

于丹论语心得全文(汇总8篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。相信许多人会觉得范文很难写？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

于丹论语心得全文篇一

当我敲击键盘在写《论语心得》读后感时□20xx年的春天已经悄然来到了我的身边，尽管春寒料峭，但也着实让人嗅到春天的气息了。当我从妈妈手里接过这本封面古色古香又被炒得沸沸扬扬的书籍时，自然有了一睹为快的冲动。

抛开尘世的喧嚣，披一路风尘，孔子孤身一人，踏上了为师的道路。说是旅行，不如说一次心路历程，更是一次道德与心灵相融。同样的一部著作，每个人的个性和经历不同，解读自然也不同。也许，同样是《论语》，愤世嫉俗的人读出了天人合一，急功近利的人读出了从容淡定，甘于平庸的人读出了奋发进取，缺乏谋略的人读出了生活的智慧……我们从中明白了“君子的力量永远是行动的力量，而不是语言的力量”；我们从中懂得了“理想之道就是给我们一点储备心灵快乐在的资源”；我们感悟到了“三十而立，就是建立心灵的自信”。

我们从小接受儒家的“仁，义，礼，智，信”的伦理观念，从孔融三岁让梨的尊礼，守礼，到范仲淹的“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”忧患意识，无不显示着儒家学说对国民成长过程中千丝万缕的渗透。几千年来世人仍愿意尊奉孔子，把他的话作为座右铭，作为修身养性的准则，这与孔子的“直道而事人，何往而不做黜！”的思想有着密切的联系。

很多人都说于丹的《论语心得》催生而出的是一种纯粹的积

极的态度，是道德品性、情感智慧的升华。读于丹说论语，让人领略到的就是这样一种智慧，是对自己的得失缺憾的正确对待，是对身边朋友的理智看待，是一种心态，一种融入在现在社会中的理性德行。

于丹的《论语心得》是从天地人之道开始谈起的。从盘古来天开始变化达到的某种境界，叫做“神于天，圣于地”，她说：这六个字其实是中国人的理想人格：这里既是一片理想主义天空，人们再次自由翱翔；还要有脚踏实地的能力，能够在这个大地上去进行他自己行为的拓展。……理想主义与现实主义就是我们的天和地。有了这样一个大的宇宙观，再将心灵之道、处世之道、君子之道、朋友之道在这里娓娓道来，向我们解读了孔子及论语的思想以及这种思想对于现代人、普通人及现代社会的需要。

在现代生活中，我们应该如何把握为人的处世之道呢？孔子说：“过犹不及”。在孔子的眼里，做事情如果不把我分寸的话是与没做是没有什么两样的。那么应该如何把握分寸？当我们遇见一些不公平的事情应该有什么样的心态？面对自己身边的人又应该有什么一种心态？在这嘈杂的社会中我们要保持着什么样的人际关系呢？弟子问孔子说：“老师，以德抱怨何如？”子曰：“何以报德？”如果一个人以德报怨了，那么你会用什么去报答人家的恩德呢？当别人无微不至时，你又该怎么办呢？“以德抱怨”的方式不可取，但“以怨报怨”是更不可取的，因为怨怨相报何时了？做人还是应该“以直抱怨，以德报德！”如果有他人有负与你，对不起你了，用你的正直、耿介对待这件事，但是要用你的恩德，你的慈悲、去回馈真正给你恩德和慈悲的人。用你的公正、率直、耿介、磊落与光明的人格去坦然地面对这一切，那么不是德也不是怨，这件事也不会损坏我们之间的感情了。

今天的社会，物质生活是越来越发达了，但人与人之间关系却越来越冷漠。《论语》中何谓“仁爱”？是用平等和理性去对待你身边的每一个人，我们但凡稍微留一点的分寸，做

事情时给别人保留一点的余地，就像《禅宗》里所说的那种至高无尚的境界，就是“花未全开，月未圆”。也就是花一旦全开，就要凋谢了，月一旦全圆，就要亏损了。而未全开，未全圆，这就是自己心中所期待的`那种感情，而朋友之道和亲人之道皆是如此，退一步，海阔天空。无论做什么事情，都要把握分寸，恰到好处。现在我们与其怨天忧人，不如恭身自省，加入我们真的能够做到《论语》中的“掌握分寸，谨言慎行，礼行天下，修身养性”我们会少很多烦恼，是自己变的快乐起来自然就会懂得为人处世之道。

在现代社会中，孔子好像与我们在慢慢分离，我们对圣贤与经典也逐渐远去，怎样为人处世、用怎样的标准来约束自己，在我们心中好像变的模棱两可。而于丹以白话诠释经典，以经典诠释智慧，把两千多年前孔子的话来诠释一个现代人对社会，对生活，对人生的感悟全部演绎出来，而这个灰色幽默的孔子用自己最好的感悟来向我们解释了这一点，从而演变出的是一种的积极的态度，心灵与灵魂的净化、情感与智慧的升华。不管是于丹对《论语》的解读，还是我们对《于丹〈论语〉心得》的解读，我们的目的其实很简单：就是学会怎样做人。千颗心有千种所得，万颗心有万种所得。我们对于生活，也是如此，无非在自己平凡的生活中取明白一些简单的道理。因此，我们不会忘记，我们永远是独立的个体，我们的思想会因生活的改变而改变，我们的人生会在感悟和理性中慢慢成熟。

《论语》终极传递的是一种态度，一种朴素的、一种温暖的生活态度。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。淡泊的襟怀，旷达的心胸，超逸的性情和闲适的心态去生活，将自己的情感和生命融入自然状态，这样才无愧与祖先，也才能如孔夫子教导我们快乐地生活的秘诀那样，去找到你内心的安宁。

洋洋洒洒写了很多，与其说是读后感，还不如说是自己心情的梳理，这篇文章更像是我的一篇日记。感谢她让我《论语》

中全方位地审视了自己。这次学习也让我体味人生要“言寡尤，行寡悔”般淡定从容，要做到心灵的勇敢，要让生命提升效率泛出光芒。我更加热爱生活！

《论语》中告诉我们的道理中有：做什么事情不能就急于求成；马和驴的语言也告诉我们，我们应该学习那匹随唐僧取经的马，经历风雨，磨砺成长，不能像磨坊里的驴一样，日复一日，年复一年在此打转。

道理面前，顺其自然，柔韧而刚，做好自己！

于丹论语心得全文篇二

最近一直在看于丹教授的《论语》心得，首先想要说的是，这是一本非常好的书。

这本书谈的是关于心态的话题，书中所体现的观点是：孔子告诉我们的做人标准，不是苛责外在世界，而是把有限的时间、精力，用来“苛责”内心。我们无法左右外面的世界，因此只能让内心的选择能力更强大。但是，外面的世界总是在被人左右的，当一个生活在总被人随意左右的世界里的人，并且还要不断调整自己的内心的时候，是不会快乐的。

我们从小接受的就是儒家的“仁，义，礼，自，信”的伦理教育，从孔融三岁让梨的尊礼，守礼，到范仲淹的“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”忧患意识，无不显示着儒家学说对国民成长过程中千丝万缕的渗透。几千年来世人仍愿意尊奉孔子，把他的话作为座右铭，作为修身养性的准则，我想这与孔子的“直道而事人，何往而不做黜！”的思想有着密切的关系。

《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。品味人生，修身养性，其目的正是要在愉快地生活中度好这一轮回。淡泊的襟怀，旷达的心胸，超逸的性情和

闲适的心态去生活，将自己的情感和生命融入自然状态，这样才无愧与祖先，也才能如孔夫子教导我们快乐地生活的秘诀那样，去找到你内心的安宁。

于丹论语心得全文篇三

终于在忙里偷闲中粗读了这轰动一时的畅销书，网络内外的争论也大概了解了些。对专家学者或义愤填膺或痛心疾首或嗤之以鼻的评价，一时也难下个人的断语，只是几点粗浅的感受，趁热先拿出来留样。

