

2023年一个人的日常生活说说 一个人的朝圣读后感(优质7篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

一个人的日常生活说说篇一

如果是主人公来回答，一定是：“没有为什么，从来没想过开始，但是开始了也没想过放弃，我从不知道自己能走多远，但我也没想过。”好像这场无计划的旅程只是一个不能激起波澜的小插曲、小想法，不小心成真罢了，这些“意外”其实是过往的经历在特定的时刻激发了主人公长久以来无法倾诉、无人理解的与家人疏离的挫败感，那可能是猛然迸发的心情：“我还能去哪里，那我就去看看她——我的好朋友”。

与妻子的疏离一定是最难以面对的，曾经因为相爱而成为生命中最重要的人，那是相携多年的伴侣啊，那场旅行就像是逃避，已经走了岔路的人，要追赶多久才能再一次并肩前行。

途中的友人，有善有恶，有真有假，也是这些形形色色的人们，让主人公这场原本就轰动的旅行增添趣味和人味，我们不曾得知如果没有他们，这场朝圣之旅是否会救赎他，我相信会，从他决定开始，就意味着与自己和解，与人生和解走了许多年的岔路，终于有一个人开始回头找寻。

主人公的命运，就似每一个遭遇了被动的人生变故的不幸的人，被动就是发生了与自己有关的事，因此生活被改变了。意外每天都在上演，或大或小，或好或坏，但是我们永远无法改变这些走过的痕迹，能改变的只有情绪、心态、意志.....也许这场改变会有意外之喜，总之作为这些那些意

外的主体，我们能操纵的只有自己，不与生活较劲，不被意外烦扰，尝试与他和解，日子才会不那么绵长无味。

一个人的日常生活说说篇二

哈罗德·弗莱令人羡慕，在夕阳西下的生命里，他终于把人生的角色抛弃活了一回自己。而故事之外的我，还在寻找人生的角色里，哪个是真实的自己。

揪着心跟着老头儿的步伐往前走，一个一个的邮箱，生怕那封乏味的信就这样被投递出去。当老头儿上路，又想起路边蜷缩的老年无家可归者，直到老头儿终于不站在别人的视觉看自己，才释然得轻松下来。虽然老头破茧的有点晚，可破了。多少人一辈子作茧自缚的活着，临死也没明白生活究竟是为了什么。

为了爱，一定是为了爱。当生活中爱变少了，其实心中的那份爱正浓。在远方，在心的海里，在乏味生活的渴望里，只要有爱，岁月积淀生活发酵就会浓烈起来。而这浓烈有人共享了，有人把心扒拉扒拉，腾块地接着发酵。

一个人的日常生活说说篇三

雷秋。乔伊斯所著《一个人的朝圣》，吸引我读下去的`不仅仅是特别的叙事风格和一路风景的细腻观察和多种写作技法的揉合，还有描述主人翁不仅仅是用生命在走的路途，并且是用灵魂在涂抹一路的灿烂，哈罗德的美是内敛的、绵长的、悠远的，仿佛从远古而来，又掐着时间的脉搏回去了，留下的刻度，是那么隽永、那么明亮、那么平淡、那么开怀、那么深沉……是真实的朴风流韵和感人至深，主人翁与书中人物的相互融合，使《一个人的朝圣》不仅接地气，而且平民化生活的状态活灵活现，有极强的可读性，以回忆形式，在简洁的文章体积中蕴含了丰富的内容，开辟了小说叙事方法的另一种路径或先河。

在我看来，小说的结尾片段非常重要，奎妮最后还是去世了，这是现实的生活，这是存在的真实，这是不可抗拒的情理。哈罗德和妻子的隔阂正在冰雪消融，在暮年又重新了解、认识了对方，很平凡很自然的发生，不是轰然的顿悟，不是大脑的发热，而是灵魂的渐渐苏醒，只要灵魂有苏醒的一天，世界上所有的“哈罗德”都会继续走下去。

《一个人的朝圣》是与选择、困惑、纠结、坚定、信念、勇气、友情、亲情、爱情有关的书，不是简单的行走与文字组合的书，它是一本触及灵魂深处，一个人的灵魂攀登到达巅峰的例子。好书是夜的光亮，是冬夜冻僵之人的暖炉，是饥渴者求进的美味，是繁重工作之余的盛宴，是浮躁心灵的憩园，是迷茫时刻的指灯，书中主人翁所遇到的这些人和那些事看似往往不期而遇，但似乎早已注定在生活中不容半分错过，注定将在大多数人的的人生路上给予力量的和引导。真的不知道是感动还是感慨，从主人翁身上，我看到了，原来一个人的灵魂可以那么从容，那样优雅，那样坚强，那样平实，那样真实。当然，这绝对是少不了一种对生活的绝对追求，也许这份执著是天生自带的，但我更加相信更多的一定是后天的修养，是那种发源于心底的温暖和纯真、善良与质朴、不甘与勇气撮合而成的。

人们常说，命由运生，境由心造，可以想象，《一个人的朝圣》对于修心的人们是多么的难得和重要，我不知道，追求爱情的、选择善良的、热爱自然的、尊重生命的人算不算得上是一种对自身的修养？这些是不是灵魂在攀登过程中的风景？答案是肯定的。从来我都不怀疑，所有挚爱于生命、生活的人们，应该都是善良的、认真生活的人，应该都是对世间美好事物有着独特审美的人，应该都是对生活存在感动和感恩的人。只因经历了人生中的那些失败、彷徨、抗争、面对、逃避的人或有那样一些心结的人才会更深懂得哈罗德的心情。或许，才会对生活的透彻了然，也或许是因为对生活真实的无言以对，突然就让人找回了那对生活的依恋和重生的感觉，找回了那种有了生活便有了一切的安宁感受。原来

在自己内心深处，或许从来就没有真正放弃对生活的爱，就像从来未放弃过对生命中美好事物的追求一样。

一个人的日常生活说说篇四

我非常讨厌写读后感，因为第一：不同的经历促使每个人对同样的事物有不同的感知能力，让我心潮澎湃思潮起伏的句子在别人看来可能是矫揉造作无病呻吟；第二：我没有勇气对作者行云流水的文笔和构思缜密的情节妄加评论。如果说之前读的那些对我有各种启发的小小说像是博物馆里的精品文物，让人在赞叹之余也敬而远之，《一个人的朝圣》则像外婆手上戴着的上了些年头银镯子，在经历岁月的沉淀后显得是那么平易近人和亲切可爱。没有我偏爱的战争背景和宗教争端，故事也不是以少数族裔为主角，但是它让我感受到了前所未有的通透。因为我能从每一个角色上找到了一部分自己，骄傲的，纯真的，上进的我；自私的，懦弱的，平庸的我。这些美好与不美好融合在一起，组成了独一无二的，不以你的意志而转移的我。

最初注意到这本书纯粹是被它很网红的名字所吸引，在朝圣与去西藏被画等号的现在，我想这不过讲的是一个职场白领不堪重压跑到布达拉宫感悟生活意义的故事。自认为在离天空最近的地方参透了生活认清了自己，实际收获的只有高强度紫外线带来的晒伤和稀薄空气引发的高原反应。然而我的预想与书不能相差得再远。《一个人的朝圣》没有滥俗的故事和为赋新词强说愁的装腔作势，就像倏然绽放的茉莉花，你不会在意小小的，青色的花骨朵什么时候绽放，但是满屋的香气告诉你，花的确是开了。

哈罗德弗莱是一个酿酒厂的退休工人。他资质平平，相貌平平，家境平平，总之什么都平平。在酿酒厂兢兢业业地干了四十年，没有朋友，也没有敌人，退休后和妻子莫琳住在英格兰南部的金斯布里奇村。表面上哈罗德和妻子风平浪静，实际上他们两个之间存在了二十年的隔阂像一道深渊一样将

两个人远远地分开。一天哈罗德收到了一封来自前同事奎妮的信，信中奎妮说自己得了癌症，医生也已经束手无策。虽然已经二十年没有任何往来，哈罗德还是想为这位昔日的同事做一些什么。在去邮局给奎妮寄回信的路上，他突然决定要走到奎妮所在的贝里克去，尽管这样并不能延缓奎妮的死亡，但是他觉得自己亏欠奎妮的实在是太多，如果仅仅以一句“听到这样的消息我很抱歉，祝好”来回应的話未免太无力。他不能允许自己在奎妮生命的尽头让二十年前发生的那件事悄无声息地溜走。就这样，70岁的哈罗德在没有任何准备和徒步经历的情况下，朝着英格兰最北的小镇贝里克行进了。

“等我□h.”哈罗德扔掉了先写好的那封信，将这一封郑重其事地塞进了邮筒。

尽管哈罗开始了自己的徒步，他最初的信念却被右腿的疼痛和肚子里翻滚的饥饿一点点地消磨着。“我做的这一切其实毫无意义，奎妮还是会死。”哈罗德想。在加油站他结识了一个在那里工作的女孩子，女孩子听完哈罗德徒步的原因告诉他之前有一个得了癌症的阿姨，但是因为自己坚信阿姨不会死，她最终真的就没有死。“这就是信仰的力量。”女孩子眨了眨眼睛。女孩子的話给了哈罗德莫大的鼓舞，他更加相信如果自己能走到贝里克，奎妮就一定不会死。他谢过了女孩子，给奎妮所在的疗养院打了电话，就继续上路了。

但是他毕竟七十岁了。长时间的行走给他的双腿带来了巨大的压力，双脚也因为鞋子的不合适长满了水泡。一个好心肠的清洁工看到了在路边痛苦万分的哈罗德，她把哈罗德带到自己家并处理了伤口。“你怎么会这些？”哈罗德问。“我在斯洛伐克读了医学院，但是在英国我能找到的最好工作是清洁工。”清洁工说。临走时她还给了哈罗德一些徒步的装备。

“这是我男朋友的，他永远不会回到我身边来了。”

哈罗德想到了十三岁时母亲离开自己的那天，没有拥抱没有亲吻，只有母亲的一句“我看起来是不是很丑？”和自己十六岁时被父亲喊叫着赶出家门的那天。

世界上有太多潦草的离别，潦草到对不起相遇时的小心翼翼和满心欢喜。最初我们都有向对方讲不完的故事和罗列不清的美好畅想。过去见到的每一次彩虹，每一次引我们捧腹大笑的小事，每一家美味的小吃店都想拿出来分享，以此来弥补这个人当时不在场的遗憾。我们会一起计划未来的旅行，会想着要一起躺在草地上晒太阳，承诺给彼此写长长的信。但是这样的畅想最后都变成了深秋干枯的叶子，在空中不舍地打了几个转儿落到了地上，这时一辆鸣笛的出租车呼啸而过，将叶子更深地碾进了泥土里。

为什么人们不能好好告别？

哈罗德在一路上遇还到了很多人，不知从哪一天起他就开始出现在电视上，到处都是关于一个七十岁的老人徒步去贝里克报道。人们对于他徒步的目的猜测纷纷，有人说这是朝圣，有人说这是伟大的爱情，更多人叫嚣着自己被哈罗德启发，纷纷加入他的徒步。读书笔记. 哈罗德和他的跟随者们不论走到哪里都会受到贵宾般的接待，但是他自己却并不喜欢这样。有时为了决定路线大家会经常争吵，不断地出席宴席让整体行进的速度越来越慢，跟随者内部也是矛盾重重。哈罗德觉得自己离出发时的目标越来越远了，他并不想将这场徒步搞得这样隆重。他只是想和奎妮好好道别。

矛盾终于在哈罗德想绕远路去看望一个路上认识的朋友时被激化了。大部分人认为以目前的速度来看，奎妮很有可能撑不到他们到达的那天，因此大家觉得离开哈罗德，自行去贝里克。这群人后来在贝里克受到了隆重的欢迎，但是这又有什么意义？他们不是为了奎妮去贝里克的，他们说哈罗德启发了他们但是又抛弃了他。哈罗德又恢复了一个人上路的自由。

读到这里的时候我觉得很好笑。梵高有这么一句话，每个人的心里都有一团火，而路过的人只看到了烟。追随者们以自己的眼光给哈罗德贴了一个又一个标签，但是他们从来没有思考过他的出发点到底在哪里。他们的确更早地走到了贝里克，得到了更多的报道，可是在这一次的徒步之后他们的生活并不会太多的变化，因为他们将这场徒步仅仅当作一个任务来进行。对于哈罗德来说，这场徒步是他对自己的救赎，是逼迫他直视自己弱点的利剑。除了肉体上的痛苦，他更大的痛苦来自于内心对直视自己弱点与缺陷的抗拒。

