# 最新《人生》读后感200字(13篇)

来源：网络 作者：枫叶飘零 更新时间：2024-10-18

*当品味完一部作品后，一定对生活有了新的感悟和看法吧，让我们好好写份读后感，把你的收获感想写下来吧。可是读后感怎么写才合适呢?下面我给大家整理了一些优秀的读后感范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。《人生》读后感200字篇一如果人生真...*

当品味完一部作品后，一定对生活有了新的感悟和看法吧，让我们好好写份读后感，把你的收获感想写下来吧。可是读后感怎么写才合适呢?下面我给大家整理了一些优秀的读后感范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**《人生》读后感200字篇一**

如果人生真有好处与价值的话，其好处与价值就在于对人类发展的承上启下、承前启后的职责感。―――季羡林

人生，这一老生常谈的话题，不仅仅平常人能够对此大发感慨，学者们似乎也个性偏爱谈人生。什么是人生?也许哲学家们能讲出很多高深的道理，但他们的精辟之论往往玄妙晦涩，离现实生活太远。读《季羡林谈人生》这本书，俨然在聆听一位长者侃侃而谈，心灵得到莫大的精神享受，静静地反省，心境变得更加纯净。

每个人的人生是不一样的，每个人对人生的好处认识也不一样，在我看来既然我们幸运地拥有了生存的机会和权利，那么就该在这短暂的人生中，抓住每一个机会，做好每一件事情，让生命大放光彩，只有这样我们的人生才有好处也才有价值。而人如果对自身生命好处不明白，那么行为就没有了标准，生活的态度也无从确定，于是一切变得茫无所措。作为一名年轻税务工作者，奉献在国税大舞台上，为纳税人服好务，为国家收好税，这样的人生才是有好处的和有价值的。

人生是短暂的，我们就应珍惜人生，热爱人生，用自我心中的目标，不停地去追逐人生的好处，不断地去实现人生的价值，让生命焕发出灿烂的光彩。

(二)不完美才是人生

不完美才是人生，这是一个“平凡的真理”;但是真能了解其中的好处，对己对人都有好处。对己，能够不烦不燥;对人，能够互相谅解。―――季羡林

不完美才是人生，这是季老从另一种好处上对人生的新诠释，也是一种谦虚做人的态度。尽管每个人都争取一个完美的人生。然而，自古及今，海内海外，一个百分之百的人生是没有的，每个人不可能始终一帆风顺，人生不如意事往往十有八九。我们只有在不完美中，才能找到自我人生的定位。只有在不完美中，才能实现人生的价值。所以完美的人生并不重要，重要的是我们的生活态度。只要拥有一份健康、用心向上的心态，我们就会从容地应对生活中的不平和挫折，才会更好地享受生活中的苦与乐，享受这份“不完美”。

愚蠢的人绞尽脑汁追求那虚无飘渺的完美生活，而智者从不完美起步，强者在不完美中超越，因为不完美才是人生!

(三)成功

天资+勤奋+机遇=成功―――季羡林

上方的公式是季老积七八十年的经验得到的，在季老看来天资是由“天”来决定的，我们无能为力。机遇是不期而来的，我们也无能为力。只有勤奋一项完全是我们自我决定的，也是我们务必狠下功夫的。

没有哪个时代像这天这个时代的人一样渴盼成功，我们仰慕名人，等待机会，但是真正扎扎实实勤奋努力的人却少之又少。在充满诱惑的时代，如果真想有所收获，就只有静下心来，踏着勤奋的阶梯，脚踏实地。在我看来，一个人拥有了勤奋，也就拥有了其他可贵的品质，有敏捷的思维来勤于思考，有坚强的毅力来勤于努力，有细心的精神来勤于工作。作为年轻人，更就应刻苦勤奋，勤奋工作，勤奋学习，这样才能在我们工作的岗位上大放光彩。

使卵石臻于完美的，并非锤的打击，而是水的且歌且舞，我想这就是勤奋最完美的诠释吧!

**《人生》读后感200字篇二**

《季羡林谈人生》收录了季先生在耄耋之年关于人生感悟的一些小文章，从1995年12月开始断断续续一向到20xx年初，跨越了四年多的时光。当初看到这本书的时候，我很好奇一个文学大家是如何看待人生的，等读完这薄薄的一册，我的感觉就像是一位亲切的老人坐在藤椅上，跟我讲述过往人生的种种感想，不悲不喜，此中有真意。

全书一百八十多页，中有五十二篇文章，平均每篇文章不到四页，短小精干。每篇文章都是围绕人生而写，只是角度不一样，每一个议题信手拈来，文章思路却很严谨，大多是从报纸消息或者是日常生活提炼出议题，加以分析，旁征博引予以论述，最后得出自我的看法，因为文章随手而写，因此也就不似一些刻意之作那样华丽旖旎，也正因为如此，文章才更加贴近普通人的生活，不管是否与我的看法一致，读来都有一种与友人进行过一次促膝长谈的感觉，如沐春风。

这五十多篇文章中有一篇叫做《论压力》，就我吃了二十几年白饭所获知的粗浅认识而言，以论某某为题往往需要洋洋洒洒几十页才敢写的起，季先生以区区两页纸结束确让我讶异，但是想想两页纸写完有何不可，大概没有哪本书上说以论某某为题是要怎样怎样写的，个人自由嘛，自我还是把思维框在没用的框框里，没有出来。

压力，人皆有之。大学时以前学过马斯洛提出的人类五个级别的需求，最低级别的是生存需求、其余逐级为安全需求、交往需求、发展需求、被认同的需求。生存是有压力的，原始社会，茹毛饮血，人类的生存时常受到其他生物的威胁，生存存在着压力，现代社会，人一生下来，便要应对着来自于疾病、环境污染、资源短缺的威胁，生存也是存在压力的，不夸张地说，生存本身就是一种挑战。只是简单地活下来就存在压力，那么人类的其他需求岂不更加存在压力?但事实上人类社会并未因为压力而灭亡，而是一步一步地走向辉煌。为什么?季老说的好，“人生就像一场拼搏，没有压力，哪来的拼搏?”正是因为有压力，人类才会产生解决压力的动力，压力不断，动力不熄，拼搏不止，在压力的推动下，人类社会日益发展与进步。

就个人而言，道理同上。不一样的人在不一样时期、不一样条件下，对于压力的解读不一样。当视压力为洪水时，压力便会冲垮人生的壁垒，淹没你，并且让你没有任何浮出水面的机会;当视压力为自我人生的陪练时，压力便会成为人生台阶的基石，臣服于你，并且帮你走向更完美的未来。

我很喜欢季老写的最后一段话：“压力如何排除?粗略来分类，压力来源可能有两类：一被动，一主动。天灾人祸，属于被动，这种压力，无法预测，只有泰然处之，切不可杞人忧天，主动地来源于自身，自我能有所作为，我认为，能做到遇事不嘀咕，就能排除自我造成的压力。”作为一名步入社会三年的成年人，生存问题已经不是我生活的主要压力，但是生活不仅仅仅是为了生存，发展、进步，创造财富都是我生活应有的题中之义。然而人生不如意事十之八九，发展谈何容易，我并非法律本科出身，半路出家，虽然透过司法考试，但相对于其他经历过四年法律本科系统教育的同事而言，法律基础素质及法律理论基础相对薄弱，这一点毋庸置疑。再者，本人脸皮薄，遇到人多或者正式场合很容易紧张，语无伦次。如何做好自我的本分，胜任检察公诉工作，是我发展首先应对的压力。我该怎样办?季老的话让我有所感触……

这次院里组织的比武集中体现了我的不足，三个环节都没有做好：审查报告，定性分析部分对罪与非罪、此罪彼罪分析得不透;案件汇报，详略不当;案件辩论，过于紧张，大脑空白。

分析原因，首先便是对这次比武的解读出现错误。我惧怕这次比武，因为没有什么经验，担心失败，越担心反而越容易失败。实际上，比武不是看谁第一，谁倒数第一，而是透过比武，能看到跟别人的差距，取长补短，确定自我以后努力的方向。朱熹说过：饿死事小，失节事大。这次比武对我而言，成败事小，收获事大。与之相关的深层次原因是我脸皮太薄，太看重成败，因为太看重结果，而忘记自我就应走的路，应尽的力。

季老说：能做到遇事不嘀咕，就能排除自我造成的压力。嘀咕，就此次比武而言，便是对于比武结果的担忧。不担忧结果，便能看到比武的真正目的：取长补短。如此，参加比武时也就有了平常心。

比武过后，细细想来，我从中可取的教训也是可观的。审查报告中，应当将所有关于案件定性的疑问都写进去，以此作为作为上庭辩论的依据，汇报案件时，案情应当详略得当，定性应抓住重点，不需要面面俱到，涉及到所有构成要件……

明年我也许就要独立办案了，而我存在的问题还很多，但是我会秉承季老的观点，不嘀咕，有所作为。还好，我还有时光，针对自我的问题，我还能够补足。我就应感谢这次比武，它让我了解了自我的水平、与他人的差距以及今后努力的方向。

人生之路崎岖不平，有失败有成功，有懵懂有困惑，有喜悦有悲伤，有一位和蔼的老者在身边提点教导便会少走弯路，走得也不会太苦闷。《季羡林谈人生》便是季老以自我一生的经验教导给我如何走好人生之路，微言大义，我恐怕得用一生的时光来细细体会，慢慢琢磨。

**《人生》读后感200字篇三**

一口气读完整本书，令我印象最深刻的却是那金圣叹的三十三则不亦快哉。

于书斋前，拔去垂丝海堂紫荆等树，多种芭蕉一二十本。不亦快哉！

子弟背诵书烂熟，如瓶中泻水。不亦快哉！

夏月早起，看人于松棚下，锯大竹作筒用。不亦快哉！

夏日于朱红盘中，自拔快刀，切绿沉西瓜。不亦快哉！

这些体验很稀奇吗？想必不见得，但为什么我们却很少有这一份微小感动了呢？

我们缺少了一颗感动的心，喝茶喝的不是茶叶的好坏，饮酒也不在于酒的浓淡，弹琴不在乎你琴艺的高低，只要你有一颗活着的心，在用心品茶，用心饮酒，用心抚琴，便是好的。

我们的生活节奏越来越快，白岩松在他的《幸福了吗？》里面曾写到过墨西哥的一个寓言，说一群人在急匆匆的赶路，突然一个人停了下来。旁边的人很奇怪，问：“为什么不走了？”停下的人一笑，说：“走得太快，灵魂落在了后面，我要等等它。”

曾经，古人可以用一个时辰来品茶，跋山涉水几个月只为去见一个朋友，花很长的时间期待一封信的到来，在做这些事的过程中，享受一种名为等待的幸福。而现在的我们，用各种速溶饮料代替了茶水，只要上网顷刻之间便可得知对方的消息，太简易的过程，让我们少了一份珍惜，不再会静下心来感受那每一份微小的感动。不再生活着，而只是活着。

渐渐的，“忙”成了一个习惯。不再停下脚步，为街口新装的霓虹灯而感到惊喜；不再在吃完晚饭后，到楼下散散步，和邻居打声招呼；不再为路边新开的野花而感动；不再珍惜朋友的关心······不再感觉这个世界的美好。

所以，在一段时间的忙碌以后，我们需要出去走走，走到山水之间，在不经意间，收获一些微小的感动，叹一声“不亦快哉”！

**《人生》读后感200字篇四**

《季羡林谈人生》一书，在文字不多的一节一节的小资料中，语言通俗易懂，但都包含着人生的哲理。让人读后产生共鸣和钦佩之感。读完之后让思想得到洗理与升华。毋庸置疑，这本书对于青年的成长颇有益处，从中我们能读到学者的探究与思索、长者的淡泊与磊落、智者的睿智与明悟，还能读到先生大半生的热情与追求、甜蜜与苦涩、遗憾与困惑、诚实与坦荡。

季羡林谈人生问题的短文是他在望九之年发出的人生感悟。耄耋之年，正是人生的一个极为特殊的阶段。世事沧桑，从这样一位智识老人口中道来的人生感悟，如陈年佳酿，沁人心脾。令人爱不释手的是，季羡林的人生感悟，是以十分简洁、通俗的百姓语言娓娓道出的，通篇难以找到时下一些教科书式的人生哲学教材中充斥着的概念和说教。该书融合了季羡林先生在不一样时期所写的人生经历、人生体验与人生回忆，资料侧重于“人生”二字，以指导当年青年一代树立崇高的人生观、正确的价值观以及完美的人生理想。全书以“修身”、“治学”、“寄情”、“旷达”为题，将季羡林对人生的感悟、理解与智慧箴言集于一书。在书中，季羡林以自我亲历过的事情、感受过的情愫，高度概括与浓缩了90余年漫长的人生中，那些最刻骨铭心的生存体验和人生感悟。

在人与人的关系问题上，季羡林提出：“能为国家、为人民、为他人着想而遏制自我的本性的，就是有道德的人。能够百分之六十为他人着想，百分之四十为自我着想，他就是一个及格的好人。为他人着想的百分比越高，道德水平越高。百分之百，所谓‘毫不利己，专门利人’的人绝无仅有。反之，为自我着想而不为他人着想的百分比越高越坏。”对待一切善良的人，不管是家属，还是朋友，都就应有一个二字箴言：一曰真，二曰忍。真者，以真情实意相待，不允许弄虚作假。忍者，相互容忍也。在个人心中思想与感情矛盾与平衡的关系上，季羡林的化解之法是，惟有消灭私心，“淡泊以明志，宁静以致远”。

正是基于这种人生观，季羡林对人生具体境遇的态度，无论是对人生的不完满、世态炎凉，还是对感情、老年等等的论述，都显得豁达、宽容、乐观和实用。人生在世，每个人都就应认识和实现自我人生的好处和价值，这个好处和价值基于平实的真理。季羡林的人生哲学也许不是无懈可击的，但却是平实而真挚、引人向善、切实可行的。

先生思考人生的见解是独到的。但他并不特立独行，只是从不人云亦云。在人生的旅途上，上天给了每个人不一样的天时、地利、人和，如果个人的经历是一个个句点，把点连成线便成了走过的人生。人生的契合就应在线上而不在点上，或许一样平淡无味的连成直线，或许一样跌宕起伏的连成曲线。先生走过的人生道路无疑是曲折的，这无数条曲线迂回蜿蜒，爬满了老人往昔光泽红润的脸。饱经沧桑的他告诉我们：“不完满才是人生。”先生对世人的洞察又是透彻而一针见血的：“根据我个人观察，对世界上绝大多数人来说，人生一无好处，二无价值。”先生对人性的考量是批判性的，往往具有颠覆好处：“我此刻利用鲁迅的话来给坏人作一个界定：‘干损人利己的事是坏人，而干损人又不利己的事，则是坏人之尤者。’”先生对于世事的剖析是充满睿智的，同时又有一种无奈感：“我没有对任何人打击报复，并不是由于我度量个性大，能容天下难容之事，而是由于我洞明世事，又反求诸躬。”世事就是如此，人生充满滑稽，如果我是你，又将如何，又能如何?先生是孤独的思考者。虽然他深知：“在人生的道路上，每一个人都是孤独的旅客。”但是，在他内心，却渴望与知己举杯邀明月，共谱人生曲：“我不谬托自我是锡予先生的知己，我只

能说锡予先生是我的知己。”由此，我们并没有读到舍我其谁，鹤立鸡群。但却读到了相得益彰，另辟蹊径。

先生对于文学的论断是经过深思熟虑的，一如他自我的文风：沉稳、大气、厚重、凝练。我们此刻所看到的许多文学作品常常以“丰乳肥臀”来作为噱头，令人心生厌恶。但它们的作者必须不是大师级的文坛巨匠。大师并不是不能有所突破，思想前卫，但却绝非油滑、轻浮、标新立异和哗众取宠。他的思想必然成熟，他的观点必然深刻。先生的文学观点几经雕琢，虽然不熠熠生辉，璀璨夺目，但是却难得的温婉大气、圆融平和。“我觉得，一个作家最重要的品质是爱祖国，爱人民，爱人类，在这三爱的基础上，那些皇皇巨著才能有意于人，无愧于己。”

我们夸奖一个人聪明，表示我们对他赞赏甚至羡慕;我们褒扬一个人智慧，却表达我们对他尊敬乃至折服。聪明先天而成，而智慧却能够后天培养。多观察，练就一双洞察世事的火眼金睛;勤思考，成就一付包容万象的宽广胸襟。在时光的历炼中能够构成自我的思想，这无疑就是智慧的。生命在于运动，身体的运动强健了我们的体格，而头脑的运动则增加了我们的智慧。生命需要沉思，外部环境是喧哗的，处世是艰难的，我们更需要一颗平静祥和的内心，以我们的智慧去迎接漫漫人生路。

**《人生》读后感200字篇五**

每次读季老的书，都能从他那简洁清雅的文字中品味出他的大度与随和。

人生，是一个永恒的话题。每个人都有自我的路要走，都会有自我独一无二的人生。

可，究竟人生是什么?什么，是人生?

望九之年的季老，总结他八十多个春秋的人生经历，开篇三节大谈人生，人生的内涵、好处。在文中，一代国学大师，一代圣人，还一口一个我辈凡人，这不免使得“我辈凡人”扪心自问，我该有怎样的人生?

品读这本书，我便和季老有了一次心灵的交流，一齐探讨了一种用心的生活态度，了解到了季老近九十年的生活体味，感悟到了他对自我人生旅途的总结。关于缘分、关于命运、关于容忍、朋友、成功、知足、感情、

关于人生的价值和好处，季老说：“如果人生真有好处与价值的话，其好处与价值就在于对人类发展的承上启下、承前启后的职责感。”是的，职责感，对于人类前进、时代进步的历史职责感，每个人都就应拥有。这决不是在高喊口号，这是大智大慧的耄耋老人对后辈的谆谆教诲。我们所有人都应当谨记在心。

对于人生，他还提出：“不完美才是人生”。这是另一个好处上对人生的诠释。是啊!金无足赤，人无完人。没有人敢高声宣喊自我的人生是完美无缺的。人生路上，或多或少都会有这样那样的坎坷与挫折、这样那样的不完美与遗憾。文中，季老引用了苏东坡的《水调歌头》里的一句诗句：人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全。准确的说明了这一点。人人有本难念的经，所以说：“不完美才是人生”。这是一个平凡的真理，对己，能够不烦不躁;对人，能够互相谅解。

季老接近九十年的人生路途，少不了挫折，少不了坎坷，少不了困境。记得他曾笑谈过自我，几度摔倒，又几度爬起。

这种境界，是常人不可能拥有的。更是涉世未深的我们此刻无法到达境界。他说，世态炎凉，古今如此。年纪越大，涉世越深，对世态炎凉的感受就会越深，越明了。

季老或许不明白现代年轻人的感受，可关于世事人情，命运，容忍，成功，知足，友情的总结着实让我有些触动。

人生慢慢旅长路，总会有福有祸。老子说，祸兮福之所倚，福兮祸之所伏，孰知其极?。祸福相通，所以走运与倒霉也是相通的。“吾辈小民，过着平平常常的日子，天天忙着吃、喝、拉、撒、睡;操持着柴、米、油、盐、酱、醋、茶。有时候难免走点小运，有的是主动争取来的，有的是时来运转，好运从天上掉下来的”。

“理解祸福的辩证关系;走运时，要想到倒霉，不要得意过了头;倒霉时，要想到走运，不必垂头丧气。”季老对祸福的态度已经到了一种超然的境界。只有心态的平衡，情绪的稳定，才是长寿之道。季老用实际论证了这一点!他很快乐，生活很超然。非淡泊无以明志，非宁静无以致远。

人生中，我们总会在特定的阶段遇到特定的人，相遇即是缘起，他们中总会有些人只会碰我们走过一段短短的旅程，总会有些人会和我们成为兄弟，成为知己，成为我们一生的朋友。和我们一齐应对多舛的现实生活，携手走过那些艰难沧桑岁月。一齐飞，一齐闹，一齐哭，一齐笑。。。。。

所以，人生旅途中，我们永远不是一个人在战斗，和我们并肩的有我们的亲人、我们的朋友。所以，我们要珍惜自我拥有的一切。

我们还有很多梦没做，还有很多明天要走，要让世界听见我们的歌。准备好没有，时光不再停留，想要飞不要任何理由。我们说过不管天高地厚。想飞到那最高最远最洒脱，想拥抱在最美的那一刻。

年轻人有年轻人的资本，现代的年轻人都向往自由，这本身并没错，可如今的社会形势正一步步逼迫着这一代的年轻人抛弃自我所想所向往。在季老看来，这就是命运吧，“人世间，波诡云谲，因果错综。只有能做到‘尽人事而听天命’，一个人才能永远持续情绪的平衡。”然而，我们中的大多数，却都被这骨感的生活磨去棱角，剩下的少数，不是牛x就是傻x。

幸福是一种心态，不满足是人生常态，麻烦是人生的一部分。这一切，起决定性作用的都是一种心态，改变心境也就是寻求内心的和谐。对此，季老的态度是：我们唯一能做的只有透过用心有为的人生，促进不利条件向有利条件，不满意态向满意状态转变。“知足者常乐”嘛!

平凡的人有不平凡的精神，那他的人生就是伟大的。季老说：在任何时候都不能轻言放下。是啊!不抛弃，不放下。生活中，挫折、困难不可避免。应对不顺，正视它，不怕万人阻挡，只怕自我投降。勇往直前，理解挑战，才能雨过天晴，见到彩虹。

人生在天地间，不要天天为自我的事忧心忡忡，你该完成的使命，你该尽的职责，就自自然然地去尽职履责吧，不要去老是患得患失，不要老是害怕困难，害怕失败。做自我能做的，做自我就应做的，让自我问心无愧、不后悔就足够了。我们既然不能把握生死，又何必天天计较它呢?我们就应做的就是透过用心努力，把握有限人生，奋勇向前，勇于挑战，活出精彩人生，展现最完美的自我。

最后，季老谈到了感情。“如果一个人不想终生独身的话，他务必谈恋爱以至结婚。这是‘人间正道’。”对于感情，季老不相信一见倾心。一见倾心只是人一时的冲动，不相信冲动的感情。两个人务必有一个互相了解的过程。并且，季老还说：不能花费太多的时光在这上方，余出来的时光应当用到刀刃上，搞点事业，为了个人，为了家庭，为了国家，为了世界。

整本书读完，突然发现对于人生这个概念，读之前模糊，读时渐渐清晰，看完后又整个模糊一片。对于人生，每个人有每个人的注解，这个注解需要我们每个人用我们一生的时光去摸索、去探寻。季老的人生，也只能作为的前人经验看待，每个人都有自我追求的人生，每个人都有自我想要到生活。

如今，虽然季老已经无法续写传奇，但，我的崇敬之心依存。季老是我尊敬的为数不多的老人之一，季老的一生就是一本书，值得我们每个人用心品味。

后记：说实话，季老这本书，在我浮躁的看完第一遍后，什么感觉都没有，更别提读后感了。想完成论文，又无从下笔。只好乖乖的读第二遍，于是很用心的品悟，才稍微有点感觉，写下这篇拙劣的文章。其实，对于每本书都是这样，只有用心品读，你才能在身心触动的同时有所反思，有所收获。每一本书，都蕴含了作者自我的情感和思想，用心的读一本书，就是在和作者进行一次心灵的交流。

**《人生》读后感200字篇六**

《季羡林谈人生》收录了季先生在耄耋之年关于人生感悟的一些小文章，从1995年12月开始断断续续一向到20xx年初，跨越了四年多的时光。当初看到这本书的时候，我很好奇一个文学大家是如何看待人生的，等读完这薄薄的一册，我的感觉就像是一位亲切的老人坐在藤椅上，跟我讲述过往人生的种种感想，不悲不喜，此中有真意。

全书一百八十多页，中有五十二篇文章，平均每篇文章不到四页，短小精干。每篇文章都是围绕人生而写，只是角度不一样，每一个议题信手拈来，文章思路却很严谨，大多是从报纸消息或者是日常生活提炼出议题，加以分析，旁征博引予以论述，最后得出自我的看法，因为文章随手而写，因此也就不似一些刻意之作那样华丽旖旎，也正因为如此，文章才更加贴近普通人的生活，不管是否与我的看法一致，读来都有一种与友人进行过一次促膝长谈的感觉，如沐春风。

这五十多篇文章中有一篇叫做《论压力》，就我吃了二十几年白饭所获知的粗浅认识而言，以论某某为题往往需要洋洋洒洒几十页才敢写的起，季先生以区区两页纸结束确让我讶异，但是想想两页纸写完有何不可，大概没有哪本书上说以论某某为题是要怎样怎样写的，个人自由嘛，自我还是把思维框在没用的框框里，没有出来。

压力，人皆有之。大学时以前学过马斯洛提出的人类五个级别的需求，最低级别的是生存需求、其余逐级为安全需求、交往需求、发展需求、被认同的需求。生存是有压力的，原始社会，茹毛饮血，人类的生存时常受到其他生物的威胁，生存存在着压力，现代社会，人一生下来，便要应对着来自于疾病、环境污染、资源短缺的威胁，生存也是存在压力的，不夸张地说，生存本身就是一种挑战。只是简单地活下来就存在压力，那么人类的其他需求岂不更加存在压力?但事实上人类社会并未因为压力而灭亡，而是一步一步地走向辉煌。为什么?季老说的好，“人生就像一场拼搏，没有压力，哪来的拼搏?”正是因为有压力，人类才会产生解决压力的动力，压力不断，动力不熄，拼搏不止，在压力的推动下，人类社会日益发展与进步。

就个人而言，道理同上。不一样的人在不一样时期、不一样条件下，对于压力的解读不一样。当视压力为洪水时，压力便会冲垮人生的壁垒，淹没你，并且让你没有任何浮出水面的机会;当视压力为自我人生的陪练时，压力便会成为人生台阶的基石，臣服于你，并且帮你走向更完美的未来。

我很喜欢季老写的最后一段话：“压力如何排除?粗略来分类，压力来源可能有两类：一被动，一主动。天灾人祸，属于被动，这种压力，无法预测，只有泰然处之，切不可杞人忧天，主动地来源于自身，自我能有所作为，我认为，能做到遇事不嘀咕，就能排除自我造成的压力。”作为一名步入社会三年的成年人，生存问题已经不是我生活的主要压力，但是生活不仅仅仅是为了生存，发展、进步，创造财富都是我生活应有的题中之义。然而人生不如意事十之八九，发展谈何容易，我并非法律本科出身，半路出家，虽然透过司法考试，但相对于其他经历过四年法律本科系统教育的同事而言，法律基础素质及法律理论基础相对薄弱，这一点毋庸置疑。再者，本人脸皮薄，遇到人多或者正式场合很容易紧张，语无伦次。如何做好自我的本分，胜任检察公诉工作，是我发展首先应对的压力。我该怎样办?季老的话让我有所感触……

这次院里组织的比武集中体现了我的不足，三个环节都没有做好：审查报告，定性分析部分对罪与非罪、此罪彼罪分析得不透;案件汇报，详略不当;案件辩论，过于紧张，大脑空白。

分析原因，首先便是对这次比武的解读出现错误。我惧怕这次比武，因为没有什么经验，担心失败，越担心反而越容易失败。实际上，比武不是看谁第一，谁倒数第一，而是透过比武，能看到跟别人的差距，取长补短，确定自我以后努力的方向。朱熹说过：饿死事小，失节事大。这次比武对我而言，成败事小，收获事大。与之相关的深层次原因是我脸皮太薄，太看重成败，因为太看重结果，而忘记自我就应走的路，应尽的力。

季老说：能做到遇事不嘀咕，就能排除自我造成的压力。嘀咕，就此次比武而言，便是对于比武结果的担忧。不担忧结果，便能看到比武的真正目的：取长补短。如此，参加比武时也就有了平常心。

比武过后，细细想来，我从中可取的教训也是可观的。审查报告中，应当将所有关于案件定性的疑问都写进去，以此作为作为上庭辩论的依据，汇报案件时，案情应当详略得当，定性应抓住重点，不需要面面俱到，涉及到所有构成要件……

明年我也许就要独立办案了，而我存在的问题还很多，但是我会秉承季老的观点，不嘀咕，有所作为。还好，我还有时光，针对自我的问题，我还能够补足。我就应感谢这次比武，它让我了解了自我的水平、与他人的差距以及今后努力的方向。

人生之路崎岖不平，有失败有成功，有懵懂有困惑，有喜悦有悲伤，有一位和蔼的老者在身边提点教导便会少走弯路，走得也不会太苦闷。《季羡林谈人生》便是季老以自我一生的经验教导给我如何走好人生之路，微言大义，我恐怕得用一生的时光来细细体会，慢慢琢磨。

**《人生》读后感200字篇七**

也许真的是“书非借不能读”，尽管久仰季羡林大名，尽管《季羡林谈人生》就放在案头，我却迟迟未能细读。年前在电视和网络中，闻年过耄耋的季老说，请摘去他头上的国学大师等三顶帽子。我还和多此一举的炒作联系起来，至于他那句“此刻总的是人和政通、海晏河清”(同温总理谈论当今社会时语)，更是让我等常写时评的愤青耿耿于怀。

带着这种矛盾的情绪，为了完成暑假读书笔记。我拭去《季羡林谈人生》书面上的灰尘，一篇一篇地细读起来。

前三篇直接谈人生，季老开宗明意，首先点明了写作的年龄�尘埃却�“谦虚”：望九之年还不清楚什么是人生。这样的开头很吸引人，一代宗师，著作等身，国家总理几度探望，执手相庆;北大不避炒作之嫌，甚至特设“季羡林研究所”。活到这种境地，还一口一个“吾辈凡人老百姓”，真让我等倍感惭愧。

人生的真谛是什么?这是哲学永恒的话题。季先生强调，对人生问题的思考不是那些坐在神圣殿堂里的哲学家们的专利，“吾辈凡人”也要扪心自问：你为什么活着?人无法选取生与死，但人不能总处在被动和糊涂之中，我们应有所作为。他对人生好处与价值的一句评价：“如果人生真有好处与价值的话，其好处与价值就在于对人类发展的承上启下，承前启后的职责感”。“有所作为”“承担职责”这类词如果从一个普通人口里蹦出，实有平庸教化之嫌，但联系季老的学识与人品，又不由得暗自认同。季老的文字初读平淡如水，索然寡味，并无多少新奇高深的教诲。掩卷深思，顿悟：大智大慧者，自然反璞归真;世间之真理，又何需华丽的辞藻来修饰呢?

季老先生还提出了“不完满才是人生”，这是他从另一种好处上对人生的诠释。尽管人人都期望有一个完美的人生，然而每个人不可能始终一帆风顺。常言道：“不如意事常八九”。哪里事事都会让你称心如意呢?况且人生活在世上又怎能逃脱了“生、老、病、死”呢?既然如此，人活一世，就不要幻想生活总是那么圆圆满满，关键在于我们采取怎样的生活态度。读到那里，我突然明白了他为什么说那句“人和政通、海晏河清”，是啊，评价一个时期，如果不放在历史的长河中找准参照，而以完美的理想化标准去要求，明显属于空想。季老经历“文革”，进过“牛棚”，他又对谁抱怨过什么?既然季老都无法“力挽狂澜、改变历史”，我们为何不去试着改变自我的心境呢?

改变心境也就是寻求内心的和谐。温总理曾对季老说：“有个问题我思考很久，我们讲和谐，不仅仅要人与人和谐，人与自然和谐，还要人内心和谐。一个人内心的和谐正是一切和谐的基础，是根本中的根本。”联系季老对人生的解读，一切释然。“用心进取、努力改善”是人生，“消极沉沦、怨天尤人”也是人生。不懂得满足，不持续心态平衡，又哪来内心的和谐?慢慢品读《季羡林谈人生》一书，他对人生的感悟洗涤着我内心的芜杂、浅薄。如果不这么细致地读他，我还真的质疑“摘帽”为“炒作”，读过他，悟过他，才明白，那不是，而是老人真正的声音，是他智慧内敛人生的真实渴望。

这些天，我一有时光，就走进老人的文字，去感受那份真实，去品味“假话全不讲，真话不讲全”的中国式正直。也许有人还在以“真话不讲全”为由苛求季老，其实季老是不惮讲真话的：“根据我个人的观察，对世界上绝大多数人来说，人生一无好处，二无价值。他们也从来不思考这样的哲学问题。走运时，手里攥满了钞票，白天两趟美食城。晚上一趟卡拉0k，玩一点小权术，耍一点小聪明。甚至恣睢骄横、飞扬跋扈，昏昏沉沉、浑浑噩噩，等到钻入了骨灰盒，也不明白自我为什么活这一生。其中不走运的则穷困潦倒，终日为衣食奔波，愁眉苦脸、长吁短叹。即使是日子还能过得去的，不愁衣食、能够温饱，然而也终日忙忙碌碌，被困于名缰、被缚于利锁。同样是昏昏沉沉、浑浑噩噩，不明白为什么活这一生。”如此直截了当的批判式揭露，酣畅淋漓，痛快而又入骨。

读了《季羡林谈人生》，感觉很是中的，一向渴望与一位知天命以上的老者交流一番，不是平常那种与上上辈人的闲谈，而是真正谈谈人生中的许多对我来说还很懵懂浑噩的东西。而这位望九之年的老先生能把对人生的感悟分享出来，于我似久旱之甘雨，润心润肺。有些东西，在这个纷乱的世界，我们来不及沉淀，在忙碌无为中忘记思考，甚至有些人已然根本不会去思考了。但在我的内心深处一向留有一个位置，存放它们。是季先生帮我拂去了存放它们的箱子上的灰尘，重新将它开启，并确认了它们的存在与正确。季先生乐观地相信人类会到达大同之域，为此，我们每个人都有着为推动人类发展承上启下、承前启后的作用，只要抱有这份职责感，那么个人存在的价值和好处也就找到了。

**《人生》读后感200字篇八**

身在凡尘，闲看庭前花开花落;与世无争，漫随天外云卷云舒。

然而，你我皆凡人，真能做到吗?

弟子问师父：“您能谈谈人类的奇怪之处吗?”师父答曰：“他们急于成长，然后又哀叹失去的童年;他们以健康换取金钱，不久后又想用金钱恢复健康。他们对未来焦虑不已，却又无视现在的幸福。因此，他们既不活在当下，也不活在未来。他们活着仿佛从来不会死亡;临死前，又仿佛他们从未活过。”

古往今来，人人都向往幸福，人人都希望幸福，人人都追求幸福。然而，当今社会，幸福又是那么的遥不可及。正如于丹教授所言，“相比于成功而言，幸福已经变成了更为奢侈的一件事。人们追逐成功，而成功却无法带给个人生命价值的全部满足。或许我们缺少的只是一点意趣、一点闲情，缺少了与家人共处的那些闪光的零碎的时间”。

意趣、闲情、与家人共处……曾几何时，这些已经淡出人们的视野和生活，取而代之的是忙、快、冲。人们也往往抱怨，为什么这么忙呢?即使连走路的步伐也明显加快，生怕赶不上别人。不顾一切地往前冲。人们只知前进，不愿停下来，似乎一旦停下，便失去很多重要的东西。岂不知有时刻意所追求的往往就是应该失去的东西。黎巴嫩著名诗人纪伯伦曾经说过，“我们已经走得太远，以至于忘记了当初为什么出发”。是啊，人们拼命地工作是为了更好地生活，然而，很多人往往为了工作而失去了生活。在这纷繁复杂的社会，人们总是用忙来演绎自己的生活。忙到底是为了什么呢?“人最想得到什么，就会成为什么的囚徒”。比如金钱，人们拼命获得金钱是为了更好地生活，然而，现如今，很多人把金钱当做成生活的目的。岂不悲哉!

于丹教授的《趣品人生》给予我们的是一种生活方式，那就是悠闲。悠闲是什么?悠闲是内心的一种发现，悠闲是生活的一种乐趣，有显示生命的一种节奏，悠闲与时间无关。正如清人张潮在《幽梦影》中写道：“能闲世人之所忙者，方能忙世人之所闲”。悠闲更与金钱无关，它不是奢侈的方式，让人们去选择用金钱购买。悠闲是用心静来演绎的。只有静下来的人，才能够让自己真正的闲暇下来。这无疑对于解决当今人们的浮躁心态益处颇多。

对于我们而言，或许不能用“品”让自己悠闲下来，更绝难用“趣”来演绎自己的生活。高深的茶道，我们仅仅只是用来解渴，绝没有清凉的饮料能给人带来一时的痛快;浓郁的陈酿，只有在酊酩大醉而伤肝时，我们才知道自己不胜酒力;悠扬的琴声在喧嚣的环境中湮没，我们哪有时间和心境来欣赏。然而，我们完全可以泡一杯咖啡，在苦涩之后给人留下淡淡的幽香，也完全可以手捧一本书，带着几分清新畅游优美的文字，可以收拾自己尘封已久的渔具到河边，用诱饵享受与鱼儿搏斗的乐趣，亦可以推出自行车，在骑行中欣赏大自然的美景。没有约束，没有限制，只有自己沉浸在其中，或许孤独，或许寂寞，当自己置于此时此景是，决然会忘记自己的存在。与天地浑然一体，不再忙碌，不再困乏，只有乐趣在其中。这就是我们向往的生活。当然，悠闲不是纵欲，有的人在灯红酒绿或者是麻将声声中度过，这不是悠闲，而是纵欲。毕竟人生短暂，我们需要追寻的是一种生活的乐趣，生活才是生命的本真。

于丹教授在《趣品人生》中，“不是让我们拿出大把时光去浪掷，不是为了让我们放弃理想和责任，而是希望大家在实现自我价值的同时，不要丢失自己”。悠闲是一种生活姿态，是一种寻找自我的方式。正如禅宗公案故事中的公差一样，“和尚还在，我到哪里去了?”清代著名戏曲家、大文人李渔，在家乡浙江兰溪建了一座亭子，取名为“且停亭”。“名乎利乎道路奔波休碌碌;来者往者溪山清静且停停”。在与心有关的字当中，最为悲观的字莫过于“忙”，意为心亡。不如让我们“停一停”：让我们充充电，让我们歇歇脚，让我们静静心，让我们回头看一看出发的起点在哪儿，让我们向前望一望最终目的又是什么。喝一盏茶，养一会儿神，回味一下起点与目的之间，过程本身也是意义。

把弯路走直的人是聪明的，因为找到了捷径;把直路走弯的人是豁达的，因为可以多看几道风景。直路也好，弯路也罢，“为了上路时走得更轻松，且自停一停脚步，不要丢了赶路的自己”。

**《人生》读后感200字篇九**

打开这本书，首先映入眼帘的不是于丹精彩的文笔，而是白岩松为于丹作的一篇序言，序言含蓄地概括了整本书的资料却又让人感觉像另一篇文章，白岩松运用不一样的视角从山水、茶、酒、乐曲中谈出了他的观点。使人在读正文前已有一个大概的认识。

章节开始之前，有一段类似警言的话语，想语文课本上的单元导读一样，告诉我们这一章的中心论点，第一总章主要由山水论幸福，文中运用超多事实数据和经典故事，使文章真实可信而又饶搞笑味。正如文章中所述幸福似乎离我们越来越远了，小时候一盒炮竹也能让我们开心把玩半天，停电对我们来说是天堂般的世界，而此刻，越来越多的“玩具”来到我们手中，但是却总是找不到以前的欢乐。因为有太多事情需要去顾虑，有太多问题需要去思考，如同一道道枷锁，将我们同幸福分开。但我觉得这个世界还没有失去期望，憨豆在伦敦奥运会的表现完美的诠释了幸福的含义，即使从最严肃的新闻报道中，我们也总能找出“亮点”着便是新生代幸福的标志。

第二章则由茶、酒论生活情趣，关于茶我们已经读过无数篇文章，看过无数的电影，那种意境我们早已明了，但是关于酒的知识我们却知之甚少，作者运用很多我们耳熟能详的典故，告诉我们酒与英雄和酒与生活的关系，还让我们了解了很多关于酒的知识。但是我相信，酒——这种品味生活的方式还不适合我们。

最后的一章则由乐器论心境，我对欣赏中国古典音乐兴趣不高，但作者讲的一个个搞笑的历史故事却深深地吸引了我，让我沉下心来真正读完了这本书。

读完这本书我最大的感受就是，作者通今博古，把一个个抽象晦涩的大道理融入一个个富有哲理的历史小故事里，让并不热衷于读书的，情绪浮躁我能够坐在桌前看完这本书，而且我注意到文中引用超多诗词文赋，个性经常使用一名叫林语堂先生的话语。这引起了我极大的好奇心，一查才明白原先真是一位大家，也只有这样的大家才能写出诸如“现实减梦想等与禽兽/现实加梦想等于心痛/现实加幽默等于现实主义/梦想减幽默等于热狂/梦想加幽默等于幻想/现实加梦想加幽默等于智慧”。的话语。书尾于丹与泽道法师的对话则用简洁的话语从前文中提炼了所有，是使文章更加易懂

总而言之我认为这本书主要教会了我们要宁静、淡泊、懂得享受生活的乐趣。告诉我们在这充满物质享受的社会中要有独自享受的一种方式，不要让自我成为金钱的奴隶。

**《人生》读后感200字篇十**

人生，是有很多不愉快的；人生，是艰难的；人生，是不公平的；人生，是残酷的！面对人生中所有的不愉快，你是如何做的呢？以前的我，一定会抱怨。抱怨我家的经济条件不够优越，抱怨自己为什么当不上班长，抱怨父母不够宠爱我，抱怨考试题目太难，抱怨……但现在的我，不会抱怨，只会用自己很好的心态去面对！只因为我阅读了《不抱怨的人生》。我们在每一分钟、每一秒钟遇到的事儿，其实，都可以有很多的解决方案，有很多的方式和方法去解决我们遇到的问题以及如何和我们周围的人相处。每一种方式方法都有利有弊，用什么样的心态去看待这些事和人，其实也就是一个“选择”的问题！人的一生，有太多的选择，有时候被称为抉择。“选择比坚持更重要！”选择走什么样的道路，也就是选择以什么样的心态去面对生活，面对未来，那么这种选择，决定了我们的明天和未来。

其实没有什么不能是我们抱怨的对象。生活、工作上不顺利时，发发小牢骚、吐吐苦水，似乎是一件理所当然的事。我们喜欢躲在喋喋不休的抱怨后面，从中获得一种自我膨胀的优越感。我们难以且不情愿意识到，所厌恶的种种问题，譬如身边人无休止的抱怨，同样也可能存在于自己身上。

《不抱怨的人生》通过讲故事，摆事实讲道理，为处于成长之路的职场新人们提供一个似乎真实的职场生存体验，也让职场新人们了解职场中的成长之痛，并以何种心态去对待，去看待。这些书，其实，都是在教给我们，当我们遇到在某种情况下自己认为的生活和职业中“问题”的时候，该以一种什么样的心态去看待和解决这些问题，进而成长和上升。然而，这些我们在某种情况下认为的是“问题”的问题，当我们以另外一种心态去看待，去思考的时候，这些问题，似乎看上去已经不再是什么让我们痛心疾首的问题，而是我们生活中最最正常的一部分，是我们迈向成功的必经之路。

没有哪个人的成功是一帆风顺的、是没有付出的。我非常相信英语中的一句话：“no pains， no gains！”并且，时时以中学的时候，让我永记心中的一段古文：“故天降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身，所以动心忍性，增益其所不能。”而鲁迅先生的一段话：“真正的勇士，敢于直面惨淡的人生，敢于正视淋漓的鲜血，敢于在寂静的黑夜中奋勇前行。”也一直是我遇到苦难和身处困境之中的激励！

我记得美国史上最伟大的心灵导师之一威尔？鲍温曾在《不抱怨的世界》一书中不留情面地指出，“我们抱怨，是为了获取同情心和注意力，以及避免去做我们不敢做的事。然而这个世界存在”吸引力法则“：你如果大声喊”痛“，伤害就会出现；如果抱怨，就会遇上更多抱怨的事。书中作者鲍温现身说法，讲述自己13岁参加中学舞会，因害怕邀请女生跳舞，转而抱怨自己太胖，女生是不会接受他的邀请的，从而引发同学们的同情并避开了这件害怕的事。自此他犯上了”抱怨上瘾症“，以后的日子，无论是工作上，还是人际关系上的问题，他都归因于他的体重。可能我们也曾有类似的经历。比如，事情失败了，习惯归结于他人的不体贴、不配合或不努力，从而逃避责任。这些负面思绪不只成为我们最大的敌人，还影响着别人。其实这些都是自己假想出来的对手。如果我们会抱怨不断是因为我们为把注意力放在它上面，被它指引着，心被它占据着。那么我们要怎样逃离抱怨的泥潭呢？

佛曰：”忘记并不等于从未存在，一切自在来源于选择，而不是刻意。不如放手，放下的越多，越觉得拥有的更多。笑着面对，不去埋怨。悠然，随心，随性，随缘。注定让一生改变的，只在百年后，那一朵花开的时间。“

有人去概括佛家的思想精髓：”自觉——自我觉悟“。那么”觉悟“，其实也是一种对待世间事物的心态。有健康良好的心态，我们就可以超凡脱俗，继而优秀卓越！

在人一生的学习和工作中，使我们学习到很多面对人生，面对学习所应该具备的心态，比如：”在绝望中寻找希望，人生终将辉煌！和优秀的人在一起，让优秀成为一种习惯！机会总是留给那些有准备的人！“……包括国内外大学的校训，其实也都是在讲一种心态。有了好的心态人才会在不断总结中前进。

态度决定人生！——心态决定人生！用正确的心态去看每一天我们身边的人和事儿，让我们每一天都成长和进步！

**《人生》读后感200字篇十一**

我喜欢读书。

读书于我有时是三日不离手，亦或是十日不翻书，所以只能说是“喜欢”，不敢说“志趣”。自识文化积淀不深，十几年来常不知读些什么书好，索性从名著和获奖作品读起。近日得好友推荐，读了《于丹趣品人生》一书，书中美文美图带我纵情山水、静品清茗、欢饮美酒、聆听琴音。让我走进中国人传统生活方式和闲情雅致的同时感悟了生活的艺术。一点意趣、一点闲情把人们从纷繁世事中引领出来，“且停亭中且停停”，颐养胸襟和心性，趣品人生。

整本书读毕合实，仿佛是欣赏了一首“名诗名句”的串烧，有如一餐由诗、词、歌、赋、寓汇聚而成的经典古文饕餮盛宴。阅读中，我屡屡心生羡慕，于丹如此的美文满腹，信手拈来，深谙古人智慧与情趣，她该是享尽了怎样的快意人生？之后的“茶之味”、“酒之品”、“琴之趣”给了我答案。“生活是需要一点悠闲的情趣来调节紧张的律动，但情趣不是与生俱来的，而是从生命中涵养而出；情趣也不是在斗室里酝酿出来的，而是在天地间自然滋养而成。情趣的养成，是对生命的唤醒，继而提升个人与宇宙间的通灵与感悟。”

在书中开篇的“推荐序”中，白岩松把“我们，怎么啦？”的问题抛给了每一位读者。“平静，正前所未有地成为奢侈品，而除了幸福，我们又似乎什么都有。”这里奢侈的“平静”不是说多维世界，而是直指你我的内心。在社会经济快速发展、生活节奏不断加快、焦虑与压力与日俱增的二十一世纪的中国，你我个人如同微尘，似乎无法逃离以上的困惑。然而智慧的古人却告诉我们：有自己的心灵生活，用自己的心情趣味就可以改变物境。人生长路漫漫，悠闲是一种生活姿态，是一种寻找自我的方式；悠闲是一种趣味，是一种发现内心的能力。在日常生活中不失烂漫之心，保持着赤子般的天真，保持着孩子般的好奇，琐细的日子就会熠熠生辉。

感慨于书中的一个比喻：“生活就像一锅滚开的沸水，不会因为垂青哪个人，就变成温泉。你进入社会，都会受这一百摄氏度的煎熬。虽然人不能选择水温，但能够选择自己的生命质地，能够选择与水相遇的方式。”“人生如茶，富于建设性的生命，即使跟残酷的世界相遇，煎熬本身也可以变为成全。”

我喜欢读书，而且必定要读印刷出来的纸墨，因为这样的读书，才能一边嗅着墨香，一边在“唰啦”的纸上翻飞中细品其中深奥，这绝非电子读物可比。我也欣欣然想去品品茶，就从低门槛的飘逸杯、电水壶烧开的自来水开始，浅赏绿茶，粗品乌龙，当然这也终不能品至“茶禅一味”的境界。我只是想让自己用小趣的闲适与这个世界相遇，达观乐天，让心灵“走出去为了寻觅，归来时必定带着妙悟”吧。

**《人生》读后感200字篇十二**

一口气读完整本书，令我印象最深刻的却是那金圣叹的三十三则不亦快哉。

于书斋前，拔去垂丝海堂紫荆等树，多种芭蕉一二十本。不亦快哉!

子弟背诵书烂熟，如瓶中泻水。不亦快哉!

夏月早起，看人于松棚下，锯大竹作筒用。不亦快哉!

夏日于朱红盘中，自拔快刀，切绿沉西瓜。不亦快哉!

这些体验很稀奇吗?想必不见得，但为什么我们却很少有这一份微小感动了呢?

我们缺少了一颗感动的心，喝茶喝的不是茶叶的好坏，饮酒也不在于酒的浓淡，弹琴不在乎你琴艺的高低，只要你有一颗活着的心，在用心品茶，用心饮酒，用心抚琴，便是好的。

我们的生活节奏越来越快，白岩松在他的《幸福了吗?》里面曾写到过墨西哥的一个寓言，说一群人在急匆匆的赶路，突然一个人停了下来。旁边的人很奇怪，问：“为什么不走了?”停下的人一笑，说：“走得太快，灵魂落在了后面，我要等等它。”

以前，古人能够用一个时辰来品茶，跋山涉水几个月只为去见一个朋友，花很长的时间期盼一封信的到来，在做这些事的过程中，享受一种名为等待的幸福。而此刻的我们，用各种速溶饮料代替了茶水，只要上网顷刻之间便可得知对方的消息，太简易的过程，让我们少了一份珍惜，不再会静下心来感受那每一份微小的感动。不再生活着，而只是活着。

渐渐的，“忙”成了一个习惯。不再停下脚步，为街口新装的霓虹灯而感到惊喜;不再在吃完晚饭后，到楼下散散步，和邻居打声招呼;不再为路边新开的野花而感动;不再珍惜朋友的关心······不再感觉这个世界的完美。

所以，在一段时间的忙碌以后，我们需要出去走走，走到山水之间，在不经意间，收获一些微小的感动，叹一声“不亦快哉”!

**《人生》读后感200字篇十三**

《季羡林谈人生》由数十篇千字随笔组成。以前看到谈论人生的文章，大都是“主义”一统，“口号”满篇，而季老先生用十分朴实的话语谈论了人生绕不开的酸甜苦辣、进退荣辱，语言朴实无华，但从一个“看惯了人生百态，明了了世间春秋”的世纪老人笔下绘出，渐觉启迪之意非同寻常。

人生的真谛是什么?这是哲学永恒的话题。季先生强调，对人生问题的思考不是那些坐在神圣殿堂里的哲学家们的专利，“吾辈凡人”也要扪心自问：你为什么活着?人无法选取生与死，但人不能总处在被动和糊涂之中，我们应有所作为。他对人生好处与价值的一句评价：“如果人生真有好处与价值的话，其好处与价值就在于对人类发展的承上启下，承前启后的职责感”。“有所作为”“承担职责”这类词如果从一个普通人口里蹦出，实有平庸教化之嫌，但联系季老的学识与人品，又不由得暗自认同。季老的文字初读平淡如水，索然寡味，并无多少新奇高深的教诲。掩卷深思，顿悟：大智大慧者，自然反璞归真;世间之真理，又何需华丽的辞藻来修饰呢?

季老先生还提出了“不完满才是人生”，这是他从另一种好处上对人生的诠释。尽管人人都期望有一个完美的人生，然而每个人不可能始终一帆风顺。常言道：“不如意事常八九”。哪里事事都会让你称心如意呢?况且人生活在世上又怎能逃脱了“生、老、病、死”呢?既然如此，人活一世，就不要幻想生活总是那么圆圆满满，关键在于我们采取怎样的生活态度。读到那里，我突然明白了他为什么说那句“人和政通、海晏河清”，是啊，评价一个时期，如果不放在历史的长河中找准参照，而以完美的理想化标准去要求，明显属于空想。季老经历“文革”，进过“牛棚”，他又对谁抱怨过什么?既然季老都无法“力挽狂澜、改变历史”，我们为何不去试着改变自我的心境呢?

改变心境也就是寻求内心的和谐。温总理曾对季老说：“有个问题我思考很久，我们讲和谐，不仅仅要人与人和谐，人与自然和谐，还要人内心和谐。一个人内心的和谐正是一切和谐的基础，是根本中的根本。”联系季老对人生的解读，一切释然。“用心进取、努力改善”是人生，“消极沉沦、怨天尤人”也是人生。不懂得满足，不持续心态平衡，又哪来内心的和谐?慢慢品读《季羡林谈人生》一书，他对人生的感悟洗涤着我内心的芜杂、浅薄。如果不这么细致地读他，我还真的质疑“摘帽”为“炒作”，读过他，悟过他，才明白，那不是，而是老人真正的声音，是他智慧内敛人生的真实渴望。

这些天，我一有时光，就走进老人的文字，去感受那份真实，去品味“假话全不讲，真话不讲全”的中国式正直。也许有人还在以“真话不讲全”为由苛求季老，其实季老是不惮讲真话的：“根据我个人的观察，对世界上绝大多数人来说，人生一无好处，二无价值。他们也从来不思考这样的哲学问题。走运时，手里攥满了钞票，白天两趟美食城。晚上一趟卡拉0k，玩一点小权术，耍一点小聪明。甚至恣睢骄横、飞扬跋扈，昏昏沉沉、浑浑噩噩，等到钻入了骨灰盒，也不明白自我为什么活这一生。其中不走运的则穷困潦倒，终日为衣食奔波，愁眉苦脸、长吁短叹。即使是日子还能过得去的，不愁衣食、能够温饱，然而也终日忙忙碌碌，被困于名缰、被缚于利锁。同样是昏昏沉沉、浑浑噩噩，不明白为什么活这一生。”如此直截了当的批判式揭露，酣畅淋漓，痛快而又入骨。

读了《季羡林谈人生》，感觉很是中的，一向渴望与一位知天命以上的老者交流一番，不是平常那种与上上辈人的闲谈，而是真正谈谈人生中的许多对我来说还很懵懂浑噩的东西。而这位望九之年的老先生能把对人生的感悟分享出来，于我似久旱之甘雨，润心润肺。有些东西，在这个纷乱的世界，我们来不及沉淀，在忙碌无为中忘记思考，甚至有些人已然根本不会去思考了。但在我的内心深处一向留有一个位置，存放它们。是季先生帮我拂去了存放它们的箱子上的灰尘，重新将它开启，并确认了它们的存在与正确。季先生乐观地相信人类会到达大同之域，为此，我们每个人都有着为推动人类发展承上启下、承前启后的作用，只要抱有这份职责感，那么个人存在的价值和好处也就找到了。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找