# 小悟林语堂谈人生（大全5篇）

来源：网络 作者：月落乌啼 更新时间：2024-12-26

*第一篇：小悟林语堂谈人生今天我向大家推荐的一本书是林语堂的《人生不过如此》，先向大家介绍下作者。“五四”时期，出现了许多学贯中西的学者，他们既有东方的机智又有西方的思辩，兼具中国的古朴性灵与西方的现代奔放。林语堂就是这么一位学者，我个人比...*

**第一篇：小悟林语堂谈人生**

今天我向大家推荐的一本书是林语堂的《人生不过如此》，先向大家介绍下作者。“五四”时期，出现了许多学贯中西的学者，他们既有东方的机智又有西方的思辩，兼具中国的古朴性灵与西方的现代奔放。林语堂就是这么一位学者，我个人比较喜欢的原因是他的很多思想不受时代的束缚，放在当今也依然有指导实际作用，是一个属于集IQ和EQ于一身的人，林语堂一生精通中、英文，学贯中西，博闻广见。丰富的文化底蕴，渊博的学识，使他的幽默充满与众不同的智慧，包括他的工作履历、创办杂志、用英文撰写的长篇小说《京华烟云》等作品，都凸显了他的才学和对人生世事的深刻领悟。让我非常钦佩。令你感喟不已的是，书中所选的诸多篇目，我们在今日读来，仍如当时所写，一点也没过时；书中所透露的诸多世相，我们在今日看来，仍如当初时代，一刻也未改变。历史的车轮碾过，逝者如斯，而蓬草犹在。信手摘录几例。比如，他把应试教育称作“恶性读书”，并指出“恶性考试艺术就是煮鹤艺术，可惜被煮的是我们男女青年。”他说“西洋人讨论女子服装，亦只认为审美上问题，到中国便成了伦理世道什么夷夏问题。”他描述自己的人生理想：“我愿早晨听喔喔公鸡叫。我要邻近有老大的乔木数株。

林语堂主张：“文章者，个人性灵之体现”。《人生不过如此》这本散文集应该说就是林语堂这句名言的最好佐证，透过这本书能看出作者的性情与灵性。人生是一个非常大的命题，包罗万象，很多人都写过关于人生这个话题的作品集，比如说周国平也出过一本哲理性的书叫《人生哲思录》，都是书名都有“人生”两个字，但是内容的切入点、素材、语言风格等都大相径庭。周国平的《人生哲思录》是哲理性的理论文章，可能是由于作者人生历经了不少坎坷，加之又经历了年轻时的丧子之痛，他对人生的感悟就显得非常凝重，他出的这本书也是这种风格，观点深邃，但读后让人感觉非常沉重。而林语堂的这部作品，我用自己的语言来形容就是：“质地轻盈、节奏明快”。多篇散文组成，且以小见大，很大的话题，比如说婚姻，他能写得很靠实，很小的话题，他能从中挖掘出趣味来凸显自己提倡的生活路线和品位，比如说谈戒烟、谈树木和石头，很多小事他都描述得妙趣横生，说明作者极具生活的智慧。”无事翻看几页他的书，是一种偷得浮生半日闲的精神旅程，不知不觉中，你就学会了林语堂先生处世的超然和豁达，以及研究学问时的敏锐与才思。

有人觉得生活乏味，工作、家庭、网络、聚餐、唱歌，再想想都想不出有其他什么活动来充实自己的生活、来愉悦自我；有的人觉得生活疲惫，工作竞争压力大、人际关系培养有压力、朋友之间比较也有压力，这就容易让人一下子失去方向，感觉很疲惫。品一品林语堂的文章不一定会帮你解决生活中遇到的实际问题，但是可以让你重新找到生活的趣味所在，同时提高自身品位。

