

# 最新打扫卫生教学反思北师大版(汇总8篇)

在撰写心得体会时，个人需要真实客观地反映自己的思考和感受，具体详细地描述所经历的事物，结合自身的经验和知识进行分析和评价，注意语言的准确性和流畅性。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。下面我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

## 读国学经典心得体会篇一

国学经典历来为中华文化的重要组成部分，以其深厚的思想内涵和博大精深的文化底蕴，被视为中华民族传统文化与精神的代表。读国学经典不仅是一种文化传承和思想研究，更重要的是能从中汲取精神养分和人生智慧，引导自己成为一个有真正人文素质的人。在这篇文章中，我将分享我在国学经典的阅读中获得的心得体会。

### 首段，国学经典与现代社会的关系

中国古代有许多著名的国学经典，如《论语》、《大学》、《中庸》、《道德经》等等，这些书籍已经成为了中国文化的瑰宝，至今仍被广泛传播和研究。在现代社会中，尽管中国的发展和进步让我们看到了许多新的事物，但是读国学经典却仍然是我们了解传统文化、树立正确价值观的重要途径。通过阅读国学经典，我们可以理解古人的思维方式和世界观，从中得到启示和借鉴，增强自己的内在世界，从而为自己和社会作出更为积极正面的贡献。

### 二段，读国学经典的价值

读国学经典，重在获得其内在的思想和哲学意涵，了解其蕴

含的人文精神和生命智慧。比起单纯地追求在学术上的成就，更重要的是在思想上获得对现代生活的启示和思考。例如，《论语》中的“有朋自远方来，不亦乐乎？”和“为政以德，譬如北辰，居其所而众星环绕”，强调与他人的和睦相处和为人处事的道德价值。《大学》、《中庸》则更多的深入人的内心，指引自己对自己的探寻与体悟。这些蕴含于国学经典中的思想精华，被称为中国文化的神髓，是现代人需要去探究和思考的重要内涵。

### 三段，个人获得的心得与启发

读《论语》给我最大的启示就是“己所不欲，勿施于人”，这也是我生活中所重视的一条底线。在与人交往中，我深深认识到一个道理：以和为贵。只有与人和睦相处，打造良好的人际关系，才能得到更多的关照和本真的热爱。读《大学》、《中庸》则让我深入思考自己内在的世界。在对自己的探寻中，我意识到我的情感和意志需要更强大的指引。我需要在自己内心的世界中扎根，自觉做自己，并且要经常反思自己的行为是否符合所追求的人生价值观。

### 四段，国学经典在现代社会的矛盾

虽然说国学经典可以提供给我们极为重要的思想与价值观，但在现代社会发展中，也会出现一定的矛盾。相较于古代社会的环境与思维方式，现代社会更注重“实用性”，人们对于读书的目的也更趋向于应试。这就导致了大多数人只是匆匆地阅读国学经典，并不能真正获得其中的真谛和智慧。尽管如此，我们仍应该正视这一问题，并通过设计更多的教育方案，来保证大众能够获得国学经典中的精华和内涵。

### 五段，未来读国学经典的意义

更多地阅读国学经典，不只是在传承古代文化，更在于从中寻求人生智慧和人文素养。在未来的时代中，我们仍然需要

国学经典来指引我们的道路，引导我们为人处事，为社会作出贡献。尤其是在面临着一些复杂的社会问题时，通过阅读国学经典，我们可以在内心世界找到正确的方向，帮助自己更好地面对生活。只有通过阅读国学经典，积淀深厚的人文内涵，才能真正成为具有中华民族精神的人，更加深刻认识自己，提高自己品德的内涵，积极践行自己的人生价值。

## 读国学经典心得体会篇二

在学习第三模块的过程中，我接触到了《孔子与儒家思想》《老子与道德经》《唐宋诗词》《红楼梦与红学》等七部国学经典，虽然学习时间不长、断断续续，但觉着收获很多。国学经典不仅是中国悠久传统文化的证明，也是每一个中国人的立身处世之本，更是我们园长不可或缺的精神力量。现根据个人学习情况谈两点体会：

经典的力量能震撼人心，它能启迪思想，开阔文化视野。“修身、齐家、治国、平天下。”修身是一切的根本，欲修其身，先要获得完善的知识，只有用知识武装自己，完善自己，提升自己的德行，才能再谈家国天下。正所谓千里之行始于足下，再远大的理想，再美好的打算，在没有实现之前一定要先把眼前的做好。

