

2023年活法读后感总结(精选6篇)

读后感，就是看了一部影片，连续剧或参观展览等后，把具体感受和得到的启示写成的文章。如何才能写出一篇让人动容的读后感文章呢？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。

活法读后感总结篇一

动植物及各种万物都有他存在的价值，各自出演各自的角色。少了任何一个元素，宇宙都不为宇宙。人是唯一有意识的动物，我们身体里每一个细胞的微小构成，都是亿万年前恒星的尘埃。

亿万年前，宇宙大爆炸，宇宙意志费那么大气力孕育人、生物，究竟为何？各种生物的存在都不是偶然，而是必然；都有造物主赋予的作用，都是基于宇宙的意志而存在。凡事存在都有价值！我们应该持续就是力量让人坚持不懈，长期磨练自己，从而把平凡变为非凡。

.....

运用稻盛和夫的话：越是错综复杂的问题，就越要根据简单的原理和朴素的思想进行判断和行动。我想这是拨开云雾见南山，直接洞悉事物本质和解决问题的.最佳方法。

我们应以利他之心做人做事，磨练灵魂，提升心智。

活法读后感总结篇二

“活法”，这也是从古至今每个人想解而又难以解开的疙瘩。

记得有人问过我这样的问题：“人究竟为谁而活？”这个问题我一直在苦苦思索直到现在我才想清楚答案；有一部分人活着

是为了实现自我价值。

不管这个价值有多大，只要对这个社会有帮助，就实现了自我价值。

只要你曾对这个社会微笑过的，社会也会给你一个微笑。

所以那些实现自我价值的人都活得很轻松，因为他们是为了给这个社会做点贡献

而另一部分人则是为了金钱，利益地位和权利而活。

官场上的勾心斗角，官场下的怒目相视。

使原本大公无私的官场变成了一条肮脏的发财之路。

它的肮脏提醒着每一个人，它的发财之路又诱惑着每一个人。

使那些为了一条肮脏的发财之路的人活得很累。

因为他既要提醒自己不能陷得太深，同时又告诉自己这是一个名利双收的好机会。

所以他就只能继续陷，继续累。

知道自己的人生旅途真正结束。

两者都是为了生存，而不同的是前者活得轻松，后者活得累。

不管活得轻松还是活的累，都应该知道；这个社会只给你一根琴弦，你所需要的是继续往上加琴弦，然后弹奏出美妙的音乐。

而不是将这唯一的琴弦扔掉，因为你要知道；这个社会对你已经很公平了。

《活法》一书，是日本经营之圣稻盛和夫先生对他的生命哲学的讲述。

我一口气读完，身心踊跃。

书中的句句都从呕心沥血的实践中来。

文字平实无华，但是撼动人心。

可以感受到，稻盛先生是一个在生命的实践中努力贯彻佛教智慧的模范。

由此可知，佛教不是消极的避世，而是要精进创造“庄严国土，利乐有情”的事业。

稻盛创立、壮大企业的过程，就是他秉承孜孜完善人格的宗旨，在为人的基础上做事、在人生的每一刻体验佛教智慧的历程。

一个实践伟大事业的人，其实在心灵深处，有着最简单的人生观。

稻盛和夫认为，为人就是要坚持做人最基础的规范，坚持行善。

对身边人，对社会，扩大到对整个世界心存利益之心，并且孜孜不倦、不畏艰难地去实践这种善意。

生命的价值就在这种实践中展现。

企业经营之道很简单，“不是公司的利益或面子，而是对社会或人类是否有益”。

尽管资金十分充裕，但是他拒绝投资房地产赚取浮财，因为“只有自己辛苦赚取的钱财才是真正的利益”。

乃至大到国际事务，也是“大道至简”。

日本不能就侵略他国做诚实的道歉，就是因为带了太多复杂的想法。

做了罪恶，就应该真诚道歉，这是简单又合乎最基本情理的表现。

这样直心去做，一切都很简单。