下面我再简单地推介下这部散文集的语言特色。

朱自清的清幽、郁达夫的沉郁、鲁迅的锋利，而林语堂的风格是闲适，读到林语堂们的文章，就像在喧嚣急驰的列车上偶遇久违的朋友，非常的感怀与亲切。他的散文皆讲究冲淡，讲究自然，无华章丽句，属于娓娓到来，有静气养心之效，怡情拾趣之功。读林语堂，与其说是在读他的出世与入世，不如说是在读一部社会人生。在中西文化的熏染下，他不喜欢把文字摆弄得“披肝沥胆、慷慨激昂、公开抗议”，而一任自己在思想界的大陆上驰骋纵横，走的虽是幽默与讽刺一路。

你恍惚看到了，一位温润如玉的君子，一位谦虚谨慎的学者，于无人处悄悄立在你的面前，与你辩论该如何逍遥自在地做人、心无芥蒂地处世，“在不违背天地之道的情况下，成为一个自由而快乐的人。这就好比一台戏，优秀的演员明知其假，却能够比在现实生活中更真实、更自然、更快乐地表达自己，表现自己。人生亦复如此。我们最重要的不是去计较真与伪，得与失，名与利，贵与贱，富与贫，而是如何好好地快乐地度日，并从中发现生活的诗意。”正因有了这种超然的心态，作为新文化运动时期两派不同阵营中的代表人物，唯政见不同，林语堂多次被鲁迅辱骂，但其事后仍能在《鲁迅之死》中满怀真情地说出：“吾始终敬鲁迅；鲁迅顾我，我喜其相知，鲁迅弃我，我亦无悔。”这种胸襟，何其坦荡。

读林语堂的散文，另一个如天外飞仙般的享受就是无孔不入的幽默与机智。他的幽默不像时下流行的搞笑方式，肤浅而夸张地讲些笑话或段子来吸引人，而是于日常生活中捕捉一些可爱可乐的事物加以揶揄。如《我怎样买牙刷》、《我的戒烟》、《冬至之晨杀人记》等，从生活小事生发出无限的况味，读来令人莞尔。

**第二篇：人生不过如此----林语堂**

《人生不过如此》----林语堂

悲剧的戏剧人生观，把沉重的肉身转为轻灵的舞者，悲剧与沉重被误导化解人生就是风行水上，下面是旋涡激流，风仍逍遥自在。

科学是对生命的好奇的欣赏，宗教是对于生命的崇敬心，文学是对于生命的赞赏，艺术是对于生命的欣赏

欧洲的艺术家坦白的承认一切的艺术莫不根源于风流的敏感性

笑的最响因为笑的最迟

婚姻生活如渡大海，一片汪洋，虽不定是苦海，但是颇似宦海，欲海如果只想一帆风顺，就快点打破迷梦

女人的美在于内容不在于脸

《一篇没有听众的演讲》爱着的并且步入婚姻殿堂的人一定要看，要听听没有人会否认人生不能像一首诗那样的度过去。

你的姿势会左右你的情绪

你的声音会影响你的情绪

你的举止，走路的样子，说话的方式，写作的笔调，会影响你的情绪而情绪影响生命！

孔老------

仲工之贤，自当见用于世

质胜文则野，文胜质则史。文质彬彬，然后君子

道可道，非常道，名可名，非常名

上善若水，水善利万物而不争。处众人之所悟，故几于道。居善地，心善渊，与善仁，言善信，政善治，事善能，动善时，夫唯不争，故无忧。

宠辱若惊，贵大患若身。

致虚极，守静笃。万物并作，吾一观复。

太上，不知有之；其次，亲而誉之；其次，畏之；其次，侮之。

大道废，有仁义；智慧出，有大伪；六亲不合，有孝慈；国家昏乱，有忠臣。绝学无忧，唯之与阿，相去何几？善之于恶，相去若何？人之所畏，不可不畏。曲则全，枉则直，洼则盈，弊则新，少则得，多则惑。

