# 2024年解忧杂货店读书笔记摘抄及感悟 解忧杂货店读书笔记(模板8篇)

来源：网络 作者：九曲桥畔 更新时间：2024-09-09

*我们得到了一些心得感悟以后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样能够给人努力向前的动力。我们如何才能写得一篇优质的心得感悟呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得感悟吧，我们一起来看一看吧。解忧杂货店读书笔记摘抄及感悟篇一东野圭吾...*

我们得到了一些心得感悟以后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样能够给人努力向前的动力。我们如何才能写得一篇优质的心得感悟呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得感悟吧，我们一起来看一看吧。

**解忧杂货店读书笔记摘抄及感悟篇一**

东野圭吾的《解忧杂货店》是忘年交于姑娘推介并郑重捧到我面前的一本书。

读书算得上是我生活里重要的事情，清晨午休晚睡前，阅读之后才得了心安。读书却难专一，常常是东一榔头西一棒槌，只选自己喜欢的，追着看的只有新闻时政、自己认准的写作者的文字以及记录生活的点点滴滴，朴素优美最好。长篇小说已经很少涉猎了。

《解忧杂货店》是我最近认真读过的一本小说。书名本就吸引人，文笔又朴素踏实，读它，像是跟一个旧邻居或者老朋友说话，贴心而温暖。故事有条不紊地向前推进，惊喜迭出，布局亦十分精妙，读完才恍然大悟，原来那位充满爱心替咨询者解忧的浪矢雄治老爷爷，与丸光园院长皆月晓子年轻时是一对私奔失败的恋人，而那些往信箱里投递信件的人，或者是丸光园长大的孩子，或者是与丸光园有重要关系的人。

冥冥中中，命运是一条无形的链条，所有有缘人都会在这个链条上相遇，产生交集，并相互关注与扶持。生命中的这种缘遇温馨而美好，让每一个孤单的人都找到了亲人与依靠。

选择，梦想，爱与成长，是每个人生命中最重要的命题。亲密的爱人和梦想，选择哪一个，人生都会留下遗憾，月兔陷入了两难境地；克朗，一个热衷音乐的人，在家人和梦想之间没有勇气对做出的选择负责……大多数人也是这样的，遇到难题时，希望有人能够指点迷津。征求别人的意见，不是因为自己真的没有想法，只是因为还不相信自己的决定，也不够勇敢；只是渴望听到支持、鼓励的声音；只是想确定自己是对的，以此来坚定前行的决心。

人的一生，内容相当丰富，这些丰富又是错综复杂的。于是人总会被各种情感相互揪扯——选择了梦想，生命中更多重要的东西就难以得到保护。把亲人放在第一位，梦想就会付之东流，自己难免遗憾失落。实现梦想的路，也曲折坎坷。人的内心也因此风雨飘摇，于是就破了个洞，重要的东西正从那个破洞逐渐流失。古人问，何以解忧？答案是唯有杜康。这样的解答是荒凉的，让人对人生产生悲凉感，从而更加失落。

解忧杂货店不仅卖杂货，还提供烦恼咨询。任何问题都可以写信到店里咨询，哪怕是无聊的恶作剧，也会得到最真诚的回答。店主浪矢雄治是位非常合格的“解忧人”。他有问必答，从不敷衍。他不会轻易泄露顾客的隐私，他与每位咨询者产生情感共鸣，并对它们的内心感同身受。同时他更明白，这些回信之所以对咨询者发挥了作用，是咨询者自己很努力，很想积极认真地生活，否则他的回信是不管用的。浪矢知道只有咨询者自己才能为人生负责。“我的回答之所以发挥了作用，原因不是别的，是因为他们自己很努力。如果自己不想积极认真地生活，不管得到什么样的回答都没用。”“不但要写回信，而且要好好思考后再写。人的心声是绝对不能无视的。”他是真心实意地替别人想办法的人。

那个在圣诞夜坐着鹿车、穿红衣戴红三角帽，给人们分送礼物的白胡子让我们的内心温暖了许多年。这个孜孜不倦给忧困者写信解疑的浪矢雄治老人，传递给受困者的关爱、善意与支持，具有震撼人心的力量。

做有益于他人的事情，真诚、慈爱着对待他人的人，对自己本身也是滋养与成全。浪矢雄治被癌症折磨的时候非常平静，他的离去也充满慈爱的光辉。丸光园院长皆月晓子去世的时候说，她会在天上为孩子们的幸福祈祷。

三个小偷翔泰、幸平、敦厚作案后为躲避警察追踪闯入杂货店，无意中成为另一个时空的“解忧人”。他们以未来者的身份向咨询者提供意见，认知与性情都得到了成长。在变成好人还是继续作恶的问题上，他们又成为了咨询者，浪矢给了他们最后的回答，浪矢雄治写给迷途的小狗的信，其实是写给所有迷途的人。浪矢的回答给了他们面对新生活的勇气和力量。

夜晚读书，很享受。读《解忧杂货店》这样温暖的书，内心是惊喜的。人的生命与灵魂，需要衣服的保护，食物的关爱，更渴望来自尘世与他人的支撑。我坚信尘世间一直都发生着小说中发生的事情，也坚信存在着浪矢雄治这样的人。当然，人更应该自我成长，自带微茫。

谁能解忧？唯有自己。面对人生的选择，积极生活，充满爱、善良和希望，才是对自己的人生做出了负责任的选择。

感谢知性美丽的于姑娘！

愿尘世对每一个善良人，每一个心怀善意关爱他人的人，温柔以待，并给予褒奖。

**解忧杂货店读书笔记摘抄及感悟篇二**

最近认真拜读此书，也算是完成了本该要做的事。首次知道东野圭吾的名字，大致也是因为此书。

在阅读本书的第一章，就给人一种强烈的带入感，总是感觉里面讲的故事既有些荒诞，也不乏道理。并且几个故事环环相扣形成一个闭环。并且在前面几个章节的疑问也在之后一一的清晰，比如浪矢雄治也就是杂货店的主人，收到的一封空白的信令我一直要抱着疑惑，但在最后章节不用细细阐述就明白一切的缘由，也最终形成意想不到的闭环。

本书的故事和结局都是比较温情的，也可以说充满了美好祝愿。

很喜欢里面的一句话。大致是这样说的：

“我不但要写回信，而且要好好思考再写。人的心声是绝对不能无视的。”

还有在浪矢和儿子在病重时最后一次去往杂货店，收取来自未来的回信时，对儿子说的。

“如果自己不想积极认真地生活，不管得到什么样的回答都没用。”

希望还能拜读更多作品。

**解忧杂货店读书笔记摘抄及感悟篇三**

刚坐下来去看密密麻麻的文字时的确会很烦躁，但后面的情节故事却是很暖心。不同的人，不同的的事，不一样的烦恼;但每个人也曾交织在一起。

故事的开头是这样的，三个做了许多小偷小窃的青年，在逃亡中无意的逃到了杂货店，而后又无缘无故收到了求解信。而后来又发现写信的是过去的人。他们本来是不同时空的人，却因为这家杂货店连系在一起。

逃避现实的女运动员，郁郁不得志的业余歌手，改名换姓的少年，对未来迷茫的少女。看似不同的人，不同的事，不一样的烦恼。却会发现都与一家孤儿院有关，而开设这家孤儿院的人是浪矢爷爷的爱人。发现这本书的故事都是围绕着，杂货店和孤儿院进行的。

还记得文中浪矢爷爷曾对他儿子说过;“这么多年咨询信看下来，让我逐渐明白一件事。很多时候，来咨询的人心里已经有了答案了，来咨询只是想确定自己心里的决定是对的。所以有些人读过回信后，会再写回信过来，大概就是因为回答的内容与他们想法不一”看到这句话给我的感触深刻，这句话说的极像每个时候的我。或许人就是这样明明已经有了答案。却又会感到不知所措，无法抉择。不确定自己心里的答案是否正确。这时候的我同样也希望能有那么一个人能认真的倾听我的烦你，给予我帮助。

看完这本书我领悟了，与其独自烦恼，独自犹豫不决，为什么不找个相信的人诉说烦恼呢？

**解忧杂货店读书笔记摘抄及感悟篇四**

利用清明假期期间，我一口气把这本书读完。回想起从第一章开始，随着故事情节的深入，脑海里慢慢浮现出“杂货店”的样子，敦也、翔太、幸平、杂货店老爷爷雄治、他的儿子….一系列人物的样貌，高的瘦的矮的胖的帅的。浮现出的一幕幕的画面，犹如看电影般，屏幕让我应接不暇。这，也许就是穿越治愈类型小说的魅力所在。

印象最深刻的一个故事

说到印象最让我深刻的，是第五章中的“迷途的小狗”。这个故事围绕着一个女生到底是做一个公司小职员还是做一个陪酒女及秘密情人。她通过写咨询信给杂货店并听取建议，彻底改变了自己的人生。而“迷途的小狗”也因为对未来抱着积极的态度，默默的改变了翔太三人。

书的神奇之处

每个故事都是独立的个体，但是冥冥中确又相互牵扯着。所有出场人物都脱不开“浪矢杂货店”和“丸光园孤儿院”的几世渊源。作者设置了1979到2024年几个来回的时间轴，时间跨越长达40多年。不认识的彼此，通过书信的方式，诉说自己的忧愁，简单的书信往来，细细的向你描述出人与人之间的故事。有时看得摸不着头脑，还需要往前面翻，再看一遍，才知道原来事情是这样…..

个人感悟

每一个人都是孤独的、独立的个体，正因为人各不同，所以各自有各自的难处，每个人的烦恼也不一样。如果世界上真的有这样的“解忧杂货店”的话，也许世界上真有真情存在，人与人之间的信任关系也许能因为一封信而改变。不过，现实是，我们即便没有“解忧杂货店”，我们也要坚持信念，用积极的`态度面对生活，面对未来。因为“付出”是好的，“努力”是值得的，因为我为了我的理想，我“拼命”过。

也许我们有时候真的需要倾听别人的意见，但是往往“口不对心”。我所说的“不知道怎么办”，其实我心中早有答案。我只是想听到你说出我想要的结果。也许，我也是缺乏“安全感”，不敢放手一搏，除非你告诉我，你相信我…..

正如雄治老爷爷对儿子说的：“我的回答之所以发挥作用，不是别的，是因为他们自己很努力，如果自己不想积极努力的生活，不管得到什么样的回答都没有用。”

**解忧杂货店读书笔记摘抄及感悟篇五**

如果自己不想积极认真地生活，不管得到什么样的回答都没用。

虽然至今为止的道路绝非一片坦途，但想到正因为活着才有机会感受到痛楚，我就成功克服了种种困难。

人与人之间情断义绝，并不需要什么具体的理由。就算表面上有，也很有可能只是心已经离开的结果，事后才编造出的借口而已。因为倘若心没有离开，当将会导致关系破裂的事态发生时，理应有人努力去挽救。如果没有，说明其实关系早已破裂。

披头士解散后，成员们各有各的精彩，因为他们终于从披头士这个咒语的束缚下解放出来。他自己也一样，逃离了亲情的束缚，才终于抓住了幸福。

不过活到现在，今天晚上头一次觉得就算是我这号笨人，也还有点用处。

像这样把利害得失放在一边，真心诚意地替别人想办法，我以前从来没有过。

尽管如此，他没把困境告诉任何人。原因他自己也说不清，也许，他是不愿意被人同情。

信上的回答直截了当，没有任何修饰。既没有顾虑也毫不客气，简直就像是故意挑衅自己，让自己生气一样。——那是浪矢先生有意这样做的，为的是激发你内心真实的想法，让你找到正确的道路。

他从来不含糊其词，也从不照顾别人的情绪，总是一针见血地抛出意见。这种态度固然让人觉得不够圆融，但同时也给人以诚实的感觉。

紧随时代潮流对商界人士是何等重要。有时候，甚至是天堂和地狱的差别。

**解忧杂货店读书笔记摘抄及感悟篇六**

一位温暖的老爷爷。

一间老旧的杂货店。

一个有关理解、有关选择、有关信任、有关尊重、有关感恩的故事。看完这本书，你会有想把它推荐给所有你重要的人看的冲动。

作者东野圭吾的作品一贯以悬疑和推理著称，这部《解忧杂货店》可以说是“最不像”东野圭吾的风格，此书出场人物众多，时空错乱，犹如拼图一样，稍不注意就容易让人觉得莫名其妙，其实这也正是这本书的奇妙之处，人物之间看似毫无关联实则充满了各种各样的羁绊和千丝万缕的联系，环节丝丝入扣，看似平淡的文字背后蕴含着巨大的深情。

其实在现实生活中，我们也许都曾经担任过咨询者或解忧者的角色，书中可以向陌生人诉说烦恼的感觉真好，仿佛只是有对象可以诉说就得到了安慰，也许有时候在提出疑惑的那一刻，自己就已经拥有了答案，但是仍然需要一些善意的鼓励。浪矢爷爷真诚的对待每一封信，认真倾听和尽力回应着来信者，也让收到回信之人不再看轻自己，并慎重的面对自己的人生，从而得到救赎。在这其中，最重要的是，义无反顾地去努力奋斗，也许真的是需要等到很久以后，才可以明白，做出的每一个选择只要努力过，都会是正确的选择。也许老天爷也在冥冥之中眷顾着每一个努力的人。

看过东野圭吾的其他作品以后，就会明白，作者在洞悉了世情与人心之余，仍然愿意回报世界以温暖和善意。书中这句“有时伤害，有时相助，人们总在不经意的时候与他人的人生紧密相连”，这是对《解忧杂货店》最贴切的注解。而心怀善意则是解忧的不二法门。

**解忧杂货店读书笔记摘抄及感悟篇七**

在《回答在牛奶箱里》讲述了这样的一个故事，追逐奥运梦想的月兔，在紧张备战奥运的时候，男友得了只剩下半年左右时间的绝症，月兔在选择外出强化集训和放弃比赛照顾男友的问题上陷入了迷茫，穿越时空的小偷三人组知道她要参加的是1980年在莫斯科举办那届的奥运会时，给她了很明确的答复：“不过是项运动而已。”“奥运会不过就是个大型的运动会。”“迷茫是没用的，不如马上去找他”。因为他们知道日本抵制了1980年的莫斯科奥运会，为奥运做再多的努力也没有结果的，不如把时间花在陪自己就有半年时间的男友，但月兔回的几封信表述了自己以及他的男友希望她参加奥运会的意愿。由此我们看到月兔的内心也是想参加奥运的，但她之所以犹豫和纠结源自对参加奥运会选拔的不自信，又怕选不上，所以，月兔想以照顾病重男友为由，为说服自己放弃真正想要的东西找到合理性。小偷三人组的回信歪打正着的让月兔最终选择的是去集训。事情的结局虽然是与奥运无缘，但是她觉得“虽然没能参加奥运会，但我得到了比金牌更有价值的东西，如果没有和您通信，我会失去最重要的东西，并为此悔恨终生”。

故事进入第二篇《深夜的口琴声》，克朗是一位音乐道路上的追梦者，他为了走上音乐之路，背着家人放弃了学业，为参加比赛而日日苦练，希望能够被音乐界人注意到，但最终得到音乐评论人的评价却是这样的：唱得好，但没有特色，还是别抱成为职业音乐人的希望为好。

在起初克朗的音乐梦想是十分坚定的，我想他写信给浪矢杂货店的目的是为了得到一些肯定和支持，但回信却毫无情面地让他把吉他丢一边，去面对现实。克朗几看完乎是暴怒的，他不甘心，就如他在回信中所写：任何事情，不挑战一下是不知道结果的。但在众人异样的目光下，看着自己日益年迈的父母，他的内心出现了妥协，就和父亲谈，愿意去继承鱼店，庆幸的是，父亲是了解他的，更确切的说是理解，父亲看出这不是他内心的选择，迟早他也会为此后悔和抱怨的，这是他在现实打压下因懦弱想逃避的情形下做出的选择，所以父亲还是毅然地支持他的音乐梦想：无论如何都要再去尝试一下，不要连打个败仗都没有做到，就算最后打了败仗也无所谓，至少留下了自己的足迹。故事的结局虽然让人叹息，但克郎也留下了比生命更长久的影响人心的作品《重生》。

月兔在几次接到让她放弃奥运的答复后，却回信屡屡表述要参加奥运的意愿，克朗在面对似乎毫无情面的否定后，依然坚定的不轻言放弃，或许他们的咨询只是想证明一下自己的想法而已，很多时候，咨询的人心里已经有了答案，本来只是想确认自己的决定是对的。所那些读过回信后会再次写信过来的人，大概就是因为回答的内容和他的想法不一样吧。

人生的道路虽然漫长，但紧要处只有几步，特别是当人年轻的时候，在理想的道路上没有绝对的对与错，你只有选择了，并且按照自己的决定走下去，你才能知道未来的答案是什么，而不是一直在路口纠结!

**解忧杂货店读书笔记摘抄及感悟篇八**

在人生的岔路口该怎样选择？这个听起来哲学意味颇浓的问题其实活生生的在我的生活中上演，与《解忧杂货店》不其然的相遇似乎拨开了我心灵上的迷雾。

也许是内心的困顿，当《解忧杂货店》呈现在眼前，然后，就是完全不设防的翻开第一页，一眼成痴。意外的惊喜，使我几乎是一口气不舍得停顿地想把构成全书的既独立又丝丝相扣的六个故事看完，但又隐隐为看完之后可能产生的失落感而焦虑。是的，看完书后，我几乎一宿没睡踏实，萦绕在脑海中那弥漫全书的忧伤、无奈和宿命感一直挥之不去。

故事的开头，三个因为偷的车抛锚，只能在天亮之前暂避到废弃的杂货店里的无业青年，无意中在店里的牛奶箱里接到了一封来自于过去的咨询信。原来这个杂货店在三十多年前，是一家能够解决任何烦恼的杂货店，晚年丧偶的店主因为一封封求助的来信，重新找到了被需要的感觉。因缘际会，店主去世之后的来信，就这样来到了他们的手中。而那种被人信任和需要的感觉，是他们在很久以来都没有感受过的，因此，他们开始提笔，以“浪矢杂货店”的名义给人回信，尽管错别字很多，语气也粗鲁不文，但是他们和浪矢爷爷一样，是真心对待这些信的。

翔太、敦也、幸平，他们三个人对这个世界充满了愤怒和抵触的情绪，这是多么熟悉的情感啊。曾经的我，为爱情从东北老家来到这个陌生的江南水乡，总有那么一些日子，看待这个世界的方式是失焦的，因为不被人需要而找不到存在感，因为力量太小而无能为力的挫败感逼得我要发狂，所以我拼命地想抓住一些什么，来确定我在这里的位置，一些可以帮我找到自己是谁的理由。

明明这本书名字叫做《解忧杂货店》，不知为何开头就读的我心事重重，最后那封回复给白纸的信却又像夜晚天空中的航空线一击中心，好似眼睛发出了亮光却不知何时已然饱含泪水。

这本书打到我心里，让我怀念所有被感动的时光。比起声画，被书打动更让我幸福，那种只是自己感受到的触动和寂寞，没有渲染，没有音效，没有那些潜移默化添上的东西，只是留白给你，自己填满的天马行空，可以肆意想象和参与，真好。人们彼此并不知道，也许过去或者未来的自己，会与他人的命运这般紧密相连，认真作答的每一个人，其实都是在向自己发问。

最后的最后，当这个夜晚停滞于杂货店中岁月的光芒消失，人们将会迈出这个屋子，去书写虽然不一定美好，但是也真是因为不可思议地充满了未知而百般精彩的人生。人们会去承认自己的错误，去完善自己的将来，去努力为了梦想而奋斗，去不留下遗憾的勇敢而诚实地活着。人们会遵守诺言，会相互帮助，会心怀爱与真。如果眼中有泪水的话，也一定会有像泪水一样闪烁的光芒。

浪矢爷爷曾经和他的儿子说，“很多时候，咨询的人心里已经有了答案，来咨询只是想确认自己的决定是对的。”这就像抛硬币一样，把硬币抛到空中的时候，也是有了选择的时候。他们只是迷途的羔羊，手中都有地图，却没有去看，或是不知道自己的位置。”“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，一切都是自由的，在你面前是无限的可能。”在最后的信中，浪矢雄治这样写到，这是解忧杂货店最后的回答，也是作者对于我们的回答。又或许这本书就是东野圭吾给我们的一封牛奶箱回信，温柔地告诉我们人生的滋味。

无论你是什么人，懦弱自恋疯狂失意；无论你做着什么工作，白领蓝领灰领，无论你身在何处，只要你相信自己，热情的用心的真诚的活着，那就是成功的；不论你在人生的岔路口怎样选择，真实的面对自己、面对现实，跟随心的脚步，心之所向，那就是你的人生，那就是你的存在。

庆幸我们一直在一起，拥有那么多美好的时光！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn