

2023年皮囊读后感心得体会(优秀8篇)

每个人都有自己独特的心得体会，它们可以是对成功的总结，也可以是对失败的反思，更可以是对人生的思考和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

皮囊读后感心得体会篇一

读完这本书已是昨天深夜，入睡的时候脑袋里有很多感想，可惜没有立刻写下来，以至于现在都没有了文思泉涌的感觉。看来，还是要马上行动才能留住精彩的瞬间。看完这本书后推荐给了两个朋友，或许他们会和我一样在这本书里找到共鸣。最近，我一直在思考一个问题，怎样在别人面前活出真我？，之所以提出这个问题，是我觉得大多数在别人面前的不是我自己真实的样子，我太敏感，太会压抑自己了。敏感到我害怕别人看见我写的不知所云的东西作何感想，这也是我昨晚犹豫再三未写的原因，以至于现在追悔莫及。我忘了从什么时候开始我变成了这样。上周深夜和亲戚去吃烧烤，在我们准备撤场的时候，有个哥哥竟然悠哉悠哉的点起来烟，他在云烟里的整个形象触动了我，尽管我很讨厌男生抽烟。吸引我的.是他在别人面前真实自己的自在。

换作是我，是不会让其他人等我，不管我多么想做某件事。其实不止是这种事，习惯性的在人们面前隐藏自己真实的需求，小时候被看作懂事，长大了学会了控制的很好自己的情绪竟然也觉得是件骄傲的事。其实并没有人在逼我自己，心中的条条框框，敏感脆弱的自尊心给自己无形的压力，有时候我眼前真的会出现炎热沙漠里行走着一个瘦小的孩子，我感觉我病了，每次我都会怪自己，可能我知道不能怪自己，不然恶性循环。我渐渐明白知行合一是多么难的事。似乎本书的重点的不在于此。

皮囊读后感心得体会篇二

海边长大的作者就仿佛在描写一片海，开头的时候是汹涌澎湃的大浪，父亲的病痛，死亡，席卷过来撩的你热泪盈眶，接下来是孩童时期关于整个世界的未知恐惧和迷惑，大浪渐渐平息下来，一点点褪下去，在描述大学的时候让你看到这片海的平静深邃，最后在他回家的时候把你带到岸边，银色的沙滩，橘子一样的太阳。他写了人的一生，就像一片海，大浪退去，带走了塑造我们的一切，我们的珍惜和热爱，梦想和成就。最后作者在海边，孤寂一人，问一句，时光这趟列车为什么开的这样快？究竟什么才是我想要的生活。

所以这是一本写人的书，写一个人从童年到少年，青年到老年，独自一人到为人父母，从出生到死亡所要经历的一切痛苦迷茫，追求与失败。写的是人的一生，每一个年龄段的细细碎碎的敏感心思，每一个人生转折点的选择和决定。面对猛烈的人生和现实，怎样的在暴风雨中保住自己这一艘摇摆的小船，坚定的，努力的向前行驶。最后作者问，我们的小船最终要开到哪？我们所有人都该扪心自问。

皮囊读后感心得体会篇三

在世俗的地方世俗的时间看着这本看似世俗之人写出的世俗之书，多少对自己，对人生也有点感慨的，想到了之前超人介绍的一部电影《甜蜜蜜》，很老的一部电影，但是很好看，一生很短，留给自由的你只有几十年，一生又很长，因为变数太多，而你又不得不一个一个去慢慢感受，我在高中的时候就曾经幻想过我过完一个普通甚至平庸的一生，但是心中又有另一个念头告诉我，还可以换种方式去生活。见的多了，想的多了，之前有一个30多岁的人和我一起面试同一个岗位，当时我们在一起聊天，后来聊到年龄的时候他就说了，他可能是年龄最大的了，可能他觉得我们会看不起或者不理解他的情况为何这么多年还要和我们面试一个执行岗位，我看出来他准备要解释的时候，我就说了，我理解，每个人的经历

不一样。虽然只是说了这一句话，但是我想到了很多，我想到了他可能经历了多少艰难困苦，就像我也没有多好，有的人可能一帆风顺，但有的人一定要经历些什么。只要保持乐观，开心，不放弃，积极向上就行了，毕竟不管是谁，也只是一个人。

皮囊读后感心得体会篇四

文字总有两种阅读感受，一口气读完或舍不得读完。而《皮囊》却让我在这两种感受中矛盾，想快点读下一篇，又舍不得结束这一本书……同样出生在泉州一个小镇的我，好像更能理解这本书吧。闽南人的不服气，闽南女人的坚韧，有事找神明的迷信……每一样我都能亲切地感受到。

肉体是拿来用的，不是拿来伺候的

连阿太所说的“肉体是拿来用的，不是拿来伺候的。”都能让我不禁想到那个对我严厉的奶奶，她和文中的阿太一样硬气，把一生与各种不公斗争着，生病了从不吃药，却让病魔带走了，她最后说：“她终于可以摆脱这破旧的皮囊了。”这跟那个阿太多像啊，都是把人生看透了，也懂得了那一颗躲于皮囊之下的心了。

至于母亲的房子，有人说“不作死，就不会死。”对此，我气愤至极，但不知要如何去反驳他，或许真是母亲的无理取闹吧。

生而为人，重要的是脸

生于在一个小镇里，我深感父辈们之间所谓“面子”的重要性。当我知道家里并没有钱去建房子，而父亲非要四处找人借钱建房时，脱口一句：“你这是打肿脸充胖子！”而父亲难过地说：“生而为人，重要的是脸。”也能明白文中母亲是有多想让丈夫有面子，非要成为村里第一高的`楼房，也能看出

母亲对父亲的爱，甘愿不被人理解，也要去做。

不管是天才文展还是阿小和阿小还有厚土，这些人都让我心疼。我不想也不愿去猜测作者写他们的目的，我仅凭个人感觉去了解及感受作者的朋友的故事。

成为什么样的人，取决于皮囊里的那一颗心

每人的人生中都有一个“别人家的孩子”，他或许有自己的目标，或许只不过是太成熟了罢了。而文展，那位有着兔唇的天才，有着比我们更高的理想，可最后置身于一个小村庄里当着维修看护工。我挺理解文展的，明明自己比别人先找到目标，也比别人努力，成功的却不是自己，那种莫名其妙的嫉妒感令人难受。可，文展不知的是人生真正考验的是心态，能成为什么样的人，是取决于皮囊里的那一颗心的。文展的心装满了太多压抑着的东西了，以至于他无法装下那些美好的东西了。我同情文展，是因为我曾经也如同他一般，而现在我愿意把心打得更开，去接受更美好的事物。

老家阿小和香港阿小是两个同名不同命的人，想出小镇的老家阿小渴望着和香港阿小接触，想要去了解一切小镇外面的世界，他逃课、打架、偷钱都展示了他那颗想突破小镇拘束的心，不幸的是，他所作所为都不是想出去的最佳做法，所以最终也只能做上最不愿做的渔民。香港阿小一出场就高人一等，可是在小镇里优越的他，回到香港只能被人孤立，他渴望友谊。一个人在一个地方被羡慕，到另一个地方只能羡慕别人，这需要多么大的承受力啊，或许，在天堂也有烦恼。

把自己的皮囊和心，锻炼得坚强一点

“我姓张，叫厚朴，来自英语hope”这是厚朴郑重的自我介绍，多么充满希望的一个人，可是生活没给他希望，他所希望的世界与生存现实差距太大了，无法接受的他阵亡了……可是，我还是欣赏那个青春热血的“世界”乐队，他用生命

追求一种想象，在为所有人的幻想燃烧生命，当观众醒了，去面对现实了，厚朴的内心已崩溃了，失败者的他无法去面对失败……所以说，地下的六便士和天上的月亮，你选择哪一个呢？一旦选择了，就要面对失去另一个的痛苦，请把自己的皮囊和心锻炼得坚强一点！

关于远方和家，我不知要如何选择？父母不愿让我一个女孩子去太远的地方，而充满对未来期待的我又想出去看看。来不及犹豫，时光的列车已缓缓动了起来，不管未来多么艰难，愿彼此皆能用皮囊之下的心照亮皮囊，尽力去使用皮囊，伺候那一颗可盛下万世苦难的心吧！

用皮囊之下的心，照亮皮囊

书写至此，亦已抒情，登高望远，美愿赠君，万事胜意，平安喜乐，有心方为人。

皮囊读后感心得体会篇五

或许因为生活环境相似，或许因为作者文笔出彩心思细腻，这本书让我产生了很多共鸣的同时带来了感动。

人各有异，这是一种幸运：一个个风格迥异的人，构成了我们所能体会到的丰富的世界。但人本质上又那么一致，这也是一种幸运：如果有心，便能通过这共通的部分，最终看见彼此，映照出彼此，温暖彼此。

1.

在边陲小镇中，身边也有很多像阿太这样的长辈。他们会凌晨两三点的时候去田间引水入田，七八十岁的老人挥着锄头挑着水，他们会去外公的杂货店买菜籽的时候互相调侃……

肉体是拿来用的，不是拿来伺候的。

2.

自懂事起，特别在小学6年级至高一的这段时间里，身边有很多个像文中阿小这样的人。出生地和原生家庭确实很大程度影响着这些生活在落后乡村的孩子，我们渴望着那些新鲜的事物，广州香港的高楼大厦车水马龙。很多人渴望着，模仿着，不顾家里的反对和排斥去追随，意义在哪儿。

3.

文展，厚朴的。故事给了我一点警醒。

4.

张美丽的故事让我想起了那些被村子里的人指手画脚品头论足的年轻姑娘。

这本书就像是我很熟悉的雨后泥土味。

皮囊读后感心得体会篇六

或许因为生活环境相似，或许因为作者文笔出彩心思细腻，这本书让我产生了很多共鸣的同时带来了感动。

人各有异，这是一种幸运：一个个风格迥异的人，构成了我们所能体会到的丰富的世界。但人本质上又那么一致，这也是一种幸运：如果有心，便能通过这共通的部分，最终看见彼此，映照出彼此，温暖彼此。

1.

在边陲小镇中，身边也有很多像阿太这样的长辈。他们会凌

晨两三点的时候去田间引水入田，七八十岁的老人挥着锄头挑着水，他们会去外公的杂货店买菜籽的时候互相调侃.....

肉体是拿来用的，不是拿来伺候的。

2.

自懂事起，特别在小学6年级至高一的这段时间里，身边有很多个像文中阿小这样的人。出生地和原生家庭确实很大程度影响着这些生活在落后乡村的孩子，我们渴望着那些新鲜的事物，广州香港的高楼大厦车火通明。很多人渴望着，模仿着，不顾家里的反对和排斥去追随，意义在哪儿。

3.

文展，厚朴的故事给了我一点警醒。

4.

张美丽的故事让我想起了那些被村子里的人指手画脚品头论足的年轻姑娘。

这本书就像是我很熟悉的雨后泥土味。

皮囊读后感心得体会篇七

在世俗的地方世俗的时间看着这本看似世俗之人写出的世俗之书，多少对自己，对人生也有点感慨的’，想到了之前超人介绍的一部电影《甜蜜蜜》，很老的一部电影，但是很好看，一生很短，留给自由的你只有几十年，一生又很长，因为变数太多，而你又不得不一个一个去慢慢感受，我在高中的时候就曾经幻想过我过完一个普通甚至平庸的一生，但是心中又有另一个念头告诉我，还可以换种方式去生活。见的多了，

想的多了，之前有一个30多岁的人和我一起面试同一个岗位，当时我们在一起聊天，后来聊到年龄的时候他就说了，他可能是年龄最大的了，可能他觉得我们会看不起或者不理解他的情况为何这么多年还要和我们面试一个执行岗位，我看得出来他准备要解释的时候，我就说了，我理解，每个人的经历不一样。虽然只是说了这一句话，但是我想到了很多，我想到了他可能经历了多少艰难困苦，就像我也没有多好，有的人可能一帆风顺，但有的人一定要经历些什么。只要保持乐观，开心，不放弃，积极向上就行了，毕竟不管是谁，也只是一个人。

皮囊读后感心得体会篇八

突然发现书客这个平台，正好活动里有准备看的书，所以就参加了。

一开始《皮囊》无意间翻过没看，后来补起来，”肉体是拿来用的，不是拿来伺候的”深得我心，因为我是通过自虐性登山来放空自己，看清自己的。我们的生命本轻盈，都是被这肉体和各种欲望的污浊给拖住了。

后边关于母亲与父亲的故事，家庭里一个人的疾病随着时间慢慢消耗着这个家庭的希望，这样的故事在农村不少见。有时候甚至消耗着生的念想。但是更可怕的是困难来临的时候乡亲们冷漠与旁观。

张美丽的故事，人言可畏，闲言细语如刀般割着张美丽坚强的心。

两个阿小、文展、厚扑，以自己的认知看待这个世界，并努力疯狂的冲向自己向往的地方。阿小们只会模仿，没有明白自己真正要的是什么，为什么去追求。文展足够努力，但太较劲，太看重自己，他一句“困惑、一时找不到未来的大目标这很正常，没有几个人能很小的时候就知道自己可以过什

么样的生活，你做好眼前的一件件事情就可以了。”可惜了这自以为是的社会。厚朴追求激情、挑战和自由，可惜生活梦想飞的太高，没好好走过什么路。

写作是一种内省，是解剖自己的思想，当自己动笔去写的时候才会去思考自己真正的想法。这是一本关于回忆的书，也是一本内观自己的书。

《德胜员工守则》读后感精选