

人生的智慧和哲理读后感 人生的智慧读后感(优质8篇)

当品味完一部作品后，相信大家一定领会了不少东西，需要好好地对所收获的东西写一篇读后感了。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！

人生的智慧和哲理读后感篇一

拜读了叔本华的《人生的智慧》，敬佩不已。现在欣赏到大师级的文字、音乐，常常由衷的发出敬佩的感受。人类的感情中，嫉妒是很普遍的，罗素说过，女人对世界上所有其他女人都有可能产生嫉妒，男人则通常对同行的男人产生嫉妒；幸好，上帝还赋予了人类另外一种高尚的感情，那就是敬佩。希望自己能够多发展敬佩这种感情，也许将来会有时间和意愿去欣赏艺术、美术、雕塑之类的内容，但就目前而言，书籍、文字可能是最容易得到，内涵也最丰富的艺术形式。

读这本书的过程中，常常被叔本华的比喻引得忍俊不住，虽然这本书完成的时代在叔本华的后半生，但在这本书中，叔本华常常表现的像个自负的孩子，对自己的生活方式异常热烈的表示支持，用自己的哲学思想为个人的生活作了最好的注解。举几个让人非常耳目一新的见解：

痛苦和无聊是人生幸福的两个死敌。每当人们远离其中的一个，就靠近了另外一个；一个人对痛苦的感受能力与对无聊的感受能力成反比。一个人对与人交往的热衷程度，与他智力的平庸和思想的贫乏成正比。人们在这个世界上，要么选择独处，要么选择庸俗，没有其他的选择了。

亚里士多德说过，理性的人们追求的不是快乐，而是没有痛苦。亦即：所有的快乐，其本质是否定的；而所有的痛苦，其

本质确实肯定的。举个例子，哪怕你平常生活的90%都是顺利的，你很少感受到这些顺利给你带来的快乐，即使有，也只是转瞬即逝；但只要有些微的痛苦，比如说牙疼、损失少许钱财，这个痛苦都会时时的拜会你，给你带来深刻的印象。因此，快乐只是表象，无法持久，这是由人的本性决定的，世上人们都去追求快乐，感官上的，情欲上的，权利上的，但殊不知，只有痛苦是持久的。因此，与其追求快乐，不如避开痛苦。

独处的好处，一个人只有感知能力非常丰富，对别人的依赖性很少，才能从独处中自得其乐，而独处对于天才而言，则更是必需的部分。一个无法忍受，无法从独处中获得快乐的人，其思想和智力，都是贫乏的，是这世上大多数庸俗的人的一部分。想想你可以避开的哪些俗不可耐的人，你一定会好好享受独处的好处。

哲学家，是探索人类灵魂的先行者，是人类思想文明的开拓者，他们的思想往往远远领先于他们的时代，不被当时所理解，但最终真理就是真理，即使过了几百年，也会被重新认定；所以也有一种说法，在当代就被大家赞扬的杰出人物，往往死后会被遗忘。因为天才就是引领人类的火把和旗帜，他们永远前行在大多数人的前面！

人生的智慧和哲理读后感篇二

花了一天的.时间，拜读了叔本华的《人生的智慧》，敬佩不已。现在欣赏到大师级的文字、音乐，常常由衷的发出敬佩的感受。人类的感情中，嫉妒是很普遍的，罗素说过，女人对世界上所有其他女人都有可能产生嫉妒，男人则通常对同行的男人产生嫉妒；幸好，上帝还赋予了人类另外一种高尚的感情，那就是敬佩。希望自己能够多发展敬佩这种感情，也许将来会有时间和意愿去欣赏艺术、美术、雕塑之类的内容，但就目前而言，书籍、文字可能是最容易得到，内涵也最丰富的艺术形式。

