

最新道德经读书心得(精选9篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

道德经读书心得篇一

《道德经》在中国几乎是家喻户晓，两千多年来一向影响着人们的思想和生活。读书就应与时俱进，不断吸取新奇养分，但同样也不能放下对传世经典和传统文化的学习。读高中的时候，我以前粗略的读过老子的这本著作，但只是一知半解，似懂非懂，之后随着生活阅历的丰富，渐渐的体会多了一些。

在我看来，《道德经》是一部布满了东方才智的哲学著作，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好处。其实，我们许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简单的事，这天我主要想讲一下我读后的一点心得：柔弱胜刚毅。万事皆有“道”，如为官之道、从商之道，还有此刻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，要用道德去培育它，用实际行动去支持它，并且依照形势去进展它。老子在《道德经》中给予“道”以至高的地位，“道”的地位之所以无穷无尽，就是由于它的本性是柔弱。假如把它运用到我们的生活中，就是柔弱胜刚毅。柔弱与刚毅是一对冲突体，那么柔弱是如何战胜刚毅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”的道理大家都明白，水是至柔的东西，但是它却蕴含了无穷的力气。海纳百川，有容乃大；壁立千仞，无欲则刚。其实，

正是由于柔弱，它才蕴含着无穷的潜力，才能够永久布满活力。就像柔弱的小草，在狂风暴雨中随风飘摇，却永久不会折断，而高大强壮的树木，却很简单被大风摧折。历史上也有许多的故事说明白这个道理。刘邦由于有柔弱的性格，到处留意谨慎，每次大难临头都化险为夷，项羽虽然骁勇善战，惋惜他傲慢自大，到头来却身败名裂，乌江自刎。还有勾践“卧薪尝胆”、韩信“胯下之辱”的故事，都说明白这个道理。弓满易折，人强易亡，柔弱胜刚毅。试想，假如当年越王勾践不忍辱负重，意气用事，何来日后东山再起，报仇称霸同样，要是韩信不受跨下之辱，冲动之下拔剑杀人，之后的结果唯恐是以身偿命，默然消逝，就没有以后叱咤风云，击败霸王项羽流芳百世的将军了。

“野火烧不尽，春风吹又生。”小草是柔弱的，但是它的生命是坚韧的。在抗日战斗中，当时弱小的中国忍辱负重，最终战胜了强大的日本侵略军。在此刻和平常代，我们国家一向坚持韬光养晦的外交政策，实际上就是不逞强，以低调的姿势参加国际事务的处理，赢得了世界各国的敬重，而美国凭借他的霸主地位，处处惹是生非，国际声誉每况愈下。

柔弱，并不是胆小怕事、唯唯诺诺，它在现代社会表现出来是一种虚心谨慎、低调务实的态度，是一种虚怀若谷的胸怀。对于为人处世而言，柔弱是一种自我修养，它教我们要学会不自满、不逞强，要学会韬光养晦、安静致远，不要由于一时的胜利就沾沾自喜、得意忘形，也不要由于一时的失意就消极懈怠、丢失信念。对于为官从政而言，柔弱也是一种生存才智，即使身居要位也要低调谨慎，要擅长守拙，不能锋芒毕露，否则弓满易折。“天下之至柔，驰骋天下之至坚。”适当的示弱，才能够以退为进，成为最终的赢家。

柔弱胜刚毅，这是古人教给我们的哲理，认真品读《道德经》，你能够感受到老子的思想穿越时空，直达我们的心灵。收起你的锋芒，保存你的实力，卧薪尝胆，以柔克刚，在相宜的时候主动作为，必将成就一份宏大的事业。

道德经读书心得篇二

老子是春秋末期著名的思想家和哲学家，他所作的哲学论著《道德经》（又称《老子》《道德真经》）也广为人知。该书论述修身、治国、用兵、养生之道，文意深奥，包涵广博，被誉为“万经之王”。今天，就让我们一起跟随李佳伟同学的脚步，感受先贤老子内心深处的人生智慧。

“道可道，非常道；名可名，非常名。无名，万物之始，有名，万物之母。故常无欲，以观其妙，常有欲，以观其徼。此两者，同出而异名，同谓之玄，玄之又玄，众妙之门。”

此为《道德经》第一章的内容。这一章描写老子哲学里最重要的范畴“道”。他所说的道，乃是变动不居、周流不止的。只有随时变易，乃是“常道”。“道”是构成世界实体，是万物运动变化的动力，是人类行为的准则。它幽昧深远，不言说。他认为：真理是无法用具体的言辞来表达的，它超乎言辞。人们费尽心思来描写“道”，其实挂一漏万，要一落言筌，损失的远远比说出的多。这就好像《庄子》里讲的一个故事：有个国王喜欢鼓琴，后来他却不鼓琴，只是静静地坐在琴前倾听。因为他已经领悟到，即使再高超的琴艺，当他弹奏出一个音的时候，其余的六音却同时丧失了。哪如用心去领会自然的天籁呢！

“上善若水，水善利万物而不争。处众人所恶，故几於道。居善地，心善渊，与善仁，言善信，正善治，事善能，动善时。夫唯不争，故无尤。”

这是一首对水的颂歌，歌咏的对象是具备像水那样品格的圣人。水的很多禀性体现了道的特性，而圣人就道的体现者。圣人的言行近乎水，而水德又近乎道。在中国古代许多哲学家的著作中，水都是重要的体道之物。孔子说，“仁者乐山，智者乐水。因为水总是处在一种变动不居的状态里。苏轼也说，“万物皆有定形，惟有水随物赋形”。在老子看来，水善于滋润万物而

不与万物相争,又不避污秽谦退守中,所以最接近于道。圣人就应该像水一样,与时迁徙,应物变化。

“有物混成,先天地生,寂兮寥兮,独立而不改,周行而不殆,可以为天地母。吾不知其名,字之曰道,强为之名曰大。大曰逝,逝曰远。远曰反。故道大,天大,地大,人亦大。域中有四大,而人居其一焉。人法地,地法天,天法道,道法自然。”

