

最新中国传统文化心得感悟(优质8篇)

实习心得可以加深对实习岗位的了解，帮助我们更好地选择未来的职业方向。以下是小编为大家收集的一些优秀的工作心得范文，供大家参考和借鉴。

中国传统文化心得感悟篇一

早晨四节课的时间聆听了王老师的演讲，自己受益匪浅。王竑老师的演讲犹如一缕阳光照入了我的心房，让我看清了黑暗中的道路。

我们应该要无时无刻的感激别人对自己做过的事情，他让我们得到了不一样的成长，也获得了更多的力量，慢慢的储存能量，等待时机能成熟时迸发出无穷的力量，震撼着那些曾经“帮助”自己的每一位人，感谢他们的’存在才能成就今天的自己。感谢人生旅途中每一位拉引者，带我们走向光明。

中国传统文化心得感悟篇二

早晨四节课的时间聆听了王老师的演讲，自己受益非浅。王竑老师的演讲犹如一缕阳光照入了我的心房，让我看清了黑暗中的道路。

我们应该要无时无刻的感激别人对自己做过的事情，他让我们得到了不一样的成长，也获得了更多的力量，慢慢的储存能量，等待时机能成熟时迸发出无穷的力量，震撼着那些曾经“帮助”自己的每一位人，感谢他们的’存在才能成就今天的自己。感谢人生旅途中每一位拉引者，带我们走向光明。

中国传统文化心得感悟篇三

中国传统文化灿若星空，有无穷的底蕴。她源远流长，即从

中国产生人类起就有了中国历史，也有了中国文化。中国文化是迄今世界上最久远、最稳定、最辉煌、最丰富、最发达的文化之一。有文字记载的历史悠悠五千载，经历了萌生期、形成期、确立期、繁盛期和总结转型期几大时期。在中国文化的形成期，春秋时代，出现了诸子蜂起、百家争鸣的千古思想文化大景观，形成了中国历史上第一次思想大解放浪潮。按照两汉司马谈和刘歆的划分，诸子主要为儒、墨、道、法、农、杂、纵横、名家等，成为中国传统文化思想理论的奠基石，深远地影响着后来中国文化的发展。

学习传统文化可以培养文化气质，开拓我们的人生境界，并能启悟生命的智能，发挥理性的功能。我们学习唐诗宋词，我们诵读名家经典，最重要的是我们要领悟这其中的民族精神。我最喜欢的莫过于源自《周易》的一句话，“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物。”中化民族传统文化的精神特质由此可见一斑。其大意是天体运行体现刚健精神，人亦效法天地而自强不息；君子的胸怀像大地一样宽广，德行像大地一样深厚，所以能滋长万物，承载万物，容受万物。

在当今世界，无论是经济发达的西方社会，还是正在崛起的中国，社会生活都面临着过度物质化功利化的问题。作为社会精神支柱的人生理想，价值观发生了偏差。然而人作为人的存在，还应是以智慧、德行和审美情趣为表现形式的文化存在。从这个意义上看，以注重心性，长于伦理为基础特征的中国传统文化能为现代人的迷失提供多方面的理性启迪。

在对待思想文化上，中国传统文化，是千方百计限制思想自由，搞一言堂。要求民众的思想，与官方的思想，保持高度一致。否则，则视为离经叛道。这使各种新思想新观点难以发展。在社会矛盾的处理上，中国传统文化崇高人治。以权力代替法律。司法不公的现象十分普遍。

我听过一句话，自古忠孝不能两全，忠是舍弃小家顾大家的

大无畏精神。这个固然重要，但是，世界一直像现在一样和平，不用我们抛头颅、洒热血，我们就多关心关心我们的亲人吧。

我们都知道，老人老了，是没有多大的用处了。但是咱们不能把它们当做累赘，他们是我们的宝贝。最值得珍惜的宝贝。

中国传统文化心得感悟篇四

文化是一种社会现象，是人们长期创造形成的产物。同时又是一种历史现象，是社会历史的积淀物。确切地说，文化是指一个国家或民族的历史、地理、风土人情、传统习俗、生活方式、文学艺术、行为规范、思维方式、价值观念等。

