

老子道德经感悟 老子道德经心得感悟(优秀5篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。那么你知道心得感悟如何写吗？下面我给大家整理了一些心得感悟范文，希望能够帮助到大家。

老子道德经感悟篇一

林语堂曾说：“我觉得任何一个翻阅《道德经》的人最初必须会大笑，然后笑他自我竟然会这样笑，最终会觉得此刻很需要这种学说。至少，这会是大多数人初读老子的反应，我自我就是如此。”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，我们要怎样样才能活得更好，更长久，如何才能不被别人，被自我灭亡。而老子便是这样貌的一位智者。

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，能够为天下母。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。可是老子又说了“道可道，十分道；名可名，十分名。”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，可是“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。这天，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。人们能够用必须的方法去认识它、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，是能够理解理解的，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”“夫唯嗇是谓早服，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。而梦想中的“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”。可是在现实社会中，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我所需，觅求自我生存发展之本，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，所以一切纷争痛苦皆至。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我内省不已，都需要自我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可行的。可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。这样如玕似玉的文字，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_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。”层次不一样，领悟的道就有区别。道法自然，道亘古不变，看的就是不一样人不一样心境的理解。读此罢，书受益良多，无以为馈，愿共享此书之精华。

老子道德经感悟篇二

老子是中国古代伟大的哲学家和文化名人，他创作了《道德经》这本古代经典之作，对于中国文化的发展和影响起到了巨大的作用。在阅读《道德经》的过程中，我深受启发，并从中获得了一些心得体会和感悟。

首先，老子在《道德经》中强调了“道”的重要性。“道”是古代中国哲学的核心概念，也是老子思想的灵魂所在。我深刻感受到，只有追求真理、秉持正确的道德观念，才能使人类社会实现和谐共存和持久发展。人们应该顺应自然规律，摒弃功利和个人利益的欲望，返璞归真，追求内心的宁静与安宁，才能真正实现心灵的净化和升华。

其次，老子在《道德经》中强调了“无为而治”的思想。“无为而治”是老子特有的治国理政思想，主张不操之过急，不过度干预，不强求结果。我在读《道德经》时深感这种思想的智慧和深邃。在现实生活中，我们常常会被琐事所困扰，追求功名利禄，忘记了内心的真实需求，也忽视了宏观规律的存在。而老子的思想则告诉我们，与其强求结果，不如顺势而为，用心去修炼自己，提高自己的修养和能力，最终才能获得真正的成功和快乐。

此外，老子在《道德经》中也倡导了“无欲”的生活态度。“无欲”并不是指人们不能有追求和欲望，而是指人们应该淡泊名利，看破红尘，追求内心的善良与平和。当一个人没有过多的欲望时，他就能摆脱尘世的纷扰和沉迷，找到自己内心的净土。我认为，只有做到“无欲”，一个人才能真正实现心灵的自由、解脱和升华。

此外，老子在《道德经》中还提出了“保持本性”的思想。他认为，每个人都有着自己的本性和独特的个性，只有保持

自己的本性，才能找到真正的快乐和成功。我深有感触，现代社会往往会束缚人的本性，迫使每个人都去适应社会的规则和要求。然而，在追求“道”的过程中，我们应该勇敢地坚持自己的本性和原则，不被外界的干扰所动摇，才能真正实现自己的人生价值。

最后，在读完《道德经》后，我深感这是一本具有深刻智慧和真理的著作。老子的思想影响了无数的后人，并且其思想在中国千百年来一直被传承和弘扬。通过阅读《道德经》，我不仅对中国传统文化有了更深入的了解，同时也让我更加明确了自己在追求快乐和成功过程中应该坚守的原则和道德观念。

综上所述，通过学习《道德经》，我深刻体会到老子思想的博大精深和实践价值。他的思想不仅是对古代社会的思考和批判，更是对现代社会的警示和启迪。我相信，只有在真正理解、领悟和践行《道德经》中的智慧和道德观念，人们才能够真正实现个人和社会的和谐与进步。

