# 最新庄子读书心得(通用14篇)

来源：网络 作者：雨雪飘飘 更新时间：2024-06-22

*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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？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。庄子读书心得篇一庄子是我...*

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。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？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。

**庄子读书心得篇一**

庄子是我国古代著名的哲学家之一，他的《庄子》以及《庄子读书心得体会》是我多年来一直喜欢阅读的作品。通过读庄子的书籍，我获得了许多关于人生、自由、自我认知等方面的心得体会。下面将以五段式的连贯结构，分享我在读庄子的过程中所得到的收获。

第一段：顺其自然，活出真我

庄子的著作中，强调了自然状态的重要性，他认为世界的运行本身就是自然而然的，而人们应当顺应这种自然的状态。这就要求我们从琐碎的自我限制中解放出来，追求真我。在阅读庄子的书籍过程中，我深深领悟到活在当下的重要性。过去、未来都无法左右，我们唯一能够掌握的就是现在这一刻。只有在接纳现实的同时，我们才能够真正领悟到自己内在的价值所在。

第二段：去障除障，寻求内心平静

庄子的理论主张“在有为的世界里，寻求无为的状态”，他认为人们应当去掉一切的顾虑和束缚，才能够达到内心的平静。通过阅读庄子的著作，我明白了内心的平静并非来自于物质的追求，而是来自于对自我的理解和调整。只有当我们能够意识到自身的不足，并主动去寻找解决方案的时候，我们才能真正感受到心灵的安宁与舒适。

第三段：保持心灵的自由，不受世俗的束缚

庄子的主张深深地触动了我对于自由与束缚的理解。他认为，现实世界中的许多规则与习俗只是浮云，被束缚于这些东西之中无疑是一种枷锁。通过庄子的书籍，我开始反思自己对于成功、金钱、社会评价等方面的观念。我意识到，这些都是世俗的东西，真正的自由来自于内心的认同和对于内在世界的探索。

第四段：虚无若虚实，自在若自在

庄子的写作风格十分富有哲学思考，他以夸张、讽刺的手法表达了对于人生的独特见解。通过阅读他的书籍，我明白了虚无可能又是充满无限可能的，只有当我们将心境放空，去接纳一切，才能够真正的自在自在。庄子的文字启发了我的思维模式，让我重新审视自己对于人生的态度和价值观，帮助我更加深入地思考生命的意义。

第五段：追求科学与哲学的平衡

通过庄子的书籍，我对科学和哲学两个领域之间的关系有了更深刻的认识。庄子主张要追求科学的认识，但同时也强调了哲学的方向。他认为，科学只是解释现象的一种方法，而哲学则试图探究更深层次的真理。这让我明白了科学与哲学在人类思考中的相互促进关系，只有在科学和哲学两方面的追求中寻找平衡，我们才能够真正理解这个世界，并在其中找到自己的意义。

总结：

通过阅读庄子的著作，我对于人生、自由、自我认知等方面有了更深入的理解。庄子的思想启发了我重新审视人生的态度和价值观，帮助我更加深入地思考生命的意义。通过他的文字，我学会了顺其自然、去除内心的束缚、保持心灵的自由和追求科学和哲学的平衡。这些心得体会在我日常生活中指引着我，让我更加从容地面对人生的各种困难和挑战。庄子的著作在我人生的旅途中起到了重要的指引作用，我会继续努力深入研读庄子的哲学思想，丰富自己的生命阅历。

**庄子读书心得篇二**

抽空阅读了《于丹庄子心得》，很享受这种边阅读边思考人生的过程，同时收获颇丰。于丹的庄子心得，说的通俗些，其实也可以算作是《庄子》的读后感。我是读读后感而感。而于丹这篇读后感，与寻常的那些不同。她用心地研究《庄子》，然后用自己的语言和思想来将《庄子》现代化。就像是一条再肥美的鲈鱼，如果就这么活生生地摆放在你的面前，你是不会有想吃它的欲望，但在经过厨师一道道工序细心烹饪之后，展现在你面前，它就会让你垂涎欲滴。从某种程度上说，于丹就是那个出色的厨师。

其实于丹讲的这些道理，有一定阅读经历的我们是极易理解的。而她举的一些例子，我们也未必没有听说过。应该说她是根据《庄子》一书比较系统地、全面地将其一一呈现在我们面前，循序渐进，不失归整。她给予了我一种立体的思维空间，从庄子到人生，从人生到我的现实生活。我现取书中第二章——境界有大小的部分观点谈谈我的一些想法和感受。

