

现代青年读后感 现代诗歌读后感(优秀9篇)

当品味完一部作品后，相信大家一定领会了不少东西，需要好好地对所收获的东西写一篇读后感了。什么样的读后感才能对得起这个作品所表达的含义呢？下面我给大家整理了一些优秀的读后感范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

现代青年读后感篇一

思念(舒婷)

一幅色彩缤纷但缺乏线条的挂图

一题清纯然而无解的代数

一具独弦琴，拨动檐雨的念珠

一双达不到彼岸的桨橹

蓓蕾一般默默地等待

夕阳一般遥遥地注目

也许藏有一个重洋

但流出来，只是两颗泪珠

呵，在心的远景里

在灵魂的深处

“思念”本就是一个极其美好的词。古往今来，无数的骚人

墨客都曾写下流芳千古的华章丽句。“衣袋渐宽终不悔，为伊消得人憔悴”（柳永）、“从别后，忆相逢，几回魂梦与君同”（晏几道）、“剪不断，理还乱，是离愁。别是一番滋味在心头”（李煜）、“酒入愁肠，化作相思泪”（范仲淹）、“春色三分，二分尘土，一分流水。细看来不是，扬花点点，是离人泪”（苏轼）、如哀似诉、凄婉低徊的诗句穿越了时空的局限，千百年来在无数的读者中引起共鸣。

在当代女诗人的笔下，“思念”依旧以其纯美真率让多少人伤怀落泪。

诗的第一节，便以独特的构思和形式展现此诗与众的不同。“一幅色彩缤纷但缺乏线条的挂图”——能感其美却无法触其形；“一题清纯然而无解的代数”——能晓其情却无法觅其果。如此无奈和悲哀不正是如烟似梦的思念所在吗？琴弦孤身只影，琴声破碎欲绝，希望与失望在若断若续“檐雨的念珠”中闪现。有桨却无法致岸，有情却无法会面，不正如“溯游从之，宛在水中央”及“盈盈一水间，脉脉不得语”的痛楚吗？缠绵悱恻的相思愁苦满溢诗里行间，令人不忍触摸。

“蓓蕾一般默默地等待”，“默默”一词使“蓓蕾”这个意象更加形象突出，等待的热切和希望的深切之情溢于纸上；“夕阳一般遥遥地注目”，“遥遥”更突出了等待的悲哀和思念的痛苦。

两个意象把人们思念的心定个在这暖和而温暖的画面里。而心的深处，是海洋。泪如海，思念如海，期待如海。最终翻腾不息的海语，溢满了两汪深湖，两颗晶莹剔透的泪珠，映现了世间一切的真情。思念的真切，在此从内到外，由浅及深，得到了淋漓尽致的体现。

相思不是简单之物，诗人表现也从多角度多侧面出发，用形象帮助思维说话。四个意象虽无逻辑关联，但每一意象的本

质都能让人联想起意味相似的相思。此时，诗作的思维是跳跃的、抽象的，找不到明显的逻辑痕迹，但给人情感感受空间是立体的，回味是深远的。

现代青年读后感篇二

轻轻的我走了，正如我轻轻的来；我轻轻的招手，作别西天的云彩。“悄悄的我走了，正如我悄悄的来；我挥一挥衣袖，不带走一片云彩”。

再别康桥，再别志摩。熟悉的笔调还是难以让人忘怀。

《徐志摩诗歌全集》收录了徐志摩生前发表的《志摩的诗》、《翡冷翠的一夜》、《猛虎集》和《云游》四部诗集，并整理了他的其它诗篇，合并为《醒！醒！》。诗人虽然轻轻的走了，但是他留下的作品却会永存于读者心中。

徐志摩是一个才华横溢的诗人。尽管他自己说：“在二十四岁以前，诗，不论新旧，与我是完全没有相干。”但他一旦拿起笔来，佳作便犹如山洪爆发一般涌现出来。作为新月派诗人的代表，徐志摩的诗作字句清新，比喻新奇，想象丰富，意境优美，神思飘逸，富于变化，同时具有浪漫主义和唯美主义色彩。他的诗就是一个五光十色的世界，而他那驳杂的思想也在这个世界中一一体现。他的诗歌写爱情、写生活、写景色、写人间疾苦。

