# 《一个人的朝圣》读后感800字(十五篇)

来源：网络 作者：梦回江南 更新时间：2025-05-14

*《一个人的朝圣》读后感800字一外貌协会的我以为自己也不会喜欢这个剧作家编造的、开头不符合常理的故事。一个平常周二的清晨，一位六十岁刚退休的清闲老人，一封二十年未见的老友的来信，一个简短的因癌症晚期临终前的告别。哈罗德写下回信后跟妻子说：“...*

**《一个人的朝圣》读后感800字一**

外貌协会的我以为自己也不会喜欢这个剧作家编造的、开头不符合常理的故事。一个平常周二的清晨，一位六十岁刚退休的清闲老人，一封二十年未见的老友的来信，一个简短的因癌症晚期临终前的告别。哈罗德写下回信后跟妻子说：“我去一趟邮局，很快回来。”然而目的地邮局，先是变成了一个又一个下一街区的邮筒，到了晚上竟变成了六百多里外英格兰最北端的贝里克，老友奎妮的疗养院；“很快”最终成了历时近三个月的漫长旅程。他只是单纯地想再走走，却在加油站被陌生女孩善意的谎言启发，一位不信宗教的老人决定为了“信仰”走去看望老友，认定自己走下去对方就一定能活下去。哈罗德的出走没有任何准备，他已年老到有些老年痴呆的征兆，平日走过的最长的路是取车，却妄想从英格兰南端徒步到北端；也没有考虑妻子的感受，就孤身去看望一个多年不见的女性朋友，这不得不让人揣测他的动机。在长途的孤独中，在与陌生人的心灵碰撞中，这位老人六十年来的生活片段清晰再现，这些拼凑出了一个平凡却又特别的人生。

童年家庭的阴影让哈罗德难以把握父亲、丈夫这两个角色，本应更加美满的家庭反而因孩子的诞生开始出现裂痕。妻子莫琳是个几乎完美的母亲，儿子戴维是个聪明能干的孩子，而他——对父亲责任充满恐惧感的哈罗德，在选择沉默和逃避中与这个家庭渐渐疏远。他在酿酒厂里工作，一如既往的平淡。只是某次下班无意间撞见因被排挤躲在文具柜里啜泣的新同事奎妮，一个矮矮胖胖却能干精明的女人。面对这个不太熟悉的女人，他没有匆匆离开再次逃避，而是尝试着安慰她。在后来的工作中，他们成了搭档，他也渐渐对奎妮袒露心声，讲述自己的一切。拥有朋友本给生活带来一丝慰藉，然而儿子意外的自杀再次打击了哈罗德，他甚至没有在殡仪馆与儿子告别。面对妻子的悲痛、埋怨，他再次沉默，任由空酒瓶堆砌成颓废的日子。他最终在酒精作用下失去了理智，甚至闯入酿酒厂打坏了苛刻老板的珍藏品。酒精导致的兴奋还是败给了软弱，善良的奎妮替哈罗德顶罪，被解雇后离开；而他，连道别未曾有过。和妻子成日的吵架最终演变为二十年的冷漠相处，直到哈罗德收到了那封意外的信。

读完小说合上书再次看到封面，这真是一个不合适的封面，书中的哈罗德没有帽子，没有大衣，没有拐杖，只有一件脏又臭的t恤，一双破旧的帆布鞋，一颗曾经迷茫却坚定下来的心。无意间打开了外包装页，里面呈现出单调的绿色，一双手绘帆布鞋，没有标题，鞋下一行小字：“那么，我是谁？”

这个色调的内封面和那行字让我想起另一本书，《苏菲的世界》。然而苏菲是在哲学中寻找自我，而这位老人显然不是。他并不需要寻找，一直以来他都知道自己的怯懦和失败。只是妻子承担了太多他在生活中的责任，让他不明白自己所扮演的是何角色。经历过这段旅程，尽管在野地中风餐露宿，他也并未感受到解放天性，找到自我的另一面，哈罗德还是哈罗德。这段旅程不是外界传闻的一段过往罗曼史的浪漫延续，也不是媒体捏造的与命运对抗的壮举。

那么，这627里的“21世纪朝圣”对他来说意味着什么呢？哈罗德所谓的信仰？但是他到达疗养院不久奎妮就离世了，不是有信仰就能有奇迹的。救赎？他并不是教徒，又何来赎罪？而且与奎妮最后面对面的告别，哈罗德没有道歉，没有道谢，也还是没有道别。走了这么多路他却没准备好最后的见面，看到虚弱的奎妮不知道该说些什么，默默离开。但在小说结尾，奎妮的葬礼后，莫琳和哈罗德解开了心结重新牵起手。显然，因为这次“朝圣”带给了他们一些改变。莫琳在哈罗德离开家后发现了自己曾忽视了他为家庭做过的努力，但这并不代表他不软弱，经过二十年的隔阂能再次与他相爱，或许只是因为哈罗德回顾人生后多了份坦然吧。坚持这次不可能的朝圣之旅，不是顽固想让他向莫琳证明自己的坚强，而是过去终于给了他一次重新审视自我的机会，最终他做到了面对自我的弱点，接受自己的软弱。

或许对于曾经的哈罗德来说，安慰文具柜里失落的奎妮而没有逃避是他做过的最勇敢的事，后来他愿意对奎妮敞开心扉其实是因为面对一个能干优秀的人，平庸的他却看到过对方的软弱一面，觉得爱逃避的自己能被理解、宽容吧。而他无法与妻子、儿子好好沟通，恰恰是因为了解、熟悉让家人深知并习惯了他的软弱，而他也习惯了显露出自己的软弱，但逃避也让他还未接受这样的自己。二十年后再次回忆往事，在即将到达终点时哈罗德反而因周围人态度的多次转变、回忆的逐渐深入而近乎崩溃、找不到方向，他在心里积压多年的情绪终于爆发。行走在贝里克郡的街区里，冷静过后整理好自己，曾经未知的生活让他恐惧到不愿面对，而现在他走向疗养院去追寻一个未知的结局——看看奎妮是否依旧活着。面对病床上曾经倾听他心灵的老友，哈罗德终于接纳了软弱的自我，这也是一种勇敢。接纳自己的缺点，往往比妄图改变更难。

朝圣之旅结束，他仍不是一个英雄，还是一个软弱的平凡人，只是多了些释然，多了些自我包容，但这已足矣。

**《一个人的朝圣》读后感800字二**

哈罗德上路了。

从他收到来自老友奎妮的信，到他决定出发，一个人走路去看望千里之外，正在病榻上喘息将死的老友，这两者之间——不到四个小时。

庸庸碌碌，平凡安静孤独又莫名的执拗，哈罗德如此这般地过了大半辈子。他明白家里摆设的每一个小细节，却不明白活着的好处如何；他明白街头拐弯一家家小店的排列顺序，却不明白自己的这一生到底在追求什么；他了解隔壁邻居每日的作息时间，但是却不了解妻子心中丧子的悲痛和冷漠。

当生活平铺在他面前但是是一张一眼望尽的白纸时，哈罗德打算给它上点色彩。

于是，一个看似借口的理由，一个传说中真正“说走就走”的旅途就此展开。

在他打电话给奎妮说，要她等着，他要过去救她的时候，或许他心里根本还没有做好要独自一个人上路的准备吧？是这样的吧，难得生活中会有这样一个机会，怂恿着他，生平第一次任性地，不顾一切地，大步向前。

只穿着他的帆布鞋，带着一点零钱和一份坚定的信念，甚至都没有折回家拿行李和做好路线规划。就在去寄信的路途中，就这样自然而然地错过一个又一个邮筒，就这样自然而然随心地前进。“简单到，只是把一只脚放在另一只脚的前面。”

鞋子破了就补，脚受伤了就休息，飘过每一站购买的小礼物，遇见的人，受到的帮忙，得到的无视和质疑，突然成名之后的无奈……所有这些伴随着哈罗德一同上路。他的坚韧能够说，简单得近乎执拗，他不懂人情世故不明白前路漫漫也不听他人的好生相劝，带着那只一路陪伴的小狗，只顾低头——“把一只脚放在另一只脚的前面。”

在看到哈罗德抵住内心挣扎怀疑苦闷脆弱失望之后，历经长路漫漫翻越千山万水，跨越627公里，徒步行走87天，最后，最后，最后见到了他电话那头，以前对其承诺过的奎妮。然而，他见到的是——“奎妮像破了的洋娃娃一样任她（注：护士）摆布，这就是哈罗德记忆中她最后的样貌——一再忍受着，当别人将她提起来放在枕头上，开着他十分反感的玩笑。”

看到那里，故事将近结尾，我积蓄已久的情绪最后爆发，两行泪水忍不住下落。我一路看着哈罗德前进，和他一齐期盼盼望，想象着他能够赶在奎妮失去意识之前、在她死去之前到达，和这位改变了他一生，影响了他一生的朋友好好做最后的告别，好好倾诉一番。然而，当他到达的时候，才明白，许久之前因为手术，奎妮的舌头被摘除了。

好吧好吧，是不是现实都要这样打击人？哈罗德或许跟我想的是一样的。他做在河边的长椅上，一动不动。他似乎不想记起这一路以来自己的种种期望，他期望见到奎妮的笑颜听到她的声音和欢笑声。但他似乎忘记了，这一路的救赎，不仅仅仅是为了奎妮，更是为了他自己！许久的思索之后，他最后写出一封信，给那位当初无意间促使他急迫上路的加油站小姑娘，把他心里最黑暗，最深处的那个秘密一纸告知。啊，他最后愿意应对那段关于儿子的悲伤过往，他也最后明白如何去承受大悲大痛，如何再次，和自己的妻子牵起手拥抱并亲吻彼此。我感受到他真正地快乐起来了。

故事最终结束在，他们夫妻讨论着两个人第一次见面的舞会，哈罗德说了一句逗趣的话惹得妻子笑得前翻后仰。这句话是什么？其实这句话是什么真的重要吗？

重要的是，哈罗德最后明白，他需要珍惜的是什么了。

去年。当朋友给我介绍一本“适合你这种喜欢一个人去旅行的人看的”书时，我刚从云南四川兜一圈回来。

一个人去旅行，搭顺风车坐火车，遇搭讪遇骗人遇好人，遇地震遇坍塌遇大雪，五味杂陈，能够说什么都体验过了。去年那时，那是一段人生的迷惘期，刚大学毕业，在陌生的城市上班倍受打击，不明白自己想要什么，不明白自己能做什么，不明白未来究竟在哪里。说这话矫情了，可当时确实是这样想的。那时心里有一个声音说，“不如出去走走吧。”

