二者既要通行，更坚固的站在了对立面。

心里有一份牵挂，那是心灵的支撑，你永远不知道失去后会是什么模样，倘若你有一颗积极的心灵，那么我祝愿你成功。

就像该书的名字——《挪威的森林》。每一人都活在自己的森林之中，有的人静听鸟鸣婉转的啼叫，近看骨朵婀娜的争芳，沐浴在人性的阳光，喝不求解渴的酒，吃不求饱的点心，不失一丝惬意；也有人一头扎进浑浊的泥淖，一边慨叹人世的不公，一边在无尽的孤独里把酒做苦。无论如何，愿世人倾

听自己的心灵，自得一份萧然。

失去并不可怕，但就怕有一天只剩你自己的时候你忘记了生活，忘记了如何跟他人交往，甚至忘记了你自已，是的，你要面对很多：现实，欲望，梦想。

“哪里会有人喜欢孤独，不过是不喜欢失望罢了。”人尽可以被欲望打败，但不能躲避现实，可以享受孤独只要别让自己失望，总要拿出自己的骨气，自行料理悲伤却又不会失去前行的渴望。

我不知道，高洁灵魂是否真的胜过欲望，你尽可以忍受孤独，但你终究敌不过溃败的想往。那是悲悯的人心，更是残败的灵魂。

死并非生的对立面，而作为生的一部分永存。为逝去人痛哭流涕，最终仍要记得，你还活着，你仍然要面对这个世界，这个世界上还有很多人爱你。

总之，少年时我们追求激情，成熟后却迷恋平庸，在我们寻找，伤害，背离之后，还能一如既往的相信爱情，这是一种勇气。每个人都有属于自己的一片森林，迷失的人迷失了，相逢的人会再相逢。热爱生活，热爱自己。

挪威的森林读书心得体会篇二

第一次读这本书的时候，觉得它是阴冷的。本月的死，直子的姐姐的死，初美的死，这样的密集的自杀，却没有让人觉得一丝一毫的不自然。死亡带来对生更加深入的探知，同时也让生命断裂开一个出口，督促着幸存着的人们去探寻。

然而对人生自始至终没有把我的感觉，对诸多人事的无能为力，以及深深地孤独，却是一直深深存在于渡边和我们各自的内心，慢慢的，我却也渐渐能够明白其间一些温情。很大

一部分，是来自哪个叫绿子的女孩子。这个直率的女孩子，深知世间的诸多规律和困苦，却始终像个孩子一样任性。她有俏皮的短发，穿着短裙走在渡边身边，会往下拉一拉裙摆。有时候想象她说话的声音，应该是清脆甜美的。

这样的女孩子始终是叫人喜欢的。在书中的诸多出场的人物中，唯有绿子的人生是坚忍和完整的，其他人，不论是冷漠的永泽、高贵天真的初美、挣扎的直子、还是落魄飘离的玲子，甚至是哪个被当做笑料来讲述的敢死队，都只会让我想起来被撕裂的布匹，他们的生命是残缺的。

我不知道要通过怎么样的语言将那些感觉诉说出来。就如文章最开初，渡边最开始回想起直子时，所讲到的那口井。那口井就在草地不知道何处，我们小心翼翼的行走，但总免不了有一个不小心，掉落其中，从此暗无天日，独自挣扎。然而绿子她没心没肺，一份假装盲目的天真。这个女孩子，是真正经历过生活琐碎的困难的，从小得不到许多的疼爱，学校生活也并不如意，末了还要面对双亲逐个病逝。然而即便如此，她的内心却有着不可多得的笃定，对生本身有一股不顾一切的热切感情。想法单纯到只想要一个疼爱自己的男人，两个人在下雨天躲在被窝里天南地北的聊天。

不记得是在哪处的段落里，渡边说，只有见到绿子，才终于觉得自己回到了现实世界里面，绿子是他和外面世界的一处关联，否则他大概也只能像直子那般，在没有光亮的井底拼命抗衡，最终却只能选择死亡。而我是直到后来成长一点，才渐渐学会欣赏像直子这样的女孩。干净温婉，黑色直发垂散直下，有美好温润的身体和脸庞，看起来是弱不禁风的样子，叫人怜惜。她说话的声音应该是更加轻的，没有绿子那般有重量，但自有她的平缓坚定。

她倾注在自己的世界里，年少时候没有留下只言片语便自杀的恋人和亲生姐姐，她掉落在自己生命深处的那口井里面，浑身破损，即使用尽许多力气，拼凑在一起，却终究是费力

和徒劳。

很多叙述都是寻常的，轻描淡写，从不过分执着于情绪，却像细细的针，没有声音的刺入内心。这或许就是村上最为打动我的地方。

从文字的最开始，他在飞机上，看见周遭陌生的人群，突然回想起来年少时候的恋人，那种感受，或许是需要一定的年岁来理解的。他说他渐渐难以想起直子的脸庞的时候，言语之间并没有太多着墨，却叫人内心跟随着他斗转星移。自己的身躯已经老去，记忆也早已经在时光和日常生活的琐碎时间里被磨损和拼接，而故人也不再。即便当初再过深切的爱恋，也终究是枉然。

还有阿美寮里面，同玲子在仓库里面吃葡萄，听她说起往事，期间有一些细节，也是真实的，而我曾经在某一段时间里，时常翻出小说的第八章的开初，渡边的手被玻璃划破。一些微小的地方，看起来似乎没有逻辑可循，然而读起来，却是叫人觉得自然而然，事情本该是这般发生。可能自己还太年轻，还不能完全明白和理解作者的一些东西，但是还是无法掩饰我对这本书的喜爱。

挪威的森林读书心得体会篇三

挪威的森林读书心得要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的挪威的森林读书心得样本能让你事半功倍，下面分享【挪威的森林读书心得通用5篇】，供你选择借鉴。

《挪威的森林》，一书的译者导语部分写到村上的作品大多都是与寂寞，孤独有关的，他不是注重描述寂寞，不注重营造寂寞的氛围，更多的是一种把玩，体味寂寞，以一种亲身体会的方式让读者有一种对人生，对感情的寂寞。而我自我

在一书中除了体会到人生的无奈与生命中生与死的传递，男与女的关系等一些新的体会。

文中的渡边君是一个万分纠结的人物，处于木月和直子的第三者，是他们的好朋友。木月和直子则是青梅竹马。木月在17岁的时候就自杀死了，木月的死对渡边君的打击实在是太大了，同样直子也是。直子的确忘不了木月，可是对渡边君也有好感，木月死后两年，直子和渡边在东京读大学相遇，顺其自然的相恋，尔后直子20岁生日之时多年以来的种种经历最终使直子承受不住，她回到了老家的疗养院。期间渡边君又遇到了好多个女孩子，其中小林绿子对他的影响最大，一边是直子，一边是绿子，渡边君万分纠结。期间渡边君去疗养院看过直子两次，认识了直子在疗养院的闺蜜玲子。

