

淡定读后感想(汇总5篇)

当认真看完一部作品后，相信大家的收获肯定不少吧，是时候写一篇读后感好好记录一下了。那么你会写读后感吗？知道读后感怎么写才比较好吗？以下是小编为大家搜集的读后感范文，仅供参考，一起来看看吧

淡定读后感想篇一

特别喜欢这本书的书名——《淡定的人生不寂寞》，它让我的心灵豁然开朗。在生活中我们总是会被一些琐事而困扰，总是充满焦虑，于是就会埋怨生活的种种不适，却很少去反思自己的这种心理，冲动与淡定，我们该如何来把握，真的值得我思考，于是我开始阅读这本书，它从很多方面给予我很多的启示，也让我觉得做一个淡定面对事情的人是多么的重要，只有淡定的人才能走向成功，从而获得幸福。

其次是和谐的氛围：人们常说：校园里最美的景色是心情。这就说明和谐的工作氛围是相当重要的。试想：在一个关系融洽的大集体中，尽管工作忙碌紧张，但老师之间和睦相处，团结协作，每个教师的潜能得到充分发挥，困难再大也能轻松应对，工作的头绪再多，他从同行身上收获的是一种前进的力量，内心充盈着教育的幸福。

再者是爱心的种子：做教师这一行业，如果缺少了爱心，你的事业将寸步难行。每天面对着几十张活泼好动的可爱的天真无邪的童脸，如果没有一颗包容的爱心，你将会有生不完的气，气不完的坏心情。

还有是适当的成就感：教师幸福不幸福，很大程度上还取决于领导的认可和适当的成就感。现在的学校，对教师总有这样那样的工作要求，总有这样那样的资格论证。如果在各级各类评比活动中，自己能尽可能地发挥出色，获得好成绩，

自己所带学生或班集体能够不掉队，自己的领导能够认可自己的工作，那么，教师就会感觉所有的付出都有了收获，当品尝成功的喜悦的时候，内心总是非常愉悦的。幸福就象从心里流淌出来的一首歌。

最后是温馨的家庭：一个成功的教师，我认为应该有一个温馨、幸福的家庭。这样，在忙碌的事业、辉煌的成绩背后，教师应该同时去享受一个普通人幸福美满的家庭生活。

其实一个人幸福与否都取决于自己的心态，一定要用最淡定的心态看事情，才会有幸福感，平凡而又充实。

淡定读后感想篇二

这是一本讲述人生智慧的好书，令人获益匪浅。

她为我们诠释了成熟、睿智、沉稳、平和。全书共七辑，分述了生死之爱，平淡流年琐事之爱，无望之爱，幸福小径，缘起缘灭和宁静的心灵。

什么是淡定？淡定就是你的淡然，你的超脱，你的看破。

人生不如意事，十之八九，可与人言无一二；昔日寒山问拾得曰：“世间谤我、欺我、辱我、笑我、轻我、贱我、恶我、骗我、如何处治乎？”拾得云：“只是忍他、让他、由他、避他、耐他、敬他、不要理他、再待几年你且看他”。如此的态度就是淡定。

“淡”是人生最深的滋味！

宁静的心态让人淡泊名利，知足的心态让人时时快乐，平和的心态让人处变不惊。然而在现实生活中，我们总有太多的抱怨，太多的不平衡，太多的不满足，犹如一个被宠坏的孩子，总是向生活不断的索取着，要知道快乐不是因为索取的

多，而是计较的少。生活中很多东西的失去，便不容我们再企图获得，正因如此，面对生活中的种种诱惑，我们这个时代需要这种“淡定”，我们每个人更需要这种“淡定”，在现实生活中才会使我们处之坦然，不会太过兴奋而忘乎所以，也不会太过悲伤而痛不欲生。

“淡定”不是平庸，它是一种生活态度，是一种人生境界，是智慧的不争，是宠辱不惊，是对简单生活的一种追求。这就是需要我们每个人不断学习，提升自身修养，摒弃一切浮躁杂念，在淡定中升华人生的真谛，让生命绽放其应有的光华。

