

苏东坡传读书笔记摘抄及感悟 苏东坡传 读书笔记(实用5篇)

心中有不少心得感悟时，不如来好好地做个总结，写一篇心得感悟，如此可以一直更新迭代自己的想法。优质的心得感悟该怎么样去写呢？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得感悟范文，我们一起来看看吧。

苏东坡传读书笔记摘抄及感悟篇一

“我写苏东坡传并没有什么特别的理由，只是以此为乐而已。”林语堂在序中这样说道。我经常见到有作家只是为了乐趣而写文章，但没想到会记录得如此完整却语言婉转自然。在读过林语堂的《苏东坡传》后，我不仅更加了解了苏东坡，也对林语堂本人有了更深刻的了解。

认识林语堂也是在课堂上听说过其奇闻佚事，他以幽默的文笔出名。但在《苏东坡传》中我却更看到了林语堂先生的专注与感性。有人评论道，没有人能像林语堂一样把苏东坡分析得如此透彻。我也十分赞同这点，对于一个自己崇敬而喜欢的人，每个人都会对其深入地了解，但能将之记录为文字并继续影响其他人为之动容的，少之又少。林语堂读懂了苏东坡的朴实而高尚，读懂了苏东坡的固执而善良，亦读懂了苏东坡的真性情。或许就是这样，林语堂对自己崇拜的人的描写中并没有用太过华丽的字词去堆砌，而只是朴素地完成了这部传记。这样也的确和苏东坡的性格十分相符。

在读《苏东坡传》时，既能读出苏东坡那淡淡的味道，也能读出林语堂这淡淡的味道。林语堂说过：“我不是把书当小说写的。”虽然他写的都是事实，但是那事实读来却并不乏味，通过合理的想象修饰，人物都活起来似的。这些，也正是我们读者想要的。

读完《苏东坡传》，对两位文学大家，我都更加了解，更加喜欢了。最朴实的作品就如不加修饰的大自然一般，丰富多彩。

苏东坡传读书笔记摘抄及感悟篇二

有无数笔者写过苏东坡，但也仅仅是写过，东坡只是在他们笔下一闪而过，却从未活过。

而林语堂先生喜欢苏东坡，到了迷恋的程度，他在这本书里说：“我认为我完全知道苏东坡，因为我了解他。我了解他，是因为我喜欢他。”所以，东坡先生，在他笔下活着。

有谁会不喜欢苏东坡呢，除非他的内心盛不下这么纯粹的人。苏东坡身上有着人们一生追慕的完美人格，林语堂先生执着地喜欢着东坡，以致他笔下的东坡有他自己的影子：他们同样热情、幽默、豁达、真诚，也难免天真，并会为此遭受磨难。

虽时隔千年，林语堂在写这本传记时，仍无法冷静，他把自己的生命体验投射到苏东坡的身上，牵动自己的悲喜，也让这本书里的苏东坡活得更生动、立体。在这本书里，林语堂是冲动的，富于想象的，他眼里的东坡是一个神奇的综合体：“苏东坡是个秉性难改的乐天派，是悲天悯人的道德家，是黎明百姓的好朋友，是散文作家，是新派的画家，是伟大的书法家，是酿酒的实验者，是工程师，是假道学的反对派，是瑜伽术的修炼者，是佛教徒，是士大夫，是皇帝的秘书，是饮酒成癖者，是心肠慈悲的法官，是政治上的坚持己见者，是月下的漫步者，是诗人，是生性诙谐爱开玩笑的人。但是这还不足以道出苏东坡的全部……”整本书里，林语堂先生勾摹出一个看似熟悉又有很多独特细节的苏东坡，官方简介的“文学家、政治家、书法家”慢慢隐去，从林语堂这里复活的是一个“造酒师、人道主义者、月夜徘徊者、生性诙谐者”。这是密友嘴里的苏轼，是老友重逢。

林语堂和他的这本书，想要描述的是一个优雅智慧而又有趣的人，他活在一个不完美的时代，但葆有着几近完美的人生。苦难没有让他生活沉重，反倒拓展了他人生的边界，这是林语堂渴望但无法企及的人生。

苏东坡有一种自然的魅力，让旁人无法抗拒，在平步青云时，他心无旁骛，绝极诗、文、书、画、词的造诣。纵使后来身处海南的瘴雨蛮烟中，他仍能胸中自有一片心安故乡。这又是他更大的魅力。当年面对乌台诗案，东坡被泼了一身的脏水，携带了二十多口家人来到黄州，生活从花团锦簇变成屋漏夜雨，凄凄惨惨戚戚。可他芒鞋短褂，亲自动手开鱼池、找菜种，经营苦难的生活，那些背后设计他的人，期待他落魄，希望他悲悲切切，他端出的却是一碗“火候足时它自美的东坡肉”，还有《念奴娇·赤壁怀古》、前后《赤壁赋》这样的名篇。面对苦难，苏轼说“一蓑烟雨任平生”，生活赐我以苦难，我报之以哂笑，面对人生低谷时的样子，展示的就是自己的格局。

苏东坡传读书笔记摘抄及感悟篇三

读《苏东坡传》是因为我想进一步了解苏东坡；我想了解他，也是因为我喜欢他，喜欢他“大江东去浪涛尽”的那份豪情气魄，“竹杖芒鞋轻胜马，谁怕？一蓑烟雨任平生”的那份淡定从容，还有悉心钻研留下美食“东坡肉”的那份热爱生活。选读林语堂著的《苏东坡传》，也是想进一步了解这位文人，看看这位文人如何下笔描写东坡先生的。

作者林语堂是近代著名的学者文人，学贯中西，他在题记中说：“我认为我完全知道苏东坡，因为我了解他。我了解他，是因为我喜欢他。”直言不讳对东坡先生的喜爱，再看文章，也很佩服作者，尽管喜爱东坡先生，但是以事实为依据，客观的展现了东坡先生和他的家人朋友、“敌人”和那个时代。

务实——苏东坡一入仕途，丝毫没有文人的恃才傲物和夸夸

其谈，总是务实地为老百姓解决实际问题。与水灾饥荒战斗，解救难民；主政杭州时，解决杭州城供水问题，疏浚西湖，修建苏堤、三潭映月，建立中国第一所公立医院。苏东坡宦海漩涡中坎坎坷坷起伏，无论悲喜，无论沉浮，都能怀揣初心，一路向前。

重情义——苏东坡对待朋友和亲人，感情真挚细腻。东坡一生有三个妻子和一位暗恋的情人，他的诗词里透射出对每个人的深情，第一任妻子王弗在他28岁时去世，十年后悼念亡妻时，写道：十年生死两茫茫，不思量，自难忘。千里孤坟，无处话凄凉。纵使相逢应不识，尘满面，鬓如霜。夜来幽梦忽还乡，小轩窗，正梳妆。相顾无言，惟有泪千行。料得年年断肠处，明月夜，短松岗。”他的第三任妻子朝云在他被流放在惠州时不幸染病去世，苏东坡写了一首咏梅词来悼念她，把她比做圣洁的梅花，月下梅花，白衣仙女，隐约朦胧，绝与尘世俗态不同其格调，痛之深，爱之深。苏东坡的初恋（也是暗恋的情人）是他的堂妹，因为道德伦理，不能成婚，闻之堂妹离世的信息后，对墙而泣；即便是到去世前一个月，还特地为初恋的堂妹写了祭文，祭文注满了他的情思。可见他如此重情重义。

豁达——对待迫害自己的政敌没有恨，太息而已。章惇原是苏东坡的好友，后来成为政敌，章惇得势后，迫害苏东坡，将他贬到惠州、海南，后章惇失势，章惇的儿子章授想拜访苏东坡，探一探苏东坡对他和他父亲和他的态度。苏东坡写了一封回信，文中毫无愤恨报复之心，尚以己之遭遇可怜仇敌之境遇，困惫方笔，太息而已，林语堂誉之为“人道主义精神”的典范。由于仗义执言、乌台诗案，屡受政敌打压、诬陷被贬，面对逆境，面对挫折，依然是胸怀古今，傲然独立，这种胸襟和态度没有丰厚的知识、智慧和修养是绝对不可能达到的。

苏东坡自我评价，“吾上可陪玉皇大帝，下可以陪卑田院乞儿，眼前见天下无一个不好人。”以此共勉。

苏东坡传读书笔记摘抄及感悟篇四

我读的《苏东坡传》是林语堂先生写的传记。全书按照苏东坡的人生经历分成四卷：童年与青年、壮年、老练与流放岁月。作者对苏东坡的生平逸事及所作辞赋进行解读，从而分析苏东坡的心理性格。

纵观苏东坡一生，只能对其才智赞叹不已：而其言行、诗词、幽默，无一不是其才智的体现。

苏东坡是幽默的。某次与王安石谈及王之所谓“字源学”时，引用《诗经》中“鸣鸠在桑，其子七兮”，并父母共九只鸟，以王安石的方式来向其解释为何“鸠”为“九”、“鸟”二字合成，实为嘲讽；后某次更戏谑王安石曰“‘波’若是‘水’之‘皮’，则‘滑’就是‘水’之‘骨’了。”即使在被贬至缺医少药的海南之后，对朋友僧人参寥的关心，他仍在回信中说“但若无医药，京师国医手里，死汉尤多。”以此来告知朋友不必担忧。

苏东坡是热爱生活的。其余不必说，仅在美食方面，就有轶事、传说数桩。他自己研究烹饪之法、自己酿酒，更是留下了“东坡肉”、“东坡壶”以传后世。他在诗词中，也多次提及美食——“无竹令人俗，无肉使人瘦，不俗又不瘦，竹笋焖猪肉”、“长江绕郭知鱼美，好竹连山觉笋香”、“蒹蒿满地芦芽短，正是河豚欲上时”、“日啖荔枝三百颗，不辞长作岭南人”，等等，不一而足。苏东坡是感情丰富的。他的《江城子》一词，“十年生死两茫茫”，对其亡妻寄以情思，与其“大江东去”风格迥异，凄婉哀伤。在朝云因瘟疫早逝后，他在《朝云墓志铭》和《悼朝云》一诗中，均表达了深切情爱与伤痛，后来更在《西江月·梅花》一词中，以梅花象征朝云，既似写花，又似写人。

苏东坡是刚直的。尽管有过数次因诗而被捕、受审，但他仍然不改犀利词风。好友刘恕罢官出京时，他写诗讽刺“群鸟

未可辨雌雄”，后又写“犹诵麦青青”，对官场荣耀表示鄙夷之意。在某次刚刚被释出狱后，即写诗两首，随后自己也掷笔笑道“我真是不可救药！”。

作者曾经也这样描述过：“一个高明的政客必然要精通一条艺术手法：那就是要多说话，但内容必须空洞。”这很好理解，如果你的存在不会对那些带头人物有所威胁，那你就不会引来不必要的麻烦。“高明的官员永远不说出什么，但只要否认。高明的官员必须深有休养，长于说‘无可奉告’‘阁下听说，诚然不错！’这样便大有前途了。第二条，他必须讨好朋友。第三条，当特别提防开罪他人。守口如瓶，低声而斯文，使人高兴的窃窃私语，早晚会积劳成疾，因公殉职。”作者说这就是朋党之争时政治之中的规则。显然，苏东坡已一一犯规了，但这并不是他不明白这些“秘诀”，实是因为他的本性就是如此，他的本性就是做一个堂堂正正的人。俗话说江山易改，本性难移。更何况这些本性是值得歌颂的。苏东坡就是要做到说话做事都要对得起天地良心。当朝云产下一个男婴之时，苏东坡也曾写到：“惟愿我儿愚且鲁，无灾无难到公卿。”也许他知道，这许许多多的灾祸，全是由于他的才智。但我想，这更是因为他本性中的明辨是非，实事求是到死都未曾泯灭呀！

虽然后世美誉甚多，但是苏东坡留给我的印象，仍然是多面的，丰富的，有血有肉的。他不是神，他不是完美的，他也曾经想要自杀，他也曾经在文字狱中承认莫须有的罪名，他也因为高调而得罪了不少人，这些政敌们出于利益和妒忌对他进行了无情的迫害。但他，绝对是一个健康的人。他不偏激，儒释道在他的身上有着完美的融合。他有儒家的进取，正义，也有佛道的洒脱出世。他即追求长生不老，健康长寿，也不放过品尝美味的机会。他有文人的优点，却没有文人的酸腐和清高之气，反而和劳动人民打成一片，更在黄州这个苦寒之地亲自开垦，做一个躬耕的农夫。

前面提到的都是我对苏东坡的整体感受，全书共分为四卷，

而卷三“老练”在我看来就是他内心真正的平静。苏东坡在写诗做赋、当官之余，修行瑜伽、佛教、道教等，与其弟子由交流，颇有心得。然而，他留有自己的见解，把各家思想融合并用于自身。

一般的，一个人需要有信仰来支持他的灵魂，有追求来引导自己的道路，有理论来化解自己的忧愁，有动力来使自己奋斗。对于东坡这一个两遭贬谪远迁的人，这些使他思想境界更高的理论更为完备吧。

年轻时，他继承了父亲苏洵的狂放不羁。他写讽刺诗、写诉状、写奏章劝皇帝改变观念，因而遭受打击。在被贬谪后，在向南的漫漫长路上，在南方的蛮荒之地，在一个个不眠之夜，他参悟了生命的真谛。

“出與入羣，蹶痿之机。洞房清宫，寒热之媒。

皓齿娥眉，伐性之斧。甘脆肥浓，腐肠之药。”

这三十二字警告，是他写给自己昼夜观看的。“失去人间美好东西的人，才感觉得到人间的幸福。”在一次次的顿悟中，“他讽刺的奇酷，笔锋的尖锐，以及紧张与愤怒，全已消失，代之而出现的，则是一种光辉温暖、亲切宽和的诙谐，醇甜而成熟，透彻而深入。”

除去对苏东坡的生平记述，林语堂先生的《苏东坡传》也极其富有文学韵味：

西湖的诗情画意，非苏东坡的诗思不足以极其妙；苏东坡的诗思，非遇西湖的诗情画意不足以尽其才。一个城市，能得诗人发现其生活上复杂的地方性，并不容易；而诗人能在寥寥四行诗句中表现此地的精粹、气象、美丽，也颇不简单。

苏东坡能够到处快乐满足，就是因为他持这种幽默的看法。

后来他被贬谪到中国本土之外的琼崖海岛，当地无医无药，他告诉朋友说：“每念京师无数人丧生于医师之手，予颇自庆幸。”

苏东坡已死，他的名字只是一个记忆。但是他留给我的，是他那心灵的喜悦，是他那思想的快乐，这才是万古不朽的。

苏东坡今生的浩然之气用尽。人的生活也就是心灵的生活，这种力量形成人的事业人品，与生命俱来，由生活中之遭遇而显示其形态。正如苏东坡在潮州韩文公庙碑中所说：“浩然之气、不依形而立，不恃力而行，不待生而存，不随死而亡矣，故在天为星辰，在地为河狱，幽则为鬼神，而明则复为人。此理之常，无足怪者。”

苏东坡传读书笔记摘抄及感悟篇五

可我对苏东坡的了解甚少，直至读了林语堂笔下的《苏东坡传》，才知道苏东坡原来是千古奇人。

苏东坡既是虔诚的哲人，又是仁厚的长者，他始终富有青春活力。

苏东坡的背后，几度升迁的辛酸只有他自己品尝。

他一生为官，一生清廉，与大政治家王安石斗智斗法。

他热爱生活，在美食方面留下了“东坡肉”“东坡壶”以传后世。

东坡情感丰富，对其亡妻寄以青丝，在《朝云墓志铭》和《悼朝云》一诗中表达了自己的伤痛。

苏东坡是刚直的，尽管有过数次因诗而被捕受审，但他仍不

改犀利的词风。

他写诗讽刺“群鸟未可辨雌雄”，后又写“犹诵卖青春”对官场荣耀表示鄙夷。

他知己无数，兄弟情深，苏东坡又是幸福的。

苏东坡有一身浩然之气，王安石变法出现了种种弊端，苏东坡写出了上神宗皇帝万言书，包括他自己的政治哲学，也表现出他个人的气质与风格，机智学问与大无畏精神。

苏东坡反对变法失败被贬至杭州，他远离了尘世的喧嚣，回归与清纯与空灵。

他习惯了淡泊，他明白了如何应对困难。

苏东坡具备至大至刚的浩然之气，超凡脱俗，刚正不阿，坦坦荡荡，使他任何环境中处之泰然，宠辱不惊。

苏东坡的一生坎坷，但也是豁达的一生。

身处逆境也不觉痛苦，脚踏荆棘也不觉悲凉，始终保持乐观，像他的诗词一样千载有余情。

细读“大江东去浪淘尽”“欲把西湖比西子，淡妆浓抹总相宜”“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺”，原来这些都是苏东坡乐观的态度和别样的人生哲理。

他将至情融化为笔端流淌的华彩；

他用豁达凝练成笔上飘洒的旋律；

他用痛楚压抑成意识奔涌的篇章；

人如其文，苏轼是一杯清茶，他将伴我一生。

苦涩中遮不住的淡香溢出翠玉般的碧壶，沁满心田，是“但愿人长久，千里共婵娟”的祝愿，也是“料得年年肠断处，明月夜，短松冈”的哀思。

这种苦涩的思念被寄予给一杯清茶，被寄托给一轮明月。

淡的相思，浅浅的哀愁无需言语，沉郁便是所有。

苏轼是一江碧水，他将伴我一生。

掩饰不住内心的寂寥，倾诉不尽“高处不胜寒”的苍凉。

是“拣尽寒枝不肯栖，寂寞沙洲冷”的孤寂。

在鬓发几白之际，故人不在，源于内心的寂寥。

埋葬，便是所有。

苏轼在他用文字编织的梦幻中遨游，在他用诗堆积的象牙塔中放纵。

“浮游天地间”“放浪形骸外”是他全部思念的凝结点，是里程碑，是伴我一生的人生格言。

回首苏轼，我无语。

因为我正在用心和他作超然物外的风流。

阅读苏轼，品位苏轼，我终于明白，一切痛苦只是过眼云烟，也无风雨也无晴。

苏轼如茶，伴我一生让我平淡；

苏轼如水，伴我一生让我宁静。

苏轼：我心中的永恒！

在林语堂笔下的苏东坡，可谓几千年来才一出的奇人，他曾这样评价文坛的巨子：“李白，一个文坛上的流星，在刹那之间壮观惊人的闪耀之后，而自行燃烧消灭，正与雪莱、拜伦相似。杜甫则酷似弥尔顿，既是虔敬的哲人，又是仁厚的长者，学富而文工，以古朴之笔墨，写丰厚之情思。苏东坡则始终富有青春活力。”“苏东坡虽然饱经忧患拂逆，他的人性更趋温厚和厚道，并没变得尖酸刻薄。”

纵观苏轼的一生，在才华毕露的背后，几度升迁的辛酸却只有他独自品尝。

他一生为官，一生清廉，一生都在和大文豪、大政治家王安石斗智斗法。

至于王安石的变法究竟是对是错，我们暂且不管，但要和当朝的得宠人物、位高权重的宰相相逆而行，用一颗博大的心斗那种善于剪除异己，心胸狭窄的小人，在封建的宋朝，也许真的是需要一番勇气的。

类比苏子由——苏东坡的同胞亲弟，在才华上，可能不及苏轼的十分之一，更或是百分之一。

但是他一生平平安安，妥妥当当，官职也扶摇直上，最终也能够安享晚年。

说到底，在于苏轼面对邪恶，面对错误，有敢于提出、敢于批评的态度。

也许富贵荣华、安宠荣辱在他看来，只不过是一己的私欲，这是十分卑微的事情，他的人生，他的奋斗目标是定位在百姓身上的，他的双眼，更多关注的是他们的愉悦或是疾苦。

只要他认为变法脱离了实际，与救百姓于水火发生了抵触，他就要反对到底，甚至于在他管辖的州府里，这些所谓的强国措施他概不搭理。

虽然苏轼的人生道路上有许多的泥泞，可从他的诗篇，他的文章，以及他的生活见闻中能够发现，他的人生态度是乐观、是积极向上的。

即使是双足深陷的时候，他依旧能唱着小调，邀上三五个知心的朋友，享受生活的美好。

他为娼妓提诗，他和和尚趣谈，他为百姓求雨，他四处游历。

苏东坡的诗词良篇里，即能写出《赤壁赋》这样恢弘的文章，也能写出“天涯何处无芳草”这样富有深远意义的诗句。

用林语堂作结时的话说：“苏东坡已死，他的名字只是一个记忆。但是他留给我们的，是他那心灵的喜悦，是他那思想的快乐，这才是万古不朽的。”用我自己的话说就是：苏东坡已去，其浩然之正气，必当永存。