

最新核心圈法则读后感 吸引力法则读后感 (模板8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。读后感书写有哪些格式要求呢？怎样才能写一篇优秀的读后感呢？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。

核心圈法则读后感篇一

选择吸引力法则这本书的时候是因为看了一个叫男生追女孩谈恋爱的节目里面有推荐这本书说的神乎其神，就想要去看看看到底是一本怎样的书里面讲的吸引力法则到底是什么。

吸引力法则分上下，我看的是吸引力法则上。通篇看下来是一碗浓浓的鸡汤。

相近的能量或思维会相互吸引，吸引后会自我繁殖。用自我积极的方式塑造良好方向发展的意志。用意志驱动精神和行为实现高层次的自我。克服恐惧，对美好的事情抱有强烈愿望培养良好的习惯替代旧的坏习惯。

你想要怎样，你能怎样，你能做到怎样，我能行，要抛弃所以低级的原始的情绪。控制自己原始、低级的情绪以及坏的情绪，不要让极度害怕担忧、让消极的情绪影响自己的心情。可以获得和培养，改变和放弃一切都是有自己的意愿决定。也要告诉自己可以做到而且一定能做自己想做的事情。人要有不可战胜的决心，有了不可战胜的决心充沛的能量还要有专注。不要低估自己不要高估别人。要相信自己确定自己可以做得更好。强烈的欲望、自信的期待、勇敢的行动是成功

的基石。不要做思想上的巨人，行动上的儿子，放手去做自己想要的。一旦确立了目标要么成功要么死这种品质可以帮助一个人实现世界上所有能实现的一切。

觉得其实，虽然道理都懂，但是很难做到。有人说，知道做不到等于不知道，也有人说：比你优秀的人都在努力，你怎么好意思不奋斗。根据吸引力法则，优秀的人已经吸引到了多优秀的人或事。他或她可能觉得自己还不够优秀，想要更加努力。不努力的人，会觉得，你都那么优秀了，还努力做什么。可是不努力的人没有看到努力的人身边有一群更努力的人。

读完本书后，并不是很赞同本书里面的很多观念。根据吸引力法则，我爱好玩户外这件事情，所以，我身边有很多玩户外的小伙伴们。我是个it行业的从业者，我身边的好多玩户外的小伙伴是it行业的从业者。我是个绘画爱好者，我身边有一群it行业的绘画爱好者。我愿意读书，我找到一群陪我读书的小伙伴么。但是，每个人都是按照自己意愿生活的，做自己想要做的事情。我们都有负面情绪，我们虽然知道管理情绪，负面情绪也是要发泄出来的。并不是像书中写的那样，人而努力把自己做成教科书里面的圣人一样。

人生短暂，我们有太多的选择。我愿意懒、馋，偶尔会有负面情绪。如果每个人都活成教科书一样，人生还有什么意思呢。我们每个人都不一样，我们在自己的圈子里面过得很开心才是最重要的，而不是想着一定要成功。

核心圈法则读后感篇二

最近非常有幸观看了此部《秘密—吸引力法则》，瞬间觉得整个世界都宽阔了，原来自己曾经经历的很多无法用科学去解释的现象，这部影片都给了我们最好的答案。

“月有阴晴圆缺，人有悲欢离合！”每个人的一生都会面临

很多的挫折与成就，可是因为面对挫折时的心态不同，则决定了其未来的命运。就如《秘密》中所说的，你的想法会影响你的感觉，一种是心情愉快，一种是心情抑郁，心情是一个很好的回馈机制，心情好则为自己创造一个理想的人生，心情不好则背道而驰，每一个念头，每一个情绪都在创造我们的未来。

想要改变现在困境，也许很多人会觉得很难，其实有时候只要简单的转换下心情——转念，这一天甚至一辈子都会变得不同，我们古人曾经说过的“山穷水尽疑无路，柳岸花明又一村”也许就是这个意境吧！

是的，我们生命里发生的一切都是由我们自己吸引而来的，当你心里有所想，你的眼里才会有所现，就如一块强有力的磁铁，散发着你所特有的磁力，吸引着同频率的事物。当你是积极乐观的状态时，即使是阴雨绵绵的天气，你也可以透过雨天看到被雨水洗过的那片干净，问到雨后的那片清新，当你是烦躁郁闷时，你也许看到的就是泥泞的地面和一片潮湿。当你感觉自己是健康、富有、被爱包围的幸福人儿，宇宙则会回应你，因为你确定有这种感觉，你的想法，你的感觉会创造你的人生，让你的好吸引更多好的情绪到你的`生活，把注意力放在让你感觉好的事物上，则可以让你拥有一个意想不到的人生。

希望此分享可以给很多还在人生迷途和困惑中的朋友一点帮助，常怀善念，积极乐观，时时转正念，一切都会朝着你想要的结果去发展，一切都是最好的安排，如果你觉得不好，那是还没到最好的时候，那就赶紧调整自己的状态吧！

核心圈法则读后感篇三

就看看自己的今天有没有为此努力读第二场，你是什么？我是能量纯净而简单，所有的一切都是能量，思想而动，我是被连接的。所有的人，所有的事物都是连接在一起的，是更

伟大的整体中独一无二的部分，是构成整个宇宙不可缺少的部分，我是火化的磁铁，可以实实在在地将那些与自己能量相同、振动频率的能发生共鸣的人、事物、思想和环境吸引到我的生活中来。

读到第四章的时候，情绪情绪是内在导航系统的一部分，读到这一章的时候，感受颇深，生活中大部分时候我都是开心快乐的，但也有会消极敏感的情绪，这需要我自己去克服和改进，因为在生活中没有人能告诉你该怎么去，感觉只有你自己可以做这个决定，如果你发现自己感觉很糟糕，那么你需要反思反省一下是什么让你有这种消极的情绪，——他不是任何外在的事物，而是你自己是你对外在事物的判断价值观念和想法让你感觉如此糟糕。为了将自己代入到你想要的事物一致的状态，保持愉悦感激和安宁的状态，像书中所言，你可以有意识的去选择，去关注事物的积极面，然后你就会发现所有的事情都是美好的，你必须下定决心选择幸福快乐，选择乐观，选择生活在持续的感恩和快乐之中，你必须下定决心，让你的生活除了精彩还是精彩，你的情绪点燃你的能量，你的能量点燃你的未来。

读到第六章，我感受到富足。富足是人类的自然状态，在这个世界里有充足的食物，金钱愉悦，幸福以及精神力量和对每一个人的爱，如果你想让你的生活充满爱，那么就去关爱。对他人和自己更有爱心，更开一些创世爱的震动，你就会自动吸引更多的爱进入你的生活中去，关注那些你想在生活中创设的东西，并且记得去感激你已经拥有的那些感觉本身就是一种富足感恩的振动频率，会吸引来更多，值得感激的事物。第七章让我感觉受益匪浅，人生目的和激情，每个人都是独一无二的诞生，我们在这里只为一个原因，我们是为此服务的人生的意义，不仅在于我们到底是谁？而且在于这个世界需要你提供的，而人生的意义在于有意义的生活，因此必须花时间从内心求索，最好是通过安静的沉思祈祷和冥想来寻找，问一问自己，你怎样才能更好地运用自身所蕴含的天赋和快乐去为世界服务，而不仅仅是生活下去，除非

你过的是友谊的生活，不然你不能发挥全部的潜力，也不能为世界贡献自己的能力。

读到第八章的时候我也感受很深，第八章写的是明确你的梦想，为了达成你的梦想和愿望，你必须清楚他们是什么？认真思考一下，你想过怎样的生活？你从生活中的各个领域和层次来思考，将自己的注意力放在你想要什么？而不是不想要什么？上面底线是如果你真的不知道你到底要什么？你又能怎么期望得到什么呢？因此花时间想清楚你的梦想清单，你想成为怎样的人？你想做什么？你想拥有什么？你想做出什么就写下他们而且详细的刻画他们，这是你必须要做的事情，明确是一种力量，你需要清楚自己的目标。

读第九章是我明确的，记得有一句托尔法兰西说完成伟大的事业，你们不仅需要行动，而且需要梦想，不仅需要计划，而且需要相信明确的梦想能指引方向，详细的计划能指导行动，最为关键的是内在的坚定信心。第十章主要是帮你创设正面的自我，肯定的自我强化的宣言，这样的宣言以促进和激励。你能够提升你的情绪。我们将介绍两种类型的宣言，正面宣言和特定目标宣言。正面宣言肯定了你的关于自己和生活的积极信念。特定宣言是指这宣言适用完成状态来表述目标，就像你已经完成要一样，首先告诉你想要什么样的，然后做你该做的事情。

核心圈法则读后感篇四

吸引力法则是宇宙中最强大的法则。

就像地心引力，无时无刻不在发挥作用，而此时此刻，它就正在你的生命中运行着。

简单地说，吸引力法则就是：你关注什么，就会将什么吸引进你的生活。

任何你给予能量和关注的事物都将来到你的身边。

因此，如果你坚持关注生活中美好的、正面的事物，你就会自动地将更多美好和正面的事物吸引进你的生活。

同样，如果你关注不好的和负面的事物，你就会吸引来更多不好和负面的事物。

你正如自己所想

其实，你一直处于创造的状态。

你一直在创造，每时每刻你都在创造自己的生活。

你是经由每一个简单的思想创造未来的：无论是有意识的还是无意识的。你无法做到停止片刻不去创造，因为创造从来不会停止。所以，吸引力法则也从来不会停止运转。

因此，掌握吸引力法则是如何运转的对成功最为关键。如果你想改变你的生活，并且希望自己能够创造惊人的未来，那么你需要了解你自己在吸引力法则中的作用。

让生活降临在你身上是不可靠的。

创造自己的生活是你神圣的权利。

这原则的工作原理是：相似的吸引相似的。

如果你感到兴奋、热情、激昂、愉快、欢乐、感激或者丰足，那么你发射出的就是正面的能量。相反，如果你感到烦躁、焦虑、压力、生气、愤恨或者悲伤，那么你发射出的就是负面的能量。

通过吸引力法则，宇宙对这两种振动都会做出热心的回应，它只是简单地回应你所发出的能量，并且回馈给你更多相似

的事物。

你收到的正是你发出的。在任何一个时刻，任何你的思想和感受都是你向宇宙发出的请求，宇宙就会回应给你更多你“请求”的东西。

因为你的能量振动频率会将同样振动频率的能量吸引回来，所以你要慎重，你需要确定你在持续发送的能量、思想和情感与你想成为什么样的人、你想怎么做和你想经历的事情产生共鸣。

你希望吸引进你生活中的事物具有什么样的频率，你就需要让你的能量处于与其一致的频率上。

比如说，如果爱和喜悦是你想要的，那么爱和喜悦的振动频率就是你需要创造的。

你可以这样考虑，这一原则很像发射和接收无线电波。你的频率必须和你希望接收的频率相匹配。你不能将收音机调到调频98.7却希望收到调频为103.3广播电台的节目。你的能量必须与发送者的能量频率同步或者相匹配。因此，必须将你的振动调整到一个积极的频率上，你才能吸引积极的能量回应于你。

另外一个很好的例子是音叉。当你敲打一个音叉时，你就激活了它，它会发出特定的声音和频率。现在，在一间屋子里，放满了音叉——但只有那些与我敲打的音叉发出的频率完全相同的音叉才会做出振动反应。他们与跟自己相匹配的频率自动地联结，并且自动地做出反应。这个例子给我们的启发是：你必须调整自己的频率，以使自己与希望吸引的事物发出的频率保持一致，产生共鸣。所以，为了创造一个美好的未来，你需要让你的能量、思想和情感保持在积极美好的频率范围之内。

你可以学着去管理你的思想和情感，并且你也可以学着回应，而不仅仅是对生活的状况被动反应。这样你就可以让你的思想、情感与你想要吸引的事物保持同样的振动频率。

遗憾的是，大多数人终其一生只是对发生在身边的事件和结果做出被动的反应。

也许你正过着糟糕的日子，或许你已经职业倦怠了，或者有人不公正地对待了你。假定，你的思想、你的情感对这些情境做出了消极的反应，你生气，沮丧或者烦乱。

在这件事情中，你是无意识地对情境做出了反应，而不是有意识做出回应，而且你的消极思想和情感自动地向宇宙发出请求，宇宙就回馈给你更多同样消极的经验。为了实现一个更积极的结果，我们必须学会会有意识地用不同的、更积极的方式作出回应。

重复旧的方法，只能得到旧的结果

值得高兴的是，一旦你理解了吸引力法则，知道了吸引力法则是如何发挥作用的，你就可以开始有意识、有目的地去创造一个更好的人生。

你可以选择灵活地回应每天生活中发生的各种事情。你可以选择关注和思考你想要的事物。你可以选择去经历让你感觉美好的事情。你可以选择去管理你的思想和情感，进而有意识地踏入到创设美好未来的征途中。

未来是今天制造的，不是明天，当下就是此时此刻

期待奇迹。

吸引力法则允许无限可能、无限丰富和无限快乐。吸引力法则让我们知道没有什么困难是不能克服的，吸引力法则能够

改变你生活的任何一个方面。

为了真正地了解吸引力法则是在我们的生活中发挥作用的，我们需要思考一些事情。

让我们从头开始。

宇宙有无限可能；

我们的生活是由我们的思想造就的。

核心圈法则读后感篇五

一，《圣经》里还有一句话“凡是 he 拥有的，都要再给他更多，让他充足有余；凡是 he 没有的，连 he 所有的也要一并夺走”。

一个人如果具备了某种思想品质，那他也具备让这种品质增强的能力，这种品质会在 he 体内自生自长。一个人如果没有精神力量，那么这种仓促、涣散的思想状态也会不断强化。

强者不管在任何环境，做什么都会成功，弱者不管怎么改变环境，怎么给自己找借口都会一直遭遇失败。所以人要学会自我鞭策，做事之前先调整好自己的心态。明确自己想成为什么样的人以及实现梦想的途径，通过自我暗示不断强化自己的精神力量，培养勇敢，勤奋，积极向上的性格。一旦出现颓废，懒惰，自私，消极等负面情绪，在情绪扩散之前要及时进行自我调整。每天都是全新的，美好的一天。

二，想要拥有个人魅力，希望自己被人喜欢，首先要学会爱人。

生活中有一些人，第一次见面就会让人很喜欢，觉得很有魅力，就是因为那个人身上散发着善意以及强大的精神力量，

这样的人从来都不会畏惧也不会讨厌任何人。他有雄心壮志，并善用他人进一步实现自己的目的，但是他为别人做的往往要比别人为他做的多。事实上，他在为别人谋福利，同时也是在为自己谋福利。

三，善于遗忘，不为忧虑所困，塑造强大有力的人格。

当我们的思想为忧虑所奴役，陷入困境之中无法自拔，就不可能有自由灵活的思维，也不可能涉足新的领域去寻求更广阔的事业渠道。

而忧虑是因为心理有所恐惧，学会通过自我暗示把所有的恐惧从心中驱逐出去，对你自己说：“事情就在我面前。我要成为一个成功的人。现在，我充满勇气。”渐渐地，你就会鼓起勇气，培养出乐观的心态，继而所有的忧虑就会消失。

四，脚踏实地，着眼于当下。

选择你要做的事业之后，不要心存任何好高骛远的想法，想着平步青云，而要着眼于当下，不要老想着明天，而要将精力投入到如何把事业推进再推进。每一天每一件当下正在做的事情都是最重要的决定。

核心圈法则读后感篇六

《领导力21法则》是一本美国人写管理学类的书籍，旨在提升个人的领导力水平。美国人的思维跟我们传统的东方思维不太一样，其实看着文中的言语的表达方式，有很明显的西方味道，总感觉有点别扭。但这并不影响我们吸取其中值得借鉴的地方。下面我做一次实用主义者，将书中我比较认可的观点摘录分享给大家。

做事情要有优先次序，忙碌不一定等于成效

这个观点我是很认同的。可能有些人想当然地认为忙碌就意味着勤奋，而“天道酬勤”，所以忙碌的人就会取得成就。其实忙碌并不一定等于生产力，忙碌不一定等于成就。一个人很“忙碌”，很“勤奋”，可当你问他究竟在忙什么，做出了什么成绩时，他可能一愣，答不出来。如果你也有这样的情况，那么我建议你不妨先放下手中的工作，思考一下自己究竟要做什么。拿一张纸出来，将你能想到的要做的事情一一列举出来，然后分析它们之间的关系，列出优先次序。

分出优先次序，可以采用“3r”法则

□requirement□return□reward□□即：

1、必要的’分内事情□requirement□□你不做就没有人做，你必须亲自做的事情。

3、回报大的事情□reward□□要做的事情清单中，哪件事情，会给你带来的回报最大。

按我的理解，书中给的建议是可以以这三条为标准，分清事情的轻重缓急，然后优先做最紧急最重要的事情。

遵循处理事情的“优先次序”法则，可以使我们工作的目标明确，把握住工作的方向。如果方向对了，就算在细节上有一些瑕疵，但终归会瑕不掩瑜，不会对我们的工作绩效造成太大影响；相反，如果分不清工作的轻重缓急，则在工作上就会处于一种凌乱状态，眉毛胡子一把抓，什么都想做，但因抓不住重点，最后什么都没做好，而且还会把自己弄得很累、很狼狈。

漫无目的整天忙碌的人，他们一天那么勤奋努力的工作，最终却得不到上级的认可。当被批评时通常都会很委屈，其实是他们工作方法上出了问题。

好了，下面回想下你自己的工作状态，如果有这样的状况，

建议你可以通过在工作中运用“优先次序”法则。

书中还介绍有其他提升领导力的法则，有兴趣的自己去探索一下吧。

核心圈法则读后感篇七

领导力21法则，一旦学会了这些法则，你要去实践它，并应用在生活中。实践这些法则，人们将会欣然追随你。我讲授领导力课程超过40年了，在这些年里，我一直对参加这一课程的人们强调一句话，现在我也要告诉你们：凡事之兴衰成败皆系于领导力。可能有些人不相信这句话，但它是千真万确的。在生活中越努力，你就越能发现领导力的作用。任何与他人交往的事业的成败都取决于你的领导力水平。

在你努力发展组织的时候，请记住这些：

人才决定组织的潜力。

关系决定组织的士气。

结构决定组织的规模。

目标决定组织的方向。

领导决定组织的成败。

掌握这些法则之后，你还应该与你的团队一起分享它们。正如我在一开始提到的那样，没有一个领导者能够同时把这21件事都做好，因此需要建立一支优秀团队共同实践这些法则。

我希望你们在领导力方面取得巨大的成功。追求梦想，追求卓越，实现自己的梦想。完成所有准备活动后，出色的领导力将助你取得成功。学会领导——不仅为自己，也要为追随

你的人们。在达到最高水平之后，不要忘记培养他们成为未来的领导者。

核心圈法则读后感篇八

初得这本书，觉得文字表达浅显易懂，很好阅读，就又找了两本辅助读本《美国陆军领导力手册》和《领导力21真言》，发现各方观点虽表达不一，细思却能兼收并蓄。凡事背后皆有道理，三本书道理是相通的。究其根本领导力没有超出□be,know,do!的三要素。

这是源自美国陆军《战地参考手册》封面上关于陆军领导力的表述。美国陆军是世界上最为复杂，却运作良好的组织之一。它的成功源于强大的领导力和不同寻常的领导提升方法。它并没有将领导者培养成官僚，而是要求他们有能力果断而有效地处理各种问题。这些军队里的精英在社会的不同领域都有出色的表现。结合本书的21条法则，其实读完真正记住的不多，归纳起来也不外乎这三要素。

“be”对领导者来说意味着什么？

领导，一定是在人之上，以一种领导的特质，个体的特质为开端。起决定作用的是性格——他们是谁。真正的领导力往往源自一个人的内在，来自性格中深层次的东西。经验——他们去过哪里。他在过去面临过的挑战越大，目前的追随者愿意给他机会的可能性也就越大。过去的成就——他们做过什么。对于追随者来说，没有什么比良好的过往成绩更有说明力。影响力法则，行政力量并不是真正的领导力，衡量领导力的真正尺度只能是影响力，不可能是其他的任何因素，而影响力来自于性格、经验和能力。如果人们在背后讨论起你，仍然是敬重和佩服，那才是真的领导力。盖子法则，“如果一个人的领导力有限，那么团队的效率将永远不会超过他的领导力。”美国陆军军士条例第一条就写着“没有人比我更专业。”但知易行难，从记住到实践，需要非凡

之材才能做到。为领导别人首先要确定自己是有备而来。而且，每个人都可以成为自己的领导，人，首当要学会领导自己。

人们都愿意跟随那些知道他们在做什么的人。领导者必须有一定程度的知识水平，并且掌握决断的能力。过程法则，领导力要善于学习；导航法则，唯有领导者能设定航线。

领导者是善于学习的人，身边不乏具有这样优秀品质的人，不管是身居高位，还是领导一个企业，或是带领一个团队，这些极具影响力的人，他们或是思维敏捷，或是讲话引人入胜，或是记忆超群，或是做事严密，或是为人极具感染力，总之都有过人之处。我想这些看得见的表现，一定来自于这些人看不见的深度学习与思考，远离舒适区，逼迫自己，让学习成为一种习惯。“冠军并不是在拳击场上成为冠军的——他们只是在那里得到了认可”。领导力不是一天练成的，每个人都有这个潜力，它需要你付出毕生的努力。每个人都可以成为自己的领导，人应当学会先领导自己。

如果说be和know是性格和能力的话，这虽然是不可或缺，但又是远远不够的。领导者必须去行动，去做。他们动用自己具备的一切性格特质，运用所掌握的一切信息和资源，综合所知道的一切方法以提供目标、方向和激励，去影响他人，去执行并完成任务，去行动以使组织更上一层楼，团队更精进。增值、根基、授权、镜像、尊重、动势与时机等等法则都是行动过程中不可或缺的法门。

反思，要成为优秀的领路人，必须学会从过去的经验中反思，并从中学习。苏格拉底在喝下毒药死亡之前曾说：“没有反思的人生不值得过。”火箭发往月球的过程中，只有3%的时间是对准目标的，其余97%的时间都在根据目标方向不断修正自己的运行轨迹。美国军方，同样有一个简单有效的结构化反思系统aar[after action review]aar是在军队行动结束时参与者立即集合在一起，有步骤地讨论，“我们开始打算做

什么？我们实际做了什么？为什么有差异？如何保持优势？如何改正缺点？”导航者在作出决定前必须学会考察各种情况。

动势，是带动改变最有力的因素，创造动势是领导者的责任，除非火焰已在自己心里燃烧，不然你不要指望它在别人心里点燃。很喜欢文中滑水的比喻，启动的时候最困难，而一旦开始前进，会发现真的可以做些惊人的改变。动势就像是放大镜，它使事物看起来比原来真实的要大，动势可以美化领导者，可以帮助团队表现得更好。在一个具有动势的组织内，即使是普通人也能超水平表现自我。激励是创造动势的关键要素，要激发别人的第一步就是清除组织里所有让人失去动力的因素。

人生的意义在于影响其他的生灵。领导力的底线不在于自己能够走多远，而在于我们能够让别人走多远。辛内加尔对员工的关怀，让员工实现价值，企业利润往往会实现增值；任正非做华为，坚持人力资本的增值要大于财务资本的增长；许昌的胖东来做企业也是注重体现员工的价值。这并不是利他主义，而是杰出的领导力。（利他如果不能最终利己，是不可持续的。不可持续的事是不道德的。）

当领导不容易。对于领导者所面临的挑战，没有一定的模式可循，成功之路也没有捷径可走。然而，法门对每个领导者都是敞开的，这得靠个人去掌握和使用。只有通过不断地自我提升、历练，一个人才能成为自信且胜任的性格领袖。

用过程法则中的一句话作为结束语：结果促使你作决定，过程促使你不断进步。如果我们需要激励自己向前迈进，我会重视结果，如果我想要有所提高，那么我会参与过程，并且坚持不懈。