这里引用徐志摩的诗：“但有人，比如我自己，就有爱落叶的癖好。他们初下来时颜色有很鲜艳的，但时候久了，颜色也变，除非你保存得好。所以我的话，那就是我的思想，也是与落叶一样的无用，至多有时有几痕生命的颜色就是了。”有着对自己思维方式的反思，人的思维不见得完美，有时只是一种多余。看似华丽，却经不起推敲，看似深邃，却不能传给后世，也是一种无奈吧！对自己的无奈！

“人类最伟大的使命，是制造翅膀；最大的成功是飞！理想的极度，想象的止境，从人到神！诗是翅膀上出世的；哲理是在空中盘旋的。飞：超脱一切，笼盖一切，扫荡一切，吞吐一切。”他可以看出理想的重要，诗的伟大，哲学的美好，他也可以用它的笔惊醒人们，别总关注物质，心灵的美也很重要。诗歌，它可以给你带来心灵的享受，它是不可或缺。现在，诗歌已经越来越少，看诗的人也更少了。的确，诗不能给人们带来财富，也许你认为它只是在浪费时间。但你，没有明白诗的意义。那种对心灵，对灵魂正真的描写，在诗人的面前，你能看到自己的心声，也许你一直在影藏它，你不曾发现的你的那份情怀。“你真的走了，明天？那我，那我。”

“也许你没有志摩的多情善愁，但你也有着你的感受。被让世俗蒙蔽你的眼睛，睁开眼，

看看诗的世界。诗歌不是一种任务，诗人不是一种职业，它是一种对自身的觉醒，一中参透。诗歌没有什么，只要有那颗向往的心，让我们细细品读《徐志摩诗歌全集》，发就自己以前所未有的情怀。

现代青年读后感篇三

“轻轻的我走了，正如我轻轻的来；我轻轻的招手，作别西天的云彩。”“悄悄的我走了，正如我悄悄的来；我挥一挥衣袖，不带走一片云彩”。

再别康桥，再别志摩。熟悉的笔调还是难以让人忘怀。

《徐志摩诗歌全集》收录了徐志摩生前发表的《志摩的诗》、《翡冷翠的一夜》、《猛虎集》和《云游》四部诗集，并整理了他的其它诗篇，合并为《醒！醒！》。诗人虽然轻轻的走了，但是他留下的作品却会永存于读者心中。

徐志摩是一个才华横溢的诗人。尽管他自己说：“在二十四岁以前，诗，不论新旧，与我是完全没有相干。”但他一旦拿起笔来，佳作便犹如山洪爆发一般涌现出来。作为新月派诗人的代表，徐志摩的诗作字句清新，比喻新奇，想象丰富，意境优美，神思飘逸，富于变化，同时具有浪漫主义和唯美主义色彩。他的诗就是一个五光十色的世界，而他那驳杂的思想也在这个世界中一一体现。他的诗歌写爱情、写生活、写景色、写人间疾苦。

这里引用徐志摩的诗：“但有人，比如我自己，就有爱落叶的癖好。他们初下来时颜色有很鲜艳的，但时候久了，颜色也变，除非你保存得好。所以我的话，那就是我的思想，也是与落叶一样的无用，至多有时有几痕生命的颜色就是了。”有着对自己思维方式的反思，人的思维不见得完美，有时只是一种多余。看似华丽，却经不起推敲，看似深邃，却不能传给后世，也是一种无奈吧！对自己的无奈！

“也许你没有志摩的多情善愁，但你也有着你的感受。被让世俗蒙蔽你的眼睛，睁开眼，看看诗的世界。诗歌不是一种任务，诗人不是一种职业，它是一种对自身的觉醒，一中参透。

诗歌没有什么，只要有那颗向往的心，让我们细细品读《徐志摩诗歌全集》，发就自己以前所未有的情怀。

现代青年读后感篇四

但我还是认识了你

在《柿子红了》里

我仿佛看到了一个

叠着红柿叶当纸钱

编起来当帽戴的懵懂小儿

在《那一年，我十七岁》里

我认识了一个早识愁滋味的少年

似曾相识

在你的《父亲》、《母亲》里

我看到了那个吃着

母亲炸的香椿芽

和年迈的父亲唠嗑的儿子

在《趁夜温柔》里

我认识了那个让我怦然心动的

疲惫、无奈的

却又温情脉脉的父亲

在一个名叫“图兰朵”的休闲餐厅里

我看到了一个

在“那幽暗的房间里，兰花苞状的.灯罩下吐着淡黄色光”里

独自品茗的雅韵男子

我真想到那“东峪、后沟、雀峪”

去看一看你笔下的杏花

我又想到那“庄稼的空地里，河堤的斜坡上”

去采一捧野菊.....

现代青年读后感篇五

晚上不小心又翻到韩寒的一片关于诗的博客《现代诗和诗人怎么还存在》，不小心看到了，然而不小心翻到了，就又不小心的郁闷了。

有一句蛮经典的话是说，写诗需要青春，而写小说需要阅历。我没有在高中就退学，而现在还蜗居在大学里，自然阅历是比韩寒要少点。

候，考卷后明码标价，除诗歌外文体不限。或许是因为诗歌的特殊性，有是感觉自己写的不错，然而交到阅卷老师那儿可能会说，丫的，写什么玩意儿。老师这样说了自然心里不爽，脾气暴躁一点的可能就要找老师理论，而如果更不幸老师脾气更暴躁抬手两个巴掌赏来，那就只能打碎了牙往肚里咽了。于是诗歌似乎在每个人刚开始青春的时候就给扼杀在摇篮里了。

个顽固不化的，带着一肚子的理想跑大学里找落脚点，来了才发现，就没一个地儿让你发挥，自己召集一下举办一次诗歌朗诵，除了要朗诵的人外，就只剩下打算等结束了清理场地阿姨了。学校说举办诗歌朗诵会，兴致勃勃的跑去参加，去了才知道除了有啊！美丽的校园，这一句的稿件之外其他的都用郭沫若，闻一多之类的。说海子虽然有名但是作品比较难懂所以也就不用了。

然后有不小心想起那个说是为了表现诗的本质而赤身裸体的人，那个诗人，然而正因为是诗人所以又觉得不太奇怪。说是他执着的坚守着下半身诗体流派，他是让人们看到了他的下半身，不过他所要表达的本质似乎与人们理解的本质有相

去甚远，或者说有本质上的差别。

面对着诗的尴尬境地，软弱的对诗避开不提，暴躁的想把这地球一板砖给拍爆了，而挣扎的却还在挣扎。

然而诗还是诗，不管你打的头破血流，还是用一种简练的精悍的文字来表现一个人真实的存在。至于有人愣是要说，诗是对文字的一种酷刑，那也没办法。不管他是吃不到葡萄的抱怨，还是想在风口浪尖上赶赶潮流，出出洋相。

还是有太多的不明白，对诗的漠然是时代的进化还是退化，一些人摇头晃脑的想要澄清与诗的界限好像一个不小心说错话就要被拿出去枪毙，而一些人却还是在固守因诗留给他们的这块净土。不用披头散发的以一个艺术家的身份高高在上，只需要擦亮眼睛在一片嘈杂中坚持自己的灵魂。几千年的中国文化沉淀的神圣，如果有人愣是要在上面，涂个大鼻子耍小丑，那也只能是一种自辱。

如果可用其来影响一些人，那是在好不过了，而如果想借这诗说点事儿的，我只能说是没事吃饱了撑的，如果认为诗是对文化摧残，那我不禁要想是不是丫的脑子有点毛病，我不想搬一大堆的伟人来向你说明诗在时间的发展种必须存在的重要性，我只想要一些想要哗众取宠的人知道，以你的资格已不配言诗。

需要承认的是，诗确实面临着困窘，而我一个喜欢诗的人所能做的，就是尽我所能的坚持。至于那些言论，是以怎样的意图出现也就终究以怎样结局消失。

现代青年读后感篇六

一直就想写这个人，迟疑到今天。

有人曾说李白是天才，杜甫是地才，王维是人才。苏轼之后

便喜欢上了王维，越来越觉得这实在是一个生错年代的人。盛世之唐，那是一个开放甚于今天的年代，那是一个狎妓风流的年代，那是一个狂放不羁的年代。而王维，用我们今天的眼光来看，实在是一个完美得无可挑剔的男人。

这是一个琴棋书画文皆精通的男子。论文学造诣，他是盛唐田园诗派的代表人物。他有诗心富禅意，并不曾遣词造句，苦心推弈，随手拈来，便是诗词。

《鹿柴》——空山不见人，但闻人语响。返景入深林，复照青苔上。

《竹里馆》——独坐幽篁里，弹琴复长啸。深林人不知，明月来相照。

他的诗词固然不及李白那样天纵绝才，也不及苏子那样疏迈旷达。而他天生的艺术气质，独有的画家，音乐家的敏感是旁人难及的。就连那陶潜诗中也隐有剑气，也有抑郁难吐之欲。而王维晚年的诗，真的是清淡的毫无烟火之气。而写惯了田园山水，偶尔一写边塞诗，直可叫那些写边塞诗的诗人们直接歇手。

