

唤醒巨人读后感(优质5篇)

认真品味一部作品后，大家一定收获不少吧，不妨坐下来好好写写读后感吧。那么该如何才能够写好一篇读后感呢？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。

唤醒巨人读后感篇一

《唤醒心中的巨人》的作者是安东尼·罗宾，1960年2月29日出生于美国加利福尼亚，他是世界潜能激励大师、世界第一成功导师、世界第一潜能开发大师。安东尼·罗宾写的《呼唤心中的巨人》多以故事为主，让读者感受一个循序渐进的学习过程，是的，激发潜能需要学习，寻找并激发潜能是一个需要我们用心去感受的过程。安东尼·罗宾先是让我们正视自己的梦想然后再谈及完成梦想的各种必备条件，时间，情绪，健康以及生命等等。

在“完成梦想”这个话题上，我认为安东尼·罗宾是十分有发言权的，安东尼·罗宾在他十七岁那一年离开家，当时他高中还未毕业。为了谋生，他摆过地摊，当过餐厅服务员，跑过推销……最后在一家银行担任洗厕所的工作，那时候他全部的家当就是一辆价值九百美元的二手旧车——“甲壳虫”。他只能睡在“甲壳虫”里面，最糟糕的是他甚至交不起“昂贵”的停车费，所以每天晚上必须跑到“7-11连锁店”门口睡觉，因为这家商店门口是二十四小时免费停车。他决心改变他所面对的一切，于是他四处借钱开始去听吉米·罗恩，一个潜能大师的课，这个决定改变了安东尼·罗宾的一生，通过不断的学习和自我提升，他越来越了解自己心中的潜能，他尝试去激发自己的潜能，最终走向了成功。这个人在书中写了很多励志故事，可不得不说作者安东尼·罗宾本人的人生，就是一个非常励志的故事。

想想，我们刚刚进入大学，正值青春年少，我们的生活比安东尼·罗宾当时的生活要好很多，我们无需担心自己的衣食住行，我们理应拼尽全力的去追逐我们的梦想。可我们真的做到了吗？有些人在困难面前选择了妥协，也许这个困难不过是坚持在寒冷的冬天里早早起床而已，我们却做不到。有些人被别人的一些恶言恶语轻易击败，从此一蹶不振，丧失了一切斗志，原本应该是迎春飞扬的年纪，却没有朝气了。这不禁让我想到安东尼·罗宾的书中有这样一段情节：农夫为了让儿子将来有出息，将他送至城里，跟他的朋友学习经商。过了一段时间，农夫进城打探儿子长进如何？没想他的朋友说：“你儿子生来就不是经商的料，即使留在我店里一千年，也学不成一个真正的商人！你最好还是带他回乡下跟你学种地吧！”这句话深深的刺痛了农夫儿子的强烈自尊心，他愤恨之余，毅然决定跑到大都市芝加哥，从当伙计起步，历经千辛万苦闯荡天下，在自强不息中找回自信，终于成长为闻名于世的大商人。

农夫的儿子是一个很好的榜样，我认为每一个有志气有梦想的人心中都会有一种“韧性”，有那种不会被轻易击垮的精神。你只有拥有了那种坚持不懈不断奋斗的精神，才能坚持到激发自己潜能的那一天。

有多可惜，太多人在激发自己潜能之前，就轻易的被击败，轻易的选择了放弃。安东尼·罗宾在书中向读者发出了提问：你要怎样的未来？如果你想过着你所期望的明天，那你今天该做什么？什么是你的长远目标，你应该马上去做什么？如果一个人能在心中经常的问问自己，我想，他会有在困难面前坚持下去的勇气，而不会选择在激发自己潜能之前轻易放弃。因为不去询问自己，不去正视自己的内心，一味的放任自己，才会忽视掉自己的潜能，碌碌无为的过一生。