知其雄，守其雌，为天下溪。知其白，守其黑，为天下式。知其荣，守其辱，为天下谷。

知人者智，自知者明。胜人者有力，自胜者强。知足者富，强行者有志，不失其所这久，死而不亡者寿。

将欲弱之，必固强之。将欲废之，必固其举之。

天下之至柔，驰骋天下之至坚，无有入无间。

**第三篇：林语堂《人生不过如此》读后感**

林语堂《人生不过如此》读后感

作为一个九零后的人来说，在生活学习中会静下心来细细品读这些资深作家用自己的经验和感触写出来的东西，体味不同的人生，在我来说还早。总是觉得自己作为年轻人又是九零后来说，看这些“老古董”就会觉得太深沉了。初看到《人生不过如此》这个名字，以为它的内容会是以嘲讽或者类似这种情绪的产物，但是看了以后才知道林语堂先生从头到尾都在阐述，阐述林先生自己的一种生活态度，一种对人生的态度。它只是那样好像和你在聊天说故事一样，静静的阐述着，让我想到了“洗尽铅华见本心，红尘深处不染尘”。

我不敢说我在读了部作品后有什么观点，这只是我自己的一种粗见，我这样觉得。因为这部作品就像一杯茶，你品位的越久越多才能品出它的味道；只有多看几遍，你才能了解林语堂先生想要表达的人生的态度，才能把这部作品笑话变成自己的东西。

书中，编选者将内容分为“我生之初尚无为”、“当时只道是寻常”等六个篇章，将林语堂先生生命中不同时期的经典呈现出来。

佛洛伊德说，幼年的记忆，会进入你的潜意识里。从文中可以看出童年的生活环境对林语堂先生是难忘及尤为重要的，从“在造成今日的我之各种感染力中，要以我在童年和家庭所身受者为最大。我对于人生、文学与平民的观念，皆在此时期得受最深刻的感染力”、“究而言之，一个人一生出发时所需要的，除了健康的身体和灵敏的感觉之外，只是一个快乐的孩童时期——充满家庭的爱情和美丽的自然环境便够了”、“童年时这种与自然接近的经验，足为我一生知识的和道德的至为强有力的后盾；一与社会中的伪善和人情之势利互相比较，至足令我鄙视之。如果我有一些健全的观念和简朴的思想，那完全是得之于闽南坂仔之秀美的山陵，因为我相信我仍然是用一个简朴的农家子的眼睛来观看人生。”、“童年时这种与自然接近的经验，足为我一生知识的和道德的至为强有力的后盾；一与社会中的伪善和人情之势利互相比较，至足令我鄙视之。”就可看出。而致使童年让他记忆深刻并且对他的一生带来重要影响的是童年的青山，“在我一生，直迄今日，我从前所常见的青山和儿时常在那里捡拾石子的河边，种种意象仍然依附在我的脑中。它们令我看见文明生活、文艺生活，和学院生活中的种种骗子而发笑。”、“那些青山，如果没有其他影响，至少曾令我远离政治，这已经是其功不小了。”、“如果我会爱真、爱美，那就是因为我爱那些青山的缘故了。如果我能够向着社会上一般士绅阶级之孤立无助、依赖成性和不诚不实而微笑，也是因为那些青山。如果我能够窃笑踞居高位之愚妄和学院讨论之笨拙，都是因为那些青山。如果我自觉我自己能与我的祖先同信农村生活之美满和简朴，又如果我读中国诗歌而得有本能的感应，又如果我憎恶各种形式的骗子，而相信简朴的生活与高尚的思想，总是因为那些青山的缘故”。

每个人的童年都会对自己后来的生活或多或少带来影响，因为从一开始学会接收东西的时候，那些东西就存在了，它开始融入到你的血液中已经根深蒂固。后来的我们一路成长，那些东西跟着你开始长大。

**第四篇：学易经悟人生**

学《易经》悟人生

摘要：《易经》是一部讲述天地万物本源规律的书，其中最核心的就是“人”的规律。它可以用来指导我们日常的工作和生活，把一切变得更简单、更容易、更幸福。《易经》告诉我们做任何事情都要用阴阳的观点，以自然为标准，做合理的判断。处在人生不同的阶段要作出不同的调整，要始终自强不息、奋发进取。即使遭遇不利，也要能屈能伸，相信否极终究泰来。以柔克刚是生存之道，低调做人是处事准则，只有厚德方能载物。

