

2023年灵魂读后感悟(优质9篇)

心中有不少心得感悟时，不如来好好地做个总结，写一篇心得感悟，如此可以一直更新迭代自己的想法。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得感悟吗？以下是小编帮大家整理的心得感悟范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

灵魂读后感悟篇一

《星光下的灵魂》文字风格，细腻温暖，把深刻的道理缓缓地讲出来，如水在心上流过，洗去烦恼与不快；又像和风吹过，凉凉透透里带走了我们的烦忧。

假期时间读了毕淑敏老师的一本新的散文。

我们首先来聊一聊作者毕淑敏。

对于毕淑敏这位作家估计您一定很陌生，那么电视剧《红处方》、《血玲珑》您一定不陌生吧，原著就是她。

毕淑敏真正取得全国性声誉是在短篇小说《预约死亡》发表后，这篇作品被誉为是“新体验小说”的代表作，它以作者在临终关怀医院的亲历为素材，对面对死亡的当事者及其身边人的内心进行了探索，十分精彩。

建议您有时间的时候买来看一看获得另一种人生体验。

这是我特别喜欢的一位当代作家，我喜欢她的经历，她的职业。

她曾在海拔5000于米的西藏高原阿里当兵，在苍茫的高原上，她亲眼看到一些年轻人为了祖国的安全富强而永远长眠在冰

层中的悲壮。

得过面瘫，考过博士，当过医生，现在是一位心理学医生和作家。

我更敬佩她没有被生活打败不断随着生活收获着。

王蒙老师这样评价她：她还是那么样的正常、善良，即使是写小说也没有忘记他的医生治病救人的宗旨普度众生的宏远，苦口婆心的耐性，有条不紊的规章和清澈如水的医心，她有一种把对人人关怀和热情悲悯化为冷静的处方集道德文学科学与一体的思维方式，写作方式。

现在我们来聊聊这本书，比起她的小说，这本散文是不好抓到重点的，还是偏向心理学。

定力不佳或许看不进去呢，若不是常看她的书定会觉得洋洋洒洒其实不然，她的笔触很细腻流畅与。

这本书也是一样，这里有她作为心理医生治愈病人的感触，这里有旅游时的随笔，还有心理学名家的理解与思考。

如果您想拜读这本书我建议你看“美”“爱”“快感”“苦难”这四章。

我喜欢““苦难”里面女兵们在高原上用黄连做的一个试验。

(具体的过程请您亲自去书中寻觅吧。)生活如黄连般苦，可它竟是治病的良药，多么矛盾的事实，可是生活就是这样当它给你一味苦药的时候既定治好你的痛，看来苦能治痛。

毕老师告诉我们世间苦有千万种，千万不要碾碎再细细品味，撇帚自珍地长久回味。

这个社会有太多的人，习惯珍藏苦难，甚至以此自傲自虐。

这种对苦难的持久迷恋和品尝会毒化你的感官，会损伤你对美好生活的精细体察，还会让你其实没有经历过苦难的人，这些就是苦难的副作用。

我还就真是那种把黄连细细碾碎慢慢回味的自虐患者，并且以此自居，还作为一种人生经历而骄傲着这么多年，想想真的不该但毕竟我年轻有炫耀的就不错了如今了解这道题定会努力改正。

“美”的开篇即“相由心生”，我同意！好似琳琳姐每次夸我漂亮的时候都会捎带着一句因为恋爱了。

无论男女谁不想美丽呢谁不爱美丽呢?!以貌取人在当今这个社会还是很普遍的，脸还是重要的呢!好声音火起来噱头还不是不看脸了。

怎么来都是脸。

可美也分为很多种，我们这种天生不美的脸就得靠笑容来补充了。

可是有些人也靠着假笑改变了容颜，比如《喜洋洋和灰太狼》一集中，大家看到美羊羊的笑容如花开，于是懒羊羊看到好处于是努力练习，结果用途却是吓跑灰太狼……多夹生的事情。

若还纠结于自己的脸，那么请你再看黄渤、王宝强两位同志，不言而喻了吧！

这书带给我的都睡正能量，那么请你看看吧，不吃亏。

《星光下的灵魂》，是毕淑敏在前三年多的时间里未出版散文的集合体。

包含了11次灵魂拷问、44篇心灵美文、30个答读者问，披露了她内心深处对放下、大我、苦难、坚守、幸福等的感悟，是关注现实的“心灵拷问”，是“五载冷寂的沉思，演绎全新的力作”。

读了这本书，就会发现，毕淑敏以职业医生的敏感，对现在中国人的心理危机——人格分裂，作了详尽的描述：中国人现在最大的心理危机是分裂。

说的和想的不一样，说的和做的不一样，当着人和背地里不一样……到处弥漫着一种急功近利的喧嚣氛围。

那么，我们在这样的心理状态下，究竟应该如何是好？她告诉了读者答案：“我们尊重生命的真实过程，也深知世界比想象的脆弱。”

