# 读活着心得体会 活着心得体会(汇总17篇)

作者：天使之翼 更新时间：2024-03-13

*我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。接下来我就给大家介绍一下*

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得体会的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**读活着心得体会篇一**

活？怎么活？为什么活？活成什么样？活着的意义是什么？不禁思考着这一连串的问题，可答案却无解。

打开x搜索活它的第一条字面解释是生存，有生命的，能生长，与死相对，这仅是字面解释，可活究竟是什么呢。纠结着这些问题打开了作者余华的《活着》。

富贵是一个地主家的少爷，整日不学无术、嗜赌成性，终于败光了家业，生活贫困潦倒之际，他又因为给生病的母亲去求医，被迫离开家乡，等他回来母亲已经去世了。庆幸的是他有一个善良、贤惠的妻子，她含辛茹苦的抚养着一双儿女。虽然女儿因为高烧，不幸变成了聋哑人。原以为一家团聚了，从此生活将越来越好之际，厄运却接二连三的降临了。妻子走了，儿子走了，女儿走了，女婿走了，最后连惟一的小外孙都不在了，陪在他身边的却只有一头老黄牛。

《读书》中主人公富贵的命运让我不知道该说是命运在捉弄他还是说老天在垂怜他，他亲手埋葬了他至亲的五位亲人，自己却依旧活着，不禁觉得活着是一种勇气。我想作者余华想告诉读者：生命中其实是没有幸福或者不幸的，生命只是活着，静静地活着，有一丝孤零零的意味。

也许我们会遇到这样或者那样的问题和困难，也许当我们遇到挫折和不幸时我们会很痛苦，会觉得那是一道道过不去得坎。但当我们回首过去，看到当时那些天大的事就那么过去了，就觉得没有过不去得坎，也没有解决不了得事情，只要我们勇敢去面对，努力的去解决问题，一切都会过去，活着就是在不断的遇到问题解决问题。

活着是一种勇气，勇于面对各种不幸并坚强的走下去；活着亦是一种责任，我们要知道我们并不单单是为了自己活着的。当得知朋友突然离去的噩耗时我对生命对活着更多了一丝深的思考，我不知道该以何种方式去寄托我的哀思，去平复这件事带给我的震撼。

生命是如此脆弱亦是如此宝贵，无论我们遇到了任何不幸我们都应该坚强的活着，活着就有希望，就会有明天，如果我们放弃了生命那都什么都没有了，带给父母朋友的将是无尽的缅怀和伤痛。远去天堂的她告诉了我们活着的这些人，一定要好好活着，坚强的去面对以后。当我们从学校这座象牙塔进入到社会，将会遇到各种各样的困难。我们要有直面问题的勇气敢于去解决问题，生命只有一次机会，不可能有机会重来。

活？怎么活？为什么活？活成什么样？活着的意义是什么？每个人对于活着的意义是不一样的，为了什么活也不一样，但活成什么样是我们可以选择的，好好活着，学习主人公富贵的坚强，遇到问题直面问题解决问题。

这是本沉重的书，发人深思。

活着就是希望，就会有明天。

**读活着心得体会篇二**

洪湖水碧海青天，湖山秀丽。这里的人们生活在山水之间，拥有自己的独特文化和生活方式。而他们的故事也被余华写进了《活着》这本书中。这是一部代表中国文化的巨著，读完后，我的心情十分激动，有许多感悟和体会。在这篇文章中，我将分享我的读书心得。

第一段：缅怀生命的可贵

《活着》这本书让我深切体会到生命的可贵，我被描绘出来的角色感动了。主人公福贵为了活下去，不得不吃儿子的肉。当我看到这一幕时，内心好像被击中了一样，无法言语。我们生命中的每一刻都是那样珍贵，不可能浪费。除了注重物质上的积累，我们还需要保护自己内心的力量，在任何时刻都保持希望和爱，因为这些是帮助我们渡过难关的唯一力量。

第二段：思考传统文化的价值

作为一本代表中国文化的巨著，《活着》在书中洋溢着独特的传统文化气息。书中描写的古老的家庭教育，孝顺和贞节的思想观念，让我反思传统文化的价值。我们应该学会尊重长者，珍惜亲情，抱有感恩之心。同时，我们也必须不断创新，让传统文化和现代思潮相融合，让我们的文化更加丰富，更加充满活力。

第三段：反思人性的黑暗面

在《活着》中，困厄的生存境遇让书中的角色们显示出了人性的丑陋和黑暗。他们相互残杀，妇女受到不公正的对待，生存的法则成了残忍。同时，我们也看到了生命的力量，对希望和爱的渴求，以及死亡的恐惧。这本书教会了我们看到社会中各种各样的人性，从而更好地反思我们自己以及我们身边的人。

第四段：思考阅读的价值

阅读是个人成长中非常重要的一部分。通过阅读这本书，我对历史有了更深入的了解，对文化有了更深层次的理解，并且心灵上也得到了很大的滋养。读书的过程不仅可以丰富我们的知识和阅历，也能激发我们更多的思考和独立思考能力，让我们从各种角度去看待生命的不同面向。

第五段：总结与回顾

《活着》这本书是良心作家余华的代表作，是值得一读的一部作品。它通过讲述一个家庭的命运，反映了中国数十年来所经历的艰难历程。它不仅让我更好地了解了我们历史和文化，也让我更加深刻地认识到生命的可贵和人性的复杂。我相信在未来的阅读过程中，我会继续感受到生命的温暖和深刻的人性感悟。

**读活着心得体会篇三**

《活着》是作家余华的代表作之一，主要讲的是民国时期地主家的少爷徐福贵。他年轻时沉迷于赌博和放荡，失去了所有的财产，导致家庭落后，成为一名租户。之后，随着一系列的社会变化，他的生活和家庭不断遭受痛苦，所有的亲戚都离开了他，只有他和一头老牛住在一起。

在读福贵故事的开头，我深深地讨厌这个花花公子沉迷于赌博、放荡和进取。他每天只知道吃喝嫖赌，有个贤惠的妻子却不懂得珍惜。在他的没有合格的儿子和丈夫应该有的样子。然而，在他的家庭道路中落后后，他终于意识到，慢慢地开始承担自己的责任，这让我非常欣赏。家珍刚开始的时候是米行老板的千金小姐，后来福贵对她一见钟情，把她娶回了家。后来，她忠诚地陪伴着福贵，直到她死去。当他们第一次结婚时，福贵仍然是原来的花花公子。起初，我不明白为什么她仍然永远不会放弃福贵。后来，我认为这可能与当时妇女的传统教育有关。在他们心中，丈夫是自己的天堂，无论丈夫是什么样的人，他们都应该忠于他，永不放弃。

读完这本书后，我开始觉得福贵也是一个值得同情的人。后期，作为一个下层劳动人民，他的命运深受时代的影响。他看着亲人一个个死去，却无能为力。这种深深的无助和绝望一个接一个地摧毁了这个穷人的身心。但与此同时，我也认为他是个幸运的人。在一些人看来，他的生活可能除了痛苦或痛苦之外什么都没有。然而，从他自己的叙述来看，他并不觉得自己有多悲惨。在他所经历的痛苦中，他仍然充满了幸福和快乐，尽管这些快乐和快乐相对较短。在他心中，他的妻子贤惠忠诚，是世界上最好的妻子；他的儿子孝顺，是世界上最好的孩子；他的女婿是世界上最好的女婿……所有这些都给他带来了幸福和快乐。因此，他并没有对书中的我讲述他的故事表现出多么悲伤。当他描述自己的痛苦时，他似乎在讲别人的故事，语气甚至透露出一种轻松和沧桑的感觉。

书中有一句话:人活着是为了活着本身，而不是为了活着以外的任何事情。揭示了作者想通过这本书告诉我们的真相。福贵看着家人一个接一个地死去。虽然他感到很痛苦，但他没有选择和他们一起死去。他仍然生活在这个世界上。可见，家庭并不是他活着的主要意义，他也不是为了家庭而活着。俗话说：存在就是合理。当福贵存在于这个世界上时，他应该好好生活，为了生活而生活，而不是为了生活以外的任何事情。这就是他存在于这个世界上的合理性。

现实生活中，有的人活着是为了钱，有的人活着是为了权力，有的人活着是为了爱情……当他们失去这些东西时，他们似乎失去了活着的支柱。最后，我选择了死去。这些人没有意识到活着的真正意义。他们不知道活着是我们存在于世界上的最好意义。活着比什么都珍贵。

**读活着心得体会篇四**

《活着》是一部由余华所著的小说，在中国文学史上具有举足轻重的地位。作品讲述了一个人在抗战时期开始的漫长人生旅程中的经历。这部小说充分表达了在极端环境下的个人生命探寻和复杂的人性，是一部代表了中国文学，甚至全球文学的传世之作。本文旨在探究我对《活着》的读后感，并分享我的体会和想法。

第二段：情节梗概与人物分析

故事的主人公是农民福贵，他奉行着爱家的信条，不惜一切代价来维护家庭的尊严和传统。随着历史的变迁，福贵的家族逐渐走向衰落，最终只剩下他和自己的女儿。尽管在苦难中失去了亲人和身体器官，福贵依旧坚韧不屈，坚持用自己的方式向命运挑战。整个故事的情节发展逼真，布局井然有序，人物形象刻画真实细腻，让人们在阅读过程中不仅得到了令人震撼的真情实感，更对生命有更深刻的思考。

第三段：主题分析

《活着》旨在为人们展示生命的真谛和生命的人性面貌。在人物和情节的相互作用下，小说强调了人与人之间的情感联系，寻求普遍的精神支持和个性的认可。小说中充满了生命的美感，在看似残酷的环境和命运的打击下，福贵还是坚守自己的信念，虽然背负着无法撼动的家族压力，但依然体现出传统的“爱”的真谛。与此同时，小说也让读者思考生命的意义、真理之美和抉择以及个体行动中的反抗，探寻时代背景下人物特定的表现方式和个性内核。因此，本书的主题在底层本质上，弘扬了生命的喜悦，生命的爱情和意义，寄托着作者对人和生命的深刻理解。

第四段：文学价值与社会价值

《活着》尽管是一部小说，但是其意义却远远超出了小说本身。无论是文学价值还是社会价值，都是不可低估的。在文学价值方面，小说深入探讨了生命的本质，生命的意义和生命中的美好，以及抒发了人对命运的反抗和探寻。这使得读者们带着更深层次的思考和探寻，感受到了生命的真实和丰盈。在社会价值方面，《活着》有着重大的启示意义。小说描绘了中国近代以来的重大历史变迁，如国共战争，土改时期等，使人们意识到那个时代的残忍和不公。在现实世界中，我们也需要像《活着》中的主人公福贵一样，坚韧不屈，勇敢面对生活中的苦难和挫折。

第五段：总结

《活着》深刻反映了生命的重要意义，展现了人性的丰富和生命的宝贵。通过读这本书，在社会价值和文学价值上都获得了深厚的回报，促使我们思考生命的价值和贡献。此外，小说中对宏大时代和个体内核的关注，使其成为了受欢迎的经典之作。在我阅读《活着》的过程中，我发现对于我们每个人来说，感性生命的重要性是一样的，这让我重新审视自己的想法和处理生活的态度。我们需要像福贵一样，坚强勇敢地面对生活的挑战，感受并蕴含生命的完整和精神的丰盈。

**读活着心得体会篇五**

互联网的崛起和现代技术的快速发展使得我们每个人都生活在一个快节奏的社会中。这使得我们的生活方式越来越匆忙，我们往往忽略了对内心深处的思考。然而，我们只有在沉静下来的时候，才能真正与我们的内心对话，找到内心的平静。作为一部经典的文学作品，《活着》通过一个贫苦家庭的故事，向我们揭示了一份珍贵的宝藏——对生活的思考和对内心深处的发现。

第一段：每个人都活着

《活着》通过描绘主人公福贵一家的故事，告诉我们每个人都在这个世界上活着。福贵一家虽然生活贫苦，但他们在他们生活的环境中找到了快乐和意义。小说中通过给予福贵一家来自家庭的爱和友谊，并描述了他们如何经历困境，那种不放弃的团结与坚强一直伴随着他们。这使我们意识到无论我们生活在什么样的环境中，我们都有权力追求生活的意义。