篇目很引人注目的齐刷刷用了个“道”：天地人之道、心灵之道、处世之道，等等。通篇充满了指点迷津的意味。没道理的，突然想起了很久之前一位日僧的小册子。日僧娓娓道来的佛心、宽恕、感恩，与心得有异曲同工之处。乐贫、自制、修己，与宗教真没太大的区别，都是尽力地调试自己的修为来适应现实，来追求内心的宁静。

于丹的胆子也真不小。凭自身的几分感悟，愣敢往央视开讲，其错误就在所难免了。“足食，足兵，民信之矣，”硬说成百姓对国家的信仰，胆子够大。又突然想起论坛上碰到过的一位作小学老师的朋友，愣敢胡解《道德经》，还与教育扯些关系。此君若有机缘，恐怕与于丹有得一拼。话说回来，能来引起国人对传统文化的关注，于丹还是有功劳的。至少我得把多年未碰的《论语》及相关著作都翻出来重新学习了。那些书应该还在吧？好象当年的南怀瑾的《别裁》也流行过的。

有人用阶级分析的观点指责于丹在社会矛盾复杂的当下，大谈安贫乐道，是维护利益既得者。这说法多少有点“文革”的余味。孔子在那场浩劫中被批，不就是因为他的保守吗？这种指责倒反证了于丹没太大地偏离《论语》基本的出发点。在社会大变革中寻道，是每个国人有意或无意中必须面对的问题。

书院派的“十博士”很生气，他们有十足的理由生气。你一个影视学的博士来讲《论语》，还名利双收，这不捞过界了吗？捞过界就会犯错，就成“高学历文盲”了。但这就大令人尊敬了。你的研究领域引起了国人关注，应该是好事啊！博士们何不来个通俗的正解呢？又是抵制，又是挖苦，让人笑掉大牙。博士们还真没学到《论语》的真谛。

论语阅读心得

阅读论语的心得

景丹常用关于留学英语推荐信

2017景丹常用留学推荐信范文

于丹论语心得全文篇四

最近一向在读于丹的《论语心得》，这是一本十分好的书。其实从小我们就开始学《论语》，虽然在填鸭式的教育中我们背会了“学而时习之，不亦说乎？有朋自远方来，不亦乐乎？三人行，必有我师焉”等朗朗上口的句子，但是对这些话的明白却是肤浅和随意的，甚至于觉得《论语》是很深奥的东西。但是看完于丹的这本《论语》心得，我才明白先人圣贤为什么会说出“以半部《论语》治天下”的那种推崇，也知道了过去自认为深奥的孔夫子的《论语》并不是高不可及的，先贤们说的话，穿越沧桑，传到这天，仍然能够让我受益匪浅，温暖备至。于丹说：“《论语》告诉大家的，永远是最简单的。”；“《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。”因此，当这本书被我认认真真地看完后，心里很为于丹把现代社会、现代人的生活透过《论语》完美结合后给予的精辟阐释表示喝彩！对于丹的《论语》心得，不会也不想做任何评论，对我来讲，读懂、悟到就能够了，因此，在那里就姑且把读到的一些我认为精彩的部分记录下来和大家一同分享吧！

书中有一段话让我记忆深刻。子贡曰：“贫而无谄，富而无骄，何如？”子曰：“可也，未若贫而乐，富而好礼者也。”子贡以前问老师，假如一个人很贫贱，但他不向富人谄媚；一个人很富贵，但他不傲气凌人。这怎样样？孔子说，这很不错。但还不够。还有一个更高的境界。这个更高的境界是，一个人不仅仅安于贫贱，不仅仅不谄媚求人，而且他的内心有一种清亮的欢乐。这种欢乐，不会被贫困的生活所剥夺，他也不会正因富贵而骄奢，他依然是内心快乐富足、彬彬有礼的君子。这是多高的骄傲啊！一个人能够不被富足的生活蛊惑，又能在贫贱中持续着做人的‘尊严和内心的快乐。或许很多人会说，这但是是说说，让谁做到这样，谁也不行！也许，这样的境界我们凡夫俗子确实很难做到，然而，这种自然、平和、用心的心态却绝对是值得我们去追求的。也唯有肯接纳肯效仿圣人这种心态的人，才能成为真正的超凡脱俗而又能够获得成功的人。我们的思想永远决定着我们的行动，心有多宽路就有多宽。在社会风气略显浮躁的这天，作为一名年轻人，务必懂得去学习这种平和的心态，以造就一个更为善美更为清亮的明天！