我国传统文化博大精深，围绕着“和”这个核心，我们进一步明确了人际和谐的五伦关系：父子有亲、君臣有义、夫妻有别、长幼有序、朋友有信，以及“仁、义、礼、智、信”的做人行为准则。

另外就是对“孝”的理解，引申开来说，对家庭里的父母亲，为人子（女）一定要尽孝道，对国家的法律法规、单位的规章制度要尽忠，对自己的工作岗位要尽责尽能。说实话，到学习之前，虽然心中对传统文化有一定的认同，但是自认为自身做得还不错，经过两次学习，才逐步领会到中国优秀传统文化对我们每个人的教育意义有多大，传统文化，尤其是《弟子规》的内容能够指导我们的言行举止、衣食住行，帮我们养成良好习惯，成为一个有素质有涵养的中国人。

国学博大精深、历史悠久，几千年来一直是中国人安居乐业，安身立命之文化根基，也一直是中华文化的精神脊梁。中国之所以成为世界上唯一一个文化延绵五千年而没有中断的国家，正是因为有如此深厚的国学文化作为支柱，这种文化一直贯穿于我们每个人的成长历程。在当今社会，物欲横流，人们急功近利，道德和良心的缺失在年轻一代中尤为突出，

所以学习中华优秀传统文化，发扬传统美德，让仁爱、孝悌重回到我们心中，让忠诚、守信应用于工作和生活中，使我们的社会安定和谐，国家兴旺发达。

“弟子规，圣人训，首孝弟，次谨信，泛爱众，而亲仁，有余力，则学文”是《弟子规》的总纲领，只要我们认真去学习、去思考、去感悟，就会明白其中的许多道理。在为人处世就知道哪些可以做，哪些不可以做，就有了做人的准则，在生活、工作中，就会有正确的判断和及时纠正自己错误的言行。凡出言，信为先；诈与妄，奚可焉？说话多，不如少，惟其是，勿佞巧。就是指凡事说出去的话，首先要讲信用，不可以欺诈别人或者胡言乱语，话说得多，不如说得少，说话只要恰当，切题就行，不要花言巧语。尤其是作为职场中的我们。

做人要懂得感恩。对一个人而言，应该报答的最大恩情是父母的养育之恩，所以《弟子规》第一章就是《入则孝》感恩之心体现在一个“孝”字上，“父母呼应勿缓父母命行勿懒”“父母教须敬听父母责须顺承”，想一想这些都是我们做儿女的孝顺父母的基本要求，但我却有很多没有做到：经常会把工作中的不良情绪带回家，面对父母的唠叨，觉得很烦；有时对父母的牢骚，不能很好的给予劝慰，置之不理……想想自己平日对父母的关心太少了。

从校园已经走出来一段日子了，刚开始的时候，总是怀念象牙塔里的单纯的美好，怀念坐在课堂上听老师讲课的那种如沐春风的感受，怀念着以前的一切，总是不想告诉自己要向前看，总是把自己蒙蔽在过去的生活中，不去想迎接新的生活；总是抱怨周边的环境太过复杂，抱怨这个社会是多么的世俗，忘了继续追寻生活的美好。生活在回忆里，痛苦在现实中。在不遇到问题的时候，充满自信的对待一切，而在遇到真正挑战的时候，既没有小隐于野的气魄，更没有大隐于市的心境，也只不过是俗人一个。所以非常感谢领导们在我彷徨的时候给了我机会参加传统文化的学习，提醒自己应该

如何继续以后的人生。

自从我自己学习传统文化以后，就越来越感觉到这条路越走越宽广，也希望有更多人受益。并介绍自己周围的朋友和一些素不相识的有缘人来到国学班学习，学习的道路还很漫长，希望大家都能够践行圣。

中国传统文化心得感悟篇五

要学习传统文化起码要先接受先贤的世界观，你俩要先在一个语境里，才可能稍微明白点先贤在讲什么，而不是鸡同鸭讲，对牛弹琴。

华夏先贤们书写的典籍出现在西方自然科学和社会科学分科之前，是先贤言行的记录，所以拿西方研究文史哲的思路来学习华夏典籍窃以为不太合适。先秦元典代表着古人看待世界的角度和行为方式，所以真正的传统文化并非是简单的哲学、思想可以概括的。既然我们所说的传统文化指的上承先秦时期的干货，那么自然不包后来从天竺传来的佛教。

汉字表达了形声意三方面的信息，包含着华夏先祖对自然真实的认识。或者说，汉字是承载华夏先祖对自然真实认识的一种载体。每一个汉字都是一幅图画，一段动作，一个立体的场景，乃至一段“自然真实”。所以不明白文字背后的自然真实含义，那么对经典的理解就会浮于表面，或者师心自用，自己胡编。

就比如《三字经》里提到的：“性相近，习相远”

习在《说文》里是“数飞也。”其实说的是小鸟拍打翅膀的样子。小鸟想要飞翔，需要不断的重复的拍打翅膀。所以习字其实代表着重复的不停的行动。所以这句话说得是后天的行动的积累是每个人变得不同的关键。而不是简单的学习的意思。

所以当我们越来越贴近文字背后的自然真实含义，就越容易明白典籍中表达的内容是什么。古人言简意赅，好不夸张的说，有时候一个字就是一篇文章，就是一个图书馆。

所以开蒙认字其实是第一步。在古代这是小孩子们的必修课。

说完了上面的，才跟大家聊聊学习的方法。古人学习经典讲究师说家法。现代人没有这个条件，但是有一些共通的方法是要知道的。

第一，学之以专。专可以先简单的理解为专注，认真。而且这不是说简单的看书时认真，而是广义上的专注，全身心的投入，不断探索，这样才有可能触碰到典籍叙述的干货，或者说真正的有可能理解一点典籍在说什么。而不是浮皮潦草，看过一点就觉得自己咋样了的那种啦。夫子学琴的故事可以了解一下哈。

第二，学之以序。序可以简单的理解为序列。学习讲究序列，就像先学小学数学，然后才能学懂初中、高中乃至高等数学一样。学习传统文化依然也需要讲究序列，从基础到高深，而不是好高骛远，小孩耍大刀啦。《三字经》就算是基础啦，是开蒙的重要书籍。大家往往低估了严重低估了应麟先生的水平。

第三，学之以勤。勤可以简单的理解为勤奋。克服困难，努力前行。三分钟热度是做不成事情的，坚持不懈才能有点希望。“子不学，断机杼”的故事就是如此，半途而废，前功尽弃。

第四，行而知之。我们之前说过，经典是先贤行动的记录。如果去了解古人小时候学习的内容，就会发现古人先从扫洒应对进退之节开始学习，说白了就是具体的生活技能，然后才是学习典籍。

为啥？

因为你自己不去做，看了别人说了一堆以为明白了，但其实完全没有理解呢。最简单的道理，看美食视频看了很多，自己做的时候也难保不翻车。

而如果自己用心做一些事情，那么再去听闻一些相关的道理时就会豁然开朗，理解很深刻。这其实也说明行动比简单的上课读书更重要。实践出真知。实践是检验真理的唯一标准。所以光读书还不够，还要按照去做，去实践，在行动中体会具体的行为尺度在哪，在做事中印证书中的道理加深理解。此谓诚心行义则理。

最后，古人的学问有时候是基于他所处的时代而做出的表述，离我们的时代相去甚远，所以完全照搬并不会适合当今的情况。所以要通过行动体会析出典籍中的干货或者说实质，这样才能做好执古以御今，崇古而不泥古。既不能一棒子打倒完全否定典籍，也不能光推崇却不考虑时代情况。此谓解放思想，实事求是。

中国传统文化心得感悟篇六

传统文化凝聚了中华五千年来所有中国人的智慧，我们的祖辈为我们提供了这么好的学习机会，我们有什么理由不把传统文化学好？我们不仅要学习传统文化，也要把它运用到现实当中，与时代结合，让五千年来祖辈的智慧在现代生活中熠熠生辉！儒家要我们首先修身养性，然后齐家、治国平天下；道家讲悟道、求道、体道、行道，无为而无不为；佛教导我们：利己、利人，功德圆满。这三家有一个共同的特点：先要求我们自己明明德，摆脱了身心痛苦，悟了，获得了大的智慧，然后再去做事，帮助他人，影响他人，造福社会。

