# 最新道德经读书心得文章(15篇)

来源：网络 作者：雨后彩虹 更新时间：2024-06-21

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。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，一起来看看吧道德经读书心得文章篇一《道德经》是由...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。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

**道德经读书心得文章篇一**

《道德经》是由“道”、“德”两部分的论述组成的。道的部分是老子关于道的论述;德的部分是老子关于仁义、礼信的论述。老子的言说代表了他对人生、对自然规律以及对当时政治的态度。《老子》的文体，不同于是《论语》那样的语录集，也不像一般意义上的“文章”。全文约五千字，是由一些言简意精的哲理性语句组成的。各章节大致有一定的中心或连贯性，行文流畅。《老子》中的语言没有太多的修饰，辞藻并不华丽，但所包涵的道理玄奥而深刻，需要反复的琢磨、体会。

当今时代，“物质第一”的浪潮无情地冲击着每一个人的思维方式和价值取向，传统的价值观念逐步失去了重心，大家普遍讲求效率，追求成功，其衡量的尺度变得非常物质化和金钱化。对于一名机关干部来说，如何去面对物质时代的各种诱惑，全心全意地做好本份，为人民服务，我个人以为，就是要按照《道德经》一书中所倡导的独特的人文精神，努力做到平淡处世，清静自省，坚忍不拔。精读之后，我对《道德经》有了一些粗浅的认识。

一、致虚守静----平淡处世

《道德经》十六章有言：“致虚极，守静笃。”这句话强调了致虚守静的工夫修养和复归之理。我理解，所谓“致虚极”，就是“致极虚”;“守静笃”，就是“笃守静”。我想，这是修道的基本方法。“致虚极”是说，自己如果想修道的话，要努力使自己达到极端空虚的境界。极虚指心灵一尘不染，近于真空，就是要去除世俗的妄念杂欲。“笃”是敦厚，笃守就是坚守。“守静笃”就是坚守静寂。

我认为二者的辩证关系就好比动与静的辩证关系：动与静是互为因果的，自己静才能感知外界的动，自己动就无法知道外界的真实。因此，我们的心境只有达到虚静的状态，才会时刻保持谦虚谨慎、不骄不躁的为人处事的作风。作为年轻干部，豪情满怀，思维活跃，是青春的本色，但是要懂得欣赏“宁静以致远”的境界，我想，真正立志高远、有所作为的人应该是低调、内敛，不事张扬，为人谦逊的。对待竞争，我们要敢于去迎接挑战，对待失败我们要报以一种平常心，用合适的方法去改变或适应，这样有助于保全自己和取得最终的成功，所谓“只有厚积才会勃发”。 这就是我由“致虚守静”感悟到的“平淡处世”。

二、净心寡欲----清静自省

《道德经》十二章曰：“五色令人目盲，五音令人耳聋，五味令人口爽，驰骋畋猎令人心发狂，难得之货令人行妨。是以，圣人为腹不为目，故去彼取此。”这一章意在说明人的生理需求与人的无厌欲望不同，正确的养生方法是只满足生理需求，而不是放纵欲望(这一点，已经得到今人的共识，并为科学所验证，实在令人钦佩)。欲望从哪里来，欲望来自感官的永不满足的追求。老子在这里形象地勾画了人们因贪婪染色、染音、染味、染心、染身所导致的严重后果。老子还说“常无欲，以观其妙。常有欲，以观其徼”。人只有没有私心欲望，才能体验到“道”的奥妙，从而适应和符合客观的变化。有私心欲望，就不能体验到“道”的奥妙，即便体验到的，也是有限的，这样人就很难符合客观的变化，人生旅程就会出现很多不如意的事情。所以修道就要修德，没有个人想法，事事顺客观，这就是“德”，“夫莫之命，而常自然，故道生之，德畜之”。人只有去掉了私心欲望，才能放弃个人想法，而能做到事事顺应客观自然。那么在现实生活中，就能够使自己自觉地坚持自我反省，能时刻约束自己的贪欲之心。

我想，我们这些成长在改革开放之后、市场经济环境之下的一代人，大约比我们的父辈们面对物质诱惑更早、更多。在现实生活当中，对于物质诱惑、利益分成，如何保持操守，将成为我们不得不面对的挑战。古人有“慎独”之说，无非是指当人们在一人独处之时更要保持操守。是以，我认为，净心寡欲，做到事事顺应客观自然，于个人来讲是很潇洒的事，古人所谓君子之风，“真名士自风流”的那种风骨，在当下已经是难得一见了，我们常常怀念那个令人心驰神往的魏晋时代……

三、道法自然----坚忍不屈

《道德经》十七章云：“道，常无为而无不为”，老子的无为思想并不是说消极而无所作为，这是对老子《道德经》的误解，老子本意是在教人遵道而行，不妄为。“道”平时是不干预任何事情的，一旦要干预就没有做不到的。按照“道”做事，事事都是成功的，因为“道法自然”，没有哪一件事是不符合自然规律的。“独立不改，周行而不殆。”独自运行而不改变，周而复始地旋转而不停止。说明“道”做事是坚忍不拔、威武不屈的，任何干扰和阻挠都无济于事，它总是坚持不懈地行动下去。所以我们做事就要效法这种精神，要做正确的事、符合客观规律的事，要做时就下定一个必胜的决心。不管遇到什么困难都要不屈服，不管别人说什么，都不要受影响，专心致志、坚持到底。老子还说“民之从事，常于几成而败之，慎终如始，则无败事。”意思是，人们所从事的事业，经常是在接近成功的时候(也是最困难的时候)失败的，在结束时也要和开始时那样慎重处之，这样就不会失败了。即在最困难的时候，必须拿出开始时的决心和信心，千方百计地去克服困难，所谓成功者绝不放弃，放弃者绝不成功，也就是“强行者有志”，这种品质就是符合“道”的，这种品质就能保证你成功。

我从前看过一些西方人撰写的励志丛书，比如卡耐基系列以及《富兰克林传》、《比尔盖茨传》等人物励志传记，那时还没有拜读过《老子》，现在来看，深感《老子》在励志这方面的阐述尤为深刻、朴素、特别，简直是真知灼见!我想，我们这些70后在忙着激情创业之时，应该自觉接受祖国国学的厚重熏陶，勤思考“我在做什么?我想干什么?我要干什么?”三个问题，只有“打有准备的战”才能最终走向成功之路。

总之，细细品读《道德经》，吸取其精华来加强我们的营养，对于我们这些青年人将是另一种意义上的“充电”。近日，中共中央政治局、中央书记处书记、中央党校校长发表重要讲话，特别就读书对领导干部提出了“要爱读书，读好书，善读书”的要求，作为青年干部，在举国上下这种浓厚的读书氛围中，我深深感到对“国学”书籍学习的渴望。我将把对《道德经》的学习作为学习“国学”书籍的一个良好开端，很好的坚持下去。

**道德经读书心得文章篇二**

公司组织学习了曾仕强教授讲的《道德经的奥秘》，透过这次学习我对与老子阐述的思想已有了大概的了解。根据我的所学所得，我有以下几点体会：

一、修身――正确的处世态度

老子就讲了正确的处世态度是功成身退。不要富贵而骄，持才傲物，锋芒毕露。要淡泊名利和地位，才能功成身退。事物发展本来就是向着自己相反的一面，福祸相随，因此在那里奉劝大家见好就收，不要贪图名利，要收敛。第十章，也是讲的修身，这一段用了六句疑问，其实疑问本身就是最好的答案，老子指出人们不管是形体还是精神，不管是主观努力还是客观实际，都不可能完全一致。这样就务必做到心静，洗清杂念，懂得规律，加深自己的道德修养。

这与我自己的生活联系在一齐，在应对生活中的困难时，我要怎样做?从一开始，我的生活就面临很多选取，在没有思考清楚的时候，就去胡乱选取，导致事情的发展一步步到了自己无法控制的地步。如果在一开始，就能静下心来仔细思考，也许事情就不会到进退两难的地步。

二、无为的思想

“无为”不是无所作为，而是不妄为，不去干扰事物发展的规律。老子在第二章首次提出无为的思想，并指出“是以圣人处无为只事，行不言之教”。那里老子指出圣人要能够依照客观规律，处理事情是要去违背事物发展的本质。第三章进一步阐述无为，他既不讲人性恶，也不讲人性善，而说人本来是一张白纸，是纯洁质朴的。不要去贵难得之货，不去尚贤，不见可欲，持续人们的本性。

从那里能够结合我们公司的发展状况，有很多时候，公司发展到必须的阶段，遇到的困难是肯定有的，我们能怎样做呢?如果急功近利，反而会适得其反。

三、以无私来成就“自私”

老子在第七章提出了“以其无私，故能成其私”。我把这种无私精神理解为“不争而善胜”。遇到事情退让无争，将自己置与度外，反而能保全身。这与第八章讲水的特性又紧密的联系在了一齐。在第八章，老子用水来比喻人，来教导人。完善的人格要具备水的特性，要能够忍辱负重，任劳任怨，能尽力的贡献自己的力量去帮忙别人，而不会与别人争夺名利，这就是老子的“善利万物而不争的思想”

联系到我们公司的状况，在本来优越的工作状况下，我们创造了这个公司。在公司处于危难之时，我们从来不去计较个人的得失，都想将公司做起来。我们正是不去计较个人的得失，所以我们信邦在一步步的发展，壮大。这也能够理解为一种团队精神，正是团队成员的无私精神，才能成就我们的公司，公司壮大了，我们个人的财富也会增加，这不正是“以其无私成其私”吗?

**道德经读书心得文章篇三**

老子《道德经》的另一个广博在于任何人读之可以感悟出个体自己领域内的和外延，老子道德经读后感。也就是每个人都可以读出自己贴切的答案和个体标准。

以上是从宏观上对《道德经》的感受。而在微观上，老子对自然存在、科学、宇宙守恒、人文、国家管理、战争、人性、生命、名利、权位甚至物理都有自己独到精确和细致的认识。

下面对《道德经》的某些段落、重要的文句与自己的观念给出个人的感受：

(1)首句：“道可道，非常道;名可名，非常名。”(1章)

“道”可以泛指，自然的方面可以指自然规律，如：星系的运动轨道，物质的自然混成及固有的运动轨道和方式;人文方面可以指人道、道德、人类发展的自然规律。

“可道”是指出宇宙自然规律的确定性和因果关系。也就是宇宙的自然规律的可以被人类认可和确定的现象。

“非常道”又指出人类一旦用言语文字来表达就存在着不确定现象。用物理的观念来分析就可以认为是一种动态的存在使一切都不确定。也可以认为是指出人类的有限性而难于道出自然界的全部或准确的自然动态。

“名可名”就是人类对一切现象的命名，名可名是老子认可了人类思想活动对自然的命名。另一方面，又用“非常名”区分了“人类的名”和“自然的不可名”。

所以这样的一对排比句道出了宇宙无常和人类有常的界限。前面简单的6个字“道可道，非常道”就道出了人类不同参照系下的各种理论体系的存在是一种自然存在的现象。

(2)“无为而无所不为”是一脍炙人口的名句。

无为，不是字面上的直解不做任何事情，而是不做不符合自然规律的事情。当你不做违反自然和违反社会规则的事件时,你所做的其它事件就是无所不为。当然,在这里对“什么是违反自然和社会规律”的“无为”事件的判断是必须具有各种层次的经验和高度智慧。

举一些在自然低层次且简单的例子;例如：你不会游泳，就不要只身跳入海里。不跳海就是一种“无为”。这种不跳入水里就是一种经验的“无为”，而这种无为会给你的生命存在带来关于该问题的保障，这种保障就是一种变相的“无所不为”。上面举的例子是较为简单而浅显的例子，任何人都可以根据经验给出相应的、各种参差不同层次的“无为”和“无所不为”。

(3)人发地,地发天,天发道,道法自然。(25章)

这是一句用大小来定性宇宙存在的相互包容顺序，特别是老子在那个时代能够发现出了我们所看到的天被“道”所包容是一件非常了不起的宇宙观，更有对宇宙的存在给出了终极的自然存在观，而不是给出“神造”的自我臆测，这也是当时时代难能可贵的自然客观存在观念。

在这一章里，还有一句话是“人也大”，这一句主要是对人类精神伟大的特指，换句话，可以认为，人类的精神思维世界可以包容天地而存在。

(4)战胜以丧礼处之(31章)

老子在强兵反战与孙子的战略思想同出一辙，是以不战而胜为上上，而战胜以丧礼处之。说明老子对生命的尊重和不得以而为之的战争策略。

(5)道生一，一生二，二生三，三生万物。(42章)

在这一句话里，是很有趣和抽象的。本解突出用现代物理的思路与之对应。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?就个人的分析就是“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。这是对三生万物的物理分析。

从此可以推出，二生三的物理意义。“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。

最后，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。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81章用《道德经》命名的一个主要。与之对应的是物理学上的《动力学》;可以认为道是由德决定的。对应于运动轨道是由力产生的物理现象。任何轨道如：导弹的运行轨道，物体的运动轨迹都脱离不了力的作用。也就是道是被力所决定的因果关系。反过来，力是由运动的道所产生的现象是人类难于直观觉察到的事件。关于这一点，将来的物理学定会给与正确的认识。因此，宏观地可以认为道德经可以对应于动力学，这是从物理学方面给与抽象观测的认定。由于当时动力学没有得到普遍的认识和推广，把“德”对应于“力”对于我们分析老子的自然科学观或许会有点牵强附会。

然而，在社会科学方面，道德更多的是指人类社会的基本规范。由于人类更注重于社会问题，因而在社会上指人类遵从的社会公德是一种道。在人类道德方面，老子在社会公德提出了比孔子“以直报德”更高层次的“德”是“以怨报德”，关于这一方面的分析范文有很多的解释更好，我就不在这里进行更多的瞎扯。

另外老子对于宇宙自然的相对性、物极必反、中庸之道、道无常、柔弱刚济、处事处世、大小上下、重轻强弱等等相对、绝对的分析都能给出最大参照系的分析和包容，甚至对不确定性、悖论的数学物理关系都能给出抽象的合理分析，这种分析虽然不能给出方程的确定性，然而却能指出方程的不确定性问题。也就是他当时的思维可以直达物理学目前的最高境界“不确定性原理”。

总而言之，《道德经》是在哪个时期，甚至在当代仍然不失为一部对自然科学、社会科学、人文科学直至“天人合一”的简明而客观的经典著作。

上面的分析仅仅是一家之言,着重用与当代物理学有一些必然联系的视角来分析,使之有以更宽的视角和不同于专业道家的分析来充实的。至于和各专家有南辕北辙的分析结论也正是《道德经》的魅力之所在。自然是简单的，所以《道德经》本身也是简单的，仅仅是他所包含的参照系是一个最大的参照系而已。这也是《道德经》的伟大之所在!

**道德经读书心得文章篇四**

在孩提时代的我就曾经接触过圣人老子的《道德经》，大家可以轻而易举猜到当时懵懂孩童的我，对于这本书可谓是“丈二和尚摸不着头脑”。我对老子以及《道德经》的初步认识还得追溯到我爷爷跟我讲的故事。爷爷跟我讲了很多的古代传说，其中就有关于圣人老子的传说——相传老子一夜间就写出了流传千古的《道德经》，骑着青牛，西出函谷关而去，成为神话传说中的太上老君。小时候听着这些传说比较神秘、玄奥的东西，都是和老子相关的，但是老子是谁，什么是老子的学说，他所著作的《道德经》讲述的是什么又有什么意义，却知之甚少，而且那时根本看不懂。

读懂一本书，首先读懂一个人。这是我阅读书籍的座右铭，若光看一本书所讲的内容，而不去深入了解作者为何做此书的种种原因，那就与作者做此书献于世的真正目的了。我不乏有些人著书纯粹是为了赚取稿费或者立名，那样的人不配叫作者，只能勉强称为写作工作者罢了。老子生活在春秋末期，那时天下大乱，诸侯纷争，广大百姓生活在水深火热之中。时代造英雄，时代也会造就文化精神上的佼佼者。

如今很多人称《论语》为做官必学，《道德经》为做人必学，想必有一定的道理可遵循，但便不是如如今说法那样的片面。一本《道德经》涵盖了政治、经济、军事、为人等多方面的内容。换一种比较概括的话说可算为一本百科全书，但是《道德经》真正的分类还得算为哲学著作。

老子道家的学术充满着辩证法，从探讨宇宙天地、自然规律的变化入手，提出“道大，天大，地大，人亦大，域中有四大，而人居其一焉。”真正地以人为本，直接从关注明民生，关注社会弱者，弱势群体出发，老子之道算是弱者之道，对社会人事有重要的现实意义。《道德经》揭示宇宙万物、自然天地、社会与人等及其运动规律，因而是一个博大的哲学思想体系，提出了很多反映事物运动一般规律的哲学概念，对中国文化以及整个世界都产生了极大的影响，黑格尔曾经感慨：世界的哲学故乡在中国!

