

# 2023年十年徒步中国读后感(通用6篇)

范文范本可以给我们提供一种比较的标准，让我们知道自己的写作水平和不足之处。正确运用各种修辞手法和表达方式，使作品更具魅力和说服力。以下是一些值得参考的范文范本，供大家阅读和借鉴。

## 十年徒步中国读后感篇一

雷殿生十年徒步中国读后感

我不知道雷殿生是否有宗教信仰，但他绝对是个虔诚的信徒。

我也从没有进过贫瘠的山区，不知道那里的孩子能接受到什么样的教育，他们在简陋的草屋内，没有笔和纸，当雷殿生分给他们一些笔，又将新买的笔记本撕开分给他们时，孩子们多么的开心，当你想一想那些过着不愁吃穿还不满足的孩子时，想一想在学校里整天无所事事的学生时，确实感觉山区里孩子的愿望卑微的让人心酸。

当雷殿生看到一个藏族男孩脸部受伤流脓后，由于附近没有医院，孩子的伤口只能等待自然痊愈时，他亲手给孩子包扎了伤口，还留下了后续所需药物。确实，付出就是一种收获，当你将关怀给予那些真正需要帮助的人时，你的灵魂得到了升华。

当然，雷殿生徒步中国十年的历程饱含辛酸，多次遇到了生命和生存危机。但我认为他是幸福的，我感觉他走在自己的朝圣路上。

雷殿生十年徒步中国，包含着人类崇高的精神、有着信仰、有着独特的人格、有着对人生意义的诠释。皖峰方丈对雷殿生说“走路也是一种修行”当一个人把生活与个人信仰紧密联系在一起时，你不得不说他就是一个圣徒，内心必然存在对心中殿堂的虔诚。

当我合上这本书时，脑海中闪动着这样一个画面，雷殿生背着旅行包，行走在路上。()而在我脑海中还一直闪动的一句话“信仰和生命的别样风采”。我看到一种独特而完整的人格，这一路包含着个人的辛酸，可他在通往心中殿堂的朝圣路上总能以超我的方式看待人间的冷暖，将生命中的幸与不幸转变为心灵的财富，这绝对是充满了崇高和有意义的生活。

真的如倪萍所说“看看人家雷殿生的活法，我们就知道自己应该怎么活了”。是啊，任何一个将自己的理想付出行动的人都是幸福的。我也有自己的理想，那就是能多抽出时间旅游，感受一下自然美景和文化，然后将感想写下来。我知道在旅游之前最好多了解一些你所要旅游地点的文化，这样你会更多的将自己和这里融合在一起，你就可以与这里进行一种沉默的交流。当然，任何一个在自己心中的殿堂行走的人都是幸福的。

## 十年徒步中国读后感篇二

这两天看完了雷殿生的，深受感动，每个人都有各自的人生梦想和现实的生活方式，大多数人不能二者合一，更何况作者的梦想不是一般人敢去想象的，身世背景加上机缘巧合，让他燃起了徒步全中国的想法，他也不是简单的那么一想，而是真的一步步去实现，2岁开始准备，用十年时间去锻炼身体，计划路线，学习徒步中相关的知识，积累经费，十年后背上行囊踏出第一步，又用十年的时间走遍了全中国所有城市，森林、沙漠、戈壁以及无人区，前后二十年的时间实现了这个梦想，何等的执着和坚持啊！

路上的艰辛是无法从字里真切的体会出的。脚上磨出的水泡，遭遇的抢劫，遇到的冰雪、沙尘、泥石流等自然灾害，饥饿和疾病等，他仍然活着或许有些幸运，但大都是靠着他的毅力坚持下的。春夏秋冬，风餐露宿，恶劣的自然环境，以及未知的不可预见，960万平方公里的.广袤大地上，“十年徒步，百味杂陈”，唯独作者自知。如他自己所说：经历了别

人不曾经历的磨难，但也看到了别人不曾看到的美景，感受到了别人感受不到的东西。祖国的名大川，名胜古迹都留下了他的足迹，纵然不读万卷书，而行的万里路却不是能读出的，路上亲历的见闻、感受感悟是极大的获得。途中遇到的一位高僧赠了作者一句禅语“走路也是一种修行”，确实蕴涵了很多东西，克服身体的痛苦和内心的煎熬，在漫长而寂寞的路途中感悟自然感悟生命和内心，因为现在的人们很难有这么长的时间如苦行僧般的长途跋涉去独自感受孤独，人应该要有属于自己的孤独去回归内心反省自我的。十年，甚至二十年的时间去完成一个普通人很难理解梦想，这是需要多么大的执着、勇气、信念，以及毅力。樊建川说中国1亿人中有12亿人是过着正常人的生活，而剩下的有点另类的五千万人或许就是像他俩这样为实现自己不平凡梦想而活着的吧。

