儒家的心经 儒家修身九讲读后感(通用5篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

儒家的心经篇一

近年来，“国学热”持续了很长一段时间，在媒体以及超级畅销书的推动之下，更有“白热化”之势。中华民族似乎忽然找到了丢失已久的传统，迫切想重拾传统价值与文化尊严。笔者认为，传统文化其实一直未曾远离我们，它就在我们生活之中，正所谓“道不远人”。

在当今社会国际化的语境之下，“国学”决不是包治百病的灵丹妙药，更不是经国治世的良方，它最大的作用，还在规范和指导个人的修为与言行，与《儒家修身九讲》（典藏版，清华大学出版社2020年7月版）所体现的宗旨是一致的。

中国儒家思想，是以“修身、齐家、治国、平天下”为根本宗旨和目标，很显然，在二十一世纪国际化程度越来越深的时候，用儒家思想来“齐家、治国、平天下”，几乎是不能了。这种不可能不单单是人为的选择，更是社会历史发展的规律所决定的。

但是，儒家最初的修身宗旨，在当今还是有很大的作用。正如《大学》所说“壹是皆以修身为本”。“修身”是儒家的基础目标，也是在当代最有活力和可能性的一个目标。儒家修身思想和心灵感悟，具有抚慰心灵的功能。这也是一种本源，如果连个人生命都无法影响，那么对其他方面的应用更是不可能。

从来没有一个时代，像今天这样，需要心宁的安静和滋润，需要用传统文化来抚慰人们的心灵。改革开放四十余年，经济学家欢呼中国的经济奇迹，政治家在歌颂制度优越，只有文化学者一直感叹文化的缺失和人文精神的丧失。

无可否认，这四十余年来，中国更加开放，更加现代，价值也更加多元。但是，在另外一个方面，社会是否更加文明，更加公平，更加民主？都是一个值得探讨的问题。尤其是社会的精神尺度和道德方面，绝对不是和经济的发展成正比的。我们所期待的文化复兴，却不得不从远古寻找精神资源和价值源泉。当代中国的“核心价值”在哪里？这是一个极其严肃的问题。一方面，社会发展取得了巨大的成就，另外一个方面，每个人却又面临种种困惑和苦恼。具体到每个个体的生命体验上，社会并不能让人们感到满意。

修身，是回到儒家思想的本源和初始。“儒家修身”很简单，操作性也非常强，没有繁复的程序和仪式，更没有玄妙的思想和神秘的内涵。一切都是以人为本，简单易学，指导性也强。如书中所讲的“静坐”，是人人皆可为之的方法，只要你全身放松，静下心来，闭目五分钟，凝神定气，控制杂念，就能回到冥想和安宁的环境，片刻之间抛却尘世烦恼，给自己的心灵加一次油。

又如“慎独”“治心”“主敬”这些修身条款，基本都是使人向善，寻找心灵的平静和安慰，重在个人内心世界的丰富和圆满。再比如“自省”，日三省吾身，只要每天花几分钟，认真反思一下自己的言行，就能发现自己的种种得失。儒家修身思想是一种适合中国人生命体验和情绪感悟的心灵实践。

笔者曾参与过方教授在清华组织的学生读书活动。学生对传统文化的热衷，以及对经典的渴求，大大出乎笔者的意外。以前，总感觉这些经典应该是经历了人世沧桑的中老年人更喜欢，谁知道年轻的学子一点也不逊色，他们甚至对他们在生活之中面临种种困境，愿意寻找到儒家作为修身的指导、

行为的价值规范，以及解决困惑的方式。

是给每个人提供一种解决生活苦恼和困惑的可能。
传统，其实一直不曾远离我们，只是掩蔽在历史的发展之中，这种文化早已化成一个民族的集体无意识，成为我们的文化血脉中的一段。在这样一个功利的时代，每个繁忙和劳碌的人们，需要静下心来，好好体验一下古人的智慧，和古人的心灵靠近，体会一下先贤圣哲的思想光芒，从而让自己获得前行的动力和行为标准。修身，是我们每个人一生的功课。

儒家的心经篇二

这个假期，我捧着厚厚的一本《论语》，带着疑惑和新奇，细嚼慢咽地品尝起书味。

若要用一句话来归纳《论语》讲了什么，我觉得应该是“如何做人”。做人和做学问是不同的。做学问也许还能在纸上做，做人却只能到生活中去做了。

课余时间，女生们一堆一堆地围在某一个人的课桌旁，不知谈论着什么。可我们这一堆聊的，我可清楚得很。“她这几天穿得可真花里胡哨！”一个人指着远处的女孩小声说道。“就是就是，一点儿也不好看啊。”另一个人起哄到。

……

当那个女孩走过来时，大家却还是笑脸相迎，我看着这幅局面，心里似冰寒……

“吾日三省吾身，为人谋而不忠乎，与朋友交而不信乎，传不习乎。”直至整本书读完，这句话仍扣我心弦，我们应也像曾子学习“吾日三省吾身”！

儒家的心经篇三

2.部门发了一本书《危机管理》（电子版），要求所有人员阅读并提交读后感，我粗略翻了一遍感觉书很一般，正如书的作者名字“平川”一样，平平淡淡的将一些案例串在一起，没有新意，我就当看故事一样翻了部分案例，多了一些日后吹牛的故事，但也学到了一些知识。这两年，受前一任领导影响（准确说，一开始更多的是领导要求），我也买了、借了不少书，其中前任领导更推荐了几本很好的书，我也逐渐养成了读书的习惯，但一直没有写读后感的习惯，希望能通过这次让我日后养成写读后感的习惯。

儒家的心经篇四

提起卡夫卡的.短篇小说，人们就会立即想到《变形记》。

小说的主人公格雷高尔是一家的旅行推销员。在一个普通的早晨，他从不安的睡眠中醒来，突然发现自己变成了一只巨大的甲虫。他的父母和妹妹看到他在早晨7 点之后还没有走出自己的房间，都感到极度惊讶。随后，公司里的经理亲自登门询问他没到的原因。在家人和公司经理的催促下，他挣扎着起床去开门。可是他的变化越来越大，彻底变成了一只甲虫。他的新形象吓跑了经理，几乎吓晕了母亲。于是，格雷高尔被关在自己的房间里，因为家人看到他的感觉只有恐惧和厌恶，他成为家中的丑闻，成为亲人的累赘。最终家人不能再容忍他了，而他也由于长期不吃东西，最后悄然死去。

格雷高尔的变形仅仅是表面上的，他真正的内心仍然执著于以往的一切。例如：他早晨醒来后，脑子里仍然考虑的是他的差事，除了饮食上爱好的变化外，他几乎保留了以往的一切习惯，包括对墙上那幅画像的喜爱，为了阻止房中家具被搬走，他招来了父亲那只几乎令自己丧命的苹果。换言之，格雷高尔并没有发生本质上的“异心”。

“变形”了又如何?保持一颗乐观、向上的心态，生活依旧很美好，而心中的的理想也不会随之动摇，仍要执著的追求，但是，仍要认清现实的状态，搞不清楚状况的人，不容易获得成功与尊重。

作品中的主人公梦醒之后，发现自己成了大甲虫，全家惊恐，绝望至极。在我看来，没有比这更绝望的事情了，不过，还没有结束呢?孤独接踵而至。怎么办呢，面对无法改变的现实，一家人终于接受了它。妹妹很细心，妈妈也好言好语，哥里高尔感到温暖，温顺的配合着，事情似乎得到了缓解，不过，经济上的不堪重负把这个家拖垮了，心理上的负担也逼疯了他。哥里高尔想克制，却又克制不了。理智已经失控，回忆占据了所有，虽然是甲虫的躯壳，但人类的心无法让他逃避。他要作一个顶天立地的人，他无法忍受别人当他是恶心的爬虫，他渴望回到过去!但对过去又十分恐惧，以致于有些喜欢现在的生活了。矛盾的交织让他心力交瘁，最终死在自己房间地板上。

哥里高尔不是一个简单的小说人物，他是卡夫卡的写照。卡夫卡在写自己，写自己压抑的生活。

《变形记》中的人物都是小人物，是有血有肉的真实小市民。在能生存的前提下，他们会去关心别人，爱别人，但别人一旦破坏了自己的生活时，爱就不复存在了，留下的只有赤裸的冷酷。作品中哥里高尔的妹妹就是这样一个人物。

到最后，哥里高尔在痛苦的挣扎中，悲惨的死去了，生活又变回了原来的样子，或许还比原来好了一点。他的妹妹是跳跃着走的，似乎忘记了刚刚死去的哥哥，或许，根本就没这个人。

儒家的心经篇五

我以为这本书的最大代价在于，它把艺术史研讨与美学研讨

联合为一体，提供了在以后搞艺术的详细实际环境，而不是像普通哲学一样的广泛纪律。

艺术也是一个构成，发展，繁荣，衰落的过程，建筑计划应该跟当地的文化，环境，时代，种族，信仰，资金，技术，形体的大小等互相吻合，到达一种无机的团体，这才叫艺术美。

他还提出了怎样鉴定艺术作品的的代价，艺术作品再现种族、环境和时代特性的程度及结果。一共有三条：特性的紧张程度；特性的无益程度；结果的集中程度。