

# 云南简史的心得体会(优质7篇)

心得体会是我们在经历一些事情后所得到的一种感悟和领悟。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 云南简史的心得体会篇一

看完一本名著后，相信大家都增长了不少见闻，何不静下心来写写读后感呢？可能你现在毫无头绪吧，以下是小编为大家收集的云南简史读后感，希望对大家有所帮助。

花了比较长的时间才看完尤瓦利·赫拉利的《未来简史》。这本书给出了明确的思维导图，章节分明，主旨清晰，作者不遗余力在每章前都交待本节的内容、要解决的问题，所以道理说不会带给我阅读的困难。相反，这本书没有任何阅读困难，而是涉及的内容太宽、观点太新颖，以致我需要花更多的时间去吸收每一个观点，对该书，我整整摘寻了10页的精彩内容。我可能将它当作一本教科书对待了，但无疑它比任何教科书都引人入胜，作者广博的知识、见解独到的观点让我叹为观止，比他的上一本书《人类简史》有过之而无不及！所以读完该书后，我也遇到一个难题：我好像没法写出读后感！因为这本书，更像一本利用大量科普性知识论证现实与预测未来的书，全神贯注去挖掘并推翻作者的一些可能存在问题科学知识，或者直接质疑作者各种结论（正如很多书评家一样），这些都是吃力不讨好与枉费心机，而且这样做没有意义，因为吹毛求疵总比创造更容易，作者也告知这是一本关于预测的书。

该本书的脉络非常的清晰，阅读时我一直在想，如果所有这类型的书都这样，那就好了，作者完全是从读者的角度考虑，一步一步为读者提供丰富有营养的内容。它讲述了人类历史

已经克服的问题——饥荒、瘟疫和战争，并提出了人类新的议题——长生、快乐与幸福、神性，后面讲述是人类与其它动物的本质区别——利用虚构故事，互为主体建立有意义之网，赋予世界意义。由于科技的兴起，人的信仰开始发生改变，有了宗教与科技之争，人文主义所谓的灵魂、心灵、自我被科技的力量击破，数据主义开始成为人类的信仰，由数据进行自我的解释，而不是交由神或自我。最后，由于智能或智神的出现，普通智人会失去对世界的控制权。正如上面的说的，作者在该书使用了大量历史、物理、生物、心理等各种科学知识去论证，并且观点新颖独到，特别是以下观点，让我印象深刻并有另一番的感悟。

人类与其它动物的最大区别，是人类可以利用虚构故事，互为主体成为组织。能够虚构故事，成立组织，也成为人类一部分脱颖而出凌驾、控制或左右其它人类的根本原因。为什么大量奴隶可以食不果腹、生不如死的为君主服务？是因为君主虚构了神；为什么大量的士兵可以为小部分政客上战场，丢生命？是因为政治虚构了国家。很多人可以会说，是因为与政客拥有军队与权力，可以压制所有的反抗！但不要忘了，让人民与奴隶心甘情愿地服务、纳税、上战场靠压制是不行的，只能靠虚构的故事，让他们共同相信一个不存在的实体，他们才心甘情愿。现代公司文化管理也是这样，靠制度与流程不可能完全解决员工的积极性、主动性与归属感问题，但靠文化可以，而文化就是需要讲故事，传递故事里面的价值观，以此引起员工的认同感与使用命。但实际上，企业只是想让你帮它赚更多的钱，当你上了年纪，行动力下降，即使一厢情愿觉得与公司的价值观无比的吻合，也会遭到企业的无情抛弃。

科技越发展，人类就越落后！很多人以为，科技是人发明出来的呢，怎么有这种说法？应该是个人与部分都是创造了个别或部分先进的技术，而由个别或部分先进的技术组成的整体科技，是由很多人协作完成的，整体科技不由个人完全掌握。所以，一个神经学家可能不熟悉计算机专家的工作，这

不影响这两者配合制造出智能ai，但他们也不会了解这个ai所有的知识。所以整体科技发展得越快，越将人类远远的抛在后面。这从另一方面印证了知识的悖论，人类拥有的先进知识越多，越快走向落后。知识的悖论是从书中看到的，作者认为，知识如果不能改变行为，就没有用处。但知识一旦改变了行为，本身就失去了意义。我们拥有越多的数据，对历史了解越深入，历史的轨迹就改变得越快，历史的轨迹就改变得越快，我们的知识也过时得越快。而我是从知识的整体优越性的角度出发的。

科技的兴起，首先是将人类解构，或者是人类本身就是分割的，只是科技越发达，越就有可能将人类分割的各个部分解构出来，呈现为数据，这甚至包括意识、思维。这就会起到一个很大的对现实信仰的冲击，不管是自由主义、民族主义、社会主义、其它宗教，因为当一切都可以用数据解释，你凭什么还要去相信“神”；如果数据比你更了解你自己，你为什么还要去了解“自我”，数据会告诉你是什么样的人；如果数据能告诉你正确的决定是什么，集体决策还存在的意义吗。因为自由主义是以自我出发，社会主义是由他人出发，数据主义要求从数据出发，一切交由数据决定，数据才能给出正确的答案。正如作者所说，生物本来就是一套算法，我们现在只是对算法了解得不太深而已。

