# 没有腿的读后感推荐8篇

来源：网络 作者：风起云涌 更新时间：2025-04-10

*通过读后感，我们可以挖掘出作品中隐藏的情感层次，当我们写读后感时，我们在文字中记录了自己的阅读历程，分享了内心的情感，小编今天就为您带来了没有腿的读后感推荐8篇，相信一定会对你有所帮助。今天，我读了阳光姐姐伍美珍的新书——《没有秘密长不大》...*

通过读后感，我们可以挖掘出作品中隐藏的情感层次，当我们写读后感时，我们在文字中记录了自己的阅读历程，分享了内心的情感，小编今天就为您带来了没有腿的读后感推荐8篇，相信一定会对你有所帮助。

今天，我读了阳光姐姐伍美珍的新书——《没有秘密长不大》，使我受益匪浅。

这本书一共有两个故事，一个是《没有秘密长不大》，还有一个就是《书迷小组在行动》。

?没有秘密长不大》的主人公张小伟是一个“单翼天使”，与妈妈相依为命。在一次家族聚会上认识了开朗乐观的表弟朱子同。又由于妈妈要去美国，住到了朱子同家。在这段时间里，他们有许多成长中的“秘密”，甚至包括早恋、沉迷网络游戏等等。孤独寂寞的张小伟在妈妈不在家的这段时间里，受朱子同的影响，变得越来越开朗，越来越自信；并在与朱子同之间的小秘密中领悟到了生活的经验与教训。而这一切，又成了他成长中永远的秘密！

这篇故事的道理很深刻，我曾看过一篇文章，是一个妈妈写的，她的女儿上三年级了，开始有了自己的小秘密。是呀，就像阳光姐姐说的那样：每个孩子在成长的过程中都会有许多秘密。没有秘密的孩子怎能长大？再想想我自己，也有许多的秘密，不愿意告诉别人，让它留在心中，慢慢从中得到一点经验或教训，对我们的成长也有很大的帮助。

?书迷小组在行动》我最喜欢了。我和故事的主人公一样，是一个十足的“书虫”。最喜欢干的事情就是看书了。因为在书中我们可以得到无数的`知识和快乐。我的书橱里满满的，小说、童话、名著、散文、作文、诗歌应有尽有。记得刘向说过：书犹药也，善读之可以医愚。这句话的意思是：书就像药一样，好好读书便可以医治愚蠢。这也是我最喜欢的一句话。因为在书海里遨游的人，必定有所作为。我喜欢的作家很多，伍美珍、商晓娜、郑渊洁、郁雨君、杨红樱的书都是我的最爱。

我很佩服阳光姐姐，她竟然能写出那么多精彩有趣的故事！我以后也要做一个像她一样的作家！

文章讲的是上帝在散步时，农夫请求上帝让他的地一年没有暴风雨，没有干旱，没有虫害。上帝答应了那个农夫的请求。第二年，果真如农夫所说的那样没有灾害，麦穗很大。可是到了收成的时刻，农夫的麦穗里没有一粒麦子。

读了这篇文章之后我更加深刻的体会到“没有风雨怎见彩虹”这一句话。对于一粒麦子来讲，奋斗努力是不可避免的，风雨是必要的，烈日是必要的，蝗虫是必要的，它们可以唤醒麦子内在的灵魂。对于一个人来讲，奋斗努力也是不可避免的，失败是必要的，打击是必要的，痛苦是必要的，孤独是必要的……它们可以唤醒人们内在的灵魂。

在没读这篇文章之前，我认为只有一帆风顺和成功是最好的。读了这这篇文章我明白了：人的一生必须要有磨练，否则他根本不可能成功，就算他成功了，他也体会不到成功的喜悦。

不要再惧怕失败，惧怕风雨要知道阳光总在风雨后。其实要想成功就和爬山一样，山顶是很高很高，山路是很陡很陡。只要你不想山顶有多高，山路有多陡，你只要在心里想：我多走一点我就里山顶尽一点。这样，不知不觉你就能爬上山顶了。在生活中我们也可以这样对待我们的目标。