《使至塞上》——单车欲问边，属国过居延。征蓬出汉塞，归雁入胡天。大漠孤烟直，长河落日圆。萧关逢候骑，都护在燕然。怕就连那岑参读了，也是要汗颜的。

论琴棋书画，钱钟书称他为“盛唐画坛第一把交椅”。我们多数只知道他是一个善写田园诗的诗人，很少只道他是文学史上少有的全才，深湛的艺术修养不是随便一个文人才子就可以达到的。

他年少时，岐王带了他去引荐给公主。他带了丝竹，琴艺精湛，再加之王维一皙白俊美少年，生得风度翩翩，使公主甚为惊叹，又复献上诗词文稿，太平公主折服于他的才华。后

来王维与公主，岐王及许多权贵都甚是交好。而他亦有一颗明净之心。他心仪公主，而那太平公主心中只有薛绍一人。他离开。只怕再晚一步，我便要爱上你。他真是生错了年代，冷静理智得犹如现代男子。

他作诗《息夫人》——莫以今时宠，难忘旧日恩。看花满眼泪，不共楚王言。

这个被后世称为红颜祸水的女子，楚王垂涎她的美貌，以武力将息夫人抢去作为夫人，息侯忿郁而死，息国自此灭亡。息妫虽然为楚王生了两个儿子，但她三年未与楚王说过一名话，最终自尽而死。可笑自古祸国都是红颜的错，但他心怜息妫，他以一个男人的敏感之灵，慈悲之心怜惜她。看花满眼泪，不共楚王言。

后来安史之乱，他略受牵连，不过总也安然无虞。有许多人过隐士生活，是因为仕途不得意，以此反抗，你天子不用我，你便失去了一个可用之才。若是那皇帝有召回之意，早屁颠颠的蹦上京了。而王维晚年半官半隐的生活则是顺其自然，做也可，不做也可。隐也罢，不隐也罢。这是将佛意悟到心中的人才有的随意淡然。

他，论才华，论修为，论人品都是值得一写的。他一生无侍妾，发妻死时，正值三十壮年，再无续弦，从此更专心于佛学，隐于山水。他的思想情态，尤此可见。这在盛世之唐，实在是难得再难得。女子都可以公然大张艳帜，以道馆为名，行云雨之事，男子有个三五十个歌妓，实在是再平常不过的事，就连那江洲司马青衫湿的白乐天也是士大夫底色，也家蓄歌妓半百。王维，已超越了那个时代。

这是一个有才华，品格佳，富修养，有洁净灵魂，具艺术气质，温和淡泊的男人。再加上专一内敛，又生得英俊儒雅，实在是完美得无可挑剔。

现代青年读后感篇七

个人基本简历

姓名：

应届毕业生求职网

国籍：

中国

无照片

目前所在地：

广州

民族：

汉族

户口所在地：

湛江

身材：

178cm?67kg

婚姻状况:

未婚

年龄:

26岁

培训认证:

诚信徽章:

求职意向及工作经历

人才类型:

普通求职?

应聘职位:

物流助理/专员:物流行业货运代理船务

工作年限:

2

职称：

无职称

求职类型：

全职

可到职-

随时

月薪要求：

--3500

希望工作地区：

广州广州深圳

个人工作经历：

07/8至今多尔沙贸易公司

职位：船务

工作描述：订舱, 报关, 验货, 装柜. 对单(装箱单、发票、产地证)等工作流程.

06/6--07/8广州诚开物流有限公司

职位：调度

工作描述：进出口港站业务跟单清关/以及lg国内项目运输、作业计划的调配、过程的监控及服务质量的. 管理、供应商管

理、单据处理,与客户以及供应商对帐.

教育背景

毕业院校:

广州大学华软软件学院

最高学历:

大专

毕业-

所学专业一:

现代物流

所学专业二:

受教育培训经历:

至年广州大学华软软件学院获《高级物流管理职业人员资格证书》

语言能力

外语：

英语良好

国语水平：

优秀

粤语水平：

优秀

工作能力及其他专长

熟悉进出口空运, 海运操作流程以及贸易, 物流, 仓储, 运输以及采购等相关流程, 能独立对整个物流操作流程分析; 供应商以及供应链管理。参加由中国商业技师协会主办培训, 并获《高级物流管理员》证书.

