

最新道德经读书笔记(精选10篇)

团队标语可以作为团队文化建设的重要组成部分，帮助团队形成共同的认同感和归属感。怎样让团队标语体现团队文化？接下来是一些团队常用的标语，大家可以借鉴一下。

道德经读书笔记篇一

老子道德经第八章云：上善若水。水利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。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。

这段话，用现在的话来翻译一下，那就是：具备最好的人的禀性好象水一样。水善于滋润万物而不与万物相争，停留在大家所厌恶的地方，所以它的性质最接近于“道”。居处善于选择地方，心胸善于保持沉静，待人善于真诚相爱，说话善于遵守信用，为政善于精简处理，处事善于发挥所长，行动善于掌握时机。只因为有不争的美德，所以没有过失。

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。它以“上善若水”为提纲，指出一个人如要效法自然之道的无私善行，便要做到如水一样谦退守中的至刚、至净、能容、能大的胸襟和气度。

水，具有滋养万物生命的德行，它能使万物得它的利益，而不与万物争利，如古人所说：“到江送客棹，出岳润民田。”只要能做到利他的事，就永不推辞地做。但是，它却永远不占据高位，更不会把持要津。

俗语说：人往高处走，水往低处流。水，在这个永远不平的物质的人世间，宁愿自居下流，藏污纳垢而包容一切。所以老子形容它“处众人之所恶，故几于道。”以成大度能容的美德。因此古人又拿水形成的海洋和土形成的高山写了一幅

对联，作为人生修为的格言：“水唯能下方成海，山不矜高自及天。”

水，与物无争，谦下自处。所以老子讲，如果一个人的行为能做到如水一样，善于自处而甘居下地——“居善地”；心境养到像水一样，善于容纳百川的深沉渊默——“心善渊”；行为修到像水一样助长万物的生命——“与善仁”；说话学到如潮水一样准时有信——“言善信”；立身处世做到像水一样持平正衡——“正善治”；担当做事像水一样调剂融和——“事善能”；把握时机能做到像水一样及时而动，随着动荡的趋势而动荡，跟着静止的状况而安详——“动善时”；再配合基本的原则，与物无争，与世不争，那就永远没有过失了。

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。”因为水总是处于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。”

老子讲了一连串人生哲学的行为大准则，如果集中在一个人身上，就是完整而完善，实在太难了。除了历史上所标榜的尧、舜以外，几乎难得有一完人，。不过，如果我们具备一项这样的美德，也就可以名垂千古了。

道德经读书笔记篇二

【原文】企者不立，跨者不行，自视者不章，自见者不明，自伐者无功，自矜者不长。其在道也，曰余食赘行，物或恶之，故有道者弗居。

【现代汉语解读】

踮着脚很难站得长久，大踏步赶路走不远，总盯着自己优点的人难以彰显自己，处处表现自己的人其优点却不容易被别

人看见，越是自我吹嘘的人越难建立大功劳，自己抬高自己的人没法做一个好领导。在道的层面来看，这些行为像多余的食物、身体的赘肉一样，人们都讨厌它。所以有道的人不会这样做。

【延伸解读】

企，脚踏离地努力拘东西的动作。跨，大踏步地往前走。这一句比喻过度的努力往往欲速则不达，不要刻意抬高自己，攀高枝。人要分清楚使命与目标，使命可以定得高一些，但目标要定得扎扎实实，经过努力可以实现的。拔苗助长对于人的成长来说是很不好的，可能把一个人人才生生地毁掉。

章，也作彰，把好的东西、美丽的东西彰显出来。总是看到自己的优点反而使自己的优点彰显不出来。见，同现。您自己把事情做得好，张扬一点，表现自己倒没有问题。您实际上没有人做得那么好却处处表现自己，反而惹得别人的反感。人的社会中生存，其自我意识会被强化，在社会交往中非常在乎别人的评价，调整自己。作为普通人，自我表现一下没有问题。但是作为领导者（道德经是给领导者看的），你的自我表现，特别容易受到属下的吹捧，很容易自我膨胀，陷入到虚幻的自我认知中。譬如某领导把自己写得一般的字拿出来，立马会被吹捧成书法家，听的好话多了，自己也会飘飘然起来，说不定某一天就会出丑。纸上谈兵的赵括也一样，对于兵法能说会道，在同僚们的吹捧中自命不凡，最后长平一战，不仅葬送了自己的性命，也害了四十万赵军将士的性命，曾经强大的赵国从此一蹶不振。袁世凯当上大总统之后，自我感觉很好，周围的人出于各种目的吹捧他，甚至编印假报纸，说民众都希望他当皇帝。结果在他称帝之后，才发现众叛亲离，郁郁而死。

