

最新时间读后感(优秀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。如何才能写出一篇让人动容的读后感文章呢？接下来我就给大家介绍一些优秀的读后感范文，我们一起来看一看吧，希望对大家有所帮助。

时间读后感篇一

天气似乎越来越冷了，忙碌的一年也过去了一大半的时间，对一个生活工作在固定城市或者偶尔出行周边城市的人来说，天气的变化就是一个时间流逝的信号，四季更迭，年复一年，在时间的定义里面永远不会停止。时间的年轮不知疲倦地转动着，与之并行的是步履蹒跚的人类，我们总是喊累，感叹时间流逝太快未活出人生的精彩、抱怨工作压力太大跟不上日新月异的变化、痛恨社会秩序里的不公却无法改变的无奈。我们都很累，都渴望别人体谅我们的累，并允许我们暂停前进的步伐，好好享受这个时刻。可是，并没有人考虑过时间本身到底会不会累，它会累吗，每时每刻都在工作，它好像没有抱怨过呢，不对，或许同我们一样，在某个结束一天忙碌工作后的凌晨，走在不知是照亮夜晚还是照亮清晨的路灯下，也曾悄声喊累，而后却又转身走向回家的路途，因为我们知道，即使再累，也不能停下脚步。

越长大越懂得要从真正意义上热爱生命，并懂得“热爱生命”这四个字包含的含义。我们赤裸裸地来到这个世界，也终将赤裸裸地回去，在时间的往反复始中，我们能跨越的不过百年而已，而在时间的长河中这只不过是沧海一粟。突然想起前段时间的一部电影《寻梦环游记》，电影里面有一段台词特别的催泪：“当这个世上没有任何人记得你，你也将从这里彻底消失”。确实如此，生而为人，我们与除自己之外的人都有着千丝万缕的联系，我们都记得彼此，这些人包括我们的亲人、朋友、恋人等等，我们会一起沟通、相互拥

抱、做很多很多幸福快乐的事情，通过电影中的影射就是这些人以及我们彼此的联系构成了我们的生活，也是我们存在这个时空的“印证”，当世间没有人记得你，在心里甚至没有一丝关于你的记忆的时候，你将彻底地消失，不会再留下一丝痕迹。这一个过程是一点一点进行的，因为你在别人的记忆里面是一点一点消失的。但是，我想说：这个世界还很美。经典电影《入殓师》有一句话：“死可能是一道门，逝去并不是终结，而是超越，走向下一程。路上小心，总会再见的。”

时间读后感篇二

赶高铁时习惯性的在候车厅书店翻翻捡捡，然后就看到这本整体设计低调淡雅，封面清新安静的《时间的果》，作者黎戈。看第一页的序——树状的幸福，不疾不徐娓娓道来中可见遣词用句的灵气通透和冷静克制，就觉得喜欢，随机翻了后面几页便买了下来，之后读了一遍觉得不过瘾，断断续续又读了两遍，如细品一杯上好的碧螺春，清香优雅、柔和清澈，余味无穷。

前几年经常熬夜加班导致身体处于亚健康状态，人也变得有点焦躁，于是想慢慢找到属于自己的规律和节奏，可以不必慌慌张张的往前赶那已知的终点，而忽略一路多彩斑斓的风景，所以近两年有意识的放慢节奏，简化人际往来，以调养身体和多一些时间体味生活。随着工作和生活节奏的调整，紧绷如满弓的状态慢慢舒缓松弛，浮躁焦虑的内心渐趋平和从容。生活中的选择也多偏于宁静致远中的细水流长，而非慷慨激烈的热血沸腾。

这本书很契合我现在的状态，让人看的平静宁和。全书分为叶舟和根岸两部分，前者是作者对书、电影、各种人物的分析体会，后者是作者自身生活经历的记录和感受。前部分令人惊叹于作者渊博的知识面和独到的拆分比对能力，将看过的书籍整合揉碎在一起抽丝剥茧后梳理出自己的阅读体验，

