

# 2023年人生观的体会(通用5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。相信许多人会觉得范文很难写？下面是小编为大家收集的优秀作文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 人生观的体会篇一

人生观是指人对于自身生命价值、存在意义的认识和看法。崇高的人生观是一种积极向上的价值观，具有正确的人生追求，有助于个人的成长和社会的发展。在我与他人的交往和自我实践中，我深切感受到了树立崇高的人生观的重要性，并获得了一些心得体会。

### 第二段：追求内在价值

树立崇高的人生观首先要明确追求内在价值的重要性。在世俗浮躁的社会中，人们往往过于追求物质的外在享受，而忽略了内心的修养和精神的追求。然而，当我在追求物质的过程中感到疲惫和空虚时，我意识到，人生的真正价值不在于外在的享受，而是在于对自己和他人内心的塑造和提升。于是，我选择把更多的精力放在培养自己的品德、才华和智慧上，这不仅给我带来了内心的满足感，也为我创造了更多的机会和可能。

### 第三段：积极面对挑战

树立崇高的人生观还要有积极面对挑战的心态。人生充满了各种各样的困难和挫折，而成功的人往往是那些能够勇敢面对挑战并从中成长的人。我曾经面临过一次工作失败的经历，一时间感到自信心受到了严重的打击。然而，通过调整自己的心态，我逐渐明白了失败并不可怕，只要能够勇敢地承担责任、吸取教训，失败同样是人生宝贵的财富。这样的领悟

使我变得更加坚韧、勇敢并充满信心地面对生活中的各种挑战。

#### 第四段：关注他人与社会

树立崇高的人生观还意味着关注他人与社会。在个人的成长和幸福生活的过程中，我们不能忘记身边的他人以及社会的责任和义务。曾经，我有幸参与了一次志愿者活动，为一所留守儿童学校的孩子们提供支持和帮助。在与那些孩子们互动和交流的过程中，我明白了人生的真正意义不仅在于自己的成长和快乐，更体现在对他人的关心和付出。而为他人奉献爱心的经历也使我更加珍惜自己的生活，感恩身边人的陪伴和支持。

#### 第五段：追求卓越与提升

树立崇高的人生观还要有追求卓越与提升的动力。人生是一个不断学习和成长的过程，只有不断追求卓越，才能不断提升自己的价值和影响力。我在自我实践中明白了积极主动地学习和创新，保持对未知领域的好奇心和求知欲是树立崇高的人生观的重要方面。通过不断扩展自己的知识和技能，我得以在工作和事业上更加出色表现，并且能够对他人有更大的影响力。

总结：树立崇高的人生观是一个个体和社会共同关注的重要话题。在实践中，我明确了追求内在价值、积极面对挑战、关注他人与社会以及追求卓越与提升的重要性。这些心得体会不仅对个人的发展有着重要的影响，也有助于社会的进步和和谐。因此，我将一直坚持树立崇高的人生观，为自己和他人的成长贡献力量。

## 人生观的体会篇二

人生观是指个人对生命、价值、目标、快乐等方面的看法和

态度，是指引个人行为 and 决策的思想基础。每个人都有自己不同的人生观，而人们的人生观则直接影响着他们的思维、态度和行为。个人的人生观建立在其亲身体验、家庭教育、社会环境等多种因素上，衡量一个人的人生观，可以从其人生哲学、世界观等方面入手。本文将从自身经历和体会出发，谈谈自己的人生观所带来的启示和反思，并对未来的发展进行规划。

## 第一段：童年的影响

小时候，我在一个充满爱和温暖的大家庭长大，我的父母非常关心我，为我提供了良好的成长环境。由于我是家中的独子，从小受到家人的溺爱，我在小时候并没有感受到失败或挫折的滋味。这使我在成年后开始接受挑战和遇到难关时，感到难以接受，难以应对。但是，我的父母给我灌输的各种道德观和价值观，却是我终身受益的财富。他们以身作则，让我学会了乐观、正直、勤奋和爱心等美德，这是塑造我人生观的重要素材。

## 第二段：社会的打磨

当我长大成人，开始进入社会，面临竞争和挑战的时候，我体验到了生活带给我的边缘化感和挫折感。工作环境的变化、人际关系的复杂以及生活的琐碎，让我对人生和自己的定位发生了很大的变化。我也开始意识到，人生是充满挑战和变化的，就像火车在铁路上一样，有好有坏，但每一站都是独一无二的风景。人生的每一次遭遇都是对自我的升华和改变，我们需要不断地学习、努力、改变和适应，才能活成更好的自己。

## 第三段：经历的教训

在人生中，难免会遇到各种各样的挑战和迷惑，但我从中也学到了一些珍贵的经验和教训，让我重新审视人生和自我。

首先，我意识到人生是孤独的旅程，即使身边有亲人、朋友，最终我们走的路还是要靠自己，要对自己的人生负责。其次，我认识到时间是把利剑，没有时间的浪费和拖延，生命将变得无趣和空虚，要珍惜每一刻的时间，才能做到事半功倍。最后，我明白了人生的价值不在于追求功名利禄，而是在于个体的发展和经验收获，体会生命的意义与美好，才是人生的向往和追求。

#### 第四段：对未来的规划

自身的经历让我更清晰地认识到人生追求一个“自己”的目标十分重要。时隔许久，我终于找到了自己真正感兴趣的事业，无论遇到多少挫折或失落，我始终保持着热情、积极性和自我期望。在未来，我将继续深化对人生与世界的理解，扩展自己的眼界，培养自己的专业技能，体验生活的各种乐趣，成为更有价值和有意义的人。

#### 第五段：结语

人生观是每个人需要探究而思考的重要问题，它直接关系到我们对生活的态度、价值和目标。对于每一个人而言，推动个人的追求和发展，成为一个值得尊重的、富有思想的人，是一生最重要的愿望之一。在这样的人生观的指引下，我们可以更为自信期望自己、更加冷静、客观地面对问题，勇往直前，走向一个更美好的未来。

### 人生观的体会篇三

摘要：苏轼是位儒释道兼容的大文豪，在儒释道的影响下，苏轼所持的处世态度是：出世与入世的交织；人生观是：乐观与旷达的升华。

是儒家思想培养了苏轼，塑造了一个积极入世的苏轼。

从苏轼的词中，可以看出苏轼的人生态度是复杂的，然而其最终的走向却是明确的。

他始终以一种超然的心态去适应困境，从不堪的遭遇中解脱自我，从而乐观旷达的看待人生。

关键词：苏轼；人生观；入世；出世；旷达；乐观

苏轼，字子瞻，号东坡居士，四川眉山人，与其父苏洵、其弟苏辙并称“三苏”，位于“唐宋八大家”之列。

其一生仕途坎坷，三次离乡，六出汴梁，九年三谪，一年三迁又三贬，六丧亲者，六朝皇家。

纵观苏轼跌宕起伏的一生，始终交织着入世与出世的矛盾，又时时体现出乐观与旷达的人生境界，这在他的词中有充分的体现。

## 一、入世与出世的交织

苏轼一生写了大量的词，在这些词中，既有入世的进取之心，又有出世的人生取向。

现实生活中的苏轼，也时时在履行着自己的人生追求。

尽管苏轼积极入世，但仕途的坎坷，宦海的沉浮还是让他产生了“出世的思想倾向”《临江仙》便是词人出世情怀的完全坦露：

夜饮东坡醒复醉，归来仿佛三更。

家童鼻息已雷鸣。

敲门都不应，倚杖听江声。

长恨此身非我有，何时忘却营营？夜阑风静縠纹平。

小舟从此逝，江海寄馀生。

此外，象“归心正似三春草”（《虞美人》），“宦游处，青山白浪，万重千叠。

孤负当年林下意，对床夜雨听萧瑟”（《满江红》）。

“浮名浮利，虚苦劳神。”（《行香子·述怀》）等词句无不体现着他乘时归化返朴任天的出世态度。

## 二、乐观与旷达的升华

尽管苏轼一生辗转流离，但从他的词中可以看出他始终以乐观与旷达的心态直面人生的磨难，看待人生的遗憾。

在他的《望江南·超然台作》中这种超然的心态更是一表无余：

春未老，风细柳斜斜。

试上超然台上看，半壕春水一城花。

烟雨暗千家。

寒食后，酒醒却咨嗟。

休对故人思故国，且将新火试新茶。

诗酒趁年华。

宋神宗熙宁九年（1076）暮春，苏轼登超然台，眺望春色烟雨，触动乡思，写下了这首词。

通过春日景象和作者感情、神态的复杂变化，表达了词人豁

达超脱的襟怀和“用之则行，舍之则藏”的人生态度。

此外，“缙山仙子，高情云渺，不学痴牛驂女。凤箫声断月明中，举手谢时人欲去。”（《鹊桥仙·七夕送陈令举》）既然无法主宰自己的命运，“此身非我有”，那么便借着美酒与惬意的大自然，驾一叶扁舟随波逐流，内心看透外物便也不再执着于外物。

当然其中的关键之处是苏轼承认了人生有缺憾，就如自己的仕途坎坷一样，“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺，此事古难全。”（《水调歌头·明月几时有》），没有什么比正视现实更贵重的了，苏轼就是将自己的悲欢置于宇宙人生的阔达空间去观照，认识到人生的有限，进而体悟到自己的人生不完美的合理性，从而正确地面对人生苦境。

### 三、儒释道三家思想对苏轼人生观的塑造

苏轼的一生始终交织着入世与出世的矛盾，在矛盾痛苦中乐观旷达，这就要看儒释道三家思想对苏轼人生观的塑造了。

苏轼自幼受到“齐家治国”、“兼济天下”的儒家进取精神的濡染，尤其是其母程氏早期的家庭教育对他影响极深。

《江城子·密州出猎》将他志于为国尽忠、扫荡胡虏的英雄气概与高尚人格完美地展现了出来，他心目中最为崇拜的对像是范仲淹、韩琦、欧阳修、梅尧臣等政界文坛上的‘宿儒名流。

儒家的“经世济民”理想让苏轼走出大山，但仕途的一次又一次的打击使他不得不寻找解脱，于是坎坷路上他所接受的佛道思想精髓便成了他思想上的出路。

道家哲学强调人格的独立和精神的自由，做到这样只有淡泊名利，淡化死生，只有无所求，顺其自然，心才会游于物之外。

这种思想正好切合苏轼的境遇和精神需求，从而为经世济民不通，弃世又不甘的苏轼的受磨难的心灵提供了精神上的解脱。

苏轼认为人之所以不快乐，是因为有欲望而不能得到满足，减少欲望就减少了痛苦，追求欲望则只会徒增烦恼，“凡物皆有可观。

苟有可观，皆有可乐”。

儒家的“达则兼济天下，穷则独善其身”正是儒道的切合点。

苏轼无论处于多么残酷的处境，总能随时随地地去寻找并进而确立自己的生命意义和快乐之源，从而达到“无往而不乐”的最高境界。

可见，苏轼的思想不是一家思想的简单继承，而是以儒家为本，又博采道家之长，他奉儒而不迂执，好道而不厌世，参禅而不虚妄，于是便形成了他儒释道兼收的外儒内道的作风。

总之，综观苏轼的一生，得与失，功与败，逆和顺，荣和辱如影相随。

顺境中，苏轼积极用世，心系天下；逆境中，苏轼旷达乐观，坦然面对。

今天，我们欣赏苏轼的同时，更欣赏他于词中所蕴蓄的入世与出世的人生态度，欣赏他乐观与旷达的人生境界。

参考文献：

[1]. 唐圭璋. 全宋词. 卷一[m].北京:中华书局, 1991. 1.

[2]. 韩丽霞. 超然心态与苏轼黄州文学创作[j].内蒙古:内蒙古



民族大学学报(社会科学版), .8.

[3]. 顾之川校点. 苏轼文集[c].长沙:岳麓书社, .

[4]. 朱靖华. 天地精神境界——评苏轼岭南时期的人生反思[j].北京:新东方, .6.

## 人生观的体会篇四

人生观的形成跟因人而异，它来自我们的成长经历、家庭背景、人际关系以及教育背景等多种因素。但是，对于每个人来说，人生观都是一种决定人生道路的原则和信仰，它对我们的人生道路有着至关重要的影响。下面我将分享关于个人人生观的体会和心得。

### 第二段：人生观的影响

人生观对我们的人生选择、人际交往以及问题解决等方面都有着深远的影响。人生观包含的价值观、态度、信仰，都会指引我们的思考和行动。正因为如此，我们的人生观不仅仅是一种信仰和价值观，更是我们心智中的为自己负责，为他人负责的理念。

### 第三段：人生观的建立

优秀的人生观不是一朝一夕就能够形成的，它需要我们长时间的积淀和思考。个人的成长经历、教育背景、家庭和朋友都是我们建立人生观的重要因素。我们可以通过自己的生命和经历去总结出自己的人生准则以及为人处事的标准，从而建立一个健康、完整的人生观。

### 第四段：人生观的整合

一个人的的人生观有时也需要在不同的情境中相互整合，而且，

不同情况下的人生观的侧重点也会发生改变。例如，在家庭中，我们的人生观的侧重点可能会更多地关注家庭和家人，而在工作中，我们则可能会更注重成就和成功。因此，在不同情境下整合我们的人生观，对我们走向成功和价值实现非常重要。

## 第五段：结语

最后，一个有价值的人生观应该是可以用行动来证明的，要通过自己的经历去完善和优化自己的人生观。通过准确而坚定的信念和价值，我们才能在人生道路上更好地坚持自我和追求成功。相信我们每个人都可以通过自己的不懈努力，走出自己的价值人生。

## 人生观的体会篇五

摘要：庄子的哲学对国人产生了深刻的影响。

追溯根源，庄子哲学产生于中国古代的战国时期。

在长期的战乱中，促使庄子对人、社会及整个世界进行思考和探索，从而产生了庄子的哲学思想。

庄子的哲学很大程度上是关于人生观、人生境界、及其为达到他所要求的境界的方法的思考，本文试述了庄子关于人生的一些看法，对庄子的人生观进行了初步探讨。

关键词：超脱；淡泊；自然；自由；绝对自由；情感

### 一、庄子关于人生境界理论

总的来说，庄子把淡泊、超脱作为人生的最高境界。

有这样一个故事：楚威王时闻庄周贤，使使厚币迎之，许以为相。

庄周笑谓楚使者曰：“子函去！无污我……我宁游戏污渎之中自快，无为有国者所羁，终身不仕，以快吾志焉。”

宁愿地清贫中快乐自由的过自己的生活，也不愿为官职所束缚自己。

庄子不仅对物质、名誉有着超然的态度，而且他把人的生老病死也同样看作一个非常自然过程。

在庄子快要死的时候，学生们想将他厚葬，庄子知道后说：“吾以天地为棺槨，以日月为连壁，星辰为珠玑，万物为赀，吾葬具岂不备邪？何以如此”。

庄子把人的生老病死，也看作是必然的过程。

人的出生、衰老、死去都是自然规律，不纠缠在之中，并由此得到对生死的超脱。

这种淡泊、豁达、超脱的人生态度，折射出庄子的人生观，人生哲学，他关于“人生的境界”的思考。

顺应、合乎自然，即“道”。

这个“道”也即是庄子眼中的自然而然、合乎规律。

争名夺利、胡作非为、任意妄为的人生是违背自然的，企图超越生死，长生不死，更是违背自然的事情。

不难推导出庄子的“自然”与他的“道”在逻辑上是统一的。

万物出自于“道”。

从“道”的角度来看，万物皆一。

万物都是由道与配，受道的制约。

进而庄子认为身为万物之中的人也是“道”的显现。

由此消除了人与万物的差异。

庄子在他的“齐物我”基础上,做到了对人生死的超越,无论是人生还是人死,都不过是“道”的表现,或说是“道”的现象的变化,本质上,“道”是不变的,人生是在万物之中,人死又归于万物,其实并无变化。

## 二、逍遥游—庄子的绝对自由

绝对自由是庄子人生观所追求的价值目标及体现。

庄子的绝对自由,在他的《逍遥游》充分展现。

庄子所追求的是一个自由自在的人生,这种自由不受任何条件的制约和规定的,是“真人”、“圣人”、“神人”的境界,无所依赖,即“无待”。

这即是《逍遥游》的“逍遥”的含义。

但这种“逍遥”的自由,只是存在于庄子的头脑中,观念中,是精神的自由,而非现实客观的自由。

至于如何才能做到如此,庄子所给出的答复自然是顺应“道”。

不胡作非为、恣意妄为、不能为而所为。

主张“心斋”、“坐忘”、而后“无己”、“无名”、“无为”也就达到“无待”了。

例如,大鹏奋飞万里、船在江河中行航、人行走千里。

这些事情看起来很自由,但它们却不是庄子所说的“绝对自由”的“逍遥游”。

大鹏奋飞离不开长翼,行船离不开水深,人行走千里离不开三个月的粮食。

这些事情都是有其条件的,有所依赖的是“有待”的,都不能算作“绝对自由”的“逍遥游”。

必须是“乘天地之正”,“御六气之辩以游无穷”,才能称为绝对自由。

这是说能顺应天地的规律,驾驭阴阳风雨、晦明的各种变化,从而才能达到“无待”,不受任何条件制约,达到绝对自由的“逍遥游”。

圣人、真人、神人、就是达到了这种状态的人。

圣人“无己”,即是说圣人丧失了自我。

身体形如枯槁,心灵犹如死灰。

老子曾经说过:“吾所以有大患者,为君有身,及吾无身,吾有何患?”人如果能做到了“无己”,也就不会有各种欲望,也没有欲望达不到时的烦恼。

人如果感受不到自身存在,那么他也不会在意别人对于他的毁誉了。

这即是“无名”。

如若争名,人就会勉强做些自己力不能及的事情,这就违背了“道”。

如果个人不再追逐名利,那么当然他也就不会有所建树了。

从而“无功”。

圣人“无己”、“无名”、“无功”，因而圣人也可以说是忘却了人世间的情感，“忘情去知”、“无人之情”，人世间的一切烦恼、矛盾和问题也统统抛在一边，从而达到精神绝对自由的“逍遥游”。

庄子虽然没能在现实中达到自由，但却达到精神层面上自由，具有一定积极的意义，对于人类对自由的追求富有智慧性的启发。

### 三、情和理—庄子的情感观

人一生中有许多灾祸，给人带来了苦恼和不幸。

对于死亡的忧虑则是当中最主要的。

如何化解人生的种种灾祸，面对疾病、衰老，死亡，如何从痛苦忧虑中解脱出来，也是庄子人生思考的重要内容。

在庄子看来，人们之所以会有精神上的忧虑和痛苦，是人的感情所致。

而由感情所造成的人精神上的忧虑和痛苦，可以通过对事物的理解得以化解。

《至乐》中记述：庄子妻死，惠子吊之，庄子则方箕踞鼓盆而歌。

惠子曰：“与人居，长子、老、身死，不哭亦足矣，又鼓盆而歌，不亦甚乎！”庄子的妻子去逝，惠子前去悼念，却发现庄子蹲在地上，鼓盆、唱歌。

惠子说，妻子死了你不哭也就罢了，还鼓盆唱歌，这太过分了。

而庄子却答道：“不然，是其始死也，我独何能无慨然，察其始，而本无生，非徒天生也，而本无形。

非徒无形也，而本无气，杂乎生物之间，变而有气，气变而有形，形变而有生。

今又变而之死，是相与为春秋冬夏四时行也。

人且偃然寝于巨室，而我嗷嗷然，而随而哭泣，自以为不通乎命，放止也”。

人从出生至死亡是自然的循环过程。

这是合乎大道的事情，它本该如此。

因为这是“道”，人本身也是按道而生，随道而变，人若忧于死亡，则违背道，违背自然。

死并不是值得害怕和忧虑，它是道的显现。

这也能解释为什么庄子在自己的妻子死去时不悲反而乐了。

这听起来不近人情。

但实际上，这是庄子对于人生的超脱。

并非无情，而是以理性化解了感情。

庄子以此保持心灵和精神上的平静，摆脱了各种灾祸、矛盾所困扰，甚至对死亡的恐惧。

并在此基础上，实现人生的自由。