

2023年老子读书心得 老子读书心得体会(优质5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。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

老子读书心得篇一

感谢甘肃张掖的祁振宸老师来苏州上开发光体时推荐的《道德经》，让我有机会透过熊春锦先生的系列著作的引导，简单正确读《道德经》，读老子心得体会。

3月底从北京德慧智邮购了部分书籍，前面几天读《慧性图文思维教育》，意识到诵的重要性。4月1日开始每天清晨6点在小区河边读大本简体带拼音的《道德经》，从头读到尾刚好一个小时。出门前将小丫读诵的《道德经》cd放入机器里，让孩子在它的背景中醒来。

不到一个星期，九岁的孩子突然要求要学习做饭菜，说自己学会了以后妈妈如果不空或不想做饭时他就可以为大家做。在与外人接触时也越来越变得彬彬有礼，愿意主动招呼（不知是听经的原因还是从他爸爸身上潜移默化来的，过去他是和我一样对人为外冷内热型不愿意主动招呼）。他向我们提的问题也充满哲理。比如：钱物和人哪个重要？世上最难的事情是什么？大人为何喜欢追究过去、争来争去、自己都没有做好却喜欢指责批评小孩子？这些问题其实在道德经中都有答案。大人学习读诵，孩子在无为（仅听cd没有读）中即获得。这不得不让我们惊叹经典的力量。读到《国学道德经典导读》一书第三章第五节熊春锦先生讲述汉字是道德文化的记录时，萌发了学习繁体字的决心（过去曾不解先生王彦赞在追求效率速度的现今社会为何还坚持写繁体字，现在通

过学习了解古人造字的非凡前瞻性，才终于豁然开朗对他心生敬意），便立即换简体版为熊春锦先生校注的《老子道德经》繁体竖版。

身边喜欢读书的年轻姑娘姬晓晨花了两天时间抄写完繁体竖版的《老子道德经》后与我分享，说开始抄写德篇时很费力，坚持抄完到道篇时就变得出奇的顺利。不知她的这一体验是否可证明了要得道定要先修德以及熊春锦先生校注时恢复《德篇》放前《道篇》置后还《老子道德经》原貌的重要意义？事实上我在开始大声读诵时也有和晓晨类似的体验。4月9日读到附在《老子道德经》一书后的《经典诵读心诀》，立即改变之前没有目标的盲读，而是在练习完开发光体课程所学的七个能量之后，借着全身在光的沐浴时观想老子与自己融合再读，发现诵读变得更加轻松，明显感应到声音的共鸣。再将自己诵读过程中得到的启发与熊春锦先生的校注对照（前面仅读繁体经一文并没有看注释），发现不谋而合的地方越来越多了，或许这就是频率接近后能与古人居，与古人谋吧。今天早上在__江客栈禅修和儒教两房外的花园里读时，右小腿前面开始有阵阵热流。声音的启动结合观想能产生更大的能量共振，这是与由杨子军、郑锦燕导师传授的起源于美国欧林的开发光体课程 原理殊途同归。看来无论是__还是美国在很早就都已经发现宇宙能量的秘密。这两位华人心灵导师能将美国的开发光体课程教导传授得比起源中心还要成功，这其中一定得益于导师从小对国学经典的学与实践 四年前在上海锦燕导师曾说过她这辈子离开之前要完成的三件事：

- 一、创办掌上明珠学苑，
- 二、讲道德经还此经之真貌，
- 三、传讲龙华经）。

不断调整改变自己到自然（即自燃，甘愿燃烧自己为世界服务）的状态，依照经典或上师（品德高尚，思想光明之师）

引导去乐行，就能掌握简单诀窍获得宇宙大能。

在十一天的时间中虽然仅凭自以为是的方式在读《道德经》，也很清楚继续下去的收获定会更多，终因无法等待忍不住内心的冲动写下上述初读的心得，期望能吸引更多的朋友加入诵读经典、为人格播下积极正面的种子为命运收割成功富裕的果实，为全国各地不断在身体力行推广德慧智的经销商们喝彩。相信有越来越多家庭的诵读，__的国学道德之光定会在全世界绽放。要提醒大家的是，万法归一，每个人都有最适合自己的修行方法（修正自己行为让其合道与自然融合之法），这需要在对自己充满信心（信心不足者推荐利用简单的心理学科工具——内在交谈全脑开发大师之金头脑组合对自己潜意识作有效改变、提升）的前提下开放、积极、脚踏实地去发现，切忌死搬硬套、东施效颦让自己失去自由，徒生烦恼而误解经典归罪上师。

感谢一直在世界各地不遗余力传播国（医）学文化的当代国学名家熊春锦先生，将自己的智慧凝结成清明正义的文字、简单生动的图表，竭力还经典之原貌，让一直在迷茫甚至错误中等待的人能重新认识老子，吸收《道德经》中的精华，做道德的修真者。推荐有信心朋友读上的熊春锦先生在柏林__文化中心《老子道德经》导读报告——浅论道德救世，定会受益匪浅。