虽然山路蜿蜒曲折，但它毕竟朝着山顶。不要奢望没有磨练就能成功，否则结局会很悲惨的，如果没有磨练人也只不过是一个空壳罢了。我们不应该做一个空壳对吗？

我把阳光姐姐（伍美珍）的《没有秘密长不大》买回家后，便细细品味起来。

这本书介绍了一个男孩儿，名叫张小伟，他是一个“单翼天使”。一个偶然的机会，他离开妈妈，和开朗的朱子同成为好朋友......

这两个男生的友情中包含这些秘密中领悟到了生活的经验及教训，而这一切，又成了他自己成长中永远的秘密！

我看过真本书后，首先想到的是阳光姐姐，她的成长经历与我们一样啊！看！她写的书都靠近我们的生活读懂我们的心声，让同学们手不释卷。

我看里面有许多优美的句子，想和大家分享分享：

“他一口气就像我报出了一大串曾经玩过的游戏，有“口袋怪兽”、“天书奇谭”、“摩尔庄园”、“黑暗传说”、“奇迹”、“卡丁车”......我听得眼花缭乱。”

我从这感到主角张小伟是一个好学生。听了一串游戏名就眼花缭乱，再看张小伟的朋友朱子同他说都不嫌麻烦，更别说听了。因为他是一个“游戏迷”。不过他玩多了眼睛就生病了（和兔子的眼睛一样红）。但是，不管妈妈怎样问，他也没说出他一直玩电脑造成眼睛生病了......

前几天我读了《没有秘密长不大》这本书。我觉得这本书很好，只得让大家读一读。

先给大家介绍一下本书内容吧!《没有秘密长不大》“单翼天使”张晓伟一直感到很孤单，在一个偶然的机会，他离开妈妈，和开朗的朱子同成为好朋友……这两个男生的友情中包含着许多成长中的“秘密”，包括早恋、沉迷网络游戏等等，张晓伟从这些秘密中领悟到了生活的经验及教训，而这一切，又都成为了他自己成长过程中永远的秘密!

我觉得，秘密是伴随着我们成长而出现的一种正常现象。然而长期以来,心中有秘密 却被视同为心中有“鬼”,是需要加以揭露和进行教育的。在这种秘密观支配下的教育行为,往往对我们的心理造成伤害。教育者要认识到秘密对我们成长具有的积极意义,给秘密以空间,即给我们成长以空间。在教育过程中,要注意区别对待不同的秘密,保护和尊重我们的的秘密世界。

再来介绍一下本书作者吧!伍美珍，网名美美，我们都叫她 \"阳光姐姐\"。现为安徽大学文学院副教授，安徽大学儿童文学创研中心主任。她曾是“阳光姐姐热线”主持人，专为小读者排忧解难。自20xx年起,她在内地和港台三地共出版了70余部少儿题材的小说和报告文学作品，曾获文化部“蒲公英少儿读物奖”及新闻出版总署“全国优秀少儿图书奖”“冰心儿童图书奖”等。

长期以来，在“君子坦荡荡”的豪言面前， 秘密似乎有了“不可告人”的味道，心中有秘密就是心中有“鬼”，秘密被认为是需要加以揭露和进行教育的。大人们发现我们随着年龄的增长渐渐不再与自己无话不说，而是开始有了属于我们自己的秘密。

“责任面前、工作面前、执行到位，没有任何借口”，这似乎是一个很简单的道理，这句话讲起来似乎也很容易，然而，回首我们每一个人走过的路，我们是否真的完全做到了“责任面前、工作面前、执行到位，没有任何借口”，读完这本《责任面前没有任何借口》之后，我感慨万千，也再一次的意识到“责任”二字在肩上的沉重。

