

# 2023年庄子读书心得500字(14篇)

## 庄子阅读感悟3000字

作者：有故事的人 来源：范文网 [www.wtabcd.cn/fanwen/](http://www.wtabcd.cn/fanwen/)

本文原地址：<https://www.wtabcd.cn/fanwen/meiwen/09dcef37efdd55fd41d34284b11bd3cf.html>

范文网，为你加油喝彩！

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？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500字篇一

对庄子知之甚少，印象中曾读过《庄子·内篇·逍遥游第一》中“北冥有鱼，其名为鲲。鲲之大，不知其几千里也。化而为鸟，其名为鹏。鹏之背，不知其几千里也。怒而飞，其翼若垂天之云……”还读过《庄子·内篇·逍遥游第十七》“秋水时至，百川灌河。泾流之大，两涘渚崖之间，不辩牛马。于是焉河伯欣然自喜，以天下之美为尽在己。……”在学校或函授期间也只读过两篇中的一部分，基本上没读懂。其它内容更不要说了，连读也读不下去，何说理解圣人之意。但圣人的智慧、思想、寓言、风格又深深地吸引了我，有一种无形的力量在召唤着我。我捧着书再次读了起来，读的那么认真，那么真诚，似乎成了我睡前的必修课。我于梦中随他去“独与天地精神往来”。

庄子的生平，《史记》中记载的是战国时候宋国蒙地人，曾做过漆园小吏，他一辈子就生活在一个战国纷争、战乱频繁，而到处求贤若渴的时代，他隐居不仕，终老天年，没有什么社会的名分。

《庄子》这本书，历代被奉为经典，现在能看到的有三十三篇，其中内篇七篇，外篇十五篇，杂篇十一篇。读完全部内容，我似有所思，亦有所想，对我们的人生道路指明了方向，为我们的为人处事指点迷津。

庄子家里很贫困，有时穷得实在是揭不开锅。他对自己身处的环境是有清醒认识的，他身边也有很多的有钱人，他也有很多的去享受荣华富贵，但他把这些东西看得很淡了。利束缚不了他，为利辛苦，为利奔波，却丧失了自己很多的自由、很多的快乐，“心为形役”，太不值得了。庄子虽然生活贫困，但是精神决不潦倒。

名利名利，破名比破利更难。庄子说：“天地有大美而不言，四时有明法而不议，万物有成理而不说。”所以他不爱说什么。当楚王请他出山为相时，他却对请他的两个大夫说：“你们请便吧，让我拖着尾巴在泥地里爬吧！”

庄子临死时对学生们说：“我死了以后，要‘以天地为棺槨，以日月为连璧，星辰为珠玑，万物为赍送。’”形体归于天地，生死归于自然，这就是庄子对自己的形体和生死的看法。他追求的是“乐生”，活得好比怕死要强得多。也表达了一种态度，就是第一不怕死，第二也绝不找死。道家的态度是在流光中顺应，去把握每分每秒，去乐生，让生命获得价值。

人活在当下，在当下看破了名，穿透了利，不惧生死。那么，我们的心灵将拥有一个多大的空间、一份多大的境界啊。

《庄子》的《逍遥游》篇中告诉我们，世间的大和小远远超过我们的想像，人的一生，大小之境应用不同，会带给你不同的效果、不同的人生。庄子用寓言故事告诉我们：“一个人境界的大小，决定了他的思维方式。”而我们常常以世俗的眼光，墨守成规地去判断事物的价值，束缚了自己的心智。庄子是一个大智之人，他永远不会教给我们小技巧，他教给我们的是境界和眼光。庄子的人生哲学，就是教我们要以大境界来看人生，所有的荣华富贵，是非纷争都是毫无意义的，最重要的是你能不能有一个快乐的人生。人生至高的境界是一种灵魂生活，这种灵魂生活是主善的。我们要以觉悟的态度反观内心，让我们释放自己，尽可能达到一个逍遥游的境界。

每一个人都希望自己的一生是幸福的，是有效率的。只有真正清醒地认识了自己，才可能获得成功的人生。庄子在《齐物论》中提出的观点，世界的一切，以它自己的角度去观察，永远都有它自身的密码，这个密码是看不破的。庄子告诉我们，人最难认知的是自己的心。人最难解答的就是：我究竟是谁？我想要的生活是什么？只有清楚地了解自己的内心，才能够在这个世界上找到最基本的出发点，才能够去善待他人。庄子的寓言告诉我们：世间的一切事物都应该顺其自然，而不能自以为是地把自己的想法强加于人。我们需要认真想一想，我们需要不断地追问：这一生我们曾经多少次错过过自己？我们真正找到了被开发的那个机会了吗？怎么样才能找到那个机会呢？庄子在《人间世》篇中教给我们一种认识自己的能力。总结两个字，叫做“心斋”，就是用心的斋戒去真正反躬内省，看看你自己。这就要求我们不断地审视自己，认识自己，用自己的脚步去丈量人生的每一条路。只有确立了这一切，我们才能以自己的清明理性去善待他人，善待朋友，善待子女，才能够做到对人对己的真正的尊重。

庄子告诉我们：“人生天地之间，若白驹之过……”好像是一匹白马从门缝里跑过去，那样倏忽一瞬一样。这么短的流光在我们手里，怎么样才能真正地善待生命？庄子给我们提供了一种态度，那就是：达生。面对生命，我们首先要有一种旷达的态度，这种态度会决定我们生命的质量，心态决定人的状态。在生活中，我们会发现，决定成败胜负的，不一定是一个人的技术水平，而是一个人的心态。当我们患得患失时，当我们心有所虑时，你所有的经验和技巧，都不可能得到更好的发挥。所以，我们永远不要过分地相信技巧，要保持一种坦荡的好心态，这样才能达到最佳的状态，做到“以人合天”，才能把事情做到最好。

