

2023年观看亮剑读后感(精选5篇)

写读后感绝不是对原文的抄录或简单地复述，不能脱离原文任意发挥，应以写“体会”为主。如何才能写出一篇让人动容的读后感文章呢？这里我整理了一些优秀的读后感范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

观看亮剑读后感篇一

徐瑞林(徐峥饰)正打算结束一天的诊疗时，发现当日还有一位患者任小妍(莫文蔚饰)在等候着他。阴阳眼是缠绕着任小妍的魔咒，她所说的故事似是而非，但并不能说服自负的心理医生。诊疗的过程中，破绽、线索、幕后黑手在记忆深处被挖掘重组。自以为在催眠时，却陷入更深层的循环中。徐瑞林倒下的那一刻，观众才恍然大悟——谁才是真正的“病人”。

这是个讲述救赎的故事。一生有很多遗憾和后悔，看似微不足道的一片记忆，可能会沉淀成心头利刃上面压下来的大石块。

徐瑞林是完美主义者，是一个正常的人。在面对突如其来灾难时慌乱了，求生，放弃了。他无法原谅自己的那种背叛，是对爱人和挚友无法同生共死奋力一搏的遗憾。从沉下去的汽车里游出的那一刻，他看见明明还有一线生机的爱人手指微动，却还是毅然地游了出来。良心、爱心、信心这些准则让他从自责到自残。

“不能被原谅”，就是压在徐瑞林心中的那条诅咒。

原谅，就心理而言是一种对现实的认可，是将拧巴是事情理顺。

当现实在记忆中还原，人才能活在一个顺理成章的环境里。

这里的“现实”是被大众认可的现实，不针对“你永远活在我的心里”这种现实。不能接受现实的情况，是人对潜意识的否定。记忆能够被篡改，意识会发生扭曲。当这些在哪里出现错误的时候，终一瞬，你会突然发觉“整个人都不好了”。

因此，当徐瑞林认识到自己的爱人挚友再也回不来了，他是真的爱他们，他们“会”原谅自己的时候。他寻求救赎的本能，让自己选择了相信这一切。纠结爱人和挚友是否会真的原谅徐瑞林的失误？我们无从问起，真相也永远没有真相。这种原谅，并不是徐瑞林寻找到他人的谅解。而是他最终，自己愿意相信自己是可以被救赎的。

看到这一点曙光，才有了本文开头的第二个答案。在徐、任之间，究竟是谁最开始实施催眠。答案是他们的老师。

徐瑞林的失误，不仅失去了自己最爱的人，也使任小妍的未婚夫在这场事故中丧生。求得任小妍的原谅，让任对其进行治疗是成功关键的地方。为了在催眠中不被发现，任小妍在最开始就已经被他们的老师实施过一次催眠，一旦触发到可能泄露此次治疗的节点，她就会清醒过来。

鬼片在此划上句号走向科学人性的康庄大道。

任小妍最后说了这句：没有人能原谅你，只有你自己才能原谅自己。

确实，你犯了错，别人不原谅你是本分。

人之所以为人，是在心底给自己保留了一线生机。唯一能原谅你自己的人，只有你自己。放弃最后的救赎，就是无尽的深渊。

观看亮剑读后感篇二

未看《大师》前，对马相伯的认识颇少，直到看完这一集后，对这样一位拥有罕见的天赋和勤奋一生的爱国人士心生敬佩和崇敬。

马相伯，复旦大学创始人、震旦大学首任校长。出生于一个天主教世家，出生时，英国女王的坚船利炮正隆隆地向这个国家驶来。12岁从江苏丹徒的私塾走出独自一人摸到了上海的徐家汇，受教会学校的经典教育，史家说，这一走，中国近代史上一个不可或缺的人物，走进了历史。他晓天文、数学，而且学贯中西，精通八国文字，成了一位神父。但1875年，这位出色的中国神父，不堪忍受法国教士的欺负，告别了过去的教会生活。

这一年，中法战争，中国实际上打赢了，但是签订了耻辱的合约。在这种情况下，马相伯把两件事情分的很清楚，一是他的信仰，他认为信仰是不能动摇的，可是当面对着当时外国人欺负中国人的现实，包括在教会中，中国的教士和教徒，也收到外国教士的歧视。这迫使他离开了教会。之后他将年富力壮的时期全部贡献给清朝的洋务事业，壮年生涯浪费在了一项失败的事业中。自此以后，他便走上了教育之路。

马相伯有许多创造，比如他办的学校主张文理科并重，主张要打好语言基础，主张必须训练严格的逻辑思维。如今我们提到中国学生的弱点，我们的原创力不够，早在当时马相伯已经发现了。他所设计的课程，所设计的教育方法，都是为了提高学生的原创力。还有一条是，他认为教育要自主，复旦的校歌中便有这样一句“学术独立，思想自由”。

1931年，日本占领东三省，马相伯先生心中忧愤，发表演说，奔走呼吁：“御辱自救，共赴国难，我国民猛醒，我国民亟起”。时人赞为“呼号抗日老青年”。最令我震撼和感动的是当年93岁的他，闻得冯玉祥抗日缺粮，便不惜老弱之身，

一只脚坏了让别人扶着他坚持站着写字来义卖筹款，一个“寿”字30元，一副对联50元。就这样，30元，50元，一直写了10万元！他不停地写，劝也劝不了，写到自己实在写不动了，才停下来休息一小会儿，再连这写。

他的一生，他的脚印，好像一直在那里往前走，马相伯就是中国爱国者的典型代表。从年轻时与教会的冲突起，他就始终贯穿着这一条，他的冲突，不是信仰的冲突，而是作为一个中国爱国者应做的选择。

马相伯一生只留下不多的文字，但他开创了中国教育史的一个时代。他毁家兴学，生命的最后40年已身无分文。但他培养的大师群星璀璨。他晚年大部分时间，就居住在徐家汇的孤儿院内，但他在中国留下了一个爱国者的无上荣光。马相伯先生逝世。晚号华封老人，近代中国教育家、政治活动家。震旦学院、复旦公学、辅仁大学的创始人。杰出教育家蔡元培、民国高官于右任、邵力子都为其弟子。马老一生立学，欲振兴中华。晚年曾见国家之境遇而感慨：“我是一条狗，叫了一百年，也没有叫醒中国人。”

作为毕业后将从事教育事业的我，马相伯的先进科学的教育理念和对待教育事业不顾一切毁家兴学的事迹是值得我深入思考和努力学习的。尽管现今社会是暂且的和平安宁，马先生的许多创造仍然适用。还有，他心中慢慢载着的爱。

去传递他热爱祖国的“爱”，去传递他爱护学生的“爱”，去传递他寻求真知的“爱”。因为爱，所以坚持。在教育之路上先生渐行渐远，留给我们的是一座教育的丰碑。

慢慢回味、细细咀嚼他的人生传奇与精神追求中，寻求一种精神上的平和与宁静。另一方面，在重建兼容并包的中华新文化的道路上，我们大学生必须要具有开放的视野、健全的心态、坚定的信心，延续大师们对于事业的执着和奋斗。大师们的人格魅力和精神光芒在我心中引起了极大的震撼。阅

读大师是一场精神洗礼是一次心灵震撼。我们这个时代需要文化的积累。《大师》让我意识到生活中除了物质还有更重要的东西可以感受幸福与价值。

观看亮剑读后感篇三

9月3日，是傅雷的祭日！

恕我直言，从民国时期到现在，作为外国文学的翻译学者，究其翻译水平和文学造诣，国内无人能与傅雷比肩！

所以，在我的心目中，傅雷就是一个真正的文学大师！

初始傅雷的作品，是在1988年，苏州大学图书馆！

那个时候的文学流行风，外国文学名著必读作品当属夏绿蒂勃朗特的《简爱》、还有她的妹妹艾米丽的《呼啸山庄》等等。我遵照菜鸟的成长规则，一一借阅并记下读书卡片。

直到我借阅了罗曼罗兰的《约翰克里斯多夫》，我才真正地读了进去！

当时苏大的这个名著版本一共有分12集，12本书。我从第一本就喜欢上了傅雷，他翻译的作品你读不到翻译的痕迹和故意。亲身感受到的人物以及情节变化，似乎都来自傅雷自己的笔下创造。诺贝尔文学奖获得者的作品，就应该有诺贝尔级别的文学大师来翻译，这才是文学婚姻上的门当户对，其他神马都是浮云！

看名著的封面，看见罗兰忘记傅雷；读到名著的封底，看见傅雷忘记罗兰。

“1966年9月3日晨，翻译巨匠傅雷和他的夫人双双自缢身亡。当年，震耳欲聋的口号，铺天盖地的大字报，傅雷夫妇先是

被罚跪在地，继而被人拉到长凳上戴高帽…但这一切丝毫没有影响到这个人有条不紊地书写他的死亡文告，甚至连火葬费，保姆可能需要的生活补助等都一丝不苟地抄出……”

唉，往事不堪回首……

敬重傅雷夫妻，其实他们很柔弱也很勇敢，最后用仅剩的死亡来捍卫自己的尊严和气节，这需要多大的勇气和信念。

祭奠一下那个年代和那个年代的傅雷大师，不要忘记，在那个被歌颂为和平盛世的荒唐年代，偌大一个中国，竟容不下一个恪守清律的读书人和他那张淡泊宁静的旧书桌。

观看亮剑读后感篇四

近年来，“催眠这个词语越来越多地出现在我们的视线里，催眠带给人们的往往是神秘，是高深莫测，是遥不可及！似乎只有专业的催眠大师才能够带领我们到达那种神秘的状态！其实不然！世界催眠大师米尔顿·艾瑞克森的故事告诉我们：每个人都是天生的自我催眠大师！每个人都有轻松到达自己潜意识的能力！

_年，在美国一个农场，一场凶猛的小儿麻痹症袭击了一个_岁少年，令他全身陷入瘫痪，除说话和眼动外不能做任何事情。男孩子的妈妈请来了三个医生，他们都对她说，没有指望了，你的儿子活不到明天了。他们这样对妈妈说，这太残忍了，这个男孩子对自己说，他一定不能让医生的断言实现！

于是第二天当医生们到来时，他不仅活着，而且精神更好了。他们对此感到惊讶，但他们接着又对男孩的妈妈做了一个残忍的断言：你的儿子就算能活下来，也永远站不起来了，他会终生瘫痪！同样，男孩决心不让医生们的这个可怕的断言实现，他又成功了——过了数年后，他不仅站起来，还在一个夏天，靠一艘独木船、简单的粮食和露营设备以及一点点钱，

独自一人畅游了一次密西西比河。

这个男孩就是：米尔顿·艾瑞克森！

艾瑞克森17岁开始的康复过程堪称是一个生命的奇迹，这个奇迹是怎么实现的呢？

艾瑞克森回忆说，三个医生断言他活不到明天，这是一个典型的暗示！假如他接受了这个暗示，真的相信自己活不到明天，那就可以说，三个医生对他成功地实施了催眠！尽管当时的艾瑞克森还不知道什么是催眠，但他很清楚地知道，这是三个医生将他们的意志加在了他的身上，于是他决定挑战这个暗示！事实证明他成功了！

接着医生们又发出了第二个暗示——你永远站不起来了！艾瑞克森一样决心挑战这个暗示，但与第一个挑战相比，这一挑战历程更艰难！艾瑞克森回忆说，尽管不断遭受命运的打击，但他一直保持着对自我内在力量的充分信任——他深深地相信，意识层面的他并不懂得该怎样康复，但潜意识深处一定知道！所以，他让自己的身体和头脑放松下来，向着潜意识深处求助：我有一个想要站起来的目标，请你指引我该怎么做！

潜意识果然给了他答案——在全然放松的状态下，他脑海呈现出一个画面：儿时摘苹果的画面！这个画面是真实的画面，他儿时确实曾这样摘过苹果，当时他非常快乐和享受！这画面无比生动，细致入微，他的手缓慢地伸向苹果树上的苹果，似乎被分解成一系列细小的动作，而他只是全然放松又非常专注地去体验每一个细小的动作中手和身体的移动。这个摘苹果的画面不断在他心中影响，而他则不断去体验每一个细小动作中手和身体移动的感受！

几个星期后，这一画面中牵扯到的肌肉恢复了轻度的行动能力，它们可以做这一画面中的动作了！接下来，他不断重复这一工作，每当想要达到一个什么样的康复目标时，他都将自

已交给潜意识，请潜意识帮助自己，而潜意识也总是不断呈现出各种各样的答案，它们可能是类似摘苹果这样的画面，也可能是一个想象，或者其他，但都能指引他达到康复的目的，而他自己，只需要积极地听从潜意识的指引。

艾瑞克森在后来的催眠治疗及教学中总是传达这样的理念：永远不要试图找答案！找答案的过程只会让肌肉产生更多的压力，导致更多的紧张！我们要做的就只是信任！——全然信任潜意识，信任内在，我们的身体会放松下来，这时，我们就会穿越由肌肉所组成的身体，而进入“内在的身体，而答案会自然从这个空间升起，我们只需要对此保持好奇就可以了。

因此，当你不知道该怎么做时，就请试着放松下来，对内在深处的潜意识说：请你教我！

观看亮剑读后感篇五

这是一个大家都有病的时代！高速的生活，繁重的压力，难测的人心，各种各样的心理疾病扑面而来，避之不及。自闭症、失眠症、恐惧症、焦虑症、学习逃避症、网络综合症、强迫症、更年期综合症、离退休综合症，还有洁癖、神经衰弱、癔病等等，总有一招击中你。所以也难怪有人说这年头要是不得个抑郁症，连上街都不好意思和人打招呼了。这心理疾病多了，治疗心理疾病的也就多了。催眠，就是一个治疗心理疾病的好办法，所以，也就有了反映催眠治疗心理疾病的这部电影——《催眠大师》。

事业有成的催眠大师徐瑞宁(徐峥饰)经营着一家私人心理诊所，专治各种疑难杂症，凭借高超的催眠手法治疗患者心理上的伤痕，堪称妙手回春。赚钱不说，更积累了丰富的治疗经验，到哪儿都是专家，还在学校给学生讲课。不过好景不长，在老师的介绍下，他认识了一个自称有着“阴阳眼”的特殊病人任小妍(莫文蔚饰)。本来，徐瑞宁并不想看这个病

人，因为妄想症并不是很难治疗的心理疾病。但架不住老师与同窗好友再三叮嘱他这个病人“有古怪”。一向喜欢挑战的徐瑞宁欣然接待了这个病人……于是，一场医患之间催眠与反催眠的高智商烧脑大戏就此上演。

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](#)