

最新清单人生读后感(精选5篇)

读后感是种特殊的文体，通过对影视对节目的观看得出总结后写出来。那么该如何才能够写好一篇读后感呢？接下来我就给大家介绍一些优秀的读后感范文，我们一起来看看吧，希望对大家有所帮助。

清单人生读后感篇一

一翻开书，掉下一个硬硬的圆形纸垫子，像平常在咖啡馆里常见到的杯垫。浆黄色的外圈上面印着一行话：“人生有一种艰难，是舍弃无比熟悉的生活，重新开始”，而橙黄色的内圈，什么也没写。为什么书里放着的不是传统的书签，而是一个小杯垫呢？我举起垫子，手指轻轻划过弯弯地排成一条弧线的这一行话，“舍弃一开始”，慢慢地绕一圈，又是“舍弃-开始”，犹如人生的轮回，起点就是终点，终点也是另外一个起点。

我的阅读，从这个咖啡杯垫开始。“我得把咱们今天会面的要点全部都记下来，列个清单。”

书里的布里特-玛丽，把每天每次要做的事情都会列一个清单，然后一件件做完。看到玛丽的固执与较真，我常常会找到自己内心深处向往的那个自己，真诚、善良、做事完美无缺。

因为自己一个随性的人，从小就很不喜欢列清单，想到那儿做到那儿，一阵风一阵雨的，也因此常常丢三拉四，忘东忘西，妈妈最是讨厌我的散漫，一天到晚地数落我：“好记性不如烂笔头，每天要做的事列个清单，多清楚省力啊！”暑假军训前，她追在我后面，逼着我用纸列了要带的东西清单，然后强迫我按照清单一条条地准备。别说，这招还真是特别管用，当用笔一条条地把完成的事情打上勾时，很有成就感。

可能正因为自己总做不到这样清晰地列清单，所以清单于我来说，是一种有逻辑的象征，每天清晰地知道要做什么，可以不让时间白白流失，每天不会浑浑噩噩地过。清单式的人生，或许就是为了不错过生命的每一天而做的坚持吧。

叉子、刀子、勺子，就得按照这个顺序来。

63岁的玛丽，她总是做着我想做却一直无法做到的事，或许在大多数人眼里，固执刻板的玛丽，可笑而又不讨人喜欢，因为我们大多数人都如劳动就业办公室的那个女孩一样，不明白杯垫、合适的杯子以及镜子有着怎样的价值。井然有序的生活，慎重体贴地待人，是一种教养，更是一种善良。

杯垫是一个圆，没有上下左右之分，有时，生活亦是。玛丽的固执而有秩序的生活，是一种可贵的品格，也是一剂生活的毒药，她天真地相信，只要什么都不变，生活就能永远持续下去。但是，她没变，周遭的一切却早已在不知不觉中发生了变化，她明知肯特外面有了女人，却选择自我欺骗，直到接到那个女人的电话，打破了她的幻想，她执拗而又懦弱的生活方式，造成了婚姻的不幸。

玛丽来到了来到小镇博格，看管废弃娱乐中心，可迎接她的却是一只砸向脑门的足球……从此，一群野孩子、小混混、酒鬼和一只老鼠将她的生活搅得鸡犬不宁，她的执拗同时也改变了小镇里的人，她勇敢的面对劫匪，她清洗整理每一个有污渍的地方，诚实、善良的她找回了博格人的希望，人们接纳了她。在这里，她找到了被人需要的感觉，她眼里不仅仅只有肯特，有了别人，同时也让别人，看见了自己。

或许，很多人在书里读到的是勇敢、梦想、追求自我等等，但是，我却常常感动于玛丽的固执、真诚、善良。她会告诉老鼠，希望它能找到可以共进晚餐的同类；她会在破旧的娱乐中心门口，放上系了蝴蝶结的啤酒瓶，体贴地写上：吃完以后无需把碟子放回去，这不会给我添麻烦；她会为找到一

个安置阳台植物的地方而热情洋溢，勇不可当；她会固执地走进坐轮椅女人的厨房，拉开餐具，按照正确的顺序整理里面的餐具。我想，博格的改变，正是因为她的这份坚持，最终，玛丽的真诚善良接纳了生活的改变，她改变了博格，改变了博格的人们，更改变了自己。

玛丽学会了从容地细数自己的心跳，开上了足球队孩子们帮她加满汽油的车子，开向了那个她一直想去，却从未去过的地方——巴黎。

合上书，固执的玛丽一直在脑海里转着，她再也不用担心没人知道她在这里了，在博格，在我们心里：“不管发生什么，无论她在哪里，每个人都知道布里特-玛丽来过这里。”

拿起夹在书里的杯垫，在什么字也没有的橙黄色的内圈，我提笔写下：“人生最艰难的不是重新开始，而是自始至终都坚持着真诚善良。如果，不坚持，那么，你连重新开始的机会都没有。”

玛丽的杯垫，垫的不仅仅是一只咖啡杯，而是此时此刻正在喝咖啡的我们。作者：作作

清单人生读后感篇二

清单人生讲述的是主人公布里特·玛丽，在63岁的时候发现自己的丈夫出轨了。没办法面对这残缺的婚姻，她选择离开丈夫，离开熟悉的生活。63岁的她，开始一个人闯荡社会。尽管大半生，她没社交，没工作过，每天还要列一张单子，规定好每天干什么，几点吃饭，并准时遵守，她是很刻板很敏感，偶尔还缺少点自信的女性。

但在面对她不想要的婚姻，她勇敢地说不，她离开熟悉的生活，开始找工作，开始工作，开始一个人的生活。虽然这过程遇到很多麻烦事，要走出自己的舒适圈，偶尔还会孤独，

但还算蛮庆幸，离开丈夫后的布里特·玛丽，生活过得丰富多彩，还重新找回了自己。她有了自己的朋友，成为被别人信赖的存在，她还遇到追求她的男人。

书中除了主人公让我最深刻的一个人是萨米，一个会把餐具摆放得整整齐齐的男孩。虽然他把疯子当做自己最好的朋友，但我知道他本质并不坏。他本可以成为一名绅士，却因为家庭的原因迫使他成为了必须撑起这个家的超人。

在外人眼里他是一个无恶不作的小混混，而博格的人都知道他人很好。还记得他去帮疯子前曾告诉布里特玛丽，如果他不幸去世，希望她能够为薇卡和奥马尔找到好的家庭。可能他一开始就知道自己会去为换疯子的情义献出自己的生命。也许没人能理解他为疯子的付出是否值得，但他就是那样一个有情有义的男孩，你帮了我我就会付出更多去帮你。

书的结局但又不是人生结局的结局，在情理之中但却又在意料之外，这种意料之外更是一种豁然开朗的感觉。她确实敲了斯文的门，但随后被小孩们拉到路边，他们为布里特-玛丽准备了足矣开到巴黎的汽油。

“薇卡问：我的梦里都是足球，您会梦到什么？布里特-玛丽本能脱口而出：有时我会梦到巴黎。薇卡又问：从来没去过，为什么不去呢？布里特-玛丽答：我年纪大了，不适合去巴黎了。薇卡反问：巴黎年纪多大了？”

63岁的布里特·玛丽最终选择了一种最艰难，但也是最热气腾腾的生活，她没被生活打败，找回了自己，依旧敢追梦，依旧热爱生活。

人生中总要有那么一次真正的为自己而活，不管年龄多大，不管将要面临什么，只要有那么一次为心中所想而拼命到底，就不会有那么多遗憾与失望。

清单人生读后感篇三

童年时代比自己更优秀也更受父母疼爱的姐姐在全家出游的途中车祸去世后父母突变的情绪让布里特-玛丽变得只为讨好他人而活，包括选择的婚姻。在60多岁，继子女长大离家，丈夫出轨后出于对独死无人知的`恐惧她选择了重新工作，因为这样，“当你没去上班的时候别人会知道你出了意外”，来到刚开始厌恶的博格后在慢慢的相处中她认识到了很多“不曾放弃”的人。

她是一个偏执的人，只认准清单上的事，必须强迫一切干净整洁，始终秉承“文明人”的做法，十分在意他人的评价，她只想过一尘不变的正常生活，但“她想知道，一个人在老去之后，灵魂中还剩下多少自我改变的空间，还会遇到什么样的人，他们会怎么看待她，会如何让她认清自己。”直到在博格的所见所遇，在“真正朋友”和孩子们的鼓励下，她在回头的丈夫和正义警察斯文的追求中没有“敲开谁的门”，带着孩子们赠送的汽油，开着自己的车，往前开，去她一直向往却不敢前往的巴黎。

想要改变，想要做自己，想要为自己而努力，真的什么时候都不晚。

清单人生读后感篇四

书的一开始，作者刻画了一个让人讨厌的布莱特. 玛丽形象，但是随着故事的进展，我们却看到了这个老太太越来越多的可爱之处。

小时候因为一次车祸，玛丽失去了自己的姐姐英格丽德，从小她就感觉到父母对英格丽德更偏爱，在车祸后甚至觉得父母希望失去的那个人是自己。

也许是天性使然，不管是在姐姐活着前还是死去后，规规矩矩

矩的玛丽始终努力地去讨好父母，希望他们看见自己，但是却始终没有成功。

母亲去世后，玛丽遇到了离异后的肯特，投入了肯特的怀抱，只因为她需要一个需要她的地方。而在往后的几十年生活里，玛丽一如既往地为了肯特和肯特的孩子付出，她努力实现别人的梦，忘了自己的梦。

故事的背景是国外，可是却让我想到国内在我身边许许多多的妈妈们，甚至是自己的妈妈还有未来的自己。作为女性更容易去迁就，也在某种程度上导致了女性比男性更容易把自己的需求排在了别人的需求后。

这样付出的生活，直到63岁，玛丽面对肯特出轨，不再需要她，一切仿佛陷入了绝境。但是好在她没有放弃，反反复复到劳动就业服务处去寻找工作机会，去了博格，在那里遇见了薇卡、奥马尔以及其他小镇居民，用自己的人格魅力一点点吸引到了不同以往的好朋友。

一路前往自己从小就梦想的巴黎，我相信这是玛丽自己的梦，她终于意识到要去实现自己的梦了。这个结局提醒我，需要更注重个人自我实现的需求，就如玛丽在故事结尾同肯特所说的那样，她有了自我实现的需求。

感谢阅读让我可以不用经历，却提前感受到自己未来可能会面对的情境，及时地提醒着我，不要为了他人的需求而放弃你自己的梦，自己的自我实现。

此外，实现自我第一步是找到自我。是我现在在做，但还不明确的事情，继续加油吧。

清单人生读后感篇五

继《外婆的道歉信》之后第二次看巴克曼的书。

主人公布里特·玛丽是在六十几岁经历了丈夫出轨，从而搬离原来的家庭，为了一份工作来到博格开始新的生活。她固执、拧巴、守旧又古板，喜欢按照自己列的清单和时间表做事。但生活往往不是按照她安排好的那样走下去。

“到了一定年龄，人生的所有疑惑几乎可以全部能做成一个问题：应该如何生活？”

搬到了博格的布里特·玛丽开始接触各种各样的人。当她走出原本的舒适圈，她遇到了一群古灵精怪喜欢踢足球的孩子，遇到了对她有好感的警察，遇到了奇奇怪怪的房东，遇到了坐轮椅的披萨店老板。渐渐地，她开始愿意做之前不愿意甚至看不起的事情，她开始走出了她的清单。故事的最后，她带着孩子们送的汽油驾着车开往她一直向往的巴黎。

当生活脱离了原本平庸的轨道，我们愿不愿意跟着一起失控，获得新的选择和新的期待。