有光明，有温暖，也有黑暗和冷酷，但人生还是有希望的。

希望不是建立在没有成长、不谙世事者一厢情愿的‘阳光’上，而是历尽沧桑之后的坚守，是心的一往无前。”很明显，她所阐述的是一种理想主义，正如张爱玲所说的：“因为懂得，所以慈悲。”

毕淑敏，还从自己亲身经历过心理诊断的真实案例为出发点，衍生成文，来揭示什么是幸福。

毕淑敏指出，现代人竞争激烈，灵魂找不到归属，虽然住上了大房子，但是灵魂的居所里，心灵却越来越疲劳。

她认为：真正的幸福是一种内心感受，人们的幸福感和物质有一定的关联，人不可脱离环境妄谈幸福，但是当人们丰衣足食之后，再继续增加物质的供给，幸福感并不能相应地成比例增加，它们之间的曲线发生了分离，说到底，幸福是灵魂的成就，而不是金钱的功劳。

作为医生，毕淑敏在医院里见多了生与死，自然对生与死的灵魂拷问，是深刻的。

她毫不避讳地大声告诉我们：人生不过是到此一游。

死是任何时候都可以做的一件事，人手一份，谁也剥夺不了。

但犯不上在没有听到死亡发令枪击响之前，就踉踉跄跄地抢跑，迫不及待扑到这一程的终点。

灵魂区别于心灵之处，正所谓“灵魂出窍”。

身体是个笨小孩，灵魂是个淘小孩。

两个小孩如果不能和谐相处，就会惹出麻烦。

在序言里，毕淑敏还讲述了一段在西藏阿里夜观星空的旧事，“在藏北，仰望辽阔星空的经历，在我一生中打下了一个基点。当时有一种震撼，甚至有一种微微的恐惧，能反视到我们的个体是多么渺小、短暂。”书名定为“星光下的灵魂”，就有灵魂是心灵的另一种姿态的意味。

《星光下的灵魂》文字风格，细腻温暖，把深刻的道理缓缓地讲出来，如水在心上流过，洗去烦恼与不快；又像和风吹过，凉凉透透里带走了我们的'烦恼。

真正的坚守，是没有人给予你任何承诺的，流逝的只是岁月，子存的只是信念。一种苍凉中的无望守候，维系意志的只有心的一往无前。

在很多的看似是真理的真理的里面，爱情多半的不成立的，所以这是们最难的必修课。大概是我还是蔽塞的人，所以这样的句子，老让我想起爱情。当然也会让我想起心理学吧，虽然没有这句话这样苍凉，但是也是一直坚守。

不要把黄连掰碎, 不要让它丝丝入扣地嵌入我们的生活.

这句话是真的让我想明白了很久没想通的一个问题, 所以一下就共鸣了. 虽然有些事情, 现在还没办法坦然的放下, 却也明白了这么长时间以来的痛苦是怎么来的. 就是因为我把这件事情揉得太碎, 每天每时每刻都在想, 所以把它嵌入了我的生活, 完全的嵌入了. 一杯加了磨碎的黄连的葡萄糖, 浓度再高, 也没办法消除那样的苦味.

所以我再消除负面的情绪, 再积极乐观的生活, 还是消除不完那样丝丝入扣的痛苦. 它曾经占据了我全部的生活, 甚至让我不能正常的生活. 我终于明白了, 只是现在还需要找到消除苦味的办法, 提高葡萄糖的浓度已经不是解决的办法了.

毕阿姨的书, 都是这样教会我道理的书, 不管的花冠病毒那样的小说, 还是这本算是散文的书, 都是在教会我道理. 所以永远都是真爱. 虽然还是看了很久才把这本书看完, 但是因为很多内容是我明白的, 就没有摘抄句子了, 所以只有2句话是很受教的.

《星光下的灵魂》读后感4

有读过一些毕淑敏的著作, 也一直满喜欢她的。

而这次她的新书《星光下的灵魂》(长江文艺出版社2012年11月), 让我感受到了她关怀的精力已触及到了人的灵魂深处, 把人世间的各种世俗烦乐, 世间的奇闻异事也看的很通透。

很喜欢书的封面, 好像是西藏的阿里天空的颜色, 看似宁静却复杂多变, 而书的风格也神秘而柔和。

上网查了一下, 原来这本《星光下的灵魂》, 集合了毕淑敏近些年来未出版的所有散文。

让人感触深刻的是序言记录的那一段西藏阿里的旧事。

她仰望360度的天空，并心生感叹，也正好点题。

而在她的叙事中，不经意间，你就会发现，那躲闪不及的灵魂撞击，从而找到灵魂的归宿。

这些耐人寻味的故事往往都是周边人的映射，也照射出我们人类内心的真实案例。

毕淑敏指出，现在人的在激烈的竞争中，往往找不到灵魂的归属，虽然就像大房子，但灵魂的居所却住着疲惫的心灵。

她认为中国人现在最大的心里危机是分裂。

“中国是全世界最需要心理医生的地方。”

