# 谁动了读后感优质8篇

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2024-02-17

*大家应该都有写读后感的经历吧，书写一篇读后感有助于深化小伙伴们对名著人物的了解，读书不但可以学到很多有意义的知识，还能让我们的思想得到提升，记得写好相关的读后感哦，小编今天就为您带来了谁动了读后感优质8篇，相信一定会对你有所帮助。谁动了读后...*

大家应该都有写读后感的经历吧，书写一篇读后感有助于深化小伙伴们对名著人物的了解，读书不但可以学到很多有意义的知识，还能让我们的思想得到提升，记得写好相关的读后感哦，小编今天就为您带来了谁动了读后感优质8篇，相信一定会对你有所帮助。

谁动了读后感篇1

我不是很喜欢读书，但是有一本书却使我很快读完了。这本书是《谁动了我的奶酪》，作者是来自美国的医学博士斯宾塞·约翰逊。

故事是这样的：四个人的奶酪被分享一空之后，两只小老鼠能迅速适应变化采取行动，而两个小矮人则相反，直至过去了很长时间，其中一个小矮人唧唧终于改变了想法，决定克服心中的恐惧，到迷宫去寻找新的奶酪。而另一个小矮人哼哼还在想为什么奶酪会消失，还等着奶酪自己回来。在寻找中唧唧明白了很多道理，并把它们写在了奶酪墙上。经过千辛万苦，经过无数次的失败，迷路，唧唧终于找到了大量的奶酪。但是他并没有贪婪的去享受这些奶酪，而决定只带上一点点，再去寻找新的奶酪。

如果问我在生活中像它们四个中哪一个的话，我想我是唧唧和哼哼的组合。我像唧唧一样打算着未来的一切，准备接受变化；又像哼哼一样，当变化来临时，又有些恐惧，又不能按计划做下去。

如果问我想要做哪一个角色的话，我一定会毫不犹豫的选择唧唧这个角色。因为我知道，只有不断地迎接改变，不断地调整和更新自己，才能在这茫茫社会占有一席之地。

我想《谁动了我的奶酪》，这本书让我受到了很大的启发，很有可能会改变我的人生，并引领我进入另一个区域，取得我梦寐以求的成功。

谁动了读后感篇2

记得以前的时候，每天都会将哲学运用到生活中，在生活中感受哲学的意韵。可是高考结束后却一股脑儿地忘记了哲学，忘记了简单的道理：世界是发展着，变化着的，要用发展的眼光看问题。

回顾书中，用很简单的文字去述说了一些看似简单但却耐人寻味的问题，试想身边有多少人是守在奶酪c站里等待奶酪出现的人？也想想你自己又是否是一个早已放弃等待，而不怕艰辛地去寻找新的奶酪站的人？

在人生中有许多此刻属于你的东西可能在下一刻让人抢走，也可能在你的不经意间就这样消失。这些可能是你的生命、健康、金钱、名利、地位或许各种各样的情感，失去了你会如何？是等待某一天，上帝记起了然后

还给你，还是在失去了后方懂得珍惜与追悔，故而努力地去寻找新的可以代替的“奶酪”？

?谁动了我的奶酪》是一本不错的书，用简单的童话故事述说了很独到的见解跟道理。启发了我：不要只是停留在奶酪c站里等待奶酪的出现，而应该重新出发去寻找新的更好的奶酪，这样才不至于饿死在原来的奶酪站。

同时还要跟着变化的步伐，适时地检视自己，看看自己在那一方面做的还不够，然后就慢慢地朝着实际的方向去改变。

谁动了读后感篇3

郭敬明说: 我终于发现自己看人的眼光太过简单，我从来没有去想面具下面是一张怎样的面容， 我总是直接把面具当做面孔来对待，却忘记了笑脸面具下往往都是一张流着泪的脸?350字作文如果只是生活在农村的话，那么这几年你在外打工拼搏挣的钱也差不多能攒下一个盖结婚房子的钱了，至于买家具的钱够不够还得另当别论，这些都还得是你省吃俭用。

两只老鼠和两个矮人同在奶酪迷宫里寻找奶酪。人比老鼠要聪明得多，本应矮人获得胜利，但结果恰恰相反，两只老鼠凭借着勇往直前的天性和善于观察的特点找到了奶酪，两个矮人却“坐吃山空”，循规守旧，面对四壁。

谁动了我的奶酪?