知识能够让自己知道自身的不足之处从而去完善。作为园长，我们除了在能力、知识方面外，还应注重自己的表率作用。一个园长的权威，说到底就是“权力+人格”。尽管园长不是官，是教育家，是学者，但是园长要想管理好幼儿园，就要真正地为教职工办实事，善于听取来自各方面的不同意见和建议，集思广益。

“入则孝，出则弟”。孝敬父母，尊重兄长对幼儿园的孩子来说是首先应该具备的品质。为此，我镇组织了对幼儿进行爱心、孝心教育的活动。包括听父母的话，尊敬父母和其他长辈，关心体贴父母，做力所能及的劳动，珍惜父母的劳动

成果，热爱学习，与家人共同创造和谐快乐的生活。

首先制定了幼儿文明礼貌、爱心、孝心细则，并发放到家长手中，让孩子在园在家对照执行。其次充分利用本土文化，营造“孝”的文化氛围。加强校园文化建设，提供与教育相适应的，具有“孝”文化特色的、富有童趣的室内外环境，形成有利于幼儿身心健康和谐发展的教育氛围。三是围绕“孝心献给父母”进行了一系列德育活动。

(1)利用重大节日、生日音乐会等举行各种形式的亲子活动，对幼儿进行感恩教育。

(2)要求幼儿在一周内听一个“孝”的故事、“爱”的歌曲、“为父母做一项洗刷家务”、“帮父母做一种农活”、“给父母做一回健康服务”等。使幼儿学有榜样，爱有行动，真实的感受父母养育之恩，有效的培养孩子关爱家庭、孝敬父母的优良品质。

(3)做小小“孝子”。组织幼儿开展“我自己进教室”、“我是妈妈的小乖乖”等幼儿活动，让幼儿通过演一演、做一做、说一说等形式，学会孝敬爸爸妈妈，养成良好的习惯。

(4)评“孝”星。通过一定阶段的活动后，组织幼儿及家长召开家园联谊会，由教师、家长、幼儿沟通参与为每个幼儿以打星的方式评出最佳“孝”星，进行表彰奖励。让每个孩子都享受到成长的快乐。

默默地记住学到的知识，努力学习而不满足。第三，是要专心致志，知难而进。

子曰：“士志于道，而耻恶衣恶食者，未足与议也。”意思是读书的人要立志于追求道义、真理，要专心致志，不要为世俗所累。第四，要虚心求教，不耻下问。孔子曰：“三人行，必有我师焉。择其善者而从之，其不善者而改之。”这

说明学无常师，作为人应随时随地注意向他人学习，取人之长，补己之短。

在教学中，我们更要鼓励学生树立远大志向，但学生树立志向后，又为这个志向做出了什么呢？我们是否只是鼓励学生凭空说出的一种空想呢？这个恐怕有人很少考虑。远大的志向谁都能说出很多，也能说得很大、很远，但关键是要看看是否能付诸实际行动！

但实际教学中，我们却对“远大”的理想大加赞扬，对现实的理想“晒之”又“晒之”，认为这是学生胸无大志的表现，没有出息的`表现。好象他做的都是小事，没有什么舍己为人的大理想。但是他的内心是充盈的，他的理想是现实的，可行的，不是空洞的，不着边际的。

比如：我们教育学生爱国，怎样做才是爱国？什么样的行为是不爱国？学生心目中有没有一个完整的定位？有的教育专家提出：学生能主动捡起一片纸，这就是爱国！所以我们教育学生励志，不妨把眼光收回来，放在眼下能付诸行动的，哪怕为了理想只迈出一小步。“人有多大胆，地有多大产”的年代已经过去，励志要切合我们的实际，不能盲目地做“假大空”的文章。

### **读国学经典心得体会篇三**

国学是中国文化传统的重要组成部分，其经典著作流传至今，深受广大人民群众喜爱。国学经典的学习，对于提高自身人文素质、增强自信心、提高道德修养、开阔眼界、丰富自身文化底蕴，具有重要意义。我近年来一直在研读国学经典著作，下面就我的学习体会，谈谈我对国学经典的理解和感受。

