

最新品质读后感(汇总5篇)

在观看完一部作品以后，一定对生活有了新的感悟和看法吧，为此需要好好认真地写读后感。这时候最关键的读后感不能忘了。那要怎么写好读后感呢？以下是小编为大家搜集的读后感范文，仅供参考，一起来看看吧

品质读后感篇一

“人最宝贵的两样东西，一是生命，二是灵魂。老天给了每个人一条命，一颗心，把命照看好，把心安顿好，人生即是圆满。把命照看好，就是要保持生命的单纯，珍惜平凡的生活。把心安顿好，就是要积累灵魂的财富，注重内在生活。”

生命对每个人来说只有一次，它原本应当是单纯而有意义的。但是，在社会的不断发展变化过程中，人们不断违背和抛弃了生命的意义和品质，许多人成为财富、权力、地位、名声的奴隶，并让这些社会堆积物遮蔽了生命，人们把它们看得比生命更重要，甚至为之耗费一生的精力，不去听也听不见生命本身的声音了，肉体生命已被格式化、复杂化。人们在拥有肉体生命的同时，还拥有着超越于肉身的内在生命，它被恰当地称作灵魂。在一定意义上，人生觉悟就在于透过社会堆积物去发现你的自然生命，又透过肉体生命去发现你的内在生命，灵魂一旦敞亮，你的全部人生就有了明灯和方向。

在“内在生命的伟大”一文中，周国平反思自身的生活，他想到了那些身体残疾却依然收获了一份完整而有意义的人生的人：荷马、贝多芬、霍金、海伦·凯勒，诚然，这些人都是伟人，然而不可能人人都可以成为伟人，但这最起码能证明一个强大的灵魂可以跨越身体上的残缺，爆发出不可思议的惊人力量，从而让我们的生命闪现出耀眼的火花。我们大

多数人都是身体健全的人，虽然我们我们在现实生活中总会受到种种因素的制约，但上帝是公平的，他赋予我们每个人一个完整的灵魂，一个永远不会残缺的内在生命，在这个灵魂中，我们可以自由的活着，不受任何东西的干扰。我们应该成为自己内在生命的主人，无论平庸或是伟大，都应保持一个独立的灵魂，以尊严的方式活着。

周先生的书品味悠长，一本好书初读时似曾相识，再读时又美如初见，直入心底，感觉在阅读和思考中与伟大灵魂相遇，而这种相遇使你摆脱尘世命运的束缚，生活在一个更广阔、更崇高的世界里。读书如一剂良药，无论遇到什么样的磨难，都能从其中找到诠释，回归淳朴、回归简单，回归本真，把平凡生活和内在生活过好，生命的整体品质就是好的。

活在当下，定位自己在红尘万丈中最合宜的位置，把生命照顾好，活出生命的精彩。焉能放下，就让那无法卸载的重量同在同行，把心安顿好，活出生命的真实。而这份精彩和真实的融合，才能活出生命的品质。

品质读后感篇二

关于人的生命最本质的思索，我们每个人理解不同，读过周国平的《生命的品质》，对生命有了更多的理解和顿悟。尤其喜欢他序言中的第一句话：人来到世上，首先是一个生命。生命，原本是单纯的。可是，人却活的越来越复杂了。

我们在这个喧嚣的社会越来越无法听见自己内心的声音了，原本单纯的生命被附加了太多的野心、欲望、财富、名声甚至是平庸，充满诗意的生活在今天的社会成了一种奢望和梦想，人们很难静下心来真正的去体会我们活着的意义。有人说我们都是普通人不用去想那些空洞的道理，不用去体味什么是生命的意义，我们只要活着就好，可是有谁在不尊重生命本身的同时能够安静而幸福的活着。“我们活在世界上，必须知道自己究竟想要什么。一个人认清了他在这世界上要

做的事情，并且在认真地做着这些事情，他就会获得一种内在的平静和充实”其实我们能够一家人安静的在一起吃顿饭也是一种幸福，亦或我们能专注的看一处风景也是一种幸福，是真正的在体味生命的每一个过程和每一个瞬间。可是我们太多时候都是在随波逐流，太多的时候都忙碌不堪，我们到底在忙什么？回过头看看我们活了那么多年生命中留下了什么，有的人也许只是自然年龄的增长而已，可是我们终究要面对我们的内心，如果没有一颗澄明的心，我们就无法享受真正的美好，充其量享受平庸的热闹而已。我们既没有能力享受安静，也没有能力享受真正的狂欢。所以我们只有单纯的活着才能还原我们生命本身的美好。

“人最宝贵的两样东西，一是生命，二是灵魂。老天给了每个人一条命，一颗心，把命照看好，把心安顿好，人生即是圆满。”把命照看好相对简单，可是安顿好我们的心就比较难了。针对这点作者在文中是这样寄语孩子们的：

一、成为你自己一不受外界时尚和潮流的支配，有真实的自我；

二、爱使人富有——一颗心不在社会的竞争中变得冷漠，有丰盈的爱心；

三、生命中不能错过什么——真性情不被物欲污染，保持本色的生命；

四、人的高贵在于灵魂——做人有道德，处世有理想，有高贵的灵魂。

只有这样少年的他们才能安顿好自己的心，那我们呢？我们虽然在过去的岁月里失去了许多本真的东西，这有社会大环境的原因，但是归根结底还是我们每个人的行为最终影响着我们的社会，如果我都安顿好自己的心，让内心清澈丰盈，那么我们的社会就不会成为没有真正信仰的社会。金钱至上，

道德沦丧，信仰缺失等等，我们的心跟着这些生命以外的东西慌乱不堪，让我们的生命失去本真，让我们的心无法安放。我一边读书一边思索，心慢慢的释然了，希望能真正的获得内心的平静，安顿好一颗被世俗物化的心灵。

我们一直在匆匆赶路，我希望大家停下来，看看我们的生命轨迹，等等我们的灵魂，保持生命的单纯，珍惜平凡的生活。保持生命的自然品质，升华生命的精神品质。

品质读后感篇三

在这个物欲横流的社会，

还能保留一方心灵的净土真的很不错。。

书里全部是周老师发自内心的感悟，挺真实的。

打开书，可以想象成面对着一位智者，在给你指点迷津。。

也可以想象成一位普通的老人，在用他大半生的人生经历告诉你如何走好未来的路。。

喜欢这种感觉。

只可惜无缘相见。。

品质读后感篇四

人最宝贵的有两样东西，一是生命，二是灵魂。老天给了每个人一条命，一颗心，把心安顿好，人生即是圆满，就要保持生命的单纯，珍惜平凡的生活。把心安顿好，就是积累灵魂的财富，注重内在生活。这就是周国平的价值观，是他对于人生态度，明晰而简单，但却需要用心去践行。

生命是什么？冰心说：我不敢说生命是什么，我只能说生命像什么，那么我更不敢去为生命下一个定义，我只能说人是有一个肉身生命的，这个生命是脆弱的，生病或是受伤都是可以毁灭它。但除此之外，我认为每个人都还有除过肉体生命以外的另一个生命，这个生命我们眼睛看不到，却能用心感受到，也许我们可以称之它为灵魂或是精神，这个生命是顽强的，不易摧毁的，当所有的不幸和苦难袭来时，这个生命可以抚慰我们受伤的身体，从而使我们获得勇气与力量，所以臧克家会说有的人死了，他还活着，有的人活着，他已经死了，死了的只能是我们的肉体生命，而我们的精神或是灵魂却不会死掉，它是永恒的，只要这个灵魂足够高尚与强大。因此这个内在的生命值得我们珍视，我们每个人都应该拥有一个充实的精神世界，活出生命的品质来。

芸芸众生，大千世界，我们每个人都在自然的怀抱中生息，无论时代怎样变迁，春华秋实、生儿育女永远是生命的基本内核，喧嚣的闹市亦或是宁静的大自然，无论在哪儿，我们都以一种特殊的方式存在着。我们每个人都是平凡的，都不可避免的被这俗世牵绊着，而实际上也必须这俗世牵绊着，在这纷纷扰扰的尘世中，是什么可以让我们保持一颗纯净的心灵？保持一份对生活的热情以及对生命的敬畏？那就是要拥有一个丰富的精神世界，一个强大的灵魂，这是我们变得独特，变得有人格魅力的唯一法宝。

在内在生命的伟大一文中，周国平反思自身的生活，他想到了那些身体残疾却依然收获了一份完整而有意义的人生的人：荷马、贝多芬、霍金、海伦凯勒，诚然，这些人都是伟人，然而不可能人人都可以成为伟人，但这最起码能证明一个强大的灵魂可以跨越身体上的残缺，爆发出不可思议的惊人力量，从而让我们的生命闪现出耀眼的火花。我们大多数人都是身体健全的人，虽然我们我们在现实生活中总会受到种种因素的制约，但上帝是公平的，他赋予我们每个人一个完整的灵魂，一个永远不会残缺的内在生命，在这个灵魂中，我们可以自由的活着，不受任何东西的干扰。我们应该成为自

己内在生命的主人，无论平庸或是伟大，都应保持一个独立的灵魂，以尊严的方式活着。

在我们今天这个时代中，生活越来越复杂，生命越来越沉重，人们被太多东西所缠绕，欲望、野心、身份、地位，这些东西覆盖了生命的本质，反射到我们的身上，便是高科技的发展让我们生活前所未有的丰富多彩，以至于我们没有时间去思考，去阅读，去体会，去培养一个真正属于我们的、独立的精神世界。网络世界的发达让我们应接不暇的去体验去探索，还有周围各种各样的诱惑也使我们活得越来越繁忙，却越来越空虚。面对这一切，我们要做的是把心静下来，保持一颗澄明的心，去读书，去学习，去旅行，去充实自己，去体验生活，去创造一个丰富的精神世界，让生命回归单纯，活出生命的质量！

品质读后感篇五

内容如同封面一样简单，不繁冗，不拖沓，但蕴藏着大智慧，平凡中慢慢体会出来的智慧。确实是随感篇，一篇中总是简短的几个部分，但每个部分都让你收获不同。源于平凡的生活，可有佛家的般若存在。是每一个热爱生活，思索生活的平凡人必备的`心灵宝盒！