人生有时真的很需要学会“淡定”，享受淡定，品味寂寞。一盏台灯，一本简书，一杯淡茶，拥着那一份淡定，品读属于自己的寂寞。

读懂淡定，才算读懂人生。保持这份淡定，人生从此不再寂寞！

淡定读后感想篇三

爱是恒久忍耐，又有恩慈；爱是不嫉妒，爱是不自夸，不张狂，不做害羞的事，不求自己的益处，不轻易发怒，不计算人的恶，不喜欢不义，只喜欢真理；凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐；爱是永不止息。但是爱情是什么呢，有人问过我你认为爱情真的存在吗？我的回答是信则有不信则无，在生活中，经常能听到“神鬼妖魔”的传说，说到神会崇敬，说到鬼怪会惧怕，或许有人见到过，但我没有，也不是很希望见到。爱情不也是一样吗，说到爱情都会憧憬，或许有人拥有过，但我没有看完这本书后才明白，成熟的感情都需要付出时间去等待它的果实，爱情也一样，但我们一直欠缺耐心。不要束缚，不要缠绕，不要占有，不要渴望从对方的身上挖掘到意义，那是注定要落空的东西。1有谁会用十年的时间去等一个远行的人？有些爱情因为太急于要得到它的功利，无法

被证明，于是显得单薄。爱，要经的起平淡的流年。但人的感情也是有底线的，与其苦苦等待不可能有的结果，还不如放弃。放弃也是一种爱！因为爱他，所以离开他。很感人的一句话。有些感情如此直接和残酷，容不下任何迂回曲折的温暖。带着温暖的心情离开，要比苍白的真相要好。

幸福没有一种特定的模式，只能是一种相对的概念。对于大众而言，不会有事先安排的道路，更不会有上天赐予的幸福。所有幸福的产生，皆源于人们的不懈追求的价值不断实现。鼓起生命的风帆，勇敢地迎接命运的挑战。对我来说幸福很简单，早起时伸个懒腰，刷牙时看到白的牙齿，上班的路上能及时赶上公交，到公司时看到同事们，晚饭时吃到大块的肉，一个人时耳朵里能有音乐的声音，洗澡时能有足够多的热水，睡觉时有暖和的被子，是一种深入骨髓的空虚，一种令你发狂的空虚。纵然在欢呼声中，你也会感到内心的空虚、惆怅和沮丧。曾经有一段时间，手机只是当做钟表来用，走在大街上，会感觉过往的车辆人群都那么的让人烦躁，食堂的嘈杂更是难以忍受，音乐在耳边也显得刺耳，不想与任何人联系，常常会在噩梦中惊醒，动不了，黎明过后才慢慢睡去。这就是我感受到的寂寞。原来大可不必这样，如果在工作学习中不得志，不要悲观迷惘，静下心来好好审视和反思自己，积极乐观面对挑战；如果被爱情抛弃，不用悲伤更不要怨恨，守住一颗淡定而宁静的心，重新面对生活，珍惜身边的人，你会觉得生活依然还是那样美好。

古龙曾经说过：真正的寂寞是一种深入骨髓的空虚，一种令你发狂的空虚。纵然在欢呼声中，你也会感到内心的空虚、惆怅和沮丧。曾经有一段时间，手机只是当做钟表来用，走在大街上，会感觉过往的车辆人群都那么的让人烦躁，食堂的嘈杂更是难以忍受，音乐在耳边也显得刺耳，不想与任何人联系，常常会在噩梦中惊醒，动不了，黎明过后才慢慢睡去。这就是我感受到的寂寞。原来大可不必这样，如果在工作学习中不得志，不要悲观迷惘，静下心来好好审视和反思自己，积极乐观面对挑战；如果被爱情抛弃，不用悲伤更不要

怨恨，守住一颗淡定而宁静的心，重新面对生活，珍惜身边的人，你会觉得生活依然还是那样美好。

如果你因为错过了太阳而哭泣，那么你也要错过群星了，人生就是一个学习的过程，只有在体会过失去的痛苦以后才知道珍惜，但以前的永不再来，这就是成长的代价。坚守自己心中的本真，不去过多地考量别人的错误，不要在乞求他人对自己的理解中消耗过多的时间和精力，要从被动地适应他人中解脱出来，否则你就是在用别人的错误来惩罚自己，最后被伤害的或者失去的是自己而不是别人。一根手指指向别人的同时，会有三根手指是指向自己的，这就提醒我们：要平静下来，多反省自己，观照内心，宁静以致远。

人的心理是非常复杂的，寂寞、悲伤、愤怒、失望、抑郁、痛苦等等心态时常会出现，我们可以尝试着慢慢地去接受它们，这些情感也都是自己的一部分，以旁观者的角度观察自己悲观时候的状态，平静淡然的去分析去反思。宠辱不惊，看庭前花开花落；去留无意，望天外云卷云疏。

[淡定的人生不寂寞读后感作文]

