

自在独行读书体会 自在独行读后感(优秀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？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

自在独行读书体会篇一

“人最大的‘任性’就是”不顾一切坚持做自己喜欢的事，只有这样，人才可以说，我这一生不虚此行。”

因单位“共读好书，同沐书香”活动，我有机会再次拜读贾平凹先生的《自在独行》。这本书是贾平凹四十年散文精粹。初始读来，感觉平实无华，朴素普通，甚至感到有些名不副实，细细读下去之后，文字越来越有味道，体悟越来越超然，精神越来越自在。

全书通过五个篇章阐释了从容是真，宽释是福，有敬无畏，乐以忘忧，从而行于天地。处处都透露着作者特有的处事态度。他在《舍得》篇中写到：“会活的人，或者取得成功的人，其实懂得了两个字：舍得。不舍不得，小舍小得，大舍大得。舍小负之悲，得全胜之喜。”他在《朋友》篇中写道：“人之所以是人，有灵魂同时有身躯的皮囊，要生活就不能没有朋友，因为出了门，门外的路泥泞，树丛和墙根又有狗吠。”全书最让我为之动容的就是开篇《纺车声声》中谈他的母亲。对于母亲，先生打心里佩服和敬仰。一个典型的西北女人的形象，更是中国千万母亲高大形象的化身，孱弱的身子里透出的是倔强、坚强、坚韧的性格，在先生笔下展现的淋漓尽致，“文化大革命时期，父亲在大深山里‘改造了’七年，没有了父亲的工资，为了让他和一个弟弟、两个妹妹有书可读，日夜摇着纺车，日子穷但思想不能穷，穷生活但不能穷孩子”，很难想象这是一个没有文化的普普通通的旧社会小脚女人的思想，不能不让任何一个读者都会产生

由衷的钦佩。

“世上的事，认真不对，不认真更不对，执着不对，一切视做空也不对，平平常常，自自然然。”看完全书，给人一种内心的宁静自在，一种悠然见南山的舒适感，莫名的使人内心变得波澜不惊。作者以一个独行者的身份，完美展现了个人与世界的相处之妙。最后借用先生的一句话结束全文：愿每个人都能懂得孤独的真义，在独行的生活里多一些洒脱和自在。

自在独行读书体会篇二

一个月之前买了几本书，一本是《恰如其分的自尊》，一本是《伊索寓言》，一本是《自在独行》。

前两本，都有看，看了1/3还是2/3就撂下了。忘了书放哪儿了。

今天早上醒的比较早，小孩没在身边，就开灯翻了下《自在独行》，一本散文书，读了两篇，被作者感动到了。

第一篇写的是他的母亲，描述作者小时候家里发生了变故，和母亲一起撑起整个家的故事。小时候捉襟见肘步履维艰的生活让他不得不辍学养家，经过努力和坚持，情况好转，又继续自学完成中学和高中的课程，最后，考上大学。这看起来是在写他的人生，但我读到的更多的却是一个平凡伟大的母亲对孩子的品格和学业的培养，坚持和铸就，几度泪目。

另一篇写的是他的小学老师。篇幅很短，但是字里行间透露出老师的灵动可人，好像一个邻家的小姐姐啊，或者是小姑姑，尽管后面小姐姐和小姑姑不知去向，却永远的印在了作者的脑子里。小姐姐的只言片语成为作者日后笔耕不辍的向导，因为她向作者传递了一个通俗却很高明的招数，就是，

有什么写什么，想什么写什么，不要拘泥任何的格式。小姐姐好棒啊。

这两篇读完，闹钟就响了，第三篇是，作者写了他的大学，还没看，很期待。。。

这个作者，上学的时候听老师说他的笔名，贾平凹，来自于小名儿，平娃子。这也是本人的英文名字的灵感来源，姍妮儿。

自在独行读书体会篇三

此篇散文收录在贾平凹先生的散文集《自在独行》中。

正如这本散文集的名字一样，贾平凹也是一个自在独行的人。他素来喜静，最怕有人来敲他的房门，让他觉得自在的，要么就是行走于西北的大地，要么就是隐居在自己的书房。他追求的热闹不是灯火灿烂，而是内心的自在与安宁。

他以一种自嘲的方式，向读者介绍了读书的好处。如：读书读得了一点新知，几日不吃肉满口中仍有余香。汉代刘向说：“书犹药也，善读之可以医愚。”到了贾平凹先生这，书犹肉也，善读之可以解馋。读书其实就是这样一种体会，读到自己心里去了，自然而然会进入书里的世界，废寝忘食，我想也能形容一个人专注读书时的状态。

“读书人性缓，要急急不了他，心又大，要气气不着，要让读书人死其实很简单，给他些樟脑丸，因为他们是书虫。”读书人很简单，一本书、一支笔、一杯茶，就能满足他们的精神方面的需求，读书人也有简单的心态，简单的生活方式，在闲暇时喝茶看书，在愉悦时静心看书，在难过时还是看书。读书提升的不只是一个人的智商，更是提高了人的心境。

但他从未忘记书。“但是，能好读书必有读书的好，譬如能识天地之大，能晓人生之难，有自知之明，有预料之先，不

为苦而悲，不受宠而欢，寂寞时不寂寞，孤单时不孤单，所以绝权欲，弃浮华，潇洒达观，于嚣烦尘世而自尊自重自强不卑不畏不俗不谄。”

贾平凹先生是好读书的人，他在家中也体会到好读书的好处。

“读书人最能忍受老婆的嘟囔，也不是脾性好，是读书入了迷两耳如塞。”再如“但读书人上厕所时间长，那不是干肠，是在蹲坑读书。”三两句幽默通俗易懂的话，揭露了许多喜欢读书的人的小习惯，蹲坑的时间用来看书，要比刷短视频好多了吧。

读贾平凹先生的散文也好，随笔也罢，你能体会到自然而然的亲切感，通俗易懂的语言，平易近人的风格，读一遍觉得不够，两遍三遍之后久久不能忘怀。

自在独行读书体会篇四

作家白落梅说：“人生的终点，不是在山水踏尽时，亦不是在生命结束后，而是于放下包袱的那一刻。当你真的放下，纵算一生云水漂泊，亦可淡若清风，自在安宁。”

《浮世自在》是集众多大家为一体的一本书，我仅节选片段叙自己的感受。《青梅》中的姥姥，一生都在和命运抗争。可是命运究竟为何物，谁用能说得清楚呢？只有那清浅有纯粹的竹叶青，一杯杯诉说着岁月的滋味。

姥姥的母亲说：“小妮儿有小妮儿的命，她争不过命去！”

可姥姥在听到姥爷让她读书时，眼睛都没眨一下就说：“敢，爹，我敢！”

她是坚韧的，无畏的，为了不想一辈子就做个混沌而快活的人，她从不信什么宿命和固定的人生。姥姥虽然比姥爷大，但她一定是爱他的，不然在他遇到婚外情时，那一杯杯落寞入肚的竹叶青，又诉说着怎样的情？她那双残疾的脚注定撑

不起漂亮的冰鞋，也无法得到姥爷全心的爱。他对她可能会念恩，但却不是爱情。

只有一盏盏清酒，陪着姥姥度过那些疼痛的人生。但即便如此，姥姥还是坚韧地、不屈的，像莲一样活在自己的世界里。多像年轻时，为了追求远大理性而不顾一切远走他乡的我们。虽然是不一样的境遇，但心思却异曲同工。

姥姥陪姥爷度过最艰难的日子，随他流离漂泊，但当他面临在情人和自己之间二选一时，姥姥还是主动做出了割舍。

两人办完手续，下了趟馆子。姥姥说：“有些日子没喝竹叶青了，怪想的。”

是啊，千言万语都在那杯酒里了。自此后，他不再是姥姥生命中最重要的人。命运交给我们的从来都不只是好牌，有时候烂的不行的时候，除了放下，我们还能做些什么呢？但我想姥姥还是有爱的，不然她不会在姥爷入狱后，把他唯一的儿子当成自己的孩子养。她是把所有的温存，都给了那个和男人一脉相连的孩子，从而完成自己未了的心愿。

姥姥的放下，不是懦弱，而是另一种清醒。她不争，才更能显示她的大气和内敛。毕竟，浮生苍茫，冷暖自知，在迂回的光阴里，唯有自己才能体会到渗透着从容却微凉的境遇。放下，带着一种禅意，是不纠结的豁达，更像是从万象纷纭中绽放如初的莲。

母亲也是爱竹叶青的，她是跟随了姥姥的兴趣。她对姥姥的境遇很多也一知半解，但是她性情里却传承了姥姥的坚韧。她一次次倒下，却一次次顽强的生，即使在浑身插满各种管子的时候，还一天天挺过了四个年头。

但是她却毫无怨言，就像这就是她一辈子的征程。姥姥和母亲，是很多中国女人的代表，她们坚韧、有力量，即使遇到

再大的困难，咬咬牙也都能挺过去。

她们从不轻易流泪，也不轻易向别人诉说苦难，唯有把一点一滴的磨砺，都化进那清清澈澈的一杯竹叶青中，让凡尘琐事都穿肠而过，慢慢变成岁月的安宁。

每个人一生要修的功课，都会在某个掩卷的时刻，画上句号。但能留下的，其实早已在我们必经的路上刻下印痕，有心的人总会察觉。人生，是一本蕴含着真理的书，看似波澜壮阔，而那些最有意义的成分，往往都掩藏在最平淡的物事中。

放下即豁达，静思即通透，自在即安宁。浮世万千，随缘自在！

自在独行读书体会篇五

读完这本书的每篇文章，会发现许多从小生活里悟出的大道理。书中很多的生活中发生的事情是我们现在的年轻人不曾经历过的。书中开篇描写母亲的有一段文字，动情地描述了当时母亲独自拉扯子女长大的不易，仿若那架纺车正在我们耳边响起。从细节中描写出母亲在“我”记忆中生活的不易和艰难。

贾平凹在书中说：“孤独不是受到了冷落和遗弃，而是无知己，不被理解。”人在成长就在一步步给自己修建坚固的堡垒，一步步走进孤独。一个人过着灯红酒绿、盛友成群的生活，恰恰最孤独。因为在一片灯火酒绿的迷幻下，看不清周围的一切。他们的孤独，是内心的不真实。此时，你何不换个月朗风清的地方，享受与朋友对生活的乐趣。

书中每一篇的文章都非常有意思，关于父子、孩子、女人、房子等等，作者总能以自己狭义的方式来谈这样永不会过时的话题，也显得十分有趣。“世上的事，认真不对，不认真更不对，执着不对，一切视作空气也不对，平平常常，自自然然，如上山拜佛，见佛像了就磕头，磕了头，佛像还是佛像，你还是你——生活之累就该少下来了”。平常心对待生

活里的一切，就像看客一样，才不会累。

比较喜欢文章里有几篇这样的描述，《说孩子》篇里，“一个家庭组合十年，爱情就老了，剩下的只是日子，日子里只是孩子。”“人的心是一辈一辈往下疼的”。《说美容》篇里，“戏比生活逼真，谎言比真理流行。”《五味巷》篇里，“妻子依旧是乳，丈夫依旧是水，水乳交融，谁都是谁的俘虏；一个不笑，一个不走，两个笑了，孩子就乐，出来给人说：爸叫妈是冤家，妈叫爸是对头。”生活里就是这样平常的细节，才是大乐。

孤独有许多种。人一出生，父母亲人陪伴着走过了人生的多个站点；长大成人，爱人孩子又陪伴着走过了人生的多个站点；老至垂暮，或许是医生护士陪伴着走完人生的旅程。我们在一步步失去，一步步迈向死亡。“越长大越孤单”，我们在岁月的流逝中体会孤独。可这孤独，却是你必须经历的，何不从容面对？

看完《自在独行》的第一篇就满满地划了许多喜欢的句子，可以以后慢慢的品读，生活两个字包含太多，一辈子也要看很多东西，怎样的心态去观察去对待，有些能在这本书里可以找到，也能在书里面读到一种从容的感觉。每个人都会走向孤独，而惶恐走向孤独的人是弱者，生活的强者，会使生命之花灿烂在孤独的旅途上。（郎璐婷）