这一章描述了“道”的特性,是《道德经》一书中最为详细的地方。简单来说,“道”有这样几个特性:“道”是浑朴状态的,相对于世界的杂乱无序而言,它是浑然自足的统一体,所以说它“有物混成”;“道”在时间顺序上是先天地而生的,而且天地万物也是由它所产生的,所以说“先天地生”;“道”的运动是循环往复以至无穷的,所以说“大曰逝,逝曰远,远曰反”;人的运动规律应该仿照天地,天地的运动规律应该仿照“道”,“道”的运行应该仿照自然。

“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。”

这一章还是讲老子的辩证法思想。老子认为有些事物表面看起来是一种情况,实际上它可能恰恰属于反面。事物在很多时候是相反相成,遇到事情要能注意到对立面,善于运用矛盾对立统一规律,则往往可以转圜。天下纷纷,若用智术相驱逐,则愈发混乱不堪。若清净守虚,则无为而化。

“知其雄,守其雌,为天下谿。为天下谿,常德不离,复归于婴儿。知其白,守其黑,为天下式。为天下式,常德不忒,复归于无极。知其荣,守其辱,为天下谷。为天下谷,常德乃足,复归于朴。朴散则为器,圣人用之,则为官长,故大制不割。”

老子哲学主张谦退守中,以静制动,以柔弱胜刚强。这种理解

是不错的。但老子的这种思想,还有一个前提,就是要“知其雄”——要首先了解事物刚劲的一面,才能执守柔弱的一面。只有对事物有了全面的了解,才能决定去取。一般人往往误解或片面地了解老子的哲学,以为他一味地宣扬退让。这真是断章取义。实际上,老子是在有了“知其雄”的前提下,才有“守其雌”的结论的。

“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。是以圣人为腹不为目,故去彼取此。”

这一章中,老子痛心疾首地描述了人们一味偏重对物质生活的追求,从而导致了精神生活的沦丧。在老子看来,人的正常生活应该是精神生活和物质生活合一并重的,所谓“营魄抱一”。但在现实生活中,人们往往偏重物质生活的享乐,一味追求感官的刺激,对自己的内心世界漠不关心,从而导致了道德的沦丧。老子这里所说的“为腹”,是要建立宁静恬淡的内心生活,这就要求人们要抑制自己对物欲的无尽追求,仅于果腹而已。“为目”是片面追求感官世界的刺激的生活方式。老子所极力反对的对物质文明的单一崇拜,在今天读来,特别具有振聋发聩的作用。

“小国寡民。使有什伯之器而不用;使民重死而不远徙;虽有舟舆,无所乘之,虽有甲兵,无所陈之;使民复结绳而用之。甘其食,美其服,安其居,乐其俗。邻国相望,鸡犬之声相闻,民至老死,不相往来。”

这是老子描绘的理想国。在他的理想国中,应该国土面积不大人口稀少,即使有十百倍功效的机械也不运用。舟车备而不用,甲兵废弛,民复结绳记事。在这里,百姓有甜美的饮食、美丽的衣服、安适的居所、欢乐的习俗。因为国家都很小,所以邻国之间可以互相看得见,鸡鸣狗吠的声音可以互相听得到。对理想国的憧憬,是关心人生和民生的哲学家的共同愿望。老子的理想国,是农业社会的特殊产物。他诗意的描绘,对中国古

代产生了巨大的影响。

“信言不美，美言不信。善者不辩，辩者不善。知者不博，博者不知。圣人不积：既以为人己愈有；既以与人，己愈多。天之道，利而不害；人之道，为而弗争。”

道德经读书心得篇三

做一个真实的人。人的一生，总会遇见形形色色的人，有的人能说会道，有的人不善言辞。有的人甜言蜜语信手拈来，有的人沉默寡言却内涵丰富。说着悦耳动听却不走心的话远远比不过说着逆耳忠言却溢满关怀的语言来得动听。“信言不美，美言不信”正是说明了与其华而不实，不如朴实无华。由衷而出的信言远远好过满嘴奉承的美言。做一个真实的人，求真务实，实事求是。

做一个善良的人。公道自在人心，善良的人不辩解，以理服人才是他们的追求。花言巧语善辩之人一味辩解，忠厚老实善良之人从不诡辩。一个人越强调什么越说明他内心缺少什么，越是解释越是掩饰。“善者不辩辩者不善”，与其强词夺理，不如以理服人。做一个善良的人，忠厚老实，以理服人。

做一个聪明的人。脑袋聪明的人知识大都不怎么渊博，因为他们觉得聪明就是资本。知识渊博的人都不怎么聪明，因为他们知道脑袋聪明不如内心聪明。睿智高于聪明。与其聪明没有内涵，不如有内涵地活得聪明。而“明”就告诉我们要有一颗洞察世事的心，自明，明他，明事，明礼，明人生。而这其中最重要的还是自明，只有清楚自己想要什么，清楚自己在做什么，为什么这样做，怎样做正确，才能内心明达而自明明他。“知者不博，博者不知”多涉猎多读书，腹有诗书气自华，阅读使人睿智使人聪明使人深刻。做个聪明的人，明明德，明归止。

做一个懂得奉献和付出的人。给予是一种美德，奉献是一种品质。一味的索取只会让人生之路越走越窄。虽然奉献有可能失去些什么，但是人总要明白有时候失去是另一种方式地得到。可能失去了“物质”但是却赢得了“精神”给予的帮助越多，得到的内心满足感越多。当然奉献与付出不是毫无保留的，一味的付出不计回报并不是可取的。懂得付出和奉献的尺度，适可而止就好。做一个懂奉献的人，乐于助人，温暖他人。

安静中体会生命的美好，修养自己，如此安好……

道德经读书心得篇四

开展速度非常快，备受瞩目，中国文化也一直吸引着世界的目光。《道德经》就是我《道德经》里面蕴含的内容也在塑造着的行为方式。《论语》里面讲“己所不欲，勿施于人”，就是你自己不想要的东西，也不要硬塞给别人，这是从反面来论证你应该怎么对待别人，是一种“防御性”的方式。另外《孟子》里面讲“惟仁者为能以大事小，是故汤事葛，文王事昆夷”，意思是当你身居高位，或者处于优势地位时，要包容比你差的人，形成一种和谐的气氛，不要让人对你恨之入骨，这是的行为方式。

中国的历史和文化强调要建立一个学习型社会，从《论语》到《孟子》，我们看到了一个人应该怎样学习。中华经典中《道德经》的作者就是春秋时期伟大的思想家，道家学派创始人老子。曾经老子的出生地是一个谜，为了破解这个谜1990年以来继清代以前贤做了大量艰辛细致的工作，才得知老子出生在今涡阳县闸北镇太清宫的流星原址。两千多年以来，在老子故里涡阳人民心田里，长期浸润着老子光辉的智慧和思想。老子对于人类的奉献，在于他博大精深的思想。老子思想是提醒自然界奥秘的一种尝试，在中国哲学史上，老子第一个系统提出了“道”，这个“道”自然，以“无”为本，以“有”为用，以“反始守柔”为处事之方。

“反者道之动；弱者道之用；天下万物生于有，有生与无”成为《老子》五千言的纲领。老子的著作，尤其是他的《道德经》最受世人崇仰；尼采曾评论《老子》一书说：“老子思想的集大成——《道德经》像一个永不枯竭的井泉，满载宝藏，放下汲桶，唾手可得”。

道是可以阐说的，但是并非完全等同于浑然一体，永恒存在，运动不息的大道。无，称天地的初始；有，称万物的本原。因此，从常无中，将以观察道的微妙；从常有中，将以观察道的端倪。这无，有二者，同出于道而又玄妙，正是天地万物变化的总源头。天地是长久存在的。天地所以能够长久存在，是因为天地不为自己而生，所以能够长久。因此，圣人把自身置于众人之后，却能得到大家的推崇而占先；把自身置于度外，却能保存自己。不正是由于他不自私吗？反而能够成就自己，所以我们要继承和弘扬中国传统文化，这样我们才能从《道德经》中汲取营养。

道德经读书心得篇五

开篇之前我以为应该先提一个成语——紫气东来。传说老子当年西游函谷关，关令尹喜望见有紫气浮关，便出关相迎，果见一道骨仙风的老者驾青牛翩跹而来，尹喜见这老者长须如雪，有圣人之象。于是留老子于关内，并请他作一篇文章再行西游。老子不好推托，便著《道德经》以警后人。

《道德经》只有五千余字，后人分其八十一章。固然字数不多，却是章章锦绣，字字珠玑。可谓旷世奇书。个中道理自然“玄之又玄”，故而让很多人望“道”兴叹。这也不奇，毕竟此书森罗万象，其中涵盖宇宙观、人生观、价值观的辩证办法，包括治国之道、处世哲学、人性涵养、军事哲学、养生之道的聪慧。

中外许多人都曾给《道德经》写过书评，还有人曾为其写书。例如鲁迅，他曾说：“不读《道德经》一书，不知中国文化，

不知人生真理。”再比方说日本的鲁川芳郎，他以为此书有一种共同的魅力，它给世俗世界压榨下疲惫的人们一种神奇的力气。确实，《道德经》一书通知我们应该怎样豁然地看待事物，怎样体悟万物的阴阳两面，也就是我们常说的“祸兮福之所倚，福兮祸之所伏”。以一个悲观的人生观、世界观对待天下万物。

我读此书的第一觉得就是一个字——深！能够说，此书中的每一个字都足以让我们用终身去诠释！《道德经》一书只要五千余字，而“道”字却呈现了八十屡次，那么终究什么是道呢？老子在第一章曾提到：道可道，十分道。名可名，十分名。故道不可说，这便让我更难以了解此书了，但是，他又在后几章屡次为道注解，即便如此，“道”在我脑海里还是很含糊的，毕竟老子是在多方面为道注解的。其中包括宇宙的构成，为人处世，军事治国。老子的这些注解，反而让我对“道”的了解愈加不易了。也罢，古今中外，又有几人能悟道呢？已悟道意的大抵是高僧大儒。而这样就失了老子著书之意。书中屡次提到水，第八章开章就是“上善若水”，我们在生活中也经常接触这个成语，而这个成语是什么意思呢？就我个人而言，水是至阴至柔的，而道也就是这样的，善利万物而不争，孕育了我们却不求报答，是故“居善地，心善渊，于善仁，言善信，政善治，事善能，动善时，夫唯不争，故天尤”。我们学习的就应该是象水一样的操行道德——无为而无所不为，不争而不所不得。处众人之所恶，而得万物之尊崇。所以那先悟得无为大道的高僧大儒才会被我们所尊崇！于是我便从水中悟得一些道性。

水是至柔之物。千军万马难敌一张巧嘴，刀剑矛头难劈至柔之水。我们晓得水是柔的，柔到了极致！我们能够用刀枪炮弹摧毁一些坚硬的事物，例如建筑物，铜墙铁壁。但是你能用刀剑劈开水么？你能用炮弹把水炸一个窟窿么？我们不能！这些强硬的物质只能在水中隐于无形，是故“天下之至柔驰骋天下之至坚”，水与道是没有形体的，你难以捉摸而又触手可及。身边都是道，由于道是“无”。我们晓得宇宙是一个无

限的空间!这个无限的空间孕育了无数星球，而我们的地球只是这其中一点不起眼的颗粒，只是因其中有生命而共同。我们并不能由于这一点儿自居，应为宇宙中可能会有无数个更高的生命体!他们的科技可能是我们难以想象的!道就是就象是玄牝，所谓的`玄牝即女性生殖器，而我们永远都只是她的孩子。永远不能超越她!应该她本就没有形体，只是一种“柔”的表现方式，我们应该学习道和水的柔，只要这样我们的道路才会更平整，我们的为人处世才会更世故。

有些人常以为只要“有”才是能够被我们所应用的。但是实践并非如此，万事万物都不能够独立在“有”之上，只要经过一定的形体才干显现出“有”的价值。而这种无形的形体就是“无”，之所以会“有”是由于“无”。上面曾提到我们宇宙中的星球都是从无中演化而来的。“无”其实就是指空间。比如说我们所住的房子，他之所以有房子的用途是由于其中是空的，能住人，所以有房子的作用。假如房子是一个实体，他就没有任何价值了。再比如说一个糖果盒，由于里面是空的，能够装糖果，也就完成了他“有”的价值。“有”与“无”这两个概念不只适用于物质与空间。还适用于我们的心理，我们常对父母说，给我们一些空间。假如其别人过多的触及我们的空间，我们就会觉的心理十分的窄，透不过气，十分的闷。宇宙之所以为宇宙，是由于其有足够大的空间，能把万物都放在其中，而假如人有这么大的空间，我们就会自在!(这里所提到的自在，是绝对的自在)但是，这是不可能的，我们不可能与无形的“道”成相同阶级，或高之。所以我们内心总通知我们，该做什么、不该做什么。这是由于我们内心的空间是有限空间，而宇宙是一个很大的概念，是无限的!我们不可能与其持平，只能不停的追求!追求“无”。追求一个理想与虚拟“有”与“无”并作的境地。只要这样，才可能到达相对自在，身理心理都会得到放松。

道德经读书心得篇六

“无为”就是合道之为。通行本《道德经》第一章，老子就

把天地未分之前的混沌状态称作“无”（无，名天地之始）。天地未分之前，世上什么也没有，只有“先天地生”的道在“周行而不殆”地运行，布生天地和万物。可见“道”就是世界产生、发展、变化的本原，是天地万物的母体，也就是现在所称的事物运动的客观规律，“无”是道的根本属性。“无为”即是根据事物的客观规律而采取的管理对策，是在对天地万物的运行规律有透彻理解后而采取的最简单而又最有效的管理手段。“无为”是一种管理理念，更是一种境界。

那么怎样才算是“无为”？怎样实施和推行“无为”？由于现阶段对世间万物及其客观规律的认识还很有限，对这些问题也许还没有准确一致的答案。但个人认为“无为”必有以下特点：

一、“无为”以平等为基础。虽然用现代科学的眼光看，天下万物因进化程度或组成的不同，有高等和低等、植物和动物、有机物和无机物等的分别，但在老子看来，天下万物都是由道产生的，它们既没有高低之分也没有贵贱之别。在天地和圣人的眼里它们都是草狗（天地不仁，以万物为刍狗；圣人不仁，以百姓为刍狗），都是一样的、平等的。从人类社会的角度看，天下万物有些是我们生活所必须的，有些是不直接需要的，有些从某种角度看是有害的甚至是致命的，但它们都是道安排给我们的朋友，它们有各自存在的理由，作为天地万物一员的人，不能也不应该根据自己的喜好来决定其它万物的生死。

比如细菌会使人类致病，许多人都讨厌它，但现代科学已证明如果地球上没有细菌，动植物的残体将无法分解，绿色植物将因缺乏养分而死亡，人类将无法从食物中得到营养，最后地球上的生命将会全部消亡。又比如，若地球上没有土壤等无机物，植物就没了食物来源无法继续生存，若没了植物，食草动物就没了食物，也不能存活，没了食草动物，食肉动物也无法继续存在。由此可见地球上的万物是一个生命链条，每一个都是同等重要，不可替代的。所以人们只能按道的要

求与万物平等共处。人和人之间也一样，虽然肤色不同、语言各异、所从事的工作和生活方式也有区别，但在道这个母体面前都是兄弟姐妹，都是这个世界的平等一员。

万物是平等的，也是自由的和多样的。平等是前提，自由和多样是必然的结果，因为万物是平等的，它们各自有自己存在的理由、生存方式和生活规律即有各自的“德”。谁也不属于谁，谁也不能命令别人该怎样生活。世间万物是平等的、自由的和多样的，我们唯一能做的就是真心地按道的要求采取无为策略，让万物按各自的“德”自由平等也生长、生活。

在一个合道的社会里，因为人人都是平等的，所以它们在世间享有的权益(阳光、空气、财富、权势、自由、亲情、健康、病痛、快乐、痛苦等的总和)也是均衡的。比如，你若捐出了财富，你占有的财富是少了，但你却得到了别人的尊重和感激，享受了快乐，你的权益并没有因此而减少；你抢劫得了许多钱，你的财富多了，但你得天天防着警察，天天受到心灵的谴责而痛苦，你的权益也并没有增加。如此等等。如有人想要改变这种均衡性，这是不符合道的准则的，长期看也是肯定办不到。只有采取切实的措施来保护这种平等的权利，保障均衡的权益，才是社会长治久安的最优选择。“圣人”正是透彻地理解了这一点，才顺势而为，采取“无为”的策略。

二、“无为”以加强个人修养和以身垂范为手段。“无为”就是按客观规律办事，就是不妄为、不胡为。因此，要推广和实行“无为”就必须加强对客观规律的研究和探索，以增加所采取对策的目的性和准确性。同时，更为主要的是要加强个人修养，做到以身垂范。要秉持“道德三宝”——慈、俭、不敢为天下先。“慈”就是平等对待天下所有人，不分善、恶、美、丑都要照顾和关怀，象水一样“善利万物而不争”；“俭”就是不甚、不奢，不占有别人的资源和权益，天下人的资源天下人共享，天下人的权益天下人均分。要做到少私寡欲，多予少取。少私寡欲是前提，只有做到少私寡欲

