

道德经读书心得(大全6篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

道德经读书心得篇一

“道可道，非常道……”一阵阵读书声回荡在校园里。自从学校展开“与圣贤为友，与经典同行”读书活动以来，校园里每天都飘荡着划一而有节拍的读书声。

当语文老师第一次捧着《道德经》，通知我们这是我们中华民族的珍贵文化遗产，我就暗暗公开决计一定要认真地学习它。可是当老师第一次用洪亮的声音率领我们读《道德经》时，我觉得到单调无味，一点儿也提不起学习的兴味来。固然如此，我还是不忘每天读一读，慢慢地我发现本人喜欢上了它。于是每天清晨，伴着鸟儿的歌声，迎着初升的朝阳，我坐在阳台上，一边享用着清鲜的空气，一边开端了晨读。它给我的心灵开启了一道门，引导我如何从小做一个耿直的人，一个不追求名利的人，一个安康向上的人。

读《道德经》后，我慢慢发现，原来做事马虎的我竟安静耐烦地考虑问题了，原来作业中草率的字迹变得端正了许多。从诵读经典书籍中，也让我悟出了些做人的道理。比方文中的“知人者智，自知者明；胜人者有力，自胜者强”，通知我们，一个人不只要能打败他人，更应该有勇气打败本人。

《道德经》让我收获颇丰。“天长日久。天地所以持久者，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。”意义是说天长日久，天地

之所以能持久，是由于它们不为本人而生息，自但是然的存在，所以才干持久。所以说圣人把本人置于后，反而遭到推崇，把本人置之度外，反而保全了本身。这不正是由于圣人不自私吗？所以才干构成就了他本人。

无为是一种心境、一种涵养，是辩证的。站在的角度，向社会推行无为，有助于国度的稳定，但假如站在历史开展的高度，片面的无为是无助于人类的进步的，所以关于当代的青年人了解古代的无为论应该以辩证的办法，一分为二的对待，“则其善者而从之，其不善者而改之。”

看待竞争，我们要勇于去迎接应战，看待失败和不对等我们要报以一种平常心，用适宜的办法去改动或顺应，而不去自觉的争你死我活。这样有助于保全本人和获得最终的胜利，只要厚积才会勃发。同样，“无为”用在当代待人处世上就是要对人宽容。“海纳百川，有容乃大，壁立千仞，物欲则刚。”

道德经读书心得篇二

虽然我学习《道德经》的时间很短，信息也不容易理解，但我在张兼维教授精彩的讲座中了解了《道德经》，学到了一些人生哲学，这是我以前从未接触过的，所以这确实是我一生中宝贵的一课，让我受益匪浅。张教授在讲课过程中也加入了许多自己独特的见解。他还提出主张，大家对《道德经》的理解和感受不一样，要多互相交流讨论。在这里，我就说说自己学习《道德经》后的看法和讨论结果。

《道德经》的核心是道。它继承了《周易》、《洪范》等著作的朴素辩证法思想，揭示了事物之间的相互依存关系。并提出“天道自然无为”的无神论思想。《道德经》文学丰富，视角独特，思想深刻，数据深刻。时至今日，仍有很大的现实意义。总的来说，在治国安邦、规划用兵、处理国际关系、

现代企业管理等方面都有很好的借鉴意义;简而言之,就是人学习、修养、处理各种人际关系和社会关系的精神标准。

“道”是天地万物的本源。在老子之前,人们认为宇宙万物都是上帝统治的,最高的上帝是天,也被称为天帝。这种观念直到春秋时期社会大变才改变。老子是一个从哲学层面自觉而明确地否定天帝的早期思想家。他在《周易》的基础上进一步明确了“道”是天地万物的本源。老子“道论”的中心思想是:“道即自然,自然即道”。他说,“道”是万物之母:“道可以是道,但很道。很有名,十。没有什么是世界的开始。是的,万物之母。”(《第一章》)也就是说,作为宇宙的本源,就是道,它永远存在。道的运行是自由的、必然的,即按照自己的规律运行。宇宙万物都是由它产生的,它是宇宙之母。

“无为而治”。老子的“道论”,基本上可以概括为“天人观”。所以老子的人生哲学和政治哲学,基本上都是以人为本,顺其自然。至于怎么治国?他认为最好采取“无为而治”的方法,让人民过自由的生活,无为而治,听其自然发展,从而达到治理好国家的目的。在老子看来,无为就是有所作为,“无为而无不为”就是这个意思。老子反对以刑、礼、智治国。他反对增加人民的税收,反对拥有强大的军队。他说:“谁乐意杀人,谁就不可能在这个世界上成功。”(《第三十一章》)他也反对工商业,反对知识,反对文化。在老子看来,如果人类社会不要“智”、“仁义”、“智利”,国家就要被统治。这三件事不足以治国。最好的办法就是让人专注于“简单”,少一些“私欲”,不求知识,这样才能没有后顾之忧。

老子向往的梦幻世界是一个小国寡民的原始社会。他说:“一个人少的小国,让人民有所富余,让人民宁死也不远走他乡。虽然有船,但是没地方坐。虽有兵,无话可说。这样人们就可以再次使用它。甘其食,美服,安宅,乐风俗,邻国,鸡犬之声,民不往来。”(《第八十章》老子的思想在

一定程度上反映了当时人民休养生息、缓解剥削的迫切愿望。老子说，人为什么过着饥寒交迫的生活？那是因为他们的君主收了更多的税。“民以食为天”（《第七十五章》）。他还说，“人不怕死，你为什么怕死？”（《第七十四章》）这反映了老子政治思想中的改良因素。但小国寡民的梦想是幻想，违背了社会历史发展规律。但要看到，老子的行动是对奴隶社会制度不合理的攻击，但对后世改良思想家和空想社会改革者的影响是深远的。

那么，事情就会走向另一个极端，世界也就因此失去了。在他看来，一个好的统治者必须知道弱胜强的道理。为了证明弱胜强，软胜强，他举了很多例子。他经常用水来比较自然力的伟大和人类的高尚品质。他说：“世界上没有什么比水更弱，但没有什么能战胜强者。不容易。柔胜刚，弱胜强，天下不知，可为也。”（《第七十八章》）意思是世界上没有比水弱的东西，没有比水更强的攻击力量这个事实是无法改变的。世界上没有一个人不明白，软战胜硬，弱战胜强，但是没有人能做到。老子认为，在发展的过程中，弱者是不可战胜的，这对于人们认识到新势力是不可战胜的，具有进取意义。

当然，老子的辩证自然观直观、原始、简单，缺乏科学论证。同时，他的辩证观缺乏不可调和的战斗精神，受到时代和阶级的制约。尽管如此，《道德经》中灿烂的思想火花，是值得我们珍惜的历史遗产。

我们要以取其精华，去其糟粕的态度来看待和学习《道德经》。老子的思想并不都是正确的、科学的，但仍有许多值得借鉴的哲学思想，对我们当下的生活仍有借鉴意义。也许，在未来的生活中，《道德经》会帮助我走向成功的彼岸。

道德经读书心得篇三

热爱读书是我们应该要有的态度，看完一本名著后，你心中有什么感想呢？写一份读后感，记录收获与付出吧。想必许多人都在为如何写好读后感而烦恼吧。我们一起来写写关于读书的心得吧。你是否在找正准备撰写“最新道德经读书心得”，下面小编收集了相关的素材，供大家写文参考！

刚读完《道德经》，我从中遭到很多启迪。作者老子是我国古代的著名思想家，哲学家。这本书是老子的乱世之道和人生哲学，而非我原以为的道德教材。固然只要20多页，可是由于领悟力有限，通读全书，能了解的必须有十之二三。

首先，老子概括了当时自然现象和社会现象的变化，事物都向它相反的方向变去。指出“物极必反”的通则，简直无论在哪一方面皆是如此的。

老子认识生活世界，看待生活的态度，主张贵柔、守雌，反对坚强和进取，老子的思想是无为。

如今的人普通都以为他的思想十分消极，其实他的思想更多的包含了对广阔劳动人民的酷爱。他期望经过它的思想来影响统治阶级，让老百姓能够得到更多涵养生息，让老百姓安居乐业。

我以为“无为”包含着顺其自然不勉强去做的指导思想，因而能够浸透到生活的各个方面。就比方说教育理念中也能够自创。俗话说“强扭的瓜不甜”，学习是一件盲目自愿的事情，学生只要主动的学习，把学习当成一件欢乐的事，才足够学有所成，这就需求我们教育者在教育理论中引导学生欢乐、简便、盲目、自愿的学习。教育中的无为而治，不是不论，而是因势利导，绝不拔苗滋长。不顺应自然规律，滥施各种生长激素，不尊重孩子的意愿自觉参与各种奥数，学钢

琴，拉小提琴等培训常常适得其反。

同时老子的“物极必反”的思想似乎在预言今日的社会。人类所追求的所谓文化，所谓科技，现代化，都应当是为人类效劳的，可是环境污染，能源耗尽，消费率提高，失业率上升，贫富差距的拉大，似乎又和所谓高科技有着密不可分的关系。人们为了保住工作而工作，无暇关注本身和家庭，有时间的时分没钱，有钱的时分没时间。又或者说两者都没有。这样的社会又怎能说是美妙的呢在高度兴旺之后，人类当有所回归，以免到达极致走向另一面，走到无法挽回的地步。

老子不愧是我国古代十分巨大的思想家，并且在如今，他在全世界的影响力远远超越孔子。老子的学说“玄之又玄”，可是我却没能发现“众妙之门”，自古以来研讨老子的人太多太多，但我总以为体会到“物极必反”，“无为”之类的人生哲学，对个人来说更有意义。我以为他的许多观念值得我们去深深地思索。

在孩提时代的我就曾经接触过圣人老子的《道德经》，大家可以轻而易举猜到当时懵懂孩童的我，对于这本书可谓是“丈二和尚摸不着头脑”。我对老子以及《道德经》的初步认识还得追溯到我爷爷跟我讲的故事。爷爷跟我讲了很多的古代传说，其中就有关于圣人老子的传说——相传老子一夜间就写出了流传千古的《道德经》，骑着青牛，西出函谷关而去，成为神话传说中的太上老君。小时候听着这些传说比较神秘、玄奥的东西，都是和老子相关的，但是老子是谁，什么是老子的学说，他所著作的《道德经》讲述的是什么又有什么意义，却知之甚少，而且那时根本看不懂。

读懂一本书，首先读懂一个人。这是我阅读书籍的座右铭，若光看一本书所讲的内容，而不去深入了解作者为何做此书的种种原因，那就与作者做此书献于世的真正目的了。我不乏有些人著书纯粹是为了赚取稿费或者立名，那样的人不配叫作者，只能勉强称为写作工作者罢了。老子生活在春秋末

期，那时天下大乱，诸侯纷争，广大百姓生活在水深火热之中。时代造英雄，时代也会造就文化精神上的佼佼者。

如今很多人称《论语》为做官必学，《道德经》为做人必学，想必有一定的道理可遵循，但便不是如如今说法那样的片面。一本《道德经》涵盖了政治、经济、军事、为人等多方面的内容。换一种比较概括的话说可算为一本百科全书，但是《道德经》真正的分类还得算为哲学著作。

老子道家的学术充满着辩证法，从探讨宇宙天地、自然规律的变化入手，提出“道大，天大，地大，人亦大，域中有四大，而人居其一焉。”真正地以人为本，直接从关注民生，关注社会弱者，弱势群体出发，老子之道算是弱者之道，对社会人事有重要的现实意义。《道德经》揭示宇宙万物、自然天地、社会与人等及其运动规律，因而是一个博大的哲学思想体系，提出了很多反映事物运动一般规律的哲学概念，对中国文化以及整个世界都产生了极大的影响，黑格尔曾经感慨：世界的哲学故乡在中国！

在老子《道德经》诸多哲学概念中，我最熟透的算是立身处世这方面知识。下面简单的叙述一番。

修身为本的主张在《道德经》中有诸多名句：“罪莫大于多欲，祸莫大于不知足，咎莫大于欲得”、“甘其食，美其服，安其居，乐其俗”，“知足不辱，知止不殆”等等。细细体味一下老子对人生修养和处世的见解，我觉得他的很多话语，句句启迪心灵，不时地在敲打警示，使人醉之复醒，感到好像在痛饮千年陈酿，愈久愈香。

做人修身处世，是一个古老却又常新的话题，每每与人细谈老子哲学时谈到修身处世这个话题时，心中总会荡漾起新的体会新的感受。在立身处世这个主张中有一个极为经典的句子——“天下莫柔弱于水，而攻坚强者莫之能取胜，以其无以易之。弱之胜强，弱之胜刚，天下莫不知。”柔弱胜刚强，

是老子哲学思想中充满相反相成、对立转化的辩证法的命题，带有普遍真理性的意义。刚刚提到老子以水为例的句子的意思是：天下没有东西比水更加柔弱，可是攻克坚强的东西没有能胜过它，因为没有东西可以代替它。微弱的胜过强大的，柔弱的胜过坚硬的，天下谁都知道。可谓水滴石穿，柔软的水能够把坚强的石头穿透。在老子看来，柔弱胜刚强是自然界的一条法则。它比起强能胜弱，刚能胜柔这一表面肤浅的认识而言，柔胜刚，弱胜强，无疑是认识论上的一个飞跃和深化的实例。这句话告诉我们，新生的、弱小的、暂时处在劣势的事物，最终是要战胜旧的、暂时貌似很强大的事物的强有力的论证。

林语堂曾说：“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。”我想这也是每一个人读《道德经》的感受了吧。

其实每个民族都会有智者，会站在人群前面，站在天地之间把他所能看到的世界告诉给他的每一个人。告诉后人，这个世界是什么样的，我们要怎么样才能活得更好，更长久，如何才能不被别人，被自己灭亡。而老子便是这样子的一位智者。

老子将一切归咎于“道”，他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’”。于是我们后人再次基础上理解的“道”便是一一道是混沌是无极，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。但是老子又说了“道可道，非常道；名可名，非常名。”意思就是说道是不能用语言所说出来的。“人法地，地法天，天法道，道法自然。”这就是天道关系。

“道”生万物，但是“道”亦为虚幻。在恍惚虚幻中，它含万物之影象；有含形色之实体；其实老子的“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。

老子的“道”，寓意精深，无法企及。使得我们只能用仰望的目光触及他深刻的思想。而老子所提倡的“德”也被为后世奉行为处世哲学。

“道”是事物固有的规律，是神秘难测而又隐蔽在事物内部的东西，是不可理喻的东西，是不可及的。而“德”则是“道之功”、“道之用”，是人们认知事物和改造事物的一种人为行为，是可以理解接受的，是人们可及的。

“德”不是我们通常以为的道德或德行，而是修道之人必备的世界观、人生态度以及为人处世之方法。他讲究“圣人无心，以百姓心为心。善者吾善之，不善者吾亦善之，得善。信者吾信之，不信者吾亦信之，得信。”“上善若水”“夫唯啬是谓早服，早服谓之重积德。”

老子在自然界万事万物中最赞美水，认为水之德是最近于圣人之德的。而理想中的“圣人”，是道的体现者。五行之体，水为最微，处于最末。善居道者，为其微，不为其著；处众之后，却常德众之先。以不争而争，以无私而私。这就是水的最显著特性。水滋润万物却无取于万物，并且甘心停留在最低洼、最潮湿的地方。宁处别人之所恶也不去与人争利，所以别人也没有什么怨尤。水有其种。种美德堪比圣人，堪谓之“道”。但是在现实社会中，人人都往高处走，难免竞争，有竞争就有争斗，有争斗自然就有流血牺牲。水比人明智，

甘居下位，滋润万物而不居功自傲，清静无为而又无所不为。“上善若水”，就是一种开朗乐观的人生态度。一种修德的必备境界，一种养身之术。我们心中有德，必然愈加崇敬自然和生命，我们离道就更近一层，更能体会到人生的终极哲理。

老子云“天地不仁，以万物为刍狗；圣人不仁，以百姓为刍狗”、“圣人常无心，以百姓心为心”。一言道破天下之事，看破人生之理。世上本无善恶贵贱，人与人本无争斗之意，天地万物本和谐融洽。但由于世人皆需追逐自己所需，觅求自己生存发展之本，于是不断于天地之间人世之中苦心经营、算计不已，一切仁义与邪恶也相反而成。天地本无成人与害人之心，但却造就人际错综复杂，世间本无圣人之现，但却成就社会等级。一切本自然，但却一切又进入繁杂之社会，天地万物、圣人百姓本自然相处，无私无公、无善无恶；却人与人终究摆脱不了关系往来，免不了融于社会，因此一切纷争痛苦皆至。一切人之所想，一切人之欲，一切人之愿，一切人之求，但所有种种皆需要人自己内省不已，都需要自己能够达物达人进而才能达己。

当然每本书都有瑕疵，《道德经》也不例外，他最大的弊病在于过于虚幻，有种避世的消极状态，在现代竞争激烈的社会里，这种消极状态断然是不行的。但是只要我们采撷其长，也会有不少的收获。

读罢此书，掩卷暇思，不禁叹服古代人民对自然崇高的敬意，对人生透彻的洞悉。这样如玃似玉的文字，清新畅怀的生活方式，高屋建瓴的理论，虽不尽善尽美，也无可颠覆了。

又云：“上士闻道，勤而行之；中士闻道，若存若亡；下士闻道，大笑之。不笑不足以为道。”层次不同，领悟的道就有区别。道法自然，道亘古不变，看的就是不同人不同心境的理解。读此罢，书受益良多，无以为馈，愿共享此书之精华。

道德经读书心得篇四

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。

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，但它却看着不着，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。

道德经读书心得篇五

《道德经》，又名《老子》，由战国时期道家学派整理而成[来源请求]，记录了春秋晚期思想家老子的学说。是中国古代先秦诸子分家前的一部著作，下面是本站带来的道德经读书心得，欢迎查看。

林语堂曾说：“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。”我想这也是每一个人读《道德经》的感受了吧。

其实每个民族都会有智者，会站在人群前面，站在天地之间把他所能看到的世界告诉给他的每一个人。告诉后人，这个世界是什么样的，我们要怎么样才能活得更好，更长久，如何才能不被别人，被自己灭亡。而老子便是这样子的一位智者。

老子将一切归咎于“道”，他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’”。于是我们后人再次基础上理解的“道”便是一一道是混沌是无极，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。但是老子又说了“道可道，非常道；名可名，非常名。”意思就是说道是不能用语言所说出来的。“人法地，地法天，天法道，道法自然。”这就是天道关系。

“道”生万物，但是“道”亦为虚幻。在恍惚虚幻中，它含万物之影象；有含形色之实体；其实老子的“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。

老子的“道”，寓意精深，无法企及。使得我们只能用仰望

的目光触及他深刻的思想。而老子所提倡的“德”也被为后世奉行为处世哲学。

“道”是事物固有的规律，是神秘难测而又隐蔽在事物内部的东西，是不可理喻的东西，是不可及的。而“德”则是“道之功”、“道之用”，是人们认知事物和改造事物的一种人为行为，是可以理解接受的，是人们可及的。

“德”不是我们通常以为的道德或德行，而是修道之人必备的世界观、人生态度以及为人处世之方法。他讲究“圣人无心，以百姓心为心。善者吾善之，不善者吾亦善之，得善。信者吾信之，不信者吾亦信之，得信。”“上善若水”“夫唯啬是谓早服，早服谓之重积德。”

老子在自然界万事万物中最赞美水，认为水之德是最接近于圣人之德的。而理想中的“圣人”，是道的体现者。五行之体，水为最微，处于最末。善居道者，为其微，不为其著；处众之后，却常德众之先。以不争而争，以无私而私。这就是水的最显著特性。水滋润万物却无取于万物，并且甘心停留在最低洼、最潮湿的地方。宁处别人之所恶也不去与人争利，所以别人也没有什么怨尤。水有其种种美德堪比圣人，堪谓之“道”。但是在现实社会中，人人都往高处走，难免竞争，有竞争就有争斗，有争斗自然就有流血牺牲。水比人明智，甘居下位，滋润万物而不居功自傲，清静无为而又无所不为。“上善若水”，就是一种开朗乐观的人生态度。一种修德的必备境界，一种养身之术。我们心中有德，必然愈加崇敬自然和生命，我们离道就更近一层，更能体会到人生的终极哲理。

老子云“天地不仁，以万物为刍狗；圣人不仁，以百姓为刍狗”、“圣人常无心，以百姓心为心”。一言道破天下之事，看破人生之理。世上本无善恶贵贱，人与人本无争斗之意，天地万物本和谐融洽。但由于世人皆需追逐自己所需，觅求自己生存发展之本，于是不断于天地之间人世之中苦心经营、

算计不已，一切仁义与邪恶也相反而成。天地本无成人与害人之心，但却造就人际错综复杂，世间本无圣人之现，但却成就社会等级。一切本自然，但却一切又进入繁杂之社会，天地万物、圣人百姓本自然相处，无私无公、无善无恶；却人与人终究摆脱不了关系往来，免不了融于社会，因此一切纷争痛苦皆至。一切人之所想，一切人之欲，一切人之愿，一切人之求，但所有种种皆需要人自己内省不已，都需要自己能够达物达人进而才能达己。

当然每本书都有瑕疵，《道德经》也不例外，他最大的弊病在于过于虚幻，有种避世的消极状态，在现代竞争激烈的社会里，这种消极状态断然是不行的。但是只要我们采撷其长，也会有不少的收获。

读罢此书，掩卷暇思，不禁叹服古代人民对自然崇高的敬意，对人生透彻的洞悉。这样如玃似玉的文字，清新畅怀的生活方式，高屋建瓴的理论，虽不尽善尽美，也无可颠覆了。

又云：“上士闻道，勤而行之；中士闻道，若存若亡；下士闻道，大笑之。不笑不足以为道。”层次不同，领悟的道就有区别。道法自然，道亘古不变，看的就是不同人不同心境的理解。读此罢，书受益良多，无以为馈，愿共享此书之精华。

作为充分体现中国古代朴素辩证法神韵的《道德经》，用不多的字数，阐述了道家对宇宙本原和基本存在方式，事物的产生、发展、变化的规律及社会观、人生观的基本思想。虽然文章大部分用近乎诗体的语言，有些晦涩难懂，但用“博大精深”来形容它丝毫也不过分。

我对《道德经》的理解主要是讲求“无为”，“尊重规律”。

第一段“道可道，非常道，名可名，非常名。”是说作为世界本源的道是可以用语言来形容的，但并不是永恒的。“名可名，非常名。”说的是可以称呼的名不是恒常的名。“无

名天地之始，有名万物之母。”是说天地刚刚呈现时是没有名的，万事万物逐渐出现时才有了各自的名(但并不永恒)。“故常无欲，以观其妙，常有欲，以观其徼。”意思是之所以经常在没有欲求时来探究它的奥妙，有的时候探究它的倪端。“此两者，同出而异名。”是说有和无这两方面都同出于道却有不同名称。“同谓之玄”都同样可以被认为深远微妙，难以把握。“玄之又玄，众妙之门。”这里指的是这种玄而又玄的道是一切奥妙的门径。

这一段作为《道德经》的起始，详细阐述了老.对规律的理解。在《道德经》里，道指的就是规律。而道家思想对规律的最根本的见解就是“规律是自然的，变化的，不为人所控制的。”对待规律的根本态度是“充分尊重规律，然后才是利用规律。”这是一种非常朴素的辩证思想。全面体现了我国古代人民对大自然的探索与思考，而这种探索与思考不是盲目的，是非常有计划、有科学根据的，它不仅对中国传统文化思想产生了深远的影响，其影响也远远超出了中国的范围。

老.认为坚持按规律办事，一切都会顺利，而违背规律会得到大自然的惩罚。在第三十九章中，他是这样阐述的：“昔之得一者”古来大凡按规律办事的人，“天得一以清，地得一以宁，神得一以灵，谷得一以盈，万物得一以生，侯王得一以天下正。”这句话承接上句举了很多例.证明尊重规律的好处。上天尊重规律可以清澈，大地尊重规律可以安宁，神灵尊重规律可以带来安宁，河流尊重规律可以水满，自然界万事万物尊重规律就可以生生不息，君侯大王尊重规律就可以得到天下。“其致之”推而言之。“天无以清，将恐裂；地无以宁，将恐发；神无以灵，将恐歇；谷无以盈，将恐竭；万物无以生，将恐灭；侯王无以正，将恐蹶。”说的是天空不清澈就可能爆裂，大地不安宁就可能塌陷，神明不显灵就可能消失，河流没有水就可能枯竭，万事万物不能生长就可能灭亡，君王不能统治天下就可能颠覆。“故贵以贱为本，高以下为基。”所以富贵以穷贱作为根本，高贵以低下作为基础。“是以侯王自谓孤、寡、不x□此非以贱为本邪非乎？”这

局是举例说明上面一句，意思是所以说侯王都用孤、寡、不x这类贬义词自称。这难道不是以贱为根本吗？难道不是吗？“故致数舆与舆。世故不xx欲如玉□xx如石。”这是对上面的申论与例证的总结，说的是所以最高的荣誉就是没有荣誉，于是不要要求像美玉那样美丽，像石头那样坚硬。

由此可见，以老.位代表人物的道家学派对规律是十分尊重的，这在几千年前的中国是很难能可贵的，这种辩证法虽然很不健全，但却具有非常强的科学性，这对现在我们的唯物论十分有帮助，为后来人们对唯物论的更深一步的研究奠定了一个十分坚实且广泛的基础。而且，从这一段中，我们也可以体会到老.对无为的崇拜。

在现实和一些文艺作品中，我们常常会看到云游四方的道人，他们虚幻而飘渺，空灵且高傲。从他们身上我们看到的是飘逸，感受到的都是那种无为。

老.说：“不尚贤，使民不争；不贵难得之货，使民不为盗，不见可欲，使民心不乱。是以圣人之治，虚其心，实其腹，弱其志，强其骨；常使民无知无欲，使夫知者不敢为也。为无为，则无不智。”所以说圣人的治理方法是让人谦虚，让人博学，减弱人的志向，增强人的体魄，让百姓没有知识和欲望，所以智者也不敢滋事妄为，以自然无为的态度治理天下便没有做不好的事。

关于无为老.在《道德经》第七篇里举了一个例.。“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。

无为是一种心境、一种修养，是辩证的。站在老.的角度，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老子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。”

对待竞争，我们要敢于去迎接挑战，对待失败和不平等我们要报以一种平常心，用合适的方法去改变或适应，而不去盲目的争鱼死网破。这样有助于保全自己和取得最终的成功，只有厚积才会勃发。同样，“无为”用在当代待人处世上就是要对人宽容。“海纳百川，有容乃大，壁立千仞，物欲则刚。”

《道德经》是一部中国古代朴素辩证法的启蒙巨著，拉开了从古至今几千年来人类对自然规律进行探索的序幕。辩证的去看待它，取其精华，弃其糟粕，对我们人生的指导是大有裨益的。

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.

老子的辩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。”

道德经读书心得篇六

3月份，在人力中心的推荐下，我重新学习了《道德经》这本

书，通过学习使我对本书有了进一步的理解，《道德经》是中华民族千百年来，治国安民、修身养性、立人处世的精髓。

中华民族历来提倡“百行德为先”，崇尚“身正为师，德高为范”。在科技和经济高速发展的今天，人们的物质财富越来越殷实，而精神财富却越来越贫乏，只有认真领悟《道德经》的内涵，才能使我们致虚守静、净化心灵，从而尽心尽职，有利于社会稳定，有利于工作团结，有利于家庭和睦！

《道德经》第十六章说：“致虚极，守静笃。”致虚，就是要消除心灵的蔽障和理清混乱的心智活动，而后才能守静。静心，才能不受名利得失所困扰，不因进退去留而影响；静心，才守得住清贫，耐得住寂寞。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。

《道德经》第十三章说：“宠辱若惊，贵大患若身。”我们可以看出“宠辱若惊”的根源就在于“为吾有身”，“为吾有身”就在于人的心性不能清静如水，清澈透明，把个人看得太重，把自己的名利、地位看得太重。如果恬淡处世，致虚守静而见素抱朴，少私寡欲，何来“贵大患若身”呢？由此，净心者能使自己自觉地坚持自我反省，能时刻检束自己的贪欲之心、遏制自己的非份之想，净心是保持清醒认识的源泉。

《道德经》第七章说：“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，所以才能构成就了他自己。

《道德经》第三十七章说：“道常无为而无不为。”无为思想并不是说消极而无所作为，而是要求我们在生活、工作中不妄为。只有不妄为，才能尽心扮好社会角色，干好本职工作，担起家庭责任，才能更好地有所大作为。对待竞争，我们要敢于去迎接挑战，对待失败和不平等我们要报以一种平常心，用合适的方法去改变或适应，而不去盲目的争得鱼死网破。这样有助于保全自己和取得最终的成功，只有厚积才会勃发。同样，我们还要把“无为”思想用在待人处世上的生活中和工作中，对人宽容，这样才能保证团队的和谐稳定。

总的来说，通过对《道德经》的重新学习，让我明白生活、工作中的为人处世之道，万事以德为先，用清静思想对待人和事，永怀感恩之心、责任之心和理想之心，使内心愉悦、快乐工作。

道德经的读书心得篇3