现在流行的一句话“不忘初心，砥砺前行”，用在作者身上也是很合适的，最初的一个纯真或许幼稚的想法，一直牢记于心，风雨不改，执着完成，这种人是可爱的，更是可敬的。

趁着年轻疯狂一把，不然就老了。干点于自己现实生活中“出格”点的事儿，给自己多留点美好的回忆。

## 十年徒步中国读后感篇三

最近，我读了《十年徒步中国》这本书。我很喜欢这本书，书的内容既惊险又刺激。我看着书，就像看了一部历险记，又像看了一部风光大片，还像看了一部漫长的纪录片。

这是一本传记，写了作者雷殿生三在1987年，因为受到徐霞客事迹的影响，萌生了要成为一名徒步旅行家的梦想。经过他十多年的准备，他成功地用十年徒步走遍了祖国，去了壶口瀑布、柴达木戈壁、古尔班通古特沙漠……我对他的经历感到既惊叹又敬佩。

其中，令我印象最深刻的是雷殿生在西藏阿里无人区夜战狼

群的’经历□20xx年7月12日，雷殿生行进在一个荒凉的丘陵地带，到了傍晚，他找了一处背靠山崖的开阔地之起了帐篷。到了深夜，雷殿生发现狼群来了，大约有二十匹，他把帐篷拉开一条小缝，然后把点燃的鞭炮扔了出去，但鞭炮声一停，狼群又围过来了。读到此处，我想：如果是我，我该怎么办呢？没什么办法。他死定了！没想到，雷殿生灵机一动，想到狼群怕火，于是把自己的衣服都脱掉，把衣服点燃后扔出去，再拼命地喷杀虫剂。我还以为雷殿生肯定保不住小命呢！幸亏他十分冷静地想到了办法，顺利脱险。

通过阅读这本书，我深深感受到祖国河山的壮丽和奇美。俗语说：“读万卷书，不如行万里路。”，有机会我也想像作者一样去全中国游历一番，亲身体会其中的惊险和乐趣。同时，我也明白了，在学习和生活中遇到困难时，要冷静地想出解决问题的办法，要知难而进，而且要坚持不懈才能成功！

## 十年徒步中国读后感篇四

“十年艰辛，百味杂陈。”这样一句话很好地表达了我读完这本书的感受，同时也涵盖了雷殿生十年徒步的艰辛历程。

原本的他，只是一个再平凡不过的人。但梦想给了前进的动力。当生活的安逸不能让他感受到人生的价值所在时，他勇敢地选择了去闯去拼。

十年的旅途可以用他所说的话来概括：“我所到的陆地最南端在海南省的天涯海角，那是3月25日；最西端是新疆乌恰县境内的伊尔克什坦的国界线，时间是9月14日，在那里我领略了中国境内最后一缕阳光的落下；最北端是在中俄边界的漠河县北极村，气温低到零下五十多度，于的1月14日到达；最东端是乌苏镇，此时此刻，我正站在这里，见证中国第一缕阳光的升起……”

一幅幅美丽的景象从我们眼前掠过，但我们又何曾知道那美

丽之后包含的汗水啊！他曾一天徒步走了86公里，时长为18小时。说实话，这是我们难以想象的，他旅程中的每一步，每一个脚印，都让我震撼，让我折服！

他选择的这条路，遍布荆棘。在这十年的旅途中，他数次险些丧命。

蛇口脱险、智斗狼群、芦苇荡遇险，甚至是差点付出截肢的代价。作为旁观者的我，深深地敬佩着他的坚持。这一次次遇险从未磨灭他继续前行的决心，他坚定地敞开自己的步伐向前迈进，披荆斩棘，坚定前行。

随着他一路的步伐，我也领略了这个社会的人情冷暖、世态炎冷。

在这一路上，有的人素不相识、萍水相逢却真心相待。路上对他嘘寒问暖，给他提供帮助的人多不胜数，这些人的所作所为不仅仅温暖了雷的心，也温暖了我们的心，更是温暖了这个世界。