在老子《道德经》诸多哲学概念中，我最熟透的算是立身处世这方面知识。下面简单的叙述一番。

修身为本的主张在《道德经》中有诸多名句：“罪莫大于多欲，祸莫大于不知足，咎莫大于欲得”、“甘其食，美其服，安其居，乐其俗”，“知足不辱，知止不殆”等等。细细体味一下老子对人生修养和处世的见解，我觉得他的很多话语，句句启迪心灵，不时地在敲打警示，使人醉之复醒，感到好像在痛饮千年陈酿，愈久愈香。

做人修身处世，是一个古老却又常新的话题，每每与人细谈老子哲学时谈到修身处世这话题时，心中总会荡漾起新的体会新的感受。在立身处世这个主张中有一个极为经典的句子——“天下莫柔弱于水，而攻坚强者莫之能取胜，以其无以易之。弱之胜强，弱之胜刚，天下莫不知。”柔弱胜刚强，是老子哲学思想中充满相反想成、对立转化的辩证法的命题，带有普遍真理性的意义。刚刚提到老子以水为例的句子的意思是：天下没有东西比水更加柔弱，可是攻克坚强的东西没有能胜过它，因为没有东西可以代替它。微弱的胜过强大的，柔弱的胜过坚硬的，天下谁都知道。可谓水滴石穿，柔软的水能够把坚强的石头穿透。在老子看来，柔弱胜刚强是自然界的一条法则。它比起强能胜弱，刚能胜柔这一表面肤浅的认识而言，柔胜刚，弱胜强，无疑是认识论上的一个飞跃和深化的实例。这句话告诉我们，新生的、弱小的、暂时处在劣势的事物，最终是要战胜旧的、暂时貌似很强大的事物的强有力的论证。

“上善若水，水利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。居善地，心善渊，与善仁，言善信，政善治，事善能，动善时。夫唯不争，故无尤。”这句话是中大家最熟悉的当属“上善若水”了，老子提倡应该向水的柔弱品质学习，即守柔。为什么呢?因为世界上最柔弱的是水，水能穿透坚硬的石头。推及到人，若人能够做到“上善若水”，所赋予的精神和意义，那么他的心胸会像水那样曾经深邃，待人像水那样爱亲，言谈像水那样真诚，处事像水那样灵活圆通。这样德行高尚的君子，你说是不是一个完美的人，是不是值得我们去学习效仿的人呢?

**道德经读书心得文章篇五**

佛在法会上，手拈一花，视来众，尽皆茫然，独摩柯迦耶会心一笑。佛说：“吾有正法眼藏，涅槃妙心，实相无相，微妙法门，不立文字，教外别传，付诸摩柯迦耶。”

花，本不自生，而是生于植株;也不自灭，而是归于植株。其不自生，亦不自灭，却适时令而存在，它暂居于生命的本体，它所遵循的生命的轨迹，即为“道”。

林语堂说：“我觉得任何一个翻阅《道德经》的人最初一定会大笑，然后笑他自己竟然会这样笑，最后会觉得现在很需要这种学说。至少，这会是大多数人初读老子的反应，我自己就是如此。”

道家文化源远流长，博大精深，道家与儒家的思想摩擦激荡，相辅相成。但我认为：在中国传统的文化思想中，儒为表，道才是最深的内在。

“道”是老子思想的核心。老子认为道是宇宙的本体，世间万物都是由道衍生而成的。故有：“道生一，一生二，二生三，三生万物。”“有物混成，先天地生，寂兮寥兮，独立不改，周行不殆，可以为天下母。吾不知其名，字之曰‘道’”。道是混沌是无极。由此生出鸿蒙之气，内含阴阳，再生而为天地人三才，进而构成世间万物。这是我们后人所理解的道。

然而老子自己却说“道可道，非常道;名可名，非常名。”粗浅的理解为：能够用语言说出道就不是道了。道就像空气，伸手去抓，以为得到了，张开手却空空如也。“人法地，地法天，天法道，道法自然。”这就是天道关系。

“道”既混成了万物，但它又是恍恍惚惚，虚虚幻幻的。在恍惚虚幻中，它有象—有万物的影象;有物—有形形色色的物质实体;有精—有产生和发展的缘由;有信—人们可以凭着一定的方法去发现它、验证它。可见，老子的“道”，就是事物发展变化的客观规律。它先于天地而生，周而复始。今天，科学技术如此发达，科学家们也证实了自然界的发展是有规律的，它存在于互不相同的形形色色的事物之中。此是此，彼是彼，任何事物都按其固有的轨迹运行。人们能够用一定的方法去认识它、体验它、并按照客观规律改造它。由此观之,老子在《道德经》中就已经揭示了宇宙的起初和自然的本源，这比之西方近现代的理论学说早了两千多年。

老子的“道”在自然领域里也极富。

可以说老子生命的代表。如果生命是荒诞的，老子也是荒诞的;如果生命本身是一种怪诞的逻辑，老子也有同样的逻辑。老子只是反映生命的本真。他不给自然添加什么，也不摒弃什么。他不在里面选择，也不赋予它意义;不管自然是什么模样，他都欣然承认。老子愿意相信自然与生命的纯真，他更欣赏不加修饰的天然之气。

而现实社会中，有多少人懂得欣赏自然的美，生命最初的不加修饰的纯真，和万物固有的运行轨迹。现今的人们常常视自己的意志高于生命和自然的真，他们不愿意相信自然的逻辑，任意地去改造自然，享受着经过加工后的变质的生活，与自然斗争。他们认为人生的价值正体现于不断地斗争中。历史，有过惨痛的教训，历史的经验不可谓不深刻。但是，历史更多的时候是在重复着的是极其相似的悲剧。所以这些“善斗”的人类，被自然一次次的还之以颜色，这不得不令人深思。

老子教导人们在大自然面前应该没有选择，只有接受。人们因此认为，老子的价值观和生活观是消极的和无为的。其实，正如老子所讲“人法地，地法天，天法道，道法自然。”遵循着自然，所谓的消极最终会给人类带来福音和一种最积极的结果。相反，那些倡导所谓积极的人会发现正是他们的所作所为带给人类的是使人们走向灭亡的道路和最消极的旅程。

老子的“道”，寓意精深，无法企及。使得我们只能用仰望的目光触及他深刻的思想。而老子所提倡的“徳”也被为后世奉行为处世哲学。

在《经典释文》中，陆德明解释王弼《道德经注》时曾指出：“德，道之用也”。 “道”是事物固有的规律，是神秘难测而又隐蔽在事物内部的东西，是不可理喻的东西，是不可及的。而“德”则是“道之功”、“道之用”，是人们认知事物和改造事物的一种人为行为，是可以理解接受的，是人们可及的。

“道生之,德畜之。”“道之尊,德之贵,夫莫之命而常自然。故失道而后德,失德而后仁,失仁而后义,失义而后礼。” “徳”虽排于“道”之后,但极具现实精神。《道德经》通过“德”这一概念使得个体价值指向一个形而的、具有无限利益的生存领域,从而具有提升现实的人格的意义

“德”不是我们通常以为的道德或德行，而是修道之人必备的世界观、人生态度以及为人处世之方法。

他讲究“圣人无心，以百姓心为心.善者吾善之，不善者吾亦善之，得善.信者吾信之，不信者吾亦信之，得信。”“上善若水” “夫唯啬是谓早服，早服谓之重积德。”

有人说，治徳分为三步。失-徳-道。“徳”为“道”之功，是道德体现，修道先修德。我最喜爱的一句话“上善若水”，敝以为可以作为一生的信条去遵循。这是一种超脱的世界观，一种虽柔弱却睥睨万物的高尚情操。

老子在自然界万事万物中最赞美水，认为水之德是最近于圣人之德的。而理想中的\"圣人\"，是道的体现者。世界上最温柔的事物莫过于水，然而它却能穿透最为坚硬的东西，例如滴水穿石。这就是“柔德”所在。五行之体，水为最微，处于最末。善居道者，为其微，不为其著;处众之后，却常德众之先。以不争而争，以无私而私。这就是水的最显著特性。水滋润万物却无取于万物，并且甘心停留在最低洼、最潮湿的地方。宁处别人之所恶也不去与人争利，所以别人也没有什么怨尤。水有其种种美德堪比圣人，堪谓之“道”。

“上善若水”，就是一种开朗乐观的人生态度。一种修德的必备境界，一种养身之术。我们心中有德，必然愈加崇敬自然和生命，我们离道就更近一层，更能体会到人生的终极哲理。

每本书都有其局限之所在，有其不可理喻之处。如《论语》中的迂腐世故的君子主义，《庄子》的虚幻不切实际。《道德经》中也有其消极避世的一面。但我们不能否认古典的经、史、子、集历年历代给中国人以智慧的启迪，以心灵的释然，以生活的动力，以处于天地之间行动的规则。每一种道理也总不能囊括世间万物，合众人脾胃。因此才有百家争鸣的文化盛宴，与不同世界观的人生。读书在于使人有一种满足感，一种对未知求得解答的渴望。

读罢此书，掩卷暇思，不禁叹服古代人民对自然崇高的敬意，对人生透彻的洞悉。这样如玑似玉的文字，清新畅怀的生活方式，高屋建瓴的理论，虽不尽善尽美，也无可颠覆了。

又云：“上士闻道，勤而行之;中士闻道，若存若亡;下士闻道，大笑之。不笑不足以为道。”层次不同，领悟的道就有区别。道法自然，道亘古不变，看的就是不同人不同心境的理解。读此罢，书受益良多，无以为馈，愿共享此书之精华。

