

理解的感悟(模板7篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得感悟，从而不断地丰富我们的思想。那么你知道心得感悟如何写吗？下面是小编帮大家整理的优秀心得感悟范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

理解的感悟篇一

韩寒——这个陌生的作家，熟悉的导演，优秀的赛车手。用这个《我所理解的生活》，灌溉了我干涸的心田。

喜欢他的文风——不羁与锋利，幽默又成熟，他说：“我所理解的生活，就是除了造谣以外，去造其他一切东西，我心中的造化就是创造了多少文化。”

这句话很好，生活的意义何在？造物主造就了我们的序曲和终章，留下漫长而又短暂的中间部分让我们谱写。有的人奋笔疾书，风风火火的生活。有的人呆若木鸡，浑浑噩噩的存在。我对生命要求很简朴，像韩寒那帮为这个世界多多造化则足矣。

喜欢他的向上——潇洒的献上退学申请书，平静地对老师说：“我会靠版税稿酬养活自己。”他说：“历史只会记得你的作品和荣誉，而不会留下一事无成者的闲言碎语。”

一个人的不平凡，不在乎他的特立独行。而在于他敢于打破常规与条条框框，说出自己内心的想法，勇敢的去追寻。每个人在这个世界中都会有自己的使命。一个人心灰意冷的待在房间，在一个固定的地方看电视，现在内心深处广阔的世界里，为梦想而努力，做自己喜欢的事，只是这些来得有点疯狂。走吧，让历史的笔记中有自己的一个小小角落。

喜欢他的乐观——赛车生涯的跌宕起伏，新手上路时的失败，

开着最坏的汽车，用着最差的部件。他说这个世界再黑，甚至这个世界上再多人企图抹黑，你只需要笑，而且要裂开嘴笑，因为你的牙齿永远是白的。

不去在意人生一关又一关的障碍，他让淹没在草丛中的野花开放，他让独自在山涧流淌的小溪歌唱，他让悄悄飘逝的落叶舞蹈。成长路上风风雨雨，一路笑着前行，又何尝不是征途？安之若素，淡然处之！

谢谢你，韩寒。你所理解的生活教会我太多，你说生活不是攀爬高山，也不是深潜海沟，他只是在一张标配的床上睡出你的身形□just to do!

理解的感悟篇二

6月7日，国务院新闻办公室发布《抗击新冠肺炎疫情的中国行动》白皮书，记录中国人民抗击疫情的伟大历程，与国际社会分享中国抗疫的经验做法，阐明全球抗疫的中国理念和中国主张，在湖北干部群众中引发热烈反响。

大家纷纷表示，白皮书的发布进一步坚定了全省上下夺取统筹推进常态化疫情防控和经济社会发展双胜利的信心。要主动作为、奋发有为，加快疫后重振和改革发展，织牢织密公共卫生防护网，奋力谱写湖北高质量发展新篇章。

“当前我国正加强国家医学中心、区域医疗中心等基地的建设，提升重大传染病救治能力，这是我国国家公共卫生体系深化完善的重要一步，它的出发点和落脚点在于人民至上、生命至上，体现党中央把人民生命安全和身体健康放在第一位的决心和行动力。”华中科技大学常务副校长、同济医院院长王伟说。

华中科技大学同济医院内科主任、抗疫护心队指挥长汪道文说，科学技术是人类同疾病斗争的利器。当前，我们国家在

疫苗研发、临床诊治方案等方面走在世界前列，体现了社会主义制度集中力量为人民办实事、办好事的强大驱动力。作为从防疫一线归来的临床医生和科技工作者，我们要努力提高科学战略站位、集中核心力量解决关键技术难题和健康领域的短板，为保障健康中国战略的实施贡献科技力量。

武汉大学中南医院呼吸与危重症医学科主任程真顺说，白皮书指出，未来的成败取决于今天的作为。随着抗疫工作的收尾，医院开始恢复正常接诊，我们既要积极治疗那些因疫情影响而延迟治疗的非新冠肺炎患者，也要在推进复工复产过程中，继续保持警惕、做好防疫。

武汉市江汉区万松街办事处主任金捷说，白皮书详实记录了中国在抗击疫情中所作出的巨大努力和突出贡献。“我们为有这样强大的国家、优越的制度、伟大的人民而感到骄傲。接下来，紧绷的弦还不能松懈，要做实做细常态化疫情防控工作，加强对入境人员、复工复产人员、学生、老年人等重点人群开展健康教育，增强群众卫生意识。”金捷说。

白皮书强调，面对未知病毒突然袭击，中国坚持人民至上、生命至上，举全国之力，快速有效调动全国资源和力量，不惜一切代价维护人民生命安全和身体健康。“10天建成有1000张病床的火神山医院，12天建成有1600张病床的雷神山医院，创造震惊世界的‘中国速度’。我认为其关键的因素是党的领导，核心的支撑是制度优势，坚实的保障是我们的建造实力和综合国力，力量的源泉是众志成城的中国精神。”中建三局二公司安装公司武汉知音城二期项目经理尹典说，“作为一名在武汉火神山医院建设和维保前线奋战了83天的工作人员，我也是战‘疫’行动践行者的一员。白皮书对于我们抗疫者的肯定，不仅是‘官方盖章’，还是‘精神勋章’。”

“白皮书指出，团结合作是国际社会战胜疫情最有力武器。”卓尔控股有限公司董事长阎志说，抗疫初期，医疗物

资紧张，他们在全球紧急采购口罩、防护服等物资，先后组织11架次专机第一时间从世界各地运抵武汉。“如今，我们积极参与全球抗疫，组织编写《方舱庇护医院建设运营手册》《新冠应急医院建设运营手册》，并翻译成20多种语言，向世界分享武汉战‘疫’经验；向16个国家和地区提供力所能及的支持，捐赠500万件急缺医疗物资和设备。在全球化的当下，没有一个国家是孤岛。面临疫情，也没有一个国家能置身事外。只有团结合作，才能战胜疫情。” 阎志说。

理解的感悟篇三

这是法国著名作家大仲马最成功、最经典的一部小说——《基督山伯爵》。

故事的主人公——青年水手爱德蒙·邓蒂斯——一个正直诚实的年轻人。本来应该是一个前程似锦的人——19岁就要被提升为船长了，并与未婚妻梅瑟德斯结婚。但是幸福的背后也正在酝酿着一种阴谋。梅瑟德斯的表哥费南迪联合邓格拉斯设计了一个陷阱。当邓蒂斯在被维尔福宣判时，由于涉及到维尔福自身的利益以及一个不可告人的秘密，邓蒂斯就成了他的牺牲品，被关在臭名昭著的伊夫堡监狱里，一关就是20xx年。

他被夺走了一切，如果不是结识了法利亚长老，他可能就带着绝望走向地狱了。法利亚长老教授他知识，为他找回为何关在这里的线索，并告诉他一个并没有人相信的宝藏的秘密。然而，这位长老却因突发病死在了狱中。

当他知道父亲被活活饿死，未婚妻被别人取而代之，心中该有多么痛苦啊！他想用各种方法报答父亲生前帮助他的人们。同时，也报复了仇人，让他们得到了惩罚，这些都是基督山上的宝藏帮助了他。三个仇人：一个，妻离子散，身败名裂，自杀身亡；一个，全家老小相继死去，最后成了孤家寡人，疯了；最后一个倾家荡产，从富翁变成了一文不值的糟老头。

有时候，复仇并不能给我们带来快乐，俗话说：“冤冤相报何时了”。当复仇是我们不幸时，宽恕使我们落泪。痛苦消融在人性中，便生出完美。

想直面人生，必须学会宽恕；想勇往直前，必须忍受痛苦。我们没有理由不善待这个世界，毕竟，如基督山伯爵所说的：“人类的智慧全在这两个词语中，那就是‘等待’和‘希望’”。

理解的感悟篇四

寒假无聊，上次去书店看到韩寒这本《我所理解的生活》。高中一直太规矩，没有想去读韩寒的作品，只是知道他写过《三重门》、《他的国》，还退了学等。到大学发现他的博客很多人关注、阅读，点击量惊人，很奇怪，想看看韩寒到底厉害在哪里，遂买了这本书。

