# 道德经读书心得感悟 道德经读书心得(优质13篇)

作者：风中漫舞 更新时间：2024-03-29

*我们得到了一些心得感悟以后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样能够给人努力向前的动力。那么心得感悟该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面小编给大家带来关于学习心得感悟范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。道德经读书心得感悟篇一通读了老*

我们得到了一些心得感悟以后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样能够给人努力向前的动力。那么心得感悟该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面小编给大家带来关于学习心得感悟范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**道德经读书心得感悟篇一**

通读了老子81章的《道德经》一个特别强烈的感受是老子思想所处的智慧高度和对自然的领悟及对人类社会关系的宏观视角。对事物发展的辩证和转化能给出融入自然规律的`基本解剖。特别难能可贵的能够脱离“从众定势思维”习惯而独立地接近于自然。

老子《道德经》另一个广博在于任何人读之可以感悟出个体自己领域内的内涵和外延。也就是每个人都可以读出自己贴切的答案和个体标准。

老子对自然存在科学、宇宙守恒、人文、国家管理、战争、人性、生命、名利、权位甚至物理都有自己独到精确和细致的认识。以上是从宏观上对《道德经》感受。而在微观上。

下面对《道德经》某些段落、重要的文句与自己的观念给出个人的感受：

自然的方面可以指自然规律，道”可以泛指。如：星系的运动轨道，物质的自然混成及固有的运动轨道和方式；人文方面可以指人道、道德、人类发展的自然规律。

可道”指出宇宙自然规律的确定性和因果关系。也就是宇宙的自然规律的可以被人类认可和确定的现象。

非常道”又指出人类一旦用言语文字来表达就存在着不确定现象。用物理的观念来分析就可以认为是一种动态的存在使一切都不确定。也可以认为是指出人类的有限性而难于道出自然界的全部或准确的自然动态。

名可名是老子认可了人类思想活动对自然的命名。另一方面，名可名”就是人类对一切现象的命名。又用“非常名”区分了人类的名”和“自然的不可名”。

非常道”就道出了人类不同参照系下的各种理论体系的存在一种自然存在现象。所以这样的一对排比句道出了宇宙无常和人类有常的界限。前面简单的6个字“道可道。

不是字面上的直解不做任何事情，而是不做不符合自然规律的事情。当你不做违反自然和违反社会规则的事件时，无为。所做的其它事件就是无所不为。当然，这里对“什么是违反自然和社会规律”无为”事件的判断是必须具有各种层次的经验和高度智慧。

就不要只身跳入海里。不跳海就是一种“无为”这种不跳入水里就是一种经验的无为”而这种无为会给你生命存在带来关于该问题的保障，举一些在自然低层次且简单的例子；例如：不会游泳。这种保障就是一种变相的无所不为”上面举的例子是较为简单而浅显的例子，任何人都可以根据经验给出相应的各种参差不同层次的无为”和“无所不为”。

特别是老子在那个时代能够发现出了所看到天被“道”所包容是一件非常了不起的宇宙观。更有对宇宙的存在给出了终极的自然存在观，这是一句用大小来定性宇宙存在相互包容顺序。而不是给出“神造”自我臆测，这也是当时时代难能可贵的自然客观存在观念。

还有一句话是人也大”这一句主要是对人类精神伟大的特指，这一章里。换句话，可以认为，人类的精神思维世界可以包容天地而存在。

以不战而胜为上上，老子在强兵反战与孙子的战略思想同出一辙。而战胜以丧礼处之。说明老子对生命的尊重和不得以而为之的战争策略。

很有趣和抽象的本解突出用现代物理的思路与之对应。为何老子认为三生万物，这一句话里。说明老子认可这个宇宙是只有三样较基本的东西吗？那么，寻找这三样事件与现代物理学对应的什么？就个人的分析就是运动”空间”自然力”这三样；可以认为万物都是这三个事件组织而成的事件，没有更多于这三样的东西存在这是对三生万物的物理分析。

二生三的物理意义。二”就是动”力”这二个事件的存在产生物质的三”三就是万物。再往上推，从此可以推出。一生二”中的一”指的整体的宇宙，就是这一个宇宙，而宇宙是产生动、力这“二”个现象的根源，从物理学的角度分析，进一步可以认为动力互相转换是自然存在因果关系。

老子认为，较后。道是宇宙存在基本源头，也可以认定在自然角度上这个道是指特定的运动轨道。人们对老子的分析中，主要认为他道，因此把他称为“道家”其实，对于德，老子不能忽略的另一个主要元素。德产生道和道产生德是互存的两个基本元素，这也是81章用《道德经》命名的一个主要内涵。与之对应的物理学上的动力学》可以认为道是由德决定的对应于运动轨道是由力产生的物理现象。任何轨道如：导弹的运行轨道，物体的运动轨迹都脱离不了力的作用。也就是道是被力所决定的因果关系。反过来，力是由运动的道所产生的现象是人类难于直观觉察到事件。关于这一点，将来的物理学定会给与正确的认识。因此，宏观地可以认为道德经可以对应于动力学，这是从物理学方面给与抽象观测的认定。由于当时动力学没有得到普遍的认识和推广，把“德”对应于“力”对于我分析老子的自然科学观或许会有点牵强附会。

社会科学方面，然而。道德更多的指人类社会的基本规范。由于人类更注重于社会问题，因而在社会上指人类遵从的社会公德是一种道。人类道德方面，老子在社会公德提出了比孔子“以直报怨”更高层次的德”以德报怨”关于这一方面的分析范文有很多的解释更好，就不在这里进行更多的瞎扯。