读这本书的过程中，常常被叔本华的比喻引得忍俊不住，虽然这本书完成的时代在叔本华的后半生，但在这本书中，叔本华常常表现的像个自负的孩子，对自己的生活方式异常热烈的表示支持，用自己的哲学思想为个人的生活作了最好的注解。举几个让人非常耳目一新的见解：

痛苦和无聊是人生幸福的两个死敌。每当人们远离其中的一个，就靠近了另外一个；一个人对痛苦的感受能力与对无聊的感受能力成反比。一个人对与人交往的热衷程度，与他智力的平庸和思想的贫乏成正比。人们在这个世界上，要么选择独处，要么选择庸俗，没有其他的选择了。

亚里士多德说过，理性的人们追求的不是快乐，而是没有痛苦。亦即：所有的快乐，其本质是否定的；而所有的痛苦，其本质确实肯定的。举个例子，哪怕你平常生活的90%都是顺利的，你很少感受到这些顺利给你带来的快乐，即使有，也只是转瞬即逝；但只要有些微的痛苦，比如说牙疼、损失少许钱财，这个痛苦都会时时的拜会你，给你带来深刻的印象。因此，快乐只是表象，无法持久，这是由人的本性决定的，世上人们都去追求快乐，感官上的，情欲上的，权利上的，但殊不知，只有痛苦是持久的。因此，与其追求快乐，不如避开痛苦。

独处的好处，一个人只有感知能力非常丰富，对别人的依赖性很少，才能从独处中自得其乐，而独处对于天才而言，则更是必需的部分。一个无法忍受，无法从独处中获得快乐的人，其思想和智力，都是贫乏的，是这世上大多数庸俗的人的一部分。想想你可以避开的哪些俗不可耐的人，你一定会好好享受独处的好处。

哲学家，是探索人类灵魂的先行者，是人类思想文明的开拓者，他们的思想往往远远领先于他们的时代，不被当时所理解，但最终真理就是真理，即使过了几百年，也会被重新认定；所以也有一种说法，在当代就被大家赞扬的杰出人物，

往往死后会被遗忘。因为天才就是引领人类的火把和旗帜，他们永远前行在大多数人的前面！

人生的智慧和哲理读后感篇三

一本书或者一堂课只要有一句话能触动我们，那就是一本好书、一堂好课了。如果把一次触动比喻为一朵浪花，那么，在读这本书时，你会觉得波涛汹涌，浪花翻滚！在阅读前，下了很大决心，要求自己一定要沉下心来仔细领悟，因为总认为和哲学相关的书籍都是深奥、晦涩难懂。但当我翻开书时，吃了一惊，因为它娓娓道来，通俗易懂，且翻译本的文笔优美，引人入胜。

里面很多观点并不新颖，但却分析透彻，且加以佐证，有理有据，使人觉得言之有理，绝无空洞乏味之感。

前言里，亦非介绍叔本华时，提到他是一个十分矛盾的人，“从小就性格孤僻，孤傲敏感且喜怒无常”，此书字里行间也流露出来了。但这样也会觉得叔本华也和我们常人一个样，一下子拉近了距离，总的来说，本书内容还算正面、积极向上，读完后可以提升我们对人生的理解和感悟，唤醒藏在我们内心的那份激情！“人们在世间有何种感受，主要在于人以什么方式来看自己所处的世界”。

中国有句古话：“仁者见仁，智者见智”就是这个道理，同样是逛街、参观，但每个人却会有不同的感受，对同一个事物也会有不同的见解。这个老生常谈的问题提醒我们要注意学习，不断提升、拓展自己“看世界的方式”。当别人有不同意见时，不要轻易地以自己的看法去判断对错，而应该顺藤摸瓜，找到产生这个观点的“方式”，以此提高自己；另外，要尊重别人的意见，错和对都不是绝对的，做到“合而不同”。

“人持久不变的并不是财富而是人格”，这是亚里斯多德的

名言。“江山易改，本性难移”，由此可见，人格会伴随我们走过一生，意义非凡！从小的方面来说，人格会影响我们的人生观、价值观等，进而影响我们的生活、事业。中国命相学上有句名言：“性格决定命运，气度影响格局”真是有它的道理！从大的方面来说，一个人的人格好坏决定了他对社会是贡献还是损害，而人格不会因为财富、学识、能力的多寡强弱而改变，相反，如果一个人的人格不健全，那么他拥有的能力越强，只会增加对社会的威胁，因此，科学是把双刃剑，关键就看它掌握在谁的手里，所以我们常强调做事先要学会做人。

这就像武侠小说里的大反派，他们拥有超人的能力，却不造福人类，反而杀人如麻、贻害江湖，结果弄得天怒人怨，人人得而诛之！如果对他们进行心理辅导，健全他们的人格，金庸笔下的变态杀手、江湖怪人就会大大减少。中国的教育在这方面做得工作很少，并不怎么关心孩子心理的成长、人格的培养，而把精力放在了其他方面。和亲朋好友聊天时，一旦提及他们的小孩，我都不会问学习怎么样，也不关心他是否爱学习，是否中途辍学，因为在这百花齐放的社会，在学校读书并不是唯一通向成功的路径。相反，我往往会问他懂事不，是不是经常思考，有没有考虑过人生，有没有学会对自己的选择负起责任，而并不是一时冲动，“读书明理”才是关键所在。

“人生的幸福与悲苦，关键不在于遭遇的事情本身是苦是乐，而要看我们要如何面对这些事情，我们自身的感受是什么样。”，“我们更容易抵御来自外界的苦难，但却很难承受自身性格缺陷所带来的痛苦”。从古至今，流传着许多苦中作乐的感人故事，就是这个道理。从这个角度看，当我们面对苦难、挫折时，应该坦然、乐观面对，因为人生本来就是由酸甜苦辣组成，缺一不可，这些我们都无法选择，但我们可以选择对待它们的态度。人最大敌人其实就是自己，我们应该正视自己的缺点、不足，勇于战胜自己。在这次公司组织的乒乓球比赛中，第一场和超声对决，我参加单打，结果输了，

关键就在于很少参加正式比赛，心理太紧张了，而在后续的比赛中，自己过了这道心理关，充分发挥了自己的水平，赢得精彩，输，虽败亦无憾！战胜自己的感觉真爽！一个人幸不幸福，不在于他拥有多少，而在于他要求多少，知足就会常乐，叔本华也开出了幸福良方：“心地善良，思维敏锐，乐观进取，爽朗大方，体格强健这些人自身所应该具备的美好的品德才是获取幸福的第一要素”。

本书中还有许多浪花，比如：

“心灵空虚是厌倦的根源”。

“幸福主要是来自于心境的平和以及其满足感”。

“在女人的一生中，最重要的就是她和男人的关系”。

“把自己的幸福建立在别人想法上，是一种不幸”。

人生的智慧和哲理读后感篇四

有人把叔本华归入悲观主义哲学家的范畴，但他的悲观多来自于对世界更理性的审视，他用他的痛苦经历去凝结智慧。

他并没有像父亲希望的那样成为巨商去贸易和赚钱，并没有延续家族的商业辉煌，然而让其父亲也没有料到的是，其思想遗产比经商所能创造力和影响程度更为巨大，绵延了几个世纪，成为了现代唯意志主义和悲观主义的创始人。一生未婚，无子无女。就像他自己所说“谁要是像我那样孤独的过了一辈子，自然更懂得孤身上路的种种滋味”。

多时候，在人群中，我们都不确信自己拥有什么突出的才能，因而会试图为自己添加各种标签，但当我们远离人群，安静下来的时候，才能够确信自我的存在，能够真正通过自我思考获取成长。这或许就是选择孤独的收获，或许在这样的环

境下更容易看明白自己。

人一旦有了欲望，为了实现这个欲望，一直就会迫使理性为自己进行策划，于是，人的全部身心也就陷入了“痛苦”之中。什么叫“幸福”？叔本华认为，人的欲望被满足的那一个刹那就是幸福。如果第一个欲望得到了满足，而第二个欲望还没被设想出来，那时人就陷入了“无聊”的状态之中。一旦这个人的第二个欲望产生出来，他就重新陷入了精神的痛苦之中，他的理性又忙于为实现他的第二个欲望而筹划。所以，叔本华说，人生就像一个钟摆，在痛苦和无聊之间摆动。

在追求快乐幸福的过程中，必然衍生出痛苦和无聊，无聊的人归因于肤浅，而智者体验更多的痛苦，。所以，你所知道的痛并快乐着并非你所知道的痛并快乐着，对于肤浅之人来说他们是对立着的两回事，中庸之人觉得两者关系式辩证的，而睿智之人认为他们是一码事。

人生的智慧和哲理读后感篇五

最近入手了叔本华一套书，包括《关于意欲和表象的世界》、《附录和补遗》（卷一卷二），其中《附录和补遗》里面的《人生的智慧》我是单独拿出来先阅读的，它是叔本华的代表作之一，既然单独阅读，那就单独写一下读后感。

《人生的智慧》阅读难度并不大，不像一般的哲学著作语句很晦涩，有很多专业术语。这一方面是叔本华写的好，能深入浅出，另一方面是韦启昌老师翻译的好。如果有朋友想读一下，建议也是看韦启昌老师翻译的这本，比较经典。

《人生的智慧》书名很容易让人联想到鸡汤文，确实，现在心灵鸡汤太多了，多的让人已经感到麻木，而《人生的智慧》不是鸡汤，没有浮夸的故事，是一本哲学书，并且它最大的优点是适合各个年龄段尤其适合年轻人和没有哲学理论基础

的人读的书，毕竟大部分的哲学书语句都太过于晦涩，而本书很好的规避了这一点，这让它的受众群体范围扩大了很多。本书放弃了形而上和道德的审视角度，采用的完全是形而下的意义，教导我们如何才能有幸福的生活。

叔本华把人所处的世界分为两个部分，主体和客体。主体即作为人的部分，客体即作为外在事物和境遇的部分。他认为同一个外在事物或境遇对每个人的影响都是不一样的，哪怕人们所处的环境相同，他们所生活的世界也是不同的，因为决定因素在于主体。他从“人的自身、人所拥有的身外之物（财产等）、人向其他人所显示的样子（名誉、地位和名声）”三个方面进行了论证，并且指出决定我们幸福指数的是我们自身之内的原因，而不是自身之外。也就是说这个人自身的内在素质（健康的身体加上健康的心灵），决定了一个人的一生幸福指数，其它的都是间接影响因素不起主要作用，因为最高级、最丰富多彩、持续最为长久的乐趣是精神上的乐趣，而非物质、名誉或其它。

针对人所拥有的财产，可以划分为三类，第一类是属于人的天然的和迫切的需要，这类需要如果得不到满足，就会让人痛苦，例如食品和食物；第二类是天然的但不是迫切的，那就是满足性欲的需要，要满足这类需要就已经相对困难一些；第三类则既不是天然的，也不是迫切的，那就是对奢侈、排场、铺张和辉煌的追求，这些需要没有止境，要满足这些需求亦是非常困难。叔本华认为一个人在拥有财产方面能否得到满足，并不由某一绝对数量的财产所决定，而是取决于某一相对数量，亦即由这个人所期待得到的财产和他已经实际拥有的财产之间的关系所决定。这一点很好理解，一万块钱给一个亿万富翁和一个月只有五千元薪水的工薪阶层带来的幸福指数明显不同。事实上，我们感到不满足的根源就在于我们不断试图推高我们的期望，但同时其它妨碍我们达成期望的条件因素却保持不变。因此，客观理性的给我们对于财产的愿望界定一个限度是非常重要的，但是现实中非常困难，因为财富犹如海水，喝得越多就越口渴。

我们所展现的表象，也就是我们的存在在他人心中的样子，通常都被我们过分看重，我们应该要抑制这一人性的弱点，尽量减低我们对待别人意见的敏感程度，无论是受到这些意见的奉承还是伤害，都应如此，因为这两者其实是悬挂在同一根线上，否则，我们就只能成为别人看法和意见的奴隶。因此，正确评估自身的价值和看待别人对自己的看法，对我们的幸福大有裨益。只有当别人的看法对某事某物产生了影响，并因此会使我们的自身改变的时候，别人的这些看法才是值得我们考虑的。每个人首先并确实是活在自身的皮囊里，而不是活在他人的见解之中，一个真正珍视自己价值的人面对侮辱、诋毁都会淡然处之。

叔本华是现代哲学史上的一位宗师级的哲学家，尼采称他为“我的伟大哲学老师”，列夫托尔斯泰也说过“如今我确信叔本华是人类最伟大的天才”。他的悲观主义哲学并不代表他是个彻底的悲观主义者，他只是把世界的真相剥离出来指给我们看，指导我们怎么去规避人生的痛苦和无聊，幸福的过完这一生。肉眼可见的一切都作为可见性而存在，一切事物都是意志的可见性，而只有意志才是世界的现实。痛苦才是人生的本质，在叔本华看来，理性的人寻求的不是快乐，而只是没有痛苦。

读懂了叔本华的悲观主义哲学思想，就能感觉到他的思想其实是透过“悲观”的表象去“乐观”的看待这个世界，既然注定会遇到痛苦的事情，明白了所有该发生的事情必然发生，那么积极的接受这一切，用乐观的心态去面对生活不失为一种更好的方式。尼采说：“凡是不能消灭我的，必使我更强大”这句话，用在这里刚刚好。

以此，纪念《人生的智慧》第一遍阅读。

人生的智慧和哲理读后感篇六

在我看来，叔本华是很悲观的。但是好像他对减少苦痛又很

有执念，所以也并没有彻彻底底到虚无主义的地步。他的悲观在于他不相信改变。毕竟是二百多年前的书，观点在变化，世界也在发展。所以我认为辩证看这本书还是比较合适的。

叔本华对于独处的重要意义的强调，对骑士荣誉鞭辟入里的分析，以及他对世界苦难内核的洞察，都有极其深厚的意义。但是对于他的观点我有一些不太赞同的地方。

首先是人性格不可能改变的悲观内核。叔本华认为，人生有很多难以预测的苦难，要躲避真实痛苦，不要追求虚假的幸福。我认为人是由经历塑造的，发自内心的成长的力量是有改变自己可能的。此外，既然一个人有不依靠任何外物与外在关系的独处力量，那有什么好失去的呢？如果不占有任何外物，为什么不能超脱地去用勇气去做些尝试呢？我们自己依赖的自己的力量是不会失去的啊。如果没有尝试，只是躲避苦难的话，会一直错过。

其次，我认为他个人经历得出来的结论有些偏激而绝对化。从叔本华的文字中，我感受到了他睥睨众生的强烈的优越感。或许优越感是抵消自身痛苦的利器，但同时过强的优越感可能会造成自我蒙蔽，会影响对世界多样性的认知。大千世界芸芸众生，每个人都有自己的特点优势，不同人有不同经历，观点也都千差万别，不同人身上也都有我们可以学习进步的地方。此外，他个人极强优越感会阻碍他现实中与人相处，他不屑于与其他“庸人”交流。为了避免冲突，他怀疑真诚，拒绝表达想法，抵抗自我暴露。他阻断对其他人想法的理解，同时对这个世界充满了恶意。对其他人的不理解与恶意往往会阻碍自己获得心灵平和宁静。