于丹说，我们的眼睛，看外界太多，看心灵太少。安贫乐道，在现代人眼中颇有些不思进取的味道。在如此激烈的竞争面前，每个人都在发奋发展自己的事业，收入多少，职位高低，似乎成了一个人成功与否的标志。但越是竞争激烈，越是需要调整心态，调整与他人的关联。好在，有这样一本书，一盏灯指引着我，警醒着我。让我在急躁的赶路之时持续着一份清醒，我坚信，内心的成长才是人性的成长，也唯有人性取得了成长才会使自己成为一个卓尔不凡的人。我会用圣人的智慧去指导自己的工作、学习和生活，更会用圣人内心的温暖照亮整个人生！鼓舞士气的话。

文档为doc格式

于丹论语心得全文篇五

其次，对付论语的`当代化解读，分外是用普通化的言语来读，有利于群众对论语及儒家头脑的重拾。用一个时兴的意思来说，儒家文明分外是论语中所论述的这些原理，正是现在风起云涌设置装备摆设调和社会的紧张课本，是中国良好的传统文明最紧张的构成部门。

于丹论语心得全文篇六

《论语》所记载的，是孔夫子从生活中演绎出来的为人处世的经验和他对弟子的教导。这部曾经统治中国社会思想两千多年的儒家经典，今天仍然能为我们现代人构建和谐社会，建立良好的人际关系，提供一份温馨的劝导。

于丹教授的《百家讲坛》，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，为大家讲述她解读《论语》的心得，教我们学会了怎样做人，给我们的生命之旅树立了正确的人生观。

看了于丹教授分析《论语--处世之道》，从中明白了许多道理。于丹教授讲任何事情都是有尺度的。我们做事情也要讲究分寸，做到什么程度要需要分析明白。我们做的什么事情不一定分好坏，是分时间的，什么时候做对，做不对，应该分为不同的场合。可能同是一件事情这个时候做就不应该，换个时间做就对了。她讲“以直报怨”、“以德报德”。我们每一个人都要用耿直和磊落的原则面对一切。在伟大的宇宙空间，人生仅仅是流星般的闪光，在无限的河流里，人生仅仅是微笑又微笑的波浪。所以说人生有限，我们要把握有限的情感。

我们人应该随时避免心灵资源的浪费。人不能被自己欺骗了，如果自己都要去欺骗自己的话，那还能相信谁了呢？人的行为要有分寸。做什么事情都要懂得适度。做事情也不用过于

密集。于丹教授讲了“豪猪的哲学”，彼此不伤害又能保持温暖。与领导、朋友需要保持一定的距离。距离产生美。当然，这并不是疏远朋友，当朋友有需要的时候，一定是能帮上忙的一定帮。交友原则第一，要自尊。自尊就是自己看得起自己，悦纳自己。我们说交结朋友要尊重朋友，不尊重人是不可能结为朋友的，朋友需要互相尊重。但是，首先要自己尊重自己。第二，要自律。自律就是善于约束、控制自己，该说的该做的大胆去说去做，不该说不该做的坚决不说不做。现在同学之间，将来人际之间的交往既是相互的，又是平等的，不能单凭一方的主观愿望行事。第三，要大度。大度就是宽容，落落大方，不计较鸡毛蒜皮的小事，能容人。交朋友是需要付出的，付出提真诚的情感，而宽容大度正是这一情感的核心。