详细个人自传

工作细心, 诚实守信, 有创新意识, 善于发现问题和解决问题,

做事严谨,有较强的团队意识。

个人联系方式

现代青年读后感篇八

目前所在地:

广州

民族:

汉族

户口所在地:

湛江

身材:

178cm67kg

婚姻状况:

未婚

年龄：

26岁

培训认证：

诚信徽章：

求职意向及工作经历

人才类型：

普通求职

应聘职位：

物流助理/专员：物流行业货运代理船务

工作年限：

2

职称：

无职称

求职类型:

全职

可到职-

随时

月薪要求:

2000--3500

希望工作地区:

广州广州深圳

个人工作经历:

07/8至今多尔沙贸易公司

职位:船务

工作描述:订舱, 报关, 验货, 装柜. 对单(装箱单、发票、产地证)等工作流程.

06/6--07/8广州诚开物流有限公司

职位：调度

教育背景

毕业院校：

广州大学华软软件学院

最高学历：

大专

毕业-

所学专业一：

现代物流

所学专业二：

受教育培训经历：

2003年9至2006年6月广州大学华软软件学院现代物流

语言能力

外语：

英语良好

国语水平：

优秀

粤语水平：

优秀

工作能力及其他专长

熟悉进出口空运, 海运操作流程以及贸易, 物流, 仓储, 运输以及采购等相关流程, 能独立对整个物流操作流程分析; 供应商以及供应链管理。参加由中国商业技师协会主办培训, 并获《高级物流管理员》证书.

详细个人自传

工作细心，诚实守信，有创新意识，善于发现问题和解决问题，做事严谨，有较强的团队意识。

个人联系方式

《现代物流》

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

现代青年读后感篇九

心理学史小故事

（一）成长的寓言：做一棵永远成长的苹果树

一棵苹果树，终于结果了。

第一年，它结了10个苹果，9个被拿走，自己得到1个。对此，苹果树愤愤不平，于是自断经脉，拒绝成长。第二年，它结了5个苹果，4个被拿走，自己得到1个。“哈哈，去年我得到了10%，今年得到20%！翻了一番。”这棵苹果树心理平衡了。

但是，它还可以这样：继续成长。譬如，第二年，它结了100个果子，被拿走90个，自己得到10个。

很可能，它被拿走99个，自己得到1个。但没关系，它还可以继续成长，第三年结1000个果子.....

其实，得到多少果子不是最重要的。最重要的是，苹果树在成长！等苹果树长成参天大树的时候，那些曾阻碍它成长的力量都会微弱到可以忽略。真的，不要太在乎果子，成长是最重要的。

心理点评

你是不是一个已自断经脉的打工族？

刚开始工作的时候，你才华横溢，意气风发，相信“天生我才必有用”。但现实很快敲了你几个闷棍，或许，你为单位做了大贡献没人重视；或许，只得到口头重视但却得不到实惠；或许.....总之，你觉得就像那棵苹果树，结出的果子自己只享受到了很小一部分，与你的期望相差甚远。

于是，你愤怒、你懊恼、你牢骚满腹.....最终，你决定不再那么努力，让自己的所做去匹配自己的所得。几年过去后，你一反省，发现现在的你，已经没有刚工作时的激情和才华

了。

“老了，成熟了。”我们习惯这样自嘲。但实质是，你已停止成长了。

这样的故事，在我们身边比比皆是。

之所以犯这种错误，是因为我们忘记生命是一个历程，是一个整体，我们觉得自己已经成长过了，现在是到该结果子的时候了。我们太过于在乎一时的得失，而忘记了成长才是最重要的。

好在，这不是金庸小说里的自断经脉。我们随时可以放弃这样做，继续走向成长之路。

切记：如果你是一个打工族，遇到了不懂管理、野蛮管理或错误管理的上司或企业文化，那么，提醒自己一下，千万不要因为激愤和满腹牢骚而自断经脉。不论遇到什么事情，都要做一棵永远成长的苹果树，因为你的成长永远比每个月拿多少钱重要。

（二）动机的寓言：孩子在为谁而玩

一群孩子在一位老人家门前嬉闹，叫声连天。几天过去，老人难以忍受。

于是，他出来给了每个孩子25美分，对他们说：“你们让这儿变得很热闹，我觉得自己年轻了不少，这点钱表示谢意。”

