

2023年生活中阅读 生活和阅读的演讲稿(汇总5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编为大家收集的优秀作文范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

生活中阅读篇一

各位评委、同事们：

大家下午好！

畅谈读书心得，共享阅读快乐，我与大家交流的题目是《认真做事，简单做人》。

拜读马可·奥勒留所著的《沉思录》已经很久，感触颇深。书中的一些经典语录和言论鼓舞人心，发人深省，耐人寻味。如：

正如我们必须打扫、整理、维护好我们的住所，才能放心去做其他事一样，对我们的灵魂也应该如此。

如果你已取得了这些：善良、谦虚、真诚、理智、镇定、豁达，注意不要改变它们；如果你失去了它们，迅速地找回。

你没有采取相同的方法，付出同样多的时间，你就不要指望获得与他人同样的回报。

《沉思录》的译者、北京大学哲学系教授何怀宏说：“这不是一本时髦的书，而是一本经久的书，买来不一定马上读，但一定会有需要读它的时候。我们的温总理也说，《沉思录》就放在他床头，天天都在读，已经看了不下100遍了。由此可

见该书的影响力。由于我仅仅只是通读了一遍，加之水平有限，对该书的理解远不如温总理和何教授那么深刻、透彻，但大千世界、芸芸众生，看待一事物必定也是仁者见仁、智者见智，现将我的感受和体会写下来，与大家交流、共享。

我们为什么阅读？“阅读能让我过快乐平静地生活。”作者很简单的一句话，道出了一个深刻的道理。读书，这是我们天天在做的一件事情，我也是一样。但就在我读这本书之前，还是处于一边读书一边迷茫的状态。直到读了这本书，看到这句话，心中豁然开朗。原来，阅读能让我们过快乐平静地生活。不是吗，通过读书，学会了更好的思考，并成为一个人更具辨别和反省能力的人；通过读书，学会了很多知识，感觉到每天都在进步，于是我们快乐充实；通过读书，懂得了许多道理，远离了生活喧哗，于是我们心态平静。

书中的内容告诉我们：不要对生活百般挑剔。

“醋不好，因为它是酸的”、“我不喜欢蔬菜”。你也许还会说：“我不爱空闲，因为空闲表示孤独”、“我不喜欢人群，因为乱哄哄的”。但是，如果环境使得你必须独处，你应该认为这是宁静的时刻，要善于享用它。当你和一大群人在一起的时候，就把它视为盛会或节日，就和大家一起享受盛宴吧。当一件东西被拿走时，要立即欣然放弃，并为曾经使用过它而心存感激。当人们的行为并不如你所愿时，不妨耸耸肩，对自己说：“就这样吧。”然后让这件事过去。生活如此，工作不也是一样吗。不要对工作百般挑剔，要心存感恩。不要总觉得工资太低，要想想付出了多少。曾经在网上一参加了一次思想调查问卷活动，其中有一道题是：“您认为您是否能找到比目前这份工作更好的工作”，我在回答这道题时，经过了反复的、认真的、冷静的思考后，选择了“很难”这个答案，这不是对自己不自信，而是正视客观事实。在公布的问卷中，32.7%的人选择了“不能”，44.2%的人选择了和我一样答案，仅有23.1%的人选择了“能”。那么，既然我们没有过人的魄力，没有丢下一

切从头再来的勇气，没有高人一等的技能，为什么还不安心干好现有的工作呢？以前在工作中我也有过这样那样的不满，有过这样那样的牢骚，“为什么活总让我干”、“为什么总有干不完的活”也曾经报怨过，也曾经懈怠过。现在明白了，以自己的付出，能得到目前拥有的一切，真的该知足了。不要把精力放在自己无法控制的别人的行为、想法、言论及外界环境上去，而是要不断完善自己，提高自己，这才是我们真正应该做的。