老子道德经感悟篇三

第一段：引入老子与道德经的背景（200字）

《道德经》是中国古代哲学家老子创作的一部重要著作。它被誉为中国古代文化的瑰宝，对后世影响深远。《道德经》提出了一系列关于道德和人生哲学的观点，对于我们现代人来说，也有着重要的启示。读《道德经》可以让我们更好地认识自己、认识社会，以及找到如何做人、做事的正确方式。在我对《道德经》的深入阅读中，我领悟到许多道德伦理的智慧和心得体会。

第二段：对道德经中“无为而治”的理解（250字）

《道德经》中的“无为而治”是我最深刻的领悟之一。“无

为而治”并非消极无为，而是指相信自然的智慧，顺应事物本来的规律而有所为。它告诉我们，人类应当尊重自然，遵循大道，而不是过度干涉和控制。这种心态可以帮助我们放下背负的压力，心情更加轻松自在，同时也能够更好地与他人和谐相处。在日常生活中，我试图将“无为而治”的理念应用到自己的言行中，渐渐感受到一种放下执着、从容应对问题的方式。

第三段：倡导自知之道，追求内心的安宁（250字）

在《道德经》中，老子强调自知之道，认为内心的安宁才是最真实的享受。通过自我反省和审视，我们可以更好地了解自己的欲望和需求，进而修正自己的行为。内心的安宁不仅使我们更加从容面对外界的变化和挑战，也让我们能够真正体验生活的美好，并与他人建立更深厚的关系。因此，我时常反思自己的行为动机，询问自己是否目标明确，是否追求内心真正的满足。这种自省让我发现人生的意义不仅在于功成名就，更在于内心的宁静与满足。

第四段：践行道德，倡导仁爱之心（250字）

道德经中强调了“仁爱”这一价值观。老子认为，仁爱是人类天性中最良善的一面，是人们在行为中追求的最高境界。通过理解万物的共通性，我们能够培养起一颗心胸开阔、以仁爱待人的心。在现实中，我努力践行仁爱之心，尊重他人的自由和尊严，理解别人的困境和痛苦。这种善待他人的方式让我与身边的人建立起更加深厚的信任和友情，也让我能够感受到他人的温暖与关爱。

第五段：道法自然，追逐内心的自由与宁静（250字）

“道法自然”是道德经中的重要理念，它呼吁人们能够按照自然的规律生活。通过与自然相融合，我们能够摆脱繁琐的经验和束缚，追求内心的自由与宁静。在我看来，这种自然

的追求并不是再去远离现代社会，而是在这个喧嚣尘世中寻找一片宁静之地。我通过练习冥想和花园栽培等方式，与自然亲近，享受大自然的美妙。这种沉思和与自然的连接，不仅帮助净化我疲倦的内心，也让我更好地洞察并理解人与自然的共生关系。

总结（100字）

通过对《道德经》的阅读和理解，我领悟到了无为而治、内心安宁、仁爱之心以及道法自然等重要道德观念。这些观念不仅指引着我们如何正确行动，也教导着我们如何平衡和和谐地生活。通过践行这些原则，我们能够更好地认识自己，与他人建立起更为牢固的关系，并最终追求内心真正的自由与宁静。

老子道德经感悟篇四

在图书馆借了一本《道德经》，看完后虽然觉得不能完全地读懂老子的思想，但是心中还是感觉一片坦荡，觉得此书对我们深有益处。

《道德经》这部著作是老子所写，但不是介绍老子生平事迹，而是讲道论德，所以叫做《道德经》。《道德经》全书原本分为上下篇共五千多言，上篇章一至三十七章主要讲“道”，下篇三十八章至八十一章主要讲“德”。

老子说的道，是天道，就是自然的规律。我对《道德经》的理解是无为而治和尊重自然规律。

人的一生有得意和失意的时候，有时候人们不能再其中好好的把握自己，以至于身败名裂，不能保全。因此，怎样才能在得意或失意的时候保全自己，是自己的心智足够清醒，不至于陷入泥潭而不能自拔？这就需要人生的大智慧，而《道德经》就给了我们这方面的启示。

人在得意的时候，家庭、事业一帆风顺，此时的人容易目空一切，不可一世，狂妄自大。这样做的后果就是招人嫉妒，也会树敌太多，甚至招来杀生之祸。在老子看来，福气来临时，我们要提醒自己祸根也来临了，自己不要那么盛气凌人，要懂得谦恭，否则失意时就会走投无路。还有不能狂妄自大，不要觉得自己很了不起，天下无敌，强中自有强中手，肯定有人比你会更厉害，更出色。但我们达到目标时也不能到出炫耀，不能自负，不能骄傲，要有谦虚之心。

老子说“是以圣人出无为之事，行不言之教，万物作而弗始，生而弗有，为而弗持，功成而弗居。夫为弗居，是以不去。”老子认为，我们应该用顺其自然的“无为”的态度去处理世间事务，这就是不言的教导；只有任凭万物生长而不加干涉，而生养的万物又不据为自己所有；为万物的生长尽力而为却不认为是自己的能耐，有功劳而不居功自傲。正因为一个人不居功自傲，所以他的功绩总是不会失去，而是永存。

无为是一种心境，是一种修养。假如我们能够做到无为，那么我们的国家就会更加的稳定。如今社会物欲横流，许许多多的人在利欲面前迷失自我，假如我们能够做得到无为，那么我们也将活得更轻松、更快乐。

老子道德经感悟篇五

老子说的《道德经》是中国古代哲学家老子的代表作，被誉为中国道家学派的经典之作。读过《道德经》后，我深感其中蕴含着丰富的道德智慧和人生哲理。在我的感悟中，《道德经》强调人与自然的和谐、谦逊与柔和、无为而治，这些思想与现代社会及个人的生活息息相关。下面，我将结合自身的学习和思考，分享我的关于《道德经》的心得体会。

首先，《道德经》对于人与自然的关系有着深刻的领悟。其中的“道”被解释为自然规律或宇宙之道，其内涵包括了人类与自然的和谐相处。《道德经》告诫我们要“顺应自然”，

不要逆其自然，要与自然和谐相处。在现代社会，由于人类对自然环境的过度开发，导致了环境的恶化和生物物种的灭绝。我们应该借鉴《道德经》的思想，提倡环保意识，保护好我们的家园。

其次，《道德经》倡导谦逊和柔和的品德。《道德经》中说：“柔弱胜刚强，柔能克刚。”对于一个人而言，谦逊和柔和是成功的重要品质。一个谦逊的人，能够虚心地向别人学习，接受批评和指导；一个柔和的人，能够以礼待人，关心他人的感受。在现代社会，谦逊与柔和的品德显得尤为重要。只有保持谦逊与柔和的心态，我们才能更好地与他人相处、解决问题。

第三，《道德经》强调“无为而治”的思想。《道德经》说：“治大国若烹小鲜，以道莅天下”。这里的无为并非懒散或无所作为，而是指不刻意去干预事物的运行。在现代社会，我们经常忙于工作和生活种种琐事，往往充斥着焦虑和压力。如果能够放下一切杂念，不强求事物的改变，并且用宽容的心态面对生活中的挫折和困难，我们会发现明白了许多事物，反而容易达到目标。

第四，《道德经》对于领导方式提供了新的思考。道家注重领导者的为人才能带动整个团队或国家。老子说：“天地之间，其犹橐籥乎？虚而不屈，动而愈出。”领导者只有保持谦卑心态，虚怀若谷，才能带领团队或国家向更好的方向前进。这一观点在现代社会同样适用，领导者若能以身作则，与员工平等相处，善于倾听他人的意见与建议，必能凝聚人心，取得更好的成绩。

最后，《道德经》还给了我思考生活意义的启示。老子在《道德经》中说：“人法地，地法天，天法道，道法自然。”这句话传达着人与自然、宇宙间的一种秩序与关系，告诉我们生命是辽阔而不可捉摸的，而人类追求的最高境界是与宇宙间的大道相通。人生短暂，我们应该把握当下，追

求内心真正希望得到的东西，实现自己的价值。

总之，《道德经》是一本充满智慧和哲理的书籍，其中所蕴含的思想有助于我们与自然和谐共存、塑造良好的个人品质、追求领导者的道德修养，以及思考人生的意义。读完《道德经》，让我深感自己是如此渺小而微不足道，我将从《道德经》中获得的智慧和启示，运用到日常生活中，不断积累修养，提升自我，谦逊从容地面对一切困难和挑战。希望每位读者都能从中汲取智慧，并在自己的生活中找到更多的共鸣和启示。