**道德经读书心得文章篇六**

老子的“道”，其实并不像很多人说的那么玄乎，它是指:物质世界及精神世界变化的原因和规律——自然规律。关于“道”是物质还是精神之争，是肤浅的，属于表象范畴。

所谓自然规律:它是自然界的运行法则，是不以人的主观意志为转移的客观运动形式。人们只能通过实践认识它，利用它，却无法改变它，否则，就会受到自然规律的惩罚。

如:生、老、病、死是人生的自然规律。医生只能看病，不能救命，若能救命，普天下的医生岂不都成神仙了?但有很多人并不明白这一点，或不愿相信这个简单道理。特别是很多古代帝王，迷信江湖术士，服用什么“灵丹妙药”，妄图长生不老，结果中毒身亡，反而枉送性命。

“对立统一”，是事物存在的自然规律，也是老子反复强调和证明的观点之一。所谓对立统一，不是单个事物的对立与统一，也不是事物简单的一分为二，而是无数对立的事物交织在一起而相互依存、影响、变化、转换，构成了动态的、丰富多彩的大千世界。因势利导，顺其自然，是老子“无为而治”的思想基础。

“物极必反”，是事物运动的自然规律。是老子反复强调和证明的又一观点。如:钟摆，您说它是在左边?右边?中间?不好说?这是因为我们所看到的钟摆，只是它在某一时段的位置而已。事物如钟摆，人们所看到的事物，只是它在某一时段运动中的表象。由于事物受自身及相关因素的制约，只能在一定范围内运行，所以，——物极必反。人们由此误以为，不偏不倚，“中庸之道”才是至理，殊不知“中庸”只是事物运动过程中某一时段的短暂现象。试问古往今来，有何人、何事、何物，能永远保持或停留在“中庸”之上呢?没有!也决不可能有!

“失衡而动”是事物动因的自然规律，是宇宙的原动力。大家知道:事物都是运动的，但为什么要动?恐怕就很少有人知道其中原因了。近代科学研究发现:物质是无限可分的，我们今天所看到的物质，事实上是无数物质的复合体，从某一个体，到相近物体，乃至整个宇宙，它们相互依存、制约、影响、变化，小到元素周期，大到天体运行，甚至鸟儿飞翔，人类行走，汽车行驶等等，莫不如此:失衡——平衡，再失衡——再平衡，循环往复，构成了对立统一、五彩缤纷的美丽世界。失衡是永恒的、持久的，平衡是局部的、暂时的。物质世界如此，精神世界难道不是这样吗?放眼世界:小到人际关系，大到国家政局乃至国际形势，概莫能外。

水往低处流，这是人们所熟知的水的一条自然规律。也是水在常态下的一种运动形式。但也有例外，如:水受热就会变成气体，会往高处跑;再如:水在太空可以悬浮，这是由于水脱离了地球的引力所致。上述两种现象，就不是水的一般规律所能涵盖的。由此可见:自然规律也是有条件的。同一件事物，时、空及环境改变了，规律也会随之而改变。这就是“规律”的规律了。

老子云:“道可道，非常道”。“人法地，地法天，天法道，道法自然”。人们只有通过自己的感官，全面认识和系统分析客观事物，进而掌握自然规律，利用自然规律，而不违反自然规律，因势利导，顺其自然，才是人间之“正道”。

**道德经读书心得文章篇七**

开篇之前我认为应该先提一个成语——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》一书告诉我们应该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.

我读此书的第一感觉就是一个字——深!可以说,此书中的每一个字都足以让我们用一生去诠释!《道德经》一书只有五千余字,而“道”字却出现了八十多次,那么究竟什么是道呢?老子在第一章曾提到：道可道,非常道.名可名,非常名.故道不可说,这便让我更难以理解此书了,然而,他又在后几章多次为道注解,即使如此,“道”在我脑海里还是很模糊的,毕竟老子是在多方面为道注解的.其中包括宇宙的形成,为人处世,军事治国.老子的这些注解,反而让我对“道”的理解更加不易了.也罢,古今中外,又有多少人能悟道呢?已悟道意的大抵是高僧大儒.而这样就失了老子著书之意.书中多次提到水,第八章开章就是“上善若水”,我们在生活中也经常接触这个成语,而这个成语是什么意思呢?就我个人而言,水是至阴至柔的,而道也就是这样的,善利万物而不争,孕育了我们却不求回报,是故“居善地,心善渊,于善仁,言善信,政善治,事善能,动善时,夫唯不争,故天尤”.我们学习的就应该是象水一样的品行道德——无为而无所不为,不争而不所不得. 处众人之所恶,而得万物之尊崇.所以那先悟得无为大道的高僧大儒才会被我们所尊崇!于是我便从水中悟得一些道性.

水是至柔之物.千军万马难敌一张巧嘴,刀剑锋芒难劈至柔之水.我们知道水是柔的,柔到了极致!我们可以用刀枪炮弹摧毁一些坚硬的事物,例如建筑物,铜墙铁壁.然而你能用刀剑劈开水么?你能用炮弹把水炸一个窟窿么?我们不能!这些强硬的物质只能在水中隐于无形,是故“天下之至柔驰骋天下之至坚”,水与道是没有形体的,你难以捉摸而又触手可及.身边都是道,因为道是“无”.我们知道宇宙是一个无限的空间!这个无限的空间孕育了无数星球,而我们的地球只是这其中一点不起眼的颗粒,只是因其中有生命而独特.我们并不能因为这一点儿自居,应为宇宙中可能会有无数个更高的生命体!他们的科技可能是我们难以想象的!道就是就象是玄牝,所谓的玄牝即女性生殖器,而我们永远都只是她的孩子.永远不能超越她!应该她本就没有形体,只是一种“柔”的表现形式,我们应该学习道和水的柔,只有这样我们的道路才会更平坦,我们的为人处世才会更圆滑.

有些人常认为只有“有”才是可以被我们所利用的.然而实际并非如此,万事万物都不可以独立在“有”之上,只有通过一定的形体才能显示出“有”的价值.而这种无形的形体就是“无”,之所以会“有”是因为“无”.上面曾提到我们宇宙中的星球都是从无中演化而来的.“无”其实就是指空间.比方说我们所住的房子,他之所以有房子的用处是因为其中是空的,能住人,所以有房子的作用.如果房子是一个实体,他就没有任何价值了.再比方说一个糖果盒,因为里面是空的,可以装糖果,也就实现了他“有”的价值.“有”与“无”这两个概念不仅适用于物质与空间.还适用于我们的心理,我们常对父母说,给我们一些空间.如果其他人过多的涉及我们的空间,我们就会觉的心理非常的窄,透不过气,非常的闷.宇宙之所以为宇宙,是因为其有足够大的空间,能把万物都放在其中,而如果人有这么大的空间,我们就会自由!(这里所提到的自由,是绝对的自由)但是,这是不可能的,我们不可能与无形的“道”成相同阶级,或高之.所以我们内心总告诉我们,该做什么、不该做什么.这是因为我们内心的空间是有限空间,而宇宙是一个很大的概念,是无限的!我们不可能与其持平,只能不停的追求!追求“无”.追求一个现实与虚拟“有”与“无”并作的境界.只有这样,才可能达到相对自由,身理心理都会得到放松.

无形的道,至柔的水,都是先驱与我们共同学习的对象,永远都不会停止.

老子的辨证观可谓是玄妙无比,最有名的就是阴与阳了.阴阳可以引申出很多相对的概念,比如正与负,对与错.为什么太极图中的阴阳会是旋涡形的呢?为什么不是由一条线将其分割呢?为什么黑颜色中会有一点白,白颜色中有一点黑呢?我认为这样的设计就是“福祸相倚”和“物极必反”的最好体现.白色中有一点黑,黑色中有一点白是因为世事都有相对面.“塞翁失马”就是一个最好的例子.而当黑将要超越白,白将要超越黑的时候,就会成其相反的颜色,循环往复.而有其他物质肆意破坏就会浑浊.就象人类,万物循环往复是其道之根本.而人类却施加干预——破坏树林、大肆捕杀.这样只会打乱正常的秩序,最后人类也会在这团浑浊的气流的中沉没.然后又恢复正常.古人说过不能涸泽而渔,伐木而猎.翻译成现代也就是不能破坏生态平衡.我们应该正确的、不干预的攫取利益.同时认清福祸的相互转换,不能因为一时的成功而高兴的忘了本象,可能灾难正潜伏在明天,也不能因为一时的失败而气馁,可能幸运就藏在你身后.

读道德经后我总结三十六个字.为无为,无不为,骋至柔,克至坚,习水性,与人善,明阴阳,晓情理,知可止,利于本,有无生,悟道德.

道德经不愧是我们中华文明的瑰宝,其中妙理,还得是你亲自去读才可,每个人读“道”,都可得不同道.

读《道德经》读后感

其实我还是第一次读道德经呢,因着老师这此布置的作业,没办法硬着头皮去图书馆借了本道德经,从读书馆回来的路上,拿着那本道德经,我突然间觉得这本书该是我应该早去读的,看着封面上的几个大字,豁然间心境一片舒坦,究竟是何由,我至今也不懂?

道德经应该说分成上下两部,上部道,下部德.(长沙马王堆出土过上德下道的版本,不过公认是上道下德)

按照这种划分,我们来分开来看它.

道,也就是天道,是自然的规律.

它表现为几个方面,一是“易”,也就是变易的意思,道德经第一句就这样说,“道可道,非常道”,可以说出来的道,也就不是“常道”了.

第二个方面就是“易”的规律,所谓“易”的规律,就是“道曰大,大曰逝,逝曰远,远曰反”,这句话的大致意思就是,万物都是逐步成长,但是“物壮则老”,便要渐渐消减,于是又回到了它的初始状态.

且不说老子写这部道德经上部道经的目的就是阐述道德规律,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.

读了《道德经》之后,最大的感受还是来自于心灵深处某处的弦被触动,.“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.但是仅看当今社会,能做到将自己置之度外的又有几人呢?寥寥可数,高速膨胀的经济时代,让更多的人在利欲面前失去自我.不得不说,这是社会的可悲,更是我们不愿看到的.

《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我岂是区区五千字便能概括的.

老子注重人的无为思想, 无为是一种心境、一种修养,是辩证的.向社会推广无为,有助于国家的稳定,但如果站在历史发展的高度,片面的无为是无助于人类的进步的,所以对于当代的青年人理解古代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.”而无为思想用在为人处事的观点上来看,便是对人宽容.“海纳百川,有容乃大,壁立千仞,物欲则刚.”对人宽容.“海纳百川,有容乃大,壁立千仞,物欲则刚.”

**道德经读书心得文章篇八**

“无为”就是合道之为。通行本《道德经》第一章，老子就把天地未分之前的混沌状态称作“无”(无，名天地之始)。天地未分之前，世上什么也没有，只有“先天地生”的道在“周行而不殆”地运行，布生天地和万物。可见“道”就是世界产生、发展、变化的本原，是天地万物的母体，也就是现在所称的事物运动的客观规律，“无”是道的根本属性。“无为”即是根据事物的客观规律而采取的管理对策，是在对天地万物的运行规律有透彻理解后而采取的最简单而又最有效的管理手段。“无为”是一种管理理念，更是一种境界。

那么怎样才算是“无为”?怎样实施和推行“无为”?由于现阶段对世间万物及其客观规律的认识还很有限，对这些问题也许还没有准确一致的答案。但个人认为“无为”必有以下特点：

一、“无为”以平等为基础。虽然用现代科学的眼光看，天下万物因进化程度或组成的不同，有高等和低等、植物和动物、有机物和无机物等的分别，但在老子看来，天下万物都是由道产生的，它们既没有高低之分也没有贵践之别。在天地和圣人的眼里它们都是草狗(天地不仁，以万物为刍狗;圣人不仁，以百姓为刍狗)，都是一样的、平等的。从人类社会的角度看，天下万物有些是我们生活所必须的，有些是不直接需要的，有些从某种角度看是有害的甚至是致命的，但它们都是道安排给我们的朋友，它们有各自存在的理由，作为天地万物一员的人，不能也不应该根据自己的喜好来决定其它万物的生死。

比如细菌会使人类致病，许多人都讨厌它，但现代科学已证明如果地球上没有细菌，动植物的殘体将无法分解，绿色植物将因缺乏养分而死亡，人类将无法从食物中得到营养，最后地球上的生命将会全部消亡。又比如，若地球上没有土壤等无机物，植物就没了食物来源无法继续生存，若没了植物，食草动物就没了食物，也不能存活，没了食草动物，食肉动物也无法继续存在。由此可见地球上的万物是一个生命链条，每一个都是同等重要，不可替代的。所以人们只能按道的要求与万物平等共处。人和人之间也一样，虽然肤色不同、语言各异、所从事的工作和生活方式也有区别，但在道这个母体面前都是兄弟姐妹，都是这个世界的平等一员。

万物是平等的，也是自由的和多样的。平等是前提，自由和多样是必然的结果，因为万物是平等的，它们各自有自己存在的理由、生存方式和生活规律即有各自的“德”。谁也不属于谁，谁也不能命令别人该怎样生活。世间万物是平等的、自由的和多样的，我们唯一能做的就是真心地按道的要求采取无为策略，让万物按各自的“德”自由平等也生长、生活。

在一个合道的社会里，因为人人都是平等的，所以它们在世间享有的权益(阳光、空气、财富、权势、自由、亲情、健康、病痛、快乐、痛苦等的总和)也是均衡的。比如，你若捐出了财富，你占有的财富是少了，但你却得到了别人的尊重和感激，享受了快乐，你的权益并没有因此而减少;你抢劫得了许多钱，你的财富多了，但你得天天防着警察，天天受到心灵的谴责而痛苦，你的权益也并没有增加。如此等等。如有人想要改变这种均衡性，这是不符合道的准则的，长期看也是肯定办不到。只有采取切实的措施来保护这种平等的权利，保障均衡的权益，才是社会长治久安的最优选择。“圣人”正是透彻地理解了这一点，才顺势而为，采取“无为”的策略。

二、“无为”以加强个人修养和以身垂范为手段。“无为”就是按客观规律办事，就是不妄为、不胡为。因此，要推广和实行“无为”就必须加强对客观规律的研究和探索，以增加所采取对策的目的性和准确性。同时，更为主要的是要加强个人修养，做到以身垂范。要秉持“道德三宝”――慈、俭、不敢为天下先。“慈”就是平等对待天下所有人，不分善、恶、美、丑都要照顾和关怀，象水一样“善利万物而不争”;“俭”就是不甚、不奢，不占有别人的资源和权益，天下人的资源天下人共享，天下人的权益天下人均分。要做到少私寡欲，多予少取。少私寡欲是前提，只有做到少私寡欲了，才可能多予少取;“不敢为天下先”就是在一定的范围内不提倡什么，也不反对什么，即不干涉别人的自由，同时，不争名、不争利、不争功。有了这样的修为，对客观规律的认识就会更深入、更全面，采取的管理措施才会更合道。

道布生了天地，衣养了万物，但道并不占有万物，也没有从中获得一点私利，因为他不谋私利，所以道成了世间万物的母体，它的功劳和功用才永远不会失去。受此启发，创建和管理一家公司也不能仅仅为了本公司的利益而巧取豪夺，所采取的管理措施必须要以有利于公司员工和合作伙伴的成长为前提，只有这样才能成为百年老店;同理“圣人”治国也不是为了个人或为某个小团体获取私利，而只是为了保护万物的平等权利，维护社会的公平和正义，是为了民众生活得更自由幸福。只有以此为目的而采取的措施才是符合广大百姓利益的措施，才是合道的“无为”政策。

三、“无为”以达至和谐为最终目标。实行“无为”就是为了达到人和人、人和环境、各环境因素之间的全面和谐。要实现这样的全面的和谐。领导者除了前述加强个人修养外，在目前对客观规律的认识还很有限的条件下，尤其要做好以下二点：一是善于倾听百姓的心声。“圣人无常心，以百姓心为心”。在对客观事物的认识上，处于第一线的“百姓”对客观事物的接触最直接，认识也最清楚，他们总结出的经验往往也最接近客观规律，他们也最清楚自己是不是得到合道的对待，他们的心声往往也就是“道”的要求，“以百姓心为心”就容易按客观规律办事，是实行“无为”的捷径。二是要当好调和万物矛盾的“气”。“万物负阴而抱阳，冲气以为和”，这个世界充满各种各样的矛盾，不光人和人之间，人和物、物和物之间都充满着各种各样的矛盾(阴阳)，矛盾本是对立的、不可调和的，但因为(道向阴阳之间)冲填了“气”而实现了和谐，由此可见“气”是调和矛盾、实现和谐的关键。

**道德经读书心得文章篇九**

林语堂曾说：“我觉得任何一个翻阅《道德经》的人最初一定会大笑，然后笑他自己竟然会这样笑，最后会觉得现在很需要这种学说。至少，这会是大多数人初读老子的反应，我自己就是如此。”我想这也是每一个人读《道德经》的感受了吧。

其实每个民族都会有智者，会站在人群前面，站在天地之间把他所能看到的世界告诉给他的每一个人。告诉后人，这个世界是什么样的，我们要怎么样才能活得更好，更长久，如何才能不被别人，被自己灭亡。而老子便是这样子的一位智者。

老子将一切归咎于“道”，他认为道是宇宙的本体，世间万物都是由道衍生而成的，故有：“道生一，一生二，二生三，三生万物。”“有物混成，先天地生，寂兮寥兮，独立不改，周行不殆，可以为天下母。吾不知其名，字之曰‘道’”。于是我们后人再次基础上理解的“道”便是——道是混沌是无极，由此生出鸿蒙之气，内含阴阳，再生而为天地人三才，进而构成世间万物。但是老子又说了“道可道，非常道;名可名，非常名。”意思就是说道是不能用语言所说出来的。“人法地，地法天，天法道，道法自然。”这就是天道关系。