当然我们不能保证只要不断询问自己这些问题就能够很快的激发自己的潜能，我们不知道何时能够激发自己的潜能，我们要做的就是耐心的等待，珍惜生命，不轻易放弃任何一个

机会，从容的面对生活中的苦难，惟有这样，我们才能有接近自己心中潜能的可能，我们才能迎来唤醒心中巨人的那一天。为此，我们必须坚持不懈。

唤醒巨人读后感篇二

看了安东尼·罗宾的《唤醒心中的巨人》后，我深刻地明白了人们所做的每一件事情无外乎两个目的：逃避痛苦和追求快乐。而逃避痛苦的力量往往比追求快乐的力量更大，比如说人在什么时候跑的是最快的？如果给你一百万让你跑的话，我想你一定会竭尽全力，但是你仍然没有发挥出自己的潜力，然而如果你身后有一只老虎在追你的话，我想你一定会跑得比世界上最棒的运动员都要快！这就是逃避痛苦的力量，这种力量比追求快乐的力量大几千几万倍！

很多人不知道他们到底能够干什么，而他们的生活都是被别人安排好了的，对于一个普通的中国家庭来说，大多数都是从小学一直读到大学，然后出去找一份工作，然后结婚生子，然后继续让他们的后代和他们一样，过着一样的生活，他们的生活从一出生就被自己的父母安排的好好的，他们只需要按照父母的要求去做就行了，他们也不愿意花时间去思考自己究竟能够干什么或者自己究竟喜欢做什么。很多人看到别人能够成功更多的是羡慕，却不愿意从深层次去思考他们能够成功的原因，如果身边有一个人说他自己以后一定会更强，招来的肯定是一片嘲笑，有一天那个曾经被人嘲笑过的人忽然发达了，旁人也只会用“他运气好”“他人脉广”等一系列理由来麻痹自己，那样的人是可悲的，因为他们永远活在别人的光环之下，感觉不到成功的快乐。

如果我说：每个人都可以成为比尔·盖茨那样的优秀企业家，也可能成为希特勒那样的纳粹头子，一定会有很多人说我是神经病，但是你不能否认一个事实：那就是你身上具备成为一切人的特质，包括比尔·盖茨，--，马云，陈安之，甚至是马加爵。关键是很多人都不能够正确地运用，一切品质早

就已经存在于你的潜意识中，无论是好的还是坏的，重要的是你能不能够运用他们。

人生有时就是这样，许多事是在瞬间注定的，有些本来看上去很偶然的一件小事，就可能使一个人的人生态度从此发生转变。我们中间的大多数人都具有非凡的潜在能力，但这种潜能大部分时间里都处于一种酣睡的状态，它一旦被唤醒，就会做出许多令人神奇的事情。大量实践表明，自尊心对于事业的成功简直是一种奇迹，它是唤醒心中巨人的良方。有了它，你就会获得取之不尽，用之不竭的动力。一个没有自尊心的人，无论有多大本领，也不可能抓住任何成功的机会。

福特说：“你认为你能或是不能，你都是对的。”如果你相信自己可以做到，并且能够坚持不懈地做下去，我认为你想不成功都很难！而很多人总是很容易被别人所影响，被环境所影响，我想环境不过是人们为自己的懒惰和消极找的借口！

孔子云，君子和而不同。条条大道通罗马，人生中任何一种经历都是一种财富，人们可以选择不同的成功机会，积累的越多，人就越成熟、越充实，成功的机会也就越多。只要你稍稍留心，就会发现生活中许多成功者，都曾经历过无数次的失败。但他们靠着强烈的自尊心和自信心，跌倒了重新爬起来，更加努力的奋斗。画家齐白石三十岁以前是个木匠，如果他当初自卑地抱怨自己这辈子只能当个木匠，那末中国画坛将永远少了一代宗师。

唤醒巨人读后感篇三

最近浅读了世界级潜能开发大师安东尼·罗宾斯《唤醒心中的巨人》一书使我颇有感触。古往今来，许多失败者不是输给了对手，不是输在了实力上，而往往是输在了自己的内心上，无法唤醒心中的巨人只能成为失败者。

作者安东尼·罗宾斯本是一个穷困潦倒的小伙子，自从他发

现内心蕴藏着无限的潜能之后，生活便开始大为改观，成为一名充满自信的成功者。而他的这本书向我们讲述了我们如何挖掘酣睡于生命之中的巨大潜力，很多时候我们不是做不到只是不懂得如何唤起自己的斗志与自信。一旦我们唤醒睡梦中的巨人，就会做出许多神奇的事情。这些事情或许是你曾经认为异想天开的，或许是你认为自己永远做不到的，但是却真真实实的发生了。那么安东尼到底如何挖掘心中潜能呢？我认为总得来说有这几个方面：向上的信念、用心的决定、健康的身体、自我的控制。

