

最新庄子与鱼的寓意 庄子读书心得读庄子的心得(大全5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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

庄子与鱼的寓意篇一

《庄子》是讨论人与自然、人与社会关系的论着。我觉得庄子想说明事物的对立统一关系。不要老从一面看问题。自以为是也是一种极端，以一技之长为耀也是极端。世界是和谐的。人与人也应是和谐的。

所谓的“坚白论”，山人以为，讨论的两派其实已经不是在讨论同一问题了：一个论述某物有何种属性〔即白与坚〕，另一派则是论某特性〔即白与坚〕是该物特有的个性还是许多物质都可以有的共性。

其实，综观中国的哲学，不论是儒家、道家还是法家，都非常现实。对于那种“万物起源”、“谁创造人”等等之类扯不清道不白的问题采用回避的态度。对于大自然则采用接受它、并与之相容的态度。

不追求绝对、不走极端，只求中庸。而要“改造自然、征服自然”的思想山人认为是受西方影响而来的。现代西方科技的发展，就是试图征服自然、改造自然的一个例子。而中国的医学、气功、养生之道等等则是顺其自然、接受自然、融于自然的例子，典型说法是所谓的“天人合一”。

许多人把庄子与道家放在一起，与儒家相对。山人以为，儒家侧重与社会及社会体系；老子强调人与自然；而墨家则重客体与其自然属性；反观庄子，则是这些的融合。只是墨家的论点采用的较少一点。而过多地将儒家、老子相容。强调人与社会、人与自然都是一种和谐的共存，无主次之别。这也是与儒家的最大不同。在儒家中，要有等级之分，要有对自我的克制（这一点又与“无我”相近）。

自然了，从当政者的角度看，儒家是有利于朝廷的。但庄子思想也是有利于社会稳定的。因此，儒家成为封建社会中的主体思想而被当政者大力提倡。可是同时，庄子的思想又作为主要的旁支而存在，没有收到异常的压制。而法家因为是强调客体、鄙弃主要因人的主观而形成的社会体系、结构，从而无生存之地。

庄子不是一部书，而是一个世界。

是的。当看完庄子那些看似荒唐怪异的故事，反复揣摩这其间颠扑不灭的真理，才会发现原来你仅仅只是打开一扇大门，这扇大门通往本真朴质的天之道。

人间数千年的悲哀，就在于世人只在世俗中寻求人生真谛，却没有超越世俗到旷野幽邃的宇宙中去寻求大道。庄子之所以伟大，就是因为他已经跳出三界，站在云端鸟瞰人间沧桑。“独与天地精神往来而不傲倪万物。”庄子就是这样的性格达人，他认为天下沉浊，不能讲严正的话，满书缪悠之说、荒唐之言，无端崖之辞。他上与造物者游，而下与外死生无始无终者为友。

庄子一直在讥讽万代颠倒的世界，嘲笑那些为功名利禄蝇营狗苟之徒，讽刺那些为眼前蝇头小利毁坏天人和谐的小人。那些谋取权力之人以心灵的残缺和人格的扭曲来换取世俗所谓的福气，而庄子却宁愿做在烂泥里拖着尾巴的老龟，也不愿做供在高堂的占卜龟壳。庄子的飘逸和洒脱，正是他卓尔

不群、高傲不羈的性格魅力托起的自由天空。

在《庄子》天下篇中，阐述了最高的学问是探讨宇宙和人生本原的学问。打开庄子的世界，有限的内篇无不昭昭弘道，万物依天道而行。何谓万道之本源？唯道。何为万物之源泉？唯道。人生本原又何在？庄子微笑轻轻点拨——人最大的智慧是意识到自己的渺小，人生不过蚁穴一梦。

柏拉图说，人的灵魂来自一个完美的家园，那里没有我们这个世界的污秽丑陋，只有纯净和美丽。灵魂来到这个世界漂泊很久，寄居在一个躯壳里，忘记了自己从哪里来，也忘记了家乡的一切。每当他看到、听到感受到这世上一切美好的事物，就会不由自主的感动，会觉得非常舒畅亲切。他知道那些美好的东西，来自他的故园，于是他的一生都极力的追寻那种回忆的感觉，不断朝自己的故乡跋涉。

依真性生存是庄学的核心。可我们都在人为的魔圈中生存，一切都是人为，我们早已迷失本性。我们要做的就是寻找美好的本性世界。

乘着庄子自然的箫声寻找那失落的世界吧，人的生命历程就是灵魂踏上寻找美丽故乡的归途。

经典书籍需要慢慢地读，如此才能做到真正深刻地理解。初读《庄子》时，不能拥有良好的心态，总想一口吃成大胖子，结果一无所获，还让心态陷入愈加焦躁的沼泽。我决定沉下心来，不求速度，只求质量。一天只读那么两三百页，三十三三个章节，共四百多页，分付几个月时间。这期间里，多写读书笔记，加深认识和记忆。

这两天我读的只是第一篇《逍遥游》，收获很大。了解到庄子思想的一个很重要的方面，那就是逍遥地逃开名利的束缚，不借助任何外力，自由自在地游荡在宇宙天地间。庄子和老子一样，都是追求自由的人，较之老子，更加热衷于无所羈

绊的自由。他可以做到无视世俗的一切偏见或者只是意见，“举世誉之而不加劝，举世非之而不加沮”，无论世人如何赞誉还是诽谤自己，都不会改变自己对个性的坚持。这一点真的很难得。一个人生活于世，就要坚持自己认为对的东西，不能以别人的意志为转移，否则或者不过是傀儡。正所谓“至人无己，神人无功，圣人无名”，一个人不能受制于任何外在的东西，比如功业、名利等，要活得洒脱、坦荡与无比自由。

庄子的逍遥的人生价值观，或许在某些人眼里有些消极避世，不值得赞同。但我们要承认的是，人各有志，庄子和老子一样，不是积极追求建功立业扬名于世的人，他只是追求君子“穷则独善其身”的价值观念。在战乱频仍的年代，个人的力量是极度微薄的，唯有把自己做好，才能超脱苦难的人生。庄子的生活年代是致使庄子思想诞生的很重要的一个因素，而庄子睿智、豁达、富有远见卓识的个性，亦是很重要的一个原因。庄子思想之所以能够千年如新，正因为它能够引起广大人们的共鸣。其实每个人身上都有热爱自由、无所顾忌的品性，只不过是有的由于种种外在环境的影响，而被社会规范、人生准则、忠于名利等东西所掩盖。老庄思想代表的是人类最原始的最无华的价值观念，可以企及每一个人的内心深处，触动软肋。

我们不妨在行走于人生困顿的时候，或是感觉到人生劳累的时候，汲取庄子逍遥自在的思想观念，让心灵保有一份难得的安静与沁凉，以便能够迎接更大的挑战。当然更可以依从于庄子，实践体会他的逍遥思想，在其中自由驰骋，获得轻松愉悦和无所担忧的人生体验。

在我的眼里，庄子的逍遥游思想并没有什么缺陷，被所谓的正统思想观念所排斥，是不可思议的。道家思想与儒家思想，谁是谁非，本没有什么明确的界限。思想的天空，就应该是百家争鸣、异彩纷呈的，后人可以从中汲取到丰富而不单一的思想养料。人生、国家和社会，需要博采众长，才能实现

优质，否则就会朝向不健全的方向发展。一边孔子，一边庄子，我认为是必须的。

共2页，当前第2页12

庄子与鱼的寓意篇二

庄子与菜九段(网友来稿)

菜九段

庄周

庄，即庄子，周即菜九段也

我不是你

不曾攀住鲲鹏的垂天翼

你不是我

早已领略了北海上

我也倾心的洪波

我不是你

只因为气力不够

便长久困厄于

有用无用的两难境地

你不是我

同样在夹缝中生存

仍能挥洒那份

天赋的非凡超脱

我不是你

天生的愚不可及

竟无以领会你

有为无为的神髓真谛

你不是我

于漫不经心不动声色间

就将人生的诸多艰难

轻轻带过

我不是你

使出浑身解数

想折腾出一点声响

吸引世界的. 注意

你不是我

权将世界看作戏台

悠闲地站在一旁

潇洒从容评点生活

我不是你

自从感觉到死亡的胁迫

就刻意地将存在

当作过分严肃的课题

你不是我

天生的独具慧眼

是何等准确地辨认出那具

天地为你备好的棺槨

我不是你

总是参也参不透

现实中无处不在的禅机

你不是我

轻而易举走进梦

就在与飞蝶的错位间

将名与实的那层虚妄

勘破

我不是你

费尽了心智

也难免在错杂的生活中

到处碰壁

你不是我

只顾一味低着头

全神贯注自聆心魄

历史也只好一再努力趋步

试图把握住你的脉搏

我不是你

你不是我

你我之间并不存有

穿不透的隔膜

你就是你

我就是我

已注定了被天然分开

又何必孜孜困囿于

寻求融合的执著

作者邮箱□c9d002@

庄子与鱼的寓意篇三

因为闲着无聊，刚好家里面放有一本《庄子》，遂顺手拿起来读了几天，平常我是不爱看这些古文书的，但那天我竟真的静下心来读了进去，并还有所感悟。

在这个物质极度丰富的年代，人们所理想的社会本应就是此刻这个样貌，然而这又是个精神境界极度缺乏的年代，所有此刻的大部分都容易极度焦虑。物质上的满足并不等于精神上的富裕。《庄子》——“贫也，非惫也”。贫穷不代表不快乐，相比物质生活的丰足，我们更就应重视精神生活的自由。

在这个快节奏的时代，人们习惯于高效率，不肯放过一丝一毫的时间，长久下来必将感觉身心疲倦。“世人攘攘皆为过往”，不能说这句话是褒义还是贬义，它只是陈述一个道理，但在庄子看来正是因为名利而有了“终身役役而不见其成功，茶然度役而不知其所归”。这天所提倡的就应是物质与精神的共同丰满。《庄子》中，他渴望“乘天地之正，而御天气之辨，以游无穷”。我们能够不用要求这么高，只要学会静下来，将混乱的自己，忙碌的自己放松下来，个性是在学习和工作当中，我们都可能会遇到许许多多的问题和困难，这些都会使我们感到焦虑和不安，如果能做到这句话里所包含的境界，那样不仅仅能够让处于奔波劳累的身体得到释放，还能更加有益于自己的精神世界。

《庄子》中所着重描述的是“自由”二字，庄子他渴望大自由、大自在、无拘无束，身心不受羁绊。在这个时代虽然不可能像它所说的那样，但亦能够要求我们的“自由”。有了“自由”，人们能够更加全身心的释放，在工作中或学习中皆能够要求这种“自由”，而这种自由并不是指真正的大自由，这种“自由”是在必须束缚下的自由，很多状况下，束缚并不是阻碍自由的，恰恰相反，它是为了能让我们更好地在一方天地中做好自己，得到真正的自由。

在当今社会中出现了很多以前没有出现的病，不管是生理上的还是心理上的都是，这是为什么呢？究其原因还是人们将物资与身心融为一体，将精神摒弃一边，这是万万不可取的，我们就应学会重视自己的精神世界，正如《庄子》里所提倡的，理念精神就应胜过物资，因为精神世界所带来的快乐远远大于物资。

庄子与鱼的寓意篇四

这两天我读的只是第一篇《逍遥游》，收获很大。了解到庄子思想的一个很重要的方面，那就是逍遥地逃开名利的束缚，不借助任何外力，自由自在地游荡在宇宙天地间。庄子和老子一样，都是追求自由的人，较之老子，更加热衷于无所羁绊的自由。他可以做到无视世俗的一切偏见或者只是意见，举世誉之而不加劝，举世非之而不加沮，无论世人如何赞誉还是诽谤自己，都不会改变自己对个性的坚持。这一点真的很难得。一个人生活于世，就要坚持自己认为对的东西，不能以别人的意志为转移，否则或者不过是傀儡。正所谓至人无己，神人无功，圣人无名，一个人不能受制于任何外在的东西，比如功业、名利等，要活得洒脱、坦荡与无比自由。

庄子的逍遥的人生价值观，或许在某些人眼里有些消极避世，不值得赞同。但我们要承认的是，人各有志，庄子和老子一样，不是积极追求建功立业扬名于世的人，他只是追求君子穷则独善其身的价值观念。在战乱频仍的年代，个人的力量是极度微薄的，唯有把自己做好，才能超脱苦难的人生。庄子的生活年代是致使庄子思想诞生的很重要的一个因素，而庄子睿智、豁达、富有远见卓识的个性，亦是很重要的一个原因。庄子思想之所以能够千年如新，正因为它能够引起广大人们的共鸣。其实每个人身上都有热爱自由、无所顾忌的品性，只不过是有的由于种种外在环境的影响，而被社会规范、人生准则、忠于名利等东西所掩盖。老庄思想代表的是人类最原始的最无华的价值观念，可以企及每一个人的内心

深处，触动软肋。

我们不妨在行走于人生困顿的时候，或是感觉到人生劳累的时候，汲取庄子逍遥自在的思想观念，让心灵保有一份难得的安静与沁凉，以便能够迎接更大的挑战。当然更可以依从于庄子，实践体会他的逍遥思想，在其中自由驰骋，获得轻松愉悦和无所担忧的人生体验。

在我的眼里，庄子的逍遥游思想并没有什么缺陷，被所谓的正统思想观念所排斥，是不可思议的。道家思想与儒家思想，谁是谁非，本没有什么明确的界限。思想的天空，就应该是百家争鸣、异彩纷呈的，后人可以从中汲取到丰富而不单一的思想养料。人生、国家和社会，需要博采众长，才能实现优质，否则就会朝向不健全的方向发展。一边孔子，一边庄子，我认为是必须的。

庄子与鱼的寓意篇五

庄子的寓言故事告诉我们，一个人境界的大小决定了他的思维方式。读完庄子一书之后，每个人的读书心得都会所不一样。下面是本站带来的读庄子的心得范文，欢迎欣赏。

《庄子秋水》中，秋水时至，河伯“欣然自喜，以天下之美尽在己”。顺流东行，遇北海若，河伯望洋兴叹“吾非至于子之门则殆矣”，自身的渺小也暴露无遗。

满招损，谦受益。勿以己之长而比人之短，勿以己之短而妒人之能。须知五岳之外，别有他山之尊，我们应该保持谦虚谨慎、戒骄戒躁的学习态度，只有这样，人生之旅才能受益无穷。

满招损，骄傲的人是永远不能成功的。河伯在有限的环境里，以为“天下之美尽在己”。主观片面的认识，使河伯过于自

负，这是一种见识的浅陋。如果河伯没有改掉自己骄傲的心态，那么他将永远看不到大海，永远不知道自己的渺小，那将是多么悲哀啊。在我们的学习中，我们不能为自己取得的一点点小成绩而骄傲自满。我们要跳出自身主观的狭隘圈子，开阔视野，只有不断地学好专业课程，多看一些有意义的好书，多参加一些社会活动，才能认识到自己的不足。

河伯至于北海，感叹自己的渺小。人，有自知之明，才能清醒地学习和工作。人生，要经常反省自己，不能囿于自己有限的见识而自满自足。在知识的海洋中，我们应当时刻有“三人行，必有我师”的学习态度。追求真知，追求一种更积极向上的人生，让人生变得更加有意义。

谦受益，谦虚使人进步。“舟车之所通，谷食之所生，人处一焉。”相对于宇宙万物，人是很微小的。世界之大，个人所作所为，都是渺小的。人生有涯而学海无涯，一个人不管知识多么渊博，也不过是沧海一粟。我们只有保持谦虚的学习态度，保持“三人行，必有吾师”的求学人生，才能实现人生理想。

在今天这个科学技术是第一生产力的年代，认识自身的有限，更加谦虚、勤奋地学习，尤为重要。进入了大学，并不代表有一个美好的未来。人才造就未来，社会需要人才，但不需要庸才。做社会有用之才，需要每日的坚持，每日的进步，用知识丰富自己，提高个人修养。

礼义廉耻，国之四维。一个自满的人，是不会知礼，知义的。懂的自谦，才会明白礼义廉耻。

即使庄子不提，“逍遥”也一直都是人们追求的一种生活境界。但如我等俗人，想到“逍遥”，无非是“在物质生活上宽裕富足，不用每天为生计而奔波劳碌。可以随心所欲地去享受生活……”，而在庄子的眼里，这一切都是那么的浅薄，他的“逍遥”，我觉得是关于人的生存状态的一个终极命题。

在庄子看来，一切万物都有其属于自己的本性，“逍遥”不“逍遥”正是看其生存状态是否符合其本心。而既然万物都有其自己的本性，那么就没有所谓的“好的生活方式”，“坏的生活方式”，只有合于自我的生活方式。因此庄子同老子一样，认为最好的政治正是“无为而治”；因此他主张顺其自然，认为任何统一的制度标准都有其局限性，都会妨碍人们的“逍遥”。这个视角很深刻。

很多时候我会觉得自己很忙，每天总有很多事情要做。但是过一段时间以后，回过头来想自己前些天到底做了哪些事情，却想不太起来。显然我只是在机械的“完成”一些事情，而没有把自己的心放进去，我没有问过自己这些到底是不是我想要做的事情。“逍遥”与忙不忙没有关系，它只取决于你是否顺应自己的本性去做事。浑浑噩噩显然不是“逍遥”，而是“自我迷失”。“逍遥”不仅不是混沌，而是一种大清醒之后的从容不迫。庄子有感于他所处的时代统治者穷奢极欲，百姓为利所趋而丧失本性，所以提出要“逍遥”，这是很积极向上的观点。尽管我觉得这在现实中是不可能实现的。

我觉得可以用庄子“逍遥”的观点来看一下中国目前的教育。近年来，高考制度越来越为人所诟病，很多人呼吁彻底改革现行教育制度，主张向西方学习。可是呢，西方的很多教育工作者却在羡慕中国的教育。“当美国老师为中国学生极强的数学能力而感叹时，中国有很多学生却不明白他们想从商，却为什么非要去解一道又一道数学题”。我觉得就自己的经历，现行的教育其内容本身并没有那么多的毛病。从我来讲，我对自己能够在中学阶段打下良好的理科基础而感到高兴。但是中国的教育体制，尤其是高考制度有一个很大的弊病，就是它使得整个中学阶段评价个人的标准唯一化。其实每个人都有自己的特点，每个人以后都将从事不同的工作，走不同的人生之路，但是在上大学以前，很大程度上仅仅只有学习这么一个衡量人的标准，这对于很多人来说是不公平的，这妨碍了他们的正常发展，甚至使得很多人永远失去了对书本，对知识的兴趣。高考是教育的指挥棒，尽管很多省

份在实行新一轮的教改，可是只要高考不动，社会对于学生的评价模式不变，教育的形式再怎么变都没有太大的意义。也许我们可以从“庄子”那里得到些许启示，既然每个个体都是不一样的，尽管不可能放任每个人自由发展，可是形成一套多元化的评价体系还是需要的。很多学习不好，学历不高，但在别的方面有一技之长的人同样应得到社会的尊重。因为大学生和技术工人对社会的发展同样重要。

另外，纯粹知识的灌输也使得，虽然大家都学得很辛苦，但并不是出于本心去热爱学习。大多数人并没有学会思考，基本上对于自己的未来都是比较迷茫的。升入大学以后，学生失去了以前那一种强制性约束，很多人因此控制不住自己，虚度了光阴。而学习在校园里变成了一件很功利性的事情，变成了一种手段和工具，这是对于学习本质的最大背离。这种风气使得大家都觉得学习是“一件很痛苦，不想做但是没办法不得不去做的事情”。当学生完全被考试所奴役，被学位名誉所导向，就是最大的“性”，“行”相背反，是极端的不“逍遥”。静下心来，不为什么地去看一点书，才能有真正的收获；顺性而为，才能真正做好事情。这是老庄给我的教诲。

“人心为什么有自由？因为人可以不在乎。人的一生只能被你真正在乎的事情拘束住。如果你不在乎，那么，还有什么可以束缚你，得一本好书，犹如寻一位好友，将受益终身。读一本好书，犹如品一杯香茗，余味徘徊于心，不曾散去。一本《庄子心得》也让我对生活有了新的理解和认识。这个世界上的真理，永远都是朴素的，就好像太阳每天从东边升起一样，就好像春天要播种，秋天要收获一样。

于丹教授紧扣21世纪人类面临的心灵困惑，结合其深厚的古典修养，从独特的个性视角把国学的经典著作《庄子》用简单的语言和故事铭刻在了我们的心灵之上。细细品味书中的每一句话，每一个字，是一种快乐，它都在给我娓娓道来以怎样的心态来面对这个纷繁复杂的世界，告诉我怎样才能成

为一个幸福快乐的人，告诉我们怎样修养道德品性，让情感智慧得到升华。

有人说年轻人读了《于丹庄子心得》会受到不求上进的影响，但在我认为那里是一个遥远又近在咫尺的世界；那是一种难以理解的豁达。他包容万千，将一切化为乌有。于丹在心得三中“感悟与超越中”提到了名利二字，说了三个故事，其一，据说大清乾隆皇帝下江南的时候，在镇江金山寺，他问当时的高僧法磐：“长江中船只来来往往，这么繁华，一天到底要过多少条船啊？”法磐回答：“只有两条船。”乾隆问：“怎么会只有两条船呢？”法磐说：“一条为名，一条为利，整个长江中来往的无非就是这两条船。”其二，司马迁在《史记》中说过：“天下熙熙皆为利来，天下攘攘皆为利往。”其三，又举了“尧让天下于许由”的故事。这三则故事都顺应了一个主题“淡泊”。其实很多时候，我们会置身于这样的茫然中。所以人需要看清自己的目的，看清自己的方向，看清眼前的权衡。诗人纪伯伦曾经感叹：“我们已经走得太远，以至于忘记了为什么出发。”于丹又指导我们要看到大境界，在于我们有没有安静的心灵，有没有智慧的眼睛。只要我们可以让心静下来，真正拥有了空灵之境，我们才能真正看到内心。一个人要在自己的形骸之外，保有一双灵魂的眼睛。

只要你心中有大境界，你才能够看清超越言行的内心真正的质地。也就是说，内心里面的这种真正的大道、大辨、大仁、大廉、大勇，一切都不是表露于外的，是内敛于心而不张扬的。

中国台湾著名的教授傅佩荣先生在研究庄子之后，得出一个心得，他说：真正看懂《庄子》就会明白，世界上总有路可走。

人活在这个世界上，是一个过程，而不是一个结局或是一个终点。人是不断地经历许许多多的过程，长时间从磨练活出

灿烂的今天。人一生中，可能遭遇痛苦、烦恼、悲哀、无奈等很多负面的情绪，但这些其实都只是磨练我们成长的过程而已。于丹告诉我们，用平和的心态和积极的努力去对待生活中的缺憾和苦难，让我们领略到这样一种大智慧，是对自己得失的正确对待，是对身边朋友的理智看待，是一种心态，一种融入在现在社会中的理性道德，让我们豁然开朗，让我们坦然微笑，还让我们掩卷而思。

人活一世，草活一秋，能够快快乐乐、开开心心的过一生，这是每个人心中的梦。雨果说过：“比海洋宽广的是天空，比天空更宽广的是人的心灵。”但如果我们的心灵总是被自私、贪婪、卑鄙、懒惰所笼罩，不论我们富甲天下或是位极至尊；也不可能求得快乐。但如果我们的心灵能不断得到善良、坚韧、顽强、刻苦、纯朴之泉的灌溉，不论我们一贫如洗或者位卑如蚁，同样可以获得快乐的每一天！在现实社会中，所谓的孔孟、老庄已经离人们越来越远，圣贤与经典也逐渐模糊，纷繁世界的庸俗烦琐和思想的高贵纯粹似乎缺少了一些必要的链接。而于丹教授以白话诠释经典，以经典诠释智慧，以人生诠释人性，以人性安顿人心，体悟经典的普适智慧，把两千多年前的思想用一个现代人对社会，对生活，对人生的感悟演绎出来，催生而出的是一种纯粹的积极的态度，是道德品性、情感智慧的升华。

我曾读到一短语说：“用佛家的理论来养心，让自己宅心仁厚，很善顺，善待身边所有应善待的人和事，一颗石头丢进去心里的时候，也只是起一点点的涟漪而已，用道家的东西来养身，注意平常的呼吸调理，以儒家的理论来克行，用儒家的思想来克制自己的行为。”今天读到于丹的庄子心得，倒真是让我有了一种空灵的感觉！恨己知识太浅，于丹是要随庄子去“独与天地精神往来”，当然，俺是一不见经传的小人物，本人的见解纯属胡言，请勿见笑！且大多为只言片语，不成篇章，更不成体统……谢谢!!!