

# 活着读书心得与体会(优质5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 活着读书心得与体会篇一

再次翻开《活着》在大二时就已经读过一遍，因为时间间隔有点长，只是大概记得故事的结局，而情境忘的差不多了。今天又读了一遍，不由感慨：好的作品读多少遍都不为过！

“二喜，有庆不偷懒；家珍，凤霞耕得好；苦根也行啊。”这句话总是萦绕在我的耳旁，所有的这些名字，这些人物，都让我觉得是活生生的。也许是从小在农村长大，对于书中描绘的场景都觉得那样地熟悉，他们的形象似乎都可以在我的生活中找到代言人。小时候，不明白那些在地里劳作的老者，为什么对着一头不言不语的老黄牛喋喋不休；小时候，也有很多像有庆一样的玩伴；小时候，也见到像凤霞一样的姐姐以及家珍一样的女人；小时候，也取笑过像二喜一样的女婿……一切都那么的亲切，所有的人都那么的生动，他们的故事，平凡而感人，琐碎而深刻。

这部作品不仅让我对人生有了一个思考，而且让我有决心去改变自己的一些不足和缺点。步入研究生生活已近两个多月了，常常都觉得很累、很悲观。现在想想自己在过去那两个月做了些什么，真觉得不值一提，每天似乎忙忙碌碌，却忘记自己要追寻的是什么；每天都觉得压力很大，却不知道为何要让自己活在不该有的压力之下。时常抱怨、时常抑郁、时常烦躁……我发现自己一直在追寻着什么，我总是拼命跑、拼命追，忽视了一路上的所有风景！细细想想这二十几年来，

我好像一直是父母长辈眼中的好孩子，上小学时就知道我要进县里最好的中学、上初中就知道要考重点高中、上高中知道自己一定要考上大学、大学呢？发现自己学的东西太少，所以决心要继续深造。

## 活着读书心得与体会篇二

“人是为了活着本身而活着，而不是为了活着之外的任何事物而活着。”这是来自《活着》这本经典作品里的话。从这两句话里，我似乎读到了一个有着倔强、麻木性格的人内心的无奈。

透过这两句话，我能感受到这个人对生活的希望一点点被时间和现实所剥夺，他是一个满是伤痕的人。在面对现实这个怪物面前，他无疑是懦弱的败将，但在一次次跌倒、爬起、再跌倒、再挣扎的中，他变得比最初更加成熟，他也更加清楚自己所拥有的一切都会是过往云烟，包括虚名、钱财、甚至是刻骨铭心的爱情、血浓于水的亲情、两肋插刀的友情。也许这样很残酷，也许这只是福贵的绝望、也许这只是那个时代产物，但是这却深深地扎进了读者的心，让读者看到生活这两字之于福贵来说就是一种习惯而已，只要这世界能给他一片生存的空间、一口空气、一滴水，他便就可以这样苟且地活下去。他不为任何人、任何事，只想顶着这副皮囊任现实的鞭子抽打，尽管鲜红的血液止不住地从血管流出，他也不想理，更不想睁开眼睛一瞥。

“可是我再也没遇到一个像福贵这样令我难忘的人了，对自己的经历如此清楚，又能如此精彩地讲述自己。他是那种能够看到自己过去模样的人，他可以准确地看到自己年轻时走路的姿态，甚至可以看到自己是如何衰老的。这样的老人在乡间实在难以遇上，也许是困苦的生活损坏了他们的记忆，面对往事他们通常显得木讷，常常以不知所措的微笑搪塞过去。他们对自己的经历缺乏热情，仿佛是道听途说般地只记得零星几点，即便是这零星几点也都是自身之外的记忆，用

一、两句话表达了他们所认为的一切。”好像身边的老人看上去也是这样的平静，对于生命旅程中的一切他们都变现得很平淡，即使是轰轰烈烈的爱情、举世无双的功成名就、动人心魄的豪言壮语也不能勾起内心的一丝涟漪。也许在偏理性的人眼里，这是长大的标志、这是思想成熟的标志。可这样一个对喜怒哀乐都没有知觉的人不应该很可怕吗？可这样一个被岁月剥脱了激情的人的生活不应该很单调吗？可这样一个把生活当做习惯的人不应该很可怜吗？他之于生活就像是一块寒冰，而生活之于他就像是多点了的一道菜，吃不吃都无所谓，只是到收银台时会多拿一点的钱。

余华在《活着》这本书里，用了一生的时间让主人公福贵一点点沉沦。年少的福贵只是养尊处优、无所事事，对这个社会还是存在一点点期待。可当他的家族破产，他被强制安排到军队里，他的母亲和爱人一点点远离他的生活，他的儿子和女儿被现实折磨得满是伤痕时，他不知道自己到底为何要活下去，他不知道为何这一切的不幸都是发生在周围最亲最爱的人身上而不是自己，要知道他们都是没有一点罪恶的人呀，错的人是他，该被上帝带走的人也是他。

在庸俗的人眼里，死亡是最可怕的一件事情，可在余华的眼里，的痛苦不是拿走这个人的生命，而是折磨他，让他在无尽的悔恨、无尽的悲伤中苟且地活着。在《活着》这一本小说中，余华就这样给福贵安排一场悲剧接着一场的悲剧，他要让这个不珍惜生活的人被生活蹂躏到连哭都难。他要福贵看着一幕幕亲人死亡的惨象，他要让福贵明白在现实面前他是多么无能无力，他要让福贵连在睡觉时都被这样的噩梦惊醒。在小说的结局，余华还安排了一个更加残忍的剧情，他连福贵生活中的希望也给剥夺了。苦根是福贵在这世上最后的亲人，是福贵对未来的一种期盼，但作者却滑稽地安排了他的死亡。苦根，他是纯洁的，似乎和这个世界无怨无仇，可最后被安排撑死了。余华彻彻底底地毁掉了这个叫福贵的人，对他的可怜是让他继续苟且活着。到最后的最后，福贵只剩下年老的自己和一头老牛。

除了余华的《活着》，还有很多类似的作品，那些作者都在用手中的笔写下生活的可怕、战争岁月的艰难。在看《活着》这本小说和电影时，我感到很压抑。我想任何一个人在看着一幕幕死亡场景时，都会觉得心在一点点被撕扯，都会感到有一种侵入五脏六腑的寒冷，甚至会害怕自己也成为了现实版的福贵吧！福贵的悲剧并不是特殊的，在看了巴金的《寒夜》之后我便更是这样觉得，巴金以一家四口的在战火纷飞的破裂来反映主题，给人的感觉很亲近，表现得也很自然。汪文宣和曾树生相遇在寒夜的薄雾中，他们的离别、各自的结局也在这样一个寒夜。汪文宣和曾树生曾经对生活充满着期待，他们的理想是办一所学校，可以在教堂里把自己的知识传递给一个个渴望学习的青年，可在战争年代这样的生活就是妄想，那黑暗的时代嫉妒他们身上的光，所以它便露出獠牙嚼碎了这样的梦想，而《活着》也是这样在把幸福毁灭给我们看。

余华是成功的！他笔下的福贵生动了演绎了一场生命的悲歌，现实摧毁人性的好戏。同时他也惊醒了一些把活着视为习惯的人，他提醒着一代又一代的年轻人要倔强地、有意义地活下去。

### 活着读书心得与体会篇三

“活着就是要修炼自己的灵魂，在死去的一刹那能够无怨无悔，能够为社会有所贡献”稻盛和夫所讲的道理，简单明白。但就是这些简单的道理，在作者的人生道路上发挥出了巨大的作用。

稻盛和夫认为，成功的人生应该是：本着不违反人类基本普世伦理、利他主义的简单原则，以像对待恋人般对待工作，有着强烈到遍布全身的渴望，凡事高标准、严要求，追求卓越，精益求精，大胆思考，小心准备，不轻言放弃，以百分之百的认真身体力行，凭着一股傻劲儿去迎接困难和挑战，珍惜和把握每一个现在，持续地积累蓄势，最终化腐朽为神奇，

化平凡为非凡。

简单，也是我信奉的处事原则。从小接受的家庭教育，“不给别人带来麻烦”成为我的基本人生准则。这个准则对我的影响，可以说利弊参半。

“不给别人带来麻烦”，让我时时处处考虑他人感受，能够设身处地为他人考虑，换位思考，不给他人带来相处上的不适。但同是这一点，也让我常常做事思前想后，因为太多的顾虑而错失良机甚至止步不前。现在想来，其实我仍没有做到“简单”。

为他人着想是应该提倡的，“予人玫瑰，手有余香”，也符合和谐的本质；但事事瞻前顾后，考虑太多，就背离了简单的本质。其实，本着遵规守法、利他利己、和谐共赢的原则，每天踏踏实实去努力，每天把自己分内的事情做好，每天比前一天前进一点点，日积跬步，终致千里。

相信我们每一个人都不缺乏努力拼搏、奋斗的精神，但又有多少人能够做到坚持呢？坚持，是这个世界上最简单的事情，同时也是这个世界上最困难的事情。

就拿每天坚持跑步这件事情来说，说它简单是因为你只要穿好运动服出去就可以了，没有人会阻止你；说它困难是因为真的很难做到每天如此，几十年如一日，世界上绝大多数人都做不到。

成功是很简单的，而简单却是不容易坚持的，不容易做到的。稻盛和夫如此推崇简单，因为简单里面，孕育着成功。

## 活着读书心得与体会篇四

第一次接触余华的《活着》应该是大二下学期，那是我刚接触文学作品，刚开始是当做小说阅读，慢慢的，我才真正意

识到，为什么这个叫做文学作品，可以放在图书馆，而不是像路边厚厚的小说，只能供人翻阅，上不了大雅之堂。

确实，看完这本书，让我重新思考人生。读到书中福贵悲惨的故事，我也情不自禁会流泪。主人翁的故事是一个悲剧结尾，看似离奇，稀有，却映照出现实生活中很多执迷不悟人的命运。

福贵是幸运的，一出生就有一个好爹，不缺吃不缺穿，家庭富裕，有钱有女人，人人追捧。吃的是山珍海味，穿的是绫罗绸缎，可是幸运永远是短暂的，尤其是这种幸运不是自己争取而来的时候。

福贵是悲惨的，先是豪赌输掉家业，随后爹被气死，娘病死，随后几年，儿子献血死了、老婆软骨病死了、女儿大出血死了、女婿泥块压死了，甚至连唯一的外孙子也是因为饿的太狠，撑死了。所有死法几乎都让福贵一个人遇到了，到头来，孤独一人，与一头年迈老牛相依为命。

听起来是一个悲惨的故事，我甚至怀疑作者心里阴暗，为什么把故事写的如此悲惨，命运如此残酷，竟在主人翁福贵年迈，已经反省之后，唯一外孙还是死了。让我感叹人生不易，世事难料，福无双降祸不单行，一步错，步步错。

但可怜之人，必有可悲之处，福贵的悲惨终究还是从年少的纨绔败家开始，从气死他爹这个大逆不道的行为开始，就注定他人生的命运之悲惨。时间不会倒流，有些事情注定不可改变，虽然，福贵之后醒悟过来，可为时已晚，唯一的财产已经被抵押，自己又没有本事，只能任人摆布。

福贵的错，如果只是由他自己来承担，倒还没什么，可，事实往往是，祸及家人，老婆、孩子、甚至孩子的孩子，都陷入深深的厄运。即使到最后福贵极力挽回，为保护家人做了很多牺牲，可已经有心无力，再也回不去，大好光阴已经失

去，只能听从命运安排。

这或许是主人翁的悲哀，也或许是那个时代的悲伤。福贵作为一个男人，始终没能尽一个男人最大的能量去保护家人，始终让我耿耿于怀。

但，福贵也是幸运和幸福的，福贵身边的人没有一个因为他的败家和纨绔而离开他，仍然不离不弃，他的老婆家珍，甚至在福贵落魄的时候，坚决抛弃富裕的家庭生活，回到他的身边，为他生儿育女。福贵也没有让家珍失望，努力改变，勉强过上了几年幸福生活，可谓也经历了人间稀有的真情和温情。

直到故事结尾，福贵已经年近迟暮，仍然乐观积极。尝尽人家富庶，也尝尽人家悲惨，福贵一生可谓大起大落，家人一个个随之而去的打击，让他彻底意识到人生无非就是为了平平淡淡的活着，已经没有任何牵挂。

