

2023年苦才是人生读后感(优秀5篇)

当认真看完一部作品后，相信大家的收获肯定不少吧，是时候写一篇读后感好好记录一下了。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？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，我们一起来看看吧。

苦才是人生读后感篇一

世上谁都不情愿吃苦，都要远离苦味，但是，造化捉弄人，偏偏要人吃苦，世人奈何不了一个苦字。其实，苦是人生本味，甜味是从苦中化生出来的。

跋涉在谋生的征途上的徐君，朋友们称他奶油公子，是在蜜罐里泡大的。他的父母花了很大的力气，在上海为他谋了一个工作。当他离开家之后，他独自在快节奏的大城市工作和生活，事无大小都得自己动手做；非但要自己做，而且还必须做好。就说工作吧，每天进入工作室，要费好大的力气才能完成工作量，要动脑子才能把工作做好。如果工作量没完成，或没有把工作做好，不仅要挨骂，或扣工资，甚至被辞退。他至今才知道要找一个工作有多艰难，要保住这份工作就更加难了。因为在职位少而谋职者众多的情势均力敌下，其竞争的剧烈是可想而知的。徐君每天下班回到狭窄的房间里，躺在床上，连话也不愿意说了。他感受到太苦太累了。尽管太累太苦，但换下的衣服还得洗，饭菜还得自己做饭一天天上酒馆，可怜自己还不是白领族，工资少，不允许他这样做。他现在才省悟到活着好艰难，人生多辛苦。在他脚下人生道路还很长，他仍须艰苦地往前走。过了三年，他在电话里告诉我说：“我现在才体验到苦化甜的意义。”

另一位在人生道上奔波的林云，他是从穷乡村来到城市的，是在苦水中泡大的。初见他时，他一张口说话，我就能闻到

他的苦味。对于苦，他不把它当成一回事，习以为常了。也许因他是在贫苦中挣扎长大，就此便劳其筋骨，磨励其意志，有了强烈脱贫去苦愿望，所以，他能别人不愿的太苦太累的事，能够省吃俭用，把挣来的钱积聚起来，用来发展自己的事业。经过大约十年艰苦奋斗，便挣攒了一份可观在资产。他富了，由穷光蛋变为款爷，按理说，应该无苦味了，由甜味取代了。其实，事情并不完全如此。前几天，我见到林云，他困惑不解地谈到他的苦处：过去生活苦，是因为家里；现在富了，生活过得舒服了，但仍然没有离开苦味，甚至比以前更苦。

我也困惑不解了，成了大富翁的他为什么还会感到苦呢？

还是听听他是咋说的：“每天，我必须工作10多个小时。要迅速及时了解市场信息，分析研究市场变化形势，考虑作出相应的决策；每次洽谈生意，确定购销计划，都要认真细看有关的材料，了解各方面的实际情况，预计前景，更为重要的是要能及时识破各种阴谋、陷阱、圈套、骗局，要预计到潜伏的风险，考虑万一出现风险的对策。要检查职工的工作，审查账目，查清资金运转和运用的实际情况，防止内部蛀虫的严重危害。只有这样苦斗，才能保持住已有的产业，方可展事业。我每天都很累常感力不从心，精疲神倦。”

人生之旅确是艰苦的，每走一步，都留下辛勤劳苦的脚步。徐君的脚步，是由甜走向苦，再由苦走向甜；林云的脚步，是走出了苦，创立了可观的产业，生活由苦变为甜，再要创大业，又必须走更艰苦之路。

人的一生，能不能离开苦呢？

我的大学同学景晞说：“人不能离开艰苦，也离不开苦。如果人离开苦尽是吃甜享乐，那他必然是甜尽苦来，乐极生悲。”

人生之所以离不苦，就因为生存不易，活着艰苦，而人不愿吃苦，这就促其奋进，艰苦劳作，改变恶劣的生存环境，创造美好的活，由此可知，苦味便是人生锐意进取的动力。如果忘了苦，一味享乐，这这失去进取的驱动力，不愿再去艰苦劳作，那必然是甜尽苦来，你别忘记，甜是由艰苦创造出来，因此，人要常常变苦为甜为乐，才能常过美好的生活。

苦才是人生读后感篇二

喜欢白岩松的这段话，而读了《苦才是人生》一书后，感觉其实道理是一样的。整本书都在讲心的修炼，学习佛法，修炼心的菩提，让自己能更智慧地面对人生。

苦乐皆由心造

“面对同样的半杯水，悲观者会伤心于杯子一半是空的，而乐观者会满足于杯子一半是满的。”索达吉堪布上师一语道出了苦与乐的真谛。一个人的人生是苦是乐，并不是由外境决定的。所以，我们不论身处什么环境、不论遇到什么挫折，与其一味地抱怨外境，倒不如静下来调伏自心。不执见、不痴迷，内心才能宁静。明白自己的心就是世界，外在皆是由心造！

不求以心换心,但求将心比心

世间人常说：“不求以心换心，只求将心比心。”又言：“己所不欲，勿施于人。”爱自己，也爱别人，才能体现出生命的最大价值。对他人怀有一颗仁爱之心，是一种善意的情感。惟有如此，我们才能保持平和的心态，才能生活的很轻松，快乐、美好和幸福才会永远相伴。

在日常的工作和生活中，我们要教育学生、要与家长沟通、要与同事交流、要与亲朋好友相处，其中最重要的、最基本的就是真诚，学会用心去感受，用心去体会，用心去爱，也

是就常说的“将心比心，以心换心”。

以宽容之心度他人之过：退一步海阔天空忍一时风平浪静。对于别人的过失，必要的指责无可厚非，但能以博大的胸怀去宽容别人，就会让世界变得更精彩。

修心是一门技术

任何一个人的升沉、苦乐、正邪……都是由心决定的。

修心，是快乐人生的第一门功课。只要心光明，哪怕周遭长夜漫漫，人生也能充满光明。只要心温暖，哪怕天地寒风凛冽，人生也能始终温暖。只要心淡定，哪怕生活颠沛流离，人生也能安如泰山。只要心端正，哪怕路上山重水复，人生也能坚守正道。只要心透彻，哪怕世界混混噩噩，人生也能保持透明。静以修身，俭以养德。唯淡泊可以明志，唯宁静可以致远！

最后一句偈语与书友共勉：身是菩提树，心是明镜台。时时勤拂拭，勿使惹尘埃。

苦才是人生读后感篇三

【摘录】：

认识人生之苦，才能找到幸福。倘若将人生分成十份，不称心之时会占几份呢？古人说，占八九份。如曾国藩言：“人生不如意，十有八九。”

人生中，唯一不变的，就是什么都在变。位高权重的，会一落千丈；生死相许的，会势同水火；合家欢聚的，会曲终人散；寿比南山的，会撒手人寰。所以，一切美好都在变化，变化会带来痛苦，这才是“人生才苦”的真谛。

懂得人生皆苦,实际上,对每个人来讲至关重要。假如你一直看不清这个世界的真相,认为它应该充满快乐,一味地蒙蔽自己,以“苦”为“乐”,那永这离不开痛苦。而只有认识痛苦,正识痛苦,才是迈向快乐的一步。

