

舍不得的读后感(精选8篇)

认真品味一部作品后，大家一定收获不少吧，不妨坐下来好好写写读后感吧。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？下面是我给大家整理的读后感范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

舍不得的读后感篇一

“舍得，是一种超脱的境界。舍得，是一种生活的哲学。舍得，是一种处世与做人的大智慧……”

——摘自《舍得》

这个寒假，我阅读了一本由明德编著的生活哲学系列丛书中的一本——《有一种智慧叫舍得》。书中从多个方面、多种角度，阐述了诸多舍得的含义，借由多个故事为读者讲述舍得的道理：小舍小得，大舍大得，不舍不得，万事皆舍得。

但是，凡事都有个度。在舍与得之间也有个度。你不能因为书中说“大舍大得”就欲大得而大舍。盲目的舍，只会打破了舍与得的天平，得不偿失，大舍反而不得。

舍得，是一种精神上的超脱。懂得或者说善于舍得的人，在舍得基础上能做到无欲无求的人，才算是真正迈入了舍得的境界。

但是世间万物，能使人们产生欲望的，无非两个字——利益。真正能做到无视利益的人——很少，或者说没有；然而，见利忘义的人却很多。我们做每一件事情，都是在自身利益的基础上做的。哪怕是上厕所也好，也是为了新陈代谢，让自己身子舒服些。然而，本书所告诫大家的，不是去舍弃利益，而是为了更多更大的利益，先付出一些小利益。打个比方：我们去银行取钱，想得到更多的利息，更高的利率，就要多

存点钱，存长点时间。在舍弃了金钱，时间之后，存折里的钱才会利滚利，息滚息，到时候你会获得更多的利益。

总而言之，在利益面前，首先不能做“对不起”利益的事情，其次要懂得毫不盲目、“精打细算”的舍，这样你才能有所得。

舍得，舍后才能得，懂舍才能多得，滥舍反而不得。在利益面前，要敢舍，懂舍，利益才会眷顾你，以你之舍还你之得，做到真正的舍得。

舍得的读后感篇二

看了星云大师著作《舍得》，谈一点自己的体会。

舍，看起来是给人，实际上是给自己。给人一句好话，你才能得到别人回你一句赞美；给人一个笑容，别人才能对你回眸一笑。

舍与得，是相通的，没有舍就没有得，有舍就有得，舍与得就看我们自己怎么正确对待了。有时候我们对自己的缺点非常善于舍，比如遇到不顺，自己心情烦躁，就把坏情绪传染给别人，这样的一个肯定的结果，别人也不会向你展示友好，假设你今天觉得心情很差，你带着情绪进课堂，然后看学生也会不顺眼，学生不认真学习的一个小动作，如果是平时，你可能会温和提醒和教育，但是你情绪差，采取对学生大骂一通的方式，学生的心理会怎么想呢，对你这样的方式他肯定是不接受，肯定不会改。心里也会产生怨恨。不仅一堂课的质量受到了影响。而且影响了你在学生心目中的形象。可能还更多。

你舍坏，出坏的结果。但如果能及时刹车，就可以避免。我们要善于舍自己的优点，你真心的赞美别人，别人会骂你吗，肯定不会。他心里会很开心，然后对你也会很友好，一个善

意的微笑，一个亲切的招呼，但很多时候我们都不愿意给别人。这必然会影响你的`人际关系，我们每一个人都不是孤立的存在于这个世界上，可见人际关系的重要。舍就是得，舍该舍，得该得。

1、对于自己的的缺点要不断的去改正，不要生别人的气，如果很难做到，就及时排泄掉，可以向好友述说，也可以运动等或心理咨询等。不要让坏的情绪影响我们的工作和生活。

2、多加强有益的心里暗示。如不要生气，生气对自己不好，对别人不好。看起来有些幼稚，但确实是有效果的，可以根据具体情况，选择自己能接受的，有益就行。同时平时多读书，加强自身修养。

3、正确对待舍与得，舍该舍的，得该得的，如果做一件事情，单纯的为了表面的得，其实自己一定是不会快乐的。用心做事。

舍得的读后感篇三

第一次阅读张德芬的书，是这一本，《舍得让你爱的人受苦》。

有时，和朋友们说起佛洛伊德，怪罪别人，首先还是要审视自己。再为难自己，为难他人，为了某些事情而烦心，为了某些状态而纠结，为了某些烦恼而歇斯底里，我们总是很容易被自己的情绪控制左右，总是轻易的去伤害自己伤害别人，说到底，是我们不懂得怎么和自己相处，怎么和他人相处。在这本书里面，我找到一些答案，没有说教，并非心灵鸡汤，而像是一个未曾蒙面的朋友，与我们静静坐下来，促膝谈心。

这本书，挺特别的。书中，张德芬想跟我们所表达的是，“所有的关系都是与自己的关系”，是的，人总在互动中，与自己互动，或者，自己与其他互动。“与自己相处的

能力会蔓延、扩展到和其他人的关系”，先了解自己，再去认识别人。“之所以看不清各种关系中的真相，是因为被自己的情绪模式和互动惯性遮蔽了”。我们总是很轻易的，让情绪去左右自己的各种行为。

