# 解忧杂货店读书心得

来源：网络 作者：雪海孤独 更新时间：2024-01-07

*解忧杂货店读书心得1《解忧杂货店》这本书还是的春天在某宝上购入。或许因为这本书的特别，每次我都是为解心中的愁绪而拿起这本书，然而每一次都未能将整本书读完，近两年的时间，直至今天夜里才将这本书原原本本地读完。《解忧杂货店》是由日本著名作家东...*

**解忧杂货店读书心得1**

《解忧杂货店》这本书还是的春天在某宝上购入。或许因为这本书的特别，每次我都是为解心中的愁绪而拿起这本书，然而每一次都未能将整本书读完，近两年的时间，直至今天夜里才将这本书原原本本地读完。

《解忧杂货店》是由日本著名作家东野圭谷而作。全书分为五个章节，每个章节都有一个独立的情节故事。起初读第一、二章时，会捉摸不透作者想要通过情节传达给读者的意思，以为作者是在写所谓的神话故事。耐心读完全文后，你会发现五个章节的人物以及情节都是相联系的，整本书其实就是围绕着名叫浪矢的杂货店而展开的，而你似乎就置身于故事之中。

第一章回答在牛奶箱里

三个小偷敦也、翔太、幸平误打误撞，闯入浪矢杂货店，最后竟为人排忧解难起来。他们进入浪矢杂货店，观察完店内四周环境，正准备拿窗户纸来垫榻榻米时，一封落款“月兔”的信封从卷帘门前的瓦楞纸箱里掉了下来。通过几次信件交流，原来这是一个奥运会比赛候选运动员在恋人与自身前途之间如何选择摇摆不定，难以抉择的故事，一边是得了绝症、时日不多的男友，一边是自己的奥运梦。在现实生活中，我们也常常会遇到在这样或者那样的选择中必须二选一的情况，所谓鱼和熊掌不可兼得也。在小说中，三个小偷也在尽己所能地帮助月兔解决她的烦恼，最后月兔小姐表示她意识到这个问题终究得由自己得出答案。我们的人生亦是如此，无论遇到大事小事亦或是需要自己决断的事情，我们都要以积极的心态去面对它，只要做出决定就不让自己留下遗憾。

第二章深夜的口琴声

这一章节的主人公名叫松冈克郎，小说主人公在儿童福利院“丸光园”做慰问演出，遇到一对姐弟，不料福利院遭遇火灾事故，主人公为救弟弟丧命，而姐姐为报答主人公将其原创歌曲《重生》一直演奏下去。演出进入尾声时，松冈先生注意到一个仿佛对自己的演奏毫无兴趣的女生在他演奏到他自己的最后一首歌时，眼睛眨也不眨地望着他。演奏结束后，松冈先生意外地与那个少女有了交流，并将最后一首歌“传授”给那个少女小芹。在与少女交流完后，松冈先生的思绪便回到了八年前——那个努力追梦的少年。

第三章在思域车上等到天亮

这一章是围绕浪矢杂货店的店主浪矢雄治所展开的，浪矢老爷爷晚年得肝癌但始终放心不下自己的浪矢杂货店，希望自己这么多年来为人们的耐心解答最终是帮助到了大家，百家笔记网并拜托自己的儿子在自己三十三周年忌日来临之际发布公告，告知世人浪矢杂货店的咨询窗口那一天将会复活。浪矢老爷爷的儿子贵之最后却也未能等到那一天的到来便去世了，于是他嘱托自己的孙子浪矢骏吾完成父亲的遗嘱。

无论是小说章节里的哪一个故事，哪一个主人公，他们都与浪矢杂货店息息相关，他们都有着自己这样或者那样的烦恼，他们始终相信希望，并向浪矢杂货店倾吐他们的心声。其实浪矢杂货店就像是我们信任的人或者地方的一个代名词，它可以是我们的内心深处，也可以是我们信任的长辈或者朋友，在那里我们可以随意说出困扰着自己但又不便让外界知道的烦恼，并且这个烦恼可以得到解决。无论如何，我们要心怀希望，相信自己。

最后以这本书最后一个章节的一段话作为结尾

地图是一张白纸，这当然很伤脑筋，任何人都会不知所措。

可是换个角度来看，正因为是一张白纸，才可以随心所欲地描绘地图。一切全在你自己。对你来说，一切都是自由的，在你面前是无限的可能。这可是很棒的事啊。我衷心祈祷你可以相信自己，无悔地燃烧自己的人生。

**解忧杂货店读书心得2**

一个非常特殊的人物跟我说日本著名作家东野圭吾的《解忧杂货店》非常好看，这个周末花了大约三四小时将这本小说好好地读了一遍，掩卷沉思，这本小说既没有色情的香艳味，也没有战争的烟火味，读起来平实而又引人入胜，那么作家东野圭吾到底在这本小说中想告诉我们什么呢？

小说通过几个看似独立而又紧密关联的故事而逐渐展开，浪矢爷爷的解忧杂货店开在一个偏僻的小镇上，由于一开始认真回答几个淘气小朋友的问题：如不看书可以考100分的办法是什么？从此而一发不可收拾，由于每一封来信浪矢爷爷都非常认真地思考后给予回答，所以总是能够得到要求解忧者的接连不断的回信。

故事中的人物事实上没有真正的好坏之分，即使是那三个小偷，他们既不能算是坏人，也不能算是讨厌鬼。读完所有的故事，我觉得所有情节都是为了展现人灵魂的升华和救赎以及人性的善良与美好而展开的。

（1）三个小偷在故事的结尾时候准备物归原主，愿意承担一切法律后果。对这几个同样在丸光园孤儿院长大的小偷来说，正是经历在解忧杂货店里的回信和抢劫事件，使他们的心灵一次又一次地受到震荡和洗礼，从而到最后弃恶从善，无疑是灵魂的升华和救赎；

（2）丸光园孤儿院的院长，她本来和浪矢爷爷是一对恋人，但是因门第相差悬殊，这对有情人终究未成为眷属。她也因此终身未嫁，将全部的精力倾注在孤儿院上，而浪矢爷爷晚年为孤儿院的孩子们提供忧愁咨询，虽然未成眷属，但这对有情人在晚年仍然以这样一种方式将爱延续着，他们以这样的方式将爱情得以延续和升华。

（3）再说那个职业音乐人克朗，他为追寻自己的梦想而不懈地努力着，为什么他创作的歌曲叫《重生》而不是别的名字呢？他追求自己的梦想过程，难道不是一个凤凰涅盘，浴火重生的过程吗？而他在丸光园孤儿院为了救下一个小男孩而献出了自己宝贵的生命，他的歌曲《重生》被小男孩的姐姐水原芹流传下去，这何尝不是一种真正意义上的重生呢？正如朗诗杂货店的回复一样：“有人因为你的歌而得到救赎。你创作的音乐也必将流传下去…”。

（4）因家庭变故的浩介，没有选择和父母一起逃跑，也进入了丸光园孤儿院，后来成长为一名雕刻师。开始在孤儿院里，浩介把自己的作品送给孩子们做玩具。“浩介一一满足了他们的心愿。看到他们笑逐颜开的样子，他也很开心。”这又何尝不是人性那种善良的细腻的刻画呢？为什么浩介在孤儿院里送给晴美的礼物是雕刻的小狗？而不是小猪，小象或者小鸟什么的？我想在作者隐喻中包含那种淳朴的感情和忠诚，也就是暗示着即使三十多年过去了，浩介和晴美他们那种原始的善良一直保持没有任何变化，套用当下的一句话，应该是真正的没忘初心吧，所以他们到故事的结局都非常感谢浪矢爷爷的咨询。

（5）再要说当然是晴美了，晴美在生活窘困中被迫去做陪酒小姐，而当她得到解忧杂货店的建议后，曾经一度“迷途的小狗”，通过自己的奋力拼搏，逐渐成为商界的女强人。然而她的奋斗之路，又怎么不是一种人格的升华和灵魂的救赎呢？

通读整篇小说，值得一提的是，为什么作者用了30多年的时间穿越来进行是前后的连接呢？从历史与现实的笔触来勾勒出人性中无法磨灭的光辉，正是因为30多年，才足以见证一个人的成长，也足以见证一个人曾经和现实，曾经的不堪又如何在解忧咨询后，回到现实中得以升华的呢？30多年足以给予一个明确的回答。无论是克朗、浩介还是晴美，抑或是浪矢爷爷自己，在这30多年中，更是一个完整的人格的升华和灵魂的救赎过程。

正如作者东野圭吾所说，所有来咨询的人，“他们都是内心破了个洞，重要的东西正在从破洞逐渐流失。”然而解忧杂货店每一次的回复事实上都在弥补人们内心里的那个洞，同时，也在弥补自己心灵上的那个洞。通过不断的反复和修补，人们的灵魂得以升华和救赎，在我看来，这才是作者要通过小说《解忧杂货店》最终要表达的深刻含义。大千世界，芸芸众生，正如我们中国自己所说，人生不满百常怀千岁忧，谁人无忧呢？为什么叫做解忧杂货店？解谁之忧？谁来解忧？小说在最后给出了答案。“你的地图是一张白纸，所以即使想决定目的地，也不知道道路在哪里。”“可是换个角度来看，正因为是一张白纸，才可以随心所欲地描绘地图。一切全在你自己。对你来说，一切都是自由的，在你面前是无限的可能。这可是很棒的事啊。我衷心祈祷你可以相信自己，无悔地燃烧自己的人生。”至此为止，小说不仅回答了谁来解忧，解谁之忧的问题，而且提出了一个具有终极价值的人生问题。

**解忧杂货店读书心得3**

昨天开始读了东野圭吾的《解忧杂货铺》，今天读完了。

小说内容从一开始就挺吸引人的，第一章“回答在牛奶箱里”甚至还有点悬疑恐怖，看到第二章就开始知道其中的人物和事件的联系方法。直到第五章“来自天上的祈祷”结束，才明白整本书在画一个圆，书中出现的所有人物：翔太、幸平、敦也，浪矢雄支、浪矢贵之、浪矢骏吾，单亲妈妈川边绿的女儿、鱼店音乐人松冈克朗、知名歌手水原芹，逃离父母的孩子禾久浩介，夜店小姐到成功人士的武藤晴美。他们都在这个圆上彼此有联系。被故事章节一一的铺陈明白。

这样的铺陈人物的联系，在前三章还在吸引我，但是到了第四章第五章，没有耐心的我就有点腻烦了。作者塑造了太多的点，要连成一个圆。难免有重复编制的感觉。到了第五章我几乎是囫囵吞枣地看完的。

作者介绍说希望这个一个不一样的故事。我从中获得的感想不多，讲人与人之间的奇妙联系？还是讲彼此之间各种性格背景的人物之间真诚相待的可贵？河光园创始人和浪矢杂货店老板的感情更是牵强的联系，爱情更不觉深刻。……总之，我觉得各种思路都不觉深刻。

可能是我对文学的悟性太浅，还没有体会其中深意的敏感。所以，对这本畅销电子书的评价给了可能有失公允的三分。目前我不想再深入读一遍重新体会，看是否能有所纠正，希望以后在哪个心静的时刻，我能重新翻看这本书，看届时的心态境遇能否给我开启新的领悟。

**解忧杂货店读书心得4**

每个人都有各自的烦恼，然而找到解决的办法却并不容易。书中的人物是幸运的，他们怀着忐忑的心情将烦恼写在信纸上，再鼓起勇气将信投入杂货店卷帘门的投信口，第二天就会在店后的牛奶箱里得到一封写满回答的信。或许，当你将信投出的那一瞬间，心里就已经有了答案，真正明白了自己该作何选择。所以，不论杂货铺的浪矢爷爷给出的答案是什么，你是否接受，最终结果如何，都需要自己勇敢做出选择，承担选择的后果。

每做出一个选择，都会带来意想不到的后果，书中的人物正是依靠这些选择紧密的联系在一起。生命中的一次偶然相遇，会演绎出截然不同的人生。其中的微妙让人惊叹作者缜密的逻辑和巧妙的思维。

如果我可以把自己的烦恼写在信中，再投进卷帘门的投信口，浪矢爷爷会给我什么样的答复呢？

首先，我的烦恼是什么？明白自己应该做什么，却一直在懈怠，在萎靡中度过今天，却依然寄希望于明天。

耐克有一句很有名的广告语：Yesterday you said tomorrow。所以，为什么不从今天开始做一些有意义的事，而总是寄托希望于看不清的未来呢？或许浪矢爷爷会给我这样的答案吧。

其实不论答案是什么，最后的结果都需要靠自己的行为去引导，去实现。

尊重自己的每一个选择，全身心的坚持在这条路上走下去。这才是管理人生的真正方法。

**解忧杂货店读书心得5**

东野圭吾的《解忧杂货店》讲述了几个人在生活中遇到各种问题的故事。他们把谜题写在杂货店的邮箱里，第二天就会在店后面的牛奶盒里得到答案：年轻女运动员因为男朋友得了癌症，是继续训练，取得好成绩，还是和男朋友在一起？鱼店男孩充满音乐梦想，却面临着做歌手还是帮父母管理鱼店的困境；想挣钱回报养母的女主遇到新的工作机会不知道怎么办.他们在食品店回复的建议下，独立做出了最适合自己生活的选择，让自己在社会上立足。

看完《解忧杂货店》，我就捂卷打坐。是的，人生自然经历风雨，面对去哪里的选择会有迷茫。我觉得要走自己的路，别人可以给建议和帮助，最后要做出正确的选择。如果不能独立面对困难，把自己的命运托付给别人，能在社会上立足吗？《解忧杂货店》这本书里的人，已经各奔东西了。事实上，他们采取的方式不一定是最好的。比如鱼店男孩为了自己的音乐梦想离家出走，但在现实中却无法动弹。他选择了坚持。结果他虽然没有成为大热门，但他的歌《重生》一直在流传。

生活中独立面对困难的例子有很多：苏轼学会了承受挫折，走完雨后，“烟雨一生”；曹雪芹没有被“一滴苦涩的眼泪”吓倒，而是勇敢地走下去，把名著《红楼梦》留给了世界；华从小就喜欢学习数学，但是他家里没有钱。别人让他卖东西谋生，他却坚持学习，成了数学家。

人生会有很多起起落落。站在岔路口，人该怎么办？我觉得这是《解忧杂货店》年的一个让读者思考的问题。

这本书让我意识到，每个人的命运都掌握在自己手中。遇到困难，不如独立勇敢地面对，走自己的路。我会让“生活要独立面对困难”伴随我的成长过程！

**解忧杂货店读书心得6**

《解忧杂货店》，作者东野圭吾，这似乎是一本不看会遗憾的书。微博微信在说它好，豆瓣人人也在说它好，好在哪里，为什么好。人总是怀有好奇心的，我也不免落俗的买来看了。

读完第一章的时候，感觉故事很一般，不就是一个穿越时空对话的小说吗，根本没有什么亮点。可能由于是译本的原因，也少了很多中国文学独有的遣词造句的魅力。不过大家既然都在好评和力推，我也就勉强继续看下去。第一章讲述了一个女运动员的抉择。当她正在为奥运会艰苦训练的时候，发现自己的男朋友即将走到生命的尽头。继续训练还是照顾爱的人？她把自己的困惑写在信里，投向了杂货店。读罢第一章，很有欲望继续看下去，毕竟是小说，情节的悬念多少还是会吸引读者的。可是，当我兴致勃勃的翻看第二章，想要知道那个写信的女人后来怎么了，却发现第二章是一个全新的故事，想要的结局就这样戛然而止了。“这明明就是一本被赞誉过度的小说而已，真不知道好看在那里。”带着这样的想法，我继续看下去。

第二章讲述了一个少年的音乐梦想，是坚持唱自己写的歌还是继承父母鱼店生意？第三章是杂货店主人的故事，是认真的回复每一封信，还是因为担心自己的建议为别人指引了错误的方向而选择放弃？第四章的故事有点凄惨，男孩在和父母逃亡的路上选择了离开，最后却发现为了让自己安心生活下去，父母纷纷自杀了。最后一章的女主角听从了陌生来信的建议，选择了相信，放弃了做陪酒小姐，开启了新的生活。当整本书读完的时候，我开始明白：哦，原来是这样！这不是由多个穿越故事组成的集合，而是整个时空都被连接起来的因果带！文中每一个细节都做好了后期铺垫，每一条时间轴都缜密到找不到破绽。哦，东野奎吾是日本推理小说天王，看来是我的智商秀逗了。

除去那些让我惊叹不已的写作手法，《解忧杂货店》这本书带给我的还有对选择的思考。面对人生的大小抉择，我们该如何是好？从作者的文字里，我看到了这样的建议——遵从内心，并作出努力；相信爱，并认真对待。

其实，文中每一个给杂货店写信的人最后的决定都来自于自己的内心，而那些穿越时空的来信只是让他们看到了内心的真实想法。比如第一章里面的运动女，不论回信如何劝阻她放弃比赛，她也因为害怕失败而左右摇摆过，但最后她依然选择了坚持训练，因为她认为这是她爱的人想要看到的结果，这也是积极应对困境不逃避的最好方式。是啊，我们明明是知道自己的内心的，只是有时候会被恐惧和懦弱遮挡而假装信誓旦旦的说，不是我不努力啊，只是那不是我要的东西。相比于遵从内心，作者似乎认为做出努力其实是更重要的一步。故事里的每一个人最终都得到了救赎，就算是那位没有遵从杂货店主人的建议离开父母的逃亡者，也最终在不断的努力中得到释怀。

有时候，我们会发现自己的内心被太多的东西占满了，比如恐惧、担心和害怕，因此始终看不到它的样子。没关系，当你没有能力看到内心的时候就相信爱吧。相信人与人之间爱的力量，它终会带领你走向正确的方向。在《解忧杂货店》的结尾，店主人浪矢爷爷在生命的最后为一张空白的信认真的寄来了回信，他说：“正因为是一张白纸，才可以随心所欲的描绘地图，对你来说一切都是自由的，在你面前是无限可能的。”你看，浪矢爷爷对一张空白的来信都那么认真对待，并将自己对他人的爱倾注其中，他的生活也因此变得明媚起来。

**解忧杂货店读书心得7**

一个废弃的杂货店，一扇旧的铁卷门，一个盖得紧紧的牛奶盒.由于三个小偷的闯入，9月13日的深夜变得非常有意义.

轻轻盖上《解忧杂货店》的书皮，闭上眼睛细细品味这家书店的内容，但有些事情还是没有完成。

这是一本非东野圭吾的书。它没有起伏，也没有复杂细致的思考。像讲故事一样温柔。哦，也许这本书正是东野圭吾老师给我们讲的故事。

每个故事都很动人，但第二个故事恐怕是—— 《鱼店音乐人》。面对梦想和现实，是妥协吗？是奋斗？是坚持？我觉得梦想真的遥不可及，但我也知道梦想近在咫尺。梦想的价值在于你有梦想，为梦想而奋斗，为梦想而努力，在绝望中坚持。这个故事，最让人流泪的是音乐家的父亲。他从一开始就不理解儿子，后来为了维护儿子的梦想和亲戚吵架，然后告诉儿子：“当时打输了也没关系，一定要留下自己的脚印。”看到这里，我忍不住哭了。——父亲对这种倔强而固执的骄傲的爱！我也相信，任何时候，不管任何事情，努力工作的精神都会是感动的，值得尊重的！

让我肃然起敬的是琅琊熊志老师。他对每一个人每一件事都是尊重和认真的，信任这个世界上一个个路过的陌生人。无论是家里孩子因为债务逃离的议论，还是三个孩子随意扔进去的白纸。或许，认真对待是对彼此的救赎。

“希望读者在翻书的时候能喃喃自语：我从来没看过这样的小说。——东野圭吾”在书封面的横封上有这样一句话。读完这本书，我想对东野圭吾老师说：是的！老师。我从来没看过这样的小说！“有时伤害，有时帮助，人总是在不经意间与别人的生活相连。”这大概是对这本书最好的解读了。在日本，尴尬的“尴尬”是一个褒义词。仔细想想，是真的。毕竟，“人与人之间的尴尬会让你知道自己想成为什么样的人，也会让你找到进步的方向，找到自己努力的意义。它让我们不再孤独，却成了我们愿意一辈子承担的甜蜜负担。”

只希望我们都是一夜之间长大的，在合适的时候遇到一个无忧的杂货店。

在我们的生活道路上，我们总会有一家杂货店来解决我们的烦恼。

**解忧杂货店读书心得8**

得知它能与《白夜行》比肩，就带着高期待看了。果然， 每一本书起评分都应该从零分开始，心情才不会有如此落差。

故事叙事角度不断变化是它的鲜明特色，不过最被人津津乐道的应该是它欧亨利式的结尾。

最能触动我的还是解忧杂货店里浪失爷爷的那份耐心、豁达和看问题直指要害的犀利。

每一份来信浪失爷爷都认真对待，包括恶作剧，包括复杂又矛盾的烦恼，包括一封白纸。（对白纸的回复也很有哲学味道：不妨换一个角度思考，正因为是白纸，所以可以画任何地图，一切都掌握在你自己手上。你很自由，充满了无限可能。这是很棒的事。我衷心祈祷你可以相信自己，无悔地燃烧自己的人生。 这可能是我最后一次针对烦恼谘商进行回答，谢谢你在最后提供了我这么出色的难题。）

人做一些事情总是要追问为什么，浪失爷爷为什么要这样做的，也许是陪孩子玩闹的阴差阳错，也许是慢慢在帮助别人解决问题过程中也解决到自己孤单的烦恼和看清了纷乱人世中到底什么才是真正重要的东西。

那么浪失爷爷是如何做的呢？“回信内容直截了当，完全没有任何修饰。既没有顾虑，也毫不客气，甚至觉得词词充满挑衅，好像故意要惹人生气。 这就是浪矢杂货店的做法，这样才能激发谘商者内心真实的想法，让谘商者自己找到正确的路。”这是一位写信者对解忧杂货店如何解忧的总结，我认为借由它我们完全可以看到浪失爷爷解忧方式的果断与直接，我觉得书中有一处处理得非常棒，那就是每个咨询的人并不是一开始就敞开心扉，将所有烦恼与矛盾都呈现出来，在来信与回信往返的过程中，更多背景和不为人知的秘密开始揭开，而这个过程其实就是帮助咨询者慢慢看清自己的过程。

浪失爷爷为什么要关掉杂货店？他觉得自己担了一份责任，他开始怀疑自己是否对得起这份责任：“我回信中的无数回答，对那些谘商者来说，到底有甚么意义，这件事才重要。我每次都绞尽脑汁思考后回答，我可以明确地说，我在答复时从来没有敷衍了事，但是，我不知道这些回答对谘商者来说是否有帮助，也许他们按照我的回答去做，反而为他们带来极大的不幸。当我发现这件事时，我就坐立难安，无法再轻松地为别人提供谘商了，所以，我才会关了杂货店。”果真如此吗？多年后他总结到：“我谘商多年，终于了解到一件事。通常谘商者心里已经有了答案，找人谘商的目的，只是为了确认这个答案是正确的。所以，有些谘商者在看了我的回信后，会再写信给我，可能是我的回答和他原本想的不一样。”看似是浪失爷爷在引导着咨询者走出困境，换一个角度其实是咨询者本人在整个过程中认清自己，通过自己的咀嚼，最后我们可爱的浪失爷爷也终于想通了。“重要的是当事人的心态。虽然我之前很烦恼自己的回答是否造成了他人的不幸，但回想起来，实在太滑稽了。我这个平凡的老头子何德何能，我的回答怎么可能具有影响别人人生的力量，真的是太不自量力了啊！”然而他依然伟大，心甘情愿做一个指明灯和陪伴者。

还记得他给那位做别人的情妇又怀孕的女人的建议吗？这个孩子是这个女人最后做母亲的希望，但是情人又不可能离婚来照顾她，她便陷入了纠结，浪失爷爷给的建议是，这个问题真正解决之道在于你要确认孩子生下来是不是能够健康幸福得活着。这个建议超越了外在很多东西。

还有那个跑路的家庭中的小男孩何去何从，浪失爷爷说，最重要的是一家人要在一起，一家人的心要在一起。相信我，明天一定会比今天更美好。回到我们的生活中，处处存在着选择与纠结，我们判断的标准何在？就从今天上英语课来讲，我觉得我们越来越强调外在的形式与条件了，比如要完成一个演讲，这是一份作业与考核，然而我们经过了如此多的考核为何我的英语依然没有什么提高？我想是整个过程我感受到的都是痛苦都是压迫，丝毫没有学习英语的喜悦与兴奋。这就是根源。

这本书和《相约星期二》有共通之处，在于对生命本真追求到底何在？或多或少对我的生活存在着启发。

**解忧杂货店读书心得9**

在等火车到来的时候，我漫无目的地走进了一家书店。《解忧杂货店》这本书第一眼就吸引了我。出于好奇，我拿起书看了看封面。封面上写着：‘这个地方不仅卖杂货，还提供麻烦咨询。不管你是挣扎、犹豫还是绝望，欢迎写作。可能是内心的艰难吧。《解忧杂货店》呈现在我们面前的时候，完全不设防，翻开第一页，一眼就变成傻子。这是一个意想不到的惊喜，我在一个晚上不停地读完了菅野吴奎的《解忧杂货店》。每一个看似孤立的故事和生活，都因为不同的人生经历而交织在一起。

一次偶然的机会，藏在一家杂货店的三个年轻小偷无意中发现了这家不起眼的杂货店，藏着连接过去和未来的秘密，还有几封咨询师为解决他们的后顾之忧而写的信。三个少年，带着第一次有人向他们倾诉时的一丝好奇和惊喜感，用自己不成熟的想法互相指点，选择暂时忘记自己的危险处境，享受着与人交流的美好经历。琅琊杂货店，在书中，是一个缺乏魔力的老地方。它就像是所有人心中的一个地方，给所有人勇气、信心和鼓励。

整个故事中的一部分人物是琅琊爷爷自己提供建议的对象，另一部分是给那些以后会和三个闯进杂货店的年轻人有书信往来的人写信。不管是什么样的`，他们都对多年后的杂货店有着深深的感激。无论是琅琊爷爷的坚持，还是三个少年的无心之举，这些穿越时空的书信安慰了所有受伤的心灵，改变了书中所有的人物。无论是烦恼的人，还是解除烦恼的人，都得到了安慰和救赎。

故事的最后一部分很有趣。为了确认寄过去的信能不能收到，三个少年把一张白纸扔进了牛奶盒，这最后的回复非常的含泪。出自琅琊爷爷：‘换个角度来说，就是一张白纸，可以随意画地图。一切靠自己。对你来说，一切都是免费的。你面前有无限的可能。这是一件伟大的事情。我真诚地祈祷你能相信自己，无怨无悔地燃烧你的生命。

《解忧杂货店》讲述了一个温暖的故事，但希望不仅仅是故事。因为这本书激励着我们，给了我们方向和希望：无论你是谁，懦弱、自恋、疯狂、失意，无论你做什么，无论你在哪里，只要你相信自己，热情、真诚地生活，那就是成功；无论你如何选择人生的岔路口，真实地面对自己，面对现实，追随新的脚步，你内心想要的，那就是你的人生，那就是你的存在；相信自己，勇敢无悔的活着。

**解忧杂货店读书心得10**

最近有幸读了东野圭吾先生的《解忧杂货店》。据我了解，东野圭吾先生的作品大多是带有现实、悬疑甚至是血腥色彩的推理小说，而这本《解忧杂货店》则是其不同于他其他作品的一份恰到好处的鸡汤。

就如作者所想，当我读完最后一个字而掩卷时，不禁喃喃：“我从来没有读过这样的小说。”我放下书，闭上眼，轻轻地用脸凑近书的扉页，静静地思索与回味。此时，有一种感觉弥漫开来，这有如温暖的阳光出现，驱散了我内心的不安，取而代之的则是一种绵长的安详。可是，在这温情背后，我还看到了这部作品所包含细腻的情丝与淡淡的惆怅。

书中的故事就像一个圆环，把跨越近三十年的几个不相干的人的光阴与命运维系在一起。这30年间，由于杂货店本身跨越时空的特性，使得三个小偷成为了排解他人忧愁的“解忧杂货店的老板”。他们多次为过去的人解忧，同时在这过程中，他们自己也得到了升华，最终也在浪矢老爷爷的信中找到了自己人生的答案。

当然，书中的其它人也有自己不同的故事，但是或多或少地都存在自己的烦恼。其中，有因男友患绝症，在爱情与梦想间徘徊的“月兔”；有因音乐梦想而离家漂泊，却被残酷现实困扰的“鱼店音乐人”；也有面临家庭变故，挣扎在亲情与未来间的“保罗列侬”。他们把困惑忧愁写在信中，投进杂货店的牛奶箱，而杂货店一直都能为他们认真答复。我看到这里不禁思索，明明素不相识却为什么还能如此真诚的进行这么贴近心灵的沟通。我抱着这个疑问品读，直到最后我才有所明了。

其实，写信者与回复者虽然是以一问一答的形式交流，但这不仅仅局限于表面。问的人心里早已有答案，写信只是想在别人那里寻求心灵的拥抱与动力；答的人并不一定知晓问题的解决办法，而回信不仅是宽慰来信者，更是让自己思考并反问自己的生活。就是这样彼此间传递着温暖的交流，跨越了时空，给彼此间交换了幸福。

除此之外，作者还将很重要的二字埋藏在书中的人物身上。本书中，没有明显的善恶之分，因为在作者真实的笔触下，我们看到即使是社会底层的小偷也有自己美好的一面。在我看来，这二字就是“救赎”。

那么为何救赎？谁被救赎？或是怎样救赎？

在书中的每个人都是被救赎的对象，他们在自己的生活中被各自的问题困扰，通过解忧杂货店的帮助，最终以合乎情理的方式实现了自己的价值，同样也完成了自己的救赎。

这本书着实是一部治愈人心灵的好书，它驱散了我心中的阴霾，赶走了我眼前的迷茫，让我能看清事物的本质，为我带来了不一样的触动。《解忧杂货店》无意间也成了我的救赎，也将成为我一生的记忆。我将带着这份思考，继续走向明天。

**解忧杂货店读书心得11**

喜欢东野圭吾源于他的经典推理小说，但《解忧杂货店》不是推理小说，而是一部精神碰撞与哲学洞见的书。

幸福是一样的，烦恼是不一样的。如果提前预测未来，如何在人生的十字路口做出更有意义的选择？女运动员是应该把宝贵的时间花在死去的男朋友身上，还是争分夺秒为奥运会训练击剑？辍学的男大学生是应该坚守自己遥远的音乐梦想，继续在东京流浪等待机会，还是应该回老家接替父亲的店，平静的生活？

我在南昌上大学的时候，有个校友是南昌郊区的。她告诉我，那个初中没读完就辍学的女生，嫁给了一个土豪，在她家拆了好几套房。另一方面，她发现自己大学毕业后就业机会渺茫，男友想陪他回山西，那里污染严重，她可以吸入一口鼻腔的飞灰。就算她不回山西，他们也要再过N年才能空手而归。当时我和她年龄差不多，也有类似的看法。我同样困惑，无法分析，也不会给出什么好的建议。现在想想，如果这个校友能在初中预知未来，她会怎么选择？选择是好是坏？不一定。不是每个初中辍学的女生都能嫁给土豪，但是嫁给土豪会幸福吗？金钱是衡量幸福的标准吗？其实上面的话我是不敢说的。在人浮躁的现代社会，人们羡慕土豪，乞求和土豪做朋友。同时他们认为不把钱当回事的一定是失败者。校友没有退学，于是就有了读书是否有用的讨论。现在大学有些学科一毕业就失业，更何况每年700万大学毕业生竞争激烈。然而，虽然每年都很难就业，但一些学生经过几年的努力，越来越好。乐观的校友应该有勇气和男朋友一起走下去。毕竟谈恋爱不容易啊！

杂货店的女运动员选择了追求梦想，这也是她男朋友的梦想。虽然奥运会因为俄罗斯入侵阿富汗导致日本抵制而没有成功，但是努力了也无怨无悔！纠结在音乐与现实之间的大学生，终于坚持了音乐的寻梦之旅。虽然他直到去世才出名，但他激发了下一代的音乐天才。为什么这样的生活毫无意义？

预测未来会导致我们左右摇摆，无法下定决心去选择。其实无论你怎么选择，坚持到底，都会有不一样的，独特的风景。

**解忧杂货店读书心得12**

解忧杂货店这本书情节跌宕巧妙，百转千回，书信荡气回肠，人物形象鲜明，最关键的是，蕴含着丰富的人生哲理和切切的人生体悟，那么你有什么解忧杂货店毒读书心得呢？下面是小编为大家收集有关于读书心得解忧杂货店，希望你喜欢。

**解忧杂货店读书心得13**

北宋著名诗人欧阳修曾说过：立身以立学为先，立学以读书为本。可见，无论是修身养性还是要学有所成，最根本的途径都是读书。读书可以使人思接千载，纵横万里，窥天地之妙，得万物之灵，文化的血脉、思想的精髓，都可以在书中绵延不绝，久传于世。

当我们彷徨、迷茫甚至不知所措的时候，我们可曾想到过书籍可以给予我们希望和勇气，将那份慰藉缓缓地注入我们的心田，慢慢地拨开我们心灵的阴霾。

读张德芬的《遇见未知的自己》，让我们从心灵的深处汲取人生的智慧，倾听自己内心的声音;让我们学会通过身份认同察觉自我、实现真我，追求心灵最初的那份纯净;让我们不再抱怨、不再迷茫、活在当下，用心对待每个时刻。

读海伦凯勒的《假如给我三天光明》，让我们从一个身残志坚的柔弱女子的视角去感受她的那份自强不息、那份坚韧不拔、那份从容豁达，从而激励我们在坎坷的人生道路上愈挫愈勇，做命运真正的主宰者。

正所谓万般皆下品，惟有读书高，读书不仅能让我们砥砺志向、一往无前，还能荡涤我们心灵的尘埃污秽，让我们在车水马龙中守住内心的那份平静和从容。

大学以来，小说我读过一些，其中最感动我的当数《解忧杂货店》，我想借这个机会，把它推荐给大家。它的作者是以悬疑小说著名的日本作家东野圭吾，但这本书并不是一本悬疑小说，而是一本充满了哲学感悟的心灵碰撞之书。

如果事先预知了未来，在人生的十字路口上，该怎样地抉择才更有意义?年轻的女运动员是该把宝贵的时间花在陪伴身患绝症的男友身上，还是争分夺秒地投入训练;辍学的男大学生是该坚持遥不可及的音乐梦想，还是回到家乡继承父亲的鱼店过安稳的生活?所有这一切，在这本书中，我们都可以找到答案。

翔太、敦也、幸平三人意外中进入解忧杂货店，发现他们可以和过去的人通信，故事开始笼罩一种悬疑的色彩，更加引人入胜。每一封信都高度集中了我们人生的难题，在人生道路的选择上，我们都或多或少有些迷茫。但三人歪打正着，耐心地回答了寄信者的迷惑并且收到了感谢，最后，三人终于迷途知返。有时伤害，有时相助，人总是在不经意的时候与他人的人生紧密相连。

书中最让我感动的是，解忧杂货店的店主浪矢雄治对儿子说的话这些写信给浪矢杂货店的人，都是内心破了个洞，重要的东西正从那个破洞逐渐流失所以我不但要写回信，而且要好好思考后再写，因为人的心声是绝对不能无视的。

读完《解忧杂货铺》，我发现其实所有纠结做选择的人心里早就有了答案，咨询只是想得到内心所趋向的选择。其实所谓的命运还是自己一步步走出来的。就像女运动员静子，在参加奥运会训练还是陪伴身患重病、时日不多的男友的选择上，并不是浪矢杂货店直接给出的答复，而是在一次又一次的询问中，自己的内心得出的答案，咨询只不过想让自己的答案更加坚定而已。

书的最后，杂货店店主在给迷茫的青年人的回信中这样写道：地图是张白纸，当然很伤脑筋，任何人都会不知所措。但是，不妨换一个角度思考，正因为是张白纸，所以可以画任何地图。我衷心地祈祷你可以相信自己，无悔地燃烧自己的青春。

希望在未来的人生道路上，我们都可以以书为伴，品味书香，做自信、充实的自己!

**解忧杂货店读书心得14**

“何以解忧”，我也似乎有了一知半解。对于很多人来说，遇到忧心的事情，其实心里多少有了自己的决定，只是不能确定这个决定会不会是最好的解决办法。

能够排遣这种烦恼的，要么是来自其他人的一句肯定，要么是获得一个不太偏离自己初衷的更好的抉择。而要是劝他完完全全的放弃自己的决定，是非常艰难的事情，对于他也是件极痛苦的事情，这种痛苦丝毫不亚于按照他原本决定，却最终失败后产生的懊恼自责。对一个陷入烦恼的人来说，来自他人的支持与慰藉，是多么需要的东西呀。

我们都是需要不断得到别人肯定的，所以，何以解忧呢？一个支持对方的坚定目光，再加上一个不背离烦恼者初衷，却又优于烦恼者的决定，显然会是一剂解忧良方吧。

**解忧杂货店读书心得15**

手上刚读完的《解忧杂货店》，这还真是一部“非东野圭吾式”的东野圭吾作品啊。这部作品里没有罪案，没有侦探，而是和《火影忍者》一样，是以人与人之间的羁绊为主题的作品。然而这部毫无推理元素的小说却是继《白夜行》之后，又一部能够给我的灵魂以深刻震撼的作品。

如果说《白夜行》是在地狱中行走，只能以头顶上微弱的星光来温暖自己的旅程的话，那么《解忧杂货店》就是在晴好的日子里泛舟湖上的美好时光，那些看起来似乎毫无关联的细节：被风吹皱的水面、远处不知名的野花传来的淡淡香气、清澈的水底下轻轻舞动的水草，还有错船而过时陌生人微微颔首的微笑，都是组成这个幸福画面的必备元素，也是不能轻易舍弃的羁绊，就像我们每个人的人生一样。

一直觉得人与人之间最可贵的是互相善待的心意。浪矢爷爷与小偷三人组绞尽脑汁为写信咨询者排忧解难，也在他们一封封认真的回复中得到比金钱更有价值的存在感。浪矢爷爷的杂货店生意萧条，几乎是在做赔本生意，唯一的儿子也不愿留在乡下，独自生活的浪矢爷爷其实很孤独，为人解忧成为他生活的寄托。印象最深的是浪矢爷爷对那封空白信的回复，在人人都强调自我的时代，能设身处地为他人着想，慎重对待别人的心声，让看起来一无所有的浪矢爷爷成为最富足的人。而旁人看来在社会底层的小偷三人组，本非\*\*恶之人，无法选择的出身，命运残酷的捉弄，让即便想力争上游也无能为力的他们走上歹路。然而他们并未因此对其他人充满恶念，在力所能及的范围下，他们成为年轻版的浪矢爷爷，人生第一次有了存在感，并因为一念之善奇妙扭转了原本必然走向悲剧的人生。

有人说《解忧杂货店》是东野圭吾版的心灵鸡汤，但我认为这样的说法就像只看到小偷是“小偷”一样。小偷确实是小偷，但小偷绝不只是小偷。把表面看到的当作是全部，是这世界惯有的粗暴思维，却也是看到这本书的我们得以放下单一思考模式的机会。对就是对，错就是错，但在对错之间人的挣扎与改变似乎更值得一探究竟，这本小说隐而未言的重要部分或许就在此。“心灵鸡汤”未必是贬抑词，一碗能让人想一喝再喝，且喝完能脱胎换骨﹑丰富心灵的鸡汤，有何不可呢﹖

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！