最终直子在自我21岁生日的时候结束了自我的生命，渡边君在这个消息的打击下变得厌世，埋怨上天是如此的不公，绿子也因为渡边君对直子念念不忘最终离开了直子。故事以渡边君最终孑然一身告终。他的大学同学永泽因为梦想玩弄感情，抛弃了他的女朋友初美(异常的气质，说不上漂亮，可是总能让人有一种如沐春风的温暖)随着永泽当了外交官去了德国，初美和别人结婚了(两年后割腕自杀于自我家的浴室)永泽只是表示：自我丢失了什么重要的东西。正因如此渡边与永泽就此绝交。永泽这个人是十分铁石心肠的，十分倔强的。

书中与渡边有交集的朋友大多不是悄无声息的离开，或者自杀，或者找寻自我的梦想，抛弃一切，或者有着种种的不幸。本书让我明白男女之间的的确确能够存在纯洁的友谊的，或许两个人相互了解得很深，外界甚至彼此都认为对方是自我对的人的时候，在确定关系的一瞬间少了一些感情的冲动，这样的爱，爱不起来，也就谈不上爱了。由性产生的爱是不完全的，也是不持久的，男人或许会为了对女人的一句承诺而放弃自我的感情，可是女人仍旧不敢理解，这样两个人一辈子就耗完了。

其二是人的一生中会遇到许许多多的人，或是过客，或是知己，或是伯乐，可是不能保证某一天他或她不会悄无声息的离你而去，那里不是指空间上的，也可能是时间上的。可是这些人对自我的影响是十分的大，从习惯，到性格。人总是在相互迁就中生活着。对生死来说，死亡必然需要勇气，可是活着需要更大的勇气，也就有了：死亡不是生命的结束，而是生命的另外一种延续。活着的人需要替死了的人好好活着。书中的每个人都有自我的故事，可是平常相处都表现得十分正常，这也是现代社会的我所称之为：心灵筑巢。每个人都把自我用谎言或者别的什么包裹的严严实实的，绝不会对任何人吐露自我的真实情感，也就是所谓的每个人都有自我的故事吧。

最终渡边君的结果让我想到了《成都爱情故事》里面的方资君，《我的桃花劫》里的莫斗，对小说里的人物我表示深深的遗憾。

世界变大了，心却变小了，高度发达的物质文明把生活塑造得越来越完美，却把心雕刻得越来越粗鄙，把社会变得越来越繁华，而心却在这种繁华中渐渐落寞。

《挪威的森林》中展现的就是一群人在冷酷的现实社会面前的困惑与苦恼，他们孤独，寂寞，却无法排遣，于是便开始把玩孤独，把玩寂寞，把玩无奈……《挪威的森林》是日本作家村上春树的佳作之一，他给我们展现的就是一个孤独，腐化，堕落的世界。作家借此来表达现代人在机械化、科技化的现实社会中生存的悲哀与生存的困惑。

“我真的太寂寞了，非常非常的寂寞……”阿绿总是像一头黑夜被遗弃在荒漠中的狼向世界发出最沉痛的哀鸣。他们都很寂寞，所以需要被在乎的感觉，而这种在乎不一定是喜欢和爱，在乎只是寂寞中的人急切需要、时刻需要的镇痛剂，仅此而已。在他们的世界里，爱情不再是爱情，爱情是被亵渎被蹂躏的对象，他们只是打着爱情的幌子获取上的满足与

快感来融化寂寞，腐蚀孤独。他们只靠啃食那点可怜的低级的肉体的快感在世上苟延残喘。

像永泽与初美，初美从来不管他多么滥情，她只需要他在她身边，陪伴她，哪怕他是一具行尸走肉的躯壳，而她相信这只是暂时的，一切都会好起来的，因为事情到最后只能变好！所以她在脑海中独自编织美妙的梦想，梦总是美的，而悲哀的是一个人在把梦编织好之后要被现实压迫得不得不万念俱灰地亲手撕碎自己的梦，然后恶狠狠地告诉自己这永远只能是梦。明知道在扭曲变形的世界里，爱情只是一个人寂寞时的玩物，而她却要冒险。很长时间之后，当初美发现她与永泽之间的爱情除了肉体上的占有外，其他的全是一片令人绝望的惨白时，她呆滞的眼神向永泽发出绝望的质问：难道有了我，你还不能满足？他冷冷地说：“并非不能满足，在我的心里面有某种东西渴求那样做。但我只能活在那种饥渴感之中。这就是我，有什么法子？”他无法把爱情当爱情，他只有把玩孤独把玩无奈，他才能活。

直子，是因为适应不了这种扭曲的社会，所以她到疗养院来，把自己扔进和她一样需要宁静与安然的人群里，而疗养院的主治医生告诉她们：“你们之所以不能在外界生活，是因为你适应不了那种扭曲，既然不能改变，你们就应该让自己有一个适度的心理空间去接受那种扭曲……。”直子，她在努力啊，她想活着，简单地活着。可事与愿违，她适应不了那种扭曲，所以她越是强迫越是更糟，后来出现严重的幻听。她没有片刻的安宁，她崩溃了。在一个寂寞的深夜，她走向了茫茫的森林，用一根寂寞的布带让自己告别了世界，一个人孤苦地咀嚼着死亡……是的，对她来说，死亡才是最轻易的割舍。

《挪威的森林》的旋律开始在浩渺的黑夜中哀鸣，久久没有散去。而当渡边君知道直子死了之后，他深知，他与直子彻底地永别了。茫然苦楚之时，他想起了阿绿，他拨通了阿绿的电话，阿绿在电话的另一端沉默了好久，可最后还是低沉

却平静的声音：现在你在哪里？“我现在在哪里？”渡边君自问道，如今他在什么地方？他猜不着，到底这里是哪里？映入他眼帘的只是不知何处去的人蔓，神色匆匆地从他身边走过去，而他只能站在那个不知名的地方，不停地呼唤阿绿的名字……也许他已经不需要知道自己在哪里了，只知道或许从阿绿那里可以获得某种让他排遣寂寞、无奈的镇痛剂，继续活下去。

《挪威的森林》看完了。这是一本很精致的书，正如书中所言：“文章这种不完整的容器所能容纳的，只能是不完整的记忆和不完整的意念”。翻开书，看见自我色彩斑驳的青春。

谁没有过迷惘的青春？怀疑朋友的友情，无视父母的亲情，对存在的意义和世界的真相提出质疑。混混噩噩不知前路在何处，只得相信自我，一个人蜷缩得更紧。永泽说：“人生中无需梦想这种东西，需要的不是梦想，而是行为规范。”他又说：“绅士就是：所做的，不是自我想做的事，而自我应做的事。”

