# 因为痛所以叫青春读后感范文

来源：网络 作者：红尘浅笑 更新时间：2024-08-05

*因为痛所以叫青春读后感范文因为痛所以叫青春读后感范文1纠结于题目，本想起做书评，但觉得自己潜质尚浅，不能真切地评书，而且更多的还是想分享下自己的感受，最后还是换做读后感三个字。发现这本书是在一个吵闹的都市书店里，但简单翻阅后却发现这本书能带...*

因为痛所以叫青春读后感范文

因为痛所以叫青春读后感范文1

纠结于题目，本想起做书评，但觉得自己潜质尚浅，不能真切地评书，而且更多的还是想分享下自己的感受，最后还是换做读后感三个字。

发现这本书是在一个吵闹的都市书店里，但简单翻阅后却发现这本书能带给我很多的释然与坦然，仿佛一个在海上漂流的孤舟最后看见了一个能够停泊的小岛。我就是书中描述的这样一群20出头的迷茫的年轻人，作者金兰都虽早已不是青年人，但他却能够更加真切地感受到年轻人的痛楚，很多时候书中的文字会让我有强烈的共鸣，迷茫的自己经常会连自己在迷茫什么都不知道而感到深深的恐惧，但在读此书时，很多状况，感觉作者描述的就是自己，他站在旁观者的立场，“残忍”地揭露我们习以为常地以各种借口麻痹自己的一些想法，那里的残忍并不是只痛彻心扉，而是直白、明了，举重若轻的智慧在字里行间显露，作者没有直接以过来人的身份站在必须的高度，俯视年轻人，告诫年轻人，而是站在年轻人的队伍中，设身处地的为你喜，为你忧，透过一个个例子或比喻传达自己的思想。

作者多次用自己的例子给予我们正能量，他大学本科读的是法学，硕士、博士读的是行政学，可此刻任教的领域是消费学，他自己的例子不正好说明了人生是有多种可能的这一观点吗？正如其文章一个小节的标题“人生，自有一条等着你的路”，又何必那么慌张，那么着急，“年轻的我们，就连痛苦也是完美的”。

作者在刚刚步入青年时就接连遭受失去亲人的打击，他在11个月内接连主持了其父亲、爷爷、奶奶的葬礼，这对于一个刚刚20出头的人来说，无疑是沉重的打击，但是，却是最好的洗礼，如今遭受的各种痛苦、打击，甚至折磨，都是为了打造一个更加强大的未来的自己。

关于书的资料，一共分为四个章节，具体的不谈，那里只谈几处自己印象深刻的句子。

24岁这个年纪顶多就是早上的7点12分，是正要出门的时刻。作者向我们说了人生时钟，24小时相当于1440分钟，而将此等分成80年，每等分就是18分钟，也就是一年相当于18分钟，那么快要22岁的自己，其实刚刚快要早上的6点36分，当我发现这个比喻时，觉得很不可思议，觉得自己就应要大刀阔斧感触一片天地的时刻竟然只是刚刚起床的时刻，因此，如果你也和我一样的年级，那么请接收自己的迷茫吧，想想看一个刚刚起床的人会有多清醒。同时，我也变得不再不安，取而代之的是兴奋，原来自己才刚刚开始，接下来会发生什么？会遇到什么人？因此，要充满精神，先好好梳洗，再换身漂亮、适宜的衣服，带上微笑，准备在该出门的时刻美美地出门。

把目标周期弄得短一些，解决好“这天”的事情就行。写到那里不得不提一下自己都已经看不再去的拖延症，自己一向在与它作者不懈的斗争，但成效不大，而且我发现这个几乎快成了新时代的通病，我们似乎已经习惯了看着deadline来做事情。作者估计也以前是这样一位拖延症患者，因此他告诉我们一个简单的方法，与其下定决心做一些宏观、大气的年度计划，不如简单但认真地规划每一天，这是实际有效的，我们不会有太多负担，于是我决定每晚睡觉前列下第二天需要完成的事情，不好过于概括，要尽量具体，比如我发现“做户外”就很宽泛，第二天很有可能正因不知道做什么户外，做多久而放下计划，因此改成“在操场快走4圈”更有实践好处，而且制定的计划不是一成不变的，要不断根据自己的状况作出调整，比如这天我准备将4圈改成5圈。

放下并不等于懦弱，如果你正吃力地抓紧一个细细的目标。就请自信地松开绳索，同时张开信任自己的翅膀，勇敢地堕落。我看到这个小节时激动地差点叫了出来，那时的情绪是：原来，还是有人懂自己的。作者形容有时我们像在井底紧握一个绳索，我们已经筋疲力尽，但由于下方一片漆黑，我们不知道距离地面的高度，因此我们不敢松手，不敢坠落。但作者鼓励我们与其让自己的体力在紧握绳子中一点点被耗尽，不如松开手，勇敢坠落，那时会发现其实地面离我们原来只有30cm。联想到自己，眼下的自己正面临着这样的抉择，作为一个工科学子，在大三这个关键时刻点上，所有未来的问题瞬间倾泻到我们身上，自己成绩不错，能够拿到保研的资格，对于很多人来说这是件梦寐以求的事，可我其实并不喜爱科研，我不喜爱钻研，不喜爱纸上谈兵，为了毕业论文而码字，我更喜爱与人打交道，也有自己喜爱的领域，更梦想以后能够凭借工作而环游世界，但身边的朋友、家人都会说想让我有个稳定的未来而让我理解保研，去读三年我不喜爱的书，但是还好就在我快要向舆论投降时，遇到了这本书，并且看到后面的一句“工作让你感到多快乐，你就会有多大发展”，想到自己每次痛苦地复习，几近崩溃地做实验，我发现自己眼下这在紧握一根这样的绳

索，因此，合上书时，我突然有了种释然，心中有了答案，3年宝贵的青春年华，为什么不用来做自己真正喜爱的事情呢，自己才是人生的主角，何必过别人认可的生活。当看到作者后面的一句“此刻的你对得起多少未来的你呢？”时我几乎要落泪，是啊，我要对得起未来的自己，不想留下遗憾。我知道这会很难，但是难并不是代表绝对不可能，难不就应成为放下的理由。期望这是最后一次纠结于这个选取上，如今做了决定就要勇敢去做，5年、10年后的自己必须会十分感谢此刻如此勇敢的自己。

任何工作都要具备的潜质—写作潜质。看到那里时我不紧十分羞愧，自己真的已经很久没有写什么文字了，于是也才有了鼓足勇气写下本文的念头，这篇文章算是自己大学以来除了论文外写的最长的一篇文章了。作者推荐我们去背诵优秀诗歌，去准备一个摘录本，透过模仿与背诵来提高自己的水平，当然还要坚持写作，作者之后举了个“1+1”的故事，说明每一天用1小时坚持做一件事，一年后能够获得的力量，奇迹是一点点积累而成的，从那里又引申到坚持，我觉得厚积而薄发是古人的大智慧，坚持是世界上最有力量的东西，真的要好好坚持才能够对得起自己，对得起从指间流过的时刻。就我自己而言，总以各种借口说自己没有时刻读书，因此我决心要早睡早起，每一天早上用一个小时的时刻读书，自执行以来的2个星期，自己真正做到的只有3天，自己都开始觉得自己有些无药可救，但是换个角度想，自己已经坚持了3天，未来便能够坚持更多，只是需要更加发奋，那里想和大家分享一个能够有助于自己坚持的方法，就是把自己想坚持做的事情尽可能多的告诉身边的朋友，一方面让他们监督我们，另一方面还能够增加我们的放下成本，当我们想要放下时会觉得碍于面子而不得不继续坚持。

最后关于本书的资料，我想分享几处我很喜爱的比喻。除了上述的人生时钟的比喻，作者还把人生比喻成拼图，我们的每一天就是一块拼图，但是这块拼图只有你全部拼完时才能看到自己拼就的是怎样的一幅画面。

比时刻更重要的是指南针，相比你人生跑得有多快，更重要的是你是否找到了正确的方向，比指南针更重要的是镜子，要时刻透过照镜子才能看到自己正在拼凑的是怎样的一幅画面。

最后作者以最新款的手机来比喻如今的年轻者们，我们有很多与众不一样的功能，但是不能正因自己没有时刻，或者担心把手机弄坏而不去学习那些功能，白白可惜了那么多珍重的功能。

最后，自己真心觉得这是本能够算作知己的一本书，作者虽然是韩国人，但是却从中发现了韩国社会和中国社会的很多共性，产生很多共鸣，对我来说最有用的是它给了我很大的勇气来做一些决定，并且让自己欣然理解此刻的不安与迷茫，把自己交给未来堵一把。

正因痛，因此青春。

正因青春，因此无限可能。

因为痛所以叫青春读后感范文2

漫漫人生路，一向在迷路。进入了大学，不再是孩子，烦恼、痛苦随之而来。在某位好朋友的推荐下，我静下心来，读了一本书————《正因痛，因此叫青春》，这本书是改变亚洲亿万年轻人的疗愈经典，一位导师父亲写给迷茫孩子的疼痛共鸣。

很多时候，在学业上，在工作上，甚至在感情问题上，我们这些年轻人甚至还没有迈出踏进社会的第一步，就已经沦为一个“loser（失败者）”。在书中作者如实地把为人父母的成年人们所不曾来得及去了解的这代年轻人的困苦和不安展现了出来。作者帮忙我们诊视这些无法向他人倾诉的苦痛，并告诉我们如何才能从这种苦找到为未来打拼的能量。王健林的老丈人

读了这本书，感触良多。20岁，我在做什么，在想什么，我能做什么，能够做什么。看到这，我会笑自己，独自站在人生路口的我，我们，我们这些所谓的年轻人，我们的期望在哪里。里面有句话我很喜爱——用最真挚的眼神反省下自己。或许我真的不了解自己，正因我还有95%的潜能未能被自己利用。

年轻，因此伤得起。这种来自对悬而未决的未来的不安，才是人生中最本质的问题。青春施加给人生的真正压力，并非是那些需要积累的证书和业绩，而是看不到未来的不安感。正因看不清，正因对未来一无所知，因此时时感到迷茫和恐惧，但是我想说，20岁，就是用来迷茫不安的。

奇迹是靠点滴积累而成的。别想一口吃成胖子，这是至理名言。只要认真计划一件事情，并且一边坚持一边调整，往往会完成得十分出色。懈怠的情绪谁都会有，不好担心自己比别人走得慢，也不好因暂时的挫折心灰意冷，只要不断调整心态，不停下脚步，最终都能抵达终点。

除了证书，还能从大学带走什么？我的同学们，你们思考过吗？

我们该用青春追寻什么？上帝只给了我们10年的青春，我们在这10年里能追寻些什么呢？上帝给了你美丽的嗓音，你却浪费在和朋友的无聊的K歌中；上帝给了你强壮的身体，你却用来熬夜；上帝给了你智慧的大脑，你却用来玩游戏。该醒醒了，青春容不得我们这样浪费。我们挥霍了青春，总有一天我们会输给未来。

年轻人，别挥霍青春——用读书代替游戏，用读报代替上网，用欣赏电影代替看电视，用思考代替发呆，用对话代替发牢骚，用快走或慢走代替高尔夫，用户外代替减肥，用冲凉代替蒸桑拿，用高质量的睡眠代替熬夜晚起，用活跃氛围的酒席代替宿醉。

正因痛，因此叫青春；没有痛，怎能叫青春。谁的青春没有迷茫，不安，痛苦呢？因此，我要感谢那些带给我痛苦和挫折的人，若没有你们，我不会看清自己，我不会进步，不会坚强，不会学会如何使自己进步。正是由于你们的存在，我一天比一天坚强，一天比一天进步，只要我体内还有一个细胞在户外，我就不会倒下。你们能够打败我，但绝对打不到我。

因为痛所以叫青春读后感范文3

他是首尔大学教授，他是博士生导师，他是韩国总统办公室、三星集团、爱茉莉太平洋集团等企业专业顾问……他就是金兰都。但提到他，更被人们赞颂的是一本改变亚洲亿万年轻人的疗愈经典，是他写给迷茫孩子的疼痛共鸣的书——正因痛因此叫青春。

书中作者如实地把为人父母的成年人们所不曾来得及去了解的这代年轻人的困苦和不安展现了出来。作者帮忙他们诊视这些无法向他人倾诉的苦痛，并告诉他们如何才能从这种苦找到为未来打拼的能量。

无论在什么年龄，都就应对人生充满期望。如果将人出生到死亡的时刻比作一天的24小时，假设人的平均寿命为80岁，那么大学毕业时的24岁顶多等于早上7点24分，因此，请不好对青春中的你的失去信心。即使此刻的你还没有大红大紫，但请坚信，你也有自己绽放的季节!虽然来得迟那么一点点，但当它降临的那一刻，你绚丽的人生之花，将不逊色于任何早开的花朵。在人生的某个节点上，你终会发出耀眼的光芒。

人生最重要的是成长，但成长所需要的养分时刻，却被一一浪费掉，就如同被小偷偷掉一样，那么花在重要事情上的时刻就会越少作为一个人存在的分量也就会越低。因此我们要戒掉那些沉迷网络的坏习惯，学会安排自己的时刻学会搜集鸡肋时刻来做大事情。

做人做好自己安分守己就好，不好总是羡慕别人，觉得自己是最不幸的。永远不满足自己的现状，盲目地将别人的幸福放大，对自己的幸福缩水。是自己陷入焦点主义中。其实，或许也有人在偷偷的羡慕着你。做一个乐观主义者，不好过度自卑和自满，上帝赐给每个人的幸福都是均等的。

步入社会后，在职场上打拼，靠的不是优异的成绩，不是名牌的大学，不是光鲜亮丽的履历，而是自己学习以外的社会潜质，一个企业需要的是对企业的成长有所贡献的人。简历只但是是在无法决定一个人的贡献潜质时，对其打分的一种指标而已。企业真正需要的，是这些指标背后的实实在在的潜质。

人生重要的，不是你的第一份职业，而是最后一份。谁能笑到最后，走得最远，才是胜利者。因此，步入社会后要学会吃苦，不论你来自哪所名校，请暂时放下你那高高在上的尊严，最初的牺牲是值得的。虽然在开始时，你并没有赢在起跑线上，但人生是场马拉松，以后的路还长着呢，坚持到终点飞快冲线的人，才是第一名。

正因不安，因此青春;正因茫然，因此青春;正因彷徨，因此青春;正因忐忑，因此青春。

因为痛所以叫青春读后感范文4

就因为这句“因为痛，所以叫青春”，于是我停下手中的活儿，轻轻翻开第一页，有太多共鸣的语言把我深深吸引住了。读完后心灵受到很大的洗礼和启发。其实每个人的成长都会随着环境慢慢改变，我亦是如此。正值青春的我该如何做？我应该如何重新审视自己，寻找自己？

每个人都在经历过人生的起起落落之后，还会大声喊出这就是我的青春。当在工作上，生活上，感情上，遇到不如意，然后开始自暴自弃。当再次遇到类似情况的发生时，我们开始害怕、惶恐，慢慢就会丢失自我。其实经过时间的沉淀之后许，我们便发现青春时的我们是多么的恐慌和无知。

人生没有最佳新人奖。

我现在要做的，仅仅只是我自己想做的，而急于功利却不愿意触及的事，敬而远之，以后的工作或许在目标上可能不尽人意，但是最后的目标，它必是我一生追求的。并且是我喜好的工作。就像奥斯卡电影节没有最佳新人奖一样，我要得到的是最后的最佳女主角奖。

抓住身边的时间小偷。

我们常常寻找借口而不去做那些该做的事，而这个借口很多时候都要归结在可怜无辜的“时间”上，我们常说：“我没做是因为我很忙，没时间做”这样的借口。()但我们并不知道，当我们在说这句话时就在白白浪费时间。或许我可在等公车时可以听听动听的音乐，可以看看一段优美的文字等，日积月累相信收获会颇多。

我们没有理由放弃，没有理由虚度青春的美好时光，我们可以适当迷茫，因为你20几岁就是迷茫的不安的，但不要忘记，迷茫过后，我们应当回到自己奋斗的路上，开始新的征程！

因为痛所以叫青春读后感范文5

青春的定义是什么?是我们年轻的18岁，还是携带着各种历练痕迹、一路走过成长之路的我们自己?答案并没有绝对，正因我们正是打着18岁的旗号，在名为青春的成长之路上漫步的。也许，我们时常不安、茫然，也以前或多或少的彷徨、孤独，甚至忐忑，但是，这就是青春所带来的魅力。

我以前并不十分明白这种魅力的所在，只是为它而时时苦恼着，正因会害怕未知的未来，会犹豫自己所做的每一次选取。但是，仅仅正因一本书，确切点说，是对自己成长至今的一次倾诉而使我更加的认识到青春的魅力，它就是金兰都的《正因痛，因此叫青春》。

不得不说，这是一本具有魔力的书，并不是赋予其奇幻的色彩，而是它用最简单易懂的道理却能够吸引到不一样年龄层的读者，正因，大家都具有一个共通性，就是都曾拥有过的“青春”。每一个读它的人，都会回忆起自己过去所经历的点点滴滴，那些都是自己铭记于心，深深印刻在脑海中的历程。它并不具有华丽的词汇，也没有略显浮夸的大道理，而是充满了微小却足以使你动容的小细节。

是它让我明白了青春的好处：永远不好后悔自己所做的决定，不好给自己回头的机会，认准了一个目标就尽全力去到达，哪怕我们看不到未来的结局。正因站在人生路口的只能是我们自己，没有人能够真正的去决定我们的未来，未来的路只有我们自己去走，无法依靠别人。而我们此刻首当其冲的便是给自己定下一个指引自己的目标，不需要太遥远，只要望着自己眼前的这一级台阶，认真地去走，打好稳实的基础就已经是我们的一小步成功了。

我们不需要太快。也许我们以前输在了人生的起跑线上，但我们终究不是比那一刹那的胜利，而是谁最后能够先到达终点，在奔跑的过程中我们仍然有机会能够赶上领先者，我们需要关注的是奔跑过程中的阻碍，哪些是我们在成长的道路上无法忽视的存在，但是也恰恰是这些历练，能够使我们积累更多的成长经验，知道自己真正就应去做的是什么，清楚的知道自己的目标，不是那些站在你前面的人，而是你为自己的将来所定的目标，是你自己愿意去为之的，只专属于你自己的目标和未知的旅途。

认定了就不好回头。我们不能多次改变自己所做的的决定，既然已经认定了一条路便就应勇往直前，毫不畏惧的面向自己的目标。也许我们身边有许多的人对自己的决定多加劝阻，坚信他们都是好意，但是我们就应自己想清楚究竟要的\'是什么，我们所做的每一个决定是否都是经过深思熟虑的，若是认真思考过的，那就不必犹豫了，也不必去听他人对自己的决定是何评价，正因这条路没有人能够代替我们走完，所有一切的未来都掌握在我们自己手里，我们一旦认定了就不就应给自己退路的机会，犹豫只会让自己更加的迷茫，更加的不确信自己，因此我们只能一心一意的往自己认定的方向前进。

奇迹是靠点滴积累而成的。别想一口吃成胖子，这是至理名言。只要认真计划一件事情，并且一边坚持一边调整，往往会完成得十分出色。懈怠的情绪谁都会有，不好担心自己比别人走得慢，也不好因暂时的挫折心灰意冷，只要不断调整心态，不停下脚步，最终都能抵达终点。

除了证书，还能从大学带走什么?我的同学们，你们思考过吗?

我们该用青春追寻什么?上帝只给了我们10年的青春，我们在这10年里能追寻些什么呢?上帝给了你美丽的嗓音，你却浪费在和朋友的无聊的K歌中;上帝给了你强壮的身体，你却用来熬夜;上帝给了你智慧的大脑，你却用来玩游戏。该醒醒了，青春容不得我们这样浪费。我们挥霍了青春，总有一天我们会输给未来。

年轻人，别挥霍青春——用读书代替游戏，用读报代替上网，用欣赏电影代替看电视，用思考代替发呆，用对话代替发牢骚，用快走或慢走代替高尔夫，用户外代替减肥，用冲凉代替蒸桑拿，用高质量的睡眠代替熬夜晚起，用活跃氛围的酒席代替宿醉。

正因痛，因此叫青春;没有痛，怎能叫青春。谁的青春没有迷茫，不安，痛苦呢?因此，我要感谢那些带给我痛苦和挫折的人，若没有你们，我不会看清自己，我不会进步，不会坚强，不会学会如何使自己进步。正是由于你们的存在，我一天比一天坚强，一天比一天进步，只要我体内还有一个细胞在户外，我就不会倒下。你们能够打败我，但绝对打不到我。永远坚信自己是对的。我们就应坚信自己所做的每一个决定，即使我们此刻看不见结局，但是我们能够凭借着自己的发奋去到达自己所想要的结果。那时，我们便能够庆幸自己的决定没有错，并且能够就自己的奋斗史发出自己的感慨。

也许以前的我还在迷茫，但是这本书中浅显易懂的道理使我醒悟，这条人生的成长之路始终是由我们自己走完的，我们就应勇敢迎向那些必经的历练，使自己不断积累，不断成长。最终，经历过成长的苦痛，收获属于自己的青春果实。

因为痛所以叫青春读后感范文6

看完了韩国作家金兰郁写给“关于独立站在人生路口的你”的一本书，它叫《正因痛，因此叫青春》。20岁的自己正是金先生笔下的主人公，在我看来已经不惑之年的金先生尚且还有着活泼的思维和一般当代20岁年轻人的心。更让我感到惊讶的是，已经40岁的“老”成年人思想竟然如此跳跃，在20岁年轻人和40岁成年人当中转换得游刃有余。我甚至猜想，难道80年代的韩国和当代的中国在教育事业以及大学生的思维方式上有着极其相似的地方吗?文中导读:“正因不安，因此青春;正因茫然，因此青春;正因孤独，因此青春;正因忐忑，因此青春。”我们站在人生的十字路口，看着飞驰而过的列车，却还左顾右盼，在寻求通往未来的亮光，妄想走进时光隧道，一步踏进幸福的海洋。

书中提到的“鸡肋时刻”指那些零零碎碎，说多不多，说少不少，却总不能把一件事做完整的段时刻。像这样的时刻段，我有很多，比如课间几分钟，没课的时刻，去教室路上的时刻，在寝室准备去教室的其中一部分时刻……而在这些时刻里，我常常不知所措而把时刻白白浪费掉。或许我能够利用这些时刻听一首歌，看一段文字，读一则新闻，背几个单词，长久下来，和“1+1”模式(小事情积累到必须程度，构成较大的影响)一样，或许是不错的知识积累和丰富。此刻开始理财还为时尚早或许很多同学已经做过不少兼职或省吃俭用攒了不少钱。他们以丰富社交经验，勤俭节约等等借口来为理财辩护，但是对于大学生而言，此刻理财还为时尚早了，我们此刻需要的不是积攒财富和所谓的社会经验，而需要积攒的事知识和学习潜质。或者这样说，积攒下来的财富还不如独自一人出去以丰富文化知识和增加人际交往为目的的旅行来的更为实际。用最真挚的眼神反省自己曾子说:“吾日三省吾身”，我们每一天做过的事情数不胜数，需要我们时常静下心来反省自己，不必刻意，也不必追根到底。重要的是，我们遇到自己难以解决的事情的时候，需要找一个有经验的人帮忙自己，或者是老师，学长……而不是同自己半斤八两的人泛泛而谈，正因不仅仅没用，

只会多添烦恼。

尽情羡慕才能赢在人生路前段时刻看过一段挺搞笑的话，关于仇富。只要说到富，很多人谈虎色变，咬牙切齿，恨不得把那富人撕成碎片拿来喂狗。其实说到底仇富的本质是羡慕到了极点，变成了嫉妒恨，他们以为眼中的富人贪赃枉法，搞黑暗政治，贿赂，民脂民膏，都是不正当渠道的来的，因此他们仇的富仅局限于这样的富。而相对于劳动，用双手智慧造福百姓的富，像袁隆平，国家奖励他500万，又有谁说要扒了他的皮呢?我们羡慕袁隆平，羡慕他的富有。因此我们也能够用自己的双手创造财富，令人敬仰的财富，要搞清楚的是，不是说在学生时代去创造财富，正因不是每个人都是盖茨，乔布斯。只是懒惰--写给低迷期的你我时常感觉很悲伤，正因我未来的亮光又不知怎地消失了，以前的工作计划，每日必做，信誓旦旦都莫名其妙的消失了，留下的只有无辜而四处徘徊不知所往的我，失落的自信找不到下一个出口，无法释放。不久的这天，我找到了答案，正因我很懒惰，仅此而已。正因懒惰，我起不了床背不了单词过不了四级，正因懒惰，我没有了追求迷恋玩游戏，正因懒惰，我的书看到一半就想睡觉……而这些只是正因那两字。我们总是期望过安逸的生活厌恶复杂费脑筋的工作，就正因那两字。一个有理想有追求的人是不具备“懒惰”这种素质的，因此，拒绝懒惰，从此刻开始吧!自信的放开手中的绳索欲速则不达，有时候，我们过分追求成效而忘了过程和方法，就像盲目的为了一个目标，而没有注意方式方法。急功近利到头来一无所获，只能自责，把一切过错归结为是自己的潜质不够，不能到达相应的高度，带来的坏情绪要么自责要么自卑。或许在做一件事感到力不从心而有所顾忌的时候，自信并且果断地抛开，并大胆的对自己说“我干不下”。这要比死缠烂打，整天焦头烂额却终无果来得更加爽快，也更为实诚，或许还能收到良好的成效。放下该放下的，不代表懦弱，而代表智慧和勇敢。

孩子，感情字典里没有真理根据金兰郁先生书中所述，失恋后，悲哀的人会产生超多莫名其妙(我不懂得这个，各种荷尔蒙)的荷尔蒙。简单的说，你失恋后，痛苦并不是正因你还怎样怎样喜爱她，而是身体里面各种荷尔蒙的化学效果才导致你悲伤，食欲不振，头晕，涕泗横流，抽烟酗酒。而随着时刻的流逝，荷尔蒙逐渐减少，情绪也慢慢恢复。当我看到那里的时候，突然觉得心里宽慰了许多。正因她/他不适合你，或许有什么地方还没有到达你理想中想要的标准，分手的原因也仅仅局限于此，时刻是最好的良药也是来源于此吧。你拥有人生的记错本吗?大学之前，读书时，老师要求同学一人一本记错本，记录着错过的习题，以保证不会再犯同样的错误。同样，我们是不是需要一本人生的记错本，上方书写我们的错误，同样保证今后不好再犯?如果记错本上方总是重复着那些错误，那是否意味着我们要下定决心克服呢?

因为痛所以叫青春读后感范文7

正因不安，因此青春；正因茫然，因此青春；正因彷徨，因此青春；正因孤独，因此青春；正因忐忑，因此青春。——《正因痛，因此叫青春》

人们歌颂青春，正因它总是充满朝气，充满乐趣，永远珍藏着一生中最宝贵的东西。对于老去的人，最值得缅怀的时光，莫过于青春。然而，身处青春之中，感觉到的却多是痛苦，而并非快乐。

那些年，我们怀揣青春的梦想，却无处安放。当现实与理想发生冲突，我们无所是从，渐渐地随波逐流。不敢回头去看自己当初的梦想，最后留下的只是“可怜辜负好韶光”的一声叹息。

对于大多数人，尤其是年轻人而言，一味地说教会让他们昏昏欲睡。即使站在人生路口的他们正需要这样的教诲，他们也未必听得进去。同大多数人一样，我也是那种不喜爱听大道理的人，对于那种一味讲大道理的书，我经常用：“大道理谁都会讲，关键是要靠行动啊！”一言以蔽之。但是近来看了金兰都老师的那本《正因痛，因此叫青春》却使我精神振奋，收获颇丰。此书似乎仍属于说教形式，但却令人手不释卷。金老师用他用他温暖热情的文字与我坦诚相对，向我敞开心扉，我静静的倾听着那些关于青春的事情，熟悉又遥远。

金老师说：“青春之因此艰难，是正因孤单。”童年的我们，生活安逸，衣食无忧，但却似鱼缸中的鱼一样，无法自由自在地生活。成年后，鱼缸被打碎了，我们得到了自由，却失去了一切，只剩下自己一个人。没有人会与我们产生共鸣，只有自己一个人，独自站在人生边上。

金老师告诉我们，每个人都有期望。如果将人生比作时钟，假设每个人都有80年可活，那么我们此刻，二十几岁的年纪，仅仅相当于早上七点十二分。早上七点十二分，无论你有没有取得好学历，是否小有成就，这些都不重要，重要的是，你要与内心的渴望同行，选取正确的路，用最真挚的眼神反省下自己，问自己是否还要懒惰下去，然后，抓紧你剩下的时刻，去做你认为值得的事。

金老师说：“二十岁，就是用来迷茫不安的。”我们经常会听到身边的人说，二十岁是人生中最美妙最辉煌的时节。事实真的是这样吗？不是的。二十岁的我们充满困惑，充满压力，手足无措。正因关于过去，此刻，未来的问题像漩涡一样一骨脑冲向我们，使我们应接不暇欲哭无泪。因此，二十岁，只是一个迷茫的时节。

深处迷茫期的我们，常常会渴望奇迹出现。其实，世界上根本没有所谓的“奇迹”只有点滴的发奋最终取得成功。金老师提醒我们要适当地做一些看似不能立刻取得成效的事情，现代社会的快节奏使得人们普遍心浮气燥，做什么事都想立竿见影。其实这种方式并不是到达成功的捷径，而是恰恰绕过了成功。

二十岁，并不是人生的全盛期，并不是人生的巅峰，二十岁，忧伤的我们需要去追寻。我们就应用青春去追寻什么？追寻自己设计的未来，追寻与命运抗争的勇气，追寻学习课本以外的其它潜质，追寻比钱更重要的东西，追寻难得的幸福……

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找