第一段，阅读国学经典提升人文素质

国学经典著作，是中国几千年来积累下来的智慧结晶，是传

承的历史记载与心得体验。阅读国学经典可以促进人文素质的提升，能够了解中国几千年来的文化传统，知道自己的文化根源，学到历史人物的经验教训与思想智慧。例如《大学》所讲“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善”，通过这些思想的灌输，可以为我们提供学习和思考的方向，使我们的人文素质得到提升。

## 第二段，国学经典的学习可以提升自信心

学习国学经典的过程，可以让我们了解古代文化和古代社会以及古代人们的思想，了解到古代中国人的思想是多么的崇高和高深，这样可以鼓舞我们的自信心，让我们在改造自己的同时，也能够把自己塑造成一个更好的人。例如，孟子所讲“道不远人”，虽然时代已经变化得很大，但这个思想仍然具有很大的启示意义，可以让我们更加坚定自己的信念，从而让我们更加有信心地走下去。

## 第三段，国学经典可以提高道德修养

国学经典著作中蕴含着丰富的道德智慧，具有很强的教育意义，可以帮助我们提高个人的道德素质。在领会道德智慧的基础上，我们可以反躬自省，把这种智慧融入自己的行动中，从而达到提高道德素质的目的。例如《论语》中所讲“己所不欲，勿施于人”，这种以己身作则的道德观，在我们的实际生活中也是有很大的指导意义的，可以让我们更好地发挥为人处世的作用。

## 第四段，国学经典可以开阔视野

阅读国学经典可以开阔我们的视野，了解到古代中国的文化、历史、艺术、哲学等方面，对于我们领会世界的人文内涵具有非常重要的作用。例如《史记》中所记载的古代战争、历史事件以及社会传说，都是对于了解古代中国的发展历程和文化内涵，具有很大的启发作用，可以让我们建立起全面的

视野，更好地面对当下的社会发展和文化变迁。

## 第五段，学习国学经典丰富自身文化底蕴

国学经典著作是中国文化的重要组成部分，蕴含着丰富的文化内涵和深厚的思想底蕴，对于我们丰富自身文化底蕴，提高自身文化修养具有非常重要的意义。例如《诗经》中所记载的文学艺术，儒家思想等，都是我国文化宝库的重要结晶，是我们认识和把握中国传统文化的不可替代的资源，认真研习和思考，可以让我们对自己国家的独特文化与文明内涵有更多的理解和欣赏。

综上所述，国学经典的学习对于提高人文素质、增强自信心、提高道德修养、开阔视野、丰富自身文化底蕴等方面具有极其重要的意义。希望未来更多的人可以加入到学习国学经典中来，共同探寻我国璀璨灿烂的文化传统。

## 读国学经典心得体会篇四

学生进展核心素养，强调以学生为中心，培育全面进展的人为核心，具有科学性，富有时代性和民族性。六大素养，细化为十八个根本要点，给出了现代训练的新的思路和方法。

教师再也不是仅仅传授学问了，在教学过程中，要为学生全面进展着想。我们培育的学生将来是对社会有用的人，我信任每个学生都有自己的特长，我们要千方百计地查找他们身上的闪光点，一旦发觉便赐予表扬，并引导他们努力发扬。我清晰的知道智力、力量培育的重要性，只有学生在德、智、体等方面全面进展，全面进步了，教师才有胜利后的喜悦。在全体学生面前，我从不揭个别学生的短，让学生觉得教师敬重他，没有失去自尊心，渐渐地对自己也开头有了一点信念，这时候，我再给他们更多的时机呈现自己，以证明自己的力量。特殊是得到教师、同学的'无私关心后，他们确定了自己在集体中的作用，从而树立了很强的自信念。

在课堂上依据学生的心理、年龄、生理特点，设计儿童乐于承受的趣教，在课堂中做到少讲精练，着力表达训练过程，提问问在重点上，问在难点上。教师“少讲”、“少问”便节省出时间进展多种形式的练习，把练习有机地结合在讲问之中。每节课都要面对全体学生，引导学生“乐学”、“学会”，让学生在生动活泼愉悦和谐的课堂教学气氛中学会学问，提高力量。