伐，进攻，作战的功劳，引申为自我吹嘘，自夸。矜，铁矛的头，自己夸自己，自己抬高自己。例如，韩信这人很自傲，认为汉的江山他有一半的功劳，说话非常不客气，越来越遭

受到刘邦的猜忌。与他相反的是张良，非常清醒，很谦虚，得以善终。生活中，喝酒也一样，在你感觉特别好的时候，容易吹牛，那么喝醉的可能性就很大了。有时候你感觉到对手非常强大，你就会小心谨慎，往往还能够保持清醒。

余食，吃多了食物，吃饱了之后还再吃的食物，古人认为这样有害健康。赘，多余钱，身外之物。多余的东西也叫赘。行，通形，措形体。居，居于这样的位置。

老子讲的这些道理直指人性。人性总是要私心与集体公心、在利己与利他之间摇摆。人的动物性是自私的，但人的社会性必须得有公心，懂得利他。只有具备公心与利他精神，才能真正做好领导。

道德经读书笔记篇三

晚清名臣曾国藩说“不为圣人，则为禽兽。”孔子是儒家的开山鼻祖，被尊为圣人。自古读书人最钦佩最向往的就是成为圣人。

那么怎样才能成为圣人呢？圣人之师老子在《道德经》七十一章中有言道：“知不知，尚矣；不知知，病也。圣人无病，以其病病。夫唯病病，是以不病。”老子认为圣人是无病的，即没有错误，之所以能没有错误，是因为圣人把自己的错误当作一回大事，知道自己的错误就立即想办法改正，于是错误就化为乌有了。后来孔子也说过相似的话便是妇孺皆知的名言：“知之为知之，不知为不知，是为知也。”

这样要求圣人究竟对不对呢？先举几个例子。上古时期三皇尧舜禹当政时，官府前都设有一面鼓，供百姓击鼓后当面对他们指出时政的弊病。朝野里谏臣成群，畅所欲言，执政者的过失因及时改正而政治清明，国泰民安，所以三人直到现在还被尊为治政的大圣人。也听说春秋时期的卫大夫贤臣蘧伯玉，每天都要反省前一天的错误，并记录下来，警戒下次

绝不重蹈覆辙。以至于到了他知天命的那年，前四十九年的过错都被纠正，他凭着五十年的坚持硬是把自己铸成完美无缺的圣人，也把卫国治理得井井有条，外安诸侯，内得民心。就是孔子也常常对他赞赏不已。接着就是在论语里留下醒世名言的曾子，他说吾日三省吾身。不过他本人还真是一位言行一致的君子。

《孔子家语》里有一则故事，说的是曾子被父亲打了一顿，被打时他不但不劝父亲住手，反而叫父亲尽力打，还自以为是孝。后来孔子指出他的行为是愚孝，差点陷自己的父亲于不义之中。曾子听后恍然大悟，立刻承认自己“参罪大矣。”遂造孔子而谢过。这个故事中曾子先行愚孝而自以为尽孝，用老子的话说就是“不知知”，是“病”；后来他在孔子的点破后能意识到错误是“病病”，最后他改正错误乃是“不病。”

从几个例子看来，不论谁想成为圣人，都得重复三个过程，一是普通人难免要犯错误；二是及时发现错误；三是改正错误；只有不断地重复这三个过程，才能完成人格的升华，从一条平庸的毛毛虫羽化成靓丽的蝴蝶！

道德经读书笔记篇四

大道的根本是虚无自然的，顺天而动，率性以往，能全然地与天地同其造化、与日月一起升恒，无有而无不有，无为而无不为。

当人修持大道还没达到生成、充盈的时候，过程中不无有作有为的痕迹，也可以观察到些形象，让人觉得自己修行有进益，进而感到自满自足，不胜欣然。而待到大成之候，又好象有很多缺陷，大成反倒好象没有什么成就一样；大盈而有余，却好象冲漠无状，大盈反若未盈一样。难道是越学越差、越优而越不足了吗？其实不是的。

因为，大道是人生本来固有之良，它清空无物、静定无痕。一旦达到形神俱妙、与道合真的地步，我即道，道即我，有何成何盈之有？如果是有成有盈，那与道还是分而为二的、未能达到神化的极处。所以修道之士，越有、越多，感受就越无、越少，一点看不到有成、有盈，因而大成若缺、大盈若冲。（这不是一般的成、一般的盈啊）

因此，当人能修到万象咸空、一真独抱之候，因物为缘，随时自然地回应，天地之间、古往今来，不论何时何地，皆能自如地符合，其用哪里能会破坏、哪里会有穷尽呢？那时：

心空似海、神静如岳，又觉毫无足用者。然而其气浩然常伸，至大至刚，是何等壮大，却反而觉得盘屈得困窘。

他神妙无方，处常也可、处变也可，是何等的巧妙啊？却仍觉得愚拙而无知。

他用浅近的言语、表达的道理却深远，用词简约而道理精微，不因情义不说、不到时候不讲，善辩如此，却看起来总是讷讷的样子，有东西说不出来。

只有象这样的如屈、如拙、如讷，所以他的心能愈来愈谦虚、志气越来越谦下，品德也就会越来越广大，功业会越来越崇高。道返回虚无、学归于自在，他能与天地日月合度、而运转往来，这大概就是他能成其大、成其久的原因。人若能一直能立足于太极之理、顺应阴阳之常，久久薰蒸，铅火充盈，数九寒天堪御；打坐能一直镇定，三伏之暑热而能忘，功夫到这个地步，就是太上所说的躁胜寒、静胜热吧。待到清明在身、虚灵而无一物，一归浑穆之天真，一派和平之象，又有什么躁、静、热之感呢？学者具备清静之心，便能化寒暑节气的外来影响，而吾身中正气凝定，就是天下正道已立。从此不必担心旁门迭出之患了。

这一章：大道本来至虚至无，至平至常。当人们未能达到虚

无之境、平常之域时，只看到事物的增益、看不见事物的欠缺；只看到事物的优点，看不到事物的不足。所以，太上说：少则得，多则惑。谚语也说：洪钟无声，满瓶不响。皆非虚言。“大德不德、是以有德；大为无为，是以有为。这些都不是过于谦虚的说法。

道原为虚无一气，修士若觉有得，其实是无得；未觉有得，那才是真有得。因此，道行愈高的人，心越谦下；品德越广大的人，志越谦卑，这样便是与道相符合的。如果，每当有所长进，便自夸起来，骄傲盈满，盛气凌人，便明显是无道无德。太上所以说：为学日益，为道日损，损之又损，以至于无。到这个地步才算是得之。

学者切勿把修道炼丹看做百工手艺类的技术，以自觉有益为进境。要知道，修道总归以虚无为宗。见功以至于忘功，这是进步；待到能连有意去忘功也不用了，那就是达到化境。学道之人，在退让中进步，在守弱中强大，以虚空为盈持，以无为有，以反为正，以减为增。学道人进步与不进步，只要看他的心忘与不忘就可以了。

上一章讲知足、知止。这一章讲，不但在命功是要知足，在心性工夫上，也要懂得越近道，人越会感到的自己的不足，勉励自己、警醒自己，一直走向与道合真的境界。

见过真正的大，才会觉悟今天的自己真的很小；同时，又能相信未来的自己可以和道一样大，也不小看今天的自己。

配图说明：登上过高山的人，当他站在山顶时，他往往不会自夸自己是多么的神勇，征服了高山或自己；更多的情况，是会惊叹于他眼前壮观的自然，而它面前，自己是多么的渺小啊，自己还有什么可狂妄的呢。

道德经读书笔记篇五

3月份，在人力中心的推荐下，我重新学习了《道德经》这本书，通过学习使我对本书有了进一步的理解，《道德经》是中华民族千百年来，治国安民、修身养性、立人处世的精髓。

中华民族历来提倡“百行德为先”，崇尚“身正为师，德高为范”。在科技和经济高速发展的今天，人们的物质财富越来越殷实，而精神财富却越来越贫乏，只有认真领悟《道德经》的内涵，才能使我们致虚守静、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！

《道德经》第十六章说：“致虚极，守静笃。”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。静心，才能不受名利得失所困扰，不因进退去留而影响；静心，才守得住清贫，耐得住寂寞。静心是安心工作之本，人们的心境达到虚静的状态，才会时刻保持谦虚谨慎、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。

《道德经》第十三章说：“宠辱若惊，贵大患若身。”我们可以看出“宠辱若惊”的根源就在于“为吾有身”，“为吾有身”就在于人的心性不能清静如水，清澈透明，把个人看得太重，把自己的名利、地位看得太重。如果恬淡处世，致虚守静而见素抱朴，少私寡欲，何来“贵大患若身”呢？由此，净心者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，净心是保持清醒认识的源泉。

《道德经》第七章说：“天长地久。天地所以长久者，以其不自生，故能长生。是以圣人后其身而身先；外其身而身存。非以其无私邪？故能成其私。”意思是说天长地久，天地之所以能长久，是因为它们不为自己而生息，自然而然的存在，所以才能长久。

所以说圣人把自己置于后，反而受到推崇，把自己置之度外，反而保全了自身，所以才能构成就了他自己。

《道德经》第三十七章说：“道常无为而无不为。”无为思想并不是说消极而无所作为，而是要求我们在生活、工作中不妄为。只有不妄为，才能尽心扮好社会角色，干好本职工作，担起家庭责任，才能更好地有所大作为。对待竞争，我们要敢于去迎接挑战，对待失败和不平等我们要报以一种平常心，用合适的方法去改变或适应，而不去盲目的争得鱼死网破。这样有助于保全自己和取得最终的成功，只有厚积才会勃发。同样，我们还要把“无为”思想用在待人处世上的生活中和工作中，对人宽容，这样才能保证团队的和谐稳定。

总的来说，通过对《道德经》的重新学习，让我明白生活、工作中的为人处世之道，万事以德为先，用清静思想对待人和事，永怀感恩之心、责任之心和理想之心，使内心愉悦、快乐工作。

道德经读书笔记篇六

中国经济发展速度非常快，备受瞩目，中国文化也一直吸引着世界的目光。《道德经》就是我们人生中不可缺少的书。

《道德经》中包含着我们中国人的价值观，这种价值观潜移默化地影响着我们的思想和行为。

《道德经》里面蕴含的内容也在塑造着中国人的行为方式。

《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，形成一种和谐的氛围，不要让人对你恨之入骨，这是中国人的行为方式。

中国的历史和文化强调要建设一个学习型社会，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苦细致的工作，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。老子对于人类的贡献，在于他博大精深的思想。老子思想是中国人揭示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”来源于自然，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。

道德经读书笔记篇七

【原文】信言不美，美言不信。知者不博，博者不知。善者不多，多者不善。圣人无积，既以为人，己愈有；既以予人

矣，己愈多。故天之道，利而不害；圣人之道，为而弗争。

【现代汉语解读】

可信的话往往不会悦耳动听，特别悦耳动听的话往往不会真实。了解真理的人不会向外求太多的知识，向外求太多知识的人往往并没有了解真理。达到上善的境界就不会为自己求多，为自己多求的人一定没有达到上善的境界。圣人不为自己积累财富，他们总是为别人做事、谋利益，结果自己的财富却越积越多。他们总是给予别人，结果自己得到的也越来越多。所以天之道的规则是利益众生而不去伤害，圣人的规则是为了大家做事而不为自己争夺私利。

【延伸解读】

信，古代特指口信，就是带话给对方。真正写下来的这种信函叫函。那么对于信的要求就是准确，一般不会有华丽的词藻，后来引申为真诚、可靠。我们最美好的人生道路，有可能恰恰是看起来那种最笨拙、最朴实无华的道路。这种道路你认真地去走，一点儿点儿走，最终一定会走向成功。可是有些路外表看起来无比绚丽，有可能里边处处是陷阱。我们希望“信”和“美”是相匹配的，是一起出现的。但是生活中往往并不是如此，“信”和“美”往往不能结合在一起。当人们过度渲染美的时候，往往它的目的并不是那么简单、美好。所以有一句话：在集市上喊的最响的人，往往推销的都是劣质产品。所以我们在生活中每个人要尽量保持清醒，要了解“信”和“美”之间关系，我们要能从外表中看出真正的实质内涵来，这是需要我们有感知力、洞察力，需要我们有定力的。这种觉察力和定力，是我们人生必备的修养之一。

你知道“道”，你了解真知、了解真理的人不会太多向外去求，不会博学。博学只是向外求得太多知识，如果不求博，缺乏深刻领会并消化它，最广博的知识也不能为自己所用，

也无法获得真知，根本不可能领悟“道”，所以“博者不知。”所以，掌握了根本，就不必再去追求那些细枝末节。境界的高低从来都不是由数量的多少来决定。

生活中有这样的人，他平时一定不出现，但是只要这人出现，一定有事来求你了。他只有在需要你的时候，他才会出现。在不需要你的时候，他永远不会出现，他把自己生活过的很好，可是绝对不会想到你，他享受自己的东西。其实，互帮互助是人类生存的基础，做事要先看到大家，最终我们都能幸福。

既然圣人懂得这个道理，那么圣人自己拥有越来越多，有人怀疑圣人动机不纯粹。“无我利他”，怎么自己拥有越来越多？其实，老子鼓励的是双赢的行为，你好我好大家好，为人做事不代表自己要变得一无所有。如果圣人做事的结果是自己越来越穷，百姓越来越富，这样的事情怎么做得下去？这里有目标与结果的区别。圣人做事的目标是为了大家“多”，而结果却是双赢，“人”与“己”都是“愈有”、“愈多”。“无我利他”思想指导下的做事结果是“有我有他”，不是零和游戏。

这里老子又一次明确了无为的真正含义就是“为而弗争”。《道德经》真正的“道”就是这八个字，“圣人之道，为而弗争”。老子不是消极避世的代表人物，他对百姓幸福国家强盛的用心不应该被泯灭。老子的“道”不是倒退的，甚至是非常超前的。

道德经读书笔记篇八

3月份，在人力中心的推荐下，我重新学习了《道德经》这本书，通过学习使我对本书有了进一步的理解，《道德经》是中华民族千百年来，治国安民、修身养性、立人处世的精髓。

中华民族历来提倡“百行德为先”，崇尚“身正为师，德高为范”。在科技和经济高速发展的今天，人们的物质财富越来越殷实，而精神财富却越来越贫乏，只有认真领悟《道德经》的内涵，才能使我们致虚守静、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！

《道德经》第十六章说：“致虚极，守静笃。”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。静心，才能不受名利得失所困扰，不因进退去留而影响；静心，才守得住清贫，耐得住寂寞。静心是安心工作之本，人们的心境达到虚静的状态，才会时刻保持谦虚谨慎、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。

《道德经》第十三章说：“宠辱若惊，贵大患若身。”我们可以看出“宠辱若惊”的根源就在于“为吾有身”，“为吾有身”就在于人的心性不能清静如水，清澈透明，把个人看得太重，把自己的名利、地位看得太重。如果恬淡处世，致虚守静而见素抱朴，少私寡欲，何来“贵大患若身”呢？由此，净心者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，净心是保持清醒认识的源泉。

《道德经》第七章说：“天长地久。天地所以长久者，以其不自生，故能长生。是以圣人后其身而身先；外其身而身存。非以其无私邪？故能成其私。”意思是说天长地久，天地之所以能长久，是因为它们不为自己而生息，自然而然的存在，所以才能长久。

所以说圣人把自己置于后，反而受到推崇，把自己置之度外，反而保全了自身，所以才能构成就了他自己。

《道德经》第三十七章说：“道常无为而无不为。”无为思想并不是说消极而无所作为，而是要求我们在生活、工作中不妄为。只有不妄为，才能尽心扮好社会角色，干好本职工

作，担起家庭责任，才能更好地有所大作为。对待竞争，我们要敢于去迎接挑战，对待失败和不平等我们要报以一种平常心，用合适的方法去改变或适应，而不去盲目的争得鱼死网破。这样有助于保全自己和取得最终的成功，只有厚积才会勃发。同样，我们还要把“无为”思想用在待人处世上的生活中和工作中，对人宽容，这样才能保证团队的和谐稳定。

总的来说，通过对《道德经》的重新学习，让我明白生活、工作中的为人处世之道，万事以德为先，用清静思想对待人和事，永怀感恩之心、责任之心和理想之心，使内心愉悦、快乐工作。

很喜欢看《道德经》这本书，是春秋时期老子的著作。虽然只有5000余字，但是蕴含了很多为人处事的明智方式和养身方法，是一本值得细细品味，反复研读的文化瑰宝。下面我来列举最近看过的一篇，并向大家阐述一下我的理解和感悟。

第二十七章 善行无辙迹，善言无瑕谪，善数不用筹策，善闭无关键而不可开，善结无绳约而不可解。是以圣人常善救人，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。不贵其师，不爱其资，虽智大迷，是谓要妙。

真正善于做好事的人，举止高洁，做善事不留痕迹，不让人知道。因为他不需要别人知道，不需要别人表彰。在自己心里也不留下痕迹，因为不求回报。如果做了善事自己深深记在心里，那么假设被助的人在你需要帮助的时候没有伸出援助之手，你就会有失落感，甚至会有怨怼。所以假设你帮助了别人，那就尽快忘记，因为当你行善时，你的内心已经有了愉悦的感受，不要图回报，只要没有怨恨就好了。

善于说话的人，他说出来的话是没有瑕疵的，因为是经过深思熟虑的，而且是出于善的本心。善于计数的人是不用计算器等工具的，完全可以心算。

善于关闭的人不用锁外人却开不开门。譬如有些人不是自来熟的，他对同学同事都很客气，但是是有距离感的。因为他要对认识的人有个了解的过程，如果和自己三观一致，欣赏某人，才会打开心房与你深交。泛泛之交则看上去很礼貌，也会帮你，却会感受到心门不是向你敞开的。这样的人我很欣赏，因为他的朋友，爱人是经过仔细挑选的，也会爱得深沉。择其所爱，爱其所择。

善于结绳的人不用绳子牵绊你，你和他的联系却解不开。譬如有人很有人格魅力，有才智且有仁德，他即使不常常见到你，你也想和他亲近，与其结缘。又譬如我们中国文化——国学，它流淌了数千年，在当今社会不需要通过四书五经考功名，也有大量的国学爱好者，海内外的华人都主动要和传统文化牵绊，是因为它不朽的精神。

因此圣人善于救人，善良的人他去救，不善良的人也能救，大恶人也要度。与我亲近的人能救，与我不亲近的人也能救。相信我的人能救，不相信我的人也能救。所以他不抛弃不放弃任何人，也不抛弃不放弃任何物。譬如一个好领导者，他有能力 and 实力去帮助所有人，无论和他想法一样还是不一样的，都能包容、帮助他们，指导他们，并让人心悦诚服，把一个团队融合起来，激励他们发挥各自所长，把工作做好。

“是谓袭明。”这就是对于人类光明的一面的继承，是至善至美的境界。

所以善良的人，是不善良的人的老师。不善良的人，是善良的人的借鉴。我们平时看到别人为人处事高尚又恰到好处，就要想方设法去模仿，去学习，考虑如何能做到和他一样好。当我们看到有些人在为人处事上自私自利，没有教养或者为恶。就要思考自己是不是有类似的毛病，去思考如何避免犯同样的错误，他山之石 可以攻错。

对于身边的可以借鉴学习的人不去重视，不去亲近学习；对于

身边做了恶事的人只是鄙视看不起，却不去思考爱惜他能带给你的宝贵经验。即使你才高八斗，学识渊博，学历高，也是个心智不成熟的看待事物迷幻不清的人。所以不要觉得看了几本书比别人多懂得一些知识就高人一等。你得到的知识是有限的，而那些为人处事恰到好处，处处能为别人立场换位思考的人，他们才是无限公司。即使没有看过啥书，也是比你高明，因为他们世事洞明皆学问，人情练达即文章。

以上是我对本篇内容的理解和感悟，《道德经》共81篇，每一篇都精辟微妙，是中国道家文化的核心著作。看完这本书也许不会让你增长智慧，只是在看的过程中增加乐趣，只有融汇于为人处事才会增长智慧。如果能够把全书内容理解透彻并融入日常生活而全面不着痕迹，应该会让你有全新体验并使生命更精彩。所以绝对值得一看。

《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，无不从这部人类文明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，如何去面对金钱、地位、美色的诱惑呢？我们同样可以在《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”，通过“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。人们的心境达到虚静的状态，才会时刻保持谦虚谨慎、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：六根清静、一尘不染。意在教人约束，收敛人们的贪欲之心。

今天终于达到诵读道德经100遍，总算摆脱了被债主催债的感觉，一鼓作气来写个博吧。

但初读昭昭，多读昏昏；读经日益，感悟日损。被顾老师逼着

写博，倒让我回忆起读研时候的趣事。

那时，我们戏剧专业总共3个导师，各带1~2个研究生，总共也就4人。所以，上课都是直接到老师家上的，有时上课是讨论名家名剧的文本，有时候老师放碟片。看碟片当然是很开心的，不料看到兴起处，老师遥控器一拿，“咔”就暂停了，“这一段咱们来分析一下！”顿时就懵了。毕竟看碟片的时候是投入情感在看戏，需要的是共鸣效果；忽然大脑要切换到理论剖析，转为逻辑思维，大脑处于空白状态，不得不快速搜寻大脑每个角落回忆可用的情节并找到可用的理论框架。再接着看碟片都有点抖抖索索的感觉，不时用眼角余光看看老师是不是要拿遥控器，也试图调动一些脑细胞在看剧同时做些分析，但后者基本上很难做到，老师暂停的时候，我们4人总是处于茫然状态，而且看得很不尽兴。

读道德经写博的难也在此，读经时，随着遍数增长，愈发如小和尚念经般有口无心，按照顾老师的理论是无需用脑，但总结出东西写博却少不得要用脑，两者切换，不免恍兮惚兮。

姑且勉强挤一点“牙膏”：

在人生的最初阶段，因为我们的身体、生活状态是“日益”的，所以我们的精力会更多地甚至全部地投入在外在的东西中，比如“为学”，比如追名逐利。那个阶段，我们志得意满、意气风发、挥斥方遒，相信人定胜天，相信事在人为，相信“我能”。但是当我们的身体、事业、生活的其他方面在慢慢走下坡路即“日损”的时候，大家又会不约而同地转向内在，即“求道”。虽然具体的道各式各样，也许是儒，也许是道，也许是佛，也许是基督，也许是心理学，也许是瑜伽，也许是别的什么心灵鸡汤，也许就是什么大法。因为看到了我“不能”，人的尽头是“神”的开始，是“道”的开始。

老子《道德经》是一部灰常好的中华珍宝，包含了丰厚的人

生哲理。还记得小时分跟着他们“道可道，非常道；名可名，非常名”，那时分还不晓得这是出自何处，更别说是是什么意思了。时过几载，再次看这部道家代表巨作，固然还是不能完整了解，但是至少有一些些本人的感受。

《道德经》倡导欲壑难填、无为而治。千百年来，上至帝王将相，下至黎民百姓，无不从这部人类文化史上的聪慧宝典中吸取治国安民、修身养性、立人处世的精华。当今社会科学兴旺，社会经济高速开展，人们的物质财富越来越殷实，而肉体财富却越来越贫乏，道德沦丧的现象日益严重，我想我们更应该从老子的《道德经》里面找到本人的人生原则，不与世俗同流合污，静心是安心工作之本。人们的心境到达虚静的状态，才会时辰坚持狂妄自大、不骄不躁的作风，才会社会中、生活中、工作中出实招、办实事、务实效。

人们常说：读史而明鉴，读典可明智。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。只要“不妄为”才干更好地有所大作为，也就是说“不妄为”是有所作为的保证。什么是“有为”呢？尽心扮好社会角色，干好本职工作，担起家庭义务，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，那他的心态肯定是经常处于静心、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。

《道德经》可谓言简意赅，一字千金，字字无动于衷，字字催人深思，足可见老子扎实的文字功底和信手拈来的写作技巧及惨绝人寰的创新才能。实是信服信服！再加上一些经典事例，点睛之笔，妙笔生花，意境深远，呼应前文，升华主题，把作者本人要表达的感情表达得淋漓尽致，给人无限打动和难过，有浑然天成之感，实乃文章中之极品，古文中之绝笔！

道德经读书笔记篇九

【原文】天地不仁，以万物为刍狗；圣人不仁，以百姓为刍狗。天地之间，其犹橐籥与？虚而不溲，动而愈出。多闻数穷，不若守于中。

【现代汉语解读】天地是没有偏爱的，将万物都看成刍狗一样；圣人也没有私心，将老百姓都看成刍狗一样。天地之间，难道不像一个风箱吗？它内部空虚却不会枯竭，越鼓动风却越多，生生不息。到处去追随、探究万物，这样做没有尽头，还不如回到事物的中心，找到道的秘密。

【延伸解读】

仁，指存有私心与偏爱。刍狗，草扎的狗，古代用于祭祀。刍狗不

是活的生物，在它们面前标榜仁义没有用，可以理解为不求回报，也可以理解不一视同仁。

现实世界中，我们也看到，许多标榜自己如何仁义，如何做好人做善事，到处炫耀的。这些人未必真的那么好，往往是说的多做得少。标榜的目的无疑是谋求回报，谋求一些名或者利。就是说，作为领导者，对待被管理的百姓既要一视同仁，也不能标榜自己。对于某些人的仁义与偏爱，其实是对其他人的不公正。作为普通人尚且可以，但是领导者却绝对不可以这样做。

橐籥，就是皮囊做的风箱。橐与囊都是动物皮做的，两者有区别，橐为两头都有开口的，而囊只有一个口，橐作风箱用，大约唐之后被木质风箱取代，囊是口袋，用于装东西的。这用橐籥比喻道，道就像橐籥，中间空心。老子强调作为管理者，要把自己放空，不要捞取。想为自己捞，你以后的成就就少了。

老子认为，现实生活中，各种术很多，难以全部搞清楚，要抓住本质的，关键的。当今社会中，很多人很现实，醉心于各种技巧与方法。这些术在工作中、生活中马上可以使用，很直接。其实更重要的掌握基本理论，要把道理搞清楚，以不变应万变。术有很多，无穷无尽，道是根本，只有一个。道与术的关系，就好像科学与技术关系一样，没有基础科学的支撑，技术只能玩花样，无法深入发展。在管理上也一样，应该追求方法简单、行之有效的管理方法，而不是繁杂的各种管理措施。可能受西方管理学的影响，现今任务分解越来越细，各种管理、考核措施繁多、复杂，而且有些考核目标离初衷越来越远了。基层干部却疲于应付，无法真正做实事。

有的学者认为，秦朝的灭亡于政务过于苛烦有关。秦始皇是一个很有作为的皇帝，他在短短十几年间，行政体制上完成了从分封制到郡县制的改革，读后感t又先后翦灭了东方的韩、赵、魏、楚、燕、齐六国，实现了全国统一，并且实现了“车同辙、书同文”，修筑长城、建造秦直道、阿房宫，北击匈奴、南开百越，等等一系列的改革与政务，迫使当时的管理机构难以应对、百姓也不堪重负。以他的能力与威望尚且可以维持这个其实并不稳定的社会，但在他死后就继承者根本无法驾驭。

以当今互联网社会来说，海量的资讯充斥着我们生活的每一个角落，涉世未深的学子往往以浮光掠影的态度去吸收这些资讯，并为此而自豪，进而追求更多地去获得这些所谓的“知识”，却不能获得真正的学问和人生真谛，从而形成正确的世界观和人生观。没有对这些资讯自觉地进行甄别，去其糟粕，取其精华。这样反被海量资讯所累，找不到方向，甚至走错道路。因此，在当今社会中，坚持心中的道尤为可贵。

【道德经读书笔记摘抄】持而盈之，不若其已。揣而锐之，不可长葆也。金玉盈室，莫之守也。贵富而骄，自遗咎也。功成身退，天之道也。

【道德经解读】端着装满水器具走路，水必定溢出来，不如放下来。已经锋利的兵器还继续锤打，想让它更锋利，这种状态无法长久保持。家里金玉满堂，未必能够守得住。富贵再加上骄横，盛气凌人，这是自己给自己制造麻烦。功成身退，这是天之道也。

【道德经读后感赏析】

这一章讲的是物极必反的道理。任何事都不能追求极致，过了极致的那个点，就走向了反面。

持满之戒是中国人的智慧，告诫不要把事情做到极致，留有余地。在大海游泳的时候，离开海岸之后一定要留一半力气让自己游回来。登山家们的经验就是，不能把体力都用于登顶上，一定要保持足够的体力使自己能够安全回来。

“揣而锐之，不可长葆也”，告诫我们做事不要太极端。有的家庭，特别是条件非常好的家庭，或者一些非常窘迫的家庭，他们共同的特点是对孩子的要求特别高，考试非要班级第一，甚至还要求年级第一，等等。结果孩子的压力也特别大，最后身心健康出现问题，可能上学都有困难。这些家长最好能够学点道德经，没有必要为最后的几分钻牛角尖，极端的做法可能毁了孩子的一生。

古人常说，财聚人散，财散人聚。关键的着眼点是在财上还是人上。顺丰的王卫说，赚钱没什么了不起的，其实这事跟你的福报有关。读后感曾国藩的外孙聂云台先生在《保富法》一书中说，发财其实不难，保财才是最难的。他分析的主要原因是为富者没有给后代留下好的价值观，他们的着眼点全在钱上。改革开放几十年来，我们仍然可以看到许多企业兴旺败落的过程，“其兴也勃焉，其亡也忽焉。”

一个人富贵之后，可以有两个选择。一种是盛气凌人，另外一种是利用自己的有利资源帮助更多的人。盛气凌人的往往

难以善终。先不说你的财富之路是否正当，但你富贵之后社会对你就有更高的要求，也意味着你应该承担更多的社会责任。而盛气凌人者反其道而行，虽然你仍然能够听到身边恭维的话，但更多的人会唾弃你，你一人之力怎能与整个社会相抗，那么失败是必然的。

功成身退，并不是说撂挑子不干了，这是错误地理解了老子道德经的原意。而是在大家庆祝或者论功行赏的时候，悄悄退居幕后，不与人争功争利争名。最典型的如美国的华盛顿，任大陆军总司令，取得美国独立战争胜利之后，功成身退，解甲归田。最后，大家还是选举他担任第一届美国总统。更重要的是，他的行为造就了美国几百年来令世界羡慕的政治文明。

【经典名句摘抄】至虚极也，守静笃也，万物并作，吾以观其复也。夫物云云，各复归于其根。归根曰静，静，是谓复命。复命常也，知常明也；不知常，妄，妄作，凶。知常容，容乃公，公乃王，王乃天，天乃道，道乃久。没身不殆。

【现代汉语解读】（悟道的过程）要清空自己，清虚到极点，保持安静纯粹的状态。万物开始生发运作时，我看清楚这个世界生灭往复的变化，它总是由生到灭，来回往复。天地万物芸芸众生，来回往复发展，都会归到根源。归根就是静，静就是往复的本性。来回状态是生命的常态，知道这是常规的常态规律的人，他是洞悉了世界本质的人。不知道的人，狂妄。狂妄的人，危险。明白这个道理的人，其心胸宽广，心胸宽广才能做事公平，做事公平才能成为王者，成为王者之后你的感悟更接近于天，悟到天性之后更接近道，悟到道之后就会长久。终生不会遭受大的失败。

【读后感赏析】虚，清空，清虚。笃，纯。老子认为，世界是循环往复变化的，我们都是这个变化的世界中的一个小小的片断。千万不要执着于自我，别盼望永远，不要纠结，别希望拥有。

云云，芸芸众生。归根，回到根部，可理解为回到初始状态。一个单位，一个家庭，往往有各种各样的矛盾，但想到总有一天归根的，一切都会坦然。命，本性。明，明了。

从这里也看到，道德经是给领导者写的，可以把《道德经》理解为《领导者素养培训手册》。人类能够团结一起，组成大的群体对抗自然灾害，公平是这个群体的粘合剂。动物是自私的，公平是人类进化的成果。心胸宽广才能公平，做到公平之后才能成为王者，这些都是天下事。老子认为人之上有天，天之上还有道。悟道的过程是境界逐渐提高的过程，真正悟到道之后才能长久。

与静对应的是动，是内心跳动引起的烦乱与不安。因此，诸葛亮还说：“淫慢则不能励精，险躁则不能治性。”因此，诸葛亮是深得老子道家精髓的。

道德经读书笔记篇十

知人者智也，自知者明也。胜人者有力也，自胜者强也。知足者富也，强行者有志也。不失其所者久也，死而不亡者寿也。

【现代汉语解读】

了解别人是一种智慧，了解自己，叫做明达。战胜别人的是因为有实力，战胜自己的才是真正的强大。知道满足的，心灵富有。努力前行者有志向。不轻易离开你所处位置的人，你的生活会长久的。到死也不狂妄的人，长寿。

【延伸阅读】

了解别人并不容易，我们往往只能看到别人的表面而并不了解其内心真实的想法，所以了解别人需要智慧。而知道自己

其实更难，所谓自知之明，做到更不容易。人，往往会高估自己，有的甚至严重高估自己，许多错误的决策往往都是因为决策人对自己不了解。

人生不能仅仅把眼光放在超越别人上面。在乎超越别人的人，所有优势都在比较中产生，但这种比较的结果是不稳定的，这样的人总是在担心自己被超越。另外，这种比较虽然可能产生进取的动力，其实比较的过程中也不断积累起负能量，也可能伤害周围的人，也可能伤害到自己。

战胜自己，可以战胜昨天的自己。战胜自己的内容很多，譬如人的动物性、懒惰、享乐的想法。其实，人最需要的是战胜自己的过程中获得真正的进步。

欲望无穷无尽，不知足者无法感受富裕，所以对于自己要求知足。而强行者，是为他人做事，为大众获得幸福。