第二段：人生的苦难和克服

《活着》不仅仅揭示了每个人面临的困境，特别是人生充满了苦难。对于福贵一家而言，他们经历了无尽的磨难，包括失去亲人的痛苦和生活的贫困。小说中，每个人都经历了不同形式的痛苦，但他们都能坚持下去，因为他们发现了坚韧和希望。他们使用这个痛苦作为成长的机会，从中学到了宝贵的教训，塑造了他们的品格。

第三段：内心的意义和力量

《活着》深入探索了内心的意义和力量。当福贵失去了父母和妻子时，他的内心深受伤害。然而，他并没有灰心丧气，相反，他决定继续生活下去，并挑战命运。福贵通过他的坚韧和坚持，证明了内心的力量。这个故事通过展示主人公福贵如何从他的心灵深处寻找力量，鼓励我们要坚定内心，面对困境。

第四段：家庭和人际关系的重要性

在《活着》中，家庭和人际关系被描绘得非常重要，它们对个人的幸福和内心的平静有着很大的影响。在福贵一家中，家庭成员之间的团结和友谊帮助他们渡过了生活中的艰难时刻。福贵与他的妻子、儿女之间的亲密关系为他们提供了安慰和支持。这表明家庭和人际关系的力量，这些关系可以为我们提供内心的平静和快乐。

第五段：人生的意义和追寻

《活着》通过描绘福贵一家如何面对苦难和挑战，寻找人生的意义，向我们展示了人生的真正价值和意义。小说中提醒我们要审视自己的内心和生活，思考我们的人生目标和价值观。同时，它也告诉我们，我们的人生不应该被物质追求所驱使，而是应该追求真正的内心满足和快乐。

总结：

《活着》是一部引人深思的作品，通过福贵一家的经历告诉我们人生的苦难和困境，并揭示了内心的力量和意义。它提醒我们审视自己的内心和人生目标，寻找真正的快乐和满足。在一个快节奏的现代社会中，我们应该抽出时间来思考自己的生活，并从中找到内心的平静。读《活着》对我们每个人都有着重要的启示，帮助我们更好地面对人生的挑战和苦难。

**读活着心得体会篇六**

在空闲时，我还是喜欢看书。看的书很杂，除了课本书籍之外，名著小说都看，不刻意拘束于单一的形式。而一般只是略读。而当看到《活着》这本书时，最多想到的还是葛优演的电影，关于徐福贵跌宕的人生。

司马迁说有的人活着比泰山重，有的人活着比鹅毛轻;雷锋说，活着是为了让别人生活得更好;保尔柯察金说为了人民的解放而活。但对于徐福贵而言活着的理念在于：“人只要活着，穷也不怕。”他觉得人活着的意义并非只是富贵，更应该懂得生活，学会劳作，为一家人而活着。那样即使日子过的又苦又累，心里却踏实了。妄想可以尝试把家从小鸡变成鹅，鹅变成羊，羊变成牛，使自己穷苦的家变得重新发达起来。而在他被抓入伍，受恩回家的那一刻，足见他活着的意义只是为了家人，对家庭的牵挂便成了他活着的理由。我们可以想象，如果他选择留下，或死于战场，或者高官厚禄。但像他这种无文化无社会主义理想的旧社会底层人民群众而言是终究不会选择留下的。当解放了以后，他看到占他家地的龙二被枪毙，家珍的话使他明白：只要一家人天天在一起，也就不在乎什么福分了!

书看完了，觉得异常压抑!活着到底有什么意义?也许无所谓活着，尘世的苦难，活着的人总得承受，在命运面前，只有忍耐，忍耐孤独，忍耐不幸，甚至是死亡。《活着》并不是要告诉我们应该怎样活着，只是在陈述活着这样一个事实，套用徐福贵夫妇对春生的话来说：活着，好好活着，我们只能等待被时间和命运遗弃，而没有权利抛弃生命。在命运面前，也许不能不感叹人类的无力!改变不了活着的事实，就改变活着的态度吧!只要活着，总有希望，态度也许至少可以是可以改变活着的状态，或者好，或者差，只是在生命的镜头至少可以告诉自己，我们活过，也曾努力过。而不会被20\_\_这样的“世界末日”感到惶惶不安，尊重生命，热爱生活，拥抱未来!才是当代学生的基本生活态度!

**读活着心得体会篇七**

高中时期就看过《活着》这本书，但那时从未体会到生命逝去的我，很难理解\"活着\"的真正用意。只是对富贵的悲苦感到同情，对命运的作弄感到不平。现在，三年后，有了不同经历，再去回顾这本书时，所能理解的活着已经大为不同——人活着就是为了活着本身，而不是活着之外的任何事物。

这样的活着我不理解，虽然不能否认，但是却无法容忍在命运枷锁下为农奴的活着。没有精神追求的活着，就像是从来未曾璀璨的星空，只是周而复始的在浩瀚的宇宙中孤零零得打转。

可是，其实，是我自己对\"活着\"的理解抬狭隘了。所有在为活着努力的人，都是可敬的人，都是勇敢坚强的。\"活着\"本身就是生命的阐释，是生命完整的鲜活体现，不是单单的物质的活着，这才是富贵的活着。

富贵的命运多舛让每个人揪心，读他的故事，会心痛，会悲伤，会温暖，会坚强，会愤怒，也会安宁。

身为富家子弟，有着\"富贵\"的响亮名字，却因嗜赌成性，倾其家荡其产，老父亲因此成了第一个离开富贵的亲人。沦落为农民的富贵也顿悟了，决心踏实做人，改头换面。于是离家的妻子带着新生的小儿子回家和他团了圆。日子苦、穷，可富贵的母亲说，只要大家在一起就好。残破的家开始有了生气，踏踏实实过着日子。但兵荒马乱的年代哪里容得下安定的生活——富贵被抓去充了军。一去就是两年，家人对他音讯全无。而战场上死人堆里存活下来的富贵，带着能活着就是万幸的乐观终于回到了家。团聚的喜悦难以言喻，母亲的离开却又让富贵无比心痛。\"但活着比什么都好，能活着就行。\"朴实无华的一家四口人开始了新时代的生活。日子依然贫苦，但因大家的相互扶持而简单满足。然而厄运再一次降临在这一家人身上——儿子有庆因不负责的护士抽血过多而忘。这次，幼小的生命离开了富贵。一家人心痛着，悲伤着，可时代依旧在头也不回得前进，日子也一如既往的继续走，幸好还有凤霞在。可凤霞呢，在家珍富贵为凤霞怀孕生子而沉浸在新生的喜悦中时，命运却又给了富贵一个晴天霹雳，带走了他的女儿。凤霞走了，女婿二喜也在几年后工伤致死。自始至终陪伴富贵的家珍也带着病离开了世界。只剩下凤霞的儿子苦根。日子还是艰苦，但爷孙俩的相依为命，让富贵还有个依托。最残忍的是苦根居然最后也离开了富贵。

所有的亲人接连离开了富贵，可富贵还活着，一头老水牛陪着他，一起活着。很难想象富贵是如何一次次的苦难中走出来并坚强的。《活着》也许只写了一个命运悲苦的故事，一个人苦难的一生。但却格外有力量。因为活着远不止这些。

富贵是坚强的。一个单纯的好好活着的心，是他这一生的陪伴。人活着是为了什么，而活着又代表了什么。关于生命的所有词语中，活着这个词，或许就是本身的解释。富贵的活着是生命最有力的证明，即使最后他孑身一人，孤苦伶仃，他也依旧在努力\"活着\".

活着就有希望。希望是富贵像\"活着\"一样从未放弃的东西。无论是在最接近死亡的战场上面对死亡的威胁，还是眼睁睁看着心爱的儿女活生生的笑容化为永久僵硬的活着的留恋，富贵都未曾放弃活着。是怎样一种巨大的力量才足够支撑着他继续生活。

父母离开了，还有家珍和孩子，他们需要富贵;有庆和凤霞走了，还有家珍和苦根，他们需要富贵;家珍和苦根也走了，富贵还有什么，还有谁需要他?只剩下和他不离不弃的命运了，让他又爱又恨，鼓励他却也夺走了他的幸福的命运。就像作者说的，这是一个人和他命运之间的友情，这是最为感人的友情。\"他们活着时一起走在尘土飞扬的道路上，死去时又一起化作雨水和泥土\".

亲人在的时候，富贵活着，为了给需要他的家人带来希望，所有人离开后，活着，为了给死去的人带去慰藉。这也是《活着》最感人的地方。死亡永远是不可避免的，但是那份亲情，将会比死亡更加永恒。

有的人，会在失去后沉浸在悲痛中不可自拔，停滞不前;有的人，会把失去化作生命的另一种不可名状的力量，勇往直前。富贵就是勇敢的人。那些曾经陪伴着富贵一同分享喜悦和悲伤的亲人，那些在最绝望时的相互扶持和鼓励，那些承受着苦难却依旧选择坚强的心，都化为一股坚韧的信仰，让富贵能在命运中坦然直面人生，好好活着。活着的美好就是，只要富贵在，所有人就都活在他心中，从来不曾远去。

活着，为了希望，为了坚强，为了命运的抗争，为了对生命的执着，为了对至亲不离弃的爱，为了活着。这是我们活着的力量，承受生命的重量，所有的苦难与辉煌，对生命的乐观。活着就是幸福。

**读活着心得体会篇八**

《活着》是余华先生创作的一部小说，该小说以极为真实而残酷的方式描绘了中国农村的悲惨命运。我读完这本小说后，深感悲痛和震撼。这部作品不仅揭示了人性的黑暗面，也让我对生命的意义有了更深刻的思考。以下是我在阅读《活着》过程中得到的五个体会。

首先，这本书深刻地揭示了封建社会的残酷现实。小说中的主人公福贵经历了种种磨难：家属被绑架、妻子被卖、子女相继离世。而这些苦难并非只发生在福贵一家，而是整个中国农村的写照。农民们长时间忍受着饥饿、贫穷和地主的残暴。余华通过书中的描写，让我们清晰地看到了封建社会对普通人民的摧残和剥削。这让我深刻认识到，只有消除封建制度和改革社会，才能给人民带来真正的幸福。

第二，小说通过福贵的亲身经历，展示了人性的黑暗与自私。福贵从一个富有的地主之子沦为贫苦的农民，遭受的苦难远超过普通人可以想象。但是，在面临各种悲惨的情况下，福贵并没有变得仁慈和宽容，反而变得愈加邪恶和自私。他为了活下去，不仅用尽手段剥削村民，还抛弃儿女，无情地对待亲人。这令我深思：在困境中，人们的真实面貌可能会暴露无遗，而人性的阴暗面既可怕又令人痛心。

第三，小说中所描述的福贵的生活和命运，让我对生命的脆弱有了更深刻的认识。福贵失去了他唯一的财产、亲人和自由，在艰难的岁月里艰难度日。然而，即使面对诱人的死亡，他选择了活下去。通过福贵的坚持，我感受到了生命的顽强和可贵。人类的命运或许注定无常，但每个人都有权利为生命而奋斗。

第四，小说通过福贵和他的女儿凤霞的故事，给我留下了关于家庭和亲情的思考。在福贵失去了儿子之后，凤霞成为福贵生活的唯一寄托。她对父亲的爱与照顾展现了家庭的温暖和力量。在困境中，无论多么残酷的命运，亲情的力量都能使人坚持下去。这让我对家庭和亲情更加珍视，意识到家庭是一个人坚强的后盾和支持。

最后，小说中的人物形象和扎实的写作风格给我留下了深刻的印象。余华的笔触干净而简单，情节贴近生活，使我产生了强烈的代入感。福贵的形象跃然纸上，他的一言一行都能引起我强烈的共鸣。小说中的情节没有任何夸张和做作，但却令人震撼心灵，这是余华深思熟虑和精细刻画的结果。

总之，读完《活着》之后，我对生活和命运有了更深刻的认识。这部小说逼真地揭示了封建社会的残酷现实、人性的黑暗与自私、生命的脆弱、家庭和亲情的力量。通过福贵的故事，我体会到了生命的顽强和可贵，也更加珍视了家庭和亲情的重要性。余华的写作风格和人物形象都令我深感震撼，这本书无疑是一部值得推荐的作品。

**读活着心得体会篇九**

《活着》是一部读来让人感到沉重的小说，那种翻开书页的不忍，那种合上书后的隐隐不快，我很想知道一个需要怎样的信念和意志力，才能支撑他在遭遇到一连串的打击后还能顽强地活下去。家道中落的悲哀，失去双亲的痛楚。白发人送黑发人的打击。终于的落单与那头老牛，孤苦伶仃的日子里，回首曾经，他需要多大的勇气。以笑的方式哭，在死亡的伴随下活着。福贵是生者的赞誉或是悲哀，之于他我更多的同情却又不得不为他的淡然而新生丝丝敬意。他用平静的面容掩饰着他内心的波涛汹涌。他用他的一生告诉我：平淡是福，活着真好。