直至查阅作者的背景资料知她多年来保持每日十万字的阅读量，而且会以考究的心态去系统性的查阅相关资料，也就难怪了！后部分作者写自己生活经历中所闻所见所感的一切，着眼细微，笔调细腻，在那一点一滴铺成开来的叙述中，你可以看到南京城里热气腾腾的日常生活，安静的伫立在烟雨中的古城墙和墙脚下摇曳的各式野花，庭院里的“金井梧桐一叶飘”，也可以看到作者因老公生意牵绊多年奔波于官司中，同时几年中相继面对自己生病住院、孩子车祸住院、母亲几近失明、父亲癌症去世的变故，然生活本质的沉重没有改变作者应对的坦然豁达，一点点耐心的去拆解生活给出的题。作者那一篇篇恬淡雅致的文字是浸润过柴米油盐和悲欢离合后的水到渠成，并非凌驾于人间烟火之上的风花雪月。生活的重与碎给予了她内心的轻和灵！这也是我喜欢她的原因。

“是谁来自山川湖海，却在傍晚的暄暄人流中，飞奔向昼夜、厨房和爱？对尘世烟火的热恋，对精神世界绝美风景的渴求，这两者，在我心中角力多年，终于拧成一股狂奔的热力。在轻与重，上与下之间，跑，是一个最好的平衡。”这或许是作者的自我写照，也是大多数的我们的写照！

时间读后感篇三

卡尔·华尔德曾经是美国近代诗人、小说家和出色的钢琴家爱尔斯金的钢琴教师，有一天他给爱尔斯金上课的时候问：“你每天练习多长时间钢琴？”爱尔斯金回答说，每天要练习很长时间。但是卡尔·华尔德并不想让学生这么做。他认为，爱尔斯金长大后，每天的空闲时间不会很多，他可以养成习惯，一有时间就几分钟、几分钟地练习。比如在上学以前、午饭以后，或在工作的休息余闲，5分钟、5分钟地练习。把小的练习时间分散在一天里面，如此弹钢琴就成了日常生活中的一部分了。

当时爱尔斯金对卡尔的忠告未加注意，后来回想起来真是至理名言。事后，他得到了不可限量的益处。他在哥伦比亚大

学教书的时候，常常因工作繁忙而没有写作时间，这时他想起了卡尔先生对他说过的话，一有空闲就坐下来写作，出乎意料之外，他日积月累竟然写了非常多的稿子。后来，他又用同样的办法挤出时间练习钢琴，终于成为了著名的诗人、小说家和钢琴家。

生活中，有很多零散的时间是大可以用的，如果你化零为整，就会挤出很多的时间。

汇涓涓细流方成浩浩大海，积点滴时间而成大业。“点滴”的时间看起来很不显眼，但这些零零碎碎的时间积累起来却大有用处。

成功者往往是善于利用时间的高手。爱尔斯金正是不放过任何一点空闲时间来从事创作和练习钢琴，才取得了成功。在我们身边，有很多人对时间的匆匆流逝视而不见、麻木不仁，不能在即将过去的的时间里好好珍惜自己的生命，他们没有意识到光阴似箭的残酷，自信还有宽裕的时间在等着他们，白白浪费宝贵的时间。

这篇文章给我最大的启发是：时间像水珠，一颗颗水珠分散开来，就会蒸发，变成烟雾飘走；集中起来，可以变成溪流，变成江河。如果你想成就一番事业，一定要学会利用时间。我以后一定要牢牢抓住每一分钟空闲时间，提高和充实自己，让自己成为优秀的学生，一个对社会有用的人。

时间读后感篇四

1、我们很多人可能都有这样的尴尬，在假期之前，总是信心满满，觉得可以做好多事情，可是真正到了假期，睡睡懒觉、看看电视、刷刷朋友圈，时间一晃就逝去了，结果就是大把的好时光啥正事也没干。

当然，还有很多类似的情况：说好的要早睡早起呢，可是到

凌晨了还在刷着抖音停不下来;说好的要每天运动呢,可是下班一回到家只想葛优躺;说好的健康饮食呢,可看到烧烤小龙虾又流口水.....

2、只能怪我们的自制力不够强?其实问题不只这么简单。我们的大脑经过漫长的年代进化而来,有一些本能反应(低级认知模块)是适应远古时代的。例如,在远古时代,人类吃甜食是有好处的,因为甜食有足够的热量,为人类战胜饥饿提供了巨大帮助。因此,在本能的支配下,看到甜食我们就想吃。虽然理性(高级认知模块)告诉我们,高糖高脂肪的东西不宜多吃。

原始的本能反应往往拥有更强大的力量,因为它是在千万年的进化长河中生存下来的。而理性则是相对较近的年代人类刚刚才拥有的。只要我们的低级模块首先认定了一件事情,理性思维便很容易屈从于低级模块发下的命令。

3、所以说,自制是一件痛苦的事情,高级认知模块知道怎么做才是对的,低级认知模块却不买账,少数意志比较坚定的人可以抵制本能的诱惑,可对于一般人来说却很难。我们可以使用的一个办法是刻意练习,练习用理性去思考问题。大脑符合用进废退的原理,如果经常用高级认知模块去思考,那么这块区域就会越来越强大,这样形成一种思维习惯后,我们的低级认知模块就无可奈何,只能灰溜溜地投降了。

4、这样的刻意练习,可能会让我们觉得不舒服,但只有走出舒适区,勇敢地去面对挑战,才能获得更好的生活。正所谓,困难的路越走越容易,容易的路越走越艰难。让高级认知模块支配的大脑,才能够拥有高级的人生。

时间读后感篇五

在20xx年的最后一天,写下这篇读后感,我觉得会更有意义。这是朋友@大猫felix送给我的一本书,只读了一半,就让我有

一种耳目一新的感觉。所以，非常愿意写下一些自己的感想，这也是我对朋友的一个承诺。

这本书的作者叫刘未鹏，84年出生，现就职于微软亚洲研究院。是个非常优秀的年轻人，看了他的著作和博客，让我真正体会到了“有志不在年高，无志空活百岁”的尴尬。

这本书主要是作者博客中一些文章的集合，分成三个部分：1. 暗时间2. 思维改变生活3. 跟波利亚学解题。个人感觉，其中给我印象最深的是第二部分：思维改变生活。

先说第一部分：作者主要以自身的经历，结合心理学的理论，阐述了如何更好地利用时间学习和个人成长。很多内容对于我们这些gtd玩家来说，并不陌生。作者在心理学方面的知识基础，却让这些内容变得更加地有趣。让我记忆比较深刻的是这样一段内容：

“这是一个细节，但我相信不是所有人都有勇气上去拦住名人问普通问题的，我们会给自己找很多很多的理由和借口，我想最常见的应该是两个原因：

1. 如果被批评了自尊心会受到打击。
2. 认为问了也问不出特别的信息。

然而事实却是相反：

1. 自尊心受到打击算不上实质性的损失。
2. 你想不出能问出什么特别的信息并不代表就真的问不到重要的信息。别把不知道当成没有。”

第二章是我认为本书的精华部分，“逃出你的肖申克”是其中精华中的精华。作者把我们头脑中认知、思考上的偏差形

容为我们头脑中的肖申克。作者在这里用了很多社会心理学方面的知识，对我们经常出现的认知偏差进行了阐述。看完这一章后，竟然激发起了我对研究心理学的兴趣。事实上，我们所做的每一个决策，心里的每一分喜悦，每一份恐惧，每一份担忧，都是我们心里上得出的结果。正所谓“万事有因就有果”，任何事情都是由原因的。只是以前我们不知道，或者我们没有注意到。看完这本书后，我忽然有了一个想法。准备去学习剖析一下经常困扰我们的一些思想中的负面情绪的由来，从而知道如何化解并最终战胜它们。这是一个很艰难的课题，但我相信这对我们的心智成长会有很大的好处。