关键字：感悟 太极 乾坤

人们现在探讨的《易经》通常指《周易》，是周文王对伏羲《易经》的解读。《易经》被认为是群经之首（五经将其放在首位）、群经之始（诸子百家发源于此），是一部讲述天地万物本源规律的书，其中最核心的就是“人”的规律。“人”字两条腿，一撇一捺，左为阳，右为阴，人自一降生起就被纳入到《易经》所阐述的运动体系中。《易经》的本质是科学而非玄学，它可以用来指导我们日常的工作和生活，把一切变得更简单、更容易、更幸福。

老子曰：人法地、地法天、天法道、道法自然。意思是，人是以地的法则运行，地是以天的法则运行，天是以道的法则运行，道是以自然为法则运行。因此，人不能关起门来过自己的生活，要随时与大自然进行互动，遵守大自然的法则。这也体现了《易经》观天道以立人道的原理。如何“观天道以立人道”，《易经》则是通过象征“变化”的符号—— 阴阳来表示。“易有太极，是生两仪（阴和阳），两仪生四象，四象生八卦”。万事万物都是太极，有阴有阳，亦阴亦阳，而不是一阴一阳，阴阳分不开；太极就是有所变有所不变，变中有不变，不变中有变。而卦又有何用，事实上每一卦都有一个卦名和卦辞，一个卦有六个爻，有不同的爻辞，把握了相关的基本原则，可以趋吉避凶，在人生迷茫的时候，为自己领航。

通过对《易经》的粗浅学习以及老师的指导，学生对自己的人生以及一些事物的看法有了重新的认识、定位，于此做简略的阐述。

感悟一：

做任何事情都要用阴阳的观点，以自然为标准，做合理的判断。

《易经》有一种说法原本叫变经，不能常变：有变就有常。变的只是现象，背后一定有不变的规律。人们常说“世事变化无常”，非也，世事变化有些是可以预见的，例如家是不会变的，世界是不会变的，太阳一定是东升西落，纵使人事全非但江山依旧。我们不要纠结于那些变化莫测的表面现象，要透过现象看本质，掌握事物本身不变的规律，以不变应万变。做人要讲究原则，要外圆内方，以不变的立场来变，才不会乱变，乱了方寸。自己在工作和生活中忙的焦头烂额、苦不堪言的时候，应该适当的放慢脚步，仔细的归纳总结一下，找出事物的必然规律、处事的基本原则，为自己的判断扫清障碍，使一切变得井然有序。

感悟二： 处在人生不同的阶段要作出不同的调整，要始终自强不息、奋发进取。即使遭遇不利，也要能屈能伸，相信否极终究泰来。

“干卦”把人生分成了六个阶段，这六个阶段分别是：

初九：(二十岁以前）潜龙勿用。尚未成熟，稍安毋躁，慢慢修炼，做好准备。

九二：（三十岁以前）见龙在田。有人赏识，这是得君行道的大好机会，机会来了，就要抓住。

九三：（四十岁以前）惕龙，无咎。表现的时候，要非常谨慎，白天勤奋努力，夜晚还要戒惧反省，虽处境艰难，但终究没有灾难。

九四：（五十岁以前）或跃在渊。或鲤鱼跳龙门，或如落深渊。

九五：（六十岁以前）飞龙在天。这是人生中最神气的阶段，称作九五之尊。

上九：（六十岁以后）亢龙有悔。升腾到极限的龙，太神气、霸道会有灾祸。

易经假设一个阶段为20岁，个人认为这六个阶段是不能用具体的时间来衡量的，每个人的先天素质、境遇等主客观因素大相径庭，所以成就每一个人生阶段所花费的时间不同，而且上一阶段与下一阶段之间是包含的关系。但，这六个阶段的划分符合人成长、发展的规律。干卦的卦辞很值得我们深刻体会，并应用于自身，时刻警醒自己。

