

# 2023年清欢读后感(通用10篇)

当观看完一部作品后，一定有不少感悟吧，这时候十分有必要要写一篇读后感了！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？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！

## 清欢读后感篇一

酷暑难耐，家属院内一片寂静，只有远处树上的知了传来几声鸣叫。一次偶然的的机会，在书店遇到了林清玄所著的《人生最美是清欢》这本书。它清雅的封页已将我深深迷住，“清欢”二字更是将我牢牢地套住了，我知道这个暑假我将不再孤单。它让疲累的心享受一份安宁、一份恬适，它给予我酷暑中一份透心的清凉。

在复杂的世界里，做一个简单的人，以清净的心看世界，以欢喜的心过生活，不浮不躁，不慌不忙，淡定从容地过好这一生。于旖旎繁华、面目可疑的尘间世俗，诗意的栖居似乎已是奢侈的梦想。林清玄这简短的几行文字，让浮躁的心慢慢地静下来，沉下去。一本书、一则诗文可为现代人抵达超尘脱俗的人生意境提供一种可能的途径。

“清欢”是什么呢？它是来自对平静的、疏淡的、简朴的生活的一种热爱。在如今这个加速前进的时代，大多数人的心都是浮躁和急功近利的，“清欢”之人愈来愈少。看着那些为追名逐利拼命奔波，却错过身边太多美好幸福的人，不免为之叹惋。“清欢”之所以好，是因为它对生活的无求，是它不讲求物质的条件，只讲求心灵的品味。不管何人，不论何地，要保持快乐的心情对待生活，对待工作，这样即使再平淡的生活和工作，它的点点滴滴都会是美好的。

读着读着，我不由得想到了自己，想到了和我一样坚守在农

村三尺讲台上的人民教师。作为一名农村教师，唯有“清欢”之心才能更好地工作，才能经得起偏远，耐得住孤寂，守得住快乐。坚守在农村的我们有欢乐，有困苦，有所思，有所想。生活的好与坏并非和富贵有关，而是你用何种心态去体会你所拥有的生活；你快乐与否，在于你是否守得住自己内心的小小天地，能否洗涤心灵，不浮不躁。在工作中和生活中遇到疑惑困顿时，遵从内心找到平衡点，这个极为重要。

人生就是一次旅程，不是向外奔走才是旅行，静静地思考也是旅行，旅途中有所得必有所失，唯随愿取舍。

每天都睡去，是旅程的一个终点。每天都醒来，是旅程的一个起点。以清净心看世界，以欢喜心过生活，以平常心体情味，以柔软心除挂碍，淡定从容地过好每一天。

## 清欢读后感篇二

《人生最美是清欢》是林清玄先生首部人生主题的经典散文集。因林清玄先生的突然离世，又重新捧读了他的文字，林清玄先生的文字温暖而有力量，犹如冬日的暖阳；清新而有禅意，犹如盛开的白莲花，总能让人感受到内心的平静与踏实。这本书关于人生种种话题的解读，更是能为日益疲惫的心灵找到一些慰藉。

关于岁月。书中有一段提到“我怎么突然就到了四十岁呢”，正应了我此时的心情，时常为此黯然伤感。“生命的成长虽然有阶段性，每天却都是相连的，去日、今日与来日，是在喝茶、吃饭、睡觉之间流逝的，在流逝的时候并不特别警觉，但是每一个五年、十年就仿佛河流特别湍急，不免有所醒觉”，细细揣摩，随着年岁的增大，越来越如此。对于我们该如何面对流逝的岁月，面对未来的日子，书中提到“由于流逝的岁月，似我非我；未来的日子，也似我非我，只有善待每一个今朝，珍惜每一个因缘，并且深化、转化、净化自己的生命”。“在因缘的变换中，都能无畏，做不受惑的

人”。善待今朝，净化生命，也许是我们与岁月握手言和的最好方式吧。

关于成长。我们每一个人都在岁月中成长、经历、变老。书中提到“正视每一个眼前的生活历程，努力地活在当下，对这一阶段的人生与情感用心珍惜。由于对眼前、对当下的珍惜用心，才能不怨恨过去，不怀忧未来。才能在每一个过程当中努力承担，以最大的心意来生活。”“在人生的历程，我不着急，我不着急看见每一回的结局，我只要在每一个过程，慢慢慢慢地长大。”而“生命的一切成长，都需要时间”。这就需要我们认真体会生命的每一次成长，坦然经历人生的每一个阶段，不骄不躁，不忙不慌。