感触最深的还有于丹教授讲的《论语——君子之道》中的“君子怀刑，小人怀惠”。于丹教授解释说：君子心里面时刻装着法律法规，说话做事都合乎法律法规和道德规范。而小人则无视这些，心里老是想着占点小便宜，捞点小实惠。

细细想来，颇耐人寻味。在现实生活中，那些遵纪守法，礼让谦和，虚怀若谷，与人为善的人应当是君子；那些违法乱纪，横行霸道，不讲公德，鸡肠小肚，阴险奸诈的人应当是小人。在工作单位上，那些遵守纪律，遵守规章制度，团结同志，关心他人的人应当是君子；那些无视纪律规章，自私自利的人应当是小人。

然而，纵观历史，横览当今，君子和小人是很难分清的。芸芸众生，攘攘生灵，模样都差不多，谁是“君子”，谁是“小人”？所谓的君子细察其言行，偶尔也现“小人”之迹；所谓的小人观其言行，时常也有“君子”之举。这又应验了我们的“辩证法”，万事万物没有绝对的，都是相互转化，相互包容，相互渗透的。

我认为《论语》中的所谓的“君子”和“小人”是一个纯概

念化的名词，所说的君子是一个理想中的完人，是我们推崇的道德规范的化身，是做人的榜样，是修身养性的最高境界。小人言行是做人的反面教材，是修身养性的过程中努力摒弃的糟粕。

于丹教授的精辟讲解和深刻的体会，给我带来很大的启发，让我明白了做人要：踏踏实实地做人、认认真真地工作、以诚相待地交友；学会放弃、学会舍得、学会宽容、学会立志等等，这样，会使我们自己变得完美、强大，才会更容易地接近成功，才会享受生活的美满与幸福。以后一定要再细细品味几遍，相信一遍会有一遍的收获！

于丹论语心得全文篇七

《论语》是儒家的经典，它传承着一个民族的文化历史，丰富着一个民族的精神文化内涵，在历史的长河中熠熠生辉。与经典对话，常常升腾出一种庄严与肃穆，在品读玩味中心绪渐渐如止水，恬淡、安宁充溢着我的内心。而读《于丹〈论语〉心得》一书，觉得有一种豁然开朗的感觉，于丹教授用了许多浅显的故事，把一部《论语》说得通俗易懂，我很喜欢书的封面那句话《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。我觉得，作为一个生活在21世纪的人，《论语》确实告诉了我应该怎样快乐地生活，而作为一名教师，《论语》同样告诉了我怎么让孩子进行快乐地学习成长。

于丹在书中说：其实，一个人的视力本有两种功能：一个是向外去，无限广泛地拓展世界；另一个是向内来，无限深刻地去发现内心。就和孔子告诉我们的一个道理，多向内看，少向外看，内心快乐安宁了，生活就会从容自得。“我们每个人都有理想，但是在匆匆忙忙周而复始的工作节奏中，还有多少时间，多少空间能让你去关注自己的内心呢？我们所看到的往往只是一个社会的角色，被遮蔽的恰恰是我们心灵的声音”；“人人都希望过上幸福快乐的生活，而幸

福快乐只是一种感觉，与贫富无关，同内心相连”。

作为一名教师，于丹教授的《论语》心得带给我的感触更多。

子曰，“爱生如子，知人善教，有教无类”。不分年龄大小、出生贵贱，人人都有接受教育的权利。即使对曾经犯过错的少年，孔子也表现出宽宏的胸怀。“人洁以进，于其洁也，不保其往也。”意思是说人家已经去掉了污点而进步，就要赞许他的洁净，对他的过去不应该抓住不放。”在平时我们常常会遇到一些“不顺眼”的学生，其实，他们的心灵深处更需要老师的呵护。我想，如果将孔门的七十二贤三千弟子看成是棵棵树苗的话，那孔子就是肥沃的土壤，他们共同营造了一片生命的绿洲，两千多年来，这一片绿洲一直点缀装扮着我们华夏大地。我们既然选择了教师这个职业，就要爱学生、尊重学生，于丹教授就教我们如何去爱孩子。她认为，《论语》的精华之一就是告诉我们，心灵的力量是无穷的！于丹教授通过提到的“头花”这个故事告诉我们：也许我们无力快速改变孩子，但如果你用不同的心态来对待，你就会拥有完全不同的心境！我们早就听说过标签效应的试验，被教授随便说说的所谓“天才”孩子，最后果真成为优秀的人才，而没有被指明的那些孩子却发展得很平庸。可见让孩子在心灵深度充满阳光、自信，那是何等的重要。作为教师的我们，首先要让自己心中有一颗太阳，那样你的孩子才会沐浴充足的阳光，健康成长。

