

人生的智慧读后感(汇总5篇)

当看完一部影视作品后，相信大家的视野一定开拓了不少吧，是时候静下心来好好写写读后感了。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？下面我就给大家讲一讲优秀的读后感文章怎么写，我们一起来了解一下吧。

人生的智慧读后感篇一

对叔本华的哲学了解不多，不敢妄加评论。这本书告诉你怎样能活得更幸福，是本比较通俗易懂的人生指南。

人们被自己的意欲支配，追求外在的快乐，金钱财富地位荣耀。这些外在的快乐与幸福，只有取得了人们才得到满足。但是，这满足不会长久，内心的意欲又会叫嚣着想要得到更多。

于是，人们就深陷在这样奔波忙碌中去满足自己的欲望。欲望得不到实现就痛苦，没有欲望实现时就迷茫无聊。叔本华告诉你，要摆脱这种在痛苦和无聊二者之间像钟摆一样的过程，就要去寻求自己的内心与精神世界。

同样一件事情，有的人就会悲观看待，有的则是乐观面对。这是出于每个人个性的不同，而个人自身的内在素质，直接决定了这个人是否能得到内心的幸福。一个人在精神思想上越是丰富多彩，越有可能得到快乐，沉迷于感官上的满足只会陷入欲望陷阱。

感官的满足简单举个例就是现在的碎片化阅读，获取短时的快乐，最终却只剩空虚与无聊。叔本华总结了三类人们获得快乐的方式，值得参考与学习。一是吃饭睡觉等基本生理需求。二是肌肉力量带来的快乐，例如运动、舞蹈等体育活动。三是感觉能力方面的乐趣，包括观察、思考、阅读、创作、

演奏音乐等。

在满足基本需求后，发展第二第三类乐趣会给人们带了更大的幸福。叔本华在书中还阐释了很多人生的智慧值得学习，我的叙述只是其中一个小小的片段。有人认为叔本华是悲观主义者，觉得他认为人们不是在痛苦就是在无聊中转换是悲观认识，这本书却是在教人们在认清自己后在这样的人生中也能得到自己的乐趣。

和叔本华一样不喜社交，选择独处思考自己人生哲学的人大有人在，那些有着思想乐趣的人会在 he 这里找到共鸣。

叔本华说过：“人们在这个世界上要么选择独处，要么选择庸俗，除此以外，在没有更多别的选择了”。

我不知道自己是不是个庸俗的人，但我也在努力追求自己的幸福。

人生的智慧读后感篇二

带着敬畏的心真正意义的读完了第一本所谓的人生哲学书。叔本华的名字在上一本哲学的慰藉中被提到了，在那本书中提及叔本华是因为他对爱情的解读，而这本书提到了一个人一生的一切所需要经历的事情。

快乐，幸福，痛苦，无聊，爱情，欲望，

当然叔本华也指出了什么是对的，追求精神和健康层面的满足要远高于满足自身原始需要(沉迷于肉体刺激)，同时对于身外之物名誉，声望，财富也做出了注解。这些也是属于低一级别的欲望满足。

当然作者最后在谈论青年与老年的区别时也提到了当老年丧尸体力后，也就失去了赚钱的能力，这个时候面临贫困则是

十分痛苦的事情。同时作者对老年的生活也做出了正面的肯定，因为欲望的消失，人们可以在年老的时候变得更加深刻，透彻有智慧并且更快乐，这刷新了我所理解的对老年生活的认识。

最后，用简介中的一句话作为结尾：“不沉溺在世俗的事务中，不沉浸在感官的享受中，不把希望寄托在他人身上，对情和爱没有过分的渴求，如此，你便可以得到自由。”

希望每一位看过本书的人都能够得到精神层面的自由，这也是最最宝贵的。

人生的智慧读后感篇三

叔本华的哲学在他30岁的时候，就已经完全成熟。接下来的其他著作都是他对这部著作里提出的哲学观点的发挥和补充阐述。而尼采，是一个永远的精神思想的漫游者、漂泊者，他永远不会停留在已经获得的结论之上，永远都在激烈地、大幅度地变换和修正自己的观点。

人们辛苦挣来的闲暇，就是为了让人们能够自由地享受意识和个性所带来的乐趣。所以闲暇是人生的精华。

用闲暇去培养和发展自己的精神才能，享受自己丰富的内在。生活在这样的一个世界里，一个拥有内在丰富的人，就像在冬月的晚上，在漫天冰雪当中拥有一间明亮、温暖、愉快的圣诞小屋。

