# 最新阅读《蛙》后的心得体会(6篇)

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2024-06-24

*在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。阅读《蛙》后的心得体会篇一前几月，因为心境也因为心事，...*

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。那么心得体会怎么写才恰当呢？下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**阅读《蛙》后的心得体会篇一**

前几月，因为心境也因为心事，我终于静的下来，打开了这本书。

《蛙》前后分了两部分，第一部分，我在看完时写了一部分感想，大致是对这个中国社会对生育的变态渴望，以及姑姑的不通人情造下诸多杀孽的感叹。然后我夸赞了莫言老先生将这两者对立起来的写法，使得整本书充满着血淋淋的矛盾，却找不到退路的写法。一个想求后的想法如此强烈，一个执行国家的生育政策如此严苛，两者对立碰撞出的激励血色火花是中国真实的历史。小说来源于生活，这是一个我只要想想就忍不住颤栗的时代。

第二部分，是严苛的计划生育政策过去后的悔悟，是回溯过去。如果我还在为前者的精彩立意拍案叫绝，那这一部分，我称之为鬼斧神工。早先再听张爱玲解读时，我听到一句话是这样的，写作是对过去的原谅，是对自己进行一种精神的鞭笞而进行的赎罪方式，而第二部分，就是无时无刻不充斥了那个年代过后的痕迹，姑姑没有嫁给一直追随着她的秦河，而是嫁给了郝大手，她殷殷恳请着郝大手那双出神入化的捏娃娃的手为她还原那些年由她亲手打掉的娃娃，她曾为此夜不能眠，蛙，即娃，彼此形同声似。那年夏天姑姑她独自一个人路过田间遇到蛙的袭击，蛙的叫声，又似娃娃的哭嚎声，向她索求着来到这个世界的希望，向她追命，姑姑衣不附体，赤裸出逃，遇到了捏娃娃的郝大手，因为名声，也因为娃娃，于是这两个人在一起了。

姑姑是个复杂的人，且不先说她传奇的一生，她接生过无数的孩子，有多少孩子因她来到这个世界上呼吸，看到世界，又有多少个孩子，因为她甚至连成型，睁开眼睛都做不到，更甚至连同着他们的母亲一起共赴黄泉。这是一个矛盾的人。而中国，亦是个矛盾的社会。在最开始的时候，鼓励多生多育，从万跑(作家本身)的母亲口里曾不止一次说过：国家缺人呢，国家等着用人呢，国家珍贵人呢。人民群众心怀感激的同时，都暗暗下定决心，一定要多生孩子，报答国家的恩情。而突然政策一换，要求计划生育，每家每户一能生一个，万跑的母亲说：毛主席说了，不然老天下雨是不对的，不让女人养孩子也是不对的。足以可见当时政策变得太快，群众观念转换不过来，这里是不是也暗含了作者对于国家的一丝丝的埋怨呢，如此多的鲜血，只因为令行立止，人是理智动物，如何能被框架套住，但同时也暗含作者的迷茫，中国的计划生育政策虽是从鲜血中出来的，但的确卓有成效，扼制住了中国的人口爆炸倾势。

是啊，这世界哪有那样纯粹的人或事呢?好就是好，坏就是坏，善恶如此分明，哪有这样的事呢?就连传唱千秋的爱情，也是颜值，家世，人品的叠加。有谁爱你，只因你是你，你邋遢，不堪，拥有这世间最糟糕的形容词，有人仍爱你?人是矛盾的，爱别人前先爱自己，是现实的，即便王仁美因万跑的决定丧命，他仍旧娶了后来的小狮子，仍为小狮子丰腴的肉体而迷醉。他有愧疚吗?有的，可这仍不会影响他。

《蛙》的最后，写了中国有钱有势人为了生育再创新招，又写了唐吉坷德式的一家饭馆，他当年的老同学陈鼻，那样光鲜亮丽的人，因为妻子流产的死去，沉迷烟酒，扮演着疯疯癫癫的唐吉坷德，而他已然分不清自己和唐吉坷德的区别了，戏如人生，人生如戏，他在小说中演戏，小说中男主角看戏，我们呢，看的又是谁的一场戏。

我在最后下一个猜测，莫言老爷子是否也暗示着我们，这人生，不过一场荒.唐的笑话呢?

