

# 2023年扫除道的读后感(通用8篇)

参加典礼不仅是一种仪式行为，更是对于人们情感表达和社会关系的拉近。典礼中的礼仪要求参与者保持仪态端正，遵守礼节，以展现出一种庄重的态度和形象。典礼的成功离不开大家的鼎力支持和热情参与，感谢大家的付出和贡献。

## 扫除道的读后感篇一

键山秀三郎对打扫有一种态度，那就是全情投入，做到最好。把事情做到足够好时，益处也会想象不到的大。

这本书是我的妹妹送给我的，她参加了扫除道的学习，在日本亲身体会了扫除道后大受启发，不仅用在自己生活中，还买了很多本书送给亲友，我便得到了其中一本。我看到妹妹在日常生活中潜移默化地开始实践扫除道的态度，生活中日渐多出的那份从容态度叫人欣赏。

一位企业家在日本自己的企业里打扫卫生间，45年后，中国一位普通的家庭主妇开始学习他的方式，让自己的生活变得清爽。

打扫这个行为因为被不断优化，便发生了时间和空间上的转移，难怪键山秀三郎先生会感叹“有心，就像是来自上天的启示，是一种超越人类的智慧”。

这本书我收获最大的一句话是，对那些不完美的事情要“毫不含糊并且井然有序地推进”。

面对生活的每一个问题，这就是当下，观照的是人本身。

愿我们每一位书友，都能够从自己做起，扫地扫心，历事炼心，经营好自己的人生，家庭，企业等。扫除，是我们最切实的下手处。

扫除道传习中心，将伴随各位书友的深入实践，陆续开展每周、每月的共同学习、成长提升等课程。我们的家庭，我们的企业，都可以以会员的身份深入参与其中。

## 扫除道的读后感篇二

近来，闲暇时翻阅了《扫除道》一书，书中开篇的一句话对我启发很大，它是这样说的——“十年可以造就不凡，二十年可以让人敬畏，三十年可以制造历史”。这句话很好地表达了坚持的意义。

这本书着重叙述了企业内部，全员参加扫除，物品定置定位，及其带来的乐观正面的影响力。由此我也领悟到了坚持做某事的深远意义。许多的事情都具有两面性，你把公司的事情做好了，工作的区域清扫洁净了，无形中也影响了自己，由于锻炼了自己，磨炼了自己的心性意志，工作起来也能得心应手。

脏乱的地方是一些平安隐患的场所，我们对于脏的地方，可能避之不及，或者根本难以靠近。很大程度上来说，自己工作区域能否保持洁净整齐，也从中反应出你自己是怎样一个人。做一次大扫除，能磨砺心性，净化心灵，就犹如观察的事物都是洁净美妙的。我们公司的产品不良率高，每天基本都有加班，这一部分可能和产品特性有关，但更多的还在于我们个人，我们应当秉持将卫生做洁净，将事情做到最好的原则，说究竟还是对事态度的问题。

假如我们也定期来次大打扫，让环境瞬间变得洁净很多，在这样的环境状况下，员工们是否会有所不同表现，脸上的表情可能也变得温柔，工作效率上升，不良率急剧下降，公司整体风气将焕然一新。假如真能做到那样，我想已经也不再需要加班了。当然，公司每年举办的一些活动，肯定程度上也能提高工作乐观性，只是全员参加的热忱还不够。唯有通过一次次彻彻底底的环境卫生大扫除，才能让我们身心舒适，

在洁净的环境中工作，心情确定是不一样的’。

我们应当知道，我们所说的也只是公司内部的扫除。它不仅是指地面洁净的简洁事，也包含着设备，附件设施的全面维护。只要我们专心去做，肯定会做得更好。平常工作中少些埋怨，多些乐观向上的乐观心态，从“扫除”开头做起，锻炼心志，磨砺心性，安静地处理工作中的全部问题。

## 扫除道的读后感篇三

本书主要介绍了“扫除道”的实践方法及其力量，感觉和断舍离有点像。同时，本书还传授我们如何做到“凡事彻底”，帮助我们掌握化平凡为非凡的能力。

键山秀三郎是《扫除道》的创始人。他通过六十年如一日的践行扫除，公司的风气变的越来越好，员工的集体意识和配合度得到提高，人际关系也显著好转。作者认为，扫除能消除浮躁，清扫一个地方，就赋予了其生命，扫除者将受益于它。

1、使人谦虚。作者认为，为人的第一要务，就是谦虚。而实现谦虚的捷径是清扫厕所。他说，从未见过乐于扫除的人是个傲慢者。而那些坚持扫除的人，都变成了谦虚的人。谦虚的人，拥有更和谐的人际关系，也更容易获得幸福的人生。

2、让人成为有心人。成为有心人，需要敏锐的觉察力。作者说，厕所扫除能提升人的觉察力，让你成为有心人。打扫中，关注每个细节、步骤的操作，有助于培养细腻的感知力，有助于推动所做之事井然有序地进行。

3、孕育感动。作者说，有感动才叫人生。一个人聪明、有钱、出自名校，也许会让人佩服，但无法让人感动。而放低身段打扫厕所，则是孕育感动最好的实践。同时，他也说，要想收获感动，并不限于扫除。只要全力做好身边小事，也能收

获感动，并感动他人。

4、萌生感恩。人不是因为幸福才感恩，而是因为感恩才幸福。作者说，通过打扫厕所，能锻炼人丰富的感受，让人懂得感恩细小事物。感恩细小事物的人，会人为地缩小痛苦和烦恼。反之，不能感恩细小事物的人，则会人为地放大痛苦和烦恼。

5、磨砺心性。厕所清扫，能让人的心灵变美。作者认为，扫除时，人不可能一边打扫，一边思考怎么骗人害人。尤其是把一间脏厕所打扫干净时，人的心灵也会变得纯净。人心纯净了，就更容易看清事物未来的发展趋势。这样的人，不会感到不安，不会自寻烦恼，心性也就得到了磨练提升。

扫除这件事，练的也是细心，耐心与敏锐体察之心，修的虚心，静心，恭敬感恩之心，如果全公司上下每个人都能做到无论尊卑贵贱，谁有时间谁有空就弯下腰扫厕所，洗车，这个团体必将是敬业的，和睦的，谦恭的，这样的公司也必将是干净的，有尊严的和值得信赖的了。

最后，祝愿我们每个人都可以拥有“干净的环境”和“干净的心灵”

## 扫除道的读后感篇四

最近看了一遍《扫除道》，下面结合我自己感受，谈谈对这本书的三点认识。

作者说，扫除能提升人的觉察力，让你成为有心人。打扫中，关注每个细节、步骤的操作，有助于培养细腻感知力，有助于推动所做之事井然有序地进行。

其具体实践不限于扫除，对于我们集团公司每位职工来说，更应体现在各自本职工作中，要关注每个细节、步骤的操作，以敏锐的觉察力紧盯工作目标，推动工作井然有序地进行，

确保领导的重要决策部署督查到位和目标任务执行到位，整个工作体系顺畅有效地运作。

专注其实就是感受心流，心流不在于你做什么，而是怎么做。我们需要从一些平凡的小事入手，在平凡中与自己心灵对话，感受心流所带来的顿悟！

做任何事，一切源于态度，好的态度决定了好的动力，决定了好的执行，决定了好的结果。更应提高工作的专注力，虚心向同事们请教，养成良好的工作习惯，脚踏实地、凡事彻底，才能及时落实领导安排的工作，认真、负责、高效的完成工作任务。

作者说，打扫能锻炼人丰富的感受，让人懂得感恩细小事物。

总是心怀不平不满的人，绝对无法获得幸福；要获得幸福生活，必须肯定现状，充分利用现有条件才行。与其老想着自己还缺什么，不如多多想想自己都拥有什么；与其寻找不能做的借口，不如多想想自己现在能干些什么。既然自己选择了集团公司、从事了这份职业，就必须接受它的全部，懂得付出，主动做事，常怀感恩之心，将感恩付诸于行动，要立足岗位讲奉献、担当作为勇争先。

## 扫除道的读后感篇五

天下事有难易乎？为之，则难者亦易矣；不为，则易者亦难矣。

朱子治家格言首句即云，黎明即起，洒扫庭除，要内外整洁。既昏便息，关锁门户，必亲自检点。无他，整理心境而已。

扫除力一书，满纸磁场、电波云云，神乎其神，无非二字，心境而已矣。

学问之道无他，求其放心而已。学问如是，修齐治平之道亦然。而求放心者，当自打扫心境始。打扫心境者，当自洒扫庭除始。庭除净，心方净。心净则无有恐怖，远离颠倒梦想，究竟涅槃。

天下事有可为者，有不可为者。知其可为而为之，如庖丁解牛，游刃有余。当此之时，一屋扫与不扫，或无关天下；然待天下已定，则如蔡桓公之小疾，自腠理而至肠胃乃至骨髓，积重难返矣。知其不可为而为之，如夫子相鲁，求仁得仁。当此之时，天下暂不可扫，或一蹶不振，碌碌无为；或孜孜以求，安扫一屋。扫净一屋固暂于大势无补，然积跬步以至千里，积小流以成江海，集数代之功，则终可扫平天下。惟当此之时，个人之荣辱得失，非具大智慧者诚不可安心。

天下熙熙，皆为利来。天下攘攘，皆为利往。当今之世，人心不古，非高官厚禄不可以动其心，非纸醉金迷不可以移其性，非切肤之痛不足以感其怀，非声色犬马不足以怡其情。明知其不可为，则戒惧者不乏其人，令其勉为之，则非利禄诱之，威权逼之，实难少有成果。当此危难之际，欲令人不为心外之物所扰，甘扫一屋，不亦难乎！

武侯受任于败军之际，奉命于危难之间，虽六出祁山，而终难达其志。以武侯通天彻地之能，实不难自卜其果。然武侯卒鞠躬尽瘁死而后已者，非独以报先主知遇之恩，亦有甘扫一屋以待后人扫天下之意者。故其诫子书云，夫君子之行，静以修身，俭以养德。克静克俭者，求其放心而已。

小子不敏，欲孝武侯之志。求仁而得仁，夫何怨！

## 扫除道的读后感篇六

书中说，你所居住的房间就像你自己。换句话说，能够反映你内心状态的，就是你的房间。

不得不说，上面的这两句话，恰恰说到我的心里去了。环顾一下自己的房间（整间屋子一片凌乱），正好与我内心既不满足现状而又无能为的心理状态相对应。

房间，是一面镜子，恰当的折射出了我的内心的混乱；房间里的脏乱，是我内心混乱的状态向外在物质世界一种延伸。

书中说，房间整洁的人幸福会越发加倍，而房间脏乱的人则会进一步不幸，这就如同“物以类聚”这个规律。

这句话说的也在量。你内心的反映，会造成房间的一种状态（或整洁，或脏乱），而房间的整洁或脏乱的环境又会形成一定的磁场，吸引与你所散发的能量性质相同的物质。

如果对被污损的物品放任不管的话，就会产生负面的磁场，积聚某种潜在的负能量，从而不断招来一些不好的事情。

就比如说，我有一双袜子没有洗，可能有另一条裤子我也不愿意洗，可能进一步我连碗也不想刷，房间大概会一步步走向脏乱的状态。

整洁的房间自然会让人心旷神怡，脏乱的房间则不会让人觉得很舒服。

脏乱的房间相当于“负面磁场空间”，当你在这个空间走过时，在某一瞬间你会意识到房间的脏乱状态，与此同时房间的脏乱状态也会很微妙的感染到你当下心情。由于房间脏乱状态的影响，你可能会进一步吸收并放大内心潜在的负面能量。

在脏乱的房间时间久了，无论你读过多少励志的书，或者是如何设法吸收正面能量，都可能不起作用，都可能让你干劲不足。

然而，要想改变这一困境，确是很简单的：要想去除潜在的负面能量，只要打扫房间就能做到。扫除能够改变周围的状况，能够解决问题。

作者（舛田光洋）把这种通过扫除而实现的改变环境与人生的神奇力量命名为“扫除力”。

扫除力的具体实现方法分为五个步骤，即“换气”、“丢弃”、“去污”、“整理”以及重塑平衡磁场的“撒盐”。

通过“通风”驱除房间中蕴含着负面能量的凝滞的空气。要想去除这些负面能量，你必须对房间进行通风换气。每天尽量通风一次。

通过“去污”解除你的心结。如果你的房间里明显布满灰尘，并且很杂乱，那么你的内心一定很焦虑；如果你的浴室很脏，到处是霉迹和水垢，那么你一定内心疲惫，渴求身心的放松；这些“污渍”，清楚地反映出你的内心，折射出你目前所处的状态。解决它们，实施“去污”行动。

通过“整理”将物品整齐地归置到适当的场所，为你的房间增加了整洁感，使你原本该做的事情变得清晰而明确。每个物品都被分类存放在该放的地方，每个物品都有属于它自己的位置，这种状态有助于调整磁场。

通过“撒盐”来完成整个磁场。自古以来盐就被用于去除污秽。这是最后的收尾工作，我们将用盐吸收剩余的负面能量。首先，要准备好粗盐；然后，将粗盐放在平底锅里炒5分钟，除去其中的水分；将盐冷却后散至房间各处，过后再用吸尘器吸走即可。

## 扫除道的读后感篇七

有句俗语说：“一屋不扫，何以扫天下？”



以前对这句话的理解，就是一个人如果连自己分内的小事都做不好，又怎能有更大的胸怀，做的了大事。读了《扫除道》后，对打扫的意义有了更多的认识。

素来知道日本这个国家是在清洁打扫方便出了名的整洁，前两年风靡的《断舍离》系列，也是日本整洁文化的延伸。

那个著名的日本邮政大臣野田圣子刷马桶的励志故事，在几年前工作时就听到过。

野田圣子是日本现内阁最年轻的、也是惟一的女性大臣—邮政大臣。她的工作经历是从负责清洁厕所开始的。

彼时年轻的邮政大臣野田圣子，既是日本现内阁中最年轻的阁员，也是惟一一位女性大臣。然而有谁能想象得到，她的事业起点却是从喝厕所水开始的呢。

野田圣子的第一份工作是在帝国酒店当白领丽人，在受训期间负责清洁厕所，每天都要把马桶抹得光洁如新才算合格。可是自出娘胎以来，她从未做过如此粗重的工作，因此第一天伸手触及马桶的一刻，几乎呕吐，甚至在上班不到一个月时便开始讨厌这份工作。有一天，一名与圣子一起工作的前辈在清洁马桶后居然伸手盛了满满一杯厕所水，并在她面前一饮而尽，理由是向她证明经他清洁过的马桶干净得连水也可以饮。

此时，野田圣子方发现自己的工作态度有问题，根本没资格在社会上肩负起任何责任，于是对自己说：“就算一生要洗厕所，也要做个洗厕所最出色的人。”

之所以对这个刷马桶的故事记忆深刻，是因为当时工作期间的一位年轻女领导也是这样的人。当时的女经理二十几岁，管理酒店事务，在上级领导来检查工作时，为了验证酒店的马桶是干净的；她把手伸到马桶了捧了一捧水来检验马桶是否

刷干净了。别人都不愿意做的事情，敢于去承担，并做好的人，没有道理做不好别的事情。所以书中也说到，认真扫除可以磨练人的心性。

书中开头就说“扫除能改变人心、事业、家庭和社会。这样的改变，看似不可思议，其实你也可以。”生活当中有些人是特别爱干净的，无论是个人卫生还是居住环境，工作环境，走到哪里都会弄得很整洁。这些人对整洁的要求和打扫的亲力亲为也体现了他们对工作，生活的要求。

生活中也对爱干净的人印象深刻，高中上学时每天都把白球鞋擦得一尘不染的女同学，村里干净得出了名的那户人家。因为和他们接触过，你真的是对那种勤打扫的认真与执着感动，就像作者说的“如果偶尔集中扫除一次，其价值就要减半。只有每天扫除，才有意义。”我们大多数人所做的更多是集中打扫的方法，但若想参悟“扫除道”，必须做到“时时勤拂拭”呢！

分享几句书中的金句，窥见扫除带来的体悟：

- 1、特别是身处逆境的时候，把周围打扫干净，会给自己一种得救的感觉。
- 2、再没有比被期待、被依靠更能让人感到愉悦的事了。
- 3、无论做什么，别人最不愿干的事，首先自己要承担起来，这是调动他人工作积极性的前提。

.....

在小说和影视剧中经常会看到得道高僧武功高强，每天做的最多的事情就是在寺庙里扫地。那些小和尚扫地，挑水是每天必须要做的事情，小时候特别不理解，为什么学习武功的人要天天扫地呀？似乎扫地挑水这些事比练习武功还重要。

现在懂得了一些，扫的不是地，更是在磨砺心性。能每天日日洒扫的人，不仅做到身边环境的洁净，更懂得谦卑之道。一件小事做到了极致，便见大智慧。

## 扫除道的读后感篇八

第一次接触扫除道时，并不是从这本书开始的，而是多年前的网上一则新闻：在日本一家五星酒店，大堂经理带着记者参观刚刚打扫完的厕所时，直接拿起一个杯子，从马桶里舀出小半杯水喝了下去，记者当场就懵圈了。这就是这家五星酒店实施扫除道后的卫生标准。

其实，当我看到这则新闻后的第一感觉，就是日本这个民族太变态了。当我读过《扫除道》后，才清楚这变态的背后，是键山秀三郎那种严谨的工作作风和几十年如一日的坚持。

想要从一书本中学到些什么，莫过于亲身体会一下，我于是决定对自家的马桶来一次彻底地清扫。没有书中那种完备的各种扫除工具，但是刷子、抹布、清洁剂还是有的。从开始准备清扫，到彻底结束，大概用了三十分钟，这也许是我第一次花了这么多的时间来清洁一只马桶。

和以前用刷子刷几下，十几秒钟就搞定的情况相比，这次我花了更长的时间，将整个马桶里里外外全部清洁了一遍。虽然达不到和刚买来时的一样，但是整个马桶却焕然一新。最明显的变化，就是儿子上厕所时都小心翼翼的，在方便完后，会主动用卫生纸将马桶口擦拭几遍，和以前有时小便完都不冲马桶的坏习惯相比，进步很多了！

这就是环境的改变，对一个人潜移默化的影响！

键山秀三郎从清扫厕所这种平凡的不能再平凡的小事做起，把扫除升华成一种道，从而获得成功不是没有道理的。把小事做到极致，就成就了大事。我们古人也有“一屋不扫，何

以扫天下”的警语。结合当前公司正在开展的现场管理提升活动，我们要从打扫排班室、操作室、工作现场开始，端正思想，把打扫卫生提升到与公司发展战略相同的高度来贯彻执行。讲服从，令行禁止，认真把公司管理提升的工作目标，放在当前工作的重心位置，向现场要效益，用现场的提升来促进效益的提升。

键山秀三郎的成功，除了把小事做好，还有就是坚持。这本书给我的第一个感慨并不是他天天把厕所打扫的多干净，而是他把打扫厕所这件事贯穿了他的一生，即使在他成功以后仍然在坚持。其实，结合公司现场管理提升目标，我们最应该抓住的也是这两个字——坚持。现场管理提升，不是一朝一夕可以实现的，而是贵在坚持。坚持也是奋斗的一种体现。讲奋斗，我们每一位员工都要爱岗敬业，都要把现场管理工作当作自己的份内工作，长年累月地坚持下去。只有所有的员工把这种坚持转化为行动自觉，现场管理工作才能真正做到内化于心，外化于形。

最后，键山秀三郎还通过《扫除道》告诉我们，要懂得感恩。“感恩细小事物的人，会人为地缩小痛苦和烦恼。反之，不能感恩细小事物的人，则会人为地放大痛苦和烦恼。”懂得感恩就会让人产生归属感，与其想想自己还缺什么，不如多想想自己所拥有什么；与其想想自己不能做什么，不如多想想自己能做些什么。既然选择了这份职业，就必须接受他的全部，主动做事，常怀感恩之心，立足岗位作奉献。

其实，《扫除道》这本书，还有许多可以让我们汲取的营养，比如专注、用心、以身作则等等。之所以择取上面三个方面来细说，我觉得这和我们集团公司的企业文化“三讲五心”——讲感恩、讲服从、讲奋斗，有不谋而合之处。一百个人读同一本书，有一百种见解，这是因为每个人心里所想的都不同。但无论你所想的是是什么，只要我们能从中汲取我们所需要的，那就足够了！