

道德经的感悟和心得体会 道德经章感悟 心得分享(精选5篇)

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，了解自己的优点和不足，从而不断提升自己。那么下面我就给大家讲一讲心得体会怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

道德经的感悟和心得体会篇一

“道可道，非常道，名可名，非常名。”这是我最喜欢的一部经典作品——《道德经》中的一句话。《道德经》像一束阳光，把万事万物的. 奥秘和为人处事的规律照得明明白白，让我心中豁然开朗。

《道德经》告诉我，要尊重事物的发展变化，并注意之间的转化，并难得可贵地告诉我们该如何去对待自己的人生，以及用什么样的态度来过好自己的生活。

“甚爱必大费，多藏必厚亡。故知足不辱，知止不殆，可以长久。”这句话告诉我们：过分私爱必然要有重大的耗费，太多收藏必然会有厚重的损失。以前，我从不知道知足，嫌自己的衣服不够名牌，用的笔不够漂亮，嫌妈妈不够优雅，嫌爸爸不是老板……读了这一章后，我明白了要知道知足。衣服虽比不上一些同学的名牌，但是是新的，而且很好看，我每次穿着到农村，农村的孩子们总是围着我看不够。而我用的笔从不妨碍我做作业，考出好成绩。爸爸妈妈用他们的劳动所得让我丰衣足食，周末陪我爬山捞鱼，还能根据我的意愿，出钱让我学钢琴、唱歌，打乒乓球……可见，我生活是多么幸福，我早就该知足了，于是，我放下了心里的包袱，开始知道满足了，突然发现，我原来可以生活得这么快乐。

“轻则失根，燥则失君”告诉我，办事不能轻率浮躁，否则就无法办成事情。就如去年我准备参加钢琴考级，刚刚开始，我还没有一个音符一个音符仔细弹清楚，我就急着用考级所要求的速度去弹快速的旋律，快是快了，可惜一弹快音符就像被揉成团，乱成了一锅粥。当我看到这一章《道德经》后，发现我弹琴过于草率，我原来的意图是希望自己能快些达到考级所要求的速度，可是因为轻率，急于求成，把曲子的旋律都搞乱了。我静下心来，重新谨慎地把这些音符慢慢“整理”好，很快，曲子就像样了，慢慢地速度也上去了。终于，我通过了考级。我从心里感谢《道德经》，它教会了我做事不要急于求成，要按照规律，踏踏实实努力，才能达到目的。

“无为而无不为”、“天下之至柔，驰骋天下之至坚”……均是《道德经》告诉我的道理，让我渐渐明白了我该怎样对待我的人生，该怎样对待我身边的事物。

道德经的感悟和心得体会篇二

道德经第六十篇是一篇充满哲理的文章，它谈论了人类共同的根本问题——生命的意义，以及如何在实践中寻找自己的生命意义。这篇文章给予了读者很多的启示与思考，下面我将从五个方面来谈一下我对它的感受。

第一段，引出主题

道德经第六十篇是一篇以“治大国如烹小鲜”为开篇的文章，主题是关于修身成就自我的内心，从而实现自己的价值，这是一篇非常有智慧的文章。它提醒我们，每个人都应该关注自己的心灵成长，把小我转化为大我，只有这样才能实现真正的价值，才能在社会上有所作为。

第二段，论述道德经第六十篇带给我们的启示

道德经第六十篇是一篇非常有启发性的文章，它告诉我们，

修身养性，关注内心，进而让自己的行为亲和大自然之间的道，这是一个不断证明自己的过程，也是一个不断超越自我的过程，要想成为有价值的人，就要不断地超越自我，改变自己，完成自我升华和成长。

第三段，论述思考的问题

对于普通人来说，我们总是忙于生活与工作，很少有机会反思自己的人生态度，而道德经告诉我们说，“祸莫大于不知足”。意思是我们不应该总是追逐更高的目标，而是要脚踏实地地做好眼前的事情，相信施行善良的道德行为就是一种基本的自我标准，也是实现自己价值的途径之一，正这些启示使我感受到了自己需要不断反省，看到自己的不足之处。

第四段，论述道德经第六十能够带给我们的启示

道德经第六十篇还给我们很多启示，比如，我们要用宽容的心态去对待人生中的不如意，这样才能让自己的心情变得轻松愉快，也才能更好地理解生命的意义，将生命的价值发挥到极致。通过细心去领悟这篇经典的价值观，体会道家哲学的源头，我们可以得到更加深厚的人生哲学。

第五段，归纳总结

总之，道德经第六十篇是一篇非常经典和有智慧的文章，它告诉我们应该在生命的每个阶段都寻求自我成长和升华，智慧地履行社会责任，为人类作出更大的贡献。我们应该珍惜这篇文章，好好学习并运用它的智慧，在生活中做好每一件事情，让自己的生命获得更多的意义和价值。

道德经的感悟和心得体会篇三

《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，上篇文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、事业顺风顺水，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。

道德经的感悟和心得体会篇四

第一段：道德经是中华传统智慧的精髓，一直以来都对我有深远的影响。通过学习和研读道德经，我开始思考人生的真谛，探索道德的力量，同时也更加了解自己和周围的世界。下面，我将分享我在研读道德经时所得出的一些心得体会。

第二段：道德经强调了自然无为而无不为的境界，告诉我们应该顺应自然，不要强求势力与权谋。这一观点深深触动了我，使我开始思考人与自然、人与社会的关系。过去，我常常把自己与环境对立起来，努力争取个人利益。可是，道德经告诉了我，只有和谐的关系才能获得真正的幸福。于是，我学会了关注他人的需求，关心社会的发展，从而更好地融入这个世界。

第三段：道德经对个人修养有着深刻的启示。它告诉我们如何做一个有修养的人，如何保持内心的平静和宽容。这不仅有助于个人的健康和幸福，也能够影响他人。我在修行道德经的过程中，更加强调内心与外界的和谐。通过反思、冥想和自我调整，我学会了宽恕他人的过失，保持平和的心态，从而更好地与人相处。这样的修养让我更加自信和镇定，也赢得了他人的尊重和信任。

第四段：道德经对于社会治理也有着很大的价值。它强调了以德治国的理念，在今天的社会仍然具有重要的意义。它告诉我们一个强大的国家应该注重人民的福祉，重视道德的教育，而不是仅仅追求物质的繁荣和国家的实力。对于现代社会，这是一个非常重要的提醒。只有通过道德的引领，才能够实现和谐的社会与可持续的发展。因此，我们应该更加重视道德经所倡导的思想，用道德的准则来约束我们的行为，为社会的和谐与稳定做出贡献。

第五段：综上所述，在研读道德经的过程中，我得到了许多宝贵的体验和思考。道德经教会了我如何与自然和谐相处，

如何修养自己，以及如何提供对社会治理的建议。它为我的人生指明了方向，使我成为一个积极向上、有责任感的人。我相信，只要我们每个人都能够从道德经中汲取智慧和力量，未来的社会将会更加美好。让我们共同努力，成为道德经的实践者，为实现和谐社会而努力奋斗。

道德经的感悟和心得体会篇五

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年以来继清代所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。