

最新一个人就一个人读后感(通用8篇)

当看完一部影视作品后，相信大家的视野一定开拓了不少吧，是时候静下心来好好写写读后感了。这时候最关键的读后感不能忘了。那要怎么写好读后感呢？以下是小编为大家收集的读后感的范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

一个人就一个人读后感篇一

一个人是所有生活，也是全世界。

看到封面，依旧是一贯的浅色系，少年阳光特别是夏日独有的清凉感，让我倍感舒适。倒看最后，码好的一行行小字，从作者成长经历，到一个人意义剖析，像在讲道理，但更像在讲故事。一个人时，连哭都不用看人脸色。一个人时，放肆大笑也不会有人骂你神经病。一个人时，摔倒了只有你才有资格嘲笑自己。一个人是所有生活，也是全世界。读完仔细想想，还真是这样，试问自己为什么喜欢一个人，仿佛也的确是因为这样一个人的小美好，一个人时拥有的两个人三个人时不能得到的独特小瞬间的吸引。而作者还是那个作者，简简单单的几句话，就能把你的内心最卑微的小想法展现的淋漓尽致，仿佛被人看透了自己。

内容上依旧是一个一个小故事，温情的，现实的，遗憾的，严肃的。但这次的故事又感觉不一样，比以往的更深刻，更难懂。好奇怪，这次的文章我竟然一个晚上只能看两篇，需要太多的思考，更深刻的理解，更多的生活经历。这次的文字里有更多作者三十岁之后对人生的思考，谈不上晦涩难懂，但读来更像是一个小孩偷偷试穿大人的衣服，既新奇又给自己形成一个最初的认知，优先得到一本避雷秘籍，助长大后更好的通关。

“面对问题有三种解决方式，一是不去管它，二是找别人要

答案，还有一种，是自己给自己答案。”一直以来，作为一个巨蟹座女孩，我能依靠的只有自己的独立。开心时自己庆祝，难过时自己消化，遇到问题虽然可以求助身边人，但得来的结果也有可能不是自己想要的，最终决定如何做还是由自己选择。这种自己给自己答案的方式其实还可以避免很多困扰，包括事后抱怨别人给的方案不合理，哪里有问题才造成不满意的结果等。所以对这段话我是深有感悟，颇为认可。

书里的故事大多取自作者的真实经历，少数是来自作者朋友的讲述，所以自然而然地拉近了和读者的距离，仿佛每一篇都会随时出现在我的生活里，只是时间早晚的问题，所以阅读时会更加用心地体会。一碗鱼粉的乡愁，外婆走后的自我怀疑，比恋人更好的朋友关系，终于被爸爸理解的“打杂”的工作性质，还有最后的短篇小说版的“友谊旅馆”，仿佛文字间有种魔力，能窥探到读者即时的内心，赤裸裸地把你最想要的，最想被看到的，毫不掩饰地摆在面前。其中有长期北漂虽然坚定地相信自己梦想总会实现但偶尔会想家会怀念的以前，有面对最亲爱的人的离去真实表现却不像自己想象的那般激烈的隐秘内心，有一生难得遇到的可以不用费心思维护依然永远能相见恨晚的友情，有跟父母说了很多遍但仍然不能被清楚理解有一天终于有了一点点明确的工作，有好似电影剧情一般却远却比电影更精彩的家庭内部矛盾和母子之间得以关系缓和的亲情。因为真实，所以亲切，因为真情，所以真实。

“即使你此刻是两个人，也应该要保持一个人，别放弃一个人时的爱好，坚持一个人时的思考，留有一个人的独立，喜欢就待一起，不喜欢也能潇洒地转身。能与另一个人情投意合，是为人生锦上添花；学会不依赖任何关系，才是给自己雪中送炭。回头看看，那么长的路，那么久的时间，人来人去，只有你还在陪着自己，一个人就一个人。”是啊，一个人可以一个人，一个人应该一个人，一个人就一个人。一个人不是指数量上的孤单，而是情感上的独立。

一个人就一个人读后感篇二

刘同又出新书了，《一个人就一个人》。拿到手之后，我迫不及待地翻了几页，依旧像年少时瞬间被里面的文字吸引，此时此刻我才意识到青春还在，只是在不知名的时间里被我悄无声息地藏了起来。

刘同，一个青年畅销书作家，现任光线影业副总裁。代表作有《谁的青春不迷茫》，《你的孤独虽败犹荣》，《向着光亮那方》，《我在未来等你》，《别做那只迷途的候鸟》等。

这些书名是不是很熟悉？这些书可是在我的青春里留下了很深刻的印记。如今的我已步入婚姻，再看即将40岁的刘同新作，《一个人就一个人》，扔会有热泪盈眶的感觉。总觉得刘同懂我们这代人的所有情绪。

他说一个人时连哭都不用看人脸色，一个人时放肆大笑，也不会有人骂你神经病，一个人时摔倒了，只有你才有资格嘲笑自己，一个人是所有生活也是全世界。

这本书中令我最深刻的点是梦想无处安放的日子也要时常拿出来晾晒。刘同刚去北京的时候，住在朋友在昌运宫租的一个两居室里，里面已经住住了4个人，加上刘同是5个，刘同很喜欢这个地址，昌运宫应该代表着运气很好。

最开始他连自己的卧室都没有，他就打地铺睡了一年，过了一年之后，朋友们纷纷都搬出了这套房子，他才开始独立拥有了一个卧室。生活还是需要仪式感，即使你是一个人，于是他动手粉了墙，铺了地毯，换了窗帘，去宜家买了很多让自己看起来很幸福的小玩意儿。

有时候感觉幸福就是这么简单，你的努力也是这么简单，你的努力总会被你的生活一步一步地所展现。

庆幸，刘同一直在这样做着。其实只有一个人的时候才是最了解自己。你了解自己的矫揉造作，无病呻吟，不甘于现状，却又被现实教训。读书笔记m人生来来回回留下的最珍贵的一定是你自己。其实回头看看那么长的路，那么久的'时间，人来人去只有你在陪自己，那一个人就一个人吧。刘同说能找到同行一段路的伙伴，谢谢自己，真有人能从头到尾一直在你身边，谢谢老天。至于爱情，恋爱是短暂的陪伴，婚姻是长久的同行。

就如同我们自己的生活，平凡却也伟大。每个人都有每个人自己的路要走，走到哪也只有自己说了算。人生这条路上你会有许许多多的过客，有的人愿意为你停住一段时间，有的人匆匆与你擦肩而过，有的人甘愿陪你一辈子。可当我们走到生命尽头之后，生命尽头其实也还是一个人。在面对老公孩子，父母，朋友同事的时候，你是你，却又不是你。

你似乎在你的生活中总是扮演着各种角色。却唯独缺失了你与自己对话的那个真正的你。这样想想，其实一个人就一个人也真的还好。我们总在别人的人生里穿行，其实别人也在我们的人生里穿行。有人说，刘同的书缺乏营养，经不起推敲，可人生总是需要许多选择的，《一个人就一个人》让我们体验各种的不同故事，给自己的平淡的生活添了点彩，其实已足矣。

一个人就一个人读后感篇三

刘同，又出新书了。

刚开始知道刘同，应该是那些年看职来职往，那个言语犀利，说话直指要害的“同哥”。后来，不断的看到他的作品问世，《谁的青春不迷茫》《我在未来等你》，后来，这本《一个人就一个人》问世。

具备多重身份的他，是光线影业的副总裁，是资深媒体人，

是青年作家。出版的书籍多次获奖。从另外一重角度来讲，他是一个不断向上、仰望天空，满怀清澈的造梦人。

从湖南卫视辞职，从南方为了梦想北漂，也经历过迷茫，后来，寻找到自己的光亮。现在的他，还是一个人，也不是一个人，朋友、亲人、同事，以及遇见过的那些人，都在生命的某一刻，留下了印记，有了纪念，也有了淡然。

周国平说：“独处也是一种能力。”独处给予我们的是独立的思考空间和与自我灵魂的对话。

刘同在微博上，写给读者说：“愿你一个人，愿你不是一个人，愿你随时一个人。”的确，如同哥所说，这是三层祝愿。可以一个人，是拥有独处的能力；不是一个人，是希望我们有我们可以陪伴的人；随时一个人，是希望我们可以随时保持一个人的状态，独立而自如。

这些细碎的文字，温暖而笃定。一个个故事，有友情、有爱情、有亲情，就像涓涓细流，进入我们的心底。一个人不是失落，而是一种勇气。《三十而已》中的王漫妮在上海打拼多年后，回到小镇，虽然有亲人在，但是依然藏不住自己内心的追求。后来重回上海，再到后来远走他乡求学，最终，自己的路还是要一个人走，谁都替不了，也没人能陪着走完全程。这样的一个人，经历的不管是沧桑还是悲伤，最后都能一个人抗下并继续向前。

一个人的追求与他人无关，遵从自己的内心就好。多年来，身边的人来来往往，而我们，也是他人的来来往往而已。刘同在北漂的这些年里，也遇到了很多朋友，陈默、文子、柳岩、张皓宸，他们也是走过很长一段路的挚友，但是每个人都有自己的路要走。也都是能经得住一个人的洗涤。

一个人没什么不好，就像刘同说的：“回头看看，那么长的路，那么久的时间，人来人去，只有你在陪自己，一个人那

就一个人。”一个人有一个人的思考，一个人有一个人的悲欢。

原以为这本书会有一些孤独和执拗，其实读完不是，更多的是温情。这不是一个人的执拗，不是伤感，而是一个人的独立。书中写道，希望你即使是两个人，也要是一个人。具有一个人独立解决问题的能力，遇到问题能够自我疗伤，也可以一个人开心。

一个人就一个人读后感篇四

一个人时，连哭都不用看人脸色。

一个人时，放肆大笑也不会有人骂你神经病。

一个人时，摔倒了只有你才有资格嘲笑自己。

一个人是所有生活，也是全世界。

——刘同

我在大学时期就是同哥的书迷了，已经回想不起具体是怎么认识同哥并喜欢上的，但清晰记得和室友福子一起追职来职往的时光，我就是单纯冲着同哥去看的节目。

后来，家里就有了同哥的每本书，还会买来送给好朋友，想要和好朋友分享自己读书时的心情和那段属于我们之间的专属回忆。

7月同哥的新书《一个人就一个人》预售，当然第一时间下单，给福子也买了一本，朋友也喜欢同哥，所以很想和她第一时间分享，期待能和她交流一些感受呢。

空气都热乎乎的八月来了，这一天我一口气读完了《一个人

就一个人》，其中有好几次被书中的文字触动而哭鼻子，又会因为点开了书中二维码里的vlog笑成傻子。

真的就是我喜欢的同哥，那么无聊又有趣，读你的书总能有意外的惊喜或者感动，蟹蟹你。

昨天看你微博，有个读者留言，看你的书到凌晨3点，此刻凌晨一点钟，但我一点睡意也没有，在电脑前敲打下这些文字，我怕不及时记录下此刻的感受，过后就会忘了这份触动。

这次的触动比前几本更深，不知道是不是因为自己也在成长，好多文字都能牵动自己的心，跟着哭跟着笑。

虽然书里记录的都是和你相关的故事，但总能从你的故事里找到自己的影子。文字拉近了我们之间的距离，你不再是地球另一端星人，像是生活在我们隔壁的小刘。

你微信会有无数个群，在这无数个群里总有那么一两个树洞群，树洞群里是什么都可以分享，无需回应，它在，心里就踏实。

佩服你一直在自己热爱的领域耕耘着，即使做着热爱的事，你也会常常焦虑，会有自我怀疑的时刻，但你说，拼尽全力了就好，想开点挺好。

在二十六岁，你遇见了最难的职场时刻，在那么难的时候，我理解的是因为你的那份正直成为了你的护盾，帮你闯关成功。你在书中写到爸爸在很多年后听到时，流泪了，这段真的是爆哭，我们长大后，遇到的难，都是埋在心底或者很久之后才会轻轻提起一句吧。

儿子误会了妈妈很多年，直到生命分别的最后时刻误会才解开，发现妈妈对他的爱和付出有多么深刻，好希望这不是真实的故事。

这段故事敲打在了我的心上，让我反思，自己和爸妈是否也有过误会，是否有错误理解她们好意的地方，是否有像朋友一样去倾听她们的声音，这点我做得不好，因为家里氛围不温馨，以前我时刻会想逃离。

现在我想法改变了，我应该主动去了解爸妈呀，多花点心思和时间在她们身上，珍惜爸妈念叨的时光。

以后我会把更多小日常多多记录下来，大脑会遗忘，某一天回头翻到这些被记录的旧时光时，会觉得珍贵无比。

一个人就一个人读后感篇五

是刘同的新书，看这样的故事散文没有负担，短短几天就能翻完整本。又发现原来周深和刘同是好朋友，周深简直破壁机！刘同也是我喜欢的墙头，是很喜欢的作家。

之前看过“青芒”系列的三本书，去过刘同在重庆的签售会，没来得及排队远远的看到了他，希望有机会见到，都是在好几年之前，由于现在想起来当初并没有多少大不了的事情，会觉得喜欢青芒这几本书，总有一些为赋新词强说愁的意味在；也可能现在看起来的小小困难，真的困扰到了当时的我。

无论如何，再看看做摘抄的时候把光亮翻坏，还有过去的日记里，都看得出来：这几本书都一定是鼓励和治愈到了这几年的我。既然是陪伴了那么久的作家，所以呀，刘同的书就总会让我觉得很温暖，好像字里行间都会跟你说“大家都会这样没有关系的要努力一切都很好呀…”，这一本也不例外。

书名叫一个人就一个人，建立且享受自己的世界又用不一样的目光和角度去欣赏外界，书里是一个个小故事，一个人从应该到可以到就一个人。一个人不是数量上的单独，只是在有了身边一切之后还是能保持独立的人格，能够很好的度过一个人的时间。好像也正是因为现在的我还没有真正体会那

么多，还对即将到来的“远行”有恐惧，所以对这本书更有兴趣，觉得还是能够从中得到鼓励，也可以看到学习到，这样一个厉害的人，他是怎样的。

书里好多章节太容易让人泪目：“从不后悔遇见你”里小琴和lucas奇妙又幸运又像是命中注定的相遇，好期待他们故事的后续；“友谊旅馆”中的妈妈，儿子对她从误解到后来长大理解接纳；写奶奶的情节，其实也像寻梦环游记里一样，真正的亲情和爱，没有忘记就永远不会消失，他们都在，一直都是…这些些故事都真实动人，现实的故事可能是更打动自己，从书里可以了解到别人的生活还是很奇妙的事情，诚恳又真挚的文笔更是让距离更近，还是能够从他的书里找到“嗯嗯嗯嗯是是是”这样的和谐，好像每一句感叹都是自己发出的，好像也是因为这样的和谐，才能够从中得到一些力量。“相遇不是幸运更像是注定，相爱不是随意是结伴远行”。想去郴州吃一碗鱼粉，像以前想吃高邮的咸鸭蛋一样，原来文字都还可以那么馋人…好看好看好看！

书也有好好的心意，有一封“读完全书前请勿打开”的信，手写的字好清秀，这一次也不会再把书翻坏，还有好看的书签啊哈哈。书里有句话是“只是循着文字，就能回到过往的日子”，这也是我想写下日记，不管是本上还是备忘录里，在未来，也都可以再回到现在的某一天，能够看到一步一步。

接下来的新路程，每一步都慎重些，尽量减少日后因偶尔的疏忽而付出更多的代价。

一个人就一个人读后感篇六

最近在《乘风破浪的姐姐》结束后的首个成团综艺《姐姐的爱乐之城》中，宁静表示至今仍未加黄龄的微信。作为共同参加了一个节目超过4个月的两个人，没有加微信，也不知道她只吃素的明显的饮食偏好。这不经让人质疑成年后的友谊怎么这么不容易。

不仅是友谊，包括人生的一些感悟，读读刘同的新书《一个人就一个人》，你会收获不一样的感悟。

《一个人就一个人》可以说写的是作者自己的人生历程，文风一贯的温暖，全书没有什么波澜起伏，没有什么手法起伏，只是很真诚的将自己的过往和感悟摊开来，让读的人不知不觉间将自己的感情带入。

在我们一路成长中，朋友就是不断地结交、失去、再结交再失去。小时候，我们都有那个手拉手一起走，拉勾勾要做一辈子朋友的伙伴，而今是否都渐行渐远，甚至消失在岁月里。

一个人就一个人读后感篇七

永远保持一个人的力量，活成自己想要的样子。

有一天，当你面临了诸如是否继续求学，或者是否改行之类的人生大难题时，你会怎样解决问题呢？一般来说，面对问题有三种解决方式，一种是不去管它，船到桥头自然直；一种是找别人要答案，父母亲人、朋友或者专业人士；第三种方式是自己找自己要答案。

不去管它，问题仿佛会自然而然消失……其实只是潜伏成更棘手的问题；找别人要答案，除非你是没有自己思想的提线木偶，否则他人的建议，怎么能那么合你心意？到最后，我们终究还是要学会自己给自己答案。

学会自己向自己提问，自己思考，自己解决，自己承担——是刘同认为一个人独立最重要的呈现方式。独立是指单独的站立或者指关系上不依附、不隶属。依靠自己的力量去做某事。很多人谈：经济独立、精神独立、思想独立……但不论是哪种独立，其实都代表着一个人依靠自己解决问题的能力。

刘同在《一个人就一个人》这本书中，将独立的能力化为个体

“一个人”的能力。一个独立的人，不是单纯地和身边人相互扶持相互依靠；而是因其足够独立，所以能够吸引独立的他们。很多人认识刘同，是从《谁的青春不迷茫》、《你的孤独，虽败犹荣》开始，这两本书指引了无数年轻人成长。而《一个人就一个人》，更加展现了刘同思想的成熟。

若说前两本如烈酒入喉，能够激起人一时的激情；那《一个人就一个人》便如佳酿，余味无穷。

有两种阶段你必须度过：难过的事情找不到人倾诉；开心的事情找不到人分享。——刘同

人天生就有集群属性。出生希望有小家、大家一起组成家庭，学习希望有班级群体，进入社会希望有守望相助的小团体……很多初入社会的青年觉得自己要做的第一件事是找几个人，建立几段稳固的社会关系，获得友情、爱情、事业，才算不枉走一遭。但其实一个人只有不再依赖任何关系，都能独立面对世界，才能与外面的世界平等对待；否则，我们在世界面前永远是渺小无力的。

你站在那里，就是一个人，是一道风景。如果你失去一个人的能力，那你哪怕在自己的世界里，也是扮演配角；而配角，永远是依赖主角生存的。刘同笔下的所有人，卖鱼粉凤姐也好，陈默也好，刘同本人也好，他们都有一种共同的能力：在自己的世界里，做主角；在他人的世界里，做配角。

无论相遇时间短长，遇见过，珍惜过；虽然最后我还是一个人走，但不遗憾，也不惶恐。一个人，那就一个人；一个人是所有世界，也是所有生活。

独立是每个人都应该具备的能力，但独立并不等于孤独。亲情、友情、事业，并不应以独立之名不被重视。刘同要强调的是：哪怕你是两个人，也要保持一个人。在任何亲密关系中，都要保持自己独立的状态。这是让任何亲密关系保鲜最

重要的原则。就像婚姻，有人婚后渐渐麻木，觉得失去了自己，全靠小孩维持婚姻；而有的夫妻，每天都有各自的世界，不时互相分享，仿佛在过两段人生。

好的亲密关系，亲密又疏离，相互依赖又相互独立。在你的世界里，你做主角，我做配角；在我的世界里，你也要主动地做配角。这本书流露出的人生感慨和豁达情怀，非处世不深的年轻人所能经历。就像刘同本人说的：多年前的“孤独”，能让他逐渐拥有自己的世界，不羡慕别人；现在的《一个人就一个人》，则是他拥有了自己的世界之后，开始用这样的目光去欣赏和探索外界。

每个人的人生都足够精彩，我们都要活成自己想要的样子。

一个人就一个人读后感篇八

小时候特别害怕孤独，害怕一个人，一个人睡觉都感觉黑暗的房间里挤满了妖魔鬼怪。做什么都必须结伴而行，哪怕是上厕所，也要和小伙伴手牵着手去。我们奋力融进集体，生怕被排挤，被讨厌，被孤立。可是我一直以来都不是一个开朗乐观的人，我清楚自己的自闭和社恐，所以每时每刻都像是在割裂的状态下存在着。

没有人告诉我一个人挺好，他们只会对我说，我一把年纪还嫁不出去，无人养老送终，最后死了都无人知晓。好像我们没有人可以一个人活着，没有人和我说，一个人挺好，更没有人对我说，一个人就一个人。

我喜欢这本书，就是因为封面上写的这几个字——《一个人就一个人》。

关于“一个人”：

哪怕我现在还是一个人，我仍旧害怕自己一个人。虽然不像

小时候那样，害怕一个人吃饭、睡觉、上厕所，我已经能够一个人搬家、看电影、去医院挂水，我仍然无时无刻不想摆脱一个人的状态，而你越是求什么，什么就越是来不来。心里的恐慌，就算面上不显，也会从眼睛里漏出来。

作者的书，无疑拯救了迷惘的我于水深火热。就像久旱逢甘霖，他乡遇故知，他的文字不骄不躁，不卑不亢，娓娓道来，用自己的亲身经历，安慰到了我，在这样一个夜深人静的时候，心情如水般平静。

一个人并不可怕，孤独也好，寂寞也罢，都是我们成为独立个体挣扎的过程，不要因为害怕寂寞，恐惧孤独，而一头钻进别人的世界里，比一个人更可怕的是，失去我们自己。

接纳自己是独立的个体，而不是谁的附庸。

我究竟想要什么，等等，都想思考出一个答案来。可是我没有作者清醒，总是陷入思维的死循环中，同时又羞于求助他人，好多问题我也不知道自己的答案，一个人需要做的，是自己给自己答疑解惑，是独立思考，是主动发现问题，再解决问题的能力。

想要真正实现自己的目标，能够在亲人朋友的目光里，勇敢表达自己，说出“一个人就一个人”，我还有很长的一段路要走。

我还需要接纳自己是一个独立的个体，接纳自己的不完美，不想成为谁的附属，成为谁生命里的过客，去主演自己的剧本，开启新的篇章。

如果你也对生活充满了迷惘，在岁月里随波逐流，不知道自己需要什么，也不知道究竟要一个人多久，我推荐你看一看这本书，这个世界上不止存在这样一个自己，很多人一个人，也有很多人一个人也过得很精彩，一个人就一个人，不是赌

气，而是对生活有底气，才敢于表达自己真实的想法，勇于直面世界上的一切挑战和机遇。