那些不明就里就声称自己被激励被感动的人，多么可笑呀。

627英里，87天，70岁的哈罗德终于走到了贝里克。他到达疗养院的那天，没有新闻记者，没有欢呼簇拥的人群，只有和他一直在路上联系的护工和一句“弗莱先生，你来了”。哈罗德反而感到无比的平静，似乎这就是他预想里和奎妮相见的场景。在一间病房，他见到了奎妮。没有喜极而泣，没有执手相望，奎妮的右脸已经长出了一个巨大的肿瘤，就像一个脑袋长到了另一个脑袋上一样，她已经听不到哈罗德的说话了。哈罗德看着病床上躺着的，与自己记忆中大相径庭的奎妮，突然感到无比的泄气：自己最终还是没救的了她。哈罗德妻子莫琳在他离开的87天里，深切地意识到了即使他们夫妻都不愿意去正视二十年前的那件事，最终她还是爱哈罗德的。她可能还没办法原谅他，但最终释怀，理解了。故事的结尾两个人站在贝里克的海边回想起了第一次相遇的场景，她是舞会上羞涩的女孩子，他是风趣幽默的男孩子，他们已经不记得当时都说了些什么，只记得彼此都很开心。

我们将一个人身上不符合普世价值观的地方叫缺点，这些改不掉的缺点我们称之为弱点。因为他的家庭背景和成长经历，哈罗德就是一个有些懦弱不擅表达的人。但是他不是个坏人。这些弱点就像沉积在河床上的泥沙一样，时间久了河床就会被抬高，在暴雨的侵蚀下酿成洪水，淹没房屋和农田。好在哈罗德在最后为自己的弱点做出了弥补，尽管他晚了二十年。

我从哈罗德和莫琳的身上看到对弱点的逃避，在加油站女孩身上看到乐观，在朝圣者的身上看到可悲的盲目性，在奎妮身上看到美好的善良。所谓人生百态，每个人都走在自己朝圣的路上，只是一些人最终没有走到罢了。

哈罗德没能救得了奎妮，但是他救了自己，救了莫琳，救了自己和莫琳在儿子戴维自杀后岌岌可危的婚姻。在七十岁的年纪，哈罗德的生活有了第二次开始。

一个人的日常生活说说篇五

读《一个人的朝圣》这本书很长时间了，今天借着整理电脑的时间翻到了之前的写下的读后感，阅读一番又简单润色了一下放到公众号上来，曾几何时，这本书已经在潜移默化地影响着笔者。

小说故事梗概

小说的主人公哈罗德于星期二早晨接到二十年前的老友奎妮·轩尼斯的一封信，信中说奎妮得了癌症，在贝里克郡的一个疗养院内，贝里克郡位于英国北部苏格兰，而哈罗德此时住在英国南部英格兰的金斯布里奇。这位老友奎妮原本是他在酿酒厂工作时的一个同事，后来因为替哈罗德顶罪被解雇之后再也没有了联系。多年未联系，突然收到来信竟然是告别信。这封信一下子打破了哈罗德退休后这种索然无味平淡无奇的生活，他开始给奎妮回信，但是想来想去始终还是觉得不管怎么写，在一个多年未蒙面的老友、在一个即将离世的人面前都显得苍白无力，最后他决定亲自带上这封回信去看她，走着去，不是开车，也不是乘火车、乘飞机，仿佛只有这样，才最能显示出他的关心和诚意，仿佛只有这样，奎妮就会好起来，等着他的到来。因为这样一个信念，哈罗德从金斯布里奇步行到了贝里克，历时87天，途行627英里。

