

# 于丹论语心得读后感悟(优质6篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得感悟的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。那么我们写心得感悟要注意的内容有什么呢？下面我给大家整理了一些心得感悟范文，希望能够帮助到大家。

## 于丹论语心得读后感悟篇一

《论语》读后感中华文化博大精深，身为中国人，不但要关注当代文化，更应该回顾由我们的祖先从生活中感悟到的心得。

由于我学识尚浅，只能品读一些短小易懂的古文，但也一样受益匪浅。孔子应该说是中国儒派的创始人了，他的《论语》记录了他的一些值得我们学习和借鉴的言论，大多关于学习，最适合我们小学生阅读。《论语》中有一句“学而时习之。不亦说乎”告诉我们，学习知识并不仅仅是学习一遍，更重要的是要经常温习，巩固知识。同时，要把学习当作一个充实自己的过程，怀着愉快的心情去对待它。另一句“温故而知新，可以为师矣。”也在强调温习旧知识的重要性，还要求每一次都能有新体会、新发现。

从表面上看，要“温故知新”很困难，但只要你换一个角度去想，总会有新的发现。而我们也从过程中获取了更丰富的经验。孔子的这学习方法古今通用，也是现代教育人士提倡的。通过细读《论语》，仅阅两句话，就收获了这一学习方法，难道那些对古文不屑一顾的人还不刮目相看吗《论语》中有一段“积土成山，风雨兴焉，积水成渊，蛟龙生焉。积善成德，而神明自得，圣心备焉。故不积跬步，无以至千里不积小流，无以成江海。”讲的是积累的重要性。

只有积累一撮撮不起眼的泥土，时间长了才能成为一座山，到时风雨自然兴盛了。只有积累一滴滴的水，才能汇聚成深渊，蛟龙自然来了。只有积累每一件小小的善事，长期不断，也就养成了品德，心灵也自然升华了。只有积累一步半步，才能走到千里之外。只有积累每一股细流，才能形成江海。不就是用举例的方法告诉我们，脚踏实地地积累每一份看似渺小的知识、经验，最后就拥有了相当庞大的实力，成功自然会尾随而来了吗《论语》只大家别以为，孔夫子的《论语》像一座大雪山，只有那些专业人士才能攀上去，其实不然。

在我看来，《论语》更像一碗热腾腾的鸡汤，喝下去后让心灵得到一次洗涤，不，应该用一次升华。孔子的《论语》很少由长篇大论，每一则都很简练。因为无言也是一种教育，子曰：“天何言哉四时行焉，百物生焉。天何言哉”（《论语·阳货》）这句短语就是最好的叙述。

## 于丹论语心得读后感悟篇二

《论语心得》中共讲述了七道，但我印象最深的就是“天地人之道”。

天地人之道是《论语心得》中的第一道，读这一道时，我的感触也是最大的。

我们现在常说，天时地利人和是国家兴隆、事业成功的基础。但人的力量如此强大的原因，就在于把天之大、地之厚的精华融入人的内心，使天地人达到完美结合的程度，结成一个整体，所以，只有当天地之气凝聚在一个人的内心的时候，他的强大，无坚不摧。天人合一就是人在自然中的和谐，就是大地上万物和谐而快乐的共同成长，仅此简单而已。读到这里，我想，在当今社会，竞争如此激烈，我们应该如何为人呢？只要你的胸怀无限大，许多事情就小了，原来如此，就是“忠恕”二字啊！简单的说，就是要做好自己，同时要想到别

人;拓展一点说,“恕”字就是讲你不要强人所难,不要给别人造成伤害。言外之意是假如他人给你造成了伤害,你也应该宽容。但是,真正做到宽容,又谈何容易呢?有很多时候,一件事情已经过去了,而我们还老是在那儿想,这么可恶的事,我怎么能原谅它呢?然后就在一次又一次的自我咀嚼中,一次又一次再受伤害。这就是孔子告诉我们的,该放下时且放下,你宽容了别人,其实是给自己留下了一片海阔天空。

《论语》告诉我们的,不仅遇事要拿得起放得下,还应该尽自己的能力去帮助那些需要帮助的人,所谓“予人玫瑰,手有余香”,给予比获取更能使我们的心中充满幸福感。

关爱别人,就是仁;了解别人,就是智,就这么简单。那么,怎样做一个有仁爱之心的人呢?孔子说:“己欲立而立人,己欲达而达人。能近取譬,可谓仁之方也已。”你自己想要有所树立,马上就想到也要让别人有所树立;你自己想要实现理想马上也要想到帮助别人实现理想。能够从身边小事做起,推己及人,这就叫“仁义”。

我想圣贤的意义就在于,他以简约的语言道出人生大道,而后世的子孙或蒙昧地,或自觉地,或痛楚地,或欢欣地,一一去实践,从而形成以个民族的精神。

### 于丹论语心得读后感悟篇三

《论语》一书,让我知道了学习的方法。“工欲善其事,必先利其器”这句话蕴涵着多么深刻的道理呀!高尔基说得好:“人的知识愈广,人的本身也愈臻完善。”学习是公正的裁判:它献给勤者的,是一条条成功的大道;留给懒惰者的,是一个个失败的泥潭!

说起学习,我真感到羞愧。放学回家,我经常是东跑跑、西逛逛,直到晚上8点才着急地写作业,考试成绩也自然不理想,听到这次考试第一竟然是别人,我的心里真不是滋味。心想:他们成绩好不就是晚上拼命看书吗!我要是多花点时间,肯定

也能考好。其实，他们比我多的不只是分数，而是一天天的日积月累和刻苦努力呀！高士其说得好：“知识犹如人体的血液一样宝贵。”要想考出好成绩，就必须要有知识来充实。

人生不能虚度。生命的精彩与否，是靠我们自己去把握的。而知识则是人生精彩程度的关键，把握知识就是把握人生。要让人生如花朵般绽放，就必须用知识来充实自己。

“少壮不努力，老大徒伤悲”。《论语》一书告诉我们要用知识充实自己，这样才能让今天更精彩，让明天更美好。

## 于丹论语心得读后感悟篇四

书中有一段对于理想与现实关系的分析，很是经典。“神于天，圣于地。”既有一片理想主义的天空，可以自由翱翔，而不妥协于现实世界很多的规则和障碍；又有脚踏实地的能力，能够在这个大地上进行他行为的拓展。只有理想而没有土地的人，是梦想主义者不是理想主义者；只有土地而没有天空的人，是务实主义者而不是现实主义者。”我们常常会听到有人抱怨社会不公，抱怨处世艰难。其实，与其怨天尤人，不如反躬自省。如果我们真的能做到把握分寸，谨言慎行，礼行天下，修身养性，我们会少很多烦恼，就自然会懂得为人处世之道。怀着乐观和积极的心态，把握好与人交往的分寸，让自己成为一个使他人快乐的人，让自己快乐的心成为阳光般的能源，去辐射他人，温暖他人，让家人朋友乃至更广阔的社会，从自己身上获得一点欣慰的理由。

在教学工作中，我们不应该总是抱怨没有时间，抱怨事情太多，我应当在自己所教学的这门学科中，使学校教科书里包含的那点科学基础知识，成为入门的常识。在科学知识的大海里，我所教给学生的教科书里那点基础知识，应当只是沧海一粟。明白了这些道理，一切抱怨都抛到了一边。书中所举的那个历史教师的例子就是最好的证明。他的成功之处就

是用他的终身的时间在扩大自己的知识海洋，持之以恒地提高自己的教育技巧。教师的时间问题是与教育过程的一系列因素密切相关的。教师进行劳动和创造的时间好比一条大河，要靠许多小的溪流来滋养它。怎样使这些小溪永远保持活力，有潺潺不断的流水，这是我们安排时间时应该首先考虑清楚的！

对于“学习困难的“学生，他们的学习是很缓慢地感知、理解和识记所学教材的学生，他们一样东西还没懂另一样东西就要学了，这边刚学会，那边又忘了。如今，我也试着用赏识的眼光来看待我的学生，不用分数的高低来作为衡量一个学生的唯一的标准。我试着从课堂的点滴中来发现学生点滴的进步，并为他的进步欣喜。当然，我会将我的欣喜化为语言、化为动作来让他知道，使他明白：“别人能行，我也能行。”我试着让我的学生始终能看到自己的进步，“不要有任何一天使学生花费了力气而看不到成果”。我要时时刻刻让当年我眼中所谓的“差生”体会到成功的快乐，并让快乐延续着。

古人云：“开卷有益”。常读书和常思考，会使我们勇于和善于对自己的教育教学作出严格的反省和内省，既不惮于正视自己之短，又要努力探究补救途径，更要擅于总结自己的或同行的成功经验，从中提炼出可供借鉴的精华。

## 于丹论语心得读后感悟篇五

把烦躁变成无奈，把无奈变成习惯，总是多了几分负重，少了几分快乐，因而也经常把“郁闷”当作自己的口头禅。令我没有想到的是，一本《于丹论语心得》，竟然让我感觉自己豁然开朗，虽不能说是大彻大悟，但也深深触动心灵。我的心似乎能更柔和些，平静些，包容些，仁爱些。

我原本是不喜欢《论语》的，更准确地说是我不喜欢那唧唧呀呀的“之乎者也”。还记得上中学那会儿，老师给我们讲

解论语的开篇“学而第一”时，我就表现了厌烦情绪。那时，我就在想，孔圣人早已死了两千多年了，两千多年前的人类，别说区区几句话，即使再精华的东西，也会被几千年的历史车轮碾的灰飞烟灭，我就不信他还能在几千年前指导影响现代的人类社会？于现在想来，是非常羞愧的，缘于我对文化的理解，对个人的修养，以及对学习的态度。

于丹老师讲授《论语》心得，别具一格，她仿佛是一位美味快餐的加工高手，它能把一般人很难懂的《论语》通过心得的方式来解读，似乎把难以消化吸收的食品加工成了老少皆宜、备受欢迎的高档营养品。她带我们超越时空，把这位两千年前的圣人引领到了众人眼前与今人对话。孔子没有圣贤的架势，朴素平和、平易近人，时时传递一种朴素、温暖的生活态度。她把深奥的道理讲的浅显易懂，真正走进了我们的心灵。她说：“孔子只有温度，没有色彩”。就像易中天老师在该书序言中所写“实际上，真正伟大的思想决不会是只适用于一时一地一人，它们总是具有普遍性。”我想这也就是孔老夫子为什么能在几千年后仍然闪耀着智慧光芒的原因吧！

书中主要讲述了天地人之道、心灵之道、处事之道、君子之道、交友之道、理想之道和人生之道。书中每一个励志故事都告诉了我们许多人生的哲理和处事做人的道理。《论语》的真谛，就是告诉大家，怎么样才能过上我们心灵所需要的那种快乐生活。说白了，《论语》就是教给我们如何在现代生活中获取心灵快乐，适应日常秩序，找到个人坐标。人人都希望过上快乐幸福的生活，于丹教授认为，幸福快乐只是一种感觉，与贫富无关，与内心相连。我们的眼睛总是看外界太多，看心灵太少。孔夫子教给我们的快乐秘诀就是如何去找到您内心的安宁。

书中谈到孔夫子最喜欢的一个学生叫颜回，他曾经夸奖他说：“贤哉，回也！一簞食，一瓢饮，在陋巷。人不堪其忧，回也不改其乐。贤哉，回也！”艰苦的生活对于别人来说难以忍受，

而颜回却能自得其乐，于丹老师说，颜回真正令人佩服的，并不是它能忍受贫困，而是他的生活态度，只有真正的贤者，才能不被生活所累，才能始终保持心境的那份恬淡和安宁。“贫而乐，富而好礼者”是一种人生的境界。

人生百年，孰能无憾？每个人的一生中都难免有缺憾和不如意，也许我们无力改变这个事实，而我们可以改变的是看待这些事情的态度。这是于丹老师品位的另一心语。这让我想起了前几天在家看《济公新传》，济公在途中遇到一位晴天、雨天，天天都哭哭啼啼的老婆婆，便上前搭问原因。原来老婆婆有两个女婿，一个是卖雨伞的，一个是卖鞋的，晴天时，老婆婆担心卖雨伞的女婿没了生意，赚不到钱，伤心哭泣；雨天时，老婆婆又担心卖鞋的女婿没了生意，赚不到钱，也伤心哭泣。道济师傅开导她说：“你为什么不换个角度想一想呢？如果你想晴天的时候，卖鞋的女婿来了生意，赚到了钱；雨天的时候，卖伞的女婿又来了生意，赚到了钱，你是不是应该为他们高兴才对呀？一个简单的换位思考，让老婆婆喜笑颜开。快乐如此简单，\*\*如此渡人，让我释然之后想到了更多。

工作中，把个人的无名火撒向无数人，把上班的无名火带到下班，把单位的无名火带给老公，这是我常干的事儿，我想也是大多数人常有的事。我们颠倒了生活的本质，之所以工作，正是为了更快乐的生活。有人问佛主：什么是佛？佛主说“无忧是佛”。快乐的生活就是人生的目的，如果我们每个人都能在上班时尽心，下班时开心，我们就会在平衡中快乐地生活。品味人生，修身养性，其目的正是在愉快地生活中度好这一轮回，也才能如孔夫子教导我们快乐生活的秘诀那样，去找到你内心的那份安宁。

如果说百家讲坛，坛坛都是好酒，那么于丹的《论语心得》，章章都会散发浓香。读罢之后所感悟到的，绝不仅仅是写下的这些，写下的也好，未写的也罢，一千个读者，就会有一千个哈姆雷特，但愿我们都能为更好的调整自己的心态找到

一个出路，我想，这也是作者的初衷吧！

看了于丹论语心得读后感的读者还看了：

## 于丹论语心得读后感悟篇六

最初知道“孔子”其人，是在“批林批孔”、“读书无用”那个年代，当时的大街小巷、机关、学校无处不见“打倒孔丘”的标语，但对其“腐朽”的儒家思想只是模模糊糊、知其然不知其所以然。后来有机会读到《论语》，却也只是零零碎碎地读，对其中精深远遂的思想未能体味，更对那些个“之乎者也”提不起兴趣而束之高阁。直到看了央视《百家讲坛》，于丹老师以其清新流畅的风格，散文般和缓优美的语言，通俗易懂的故事，以及女性特有的细腻情感，为我们带来的令人耳目一新的《论语》解读后，我买来了《于丹论语心得》。近日休假在家，有时间静心阅读了这本书，读后让人感觉如沐春风，有一种心灵的触动。

孔子是一位伟大的哲学家、政治家、教育家，《论语》是记载孔子及其门人的言行录。孔子的儒家思想，备受历朝历代君主的推崇，也一直影响着中国思想文化的发展，就是在物欲横流、信息爆炸的当今社会，仍然闪烁着真理和智慧的光芒。于丹老师笔下的孔子朴素平和、谦虚贤达，博学睿智，平易近人，时时为我们传递着一种博大、仁爱和快乐。于丹老师用其独到的眼光和快乐的感悟解读《论语》中深刻而又广博的人生哲理，从天地人之道、心灵之道、处世之道、君子之道、交友之道、理想之道、人生之道七个方面分别阐述自己的心得，如“《论语》告诉大家的東西，永远是最简单的”、“《论语》终极传递的是一种态度，是一种朴素的，温暖的生活态度”、“《论语》的真谛，就是告诉大家，怎么样才能过上我们心灵所需要的那种快乐的生活”。我最欣赏的，也就是于丹老师对《论语》的这种简单，快乐的感悟。

怎么样才能过上我们心灵所需要的那种温暖的、快乐的生活？

秘诀就是去找到内心的安宁。于丹老师讲了个小故事：同为花岗岩，台阶不服气地向佛像抗议，“你看我们本是兄弟，来自同一个山体，凭什么人们都踩着我们去膜拜你啊？”佛像淡淡地说：“因为你们只经过四刀就走上了今天的这个岗位，而我是经过千刀万剐才得以成佛。”通过这个故事，我把内心的安宁理解为：平和。以乐观向上、闲适超逸的性情融入环境；主动积极、坦荡旷达的胸襟投入工作；快乐愉悦、真实自然的心情拥抱生活，我们的心灵深处就会充满阳光、自信，生命就会快乐豁达许多，就能如孔夫子教导我们那样，去寻求内心的安宁。当然，要达到孔圣人的境界和于丹老师所说的那种和缓、从容谈何容易，必须经历千锤百炼方能修成正果，但不断地“修身养性”，逐步提升自己，努力追求内心的淡定和坦然是必要的，至少他可以让我们少一点烦恼，多一些快乐，在日益繁盛而迷惑的物欲世界中让心灵找到归宿地与栖息地。

于丹老师告诉我们：“幸福快乐只是一种感觉，与贫富无关，与内心相连。”面对“这样浮躁、竞争又这么激烈”的当今时代，“我们的眼睛总是看外界太多，看心灵太少”，我们应该向内寻求心灵的力量，以平和的心态去对待人生的缺憾与苦难，“生活中会有许多不如意，甚至不合理，也许凭我们个人的力量无法改变，但我们可以改变的是看待这些事情的心情和态度”、“既然生死、富贵这些事情都是天命所归，个人无法决定也无法左右，那就要学会承认并且顺应”。人的一生不可能事事顺意，一帆风顺，总会遇上种种沟沟坎坎，有如行驶在海上的船，一定会遇到风雨，甚至巨浪，所以首先要正确面对，学会接受它、善待它，但不是被动的、消极的接受，应该是以一种积极的、乐观的心态去弥补、去看待。没完没了地纠缠其中，一遍遍地呼天号地，一股脑地去怨天尤人，只能痛上加痛，不能自拔，既有害身心，又于事无补。该放下时且放下，就像老和尚与小和尚的故事，换一种宽容的心态去面对，就会有不同的心境，予人宽容，就给自己留下了一片海阔天空。

《于丹论语心得》，不故作高深，不矫情卖弄，没有寻章摘句，没有引经据典，没有从教条到教条、从书本到书本的搬家，娓娓道来，循循善诱，将孔子从圣人的高位复原到脚踏实地的凡人，把闪烁着真理光芒的朴素语言和一些富有哲理的故事结合在一起，传递给人们一种温暖的思想力量，既通俗易懂又意味深长。虽然对于丹老师的观点不能百分之百的认同，但读后让人豁然开朗，淡然微笑，还让人掩卷而思，浮想联翩，真可谓服了一剂“心灵鸡汤”。

最后借用于丹老师的一句话为结束语：“人的一生不过是从光阴中借来的一段时光，岁月流淌过去，我们自己也就把这段生命镌刻成了一个样子，它成为我们的不朽，成为我们的墓志铭。”

## 于丹论语心得读后感心得范文5

于丹论语心得读后感作文调皮的我自然对学习没有太大的兴趣，经常想办法消遣时光，于是我“瞄”上了游戏厅！它用雪花描绘着画象。“小生年纪尚轻，若有什么不合礼法之处，还望夫子见谅。而且这样可以赚很多钱，因为这类华而不实的文字被青少年大肆追捧，并争相模仿；爸爸说：“你这么喜欢枪，长大了不如去当兵。”

我想《论语》给予我们现代人的意义就在于让那种古典的精神力量在现代的规则之下圆润地融合成一种有效的成分，让我们的生命在智慧光芒的照耀下，让我们每个人真正建立起有效率、有价值的人生，无愧于自己的一生。

《论语心得》中共讲述了七道，但我印象最深的就是“天地人之道”。

天地人之道是《论语心得》中的第一道，读这一道时，我的感触也是最大的。

我们现在常说，天时地利人和是国家兴隆、事业成功的基础。但人的力量如此强大的原因，就在于把天之大、地之厚的精华融入人的内心，使天地人达到完美结合的程度，结成一个整体，所以，只有当天地之气凝聚在一个人的内心的时候，他的强大，无坚不摧。天人合一就是人在自然中的和谐，就是大地上万物和谐而快乐的共同成长，仅此简单而已。读到这里，我想，在当今社会，竞争如此激烈，我们应该如何为人呢？只要你的胸怀无限大，许多事情就小了，原来如此，就是“忠恕”二字啊！简单的说，就是要做好自己，同时要想到别人；拓展一点说，“恕”字就是讲你不要强人所难，不要给别人造成伤害。言外之意是假如他人给你造成了伤害，你也应该宽容。但是，真正做到宽容，又谈何容易呢？有很多时候，一件事情已经过去了，而我们还老是在那儿想，这么可恶的事，我怎么能原谅它呢？然后就在一次又一次的自我咀嚼中，一次又一次再受伤害。这就是孔子告诉我们的，该放下时且放下，你宽容了别人，其实是给自己留下了一片海阔天空。《论语》告诉我们的，不仅遇事要拿得起放得下，还应该尽自己的能力去帮助那些需要帮助的人，所谓“予人玫瑰，手有余香”，给予比获取更能使我们的心中充满幸福感。

关爱别人，就是仁；了解别人，就是智，就这么简单。那么，怎样做一个有仁爱之心的人呢？孔子说：“己欲立而立人，己欲达而达人。能近取譬，可谓仁之方也已。”你自己想要有所树立，马上就想到也要让别人有所树立；你自己想要实现理想马上也要想到帮助别人实现理想。能够从身边小事做起，推己及人，这就叫“仁义”。

我想圣贤的意义就在于，他以简约的语言道出人生大道，而后世的子孙或蒙昧地，或自觉地，或痛楚地，或欢欣地，一一去实践，从而形成以个民族的精神。

于丹论语心得读后感心得范文