同时，于丹教授也认为“关爱别人就是仁慈，了解别人就是智慧。”作为教师，了解孩子，发展他们的个性特长，就是我们教育的智慧。今天我们实施素质教育，就应该吸取孔子因材施教的思想，从孩子实际出发，注重个性特点，从而实现共同进步、共同发展、共同培养的目的。

《论语》是一部伟大的著作，孔子是中国人心中的圣人。不同的人都会从《论语》和孔子那里学到所需要的。作为教师，孔子更是中国几千年教育的形象代表，而《论语》是教师必

读的一本书。书中很多关于教育的论述，至今仍然闪耀着智慧的光芒，至今仍然对我们进行的素质教育有着借鉴的作用，也还有需要努力才能达到的境界。

于丹论语心得全文篇八

灰色的孔子又必须链接多彩的世界。这世界充满生命活力，姹紫嫣红，千姿百态，万类霜天竞自由。正因为有了生活的五彩缤纷，理论的灰色才不显得死寂；也正因为有了思想的高贵纯粹，纷繁的世界才不至于俗不可耐。灰色提升着品位，而多彩保证了活力。这也就是和谐。

于丹为我们讲述的就是这样的孔子，一位链接了多彩世界的灰色孔子。链接是广泛的，东西南北，古今中外。主题却是单纯的，单纯到没有色彩，没有性别，没有时间和空间，只有温度。

《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。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。

《论语》终极传递的是一种朴素的、温暖的生活态度。大家知道，孔子弟子三千，其中有七十二贤人。孔夫子正是以这种朴素的、温和的生活态度来影响他的弟子，他的弟子都是一粒种子，把那种生活的态度、生活的智慧广为传播。

仔细倾听于丹教授的《论语》心得，感觉曾经遥远而枯燥的《论语》一下子变得丰富和温暖起来。于丹教授用深入浅出的语言，结合现代实际生活娓娓道来，阐述其深刻内涵，有许多独到见解，豁然于眼前。于丹对《论语》的解读能够赢得民众的掌声的根本原因正是她没有把重点聚焦在什么王道政治、儒教等，她把论语的教导直接针对普通人的生活，比如她讲解的心灵之道、处事之道都是帮助人的内心需要，这就是当今许多现代中国人的实际需要。尤其是在当今忙忙碌碌

碌、竞争激烈以及精神相对空虚的情况下，人们更有对内心平安的追求，当然孔子不能给当代中国人完全的精神寄托，但《论语》中的一些内容的确能给人某种心灵安慰，也可以让人从中学到一些处事之道。

中精神寄托的符合，只有站在个人心理的坐标系上，建立务实有效的理想方能在人生的职业生涯中有所担当，内心的淡定与从容最为重要。于丹教授把《论语》朴素、敦厚的哲理解读后以现代人的理解方式传递到我们，正确处理理想与现实的关系。就工作学习而言，一个人的目标，不能好高骛远，必须经过努力可以达到；同样，目标不能太小，不经一定困难能够实现的目标不可能带来多大的勇气，即便是实现了目标也不可能给我们带来多大的快乐。

在于丹对《论语》通俗化的解读中，无论是“心灵之道”还是“处世之道”，无论是“君子之道”还是“朋友之道”，于丹都用一种大气的胸怀，独到的眼神，加以审视、领悟，并用轻松自然的口吻娓娓道来。让我们的精神得以饱满，更从容，豁达，乐观的面对生活。