正像文章所写：“少年去游荡，中年想掘藏，老年做和尚。”

人生不过是下山上山，平平淡淡才是真。

## 活着读书心得与体会篇五

“这辈子想起来就这样过来了，过得平平常常，我爹指望我光宗耀祖他算是看错人了，我啊就这样的命。年轻的时候靠祖上留下的钱风光了一阵子到头来命都差点丢了。做人还是平常点好，争这个争那个，争来争去赔了自己的命。像我这样说起来是越混越没出息可寿命长，我认识的人一个挨着一个死去我还活着。”

——余华《活着》

《活着》是一篇读来让人感到沉重的小说，那种翻开书页的不忍，那种合上书本后的隐隐不快，我很想知道一个人需要怎样的信念和意志力，才能支撑他在遭遇到一连串的打击后还能顽强的活下去。家道中落的悲哀，失去双亲的痛楚，白发人送黑发人的打击，终于的落单与那头老牛，孤苦伶仃的日子里，回首曾经，他需要多大的勇气。“以笑的方式哭，在死亡的伴随下活着。”福贵是生者的赞誉或是悲哀，之于他我更多的是同情却又不得不为他的淡然而心生丝丝敬意——他用平静的面容掩饰着他内心的波涛汹涌。他用他的一生告诉我：平淡是福，活着真好。

是呀活着真好，更何况是活在幸福当中。一直以来我都是个平凡的女孩，平凡的家世，平凡的样貌，平凡的日子波澜不惊，也曾幻想过不平凡，也曾希望自己的日子能过的轰轰烈烈，然而父母告诉我，平凡点好，平凡了就会淡然，就会宠辱不惊学会独立学会坚强；老师说平凡好，平凡了就能一心一意的读书，平凡了才能在一派浮躁中沉淀、成长；朋友亦说，平凡好平凡了就能每天都开心得没心没肺。平凡好吗？我对着镜子问那满镜的平凡，镜子里的朦胧玻璃后的水银说，平凡好，平凡自己成就了别人是一种幸福。

于是某天，在那窄窄的阁楼，我在散发微微霉气的书架上寻觅的时候，那本薄薄的小书兀自闯入我的镜片，泛黄的书页，向我倾诉着它的不简单，那个叫做余华的人，用一种近乎冰冷的笔调娓娓叙说一些其实正常却也不正常的故事，福贵于是闯进了我的生活，情绪在那娓娓叙说的过程中起了涟漪，《活着》就是这样，用一种渗透的表现手法完成的一次对生命意义的哲学追问。纵使余华不是一个擅于煽情的作家，然而与平常之处的发掘，那漫不经心的笔触却直击读者的心灵。

人之处总是单纯得像杯白开水，那时候的自己不知道什么是平凡什么是轰烈，那时的自己做任何事情都没有强烈的目的，也许是一时的好奇也许是一时的氛围让自己有了瞬时的冲动。于是，那个时候的自己总与“半途而废”相伴，也总会为了

搭几块积木而拒绝吃饭——这一切，全看兴趣的大小。在现在看来小时候的行为是那么的脆弱，因为背后支撑这一行为的唯有兴趣，全没有什么“崇高的信仰”抑或“理想”。然而那个时候的自己也从不会迷茫不会对自己的生命感慨万千，于是，那时的生命也是最有韧性的——活着，仅仅是为了活着。

很多时候，远离亲人远离朋友的日子里，感觉幸福一下子远行，孤独与寂寞，伤心与难过，许许多多的想法在夜深人静的时候袭来，有过快乐的忧伤，也有忧伤的绝望，扬起的嘴角，是那么的倔强，没有泪水没有过多的话语，只有心痛。一个人的坚强，那种超负荷的难捱只有自己才能体会。然而所有的悲观在遭遇到福贵时变得一文不值，所有的失落在遇上福贵时变成了有幸。我不是不快乐，而是还没有适应快乐。所以如果有幸我要自己承担安慰有时候捉襟见肘，自己不坚强也要打着坚强，还没有衣不蔽体食不果腹，我没有资格难过，我还可以把快乐写得源远流长。

好好享受每一天的点滴，好好活着，为了自己也为了关心自己的人，为了这更长更远的明天好好活着。