**阅读《蛙》后的心得体会篇二**

以我之见，《蛙》中的书信，其实也可不要。但莫老师为什么会加上书信，自然有他的道理。看看这些书信，都是写给一个日本人的，这个日本人名叫杉谷义人(亦可理解为山谷蚁人)。第一封信的开头一段就提到了杉谷义人的《文学与生命》的长篇报告，或许就是这个报告的题目成了写作这部作品的由头。其次，这些书信为什么是写给日本人，而不是美国人或英国人、印度人呢?从后面的书信和故事中，我才知这个日本人既是伏笔又是铺垫，因为故事中涉及了杉谷义人的父亲----侵华日军的一名指挥官杉谷，使故事更加戏剧化。其三，莫老师通过书信表达了自己的谦逊之心，书信内容反复提到了杉谷义人给予的指导和鼓励，其用意同时也反映了作者对作品主题的谨慎态度，即：为什么那么多作家没有写中国的计划生育?

从书信带出小说故事，从小说故事又牵扯出九幕话剧，这种写法匪夷所思，但是构思缜密、环环相扣。主人公在书信中多次提到要给杉谷义人创作话剧的事，同时又通过书信反复解释为什么还写出这个话剧，而没写出话剧的原因就成了小说记叙的主体，即关于姑姑和计划生育的故事。这些原因都说完了、故事都讲完了，又通过书信交待：可以正式创作那个话剧了。而那个话剧其实又以新的形式、新的叙说方式，重复了姑姑和计划生育的故事，但读来丝毫没有重复之嫌。这就是莫老师的高妙之处!

我认为这个话剧的最大好处，就是让人巩固了对小说故事的印像，达到了让人过目不忘的效果。如果没有这个话剧，很多人将是健忘的，他们会忘了这个小说到底说了什么。

二是书名人名新奇怪诞，紧紧围绕主题服务，达到了强化主题的效果。

看到《蛙》这个书名(题目)，包括我在内的很多人以为是关于青蛙的什么事情，但看完故事，方知这一猜想大错特错。即然是讲计划生育的，为什么不用“蚁”作题目呢?人生如蚁啊，人多得像蚂蚁，也确实需要控制生育啊。但看完这个小说，我不得不佩服用“蛙”作题目的妙处，它不仅精准而且大有深意。因为蛙是由蝌蚪蜕变而来，而蝌蚪又与显微镜下的人的精子十分相像，据说也与人体胚胎初期发育形状相像，而且蛙的生殖能力十分强大，是支持计划生育的强大论点。同时，我认为名字越短越能激发人的探知欲。《蛙》的一声，莫老师的这个目的也实现了。

再看看故事中的人物，除主人公的名字叫蝌蚪外，还有95%的人名与人体器官有关，比如：陈眉、陈鼻、肖上唇、肖下唇、万心、五官、袁腮、王肝、王胆、李手、王脚、郝大手，等等，这些带有人体器官的名字，给人以肉体横陈、到处都是人的感觉，不断强化着“人和生育”这个主题。同时，民间工艺大师秦河、郝大手大量生产、无处不有的那些泥娃娃，以及袁腮的牛蛙养殖场的蛙与蝌蚪，更给人无处不是“人”的印象，人多得简直让你无法呼吸，进一步强化了人满为患的主题。

通览全篇，作者从题材、体裁、情节、构思，甚至人名、书名都是苦心思虑、下过苦功的。这些人物个性鲜明，又互相影响、相互交叉，人与人互相纠缠，故事情节相互纠缠，形成一幅人头攒动、人事纷纭的画卷。小说并未说“计划生育如何如何好”，但透过这些故事和场景，却让你强烈感受了“计划生育很难做”和“必须计划生育”的思想，读来令人拍案叫绝!

三是矛盾冲突迭宕起伏，故事情节富于戏剧，真实感强。

《蛙》虽然讲的只是很普通的乡村的计划生育，没有什么波澜壮阔的大事件，但其中的矛盾冲突却纷繁复杂，令人眼花缭乱。仔细看看，除了人物与事件、生育与超生的矛盾外，故事中的每个人似乎都是一个矛盾的混合体。比如：姑姑本是一位抗日军医的女儿，是一个英姿飒爽的抗日英雄，解放后成为一个人见人爱、花见花开的专事接生的妇科医生，并被人们神化成非常神圣的“送子娘娘”。但是这个“送子娘娘”后来却成为计划生育的推手，专门开展引产、结扎、惩罚超生、打击偷生之类的事情，原来为人接生的主业变成了副业，原来“送子娘娘”的光环变成了扼杀婴儿的“杀人魔王”，原来的抗日英雄因为恋人叛逃而成了特务、内奸和，原来处处受人尊敬的待遇落到了现在处处被人讨厌甚至追杀的境地，原来连日军司令都不怕现在反而被一只青蛙吓晕。而且更为矛盾的是，专门从事接生和计划生育的姑姑和小狮子，竟然双双失去生育能力。一生致力于计生事业的姑姑和小狮子，老年时竟身体力行地支持超生偷生，小狮子甚至知法犯法地偷偷花了5万块钱找被毁容的陈眉为自己代孕。

