

2023年道德经读后心得 道德经读后感(模板9篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

道德经读后心得篇一

刚读完《道德经》，我从中受到很多启迪。作者老子是我国古代的著名思想家，哲学家。这本书是老子的乱世之道和人生哲学，而非我原以为的道德教材。固然只读了20多页，但是由于领悟力有限，通读全书，能了解的一定有十之二三。

首先，老子概括了当时自然现象和社会现象的变化，事物都向它相反的方向变去。指出“物极必反”的通则，无论在哪一方面皆是如此的。

其次，老子认识生活世界，看待生活的态度，主张贵柔、守雌，反对坚强和进取，老子的思想是无为。

如今的人普遍都以为他的思想十分消极，其实他的思想更多的包含了对广阔劳动人民的酷爱。他希望经过它的思想来影响统治阶级，让老百姓可以得到更多涵养生息，让老百姓安居乐业。

我认为“无为”包含着顺其自然不勉强去做的指导思想，因而能够浸透到生活的各个方面。就比方说教育理念中也能够自创。俗话说“强扭的瓜不甜”，学习是一件盲目自愿的事情，学生只要主动的学习，把学习当成一件快乐的事，才足够学有所成，这就需求我们教育者在教育理论中引导学生快

乐、轻松、盲目、自愿的学习。教育中的无为而治，不是不论，而是因势利导，绝不拔苗滋长。不顺应自然规律，滥施各种生长激素，不尊重孩子的意愿自觉参与各种奥数，学钢琴，拉小提琴等培训常常适得其反。

同时老子的“物极必反”的思想似乎在预言今天的社会。人类所追求的所谓文化，所谓科技，现代化，都应该是为人类效劳的，但是环境污染，能源耗尽，消费率进步，失业率上升，贫富差距的拉大，似乎又和所谓高科技有着密不可分的关系。人们为了保住工作而工作，无暇关注本身和家庭，有时间的时分没钱，有钱的时分没时间。又或者说两者都没有。这样的社会又怎能说是美妙的呢？在高度兴旺之后，人类当有所回归，以免到达极致走向另一面，走到无法挽回的地步。

老子不愧是我国古代十分巨大的思想家，而且在如今，他在全世界的影响力远远超越孔子。老子的学说“玄之又玄”，但是我却没有能发现“众妙之门”，自古以来研讨老子的人太多太多，但我总以为体会到“物极必反”，“无为”之类的人生哲学，对个人来说更有意义。我以为他的许多观念值得我们去深深地思索。

道德经读后心得篇二

地球上万物的生长发育，自然界草木的荣枯，潮起潮落，昼夜的交替；动物界的弱肉强食；人类的演变，社会的发展，都离不开“道”。

什么是“道”？自从学了老子的《道德经》以后，我明白了“道”。原来，“道”就是规律。

世间万物都在遵循各自的规律不停地循环变化。令我印象最深的是水的规律。在七十八章中有这样二句：天下莫柔弱于水，而攻坚强者莫之能胜，其无以易之。弱之胜强，柔之胜刚，天下莫不知莫能行。

是啊！水看起来是最柔弱的东西。如果你正确的利用它，它就会给人类造福，但如果你要去攻击它，你还不一定能胜利。人们说的“洪魔”就是它。

一点点的雨露汇集成了小溪，小溪汇成江河，江河汇集成大海。看似柔弱的水因为它的谦逊和自强不息变得强大了。水，柔中有刚，刚柔相济，无所不能克。天下没有什么能代替它。

《道德经》里还讲了许多做人处世的道理，它让我懂得了只有遵循道法，不断学习，才能使自己变得强大。

俗话说：“谦虚使人进步，骄傲使人落后。”在今后的学习生活中，我将不断地用这句话警醒自己。

道德经读后心得篇三

三年前，大约20xx年夏，感恩给孩子考察幼儿园的机缘，我了解到了一莲瑞德学堂。曾经尝试过加入一莲大家庭。后因一些缘故，机缘还未到。人虽离，心却在。如果用能量场的说法，一莲瑞德学堂有一股巨大的能量，吸引着我，感恩一莲。