然而我们这个社会，在这样的冷漠的人群中，徒有网络的温暖，却不需要绅士，我们只需要一个真正的人，一个有血有肉有爱有恨的脱离了社会性那样的一个单一的人，如此而已。正是因为这样，死亡的阴影才一步一步侵入生命的领地，等察觉到，已经黑乎乎的什么也看不到了。

这样的后悔着，也无事无补。于是直子死了，活着的渡边亲身将挚爱的直子送进了坟墓，送到了木月的身边。路渐渐的远去了，心却还在开始的地方挣扎着，这种痛一如离开母腹的婴儿，非要那么痛彻心菲的哭上几声才能证实自我真的存在。

直子就这样无声的啜泣着，虽然她很想哭出声来，可是女性的虚荣在阻止着她，不想成为众人取笑的对象，唯一所能做的就是压抑。曾说过以前我是这样活过来的，往后也只能这

样活下去。一旦放松，就无可挽回了。

是的以往的目标在今日如果一旦放松，那么往后的期望将不复存在，活着就是为了那一虚渺的幻想，尽管穷尽一生也未必能够完成。

初读时，我看见了一种在世人眼中称之为颓废的生活和思想。主角渡边无所谓明天如何，对大多数人漠不关心，按照自我的步调行走人生，平时去大学上课，周末呆在宿舍洗衣服和晾衣服，到了晚上去打工，如此反复。这种人生无所谓好不好，谁都没有资格对别人的人生指指点点。只是我想，在一味追求成功与荣耀的此刻，能不受周围环境与世俗理念影响，坚持着自我的个性与信念，实在难能可贵。这点给我感触颇深。

我还看见了凄苦的爱恨纠缠。渡边的情感被往事和现实所缠绕不得解脱。代表过去的直子，渡边对她的情感是十分复杂的，不仅仅有少时便存在的憧憬，还有因自觉认为被友人所托付而产生的职责感等等，真正称为爱的部分占的比例并不高。在直子住院后，渡边遇见了代表现实的绿子，与直子不一样，绿子身上有蓬勃的生命力并对生活洋溢着热情，是个人见人爱的主角。渡边同样深深地为她着迷并且感到为难，无法从示爱的两人中选择，体现了他优柔寡断的一面。

再读时，我看见了自我。与渡边相反，我对生活充满了十分的热情，努力搞好人际关系，就是这样，也平稳地走过了二十年，并且将继续热情地生活下去。读完《挪威的森林》，带给我的并不仅有故事完结的悲戚惆怅，同样还有对未来无限的期望。

到第三遍，我不再局限于从故事具体情节和人物情态中发现什么了。从整本书讲述的故事和作者所想表达的思想。我悟到了，书中反复提到的“死并非生的对立面，而作为生的一部分永存。”，的确，怎样才算人的出生和终结？如果一个人

死了，他就真的消失于这个世界了么？亲友的记忆，遗留下的物品，都彰显着这个人的生命痕迹。只是形体的消亡，真的是生命终结的标志么？每一部文学作品都或多或少的对社会与时代有所反映。六十年代的日本的具体情景我不了解，可是我想渡边之所以有如此的苦闷与孤独必须与大时代背景分不开的。社会的低迷状态自然使得人颓废。我不能理解渡边那时的行为，这恐怕就是所谓的时代与时代间的代沟吧！戴望舒说：“你教什么智慧给我小小的白蝴蝶打开空白之页合上空白之页？”其实，蝴蝶告诉每个人，青春年华只剩下了两个字：“寂寞。”也许你不明白青春为什么是这样的。

然而村上春树告诉你，青春只能是这样的。

“真的永远都不会把我忘掉？”直子耳语似的低声询问。

“是永远不会忘。”我说，“对你我怎么能忘呢！”

作者的笔触开展于五六十年代的日本。主人公渡边因朋友木月的死而陷入了痛苦迷茫的境地，期间两位女性给了他不同的感官体验，如天使般柔美纯洁的直子和像小鹿般活泼生动的绿子。直子最终也无法与这个世界好好相处，选择了自杀。挚爱直子的渡边将带着无法弥合的悲痛与绿子一同生活下去。书中关于青春的描写像一片充满神秘气息的森林，吸引着一代又一代的读者涉足，走出走进之间，经典的魅力就这样在人们心中氤氲开来。

直子在没有进入疗养院之前，每到周末都会与渡边一起行走。那真的是行走，在东京街头，无言的行走，亦没有目的。两个人分享着木月的死带给两人的迷茫与不知所措。仿佛原本鲜活而明丽的岁月瞬间被染上了浓重的灰色，年少轻狂却背上了生离死别的沉重。唯有不断行走，走到尽头，走到我们都忘记。直子“像是被人硬推了一把似的”来到20岁，终不能打破自己与世界的隔膜，她选择了用自杀结束生命。对直子而言，死并非生的对立面，而是作为生的一部分永存。生

在此侧，死在彼侧。我在此侧，不在彼侧。

绿子像春日阳光里的一头小鹿。就这样闯进了渡边的世界。她有着少女的鲜活与张扬，却也连续经历了家人死亡的悲剧，亦有着乐观而坚韧的性格。记得渡边去医院探望绿子父亲的时候，表现的是对疾病和死亡的不知所措和抵触，而绿子在此时却展现了她不属于少女的冷静。也许是见惯了生离死别的场景，也许是这个坚强的姑娘已然将死亡看作了生活的一部分。活泼而坚韧，就像春日里生机勃勃的草地，却总让人觉得莫名的心疼。对渡边而言，直子是属于过去的，绿子是属于现在和将来的。绿子的出现如一道明媚的春光，让渡边因木月的死亡而笼罩的阴霾恍然散尽，仿佛是一道连接自我与这个世界的桥梁，使渡边君与世界的隔膜不复存在，能顺利与世界相处。在作者描写的世界里，每个人都有自己坚固的堡垒，有的人大门大开，有的人从窗口窥视这个世界，还有人干脆封锁了城堡。或温柔或残酷，这一切都是属于生活的面目，谁又有资格去评论这些本该姿态各异的人生呢。

书中还有一些不起眼的角色也给故事带来了不少色彩。渡边的室友外号名为敢死队，他每天早上一定要做有跳跃运动的广播体操，过着像上了发条的闹钟般勤勉而规律的生活。因为与周围人格格不入，经常遭到大家的嘲笑，可是，如此认真的活着谁又有资格去不尊重呢？永泽是书中少见的“优秀”人物，他有着良好的家境、优秀的成绩，看似是最能与这个社会融洽相处的人，实则也在用自己方式对抗着世界，他不在乎众人的眼光，生活作风随性，与渡边成为朋友也是因为某些共性吧。直子的姐姐和初美虽然是人们眼中出类拔萃的典范，却也因有着难解的心结而走上了不归路。不同的道路最后却殊途同归。

