

# 最新道德经读书心得体会(模板8篇)

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

## 道德经读书心得体会篇一

在如今这个喧闹的社会，一切都是那么的瞬息万变。比起像大众一样的随波逐流，我更愿意在一个惬意而又安静的下午，喝着亲手沏的茶，手捧着一本《道德经》，去感受古人那时隔千年的智慧。

我很庆幸自己是一名中国人，出生在这么一个有底蕴的文明古国，这意味着我有更多的传统文化可以去感受，有更多的文化精华可以去吸收，有更多的历史可以去领略。读书无疑是一种感受历史和文化的好途径。

比起现当代的这些科幻大作，以及互联网上如此众多的小说，我更倾心于古典文学。毕竟那才是真正有营养的作品。这个日新月异的社会难免使人们的心变浮躁了，于是人们无法静下心来去吸收那沉淀的文化，反而热衷于一些不切实际的科幻网络小说。可是我们青少年不能随波逐流，我们应该先了解自己的文化，然后才能干出一番新的事业。

有一段时间，我也沉沦了，开始盲目追求一些没有内涵的书。直到那次去新华书店，首先映入我眼帘的便是那本厚厚的《道德经》，我轻轻拿起它，便不想再放手，从此，我便沉浸在智慧的海洋里。歌德说：“读一本好书，就像和一个高尚的人在对话。”可这本书在我的生命里起到的是引路人的作用，读着它时，仿佛时间静止了，一段慢节奏的时光便产生了。

这本书给我带来了很深的影响，不仅是因为书中的智慧，还有那智慧带给我的心理的变化。以前的我，也许太年轻了，敢想敢做，没有目的地横冲直撞，结局总是头破血流。现在，我依然带着年轻的激情，依然是敢想敢做，但不同的是，我已懂得了什么叫脚踏实地，懂得了一步一个脚印，而不是一步登天。

梦想，对于现在的我来说，还是太远了，远得连在梦里都看得不真切。可人的一生，不就是不断地朝着梦想前进吗？在这条路上，难免会孤独寂寞，难免会浮躁，我们应该找到那个照亮梦想道路的指明灯，让它指引着你，不断前进，一步一步地，执着地前进。所幸的是，我已经找到了，那就是蕴含着千年智慧、为我及时照亮远方的经典著作——《道德经》。

时隔千年的智慧，令我感动。我很庆幸有这么一本书，在我的成长中及时的出现，为我照亮通向梦想的道路。我相信它会一直陪着我，直到我到达那个梦寐以求的理想的彼岸！

## 道德经读书心得体会篇二

晚清名臣曾国藩说“不为圣人，则为禽兽。”孔子是儒家的开山鼻祖，被尊为圣人。自古读书人最钦佩最向往的就是成为圣人。

那么怎样才能成为圣人呢？圣人之师老子在《道德经》七十一章中有言道：“知不知，尚矣；不知知，病也。圣人无病，以其病病。夫唯病病，是以不病。”老子认为圣人是无病的，即没有错误，之所以能没有错误，是因为圣人把自己的错误当作一回大事，知道自己的错误就立即想办法改正，于是错误就化为乌有了。后来孔子也说过相似的话便是妇孺皆知的名言：“知之为知之，不知为不知，是为知也。”

这样要求圣人究竟对不对呢？先举几个例子。上古时期三皇尧舜禹当政时，官府前都设有一面鼓，供百姓击鼓后当面对

他们指出时政的弊病。朝野里谏臣成群，畅所欲言，执政者的过失因及时改正而政治清明，国泰民安，所以三人直到现在还被尊为治政的大圣人。也听说春秋时期的卫大夫贤臣蘧伯玉，每天都要反省前一天的错误，并记录下来，警戒下次绝不重蹈覆辙。以至于到了他知天命的那年，前四十九年的过错都被纠正，他凭着五十年的坚持硬是把自己铸成完美无缺的圣人，也把卫国治理得井井有条，外安诸侯，内得民心。就是孔子也常常对他赞赏不已。接着就是在论语里留下醒世名言的曾子，他说吾日三省吾身。不过他本人还真是一位言行一致的君子。

《孔子家语》里有一则故事，说的是曾子被父亲打了一顿，被打时他不但不劝父亲住手，反而叫父亲尽力打，还自以为是孝。后来孔子指出他的行为是愚孝，差点陷自己的父亲于不义之中。曾子听后恍然大悟，立刻承认自己“参罪大矣。”遂造孔子而谢过。这个故事中曾子先行愚孝而自以为尽孝，用老子的话说就是“不知知”，是“病”；后来他在孔子的点破后能意识到错误是“病病”，最后他改正错误乃是“不病。”

从几个例子看来，不论谁想成为圣人，都得重复三个过程，一是普通人难免要犯错误；二是及时发现错误；三是改正错误；只有不断地重复这三个过程，才能完成人格的升华，从一条平庸的毛毛虫羽化成靓丽的蝴蝶！

## 道德经读书心得体会篇三

我觉得《道德经》潜藏的一个主题是，老子提出的“道”，是他哲学思想的核心。道的含义博大精深，需要我们从各个方面来理解。事实上，宇宙万物之运行，是存在必须的客观规律，这个客观规律，需要我们有联系的、全面的来认识，来理解。但人类限于时间和空间，能全面系统地认识宇宙万物，看来是虚渺而不可能的。

但我们生活在这个世界上，我们自己走过的路，要不断总结，不断思考，找出规律，逐步认识世界，理解世界，掌握未来世界的运行规律。所以对待老子的思想，要批判的继承，取其精华，去其糟粕。他的许多资料在这天看来也是十分具有指导和教育好处的。例如“功成身退”“宠辱不惊”等为人处事的原则是中华民族的精髓，更是安身立命，为人处事的基础。在物欲横流的这天，老子提出的“致虚守静”，“少私寡欲”等处事的哲学是拯救人们心灵的一剂灵药，让我们正确的看待得失，能够净化人的心灵。

以上是我对“道经”总的认识，下面就具体谈谈我对其中的一些观点的感悟认识。

每个人都有私有欲，应对私欲，务必先自反自省，然后自清自虚，若能做到自知、自胜、知足，那么就能够算是得道。当社会需要用礼智维系的时候，虚伪巧诈也就慢慢的产生了，祸乱也跟着来了，自以为聪明的人，以智取巧，实在是愚昧的根源，因此我们应守质朴的大道，不要虚伪的巧智，取用道的精神，舍弃礼智的浮华。

一切需自然而行，道的作用是柔弱谦下，天下万物是从有而产生的，而有却是从无产生而来的，无是道之体，有是道之用，人应无为、无事、无智、无知、无欲、无我、无私才能到达道德最高境界。随着科技的日益发达、经济的高速发展、人民生活水平的提高，人们的物质生活丰富了，但是精神世界却越来越空虚，人类的道德观念面临着严峻的考验，其中不乏有些人冲破道德的底线，追求权力，物质，金钱，荣誉。物欲横流的现实生活中，如何去应对这些问题，我们同样能够在《道德经》这部圣典中找出答案，那就是要求我们在日常生活、工作和家庭中注重为人谦虚、心态平和、淡泊名利、时刻反省，尽职尽责！。

人生短暂，笑对人生也是过，情绪烦躁也是过，我们何不在工作学习中端正心态呢？谦虚是一种美德，更是一个人的修

养，并不是象人们所说的谦虚就是虚伪，我觉得谦虚有两层意思，谦是谦卑，是一种处事的修养，也是对别人的一种尊重；虚就是虚心学习，使之更加完善，做得更好。

当别人夸奖你时，你完全能够说声“谢谢”，因为这是别人对你工作的肯定，你完全受得起，但并不是说你就此停滞不前了，还需要虚心求教，找出不足，让自己有更大的进步。心态平和是安心工作之本，只有心境到达虚静的状态，才会时刻持续谦虚谨慎、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。不仅仅如此，平和的心态还能够帮忙处理好朋友和同事之间的关系，使之变得融洽。观看《道德经》后，我觉得理解老子的思想是一种愉悦，是一种洗礼，是一种灵魂的滋养。

## 道德经读书心得体会篇四

道德经并非是一部讲为人处世等礼节之书，而是哲学角度的人生教诲之典籍。儒家所提倡的仁、义、礼、智、信、孝等方面行为准则可以说是在当时的社会条件下所提出的一套对当时社会秩序有益处的对人的一种规范，理应是在现实生活中（主要是在周朝以及春秋战国时期）对往昔以追忆，可以说是有前车之鉴，是对西周时期的统治思想的一种发展，一种延续。反观老子，其主要是从大千世界中去寻找、去体会，进而来对人生进行一些教诲。相对于儒家来说是把自然之利与世间之利相互契合，而不似儒家是以人之利来看待自然之利。儒家观点沉重而肃穆，庄严以施威；道家之理清然而深邃，自在悠然。

当代之人看待古之事件皆以今之观点析之，纵使自觉客观亦不能处当事人之境会之，今之窠臼仍将作用之。道，似一种规律，然亦非也。以心灵会之，口不能道焉，故老子曰“道可道，非常道”。大千世界孕育自然之道，自然之道孕育出万般规则，我们所能知道且能道明的道理是自然产生

的“有”，是一种载体，或亦即是规律，（规律非道），天、地、人皆归其道，汇入总道，“四域”是道的载体，人亦是各道载体的产物，故“人法地、地法天、天法道、道法自然”。大道“恍兮惚兮”，如何辩道？尺度若何？何以明己所为合于道？拙见见之曰“旁观，反见之”。道德一经，以道开始，有无相交，阴阳相合，盈虚之理，谓之辩证。以旁观者的心态来看自己行为之结果，先觉之！以水类比，即可见准绳。“知不知上，不知知病。夫唯病病，是以不病。圣人不病，以其病病。夫唯病病，是以不病”。这是自省，即是辩证的理性。

道乃德之本，然本书内容之先后亦有不同。一曰：道德经；一曰：德道经。德乃道之中枢，是得“道”之征兆。故可产生两种疑问：是否德先盈而后得道？亦或是先体道而后知德？盲目寻求道，则会时刻疑其德；可以追求德，亦会陷入不同伪道。此乎难！个人有个道，孰乐恭他而弃己？何为正道，亦会纷争不断？此又违背“绝圣弃智”，恐此乃老子亦在愁困之处也。

然，不论如何，老子思想乃又一璀璨之星也，尚有借鉴之处，恐日后会得到进一步的发展。

## 道德经读书心得体会篇五

道德是衡量社会文明程度的一个标志，关于道德问题前人有很多思考，下面我想谈谈自己对道德问题的一点感悟。

道德与本性。

关于道德与本性，先秦时代就有三种不同的论断：孟子的性善论，荀子的性恶论以及告子的性不善不恶论。探究这三种观点的不同主要是在于看待问题的角度不同，这三种观点都有片面性，但也有可取之处。

我以为论本性无分善恶，同情、怜悯、嫉妒、残暴等等都包含于人性之中，只是有些本性更容易导向善的方面而有些却很难。所以，道德的形成要有一个导向善的助力，这个助力就是教育。

道德与教育。

原始氏族社会是否存在着道德的意识？这个问题是复杂的，氏族社会的基础是建立在血缘关系上的，而原始社会是以群居为生存形态。氏族社会的首领是德律的一种权威，原始人无鉴别的能力，有一种群体从众的心理，这正是道德的一种强制性。而这种强制性的接受会使人在道德权威的阴影下形成一种固守旧俗的状态。

文明进步的基础是教育，教育程度越高对道德的重视程度越高，对道德的认识更清楚，向上的善念也会越多，从而产生与时俱进的新道德。

道德的内在精神。

不同时代、不同地域、不同文化对于道德的界定也不同，所以把风俗、习惯或是外在因素作为判断道德的标准是不确切的。虽然道德的外在充满不确定因素，但道德内在的原理与精神是确定的，即道德要适应时代环境，道德要对人类社会的发展有利。

情绪是推动个人道德发展的动力。孔子曾说过：“克己复礼”，克己实则是对自我情绪的一种节制，但这种节制并不等于完全的压抑与消灭情绪，而是要把坏情绪转化为好的情绪。

情绪也分为个人情绪与社会情绪，在群体压力下个人情绪可能会受到社会情绪的影响，如果完全放弃个人情绪而遵从社会情绪，那么社会就不会发展。正如杜威说的：“文明进化

的历史是特立独行之英雄的历史。”

过度的私心和欲望是道德发展的阻力。

每个人都有私心和欲望，过度的自私和欲求会破坏道德的发展，但适当的私心与欲望是道德发展的动力。比如你现在帮助一个人，表面上是出于你对她的同情，其实潜意识里你是有私心的，如果当自己陷入困境的时候，希望受自己帮助的人也会给予同样帮助，这是一种互助的私心。

## 道德经读书心得体会篇六

老子《道德经》，蕴含了丰富的人生哲理。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。“堂堂正正做人，踏踏实实工作”的呼声日益强烈。物欲横流的现实生活中，如何去面对金钱、地位、美色的诱惑呢？我们同样可以在《道德经》这部圣典中找出答案，那就是要求我们在日常生活、工作和家庭中注重守静处世，清静自省，尽心本职！

既然我们个体十分渺小，力量十分微弱，人生十分短暂，我们何不端正心态呢？静心、净心、尽心就是人们的三个不同心态层面。静心：静安人生坐标；净心：净处人生方向；尽心：尽展人生作为。

静心，静安人生坐标。

老子以“清静为天下正”，“清静无为”为修道之本。《道德经》十六章云：“致虚极，守静笃。”强调了致虚守静的修



养。“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”，通过“静”的工夫，深蓄厚养洞察力，才会“知常”，逢凶化吉。

老子之后，庄子强调少私寡欲，以静养神，这是道教静中养生的思想理念。

“静心”，才能“知其雄，守其雌”、“知其白，守其黑”、“知其荣，守其辱”；静心，才不受名利得失困扰，不因进退去留而影响；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，才会在社会中、生活中、工作中出实招、办实事、求实效。

净心，净处人生方向。

“净者，不污也”，天地万物之间，洁净不染，就是“不染”。“不染”的含义很广泛，老子《道德经》十二章云：“五色令人目盲，五音令人耳聋，五味令人口爽，驰骋畋猎令人心发狂，难得之货令人行妨。”。意思是说五彩缤纷的世界使人眼花缭乱，各种各样的声音使人震耳欲聋，美味佳肴使人馋涎欲滴，纵横驰骋的心灵使人心态若狂，拥有贵重难得的货物使人心惊胆寒。就从视、听、味、嗅、触、物六方面形象勾划了人们因贪婪而染色、染音、染味、染心、染身所导致的严重后果。故后人云：六根清静、一尘不染。意在教人约束，收敛人们的贪欲之心。

## 道德经读书心得体会篇七

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，有的时候探究它的端倪。“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，详细阐述了老子对规律的理解。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会爆裂，大地不安宁就可能会塌陷，神明不显灵就可能会消失，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<sub>一</sub>，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<sub>一</sub>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<sub>二</sub>与<sub>二</sub>。世故不<sub>一</sub>欲如玉，<sub>一</sub>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。

## 道德经读书心得体会篇八

每当有老师提起后进生的转化，我都有一种莫名冲动。是缘于自己曾经在后进生转化的困扰，还是缘于自己的情绪？我曾经以为自己永远无法说清这一切。可当我《读道经》读明白这句时“圣人常善救人，故无弃人”，心中仿佛明白了什么。

时至今日，期中测试时有一学生成绩为16分，而我一直没有

过多处理这学生，甚至没有任何为这学生而设立的补课活动。而就是在昨天，有老师听课，我提问了这名学生，他居然可以顺利回答。自然他的回答得到了我的表扬——而这正是我在教学中的一个特色。通过种种方法来设立学生可以稍加思考就完成的学习任务，然后让学生来练习，如果成功了，就加以表扬，如果学生回答错误，就适当提醒。目的是为了让学生体验到在数学课堂中的成功感——我也可以正确回答问题哟！

也许在老师的眼中，让后进生回答问题比较困难的，我曾经在反思中提到一个例子，一个经常逃学的学生（反应给家长，家长表示孩子不到学校，自己也没有办法。），是典型的学困生，连二年级的数学题也不会做。就是在教学中，发现这学生居然在抢答。原来是买文具的练习，说二十元一个书包，问八十元能买几个？（通过情景图得到的信息），这学生张口就来。我改成100元，120等，这学生依然张口就来，我让他列式子，他低下了头，说不会。

从这个例子中，我意识到就算是他这样的后进生，也有强烈的学习欲望，而且他在生活中已经积累了大量的数学生活经验，如购物的情景等。如果稍加引导，他应该能学会一定的数学知识。正是在这种情况下，我意识到运用学生的生活经验来帮助学生学习课本知识的重要性。（同时这也是课程改革的重要指导思想之一，只不过具体的说法有些不同。）

正是这个例子的启发下，我读懂了课程标准，也树立了从学生的生活经验来教学的课堂教学模式。结果是班级中多数的后进生有明显改变，从上课不敢回答问题，到主动回答问题，学生慢慢对数学产生的兴趣；慢慢学生的成绩也提高了，从二、三十分到六、七十分，然后到八、九十分，当我再次看学生的成绩时，居然发现学生多数可以达到优秀生的行列了！

“圣人常善救人，故无弃人”。也许我们不必追求谁是圣人，只需要在生活中不断提升自己的素质与能力，这才是最重要

的。