但是，也有的人以冷眼旁观、恶言相对。看完雷在河北西地乡的遭遇，我与他一样，心头燃起怒火。当他想到对方的店里买一瓶矿泉水时，不料无故地被对方羞辱，甚至聚众伤人。在这些年里，他其实也没少受到侮辱与嘲讽，他很明白自己选择的是一条不寻常的路，而在他眼中，正是这一切的挫折和磨难给予了他前进的动力，刺激着他勇往直前。

“当我结束十年徒步时，虽然孑然一身，但内心却是充实的，我想我已经找到了自己最想要的东西。”

敢问人的一生有多少个十年，我们到底为那逐渐流逝的时间做了些什么。看完《十年徒步中国》，我理解了梦想与信念的重要性。时间稍纵即逝，我们要握住时光的摆针，正如雷一样，不因眼前的美景而稍作停留，而是坚定梦想，不懈地

前行。

一个人，一件事往往能改变一个人。雷殿生遇上了这样的人与事，他顿悟了自己人生意义何在，于是他创造的属于他自己的奇迹。而他也感染了我们和我们，让我们坚定了梦想，让我们有了实现梦想的无限的动力！

## 十年徒步中国读后感篇五

曾几何时，我也有想游历全国的梦想，感受全中国的壮美山川，当然是想象中的各种交通工具代步而行，徒步，是想都不敢想的，更别说作者的只身一人，徒步十年，这是何等的勇气与信念，内心是何等的坚毅与隐忍。徒步十年，作者最后选择徒步“死亡之海”罗布泊，这其中的困难可想而知。记得前年为了一睹胡杨林的风采，我与友人一同驾车行走过内蒙地区的戈壁滩无人区，从早晨6点到晚上7点多才到达目的地，一路上，空无一人，更无一草一木、一鸟一兽，这一路的荒凉，只有真正到过这样的环境才能真正体会到。

在这本书中印象深刻的是一句高僧禅语，对作者产生了很大的影响，那句“走路也是一种修行啊”，道出了百般滋味与理解、顿悟，这一句成为支撑作者十年徒步的精神力量。而这句走路亦是修行，对我也影响很大，生活中不免会遇到太多困惑，太多遗憾，太多不被理解，太多努力了很久却没有结果的事情，会懊恼、愤恨，但我坚信只要心存善念、懂得感恩，坚定信念，永不言弃，终究会战胜各种困难，在“行走”的路上无愧于心。

匆匆几年，每至岁末年终，总会给自己定下很多目标，再饮一两碗“励志鸡汤”，但在以后的日子里，却不够坚定，懈怠于行动，或者坚持了几天便放弃了，终究是缺乏持之以恒的精神。而克服这些困难，就是战胜最难战胜的自己，开始行动起来。在当今社会，也许我们更多的倾向了一种“速成”，速成学习、速成作品、速成食物，等等。那些默默坚

守传统，继承工匠技艺的人越来越少，生活中的你我，皆在其中，就如同学习书画技艺，经年累月，勤加练习，刻苦研究，持之以恒，必定会在时间的印证下熠熠闪光。

我们，依旧在路上……

## 十年徒步中国读后感篇六

最近我读了一本书，名字叫十年徒步中国，读完此书，我对作者感到了无比的钦佩。书中讲了雷殿生，也就是本书的作者花了十年的时间准备，十年的时间徒步走完了整个大中国她有着人的血肉却有着铁铸的意他想过退缩，却依然但依然坚持了下来。

读《十年徒步中国》，感受着作者经历的那些生与死的考验，跟着作者一起感受着人间最平凡而沉重的真情，我无数次潸然落泪。人生能有几个十年，而作者却选择了用人生中最宝贵的十年来完成一个别人都不认可的梦想。每个人心中都有属于自己的梦想，而面对别人的质疑，能在追求自己梦想的道路坚持下去的人又有多少呢！雷殿生跟我们一样，是一个有血有肉的人，他是怎么坚持下来的呢？就是因为他有恒心，有坚强的意志，有遇到困难想办法解决智慧才能徒步走整个中国。

但是如果他没有恒心，没有坚强的意志，没有吃苦耐劳的精神，会怎样呢？他可能会半途而废，一事无成，也可能怕苦怕累，完成不了这项壮举。

看完这本书使我想起了自己，我总是没有恒心，做什么事做到一半就不想做了，于是我只会一点点，就能我也没有坚强的意志，做事懒散，随便遇到一点点困难就不做了，我也没有吃苦耐劳的精神，什么家务都不想干。

看了这本书，我感到无比的钦佩和震惊，让我们向作者学习

这种坚强的品质。