她直言说，中国人说的，想的，做的，都不一样，在人的面前和背地里也不一样，到处弥漫着喧嚣的氛围。

长期后就形成了分裂。

而分裂是非常耗人心灵能量的一个过程，医学称为“精神分裂症”。

我也觉得她说的真的很对，所以，挽救中国人的心理危机势在必行也必须马上执行。

毕淑敏那细腻、优美的文笔让人深有感触，而且书中有些很经典的句子，字体还加了粗，便于品味。

她是在用心写这本书。

也许，在我们读她的书时，也在抚慰我们那颗躁动的心吧！

灵魂读后感悟篇二

灯光昏暗洒下，天色微亮；书页已停，却听见寂静的宣泄。闭眼，小狄的形象仍在眼前。他普通，但他却不平凡。

书中的世界，有一群虚幻的武士进入，他们不要人们的性命，但却要人们的灵魂。人们却相反，当他们知道这群强大的武士只要他们的灵魂而不要他们的命时却镇定而又开心。被勾走灵魂的人还大声宣扬着没了灵魂后的轻松。失望不仅是对那些，被勾走了灵魂却毫无眷恋，连向自己的灵魂望一眼都没有，正兴高采烈地向大家宣布勾魂实在毫无痛苦。唯有小狄不是，他心中有一股力量指引着他——不，我们需要灵魂。像是与生俱来坚定不移的信念他逃离了那些武士，没有让他们勾走他的灵魂。

他同样遇到了一个没有肉体的灵魂——一个少女的灵魂，少女的灵魂向他讲述了这一切发生的经过，武士们不断的夺取人们的灵魂来补充自己的力量，很快世界上只留下了他们两个灵魂，小狄顿时被一种不可预料的恐惧所震撼，他开始深信不疑，就像他深信自己是有灵魂的一样。

小狄的经历，也让我感到震撼。在那样的一个时代，人们弃灵魂而不顾，灵魂在人们的眼中如同一个累赘，只会妨碍人们的欲望。在这里，灵魂象征了正义，道德，是内心深处最初最初的人性的本性；相反的，那些夺取灵魂的武士，象征着丑恶、嫉妒、欲望、麻木、荒唐、狡诈、愤怒等等人性的丑恶，当灵魂进入了这些邪恶的东西，它只会变成更强大的邪恶力量。灵魂本是人心灵的一种精神，但若被这样的一种东西所利用，只会让人寒栗。

小狄的存在，象征着一种良知，对灵魂的一种渴望，思想的存在。他不畏惧人性的险恶，正视自己，正视自己的灵魂。灯火阑珊的世界，有多少人，为了那些所谓的名利而抛弃了自己的灵魂，那些人性本质上的真正的追求——那些自由，

质朴，情感，简单。在欲望的折射下变得虚假。就像那么多的诱惑，我们能不能正视自己，让一切的纯真继续存在。

那样苍白的躯体，抽出的时候，会尖叫，会流泪。如果是我们，我们会不会保留，成为那最后一个灵魂。

灵魂读后感悟篇三

爱是什么？假如它是清凉的甘霖，便要不畏艰辛地滋润久逢干旱的田地。若它幻化成歌谣，就温柔地抚慰人们受伤的凄楚的心灵。或许它会变作五彩缤纷的颜料，把黯淡的世间装点得多姿多彩。爱，平凡之中蕴藏伟大，它教我们读懂亲情，学会感恩。

在一个夏日午后，日影斑驳，懒洋洋的微风徐徐拂过，吹来远处清新的稻香，熏得我沉醉其中。

“阿姨，行行好。”一个细嫩的声音吸引我的注意力，却见是个七岁左右的小男孩。他衣衫褴褛、瘦骨嶙峋，正小心翼翼地伸出一双脏兮兮的小黑手向一位富婆乞讨着，“我已经两天吃饭了，可怜可怜我吧。”汗水已浸透他的衣襟，捧在手心的碗却依然空空如也。

“去去去，哪儿来的脏小孩，滚一边儿去。”那位穿着时髦的富婆厉声呵斥，话语里满是不屑。

“阿姨，给一元钱也行啊。帮帮我吧。”小男孩尾随其后。谁料富婆抛来一个狠厉的目光，便扬长而去，徒留满脸失望的男孩还在原地。他无奈的摇了摇头，蜷缩在一个角落里，独自哀叹。

须臾，天渐渐阴了下来，白云蒙上了一层灰色，风也夹杂着丝丝凉意。路人一个个都对小男孩视而不见。

又一对情侣经过，小男孩颤巍巍地站起身，：“大哥哥……”话没说完，就被那个男人一把推到，重重地摔在地上，小男孩眼里噙满了委屈的泪水。男人一脸鄙夷，刚想破口大骂，又想起了一旁的女友，为了保持形象，犹豫再三，极其不愿地从钱包里翻来覆去地找着什么，最后摸出一张皱巴巴的五毛钱，扔给小男孩，和女友说说笑笑地走开了。

小男孩拭去眼角残留的泪水，擦伤的手紧紧攥住那来之不易的5角钱，微微苍白的脸上露出欣喜的神色。

我在一边思忖着：这个世界还有爱吗？不复存在了罢；人们的灵魂还活着吗？怕是早就沉睡不醒了罢。

正想着，小男孩已来到跟前：“可怜可怜我吧，我已经两天没吃饭了。”我低头看着他那鹰爪般的小手，那双澄澈的眼睛在太阳微弱光芒的照耀下熠熠生辉，好像点亮夜空的星辰。他还这么小，就要独自扛起生活的重担，确实不容易。

雨声淅淅沥沥，街上开出了一朵朵伞花。

我进了一家卖花店躲雨。置身在花的清香中欣赏雨景的确是个不错的主意，花香与雨水的气味交融在了一起，令我心旷神怡。

“欢迎光临。”我循声望去，咦？进来的不就是刚才的小男孩吗？“想要看点什么？”店员显然没想到乞丐也会买花，却依然礼貌有分寸。“一束康乃馨，谢谢。”小男孩沉思了一会儿：“请再写上‘亲爱的妈妈，祝你生日快乐’。”

店员手脚麻利，很快就包好了花儿。“一共是十元。”小男孩从口袋里抠出钱来，放在收银台上，一把纸币被他叠得整整齐齐。他捧着花出去了。

“他买花做什么？”我纳闷着。却见他毅然向公墓的方向走

去，每一步都那样坚定。我能想象，此时此刻，他脸上挂着的一定是世界上最纯真、最幸福的笑容。

他的身影渐行渐远，康乃馨在风雨的吹打下更为美丽动人。

我的眼前一片迷蒙……

灵魂读后感悟篇四

一直以来，我都坚信孤独是可耻的，直到我看到这本书。谢谢晓明的推荐。孤独并不可耻，孤独是应该享受的。

读完这本书，有很多感同身受之处。做些许摘录，大家共享。

(1) 灵魂的行走只有一个目标，就是寻找上帝。灵魂之所以只能独行，是因为每一个人只有自己寻找，才能找到他的上帝。

(2) 无论你多么热爱自己的事业，也无论你的事业是什么，你都要为自己保留一个开阔的心灵空间。唯有在这个心灵空间中，你才能把你的事业作为你的生命果实来品尝。

(3) 一切交往的质量都取决于交往者本身的质量。唯有在两个灵魂充实丰富的人之间，才可能有真正动人的爱情和友谊。

(4) 人生最好的境界是丰富的安静。安静，是因为摆脱了外界虚名浮利的诱惑。丰富，是因为拥有了内在精神世界的宝藏。

(5) 孤独的价值p27□不擅交际固然是一种遗憾，不耐孤独也未尝不是一种很严重的缺陷。从心理学观点看，人之需要独处，是为了进行内在的整合。所谓整合，就是把新的经验放到内在记忆中的某个恰当位置上。所以，有无独处的能力，关系到一个人能否真正形成一个相对自足的内心世界，而这

又会进而影响到他与外部世界的关系。不管你与谁同睡，你都只能独自进入你的梦乡。同床异梦是一切人的命运，同时却也是大自然的恩典。

(6) 生活的减法p59□旅行时不得不精简的行李。有多少是你真正生活必需的。即使有一座大房子，又何妨要填满它。

(8) 生命的得失p141□婴儿、老人、中年人均诉说自己的不幸。一个声音问：“众生啊，那已经逝去的和未曾到来的都不属于你们，你们有什么可失去的呢？”三个灵魂齐声喊道：“主啊，难道我们中间没有一个最不幸的人吗？”上帝答道：“最不幸的人不止一个，你们全是，因为你们全都自以为所失最多。谁受这个念头折磨，谁的确就是最不幸的人。”

(9) 流浪者和他的影子p142□命运如同一个人的影子，有谁能摆脱自己的影子呢？一个流浪汉对于自己的命运不堪忍受，请求神允许他和别人交换命运。神说如果能找到一个对自己命运完全满意的人的话就和他交换吧。结果事实上，世人所见的确只是他们的命运之河的表面景色，底下许多阴暗曲折唯有他们自己知道。流浪者终究没找到能跟他交换命运的人，直到今天，他仍然拖着他自己的影子到处流浪。

(10) 白兔和月亮p143□有一只白兔，独具审美的慧心，她是赏月的行家，在她眼里，月的阴晴圆缺无不各具风韵。于是神将月亮归属于兔。说也奇怪，白兔从前的闲适心情一扫而光了，脑中只想着“这是我的月亮”，勾起了无穷的得失之患。她终于去拜见神，请神撤销了那个慷慨的决定。

(11) 肖伯纳说：“人生有两大悲剧，一是没有得到你心爱的东西，另一是得到了你心爱的东西。”立足点仍是占有。所以才会有占有欲未得到满足的痛苦和已得满足的无聊这双重悲剧。如果把立足点移到创造上，以审美的眼光来看人生，我们岂不可以反其意而说：人生有两大快乐，一是没有得到你心爱的东西，于是你可以去寻求和创造；另一是得到了你

心爱的东西，于是你可以去品味和体验。

（12）我相信人必定是有灵魂的，而灵魂与感觉、思维、情绪、意志之类的心理现象必定属于不同的层次。灵魂是人的精神“自我”的栖居地，所寻求的是真挚的爱和坚实的信仰，关注的是生命意义的实现。幸福只是灵魂的事，它是爱心的充实，是一种活的有意义的鲜明感受。肉体只会有快感，不会有幸福感。奢侈的生活方式给人带来的至多是一种浅薄的优越感，也谈不上幸福感。当一个享尽人间荣华富贵的幸运儿仍然为生活的空虚苦恼时，他听到的正是他的灵魂的叹息。

灵魂读后感悟篇五

内容简介：无论你多么热爱自己的事业，也无论你的事业是什么，你都要为自己的保留一个开阔的心灵空间，唯有在这个灵魂空间，你才能把你的事业作为你的生命果实来品尝。一切交往的质量都取决于交往的质量。唯有在两个灵魂充实丰富的人之间，才能有真正动人的爱情和友谊，人生最好的境界是丰富的安静，安静。是因为摆脱了外界虚名浮利的诱惑，丰富是因为拥有了内在精神世界的宝藏。

读了周老这本充满哲理意味的书，很多地方比较难懂，但是也有很多感同身受之处，灵魂的行走只有一个目标，就是寻找上帝，灵魂之所以只能独行，是因为每一个人有自己寻找，才能找到他的上帝，无论你多么热爱自己的事业，也无论你的事业是什么，你都要为自己保留一个开阔的心灵空间，唯有在这个心灵中，你才能把你的事业作为你的生命果实来品尝，一切交往的质量都取决于交往本身的质量，唯有在两个灵魂充实丰富的人之间，才能有真正动人的爱情和友谊。

肖伯纳说：“人生有两大悲剧，一是没有得到你心爱的东西，另一是得到了你心爱的东西”。立足点仍是占有，所以才会有占有欲未得到满足的痛苦和已得到满足的无聊，这双重悲剧。如果把立足点移到创造上，以审美的眼光来看人生，我

们可以反其意而说：人生有两大快乐，一是没有得到你心爱的东西，于是你可以去寻找和创造，另一是得到了你心爱的东西，于是你可以去品尝和体验。

世界上没有其他事物，强大过一个独行朝圣的灵魂。

《一堂课的灵魂》

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

灵魂读后感悟篇六

在拉斐尔的著名画作《雅典学院》中，用现在的话说，两位先哲的位置绝对是c位。柏拉图一只手拿着他著名的《蒂迈欧篇》、一只手指向天空，他推崇超越人类社会的理念世界，认为心灵可以升华，是一种精神体验；而他的旁边，就是柏拉图的学生，亚里士多德，一手拿着《伦理学》，另一只手则掌心朝下，他要告诉世人，现世的秩序和规则，是包括法律、道德、伦理的。一个感性、一个理性，构成了西方哲思的两大源头，也是人们追求智慧和真理的开始。

今天这篇读后感，就是对亚氏《论灵魂》的复习与思考。

《论灵魂》的汉文译者绪言中，先是把亚氏理论的衍变及本书做了比较详尽的介绍，不要忽视，这个很重要。一般认为，作为弟子学生，一脉承袭老师的观点，是常理所在。然，我们从拉斐尔画中表现的俩人完全不同的两个手势，就看出亚氏与老师柏拉图观点的背道而驰。万事皆有因。亚氏的父亲是宫廷御医，加之较为宽裕的家庭环境，使得亚氏从小就受到科学行为的熏陶。即便后来从学医转去柏拉图学院，即便所有学生都听不下去柏拉图讲课、唯一留下来听课的就是亚氏，即便柏拉图称亚氏为“学园之灵”，亚氏还是在接受过生物学和实证科学的影响下，开创了自己的哲学领域。我觉得，如果说苏格拉底、柏拉图的很多论证不需要通过肉身，只靠大脑去思考就行的话，那亚氏对灵魂的论证，则运用到了所有的感官，当灵魂触碰到末梢神经的那一刹那，就是灵感乍现、哲思泉涌的时刻。

和上一篇阅读的《斐多篇》不同，《斐》采取的是对话方式，而《论灵魂》则分3卷论述：第1卷，亚氏梳理和辨析了前辈哲学家关于灵魂问题论述，探讨了灵魂学说的地位和研究方法，以及前人关于灵魂的几种说法，具有相当重要的史料价值；在第2卷前3章中，亚氏论述了灵魂的定义，探究“质料-形式”“潜能-现实”问题，认为灵魂是形式、肉体是质料，灵魂是肉体的动因、是实体，灵魂包括理性、感觉和营养的机能3个部分，最终确定了“灵魂作为生命的本原”的观点；在最后9章中，他集中研究了感觉的问题，也是《论灵魂》的精华所在。

还有一件事，就是虽然我们是看的翻译过来的中文版，但是文章的基础架构还是西方的，得学会能“设身处地”，去习惯这些“繁琐的”论证方法，才能阅读的进去，或许还能啃出滋味儿。

412b10—我们已撰成了“何谓灵魂？”的一个通用（普通）定义：这是凭形式为之表现的本体（实是□□412b25—我们必须理解，所说那个潜在地具有生活功能的物身，只应是现正

寓有灵魂（生命）保持着灵魂的，不可是一个失去了灵魂（生命）的物身；种籽与果实就是这样的潜在地活着的物身^{413a}—躯体相应的具有生活的潜能，但恰如瞳子与视功能之合而成眼，灵魂与身体合成一个活动物。于是，这就明白了，“灵魂与躯体是不可分离的”。

对上面这段论述，我肯定的说深信不疑。前一篇读后感，我提到晚年的莫奈几近失明，却仍创作了睡莲等很多优秀的绘画作品，看似好像眼睛已经失去了作用，仿佛是灵魂在指引。但，瞳子有如照相机，拍照留存在记忆的档案库里，视功能则是可以加工、区分、提取的打印机。我们睁开眼睛好像可以看见很多景象，但若让你现在马上闭上眼睛细想一下，你刚才都看到了什么？我想，你说不出来太多，除非你经过刻意的训练。莫奈正是如此，倘若没有几十年的绘画积淀，没有他在花园里那么多年仔细观察睡莲的每时每刻，他所有当时的视觉、感知都已经牢牢的深锁在大脑中，所以才能在想要作画的时候，不需要眼睛也可以绘画创作。我想这就是灵与肉的联系。

有了前一段文字的铺垫，现在，再去理解“质料-形式”“潜能-现实”可能要容易些许了。还是围绕灵魂的定义，其中提到“实是”，亚氏认识^{412a5}——实是有三分义：

（1）物质（材料）（简称质料）由己而言，物质不是一“这个”；

（2）形式或形状，事物恰正由以得其怎是（个性）而成为“这个”（某物）；

（3）前两者的合成。质料是潜能，而形式为实现或现实。可是，现实须在两个涵义义上来应用，譬如，说“具备知识”和“运用知识”是为义两异的。

比如，斧。斧的质料，可能木头或铁，但是我们不能把木头

或铁叫做斧，它并非“这个”；斧有斧的形式，我们之所以把斧叫做斧，是因为这件事物拥有“斧的形式”，形式附着它的功用与价值，由于它事物才被称为“这个”；斧作为存在的事物，必然是质料和形式的合成。质料作为潜能的存在，如木头，它可以形成斧，可以形成椅子，也可以形成房屋等等，形式是实现或现实。

“可是”后面，说“具备知识”和“运用知识”是为义两异，字面意思我们很好理解。但是我们在这里还需要了解一点的是，西方有神的存在，所以，在谁具备知识和运用知识的理解层面，不同的哲学家也会有不同的思考。亚氏，就不认为知识来源于神，在他的《论灵魂》中就取消了神的维度，他认为知识来源于人对宇宙和整个自然的观察和研究，因为人是有灵魂的主体性存在，灵魂作为第一重要的知识，灵魂不能脱离人的躯体而单独存在[nice]我也是无神论者，这里只是从科学维度去考量，与信仰无关。

关于“灵魂作为生命的本原”的观点。亚里士多德认为世界上的一切事物都是实体。他将灵魂所属的范围由人推广到全部生命，认为灵魂是生命的“形式”，灵魂也就是生命的实现[415b10]——灵魂是有生命物体（生物）之因与原（第一原理）。灵魂通有一切生物诸原因中的三因。灵魂作为生命的实现（功能），首先，是不可以脱离“质料”的，起码是必须通过“质料”（肉身）才能实现的方面是不可以脱离“质料”；其次，是具有主动性的，甚至是绝对主动性。木斧头在被制作之前，在没拥有斧头的“形式”之前，只是木头和铁罢了；第三层含义，我们可以通过把握生命的功能来把握灵魂。

而有生命的躯体，具有各个部分，又是怎么实现其功能的呢？基于亚氏长年的科学实证性，也就有了长期的对各类事物的观察，因此，他把五官（视觉、听觉、嗅觉、味觉、触觉），是怎么实现生命的躯体的，一一做了详尽的论述，这些构成了躯体形成的灵魂。另一部分，我们的思考思辨，则是形成、

或知识实现的灵魂。灵魂还使生命体具有四种能力：营养能力、感觉能力、思维能力及运动能力。这四种能力分别作用于有生命的躯体，才是有生命的躯体存在的真正原因。

我也在想，无论是五官对身体产生的作用，还是思辨能力，我觉得，都是相辅相成的，虽然不知道敏感度与思辨的强弱关联度到底是多少，也不能确定四种能力共同的合作作用之比例，但是它们相互之间肯定是有影响的。

思维跳转回东方，我们都敬佩苏轼，现在仔细想想，自古都说东坡先生儒释道三通，如果说灵魂是独立存在的，那他的思想岂不就纷乱烦扰了吗！我觉得就是灵与肉的结合。所有他经历的贬职、降级、外调、入狱，他都用四肢和五官在体验，他很敏感，他的寒食帖，给我的启示，不仅仅是他书法上淋漓尽致的体现，那是他在黄州异常艰苦的环境下，对自己人性思考后才产生的笔触。而这种体验与思想的结合，非热爱生活人士之不能掌握，越是如此，越能充分的发挥生命之功能，去展现他丰富的精神世界，即灵魂。

我感动于“406b10——凡凭其自性而成善的，就必不于任何它物为善。凡为自己所求取的善，验之于任何它物，不必就是善”。细细品来，平日里，我们经常要求的许多事物，很多是为了其它的目的而去求取，为了需要在世界上活着，做好工作，更有甚者为了体现自己的高贵去求权敛财。却很少有真正为了自己而求取的一个善物。这一由己之善，既不由于任何从属的目的，大概就是世界之“至善”吧！我想，亚里士多德，也是如苏轼一般的人，他们毕生勤求的，就是这个“至善”。

愿我们都能积极的生、热情的活，用生命去体验精神上能带给自己的力量，那时，内心的强大才可能“至善”到更多，由心而生的喜悦，才会更长久！

灵魂读后感悟篇七

《灵魂只能独行》集是他的心灵守望卷，在周国平眼中，人最重要的莫过于精神世界，也就是他所强调的灵魂。一个人在物质上可以贫困，而在精神上必须是富有的。拥有灵魂的人在他眼中也是“天才”，“知识分子”等。他们有一个共同的特征，总是处于极端寂寞之中总是不被人所理解，甚至成了一些人心中的疯子。他们总是与时代潮流保持一定的距离，他们可以是被废黜的国王，可以有灵魂的疯子，可以是懂得满足的猪，可以使唯一的尼采，可以有信仰的光，可以是人所能及的神圣，可以使守望者，守林人。

以下是我所摘抄的一些话，慢慢品味：

1. 人高贵的灵魂必须拥有配得上它的精神世界。
2. 一颗觉醒的灵魂，它的觉醒的鲜明征兆是对虚假的生活突然有了敏锐的察觉和强烈的排斥。这时候他就会因清醒感到痛苦。
3. 许多人所谓的成熟，不过是被习惯磨去了棱角，变得世故而实际了。那不是成熟，而是精神的早衰和个性的夭亡。真正的成熟，应当是独特个性的形成，真正自我的发现，精神上的结果和丰收。
4. 人们不是献身于抽象的历史，而是献身于大地上活生生的生活。
5. 智者是不会有失落感的。领袖无民众不成领袖，导师无弟子不成导师，可是对智者来说，这样他守护着人类最基本的精神价值，即使天下无一人听他，他仍然是一个智者。
7. 世上本无家，渴望与渴望相遇便有了家。

8. 大智者必谦和，大善者必宽容。唯有小志者才咄咄逼人，小善者才斤斤计较。

9. 一个行为有两个动机，一个光明，浮在表面；一个晦涩，沉在底里。当它们各居其位时，灵魂风平浪静。有谁想把它们翻一个个儿，灵魂就会涌起惊涛骇浪。

10. 即使两个人相爱，他们的灵魂也无法同行。世间最动人的爱仅是一颗独行灵魂与另一颗独行灵魂之间的最深切的呼唤和应答。

11. 读书的心情是因时因地而异的。有一些书最适合在羁旅中，在无所事事中，在远离亲人的孤寂中翻开。这时候，你会觉得，虽然有形世界的亲人不在你的身旁，但你因此而得以和无形世界的亲人相逢了。在灵魂与灵魂之间必定有一种亲缘关系，这种亲缘关系超越于种族和文化的差异，超越生与死，当你和同类灵魂相遇时，你的精神本能会立刻把它认出。

14. 所谓信仰，其实就是不完美这对完美境界的永远憧憬和追求。无知并不可笑，可笑的是有了一点之时便以为自己无所不知。缺点并不可恶，可恶的是做了一点善事便自以为有权审判天下人。在一切品行中，狂妄离智慧，也离虔诚最远。

15. 凡真正的信仰，那核心的东西必是一种内在的觉醒，是灵魂对肉身生活的超越以及对最高精神价值的追求和领悟。

16. 日记的作用是帮助既享受孤独，在孤独中于自己谈谈心。

17. 在所有的人生模式中，为了未来而牺牲，现在是一最坏的一种，它把幸福永远向后推延，实际上是取消了幸福。人只有一个青春，也只能是在青春期。有一些享受，过了青春期诚然还可以有，但滋味是不一样的。