一路上他回忆了自己过往的生活：在其幼年时就离家出走的

母亲和酗酒的父亲，十六岁时父亲丢给他一件大衣让他离开家，与儿子戴维深深的隔阂和戴维的离世、与妻子莫琳深深的隔阂导致后来的分居。这些回忆都深深地折磨着哈罗德，都是主人公不愿面对过去。在哈罗德离开的这段日子，他的妻子莫琳也想起了以前的生活：为什么就和丈夫走到了这样的地步？莫琳将戴维的离世怪罪到哈罗德头上，说他不是一个好父亲，从来没有给过戴维关爱，后来莫琳翻看了一部相册，看到哈罗德和戴维的合影，感觉到他们父子以前是尝试过好好沟通的。莫琳也进行了一些自我批判，在哈罗德行走的时间内，他们都直面了这二十年来不愿面对的内心世界，他们发现自己深爱着对方，最终得以化解隔阂。他们想起了刚认识时的场景，想起当时认识时的玩笑，想起了二十多年来一起经历过的一切，最后莫琳决定开车去接丈夫回家，而她也见到了老朋友的安详离世。

朝圣是救赎的升华，救赎是朝圣的本质

运动的方式多种多样，最简单的莫过于步行，它不需要任何的工具，只需要一个坚定的信仰。步行之所以简单，是因为我们也都经常习惯在夏日的晚风中散步消食，享受夏夜带给我们的宁静；而信仰之所以坚定，是因为步行尤其是一个人步行的宁静让我们不断进行内心斗争和思考救赎。

提及信仰，人各有异，但我们都应该相信一点：当一个人拥有了坚定的信仰，他将会充满无穷的力量，主人公哈罗德便是这样。

但说到他的信仰，也是让人哭笑不得。他心里想，“只要他在走，奎尼就一定会活着”，这听上去的确有些荒唐。我们也不难想起儿时的自己，也是像他一样可爱地“自欺欺人”，幻想着只要自己能单腿连跳十步，期末考试就可以顺利拿到100分；要是一下子能把篮球抛进球框，自己会很快长高10厘米……而现在看来，这岂止是儿时的天真，即使到了成年，这种幻想还是某种程度存在的。

哈一生平庸，没有敌人，没有朋友，没有做过任何大起大落的事情，反而还做出了很多的蠢事。

在儿子溺水的时候，他却不慌不忙地解鞋带，给儿子留下了童年的阴影，直到儿子抑郁自杀也没把他当成一个真正的父亲，而儿子的死，又让妻子莫琳对哈产生了巨大的鄙视，哈也因此开始酗酒，不好好工作，甚至砸了老板的店，到头来却是自己老朋友奎尼为他背了黑锅。无论是亲情还是友情，无论是家庭还是事业，哈罗德都是那么的不幸。

但不幸中的万幸是奎尼的来信唤醒了麻木不仁的哈罗德，这封信给了哈重生的机会，多年来，“默默无闻”的哈突然发现还有老朋友的惦记，这让他倍感欣慰。至此，他终于踏上了朝圣的征途。

哈罗德带着回信错过一个又一个的邮箱，87天，627英里。所谓的朝圣不仅考验着他的忍耐力，而且考验着他复杂的内心。朝圣途中，哈回忆起往事而自我救赎，妻子莫琳同时也在进行着内心的思索，她开始慢慢地原谅丈夫，甚至到了最后的16公里，还成为支持哈罗德的精神后盾。

到了文章的末尾，哈终于和老朋友奎尼见了面。结尾并没有像其它大部分文章那样有多么轰烈的场面描述，反而是十分平静的刻画。就好比一个人总是为了某种目的而不断努力、不断挣扎，在熬过了最艰难的时刻迎来成功的时候，内心是十分平静的，我想这就是一种自我的升华，救赎即升华。

经历了朝圣的一波三折，哈终于见到了奎尼。他拾起了那段逝去的友情：“两个身影就这样拉着对方的手，站在海边，在笑声中，摇晃。”

所谓救赎是朝圣的本质，朝圣是救赎的升华，最后留给的读者不只是一个和谐的画面，还有一种豁然开朗的心境。一个儿童般天真的信仰，哈完成了朝圣的救赎，造就了夕阳的幸

福。

一个人的日常生活说说篇六

很久了，没有完整地读过一本书，直到这次，读《一个人的朝圣》，然后竟然想写点什么！

故事的主人公哈罗德，在酿酒厂干了四十年的销售代表，既无朋友，也无敌人，一辈子小心翼翼地为别人，在妻子的眼里，他既不是一个称职的丈夫，更不是一个称职的父亲，然后这一切抱怨积累到他们唯一的儿子自杀时到达顶点，然后，他们分居了，夫妻疏离，形同陌路。直到有一天，哈里德收到了那封远方的来信，他唯一曾经的老友奎妮身患癌症，写信告别。故事就从这里开始了，一个人的朝圣就从这里开始了。