合上书页，心中一直有一阵冲动在翻涌。在村上春树的困惑和迷乱中，我们轻触到一颗纤细易感的心，一如我们自己。谁的青春没有经历过如此的挣扎与迷茫，也唯有如此，年轻的躯体经过伤痛才能渐渐走向成熟，渐渐体会生命的盛大与

恢弘。如同航船驶过大片迷雾，终能寻得明媚的阳光。船依旧平静地在海上穿梭，像从未被伤害过一样。故事里每个人身上仿佛都能觅得自己的影子，那是他们的故事，也是属于我们的人生。直子、绿子、渡边、玲子、永泽，他们仿佛是彼岸的自己，背着我们无法展现的表情与世界交谈，用固执地姿态继续行走。幽深寂静的森林里，生活着彼岸的自己。

这是一本很封闭的书，没有过多的去叙写那个时代的背景，而且，我对于日本的文化和历史又知之甚少，这就是我担心不能深入理解作品的一个原因。我所说的封闭只是一个外界环境的封闭，而决非作品中典型人物心理上的封闭，相反，对人物的刻画上，它给了我很大的震撼力，不仅仅是身体上的震撼力，因为曾有人对我描述说这本书很黄，我感觉这失之偏颇，它更多的给了我心理上的震撼。这震撼很强烈，而且是全方位的强烈。

爱情、友情和性交织在一起，融洽、冲突、此起彼伏。从诞生到死亡的整个过程，充斥着忧郁、痛苦的挣扎和无所畏惧的解脱，畸形的性接触和近于病态的心理。抽象而出的一个个不正常的人，不正常的心理，把活的部分拖进死亡，又把死亡拖进活的部分，终于是从不成熟走向成熟。

你爱不爱我？这不再是可以简单作答的问题。女人往往会把爱和性搅和在一块儿，男人却会毫不犹豫的把他们分得很开。所以渡边不止一次的把爱的程度描写成象在春天的绒绿里和可爱的小熊打滚，很纯真浪漫的情愫。男人对于性的态度和女人往往大相径庭，永泽可以借以消遣，甚至近于病态的追求，渡边也一样，只不过他把性分的细化了，有爱的性和无爱的性，有性的爱和无性的爱，甚至更加可以细化到友情。

所以在文章开始处的伏笔更有意思，直子讲的那草皮掩过的让人毛骨悚然的井，男人会小心翼翼的去提防，而女人，包括直子，因为不怕，或者那怕只是潜意识的怕，所以终于掉进去，是偶然之中的必然。爱，走的太近，付出的太全部，

就可能变成相互的伤害。这些与性无关。玲子拥有的仅仅是友情和性，所以有一份不完整的幸福。另外，玲子又是超凡脱俗的女性，她可以把性从爱中解脱出来，坦然面对美好的生活，这区别于一般，显得很不容易。

谈及作品中悲剧性的人物，直子和初美，虽然通往悲剧的路途，一个激腾一个平坦，但其根蒂都在于对性和爱有太完美的憧憬，想得到的完美又不可能，终于导致悲剧。而绿子则很幸运的拥有确实的性和允诺的爱，更加坚强和果敢的性格给她带来了看似较完美的结局。有更多的时候，幸福要依靠自己去争取。

总的看来，这是一本区别于以往的更模糊，其实包含更加深邃思想的书。现在是一定不能完全体会作者思想的，因为年轻，或许，再经过十几年的生活炼励，重读到这本书，重见到这篇文稿的时候，我会有更澎湃的感受。

挪威的森林读书心得体会篇四

按照老师的要求，我拿起了村上春树的《挪威的森林》，并在一天之内手不释卷地看完了。这是一本很精致的书，正如书中所言：“文章这种不完整的容器所能容纳的，只能是不完整的记忆和不完整的意念”。翻开书，看见自己色彩斑驳的青春。

谁没有过迷惘的青春？怀疑朋友的友情，无视父母的亲情，对存在的意义和世界的真相提出质疑。混混噩噩不知前路在何处，只得相信自己，一个人蜷缩得更紧。永泽说：“人生中无需理想这种东西，需要的不是理想，而是行为规范。”他又说：“绅士就是：所做的，不是自己想做的事，而自己应做的事。”

然而我们这个社会，在这样的冷漠的人群中，徒有网络的温

暖，却不需要绅士，我们只需要一个真正的人，一个有血有肉有爱有恨的脱离了社会性那样的一个单一的人，如此而已。正是因为这样，死亡的阴影才一步一步侵入生命的领地，等察觉到，已经黑乎乎的什么也看不到了。

这样的后悔着，也无事无补。于是直子死了，活着的渡边亲身将挚爱的直子送进了坟墓，送到了木月的身边。路渐渐的远去了，心却还在开始的地方挣扎着，这种痛一如离开母腹的婴儿，非要那么痛彻心菲的哭上几声才能证实自己真的存在。

直子就这样无声的啜泣着，虽然她很想哭出声来，可是女性的虚荣在阻止着她，不想成为众人取笑的对象，唯一所能做的就是压抑。曾说过以前我是这样活过来的，往后也只能这样活下去。一旦放松，就无可挽回了。

是的曾经的目标在今天如果一旦放松，那么往后的希望将不复存在，活着就是为了那一虚渺的幻想，尽管穷尽一生也未必能够完成。

初读时，我看见了一种在世人眼中称之为颓废的生活和思想。主角渡边无所谓明天如何，对大多数人漠不关心，按照自己的步调行走人生，平时去大学上课，周末呆在宿舍洗衣服和晾衣服，到了晚上去打工，如此反复。这种人生无所谓好不好，谁都没有资格对别人的人生指指点点。只是我想，在一味追求成功与荣耀的现在，能不受周围环境与世俗理念影响，保持着自己的个性与信念，实在难能可贵。这点给我感触颇深。

我还看见了凄苦的爱恨纠缠。渡边的情感被往事和现实所缠绕不得解脱。代表过去的直子，渡边对她的情感是十分复杂的，不仅有少时便存在的憧憬，还有因自觉认为被友人所托付而产生的责任感等等，真正称为爱的部分占的比例并不高。在直子住院后，渡边遇见了代表现实的绿子，与直子不同，

绿子身上有蓬勃的生命力并对生活洋溢着热情，是个人见人爱的角色。渡边同样深深地为她着迷并且感到为难，无法从示爱的两人中选择，体现了他优柔寡断的一面。

再读时，我看见了自己。与渡边相反，我对生活充满了十分的热情，努力搞好人际关系，就是这样，也平稳地走过了二十年，并且将继续热情地生活下去。读完《挪威的森林》，带给我的并不只有故事完结的悲感惆怅，同样还有对未来无限的希望。