18. 我们每个人都最终要面对一种没有任何前途的苦难，那就

是死亡，而以尊严的方式承受死亡的确是我们精神生活的最后一项伟大发明。

19. 我受人世的不幸胜过受天堂的幸福。我受过我的不幸胜过受他人的幸福。

20. 痛苦使人深刻，但是如果生活没有欢乐，深刻就容易走向冷酷，未经换了溢润的心灵太硬，它缺乏爱和宽容。

21. 不要对我说：“苦难净化心灵，悲剧使人崇高。默默之中，苦难磨钝了多少敏感的心灵，悲剧毁灭了多少失意的英雄。何必用舞台上的绘声绘色，来掩盖生活中的无声无息。

22. 人生不可挽回的事太多。既然活着，还得朝前走。经历过巨大苦难的人有权利证明，创造幸福和承受苦难属于同一种能力。没有被苦难压倒，这不是耻辱，而是光荣。

23. 当你遭受巨大痛苦的时候，你要自然，懂得自己忍受，尽量不用你的痛苦去搅扰别人。

24. 诗借瞬间把握永恒，哲学想直接把握永恒，但做不到，最后只好像诗求援。

25. 春天是诗人的季节，秋天是哲学家的季节。

26. 哲学家生活在永恒中，诗人生活在永恒中，他们都不会变老。

27. 一般人追求可望也可及的东西，诗人追求可望不可及的东西，哲学家追求不可望也不可及的东西。

28. 哲学和事都孕育于神话的怀抱。神话是永恒的化身，她死了，留下一双儿女。直到今天，哲学一醒来就谈论死去的母亲，诗一睡着就梦见死去的母亲。

29. 诗宣泄激情，哲学则把激情转向深沉的思考。

30. 哲学是男性化的，诗是女性化的，哲学充满理性之光，诗充满感性之美。

31. 我剪除哲学的晦涩为它嫁接上诗的含蓄。

灵魂读后感悟篇八

贝多芬是大家熟知的一位伟大的音乐家，他的一生写出了无数的音乐巨作，但他内心所承受的寂寞和悲伤更是我们无法想象的：从小父亲给他的压力，爱情的一次又一次失败，然而这些令人意想不了的痛苦远远比不上耳聋带给他的烦躁、抑郁，但也正是因为他的耳聋，使他体会到了人生的昏暗以及内心对外界声音的强烈渴望，让他写成了更多令人震撼的鸿篇巨著。

米开朗其罗，这是一个极矛盾的悲剧人物，他有英雄化了的的天才，在艺术领域无与伦比，他以无穷的精力永远追求艺术的尽善尽美。但他的意志却不是英雄式的，他精神软弱无力，只能挣扎而没有力量奋斗。他没有一丝一毫的温暖，只能用没日没夜的工作来填补自己空虚的心灵，以至于在他死前一周他依旧坚持站着工作。

至于托尔斯泰，罗曼·罗兰把他看作老师和世界的“精神权威”。尽管托尔斯泰有种种矛盾和弱点，罗曼·罗兰仍把他列为“英雄”，主要就是推崇托尔斯泰的博爱精神，他认为托尔斯泰不是那种生在艺术与智慧的宝座上的大师和天才，相反一如他在信中自称的那个在一切名称中最美的一个——“我们的兄弟”。

他们的生命是痛苦的，他们想要改变现状，但事与愿违，他们想要创出灵魂的艺术，却又与他们所处的社会有所不融。

当合上这书的时候，或许才会体会到什么是灵魂的艺术，什么是心灵的煎熬，什么才是最具有真正意义的英雄。

灵魂读后感悟篇九

今天下午开家长会。这次期中考试没有考好，心里不免有些忐忑不安。

家长会终于开完了，妈妈的脸色乌云密布，没有跟我说话。我紧跟在妈妈的后面，大气都不敢出，走路都把脚步放得轻得跟猫似的。走到半路，我们看见一家蛋糕店，妈妈对我说：“你爸出差不在家，我们今晚在蛋糕店吃怎样？”我点头表示同意。

虽然天色已晚，但是蛋糕店的招牌灯却烘托出一片醒目的温馨。我进了店门，眼前顿时一亮，货架上造型各异的蛋糕映入我的眼帘：乖巧可爱的兔子、憨态可掬的刺猬；晶莹剔透的紫葡萄和令人垂涎三尺的大芒果……看着这些做工精美、形态逼真的蛋糕，我的唾液腺开始活动。妈妈买了几份肉肠面包，然后找了两个挨着蛋糕制作间的位子坐下。这两个座位具有得天独厚的“地理位置”：透过一块明亮的大玻璃，我们可以观赏到蛋糕制作的全过程。我一边吃东西一边隔着窗口看蛋糕师制作蛋糕。只见他把一个蛋糕坯子放在特制的盘上，然后左手右手削削。不一会，粗糙的蛋糕坯子便像是被施了魔法，变成了干净规整的蛋糕底座。新一道工序开始了。面包师把一大块雪白的奶油涂在蛋糕上，然后动盘，手里的刀子飞快地舞动，就像传说中的“小李飞刀”。多余的蛋糕很快就被削掉，眼间黄色的蛋糕底座就穿上了一层均匀的奶油外衣。再接下来是制作图案和镶嵌花边。这会儿，蛋糕师更是精雕细凿、一丝不苟，一笔一笔描刻着图案，好像手中的不是一个蛋糕，而是一件珍贵艺术品。最后蛋糕师用纸包住奶油潇洒地在蛋糕上写下了四个大字：生日快乐。蛋糕制作完毕，几朵“出水芙蓉”呈现在我们眼前。蛋糕师的脸上有了自豪的神情，我也露出了满意的笑容。