庄子教给我的远远不止这些，他的大道合乎自然，他的本性和悟性，他的世上总有路可走，他的豁达，他的“乘物以游心”，他的谆谆教导，无不在我的心中翻腾。读完第二遍，我感觉还是没记得多少，甚至忘了大部分，这激发我读第三遍的兴趣。

## 庄子读书心得500字篇二

庄子认为遇事应该沉住气，心平气和的自然处之，切莫心浮气躁，这才是有智慧的人。

一位老僧坐在路旁，双目紧闭，盘着双腿，两手握在衣襟之下，陷入沉思。突然，他的冥思被打断。打断他的是将军嘶哑而恳求的声音：“老头！告诉我什么是天堂！什么是地狱！”

老僧毫无反应，好像什么也没听到。但他渐渐睁开双眼，嘴角露出一丝微笑。将军站在旁边，迫不及待，犹如热锅上的蚂蚁。

“你想知道天堂和地狱的秘密？”老僧说道，“你这等粗野之人，手脚沾满污泥，头发蓬乱，胡须肮脏，剑上铁锈斑斑，一看就没有好好保管。你这等丑陋的家伙，你娘把你打扮得像个小丑，你还来问我天堂和地狱的秘密？”

将军狠狠地骂了一句。“刷”地拔出剑来，举到老僧头上。他满脸血红，脖子上青筋暴露，就要砍下老僧的人头。

利剑刚要落下，老僧忽然轻轻的说道：“这就是地狱。”

霎时间，将军惊愕不已，肃然起敬，对这个敢以生命来教导他的老僧充满怜悯和爱意。他的剑停在半空，他的眼里噙满了感激的泪水。

“这就是天堂。”老僧说道。

老僧确实能沉得住气，在自己生命遇到危险时，依然能够平静的面对，所以，他制服了那个不可一世的将军。试想一下，如果老僧沉不住气，与将军争执起来，或者对其不屑一顾，其结果会是怎样呢？

庄子说：“喜怒通四时，与物有宜而莫知其极。”因为只有看透别人的内心，才最有针对性的攻其心，而被人看透内心则比被别人抓住命根子还要可怕，还要恐怖，犹如被抓住牛鼻子一样陷入被动，只能听命于人，受制于人了。

这正如喝酒，真醉和假醉是完全不同的情况，愚者和装愚者是相异的两种人。玩“醉拳”的，是“形醉而神不醉”，“醉”是“醉”在“虚”处，是迷惑对手，而“拳”击在“实”处，招招乃致命杀手。装愚的，是“外愚而内不愚”，“愚”是“愚”在皮毛小事，不涉宏旨，无关大局，而“精”却“精”在节骨眼上，事关一生命运。

所以，绝顶聪明的人不喜欢显露自己的聪明，以免让别人窥视到自己的真实意图；相反，他们更多时候是卖杀装憨，揣着明白装糊涂，不让别人看透内心。

“世事沧桑心事定，胸中还岳梦中飞”。世界上虽沧桑变化，我心事定，无论你怎么变化，我心里有数。的确如此，古今中外，凡是伟人，定有遇事不慌，沉着冷静的特点，也只有这样，他们才能正确的判断局势、应变局势、取得成就。

### 庄子读书心得500字篇三

如今一走进书店，你会发现关于“怎样面对挫折”、“如何为人处事”之类的书籍比比皆是。这些称之为的“心灵鸡汤”的书籍迎合了当今复杂社会下人们的口味，给予了人们那种必要的理解和必要的心灵慰藉。我读过不少这方面的书，却总觉得空洞乏味，直到我翻阅了于丹的《庄子心得》。

这本书实际上是于丹对《庄子》一书的读后感，她用心地研究《庄子》，通过解读庄子中短小精悍的寓言故事，结合现代社会的种种现象，循序渐进的引导我们用庄子的思想来指导人生，认为

人生最重要的是要有一种大境界：感知己心，淡泊心态，合乎自然，超越利禄功名和自我，逍遥得自在。这是一种超理想的境界，需要我们不断反观内心，需要大觉悟才能体会得到。于丹的《庄子心得》深入浅出，引人入胜，让我在享受读书这个过程的同时，也对自己的人生进行了思考，着实是对心灵的一次洗礼。

于丹在书中将庄子的境界和眼光呈现给我们，教我们在这个纷繁芜杂的环境中，应该用“心智”、“感悟”、“逍遥”、“看得开”的心态去面对生活，这样才能超脱与释然。但是现在的人们，也包括我自己，谁能具备这样的心态呢？我们常常被功名利益所牵绊，不知道自己内心真正需要的是什么，迷迷茫茫，急功近利，在奔波忙碌了一天之后，即使最终得到了自己想要的东西，内心世界却依然空虚，觉不到半点快乐。在工作、生活中，经常被小事所困，与周遭的人也难免有些小疙瘩、小摩擦。可细细想来，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。在这个时候，我们需要质询自己的心，是否真的有必要强迫自己做一些不愿意、不快乐的事情？我们应该清醒地认知自己的内心，重新认识和审视自己，不与他人攀比，不效仿别人的行为，不盲目的追随流行，试着用庄子的大境界来指引自己，超越所有的功名利禄之心，感悟人生的最高境界，拥有健康的人生心态和快乐的生活状态。

于丹在书中还提到了一个动态平衡的问题，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。动态平衡对于我们的生活也有着极其重要的指导意义。世界在前进，而我们原地不动时，我们会感到失去心理的平衡，尤其是在应对各种挑战的时候。如果我们不断学习，与时俱进，那么这种平衡便很容易达到。我们可以多读书，多接受新的信息，让自己与时代的前进保持同一个步调，发展和提高自己，开阔自己的眼界，更好的认识自己、涵养自己，通过这样的方式，或许也更容易获得庄子的大境界吧。

