2023年读斯科特日记有感 斯科特·派克少有人走的路读后感(精选5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

读斯科特日记有感篇一

《少有人走的路》这本书处处透露出沟通与理解的意味，它跨越时代限制，帮助我们探索爱的本质，引导我们过上崭新，宁静而丰富的生活；它帮助我们学习爱，也学习独立；它教诲我们成为更称职的、更有理解心的父母。归根到底，它告诉我们怎样找到真正的自我。

正如开篇所言：人生苦难重重□m·斯科特·派克让我们更加清楚：人生是一场艰辛之旅，心智成熟的旅程相当漫长。但是，他没有让我们感到恐惧，相反，他带领我们去经历一系列艰难乃至痛苦的转变，最终达到自我认知的更高境界。

读斯科特日记有感篇二

人人都害怕承受痛苦，遇到问题慌不择路、望风而逃，有的人选择拖延时间，幻想问题会自行消失;有的人选择对问题视而不见，欺骗自己认为问题与己无关;有的人选择娱乐、酒精或，想把问题排出在意识之外，让自己尽量忘记问题的存在，以换得片刻的解脱。我们总是逃避问题，而不去与问题正面搏击。我们总是想远离问题，不想承受解决问题要经过的那段痛苦。

读斯科特日记有感篇三

读《伟大的杯具》总有对人一种心灵的震憾，奥地利作家茨威格透过两个南极考察分队失败一方的描述，再次证明，杯具的力量才是最伟大的力量。

设立在南极南纬90°的科学实验站取名为阿蒙森—斯科特站。这是为了纪念人类历史上最早到达南极点的两名科学探险家——挪威人阿蒙森和英国人斯科特。1920xx年6月1日，斯科特带领探险队离开英国，前往南极。1920xx年10月，他们在新西兰的埃文斯角附近登陆，准备在当年12月至第二年的1月左右征服南极点。但是就在这时候，他们得到消息说，挪威人阿蒙森率领另外一支探险队正向南极进发，要“和他争夺第一个揭开冥顽的地球的秘密的荣誉”!于是，斯科特一行于11月1日匆忙出发，“去争取国家的荣誉”。经过一番激烈的竞争，结果是阿蒙森队捷足先登，于1920xx年12月14日到达南极，而斯科特队则于1920xx年1月18日才到达，比阿蒙森队晚了将近5个星期。最后，阿蒙森胜利而归，成功的旗帜永远飘扬在南极点上，而斯科特等5名冲击南极的英雄，因为南极寒冷天气的突然提前到来，饥寒交迫，体力不支，在回到的路上与严寒搏斗了两个多月，最后长眠在茫茫的冰雪之中。

茨威格为何不给胜利者阿蒙森作传，却充满激情地为失败者斯科特书写这悲壮的一幕?

这能够从文中找到答案：“一个人虽然在同不可战胜的厄运的搏斗中毁灭了自我，但他的心灵却因此变得无比高尚。所有这些在一切时代都是最伟大的杯具。”作为一位伟大的作家，茨威格想到的绝不主要是事业的成功者，而是许多历史事件背后给人精神上的震撼和启迪。按照这个价值标准，茨威格当然认为给斯科特作传会更有好处，会给人长久的思考。

斯科特一行在与阿蒙森的竞争中失败了，但他们勇于承认失败，并愿意“在世界面前为另一个人完成的业绩作证，而这一事业正是他自我所热烈追求的”。如果将此事置于一个爱耍赖、不守信用的人面前，结果如何，可想而知。

探险是人类的不朽事业。事实上，没有对探险的执著、超人的力量和勇气，是不可能从事这项事业的。而当他们在归途中与死亡抗争，一个个倒毙时，没有一个孬种，都是响当当的汉子，活得明白，死得悲壮。

在人的一生中，有喜有忧，有失有得，有笑有泪，而贡献就是那把直尺，用来衡量你人生的轻重，曾听许多人说过;几句“豪言状语”，可他们有履行过自我的承诺吗?在众多人中，令我最敬佩的是“视死如归”这种微弱的身躯包裹着神圣灵魂的人，他们就实现了人生的价值。

你斯科特那组去南极探险的队伍中就有五位永垂不朽的英雄，他们应对死亡是靠那种坚忍的意志，诚然，拥有顽强意志的人是会坦然应对生死的，当时，分出人头地历尽千辛万苦，最后到了南极，可结果是有人捷足先登，他们之前的努力难道白费了吗?看着那封由挪威探险队留下的信，他们大能够将之修改，变成是自我先完成这个伟大的任务的，然而，他们没有这样做，为的是自我的良心，他们更不想得到虚假的成功。在回去的路上，每一步都要倍加留意，恐防倒在这块陌生的地方，其实他们早已意识到自我已经面临绝境了，而行动所表现出来的执着，是非一个正常人所具备的，因为他们是勇敢的战士。

当我读到他们的队员一个个升入天堂，他们所表现出的对同伴的敬意，情谊时，泪水已满眶，作者将他们的事迹写得生动传神，令我不禁肃然起敬。

有人说：“死有轻如鸿毛，重于泰山”，让我联想到具有冒险精神的英国探险队，他们不就是泰山级的人物吗?。

杯具，总会催人泪下，确切的来说，它不止催人泪下，还有使人惋惜的，常常被称作喜剧的反义词。杯具并不局限于戏剧中，现实中也有。但是，有的杯具是伟大的。那里，我要讲的关于我们学的课文－－《伟大的杯具》。

稍微了解南极的人明白，南极洲南纬90度的科学实验站取名为阿蒙森-斯科特。这为了纪念人类历史上最早到达南极洲的极点的两名科学探险家－－挪威人阿蒙森和英国人斯科特。阿蒙森的队伍最先到达极点，然后凯旋而归。可斯科特的队伍慢了他们近5个星期，虽然也到达了极点但回归的途中，南极寒冷的天气提前来到，无情地袭击他们。在恶劣的条件下，他们在饥寒交迫中挣扎着，进行了2个月的搏斗。最后他们体力不支，长眠于白茫茫的冰天雪地之中。

真是一场骇人听闻的杯具。这些英雄，之所以称为英雄，是因为他们拥有高尚的品德，视死如归的精神。首先是禁卫军奥茨，为了不拖累同伙，在关键时刻保护同伙，而向死神飞奔。而最后，他们抱着绝望，骄傲地等待死亡。他们无怨无悔地爬进睡袋。尤其是斯科特，到生命最后关头给他所爱的一切人写了书信，表达他无私的爱和真诚的情义。所以，当他们与世长辞后，连最高权威的国王也跪下来悼念他们，可知他们在人们眼中的地位－－至高无上。

有句话说得好，“死亡不是生命的终止，而是生命的升华。”这就像课文中的那句话：一个人虽然在同不可战胜的厄运的搏斗中毁灭了自我，但他的心灵却因此变得无比高尚。这已经表现他们为事业而献身的精神是无比高尚的。

生活总是变幻多姿，有的人把生活当作享受，则有的人把生活当做冒险。我们伟大的杯具中的主人公就把生活当做冒险，在他们身上我学到了许许多多的启示，他们是伟大的，令人崇敬的英雄!

随着经济的发展，钱已经成为人类不可缺少的东西，人类为

了钱，贪婪，自私，时常涌现，他们心目中所向往的只有一个字－－钱~钱不是万能的，但是没有钱是万万不能的。这句话我基本上认同，有较好的经济头脑，但是没有远大满足的心胸的人，总有一天会被这个社会淘汰的。

《伟大的悲剧》使我不禁读了再读，不是因为其中华丽的语句，而是因为我因着它而产生感动、惋惜、羡慕、敬佩的感情，让我感受到了真挚的友谊，勇敢、从容所带来的不可抗拒的力量!

我感动，为他们那种甘于为对手见证的诚信的，实事求是的精神感动;我惋惜，为他们能够抵达南极点，却不能成功返回，只得长眠于此感到惋惜;我羡慕，为他们彼此能拥有对方给予的心灵上的抚慰感到羡慕;我敬佩，为他们敢于勇敢，从容地面对死亡感到敬佩。

虽然我知道他们是怏怏不乐地去做的;虽然我知道那是情理之中的;虽然我知道那是最后的道别;虽然我知道那是无能为力的表现。

但我仍要赞美这伟大的悲剧，赞美他们将自我牺牲，团结的集体主义精神表露地天衣无缝，赞美他们流露出的勇敢、坚毅、执著，为事业而甘于献身的英雄气概，赞美他们不为个人的得失和利益，只为心中的理想，只为自己所追求的而努力的品质!

我想他们会是含笑离开的，因为他们完成了自己一生追求的理想，他们做到了“更好”。真的，快乐不在结果，而在追求结果的过程中，他们仍是胜利者。

说了这么多，还未提到他们的名字，他们就是斯科特、鲍尔斯、埃文斯、奥茨和威尔逊。让我们永远记住这些可敬的人的名字吧，因为是他们用生命谱写了这伟大的悲剧!

在神奇的大自然面前，探索者们品尝过成功，也啜饮过失败，他们前赴后继，永不停歇，为人类搭建着进步的阶梯。

在《伟大的悲剧》中斯科特南极探险虽然失败了，但却留下了一笔精神财富，值得我们学习。

斯科特的事业伟大，想要第一个到达南极点;斯科特的精神伟大，具有吃苦耐劳的精神，又有强烈的集体主义感;斯科特的人格伟大，为对手作证，有令人敬佩的绅士风度和伟大宽广的胸怀;斯科特的态度伟大，在离死还有寸步之遥的时候，还在进行观察;斯科特的情感伟大，在生命的最后惦记的是亲人、是祖国和全人类。这些伟大的精神是我从中读出斯科特是一个勇于探索、不怕牺牲、对亲人无私的爱以及为了事业勇于献身的精神。

斯科特是一个诚信的人，有令人敬佩的绅士风度。他们一行人在与阿梦森的竞争中失败了，但它勇于承认失败。并且也愿意“在世界面前为阿梦森完成的业绩作证，而这个事业正是他自己所热烈追求的。”

斯科特是一个不怕牺牲的人，为了科学事业而勇于献身的精神。他在关键时刻保护同伴，牺牲了个人利益，包括生命。

斯科特是一个有无私爱的人，他在生命的最后一息，考虑的不是濒死的悲哀，而是亲人、朋友、祖国、包括全人类。

读斯科特日记有感篇四

相当多的人对认识事实缺乏兴趣。有的人过了青春期，就放弃了绘制地图。他们原有的地图窄小、模糊、粗略，对世界的认识狭隘而偏激。大多数人过了中年，就自认为地图完美无缺，世界观没有任何瑕疵，甚至自以为神圣不可侵犯，对于新的信息和资讯，他们也没有多少兴趣，似已疲惫不堪。

只有极少数幸运者能继续努力，他们不停地探索、扩大和更新自己对于世界的认识，直到生命终结。

读斯科特日记有感篇五

从本质上讲，宽容是一种非常自私的行为，因为它最大的价值就在于能够治疗自己内心的创伤。因此，宽容的第一受益者是宽容者自己，而不是宽容的对象。

人人都有这样的倾向，问题一旦出现，就要立刻解决，不然他们就会思绪烦乱、寝食不安，这样的心态显然不切实际，但一厢情愿地等待问题自行消失，这种心态更为可怕，通常不会带来任何好结果。

爱不是花前月下，不是温情脉脉，不是堕入情网，爱一个人就要让他独立，不管是自己的父母、妻子、还是儿女，如果你的行为阻碍了他们心智的成熟，那就不是真爱。爱自己的儿女，就要让他们脱离父母并拥有独立思考的能力，就要让他们勇于面对问题和痛苦，迎难而上，用自己的双脚独自站立。

想让别人真正爱你，只有让自己成为值得爱的人。

毋庸置疑，父母的爱，决定了家庭教育质量的优劣。充满爱的教育带来幸运;缺乏爱的教育只能导致不幸。富有爱心的父母，善于审视孩子的需求，做出理性、客观的判断。他们也可能在面临痛苦抉择时，与孩子一道经受痛苦和折磨。孩子也当然会逐渐意识到，父母甘心陪着忍受苦楚的一片苦心。他们未必立刻流露感激之情，却可以领悟到痛苦的内涵和真谛，他们提醒自己：“既然爸爸妈妈愿意陪着我忍受痛苦，痛苦就不见得那么可怕，而且未必是太坏的事。我也应该承担责任，面对属于自己的痛苦。”——这就是自律的起点。

推迟满足感，意味着不贪图暂时的安逸，重新设置人生快乐

与痛苦的次序：首先，面对问题并感受痛苦;然后，解决问题并享受更大的快乐，这是唯一可行的生活方式。

人生是一场艰辛之旅，心智成熟的旅程相当漫长。

承受痛苦是走向成熟的必由之路，任何人都不能回避。

最好的决策者，愿意承受其决定所带来的痛苦，却毫不影响其做出决策的能力。一个人是否杰出和伟大，视其承受痛苦的能力而定。

相当多的人对认识事实缺乏兴趣。有的人过了青春期，就放弃了绘制地图。他们原有的地图窄小、模糊、粗略，对世界的认识狭隘而偏激。大多数人过了中年，就自认为地图完美无缺，世界观没有任何瑕疵，甚至自以为神圣不可侵犯，对于新的信息和资讯，他们也没有多少兴趣，似已疲惫不堪。只有极少数幸运者能继续努力，他们不停地探索、扩大和更新自己对于世界的认识，直到生命终结。

只有真正的爱，才能帮助你自我完善。你的爱越深，自我完善的程度也就越大。真正的爱，在促进对方心智成熟的同时，也会让你的心灵得到成长，你体会到莫大的喜悦，幸福感会越发真实和持久。

爱的重要特征之一，在于爱着与被爱着都不是对方的附属品。付出真爱的人，应该永远把爱的对象视为独立的个体，永远尊重对方的独立和成长。

那些沐浴着父母的爱的孩子，心灵却可以健全发展。他们也可能因父母一时的忽视表示不满，然而他们对父母的爱感激不尽。父母的珍视让他们懂得珍惜自己，懂得选择进步而不是落后，懂得追求幸福而不是自暴自弃。他们将自尊爱爱作为人生的起点，这有着比黄金还要宝贵的价值。

人人都害怕承受痛苦，遇到问题慌不择路、望风而逃，有的人选择拖延时间，幻想问题会自行消失;有的人选择对问题视而不见，欺骗自己认为问题与己无关;有的人选择娱乐、酒精或有毒的物品，想把问题排出在意识之外，让自己尽量忘记问题的存在，以换得片刻的解脱。我们总是逃避问题，而不去与问题正面搏击。我们总是想远离问题，不想承受解决问题要经过的那段痛苦。

一辈子真的很短，远没有我们想象的那么长，永远真的没有多远，所以不妨对爱你的人好一点，也对自己好一点，今天是你的枕畔人，明天可能就是你的陌路人，如果这辈子来不及好好爱，就更不要指望下一辈子还能遇见。

一个人越是诚实，保持诚实就越是容易，正如谎言说得越多，就越是要编造更多的谎言自圆其说。敢于面对事实的人，能够心胸坦荡地生活在天地间，也可借此摆脱良心的折磨和恐惧的威胁。

坠入情网，意味着自我界限的某一部分突然崩溃，使我们的“自我”与他人的“自我”合而为一。我们突然冲出自我界限，情感就想决堤的洪流，声势浩大地涌向所爱的人，于是寂寞消失了，代之以难以言喻的狂喜之感，我们跟爱人结合在了一起!

世界上没有任何美好的事物是长久的。换句话说，幸福是短暂的，不幸才应该是常态。“他很难去接受一个事实：在这个世界上，有些人是值得信任的。他认为如果冒险去信任他们，无异是偏离了固有的地图。

还有一种最常见的对爱的误解，就是讲依赖性当成真正的爱，心理医生天天都会碰到此类问题。这种情形，多出现在因情感失意而极度沮丧的病人身上。他们无法忍受孤独，甚至产生轻生之念或以自杀相威胁。他们痛苦地说：“我不想再活下去了!我没有了丈夫(妻子、男朋友、女朋友)，活着还有什

么乐趣?我是多么爱他(她)啊!”我不得不告诉他们：“你描述的不是爱，而是过分的依赖感。确切地说，那是寄生心理。

人生苦难重重。这是个伟大的真理，是世界上最伟大的真理之一。它的伟大，在于我们一旦想通了它，就能实现人生的超越。只要我们知道人生是艰难的——只要我们真正理解并接受这一点，那么我们就再也不会对人生苦难耿耿于怀了。

人可以拒绝任何东西，但绝对不可以拒绝成熟。拒绝成熟，实际上就是在规避问题、逃避痛苦。规避问题和逃避痛苦的趋向，是人类心理疾病的根源，不及时处理，你就会为此付出沉重的代价，承受更大的痛苦。心智成熟不可能一蹴而就，它是一个艰苦的旅程。

你不能解决问题，你就会成为问题。

尊重事实，意味着如实看待现实，杜绝虚假，因为虚假与事实完全对立。我们越是了解事实，处理问题就越是得心应手;对现实了解得越少，思维就越是混乱。虚假、错觉和幻觉，只能让我们不知所措。

抱残守缺，与现实脱节，这是不少人的通病。坚守过时的观念，对现实默然置之，是构成诸多心理疾病的根源，这种情形，心理学家称之为“移情”。

所谓自律，是以积极而主动的态度，去解决人生痛苦的重要原则，主要包括四个方面：推迟满足感、承担责任、尊重事实、保持平衡。