## 读国学经典心得体会篇五

国学经典是中华民族五千年灿烂文化的精髓，是华夏沃土灿若晨星的瑰宝。亘古历今，经典名句滋润了一代又一代华人的心灵，炎黄子孙在“经典”的摇篮里孕育，华夏儿女在“名句”的吟诵中成长。在漫漫的历史长河中，国学作为中华文明的主要载体，像一根坚韧的纽带，将形形色色的中华文明之珠串连在一起，展现着中华民族的精神。其优秀的思想文化已超越时空界限，融入到世界文化和现代文明之中，成为了传之千古、放之四海的人类共有的文明与智慧的结晶。作为中国人，我们应该以此为傲，作为一名教师，就应该更好地继承并发扬中国传统国学文化。

经典的力量能震撼人心，它能启迪思想，开阔文化视野。“修身、齐家、治国、平天下。”修身是一切的根本，欲修其身，先要获得完善的知识，只有用知识武装自己，完善自己，提升自己的德行，才能再谈家国天下。正所谓千里之行始于足下，再远大的理想，再美好的打算，在没有实现之前一定要先把眼前的做好。知识能够让自己知道自身的不足之处从而去完善。《论语》就是教给我们如何在现代生活中获取心灵快乐，适应日常生活，找到个人坐标。因此，它可以作为我们个人尤其是作为教师的我们的生活和工作指南。《论语》里许多关于修身养性的言论，简洁明了，教人自我警醒，让人持守美德或教人弃去偏执。作为教师，为人师表，更是要牢记自己的责任，约束自己的行为，真正做到身正为范。在当今这个花花世界，许多人过分地强调物质利益的追



求，因为种种原因而使得人们的价值观发生变化，功利性比较强，而作为教师承担着教书育人的责任，肩上的担子千斤重，一头挑着学生的现在，一头挑着国家的未来，必须给予学生的正确的世界观、价值观、人生观的引导，教育学生为民族的复兴而不懈努力并成为国家的栋梁。而要达到此目的，教师自己首先要有正确的世界观、价值观、人生观。因此，教师必须修身养性，经得起各种不良现象的诱惑。

《国学》里的内容极其丰富，其中包含的思想有些也比较深奥，对于小学生来说，他们只需要知其言，而并非一定要知其意。就像陈建先老师说的那样，“我们老师只需要给他把那扇‘国学’的门推开，里面丰富的内涵要待他们将来自己慢慢领悟。”兴趣是最好的老师，我们应采取多种教学手段来激发孩子的学习兴趣，可以通过“诵读、游戏、体验、角色扮演、量化训练、竞争比赛、动手操作、家庭巩固等，多种符合儿童心理发展规律的方法和手段混合使用，还利用多媒体动画、视频、软件、电脑、液晶电视，让孩子在快乐中学习国学。

国学经典，不仅语言精炼优美，而且意蕴深刻。是对小学生进行教育的好材料。首先，国学诵读对幼儿初步树立正确的人生观和道德情操，陶冶高尚情趣的起到了积极健康的作用。其次，提高了学生的阅读能力。学生对经典一遍遍地诵读，每一遍都是一个感知过程。在反复诵读中，诵读的水平在步步提高，诵读者的理解、体会也在层层加深。“书读百遍，其义自见”就是这个道理。学生在朗读水平大面积提高的同时，形成了良好的语感，对语言的感知和理解能力也大大提高。然后，扩大了学生的知识面。学生在诵读经典的过程中，不但提高文学修养，而且开阔了视野，知识面不断扩大。最后，促进了幼儿表达能力的提高。俗语说得好：“读书破万卷，下笔如有神”，“厚积薄发”。只有积累丰富的语言素材，才能“厚积薄发”，“下笔如有神”。诵读可以使孩子积累大量的妙词佳句，他们的语言“材料库”在诵读中不断地丰富，而在诵读中也学习到一些表达方法。在日常交流中，

我可以看到孩子们每天的进步。

在教学中，我深深感到我作为教师国学功底还不够深厚，急需提高。国学经典是文化的精粹，是人类文明的沉淀，历经岁月河流的淘洗，依旧光彩夺目，是中华民族的瑰宝。而我们教师有必定的教学任务，我们应该利用有限的时间来提高自己的阅读量、阅读水平，通过相互学习交流，培训等手段来提高我们教学水平。孔子说：“三人行，必有我师焉。”学习是永无止境的，我们应怀着谦虚谨慎的态度向他人学习。“师者，善于传道，授业解惑也；道之未闻，业之未精，有惑而不能解，则非师也矣。”老师要善于传授道理教授学业和解答疑惑，不懂道理，学业不精湛，学生有疑惑却不能解答，这算不上老师。所以，老师要与时俱进，不断接受新知识，新技能，新的教学方法；不断参加学习和培训。要想给学生一滴水，自己就要满斛水。

通过学习，让我深刻领略到国学的魅力，《国学》是我们中华民族传统文化的精髓，老师是很好的传承者，我们应当做学生的导航者，为他们打开这扇门，让他们在国学经典的宝库中采撷精美的词句，构筑自己人生美好的诗篇。

中华民族自古以来就是以礼仪之邦闻名于世，我国人民从来就有知书达礼的传统美德。虚席以待程门立雪三顾茅庐等等以礼相待的成语和典故，在历史广为传诵。知礼，讲礼，对人彬彬有礼，体现了对他人的尊重，是持续人们正常关系的准则。知礼讲礼的人大多以他人为重，以社会为重。能真诚待人也正是一个人高尚情操的表现。试问那些对长辈出言不逊，对朋友态度粗暴，公共场所横冲直撞的人，能体现出是一位有文化，有教养，懂礼貌，讲礼貌的人吗当今社会，礼貌礼貌、文化素养对一个人一个民族来说是至关重要的。物质礼貌上去了，精神礼貌却衰退，与一个有礼仪之邦之称的民族，与一个进行现代化建设的民族相容吗对学生进行礼貌礼貌教育，是提高中华民族的思想境界和文化素质的关键在于一个国家务必要有自己的国魂，一个民族务必要有自己的精神，

才能把全民族的智慧集中起来，构成无比强大的精神力量。中华民族几千年延续下来的爱国、气节，奋发、立志，改革、创新，勤学、好问，勤俭、廉正，敬长、知礼等传统美德体现了中华民族的国魂和精神。

国学的东西，太多太多，慢慢品味，其乐无穷。学生们诵读，能够从中懂得为人处世的道理，使学生更加懂礼貌，更加爱学习国学经典在诵的过程中深入了学生们的心灵，为学生们储存了文化的养料，等他长大的时候慢慢吸收。

国学源远流长、博大精深，经典的底蕴厚重。走近国学经典，我认为它的特点就是：宁静、潜心。只有静得下来的人、潜得下来的人，才有可能从内心中容下国学经典。当我们被现代社会许多时尚的、流行的、快餐的文化捆住自己的手脚以至心灵的时候，当我们内心深处的小农意识、急功近利的心态没有消除的时候，我们不可能在自己的心中留住国学经典的脚步，更不可能在自己的生命中延续国学经典的精髓。

我校用心倡导读诵国学经典在我看来是一件十分好的事情，让学生们了解中国的过去，了解中国的文化，了解中国的思想。在读诵中，强化记忆力，在学生记忆的黄金时期，为他们补充超多有益的让他们受益终生的东西。最为重要的是：让学生们汲取千年文化中的营养，让他们在今后的成长中不断体会、反刍，用正确的思想指引他们的生活，带他们找到幸福生活的真谛！

朋友们，潜下心来，静下气来，与学生们一道走近国学经典，和学生们一齐体会和感悟！用经典指导自己的言行举止，在与学生们一齐学习的过程中一同快乐收获与成长。

## 读国学经典心得体会篇六

中华民族自古以来就是以礼仪之邦闻名于世，我国人民从来就有知书达礼的传统美德。虚席以待程门立雪三顾茅庐等等

以礼相待的成语和典故，在历广为传诵。知礼，讲礼，对人彬彬有礼，体现了对他人的尊重，是持续人们正常关系的准则。

知礼讲礼的人大多以他人为重，以社会为重。能真诚待人也正是一个人高尚情操的表现。试问那些对长辈出言不逊，对朋友态度粗暴，公共场所横冲直撞的人，能体现出是一位有文化，有教养，懂礼貌，讲礼貌的人。

当今社会，礼貌礼貌、文化素养对一个人一个民族来说是至关重要的。物质礼貌上去了，精神礼貌却衰退，与一个有礼仪之邦之称的民族，与一个进行现代化建设的民族相容吗对学生进行礼貌礼貌教育，是提高中华民族的思想境界和文化素质的关键在于一个国家务必要有自己的国魂。

一个民族务必要有自己的精神，才能把全民族的智慧集中起来，构成无比强大的精神力量。中华民族几千年延续下来的爱国、气节，奋发、立志，改革、创新，勤学、好问，勤俭、廉正，敬长、知礼等传统美德体现了中华民族的国魂和精神。

国学的东西，太多太多，慢慢品味，其乐无穷。学生们诵读，能够从中懂得为人处世的道理，使学生更加懂礼貌，更加爱学习国学经典在诵的过程中深入了学生们的心灵，为学生们储存了文化的养料，等他长大的时候慢慢吸收。

国学源远流长、博大精深，经典的底蕴厚重。走近国学经典，我认为它的特点就是：宁静、潜心。只有静得下来的人、潜得下来的人，才有可能从内心中容下国学经典。

当我们被现代社会许多时尚的、流行的、快餐的文化捆住自己的手脚以至心灵的时候，当我们内心深处的小农意识、急功近利的心态没有消除的时候，我们不可能在自己的心中留住国学经典的脚步，更不可能在自己的生命中延续国学经典的精髓。

用心倡导读诵国学经典在我看来是一件十分好的事情，让学生们了解中国的过去，了解中国的文化，了解中国的思想。在读诵中，强化记忆力。

在学生记忆的黄金时期，为他们补充超多有益的让他们受益终生的东西。最为重要的是：让学生们汲取千年文化中的营养，让他们在今后的成长中不断体会、反刍，用正确的思想指引他们的生活，带他们找到幸福生活的真谛！

沉下心来，静下气来，一道走近国学经典，体会和感悟！

## 读国学经典心得体会篇七

孝道作为中华民族传统文化的重要组成部分，在国学中占有举足轻重的地位。国学孝心的核心是尊敬父母、尊敬长辈、关怀祖国。作为现代人，在这个快节奏、功利主义的社会中，我们应该如何理解和践行国学孝心？本文将从个人的角度，谈谈我对国学孝心的体会。

### 第二段：孝敬父母

父母是养育我们成长的恩人，孝顺父母是作为子女应尽的义务。然而，如何表达孝心并不仅仅是物质上的供养，更重要的在于精神上的关怀。在这个社会中，工作繁忙、生活忙碌的人们，往往忽略了与父母之间的沟通和陪伴。而国学孝心告诉我们，在工作之余，要想办法与父母交流，帮助他们解决生活中的困难和问题，给予他们理解和支持。只有真正地关心父母，才能让他们感受到子女的爱和孝心。

### 第三段：尊敬长辈

国学孝心不仅仅局限于父母，还包括尊敬长辈。尊敬长辈是中华民族传统文化的一大特点，也是中华民族的优良品德之一。无论是在家庭中还是在社会中，尊敬长辈都是我们的应

有之义。知行合一 是国学孝心的核心理念，我们不能只口头上说尊敬长辈，更要通过行动来表明。注意礼貌仪容，尊重长辈的意见和决策，帮助他们解决问题和困难，这些都是践行国学孝心的实际行动。

#### 第四段：关怀祖国

国学孝心不仅仅是孝敬父母和尊敬长辈，还包括关怀祖国。祖国是我们成长的土地，是我们承载了无数历史和文化的方 方。在这个社会中，我们作为中华民族的一员，应该有责任维护和传承中华民族的文化传统。要从小事做起，从身边找到关怀祖国的具体方式。参加社区志愿服务、积极参与文化活动、弘扬中华优秀传统文化等等，这些都是实际行动，展现出对祖国的关心和热爱，也是践行国学孝心的具体方式。

#### 第五段：总结

国学孝心是中华民族传统文化的核心价值观之一，对于现代人而言，践行国学孝心意义重大。在日常生活中，我们要通过尊敬父母、尊敬长辈和关怀祖国来实践孝心。只有从个人实际行动出发，才能真正理解和传承国学孝心的核心理念。希望广大人民群众能够通过践行国学孝心，传承中华民族的传统美德，共同建设和谐、幸福的社会。

## 读国学经典心得体会篇八

国学是中华文化的瑰宝，是中华民族的传统智慧。然而，随着现代社会的快节奏和信息爆炸的时代，许多人渐渐忽略了国学的重要性。在一次偶然的 机会中，我参加了一次幸福国学的学习活动，认识到了国学对于个人幸福的重要意义。在这个过程中，我深受启发和触动。通过学习，我获得了一些关于幸福国学的心得和体会。

首先，国学让人们更加重视人与人之间的情感联系。在现代

社会中，人们常常因为工作繁忙和生活压力而疏远了与家人和朋友之间的感情。然而，国学教导我们要尊重他人、关爱他人，通过内心的修养来维系人际关系。在学习《论语》时，我深深感受到孔子所强调的“仁爱”的思想。他告诉我们，只有通过关爱他人，我们才能真正体会到幸福的味道。通过国学的学习，我逐渐懂得了如何与人建立良好的情感联系，让我在人际交往中更加舒心和幸福。

其次，国学教导我们要正确对待人生的得失快乐。在现代社会，人们往往追求名利和物质财富，却忽视了内心的真正需求。国学通过文化经典的学习，告诉我们追求名利并非幸福之本。学习《弟子规》时，我深深体会到“得失忧乐，与人为善”的教诲。这让我意识到，人生的幸福在于内心的求真与善良，并不在于物质财富的积累。因此，我逐渐明白了要正确对待名利与得失，不被其干扰内心的平静和幸福。

第三，国学教导我们要注重身心的健康与平衡。在现代社会，人们的生活节奏极快，往往忽视了自身的身心健康。国学通过经典的学习，教导我们要保持内心的宁静和身体的健康。学习《道德经》时，我深受道家思想的启发，明白了要通过内心的修养和调整来达到身心的平衡。通过国学的学习，我开始重视自己的身心健康，积极进行身心的调整和锻炼，让自己在快节奏的生活中保持良好的状态和幸福感。

第四，国学教导我们要在困境中寻找生活的意义和幸福。在人生的旅途中，每个人都会遇到困难和挫折。然而，国学教导我们要以积极的心态去面对困境，寻找生活的意义和幸福。学习《庄子》时，我被庄周的智慧 and 豁达所震撼。他告诉我们，人生无常，顺境与逆境都是人生的体验，要学会放下功利和计较，从大处着眼，从容应对人生的起伏。通过国学的影 响，我逐渐懂得了要以乐观和积极的心态去面对生活，从困境中找到生活的意义和幸福。

最后，国学教导我们要以家庭为基础，追求幸福的生活。国

学将重视家庭视为最高的美德之一，并提出儒家的家庭伦理观念。学习《百家姓》时，我体会到了家庭的重要性的家庭的力量。通过国学的教育，我逐渐意识到家庭是幸福的源泉，应该珍惜和维护好家庭的关系。只有在一个和睦、温暖的家庭环境中，我们才能真正感受到幸福的滋味。

总结起来，幸福国学的学习让我对生活有了更加深刻的认识。国学教导我们要重视人与人之间的情感联系，正确对待人生的得失快乐，注重身心的健康与平衡，以乐观的心态面对困境，以家庭为基础追求幸福的生活。通过国学的学习，我获得了内心的平静和满足，更加懂得了生活的真谛和幸福的本质。我相信，在幸福国学的指引下，我会在未来的人生中走得更加坚定和幸福。

## 读国学经典心得体会篇九

国学社向我约稿，我诚惶诚恐。因为无论是文化修养、阅历感悟还是身体力行等方面，自己都很浅薄。可再一想，不妨说说自己学习国学的一点个人心得，抛砖引玉，引起大家更多的参与，共筑我们的精神家园，把研讨共修扩大化，想到这些，也就心安了。

自20xx年2月第一次上课以来，至今已有四个月了，自己感到收获不少。实际上，在进明德天下国学社之前，我就一直对中华优秀传统文化特别爱好，可只是零散的学习其中的只言片语。这种情况自从参加国学社以后有了改变，有了外力的促使，倒也使我开始去学着坚持。回想四个月来，收获很大。

大概有三方面的收获：

第一方面，在国学领域似乎有了一种要入门的感觉。

从文字关到义理关以及研讨，上课所带来的是古今的一种贯通感，似乎有了一种豁然开朗、不断更新自我的感觉。有什



么疑惑，请教老师和同学，大家都是那么无私、友爱的答疑解惑。学的很过瘾、很畅快，原有的学习兴趣越来越强。也许国学就像月光宝盒，里面看似朴素，实则蕴含着大道。而打开盒子很容易，可是想要开启里面的大道，是需要钥匙来解开其中的密码和玄机的。原来自学国学容易陷入文字层面，义理层面和人生层面很少引发，有了明师启发引导、同学共修就是最好了。而这使我开始发酵，这也会使我在人生大道上愈行愈远。

第二方面，是心态和情绪方面好了。

原来的我是个急性子的人，有着很多的迷惑，心态不定。而现在心静了，情绪平了。很享用现在这种心静如水的感觉，似乎冥冥之中到达了一种早就期待的境界和感觉。还记得《大学》中的那句话“知止而后有定，定而后能静，静而后能安，安而后能虑，虑而后能得”，说的太好了，自己似乎对这句话有了一种感性的领悟。学《大学》使得我对自己的“止于至善”、“至于何方”有了更长远的思考，这样在面对外界的各种纷纷攘攘时，能够做到心静而自有方寸。心中能够有所静，源自每次不同课程中的收获，有些来的直接，有些潜移默化。

比方说，当我听到“退一退海阔天空不如停一停海阔天空”时，心头一震。实际上“退一退”更多的是讲述人与人之间关系的；而“停一停”讲述的更多倾向于人面对自我的一种心态和方法。因为只有“停一停”，才会有时间选择自己的情绪。也似乎懂得了历史上许多大家能够面对小人时，心有城府含而不露又能合作的原因，至少有一条那就是达到了运用情绪的高境界那就是选择自己的情绪。

比方说，当我得知“所谓卦象无所谓好坏，它只是告诉人们现在所处的位置，并且应该注意什么”、“唯有一谦而四益”时，似乎豁然开朗。

每每回忆起课上的妙语连珠，心中非常愉悦。

“学问忘了就是会了”、“解决化解内心的所有对话”、“找到内心多个自我中的那个主我”、“完成内心纷杂世界的统一大业”、“不给钱还是愿意干的事就是最想干的事”、“遇境炼心”、“国学有如人生旅途中的明灯”、“面对世路更要学会走心路”等等，总之要在关注世事的同时，别忘了反观自我，挖掘自我，认识我是谁，明白自己这辈子要干什么。走世路的同时也要走心路。

类似情况，举不胜举。

第三方面，那就是促进了专业领域水平的提高。

我做的是新闻影视工作，含有两方面功能：一个是记者功能，一个是编导功能。铁肩担道义，妙手驻文章。中国传统知识分子的使命感和责任感使得我选择了这样一种生产精神文化产品行业，从事了纪录片的编导工作。越做越发现，自己所做的意义也许是一种历史的记载、时代的引领。司马迁为了“究天人之际，通古今之变”而写《史记》。当代电视电视剧电影工作者也应该给自己定位是文艺工作者，这样至少能够保证文以载道、艺术为人民服务对历史负责，引导人们的高级趣味、承上启下、传承传统和历史、引领时代。而这正是我乐于学习国学的重要原因，我学的影视更多的是一种表现手段和方法，我学国学更重要的是学到中华文化的“核”，这也是所要表达的，从而活在当下、引领当下。通过学国学使得自己对纪录片工作有了更多的思考和探究，这样也许就增加了更多的深刻和高度。

当然，如果抽离出自己，或者跳出以上这个所谓立场，也许这种所谓的“精英”意识“精英”文化和“草根”意识“平民”文化是存在着矛盾的，这也是自己一直在考虑在矛盾的一个问题。这次就在这个平台上提出这样的一个问题，我也真诚的希望能听到更多的声音，希望大家能帮我解疑释惑，共

同来思考这样问题。

总之，明德天下国学社，对于我的成长意义非凡，也注定了成为我成长成熟成业中的重要丰碑。

在这里发自内心的说说心中的感谢，感谢王鹏老师的引见和指导，感谢明德天下国学社的氛围和平台，感谢三位高师的传道授业解惑和对中华文明承下启下的使命感责任感以及生命的激情，感谢各位同学的良师益友式的各种贡献和一心向善，感谢所有学社工作人员以及所有发起人默默奉献勤勤恳恳和多方奔走，感谢汤传忠社长倡起组建和全心付出，感谢济南体恒健生物工程有限公司提供的这样一份天空和氛围，感谢历代先贤圣者、志士仁人为我们书写和践行的伟大的中华文明！