从年龄上讲，已经到了现龙期，在人生的这个阶段，我们究竟该如何做好自己？通过易经的学习，我认为有以下几点需要注意。首先，对自己的要求，表现得要有大人的风范，不能小里小气，要胸怀宽广，表现的有阴有阳。若引起人家嫉妒，自己要检讨，不完全是别人的错。其次，对上司的表现，要想办法得到“大人”的赏识。不同领导有不同的喜好，手下人的表现，不管事情本身是对是错，重要的是要符合领导的“胃口”。最后，进德修业。此时，不能懈怠于自身能力的提升，应致力于增进学业、培养品德。一要闲邪存其诚，防范邪恶以保持内心的真诚。二要修辞立其诚，小心言辞。

感悟三：

以柔克刚是生存之道，低调做人是处事准则，只有厚德方能载物。

坤卦象征“地下有地”，地具有创造与发展万物的功能。坤道，即保持柔顺，如果似天那样的刚健而争先就会走上错误的道路，应该随干道而行则无错。天为主道，地为从道。

大自然万物的正常发展，既有赖于阳刚之气的主导作用，又不可缺少阴柔之气的辅助作用。即使是一个人的身体机能，也必须在阴阳协调的条件下才能健康地运转。中国传统医学的施治原理，追求阴阳表里的平衡与气血脉络的畅通，也是在极大程度上汲取了《周易》乾坤阴阳哲学的理论基础。

一个人能否走向成功，既要看其才能，又要看其胸怀。在有基本才能的条件下，往往是心胸多大，人生的舞台就有多大，就能成就多大的事业。只有器量弘深的人最能够尊重人、理解人、团结人、宽容人，有利于招揽四方精英贤明之士共图大业；有利于化解各种矛盾，建立宽松和谐的人际关系，甚至化敌为友，变阻力为动力，促进事业顺利发展，蒸蒸日上。

做人，要低调，沉着稳健，谦虚谨慎。真正做到“地势坤，君子以厚德载物”。

《易经》是一部奇妙无比的古书，看不懂的人说它是有字天书，略知一二的人对它深感敬畏，真正了解的人就爱不释手，随时摆在案头，向它请益人生的各种问题，然后增长处世的智慧。《易经》的“义理”告诉我们：宇宙万物一直处于变化之中，充满无限活力与生机。《易经》的“象数”可以用于占卦。《易经》启示我们人生的正途，要培养能力、增强能力、启发智慧。

人生是要对自己负责的。我们不管谈任何人生哲学，儒家、道家，以及它们的根源《易经》，都是一样的。你还是要自己负责，也不要幻想有很多奇怪的力量来支持你。“天助自助者”，你能够自己帮助自己，所有的万物都来帮助你。

参考文献：

1、南怀瑾.【易经杂说】.复旦大学出版社.2024

2、王蒙.【老子的帮助】.贵州人民出版社.2024

3、南怀瑾、徐芹庭.【周易今注今译】.重庆出版集团.2024

**第五篇：学易经悟人生**

学易经悟人生

易经

里面包含了世间的万事万物，我们可以从中领悟到人生哲理和人生的价值观，下面就从易经里面学到的人生价值观与大家分享一下。

1、人要“自强不息”、“厚德载物”。

《易经》中有两句最为典型的至理名言，分别来自于乾卦和坤卦，这就是孔子总结的“天行健，君子以自强不息。”“地势坤，君子以厚德载物。”这是最值得人们效法的人生观和普世价值观。自强不息和厚德载物是一个问题的两个方面。《易经》告诉我们，每一个人都应当既要做好事，又要做好人;既要工作好，又要学习休养好;老师既要教好书，又要育好人;企业家既要追求发财，又要不断行善;司法工作者既要把案断好，又要把法学好等。

2、人要积德行善。

《易经》中的积德行善思想，也是一种普世的人生观和价值观。《坤》卦“积善之家，必有余庆;积不善之家，必有余殃”与“厚德载物”一样，都是孔子向人们揭示的至理名言。善与恶，没有绝对的界限，善与恶也是互相转化的。“毋以善小而不为，毋以恶小而为之”就是讲的为人处世，修身养性，善念当养，恶念当除。《道德经》中讲“上善若水”，我们平常说“积善如流”，都是告诫人们积德行善的道理。

3、人要谨慎收敛、不要是非张扬。

《易经》告诫人们，为人处事要谨慎收敛，不要是非张扬。《坤》卦的\*\*爻爻辞讲“括囊，无咎无誉”，象辞进一步解释“括囊无咎，慎不害也。” “括囊”是将口袋扎紧，使囊中之物不向外露。以此比喻人应当收敛，谨言慎行。谨言，即少说话，坏话不说，好话也不说;慎行，即恶不为，善也不为，明哲保身，才不会发生错误。恶不为则无咎，善不为则无誉。平常人知咎可以致罪，不知誉也可以为害。其实，誉也可致咎，宁可无誉，也不可因誉而自取其咎，虽然得不到赞誉，却可避免灾祸。有一个小品，说的是有一个人获得了荣誉，被评为先进，坏了，引来了一大堆麻烦，还不如当初不当先进。有的人通过不正当手段虽当了官，但成为众矢之的，弄的也很狼狈。“括囊”的实质是谨慎，由于括囊，所以无咎。虽然不强求名誉，得/ 6 不到赞誉，但却可避免灾祸，这就是“慎不害也”。病从口入，祸从口出，尤其对置身于特殊环境，或者是身居权倾位高的人，慎言不失为保全自己的良策。

4、人要乐天知命，无忧人生。

《易经》在人生观的指导上，还提出了“乐天知命”的思想。《离》卦九三爻爻辞“日昃之离，不鼓缶而歌，则大耋(die)之嗟，凶。” 初爻为日出，二爻为日午，三爻为日昃，即日已西斜，是天将向晚的时候。就人生来说，日昃好象进入老年阶段，生命将垂暮。缶，瓦器，古人击缶而歌乐。耆(qi)，是指六十岁以上的人;耋，是七、八十岁的老人，大耋，言人之年老;耄(mao)，是指八九十岁的老人;期颐是指百岁之期，就是指一百岁的老人。嗟，哀叹。人到老年，正确的态度是不以迟暮为忧，也不为达生而乐。日倾了，人老了，这是自然规律。日倾了就要下落，人老了就要死去，不可能长生不老，关键是要正确对待人生，通过一切正常的有益活动来保持开朗活泼的心情。“明者知于此，乃不乐生，也不忧死”，能乐天知命而不忧，以“夕阳无限好”的态度对待晚年，是一种明智之举。现在许多老年人跳秧歌，焕发出青春活力，就是“鼓缶而歌”。没有其它娱乐工具，即使敲敲瓦器，亨几句歌词，也是乐天知命。“不鼓缶而歌，则大耋之嗟”非常恰当地形容了人处老年的处事原则。“烈士暮年，壮心不已”是对特殊的人来说的，对于一般百姓来讲，到了暮年，要乐天知命，不要再壮心不已了。生死是自然的常理，老年人更应有知天乐命的良好心理素质。

5、人要有节制，不可狂妄。

《易经》节卦重点讲了“节”的道理。既强调了“节”的重要性，又阐述了“节”的原则性，即“苦节不可贞”。既强调了节的长久性，又要突出了节的广泛性，如：“饮食不节则致疾，言语不节则贻羞，财用不节则败家，色欲不节则伤身。”在节言语方面，还要突出言语保密的重要性，即“君不密则失臣，臣不密则失身，几事不密则害成。”《节》卦对人生有很强的指导意义，“不节若，则嗟若”。人的“欲望无止境”，在欲望面前，唯一能满足的就是“节”，现在有人提出，什么是幸福?回答是“少一点欲望，多一点现实”就是幸福。/ 6 / 6 / 6 / 6

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！