

# 于丹《庄子》心得



[于丹《庄子》心得 下载链接1](#)

著者:于丹

出版者:中国民主法制出版社

出版时间:2007-6

装帧:精装

isbn:9787802192348

《于丹庄子心得(典藏本)》讲述了庄子是诸子百家中一个重要的代表人物。他的文章气势磅礴，纵横恣肆；他的思想深邃宏阔，笼盖古今；他的寓言想像奇特，寓意深远；他的风格嘻笑怒骂，了无拘圆。庄子是诸子百家中一个重要的代表人物。他的文章气势磅礴，纵横恣肆；他的思想深邃宏阔，笼盖古今；他的寓言想像奇特，寓意深远；他的风格嘻笑怒骂，了无拘圆。

他看破功名，不屑利禄，甚至对于死亡，他也有着自己独到的见解。庄子到底是一个什么样的人呢？

百家讲坛，坛坛都是好酒！《于丹庄子心得(典藏本)》以作者在所作同名讲座为基础整理润色而成。

作者介绍：

于丹，北京师范大学教授，中国古代文学硕士、影视传媒学博士。

北京师范大学艺术与传媒学院院长助理、影视传媒系系主任。教授“中国古典文学”、“影视学概论”、“电视理论思潮”等课程，参加“北京师范大学影视艺术学科基础教程系列”教材和“中国影视美学丛书”等大型理论工程的编著工作。曾获得1996年度北京市优秀教学奖、2001年度中国宝钢教育基金优秀教师奖、2001年度北京师范大学励耘奖、北京师范大学十佳优秀教师奖等多项奖励。出版《形象品牌竞争力》等专著多部，在《中国社会科学》《文艺研究》《现代传播》等重要学术刊物发表专业论文十余万字。

知名影视策划人和撰稿人。为中央电视台《东方时空》《今日说法》《艺术人生》等50个电视栏目进行策划，现任中央电视台新闻频道、科教频道总顾问，北京电视台首席策划顾问。

古典文化研究者和传播者。2006年“十一”黄金假日在央视百家讲坛连续七天解读《论语》心得，受到观众的热烈欢迎。

目录：我们的心可以遨游到多远——《于丹<庄子>心得》自序

庄子何许人

境界有大小

感悟与超越

认识你自己

总有路可走

谈笑论生死

坚持与顺应

本性与物性

心态与状态

大道与自然

《庄子》原文

· · · · · (收起)

[于丹《庄子》心得\\_下载链接1](#)

标签

于丹庄子心得

哲学

中国文学

庄子

于丹

百家讲坛

心灵

古典文学

评论

以庄子超脱达观的哲学思想为主题煲的鸡汤，内容特别浅显，基本上没啥深度，适合作为中学生写作文的素材。书中杂七杂八的引了许多碎片式的小故事（只有部分源自《庄子》），但这些案例推导出的结果（所谓的“心得”）大多很牵强，逻辑上很不严谨。比如123页说“会游泳或者潜水的人学划船就特别容易”是因为“人如果有了大见识，再学其他技巧就容易很多”，可是这两者真的存在因果关系吗？很多道理在语言的诱导下听起来会很有道理，实际上根本禁不住推敲和琢磨。“会游泳”和“会划船”相比就算是“大见识”？一个国家领导人见过大世面就能快速掌握划船的诀窍？但总体来说，看了一遍也算是多多少少了解了一些《庄子》的内容，很多句子值得品味，比如“达生之情者，不务生之无所以为；达命之情者，不务命之所无奈何”，“生之来不能却，其去不能止”。

---

高中老师说我的写作风格和于丹老师很相似，可以模仿一下，所以那时候看了很多他的书，不知道是内容还是文字，或者是两者的完美结合，真的很引人入胜。由此想到小时候的背诵基本功真的很重要，就算是不懂，也能够熟练记住那些深刻的文字，当某日在生活中得到体悟，便能顺畅的表达出来，这种感觉真好。

---

最佩服的就是，这样一个古人，都会愿意探索宇宙之间的大道，我作为新人类的我，确总是被小事羁绊。

---

还是承认了吧= =

阶级立场问题，写的一般。

很好的书，喜欢送的藏书票~

还是自己看原著来得有感触。

我也赶时髦的，那时还真爱听她说话

高一找同学借的书，一般般。

看的时候觉得很有道理，看完基本上就忘得差不多了。

知音体，里面根本就没有庄子……而且书的一半内容是庄子原文，糊弄人

在这个世界中，每个人都可以以不同的形态生活下去。有的人爱慕名利，有的人欢喜淡薄，各取其所爱，子非鱼，安知鱼之乐？

《庄子》中国古代最耀眼的瑰宝。哲思、文笔浑然天成，行云流水、  
“至人无己，神人无功，圣人无名”

不怕死，不找死

不待见。还是看原著好。

补标，大学

作文宝典

这本书的书套很简洁古朴，但把书拿出来后封面和内页设计都不够大气，有点失望。让人有点惊喜的是里面附赠了一张藏书票，很棒。虽然这本书够不上要收藏的地步

只能说还行

在这个物欲横流，让人眼花缭乱的现代世界，真正能够做到忘利，忘名，忘我的三重境界，返璞归真方能做到大道合乎自然。

[于丹《庄子》心得 下载链接1](#)

书评

2007年2月6日 快乐英语（寓言小品，纯属虚构。若有雷同，实属巧合。）  
于老师教英语，教学方式有创新，在电视上推广，深受群众好评。她的优势在于，不论你是六岁小孩，还是八十岁老头，不论过去有没有英语基础，只要听了她讲上两次课，那英语水平就能飞速提高。于老师在黑...

“境界”有大小？于丹还是先搞清《逍遥游》讲得是什么吧，这都搞不清楚还讲啥《庄子》？  
这一阵于丹继《论语》之后，又在电视上说《庄子》心得了。电视没看，从网上下载，看了一集就看不下去了。  
这哪是《庄子》心得？整个借《庄子》讲一套于丹为人处世之道。于丹声称：她是六...

2007年2月22日 于丹叫卖大力丸

治疗精神病，没有特效药，重在预防，从自我心态处入手。人生在世，已然有了一口吃喝，生命有了保障，却常常感到不快乐，空虚与苦恼，无聊与焦躁，心灵随时处在亚健康的状态，生活质量不高。这就是精神病的一种表现，吃饱了的人类最容易犯的一种...

2007年2月27日 于丹迷的七个月

第一月：花花世界，霓虹溢彩，你还有诸多理想，你还有几分豪气，看不惯世俗的勾当伎俩，搞不懂生活本来的意义。烦恼和无聊，焦躁和空虚，很多细腻的悲观情绪，蔓延在你的内心深处，虽然表面平静无澜，心灵的湖水底下，却埋藏了多少无声的叹息。 ...

因为不断有人问及，拿“是否”回答很容易引起误会。索性在这里表明态度，此后就可以直接粘贴地址了。

百家讲坛里最舒服的是阎崇年。假如没有妙语高论，那就无妨把教案弄熟一点。从这个意义上说，刘心武也是不错的。我不赞同阎氏老实的历史观，但却愿意听他信手拈来的史料；我...

接触到这本书的时候，是在我人生的最低谷。没了感情，丢了工作，也丢了自己。

一个友人送了我一本书，就是他。让我豁达了很多。

庄子的豁达，对于生死，对于种种都让我觉得，人生是不是可以成为一场游离，而非痛苦的修炼。时隔2年，我再次回忆这些的时候，多少有那么点...

学术超女于丹教授一口气将众多的“子”们评论了一番，可谓心得连篇累牍，不想多说，惊闻其又评《庄子》，索得视频一观，失望之极。不由不说。

《庄子》是讲求万物合一，逍遥自适，他的本意是要求人需有自我意识，呼唤人类的本真与纯洁，为人性的本真自由的逍遥，顺自然容...

我得检讨这是我能辨识正版盗版的区别以来买的第一本盗版书。在茫茫一大堆旧书中，妈妈发现了这本，当时妈妈手里抱着两本正版旧书《中医穴位按摩》《食物相克》，然后指着这一本说：“这不是电视里那个于丹吗？”我看，可不是，还挺飒爽的。把《<庄子>心得》拿起来，用手...

## 庄周梦蝶

庄子是一个最早的愤青，也是一个最早的小资。他的愤青在于他的“无为”，他的小资在于他的“梦蝶”。

因为看破，所以无为。与其在那个污浊的世道中，苟延残喘的保持着“洁白的官袍”，不如脱去，转身逍遥。与其在一张张面具后穿梭，不如投身自然，清风明月。因为大...

[http://blog.sina.com.cn/s/blog\\_4c5c005c01000auj.html](http://blog.sina.com.cn/s/blog_4c5c005c01000auj.html)

这东西俺就是随便写写，可是没想到上了新浪文化博客首页，到了和讯又上了和讯博客首页。俺想了想，不是因为俺写得好，而是因为这个是有些热门的话题，所以再烂也能引来点击量。这边都是高人，给斧正一下？另外俺好像发...

我花一小时的时间翻完了书架角落的于丹庄子心得。本想把它当作一本普通的心灵鸡汤作罢。却发现此处竟有众多人容不下这薄薄一本。暂不说这是吃不到葡萄说葡萄酸的清高心态，在如今多元文化的时代，如此见解，着实只有迂腐两字可以形容。

很多人可能一辈子都不会去研习《庄子》，...

“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...

不知什么时候起，这些古典文学开始有一帮人为大家(读者)讲读，因此也滋生出一些名人：于丹、易中天；

其实是古代名著没有人读了，或许是这些人的心得比古文有感召力，我却认为读书寻找思想是每个人的事情，于丹、易中天之流只是倡导古文的一些好处，若他们的心得就是古文的意思，...

大道合乎自然——读于丹的《<庄子>心得》

感谢读书微信群的鞭策和规划，让我竟然也能博览群书，从经济学、人物传记到国学经典，虽然阅读于丹的这篇《<庄子>心得》总有剑走偏锋的嫌疑，但至少让我走了擦边球

，感受了一次国学的魅力，让我再次阅读了晦涩难懂的文言文...

---

家中藏书，偶然翻起，虽对于丹不甚了解，也感觉其颇有想法。有一种观点是，人类历史茫茫，很多自以为的有创意的想法，也许前人早已提出，人类的智慧真是奇妙的东西，个人真是不敢穷其一二，只能不断学习，不断学习，争取沾点前人光芒，为自己的人生添些厚度。几些感受，与君共...

---

是一本心灵净化类、或者说是励志类的书，书写蛮好的，有很多值得我们去学习的方面。其实这也是励志类的大部分书籍一样，关键看读者自己看过之后会不会受到启发。我觉得还是比较难的，因为如今的社会太浮躁，太虚伪，诱惑太多，人很难再做到像古人那样高深的境界。但是同时，如...

---

---

虽然是相关专业毕业，但我不是个做学问的。关于这一点我还是有点遗憾的，感觉辜负了老师对我的教诲。不过我也认识到，能够深耕于学术的人其实是凤毛麟角的，而我只是一个小学生而已。  
可即便如此，我依然记得我的老师对我的种种教诲。在中学的时候我是狂妄的，年少轻狂，谁也看不...

---

1.世界上最快乐的人，是由温饱到小康的这一批人。他们的生活不至于过分窘迫，同时也不至于被财富束缚，为财富担忧。  
2.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。  
3. “以天地为棺椁，以日月为连璧，星辰为珠玑，万物为赍送。” 4.有用和无用...

---

[于丹《庄子》心得\\_下载链接1](#)