韩寒的生活，赛车、写作、家庭。赛车、写作都是他喜欢的行业，他说，赚的再少十倍我也愿意，真好。在书中，他好像也有一个幸福美满的家庭，可爱的女儿，贤惠的妻子，令人羡慕。“我所理解的生活，就是和我喜欢的一切在一起。”

最让我关心的还是他对当下社会的批判与讽刺。特权、腐败、造谣，糟糕的政府，愚蠢的群众，不过这些。一个下午读下来，感觉没啥收获。但是仔细想想，问问自己，又觉得自己就这样也写不出来。

韩寒，好在哪里？我想以前可能好在他的特立独行，好在他的批判，好在他的观点。不过现在呢，观点，已经过时了。或者说，读者已经审美疲劳了。这些年，一直这些问题，韩寒苦口婆心的说着，我们听着听着，内心烦躁，怎么总是千篇一律啊。这不怪韩寒，怪这世道，怪这过度求稳的世道，怪

这想改革却又畏首畏尾的世道。不过，我们要等，要耐心的等。

我想，韩寒于我，就以上两点。

我在读书方面属于落后分子。这本书看得快意，就趁热写点。

书中诚意谈到作者的关注点——有关社会体制与未来、本职——出版行业与作家团体、爱好——赛车、很少提及的感情观，以及作者现今的一些个人观点和辟谣论。

作者的出道故事可能全国大多数人都不陌生，之后网上对他的文字和其本人有过褒贬不一的口水战，一个人可以掀起一场舆论波澜也不简单。但就如书中所述，“这个世界更新得越来越快，你都来不及下载。”我们很少有机会去认真关注一个人本身，更不用说去关注十多年在一个人身上的演变。作者这十五年，也是一代人从青葱到而立的十五年，理想和努力，个性和归顺，随性和责任，一层层演绎蜕变。

我们看到作者对读者们的诚意，对价值的坚持，以及他本性的良善。会有声音说也许这本身就是人家的一本聪明的自我营销书呢？然后马上感觉这种想法很龌龊，心里还有没有一点纯朴了。世事复杂人心难测不假，但我们宁愿相信美好，哪怕知道一些繁复的现实，我们依然选择相信简单，选择信任，多留给自己、周围人一些天然的触动和喜悦。

我觉得作者的成长变化基于他的才华正在被整个群体认可，被这个社会接纳，所以年少抵触桀骜的调门儿少了，加之女儿和家庭的影响，追风少年还多了几抹温柔的色彩。作者自然流露地点触到了自己和生活，我们了解到这并非一本涅槃励志的书，更多的是让人看到，一个怀才的普通人，是怎样炽热地热爱着自己的热爱，执着去坚守并享悦其中的。

他的成长变化还来自那些妄为的舆论和谣言迫害，这些“像

添加的助燃剂”，推动了他的成长。但是我想不管看没看这本书，很多人还是从一开始就信赖作者的。

功成名就后，明德懂礼同时依然保持率性，是一种难得的成功。

措辞上言简意赅风，没有故作晦涩的引经据典(虽作者自嘲早期他曾以此来彰显渊博)，幽默诙谐的语言，阅读途中偶尔会心一笑。所以像我读书那么磨叽的人，也一口气看完了。

《我所理解的生活》是20xx年1月韩寒上市的最新著作，在此新作中当然少不了韩寒一如往常的针砭时弊的风格了，例如书中的《来，带你在长安街上调个头》、《什邡的释放》、《我和官员的故事》等文章都很明显的体现了韩寒的文风。在这本被韩寒本人称为“第一次深入剖析自己”的书中收录了著名的韩三篇——讨论革命、民主、自由的文章。与此同时，此书中也谈及到了韩寒的感情、家庭、教育，也分享了一些他的个人经历和收录了一些他的专访语录。