财富犹如海水，一个人海水喝得越多，他就越感到口渴。这个道理同样适用于名声。

哲学是这世界上唯一能够对付道德和智力范畴的庞然大物的大力神。

人生智慧的重要一点就是在关注现在和计划将来这两者之间达致恰到好处的平衡，这样，现在与将来才不致于互相干扰。

孤独为一个精神禀赋优异的人带来双重的好处：第一，他可以与自己为伴；第二，他用不着和别人在一起。真正伟大的思想者，就像雄鹰一样，把自己的巢穴建筑在孤独的高处。

在这个世界上生存，具备一定的预见能力和宽恕能力合乎我们争取幸福的目的：前者帮助我们避免受到伤害和损失，后者则为我们免除了人事纷争和吵闹。

“生活，也让别人生活。”不要心存改变，没有一个人能够改变自己的真实个性，这包括道德气质、认识能力、长相脾性，等等。

通常，那些具有高贵本性和出众思想禀赋的人，会令人吃惊地暴露出缺乏对人情世故的了解，尤其在他们年轻的时候。

如果不是为情势所迫，那么最好就是对占人类总数的六分之五的人敬而远之，尽量避免与他们接触，这是由这一人群的自身道德和智力构成所决定的。

人生就像一盘掷骰子游戏，掷出的骰子如果不合你的意愿，那你就只能凭借技巧，去改进命运所摊派的骰子。

在这一个“铁造的骰子决定一切”的世界，我们需要铁一般刚强的感觉意识，作为承受命运、防范他人的盔甲武器。因为，人的一生就是一场战斗。

每个人都有一些与生俱来的具体原则，这些原则深藏于每个人的血液和骨髓之中，因为这些原则是人们全部的思想、感情和意愿的结果。

伏尔泰曾经相当美妙地说过：一个人如果没有他那种年龄的

神韵，那他也就会有他那种年龄特定的种种不幸。

我们终其一生都只是生活在现时此刻。不同时期的现时此刻相互之间的差别在于：在生命开始的时候，我们前面是长远的未来；但在生命临近结束时，我们却看到了我们身后走过的漫长的过去。虽然我们的性格保持不变，但我们的的心境却经历了某些显著的变化。

在童年的世界，一切事物都带有一种新奇的魅力。在并不清楚自己目的的情况下，“从永恒的一面看视人和事”。

因此，在童年时期我们就已经打下深刻的或者肤浅的世界观的坚实基础。

诗的本质就在于从每一个事物把握这一事物的柏拉图式的理念，也就是把握这一单个事物的最本质、因而也是这类事物所共有的整个特征。

人生的智慧读后感篇四

找到将来和过去和现在的平衡，享受每一段什么都没有时光，没有痛苦，没有快乐，这才是理想的幸福生活。幸福的标准是：尽量少的痛苦和也没有无聊的状态那就确实得到了尘世间的幸福。

对子虚乌有猎物的追逐都会带来苦恼，疾病，忧患等，追逐到手的欢娱，它只是欲望暂时抑制，欢娱只是失而复得的片刻快感。一切快乐来至身体里健康出现问题而恢复或某种欲望得不到满足，快感就是欲望得到了满足的结果。一满足后快感就消失得无影无踪了。不满足时又相当的苦闷。

但如果我们牺牲欢娱以避免痛苦，那我们肯定获得收益，摒弃所有快感，就等于摒弃快感的反面：所有的痛苦。我们就认识到这个世界所能给予我们的最好东西，不外乎就是一

种没有苦痛的、宁静和可以让我们勉强忍受下去的生存；我们必须限制对这个世界的期望和要求，这样，我们才能更有把握实现它们。而要避免很不幸福的最保险的办法，就是不要要求很幸福。快乐是一场梦，痛苦却真正实在的。因此，一个人所能得到的最好运数就是生活了一辈子但又没有承受过什么巨大的精神上或者肉体上的痛苦，而不是曾经享受过强烈无比的欢娱。所谓幸福论就是平平安安的，减少了许多不幸生活的活法。

该选择什么工作作为人生目标？

选择工作唯一的标准是选择你喜欢做的工作，如果它能为你带来好处，那更好不过。人类整个存在其实就是有不如无的东西，所以实在的东西都是虚无的，所有虚无的东西都是实在的。如果只为了金钱而埋头做事，到了目标实现的时候，我们所取得的成果已经不再适合我们的需要了；或者，我们成年累月为某一工作做准备，但这些准备工夫不为人知地消耗了我们的精力，到头来，我们再也无法进行计划中的工作了。所以，经历长年的拼搏，历尽诸多风险，我们终于获得了财富，但到了这个时候，我们已不再有能力享受这些财富了。我们其实就是为了别人苦干了一场。或者，经过艰苦努力，终于如愿爬上了某一职位，但我们却已经无力胜任这一职位的工作了。诸如此类的事情屡见不鲜。这是因为我们所追求的结果来得太晚了。或者，与此相反，我们太迟着手做事情了，也就是说，就我们做出的成就或者贡献而言，时代的趣味已经改变了。新一代的人成长了起来，他们对我们成就的事情不感兴趣；其他的人走了捷径，赶在了我们的前面，种种情形，不一而足。贺拉斯的这些话就包含了这方面的意思：为何耗损你的灵魂！

把欲望调节到一个中庸的尺度，亚里士多德在《伦理学》里不经意地说过一句话，我视这句话为人生智慧的首要律条，我还是把它译成德语吧[1]：“理性的人寻求的不是快乐，而只是没有痛苦。”这一句话所包含的真理在于：所有的快乐，

其本质都是否定的，而痛苦的本质却是肯定的。谁要是完整地接受了我的哲学的教诲，并因此知道我们的整个存在其实就是有如无的东西，而人的最高智慧就是否定和抗拒这一存在，那么，他就不会对任何事情、任何处境抱有巨大的期待；不会热烈地追求这尘世的一切，也不会强烈抱怨我们计划的落空和事业的功败垂成。相反，他会牢记柏拉图的教导：“没有什么人、事值得我们过分的操心。”

人为什么会有烦恼？

在这里我用一个日常司空见惯的事实对此真理加以解释。假如我们整个身体健康无恙，但只有一小处地方受伤或者作痛，那我们身体的整体健康并不会进入我们的意识，我们的注意力始终只集中在那疼痛的伤处。我们生活中的总体舒适感觉就会因这一小处伤痛而烟消云散。同样，尽管各样事情都按照我们的想法进行和发展，但只要有一件事情违反了我们的意愿——尽管这只是一件微不足道的事情——这一并不如意的事情就会进入我们的头脑；我们就会总是惦记着这一件事情，而不会想到其他更重要的、已经如我们所愿发生了的事情。在这两个例子里面，我们的意欲都受到了伤害。亚里士多德：理性的人寻求的不是快乐，而只是没有痛苦。

除了你自己嫌弃自己，没有人能伤害得了你。别人的看法只对他自己产生作用。谁要是听到别人背后说他的话，还有说话的那种语气，几乎每个人都会非常气愤。最后，我们要知道：甚至名誉本身所具有的价值也只是间接而非直接的。当我们终于成功地摒弃了这一普遍的愚蠢做法，那我们内心的安宁和愉快就会令人置信地增加。同样，我们的举止和态度会变得更加自信、踏实，更加真实和自然。

从这些特殊的例子我们可以看到自身的影子，因为极端的例子往往最清晰地说明事情。在大多数的情况下，我们的忧心、烦恼、操劳、愤怒、恐惧都确实与别人对我们的看法有关。所有这些都和上述那些可怜的罪人的所作所为同样荒谬。我

们的嫉妒和憎恨也大都出自同一根源。

读书能知道人性的弱点，否则被淹没于芸芸众生的愚蠢的看法中，过于看重别人的看法，悲喜寄托在些凡夫俗子身上，你的心就飘浮不定。

怎样去看待成功？

莫忘初心，伟大的人不是因为被别人认为伟大而伟大，而是它本身的伟大。能慢慢成熟的作品，经过时间的沉淀，会焕发出持久的生命力。比起一年长大的杂草，一年之后连根拔起。虽然成功有一定偶然，但是好的作品迟早会受到肯定。

人生的智慧读后感篇五

在疫情中，我见到了许许多多顽强的英雄，同样见证了无数普通人坚守、坚强的故事。作为一名交通行业从业者，每当我看到我们守护的‘交通动脉，每当看到辛勤工作的同事们，我心中的自豪感与责任感油然而生。

在这短暂而又无比漫长的抗疫征程中，我相信，每个人的脑海中都激荡着思考与疑问。是的，天灾犹如一面镜子，照亮了人性中的闪耀和光辉，也展露了我们生活与精神的脆弱。在灾难面前，每个人都不乏迷茫与焦虑，我们是否应该返璞归真。

带着这些思考，我投入了属于我们高速行业的“抗疫”战争中。如果要用一个词语来形容我的2020，我相信首当其冲的应该就是“坚持”，在疫情中坚守职责，在业余时间里坚持阅读。在这段艰苦奋斗的日子，文字无疑为我带来了许多力量。其中给我带来最大震颤与激励的是叔本华所著《人生的智慧》。在艰苦的奋斗路途中，坎坷与困难无疑是常态；在面对困难枯燥的抗疫工作时，可能我们每个人都曾有过动摇与怀疑。尤其是在我们面对到以我们一己之力无法掌控与预

测的天灾人祸时，正如加缪在《鼠疫》中讲到那样：“当未来成为了触不可及的彼岸时”在不安中如何掌控我们自身的精神，成为了我在疫情期间的思考。而《人生的智慧》中的观点让我窥见了端倪：理性的人不追求快乐，只求摆脱痛苦。正如书中所提到：没有真正的需求，就没有真正的幸福。唯有摒弃个人的惰性与趋利避害的自我心理，在实现个人意义的道路上走得更远，我们才不易误入歧途。

随着疫情发展，我这本书也有了更加深刻的认识。想要收获价值与成就，唯有将自身的精神与价值投入到真正有意义的工作与事业中，我们才会收获那“肯定”而“确切”的满足。一次次耐心的排查，一个个忘我的昼夜……我们在思考，我们在前行。