# 道德经读书笔记(模板10篇)

作者：雪中行者 更新时间：2024-03-19

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。道德经读书笔记篇一《道德经》是一部不可多得的古代哲学著作，对于我们每个*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

**道德经读书笔记篇一**

《道德经》是一部不可多得的古代哲学著作，对于我们每个人而言，它都具有很强的启示和借鉴作用。当我们认真且深入地去阅读和理解《道德经》时，我们会发现它不仅是关于道德伦理的探讨，更是一本关于怎样过好生活的指南。在读完《道德经》之后，我们都会对自己的生活和成长有许多的收获和心得。接下来，我将分享我的一些读书笔记心得和体会。

第二段：思想启示

在《道德经》的阅读过程中，我深深感受到其中的思想启示。其中最为深刻的是“道生一，一生二，二生三，三生万物”。我理解这里的“道”不仅代表着人生的道路，也代表着宇宙之路。它告诉我们，所有的事物都是相互联系的，一切都有它的起源和原因。当我们能够去发现和理解这些联系时，我们就能够像“道”一样，驾驭它，而不会被它驾驭。这对于我们在生活中的思考和处理问题是非常有帮助的。

第三段：人生态度

《道德经》还告诉我们，一个人应该怎样去面对生活。其中最为经典的一句话是“天下皆知美之为美，斯恶已”。这告诉我们，我们不应该仅仅以表面和表象来判断事物的价值，而应该从深层次去理解和认识它们。只有这样，我们才能真正意义上的了解它们。同时，在面对困难和挫折时，我们也应该以顺其自然的态度去面对。正如《道德经》中所言：“大象无形，道隐无名”，我们需要以悠然自得的态度去“写、画、意、志、恬、钝、随、便、逡、巡、狎、孕、吴、牛、羊、犬、鸡”，这样才能真正感受到生活的美好。

第四段：行为准则

《道德经》在探讨人类道德方面也给我们带来了很多启示，它教导我们如何处事，如何与他人相处。其中最为重要的就是“不为无益之事，不行无益之道”，“慎终追远，民德归厚矣”。这告诉我们，在处理事情时应该严谨和勇毅，并保持良好的品德和行为规范。在与他人相处时，我们应该心怀善意，以公正和诚实的态度来面对他们。这种行为准则是我们在现实生活中的重要依据，我们也应该时刻遵守。

第五段：结语

在读完《道德经》之后，我认为它对我的成长和提高至关重要。它告诉我应该如何去理解和认识生活，如何应对生活中的烦恼和挑战，同时也教给我处理问题和行为准则。这些收获不仅仅是笔墨之间的，它是一种生活态度和信仰，让我们走的更加从容和自信。最后，我要借《道德经》中的一句话，勉励我们：“居敬行简，以临其民”。以诚待人，从容安稳地生活吧！

**道德经读书笔记篇二**

读书笔记

是读者将自己在阅读时获得的资料或者心得记录下来的一种文体。写读书笔记是训练阅读的好方法。读书笔记栏目的小编精心为您准备的《道德经》读书笔记1500字，希望对您有所帮助!

初触及《道德经》，是在一座较偏僻的道观中。

闲来无事，与家人出游，抱着躲开大都市的喧嚣，偷一处清净地的心情，四处游山玩水。一次偶然，进到了一座道观。门口小几上放着一些免费赠阅的经书小册。于是，我遇到了《道德经》。

悦读道德经，让我从中品出了丝丝韵味;再细品，我的心思便被“致虚极，守静笃”所吸引。

“致虚极，守静笃”，意为：使心灵达到虚寂的极点，坚守住生活的清静。这应该是学习道家思想时，观察自己，善待他人，相处自然的必需心态。

道家崇尚“无为而治”，主张顺其自然，“生生不息，厚德载物”，以及道家所独有的修真，意在回到生命最原始的“根”。

而首先需要的，不是怎样刻意地淡泊名利、隐居山林，而是先观察自己，坚守自己清静的生活，忍受孤寂。

尼泊尔有灵修少年，独自闭目修行，不吃不喝六年，虽然受社会微言，但是并不影响他学习自己，与世无争。对自己的清静，才更加方便于心静，心静才能更容易看清世界。或者稍作比喻，将万物归为一个池塘，有水有鱼有泥沙。天，为水;人，为鱼;土地，为泥沙。若鱼上下窜游即人心不静，则万物混沌，无法分清水与土，容易被世俗所欺骗、蒙蔽;若鱼只是静静游动即心静如止水，则万物明晰，水中无泥，泥沉水底，一切孰轻孰重，都会豁然开朗。

此为待己清静。

当自己的心已静，能做到生活清静，则应该对他人平静。

使心灵平静至极点时，待人则应该以宽厚容忍取代尖酸刻薄，处事则会以冷静取代急躁，遇到再急的事，也会有平静的心态。“有无之相生也，难易之相成也，长短之相形也，高下之相盈也，音声之相和也，先后之相随，恒也。”意为：凡事都是相对的，之间可以互相转换，这才是永恒不变的。用如今的话来说：“没有永远的敌人，也没有永远的朋友。”若我们以德报怨，公平公正，对待敌人不针锋相对、落井下石;对待朋友真诚而不溜须拍马，时刻保持平静的心态，那么所谓人缘也会自然而来，我们自己也可在社会中占一席清静之地。

“上善若水。水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。.....夫唯不争，故无尤。”为何上善若水，就是因为水与最善的人一样，平静待人。此为待人平静。

当自己已经能做到对待他人平静，则应该回到道家“修真”的本性，回到生命的原始——自然。学会与大自然宁静相处。

古时候的人们，与大自然息息相生，时时都要看天生存。随着科技的进步，我们仿佛对大自然的依赖越来越少，可以“温室种植”“人工降雨”甚至“转基因”提高产量……因此，我们对大自然越来越不重视，“捕鲨鱼”“伐树”“无数巨轮漏油”各类破坏生态平衡的做法。

此为违反了道家的“顺其自然”。许多人误解：顺其自然就是屈服于命运，不做斗争。非也。顺其自然，是道家理论的基础，是指顺应自然的规律，例如日出而作，日入而息。是指人与自然和谐相处，生生不息，“夫物芸芸”的景象。若当我们真正寻回生命的本源，就会发现，被纪录片说得多彩缤纷的大自然其实是多么的宁静与和谐，看似弱肉强食的生物圈其实有着合理和谐的秩序。

这时，我们就应该还给大自然一份宁静，我们更为简朴的生活能减少自然界的负担，我们更为清静的心灵会知道如何享受大自然的美好;我们更为平和无为的性情会帮助我们放弃不必要的杀戮和浪费，减少自然和社会中流动的戾气，代之以一份宁静。

此为予自然宁静。

“致虚极，守静笃”;待己清静，待人平静，予自然宁静。

这是我悦读中的收获，“致虚极，守静笃”只是《道德经》中的众多名句中的一句，却道出为人处世的智慧心态，亦是道家入门的修行之路。落笔于此，不禁感叹，那么多人读过《道德经》，又有多少人能读懂这一种心态呢?转念一想，每人眼中都会看出一味与众不同智慧，这才是经典的魅力。

更多精彩的读书笔记尽在读书笔记网!

-->[\_TAG\_h3]道德经读书笔记篇三

致虚极，守静笃;万物并作，吾以观复。夫物芸芸，各复归其根。归根曰静，静曰复命。复命曰常，知常曰明。不知常，妄作凶。知常容，容乃公，公乃全，全乃天，天乃道，道乃久，没身不殆。

此章历代的释意无数，而我以为皆难着边际，无以更深刻的对老子思想与道德经进行阐释。我从道家修身根本出发，得出新论如下：

此章重点为“致虚极，守静笃”，全文以此而展开，不理解“致虚极，守静笃”，后面的文字解释也只是牵强。老子是从道家修炼“返观内照”而得之境界来引申对世间常道的解释。首先“虚”与“静”是既对立又统一的，是一种状态，你中有我，我中有你。“虚”为空灵，体会为散发状;“静”为沉静，呈收敛状。“致”往之意，可从“虚其心”来体会，道家修习养身的过程，以虚其心开始，虚至四肢百骸，而四肢百骸皆空灵，无时空地域限制，无往而不至，真空无象，可以满屋、满天地、满宇宙，而今日而远古。过程或潜移或发散，以至无我无身无世界。此“极”为无极，或为八极，或为宇宙洪荒。

而“静”的过程从守开始，“守”者，抱元守一，让思想沉静，从时空与外界空间收敛至自身至一点，而达到某种衡定、稳定、笃定的境界。此“笃”为笃定，为极细小，或如针尖，无缝隙如无物般恒定。

于是，老子方有“万物并作，吾以观复。夫物芸芸，各复归其根。”的感慨。“复”与“归其根”才是此篇的点题。“虚”与“静”是道家修身中必习的两手，如“阴阳、有无”既对立又统一。虚至极为无，静到笃是有。虚为展开，至极为空灵为“作”;静是回归，回到现在，是“复”，静到笃定属回归本原为“归根”。从养性功夫来说，“虚静”的过程如佛家心的起灭过程，虚为心起，静为心灭，有无相生，互有你我之佛道原旨。

此章之后节皆为老子从修身之虚静感悟展开对天道、人道常理的延伸分析，万变不离其踪，这才是“道”的至理呵!

由此，我独推崇清之宋常星说：“造其极曰致，真空无象曰虚，虚而至虚曰极。”：“专一不二曰守，寂然不动曰静，虚一浑厚，静而至静曰笃。”但，所有释意皆不够细致，皆独不能从修身的体验与角度来理解与感悟，想老子思想无欲无求，其经意当从本原出发理解，而不应该根据时代思维做论证也。

**道德经读书笔记篇四**

老子《道德经》是一部灰常好的中华瑰宝，蕴含了丰富的人生哲理。还记得小时候跟着他们“道可道，非常道；名可名，非常名”，那时候还不知道这是出自何处，更别说是什么意思了。时过几载，再次看这部道家代表巨作，虽然还是不能完全理解，但是至少有一些些自己的感想。

《道德经》提倡清心寡欲、无为而治。千百年来，上至帝王将相，下至黎民百姓，无不从这部人类文明史上的智慧宝典中汲取治国安民、修身养性、立人处世的精髓。当今社会科学发达，社会经济高速发展，人们的物质财富越来越殷实，而精神财富却越来越贫乏，道德沦丧的现象日益严重，我想我们更应该从老子的《道德经》里面找到自己的人生准则，不与世俗同流合污，静心是安心工作之本。人们的心境达到虚静的`状态，才会时刻保持谦虚谨慎、不骄不躁的作风，才会在社会中、生活中、工作中出实招、办实事、求实效。

人们常说：读史而明鉴，读典可明智。老子在《道德经》之十七章说“道，常无为而无不为”，老子的无为思想并不是说消极而无所作为，这是对老子《道德经》的误解，老子本意是在教人遵道而行，不妄为，而有作为。只有“不妄为”才能更好地有所大作为，也就是说“不妄为”是有所作为的保证。什么是“有为”呢？尽心扮好社会角色，干好本职工作，担起家庭责任，就是“有作为”。是的，在世欲纷争的当今社会中，如能尽心安心于本职的话，那他的心态肯定是时常处于静心、净心的状态，没有进入静心、净心的心境，他是收敛不了他那不安份的心的。即神不外驰，心不外思，由是说：静心、净心是尽心干好一切工作的前提和先决条件。

《道德经》可谓言简意赅，一字千金，字字扣人心弦，字字催人深思，足可见老子扎实的文字功底和信手拈来的写作技巧及惨绝人环的创新能力。实是佩服佩服！再加上一些经典事例，点睛之笔，妙笔生花，意境深远，照应前文，升华主题，把作者自己要表达的感情表达得淋漓尽致，给人无限感动和惆怅，有浑然天成之感，实乃xx中之极品，古文中之绝笔！

**道德经读书笔记篇五**

将欲取天下而为之，吾见其不得已。夫天下神器也，非可为者也。为之者败之，执之者失之。物或行或随，或热或吹，或强或羸，或陪或坠。是以圣人去甚、去大、去奢。（《道德经》第二十九章杨鹏校订版）

天下，究竟是谁的天下？“得民心者得天下”，天下是“得民心”的君王的天下吗？“天下非一人之天下也，天下人之天下也”《吕氏春秋》，天下是天下人的天下吗？我们暂且先把这个问题放在一旁，来看看偷盗的事情。

庄子曰：“窃钩者诛，窃国者为诸侯。”

英国文学家萧伯纳说：“偷一块面包进监狱，偷一条铁路进国会。”

马基雅维利也曾感叹：“偷盗会受惩罚，但是依靠权力的抢劫却不会。”

言辞是思想的载体，而思想的背后是观念。撒切尔夫人说：“注意你的观念，它将决定你的思想；注意你的思想，因为它将变成言辞；注意你的言辞，因为它将变成行为；注意你的行为，因为它将变成习惯；注意你的习惯，因为它将变成性格；注意你的性格，因为它将决定你的命运。

“打江山”与“窃国者为诸侯”折射出了语言背后思想观念的不同。庄子使用“窃”字，而众人却使用“打”字，背后是基于不同价值观下的对天下本质的理解。

那么天下的本质是什么？究竟天下是谁的天下？为什么庄子说“窃国者为诸侯”？老子在这章给出了答案：“夫天下神器也！”杨鹏老师为我们解读：“天下是上天的神器，是神的器皿。治理天下，就是替神守好这器皿，敬奉天下人，珍惜天下万物，珍惜运行在每个人身上的那个独立而不改的力量。”

真是如雷贯耳、具有唤醒功能的解读。联系道德经的其他篇章，天下是上天的神器，这一观点在道德经的其他篇章中是可以得到支撑的。

“故贵为身于为天下，若可以托天下。爱以身为天下，若可寄天下。”（道德经第十三章），意思是若你认为“为身”、“爱自己的身体”比“为天下”更重要，那天下就可以寄托给你了。这里老子前后用了两个字“托”和“寄”，明确表达了天下并非君王的天下，而是上天把天下“寄”“托”在君王手上临时保管的。

“天将建之，以慈卫之，”（道德经第六十七章），上天创造了天下，天下是神的器皿，并用祂的慈爱护佑着天下。

“天网恢恢，疏而不失（道德经第七十三章），一切“熵”的行为，即使暂时逃离了人间律法的审判，但终将难逃神的判决。

“天下是上天的神器，是神的器皿~~~天下这个大工具，它的根本功能和根本目的，是由上天所决定的，是服务于神的目标的。（杨鹏）”。

心中有了这个观念，思想上就通畅了许多，能够与庄子的“窃国者为诸侯”的言语背后的思想共鸣，可以看清那些“依靠权力的抢劫”行为的本质，许多问题也可以想得更明白一些了。

《圣经·创世纪》11.4 他们说：“来吧。我们要建造一座城和一座塔，塔顶通天，为要传扬我们的名，免的我们分散在全地上。”

看过圣经原文，并在老子的启发之下，心中有了答案：上帝之所以要变乱人的口音，是因为他们集合天下所有的资源建造这一巴别塔的原因，是要服务自身、传扬自己的名，而非与神同在，荣耀上帝。

“夫天下神器也”的两层启示：对于君王，要替神照看好托付在身上的“天下”这一“神器”。天下非君主一人的天下，天下是天下人共有共享共治共守的天下，但前提是天下是“神器”。万物或行或随、或热或吹、或强或羸、或陪或坠，每个人个性不同，禀赋不同，圣人应该去甚去大去奢，虚无为本，因循为用，“辅万物之自然而不敢为”，尊重、并最大限度地辅助每个人，去让每个人身上“独立而不改”的神性释放、创造、发光。

对于个人而言，对外寻找神在这个世界留下的痕迹，世界的神性；对内寻找自己内在的神性，让自身的神性之光，发出应有的光芒，终不至于随着世俗之躯而消亡。

**道德经读书笔记篇六**

对于那些有大智慧的中国古代先贤，我一向非常敬佩。在如今这个物欲横流的社会，有的时候会感觉身处现代化科技都市的我们，在对待生活的态度上还远远不如生存条件极其落后的古人。

一个人只有内心充实，精神才愉快，生活才和谐。怎样才能充实呢？人的志向就是一个杯子，他用追求到的东西，比如知识、智慧、品德、成就等东西来填充这个杯子。少了不行，但是也不宜太满，好比倒茶，有个六七分就好。如果太满，一个人会因为拥有了太多失去了追求，生活就会变成一潭死水；太浅了也不好，杯子很大，里面的东西寥寥无几，那么你的生活和精神都会很贫乏，这叫做眼高手低。

有智慧的人，总是看到别人的长处，反省自己的不足，养成一种谦虚的心态。人们觉得自己了不起，是因为眼睛只放在自己的身上，看不到别人的高明之处。登泰山之高虽是“小天下”，但是如果之后又登上珠穆朗玛峰，那泰山的高度与之相比又是小巫见大巫了。

即使真的比别人强，也不必时时显摆你的过人之处，气势太盛容易显得咄咄逼人，这样并不利于与他人和谐相处。锋芒毕露并不是坏事，但是与人交往的时候，懂得“藏拙”，多展露一点你和别人的相同之处，别人会从心底认同你、接纳你，从而更容易和别人融洽相处。在别人面前显示太多的不同，就会让人觉得格格不入，认为你跟他不是同一路人，并且疏远你，这对你的人际关系不利。

我们生活在这个世界上，一定要具备创造价值的能力，才会成为别人信服和倚重的人。但是，用语言证明自己的价值，不如付诸行动。一公斤事实胜于一吨自我表白，只要拿出实实在在的成果，我们有无价值，价值有多大，别人一目了然，又何须说得太多？真正有本事的人不会整天无聊的强调自己做到了什么，他们会默默的拿出自己的创造。

老子以“清静为天下正”，“清静无为”为修道之本。静心，才不会因为名利得失、进退去留而困扰；静心，才守得住清贫，耐得住寂寞。总之，静心是安心工作之本。人们的心境达到虚静的状态，才会时刻保持谦虚谨慎、不骄不躁的作风。

每个人都应该遵循“道”的规律行事。人类有无穷无尽的欲望，人生在世人人都有自己的欲望，我们可以恰当的满足自己的欲望，但不能肆意妄为，你喜欢钱，可以去争取可以去追求，但是不能盲目穷尽一切不合理手段肆意妄为。现在的现象那么重，很大程度上反映了当今社会对于物质的狂热追求。还有许多大学生，为了无关紧要的虚荣心，不惜背上高额贷款也要购买奢侈品，这些都是病态的行为。在这个物欲日益膨胀的时代，我们更应该守住自己的本心，戒骄戒躁，这样才能保有清净，留住内心的那份安宁。

**道德经读书笔记篇七**

从初中到现在已经学习过很多老子的xx，但系统完整地阅读老子的《道德经》，还是在这次暑假。阅读完后，被其中所蕴含的深厚修筑的哲理所折服，不由得感慨：中华民族上下几千年文明留传给后人丰富的遗产，但论及能总括中华民族的基本传统、思想与精神“一言以蔽之”者，勿庸置疑，当数老子的《道德经》。

框架。其中所蕴含的哲理可用“博大精深”来形容，尚不能一一参透。在这里只能凭自己理解写下感受最深的几点。

-->

体会《道德经》，主要也就是体味老子的“道”，体味老子。

道，这个颇带东方神秘主义的名词，在《道德经》一书中频频出现。老子对“道”有种种构想，从老子对“道”的种种构想之中，我们完全可以体味到他对“道”的那种近乎虔诚的膜拜和敬畏。因为虔诚的推崇，他赋予了它博大精深的涵义，也使得这个概念成为了他的哲学思想体系的核心。

总的来说，他的“道”主要可以概括为三个方面的内容：修身养性、立身处世、安邦治国。先说安邦治国。《道德经》中有言：“圣人无常心，以百姓之心为心”，是说圣人没有固定的想法，以满足老百姓的\'想法作为自己的心愿。在治国的过程中，要想人民之所想，急人民之所急。“处上而民不重，处前而民不害。”，是要求治国者的地位虽高而人民负担不重，遇到灾害站在前面带领人民群众去救灾，所以人民不受其害。《道德经》还说：“故以知治国，国之贼。不以知治国，国之福。”，以自己的知识治理国家，则国家盗贼四起，不以自己的知识，而是按人民的意志治理国家，则国家就幸福昌盛。还有，只有“以正治国”，即以正直不阿的态度治理国家，为政清廉，处事大公无私，执政为民，执政者才能受到人民的拥护，这样，执政者的江山才稳固。君王顺着老子安邦治国的思想而行，则天下太平，国运昌隆。中国历史上的汉初文景之治，唐朝贞观之治，就是明证。

而对于我们普通人来说，更多的是学习其中的立身处世，修身养性之道。《道德经》中可以提炼出来的立身处世，修身养性之道十分之多。而且其中所载的修道之法，多为老子自身的体验，文字不多，但方法完整，从确立目标，到调心、调气，排除干扰，正确把握各种功境，最后完成与道，真理相合，无所不及。普通人顺着老子修身养性思想而行，可以正心、正法、正行，成就正果。

问题”相通的。但是这种发展应该是建立在遵循自然规律的基础上的，因为“无，名天地之始；有，名万物之母”，“玄之又玄，众妙之门”，“道生一，一生二，二生三，三生万物”即宇宙和自然的规律是我们每一个人都必须要遵守的。对自然和自然规律的推崇也是老子一切哲学思想的最本源。

老子还给我们提供了修身的准则，或者说榜样。“上善若水”——他说天地间至高至极的善可以用水来形容。因为“水利万物而不争，处众人之所恶，故几于道”，水具有滋润万物的本性，却与万物毫无利害冲突；水具有宽广的胸怀，毫无所求，甘居众人厌恶的卑下，污浊之地，所以它可以算是至高的“善”了。

“居善地，心善渊，言善信，政善治，事善能，动善时。夫惟不争，故无尤。”老子通过这个句子详细地指出了人应该效法水怎样的德行，首先要效法水的不居高的精神，要时刻让自己保持谦虚卑下的态度。有了功勋却不占据，不与人争，不自以为是，不恃才傲物目空一切。其次应效仿水的沉静没有物欲。人类应该恢复自己心灵的透彻明净，抛弃众多物价的束缚。并不是说一点物欲都没有，但是要限制自己，不贪图，不强求。身处这样一个物欲横流的社会的我们，更应该以此为标准，审视自己的心灵。除此，还应效法水的仁爱之情，带着一颗不求回报的心真诚地帮助别人、关心别人。还要效仿水的诚信，水的平正，水的能屈能伸，水的善于把握时机。

在第四十六章里，老子提出“福兮，祸之所倚，祸兮，福之所伏”。世上的很多事并不是绝对的。许多看上去很好的事往往会变成坏事的开端，而不好的事在一定的条件下也会变成好事。所以如老子一样的智者说，祸和福是可以相互转化的。生活中不愉快的事情，常常发生在那些得意的事情之中，这是由于人们只看到利益的一面而看不到祸害的一面，只知道生存的快乐，所以人即使生活在安乐的环境中，也应居安思危，因为灾祸随时可能降临。同样，面对不愉快、灾难也不必绝望，因为灾祸背后常倚伏着幸福。但福祸谁都不能说得很准确，所以到最后还不如和谐地去面对一切，透过长远时空、利弊并重地思考问题，这样自然就产生了“不以物喜，不以己悲”的平常心。这种平常心会带给我们和谐以及待人的宽容心。

除开这几点，《道德经》中还蕴含了许多的生活哲理。尽管道家思想在几千年来不断丰富与发展，但老子的修身养性学说及其境界一直高山仰止，不可动摇。《道德经》的内容不仅是人类修道的最好典范，而且是人类由平庸、卑微走向伟大、神圣的科学方法之一；是智慧之源，是安身立命、立身处世、安邦治国思想的源泉和基础。弘扬它，不仅对修身养性，而且对人类文明的发展，在科学地审视宇宙、社会历史、自然万物的前提下重建人类的生存与发展理想，将有不可估量的意义。

**道德经读书笔记篇八**

知人者智也，自知者明也。胜人者有力也，自胜者强也。知足者富也，强行者有志也。不失其所者久也，死而不亡者寿也。

了解别人是一种智慧，了解自己，叫做明达。战胜别人的是因为有实力，战胜自己的才是真正的强大。知道满足的，心灵富有。努力前行者有志向。不轻易离开你所处位置的人，你的生活会长久的。到死也不狂妄的人，长寿。

了解别人并不容易，我们往往只能看到别人的表面而并不了解其内心真实的想法，所以了解别人需要智慧。而知道自己其实更难，所谓自知之明，做到更不容易。人，往往会高估自己，有的甚至严重高估自己，许多错误的决策往往都是因为决策人对自己不了解。

人生不能仅仅把眼光放在超越别人上面。在乎超越别人的人，所有优势都在比较中产生，但这种比较的结果是不稳定的，这样的人总是在担心自己被超越。另外，这种比较虽然可能产生进取的动力，其实比较的过程中也不断积累起负能量，也可能伤害周围的人，也可能伤害到自己。

战胜自己，可以战胜昨天的自己。战胜自己的内容很多，譬如人的动物性、懒惰、享乐的想法。其实，人最需要的是战胜自己的过程中获得真正的进步。

欲望无穷无尽，不知足者无法感受富裕，所以对于自己要求知足。而强行者，是为他人做事，为大众获得幸福。

**道德经读书笔记篇九**

学习哲学有特定的方法和顺序：首先，要明确是否存在一个万物的来源与归宿;在确定答案后，再思考人生该何去何从的问题。傅老师以《道德经》为例来说明这个先后顺序。《道德经》先确定“道”这一本源的存在，然后以“德”来回答人生何去何从的问题。这也是国学的特色与精彩之处。

我是先学习西方哲学，再回头探讨中国哲学的。这个先后顺序，使我能以更客观、更全面的眼光，理解国学的特色与精彩，且以老子《道德经》为例，做个简单说明。

“道”是否存在

首先，西方哲学家虽然透过翻译才可阅读《道德经》，结果呢?无不被其深度所折服。当我们对《道德经》第一章第一句的道，可道，非常道觉得困扰时，他们却眼睛一亮，好像发现了稀世珍宝。

因为从古希腊的柏拉图与亚里士多德以来，西方的爱智者看到变化纷纭的宇宙万物，总要思索一个问题，就是：在这一切变化的后面，有没有一个不变的本体，可以作为万物的来源与归宿。只有确定了这个问题的答案，才有办法进一步解说人生有无意义的问题。

现在，《老子》第一章清楚肯定了道是不可说的，这个答案与西方第一流哲学家与宗教家的想法是完全相应的。本体或存在本身是不可说的;太一或上帝是不可说的;老子的道也是不可说的`。

老子《道德经》的特色之一，是使用全书八十一章的大约五分之一篇幅，从各种角度，藉各种方式来描写道是怎么回事?这一点使西方学者大为惊艳。

人生应该何去何从

接着，肯定道的存在，并且是万物的来源与归宿之后，人生应该何去何从?这是不易回答的新问题。老子《道德经》用德字来说明，德是万物得之于道的各自的本性。

万物各依其德而运作，原本应该保持和谐的生态平衡，但是人间常有困境，乱象层出不穷，又是怎么回事?对此，老子也用了五分之一的篇幅，说明天下大乱是如何来自人的认知与欲望，然后提出针对的解决方法。

对此，老子最大的手笔与最多的篇幅，是虚拟一个圣人作为悟道的统治者，从根本上拨乱反正，要人回归原始的纯朴心境与类似婴儿的单纯状态。

真正懂得老子的用意，就会转移时空，不必想去统治别人，而须学习成为自己生活的管理者，成为自己生命的主人。

万物有其来源与归宿，人又何尝例外?明白了这个要点，就会像婴儿般依靠在母亲怀抱中，然后表现新颖的人生观：少私寡欲、以德报怨、上善若水、全身保真、柔弱胜刚强、不争而善胜等等。这样的人生只有平安喜乐四字可以描写。

**道德经读书笔记篇十**

道者，万物之奥也。善人之宝也，不善人之所保也。美言可以市尊，行可以贺人。人之不善也，何弃之有？故立天子，置三卿，虽有拱之璧以先驷马，不若坐而进此。古之所以贵此者何也？不谓求以得，有罪以免欤？故为天下贵。

道是万物中最尊贵的，是善良人的宝贝，是不善良人的保护者。称赞道的功用可以换取人们的尊重，按照道的方法去力行可以获得增益。不善良的人，为什么要放弃他们呢？所以上天设立天子、三卿管理天下，虽然会有各种珍贵的东西供其使用，但是不如坐下来进入到道的境界。古人为什么认为道是最尊贵的呢？还不是说求就可以得到，有罪可以免除吗？所以道是天下最尊贵的。

奥，房子里西南角，过去是祭神的，所以这是最尊贵的地方。“善人”指有“道”的领导者。“不善人”，未悟道的，不善良的人。那么，为什么道是不善良的人的保障、保护者呢？因为，如果都没有“道”的话，这不善良的人，坏人永远坏下去，这社会就没指望了。不善良人有了“道”才能有保障的活下去，而等他们明白“道”以后，也会慢慢的改变，他们才有希望，我们的社会才有希望。

经常称赞“道”的功用，可以让你博得大家的尊重。虽然“道”的原则告诉我们做好事不计回报，可是这么跟大家一讲不计回报，很多人接受不了，所以有一种方法是先告诉你是有好处的，做着做着，慢慢明白“道”了，真的道理明白了，读书笔记.可能就不在乎好处，但是好处还是存在的，只不过你不在意它而已。佛家也这么做，叫方便法门的做法。传播道，遵行道，人生会获得提升。

“行可以贺人”，就是你按照“道”的方法去力行，你的人生可以增加、增益，增加了很多内容，会越来越好。老子这里强调，单单去夸耀“道”的功用还是不够的，光嘴上说是不行，还要去行，去践行。“人之不善也，何弃之有？”，也就是说那些并不善良的人，难道要放弃他吗？我们不断用道启发他善的一面，让他把恶的一面忘记，这人慢慢也可以做到不断增益自己的人生，变成一个好人。

三卿，即为三公，周朝级别最高的官员。老子这讲的是上天在人间设置领导这样的职务，以天子、三卿等职位泛指领导者，因此我们就翻译成领导者就行。拱璧是需要手环抱一样拿着的大玉石。这个拱璧当年是上朝的时候用的，后世有一个词叫视若拱璧，就是特别珍视它，看作是最珍贵的玉石一样。驷马，并排用四匹马拉的马车。在古代，坐这种马车的人地位很高，非常尊贵的。

荣华富贵都不如“道”尊贵。明白“道”以后，人生会有明显的改变。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com