人们常常会发出这样的疑问。

s同学成绩一直名列前茅，以为天下无敌，稳坐榜首了。有一天，成绩单上的状元改成了以前不及s同学的c同学。因为s同学对自己的学习对手松懈了，c同学却和s同学不同，他勤奋学习，虚心求教，学习成绩有了很大的提高，结果当然会是公平的。

谁动了我的奶酪?

其实是自己动了自己的奶酪。付出与收获往往是成正比的，没有付出，怎么会有回报。

不要以为某人赢得了无数的鲜花与掌声是运气，其实不然，又有谁知道他身后的无数荆棘。

?谁动了我的奶酪》这一本书能够风靡全球，或许这就是原因。

谁动了读后感篇4

当我们对自己的生活开始满足，开始享受安逸，开始拒绝改变。人们就会变得忘自尊大。就像唧唧写在墙上的话：“变化总是在发生的，他们总是不断拿走你的奶酪，预见变化，随时做好奶酪被拿走的准备，追踪变化，经常闻一闻你的奶酪，以便知道它们是什么时候开始变质。尽快适应变化，越早放弃旧的奶酪，你就越早能享用到新的奶酪。改变随奶酪而变化，享受变化!尝试去冒险，去享受新奶酪的美味!做好迅速变化的准备，不断地去享受变化!”

说实话，其实没有任何人会把你的奶酪拿走，只是你自己觉得原本属于自己的奶酪在不断的发生变化，而你明明就知道，不想办法找更多的奶酪，并储存好原来的奶酪，奶酪放久了会变味，也会越来越少，你还会怪别人抢了你的奶酪么?

如果不想自己的奶酪被拿走，那么就要随机应变，随时准备着!才会有更多更新鲜的奶酪等着自己!而不是坐以待毙，傻傻的认为它是你的就永远一成不变的应该属于你，什么东西都是在变化的!我们的生活也是如此!

不想没有奶酪，那么就跟着奶酪变化，不，应该是，在奶酪没有变化前就应该做好准备!因为不只是你一个人需要奶酪!或准确说拥有奶酪，但如果不去努力挖掘本质，即便你拥有再多的奶酪，也会消失！

谁动了读后感篇5

今天我读完了美国著名作家斯宾塞。约翰逊写的《谁动了我的奶酪》一书，真是受益匪浅!

谁动了我的奶酪这个故事令人感动。故事讲述了嗅嗅、匆匆、哼哼、唧唧在迷宫中寻找奶酪的事，由于奶酪不经意的消失，使他们失去了生存的源泉，继而他们各自做出不同的反应：嗅嗅和匆匆立即采取行动，适应变化;唧唧刚开始不能适应变化，后来经过一番思想斗争，也加入了寻找奶酪的行列中;而哼哼呢?它的思维始终定格在原来的状态，至终仍不能接受这变化。故事的结局，除哼哼外的其他三位都在奶酪n站找到了自己所需的奶酪，而哼哼却不愿变化，拒绝变化，永远停留在奶酪c站……

在现实生活中，在学习中，我觉得奶酪更像我们要寻找的目标。我们要不断学习新的知识，巩固旧的知识，还要善于用多方面的知识充实自己，才能找到值得细细品味的新奶酪。我曾害怕学习，希望学习中没有疑难问题，不需要动脑筋思考，所以学习显得比较机械。通过读这本书，我懂得在以后的学习中，要适应新的环境，及时发现和解决问题，这样才能将学习成绩提高上去。

奶酪是人生存的资本，如果一个人没有了奶酪将无法生存。如果自己舍不得放弃旧的奶酪，也不去追求新的奶酪，生活就会失去意义，人生也会失去奋斗的目标。

我们应该做到随着奶酪的移动而改变生活态度和方法，并且能从中得到新的快乐!

谁动了读后感篇6

谁动了我的奶酪?写的是一个小故事，两只头脑简单的老鼠，嗅嗅和匆匆，两个小矮人：哼哼和唧唧。

面对上天丰厚的赏赐，嗅嗅和匆匆的选择是随时跟着变化而改变，而聪明的小矮人，由于有复杂的人际关系，可能还有面子的原因，周边人的影响的原因，而安图享乐，看不到任何的风险。

奶酪，是指我们所有想要的东西，拥有奶酪就拥有幸福，

如果你无所畏惧，你会怎么做呢?

人们不敢做出决定，或者说是做出错误的决定，往往是因为恐惧，我们细想一下，我们有多少次是因为害怕前方的黑暗，而放弃改变，放弃接受新鲜事物，从而导致长期的妥协，生活在不快乐中。

当你超越了自己的恐惧时，你就会感到轻松自在。

心理的包袱，是人类最重的包袱，面对任何事务，只有你的眼界提高了，你就能摆脱包袱。

在发现奶酪之前，想象你正在享受奶酪，这会帮你找到新的奶酪。人类拥有想象力，是人类最伟大的能力，当你想象你正在享受你想要的东西所表露出来的心情，会影响你周边的人，你的朋友会自愿的帮你完成你的梦想，那是因为，人们总是乐于帮助他们，因为帮助真正需要帮助的人，会让那些人有成就感，你只需要去感恩，就行了。

越早放弃久的奶酪，你就会越早发现新的奶酪。放弃，从内心里面真正的放弃，从而重新开始，接受所有的新事物，你就会发现你的奶酪。

当你发现你能够找到并享用新的奶酪时，你就会改变自己的行为。你就越有动力去获得新的奶酪，才可以获得它。

尽早注意细小的变化，这将有助于你适应即将来临的更大的变化。一个人，对身边人的情绪，言语，以及行为，观察入微，很多事情，在发生之前其实已经预谋好，只等一个时机去做出反应，做出行为。所以注意那些细小的变化，对于心理预期会降低，会在心理上有所准备，而不至于全然被动。

接受你命运给你安排的变化，你唯一能做的就是自己慢慢变好。只有自己好了，才可以让以后在你身边的人好。

谁动了读后感篇7

生活是一座迷宫，我们必须从中找到自己的出路。 我们时常会陷入迷茫，在死胡同中搜寻。

但只要我们始终深信不疑，有一扇门就会向我们打开。

它或许不是我们曾经想到的那一扇门，但我们最终将会发现，

它是一扇有益之门。

人生犹如“迷宫”，每个人都在其中寻找各自的“奶酪”——稳定的工作、身心的健康、和谐的人际关系、甜蜜美满的爱情，或者是令人充满想象的财富&b&b 《谁动了我的奶酪》一书，通过主人公小老鼠嗅嗅、匆匆和小矮人哼哼、唧唧之间简单的故事情节，为我们叙述了寻找“奶酪”的千难万险。这本书中平凡中见伟大，简单中蕴藏着耐人寻味的道理。 全书分为三部分：

第一部分：“芝加哥的同学会”，介绍了老同学聚会时对于自己努力应对是生活中对变化的讨论。这里运用了一个“举例子”的说明方法，因而引起下文。 第二部分：本书的核心——“谁动了我的奶酪?”。 在寻找奶酪的过程中，面对生活中的变化，两只小老鼠嗅嗅和匆匆的表现比两个小矮人更加出色，因

为他们的头脑十分简单，做事只会一个劲儿的往前冲。而小矮人复杂的大脑和情感会使得事情变得越来越复杂。这并不是说两只小老鼠更聪明，因为我们大家都知道人类的智商要比老鼠的智商和思考能力要高得许多。单从某一种角度来看，人类那些十分复杂的思想和情感，哪一个不是阻碍着人们前进的绊脚石呢?如果你仔细观察四个角色的行为，并意识到小老鼠与小矮人的不同方面。你就会发现，当变化出现时，或许简单行事能比瞻前顾后带来的快乐和收益更多。如果你像小老鼠一样及早注意“奶酪”的变化，那么你的“奶酪”就永远不会变质!

第三部分：“下午茶时的讨论”，介绍了老同学聚会时对这个故事的启发。这里同样运用了一个“举例子”的说明方法，因而总结全文，作者真是用心良苦呀!

“及早注意细微小变化，这会有助于你适应即将到来的大变化。”看看你正在享用的奶酪变质了没有，如果没有，那请记住这句话!

谁动了读后感篇8

读完这本书，掩卷而思：当我们失去人生中的“奶酪”时我们应该如何面对？对于我来说，究竟什么是我的奶酪呢？失去的奶酪应该如何重新找到？已有的奶酪又应该如何对待呢？

书中的奶酪，也正是人生所有幸福的暗喻，得到了奶酪，也就得到了幸福。而书中所强调的是两种在追求幸福过程中的价值观：

1、简单的人生；

2、应对变化书中的四个小主人公的设置也正是要体现出这两种价值观。

你走你的捷径，我走我的大路。看最后谁先到终点——

嗅嗅和匆匆并没有多大的区别，它们的作用就是区别于两个小矮人的“简单”，从而体现了“简单”的价值观。这种简单，使得它们在面对奶酪突然消失时可以比头脑更为发达的伙伴更积极的面对这突如其来的境况。作者认为，简单的小老鼠之所以在变化上要比头脑复杂的伙伴更好的采取措施，是因为人类复杂的思维使得人类产生复杂的情感，由此产生羁绊。而我却不以为然，这不过是给人自己找一个冠冕堂皇的借口罢了。正是因为我们所谓的“复杂”，使得我们在很多大问题上往往是耍一些小聪明？最可悲的则是我们还对这种小聪明引以为豪，不知悔改。小矮人们会在奶酪消失时不知所措，并不是因为它们的“复杂”，而是因为它们的“小聪明”。也正是由此，自以为是的哼哼和唧唧才不去面对奶酪消失的事实，选择了在c区里等待着根本不存在了的奶酪，甚至幻想奶酪在墙的后面。

是福不是祸，是祸……关键看你怎么过——

与两只老鼠的作用不同，哼哼和唧唧二人则重点体现了面对变化的应对。而故事的绝大部分也都是描写这个环节，因为对于读者，我们都是复杂的人类，因此如何应用好我们复杂的思维去面对和解决问题则更为重要。首先，我们要明确一点——变化是无时无刻都在发生的，无论是过去、现在、还是未来。变化是未知的，而未知的事物往往会带来恐惧。因此我们往往恐惧变化，不敢去直面变化。在挑战与逃避之间，我们总是会选择逃避。这就是我们在对自己耍的自欺欺人的小把戏，也正是如此，在对待变化的过程中，我们第一关所要解决的就是承认变化是无时无刻都在进行的。而又如何过这个心理关呢？书中的唧唧在寻找奶酪的过程中发现一种方法，每当它因为恐惧而不敢再次前行之时，他就会问自己一个问题“如果你无所畏惧，你会怎样呢？”。是呀，未知的事物会产生恐惧，但不要忘了，未知的事物也会产生希望呀！当我们面对未知不再恐惧之时，所剩下的，不就只有希望了嘛！能够如此的去想，如此的去面对变化，它又有什么好恐惧的呢？毕竟我们的希望没有所在潘多拉的盒子里呀。当你超越了自己的恐惧时，你会感到轻松自在。

预见变化，才使得我们能走在变化的前面。或者是至少让我们不会被变化远远地抛下。用书中唧唧的经验来说，就是“经常闻一闻你的奶酪，你应会知道，它什么时候开始变质”。杰克韦尔奇在他的自传中描述管理ge的方法时，也有过类似的说法。他说随着发展，各个企业部门销售的变化也非常的大。如果想要让企业立于不败之地，就必须在这些部门亏损之前嗅出它的气息，及时改革变化，将不利于企业的趋势扼杀。

追踪变化，才使得我们不会又在新的变化中翻船。想起一个新奇但是却很贴切的比喻——在这个日新月异的时代，我们的变化就像hiv病毒一般。变化不是单一的，不是一次定性的，而是随着最初的变化一次次永无止境地变化着的。可以回顾一下地球的生物史，从古到今有多少生物在地球上登场？最后一一走下舞台的真正原因，无不是八个字——物竞天择，适者生存。其中最典型的例子莫过于6500万年前灭绝的恐龙了。而我们人类可以主宰地球的真正原因也正是因为我们不同于其他动物的可以改造环境的能力使得我们可以更快更好地适应生态变化。由这个角度来看，就不难发现“尽快适应变化”的重要性了。

享受变化，与其它几点不同的是，它不是变化过程的必须，但是它的高度却凌驾于其它三步。回到我们讨论变化的起点，当我们把变化当作一种享受的时候，我们对变化又何谈恐惧呢？而应对变化也从过去的被动变成了主动。享受变化，使得我们成为了变化的主人，我们追求着变化，我们掌握着变化，我们控制着变化。现在，不是我们在紧追着变化的脚步，而是我们把变化远远地抛在了后面，让它望尘莫及。这种状态，就好比我们经常说的把学习当作一种乐趣一样。无奈在努力着，但是我们却不会感觉到累，我们奋斗着并快乐着。

?谁动了我的奶酪？》一书于现在来说也已经算是一本“老书”了。经典的往往长盛不衰，书中的经典哲理也值得人一一回味。而且我觉得浔臼樵谌松的不同阶段不同阅历之时会有着不同的感想。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！