“道”生万物，但是“道”亦为虚幻。在恍惚虚幻中，它含万物之影象;有含形色之实体;其实老子的“道”，就是事物发展变化的客观规律。它先于天地而生，周而复始。今天，科学技术如此发达，科学家们也证实了自然界的发展是有规律的，它存在于互不相同的形形色色的事物之中。此是此，彼是彼，任何事物都按其固有的轨迹运行。人们能够用一定的方法去认识它、体验它、并按照客观规律改造它。由此观之，老子在《道德经》中就已经揭示了宇宙的起初和自然的本源，这比之西方近现代的理论学说早了两千多年。

老子的“道”，寓意精深，无法企及。使得我们只能用仰望的目光触及他深刻的思想。而老子所提倡的“徳”也被为后世奉行为处世哲学。

“道”是事物固有的规律，是神秘难测而又隐蔽在事物内部的东西，是不可理喻的东西，是不可及的。而“德”则是“道之功”、“道之用”，是人们认知事物和改造事物的一种人为行为，是可以理解接受的，是人们可及的。

“德”不是我们通常以为的道德或德行，而是修道之人必备的世界观、人生态度以及为人处世之方法。他讲究“圣人无心，以百姓心为心.善者吾善之，不善者吾亦善之，得善.信者吾信之，不信者吾亦信之，得信。”“上善若水” “夫唯啬是谓早服，早服谓之重积德。”

老子在自然界万事万物中最赞美水，认为水之德是最近于圣人之德的。而理想中的“圣人”，是道的体现者。五行之体，水为最微，处于最末。善居道者，为其微，不为其著;处众之后，却常德众之先。以不争而争，以无私而私。这就是水的最显著特性。水滋润万物却无取于万物，并且甘心停留在最低洼、最潮湿的地方。宁处别人之所恶也不去与人争利，所以别人也没有什么怨尤。水有其种种美德堪比圣人，堪谓之“道”。但是在现实社会中，人人都往高处走，难免竞争，有竞争就有争斗，有争斗自然就有流血牺牲。水比人明智，甘居下位，滋润万物而不居功自傲，清净无为而又无所不为。“上善若水”，就是一种开朗乐观的人生态度。一种修德的必备境界，一种养身之术。我们心中有德，必然愈加崇敬自然和生命，我们离道就更近一层，更能体会到人生的终极哲理。

老子云“天地不仁，以万物为刍狗;圣人不仁，以百姓为刍狗”、 “圣人常无心，以百姓心为心”。一言道破天下之事，看破人生之理。世上本无善恶贵贱，人与人本无争斗之意，天地万物本和谐融洽。但由于世人皆需追逐自己所需，觅求自己生存发展之本，于是不断于天地之间人世之中苦心经营、算计不已，一切仁义与邪恶也相反而成。天地本无成人与害人之心，但却造就人际错综复杂，世间本无圣人之现，但却成就社会等级。一切本自然，但却一切又进入繁杂之社会，天地万物、圣人百姓本自然相处，无私无公、无善无恶;却人与人终究摆脱不了关系往来，免不了融于社会，因此一切纷争痛苦皆至。一切人之所想，一切人之欲，一切人之愿，一切人之求，但所有种种皆需要人自己内省不已，都需要自己能够达物达人进而才能达己。

当然每本书都有瑕疵，《道德经》也不例外，他最大的弊病在于过于虚幻，有种避世的消极状态，在现代竞争激烈的社会里，这种消极状态断然是不行的。但是只要我们采撷其长，也会有不少的收获。

读罢此书，掩卷暇思，不禁叹服古代人民对自然崇高的敬意，对人生透彻的洞悉。这样如玑似玉的文字，清新畅怀的生活方式，高屋建瓴的理论，虽不尽善尽美，也无可颠覆了。

又云：“上士闻道，勤而行之;中士闻道，若存若亡;下士闻道，大笑之。不笑不足以为道。”层次不同，领悟的道就有区别。道法自然，道亘古不变，看的就是不同人不同心境的理解。读此罢，书受益良多，无以为馈，愿共享此书之精华。

**道德经读书心得文章篇十**

《道德经》主要是论述两个方面：一是世界本体--自然，即道与阴阳。道为世界之真，用阴阳成物。二是意识。意识为物的本性，以谦柔通于道。在这两个层面上，又构建了两重秩序：一是人，意识与自然间的秩序。这种秩序证明人要尊敬、理解、学习自然。二是人与人之间的秩序。这种秩序就是爱。脱离了爱，这种秩序将不复存在。

一、人，意识与自然间的秩序

\"道生一，一生二，二生三，三生万物。\"万物源于道，道是世界的本体，是唯一的真，唯一的存在，即道就是世界。没胡道就没有世界，世界因道而存在。

\"人法地，地法天，天法道，道法自然。\"《道德经》述道之理，而道之理应效法自然，而人、地、天也亦效法道。效法道应循道而行，利用自然之理，为自己所用，从而造福人类，使人类社会\"天长地久\"。倘若我们不依道而行，抱着\"人定胜天\"的心态，斗天、斗地、斗自然，最终的苦果还是自食。

\"天之道，不争而善，不言而善应，不召而自来，坦然而善谋。天网恢恢，疏而不失。\"\"功成身退，天之道也。\"天有其规律，不是人所能左右的，但我们能够利用其规律，在实践中实现自己所要到达的目标或理想，因为\"天不负有心人\"。但是，功成之后要在适当的时候身退。\"树在招风\"，我们应顺应天意，适时而止，方能自保，安享天下太平，而免遭杀身之祸，这也涉及到后面所写的\"知足\"。

二、人与人之间的秩序

\"是以圣人之治，虚其心，实其腹，弱其志，强其骨。\"要想成为圣人实非易事，要想成为圣人，就应有一颗谦虚的心，不耻下问，努力地用知识与道德来充实自己。，同时，要忌空无实际的志向，应脚踏实地，埋头苦干，结合自身实际，去实现贴合自己潜力的理想与目标。值得注意的是，以上的这些，要有一个前提，那就是有强健的体魄。因为\"身体是革命的本钱。\"

\"不自见，故明;不自是，故彰;不自伐，故有功;不自矜，故长，\"\"以其终不自大，故能成其大。\"\"知人者智，自知者明;胜人者有力，自胜者强。\"人不应有骄傲自大之心，完全忽视他人的存在，骄傲自大只会使自己迷失方向，跌入万丈深渊。\"知彼知已，方能百战百胜。\"\"人贵有自知之明。\"以他人之长补自己之短，充分发挥自己的优势与潜力，一切的困难就不将是困难了，完美的明天将被自己开创。

\"困难于其易，为大于其细;天下难事，必作于易;天下大事，必作于细。\"\"合抱之木，生于毫末;九层之台，起于累土;千里之行，始于足下。\"整体离不开部分，部分有时也会决定整体。我们注重整体的同时，也不应忽视部分的作用。凡大事者，皆从小事做起。即使是社会主义的大厦，也是一块块砖建起来的。因此，我们在实现自己的理想时，要从小事做起，从此刻做起，脚踏实地，埋头苦干，终成大事，实现理想。

\"柔弱胜刚强。\"\"天下之至柔，驰骋天下之坚。\"\"弱之胜强，柔之胜刚，天下莫不知行，莫能行。\"\"天下非刚至强，柔变强。如水滴石穿，绳锯木断等。以柔克刚，柔能胜刚，即使天下至柔之物，也能打败天下到坚之物，这是道之一。但是，天下人皆知其道，而能真正做到的却很少，甚至没有。人民在强权之下，也许是很柔弱的，但在暴政之下，人民看起来的柔弱，却能推翻暴政。如秦朝的来亡，便是一个例子。

\"上善若水。\"静能躁，寒胜热，清静为天下正。\"人是一种高级动物，动物尚有冲动，更何况是人。那么，我们该如何抑制自己的冲动呢这就需要我们修心养性，以致使自己做到\"清静\"、\"无为\"。这样，我们即使应对世间的变幻莫测，乌云密布，也应处之泰然，冷静、沉着地应对，最终将云开见日。倘若自己先乱，即会做出冲动之事，其结果会更糟。

\"夫唯不争，故无忧。\"\"见素抱朴，少见寡欲，绝学无忧。\"\"故知足之足，常足矣。\"\"知足不辱，知此，能够长久。\"人有一大缺点，那就是不知足。人要想改变这一大缺点，就是淡泊名利，少思寡欲，持续一颗平常心，方能知足。知足者，少有烦恼。无烦恼者，常带有微笑，能开心、快乐与幸福，这就能够使自己寿命延长，安度天年。

总的来说，《道德经》惜字如金，字字经典，使人在明白自然这理，依道而行。同时，让人明白世俗中的为人处世之道，以清静无为，使自身开心、快乐与幸福。

**道德经读书心得文章篇十一**

作为充分体现中国古代朴素辩证法神韵的《道德经》，用不多的字数，阐述了道家对宇宙本原和基本存在方式，事物的产生、发展、变化的规律及社会观、人生观的基本思想。虽然文章大部分用近乎诗体的语言，有些晦涩难懂，但用“博大精深”来形容它丝毫也不过分。

我对《道德经》的理解主要是讲求“无为”，“尊重规律”。

第一段“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。“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。

这一段作为《道德经》的起始，详细阐述了老此文来源于文秘写作网对规律的理解。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。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，它不仅对中国传统文化思想产生了深远的影响，其影响也远远超出了中国的范围。

老此文来源于文秘写作网认为坚持按规律办事，一切都会顺利，而违背规律会得到大自然的惩罚。在第三十九章中，他是这样阐述的：“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。”这句话承接上句举了很多例此文来源于文秘写作网证明尊重规律的好处。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，君王不能统治天下就可能颠覆。“故贵以贱为本，高以下为基。”所以富贵以穷贱作为根本，高贵以低下作为基础。“是以侯王自谓孤、寡、不x，此非以贱为本邪非乎?”这局是举例说明上面一句，意思是所以说侯王都用孤、寡、不x这类贬义词自称。这难道不是以贱为根本吗?难道不是吗?“故致数舆与舆。世故不欲如玉，如石。”这是对上面的申论与例证的总结，说的是所以最高的荣誉就是没有荣誉，于是不要要求像美玉那样美丽，像石头那样坚硬。

由此可见，以老此文来源于文秘写作网位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，从这一段中，我们也可以体会到老此文来源于文秘写作网对无为的崇拜。

在现实和一些文艺作品中，我们常常会看到云游四方的道人，他们虚幻而飘渺，空灵且高傲。从他们身上我们看到的是飘逸，感受到的都是那种无为。

老此文来源于文秘写作网说：“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，弱其志，强其骨;常使民无知无欲，使夫知者不敢为也。为无为，则无不智。”所以说圣人的治理方法是让人谦虚，让人博学，减弱人的志向，增强人的体魄，让百姓没有知识和欲望，所以智者也不敢滋事妄为，以自然无为的态度治理天下便没有做不好的事。

关于无为老此文来源于文秘写作网在《道德经》第七篇里举了一个例此文来源于文秘写作网。“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。站在老此文来源于文秘写作网的角度，向社会推广无为，有助于国家的稳定，但如果站在历史发展的高度，片面的无为是无助于人类的进步的，所以对于当代的青年人理解古代老此文来源于文秘写作网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。”

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，只有厚积才会勃发。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。”

《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。

**道德经读书心得文章篇十二**

不知什么时候开始，一群笨偷——小蚂蚁不请自来，住进了我家新装修没多久的墙壁里，它们不仅偷吃我的蜂蜜，搬走我的白糖，还沾污我的餐具、红酒。不仅如此，当我们一家人就餐时，它竟然也爬上了餐桌，当我在房间里度步思考时，有时竟然也看到它在地上晃荡，面对此景，何止是火冒三丈啊。

其实，这些小东西是很笨的，更谈不上思考了。比如当它们偷吃蜂蜜时，竟然不知道蜂蜜是液体会沉，以至我的蜂蜜罐里浸满了它们同类的尸体，当它们侵入我的白糖罐搬白糖时竟会迷失了方向，在那迷宫般的糖堆里打转。我就奇了怪了，这么笨的小东西是怎么在这充满了智慧的世界上生存下去的?

不过要消灭它们却也有一定难度，由于它们住在墙壁里，要找出它们巢穴的准确位置比较难，而且更为主要的是即使找到了，碍于装修好不足二年的墙壁和家俱，却显得有些无可奈何。这里我突然想到了我小时候玩的一个叫“诱蚂蚁”的游戏，小时候在农村，闲着没事时，我们一群小伙伴就用小动物(如蜻蜓、苍蝇之类)的尸体去引诱蚂蚁倾巢出动来搬，然后就用水或火来杀死，这是当时我和小伙伴们玩得最起劲的游戏之一。

在一个星期天，我决定如法炮制。由于没有小动物的尸体，我决定提高档次，用它们最喜欢的冰糖，我从密封的罐里找出一小块冰糖，看准了一只正在找食物的蚂蚁，突然把冰糖放在它的面前。一开始时它还吓了一跳，以为突然来了一个什么大怪物，不一会，发现这怪物不会动，对它没有威胁，它就试着用触角去碰了碰，没反应，再进一步用嘴去添一添，发觉正是它喜欢的美味，它似乎一下了来了精神，它快速围着小冰糖块转了一圈多，然后又倒着转了转，又用嘴添了添，确认这正是它们的美食后，似乎更有点兴高采烈了。它快速地往回跑，从墙壁踢脚线和地钢砖间的一个小缝隙中钻了进去。我不竟暗自得意：小东西，连这么简单的引诱你都看不出来，我看你怎么活。

不一会，原地又钻出二只小蚂蚁，快速来到冰糖处，绕着糖块正着反着转了几圈，其中一只还用触角去碰了碰，再用嘴去添了添，然后它们就分开了，其中一只留在原地，另一只则又快速返回巢穴，不一会，踢脚线和地钢砖间的小缝隙中又钻出蚂蚁来，一只、二只、三只……成群结队地出来了，直奔糖块处而去，这次它们也不再用触角去碰，就直接用嘴去啃了，它们有的站在地钢砖上吃，挤不下的、够不着的就直接爬上冰糖块，从上往下吃，把这块冰糖围得严严实实，而更多的蚂蚁正源源不断地赶来，路上形成一条浩浩荡荡的蚂蚁队伍。不一会有的开始往家里走了，似乎是吃饱了又似乎是去通知更多的蚂蚁来一起享用。奇怪的是这次它们只拼命地吃并没有要往家搬的意思，记得小时候蚂蚁是把小动物往家搬的，现在怎么不搬了?进化了还是习性改变了?

这时我突然想，它们既然不往家里搬，那第一个发现冰糖的蚂蚁要是不回去告诉别的蚂蚁，那这块冰糖就是它一个的了，别的蚂蚁也不一定会刚好找到这里来呀，那就足够它躺在冰糖块上享用一二个月的了，它怎么还要傻乎乎的回去告诉其它蚂蚁呢?这时，我又突发奇想，现在要是有一个人类突然发现这么个宝藏(冰糖对于蚂蚁就好像宝藏之与人类)，他(或她)会怎么办呢?他(或她)会去告诉同事吗?会去告诉小区的邻居吗?会去告诉他或她的国家吗?以现实情况看，我猜99.9%是不会的了，不仅不会，我估计他(或她)还会把它隐蔽起来或设置陷阱以防被其它人看到拿去。实际上，从现实社会的情况看，不要说这些意外的无主财物，有些已有主即已明确是别人家的财物，却还总有那么一些人在挖空心思地想要把它占为己有，君不见，为了占有别人的财物，有杀人抢劫的、有偷窃的、有行骗的、有以权谋私的、有以次充好的、有不顾别人死活乱排污的等等;往细里说，比如各种各样的电话诈骗、短信诈骗以及地沟油、毒奶粉、毒淀粉、毒生姜、毒韭菜、毒豆芽、染色馒头、塑化剂、瘦肉精、苏丹红鸭蛋、老鼠肉做的羊肉……总之一句话为了抢占别人的财物而不顾别人的死活，什么事都干得出。

老子曾说过“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。”可看看现实社会，奢侈品、富翁及排行榜都听得耳朵生茧，现在是污染环境越多、掠夺资源越多、挣的钱越多、得到的头衔和荣誉就越多，只要钱多其它的错误几乎可以不论，即使偶而有批评富翁或“富二代”、“官二代”生活奢靡的，可那口吻却分明是羡慕，巴不得那被批评者就是自己，活生生的一个笑贫不笑娼。在这样的社会里，道德还会在人的脑子里被想起吗?再看教育，现在强调的从小孩开始就要“不能输在起跑线上”，然后整个社会向他(她)们灌输的就是竞争、排名、考试，可曾教育过要友爱、团结、互助?这样一来，本来应是亲如兄弟的同学活生生地成了你死我活的竞争对手。为了排名可以不择手段。呜呼，这样的“智慧”又有多大意思呢?团结、友爱、亲情、道德这一切都已成了真正的奢侈品了……

这时，我再回过头看了看在地上正吃得欢的一群没有“智慧”的小动物，不竟悲从中来：难道人类真的不应该拥有“智慧”吗?蚂蚁，蚂蚁，我怎么忍心杀你啊，我多么希望我是你的同类啊。

**道德经读书心得文章篇十三**

祸兮福之所倚，福兮祸之所伏。”意思是，祸是造成福的前提，而福又含有祸的因素。也就是说，好事和坏事是可以互相转化的，在一定的条件下，福就会变成祸，祸也能变成福。老子说的这句名言，是很有道理的。

老子是中国，也是全世界最早具有辩证法思想的哲学家之一。关于老子其人、其书及其“道论”历来有争论。根据司马迁在《史记》一书中给他写的一个简单的传记来看，他是春秋时著名的思想家、道家学派的创始人。老子，姓李名耳，字聃，楚国苦县(今河南鹿邑县)厉乡曲仁里人。“老子”是人们对他的称呼，“老”是年高德重的意思，“子”是古代对男子的美称。他的生卒年月不详。

老子做过周朝的“守藏室史”(相当于现在的国家图书馆馆长或历史博物馆馆长)，所以他谙于掌故，熟于礼制，不仅有丰富的历史知识，并有广泛的自然科学知识。

公元前520xx年，周王室发生争夺王位的内战，这年4月，周景王卒，大夫刘耿立王子猛为悼王。王子朝杀悼王自立。晋人攻王子朝，立王子匄为敬王。这次内战达5年之久，公元前520xx年，王子朝失败，席卷周室典籍，逃奔楚国;老子所掌握的图书亦被带走。于是，老子遂被罢免而归居。形势的变化，使老子的地位发生变化，使他的思想起了大转变，由守礼转向反礼。

老子由于身受奴隶主贵族当权者的迫害，为了避免祸害，不得不“自隐无名”，流落四方，后来，他西行去秦国。经过函谷关(今河南灵宝县西南)时，关令尹喜知道老子将远走隐去，便请老子留言。于是老子写下了5000字的《老子》。相传老子出关时，骑着青牛飘然而去。

老子的思想主张，大都保存在《老子》一书中。《老子》共81章，分上下两篇，共5000多字。因为它所讲的是道与德的问题，后来人们又称它为《老子道德经》。现在我们所见到的《老子》一书，并不是老子的原著，因有战国时人增益的文字，但其中的主要思想却是属于老子的。

《老子》一书，文词简短，艰深难懂，因此后人作了许多注解。最通行的有西汉时道学家河上公(姓名不详)注，三国时魏国哲学家王弼注，还有清朝时魏源的《老子本义》，等等。下面我们就通过《老子》这本书，来了解老子的哲学和政治思想。

“道”是天地万物的本源。老子是我国第一个力图从自然本身来解释世界，而不求助于超自然的主宰——天帝的意志的哲学家。在老子之前，人们以为宇宙间的万物都有神在统治着，最高的神就是天，又称天帝。这种观念，到了社会大变革的春秋时期才开始了变化。老子就是较早的从哲学方面有意识地、明确地否认天帝的思想家。他在《周易》的基础上，进一步阐明“道”是天地万物的本源。老子“道论”的中心思想是：“道即自然，自然即道”。他说，“道”是万物之母：“道可道，非常道。名可名，非常名。无，名天地之始。

有，名万物之母。”(《第一章》)这就是说，作为宇宙的本源就是道，它是永远存在的。道的运行是自由的、必然的，即按其自身的规律而运行。天地万物都是由它产生的，它是宇宙的母体。

老子认为，道产生了天地，德是道的性能，天地生养着万物，万物各成其形，各备其用。所以万物没有不尊道而贵德的。道的尊崇，德的贵重，不是有谁给它爵位，而是自然而然的。所以道产生天地，德畜养万物，长育万物，成熟万物，覆盖万物。他说：“道生之，德畜之，物形之，器成之。”

是以万物莫不尊道而贵德。道之尊，德之贵，夫莫之爵，而常自然。故道生之，德畜之，长之育之，亭之毒之，盖之覆之。”(《第五十一章》)这样，老子遂把自然创造的根源归于自然本身，从而摧毁了一切超自然的主宰，一切宗教和唯心论的基础。因此，老子的天道自然观，在当时有很大的进步意义，它打倒了宗教的天帝，否认了鬼神的威灵。当然，老子的“道论”刚从传统的宗教解放出来，还未能完全摆脱宗教的影响;他的自然决定论，使人完全听命于自然，轻视了人对自然界的反作用。后来有的哲学家把它发展为定命论，为害颇大。

**道德经读书心得文章篇十四**

其实我还是第一次读道德经呢，因着老师这此布置的作业，没办法硬着头皮去图书馆借了本道德经，从读书馆回来的路上，拿着那本道德经全文后，我突然间觉得这本书该是我应该早去读的，看着封面上的几个大字，豁然间心境一片舒坦，究竟是何由，我至今也不懂?

道德经应该说分成上下两部，上部道，下部德。(长沙马王堆出土过上德下道的版本，不过公认是上道下德)

按照这种划分，我们来分开来看它。

道，也就是天道，是自然的规律。

它表现为几个方面，一是“易”，也就是变易的意思，道德经第一句就这样说，“道可道，非常道”，可以说出来的道，也就不是“常道”了。

第二个方面就是“易”的规律，所谓“易”的规律，就是“道曰大，大曰逝，逝曰远，远曰反”，这句话的大致意思就是，万物都是逐步成长，但是“物壮则老”，便要渐渐消减，于是又回到了它的初始状态。

且不说老子写这部道德经上部道经的目的就是阐述道德规律，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。

读了道德经之后，的感受还是来自于心灵深处某处的弦被触动，。“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。但是仅看当今社会，能做到将自己置之度外的又有几人呢?寥寥可数，高速膨胀的经济时代，让更多的人在利欲面前失去自我。不得不说，这是社会的可悲，更是我们不愿看到的。

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我岂是区区五千字便能概括的。

老子注重人的无为思想，无为是一种心境、一种修养，是辩证的。向社会推广无为，有助于国家的稳定，但如果站在历史发展的高度，片面的无为是无助于人类的进步的，所以对于当代的青年人理解古代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。”而无为思想用在为人处事的观点上来看，便是对人宽容。“海纳百川，有容乃大，壁立千仞，物欲则刚。”对人宽容。“海纳百川，有容乃大，壁立千仞，物欲则刚。”

**道德经读书心得文章篇十五**

老子的“道”，其实并不像很多人说的那么玄乎，它是指：物质世界及精神世界变化的原因和规律——自然规律。关于“道”是物质还是精神之争，是肤浅的，属于表象范畴。

所谓自然规律：它是自然界的运行法则，是不以人的主观意志为转移的客观运动形式。人们只能通过实践认识它，利用它，却无法改变它，否则，就会受到自然规律的惩罚。

如：生、老、病、死是人生的自然规律。医生只能看病，不能救命，若能救命，普天下的医生岂不都成神仙了?但有很多人并不明白这一点，或不愿相信这个简单道理。特别是很多古代帝王，迷信江湖术士，服用什么“灵丹妙药”，妄图长生不老，结果中毒身亡，反而枉送性命。

“对立统一”，是事物存在的自然规律，也是老子反复强调和证明的观点之一。所谓对立统一，不是单个事物的对立与统一，也不是事物简单的一分为二，而是无数对立的事物交织在一起而相互依存、影响、变化、转换，构成了动态的、丰富多彩的大千世界。因势利导，顺其自然，是老子“无为而治”的思想基础。

“物极必反”，是事物运动的自然规律。是老子反复强调和证明的又一观点。如：钟摆，您说它是在左边?右边?中间?不好说?这是因为我们所看到的钟摆，只是它在某一时段的位置而已。事物如钟摆，人们所看到的事物，只是它在某一时段运动中的表象。由于事物受自身及相关因素的制约，只能在一定范围内运行，所以，——物极必反。人们由此误以为，不偏不倚，“中庸之道”才是至理，殊不知“中庸”只是事物运动过程中某一时段的短暂现象。试问古往今来，有何人、何事、何物，能永远保持或停留在“中庸”之上呢?没有!也决不可能有!

“失衡而动”是事物动因的自然规律，是宇宙的原动力。大家知道：事物都是运动的，但为什么要动?恐怕就很少有人知道其中原因了。近代科学研究发现：物质是无限可分的，我们今天所看到的物质，事实上是无数物质的复合体，从某一个体，到相近物体，乃至整个宇宙，它们相互依存、制约、影响、变化，小到元素周期，大到天体运行，甚至鸟儿飞翔，人类行走，汽车行驶等等，莫不如此：失衡——平衡，再失衡——再平衡，循环往复，构成了对立统一、五彩缤纷的美丽世界。失衡是永恒的、持久的，平衡是局部的、暂时的。物质世界如此，精神世界难道不是这样吗?放眼世界：小到人际关系，大到国家政局乃至国际形势，概莫能外。

水往低处流，这是人们所熟知的水的一条自然规律。也是水在常态下的一种运动形式。但也有例外，如：水受热就会变成气体，会往高处跑;再如：水在太空可以悬浮，这是由于水脱离了地球的引力所致。上述两种现象，就不是水的一般规律所能涵盖的。由此可见：自然规律也是有条件的。同一件事物，时、空及环境改变了，规律也会随之而改变。这就是“规律”的规律了。

老子云：“道可道，非常道”。“人法地，地法天，天法道，道法自然”。人们只有通过自己的感官，全面认识和系统分析客观事物，进而掌握自然规律，利用自然规律，而不违反自然规律，因势利导，顺其自然，才是人间之“正道”。

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