20xx年底，开始加入读经队伍，得益于学友们的陪伴，老师的引领，一直坚持到现在。今天虽然是最后一课，但在人生道路上，修行却是刚刚开始——千里之行，始于足下。

记得老师说过，“在生活中遇到困难，我们要找经典做靠山，才会底气十足。”听着，学着，悟着，我感觉到经典是圣贤们的总结，如果把人生看成一场探索，那么经典就是指明灯，当我们陷入迷茫的时候，经典会在冥冥中指引着我，帮助我们拨开云雾，重见天日。

比如，我以前和现在也会有一些执念，接纳力不足，对于人和事物，只接受好的，不喜坏的，但是现在，我能理解了，

人生就如同大自然，有白天，也会有黑夜，两者不是对立的，而是相辅相成的关系。那么，很多时候，心态就会变了，更奇妙的是，当我们的`心改变了，周围的`能量也跟着发生了转变。

最喜欢子复老师的国学课，还有一点就是，老师总能给恰当好处地将经典和育儿巧妙地结合起来，给了我们家长一些启发。

反观我的家庭里，亲子问题不是问题，问题在我自己身上，我与婆婆，我与父母。学了一段经典时间后，我发现我们的争执，不是因为不爱，而是因为太爱了，而这个爱，都太傻了！都是想把自认为好的，带给对方，而忽略了对方真正想要的。当我们收到自己不需要的爱，却不知感恩，反而嫌弃。这样，就进入了情绪恶循环。

学了经典以后，每当唱起《春歌》我都会泪流不止。当然，现在愈来愈好了。

我有时候也会反问我自己，学经典是为了什么？这或许就是原因吧，如今我知道了有一条路是修身，齐家，我会继续走下去。大的方向跟对了，自己的小事，自己处理，醒悟，悔改。

近几年，在国内外新闻中，总能找到经典文化的影子。

得益于学堂，得益于家长涵养班。感恩学堂，感恩经典，新的一年，愿自己：愈错愈改，愈改愈好！

道德经读后心得篇四

《道德经》是春秋时期老子的哲学作品，是中国古代先秦诸子分家前的一部著作，是道家哲学思想的重要来源。以哲学意义之“道德”为纲宗，论述修身、治国、用兵、养生之道，

而多以政治为旨归，乃所谓“内圣外王”之学，文意深奥，包涵广博，被誉为万经之王。

“道可道，非常道”。相信大家都听过这句话，这是《道德经》开篇的一句话，似乎老子什么也不想说了，因为可以说出来的道不是恒常大道。是呀！语言在描述很多高深事物的时候总显得捉襟见肘，而老子开篇就告诉我们：不要局限于文字和语言。正如佛语所言：教外别物，不立文字，直指人心，见性成佛。

“曲则全，枉则直，洼则盈，敝则新，少则得，多则惑。”好多的时候，我感觉老子的智慧与常人的思维是相悖逆的，但细细品味，却蕴藏着深厚的哲理。我们常说：做人要能屈能伸，韩信做到了。只有每天把自己放得很低，才能够学到东西。这就如佛语所言：空才能有，放下才能承担。好多的时候，我们无法做出选择，因为可以选择的太多，就像电视的频道太多了，以至于我们很少能完整地看完一个节目。选择太多往往会使人迷惑，以至最后一事无成。太多的时候后，我们需要有项羽那种破釜沉舟的勇气，其实人生就如白驹过隙，少一些选择往往是件好事。

仁者乐山，智者乐水。《道德经》中几次说到水，比如“上善若水”、“天下莫柔于水，而攻坚强者莫之能胜”。水乃生命之源，造福万物却不求回报。“水滴石穿”的智慧让我们明白何为“柔弱胜刚强”。水本无形，但把水放到什么容器，它就会变成什么形状，所以水的‘无形是至形，李小龙截拳道中的“以无法胜有法，以无限胜有限”正好与此殊途同归。所以老子告诉我们要学习水的智。一句“自知者智，自胜者强”蕴含了无尽的深意。《孙子兵法》有云：知己知彼，百战不殆。人贵有自知之明，而事实却是：太多的人螳臂当车或是妄自菲薄，很多时候，我们会发现自己所扮演的角色恰恰就是自己最讨厌的那个人！所以每天都要不断的战胜自己，超越自己，正如《易经》所言：天行健，君子以自强不息。最大的敌人就是我们自己，所以真正的强者是战胜自己

的人。

读书之中充满了乐趣，而读《道德经》这本充满哲理的书更是乐趣无穷。古人云：“书中自有颜如玉，书中自有黄金屋”、“读书破万卷，下笔如有神”、“读等身之书，可抵百万雄师”，而我觉得，读书要有选择性，同时要能够站在作者的角度思考问题，学会感同身受。另外最重要的一点是：使用知识的主体是人，因为“兵无常势，水无常形，运用之妙，存乎一心”。（梁银祥）

道德经读后心得篇五

道可道，非常道。名可名，非常名。无名天地之始；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。

天下皆知美之为美，斯恶已。皆知善之为善，斯不善已。故有无相生，难易相成，长短相形，高下相倾，音声相和，前后相随。是以圣人处无为之事，行不言之教；万物作焉而不辞，生而不有，为而不恃，功成而弗居。夫唯弗居，是以不去。

不尚贤，使民不争；不贵难得之货，使民不为盗；不见可欲，使心不乱。是以圣人之治，虚其心，实其腹，弱其志，强其骨。常使民无知无欲，使夫智者不敢为也。为无为，则无不治。

道冲而用之，或不盈。渊兮似万物之宗。挫其锐，解其纷，和其光，同其尘，湛兮似或存。吾不知其谁之子，象帝之先。

大肚能容天下难容之事，开口不笑天下可笑之人！进入qq□只为缘而来，为朋友而来，为美好的心情而来，又何必去计较那些鸡毛蒜皮之事？又何必上纲上线，轻松事要严肃为？笑一笑，十年少。一笑泯千愁！！

道德经读后感心得篇六

心里纠结了一下，不知道自己工作忙的时候能不能坚持下来；可是又想听听，毕竟是难得的机会，可以深入了解中国的传统经典，就填了报名表。填表也挺复杂，并非一般性的简历，而是好几页的问题，每个问题都不是三言两语仓促间能答出来的，还得绞尽脑汁想想。

等被录取为正式学员后，才发现还可以旁听的。只能说是缘分。要是一开始知道可以旁听，可能就偷个懒了，毕竟没有那么多要求，所以该着咱成为道五正式学员吧。

那么就开始读经吧，打出来11页，一看也有点望而生畏的感觉，一天读一遍吧，看来是完不成20遍的任务了。上课前，脑子里一直想象，老师是怎样的严厉？会一个一个抽查？“恩，你读了几遍？”

忐忑忐忑地来到学堂，发现老师是慈祥睿智的，学长们是友爱亲切的，气氛是宽松自由的，倒觉得挺符合道德经的精神。

第一讲，老师重点推荐了诵读的学习方式，认为这是中国古代传流下来的好的学习方式，可以不断让意识沉淀下来，有重大的调节身心的作用。而且最好是一次连续诵读三遍，不要入脑，直接入心。

我突然觉得我第一次对这种“机械式”的读书方式产生认同，一方面老师的语气并没有强硬和逼迫，另一方面，我自己多年来的学习经验正是对这种理论的一种印证。

我记得中学学英语的时候，因为很喜欢，几乎没有刻意去背过单词。就是早读课认真读课文，体会英语在舌头上跳跃的感觉，英语的听说读写以及语感一直都很好。到了大学，开始有听力课，发现也不比城市里的孩子差，虽然中学的时候没有上过听力课，但因为自己朗读的过程中，自己的耳朵也

相当于接受了听力训练，所以一点也不觉得吃力。而且在大学生普遍睡懒觉的氛围中，每天我一大早起来就背着英语书到湖边读两篇课文，这样下来，连考试前都不需要特别复习，就可以次次第一，且比第二名多十分左右。当时经济也比较拮据，备考四六级也买不起应考的教辅书，学校发了一本教辅，就把那本教辅反复做两遍。仅此而已。

遇到生疏的单词，多数同学会选择偷懒，问我是什么意思，我就欣然去翻字典，顺便看看例句、搭配以及词性变化，反而最终记忆深刻的是我，而问单词的那个人往往记忆是短时的。

这不正是“大道甚夷，而人好径”的注解么，最笨的方法往往能取得最实在的效果。就像卖油翁一样，“唯手熟尔”。今天我们为了学习，搞出了很多炫目的高科技，电脑□ipad□学习机以及各种介绍学习妙法的图书，但关键在人，其他的不过是工具。如果那个人没有一颗向学的心，再炫目的工具也只是心理安慰而已。

回到我这段时间的读经感受：第一天读，儿子就很感兴趣，脑袋伸过来靠着我坐从头听到尾，老公也很感兴趣，拿起来看了看，问有没有解释。所以，读经不一定非要逼着孩子每天读，自己读就是榜样。头两天读下来，基本上还是入脑的，每一句都想要努力地理解一下什么意思，有些句子比较耳熟能详的，读起来比较有感觉，多数句子没听过的，读起来就要琢磨到底什么意思。第三四天就对着一本解释的书看看，连贯性地了解一下意思。第五六天再读的时候终于舒服点了，虽然那意思基本上又忘了，但感觉至少是个老朋友了。早上起来，会突然冒出几个句子；老公有时候问个问题，我也能突然想出个道德经的句子应对。现在是第二周，对句子比较熟了以后，不求甚解，读的时候已经是麻木状态了，就好像那些句子粘在舌头上出去的。我读的时候，老公和儿子也会躺在床上竖着耳朵听着，也会几个句子。挺好！我想坚持到课程结束，一定会有质变的。。

道德经读后感心得篇七

一、看作者，老子是周朝的史官，史官是整理和编纂史料史书的职位，所以老子博闻强识，在写书的过程中有大量的文献积累和对名著的毕生研究。

二、看哪些人研究过《道德经》并且取得了些怎样的成绩？

这里以曾国藩和马云先生为例。

曾国藩在他告老还乡、在老家湖南修养的时候，因为经历了亲人去世，又感慨自己不得志、效力朝廷时上下关系总处理不好，终日苦闷、哀愁。一天，他偶遇一位老中医，告诉他，你肝火太旺，去读《道德经》！

看完道德经的他连连感慨，这本书如此的宝贵，原来我的答案就全在这里面！于是他为了将书的内容吃透，就随身携带，一遍一遍的朗读，一篇一篇的背诵，书不离身。

曾国藩获得什么样的成绩呢？他与胡林翼并称“曾胡”，与李鸿章、左宗棠、张之洞并称“晚清中兴四大名臣”。并且，在晚清的动荡复杂的时期，曾国藩是为数不多的能够善终的官臣。

第二位成功人士，马云，他创造了一个非常伟大的互联网帝国，阿里巴巴系，让大家足不出户就能完成购买，以及帮助了那些在偏远地区的人们解决农产品滞销的问题。马云先生走到哪里都一直揣着的一本书，就是《道德经》。

其实中国的领导人无不是老子的粉丝，他们都无不是《道德经》的虔诚的学生。

所以《道德经》对于国家、和企业领导人来说都是必取之经。

三、要看他的同类人怎么评价他。

老子是哲学思想家，那么同类人是如何看待他的呢？

黑格尔是德国古典哲学代表人物之一，他的哲学也是马克思主义思想的发源。在他的眼中，老子是他唯一承认的中国千年来的思想家。这是在他研究了中国数千年古代的、当代的思想家之后所给出的一句评价。当然中国也并不匮乏像老子一样伟大的思想家。

四、看发行量：

全球文字出版发行量最大的著作之一就是《道德经》，在德国，道德经的地位仅次于《圣经》，在西方国家，一个出版物能够与圣经的普及度相媲美，足可见它的重要程度。

五、看这部作品的思想发源。

道德经的作者老子，毕生研究《易经》，《易经》被誉为诸经之首，大道之源，是中华传统文化的总纲领。

《易经》认为天地万物都处在永不停息的发展之中，其阐述的就是这个“自然而然”的规律。而老子的道德经共81章，用了37章都是在说「道」，道法自然，意思是道遵从自然的规律，由此可见，道德经是多么的用心在研究和学习易经。

《易经》是研究所有宇宙元素的特性的著作，阴阳二元论是这本书的主导思想，而老子的《道德经》则是从二元论的阴的层面去帮助解决怎样达成一件事情，以无为的思想去成就一个人的梦想，解决怎样才能使其长盛不衰。这是从阴的方面去看待事物。

尝试做一个能够真正让《道德经》为您所用的人，而不是只知道这本著作的名字的人。

道德经读后心得篇八

开篇之前我认为就应先提一个成语——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。老子不好推辞，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。虽然字数不多，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、价值观的辩证方法，包括治国之道、处世哲学、人性修养、军事哲学、养生之道的智慧。

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，不知人生真谛。”再比如说日本的鲁川芳郎，他认为此书有一种独特的魅力，它给世俗世界压迫下疲惫的人们一种神奇的力量。的确，《道德经》一书告诉我们就应怎样释然的对待事物，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”。以一个乐观的人生观、世界观看待天下万物。

道德经读后心得篇九

“不尚贤，使民不争；不贵难得之货，使民不为盗；不见可欲，使民心不乱。是以圣人之治，虚其心，实其腹，弱其智，强其骨，常使无知无欲。使夫智者不敢为也。为无为，则无不治。”

意思是：不推崇有才能的人，使人民不去争夺功名利禄；不以难以得到的东西为珍贵之物，使人民不去偷盗；不显现那些能诱发人们贪欲的东西，使人民的本心不被扰乱。所以，

圣人治理天下，要纯洁人们的心思，满足人们的温饱，减损人们的遗志，增强人们的体魄。永远使人们没有知识，没有欲望。使那些自以为聪明之人不敢自作主张，以无为的方式去对待一切，就没有办不成的事。

老子主张无知无欲，与他所处的历史背景有密切关系。周王朝分崩离析，五霸代兴，战争频繁，野心勃勃的诸侯们都像代周而立，社会生产力在不断的争斗中遭到了极大的破坏。老子面对战乱痛心疾首，因此提出人的本性本来是清静纯洁的，只是受到了名利物欲的隐忧，争名夺利，贪图物欲，于是就产生了奸诈巧伪之心。二者是引起社会动乱的根源。主张去除名利，净化人们的心灵，是一个美好的愿望。

从对于人类文明发展史进行反思这一角度来看，老子的思想是深刻的，具有强烈的危机意识，生存意识。人类文明的不断进步是以破坏环境为代价的，人类已经遭到了大自然的报复。

人类是地球上最有智慧的动物，同时也是破坏地球、污染环境的罪魁祸首。由于人的活动，地球的臭氧层遭到前所未有的破坏。全球平均气温逐年上升，酸雨日益增多。大气、水源、土壤等极大地损害和恶化。大自然已开始疯狂报复人类。据统计，全世界有五分之四的城市居民生活在污染的大气环境中，引用这不符合卫生要求的水。这些污染又翻过威胁着整个人类的生存，全球每年有500万人死于癌症，而癌症决大多数十有环境污染因素引起的。

地球母亲已千疮百孔，伤痕累累。人们为创造了前所未有的知识、财富而沾沾自喜。殊不知，人类在不断创造文明，同时也在不断为自己挖掘着坟墓。