其实我不明白自己到底能去多久，能去哪里。但是，重要的是，我出发了，并且一路向前。

我从广州出发，我来到形色匆匆黝黑面容各带笑颜的昆明，我感受过大理和双廊的恬静舒适，我看过香格里拉的藏族情怀，我在纳帕海草原上起舞，我踏上海拔4000多米的亚丁，我走过慢节奏的成都，我飘过火车城市株洲，我回到自己的广州。22天一路前行，我甚至忘记了，当初决定出发的时候，是为了找到所谓的“真我”。那些散落在旅途中点滴的记忆，那些和陌生驴友的谈笑风生，那些我纳入眼里无法用语言形容的美景，或许都已然成为了我人生的一部分，于是我最后明白，在我“寻找真我”的路途上，我又在“创造真我”，这个鸡和鸡蛋的轮回，让我豁然开朗。

原先我不是没有真我，只是，完整的我，还在路上，等着我去寻找。

真实地应对自己，理解自己的不完整，在每一个日子里努力着，整装待发，随时遇见一个路口，随时转弯，只为了拾掇一路的零星碎片，拼凑完整的自己。

小说里有这样一句话：“这世上有许多人每一天做的事就是不断将一只脚放到另一只脚前面。”这看似再简单但是的事情，然而却有那么多人困顿自己的世界，无法真正迈开脚步。旅途，不仅仅仅是真正地迈开脚步前进，还有，真正往自己内心深处前进，更加看清自己。

**《一个人的朝圣》读后感800字三**

信念是一个很强大的支撑，有了信念并且坚定信念，事情会出乎意料的朝着心之所想去发展。

哈罗德刚开始上路的信念就是不能停止，他要从英国南部一路走向北到贝克里见以为得了癌症即将死去的故人。他怕他一停止就坚持不下去了。这一路上他脑海里涌现出很多已经忘记的回忆，有不幸福的童年，有甜蜜的爱情，有试探的父子情，他一边行走，一边思考。就算腿脚不灵、就算疼痛难忍、就算鞋子破了，衣服湿了，都不能阻止他前进的脚步，他似乎有点不计后果，这并不算是积极的状态。

后来他遇到一个做着一份清洁工工作的女医生，她清洗他的脚，包扎他脚上的脓包。这是哈罗德的一个转折点，至少他开始关注自己的健康，关注自己的腿脚。他继续上路，一路上用听别人的故事，并且告诉别人自己的故事来换取食物和帮助，这一路他走的很舒坦。直到遇到一个记者，他的朝圣转折了，开始出现一些“朝圣者”跟着他，这扰乱了他的思路，但一群人的追捧又让他变得自信伟岸起来。当这群人背叛他时，他没有难过；他送走了唯一真心支持他的人凯特，他有些许失落但继续行走；可当跟随他好几天的小狗离他而去选择跟随一个少女时，所有消极的情绪扑面而来，他所有的支撑都坍塌了，他突然就想退缩了，他打电话给莫琳，告诉他想放弃想回家。莫琳花了半个小时时间找到他的位置给他订了酒店，让他可以舒服的住一晚，鼓励他安慰他。

其实这期间，莫琳也在改变，她和邻居雷克斯成为了好朋友，在哈罗德行走的期间互相扶持，她也在默默地追赶哈罗德的脚步，她在反思自己。自从戴维死后，她和哈罗德之间变得陌生起来。这20年她一直活在埋怨和孤独中，如果她懂得哈罗德想成为一个好父亲而做的努力，如果她多关怀哈罗德，如果她经常和哈罗德沟通谈心，两个人的处境就不会是现在这个样子。哈罗德是个可怜的人，有着可怜的童年，原生家庭给他带来了很深的影响，他不知道如何成为一个优秀的父亲，他不知道怎么表达对儿子的爱，他不知道怎么处理人际关系。所以在戴维的成长之路中，这个家庭慢慢的变得不堪起来。莫琳回忆起当初和哈罗德的恋爱时光是那么甜蜜，她信任他，她爱他，她相信他会给她带来幸福的生活。可自己是怎么对他的呢？她开始反思自己，开始从哈罗德的角度考虑问题。她越发想念他的丈夫，当丈夫打电话告诉她想放弃时，她没有嘲笑他，没有说“我就知道你会这样”，她反而让哈罗德给她半小时时间，哈罗德不知道这半小时的莫琳有多么的慌张难过，他不知道莫琳此刻有多疼爱怜惜他。因为两个人已经习惯了不说那些走心的关切的话。

在酒店的床上也没能让哈罗德有一个好的睡眠，第二天一早就离开了。从此，哈罗德变了，变得深沉，行走的路上，不断有思绪涌出来，有一天他甚至忘了自己儿子的名字，他像一只被击败的狮子。贝克里是他的目标，可是到了贝克里之后呢？继续回到之前的生活吗？可这让他有点接受不了。终于，他到了贝克里，站在养老院门前，他始终没有办法按下门铃，他选择离开接下来的路要为自己走，把贝克里当做最终目标，为自己而走。他去了很多地方，每到一个地方就给莫琳寄明信片。一个人行走是感悟的过程。时而积极，时而消极；时而昂首阔步，时而颓靡不振；时而心旷神怡，时而走火入魔。哈罗德把每个阶段都体会了一遍。最终他还是走向贝克里见到了奎妮。

后来他回到家，坐在海边，莫琳上前陪伴，两人像是刚刚认识，莫琳很温暖，两人慢慢拉开话题，互相吐露这87天的生活。似乎回到刚谈恋爱的样子，这20年所有的隔阂都消失了。莫琳早已搬回主卧，把自己的衣物和哈罗德的放在一起。哈罗德想起两个人第一次见面的过程，前几天莫琳告诉他第一次见面时，哈罗德穿过众人大胆的走向莫琳，哈罗德还觉得莫琳肯定记错了，自己没有那种勇气。直到现在他记起来，他告诉莫琳那晚莫琳说的第一句话，两人捧腹大笑。

这是一段行走的故事，这是一段回忆人生的故事。本来想写一下从中学到的东西，却把故事描述了一遍。这样也好，本来就是写给以后看的，省得以后忘记这个故事。

这本书关于爱情，友情，亲情。哈罗德不断行走，不断突破自己，改变自己。莫琳也不断回忆过去反思自己，去尝试新的事物，改变自己。如果在戴维死后的20年里，两个人能够敞开心扉互相倾诉，如果在戴维出生之后，两个人能够告诉对方自己的一切想法和所做的事情。那就不会白白浪费20年，朝夕相处的20年里，两人就像陌生人一样，都站在自己的角度去考虑对方。如果你有了另一半可不要学他们两个这样，如果你觉得人生失去了意义，不妨也远走一段路程。在路上和自己的心灵对话，就像哈罗德那样，不止在行走，还在行走的过程中找到了意义。

一个人的时候真的可以思考很多东西，但是只要身边有人的话，我们就没有办法好好的进入属于自己的深层次思考中，哪怕是两个特别亲密的人，志不同道不合反而累赘。但是如果两个人很有默契，那就可以结伴同行，哪怕路上一句话不说，你思考你的，我想我的，我们互不打扰。想一起探讨的时候，刚好身边有一个陪伴的人，挺好。这才是两个人之间最好的状态。延伸到生活中也一样，你可以玩你的游戏我可以看我的书，互不打扰又互相陪伴。我发现这样也挺好的。

书读百遍其义自见，一篇小读后感，希望日后翻看能够有新的发现。

**《一个人的朝圣》读后感800字四**

困囿于家的日子，时间仿佛变得格外漫长。2月的初春时节，春梅初绽，绿树吐蕊，世界本应是生机勃然的。

隔窗远眺，看不到什么人，偶尔，马路上开过一两台车。按下暂停键的生活，一下子变得缓慢而安静。

读书吧，趁时光正好，趁阳光不燥，我告诉自己。于是，《一个人的朝圣》这本书，又一次拿在手中。

这是英国资深剧作家蕾秋﹒乔伊斯女士的作品，入围20xx年布克文学奖，感动世界几十个国家的人们。买回这本书是在三年前，再一次阅读，跟随哈罗德的脚步千里跋涉，在哈罗德的世界里，随他经历身体和心灵的磨难，穿过很多城市和村庄，遇到形形色色的人。种种经历后，读懂人生，接纳不完美的自己，弥补一些生命中的缺憾，完成自我救赎。

在他开始行走之前，哈罗德是什么样的呢？六十多岁，在酿酒厂干了四十年销售代表，既无朋友，也无敌人，退休时公司甚至连欢送会都没开。他与妻子生活在乡间，夫妻疏离二十年，日复一日，过着似乎可以一眼望到头的生活。他笨拙、自卑、木讷、敏感、内向，真的是微不足道的一个小人物。这真是一种糟糕的状态，就像芸芸众生中的我们。直到有一天清晨，他收到二十年不见的老友奎妮的信，奎妮患了癌症，写信来告别。震惊、悲痛之下，哈罗德写了回信，在寄信的路上，他由奎妮想到了自己的人生，经过一个又一个邮筒，越走越远。在加油站女孩无意识的鼓励下，他的心头似乎生长出一种执着的信念，一种信仰的力量。在不断的行走中，他坚信只要自己能够坚持走到贝里克郡，癌症晚期的奎妮就一定能活下来。

这是一场说走就走的旅行，哈罗德没有装备，没带行李，也没带钱。然而，87天，627英里，他坚持了下来，与他六百多英里旅程并行的，是他穿越时光隧道的一场心灵孤旅。

一路上，哈罗德发现了以前不曾注意过的生活美景，也忆起了曾经的爱与美好。童年的不幸让他似乎缺少了一种表达爱的能力，他年轻的儿子戴维头脑聪明却思想混乱，最终因抑郁症自杀；由于儿子的离世，以及生活种种，他与妻子越发疏离，虽处于同一屋檐下，却如同生活在两个世界。而在这一段87天的旅途中，哈罗德想起了与奎妮的友情，与妻子的相见、热恋、婚姻，再一次唤起曾经的爱与热情。他痛悔自己没有承担好父亲的责任，从而对与儿子年龄相仿的年轻人心生怜悯，一路照顾。故事的最后，他的老友奎妮用87天的坚守等到哈罗德，带着一滴泪离开这个世界，内心应该是满足和平静的。哈罗德和他的妻子再次牵起对方的手，“两个身影就这样拉着对方的手，站在海边，在笑声中摇晃。”