祝福所有朋友

道德之路精进

皆得暇满人生

老子读书心得篇二

在假期中，我读了《老子》一书，谈不上什么理解，只能说

是一些感想、体悟。《老子》虽然并不是专门论述教育的文章，但是里面仍然有很多关于教育的思想。它意蕴深远，让人思考，常读常新。

将老子的思想转换到教育中来，就是自然教育的思想。老子主张清静无为，顺其自然，这与卢梭的自然教育思想异曲同工。按照老子的理解，教育应该顺其自然，而不过过分强调主观意愿。教师的权威应该不被儿童感知到，这才是最好的师生关系。师生双方都要处于谦虚的地位，只有这样才能更好地开展教学。教师应尊重学生的发展规律。尊重自然之道。这些思想，在我们这个年代应该进行批判性继承。

老子认为，一切事物都是相反相成的，所以看问题要辩证地看待。正所谓福祸相依，生活中的许多事情都应该抱着一种平常心，顺其自然。更进一步来讲，要将生活中的每一次遭遇都看成生命成长的历程，将遭遇中的精神、能量转化为自身生命的体验中来。对待生活，要有好的心态，不要过分关注荣辱得失。这样的话，才能做到通过无为达到有为，通过不争而没有人与之争。

老子读书心得篇三

《道德经》又称《老子》，是中国古代先秦诸子分家前的一部著作，为其时诸子所共仰，据司马迁在《史记老子传》中记载老子“居周久之，见周之衰，乃遂去。至关，关(令)尹喜曰：子将隐矣，强为我著书，于是老子言道德五千言而去，莫知始终”，尹喜感动了老子，老子遂以自己的生活体验和以王朝兴衰成败、百姓安危祸福为鉴，溯其源，著上、下两篇，共五千言，即《道德经》，这是道家哲学思想的重要来源。道德经分上下两篇，原文上篇《德经》、下篇《道经》，不分章，后改为《道经》在前，《德经》在后，并分为81章，全文共约五千字，是中国历史上首部完整的哲学著作。因此学习《道德经》对我们探索中国古代最本质的思想道德品格

有重要的作用。

作为一名理科生，直接通读原版的《老子》是具有很大难度的是具有很大难度的，所以我选择了从阅读南怀瑾的《老子他说》开始慢慢感悟，在阅读中，我发现《道德经》并不像一般人所理解的那样，是一部论述道德的著作。事实上，道德二字各有不同的概念。道德经前三十七章主要是讲什么是道，后四十四章主要讲德，简单说来，道是宇宙之道、自然之道，也是个体修行即修道的方法，德是不是通常以为的道德或德行，而是修道者所应必备的特殊的 worldview、方法论以及为人处世之方法，二者并不相同。

首先说一说前面讲到的“道”，即宇宙之道、自然之道，在我看来，主要就是指无为之道。第一句就说到“道可道，非常道，名可名，非常名。”是说作为世界本源的道是可以用语言来形容的，但并不是永恒的。“名可名，非常名。”说的是可以称呼的名不是恒常的名。这一句作为《道德经》的起始，详细阐述了老子对规律的理解。在《道德经》里，道指的就是规律。而道家思想对规律的最根本的见解就是“规律是自然的，变化的，不为人所控制的。”对待规律的根本态度是“充分尊重规律，然后才是利用规律。”这是一种非常朴素的辩证思想。由此可见，以老子为代表人物的道家学派对规律是十分尊重的，这在几千年前的中国是很难能可贵的，这种辩证法虽然很不健全，但却具有非常强的科学性，这对现在我们的唯物论十分有帮助，为后来人们对唯物论的更深一步的研究奠定了一个十分坚实且广泛的基础。而且，从前面的章节中中，我们也可以深刻体会到老子对无为的崇拜。全面体现了我国古代人民对大自然的探索与思考，而这种探索与思考不是盲目的，是非常有计划、有科学根据的，它对中国传统文化思想产生了深远的影响。

“无为而无所不为”是一脍炙人口的名句。关于无为，老子在《道德经》第七篇里也举了一个例子。“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。这不正是由于圣人不自私吗？所以才能构成就了他自己。

无为是一种心境、一种修养，是辩证的。所以对于当代的我们这些大学生理解古代老子的无为论应该以辩证的方法，一分为二的看待，“则其善者而从之，其不善者而改之”。例如对待竞争，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，只有厚积才会薄发。同样，“无为”用在当代待人处世上就是要对人宽容。“海纳百川，有容乃大，壁立千仞，物欲则刚。”

下部德经则主要讲的是人之道，也就是如何将天道应用于人事？我们就不难知道。其实老子写道德经的侧重点便是落在下部德经上面。德，是物化之为，是“道”于宇宙间的布施，是对万物的呵护。道生万物，万物应“德”而得存，万事应“德”而生运化。德，是“道”呵护事、物，沿规律与法则演化之显现。德，是“道”布施于万物生化的永恒“工程主体”。所以说：德行道从。

我认为后文中最经典的莫过于“道生一，一生二，二生三，三生万物。”在这一句话里，是很有趣和抽象的。为何老子认为三生万物，是说明老子认可这个宇宙是只有三样最基本的东西吗？那么，寻找这三样事件与现代物理学对应的是什么？查阅资料分析后得出这三件事就是“运动”、“空间”、“自然力”这三样，可以认为万物都是这三个事件组织而成的事件，没有更多于这三样的东西存在。从此可以推出，“二”就是“动”、“力”这二个事件的存在产生物质的“三”。三就是万物。再往上推，“一生二”中的“一”指的是整体的宇宙，就是我们这一个宇宙，而宇宙是产生动、

力这“二”个现象的根源，从物理学的角度分析，进一步可以认为动力互相转换是自然存在的因果关系。

老子认为，道是宇宙存在的基本源头，也可以认定在自然角度上这个道是指特定的运动轨道。所以在人们对老子的分析中，主要认为他的道，因此把他称为“道家”。其实，对于德，是老子不能忽略的另一个主要元素。德产生道和道产生德是互存的两个基本元素，这也是《道德经》的一个主要重要的内涵。

《道德经》仅小小的五千字，可只要你用心去读去理解，你会发现当中的道理岂是我们区区几千字便能概括的。总之，《道德经》是一部中国古代朴素辩证法的启蒙巨著，是中华民族宝贵文化遗产，它拉开了从古至今几千年来人类对自然规律进行探索的序幕，我们只要辩证的去看待它，取其精华，弃其糟粕，就会对我们这些当代大学生有着重要的指导和教育意义。至少它给我的心灵开启了一道门，引导我如何从小做一个正直的人，一个不追求名利的人，一个健康向上的人。

老子读书心得篇四

老子姓李名耳字聃。于西周末年武丁朝庚辰二月二十五时诞生于楚国苦县厉乡曲仁里。当时的中国呈现出极为灿烂的文化一些杰出的学者和思想家纷纷产生一时出现了百家争鸣的局面。老子就生活在那个伟大的时代那个时代也正因为有了老子才更加伟大。

老子曾做过周朝守藏室的史官。在那里他潜心于书籍之中所以习得鉴往知来的历史所以对人世有了得深的体认。老子运用他深邃的思维创造出了灿烂亘古的道家思想。

其间同时代的另一位伟人孔子来拜访。他向老子请教了很多

问题对老子的博学和科研成果很佩服。孔子怀着感激的心情离开了洛阳。回到鲁国后常常对人赞美老子。

孔子曾用瑰丽的语言赞美老子：鸟会飞我知道；鱼会游水我知道；曾很走我知道；但是龙它在去端在天上无法捉摸深不可测李聃就像龙一样啊！

老子的哲学被称为智者的低语、滋润心灵的甘泉它究竟是怎样的呢？

应该说老子本意是用于政治的但它的主要用处却是在为人处世方面。

人们看事物多是从正面看而老子却是从反面看。以柔克刚就是老子哲学思想的主要内容也是世上竞争者取胜之诀窍。

柔非怯懦而是一种以退为选的权变一种骄敌之志而暗蓄力量的极高计谋。自己示弱可以使敌人不注意而得保全。太刚者锋芒太盛容易招惹事非暴露自己之不足为柔者所败！大柔非柔到刚无刚！

老子读书心得篇五

《老子》的千里之行，始于足下令我终身受用，当我们感叹别人是多么的成功、多么的有钱但是我们只是停留在羡慕的阶段，从来没有坐下来静静地思考，别人为什么这么优秀、这么成功难道他们一生下来就这么成功吗？当然不是，他们之所以走在我们大多数人的前面，是因为他们是一步一个脚印踏踏实实坚持不懈的从一无所有做起，他们所付出的是我们的很多倍，自然就会比常人收获的更多。

工作是这样，学习又何尝不是呢，我们为了取得一个好成绩，在平时的学习中不断的去吸取知识，不断的像土一样，一点

一点的累，成就九层之台，像毫末一样，一点一点的生长，长成合抱之木。

人生亦或如是，人生路漫漫何其修远。我们每面对一个困难，就在人生的路上跨出了一步。这一步看似微不足道，其实对我们每一个人都至关重要。那一步，令我记忆犹新。

考试，看似痛苦，却如同人生一样，每解一道题都如同跨过了一道困难，我记得考试时，开始我做的行云流水，没有丝毫的问题，可越做到后面，就如同陷入泥潭里一般，寸步难行。我费尽脑力，终于一路过关斩将，杀到最后一题，可最后一题如磐石坚硬，油盐不进，我坐在那里冥思苦想，却拿它没有办法。我看向窗外，看着那蔚蓝的天空，纯洁的白云，突然产生一丝明悟，考试如人生，要学会千里之行，始于足下我只是一味的追求答案，却忽略了过程，忽略路上的一切。于是我开始从基础入手，一步一步的向前走，最后费劲千辛万苦，最终把这块磐石打磨成一件艺术品。这次，让我在人生的漫漫长途上，踩下了最困难的一步，但让我对这句千里之行，始于足下有了更深的了解，对老子那博大精深思想，所折服。

老子的思想、智慧，都是前无古人，后无来者。老子在四五百年前便懂得了现在我们人类都难以理解的哲学。他的思想、智慧无时无刻浸润我们的人生，他的语言传承了我们中国璀璨的文明！