书中提到信念是创造力，也可以是破坏力，而生活就是要不断调整，接受有益的、与时俱进的信念，摒弃阻碍自己上进的信念。德国著名音乐家贝多芬在音乐生涯进入成熟期后发现自己的耳朵变聋了，这对于一个音乐家来说是一个多么可怕事情，但他却不曾减少对音乐的热情，他说“我要扼住命运的喉咙，它不能使我完全屈服”。由于他这种积极乐观向上的信念，创作了一部部享誉世界的名曲。有益的信念就像指南针和地图，指引出我们要去的目标，并确信必能到达。然而没有信念的人，就像少了马达缺了舵的汽艇，不能动弹一步。所以在人生中，必得要有积极向上的信念的引导，它会帮助你看到目标，鼓舞你去追求，创造你想要的人生。

“谁能想到数年前所做的决定今后要全力以赴以不负此生，竟然会给我如此难以置信的结果”我们人的一生会做出许许多多的决定，不管决定是对是错我们都应不遗余力的去做。谁的一生能够不犯错误？关键在于是否能够从一次次的错误中汲取经验。这个世界上真正成功的人少之又少，究其原因就是不够用心。“用心”是对拥有自尊心和自信心的最好诠释。就像我们大多数人在工作的时候一样，完成一个工作，用心去做和不用心去做那是完全不同的两个结果。不用心去做，做事情就效率低下，甚至会出现很多错误，没有乐趣，工作枯燥乏味；用心去做，我们就会有高昂的斗志，能感受到工作的乐趣。

身体是革命的本钱，安东尼的这本书提到就算是上帝也会休息一天。在这个信息化快速发展的时代，很多人为了生活而起早贪黑的工作，到最后往往是熬坏了身体，得不偿失。我们应该尽量的让工作和娱乐休息相平衡，既要努力的工作又要尽情的享受生活放松自己。人在高度疲劳的状态下不要说是挖掘潜能了就连完成最基本的事情也会错的一塌糊涂，因此我们需要时间去放空自己。假期时出去看看大好河山，与家人享受温馨时刻，没有了平常生活中的压力，思想和身体得到释放很多你想不通的事情自然而然的就会迎刃而解。

真正优秀的人，以做事为主，伤害大局的情绪摆在一边。控制情绪，才能成就最大的能力。林肯做总统的时候，陆军部长向他抱怨受到一位上将的侮辱，林肯建议写一封言语犀利刻薄的信骂回那名上将。信写好了，部长要将信邮寄出去时，林肯问：“你在干吗？”“当时是寄给他啊”部长不解的说。林肯说：“你傻啊，快把信给烧了。我生气的时候也是这么做的，写信是为了解气，如果你还不爽，那就再写，写到舒服为止！”当心里有了负面情绪时，要试着去引导，去控制，就像是林肯一样用了写信的方法。又或者像清代作家李渔，他倾泻情绪的方式是写字；郑板桥更是直接，当他受到官场打压，郁郁不得志时他便提笔画竹。没有人天生就懂得控制情，但再控制不住情绪也要学着控制。如果你是对的，你没必要发脾气；如果你是错的，你没资格去发脾气，不要让你的感性情绪控制了理性情绪。

人生总是变幻莫测的，但我一直坚信，决定我们人生的关键不在于所遭逢的环境，而在于我们决定要如何去面对。其实这很简单，就是今天就下定决心，到底在未来的三年、五年或者更后面的日子里要成为一个什么样的人。决定好了之后你是要努力奋斗，还是任由这个想法又一次付之东流都在于自己的决定。但是像学历不高，家境不好的这些理由就不要再想了，它仅仅是你逃避激发内心潜能的借口，它只会拖慢你的脚步，限制你的发展。每个人的一生都是短暂却又宝贵的，我们只有早日叫醒我们心中沉睡的巨人，释放出你最大

的能量，激发出你最大的潜能才能不负现如今这大好时光。

人的潜力是无限的，这个世界是属于勇敢者的世界。只要我们怀揣梦想，执着追求，撸起袖子加油干，终有一天内心的巨人会唤醒，你会成为自己的盖世英雄！

唤醒巨人读后感篇四

去年年底，工会主席说找我约个稿，让我看一本好书写一篇读后感。收到通知的那个时刻突然间一脸茫然、感到不知所措，对自己毫无信心。于是我毫无头绪地去了图书馆翻阅书籍，想找到一本好书进行拜读。偶然间让我翻阅到一本由世界潜能开发大师——安东尼·罗宾写的《唤醒心中的巨人》，当时翻阅了几页，深深地被这本书吸引。

看完全书，我感触颇深，有一种心动、久久不能平息的感受，非常渴望自己也可以将自己身上所存在的潜能完全爆发出来，使自己无所不能。本书主要是让我们在许多富于灵感和乐趣故事中找到灵感，让我们渐渐地去激发自己的潜能和一个能够控制情绪、命运的能力，从而让我们达到自己的最终目的，到达成功的彼岸。

作者本来是一个穷困潦倒的小伙子，26岁时仍然住在仅有10平方米的单身公寓里，洗碗盆也只能在浴缸里洗，生活十分糟糕，前途一片黯淡。然而，自从他发现自己内心所蕴含的巨大潜能后，从此好像变了一个人一样，大量激发自己的潜能，改变自己，以及自己的生活，慢慢地成为一名充满自信的成功者。这正是作者所经历的一切，一幕幕画面仿佛历历在目。作者从一开始写命运之梦，逐步写到塑造人生的力量、情绪的影响和作用、七天塑造人生、健康与生命，最终向我们提问：“一个人究竟能做什么？”

曾经有科学家指出，人的能力有90%以上处于休眠状态，没有开发出来。如果我们能多挖掘自己一些潜能，那将会创造

一道亮丽的人生风景线。往往在我们的工作中或者生活上，大多数的人都会习惯于表现自己所熟悉、所擅长的领域，每天只会按部就班地做着手头上的事，过着自以为是的生活，往往忽略了自己身上所存在的潜能。我们试着去改变自己的一些“旧事物”，因为毕竟天地万物都存在着变数，我们永远不知道下一秒会发生什么事，也许这一秒事情是这样的，而下一秒就会发生了巨大的变化，呈现出来的往往又是另外一幅面貌。往往人生也是这样的，我们不能就趋于现状，也许在你一念之间，就改变了你的人生方向。我们需要勇敢地去尝试改变，要相信只有改变才是硬道理。

书中强调了如果想要激发自身的潜能，自尊和自信是关键。我们在人生的前进道路上会遇到逆境，碰到很多困难、挫折。因为只有赢得了自尊和自信，才可以在逆境中调整自己的节奏，使自己心中的巨人不被挫折中的“另一个自己”所打败，才可以激发自身存在的无限的潜能。如果一个人一旦失去了自尊和自信的话，那这个人注定不能成功，在起跑线上就已经输了。

反过来观察自己，发现自己最大的缺点就是不够自信，也不知道是为什么？也许我的不自信源自于自己的外表，因为总是会嫌弃自己海拔太低，感觉到自卑；也许有可能源于自己的胆子相对来说比较小，感觉不够强大；也许更有可能来源于每次做决定都会模棱两可，太过于纠结。但是当我读过这本书之后，就前面所说的想法完全有了一个新的认识，彻底否定了我的不自信。我认为我不能把这种不自信带入到我的生活、我的工作中，因为在我的人生道路上，一旦有了这种想法就会寸步难行，不能让这成为我前进道路上的绊脚石，我必须踏着这一个个绊脚石勇敢地往前走，这样才能慢慢激发自己无限大的潜能。

本书还告知我们在激发潜能的同时，如何控制也是一个重点。它让我们明白一个人究竟能做什么？又该怎么做？如何学会控制自己？塑造自己的人生？情绪是把双刃剑，情绪的积极

和消极，会造成做一件事不同的结果。比如说我们在平时的工作中，同样是完成一项工作或任务，带着愉悦的心情去做和带着烦躁的心情去做那肯定是两个截然不同的结果。烦躁的心情往往会使得工作效率低下，容易犯错，然而带着愉悦的心情去做，我们就会把事情做得很完美，增强斗志、竞争力和充满乐趣。所以我们如果能学会控制自己的情绪，保持着一颗积极、热情、奉献、有自信的心，那么我们的人生又将会是另一片风光。

