

最新人生的智慧读后感高中(汇总5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？这里我整理了一些优秀的读后感范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

人生的智慧读后感高中篇一

最近再次叔本华的《人生的智慧》，受益非浅。这本书有点心灵鸡汤的味道，但依旧不影响到它的经典。它所讨论的事情与我们的世俗生活很接近，如健康、财富、名声等。许多生活中的困惑，经叔本华深刻而透彻的讨论之后变得清晰简明。

近一年来对原先感兴趣的事提不起兴趣，对生活不再积极乐观。对工作也失去热情。不断从外界找原因，却忘记从内部探寻。而今天看到叔本华所写，才恍然大悟。他写道：我们从我们自己那里汲取的快乐远比从我们周遭所获得的要多更多。最高级的、最多样的、最持久的快乐是那些思想上的快乐。而思想上的快乐，主要源于思想的力量。

问自己一个问题，什么时候是最快乐、幸福的？恋爱时和另一半一起在地里摘西红柿，一边欣赏美丽的晚霞。在泰国时和朋友们一起旅行，坐在皮卡上肆无忌惮的高声唱歌嬉笑。元旦联欢会时和学生们一起跳舞、游戏。大学时，周末在图书馆阅读的一个下午。高一时，在课堂上心无旁骛的听课。还有安静的夜晚写出一篇好文章的时候。

他人会带给我快乐，但并不稳定，也不容易达成，需要天时、地利、人合。但思想上的快乐却相反，不需要别人的配合，独自一人就可以实现。无论你是有钱还是没钱，是身处要职还是处于底层，只要你打开书，静下心来去读，就能有所收

获。

他还写道：人类幸福最基本的要素——事实上也是唯一要素——是他的内在的构成，他心灵的构造。因为这是个人感觉、欲望和想法引发的内心的满意或不满意的直接源头；从另一方面，他周遭的环境对他来说只是一个媒介或者是一种间接的影响。痛苦和无聊是人类幸福的两个死敌。欲望不满足就痛苦，满足就无聊，人生如同钟摆在痛苦和无聊之间摆动。我总认为是环境的改变导致现在的倦怠状态。但仔细分析下来却不是这样的。大概是因为当初所设下的目标大部分达成了，下一个人生阶段又尚未来到。长远目标过于遥远，近期目标没有设立。《人生的智慧》是又一本看得废寝忘食的书。作者叔本华，德国著名哲学家，唯意志主义和现代悲观主义创始人。书中，作者以优雅的文体和格言式的笔触阐述了自己对人生的看法，也是沉寂多年的叔本华在晚年的成名作。这本书涉及健康、财富、名声、荣誉、待人接物等与我们世俗生活至为接近的事情，语言很通俗，但却有其难以抗拒的魅力，让人心悦诚服地将自己的思想跟着作者走。同时本书也以形而下的角度向世人阐述了幸福论。

伊比鸠鲁把人的需要划分为三类：天然且迫切的需要、天然的非迫切的需要、非天然非迫切的需要。第一类如食品、衣物，最后一类如奢侈、排场等。然而，让人产生不愉快的或许是排在后面的需要。人性中还有一点，得不到的都是最好的。我们之所以感到不满，是在于我们不断试图提高我们的要求。提高要求本身并没有错，然而，得不到的真的就那么好吗？适当的给欲望做减法，珍惜当下拥有的一切或许并非坏事。古希腊哲学家爱比克泰德有句话，扰乱人们的不是客观事情，而是人们对客观事情的见解。眼前的事物无论好坏，都是一种客观存在，人对它的认识多半取决于自己的主观看法。相比纠结于各种得到的得不到、甘心的不甘心的而导致不快乐，能够拥有高贵的品格、良好的智力、愉快的性情和健康良好的体魄本身就是人一生最大的财富，也是幸福生活的关键。

然而，生活在现实中，人们不可避免的想要争取名声或名誉。叔本华认为，名声和名誉是一对孪生兄弟。名誉是可朽的，但名声是不朽的。名誉尾随别人对我们的了解，而不会超越此界线。但名声却与此相反，它走在别人对我们的了解之前，并把名誉也带到了名声抵达之处。每个人都能获得名誉，但只有少数人能获得名声。因为名声的获得只能通过做出行动业绩或创作思想性的作品。做出行动业绩需要一颗伟大的心，而创作巨著需要拥有非凡的头脑。行动业绩会通过记忆传达给后世，而作品除非缺失了某部分，大多以自身原来的样子留传下来。作品的形成不依赖机会，它们只靠创作者本人。只要作品还存在，它就以原来的样子而存在。然而，我们会发现，很多好的作品都在作者暮年甚至历经数世之后才被人欣赏、开始流传，其中重要原因之一就在于只有时间能带给我们为数不多的真正具备能力的评判员。当然，书中也提到，现实中不排除虚假的、名不副实的名声。

关于独处、思想和孤独，书中写道，一个人逃避、忍受或喜欢独处是和这个人自身具备的价值成比例的。因为在独处的时候人才会感受到自己的自身。独处的时候，一个可怜虫会感受到自己的全部可怜之处，而一个具有丰富思想的人只会感受到自己的丰富思想。进一步而言，一个人在大自然的级别中所处的位置越高，那他就越孤独。促使人们投身于社会交往的，是他们欠缺忍受孤独的能力。因为通过与同一类人的接触，他们才能获得最强烈的刺激。在这种意义上，叔本华把平庸之辈比喻为俄罗斯兽角乐器，而把有丰富思想头脑的人比作钢琴。每只兽角乐器只能发出一个单音，把所需的兽角恰当地凑在一起才能吹奏音乐。而钢琴本身就是一个小型乐队，更适合独奏。即使它真的需要跟别人合作演奏，那它也常作为主音存在。如果一个人自身既伟大又丰富，那么这个人就能享受到在这一贫乏的世上所能寻觅得到的最快活的状态。

书中露骨的写出了一些常人明白但不会轻易表达出来的人性的弱点。如，书中引用歌德的话，优秀人物很少被人发现，

他们能够获得人们的承认和赏识就更是稀奇的事情。我们给别人荣誉的同时，也就降低了我们自己。因而叔本华总结为，人们除了智力的不足，还有一种道德上的劣性，那就是嫉妒。一般而言，名誉会得到人们公正的评判，它也不会受到嫉妒的攻击，但获得名声只能经过与嫉妒的一番恶斗，并且，月桂花环是由那些绝非公正的裁判员所组成的裁判庭颁发授予的。如此观点看似悲观，但经受过生活、人性考验的人或许会有共鸣。所以，对此部分的理解见仁见智吧。

对于现在和将来，叔本华认为人生智慧的重要一点就是在关注现在和计划将来这两者之间达到恰到好处的平衡。永远不要忘记：现在才是唯一真实和确切的；相比之下，将来的发展几乎总是与我们的设想有所不同，甚至过去也与我们对过去的回想有所出入。总的来说，不管将来还是过去，都不是表面看上去的那么重要。距离相隔远了，物体在人的视觉里就缩小了，但却在头脑思想里放大了。只有现时才是真正的和现实的。不要由于在过去我们的希望落空现在就变得忧郁寡欢，或者为了将来操心伤身以致败坏现时。由于懊恼过去和操劳将来而拒绝美好的现在时光或任意糟蹋它，是彻头彻尾的愚蠢做法。

人生的智慧读后感高中篇二

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。

人生的智慧读后感高中篇三

带着敬畏的心真正意义的读完了第一本所谓的人生哲学书。叔本华的名字在上一本哲学的慰藉中被提到了，在那本书中提及叔本华是因为他对爱情的解读，而这本书提到了一个人一生的一切所需要经历的事情。

快乐，幸福，痛苦，无聊，爱情，欲望，

当然叔本华也指出了什么是对的，追求精神和健康层面的满足要远高于满足自身原始需要(沉迷于肉体刺激)，同时对于身外之物名誉，声望，财富也做出了注解。这些也是属于低一级别的欲望满足。

当然作者最后在谈论青年与老年的区别时也提到了当老年丧尸体力后，也就失去了赚钱的能力，这个时候面临贫困则是十分痛苦的事情。同时作者对老年的生活也做出了正面的肯定，因为欲望的消失，人们可以在年老的时候变得更加深刻，透彻有智慧并且更快乐，这刷新了我所理解的对老年生活的认识。

最后，用简介中的一句话作为结尾：“不沉溺在世俗的事务中，不沉浸在感官的享受中，不把希望寄托在他人身上，对情和爱没有过分的渴求，如此，你便可以得到自由。”

希望每一位看过本书的人都能够得到精神层面的自由，这也是最最宝贵的。

人生的智慧读后感高中篇四

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。

人生的智慧读后感高中篇五

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生中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！