《我所理解的生活》一书中省略号随处可见，韩寒在《我的20xx》中给出了关于省略号的答案——“至于写作，在新的一年里，我希望我能写的只让我自己更喜闻乐见，不再讨好除了我女儿以外的任何人，想写就写，不想写的就一个省略号。”是啊，一个作家要能够写出自己的风格要的不就是一颗随心所欲地心吗？在这个纸醉金迷的时代，迎合的笑脸到处都是，“喜新厌旧”的人们不就渴望能够看到这样真实的面目吗？不然，韩寒也不会有“他是现今中国唯一一个敢说真话的人”的称号了。

韩寒在《我所理解的生活》中这样写道：我所理解的生活就是除了造谣以外，去造其它一切东西……我所理解的生活就是做自己喜欢的事情，养活自己，养活家人……我所理解的生活就是和自己喜欢的一切在一起……我想这应该也是大多数国人的生活追求吧，在自己和家人的基本生活能够得到保

障的前提下，可以随心的去做自己喜欢的事情并和自己喜欢的一切在一起。

我个人比较喜欢此书中《写给每一个自己》这篇文章，喜欢这句“红灯永远不能照亮你的前程，照亮你的前程的，是你的才能。”不管你身处何处，身从何职，努力让自己成为自己想要成为的人，让自己足够优秀。然后，任这个世界腥风血雨，淡然处之。

《碎片》是由韩寒监制的“一个”的开篇语，看到“要知道我小时候光看着星空就能呆坐两个小时，而现在未必有看两秒的心境”不知道你是不是感同身受，但生活的确如此。在这样物欲横流的年代，谁有时间仰望星空波然不惊地去思考呢？可以说是难于上青天吧。是的，这个世界在翻天覆地地改变，惊动了心底的静湖泛起涟漪。为了生活，或者是更直截了当的说是为了生存吧，我们开始陪这个世界胡闹，却不明白自己想要什么，哪怕“我们知道的、得到的总是越来越多。”

理解的感悟篇五

“生活就是没有人问我生活究竟是什么。我也不会问自己生活是什么。最后，也没有人来问我，你所理解的生活是什么。”

———题记

《我所理解的生活》是由韩寒于出版的关于自己的散文集，在《我所理解的生活》中，主要讨论民主自由、针砭时弊，分享个人成长经历，谈作者自身感情、家庭、偶像。第一次全方位地向读者展示生活中真实的韩寒，以及他对生活的具体理解。提醒还在这个年代里挣扎沉浮的我们学会独立思考，形成自己的价值体系，不作任何人的附庸，不做重复别人

的“机器人”。

那么，你理解的生活是什么样的呢？有人认为，他理解的生活是做自己喜欢的事情。有人认为，他理解的生活是不在意别人的眼光。

我认为，生活应该是无论你今天有多么的憎恨它，你第二天依旧满怀期待，不管你前一天有多么狼狈，第二天依然会微笑面对。生活不可能事事都如你意，不妨换个角度去想，把自己当成一棵白杨树，磨折不了，也压迫不倒，困难没有办法多。天塌了还有个高的顶着呢，你怕什么？生活就是你可以适当听取别人的意见，但你绝不能所谓的“民主”当中失去你自己。胡适先生年在北大演讲中曾说过“要争独立，不要争自由”。自由是针对外面束缚而言的，独立是你们自己的事，给你自由而不独立，仍是奴隶。独立要不盲从，不受欺骗，不依赖门户，不依赖别人，这就是独立的精神。

生活永远都不只有你自己。不要把自己看得太重也不要把自己看得太轻。“自己没有展露光芒，就不应该怪别人没有眼光。做事是你的原则，碎嘴是他人的权利，历史只会记得你的作品和荣誉，而不会留下一事无成者的闲言碎语。世界上再多人企图抹黑，甚至这世界再黑，你只需笑，而且要咧开嘴，因为你的牙齿永远是白的。”书中这样的一段话，让我对人生、对生活、对世界有了新的认识。

生活从来都不是完美的。你依然要一个完美的心情对待生活，还要去面对困难，去跨过一个你认为自己不能坎儿。这就是我理解的生活。

理解的感悟篇六

这两天，看了这本书。仿佛一下子会到了高中时代。以前我也是这样看着他那犀利的文字拍案叫好的！其实挺佩服他敢于闯出了一条另类的成功之路。相比之下，自己就真的没有这

种勇气和魄力了。

“少年不识愁滋味，爱上层楼。爱上层楼，为赋新词强说愁。而今识尽愁滋味，欲说还休。欲说还休，却道天凉好个秋！”以前很喜欢这首词。但又说不上为什么，也许只是想学古人那样附庸风雅一番，所谓识尽愁滋味，我也没有到这种境界，还是很爱发牢骚，很爱和他人诉苦。在我理解，这首词和韩寒写的意思大致相同吧！但我觉得韩寒写得更精辟些。

人其实很矛盾。一方面很想现世安稳，岁月静好的过完一辈子，最好什么惊心动魄，低谷高潮都不要经历，风平浪静的度过就好了。但到头来，又会觉得这样的人生会不会太无趣呢，十年如一日，没有惊吓，自然也没有惊喜了，那好像又没什么意思！另一方面又很想出去闯出个名堂来，功成名就。但机遇和风险通常都是并存的，当你决定卷进这惊涛骇浪时，就要有心理准备：也许它可以把你推得更高更远，也可以把你卷入海底无法翻身。赢了，自然皆大欢喜。输了，就一败涂地。当然也不能这么片面的下判断，有些人就算跌入谷底，凭着他的毅力和斗志，可以反弹得更高。那么，那也只是他成功路途中的小挫折而已。

人生就是一场修行。不可逆，一条永无回头的不归路。至于要怎么走，全凭自己怎么选了。

理解的感悟篇七

《我所理解的生活》是韩寒著作，在此新作中当然少不了韩寒一如往常的针砭时弊的风格了，例如书中的《来，带你在长安街上调个头》、《什邡的释放》、《我和官员的故事》等文章都很明显的体现了韩寒的文风。在这本被韩寒本人称为“第一次深入剖析自己”的书中收录了著名的韩三篇——讨论革命、民主、自由的文章。与此同时，此书中也谈及到了韩寒的感情、家庭、教育，也分享了一些他的个人经历和收录了一些他的专访语录。

《我所理解的生活》一书中省略号随处可见，“至于写作，在新的一年里，我希望我能写的只让我自己更喜闻乐见，不再讨好除了我女儿以外的任何人，想写就写，不想写的就一个省略号。”是啊，一个作家要能够写出自己的风格要的不就是一颗随心所欲地心吗？在这个纸醉金迷的时代，迎合的笑脸到处都是，“喜新厌旧”的人们不就渴望能够看到这样真实的面目吗？不然，韩寒也不会有“他是现今中国唯一一个敢说真话的人”的称号了。

韩寒在《我所理解的生活》中这样写道：我所理解的生活就是除了造谣以外，去造其它一切东西……我所理解的生活就是做自己喜欢的事情，养活自己，养活家人……我所理解的生活就是和自己喜欢的一切在一起……我想这应该也是大多数国人的生活追求吧，在自己和家人的基本生活能够得到保障的前提下，可以随心的去做自己喜欢的事情并和自己喜欢的一切在一起。

我个人比较喜欢此书中《写给每一个自己》这篇文章，喜欢这句“红灯永远不能照亮你的前程，照亮你的前程的，是你的才能。”不管你身处何处，身从何职，努力让自己成为自己想要成为的人，让自己足够优秀。然后，任这个世界腥风血雨，淡然处之。

《碎片》是由韩寒监制的“一个”的开篇语，看到“要知道我小时候光看着星空就能呆坐两个小时，而现在未必有看两秒的心境”不知道你是不是感同身受，但生活的确如此。在这样物欲横流的年代，谁有时间仰望星空波然不惊地去思考呢？可以说是难于上青天吧。是的，这个世界在翻天覆地地改变，惊动了心底的静湖泛起涟漪。为了生活，或者是更直截了当的说是为了生存吧，我们开始陪这个世界胡闹，却不明白自己想要什么，哪怕“我们知道的、得到的总是越来越多。”

读一本书，其实也是在读一个人，读一颗心，一个用文字表

达的人总会情不自禁的将自己表达出来。这是韩寒所理解的生活。