到第三遍，我不再局限于从故事具体情节和人物情态中发现什么了。从整本书讲述的故事和作者所想表达的思想。我悟到了，书中反复提到的“死并非生的对立面，而作为生的一部分永存。”，的确，怎样才算人的出生和终结？如果一个人死了，他就真的消失于这个世界了么？亲友的记忆，遗留下的物品，都彰显着这个人的生命痕迹。只是形体的消亡，真的是生命终结的标志么？每一部文学作品都或多或少的对社会与时代有所反映。六十年代的日本的具体情况我不了解，但是我想渡边之所以有如此的苦闷与孤独一定与大时代背景分不开的。社会的低迷状态自然使得人颓废。我不能理解渡边那时的行为，这恐怕就是所谓的时代与时代间的代沟吧！戴望舒说：“你教什么智慧给我/小小的白蝴蝶/打开空白之页/合上空白之页？”其实，蝴蝶告诉每个人，青春年华只剩下了两个字：“寂寞。”也许你不明白青春为什么是这样的。

然而村上春树告诉你，青春只能是这样的。

挪威的森林读书心得体会篇五

阳光将他的影子拉得单薄而颇长，大风吹散了年轻骨骼与灵魂碰撞的声响。他站在一片金色麦田的尽头，他身后，是陡峭的悬崖。他仰着头，莹然守望，像一只孤独而偏执的刺猬，用锋利的棱角包裹柔软善良的心脏。

我曾经以为，我会讨厌霍尔顿，讨厌他的偏执，讨厌他的叛逆，讨厌他骂脏话；可是当书一页页被翻过去，我却开始为他心疼——在他因为室友用破旧的箱子而把自己的好的皮箱放在床下的时候；在他因为捐款太少而自责的时候；在他为一个差点害了他的女孩伤感的时候……我心疼他。

他就像是一只幼小的刺猬，跳动着一颗善良的、柔软的、害怕被摔碎的心脏，他蜷起身子，用尖锐的刺把自己包裹起来，叛逆、脏话、咒骂，逃学、旷课、酗酒，仿佛都成了他保护自己的武器，纵使是不先进的武器。

最偏执的孩子往往最容易受伤，用棱角反抗这个世界的时候，他自己也会很疼很疼。他没有错，他只是太单纯，又太天真，他看透了一个世界的虚伪和黑暗；他没有错，他只是太善良，又太执着，他彻骨地恨着一个世界的伪善和破碎；他没有错，他只是太可爱，又太偏执，他勇敢地举着小旗子拿着小步枪向着一个世界的飞机大炮无畏地宣战，他不是愚笨，他只是不惧失败，他没有错，真的没有错，他心里有一片美好的净土，他不是刻意站在世界的对立面，他只是奋力捍卫自己的净土，他没有错，错的是这个世界。

他的那片净土，他的梦想——他要去西部，他要做一个又聋又哑的人，不同这一个肮脏的世界打交道，而是在他的净土里快乐地活着，那里没有认识他的人，只有一个美丽的聋哑的妻子，还有一群纯真的孩子，他可以亲自教会他的孩子读书写字；他要站在一个悬崖边，守护一群在麦田里做游戏的孩子，他要保护着他们，不落下危险的悬崖，这是唯一正当的事情，他想干一辈子……他，霍尔顿，抑或是塞林格，是愿意做一个真正的隐士，在一个安谧的世界，没有霓虹和喧嚣，没有勾心和斗角，没有尔虞和我诈，没有造作和虚荣，只有金色的阳光、金色的麦田、金色的笑容和金色的希望。

或许很多人心里都曾经有一个霍尔顿，压着红色棒球帽，揣着一腔的执念，怀着年轻的疯狂；又或许，一些年以后，当他

们的棱角被时光渐渐磨平，平静，苍老，就匆忙赶走心底那个叛逆不羁的少年，如同赶走年轻的自己，曾经的梦想被现实洗得褪色。

塞林格走了，他走的很安详，他终于要离开一个他一直逃避的、他不喜欢的世界，他终于要去到一个有着麦田、有着孩子、有着希望而没有悬崖的地方，他一定会是幸福的吧。可他留下了一个霍尔顿，一个孤独的麦田里的守望者。霍尔顿守护着那些他深爱的纯真的孩子，那些孩子，纵使其中很多依旧跳进花花世界的大海，总会有一些留下，陪着霍尔顿，一起守望未来的麦田，一代又一代的孩子。霍尔顿总有一天不会孤单的，霍尔顿总有一天会幸福的。总有一天，刺猬会幸福的。

挪威的森林读书心得体会篇六

此书用怎样一种艺术性的表述，传递给读者关于孤独的悲哀。

村上也许就是这样一个人，用他的心感受生命本不该感受到的孤独，幻化为文字和语言的表述，传达给读者关于他感受到的东西的，情绪。

村上的笔法是高明的，他不是在做故事，不是在讲故事，而是在传递故事。所谓写故事，是只有文字的记载，各种情绪掩埋于心；所谓讲故事，是把借助语言把一个故事描述给别人；所谓传递，是用心的各种悲欢，把一个故事带着自己的情绪，带着自己的感触交给别人。被他传递了故事的人，不是看到白纸黑字，而是看到血脉流动，灵魂游动的形形色色的人的生命与生活，把它们从头看到尾，就是村上给你的故事，是这本《挪威的森林》。

答案很简单，他是在某个时间某个地方说出了这样的话，那是一种基于五感超越五感的第六感的交流。他用象征，是奥妙和传神的，当渡边还在为绿子和直子纠结时，村上用象征

写出了渡边心中也许是无意识的选择。渡边一直记得直子给他的触感，却在和玲子纪念直子的死亡时，因为抚摸到玲子的被这种触觉感受而沉醉，在前文，绿子告诉渡边，她对背部的抚摸最敏感。男主人公的心情在开篇和结尾各有一个象征，开篇写悲哀，“因为直子从来不曾爱过我”，结尾写茫然，“我不知道自己站在哪里”。

徒劳罢了，对于孤独，人类除了承受之外的一切努力，都是徒劳。因为建立在孤独之上的一切都是悲哀的。在悲哀中找到的快乐，又该是怎样一种悲哀？以前看一部动漫，上边有一句话这样说，一个人一生只能背负一个人的死，如果他背负了别人的死，到他死的时候，他甚至不能好好背负自己的死了。当时不很懂，看挪威的森林后我感觉，直子背负了木月的死，渡边背负了直子的死。