甚至对不确定性、悖论的数学物理关系都能给出抽象的合理分析，另外老子对于宇宙自然的相对性、物极必反、中庸之道、道无常、柔弱刚济、处事处世、大小上下、重轻强弱等等相对、绝对的分析都能给出较大参照系的分析和包容。这种分析虽然不能给出方程的确定性，然而却能指出方程的不确定性问题。也就是当时的思维可以直达物理学目前的较高境界“不确定性原理”。

《道德经》哪个时期，总而言之。甚至在当代仍然不失为一部对自然科学、社会科学、人文科学直至“天人合一”简明而客观的经典著作。

不以任何参照系和任何道理来阐述“天地”不仁”这样的思想是摆脱了人类局限思维和个人情感的10个字。这是一句较高自然观的句子。

您发现的一切客观现象就被固化了这一参照系的正确上面，因此，较大的自然现象不应该有参照系。然而有参照系的事实是实证性的结果，换句话说实证的真理必需有参照系。1以什么为参照物将产生不同的视角效果，这是物理几何学浅显的道理。当您选择参照物或参照系时。

包括所有的数学、物理学、社会学范畴和方程式。因此，2人类对事物的理解一般都是建立在某个参照系下的结论。科学发展的道路上我可以看到人类从地心说到日心说到对红移的错误理解，都是参照系统不断扩大的过程，因此，当人类以宇宙整体为参照系和建立了动力、力动学说时，必然产生宇宙中心的基本学说。

数学上是被称为悖论的问题。而我宇宙中心依据是根据力来源于宇宙中心的相对运动。当然，3至于我宇宙以外是否存在其它事件是人类不能企及的事件。更多的数学、物理证明在数学与物理的统一之哲学原理》一书上有更详细的实证性逻辑推导。

《道德经》魅力之所在自然是简单的所以《道德经》本身也是简单的仅仅是老子所包含的参照系是一个较大的参照系而已，甚至可以认为老子是具有无参照系的思想。也就没有偏见，这正是《道德经》较伟大之所在。无参照系，上面的分析仅仅是一家之言，着重用与当代物理学有一些必然联系的视角来分析，使之有以更宽的视角和不同于专业道家的分析来充实道德经内涵。至于和各专家有南辕北辙的分析结论也正是。

**道德经读书心得感悟篇二**

(山顶洞人，自幼孤僻、倔强，喜好战争。曾致力于财色名利的追求，为达目的挖空心思，甚至不择手段，结果碰得头破血流。在无路可走的情况下，他开始接触佛道，却为了追求神通而屡屡被邪师所骗。但正所谓“放下屠刀立地成佛”。五毒俱全的他猛然醒悟，于是悬崖勒马，弃恶从善，精进修行，同时发愿解出《道德经》，因为这一念善心，终于获得上天的垂青)

原文：

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;不失其所者久，死而不亡者寿。

山顶洞人《佛道一如道德经》

解析：

中国有一句话，叫“人贵有自知之明”。这句话的最早表述者就是老子。“知人者智，自知者明”，译文为：能了解、认识别人叫做智慧，能认识、了解自己才算聪明。这样翻译从文字上来说好像没什么问题，但从内容上来说是完全错误的。

老子最反对的是“智”，这种“智”也就是现代社会大家都具有的世智辩聪，说白了就是小聪明，我们被自己的小聪明害惨了。老子高瞻远瞩，早就知道我们要被“智”所害，所以反复提醒，遗憾的是我们看不懂!“知人者智，自知者明”的正确翻译应该是：能了解、认识别人叫做聪明，能认识、了解自己才算大智慧。有句话叫做认识一个人难，认识自己更难，还有几分靠谱。

就我们的人体而言，经络、穴位到底是怎么回事?科学发展到如今，只是承认了有，还是解释不了。我们到底有没有灵魂?现在的科学不敢完全否认了，甚至有科学家开始偷偷研究，但依然模棱两可。为什么同样是人，性格、命运会相差那么悬殊?我们人类对自身的了解还非常少。

然而，佛陀、老子早已经把这些问题洞穿了，可惜我们学不懂!我们对法界有多无知，对自己就有多无知，反过来，如果能够完全彻底地把自己搞明白，也就明白了十法界。明白自己才是大智慧!“自知者明”的“明”就是破除“无明”之后的“明”，就是开悟!不开悟的人哪怕拥有世界上最聪明的脑袋，依然只是小聪明而已。

“胜人者有力，自胜者强”，译文为：能战胜别人是有力的，能克制自己的弱点才算刚强。译文从文字上看很清楚，但想想还是模糊。这句话的真实义就是，要战胜别人并不是难事，要战胜自己就太难了。

俗语说“有钱能使鬼推磨”，我们用钱、用权势、用武力就能够让别人臣服，但是要真正看清自己的真面目，改变自己的命运就太难了。为什么呢?因为我们都被自己的因果业力捆绑着，不管我们表面上多牛，我们的都是业力捆绑下的囚徒!再大的权势、再多的金钱也解脱不了!而要挣断这根绳索，除了行善、修行，别无他法。

有人说，我有钱有势还要改变什么命运?请问，生老病死哪一个我们能用金钱和权势解决得了?所谓家大业大，金钱和权势如果不善于应用，只是造业的工具而已，还有什么值得称道的?阎王那一关我们是想凭本事闯过去呢?还是凭金钱买通过去呢?也许有人会说这是迷信，随便，到那时不信也得信。

人都有软弱的时候，或贫穷，或疾病，这时候，谁都渴望得到特别的帮助，但能如愿以偿的实在少之又少!从表面上看，这些弱者实在值得同情，但如果谁能看到他们的过去世，也许会发现他们过去世其实是很风光的，而且落到今生这个样子也是有原因的。那我们再反推，现在市面上的风光人物下辈子会怎么样呢?所以，风光也好，困苦也好，都只是暂时的假象，我们只有不跳出轮回，就只能永远在苦乐间摇摆。当我们乐的时候，往往以为自己多了不起，谁要告诉我们将来要受苦，基本上是不会信的，而当果报现前的时候，谁又救得了?所以，我们的苦是自己造成的，自己选择的。如果不觉悟自心，即使谁能救得我们眼下一时之苦，接下去无尽轮回之苦谁来救?观音难救世间苦，就是这个道理。

“知足者富”。这个“富”不是世间财富的“富”，是精神上的快乐安详。我们的幸福指数是与欲望成反比的，不在乎我们拥有多少，而在乎我们感觉够不够。哪怕我们有十个亿，如果我们觉得在千亿富翁面前抬不起头，就依然是穷人。

**道德经读书心得感悟篇三**

开展速度非常快，备受瞩目，中国文化也一直吸引着世界的目光。《道德经》就是我《道德经》里面蕴含的内容也在塑造着的行为方式。《论语》里面讲“已所不欲，勿施于人”，就是你自己不想要的东西，也不要硬塞给别人，这是从反面来论证你应该怎么对待别人，是一种“防御性”的方式。另外《孟子》里面讲“惟仁者为能以大事小，是故汤事葛，文王事昆夷”，意思是当你身居高位，或者处于优势地位时，要包容比你差的人，形成一种和谐的气氛，不要让人对你恨之入骨，这是的.行为方式。

中国的历史和文化强调要建立一个学习型社会，从《论语》到《孟子》，我们看到了一个人应该怎样学习。中华经典中《道德经》的作者就是春秋时期伟大的思想家，道家学派创始人老子。曾经老子的出生地是一个谜，为了破解这个谜1990年以来继清代所以前贤做了大量艰辛细致的工作，才得知老子出生在今涡阳县闸北镇太清宫的流星原址。两千多年以来，在老子故里涡阳人民心田里，长期浸润着老子光辉的智慧和思想。老子对于人类的奉献，在于他博大精深的思想。老子思想是提醒自然界奥秘的一种尝试，在中国哲学史上，老子第一个系统提出了“道”，这个“道”自然，以“无”为本，以“有”为用，以“反始守柔”为处事之方。“反者道之动；弱者道之用；天下万物生于有，有生与无”成为《老子》五千言的纲领。老子的著作，尤其是他的《道德经》最受世人崇仰；尼采曾评论《老子》一书说：“老子思想的集大成——《道德经》像一个永不枯竭的井泉，满载宝藏，放下汲桶，唾手可得”。

道是可以阐说的，但是并非完全等同于浑然一体，永恒存在，运动不息的大道。无，称天地的初始；有，称万物的本原。因此，从常无中，将以观察道的微妙；从常有中，将以观察道的端倪。这无，有二者，同出于道而又玄妙，正是天地万物变化的总源头。天地是长久存在的。天地所以能够长久存在，是因为天地不为自己而生，所以能够长久。因此，圣人把自身置于众人之后，却能得到大家的推崇而占先；把自身置于度外，却能保存自己。不正是由于他不自私吗？反而能够成就自己，所以我们要继承和弘扬中国优秀传统文化，这样我们才能从《道德经》中汲取营养。

**道德经读书心得感悟篇四**

开篇之前我认为应该先提一个成语——紫气东来。传说老子当年西游函谷关，关令尹喜望见有紫气浮关，便出关相迎，果见一道骨仙风的老者驾青牛翩跹而来，尹喜见这老者长须如雪，有圣人之象。于是留老子于关内，并请他作一篇文章再行西游。老子不好推辞，便著《道德经》以警后人。

《道德经》只有五千余字，后人分其八十一章。虽然字数不多，却是章章锦绣，字字珠玑。可谓旷世奇书。个中道理自然“玄之又玄”，故而让很多人望“道”兴叹。这也不奇，毕竟此书森罗万象，其中涵盖宇宙观、人生观、价值观的辩证方法，包括治国之道、处世哲学、人性修养、军事哲学、养生之道的智慧。

中外许多人都曾给《道德经》写过书评，还有人曾为其写书。例如鲁迅，他曾说：“不读《道德经》一书，不知中国文化，不知人生真谛。”再比如说日本的鲁川芳郎，他认为此书有一种独特的魅力，它给世俗世界压迫下疲惫的人们一种神奇的力量()。的确，《道德经》一书告诉我们应该怎样释然的对待事物，怎样体悟万物的阴阳两面，也就是我们常说的“祸兮福之所倚，福兮祸之所伏”。以一个乐观的人生观、世界观看待天下万物。

我读此书的第一感觉就是一个字——深!可以说，此书中的每一个字都足以让我们用一生去诠释!《道德经》一书只有五千余字，而“道”字却出现了八十多次，那么究竟什么是道呢?老子在第一章曾提到：道可道，非常道。名可名，非常名。故道不可说，这便让我更难以理解此书了，然而，他又在后几章多次为道注解，即使如此，“道”在我脑海里还是很模糊的，毕竟老子是在多方面为道注解的。其中包括宇宙的形成，为人处世，军事治国。老子的这些注解，反而让我对“道”的理解更加不易了。

也罢，古今中外，又有多少人能悟道呢?已悟道意的大抵是高僧大儒。而这样就失了老子著书之意。书中多次提到水，第八章开章就是“上善若水”，我们在生活中也经常接触这个成语，而这个成语是什么意思呢?就我个人而言，水是至阴至柔的，而道也就是这样的，善利万物而不争，孕育了我们却不求回报，是故“居善地，心善渊，于善仁，言善信，政善治，事善能，动善时，夫唯不争，故天尤”。我们学习的就应该是象水一样的品行道德——无为而无所不为，不争而不所不得。处众人之所恶，而得万物之尊崇。所以那先悟得无为大道的高僧大儒才会被我们所尊崇!于是我便从水中悟得一些道性。

水是至柔之物。千军万马难敌一张巧嘴，刀剑锋芒难劈至柔之水。我们知道水是柔的，柔到了极致!我们可以用刀枪炮弹摧毁一些坚硬的事物，例如建筑物，铜墙铁壁。然而你能用刀剑劈开水么?你能用炮弹把水炸一个窟窿么?我们不能!这些强硬的物质只能在水中隐于无形，是故“天下之至柔驰骋天下之至坚”，水与道是没有形体的，你难以捉摸而又触手可及。身边都是道，因为道是“无”。我们知道宇宙是一个无限的空间!这个无限的空间孕育了无数星球，而我们的地球只是这其中一点不起眼的颗粒，只是因其中有生命而独特。我们并不能因为这一点儿自居，应为宇宙中可能会有无数个更高的生命体!他们的科技可能是我们难以想象的!道就是就象是玄牝，所谓的玄牝即女性生殖器，而我们永远都只是她的孩子。永远不能超越她!应该她本就没有形体，只是一种“柔”的表现形式，我们应该学习道和水的柔，只有这样我们的道路才会更平坦，我们的为人处世才会更圆滑。

有些人常认为只有“有”才是可以被我们所利用的。然而实际并非如此，万事万物都不可以独立在“有”之上，只有通过一定的形体才能显示出“有”的价值。而这种无形的形体就是“无”，之所以会“有”是因为“无”。上面曾提到我们宇宙中的星球都是从无中演化而来的。“无”其实就是指空间。比方说我们所住的房子，他之所以有房子的用处是因为其中是空的，能住人，所以有房子的作用。如果房子是一个实体，他就没有任何价值了。再比方说一个糖果盒，因为里面是空的，可以装糖果，也就实现了他“有”的价值。

“有”与“无”这两个概念不仅适用于物质与空间。还适用于我们的心理，我们常对父母说，给我们一些空间。如果其他人过多的涉及我们的空间，我们就会觉的心理非常的窄，透不过气，非常的闷。宇宙之所以为宇宙，是因为其有足够大的空间，能把万物都放在其中，而如果人有这么大的空间，我们就会自由!(这里所提到的自由，是绝对的自由)但是，这是不可能的，我们不可能与无形的“道”成相同阶级，或高之。所以我们内心总告诉我们，该做什么、不该做什么。这是因为我们内心的空间是有限空间，而宇宙是一个很大的概念，是无限的!我们不可能与其持平，只能不停的追求!追求“无”。追求一个现实与虚拟“有”与“无”并作的境界。只有这样，才可能达到相对自由，身理心理都会得到放松。

无形的道，至柔的水，都是先驱与我们共同学习的对象，永远都不会停止。

老子的辨证观可谓是玄妙无比，最有名的就是阴与阳了。阴阳可以引申出很多相对的概念，比如正与负，对与错。为什么太极图中的阴阳会是旋涡形的呢?为什么不是由一条线将其分割呢?为什么黑颜色中会有一点白，白颜色中有一点黑呢?我认为这样的设计就是“福祸相倚”和“物极必反”的最好体现。白色中有一点黑，黑色中有一点白是因为世事都有相对面。“塞翁失马”就是一个最好的例子。而当黑将要超越白，白将要超越黑的时候，就会成其相反的颜色，循环往复。而有其他物质肆意破坏就会浑浊。就象人类，万物循环往复是其道之根本。而人类却施加干预——破坏树林、大肆捕杀。这样只会打乱正常的秩序，最后人类也会在这团浑浊的气流的中沉没。然后又恢复正常。古人说过不能涸泽而渔，伐木而猎。翻译成现代也就是不能破坏生态平衡。我们应该正确的、不干预的攫取利益。同时认清福祸的相互转换，不能因为一时的成功而高兴的忘了本象，可能灾难正潜伏在明天，也不能因为一时的失败而气馁，可能幸运就藏在你身后。

读道德经后我总结三十六个字。为无为，无不为，骋至柔，克至坚，习水性，与人善，明阴阳，晓情理，知可止，利于本，有无生，悟道德。

道德经不愧是我们中华文明的瑰宝，其中妙理，还得是你亲自去读才可，每个人读“道”，都可得不同道。

**道德经读书心得感悟篇五**

最近我在看一本十分富含哲理的书——《道德经》，要物体享受就得靠钱，而要精神享受就得靠道，道家讲究天人合一，神游太虚，而道德经就完美的诠释了这一点。

道德经全书仅五千字，但字字珠玑。就拿第一句话说吧：“道可道，非常道。”这句话很好理解，就是能说出来的道，便不是真正的道了。但你理解深刻含义吗？道德经中有这么一个小故事：楚国有一棵大树叫“朝生”，对他来说，四千年只是一个春季。在越国有一只神龟叫“暮菌”，对它来说，四千年不过是几个时辰而已。但人们却认为彭祖寿命长，活了八百年，但他跟“朝生”，“暮菌”比，岂不是寿命极短？如果人们在远古指天叫“夷”，指地为“希”，那现在天就是夷了，地就是希了。所以他告诉我们，名称是虚无的，不要去强求等级名称，顺其自然不是更好吗？看，短短一句话，竟可以有如此深奥的道理。

道德经中还记到，老子在写完道德经交给尹喜，出关之前曾跟尹喜说：“你读完后，要把道德经全忘了才行。”这更是出乎常人意料，应该牢牢记住才对呀！正因为文字把深理束缚住了，所以要把文字忘了，才能见到深理。

六祖惠能身为住持却不识字，但他却说：“我用手指月亮，你要看的是月亮，而不是我的手，我的手是用来指导你看月亮。”的确，文字只是用来衬托深理的。

现在，体会到道的博大精深了吗？

其实，道就在我们身边，但它却看不着，听不着，闻不着，摸不着。只能用心体会，而道德经便是这么一本体会道的工具。

**道德经读书心得感悟篇六**

最近稍闲。在家里读书写字的时间似乎多了一些。

这周末读到了韩鹏杰老师解读的《道德经》。

《道德经》本来就是一本充满智慧的书，再能看到当代的一些解读本，这事就更有意思了。

下午才翻了几页，就看到了对于“士”，“王”，“圣”三字的释义。很好玩。

其实《道德经》整本书五千言不是对老百姓讲的，而是对针对“士”，“王”，“圣”三类人写的。

在第十五章出现士这个概念，大家觉得分量还不够。大家看第六十八章开头的这一段，由四句话构成，尤其是第一句话和第四句话真的是不得了。第一句话告诉大家“善为士者不武”，武是啥意思?耀武扬威!不要有了一点小小的位置，就居高临下，盛气凌人，耀武扬威。你以为做妈妈耀武扬威就可以，也不可以。“善为士者不武，善战者不怒。”老喜欢发脾气的人，急躁、暴躁、狂躁的人没大出息。“善胜敌者不与”，你要真的想战胜对方，说服对方，不要老跟他正面冲突。父母和子女不也一样吗?一旦正面冲突，这事情就难解决了。委婉一点，迂回一点，善胜敌者不与，与就是正面冲突。老先生实在是心机太高了。最后一句话，“善用人者为之下”。大家注意那个士的写法，最后一横，自己定位就在下面。

第三类是什么呢?圣。大家看“聖”字怎么写?在王上边再加个耳和口，并列就行了。耳，听得进别人的意见;口，说话温暖有领导力，就是《道德经》里边讲的圣人，也就是好的王，就是圣。一个好的领导者领导人在《道德经》里边就叫做圣人，多简单。儒家讲的圣人是你品德高修养高到了一个非常高的境界，道家不是，道家讲的圣就是通达事理的领导，通达事理的王就是圣。你看连做事情的这个道理都告诉大家了——圣人之道，为而不争。你位置高，你做的事情大家都看得见。你越不争，大家越往高举你;你越不争，大家越往前推你。那是水到渠成的事——为而不争。

**道德经读书心得感悟篇七**

开篇之前我认为应该先提一个成语——紫气东来.传说老子当年西游函谷关,关令尹喜望见有紫气浮关,便出关相迎,果见一道骨仙风的老者驾青牛翩跹而来,尹喜见这老者长须如雪,有圣人之象.于是留老子于关内,并请他作一篇文章再行西游. 老子不好推辞,便著《道德经》以警后人.

《道德经》只有五千余字,后人分其八十一章.虽然字数不多,却是章章锦绣,字字珠玑.可谓旷世奇书.个中道理自然“玄之又玄”,故而让很多人望“道”兴叹.这也不奇,毕竟此书森罗万象,其中涵盖宇宙观、人生观、价值观的辩证方法,包括治国之道、处世哲学、人性修养、军事哲学、养生之道的智慧.

中外许多人都曾给《道德经》写过书评,还有人曾为其写书.例如鲁迅,他曾说：“不读《道德经》一书,不知中国文化,不知人生真谛.”再比如说日本的鲁川芳郎,他认为此书有一种独特的魅力,它给世俗世界压迫下疲惫的人们一种神奇的力量.的确,《道德经》一书告诉我们应该怎样释然的对待事物,怎样体悟万物的阴阳两面,也就是我们常说的“祸兮福之所倚,福兮祸之所伏”.以一个乐观的人生观、世界观看待天下万物.

我读此书的第一感觉就是一个字——深!可以说,此书中的每一个字都足以让我们用一生去诠释!《道德经》一书只有五千余字,而“道”字却出现了八十多次,那么究竟什么是道呢?老子在第一章曾提到：道可道,非常道.名可名,非常名.故道不可说,这便让我更难以理解此书了,然而,他又在后几章多次为道注解,即使如此,“道”在我脑海里还是很模糊的,毕竟老子是在多方面为道注解的.其中包括宇宙的形成,为人处世,军事治国.老子的这些注解,反而让我对“道”的理解更加不易了.也罢,古今中外,又有多少人能悟道呢?已悟道意的大抵是高僧大儒.而这样就失了老子著书之意.书中多次提到水,第八章开章就是“上善若水”,我们在生活中也经常接触这个成语,而这个成语是什么意思呢?就我个人而言,水是至阴至柔的,而道也就是这样的,善利万物而不争,孕育了我们却不求回报,是故“居善地,心善渊,于善仁,言善信,政善治,事善能,动善时,夫唯不争,故天尤”.我们学习的就应该是象水一样的品行道德——无为而无所不为,不争而不所不得. 处众人之所恶,而得万物之尊崇.所以那先悟得无为大道的高僧大儒才会被我们所尊崇!于是我便从水中悟得一些道性.

水是至柔之物.千军万马难敌一张巧嘴,刀剑锋芒难劈至柔之水.我们知道水是柔的,柔到了极致!我们可以用刀枪炮弹摧毁一些坚硬的事物,例如建筑物,铜墙铁壁.然而你能用刀剑劈开水么?你能用炮弹把水炸一个窟窿么?我们不能!这些强硬的物质只能在水中隐于无形,是故“天下之至柔驰骋天下之至坚”,水与道是没有形体的,你难以捉摸而又触手可及.身边都是道,因为道是“无”.我们知道宇宙是一个无限的空间!这个无限的空间孕育了无数星球,而我们的地球只是这其中一点不起眼的颗粒,只是因其中有生命而独特.我们并不能因为这一点儿自居,应为宇宙中可能会有无数个更高的生命体!他们的科技可能是我们难以想象的!道就是就象是玄牝,所谓的玄牝即女性生殖器,而我们永远都只是她的孩子.永远不能超越她!应该她本就没有形体,只是一种“柔”的表现形式,我们应该学习道和水的柔,只有这样我们的道路才会更平坦,我们的为人处世才会更圆滑.

有些人常认为只有“有”才是可以被我们所利用的.然而实际并非如此,万事万物都不可以独立在“有”之上,只有通过一定的形体才能显示出“有”的价值.而这种无形的形体就是“无”,之所以会“有”是因为“无”.上面曾提到我们宇宙中的星球都是从无中演化而来的.“无”其实就是指空间.比方说我们所住的房子,他之所以有房子的用处是因为其中是空的,能住人,所以有房子的作用.如果房子是一个实体,他就没有任何价值了.再比方说一个糖果盒,因为里面是空的,可以装糖果,也就实现了他“有”的价值.“有”与“无”这两个概念不仅适用于物质与空间.还适用于我们的心理,我们常对父母说,给我们一些空间.如果其他人过多的涉及我们的空间,我们就会觉的心理非常的窄,透不过气,非常的闷.宇宙之所以为宇宙,是因为其有足够大的空间,能把万物都放在其中,而如果人有这么大的空间,我们就会自由!(这里所提到的自由,是绝对的自由)但是,这是不可能的,我们不可能与无形的“道”成相同阶级,或高之.所以我们内心总告诉我们,该做什么、不该做什么.这是因为我们内心的空间是有限空间,而宇宙是一个很大的概念,是无限的!我们不可能与其持平,只能不停的追求!追求“无”.追求一个现实与虚拟“有”与“无”并作的境界.只有这样,才可能达到相对自由,身理心理都会得到放松.

无形的道,至柔的水,都是先驱与我们共同学习的对象,永远都不会停止.

老子的辨证观可谓是玄妙无比,最有名的就是阴与阳了.阴阳可以引申出很多相对的概念,比如正与负,对与错.为什么太极图中的阴阳会是旋涡形的呢?为什么不是由一条线将其分割呢?为什么黑颜色中会有一点白,白颜色中有一点黑呢?我认为这样的设计就是“福祸相倚”和“物极必反”的最好体现.白色中有一点黑,黑色中有一点白是因为世事都有相对面.“塞翁失马”就是一个最好的例子.而当黑将要超越白,白将要超越黑的时候,就会成其相反的颜色,循环往复.而有其他物质肆意破坏就会浑浊.就象人类,万物循环往复是其道之根本.而人类却施加干预——破坏树林、大肆捕杀.这样只会打乱正常的秩序,最后人类也会在这团浑浊的气流的中沉没.然后又恢复正常.古人说过不能涸泽而渔,伐木而猎.翻译成现代也就是不能破坏生态平衡.我们应该正确的、不干预的攫取利益.同时认清福祸的相互转换,不能因为一时的成功而高兴的忘了本象,可能灾难正潜伏在明天,也不能因为一时的失败而气馁,可能幸运就藏在你身后.

读道德经后我总结三十六个字.为无为,无不为,骋至柔,克至坚,习水性,与人善,明阴阳,晓情理,知可止,利于本,有无生,悟道德.

道德经不愧是我们中华文明的瑰宝,其中妙理,还得是你亲自去读才可,每个人读“道”,都可得不同道.

读《道德经》读后感

道德经应该说分成上下两部,上部道,下部德.(长沙马王堆出土过上德下道的版本,不过公认是上道下德)

按照这种划分,我们来分开来看它.

道,也就是天道,是自然的规律.

它表现为几个方面,一是“易”,也就是变易的意思,道德经第一句就这样说,“道可道,非常道”,可以说出来的道,也就不是“常道”了.

第二个方面就是“易”的规律,所谓“易”的规律,就是“道曰大,大曰逝,逝曰远,远曰反”,这句话的大致意思就是,万物都是逐步成长,但是“物壮则老”,便要渐渐消减,于是又回到了它的初始状态.

且不说老子写这部道德经上部道经的目的就是阐述道德规律,下部德经则主要讲的是人之道,也就是如何将天道应用于人事?我们就不难知道.其实老子写道德经的侧重点便是落在下部德经上面.

读了《道德经》之后,最大的感受还是来自于心灵深处某处的弦被触动,.“天长地久.天地所以长久者,以其不自生,故能长生.是以圣人后其身而身先;外其身而身存.非以其无私邪?故能成其私.”意思是说天长地久,天地之所以能长久,是因为它们不为自己而生息,自然而然的存在,所以才能长久.所以说圣人把自己置于后,反而受到推崇,把自己置之度外,反而保全了自身.这不正是由于圣人不自私吗?所以才能构成就了他自己.但是仅看当今社会,能做到将自己置之度外的又有几人呢?寥寥可数,高速膨胀的经济时代,让更多的人在利欲面前失去自我.不得不说,这是社会的可悲,更是我们不愿看到的.

《道德经》仅小小的五千字,可只要你用心去读去理解,你会发现当中的道理我岂是区区五千字便能概括的.

老子注重人的无为思想, 无为是一种心境、一种修养,是辩证的.向社会推广无为,有助于国家的稳定,但如果站在历史发展的高度,片面的无为是无助于人类的进步的,所以对于当代的青年人理解古代的无为论应该以辩证的方法,一分为二的看待,“则其善者而从之,其不善者而改之.”而无为思想用在为人处事的观点上来看,便是对人宽容.“海纳百川,有容乃大,壁立千仞,物欲则刚.”对人宽容.“海纳百川,有容乃大,壁立千仞,物欲则刚.”

**道德经读书心得感悟篇八**

佛在法会上，手拈一花，视来众，尽皆茫然，独摩柯迦耶会心一笑。佛说：“吾有正法眼藏，涅槃妙心，实相无相，微妙法门，不立文字，教外别传，付诸摩柯迦耶。”

花，本不自生，而是生于植株；也不自灭，而是归于植株。其不自生，亦不自灭，却适时令而存在，它暂居于生命的本体，它所遵循的生命的轨迹，即为“道”。

林语堂说：“我觉得任何一个翻阅《道德经》的人最初一定会大笑，然后笑他自己竟然会这样笑，最后会觉得现在很需要这种学说。至少，这会是大多数人初读老子的反应，我自己就是如此。”

道家文化源远流长，博大精深，道家与儒家的思想摩擦激荡，相辅相成。但我认为：在中国传统的文化思想中，儒为表，道才是最深的内在。

“道”是老子思想的核心。老子认为道是宇宙的本体，世间万物都是由道衍生而成的。故有：“道生一，一生二，二生三，三生万物。”“有物混成，先天地生，寂兮寥兮，独立不改，周行不殆，可以为天下母。吾不知其名，字之曰‘道’”。道是混沌是无极。由此生出鸿蒙之气，内含阴阳，再生而为天地人三才，进而构成世间万物。这是我们后人所理解的道。

然而老子自己却说“道可道，非常道；名可名，非常名。”粗浅的理解为：能够用语言说出道就不是道了。道就像空气，伸手去抓，以为得到了，张开手却空空如也。“人法地，地法天，天法道，道法自然。”这就是天道关系。

“道”既混成了万物，但它又是恍恍惚惚，虚虚幻幻的。在恍惚虚幻中，它有象—有万物的影象；有物—有形形色色的物质实体；有精—有产生和发展的缘由；有信—人们可以凭着一定的方法去发现它、验证它。可见，老子的“道”，就是事物发展变化的客观规律。它先于天地而生，周而复始。今天，科学技术如此发达，科学家们也证实了自然界的发展是有规律的，它存在于互不相同的形形色色的事物之中。此是此，彼是彼，任何事物都按其固有的轨迹运行。人们能够用一定的方法去认识它、体验它、并按照客观规律改造它。由此观之，老子在《道德经》中就已经揭示了宇宙的起初和自然的本源，这比之西方近现代的理论学说早了两千多年。

**道德经读书心得感悟篇九**

每个人都想从书本中吸取点什么，不同层次的人考虑会有所不同。由于这种差异性的缘由，我的眼光从当今移开，去古书中找寻。读点自己不懂得东西，了解一些高深的理论，以期提升自己的素养。经伴侣的推举，找到一本人民文学出版社的《道德经》，试读之后，虽不甚理解，仅得皮毛，但坚持悄悄看完，零散地记载了些东西。结合现实，生发些个人的东西，为我所用。老子，公元前571年诞生于楚国。本姓李，名耳，李聃是他的称，而老子是人们对他的敬称。曾做过小官，职位不高。这和传统的文人没有太多的不同，后来辞官归隐，生活安静，精通修养之术。据说活了200岁，是道教的\'开山鼻祖，都尊他为太上老君。他的哲学思想与其他的伟人有太多的不同，我们总说自己缺乏信仰，那么什么支撑我们活下去。\"道法自然\'、\"无为而治\'，想探寻一下\"道\'为何物。

老子的《道德经》中，说\"道\'是空虚无形，但不是空无全部。假如从物质层面而言，创万物的(自然界)是\"道\'，由自然之道引申到治国之道，再回归到个人的修身之道，可以说\"道\'的作用是巨大的。支配一切事物，是一种宇宙万物存在和进展所依靠的力气。\"道\'，是应付应变之术，是法则和才智，是自然规律。\"道可道，特别道\'，\"道是不行言说的，它一落到语言上，人就无法理解其超越形象的内涵。\'就大的方面，老子的治国之道是清静无为的统治方式，就个人而言，我们该成为一个有\"道\'之士。

《道德经》告知我们，\"道\'是人类自然和社会的法则。其实读书学习要遵道，做人做事要遵道。安稳，顺天道，合人道。生生不息，永恒长存。领悟之后，寻求解脱。心浮气躁的我们，孔子的\"礼\'\"仁\'，有时显得苍白。庄子亦如老子一样，看开了，活得坦然。自然存活的愉悦，我亦满心期盼，于是记之。

**道德经读书心得感悟篇十**

今天终于读了100遍道德经，终于摆脱了被债主催债的感觉。写个博吧。

但第一次读昭昭，多读昏昏；读经越来越多，感觉越来越糟。被顾老师逼着写博，却让我回忆起读研时的趣事。

当时我们戏剧专业有三个导师，各有1~2个研究生，共有4个。所以上课直接去老师家，有时候上课是讨论名剧的文本，有时候老师放碟片。看碟片当然很开心，没想到看到兴起处，老师遥控器一拿，咔就暂停了，这一段我们来分析一下！突然孟了。毕竟，当你看碟片时，你会投入情感去看戏剧。你需要的是共鸣效果；突然，大脑不得不切换到理论分析，转变为逻辑思维。大脑处于空白状态。你必须快速搜索大脑的每个角落，回忆可用的情节，找到可用的理论框架。然后看盘子有点抖，不时用眼角看老师是否想拿遥控器，也试图调动一些脑细胞同时做一些分析，但后者基本上很难做，老师暂停，我们四个人总是处于混乱状态，看起来很不开心。

读道德经书写博客的难度也在这里。读经的时候，随着次数的增加，越来越像小和尚念经一样无心。根据照顾老师的理论，没有必要用脑子，但总结一下，用脑子写博客是必不可少的。两者之间的切换难免恍惚。

让我们勉强挤一点牙膏:

道德经有句话叫为学越来越多，为道日损，感觉这是顾老师最津津乐道的句子之一。我个人的\'感受恰恰可以倒过来，就是学习越来越多，损失越来越多。

在人生的最初阶段，因为我们的身体和生活状态是越来越多的，我们会更加注重外在的东西，比如学习，比如追求名利。在那个阶段，我们雄心勃勃，意气风发，挥斥方辙，相信人定胜天，相信人为，相信我能。然而，当我们的身体、事业和生活的其他方面慢慢走下坡路，即日损时，每个人都会转向内心，即求道。虽然有各种各样的具体道，也许是儒家思想，也许是道教，也许是佛教，也许是基督，也许是心理学，。人的尽头是神的开始，是道的开始，因为我看到了不能。

**道德经读书心得感悟篇十一**

《道德经》我已读过数遍，大多名句也都耳熟能详，但以前太浮躁，总不能细品其中之韵味…这些天来终于静下心来真正的沉浸下去，才发现它像一汪永不枯竭的清泉…满载宝藏，放下成见，唾手可得！但其广博与深奥，却让你发现自己的浅薄与不足！

这是哲学的力量，它不能解决任何问题，却高于一切之上！因为它能让你的心灵真正的强大！不为光怪陆离的表象所迷惑！直达事物本质！正如老子所云：“致虚极，守静笃。万物并作，吾以观复。夫物芸芸，各复归其根。”尽力使心灵达到极度的放空，使生活清净坚守不变，通过观察万物往复，透过其纷纷芸芸的表象，看到其本源所在。

“归根曰静，是谓复命，复命曰常，知常曰明。不知常，妄作凶，知常容，容乃公，公乃王，王乃天。天乃道，道乃久，没身不殆”

看清事物的本质，心灵便会宁静，这种宁静不是静止不是消极，更不是终止。而是在认识根本规律后的等待！等待万物并做的时机，这样的人无所不包，无所不包就能坦然公正！公正就能周全！周全才能符合自然的道！才能长久。

**道德经读书心得感悟篇十二**

解读老子《道德经》的真谛启示，可以使我们解放思想，改变对世界的认知，放弃千百年来沿袭下来的许多陈旧落后的思想观念，做事不给自己和社会遗留后患。从二元论的思维模式中解脱出来，站在一体同观的全视角看世界，才有真正的恒常快乐，才是真正的全然自由。

《大道至简——真谛启示》就可以奠定人生的根本功，就可以解决人生不同时期的各种痛苦和困惑问题。此版本译文清晰准确，简洁易懂，超出了已往的\'字面表层译述，将老子真实的意愿全面破解表达出来，从而将老子先生请下了“神坛〞，让人民群众真正能与老子的智慧和真理相拥抱，人生的道路就不会偏颇，生命的航船就有了正确的方向。大道至简，真理人人适用。

现在读过大道至简这个版本的各界人士，强烈推荐《大道至简——真谛启示》这本书，它将老子思想与现实生活融汇贯穿、有机结合，既深入浅出，又富有哲理，对家长、孩子的工作、学习、生活具有指导意义，拜读、学习后深受启发、颇为受益，建议更多的家长、同学们能够学习这本书并从中汲取智慧和力量！

天下之至美，乃美于无为之美，美于无私之美，美于心灵之美。愿你也可以领悟老子的思想，为心灵觅得一处宁静的港湾，让生命之“道〞不受羁绊，在平淡的日子里怡然自得的生活。

**道德经读书心得感悟篇十三**

《道德经》洋洋洒洒不过五千言，却深深影响了中国二千多年历史发展，它洗涤了不少迷惘的心灵，直至今天老子的思想仍渗透在我们生活中。纽约时报更将老子列为古今十大作家之首，其地位可见一斑。

之前听人说中层人士学论语，高层人士学老子。其思想的高深令许多成功者与企业的老总所推崇，而且越来越多的老外在研究老中，首当其冲就是老子。我曾上当当网查过，竟然有许多外文版本。作为中国人有打心底的那份自豪感。鲁迅说“不读老子，不知中国文化，不知人生真谛”。

有不少人认为老子的思想比较消极被动，柔弱不强势。我觉得这是一种误解，老子所说的无为而治是顺其自然，无私无我的治理，并非无所作为，无为是为了更好的有为。“有”所以能够给人便利是因“无”发挥它的作用，无的作用更大。老子认为无就是有，有就是无。但两者不能划等号，因为无是万事万物的根源，无创生出有。我认为就像周易阴阳哲学中的一而二，二而一。一就是二，二就是一，两者并不矛盾。功夫之王李小龙习武到最后悟出武术最高境界“以无法为有法，以无限为有限”。其实也是源于老子的思想。例如，杯子中间的空虚才能产生盛物的作用。若杯子里已经有物体，则无法再盛物了，我们经常讲的空杯心态，就是说不要持“盈”，水太满就要溢出来，甚至是倾覆之患。

老子说“上善若水，水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道”。有完善人格的人像水一样滋润万物而从来不跟大自然相争，停留在卑下人人都厌恶的地方。别人不愿意去的地方他愿意去，别人不愿意做的事他愿意做。有道德的人为人谦下，谦虚反而能赢得爱戴。处处为别人着想反而能成就自己的理想。“非以其无私，故能成其私”，就是说明这个道理。我们经常说“海纳百川，有容乃大”。这句话最早应出于老子“江海之所以能为百谷王者，以其善下之，故能为百谷之王”。低洼才能得以充盈，你在低处高看别人，别人反而更尊重你。水能方能圆，良好的人际关系应像水一样，能融入任何容器当中。我认为容纳的根源在于理解。设身处地为他人着想，就会避免自己的怨恨跟无谓的争执。

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