记得书中这样说：“这世上有许多人每天做的事就是不断将一只脚放到另一只脚的前面，日子久了，生活便显得平淡无奇。”哈罗德原本并不是一个有勇气、有毅力的人，他不过就是一个平凡而普通的小人物，一路上他有过沮丧、怀疑、退缩，然而他最终完成这上千里的旅途，他的力量，来自于内心的渴望，来自于对朋友的承诺，来自于好心人的善意，或许也来自于对几十年蹉跎岁月平淡无奇的生活堆积的不满。旅途中的哈罗德不仅渐渐读懂了人生，更学会了接纳自己，从而感悟到“给予和接受都是一份馈赠，既需要谦逊，也需要勇气”。

87天的旅途，于哈罗德是一场朝圣之旅，于他的妻子莫琳，又何尝不是。莫琳独处的日子里，她一点点再次了解自己的丈夫，再次打开心门，找回曾经的爱意，给哈罗德坚持下去的力量，弥补了夫妻间的裂痕，她交了朋友，修整了花园，敞开窗户接纳阳光，将那些阴暗与悲伤慢慢放下，也完成了一次自我救赎。

跟随哈罗德的脚步，能够真实感受到他内心精神世界的成长。这一段行走的旅途，哈罗德从内向、保守、不自信，到后来的阳光、真实、勇敢面对自己，这个过程复杂，却也简单，从中，我们能够看到隐隐约约的自己。这段朝圣之路，与其说走在路上，不如说走在心里。

想起一句话：“当你知道自己要去何方，全世界都会为你让路。” 合上书，许久不能走出哈罗德的世界。我回想着自己的生活，沉默不语。当有山压下来时，我便低了头，的确是这样。每个人的内心都是孤独的，或早或晚，或许终要经历这样的一段路。哈罗德在行走中完成了对自己的救赎，而我们能做的，也许就是在内心迷茫时，独自一人，静下来，问问自己要去哪里，然后付诸于行动。当我们怀抱执念和勇气，让身体与思想都行走在同一条路上，一定能够发现不一样的天地！

**《一个人的朝圣》读后感800字五**

风继续吹，不忍远离，心里渴望继续陪着你。

过去的快乐记忆，与你一起继续追。

在一个温暖清凉晴朗的南国冬日，一边改着学生的期中考试作文，一边听着张国荣的这首歌，让我不禁想到上周读过的《一个人的朝圣》。

小说讲述的是一个退休老人哈罗德，轻装徒步去看望身患癌症的老朋友，从英国最南边走到最北边，行程1000公里左右，87天的所见所闻所思所感。

这一路上，他遇到了形形色色的陌生人，展示了社会上的生活百态和英国各地的风土人情，就像一部公路电影。一个简单的故事，却被作者蕾秋·乔伊斯写得回环曲折，甚至荡气回肠。人物的心理描写，甚至景物描写都让我觉得恰如其分，在徒步的不同阶段，经过的不同地方的自然风光，让人仿佛身临其境。没有刻意的煽情，叙述冷静。却让我感觉到哈罗德的一腔孤勇。

故事的结局，哈罗德见到了他的朋友奎妮。虽然奎妮已经昏迷且面部新长出一个肿瘤，像两个脑袋呈现在他的面前。读到这里，我吃了一惊，吓了一大跳。生命为什么这么残忍？！奎妮，工作认真，对人友好，终身未婚，晚年得绝症，全身转移。岁月饶过谁呢？

一开始，我特别不理解，为什么哈罗德与妻子莫琳分房二十年，两人虽生活在同一屋檐下，但并不关心彼此的精神需要。他的儿子戴维在文中也是时隐时现，让我怀疑，戴维到底怎么了。莫琳跟戴维通电话的感觉，也是奇奇怪怪。直到看到后面，哈罗德写给加油站小妹的信里，我才明白，为什么之前的感觉这么奇怪。原来，戴维自杀了，二十年前。多么可惜，多么痛心！这才是这对夫妻分房疏离的原因。

从书中，拼凑出戴维的成长轮廓，在父母的爱中诞生，从小聪明，好学，考入了剑桥大学。后来酗酒、药物上瘾，毕业后找不到合适的工作，抑郁，结束了自己的生命。在此之前，还是小孩子的戴维也曾想在海边结束生命，幸好被救生员救回来。这意味，戴维可能从小就心理不健康，有抑郁倾向。

原因在哪里呢？作为父亲的哈罗德从小被父母抛弃，不懂如何爱孩子，不会表达，也不会行动。母亲莫琳与戴维的关系感觉很好。我在想，为什么父母相爱的家庭，父亲的冷漠，母亲的宠爱，孩子却会抑郁呢？是不是母亲包办太多呢？在少年的成长关键期，父亲没有提供强有力的支持？

看看书里的人，没有一个人拥有一帆风顺的一生，更不用说完美的人生。果然，岁月不曾饶过任何人！

哈罗德，13岁，母亲离家出走，音讯全无。16岁，被父亲赶出家门，没有学历，做啤酒销售。性格内向，虽然高大但总是驼背，缺乏自信，没有什么朋友。四十多岁，中年丧子，夫妻失和，酗酒。此后二十年，如行尸走肉般生活。

莫琳，青年之前生活顺利，接受了良好的教育。四十多岁，中年丧子，夫妻失和，神智恍惚，每天跟想象中的儿子对话，对生活失去了热情。

书里出现的帮忙清理伤口留宿一晚的好心人，在国外是医生，在英国只能做清洁工，被渣男伤害抛弃。徒步中遇到的自行车队，那些女性，哪一个不是从生活的痛苦中，挣扎起来，振作起来。甚至半路上追随的人，几乎每个都是失意的人。“关山难越，谁悲失路之人？萍水相逢，尽是他乡之客”，经受苦难的人通过各自的方式，完成苦难给予的洗礼与重生。

一个人活着，生命或长或短，谁也说不好。但是生命的质量，是可以选择的。每个人都会遭遇挫折、苦难。都需要一段时间调整状态，找到生命的意义。哈罗德在过去的二十年里，一直在逃避，逃避对自己成长中受到的伤害，逃避自己作为父亲对儿子教育的失职，逃避作为丈夫没有对妻子足够的安慰和关怀。

在行进的路上，他的思绪不断回到过去六十年的，他痛苦的童年少年，他快乐的恋爱新婚，他对儿子的不善言辞，他对儿子差点溺海时，自己还在解鞋带的悔恨，封闭了二十多年的心开始有了裂缝，那些被遗忘的瞬间，山呼海啸般涌来。

他不是一个幸福的儿子，遗憾的是，他的儿子依然不幸福。如果，重新来过，他作为父亲，能否做的更好呢？

作为丈夫，他应该能做的更好。一路上，他越来越清醒地认识到自己是多么地爱自己的妻子，从最开始到现在，爱一直在，只是落满了灰尘。人生若只如初见，古今中外皆然。

读到哈罗德和莫琳初次见面的场景，就像欧美电影里那些浪漫的一见钟情的画面。漫天的星光都不及你眼中的光，你嘴角的笑。一眼万年，仿佛能看到，金发碧眼的高大英俊的哈罗德，穿越人潮，走向优雅迷人的莫琳，跟她主动搭讪。

美好的开始，庸俗的日常，狗血的插曲。幸好，二十多年的疏离冷漠，伴着哈罗德的脚步，一步一步解封。结尾，莫琳摘下了挂了二十年的窗帘，让阳光照进房间。夫妻二人用各自的方式，完成了对生命的朝圣，对自己的救赎。重拾初心，这对爱人再次被爱萦绕。

风继续吹，不忍远离，心里渴望继续陪着你。

过去的快乐记忆，与你一起继续追。

**《一个人的朝圣》读后感800字六**

当你收到一封陌生来信，说你多年不见的老友身患绝症，你会做出什么样的举动创造奇迹？

一个人，一双帆布鞋，87天，627英里，你会找到什么样的自己？——题记

《一个人的朝圣》是由英国作家瑞秋·乔伊斯创作的小说。哈罗德，一个65岁的退休老人，在酿酒厂工作了40年。如果不是那封信，他仍会和他的妻子莫琳过着日复一日的乏味生活。信上说，他二十多年不见的老友奎妮身患癌症。为了救她，他用他从不相信的信仰，从金斯布里奇徒步去贝里克，横跨整个英格兰。

这是一个关于走路的故事，也是关于家庭、友谊、孤独、信仰、灵魂、成长和自我发现的故事。哈罗德，这个传统的英式男人，一生都是循规蹈矩，四十年的销售代表，没有升迁，既无朋友，也无敌人。他的一生如此平静，甚至似乎没有悲喜。但他的心还是有年轻人的热情的，不然也无法解释为什么接到奎妮的信，会受到那么大的震撼，为什么一听到加油站女孩的话，就能为了他不曾相信的信仰，义无反顾地上路。在他心中，奎妮代表着自己某个阶段，就是那个青年阶段，那个青涩盲目的自己。奎妮的病让他意识到时间的可怕，死亡近在眼前，这也唤醒了哈罗德丢失的一部分自我，那个年轻无畏的自我。

于是，哈罗德上路了。这627英里，既是为了奎妮，也是为了找回自己。一个人走这么漫长的路，听上去就让人感到孤独，但说来奇怪，这个木讷古板的男人居然会陶醉于明媚的春景：甜而柔软的空气，高而澄澈的蓝天，被阳光烤得橙黄的荆棘，在风中流光溢彩的醋栗……当你跳出原本的生活，换一个角度看世界，一切都是那么美好。生活，是需要去体验的。如书中所说，当你走出车门，真真切切地用双腿走路的时候，绵延不绝的土地并不是你能看到的唯一事物。

但是当孤独袭来，最明显的表现就是汹涌的回忆。那些回忆，关于他的童年，关于父母的争吵，关于莫琳，关于奎妮，关于戴维……那些本以为被他遗忘的事，此刻又历历在目。他是那个幼小无助的小男孩，渴望父母的温情。父亲是个军人，战争使他精神紧张。哈罗德曾经站在他身旁，想尝尝被一个大人双臂环绕的感觉，父亲却像赶苍蝇一样挥挥手。他也曾努力练习吃东西不发出声音，因为父亲会捂上耳朵闭上眼，仿佛他是眼中钉。青少年时他最爱的母亲不告而别，此后他只得与不同的阿姨生活在一起，直到16岁，父亲把他扔出大门，丢给他一件大衣。他从来没有被爱，当然也不知道如何表达对别人的爱。他既不善言辞，又不会表达感情。儿子戴维的出生只会让他感到恐惧，甚至从来没抱过他；戴维溺水时，救生员已经跳下水，而他却还在解自己的鞋带；他甚至不知道戴维的抑郁症，直到戴维自杀……而莫琳则因为他对儿子的漠不关心而心生怨恨，二人形同陌路。