说到陈眉，她可是整个故事中命运最为悲惨的人物。陈眉是陈鼻的女儿，有倾国倾城之貌，本该有一个极为美好的未来，然而她拒绝靠姿色而坚持靠体力吃饭，结果被工厂的一场火灾烧得面目全非、惨不忍睹，成了神秘的蒙面疯子，并被穿越到民国县衙大堂打输了为人代孕的官司。陈眉的老爹陈鼻本是乡里第一个万元户和一个生存能力极强的暴发户，因为超生偷生几经折腾，晚年却沦为一个遭人唾弃的乞丐。还有那个矮女人王胆，竟然为了偷生采用抗击日寇的地道战术，让人感叹母亲的伟大而对其生出恻隐之心。

矛盾冲突是小说的灵魂，透过矛盾冲突反映现实生活是小说的使命。《蛙》中的所有矛盾冲突，都是时代背景下的必然。经过那个时代和感受现实社会生活的人，都会有身临其境的感觉，都会感觉故事中的人就是身边的人甚至自己，都会认定那些矛盾冲突是客观存在的，那些人物事件是客观真实的。人物矛盾的复杂化、戏剧化，充分体现了莫老师制造矛盾冲突、把控矛盾冲突的能力，矛盾演绎技术已经达到了炉火纯青的地步。

四是语言朴实，土得掉渣儿，但通俗易懂、引人入胜。

《蛙》讲述的是山东高密东北乡的故事。故事的叙述语言基本都是中国北方的乡村俚语，是朴实的大白话、大土话。从某一方面看，汉语普通话可说是以北京和中国东北话为基准的语言，因此北方土话本身可算是普通话的一部分。在普通话的语境里，北方土话具有强大的感染力，这也是赵本山的相声和东北二人转广受欢迎的主要原因。

我认为，《蛙》使用乡村土话的叙述方式，讲述涉及广大农民阶层和普通民众的计划生育的故事，是非常适合的。正因为它土得掉渣儿，土得有思想、有个性，有乡土味和民族味，且文字粗放、符合人性，却又叙事流畅、表达细腻、情节生动，所以更加通俗易懂、更富表现力，而且很多土语字字珠玑，令人捧腹，引人入胜。

总之，作家是靠作品说话的。仅仅一《蛙》，已经充分体现了莫言的文学造诣，让我们听取了“哇”声一片。所以，莫言获诺奖可说是当之无愧，莫言获诺奖可说是地球人对中国文学的首肯。这是事实，也是我们读者的最直接的感受。

**阅读《蛙》后的心得体会篇三**

《蛙》通过讲述从事妇产科工作50多年的乡村女医生姑姑的人生经历，反映新中国近60年波澜起伏的农村生育史，描述国家为了控制人口剧烈增长、实施计划生育国策所走过的艰巨而复杂的历史过程。《蛙》是莫言酝酿十余年、笔耕四载、三易其稿、潜心打造的一部触及国人灵魂最痛处的长篇力作。小说由剧作家蝌蚪写给日本作家杉谷义人的四封长信和一部话剧构成，讲述了姑姑——一个乡村妇产科医生的人生经历，在用生动感人的细节展示乡土中国六十年波澜起伏的生育史的同时，毫不留情地剖析了当代知识分子卑微的灵魂。

以前对莫言知之甚少，乘着诺贝尔文学奖的热潮才对他有所了解。莫言自八十年代中以一系列乡土作品崛起，充满着“怀乡”以及“怨乡”的复杂情感，被归类为“寻根文学”作家。莫言的作品深受魔幻现实主义影响，写的是发生在山东高密东北乡的“传奇”。莫言在他的小说中构造独特的主观感觉世界，天马行空般的叙述，陌生化的处理，塑造神秘超验的对象世界，带有明显的“先锋”色彩。他的作品被译成多国文字，日本诺贝尔文学奖获得者大江健三郎曾认为，莫言是中国问鼎诺贝尔文学奖的人选。 20\_\_年，法国图书沙龙，莫言、李锐和余华三位作家获得“法兰西艺术与文学骑士勋章”。 20\_\_年10月11日，莫言获得20\_\_年诺贝尔文学奖，成为中国第一位获得诺贝尔文学奖的本土作家。

网上有人这样评价他：“莫言可能是当下中国文坛最博大、勤奋的作家。博大源自其尝试的写法多而宽，充满试验性的创新精神，其笔法汪洋恣肆、气势蓬勃、自由率性。勤奋源自其写作的数量和质量之积，也源自其不懈的开拓精神，就中国当下而言，无人能出其右。”

