# 季羡林谈人生读后感

来源：网络 作者：落梅无痕 更新时间：2025-05-04

*第一篇：季羡林谈人生读后感《季羡林谈人生》读后感一滴水可以引发千万人的思考, 一粒沙子可以看出世界, 一张脸上可以看出一座天堂, 而好书可以无数人的命运。－－题记最近读《季羡林谈人生》引来些许感慨，片言记述。书中三部分分别介绍了季羡林老先...*

**第一篇：季羡林谈人生读后感**

《季羡林谈人生》读后感

一滴水可以引发千万人的思考, 一粒沙子可以看出世界, 一张脸上可以看出一座天堂, 而好书可以无数人的命运。－－题记

最近读《季羡林谈人生》引来些许感慨，片言记述。书中三部分分别介绍了季羡林老先生的人生哲学------------谈人生、谈读书治学、谈人生感悟。在我这个年龄，谈人生是否年轻了点？季先生强调，对人生问题的思考不是那些坐在神圣殿堂里的哲学家们的专利，“吾辈凡人”也要扪心自问：你为什么活着？人无法选择生与死，但人不能总处在被动和糊涂之中，我们应有所作为。因此我们年轻人都应留下一分钟思考, 人生的目标是? 留下一分钟领悟, 人生的意义是? 留下一分钟感慨, 人生的价值是? 留下一分钟, 人生的真谛是? 留下一分钟, 细细咀嚼“人为活着? ”或人活着究竟是……

欲望，与生俱来就具备，可以说是人的一种本质的体现，欲望的存在促进整个社会文明发展，这无可臵疑的，试想一个没有欲望的人，更应该想想人为什么活着，有欲望才有动力。同时欲望也是烦恼的根源，就是人们常说的六大烦恼：贪、嗔、痴、慢、疑、见，任何事物都具有两面性，我们要

怎么驾驭欲望朝正确的方面实现价值？他告诉我们要追求愉快的生活，追求心态的平衡和宁静。

他说，走的运越大，则倒的霉也越惨，二者之间成正比。祸兮福之所倚，福兮祸之所伏，理解了这一番道理，它能够让我们头脑清醒，理解祸福的辩证关系。走运时，就要想到倒霉，不要得意过了头；倒霉时，要想到走运，不必垂头丧气。心态始终保持平衡，情绪始终保持稳定，此亦长寿之道也。个人心中思想感情的矛盾，则多半起于私心杂念，解之之方，唯有消灭私心，学习诸葛亮的“淡泊以明志，宁静以致远。”这样就不会有苦恼。即使在遭逢苦难时也要以平和的心态接受这些命运，或者保持有个感恩的心，至少可以避免自己嫉妒和愤恨的心。季老的平和与淡泊也感染了我，面对发生于周围的种种，我也学会去坦然处之。放松、自然的心境让我活得不再那么累，而且竟能将自身的潜力挖掘。人首先选择了自己的生存方式，就要信任和喜欢自己的选择。女人往往喜欢比来比去，争风吃醋，东家长西家短，可我却天生对这个没兴趣，但可能同时了丢了很多“丰富的信息”，可我却傻乎乎地满足于此，因为我不想让那些乌七八糟的东西挤满大脑，而减少我思考的空间。我们这一代八十年代出生的人，还依然习惯于从别人的评价获得对自己的肯定，尤其是名利，几乎成了唯一的追求，其实所谓“名利”只是外部促进你成长的一种强化手段，可是却被大家当成了唯一的目标，一切都为之所限，而忽视了最本质的东西——自我的成长。很多问题，当深陷其中时往往为其左右，不知所为，而当我们站在一定高度、一定角度时却能如季老那般客观冷静地看待和处之。可见，为自己寻找自己人生的基点的确重要，这时，想起最近常听到的一句话：“眼界决定境界”。

在这个纷乱的世界，有些东西，我们来不及沉淀，在忙碌无为中忘记思考，甚至有些人已然根本不会去考虑了。慢慢品读《季羡林谈人生》一书，就好像与一位知天命以上的老者交流一番，不是平常那种与上上辈人的闲谈，而是真正谈谈人生中的许多对我来说还很懵懂浑噩的东西。他对人生的感悟洗涤着我内心的芜杂、浅薄，如果不这么细致地读他，我还真的质疑“摘帽”为“炒作”，读过他，悟过他，才知道，那不是，而是老人真正的声音，是他智慧内敛人生的真实渴望。

星城地区检察院监狱检察处（韩冰囡）

**第二篇：关于季羡林谈人生读后感**

如果人生真有意义与价值的话，其意义与价值就在于对人类发展的承上启下、承前启后的责任感。下面小编为大家搜索整理了关于季羡林谈人生读后感，希望对大家有所帮助。

关于季羡林谈人生读后感

1季羡林先生学贯中西，兼通古今，对中华文化有着极其深刻的理解和研究，他的著作也一直颇受推崇。近来赏读季老的随笔杂谈《季羡林谈人生》，从中体会到不少季老的人生感悟，很是受用。《季羡林谈人生》，单是看这本书名就让人眼前一亮，心头涣然冰释。细细翻来，书中理论并无玄妙莫测、恍兮惚兮之处，而是真真切切，鞭辟入里，入眼入心。

整书中，季老反复强调：人生于世，主要要解决三个关系。一是人与自然的关系，二是人与人的关系，第三是人的自身修养，也就是人的行为与感情的关系。处理好这三个关系，人就能顺利发展，快乐生活，社会就能阔步前进;处理不好，就会磕磕碰碰，停滞不前。季老对人生这三个关系的提法引发了我的深思：人活着，无论于己，于人，不管苦痛、喜悦，这一切事物、情绪不都在这三种关系之中吗?

首先，人与自然的关系——关于“人定胜天”。

说到人和自然的关系，首先要提到的就是环境问题。这两年坊间一直流传着2024地球灭亡的玛雅预言：神奇的玛雅人预见到地球和人类会在2024年彻底被毁灭。虽说这已经被无数的科学家证实只是一个谣言，但却给我们每一个人都敲响了保护环境的警钟。我们砍伐森林，我们围海造田，我们能飞上天空，潜入海底，一时间人们真的以为人定胜天，人类无所不能。我们按着自己的意愿改造着这世界，乐此不疲。可你有没有停下脚步看看，这世界天空还那么蓝吗，绿色还那么多吗?我们对大自然的改造就像是物理学中的作用力与反作用力一样也回报在我们的身上。全球变暖，冰川恶化，厄尔尼诺等异常现象的增多，这都是大自然向我们发出的警示。大自然已经告诉我们，与它相处，我们要学会彼此适应，互相合作，那种只顾着自己的发展享乐，而丝毫不考虑它的赔本买卖，大自然是不会答应的。若是一意孤行，我们只能得到大自然的同等回报。

第二，人与人的关系，也就是社会关系——关于“也让别人活下去”。

这里要拽出两个人，一说名字——张明宝与高晓松，大家就会发现这两人的共同特征。这两个酒驾的罪犯，因为漠视生命，明知不可为而为之，最终锒铛入狱。季先生在书中列举了数多个“傻瓜”，虽然这两人已远不能仅用“傻瓜”二字来形容，但是，他们在处理自身与他人的关系上，确是“傻瓜”之最——既损了人，又不利己。图一时之快，逞一时之能，给他人造成了重大伤害的同时，自己也损失重大，悔恨终身，是实打实的大“傻瓜”。所以，季先生在书中还提到要处理好抑制本性和放纵本性的关系。为什么要抑制本性?无非是既让自己活，又让别人活。正所谓赠人玫瑰，手留余香。就比方大马路上的红绿灯，你着急赶路，想加大马力，别人也如此这般，每个人都不加以限制，想往哪走就往哪走，想跑多快就跑多快，那这样的马路上一定是交通事故不断，人们都吓得不敢出门。所以，我们这个社会愈发展，各种规章、制度、法律就应当愈完善，这是让所有人都能跑得更快的有力保障。

关于季羡林谈人生读后感

2人生，这一老生常谈的话题，不仅平常人可以对此大发感慨，学者们似乎也特别偏爱谈人生。什么是人生?也许哲学家们能讲出很多高深的道理，但他们的精辟之论往往玄妙晦涩，离现实生活太远。而《季羡林谈人生》却不同，季羡林结合九十多年的生活体验谈对人生的感悟，话语中正平和，人人皆懂，却又时时让你感到“眼睛立即明亮，心头涣然冰释”。读这本书，俨然在聆听一位长者侃侃而谈，让你静静的反省，心境变得更加纯净而美好。

作者开篇便强调，对人生问题的思考，不只是那些坐在“神圣殿堂”里的哲学家们的专利，“吾辈凡人”也要仔细思索：你为什么活着?人无法选择生与死，当然自杀除外，但人不能老处在被动和糊里糊涂之中，应该有所作为。季羡林先生认为人生的意义与价值，就在于“对人类发展的承上启下，承前启后的责任感”。明白了这一点，就会懂得如何寻找自我，如何生活和工作，如何使平凡的人生稍许不平凡些。只有这样，才能肩负起对社会、对他人、对子孙后代的责任，才能像个“人样”地活出生活质量来。

“不完美才是人生”，这是作者从另一种意义上对人生的新诠释，也是一种虚怀若谷、谦虚做人的态度。尽管人人都争取一个完美的人生，然而每个人不可能始终一帆风顺，人生不如意事往往十有八九。不管是平头百姓，还是达官显贵，都要食人间烟火，都会有人情烦恼，都逃不脱“生、老、病、死”，从这个意义上来看，这世上的每一个人都是“凡人”。所以，人活一世，不要幻想生活总是那么圆圆满满，最重要的是采取一个怎样的生活态度。有时生活就像参禅领悟，只有认识自我，超越自我，才能成为自己的主人。在书中，先生对人生的“世态炎凉”、“走运与倒霉”、“缘分与命运”进行了鞭辟入里的解析，让我们对做人与处事、迁就与适应、成功、毁誉、压力等都有了更深的理解，更可领悟到另一思维方式，另一种生活智慧。

通观全书，作者讲得最多的是伦理道德，强调要处理好人与大自然、人与人及人与自己的“三个关系”，从更深层面昭示了一个生活真理：这世界不属于哪一个人，甚至也不仅仅专为人类所备。人要感恩生活，善待自己，善待他人，善待大自然，用一颗慈善、平和的爱心来构建和谐，这对人对己，都将大有好处。这不禁让人想到，当前书店里、书摊上，摆满了大量的“人生指南”丛书，大谈人生奋斗、如何成功，有的甚至教人一些为达目的不择手段的“厚黑之术”，吸引了不少的“有志”读者，但到头来却会让你大失所望，甚至害人不浅。而作者期望的是，每一个人，对国家和社会、对家庭都要尽自己的责任，都应该在道德方面不断修养和锻炼，“能做到苟日新，又日新，日日新，成为一个有用的人，成为一个正直的人”。倘能做到这一点，我们平凡的人生就会增添不少的光辉。

读完此书，深感作者的思想像一本厚厚的百科全书，读之使人明智，而他的品格却像一目见底的清水，大德大智隐于无形。

**第三篇：季羡林谈人生读后感**

季羡林先生是我国当代学界泰斗，对印度古代语言学、原始佛教语言、吐火罗语语义，梵文文学等研究做出过重要贡献。他精通英语、德语、梵语、法语、吠陀语、巴利语、吐火罗语等多种外语，在中国传统文化、语言学、文化学、历史学、佛教学、印度学和比较文学等方面卓有建树。季羡林的思想像一本厚厚的百科全书，读之使人明智，而他的品格却像一幕见底的清水，大德大智隐于无形。

《季羡林谈人生》一书，在文字不多的一节一节的小内容中，语言通俗易懂，但都包含着人生的哲理。让人读后产生共鸣和钦佩之感。读完之后让思想得到洗理与升华。

譬如，在《傻瓜》一文中，他写道：天下有没有傻瓜？有的，但却不是被别人称做“傻瓜”的人，而是认为别人是傻瓜的人，这样的人才是天下最大的傻瓜。这说明了“要想人不知，除非己莫为”的道理。他认为：不自作聪明，不把别人当傻瓜，从而自己也就不是傻瓜。哪一个时代、哪一个社会，只要能做到这一步，全社会就都是聪明人，没有傻瓜，全社会也就会安定团结。

他在《论压力》一文中写道：什么是“压力”？压力是精神与身体对内在与外在事件的生理与心理反应。他认为大至全社会，小至每一个人都会有压力。他认为压力是好事。从大处来看，全球环境污染、生态平衡破坏、臭氧层出洞、新疾病丛生等等，人们感觉到了，这当然就是压力，然而压出来却是增强忧患意识，增强防范措施，这难道不是天大的好事吗？对一般人来说，法律和其他一切合理的规章制度，都是压力。如果没有压力，社会将会陷入混乱，人类将无法生存。压力如何排除呢？压力粗略可分为俩类：一被动，一主动。天灾人祸，意外事件，属于被动，这种压力，无法预测，只能泰然处之，切不可杞人忧天。主动的来源于自身，自己能有所作为。只要能做到遇事不嘀咕，就能排除自己造成的压力。

他的老年十忌是：一忌说话太多;二忌倚老卖老;三忌思想僵化;四忌不服老;五忌无所事事;六忌提当年勇;七忌自我封闭;八忌叹老嗟贫;九忌老想到死;十忌愤世嫉俗。我认为，老年人如果能做到这十忌，晚年会过得快乐、充实，会为长寿增加砝码。

总之，季老的思想值得我们去思考与借鉴。例如：

“能为国家、为人民、为他人着想而遏制自己的本性的，就是有道德的人。能够百分之六十为他人着想，百分之四十为自己着想，就是一个及格的人。”

“每个人都争取一个完满的人生。然而，自古及今，海内海外，一个百分之百完满的人生是没有的。不完满才是人生。”

“走运时，要想到倒霉，不要得意过了头；倒霉时，要想到走运，不要垂头丧气。心态始终保持平衡，情绪始终保持稳定，此也长寿之道。” “自己生存，也让别的人或动植物生存，这就是善。只考虑自己生存不考虑别人生存，这就是恶。”

“一个人活在世界上，必须处理好三个关系：第一，人与大自然的关系；第二，人与人的关系，包括家庭关系在内；第三，个人心中思想与感情矛盾与平衡的关系。这三个关系，如果能处理好，生活就能愉快；否则，生活就有苦恼。”

**第四篇：《季羡林谈人生》读后感**

读一本书就是在和作者交谈,不同的作者给你不同的信服感。和季羡林这样的大师交谈，你始终会觉得他是那么高大，那么令人景仰，而自己又显得那么卑微和渺小。提到季羡林我就想到这样的一幕，在清华园的小道上，一个穿着中式长袍的长者在散步，和他擦肩而过的人无不肃然起敬，止步敬礼。一个人的高大绝不是他身材的高大，而是精神的崇高。一个可以在北大和清华两所名校之间选择的人一定有他的高人之处，而他之后在研究方面的卓有研究又令人叹为观止。然而，就是这样的学术伟人，他也和任何一个普通人一样，要面对疾病，面对死亡。每个人都是平等的。当死亡临近的时候，每个人似乎才能幡然醒悟，如果我的人生可以重来我会做怎样的选择？可是人生是线性的单程，不能任意往返，不能随意下站，这样的单程只有起点和终点。我信任季羡林这样的大师，我羡慕那些能和他一起研究、学习的弟子。我接受着季老无声的润泽，我祈望着在身边能出现像季老这样学识渊博、待人诚恳、为人谦和、润物无声的人物。我们再也没有机会和季老面对面，但是我们可以在现世默默地祝福他，默默地与远在另一个世界的季老精神相会。

“纵浪大化中，不喜亦不惧。应尽便须尽，无复独多虑。”欣赏季老身上的那种淡泊明志，宁静致远，欣赏他的那种脚踏实地和持之以恒。人人每时每刻每日每月都有大小不同的的预期，有的成功有的失败，总之是无法界定，也无法分类。把成功的三个条件拿来分析一下，天资是由“天”决定的，我们无能为力，机遇不期而来，我们也无能为力。只有勤奋是有我们自己决定的，“业精于勤荒于嬉，行成于思毁于随。”做自己要做的事，应尽便须尽，无须想的太多，尽人事而听天命。知足知不足，在这个物欲横流的时代，能够知足长乐，很是不容易，人生或许就是一种平衡，有得必有失。其实最难做到的就是认识自己，尤其是自己的缺点，所以在为人处世的同时，又要三思而后行，做到有为有不为，不见利忘义，不损人利己，在大是大非上有自己的原则，在小善小恶上，有自知不糊涂。

一本书，一段人生，季羡林谈人生，可以说，季老就是一部人生史。90多年，从辛亥革命到新中国成立，从“十年浩劫”到新千禧，从穷小的官庄到足迹遍布几大洲，从清华到哥廷根再到北大，从诸子百家到古印度文明。时光流转，岁月沉淀，别人看来，季老是当之无愧的国学大师，了不起的人物，但季老却能用一颗平常心却看待。对于我这个还没过而立之年的人，没有太多的人生经历，没

有丰富的积累和沉淀，实在不敢妄下什么结论，就谈谈自己的一些感受吧。不完满才是人生，一个人活在世上，一要做人，二要做事，而做人更多的时候要务虚，凡是不可斤斤计较，对待一切善良的人，一是真，二是忍，对待坏人另当别论，做事更多的时候要务实，立足当下，做好每件小事。同时又要放眼于未来，用历史的眼光看待一切。

**第五篇：季羡林谈人生读后感**

《季羡林谈人生》读后感

季羡林先生是我国当代学界泰斗，对印度古代语言学、原始佛教语言、吐火罗语语义，梵文文学等研究做出过重要贡献。他精通英语、德语、梵语、法语、吠陀语、巴利语、吐火罗语等多种外语，在中国传统文化、语言学、文化学、历史学、佛教学、印度学和比较文学等方面卓有建树。

季羡林的思想像一本厚厚的百科全书，读之使人明智，而他的品格却像一幕见底的清水，大德大智隐于无形。

《季羡林谈人生》一书，在文字不多的一节一节的小内容中，语言通俗易懂，但都包含着人生的哲理。让人读后产生共鸣和钦佩之感。读完之后让思想得到洗理与升华。

譬如，在《傻瓜》一文中，他写道：天下有没有傻瓜？有的，但却不是被别人称做“傻瓜”的人，而是认为别人是傻瓜的人，这样的人才是天下最大的傻瓜。这说明了“要想人不知，除非己莫为”的道理。他认为：不自作聪明，不把别人当傻瓜，从而自己也就不是傻瓜。哪一个时代、哪一个社会，只要能做到这一步，全社会就都是聪明人，没有傻瓜，全社会也就会安定团结。

他在《论压力》一文中写道：什么是“压力”？压力是精神与身体对内在与外在事件的生理与心理反应。他认为大至全社会，小至每一个人都会有压力。他认为压力是好事。从大处来看，全球环境污染、生态平衡破坏、臭氧层出洞、人口爆炸、新疾病丛生等等，人们感觉到了，这当然就是压力，然而压出来却是增强忧患意识，增强防范措施，这难道不是天大的好事吗？对一般人来说，法律和其他一切合理的规章制度，都是压力。如果没有压力，社会将会陷入混乱，人类将无法生存。压力如何排除呢？压力粗略可分为俩类：一被动，一主动。天灾人祸，意外事件，属于被动，这种压力，无法预测，只能泰然处之，切不可杞人忧天。主动的来源于自身，自己能有所作为。只要能做到遇事不嘀咕，就能排除自己造成的压力。

他的老年十忌是：一忌说话太多；二忌倚老卖老；三忌思想僵化；四忌不服老；五忌无所事事；六忌提当年勇；七忌自我封闭；八忌叹老嗟贫；九忌老想到死；十忌愤世嫉俗。我认为，老年人如果能做到这十忌，晚年会过得快乐、充实，会为长寿增加砝码。

总之，季老的思想值得我们去思考与借鉴。例如：

“能为国家、为人民、为他人着想而遏制自己的本性的，就是有道德的人。能够百分之六十为他人着想，百分之四十为自己着想，就是一个及格的人。”

“每个人都争取一个完满的人生。然而，自古及今，海内海外，一个百分之百完满的人生是没有的。不完满才是人生。”

“走运时，要想到倒霉，不要得意过了头；倒霉时，要想到走运，不要垂头丧气。心态始终保持平衡，情绪始终保持稳定，此也长寿之道。”

“自己生存，也让别的人或动植物生存，这就是善。只考虑自己生存不考虑别人生存，这就是恶。”

“一个人活在世界上，必须处理好三个关系：第一，人与大自然的关系；第二，人与人的关系，包括家庭关系在内；第三，个人心中思想与感情矛盾与平衡的关系。这三个关系，如果能处理好，生活就能愉快；否则，生活就有苦恼。”

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！