# 最新老子道德经第22章感悟(六篇)

来源：网络 作者：平静如水 更新时间：2024-10-06

*我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样我们可以养成良好的总结方法。那么我们写心得感悟要注意的内容有什么呢？下面是小编帮大家整理的心得感悟范文大全，供大家借鉴参考，希望可以帮助到有需要的朋友，我们一起来了解一下吧。...*

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样我们可以养成良好的总结方法。那么我们写心得感悟要注意的内容有什么呢？下面是小编帮大家整理的心得感悟范文大全，供大家借鉴参考，希望可以帮助到有需要的朋友，我们一起来了解一下吧。

**老子道德经第22章感悟篇一**

善为何物?难于言说，只得比方，像水一般，故有“上善若水”之说。

水乃平常之物，举目所及，比比皆是。水虽平凡，却蕴含非凡智慧和品性，远非凡人所及，值得世人好好反省和仿效。

水，乃生命之源，宇宙之本。人，水所为也，地球，亦水所为也，万物生长，皆赖于水。水有如此之功，然并不邀功，有如此之德，然不求回馈。水，恩泽万物而不事张扬，惠及众生而德行谦卑，总往低处流，总往底下钻。

水，不与万物争，不与人计较，你进，她退，你挤，她溢，能屈能伸，看开，大气，超脱，逍遥，故无诟病，少非议。

水，形易变而性难变。倒杯里而成杯之形状，倒碗里而成碗之形状，倒锅里而成锅之形状，外形虽成了别人的外形，品性仍然是自己的品性，放弃该放弃的，坚守该坚守的，外圆内方，灵活自如。

水，看似无力，实则有力，表面软弱，内心坚强。坚硬易折，柔软耐久。水滴石穿，绳锯木断，以柔克刚，以软胜硬。

低调，不争，适应，柔韧，水之大智慧，水之高品性。

何谓道，水即是。

附老子《道德经》第八章“易性第八”：“上善如水。水善利万物而不争，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。

何谓道，水即是。

**老子道德经第22章感悟篇二**

在图书馆借了一本《道德经》，看完后虽然觉得不能完全地读懂老子的思想，但是心中还是感觉一片坦荡，觉得此书对我们深有益处。

《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，上篇一章至三十七章主要讲“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。

**老子道德经第22章感悟篇三**

《道德经》通篇潜藏的一个主题意识是，反对技巧，反对知识、反对乱为，主张静待事务自身的发展，自然成。道家强调乱用知识、乱用技巧、乱用智力，是很危险的事情。不作为，无知识、无智技在道家眼里是成功者的基本特征。主张靠事物发展的根本道理，靠事物的自行演化，不劳而获，是道家的根本思想。

几千年来，道家的以上思想被视为保守、落后甚至反动。我现在认为这种看法可能是不识货的体现。道家强调不作为，无知识、无智技的基础是认为大自然自身会以最合理的方式存在和发展，顺着自然本有的发展事态、追随自然的节奏是最聪明的做法。乱思、乱想、乱研究、乱动颠倒了本末，把人的参与视为自然发展的主要条件，其实事物的发展是事物的自然属性，没有人的干预就能自然发展下去，如果人过度干预会破坏事物最合理的自然发展。一个“有知者”在干预自然的过程中，造成的麻烦比产生的利益大得多!人类那点可怜的“智慧”在大自然的固有智慧面前往往成事不足败事有余!我个人认为道家的思想是非常高深的哲学，对投资有强大的指导意义。

道家强调知道最根本的道理、逻辑和规则后，必须要追求愚、笨、傻、呆，必须少做少为，少思少想，别求知、别发展智力、别发展技巧。严格来讲，道家这个思想对现代科学技术不是一个正确的理论指导。但是对投资来讲，道家的这些观点是最正确的。投资你想得越多，出错的概率越大，你操作的越多，赔钱的风险越大，掌握的知识越多，自以为是的可能性越大，你觉得自己聪明，乱为乱动的可能性越大。所以，少掌握点知识，能不做尽量不做，投资成绩自动提高。你知道终极的总道理就可以了，你知道真正的本质性逻辑和法则就可以，其他的东西能不知道就不知道，能不清楚就不清楚，太知道太明白是有害的。

圣人不为大

《道德经》第六十三章提出了一个与巴菲特的想法一致的观念：“图难于其易，为大于其细;圣人不为大，故能成其大。’’意思是说，杰出的人并不直截了当的去追求大事，难事，而是有意识的不做大事，不做难事。他们做什么呢?他们做的是比较容易成功的小事。对大事难事的把握和控制，在于从简单容易的方向下手，实现远大的目标，不与高难度的问题正面交锋，主动的避开高难度的问题。从小的地方做大事，而不要直截了当的构建一个大的格局，大场面。这样因为没有难度，就没有太大的失败可能性，不断的积累小的成功就能实现成其大的目标。把老子挖出来进入中国股市，会做得好，老子肯定是不懂现在经济，财务经济，金融学说，但他有大智慧，从简单入手，从易处入手，避开难的和大的，从而终成其大。

这个理念也正是巴菲特的核心理念之一，甚至也是巴菲特成功的根源之一，巴菲特：“我从不试图跨越七英尺高的栏杆，我所寻找的，只是容我轻易跨越的一尺栏杆”。巴菲特的意思是“我不做高难度的事，只做杀鸡宰羊的事!问题的难度降低后，错误自然不会发生。”

提升成功率的根本办法是为其易，为其细，为其小，不为其难，不为其大，不为其烦，逐步积累在时间的作用下能够成其大，成其功。这其实才是根本的成功之道。

**老子道德经第22章感悟篇四**

《道德经》是一部中国古代朴素辩证法的启蒙巨著，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。辩证的去看待它，取其精华，弃其糟粕，对我们人生的指导是大有裨益的。

老子以他博大精深的见解，以他虚怀若谷的气魄，向世人阐述了怎样为人处事，怎样进行科学管理，怎样修养身心，怎样求知，怎样治国等等，告诉我们无论做任何事情必须遵循大道(即事物的规律)，不要有太多的欲望“昔之得一者”古来大凡按规律办事的人，“天得一以清，地得一以宁，神得一以灵，谷得一以盈，万物得一以生，侯王得一以天下正。”上天尊重规律可以清澈，大地尊重规律可以安宁，神灵尊重规律可以带来安宁，河流尊重规律可以水满，自然界万事万物尊重规律就可以生生不息，君侯大王尊重规律就可以得到天下。“其致之”推而言之。“天无以清，将恐裂;地无以宁，将恐发;神无以灵，将恐歇;谷无以盈，将恐竭;万物无以生，将恐灭;侯王无以正，将恐蹶。”说的是天空不清澈就可能会爆裂，大地不安宁就可能会塌陷，神明不显灵就可能会消失，河流没有水就可能枯竭，万事万物不能生长就可能灭亡。追求太多，渴望太多，就会被生活所累;如果沉静无为，包容一切，将会满足和快乐，否则就会招来祸患。

老子的《道德经》，以辨证的哲学方式提出了他对于治国与治人方面的主张。《道德经》的前半部主要论述了治国的方略，后半部主要论述了如何治人。

第一段“道可道，非恒道，名可名，非恒名。”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，非恒名。”说的是可以称呼的名不是恒常的名。“无名，天地之始;有名，万物之母。”是说天地刚刚呈现时是没有名的，万事万物逐渐出现时才有了各自的名(但并不永恒)。“故常无欲，以观其妙，常有欲，以观其徼。”意思是之所以经常在没有欲求时来探究它的奥妙，有的时候探究它的倪端。“此两者同出而异名。”是说有和无这两方面都同出于道却有不同的名称。“同谓之玄”都同样可以被认为深远微妙，难以把握。“玄之又玄，众妙之门。”这里指的是这种玄而又玄的道是一切奥妙的门径。

开篇，老子以具体而又抽象的“道”引出“常无欲以观其妙，常有欲以观其徼”，即写出了要认识玄妙的玄，最好便是做到“无欲”。这与他所主张的“清净无为”异曲同工。“无欲”也就是贯穿《道德经》的主要思想。

老子认为人的本性是善良的纯真的。而种.种人类丑恶行为，则应当是不合理不完善的社会制度造成人性扭曲的不正常现象。由此，老子坚持去伪存真，保留人性善美而契合自然之道的东西，摒弃所有引起人的贪欲的东西。他的政治思想，在今天看来，似乎是难以理解。他理想社会中的人民，四肢发达，头脑简单，没有奢侈的物质享受欲望，也没有被各种令人头晕目眩的文化或知识困扰的烦恼。他是一个历史的循环论者。在他的眼里，让人们在一种自由宽松的社会环境中保持人类纯朴天真的精神生活，与自然之道相契合，比物质文明虽然发达，但充满着危机、争斗、谋杀和阴谋的社会制度显然更符合于人类的本性。

他所强调的“无为”，即是顺应自然，其治理社会的效力，显然要比用法令、规章、制度、道德、知识来约束人的社会行为要合理得多，有力得多。这就是“无为而无不为”的基础涵义。而老子的这种社会理想，又是同他的“道”论密切相关的。

出于对自然法则的深刻悟解，老子把适应于“道”的运动，看作是人类政治制度、社会生活以及道德准则都应该遵循的最高准则。具体体现在他政治思想中的即是他鼓吹的“无为之治”和“不言之教”。所谓“无为之治”并不是无所为，而是强调人的社会行为要顺应自然，适用于“道”的运动。具体地讲，就是要求统治者给老百姓宽松的生活和生产的环境，不强作干预，以顺应自然。老百姓在这种怡然自得的生活环境里，无苛政之苦，无重税之忧，自然会感到这种政策的好处，从而达到了“不言之教”的教化作用。

治国如此，那么治人又该如何呢?要以善，以柔，以刚。

老子《道德经》中所陈的治国与治人思想，其意义之深远，至今仍有很重要的借鉴意义。

现今社会，生活、工作的脚步很快，压力又大，人们的脾气也随着变得焦躁与不安。如果能做到善、柔，必定可以平心静气。心静自然凉，生活、工作的情绪就会舒畅起来，效率也会大大提高。不仅如此，善与柔还可以帮助处理好朋友和同事之间的关系，使变得融洽，心情也会阳光不少。

**老子道德经第22章感悟篇五**

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。

在我们的教学上，如果孩子在课堂上走神，当然可以直接批评：“某某，注意听讲!”老实胆小的可能吓一跳，赶快坐好，但过一阵可能又故态复萌;有逆反心理的可能就会脸色不善，甚至嘴里咕噜咕噜地嘟囔，虽然老师是好意，但传递到学生心里却成了恶念，课堂的气氛就有了火药味。有时课堂上学生竟然和老师顶嘴，僵持起来大家都下不了台。学生肯定是不对的，但如果老师“曲则全”，表扬旁边的同学来提醒走神的人，或者请走神者回答一个问题，旁敲侧击地暗示一下，同样是批评提醒，转一个弯，大家心平气和，彼此相安无事，这样岂不是更好?

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。

低头静想，学生要照我的思路去回答，依我的指挥棒去质疑解难。他们还会体会到求知的快乐吗?

教育，是要遵循规律的，就像道德经里所讲：“夫物芸芸，各复归其根。归根曰静，是谓复命。复命曰常，知常曰明。”万事万物，都各有其根本，安静平和地遵循它，等待它，顺应它。放在教育上，我想，是不急不躁，是尽力而为，顺其自然。

成长是个缓慢的过程，教育也是个缓慢的过程，就像老子所说：“道冲而用之或不盈”。在书中，有许多地方都是从自然现象引到社会道理。在论述君主要居于百姓之下就是因为大海居百川之下而容纳百川。在今天的日常生活中，我们逐渐丢失了这种敏感。我们缺少了从细微处看道理的能力。这是一种洞察力，也是一种理解力，更是一种阐释力，需要在日常生活中加以锻炼。

**老子道德经第22章感悟篇六**

读道德经已经仔细读了一年，每一段都以往背诵过，可是此刻竟然也忘记了每一段具体的文字，仅有一点心得留下，我也没法用准确的文字来描述它。可是有几点在结合我的经历进行反思的时候经常出现，记录如下：

1.守弱。我以往小的时候说某某人真厉害，可是等我到了他那么大年纪的时候反而只是认为他是平常人。每当认为自我无所不能的时候，总是自我面临最终的苦果。我有点明白了，道德经里说的弱是一件好事，因为我一个人真的不能做到像上帝一样无所不能，我的认识、思考、本事都是有必须限度的。正是因为我明白了原先自我真的是有限度的认识、思考、本事，所以对待所有人所有事都要认真去对待，因为这么有限的我必须要尽全力才能够把人和事处理好。在每一次的处理中，我看到了人和事的闪光点，我没有遇到过的。

2.谦虚与好奇。正是因为感受到了自我的限度存在的确定性，所以明白自我是弱的。世界的万物是经过我们人的观察，记录，整理构成了文字记载的书籍、数据等。可是我们每个人都是有限度的，所以记录的资料也会是片面的，随后构成的结论更加的可能是片面的。每当我看到一个记录的时候，我就开始透过文字的表面尝试去还原事实，当我回不到记录的场景的时候，我会有疑问的，这个大概就是好奇吧。我透过书籍、生活中的人和事学习，可是因为我的限度存在，所以我看到东西可能是我想看到的，忽视了一些东西，结论也不必须正确。当我无所欲求，心思宁静的时候，得到正确结论的概率越高;当我心境起伏，被贪嗔痴等杂念环绕的时候，必须会得到一个偏离结论，这个偏离的结论将我引向困境。每一个经过我的结论，我总是审视多遍，唯恐得到一个偏离的结论。这个大概就是我认为的谦虚吧。

3.守中。中是阴阳中和的线，是阴阳河蟹的，是不走极端的，可是我觉得应当是保证自我处于最多的可能性。因为守住了最多的可能性，所以面临问题的时候我能有最多的帮忙，最多的解决办法，最好的处理环境，最终我能获得最好的效果。走极端就是不断的减少自我获得各种可能性，最极端仅有一条路“苦海无边，回头是岸”。

4.以无事取天下。我觉得它十分有意思，于是我在想以无事求学，以无事求发展。在那里有所得，可是无以言语可述。

5.外物必反求之。想要少出现问题，那么平时就要力求多出问题。想要更多的财，平时就要不以求财为目标。想要大的功绩，那么就要平时就要将功绩舍于自我的合作伙伴，自我不要一丝一毫的功绩。这是从水近乎道的特性得出心得。此刻因为中国西化严重，变得越来越外物正求，所以求不得，心不平，偏颇走极端。中国的追求是不败，是不停的修正自我处的环境中最低的下限;西方的追求是必须赢，是不断拔高自我处的环境中最高的上限。这个真的是十分有意思。

6.守静。每个人的精力是有限的，动的越多，消耗越大。动的越频繁，受到反弹的压力越大。在追求强权制霸的过程中，真的是人在做，天在看。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找