

给青年的十二封信心得感悟(优秀5篇)

我们得到了一些心得感悟以后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样能够给人努力向前的动力。大家想知道怎样才能写得一篇好的心得感悟吗？以下我给大家整理了一些优质的心得感悟范文，希望对大家能够有所帮助。

给青年的十二封信心得感悟篇一

读过朱先生《给青年的十二封信》，我发现要让人心灵变得充实与高贵，只需将“美”融进我们的生活，潜移默化为我们精神活动的风格。下面是小编为大家整理的《给青年的十二封信》读书心得精美范文3篇，欢迎大家阅读借鉴，希望大家喜欢！

读罢朱光潜先生的《给青年的十二封信》，感触颇多，话语虽平易近人，似多年挚友的娓娓道来，却处处给人惊喜，让我有醍醐灌顶之感。众多感触不便一一道来，便选取一些印象颇深之处发表一点陋见吧。

“太贪容易，太浮浅粗疏，太不能深入，太不能耐苦，”朱光潜先生对于现代青年的毛病，曾这样慨乎言之。我深以为是。网上有一句广为流传的话是：“我不思进取，却又不甘堕落”正好处于低潮期的我感触良多。在浑浑噩噩度过了一个大一后，原本光鲜的梦想变得模糊，清晰规划好的前途开始渺茫，我渐渐坠入柔软却阴冷的泥淖，看得见光却又攀不上枝条。“愁”字漫上心头，挥之不去又不可视而不见。

但朱先生这时又恰似知道我的烦恼之处一般，谈到动静相宜的解愁之道。

“愁生于郁，解愁的方法在泄；郁由于静止，求泄的方法在动。”朱先生如是说。其实这话说的略微有些晦涩了，颇有一点

道家阴阳调和的味道在里面，但先生贴心至此，作了浅显的解释：

“如果把‘尽性’两字懂得透彻，我以为生活目的在此，生活方法也就在此。”

是的，人生解愁，不过“尽性”二字，这一点我深以为然。但是，人生约束颇多，并不是时时可尽性而为的，而愁思偏偏就生在这不得尽性之处。我如一卷洪流，却偏偏郁于一方浅潭，四周怪石林立，高山巍然，奈我如何有十八般本领也只能在这窄室中横冲直撞以泄心中怨气，久而久之便也成一汪死水。

对于这一点，朱先生又言：“假如把自己看得伟大，你对于烦恼，当有‘不屑’的看待；假如把自己看得渺小，你对于烦恼当有‘不值得’的看待。”这看似简单，做起来又谈何容易？我有七情六欲在身，四面八方的纷扰扑面而来，想要提炼出“不屑”这一情绪，非长期修炼不可得呀。而若不顾自己本来心绪强行选择“不屑”，或又徒生其他心蛊。总而言之，这条解愁之道，我还需得边行边修炼。

虽说先生的“动”我学习得颇为艰难，但对“静”却得心应手。“万物静观皆自得，四时佳兴与人同。”先生是这么说得。或许与我本身得性格有关吧，我平生最好之事，便是精致地“消磨时光”。一壶清茶，一卷诗书，一架藤椅，一帘好景，加一年数百变幻的岁月与一日更替不绝的时光，所为神仙逍遥，我怡然自得。对我而言，“静”比“动”更能纾解愁情，原是那袅娜的青烟，是可以燃尽世间纷扰繁杂的吧。

在前头我曾提到，最近由于学习之事，我有些许烦恼，而我与朱先生也在文章会友中渐渐熟识，他便在《升学》一信中告诫：“人生第一桩事是生活。我所谓‘生活’是‘享受’，是‘领略’，是‘培养生机’。假若为学问为事业而忘却生活，那种学问事业在人生中便失其真正意义与价值。”可能

我之前错误地定义了学习在人生中的位置，它是一件需要我去认真完成的事情，却不是一件务必完成的事情，我的选择取决于我的兴趣，取决于我想过怎么样的生活，而不是应该过怎样的生活。我需要对我的选择负责，而我的选择服务于我的生活，我将学习看作一种义务而将其与我的生活分割开来，那它必然成为我的负担，那我便不可能将其杰出地完成了。