故事讲述了福贵的一生，他是地主的儿子，去了一个城里有钱人的女儿，过着无忧无虑的生活。每天都进城里的赌馆赌钱，赚的不多，输了的不少。终于有一天赌光了家业一贫如洗。一次福贵的父亲上茅厕时死了。也许这是报应，他是地主，是败家子。地主位置被一个经常借钱给福贵的赌博的人坐了。一贫如洗的福贵因为救母亲的病去城里抓药，没想到半路上被拉去当兵。在战场上九死一生。当他幸运归家时，女儿却已成了哑巴，母亲死了，家里一穷二白。福贵的儿子也被墙砸死了。后来女儿好不容易嫁出去却因产后失血过多而亡。妻子中年病死;女婿二喜做工时被板车压死了。外孙吃豆子时死了。福贵老人，故事结束了。

福贵经历了人生最大的痛苦，当他看着亲人离自己而去时，心里那时就像被刀割般的痛割的很深，痛在全身，鲜血都流出来了……但他却奇迹般地挺了过来，依然乐观豁达的面对人生。到风烛残年之时，依然牵着一头老牛作伴过日子。

他没有因为亲人的离去而结束自己的生命，因为活着是为了让死去的人安心，其实福贵并不知道什么是活着，他只知道人活着就是这样经历一下酸甜苦辣，有钱就赌一赌，没钱就种种田，活着就是这么简单。

人活着是为了什么?人活着不为什么，只是为活着本身而活着，不是为了活着之外的任何事物而活着。

而世上却有成千上万的人始终不明白，他们总以为活着只是为了幸福，只为了爱情，只为了养家，只为了金钱，只为了做官，只为了别人。当他们达不到目的时就失去结束自己的命。

亦有人觉得自己的命不好，自己改变不了自己的命运，对自己的前途不怀有任何希望。于是他们也选择了在这个世界上消失。

是啊!活着真好，更何况是活在幸福之中。一直以来都是个平凡的人，也曾幻想过不平凡，也曾希望自己的日子过的轰轰烈烈，然而我的父母告诉我，平凡最好。平凡了就会淡然，就会宠辱不惊的学会淡然，学会坚强。老师说平凡好，平凡了就能一心一意的读书，在浮躁中积淀，成长。朋友也说，平凡了就能每天过得充实满足。平凡好，平凡了自己成就了别人是一种幸福。

**读活着心得体会篇十**

活着，是每个人都会经历的事情。无论是生活中的喜乐悲痛，还是时间的流逝，都在不断地提醒着我们，活着的意义所在。而对于我而言，观活着心得体会，正是在这个过程中，我所悟到的。

首先，观活着让我明白了生命是如何脆弱的。曾经，我常常觉得人的生存是理所当然的事情，从小到大，生活无非就是吃喝玩乐。然而，这样的想法在我看到生死离别的时刻被彻底打破。亲人的离世，朋友的离去，让我看到了生命的脆弱性。生命在一瞬间消失，不再回来。这让我明白，每一天都是有限的，而我们要珍惜每时每刻，在活着的同时，也要努力实现自己的价值。

其次，观活着让我懂得了生命的无常。时间的流逝是如此快速，转眼间我们已经走过了许多年。小时候，我总是觉得时间过得很慢，而现在却觉得时间已经无法掌握。这让我明白到，时间是最公平的，它对待每个人都是一样的。无论是富贵还是贫穷，都无法让时间停驻。因此，我们应该珍惜每一天，珍惜当下，让每一天都有意义。

再次，观活着教会了我如何爱惜身边的人。在日常生活中，我们常常会因为琐碎的事情而争吵，不分彼此。可是一旦有了离别，我才明白这些争吵是多么的无足轻重。亲人的离世，亲友的离去，让我深深地触动。因此我明白到，我们应该爱惜身边的人，不要让争吵填满了生活的每一寸空间。珍惜和平与温暖，珍惜爱的交织。

此外，观活着也让我学会了如何感恩。在生活中，我们总是希望得到更多，不满足于眼前的一切。然而，一次次的反思后，我明白到真正的快乐是来自于内心的满足与感恩。我们应该感恩生活给予我们的一切，感恩每一个曾与我们有过交集的人，感恩生命的存在。只有当我们心存感恩，才能真正体会到活着正是一种幸福。

最后，观活着把我带到了宽广的世界。生活中的种种经历，让我看到了不同的人、不同的文化。我明白了生命的多样性与丰富性，也明白了自己的渺小与有限。通过观活着，我意识到要学习尊重他人，包容不同的声音。只有当我们真正走出自己的小天地，去体验更广阔的世界，我们才能更好地理解生命的真谛。

观活着心得体会，不仅是对活着的反思，更是一种思想的滋养。通过这一过程，我明白了生命的脆弱与无常，学会了珍惜身边的人和感恩生活。我明白了生命的意义不仅在于追求自己的欲望，更在于去探索这个世界的精彩与奥秘。因此，我将继续保持这种对生活的观察与思考，珍惜每一个活着的瞬间，让自己的生命更加充实有意义。

**读活着心得体会篇十一**

好朋友向我推荐了余华的《活着》这本书，当时读的时候没有太多的思想，只是在闲暇时才拿起它，当翻开后，我的内心被激起了如此大的波澜，我完全被震撼了，却也真的放不下了，是一口气读完的，也是满眼泪水读完了它。

这是一部血泪写就的文章，主人公福贵经历了人间一切惨剧，从腰缠万贯到倾家荡产……福贵的活着好象就是为了看着身边的人一个个的死去。在这出死亡的戏剧上演之前，他夜以继日的吃喝嫖赌，终于在一夜之间由阔少爷变成一个穷光蛋，而他的父亲，在亲手处理掉所有的田产后，死于由老宅迁到茅屋的当天。父亲的离去，福贵萌生了罪恶感，初体会到作为男人的责任，想为这个家承担所有，但却没有想到他的命运并没有因他已经承受的惩罚而有稍许的减轻，痛苦还在继续。母亲的离去他没有亲见，母亲在盼着他归来中，无望而平静的死去，读来不会过于沉痛，可我却不忍读有庆的死，那个孩子的死，几乎令我窒息。于是，我落泪了，我从来没有想过一个人的生命和另一个人的生命可以做这样的交换。