读完于丹的《庄子心得》，心灵中仿佛注入了一股清泉，感觉收获颇丰。只要我们坚持自己内心的秉性，不随波逐流，并尽力把自身的潜能激发到最佳状态，我相信，我们一定可以获得超越自我的成功！

庄子里有许多寓言故事告诉我们，由于我们习惯于自以为是，常常把自己的主观愿望强加于客观事物，于是就会出现好心办坏事的现象。而我们又经常会被社会中各种各样的外部评价所影响，而不能真正认知自己的内心，结果被所谓的潮流而左右，在纷繁的大千世界中迷失了自己。人生的最高境界是逍遥游。但对于我们现代人来说，这个游的境界似乎很难达到。人们被太多的物质利益所迷惑，小迷惑也许只是改变了人生的方面，大迷惑则改变了人的本性。人的物质欲望是没有止境的，在疯狂追求物质利益的同时，人们也就失去了幸福的生活。

总有路可走。在人生的道路上，人们总会遇到种种困难，有的人天生丑陋，有的人身有残疾，有的人因罪受过刑罚，有的人心理遭受过创伤。当遇到这种种不如人意的事情时，我们该怎么办呢？在现实生活中，我们应该如何面对身体的残缺和心理的创伤？我们应该如何选择自己的人生之路？

每个人都是一个独立的个体，但同时也是社会中的一员。庄子认为，在人的内心应该坚持自己的秉性而不要随波逐流，而面对外在的世界，则应该通达和顺应。我们怎样才能做到内心的坚持和外在的顺应呢？庄子告诉我们要做到内心的坚持和外在的顺应，就要做到“外化内不化”。决定人生成功的，绝不仅仅是才能和技巧，而是一个人面对生活的心态。那么，当我们在确定人生目标时，如何判断何事可为，何事不可为呢？庄子用他的许多寓言故事告诉我们，一个人做事时，如果患得患失，如果心有所虑，那他所有的经验和技巧，都不可能得到最好的发挥。



谈笑论生死。生与死，是人生起始的两个端点。人生自古谁无死，生死，是每一个都要面对的人生课题。而人生就像是一条不归路，当你走到终点时，才会想起途中的遗憾。那么庄子是如何看待生死的？他面对生死为什么会鼓盆而歌呢？只有真正解读了生命，才可能正确地对待死亡。

大道与自然。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。

摆正自己的位置，才能摆正人生的方向。用一颗平常心去适应生活带给我们不同的恩赐，使得其所才是个人价值所在。“外化而不内化”这是获得“游刃有余”人生境界的不二法门！从认识自己的“觉”中，品味出人生的大“悟”，懂得感悟这些有着厚重内心价值的不鸣不已的平常人。

## 一、境界有大小

一个人境界的大小决定了对事物的判断，也可以完全改变一个人的命运。站在大境界上，就会看到天生我材必有用。而站在小境界上，只能一生碌碌无为。世间的大，远远超乎我们的想象；时间的小，也同样远远超乎我们的想象。因为真正的大小不仅在眼界之中，还在人的心智之中。比如一个太大的葫芦，惠子因为“其坚不能自举”皮太薄不能做容器认为它没用，庄子却说；你怎么就认定它非要剖开当瓢，而不用完整的它系在身上去遨游江海呢？所以每一个人境界的大小，决定了他的思维方式。人们常常以世俗的眼光，墨守成规地去判断事物地价值，而只有大境界地人，才能看到事物地真正价值。

庄子教给我们的是境界和眼光。他的“逍遥游”里的境界“心向往之”充分体现出：一个人，永远不要去羡慕他人。需要的是质询自己的心，问一句：面对这纷繁芜杂的环境和世界，面对自己的顺与逆，我们首先应该想如何发展自己，有了更广阔的眼界，才能有大的境界，才能更好的认识自己，从而进一步发展和提高自己。正如那句：庄子的逍遥游给了我们每一个凡俗的生命一双非凡的翅膀.....

## 二、感悟与超越

每一个人只有真正清醒地认知了自己，才可能获得成功的人生。现如今，我们常被“现实”错过了太多太多。我们这一生一直用于外在的发现，而从来看不见自己的心到底有什么愿望。往往在他人过多的言论中盲从，迷失自己的心。

“觉是一个瞬间，悟是一个过程。把所有觉的瞬间，与长长一生的悟结合起来，你所到达的就是主语看见我的心。这是人生的大觉悟。”

觉悟是一个佛家语。用现在的话就是“看见我的心”。我曾经觉得“觉”很重要，但是看过书之后反而觉得“悟”更为重要。“悟”才是人生中的经历。当我80岁时，回想这一生的点点滴滴，时光流逝，脑子里的每段篇章，可能那还是一个过程。但是他是我的经历，我的积累。是我一生中最宝贵的财富。而“觉”是瞬间，好像一点过程都没有。有些不劳而获的意思。

同样在我的工作中也应该多“悟”而不是“觉”。只有在劳动中，在工作中积累经验，才能有机会或是有资本“觉”的。古人说：“机会总是留给有准备的人的。”同样，我认为“觉”是在“悟”的基础上的。不论是什么，人只有在自己努力的基础上才可以成功的。

“天生我材必有用”，我们也该拥有一双如庄子那般灵魂的眼睛，获得一份清明的理性，而完成属于自己独一无二的人生。

#### 庄子读书心得500字篇四

庄子一生穷困潦倒，却能超越贫困乐在其中，庄子能言善辩，尤其善用寓言和小故事来表达自己的观点，同时嘲讽那些追名逐利的小人。庄子的文章充满了天马行空的想象，充满了尖酸刻薄的讽刺和挖苦。他的所作所为，经常令人瞠目结舌，又令人拍案叫绝。他看破功名，不屑利禄。2月19日：境界有大小

在现实生活中，人们常常以世俗的眼光，来判断一个事物的有无和无用，庄子却告诉我们，境界的大小决定了对事物的判断，站在大境界上，就会看到天生我材必有用，而站在小境界上只能一生碌碌无为。境界的大小可以完全不同地判断一个东西的有用和无用，也可以完全改变一个人的命运。2月20日：感悟与超越

司马迁在《史记》中说到，世上熙熙皆为利来，世上攘攘皆为利往。可见名利二字是世人难以舍弃的追求。但是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，那就是庄子所说的“逍遥游”。2月21日：认识你自己

庄子里有许多寓言故事告诉我们，由于我们习惯于自以为是，常常把自己的主观愿望强加于客观事物，于是就会出现好心办坏事的现象。而我们又经常会被社会中各种各样的外部评价所影响，而不能真正认知自己的内心，结果被所谓的潮流而左右，在纷繁的大千世界中迷失了自己。2月22日：本性与物性

人生的最高境界是逍遥游。但对于我们现代人来说，这个游的境界似乎很难达到。人们被太多的物质利益所迷惑，小迷惑也许只是改变了人生的方面，大迷惑则改变了人的本性。人的物质欲望是没有止境的，在疯狂追求物质利益的同时，人们也就失去了幸福的生活。2月23日：总有路可走

在人生的道路上，人们总会遇到种种困难，有的人天生丑陋，有的人身有残疾，有的人因罪受过刑罚，有的人心理遭受过创伤。当遇到这种种不如人意的事情时，我们该怎么办呢？在现实生活中，我们应该如何面对身体的残缺和心理的创伤？我们应该如何选择自己的人生之路？2月24日：坚持与顺应

每个人都是一个独立的个体，但同时也是社会中的一员。庄子认为，在人的内心应该坚持自己的秉性而不要随波逐流，而面对外在的世界，则应该通达和顺应。我们怎样才能做到内心的坚持和外在的顺应呢？庄子告诉我们要做到内心的坚持和外在的顺应，就要做到“外化内不化”。2月25日：谈笑论生死

生与死，是人生起始的两个端点。人生自古谁无死，生死，是每一个都要面对的人生课题。而人生就像是一条不归路，当你走到终点时，才会想起途中的遗憾。那么庄子是如何看待生死的？他面对生死为什么会鼓盆而歌呢？只有真正解读了生命，才可能正确地对待死亡。2月26日：心态与状态

决定人生成功的，绝不仅仅是才能和技巧，而是一个人面对生活的心态。那么，当我们在确定人生目标时，如何判断何事可为，何事不可为呢？庄子用他的许多寓言故事告诉我们，一个人做事

时，如果患得患失，如果心有所虑，那他所有的经验和技巧，都不可能得到最好的发挥。2月27日：大道与自然

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500字篇五

人心为什么有自由?因为人可以不在乎。人的一生只能被你真正在乎的事情拘束住。如果你不在乎，那么，还有什么可以束缚你，得一本好书，犹如寻一位好友，将受益终身。读一本好书，犹如品一杯香茗，余味徘徊于心，不曾散去。一本《庄子心得》也让我对生活有了新的理解和认识。这个世界上的真理，永远都是朴素的，就好像太阳每天从东边升起一样，就好像春天要播种，秋天要收获一样。

于丹教授紧扣21世纪人类面临的心灵困惑，结合其深厚的古典修养，从独特的个性视角把国学的经典著作《庄子》用简单的语言和故事铭刻在了我们的心灵之上。细细品味书中的每一句话，每一个字，是一种快乐，它都在给我娓娓道来以怎样的心态来面对这个纷繁复杂的世界，告诉我怎样才能成为一个幸福快乐的人，告诉我们怎样修养道德品性，让情感智慧得到升华。

有人说年轻人读了《于丹庄子心得》会受到不求上进的影响，但在我认为那里是一个遥远又近在咫尺的世界;那是一种难以理解的豁达。他包容万千，将一切化为乌有。于丹在心得三中感悟与超越中提到了名利二字，说了三个故事，其一，据说大清乾隆皇帝下江南的时候，在镇江金山寺，他问当时的高僧法磐：长江中船只来来往往，这么繁华，一天到底要过多少条船啊?法磐回答：只有两条船。乾隆问：怎么会只有两条船呢?法磐说：一条为名，一条为利，整个长江中来往的无非就是这两条船。其二，司马迁在《史记》中说过：天下熙熙皆为利来，天下攘攘皆为利往。其三，又举了尧让天下于许由的故事。这三则故事都顺应了一个主题淡泊。其实很多时候，我们会置身于这样的茫然中。所以人需要看清自己的目的，看清自己的方向，看清眼前的权衡。诗人纪伯伦曾经感叹：我们已经走得太远，以至于忘记了为什么出发。于丹又指导我们要看到大境界，在于我们有没有安静的心灵，有没有智慧的眼睛。只要我们可以让心静下来，真正拥有了空灵之境，我们才能真正看到内心。一个人要在自己的形骸之外，保有一双灵魂的眼睛。

只要你心中有大境界，你才能够看清超越言行的内心真正的质地。也就是说，内心里面的这种真正的大道、大辨、大仁、大廉、大勇，一切都不是表露于外的，是内敛于心而不张扬的。

