使用JAVA VisualVM 软件，可以网上搜，有中文版，一款专门监控JVM虚拟机的软件，可以配置到eclipse上，监控eclipse启动的项目。

使用步骤：

1、连接linux系统，查看正在执行的java进程。

code：ps -ef|grep java

2、在进程中查看服务器地址以及端口号，注意：java项目必须在tomcat服务器上配置好可监控的地址值。

3、打开JAVA VisualVM，添加远程服务，然后再添加端口号，就可以查看JVM虚拟机资源情况。

性能测试：

1、点击进程，查看进程情况，然后将文本粘出，查看是否有blocked（线程阻塞）的情况。

2、如果存在blocked情况，将监控中的堆日志导出，给开发人员查看。