

《清单人生》读后感8篇（生命清单读后感）

作者：有故事的人 来源：范文网 www.wtabcd.cn/fanwen/

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/meiwen/09d11217519446a60f3f911fb3340c91.html>

范文网，为你加油喝彩！

《清单人生》读后感8篇

认真读完一本著作后，你心中有什么感想呢？需要回过头来写一写读后感了。你想知道读后感怎么写吗？下面是小编帮大家整理的《清单人生》读后感，欢迎阅读，希望大家能够喜欢。

《清单人生》读后感1

没有欧维好看，后半部分比较无聊，有点看不下去，结局在情理之中但却又在意料之外，这种意料之外倒有一种豁然开朗的感觉。布里特去巴黎前面早已有了铺垫，一开始我想的也是她会去敲斯文的门，但是没想到的是几个小孩最终让她选择了她想走但不敢走的路。走出舒适圈，重新开始，看似容易，但是真正要去做，太难了。

期待《清单人生》拍成电影！

我喜欢列清单又不喜欢列清单，高兴于做完了清单里列的事会有成就感，可是往往人生哪会什么都是安排好的呢？俗话说计划永远赶不上变化，总会有一堆意外出现，导致清单里的事呢，堆了又堆，到最后焦虑的还是自己！不过可怕的不是没时间去，最可怕的是明明能挤出时间但是却给自己找没时间的借口说服自己做不了……焦虑！

人生的乐趣本来就少得可怜。无论是谁都很少有机会留在原地，拒绝在时间的长河中随波逐流，在快乐的漩涡中永远沉溺下去；也无法毫无保留地爱一个人，时时刻刻都充满激情。在我们小的时候，如果条件适合，可能有几次机会能够做到上面这些。长大后，就是漫长的、大气都不敢喘的卑微生活。谨慎自持让我们不再为了纯粹的快乐大声欢呼，即便笑得出来，也总有一丝羞耻感挥之不去。还记得成年后的你痛痛快快地笑过几次吗？——《清单人生》

《清单人生》读后感2

读一本书，不求让自己变得深刻。

在看《外婆的道歉信》的时候，对于布里特·玛丽丝毫没有好感，甚至有点讨厌，直到看到她帮助爱莎向警察隐瞒了呜嘶的存在，才有一点点的改观，老太婆没有那么坏，后来了解到她毫无存在感的前半生，直觉得可怜。当看到一辈子为别人而活的布里特·玛丽，暮年有了出发的勇气，告别熟悉的一切，重新上路，我就知道《清单人生》对我而言就是故事的延续。

每个人都不是一个孤岛，博格的每一个人都不是，足球让所有人产生了联系，对于足球的热爱，让博格这个破败的，甚至没有像样足球场的小地方变得熠熠生辉，生活还是原来的生活，只是因为布里特的到来开始变得生机勃勃，有了色彩，从来没有想到一个人可以有这么大的影响力。同时博格的人也改变了布里特，这个固执，别扭，按清单生活的老太婆，终于打破自己的常识，听从内心。

在这么特殊的时刻，让我读到这本书，开心的时候哈哈大笑，心疼的时候潸然泪下，一直不相信感同身受，相同的经历才会共情，感叹于作者细微的描述，让那种相通感觉跃然眼前。

《清单人生》是布里特的自我救赎之旅，只希望有一天我也可以像她一样有勇气，能带领自己走出困境和低谷，和错的挥手告别。

《清单人生》读后感3

人生有一种艰难，是舍弃无比熟悉的生活，重新开始。

当63岁的Britt-Marie遭遇丈夫的出轨，跳上雷诺车出发，来到博格重新开始工作，从刚开始的种种脏乱差，到慢慢适应，不断地反省自己，最终突破自我，终于为自己活了一次，这真是振奋人心的时刻啊。

人啊，总是习惯处于舒适圈

就这样，一年变成了几年，几年变成了一辈子。直到某天早上她醒来，才发觉光阴虚掷，来日无多，却不明白为什么会这样。

63岁的刻板、固执、有强迫症的老太太都能做出改变，年轻的我岂能就这样在生活的打压下停滞不前呢？也许只有真正做出改变的那一刻才能发现：生活明朗，万物可爱，人间值得，未来可期。

“我年纪大了，不适合去巴黎了。”

“巴黎年纪多大？”

巴克曼真是一个有文采的人，书中精彩的句子不胜枚举。

雨又下了起来，博格的雨就是这样，反正它也没有别的事可做，闲得慌了就下一点儿。听到这里，薇卡忍不住了，因为她的耐心异常短小精悍。博格的下午变成了晚上，既迅速又无情，黄昏仿佛拿出一块创可贴遮住了阳光。

《清单人生》读后感4

童年时代比自己更优秀也更受父母疼爱的姐姐在全家出游的途中车祸去世后父母突变的情绪让布里特-玛丽变得只为讨好他人而活，包括选择的婚姻。在60多岁，继子女长大离家，丈夫出轨后出于对独死无人知的恐惧她选择了重新工作，因为这样，“当你没去上班的时候别人会知道你出了意外”，来到刚开始厌恶的博格后在慢慢的相处中她认识到了很多“不曾放弃”的人。

她是一个偏执的人，只认准清单上的事，必须强迫一切干净整洁，始终秉承“文明人”的做法，十分在意他人的评价，她只想过一尘不变的正常生活，但“她想知道，一个人在老去之后，灵魂中还剩下多少自我改变的空间，还会遇到什么样的人，他们会怎么看待她，会如何让她认清自己。”直到在博格的所见所遇，在“真正朋友”和孩子们的鼓励下，她在回头的丈夫和正义警察斯文的追求中没有“敲开谁的门”，带着孩子们赠送的汽油，开着自己的车，往前开，去她一直向往却不敢前往的巴黎。

想要改变，想要做自己，想要为自己而努力，真的什么时候都不晚。

《清单人生》读后感5

她去了巴黎，有时候做选择时，不要考虑往左还是往右，等人或是找人，直走就好。这是我看过的的一本结局挺让人意外和开放的小说。你以为一帆风顺的人生，或者一丝不苟的人生是别扭的、无趣的，甚至让你不屑的人生，正意外地成为某些人生命里灿烂的故事，她也正在被意外的人所指引，一路向前。只要清单里有的，只要是心里一直念念不忘的，是一定要做到的！

对于足球，也可以不是足球，特别特别喜爱的，有很多很多人共同喜爱的，好像就会产生特别巨大的能量，吸引住不同的目光，不容轻视。我们或许正是缺少了这一类的喜爱，才越挫越败，应该喜欢到哪一种程度，才能触底反弹，越来越勇敢，哪怕失败也无比激动欢喜呢？唉，一生何求……

还有她的人生，活在不被喜欢不被重视的阴影下，只想被人需要，而不知道自己需要什么的人生，坚定的、又强迫式地封闭着。很多没有夸大成小说的人物，不正是这样的吗？一直在被否定，一直在做以为是擅长的事，然后就没有故事了

听说经济危机背景下的人们精神上更丰富，根据需求理论，这倒不合常理，也许“危机”其实是“生机”。没有了就会发现本可以有的。

《清单人生》读后感6

我喜欢这本书，毫不保留地说。

书里对一切感觉和情绪的描述全都恰到好处，不得不佩服又感谢作者和翻译。

当别人对你感兴趣，而你又不习惯别人对你感兴趣的时候，八成会觉得烦。悲痛是突如其来的，并没有经过所谓的“五个阶段”——否定、愤怒、讨价还价、沮丧、接受，而是五种感觉一齐上阵，同时折磨着你，凝聚成一股从内心深处燃烧起来的足以吞噬万物的火焰。

喜欢在垃圾山里捡灿烂故事的故事

“我母亲干了一辈子社会服务工作，她总是说，在这些成堆的垃圾话里面，在垃圾山的中间，你总能发掘出一个阳光灿烂的故事。就凭这一点，这份工作也值得做。”您就是我的阳光灿烂的故事，布里特—玛丽。”

重燃了养花的欲望

那些花盆里面看着似乎只有土，可土层深处埋藏着静候春天等待发芽的花种，严酷的寒冬要求养花人从信念中汲取力量，不被表象迷惑，坚持不懈地给花种浇水，相信光秃秃的花盆中迟早会钻出希望的嫩芽。布里特—玛丽不再清楚地知道自己是否怀有信念或是希望，也许两者她都没有。

重燃了对足球的激情

足球是一种奇怪的运动，它不会死乞白赖地求着你爱它，只会颐指气使地命令你爱它。

“足球强迫生活继续下去。总有新的比赛、新的赛季。人们总会梦想一切变得更好。这是一项神奇的运动。”

想去巴黎

“我年纪大了，不适合去巴黎了。”“巴黎年纪多大？”

感谢这本书，给了我一种久违的感动，为博格的所有人，包括布里特玛丽（其实我已经把她算进了博格），肯特，就业市场的女孩（实际已是两个孩子的妈妈），也包括爱吃巧克力的老鼠。

《清单人生》读后感7

因为《外婆的道歉信》所以想看看开车选择开启新生活的布里特玛丽会有怎样的精彩。

把原有的习惯打破，从原有的熟悉生活中走出来需要巨大的勇气，原来的布里特玛丽束缚在日复一日的思维方式里，束缚在自己指定的条条框框里，束缚在自己欺骗自己的假象里。

在博格这个偏远的小镇，却把原来那个怕死、讨厌足球、害怕改变的布里特玛丽敲击成了粉末，她没有因为肯特爱上足球，而因为一群热爱足球的孩子们爱上了这项运动，她在原来的生活氛围里一直欺骗自己，严格按照清单列出的内容逐条营造自己被需要的景象，而在博格，她却有勇气把清单的一页撕扯下来。

我很喜欢巴克曼为布里特玛丽选择的结尾，让这个照顾别人情绪，一直被需要了60多年的人，重新开始，选择自己喜欢的生活，选择自己梦想中的巴黎，并不是他抛弃了肯特，也不是她拒绝了斯文，而是她终于有勇气拒绝，终于有勇气不再攀附，终于有勇气去尝试自己想看的风景和想要的生活。

人生，可以有清单，让我们明确什么是生活；人生，可以没有青岛，让我们明确我们想要怎样的生活。

《清单人生》读后感8

连着读了巴克曼的三本书，一如既往的幽默，一如既往的充满人生哲理，也一如既往的给人带来温暖。

布里特-玛丽一直都是为别人而活，从来不曾表达过自己真实的想法，没有自我，内心孤独，直到被丈夫肯特背叛，独自来到博格工作，一切都开始变得不一样。

布里特-玛丽认真，刻板，干净整洁，不允许打乱事物的顺序，生活严格遵循事先制定的清单。博格是一个经济萧条死气沉沉似乎已经被人们放弃了的小镇。布里特-玛丽的到来，无形中改变了一些人和一些事，而她自己，也在不知不觉中受到了巨大的影响。博格开始生气勃勃，布里特-玛丽也在此找到了自我，一切都源于永不放弃。

说实话，我急切地猜测过结局，我想布里特-玛丽会留在博格，会选择彼此有些喜欢的斯文，然而看到后来肯特为布里特-玛丽所做出的不同往常的举动，我以为巴克曼会安排她随肯特回家，回到原有的生活中去。但是巴克曼没有这样，没有让布里特-玛丽选择任何一个男人，他让她选择了梦想，布里特-玛丽选择了为自己而活，去往了一直梦想的巴黎。

这是最好的结局。

巴克曼式的充满温情充满希望的结局。

寻梦，实现自我，哪怕你已年老，哪怕你曾经习惯于一成不变，哪怕你一直以来内心怯懦，都没有关系，只需面对自己的本心，无论什么时候出发，都不算晚。

更多 范文 请访问 https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/91_0.html

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发