

最新幸福的读后感(大全5篇)

写读后感绝不是对原文的抄录或简单地复述，不能脱离原文任意发挥，应以写“体会”为主。什么样的读后感才能对得起这个作品所表达的含义呢？下面是小编为大家带来的读后感优秀范文，希望大家可以喜欢。

幸福的读后感篇一

主人公汪嘉生活在西藏的一个没有太阳，没有树木，没有河流的地方。人们都过着苦日子，幸福从未光顾这里。

听说，幸福的化身是一只美丽的鸟儿，飞到哪里，哪里就能得到幸福。它住在一座高耸入云的雪山山顶，雪山脚下有三个可怕的长胡子妖怪，只需要吹吹胡子，就可以要人命。汪嘉为了让自己的家乡得到幸福，他下定决心去找幸福鸟。他跋涉了很多天，终于来到了幸福鸟所住的雪山脚下，但是他遇到了那三个长胡子妖怪，他们为了阻止汪嘉上山找幸福鸟，那三个妖怪让汪嘉走了三十三里乱石滩、让汪嘉走出一望无际的大沙漠、将汪嘉弄瞎让他爬雪山。

虽然汪嘉遇到了重重困难，但是汪嘉没有放弃，勇敢的去面对，最后他克服了困难，爬上了雪山，找到了幸福鸟，给家乡带来了幸福。

在生活中，我们不正需要汪嘉那不怕困难，永不放弃的精神吗？即使有再困难、再艰巨的事情，也可以完成。幸福也是如此，它并不难找到，只要你有不怕困难，永不放弃的精神，努力干好每一件事，幸福迟早会来到你身边。

今年春节的时候，在外婆家时，舅舅和爸爸带我去钓鱼，我们来到鱼塘找好位置开始钓鱼，等了许久，浮标一点动静也没有，天气很热，我就放弃了回家先，舅舅依然在坚持，过

了几个小时，终于有鱼上钩了，舅舅急忙拉竿，爸爸拿着网在一边等着，第一条鱼就这样上钩了。最后舅舅爸爸钓了3条鱼，我因为放弃了，连一只小虾也没有钓到。

我们要学习汪嘉不怕困难、永不放弃的精神，才能有收获。

幸福的读后感篇二

读过，才知其中的道理。这是一本教授我们如何对幸福做出思考的文本。作者泰勒博士不仅是哈佛大学“积极心理学”的教授，还游历世界各地做关于“积极心理学关照人类幸福”的专业讲学和报告，幸福超越完美就是他通过自己从积极心理学所做出的研究所得和在世界各地做讲座积累的资料案例分析，总结呈现给读者的真知灼见。

现实生活中，创建、构筑幸福的方式与方法有很多，可是从我身边的朋友和我自己的身上，我却发现那些真正拥有了幸福的人，并不是所谓的努力了再努力、得到了又得到的人，我发现有绝大多数人都在忙着赶路，而忽视了自己已经拥有的精彩。

其实这些精彩可能并不完美，却丝毫也不会影响幸福指数的升高。完美和幸福是两个毫不相关的词语，但是在本书中，我看到了它们的相关性。甚至还惊奇地洞见追求未知的完美理想已然制约了拥有幸福的现实。

幸福的读后感篇三

大脑像是刚跑完三千米直扑倒在地母亲的怀抱中。看完有点小激动，真让我道出一二三缘由来我还真讲不清楚。总之像给自己的大脑做了一个全身按摩，轻松愉快。我思故我在，善于思考具有独立思考能力。做一个优秀的幸福的人，也做一个幸福的优秀的人。在自我蜕变过程中最好的催化剂就是阅读。阅读首先要解决一个非常棘手的问题那就是如何选择

书。人有人缘，书有书缘，书单不可能是统一的。优先选择经典之作，要看那些经历了时间考验的书。畅销书，如果出版三年后仍保持畅销那么这样的畅销书是值得看一看的。如何去判断这本书是都是适合自己，那就要看当你看书的过程中能否唤醒沉睡的思想和灵魂。

看完不能是空虚，而是可以继续思考。耗时20小时23分钟，大脑参加了一场运动会。

幸福的读后感篇四

此书说是散文集，大概也算得上本心灵鸡汤式的读物吧。一个心理医生概述自己的人生经历，漫谈自己的人生感悟。

书名叫做《恰到好处和幸福》，恰到好处就大致相当于我们所说的中庸吧，不贪多，也不少，恰到好处，刚刚好。它是一种哲学和艺术的结晶体，代表着一种豁达和淡然。

全书分为45个小节，总结起来就是要认真寻找幸福，真诚待人，珍惜感动，对自己诚实，面对泥沙俱下的生活，要乐观的面对，多读书少抱怨。不要隔断自己与这个世界的联系，否则就很容易抑郁。记得告诉我们自己“我很重要”，人生难得糊涂，提醒自己幸福的所在。使自己变得柔和，保持单纯，为生命找到意义。忧伤烦躁时在纸上写下自己原因，探求自己的内心，与闺蜜分享自己的`心情，快乐翻倍，痛苦减半。学习，旅游，锻炼身体，追寻幸福。作者以烛光般温暖的文字引读者穿过漫漫长夜，把“幸福”作为一种正面的人生价值提出，教你构建合理期望，学习面对幸福把握尺度，在欲望和现实中找到平衡，收获丰硕愉悦的幸福人生。

我对于心灵鸡汤式散文书记的印象，就是矫情外加站着说话不腰疼。其实我总觉得很多大道理其实大家都懂，只是所处的时间地点和情况不尽相同所以处理的方式也多有异同。比如平淡安稳就是福这个道理你说谁不懂？可社会就是没有这样

的价值观。一碗鸡汤喝进去能有多少滋补的效果实在不好说。所以留下的印象也不会很深刻，合上书本，能记住的大概也不多吧。但是这也不恰好就是读书的意义吗？哪怕只有一句受益匪浅，也是值得的。

幸福的读后感篇五

今天又读了白岩松的《你幸福了吗》，为“故宫有两个，一个在北京，一个在台北。文化的脉不断，血脉就断不了。”这句话叫好。“在台湾，不用找，到处可见义工。”这句话让我充满希望，将来退休的人去做义工，发挥余热，是一件很有意义的事儿。

书中无论写台湾二十四小时开放的《诚品书店》，还是写美国的“对所有人免费书店”都让我羡慕不已。但最让我深思的是下面这段话：

“在美国的很多城市里，过了晚上八点找饭馆并不是轻而易举的事情，很多餐馆都已关门，过了九点十点更难。街上到处都很安静，上班的日子里很难见到酒吧爆满夜夜笙歌的情景，只有周末会热闹一些。”读到这些话，我想起，我们中国古代一直实行宵禁政策的，一到晚上，大家都得规规矩矩呆在家里，谁要是不回家会被抓起来的。我想起，我小时候在乡下，即使我们玩的再嗨，谁又敢天黑不回家呢？我又想起，结婚后因为爱人喝酒回来的晚，我没少生气。因为爱人晚上喝完一顿酒接着又喝一顿，我怎么也想不通。

现在我早已明白这其中的奥秘，看了这本书就更加理解这种现象的存在。