科技的兴起，除了出现数据主义的信仰，还将可能导致一个终极问题，到最后，人类在这个地球的生命形态是怎样的？首先可能是与人类完全不同的一种形态的存在，包括身体、意识都只是另一个形态，这个应该不能称为生命。简单的打个比方，比如现在的电子、机械设备可以理解为这个形式的低层次生命，更高级的是一种智能形式，完全的自动化，不再依赖人类便可生存与繁衍。这种智能的意识是我们无法理解的，就好像我们现在认为机械没有意识一样，即使这些机械有着无数逻辑电路，能交互作用接收与产生信号，正如人类的意识是生化作用来出的，每个意识都是神经细胞与神经回路作用的结果。这种高级形态的智能，拥有我们无法理解

的思维与意识，拥有各种简单与复杂的结构，他们比人类更了解人类，因为他们能更容易地理解生物算法，亦能创造其它更高级的算法；第二种形态，能与人类一样的思考，却有不同的结构，可以称之为类人类；之所以有类人类的出现，亦是因为数据的模拟，当感觉、思想与体验都可以形成数据，对应的算法能够被识别出来，如果它在电脑上运行这套算法，处理这种数据，那是不是电脑变成了大脑？这就是类人类，能够像人一样的思考，身体却可以得各种结构；第三种形态就是人类身体的改造，包括大脑与身体的改变，更高级的认知水平与智商水平，半人半机械结合；第四种，就是保留现代人的模样，当然，当出现上面三种形式的生命时，现代人的生存是一个很大的问题。

回到书中作者提到的一个问题：人类的新议题是什么？当人类信仰数据主义，当以上几种生命形态出现，所谓的长生、快乐与幸福、神性也许将变成变普通的存在，永远流动的数据就是长生、没有痛觉的数据就是快乐与幸福、能理解一切的数据就是神性！

## 云南简史的心得体会篇二

宇宙从何而来，他又向何处去，宇宙有一个开端吗，如果有的话，在此之前发生了什么，时间的本质是什么，他会达到一个终点吗，我们能在时间中返回过去吗？来看下面关于时间简史读后感：

第一次想去了解时空是在看过美国科幻电视剧《星际之门》之后。

与许多其他科幻剧不同的是，无论故事中发生了什么偏离常识的事件，其中的科学家们都能以实际存在的理论去解释它们。

而它最大的卖点便是在本剧中起了重要作用的“星际之门”了。

以现在的理论去描述，星际之门其实是虫洞通道的连接口，能在近乎瞬间的情况下把进入的物体移动到数十数千甚至数百万光年之远的地方。

这不能不让人联想到魔幻电影中的瞬移魔法。

当然，在《星际之门》中那个不承认魔法的世界，所有的新奇装备、离奇现象全都包含了科学理论。

在我们的现实生活中，那些装备虽然在理论上非常可行，但要真正实现，还有很长的路要走。

不过无论是谁，只要看过《星际之门》，多半都会对时空产生兴趣吧。

不仅出于对作者的敬意，更出于作者的专业领域，我选择了《时间简史》。

只是才刚读没几页就发现，以前自己所了解的时空知识与书中述说的相比，连毛皮都不如。

作为一门即古老又年轻的科学，宇宙学是科学家们解答时空的过去与未来的最佳途径。

作为宇宙中的高级生物(应该是)，人类一代代不懈地去探求着存在与生存的意义。

但是，人类思想上的进化却充满了艰苦与缓慢。

从地心说到日心说的演化就花了近2000年之久；在相对论出台之前，人们一直相信牛顿的经典定律是绝对真理。

我们很容易被先入为主的思想束缚；总是喜欢把自己希望的答案代入还未解决的问题中。

就连爱因斯坦也曾为了得到一个稳定的宇宙模型而把宇宙常数引进了自己的理论，然而根据万有引力定律，宇宙不会处于一个稳定的状态。

其实，书中有提到，宇宙学真正的开端是哈勃发现了红移定律之后，并在接下来的数十年中得到飞速发展。

相对论和量子力学的发明跨时代的里程碑。

而这本书的主要目的除了介绍宇宙学知识外，更重要的是为找到能包容相对论和量子力学两大理论的统一理论铺下道路。

作者说过，两个理论不可能都正确，因为它们互相矛盾，所以融合它们便是如今物理学界重要的使命。

作者曾把其称为“物理学的统一”。

不过实际上，找到它的人们也无法证明它完全正确。

如霍金所说，要证明一个理论的真，必须有无限个例子；而要证明一个理论的假，仅仅需要一个例子。

我们永远不清楚未来会发生什么，因为通向它的路有无数条。

用另一种话来说，就是世界上没有绝对真理，只有无数的相对真理。

这个道理在“物质的不确定性”一章中得到了完美的体现。

此外，霍金在畅销后又改编的《时间简史》增订版中加入了最迷人的“虫洞与时间旅行”一章。

作为科幻小说普遍运用的题材，时间旅行有着悠久的历史。

我不想在这儿重写一遍它的执行原理，因为这很容易让我惹上凑字数之嫌。

在目前时间无法倒回的现实(宇宙塌缩暂且不论)中，要知道过去发生的事件只有运用时间机器。

警察会十分愉快，因为他们不必花力气去从“现在”中寻找犯罪证据。

然而时间旅行却面临两大观点挑战。

起因便是“祖孙怪圈”：如果儿子回到过去父亲没生下自己前把父亲杀死，儿子会怎样？于是为了这个问题科学家们引入了两个观点。

一个是“历史协调法”：既然父亲已经生下了儿子，说明他在生儿子之前没死，于是历史便对“儿子杀父”作了协调，一定到时候发生了什么阻止了儿子去杀死父亲；还有一个便是著名的平行宇宙理论：儿子去杀父亲，在穿越时空时造就了一个父亲被杀的另一个现实。

他自己时空中的父亲没有被杀。

后者必须遵守的是，一个粒子经过依次测量后才会分裂产生一个平行宇宙。

要解决这两个观点的冲突，我想必须先确认穿越时空算不算一次测量。

就象霍金所说，现在对于什么才算是对粒子的依次测量还不得而知。

在那之前，人类还须解决虫洞的构建问题。

为了通过时间与空间，作为通道可的虫洞是必须的。

然而以现在的人类技术，要建立一个虫洞太困难了。

不过也可能象《星际之门》中那样，人类已经偶然从外星文明获得了这种技术而政府却隐瞒此事……我还是不做评论为好。

《时间简史》讲授较多的，便是宇宙的起源和命运。

如今，大爆炸学说已经深入人心。

但是为了不引起宗教争端，物理学界并没有反对上帝创造说。

只是诞生出宇宙的那个奇点是怎样产生的，将会是个永恒的迷(大概)。

因为所有的定律在奇点失效，包括可遇见性。

所以我们无法得知大爆炸前存在何人，那个何人也不会知道大爆炸之后会是如何。

霍金把它称为量子效应。

关于宇宙的未来，宇宙学界也给出了两种解释。

我想它们与向天空抛球是一样的。

如果球的速度小于地球的逃逸速度，就会因重力而坠落；反之，如果球的速度大于地球的逃逸速度，就会脱离重力而飞向太空。

宇宙也是如此。

众所周知，宇宙是在膨胀的。



如果它的膨胀速度大于万有引力的逃逸速度，就会无限制地膨胀下去；如果它的膨胀速度小于万有引力的逃逸速度，膨胀就会越来越慢最终停止并发生收缩。

人类无法阻止宇宙收缩带来的毁灭。

然而现在宇宙中充满了暗物质和弯曲的时空，所以我们没有办法准确测量出宇宙膨胀的速度，也就不知道它是否会收缩。

我们走的可能是一条无法得知终点的路。

有人说，上帝创造了宇宙，并让它按照一定的定律运行，然而定律却没有让我们看到宇宙开始奇点的形成，它仍然需要上帝卷紧发条、启动它，只要它有一个开端，我们就可以设想一个上帝。

也有人认为，宇宙是完全自给自足的，没有中心也没有边界，没有开始也没有终结。

它只是一直存在在那……

宇宙的起源与命运、时与空、黑洞与奇点、时间与虫洞……  
《时间简史》带给我们的，是一个充满着神气色彩的世界。

我们从何而来，又往何而去？宇宙的未解之谜还有很多很多。

我们不知道上帝为什么没有让我们生下来就获得无穷的知识。

也许，靠自己去学习，才回获得真正的快乐。

因为不知道未来会是什么样子的，所以才要努力；因为过去已经定格，所以不要去惦记。

虽然可能上帝创造了大家的宇宙，但我们自己的宇宙，要我们自己去创造。

本书开篇作者明确告诉你，摒弃你思维中所有关于经典力学的规则，忘记引力是力，三维空间，绝对时间，因为“我们凭什么自以为了解的更好呢，暂时忘记你所知道的一一或者你认为你所知道的关于空间的知识。

不存有任何先入为主的观念，腾空你的大脑，他现在是一张白纸，而后根据作者的阐述，在白纸上涂鸦。

在前五章，作者系统阐述了牛顿力学和狭义相对论，因为经典力学不仅是现代物理学也是现代天文学的开端，至此“我们不仅放弃了地球是宇宙中心的思想而且以科学理论相对证明了放弃这一思想的准确性，且不仅于此，我们甚至以为我们的太阳，也许我们的太阳系在宇宙中都不占有独特的地位，世界观的这一改变象征着人类思想的深刻转变，这也是我们现代科学对宇宙立即的开端；而相对论迫使我们从根本上改变时间和空间的观念，我们必须接受，时间不可能和空间分离而独立存在，而是和他结合，形成一个叫时空的客体；而在广义相对论中，爱因斯坦更是将引力解释为四维空间的曲率，这一天才的设想，彻底颠覆了我们以往的宇宙观。

第六章的标题为“弯曲空间”这是一个全新的概念，爱因斯坦在广义相对论中有一个革命的设想：引力不同于其他力，他不是力，只不过是时空并不平坦这一事实的结果。

在四维中，时空本应是一个平面，但应时空中的质量和重量分布不同，造成了时空的塌陷，就像一块被拉平了得有弹力的布，太阳是一块放在布上的小石头，石头让周围的布塌陷，形成一个近乎漏洞状，本是沿直线运动的光在经过这个弯曲的空间是应距离的拉长便显得慢些，同时，以光速为基准的物体运动速度便相对提高(当然提高的量极其微小)所以，相对论的另一个预言是，在诸如地球这样的大质量物体附加，时间流逝的应该较慢些。

在相对论中不存在绝对的时间，相反，每一个物体都有其自

身的个人时间测度，这个测度以他在何处以及如何运动而定。

第七章开始讲述我们的宇宙，物理学家们因观测到星系红移而得出宇宙正在膨胀的结论，而且膨胀正在加速，宇宙学家将这比喻成一个不断被吹张的气球，那么在宇宙没被吹涨之前是什么呢，霍金解释说，事实上，在宇宙中我们观彻到的物质总量的情形下，因爱因斯坦方程得出的所有解中，都有一个非常重要的特征：在过去的某一时刻(大约137亿年以前)相邻星系间的距离必须为零，换言之，整个宇宙被解压在零尺度的单个的一个点，就像一个半径为零的球，那时，宇宙的密度和时刻曲率都无限大，他是我们;称之为大爆炸的时刻，大爆炸后的宇宙经过最初的暴涨后应额外的引力膨胀慢了下来，但实际今日，膨胀扔在继续。

而直到了宇宙的起源和现状，人们便想推测宇宙的未来，天文学家给出了两种可能，一，大解体，当膨胀到星系间的距离达到引力无能为力时，宇宙便炸散开来。

二，大坍缩，即引力够大，宇宙最终坍塌回归到一个点即奇点，一如黑洞。

第九章阐述了量子引力，这是一个全新的理论，因为由于当今科学家按照两个基本的部分理论——广义相对论和量子力学来描述宇宙，而且不幸的是，人们知道这两个理论不能相互协调，他们不可能都正确，因而当今物理学的一个主要抱负，便是一个能讲两者结合在一起的新理论——量子引力论。

又因为相对论对奇点无能为力，但迄今为止因周边引力场的微弱，所有的实验都支持他，他大体是正确的但又瑕疵，而在宇宙的早期，当宇宙中所有的物质和能量都背压缩成非常小得体积时，引力场变得非常强大，在如此强大的. 引力场时，量子理论有重要效应，故而，为找到一个统一的理论将二者结合成量子引力论是必要的，但又意思的是，量子引力论有一种和宇宙大爆炸截然不同的宇宙起源的可能，即时空是没

有边界的，那么宇宙会是完全自给自足的，没有开端和结束，不被创造和消灭，他只是存在。

## 云南简史的心得体会篇三

史蒂芬·霍金说：“我的目标很简单，就是完成我对宇宙的认知，这包括宇宙为什么是它现在的样子，以及宇宙为什么会存在”。霍金对物理学的不懈探究以及对真理的热情执着让他成为自爱因斯坦以来世界最著名的科学思想家和最杰出的理论物理学家，其著作《时间简史》更可谓一本将高深的理论物理通俗化的科普经典。

作为一名大学生，我们不希望拘泥于学科与专业之限，因而广泛涉猎各学科有关书籍，开卷明理之间做到海纳百川、化为内修。怀揣着最简单也最狂热的求知之梦，我在品读与思考中与《时间简史》结伴，将物理与哲学看似冗杂艰涩实质却本就渗透在我们生命最深邃处的真理与睿智体悟入心，并将一些思考与心得以随笔的形式记录下来诚愿与朋友们分享、交流。

在《时间简史》中，霍金试图以一种最简单易懂的方式，将不可切实感知的宇宙形态描述为一个有限却无界的空间。它神秘而充满真实的，没有开始也没有结束，宇宙本身就是代表了存在的意义。书中文字从物理、天文、宇宙学甚至哲学的角度将霍金本人对宇宙、时空乃至生命的理论思考及心里哲思清晰而真诚地呈现在读者面前。

从书我了解到，霍金最杰出的贡献无疑是在经典物理的框架中证明了黑洞和大爆炸奇点的不可避免性，推论出黑洞越变越大，同时又在量子物理的框架中指出，黑洞会因辐射而越来越小。大爆炸的奇点不但被量子效应所抹平，而且整个宇宙正是起始于此，正如本书副题——“从大爆炸到黑洞”，他试图直观的告诉我们究竟什么是“空间”。

然而如同《金刚经》中的三千大千世界，所谓空间仍是一个“无穷而穷”的境界，我们存在于空间之中，生命如恒河之沙、雾中埃尘渺小到微不可窥，这是“无穷”。反观宇宙之浩渺博大，却终究逃不过有限外延与最终重复重生于毁灭的宿命，此乃“有穷”。