作者还指出，要想获得宁静与自由，必须明白这样一个道理：一些事情我们能控制，另一些事情我们不能控制。只有正视这个原则，并学会区分什么你能控制，什么你不能控制，平静地接受无法改变的事情；勇敢地改变可以改的事情，才能拥有内在的宁静与外在的效率。观点、愿望、欲求与厌恶之事，是我们能控制的；是否富足或运气亨通，他人怎样看待我们，我们的社会地位如何等，这些事情是我们无法控制的。如果我们试图控制和改变我们力所不及之事，只能带来痛苦。我们需要定期停下来检查一番，坐下来想一想，确定什么东西值得重视，什么不值得，什么风险值得付出代价，什么不值得。作者同时还告诉我们一个法则：保管好自己的东西，不要去索取他人的东西，好好利用赐给你的东西，不要妄想没有赐给你的东西。这些观点和言论，对我都有很深的启发，值得我们深深的反思。现在大多数人们普遍都有一种感觉——累。为什么累呢？欲望太多。没有的想拥有，已有的还想要更多，总也没有满足的时候。于是，幸福感极速下降，我们变得不再快乐。

那么，如何才能使我们真正快乐呢？所有人都在追求快乐的生活，许多人把实现它的手段——如财富、地位——和快乐的生活本身混为一谈。对这些手段的错误关注，使人们更加远离快乐的生活。我们是不是也曾经这么认为：有钱了想要什么就可以买什么，当然快乐；职位越高，追随的人越多，待遇越好，当然快乐。但在本书中，作者告诉我们：真正有价值的东西是构成生活的高尚的行动，而非那些外在的手段，

尽管看起来似乎是借助这些手段才获得了快乐的生活。这句话读起来可能有点拗口，但细细品味却不无道理。生活，平平淡淡才是真，简简单单才快乐。真正的幸福总是与外部境况无关，你的幸福只能在内心找到。驱逐想象，克制欲望，消除嗜好，把支配能力保持在自己的力量之内，那我们就能永葆快乐。

最后，我用《沉思录》中的一名经典与大家共勉：“幸福只能在内心找到。如果我们的

头脑充满了不幸的恐惧与野心，就不可能拥有一颗轻松自在的心。”

以上是我的一点读书体会，认识比较肤浅，请大家见谅。谢谢大家！

生活中阅读篇二

没有一个人的兴趣是完全相同的，但是，兴趣可以让生活更美好，可以为生活增添一些新奇感。

兴趣有很多种，读书、弹琴、舞蹈、书法……让我的生活多姿多彩的，正是读书。

读书可以陶冶人的情趣，可以带给人无穷的知识，可以让人们享受无边的乐趣，更可以让生活，变的绚烂无比。

沉迷在多彩的文学世界里，你会感到无边的乐趣。“蒹葭苍苍，白露为霜。所谓伊人，在水一方……”诗经中的词句让人浮想联翩。回到唐朝，便看见“君不见黄河之水天上来，奔流到海不复回”的壮阔景象；穿溯到宋朝，来到桃花盛开的沈园，墙壁上，陆游的《钗头凤》依旧清晰可见。从诗词中，了解文人逸事，了解他们的一生，何尝，不是一种享受？当你为了某件事而追根究底时，你会发现，生活再也不是日

复一日的单调了，因为你的极力探索，它变的有姿有味，平添了许多乐趣。

书籍是人类进步的阶梯，但它也同时是人类快乐的源泉。好书如挚友，即使是教科书，也可能别有乐趣。我最爱的书，是那拥有无限魅力的诗词，从中，我能感受到那一个个方块字的灵性，它们也有生命，正是它们，给我的生活带来了无限乐趣。

