

# 2023年潜意识读后感(实用5篇)

“读后感”的“感”是因“读”而引起的。“读”是“感”的基础。走马观花地读，可能连原作讲的什么都没有掌握，哪能有“感”？读得肤浅，当然也感得不深。只有读得认真，才能有所感，并感得深刻。可是读后感怎么写才合适呢？接下来我就给大家介绍一些优秀的读后感范文，我们一起来看看吧，希望对大家有所帮助。

## 潜意识读后感篇一

人有所谓的意识和潜意识，一般人学习的时候，都是运用意识的力量，然而，世界潜能大师博恩崔西曾经说过：“意识的力量比意识大三万倍以上。”所以，任何的潜能开发，任何的希望要实现，都是依靠你的潜意识。

潜意识包罗万象，深厚神奇，那么如何来训练开发和利用它呢？以下几点可供探索参考：

- 1、训练开发潜意识的无限蓄储记忆功能，为我们的聪明才智开辟广阔深厚的基础。

如果你想建造高楼大厦，就必须储备好各种各样的建筑材料、装修材料、设计知识、建筑技能、各种建筑机械，还有指挥管理技能等等。对于一个追求成功与卓越的人来说，应该不断地学习新的东西，给潜意识输进更多的基本常识知识、专业知识、成功知识以及相关的最新信息。

“事事留心皆学问”，你要大脑更聪明，更有智慧，更富于创造性，更符合现实性，就必须给潜意识输送更多的相关信息。

为了使你的潜意识储蓄功能更有效率，可采取一些辅助手段帮助储存。如重要资料重复输入，重复学习，增加记忆功能，

建立看得见的信息资料库——分类保存图书、剪报、笔记、日记、现代的电脑软盘等等，以便协助潜意识为我们的创造性思维和其他聪明才智服务。

2、训练对潜意识的控制能力，使它为我们成功服务，而不是把我们导向失败。

由于潜意识是非不分，积极消极、好的坏的. 统统吸收，常常跳过意识而直接支配人的行为，或直接形成人的各种心态。所以，成也潜意识，败也潜意识。

因此，我们要训练自己，努力开发利用有益的积极成功的潜意识，对可能导致失败消极的潜意识加以严格的控制。

具体地说，珍惜原来潜意识中的积极因素，并不断输入新的有利于积极成功的信息资料，使积极成功心态占据统治地位，成为最具优势的潜意识，甚至成为支配我们行为的直觉习惯和超感。

另外，对一切消极失败心态信息进行控制，不要让它们随便进入我们的潜意识中。遇到消极思想信息时，可采取两个办法加以控制：

一是立即抑制它，回避它不要让它们污染你的大脑思想。对过去无意中吸收的消极失败潜意识，永远不要提起它，让它遗忘，让它沉入潜意识的海底。

二是进行批判分析，化腐朽为神奇。用成功积极的心态对失败消极的心态进行分析批判，化害为利，让失败消极的潜意识象毒草化成肥料一样变成有益于成功卓越的思想意识。

3、开发利用潜意识自动思维创造的智慧功能，帮助我们解决问题，获得创造性灵感。

潜意识蕴藏着我们一生有意无意、感知认知的信息，又能自动地排列组合分类，并产生一些新意念。所以我们可以给它指令，把我们成功的梦想，所碰到的难题化成清晰的指令经由意识转到潜意识中，然后放松自己等待它的答案。比如反复下达这样的指令：我该如何开辟这新的饮料市场呢？还可以把指令化小：我开辟市场的第一步应该怎样走？等等。

## 潜意识读后感篇二

认真品味一部名著后，相信你心中会有不少感想，何不写一篇读后感记录下呢？那要怎么写好读后感呢？以下是小编帮大家整理的潜意识的力量读后感，仅供参考，大家一起来看看吧。

这两天，认真读了潜意识心理学权威约瑟夫·墨菲的《潜意识的力量》这本书，感受颇深。书中指出：你的潜意识暗房中若充满了各种伟大的创新，你就不必担心旧意识会阻碍你前进。问题是我们的潜意识里如何才有“伟大的创新”。

我们如何看待我们所生活的世界，看待人生和社会，依靠的是我们的意识。我们的意识又来自何方为什么本来不少人更有大人生成就的可能，可是他们却甘于屈身于一片小小的天地。因为我们的意识总是很理性地告诉我们，要现实。

这里的“现实”，使我们没有产生“伟大创新”可能。我们对世界的认识来自于对人类过去经验的学习，来自于新闻和各种各样的信息，来自于我们自己的认知。这些支离破碎的信息本身就是一个问题，也许它们本身是真实的，但是反映的仅是外部世界的万分之一的真实。那么，可以说并不是真实的。但是这种并不真实、并不全面的信息却真实地影响我们的认识，影响我们的意识和潜意识，使我们无法发现更大更美的世界。

问题就出在这里，我们所知道的现实，并不真的是真实全面的。我们总认为我们所知道的世界是真实的，越是这么认为，越是距离真实很远。

如果我们对世界的认识是不正确的，我们的潜意识自然也会有问题。潜意识的伟大力量当然无从谈起。

如果我们太相信我们所认识的“现实”，往往并不生活在现实中，而是生活在虚幻里。而如果你生活在想象中，也许你会离现实更近。想象力是刺激潜意识的工具，也是人类潜能的开发机。爱因斯坦说：“全世界最伟大的力量，就是想象力。”

一位思想家说过：“一个人之所以没办法成功，就是他没办法在脑中看到他成功的画面。世界上所有的一切，都是把脑海中的画面搬到现实中的。”

最后，让我用书中的一句话做结尾吧：如果能灵活地运用潜意识的力量朝正确的方向努力，就能够如所愿地去操纵命运、愿望、财富及健康，并能步向幸福。

### 潜意识读后感篇三

刚拿起这本书时，由于看到作者是一名牧师，我就以为这是一本唯心主义的书籍。但是慢慢的读下去，我发现原来是一位阅历丰富的智者通过分析各种案例，并用其独到的见解，启发我们从自身反思开始，改变现状。全书详细分析介绍了潜意识的工作原理、潜意识的神奇效力以及成功的传输者三大问题，其中作者着重告诉我们，永远不要说“我不能”，要克服恐惧，告诉自己：“靠着潜意识力量，我无所不能。”

一位思想家说过：“一个人之所以没办法成功，就是他没办

法在脑中看到他成功的画面。世界上所有的一切，都是把脑海中的画面搬到现实中的。”成功者总能在脑中勾勒出他们成功的画面。最后，将这些画面成为现实。如此说来，成功者其实从来不是生活在“现实”中，而是生活在对未来的期望中。除此之外，还有“天生的恐惧只有两种：怕跌落，怕噪音。其他所有的恐惧都是后天的，消灭它们吧。”伟大的替代法则是战胜恐惧的最好武器。不管你怕什么，你都能在你所渴盼的事物中找到解决方法。你生病时，会渴盼健康。你在牢狱里时，会渴盼自由。期待美好，关注美好，你的潜意识就会回应你，绝不会令你失望。古往今来，无数伟人都明白释放潜意识力量的秘密，现在我們也能和他们一样。在内心寻找，你会发现无穷的财富。

19世纪最伟大的发现不是在物理学领域的，而是在精神领域，那是人类的. 潜意识在信仰的触动下所产生的力量。在每一个人身上，都储存着无尽的潜意识力量。近十年以来，它在美、加、英、法、德、意、葡、日、韩等180多个国家流行开来，渐渐风靡全球，影响并改变世界！潜意识聚集了人类数百万年来的遗传基因层次的信息。它囊括了人类生存最重要的本能与自主神经系统的功能与宇宙法则，即人类过去所得到的所有最好的生存情报，都蕴藏在潜意识里。如果能灵活地运用潜意识的力量，就能够如所愿地去操纵命运、愿望、财富及健康，并能步向幸福。

潜意识深处的图景，塑造了现在的你，也即将塑造未来的你！这本书就像一扇窗口，让我看到了我从来没有看过的世界，让我知道娇小的身躯下也蕴藏着巨大的能量，只要我们敢想敢做，相信自己，就一定也能把脑海中的画面搬到现实中。

## 潜意识读后感篇四

这两天，认真读了潜意识心理学权威约瑟夫·墨菲的《潜意识的力量》这本书，感受颇深。书中指出：你的潜意识暗房中若充满了各种伟大的创新，你就不必担心旧意识会阻碍你

前进。问题是我们的潜意识里如何才有“伟大的创新”

我们如何看待我们所生活的世界，看待人生和社会，依靠的是我们的意识。我们的意识又来自何方为什么本来不少人有更大人生成就的可能，可是他们却甘于屈身于一片小小的天地。因为我们的意识总是很理性地告诉我们，要现实。

这里的“现实”，使我们没有产生“伟大创新”可能。我们对世界的认识来自于对人类过去经验的学习，来自于新闻和各种各样的信息，来自于我们自己的认知。这些支离破碎的信息本身就是一个问题，也许它们本身是真实的，但是反映的仅是外部世界的万分之一的真实。那么，可以说并不是真实的。但是这种并不真实、并不全面的信息却真实地影响我们的认识，影响我们的意识和潜意识，使我们无法发现更大更美的世界。

问题就出在这里，我们所知道的现实，并不真的是真实全面的。我们总认为我们所知道的世界是真实的，越是这么认为，越是距离真实很远。

如果我们对世界的认识是不正确的，我们的潜意识自然也会有问题。潜意识的伟大力量当然无从谈起。

如果我们太相信我们所认识的“现实”，往往并不生活在现实中，而是生活在虚幻里。而如果你生活在想象中，也许你会离现实更近。想象力是刺激潜意识的工具，也是人类潜能的开发机。爱因斯坦说：“全世界最伟大的力量，就是想象力。”

一位思想家说过：“一个人之所以没办法成功，就是他没办法在脑中看到他成功的画面。世界上所有的一切，都是把脑海中的画面搬到现实中的。”

最后，让我用书中的一句话做结尾吧：如果能灵活地运用潜

意识的力量朝正确的方向努力，就能够如所愿地去操纵命运、愿望、财富及健康，并能步向幸福。

## 潜意识读后感篇五

你有选择的权利，你可以选择健康和幸福。你可以选择友好，也可以选择不友好。友好一些，整个世界也会以同样的方式对待你。

一旦你意识到自己已经拥有一种可以实现所有愿望的能力时，你就会拥有信心和内心的宁静。不管你选择做哪一行，你都需要了解潜意识的运行规则。

依我看一个人的潜意识会给人带来力量，这种力量也会给人带来内心的澎湃。对于刚刚踏上工作岗位的我。我觉得我十分需要这种潜意识来支配我的日常工作状态。我时常被爱是永无止境这句话作为我潜意思的行动指南。让我懂得了，爱。这个字不是狭隘的爱一个人，爱自己的家庭，爱社会，爱国家。它让我渗透的是一种精神。这种爱能让人感觉幸福，感觉这个世上尽有如此美好的心境。我想更大的是告诉我是一种心灵的力量。

这就与我潜意识的去吸收这一理念有关了。潜意识向一股能量在每个人的内心活跃这。当然有些人内心很脆弱没有或者很少有这种能量在内心活跃。潜意识一旦在内心活跃我想针对你所从事的工作，你的人生态度，世界观，价值观，都会有强烈的影响。有人说世界上最幸福的人，就是那些不断挖掘自身潜能中最优秀一面的并将之施展出来的人，我想最重要的是幸福不仅仅是那些优秀的人，更多的是能利用好你潜意识的人，发挥你潜意识好好生活的人。

幼教这行有太多说不清的累，道不明的苦，做不完的事情，扯不清的情结。如何利用好的潜意识支配好我们的工作状态是我现在思考最多的问题，我常想有什么样的一种心境能使

我每天有活力去面对我的工作。有好多天我对这行产生恐惧，这是我心里的一种想法。于是我试着将注意力集中到美好的期待上，期待每个幼儿天真的笑容，期待他们能给你一个拥抱，期待他们能配合你工作，期待今天不要发生事故，沉静在这样的美妙的想象中，这种信念会给我信心。让我振奋。潜意识会帮助我前进，它不会让我失望，让我得到平和和自信。

于是我告诫自己，不要怕累，不要怕麻烦，不要说自己不适合这行，毕业了，你不在是学生，我是个大人了。潜意识的“我是大人”让我自然的去承担一些事情了。这个力量让我心灵得到了启迪。这就是潜意识的力量能让人等到更多更大的心灵的力量。当然只要的出发点是正确的。

“活是圣神的，我是充满智慧的”相信生命，把自己想象的快乐，成功，平和，焕发着光芒和力量。优雅地接受“成长”“年长”年龄有属于自己的光辉。平和，爱，快乐，美丽，幸福，智慧，善意，理解，等优良品质是永远不会变老或死去的。