宋朝朱熹曾曰：“父子有亲；君臣有义；夫妇有别；长幼有序；朋友有信”，即五伦。它告诉我们思维的方法：博学、审问、

慎思、明辨、笃行。待人接物的原则：言忠信，行笃敬；己所不欲，勿施于人。而学习的最根本就是培养每个人德行，具体来讲就是：孝、悌、忠、信、礼、义、廉、耻。

一、孝：百善孝为先。“身体发肤，受之父母，不敢毁伤，孝之始也”。我们是从父母那里获得生命，我们应该知恩感恩。一个人能知恩感恩，孝心才得以萌生。身为子女应将奉养父母的责任扛在肩上，时时想着父母、孝顺父母，不仅养父母之身，还要养父母之心、养父母之志和父母之智慧，这样才能真正让父母身心更快乐，生活更美满。

二、悌：一个“心”字，跟一个弟弟的“弟”，心在弟旁，表示哥哥对弟弟妹妹的关心；心中有弟，就是兄弟间彼此诚心友爱。《弟子规》中“首孝弟”就说明了孝敬长辈、兄妹友爱是教育学习的重点。在家知道孝敬父母，在外面才知道尊敬老师、尊敬领导；在家懂得友爱兄弟，在外面才知道关心朋友、团结同事。在家里把孝道行好了，在社会上才能更好地接人待物。

三、忠：古人云：忠者，德之正也。惟正己才可以化人。而尽忠者，必能发挥出最大的智慧和才干，因为公生明，偏则暗；所以我们每个人都应当忠于自己的祖国和人民。

四、信：是指做人诚实不欺骗别人，我们与人交往要有诚信。民无信不立，与他人交往，绝不食言，不妄语，不轻诺，言既出，事必行。

五、礼：是由一定社会的道德观念和风俗习惯形成的大家共同遵守的礼仪。所以我们每一个人在日常生活和工作中，都应学会礼仪，以礼待人。即洁身自爱，知节用和，克己制欲，不涉奸乱，端正心思，以德治事。

六、义：是指公正合宜的道理或举动，我们每个人都应该具有正义感。在社会活动中言行举止合乎正义和公益，不起盗

心，不占便宜，不偏不倚，俯仰无愧。

七、廉：是指人的品行正，不贪污，廉洁自律。我们做事情应当洁身自爱、廉洁奉公，树立正确人生观和世界观。在思想上以清廉为乐。

八、耻：是说做人应懂得知耻、要有羞愧感。

子曰：“知耻近乎勇”，一个民族的强盛，往往崛起于这个民族自知所遭受的耻辱，继而才能勃发图强之力。最后，让我们一起为中华传统文化这颗长寿树浇浇水、施施肥吧！

中国传统文化心得感悟篇七

《大学》中说：物有本末，事有终始；知所先后，则近道矣。意指，每样东西都有根本有枝末，每件事情都有开始有终结。明白了这本末始终的道理，就接近事物发展的规律了。

天地万物皆有本有末，凡事都有开始和终了，能够明白本末、终始的先后次序，就能接近大学所讲的修己治人的道理了。物者：指的是有形有质的具体存在。在佛家称为色相。道家称作有为。而既然有形质，就必定有产生这形质的根本所在。这就是我来到这里通过学习感悟最为深刻的。

“才德全尽谓之圣人，才德兼亡谓之愚人，德胜才谓之君子，才胜德谓之小人”，蔡老师上课中也讲到：“做了再说是圣人，说了再做是贤人，光说不做是骗人！”

我想这也是学校的用人标准。作为部门负责人，以前在选聘教师的时候，更多的是关注这个老师教学方法和教学技能，同时看是不是学生们喜欢的(授课教师授课满意度调查)，只要是学生喜欢、且教学经验较丰富就可以了。现在对照这几个标准，再想想学校当下的几种现象：

