

南京感悟心得体会(优质5篇)

当我们经历一段特殊的时刻，或者完成一项重要的任务时，我们会通过反思和总结来获取心得体会。我们如何才能写得一篇优质的心得体会呢？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。

南京感悟心得体会篇一

南京，一个充满历史和文化底蕴的城市，自古以来就被誉为“六朝古都”。近日，我有幸来到这座古城，通过旅游的方式亲身感受了她的魅力。这段旅程让我领悟到了许多东西，也让我对旅游的意义有了更深的理解。

第二段：感受历史的沉淀

作为一个历史爱好者，南京给我留下了深刻的印象。在钟山风景区，我走进了古老的明孝陵，感受到了崇明文化的独特魅力。而在夫子庙，我看到了百年历史的沉淀，感受到了江南文化的独特氛围。每一处古迹都散发着岁月的痕迹，让我不禁感叹古人的智慧和创造力。在这个时代追求速度和效率的背景下，走进古城古迹，感受到历史的厚重感，让我反思了现代社会的无常和浮躁。

第三段：共赏自然的美景

南京除了拥有丰厚的历史文化，还有着迷人的自然风光。在紫金山，我欣赏到了中国四大名园之一的鸡鸣寺，与大自然亲密接触的感觉让我找回了内心的宁静。在夜幕降临时，我来到滨江大道，欣赏夜晚的灯光秀，感叹人类智慧的完美展现。南京的自然风光让我感受到了大自然的伟大与美丽，也让我明白了保护环境的重要性。

第四段：体验深厚的文化底蕴

南京作为历史文化名城，拥有丰厚的文化底蕴。我参观了南京博物院，在陈列的文物中感受到了中国传统文化的博大精深。而在南京大学，我沉浸在优美的校园环境中，与知识和智慧亲密接触。南京的文化底蕴与现代生活的碰撞，让我体验到了传统与现代的和谐共存，也使我坚信自己作为一名大学生的使命和责任。

第五段：感悟旅游的意义

通过这次南京之行，我深刻领悟到了旅游的意义。旅游不仅可以开阔眼界，增长见识，更是一种心灵的洗礼和修行。旅游让我远离了喧嚣的都市生活，放下了繁杂的事务，静心欣赏大自然的美景和古城的文化底蕴。旅游让我学会了观察和感受，学会了品味和欣赏，也让我从中汲取了力量和智慧。旅游的意义，不仅在于所看到的风景和所得到的知识，更在于心灵的感悟和人生的思考。

结尾：

南京之行令我受益匪浅。在这座古老而现代的城市里，我领悟到了历史文化的魅力，体验到了自然的美丽，融入了浓厚的文化底蕴。旅游不仅是一种消遣，更是我人生的重要一部分。通过旅游，我看到了不同的风景、品味了不同的人生，也汲取了不同的智慧。我相信，在不久的将来，我会再次踏上旅程，探寻更多美丽的风景，体验更多丰富的人生。这是一段让人难忘而美好的旅行，将永远留存在我的记忆中。

南京感悟心得体会篇二

旅游是一种生活的调剂，一种让人远离喧嚣的方式。南京，作为中国历史文化名城之一，吸引着无数游客前来体验其深厚的文化底蕴和独特的魅力。在游览南京的过程中，我收获了许多感悟和体会。本文将从人文景观、历史演进、美食文化、城市建设和人文关怀等方面展开，分享我对南京之旅的

思考和感受。

首先，南京作为一个拥有悠久历史的城市，它独特的人文景观给了我极大的震撼。走在南京市区的街头，无论是熙熙攘攘的商业中心还是宁静的古建筑群，都能感受到这座城市独特的历史韵味。比如中山陵，那里卧葬着伟大的中国革命家孙中山先生，令人敬佩。再比如夫子庙，这座古老而庄严的建筑群，是南京最受欢迎的旅游景点之一，也是南京文化的象征之一。在这里，我能感受到传统文化的独特浓郁和历史的厚重感。