作者运用了大量笔墨描写原生家庭的悲哀，我们在童年时期也或多或少地感受过压抑，也曾经历过被伤害的痛苦。这些伤痛隐藏在波澜不惊的海面以下，却在暗地里波涛汹涌。曾经的遗憾会影响人们的一生，以某种方式伤害着我们身边亲近的人，又再次影响他们的一生。每个人都有过去，都曾经被人伤害，也曾伤害过别人，但不是谁都有哈罗德这样的勇气，能够直面自己的内心，进行自我放逐。“你还以为走路是世上最简单的事，这些原本是本能的事情实际上做起来有多困难。而吃，吃也是一样。说话也是。还有爱。这些东西都可以很难。”

但即使这些东西都这么困难，哈罗德也不是没有爱过别人，这个人就是莫琳。多年前，哈罗德在舞池跳舞的时候，莫琳正看着他，他还记得那一刻疯狂挥舞四肢的感觉，也记得她笑起来，秀发拂过脸庞的样子。他在旅途中最常想起的就是莫琳。一开始还有一些冷战和争吵，后期便只剩下当初的美好。也是此时，他终于找回了丢失的自我，找回了爱一个人的能力。他并不是一直都这么冰冷，爱是解冻冰冷内心的唯一良药。最后，他见到了奎妮，也等到了莫琳。他和莫琳一起在海边回忆往事，像当年那样恣意狂笑，毫不畏惧周围人的眼光。一切照旧又一切向前，这应该是最好的结局。

读这本书，好像我也陪哈罗德进行了一场自我放逐。整个过程中，犹豫、遗憾、伤痛都被摆在眼前，却又化作继续前行的力量。最终，我们也找到了遗忘的自我，找到了曾经忽略的那么多东西，各自找到了生活的信念和欠过去的一点慷慨。一旦我们能够放松地宽容地看待过去的一切，就会找到对抗孤独的方法，以及爱的能力。

**《一个人的朝圣》读后感800字七**

读《一个人的朝圣》这本书很长时间了，今天借着整理电脑的时间翻到了之前的写下的读后感，阅读一番又简单润色了一下放到公众号上来，曾几何时，这本书已经在潜移默化地影响着笔者。

小说故事梗概

小说的主人公哈罗德于星期二早晨接到二十年前的老友奎妮·轩尼斯的一封信，信中说奎尼得了癌症，在贝里克郡的一个疗养院内，贝里克郡位于英国北部苏格兰，而哈罗德此时住在英国南部英格兰的金斯布里奇。这位老友奎妮原本是他在酿酒厂工作时的一个同事，后来因为替哈罗德顶罪被解雇之后再也没有了联系。多年未联系，突然收到来信竟然是告别信。这封信一下子打破了哈罗德退休后这种索然无味平淡无奇的生活，他开始给奎妮回信，但是想来想去始终还是觉得不管怎么写，在一个多年未蒙面的老友、在一个即将离世的人面前都显得苍白无力，最后他决定亲自带上这封回信去看她，走着去，不是开车，也不是乘火车、乘飞机，仿佛只有这样，才最能显示出他的关心和诚意，仿佛只有这样，奎妮就会好起来，等着他的到来。因为这样一个信念，哈罗德从金斯布里奇步行到了贝里克，历时87天，途行627英里。

一路上他回忆了自己过往的生活：在其幼年时就离家出走的母亲和酗酒的父亲，十六岁时父亲丢给他一件大衣让他离开家，与儿子戴维深深的隔阂和戴维的离世、与妻子莫琳深深的隔阂导致后来的分居。这些回忆都深深地折磨着哈罗德，都是主人公不愿面对的过去。在哈罗德离开的这段日子，他的妻子莫琳也想起了以前的生活：为什么就和丈夫走到了这样的地步？莫琳将戴维的离世怪罪到哈罗德头上，说他不是一个好父亲，从来没有给过戴维关爱，后来莫琳翻看了一部相册，看到哈罗德和戴维的合影，感觉到他们父子以前是尝试过好好沟通的。莫琳也进行了一些自我批判，在哈罗德行走的时间内，他们都直面了这二十年来不愿面对的内心世界，他们发现自己深爱着对方，最终得以化解隔阂。他们想起了刚认识时的场景，想起当时认识时的玩笑，想起了二十多年来一起经历过的一切，最后莫琳决定开车去接丈夫回家，而她也见到了老朋友的安详离世。

朝圣是救赎的升华，救赎是朝圣的本质

运动的方式多种多样，最简单的莫过于步行，它不需要任何的工具，只需要一个坚定的信仰。步行之所以简单，是因为我们也都经常习惯在夏日的晚风中散步消食，享受夏夜带给我们的宁静；而信仰之所以坚定，是因为步行尤其是一个人步行的宁静让我们不断进行内心斗争和思考救赎。

提及信仰，人各有异，但我们都应该相信一点：当一个人拥有了坚定的信仰，他将会充满无穷的力量，主人公哈罗德便是这样。

但说到他的信仰，也是让人哭笑不得。他心里想，“只要他在走，奎尼就一定会活着”，这听上去的确有些荒唐。我们也不难想起儿时的自己，也是像他一样可爱地“自欺欺人”，幻想着只要自己能单腿连跳十步，期末考试就可以顺利拿到100分；要是一下子能把篮球抛进球框，自己会很快长高10厘米……而现在看来，这岂止是儿时的天真，即使到了成年，这种幻想还是某种程度存在的。

哈一生平庸，没有敌人，没有朋友，没有做过任何大起大落的事情，反而还做出了很多的蠢事。

在儿子溺水的时候，他却不慌不忙地解鞋带，给儿子留下了童年的阴影，直到儿子抑郁自杀也没把他当成一个真正的父亲，而儿子的死，又让妻子莫琳对哈产生了巨大的鄙视，哈也因此开始酗酒，不好好工作，甚至砸了老板的店，到头来却是自己老朋友奎尼为他背了黑锅。无论是亲情还是友情，无论是家庭还是事业，哈罗德都是那么的不幸。

但不幸中的万幸是奎尼的来信唤醒了麻木不仁的哈罗德，这封信给了哈重生的机会，多年来，“默默无闻”的哈突然发现还有老朋友的惦记，这让他倍感欣慰。至此，他终于踏上了朝圣的征途。

哈罗德带着回信错过一个又一个的邮箱，87天，627英里。所谓的朝圣不仅考验着他的忍耐力，而且考验着他复杂的内心。朝圣途中，哈回忆起往事而自我救赎，妻子莫琳同时也在进行着内心的思索，她开始慢慢地原谅丈夫，甚至到了最后的16公里，还成为支持哈罗德的精神后盾。

到了文章的末尾，哈终于和老朋友奎尼见了面。结尾并没有像其它大部分文章那样有多么轰烈的场面描述，反而是十分平静的刻画。就好比一个人总是为了某种目的而不断努力、不断挣扎，在熬过了最艰难的时刻迎来成功的时候，内心是十分平静的，我想这就是一种自我的升华，救赎即升华。

经历了朝圣的一波三折，哈终于见到了奎尼。他拾起了那段逝去的友情；“两个身影就这样拉着对方的手，站在海边，在笑声中，摇晃。”

所谓救赎是朝圣的本质，朝圣是救赎的升华，最后留给的读者不只是一个和谐的画面，还有一种豁然开朗的心境。一个儿童般天真的信仰，哈完成了朝圣的救赎，造就了夕阳的幸福。

**《一个人的朝圣》读后感800字八**

清晨，我合上最后一页书，长长地呼出一口气，天刚蒙蒙亮，此时睡意全无。书中主人公的朝圣之路结束了，我也要踏上自己的朝圣之路。换好衣服，踏出家门，初冬清冷的空气让人顿时头脑清醒。今天是一场长距离的练习，已经坚持了一年多，每个周六或周日，都要选择一条路线长途跋涉两三个小时。和往日边跑边听音乐放松不同，我想安静地听着自己的脚步和呼吸回忆读过的这本书。

一个六十多岁刚退休的英国老人，在某个早晨收到一封信，二十多年前的老友病危中跟自己做最后的告别。他写好回信，在寄出的路上，经过了一个又一个邮筒，越走越远，最后，忽然出现在头脑中的一个信念，让他决心徒步走到老友面前，他坚信这样做老友就一定会活下去。一个遥远而美好的目标就这样毫无征兆地点燃了一位老人的信念之火。我调整好呼吸的节奏，踏上长距离的征途，正在苏醒中的城市，一栋栋高楼染上了金黄色，桥头上远远地望到了富士山，美丽的雪顶隐约可见。我们大多数人都是平凡渺小的，有时候和成功者唯一不同的是有没有勇气去做心里想做的事。花甲老人哈罗德告诉我们，一场说走就走的旅行，无关年龄，无关身体条件，无关装备，只需勇于聆听内心的声音，迈出第一步。一年前的我，也正是为了心中的一个愿望，开始了漫长的长跑之路。

哈罗德遭遇了形形色色的人，面对人们异样的目光，他从胆怯地急于辩解，到自豪地讲述徒步的理由，在这个过程中获得一部分人理解的力量，逐渐坚定了自己的信仰。哈罗德经历了一条自我肯定，自我探索之路。想起自己刚开始跑步，朋友劝告我跑步会伤害膝盖，跑步会小腿变粗，参加马拉松比赛会有猝死危险云云，我想尽办法找理论反驳，遇到不理解的声音会沮丧半天。慢慢随着理论知识和实践都丰富起来，事实证明了那些声音无关紧要，自己走自己的路就好了。加油站的女孩，斯洛伐克女人，无数给他过帮助的人，他在接收的过程中，学到了“给予和接受都是一份馈赠，既需要谦逊，也需要勇气。”在实现梦想的路上，我们需要同伴，可以让我们有归属感，同时也能够忍受孤独，毕竟亲自用脚去丈量的是那条只属于自己一个人的路。很感谢这一年以来陪我一起跑过的朋友，他们给予了我力量，我也给了他们力量。长距离练习行程过半，身体逐渐适应了加给它的强度，凭着惯性就可以继续向前。此时，约好晨练的队友从相反方向跑来，我们击掌错身而过，然后各自前行。

成功的路上不只有鲜花和掌声，那些磨难才是真正发亮的珍珠。哈罗德经受了精神和肉体的双重考验。糟糕的伤痛，体力不支，意志力濒临崩溃，这些感受我在跑步中都经历过。每一次高强度的练习中，到了后半程，肌肉的酸痛开始加剧，双腿变得沉重，速度不由自主地慢下来，要维持目标速度，必须要加大迈步的力量。每次徘徊在放弃与坚持之间，最终战胜自己的软弱时，便会发现一个更加强大的自己。后来我知道，只要肯迈开脚步，就一定能坚持下来，我需要做的就是“把一只脚放到另一只脚面前”。跑步让人更加自律，更加克制和不放弃，汗水从身上渗出来，一滴一滴流下，你能感受到那水滴穿石的力量，日积月累，足以重塑一个人。

“夕阳滑落到达特穆尔高原的边缘，天空中布满了红褐色的云霞。山岭镀上了一层不透明的蓝色，山上吃草的牛群在渐弱的日光里微微闪现出一种柔软的粉色。”很多次哈罗德在路上遇到的美丽景色都吸引了我，如果不是这次长途跋涉，他很难用心去欣赏平时忽略的大自然的美。无数次从黎明跑到日出，从傍晚跑到日落，我见证了大自然神奇的变化，陶醉在跑步路上的风景中，白云像温柔的棉被，月亮像指路的明灯，还有不期而遇的野花，小猫小狗，这些美好事物都是路上的意外收获。

87天，627英里，看似轰轰烈烈的一场盛大朝圣，细细品味它的过程，其中经历的磨难，坚持，还有放弃，再坚持，再放弃，是每一个普通人都可能经历过的心路历程。“我并没有比谁好，真的，谁都可以做我的事，但人一定要放手”当一个年轻人问他，“你真的从心底里相信你可以走到贝里克？”哈罗德说：“我不焦虑，但也不拖拉，只要一步接一步往前走，总会到的。”一位平凡老人的朝圣之路，穿越了英格兰的对角线，穿越了二十年的时间，穿越了他和最亲的人之间被疏远的感情，一切在最后都得以重逢。他实现了对老友的承诺，完成了对自己的一场精神洗礼。

每个人都有一条朝圣之路，跳出自己限定的界限，努力尝试追求深藏心中的梦想，不要被别人的看法左右，决心去改变，生活就一定会赐予你一个全新的自己。

长距离最后的冲刺，体力几乎耗尽，靠的全是意志力在支撑着，风在耳边呼啸，身体每一个细胞都在燃烧，加速，再加速，我又完成了一次跑步路上的朝圣。

**《一个人的朝圣》读后感800字九**

哈罗德上路了。

从他收到来自老友奎妮的信，到他决定出发，一个人走路去看望千里之外，正在病榻上喘息将死的老友，这两者之间——不到四个小时。

庸庸碌碌，平凡安静孤独又莫名的执拗，哈罗德如此这般地过了大半辈子。他知道家里摆设的每一个小细节，却不知道活着的意义如何；他知道街头拐弯一家家小店的排列顺序，却不知道自己的这一生到底在追求什么；他了解隔壁邻居每日的作息时间，但是却不了解妻子心中丧子的悲痛和冷漠。

当生活平铺在他面前不过是一张一眼望尽的白纸时，哈罗德打算给它上点色彩。

于是，一个看似借口的理由，一个传说中真正“说走就走”的旅途就此展开。

在他打电话给奎妮说，要她等着，他要过去救她的时候，或许他心里根本还没有做好要独自一个人上路的准备吧？是这样的吧，难得生活中会有这样一个机会，怂恿着他，生平第一次任性地，不顾一切地，大步向前。

只穿着他的帆布鞋，带着一点零钱和一份坚定的信念，甚至都没有折回家拿行李和做好路线规划。就在去寄信的路途中， 就这样自然而然地错过一个又一个邮筒，就这样自然而然随心地前进。——“简单到，只是把一只脚放在另一只脚的前面。”

鞋子破了就补，脚受伤了就休息，路过每一站购买的小礼物，遇见的人，受到的帮助，得到的无视和质疑，突然成名之后的无奈……所有这些伴随着哈罗德一同上路。他的坚韧可以说，简单得近乎执拗，他不懂人情世故不知道前路漫漫也不听他人的好生相劝，带着那只一路陪伴的小狗，只顾低头——“把一只脚放在另一只脚的前面。”

在看到哈罗德抵住内心挣扎怀疑苦闷脆弱失望之后，历经长路漫漫翻越千山万水，跨越627公里，徒步行走87天，终于，终于，终于见到了他电话那头，曾经对其承诺过的奎妮。然而，他见到的是——“奎妮像破了的洋娃娃一样任她（注：护士）摆布，这就是哈罗德记忆中她最后的样子——一再忍受着，当别人将她提起来放在枕头上，开着他非常反感的玩笑。”

看到这里，故事将近结尾，我积蓄已久的情绪终于爆发，两行泪水忍不住下落。我一路看着哈罗德前进，和他一起期待盼望，想象着他可以赶在奎妮失去意识之前、在她死去之前到达，和这位改变了他一生，影响了他一生的朋友好好做最后的告别，好好倾诉一番。然而，当他到达的时候，才知道，许久之前因为手术，奎妮的舌头被摘除了。

好吧好吧，是不是现实都要这样打击人？哈罗德或许跟我想的是一样的。他做在河边的长椅上，一动不动。他似乎不想记起这一路以来自己的种种期望，他希望见到奎妮的笑颜听到她的声音和欢笑声。但他似乎忘记了，这一路的救赎，不仅仅是为了奎妮，更是为了他自己！许久的思索之后，他终于写出一封信，给那位当初无意间促使他急迫上路的加油站小姑娘，把他心里最黑暗，最深处的那个秘密一纸告知。啊，他终于愿意面对那段关于儿子的悲伤过往，他也终于知道如何去承受大悲大痛，如何再次，和自己的妻子牵起手拥抱并亲吻彼此。我感受到他真正地快乐起来了。

故事最终结束在，他们夫妻讨论着两个人第一次见面的舞会，哈罗德说了一句逗趣的话惹得妻子笑得前翻后仰。这句话是什么？其实这句话是什么真的重要吗？

重要的是，哈罗德终于知道，他需要珍惜的是什么了。

去年。当朋友给我介绍一本“适合你这种喜欢一个人去旅行的人看的”书时，我刚从云南四川兜一圈回来。

一个人去旅行，搭顺风车坐火车，遇搭讪遇骗人遇好人，遇地震遇坍塌遇大雪，五味杂陈，可以说什么都体验过了。去年那时，那是一段人生的迷惘期，刚大学毕业，在陌生的城市上班倍受打击，不知道自己想要什么，不知道自己能做什么，不知道未来究竟在哪里。说这话矫情了，可当时确实是这样想的。那时心里有一个声音说，“不如出去走走吧。”

其实我不知道自己到底能去多久，能去哪里。但是，重要的是，我出发了，并且一路向前。

我从广州出发，我来到形色匆匆黝黑面容各带笑颜的昆明，我感受过大理和双廊的恬静舒适，我看过香格里拉的藏族情怀，我在纳帕海草原上起舞，我踏上海拔4000多米的亚丁，我走过慢节奏的成都，我路过火车城市株洲，我回到自己的广州。22天一路前行，我甚至忘记了，当初决定出发的时候，是为了找到所谓的“真我”。那些散落在旅途中点滴的记忆，那些和陌生驴友的谈笑风生，那些我纳入眼里无法用语言形容的美景，或许都已然成为了我人生的一部分，于是我终于明白，在我“寻找真我”的路途上，我又在“创造真我”，这个鸡和鸡蛋的轮回，让我豁然开朗。

原来我不是没有真我，只是，完整的我，还在路上，等着我去寻找。

真实地面对自己，接受自己的不完整，在每一个日子里努力着，整装待发，随时遇见一个路口，随时转弯，只为了拾掇一路的零星碎片，拼凑完整的自己。

小说里有这样一句话：“这世上有许多人每天做的事就是不断将一只脚放到另一只脚前面。”这看似再简单不过的事情，然而却有那么多人困顿自己的世界，无法真正迈开脚步。旅途，不仅仅是真正地迈开脚步前进，还有，真正往自己内心深处前进，更加看清自己。

**《一个人的朝圣》读后感800字篇十**

我不敢相信我只用一天的时间就把这本书读完了，按照我以前的速度，平均都是两天看完一本书的，原本我以为今天只能读一半的，没想到到晚上的时候就读完了。

本来我想明天整理好思路了再写这篇读后感的，但想想可能明天一醒来很多东西都忘了，还不如现在就写掉来的好。这本书一开始让我想起来《飞屋环游记》，都是一个老人，突然开始了自己从未想过的旅程。

还有最近在看的动漫《比宇宙更远的地方》，讲的是几个女生计划去南极。相对于前者，她们是年轻的，充满活力的，而不管是飞屋里的老人还是这本书里的哈罗德先生，他们却已经失去这些东西了。

我想，我们年轻的时候总因为工作或者各种事情的缠身亦或是内心的纠结和束缚而没有机会做那些想做的事，等老了一切都尘埃落定了，却又因为腿脚不便而抱憾终身。

在看飞屋环游记的时候，很多人会想，为什么我们总要到老了才开始试着去追寻曾经的梦呢。

我想起我已经不知道多少次遗忘或者放弃自己的远行计划了，我又什么时候才能做一次内心想做的事呢？

虽然一个人的朝圣中并非相同的状况，但我想，主人公哈罗德也会后悔自己没有早点去看望自己的老朋友吧。

这本书说是一次朝圣，更应该算是一场救赎吧，哈罗德的救赎，他的妻子莫琳的.救赎。

一开始我以为哈罗德徒步去看望远在几百里之外的奎尼是出于友情，但看到后面我觉得不仅仅如此，奎尼曾替哈罗德犯下的错背黑锅而遭到他们公司的辞职。

而哈罗德却从未向他道过歉，他内心肯定觉得亏欠了她很多，直到他收到了对方身患癌症的讯息后本想回封简单的回信后觉得做的远远不够，又在加油站女孩的指引下以为徒步去见她或许能帮助她脱离病魔的纠缠，于是才开始了这一段突发奇想的旅程。其实在那时我就看出女孩说的她的那位也是身患癌症的阿姨其实已经死了，后面女孩也亲自对莫琳说起此事并为此而自责。

在我看到哈罗德和自己的妻子儿子关系非常不好时，我觉得这次出走或许是正确的，或者说他离开他的妻子是正确的。、但我并不知道其中缘由，直到后面哈罗德写给加油站女孩的一封信解开了谜团。

这也算是书中最大的一个转折点了，对于并不是一部悬疑类型的作品来说。一开始我还纳闷为什么他们的儿子戴维为什么不回家，就算他和他爸的关系不好，但至少他和他妈妈是站在一边的。

后来看到哈罗德逐渐审视自己和儿子间的关系，甚至在途中还把其他人错当成戴维，我还期待最后他们之间关系的和缓。

然而在那封信中却写着，其实戴维已经死了。之前我还纳闷莫琳为什么要和哈罗德分房睡，为什么他们之间的关系那么僵硬，原来都是出自这个原因。

哈罗德用了87天才走到奎尼所在的贝里克。以前我还想不通为什么哈罗德不直接坐车去的顺利呢？这样途中也就不会发生那些事了。而哈罗德也问过自己这个问题，他觉得他和奎尼说的是走的，所以一定要走着去。

就像西游记中，孙悟空一开始打算直接翻筋斗云带唐僧去西天，唐僧却说要一步一个脚印地走，才能显示出自己的诚意，才能求得真经。我想，哈罗德()也是类似的想法吧，所以他途中甚至拒绝搭乘顺风车，虽然走到一半曾怀疑过自己的想法，他打电话到奎尼的疗养院，然后打算接下来坐火车过去，但在得知他的行动真的给奎尼的病情带来转机后，他的内心又重新燃起了希望，重拾继续徒步走下去的信念。

在途中，哈罗德的行动以朝圣者的身份得到了广泛的关注，继而出现了很多跟随者，这一幕不禁让我想起了《阿甘正传》中相似的情节。

但说实话，我对这些跟随者一点都不感冒，甚至觉得他们碍手碍脚的，在他们加入进来后，不仅速度变慢了，还激发了许多不必要的矛盾。

最后他们甚至抛下哈罗德自己先到达目的地接受政府的欢迎和媒体的采访，弄得好像这是他们的事一样，不过在他们走后我倒突然觉得轻松了很多。或许是因为我独处惯了。不习惯不想干的人围在身边。

不过在跟随者中也有好的存在，就比离婚的女人凯特以及那只喜欢玩石头的小狗，他们的离开确实让人伤感。

在快要到达贝里克时，哈罗德崩溃地几乎要放弃了，这让我看到他终究也只是个普通人，甚至是个老人了，很多事我们总会在刚开始或者即将完成时面临这样的苦恼，挺过去了就意味着成功，挺不过去一切都白费了。

哈罗德见到奎尼的场景真的让人难过的不行，接着莫琳过来找他，那一段我用了coldplay的《fixyou》，边看边听，泪水就这么不由自主地落了下来。这首歌是我在柴静的《看见》中发现的，歌词曲调很忧伤，但同时又感觉给人一种希望，我觉得用在结尾特别合适。

最后奎尼虽然还是走了，但却走的很安详，没有任何遗憾，而哈罗德和莫琳也因为这场旅程化解了彼此间的隔阂，重新找回了初恋时的那种快乐，一切都变好了，不是吗？

就像我以前看过的一句话，所以事情的结尾都是好的，如果它没变好，那就说明它还没结束。

**《一个人的朝圣》读后感800字篇十一**

世间最动人的爱是一颗独行的灵魂与别的一颗独行的灵魂之间最深切的呼唤和应答。

一直是隐形人的哈罗德甘于平淡，一封意想不到的来信将即将逝去的生命赤裸裸地展现在他面前，深深震撼了他，让他走上了朝圣的路，从而体验到了超越平凡的生活！

这是一次一具皮囊包裹着一颗心的羁旅。

加油站的汉堡女孩使哈罗德第一次朦胧地碰触到了信仰，他在女孩“只要信，就能行”的启发下踏上了这信仰之途，在哈罗德的心中种下灵魂的种子。

一步又一步，继续走下去，他慢慢接受这种缓慢的前进，反而开始惊讶自己走了多远，平凡人也可以尝试不平凡。他开始用双脚去丈量深不可测的爱。视野的尽头是淡如水的一抹蓝，有屋子，有树，去欣赏豪雨之后带来一番万物复苏的景象，他在这个路途中不断独自回忆着自己的过去：

在新婚之夜本应与妻子共享美好的洞房花烛夜，但看着床头如瓷娃娃一般精致的美人，他却躲进了厕所，最后莫琳还伤心地问：“是我的问题吗？”并不，这是哈罗德的阴影在作怪，他小时候父亲酗酒，放荡，童年时看着母亲带着旅行包一去不返，他不知道父母是否爱过他，就像他不知如何去关怀自己的天才儿子戴维一样，让他过着一样的童年：沉郁而悲伤，这时，他开始悔过，他学会如何去完善自己，他的灵魂变得浑厚，像一个光球，从内部照亮了他，为了他的至爱，点明方向，

淡去浮华，耳畔除了脚步声，迎面吹来的轻轻微风让沿途越发安静。就这样重复地迈着双脚，身体疲惫不堪，而眼中闪烁的是一颗炙热的心，慢慢地，心灵变得澄澈了……

他害死了自己的儿子，因为自己的懦弱和害怕，在戴维溺水之际却还在看似从容地解鞋带，戴维和他之间如丝如缕的亲情就此断裂，戴维迫受生活的压力变得尖锐而郁郁寡欢，而没有父亲的保护与支持，终于不堪重负在后花园自杀了，他的妻子莫琳也陷入了绝境，她认为她的儿子还没死，她很平常地与他谈话，哈罗德堕入无尽的自责当中，但这却只是为掩饰自己的难过而所做的徒劳罢了。“哦！哈罗德”，莫琳轻轻地叹了一句，心底深处，她想着，不知道千里之外的哈罗德是否听到了这一声叹息。但夫妻二十多年的隔阂正在慢慢地消散，他们隔着平行空间在互相倾诉，最真切的爱莫过于这千里之隔的心灵对话吧。果然，悲伤最好的状态不是凝固而是融化，夫妻之间的关心冰释了前嫌，在这旅途中，他找回了属于他的爱。

其实，哈罗德的人生就是一个无聊枯燥并充满痛苦的阶段这时，他不仅失去了儿子，和妻子之间的感情也已经变质。因此，哈罗德去走，表面上看完全是为了奎妮，但是他也是为了自己，他必须要走出他的生活，他的悲伤，他的痛苦来。一切关系的解决都在他这次行走了。于是我们看见，六十岁的哈罗德如同一个婴儿，柱着拐杖，自洽独处，去测量心灵之间的距离，终于，他直面了这些过往，他在这信仰之旅上找回了自己。他作为一个灵魂的朝圣者走出了自己的路。

路上有许多的人加入了哈罗德，彬彬有礼的英国绅士，虚荣自满的里奇，善解人意，无比贴心的凯特，还有那个让她留宿几日治疗哈罗德并对她敞开心扉的可爱女孩玛蒂娜，让他觉得他并不孤单有很多人认可他，在心灵层面陪伴着他旅行。但他好像错了，本被信仰所击败的世俗的冗杂又卷土重来，正如他自己所觉得“我发现我自己离起点越来越远，也离终点越来越远”。他的灵魂愈来愈黯淡，正因为他不得不分心去观察别人的看法。

既然每一个人的思考无法统一，那么这份一尘不染的圣洁所带来深沉的孤独就理应自己消化，或许，这需要安静。原来人生最好的境界是丰富的安静，安静是因为摆脱了外界冗杂，丰富，是因为去掘取自己心灵的宝藏。

一个人，八十七天，六百二十七英里，从英国的最南端走到了最北，遇到了奎妮，坚守了信仰。

我曾经想，一个人的回忆堆满了他的坟墓，那么脱变过后的他，所经历的一切必将是救赎。正像是哈罗德一样，在反省自身过后，之前的一切都已成烟云，他已经看透了这一切的琐事他现在怀着的灵魂伟大而又坚定，他终将到达自己信仰的目的地就像是在老友临死之前为他的告别，这一切都是对自己之前皮囊所做一切肮脏可耻之事在灵魂层面上最高的救赎。

每个人的一生都是一场朝圣，有多少人经历过这类美好，但只有少数人抓住了幸福，从而自我发现，召唤爱回归，去发现这世界的万物之美。

敬这一场轰轰烈烈的远行。让我们暂时离开这个世界一小会——在云端和朝圣者共同去跨越生死间的距离。

**《一个人的朝圣》读后感800字篇十二**

米黄背景，两排栅栏勾勒出田野的轮廓，一条空旷的乡间大道延伸向远方，几朵并不明丽的云点缀暗调的天空，一个行走中的渺小的背影，被帽子、大衣、鞋子裹成人形，只露出一根指向地平线的拐杖。这是这本书的封面图，一个心灵鸡汤颜色、我不太喜欢的封面。

外貌协会的我以为自己也不会喜欢这个剧作家编造的、开头不符合常理的故事。一个平常周二的清晨，一位六十岁刚退休的清闲老人，一封二十年未见的老友的来信，一个简短的因癌症晚期临终前的告别。哈罗德写下回信后跟妻子说：“我去一趟邮局，很快回来。”然而目的地邮局，先是变成了一个又一个下一街区的邮筒，到了晚上竟变成了六百多里外英格兰最北端的贝里克，老友奎妮的疗养院；“很快”最终成了历时近三个月的漫长旅程。他只是单纯地想再走走，却在加油站被陌生女孩善意的谎言启发，一位不信宗教的老人决定为了“信仰”走去看望老友，认定自己走下去对方就一定能活下去。哈罗德的出走没有任何准备的，他已年老到有些老年痴呆的征兆，平日走过的最长的路是取车，却妄想从英格兰南端徒步到北端；也没有考虑妻子的感受，就孤身去看望一个多年不见的女性朋友，这不得不让人揣测他的动机。在长途的孤独中，在与陌生人的心灵碰撞中，这位老人六十年来的生活片段一一清晰再现，拼凑出一个平凡却又特别的人生。

童年家庭的阴影让哈罗德难以把握父亲、丈夫这两个角色，本应更加美满的家庭反而因孩子的诞生开始出现裂痕。妻子莫琳是个几乎完美的母亲，儿子戴维是个聪明能干的孩子，而他，对父亲责任充满恐惧感的哈罗德，在选择沉默和逃避中与这个家庭渐渐疏远。他在酿酒厂里工作也一如既往的平淡，只是某次下班无意间撞见躲在文具柜里啜泣的因被排挤新同事奎妮，一个矮矮胖胖却能干精明的女人。面对这个不太熟悉的女人，他没有匆匆离开再次逃避，而是尝试着安慰她。在后来的工作中，他们成了搭档，他也渐渐对奎妮袒露心声，讲述自己的一切。拥有朋友本给生活带来一丝慰藉，然而儿子意外的自杀再次打击了哈罗德，他甚至在殡仪馆没有与儿子告别，面对妻子的悲痛、埋怨，他再次沉默，任由空酒瓶堆砌成颓废的日子。他最终在酒精作用下失去了理智，甚至闯入酿酒厂打坏了苛刻老板的珍藏品。酒精导致的兴奋还是败给了软弱，善良的奎妮替哈罗德顶罪，被解雇后离开，而他，连道别未曾有过。和妻子成日的吵架最终演变为二十年的冷漠相处，直到哈罗德收到了那封意外的信。

读完小说合上书再次看到封面，这真是一个不合适的封面，书中的哈罗德没有帽子，没有大衣，没有拐杖，只有一件脏又臭的t恤，一双破旧的帆布鞋，一颗曾经迷茫却坚定下来的心。无意间打开了外包装页，里面呈现出单调的绿色，一双手绘帆布鞋，没有标题，鞋下一行小字：“那么，我是谁？”这个色调的内封面和那行字让我想起另一本书，《苏菲的世界》， 然而苏菲是在哲学中寻找自我，而这位老人显然不是，他并不需要寻找，一直以来他都知道自己的怯懦和失败，只是妻子承担了太多他在生活中的责任让他不明白自己所扮演的是何角色。经历过这旅程，在野地中风餐露宿，他也并未感受到解放天性，找到自我的另一面，哈罗德还是哈罗德。不是外界传闻的一段过往罗曼史的浪漫延续，也不是媒体捏造的与命运对抗的壮举，那么，这里的“21世纪朝圣”对他来说意味着什么呢？哈罗德所谓的信仰？但是他到达疗养院不久奎妮就离世了，不是有信仰就能有奇迹的。救赎？他并不是教徒，又何来赎罪？而且与奎妮最后面对面的告别，哈罗德没有道歉，没有道谢，也还是没有道别，走了这么多路他却没准备好最后的见面，看到虚弱的奎妮不知道该说些什么，默默离开。但在小说结尾，奎妮的葬礼后，莫琳和哈罗德解开了心结重新牵起手，显然是因为这次“朝圣”带给了他们一些改变。莫琳在哈罗德离开家后发现了自己曾忽视了他为家庭做过的努力，但这并不代表他不软弱，经过二十年的隔阂能再次与他相爱，或许只是因为哈罗德回顾人生后多了份坦然吧。坚持这次不可能朝圣之旅，不是顽固想让他向莫琳证明自己的坚强，而是过去终于给了他一次重新审视自我的机会，最终他做到了面对自我的弱点，接受自己的软弱。

或许对于曾经的哈罗德来说，安慰文具柜里失落的奎妮而没有逃避是他做过的最勇敢的事，后来他愿意对奎妮敞开心扉其实是因为面对一个能干优秀的人，平庸的他却看到过对方的软弱一面，觉得爱逃避的自己能被理解、宽容吧。而他无法与妻子、儿子好好沟通，恰恰是因为了解、熟悉让家人深知并习惯了他的软弱，而他也习惯了显露出自己的软弱，但逃避也让他还未接受这样的自己。二十年后再次回忆往事，在即将到达终点时哈罗德反而因周围人态度的多次转变、回忆的逐渐深入而近乎崩溃、找不到方向，他在心里积压多年的情绪终于爆发。行走在贝里克郡的街区里，冷静过后整理好自己，曾经未知的生活让他恐惧到不愿面对，而现在他走向疗养院去追寻一个未知的结局——看看奎妮是否依旧活着。面对病床上曾经倾听他心灵的老友，哈罗德终于接纳了软弱的自我，这也是一种勇敢。接纳自己的缺点，往往比妄图改变更难。

朝圣之旅结束，他仍不是一个英雄，还是一个软弱的平凡人，只是多了些释然，多了些自我包容，但这已足矣。

**《一个人的朝圣》读后感800字篇十三**

1个人，87天，627英里，这是本书《一个人的朝圣》腰封醒目的提示语句。

一个人，男主人公哈罗德﹒福莱

87天，从自己离开家的那天算起，超过二个月的时间，一直在行走，带着自己浮动却坚持到底的信念

627英里，英国南部英格兰的金斯布里奇男主人公工作和退休后居住的地方，距离英国北部苏格兰贝里克奎尼所住疗养院的距离。

故事很平淡，吸引人的是字里行间的平静和细腻。很多人的一生也是很平淡的，没有惊奇，没有刺激和冒险，安安稳稳的过完生命的历程。哈罗德在在旅途中所经历的一切，也在时光隧道里面泛起了从前生活的浪花。

哈罗德﹒福莱是一个没有什么存在感的人，工作的时候默默无闻，独善其身，没有朋友，也无敌人;退休的时候都没有欢送仪式，只有销售部门的人聚集起来说了几句话。退休之后的生活寡而无味，和他的妻子莫琳关系也不太好，一封来自贝里克郡的信打开了尘封已久的记忆，一个遥远的身影慢慢变的清晰。奎尼﹒轩尼斯算是哈罗德为数不多的朋友，因为他的帮助两人熟悉，也是为了帮助哈罗德，奎尼离开了酿酒厂从此杳无音信。

哈罗德在收到了奎尼的信之后，写了回信，在寄信的过程中，途径一个加油站，他遇到了一个女孩儿，他给那个女孩儿讲述了他和奎妮的故事。女孩儿告诉他：她的一个亲戚就是靠信念治好了癌症。“信念”让哈罗德决定徒步去奎妮所在的城市贝里克郡。给妻子打了电话，也给奎妮所在疗养院打了电话，让护士转告她，“我现在马上出发，只要我一天还在走，她一天就要活着，请告诉她这位次我不会让她失望。”

哈罗德穿着他的帆布鞋，一本书，计划没有其他的行李和装备，在旅途中通过告知别人自己的事情来坚定“信念”，很多陌生的人给予了他祝福，希望他一切顺利。平时疏于锻炼的他，起初的行程是艰辛而又充满磨难的。脚上满是水泡，整个小腿都走的发紫，有些时间甚至无法正常走路。依靠身上带的钱和沿途好心人的帮忙，他慢慢适应了这样的艰苦跋涉。有人为他提供了指南针，自己找到了垃圾车边上还可以使用的睡袋，他就不再投宿旅社或别人家，选择了在野外过夜。中途，他给奎妮所在的疗养院打了电话，护士说奎妮听到他要来看她的消息，病情已经好转，这更加增加了他的信心。

在考文垂以南的巴金顿，一个随和的年轻人米克听了哈罗德的事情，称他为21世界的朝圣者，并请他吃了东西，拍了照片，不知不觉中哈罗德发现认识他的人越来越多很多陌生的人主动给予他帮助，哈罗德的行为上了新闻，引起了公众的关注，各路记者守候在他的家中或沿途的路上等待着报道。同时也有其他的“朝圣者”加入了他的队伍，一些商业性的机构也利用他的朝圣来谋取商业利益。然而没有人知道哈罗德走路去看奎妮的原因。是爱情故事，或是奇迹，是善举，甚至是勇气?都只是凭空猜测，哈罗德自己认定的事实和他人自以为了解的情况大相径庭。

哈罗德的家庭并不是和睦的，童年的记忆也充满惶恐，父亲参军之前是一个和善的人，退役之后脾气变得暴躁而且也开始酗酒，即使哈罗德想亲近他或者抱抱他都成为了一种奢望，直接影响了哈罗德成年之后有了儿子戴维，也对儿子没有多么的疼爱，成为了他父亲那样的人。母亲厌倦了这样的家庭生活，离家而去。哈罗德的妻子莫琳，起初很愤恨他不告而别去看奎尼，事实上自从儿子戴维的死亡后，她已经恨了哈罗德很多年，两个人没有什么共同语言，分房而睡。随着哈罗德的突然离去，莫琳痛苦、迷惘、挣扎，转而支持他勇敢地走下去，站在哈罗德的角度看问题，学会了理解和如何更好地去爱。

在跋涉的路途中，时光穿梭在现在和过去，将曾经的一幕幕拉回到哈罗德的脑海，他在回忆、思考少年时的经历，对儿子的悔恨，还有与妻子这二十年的隔阂。莫琳在哈罗德离开日子里翻看旧时的照片，回忆他们相遇时的美好，对他的那份怨恨也慢慢化解。文中的最后他们再次相遇时，两只手再次牵起时，他们又回到了初恋时的美好时刻，他们狂笑不止，然而笑料仅仅是一件没什么可笑的事。

终于，他到达了贝里克，见到了奎妮。此时的奎妮已经被癌症折磨的不成样子，瘦小的身躯跟小孩儿差不多，脸上的肿瘤已经导致她无法说话。此刻，他也明白了为什么电话中她始终没有跟他说话的原因。奎妮见到了她，从迷失的记忆中慢慢搜寻到他，然后她静静的走了。

哈罗德获得了别人的食物和支持，也把自己的信念和携带的《野生植物百科全书》和《大不列颠旅游指南》送给了需要的人，把一些小礼物送给了帮助他的人们。在接受的过程中，他也学到了新的东西，给予和接受都是一份馈赠，既需要谦逊，也需要勇气。

这一路，哈罗德发生了脱胎换骨的变化，经历风雨，经历磨难，经历病痛，获得荣耀，又被人抛弃……他走出了原来生活的圈子，获得了一生不曾经有过的经历，变成了一个真正的男人，挽回了遗失很久的爱情。他是勇敢的，他也是平凡的，他只不过是用他那穿着帆船鞋的双脚一步一步的走下去……

**《一个人的朝圣》读后感800字篇十四**

雷秋。乔伊斯所著《一个人的朝圣》，吸引我读下去的不仅仅是特别的叙事风格和一路风景的细腻观察和多种写作技法的揉合，还有描述主人翁不仅仅是用生命在走的路途，并且是用灵魂在涂抹一路的灿烂，哈罗德的美是内敛的、绵长的、悠远的，仿佛从远古而来，又掐着时间的脉搏回去了，留下的刻度，是那么隽永、那么明亮、那么平淡、那么开怀、那么深沉……是真实的朴风流韵和感人至深，主人翁与书中人物的相互融合，使《一个人的朝圣》不仅接地气，而且平民化生活的状态活灵活现，有极强的可读性，以回忆形式，在简洁的文章体积中蕴含了丰富的内容，开辟了小说叙事方法的另一种路径或先河。

在我看来，小说的结尾片段非常重要，奎妮最后还是去世了，这是现实的生活，这是存在的真实，这是不可抗拒的情理。哈罗德和妻子的隔阂正在冰雪消融，在暮年又重新了解、认识了对方，很平凡很自然的发生，不是轰然的顿悟，不是大脑的发热，而是灵魂的渐渐苏醒，只要灵魂有苏醒的一天，世界上所有的“哈罗德”都会继续走下去。

坚持和信念是我们理解《一个人的朝圣》的一把钥匙，小说从主人翁哈罗德淡的如白开水的平静生活被打乱开篇，原因是接到二十年未见的老友奎妮的一封信，信中说她患了癌症，写信道别，在悲痛和震惊之下，哈罗德写了回信，在邮寄的路上，他由奎妮想到了自己的人生，经过一个又一个邮筒，越走越远，最后，他从英国最西南一路走到了最东北，用双腿跨越了整个英格兰。从开始上路的焦虑、挣扎、徘徊、惆怅，甚至放弃的念头，到随后路上遇到的一些事而受到鼓舞和启发，使哈罗德恢复自信，重新上路，心中有了怎样的一种信念：他坚信，只要坚持走下去，老友就有生的希望……

《一个人的朝圣》是与选择、困惑、纠结、坚定、信念、勇气、友情、亲情、爱情有关的书，不是简单的行走与文字组合的书，它是一本触及灵魂深处，一个人的灵魂攀登到达巅峰的例子。好书是夜的光亮，是冬夜冻僵之人的暖炉，是饥渴者求进的美味，是繁重工作之余的盛宴，是浮躁心灵的憩园，是迷茫时刻的指灯，书中主人翁所遇到的这些人和那些事看似往往不期而遇，但似乎早已注定在生活中不容半分错过，注定将在大多数人的人生路上给予力量的和引导。真的不知道是感动还是感慨，从主人翁身上，我看到了，原来一个人的灵魂可以那么从容，那样优雅，那样坚强，那样平实，那样真实。当然，这绝对是少不了一种对生活的绝对追求，也许这份执著是天生自带的，但我更加相信更多的一定是后天的修养，是那种发自于心底的温暖和纯真、善良与质朴、不甘与勇气撮合而成的。

人们常说，命由运生，境由心造，可以想象，《一个人的朝圣》对于修心的人们是多么的难得和重要，我不知道，追求爱情的、选择善良的、热爱自然的、尊重生命的人算不算得上是一种对自身的修养？这些是不是灵魂在攀登过程中的风景？答案是肯定的。从来我都不怀疑，所有挚爱于生命、生活的人们，应该都是善良的、认真生活的人，应该都是对世间美好事物有着独特审美的人，应该都是对生活存在感动和感恩的人。只因经历了人生中的那些失败、彷徨、抗争、面对、逃避的人或有那样一些心结的人才会更深懂得哈罗德的心情。或许，才会对生活的透彻了然，也或许是因为对生活真实的无言以对，突然就让人找回了那对生活的依恋和重生的感觉，找回了那种有了生活便有了一切的安宁感受。原来在自己内心深处，或许从来就没有真正放弃对生活的爱，就像从来未放弃过对生命中美好事物的追求一样。

也许生命就如一条河流，左岸是我们无法忘却的回忆，右岸才是我们值得追寻的璀璨日子，然而中间所有的行走、历练、打磨、平淡，不过是那些追寻中成长的印记。对于挚爱于生活、尊重生命的人来说，岁月可以带走所有过往的伤痛，而灵魂的有所依靠才是我们与之相伴的另一个存在，才是我们内心得以安宁和澄清的一剂良药，它可以让我们从容的轻触生之意义，并让我们一路向阳，一路坚强，一路助人，一路为乐，一路在徘徊中能够邂逅时光的流逝，依然能够看尽世间一切繁华，最后任由风定花落，让这最美好的一缕缕阳光穿透躯体，照亮心路。从而感受到，原来，每一天都清新而美好的，一时看不到美好，一时的纠结无奈，一时的失败迷路，只不过是自己蒙住了心的双眼，当打开心窗，一切依旧，不忘初心，勿执固念，喜我所喜，安然泰若，爱我所爱，心安静处，生活中的疑惑、纷扰、困顿、挫折抑或只是生命中暂时的过客，只要一直温柔的坚持，不论再长的距离，不论多深的隔阂，都会获得理解，都会解开疙瘩，最终收获安宁和幸福。因为，我知道有一个声音回响在心的深处：走向灵魂之巅，尽管那永无休止的琐屑、烦恼乃至忧伤，不论生活的真实和未来生活未知和不确定，我们都有理由为那“一个人的朝圣”孤独的美而深情地歌唱，去感知那些未知的生活和从未经历的跋涉……

**《一个人的朝圣》读后感800字篇十五**

我从来不知道该用什么去丈量距离，是时间还是长度，是纳米还是光年。直到读完《一个人的朝圣》我才明白，丈量距离最好的单位是生命。

一个年过六旬的老人，历经87天627英里，重拾遗失了二十年的爱情、亲情和友情。故事主要讲了一个叫哈德罗的退休老人，某天意外地接到好久没联系的好友奎妮的一封信，信里说奎妮得了癌症，哈德罗想到以前和奎妮一起在工厂做工的日子，他怀着沉重的心情给奎妮写了一封回信并亲自去投寄，但是一路上他都在找下一个邮筒。晚上他在加油站碰到了一个女孩，他把这件悲痛的事告诉了加油站女孩，女孩也和他讲了一件让自己后悔的事，也正是这件事让哈德罗决定徒步去奎妮的城市看望奎妮。一路上，哈德罗遇到了形形色色的人，自大的远足男、热心的临时医生玛蒂娜以及后来遇到的维尔夫……这一路除了形形色色的人，老人也一次次与脑海中尘封已久的记忆相遇，与妻子相识相恋的美好过程、与儿子的幸福时光以及与奎妮一起相处的日子，每一段记忆都是一个离别已久的故人，每一次重逢都让人激动不已。一个又一个的故事，一路走来，哈德罗这几十年的生活无论痛苦还是快乐，都让这段贯穿英格兰对角线的距离不再是一个关于徒步悲伤、回忆伤心的故事。

一封普通的信、一位久未见面的朋友、一份单纯的信念，都让这个故事在平凡中透露出点点感动。“走走走”这是哈德罗在路上唯一的语言，他坚信，只要自己走过去老友就会康复起来。就是这简单的语言支撑着哈德罗，也是这简单的语言没有让哈德罗在喧嚣嘈杂的媒体前迷失自己，这大概就是信念的力量吧。

这一段路的距离，哈德罗用生命去丈量，同时去感悟自己与妻子与儿子的关系。庆幸的是在这个过程中他明白了他与妻子的爱情并没有像他以为的那样结束，他们之间还是有绵延而细腻的爱，即使他们分居了二十年。而他对儿子的感情也并不是妻子想象中那样冷淡，虽然儿子现在离开了他们，但是那份爱依旧在。所有被疏远的距离都是不能够被丈量的，但是可以被弥补回来。

后来，哈德罗顺利看到了奎妮，那个曾经可爱可敬的女人，现在已经被病痛折磨的没有了样子，在哈德罗看望过奎妮之后她也安然地离开了世界。也许正是知道哈德罗会来看她，奎妮才撑了这么久。两封简单的信、一份小小的信念，却让两个人都坚持了这么久。

故事的结尾是哈德罗与妻子莫琳牵着手慢慢走向海岸，两个小小的身影映在黑色浪花的背景下，伴着浅浅的笑声越走越远……重拾爱情、亲情与友情的哈德罗在这一刻是极幸福的。

生命并不害怕距离，甚至距离是体现生命本质的一个重要部分。那些被疏远的感情，被撕扯的回忆都是装点生命的一部分，它们从来不会丢失，如果你找不到它们了，跨过那一段被现实迷雾笼罩的距离，你会清晰地看到它们，而这一段距离，需要你用生命去丈量。

我相信，有距离的生命会更美，当有一天我们老了，站在岁月的尽头回望，你会觉着用双脚、用心、用信念走过的距离和生命熠熠生辉。

读完这本书，我想起三个词：信念、改变、坚持！

信念是探寻人生真谛、发现世间一切美好事物的信念。

哈罗德在接到老友的信之前的生活可以说是孤独的，甚至是痛苦的，童年母亲离家出走、父亲酗酒颓废最后把他赶出家门。好不容易长大，找到稳定工作、找到爱情、成家和当上父亲，由于生活中的种种错误导致儿子自杀，最终导致妻子对他的怨恨和疏离。在这种生活境况下，哈罗德都是低调生活，一辈子干一份工作，没升职，基本没有朋友，退休连欢送会都没有。退休后，更是日复一日的生活，生活没有一点改变。

尽管如此，但是哈罗德心底那种信念没有丢失，而且很强烈！他借着老友得癌症及听到加油站女孩的故事，触发了他心底的信念，决定开始行动，在行走中回忆思考人生的种种，终于发现世间的美好，找回心底的温暖。

在行走中，哈罗德积极面对自己性格缺陷，逐渐开放自己，与别人分享想法，遇到形形色色的人和事，从中寻找人生真谛，努力改变自己，终于在短短八十几天内完成蜕变！

87天627英里对于一个没有任何准备的六十多岁的老人是难以想象的，而哈罗德只凭一个信念“只要他走，老友就会活下去”坚持下来了。途中，他有太多理由和机会退却，如果他一退却，可能就又会回到之前生活状态中，前功尽弃。最终，他坚持下来了，找到了对妻子的爱，也找回了妻子对他的爱。爱才是我们心底最温暖的地方！

此时我刚刚读完《一个人的朝圣》这本书，我的心中升起淡淡的忧伤，雷秋？乔伊斯到底在诉说什么？主人公哈罗德于一个星期二早晨接到一位二十年前的老友奎尼？轩尼斯的一封信，信中说奎尼得了癌症，在贝里克的一个疗养院内，这里属于英国北部苏格兰的地方，而哈罗德此时住在英国南部英格兰的金斯布里奇。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找