淡定读后感想篇四

《淡定的人生不寂寞》这本书用平实的文字讲述了我们生活中切实存在的关于感情、婚姻和家庭的一些故事，发人深省，感人肺腑。作者用朴实的话语告诉读者，在当今社会，想要成就自我，就务必学会淡定地生活，要耐得住寂寞，要活在当下。

我之所以喜欢这本书，原因很简单，一来是为笔者清新淡雅的文字所吸引，二来是身为铁路职工无法避免“坚守寂寞”的辞藻常常在耳边萦绕。透过阅读此书，作为励志前行的明灯和慰藉心灵的食粮，让人能怀揣着感恩、理解和信任在平凡的岗位上努力工作，建功立业。

在我看来，寂寞亦是人生中的一种美丽。参加工作二十余年间，在我的身边，在我的同事中有许许多多寂寞而美丽的身影，从他们身上折射出当代铁路工人淡定从容的工作态度和一丝不苟的工作作风。

守住一份属于自我的平淡生活，我们是幸福的。妻子常问我，作为铁路职工，应对聚少离多的生活，我们的幸福是什么？我说，幸福便是当我离开单位明白都市的霓虹里有盏灯在等我；在冬夜，有一个人为我添衣盖被，有一个人需要我嘘寒问暖……这种平淡的幸福源于铁路人特有的情愫，源于铁路人对企业和家庭深沉的爱。

古人云：“开卷有益。”阅读着书籍，欣赏着美文，我仿佛听到了铁路人在深山老林中传来的节奏有力的打夯声，看到了在荒漠戈壁里大战风雪沙害的工务人和风区小站坚守岗位的扳道员。那里远离闹市交通不便，那里偏僻荒凉通讯不畅，但凭借着拓荒者的豪放和细腻，逢山开路，遇水架桥，变戈壁为绿洲，变荒芜为繁荣，变寂寞为美丽。当我们真正理解和认知铁路老前辈的坚忍不拔和顽强毅力时，我们才会更加珍惜这天的幸福生活，感受企业来之不易的发展成果，才能更加坚定地立足本职、好好工作。

淡定的人生不寂寞，寂寞让我们如此美丽。当我们心静如水，才能踏实工作；当我们淡泊名利，才能有所建树；当我们坚守寂寞，才能快乐地生活。不畏尘世喧嚣的困扰，不畏儿女情长的乡愁，因为淡定的铁路生涯从来不寂寞，因为寂寞的铁路上有它独特的美丽。

淡定读后感想篇五

《淡定的人生不寂寞》是一本讲述爱与智慧的书，是身与心灵的修炼之作。全书记载了100多个爱情、亲情和哲理故事，在这淡淡的讲述与平淡的生活小事却使读者情不自禁地被打动，进而思索人生的真谛。

“我能想到最浪漫的事，就是和你一起慢慢变老。收藏起点点滴滴的心事，留到以后和你慢慢聊。”这是对婚姻的淡定。

“春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪。若无闲事挂心头，便是人间好时节。”这是对世事的淡定。

“宠辱不惊，看庭前花开花落；去留无意，望空中云卷云舒。”“风来疏竹，风过而竹不留声；雁度寒潭，雁去而潭不存影。故君子事来而心始现，事去而心随空。”这是对生活的淡定。

“手把青秧插稻田，抬头便见水中天。心地清净方为道，退步原来是向前。”这是为人的淡定。

人生不如意事，十之八九；可与人言者，十之一二。昔日寒山问拾得：“世间有人谤我、欺我、辱我、笑我、轻我、贱我、骗我，如何处置乎？”拾得回答说：“忍他、让他、避他、由他、耐他、敬他、不要理他，再过几年你且看他。”如此的态度就是淡定。

生活中，我们总有太多的抱怨，太多的不平衡，太多的不满足，犹如一个被宠坏的孩子，总是向生活不断索取着。越是拥有，越是担心失去。生活中的很多东西一旦失去，便不容我们找寻。

有时幸福就像手心里的沙，握得越紧，失去得越快。有时幸福就像彼岸的花朵，隐约可见，却无法触摸。没有什么是对与错，更没有太多的仇与恨，何不看淡这一切？或许付出真心的人不一定能换来真心，但是你无需后悔，能够拥有一颗平静的心，未尝不是好事。或许明天还是未知，但这又何妨呢，相信明天不会是最坏的，相信上天对每一个人都很公平。

学会淡定，学会淡定地面对挫折，学会静静地欣赏沿途的风

景。