了，才可能多予少取；“不敢为天下先”就是在一定的范围内不提倡什么，也不反对什么，即不干涉别人的自由，同时，不争名、不争利、不争功。有了这样的修为，对客观规律的认识就会更深入、更全面，采取的管理措施才会更合道。

道布生了天地，衣养了万物，但道并不占有万物，也没有从中获得一点私利，因为他不谋私利，所以道成了世间万物的母体，它的功劳和功用才永远不会失去。受此启发，创建和管理一家公司也不能仅仅为了本公司的利益而巧取豪夺，所采取的管理措施必须要以有利于公司员工和合作伙伴的成长为前提，只有这样才能成为百年老店；同理“圣人”治国也不是为了个人或为某个小团体获取私利，而只是为了保护万物的平等权利，维护社会的公平和正义，是为了民众生活得更自由幸福。只有以此为目的而采取的措施才是符合广大百姓利益的措施，才是合道的“无为”政策。

三、“无为”以达至和谐为最终目标。实行“无为”就是为了达到人和人、人和环境、各环境因素之间的全面和谐。要实现这样的全面的和谐。领导者除了前述加强个人修养外，在目前对客观规律的认识还很有限的条件下，尤其要做好以下二点：一是善于倾听百姓的心声。“圣人无常心，以百姓心为心”。在对客观事物的认识上，处于第一线的“百姓”对客观事物的接触最直接，认识也最清楚，他们总结出的经验往往也最接近客观规律，他们也最清楚自己是不是得到合道的对待，他们的心声往往也就是“道”的要求，“以百姓心为心”就容易按客观规律办事，是实行“无为”的捷径。二是要当好调和万物矛盾的“气”。“万物负阴而抱阳，冲气以为和”，这个世界充满各种各样的矛盾，不光人和人之间，人和物、物和物之间都充满着各种各样的矛盾(阴阳)，矛盾本是对立的、不可调和的，但因为(道向阴阳之间)冲填了“气”而实现了和谐，由此可见“气”是调和矛盾、实现和谐的关键。

道德经读书心得篇七

至于为什么要读《道德经》，是因为它是中国哲学史上第一部具有完整哲学体系的著作，是历代学者研究了两千年的一部著作。就连近代大作家鲁迅都说，不读完老子一部书，不知中国文化。读完之后我才发现，《道德经》实则为一部人生的教科书，让我明白了很多哲理。

不看虚名看本质。道可道，非常道；名可名，非常名。事物名称虽异，但只是一种指代关系，并不能表达事物的本质。因此人们不要执着于事物所谓的名号。企业注重员工的实干能力，而不注重其言辞。我们学生也是一样，学习也是为了提升自身素质，而不为“三好”。

要少说多做，静默守中。多言数穷，不如守中。话说得太多，往往会使自己陷入困境；很多时候，知道的没必要的东西太多，顾虑就会更多，因而妨碍自己的行动。闻一多先生有言：“别人都是说了再做，我是做了再说。”我们应该做的，就是努力学习，而不是天天喊口号。要知道，空缸震响，满缸无声。

老子有些话说得好：“见素抱朴，少私寡欲，绝学无忧。”“圣人欲不欲。”现在学习压力大，戒贪已成为我的当务之急，力求减少自己的欲望。

人最忌自大多夸。跂者不利，跨者不行。自见者不明，自是者不彰，自伐者无功，自矜者不长。自吹自擂和大跃进中的浮夸风没什么区别，只有踏踏实实走好铺垫的每一步，才有可能抓住稍纵即逝的机会。

做任何事都应该服从自然。人法地，地法天，天法道，道法自然。人类比七大自然简直是相形见绌，但是他们为了眼前的小利益，破坏了良好的生态环境，那么明天会怎么样是可想而知的。

人在福中不知福。因此人一定要知足。知足不辱，知止不殆，可以长久。不知足会导致可怕的贪婪，让人忘记一切，包括人格。甚爱必大费，多藏必厚亡。祸莫大于不知足，咎莫大于欲得。要懂得放弃，懂得知足，不要患得患失，要不为失搞到悲伤。只有知足，才能常乐。

人贵有自知之明。知不知，上：不知知，病。聪明的人不自以为是，自以为是的人不聪明。有些人肆意贬低别人，抬高自己，这说到底，如果不是道德品质问题，就是没有自知之明，往往带来坏的结果，害人害己。杨修因为恃才放旷，所以引来了杀身之祸。

不读老子一书，不知中国文化，更不会为人处世。

每个人都想从书本中汲取点什么，不同层次的人考虑会有所不同。由于这种差异性的原因，我的眼光从当今移开，去古书中找寻。读点自己不懂得东西，了解一些高深的理论，以期提升自己的素质。经朋友的推荐，找到一本人民文学出版社的《道德经解读》，试读之后，虽不甚理解，仅得皮毛，但坚持静静看完，零散地记载了些东西。结合现实，生发些个人的东西，为我所用。

老子，公元前571年出生于楚国。本姓李，名耳，李聃是他的称，而老子是人们对他的敬称。曾做过小官，职位不高。这和传统的文人没有太多的不同，后来辞官归隐，生活平静，精通修养之术。据说活了200岁，是道教的开山鼻祖，都尊他为太上老君。他的哲学思想与其他的伟人有太多的不同，我们总说自己缺乏信仰，那么什么支撑我们活下去。“道法自然”、“无为而治”，想探寻一下“道”为何物。

老子的《道德经》中，说“道”是空虚无形，但不是空无所有。如果从物质层面而言，创万物的(自然界)是“道”，由自然之道引申到治国之道，再回归到个人的修身之道，可以说“道”的作用是巨大的。支配一切事物，是一种宇宙万物存

在和发展所依赖的力量。

“道”，是对付应变之术，是法则和智慧，是自然规律。“道可道，非常道”，“道是不可言说的，它一落到语言上，人就无法理解其超越形象的内涵。”就大的方面，老子的治国之道是清静无为的统治方式，就个人而言，我们该成为一个有“道”之士。

《道德经》告诉我们，“道”是人类自然和社会的法则。其实读书学习要遵道，做人做事要遵道。安然，顺天道，合人道。生生不息，永恒长存。领悟之后，寻求解脱。心浮气躁的我们，孔子的“礼”“仁”，有时显得苍白。庄子亦如老子一样，看开了，活得坦然。自然存活的愉悦，我亦满心期待，于是记之。

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，无不从这部人类礼貌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，如何去应对金钱、地位、美色的诱惑呢？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”，透过“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。

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：六根清净、一尘不染。意在教人约束，收敛人们的贪欲之心。

由此，净心能使自己自觉地坚持自我反省，能时刻检束自己的贪欲之心、遏制自己的非份之想。净心是持续清醒认识的

源泉。

尽心，尽展人生作为。

人们常说：读史而明鉴，读典可明智，明智则生慧。道祖老子在《道德经》之十七章说“道，常无为而无不为”，老子的无为思想并不是说消极而无所作为，这是对老子《道德经》的误解，老子本意是在教人遵道而行，不妄为，而有作为。只有“不妄为”才能更好地有所大作为，也就是说“不妄为”是有所作为的保证。什么是“有为”呢尽心扮好社会主角，干好本职工作，担起家庭职责，就是“有作为”。是的，在世欲纷争的当今社会中，如能尽心安心于本职的话，那他的心态肯定是时常处于静心、净心的状态，没有进入静心、净心的心境，他是收敛不了他那不安份的心的。即神不外驰，心不外思，由是说：静心、净心是尽心干好一切工作的前提和先决条件。

中华民族历来重视道德的教化作用，提倡“百行德为先”，崇尚“身正为师，德高为范”。各行各业，各村各户都在努力提高群体的道德水准。具体来说，就是将“静心、净心、尽心”三心衍化为“六心”教育：忠心献给祖国，爱心献给社会，热心献给群众，关心献给同事，孝心献给父母，信心留给自己。在现代经济社会下，重读和阐释圣典《道德经》，让人们能致虚守静、净化心灵，从而尽心尽职，有利于社会稳定，有利于工作团结，有利于家庭和睦！

“道可道，非常道。名可名，非常名”、“天长地久”、“上善若水”，很早之前就对《道德经》中这些句子耳熟能详，但是一直对这些话“不求甚解”，困惑不已。对《道德经》总是望而却步，只在不同的场合读过一丁点片段，只能算是惊鸿一瞥，管中窥豹，难以谈得上有什么深刻体会。上《政治学》时，楚老师为我们列的13本必读书目中，中国的经典读物有三本：《论语》、《孟子》《道德经》，这些文章是流传千古的经典之作，治国教材，不得不认真拜

读。“明德人生导航计划”启动后，我们与人生导师张学长达成共识——集体阅读《道德经》，并将其思想和公共管理实践结合起来进行思考。

这对我来说是个不小的挑战。因为《道德经》内容艰深晦涩，语言精练而思想深刻，本人文言文水平不高，因此阅读过程中经常感觉一头雾水，不知所云。《道德经》流传千年，不同的读者有不同的解读，不同时代有不同的处境，到现在，在国学热的大潮中，对《道德经》的研究如火如荼。文章版本可谓千奇百怪，多种多样。我看的是北京燕山出版社版的，是在北大的周末书市上买的，和《论语》、《孟子》三本十元，买来之后，认真的看了两遍《论语》，正在看《孟子》和《道德经》。目前看到第十九章，还不到四分之一，都好像似乎没有真正看懂。下面就简单说一下似懂非懂的感受。第九章中，老子说：“持而盈之，不如其已；揣而锐之，不可长保。

金玉满堂，莫之能守；富贵而骄，自遗其咎。功遂身退，天之道也。”拿的多了装不下，差不多够了就行了；揣的东西太多凸起来，不可能长久，大家都会发现。满堂的金银玉石，是守不住的，富有高贵但却骄奢淫逸，就是自己惹祸上身，咎由自取。大功告成，全身而退，这才是天道。启示我们对待物质享受时要适可而止，秉持“中庸之道”，要懂得进退自如。这使我想起了我国政界的“59岁现象”，有一些有作为有追求的好干部，在光荣隐退之际，经不起物质的诱惑，抵挡不知内心不良思想的蛊惑，廉洁一生，糊涂一时。诚然，这与我国官员的考核的激励体系有关，我国的官员体制中，有大量与职级职位匹配的福利待遇，不能随着官员退休带走。

在法治建设不健全，人们思想价值体系混乱的年代，会浑水摸鱼游走于制度缺陷的人如日中天，而严格遵守规则办事的人则很难有所作为，在这种奖劣惩优的体制中，官员大多自身难保。需要有机会，同时也需要有动机，前者是制度环境，人人面对的制度约束一样，权力不同的机会就有所不同，如

果你洁身自好，没有的动机，那就不会侵蚀到你，这就是为什么政亡人息的封建王朝末期，总有一些道德高尚、为民请命的清官和青天。从这个意义上讲，老祖宗已经为我们指明了道路，物质追求适可而止，进退自如才是王道。

《道德经》是一本关于宇宙人生哲理的书，包含唯物主义，自然无为，天地不仁的哲学思想，被誉为“道学之精髓，哲学之先本”。《道德经》能启迪人生智慧，就算是放到今天，依然能从中得到一定的借鉴。

《道德经》全书只有五千字，所以又名《五千言》，主要围绕着“道”、“德”来详细阐述各个学科的深刻道理。内容非常丰富，可谓包罗万象，上到天文地理，下到社会人生。古时候很多思想的基础都来自老子的思想，我们现在社会的很多人都喜欢读《道德经》，这也体现了这本书的极大的魅力。

《道德经》中阐述了很多思想、理论，其中物极必反的道理给我留下了深刻的印象。想想几千年前的老子能理解的这么透彻，这着实让我吃惊。物极必反指的是事物发展到了极端就会朝相反的方向发展，这是亘古不变的真理，也是人生的大智慧。古代王朝每一个都经历了初期创立、巅峰和没落，这跟帝王的统治有很大的关系。当帝王穷奢极欲到一定的程度时，人民被欺压到一定的程度，都纷纷起来反抗，推翻统治。同样的，当一个人恃才傲物到了极点的时候，往往会招来祸患。老子告诉我们，做人做事要有分寸，不可过分，一旦过度就会出问题。这是历史规律，人生哲理。

我们读《道德经》就是想从先哲那里学习人生的智慧，提高个人的格局，走好自己人生路。是以大丈夫处其厚，不居其薄；处其实，不居其华。故去彼取此。

学习哲学有特定的方法和顺序：首先，要明确是否存在一个万物的来源与归宿；在确定答案后，再思考人生该何去何从的

问题。傅老师以《道德经》为例来说明这个先后顺序。《道德经》先确定“道”这一本源的存在，然后以“德”来回答人生何去何从的问题。这也是国学的特色与精彩之处。

我是先学习西方哲学，再回头探讨中国哲学的。这个先后顺序，使我能以更客观、更全面的眼光，理解国学的特色与精彩，且以老子《道德经》为例，做个简单说明。

“道”是否存在

首先，西方哲学家虽然透过翻译才可阅读《道德经》，结果呢？无不被其深度所折服。当我们对《道德经》第一章第一句的”道，可道，非常道”觉得困扰时，他们却眼睛一亮，好像发现了稀世珍宝。

因为从古希腊的柏拉图与亚里士多德以来，西方的爱智者看到变化纷纭的宇宙万物，总要思索一个问题，就是：在这一切变化的后面，有没有一个不变的本体，可以作为万物的来源与归宿。只有确定了这个问题的答案，才有办法进一步解说”人生有无意义”的问题。

现在，《老子》第一章清楚肯定了”道是不可说的”，这个答案与西方第一流哲学家与宗教家的想法是完全相应的。”本体”或”存在本身”是不可说的；”太一”或”上帝”是不可说的；老子的”道”也是不可说的。

老子《道德经》的特色之一，是使用全书八十一章的大约五分之一篇幅，从各种角度，藉各种方式来描写”道”是怎么回事？这一点使西方学者大为惊艳。

人生应该何去何从

接着，肯定”道”的存在，并且是万物的来源与归宿之后，人生应该何去何从？这是不易回答的新问题。老子《道德经》

用”德”字来说明，”德”是万物得之于”道”的各自的本性。

万物各依其德而运作，原本应该保持和谐的生态平衡，但是人间常有困境，乱象层出不穷，又是怎么回事？对此，老子也用了五分之一的篇幅，说明天下大乱是如何来自人的认知与欲望，然后提出针对的解决方法。

对此，老子最大的手笔与最多的篇幅，是虚拟一个”圣人”作为悟道的统治者，从根本上拨乱反正，要人回归原始的纯朴心境与类似婴儿的单纯状态。

真正懂得老子的用意，就会转移时空，不必想去统治别人，而须学习成为自己生活的管理者，成为自己生命的主人。

万物有其来源与归宿，人又何尝例外？明白了这个要点，就会像婴儿般依靠在母亲怀抱中，然后表现新颖的人生观：少私寡欲、以德报怨、上善若水、全身保真、柔弱胜刚强、不争而善胜等等。这样的人生只有”平安喜乐”四字可以描写。

我有机会在喜马拉雅讲述老子《道德经》，希望藉此分享自己的心得。我的责任是重大的，而我的心情是愉悦的。

孟子曰：性本善，荀子曰：性本恶。自古以来，善恶之辩就已存在。人们对于美善的理解不尽相同，但对于美善的追求却从未停歇。《道德经》有云：上善若水，水利万物而不争。在老子的眼里，水泽被万物，却不与谁争，即为上善。这种大善似有一种奉献自己成全他人的意味，就如同落红化作春泥护花，春雪化为甘露滋养大地一般。这种至高境界的善，不仅仅只是道家的追求，佛家的普度众生以及儒家的仁爱都是在向这种至善无限靠近。

《道德经》第二十七章里讲到：是以圣人常善救人，故无弃人；常善救物，故无弃物。意思是，圣人经常救赎他人，因此

没有人会被抛弃；圣人常常珍爱万物，因此没有什么东西会被浪费。渡人是一种善，就好像伯乐一样，能在众多的马中挑出千里马，使它的才美外显，不至于祇辱于奴隶人之手。爱物也是一种善，这种善对于人与自然和谐相处有着重要的意义。

在久远的古代，我们的祖先便与自然达成一种天然的默契。春种，秋收，冬藏，狩猎时不捕怀着幼崽的母兽和幼兽，捕鱼时也不用细小网眼的渔网，人们懂得与自然保持平衡。而工业革命至今，人们对于自然地索取有增无减，甚至涸泽而渔不顾后果。最后招致大自然对人类这种无度掠夺和破坏的惩罚，雾霾、沙尘暴、极端天气等无不威胁着人类自身的生存和发展。如果我们能够早点明白《道德经》中蕴藏着的善物之善，那么也许有许多动物还存在于地球上而不是博物馆中。

老子还在《道德经》中写道：与善仁，言善信，夫唯不争，故无尤。这里的善，是一种智慧的处世之道。与人相处，要本着与人为善态度，说话时要真诚诚信，遵守诺言。夫子有言“躬自厚而薄责于人，则可远怨矣。”即对待自己要严格要求，对待别人则要宽容。这样我们之间才能够建立良好的人际关系。

善有至善但无大小，奉献社会热衷公益为善；尊老爱幼，与人为善是善；爱护花草，与自然和谐相处也是善。当小善积累如潺潺溪流，再汇入江海，那么我们所追求的上善一定也会隐于此间。

道德经读书心得篇八

老子的《道德经》，自古以来被视为一部奇书；奇就奇在：没有人真正读懂了它，但每一个读它的人，庄子读它，将它变成一双承载大梦的翅膀，游戏于江海；为什么这么多人读这本

书，理解的方向、运用的方式、；答案只有一个：这本书太超前了！；它不仅远远超越了古人的理解程度，即使到了今天，它；这种现象，不禁使我想起了一个老印第安人的故事：；这位走运的老先生读书报告之《道德经》。

老子的《道德经》，自古以来被视为一部奇书。它奇在哪里呢？

奇就奇在：没有人真正读懂了它，但每一个读它的人，都会受到某种影响，都能从中有所收获。

庄子读它，将它变成一双承载大梦的翅膀，游戏于江海，看空前生后世，“不知蝴蝶梦我，还是我梦蝴蝶”？汉文帝读它，将它变成一件政治工具，推动大汉朝，开一代盛世。董仲舒读它，将它变成一种构架学术大厦的建筑材料——他的“新儒学”，以儒学为砖，以道学为浆，才得以稳立于世，取“罢黜百家”的独尊地位。东方朔读它，将它变成一个混迹官场的护身符，“大隐隐于市”。现代人也读它，到底读懂了什么？派上了什么用途？从中得到了多少好处？这些问题恐怕要等若干年后才能回答。外国人也读它，居然满嘴胡话：假如中国所有的书都要烧掉，只留下一本最有价值的书，这本书将是《道德经》。据西方学者统计，从1816年至今，各种西文版的《道德经》已有250多种，其中德文有64种，英文有83种，法文有33种，如今几乎每年都有一到两种新的译本问世。据联合国教科文组织统计，它在世界上的发行量仅次于《圣经》。

答案只有一个：这本书太超前了！

它不仅远远超越了古人的理解程度，即使到了今天，它至少还超前一百年。每个人都只能按照自己的理解程度从中取其所需，却没有人能完全得其精华。

这种现象，不禁使我想起了一个老印第安人的故事：

这位走运的老先生，因为发现了大量石油矿藏，一夜暴富。钱多得花不完的他，买了一辆当时最昂贵、最豪华的福特牌轿车。不论天气如何，他每天都要坐着这辆车去镇上闲逛一圈。一路上，他或者热情地跟熟人打招呼，或者靠在后座上闭目养神。奇怪的是，他并没有雇用司机，当他打盹时车也没有停下来，但他的车从没有出过车祸。

这是什么原因呢？因为他是用两匹识途老马来拉他的车。

这位老印第安人从未想过学习驾驶技术！

《道德经》也是这样一辆老印第安人的豪华小车。它能用来干什么呢？能用来做一辆马车；能用来做临时卧室；能用来做遮阳伞或雨伞；还能用来向人炫耀……千古以来，人们把它所有额外的用途都尝试过了，就是没有人把它当成一辆豪华小车来使用。因为它太超前了，谁也不知道它是一辆豪华小车，谁也不懂驾驶技术。

时代到了今天，这辆“豪华小车”已经不算太超前了，每个人或多或少都懂一点“驾驶技术”，那么，何不尝试着来驾驶这辆“豪华小车”呢？这就是笔者想写这部书的原因。

虽然笔者水平有限，不能将《道德经》的精华完全发掘出来，“驾驶技术”也很生疏，但至少可以提醒各位：原来老子的《道德经》还有这样的用途！读者可用自己的智慧，摸索驾驶技术，并熟练掌握它，以实现人生提速！

《道德经》被誉为“万经之王”、“百科全书”。有说它是言哲思的，有说它是言智术的，有说它是言兵事的。但它总的是说如何“得道”的大道理，故《道德经》或可称《得道经》。《道德经》文约义丰，全书5千余言，81章，分上下两篇，上篇称《道经》，下篇称《德经》。《道经》讲述了宇宙的根本，道出了天地万物变化的玄机，表达了宇宙和自然的总规律，《德经》说的是处世的方略，道出了人事进退之

术，表达了人类的人生观和道德观。“道”是“德”的根本，“德”是“道”的载体，是“道”的体现。《道德经》的智慧源于老子对世情的洞察和精微的思索，内容涉及人性修养，处世哲学，治国之道、军事哲学，等等，老子思想根本上是经世致用之学。

道德经读书心得篇九

“谷神不死，是谓玄牝。玄牝之门，是谓天地根。绵绵若存，用之不勤。”

意思是说：神秘莫测之道是永恒存在而不会消亡的，这叫做幽深莫测的母性。幽深莫测的母性之门，是天地的根本。它绵延不绝地存在着，作用无穷无尽。

老子的这一章也许对我们的立身处世有所启示。生活中不乏一些人，对工作热情似火，个性及其张扬，而且嫉恶如仇。这本来是优点，但社会是复杂的，不同个性的人相处，需要磨合。如果处理不当，有些优点往往会成为缺点，产生负面的影响，甚至会影响到前途，一生的幸福。

嫉恶如仇会得罪人，热情似火又是适得其反，在日常生活中会产生离心的力量，会严重影响到工作。因而需要调整，交往也是一门学问，要掌握交往的艺术，学会与人和谐相处。在生活中不如表现的含蓄一点，做工作既要有热情，又要理性的人事工作的性质。

老子在这里所说的“道”的虚空、神秘与持久，正可以帮助我们认识、解决上述问题。虚空就能包容，神秘也可以当作含蓄来理解，这样人才能成熟。成熟不是世故，不是泯灭个性，而是以一种更合适的方式来表现自己。正如老子所说得道那样，生活中即便有了挫折，也不会一蹶不振，而是从中吸取力量，努力不懈坚持下去，这对做好工作会有积极的意义。