

# 于丹《庄子》心得



[于丹《庄子》心得 下载链接1](#)

著者:于丹

出版者:北京联合出版公司

出版时间:2016-12-1

装帧:平装

isbn:9787550291799

★《于丹：庄子心得》2016年纪念新版重磅推出！

新版为全彩四色精美印刷，完美诠释经典之美。

新增著名作家张大春书法插图，再现庄子恣肆之意。

★著名文化学者、千万册级畅销书作家于丹，解读经典力作！

于丹作品累积销量超过1000万册，被译为30多种文字。

《<论语>心得》《<庄子>心得》《<论语>感悟》，于丹解读经典三大力作。

★初版首印100万册，创下十年前出版界纪录！

被读者赞誉为解读《庄子》类图书中的经典之作，推荐必读。

连续畅销十年，上市后多次断货，新版上市前更是一书难求。

/

庄子是中国传统文化三大源头之一的道家的代表人物，孔子被称为“圣人”，庄子则被称为“神人”。他的文章气势磅礴，纵横恣肆；他的思想深邃宏阔，涵盖古今；他的寓言想象奇特，寓意深远；他的风格嬉笑怒骂，了无拘囿。

《于丹：〈庄子〉心得》延续了于丹的独特风格，以现代的视角来讲述庄子的思想，在通俗易懂、妙语连珠间激起你我共鸣。在书中，于丹从庄子其人、人生境界、感悟与超越、认识自己、困境出路、对待生死、坚持与顺应、本性与悟性、心态与状态、大道与自然等十个方面，阐释了《庄子》中所蕴涵的智慧及其对现代生活的启示。

翻开本书，您将和于丹一起，在庄子的汪洋恣肆中，感受自然人格的自我超越，心灵的自在遨游。于丹说：“《庄子》里，真正流传下来的思想，应该是天地自在逍遥游，而这样一番逍遥游里，庄子他看破的东西太多太多。”

作者介绍：

于丹，著名文化学者，北京师范大学教授、博士生导师，首都文化创新与文化传播工程研究院院长，北京师范大学艺术与传媒学院副院长，国务院参事室特约研究员。

她也是古典文化的普及传播者，在中央电视台《百家讲坛》《文化视点》等栏目，通过《论语心得》《庄子心得》《论语感悟》等系列讲座普及、传播传统文化，以生命感悟激活了经典中属于中华民族的精神基因，在海内外文化界、教育界产生了广泛影响。

她先后在我国内地、港台地区，美国、英国、法国、德国、日本、韩国、新加坡、马来西亚、巴西、新西兰、澳大利亚等国家地区进行千余场传统文化讲座，得到广泛的好评，并掀起了海内外民众学习经典的热潮。

著有《于丹<论语>心得》《于丹<庄子>心得》《于丹：游园惊梦——昆曲艺术审美之旅》《于丹<论语>感悟》《于丹趣品人生》《于丹：重温最美古诗词》《人间有味是清欢》《于丹字解人生》及《有梦不觉人生寒》，其中《于丹〈论语〉心得》一书获得了世界知识产权组织版权金奖，国内累计销量已达600余万册，多次再版，已被译为30余种文字在各国发行，仅外文版销量已近40万册。

目录: 001 · 不负初心

001	· 庄子何其人
017	· 境界有大小
033	· 感悟与超越
051	· 认识你自己
069	· 总有路可走
085	· 谈笑论生死
103	· 坚持与顺应
117	· 本性与悟性
135	· 心态与状态

- 153 · 大道与自然
- 171 · 附录
- 171 · 《庄子》原文
- 261 · 出版缘起
- · · · · (收起)

[于丹《庄子》心得](#) [下载链接1](#)

## 标签

人文

好书，值得一读

自我管理

思维

每个阶段都有各自的好

微信读书

## 评论

解读《庄子》类图书中的经典之作，推荐必读。

---

堪破.....

---

算得上是庄子思想的入门读物。语言很浅显，可能比较适合初高中生读，然而现在读来还是有些许收获。大概，正所谓，大道至简吧。那些反反复复听到的道理可能某一瞬间便契合了你的困境。

之前听过于丹的名字，觉得这书应该不错吧。后来才后悔。这种小学生寓言水平的解读，另外一个版本的本书在豆瓣竟然能过7分，我想肯定是沾了《庄子》的光。问题是于丹的解读实在是……以后不会再花时间在于丹的作品上了。对一本书不容易，还是把时间精力花在有价值的东西上吧。

通俗易懂入门书，对于我这种文言文痴呆来说比较推荐

很棒！

文章通俗易懂，引用的故事也很普遍。是适合大众阅读的一本好书。对于刚接触哲学的我来说很容易接受。

为了看庄子的第一本书 怎么说呢 于丹就是把很深的道理世俗化的讲了出来  
但我总觉没能把庄子的精髓讲出来。就这么看庄子还真是看不懂  
我的文言文水平太弱了。下次得找本译注看

可能是以普及庄子以大众化的心态写的这本书。语言和举例都很白话，解读的内容感觉也并未走心

看破了事情的真谛，便万事都可以处置泰然了，一个人最关键能看透自己的心

适合入门了解。

[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...

学术超女子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？”我一看，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。暂不说它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。几番感受,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](#)