邂逅一本好书，如同遇到一位知心的朋友，它让你笑，让你哭，让你欢喜，让你忧伤，但是，它最终带给你的，是无限的欢笑与无尽的知识。

让我们一起读书吧！读书会让生活更加美好，读书能让你找到真正的快乐！

<

生活中阅读篇三

没有一个人的兴趣是完全相同的，但是，兴趣可以让生活更美好，可以为生活增添一些新奇感。

兴趣有很多种，读书、弹琴、舞蹈、书法……让我的生活多姿多彩的，正是读书。

读书可以陶冶人的情趣，可以带给人无穷的知识，可以让人们享受无边的乐趣，更可以让生活，变的绚烂无比。

沉迷在多彩的文学世界里，你会感到无边的乐趣。“蒹葭苍苍，白露为霜。所谓伊人，在水一方……”诗经中的词句让人浮想联翩。回到唐朝，便看见“君不见黄河之水天上来，奔流到海不复回”的壮阔景象；穿溯到宋朝，来到桃花盛开的沈园，墙壁上，陆游的《钗头凤》依旧清晰可见。从诗词中，

了解文人逸事，了解他们的一生，何尝，不是一种享受？当你为了某件事而追根究底时，你会发现，生活再也不是日复一日的单调了，因为你的极力探索，它变的有姿有味，平添了许多乐趣。

书籍是人类进步的阶梯，但它也同时是人类快乐的源泉。好书如挚友，即使是教科书，也可能别有乐趣。我最爱的书，是那拥有无限魅力的诗词，从中，我能感受到那一个个方块字的灵性，它们也有生命，正是它们，给我的生活带来了无限乐趣。

邂逅一本好书，如同遇到一位知心的朋友，它让你笑，让你哭，让你欢喜，让你忧伤，但是，它最终带给你的，是无限的欢笑与无尽的知识。

让我们一起读书吧！读书会让生活更加美好，读书能让你找到真正的快乐！

生活中阅读篇四

尊敬的各位领导、各位老师：

大家下午好！

这个暑假我主要读了任民、李迎春着的《半部论语做良师》和史蒂芬·柯维着的《高效能人士的七个习惯》。

《半部论语做良师》这本书是我从学校发放的图书中特别选的。为什么选它呢？因为之前早就听过北宋赵普《半部论语治天下》的故事，所以就像看看这半部论语又是如何教我们做良师的。读完之后，感觉确实是一本指导教师成长的好书，在暑假我写的几篇博客皆是出于此书。其实这本书与假期教体局让抄读的《论语》正好互补。大家都知道《论语》读起来枯燥，虽有释文，但过于简单、直白，《半部论语做良师》

这本书正好补充了这一点，它里面对论语的理解深刻，并且结合当前教育的显示做了丰富的延伸，读后让我对论语的教育教学观点有了新的深刻的认识。

《高效能人士的七个习惯》这本书是校长推荐的数目之一，假期我到书店选购的。其实在买的时候，我翻看了几页，说实话当时没看进去。但我相信权威，还是买了。封皮上有一句话，我读了大家就知道该书有多牛了——“在美国，这本书的影响力仅次于《圣经》”。就是这样的一本牛书买回去我又搁了几天，有一天正好没事，我就静下心来打开看，这一看，我就不知不觉看了三个小时。（以前我从没有如此认真地看过此类书籍，当然历史书、故事书就除外了）

书中通过一些细致生动的故事来渐进入自己的观点，它涵盖的不仅仅是一些大的道理和人生方面的东西，更可贵的是他还探讨了一些具体到家庭、教育与人相处等方面的事物。这七个习惯是一个整体：“积极主动”的态度，“以终为始”的愿景，“要事第一”的把握，“双赢思维”的互赖，“知彼解己”的沟通，“综合综效”的合作，“不断更新”的创造，它们相辅相成，不管是领导还是职工养成良好的习惯是非常重要的，它甚至能决定一个人的成败得失。

