

# 2023年精神明亮的人读书报告(通用8篇)

实践报告的撰写过程可以帮助我们更深入地思考和反思自己在实际操作中的得失和不足之处。接下来是小编整理的一些优秀实践报告范例，供大家参考借鉴。

## 精神明亮的人读书报告篇一

随手翻杂志的时候，发现了一篇文章，名叫《精神明亮的人》，我从未听到过这样的词汇，精神明亮？还是形容人的？好奇心吸引我继续往下读了下去。

文章以福楼拜给女友的信开头，他告诉他的女友他每天在乡下干的事情，其中有一句是“按时看日出”。这令作者很疑惑，一位世界文豪，每天想着日出，把它当作一门必修课来对待，为什么？而这，也像一盆水一样泼醒了作者，开始发表他的感悟。

“‘按时看日出’，是生命健康与积极性情的一个标志，更是精神明亮的标志！它不仅仅代表了一记生存姿态，更招示这一种热爱生活的理念，一种生命哲学和精神美学。”

读完全文，给我一种极大的震撼，原来日出，它并不仅仅是太阳升起，预示新的一天开始。它还是艺术，是大自然最优质的杰作。迎接太阳，当它从地平线上升起的时刻，当第一束光线照耀在你身上的时刻，当你感到那热量变成能量渐渐充满你全身，让你感到膨胀的时刻，那不仅是一种景色，还是一种精神体验，心灵洗礼。

可是，我们是否真正的这样，迎接过那次震撼呢？

多少次，我们不是在被窝里蒙头大睡。当迷迷糊糊地醒来时，那已不是新的了的光线，照在我们身上，我们还觉得，我们什么都没有失去。

而城市，又给我们创造了多少机会呢？

## 精神明亮的人读书报告篇二

《精神明亮的人》，一本很朴素的书，黑字白纸，没有任何花花绿绿的东西，很纯，像一杯纯净水。一打开它，扑面而来的森林，深潭和冰雪的气息，仿佛一朵绽放的昙花，那种由内而外的芬芳触动了我身上的每一丝血管。书，又像鸡尾酒，色彩各异，味道也与众不同，但却巧妙的融合在一起，使人至身于童话的仙境中。

“高楼大厦夺走了地平线，灰蒙蒙的尘霾，空气中老有油乎乎的腻感……”

你可曾见过星空，那种满天繁星的夜空？

你可曾见过森林，那种拥有自然芳香的丛林？

你可曾见过原野，那种一望无垠的，绿草遍地的土地？

一种重温童年的欢笑萦绕在你的身旁，你的心便感到从未有过的的舒畅。

## 精神明亮的人读书报告篇三

闷热的八月，读完了王开岭的《精神明亮的人》，突然觉得清爽了许多。

说起这本书，还是两三个月前，在书店偶然买的。当时，只看了第一篇《精神明亮的人》，即刻就被打动了。读书也像品酒，好不好，只需要尝一口——读一个句子，就知道了。

这本书不仅有散文，有文学性，作为媒体人的王开岭，更聚焦社会、历史和现实，书里收录了他的随笔和杂文，这样，

在隽永的文思之外，更饱含着思想和论辩的逻辑与厚重。可以说，王开岭以文人的清逸，更以社会公知的沉健，一边温情脉脉，一边振臂疾呼，让人感叹并欣喜这一文学的、社会的，同时更是遍及个人的精神盛宴。

这一篇篇文章好像不同的试剂，它们试出了那些“习以为常”的厚度，试出了那些“本来如此”的麻木，试出了那些生活的教训带来的所谓“成长”不过“世故”尔。

“已经不纯净了，心里长了茧，还茫然无知，甚至自以为是呢。终于，可以不受伤了，却不知道已经损失了多少。”——王开岭要说的应该就是这句话吧，他所希望的是一份对生活、对生命的敏锐与感恩，对国家、对社会的公民责任，这样，才可以，说一声，是生活着。

这本书可以覆盖的年纪范围很大。中学生可以从书中前半部分获得文学的收获，丰富词汇，明晰逻辑。年长者，会对后面的杂感、随笔更有体会。所谓“开卷有益”是也。

最后，回味一下这篇《为何我们没有自己的“大师级”》：

在我们的文化传统和国民精神中，对“自珍”“无扰”的需求与标榜一直高高在上，自保性、私己性、妥协性、附庸性——稍有挣扎和反叛，即视为“越位”和另类。人类的普世原则几乎从未指导过我们的生活，现代公民意识和自由准则，几乎从未在我们的文化卵巢中着床过。所以中国文人为自己确立的对立面小得可怜，他们很少树敌，很少被真正的文明之敌所重视、所忌惮。

## 精神明亮的人读书报告篇四

闷热的八月，读完了王开岭的《精神明亮的人》，突然觉得清爽了许多。

说起这本书，还是两三个月前，在书店偶然买的。当时，只看了第一篇《精神明亮的人》，即刻就被打动了。读书也像品酒，好不好，只需要尝一口——读一个句子，就知道了。

这本书不仅有散文，有文学性，作为媒体人的王开岭，更聚焦社会、历史和现实，书里收录了他的随笔和杂文，这样，在隽永的文思之外，更饱含着思想和论辩的逻辑与厚重。可以说，王开岭以文人的清逸，更以社会公知的沉健，一边温情脉脉，一边振臂疾呼，让人感叹并欣喜这一文学的、社会的，同时更是遍及个人的精神盛宴。

这一篇篇文章好像不同的试剂，它们试出了那些“习以为常”的厚度，试出了那些“本来如此”的麻木，试出了那些生活的教训带来的所谓“成长”不过“世故”尔。

“已经不纯净了，心里长了茧，还茫然无知，甚至自以为是呢。终于，可以不受伤了，却不知道已经损失了多少。”——王开岭要说的应该就是这句话吧，他所希望的是一份对生活、对生命的敏锐与感恩，对国家、对社会的公民责任，这样，才可以，说一声，是生活着。

这本书可以覆盖的年纪范围很大。中学生可以从书中前半部分获得文学的收获，丰富词汇，明晰逻辑。年长者，会对后面的杂感、随笔更有体会。所谓“开卷有益”是也。

最后，回味一下这篇《为何我们没有自己的“大师级”》：

在我们的文化传统和国民精神中，对“自珍”“无扰”的需求与标榜一直高高在上，自保性、私己性、妥协性、附庸性——稍有挣扎和反叛，即视为“越位”和另类。人类的普世原则几乎从未指导过我们的生活，现代公民意识和自由准则，几乎从未在我们的文化卵巢中着床过。所以中国文人为自己确立的对立面小得可怜，他们很少树敌，很少被真正的文明之敌所重视、所忌惮。

## 精神明亮的人读书报告篇五

野火在远方，远方在你琥珀的眼睛里。

如果医学需要进步，我认为要给医者更多的鼓励，不让仁医寒心。

生活不只眼前的苟且，还有诗和远方。前行的路上难免磕磕撞撞，而当你回头时，一种满足感油然而生。

你走过那么多的路，你听过了多少风的呼唤，你见过那么多的人，你收藏了那么多的 如此一来，未来的路就算再远再艰难，它依旧拥有着满园花香和低声的吟唱，既然如此，何不甩袖清风，抹泪前行。

总之岁月漫长，然而值得等待，而最好的等待，叫做来日可期。

## 精神明亮的人读书报告篇六

却是一个没有可以得到发展任何一种束缚的利己主义社会不断进行扩张的结果，更可怕的是极端的唯物主义制度使得每个中国人自己真的是天不怕地不怕，失去了对自然本该有的学生尊敬，一切工作都以人类为中心，所有人都认为对于人类可以是地球的主人，认为中国月球也是影响人类的，于是美国国家航天局便从月球上带来几块冰冷的石头，打破了数百年来随着人们对月球的美好生活幻想。地球环境资源迟早会被时代人们吃完，那时人们便会登上月球，赶走月球上的玉兔和嫦娥，让孩子们学习不再能做一些有关月亮的梦。吞下下一代的精神文化境界，为下一代技术不断灌“吃”的理念，而当我们的理念逐渐成为提高他们所批判的对象时，为时已晚。

没有上帝的愿望限制“食物”中的“，”胃“是上帝，事实

上，这句话应该在句末加上“中国人不会吃任何东西，只有任何损失”。

## 精神明亮的人读书报告篇七

《精神明亮的人》，一本很朴素的书，黑字白纸，没有任何花花绿绿的东西，很纯，像一杯纯净水。一打开它，扑面而来的森林，深潭和冰雪的气息，仿佛一朵绽放的昙花，那种由内而外的芬芳触动了我身上的每一丝血管。书，又像鸡尾酒，色彩各异，味道也与众不同，但却巧妙的融合在一起，使人至身于童话的仙境中。

“高楼大厦夺走了地平线，灰蒙蒙的尘霾，空气中老有油乎乎的腻感……”

你可曾见过星空，那种满天繁星的夜空？

你可曾见过森林，那种拥有自然芳香的丛林？

你可曾见过原野，那种一望无垠的，绿草遍地的土地？

一种重温童年的欢笑萦绕在你的身旁，你的心便感到从未有过的的舒畅。

突然觉得王开岭就是一个精神明亮的人，他有一种挥之不去的浪漫，影影绰绰闪动着朦胧的审美色彩。

“‘天真’这是我心目中对生命的最高审美了。那时候，我们以为天上的星星一定能数得清……” “向儿童学习”，这是德国作家凯斯特纳在《开学致问》的演说中的最后一句话。

许多的人一定觉得可笑，不切合实际。向儿童学习，学习他们的“天真”，那纯洁的品质和美好的元素。我一直忘不了里面的一句话“一个人的童心宛如一粒花粉，常常会在无意的

‘塑造’中，被世俗经验这匹蟑螂悄悄拖走……然后，花粉消失，人变成了蟑螂。”突然觉得，儿童就是一个精神明亮的人，那种令人惊讶的纯洁和童真，批判了所有所谓的“正式人”和“成品人”。

## 精神明亮的人读书报告篇八

清楚地记得翻开书的第一篇《精神明亮的人》就被作者优美的措辞和细腻的语言以及纤细的情感所叹服。人生苦短，几十年如弹指一挥间，宛若一场梦。这本书教会了我如何做人——要做一个有用的人，脱离低级趣味的人，这样的人就必须要有高洁的品质和顽强的意志。当然，你要尽可能做一个不折不扣的真实的自己。

现实总是残酷的，一些人总是把现实想得那么美丽，未曾想到面前的路总是充满了坎坷与艰难，自己没有做好充分的思想准备，而最终失败。有时残酷的现实总是与我们如影随形，当你放慢奋斗的脚步时，它就会让你尝到失败的滋味；当然，它也激励着我们，使我们奋发上进，催促我们不断地向前奔跑，超越以前的自己。书中的一切描述都能使我们触目惊心，同时又发人深省。让人想到我们人类种种行径，我们无疑离经叛道，对大自然缺乏敬畏。

在开篇《精神明亮的人》中，触动作者心弦的是福楼拜写给女友的一封信中所提到的“我按时看日出。”正是他的“按时看日出”让作者猝然绊倒。一位如此吝惜时间的世界文豪，却每天惦记着“日出”，把它当作是一门必修课来迎对，那是何等的对大自然的热爱。而细想我们，又何尝将大自然视作母亲，更何况抽出你那看似稀少的时间而来看看日出。

看日出？或许有人不屑一顾，认为这是浪费时间，平时过于忙碌，日出时或许已在学习工作，而到了假期，人们又往往躺在床上，将休息当作不看日出的借口。殊不知这看似只有浪漫这一个优点的看日出这一行为，正是你对自然的热爱的

体现，一个人对司空见惯的日出似乎毫无感触，这不正是快节奏生活所带给我们的“礼物”吗，我们实在不能嘲讽心怀浪漫，心系自然的人是“闲着没事干”，其实我们才应反思。

作者也曾感叹“迎接晨曦，不仅仅是感官愉悦，更是精神体验；不仅仅是人对自然的欣赏，更是大自然以其神奇的力量作用于生命的一轮撞击。它意味着一场相遇，让我们有机会和生命完成一次对视，有机会认真地打量自己，获得对个体更细腻，清新的感受。它意味着一次洗礼，一记被照耀和沐浴的仪式，赋予生命以新的索引，新的知觉，新的闪念、启示与发现……”

希望我们能心系自然，不忘初心，做个精神明亮的人。