如果没有奎妮的那封告别信，也许哈里德的一生就这样在和妻子感情的日渐疏远中过去了，但不幸的是奎妮竟然身患癌症，震惊悲痛之余的哈里德终于坐不住了，他要徒步去看望奎妮，他要让奎妮相信：只要他走，老友就会活下去。从此之后，1个人，87天，627英里，哈里德就这样走了下去，没有好的装备好的鞋子，没有手机，甚至没有银行卡，但他终于完成了这伟大的一个人的朝圣，他终于做到了成为一名优秀的父亲，虽然儿子已经不在人世，但在他的心目中，儿子从来就没有离开过他们；终于他再次让妻子相信自己是一名最出色的丈夫，他们的爱情回归了。

很喜欢书中的一段话，“走在通向码头的路上，真相如刺破黑暗的光线袭来。她和哈罗德凑和这么些年的原因并不是戴维，甚至不是因为同情。她忍过这些年，是因为无论和哈罗德在一起的日子有多孤独，没有他的世界只会更加孤单。”是啊，我们有时候对于身边的人习以为常，没有觉得两个人在一起是多么的来之不易，甚至会挑剔对方的诸多缺点，但一旦那个人，如果你身边的那个人突然就走了的话你才会发现原来你们彼此是多么的不舍，原来你们彼此是如此的谁也

离不开谁，如此的相爱！

一个人的朝圣，哈里德带给我们的不止是徒步627英里沿途收获的感动，不止是对儿子对妻子那深深的爱，还有对友情的执着，对信念的执着，所以，无论任何时候请相信自己相信爱！

一个人的日常生活说说篇七

我是在读《一个人的村庄》的时候想起那个问题的。

回答众说纷纭，当时我的选择早已不记得了。捧着刘亮程的《一个人的村庄》，那个答案突兀地闪现：手上的这一本便不失为一个好选择。

如果让我用一个字形容读这本书的感受，我会选择“静”。这些朴实得有如黄土的文字里，藏着一股宁静的力量，静到一低头就能看见长长的过往，静到能听见天地之间最清晰的心跳声。

我惊异于字里行间的灵气，而我得知作者只读过五年书后，我感到了理所当然。只有这样的人才可能写出这样的文字，就像他脚下的土地，木讷无言却宽厚温存。那是宁静到极致后具有的深沉的力量，它迫使我心中的喧嚣沉寂，一寸寸压低我的灵魂，直至趴伏在大地上感受风的私语和大地的呼吸。

刘亮程是村庄的儿子。他写狗。写马。写虫子，他花了一个下午的时间观察蚂蚁搬家。写人，熟悉的不熟悉的、友好的对头的。写房子，他津津乐道着他曾荒废了不少时光的那些老房子，那些院门、土墙、墙边的树、树旁的烟囱和悠然的炊烟。写烟、写风景、写木老头；写梦、写死亡和新生。从冬天写到下一个冬天，写每一个人每一堵墙、每一块土皮都将归去的岁月，和天空。

他是整个村庄最闲的人，他也是整个村庄最忙的人。他蹲在田垄上研究风的心情，他为一所房子担忧能否晒到阳光，他听见一朵野花吟吟的笑声像个傻瓜似的一个人在荒野中笑出来，他觉得屋后的那个榆木疙瘩是村庄的头颅。

刘亮程以他孩童般的眼光注视着大地的一切，同时他又以先知般的悲怆预言了生命中吹彻的风和一年年累积的冬日。他是一个随性的赤子，任由自己飘荡在每一个司空见惯而不为人知的角落，就像一阵风、一场梦。

那是他的幸运，也是我们的不幸。

拿起这本书，在浮躁的世界里获得暂时的澄澈。我愿意带着这个美丽的妄想，一个人在无边的海洋上流浪。