

# 2023年老子读后感(优质7篇)

当看完一部影视作品后，相信大家的视野一定开拓了不少吧，是时候静下心来好好写写读后感了。当我们想要好好写一篇读后感的时候却不知道该怎么下笔吗？下面我就给大家讲一讲优秀的读后感文章怎么写，我们一起来了解一下吧。

## 老子读后感篇一

然而，他的基本精神仍然依赖于老子的哲学思想，所以后人把他和老子称为老庄。庄子善于用寓言来解释一些真相。庄子，又称南华经，是道教经典之一。

《秋水》一文，出自《庄子外篇》、《秋水》一文，洋洋3000多字。在那个刀雕竹雕的时代，可以算是一件很长的事情。他以寓言的方式，以河神与海神的对话，引申了《齐物论》的观点，试图论证万物的大小、是非的无限相对性、人生的高低、荣辱的极端无常性。因为庄子是道教的主要代表之一，本文旨在让人们回归自然，顺其自然，不要为了追求名利而伤害自然本性。

庄子将事理的无限性与人类理解的相对性、宇宙的无限性与具体错误的局限性进行了对比分析，表明他对绝对与相对、无限与有限辩证关系的理解具有高度的灵活性，这无疑对人们突破理解的局限性，从而从武术到天地宇宙的无限广度非常有帮助。在庄子流畅的文字下，显然我们必须从多个角度学习和思考不朽的思想。

他用寓言的生动方式告诉我们很多道理，比如《秋水》，从秋水到百川灌河。不似尔向的自比水多就是用河神和海神的对话告诉我们，做人不能沾沾自喜，不能偏袒，因为要知道山外有山，人外有人。河神，会因为小成而沾沾自喜，河神还是这样，更别说我们这一代凡人了？然而，许多人因为不

明白这个道理而因小失大。

自古以来，骄傲永远是成功的最大敌人，这是永恒的真理。成功的最佳途径是谦虚谨慎，谦虚求教。千万不要对现状自满。

接下来，他们开始谈论事物之间的虚实关系。夏虫不能说冰，因为冰雪对他们来说太虚伪了。井里的青蛙也不要和它谈天地，对井蛙来说，天大也太虚妄了。的确，比如教育，有时候这些虚假的东西在我们身边真的太多了。所以，要怪学生会说一套做一套。怪学生不遵守很多规则，包括交通规则。但另一方面，看一看，身边的很多事情似乎都是这样。

接下来，他们讨论了事物之间的大小关系。天地大，与宇宙相比，真是沧海一粟。河流很大，但在大海面前却很小。

庄子用我们最喜欢的. 寓言故事，用河神和海神之间的对话，延伸了《齐物论》的观点，试图证明一切的大小，对与错的无限相对性，生活的极端无常，荣辱，用易懂的写作风格，告诉我们，生活回归自然，让自然，不追求名声、财富等，伤害自然的本性。也告诉我们，生活应该是虚拟和安静的，谦虚和谨慎，不要骄傲和自满！

## 老子读后感篇二

子曰：“鸟，吾知其能飞；鱼，吾知其能游；兽，吾知其能走。走者可以罔，游者可以纶，飞者可以为矰。至于龙，吾不能知其乘风云而上天。吾今日见老子，其犹龙邪。”

这就是老子，一个仿佛能上天下海，呼风唤雨的龙一般的人物，古云龙有九子，吾言老子有二子，一曰《老子》，一曰道学。

至虚极，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。

其实，道家修养功夫的真谛常常被归结为“虚静”两个字。道家认为，人和万物同为道的产物，人生之初纯洁无暇，无私无欲，空明宁静。只是因为后来私欲的活动和外界的干扰，使得人心灵蔽塞，躁动不安。所以必须依靠“致虚”“守静”的修养功夫，使心灵重新修复到清澄明静的状态。

当人们被外界诱惑而肆意妄动时，由于他们违背了道的规律，结果往往事倍功半，甚至劳而无功，徒伤精力。相反，当他们抛弃主观私心杂念，心性宁静，达于虚极的境界时，往往能洞见真理，忙而不乱，处变不惊，以不变应万变。

佛教的“空”，在这一点与道家“守静笃”的道理正想通。禅宗黄龙南禅师曾这样形容专一凝神、心无旁骛的修养功夫：“如灵猫捕鼠，目精不瞬，四足据地，诸根顺向，首尾直立，拟无不中”。

这当然只是形容修养功夫的精神专一，旁若无人的境界，并不是说一个人要时时处于剑拔弩张的紧张状态。相反，他常常倒是处于一种“身如槁木，心如死灰”的虚寂状态。但这绝不是生命的死灭，而是在虚寂中聚集力量，在空灵中孕育万物。它正如“鸡之孵卵”：看似迷迷糊糊，一动不动，实际上，在它那死寂的表面之下，一个新的生命正在孕育。

这正如大自然中的万物一样：大自然的万事万物都在生生不息地发展变化，但我们乍一看去，山川大地林木却是静寂不动的。然而正是在这表面的静寂下，各种各样的生物都在吸收大自然的阳光雨露，含着自然的生机，在时时生长繁衍。无论生长还是死亡，它都要归于自己的根本。“方生方死”才能“万物并作”，“致虚守静”才能“生生不息”。

人也应该向自然学习，而不是被私欲蒙蔽，不要违背自然的规律。人之所以常常干蠢事，就是因为过于自以为是，过于私心严重，所以无论是得是失，都瞻前顾后，极尽心智，忧虑无穷，而这又是由于心灵不再空明澄静，没有努力修炼“致虚守静”造成的。

《庄子·田子方》中这样一个故事：列御寇为伯昏无人射，引之盈贯，措杯水其肘上，发之，适矢复沓，方矢复寓。当是时，犹象人也。伯昏无人曰：“是射之射，非不射之射也。尝与汝登高山，履危石，临百仞之渊，若能射乎？”于是无人遂登高山，履危石，临百仞之渊，背梭巡，足二分垂在外，揖御寇而进之。御寇伏地，汗流至踵。伯昏无人曰：“夫至人者，上窥青天，下潜黄泉，挥斥八极，神气不变。今汝泯然有恟目之志，而与中也殆矣夫！”。

列御寇先前还自以为是，之后又两股战战就是因为他心里害怕。他怕自己一不小心失足坠下悬崖，这就显得思虑的过多。而伯昏无人勇于面对，心中毫不畏惧，是因为他“致虚守静”，那些纸老虎根本无法与他抗衡。

一旦达到致虚守静的状态，任何威胁都无法再恐吓你的心灵，任何利益都不能再诱惑你的灵魂。你是如此的纯净，你代表的是圣洁，所有黑暗的肮脏的东西一遇见你，就像寒冰遇见烈火，就像邪恶遇见正义，立刻溃败。

“致虚守静”的思想虽然被人们作了各种各样的发挥，但对于我们常人而言，它至少可以告诉我们一种认识社会人生，探索宇宙真理的真谛：人要想洞察事理，必须虚怀若谷，毫无成见，这样才能认识复杂纷繁的事物，达到兼容并包的境地。我们若想解决纠纷，处理繁杂的事物，必须淡泊宁静，用心专一，这样才能以静制动，以简驭繁。万物变化总有一些规律性的东西，唯有致虚宁静的人，才能把握这些法则，从而不被表面现象迷惑，不为急功近利的目标遮蔽而丧失人的根本。

## 老子读后感篇三

精微”的境界。这种境界勉强形容就是：小心谨慎，如冬天过河般战战兢兢，便是古人所说的“如临深渊如履薄冰”的意思；犹疑慎重，思虑周全，察晓四周的所有情况；待人处事恭恭敬敬，严肃慎独，犹如上门做客一样；相处时却又如冰雪涣释般，温暖亲切；如朴石般平实无奇，敦厚老实，却又内含宝玉；潇洒大度，豁达空灵，像深山的幽谷一样；浑浑沌沌，大智若愚。“沉静恬淡，似湛深的大海；飘逸无拘，像没有止境”。安静下来将浊物慢慢澄清，活动起来在安定中徐徐前行。要这样就要做到不满不盈，添一毫则嫌重，徐徐而生。本段前面先描述了“士”所具有的慎重、周全、威严、亲切、平实、豁灵、浑朴的境界；而后描述如何修得，要不暴不躁，不盈不满，悠然“徐生”。可以说这段文字生动的描绘出了道家所推崇的那种悠然洒脱的人生境界。这两段皆是《老子》中关于人生境界的描写，而这种凝静洒脱，悠然自得，徐徐而生的生活境界让我不由心向往之。虽离之还差之千里，我当如水般徐徐前行，望有朝一日可以接近这样“微妙玄通”的人生境界。

## 老子读后感篇四

“老子者，楚苦县厉乡曲仁里人也，姓李氏，名耳，字聃，周守藏室之史也。”

“韩非者，韩之诸公子也。喜刑名法术之学，而其归本于黄老。非为人口吃，不能道说，而善著书。与李斯俱事荀卿，斯自以为不如非。”

老子与韩非子，这两位先秦道家和法家代表人物，都是一个时代的伟人，在诸子百家的时代大放光华，身为一个时代的领袖级人物，身先士卒，带领着那个时代的人们走向辉煌。

韩非子的《说难》，表面看是臣子进言的把握，实为君臣之

间心理学大典，君王用势，臣下用术，否则，臣子无术危险，君王无势霸业无成；此理论与西方马基雅维利《君主论》同出一辙，但早于千年，韩非应是太祖师爷辈分的了。

理论性强，实践性差，此乃历史上诸多理论家的命运；韩非子研究的如此精透，却深受之祸，本国君王没有欣赏，在秦国却受囹圄，最终命丧黄泉，进言的巧妙药方在自身上贻笑大方，可悲！可叹！司马迁感同身受，因为自己为李陵事件辩护，遭到武帝宫刑惩处，进言的《说难》别有一番滋味，大篇幅放在后面，实在是不幸呀！

## 老子读后感篇五

老子，是我国道家创始人。公元前600年生，公元前470年去世。他推行道家思想，写了《道德经》。

其中，老子的一句话引起了我的兴趣。把这句话译成现代文就是：人什么都没有最好，制度不要，金钱不要，道德不要，什么都不要。每个人都浑浑噩噩，这样最好！易中天教授又说，自从有了照相机，美术系的人都不会写生了；自从有了复印机，各个系的学生差点不会写字了。所以说机器并不是什么好东西。我想，对呀，机器和科学都不是万能的，有了汽车，谁还会骑马呢？科学是有两面性的，一面标志着科学的进步，一面标志着某种东西被淘汰。

虽然道家思想没有被世人推行，但是道家的中心理念——道逍遥，升上了天，成了神仙的思想。

## 老子读后感篇六

感谢甘肃张掖的祁振宸老师来苏州上开发光体时推荐的《道德经》，让我有机会透过熊春锦先生的系列著作的引导，简单正确读《道德经》，读老子心得体会。

3月底从北京德慧智邮购了部分书籍，前面几天读《慧性图文思维教育》，意识到诵的重要性。4月1日开始每天清晨6点在小区河边读大本简体带拼音的《道德经》，从头读到尾刚好一个小时。出门前将小丫读诵的《道德经》cd放入机器里，让孩子在它的背景中醒来。

不到一个星期，九岁的孩子突然要求要学习做饭菜，说自己学会了以后妈妈如果不空或不想做饭时他就可以为大家做。在与外人接触时也越来越变得彬彬有礼，愿意主动招呼(不知是听经的原因还是从他爸爸身上潜移默化来的，过去他是和我一样对人为外冷内热型不愿意主动招呼)。他向我们提的问题也充满哲理。比如：钱物和人哪个重要?世上最难的事情是什么?大人为何喜欢追究过去、争来争去、自己都没有做好却喜欢指责批评小孩子?这些问题其实在道德经中都有答案。大人学习读诵，孩子在无为(仅听cd没有读)中即获得。这不得不让我们惊叹经典的力量。读到《国学道德经典导读》一书第三章第五节熊春锦先生讲述汉字是道德文化的记录时，萌发了学习繁体字的决心(过去曾不解先生王彦赞在追求效率速度的现今社会为何还坚持写繁体字，现在通过学习了解古人造字的非凡前瞻性，才终于豁然开朗对他心生敬意)，便立即换简体版为熊春锦先生校注的《老子道德经》繁体竖版。

身边喜欢读书的年轻姑娘姬晓晨花了两天时间抄写完繁体竖版的《老子道德经》后与我分享，说开始抄写德篇时很费力，坚持抄完到道篇时就变得出奇的顺利。不知她的这一体验是否可证明了要得道定要先修德以及熊春锦先生校注时恢复《德篇》放前《道篇》置后还《老子道德经》原貌的重要意义?事实上我在开始大声读诵时也有和晓晨类似的体验。4月9日读到附在《老子道德经》一书后的《经典诵读心诀》，立即改变之前没有目标的盲读，而是在练习完开发光体课程所学的七个能量之后，借着全身在光的沐浴时观想老子与自己融合再读，发现诵读变得更加轻松，明显感应到声音的共鸣。再将自己诵读过程中得到的启发与熊春锦先生的校注对照(前面仅读繁体经-文并没有看注释)，发现不谋而合的地方越来越

越多了，或许这就是频率接近后能与古人居，与古人谋吧。今天早上在平江客栈禅修和儒教两房外的花园里读时，右小腿前面开始有阵阵热流。声音的启动结合观想能产生更大的能量共振，这是与由杨子军、郑锦燕导师传授的起源于美国欧林的开发光体课程原理殊途同归。看来无论是中国还是美国在很早就都已经发现宇宙能量的`秘密。这两位华人心灵导师能将美国的开发光体课程教导传授得比起源中心还要成功，这其中一定得益于导师从小对国学经典的学与实践四年前在上海锦燕导师曾说过她这辈子离开之前要完成的三件事：

- 一、创办掌上明珠学苑，
- 二、讲道德经还此经之真貌，
- 三、传讲龙华经。

不断调整改变自己到自然(即自燃，甘愿燃烧自己为世界服务)的状态，依照经典或上师(品德高尚，思想光明之师)引导去乐行，就能掌握简单诀窍获得宇宙大能。

在十一天的时间中虽然仅凭自以为是的方式在读《道德经》，也很清楚继续下去的收获定会更多，终因无法等待忍不住内心的冲动写下上述初读的心得，期望能吸引更多的朋友加入诵读经典、为人格播下积极正面的种子为命运收割成功富裕的果实，为全国各地不断在身体力行推广德慧智的经销商们喝彩。相信有越来越多家庭的诵读，中国的国学道德之光定会在全世界绽放。要提醒大家的是，万法归一，每个人都有最适合自己的修行方法(修正自己行为让其合道与自然融合之法)，这需要在对自己充满信心(信心不足者推荐利用简单的心理学科技工具--内在交谈全脑开发大师之金头脑组合对自己潜意识作有效改变、提升)的前提下开放、积极、脚踏实地去发现，切忌死搬硬套、东施效颦让自己失去自由，徒生烦恼而误解经典归罪上师。

感谢一直在世界各地不遗余力传播国(医)学文化的当代国学名家熊春锦先生，将自己的智慧凝结成清明正义的文字、简单生动的图表，竭力还经典之原貌，让一直在迷茫甚至错误中等待的人能重新认识老子，吸收《道德经》中的精华，做道德的修真者。推荐有信心的朋友读上的熊春锦先生在柏林中国文化中心《老子道德经》导读报告——浅论道德救世，定会受益匪浅。

祝福所有朋友

道德之路精进

皆得暇满人生

## 老子读后感篇七

《老子的帮助》，这是一本类似注解的东西，并无新的观点。全书的结构是复述+例子+感想=解读。从全书看得出来，王蒙老爷子在用自己的`人生经历解读《道德经》，以此教给年轻人一些混得开的技巧。我看完这本书后只想说一句话，不如读原本。

我说的原本是指推荐大家看《道德经》。每个人心中都有一个老子，都有一本《道德经》老子能给的帮助要靠自己领悟。

道德经，我自认为没有这个能力从全书解读，我只对其中几句话，写写我个人的浅见。

道可道，非常道。名可名，非常名。这句话是什么意思呢？历代以来有无数种解释，我自己对这句话的解释。道，《说文》所行道也，有道路和行走的意思；非，有必须的意思。常，通长，长久。名，名字；通明，明白。所以这句话可以这么解释，道路可以作为道路，必须长久被人行走；名字可以作为名字，必须长久被人明白。这仅是个人的解释，类似

大白话的解释，看客看过即可。

天下皆知美之为美，斯恶矣；皆知善之为善，斯不善已。我比较认同的解释是，天下人都知道美之所以为美，那是由于有丑陋的存在。都知道善之所以为善，那是因为有恶的存在。但是，斯，析也。《说文》，析，有分开的意思。所以老子的意思可能是，美丑，善恶本为一体，只是我们要学会怎么去分辨它们。

天地不仁，以万物为刍狗。天地是无所谓仁慈的，对待万事万物就像对待刍狗一样，不加干预而任其自然自生自灭。这是说，自然看待天地间万事万物都是不加干预而任其自然自生自灭。这种态度看似冷漠，其实正是最好的态度。自然经过漫长的演化，万物之间已经形成了一种平衡，如果妄加干预，破坏了其中一环势必引起连锁反应，后果不堪设想。所以自然中最好的道就是不加干预。