论述至此，大都为鄙陋之言，观点浅薄，不曾有条理。我才疏学浅，还有很长一段路要走，但阅罢此书，我在前行路上便会多一位挚友了吧。

与此书相逢，颇有相见恨晚之意。与此书相逢，如遇一位烹茶而笑的老爷爷，能看透我的迷茫和暗伤，并对我敞开了怀抱。我庆幸，在以后的时光中，可以和他在书中饮茶谈笑，或许还可以在他怀里哭一场。更庆幸的是，经过与他隔书相望，我眼中的世界有了更多的美和角度。

这十二封信形成了完整的体系，可以分为三个层面。第一封信到第四封信为第一层面，密切围绕青年的生活所给出青年自身修养的四个建议。第二层面是第六封信到第八封信，开拓了青年思维，让他们学会用更长远的眼光看待自身发展问题。而第五封信和第九封到第十二封信为第三层面，所谈话题进一步升华和抽象，提升青年判断和领悟美的能力，帮助青年直面人生树立正确的人生观。我浅薄的认知把这十二封信分为三个层次，这或许不恰当，甚至可笑，这只是我作为一名读者自己的看法罢了。

在“谈读书”中，朱光潜先生阐述了读书的益处及其方法。中国有一句古话这样说：“活到老，学到老。”学，不仅仅依靠生活经历的积累，也需要平时多读书。在一本值得读的著作当中，我们会得到人生的新认知或者是心灵的感悟。不过总是有些人以自己很忙来为自己不能读书找一个心安理得的借口。但是，不还是有一句话这样说过：“时间就像是海

绵，挤一挤就有了。”如果不能读书的话，根本原因是自己没有决心去读书。你能否在课外读书，不是你有没有时间的问题，而是你有没有决心的问题。任何事情，只要你下定决心了，我认为都可以去付诸行动。作为青年的我们，更要养成一种读书的习惯。在书中寄托我们的情感。这样的我们，才不容易在如今这个诱惑重重的社会中迷失自我。在书中，可以保持最初的自我，不失去那份本心！

在“谈动”中，朱先生说到：“愁生于郁，解愁的方法在于泄；郁由于静止，求泄的方法在于动。”依朱先生之意，“动”不仅仅是身体上的活动，它更多的代表了一份生机。每个忧郁的人必定是那种没有生机的人。而那些整天生机勃勃的人，他们忧愁的时间肯定不多。因为他们有所发泄。对于青年的我们而言，应该是要充满生机的面对每一天。

在谈“静”中，朱先生指出人生乐趣的一半得之于活动，也还有一半得之于感受。“静”是指心灵的空灵。唯有做到心灵的空灵，才能在这嘈杂的世界中去领略，去感悟。现代生活忙碌，而青年人又多浮躁。所以在忙里偶然偷闲，闲中偶然觅静，于身于心，都有极大裨益。

在谈“升学与选课”中，朱先生谈到中国大学的现状，一味的追求名气，却忽略了它的教育。导致了学生的能力越来越不足。所以，我们不要一味的只追求学校的名声，而忽略了我们进入学校的真正目的。而在面对选课的时候，大家都为了去适应社会需要，而放弃了自己的乐趣。可是朱先生却通过这封信告诉大家，只有符合了自己的兴趣，才能充分发挥自己的聪明才智。他还强调人生的第一件事应该是享受生活，其次才是事业。假若为了事业而忘却生活，那么事业在人生中便失去了其真正的意义与价值。

在谈“写作”中，朱先生说过读书只是一步预备的功夫，真正的学作文，还要特别注意写生。先从描写文和记叙文写起，再转到议论文中。在写作时要谨慎，细斟慢酌。每一个字都

要细细的推敲。

在谈“情与理”中，朱先生进行了一种辩论，我们的生活到底是应该受理智支配，还是受感情支配。最后得出的结论是理智不是万能的，感情也不是。纯粹理智的生活是狭隘的，也是冷酷的，恨刻薄寡恩的。生活不可能完全的理智下去。理智的生活只是片面的生活。理智没有多大能力去支配情感。所以一个正常的生活是理智和感情并存的。