读好书，一生受用；读坏书，一无是处。读了《唤醒心中的巨人》这本书，使我收益颇多，受益颇深。每个人的一生中都会经历着不同时期的事物，唯有相信自己、敢于做决定，不要仅仅只趋于现状，应该要善于去发现、激发自身的潜能。尽管每个人的潜能是不一样的，但是我们应该要竭尽自己全力去努力、去奋斗，把握生命中的每一次机会，直面人生的困难和挑战。

奔跑吧，朋友们！

唤醒巨人读后感篇五

当我翻开《唤醒心中的巨人》时，看着它的目录我迟疑了一会儿，“我的力量来自于哪里”“为什么要学会控制”“如何塑造自己想要的人生”等诸多问题浮现在了我的眼前。当我合上书本最后一页时，我恍然大悟，现在的我已步入工作岗位两年有余，早已褪去毕业时白衣少年的青涩，但工作、生活仍存瑕疵，阅读此书使我明白了许多深刻的人生信条，甚至对于自己未来的人生，也有了新的思考。

人生中分为几个阶段，每当踏入新的阶段时，我们都会感到迷茫，这种迷茫会让我们无法认清自己，找不到方向。而我突然意识到，这种迷茫来自于对自己认识的不够清晰。关于未来也好，自我也罢，有时我们就像“咬定青山不放松”的竹子一般，不断奋发进取，顽强拼搏，积极探索直至清晰地

为自己规划出一张美好的蓝图。

我也感到庆幸，在还算得上年轻的阶段，能够认清这样一个问题。也许过去有些遗憾不可挽回，但未来又多了许多可能值得我去创造。对于自己的能力、想法我们都应该去正视，在正视自己长处的同时，也警惕地注意到自己的缺点，这样才可以在未来的道路中，帮助自己走的更远。古人都知道吾日三省吾身，更何况21世纪的呢！而读完这本书，更加让我明白，也许通过系统的训练，坚定内心的信仰，强大的自我认识与自我相信，会在我们需要的时刻，激发出我们更大的可能，从而让我们成为全新的自己。

虽然这本书被称为“潜能学”，但我更加相信，潜能的发生也需要良好的通道吸引，而这个通道的名字叫做梦想。

我已经很久没有谈及自己的梦想了，也很久不曾听到他人谈梦想，不知道从什么时候开始，人们开始羞于提及自己的梦想，仿佛你有一件令自己喜爱并为之振奋的事是十分羞耻的。而我们却忘记了，正是这不同于他人的梦想，才是我们闪闪发光的因由。也正是这美好而缥缈的梦想，才会让我们在追逐的道路中，想要不断地提升自己、激发自己，让自己的灵魂配得上梦想，直到真的有一天，我们可以实现它。

我相信，激发潜能的最大动力，是梦想的发生。还记得刚得知海威公司去大学招聘时，我就坚定的要去面试并提出要从事行政管理类工作的诉求。由于大学所学专业为建筑电气工程技术与管理行政管理工作可谓是“八竿子打不着”，也正是由于这个原因便有了老师和同学苦口婆心劝说我找个跟专业相关工作的小插曲，大家劝我时都会问我“为什么要选择做行政管理类的工作”不论何人问我，答复的都是因为喜欢和热爱。只有我们发自内心的热爱，才会逼着自己从平凡的日子里，茫茫的人海中，做出相应的改变，让生活与之不同，让信念更加坚定。

不开始永远没有机会，但是当你开始了，你就有可能赢。任何的失败在当下看是失败，但长远的去看，则会成为我们宝贵的实践经验。虽然在当时我们会因为失败苦恼而难过，但这样的失败却为未来我们更多的尝试奠定了学习的基础。我想，当我们真的决定去做些什么的时候，果断的决策与执行，不害怕挑战与失败的勇气才是最后决定我们是否能成功的关键因素，不管怎么说，要敢于踏出第一步。任何时候开始都不会迟，从失败中走过来的人才能获得真正的成长。

外表的华丽并不能证明一个人的实力，能够理性地对待自己，对待金钱，才是能够控制住内心欲望的高人。而在这个浮华的世界里，我们想保持初心实属不易，只希望永远都记得来时路。而梦想成就了内心的富足与安定，我相信它的存在比起华丽的外表，能更加帮助我们认清自己是谁。