# 阅读菜根谭有感

来源：网络 作者：梦里寻梅 更新时间：2025-04-29

*阅读菜根谭有感(精选8篇)阅读菜根谭有感要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的阅读菜根谭有感样本能让你事半功倍，下面分享【阅读菜根谭有感(精选8篇)】，供你选择借鉴。>阅读菜根谭有感篇1如果你没有读过《菜根谭》这本书，那...*

阅读菜根谭有感(精选8篇)

阅读菜根谭有感要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的阅读菜根谭有感样本能让你事半功倍，下面分享【阅读菜根谭有感(精选8篇)】，供你选择借鉴。

>阅读菜根谭有感篇1

如果你没有读过《菜根谭》这本书，那一定也读过书中收录的名句，这是明代道人洪应明编著的一本关于人生、处世、和修养的语录集。读起了会感觉到有些怪异，这种体裁像语录，又像随笔，像是对人们的训诫，又要是一种善意的提醒。总之，我们不需要在意菜根谭的文体，只需要解读这些富有哲理和内涵的名句即可，会从中受益良多，让自己在修身养性方面变得更加有见地，提升人生境界。

作者写道：“宠辱不惊，看庭前花开花落;去留无意，望天上云卷云舒。”

名句解读：这句话读起来非常爽口，既押韵，又充满了人生哲理，我们的人生充满了荆棘，面对这些挫折，我们应该平静的看待，不为所困扰，努力战胜困难便可;而人生也有很多喜悦和收获，当你站在高点的时候，也不要忘了福祸相依，不要为了这些而自鸣得意，也要有忧患意识。

作者又写道：“交友须带三分侠气，做人要存一点素心。”

名句解读：人是社会性动物，一定要有朋友的，但交友是一件需要慎重的事情，不能什么样的朋友都交，而需要带着几分侠气，有选择的交往;而为人处事要心存善良，在保护自己的同时，对他人也要有怜悯和感恩之心。

当我读到“觉人之诈，不形于言;受人之侮，不动于色”时，顿时产生了共鸣，在我们的人生中，不可能事事如意，当我们发现别人的奸诈心思时，应该暗地里防范，而不是揭露出来，让奸邪之人有了准备。受到他人的侮辱，要不行于色，不要显露出来，而是应该结化解和提升自己的修养和能力!

读后感.菜根谭里面的名句很多，值得我们认真解读和思考，会得到很多心得。又譬如“蛾扑火，火焦蛾，莫谓祸生无本;果种花，花结果，须知福至有因。”这句话让我得到的启发是：世间万事万物的演变和发展都是存在因果关系的，正如佛家所言“善恶之报，如影随形”，因此，我们在生活中要注意自己的言行，因为你种下的一切因，将来都会产生相应的果!

人生漫长，快乐和挫折并存，因此我们需要提升自己的修养，从菜根谭中获得智慧!

>阅读菜根谭有感篇2

曾有一段时间，思绪不宁，随手拈来一小册子，读毕，顿悟，心静如水。此小册子为《菜根谭》作者为洪应明。

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。

《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“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。

>阅读菜根谭有感篇3

今日读《菜根谭》，书中无处不在的博大、宽容、淡泊、向善与智慧，让你觉得仿佛在与一位智者交谈，疑虑消弭，警策长留。

作为一名教育工作者，给我感悟最深的是其中有关教育批评的至善妙语。

洪应明说“攻人之恶毋太严，要思其堪受;教人之善毋过高，当使其可从。”意思是说，当责备别人的过错时，不可太严厉，要顾及对方是否能承受，注意不伤对方的自尊心;当教诲别人行善时，不可以期望过高，要顾及别人是否能做到。

我们常抱怨现在的孩子太难教育，但有没有反省过自己的教育方法是否得当呢?我们当教师的有时在公众场合、在家长面前大声斥责学生;有时小题大做、声色俱厉，严词批评;有时长篇大论、喋喋不休像老太婆......这些做法都起不到好的教育效果。如果能像上句话中所说的那样教育孩子去恶趋善，还愁效果不佳吗?

《菜根谭》中处处充满了辩证法观点。“念头浓者，自待厚，待人亦薄，事事皆淡。故君子居常嗜好，不可太浓艳，亦不宜太枯寂。”“地之秽者多生物，水之清者常无鱼。故君子当存含垢纳污之量，不可持好洁独行之操。”这些话语告诉我们，凡事应求恰到好处，过之不及都将失之偏颇。

我喜欢《菜根谭》。它淡雅的眉目下是一双历世阅人的慧眼。它宛如一溪清泉，荡涤人心的积郁，使人澄怀物象，进而得以超然物外，静观世界，参悟人生。

>阅读菜根谭有感篇4

翻阅《菜根谭》，我立即被作者豁达的胸怀，深邃的思想内涵所震撼，特别对其中“宠辱不惊，闲看庭前花开花落;去留无意，漫随天外云卷云舒”。这段话尤为喜爱。寥寥数语，却深刻地道出了作者对人生，对功名利禄，对世间万事万物所持的心态。在这个充满了浮躁与诱惑的时代，《菜根谭》无疑是一剂安定的良药，让人们的烦恼纷乱的心情，渐渐平静下来，并有了正确的人生观和价值观。

当今社会，物欲横流，金钱的诱惑，财富的纷争，困扰着无数的追逐者，不少人感到越来越烦闷、焦虑、疲惫、失落。尽管物质生活日益充实，而人们的精神生活却愈发空泛，……，那么如何看待，如何面对这些世事呢。用《菜根谭》中的这段话也许最能释惑。

闲看，大有站在局外的角度，悠闲自得地看待宠辱得失，得之不喜，失之不忧，宠辱皆不在乎。庭前，大有躲进小楼成一统，管他春夏与秋冬之意，不受外界的任何影响，也不在乎别人的是非评说，始终保持一颗平和的心态。漫随，大有不管世事的沉浮与变迁，也不管职位的升迁与贬降，一切随其自然，不加强求。天外，则显示了高远的目光，不与他人一般见识，不斤斤计较的豁达胸怀。而花落花开完全是自然的规律，没有必要感春伤秋，云卷云舒，是一种自然现象，也蕴含着处事的哲学，人生路上有平坦大道，也有崎岖小路，遇到困难和挫折时要能屈能伸，要学会忍耐和坚持。

“宠辱不惊，闲看庭前花开花落;去留无意，漫随天外云卷云舒”是一种心态，是一种胸怀，也是一种人生境界。生活的琐碎，柴米油盐，诸多不如意，都会让我们心生烦恼。但如果我们能淡泊名利，不计得失，不以物喜，不以己悲，不过分看重成败，只要自己努力过，奋斗过，就是无悔的人生。

>阅读菜根谭有感篇5

谭以菜根名，固自清苦历练中来，亦自栽培灌溉里得，其颠顿风波，备尝险阻可想矣。淡淡乏味的菜根中有着无限真味的存在，犹如暖春吹拂的微风逼退寒冬的冷意。

一本《菜根谭》包含了人生的各种重大抉择问题，但其根本也就是出世与入世的问题。读完这一本书便像是经历了一世，体味人生百种滋味，遇事时也可勉强达到“风斜雨急处，立得脚定;花浓柳艳处，着得眼高;路径危险处，回得头早”的境地。这是一部可以润物一生的书，静心阅读，细细品味，菜根越嚼越香，心智自会越来越高。

“粪土至秽，变为蝉而饮露于秋风”在粪土中生活的幼虫是最为肮脏的东西，可是它一旦悦变成蝉，便在秋风中吸食洁净的露水。洁净的东西是从污秽之中诞生的，而光明的东西也常常在晦暗中孕育。即使我们处于困境，可以凭借自己的努力可以改变现状，改变境遇。“得意须早回头，拂心莫便放手，恩里由来生害，故快意时须早回首;败后或反成功，故拂心处莫便放手”人生而在世，难免遭受挫折，逆境之中的阻力不该成为自甘堕落的借口，反而可以使人走上成功之路的动力。遭受不如意的事打击时，不能轻易放弃，千万不可罢休，依然要继续奋斗。

人生而在世，岂能没有执念，或为名利所奔波，或为情爱而不舍，或为心中大义而执着，得之为幸，不得则弃。昨日之不可留，今日之是不可能。《菜根谭》中最为人所熟知的一句便是“宠辱不惊，闲看庭前花开花落;去留无意，漫随天外云卷云舒”。肝胆煦若春风气骨清如秋水，持身涉世不可随境而迁。立身处世，不以物喜不以己悲，方能安心做事。

“贪得者虽富亦贫，知足者虽贫亦富”功名利禄并不如外人所视那般荣耀，不可过于趋之。如人饮水，冷暖自知，生活的质量本就取决于自己的生活态度，知足就好。山林息尘心读书消俗气，多读书，可静心。读圣贤书可知世事，超越天地之外，不入名利之中，栽花种竹，心境无我，摒弃执念。

手捧一本《菜根谭》，其中各种良言犹如春风轻拂心田，细细读之，慢慢思之，启人心智，发人深省。

>阅读菜根谭有感篇6

我最近看了一本叫做《菜根谭》的书。这本书很奇特，它不仅有许多古文，还有很多故事。每一篇文章后面都有一个故事，借故事来譬喻古文的道理。真可谓是：人心有真境，非丝非竹而自恬愉，不烟不茗而自清芬。须念净境空，虑忘形释，才得以游衍其中。

这本书是明代洪应明的一本语录作品，在中国民间广泛流传，千古不朽。正所谓“咬得菜根，百事可做”，它在修身、处事等方面提出的准则，影响了一代又一代龙的传人。到了现代，又被日本商界人士奉为心理学教材。这本书里的道理非常深奥，有些竟是我们现在所不能理解的。其中我印象很深的一篇是：一位商人路过一个村庄，看到一孩童手持棍棒正鞭打一条小小的青蛇，那小蛇已经遍体流血。商人劝道：“你瞧，小蛇都流血了，不要再打了!”小孩好奇，向商人要了他的衣服后就走了。后来商人又经过那个村子，看到有一个白衣少年正牵马在路边等候他。原来少年是那条小青蛇的哥哥，小青蛇原本是一个小精灵，故而化身青蛇到人间去游玩，不料小孩子还以为他是条蚯蚓，就拿来树枝打着玩。今天，他的哥哥来报答恩公了。

其实我认为真的要做到事事以“行止在我”“进退有方”，还真是相当的困难的!书中有篇《多喜养福，去杀远祸》中所写道：福不可徼，养喜神以为召福之本而已;祸不可避，去杀机以为远祸之方而已。意思就是说：人间幸福不可勉强追求，只要能保持愉快的心情，就是追求人生的基础;人间祸害实在难以避免，只要能消除怨恨的念头，就是远离祸害的法宝。但是要如何平横和缓减那些压力呢?我想这恰恰写出了我的心声!幸福从某种角度上来说是可以自产自余的!

只有通过主观的努力，通过辛勤劳动，才有可能获得自己所要追求的幸福!

>阅读菜根谭有感篇7

闲来无事，随手拈一小册子，读毕，若有所悟，而后，心静如水。

抬眼一看，此册名为《菜根谭》，是明代还初道人洪应名收集编著的一部论述修养、人生、处世、出世的语录世集。此书内容令人陶醉，可单单书名令我颇为不解。菜根谭?莫不是与那菜根有何关联?我百思不得其解，一经查询，乃知，此书名得自于宋朝汪信明的一句话：“人能咬得菜根，则百事可做。” 俗语亦云：”布衣暖，菜根香，读书滋味长。“古人云：“谭者，谈也。性定根香。”此“谭\"同”谈“，音近通假，如《天方夜谭》等。

细细查询，原来，《菜根谭》写于明代，作者洪应明流传至今的著作除《菜根谭》外，还有被收入《四库全书》的《仙佛奇踪》4卷。实则，《菜根谭》 严格说来并非一部系统的、逻辑严密的学术著作，而是论述修身、处世、待人、接物的格言集。这些格言警句无一不是文辞秀美，对仗工整，促人觉醒，耐人寻味，有着深刻的哲理，得以教人，育人。仔细品读，竟也发觉有了一种不可捉摸的意味。

读完此书，偏就有一那么一章的句子令我极为影响深刻。”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。”这句是关于理论道德规范的，大致意思也就是：“一个坚守道德规范的人，虽然有时会遭受短暂的冷落;可那些依附权势的人，却会遭受永久的凄凉。大凡一个胸襟开阔的聪明人，能重视物质以外的精神价值，并且又能顾及到死后的名誉问题。所以他们宁愿承受一时的冷落，也不愿遭受永久的凄凉。” 这段话说明正义与邪恶的结果是及其不同的，一个遵守道德规范的人即使受到了误会，那也是暂时的，而那些依附权势的人，终究是没有好结果的，宣扬了正与恶的本质区别。一个真正看透世事的人，大都是把精神财富看重于物质的，他们宁屈一时，亦不背负冤屈一世。坚守道德规范的人大抵是把世事看得更透彻些吧，大梦初醒，看破往事，清者自清，穷极一生，仅为于此。话说回来，何为“聪明人”，不过是看透了万古之中，看过了世上世事，心有所悟，安分守己，做自己该做的事，想自己该想的事。 做人无甚高远事业，摆脱俗情便入名流，为学无甚增益工夫，减除得物累，便臻圣境。深者见深，浅者见浅 ，高手未见，亦是无物。体味人生的百种滋味，就能做到“风斜雨急处，立得脚定。花浓柳艳处，着得眼高。路危径险处，回得头早。” 这些道理亦不过是书中一小部分，或许，不仅是书中，在学习之中，生活之中，有更多百般在等待我们 。

其是这本书的深意，或许更深入人心 。读毕，心尤幽静，似有潺潺小溪留过心底，清澈纯净。书中无处不在的博大、宽容、理解、淡泊、向善与智慧，让我并不觉得自己是在读书，让我觉得仿佛在与一位智者交谈，与一位畏友交谈，带着暖意的警策。

这就是《菜根谭》，这就是 “ 咬得菜根，则百事可做 ”，究其意，“菜根”坚硬多筋，只有经过反复咀嚼，才能体会其“真味”。人的才智和修养只有经过艰苦磨炼才能获得，或许只有耐得贫苦生活，才更能创造人生的百般事业。如此修身养性、教人育人、意味深长的好书，买来读上一二又有何妨!

>阅读菜根谭有感篇8

近期抽空简单的阅读了明朝末年隐士洪应明所著的《菜根潭》。菜根潭三个字说明了“咬得菜根，百事可做”，这与我的母校----南京师范大学的创始人陶行知先生的从教理念如出一辙。它讲述了作者对人生的的领悟，是一种以人生经验的沉淀和累积，有超脱、有感慨、有体会，是集儒家思想和佛家义理的一本书。

它包含很多的哲理，让你读过后会豁然开朗。无论你身陷人际困局还是职场是非中，它都会给你一把钥匙让你开启烦恼之门。不仅如此，它还能让你开阔思想、修养身心、让你成为一个懂事理、懂大义的人。

君子之心事，青天白日，不可使人不知。君子之才华，玉隐珠藏，不可使人易知。

这就说明了，做人要光明磊落，如青天白日一样，人们都说“君子坦荡荡”、“明人不做暗事”。对于才能来说呢，就不急于展示自己的才华，以免遭人嫉妒。在剖析自我的同时，我们是要带面具的，带不同的面具去面对形形色色的人，当然我们带面具的目的要建立在真诚的基础之上。展现才华的时候不要不分时间，不分场合。这样不仅仅不能让你瞩目，还可能遭到嫉恨的眼光。因而要低调些，大海之所以能成为大海，那是因为他比所有的河流都要低!

做人无甚高远事业，摆脱俗情便入名流，为学无甚增益工夫，减除得物累，便臻圣境。

做人不是非要成就一番伟大事业，只要摆脱世俗的功名利禄，就能跻身于名流，做学问也没有什么诀窍，只要摈除外物的诱惑，便可以达到至高无上的境界了。如果我们没有被名利所左右，便专心致力与一项事业，只要能摆脱俗情物欲。做到淡泊明智，志存高远。如果追求华服美食，这些贪图物质享受的做法还在继续，那我们就是真的活着没什么意义了。真的没有必要去屈膝奉承，一切随遇而安。

青天白日的节义，自暗室漏屋中培来，旋乾转坤的经纶，自临身履薄处出。

想青天白日般的光明磊落的节操，是从贫困艰难的环境中培养出来的，而扭转大局的雄才伟略是从谨慎的行事态度中磨练出来的，我明白了“不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香。”并且要有“如临深渊，如履薄冰”的谨慎态度来行事。

从事辅导员岗位数年，深知自己的一言一行对于学生成长的影响，深知自己在岗位上的态度、做事的严谨与否与学生的利益密切相关，深知公平、公正、公开的严格的制度执行对于学院的发展和声誉的重要性。正是母校传承的一种精神，正是党员身份的不断激励，正是工作中的努力和学习，我得到了成长和历练，也更是这样的经历，我更加成熟，对于学生工作更加尽心，每每学生的喜悦，也时常拨动我内心的自豪之弦。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找