小说的名字叫《蛙》，如果没有看过书，光看这个题目，想必是怎么也不会和妇产科医生联系到一块儿去的。听说莫言取这么个貌似奇怪的题目显然有着深刻的寓意，这在作品中也作了充分的阐释：首先，蛙和“娃”读音相同，而主人公“姑姑”从一个受人敬重、人见人爱的“送子娘娘”到计划生育实施后，被无数人唾骂和诅咒的“杀人魔头”，说到底，她的一生都在和娃娃打交道，她的爱恨情仇，都和孩子有关;其次，青蛙和叫声和孩子的哭声狠相似，都是“哇哇”的声音，这让后期的“姑姑”一听到蛙声，想起那些还未出生就被自己扼杀在子宫里孩子，立刻变得毛骨悚然，神神叨叨，备受煎熬。就像“姑姑”独白说的那样：我的双手，一半是芳香，一半是腥臭。

这是部直面中国近几十年来有关计划生育政策的小说。说起计划生育生在上世纪八九十年代的我们不得不感慨一下。 动物归根结底是为了自己的种族和后代而生存。繁殖是动物的本能，也是身为高级动物的人类的本能。当人类的动物属性与社会属性发生矛盾，我们该做怎样的选择?中国政府选择了计划生育，于是，几亿成型的和没成型的胎儿成了牺牲品，又有多少孕产妇由于当时落后的医疗条件丧生。当我们为今天计划生育所取得的成绩感到欣慰的同时，可曾想到过他们?

读罢该书，犹如在中国人的心灵长廊进行了一番巡礼，禁不住重新探寻一下人类的孕育到出生的生命旅程。正如书中所说，历史是只看结果而忽略手段的，就像人们只看到中国的万里长城、埃及的金字塔等许多伟大建筑，而看不到这些建筑下面的累累白骨。

小说中一个最典型的人物。这个人是全书的主人公——姑姑，名字叫做万心。万心卫校毕业，一辈子跟妇女打交道。在上世纪七十年代，她是接生员，无论多么困难的分娩，只要经她接手，就会转危为安，就连母牛难产，大家都请万心出马，那时候，她是四里八村妇女的大救星，活菩萨。到了八十年代，她一下子由天使变成了魔鬼。张拳的老婆因她溺死水中，她侄子万足的老婆王仁美被她大义灭亲引产失败大出血死了，袖珍美人王胆在被她追赶的途中所幸生下女孩陈眉，但王胆的命也没保住……当时人口膨胀得厉害，国家不实行计划生育，可能带来灭顶之灾，万心就是计生工作的推土机，开到哪儿都压死一片，虽然讲法不容情，但我还是极端地厌恶这个时期的万心，以至于厌恶到要放弃读下去的地步。万心那种惨绝人寰的围追堵截实在是太血腥了，有谁愿意欣赏这样一个灭绝师太赶尽杀绝的表演呢?妇女工作本是最神圣的，可是，万心却被时代扭曲成了一个杀人恶魔，后来她途经芦苇地，被无数的蛙围攻，撕碎衣服，咬破耳朵，喷射黏液甚至是精液，再后来，她夜夜失眠，猫头鹰的叫声被她幻化成蛙的惨叫，她觉得这是那些无辜的生灵来讨债了。“蛙”，就是“娃”啊，万心的这双手，接生了上万个娃，又残害了多少个娃啊!如果她不仅仅是一个妇女工作者，如果她能在当嫁的年纪嫁掉，在该生的年纪生产，她的心就不会这么硬，这么冷。可惜，她年轻的时候与那个英俊的飞行员擦肩而过，后来在她徐娘半老的年纪里，戏剧性地嫁给了郝大手，一辈子接生了上万个孩子，却没有一个属于她，这也许就是对她作恶的报应吧?万心，愿你来生做一个完整的女人。

小说中一段纠结的感情。这段情不是秦河对万心的忠诚，不是陈鼻对王胆的呵护，不是万足对王仁美的愧疚，而是王肝对小狮子的单恋。十二年的时间，王肝给小狮子写了五百多封情书，可以想象，王肝是怎么把一颗惴惴不安的心装进信封，等待小狮子的回信，可是，没有，直到小狮子嫁给万足，也没有给王肝回过只言片语，因为王肝的信小狮子一封也没看到，信全被万心扣下了。没有回信，王肝依然痴痴地写下去，从第一封到第五百多封，这是怎样的痴情啊!令人费解的是，头发蓬松，塌鼻方口，满脸粉刺的小狮子，在王肝的眼里竟然是“小狮子真美啊!”就是这么一个其貌不扬的灰姑娘，让王肝远远地看见就激动地眼含泪花浑身颤抖，让王肝情愿跪在地上亲吻小狮子留下的脚印，当他得知小狮子嫁给万足之后，他没有痛不欲生，反倒很冷静地说：“爱情就是生一场重病，现在病好了!”看来，爱情是不拘于形式的，比如婚姻。