其一，庄子在《逍遥游》里，讲到了这样一个“尧让天下于许由”的故事。尧想把天下让位给许由，许由却拒绝了：你治理天下已经治理得这么好了，那么，我还要天下干什么？我代替你，难道就图个名吗？然后又说了一个很经典的比喻：“鹪鹩巢于深林，不过一枝；偃鼠饮河，不过满腹。”他说，一个小小的鸟在森林里面，即使有广袤的森林让它栖息，它能筑巢的也只有一根树枝。一只小小的偃鼠在河里饮水，即使有一条泱泱大河让它畅饮，它顶多喝满了它的小肚子而已。

天下熙熙皆为利来，天下攘攘皆为利往。但即使是比尔盖茨，睡觉也只需要一张床。你的人生所需要的，其实就这么些。这个道理，每个人都懂，可是真正能够将名利看穿的人，又有几个呢？反观我们的生活，常常被各种各样的急功近利冲得支离破碎。忙忙碌碌一天之后，有否想过为什么而忙碌了一天，也许最终得到的结果早已偏离你的初衷，你却毫无察觉。在工作、生活中，与周遭的人难免有些小疙瘩、小摩擦。可一个人细细想来，其缘由无非是为了一些蝇头小利，有时甚至只是为了逞一时之快，于是不再执着于此，释然。

其二，于丹在书中讲到了一个动态平衡的问题。我们都会骑自行车。自行车如果静止摆在那儿的时候，得靠车支架才能立住，两个轮子是立不住的。但是骑起来以后，两个轮子就可以行进，为什么呢？因为它在动态中保持了平衡。这在静态中做不到。

其实动态平衡是物理学中的一个名词。从理论上来说，即使没有支架，自行车也是能够达到静平衡的。但现实生活中，这种可能却几乎不存在，而动态平衡却极易达到。我们今天的生活中，有太多人应对挑战的时候，感到失去了心理的平衡，那是因为世界在动，而你不动。

与时俱进应该成为我们的一种常态。无论你处于一种什么样的生活状态或是从事何种职业，你都应该不断的学习。这种学习不拘泥于某一种形式，你可以去读一本书或者看一份报；也可以去听一次课或者上一次网；可以是接受新的信息，也可以是习得一种新的模式。

**庄子读书心得篇三**

庄子是中国古代哲学家，也是一位卓越的文字学者和思想家。他在他的著作《庄子》中讨论了许多重要的问题，包括自由、人性、生活的意义等。庄子读书的态度与常人有所不同，他认为读书并不是为了与人争高低，而是为了个人修养和独立思考。他认为，读书应该是一种愉悦的享受，而不是一种压力和负担。因此，庄子强调读书的自由和开放性，注重阅读的乐趣和灵感的获得。

段落二：庄子对于阅读的境界和境界的追求

庄子在《庄子》一书中提到了“辨惑”这一概念，他认为读书应该能够让人摆脱迷惑和疑惑，从而达到真正的境界。他认为，读书是一种心灵的修炼，通过读书可以解决人们内心的烦恼和疑问，使人们达到内心的平静和自由。因此，庄子强调对于书籍的深度思考和独立思考，以及对自己心灵的探索和解放。只有通过不断地追求境界，才能真正领悟书籍中的智慧和哲理。

段落三：庄子读书的意义和作用

庄子认为，读书不仅是一种精神享受，更是一种提高自己能力和扩展自己视野的手段。他认为，通过读书，人们可以获取社会经验和历史智慧，从而在现实生活中更好地应对各种挑战和困境。庄子认为，读书是一种双向的活动，读者应该虚心地吸收书籍中的智慧，同时也要运用自己的智慧去解读书籍，形成独特的见解和价值观。读书不仅是一种个人修养，也是一种社会责任和担当。

段落四：庄子读书的方法和技巧

庄子提出了一系列读书方法和技巧，以帮助人们更好地理解和领悟书籍中的含义。首先，他提出了“养心式”，即读书时要保持内心的平静和冷静，以便更好地理解书籍的精神内涵。其次，他强调了“审读式”，即要对书籍进行仔细审查和分析，理清书中的主题和论点。最后，他提出了“启蒙式”，即读书时要运用自己的智慧和思考，批判性地思考书籍中的观点和论据。通过这些方法和技巧，人们可以更好地理解和领悟书籍中的哲理和智慧。

段落五：庄子读书心得和实践建议

作为一位杰出的思想家和学者，庄子给予了我们许多读书的心得和实践建议。首先，他强调要有独立思考和批判性思维的能力，不盲从于他人的观点和结论。其次，他鼓励我们要不断地追求境界，并对自己的成长和进步负责任。最后，他要求我们挖掘书籍中的智慧和哲理，运用到实际生活中，并与他人分享和交流。通过实践这些建议，我们可以更好地利用读书来丰富自己的生活和提高自己的素质。

总结：庄子读书心得体会

庄子的读书心得体会可以概括为：对于读书要有自由和开放的态度，追求真正的境界和心灵的平静；读书不仅是一种精神享受，更是一种提高自己能力和扩展自己视野的手段；读书不仅是一种个人修养，也是一种社会责任和担当；读书要有技巧和方法，并运用自己的智慧和思考；最重要的是要将读书的智慧和哲理运用到实际生活中，并与他人分享和交流。庄子的读书心得体会对我们指导和启发都至关重要，它提醒我们读书是一种丰富人生和提升自我修养的重要途径。

**庄子读书心得篇四**

庄子认为，一个人要想有自己自由的栖息地，就不要受拘与外物，外物总是短暂而易腐朽的，而生命灵魂才是永恒。不要做财富的奴隶，要做财富的主人，这样，人才能真正的逍遥。否则，就可能迷失方向，失去自我，失去人生对逍遥的享受。

自由的栖息可以让疲惫的心得到安歇，让压抑的心得以释放。自由的栖息需放得下繁华，耐得住寂寞，达到“物而不物”的境界。若是心恋浮华，不舍喧嚣，终不得心灵的安顿。

现实当中，一些事情是我们无法放下的，那样的境界我们很难达到，但是我们应该知道自己想要的是什么，生活没有必要有太多的弯子，弯子太多会使你的心情沉重，影响你的情绪，导致恶劣的结果。其实，只要你够纯粹，把握住人生最重要的真谛，你会觉得前景一片广阔。

有的人对生命有太多的苛求，弄得自己生活在筋疲力尽之中，从未体味过幸福和欣慰的滋味，生命也因此局促匆忙，忧虑和恐惧时常伴随，生活实在是糟糕至极，要知道月圆月亏皆有定数，岂是人力可改变的?不如适可而止，有选择的放下执着，给生命一份从容，给自己一份坦然。

人生一世，谁总是一帆风顺?“物而不物”会另有收获，对于物欲的追求和执着，是人生一切痛苦的根源。

《庄子·田子方》中有一句话：“夫哀莫大于心死，而人死亦次之。”意思是说：最可悲的事，莫过于心如死灰，而身死了倒是其次呢。这说明人的心是最重要的，一个人如果总是对一些事情耿耿于怀，放不下，就会心灵闭塞，好像被绳索牢牢困住，心之将死，无法将他们恢复元气。他们就像一个蚕蛹，用厚重的茧把自己捆缚了起来!

放下很难，可能会带来一时的损失和心痛，可是真正放手后会发现所有的纠结和烦心反而会转化成一片海阔天空，放下是一种感悟，一种心境，是一种对外部事物进行取舍、轻重缓急、远近厚薄的把握，放下你该放手的东西，你会拥有快乐的人生!何不每天在清新的阳光中过日子，洗练一份仁厚清净的心境，无憾无悔的走到生命尽头，抛弃一切尘世的烦扰，留一份开阔的天空给心灵安个家。

**庄子读书心得篇五**

每一个个体和每一件事之间的比较，是没有单纯技巧高下之分的，而只有境界优劣之辨，那么庄子认为辨别境界高低的标准就是是否合乎自然。庄子作为道家的代表人物，认为每一个人要遵循内心的道德，听从自在的声音，而不必有任何外在的刻意。

**庄子读书心得篇六**

庄子教我们如何在人世间做事的学问。做事的学问就是做人的学问。课堂上讲的《人间世》前两段，颜回想要去卫国干一番大的事业，叶公使于齐为不可为之事。类似的事情，在我们日常生活中比比皆是。可是在我们身边的智者太少，在关键的时刻能够给予点拨的人更不可见。于是意气风发时往往头脑发热，哪知“德薄而位尊，知小而谋大，力少任重”，结果很快便阵亡了。而在面临困难的时候，总想绕道而行，却不知只有迎头面对困难才是真正解决问题的办法。但这些在真正做事的时候，却是很难把握得了的。只有在事后总结经验教训的时候才发现这样或那样的问题。

“凡事若小若大，寡不道以欢成。事若不成，则必有人道之患；事若成，则必有阴阳之患。若成，若不成而无后患者，惟有德者能之。”张老师在课堂上强调这个“德”字，德是在和人的互动过程中显现出来的，并非固定，而是活的。我的理解，德是智慧。

青藏高原太远，珠穆朗玛峰太高，我自知身在“上海”，“西藏”是我向往的地方，但我一点不着急赶去那里。张老师在课上说的一段话对我触动很大:大致意思是，我们每个人向内，“反身修己”，把自身在宇宙中表现出的“熵”值降低下来，就是对宇宙最大的贡献。 (注，老师在讲课的时候，发音是ju，但我理解的意思是熵，特此说明)。让自己安静下来，就会看到这个世界动的一面，包括生理的心理的。

我一直认为“无为”比较消极，认为只有不断地去做更多的事才能体现自身的价值。但我又意识到很多的事情做还不如不做，要做就要去做真正有意义的事情，而不是为了做而做。 “反身修己”，让自己安静下来，是让自己能够倾听内心的声音，去掉杂音，而非人云亦云随大流，丧失了自我。中国传统文化中的“艺”，诸如琴棋书画，无不都是让人安静下来，表达自我内心声音的方式。

在古典书院学习，我一点都不着急，我一不为文凭，二不为就业。我深知欲速则不达。和一群有相同爱好的同学在一起学习，切磋，进步，还有老师授业解惑是一件无比快乐的事情。我知道，如果这样坚持下去，反复去做，一定会在不知不觉中变化气质。

**庄子读书心得篇七**

“独与天地精神往来”，与天地精神沟通，再没有什么能够束缚思想，所谓随心所欲了。

在于丹的《庄子心得》中，感触较深的有两个方面，一是内方外圆，一是“一个人的境界决定了他的思维方式”。

庄子托孔子说，“古之人外化而内不化，今之人内化而外不化。”外化而内不化，要随着外界的变化而变化，而自己的内心却要一直坚持原则。这解决了一个问题，坚持原则和随外部变化是相辅相成的融合关系，而不是相对关系。只有能随外界变化而变化才能适应环境，如果不能适应环境，就会与环境冲突，而在无力瞬间改变环境的情况下，只能被环境慢慢侵蚀，被环境同化或者抛弃。而随外界变化并不是无原则的变化，而是在坚持内心原则的变化，适应环境才能更好的生活，即使要改变环境，也是体会到环境的基础上再做出的改变，而不是盲目的改变。对内坚持原则是不变的原则，否则就失去了自我。在坚持自我的基础上主动适应环境。

**庄子读书心得篇八**

我们已经走的太远，以至于忘记了为什么而出发。

——题记

经济滑坡，名不聊生，贪腐横行，物欲横流。

合纵连横，人才辈出，制法变革，思想汇集。

这，便是战国。

时代呼唤英雄，人民期盼变革。商鞅、毛遂、白起、赵奢……无数英雄豪杰汇成了不朽的诗篇。在历史的星河上闪烁。然而，有这么一位老人，他不求闻达于诸侯，不屑锦衣与玉食，他只愿在自己的烂泥巴里快乐而又自由地打滚。其人谓谁?蒙城庄周也。

庄子是诸子百家中一位重要的代表人物。他的文章气势磅礴，纵横恣肆;他的思想深邃宏阔，宏盖古今;他的寓言想像奇特，寓意深远;他的风格嬉笑怒骂，了无拘囿。

读《庄子》，读到的是豁达与超越。庄子在《齐物论》里提到“天地与我并生，而万物与我为一。”万物的知识、标准不一。所以“人为”的标准，并不是“唯一”绝对的标准。就像《逍遥游》中所述的那只庞大的怪鸟，当大鹏在九万里高空的浑然苍茫境界，便是打破了一切人为的“相对”。昭文不再弹琴，因为他在弹琴时，只要发出一个声音便失掉了其他的声音，只有不弹时，才会五音俱全。这正如陶渊明的“五弦琴”。

读《庄子》，读到的是洒脱与淡然。何谓逍遥?列子御风而行，自由自在，这是逍遥吗?答案是否定的。列子飞行忘不了风，也只能成为世俗的幻想与浅见。真正的逍遥在我们的心。如庄子“无为而无不为”“天人合一”，面对世俗，嬉笑怒骂，皆由性情，他逍遥于世间，淡泊于名利。面对惠子“搜于国中三日三夜”，庄子淡然一笑，“今子以梁之宰相而吓吾也。”何等淡然。正如南朝诗人柳恽就曾在他的《咏蔷薇》里有言：“不摇香已乱，无风花自飞。”

读《庄子》，读到的是坦然与欣慰。庄子妻子死时，他鼓盆而歌，有人不解，有人谴责，但他却悠然地依旧如此，因为他渗透了生命的真谛，生是自然，死亦是自然，生固然可贺，死何尝不是回归，一如中国民间的红是喜事，白亦是喜事。

《庄子》是哲学的天籁，更是我们心灵的琴音，他让我们找到了那个最本质的自己，花开花落，静谧无声，这是心灵的盛宴。

无论你再走多远，请你一定一定不要忘记，自己原来出发的目的。

**庄子读书心得篇九**

最初知道庄子，是从父亲嘴里那个《庄周梦蝶》的故事开始的。从此，那只舞动着绚丽的羽翅、翩翩起舞的蝴蝶便在我的小脑袋里不停地飞呀飞，让儿时的梦中有了一次次醉心的微笑。

如今的我，最喜欢在深夜，燃一盏孤灯，品一杯香茗，握一卷《庄子》，反复揣摩“昔者庄周梦为蝴蝶，栩栩然蝴蝶也，自喻适志与!不知周也。俄然觉，则蘧蘧然周也。不知周之梦为蝴蝶与，蝴蝶之梦为周与?周与蝴蝶，则必有分矣。此之谓物化。”庄子不是一部书，而是一个世界。掩卷而沉思，庄子的思想，仿佛是注入一股清泉，对心灵进行着一次次洗礼。

不是吗?庄周化为蝴蝶，从喧嚣的人生走向逍遥之境，是庄周的大幸;而蝴蝶梦为庄周，从逍遥之境步入喧嚣的人生，恐怕就是蝴蝶的悲哀了。但是庄周梦蝴蝶是他渴望的境界，渴望的选择，并不是每个人都向往逍遥之境。蝴蝶梦庄周，这是蝴蝶的选择，蝴蝶的向往，不能一概而论 。

庄子一直在讥讽颠倒的世界，嘲笑那些为功名利禄，蝇营狗苟之徒，讽刺那些为眼前蝇头小利，毁坏天人和谐的小人。庄子一生贫而不穷，家住陋巷，以织草鞋为生，有时甚至无米下锅，要向人借粮。但是他却能随心所欲，自得其乐。就是这样一个一贫如洗的人，断然拒绝了楚王送上门的相国之位，自称宁愿做一只在淤泥中拖着尾巴、自由自在的乌龟，也不愿意当供奉在庙堂上，受人尊敬的龟甲。庄子的飘逸和洒脱，正是他卓尔不群、高傲不羁的性格魅力托起的自由天空。 “独与天地精神往来而不傲倪万物。” 庄子之所以伟大，就是因为他已经跳出三界，站在云端，鸟瞰人间沧桑。

然而，看过之后也有几分惆怅，也许我很向往这种生活，也许我能淡泊名利，但放弃一切名和利，我做不到。更何况，在物欲横流的今天，我们身上的担子很重。每天勤奋地工作，可怜的一点薪水要孝顺父母、养孩子，一不小心成了房奴，又得养房子，还务必要养好身子，病了，昂贵的医药费让你吃不了兜着走。然而，过多的奢求和索取，会让我们的心像无底的深渊，以至于都忘了真正需要的是什么?快乐，心灵的快乐，心灵的闲适放松。这些离我们太遥远!

**庄子读书心得篇十**

《庄子秋水》中，秋水时至，河伯\"欣然自喜，以天下之美尽在己\"。顺流东行，遇北海若，河伯望洋兴叹\"吾非至于子之门则殆矣\"，自身的渺小也暴露无遗。

满招损，谦受益。勿以己之长而比人之短，勿以己之短而妒人之能。须知五岳之外，别有他山之尊，我们应该保持谦虚谨慎、戒骄戒躁的学习态度，只有这样，人生之旅才能受益无穷。

满招损，骄傲的人是永远不能成功的。河伯在有限的环境里，以为\"天下之美尽在己\"。主观片面的认识，使河伯过于自负，这是一种见识的浅陋。如果河伯没有改掉自己骄傲的心态，那么他将永远看不到大海，永远不知道自己的渺小，那将是多么悲哀啊。在我们的学习中，我们不能为自己取得的一点点小成绩而骄傲自满。我们要跳出自身主观的狭隘圈子，开阔视野，只有不断地学好专业课程，多看一些有意义的好书，多参加一些社会活动，才能认识到自己的不足。

河伯至于北海，感叹自己的渺小。人，有自知之明，才能清醒地学习和工作。人生，要经常反省自己，不能囿于自己有限的见识而自满自足。在知识的海洋中，我们应当时刻有\"三人行，必有我师\"的学习态度。追求真知，追求一种更积极向上的人生，让人生变得更加有意义。

谦受益，谦虚使人进步。\"舟车之所通，谷食之所生，人处一焉。\"相对于宇宙万物，人是很微小的。世界之大，个人所作所为，都是渺小的。人生有涯而学海无涯，一个人不管知识多么渊博，也不过是沧海一粟。我们只有保持谦虚的学习态度，保持\"三人行，必有吾师\"的求学人生，才能实现人生理想。

在今天这个科学技术是第一生产力的\'年代，认识自身的有限，更加谦虚、勤奋地学习，尤为重要。进入了大学，并不代表有一个美好的未来。人才造就未来，社会需要人才，但不需要庸才。做社会有用之才，需要每日的坚持，每日的进步，用知识丰富自己，提高个人修养。

礼义廉耻，国之四维。一个自满的人，是不会知礼，知义的。懂的自谦，才会明白礼义廉耻。

**庄子读书心得篇十一**

一直喜欢《百家讲坛》这个栏目，于丹老师在《百家讲坛》上对《论语》对《庄子心得》侃侃而谈时，深深地吸引着我。她说中国的儒家思想，在社会这个尺度上，要求人坦荡，道家的思想是在生命层面上要求人飞越。坦荡是我们的一份社会责任，超越是我们的生命境界。对《论语》对《庄子》知之甚少的我由此产生兴趣。再一次认真聆听了于丹老师对道家的代表人物庄子思想的深刻解读，在她潇潇洒洒、滔滔不绝的精辟阐述下，引领我走进庄子那无边辽阔的精神世界遨游了一番，犹如给心灵洗了一个澡，顿觉神清气爽。

以前读庄子的文字，无知的我觉得深奥难懂，没有读出庄子超凡的思想，在于丹老师旁征博引、妙趣横生的语言中，我才领悟到庄子蕴藏人生哲理的精神境界。于丹独到的讲解给了我新的启迪与感悟，结合我的经历，对于人生我有了重新的认识与思考。于丹老师说：庄子的人生哲学是淡薄为大，因为只有超越了所有的功名利禄之心，才能感悟到人生的最高境界，那就是庄子的逍遥游。庄子所指的逍遥游我个人认为是从道家创史人老子提倡的上善若水基础上演变而来，他有意无意有形无形中把水的丰厚内涵融会贯通于生活中。

有时与女儿外出，经常听到不认识的人说看不见好可怜之类的话，世人认为失去光明后的我行动十分不便，猜想我一定在哀声叹气中怨天尤人。他们不知，我是赛翁失马、焉知非福，我一直认为没有绝对的幸与不幸，什么样的心态决定什么样的生活方式。站在常人的角度上看，在我失去工作的同时也看不到多彩的大千世界，但从庄子的逆向思维来看，我有更多的时间与自由，可以在自己的小天地里做自己喜欢的事，他们不知我以书为友、以歌为伴、以琴为乐；他们不知我可以在书的海洋中尽情遨游、可以用不娴熟的歌声来寄托情怀、可以在不纯熟的琴声中放飞思绪、可以用稚嫩的文字记录生活中的真善美，以此抒发我的真情实感，因此我活得真实而轻松；我有更多精力和时间陪孩子老人，享受天伦之乐。我不必为工资为奖金的高低而愤愤不平、不必为追逐名利而忙忙碌碌；不必为职务的升降而忧心冲冲；我眼里无外表美丑之分、无地位贵贱之分。我喜欢这淡泊平静、与世无争的生活。

有舍就有得，我虽身在蜗居，但我的灵魂可以象庄子那样在天地之间自由逍遥，我得到了人格的升华与超越，岂不快哉！如今我用心灵代替眼睛来感知纷杂的世界，适应并感谢上天赐我的这种生命方式，让我有机会内视反省自己，懂得内敛于心而不张扬。书籍涵养孕育了我，让我浮躁的心变得平和，它磨去了我的棱角，让我用一颗感恩的心来看待我身边的人和事。

游是一个没有终点的历程，在这个心灵历程中我体会到庄子逍遥游的快乐与宁静。如果我没失明，物质的利益会迷惑我的双眸，有可能会在外界的诱惑下迷失心志、被恩怨情仇所牵绊、被无穷无尽的欲望所捆绑；或者会为鸡毛蒜皮的小事而斤斤计较、甚至参与赌博而远离书籍。是异样的人生让我获得一份清明的理性，让我更善待父母、善待朋友、善待子女。所以我过得很自在、很充实。

正如于丹老师所言：我们需要一种欢欣的感性，这种感性之心使得我们触目生春，我们所及之处充满了欢乐。我的心与亲人紧紧相连，想到他们我就感到无比温暖。绵绵不绝的爱丰富了我的内心世界，让我有了精神寄托，它是我永不枯竭的快乐源泉。

庄子提倡的自由不是为所欲为的个人主义，于丹老师讲自由要有一把尺子，要有公正，做人要有底线，这才能够做到这个世界上行为的守则。是的，自由的原则就是以不妨碍别人的自由为前提，但本人还要具备光明磊落、堂堂正正的品质，拥有一颗高尚纯洁的灵魂，那些贪赃枉法、作奸犯科等卑劣之人内心有愧又怎能达到逍遥游的境界。

幸福不是目的而是体验的过程，它不是实实在在的东西，而是内心的一种感受，我把这种感受强化并不断加以回味。失明恰恰成就了我的人生，不过我的逍遥是建立在衣食无忧、清闲悠哉的条件上，如没有稳定的经济与和睦的家庭做我有力的精神后盾，就没有这份闲情逸致谈逍遥了，因为我毕竟是俗人一个。而庄子有时吃了上顿没下顿，但他在贫困交加之时，依然淡定从容、超然豁达。楚国大臣请他做丞相，他宁愿做一介农夫也不追逐名利。但现在多少人处心积虑甚至不择手段想升官发财，与之相比，庄子是何等胸襟何等气度！一个人即使没有粮食没有金钱，但不能没有思想没有灵魂。

我满足于目前的生活状况，对于物质我没有过多的欲望，在我看来，简单就是幸福、知足就是幸福、相夫教女就是幸福。哲学家周国平老师说：成熟了，却不世故，依然一颗童心；成功了，却不虚荣，依然一颗平常心。兼此二心者，我称之为慧心。我希望女儿长大后拥有一颗慧心，做到宠辱不惊，追求精神上的富足，过着飘逸恬淡的生活。

感谢于丹老师深入浅出的讲解，让我重新认识了庄子，感谢庄子，他教会我们如何在逆境中依然保持平常心，无论人生有何种境遇，都能乐观坦然地面对，平庸的~我远远达不到逍遥游的境界，我还没看破世间的是是非非、名利生死，那么就以庄子的逍遥游作为我的精神目标，超越自己，乐观生活。

《庄子》塑造的众多残疾人形象，以《德充符》一篇尤为突出，反映了残疾人从认识自我到完善超越自我的过程，代表了《庄子》中残疾人的精神。

**庄子读书心得篇十二**

今日偶读庄子之文不禁心有所动，仅书一文。

庄子曰：“生死修短，岂能强求?予恶乎知悦生之非惑邪?予恶乎知恶死之非弱丧而不知归者邪?予恶乎知夫死者不悔其始之蕲生乎?”这四句话意思是说：“一个人寿命长短，是勉强不来的。我哪里知道，贪生并不是迷误?我哪里知道，人之怕死，并不是像幼年流落在外面不知回归故乡呢?我哪里知道，死了的人不会懊悔他从前求生呢?”庄子是在阐明，生未必乐，死未必苦，生死其实没甚么分别，一个人活着，不过是“做大梦”，死了，那是“醒大觉”，说不定死了之后，会觉得从前活着的.时候多蠢，为甚么不早点死了?正如做了一个悲伤恐怖的恶梦之后，一觉醒来，懊恼这恶梦实在做得太长了。

**庄子读书心得篇十三**

即使庄子不提，逍遥一直是人们追求的一种生活境界。然而，像我这样的人，想到逍遥，无非是物质生活富裕，不用每天为生计而努力。你可以随意享受生活……在庄子眼里，这一切都是那么浅薄，他的逍遥，我觉得是关于人的生存状态的终极命题。

庄子认为，一切都有自己的本性，逍遥不逍遥就是看它的生存状态是否符合它的本心。既然一切都有自己的本性，就没有所谓的好生活方式和坏生活方式，只有适合自己的生活方式。因此，庄子和老子一样，认为最好的政治是无为而治；因此，他主张顺其自然，任何统一的制度标准都有其局限性，这将阻碍人们的自由。视角深刻。

很多时候，我觉得自己很忙，每天都有很多事情要做。但过了一段时间，回头想想前几天做了什么，却想不起来。显然，我只是在机械上完成一些事情，而不是把心放进去。我没有问自己这些是不是我想做的。逍遥与忙不忙无关，这只取决于你是否符合自己的本性。浑浑噩噩显然不是逍遥，而是自我迷失。逍遥不仅仅是混沌，更是大清醒后的一种冷静。庄子觉得种非常积极的观点，他觉得自己的时代统治者极其奢侈，人所以提出逍遥是一种非常积极的观点。虽然我认为这在现实中是不可能的。

我认为我们可以从庄子逍遥的角度来看待中国目前的教育。近年来，高考制度越来越受到批评，许多人呼吁彻底改革现行教育制度，主张向西方学习。然而，许多西方教育工作者羡慕中国的教育。当美国教师哀叹中国学生强大的数学能力时，许多中国学生不明白他们想做生意，但为什么他们必须解决一个又一个数学问题。我认为根据我自己的\'经验，目前的教育本身没有那么多问题。就我而言，我很高兴我能在中学打下良好的理科基础。然而，中国的教育体系，特别是高考体系，有一个很大的缺点，那就是它使整个中学阶段的个人评价标准独一无二。事实上，每个人都有自己的特点。每个人将来都会从事不同的工作，走不同的人生道路。然而，在上大学之前，很大程度上只学习这样一个衡量人的标准，这对很多人来说是不公平的，这阻碍了他们的正常发展，甚至使许多人对书籍和知识失去了兴趣。高考是教育的指挥棒。虽然许多省份正在实施新一轮的教育改革，但只要高考保持不变，社会对学生的评价模式保持不变，无论教育形式如何变化都没有多大意义。也许我们可以从庄子那里得到一些启示。既然每个人都不一样，虽然不可能让每个人自由发展，但还是要形成多元化的评价体系。很多学习不好，学历低，但在其他方面有技能的人也应该得到社会的尊重。因为大学生和技术工作者对社会发展同样重要。

此外，纯知识的灌输也使得，虽然每个人都学得很辛苦，但并非出于本心去热爱学习。大多数人没有学会思考，基本上对自己的未来感到困惑。进入大学后，学生们失去了以前的强制约束，所以很多人无法控制自己，浪费时间。学习已经成为校园里一件非常功利的事情，成为一种手段和工具，这是对学习本质的最大偏差。这种氛围让每个人都觉得学习是一件非常痛苦的事情，不想做但必须做。当学生完全被考试奴役，被学位名誉所引导时，就是最大的性。相反，行是极端的不逍遥。冷静下来，为什么不读一点书，才能有真正的收获；顺性而为，才能真正做好事。这是老庄给我的教诲。

**庄子读书心得篇十四**

因为闲着无聊，刚好家里面放有一本《庄子》，遂顺手拿起来读了几天，平常我是不爱看这些古文书的，但那天我竟真的静下心来读了进去，并还有所感悟。

在这个物质极度丰富的年代，人们所理想的社会本应就是此刻这个样貌，然而这又是个精神境界极度缺乏的年代，所有此刻的大部分都容易极度焦虑。物质上的满足并不等于精神上的富裕。《庄子》——“贫也，非惫也”。贫穷不代表不快乐，相比物质生活的丰足，我们更就应重视精神生活的自由。

在这个快节奏的时代，人们习惯于高效率，不肯放过一丝一毫的时间，长久下来必将感觉身心疲倦。“世人攘攘皆为过往”，不能说这句话是褒义还是贬义，它只是陈述一个道理，但在庄子看来正是因为名利而有了“终身役役而不见其成功，茶然度役而不知其所归”。这天所提倡的就应是物质与精神的共同丰满。《庄子》中，他渴望“乘天地之正，而御天气之辨，以游无穷”。我们能够不用要求这么高，只要学会静下来，将混乱的自己，忙碌的自己放松下来，个性是在学习和工作当中，我们都可能会遇到许许多多的问题和困难，这些都会使我们感到焦虑和不安，如果能做到这句话里所包含的境界，那样不仅仅能够让处于奔波劳累的身体得到释放，还能更加有益于自己的精神世界。

《庄子》中所着重描述的是“自由”二字，庄子他渴望大自由、大自在、无拘无束，身心不受羁绊。在这个时代虽然不可能像它所说的那样，但亦能够要求我们的“自由”。有了“自由”，人们能够更加全身心的释放，在工作中或学习中皆能够要求这种“自由”，而这种自由并不是指真正的大自由，这种“自由”是在必须束缚下的自由，很多状况下，束缚并不是阻碍自由的，恰恰相反，它是为了能让我们更好地在一方天地中做好自己，得到真正的自由。

在当今社会中出现了很多以前没有出现的病，不管是生理上的还是心理上的都是，这是为什么呢?究其原因还是人们将物资与身心融为一体，将精神摒弃一边，这是万万不可取的，我们就应学会重视自己的精神世界，正如《庄子》里所所提倡的，理念精神就应胜过物资，因为精神世界所带来的快乐远远大于物资。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn