

最新读后感字漂亮(汇总8篇)

在观看完一部作品以后，一定对生活有了新的感悟和看法吧，为此需要好好认真地写读后感。读后感书写有哪些格式要求呢？怎样才能写一篇优秀的读后感呢？下面我给大家整理了一些优秀的读后感范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

读后感字漂亮篇一

看完这篇优美的散文，总为作者努力超越自己的执著而感动——一开始我并不知道是海明威写的。但知道这篇散文的作者是海明威以后，心情突然变得沉重了——我自觉地将这篇散文和作者最后的结局联系在一起，这也是我读小说《老人与海》时的感受。

“我始终相信。开始在内心生活得更严肃的人，也会在外表上开始生活得更朴素。在一个奢华浪费的年代。我希望能向世界表明。人类真正需要的东西是非常之微少的。”

尼采在超人哲学的太阳曝晒下成为疯子；

海子把“面朝大海，春暖花开”的愿望碾碎在火车轮下；

.....

——“优于别人。并不高贵，真正的高贵应该是优于过去的自己。”海明威如是说，可他已经无法再超越自己了，所以他选择了最后的放弃。

——他们战胜了生命的极限，却湮没在成功的背叛中！

读后感字漂亮篇二

目不转睛的盯着书上的文字，心里一遍一遍的过着杂七杂八的烦心事，这个时候幸福的.确和我无关。我迫切的希望赶紧进入寒假，没有哪一刻比此时更希望解脱自己，或许那一刻是幸福的。

今年，有关幸福的话题很多，央视幸福一问成为了谈笑热点，我倒觉得能把真实播放给大家，这背后就挺让人幸福。因为真实本身就是幸福。这是读了马丁·塞利格曼《真实的幸福》一书最大的感受。

真要遥望过去的岁月，提炼出幸福的时光，的确有点模糊，或者说，那些被现在概括起来称为幸福的感觉，和现在相比是幸福的，当时意识中却并无幸福二字。只是被充实、踏实的心情所笼罩。简短说，此时有幸福的概念，停在口上，落在追逐的脚步中。彼时有幸福的感受，存在心中，丢在奔跑的时光里。哪个更幸福，一目了然，哪个更实在，也是心中了然。细想，最幸福的时光便是工作最初的几年，班主任加上两个班的语文课，踏实、积极的工作状态。几个铁杆好友，充满温情的关切和交流，乐观而快乐的生活。每天都很充实，无欲无求，学生的进步是最大的渴望，而学生成长规律总能让渴望的心获得必要的满足。想来，那不是努力的结果，是时间推移的必然。现在，许多事不在掌控之中，后悔揽了这么个瓷器活，不是没这个钻，而是活的性质变了，随之不幸福了。之所以这样，是欲望更多了，让欲望从淡定的心中脱缰而出，追随着这个社会欲望之流，不停的疾奔，偶发现，停下来是需要修炼的。我清醒的意识到，保持一个健康的心态对于事业和成长都极为重要。最重要的是修心，而心态的修炼不易。

我们极易被“根都烂掉”的情绪所感染，总是想修炼自己，打败自己的冲动，其实，积极的情绪、特质和积极组织系统才是积极心态的有效组成。而在智慧、勇气、仁爱、正义、

节制、精神卓越等方面修炼，路漫漫其修远，需不断进取。更重要的是，我们要清醒的认识到自己的优势，从点滴做，一件件可以带来幸福感的事，连点成线，可以连成真实而幸福的感受，真实的存在，长久的幸福。这种满足感，来源于我们的工作和我们的生活，在我们的教学中，在我们教养孩子中都可以做到，哪怕是微不足道，这种真实的幸福感和丰富的满足感，必会袭身。这本身就是一种修炼，对心态的一种提升，也是获取幸福的源泉。

这个时代的人，在追逐幸福感时极易走捷径，用短暂的愉悦获取幸福感受，如没有乐观的、积极的心态也不易长久，即便锦衣加身、腰缠万贯也不会幸福。尤其，当负面情绪袭来，便很难操控，幸福感会被瞬间偷袭，须臾间丧失。如何做，书中倒给了我不少启示，只不过还需慢慢学来，过程漫长而艰辛，书中“幸福可以学来，幸福可以到永远”的观点倒是激励我们，追逐幸福，永不止步，因为那才是生命真正价值所在。

读后感字漂亮篇三

今年，有关幸福的话题很多，央视幸福一问成为了谈笑热点，我倒觉得能把真实播放给大家，这背后就挺让人幸福。因为真实本身就是幸福。这是读了马丁·塞利格曼《真实的幸福》一书最大的感受。

真要遥望过去的岁月，提炼出幸福的时光，的确有点模糊，或者说，那些被现在概括起来称为幸福的感觉，和现在相比是幸福的，当时意识中却并无幸福二字。只是被充实。踏实的心情所笼罩。简短说，此时有幸福的概念，停在口上，落在追逐的脚步中。彼时有幸福的感受，存在心中，丢在奔跑的时光里。哪个更幸福，一目了然，哪个更实在，也是心中了然。细想，最幸福的时光便是工作最初的几年，班主任加上两个班的语文课，踏实。积极的工作状态。几个铁杆好友，充满温情的关切和交流，乐观而快乐的生活。每天都很充实，

无欲无求，学生的进步是最大的渴望，而学生成长规律总能让渴望的心获得必要的满足。想来，那不是努力的结果，是时间推移的必然。现在，许多事不在掌控之中，后悔揽了这么个瓷器活，不是没这个钻，而是活的性质变了，随之不幸福了。之所以这样，是欲望更多了，让欲望从淡定的心中脱缰而出，追随着这个社会欲望之流，不停的疾奔，偶发现，停下来是需要修炼的我清醒的意识到，保持一个健康的心态对于事业和成长都极为重要。最重要的是修心，而心态的修炼不易。我们极易被“根都烂掉”的情绪所感染，总是想修炼自己，打败自己的冲动，其实，积极的情绪。特质和积极组织系统才是积极心态的有效组成。而在智慧。勇气。仁爱。正义。节制。精神卓越等方面修炼，路漫漫其修远，需不断进取。更重要的是，我们要清醒的认识到自己的优势，从点滴做，一件件可以带来幸福感的事，连点成线，可以连成真实而幸福的感受，真实的存在，长久的幸福。这种满足感，来源于我们的工作和我们的生活，在我们的教学中，在我们教养孩子中都可以做到，哪怕是微不足道，这种真实的幸福感和丰富的满足感，必会袭身。这本身就是一种修炼，对心态的一种提升，也是获取幸福的源泉。

这个时代的人，在追逐幸福感时极易走捷径，用短暂的愉悦获取幸福感受，如没有乐观的积极的心态也不易长久，即便锦衣加身。腰缠万贯也不会幸福。尤其，当负面情绪袭来，便很难操控，幸福感会被瞬间偷袭，须臾间丧失。如何做，书中倒给了我不少启示，只不过还需慢慢学来，过程漫长而艰辛，书中“幸福可以学来，幸福可以到永远”的观点倒是激励我们，追逐幸福，永不止步，因为那才是生命真正价值所在。

读后感字漂亮篇四

“我只想拥有自己真实的高度。”这是小仲马说的，这句话使我陷入了深深地深思。

大仲马在得知儿子寄出的稿子总是碰壁后，便对他说：“你在信上写上我是大仲马的儿子，情况也许就会好多了。”但是被小仲马拒绝了。他说：“我不想坐在您的肩上摘苹果，那样的苹果没味道。”为了不让自己和大名鼎鼎的爸爸联系起来，他取了十几个笔名。可不管小仲马怎么样努力，都是徒劳。他的作品仍然没被选中。但是小仲马从不沮丧。依然坚持创作，终于他的作品茶花女被一位编辑看中了，编辑发现那是大仲马家的地址，最后才知道他是大仲马的儿子，编辑问他：“你为什么不署你的真名呢？”而小仲马回答道：“我想拥有自己真实的高度。”编辑对小仲马赞叹不已。

读了这篇文章，我对小仲马的做法感到无比钦佩，失败了那么多次，但他不气馁。以自己顽强的毅力证明了他自己。并赢得了别人的赞许，一步步走上了成功的道路。

我一定要学习小仲马的精神，以自己真实的能力去博取别人的赞许，这才是最可靠，最长久的成功。

读后感字漂亮篇五

今年，有关幸福的话题很多，央视幸福一问成为了谈笑热点，我倒觉得能把真实播放给大家，这背后就挺让人幸福。因为真实本身就是幸福。这是读了马丁·塞利格曼《真实的幸福》一书最大的感受。

真要遥望过去的岁月，提炼出幸福的时光，的确有点模糊，或者说，那些被现在概括起来称为幸福的感觉，和现在相比是幸福的，当时意识中却并无幸福二字。只是被充实、踏实的心情所笼罩。简短说，此时有幸福的概念，停在口上，落在追逐的脚步中。彼时有幸福的感受，存在心中，丢在奔跑的时光里。哪个更幸福，一目了然，哪个更实在，也是心中了然。细想，最幸福的时光便是工作最初的几年，班主任加上两个班的语文课，踏实、积极的工作状态。几个铁杆好友，充满温情的关切和交流，乐观而快乐的生活。每天都很充实，

无欲无求，学生的进步是最大的渴望，而学生成长规律总能让渴望的心获得必要的满足。想来，那不是努力的结果，是时间推移的必然。现在，许多事不在掌控之中，后悔揽了这么个瓷器活，不是没这个钻，而是活的性质变了，随之不幸福了。之所以这样，是欲望更多了，让欲望从淡定的心中脱缰而出，追随着这个社会欲望之流，不停的疾奔，偶发现，停下来是需要修炼的。我清醒的意识到，保持一个健康的心态对于事业和成长都极为重要。最重要的是修心，而心态的修炼不易。

我们极易被“根都烂掉”的情绪所感染，总是想修炼自己，打败自己的冲动，其实，积极的情绪、特质和积极组织系统才是积极心态的有效组成。而在智慧、勇气、仁爱、正义、节制、精神卓越等方面修炼，路漫漫其修远，需不断进龋更重要的是，我们要清醒的认识到自己的优势，从点滴做，一件件可以带来幸福感的事，连点成线，可以连成真实而幸福的感受，真实的存在，长久的幸福。这种满足感，来源于我们的工作和我们的生活，在我们的教学中，在我们教养孩子中都可以做到，哪怕是微不足道，这种真实的幸福感和丰富的满足感，必会袭身。这本身就是一种修炼，对心态的一种提升，也是获取幸福的源泉。

这个时代的人，在追逐幸福感时极易走捷径，用短暂的愉悦获取幸福感受，如没有乐观的、积极的心态也不易长久，即便锦衣加身、腰缠万贯也不会幸福。尤其，当负面情绪袭来，便很难操控，幸福感会被瞬间偷袭，须臾间丧失。如何做，书中倒给了我不少启示，只不过还需慢慢学来，过程漫长而艰辛，书中“幸福可以学来，幸福可以到永远”的观点倒是激励我们，追逐幸福，永不止步，因为那才是生命真正价值所在。

读后感字漂亮篇六

一本好书，就如同一首诗，用酣畅淋漓的语言书写无尽的快

乐：一本好书，就如同一幅画，用五彩缤纷的颜料描绘满眼的绚烂；一本好书，就如同一首歌，用温婉动听的旋律吟唱满心的美好……我最喜欢的一本书就是——《挫折并不可怕》。

这本书的主编是崔钟雷，这里记录了各种各样的名人故事，都告诉我们一个道理：挫折并不可怕！

其中，我最喜欢小仲马的故事——真实的高度。这个故事讲了：小仲马寄出的稿子总是碰壁，可是他并没有灰心，还是继续努力创作。功夫不负有心人，终于，小仲马寄出的长篇小说《茶花女》以及其绝妙的构思和精彩的文笔震撼了一位资深编辑，小仲马一时名声鹊起。

我特别喜欢小仲马对大仲马说的一句话：“我不想坐在你的肩膀上摘苹果，那样摘的苹果没有味道！”通过这句话，我明白了许多道理：我们从父母或其它亲戚朋友的社会关系中，获取了通往成功之路的捷径，便会忘记了自己真实的高度，忘记了怎样用真实的能力去获得成功，脚踏实地的向前走，你才会真正的进步！

这本书让我真正的明白了：挫折并不可怕！

读后感字漂亮篇七

读完这本书给我最大的收获就是让我从新了解什么是幸福。与我以前的理解有很大的不同，我一直都认为幸福只是一种感觉，幸福就是知足常乐。但看完此书之后，发现幸福是有章可循的，幸福是可以评估的，幸福是可以养成的。让我们懂得如何使自己和身边的人更加幸福。

一、过去的就让它过去：每个人人生道路都不可能一帆风顺，总会遇到这样或那样的不如意，我们是否幸福取决于我们应对不幸的能力，我们没有办法去改变过去，只能是积极面对

未来。我们都有过快乐与幸福，也有过悲伤与痛苦，这些每个人都可以切身感受到的。我们这样的感受，总有一天会成为过去，既然已经感受过、拥有过，你就必需要承认它的存在，并且要接受它、容忍它，让它在你的生命里轻轻地滑过，你自然会收获到一种坦然、诚实、豁达，这样你才会得到幸福。