台湾著名的教授傅佩荣先生在研究庄子之后，得出一个心得，他说：真正看懂《庄子》就会明白，世界上总有路可走。

人活在这个世界上，是一个过程，而不是一个结局或是一个终点。人是不断地经历许许多多的过程，长时间从磨练活出灿烂的今天。人一生中，可能遭遇痛苦、烦恼、悲哀、无奈等很多负面的情绪，但这些其实都只是磨练我们成长的过程而已。于丹告诉我们，用平和的心态和积极的努力去对待生活中的缺憾和苦难，让我们领略到这样一种大智慧，是对自己得失的正确对待，是对身边朋友的理智看待，是一种心态，一种融入在现在社会中的理性道德，让我们豁然开朗，让我们坦然微笑，还让我们掩卷而思。

人活一世，草活一秋，能够快快乐乐、开开心心的过一生，这是每个人心中的梦。雨果说过：比

海洋宽广的是天空，比天空更宽广的是人的心灵。但如果我们的心灵总是被自私、贪婪、卑鄙、懒惰所笼罩

### 庄子读书心得500字篇六

人们说《庄子》不是一部书，而是一个世界。掩卷而沉思，庄子的思想，仿佛是一股清流，对心灵进行着一次次洗礼。

庄子，名周，是宋国崛起的一位文学巨匠，一生著有《逍遥游》《养生主》等7篇著作。他是中国古代著名的哲学家、思想家、文学家也是几千年来的一大奇人，他给世人的是另类的思考面向，以及深层的哲学思维。庄子的人生观是一种逍遥的人生观，似不食人间烟火，为人们提供了一种宁静的灵魂家园，以一种“无”的深层内涵去泯灭尘世的一切权利、功禄。

《庄子》一书通过许多个庄周讲述的短小精炼、意味深长的寓言故事及他的生平佚事诠释着他对生命的理解及对社会的看法、对世俗的厌恶及对自由的追求。一个个故事虽看似有些荒谬，但细细品味，却是内涵深刻，让人回味无穷。

“庄周梦蝶”讲述了庄子一个变为蝴蝶的梦。在梦中，他在空中翩翩起舞，与蝴蝶浑然一体，甚至分不清他到底是蝴蝶还是庄周。这个故事虽然短小，但体现出了庄子对自由的向往，对自由生活的渴望，以及他对世俗的思考，而飞向远方，不正是庄周的心解脱了尘世的束缚，飞向了世界那端完美的国度吗？

而庄子最令我佩服的莫过于他参透生死的从容。对于人的一生，固然会经历生、老、病、死，庄子认为人本身是没有生命，神气与身体的，在似有若无之间，产生了最初的气，气是大自然的精华，飘浮不定，成为人的样子。人若死了，只是身上的气散开了，又安静地回归了自然。庄子如此平静的面对生死，参透生死，不得不说是令人惊叹的！庄子认为，生和死，只不过是一场梦罢了。如果生时一天天虚度光阴，那么死后，这一场梦就只能留下无尽的遗憾了。

庄子曾说过，一个人能不能达到彻悟，是与他的阅历及悟性是分不开的，而我只是凡人，我无法像庄子般成为神人，所以只能望其项背。生命有限，流光苦短。只有在心灵倍感疲倦与束缚时，静下心来，做一个让人梦魂牵绕的庄周的“蝴蝶梦”，乘着庄子自然的箫声寻找那失落的世界，跟着庄子一起展开一次心灵的逍遥游……

### 庄子读书心得500字篇七

钩月清寒叹华凉，煮酒云烟袅袅扬。那刻，雨已停，留下了遍地泥泞。步履轻轻如是我的方向，能否给一个先兆？我仅仅是等待了将近200个夜晚我就快要崩溃了，于是，我开始迫不及待的想要寻回我的爱情。一萧一剑，一生一世。夜幕拉开，包裹了白天的喧嚣与热闹，如此的静谧！

这是一个怎样的人？他天生就是一个矛盾体，“槁项黄馘”的躯体包裹不住飘逸优美的才情，贫困交加的生活不能湮没超脱世俗的快乐。道学家们批判他的消极无为，却又不得不用惊羡的目光欣赏他的作品，赞美他的精神。这又是怎样一种精神？如泰山的青松，正气昂然；如深山的清泉，纯洁从容。庄子曾以鸟自比，那是怎样一种鸟？非梧桐树不栖息，非饱满的果实不食，非清洁的甘泉不饮；如果上面的条件无法达到，鸟仍不会屈从命运的安排，它就会不停的飞，去寻找，直到自己死去。这种鸟我没见过，这样的人大家都知道，庄子就是。



我喜欢庄子，虽然他在很多时候都显得那样淡然，他没有孔子那般显赫的名声，没有孟子劝君行政的志向，更没有法家人物改革图新的气魄，但他却是一个活的最纯粹的人。

我向往庄子的心智，它拥有一种超凡脱俗的豁达，他厌恶世俗的陈规陋习，按自己的意志行事，所以我羡慕庄子。

在现代的社会生活中，一味求其自然的人已经越来越少了，我更加想说他的精神，在年轻一辈，我们应该认真学习、揣摩他的意境，但不要盲目的效仿，多学习一些求生的本领。

有人说：“在中国文化屈从权势的传统中，总有那么一两颗孤独的树——孤独地深夜看守心灵月亮的树。”庄子就是其中一颗。这是怎样一个人？他天生就是一个矛盾体，“槁项黄馘”的躯体包裹不住飘逸优美的才情，贫困交加的生活不能埋没超凡脱俗的快乐。

### 庄子读书心得500字篇八

即使庄子不提，逍遥也一直都是人们追求的一种生活境界。但如我等俗人，想到逍遥，无非是在物质生活上宽裕富足，不用每天为生计而奔波劳碌。可以随心所欲地去享受生活，而在庄子的眼里，这一切都是那么的浅薄，他的逍遥，我觉得是关于人的生存状态的一个终极命题。

在庄子看来，一切万物都有其属于自己的本性，逍遥不逍遥正是看其生存状态是否符合其本心。而既然万物都有其自己的本性，那么就没有所谓的好的生活方式，坏的生活方式，只有合于自我的生活方式。因此庄子同老子一样，认为最好的政治正是无为而治因此他主张顺其自然，认为任何统一的制度标准都有其局限性，都会妨碍人们的'逍遥。这个视角很深刻。

很多时候我会觉得自己很忙，每天总有很多事情要做。但是过一段时间以后，回过头来想自己前些天到底做了哪些事情，却想不太起来。显然我只是在机械的完成一些事情，而没有把自己的心放进去，我没有问过自己这些到底是不是我想要做的事情。逍遥与忙不忙没有关系，它只取决于你是否顺应自己的本性去做事。浑浑噩噩显然不是逍遥，而是自我迷失。逍遥不仅不是混沌，而是一种大清醒之后的从容不迫。庄子有感于他所处的时代统治者穷奢极欲，百姓为利所趋而丧失本性，所以提出要逍遥，这是很积极向上的观点。尽管我觉得这在现实中是不可能实现的。

我觉得可以用庄子逍遥的观点来看一下中国目前的教育。近年来，高考制度越来越为人所诟病，很多人呼吁彻底改革现行教育制度，主张向西方学习。可是呢，西方的很多教育工作者却在羡慕中国的教育。当美国老师为中国学生极强的数学能力而感叹时，中国有很多学生却不明白他们想从商，却为什么非要去解一道又一道数学题。我觉得就自己的经历，现行的教育其内容本身并没有那么多的毛病。从来讲，我对自己能够在中学阶段打下良好的理科基础而感到高兴。但是中国的教育体制，尤其是高考制度有一个很大的弊病，就是它使得整个中学阶段评价个人的标准唯一化。其实每个人都有自己的特点，每个人以后都将从事不同的工作，走不同的人生之路，但是在上大学以前，很大程度上仅仅只有学习这么一个衡量人的标准，这对于很多人来说是不公平的，这妨碍了他们的正常发展，甚至使得很多人永远失去了对书本，对知识的兴趣。高考是教育的指挥棒，尽管很多省份在实行新一轮的教改，可是只要高考不动，社会对于学生的评价模式不变，教育的形式再怎么变都没有太大的意义。也许我们可以从庄子那里得到些许启示，既然每个个体都是不一样的，尽管不可能放任每个人自由发展，可是形成一套多元化的评价体系还是需要的。很多学习不好，学历不高，但在别的方面有一技之长的人同样应得到社会的尊重。因为大学生和技术工人对社会的发展同样重要。

另外，纯粹知识的灌输也使得，虽然大家都学得很辛苦，但并不是出于本心去热爱学习。大多数人并没有学会思考，基本上对于自己的未来都是比较迷茫的。升入大学以后，学生失去了以前那一种强制性约束，很多人因此控制不住自己，虚度了光阴。而学习在校园里变成了一件很功利性的事情，变成了一种手段和工具，这是对于学习本质的最大背离。这种风气使得大家都觉得学习是一件很痛苦，不想做但是没办法不得不去做的事情。当学生完全被考试所奴役，被学位名誉所导向，就是最大的性，行相背反，是极端的不逍遥。静下心来，不为什么地去看一点书，才能有真正的收获；顺性而为，才能真正做好事情。这是老庄给我的教诲。

### 庄子读书心得500字篇九

学习《庄子》，于丹教授讲述了这样一个很有意思的故事：有兄弟两人，家住在80层的高楼上，有一天深夜两人背着行囊回家，却正好赶上停电，无奈之下他们只好选择爬楼梯，学习《庄子》。不多久到了20楼，两人开始感觉有点累了，商议了一下，决定把背包存在20楼，改天再回来取。卸下背包的两人感觉很轻松，说说笑笑，一鼓作气到了40楼。这时候兄弟俩已经很累了，然后便相互抱怨和指责，开始吵吵闹闹。吵到60层的时候，实在是太累了，甚至都没了说话的力气，只能平稳下来，安安静静地爬完了最后20层。终于到了80楼，兄弟俩站在家门口，却突然想起，钥匙忘到20楼的背包里了。

这个故事以前也听过，当时只是嘲笑两兄弟的健忘和糊涂，却没有想到其中也蕴含着人生的哲理。于丹教授说，故事里兄弟爬楼的过程，也正映合着人的一生。人生起步阶段，大家都是意气风发的，我们背负着沉沉的行囊，里面装着理想，装着抱负，装着很多很多的愿望，不畏艰险，从脚下的第一个台阶开始上路。走到20岁，这是人开始步入社会的时候，也开始认同一些社会规则，这时会觉得社会给了我们很多的负担，托起自己已经足够疲惫，还是先把肩上的背包安顿下来，等到衣食无忧，有名有份了再回头拾取梦想也不迟。最初卸下包袱的时候确实很轻松，可随着年龄的增长，积累的增多，争斗越来越激烈，我们的内心也随之日益焦虑，这时候人难免抱怨，都觉得社会辜负了自己，付出太多而回报太少。走过40岁，那些意气风发的东西都过去了，人也就变得疲惫颓废。走到60岁，这时人已经进入了晚年，晚年的时光应该是美好的，值得珍惜的，不要再抱怨，应该安静和顺应一些。终于到了80岁，人生差不多也走到了终点，这时人会突然之间怅然若失，回想起这一生最宝贵的东西，那一直都没有打开过的梦想，留在了20岁的行囊里，却是再也回不去了。

故事很有意思，蕴含的哲理也引人深思，更值得我们去思考和借鉴。人生的前20xx年，大家都是在父母的精心呵护下，在老师的督促关爱下度过的，一帆风顺的生活很单纯也很愉快，每个人在这样成长的路上，肯定积累下了自己美好的梦想，对未来的生活也有了圆满的规划，面对社会这更为广阔的舞台跃跃欲试。可真的步入社会，要一个人面对和承担其中的风浪了才发现，原来现实比想象的要残酷的多，到处碰壁的同时，那些美丽的梦想也一个个被击破，化为泡影。一方面是虚无的美丽梦想，一方面是现实的社会压力，这时很多人只能够放弃梦想而面对现实，于是背包被丢下，我们的人生也就走上了另一种轨迹。这也就是庄子所说的人被社会外界所“物化”的一个过程吧。

每个人作为社会中的一员，同时也是一个独立的个体，庄子认为，人的内心应该坚持自己的秉性而不要随波逐流，而面对外在的世界则要通达和顺应，这就是所谓的“外化而内不化”，只有这样，我们在漫长的人生旅途中才能够安身立命，不被纷繁复杂的社会所左右，从而丢弃掉理想，迷失了自我。

想起保尔·柯察金的一句名言，这也是我们大家都耳熟能详的，“每当回忆往事的时候，能够不

为虚度年华而悔恨，不因碌碌无为而羞耻..."，这可以看作一条人生的行为准则，看似简单，实则很难做到。要想实现这一点，要想站在80层楼上的时候不再为遗留在20楼的钥匙而懊悔，这就需要我们从现在开始，一步一个脚印，脚踏实地努力工作，用心生活，背着梦想的行囊，努力攀登吧。

### 庄子读书心得500字篇十

庄子，可谓是我国近代的辩证法大师，是我国近代知名的观念家、哲学家、政治家，道家派别的代表人物。他对老子的美学观念进行了承袭和演进，是古代庄子学派的创始人。不过，他的根本精神还是归依于老子的文学观念，因此后人将他与老子并称为"老庄"。庄子善于用寓言来表明一些道理，由他所著的《庄子》，亦称《南华经》，是道家经典之一。

《秋水》一文，出自《庄子·外篇》，《秋水》一文，洋洋三千余字。在那些刀雕竹刻的时代可算是十分长篇的东西。他用寓言的形式，以河神与海神之间的对话，引申出《齐物论》的看法，极力论证万物的大小、是非的无限相对性和一生贵贱、荣辱的偏激无常性，因为庄子是佛教的主要代表之一，所以，本文以此要人返璞归真，顺其自然，不要为了讲求名位、富贵等等，而攻击天然的本性。

庄子把事理的无穷性与人类认识的相对性，宇宙的无限性与准确失误的局限性对照出来探讨，显示出他针对绝对与相对、无限与有限的辩证关系的理解有着高度的灵活性，这针对他们突破认识上的局限性，从而临武到天地宇宙的'无限广大性，无疑是很有帮助的。，庄子流畅的文字下，所显露出的不朽思想，显然是只能我们从多个视角学习和探讨的。

他用寓言这种活灵活现的方法，来告诉我们其中的许多道理，譬如其中的《秋水》，从"秋水时至，百川灌河。"到"不似尔向之自多于水乎?"就是以河神与海神之间的对话，来告诉我们，做人不能沾沾自喜，不能以偏概全，因为我们要了解，山外有山，人外有人。河神，会由于小成而沾沾自喜，河神尚且如此，何况我辈凡人呢?但是，许多人因不知道这个道理而因小失大。

从古至今，骄傲永远都是顺利的最大敌人，这是神圣不变的真理。只有诚实谨慎，虚心求教，才是顺利的绝佳路径。千万不可以自满于状况。

接下去，他们又开始谈到事物间的虚实关系，夏虫不可以语冰，是由于冰雪对于他们来说太虚妄了。井中的兔子也不要和它谈到天地，对于井蛙而言，天大也太过分虚妄了。确实这么，举例来说，比如说教育，在有些之后，这些的虚妄的东西在我们身边还真是很多了。于是，就要怪，学生会说一套做一套了。就要怪，学生不违反包括交通规则在内的许多规则了。但是反过头来，看一看，似乎身边的许多事情确实都是那么。

以下，他们又探讨到关于事物间的大小关系，天地算是大的，然后比起宇宙来真是沧海一粟。江河算是大的，但是在大海面前却又变得渺小。

### 庄子读书心得500字篇十一

青藏高原太远，珠峰太高，我一点不着急要赶去那里:读《庄子·人间世》心得

读《庄子·人世间》有太多的感慨，  
听了张文江老师的课，这种感慨更为加剧。进入中年的我，年轻时



除了课本上的经典，几乎没有读过其他的古代典籍，但人生本身又何尝不是一本书？读《人间世》让我感慨人世间太多的苦，来自于人和人之间彼此的不了解。所以人人都向往那个六十耳顺的境界，别人讲的话自己都能够听懂，甚至比讲的人自己还要懂，甚至到更高的境界。可是对于离青藏高原都还很遥远的普通人，珠穆朗玛峰怎是企及得了的？

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。但這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500字篇十二

经典书籍需要慢慢地读，如此才能做到真正深刻地理解。初读《庄子》时，不能拥有良好的心态，总想一口吃成大胖子，结果一无所获，还让心态陷入愈加焦躁的沼泽。我决定沉下心来，不求速度，只求质量。一天只读那么两三百页，三十三章节，共四百多页，分付几个月时间。这期间里，多写读书笔记，加深认识和记忆。

这两天我读的只是第一篇《逍遥游》，收获很大。了解到庄子思想的一个很重要的方面，那就是逍遥地逃开名利的束缚，不借助任何外力，自由自在地游荡在宇宙天地间。庄子和老子一样，都是追求自由的人，较之老子，更加热衷于无所羁绊的自由。他可以做到无视世俗的一切偏见或者只是意见，举世誉之而不加劝，举世非之而不加沮，无论世人如何赞誉还是诽谤自己，都不会改变自己对个性的坚持。这一点真的很难得。一个人生活于世，就要坚持自己认为对的东西，不能



以别人的意志为转移，否则或者不过是傀儡。正所谓至人无己，神人无功，圣人无名，一个人不能受制于任何外在的东西，比如功业、名利等，要活得洒脱、坦荡与无比自由。

庄子的逍遥的人生价值观，或许在某些人眼里有些消极避世，不值得赞同。但我们要承认的是，人各有志，庄子和老子一样，不是积极追求建功立业扬名于世的人，他只是追求君子穷则独善其身的价值观念。在战乱频仍的年代，个人的力量是极度微薄的，唯有把自己做好，才能超脱苦难的人生。庄子的生活年代是致使庄子思想诞生的很重要的一个因素，而庄子睿智、豁达、富有远见卓识的个性，亦是很重要的一个原因。庄子思想之所以能够千年如新，正因为它能够引起广大人们的共鸣。其实每个人身上都有热爱自由、无所顾忌的品性，只不过是有的由于种种外在环境的影响，而被社会规范、人生准则、忠于名利等东西所掩盖。老庄思想代表的是人类最原始的最无华的价值观念，可以企及每一个人的内心深处，触动软肋。

我们不妨在行走于人生困顿的时候，或是感觉到人生劳累的时候，汲取庄子逍遥自在的思想观念，让心灵保有一份难得的安静与沁凉，以便能够迎接更大的挑战。当然更可以依从于庄子，实践体会他的逍遥思想，在其中自由驰骋，获得轻松愉悦和无所担忧的人生体验。

在我的眼里，庄子的逍遥游思想并没有什么缺陷，被所谓的正统思想观念所排斥，是不可思议的。道家思想与儒家思想，谁是谁非，本没有什么明确的界限。思想的天空，就应该是百家争鸣、异彩纷呈的，后人可以从中汲取到丰富而不单一的思想养料。人生、国家和社会，需要博采众长，才能实现优质，否则就会朝向不健全的方向发展。一边孔子，一边庄子，我认为是必须的。

### 庄子读书心得500字篇十三

人的社会化，就是在人的生命过程中，被社会凿开了他的一窍又一窍。到最后，他变成了一个社会标准下的成人，而此时又离他的赤子之心、混沌之态有多远呢？

书中将人的一生比作爬一座80层的楼梯，当我们终于达到终点时，才发现最重要的东西——行囊，已经被丢弃在了20层。初入社会，一腔热血的我们都肩负着这样一个行囊——理想。可当初的热情总被愈见残酷的现实打磨殆尽。我们日复一日地碌碌而不之所为，打着“理想”的旗号却为了或名或利南辕北辙，最后的最后，我们终于停下慌促的脚步，却可悲地发现多年的奔波竟不知是为了什么。

大千世界，切勿让外物扰乱你的心律。记得时刻提醒自己：复其初。

复其初就是要抛开欲望、杂念。梓庆为鲁国做鐻，首先斋戒七天。这个斋戒是指心斋，最终达到物我两忘的境界。此时做鐻，便浑然忘却了功名、美誉，忘记了自己是为国君所做，顺着自己的本性去创作、发挥，不曾料想竟达到至善境界。今之学者皆为利往，以私己为本，身心疲敝，茫茫然竟不知所求者何物。其实我们大可抛开这些，因为一切的荣辱贵贱都会过去，最重要的是当下的质量，是你是否把握住自己。一生的追求莫过于幸福快乐，而这幸福快乐本为生活的属性，只要你认真地生活，自然不必过多追求。

复其初要做到“外化而内不化”。人生存于社会之中自然要做到遵从社会规律，根据社会的步调调整自己的步伐，此谓“外化”。而纷繁的社会极易蛊惑人心，改变你的方向。此时，你需要把握内心的真正渴望，懂得自己想要的到底是什么，在不断变化的潮流中保持内心的坚定，让自己老来不至于悔已晚矣。此谓“内不化”。由此可知，生存可以随遇而安，而生命应当有所坚持。

复其初就是要去除遮蔽，返其本真，去感受那弥漫六合的“道”。

#### 庄子读书心得500字篇十四

“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《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。

一个人的境界决定了他的思维方式。人的思想是有限的，而世界/宇宙是无限的。用有限的思想去思考无限的世界，本身就是有局限的。有了广阔的境界，才能有更广阔的思想，才能用更广阔的思想去思考这个世界。庄子中举的例子就是以常人的思想无法去想象一个巨大的葫芦会有什么作用，因为他的思想局限在小葫芦的作用，去套用思考大葫芦的作用，当然无法找到合适的作用，而认为它是无用的。而我们不也是在用自己有限的思想去武断这个无限的世界，以为自己见识广阔，其实不过是井底之蛙。不断扩大自己的境界，才能认识到更广阔的世界。例如人生、宇宙……

于丹更多的心得讲到的是做人，没有扩及到世界观，也许不能在公众面前唯心吧，不过唯心和唯物可能都不全面，或者殊途同归，以我们的认知还没有办法理解

更多 范文 请访问 [https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/91\\_0.html](https://www.wtabcd.cn/fanwen/list/91_0.html)

文章生成doc功能，由[范文网](#)开发