接下来凤霞的死和家珍的死只能让人感到无奈和叹息，再接下来，我读到了二喜的死，便又一次经历了内心的伤感，又一个人的生命在偶然而必然间瞬间消失。随后苦根的死已不能再让我有感觉，死神连他年仅7岁的外孙子都不放过，居然因为吃豆子而撑死了!身边的亲人一个个相继死去，他亲手埋葬了自己的儿子，女儿，妻子，女婿，和外孙。在开篇看到，老人为了让老牛好好耕田，就多叫出几个名字去骗它。我想富贵自己心里大概也是这样，假装着二喜，有庆，家珍，凤霞，苦根并没有离去，而是一直与他相依，那些音容笑貌也确实从不曾消逝，而是会在记忆中永存，这样他才可以坚强得抗住他经历的所有苦难，平静地安详地甚至依然幸福地度过上天给他留下的日子。只要活着就能感受生命，也只有活着，体会着悲欢离合，喜怒哀乐，才能明白世上没有什么是比活着更有价值的。

这是一本沉重的书，能让每个铁石心肠的读者落泪，生命虽然是脆弱而无常的，但是生命的坚强在这本小说中却得到了最充分的.体现。作者说过，人是为活着本身而活着的，而不是为活着之外的任何事物所活着。这让我想到生命的离去也是容易到在一瞬间，想到了地震、矿难、洪水等自然的灾害带走了无数人的生命，也让我们活着的人更加珍惜生命，更加体会生命的意义。现实中却有成千上万的人始终不明白，他们总以为活着只是为了过得舒服，只为了爱情，只为了权力，只为了金钱，只为了名利，只为了享乐。

当达不到目的时就会悲观、失落，也有些人总觉得自己的命不好，自己改变不了自己的命运，对自己前途不怀有任何希望，甚至选择了在这个世界上消失。不管生命赋予我们的是快乐还是悲伤，幸福还是不幸，都要去忍受。当你拥有生命的那一刻起，就有责任走完生命的历程。幸福美满，生离死别都是其中的小插曲，别说找不到活着的理由，自己就是最好的理由，不为别的，就只要活着，感受生命的过程就是每个人的责任。

**读活着心得体会篇十二**

《活着》是中国作家余华创作的一部小说，这本小说以农民的苦难生活为主线，通过讲述主人公福贵一生的坎坷经历，揭示了农民在历史变迁中所受到的种种苦难和剥削。阅读《活着》给我留下了深刻的印象，让我对农民的生活有了更深刻的认识，在这篇文章中，我将从五个方面来谈谈我的体会。

首先，读完《活着》我深切感受到了主人公福贵的家庭与亲情。在小说中，福贵一生经历了无数的磨难，但他始终坚守对家庭的责任心，对儿女的疼爱和对妻子的守候。他照顾病重的妻子，尽力维护家庭的责任感，这种亲情触动了我心底最柔软的地方。在这个纷扰的社会中，金钱利益往往较高于情感，而福贵用自己的行动告诉我们，家庭与亲情才是一个人真正生活的依靠，这也是我在读完《活着》后深刻体会到的。

其次，我在《活着》这本书中也体会到了封建社会下贫苦农民的苦难。小说中描写了福贵一家人从清朝末年到新中国成立期间的种种遭遇，其中尤以土改和文化大革命时期的种种苦难让人心生唏嘘。土改时期，福贵一家人失去了土地和家产，被重新分配到生死不明之地，文化大革命时期更是堪称地狱，家庭破碎，贫困潦倒。通过读《活着》，我更加深刻地理解了贫苦农民的无奈和辛酸，体会到了他们为生活而拼搏的艰辛。

同时，在《活着》中读到的让我感受到了中国历史的变迁。从书中可以看出，福贵一家人所遭受的苦难是与历史的变迁紧密相连的。他们经历了清朝的末年和民国时期的动荡，亲身感受了土改和文化大革命带来的冲击。小说将主人公福贵的一生贯穿了数十年的历史变迁，通过福贵的遭遇，我们看到了中国农民在这段历史中的辛酸与不易。这让我更加明白历史与个人命运的联系，更加深刻地认识到历史对个人和社会的影响。

再者，读《活着》还使我对人性的复杂性有了更为深入的思考。小说中的福贵所遇到的苦难和磨难不仅来自外部的环境和社会，还有那些身边的人对他的背叛和伤害。从这个角度来看，人性是多面的，既有善良和慈爱，也有冷酷和残忍。尤其是对于福贵的儿子那种对家人的背叛和无情，让人唏嘘不已。然而，福贵依然包容他，对他抱有深深的父爱。这让我看到了人性的复杂性，同时也让我重新思考了人与人之间的关系。

最后，读完《活着》我对生活和对人生有了新的认识。人的一生中会遇到很多困难和磨难，但面对这些困难，我们不能放弃，我们要坚持下去。正如小说中的福贵一样，他经历了无数的苦难，但他从来没有放弃，一直在努力生活下去。他的奋斗精神感染着我，让我对生活有了更加积极的态度。

综上所述，读完《活着》给我留下了深刻的印象。从福贵的家庭与亲情，贫苦农民的苦难，中国历史的变迁，人性的复杂性，到对生活和人生的认识，这本小说带给了我很多启示。通过读《活着》，我对农民的生活有了更为深刻的认识，对历史的变迁和人性的复杂性也有了更为清晰的思考。《活着》不仅是一部写实主义的作品，更是一本富有哲理和深度的作品，值得我们深入阅读和思考。

**读活着心得体会篇十三**

《活着》是余华改变风格之作，放弃先锋文学前卫笔法，走向传统的小说。作品中友朋友，母子，父子，孝悌，夫妻之情都值得我们深深思考。美国短篇小说家艾米丽说：“如果现在要谈一些东西，显然你应该谈些永恒的东西。《活着》就是这样一流的作品。”可见其艺术成就之高。