叔本华自身家境不错，他可以专注于哲学不为生活所迫，他可以独居专心沉浸于精神世界，认同自我。他按照自己本心生活的并且全然接受自己的。我也极其敬佩尊重他自洽的思想体系，他鲜明的观点，他出众的才华。但是对于社会上的大众来说，有他知识储备，强大精神力，有一定物质基础的

人并不是那么多，情况也可能不太一样。大多数人是要努力生存，要适应社会，平衡个人和社会冲突，才可以尽最大可能规避苦难与折磨。

对于一部分人来说，他们自信接受自己，独处是自发的选择，在独处中他们汲取力量，同时他们也不排斥接受不同人观点，不会完全切断与人的交流与联系，他们享受孤独并且可以在这本书找到共鸣。但是也有一些不够自信的人，或许人生早起经历了一些不幸运的事，他们选择的独处更可能是无法与别人相处，抨击世界后无可奈何的措施。他们口中的独处可能只是自我安慰，也不是完全接纳自己。他们活在自己的世界中，拒绝与外界联系，也很容易以恶意眼光看世界。他们难以了解新的观点，改变思维误区，紧接着就是进一步的自我封闭带来的恶性循环。但是一旦冰冷的现实出现意想不到的灾难，理想化形象可能会崩塌，现实落差可能会造成长久难以扭转的抑郁。这种情况的话，对这本书的强烈共鸣，可能会带来进一步的恶性循环。

当然我并没有否认这本书巨大的价值与深远影响，也没有否认叔本华个人强大的精神力量与人格魅力。我只是认为看这本书时，应该与时俱进多加辩证思考，而不仅仅是「倾向于接受自己愿意接受的东西」看书是为了找到自己，寻找共鸣。但是看书也是为了看见世界的多样性，增加阅历。

人生的智慧和哲理读后感篇七

说心里话，哲学书对我而言太深奥了，一般情况下我不会购买这类书，因为读不懂。

人生的智慧，这五个字吸引我决定读一下，而这是第二次阅读。第一次泛泛地读了，毫无收获。

于是决定再次读一遍。应该坦诚地说，这一次读后，有了一点点的感悟。

一、纵观全书，叔本华的关于人生的智慧的哲学思想充满了哲理和美，我完全同意他的观点：真理可以耐心等待，因为真理是永存的。

叔本华在书的开章，就解释了何为人生的智慧：“如何尽量称心、愉快地度过一生这样一门艺术。”也既是人生如何获得幸福。

书中用六章阐述了人生的基本划分、人的自身、人所拥有的财产、人所展现的表象、建议和格言以及人生的各个阶段。

作者引用了亚里士多德的哲学观点，将人生得到的好处分为三个部分——外在之物，人的灵魂，人的身体。作者用这个观点逐一论述了人的一一生中能够获得幸福快乐的途径和关键。

二、这本书让我明白，对人的幸福起着首要和关键作用的，是人的主体获得的好处：高贵的品格、良好的智力、快乐的性情、愉悦的感官和健康良好的体魄。仔细想想，确实有道理。没有好的身体，谈何快乐？没有愉悦的感官又如何感觉到快乐呢！

所以，我们应该将身体的健康重视起来，而不是年轻时忽略身体、透支身体，年老时意识到了这个问题，却没有机会后悔。

所以，作者得出结论——人获得幸福快乐的智慧最重要的一点是在关注现在和计划将来两者之间达成一个平衡，明白这个世界上或许只有得到教诲才会感到快乐。所以，得到教诲就是学习和接受新知识和新的思想，也只有学习才会让人感到无尽的快乐，也就是精神上的获得才是永恒的和真正的！

人生的智慧和哲理读后感篇八

第一章，将人生划分为三个部分，（1）人的自身；（2）人

所能控制的财产；（3）人所展示于外的形象，也即他人的看法。人生的幸福最重要的在于第一点，人自身内在的素质。拥有不同内在素质的人看待对于同一客观事物的角度与内涵就不同，由此人幸福与否关键在于主观意识。

第二章，人类幸福的两个死敌是无聊和痛苦。痛苦是由于外在的匮乏所造成的；无聊是由于内在的空虚所造成的，因此无聊也一般是生活富裕、安定的人所面临的，因为他们不需要被生活匮乏所苦恼，但内在素质不丰富的人容易感到无聊，从而需要寻求外部刺激来排解无聊。人之一生都在追求闲暇时刻，只有在闲暇之时能够享受到自我意识与自由，而除闲暇之外，人的一生都在忙碌与劳作中度过，所以不要为了挣钱而放弃了闲暇，这是本末倒置。产生快乐的有三种生理能力，（1）满足机体带来产生的快乐，比如吃饱、休息；（2）发挥肌肉力量带来的快乐，比如运动；（3）施展感觉方面带来的快乐，包括阅读、观察、写作、学习、冥想等。而第三层次由感觉带来的快乐是最幸福与长久的。

第三章，不要挥霍财产，学会储备财产，保护财产。

第四章，对幸福至关重要是平和心境与独立自主，要减低对待别人意见的敏感度，否则只能成为别人看法和意见的奴隶。别人对我们的看法只有在他们的看法影响到他们对待我们的行为的时候，才会对我们产生直接影响。因为人是生活在群体社会之中，需要与其他人进行合作，而他人对我们的看法决定了他们对待我们的态度，从而决定了他们是否会与我们展开合作。由此，在前述这个角度上，看重他人的看法本质上仍是从自我出发。所以，如果因为过分奴性地看重他人的看法，而放弃了自我则本末倒置。（我们喜爱比人的敬重并非因为敬重本身，而只是因为人们的敬重给我们的好处。）

第五章，（1）对待自己的态度，学会独处，享受独处，每一天都是独立的一生；勤于反省；知足常乐，不要有太多的欲

望，人生的幸福在于没有痛苦，而不是获得享乐的机会；另外，不要追求太多、计划太多，事事常处于变化之中，并且想法也随着环境在改变，也就是说我们未雨绸缪的计划也许到未来并不会用上，而我们为此付出的损失可能过大。（2）对待他人的态度，人的性格无法改变，学会容忍；对待朋友，不要太多迁就与热情，要保持一定的傲气与疏忽，与人交往的优势在于在任何方面都不需要对方，并且让他认识到这一点；注意到他人的缺点是认识我们自身不足的机会；与人交谈时，要学会沉默，不要诉说太多自己的东西，否则容易成为他人手中的利剑。（3）对待命运的态度，精明、时运和力量是人生中重要的因素，而运气是至关重要的；对人生不要太过执念，一切事物都存在不确定性，任何事物都没有永恒不变的理由，只有转化变化才是永恒的；时间的力量是强大的，遵循事物的客观发展规律，不要透支时间否则会尝到恶果；人之一生会遇到各种各样的痛苦与困难，对于人际关系中的琐碎烦恼，学会放宽心，勇敢面对生活中的各种坎坷，当做锻炼的机会，并且对不幸的事物要有预判与防范，以减少不幸带来的损失与痛苦。

第六章，童年时期是一个认知的过程，不是在意欲的驱动下去行事，所以儿童看待客观事物总是十分专注，心无旁骛；教育儿童，要让他们通过直观体验去感受这个世界，而不是直接告知其概念，并且要尽可能在小范围内给予他们准确清晰的认知，以此不断地拓宽，而避免以后需要纠正重新认知的过程。但与对青年人，更多是在意欲驱动下，所以追求与欲望也更多。而到了老年时期，认清了人生的幸福不过在于减少痛苦，而不是寻求欢愉，也更能拥有闲适与平静的心态。因为对于青年人来说未来是漫长充满无限可能性的，而对于老年人来说未来则是死亡。