在书中第一封信就是谈读书。书是读不尽的，就读尽也毫无意义，许多书没有一读的价值。你多读一本没有价值的书，便丧失读一本有价值的书的时间和精力。你与其读千卷万卷的诗集，不如读一部《国风》或《古诗十九首》。你与其读千卷万卷谈希腊哲学的书籍，不如读一本柏拉图的《理想国》。朱老在这封信中并未给出当代青年应当读的书籍，要知道读书就像探险，不能全靠别人去指导，要自己费些功夫去搜求。在探险中，你就会知道，哪些书是真正适合自己。

朱老以一个长者的身份也提出了关于读书的方法。第一，凡值得读的书至少须读两遍。第一遍须快读，整体把握文章主旨和特色；第二遍，以批判的态度衡量书的内容。第二，读书笔记，记下精彩的部分和你的意见。记笔记不仅可帮助记下精彩的内容，还可逼你仔细，逼你思考。医学学习固然繁而杂，甚至周围不少同学放弃阅读。但，仍有不少时间也可以挤出来。最后，希望自己忙里偷闲，成为一个有智慧的人。

有两封信变成为对我感触最大的两封信。一封为《谈动》，一封为《谈摆脱》。《谈动》中，我懂得了，动的生机所带来的舒畅，排解了莫名的感伤。第十封信《谈摆脱》则一针见血的点出人生的悲剧在于摆脱不了，没有勇气和魄力去做自己想做的事，也没有勇气和魄力拒绝做自己不想做的事。这两封封信是朱爷爷用来解脱万千青年的伤感和悲剧的。莫名的伤感并非无状，而是生机被抑郁。生机重在动，多读书，多做运动，在其中体会动的生机和舒畅。抑郁和闲愁最苦都

是情绪不泄反堵的表现。舒畅自然是好，抑郁了又何妨？又何须遮掩，发泄疏导出来，动起来，自会洒脱舒畅。在情感上疏通后，再谈摆脱就再合适不过了。《谈摆脱》是朱爷爷读黑格尔讨论悲剧的文章时所阐发的感想，得出了悲剧都出生于两理想间的冲突的结论。如一个人不爱自己的工作，但又不敢辞职，尽管每天嚷嚷着要辞职，于是他每天活在痛苦中。这恰如现在的我，畏首畏尾，徘徊歧路。朱爷爷及时提醒了我，认准自己的目标，专注而又大胆的去追，舍弃旁枝末节。他让我从悲剧与自怨自艾中醒悟。

这十二封信虽短，却意味无穷。我一读再读，看不透纸上浅薄的文字中所描绘的巨大的人生和世界。我一读再读，不断的去追寻字里行间另一个世界。

“我有两种看待人生的方法。在第一种方法里，我把我自己摆在前台，和世界一切人和物在一块玩把戏；在第二种方法里，我把我自己摆在后台，袖手看旁人在那儿装腔作势。”书中，朱光潜老先生如是说。

人生在世，快乐最重要。人类比其他物类痛苦，就因为人类把自己看得比其他物类重要。人类中有一部分人比其余的人苦痛，就因为这一部分人把自己比其余的人看得重要。

其实，仔细体会身边的一草一木，一花一叶，都能带给我们最纯真的快乐。心中平静喜悦，无论是仰望星空，还是低头赏花，是临水观鱼，还是听风赏雨，都是其乐无穷。

释迦牟尼佛有一次在一个风景优美的地方，感慨地说：“风景这么优美的地方，如果盖一座佛堂就好了”。天帝随手摘了一株草插在地上，说：“世尊，佛堂盖好了”，佛陀开心地说：“善哉，善哉”。

在佛陀的心里，每一个好的地方，好的心情，好的希望，都是佛堂。我们也应该时时不忘建造自己心中的佛堂。

有些人终其一生都在追求功成名就，荣华富贵，以为拥有至高无上的权力和无穷无尽的财富，自己才能获得快乐，才能给别人带来快乐。他们会对心爱的人信誓旦旦地说：“待我君临天下，许你四海为家。待我功成名达，许你花前月下。待我名满华夏，许你放歌纵马。待我高头大马，许你嫁衣红霞。待我富贵荣华，许你十里桃花”。金榜题名时，洞房花烛夜，他乡遇故知，久旱逢甘雨，被称为人生四大喜事，但它们带给我们的快乐，在漫长的人生中也显得很短暂，也只能带给我们一时的快乐。我们只有在自己的内心才能找到永恒的快乐。

在世上，我们每一个人都像一朵花，有的人花朵凋谢以后，会结出丰硕的果实，名利俱收，收获颇丰。有的人只会开花不会结果，一辈子没有做出什么惊天动地的大事，只是平平淡淡的走完一生。大多数人都是在过着平淡的生活。即使如此，我们也要努力绽放，盛开出最美的姿态，散发醉人的芳香，芬芳自己，芬芳他人，芬芳世界。

笛卡儿说：“我思故我在。”我敬畏哲人的话，由此我成了习惯思索的人。我知道，思索是艰难的。但我后来发现，要使自己快乐起来，那是更艰难的事情。

很多时候，我突然会问自己，我快乐吗？我为什么不快乐？这时我才惊异地发现，自己一直生活在阴影之中。多年来，挫折一直如影随形地跟着我，沉重感压得我喘不过气来。世俗中的艰辛我都经历过了，世俗中的幸福却往往与我擦肩而过。尽管我不是个非常功利的人，但我也会感到懊丧与无助。也曾用“我曾为没鞋穿而痛苦，直至我在街上看到没有脚的人”这样的句子来自慰，但终究无法走出痛楚的樊篱。为什么会如此痛楚，是困于情、困于物，还是困于名利？我在认真地思考。我终于发现，我内心其实一直潜藏着一种可怕的虚荣。多年来经受过的挫折其实是不必介怀的，因为我们毕竟挺过来了，以后的路还得往下走。重要的是活着。面对世俗中的很多眼睛，其实也不必太在乎。因为，我们不是为别人

而活，我们不能生存在别人的唾沫星子里，我们要活出自己的个性，过自己想过的生活，做自己想做的人。重要的是要心存善念，在自己生存的有限时空里，做更多的事，做一些于人于己于社会有益的事，那也就无憾了。

像庄子所说，它们“诱然皆生，而不知其所以生；同焉皆得，而不知其所以得。”它们时而庆天跃渊，欣欣向荣，时而含葩敛翅，晏然蛰处，都顺着自然所赋予的那一副本性。人们应该如何生活才好呢？我说，就顺着自然所给的本性生活着，像草木虫鱼一样。你如果问我，人们生活在这幻变无常的世相中究竟为着什么？我说，生活就是为着生活，别无其他目的。你如果向我埋怨天公说，人生是多么苦恼呵！我说，人们并非生在这个世界上来享幸福的，所以那并不算奇怪。

其实，我们所居的世界是最完美的，就因为它是最不完美的。这话表面看来，不通已极。但是实含有至理。假如世界是完美的，人类所过的生活比好一点，是神仙的生活，比坏一点，就是猪的生活便呆板单调已极，因为倘若件件事都尽美尽善了，自然没有希望发生，更没有努力奋斗的必要。人生最可乐的就是活动所生的感觉，就是奋斗成功而得的快慰。世界既完美，我们如何能尝创造成功的快慰了这个世界之所以美满，就在有缺陷，就在有希望的机会，有想象的田地。换句话说，世界有缺陷，可能性才大。”

给青年的十二封信心得感悟篇二

这本书中“谈读书”这一部分里的第一段就给了我当头一棒，是我真的没有时间，还是我没有决心。有了决心，那么很多事情就自然得多了，有了决心，那么你就会把读书当成你生活的一部分，有了决心，那么你就能每天坚持了。现在终于知道我为什么减不下肥来了，原来是我没有下定要减肥的决心，也没有拿出要减肥的魄力，更没有做到所谓的坚持。

“你如果没有一种正常的嗜好，没有一种在闲暇时可以寄托你的心神的東西，将来离开学校去做事，说不定要被恶习惯引诱”，原来平时老是觉得无聊的时候，漫无目的地看着网络的各种是是非非时，也可以把这种漫无目的转变为自己的饶有兴趣。人的心智空间是一定的，如果被你正常的嗜好占满了，那么你就不会被不良嗜好所影响。如果说我现在还不清楚自己所希望的正常嗜好是什么，也不知道用什么来打发自己的闲暇时间，那么就用用心思考一下吧，或者追求自己所喜欢的东西。当然我们平时所能做到的便是如此，总是有各种大理想，大的抱负，但是扪心自问，这些都只是空口而谈，真正能落到实处的又有哪些呢？可能这个问题又回归到了其所说的决心问题上吧。

读到一谈读书，觉得文字颇好理解，并且都会有上句话的解释，这对于我这种头脑简单的人来说真是一件有益的事情，而后读到二谈动，同样的感觉，特别是谈谈笑笑，跑跑跳跳，多么朴实的语言，没有太多的装饰，现在一谈到好文章，便是文采较好，用字谨慎云云，其实对于我个人还是喜欢这种一说到到底的文章，一遍读过，便能明白作者的真正含义，不需要像散文那样来回斟酌了，不过或许正是如此才显示出了中国文字的精神吧。

虽然这十二封信我没有完全读完，但是我会利用接下来的时间慢慢读得，虽然里面有些章节感觉可能不太适合现在的步调，但是事物都是相通的，都会或多或少能从中得到你所想要的东西，得到你所希望领悟的精华。也希望群里的朋友们能利用空闲时间认真地读读这十二封信，不是希望你们来完成某些任务，而只是希望你能从中发现某一个触动你内心深处的句子足已。

给青年的十二封信心得感悟篇三

花开花落，云卷云舒，时间在四季的变换中悄然逝去。

无知无觉间，我也步入了一个新的阶段——青年。这个词汇与我而言似乎陌生却又熟稔，仿佛是本就扎根于内心，时机到了，他就自然而然的出来了。青年或是对无忧童年说的一声再见，亦或是对成长与责任的呼唤。

对此，我有迷茫，有疑惑。我不知成为青年的我将如何自处，更不知道成为青年要面临的是什么。我也未曾细想，直到我看到了这一本令我心中一震的书——《给青年的十二封信》。我喜欢他简约的封面，给人干练安心的感觉。

习惯于先看目录，入眼第一章节就是读书。没错，读书确为重中之重。

翻开书就极为喜欢他的文风，亲切可感，无说教与高高在上之意。

身为一个中学生，我基本不花时间在课外阅读之上，因为满心觉得如此厚重的教科书与教辅已足以满足我的内心世界。也常以中学课业繁重为理由逃避课外的阅读，朱光潜先生一针见血的戳破了我这自欺欺人的想法。的确，时间是挤出来的，有心怎样都能读。各类教科书巩固基础知识，教给我们学识上的知识，而课外书则能教会我们做人。在校园的象牙塔内，我们无法感知社会，学会相处之道，谈论之宜。在课外书的世界里，或许是另一番世界，感受你所从未感受的，以他人之经历充实个人之生活，岂不妙哉！

动与静，情与理，讲求的也不过是中庸之道罢了。

烦恼从何而来，无人能道清，只知静时平添烦恼，许是庸人自扰罢了。闲愁，闲愁，闲而愁，动时愁或消。朱光潜先生的“尽兴”二字也是刻进了心里，生活目的，生活方式皆在此二字里。静，是一种修养，在浮世中略静，在闹中觅静。不必大动，无需过静，做一个有趣味的人，感知自然，感知身边的人，做一个遭人喜爱的人。论静，论动，不过都是一种

生活方式罢了。

情与理之间总有一个平衡。身为青年的我也不能苛刻的要求自己过于理性，毕竟人是一种拥有情感喜怒的生物。过于理性未免太过于不近人情，理性的生活是片面的`生活，以理智支配情感，无疑是一种最差的生活方式。理性的判断，加之感性的调剂才是值得的生活。理胜于情，情过于理，倒是印证了孔夫子的过犹不及。中庸实为最佳！

很庆幸，在茫茫书海中我能选择它，给我的将不只是迷途中有了方向，黑暗中有了闪光，更是一种心灵的震撼。

西天漫漫，人海茫茫，做最好的自己……

给青年的十二封信心得感悟篇四

我喜欢读《简·爱》，因为书没读到一半，我就被主人公简爱的矢志不渝的精神和平凡人身上少有的一种人格魅力深深地吸引了。

自幼失去双亲的疼爱，还经常受到收养她的舅妈及其子女的歧视与虐待的简爱能如此顽强独立地生活着。而我呢，爸爸妈妈捧在手里怕摔着，含在嘴里怕化了，养成了我的任性，不知足。每次爸爸说我两句我就不高兴，虽然我知道他是为我好，可我总觉得他是在鸡蛋里头挑骨头。读着简爱悲惨的童年生活，再联想到自己对父亲的态度，我便会想简爱一定在想如果她有爸爸，做错了事的时候能聆听到爸爸的教诲，该多好呀！所以，我决定以后要加倍珍惜这份父爱。

简爱有一种面对困难时坚强不屈的精神，这是我远不如她的地方。我一直觉得自己数学成绩差，每次遇到不会做的数学题第一反应就是问父母，从来没有想过自己独立解决。有次遇到一道这样的题目： $\text{华氏温度} = \text{摄氏温度} \times 1.8 + 3.2$ ，当时我看到题目的第一眼觉得它很复杂，想都没想直接喊：妈

妈妈。听了妈妈的分析，我才发现这道题其实很简单。我就是没有简爱那种面对困难时坚强不屈的精神。我想，以后，我再遇到困难，我会从哪里跌倒的，再从哪里爬起来。

所以，我要感谢《简·爱》这本书，它让我明白了许多人生道理：不管遇到什么挫折，只要勇敢去面对，坚持不懈，才有成功的希望！

给青年的十二封信心得感悟篇五

“人类学问逐天进步不止，你不努力跟着跑，便落伍退后。”当我看到朱光潜写了这么一句话时，我便知道“学问之海无涯无际。”便对这本书产生了兴趣。

《给青年的十二封信》是朱光潜先生在20世纪20年代留学英国期间，专门写给中学生的、以书信的形式，每次探讨一个话题，探讨读书、习俗、革新、道德、升学与专业、参与社会运动以及人生烦恼与乐趣等。作者娓娓地谈论了自己的观点，给青少年以世界观、人生观和价值观方面的指引。

作者在《谈在露浮尔宫所得的一个感想》中所谈论的一个深刻的道理，我认为在当今是非常适合的。随着科学技术的发展，人们过分推崇效率，做事难免轻浮粗率，所以难以做出艰苦卓绝的成就。这是一种十分可怕的现象，希望我们青少年能够正确看待效率，做一个沉稳而不浮躁的人。

其中最令我受益的是《谈动》《谈静》这两篇文章。这两篇文章中，作者道出了动与静的好处。他说，动是人的一种天性，人需要顺从这种天性，心中的烦恼才得与宣泄，人才会感到快乐；静即静下心来感受，沉下浮躁的心，它能沉淀人的各种繁杂的思绪，过滤人的心情，让人感受到静中趣味。以前，我们总是被要求运动，理由是运动可以强身健体；总是被批评不能安静下来，理由是临近才能修身致远。于是我们开始讨厌课间十分钟的体操，又不能忍耐课上四十五分钟

专心听课。我们开始逃避，当我们需要安静下来学习时，我们心里经常充斥着各种想法，变得烦恼重重，丝毫不得安宁。我认为，当我们明白动与静的深刻含义，我们应弄清楚什么时候该动，什么时候该静。相反，我们既没办法把自己的身体锻炼好，又没办法让自己的成绩和学习搞好，反而还会变得消极低落、暮气沉沉，在我们最美好的青春年华里失去本该有的热情与活力。

在当今社会，我们面对人生歧路时，我们不要一味地徘徊、顾虑，我们要学会摆脱得开，认定一个目标后，专心致志地向那里走，将其余一切置之度外。

十二封信如碗圣水般洗涤我们浮躁的心，无论是读书、静动、选择，亦或是亲情、友情、爱情，给我们的不是直接告诉我们应该如何处理，而是用渊博的知识，一位长者的口吻，引发着我们的思考。这不禁让我想起了一位作家刘同，用他亲生的经历，引发着每个共鸣器发出自己声波；用他奋斗的经历述说着，只要努力就有希望。他曾经说道：现在的学生，特别希望有人能告诉自己一个如何能够快速成功的方法，越来越焦急，可大多数只停留说，远离了做。

世界完美之处，便在于它的不完美，有缺陷方才有可能。成长的路上，不完美的我们总会被弄得遍体鳞伤，缺陷满满。直到后来，你才会发现，那些受伤的地方早已长成我们身上最“硬”的铠甲，为我们披荆斩棘，找到属于自己的答案！

给青年的十二封信的读后感

给青年的十二封信的读书心得

本文来源：