

放下读后感(通用5篇)

很多人在看完电影或者活动之后都喜欢写一些读后感，这样能够让我们对这些电影和活动有着更加深刻的内容感悟。什么样的读后感才能对得起这个作品所表达的含义呢？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。

放下读后感篇一

假期里读了龙柒的《放下》这本书，这本《放下》是一本哲学味很浓的大作，每篇故事让人能感悟很多，并值得回味的书籍。我思考着，反思着，作为教师的我，我该放下的是什么呢？大概是教师这个架子吧。

教育教学生涯中，我一直相信每个孩子都有闪光点，看到学生在运动会上坚持跑完每次赛程，我总是感动得说不出话来，“多勇敢的孩子啊！”看到在零下3度时，我们二年级小学生在用湿抹布擦墙壁，我又会激动不已，“多可爱的孩子啊！”在批作业劳累时，感到肩上有几只小手在轻轻地捶打着，心中就会涌起一股暖流，“多懂事的孩子啊！”学生回报我的点点成绩，丝丝温情总让我感叹：只有孩子才是这世上最可爱的人！

但是每当上课看见学生交头接耳时，批到邈邈的作业时，我就全忘了他们的闪光点，真有一股恨铁不成钢的失望。于是总忍不住发起脾气来，学生就在我严厉的目光下开始躲躲闪闪，在我转过身的时候做鬼脸，在我不在班时，不管自己有多努力，始终没看见自己所希望的“风平浪静”，于是越发地心浮气燥，形成一种恶性循环。

什么是孩子们所需要的？难道我这样严格要求他们，不知疲倦地唠叨，错了吗？夜深人静时，我总是问自己。看了许多名家

著作，经历了许多故事之后，我才明白，真的错了！知识和能力固然是孩子们所需要的，但他们更渴望的是理解、沟通、交流，需要一种老师从心底流淌出的温情关怀。教育不仅仅是知识的传递，也应该是智慧的碰撞、情感的交融。不仅需要教师的召唤，更需要学生的回应。课堂也不应该是一座精心修筑的围城，更应拆除墙壁，让学生感受生活的美丽，呼吸鲜活的气息，吹拂挟带着花朵幽香的微风。

放下架子，蹲下来看孩子。回忆一下自己的童年，是否也有过他们一样的恶作剧，是否也曾令老师头疼过？不久前，翻开自己中学时代的一篇作文，才记忆起小时候我也曾在泥沟中流连忘返而丢了书包，也曾用七彩水笔抄写过词语。那么，今天我有什么理由要求学生必须像盆栽一样循规蹈矩呢？人为地修剪或移栽，如果过分抑制了自身的天性，结出的果子只可能是苦涩的。载歌载舞、琴棋书画、文学、经济，我也并非无所不能，学生又怎可能是全面发展呢？明白了这一点，看待学生的目光就宽容多了。有人交头接耳，稍停片刻，当作是课间的歇息，然后俯身探询：“有什么要紧的事需要大家帮你参谋的？”回应我的多半是羞涩的微笑，战战兢兢的眼神，“对不起，老师！”事情就这样过去了。

放下读后感篇二

雨过天晴，连绵的两天的雨让心中些许压抑，但是随着天空放晴，似乎整个世界都变得明亮了，心情也随着天空晴朗起来。我们总是这样，在嘈杂的社会中，总会被一些琐事而困扰，可是等回过头想想，却又觉得当初的自己太过于拘泥，倒不如当时洒脱一些。最近阅读了《一放下你就赢了》这本书，让我受益匪浅。

在《一放下你就赢了》这本书中，作者用细腻唯美的语言，为读者营造出一个欢快祥和的意境，朴实却不失智慧的文字，引导读者在阅读的同时，心胸不断变得宽阔起来，似乎意境忘记了这个嘈杂纷争的社会，身边的一切都是那么的美好。