而康德在《实践理性批判》曾说过，这世间有两样东西让我们越思考越是迷惑，一是我们头顶的星空，一是心中的道德律。我们不难想象：在遥远西方古老城邦的智者将天上的繁星划分为不同星座并赋予别样内涵的时候；在华夏宗族最古老的贤者们描绘着五行八卦、占卜着天干地支日月星辰的时候；在黑暗而动荡的汹涌岁月中，无数凝聚着当时最先进的智慧文明的呐喊声即便难以验证却被当做异端而残忍的扼杀在咽喉的时候，人类仰望着头顶那片遥不可及的星空，怀揣着怎样的兴奋与无奈，却又付出了怎样的代价与期待。

然而，在这浩淼神秘的无穷星河中，我们究竟在扮演着一个怎样的角色呢？我们人类心怀迷惑，而不断的试图将自己的存在与那未知的星河相互联系在一起，似乎这便足以去证明我们人类终究与这无尽的奥秘存在某种深刻的联系。代代往复轮回，人类生生不息，我们从未止步于对这片未知星河的探索，乃至从历史到文明都烙印下那份疯狂的痴迷与偏执的信仰。

但回到“有穷”于“无穷”的命题，我们却总会那么无可奈何，我们自觉已经解开了这宇宙奥秘的一角却越发感受到那份不可捉摸的无尽未知，我们似乎只能深刻的感受到这样一个事实：生命太过短暂的有穷，面对宇宙永恒无尽的“无穷”，是如此微不足道。这里的“有穷”便也就牵扯到了一个时间的问题。

而对于时间的描述，可以引用书中的原文来具体审视其中的哲学思考与物理本身的内涵。“无序度或熵随着时间增加是一个所谓的时间箭头的例子。时间箭头将过去和未来区别开

来，使时间有了方向。至少有三种时间箭头：第一个，是热力学时间箭头，即是在这个时间方向上无序度或熵增加；然后是心理学时间箭头，这就是我们感觉时间流逝的方向，在这个方向上我们可以记忆过去而不是未来；最后，是宇宙学时间箭头，在这个方向上宇宙在膨胀，而不是在收缩。”

将时间与空间两者结合而言，书中提及的无边界实际上便条件意味着时空在收缩时无序度的继续加成，当宇宙压缩时，时间的方向也会和膨胀，即现在发生的时间同向。但这也只算是艰深的物理学假象，涉及我们生活本身，实际上更多的是“逝者如斯夫，不舍昼夜”心理感受与物理差异之间的奇妙错觉。

时间长久的似乎没有尽头的在我们的历史中存在着、流淌着，生命在时间的河流中飞逝而过抑或虚空久长，让无数生命留下无限多的遗憾以及希望，以“有穷”之生命来探索“无穷”之境界，这也便是生命最神奇的地方，而也唯有当生命与时空相互作用、产生影响，保持着突破这份穷尽的决心，这才能称之为我们所说的存在的那个时空，称之为“世界”。

霍金在《时间简史》中指出，宇宙产生于一场物理爆炸。宇宙里物质密度不均匀的地方产生了核聚变，产生了恒星，恒星又坍缩或爆炸，产生了第二代或第三代恒星，被我们称之为“太阳”，进而产生了地球。

之后，在地球那片荒芜的海洋中无数机遇巧合令化学物质反应重组形成新的个体，一种绝无仅有的个体形式——称之为生命的存在。无可计数似无尽头的柔软的躯体衔接在一起，生命的链条在污浊的海洋中用多少代种族的生息尝试着生命的无限可能，螺旋状的生命图腾交替依存，无所谓一切付出和代价，无意识的亿万个微小的存在就本能的向着自己的方向前进度过短暂的岁月，他们似乎什么也留不下，但是每一个微小的牺牲都无垠的时间下总会催生出名曰奇迹的伟岸传奇。

生命演化至今，我们自称万物之灵长，探求时空与生命的真理，而我们又是否真正了解何为生命？在我看来，生命要与时空相连才可称之为“活”。假若我们的生命认定一切存在与努力都终将在身后灰飞烟灭，那无疑始终莫大的悲哀。即便最简单、最鄙陋的生命也是皆大欢喜的。

我们存在于某一个时空，在生活中体验那些勇敢、那些执着、那些坚持，为梦想而挥洒着汗水、为真理而不懈探索、为生活的更好而不断创造属于生命的新的卓越，建立幸福的家庭、延续生命的瑰丽，这世界有太多值得我们去将生命变的无比光辉的理由。尽管世界不尽完美，但我们作为生命的有限个体，学会珍惜生命，并将生命无止尽的延续下去，才不会在时空中迷失属于生命的本真与尊严。

从形而上学的观点看，世界对不同的生命个体来说也是各具意义的。有的生命的世界是从他认识到世界的存在并作为其一部分而产生个体认知开始，一直到他对世界的存在开始否定乃至模糊不清直至彻底遗忘作为终结的。而有些生命，则是从一开始就对世界的存在抱有否定或疑惑的态度，一直以一种暧昧不清的存在混迹于世上直到自己的存在以一种难以察觉的速度逐渐磨灭而亡。更有甚者，其生命的世界开始于人们记得他的出生，终结于人们遗忘他的死亡。但我坚信，我们确实是与众不同的。

在这颗蔚蓝的地球上，我们受到恩泽滋养，代代繁衍生息，成为拥有智慧的特殊的生命。我们在这颗星球上创造出文明，我们穿越平原、翻越高山、征服海洋、翱翔天空，甚至凭借技术的革新与进步突破地心引力探索宇宙的奥秘。但我们却又是如此笨拙，我们曾经愚笨的一再误读那些现在看来浅显易懂的真理，但有多少次为那些牺牲与愚昧而沾沾自喜。我们犯下过这世界都难以宽恕的巨大错误，造成自然中从未造成的可怖的悲哀，我们也创造了这颗星球上有史以来最辉煌的文明，成就了自然演进中最瑰丽的奇迹。

但我们仍旧不可否认，对于宇宙来说我们太过于渺小，我们能改变和存在的不过眼前的世界。太阳是距离地球最近的恒星，如果以光的速度向它跑去，仅仅需要八分钟。也就是说，我们看到的太阳光，实际上是八分钟之前的存在，而我们在夜空中看到的那些闪烁繁星的光芒，或许早已陨落于几十亿年之前。这样想，可能是个悲哀的命题。

但是请让我们换个角度去理解这个命题，我们能改造的也许只是眼前的世界，然而我们保护好目前所拥有的，将环境与资源守护于发展中的平衡，延续存在的同时用有限的生命去探索无限的未知，让我们这一代的存在深刻的延续在我们的子孙后代中，这是件多么美妙而神奇的事情。就如同夕阳西下垂垂朽矣，却在这颗蔚蓝星球的另一面冉冉升起，迎来送往间光明永不停息。物质本身即一种存在，生命本身就是一种奇迹，让生命继续，让希望不止，让生命之无涯，在时空之境中交汇处“世界”那份“活”的精彩。

但事情又似乎并非如此，我们感受到的是超越其因果概念的更为宏大的存在，但却分部在每一个看似微不足道的个体内心，我们是否可以这么说，世界是包含了一切已知和未知事物之总和，所谓世界即是我们所拥有的自身。而生命也许只是一种存在的形式，即便它的存在充满了不可预知的巧合与难以控制的命运，它充满了平凡与软弱、充满了懵懂与迷惑，但它却如此不懈和坚韧，如此富有尊严的存在着，它不够强大、不够久远甚至可能随时终结。但这正是它的精彩之处，我们用有限的生命创造辉煌，用相互衔接的生命脉络去领悟无限种可能与无限的真理，这才是整个宇宙真正奇迹。

在几十年前，一位著名的科学家曾做过这样一次天文学演讲，在演讲中他描述地球如何围绕太阳公转，而太阳又如何围绕着一个巨大的恒星集团的中心公转，并告诉人们个集团被称作银河系。直到他的讲演结束之际，一位一直沉默的坐在屋尾的矮小老妪缓缓起身说：“你讲的简直是一派胡言，实际上，世界是驮在一只巨大乌龟上的平板！”这位科学家不禁露



出了高傲的微笑，并答道：“那么这只乌龟站在什么上面了？”“你很聪明，年轻人，的确很聪明。”老妪缓慢的说：“不过，这是一只驮着一只，一直驮下去的乌龟塔啊！”也许这世间最伟大的奥秘正是如此，我们不能以任何绝对的眼光去否定，也不能以暧昧的态度去承认现实，唯有永无止尽的探索，唯有生生不息的生命，才能达到真理。

正如史蒂芬·霍金曾说过的一样：“朝向终点的永恒仿佛无止境般漫长”，我们追求时空的雏形与演绎、探究生命的起源与终焉，归根结底无非是在奇迹与寻常中实现着我们作为茫茫宇宙中的个体生灵所特有的存在意义。就让我们在思考中朝向真理而不懈奋进，也许那会是永无止境般的漫长，但我们仍铭记时空无尽、生命不息，即使永恒也并非绝对，坚持内心那份生命与生俱来并无法为外物撼动的期盼并为之传承延续永不言弃，也许所谓答案已经自显其中、了然会心。

## 云南简史的心得体会篇四

如果有一部理论物理的科普著作能够激发起读者不竭的求知欲和深入探索的激情，《时间简史》就是这样的经典和范本，《时间简史》是伟大的英国物理学家斯蒂芬·威廉·霍金创作的'一本畅销全世界的科学著作。

理论物理诉诸直观，想象和逻辑，理论物理以实验和理论之交相辉映极大地加深和拓宽了我们思维的深度和广度：正、反物质的存在和湮灭，能量守恒，有序和无序的相生相倚……相对论告诉我们，受观测者所持的时钟走的快慢是由受观测者的位置和运动速度决定的，时空是可变的。坚信自然界的内在和谐和统一，诚挚地探索并力图理解自然，这构成了自然科学研究和创造的基础，牢固信念和强大动力。

《时间简史》里试图把宇宙描写成为一个有限但无边界的空间，它是完全自足的，没有开始也没有结束，它就是存在。“我们之所以看到宇宙是这个样子，只是因为他如果不

是这个样子，我们就不会在这里去观察他。”庄子说过：“天地与我并生，万物与我为一。”伟大的思想原来都是相通的。科学摘掉了我们世俗的眼镜，露出生命本身的眼光，举目天地，人生的那些小事又何足让你拨弄精魂，何不不到大自然和幻想的哺育中重振一番。

霍金虽病魔缠身，但意志刚毅，才思迅捷，笔力雄伟，《时间简史》以简洁明朗的语言把读者引向宇宙的起点和万物的本源，从而引发我们对世界的思考进而使我们在自身寻找本质，当你被横逆困穷所束缚，你需要做的不是逃离，而是在一个新的高度去探索，去感悟。思维的广度决定了生活的高度，接受一个世界意味着接受他的全部鲜活的真实的存在：我能理解的和我还没有能力理解的。人类的历史相对于宇宙的历史是如此的年轻，人最需要做的就是以开放的，向上的，敬畏的态度面对自身，面对一切。科学是人类的解放者，在科学上没有平坦的大道，科学要求我们投入全部的精力和热情，科学要求我们一如既往地彻底和坚定。

“人如果没有梦想，无异于死掉。”霍金先生的这句名言，我会永远铭刻在心。

## 云南简史的心得体会篇五

这些天在看一本书——《万物简史》。拿起来厚厚的书，今天看完，他从科学发展史的角度对“我们从那里来？我们是谁？我们到那里去”进行了解释。

这一千古命题做了精确的阐释。让我了解自己的存在是多么的万幸，准确的说是无数个万幸成就了今天存在的我们。我们坐在电脑旁，敲打键盘表达独特的自我的时候，我们应该感谢我们的祖先，他们一步步的小心翼翼又谨慎的进化成就了现在相对高尚的我们。

否则也许现在的我们是拖着一条长长的尾巴，又可直立又可

潜水的两栖动物呢！也感谢地球为我们提供了危险又赖以存在和生存的空间！

在探索科学的道路上，天文学家、物理学家、地质学家、化学家等等，为了了解和探索我们存在的这个世界，付出了艰辛的努力！曾经在课本上看到的那么简短的一句话，一个看似简单的公式。

在百年前，是经过了那么漫长而艰苦的实验、讨论、证实才找到相对的真理！甚至是牺牲了生命换来的。同时对于科学家们遗憾的是自己的科学结论往往都是在老年或过世之后才被肯定。

万物写史，为宇宙立传。让我在惊讶了解了万物的存在和发展，同时也让我感觉存在的不易、幸运与责任！

## 云南简史的心得体会篇六

本书简述了人类从动物通过不断的进化演变，变成至今食物链最顶端的高级动物（上帝）的过程。通过认知革命、农业革命到工业革命，演绎出人类一步步的变化。其中，书中有几个观点，比较触动人的思考：

- 1、关于人类体格的进化。作者把采集狩猎阶段人类的体格与农业社会阶段相比较。由于农业耕作的需要，人类的体型与采集狩猎时期相比相对没有那么健壮及灵敏。这不禁让人想起了现代的科幻片中的画面，试想随着计算机等科学技术的日益发展，体力等粗重活都由机器人所代劳，繁琐的事情都由计算机来处理。人类只需开发和创造更多的程序及机器人即可。由此推导，将来人类的大脑将越来越发达，身体四肢将越来越羸弱。或许到了后期，人类的存在形式只需要有一个大脑即可了。

- 2、关于信仰的力量。人类从单个的个体到群体再到部落到

现在变成了国家、社会。为了维系社会秩序，产生了宗教、制度、法律等，也形成了道德和文化，当然还有信仰。若信仰缺失，人们就会失去精神上的约束，失去对事物的敬畏之心，而如果思想无限膨胀，就会做出许多伤害自然、伤害他人的事情。如现在的食品安全问题、还有酒驾、儿童拐卖以及当街砍杀等现象。当然，若信仰过分被强调或被利用，也会出现危机，如早前法国遭受的伊斯兰极端分子的恐怖袭击等。信仰是一把双刃剑，必须使用得度才能国定家安。

3、关于虚构与想象。书中有很多的观点都会提到，制度是人虚构出来的、金钱是人虚构出来的、宗教信仰是人虚构出来的其实，除了我们的实体以外，几乎所有的东西都是人虚构出来的，换句话说人类就是生活自己创造出来的想象之中。而如果这些“虚构”出来的东西都成为了我们共同认可的东西，或者说成为一个共同认可的“游戏规则”，那这些虚构与想象就会对人们的行为产生巨大的约束和影响。但有时人类却为了虚无缥缈的名利追逐，去伤害自然、伤害身边的人，甚至是迷失了自己。

大自然孕育了人类，人类在在改造客观环境的同时，为世界带来了人类文明，也成为了全球的霸主。未来人类的脚步将如何在地球上继续走下去，回头想想，功绩、名利、金钱真的这么重要吗？这些重要，或者只是我们觉得重要而已。

综上所述，，智人用自己的双手和智慧创造了世界，。如今，值得我们思考的是是等待自然的筛选而灭亡还是进入一个新的进化阶段？这都需要我们的共同努力，共同维护这美丽的地球以及发挥祖先留下来的智慧。

## 云南简史的心得体会篇七

《人类简史》，这本书并不简单，在全世界是非常出名的一本书，被翻译成了很多很多版本，从石器时代讲述智人的演化到了现在，从全方面分析了人类。我觉得身为人类，我们

都有必要读一读这本书，我认为这是对自己的一个了解，也是人类的一个自我反思，推荐大家阅读。

人类，一种没有什么特别的动物。我们演变了那么久，很多人还认为这整个世界就是我们人最为特别，我们是最聪明的，独一无二的，但从演化学来看，并不是这样的。目前在现代的世界里我们唯一存活下来的人种是智人，但是除了智人，之前还有很多很多其他的人种，就像其他的动物一样，比如猪，猪有美国的猪，有中国的土猪，也有野猪等等。我们人也是一样的，据统计，在历史上存活的人种数不胜数，我们人并不是一条直线型的进化，比如先从直立人到尼安德特人，然后再到智人，而是同一时代有很多的人种是同时存在的。

宽容并不是智人的特性，我们的祖先和我们有同样的自私基因，认为我们是世界上独一无二的生物，所以将其他的人种赶尽杀绝，只有非常少的一部分加入了智人的`群体，智人在过去的三万年里已经太过于适应自己就是独一无二的，我们跟其他的动物不一样，我们一直认为我们就是造物主的极致。这就是为什么达尔文在提出我们智人其实也是另一种动物的时候，有人会大发雷霆。这就是为什么我们现在只有一种人种。这就是我们自私的基因，我们自恋的原因。

但是成为那么聪明的生物是要付出代价的，人类的脑容量是全物种最大的，现代智人可以达到1200~1400立方厘米，但消耗了身体25%的能量，而相对于其他的猿类，只有8%。那就更不用提其他动物了，更少。如此聪明的大脑和脑容量换到的只是肌肉的畏缩，和更多的精力消耗，所以在某种程度上来说，头脑简单四肢发达这个观点是正确的。比如说大猩猩，可能跟你比赛sat它考不过你，但是可以在几秒把你撕成碎片。那么这样的选择和策略是好是坏呢？没人知道。

举一些例子，澳大利亚，是智人第一个受害者，当时的澳大利亚有着与其他很多大陆不同的生态链，也有很多不同的巨型物种，比如双门齿兽、袋狮、巨型蜥蜴等等，都陆陆续续

的灭绝了，而它们灭绝的时间正好是人类登上澳大利亚的时间。虽然有人会为智人脱罪，说这是因为气候的变化，但周围海洋生物的繁衍和恰巧的时间推翻了这个理论和说法，巨型动物的灭绝主要有三点原因，首先是它们放松了对人类的警惕，一个小小的猿类无尖齿和利牙，自然不会对他们构成威胁，还有一个就是智人掌握了火的使用，将灌木和树都烧了，留下草来吸引这些巨兽，最后一个原因就是这些巨兽的繁殖速度非常的慢，怀孕时间长，怀胎不多，间隔长，就算几个月人类就只杀一只双门齿兽，几千年也会慢慢的灭绝。所以如果智人并没有登上澳洲，那么我们可以确信那里的巨型生物也不会灭绝。

同样的情况发生于美洲的猛犸象、驯鹿、犀牛、巨型地懒和剑齿虎，都惨遭毒手，并且灭绝的时间也是人类第一次登上那些大陆的时间，这些情况不仅仅发生在美洲和澳洲，同样发生在很多其他的地区，马达加斯加北极都没能幸免。

我们人类现在还在一步步的毁灭地球，如果我们并没有入侵到其他的大陆，那些巨型生物也不会灭绝。现在的严重工业化和过度开发都是在一步一步的毁灭地球，很多的物种也在灭绝的边缘。

所以这就是我为什么说本书更像是一本人类的自省，我们因为自己的自私和生存对整个生态和地球造成了那么大的损伤，我们应该感到愧疚，也同时感恩这整个地球为我们提供的资源。读到这一部分，让我收获最大的一点就是大智若愚，人类过于聪明，导致这个聪明进化成了灾难，反而那些脑容量并不是很大的动物们，对地球的影响就没有那么大，在我们过度滥用我们的优势时，同时也伤害了很多，夺走了很多。

看完了人类简史，我觉得人类应该更加爱护我们的地球和生态，请为我们的生态和地球多多考虑，珍惜它爱护它。把自己自私的想法放下，我们其实和其他动物没有什么不同，我们也是地球的一份子。