小说中一场无法忘却的过往。这部作品是从上个世纪七八十年代的高密东北乡写起的，农村的落后贫穷，虽然我生在90年代，没有亲身经历那时艰辛的种.种，但从长辈的口中我也了解很多。比如吃，爷爷奶奶说他们那时候几乎顿顿吃煎饼，能抹点猪油或者卷点红糖白糖，就算是十分奢侈了，至于钙奶饼干，那更是不可多得的人间美味了。如果能捡到飞机上投下来的压缩饼干，真是好运气了，更多的时候，见到的是印刷十分精美的传单，飞行员降落伞，还有在手腕上画手表，每家每户发布票。还有那个时代村里的一个接生婆，会安胎，会接生，会打针，还会算卦，巫婆一样神乎其神。

《蛙》以第一人称的口吻，叙述了万足也就是万小跑的姑姑万心传奇坎坷的一生。万心小的时候就临危不惧，敢和日寇怒目相视，建国后凭借红色出身和过硬的医护本领成为当地响当当的妇产科专家，和土接生婆们一番较量，使群众们接受了新法接生，挽救了数以千计的产妇和新生儿，群众敬仰她，称之为送子观音。国家实行计划生育政策后，万心被派到公社计生办，一干就是几十年。期间，万心坚决执行计生政策，可谓铁面无私六亲不认，亲手流掉了包括侄子万小跑媳妇王仁美孩子在内的两千余个计划外怀孕胎儿，这一成绩将万心在群众中的威信一扫到地，她在群众心中由一名送子菩萨变成了戕害生命的魔鬼。进入晚年，国家的计生工作随着经济的开放搞活也“开放”了，大款生，官员生，就是无权无钱的小职员们不能生，看透人生的万心摇身一变又成了送子观音，一副所谓的“转龙换风”的药丸要价不菲，专门卖给那些贪污受贿发民财的“大人物”们，以这种方式来宣泄寻求心灵的安定。

主人公万心的人生轨迹是曲折的，她的爱情轨迹也是坎坷的。一枝花的年龄时在如云的崇拜者中“众里寻他三百度”，选中了潇洒地飞行员王小倜，马上要结婚了，王小倜驾机叛逃中国台湾，万心受到牵连，经历一番世态炎凉，她决定嫁给比自己大二十多岁的县委书记杨林。轰轰烈烈的中她和杨林一块儿受到冲击，杨林在会上受不住造反派的折磨胡说八道，伤害了万心也葬送了她的第二次感情。就这样万心的终身大事耽误了，一直到临近退休，才和民间泥塑大师郝大手结合。万心和郝大师结合是完美的，万心描述被流掉胎儿的特征，大师按描述创作泥娃娃，然后供在一间屋子里，投生到来求娃娃的善男信女家。

《蛙》是一个底层计生干部的个人史，也是一部波澜壮阔的我国农村计生工作史。这段历史中有荣辱，有辛酸，有执著，有无奈，有揭露，有褒贬，作家以敏锐的眼光，捕捉社会的风云变幻，娓娓道来，给人以振聋发聩般的心灵震撼。

《蛙》除却情节的跌宕起伏，我还喜欢她的如下风姿：

语言诙谐。莫言的作品语言是很有风格的，流畅诙谐而且夸张，让人忍俊不禁。比如写王小倜飞行技术的高超，王驾机一个俯冲到西瓜地，探身摘下一个西瓜，一拉杆，歼击机又呼啸着冲向云霄，呵呵，这是多么夸张诙谐的文字!可以和青莲居士的“飞流直下三千尺，疑是银河落九天”相媲美了。

节奏鲜明。小说从小伙伴们吃煤写起，如潺潺小溪，清新爽人，接下来的王小倜叛逃、波澜“小弦切切如私语”将读者引入故事中，王胆顺流逃跑河中分娩则是“大弦嘈嘈如急雨”的高潮，接下来美国爱婴医院的出现如河道陡然变宽，流水变缓，满眼的粼粼微波，如此“嘈嘈切切错杂弹，大珠小珠落玉盘”，给人以跌宕起伏的艺术享受。

构思缜密。小说后半程写王肝和秦河、郝大手默契配合，泥塑娃娃、推销娃娃，王肝忽悠顾客时巧舌如簧就进入创作状态，那创作状态中的语言细腻而有哲理，缜密中充满神秘，让顾客心甘情愿地争先恐后地买泥娃娃。

有人说《蛙》思想不够积极，是在揭计生工作的家丑，从政治的角度看确实有这个嫌疑。但是《蛙》是文学作品，是小说，是小说就要反映现实，超越现实。只有扎根现实的文字才是有生命有色彩的文字。莫言能够秉笔直书我国计生工作的历程，而且是站在农村沃野上看计生，这是作家的使命感使然，现实中农村的计生现状就是这样的，《蛙》有生活基础，《蛙》是当之不愧的出色的文学作品。《蛙》获诺贝尔奖，不是偶然。

**阅读《蛙》后的心得体会篇四**

自然的，王子把胜利的桂冠戴在了灰姑娘的头上，亲吻了一下她冰冷的锁骨。

望着面前人儿红扑扑的脸蛋，王子仔细地聆听着她从未停止过的娇喘声，他突然发生了一种极强的占有欲。面前的女孩早已跑了，他追了一会，突然想起了她不是公主的事实，又返回了王宫。

他并未注意到灰姑娘刻意留下的水晶鞋，那是灰姑娘希望他能捡起做个留念再逐个查找谁合适穿。王子没有，直到第二天仆人把它扔进了垃圾堆里。

时间过了一天又一天，灰姑娘还是在等，企盼王子能来用他矫健的白马把自己接走。她不知道，王子已经当上国王，正享受着权力与地位给他带来的喜悦。

一天，狐狸来了，告诉她：“王子已经当上国王了，要迎娶邻国的公主，别等了”。灰姑娘不信，鹦鹉也来了，告诉她同样的消息，她也不信，直到她一直信任的小白鸽也告诉她，她才忍不住泪去看王子与公主的婚礼。

王子结婚那天，真的是打扮得非常帅气，公主真的很美。一对碧眸直勾人心魂。金发上配着凤冠，更添几分高贵与华美，貌若天仙。

灰姑娘笑了，那不是喜悦，而是自嘲。枉费韶光，白作黄梁，终成南柯一梦。灰姑娘倒了下去，第一缕月光撒在了她的身上，勾勒出她凄美绝伦的容颜。这一切，她将永远地沉沦于她那美丽的梦境，悬在天空的明月也在祈祷着她的来生，会做王子的新娘……

你相信么?王子是属于公主的。所以，即使她在梦境里也会看见王子与公主在一起，不过这一次，相信灰姑娘会祝福他们，永结百年之好，白头偕老……

**阅读《蛙》后的心得体会篇五**

一本充满平静的书，一本凝结智慧的书，一本拷问心灵的书，这就是两千年前的古罗马帝王马克·奥勒留从灵魂深处流淌出来的文字——《沉思录》。“《沉思录》有一种不可思议的魅力，它甜美，忧郁而高贵。这部黄金之书以庄严不屈的精神负起做人的重荷，直接帮忙人们去过更加完美的生活。”美国的费迪曼如是评价。的确如此，在时隔两千年的今日，我们仍能跨越时空，看到作者低头沉思，与作者内心对话。

用灵魂去思考

此刻，快节奏的生活工作让人渐渐忽略思考的重要性，在忙碌的生活中，往往疲于应付，没有时间安静下来细细思考。作为古罗马的帝王，奥勒留在他执政的近20年间，遭遇水灾、地震、瘟疫、饥荒、蛮族入侵、军事反叛等天灾人祸不断，公共职责的沉重负担和个人际遇的沉痛经历使他陷入了极大的悲观中，而使他能忍受下来的是思考，他以“哲学的沉思”来避开人世的纷扰，追求内心的安宁。他就像一个异常严峻而又平和的人站在镜子面前，时常自省，对镜子中的自我作出告诫与提醒。

所以，贯穿在书中最为明显的是一种隐忍的恬淡，和对人的命运的深刻洞察。有人说，这是一个浮躁的社会，人们渐渐疏远，信仰渐渐缺失，一切都流于世俗。我认为，一味的否定是逃避，而思考将是一剂良药。这种思考不是无用和琐屑的思想，而是一种深层的思考，是对自我心灵的拷问，是与自我灵魂的对话。如同长途跋涉需要小憩，我们在行进的过程，身体的劳累能够经过睡眠缓解，然而心灵的劳累更不能忽略，也需要思考作为驿站。哪怕几分钟的沉思，也能让源自灵魂的潺潺溪水洗涤浮世尘埃。

用灵魂去生活

奥勒留认为，事物不能拂乱灵魂，“外部事物使你烦躁不安，那么请你注意，使你心境烦乱的并非事物，而是你对事物的看法，而只要你愿意，你是很能够将它打发掉的”。在生活中，我们容易被外界影响，让我们躁乱不安。很多外界的事物，似乎都“来者不善”。

我认为，“不善”的并非事物，而是内心无法抑制的“不善”。人经过双眼看世界，可是有个死角就是自我，看清自我，与自我对话不是眼睛能够做到，唯有用心灵。当繁琐的事物压来，你是否消极低落?当生活的不公袭来，你是否怨天尤人?奥勒留会告诉你，当你低落，当你埋怨，你只是在逃避生活。古往今来，有很多人所谓“看破红尘”，便要退隐，寻找山林，寻找海滨。他们放弃了作为一个“社会人”应肩负的职责。奥勒留教给我们，怎样用恬静、自然、完美的态度去对待一切。其实要相信，我们的心就是一个宁静去处，我们能够挖掘灵魂的力量，既获得平静，又担负职责，并且让这种平静更好地为担负职责而服务。所谓“大隐隐于市”，当俗世的烦嚣和肩负的重任都不能让我们烦恼退缩，我们便懂得了用灵魂去适应生活，改善生活，我们便懂得善用灵魂的力量，去加重生活的分量。

用灵魂去创造

奥勒留在后期很少待在罗马，大多是在帝国的边疆或外省的军营里度过。《沉思录》大部分就是在这种鞍马劳顿中写成的。正如我们明白的，奥勒留并不像一般的隐者那样逃避自我的职责和义务，他从不怠慢社会历史赋予一个罗马皇帝的使命。“……去履行一个人所负有的职责，难道我会不乐意履行我之被塑造，我之被生于此世间而应当负有的职责吗?”奥勒留对于使命，对于职责，是进取的。在灵魂与外界使命、职责之间，他找到了一个平衡点，他要用宁静之心、关怀之心创造出一个有爱的帝国。

当我们懂得如何用灵魂去思考，如何用灵魂去生活，我们要勇于承担职责，学会如何用灵魂去创造，为这个世界创造价值，为人类创造未来。要从周围人们身上汲取优良品质，热忱地从其他人身上学习他们最优秀的品质，化为自身成长的精神钙质;要时刻不忘自我作为社会一份子的本分，致力于整个社会的利益，热爱自我的使命，并为之努力;要抱有创造的心态，不断审视自我，完善人格，加强职责，让生命脱离庸碌无为。

**阅读《蛙》后的心得体会篇六**

小说《包法利夫人》是福楼拜的代表作，小说描写的主要内容是外省的一个比较富裕的农民的女儿爱玛悲剧的一生。爱玛本是一个小资产阶级的女子，她自幼在修道院附设的寄宿女校修业，受着贵族式的教育，学会了贵族式的礼仪和谈吐，喜欢读一些浪漫主义的小说，梦想着能有美满幸福的爱情，过上奢华的生活。但是当她成年之后，父亲把她嫁给了一个庸碌无能的医生，夏尔。包法利。婚后的生活对爱玛来说是平淡无奇的，没有什么能够引起她的兴趣，没有感到爱情带来的幸福。

所以她渐渐的对包法利失去了感觉，越看他越感觉难受，越感觉到自己的婚姻生活的不幸。可是夏尔，却是自始至终的傻傻的爱着爱玛，一刻都没有改变过。由于爱玛厌倦了小城镇的生活，所以夏尔为了逗她开心，解除她的烦闷，于是冒着失业的危险迁到了繁华的永镇居住。在这，包法利的事业并不是很顺利，可是为了满足她的要求，他还是尽自己的努力挣钱，努力使她开心，可是这并没有让她感到，反而让她觉得他更加令人讨厌。

由于爱玛对自己的婚姻生活的不满，所以当她有幸参加一个贵族的挽回的时候，遇上了体面、高贵的爵爷和贵妇人，那种珠光宝气的豪华气派生活才是她想要的。一个偶然的机会，她认识了地主罗多夫，她经不住他的诱 惑，所以投入了他的怀抱。由于爱玛受过良好的教育，所以她有着较开放的思想，给人的感觉是一个轻挑的女子，她深深的爱着罗多夫，可是罗多夫对她则是一种利用与诱 惑，利用她的美貌和轻信，诱 惑她投入自己的怀抱。“她确实很漂亮，他从来没玩过这么坦率的女人，这种不放荡的爱情，对他来说不但很新鲜而且越出了轻易到手的常规，使他深深得意，有十分动情。爱玛的狂热，根据他小市侩的心理，本是不屑一顾的，但因为狂热的对象是他，所以他内心深处又感到心醉神迷。既然爱情已稳如泰山，那他就可以放肆不拘，不知不觉态度也有了变化，他不再像往日那样，说一些感动她热泪盈眶的甜言蜜语做一些让她心旌摇曳的热烈吻抱。就这样，以前沐浴着她的伟大的爱河，水位不断下降，已经看得见河床的泥沙了。她还不愿相信，反而倍加温存体贴。而罗多夫则越来越冷淡，越来越无所谓了。

罗多夫尽管信誓旦旦，却不象有些当事者那样，迷恋其中，而保持着一个旁观者的态度。清醒，洞察秋毫。他发现在这种爱情里还有别的乐趣有待发掘，他觉得廉耻之心碍手碍脚。他对她为所欲为，他要把她驯服的既惟命是从又放荡堕落，她对他一片痴情，崇拜的五体投地，对自己的肉 体是一种欢快的享受一种极乐。她的灵魂沉湎其中，如痴如醉，越陷越深。好像克拉伦斯公爵淹死在马耳其酒桶里一样。

包法利夫人淫 荡成性，因而姿态也起了变化，她的目光变得大胆放肆，谈吐越来越无所顾忌，甚至厚着脸皮公然和罗多夫一块散步，口叼香烟藐视众人。

当他们两人决定私奔的时候，罗多夫却后悔了。他想到他自己的钱财的缺失，想到爱玛的女儿的照顾，于是他自己逃跑了他放弃了爱玛。当爱玛知道他逃跑的那一刻，她疯了。她的表现让所有的人 大吃一惊。身体虚弱，面无表情。当她稍稍恢复以后在她无精打采之时，包法利以为她身体弱，有什么事都不会去烦她，还偏袒她，纵容她，一如既往地宠她，可是他对包法利却只有不满和恨。

康复以后的她又在一个偶然的机会遇到了以前的老情人，莱翁。于是她仿佛又找回了爱情，并且又深陷其中。于是整天跟包法利撒慌，以各种理由到城镇去跟莱翁偷 情厮混。又于是她的生活成了谎言的汇集，像面罩一样，把她的爱情掩盖包装起来。撒谎成了一种需要，一种怪癖，达到了这种程度，假如她说昨天上街是靠右边走的话，你就得相信她实际上是从左边走的。

由于她毫无节制的疯狂购物以及轻信他人将自己家的财产交给别人打理，于是她欠了一屁股债，本来就不富裕的家庭被她折腾的更加差劲。随着时间的推移，包法利家的经济出现了状况，杂货店不停地送来各种各样的账单，天知道这都是怎么来的!更糟的是，债主上门把包法利家的东西都搬走了。而且欠了勒合先生八千法郎。勒合先生到最后几乎整天派人上门讨债，甚至已经动用法律的力量限她在24小时之内把钱还上。可是她根本就没有钱，几乎是身无分文。于是她不得不去找莱翁帮忙，可是莱翁只是给她开了一张口头的支票。她似乎知道莱翁不可能帮她，于是又想到了她的另外一个曾经抛弃过她的情夫，罗多夫。当她见到他的时候就扑到在他的怀里，可是当她哭着向他诉说自己的困难的时候以及开口借钱的时候，罗多夫表情严肃地告诉她自己没有钱，她说：“可是我呀，为了赢得你的一个笑容，为了获取你的一瞥，为了听你说一声谢谢，我可以为你献出一切，把一切卖掉，我可以亲自干活，可以沿街乞讨。”他听到这些很恼火，好比一块盾牌，掩饰着强压住的愤怒。

最后，包法力夫人没有办法只得服毒自 杀，把这个烂摊子交给了包法利一个人来处理。临死之前，她心中万事皆空，不在乎人世间的一切烦恼了，对爱情的不忠，无耻的勾当，折磨她的贪欲与她不再相干了。包法利先生在妻子死后，他不肯别人动妻子的遗物，不停地还妻子欠下的债，意志消沉，最后，他得知了妻子出轨的真 相。当他遇见了罗多夫并与他交谈的时候他竟然说这不怪他，就在当天，他痛苦地死去。把他的女儿交给了自己的母亲抚养，可是很不幸的是，他的母亲也在同年死去，于是又交给了爱玛的父亲可是她的父亲瘫痪在床无法抚养，只得寄养在一个远房姨妈那里，而姨妈家境贫寒，为了谋生如今只好把她送进一个沙场当童工，真可谓是祸不单行。小小的年纪就要承受这么多。而这所有的一切都源自他们那个错误的婚姻，源自包法利夫人的难以满足的欲 望。她一生追求的虚无缥缈的爱情最终葬送了她，葬送了深深爱着她的丈夫，也葬送了整个家。

虽说每个人都有梦想，每个人都有权利去追求自己的梦想，包法利夫人追求自己的理想无可厚非，可是她追求的梦想是建立在包法利的痛苦之上的，是不能被赞成与认可的。固然她的遭遇有时代的错误，但更多的是她自己的错，她不是个伟人，她能做的，就是在现有的时代中活出自己的精彩，而不是一味的抱怨与不满!

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找