如今的社会，节奏在不断加快，我们所遇到的琐碎事情也在越来越多，而随着年龄的增长，我们又要开始承担起抚养孩子、照顾老人的重担，我们经常会感受到生活的压力带给我们的窒息感，可是生活总要继续，我们终归要面对未知的明天。既然这样，为什么不快乐轻松地过好今天，微笑着面对生活给予我们的一切呢？记得看见过这样一篇故事：一个和尚肩上挑着一根扁担信步而走，扁担上挂着盛满绿豆汤的瓷壶。他不慎失足跌了一跤，壶碎汤撒，这位和尚却若无其事地继续往前走。这时，一人跑来说：“你不知道瓷壶已经破了吗？”“我知道。”和尚不慌不忙地回答道。“那么你怎么不转身，看看该怎么办。”“它已经破碎了，汤也流光了，我转身又能如何？”是啊，既然前面还要赶路，又何必再去纠结过往的遗失呢？倒不如放下那些不必要的负担，轻松地奔向明天。

在我们的工作中，亦是如此，我们作为xx每天在嘈杂的车辆发动机声中工作着，每天与各种各样的司乘人员打交道，我们也会遇到一些不愉快，在工作中遇到一些挫折困难，我们会生气、会失落、会沮丧，可是好好想想，这些负面情绪对我们来说毫无益处，只会让自己更加压抑，倒不如将心放宽，学会放下那些负面情绪，乐观的对待工作，微笑着对待司乘，阳光的面对一切。

人生就像一次旅行，如果把所有的得失成败、鸡毛蒜皮都背在肩上，那么我们只会举步维艰，倒不如学会放下，让自己轻松一些，脚步轻盈地向着美好的明天进发。

放下读后感篇三

这个寒假，我过得非常充实，读了很多本书，其中最让我印象深刻的是《放下的幸福》这本书。这本书中包含了亲情，爱情，友情和励志。教会了我们人情世故，让我们学会怎么做人做事。

没有姓名，只用他她代替，只讲事情，是说道理，这样的一本书，教会了我们。书中有让我感动的地方，有让我愤怒的地方，有让我恨的地方但就是这样才让我懂得了要知恩图报，要爱家人，要与人为善。

这本书我最大的体会就是：放弃会让人认清自己，认清他人，学会选择。幸福需要你的等待，学要你的付出，你的包容，也需要你的放下。你放下的少，幸福就少，放下的多，幸福就多。人在这个社会上，需要朋友、同事和家人的相处，但寂寞却是一种境界，让你清醒理智地去认识是、做事。不要惧怕，不要讨厌寂寞。因为寂寞可以让你在前进的路上，看到成功的方向。坦然面对我们寂寞的日子，享受这些寂寞。

人生，应该学会那一份淡定，保持淡定，读懂寂寞的真谛，学会幸福，学会爱，从此，淡定的人生不再寂寞。

燕宏悦

放下读后感篇四

这个尘世间有多少人正因放不下而生活在痛苦之中，有些人究其生命都不知道自我的一辈子为何会如此难受，我想那是正因没有放下吧。如果咱们能够看的远一点，那么我坚信离幸福就会近一点。

深夜，咱们扪心自问：一辈子的营营役役到底为了什么？其实答案没有人知道，咱们有时候太过于执着某件事情或者某个人，一向觉得咱们所应对的是人类之中最大地悲痛，但是却忽略了萦绕在咱们身边的愉悦。

其实在生活中每个人不必须都对你抱以微笑，和你谈笑风生，但咱们并能正因这个便觉得人家不是善良的。尘世中有多少争吵和不满，如果对于这一些咱们一向执着下去，那有什么幸福可言呢？因此咱们要懂的放下，要以一颗善良的心来对

待每一个人，否则咱们的心里会内疚。对别人报以微笑，但是分的渴求，懂的.放下，这就是幸福。

还记得溪边的潺潺流水吗？还记得松林里的阵阵松涛吗？还记得田野里顽皮的孩童那爽朗的笑声吗？为何一向忙忙碌碌而不得休息呢？咱们总说自我很忙很忙，殊不知忙就是心死了啊，既然心已经死，何来幸福可言。