1、仅注重教师授课技巧而忽略其人品，结果是牺牲了诸多的学生而成就其人，最终也是功满而另谋高就，或是以成绩作为要挟，本学期开学初就有个别高级讲师出现这种现象，而且是在学校最缺人的状况下提出加薪，而且一张嘴就是狮子大开口，全然不顾学校对他多年的栽培。当通过了解学生才知道这个老师也是那两个班(上学期被安排带这两个班的课)学生意见最大的，直接反映这个老师上课讲的都是专业术语，学生听不懂，他就讽刺加挖苦，有时还骂人。。。

2、仅注重教师的教学效果而忽略其人品，结果是教师为讨好学生将满意度评分高些，一味为满足学生的要求，学生要求老师怎么上老师就怎么上。最终是学生越来越嚣张且不把老师放在眼里，出了校门也对学校大铄其词。这种现象一出来班主任们个个为此事而担忧的同时，也倍感头疼，毕竟班主任们不带课只带班，学生思想工作做的再好，可是任课教师的作法却。。。。更有甚者，班主任明确要求学生怎么做，有的老师为却在教学生怎么不“得罪”老师又可以不做(当然，这样的老师已被开除，也很少)

3、教学能力不行但对很认真负责的老师，结果是学生烦他的同时也很尊敬他，在我们开学生座谈会的时候，学生们表示，这样的老师能提高教学水平就好了。我们也问学生，如果把老师换掉好不好，学生们都非常肯定的回答：不好!问其原因，都说很喜欢有爱心的老师。最终是学校将这些老师送出去学习。

而针对这些现象，我们总结来总结去，长篇大论倒是不少，而我们学习的课程中几句话就总结了，要是早学习，凡事就会做在先了，我想这也是为什么素质课一直没什么多大成效的原因之所在吧。

做人先有德，中国文化最重视也是“德”，当“德”与“道”相契合时，与伦常关系相适应，这就是道德。有道德者可行之于天下，那么，物有本末，德之根在于何处?孝，

德之本也！

孝亲，是德行的原点，德行是事业的根本。孝亲使人形成感恩与诚敬的人生态度，而人生态度决定了我们的执业态度，执业态度决定了我们的执业生涯。

人来到这个世界上，父母的恩德最大，知父母恩，感父母恩，报父母恩是自自然然的孝亲过程，是做人的大根大本，这也是古人说的“亲亲为大”的原则。

感恩的心从感父母之恩生起，仁爱之心也是敬父母开始，从而才会对他人，对事业，对团队，对民族形成心的循环，是谓水到渠成。

那么，做为一个人、一名教师，如何来追求做人做事的根与本呢？听从圣贤人的教诲吧，先扎自己的德行的根，以人为本，以爱为神，以活为形，尽心竭力教好学生。

自从有了人类社会，而事亦随之而始、而起。无论事小事大，事微事繁，有开始则必有终结，有缘起则必有缘灭。这也是自然万物的一定法则。因而，做事情要清楚本末，做事情也一定要有始有终。

四十天的学习，有理论，也有实践，但实践的还不够，毕竟是在“家里”，在“家长们”的庇护下进行。而今在即将走向社会，除不舍之外，更多的是需要我们去认真思考，我们在力行中如何面对将要遇到的种种情形。正所谓：“预则立”。否则，弘扬传统文化，不过就是一腔热情！所以，这几日反反复复读诵老师关于弘扬传统文化的那段话：“做事的过程，不要忘记了你的初衷，不要忘记你的目标，不要走到半路意气用事，逞一时之气，会做下一些让自己后悔的事，要依教奉行，遵循道法自然，学会处处替他人设想，而不是强加于人，做事要循序渐进，不可急于一时，以防跑偏！”“一真一切真，所以当你的心是真正真诚，那其实所有

