# 《无声告白》读书笔记（共五则）

来源：网络 作者：心上花开 更新时间：2025-03-02

*第一篇：《无声告白》读书笔记《无声告白》读书笔记“莉迪亚死了，可他们还不知道。”没见过这样的开头，开篇第一句就显得另类。以死来无声告白，告白什么?悬疑小说就这样扣人心弦，引人入胜。读完此书，心绪难平。一个家庭的故事，却引人深思。一、关于家...*

**第一篇：《无声告白》读书笔记**

《无声告白》读书笔记

“莉迪亚死了，可他们还不知道。”没见过这样的开头，开篇第一句就显得另类。以死来无声告白，告白什么?悬疑小说就这样扣人心弦，引人入胜。读完此书，心绪难平。一个家庭的故事，却引人深思。

一、关于家教

16岁，一个如花的少女，却甘愿溺死湖中。这不得不引起人们的警醒。什么原因?专家说，孩子有问题，家庭教育一般有问题。

先看看玛丽琳和詹姆斯的三个孩子。大女儿莉迪亚，带着“面具”来生活；哥哥内斯曾把妹妹莉迪亚推入湖中又救起，就“推”的行为看，有问题。小女儿汉娜，不折不扣的观察控，适合于“角落”的生活者，怎么看也不像自信、阳光的健康女孩。为什么他们家三个孩子都有问题?

原因一在于他们家给予孩子的爱不公平。莉迪亚是父母的掌上明珠，集父母的万般宠爱于一身。内斯也得到点“阳光雨露”，汉娜却是家中可有有无的人物。不公平的爱，让他们家三个孩子的地位自然排序，并且三个孩子自己都非常清楚。爱是阳光，对于孩子，没有爱是不行的，但是聚集太多的爱也是会被“灼伤”的。莉迪亚就是这样。母亲的期待，想在女儿身上实现自己未完成的当医生的梦想，父亲的期盼，想通过女儿的成长来突破自己的性格弱点，虽然这是二代华裔在美国的地位造成的。时至今日，美国还在上演用一名亚裔警察的定罪来平息美国社会对黑白警民冲突的愤怒和不满——“华裔警员误杀非裔小伙被判重罪美国各地华人游行喊冤”，这是今天的微信新闻。种族的歧视造成性格的缺陷，以致詹姆斯对莉迪亚抱有过分的期待。父母双重过分的期待让莉迪亚压得喘不过气来，但她又惧怕曾经失去母亲的伤痛。于是，她选择了逃避，选择了隐藏，选择了独自承担畸形的爱。这样不公平的爱，让父子母女间横亘了一堵墙，而且越砌越高。以致于最后莉迪亚在学业的重负下，唯一可以依靠的哥哥上大学后，没有精神寄托的她，让最后一根稻草压死了。

原因二在于他们的家庭教育没有以人为本。凯丽琳和詹姆斯都是从自己的角度出发教育孩子，希望孩子实现自己没实现的愿望，而从来没想过孩子自己有什么想实现的愿望。莉迪亚喜欢的生日礼物是项链，但玛丽琳年年送书，好不容易等到詹姆斯送了一回项链，但又发现吊坠上强塞了她舞蹈班的照片，多么令人扫兴。难怪莉迪亚要将它塞到床底下。内斯喜欢航天，但詹姆斯从来不屑于了解内斯航天的乐趣，以致于内斯经常关了门沉浸在自己的世界里。汉娜更不用说，偷偷收藏莉迪亚的东西，你说一个孩子如果自己喜欢的东西多得玩不了，还要这样偷偷收藏吗?不关注孩子喜欢的，注定就走不进孩子的心里。与孩子交不了心，虽为父母也形同陌路。因此，文章开头所说的“莉迪亚死了，可他们还不知道。”就是一种必然。

有位诗人说，“孩子一生下来，就不是你的了。”爱孩子就要给他健康的身心。心灵的健康远比身体的健壮来得更重要。懂得家庭教育的父母都明白，成功的家教应该从孩子本身出发，尊重他，和他民主交流，让他乐观自信。借用本书封面上的一句话：“我们终此一生，就是要帮助孩子摆脱别人的期待，找到真正的自己。”

二、关于婚姻

恋爱和婚姻永远是两码事。伍绮诗用玛丽琳和詹姆斯的故事向我们无声告白着。

恋爱，可以一见钟情，如玛丽琳当初爱上詹姆斯的“与众不同”，追到了他的办公室一样。这给双方都增加了一种愉悦的体验。恋爱，可以冲动一回，因为它没有结局也理所当然。

婚姻，却不一样。它需要长相厮守。在时间考验的过程中，玛丽琳的事业与家庭矛盾了，以致于她离家出走，成了这个家庭悲剧的第一个祸点。詹姆斯的性格与地位与压力矛盾了，以致于他在莉迪亚葬礼那天，奔向路易莎寻求慰藉，为这个家庭悲剧埋下了第二个祸点，而且一发不可收拾。站在局外看，两人似乎都没有过错。但是放在同个家庭里，种族、地位、物质、经济，背景、性格等等要素，都要相互碰撞，磨合，有时要给你撞出一个个疙瘩，擦出一条条血丝。玛丽琳的妈妈深谙这一点，于是她一直告诫女儿：“应该找一个更像你的。”可惜，玛丽琳却没悟到。而詹姆斯的出轨却让他明白丈母娘所说的话的确有理。然而已经迟了，门不当，户不对，不同的价值追求，他们已经为自己的婚姻付出了惨重的代价。

那么，怎样的婚姻才是合宜的?你应该给自己选择一份怎样的婚姻，才能有助于自己在人生中找到真正的自己?我想，你一定也清楚了许多吧。

三、关于人生的意义

人究竟为什么要活着?看完书，我自然地问自己。从莉迪亚的死，到玛丽琳的挣扎，再到詹姆斯的茫然，我们不禁要问：人生究竟为了什么?这个永恒的话题，伍绮诗无声地拷问着我们。

为了自我发展?像玛丽琳一样，没有成为医生，就不所谓人生成功?应该说玛丽琳曾是一位优秀的学生。当事业的憧憬与家庭相矛盾时，她选择了家庭。这或许是普通人大都会选择的。但是，家庭妇女一定要成为职业女性吗?如果是，在家庭的琐事中如何追求自己的价值?作为一名女性，如何平衡家庭与事业的天平?“玛丽琳”们的境遇是否可以通过人生规划来避免?比如先上医学院，再结婚。这可行吗?小说给我们带来了深深的思考。

为了精神留存?詹姆斯，作为一名大学教授，有自己教授的“牛仔文化”课程，然而在此研究领域，却连內斯研究的宇宙、航天等真正“牛仔”的东西却一窍不通，这难道不是讽刺吗?在詹姆斯看来，他的一生一直在努力“合群”，他的人生意义似乎就是“合群”。为了“合群”，他一直憋屈了一辈子。他本是哈佛优秀的毕业生，本可以留任哈佛，但是“不合群”却改变了他的命运，影响了他事业的发展，制约了他无限潜能的发挥，以致无心著书立说，光照千秋。这根源在于当初移民美国的詹姆斯父母为了儿子的发展，做了哈佛的维修工和保洁员。来自不同的种族，加上卑微的社会地位让詹姆斯永远“不合群”。哪怕看似成功（詹姆斯当了教授，和白人结婚），但是他心里永远留存阴影。这又是伍绮诗的又一告白。那么，作为詹姆斯父母，向上闯入不和谐的种群圈里，错了吗?如果当初詹姆斯没有进哈佛，还在自己原来的种群圈里，是否也会通过自己的优秀最终进哈佛?而且是“合群”的?无法预知未来，但我知道，向上闯入不和谐的种群圈里的人还是有一定数量存在的。已经闯入，即将闯入或者准备闯入的他们、你们、我们又该如何好好生活呢?这又给了我们深深的思考。

为了快乐生活?作为学生的莉迪亚，活着为了什么?不为自己，为了父母而活，找寻不到灵魂归宿，终将崩溃，注定死亡。看到莉迪亚，我想起了海子，“面朝大海，春暖花开”，美好的世界就在眼前，可是要“从明天起”。那么，可以推断，今天、现在、“明天”之前的海子就不是一个幸福的人。诗中告诉我们，他没有和亲人通信，不善于和别人沟通，没有传递和分享幸福给别人。他困在自己的精神苦境里。所以，他年纪轻轻就卧轨自杀了……多么可惜，年轻的诗人消逝得太早，太快了。难道海子也不明白人生的意义?

“我们终此一生就是要摆脱别人的期待，找到真正的自己。”《无声告白》封面上这句醒目的话好像是答案。伍绮诗终此一书，用这样一句话向你告白：人活着，是为了找到真正的自己；婚姻中，找个志同道合的爱人帮助你找到真正的自己；有了孩子，你们得一起帮孩子找到真正的自己。你做到了吗?

愿你早日找到真正的自己。

**第二篇：《无声告白》读书笔记**

《无声告白》读书笔记(15篇)

当品味完一本著作后，大家对人生或者事物一定产生了许多感想，不妨坐下来好好写写读书笔记吧。现在你是否对读书笔记一筹莫展呢？下面是小编收集整理的《无声告白》读书笔记，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

《无声告白》读书笔记1

我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。

国外的媒体报刊对这本书相当的高，正如《纽约时报书评》所说即使我们熟知身边有这类故事，也从来没在美国小说中见过，起码，在伍绮诗之前，没有谁处理过这类故事。这部小说写的是成为“异类”的那种负担与压力，这种负担与压力，通常会摧毁一个人，而不是塑造一个人。

本文讲述的一个高中女孩突然失踪，几天后在家附近的湖底找到。

而在母亲眼中，认为这不是单纯的意外或自杀，因为她的女儿是如此的优秀，因为儿时梦想的破灭，她倾注了所有的热情来教育女儿并使她几乎一直活在自己的期待中。而她丝毫不知高压机制就像是一颗定时炸弹，随时会被引爆。

最宠爱孩子的离去，引出父母身上的秘密。

一个“异类”的不堪重负生活，儿时梦想的破灭，不能明说的感情，婚姻里的“越狱”……

随着案件的进展，家庭人员各自秘密的浮现，女孩溺死动机的线索水落石出。

活在别人的期待中，始终不知道自己要的是什么，机械的做着不喜欢的事，时时处在崩溃边缘。

在中国，虎爸狼妈式教育的恶果比比皆是。

几乎每年高考前后都会孩子重演因压力自杀，父母痛心疾首悔过的事情。

为何曲终人散，才想起为时已晚？

机器需要检修，我们是不是也应该时常反省自己，调整自己？

《无声告白》读书笔记2

《无声告白》是我花一天时间读完的一本小说。看完之后，总觉得想写点儿什么。这本小说作者是居住在美国的华裔，不明白是不是华裔的骨子里面都有潜在的自卑感，因此个性渴望“成功”或者借由子女的“成功”来赢得别人眼中的赞许，从而肯定自身的价值。所以，这部小说在种族方面、男女平等方面、子女教育方面都充满了作者主观的感受，可能很多资料都是作者的亲身经历。

小说中的母亲是美国人，但是其言谈和行为却十分中国化，以致我读的时候总会有点儿“出戏”。我甚至我觉得，如果忽略书中的美国背景，把种族差异换成城乡差异，整个情节放到中国，也十分适宜。举个例子，家长们是不是都很喜欢送书给孩子作为礼物

中国人个性重视对子女的教育，很多家长都会将自己无法实现的人生理想寄托到孩子身上。所以，这本书封面上的一句话很值得中国家长记住：我们终此一生，就是要摆脱他人的期盼，找到真正的自己。你是想让孩子重复一条你自己的道路呢，还是就应让他自我发现兴趣所在遗憾的是，目前中国的教育体制和浮躁的社会环境都给不了孩子自我发现自身兴趣和特长的时间，家长们的群众焦虑直接导致孩子们脸上呈现日益凝重的表情。

我以前坐在少年宫的大厅里观察过来来往往的孩子，年龄越小，脸上的笑容越多;年龄越大，表情越凝重。我很期望我的两个女儿脸上的笑容能够持久些。虽然在目前的环境下，快乐学习很难成为现实。但是，多陪陪孩子，多了解孩子真实的想法，就应还是能够做到的。从这天开始，少一点儿灌输，多一点儿沟通，给孩子们的成长多一点儿空间和时间。

《无声告白》读书笔记3

1.她吻他的时候，被自己吓了一跳。那种冲动竟是如此强烈——她曾经凭着这股傻劲，追逐过风中的落叶，跳过雨天的水坑——不假思索、不加抗拒、意义不明、单纯无害。

2.在她面前，他觉得从容自信，这似乎是他人生中从未有过的感觉

3.他开始猜测她的心意，做出她可能会喜欢的改变

4.他害怕告诉玛丽琳这些事，担心一旦和盘托出，她就会像他一直以来看待自己那样看待他——瘦骨嶙峋的弃儿，吃剩饭长大，只会背诵课文和考试，还是冒名顶替的骗子。他怕她形成了这个印象之后，就再也不会改变对他的看法。

5.让过去的事情过去，停止问问题，向前看，决不向后看

6.他的父母从不出门交际，也不在家请客，没办过晚餐派对，没有桥牌牌友、猎友或者午餐会上认识的哥们。和莉迪亚一样，他们没有真正的朋友。

7.葬礼之后的第二天早晨，太阳一出他就醒了，一切仿佛历历在目——光滑的棺木，路易莎的肌肤在他身上摩擦，他爬到她身上时她的柔声呻吟——他突然觉得自己脏，身上像是沾满了厚厚的污泥。

8.她的毕生追求黯然消散，犹如微风吹拂下的薄雾。

9.她想起她的母亲，那些年里，她一个人守着一座空房子生活，除了卧室的床单是新的，别的东西都没有变化，因为她女儿再也不会回来，她丈夫也早就消失，现在睡在别的女人床上。你曾经爱得那么深，怀有那么多的期望，最后却一无所有。孩子不再需要你，丈夫不再想要你，最后只剩下你自己，还有空荡荡的房间。

《无声告白》读书笔记4

我们终其一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。

“莉迪亚死了，可他们还不知道。“这是无声告白的开头，作者以极其平淡的语气宣告了莉迪亚的死亡。

事实上，正是莉迪亚的死亡牵引出这个特殊家庭的过往，也让我们一步步在作者的指引下找出莉迪亚的真正的死因。

让我们回到莉迪亚的母亲玛丽琳和父亲詹姆斯相遇的时候，玛丽琳是哈佛的一名学生，而詹姆斯是历史课的助教，两人相互吸引并坠入爱河。这看似是一个十分美好的爱情故事，实则暗含深意。

首先，詹姆斯是随父母偷渡到美国的华人，尽管他成绩优异，但始终不被周围环境所接纳，而这一切都源于他那黑头发黄皮肤，可他却十分渴望融入美国社会融入人群，于是他选择了玛丽琳来作为他实现这一目的的跳板。

其次是玛丽琳，她对当时社会倡导女性回归家庭的思想不屑一顾，她追求与众不同并梦想着成为一名医生，于是自见到詹姆斯起她就被迷住了，只因他是如此的与众不同。

但一切并未向他们所期望的方向发展，玛丽琳怀孕了，由于当时法律禁止堕胎，她不得不放弃学业与当医生的梦想转而成为一名家庭主妇。

与此同时，这个奇特的家庭也似乎与周围的邻居格格不入，詹姆斯的追求也没能实现。

两人都受到原生家庭的影响，而他们悲剧性的人生也对三个孩子，尤其是莉迪亚具有不可磨灭的影响。

莉迪亚是三个孩子中最像母亲的也是最懂事的，她小心翼翼的按照母亲规划的为成为医生而努力，同时她也为父亲的要求而努力多交朋友。

她似乎寄托了父母全部的期待，她是家里的网连接着每一个成员，并努力让这个早已支离破碎的家庭维持稳定。

但她活得太累，事实上她并不喜欢化学和当医生，而平时与她交往的那些朋友也是为了抄她的作业才在詹姆斯面前装装样子。

她的生活是扭曲的，没有希望的，但她仍想通过自己努力克服对水的恐惧来获得新生，但最终她还是在水中失去了生命就如堕入期待的泥潭里越陷越深。

本书的主题就是开头的那句，我们终其一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。

我们终此一生，不能让爱捆绑住飞翔的心灵，我们之间的爱，是托举你飞得更高，让你去做更好的自己。

莉迪亚就是我们每个人的缩影——生于期待，死于期待。我们每个人都理应拥有繁花似锦的人生，这个繁花似锦不是他人眼中所谓的美好，它只能是纯粹属于我们自己。

《无声告白》读书笔记5

为人父母时可以给孩子们的成长道路指引方向，但请不要用自以为爱的方式去绑架孩子的人生，殊不知你是拿孩子来实现你理想抱负的工具。

这是本悲剧性家庭伦理小说，小说里莉迪亚为了妈妈玛丽莲不会再次消失，选择乖巧的实现玛丽莲的愿望，她是爸妈的宠儿，父母越是关注她，对她的期望就越高，她呢？她压抑，她不自由，她小小的肩上扛着她妈妈远大的抱负……最后呢，她坚持不住了，投湖死了，惜哉痛哉悲哉也。小说里面我喜欢两个角，汉娜和杰克。汉娜这个小女孩在这个家庭里就是个小透明，她小心翼翼，察言观色，我喜欢她的小心思，她是那么可爱的小存在。杰克，一个人们眼中浪荡不羁的男孩，他对人们的眼光毫无在乎，他可怜莉迪亚，他说自己至少有勇气做自己。

他爱内斯，每次内斯烦躁，需要人陪时的一个转身，可能他就站在那里，一个惹火的眼神，一个欠揍的笑，一句欠扁的话，都来自他对他投来的温暖，只是这些爱他刻意的隐藏了。真的喜欢汉娜和杰克。最后，奉上本书的镇书良言‘我们终其一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。’没错，好好做自己吧，此生走一遭，潇洒走一回。

《无声告白》读书笔记6

“人们终其一生，都在摆脱别人的期待，找到真正的自己”，这是此书的开篇语，这句很有哲理，说的是我们大多数人的心里状态，是你的，也是我的，是我们大家的。书中一个最大的写作背景就是“种族歧视”，由于想摆脱这种歧视，把整个家庭融入到人群中去，莉迪亚父母把全部的期望寄托在莉迪亚这个混血且漂亮的特殊的孩子身上，因而她是特殊对待的，她的哥哥与妹妹是被父母全然忽视的，这个家庭环境就是畸形的，而父母对莉迪亚的厚望与宠爱最后却成了一道催命符。

其实，莉迪亚是痛苦的，不快乐的，她孤独，不合群，没有朋友，学习成绩一次不如一次，外界的影响与父母的厚望让她不堪重负，最后选择了自杀。

莉迪亚的死亡救赎了家里所有人，家里所有的人开始自省，开始坦然活着，每个人内心深处对生命，对亲情，对周边环境开始有了最新的诠释，也就是无声的告白。此书文笔细腻，把人物内心的挣扎描述得很清晰透彻，此书对孩子的教育也有一定的启示，别给孩子太大压力，别让孩子因对父母的爱失去了自由与自我。当真是很不错的一本书！

《无声告白》读书笔记7

整本书都是忧郁的蓝色调，似乎每一个文字都在诉说着不安和压抑。

没错，原生家庭对一个人的成长有着不可忽视的影响，父母可以直接影响孩子的一生。你以为自己一定不要像父母那样活一辈子，可不幸的是，你活的越来越像你看不惯的他们，甚至连体型都越来越相似……

因为很多时候，父母以爱的名义，不知不觉对我们造成了伤害。我没有见过不爱自己小孩的父母，但不是所有的父母都懂得怎么去爱。

可是我们也不该把所有的缺点和不幸，都归罪于原生家庭和成长经历。而应该去正视那些问题的根源，去达成与自己和家人的谅解啊。

是的，我们有那么多不完美，并不全是我们自己的错，没有必要困在懊恼里无法释怀。

回想过去这二十多年，虽然很多时候我也会想我是不是跟别人不一样？为什么别人的父母都可以怎样怎样而我的父母却只会怎样怎样……可是，我很庆幸自己出生在一个平凡的家庭，也庆幸自己在一个温和的环境下长大。我的父母从来没有过多地过问我的成绩，甚至也很少告诉我他们希望我成为一个什么样的人，我也不知道哪里来的动力，这些年一直靠自觉性，做自己想做的事情，活得越来越开心。

感谢背后所有的支持，感谢跟我一起成大让我觉得自己没有那么另类的小伙伴们。

情人节前夕，希望你学会爱自己，爱父母，但也为自己而活。

《无声告白》读书笔记8

“我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。”目录翻后的一页，写着“献给我的家人”,以为是作者通过文字来表达心里对家人的真挚爱意。没想到开篇第一章竟是个死亡通告——玛丽琳与詹姆斯最器重的女儿莉迪亚突然一个微笑离去。

孩子永远是最像父母的。莉迪亚的出走与她的母亲如出一辙，在一个平静的时间，不作再见，就消失在众人眼里。可玛丽琳是幸运的，她安全地回到家中，拥抱温暖。莉迪亚却在寒冷的水中被鱼虾吞食。我是同情莉迪亚的。

作为读者，我站在上帝的角度，倾听着他们心中的声音，感受着他们对自己人生的愤怒与不安，理解他们因此而采取的行动。但眼睛不会泄密，家人不懂彼此真正的诉求，大家默默应许，过着happyending的平静生活，但所有人的背后都是鲜血淋淋的。

来自下层阶级的父亲，詹姆斯。他一生都在追求本地人的认同，极力想要摆脱黑头发黄皮肤的“中国佬”的标签;玛丽琳是位很普通的美国女孩，她讨厌自己母亲对她的教导:女人一定要成为最会打理家事的贤妻良母。因此她不甘平庸，要与男人们一争高下。

两个人都想改变，在一间公寓里，他们恩爱缠绵，互诉心意，以为彼此是拯救自己的天使。可时间告诉他们，这也许不是个好想法。所以玛丽琳与詹姆斯把期待对方的心情压在女儿莉迪亚身上。

会搬重物的骆驼也是需要休息的。莉迪亚却是一刻不歇，尽力回应父母的目光。这种关系形成了一个闭环。内斯与汉娜无法参与其中，得不到父母的注视。彼此之间的信任与依赖随着这样的联系变得稀薄。

家庭失衡。所有人的内心动摇，言语之外的自己蠢蠢欲动。乌云笼罩在莉迪亚一家，雷电打在莉迪亚心上。家门口的码头，在夜晚，异常吸引人。

我不想认为莉迪亚是自杀。在描述中，能感觉出来莉迪亚的放下，及对过往的总结，也看到她对新生活的向往。她投身于湖中，这个曾经落水的码头，她盼望着自己的重生与转变，想好明日的见面，但浪漫理想主义者往往忽于现实，莉迪亚最终没能挣脱水的束缚。

《无声告白》读书笔记9

让我们先看一下封面上的信息，除了基本的书名作者之外，更是给出了似乎能统领全书的总结性句子，我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。嗯...终此一生首先给人以沉重的压力，而后面的哲理却看上去很平常普通，极好，这很符合一般流行的范式模板，即抛出一个让你觉得诧异的论断最好是与你第一直觉是互相矛盾的，随后一顿理论下来，你将信将疑似乎有点晕，在之后的生活中会不自然地将遇到的事和为了说服你举过的例子用教给你的逻辑方式去思考，你逐渐发现似乎可以解释一些问题，当你觉得仿佛醍醐灌顶，豁然开朗，从而向周围人宣传这种新奇的观点或理论，最后形成了一种流行，也就有了最后什么最佳啦，黑马啦，销量冠军啦等等头衔。当然我并不是说这种范式就是错的，毕竟通过这些技巧确实能让人印象深刻，从而得到广泛传播的可能性更大。那，这本书内容到底如何呢？

用了2天的闲暇，通读完了这本小说，确实谈不上精读，一半原因是这本书全程也没有勾起我精读的兴趣。

总的来说，这本书给我的感觉就是一直在叙事，一直在平淡地以丰富的细节描写叙事，以莉迪亚为线索，从失踪、发现尸体到葬礼最后各奔东西，中间穿插了很多回忆，全文风格节奏高度一致，也没有什么曲折或是神展开的剧情，所以对我而言可谓是相当的无趣了。其实我在写这之前呢，也是偷偷上网查了一下别人关于这本书的评价以及读后感的，一方面是想看看别人是否有部分观点和我相似，也算是检验自己的通读基本合格，没有漏过错过书的精华。另一方面自然是想瞻仰一下这本书能被吹到多高，毕竟这个时代嘛，水军，都懂。

那么，大部分读后感都认可了这本书贯穿始终的压抑氛围，以及其想表达的核心思想：小孩受到的期待是一种“压力”，可能会造成心理问题等巨大影响。我拿一段知乎高赞读后感就说得很明白。

人天生都是要被认同的。被家人父母社会，或者自己。即使一时短暂的叛逆也不过是想要某一瞬间能吸引到别人的关注，说白了还是因为一种广义上的虚荣心。

孩子在最初的时候没有梦想，蒋方舟就说过一句话，“孩子在年幼时候取得的一切成绩，都是一种向大人们献媚。”无比正确。一句夸奖，一次和谐的晚餐，那都是孩子努力学习的目标。至于想当科学家，画家，也不过是从小听大人说多了，就记住了，鬼知道科学家是什么东西。

这种被认同的心理会随着年龄的增长越来越清晰，越来与具体。比如，我想成为一个小范围的网红；我要创业，赚钱；我要成名；我要做一个酷的人，让别人都羡慕我，这是认同，是虚荣心的一种结果。

想要成功没有错，想要平凡是对于成功这条路上的附加要求，也没有错。没有人喜欢为了出名，被人骂着长大。想要平凡，从平凡中有那么点儿不平凡是所有人对于“社会生存”这个命题里最理想的期盼。

愿你们从这本书反思到自己，反思到自己的教育，自己的成长，那这本翻译不那么灵光的书也算是找到意义了。

其实这个读后感说得已经很客观了，客观到我觉得看这段文字比看书好，因为生活总归是有各种压力和不顺的，你不可能要求每一父母刻意去给孩子塑造毫无压力的环境，当然作者也没有这样的期待，作者的态度就像书的基调一样，压抑而无奈，所以在此不争论该怎么做之类的问题，仅单从适不适合读的角度来说一说我的看法。我觉得还是不太适合的，因为大部分土生土长的中国人无法理解书中主角的生活背景。在此作一个可能不合适的比喻，好比你是种植在水田里的水稻，干旱给你的生长带来了很大的压力，你渴望通过和别的谷物相互倾诉寻求理解，于是你上网找到小麦，哎呀这没水啊可怎么活啊。还挺好，大家说一说心里总好受了些，可万一你碰到来自西藏的青稞，人家正抱怨这昼夜温差越来越小了，气候也变暖了呢，你们舒适生长的环境都截然不同那还怎么聊？那只能说网络不好然后把网线拔了，此处动图自己脑补，所以说如果你也承受了很大压力，你可以考虑看看这本书，当然前提是你也具有女主类似的背景，即国外文化中夹缝求生的黄种人经历，否则我不认为这本书能带给你多少体验。另一方面，我看到它的英文书名是Everthing IN ever Told You，比《无声告白》这个不知道谁拍大腿想出来的中文书名好太多，也许这本书本来的目标受众就是在美华人，如果是想以这本书进军中国市场的话，《无声告白》至少是不合适的，我建议译成《多的是，你不知道的事》，或者《致那些未曾述说的》可能好一些，当然一般不会译得这么直，这也是为啥前面那个读后感说这本书翻译不太灵光的原因吧。