责任面前，没有任何借口——这是这本书给我的最大启迪。因为借口不是理由，执行才是硬道理，与其找借口抱怨，不如想办法改变。正如通用电气前ceo杰克韦尔奇所说：“在工作中，每一个人都应该发挥自己最大的潜能，努力工作，而不是耗费时间去寻找借口，因为公司安排你在某个岗位上，是为了让你解决问题，而不是听你那些关于困难的长篇累牍的分析”。读完这本书以后，我时常在想，我们的团队成员是否做事没找借口？我们的团队成员是否都发挥了最大的能力？我们的团队功效是否已饱和？可是事实告诉我，答案是否定的，究其原因呢，因为人与生俱来的惰性、逃避思想战胜了我们内心的责任感，因此，我们只有不断的牢固树立自身的责任信念，才能发挥我们最大的能力，创造团队的最大成效。

工作面前，没有任何借口——责任是一种神圣的义务，无论是工作中还是生活中，对于一个富有强烈责任感的人来说，在任何问题面前，他采取的措施都是积极面对，积极解决，争取最优异的成绩，这也就使得他们的成绩更加卓越，人生更加辉煌，社会价值更加明显。但对于喜欢寻找借口没有责任感的人来说，任何一件事情他都可以寻找千百个借口推脱，当然最后的结果可想而知，也必然导致这类人会越来越失败，最后甚至达到“存在=0”的结果，当然就更不用说服务于社会了。

“没有任何借口”——这句话看似冷漠、缺乏人情味，给人一种刻薄的感觉，似乎在告诫我们对公司的要求必须无条件的服从，不能寻找任何理由。可在读完之后，我发现它是一种服从、诚实的态度、一种敬业、负责的精神、一种完美的执行能力，它是在强化我们要想尽一切办法去完成每一项任务，而不是为没有完成的任务去寻找借口，哪怕看似合理的借口。同时也在告诫我在完成各项任务时，不能仅限于尽了心也尽了力，而是要全力以赴，执行到位，坚决完成！

?责任面前没有任何借口》一书给我们带来了新的理念，注入了新的活力。只要我们做到“千万别找借口”，定准目标“没有任何借口”去执行，千方百计提高我们的执行力，就能取得成功。成功就只属于“没有任何借口”的人！

寒假蛮清闲，为了不使自己闲着，于是将高中时买的一本好书——《没有任何借口》重新精读了几遍。可能是以前我的社会阅历不够多吧，读完那书后总是无啥体会。然而，这次重读了此书后，却深有体会。

?没有任何借口》一书，是美国的费拉尔.凯普所著。该书的核心理念就是“没有任何借口”，而“没有任何借口”则体现了一种负责、敬业的精神，一种服从、诚实的态度，一种完美的执行能力。美国最好的军校——西点军校就把“没有任何借口”作为其学生的最重要的行为准则，所以它能够培养出那么多优秀的人才，同时也使西点军校的毕业生在任何一个团体都能表现出良好的团体精神和合作能力。正是由于他们具有强烈的责任心、荣誉感和纪律意识，自信、诚实、主动、敬业，从而使得他们能够成为美国各行业的领军人物。

让我们改变对借口的态度，把寻找借口的时间和精力用于努力工作。因为工作中没有借口，人生中没有借口，失败没有借口，成功也不会垂青那些寻找借口的人！借口的危害是无比巨大的，它会在不经意间慢慢的蚕食掉我们的责任感和危机意识、热情和积极性、城市和信任，从而从内部击溃整个集体的凝聚力和战斗力。我们对待借口的的态度应当是坚决的摒弃。“没有任何借口”的执行准则相当于我们国家军队的“军人以服从命令为天职”口号。此书通俗易懂，却有一种内在的精神，它所阐述的以“敬业、责任、服从、诚实”为核心的理念，对我们自己今后的发展有重要的现实意义。精读此书，我觉得以下几点最为重要：

