给我最大的感受就是教会我在往后的工作中生活中遇到问题一定要直接面对问题，解决问题，我们都是成年人，对自己的这一辈子负责，在这个21世纪快节奏的步伐中自己消化自己的压力，别人是无法帮助。你应该要更强大，毕竟大多数人的生活都不容易。只有这样才能与时具进，当然光有强大的内心是不够的，像主人公健山秀三郎他除了内心强大一定还有坚持，他的这份坚持坚持了60年，所以他成功了才有了这本书。  
 我感悟到我现在做的这份工作我坚持了多久？我的思想觉悟有几分？为工作有没有努力尽力？有没有是因为喜欢这份工作而愿意工作愿意为工作付出与努力。我回想着那是才18岁的我，来太极应聘，在那以前的18年没有接触过任何有关于药方面的。就这样带着当时是想找个地方工作的想法踏入了这一行。到现在26岁了，已经过去这么多年了，我还在这一行工作，这是一种坚持因为生活没有给我更好的选择，我只能选择努力工作让自己变成最好的自己，先磨炼先苦后甜，晚一点出现也可以。  
 如果自己的坚持能久一点对生活的点滴不抱怨没有懒惰思想不会因为他人动摇，的那种不顾一切的坚持，我想在未来我可以做的更好，努力吧我还年轻还有机会