最后，如果让我用一句话总结我读完这本书的感觉，那就是，全程毫无波澜，甚至，还有一点“无奈”。

《无声告白》读书笔记10

《无声告白》是20xx年8月江苏凤凰文艺出版社出版的图书，作者是[美]伍绮诗。《无声告白》是伍绮诗耗时六年写就的第一本长篇小说，故事编排精妙细致，文笔沉稳内敛，一经出版便广受好评，成为20xx最具实力且众望所归的黑马。

小说讲了一个过度承载了父母期望的女孩最终走向了不归路的故事，作者匠心读到，先把死亡的结局交代了，再回过头来带着我们抽丝剥茧追踪原因。

因为惧怕父母的分离，家庭的崩解，女孩拼尽一切努力地迎合父母，被迫放弃了自我，虽然她内心深处无比痛苦，但是被遗弃的经历无疑更痛苦，更令人无法忍受。

这其实又是一个”为何家会伤人“的故事。我不禁悲观地揣测，每个人最初的受伤都来自于家庭，或轻或重，也许悄然愈合了，也许终其一生未能痊愈……

身份认同几乎是每个人成长所必须经历的一个重大的考验。不是谁都有合适的契机恰如其分地理解“我知道我是谁，我想要什么”……想要勇敢地生存下去，必须自己积极寻求自救。

\"我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己”。放弃从外界寻找认同，真心接纳和拥抱自己，才能告别过去，找到真正的自己。

《无声告白》读书笔记11

特别喜欢这本书中的一句话：“我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。”关于我是谁的哲学问题，回答好真难，于是我们一直在从别人口中知道自己是啥样的人，在社会中有什么样的价值和地位，其实00后10后他们更勇敢，知道自己的价值并不仅是单一的为社会做贡献，在多元文化中他们更有自信，他们的小宇宙中有各种华丽闪耀的可能性，做各种自己想做的事情。

无声的告白不再是语言，那些小心翼翼遵守父母的话的孩子包括我自己，其实内心心思细腻而敏感，他们为了不让父母师长同学失望，一直乖巧听话，按照预先设定好的轨道走，而一旦出现了较大的偏差，他们会非常恐惧，如果再失去了外界支持，结果会有些糟糕。书中的小女孩莉迪亚在窒息的家庭环境中，她是父母的掌上明珠，她要实现父母无法实现的梦想，尽管她不喜欢，她一一按照母亲的吩咐，努力的想当一名医生，一直以来，她都只是为了让父母开心，守护一家人脆弱的幸福，一个不敢说出拒绝的女孩。小女孩一直生活在水里，当一直托着她不让淹没的哥哥内斯去上大学了，她最后的支持也失去的时候，她选择了沉溺，用无声的方式向父母倾述自己的内心，真相出乎意料却也在情理之中，谁都可能成为压死骆驼的最后一根稻草。父母的爱是伟大的，但有时也会过于沉重。他们为我们付出了很多，他们想把世间最好的一切给你，无形之中我们就有了沉重的负罪感，一种道德的枷锁，而朋友同学之间的情谊是不一样的，他们有时会比我们的亲人更理解我们，那些一起度过的荒唐岁月似乎都有了镀金的色彩。

今天收到好友的坦白说，说我心思敏感细腻，其实我有时候神经也很大条，很多事情都是后知后觉。毕业即将分离前，那些温暖的拥抱，那些善意的嘱托，都值得用一辈子来回忆。毕业了，看着同学朋友们的刷屏照和视频，越看越揪心。用朋友的话说，有一条路只能往前走，那就是青春。青春纵然有些遗憾，但我们都有很认真的告别。感谢青春的那儿可爱的人儿，和你们的点点滴滴都让我原本单调的生活有了缤纷的色彩，有了前行的动力，让我知道原来青春还可以这么活。原本的生活枯燥无味，而你们就像一束光，像黑夜中明亮的星光。

无论我们的青春岁月是荒唐，还是充满奋斗的色彩，那些都将成为回忆，前行的路上会带着彼此给的鼓励和勇气，这些是无坚不摧的盔甲，挡得住风吹雨打，也是最有力的武器，不再担心前路的未知和迷茫，到时定会如期赴约。

最后只想真诚的说一句：有像你们这样的同学真好啊!

《无声告白》读书笔记12

完成了对《无声告白》的阅读。这本被称为“横扫美国亚马逊排行榜”的书，与其说是悬疑类小说，不如说是一本有关爱和教育的杰作。

小说开篇便告诉读者，迪莉娅死了，就此埋下伏笔：她怎样死的随着作者谋篇布局的深入，读者渐渐自己拨开了真相的面纱：这女孩活的好痛苦，那些爱她的人，那些在她生前对其百般关注、死后痛不欲生的人，实际上是以爱之名，行谋杀之实。

书中提到，每一代人的言行往往都与上一代人有关。母亲是一个不甘平庸、期望与众不同的女人，最终却还是嫁人生子，成为一名普通的家庭妇女，尽管中途她挣扎过，没留下只言片语离开这个家，期望继续完成搁置的梦想，但却因腹中孕育了第三个小生命——汉娜而再度放下。她短暂的离去却在迪莉娅身上留下了童年的阴影。小姑娘阴错阳差发现了母亲保留的外婆的烹饪书，看着被泪水浸湿的纸张，误以为是母亲的眼泪。她暗暗发誓，只要母亲能回来，她会尽力去完成母亲的每一个想法，每一个期望。而母亲回来了，错误开始了，她这短暂的一生，承载了母亲不甘平凡的梦想，被压得喘但是气。父亲是一个中国人，在黄头发、蓝眼睛的美国人中间显得那么格格不入，在当时的社会背景下，遭到歧视和嘲笑是再正常但是的。自己的卑微弱小在儿子内斯的身上显露，“游泳事件”让他以为儿子也要重蹈覆辙。反而他却觉得迪莉娅是受欢迎的姑娘，有着和身边人一样的蓝眼睛，那么漂亮可爱。因此，迪莉娅短暂的一生承载了父亲“合群”、“要受欢迎”的理念，用一生，去弥补父亲小时候的阴影。

爱的重量把迪莉娅压垮了。这是爱吗爱她，请给她选取的权利，让她能够对自己的人生负责。而不是在她生日的时候，母亲送解剖书、父亲送连衣裙，告诉她去实现长久以来她不喜欢的“梦想”，去融合长久以来她无法融合的“圈子”。

太多的爱给了迪莉娅，其他孩子呢内斯的事情，父母已不怎样关注。汉娜有时会被totally遗忘。或许内斯小时候会有些憎恨这个集万千宠爱于一身的妹妹吧，不然也不会做出推她入水的举动。而当他把妹妹就上来，妹妹不撒开他的手时，读者就应了解了，内斯是迪莉娅在这个家庭中唯一一个能够依靠、求助的人了。内斯大了，也能体会到迪莉娅的不易，也会在饭桌上岔开话题，解救她于水火，但他毕竟还有自己的路要走，他要离开这个家，他要去哈佛。所以，当他要离开家的时候，迪莉娅是真的绝望了。当他承诺callback却食言的时候，迪莉娅真的悲哀了。毕竟，内斯是一个心思没那么细腻的男孩子，他有自己的生活和梦，他不会一向关注妹妹的心理变化，毕竟他不是她，不能真正体会到她的痛苦。

一切的.错，迪莉娅想，来自恐惧。恐惧母亲再次离开，恐惧自己不能让他们满意。需要纠正这个错误，从哪里开始呢她一脚踏入了湖中心的水面。那个夜里，迪莉娅死了。作者描述的很美，读到那里，有种relieve的感觉，她最后解脱了。

关于文中杰克对内斯的暗恋、父母最初的相遇结合、父亲的出轨，不再赘述。迪莉娅这个从头就死的人物牵动着每个人的心。她的死亡让所有人陷入悲伤，甚至歇斯底里，但文章最后，结束的很“暖”。母亲原谅父亲的出轨，二人拥吻，内斯揍了杰克，但和妹妹为他上药疗伤，随着迪莉娅完全地消失在这个世界，每个人似乎都渐渐地从悲伤中苏醒，让生活步入正轨，去理解事实。但每个人都不会忘记她，她给每个人都上了一课。

天下的父母，你们可知，孩子的许多告白是无声的，需要你们用心去发掘，不然可能会铸成大错，轻则误其终身，重则造成不可挽回的悔恨。一个人活在世上，有那么多无法掌控的事情，如果连自己的人生都不能掌控，还有什么意思呢也需一个人不怕寒言冷语，但温柔的刀子怕是能让你痛不欲生，等回过神来，已无力挣扎回天乏术。

我会想，如果迪莉娅早早地跟父母沟通呢早点告诉他们真实的想法，不就能够避免杯具的发生了吗不，她不会。有一种心理畸形叫童年阴影，有一种可怕的力量叫习惯，当你习惯去迎合别人的想法，那你就很容易被别人掌控了。迪莉娅是自己投降了，从小到大的习惯驱使着她硬着头皮向前走，一旦路走不下去了，到了无法忍受、不得不解决、而又无人商讨、无法可解的时候，只好选取死亡，一了百了。

读这本书的时候，我入戏了。在她身上，找到了自己的影子。虽然我没惨到那个地步，也没勇气透过死亡来结束一切，但我很难过地看到自己与她身上的相似点，也再次敲打自己，如果一向以来在走别人的路，终有一天，我会手足无措，会走不下去的。也不要祈祷会有人拉你一把，每个人都有自己的事情要做，可能在你入水后会有人拉你一次、两次，但无法救你于水深火热，根本的解决办法，是学会游泳，让自己变得刚强。总去袒露自己的伤疤，展示一副可怜的样貌，时间久了，只会招来人的嘲笑和瞧不起。但必须要有1-2个个性体己的朋友，让你的心事有个outlet，这样，不至于抑郁。

懂了很多道理，却仍过不好这一生。为什么因为你不去按照道理去做，去行动。

去吧，去做正确的事，不要再为自己找借口，懒惰懈怠。

《无声告白》读书笔记13

我不知道该点评些什么，但是很想把自己的感受记录下来。

无声告白，想要告诉我们的是什么呢？

是一个善良懂事因为童年的变故而不得不去体察和顺从父母心思的女孩，用自己的离开让那对沉浸在自己思维中的父母懂得他们自己所作所为对自己的孩子家庭造成怎样后果的故事。

莉迪亚的自杀是命中注定的。母亲的离开，父亲的崩溃对她造成了童年不可磨灭的伤害。以至于在之后的日子里只会对母亲的希望说：“是的”。对父亲的希望自己融入朋友和社会，看起来正常一点只能报以微笑和赞同。

父母体会不到莉迪亚的心思吗？是的。玛丽琳将自己的梦想强加于女儿之上，想让她活成自己想要的样子而不是自己母亲希望自习变成的样子，却没意识到自己和自己母亲运用了一样的方式。詹姆斯希望能在莉迪亚身上找到自己未能拥有的自信，于是他最喜欢莉迪亚那双蓝眼睛。

内斯和汉娜都是被忽略的孩子，他们内心各自的想法因为自己父母视莉迪亚为掌上明珠而无法公布于众。因此内斯想逃离，汉娜想隐藏。

我们从每个主角的视角在看着整段故事，也许在不知不觉中我们也误会了故事中每个人的情感。

《无声告白》读书笔记14

终于读完了这部压抑的小说，本来只是试着读读看，但是慢慢地被小说扣人心弦的故事吸引了。不得不佩服作者的逻辑思维以及细节的描写，如此沉重的主题竟然读起来一点都不枯燥，反而在好奇心的驱使下越来越想读下去

父亲詹姆斯是中国人，母亲玛丽琳是美国本土人。现在的美国开放包容，而那个时候的异乡人的确与众不同。所以他们俩的结合也是冲破各种束缚，玛丽琳不顾母亲的劝说找一个“和她更像的人”，而毅然决然嫁给了一个哈佛教授詹姆斯李。理所当然，他们的孩子也承受了更多的本不属于他们的外界的压力，因为他们的与众不同。

玛丽琳在组建家庭并拥有俩个孩子的情况下想要重新定位自己的人生，于是她不辞而别，然而这样的选择是不理智的。显然可以看出，一个结婚后的女人再想做出点成绩是很不容易的，需要割舍的太多。

莉迪亚受尽父母的宠爱，享受这种爱的代价是承载父母的梦想，按照他们规划的人生去实现所谓的梦想。这种爱是自私的，他们只是在弥补自己人生的遗憾而已。“如果你不愿意笑，就不要笑。”书中描写过几次利迪亚的笑，淡淡的，有超出同龄人的成熟，这种成熟也让她为了整个家庭的平衡做出牺牲。以至于最后彻底崩溃选择了结束自己年轻的生命。

而杰克却是截然相反的，他肆意的活着，是小说里最自由的灵魂。“至少我知道我是谁，我想要什么，”面对隐晦禁忌的感情不惧怕，用花心的外表来隐藏自己内心深处纯真的眷恋。

不谈关于这本书中的关于种族和性别这么严肃的主题，只是想说说关于教育和成长的自己的一些看法。前段时间看的电视剧《小别离》中的朵朵也是初中生，喜欢写小说。而妈妈确是很要强的女人，唯成绩论者，朵朵成绩简直就是家庭晴雨表，一言不合就可能来一场母女大战。还好朵朵有个明智的爸爸，然而还是躲不过虎妈的步伐。备受压力的朵朵和父母的关系越来越僵，甚至恨自己的妈妈，妈妈当然也很委屈。这是中国家庭常见的模式，只是通过电视剧表现出来就更加激烈。子女是父母生命的延续，但是并不是父母的复制品，不需要继承所有的东西，比如梦想。

我们终其一生就是为了摆脱他人的期待找到真正的自己。真正能做到的都是勇士。

《无声告白》读书笔记15

你现在过的是你想要的生活吗？

在你压力最大的时候你想过放弃吗？

你的父母曾逼迫你做过什么不想做的事情吗？

读完这本《无声告白》，心里久久无法平静，我在想，在生命的最后一刻，莉迪亚有没有挣扎放弃过？应该是没有的，这样压抑的生活，她早就恐惧厌烦，不会再想重来了吧。

莉迪亚失踪了，那是一个再平常不过的星期二，两天后，警察把湖水抽干，找到了莉迪亚的尸体。在所有人看来，莉迪亚成绩优异，家庭幸福，没有理由自杀，但是这只是所有人看到的表象而已。

莉迪亚的父亲詹姆斯李是中国人，在当时年代的美国，种族歧视特别严重，父亲从小受到孤立和欺凌，所以一直都尽全力能融入白人的世界。而莉迪亚的母亲玛丽琳是美国本土人，从小由母亲一人抚养长大，母亲对她的教导就是，一个女人最重要的修炼就是相夫教子，做一个合格的家庭主妇。但是玛丽琳却想过不一样的人生，她在学校年年考第一名，和男同学一起做实验，甚至嫁给詹姆斯李都是因为他是特殊的美籍华裔。

然而玛丽琳和詹姆斯李结婚后并没有过上自己想要的生活，她突然意识到自己以后的人生可能就一直这样以家人为中心，日复一日地重复同样的事情，玛丽琳接受不了这样的人生，于是舍下丈夫和孩子，离家出走继续去完成自己的学业。这也直接导致了莉迪亚悲惨人生的开始。

为了让母亲一直待在自己身边，莉迪亚小心翼翼地做着母亲希望自己做的事，学习一定要考第一名，把成为医生作为自己的目标，即使这些都不是莉迪亚的梦想，但为了母亲，莉迪亚只能每天都艰难的配合着。而莉迪亚的父亲则希望莉迪亚有很多的朋友，能像正常孩子一样融入同学们的生活，因为他不希望自己的女儿和自己一样被排挤和孤立。父母一直都按自己期望的去要求莉迪亚，却没有一个人问过，莉迪亚真正想要的是什么。

或许莉迪亚的哥哥内斯了解一些吧，在这个病态的家里，内斯是莉迪亚唯一的依靠和救赎。但是内斯也是嫉妒莉迪亚的，明明自己的学习成绩也很优秀，明明自己也很受同学们的欢迎，只是因为莉迪亚更像母亲一点，父母就更疼爱莉迪亚。内斯也曾经想过，如果莉迪亚消失了，父母应该也会疼爱自己吧，但是内斯明白莉迪亚的处境，理解她的小心翼翼和痛苦挣扎，所以内斯一直尽力的保护着莉迪亚。但是内斯要去哈佛读书了，意味着莉迪亚唯一的精神支柱也要离开她了。

而莉迪亚的妹妹汉娜，在她不被任何人重视的角落里，观察到了所有人内心深处的挣扎，她看到了姐姐莉迪亚内心的孤独，看到了哥哥内斯的痛苦，看到了邻居杰克对哥哥微妙的感情，但她什么也没说，因为没有人在意她。

莉迪亚死了，让这个原本就支离破碎的家廷变得分崩离析。父母从来没有意识到，原来莉迪亚一直都不喜欢他们要求的生活，莉迪亚所做的一切努力，只是为了让这个家完整的存在着，但是莉迪亚在做这一切时，都伴随着她内心的痛苦、挣扎和无助。

好在故事最后，一家人意识到了问题的存在，莉迪亚的父母试着为这个家庭和解，内斯和汉娜也得到了父母的关怀和宠爱。莉迪亚的离开，让这个病态的家庭，变得正常而温暖，我想这也是莉迪亚最想看到的吧。

我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。也希望看到此文的你，有勇气去追寻自己想要的人生，不留遗憾！

**第三篇：自我——《无声告白》读书笔记**

自我——《无声告白》读书笔记

当仔细品读一部作品后，你有什么总结呢？何不静下心来写写读书笔记呢？可是读书笔记怎么写才合适呢？下面是小编帮大家整理的自我——《无声告白》读书笔记，欢迎阅读与收藏。

自我——《无声告白》读书笔记1

我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。

国外的媒体报刊对这本书相当的高，正如《纽约时报书评》所说即使我们熟知身边有这类故事，也从来没在美国小说中见过，起码，在伍绮诗之前，没有谁处理过这类故事。这部小说写的是成为“异类”的那种负担与压力，这种负担与压力，通常会摧毁一个人，而不是塑造一个人。

本文讲述的一个高中女孩突然失踪，几天后在家附近的湖底找到。

而在母亲眼中，认为这不是单纯的意外或自杀，因为她的女儿是如此的优秀，因为儿时梦想的破灭，她倾注了所有的热情来教育女儿并使她几乎一直活在自己的期待中。而她丝毫不知高压机制就像是一颗定时炸弹，随时会被引爆。

最宠爱孩子的离去，引出父母身上的秘密。

一个“异类”的不堪重负生活，儿时梦想的破灭，不能明说的感情，婚姻里的“越狱”……

随着案件的进展，家庭人员各自秘密的浮现，女孩溺死动机的线索水落石出。

活在别人的期待中，始终不知道自己要的是什么，机械的做着不喜欢的事，时时处在崩溃边缘。

在中国，虎爸狼妈式教育的恶果比比皆是。

几乎每年高考前后都会孩子重演因压力自杀，父母痛心疾首悔过的事情。

为何曲终人散，才想起为时已晚？

机器需要检修，我们是不是也应该时常反省自己，调整自己？

自我——《无声告白》读书笔记2

终于看完这本书，这期间情绪上有些许波动，看到中间部分有些许气愤，集爸妈宠爱于一身的莉迪亚，和与爸爸很相像的罗斯，和被忽视的汉娜有着不一样的归宿。

在美国这个所谓平等的国度，种族歧视存在着，平等只是针对于白种人。

心疼莉迪亚的同时，也有点怒其不争的感觉，一直掩藏真实的自己。爸妈的期望与焦点聚集在她身上，这种过度关注其实给她带来极大的负担，为了自己许下的诺言，一直按照妈妈的期望活着，明明是不感兴趣的医学类书籍，却也嘴上迎合着，为了母亲开心，而终有一天这种状态终将崩溃。我作为一个个体，首先应该有自己独立的想法，按照自己的想法活着，而不是活成按照别人期望中的自己。

莉迪亚的死对于她自己来说是一种解脱，对于这个家庭来说，是一种警醒，为爸妈敲响了警钟，意识到自己的问题所在。

另外一点比较受感触的是，孩子与父母之间有太多相像的地方，无论是从外貌来说，还是性格什么的，都受父母的影响，这种相似度令人震惊，但父母和孩子之间如何处理这种复杂的关系，令人深思。

想起之前在少年说里，听到的主持人讲的一句话，很有感触，妈妈首先是她自己，其次才是你的母亲，这句话同样适用于孩子，他首先是个个体，其次才是你们的孩子，每个人都有活成自己的权利，不畏他人眼光，表达出自己的想法，然后尽力活成自己想要的样子就好。

自我——《无声告白》读书笔记3

希望一个人的逝去，能换来一个家庭的重生

其实，以一个人的逝去去换一个家庭的重生，这本身就很残忍。但对于这个原本就支离破碎的家来说，可能是最好的结局。

刚读这本书时，觉得无声地压抑。起这么一个温情的名字，着实觉得有些违和感。

读到最后一章，看到詹姆斯和玛丽琳选择了对两个孩子诉说，学着对他们表达时斟酌自己的言辞，留意自己表达时的情绪，才觉得莉迪亚真的是在诉说一场无声的告白。

人生来无法选择的事情很多，而偏偏一个人的家庭和童年，可能会影响一个人一生的性格。所以从某种意义上说，书中的主角，可能本身没有那么幸运。

但换句话说，即使是认认真真生活了二十多年的你，也明白，你不是永远都能得到自己想要的东西，甚至有时候是自己努力争取之后，也未能达成的目标。人人皆如此，皆有不如意之处，又何必强求事事完美呢。

正如在书中读到的：你永远得不到你想要的，你只是学会了如何得过且过而已。

在同情莉迪亚的同时，也在无声地祝福，未来的汉娜可以有自己的人生，得到无尽的宠爱。

对于每一个作用力，都有一个大小相等，方向相反的反作用力。一个向下，另一个向上。一个失去，另一个得到。所以人生，还是有诸多被期待的美好瞬间。希望这一场无声的告白，是送给这个家庭在别无选择之下最好的一份礼物。

自我——《无声告白》读书笔记4

《无声告白》是我花一天时间读完的一本小说。看完之后，总觉得想写点儿什么。这本小说作者是居住在美国的华裔，不明白是不是华裔的骨子里面都有潜在的自卑感，因此个性渴望“成功”或者借由子女的“成功”来赢得别人眼中的赞许，从而肯定自身的价值。所以，这部小说在种族方面、男女平等方面、子女教育方面都充满了作者主观的感受，可能很多资料都是作者的亲身经历。

小说中的母亲是美国人，但是其言谈和行为却十分中国化，以致我读的时候总会有点儿“出戏”。我甚至我觉得，如果忽略书中的美国背景，把种族差异换成城乡差异，整个情节放到中国，也十分适宜。举个例子，家长们是不是都很喜欢送书给孩子作为礼物

中国人个性重视对子女的教育，很多家长都会将自己无法实现的人生理想寄托到孩子身上。所以，这本书封面上的一句话很值得中国家长记住：我们终此一生，就是要摆脱他人的期盼，找到真正的自己。你是想让孩子重复一条你自己的道路呢，还是就应让他自我发现兴趣所在遗憾的是，目前中国的教育体制和浮躁的社会环境都给不了孩子自我发现自身兴趣和特长的时间，家长们的群众焦虑直接导致孩子们脸上呈现日益凝重的表情。

我以前坐在少年宫的大厅里观察过来来往往的孩子，年龄越小，脸上的笑容越多;年龄越大，表情越凝重。我很期望我的两个女儿脸上的笑容能够持久些。虽然在目前的环境下，快乐学习很难成为现实。但是，多陪陪孩子，多了解孩子真实的想法，就应还是能够做到的。从这天开始，少一点儿灌输，多一点儿沟通，给孩子们的成长多一点儿空间和时间。

自我——《无声告白》读书笔记5

“我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。”

一念是成就真正的自己，一念却是终结自己，所谓“一念天堂一念地狱”，不幸的是，《无声告白》所选择的是“地狱”。压抑沉重的几小时里，跟随着莉迪亚的死，展开一个个鲜活的人物：来自底层家庭备受种族歧视的华裔父亲，来自单亲家庭想要突破性别歧视有所成的母亲，莉迪亚认为唯一理解她的却同样没有朋友内向的哥哥，一直不被关注到敏感安静的妹妹。

谁造成莉迪亚的死亡呢（自杀）？正是以爱的名义，“谋杀”了她的至亲之人。可是，又怪罪不起，在随后的每个人成长背景描述之中，父母兄妹每一个又都是可悲之人。获得终身教授、娶了白人妻子、儿女乖巧优秀的父亲，终究是没有祝福没有朋友在那个年代受歧视的中国人，他的自卑造成了寄厚望与女儿莉迪亚有更多的朋友；为了爱情放弃梦想的母亲更自然而然的将成为医生的梦移架到莉迪亚身上；父母以爱的名义始终未曾真正了解她的内心；而唯一和她相同处境的哥哥，却因为父母的爱、关注永远在莉迪亚身上，即使他优秀到通过哈佛的申请，父母也只因莉迪亚的考试不及格而忽视他，他想逃离，离开这个让他感受不到温暖的家，可是对莉迪亚而言，哥哥的“背叛”是她最后的稻草折了；妹妹则是个永远的小透明，她敏感懂事，隐藏许多大人的秘密。

也许很多人会痛心原生家庭，但这个小家庭，无非也是当时社会的产物。结尾并不那么黑暗，在无奈过后，我还是挺喜欢这个不完美的结尾，毕竟父母间是有爱的，他们是相互理解的，哥哥最后看到了朋友，看到了小妹，相信他们永远都是怀念着莉迪亚的。

人生不就是这样，这个世界没有完全的公平，学会承担，学会克服，学会改变。

自我——《无声告白》读书笔记6

最后一章是哭着看完的。

抛开“我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己”和“按图索骥的人生不会那么顺利”，我想谈谈这个家庭。

我同情玛丽琳，但也只有同情。我觉得她并不是为了与众不同而去追求詹姆斯的，而是一见钟情吧，而且在后来她也是为了家庭而放弃自己的梦想，同时在自己丈夫出轨后表现出来的沉稳从容与智慧令我刮目，她痴情——“哪怕只是为了生下莉迪亚，我也会嫁给你一百次，甚至一千次，你不必为此自责”，她选择了原谅。我觉得她是那个最累的人了。

相反，詹姆斯——一个虚荣，没有安全感的黄种人，他所想要的呢？犹犹豫豫，瞻前顾后，拼命想融入集体的种种行为令我鄙视（但从他小时候留下的阴影来看我又十分同情他）。而且一有困难就寻找别的女人当作发泄的出口也着实是一种懦夫的行为。

莉迪亚是这个家庭的牺牲品，她自杀的源头是母亲出走，她害怕随时都可能缺失的母爱，所以母亲说什么她都会顺从（如果不是这种恐惧感，莉迪亚完全可以大声反抗“我讨厌物理生物化学我讨厌当医生”，妈妈也不会误以为她对这方面一直是感兴趣的）。

内斯就比较幸运了，谁说被偏爱的都有恃无恐呢，在不被父母关注的情况下生活着，找到了自己的兴趣并一直坚持着，如果说唯一的一丝丝缺憾，可能就是缺少父母的一点点关心和对妹妹深深的无能为力吧。

汉娜是那么招人怜爱，这个家庭却不肯给她留出一丁点的关心留意与疼爱，不过看结局，希望她能被温柔以待吧。

希望每个家庭的幸福都不要那么脆弱，希望家人之间都能够坦诚相待，多交流，多倾诉。

自我——《无声告白》读书笔记7

从昨天到现在，我花了所有空余时间，看了你所有的博客。才觉得你的凉薄是漫长的岁月堆积出来的，并不只针对某个时刻某个人。看着那些冰冷的文字才明白，一个人可以凉薄无望至此。可是又是那些凉薄将你支撑着走到现在。看着那些消极厌世的思想，快要被你带进暗流。站在悬崖的时候，你享受那一刻的宁静与释然，之后决绝地转身，你始终都知道自己该做什么，所以并不担心你会飞身而下。你那厚重的壳保护你不受伤害，只是也隔绝了所有温度。一直在想是什么样的家庭，什么样的伤害，让一个人早早独立变得沉稳与淡漠。该怎么形容呢？仿佛一杯冰水放在了一桶热水里，当拿出来喝的时候才发现，这杯水只有外缘这一层是暖的，喝到胃里依然凉。那种凉，比直接喝一杯冰水要更寒心。不能长时间地看你的博文，看多了心会结冰。可是好奇心又驱使我看了一篇又一篇，看了一遍又一遍。一开始觉得神秘莫测颖悟绝伦，后来才知道把自己的内心包裹起来，努力想变得优秀得到认可的人，他活得有多累，多冰冷。不过是想要一点点温暖，结果依然活在冰冷的世界。

我在看《无声告白》读到写内斯的部分，心里全是你。在看张爱玲的短篇小说《年轻的时候》时，却又觉得潘汝良跟你也有相似的地方。我拼命地想要你感受这个世界的温度，可是却发现你身上的刺，正在一点点地戳伤我。

自我——《无声告白》读书笔记8

玛丽娜在经历“月上柳梢头，人约黄昏后”的浪漫恋爱到平淡如水的婚姻生活，母亲的死唤起她要重新追随年轻时的崇高理想—当一名医生，实现自我价值。她逃避了一个已为人母人妻的事实，她忘了责任和痛苦是并存的，也没细想过现实并非与理想对立的，毅然决然抛下一切，给年幼的孩子造成不可逆的心理伤害。

莉迪亚害怕再次失去母亲，她以一种卑微的姿态祈求着母爱，母亲用自己未实现的理想光环以爱的名义强加给孩子，在爱的绑架下，孩子失去自我；一步一步陷入黑暗。在得知无法改变内斯-唯一可以给她带来慰籍的哥哥要离家上大学，以及原以为可以从杰克那儿寻求解脱离家出走，当着一切落空，她彻底绝望且异常孤独，她的孤独不是受了冷落和遗弃，而是无知己，不被理解，最终放弃自己。本书以种族歧视为社会意识形态为背景，批判民族歧视。

在书中我若隐若现看到了自己和孩子的身影，只想对儿子说“狭路相逢请拥抱。”

非常喜爱龙应台《目送》里的一段话：我慢慢地，慢慢地了解到，所谓父女母子一场，只不过意味着，你和他的缘分就是今生今世不断地目送他的背影渐行渐远。你站在小路的这一端，看着他逐渐消失在小路转弯的地方，而且，他用背影默默告诉你：不必追。”

以此读书笔记告诫自己，生命需要的是自行浇灌。

自我——《无声告白》读书笔记9

读完这本书感觉，莉迪亚无声的告白真的是很悲惨，一直到很久他的父母才认识到原来一直以来，莉迪亚并不是像他们所认为的那样快乐，莉迪亚一直在迎合母亲的期望，很长一段时间都没有搞清楚自己到底想要什么，最后想明白了，却不敢对母亲说不，思想和行为完全被设计好了的，就如同电脑一样，按照指令进行作业。她母亲将自己的人生期望强加给女儿来实现，这让我想到了阿米尔汗主演的那部经典电影《三傻大闹宝莱坞》，里面校长就是这样一个人，他认为儿子必须当工程师，女儿必须当医生，他儿子其实一直想要当一位作家，但根本不敢去说不，最终跳火车自杀了。电影里，校长不让一个学生毕业，那个学生也选择了自杀，在葬礼上阿米尔汗对校长说这是谋杀！来自精神压力谋杀，莉迪亚应该也是如此！如今的小孩子学习任务真的很大，周末两天全是补课和兴趣班，最多可能休息半天，而且还要做作业，不光学校布置了作业，补课班兴趣班也还布置了作业，真替这些孩子惋惜。其实有的孩子并不一定真的是去上兴趣班，他们不一定对他感兴趣，但是家长期望，同学比较，让他们也不得不去，他们中应该有小莉迪亚吧。

当然莉迪亚所处时代社会还面临女权，种族歧视等问题，所有这些问题堆积在一起才造就莉迪亚的无声告白。

自我——《无声告白》读书笔记10

整本书都是忧郁的蓝色调，似乎每一个文字都在诉说着不安和压抑。

没错，原生家庭对一个人的成长有着不可忽视的影响，父母可以直接影响孩子的一生。你以为自己一定不要像父母那样活一辈子，可不幸的是，你活的越来越像你看不惯的他们，甚至连体型都越来越相似……

因为很多时候，父母以爱的名义，不知不觉对我们造成了伤害。我没有见过不爱自己小孩的父母，但不是所有的父母都懂得怎么去爱。

可是我们也不该把所有的缺点和不幸，都归罪于原生家庭和成长经历。而应该去正视那些问题的根源，去达成与自己和家人的谅解啊。

是的，我们有那么多不完美，并不全是我们自己的错，没有必要困在懊恼里无法释怀。

回想过去这二十多年，虽然很多时候我也会想我是不是跟别人不一样？为什么别人的父母都可以怎样怎样而我的父母却只会怎样怎样……可是，我很庆幸自己出生在一个平凡的家庭，也庆幸自己在一个温和的环境下长大。我的.父母从来没有过多地过问我的成绩，甚至也很少告诉我他们希望我成为一个什么样的人，我也不知道哪里来的动力，这些年一直靠自觉性，做自己想做的事情，活得越来越开心。

感谢背后所有的支持，感谢跟我一起成大让我觉得自己没有那么另类的小伙伴们。

情人节前夕，希望你学会爱自己，爱父母，但也为自己而活。

自我——《无声告白》读书笔记11

内斯是父亲哈佛的希望，莉迪亚是母亲医生的希望，汉娜是无视透明的孩子，可悲的家庭，父母的“偏爱”导致孩子们处境各不同。几个孩子内心深处渴望关注，又怕关注，莉迪亚不断扮演好女儿的角色。由于母亲玛丽琳出走造成的创伤不断提醒她要当“好女儿”，妈妈要求莉迪亚学习认为对她好的学科，莉迪亚学习但是她是不喜欢的，就连生日礼物莉迪亚都是远超她年龄段的书（有描写是她妈妈想看的书）和暗示，是爸爸妈妈的期望和寄托，忍住失望假装自己明白喜欢，莉迪亚长期扮演的角色压得她透不过气来，内斯被哈佛录取要离开这个家，如同星火在莉迪亚心里燃烧，和杰克的交往，或许开始只是对哥哥抛弃她的报复，而我读到她开心，杰克是他的倾听者，她会主动告诉他她的秘密们。她做到她想要的自己，母亲曾离家出走，父亲出轨，最亲爱的哥哥要离开了，还有初高中时期的她。

正是我们都经历过青春期，混乱叛逆的时候，这些的种种像雪一样不断落到她身上，最终压垮了莉迪亚脆弱的精神，正是这沉重的爱把莉迪亚拖到了湖底，杰克点醒了莉迪亚，但是这个救生圈来的太晚救不了湖底的她。不知道那一天自己会做妈妈，我希望自己孩子平安幸福，自己也不要以爱的名义，影响ta的一切，很害怕自己以后也会把自己的“人生经验”这样灌输给ta。如果遇到人生困境时，我希望我可以云淡风轻对ta说一句没事，有妈妈爸爸呢，然后和ta一起面对，我希望我能是他的后盾。

自我——《无声告白》读书笔记12

“莉莉亚死了，但他们还不知道。”

小说的开篇沉重而仓皇，如同打开的煤气阀门，令人失措，只想逃离。

是的，莉莉亚死了，她在午夜划船到湖的中央，自溺而亡。在这之前，没人想过她会离开，尤其是以这样残酷的方式，她是父母心中的好孩子，和朋友相处融洽，有着明确的未来规划——做医生——就和她母亲年轻时的理想一样，可是，正是这看似相同的目标，一点一点摧毁着她的心灵防线，她是在绝望中精神崩溃迈进死亡的深渊，她的自我被家庭吞噬了。

莉莉亚出生于一个混血家庭，她的母亲玛丽亚是白人，父亲詹姆斯则是偷渡来的华人。因为太过与众不同，詹姆斯努力地融入人群，试图掩饰自己的存在，而玛丽亚却追求标新立异。她不愿做家庭主妇，想成为一名医生，于是，在婚后的某一天，当她发现自己在碌碌无为地度日时，她“醒悟”了，她要去寻回年轻时的梦想。她逃离了，在精心策划之后，丢下丈夫和女儿，怀着不愿重蹈母亲覆辙的信念，重新迈入了大学的校园。这是书中第一次，也是唯一一次的“自我”逃离。可是家庭却深深拉扯着她，令她无法轻盈地越上云端撷梦。逃离失败了，生活有恢复了常态。玛丽亚却从未甘心，她自己无法实现梦想，便寄希望于她的大女儿莉莉亚，莉莉亚成为了母亲“自我”的牺牲品。

因为害怕母亲再度消失，莉莉亚甘于接受母亲的一切安排，并且从不表现除自己的真实想法。她把她的自我封闭起来，成了父母关系的纽带以及这个脆弱家庭的维护者。她极度缺乏安全感，哥哥汉斯即将上大学令她惊慌失措，发现父亲婚外情的征兆令她愤怒难忍，但她却小心翼翼地将一切掩藏起来，装出一脸灿烂的假笑，并将自我沉溺于其中，窒息灵魂。她的死亡是必然的，承受了太多与自己无法匹配的负担，她永远无法迈过这条无形的线。

丧失自我的不仅是莉莉亚一个人。汉娜是家中的小女儿，父母不爱，兄姐不疼。她努力不让家人为自己而生气，学会了伪装和模仿。在姐姐去世之后，她有成为了母亲的另一个梦想承担着。杰克有着对汉斯的同性之爱，却不敢表达，他在学校中沉迷声色，却只是自我外的表象，他是脆弱的，他的自我被深深埋在池水之下，从此再无机会见日。

故事发生在1977年的美国。特殊的背景也许是这场家庭悲剧的诱因，但却绝不是根源。父母对子女的爱，夫妻之间的爱，兄妹之间的爱，不曾明说，只是以每个人自己特有的方式默默表现出来，在无声中形成束缚对方的绳索，将自我禁锢于一座小小的房子之中，不让它有机会逃离。玛丽亚是幸运的，她至少有过逃离，有过对自我的释放，而其他人却在她的阴影之下，连拥有自我都不曾有过。家庭杀死了自我。

再看向现在的社会。我们固然不会再听到子女因家庭压力而自杀的新闻。却总不乏父母逼迫子女他们年轻时的梦想，以爱的名义。很多孩子都在父母的自我下生活，当他们再为人父母时，又会让自己的儿女实现他们的子女，由此形成恶性循环。对自我的束缚让孩子产生恐惧，于是如汉斯一样，在收到录取通知书的那一刻，想到是的可以逃离这个家庭逃离父母。这是何等的讽刺和悲哀。以爱为名的举动成了令人恐惧的利器，自我和家庭两败俱伤。

莉莉亚死了，可是她的家庭悲剧却不会因此改变。如果每个人都能在拥有自我的基础上再给予爱，家庭与自我两存的美好画面便不会再绝迹，莉莉亚之死，也不会再出现。

自我——《无声告白》读书笔记13

一切都像极了…压抑的喘不过气的气氛，每个人如笔记般的晦涩难懂的心事，各式各样在某个不经意瞬间的误解，弄巧成拙的“为你好”，竭力冲破却无从下手的尴尬，千疮百孔脆弱不堪的生活…艺术来源于生活，大概每个人都能从书中看到自己的影子吧…

如何跳出这种怪圈…这是一个关于爱的答案，真正做到把爱的人放在心上，放在眼里，和而不同，莉迪亚的家庭充斥着以爱为壳的自私，每个人都期望其他人给予或者培养自己所稀缺的:爸爸妈妈希望莉迪亚实现自己未实现的医学梦想和合群性格、莉迪亚希望妈妈一直的陪伴而委屈顺从、长期背负关注与期望像抓住救命稻草样抓住内斯、内斯和汉娜因长期缺乏关注而心思敏感对莉迪亚也没有正常兄弟姐妹的深情…试想如果有人走出第一步，大胆表达:詹姆斯可以说:“我一直自卑自己作为华裔不合群”玛丽琳:“当医生是我一直以来的梦想，我希望你们可以支持我实现”莉迪亚:“我只想做我自己”内斯汉娜:“我们也很棒，为什么不关注下我们？”一切是否都会不同？没有什么是不可直视的，没有什么是一起同心连理解决不了的！

很喜欢作者细腻的文笔，精细刻画了每一位人数的微动作微表情微妙心理变化，步步推进，潜移默化，淋漓尽致地传达了那种透过皮肤毛孔渗入骨血的压抑和心疼，一点道理都讲不起来。后来发现，是个女作者，一切都合理啦

自我——《无声告白》读书笔记14

对于这本书，我想我看完后感触很多。家庭中有爱，但不要用所谓的爱捆绑住彼此。

莉迪亚，用自己的死进行无声的告白，最后唤起了家人彼此之间的直面问题。多么可爱的小女孩，面对母亲的离开，自责自己是不是因为自己的错，不听话让母亲离家出走，最后为了让家庭的完整牺牲自己，压抑自己，到真真解脱想通时却死了。

玛丽琳，因为从小母亲的影响，梦想没有实现，梦想成为医生，却被家庭牵绊，我想这是无数个家庭主妇面临的问题。我希望我以后不论怎样，一个女人都不可以太依赖人，在任何时候都不能放弃自己的事业。作为父母，我们不能把我们所谓的成功强加给孩子，尊重孩子，爱孩子。最后，你是个美丽的女人，为了家庭的完整原谅的丈夫，生活中需要宽容。

詹姆斯，你生活在种族歧视的环境下，努力学习美国文化，考入哈佛，明明自己很优秀，却因为自己是黄种人，不能再哈佛任教。在你的身上你也有我值得学习的地方，一直努力的学习，司徒融入这个社会。你从小自卑，懦弱，为了拜托妻子离家出走的痛苦，女儿的死去，你用性欲麻醉自己，你动手打孩子，你对妻子大叫，说就当一切没有发生。

汉斯，因为父亲的影响性格隐藏的自卑，为了逃离这个家，凭借自己的努力考取哈佛，在家的时光里，安慰妹妹，给你占位子，陪她一起吃饭。

汉娜，多可爱的小家伙啊，在家中一直都是多余的存在，却是最明白的，读者一直站在她的立场看问题，看着看着不由自主的心疼那个小家伙。

家人一直一定要袒露心怀，不要用所谓的爱捆绑住任何人。

自我——《无声告白》读书笔记15

有些罪，从我们出身起就有了……

莉迪亚死了，于是他们试图找出杀害她的凶手...尽管他们不愿意面对，但他们都是凶手...于是他们开始反思，在她的成长轨迹里，从哪里开始出了错...是啊，从哪里开始出了错呢？这个问题值得千千万万个家长们反思，为什么自己的孩子会变成这样？

有些孩子一出生，就被当做大人来对待，成长的基本轨迹也被预设好了。任何偏离预期轨迹的行为都会被遏止。孩子的天性就这样一步、一步的扼杀在萌芽之中。于是，家长和孩子就这样在对立的状态中愈走愈远……

人啊，总要有活下去的理由。

这是我第二次意识到这个问题，第一次是《三体》中杨冬的死，而这一次是莉迪亚的死。

一扇又一扇的窗户关了，照进莉迪亚内心的光越来越少了，直到，内斯松手了。最后一扇窗也关了，她的内心彻底的失去了光明……

于是她放弃了求生的本能，无视内心的恐惧，淡然的走向了自己生命的终结...她知道她不会游泳，她知道她到不了码头，她也知道她再也见不到内斯了，可是，她依然跨出了小船，走进了水里……

莉迪亚的死，让这个家庭渐渐恢复了正常，可是莉迪亚呢？

我也想体验一下水面在头顶闭合，静静的悬浮在水中的感觉。体验一下水为我分担沉重的‘现实的引力’后的感觉……

**第四篇：无声告白读书笔记**

小说《无声告白》以花季女孩莉迪亚的死亡开篇，在作者细腻的文字里，层层拨开莉迪亚死亡的原因，有的人从中看到了移民融入环境的艰难、有的人从中看到了少数族群的孤独、有的人从中看到了青春期孩子的敏感，而我想谈谈其中弥漫的难以承受的父母之爱。下面由小编来给大家分享无声告白读书笔记，欢迎大家参阅。

无声告白读书笔记1

终于读完了华裔女作家伍绮诗的小说《无声告白》(Everything I Never Told You)，一部极其压抑的关于异族通婚的小说，通篇的压抑让我难以忍受。

小说以莉迪亚死了为线索开篇，莉迪亚是詹姆斯。李先生家里的大女儿，也是他们寄予最大的希望的一个孩子，母亲玛丽琳因为奉子结婚未能实现的职业女性的理想，通通传递给了莉迪亚，使莉迪亚变成了那个完全不是自己的自己，直到有一天，她失踪了、死了，玛丽琳还是没有觉悟女儿的死，是因为这个家庭，这份沉重到无法释怀的希望杀了她。

这本书让我看到身为母亲，在一个家庭里的位置何其重要，只有一个阳光，积极的母亲才能够成就健康向上的孩子们，也只有这样的母亲才能够让一个家庭充满凝聚力，玛丽琳婚后的生活在别人眼里或许是幸福的，但是对于她的内心，却始终充满挣扎和痛苦，这份揪扯让她失去了作为母亲的敏感，失去了和孩子们成为朋友的可能性，她终究是活在自己的世界里的，身为母亲，我想她是失职的，因为她并没有真正成为孩子们精神世界、成长路上的那个最好的陪伴，而只是一个不称职的主妇。

很遗憾，这个家庭的男主人华裔大学教授，詹姆斯。李是一个内心压抑的男人，为了逃避他人对这个异族通婚家庭关注的异样目光，他让孩子们失去了每年假期旅游的机会，并完全放任自己躲避在安全的世界里，这样的母亲和父亲用行动不断的提醒着三个孩子他们的特殊性。当然，詹姆斯的压抑来自于他从小的生活环境，这是那个时代的产物，作为生活在美国的华裔底层，詹姆斯的父母承受了巨大的生活和精神压力，这份压力也毫无意外的传递给他们的孩子詹姆斯，虽然他有幸寄读在贵族学校，但是他永远都知道自己是低人一等的，而这种感觉终将成为他生命中最深刻的烙印，影响他一生。

身为一个哈佛大学肄业女大学生，莉迪亚的妈妈玛丽琳的内心始终有难以释怀的遗憾，遗憾自己没有完成的学业，遗憾自己变成了一个家庭主妇，她是那么渴望被这个社会的认可，那么渴望能够成为完全的自己。在莉迪亚只有5岁某一天的早晨，玛丽琳消失了，我无法明白她为什么会选择这样的方式离开家庭和孩子去追寻所谓的梦想，身为母亲的我更是无法理解她怎么可能就这样离去!因为任何一个有爱的母亲都是无法主动的放弃她心爱的孩子的，更何况家里还是一儿一女两个孩子需要她的照顾，哦，或许也正是因为这两个孩子带来的繁重家务，让她不胜其烦，所以，她才会想要逃离。我一直相信，当你带着爱去做家务的时候，那就是爱;当你带着厌烦去做家务的时候，那一切真的就变成了烦扰。

玛丽琳离开了，因为她想要去重新找到人生的方向和自己的定位，但是这种离开是自私的，此刻的她已经不是孑然一人，那段离开家的日子成了全家人的噩梦，不辞而别的妻子让詹姆斯从恋爱伊始就恍惚的所谓自己的“不值得”变成了现实，毕竟那是一个还有很严重的种族歧视的时代，小个子的华裔男人在那种文化里永远显得那么特别和尴尬，玛丽琳给予他的爱情曾经让他重生，却又始终令他忐忑，所以当玛丽琳突然不辞而别的时候，这个男人的自信被摧垮了。当然，母亲的离去受到伤害最重的一定是两个孩子，内斯和莉迪亚，他们失去了对生活的信任，变得惊恐万分，母爱所能给予的那份成长的安全感在那一次出走事件中完全的被剥夺了。

所以，当玛丽琳回家时候，全家人并没有欣喜若狂，而是变得小心翼翼，敏感的孩子们容忍母亲每天的不做饭，容忍母亲提的任何要求，尤其莉迪亚，容忍并接受母亲把全部人生的希望都寄托在自己身上，看到这里的时候，我又一次相信，娶老婆必须要娶一个情商高的女人，一个能为自己和别人负责任的女人，只有一个心智健全的女人才能成为一个合格的母亲，而玛丽琳真的不是一个合格的母亲，虽然她为了这个家庭完全失去了那个年轻时的自我，可是这份失去给予她的不是愉悦的对生命状态的接受，而是让自己永远的变成了一个受害者，这种受害的心情毁掉的何止是自己的人生，詹姆斯幸福吗?当年娶了一个如此爱他的白人妻子是喜悦和深情的，但在漫长的婚姻生活里，这个女人的表现却击败了他们共同创造的这个家庭、这个家庭里的每一个人，当然这其中有一个很重要的原因是詹姆斯觉得妻子就理所应当被丈夫养，这种思想源自从小看到母亲做工的辛苦，他以为丈夫养家是对女人的救赎，殊不知正是这种思想最后害了玛丽琳，最终更是伤害了他心爱的女儿莉迪亚，所以异族通婚是一件绝对需要慎重面对的事情，因为它包含的不仅仅是爱情，还有两种文化的融合，而这种融合可能需要一辈子的时间。

莉迪亚最后变成了一个敏感孤立的姑娘，她和兄妹们的长相遗传了爸爸的东方人面孔，妈妈的蓝眼睛，那个样子在70年代的美国，她只能被称为“东方女孩”,长相上的特别，铸就了她内心的孤立，而母亲近乎疯狂的管教和期望更是勒的莉迪亚喘不过气来，她没有自己的时间，也就完全失去了业余社交的可能性，这个女孩太多内心的痛苦无以表白，最后统统化作了“无声告白”.莉迪亚在哥哥内斯即将要去哈佛上大学的时候，自己选择了离开，因为哥哥原本是她最坚定的依靠，她无法想象没有哥哥的日子。

孤立的她，没有勇气去面对一个没有温暖只有压抑的家庭，没有勇气去面对没有同伴，没有朋友的学校生活，莉迪亚的这些痛苦和挣扎妈妈并不知道，或者说完全不曾觉察。玛丽琳从来没有去关心过她的孩子们内心的需求，一份以自己的需求为出发点的所谓母爱是自私的，我只能说那不是爱，而是以爱的名义实施的对孩子的控制。

真正的爱是需要把焦点放到对方的身上，切实的去感知对方的需求，而不是让被爱的人成为施爱者情绪、思想的寄托。，记得在哪里看到过一句话：只有一个内在匮乏的人，才会在缺乏安全感的情况下希望通过对他人的控制来让自己安稳。这，或许正是玛丽琳的状态，她对自己失望了，所以转而在莉迪亚身上寻找希望，却完全没有想到那所谓的母爱最后成为戕害莉迪亚的凶手。

我不喜欢这部小说，太过压抑，从这本书里我才知道，原来今天如此开放的美国也曾走过那样一段排斥异族的时期，那是时代的产物，作者揭示的是一个时代的悲剧，这可能就是这部小说的意义所在，从这本书联想到近百年中国人漂洋过海的历史，会是怎样一部深重的苦难史啊，所有的悲苦最大的莫过于加诸于精神上的伤害，那种伤害的传递会让一代代人背负承重的枷锁，如同莉迪亚的不快乐，内斯内心的压抑，汉娜的惶恐，只能在这里祈祷，现世安稳，愿更多这样的家庭一代代健康成长，沐浴阳光和爱，生命永远充满希望。

无声告白读书笔记2

《无声告白》这本书给我的感触会比《岛上书店》多很多，为什么要拿这两本书对比?因为看的时间很接近，也因为有人说这两本书类型相似。

像亚马逊编辑推荐所说的那样，这本书探索了身份危机、人生成就、种族、性别、家庭以及个人道路。最让我印象深刻的不是本文中的家庭关系，而是玛丽琳的梦想与家庭羁绊的矛盾。她一直都有一个梦想，为了这个梦想也付出了许多，特别是处在女性的地位还比较低的社会时，她是有多大的勇气要做到“与众不同”。

可是，她遇到了他，一个与她不同国籍的教授，在她看来他是多么的“与众不同”。后来因为怀孕结婚了，婚后她或许暂时忘了她的梦想，后来她意识到自己没有正事可做，想要出去工作被丈夫阻止了。接着她母亲去世了，想起了母亲过的生活，她对自己发誓，决不能活得像母亲那样。

她想去实验室当助手，那个人却笑着回复她说，不知道她是认真的，因为她还有孩子和丈夫要照顾。看到这里，我为她感到悲哀，同时我也恐惧我可能的婚后生活。有了家庭的束缚，自己的追求怎么办?自己想做的事情还能去做吗?因为就算在现代，多半还是“男主外，女主内”的思想。做“家庭主妇”、“相夫教子”并不是我追求的生活。

看到她最后遇到有一位女性做到了她一直追求的事情，她觉得不可思议，她觉得她原本也能做到，所以她要实施她原计划的时候，我为她感到高兴，觉得她做的特别棒。可惜最后，她却因为怀孕等束缚放弃了她的计划，把她自己想要而做不了的事情寄托在了她女儿身上。我想，这很悲哀，却很现实。

文中有一段这样的话“你曾经爱的那么深，怀有那么多的期望，最后却一无所有。孩子不再需要你，丈夫不再想要你，最后只剩下你自己，还有空荡荡的房间。”这很凄凉，也是女人一生很悲哀的一种状况，我不想过这样的生活，即使只有自己一个人，只有空荡荡的房间，我也要过的快乐、愉悦。可能因为这个跟我生活比较相关，所以印象最深刻。

对于家庭关系，我想的比较多的是以后对于孩子的相处模式及教育方式等。因为我的家庭关系比较和谐，没有这么多的危机，我一直觉得很温暖，只是我们比较缺乏交流吧。当然，我也不是没有不满过，因为可能存在的“重男轻女”和他们的传统思想。而且我也在思考着，我读大学是出自于我自己想读，还是由于他们想让我读。其实我想过放弃的，可现在却很庆幸自己没有放弃，可能这也有利有弊吧。

还有好多好多感触写不完，就再续吧。很晚了。晚安。

无声告白读书笔记3

这本被称为“横扫美国亚马逊排行榜”的书，与其说是悬疑类小说，不如说是一本有关爱和教育的杰作。每一个看完了《无声告白》的人，心底的震撼是不言而喻的。

首先先对这部小说作一个简短的介绍:

小说开篇便告诉读者，迪莉娅死了，就此埋下伏笔：她怎么死的?随着作者谋篇布局的深入，读者渐渐自己拨开了真相的面纱：这女孩活的好痛苦，那些爱她的人，那些在她生前对其百般关注、在她死后痛不欲生的人，实际上是以爱之名，行谋杀之实。

书中提到，每一代人的言行往往都与上一代人有关。她的母亲是一个不甘平庸、希望与众不同的女人，最终却还是嫁人生子，成为一名普通的家庭妇女，尽管中途她挣扎过，没留下只言片语离开这个家，希望继续完成搁置的梦想，但却因腹中孕育了第三个小生命——汉娜而再度放弃。她短暂的离去却在迪莉娅身上留下了童年的阴影。迪莉娅要努力地扮演好一个让父母满意的角色。她的一举一动，一颦一笑都是被期待着的，她的兴趣，她的交友，她的未来都是被期待着。而正是莉迪亚过于成熟的心智，让她不能摆脱这种期待，以致于发生了之后的悲剧。

我以为在开放民主的美国很少有这种事情，后来才发现望子成龙，望女成凤是天下所有父母的心愿。家长习惯拿自己家的孩子和别人家的小孩比较，给孩子报各种兴趣班，爸爸觉得应该学珠算，妈妈觉得应该学舞蹈，没有人问孩子喜欢什么。看到书中有一处这样描写“她每次都是真心征求女儿的意见，但是她没有意识到，自己在开口的时候紧张地屏住了呼吸，在听到女儿的是的之后，呼吸才会恢复正常。”不得不佩服作者，没有任何一处的落笔是粗疏的，用词精准而克制。

看似幸福的这一家，其实并没有表面的如意，所有人的隐忍和退让都是为了维护这个家的平衡。

“我的大脑里总是憧憬着另一种生活，但实际情况事与愿违。”这是玛丽琳第一次离家出走时留下的字条，后来自己又撕碎了，可以说所有轨迹的正是从这件事情开始偏离。她希望和自己很像的女儿可以过得和自己不一样，可以与众不同，所以给了女儿很多期待。而詹姆斯则因为自己是中国人如此与众不同的特质一直活在自卑中，他渴望和周围的人一样。所以他也希望自己的女儿能够弥补自己不善交际的弱点，广交好友。所以莉迪亚就担任了这个平衡家庭里面各种需要的主角。

至于哥哥内斯和妹妹汉娜也有着很多不能说的秘密。在父母面前，他们显得有些多余。所有的爱和温柔的注视，亲吻都是属于莉迪亚的。他们的心里肯定都这样想过。但是没有一个人跑去和父母说希望你能多看看我，注意到我的好。每个人都有自己的不容易。

“至少我知道我是谁，我要什么。至少我不恐惧。”对于局外人杰克，我一直很佩服。我觉得他是整本书里面活得最自由的一个人。或许有人会反击因为他从小缺少管教，不用承载父母的梦想，也就活得肆意。但有些事情生来就是不公平的。

这本书探索了身份危机、人生成就、种族、家庭以及个人道路，而且没有任何一处落笔是粗糙的，但我不喜欢这本书，因为太过压抑了。最后用书封面上的一句话作为结束：我们终此一生就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。

无声告白读书笔记4

书的前几章其实看得有点乱，晕晕乎乎地慢慢看懂其中的背景和关系后，才明白，这本书其实和我当初所想的并不太一样，但感觉并不赖。种族歧视、性别歧视、个人发展与家庭归属、父母期望与自我压力……太多的矛盾，太多的冲突，每一个都似乎有千斤重，将这个混血家庭里的每一个人都压迫得无法呼吸。这个结合了时代背景的故事，似乎将曾经的美国展现在我的眼前，用细枝末节的小事将人物的内心摊开，让人感受他/她的挣扎、无奈、悲恸。那样纠结的情感，以及命运的不可违背，似乎令人感受到深刻的哀伤。

“我用尽所有力气，尽我所能，却终究只能重蹈前人的覆辙。”对于玛丽琳的经历，我所能想到的，大约便是这句话了。她不愿如母亲一般困在厨房里，不愿整日和烹饪书打交道，医生这个职业对她而言有着无与伦比的意义。为此，她抛夫弃子，拼命攻读医学院的课程，希望有一天也能穿上白大褂、戴上听诊器，受人尊敬。只是汉娜的到来令她措手不及，她最终只能回归，彻彻底底地将自己困于家庭之中、厨房之内。

而她的丈夫，华人詹姆斯，则一生都活在异样的眼光中。不敢让人知道父母的身份，不能和同学友好相处，虽然这种特别让他获得了玛丽琳的爱，却也是他一生的负累。冲动地投入路易莎的怀抱，与她有了关系，大约也是因为他们同为华人，不会彼此觉得特殊、异怪，仿佛游离在外的人突然找到了组织。不过对于他这样的做法，我感到很不耻，无论什么原因，出轨总是令人羞愧的，他能得到玛丽琳的原谅是他这辈子的幸运。

因为拥有这样的父母，生在如此的混血家庭，莉迪亚的悲剧显而易见。母亲将自己未曾实现的理想化作对她的殷切期盼;父亲将自己无法合群的遗憾变成对她的谆谆教导。成为医生、交很多朋友，这两件事成为她生活的全部，然而这并非她所愿。压在肩上的担子越来越重，她渐渐喘不过气，于是去接触杰克，以为自己了解他，能和他和谐地相处，却不知她从来都不懂得他。杰克至少知道自己想要什么，而她，从来都不知道。

相比之下，内斯似乎要幸运得多。虽然父母的注意力都集中在了妹妹身上，他面临着被忽略、被无视，但至少，他有自己所想要的东西。没有人会管他在做什么，即便是拿到哈佛的offer,莉迪亚只要一句话就可以将停留在他身上的关注全部夺走。他和莉迪亚，同是混血儿，同是李姓家族的一员，却有着截然不同的待遇。他明白妹妹的压力，明白她的痛苦，却并没有帮助她，反而竭尽全力逃离这个对他们而言都可怕的家庭。甚至于，面对妹妹的死，面对父亲的出轨，他纠结于是否该说出他所了解的真相，买醉成了他发泄的途径，最终却无济于事。

而存在感最低的汉娜，似乎成了这个家庭中最为幸运的人。玛丽琳失踪时她尚未出生，不清楚那些是是非非，亦不会被压力所累，她静静地看着父母、哥哥、姐姐，仿佛一个局外人。然而，真相却只有她知晓，只是，没有人注意到她，没有人会认为自己的坚持是错的。生在这样有点扭曲的家庭里，她似乎成了最正常的那一个，又或者，她仿佛从未来到过这个世界。

无声告白读书笔记5

无言的告白，无声的诉说，一个悲伤的故事。

小说《无声告白》以花季女孩莉迪亚的死亡开篇，在作者细腻的文字里，层层拨开莉迪亚死亡的原因，有的人从中看到了移民融入环境的艰难、有的人从中看到了少数族群的孤独、有的人从中看到了青春期孩子的敏感，而我想谈谈其中弥漫的难以承受的父母之爱。

一心想要做医生的哈佛女孩玛丽琳，在大三的选修课上认识了华裔历史教授詹姆斯，他们陷入爱河，很快有了第一个孩子。接下来的几年，玛丽琳中断学业，开始养儿育女，操持家庭。想要成为医生的玛丽琳怎么会忘记自己的梦想呢?母亲的去世，使玛丽琳重新认识自己的生活，她决定奋起一搏，为自己为梦想努力一回。她不知如何向丈夫詹姆斯说出自己的想法，或许是怕丈夫不理解、或许是怕遭遇反对，总之她不辞而别，就那么悄悄地离开了丈夫詹姆斯、儿子内斯和女儿莉迪亚。她将自己关在一间小公寓了，重拾课本埋头学习，就在临考前的几天，她心力憔悴昏倒在地。不幸的是，这次不光光是晕倒，她怀孕了，她的第三个孩子汉娜再过几个月就要出生了。这一回，她不得不再一次跟她心爱的物理、化学告别，重新回归家庭。作者从丈夫詹姆斯的角度、从儿子内斯的角度、从女儿莉迪亚的角度分别描述了妻子母亲玛丽琳出走他们的感受，唯独没有提及玛丽琳自己的看法，或许她太想要与众不同，或许她太想要成为一名医生，总之作者没有说。

玛丽琳的出走，到底在两个孩子心中留下了怎样的影响呢?玛丽琳离家出走，不告而别，深深地破坏了孩子的安全感，童年有过这种经历的人，能深刻感受到其中的孤独、害怕与愤怒。安全感的缺失，有的人需要用一辈子来弥补，莉迪亚的安全感，在妈妈出走的那一天遭到严重破坏。莉迪亚认为是自己不够好，才让妈妈出走，她在心里默默许下一个心愿，只要妈妈回来，她希望我做什么我就做什么。妈妈回来了，莉迪亚认为是自己的祈祷起了作用，她开始行动，妈妈希望她做什么她就做什么，他开始迎合妈妈以妈妈期望的样子生活。小小的莉迪亚为讨母亲欢心，或者说惧怕母亲再次离开，她开始讨好妈妈，迎合妈妈，凡是妈妈希望她做的，凡是妈妈想要她选择的，她都默默地按妈妈的想法来。她看医学解剖书、她努力学习物理、化学，她收下一本本妈妈希望她读而她却并无兴趣的书籍。

父亲希望莉迪亚融入群体，不必像自己童年那般孤独。母亲希望莉迪亚继承自己的心愿，成为一名真正的女医生。莉迪亚努力满足父母，活在父母的期望里，从来没有问过自己这是不是她真正想要的东西?随着学业难度的增加，莉迪亚开始觉醒，她开始意识到继承父母的梦想是多么艰难。

到底是谁将莉迪亚推向了死亡边缘?莉迪亚的故事，是成千上万家庭的缩影，多少父母将自己未完成的梦想寄托在孩子身上，有条件地爱孩子。幼小的孩子，敏感而多疑，他能清楚地感知到父母想要什么，聪明的孩子开始讨好父母，成为父母想要的样子。到了青春期，开始自我意识觉醒，想要成为自己，又怕伤害父母，会感激父母，也会恼恨父母，纠结、愤怒、委屈、埋怨全部袭来，有朋友的孩子能与朋友分享发泄，孤独的孩子只能自我纠缠。

所谓对话即教育，教育当中家庭教育又尤为重要，为人父母，自己的心愿自己完成，你对自己的成全就是孩子学习的最好榜样，做最好的自己就是最好的教育。如果真的希望孩子好，还是少做一些、少说一些、少干涉一些，让出一点空间给孩子吧。

无声告白读书笔记范文5篇精选

**第五篇：无声告白的读书笔记**

无声告白的读书笔记范文（精选6篇）

当细细地品读完一本名著后，你心中有什么感想呢？需要写一篇读书笔记好好地作记录了。但是读书笔记有什么要求呢？以下是小编精心整理的无声告白的读书笔记范文（精选6篇），仅供参考，欢迎大家阅读。

无声告白的读书笔记1

《无声告白》这本书的英文名是，真正是最切合每个人内心想法的。

詹姆斯，从来没有告诉过任何人，他内心的孤独，他被别人孤立的自卑感。

玛丽琳，从来没有告诉过别人，她想要成为一个与众不同的人，她想要成为一个女医生的愿望。

内斯，从来没有告诉过别人，他的愿望是想受到爸爸妈妈的关注，想告诉他们自己想从事航空事业。

汉娜，从来没有告诉过别人，她想受到家里人的关注，她想简简单单的获得爸爸和妈妈的拥抱。

莉迪亚，从来没有告诉过别人，她不想当一个女医生，她不想出去和别的同学交朋友，甚至于她都不知道自己想做什么。

反观自己，在我们从小到大长大的过程中，总是会受到他人这样或那样的期待，很多都是以爱为名，但是有些时候这样的期待只是他们无法实现，而强加在我们身上的愿望。

也许我们完全的做自己不太可能，但是也一定要努力的去探寻自己的内心，知道自己内心真实的渴望，努力去靠近它。人生苦短，我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。

无声告白的读书笔记2

《无声告白》这本书给我的感触会比《岛上书店》多很多，为什么要拿这两本书比较因为看的时间很接近，也因为有人说这两本书类型相似。

像亚马逊修改推荐所说的那样，这本书探索了身份危机、人生成就、种族、性别、家庭以及个人道路。最让我印象深刻的不是本文中的家庭关系，而是玛丽琳的梦想与家庭羁绊的矛盾。她一向都有一个梦想，为了这个梦想也付出了许多，个性是处在女性的地位还比较低的社会时，她是有多大的勇气要做到“与众不同”。

但是，她遇到了他，一个与她不同国籍的教授，在她看来他是多么的“与众不同”。之后因为怀孕结婚了，婚后她或许暂时忘了她的梦想，之后她意识到自己没有正事可做，想要出去工作被丈夫阻止了。之后她母亲去世了，想起了母亲过的生活，她对自己发誓，决不能活得像母亲那样。

她想去实验室当助手，那个人却笑着回复她说，不明白她是认真的，因为她还有孩子和丈夫要照顾。看到那里，我为她感到悲哀，同时我也恐惧我可能的婚后生活。有了家庭的束缚，自己的追求怎样办自己想做的事情还能去做吗因为就算在现代，多半还是“男主外，女主内”的思想。做“家庭主妇”、“相夫教子”并不是我追求的生活。

看到她最后遇到有一位女性做到了她一向追求的事情，她觉得不可思议，她觉得她原本也能做到，所以她要实施她原计划的时候，我为她感到高兴，觉得她做的个性棒。可惜最后，她却因为怀孕等束缚放下了她的计划，把她自己想要而做不了的事情寄托在了她女儿身上。我想，这很悲哀，却很现实。

文中有一段这样的话“你以前爱的那么深，怀有那么多的期望，最后却一无所有。孩子不再需要你，丈夫不再想要你，最后只剩下你自己，还有空荡荡的房间。”这很凄凉，也是女人一生很悲哀的一种状况，我不想过这样的生活，即使只有自己一个人，只有空荡荡的房间，我也要过的快乐、愉悦。可能因为这个跟我生活比较相关，所以印象最深刻。

对于家庭关系，我想的比较多的是以后对于孩子的相处模式及教育方式等。因为我的家庭关系比较和谐，没有这么多的危机，我一向觉得很温暖，只是我们比较缺乏交流吧。当然，我也不是没有不满过，因为可能存在的“重男轻女”和他们的传统思想。而且我也在思考着，我读大学是出自于我自己想读，还是由于他们想让我读。其实我想过放下的，可此刻却很庆幸自己没有放下，可能这也有利有弊吧。

还有好多好多感触写不完，就再续吧。

无声告白的读书笔记3

《无声告白》这本书通过讲述一个家庭的故事，来说明一句话：我们终其一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。

这是一个混血家庭，父亲詹姆斯·李，中国人，小时候随父母偷渡到美国，顶替他人的名字读书求学，成为优秀的哈佛毕业生，在大学教授美国历史。他一生的梦想就是融入美国社会，成为真正的美国人。母亲玛丽林，美国白人，她一生的梦想是成为一名医生，渴望与众不同、出类拔萃。在这个家庭里成长着三个孩子，或者可以说一个孩子：大儿子内斯和两个女儿莉迪亚、汉娜。三个孩子中莉迪亚最特殊，一张中国人的脸庞，一双蓝色的眼睛，加之聪明过人，吸引着父母的注意力。玛丽林在成为母亲、回归家庭之后就失去了追求梦想的天地，詹姆斯即便成功拿到了终身教职，却依然没有朋友，内心孤独。莉迪亚的独特，使得夫妻俩将所有的注意力都放在大女儿身上。詹姆斯希望女儿求同，多交朋友，成为受欢迎的人；玛丽林希望女儿日后可以成为一名医生。父母将自己的梦想移植到女儿身上，关心她，爱护她，重视她也要求她。他们将自己的期许渗透进女儿生命中的点点滴滴。父母的爱，就像是一片片飘落的白雪，看似轻盈，日积月累终于压垮了孩子。所以这本书开篇就是莉迪亚死了，接下来在对莉迪亚死因的探寻中展开了这个混血家庭的故事。

莉迪亚的死因是什么？是自杀。她无法承受父母沉重的爱，无法完成父母未完成的梦，无法拥有真正的自己。这些痛苦令她难以再生存下去，她只好选择死亡。生前莉迪亚最大的愿望就是父母可以说一句，做你想做的事情。没有，一次也没有。父母以为自己很了解女儿，他们从不问莉迪亚的想法，自以为是地规划着、主宰着她的人生。莉迪亚看懂了父母的心思，她隐藏真实的需要，迎合父母的期许。如同父亲一样，她没有朋友、孤独无依，但却假装与朋友通电话、看电影；如同母亲一样，她学习优秀、与众不同，打算今后学医。这样的莉迪亚是父母想要看到的，却不是莉迪亚本人所期望的。但是她爱自己的父母，为了父母她选择隐忍下去。

在这个家里，内斯和汉娜是被父母忽视的存在。尽管内斯很优秀，拿到哈佛的录取通知，却依然引起不了父母的注意；尽管汉娜是家里最小的孩子，似乎应该备受宠爱，然而她也是被忽视的角色。因为他们长着一张中国人的脸庞，因为他们两个身上寄托不了父母的梦想。在这个家庭里，内斯和汉娜像是旁观者一般，清醒的羡慕着莉迪亚，同情着莉迪亚。只有他们懂得莉迪亚内心的痛苦与畏惧。在莉迪亚的内心，内斯是最懂她的人，也是支撑着她活下去的重要力量。

当发现父亲出轨，当内斯要离开家里远走哈佛，莉迪亚心里的两根支柱轰然倒塌。她所坚持的，她所守护的都不存在了，心里的孤独与恐惧迸发出来，无法抑制。自始至终，莉迪亚都是没有自我的，支撑她的始终都是对父母的爱、对家庭和睦的期待和对哥哥的依赖。在这三者不复存在之后，莉迪亚迷失了。为了找到自我，她选择结束生命，重新开始。

但愿在“天蓝色的彼岸”，莉迪亚可以找到自我，做自己。但愿每个人，不要绑架他人的人生，不要让他人为自己的梦想买单。

无声告白的读书笔记4

《无声告白》是一部小说，16.7万字，情节不复杂，讲述一个16岁女孩自杀之后各个家庭成员之间的`觉醒。题材不算新颖，和千万个家庭一样，父母把自己的意愿强加到孩子身上，孩子不堪重负，最终自杀。难得的是作者的叙事功底，干净利落不拖沓，观察角度也颇具特色，所有相关人员的心理变化一窥到底，描述起来无渲染、无造作，用词精准而克制，阅读过程着实酣畅淋漓。

这个家庭的矛盾不少，母亲玛丽琳是标准美国人，一直认为自己最应该过与众不同的生活，所以找的丈夫也与众不同，詹姆斯·李，是一个拥有亚洲肤色的中国人。但于外来移民詹姆斯而言，最大的希望却是减小差异、真正融入美国社交圈，他最讨厌的恰恰是与众不同，夫妻俩两极分化的矛盾引发了这个家庭里所有的矛盾。

他们的三个孩子，哥哥内斯是“唯一理解他们家那种奇怪而脆弱的平衡的人”。他看得到母亲的好强、父亲的懦弱，看得到父母对妹妹的偏爱、对自己的忽略。好在他年龄尚大，已经懂得转移情绪并用外界环境改善自己的命运，幸运地，他找到自己的兴趣所在－宇航员，并把它作为目标成功考上哈佛逃离这个没有爱的家。唯一遗憾的是他连同妹妹对他的爱也忽略了，这个导火索直接引发了妹妹的自杀。

第二个孩子萨迪亚，那个自杀的16岁女孩，美貌、乖巧，一直最受父母偏爱，作为全家最“幸福”的人，她感受到的却只有窒息。她清楚地明白父母对她无微不至的爱背后是什么，是妈妈那没有实现的成为顶级医生的梦想，是爸爸那没有完成的融入美国本土社交圈的期盼。所以，小时候妈妈离家出走两月重新归来，让萨迪亚学会了一个本领－假装，假装对枯燥的生物学医学无比热爱，只为讨好妈妈；假装拥有无数朋友而每晚拿着根本没有声音的电话听筒煲电话粥，只为满足爸爸。但假装是无法万全的，内心深处那个不爱生物学、不爱交朋友的真实自己越长越大，终于随着哥哥一纸哈佛录取通知书爆发，唯一尚且懂她的人要离开了，她本来害怕失去父亲、失去母亲、失去家，现在上升为最高的恐惧是害怕失去哥哥。她形容自己就像“琥珀里的苍蝇”，成就了美丽，也失去自由。于是，一个漆黑的夜晚，面对漆黑的湖面，她跳了下去。

最小的孩子汉娜则是全篇最让人心疼的一个孩子，这个家庭究竟淡漠到什么程度可以令一个小孩子每天躲在餐桌下以求安全？她羡慕姐姐的得宠，羡慕哥哥的独立，唯独她自己小小又无助。但她又那么敏感，静静地观察家里的所有人，所以她也是最早知道整个事件真相的人。

倒数第二章是全书的亮点，真相大白就在这一章。萨迪亚划船至湖中央，跳下水之前一系列积极的想法让很多人认为她的死不是自杀而是意外。但我更倾向于是自杀，她是想重新开始，重新做自己、重新爱家人，但，不是此时，而是来生。最大的激进往往隐藏着最深的绝望，救不了自己，跳水举动也许是她最无声的告白。

最后一章最温暖，出轨的丈夫（关于詹姆斯出轨这段着实让人遗憾，但也许这就是生活）、跋扈的妻子，在经历一切悲伤幡然醒悟之后，见面的第一句话也是唯一一句话：“我以为你走了。”“我以为你走了。”

再不需要其他冗句，大家都在，多好。

回顾全篇，书封面上那句话概括得最为精准：我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。与所有父母共勉。

无声告白的读书笔记5

我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。

——题记

“莉迪亚死了，可他们还不知道”。莉迪亚是家中的老二，是李先生和李太太的掌上明珠，她遗传了作为中国人父亲的黑头发和美国人母亲的蓝眼睛，这对夫妻对她寄予厚望，将所有注意力倾注在她身上，在她的尸体被发现后，家里一直维持着表面的平静终于被打破，最终一家人开始了新的生活，而莉迪亚自杀的真相，将会永远埋藏在小妹妹汉娜的心底。

故事的背景是70年代的美国，本书探索了身份危机，人生成就，种族，性别，家庭以及个人道路，没有世界名著那样的波澜壮阔，但它是如此的扣人心弦，这本书的感情是如此的力透纸背，就好像在一个明媚的秋天的下午，你刚睡醒午觉，带着再好不过的心情，你拉开了房间的窗帘，然后你发现——阳光洒满了房间。

也许我们这辈子不会遇到与种族有关的敏感问题，但就如书的封面上的那句话一样——我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。

我们，有找寻过真正的自己吗？

沉浸在题海里，因为觉得自己总有一天能出人头地，参加各种补习班，一步一步走向父母给自己设定好的未来，沉迷网络，试图在虚幻的世界中寻找真实，在所谓的爱情里纠缠不清，因为自已还有大把的青春可以挥霍。或者是认为自己再也无法面对那一双双充满期盼的眼睛，像懦夫那样逝去。

我们到底忘记了什么？

忙忙碌碌地过着每一天，自以为自己找到了一个伟大的理想并且要去实践它，结果却在现实中不断迷失自己，辨不清方向，看不清前途，感受不到亲情的温度，体味不到四季的轮回……

我们被虚妄的希望拖下水，然后溺亡在希望的深渊。

站起来吧，扪心自省，找到真正的自己，找到心灵的皈依。

我轻轻的合上散发书香的《无声告白》，站在窗前，看着窗外满眼的透着生命气息的绿色，感受初秋的凉意，卸下一身的燥热，此时，清风拂面，鸣虫静默。

无声告白的读书笔记6

无声告白，读罢无声。这不是一个轻松愉悦的故事。

莉迪亚死了，可他们还不知道。”小说开篇的第一句话一下就揪住了我的心，这个开头一下子让我想起加缪的《局外人》。“今天，妈妈死了。也许是昨天，我不知道。”一样的沉重、无奈，一样的单刀直入、简洁有力。莉迪亚为什么而死？是怎么死的？无声的告白，告白什么？

是的，莉迪亚死了。不是从小缺少关注，极其敏感，极具洞察力的妹妹汉娜死了。也不是一直知道自己喜欢天文学，坚持追求，并得到哈佛大学录取通知书的哥哥内斯死了。是莉迪亚，詹姆斯教授和玛丽琳小姐的掌上明珠莉迪亚死了。16岁的少女选择溺死湖中，什么原因？有人说，孩子有问题，家长肯定也有问题。

莉迪亚的父亲詹姆斯出身于穷困的华人移民后代，从小努力、刻苦并一路读完哈佛博士，最终成为大学教师。他这一辈子最大的梦想是融入美国主流社会的白人世界，希望成为一个不会引人侧目的普通人。他母亲玛丽琳是美国人，年少时背负着母亲的期望，希望在当时重男轻女的社会中取得成就，成为女医生，她暗自发誓，绝不要成为母亲那样的家庭主妇。当她正在朝自己的目标奋斗时，她遇到了詹姆斯。像大多数女性一样，结婚、生子，继而管理住宅、照顾孩子，成为了最不想成为的人。用自己的人生去实现他人的愿望，从此，失去自我。悲剧从这里开始。两个人组成了这样的一个家庭：“由爱而生、个性相反、目标相悖、因爱生怨、情感相离、沟通为零。”在他们表面的琴瑟和鸣之下，其实隐藏着巨大的认知分歧。

在这个背景成分与众不同的家庭里，莉迪亚上有哥哥，下有妹妹，但因为三兄妹中，只有她继承了母亲的蓝眼睛，父亲的黑头发，于是受到了父母最多的期望与爱。哥哥和妹妹都是陪衬。

然而，正是这万千宠爱令其不堪重负。美裔母亲玛丽琳将自己无法实现的“与众不同”梦——卓越女医师，完全寄托到女儿身上；而身为教授的华裔父亲詹姆斯，虽看上去功成名就，却始终处于社会的边缘，纠缠半生不被他人认同的孤独感令其将“与他人一样”看成生命中最重要的事情。

因此，莉迪亚是全家人的宇宙中心。她的成绩和她的社交直接影响父母的心情，进而影响全家人的情绪。可是，谁又愿意成为这个中心呢？她被迫承载父母的梦想，压抑着心底不断涌起的苦涩泡沫。伴着莉迪亚长大的，是长达十年的压抑。她母亲最希望她与众不同，她父亲却最想要她融入人群，而这两件事都是不可能的。

爱是阳光，可是太多的爱也容易把人灼伤。极端的爱注定无法喘息，莉迪亚用死终于挣脱了父母早已给她安排好的命运！

我总觉得一个碧玉年华的生命体，会有无数的鲜花掌声，会有无数的不值得一提的忧虑烦恼，会有无数难忘的悸动美好。不过区区十六岁的莉迪亚，在本该精彩的年纪却承受了太多不应该承担的东西。她的敏感脆弱、迎合顺从、矛盾挣扎，最终用死亡这种残忍手段结束了自己的生命，我无法知道当她走进冰冷的湖水中时是什么样的心情，是释然还是一种自我救赎？

最后莉迪亚终于知道自己想要什么，如何重新开始，这样，她就再也不用害怕孤独了。当她的双手松开缆绳撑起那条小船驶向湖心，她和所有人的生活都将重新来过。所有人都在关于死亡这件事上得到了活第二次的机会。

所幸的是，故事结尾，所有人都获得重生，一副温馨柔软的家庭生活图景在我眼前缓缓铺开……

无声告白，无声的反抗，也是无声的提醒。

我们终此一生，就是要摆脱他人的期待，找到真正的自己。我们每个人都有自己的追求，也就必然有自己的痛苦，迷茫，这些都应该自己通过努力自己解决。对于孩子，他们都是独立的生命个体，既不是上一代生命的延续，也不是所谓的附属品。他们拥有自己独立的人格，以爱之名强加期待，这不是爱，是害！

这个故事里没有一个我喜欢的角色，但丝毫不影响它成为了我最喜欢的书之一。每个人都是普罗米修斯，无论是善良的，还是邪恶的，我们每个人都是。

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！