的朋友对你都是真诚。人生，你面对的任何一个人，任何的一件事情，其实都是你的一面镜子。当你对他好，他反射回来对你好；当你对他不好，他反射回来对你不好。所以人生就像照镜子一样，当我们一照随时都是笑脸，代表你这个心是随时随地对人关怀，对人恭敬。所以，我们学圣贤学问的人，脑子里面想不起来看哪一个不顺眼，想不起来跟哪一个人过不去，每天想着都是大家对我们的关怀，我们要赶快提升自己，去回报别人对我们的肯定”。说实话，我觉得这些话都是专门说我的。所以，一遍遍反复读诵着。

当然我们可以不去做，要做就一定要坚持到底。我们可以不为，但要是已经定立志向，就应“勿畏难”，路遇艰难“勿自暴、勿自弃”，不忘初心！学贵立志！经过很长时间的思考，我还是下决心来认真做，虽然之前已经在做了，但还不够，毕竟只是一场场演讲，自己还没有真正力行呢，那只是个开始。如何做？带着大家一起来做，毕竟我们面对的是几千学生，他们背后又有多少家庭？如果我们把这个区的学生做好了，又可以带动其他区的几万名学生了，那又是多少家庭啊！

力行从当下开始，不要等待，不要幻想天上的馅饼掉下来，不要企图不劳而获。从小我就有个习惯，“言出必行”说了算，定了干！这正好应了《弟子规》中“凡出言，信为先”，我会认真考虑做事的先后，这是利益众人的好事。

任何真正意义上的工作都是创造性的工作，在此之前大家谁也没有经历过（针对我们而言）。我想如果大家一直都在做经历过的事情，那么只有开始也就没有结果了。

做创造的工作信心最为最重要！心性修为一直在最重要的位置。其次，要谨言慎行、不妄语，尤其我们在演讲时的语言，不能有虚夸的成份，要句句有据可循，如果为了说传统文化的好而制造“善意的谎言”，一旦谎言被拆穿，那么带来将是恶的结果！到那时，我们可不是在宣传传统文化，而是在破坏传统文化了。其次，要将自己的存心定位在“处处是我家，

事事是我事”的状态，那么“泛爱众”就不那么难了！有的学长们说，要是能跟在蔡老师后面，让蔡老师亲自带领我们学习就好了，一开始我也有这种想法，但现在我不这么认为。接近大师跟在大师后面，由大师亲自教授，这固然很好，如果我们没有一份立志弘扬文化而学习的存心，不去考虑老师背后的那份存心，即使是天天呆在大师的家中，又有何用？也不过是“不力行，但学文，长浮华，成何人”罢了。

力行应当是快乐的！在我们路遇困难时，我们不妨想想这里，想想这里的点点滴滴…在座的每一位学长们，让我们将彼此的信心互相传递，共同携手共进，将我们彼此的信心当做是我们力行时的后盾，路遇困难又何惧之有？因为我们走的是人间正道啊！

以上是我在这四十天学习的感受，其实还有很多很多，短时间内在还没有完全“消化”的状态下，不可能全面而又详细叙述完整，仅将学习过程体会最为深刻的部分呈现给大家，不到之处，还望批评指正！

中国传统文化心得感悟篇八

3月16日，联合中心学习组组织了第二次集中学习，邀请我区社会科学首席专家__教授作《认祖归宗弘扬中华优秀传统文化》的专题讲座，这次学习从深层次阐述了中华优秀传统文化的内涵，以及当前面临的挑战，让我们从一个全新的视角重新认知中华优秀传统文化。

广泛、内涵丰富、分类多样，把我们祖辈们的经历、体验、方法以及感悟都融入在这些文字中，为我们后人所一一品读，并领悟其中的奥妙。他们把这些经典留给我们，自然是希望我们代代相传，修身、齐家、治国、平天下，真正做到学以致用。

才干，知识可以改变命运。因此，我感到爱学习是一种快乐，

想学习是一种幸福，求知若渴是一种喜悦。学习新知识，温习旧知识是一件让我们感觉愉悦的事情，学习能使我们提高素质、增长才干。所以我们要树立终身学习的思想。

是要以身作则，身体力行，严格要求自己，为夷陵区建设发展、为史志事业的发展做出自己的贡献。