关于生活。书中提到“我们把生活分成两部分，一部分是重要的生活，一部分是紧急的生活，会发现很多人都在紧急地生活，随波逐流，而不是重要的生活。什么是重要的生活？陪爱人散步，躺在草地上看星星，一个小孩有没有幽默感，懂不懂得爱和宽容，这些是重要的。而每天着急上班、学习、考试，是紧急的”。我们的生活中充斥着更多的是紧急的生活，而不是重要的生活。想想经常为孩子少考几分而焦虑，为很多的小事而忧愁，着实没有必要，要将更多的时间和空间留给重要的生活。

关于幸福。幸福也是我们经常探讨的一个话题。“生命的幸福原来不在于人的环境、人的地位、人所能享受的物质，而在于人的心灵如何与生活对应”，“在生命里，人人都是有笑有泪，在生活中，人人都有幸福与烦恼，这是人间世界真实的相貌”，“我们幸福的感受不全然是世界给予的，而是来自我们对外在或内在的价值判断。我们幸福与否，正是由自我的价值观来决定的”。书中提到，幸福的开关有两个，一个是直观，保持“快乐无忧”的心境；一个是心灵的品味，仔细体会生活环节的真义。我们的心要宽广坚持，我们的情要细腻温柔，我们的爱要深刻美好，要让自己一直保有喜悦自由的生命姿势，只有这样才能幸福，才够幸运。

关于快乐。书中提到，想要快乐，第一是要喜爱自己；其次，要去除“憎恨”“批评”“内疚”“恐惧”四种坏习惯；第三要专注，也就是活在当下；第四步要放松，因为放松，我们就能放下，也能以游戏一样坦然的心来看人生。让开心成为一种习惯。“人的一生，总有学不完的知识，总有领悟不透的真理，总有一些有意或者无意的烦心事闯到心里来。总之，人生之梦，顺少逆多，一辈子不容易，千万不要总是跟别人过不去，更不要跟自己过不去。”人生不如意十之八九，常思一二，不想八九，与过去和解，与自己和解。

何为清欢。文中提到，“清欢”可以说是“清淡的欢愉”，这种清淡的欢愉不是来自于别处，正是来自对平静的、舒淡的、简朴的生活的一种热爱。想想“清欢”应该不完全等同于快乐吧，应该是来自于心底的愉悦，不讲求物质的条件，只讲究心灵的品味。书中提到，第一流人物应该是在清欢里也能体会人间有味的人物，是在尘世间也能找到清欢滋味的人物。现如今我们的确离“清欢”越来越远了，应该少一些感官的刺激，多一些心灵的品味，用心去看这个世界。

书中类似的文字和感悟还有很多。历经岁月的洗礼，再读林清玄先生的文字，越来越感觉到人生是一场修行，生命是一次历练。随着岁月的流逝，守住心中最美好的东西；随着年龄的增长，让心灵一同成长，以清静心看世界，以欢喜心过生活。

### 清欢读后感篇三

看完一本名著后，相信大家的收获肯定不少，写一份读后感，记录收获与付出吧。是不是无从下笔、没有头绪？以下是小编精心整理的《人生最美是清欢》读后感，仅供参考，大家一起来看看吧。

《人生最美是清欢》是林清玄先生首部人生主题的经典散文集。因林清玄先生的突然离世，又重新捧读了他的文字，林

清玄先生的文字温暖而有力量，犹如冬日的暖阳；清新而有禅意，犹如盛开的白莲花，总能让人感受到内心的平静与踏实。这本书关于人生种种话题的解读，更是能为日益疲惫的心灵找到一些慰藉。

关于岁月。书中有一段提到“我怎么突然就到了四十岁呢”，正应了我此时的心情，时常为此黯然伤感。“生命的成长虽然有阶段性，每天却都是相连的，去日、今日与来日，是在喝茶、吃饭、睡觉之间流逝的，在流逝的时候并不特别警觉，但是每一个五年、十年就仿佛河流特别湍急，不免有所醒觉”，细细揣摩，随着年岁的增大，越来越如此。对于我们该如何面对流逝的岁月，面对未来的日子，书中提到“由于流逝的岁月，似我非我；未来的日子，也似我非我，只有善待每一个今朝，珍惜每一个因缘，并且深化、转化、净化自己的生命”。“在因缘的变换中，都能无畏，做不受惑的人”。善待今朝，净化生命，也许是我们与岁月握手言和的最好方式吧。

关于成长。我们每一个人都在岁月中成长、经历、变老。书中提到“正视每一个眼前的生活历程，努力地活在当下，对这一阶段的人生与情感用心珍惜。由于对眼前、对当下的珍惜用心，才能不怨恨过去，不怀忧未来。才能在每一个过程当中努力承担，以最大的心意来生活。”“在人生的历程，我不着急，我不着急看见每一回的结局，我只要在每一个过程，慢慢慢慢地长大。”而“生命的一切成长，都需要时间”。这就需要我们认真体会生命的每一次成长，坦然经历人生的每一个阶段，不骄不躁，不忙不慌。

关于生活。书中提到“我们把生活分成两部分，一部分是重要的生活，一部分是紧急的生活，会发现很多人都在紧急地生活，随波逐流，而不是重要的生活。什么是重要的生活？陪爱人散步，躺在草地上看星星，一个小孩有没有幽默感，懂不懂得爱和宽容，这些是重要的。而每天着急上班、学习、考试，是紧急的”。我们的生活中充斥着更多的是紧急的生

活，而不是重要的生活。想想经常为孩子少考几分而焦虑，为很多的小事而忧愁，着实没有必要，要将更多的时间和空间留给重要的生活。

关于幸福。幸福也是我们经常探讨的一个话题。“生命的幸福原来不在于人的环境、人的地位、人所能享受的物质，而在于人的心灵如何与生活对应”，“在生命里，人人都是有笑有泪，在生活中，人人都有幸福与烦恼，这是人间世界真实的相貌”，“我们幸福的感受不全然是世界给予的，而是来自我们对外在或内在的价值判断。我们幸福与否，正是由自我的价值观来决定的”。书中提到，幸福的开关有两个，一个是直观，保持“快乐无忧”的心境；一个是心灵的品味，仔细体会生活环节的真义。我们的心要宽广坚持，我们的情要细腻温柔，我们的爱要深刻美好，要让自己一直保有喜悦自由的生命姿势，只有这样才能幸福，才够幸运。

关于快乐。书中提到，想要快乐，第一是要喜爱自己；其次，要去除“憎恨”“批评”“内疚”“恐惧”四种坏习惯；第三要专注，也就是活在当下；第四步要放松，因为放松，我们就能放下，也能以游戏一样坦然的心来看人生。让开心成为一种习惯。“人的一生，总有学不完的知识，总有领悟不透的真理，总有一些有意或者无意的烦心事闯到心里来。总之，人生之梦，顺少逆多，一辈子不容易，千万不要总是跟别人过不去，更不要跟自己过不去。”人生不如意十之八九，常思一二，不想八九，与过去和解，与自己和解。

何为清欢。文中提到，“清欢”可以说是“清淡的欢愉”，这种清淡的欢愉不是来自于别处，正是来自对平静的、舒淡的、简朴的生活的一种热爱。想想“清欢”应该不完全等同于快乐吧，应该是来自于心底的愉悦，不讲求物质的条件，只讲究心灵的品味。书中提到，第一流人物应该是在清欢里也能体会人间有味的人物，是在尘世间也能找到清欢滋味的人物。现如今我们的确离“清欢”越来越远了，应该少一些感官的刺激，多一些心灵的品味，用心去看这个世界。

书中类似的文字和感悟还有很多。历经岁月的洗礼，再读林清玄先生的文字，越来越感觉到人生是一场修行，生命是一次历练。随着岁月的流逝，守住心中最美好的东西；随着年龄的增长，让心灵一同成长，以清静心看世界，以欢喜心过生活。

## 清欢读后感篇四

“清欢”，是在一天快结束时，花八分钟思考人生；是在夜晚时“举杯邀明月，对影成三人”；是由一束马蹄兰来告别友人。“清欢”是一种态度，对待生活的态度。

书中有一篇文章叫《以夕阳落款》，这篇两分钟就能看完的文章却让我深受感触。文中有一句话“如果在黄昏时刻，禁止论说，只准听音乐喝茶，看夕阳沉思，将是对这个城市的人最严重的惩罚吧。”这句话使我陷入了沉思，是啊，我们生活的节奏太快了，快到留不出哪怕一分钟来思考，无人能傍晚时静下心来欣赏落日的美景，许多人麻木地让自己泡在工作和学习里，这样的生活，该是多么无趣。文中把夕阳比作落款的印章，把生活比喻为一幅水墨画，只有尽心去创作的水墨画，才会不留遗憾。

书再往后翻，翻到了又一篇我十分喜爱的作品——《红心番薯》。文章写的是作者父亲南洋梦里的乡思，以及作者对时间流逝的感叹、对生命的惊讶。

番薯在幼时的作者眼里象征着台湾，而芋头则代表了大陆。文中，幼年的作者不禁感叹着两种植物的相似。其实，相似的何止是形状，水土、人情都是差不多的。我想，作者对这件往事之所以如此印象深刻，绝不是因为跟别的小孩儿吵了一架，而是作者父亲在油灯下，将大陆和台湾连起来的那一根线，以及父亲眼中掩不住的乡愁。

作者住在高楼里，感叹着番薯顽强的生命，作者所住的地方与我们一样，是无土的存在。在作者父亲眼中，人就该脚下是土地，头顶是天空，“脚踏实地”才是正常的。《马来的雨》的作者胡绳梁也感叹“现代文明有时离大自然是远了些的。”不是所有人都能拥有带土地的房子，但亲近自然却是很容易做到的。即使身处“容不下绿色的地方”也应该牢记自然，对脚下每一寸土地都保持尊重。文章以番薯来代表坚强、沉默、忠心的品质，同时文末最后一句“上一代人的狂歌和低吟都埋在那小小的花盆中，只有静夜的敏感才听得见。”又一次向我们叙述何为“清欢”。

“清欢”是细腻的情感，是善于观察的眼睛，是真诚地对待生活，更是在浓墨重彩的人生之画作中留出属于自己的空白。

## 清欢读后感篇五

近日，拜读林清玄先生首部人生主题的经典散文集，禅意之中充满温暖，书中关于人生种种话题的解读，更是能为成长的我找到一些慰藉与方向。

清欢为何物？在未读这本书之前一直疑惑。而一开篇林先生就给我解惑了，“清欢”可以说是“清淡的欢愉”，这种清淡的欢愉不是来自于别处，是对平静的、舒淡的、简朴的生活的一种热爱。想想“清欢”不是简单的快乐吧，应该是来自于心底的愉悦，是不讲求物质的条件，只讲究心灵的品味。书中提到，第一流人物应该是在清欢里也能体会人间有味，是在凡世间也能找到清欢滋味。

看完林先生的解析后，我偷笑了，非自人间第一流，不知人间清欢味，我想世人大部分跟我一样，众人皆醉中。物欲横流的今天，人们都为物质生活的提高，而变得匆忙，往往会忽略掉自己的本心，自己的初衷，自己的清欢。不由得再次想到自己，忙碌的工作，停留给自己的时间并不多，可是要为清欢而抛弃工作吗？不，若为清欢故，工作皆可抛的境界还



没达到，吾乃凡人尔。然，工作皆生活，那工作中什么是我的清欢？我回想了好久。

那是成单后的每一个小幸福。八年前自己来到人保，从第一个客户成功投保后，那种幸福的满溢，幸福不是简单因为离实收目标更近一步，而是以我的服务、专业让客户选择了人保电话车险，我让客户从传统的办理车险方式转移到电商的新渠道来。后来，公司推出了意外健康险，车险和非车险同时推荐，每成功一单，我的幸福感更加强烈，因为我让客户不单只考虑自己的车，也成功的考虑到自身的保障了。

那是我带领组员认同自己工作，一起成长的快乐。两年前开始带业务组，一个全是新人的业务组，组员都是新兵蛋子，对于电话销售，对于车险，对于人保的认识都只是在新人班，新兵营那边听到的，他们并没有在实践中知道自己的工作是多么的伟大，因为他们的展业，让客户的车辆和客户本人得到了及时的保障，让客户及客户家人的生活不会因为意外和风险受到影响。当然他们的展业中也遇到了客户无数的打击，也遇到了不少技能不成熟导致的失望，正是这样，我不断的把自己的这份工作的认同传染给我的组员，每一次的把日常收集到的经验分享给他们，在他们困难的生活给他们支持，在他们成功的时候一起分享。

原来，清欢对于我来说是每天都有的事情，相信对于大家也是，每当生活和工作遇到不顺心，我们应该静下心来，想想我们生活中的那点点的清欢，我们原来是多么幸福快乐的人啊，也是那人间第一流。

## 清欢读后感篇六

让内心的灵魂来取代生命的世俗！

——题记

在这个喧嚣的世界里，要怀有一片属于自己心灵的净土，在这个追名逐利的世界里，要保持你自己的目标与原则；在这个物质的世界里，要永远做一个内心真正平静真正高贵的人！

初读人生最美是清欢是因它的文艺书名，与林清玄这个在我心中曾万分羡慕的真正艺术家。

我羡慕他，因为在这个连写个书都会功利化的时代，他仍选择按照自己的方式生活；我敬他，敬他内心真正的平静；我敬他，敬他以他的事例以他的感想，让生活在这个事与事比成功比成功，人与人比钱财的时代里的人们，找到了他们的真正有意义的生活；我敬他，敬他如雪一般的情感给这个世界逝去了不少污渍。它也许不会像市面上的心灵鸡汤那般让人读后热血沸腾，取而代之，在人生最美是清欢的阅读中，我会不由自主的放下手中的事，悠闲悠闲的走在被鹅卵石铺满的小路上，欣赏无限风光，领略无数美好。

生活催我们奋起，现实唤我们拼搏，未来迈着匆匆的步伐向我们赶来。作为历史的传承者，父母眼中的期盼我们都不想让它消逝去，好像现在的人都会被生活生活的压力逐渐褪去他们个性的张扬，生活的靓丽，以及会产生一种又一种的情绪，生命从此不再平静。我还记得书的第一页的那一段经历使我心里的情愫多了几分又几分，像担心天上的会不会消失又希望它们消失，可第二晚还是会迎面出现。当然乱扔垃圾的现象与的出现不可比拟。现在的人为了缓解生活的压力，对前途的担忧，对未来的畏惧，都会去游览名胜古地以来表达自己内心的平静。但是，去一个人山人海，摩肩擦踵，水泄不通的景点就是内心平静了吗？通过人生最美是清欢这本书，我觉得，内心的平静应是在于饮一壶岁月酿的美酒，看几眼这个世界的美好了，听几首喜欢的歌，在这个拼搏的时代，还有生命的意义要去享受。我们不应该只注重学名功名，更应该培养的是内心的平静。

每当我经过一个柜台一个书架一个老人以及一个破旧的报刊，心里像水波似的荡起了一圈一圈的涟漪。看着老人那骆驼的背，双手不时撑着老人镜的聚精会神的看着报纸，心里不禁宿舍酸涩几分。可能老人的一生都在文学上面，又或是退休之后为了生活一年，烈日炎炎，白雪皑皑都如天使般守护这个报刊这些书。我每当经过这样的报刊都会去买一本书，不是为了所谓的同情心，而是为了赞美他们这种不被世界功利化的，内心平静而高贵的生活态度。

也许，那是生活的最高境界。里，我会时常去老人的报刊里取暖。他会因为我去而烧多几块锦炭灰，我想，要是每个人都这么为他人着想，内心不会为了功名与物质的存在而被污染的人，这世界还会出现为了一己私利叛离人道的人吗？这世界还会出现为了升职加薪贿赂上级的人吗？还会有为了所谓一生荣华富贵一生艰辛却无疾而终的人吗？我们要为了未来拼搏，要为了梦想奋斗，要为了生活努力，但我们不应该被世俗所影响了我们的未来，不应该被功名利益所挡住了梦想，不应该让自己焦急万分却又碌碌无为。

这一次读人生最美是清欢不再是因内心的焦虑而去寻找平静。

这本林清玄的书不仅仅教会了我要内心平静，要成为一个拥有灵魂的人。还教会了我以乐观的态度对待整个世界。

“让微笑成为一种习惯。”这句简短的话一直伴随我到现在。有时候，微笑就像是一种法力，它会让你在焦急的时候平静下来，它会让你在面前更加活跃，消去一些矛盾，擦去一些隔阂，散去一些不悦。每当我看到跳广场舞的们，总会羡慕她们脸上的笑容，无时无刻不给予我们正能量。人的一生应该是这样子度过的：内心平静的态度，精神里高贵的灵魂，脸上洋溢着的笑容。

每每看到《人生最美是清欢》，每每听到林清玄，心里洋溢着的是平静的态度，以爱之名拥抱整个世界，让内心的灵魂

取代生命的世俗。

## 清欢读后感篇七

在这个喧嚣的世界里，要怀有一片属于自己心灵的净土，在这个追名逐利的世界里，要保持你自己的目标与原则；在这个物质的世界里，要永远做一个内心真正平静真正高贵的人！

初读人生最美是清欢是因它的文艺书名，与林清玄这个在我心中曾万分羡慕的真正艺术家。

我羡慕他，因为在这个连写个书都会功利化的时代，他仍选择按照自己的方式生活；我敬他，敬他内心真正的平静；我敬他，敬他以他的事例以他的感想，让生活在这个事与事比成功比成功，人与人比钱财的时代里的人们，找到了他们的真正有意义的生活；我敬他，敬他如雪一般的情感给这个世界逝去了不少污渍。他也许没有开国主席那样被世人熟识并且代代赞颂，它也许不会像市面上的心灵鸡汤那般让人读后热血沸腾，取而代之，在人生最美是清欢的阅读中，我会不由自主的放下手中的事，悠闲悠闲的走在被鹅卵石铺满的小路上，欣赏无限风光，领略无数美好。

生活催我们奋起，现实唤我们拼搏，未来迈着匆匆的步伐向我们赶来。作为历史的传承者，父母眼中的期盼我们都不想让它消逝去，好像现在的人都会被生活生活的压力逐渐褪去他们个性的张扬，生活的靓丽，以及会产生一种又一种的情绪，生命从此不再平静。我还记得书的第一页的那一段经历使我心里的情愫多了几分又几分，像担心天上的星星会不会消失又希望它们消失，可第二晚还是会迎面出现。当然乱扔垃圾的现象与星星的出现不可比拟。现在的人为了缓解生活的压力，对前途的担忧，对未来的畏惧，都会去游览名胜古地以来表达自己内心的平静。但是，去一个人山人海，摩肩擦踵，水泄不通的景点就是内心平静了吗？通过人生最美是清欢这本书，我觉得，内心的平静应是在于饮一壶岁月酿的美

酒，看几眼这个世界的美好了，听几首喜欢的歌，在这个拼搏的时代，还有生命的意义要去享受。我们不应该只注重学名功名，更应该培养的是内心的平静。

每当我经过一个柜台一个书架一个老人以及一个破旧的报刊，心里像水波似的荡起了一圈一圈的涟漪。看着老人那骆驼的背，双手不时撑着老人镜的聚精会神的看着报纸，心里不禁宿舍酸涩几分。可能老人的一生都在文学上面，又或是退休之后为了生活一年四季，烈日炎炎，白雪皑皑都如天使般守护这个报刊这些书。我每当经过这样的报刊都会去买一本书，不是为了所谓的同情心，而是为了赞美他们这种不被世界功利化的，内心平静而高贵的生活态度。也许，那是生活的最高境界。冬日里，我会时常去老人的报刊里取暖。他会因为我去而烧多几块锦炭灰，我想，要是每个人都这么为他人着想，内心不会为了功名与物质的存在而被污染的人，这世界还会出现为了一己私利叛离人道的人吗？这世界还会出现为了升职加薪贿赂上级的人吗？还会有为了所谓一生荣华富贵一生艰辛却无疾而终的人吗？我们要为了未来拼搏，要为了梦想奋斗，要为了生活努力，但我们不应该被世俗所影响了我们的未来，不应该被功名利益所挡住了梦想，不应该让自己焦急万分却又碌碌无为。

这一次读人生最美是清欢不再是因内心的焦虑而去寻找平静。

这本林清玄的书不仅仅教会了我要内心平静，要成为一个拥有灵魂的人。还教会了我以乐观的态度对待整个世界。

“让微笑成为一种习惯。”这句简短的话一直伴随我到现在。有时候，微笑就像是一种法力，它会让你在焦急的时候平静下来，它会让你在朋友面前更加活跃，消去一些矛盾，擦去一些隔阂，散去一些不悦。每当我看到跳广场舞的奶奶们，总会羡慕她们脸上的笑容，无时无刻不给予我们正能量。人的一生应该是这样子度过的：内心平静的态度，精神里高贵的灵魂，脸上洋溢着的笑容。