一、敬业与责任——成就学习的有力支柱

作为学生，我们就应以学习为己任，这体现了敬业的精神。在学习生活中，我们大学生要始终有一颗平常心，要踏踏实实的对待学习生活中的每一件小事。书中有着这样一句话：“你能完全控制的东西只有你的思想和行动。理解了这一点，思想就获得了解放。”的确，进了大学，我们自己可支配的时间多了，所处环境里的诱惑也多了。倘若，我们不能把持自己的思想和行动，没有自己的主观想法，任意放纵自我，随波逐流，那么我们的大学学习生活将不能取得任何成就。因此，我们应该自发主动地安排自己的学习和生活，应该随时准备把握一切可用于学习的时机，展现超出一般学习要求的表现，以及拥有“为了完成学习任务，必要时不惜打破常规”的智慧和判断力，要勇于对自己的学习负责，要勇于对自己的行为负责，像书中要求的那样，“要更加自我负责、自信自强”，发现不足，寻求突破。大学生要想在学习上有所突破，首先就应是对学习负责，也就是要有责任心。

不论做啥事，都应该竭尽全力。这种精神的有无，可以决定一个人日后事业上的成功与失败。我们在学习的时候，要以火焰般的热情，去做好每一天的学习任务。责任就是我们学习的的内在动力，有了这种内在的动力，学习才能使是主动的、积极的、认真的、发自内心的。有责任意识的人，无论处在什么职位，什么岗位，都能自觉的意识到自己所担负的责任。有了自觉的\'责任意识之后，才会产生积极、圆满的工作效果。没有责任意识和不能承担责任的人，是不可能在其岗位上取得成就的。由此可见，责任是干好一切事情的的前提。

二、超越与追求——成就事业的“助推器”

众所皆知，一个人之所以平庸，并不是因为能力的不足和信心的缺失，而是在于平时养成了轻视工作、马虎拖延的习惯，以及对工作敷衍了事的态度。要想超越平庸，必须要改变工作态度，以服从、诚实的态度，负责、敬业的精神，积极、扎实的执行能力去工作才能完成自我的超越。而此书给了我们平庸的理由，想超越平庸就要从消灭“借口”开始。要想选择完美，就要把热情和责任完美的结合，就要把责任和执行完美的结合，并且应把这点作为工作最终的目标。因为完美意味着一种全方面的奋斗，一种无怨无悔的选择。对待每项自己喜欢或不喜欢、容易或棘手的工作，都要以一种责无旁贷的心态，一种积极进取的精神，一种坚忍不拔的意志，一种求真务实的作风，充分发挥个人的主观能动性和创造性，追求工作的完美，尽自己所能把工作做到最好。要实现成功的惟一方法，就是在做事的时候，抱着非做成不可的决心，要抱着追求尽善尽美的态度。

而世界上为人类创立新理想、新标准，扛着进步的大旗，为人类创造幸福的人，就是具有这样素质的人。无论做什么事，如果只是以做到“尚佳”为满意，或是做到半途便停止，那他绝不会成功。

三、纪律与服从——成就事业的根本保证

纪律，在《辞海》里是这样解释的：纲纪法律，指要求人们遵守业已确定了的秩序，执行命令和厉行自己职责的一种行为规则。正如《没有任何借口》的作者费拉尔.凯普所说：“一个团结协作、富有战斗力和进取心的团队，必定是一个有纪律的团队”。作为一个单位，一个集体何尝不是这样呢？严格的纪律，可以形成坚强的战斗力；可以取得令人骄傲的成绩；可以形成巨大效益。可见“纪律”二字对一个集体，一个团队的重要。纪律同样是一个人敬业的基础，一个人只要生活在人群中，就应该有约束，这约束就是纪律。最简单的纪律就是规章制度或曰条条框框。人的严格纪律性并非是一蹴而就就能形成的，更不能与生俱来，学习、培养、灌输是尤为重要的。它是从平时的一句话、一个动作、一件小事开始积累的。

比如：我们平时经常提到的上课要按时；要按规定的要求完成作业等等，这些看似小事，其实不然，大事就是从这些小事折射出来的。通过这些平时的小事，纪律观念便深深地扎根于我们每个人的大脑中，从而形成每个人的强烈的自尊心、自信心、和责任感。纪律是保证一个团体战斗力的重要因素，也是发挥每个人最大潜能的基本保障，更是完成好工作根本保证。

服从是完美执行的基础。服从，每个人都不陌生，从你降生到这个世界上，就和这两个字分不开了。小时要服从于父母，上学时要服从于老师，供职于某一单位，更是使我们每个人自觉和不自觉的与他相伴。你要服从你的上级，你的下级要服从你。服从就是无条件的，接到指令你就要在第一时间按指令去执行。其实，服从是一种社会秩序的建立，是一种伦理道德的展现。所以要建构一个有伦理、有秩序的社会，人人都应该养成服从的习惯。那么，一个团队、一个单位何尝不是如此呐！服从依对象不同，可分为三种层次：小人因畏惧而服从；好人因爱护而服从；智人因真理而服从。对于第一种服从，我们不敢恭维。一个人如果懂得服从真理，信仰真理，这个人必定心胸坦荡，必然大有可为，这就是有智能的人。这是我们应该追求更高层次的服从。服从并不是唯唯诺诺，没有见地，像一个没有感情的机器一样，每个人都有自己的见地。如果有不同意见，可以提出自己的建议，一旦组织决定了，就要坚决服从，没有任何借口的去执行，虽然这个决定可能会违背个人的本意。我对服从有这样的认识，服从是使你走向成功的阶梯，人生每一步何尝不是在遵循父母、师长的教诲下成长起来的，所谓的创造性、主观能动性等无不是在服从的基础上而成立，否则，人的惰性就会极大地影响你的潜能，创造性的发挥出来。“没有任何借口”看似冷漠，缺乏人情味，似乎只能适合在军队等特殊团队实行，但它却是最好的服从准则，可以激发出一个人最大限度的潜能。将它放到自己的学习中，也有着非常重要的实际意义。在学习中，不要把过多的时间花费在寻找借口上。正如书中所说：“没有任何借口的生活会使你远离那些阻碍你前进的消极思想”。我们的选择、我们的态度、我们的超越、我们的热情都建立在立即工作和立即行动上，只有行动才会让这一切变成现实。

四、直面与自信——成就事业的“动力源”

人总是渴望取得成功，虽然成功的概念因人而异，但追求的过程中，不可避免地会遇到挫折和失败。有的人直面挑战，在总结教训中奋力前行，最终达到了成功的巅峰。更多的人在反思时，习惯于把失败的根源归结于客观因素，对自己算是一种安慰，对外界算是一个“交代”，让借口消磨了责任心和事业感，最后一事无成。诚然，许多挫折是客观条件制约的结果，不以外因搪塞也因此显得更加难能可贵。在书中作者揭示了成功的定义：“要经常笑、尽量多地笑，从而赢得大家尊重、喜爱和赏识。要看到别人身上的亮点，不管你通过何种方式，都要使世界变得更美好”。成功是一个目标。作为一名学生，只有通过追求学习的跨越，才能体现个人的存在价值，获得极大的自我成就感。

当今社会的竞争如此的激烈、残酷，我们每个人都在为自己的一个位子而奋力拼搏。在这个打拼的过程中，有的人上升，有的人却下降，直至最后潦倒。当每个人都怀揣希望站在事业的起跑线上时，我相信，我们的憧憬都是一样的，我们对未来的期许也是一样的。但是，为什么在跑步的过程中，我们的结局却不一样呢？《没有任何借口》对此给出了最好的诠释：成功和失败看起来似乎天壤之别，但促成它们形成的原因，也许就是一些小小的细节，小小的习惯，比如：常常为自己没有完成的事情而寻找借口。“要成功，就不要给自己寻找任何借口”，这是这本书给我们最大的启迪。

把“没有任何借口”作为我们的行为准则，将会给我们的学习和生活带来极大的裨益！

费拉尔？凯普谱写的《没有任何借口》，这本书给我的最大的启迪就是\"不要给自己寻找任何借口\".

?没有任何借口》要求我们尽已所能去认真做好每一项工作，而不是为没有完成任务去寻找借口，这种精神体现的是一种完美的执行能力，一种服从诚实态度，一种负责的敬业精神，其核心是敬业、责任、服务、诚实。很多时候我们常常抱怨外在的条件，其实在你抱怨的时候，实际就是在为自己找借口了，而找借口的唯一好处就是安慰自己。但这种安慰是致命的，它对你的现存状态无动于衷，在这种心理的暗示引导下，你不去思考克服困难，完成任务的方法，哪怕是只要改变一下角度就可以轻易达以目的。

\"没有任何借口\"体现了一个人的敬业精神。选择了辅导员这个职业，这个岗位，就必须接受它的全部，而不是仅仅只享受它给你带来的益处和快乐。辅导员的工作是烦琐的，当我面对着这些琐事时，当我看着一个学生沉沦网络时，当我给一个学生的处分时，我是不是习惯于告诉自己，这个学生我已经谈过话了，这个学生我管不了，我教不好，我也没有办法了。但是闪过这个念头，我都会有很强的罪恶感。\"没有任何借口\"代表着一种的强烈的\"责任感\".

\"没有任何借口\"意味着无条件的服从。忠诚是人类最重要的美德，忠诚于自己的职业，忠诚于自己的人生信念的人，必然是努力工作、不找任何借口的人。只要我在这个岗位上一天，那么我就要做到无愧于这份工作，无愧于学生，无愧于自己。\"没有任何借口\"是一种诚信的工作态度。

成功属于那些不寻找借口的人！让我们牢记：工作中没有借口，人生中没有借口，失败没有借口！

读书的乐趣，只有在读书的过程中和读过书之后才有深刻的体会。说不清是从什么时候起，自己终于感觉读书不再是一种被迫的事情，而成为一种自觉自愿的习惯；读书也不再作为一种炫耀或功利的欲望，而是内心深处有一种无法拒绝的渴望。虽没有像高尔基所说的“我爱书，就像饥饿的人扑在面包上”那样如饥似渴，但见到一本好书总有一种爱不释手的感觉。早就听说《没有任何借口》是一本好书，但总没有机会细读。一次无意中得到了它，想弄清楚它是一本怎样的书，竟会成为美国企业员工指定培训最佳的读本，竟会成为一本迅速地改变个人内在精神力量的智慧书。

“没有任何借口”，是美国西点军校200年来奉行的最重要的行为准则，是西点军校传授给每一位新生的第一理念。它强化的是每一位学员想办法去完成任何一项任务，而不是为没有完成任务去寻找借口，哪怕是看似合理的借口。秉乘这一理念，无数西点军校毕业生在人生的各个领域都取得了非凡的成就。

?没有任何借口》的作者瑞伯芬毕业于西点军校，他的亲身经历使他意识到，事业的成功说到底来自于人的能力的真正发挥，而所有的工作归根到底也无非是对他人的服务，对自我生命价值的体现。作者在书中着力强调的是，“没有任何借口”并不仅仅是一种工作态度，更重要的是，它是一种生活理念。在我们人生的方方面面，我们都应该信守这一理念，惟有如此，我们才可能获得一种成功而又幸福的生活。

在书中，作者并没有仅仅把“借口”看作是回避困难、敷衍塞责、冷漠消极的“挡箭牌”，他认为借口是人们不肯自我负责的表现，是一种缺乏自尊的生活态度的反映。怎样才能不再找借口，并不是学会说“报告，没有借口”就足够了，而是按照本书所说的理念去生活，重新寻回你与生俱来但又在成长过程中失去的自尊和责任感。

从此时此刻，行使你自己生活、自由和追求幸福的权利，做一个敬业、责任、服从和诚实的人。你所得到的回报就是：过上一种真正的成功而又幸福的生活，你的内心将会真切地感受这种成功和幸福，而不仅仅是社会意义上的成功和幸福。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn