# 2024年菜根谭阅读心得(3篇)

来源：网络 作者：悠然自得 更新时间：2024-07-22

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧菜根谭阅读心得篇一首先，影响...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**菜根谭阅读心得篇一**

首先，影响中国人甚深的三教思想，虽然在时间的长河里相互碰撞相互影响，但却仍有自己相对的独立性。虽然儒家主张“内圣外王”之最高理想、奉劝世人行中庸之道、持忧患意识;道家主张无为、不争;释家劝诫人们慈悲，忏罪，明心见性等等理念是主流。但是总那么一些不和谐音，让人无所适从。比如：现实的境况中，究竟是要“舍生取义”?还是“明哲保身”?这是个问题。可见人们在同时吸收三教之长的时候，并非那么圆融无碍，往往会出现一些混乱，就像一个人吃得太多太杂，总会有些消化不良。传统思想虽精深，亦驳杂，历来的文人士大夫虽然同是受传统熏习，行状却大有不同，由此可见即使是古人留下的精粹也是要经过再次择捡的。君子们能在几千年思想的光辉中有所取舍，圆融无碍的找到自己的道，实属不易。

其次、在这些教化君子的只字片语中，处处显露着“君子”这种理想人格之外的另外的人性：贪婪者、追名逐利者、依阿权势者、曲谨练达者、肥甘丧节者、骄矜者、我见害心聪明障道者……如此等等，不胜枚举。圣贤书唯教导君子不可同流合污，自堕清白。而这些君子的反面教材，往往仅是以自食因果了结。比如：

弄权一时，凄凉万古

栖守道德者，寂寞一时;依阿权势者，凄凉万古。达人观物外之物，思身后之身，守受一时之寂寞，毋取万古之凄凉。

文章开宗明义，君子应当“栖守道德”，即使“寂寞一时”，也是值得坚守的。由此可见道标是为君子而设立的。君子会“寂寞一时”，显然世人并非个个君子，相反还有很多“依阿权势者”，以至于使君子“寂寞一时”。道德教化往往只重视最高标准，强调君子以道德自律;而不太关注底线，不太注重对恶的强制约束。

单从这本书看来，太重教化，太重精神追求。可是君子的敌人，至少是反面实在是太多了。即使是君子在成圣之前也是有精神之外的需求的，也是不能拔着自己的头发离开地面的。除了理性主义，我们应当树立更加务实的传统，应当关注地面上的事情，关照大多数的人性，用法律树立一道底线。由此，高蹈者自舞之，蹈之;寡廉鲜耻者，即使没有自律，他律之下，也不至于太过下作。

**菜根谭阅读心得篇二**

“欲做精金美玉的人品，定从烈火中锻来;思立掀天揭地的事功，须向薄冰上履过。”这三十二个字就是《菜根谭》的开场白。作者洪应明先生在书里阐明“性定菜根香”的真义，因为万味皆由根处发，“厚培其根，其味乃厚”。

说到人的欲望，大到可以吞噬宇宙，没有几个人能满足于一碟菜根。还记得在孔子的七十二个弟子里，颜回的道德是孔子所推崇的\'，《论语·雍也篇》中，孔子赞美颜回说：“贤哉，回也!一箪食，一瓢饮，在陋巷，人不堪其忧，回也不改其乐。”意思是颜回过着粗茶淡饭的清苦生活，住在简陋的房子里，但他却能自得其乐，丝毫不受外界的物欲困扰，所以被后人称为“亚圣”。“君子忧道不忧贫”，“一箪食，一瓢饮”这些古老朴素的道理，阐述了怎样的人生境界，描绘了多么平淡的幸福画面。

现代社会里，恰恰相反，到处充斥着欲望和诱惑，我们的选择多了，却很少能选择明智的。正如当我们习惯了吃、喝各种气味浓烈的东西之后，已经完全丧失了欣赏凉水、清茶、淡饭的能力;当我们习惯了宝马香车之后，却浪费了上帝给我们用来脚踏实地走路的双腿;当我们习惯了阿谀奉承之后，却忘了耳朵的功能是用来过滤留不住的风声的;当我们习惯了灯红酒绿的奢华生活之后，却忽略了天空是蓝色的，草儿是绿色的。太多太多的习惯，太多太多对美好事物的视而不见，也许若干年之后，回想自己的一生，早没了绿色的草，蓝色的天空，清净的耳根，甜美的味觉，灵活的双腿。到那时，留下的不仅仅是一声叹息吧。

看完这本书，心情顿时感觉明亮了很多，书上讲了很多做人的道理，处事的方法，成功的心态等等，给我很多很多的启示.正如书上所说，一个人的思想不应该被欲望给蒙蔽，太多对物质的欲望会阻止理想的完成，牵绊我们前行的脚步。有了工作，我们还希望工作是轻松的，能赚大钱的，其实手头上的工作能做好了，样样都充满意义;有了房子，我们还希望房子再大一点，再豪华一点，其实房子不就是休息的场所么，能放下一张床足以，在这一次比一次更高的要求中，我们忽略了握在手中的平淡的真实，更遗忘了这份真实中我们拥有的幸福，于是，人生显得越发不如意起来，在欲望的面前，我们成了一只可怜的摇头乞尾的哈巴狗，一个会说话的奴隶。

人生的滋味，真正的口味是平淡。在粗茶淡饭中，体会淡泊的美妙。在精神生活中，得到极大的满足，真切的享受人生。

这本书里阐述了为人应世、淡泊从容、修身养性、怡情适性、功业成败、返璞归真几方面内容。融合了儒家的中庸、道家的无为，从而形成了一套独特的为人处世方式。表现了古人对人生、人际、人性的见解。非常值得一读，我确信读过之后一定会为你打开一个不一样的世界。

亲爱的朋友们，当我们年老，回头看看来时的路，如果我们不够伟大，至少我们应该是善良的。

**菜根谭阅读心得篇三**

洪应明，字自诚，号还初道人，籍贯不详。他的名作是《菜根谭》，和王永彬的《围炉夜话》、陈继儒的《小窗幽记》被人评为处事三大奇书。不过，就文学的艺术而论，其余两部书赶不上《菜根谭》：《围炉夜话》过于拘谨，语言缺乏灵动性，好像一滩浓泥流不开;《小窗幽记》部分语句大胆的因袭了《菜根谭》，那没有添砖加瓦加以掩饰的行为好像是为了表示自己的勇敢。所以这两部书如同同胎兄弟，部分观点是一以贯通的。

据洪应明另一部作品《仙佛奇踪》可知道，他早年热衷于仕途，不过和大多数不得志的文人雅士一样，到了晚年都隐归了山林。他和袁黄、冯梦桢等人是好朋友，难免有些相互的影响。可是多数人不知道《仙佛奇踪》是洪应明的书，只知道一本《菜根谭》，这应该是一般作家的通病，因为自己某一部作品的`过分出名而其他作品黯然失色，甚至有的干脆滞销，惹得出版商不快，又让我们以为这位作家的才情有限，只能做到一支独秀，无法促使百花齐放。

《菜根谭》原书共有三人作序，都是当时名士，足见此书炙热一时。其实这只是一本教人出世入世的小册子，说到底是一本《使用说明》，与袁了凡《了凡四训》情致相当，都是说教口气。全书综合了儒、释、道三者思想，所以领悟起来显得缓慢，有时不知所云。好在书中语言峭拔，意境阔大，颇能引起读者兴趣。书中节目分为“修身”、“应酬”、“评议”和“闲适”四大部分，阅毕后生出些感想，如同秋后算账一样一一记下，给读过的人一些心得上的交流，给未读或在读的人一点铺垫。

第一是“无为”。这本是老庄的产物，洪应明取其神进行说明，将其变成体系化，让自己的观点不仅有据可依，又显得正统。他说“躯壳的我要看得破，则万物皆空而其心常虚，虚则义理来据”，又说“\_\_火炽，而一念及病时，便兴似寒灰;名利饴甘，而一想到死地，便味如咀蜡”，清心寡欲得让人险些丧失味觉。他不像老子直接说“为无为，则无不治”，也不像庄子愤愤劝道“不夭斤斧，物无害者，无所可用，安所困苦哉”，更不想列子挑明了说“天地无全功，圣人无全能，万物无全用”，总归在“无能”二字上。所以洪应明话说得很漂亮，让自己成为《菜根谭》处事规则的生动标榜。

第二是“无欲”。洪应明抄袭了释氏的玄妙，却发展了他们的空灵，传播了佛家的禅宗。例如“彩笔描空，笔不落色，而空亦不受染;利刀割水，刀不损锷，而水亦不留痕”、“心与竹俱空，问是非何处安脚?”、“胸中涤去数斗尘，语言方觉有味”等，都是这种特点的体现。

第三是“清闲”。这是最绝妙的一部分，集中在“闲适”章节里，表现出了古代隐士的雅致。比如“阶下几点飞翠落红，收拾来无非诗料;窗前一片浮清映白，悟入处尽是禅机”，“芳菲园林看蜂忙，觑破几船尘情世态;寂寞衡茅观燕寝，引起一种冷趣幽思”，比较有名的是“宠辱不惊，闲看庭前花开花落;去留无意，漫随天外支卷云舒”。

这本书里的另一个可观之处在语言上，洪应明用了细碎精致的笔法去表现一种雄健放浪的情怀，可是落在条条细则上面，却如同滂沱大浪里面的小水滴，温柔可爱，比如“鸢飞鱼跃”、“波恬浪静”、“沤生大海”、“影灭长空”、“碗茗炉烟”等等。

这是一本值得看的书，在其他类似书籍里它要算较出色的一家，对我们人生以及人生以外的认识会给出一些合适的指引，不至于过早的迷了路。

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