# 读懂人生 感恩心态-3+X读后感[合集]

来源：网络 作者：星海浩瀚 更新时间：2025-03-09

*第一篇：读懂人生 感恩心态-3+X读后感《读懂人生 感恩心态》读后感看过一本名叫《读懂人生 感恩心态》的书之后，自己对人生又有了更深一步的认识和了解。人生就是绚丽多彩的大舞台，我们都是舞蹈者，在这个人生的大舞台上，我们应尽力展现自己人性的...*

**第一篇：读懂人生 感恩心态-3+X读后感**

《读懂人生 感恩心态》读后感

看过一本名叫《读懂人生 感恩心态》的书之后，自己对人生又有了更深一步的认识和了解。人生就是绚丽多彩的大舞台，我们都是舞蹈者，在这个人生的大舞台上，我们应尽力展现自己人性的魅力，竭力展示着自己的人生价值。

人生就是健康。健康是人生之本，没有健康的身体，人生的一切都无从说起。古往今来，多少人对健康梦寐以求！而人生最可悲的是，年轻时用健康去换金钱，而老年时用金钱换取健康。因此，普天下的男人们要养成良好的生活习惯，少抽烟、少喝酒、多锻炼；人世间的女人们不要盲目地去减肥，不要随意的更改爹妈给予的肢体，自然才是真正的美。

预防比治疗更重要。人们在日常生活中，往往忽视预防的重要性，只有到疾病缠身时才追悔平时的粗心大意。健康是生命之源，有了健康，才使生命充满意义。俗话说：“资金在于流动，朋友在于走动，身体在于运动。”

人生就是快乐。一个人快乐与否，不在于他拥有什么，而在于他怎么看待自己拥有的。羡慕别人拥有的，而自己没有的，总是痛苦的。要知道谁都无法让我们“平安无事、无忧无虑”地过一辈子，唯有“苦中作乐，”才能战胜忧愁，享受快乐。

有钱快乐吗？不一定，有可能为金钱的保管，贬值以及自身的安全而痛苦呢！

有权就快乐吗？不一定，“高处不胜寒，”有可能为孤独，寂寞而郁郁不乐呢！

有名就快乐吗？不一定，有可能为舆论界或贬或褒而深深烦恼呢！

有貌就快乐吗？不一定，古人说“红颜薄命，”因为美貌，可能会任性，娇气太重，因此也会带来许多烦恼，甚至灾难！

人生就是一个心态。人生的心态是积极的还是消极的，往往决定人生的一切。一个人心态的改变，其命运也可以改变。乐观豁达的人，能把平凡的日子变得富有情趣，能把沉重的生活变得轻松活泼，能把苦难的时光变得甜美珍贵，能把烦琐的事情变得简单可行。至于那些悲观懊丧的人，总是把烦恼挂在嘴上，把苦难书写在脸上，把忧愁郁闷在心上，把妒忌镶嵌在眼上，于是他们永远都是痛苦不堪的。

人生就是生命。生命是神奇的，又是神圣的，可却是非常短暂的。生命不会因你是英雄豪杰，而对你特别的宽容；生命也不会你是平民百姓，而对你特别的苛刻。生命对于每一个人都是一视同仁的。那就是每个人都只有一次生命的权利。特别是当一个人自己经历过死亡的考验，更能体味到一个人的生命的可贵。

这些道理其实都是很浅显易懂的，但是要真正的实现

它，轻车熟路，潇洒自如地驾权与它，要有一定的素质和涵养才可行。

或许在闲暇之余，能够回头看看自己走过的人生之路，沉淀一下自己的浮躁心态，这也就是我读过这本书最大的感悟吧。

**第二篇：《读懂人生》读后感**

《读懂人生》读后感

-----昂起头来

洛新区磁涧小学 游大兴

我今天看了一个小故事，感触很大，决定和大家分享一下：故事的主人公是珍妮，她是一个害羞的女孩，总是低着头，因为她总是觉得自己不够美。有一天，珍妮去饰品店买了一个绿色的蝴蝶结，店主不断赞美她戴上这蝴蝶结挺漂亮，珍妮虽然有些不信，但她感到非常高兴。急于让大家看看，出门与人撞了一下都没在意。

珍妮走进教室，遇到了老师，老师微笑着对她说：“珍妮，你昂着头走起来真美，我希望你一直这样！”老师拍了拍她的肩膀，同学们都欣赏地看着她。那一天，她得到了许多人的赞赏。她认为这是蝴蝶结的功劳，是蝴蝶结把她变美了。当她回到家时，这才发现，她头上根本没有那个蝴蝶结。她急急忙忙的奔向小饰品店，或许自己掉到路上了。结果，到了饰品店。店主说：“早上你慌慌忙忙的跑出去，蝴蝶结就掉了，你不知道吗？”这时候，店主把蝴蝶结给了珍妮。但，从此珍妮没有戴过它。因为她突然明白了，这一天的赞赏和自己的好感觉和这个蝴蝶结没有丝毫关系！

当读完这则小故事时，我知道文章最后的寓意就是两个字——自信！做到自信其实很简单，就是昂起头，挺起胸膛，雄赳赳气昂昂的走下去，这就是自信！故事主人公珍妮因为店主的一句话，自信了起来，但她误认为是蝴蝶结把她变美了，她终于明白了事实，别人的赞赏声是因为这个平时羞怯的小女孩有一天挺起了胸膛，拥有了自信！

说起自信，我自己其实也不是很自信。那是学校的公开课，我一紧张就会忘记一些环节，开始我还不是那么害怕，但到最后几句，我的嘴越来越不利索，不知道该怎样说下去。只能在脑子中凭空想象了几个字，疙疙瘩瘩的串成了几句话，敷衍了事了下来。

其实，面对这些公开课，我应该大胆的、自信的完成。可是，就是缺乏自信，我讲课效果不好。不过我不气馁，只要有机会，我都会尽量的参与。自信是成功的基石，想要成功，首先要学会自信。自信原本是一种美丽，而很多人却因为太在意外表而失去很多快乐。公开课时，我太在意别人的评价，一味的追求别人的好评，结果因为紧张而缺失了自己真正的亮点。

所以，从现在开始，我要每天都昂起头，笑一笑。做每一件事都能够带着自信的心态。我相信，昂起头，即使我相貌平平，我也会很美！

**第三篇：关于《心态决定人生》的读后感**

关于《心态决定人生》的读后感

当赏读完一本名著后，大家一定对生活有了新的感悟和看法，需要写一篇读后感好好地作记录了。那么读后感到底应该怎么写呢？以下是小编收集整理的关于《心态决定人生》的读后感，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

《心态决定人生》的读后感1

“做人难，做事难”，一百个人中会有九十九个人这样感叹。这九十九个人中，至少有十个人甚至感叹“难做人，难做事”。这些人之所以有上述想法，是由于缺乏一种积极的心态而造成的。其实，无论是做人还是做事，都需要保持良好的心态，没有一个好心态，做人做事当然就难了。

做人做事好心态\_决定人生成败的66个细节》就是一个循循善诱的朋友，它能在你苦闷、无聊、孤独、痛苦、不可言状的迷茫状态之中，给你一声捧喝，告诉你做人的道理，做事的真理。让你体会什么叫勇敢、什么叫爱、什么叫成功，以及掌声、鲜花和做人的乐趣。书中有一段话让我读了之后久久不能忘怀，现在就把这句话送给大家，希望我们能够产生共鸣。“我们每个人都会有很多“宝贝”，但你不可能什么都得到，在某些时候一定要学会拿得起，放得下。拿得起是勇气，放得下是肚量，拿得起是可贵，放得下是超脱。人生最大的敬佩是拿得起，生命最大的安慰是放得下。”这是本书中我最喜欢的一段话，这也是良好心态的一种表现。

心态积极与否成了衡量每个人一生成败的关键。心理学家认为：保持着好心态的人，就好像一条活鱼，能够在社会、家庭、生活的海洋中自由自在地邀游。

那么,什么是做人做事的好心态的呢书中这样解释：

好心态就是：当你的女友或妻子无理取闹时,我说的是像泼骂街那样的情形,你应该低三下四地向她赔礼道歉；而且你还要作出悔恨自己之状,并要拍脑发誓以后你说上南咱就上南!让她意识到自己刚才不是女神；而是女巫,让她感觉到你对她是多么多么地宽宏大度。做人嘛,就要宽宏大度，用积极、乐观的心态去面对自己的人生、面对自己所遇到种种困难与问题，这样你才能快乐。

说到做人做事的好心态，今天我还为大家带来一个我个人十分喜欢的小故事，与在座的每一位老师一同分享。

一个少妇去投河自尽，被河中划船老艄工救上了船。

艄公问：“你年纪轻轻的，为何寻短见？”

少妇哭诉道：“我结婚两年，丈夫就遗弃了我，接着孩子又不幸病死。你说，我活着还有什么乐趣？”

艄公又问：“两年前你是怎么过的？”

少妇说：“那时候我自由自在，无忧无虑。”

“那时你有丈夫和孩子吗？”

“没有。”

“那么，你不过是被命运之船送回到两年前，现在你又自由自在，无忧无虑了。”

少妇听了艄公的话，心里顿时敞亮了，便告别艄公，高高兴兴地跳上了对岸。

人的心态是随时随地可以转化的。一个人心里想的是快乐的事，他就会变得快乐；心里想的是伤心的事，心情就全变的灰暗。人生的成功或失败，幸福或坎坷，快乐或悲伤，有相当一部分是由人自己的心态造成的。人生的最高境界就是快乐，乐在其中。快乐是一种积极的处世态度．是以宽容、接纳、豁达、愉悦的心态去看待周边的世界。乐观心态的人往往将人生的感受与人的生存状态区别开来，认为人生是一种体验，是一种心理感受，即使人的境遇由于外来因素而有所改变，人们无法通过自身的努力去改变自己的生存状态，人也可以通过自己的精神力量去调节自己的心理感受，尽量地将其调适到最佳的状态。

做人做事的好心态有很多，我们可以将其归纳为：做人的心态要“圆”，所谓的“圆”是指乐观、平和、周全；做事的心态要“润”，所谓的“润”是指积极、勤勉、变通。这“圆润”二字囊括了做人做事的所有好心态。

《做人做事好心态\_决定人生成败的66个细节》这本书中还有几句话也深深地扎进了我的内心深处。那就是“相信自己一定能行”；“把缺憾变为前进的动力”；“宽容是人生的一种至高境界”。

我们应该把这三句话与我们的工作、生活有机地连在一起，在做事的时候我们首先要对自己说“相信自己一定能行。”如果一个人连自己都不相信，还能指望别人相信你吗？只有具有强烈自信心的人，才能够承受各种考验、挫折和失败，把缺憾变为前进的动力，以一颗宽容的心去面对一切。那么我们的人生就可以真的称得上没有缺憾了。

另外书中也告诫我们不要把成功看得太复杂。实际上，成功并不像我们看上去的那么复杂，有时越简单越容易成功\_尽管这听起来有些不可思议。有时我们应该让心态简单一些，把复杂的事情用简单的方法去做，往往会收到意想不到的效果。比如：我们有时在工作中十分想把事情做好，往往会把事情想的十分复杂，甚至有的人为了成功，还会选择一些损害他人利益的做法，这样的结果只会事半功倍，损人而不利己。而我认为做事的时候最基本的原则，就是\_踏踏实实做事，摆正自己的心态，用一颗平常心，简单的心态尽自己的全力将事情做好。无论成功与否，我们在做事的过程中都会享受付出快乐，同时在努力付出的过程中我们往往还会有意想不到的收获。例如：本学期我在参加语文课评优活动中，虽然取得了一点成绩，但准备的过程对我而言才是我最大的成功与收获。不要把成功看得太复杂，我们的任务就是用一颗平常心，以一种健康的心态努力将事件做到最好。这对每个人来说才是最重要的，也是取胜的法宝。

书中还有这样一句话，那就是“做一个正直的人。”我本人非常认可这句话。做人最基本的一条准则就是正直。正直，就是有责任感，说真话，做实事，对于任何事物，既心态平和又坚持原则。正直是做人的美德，也是做人的一种积极心态。做为一名教师我们自己首先就应该以身作则，做一个正直的人，这样才不会违背自己的良心，才能无愧“人”这个字。

做为一个生活在现今社会的人来说，我们每个人都会面临许多压力。但工作压力却是每个人所面临的一个最严峻问题。因此这本书还教会了我给自己减压。工作压力太大不仅会挤走快乐，还关系到个人事业的发展、身体健康、家庭和睦等等诸多人生要素。所以，我们要对工作减压，只有让自己摆脱工作压力，我们才会获得轻松。”所以我们要让自己在工作中保持快乐。其实，工作就是工作，它永远不可能像休闲度假一样充满了新奇和喜悦，关键是你如何在其中寻找并创造快乐。只要你真的去寻找了，快乐就会降临。快乐的工作就会让我们忘记工作的压力。把你不喜欢做的或难度大的事，换一种思维模式进行思考。比如：我们大多数人都害怕自己慢慢变老，也害怕别人说自己老了，其实这大可不必。我们可以把慢慢变老的想法换成享受生命，这样变老这种生理现象就不会那么可怕，你的心情会变得轻松，这样一来反而会让自己变得年轻。同样在工作的时候我们就可以将工作看成一种自我挑战、一种自我成长，再也不是别人强加给你，这样压力就会成为快乐。

这本书没有什么高深的理论，就是一个循循善诱的朋友，相信它会给我们每个人带来快乐、轻松。希望我们每位老师都能从这本书中找到自己的快乐。享受生活、享受人生。

《心态决定人生》的读后感2

我读了《心态决定一切》这本书后从思想上受到很大的启发。我认为只有调整好心态才能有更好的状态来制约自己去更好的努力工作，面对不同的情况，要用好的心态去对待才能得到好的结果，反之，只能失败。那些成功者，也都是用好的心态去对待成功与失败，才能在人生的海洋中到达理想的彼岸。

在工作面前，心态决定一切。没有不重要的工作，只有不重视工作的人。不同的心态，成就不同的人生，有什么样的心态就会产生什么样的行为，从而决定不同的结果。心态就是性格加态度。性格是一个人独特稳定的.个性表现特征，它表现一个人对现实的心理认识和相应的习惯化的行为方式。态度是一个人对客观事物的心理反应。所以只有良好的心态才能有出色工作业绩。

在成功面前，心态决定一切。“走得慢的人，只要他不丧失目标，也比毫无目的地徘徊的人走得快”。因此，生活有时并不公正，然而，希望的大门对每个人总是永远敞开的。当一个人把生命和精力集中到一点上时，就可能做出令自己吃惊的事业。那么成功的基础必然就是良好的心态。

不可否认的是，在我们每个人的心理上，都存在着这样那样的问题。比如自我感觉过于良好，学习上不敢暴露自己的无知；不考虑为他人创造方便；将个人利益看得过重；总想短期效应；缺乏服从意识；不会做任何自我批评。存在有这些心态的人，我相信他永远不会成功。相反，那些追寻成功的人恰恰都选择了是一种积极的优化心态，并在极其良好的心态下取得了意想不到的成功。这种心态和境界是我们每个人值得学习和追求的，但是，可以告诉大家的是，心态的调整与净化，别人是不能替代的，这是一种主观自主性的行动，不是客观外加的、被动的思想观念，别人只能引导而不能代劳。只有正确的心态从消极的理念中走出来，才有积极的态度完成自己的目标和工作。也就是说，“只问耕耘，莫论收获”的时候，上帝也就会把收获悄悄地给你预备好了。

《心态决定人生》的读后感3

有个智者想了解天堂和地狱，上帝就先让去地狱看看。他来到地狱，看到许多人挤在一起，中间一口大锅尽是可口的饭菜，但周围的人个个愁眉苦脸。每个人吃饭的勺子柄都很长，而饭盆却只有一个，这些人你争我夺，但是因为长柄勺子的缘故都吃不到饭，于是智者就认为这是上帝故意的惩罚。上帝又让智者上了天堂，天堂的情形跟地狱完全相反，天使们个个眉开眼笑。智者仔细观察，发觉天使们使用的是同样的长柄勺子和饭盆，但是天使们却相互用长勺给对方喂饭，所以个个吃得很饱。其实这个故事就是说明了境遇相同，而不同的心态决定了人生的不同状态。

心态决定状态，这句话在一定程度上是很有道理。一位贫困的老母亲告诫她的儿子：你每次出门，都要把自己的皮鞋擦亮！儿子问原因，母亲告诉他，衣服的好坏只能表明一个人的经济状况，而鞋子有没有擦干净，却可以看出一个人的生活态度，精神拖沓的人是干不好事情的。使自己的皮鞋变亮，费时费力都不多，弯弯腰就可以做到，但是擦亮的皮鞋却为自己赢得了自信，看起来精神抖擞、活力倍增。会不会做、能不能做好由一个人的学识、能力和水平决定，但要不要做、想不想做好却由你的态度决定，在某种程度上说，态度决定业绩。

心态决定我们的生活状态，有什么样的心态就有什么样的今天和未来。成功学大师拿破仑希尔认为：成功人士与失败人士的差别在于成功人士有积极的心态，而失败人士则习惯于用消极的心态去面对人生。成功人士始终用积极的思考、乐观的精神支配和控制自己的人生；失败人士则活在担忧、恐惧和自卑中，他们的悲观与失望最终让他们走向了失败。

《心态决定人生》的读后感4

这是一本极具价值的人生指南读物，它能迅速提高我们对生活的感知，并帮助我们确立和提升自己的人生定位。十位伟大的人生导师，引领我们步入成功殿堂，能让我们以更加积极的态度去面对朋友、家人、工作和自己。今天我就拿其中的一段谈谈我的感受。

世界上没有卑微的工作，只有卑微的工作态度，只要全力以赴地去做，再不好的工作也会变成最出色的工作，就像希尔顿说的：“世界上没有卑微的职业，只有卑微的人。”下面我举三个小例子：有人问三个砌砖的工人：“你们在做什么呢？”第一个工人没好气地嘀咕：“你没看见吗，我正在砌墙啊。”第二个工人有气无力地说：“嗨，我正在做一项每小时几元钱的工作呢。”第三个工人哼着小调，欢快地说：“你问我啊朋友，我不妨坦白告诉你，我正在建造这世界上最伟大的教堂！”

这就是问题的症结。如果你只把目光停留在工作本身，那么即使从事你最喜欢的工作，你依然无法持久地保持对工作的热情。工作满意的秘密之一就是能“看到超越日常工作的东西”。一旦心情愉快起来，就会全身心投入。本来你觉得乏味无比的事情会变得妙趣横生。这正是工作的本质所在。一支工作能力强、工作态度端正的队伍，才能打造出一个有战斗实力的团队，才能从根本上提高团体的核心竞争力。从切身出发，作为一名税收管理员，如何做起事来让领导放心，同事满意，我认为专业的工作态度应该包括两方面：1.积极负责的工作态度；2.以大家的满意与信任为第一的服务态度。工作中，无论面对领导或同事，更或是纳税户，一个良好的态度尤其重要。态度是人与人接触的第一印象，这不单单是一个人的事，有时团队的协作精神也是一个很好的团队态度。相信通过每天的日常工作，我们都会更珍惜身边的人，珍惜从事的工作，珍惜现有的生活，为我们拥有优雅的工作环境、拥有和睦团结的工作伙伴感到欣慰。而建立良好的人际关系方面，无论是在工作或是生活中，我始终认为可以用“真诚相对，灵活处理”的理念来待人处事。真诚待人有助于彼此沟通了解，灵活处事则是以不变的原则应对变化无常的世事。

“态度端，百事成！”摆正做事的态度远比做好一件事情本身效用大得多。良好的态度是获得成功的前提，也是让自己以轻松愉快的心情投入工作、积极主动完成任务的先导。

**第四篇：《心态决定人生》读后感**

《心态决定人生》读后感

这是一本极具价值的人生指南读物，它能迅速提高我们对生活的感知，并帮助我们确立和提升自己的人生定位。十位伟大的人生导师，引领我们步入成功殿堂，能让我们以更加积极的态度去面对朋友、家人、工作和自己。今天我就拿其中的一段谈谈我的感受。

世界上没有卑微的工作，只有卑微的工作态度，只要全力以赴地去做，再不好的工作也会变成最出色的工作，就像希尔顿说的：“世界上没有卑微的职业，只有卑微的人。”

下面我举三个小例子：

有人问三个砌砖的工人：“你们在做什么呢？”第一个工人没好气地嘀咕：“你没看见吗，我正在砌墙啊。”

第二个工人有气无力地说：“嗨，我正在做一项每小时几元钱的工作呢。”第三个工人哼着小调，欢快地说：“你问我啊朋友，我不妨坦白告诉你，我正在建造这世界上最伟大的教堂！”

这就是问题的症结。如果你只把目光停留在工作本身，那么即使从事你最喜欢的工作，你依然无法持久地保持对工作的热情。工作满意的秘密之一就是能“看到超越日常工作的东西”。一旦心情愉快起来，就会全身心投入。本来你觉得乏味无比的事情会变得妙趣横生。这正是工作的本质所在。

一支工作能力强、工作态度端正的队伍，才能打造出一个有战斗实力的团队，才能从根本上提高团体的核心竞争力。从切身出发，作为一名税收管理员，如何做起事来让领导放心，同事满意，我认为专业的工作态度应该包括两方面：1．积极负责的工作态度；2．以大家的满意与信任为第一的服务态度。

工作中，无论面对领导或同事，更或是纳税户，一个良好的态度尤其重要。态度是人与人接触的第一印象，这不单单是一个人的事，有时团队的协作精神也是一个很好的团队态度。相信通过每天的日常工作，我们都会更珍惜身边的人，珍惜从事的工作，珍惜现有的生活，为我们拥有优雅的工作环境、拥有和睦团结的工作伙伴感到欣慰。而建立良好的人际关系方面，无论是在工作或是生活中，我始终认为可以用“真诚相对，灵活处理”的理念来待人处事。真诚待人有助于彼此沟通了解，灵活处事则是以不变的原则应对变化无常的世事。

“态度端，百事成！”摆正做事的态度远比做好一件事情本身效用大得多。良好的态度是获得成功的前提，也是让自己以轻松愉快的心情投入工作、积极主动完成任务的先导。

**第五篇：读懂自己,读懂人生**

读懂自己，读懂人生

--------读《李开复成功哲学》

嘉善二高高二（8）浦柔云指导老师：陆琼

在学校读书，不是人生的全部，而我却会为此表现得仿佛这就是终点。人生的意义，不是匆匆走过生命路程，而是体味，是不断调整前进的方向，到达曾经梦想的彼岸。人生很短暂，或绚烂或平淡的瞬间，却足够值得回味和咀嚼。生命是一切可能的延续，是跳跃着激情的火焰。

字里行间流露出的自信和坚忍，让我感受到，强大的内心很重要。居里夫人曾经说过：“我们的生活都不容易，那又有什么关系，我们必须要有恒心，尤其要有自信力。”无论是刚开始创立微软中国研究院，还是陷身官司，李开复不仅有克服难关的勇气，更有自信和坚忍。他的胜利足够证明内心强大的重要性。当今世界，竞争激烈，找不到如愿的工作并不代表自己不优秀，不应该因此气馁：承认社会对我投的反对票，是，我是不够格，但这不能成为阻碍我前进的绊脚石：我相信，经过我的努力，我可以做得更好。

放下身段，从底层做起。2024年伦敦奥运会，国家乒乓教练刘国良说的一句：“……只要我们的选手能够放下身段，和对手比赛，就能取得最后的胜利。”由此，我想到刚从大学毕业的高材生，不愿接受低于期望值的工作。这个时候如果能放下身段，从底层做起，积累经验，同时又不放弃自己的目标，持之以恒地做准备，那么将来时机成熟，就能促成质变。

放宽衡量自己的尺度。因为担心结果，很压抑，感觉生活有太多包袱要背，于是便害怕自己的软弱。害怕自己的软弱，是因为缺乏自信心。把衡量自己的尺度适当放宽，不止局限在某一方面批评、反省自己，因为，我不是一个一无是处的人啊！客观、全面地观察、评判自己，找到自己的优势和劣势，我们便有了重新出发的自信和坚持下去 的恒心，“自信心”、“恒心”仿佛是船桨，让你重新回到平衡点，让你在失望灰心的时候看到希望。人总需要点什么力量继续走下去，而这力量要靠你自己去寻找。

了解自己的个性，控制好自己的情绪。妈妈常说，日本有一个“忍”字，你学学他们的忍术。我过去常常为某些事觉得憋屈，所以认为力争、反击才能挽回自己的面子，弄得自己心力疲乏。冷静下来觉得有些事情真的需要一笑置之。有些日子很重要，有些日子无所谓。回想起来，你会发现，一个人需要忍受的事远比需要反击的多。与其和对方争得唾沫横飞，不如忍下来。忍过之后，不愉快的心情会消失得很快。静下心后，仔细分析自己的问题，反而能找到解决的最佳办法，甚至可以从自己的负面情绪中，获得精神力量来摆脱原来的状况，有意想不到的效果。李开复在苹果公司工作的时候，一位员工因为妻子和朋友被裁员，用极其肮脏的语言谩骂李开复。李开复很气愤，但他随即想到人难免会在受伤害时失去理智，并且自己作为一个部门总监，不能因为一时的愤怒影响正常工作进展。一段时间以后，员工认识到自己的问题，并向李开复道了歉，还感谢他的举动。李开复用责任感和善解人意摆脱了负面情绪，使自己正常工作，还赢得了员工的尊敬，有了意外的收获。

敞开自己的心扉，可以获得更多的快乐。对此，我有体会。我刚换新同桌时，很不适应，和她交流的时候，常常你一言，我一语，争论不休，结果不欢而散。渐渐我发现，她只是表达得不好，本身并没恶意。于是听到觉得不舒服的话时，主动忽略，我觉得我应该理解她，用宽容的心态对待她，并且不断暗示自己我可以不在乎这些无伤大雅的事，然后我发现，为此类事难过的时候变少了。跟新同桌的相处时间久了，交流多了，我发现新同学身上有我没有的勇敢、钻研品质，新同学关于漫画的知识是那么渊博。在交流中，她也改掉了性格中急躁的心态，变得平和。敞开心扉，我们获得了快乐。

《李开复的成功哲学》让我学会了认识自我，作出明智的选择。身为普通群众的我，未来也许不能力挽狂澜，但是，我可以尽我所能，让我身边的人快乐地生活。

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！