《好看的皮囊千篇一律，有趣的灵魂万里挑一》读后感

礼河实验学校 钟子莲

当得知本学期推荐的读物是这一本时我很期待，因为书名本身就是我很喜欢的一句话。老实说我是一个文化内涵比较低的人，比起看书更喜欢追剧，我很少能耐着性子看完一整本书。然而，这本书是特例，我竟然在短时间内饶有兴趣地把它看完了，而且从头到尾都有我用红笔标注的经典语句。真的如封面上所说，我不负责疼爱你，我只想要唤醒你。看这个书的时候经常有种被一盆冷水从头浇到脚的感觉，能让人很清醒地意识到自己的问题。就如何提高教师自身素养，这本书给了我很多启示。

**幽默是最高级的防御**

高中历史课上老师讲了一个关于苏格拉底的故事。有一次他正在和学生讨论问题，他的妻子气冲冲地跑来，大骂了苏格拉底后，又提来一桶水泼在苏格拉底身上，苏格拉底顿时全身湿透狼狈不堪，周遭众人都瞠目结舌，苏格拉底却笑眯眯地说：“大家都知道呀，打雷之后肯定要下雨的呀。” 苏格拉底面对自己泼辣的妻子会说：“讨这样的老婆好处很多，可以锻炼忍耐力，加深修养。”我想面对现在越来越个性化的学生，我们有必要学习一下苏格拉底的幽默。

我个子矮，每次上课叫学生回答问题，他们的身高立刻秒杀我，于是在身高方面我一直很自卑。偏偏学生就爱嘲笑我这一点，有学生甚至私下编了一句顺口溜：天王盖地虎，子莲一米五。一开始的时候我会很生气，觉得他们把自己的快乐建立在我的痛苦之上。慢慢地我对他们的嘲笑习以为常，我想通了，身高的确是我的弱势，一把年纪了也不可能再长高了，对于改变不了的事实，与其恼羞成怒还不如欣然接受。再有学生说我矮的时候，我不仅会笑着说没错我就是矮，有的时候还会自黑一下，学生见我不生气觉得没劲渐渐地也就不说了。就如这本书中所说，就算那些拥有大长腿的人，走起路来确实会很性感、美丽，但只有小短腿的我照样可以开心地蹦跶。生活本就没有“容易”二字，与其凄凄惨惨戚戚地自怜，不如“幽自己一默”，用自嘲去抵挡命运偶尔的不怀好意，尴尬僵化的氛围马上就会出现清风拂面的效果。

**你有多自律，就有多美好**

自律是一场与别人无关，是自己发动并且针对自己的战争。在外人看来，你是在自虐，实际上你是在争取更多的自由。因为真正的自由，不是随心所欲，而是自我主宰。

人类普遍存在的问题是，都是天才的策划人，却是低级的执行者，想得太多，做得太少。严格要求别人，充分惯着自己。安逸的时间久了，稍微努力一下就以为是在拼命。这次参加初中英语教师基本功比赛的经历让我明白自律到底有多重要。当得知通过武进区的筛选要参加常州市比赛以后，我放弃了看电视剧的时间买了高考题刷题，白天没时间就晚上做到十一点。可是当知道比赛延期举行以后，我立马就懈怠了，立刻开启了追剧模式。适度的休闲是生活的必需品，但无休止的虚度光阴和不带目的的蹉跎岁月就成了生活的毒品。你怎么打发时间，时间就会怎么打发你。在比赛时我就预感到结果肯定很不理想，40套高考题还有很多没做完，上回笔试最高是运气好这回没有什么优势，写粉笔字手都在抖，设计课件思考的时间过长导致教案没有设计完，演讲是最差的，一点不流畅。比完赛教研员把比赛中每个项目表现好的选手资料发给我们，别人流畅整齐的粉笔字，设计新颖的课件，妙语连珠的评课稿以及出口成章的英语演讲都让我在羡慕的同时无比羞愧。像粉笔字，做课件，英语演讲这些都不是临阵磨枪就有用的，可见这些老师在平时花了多少精力去提高自己的基本功。这本书上说你今天的日积月累，早晚会成为别人的望尘莫及。我希望你和谁都不争，是因为你在能力上有压倒性的优势，所以你不屑于争，而不是因为和谁争，你都不行。的确，在年轻的时候吃吃“严于律已”的苦头，才能得到一种迎难而上、然后迎刃而解的快感。

**平平淡淡不是真，是真没劲**。

很多人叫嚣着生活平淡无味，但却又在百无聊赖中草草度日；很多人抱怨着理想与现实相差太远，却也在碌碌无为中放弃追逐。去年刚放暑假我就计划要学点什么，我想如果天天闲在家整个暑假就荒废了。一开始我想学跆拳道，高考以后我去学过一个月，觉得对强身健体磨练意志很有好处，但是暑假班都是收的小孩子，我严重超龄了。我又想去学钢琴吧，一直觉得会弹钢琴的人都很有气质，但是想想学钢琴需要练习的时间比较久怕自己坚持不下来。最后看到一个健身房的广告，里面除了基础的运动器材还教各种舞蹈瑜伽。我一直认为自己只适合打篮球打乒乓，而且向来跳舞都跟做广播体操似的，我想是时候该挑战一下自己了。刚去舞蹈房第一天教的是肚皮舞，看到前排的老会员身着艳丽的舞衣翩翩起舞好羡慕。刚开始那段时间真的很难熬，肚皮舞形体舞中国舞古典舞民族舞加起十几个舞蹈我在后面跟着跳一点也跟不上。命运是个爱搞事的角儿。为了不让实现梦想的路上人满为患，它会故意让一些人迷失方向，让一些人走进死胡同，再让一些人撞上暗礁……没有目标的人只能劳神费力地在人海里游，躲着坏人，避着强人，然后随波逐流！目标坚定的人则会想方设法地走出困境，调整航向，然后重新找到正确的航线，乘风破浪。灰心了一段时间后我心想她们跳得好的也一定经历过我这个阶段，既然决定挑战自己就不能轻易放弃。于是每周三次课除非有要紧事坚持去跳，休息在家自己上网找教学视频反复对着练。马上快一年了，现在虽然我不是跳得最好的，但是我成了新会员眼中羡慕的跳得熟练的老会员。有句话说得好，最怕你一生碌碌无为，却还安慰自己平凡可贵。我们应当像书中说的自顾自地美好起来，照看好自己的身体和灵魂，看书、运动、修身养性，努力去获得知识、开阔眼界，并且自成格局。

一个人最酷的活法是，该努力时竭尽全力，该玩时尽情撒欢，看见优秀的人欣赏，看到落魄的人也不轻视，有自己的小圈子和小情调。有趣的人就像是尘封的老酒，越相处越有味道。而无趣的呢，就像是开了瓶盖的可乐，放到后来，一点儿气都没了。希望有一天，我们能和这个一本正经的世界擦出精彩绝伦的火花；也希望有生之年，我们能幸运地成为别人冗长生命里有趣的某某。