不要逃离痛苦,不要惧怕痛苦,没有大自然的风霜雨雪,就不会有万物的春华秋实。

【感悟】：

不同的世界观、人生观,对事物的看法、结论会有不同。

人生皆苦的观点是片面、消极的。宇宙万事万物会变,却有自然之变和人为之变。

人为之变的本身又有“痛苦之变”和“快乐之变”。

一般地:痛苦之变能换来快乐;快乐之变却得到痛苦。

为换来快乐的痛苦是快乐的。

【摘录】：

苦难,到底是财富还是屈辱?当你战胜了苦难,它就是你的财富;当苦难战胜了你,它就是你的屈辱。

苦才是人生读后感篇四

吃得苦中苦,方为人上人。如果人的一生过得太安逸,没有一点的波浪起伏,那么生活似乎就过于平淡了,有苦有痛,有笑有泪,才是人生。

忍一忍,春暖花开,让一让,柳暗花明,

生活中好多的人，不一定针锋相对；
人生中的好多事，不一定据理力争，
忍，是一种胸怀，让，是一种心怀，
把一种将要发作的火压下，
将一种要爆发的情平静，
需要的是忍，讲究的是让，
有些话，慢慢地都会理解，
有些事，渐渐地都会明白，
不急不躁，有忍有让，生活才美。
做人，最重要的是要时刻保持善良的本质，
你善良，世界才宽阔，他人才宽容。
要有济人之心，物质有厚薄，精神无囿限；
要有赞人之口，好言令冬暖，恶语使夏寒；
要有纯净之眼，你看简单了，众生并不复杂；
要有助人之手，少些锦上添花，多点雪中送炭；
要有忍人之胸，你接纳多少，就能得到多少。
苦才是人生，痛才是经历，
累才是工作，变才是命运，

繁才是世情，简才是生活，
独才是成熟，忍才是历练，
容才是智慧，静才是修养，
常才是大智，忘才是福气，
舍才是得到，做才是拥有，
学才是知识，谦才是提升，
爱才是慈悲，戒才是加持，
循才是超脱，念才是当下。

开心事伤心事，终归都成往事，
不悲不喜，不咸不淡，
人生坎坎坷坷，忙忙碌碌，
忘记了什么，你也不能忘记真情良心。

不论如何的贫穷，怎样失意，
都要长存一份真情，真诚的待人。

不管如何富裕，怎样得意，
都不要泯灭良心，真情待人。

苦才是人生读后感篇五

来美国后，认识了好些在这里读研读博的女生。

我原本以为这应该是一群活力四射，野心勃勃的年轻姑娘，然而她们中的好多却面容憔悴，被成日里繁重的课业压得喘不过气来，然后还在内心深处担忧着未来。

她们中很多并不大富大贵，美国的研究生课程对于一个工薪阶层的家庭来说，也是不便宜的。

而美国读研门槛还是有的，gre、gmat还是要实实在在考出来，对于不是学霸的大多数女生来说，来美国上学前，也已经是掉了好几层皮。

和她们一起在学校餐厅吃饭，她们说，自己越来越迷茫。

本身在国内读大学，成绩也一般般，费了九牛二虎之力考来了美国读研，花了家里好多钱，自己又觉得愧疚。

然后每天真的已经非常努力在学习了，也总算是勉强能不挂科。

“晴悦，我真的已经很努力了，可是却觉得这些力完全没使对地方。”

不是cs专业，在这里很难找到工作，h1b签证越来越难，留在这里工作的可能性越来越小。然而回国，如今公司的起薪，自己十年不吃不喝才够把这几年在美国的学费生活费赚出来。

因为真的都是大实话，反而不知道该如何安慰这些迷茫的女生。

2、评估好你的风险和收益，要不然你的努力反而将变成枷锁

原本，我是最支持出来看世界的，可是那天午饭过后，我却在想，这些姑娘们没有一个不努力的，为什么好像未来对于她们来说是那样遥远。

我自己没有经历过出国留学读学位，只是在大二的时候，出国交换过。

出国读学位和出国交换真的是完全不同的经历。

交换生，看哪里都是新鲜，和谁说话都是人生体验。而对于出国读学位的女生来说，面临着读完学位，何去何从的问题，而这些很多人一开始就没有想明白。

有在国内读完本科，由于找不到合适满意的工作，想说，那就出去再读个书吧。

也有在国内工作了一两年觉得工作内容枯燥无聊，算了，还是再出国读个书吧。

这些女生努力吗？

其实非常努力，考t考g花了大量的时间，然后又斥资巨款去实现“出国读个书吧”。时间金钱，她们样样付出了。

可是，她们从一开始就错了，她们没有想过出国读学位本质的目的是什么，想要得到的又是什么，会面临什么样的风险，自己又期待什么样的回报。

有一个女生说：

非常后悔来了美国，在这里也找不到工作，而回国我都二十七了，国内这样育龄期女生又单身的，真的特别难找工作，怎么自己出来前就没好好想清楚呢。

也有人说：

来美国读文科真的是一个大坑，和美国人一起搞研究，人家用的是母语研究美国文学，我们真的是不吃不喝也在查字典

看材料。姐姐你知道么，最讽刺的是，这样几乎花了一整个生命换来的学位，回国找工作完全没有优势，我一个斯坦福的中国师姐，现在在北京工作，月薪5000元。

你在做出出国决定之前，就应该评估好课程的压力，就业的前景等等这些风险和收益，而不是把“出去读个书”当作是逃避现实的途径。

因为同样是付出了巨大的时间和金钱，你充分评估后，心中有数，那么这些付出都是正向的，你甘之如饴。

而如果你一开始就只看到了眼前能够“逃避”现实，那么出国之后，你也付出巨大的时间和金钱，而这些恰恰会变成你的枷锁。

反而，你越努力就觉得不值，越看不到希望，就越痛苦。

普通人之间智商情商真的没什么差别，仅有的差别在于，别人落棋不悔，心中早已有未来一万步的广阔天地。

而你也是下了一步棋，却天天想着，要不要悔棋。

3、金钱不是衡量前途的标准，大格局才是

虽说不能以钱来衡量工作，但是你自己心里要明白，你读这个学位，付出了这些时间和金钱，究竟想要得到什么。

如果你是为了回国找到高薪的工作，那么你一开始就要评估好风险和收益。

如果你只是为了陶冶情操，热爱学术，不用这些时间和金钱和回报挂上钩，那么你应该能够坦然很多，且甘之如饴。

长大以后你会发现，但凡是想要做出点成绩的女生，哪一个不努力。

而如今时代变化太快，这个世界已经不是你肯努力就行的，已经没有人仅仅愿意为你的努力买单。

现在刚毕业的年轻人，所有都说，我愿意努力，愿意付出，肯拼肯干肯加班，然而真正做出成绩的是那些有大格局的女生。

有一个女友之前是做影视的。

影视行业这么些年日子还算是很滋润的，随着电影票房持续走高，国产电影也还算是佳片频出。

女友又是在北京，这个90%影视行业所在地。

日子过得不大富大贵，却也中产有余。

而十年前，正是影视行业大热的开始，就是那个大家都看《阿凡达》的时候，她却辞职去了互联网公司，并且是降薪降职，从最低级的运营做起。

那时候，我们都非常疑惑，她好好的中产生活不过，为什么要去死磕一个新的行业。

本来觉得影视行业已经水很深，很残暴了，但她居然不计回报地要跳去只有更残暴，更野蛮的互联网生态。

天天加班，面容枯槁，感觉以前影视圈的那些积累统统都清零了。

然而就是在那十年前，她就说，互联网+电影，才是未来。

未来，不仅仅是大银幕才有前途，互联网崛起后，网络剧，短视频都只会更火，更有前途，而它们的`制作成本却是大银幕的零头。

而这个行业需要又懂影视，又懂互联网的人，这才是未来。

我们是外行人，且不懂到底大银幕还是小屏幕，反正我听说的就是，后来她从小互联网公司跳去了阿里，后来阿里上市了。

然后，她财务自由了。

而比财务自由更重要的是，她做回了老本行，在阿里影业，她得到了以前一个小小影视人根本无法想象的机会。

后来，我们在北京吃饭的时候，她说了这么一句话，我一直记在心里。

别演什么苦情戏，说自己已经很努力了，自己太辛苦了。你看看周围，谁不辛苦谁不努力。努力和辛苦在这个时代都是廉价的，你训练自己的眼光和格局才是正经事。

是啊，这个快速更迭的时代里，努力已经是标配了。

而有些人的努力却成为了一把枷锁，让自己在困境中无法自拔。

你要学那些胸中有丘壑的人们，早早充分评估了风险和收益，评估了市场和未来，评估了自己的野心和抱负。

然后以一颗无所畏惧，拿得起放得下，能够不计较眼前得失的心，坚定地走着每一步。

还有一个重要的前提，你不能纠结，人一纠结，就完蛋了。

没有哪个长跑冠军，不是专心一意的。

没有谁一边跑一边想着换跑道一边东张西望看别人跑得怎么样，还能拿到好成绩的，没有。