其次，南京的历史演进也给了我很多思考。南京是中国近代史上的一个重要城市，曾先后成为六朝古都、南京国民政府的首都，这里的历史厚重而曲折。在南京市区的紫金山上，有一座雄伟的明代古城墙，它见证了南京的兴衰沉浮，也是现今南京城市发展的象征之一。在观赏这座古城墙的同时，我不禁思考着历史的发展和变迁，人类社会的进步与发展究竟需要付出多少的代价，也让我更加珍惜现在的和平和稳定。

南京的美食文化也给我留下了深刻的印象。在游览南京的过程中，我品尝了许多当地的特色美食，比如有名的烤鸭和小龙虾。这些美食不仅质量上乘，而且口味独特。同时，南京还有许多小吃店和夜市，这些地方都充满了浓郁的本土文化氛围，给人带来了无尽的美食享受。在南京，我领略了大胆创新又保持本土传统的饮食文化，深深感受到了南京人对美食独特的执着和热爱。

此外，南京的城市建设也给了我许多启示。作为一个现代化城市，南京拥有现代化的城市景观和完善的基础设施。无论是南京市区的高楼大厦还是宽敞明亮的街道，都反映了这座城市的高度现代化程度。同时，南京也注重绿化和环保建设，在市区的每个角落，都能看到各式各样的花草树木和人行道，给人一种宜居的感受。在南京的城市建设中，我看到了城市的无限潜力和可持续发展的可能性。

最后，南京的人文关怀让我深受触动。这座城市不仅有深厚的文化底蕴，而且还有热情好客的人民。在游览南京的过程中，我遇到了很多热心的南京人，他们热情地解答我的问题，给予我许多有用的建议，让我的旅程更加顺利和丰富。从和南京人的交往中，我感受到了这个城市的人文关怀和友善氛围，这也是南京独特的魅力之一。

总的来说，南京是一座充满历史底蕴和文化内涵的城市。在这座城市中，我不仅领略到了传统文化的独特魅力，还思考了历史的变迁与发展。同时，南京的美食文化、城市建设和人文关怀也给了我很多启示。对于我来说，南京之旅是一次难忘的体验，让我更加热爱这座城市，也更加热爱中国的千年文化。

南京感悟心得体会篇三

1968年3月28日，生于美国新泽西州普林斯顿。

1989年，获得伊利诺斯大学新闻学学士学位。

1990年，担任《芝加哥论坛报》记者，撰写重要新闻稿。订婚。

1991年，获得约翰·霍普金斯大学写作硕士。和电气工程师布莱特·道格拉斯博士(brettdouglas)结婚，7月迁往旧金山湾区。

1995年，自由撰稿人，为《芝加哥论坛报》、《纽约时报》和美联社撰写稿件。冬季，在国家档案馆和华盛顿国会图书馆完成了《南京大屠杀：被遗忘的二战浩劫》一书的初步资料准备，前往北京、上海、杭州进行为期六星期的深入调查。

，出版《中国飞弹之父——钱学森之谜》。

7月，前往中国南京，调查南京大屠杀史料。

1912月，出版《南京大屠杀：被遗忘的二战浩劫》。

，获得华裔美国妇女联合会的年度国家女性奖。

8月，《南京大屠杀：被遗忘的二战浩劫》被拍摄电视节目，成为历史探索频道节目专题之一。

5月13日，获俄亥俄州伍斯特学院荣誉博士学位。

208月，儿子克里斯托佛·道格拉斯(christopherdouglas)出生。

4月28日，出版《美国华裔史录》。

11月9日，于加州盖洛斯自己的车内以手枪自杀身亡。

1968.03.28---.11.09，36岁。

标题：寻找自己名字的人

引文：11月9日，张纯如女士结束了自己36岁年轻的生命。在她短暂的一生中，忍受着巨大的精神痛苦，却留给了我们整个民族一段段记忆。凭借着这一记忆，提醒我们在历史的长河中曾经有如此的伤痛。而又因为这伤痛，使我们即使分散在世界各地，也能在一呼一吸之间都能感觉到彼此的血脉相联。她让我们无法忘记我们是谁，我们来自哪里。

irischang□张纯如。镜之两面。

irischang是一个出生于1968年3月28日美国新泽西州普林斯顿的美国籍女孩子。她的父母60年代从台湾迁移到美国中西部，她自己从降生的那一刻起就是美国公民。她能说一口还算流利的中文，可是她不能阅读和书写中文。因为对于她来说，英语才是她的母语。

纯如，语出自《论语八佾篇》：“乐其可知也：始作，翕如也；从之，纯如也，皦如也，绎如也，以成。”纯如，意思是和谐美好。纯如，是一个中国女孩子的名字，是我华夏同族，是我阿姊同胞，是地球村千人万人里绝对不会认错的那个背影。

irischang 张纯如。究竟是谁？

可以从“纯如”这个名字里嚼出不同的滋味来：语出《论语》，那是父母思念故国的苦涩；含义美好，那是父母美好寄托的香甜；本意和谐，那是父母对不能融入美国族群担忧的酸楚。因此，生在美国的irischang会说中文。在谈话中，经常会提到遥远的1937年，在大洋彼岸一个叫南京的大城，在那一年那一城发生了些什么？有关她的祖父如何逃离那座活火熔城，有关长江水如何在一夜之间变成红色。

没有证据表明张纯如和她的父母看过黑人作家亚历克斯·哈利所写的家史小说《根》，是否看过书里的这句话：人最宝贵的东西，是知道自己是什么人，是从哪儿来的。但是，张纯如的确在学校图书馆里找过，找英文历史书里关于1937年南京发生的那些事情，那些被她父母重复过不知多少次的情景。可是她失望了，没有1937年，也没有南京，更没有红色的江水。如果这些事情不曾真的发生过，那么所有父母讲述的关于中国的一切究竟是事实还是想象？于是，中国就成为一种虚幻的概念。没有1937，没有南京，没有中国，世界上也就没有张纯如，只有irischang 没有根的人，连名字都会丢失掉。

因此，可能可以从某个侧面理解一个新闻学系毕业的女孩子为什么会为钱学森这么一个火箭物理学家如此感兴趣。甚至写了一本《中国飞弹之父——钱学森之谜》，用自己的第一本书为这个人专门做传。tsienhsue-shen离开了美国。tsienhsue-shen曾经在美国被以“间谍罪”判刑入狱。而等到他返回中

国[tsienhsue-shen]就变成了钱学森，中国飞弹之父。从美国到中国，从tsienhsue-shen到钱学森，有一条看不见的线。或许，这一条线也能把irischang和张纯如联系起来。《中国飞弹之父——钱学森之谜》一书的英文名直译过来，就是《蚕丝》。

1994年12月，当irischang在加州矽谷心圣荷西郊区的库帕提诺生平第一次看到南京大屠杀的黑色照片时，丝线拉直了。张纯如感觉到了无比的愤怒，这种情感的强烈程度大大超过了irischang所能产生的情感烈度。的确有南京，的确存在大屠杀，但是在所有的英文非小说类书籍里，在屠杀发生后近60年居然没有一本提及这段本不应该被遗忘的历史。

年12月，南京大屠杀60周年。张纯如历经两年，访问了14位幸存者，参阅上千页的历史文献，出版了她英文版的《南京大屠杀：被遗忘的二战浩劫》。这本书一经问世，震惊了英语国家，在美国连续数月位于排行榜首位，并且被评为年度最受读者喜爱的书籍。在随后数年内再版十余次，印刷超过50万本。她用她的努力和勇气，直面那一段惨绝人寰的历史，告诉世人：“人类残酷对待自己同胞的历史纪事，是一段漫长而悲伤的故事。如果要将这类恐怖的故事作一比较，那么，在世界历史中，很少有哪些暴行，在强度与规模上，能与二次世界大战期间的南京大屠杀相抗衡。

张纯如说：“忘记屠杀，就是第二次屠杀。”美国评论家乔治·威尔在听完日本右翼“南京大屠杀虚构论”和看完她的书后说：“由于张的这本书，她终结了对南京的第二次强暴。”当屠杀真相被掩藏时，屠杀永远都是屠杀。只有屠杀为世人所知时，冤魂才能远离追杀，成为历史上的定格。

她可能都不知道，这世界上究竟有多少华人在偶然间拿起这本《南京大屠杀：被遗忘的二战浩劫》就再也不能释手，一气读完，泪流满面。有太多这样的故事，有太多这样的人，在

美国、在法国、在马来西亚，在飞机上、在书店里、在网络中。有移居海外30多年的老华侨，有在南洋的第四代华人，他们不能停止阅读，因为那些文字疼痛而灼人，因为那些文字就烙在他们的根上。

那位老华侨说：作为一个来美定居三十年的“老华侨”，我很有“理由”不关心中国文化。比如说：对中国历史社会感到很遥远；既已入籍，落地生根；现实生活忙碌，哪有时间去想那么玄那么抽象的事；况且中国问题那么复杂，我这样一个文化边缘的任务能起什么作用？可是四月十七日那一天，我在柏克莱大学听张纯如讲南京大屠杀后，我的种种“理由”不得不丢进字纸篓……假如张纯如、拉贝都那么关心中国，我作为一个吃中国奶水、在中国文化土壤生长过，后来移民来美国的“老华侨”，真的没有理由不关心中国大地的一切。

可是，在用丝线穿起无数同胞的同时，回顾这一段人类史最黑暗最恐怖的历史，张纯如也在忍受着巨大的精神煎熬。有什么人能在面对自己的同类，自己的同族被暴行残酷蹂躏的时候不会觉得撕肝裂胆、目眦欲裂呢？在《南京大屠杀：被遗忘的二战浩劫》一书的写作过程中，张纯如经常“气得发抖、失眠恶梦、体重减轻、头发掉落”。她一个人替我们所有人完成了一项我们60年都未完成的责任，因此她也承受了我们所有人痛苦。

写完第二本书之后，张纯如把目光转向了150年前的美国。在那里，也有一群无声的同胞。作为苦力，大量华工从19世纪中叶进入美国，充当金矿矿工、铁路劳工。1865年，华人移民的人数激增至5万人，其中90%都是青年男子。同年，中央太平洋铁路公司招收了第一批50名中国劳工。看到中国人能吃苦、工资要求低，又十分顺从，这家公司便开始大量招收华人，总共有10万华工参加了美国铁路的修筑。

华人的付出，为美国铁路建设做出了巨大的贡献。他们的吃苦精神和工作水准甚至超过了爱尔兰劳工。1869年4月，一位

雇用了华人劳工的老板说，他的工人每天可以铺设10英里铁轨。另一个雇用爱尔兰劳工的老板不服气。前者就表示愿以100万美元来赌个输赢。结果，华人劳工在12小时45分钟的时间内铺完了10英里多的铁轨。

在修完铁路以后，美国人担心中国劳工抢了他们饭碗，美国开始排华。1882年通过了排华法案，将华人赶出美国。150多年过去了，这些吃苦耐劳，为美国建设做出卓越贡献的同胞却被淡忘，似乎从来没有存在过一样。张纯如为了他们，也为了她自己，写了自己的第三本书《美国华裔史录》。张纯如说，她12岁那年，一位白人同学问她，如果中国和美国发生战争，你会站在哪一边？张纯如说，到现在她也不知道该如何回答。这件事让她认识到，虽然她出生在美国，但在美国人的社会定义中，她不是美国人，而是拥有美国国籍的华人。因此，为了让人们认识到华人其实也是美国人的一部分，他们为美国的发展做出了不可磨灭的贡献，她写了这本书。

张纯如再次以irischang的身份上路了。为她的第四本书进行研究旅行。这本书主要是描述第二次世界大战期间在菲律宾巴丹半岛和日军作战的美军坦克营官兵，他们后来被日军拘禁并残忍虐待。在一次外出做调查的旅行中，张纯如身心崩溃，不得不住院，住院后她继续与忧郁症抗争。从《南京大屠杀》到她近来准备写的美国二战被俘军人受日军虐待的历史，都是尽显人性恶劣、残忍血腥的历史。这些内容也与张纯如的病因不无关联。

悲剧最终还是发生了，月9日，张纯如在加州盖洛斯自己的车内以手枪自杀身亡。在她最后给家人留下的字条中说，希望他们要记得那个没生病前的张纯如，那个“曾全心投入生活”的张纯如，那个“为事业、写作和家人献身”的张纯如。

她希望家人记住谁？究竟是张纯如还是irischang？她丢失过张纯如这个名字，她又找了回来，而且为我们找回了两段历史。但是这好像依然不是她想要的答案，她还在这世间不断找寻

找着。如今世间再没有了张纯如的身影，在她身后也无从寄托我们的哀思和感激之情。唯有风从远方吹来，也许只有在那遥远风声里，依稀还有着她的气息，还有她找寻的脚步声。

张纯如的儿子叫儿子克里斯托佛·道格拉斯，2岁零三个月。

张纯如的遗产

两位朋友：约翰·拉贝德国纳粹党员，从1937年9月开始，一直到1938年4月为止，拉贝先生被选为南京国际安全区主席，主持安全区难民的保护工作，这段时间正是南京大屠杀发生的时期。他从日军的刺刀下救下了25万中国人的生命。作为侵华日军大屠杀的见证人，他的日记详细记录了500多起惨案。

张纯如女士为撰写关于“南京大屠杀”的书收集资料，“纪念南京大屠杀受难同胞联合会”通过她与拉贝的孙女赖因哈特夫人取得联系，进行了跨越大西洋的寻觅，终于使屠城血证《拉贝日记》公诸于世，重见天日。也使得中国人民找到了这位“中国的辛德勒”。

明妮·魏特琳魏特琳女士曾经在中国担任神职人员，身后留下了一部日记。其中1937—1941年期间的日记，约占其全部日记的四分之一，详细记载了她在金陵女子学校亲见亲闻亲身经历的侵华日军南京大屠杀的罪行及在此后数年间日军在南京实施殖民统治的情况。她由于保护南京妇女免于日本侵略军的蹂躏，而为南京市民所铭记。这些日记、报告与文章等在美国耶鲁大学特藏室里沉睡多年，于1995年被张纯如女士发现，并公诸于世。

一份勇气：在伯克莱大学演讲结束后，进入提问时间。第一位发问者是一位亚洲男士，来势汹汹地一边走上前一边语带恐吓地说，他们的团体正在搜集资料，要证明张纯如书上所写所說的都是谎言。当时气氛颇为紧张，但张女士却神态自若地回覆说她欢迎任何的新的可靠的资料，又说：“寻找真

理是我感兴趣的事。”她再强调自己不是特意要为日本人抹黑，因为她深信这也是人性的问题，所有人都应该自我警惕，从历史获得教训。

一个未完成的梦想：张纯如接受记者采访时曾表示，“我认为早婚对我的事业很有帮助，这样我就将本来会花在约会和建立男女关系等上面的精力和时间，放在我的写作上。”张纯如称丈夫是自己的“最好朋友，经济筹划人，精神咨询家，按摩师”，虽然种族不同，但彼此有很多共同点。她希望将来有三个孩子。

南京感悟心得体会篇四

南京大屠杀，是一个恐怖的名字；南京大屠杀，是30万人丧命的地方；南京大屠杀，是一个由天堂变成人间地狱的地方；南京大屠杀，是每个中国人心中挥之不去的阴影；南京大屠杀——是每一个中国人都不能忘记的耻辱。今天，我读完了《南京大屠杀》这本书，南京大屠杀，使我的心情久久不能平静，我被日军如同野兽般的行为深深震撼了。

1937年12月13日，由于国民党政府的腐败无能，南京被日军占领。此后，日本法西斯分子杀人恶魔——松井石根和谷寿夫指挥日本侵略者对我国同胞进行了长达六周残忍、野蛮、令人发指的大规模屠杀。从15日开始，日军从各处搜捕来无辜的百姓、工人、和中国士兵，将其杀死。有的用机枪射死；有的用刺刀捅死；有的被活活烧死；有的被活埋。更恐怖的是，日军竟以杀人为乐，其中，有两名日军分别杀了106和105名中国人。日军无恶不作，烧毁了全市的三分之一，还把许多仓库、商店等洗劫一空。他们实行三光政策：杀光、烧光、抢光。他们以这种禽兽般的手段杀死了30多万中国人民。

读了南京大屠杀，我深刻感受到政府腐败无能和落后的无奈，只能眼睁睁的看着日本法西斯的铁蹄践踏我国土地，杀死我国百姓。但我们会从此一蹶不振吗？不！我们中华民族有着五

千年的悠久历史，有人说，我们中国就像是一头沉睡的雄狮，这头雄狮终究会迎来自己的时代，终究会崛起。如果日本侵略者认为只要杀光我们的百姓就可以让我们一蹶不振，那他们就大错特错了，这样只会激起我们的斗志，让我们更加努力的去抗争。历史已经无法抹去，每个中国人都要牢记这段屈辱的历史：政府腐败无能，国家弱小，就要被欺负。南京大屠杀是一场亘古未见. 闻所未闻的大屠杀，每一个有良知的中国人都应永远牢记这段血色历史!我们现在应该做的就是：好好学习，发愤图强，振兴中华!

读《南京大屠杀》

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

南京感悟心得体会篇五

这个寒假，我有幸前往南京旅游。南京作为中国四大古都之一，拥有丰富的历史文化底蕴，给我留下了深刻的印象。在这次旅游中，我不仅欣赏到了南京的优美风景，也体验了南京人民的热情好客，收获颇多。下面，我将简要分享我在南京的旅行感悟心得体会。

在南京旅行的第一天，我参观了紫金山，这是南京最有名的自然景观之一。登上山顶，我俯瞰着南京城的全景，美不胜收。紫金山被誉为“石头圣地”，这里矗立着一个个石刻巨大的字，形成了川流不息的“石花海”。这种独特的景观给我留下了深刻的印象，我深深地感受到了大自然的鬼斧神工。同时，伴随着微风拂面，我不禁沉浸在宁静和完美的环境中，心情愉悦，忘却烦忧，仿佛进入了一个桃源般的世外桃源。

第二天，我游览了南京博物院。这是中国最早的综合性博物馆之一，收藏了丰富的文物和艺术品。进入博物院，我仿佛穿越时空，回到了古代南京，亲眼目睹了那些曾经辉煌一时的文化遗迹。其中最打动我的是明代的武备库藏品，它们展示了当时中国强大的军事实力，让我深感国家的繁荣和昔日的辉煌。这些文物不仅代表着中国千年的文化传承，也是国家的骄傲和自豪。

在南京的第三天，我游览了珍珠泉。珍珠泉位于南京明孝陵附近，传说这个泉水是紫金山上的一颗明珠滚落而成。泉水清澈见底，用石头围成的四角泉池宛如一个巨大的碧蓝明珠。水波荡漾，闪烁着微光，犹如一颗明亮的明珠掌握在南京的心脏之中。我喝了一口泉水，感觉它清凉甘甜，仿佛可以洗净心灵的一切烦恼，使人心旷神怡。珍珠泉让我意识到，人的心灵可以像泉水一样清澈纯净，当我们心胸开阔、无所畏惧时，我们才能真正感受到内心的宁静。

在南京最后一天，我参观了中山陵。中山陵是中国近代伟大政治家孙中山先生的陵墓，也是南京的标志性建筑之一。整个景区建筑庄严肃穆，犹如一座神圣的宫殿。走进陵墓内部，我看到孙中山雕像庄重而庄严地矗立在中央，我不禁默默向他致以崇高的敬意。在中山陵，我领悟到了伟人的豪情壮志和他对国家的忠诚，这种精神激励着我在以后的日子里更加努力学习，为中华民族的繁荣和强大作出自己的贡献。

通过这次南京之行，我不仅欣赏了南京的自然风光和人文景

观，也体验到了南京人民的热情好客和深厚的文化底蕴。在这里，我感受到了大自然的美妙和神奇，认识到了中国千年的文化传承。此外，南京还让我深感自己与伟人的巨大差距，激励我立下更高的目标，为社会做出更多的贡献。总之，这次南京之行让我收获颇多，不仅丰富了我的生活经历，也对我的人生产生了积极的影响。我相信，南京的美景和深厚的历史文化底蕴将会吸引更多的人前来旅游，体验这座城市的魅力和鬼斧神工的景观。