

# 2023年智慧书读后感 智慧的读后感(优秀10篇)

写读后感绝不是对原文的抄录或简单地复述，不能脱离原文任意发挥，应以写“体会”为主。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？以下是小编为大家准备的读后感精彩范文，希望对大家有帮助！

## 智慧书读后感篇一

吃饭也是有讲究的，吃什么，怎么吃，吃多少，什么时候吃，这都有说头。吃对了，身体舒服，百病不生；吃不对，各种毛病都会找上门来。有没有简单的方法，可以让我们一劳永逸地学会搭配、烹调食物呢？有，我把《回家吃饭的智慧》这本书推荐给大家，那就是给食物分阴阳，利用食物的阴阳来纠正人体的阴阳失衡，这其实就是真正的健康饮食之道。希望可以让更多人通过吃家常便饭，在不经意间避免疾病的困扰。这个书告诉我们：回家吃饭不仅仅是一种姿态，更是一种孝礼，回家吃饭不仅仅是一种恩养，更有一种疗效，回家吃饭不仅仅是一种潮流，更有一种身体的幸福膳食之道。

本书详细介绍了60多种家庭常见食材的功效及用法，其中包括运用荠菜、马齿苋、鱼腥草、艾蒿、橘络、陈皮、子姜、黄芪、西瓜、荷叶、银耳等食材的烹调养生术，可专门调理身体虚弱以及常见症状，如发烧、感冒、月后寒、咳嗽、胃并烫伤等，更有独家祖传食疗方，以及多种家庭自制小食品。让您在不知不觉中学会做既有食补功效，又有浓浓爱意的家庭美味。

有些人说家常便饭很普通，但其实不是，对于会吃的人来说，那是养生大餐。如今我们生活方式变了，与家人团聚的时间，掐指一算真的少的可怜，为什么我们不暂时停下匆忙的脚步，回家吃顿饭呢？我们都很忙，忙的很累，其实快乐的日子也很

简单，不过就是带着好心情和家人一起吃点家常便饭。

## 智慧书读后感篇二

### 《智慧书》读后感

干涩的心灵等待年轻鲜活的血液，就像孩子等待快乐的晚霞。而当人们开始崇拜财富的英雄，羡慕it精英；当人们抱怨生活的苦涩和无奈的时候；我依旧仔细地阅读着那本《智慧书》（巴尔塔沙·葛拉西安着），用言语写着读书的心情。

有人说：“知识是实现理想的翅膀”。

也有人说：“读书可以改变人的气质”。

《智慧书》却说：“读我吧，我将给你幸福的人生”。

《智慧书》婉约的倾诉着半透明般晶莹的人生哲理。从我步入社会之后，这本书就指引我的成长道路。向涉世之初的我挥洒过阳光雨露，向我恩赐风霜冰雪，使我带着喜悦的心情在它的帮助下体验人生。品尝人生经验、社会经验和感情经验的色彩，关注着绿翡翠般的希望。

宁静平和地对待生活的给予。对生活渴望的我，塞满所有的思绪，背着橙色的理想，寻找过冬的食粮，很幸运的有了份教育工作。我如淡蓝色的云朵带着颗颗希望播洒快乐的种子，从带着粉笔灰的指尖流淌出快乐的音符，感受着“教而无类”的苦与乐。我平静的接受着一切地变化，努力地用强力胶粘合生活那张纸做的碎片，默默分享努力后的欣慰。听着“叽叽喳喳”的读书声，感到如此的天真、轻快、快乐、幸福，就此宽容一切顽皮的孩子。

感受清淡醇美的工作，过滤外在的浮躁，提升内在的涵养，珍惜着朴素平实的人生，不要等夏蝉停止吟诵，不要等落叶吹进泥土，不要等苍老时刻回忆遗忘的往事，不要在生命即

将终止时才开始人生。

## 智慧书读后感篇三

一套漂亮的新衣服，一顿丰盛的自助餐，还是一次开心的旅行？不是，都不是。我的生日礼物只是一本书，书名叫《最完美女孩的智慧书》。

和你们想的一样，刚收到礼物时，我心里也非常失望，心想：爸爸妈妈太小气了，就算我没提什么要求，但也不至于就送我一本书吧。而且还是在我十岁生日这么重要的日子里。

不过，当我捧起这本包着粉色书皮的书时，我突然被封面上的一句话吸引了——一本改变千万女孩的智慧经典，一本在学校里学不到的智慧秘诀！那个时候，我正被一大堆“苦恼”包围着：爸爸妈妈说我学习效率不高；课外辅导班占用了我太多阅读时间；大人觉得我应该少吃一些、再瘦一点；有些事我已经尽力做了可还是不让人满意……“说不定这本书里有答案，也许能帮助我！”我暗自高兴。

我开始认真阅读，《女孩，你需要独立自强》、《自信是你最美的外衣》、《爱学习才会出类拔萃》……这本书太好看了，我一口气竟读了三十多页，我完全被书中一个个真实而又感人的故事吸引了。

“上帝给了我一张纸条，上面写：假如你每天早上醒来发现自己还能自由呼吸，那么你就比这一周离开人世的100万人更有福气；假如你的冰箱里有食物、身上有足够的衣服，有屋栖身，你已经比这世界上70%的人富足；假如你能抬起头、带着笑容，内心充满感恩的心情，那你就是幸运的，因为这世上大部分人都可以这样做，但是，他们没有……”这是《只看我有的，不看我没有的》故事中的一段文字。在读这篇故事时，我正和妈妈闹别扭。原因是妈妈让我每天背十个很难的英语单词，但我并不想背。我觉得，爸爸妈妈对我的要求

太高了，人家的孩子做完作业了可以看会电视，下楼玩玩，可我做完作业，还要完成许多额外的作业，“我活得太辛苦了，我不想按照你的要求去做！”我扔了单词本，重重地关上房门。

“不要抱怨生活，生活中本来就有很多不如意，有很多麻烦和困难，但如果你和那些丧失学习机会，甚至连一顿饱饭都吃不上的孩子相比，你真是太幸福了！”在和妈妈“冷战”的那段日子里，我每天读一读这个故事，渐渐的，我发现自己变了——把背英语单词看作是“与外国人交朋友”，看作是在为将来海外自由行做准备，那就不怎么难受了，反而还多了许多乐趣。

妈妈惊诧于我的“改变”，她认为我长大了懂事了，可她不知道，其实是有一个隐形的“心灵导师”一直在和我谈心、沟通，她在潜移默化中化解了我心中的怨气——她就是《最完美女孩的智慧书》。

此后，每当我遇到挫折和困惑，我都喜欢读一读这本书，有时我能在书中找到答案，有时我能通过书中的经典故事得到启迪，更多时候我在向书中的优秀人物学习，努力让自己成为一个智慧女孩——这是我的小目标。

现在，这本书已成了我的枕边书，像我的“闺蜜”一样形影不离，分担烦恼，给我建议，为我加油。我觉得，这本书比起任何一件生日礼物都要珍贵，因为她能让我变得越来越优秀！

## 智慧书读后感篇四

当人们抱怨生活的苦涩和无奈的时候；

我依旧仔细地阅读着那本《智慧书》（巴尔塔沙·葛拉西安着），用言语写着读书的心情。

有人说：“知识是实现理想的翅膀”。

也有人说：“读书可以改变人的气质”。

《智慧书》却说：“读我吧，我将给你幸福的人生”。

《智慧书》婉约的倾诉着半透明般晶莹的人生哲理。从我步入社会之后，这本书就指引我的成长道路。向涉世之初的我挥洒过阳光雨露，向我恩赐风霜冰雪，使我带着喜悦的心情在它的帮助下体验人生。品尝人生经验、社会经验和感情经验的色彩，关注着绿翡翠般的希望。

宁静平和地对待生活的给予。对生活渴望的我，塞满所有的思绪，背着橙色的理想，寻找过冬的食粮，很幸运的有了份教育工作。我如淡蓝色的云朵带着颗颗希望播洒快乐的种子，从带着粉笔灰的指尖流淌出快乐的音符，感受着“教而无类”的苦与乐。我平静的接受着一切地变化，努力地用强力胶粘合生活那张纸做的’碎片，默默分享努力后的欣慰。听着“叽叽喳喳”的读书声，感到如此的天真、轻快、快乐、幸福，就此宽容一切顽皮的孩子。

感受清淡醇美的工作，过滤外在的浮躁，提升内在的涵养，珍惜着朴素平实的人生，不要等夏蝉停止吟诵，不要等落叶吹进泥土，不要等苍老时刻回忆遗忘的往事，不要在生命即将终止时才开始人生。

## 智慧书读后感篇五

伯特兰·罗素(bertrandrussell□1872-1970)□英国著名的哲学家、数学家、文学家和社会活动家，先后执教于剑桥大学、哈佛大学、芝加哥大学、加州大学等世界知名学府，在哲学、数学等方面的精深造诣和突出成就使他成为20世纪最重要、也是最具影响的思想大师，并于1950年获得诺贝尔文学奖，《罗素快乐智慧书》读后感。罗素一生著述极多，其中最著

名的著作有《哲学问题》、《哲学原理》、《西方哲学史》、《西方的智慧》、《心的教育》等。作为一个哲学家，罗素的著作博大精深，充满了睿智与温馨。爱因斯坦曾说过：“阅读罗素的作品，是我一生中最快乐的时光之一，读后感《《罗素快乐智慧书》读后感》。”这是非常好的一本书，特别是对生存在现在社会身心俱累到很难再感受到快乐的人们，我们或许拥有前人无与伦比优越的物质条件，心灵却失去生机，而且罗素是最喜欢的哲学家，因为他是数学家；因为数学即哲学。第一次读的时候是很喜欢的，觉得有一个人在讲你心里的话。然后，你会发现，那些概念的、机械的、形而上学的、逻辑的...东西都解决不了现实的东西。最后，只剩下直觉和下意识，和一句“我的世界观不因任何人而坍塌”。念念不忘快乐的智慧，只有智慧才有快乐，只有智者才会有快乐的权利，虽然外国的历史不像中国那样的源远流长，不过，他们也从另一个角度来阐释自己的观点和看法，海纳百川，有容乃大。打开另一扇窗看世界！

## 智慧书读后感篇六

### 智慧书读后感

干涩的心灵等待年轻鲜活的血液，就像孩子等待快乐的晚霞。而当人们开始崇拜财富的英雄，羡慕it精英；当人们抱怨生活的苦涩和无奈的时候；我依旧仔细地阅读着那本《智慧书》（巴尔塔沙·葛拉西安着），用言语写着读书的心情。

有人说：“知识是实现理想的翅膀”。也有人说：“读书可以改变人的气质”。《智慧书》却说：“读我吧，我将给你幸福的人生”。

《智慧书》婉约的倾诉着半透明般晶莹的人生哲理。从我步入社会之后，这本书就指引我走过了四年的成长道路。向涉世之初的我挥洒过阳光雨露，向我恩赐风霜冰雪，使我带着喜悦的心情在它的帮助下体验人生。品尝人生经验、社会经验和感情经验的色彩，关注着绿翡翠般的希望。

宁静平和地对待生活的给予。对生活渴望的我，塞满所有的思绪，背着橙色的理想，寻找过冬的食粮，很幸运的有了份教育工作。我如淡蓝色的云朵带着颗颗希望播洒快乐的种子，从带着粉笔灰的指尖流淌出快乐的音符，感受着“教而无类”的苦与乐。我平静的接受着一切地变化，努力地用强力胶粘合生活那张纸做的碎片，默默分享努力后的欣慰。听着“叽叽喳喳”的读书声，感到如此的天真、轻快、快乐、幸福，就此宽容一切顽皮的孩子。

感受清淡醇美的工作，过滤外在的浮躁，提升内在的涵养。胡须点缀我稚嫩的脸，书本充实我内敛的心；于是五指滑过白沙般地柔云，雕刻纯净的阳光，陶醉于唯美的境地，唱着“意气风发”的歌走进集体生活之中。

用阳光般的酒窝对待人生。面对同样严肃的人生问题，《智慧书》诠释着人生的博大深沉，却告诉我去微笑面对。时常在想：难道让岁月把我放进酱油瓶泡制我的青春。“不！”，不声未完，一不小心，戴着眼镜似有浩然书卷气的脸碰到了手中的茶杯，茶杯的水抖落在智慧的年代，汲取墨迹的甘甜。粉红的桌布落下微蓝浅白的梦，嗅着图书的悠悠书香。知识的种子留下了生根发芽的痕迹，为冬天添上厚实的几笔，用智慧来装饰人生。不要让生活缺少微笑，就在口袋里装上一张张信念，仿佛享受着垂钓的乐趣；走进塘边的果园，采摘红苹果的清香，深刻地体会到烂漫的人生更须朴素平实。

珍惜着朴素平实的人生，不要等夏蝉停止吟诵，不要等落叶吹进泥土，()不要等苍老时刻回忆遗忘的往事，不要在生命即将终止时才开始人生。曾记得有这么一个故事：一个经营得非常好的商场，经理看到电梯无法承载大量增多的顾客。这位经理想改建电梯，应邀的许多工程师、设计师的想法都要使商场停业半个月，但他认为损失太大。他们在大厅议论着，一位年老的清洁工说道：“我想把电梯建在外面好！”在场的人都很惊讶且事后商场采纳了这个决好的方案。可见善于听取别人的见解，学会多角度的思考是多么重要，逐渐

让我成为思考快说话慢的人。

理解温煦谦卑的情感。情感的谦卑是母亲粗糙的手抚慰受伤的孩子。谦卑可以做到与人为善，谦卑可以让你免受情感世界的纷争，漾溢出纯情美，争取他人的善意。满怀真挚的祝福和冷静的思虑将会给你带来无限的喜悦和温馨，永远保持镇静，会让你卓越不凡。温煦的呼唤可以慰藉情感的伤痛，只有这样阳光才会慷慨地投入我的怀抱。

让我们徜徉在《智慧书》的人生经验中，追求超然旷达的心境，熟悉社会，熟悉每一个人。在城市灰白建筑快速构建的今天，打开欢快的心田，感悟沁人心脾的人情味，不断学会与人交流的方式。每次和许多同事一起在食堂吃午餐，就会让人沉浸在融洽的气氛中；端详可口的油抹茄子，分享工作之余愉悦的生活节奏；咀嚼人生幸福的时光，言犹未尽的人生哲理。不觉地一抬头，露出打磨过的蓝天。

## 智慧书读后感篇七

最近我用周末的时间，读完了智慧背囊第一辑，读完以后令我深有感触。智慧背囊里的小故事里挖掘的大道理，呈现的是小细节中的大智慧。里面的每一个故事都讲述着大道理。其中让路这篇故事让我记忆犹新，它讲的是：

绅士过独木桥，走几步就遇到一个孕妇，绅士回到桥头，让孕妇过了桥。孕妇过了桥以后，绅士又上了桥，在桥中央，遇到了一位挑夫，绅士二话不说，让挑夫过了桥。第三次他再也不贸然上桥了，而是等独木桥上的人过完了，才匆匆上桥。眼看就要到桥头了，迎面赶来一位退车的农夫，绅士这次不甘心回头，温和的跟农夫说：“农夫先生，我就快要到桥头了，能不能先让我过去。”农夫凶巴巴的说：“你没看见我在赶集。”话不投机两人吵起来，这时有一个和尚经过，两人不约而同请和尚为他们评理。和尚问农夫：“你真的很急吗？”和尚答到：“我真的很急，晚了便赶不上集了。”



和尚说：“你既然急着去赶集，为什么不着给绅士让步，你退几步，绅士就过去了，你不就可以早点过桥了吗？”和尚有问绅士：“你为什么要农夫给你让路呢？就因为你要到桥头了吗？”绅士说：“在此之前，我已经给许多人让过路了，如果继续让的话，我便过不了桥了。”和尚说：“你既然已经给那么多让过路了，再让一次，即使你过不了桥，起码保持了风度，何乐而不为？”绅士满脸涨得通红。

其实在人生漫长的旅途中，在我们的身边是不是有过类似的经历呢？人与人难免有唱对台戏的时候，如果你用豁达，宽容的处事态度来对待他人，给别人让出一条路来，这样别人会为你豁达的处事态度而宽容和理解，从而为自己开辟一条同往成功的道路，给别人让路，就等于是给自己让路。这是做人应有的本质，也是一种高尚人格的诠释。当你与别人唱对台戏的时候，请记住，给他人让出一条路来。这样会使我们离成功越来越近，人格越来越高尚。

## 智慧书读后感篇八

“莘莘”这个字的确有两个发音，然而，“莘莘学子”中的“莘”字应当读“shen”而不是记者口中发出的“xin”

### 相关资料

“莘莘学子”一词的使用错误问题有很多方面，“莘莘学子”4个字连在一起，像个成语，其实不是成语，而是个自由组成的词组。“莘莘”是个叠字形容词，表示“众多”，在古汉语中用途比较广泛。“莘莘”在《现代汉语词典》、《汉语大辞典》等辞书中均解释为“众多”之意，这样，“莘莘学子”应是“众多学子”。所以不能在“莘莘学子”前加“一大批”、“许许多多”等之类的词语。

### 修辞的魅力

贺铸的《青玉案》：“若问闲愁都几许，一川烟草，满城风絮，梅子黄时雨。”则铺陈排比，多方设喻，将“闲愁”描绘的淋漓尽致。漫无边际的青草，满城飘飞的柳絮，梅子成熟时节的连绵阴雨，这些本来已是多极之物，不可胜数，但词人还偏要说，要问我的烦愁闲情有多少，满地的青草，满城的柳絮和满天的梅雨，大家去数数看吧，它究竟有多少。我的愁恨本来就够多的了，可偏偏又遇上了春末夏初，这样草长絮飞，阴雨绵绵的时节，这就越发增添了我的无限愁恨！

## 智慧书读后感篇九

有些人都有超乎寻常的智慧，但又有哪些人的智慧能结出美丽的花朵呢？智慧，并不是把它存入大脑深处，让它永无重见天日的机会，而是要把它用到生活中，解决问题，保护自己的权利，帮助别人。

读了《智慧之花》一文，我对文中两位小同学的敬佩之情油然而生。五年级的玛丽亚面对险情不但毫不慌乱，而且动脑思考，最后用学到的知识成功地救下了同学，而六年级的江雪在自己和同学的消费权益受到损害是能挺身而出，勇敢地和不法商贩作斗争，最终使用法律武器，保护了自己和同学。

从这篇文章中我知道了：生活中会遇到的危险事件太多了，当你遇到这些危险事件时，你有足够的智慧去应付吗？有些人可能不经思考，莽撞地就去帮助别人或者面对危险；有些人可能会冷静地思考，运用生活中积累到的知识，帮助别人。

这又让我想到了一次我和闺蜜们一起去买奶茶喝，可谁知那个奶茶有问题，我们大家齐齐肚子痛但却没人敢去跟老板理论，这件事就不了了之了。现在想想我觉得，我们每一个人都应该用智慧对待生活中的每一件事物，面对困难不能退缩。当别人遇到危险时，我们应该沉着冷静，在保护自身的同时，也要去帮助别人，使别人脱离险境。

仅仅有爱心是不够的，还需要将爱心、勇气和智慧融于一身，才能战胜困难，成为一个真正的强者！

面对困难决不退缩！

## 智慧书读后感篇十

这个寒假，我读了一本书，名叫——《智慧背囊》。这本书是由一篇一篇充满着智慧的文章组成的。

别看这些文章只有10多行，可是它们不仅拥有着智慧，而且还蕴藏着深刻的道理与独到的见解。下面我就为大家读一篇其中的小故事吧：

师傅打发他的徒弟去集市上买东西，弟子回来后，满脸的不高兴，师傅就问他：“出了什么事，你这么生气？”

弟子回答：“我走在集市上的时候，那些人都看我，还嘲笑我”。弟子撅着嘴巴说。

“为什么呢？”师傅问。

“人家笑我个子太矮，可他们哪知道，虽然我长的不高，但是我的心胸就像大海一样大啊！”

师傅听完弟子的话后，什么也没有说，只是拿了一个脸盆与弟子来到了附近的海滩上。

师傅先把脸盆盛满水，然后往脸盆里丢了一颗小石头，这时，脸盆中的水溅了出来。接着，他又把一块很大的石头扔到前方的大海，大海没有任何反映。

“你不是说你的心胸很大吗？可是人家只是笑了说了你两句，你就生这么大的气，就像被丢了颗小石头的水盆，水花到处

飞溅。”

你们看呀，一则小故事，蕴涵着多大的含义啊！这位聪明的师傅巧用水盆和大海的特征来告诉徒弟什么是真正的“心胸之大”。