孤独是本质，爱只是形式。通过爱与被爱，我们走了一条有人同行的路，然后在告别的时候知道，孤独从未远离我们。孤独是爱的起点和归宿！

挪威的森林读书心得体会篇七

早在高中时期就已拜读过村上村上的《挪威的森林》，最近又不由自主重拾此书，品读一番。每读一次，内心都感到现实世界如此地虚无缥缈，恍然如梦。

主人公总是一副与外人无交集的状态，少有的朋友也是死亡、失踪、不满，两位挚友皆以死亡告终，主人公却依旧平静生活，虽然内心难受，却以平淡对人生，在孤独与面对中体验生活。

“把过去的东西全都处理掉，也好获得新生《挪威的森林》读书笔记《挪威的森林》读书笔记。”过去已是过去，未来尚需憧憬。我们坐在现实的长椅上，唯有望向那时光的尽头，又怎有时间回望以往，正如你所说“不翻页，生活如何继

续?”只要不被页面的灰尘迷湿了眼，我们依旧前行。

“不要同情自己，同情自己是卑鄙懦夫作的勾当。”自己无需同情，无能就是无能，失败就是失败，没什么好说的，没什么好推脱的，自己不够格那就不用努力去弥补，没啥大不了，拼搏自佳，我们不要做懦夫，人当顶天立地，存于宇宙。

“努力，指得是主动而有目的的活动，我们要明确自己需要的是什么，如何获得，主动去营造机会，并且要有针对性，这样的努力方能不白费，但要做到光而不耀。人，成功要更加虚心，不能耀眼，老子言：方而不割，廉而不害，直而不肆，光而不耀《挪威的森林》读书笔记心得体会。

“人与人之间的关系是要对等的”不对等的关系都是不健康的，只能是短暂的，只会让低微的人对处于关系优者产生厌恶。没有人能永远守护另一个人因为那是不平等的，可惜直到毕业前我们才领悟，不过至少还不算太迟，对等才能健康。

挪威的森林读书心得体会篇八

花了五、六天时间看完《挪威的森林》(咱是学生得上课、自习啦等等)。总体觉得是不错，不仅村上写得不错，译者林少华也译得不错，写的序更是不错!很唯美，很清新，很自我。而译者说村上小说最大的特点是：把玩孤独，把玩无奈!因为，人，人生，在本质上是孤独的，无奈的。所以需要与人交往，以求相互理解。但是，寻求理解的努力是徒劳的，相互理解是不可能的。于是，与其勉强通过与任教往来消灭孤独，化解无奈，莫如退回来把玩孤独，把玩无奈。

小说是主人公渡边的回忆，回忆自己年轻时代读大学时发生的事情。而时下，我们都在读大学，跟主人公很相似。但我很羡慕渡边的自我、潇洒、随意。他生活中不会出现父母的影子，周围没有认识的人，唯有的是一个死去的朋友的恋人、

一个住在同一幢宿舍楼的哥们，一个一起上过选修科的女孩子。就这样简单的生活，简单的日子，却让我向往。每周空闲时间打工以维持日常生活费用；抽空去各地走走，算是旅游；周日与死去的朋友的恋人轧马路，等等。

我很喜欢旅游，可是口袋里没有钱。想找份工作，没有说的过去的。何况中国地大物博，四处走的地方是多，可范围太大，而且没有日本新干线之类便捷的交通网络。而最根本的是，没有渡边的心情，一个人游历，是需要勇气与决心的，也需要与众不同的心境。我想我没有，所以只能徒自叹息。

看完书后的一个明显的印象是，日本人性观念的开放。以至于有人偏激地认为，村上是个性变态。我倒没有这种看法，同为男人，同为青春期的男人，试问谁没有那种想法或行为？除非你不是男人，或者自身有问题。

以前也耳闻过大和民族的这一有别于儒家思想的显著特点，算是明治维新时期西化的产物了。但是看完本书后，算是有了进一步的认识。或许国内像这种纯文学中，涉及性的文字不多或未可知。可是，想想时下，青年人中的同居热，甚至在高校中也毫不逊色，也就不会觉得有什么惊讶的。本人单身，活了一大把，还没有经历过纯粹意义上的恋爱，更不用说同居了。由于本人如此，交游圈也可想而知，所以对同居现象一无所知。只是爱好读报，还知道高校中不少校园内安放了自动售安全套的机子。仅此而已！

挪威的森林读书心得体会篇九

第一次读这本书的时候，觉得它是阴冷的。本月的死，直子的姐姐的死，初美的死，这样的密集是自杀，却没有让人觉得一丝一毫的不自然。死亡带来对生更加深入的探知，同时也让生命断裂开一个出口，督促着幸存着的人们去探寻。

然而对人生自始至终没有把我的感觉，对诸多人事的无能为力，以及深深地孤独，却是一直深深存在于渡边和我们各自的内心，慢慢的，我却也渐渐能够明白其间一些温情。很大一部分，是来自哪个叫绿子的女孩子。这个直率的女孩子，深知世间的诸多规律和困苦，却始终像个孩子一样任性。她有俏皮的短发，穿着短裙走在渡边身边，会往下拉一拉裙摆。有时候想象她说话的声音，应该是清脆甜美的。

这样的女孩子始终是叫人喜欢的。在书中的诸多出场的人物中，唯有绿子的人生是坚忍和完整的，其他人，不论是冷漠的永泽、高贵天真的初美、挣扎的直子、还是落魄飘离的玲子，甚至是哪个被当做笑料来讲述的敢死队，都只会让我想起来被撕裂的布匹，他们的生命是残缺的。

我不知道要通过怎么样的语言将那些感觉诉说出来。就如文章最开初，渡边最开始回想起直子时，所讲到的那口井。那口井就在草地不知道何处，我们小心翼翼的行走，但总免不了有一个不小心，掉落其中，从此暗无天日，独自挣扎。然而绿子她没心没肺，一份假装盲目的天真。这个女孩子，是真正经历过生活琐碎的困难的，从小得不到许多的疼爱，学校生活也并不如意，末了还要面对双亲逐个病逝。然而即便如此，她的内心却有着不可多得的笃定，对生本身有一股不顾一切的热切感情。想法单纯到只想要一个疼爱自己的男人，两个人在下雨天躲在被窝里天南地北的聊天。

不记得是在哪处的段落里，渡边说，只有见到绿子，才终于觉得自己回到了现实世界里面，绿子是他和外面世界的一处关联，否则他大概也只能像直子那般，在没有光亮的井底拼命抗衡，最终却只能选择死亡。而我是直到后来成长一点，才渐渐学会欣赏像直子这样的女孩。干净温婉，黑色直发垂散直下，有美好温润的身体和脸庞，看起来是弱不禁风的模样，叫人怜惜。她说话的声音应该是更加轻的，没有绿子那般有重量，但自有她的平缓坚定。

她倾注在自己的世界里，年少时候没有留下只言片语便自杀的恋人和亲生姐姐，她掉落在自己生命深处的那口井里面，浑身破损，即使用尽许多力气，拼凑在一起，却终究是费力和徒劳。

很多叙述都是寻常的，轻描淡写，从不过分执着于情绪，却像细细的针，没有声音的刺入内心。这或许就是村上最为打动我的地方。

从文字的最开始，他在飞机上，看见周遭陌生的人群，突然回想起来年少时候的恋人，那种感受，或许是需要一定的年岁来理解的。他说他渐渐难以想起直子的脸庞的时候，言语之间并没有太多着墨，却叫人内心跟随着他斗转星移。自己的身躯已经老去，记忆也早已经在时光和日常生活的琐碎时间里被磨损和拼接，而故人也不再。即便当初再过深切的爱恋，也终究是枉然。

还有阿美寮里面，同玲子在仓库里面吃葡萄，听她说起往事，期间有一些细节，也是真实的，而我曾经在某一段时间里，时常翻出小说的第八章的开初，渡边的手被玻璃划破。一些微小的地方，看起来似乎没有逻辑可循，然而读起来，却是叫人觉得自然而然，事情本该是这般发生。可能自己还太年轻，还不能完全明白和理解作者的一些东西，但是还是无法掩饰我对这本书的喜爱。

这次读书，在自己的读书群里邀了三人一起读，当我读到很想分享讨论的地方，才知道他们两个没有读，有时间读书真是一种幸福。

主人公喜欢徒步旅行、游泳、看书，喜欢一个人做事，这点很像自己。原来主人公喜欢读书，也是因为农活累人和自己比较懒的关系。小时候我给爸爸说，我不爱干活，爸爸说没有一个人爱干活。

绿子一直说主人公说话意思，有一次还说像亨弗莱·鲍嘉说话，自己周围要是有一个说话有意思的人，那该多好！每个人的话都是汉字组成的，只是每个人的组合方式不一样，效果也不一样，这个组合方式怕是与每个人的思维方式有关，那就其实是喜欢一个思维奇特的人，而不是千篇一律的人。书里角色的思维方式能学习么？曾经看过一篇关于读书作用的文章，讲得就是书里人物的思维方式会潜移默化的传给你。

书里直子住的疗养所里精神不正常的人，我倒觉得是正常的人，而疗养所外面的人才是不正常的！从某种意义上说，每个人都是某一种精神病患者，只是我们不肯承认罢了。疗养所里的生活就像一个部落一样，每个人没有坏心眼，都很真诚！真诚有生存的土壤。主人公很真诚，我在想在我们的环境中他能否存在？我觉得他会被扭曲的只剩下尸体！现在把老实和笨划等号，说你老实其实是委婉说你笨，所以大家都不希望别人说自己老实，努力学的聪明，聪明后真诚越来越少了。

19__年日本繁华而冷漠的都市，仿佛我们身边的城市现在在演绎，高度发达的物质文明把生活塑造得越来越完美，却把心雕刻得越来越粗鄙，把社会变得越来越繁华，而心却在这种繁华中渐渐落寞。直子在那样的环境中无法生存，只有绿子这种亦正亦邪的才能存在。直子就是一种理想，读着的时候给人希望，指引生活的方向；绿子才是生活榜样，值得每个人学习。

我看见了自己。与渡边相似，我对生活也没有十分的热情，提倡顺其自然，不擅长处理人际关系，导致朋友寥寥无几。但就是这样的自己，也平稳地走过了三十年，并且将继续淡然地生活下去。读完《挪威的森林》，带给我的并不只有故事完结的悲戚惆怅，同样还有对未来无限的希望。

都说二十岁是人生中最美好的年华，青葱岁月里的惊涛骇浪，还带着些许甜蜜和感伤，我试图说的来龙去脉，却在一番挣扎后发现，当一切都过于清晰详尽，反而不知从何说起。

《挪威的森林》好像早就在我计划的读书列表中；最近偶然听别人提起，才恍然翻开这本创造日本畅销书历史记录的书。我想，读罢此书，以中国人的世界观是很难理解上个世纪日本开放的社会，我也是读了第二遍才稍有体会。

那些舒雅的文字之后，涌动着那个年代特有的伤感与抒情，正如川端康成一句“凌晨四点，海棠花未眠”感动所有读者一样，村上说出那些我们一直想说的那些纯真年代的爱的物语。书里不断出现一句话“死并不生的对立面，而是作为生的一部分永存”，就如同木月的死，直子的死；在村上平缓的文字下，总是隐隐约约的感到死亡的阴霾，可能对于现在的我们很难体会到死亡的存在，可是刚好读完此书的当日，一好友来信说，其父脑溢血故去；那一刻，我豁然想起这本书，突然体会到死亡的真实存在。

十七岁，是木月离开的时间，直子近乎逃避般的不想承认十七岁的离去，可是没有人永远十七岁，但是，永远有人十七岁。

我是永远都无法理解直子的，这个精致却病态的女孩，或许她因木月的死而沉浸在一个幻灭世界无法自拔，渡边的爱却浸满她的一颦一笑，然而就在渡边彷徨时，直子自杀。这样混乱的局面被村上用一个又一个画面组合起来。我偏爱绿子，偏爱她的乐观阳光，偏爱她的快乐，偏爱她的敢爱敢恨。如果说直子是雨中安静的百合，那么绿子就是阳光下的葵花，宛如红与黑，经典的搭配却又对比鲜明。于是，直子死了，活着的渡边亲手将他的挚爱直子送进了坟墓，送到了木月的身边。生活好似戏剧，到底如花美眷，终不过似水流年。

就这样，《挪威的森林》带着对爱，对人生的独特感悟从我的生命中来去，仔细想来，木月死前最后见到的人是渡边，他把直子交给渡边，而直子死前最后见到的人是玲子，她把渡边交给玲子……死于生，完美的交接与契合。

这是一部动人心弦，平缓舒雅，略带伤感的恋爱小说，通过朴实的文字把语句修饰得恰到好处，以至于我花了一个晚上和几天的休闲时间才把它看完。

《挪威的森林》是日本作家村上春村的一部杰作，据说今年的诺贝尔奖差点被他拿走了，遗憾的是这一至高的荣誉最终还是与他擦肩而过被我国的著名作家莫言捧走。我也得以知道这世上还有两位著名人物，要知道之前我可是听都没听过。实感惭愧。偶尔在朋友的空间里看到了这部作品使我产生了浓厚的兴趣，决定抽个时间享受一下大师级的作品所带来的快感。

书中描写的虽然是那个年代的爱情故事，但情节却总让人感觉就好像发生在自己身边周围一样，那么的切身。说得不好听这部作品在我看来就是爱与性的结合，作者能把男女之间的那点事摆上台面来供人们去认知去感受，其胆识着实让我佩服，看完最后一个字再回过头来回味里面的情节时，让我领悟到了作者的良苦用心，他想告诉世人的是一条恒古不变的男女间的爱情法则，那就是：有性不一定有爱，有爱就必然得有性。这是无法逃避的现实。小说中的木月跟直子的爱情，可谓是情深意重，但不知何原因直子给不了木月那个，尝试了很多次也不行。这也许是木月自杀的最大原因吧，然而一个偶然的机会直子却成功地将自己的初次给了另外一个男人渡边，致使她内心感到无比的内疚和痛苦：为什么自己深爱的人，自己却给不了给他？就这样痛苦一直折磨着她，最终因承受不了精神的压力而自杀，彻底解脱了自己。有爱无性的爱是一种痛苦，是一种折磨。

而小说中的另外两个人物永泽与初美却截然不同，虽然初美对永泽的爱是真心的，但爱在永泽的眼里就像一场游戏，性对他来说就像吃饭那样，饿了就要吃，完全是一种生理上的需要，这种有性无爱的爱是没结果的，最后受伤的就是那个动真心的人。在说到主人公渡边时，爱对他来说更多的是责任，一不小心就喜欢上了两个人绿子和直子，这样的结果让

他左右为难，一直处在苦闷和彷徨之中，因为他对她们承诺过所以他要对她们负责。直到直子选择离开后，在经过悲痛和绝望交织的那段时间后，以及在玲子的鼓励下，他才开始寻找此后的人生，他仍然还记得永泽给他的忠告：不要同情自己，同情自己是卑劣懦夫干的事。

记得文章中直子与渡边最后一次见面时问他的一句话：假如我以后不能给你性，你还会爱我吗？渡边没有回答选择了沉默，是呀，这是一个多么艰难地毫无预见的问题，谁能保证这种无性的婚姻能维持多久呢，相信没有人敢保证。

终于从《挪威的森林》里走了出来，感触颇深。晃了晃差不多僵硬的脖子，拍了拍快木讷的脑袋，发现自己还正常，没迷失，无论遇到什么样的挫折，活着才是最重要，才能去爱你喜欢的人，去享受别人的爱。

作品以渡边回忆青春往事为开端，初入大学的渡边在电车里偶遇直子，直子是渡边死去的好友木月的恋人。渡边与直子逐渐相恋，不料二人同床后，直子因无法摆脱愧疚的心魔而辍学，独善其身的渡边在东京孤独度日。然而，绿子的出现令渡边重获生机，一段新的恋情发生。在两段感情的纠葛与失去所爱的痛苦中，渡边逐渐摸索出了生活的本真。

初读本书，便有强烈的共鸣。村上的人生态度把玩孤独与无奈在我看来又是多么的不羁与随性。在繁芜荒凉的世间，请承认自己的孤独与自我和解。越是逃避孤独，越不能看清真正的自己。孤独的价值在于反思，看清自己才有资格对症下药，与自己和解。就像最终孤身一人的渡边一样，至此他才懂得了人生的真谛。

绿子与直子应是两个性格截然相反的人物。直子从未接受独特的自我，加在她身上的重重枷锁：社会道德、社交法则等等，每当她稍有违背便内疚自责不已，无可解脱，最终自杀；而绿子可谓是书中最离经叛道的人物，留一头短发，家境平

凡，父母双亡，看似卑微却实实在在持有一份拒绝受人摆布、拒绝社会同化、待人真诚坦荡的执着。她言语粗俗，行为乖张，该认真的时候却不吝于任何人，在一定程度上，她的确找到了社会与个人之间的平衡，接受了自己。正是绿子的这种亦正亦邪的存在带给了渡边慰藉，渡边也自知自己与环境格格不入，但若他没有遇到绿子，或许他将一如既往的堕落下去，不断为空虚折磨。

绿子很幸运的拥有了确实的性和允诺的爱，更加坚强和果敢的性格给她带来了看似较完美的结局，有更多的时候，幸福要依靠自己去争取。

作品为何会取名为“挪威的森林”？这让我沉思许久。传说，挪威的森林是一片大的会让人迷路的森林，是那种人进得去却出不来的大的原始森林。生活也就像这片挪威的森林，不管我们愿不愿意，我们都得走进去，因此我们才不可避免的对生活感到迷茫和痛苦。于是，在我们的成长过程中，知心的交流少了，恭维的话却多了；信任的眼神少了，说的谎话却多了；每个人的心都变得复杂了。但是我们仍要成长，不要去过分改变自己。

社会带给我们的转变有时不那么容易，所以我们就看到在作品中，很多人都在这片挪威的森林中迷失了方向。木月在17岁时死了，以死来作为回避成熟的方式；而直子在木月死了之后，就不知该如何与人交往了，也选择一死了之。实际上，玲子也是其中一员，仅仅是没有失去生命罢了。

而对于我们，也许都会像渡边一样在迷茫和痛苦中完成这些转变，即使这种转变是被环境逼迫的。而像永泽，看上去能勇敢且完全的适应这些转变，但他的内心仍是痛苦的，只不过他用自己的奋斗强迫自己完成转变。这也是大人物与普通人的区别。

总的看来，《挪威的森林》是有很浓重的思想蕴含的，现在

的我也许因为年轻并不能完全体会作者的思想。随着我年龄的增长，很多想法肯定还会发生不少的转变。但是不会变的就是，我希望自己能勇敢的面对这些蜕变，勇敢的完成蜕变，并能在蜕变中保持一些东西永远不会改变。

挪威的森林读书心得体会篇十

青春，充满着迷惑与无奈、反叛与率真、大胆与可爱。对于度过了灿烂青春的人们而言，提到青春，难免会有一种错过了什么的感伤。在村上的作品中反复吟哦、挥之不去的青春伤逝感，构成了他特有的感伤要素。有段时间，我反复阅读品味着他的《挪威的森林》，自己整个就像被淹没在这种情愫里，使你感悟到成长背后的创伤。

读着、读着，我感到成长的艰辛和苦涩就像是生命中永不褪色的底片，在《挪威的森林》中，村上春树以其阅历和智慧赋予往事一种平凡而隽永的意蕴，他向我们展示了少男少女们自然好奇的世界和无所畏惧的心灵。有的人，有的事，我们不能也不愿忘记，不是因为那人那事有什么奇特之处，而是因为他们与我们的往事或是我们所经历的成长曾有过这种那样的联系。我们所经历的内心生活，所领悟的某种哲理，总是会影响着我们对于过去的表达和理解，这一切使我们的往事焕发不同的光彩。我由衷感叹，不管怎样，惟有宽容青春的生活，才能了解青春的真正意味。