

最新庄子与道家思想的感悟 庄子思想心得体会(优秀5篇)

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得感悟，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。那么心得感悟怎么写才恰当呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得感悟范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

庄子与道家思想的感悟篇一

庄子是我国古代哲学家中的代表人物之一，他的思想深邃而玄奥，对于人类的生活和人生意义有着重要的启示。通过阅读庄子的著作，我深深被庄子的思想所折服，并从中获得了重要的心得体会。下面我将从人性观、自由观、生命观、生活态度和人与自然的关系等方面，逐步展开庄子思想的心得体会。

首先，庄子的人性观给了我许多启示。庄子认为人性本善，但在社会中被各种欲望和规范束缚，丧失了真实自我的东西。我深有体会地认识到，人的天性是善良、纯洁的，只是受到了外界的影响和限制。若能追求真实自我，与内心的声音相和谐，我们就能找到人性真善美的本真。因此，我们应当摆脱尘嚣，不受他人的评判和期待，更要坚守自己的原则和道义，追求内心真善美的自由。

其次，庄子的自由观深深地触动了我的心灵。庄子强调自由，主张个体应当追求内心的自由和解放。他认为人应当放弃功名利禄的追求，而追求内心的舒适和幸福。庄子的自由观教导我们要超越物质界限，追求心灵的自由和宽广，追求精神上的自由和解脱。在忙碌的社会生活中，我常常感到自由的渴望和追求，庄子的思想给了我重要的启示，让我明白到自由来自于内心的选择与追求，而不是外界的制约与束缚。只要心灵自由，我们就能真切地感受生命的价值和意义。

庄子的生命观也给了我深刻的思考。庄子认为生命是一种有限而宝贵的存在，应当珍惜每一天，享受当下的快乐和美好。他倡导追求内心的宁静与满足，并与自然融为一体。这样的生命观让我深受触动，明白到生命的短暂和珍贵，我们应当以平和的心态活在当下，感受生活的美好与意义。过去的遗憾和未来的迷茫都不应该影响我们对今天的热爱和珍惜，我们应当珍惜每一个清晨的阳光，每一次微笑的瞬间，因为这些都是我们生命中最美好的礼物。

在生活态度方面，庄子的思想给了我很多的启示。庄子提出了“逍遥游”、“无为而治”的生活态度，他认为人应当超越功利和名利的追求，而追求内心的自在和安宁。他主张放下欲望，摆脱社会压力的束缚，专注于内在的修养和心灵的宁静。庄子的生活态度让我深深体会到，追求物质的繁荣远远不如培养内心的幸福重要。放下功名利禄和琐碎的纠缠，我们才能找到真实的自我，活出属于自己的理想生活。

最后，庄子思想中的人与自然的关系给予了我重要的思考。庄子提出了“道法自然”的观点，强调人应当与自然和谐共生，尊重自然的运行规律。他认为只有与自然和谐相处，我们才能获得内心的平静和宁静。对我而言，庄子这种对人与自然关系的思考，提醒我们要尊重自然，保护环境，与大自然保持联系和和谐，让生活更加美好。

庄子的思想给予了我重要的心得体会，使我对人性、自由、生命、生活态度和人与自然的关系有了更加深刻的认识。通过庄子的思想，我能更好地理解人生的价值和意义，追求心灵的自由和满足，以及与自然和谐共生。我相信只要我们将庄子的思想融入到生活中，并坚持去实践和体会，我们定能过上更加充实、自在与幸福的生活。

庄子与道家思想的感悟篇二

随着社会的不断发展，人们对于人生的追求也在不断深入。

作为中国古代哲学的重要人物之一，庄子以其独特的思想和对人生的独到见解，对后世产生了深远的影响。庄子的思想强调自由、无为、达观等价值观念，给我带来了深刻的启示和思考。在我的生活中，不断学习和体悟庄子的思想，有助于我更好地了解自己，提高自己的心智和价值观念。

庄子的主要思想之一是无为而治。在现代社会中，人们普遍追求高效率、高产出，追逐各种目标和成果。然而，庄子告诉我们，有时候无为而治，反而能使事情得到更好的发展。正如他在《达生篇》中所说：“大功峻业，天下皆知；大音希声，天下皆听。”庄子的这种思想观念告诉我们，在某些情况下，不要过度干预事物的发展，放手让事物自己进行，可能会产生出更好的结果。这在我的生活中也得到了证实。有时，当我试图强行追求某些目标时，反而使得事情变得糟糕，而当我学会放下，顺其自然时，事情反而取得了更好的结果。因此，庄子的思想给了我一个重新审视事物的角度。

庄子的另一个重要思想是达观。在《齐物论》中，庄子描述了“大安无事，小安息虑”的理想状态。他认为，只有当我们能够抛开一切干扰和烦恼，心境宁静时，才能够达到真正的安宁和满足。庄子的这种思想观念深深地触动了我。在现代社会中，人们常常忙于工作和生活琐事，容易陷入各种焦虑和烦恼之中。然而，当我学会放空自己，静心观察世界时，我才发现身边的美好和值得珍惜之处。庄子的思想让我明白，只有在达观的状态下，我们才能够真正领悟人生的真谛，体会到生活的美好。

庄子的思想还强调了个体的自由。他主张人们应该追求自由自在的生活方式，不受他人的束缚和社会的人为规定限制。他在《逍遥游》中写道：“人不用腿而行、人不用舌而食。”庄子的这种思想观念告诉我们，人们应该根据自己的需求和愿望来生活，而不是受制于社会的规定和他人的期望。这在我个人的成长过程中也起到了积极的影响。庄子的思想让我明白，作为一个独立自由的个体，我们应该主动发挥自

己的才智和能力，追求自己的理想和价值。

庄子的思想还着重强调了活在当下的重要性。他认为人们应该珍惜现在，放下过去的悲伤和未来的焦虑，专注于眼下的事物。他在《人间世》中写道：“傲视森严，各慎其所以繇之。”庄子的这种思想告诉我们，不要为过去的失败耿耿于怀，也不要为未来的不确定性担忧。人生在世，应该学会珍惜当下，立即行动。这样，我们才能够真正享受到人生的乐趣和满足。这种思想在我的生活中产生了深远的影响。庄子的思想让我明白，只有珍视眼前，才能够更好地面对未来。

综上所述，庄子的思想和价值观给予了我重要的启示和思考。他的主张无为而治、达观、个体自由以及活在当下等理念，不仅让我对人生有了新的认识，也让我能够更好地面对自己的困惑和挑战。通过不断学习和体悟庄子的思想，我相信我将能够更加深入地理解自己，提升自己的心智和价值观念。

庄子与道家思想的感悟篇三

郑荣梅

（汶上县康驿镇第二中学）

《美术是个大家庭》是欣赏评述课，新课标规定：“大家通过描述、分析、比较与讨论等方式，认识美术的不同门类及表现形式，简短评价作品、现象，表达感受和见解。”下面结合实际教学，谈谈个人体会。

一、从实际出发，有目的地引导学生做必要的欣赏评述，培养学生正确的审美观

在日常生活中，有人认为美术课无非就是教学生画几幅画、写几个字而已。其实不然，由本课来看，美术担负着培养和提高学生的审美情趣的重要任务，并由此而延伸，学习美术

意义也不限于此，通过学习能使大家分清什么是真正的美。为此，我专门给学生上了一节有关服装的欣赏评述课。首先，我在课堂上展示了我国各个时期的服装，还有少数民族的服饰，并且展示了外国的西装、连衣裙等，然后向学生提出这样一个问题：怎样着装才美？一时，大家议论纷纷，各抒己见，接着我就因势引导学生何为美？真正的美终究是会被人们所接受、继承的，先进的、高尚的审美观总是迎合社会并不断发展创造的，像以上那样美吗？一种正确的审美自然生成。由此可见，欣赏评述课中，学生得到的是一种潜移默化的教育。这也表明，欣赏评述的大功能所在：审美情趣有根本的变化和进步。

二、认真上好欣赏评述课

怎样上好一节欣赏评述课呢？首先，引导学生，认真钻研教材，搜寻资料。课前，自己先行整体感知。课堂中，充分发挥学生学习的自主探究性。老师点拨，让学生由点到面深入挖掘。让学生在情感上与作品产生交流。例如，在欣赏《血衣》时，让学生做情景模仿，分角色仔细揣摩，品味画中和景。这样，大家不仅能把握画面，而且能够让学生深度把握画中人物的情感，这使得我们的课上得更更有价值。

三、重视引导学生用科学的理论来指导实践，达到加强美术基本功训练的目的

在教学中，我们常常会发现，好些学生对一些理论性的东西不感兴趣，认为自己只要把物体画得像就可以了，不需要理论。例如，在学习《在校园中快乐成长》透视的问题时，说易做难。结果，练习不佳，大家一片茫然，不知所措。这时，我用透视的规律，来检验画面，就很容易发现问题所在：同样的一组棱长，客观上应该是相等的，表现出来就应有近大远小的区别。于是学生就很快会解决问题。实际中，有科学的理论作指导，学生的基本功训练效率会很快提高。

当然，以上是由《美术是个大家庭》所想到的，在新课改下，一些新尝试与探索，应该多多的运用，只有这样我们才能提升。

编辑马燕萍

庄子与道家思想的感悟篇四

庄子是中国古代哲学家之一，他的思想以其独特的观点和深刻的洞察力闻名于世。在研读庄子的著作时，我深深感受到他所表达的智慧 and 真理。以下是我对庄子思想的心得体会。

第一段：庄子的自由人思想

庄子提出了“身心自由”的概念，他认为追求真正的自由应该从内心开始。他主张摆脱外界的拘束和规定，追求灵魂的自由。庄子经常用蝴蝶和鱼来比喻自由人的状态，他说自由人如同蝴蝶自在地翩翩起舞，如同鱼在水中自由畅游。这种自由并不是无拘无束，而是指人们能够根据自己的内心感受和理性判断，做出自己认为正确的选择。

第二段：庄子的无为而治思想

庄子主张无为而治，即不要刻意追求功名利禄，也不要过度干预事物的发展。他认为事物有自己的自然规律，只有遵循这种规律，才能达到真正的和谐与平衡。庄子以自然界的运行为例，认为万物自有其定数，自然界的运行流畅而和谐，正是因为它不违背自身的本性和规律，而不是人为地干预和调整。庄子的这一思想对于个人的成长和社会的发展都有重要的意义。

第三段：庄子的知足常乐思想

庄子强调内心的知足常乐，他认为追求物质财富和权力地位

只会给人们带来烦恼和困扰。庄子认为，心态平和、对所拥有的满足感才是真正的幸福。他以渔夫放下钓竿，对过着宁静生活的故事来阐述这一思想。庄子的知足常乐思想提醒人们要重视精神内在的追求，而非一味追逐外在的物质享受。

第四段：庄子的相对主义思想

庄子的思想拒绝了绝对主义，他认为一切事物都是相对的，没有绝对的真理。他强调观念的相对性和多样性，人们应当从不同的角度来看待问题，不被固定的观念所限制。在《胠箝》中，庄子讲述了一个关于朝廷争斗的故事，来证明人们对于道德和权力的理解都是相对的。庄子的相对主义思想提醒人们要开放心态，尊重和包容不同的观点和观念。

第五段：庄子的人性观

庄子的人性观重视每个人的独特性和天性。他认为人与自然相通，人性本善，但由于社会羁绊和外界的环境，人们的本性被扭曲和遗忘。庄子以唐玄宗的故事告诫人们要珍视自己内心的善良，而不是受到外界的诱惑和影响。庄子认为，只有追求内心的善良和真实，人们才能恢复自己的本性，获得真正的快乐和满足。

总结：庄子的思想是古代中国哲学中的瑰宝，它以独特的深刻洞察力和独特的理解力呈现出来。庄子的自由人思想、无为而治思想、知足常乐思想、相对主义思想和人性观都给人们启示和指导。这些思想不仅对于个人的生活和成长有重要的意义，也对社会的和谐与发展起到积极的推动作用。我们应该在现代社会中重视庄子思想的智慧，将其运用到我们的日常生活中，以实现自身的全面发展和社会的进步。

庄子与道家思想的感悟篇五

读出作者鲜活的灵魂——由《荔枝蜜》说开去(网友来稿)

湖南永州八中周志恩

言为心声。作品，特别是文学作品无不是作者心灵感情的外化。我们阅读文学作品，不但要读活作品中的人和事物，还应从作品中的叙述、描写、议论、抒情中读出作者鲜活的灵魂，并借以纯洁我们的思想，净化我们的灵魂。

《荔枝蜜》是一篇饱含作者激情和理性思维的优秀散文，细心阅读，我们就能真切地感受作者杨朔那跳动的思想脉搏，洞悉他鲜活的心态，我们会因此得到一次崇高思想的陶冶，接受一次灵魂的洗礼。

最让人佩服的是作者有一颗高洁善良敏感的心。小时候爬树被蜜蜂蜇了一次，从大人嘴里得知蜜蜂这一蜇“它自己就耗尽了生命，也活不久了”，杨朔便“觉得那蜜蜂可怜，原谅它了”。这种“可怜”、“原谅”蜜蜂的心理，足以显示出杨朔的同情心和心地善良，其感情何等细腻。在与养蜂员进行了一番交谈，对蜜蜂有了较全面的了解之后作者“不禁一颤：多可爱的小生啊！对人无所求，给人的却是极好的东西……蜜蜂是渺少的，蜜蜂却又多么高尚啊”。对蜜蜂的这番深情礼赞，又何尝不是作者善良、高洁情怀的昭示呢？作者看重、热爱的是蜜蜂的劳动，创造，极力赞颂的是贡献的精神。能从平凡的事物中发掘出深刻意蕴来，其洞察力多么敏锐，其心灵多么敏感。

杨朔到了从化温泉，陶醉于秀美的自然风光，“那又浓又翠的景色，简直是一幅青绿山水画”的比喻句，确是作者热爱大自然，热爱祖国山河之高雅情趣的真切流露。何止于热爱大自然，一喝朋友送的鲜荔枝蜜，便怡然陶醉于“甜香里带着股清气”中，甚而“觉得生活都是甜的呢”。由此可见，作者该是一位多么挚爱生活的人啊，其感情又是多么丰富啊。

最值得品味的是文章幻想式的结尾：“这天夜里，我做了个奇怪的梦，梦见自己变成一只小蜜蜂。”作者对蜜蜂的感情

是有一番变化过程的。小时候被蜜蜂蜇了过后，感情上“不怎么舒服”，在从化温泉喝了鲜荔枝蜜，“不觉动了情”，想去看看蜜蜂，在养蜂员的导引下参观了“养蜂大厦”，增加了对蜜蜂的了解后涌起了崇敬之情，并由此将蜜蜂与农民联系起来，脑海里不断叠现出蜜蜂和农民的形象。在作者的意念中，蜜蜂即农民，农民即蜜蜂。他赞美蜜蜂即是赞美农民，“梦见自己变成一只小蜜蜂”，实质上是热爱劳动人民，愿做劳动人民中的普通一员心情的真切表露。

读完全文，一个心地善良、富有同情心、心灵敏感、感情丰富、热爱祖国、热爱大自然、热爱生活、热爱劳动、热爱劳动人民的作家形象便在我们心中鲜活起来了。我们读活了作者鲜活的灵魂，我们自己的灵魂也会因此得以陶冶，得以净化。同学们，让我们在今后的阅读中，注意读出作者的感情倾向，读出作者的心态和灵魂。

作者邮箱□hnyzbzzhouzhien@