读书使人进步，这两本书让我学到很多东西。仅有事业成功只能算成功了一半，唯有兼顾事业、家庭、人际关系、个人成长等人生其它层面的和谐发展才是真正的成功。在以后的工作中，我们一定要有一个积极主动的工作态度，做任何事情之前，做好充分的准备，把要事时刻作为第一位，避免被偏见、情绪所左右。另外要有双赢的思想，做到诚信，成熟和自信。在工作中要注意与人的交流合作，如遇到两人意见不同时，要多与人沟通，在分歧中寻求收获。相信只要坚持学习，坚持实践，不断提升和不断完善自我，最终一定能达到书中所说由内而外全面造就自己的目的。

我对于书中内容的理解还比较浅薄，有不当之处还望老师们

不吝赐教。最后我想用史蒂芬·柯维的一句话作为今天的总结。“对自己要有耐心，因为自我成长是神圣的，同时也是脆弱的，是人生中最大规模的投资。”我的演讲结束，谢谢大家！

生活中阅读篇五

古人讲，布衣暖，菜根香，还是读书滋味长。可见，与书为伴是多么令人惬意喜乐！

阅读之乐，乐在大开眼界。古今中外，皆浓缩于尺牍；千山万水，尽了然于卷帙。一卷在手，我们可以穿梭时空，尽情沐浴先贤智者思想的惠泽；可以遨游天下，悠然领略种种极致的风景。

阅读之乐，还乐在悦心。读书，可以抒发纠结缠绕的情绪，可以拨开犹豫彷徨的迷雾，可以培养纯真高尚的情操。读书让我汲取了战胜困难和挫折的勇气和力量。潜移默化之中，我们的心胸更加宽容豁达。

阅读丰盈了我的生活。我喜欢读春季的鸟语花香，读夏季的雷鸣雨飘，读秋季的梧桐落叶，读冬季的冰封雪塑。

我喜爱读书，也时常会教导我的学生开卷有益，因为阅读，让生活更美好！有时在课后，我会和班上的孩子们聚在一起，为梁山好汉喝彩，因火烧赤壁兴叹，随黛玉葬花落泪，被保尔精神鼓舞，我们一起体味独孤九剑的超然境界，品悟金戈铁马后的历史风云，有时还会因分歧争得面红耳赤，而更多的时候则是会心的一笑。

阅读有助于净化学生们的心灵，陶冶他们的性情。

人生来无善亦无恶，关键是正确的引导。在人的成长过程中，书本就是我们最好的良师益友。一本好书就如一个好的导师，它能教你如何做人，做一个于己于社会都有用的人。书籍能

慰藉我们的心灵，使我们摆脱悲哀和痛苦的羁绊；书籍可以使枯燥乏味的岁月化为令人愉快的时光。书籍将各种信念注入我们的脑海，使我们充满崇高的欢乐和思想，从而使我们入神忘情，灵魂升华。

阅读可以让我们站在更高的高度来看问题，从而少犯错误，少走弯路。书籍记录了人类的历史，记录了所有的新发现，记载了古今历代所积累的知识和经验。牛顿说过他能取得如此巨大的成就，就是因为站在巨人的肩膀上看得更远。书本是前人智慧的结晶，而我们只有认真学习前人的经验和理论，才能在一个更高的高度上来看问题，不再犯同样的错误，并有一个较高的起点。书本是先人实践与智慧的结晶，现代社会中的我们只有在前人经验的基础上才能不断的完善自己，促进了个人的成长，甚至是人类社会的延续与发展。做为一名80后，我常常在书中深深思索、苦苦寻觅，思索生命中的未知，寻觅那初始的真挚悸动，其实人生也是一本书，现实生活的人更需要一些古典的心情，平和的心态和出污泥而不染的沉静之情，去品读回味那小小书桌上摊开的是人生，和窗外渐渐流逝的是岁月。

虽然我们无法丈量自己生命的长度，但我们可以拓展自己生命的宽度，一本让人受益的好书，就是一次生命的拓展，就是一次生命的完善！是书籍，让我们的生活更美好，是阅读，让我们的生活更美好！