放下手头的事情，放下那不该执着的执着，你会豁然开朗的感受生活带来的无限乐趣，理解阳光的爱抚，品味四季的味道。

世间有一种伤痛，告别的是执着；世间有一种无奈，辞去的是过往。人生在世，岁月如梭。眨眼间，放下了不该放下的；转瞬间，错过了不该错过的；瞬息间，失去了不该失去的。失去了一个不爱你的人你就应感到幸福。

有一种放下能够泪流满面，心如刀割。有一种放手能够面无表情，痛不欲生。有一种放下能够手脚冰冷，失去知觉。其实很多事，很多人都是需要放下的。有时候咱们放下了才发现它的美丽。咱们放下了才知道他们根本不配让咱们如此执着。

既然一切都已经远离了轨迹，那么就静静的搁下思绪，放下不安的情绪吧，回归静谧的自然风光；咱们能够在迷茫的路途，在走神的马背，在落寞的季节[vipyl]体会咱们忙碌时永远体会不到的愉悦。夜色如歌，寒意阵阵，在北风呼啸的夜晚，咱们能够开着灯，蜷缩在被窝里，感召着温暖的时光，让身体得到充足的休息。同时期望飘在空中的灵魂能够安全落地。让咱们自我营造这份愉悦，感受放下所带来的幸福。

世间多少事，都是虚空；世间多少爱，都是过往；世间多少伤，都是尘埃。，真的放下吧，体味那份宁静的愉悦，学习并领悟用佛眼看这个世间，用佛眼看世事，让一切都变得简

单起来，所有烦恼与不甘，所有的痛苦与无奈，都只是虚空。真正站在尘世之外来淡看这一切。

放下是要求咱们不好一向执着于最好的，要去关注最适宜的，以卵击石的傻事咱们怎样会去做呢？因此此刻咱们心要平静下来。不好让自我生活在一座寂寞的荒岛，整日唯有孤独相随。要坚信此彼岸必须花香满地。你在彼岸必须很愉悦。放下了你就会找到自我的那座城幸福之城。

也许你的耳畔还回荡着生活琐事的声音，也许你内心还受着放不下的痛苦煎熬，只是你要放下了，不好再让痛苦把你包围。你就应懂的自我去找寻愉悦，人生其实没什么大不了的，关键看你怎样去经营，懂的放下，你就会获得幸福。

也许在你们在恋爱前一天，还在山盟海誓的叙述着感情。这天却分道扬镳，彼此被打入绝望的谷底。也许前一天你还是腰缠万贯的富豪，这天却流落街头。即使你嚎啕大哭终究赢不回来你以前的所有，那又何必让自我如此痛苦呢？不如放下，迎接生活所带来的任何苦难。

学习并领悟放下是你对自我负责也对别人负责；学习并领悟放下是正因你会得到更好的选取；你要学习并领悟感谢能让你作出决定放下的人，正因你会发现他会让你更坚强，找到更好的自我，会激发起你的斗志，会让你的性命更加的完整！其实有很多人都在煎熬与放下中徘徊。咱们得坚信咱们要走过那样的阶段，忍受暂时放不下的痛苦，咱们要重新站起来正常的应对自我的人生？狠狠地逼自我一把，给自己一点掌声，告诉自我原来我也能够这么优秀。

放下读后感篇五

以前有这样的故事：一个富人背着金银财宝，到远处去寻找幸福，但是走过了千山万水，也未能找到幸福。他沮丧地坐在路旁，正好遇到一个农夫，富翁说：“我一向在寻找幸福，

实在是找不到，怎么办？”农夫放下沉甸甸的柴，擦着汗说：“放下就是幸福呀！”富翁顿时醒悟，随即将金银财宝布施穷人，全部用来做善事。当天晚上他睡得很香，心里没有压力，最后尝到了幸福的味道。

智慧小语：如果对自我的维护和爱执能放下来，愉悦自然而然会现前的。但关键是很多人都放不下，越追求的话，幸福离自我越遥远。因此，越是执著越痛苦，一旦真正放下了，愉悦的阳光立刻就会出现。

精选阅读三：