读完小说，最令人深思的就是人为什么活着。有人讲人活着总有理由，富贵年轻的时候生不如死，为自己找一个理由，将爹败掉的一百亩地赢回来。战时九死一生的他，坚持活着，是为了再见老娘，妻子，一双儿女。极度贫困饱受命运之苦的他，为什么活着，他的亲人需要他。亲人离去，而他还活着。因为传奇而坎坷的一生值得他怀恋回味。也有人讲活着本身是为了什么，为生还是为死，残酷的活着，体味着失去一切的苦楚。“活着是为了本身而活着”人应该学会面对真实，接受不能接受的，改变不能改变的。真实的面对自己，面对自己的人生。

如果是我，早就崩溃了。作为旁观者，只能感叹一个人好好活着不容易，只能佩服富贵活下去的勇气，只能回味祖辈的\'辛酸与苦楚，只能悼念人如蝼蚁的年代。

人生中不可追回的事太多，既然活着还得往前走。也许是我经历的太少，只能说一句：总之，忍着，好好活下去，为了自己，也为了身边爱你的人。

**读活着心得体会篇十四**

作家的使命不是发泄，不是控诉或者揭露，他应该向人们展示高尚。这里所说的高尚不是那种单纯的美好，而是对一切事物理解后的超然，对善与恶一视同仁，用同情的目光看待世界。这是作家余华在《活着》自序中写到的，他同时提到写作过程让我明白，人是为活着本身而活着的，而不是为了活着之外的任何事物所活着。我感到自己写下了高尚的作品。读了他的作品，我相信他的感想是真真切切发自内心的，他通过笔下福贵的一生来向人们诉说着活着的意义，活着是一种权利，是一种坚持，是一种毅力。

《活着》从第一人称的角度巧妙地将小说中的主人公福贵的一生展现在了读者的面前，福贵年轻时家里面有祖上留下来的百亩良田，家财万贯，家族在当地赫赫有名，但是由于他游手好闲，吃喝嫖赌，最后变卖家产，家庭走向了没路福贵的父母几乎可以说是因为他的败家而去世，他的妻子与一双儿女也因为家庭惨败，受尽穷苦的日子，每天为了柴米油盐而操劳，日子过得一天不如一日。在他父母逝去之后，他又经历了丧妻之痛，失去子女、女婿、外甥之悲，他的一生大部分时间是在痛苦中度过的。在贫苦的现实面前，在失去亲人面前，他坚强着活着，他与有着和他相同命运的老牛福贵一同生活，这头憨厚的老牛与他朝夕相处。

活着不是简简单单的生存着、吃饭睡觉；不是碌碌无为、懒散终日；也不是毫无理想、胸无大志。活着的前提是珍惜自己的生命，关爱亲人，相互呵护，活着就是要活一口气，这个气字既包含了对现实的不满，从而做出的努力，也包含了心怀梦想，勇往直前的豪情。

在现实生活中，许多人因为一点小的挫折、失败便垂头丧气，有精无彩。这些人是在适应生活的过程中表现出对生活的极度不适应，他们不能真正的读懂活着的含义，他们不明白自己为什么而活着，他们甚至不知道自己应该怎么活。其实他们只要学会变通，换一种思维方式，调整一下心态，他们将会活出不一样的色彩。

人生在世，便要活出不一样的自我。有这样一群人，他们的生活态度积极乐观，他们能够在贫苦的生活中过得舒心；有这样一群人，他们在生活中无私奉献，他们活着的意义就是帮助他人，快乐自己；有这样一群人，他们默默无闻，日以继日的坚守在自己的工作岗位上，他们不是为自己而活着，而是为了人类的幸福活着。这些人活着，展现出高尚的品质，即使有朝一日他们离开了，依然会活在大家的心里。

活着有不一样的方式，有碌碌无为、终日懒散的活着，也有勤劳勇敢、心怀梦想的活着。前者被世人唾骂，后者被奉为高尚；前者无益于社会，后者为社会的发展进步作出贡献；前者止步不前，后者不断迈进新征程。

作品《活着》中的主人公生活在二十世纪的中国，福贵的一生是中国南方的.贫苦村庄的农民为了生存而斗争的一生，《活着》是作者余华以福贵的口吻讲述了二十世纪中国大地贫苦百姓的真实现状，同时借主人公福贵在残忍的社会和政治变革的背景下所展现出的超凡勇气，展现中国贫苦百姓的顽强毅力。

这部作品不仅仅是让读者思考人到底应该怎么活着，而且还向广大读者再现了二十世纪中国的真实现状，在残忍的社会和政治变革的作用下，百姓过着贫苦惨淡的生活，吃不饱，穿不乱，人的命运总是那么令人痛心和惋惜。

我们生活在当代美好的社会环境中，阅读《活着》，能够让我们了解二十世纪中国的风土人情，百姓的生活状态以及社会政治变换，同时也会让我们从心底有所想，有所思。活着就要活出一种良好的精神面貌，要有不被挫折打倒的气概；活着就要活出潇洒的风采，不拘一格，我行我素；活着就要活出自我的价值，大公无私，奉献社会。《活着》这部书为我们提供了如何生活，尤其是如何在困境中求生的理念，同时也让我们学习了历史，领略了不同年代的风情。

**读活着心得体会篇十五**

《活着》这本小说堪称史家杰的代表作，其描述了中国文化大革命对一个普通农民的摧残和磨难，同时也是一部描写人性和家庭情感的佳作。在我读完这本小说后，我深受感动，也领悟到了许多人生的真谛，下面将分享我的读后感。

【第一段】

这本小说首先给我留下的深刻印象是，生命是一件可贵的事情。主人公福贵经历了家破人亡、孑然一身的境况，但他仍然选择坚强、倔强地活着。我始终记得，当他被死亡缠绕住的时候，他只想要死了，但是他震惊于自己的生命力。正是因为对生命的执着和珍视，才让他幸存下来，并最终找回了他的家庭和尊严。

【第二段】

其次，这本小说让我理解了家庭的重要性。福贵一家不是富有的人，但是他们彼此爱护和关心，以至于当他失去了妻子和儿子时，他的心灵是如此的痛苦。在福贵和他父亲的结合中，我们可以看到，这是一种超越血缘和时间的情感。即使在面对生活的苦难时，他们也不会放弃对家庭的维护，因为家庭是他们最坚实的撑杆。

【第三段】

这本小说还让我领悟到了生活坚韧的意义。作者通过福贵的命运告诉我们，生活本身就是一场抗争，而每个人都必须面对自己的局限和世界的现实。金钱、名声、物质财富都是虚无缥缈的，这些东西终究只能消散在时间的长河中，而珍爱生命和坚持自己的信念，才是最值得珍视和长久认真维护的。

【第四段】

此外，这本小说还告诉我们人心本质上都是向善的。福贵被国家机器所扫清，他的生活破碎，他在最困难的时刻还是没有失去人心，他不断地坚持对别人的善意，以至于生活变得美好起来。当他遇到出现在不断追求利益的人，他依然保持着自己的原则和道德，即使在绝望中也不会妥协。

【结语】

总之，“活着”这本小说通过描绘主人公福贵的命运，用深刻的笔墨留下了对生命的思考和对人性的追问。在我们匆匆走过的日子中，读完这本小说后，我们将会意识到，我们活着有多重于达成终极目标的时刻，我们要有一颗强大的心，并尽我们所能珍惜我们的人生。

**读活着心得体会篇十六**

面对死亡，最痛苦的不是离去的人，而是被迫承受这一切的生者——他们不仅肩上多了一份责任，而且身边少了一个一同承担的人。

福贵正是这样一个可悲的生者，他的一生其实是几万万人的缩影，中国近百年来经历的所有苦难都在他身上清晰地投射出来，他有着传奇般的人生，但你绝对不会希望拥有那样的传奇。

福贵当年是个二世祖，每日挥霍家里的积蓄，不知哪修来的福气讨了个贤惠的好老婆，是米行的千金，可福贵依旧吃喝赌，不仅输光了家产，还气死了爹，老婆连同肚子里的孩子也被娘家接走了，只剩下他和年老的娘、年幼的女儿凤霞相依，这时的福贵才第一次体会到了生活的艰辛，万幸的是，家珍在产下福贵的第二子之后带着儿子有庆回到了他身边。然而福无双至，祸不单行。福贵在为病重的母亲抓药的途中被抓了当壮丁，后被解放军所俘虏，回到家乡他才知道母亲已经去世，妻子家珍含辛茹苦带大了一双儿女，但女儿不幸聋哑，儿子虽机灵活泼，后来也因为县长夫人输血而意外死去。

之后福贵经历了大跃进、自然灾害，凤霞和其丈夫先后死去，凤霞产下的一子苦根也没有逃过命运的魔爪，最后只剩下福贵一个人，和一头与他同名的牛作伴，其中寓意深远，颇有些孑然一身的萧瑟。夕阳的余晖里，已然垂暮的`老人驾着牛渐远，沙哑的歌声在土地的尽头缓缓升起——“少年去游荡，中年想掘藏，老年做和尚。”

合上这本沉重的蓝皮书，泪已湿眼眶，让我感慨万千的不止是主人公经历的种种悲惨，更因为他经历了这么多，却依然卑微地活下来，他所承担的已远远超出普通人能够想象的范围。

面对死亡，最痛苦的不是离去的人，而是被迫承受这一切的生者——他们不仅肩上多了一份责任，而且身边少了一个一同承担的人。但是，正因为如此，生者才要更坚定地生活，那是因为他们背负的，不仅仅是自己的明天。

文档为doc格式

-->

-->[\_TAG\_h3]读活着心得体会篇十七

活着，是每个人都必须面对的事实。然而，每个人对于活着的理解和体会都是截然不同的。有的人可能认为活着就是追求物质上的享受和成功，有的人则认为活着就是追求内心的平静和自我实现。在我看来，活着不仅是为了生存，更是为了体验生命的美好和成长的过程。通过观察和思考，我对活着有了一些心得体会。

首先，活着意味着与他人建立联系和共同成长。人是社会性动物，我们需要与他人进行交流和互动，从中获取快乐和支持。我曾经遇到过一次车祸，我意识到活着的重要性和他人的力量。那一次，我受伤严重，无法自理，但我幸运地被路过的好心人带到医院。在医院的那段时间，我感受到了他人的关心和照顾，他们给予了我力量和勇气去面对身体的痛苦。这个经历让我明白，我们不能独自生活，我们需要他人的陪伴和支持来度过人生的起起落落。因此，建立深厚的人际关系和与他人共同成长是活着的重要组成部分。

其次，活着也意味着需要对自己负责。我们每个人都有自己的责任和义务，无论是对家庭、对事业还是对社会。我曾经在一个志愿者团队做义工，帮助那些需要帮助的人。通过这个经历，我意识到一个人的活着，不仅是为了自己，也是为了给他人带来希望和温暖。每个人都有自己的特长和能力，我们应该将这些能力用于帮助他人，共同打造一个更美好的社会。只有在对他人负责的同时，我们才能真正实现自我价值和内心的满足。

此外，活着也是为了追求自己的梦想和热爱。每个人都有自己的梦想和追求，而这些梦想和追求正是我们为之活着的动力。无论是成为一名医生、一名艺术家，还是追求科学的真理，我们都应该勇敢地追求自己内心真正喜欢的事物。我曾经有一个朋友，他很早就对音乐产生了浓厚的兴趣，但由于社会的压力和家庭的期望，他最终选择了一个与音乐无关的职业。然而，他一直感到失落和不满足，直到有一天，他决定辞职追求自己的音乐梦想。如今，他已经成为了一名成功的音乐家，他告诉我说活着就是要追求自己热爱的事物，只有这样，我们才能真正感到快乐和充实。

最后，活着意味着要珍惜时间和对生命的每一刻表示感激。时间是如此的珍贵，我们必须合理利用每一天，去做自己想做的事情，去追求自己的梦想。生命的每一刻都是独一无二的，我们应该学会珍惜和感激。不论是朝阳的美景、亲情的温暖、友情的陪伴，还是工作中的成就感，我们都应该心存感激，因为这些都是生活中值得我们珍视和回忆的美好瞬间。唯有珍惜时间和感激生活，我们才能真正活出自己的精彩。

综上所述，活着并不仅仅是为了生存，更是为了体验生命的美好和成长的过程。与他人建立联系、为他人和自己负责、追求梦想和热爱，以及珍惜时间和感激生活，这些都是我对于活着的心得体会。我们每个人都有自己的生活方式和价值观，但只有在理解和尊重他人的同时，才能真正活出自己的精彩人生。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com