总有一个人，需要去改变自己的态度，要求不了别人，只好先要求自己。别跟自己为难，别跟遇到的事情为难，方法有很多种，总有能迎刃而解的时候。再不如意，事情已经发生，再折腾，只有让事情恶化，试着尊重别人，试着处理好自己的事情，接纳已经发生的，接受不能改变的，然后，去化解矛盾。

书里面所谓的舍得，张德芬是这样诠释的：“爱的极致是放手——给你爱的人最大的爱和支持，而不要把自己的道德判断和价值观套在他们身上，或者用自己的喜好和标准来评判他们的行为”原来，舍得，是一种智慧，是人生的感悟，书里面，没有唠唠叨叨，没有老生常谈，有的，是教我们相处的智慧。

若无闲事挂心头，便是人间好时节。静下心来，有时候会发现被忽略的美好。拿得起，放得下，勇于追随自己的内心，不说活得精彩，起码，让自己过得越来越幸福，越来越快乐，善待自己和他人，活在当下。

舍得的读后感篇四

炎炎夏日，想出去玩的想法甚少。这样也好，可以让自己在家里很好的沉静，多看些书，丰富自己的内心。看了星云大师的《舍得》，虽然说未曾看完，但是看完他在《办公室里的春秋》里写到的“服务的伟大”，真的很有感触。

服务的伟大后面的佛光菜根谭中写到：“个人的能力要为团体服务，团体健全，个人才有出路；个人的喜好要对大众有益，大众欢喜，个人才有快乐”我自己觉得他说的很有道理，

是啊，人生活在一个社会中，永远都是社会的一份子，所以要有服务意识。记得校长就提到过科室与个人之间的关系，他说科室好，个人就好——真的觉得很有道理。我们电汽科在很多时候表现的并不是很好，但后来慢慢领悟到这点以后，好像在悄悄的发生着变化。记得在全校老师举行的“拓展运动”的比赛中，我们科的老师表现出了惊人的团结的力量，每个人都本着为科室服务的精神，最后取得了可喜的成绩。所以我想：只要每个人都抱着服务的精神，那么我们的社会会变得更美好——也会更和谐。

工作最伟大，服务最神圣。对呀，我们经常对那些义工啊，志愿者啊投去非常赞许的目光。而对那些危害社会的，比如小偷啊，杀人抢劫犯啊投去鄙夷的目光。我想每个人都喜欢好人，喜欢谦虚的为他们服务的人，但要人服务，也要给人尊重，彼此尊重很重要。

个人的喜好要对大众有益，大众欢喜，个人才有快乐。看到这句话，我就想到前些天在电视上看到的一个新闻，在某个小区的一个业主，养了一条狗，结果这条狗接二连三的咬伤小区的住户。他的这个养狗的喜好，我觉得就该改改，因为他的这个喜好，很明显的伤害了他周遭的人，而并不是对大众有益，让大众欢喜的。

《舍得》这本书中，还有很多有道理的语言，我将在整个暑假慢慢阅读，仔细品味。

舍得的读后感篇五

最近，我阅读了《小舍得》一书，可谓受益匪浅。

《小舍得》一书主要讲了：妈妈南丽和爸爸夏君山为了女儿欢欢“小升初”儿子超超“幼升小”而绞尽脑汁想办法：托人找关系、报补习班、参加数学“杯赛”……最终使两个小孩倍感压力，同时也精疲力尽。

“这相当于抢跑道，比抢跑还关键。否则你跑到哪儿去了都不知道。”文中的父母本来想对孩子进行宽松素质教育，但最终还是在社会的压力下对孩子实施“提前抢跑”的计划。我读着读着，仿佛看到了小女孩欢欢在台灯下辛苦地刷题，昏暗的灯光照着她的脸，欢欢眉头紧皱，困惑的眼神中带着一丝疲倦。这原本是她用来玩耍、培养兴趣的时间，却被习题沾满了。我认为她真得很可怜。

我想起了我的好朋友江滢——她每个周末都有课：奥数提高班、英语竞赛班、语文英才班……她还要学钢琴、舞蹈和画画。我问她：“你报那么多班不累吗？”“唉，当然累啦！每个周末都要在不同的班里穿梭，每天做课内和课外的作业都要做到深更半夜，我都变成大熊猫啦！黑眼圈那么明显，丑死了！其实没有人想去上补习班，还不是父母逼着去上的！”她又补充道：“要是像你一样就好了，没有补习班，每天做完作业还能下去溜达一下，多轻松。而我却感觉压力每天都在增加，紧张得要死，还不都是因为小升初！”

社会的种种压力往往通过父母传递给孩子，父母真的没有必要逼迫孩子踉跄起跑，让他们顶着压力向前冲，只有拥有轻松、快乐的童年的孩子才能健康成长。

舍得的读后感篇六

1、舍和得到关系，就如因和果，因果是相关的，舍与得也是互动的。能够舍得人，一定是拥有富有的心胸；如果他的内心没有感恩、结缘的性格，他怎么肯舍给人，怎么能让人有所得呢？他的内心充满欢喜，他才能把欢喜给你；他的内心蕴藏着无限的慈悲，他才能把慈悲给你。自己有财，才能舍财；自己有道，才能舍道。

2、实生活是残酷的，为了生存，人们不得不做自己不愿意做的事情，且似乎已经习惯了在忍耐中生活。拿出你的魄力，做你想做的事情，实现心灵的自由。如果生活缺乏勇气和魄

力，那你永远处于环境和他人的摆布之下。选择自己喜欢的工作，需要你的勇气和魄力。

在舍与得之间也有个度。你不能因为书中说“大舍大得”就欲大得而大舍。盲目的舍，只会打破了舍与得的天平，得不偿失，大舍反而不得。

舍得，是一种精神上的超脱。懂得或者说善于舍得的人，在舍得基础上能做到无欲无求的人，才算是真正迈入了舍得的境界。“做你想做的事，说你想说的话。”冲破世俗的罗网，冲破内心的矛盾，真实地做一次选择。拿出你的魄力，做自己想做的事情，这也是人生一大快事。

快乐要得到，人活着如果连快乐都得不到，那么还有什么意思呢，即使有再多的钱财，事业有再多的辉煌，缺乏了快乐，如同一口枯井，失去了生命，毫无意义。“生活好比一面镜子，你对它哭，它对你哭；你对它笑，它也对你笑。”这就是英国作家萨克雷寻找快乐的方法和秘诀。做个乐观的人，用快乐去生活。

舍得的读后感篇七

看了星云大师的养心篇《舍得》文章，觉得我们平常讲的修行，就是要慢慢增加自己的力量，能说的到，就一定要做得到。修行应该从生活里确实来修，做事应该勤劳负责，求全求成，做人诚实正直，求真求圆，凡是交往，需要情真意切，凡是接物，需要至诚恳切。做人不能尖酸刻薄、无信无义，无道无德，能说到做到，培养自己的力量，慢慢就可以心能转境，自然就能发挥力量。

作为职业高中教师，面对的学生相对来说思想比较不成熟，有时候会不理智，这就需要我们教师通过自己的修行来解决这些问题。例如，在批评学生的过程中，学生有时候会有抵触情绪，会不理解老师，或者学校的处罚，这时对于班主任

来说，如果没有一定的修行，也许会发生师生之间的不和谐。因此我们教师需要对学生进行耐心教育，要至诚恳切，不应该用尖酸的语言来刺激学生，而是应该用自己的一颗真心来感动学生，让学生明白自己的问题，既锻炼自己的修行，也提高学生的思想意识，可谓一举二得。

为了能够不断锻炼自己的修行，我以后需要在生活中不断积累经验。在师生的处理关系上，不断加强自己的做事效果，要让学生感受到教师的诚实和真心，和学生的交往上，让学生能够感受到我的有信有义，在培养学生的能力，让学生能够感受到自己的力量，为将来的成才打下坚实的基础。当然在我同事的交往过程中，难免会出现一些不必要的矛盾，但是通过自己的不断积累修行，我想这些都不是问题，只要在生活中我们能够说到做到，诚实正直，我想我的修行应该会达到一定的高度。

舍得的读后感篇八

凡事不执著己见，不主观自我，对于别人的见解、看法不能一味否决，遇事不妨先设身处地地替对方设想。不逆人意就是对人的尊重包容。

对我们的学生，我们就要尊重包容。尊重学生的想法、做法，处处从学生的特点出发，事事为学生的发展着想，研究他们，了解他们，并引导他们实现自我。当学生犯错时，我们需要教育和引导的学生，应当尊重孩子犯错误的权利，并给他们改正错误的机会。任何人都是在错误和失败中接受教育而逐渐成长起来的。作为班主任我们要尊重每一位学生，使他们健康发展。对我们的父母，儿女不逆父母之意，就是孝顺；学习“不逆人意”，才能和平处事。它不是盲目地投其所好，不是乡愿地曲意奉承；是应世的慈悲，是处众的智慧，是圆融人际的善巧，是广结善缘的方便。

尊重包容这四个字，是我们经常说的一句话。虽然只有短短

几个字，却有着深刻的内涵，在嘴边上说起来很简单，用到人的实际生活中却有一定的难度。男女之间相处，会有人说男的怕女的或是女的怕男的，其实都不尽然，这是互相尊重包容；有人说对父母有愚孝，其实这也是尊重包容；对朋友尽心尽力这也是尊重包容。它是一种美德，它可以使你的人格得到升华，让你的心灵得到净化！它是人修身养性的一本“真经”。它更是一种幸福，能够包容别人是一种幸福，让别人心存感激更是一种幸福！人生一世，不能使自己在琐事困扰中作茧自缚，更不能在无尽痛苦中度过。