二、未来不全像你想象：当面临同一问题时，不同的人想象的未来也是不一样的。有的人就会把问题复杂化，将事情灾难化。有时候抓住一个想法不放的后果其实比它的真实性还要糟。所以换个思维思考问题吧。希望是一个人在成长过程中为之奋斗的最终目标，只有永远心怀希望，才会拼尽全力去实现自己的梦想。这也就相当于我们的人生，假设我们的明天、我们的未来早已经没有了任何希望，面对眼前的各种机会，或许没有人会愿意去把握和奋斗。因为没有希望，所以现在的我们选择绝望和挥霍当下的人生。但若是未来总是充满了希望，我们就会重新捡起丢掉梦想。不管我们最后的奋斗结果如何，不管我们是输还是赢，因为我们为了这份希望尽了所有的努力，所以才不会后悔。这一切，都源于我们对未来的期许。明天对所有人来说都是一个未知数。心怀信念，然后努力去奋斗，就一定可以使我们的未来变得更加美好。即便明天是个未知数，我们依旧要充满期待。

三、抓住现在的幸福：一样的生活，不一样的心情。当幸福来敲门的时候，不妨将幸福先热情的迎进门，聊聊最近的快乐。也许某一天你会发现，周围都是幸福的时光。你越是去追求完美的人生，考虑自己是否幸福时，那么你会给幸福设立个评分标准。这样你会发现自己离幸福越来越远，因为你总会觉得自己的人生似乎还没那么完美，你所有关注点都在那些不完美的地方，不完美的地方就被我们自己无限的放大。幸福是不能衡量的，也是不必比较的。与其羡慕别人不如把自己的日子过好，其实幸福就在我们每个人的身边，它随时伴随着我们。

我想，只要我们忘记过去的悲伤，珍惜现在的幸福，坦然面对未来，我们会拥有真实的幸福。

读后感字漂亮篇八

花了两周的时间，断断续续终于看完这本书，在职场心理与企业eap服务的课程中，老师强烈推荐塞利格曼的书，积极心理学和传统的心理学不同，他不认为你应该花太多时间去改正自己的弱点；相反，他认为生命最大的成功在于建立及发挥你的优势。幸福感来自于自己的优势及美德，通过自己努力获得的幸福才会有真正的幸福感受。一直以来我想知道的是我们对那些永恒的问题——我们该如何生活的有意义？我们从哪里来？我们要往何处去的答案。这本马丁·塞利格曼的积极心理学的第一本书，竟在结尾也给了我比较收获的解释。

上帝存在吗？这种神现在无法存在，因为我们会再碰到两个相同的问题：假如现存的神是无所不知、善良正直的话，那为什么世界上还会有邪恶存在？如果现在的神是万能和全知的，人类怎么会有自由意志？所以过去没有神，现在也没有神。但问题仍在那儿，从长远来看，这个双赢的原则将把我们带到哪里？给我们带来一个非超自然的神，一个需要通过自然的双赢法则才能得到万能、全知和美德的神。或许，神就是我们的终点。

一个不断选择复杂的过程最后一定会止于万能、全知和美德。当然，这个目的不可能在我们有生之年完成，甚至无法再人类有生之年实现。我们能做的就是选择自己成为这个历程中的一分子，使他前进一步。这是进入有意义的生活的门，有意义的生活必须与比我们自身更宏大的东西连接上，这也将使你的每一天都过得有意义。

你的生活取向，你可以选择走向这个目的，或选择与这个目的完全无关的生活；你甚至可以选择故意妨碍它。你可以选

择以增加知识为中心的生活：学习、教书、教育你的孩子，或从事科学、文学、新闻学等许多类似的行业；你也可以选择一增加力量为中心的生活，通过技术、工程、建筑、医疗服务或制造业来达到这个目的；你还可以选择以增加美德为中心的生活，通过法律、宗教、道德、政治等途径，或通过当警察、救火队员或从事慈善事业来达成你的目的。

美好的生活来自每一天都应用你的突出优势，有意义的生活还要加上一个条件——将这些优势用于增加知识、力量 and 美德上。这样的生活一定是孕育着意义的生活，如果神是生命的终点，那么这种生活必定是神圣的。