每每看到《人生最美是清欢》，每每听到林清玄，心里洋溢着的是平静的态度，以爱之名拥抱整个世界，让内心的灵魂取代生命的世俗。

## 清欢读后感篇八

有些词，只看一眼便觉得其中有些许韵味，清欢即使如此。

清欢，清淡、欢愉。让我想到一女子身着一袭青衣，坐在小客栈的角落，静默无言，端着茶，一口复一口。

清欢这词在现代是很难找到了。在这种物质社会里，充斥着为了金钱而背弃信义的腐朽气息，从前那种坐在草地上吃着番薯看星星还一脸陶醉的年华一去不复返。如此，老子所提倡的小国寡民的社会倒是变得很令人向往。

作者说，物质的丰盈预示着清欢的淡去。草房子里的油麻地，只是个破农村，但里面的孩子，在饥荒的年代，吃一根芦苇根也觉得一直甜到心里。现在的小孩子，每天大鱼大肉地伺候着，却还是脾气一上来就吵着闹着不吃饭。从前光着脚踩在泥地里抓萤火虫也能笑，现在拿着智能手机无所事事愁苦着一张脸。

有些事物，一旦过了头就会变质。淡茶是品人生，浓茶是抗睡神；微笑是待人有礼，强装笑意是虚伪；单调的绿色给人清醒，花花绿绿光怪陆离却让人迷失。还有爱情，每天都说着情话要和你在一起，和只是帮你背着包相比，我更欣赏后者的贴心。

淡，可以组好多的词语。清淡，淡雅，淡定，这些无一例外都是褒义词。在这种被浓妆艳抹覆盖的世界里，若是能坚守自我，淡雅本身，岂不为一件好事？当时人们豁出命来也要寻找桃花源，还不是向往那“阡陌交通，鸡犬相闻，其中往来种作，男女衣着，悉如外人，黄发垂髫，并怡然自乐”背后

的清闲与舒适。古时的农耕社会，与泥土相存的年代，雨中青石板的响声，还有沿街叫卖的老大爷，街角的客栈里往来的酒客，是最本真的年代。单纯，清澈。

有一种婚姻，简直可以说是羡煞旁人。平平淡淡地走到尽头，老太知道老头喜欢吃什么，每天都做给他吃，老头知道老太喜欢听什么，每天都会讲故事给她听，到了傍晚就挽着手踩在黄昏的暮光上一起出门散步。偶尔也浪漫一下给对方买个小礼物，然后一脸期待地看将要到来的一脸欢喜。就像萧，越吹才越有意境与风味。

玫瑰这东西，我向来都是摒弃的。红的得那么妖，鲜艳得未免显得俗套。倒是路边随处可见的三叶草，顽强的生命力，还有其淡淡的酸味，如此不显眼，却让我总有摸一下的欲望。活在自己世界里的三叶草，不受外人打扰，不为出售而生产，心灵自由。

淡，不过分追求金钱名利，一壶温酒便可笑饮天地的满足，人之幸。

## 清欢读后感篇九

我身旁总有一本书<sup>2</sup>，无论是在我伤心难过或是困惑不解时，随手翻开书的扉页，它总是能带给我启迪。这本书就是林清玄的《人生最美是清欢》。

最初与这本书结缘是在书店，正当我面对众多大家之作无从选择时，它那清新淡雅的封面映入我的眼帘。我迫不及待地买下它，随意找了个座位在角落里开始读了起来。

这本书是林清玄的散文集，其中收录了最能代表他作品风格和思想智慧的文章。在这本书中，林清玄用数十载的人生经历和生活智慧给读者展现了他最深的感悟——人生最美是清欢。

正如林清玄在他文章中所写的“第一流的文学是生命的化妆，文学是青少年最好的化妆。”那么读这本书塑造了我很更美的灵魂。如果说向外奔走，领略风格是人们不可或缺的旅行，那么读《人生最美是清欢》就是我们心灵的旅行。

今年对我来说是最重要的一年，因为在今年的6月我完成了一场重要的考试，从那，我跨进了高中的大门，刚开学的一个月里我便感受到了无形的压力。

不久前，我进行了一次考试，结果不是很理想，夜里我辗转反侧，难以入睡，就在这时，我想起了这本书中的一篇文章《有一种淡然与潇洒》，我才意识到真实的人生不是只有考试，而在学习中学会思考，培养正向的能量。

人生的变数有很多，唯一不变的就是每天都在改变。我们的生活不能永远顺利，但也不会永远曲折，只有保持淡定的心情，才能活出“淡然”与“潇洒”。

曾经看过许多报道，有许多人看不惯哪些随意挥霍金钱的人而做出一些损人不利己的行为，这种思想只会困扰自己，正如林清玄在《一步千金》里写到：“时间对于每个人都是公平的。使生命感到充盈的不是欲望的扩张，而是心灵深处的触动，使生命焕发价值的，不是拥有多少财富，而是开发了多深的智慧，使人生充满意义的，不是对某一目标的奔赴，而是每一步都得到心安与落实。”我们的心在这个混浊的世界应该像雪一样清澈透明，在喧闹中保持适当的沉默。只用留下一颗睿智的头脑，静心谛听，这才是人生清欢的真谛。

“斜雨作小寒，淡烟疏柳媚晴滩，入清洛渐漫漫。雪沫乳花浮午盏，蓼茸蒿试春盘，人间有味是清欢。”如果内心的蝴蝶从未苏醒，枯叶蝶的一生也只不过是一片无言的枯叶，愿每个人都有一本喜爱的书来唤醒自己沉睡的灵魂。



## 清欢读后感篇十

近日，拜读林清玄先生首部人生主题的经典散文集，禅意之中充满温暖，书中关于人生种种话题的解读，更是能为成长的我找到一些慰藉与方向。

清欢为何物？在未读这本书之前一直疑惑。而一开篇林先生就给我解惑了，“清欢”可以说是“清淡的欢愉”，这种清淡的欢愉不是来自于别处，是对平静的、舒淡的、简朴的生活的一种热爱。想想“清欢”不是简单的快乐吧，应该是来自于心底的愉悦，是不讲求物质的条件，只讲究心灵的品味。书中提到，第一流人物应该是在清欢里也能体会人间有味，是在凡世间也能找到清欢滋味。

看完林先生的解析后，我偷笑了，非自人间第一流，不知人间清欢味，我想世人大部分跟我一样，众人皆醉中。物欲横流的今天，人们都为物质生活的提高，而变得匆忙，往往会忽略掉自己的本心，自己的初衷，自己的清欢。不由得再次想到自己，忙碌的工作，停留给自己的时间并不多，可是要为清欢而抛弃工作吗？不，若为清欢故，工作皆可抛的境界还没达到，吾乃凡人尔。然，工作皆生活，那工作中什么是我的清欢？我回想了好久。

那是成单后的每一个小幸福。八年前自己来到人保，从第一个客户成功投保后，那种幸福的满溢，幸福不是简单因为离实收目标更近一步，而是以我的服务、专业让客户选择了人保电话车险，我让客户从传统的办理车险方式转移到电商的新渠道来。后来，公司推出了意外健康险，车险和非车险同时推荐，每成功一单，我的幸福感更加强烈，因为我让客户不单只考虑自己的车，也成功的考虑到自身的保障了。

那是我带领组员认同自己工作，一起成长的快乐。两年前开始带业务组，一个全是新人的业务组，组员都是新兵蛋子，对于电话销售，对于车险，对于人保的.认识都只是在新人班，

新兵营那边听到的，他们并没有在实践中知道自己的工作是多么的伟大，因为他们的展业，让客户的车辆和客户本人得到了及时的保障，让客户及客户家人的生活不会因为意外和风险受到影响。当然他们的展业中也遇到了客户无数的打击，也遇到了不少技能不成熟导致的失望，正是这样，我不断的把自己的这份工作的认同传染给我的组员，每一次的把日常收集到的经验分享给他们，在他们困难的生活给他们支持，在他们成功的时候一起分享。

原来，清欢对于我来说是每天都有的事情，相信对于大家也是，每当生活和工作遇到不顺心，我们应该静下心来，想想我们生活中的那点点的清欢，我们原来是多么幸福快乐的人啊，也是那人间第一流。