世界各国出现贸易争端，那是因为有国界，于是有了在此基础上的国与国的争夺。

如果统一货币和政策，整个世界成为一个国家，问题就会迎刃而解。

稻盛和夫崇尚“化繁就简”，这是禅意的表现。

稻盛认为，思维方式、热情和能力，是实现人生价值的三个基本素质。

有厚重沉稳的道德，一切努力的方向都不会偏差。

其次，有锲而不舍、废寝忘食的激情。

最后是能力。

他认为，思维方式是根本的。

那就是，始终把稳立身的基本道德。

黄光裕们不是缺乏经营的热情和能力，而是最简单的方面被忽视了，那就是，做一个有道德有正义的人。

在他的书中，可以读到一种真正谦虚和清净之心。

作为全球两个500强企业的创始人，稻盛和夫仍然自我约束，个人享受保持在最低。

并且时时在反省自己，“是否还有些许的私心”他认为，能力和智慧，是用来利益社会的，自己小小的身躯，能享受多少呢这种实践，就是小我与大我既有分别又有完美的合一。

稻盛主张在现实人生中，实践佛陀教导的六度：布施、持戒、精进、忍辱、禅定、般若。

保持纯正的利他之心；抑制自己的贪婪、怨恨、傲慢等种种习气；全心全意地应对任何事情，不让一日空过；对任何的苦难，不屈服，不逃避；在纷纭浮躁的事务中锤炼风雨不动的佛心；在生命的种种努力中，体悟佛智。

从他的实践历程可以看到，他是在努力如此要求自己。

这是一位这是一位有着几十年坎坷人生阅历的文坛老人反思历史人物悲欢离合、大起大落的命运，洞悉当今现实善恶美丑人生百态所得出的肺腑之言。

这是一本内融民族历史、文化心理、人生哲理描绘于一体，充满人生智慧、给人带来莫大的阅读快感的佳作。

作者对他们深刻的揭示、独到的剖析，生动的刻画，可谓入木三分，像一面镜子，不仅照出了文人、古人，读了本书也让我有了更加深刻的思考。

提到文人正可谓星罗棋布，不可计数。

这其中既不乏流芳百世者，亦不乏遗臭万年者，再加上庸碌无为者就更是无法计量。

再观他们的活法，中国文人多处于社会上层的士大夫阶层，

受过系统的教育，他们作为中国社会的精英集团，受到极高的礼遇。

然而他们当中却鲜能仕途得意且名垂青史；更多的还是大才难展，壮志难酬，屡遭小人构陷，权臣排挤，现实打击之人。

“活法”，这也是从古至今每个人想解而又难以解开的疙瘩。

就像书中有些人物不太为我们所熟悉，但作者从中挖掘出了有普遍意味的东西；有的人物大名鼎鼎、如雷贯耳，但越是这些人，作者越能挖出别人看不到或看到不愿说的另一面，正如序文中引用鲁迅先生的一句话“通过密叶投射在霉苔上面的月光，只看到点点的碎影。”他们或活得很有名，或活得很有趣，有的令人哭笑不得，有的令人咬牙切齿，有的令人鄙视，有的令人崇敬，有的令人叹息。

他们的为人、性格、奋斗目标以及中国独特的传统文化打上的烙印，他们的身体力行，无不使人感悟到，选择了什么样的“活法”，就是自觉或不自觉地选择了什么样的命运。

本书选取了不同时期文人的生存选择与历史境遇，既有我们比较熟悉知的秦相李斯、魏帝曹操、文豪苏东坡、才女李清照、大诗人陆游、廉史海瑞，又有几乎被历史淡忘的、西晋附庸风雅的王衍、淹没在“巨贪”下的作为诗人的严嵩，等等。

作者描绘了他们选择的不同活法和为人，以生动的人物故事和形象，启迪今人的人生思考。

自己肯定算不上文人，可看任何文章内容时都不自觉的迁移到自己身上，从古人的人生经历和过程我们可以更好的去把握自己，虽然生活中自己有时会有点迷茫，有点浮躁，可是当我们静下心来慢慢去感受，去领悟反省自己时，总感觉也有他们的影子存在，仿佛是一泓清澈见底的溪流，可以看到

自己的灵魂。

“人活一世，树活一秋。”热爱生活，热爱生命，热爱工作，通过自己的努力给自己和亲朋好友带来幸福，给自己身边的人带来快乐，让生活更精彩，这才是生活的真谛。

常常照着路线走，偶尔绕上一绕，换换角度走，是一件多么新颖的事。

回让你感觉到一种由配角脱颖到主角的幸福。

你的心情、思想……也就会开辟另一片更美丽、更广阔的天地。

生活不是一块煮熟了的肉，不能把它禁锢在几桌规定的菜肴之中。

无论欣喜或是悲伤，只要还有阳光，一切艰难险阻都无所畏惧。

农民，生来就与土地结缘，一辈子在泥巴里打滚，只为在土碗里盛满米饭而传承生命。

那是一种怎样的精神，可是如果他们能够换一种活法，带给我们的又何尝不是一种欣慰。

时常说：“命运注定……”，“今生……”的人是最没出息的人。

我想他们是因为在现有的生活中疲惫了或厌烦了。

如果已经这样了还再继续坚持的话，那样的生活不能算生活只能算活着。

当我用双眼将心紧紧地闭在胸膛时这样感觉过：“一个少年

从十多层的高楼跳了下来!”啊!!

换一种活法为的是感受人间之宽广世界之精彩人生意义之重大。

当一个人在一种生活中觉得无味或活得很累，那他完全可以换一种活法。

不过，这样做还要靠自己怎样换，王安石笔下的方仲永换了一种活法，结果成了世人的笑柄。

而班超、鲁迅等却成了美谈。

勇敢地走自己认为正确合理的道路。

这样的人如果不再迷路，那一定会成功。

但，如果再次迷路，那他最多只能成为一位多愁善感的诗人。

的确，美好的东西总是难以持久，于是需要我们去呵护。

我们不仅需要有“换一种活法”的心里，而且需要懂得“珍惜”的意义。

当日子瞌睡在懒懒的季节，苍凉交淡。

我才忽然明白：换一种活法，真的很好。

可是我同时也懂得了换一种活法需要有非凡的才能及付出一定的代价。

这个时候，不是看透了人生似的放浪形骸而是更加自律与洁身自好。

温柔的阳光穿过寂寞的人生隧道，柔和地洒落在人们的心田。

用手温柔地抚摸着丛生的万物，流淌着闪亮的诗歌。

字里行间洋溢着青春的气味，充裕着我的心灵。

记得在你很累很累的时候要还一种活法。

阳光的心里映着一棵开花的树。

对我讲述着：一个真正求学的学生不该轻易地换生活，要坚持再坚持。

但是，这“坚持”之中必须有自己的人生意义、思想及趣味……

换一种活法固然很美，但，前提是：你累了、又累了、不能再累了……

活法读后感总结篇三

态度能决定一切。正如《活法》二所说，我们无法彻底免于痛苦和担忧，可是，即使是在人生最低潮时，也不要失去愉快的心境和对明天的期望。对于刚刚步入社会的我们来说，困难、压力无处不在，嘈杂的环境，复杂的社会，总是感觉与我们格格不入，现实与梦想相差甚远，但只要坚定信念，坚持一颗进取、乐观的心态，踏实肯干，那么，再大的困难也不会阻止我们前进的步伐！

爱你的工作。此刻的我们可能正在想：我要辞职不干了！老实说，入司一段时间，由于不太习惯这种工作模式和极大的压力，觉得自我完全枯竭了，可是一想，辞职并不代表从此就能过着天堂般的生活。要是真辞职了的话，大概过不了几天，又得急着找工作了。所以，我觉得只要学会享受工作，在工作中学习，热爱自我的工作，那么你就能从工作中找到

无尽得乐趣的！

我时常在想，人这种集天万物之灵气的生物，造物主在创造时必须煞费苦心。你我能成为人，机会实属不易，那么我们更应当珍惜这个机会，在有限的的时间里，活出自我的价值，活出人的精彩。每个人都渴望成功，渴望实现自我梦想和人生价值，只要我们少一些抱怨，努力把握此刻，从小事做起，一步一步地来，成功也就离我们不远了。

我认为，坚忍不拔，勤勤恳恳是做事的起码原则。无论事情多么简单，多么不值一提，都要全心全意地投入到上头，认真地完成它。如入司时主任一向提倡我们要学会做小事，经过做小事不断感动客户，提高我司人员的素质一样，有些小事在别人面前看来简直是不值一提，往往这就是忽略小事的心态，成功不是一蹴而就，是一点一滴地积累而成，当我们做小事时，给别人的是一种态度和信任。从身边的事做起，从小事做起，在此刻付出的努力，将来必须会有所回报的。

上天眷顾某些人，自然有上天的道理。能活在这个世界上，就是我们最大的筹码，这是一笔巨大的财富。珍惜此刻的工作，做好身边每一件事，踏踏实实，勇于开拓进取，相信自己，这才是实现成功的途径。

活法读后感总结篇四

作为一名普通大学生，在课业繁忙的同时，我也很注重自我提升和精神充电。不久前，我有幸阅读了《干法与活法》一书，深受启发与感叹。本文就我对这本书内容的理解和感受以及对两种不同生活方式的思考做出总结。

第一段：实用性干法

本书首先介绍了干法，它强调知识、技能和经验的积累，获得成就感，满足物质生活的需要。干法是“干劲十足”，坚

持努力奋斗，不断努力学习和工作，想方设法攀升自己的事业高峰，借此实现个人和社会的价值。干法更重视实用性和经济效益，是一种利己主义的生活哲学。它要求我们在实践中不断总结经验教训，以便更好地应对未来的挑战。在我的理解中，干法特别适用于追求事业成功、物质富足和个人成就的人群。但是，干法并非适用于所有人，还有一种更加灵活的生活方式——活法。

第二段：灵性活法

相对于干法，活法是更加注重人的内在需求和自我价值的一种生活方式。活法要求我们寻找真实自我，探索自我，同时享受生活和体验自我，不断完善自己的人生，提高自己的精神层次和人生境界。活法是关注自身情感和心灵体验，以爱心、思想深度、智慧和自然为理念，注重人与人之间的关系和彼此的影响。活法强调与自己、与他人和与大自然和谐相处，追求自我成长和人格修养，这种生活方式更加具有普遍性。同时也与现代人的内心寂寞、压力和焦虑等情感困扰相联系。活法更多是以平静、安和、和谐、自然和舒适为生活目标，它适用于追求心灵和身体的健康平衡、人际和谐、环境保护和生命美好的人群。

第三段：干法与活法的区别

干法和活法两种生活方式的最大区别，其实在于它们侧重点上的区别。干法注重成就和物质，是一种功利主义的生活哲学；而活法则更加重视人的内在体验和情感，是一种追求精神平衡和身体健康的生活方式。干法比活法更加关注个人和物质利益，活法强调人际和谐、自我实现和心灵成长等。干法通常更注重短期的成功和汇报，而活法更注重长期的精神福祉和幸福感。在具体的生活中，可以选择合适的干法或活法，也可以根据自己的需要和实际情况，灵活地运用两种生活方式。

第四段：干法和活法互补

实际上，干法和活法并不是完全矛盾和对立的，它们可以互补共生。活法需要干法的支持，经济富足和有成就感的基础，才能更好地追求自己心灵自由与身体健康；而干法也需要活法的支持，否则会出现倦怠和工作疲惫，缺乏精神上的激励。活法在日常生活中促进人际关系的和谐，也会在工作中发挥重要作用，增强工作效率和员工的积极性。

第五段：我的启示与思考

在读完《干法与活法》后，我开始思考自己的生活方式，并试图找到自己的生活方式。我发现，对于普通人而言，既不能完全遵循干法，也不能完全奉行活法。对于我而言，生活需要富有意义和价值，需要努力工作和创造成就，但也需要有自己的兴趣爱好和精神追求。这就要求我综合考虑，在事业追求的同时，注重内心与身体的平衡，在牢记干法、活法优点的同时，选拔适合自己的生活方式。最重要的是，我应该保持积极态度，以爱、忍耐、宽容和感恩的心态面对生活中的挑战和困境，并不断地提高自我素质，才能更好地实现自我价值和追求生命的美好。

结语

通过《干法与活法》，我对自己的生活方式有了深刻的认识，并对干法和活法有了更加清晰的认识。这本书不仅提供了两种不同的生活方式，而且给我们提供了一种更加全面、综合和科学的生活平衡的思考，这是具有非常重要的意义的。我相信，在实际的生活和工作中，只有找到适合自己的生活方式，始终保持积极的心态和健康的身体与精神，才能取得长足的进步并获得更加美好的人生。

活法读后感总结篇五

第一次读完《活法》，使我感受颇深，他重点对人的心态问题进行了全面的. 阐述，只有认识自己，改变自己，建立一种积极、正确的心态，我们的工作、事业才会得到许多的助力。

活法开篇教给我们：人生工作其实就是不断的磨练自己的灵魂，在工作的人生中不断磨练自己的灵魂克制自己的欲望，要有积极的人生态度、正确的努力方向以及对待生活和工作的热情，人生. 工作的结果=思维方式x热情x能力，从以上公式可以看出“思维方式”决定人生的结果。

心态决定命运：要有感恩的心态，感恩人生中所有遇见的人和事；简单的心态，活在当下，努力工作，专心做事；敬业的心态，要相信天道酬勤，努力就会有回报，相信付出才是真理；利他的心态，做任何事的出发点要有利他的精神，只要有利他的想法任何事情都会成功。

每天反省，在工作和生活的过程中要懂得自省，懂得感谢曾经帮助过我们的人，懂得每天对自己做的事情进行反省；活着就要感谢，每天生活中要感谢所遇见的人和事；积善行，思利他，每天改一次过，日行一善，每件事的出发点要有利他的精神；不要有感性的烦恼，每天都要保持一个好的心情，带给他人微笑。

最后总结，在人生中要怀着一颗感恩利他之心，拼命努力做对的、有意义的事情，只有懂得付出才会积累福报。懂得因果报应，行善积德，才能改变命运，让自己的灵魂比出生时更纯洁一点，高尚一点，这就是人生所要活出的价值！

活法读后感总结篇六

九月是公司文化月，除了安排丰富多彩的文体、娱乐活动，公司还为爱好读书的员工们精选了一本读物，那就是稻盛和

夫先生的《活法》一书。忝列为其中的一员，我来向大家简单介绍下这本书和我读后的感受：

首先，我向大家阐明一下书名“活法”的意思。“活法”是美国现实主义法学针对传统法学独尊“纸面上的法律”提出的概念。活法是那些支配着社会生活本身的规则，也是构成人类社会法律秩序的基础。一句话，活法，就是社会生活的法则。

稻盛和夫呢，是日本人，不过这个日本人很厉害，他27岁创办京都陶瓷株式会社，52岁创办第二电电株式会社（目前是日本的第二大通讯公司），这两家公司又都进入了世界500强。他是日本四大“经营之圣”中年龄最小的一位，另三位分别是松下、索尼、本田公司的创始人。

稻盛和夫的这本《活法》曾被誉为“日本21世纪励志第一书”，他将企业的活法转引到人的层面，通过探讨人最基本的伦理观和道德观，阐述普通人的“为人之道”和企业的发展之道。他认为，一个企业生产出的产品质量高低，在于这个企业的人有没有亲近产品，有没有在悉心地照料产品中听见“产品的私语”。《活法》探讨了一个命题，那就是人生的真理和活着的意义。

初读《活法》，有眼花缭乱之感，继而犹如沐浴春风、灵魂得以洗涤——他的哲学思想多面开花，却一脉顺承，给人极大地启发，醍醐灌顶不过如此。

活法一书分为序言和五个章节，序言告诉我们人生的意义在于磨练灵魂，人生真理在勤奋工作中领会，改变思维方式，人生将发生180度转变等等。五个章节则分别告诉我们如何实现人生的理想，从原理原则出发考虑问题，怎样磨练灵魂、提升心志，以利他心度人生有何好处，人生的正道是与宇宙潮流协调和谐。

他指出热爱是点燃工作激情的火把。无论什么工作，只要全力以赴去做就能产生很大的成就感和自信心，而且会产生向下一个目标挑战的积极性。成功的人往往都是那些沉醉于所做事的人。

总而言之，这是一本能够指引方向，阐明真理，开拓思维，激起斗志的好书，希望大家闲暇之余可以借来一看，很有裨益。