孩子们很高兴，第二天仍然来了，一如既往地嬉闹。老人再出来，给了每个孩子15美分。他解释说，自己没有收入，只能少给一些。15美分也还可以吧，孩子仍然兴高采烈地走了。

第三天，老人只给了每个孩子5美分。

孩子们勃然大怒，“一天才5美分，知不知道我们多辛苦！”他们向老人发誓，他们再也不会为他玩了！

心理点评：

你在为谁而“玩”

这是我在6月18日的《你职业枯竭了吗？》一文中提到的寓言。这个寓言是苹果树寓言的更深一层的答案：苹果树为什么会自断经脉，因为它不是为自己而“玩”。

人的动机分两种：内部动机和外部动机。如果按照内部动机去行动，我们就是自己的主人。如果驱使我们的是外部动机，我们就会被外部因素所左右，成为它的奴隶。

让我们痛苦，为了减少痛苦，我们就只好降低内部期望，最常见的方法就是减少工作的努力程度。

一个人之所以会形成外部评价体系，最主要的原因是父母喜欢控制他。父母太喜欢使用口头奖惩、物质奖惩等控制孩子，而不去理会孩子自己的动机。久而久之，孩子就忘记了自己的原初动机，做什么都很在乎外部的评价。上学时，他忘记了学习的原初动机***好奇心和学习的快乐；工作后，他又忘记了工作的原初动机***成长的快乐，上司的评价和收入的起伏成了他工作的最大快乐和痛苦的源头。

切记：外部评价体系经常是一种家族遗传，但你完全可以打破它，从现在开始培育自己的内部评价体系，让学习和工作变成“为自己而玩”。

（三）规划的寓言：把一张纸折叠51次

一个冰箱？一层楼？或者一栋摩天大厦那么高？不是，差太多了，这个厚度超过了地球和太阳之间的距离。

心理点评

这是我在月24日的文章《职业规划：帮你设计人生》中提到的一个寓言。

到现在，我拿这个寓言问过十几个人了，只有两个人说，这可能是一个想象不到的高度，而其他人想到的最高的高度也就是一栋摩天大厦那么高。

折叠51次的高度如此恐怖，但如果仅仅是将51张白纸叠在一起呢？

这个对比让不少人感到震撼。因为没有方向、缺乏规划的人生，就像是将51张白纸简单叠在一起。今天做做这个，明天做做那个，每次努力之间并没有一个联系。这样一来，哪怕每个工作都做得非常出色，它们对你的整个人生来说也不过是简单的叠加而已。

当然，人生比这个寓言更复杂一些。有些人，一生认定一个简单的方向而坚定地做下去，他们的人生最后达到了别人不可企及的高度。譬如，我一个朋友的人生方向是英语，他花了十数年努力，仅单词的记忆量就达到了十几万之多，在这一点上达到了一般人无法企及的高度。

叠，而不是简单的叠加。

切记：看得见的力量比看不见的力量更有用。

现在，流行从看不见的地方寻找答案，譬如潜能开发，譬如成功学，以为我们的人生要靠一些奇迹才能得救。但是，在我看来，东莞恒缘心理咨询中心的咨询师毛正强说得更正确，

“通过规划利用好现有的能力远比挖掘所谓的潜能更重要。”

（四）逃避的寓言：小猫逃开影子的招数

“影子真讨厌！”小猫汤姆和托比都这样想，“我们一定要摆脱它。”

然而，无论走到哪里，汤姆和托比发现，只要一出现阳光，它们就会看到令它们抓狂的自己的影子。

不过，汤姆和托比最后终于都找到了各自的解决办法。汤姆的方法是，永远闭着眼睛。托比的办法则是，永远待在其他东西的阴影里。

心理点评

这个寓言说明，一个小的心理问题是如何变成更大的心理问题的。

可以说，一切心理问题都源自对事实的扭曲。什么事实呢？主要就是那些令我们痛苦的负性事件。

因为痛苦的体验，我们不愿意去面对这个负性事件。但是，一旦发生过，这样的负性事件就注定要伴随我们一生，我们能做的，最多不过是将它们压抑到潜意识中去，这就是所谓的忘记。

但是，它们在潜意识中仍然会一如既往地发挥作用。并且，哪怕我们对事实遗忘得再厉害，这些事实所伴随的痛苦仍然会袭击我们，让我们莫名其妙地伤心难过，而且无法抑制。这种疼痛让我们进一步努力去逃避。

[心理学史小故事]