# 《墨菲定律》的读后感作文600字(6篇)

来源：网络 作者：星月相依 更新时间：2025-07-22

*《墨菲定律》的读后感作文600字一一、生活中为什么总是产生一些疑问，其实，这意味着我们已意识到《墨菲定律》了1、实现梦想的道路，比你想象的要漫长《墨菲定律》告诉我们任何事情都没有表面看起来那么简单，正真实现起来是很困难的。所以，无论做什么，...*

**《墨菲定律》的读后感作文600字一**

一、生活中为什么总是产生一些疑问，其实，这意味着我们已意识到《墨菲定律》了

1、实现梦想的道路，比你想象的要漫长

《墨菲定律》告诉我们任何事情都没有表面看起来那么简单，正真实现起来是很困难的。所以，无论做什么，有多难，我们要多坚持，不要低估我们与现实梦想的能力。对于梦想一定是沉淀与积累，需要每一天的精进。

2、你以为的创业，根本没有看起来那么简单

对于大学生创业，需要的是积累一定的社会经验，理性的看待自己的资金、项目、相关能力、优势、劣势等问题后，才有可能实现创业的理想。放弃是最大的失败，包括放弃自己的初衷和事业。因此，拥有创业的天赋，还需要有创业的能力、人脉、良好的经营策略及一点点的运气。

3、工作越是小心翼翼，越是出错

如果担心某种情况发生，它就更有可能发生，因此，要对我们的工作进行一定的规划，将重要的事情和次要的事情分开，然后按照规划把重要的事情先完成，之后去完善哪些不重要的事情，尽可能做到尽善尽美。但也不要苛求完美主义。我们要善于总结不足是一件利于自己日后发展的好事情，我们要做到不逃避自己犯下的错误，端正自己的工作态度，虚心向同事、领导请教，使自己的工作更进一步。

二、《墨菲定律》不是消极告诉我们任何事情很难获得成功

1、你理财了，财也未必理你

《墨菲定律》告述我们：“做每件事情总比你预估的要多花点时间”它告诫我们做事情要有耐心，要经得起前期的枯燥，这不仅用于日常生活，也用于任何事情。投资是一门艺术，需要我们储备足够的专业知识和独到的眼光及看待事情的客观性。所以，我们在投资的时候要保持理性，对市场做出足够的分析，确保能够对自己所投资的行业有足够的认识，做到与时俱进，避免产生从众心理，学会独立思考，促使投资真正得到所谓的成功。

2、你担心失去爱情，结果真的失去了

对于爱情，就是做到相信对方，我们常常讲到：“一次不忠，百次不容”维护对方的信任，最好的办法就是及时保持自己的忠诚，做到对自己的另一半有足够的爱、及时沟通，让两人对彼此的关系保持责任感，要对彼此的关系有担当，不要动不动就说分手。

3、命运很顽皮，你想往东它偏偏往西

“墨菲定律”告诉人们每个解决办法都会衍生出新的问题。事物总是辩证的。记得罗曼?罗兰说过“人们常觉得准备的阶段是在浪费时间，只有真正的机会来临，而自己没有能力把握的时候，才觉悟到平时没有准备才是真正浪费了时间”其实，居安思危应该是每个人的必修课。静静地听，静静地思考，培养我们的独立思考的能力，发散我们的思维，不断的发掘并塑造自身的核心竞争力。

三、《墨菲定律》关键在于它解释了为什么不能忽视小概念的道理

1、严谨防范，避免小概率失误事件

首先，提高自己的警惕性，提前找出潜藏至暗中的“意外”，做到防患于未然。其次，针对可能发生的“意外”，做好必要的心理准备，第三，既然“意外”不可避免，我们要学会坦然接受。总之，事前找出“意外”，勇敢面对“意外”。努力解决“意外”这才是我们面对“意外”的正确态度。

2、坦然应对突发状况，积极转化“悲观墨菲定律”

要做到平复情绪、寻找原因;有序处理突发情况;寻求他人的帮助。同时，要调整自己的心态，避免冲动之下做出选择;做好未来计划，对自己未来有新的认识。

3、遇到挫折未必就是坏事

如果我们在面对错误的时候放缓自己的心态，能够积极应对，那么错误也有可能转化，从而让自己收获意想不到的成功。人在成功的时候是学不到东西的，只有失败的时候，总结的教训才是深刻的。所以，越成功地时候越应该主动寻求改变。做到看别人的长处，努力提高自己;不拿自己的长处与他人比较。做到“闲谈莫论是非，静坐常思己过”。

4、不去想糟糕的未来，将一切引向乐观

美国著名心理学家威廉?詹姆斯说：“人能改变心态，从而改变自己”我们身边的成功与失败，幸福与坎坷，快乐或是悲伤，完全由我们自己的心态造成的。凡是往好的地方想，处理问题的方式就会变得不一样。

以上为阅读这本书后的理解，容易犯错是人类与生俱来的天性，所以，我们事先做到周到、全面，就可以在发生不幸时坦然面对。让我们突破思维囚笼，有效避开工作和生活的无形陷阱，提升生活、工作格局，逐步踏上人生的“坦途”。

《墨菲定律》的读后感作文600字篇二

自信，不害怕权威

认识自我，了解对手，影响他人。读了《墨菲定律》之后，我受益匪浅，里面讲的是关于怎么驾驭人生，比如：人性定律，人际定律等让我受益匪浅。

让我记得最深的一句话是：人微则言轻，人贵则言重。这是南朝刘勰《文心雕龙》中的一句话，说明了人卑微，说出的话就没什么影响，人高贵，说出的话就会有影响力。

自信是突围负面“权威效应”的利器。只要我们有自信就能不怕权威。与之类似，我想到了下面是一个令人深思的真实故事：

一位导师，每天晚饭后都要去散步，散步之前，他会给一位学生留一道题。这天，这位学生发现老师留的两道题，他很快就做完了，后来他在老师的书上发现了一道题：“如何用一支圆规和一把没有刻度的尺子画一个正十七边形?”到深夜时，他苦思冥想，终于找到了答案。之后，老师看到答案后非常惊讶，因为那道题是非常难的。那位学生就是高斯。

试想，如果高斯当时知道是数学界一道难题的话，也许不会这么快找到答案。这个故事告诉我们不要害怕权威，要自信!比如：我在学习炒菜时，不要觉得很难，就这样自我提醒，认真地做，最终完成了这道菜——小炒牛肉。

生活中就是要自信，挺起胸膛，不要害怕权威，权威是不可怕的，只要你认真，努力，脑海不去想那个好难，这个好难，就放弃了。

《墨菲定律》的读后感作文600字篇三

《墨菲定律》列举的200多个经典定律，书中总结了管理、经济、心理、人生、教育、事业、家庭、感情等方面最经典的定律、法则和效应，全方位地扫描人生的全过程，交给我们一把又一把开启智慧之门的钥匙，点亮一盏又一盏指路的明灯。你也可以利用这些神奇的法则、定理来驾驭你的一生，改变你的命运。

墨菲定律是一种心理学效应，是由爱德华·墨菲(edward a. murphy)提出的。主要内容：

一、任何事都没有表面看起来那么简单;

二、所有的事都会比你预计的时间长;

三、会出错的事总会出错;

四、如果你担心某种情况发生，那么它就更有可能发生。

一句本无恶意的玩笑话最初并没有什么太深的含义，只是说出了坏运气带给人的无奈。或许是这世界不走运的人太多，或许是人们总会犯这样那样错误的缘故，这句话被迅速扩散，最后竟然演绎成：如果坏事情有可能发生，不管这种可能性有多小，它总会发生，并引起最大可能的损失。 “墨菲定律”的根本内容是“凡是可能出错的事有很大几率会出错”，指的是任何一个事件，只要具有大于零的机率，就不能够假设它不会发生。

《墨菲定律》的读后感作文600字篇四

你有没有遇到这样的情况：收拾行李时想着别忘东西，出门后才发现少拿了一两样;和重要客户谈方案，担心的事情常常会发生;明明和自己强调要注意的地方，还是会出差错;明明出行还有充裕的时间，却会因为堵车等事情耽误……实际上，越是担心的事情，就越容易发生。

“如果事情有变坏的可能，不管这种可能性有多小，它总会发生。”这就是墨菲定律。墨菲定律有时候也会形成一种暗示，尤其是在我们面对重要事件时，会被消极的负面情绪影响，担心会有不好的结果发生。

美国的苏珊娜·c·赛格斯特伦博士通过多年的研究，提出了一个概念：积极的心理状态能够更好地帮助人们避免墨菲定律的发生，也能够削弱困难带来的消极情绪。

她以此为基础，创作了《打破墨菲定律》这本书，旨在从心理学的角度出发，帮助更多人摆脱身陷困境的窘迫。最受启发的，主要是这两种方式：

1、培养乐观的性格

很多人听过口渴的人遇到半杯水的故事，乐观的人会想“太好了，还有半杯水!”而悲观的人会失望：“只剩半杯水了!”

面对同样的事物，心态不同，导致不同的情绪变化。

乐观的心态一部分是先天的，有些人受基因影响，和其他人相比，能更好地面对打击。但主要部分，还是后天环境的影响，和自我意识的提升。

因此，如果你想让自己变得更乐观，可以适当的给自己设定目标，自我勉励，坚持不懈。当你每实现一个目标，对自己的信心和认同感会得到提升，久而久之，当下次再遇到类似的问题时，更容易保持积极的心态，从容应对。

2、如果不能“积极”，那就建立防御性悲观主义心态

负面情绪多的人，如果很难培养乐观的心态，可以试试另外一种方式，就是建立防御性悲观主义心态。

现实中存在很多这样的人，做事前总是会预想不好的结果，以及过程中可能发生的种种问题，进而做更多的准备，以防万一发生差错。和普通人相比，成功人士更能利用这种焦虑来促进工作。松下幸之助在《掌握经营诀窍，胜过黄金百万》中曾写道：作为总经理，经常有担心的晚上睡不着觉的时候，但这种痛苦恰恰是总经理的价值所在，因为没有哪家成功公司的总经理是舒舒服服不用操心的。

这一类人被称作“防御性悲观主义者”，他们的言行倾向于悲观主义，却能和乐观主义者取得同等甚至更高一级的成绩。松下幸之助也可算作“防御性悲观主义者”的一员，虽然对未来持有焦虑的心态，但他们往往是做最坏的打算，却付出最大的努力。生活中我们总是会遇到各种挑战，拥有防御性悲观主义心态，做最大的努力，尽人事听天命。如果结果还是不尽如人意，保持乐观心态，充实自己，总会有更多的选择。作者：成长充电堡

《墨菲定律》的读后感作文600字篇五

人世间总是有那么些遗憾，面对这些遗憾，我们无能为力、也无可奈何。我们准备了几天几夜的旅游计划，也许就会因为天气的原因而全部泡汤;我们努力准备了很久的比赛，轻轻松松就被那些有天赋的选手击败;当我们预判好市场，尝试投资的时候，却会因为各种因素而导致血本无归……可以说，我们每个人的一生都在与错误共存。而这其实就是我们所熟知的墨菲定律。

墨菲定律指的是，如果事情有变坏的可能，不管这种可能性有多小，它总会发生。墨菲定律的具体内容主要包括四个方面：任何事都没有表面看起来那么简单、所有的事都会比你预计的时间长、会出错的事总会出错、如果你担心某种情况发生，那么它就更有可能发生。从墨菲定律的定义、具体内容以及结合我们所经历的生活现象来看，一个人犯错误是难免的。那既然如此，我们要以什么样的方式来摆脱生活中的墨菲定律呢?

在我看来，豁达的心态才是制胜的秘诀。“不如意”其实是人生常态，是芸芸众生一直在面对的现象。中国有一句老话说的好“人非圣贤，孰能无过?”错误是这个世界的一部分，只有当我们坦然地面对并接受我们犯下的错误，才能收获更大的成功。

我们在生活中总是会碰到各种各样不如意的事情。但是越聪明的人越会允许自己出错。因为犯错误并不代表我们会一错再错。

相反，真正聪明的人会把犯下的错误当成以后道路的铺垫。屠呦呦在提取青蒿素的过程中，研究了各种各样的中药。从大约200种中药里获得380种提取物，但没有一个是正确的。后来，屠呦呦团队在我国中医药古籍中获得启示，最终提取出能够治疗疟疾的青蒿素。马云在进入电商之路之前，也进行过一次又一次的错误摸索，最终创造了阿里巴巴这个电商传奇……纵观能够在某个领域上有着的突出成就的人，都是能够与自己的错误共存。用自己豁达的心态，去战胜生活中的墨菲定律。虽然平凡的我们没有像那些成功人士一样在各个领域上做出伟大的贡献，但我们仍需要在自己的小天地里发光发热，用豁达的心态活出自己的精彩来。

《墨菲定律》的读后感作文600字篇六

最近我读了一本书。也是我准备再次开始读书选择的第一本书。我想大家都听说过这本书，但却不一定去深刻的了解过，这本书也是现下流行的抖音推荐书之一，它就是《墨菲定律》。

书里介绍了墨菲定律、洛克定律、刻板效应等经典的定律、法则、效应。并且从职场、社交、谈判、决策管理、经营、财富、投资、友谊、爱情、消费、健康、教育、生活等多个方面诙谐幽默地揭示了这些定律，这些能够帮助我们去避开生活中“见怪不怪”的无形陷井，从而更高效地学习与生活。

墨菲定律的原句是这样的：如果有两种或两种以上的方式去做某件事情，而其中一种选择方式将导致灾难，则必定有人会做出这种选择。而现实生活中，一般经常会出现的状况则是：如果你担心某种情况发生，那么它就更有可能发生。大到无法完成预计的工作目标，小到忘记拿钥匙无法进门，都是我们日常会担心的，而常常在事后，我们总会在心里加一句“我就知道……”这个定律几乎是悲观主义的论调，幸好事物是有两面性的。从某个角度看，墨菲定律恰恰是在提醒我们，要从细节上重视出错的各种可能性，事先做好周全的预案，将尽可能多的隐患扼杀在萌芽状态。

下面说一下我读这本书的一些感悟和对我自己的一些影响吧!

首先，说一下“侥幸心理”，这应该是大多数人身上都有的通病。俗话说的好“常在河边走，哪有不湿鞋”大多数人都明白是什么意思，但大多数人都还是会因为“侥幸”而湿了鞋。特别是我们从事特殊作业(电焊，登高，电工作业)的岗位，我们在处理任何事的时候都不要抱有侥幸心理，不能认为几率小，就不会发生。在现实生活中我们更要在做事之前，谨慎的去计划预估整个事情的风险因素做好预案，就比如我们现在工作中进行的作业风险分析就是这个道理，总之要吸取经验教训，戒掉侥幸心理，才能把事情做到更好。

其次，我想说的是这本书，对我重新认识我身上的几种不良思想、情绪有较多的影响。

一种是只想不做。此类想法应该也是大多数人的通病。比如说前一天的我们斗志昂扬的对自己和身边的人说，明天开始我要看十页的书，而到了第二天，却发现连一页书都没有翻开过。对待这种情况，有一个方法可以改正，就是给自己定一个没有那么难得计划，比如说一天读一页书，一天做一个俯卧撑，这种让自己感觉没那么辛苦的计划，时间久了可能就像我们天天都想要吃饭、睡觉一样养成了习惯。所以我们给自己制定计划的同时也要想想自己能不能完成这个计划。如果可以，那就试着坚持，坚持之后看看一年之后的你，一定会有很大的改变。

一种是浮躁情绪。浮躁对我影响太大了，特别是在工作上，这会导致我工作上的马虎，生活中的不稳重，让身边的人不放心、看不到希望，所以说浮躁这一坏情绪对我影响颇深。对于此类坏情绪、缺点我觉得改正的方法就如书上所说的戒掉浮躁，其实想戒掉浮躁说难也不是特别难。首先你做一件事情的时候你得有一个计划，一步一步来，不能急于求成，要做到未雨绸缪，并且在做事情上要做到专注，工作完成之后要进行二次检查或多次检查，这就有点像我们之前说的侥幸心理相通。你认为不会出错的往往就会出错，所以多做几遍检查不是在浪费时间，而是让工作能更好的完成。一个人再怎么好，只要你身上有浮躁情绪，就会让人感觉这人不靠谱，所以无论是我还是身上有存在这种缺点的人都要努力的戒掉浮躁，让自己变得沉稳一些吧。

人生在世我们总会为一些事情去努力，我希望如果你做好决定去做一件事，就努力到最后一刻，就像开水不到100℃它永远都不是开水，工作也如此，文案就剩最后一个字了，我没有写，我交领导了，那么这也是没有完成工作，所以努力到最后一刻，你才是真正的厉害人物。

以上就是我读这本书学到的一些道理吧，不知道对他人是否有用，但对本人多少有一些用处。我觉得你只要努力去做你觉得对的事，剩下的交给时间，时间或许不会让你得到你想要的结果，但一定会让你明白一些道理。加油吧，热爱生活，努力生活，做自己想做的事，成为自己想成为的人!

</p

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找