

最新道德经心得体会(大全9篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

道德经心得体会篇一

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。

道德经心得体会篇二

作为中国古代文化中最为重要的经典之一，《道德经》在中国传统文化中拥有着极其重要的地位。作为儒、道两家文化的代表作品，道家思想是中国古代文化中非常独特的一个分支。经典中强调“无为而治”、“自然而然”，思想深邃、内涵广泛。本文将结合自己的学习和实践心得，对《道德经》第一部进行阐述。

第二段：道家思想的主旨

《道德经》的核心思想是道家思想。道家思想的主旨是讲究“自然”，强调“道”，即“无为而治”，强调内心与外部世界的互动。如《道德经》第一章中所说：“道可道，非常道；名可名，非常名。无名，天地之始。有名，万物之母。”这句话描绘了道家思想中的“道”有着非常重要的地位，它是一切事物的源头。同时，“道”又是没有形态、没有感知，只有无形的存在。所以，我们要通过内心的感受去理解和感悟德行和规律，这是道家思想中最为重要的方面。

第三段：“无为而治”的意义

“无为而治”是一种贯穿道家思想的哲学理念。在《道德经》中，无为并不是没有任何行动，相反，正是在合理有序的环境中，通过精神的紧张与宽松，让身心自然地流动起来。如《道德经》第二章所说：“天下皆知美之为美，斯恶已；皆知善之为善，斯不善已。”也就是说，这种行为不是盲目的，而是通过自我感知、深刻认识到自己内在的感情产生的变化，达到对自己有了更深刻的了解，并逐渐摆脱那些束缚自己的固定观念和生活方式。这对当代社会中的人们有很大的借鉴意义。

第四段：“兼爱”观念对自己和社会的启示

在道家思想中，“兼爱”是非常重要的，这是爱的最高境界。它是指“宽厚仁爱、不分贵贱、不分好坏、不分自他”的观念。这个观念对自己和社会都有启示。我们不应该因为自己的贵贱高下，去压迫别人，而应该像一棵大树，固守自己的根，为别人遮阴，帮助别人成长。这种“兼爱”的道德高度可以源源不断地激励我们，激励我们要响应社会事务，善待他人。

第五段：结语

总之，《道德经》是一部崇高的名著，是中华优秀传统文化中的精华之一，不仅包含丰富的哲学思想，更是一部启迪人心的道德经典。它教导我们不断地尊重自然规律，使我们能够更好地自我感知，不断地探求自己的内在动机和原因，这就是人生的最高境界。而此时我们也应该时刻铭记“天下一家”的“兼爱”观念，才能让社会和谐发展，帮助每个人都更好地度过人生的漫漫长路。

道德经心得体会篇三

道德经是中国古代文化中的一颗瑰宝，它是道家思想的代表作之一。道德经共分为81章，第一部共有37章，称为道德经上篇。在读完道德经第一部之后，我深深地感受到了其中蕴含的智慧和哲学思考。下面，我将简要分享我对道德经第一部的心得体会。

第一段：道源无央，道法自然

怎么样才能做到无为而治呢？这似乎在现代社会是一个很难的问题。但在道德经第一部中，却用一个简单而又深刻的道理回答了这个问题，那就是“道生一，一生二，二生三，三生万物”。简言之，道即为万物之始，它的存在是自然的，

也是无限的。人应当依照自然的规律去做，而不要由着自己的意愿去为万物做主。这里的道可以理解为宇宙、天地的自然规律和蕴藏其中的潜力，人只需顺应其中就能成就大事。这种相信自然、尊重自然的观念，让我深感其中蕴含的智慧和大道。

第二段：包容万物，无所不在

道德经第一部中常用“无”的形容词来阐述大道。如“道可道，非常道，名可名，非常名。无名天地之始，有名万物之母。”这里所说的“无”，不是没有，而是无限。万物之所以有生命，是因为有大道的存在，所以任何事物都离不开这条无处不在的大道。人应当以内心的涵养，包容万事万物，充分发挥智慧和创造力，与大道合一。唯有这样，我们才能做到融合自然、包容、谦虚、有为而无不为。

第三段：尽事而无为，用心不用力

“常善救人，故无弃人；常善救物，故无弃物。是谓袭明。故善人者，不善人之师；不善人者，善人之资。”大道之中，神秘而又神奇的力量，让我们的生活更加充实。当我们作到“以柔克刚”，用心之理时，就如同运动员在比赛时的状态，不着急不躁，身心松弛。道德经在这里强调的是“自律”，用心之理解决了人与自然的矛盾，它让我们在工作、学习、生活等方面做事有章有序，不疲劳之余还能享受快乐和幸福。更进一步，它能使我们的心境变得和谐，散发出更大的能量。

第四段：虚与实，天然质朴

“跃马弥扈，天下莫能与之争。其游若此。”这是哪位英雄豪杰呢？其实只一只公鸡在游走，这个寓意是，要超越自己，就要学习于天地之间，做到心境自由、气定神闲，不被外界干扰。在人生的道路上，我们常常陷入了虚荣、攀比和自卑

的困境中，无法自拔。但是道德经倡导的虚实相生的理念，是给我们提供了解决问题的途径。在这个道德严谨的时代，要营造一种虚与实、天然质朴的精神风貌，是我们所需的一项重要素质。

第五段：养心，融入大自然

“五色令人目盲，五音令人耳聋，五味令人口爽（译·缪宗三）。猎食游鱼，挫骨沉髓，绝夫捐妻，此之谓不可耐之极，不可为也。”道德经第一部中，这一节主要讲了人类的情感和灵性。这是我们所需要关注的方面，与大自然和谐交流，以我们的快乐和幸福为形态，才能够实现我们所追求的美好生活。这样，我们能够养心、开心、乐心、精进，才能真正做到大道天成，和谐发展。

结语：

总之，道德经第一部是一部顶级的哲学著作，它表达了古代中国人的智慧和理念，这使得我们受到很多启示和鼓励。从上篇中我们能够看到，道德经不仅是一种思维方式，也是一种人生思考的哲学，它的理念不仅可以为我们现代社会的生活带来指引，还能使我们的生命更加充实和璀璨。

道德经心得体会篇四

刚读完《道德经》，我从中遭到许多启迪。作者老子是我国古代的闻名思想家，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。当然只要20多页，可是由于领悟力有限，通读全书，能了解的必需有十之二三。首先，老子概括了当时自然现象和社会现象的改变，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。

老子相识生活世界，看待生活的看法，主见贵柔、守雌，反

对坚毅和进取，老子的思想是无为。如今的人一般都以为他的思想非常消极，其实他的思想更多的包含了对广袤劳动人民的酷爱。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，让老百姓安家立业。

我以为“无为”包含着顺其自然不牵强去做的指导思想，因而能够浸透到生活的各个方面。就比方说教化理念中也能够自创。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，把学习当成一件快乐的事，才能够学有所成，这就需求我们教化者在教化理论中引导学生快乐、简便、盲目、自愿的学习。教化中的无为而治，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，不敬重孩子的意愿自觉参加各种奥数，学钢琴，拉小提琴等培训经常适得其反。同时老子的“物极必反”的思想好像在预言今日的社会。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，好像又和所谓高科技有着密不行分的关系。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。又或者两者都没有。这样的社会又怎能说是奇妙的呢在高度兴盛之后，人类当有所回来，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非常巨大的思想家，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”，可是我却没能发觉“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。我以为他的很多观念值得我们去深深地思索。

道德经心得体会篇五

几千年来，道家的以上思想被视为保守、落后甚至反动。下

面是关于读道德经心得体会范文。

用智不及无知

《道德经》通篇潜藏的一个主题意识是，反对技巧，反对知识、反对乱为，主张静待事务自身的发展，自然成。

道家强调乱用知识、乱用技巧、乱用智力，是很危险的事情。

不作为，无知识、无智技在道家眼里是成功者的基本特征。

主张靠事物发展的根本道理，靠事物的自行演化，不劳而获，是道家的根本思想。

我现在认为这种看法可能是不识货的体现。

道家强调不作为，无知识、无智技的基础是认为大自然自身会以最合理的方式存在和发展，顺着自然本有的发展事态、追随自然的节奏是最聪明的做法。

乱思、乱想、乱研究、乱动颠倒了本末，把人的参与视为自然发展的主要条件，其实事物的发展是事物的自然属性，没有人的干预就能自然发展下去，如果人过度干预会破坏事物最合理的自然发展。

一个“有知者”在干预自然的过程中，造成的麻烦比产生的利益大得多！人类那点可怜的“智慧”在大自然的固有智慧面前往往成事不足败事有余！我个人认为道家的思想是非常高深的哲学，对投资有强大的指导意义。

道家强调知道最根本的道理、逻辑和规则后，必须要追求愚、笨、傻、呆，必须少做少为，少思少想，别求知、别发展智力、别发展技巧。

严格来讲，道家这个思想对现代科学技术不是一个正确的理论指导。

但是对投资来讲，道家的这些观点是最正确的。

投资你想得越多，出错的概率越大，你操作的越多，赔钱的风险越大，掌握的知识越多，自以为是的可能性越大，你觉得自己聪明，乱为乱动的可能性越大。

所以，少掌握点知识，能不做尽量不做，投资成绩自动提高。

你知道终极的总道理就可以了，你知道真正的本质性逻辑和法则就可以，其他的东​​西能不知道就不知道，能不清楚就不清楚，太知道太明白是有害的。

圣人不为大

《道德经》第六十三章提出了一个与巴菲特的想法一致的观念：“图难于其易，为大于其细；圣人不为大，故能成其大。”意思是说，杰出的人并不直截了当的去追求大事，难事，而是有意识的不做大事，不做难事。

他们做什么呢？他们做的是比较容易成功的小事。

对大事难事的把握和控制，在于从简单容易的方向下手，实现远大的目标，不与高难度的问题正面交锋，主动的避开高难度的问题。

从小的地方做大事，而不要直截了当的构建一个大的格局，大场面。

这样因为没有难度，就没有太大的失败可能性，不断的积累小的. 成功就能实现成其大的目标。

把老子挖出来进入中国股市，会做得好，老子肯定是不懂现

在经济，财务经济，金融学说，但他有大智慧，从简单入手，从易处入手，避开难的和大的，从而终成其大。

这个理念也正是巴菲特的核心理念之一，甚至也是巴菲特成功的根源之一，巴菲特：“我从不试图跨越七英尺高的栏杆，我所寻找的，只是容我轻易跨越的一尺栏杆”。

巴菲特的意思是“我不做高难度的事，只做杀鸡宰羊的事！问题的难度降低后，错误自然不会发生。”

提升成功率根本办法是为其易，为其细，为其小，不为其难，不为其大，不为其烦，逐步积累在时间的作用下能够成其大，成其功。

这其实才是根本的成功之道。

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》在中国几乎是家喻户晓，两千多年来一直影响着人们的思想和生活。

读书应该与时俱进，不断吸取新鲜营养，但同样也不能放弃对传世经典和传统文化的学习。

读高中的时候，我曾经粗略的读过老子的这本著作，但只是一知半解，似懂非懂，后来随着生活阅历的丰富，慢慢的体会多了一些。

在我看来，《道德经》是一部充满了东方智慧的哲学著作，对中国社会和文化产生了非常深远的影响，对现代社会同样具有很好的指导意义。

其实，我们很多常说的典故和词语就来源于《道德经》，如无为而治、上善若水、大象无形等等。

当然，虽然它只有短短的五千言，但是思想非常深刻，要把它完全读懂也不是件容易的事，今天我主要想讲一下我读后的一点心得：柔弱胜刚强。

万事皆有“道”，如为官之道、从商之道，还有现在流行的养生之道等等，大到治理国家、管理企业、小到为人处世和个人生活，都离不开“道生之、德畜之、物行之，势成之”的道理——就是说事物产生之后，要用道德去培养它，用实际行动去支持它，并且依照形势去发展它。

老子在《道德经》中赋予“道”以至高的地位，“道”的地位之所以无穷无尽，就是因为它的本性是柔弱。

如果把它运用到我们的生活中，就是柔弱胜刚强。

柔弱与刚强是一对矛盾体，那么柔弱是如何战胜刚强的呢？它需要忍耐和克制，需要韬光养晦、忍辱负重，需要年复一年的付出。

“水滴石穿”的道理大家都知道，水是至柔的东西，但是它却蕴含了无穷的力量。

海纳百川，有容乃大；壁立千仞，无欲则刚。

道德经心得体会篇六

道德经第章是中国古代智慧文化的重要篇章之一，包含了关于道德、人生、处世哲学的智慧见解。读过道德经第章后，我深深地感受到了其中所蕴含的深刻哲理，对于人生的思考和修养都有着重要的指导意义。以下是我对道德经第章的一些心得体会。

首先，道德经第章告诉我们，道可道非常道。在当今社会中，

人们常常追逐各种世俗的名利和享受，却往往忽视了内心的修养和追求真理的道路。事实上，真正有意义的人生，并非在于追求外界的表象和成就，而是在于人的心灵的成长和境界的提升。只有通过修身养性的过程中，才能真正意识到自己是一具有灵魂和智慧的存在，从而探索出一条属于自己的道路。

其次，道德经第章强调了“无名之懿”。在当今社会中，人们往往热衷于追求名利和虚荣，追逐有形的成功和权力地位，而忽略了无名的美德和品质。事实上，无名之懿才是真正的操守和道德的根源，只有真正做到无私无我，才能体验到内心的平静与满足。因此，无名之懿是一个人内心真正的富足之所在，是一个人真正的成功和幸福之源。

第三，道德经第章还提到了“无欲而寡欲”。现代社会中，人们普遍拥有很多的欲望和需求，但是，却往往无法从中感受到真正的幸福和满足。因为欲望的膨胀和满足是无止境的，人们往往会不断追求更多的物质和享受，从而导致内心的贫瘠和无尽的焦虑。只有通过无欲而寡欲的修行，才能真正地摆脱对物质的执著和束缚，从而获得内心的自由和安宁。

第四，道德经第章还告诉我们，不争之争。在当今社会中，人们往往为了竞争与争夺，不择手段地追逐利益和地位。然而，从长远看来，这种争斗和竞争只会带来社会的分化和无尽的冲突。真正的智慧和价值取决于内心的和谐与宽容，只有通过不争之争的修行，才能体验到人与人之间的和谐，从而创造出和平和共荣的社会。

最后，道德经第章提醒我们，大音希声。在当今社会中，人们往往为了满足自己的个人需求和欲望，不断发出各种噪音和喧闹，但却忽视了内心的平静和宁静。事实上，真正有价值的声音并非通过外在的喧闹和扩张来体现，而是通过内心的净化和升华来传达。只有通过大音希声的修行，才能真正地感受到内心的宁静与平和，从而体验到真正的自我和智慧。

综上所述，道德经第章是一部具有深刻智慧和启示的篇章。通过对其的研读和思考，我们能够获得许多对于人生的指导和启迪。只有通过修身养性、追求无名之美、降低欲望、不争之争和大音希声的修行，我们才能真正地体验到人生的意义和价值，从而创造出一个真正美好的社会。让我们时刻铭记道德经第章中的智慧，将其融入到自己的日常生活中。

道德经心得体会篇七

《道德经第章》是古代中国哲学家老子所著的一篇短篇章节，它是《道德经》的开篇章节，被誉为“道德经之首”。该章节以短而精炼的语言道出了老子对于宇宙万物的看法。《道德经第章》讲述了道的本质以及如何如何在人类行为中秉持道德原则，以达到和谐、平和与安宁。

第二段：从“道”的角度解读“道德经第章”

“道”是老子哲学中最核心之概念，也是《道德经第章》的关键词。《道德经第章》告诉我们，“道可道，非常道”，表达了道是超越言语和概念的原则，可以用理解但无法准确诠释。从我们日常生活的角度看，这就是大道至简的道理，即只有放下对于权势、物质和名誉的追求，才能接近事物的真相。同时，“道”的本质是无为而治，是以柔顺养生命，兼采刚柔之道。这种理念不仅适用于个体生活，也适用于社会治理。

第三段：“道德经第章”在人生指导中的应用

《道德经第章》强调消除个体的私心和利益追求，提倡无为而治、和谐共生的价值观。我们每个人都处在一个包裹着私心的社会环境中，个人利益常常成为我们行事的主导因素。然而，如果我们能够秉持《道德经第章》所传达的道德原则，我们将能更好地处事应变，处理人与人之间的关系。只有用柔弱的心应对世间的繁华喧嚣，方可体现出人的智慧和人文

关怀。

第四段：“道德经第章”的现实意义和价值

《道德经第章》的核心理念旨在培养人的道德品质和实践力，不仅对个体生活有意义，也对社会与世界和谐发展具有指导作用。在当今社会，道德沦丧的现象屡见不鲜，人际关系的矛盾日益突出，都与我们在行为中缺乏道德的谦逊与柔顺有关。如果我们能够在工作岗位中更好地遵从道德规范，用柔顺的态度待人接物，相信社会将变得更加和谐与美好。

第五段：总结文章并展望未来的价值

总结来说，《道德经第章》是一篇充满智慧的短篇章节。它告诉我们要以柔顺、谦逊和“无为而治”的态度应对生活中的喜怒哀乐以及各种复杂的社会关系。这种道德观念既适用于个人世界的和谐，也适用于社会内外部的和合。如果我们能够在实践中融汇贯通这些道德原则，我们将能够更好地生活和工作，为构建一个更加和谐、美好的社会做出自己的贡献。或许正是因为道德的缺失和人心的失范，人际关系才会紧张，社会风气才会败坏。因此，我们需要时刻铭记老子的教诲，守住内心的道德原则，做一个有智慧、善良和谦逊的人。

道德经心得体会篇八

道德经第一部是中国古代最重要的哲学文献之一，它被誉为中国哲学的宝库。其起源可以追溯到2500年前的春秋战国时期，是由老子所著。该部经典主要探讨了太极、无为、道、名、物、自然等重要概念，对于我们的生活和思考具有极为重要的指导意义。我在阅读道德经第一部后有许多体会和感悟，本文将从三个角度入手，表述我的心得体会。

第二段：太极哲学的独特性和重要性

在《道德经》中，老子提出了太极哲学，其中完美表现了“阴阳”、“柔弱克强”、“身心合一”等思想。太极哲学的独特性在于它融合了自然观、伦理观和物理学，并突显了天、地、自然、人的联系。它告诉我们，我们应该追求一种平衡的精神状态，以保持身心健康和内心的和谐，从而实现其在自然中的最大利用价值。同时，太极哲学的应用在很多领域都得到了广泛的应用，例如健身功法、家道中的相互关系、管理学等等。

第三段：性情与自然之间的契合

在道德经第一部中，老子提出“道生一，一生二，二生三，三生万物”、“无为而治”、“天下莫柔弱于水”等思想。这些思想反映了中国古代有机哲学的特征，即强调人与自然的和谐。这种和谐的关系，包括人与自然的间互相贡献以维持生态平衡，也包括人性问题和道德问题相互交织渗透，共同构成人的价值观和人类文明的发展。

第四段：道德经对现代社会的指导意义

著名的道德经第一部，意在阐释“道”的本质，而其背后的思想，对于现代社会的指导意义也是非常深刻的。比如道德经中“无为而治”这一思想，对于现代治理能力和管理模式的演进方向具有重要影响；再如，在现代社会，面对“极其刁钻，常与道背”的社会现象，我们可以借助“柔弱克强”的思想，以更加智慧的方式应对种种困境。

第五段：结论

在追求和谐与平衡、实现个人与社会的完美协调的道路上，道德经提供了根本性的指引和借鉴，其非凡思想早已超越了时空和地域的限制而具有普世意义。在现世中，了解和受益于道德经的精神，不仅可以获得成长和指导，在一定程度上也是个人与社会、人与自然之间的和谐最好体现。

道德经心得体会篇九

《道德经》短短五千言饱含人生智慧，其无为的思想深刻影响后世，辩证的观点更是在西方产生强烈反响。

老子在《道德经》第四十五章写道：“大成若缺，其用不弊。大盈若冲，其用不穷。大直若屈，大巧若拙，大辩若讷。躁胜寒，静胜热，清静为天下正。”用今天的话来翻译即是：“最完美的东西，就好像有残缺一样，但它的作用是永远不会衰竭的。最充实的东西，就好像空虚一样，但它的作用是无穷无尽的。最正直的东西，就好像有弯曲一样；最灵巧的东西，就好像很笨拙似的；最卓越的辩才，看起来好像很木讷似的。清静能克服躁动，寒冷能克服寒暑。清静无为万事万物就能和谐自然地发展下去。”在这一章节中，最为突出的就是老子的辩证思想，在我看来，辩证思想就是综合运用某项事物的正反两个方面的思想，尤其是以其反面显衬其正面。其实，这种辩证思想在日常生活中并不少见，例如，最危险的地方就是最安全的，最富裕的人往往穿着最朴素，还有美术中的留白，音乐中的断弦之音。

而“大辩若讷”的辩证思想是一门语言艺术，不管是处于什么年龄段，什么职业的人都需要学习这种“大辩若讷”的语言艺术，尤其是正处于年少气盛阶段的即将步入社会的大学生，如何说话、如何得体地说话，对其仕途、事业、婚姻、以至整个人生都有重要的影响。

我根据其艺术程度的高低，把“大辩若讷”的语言艺术分为三个层次，即是：倾听、慎言和巧言。

倾听，是最有效的沟通方式。要做到“大辩若讷”的“讷”首先要学会倾听。人是富含情感的动物，时常需要宣泄自己的情感。在跋涉的道路上，跌倒时需要有人扶持；忧虑时希望有人分忧；寂寞时希望有人陪伴；失去希望时希望有人鼓励。这都需要倾听的伙伴。有效正确而全面的倾听，成为了最有

效的沟通方式。就拿销售人员来说，那些最成功的销售人员往往不是滔滔不绝地劝诱顾客购买的人，而是那些询问顾客的需要、倾听顾客的需要，站在顾客的角度上去看待产品需要程度的人。这种销售人员运用了倾听的语言艺术，既销售了产品，又建立了长久的客户关系，才有资格被喻为成功的销售人才。

除了要学会倾听，还要学会慎言。慎言可以将人性的弱点转化为人性的优点。人，很容易看出别人的缺点，却对自己的缺点视而不见。因此，人总习惯于批评别人，然而，话从嘴里说出来了，便永远也收不回来了，尤其是恶言。即使是不经意脱口而出，也会伤人与无形之中。因此，我们要学会慎言，不要随便批评别人，如果一定要批评别人，那一定要注意方式。例如，有位家长对孩子说：“孩子，我们真的以你为荣，你这学期成绩进步了。但是，如果你代数再努力的话，就更好了。”这段话表面看起来是表扬，但是“但是”二字却给孩子更多的失落感。但若家长能换种方式来说，例如“孩子，我们真的以你为荣，你这学期成绩进步了。而且，只要你下学期继续努力，你的代数成绩就会比别人更高了。”

比慎言更加巧妙的，就是“巧言”。要做到巧言，不仅仅需要经验的积累，更需要的是智慧。例如，龙永图在回忆中国加入wto时提到，1998年时，在谈判的最后环节，中美之间只剩下7个问题无法达成共识。在双方准备“后事”时，朱镕基板着脸孔对大家说“今天一定要签协议，不能让美国人跑了，我跟他们谈。”结果，朱在谈判桌上让大家捏了一把汗。当美国人抛出前三个问题时，朱都只有一个回答“我同意。”我着急了，这岂不是要全盘放弃吗？我不断给朱递条子，写着国务院没有授权，没想到朱一拍桌子，说“龙永图，你不要再递条子了。”我当时真没面子。想不到，当美方抛出第四个问题时，朱说“后面四个问题，你们让步吧，如果你们让步，我们就签字。”龙永图回忆到这里时，仿佛回到了当年的现场，他舒了口气说：“大家总算放心了。我后来想想，

国务院不就在这儿吗?后来，美方五分钟后就同意了中方的意见。事实证明，后面四个坚持没有放弃的问题，如汽车贸易等是我们的底线，这就是我们对优先次序的判断，更是朱的智慧体现。”

在这里，朱的表现就是“大辩若讷”中的“巧言”，让步在先，而且把人情送得很大方、很爽快，甚至让人觉得不可思议。如果就这样“送人情”下去，还叫什么“谈判”呢?正当在场人员面面相觑、惊诧莫名时，一个智者的形象出现了。“来而不往非礼也”，现在轮到美方忍痛割爱了。如果美方不让步，就意味着没有诚意，也不给面子。而后面那些问题恰恰是中方无法让步的。这就是“巧言”的魅力。

其实，“大辩若讷”的语言艺术最典型的体现就在于《道德经》，仅用短短五千言就论述了博大精深的智慧哲理。而对于我们普通人来说，若能掌握大辩若讷中倾听、慎言、巧言这三种语言艺术，并加以巧用，其一生可谓受益无穷。