# 最新读于丹论语心得有感 读于丹论语心得体会(通用8篇)

来源：网络 作者：风月无边 更新时间：2024-12-21

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。读于丹论语心得有感篇一人人都想过上幸福快乐的生活，而幸福快乐只是一种感觉。如何使自...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**读于丹论语心得有感篇一**

人人都想过上幸福快乐的生活，而幸福快乐只是一种感觉。如何使自己快乐生活、快乐学习呢?《于丹论语心得》一书，用简单朴素的语言，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。

每一个刚踏上社会的年轻人，满怀理想和憧憬，希望能有所作为，但在现实中往往事与愿违。要使自己的理想变为现实，工作并快乐着，必须有良好的工作心态和自信心。孔子说：“仁者不忧，智者不惑，勇者不惧”，要勇敢挑起工作重担，在工作中，不管做任何事，都应将心态回归于零：把自己放空，抱着学习的心态，把每一次任务都视为一个新的开始，一段新的经验，一扇通往成功的机会之门。千万不要抱怨工作的劳动强度、收入的不公，产生多做多错、不做不错的消极心理，从而丧失工作的信心，偏离人生的目标方向。

快乐工作，不能仅仅把工作视为谋生的手段，而要当作一项事业来做，当作生命和精神的需要来做。这样才会给你带来成功的喜悦。不仅遇事要拿得起放得下，还应该尽最大的努力把工作做好。让每个人都能够从内心深处承认并接受：我们在为他人工作的同时，也在为自己工作!在竞争激烈的现实面前，应调整好与同事，取长补短。当然，孔子提倡“不在其位，不谋其政”，对待工作，也需要把握好分寸。

在快乐工作的同时，更要快乐的学习，学习是为了人心灵的建树。从书本上、社会中、工作中学习，从小学到老，无非是学习一种把握幸福的能力。要把学好的工作，取得好的成绩和收益。人人都要面临新时代、新发展、新变化、新要求、新环境和新岗位，必须坚持在工作中不断学习，在学习中高效工作。向领导、同事、老师及身边的人学习，要认识到“学而不思则罔，思而不学则殆”，做到“知之为知之，不知为不知”。当你学到的东西越多，工作起来就会得心应手，就会感觉到快乐和幸福!

让我们一起怀着乐观和积极的心态去工作、学习，使自己使他人都成为快乐和幸福的人。

读于丹《论语心得》

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

**读于丹论语心得有感篇二**

论语，一个远隔我们几千年的老先生——孔子，所说的哲言。在读了于丹教授的论语心得后，我的心豁达、坦然了不少。

1.天地之道——

至盘古开天辟地的那刻，人世间就有了天与地，有了天与地，人也便就诞生了。我们所诞生在这个世界上，任何万物都逃离不了自己的命运。譬如：金钱、情爱、权利等诱惑。但，我们所懂的，也是必须要懂的就是要学会做人。做人，既要做好自己，也要尊重他人。所谓做好自己，就是从内心发现自己，认识自己；而尊重他人，就是对他人所表示的一种理解与宽恕、仁慈。（我们的眼睛，看外界太多，而看心灵的，太少。——于丹心语。在这个时间上，最重要的人就是眼下需要你帮助的人，最重要的事就是马上去做，最重要的时间就是当下，一点也不能延迟——于丹心得）

2.心灵之道——

人生有太多不顺，就好比行走在一条陡峭的山路，既漫长又坎坷。但是，我们作为一代炎黄子孙，作为一代龙的传人，每每面临心灵所带来的恐惧与压力，勇敢面对这起事件，才等于你克服了你自己给自己所带来的困难。如若一味地去逃避而不敢接受现实，那么你将会错过终生的遗憾。（做一个勇敢的人，用生命的力量去化解那些遗憾——于丹心语）

3.处世之道——

人与人之间要隔阂着一种距离，才会产生美。所以做人做事既要独立，也要饱含着尊敬。在人处事时，要处守着一种本分，什么事该做，什么事不该做，立在自己的`位置上，不可以跨越出离位置外的一点点界限。我们要知道，世界上从来没有后悔药吃，既然做过了，也不要去抱怨什么、指责什么，否则这只会让自己的心里有更多的创伤。把握分寸、表示信仰与尊敬，这既是为自我，也是为他人。孔子亦曾说过：“君子之于天下也，无適也，无莫也，义之与比”（君子对于天下事，不刻意强求，不无反对，没有薄，没有厚，没有远，没有近，没有亲，没有疏，一切按道义行事）（距离和独立是一种对人格的尊重，这种尊重即使在最亲近人的中间，也应该保有——于丹心语）

4.君子之道——

看一个人是否是位真君子，首先会从言行、态度与胸怀上得以确认。作为一个君子，我们都须用祥和的态度，宽广的胸怀去处事，而不是像小人那般斤斤计较。做君子，就是做一个坦坦荡荡，不干偷鸡摸狗的事的人。俗话说得好“不做亏心事，不怕鬼敲门”只要自己每一步都是脚踏实地地走下去，那么你就会发现，你的每一天都是一个值得去纪念的日子。做君子既要走正路，也要用行动去证明自己的力量，而不是用言语夸夸其谈。做好自己的事，端正好自己面对每件事的态度，眼界远广不贪小便宜，做到这三点，我相信每个人都会是堂堂正正的君子。

5.交友之道——

朋友是自己人生旅途中一直陪伴着你度过危难的伴侣。要想结交上好朋友，首先要把“仁”与“智”放在心中，如若学会这两者，那么交友的人品与范围将会大大提高。当结交了好朋友，我们应该学会尊重朋友，而不是利用朋友对自己的信任去背叛朋友。朋友是打开心灵枷锁的钥匙，若想持续这段友谊，我们就必须深刻去理解身边的这位知音。（孔子曰：“君子有三戒：少之时，血气未定，戒之在色；及其壮也，血气方刚，戒之在斗；及其老也，血气既衰，戒之在得。”你从社会上收获友谊，收获金钱，收获情感，收获你的功勋，此时你已经收获了很多，就像是一个新家，逐渐被东西堆得满满当当一样。你的心灵如果被所得堆满，最后就会累于得——论语）

6.理想之道——

对于如何去追求宏伟远大的理想，我觉得这是我们人生必须迈出的一步。但事实上，追求理想并不是问题的关键，它的所处主要中心是：在出发点如何做好自己，做好身边的每一件小事，或许，那些不以为然的小事正式我们一步步走向理想道路中的坎坷。看看身边那些平凡无味的事情，它们或许会是你淡定的起点。有时候，你得到了成功，一份莫大的荣誉，可才发现这不是你想要的时候，千万不要气馁，因为这条道路中所收获的，正是你自己给面对成功或失败的心灵增添的一些资源。伸出一双手化解了小事，其实你已经向成功的大道迈出了一大步。

7.人生之道——

走在人生大道上，我们经历过惶恐、失败、愉悦等成功与挫折。漫步在这条长长大道上，我们不仅付出了许多，也领悟了很多，收获到很多。因此，思想也会随着年龄欲加开放。每每步上一个新的阶段，我们就必须去懂得一个道理。30岁，仿佛就是在暗示一场青春徐徐谢幕，转而代之的将会是一部美满的人生展开序幕，在这个如流水般淡淡的岁月，人生教导我们的是：要相信自己，在心灵上建立对自己的一种信任。才是你所明白的浅道理开端。步入40岁，我们得到的物质东西也会慢慢积少成多，例如金钱、地位、情感……那一种种患得患失的东西但凡被迷惑了，将会失去自我，失去理智，心灵也将会慢慢惨败。其实，对于这种诱惑，你大可不必担心，只要客观地认识到世间的丑与美，善与恶，并平静地把握、面对、应付，一切便会顺其自然。50岁，大衍之年，做到知天命，不怨天、不尤人；要知言，懂得沟通、交流；要知礼，学会尊重他人；要知命，用淡定的态度与自身的力量应付外界带来的情况。60岁，一个世人所俗称的花甲之年，这时，我们所懂得的该是理解与包容，虚心吸取别人的教训，谦虚听取别人的意见，要学会耳顺，学会领悟别人的长处。70岁，古稀之年，在那刻来临的时候，我仿佛看到了一朵含苞欲放的花朵慢慢走向枯萎、凋零。那个白发苍苍的年代，我们或许已经懂得了，只有建立内心的价值系统，方能把任何压力都变成一种张力，在体内散发出耀眼的光芒。在我们现在这种成长的年纪，所追随的是：先把现在的事情做好，珍惜上帝所给予的时光，不可流逝一分一毫。

读了于丹《论语》心得，我似乎看到了更多，领悟了更多，学会了更多。

**读于丹论语心得有感篇三**

宋代开国宰相赵普曾经标榜说，自己以半部《论语》治天下。可见《论语》在古代社会生活和政治生活中发挥的巨大作用以及古人对(《论语》的推崇。机场无意中看到，于是买了一本阅读，一解四小时枯燥的飞机旅程。

阅读完，很受启发。孔子说，“仁者不忧，智者不惑，勇者不惧”，狄更斯说，一个健全的心态，比一百种智慧更有力量。在纷繁复杂、节奏快、压力大的现代社会，内心的强大可以化解生命中很多很多遗憾。要做到内心强大，在孔子看来，一个前提是要看轻身外之物的得与失。太在乎得失的人，被孔子斥为“鄙夫”。鄙夫，意义几乎等同于小人，就是不上台面的鄙陋的人。孔子曾经说过，像这样的小人你能让他去谋划国家大事吗?不能。这样的人在没有得到利益时抱怨不能得到，得到了以后又害怕会失去。既然害怕失去，那就会不择手段维护既得利益。这种患得患失的人，不会有开阔的心购，不会有坦然的心境，亦不会有真正的勇敢。

于丹接着解读《论语》中，指出知命、知礼、知言，这三个境界在人生中的顺序是倒着的：我们都是最先知言，在与人交谈和读书中了解这个社会，了解他人。但是知言还不够，还不足以在社会上立足。还要懂得礼仪，能够充分尊重他人;多一分尊重，就会少一分抱怨。更高的一个层次是知命。知命就达到了孔子所说的君子的境界，他已经建立了一个自循环的系统，他内心会有种淡定的力量去应对外界。这种内心的定力，基本上可以做到不怨天、不尤人，不为外物所动了。

希望我们都能不断成长，在历练中强大内心。

**读于丹论语心得有感篇四**

现在是信息社会，什么东西变化都快，连教材也是如此。从本周开始，我们结束了高中语文必修课程的学习，开始了选修课程的学习。应当说现在的教材编的有特色，能让使用者学到较为系统的知识。不过说是选修课，但选什么却是上面早就定下来了的，并无选择的自由。本学期我们选修的是《先秦诸子选读》。该册书的第一单元是《论语》选读。《论语》是一部语录体的散文著作，主要记载孔子的言行，只有一小部分内容记载了几位弟子的话。前人对《论语》的评价极高，有半部《论语》治天下之说。而孔子则是与苏格拉底、佛陀、耶稣并列的四大圣人之一。孔子的思想是人类的共同财富，今天“孔子学院”已开办到了很多国家。作为孔子故乡的中国人，更有必要学习了、了解孔子的思想。

春秋时期是社会大变革的时期。生活在春秋晚期的孔子，经历了社会变革的大动荡，“礼崩乐坏”是那个时代的特点。如何使动荡的社会变得有“序”，变得更好，各家各派各抒己见。孔子开出的药方是以“礼”治理天下。孔子的“礼”，是对人的思想感情和行为，对人际关系以及社会秩序的一整套规范。它既要求个体社会成员具有某种内在与外在的合理性，又要求社会群体也具有某种合理性。为达此目的，他主张“仁”，要求人们“克己复礼”，即克制自己，使自己的视、听、言、行都符合礼的规定。孔子积极向别人宣扬自己的主张，更是躬行自己的主张。孔子明知自己的主张无法实现，但还是执着地去追求。他从不会因为环境的险恶因为别人的不理解别人的反对而放弃自己的追求。孔子的伟大，既在于他的思想，更在于他的实践。

我们可以从《论语》选读的第一篇课文中，看到当时的恶劣环境，看到孔子的执着。仪封人(仪这个地方的长官)说：“二三子何患于丧乎?天下之无道也久矣，天将以夫子为木铎。”(你们几位何必为没有官位而发愁呢?天下无道已经很久了，上天将以孔夫子为圣人来号令天下。)(桀溺)说：“滔滔者天下皆是也，而谁以易之?”(天下到处都是像洪水一样混乱的情形，你与谁改变它。)楚狂接舆歌而过孔子，曰：“凤兮凤兮!何德之衰?往者不可谏，来者犹可追。已而已而!今之从政者殆而!”(楚国的狂人接舆唱着歌从孔子的车旁走过，他唱道：“凤凰啊，凤凰啊，你的德运怎么这么衰弱呢?过去的已经无可挽回，未来的还来得及改正。算了吧，算了吧。今天的执政者危乎其危。)以上三人中，一个是国家中级公务员，一个是农夫(隐士)，一个是佯狂者，他们无一不认为天下大势已去，混乱不堪，从政危险。可见，孔子所处的环境恶劣。而且，三人中，除了那个公务员理解孔子外，隐士连指下路的帮助都不肯给，楚狂连句话也不肯跟孔子讲。但孔子不为所动，坚定地走自己的路。

生活幸福，社会和谐，任何时候都是人们向往的!

读于丹论语心得体会3

**读于丹论语心得有感篇五**

轻轻地放下《于丹〈论语〉心得》，我的内心沉静依旧。这种感觉是自打我看到第8页，孔子对学生的和缓态度开始的。一点一点，之前的喧闹、浮躁慢慢地汇聚而沉淀了下来，我的内心不再纷乱，而慢慢的“淡定、从容”起来。一页页的翻过，我仿佛已脱离了这纷杂的现实世界，置身于“莫(暮)春”时节，“浴乎沂，风乎舞雩”。没有了烦忧，只有安详与宁静。

在随书附带的书签上写着这样一句：“《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。”而快乐的秘诀就是去找到内心的安宁。贯穿于整本书中，无时无刻不在讲述的是“平和、庄严、淡定与从容”。如何才能做到?——要“仁者不忧，知者不惑，勇者不惧。”就是带着仁厚、宽和的胸怀，不患得患失，在这纷繁的世界明白如何取舍，要有勇敢开阔的内心。只有真正做到了内心的仁、知(智)、勇，才会少了忧、惑、惧。“不怨天，不尤人”，不被人生的起伏得失所左右，才真正拥有了从容淡定的内心。这样的精神境界是我所向往的。从书中我学到了“恕”，“己所不欲，勿施于人”，该放下时则放下，宽容一点，其实是给自己留下来一片海阔天空。我也知道这样的境界看似平易，却要经历千锤百炼。正像是那同一山体的花岗岩制成的台阶与佛像，人们踩着台阶而去膜拜佛像，是因为台阶只经过四刀就上了岗，而佛像是经过千刀万剐才得以而成。孔子是“十有五而志于学，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳顺，七十而从心所欲。”他用七十年的智慧成就《论语》。经过于丹的解读，不再高深，不再晦涩。用简单的真理唤醒心灵，使内心感悟而强大。内心的强大又可以化解生命中很多很多遗憾。其实，幸福也好，快乐也罢，只是一种感觉，只要拥有安宁与恬静的内心就能找到快乐的源泉。

“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。”一“道道”走过，我心灵的杂质被沉淀下去，伴随着内心的安静与平和，我的步履也逐渐的沉稳起来……。《〈论语〉心得》它给了我一个淡定的起点，我将用一生去慢慢感悟。

**读于丹论语心得有感篇六**

印象中孔子的《论语》应该是很难看懂的，上学的时候对于文言文是非常抗拒的，但是今天通过于丹老师的解说，对于孔圣人有了一个全新的认识。对于孝道的感悟比较深，发现自己原来做的很不够，我一直以为给予父母物质的满足就可以了，从来就没有真正的了解父母喜欢什么，对于不同的事件都有什么样的看法，现在的思想是什么样的，往往把父母当作出气筒，父母家当做幼儿园、食堂、宾馆，对于父母来说我更多的是在索取，而没有付出。

我警觉到了我的冷漠、自私、麻木、自以为是，在生活中,在事业里,我又何尝不是这样呢？关于智慧呢，就是在你抓了一手坏牌的时候，你以什么样的心态来看，你是自暴自弃呢?还是临事而惧,好谋而成呢?我觉得把坏牌打赢的方法有很多种，但是你连想赢的心都没有了，给了你方法你能信吗？平凡的人不是生来就有智慧的，那样的\'人太少了，连孔子这么博学只是学而知之的人，我们还有什么理由不学习呢？但是要想真正能达到大智慧也不是简单的事，一定要注意的是四点，毋意、毋必、毋固、毋我。

**读于丹论语心得有感篇七**

假期中，有闲暇时便捧起书来读，读后有一下几点体会：

一、 于丹把《论语》变成了大家都能看得懂的书

《论语》，流传2500多年，影响世代中国人，它的经典语句，每一个中国人耳熟能详。但是能有多少人真正地读过它，知道它的大多数典故呢?我们都知道，中国台湾的早期教育非常重视这方面的教育，注意古代文化对人生的影响意义，许多的小学生从小就读《论语》，而国内情况就不容乐观。就拿我自己来说吧，专科毕业，对于《论语》也是知只甚少，想学也无从学起。于是在我的心中孔夫子的《论语》高不可及，读过于丹的《论语》心得便知道这个世界的真理，永远是朴素的，就好象太阳每天从东边升起一样，就好象春天要播种，秋天要收获一样。《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。于丹紧扣21世纪人类面临的心灵困惑，结合其深厚的古典修养，运用女性特有的细腻情感，从中国人的宇宙观、心灵观、处世之道、交友之道、人格修养之道、理想和人生观等七个方面，从独特的个性视角出发来解读《论语》。穿越两千多年的时间隧道，体悟经典的平凡智慧，成功地让我们普通人对《论语》都能有一种感知的认识。

二，小故事反映大道理，体现永恒的真理。

于丹教授《论语》心得用最朴素语言，讲述了两千五百年多年前孔夫子和人们说过的最简单的道理。例如：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。”告诉我们内心的从容缓和是要经过千锤百炼的。一个抑郁症患者去看心理医生，医生建议去看看本城最著名的戏剧演员的演出，忘怀得失，那个患者满面流泪地说，我就是那个戏剧演员。质疑我们在角色之外，还留有多大的空间，真正认识自己的内心呢?这样的还有很多，等待我们凝神静气地阅读，心领神会地颔首。“己所不欲，勿施于人”。就是你自己都不想干的事，你就不要强迫别人干。人一辈子做到这一点就够了。 “恕”字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，你也应该尽量宽容。 其实，《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心中充满幸福感。 关爱别人就是仁;了解别人就是智。 子曰：“已欲立而立人，己欲达而达人。能近取譬，可谓仁之方也已”。 你自己想有所树立的，马上就想到也要让别人也有所树立;你自己想实现理想马上就会想到也要帮助别人实现理想。能够从身边小事做起，推己及人，这就是实践仁义的方法。你宽容一点，其实给自己留下了一片海阔天空。社会竞争激烈，越是要调整好自己的心态，更要调整好与他人的关系，遇事要拿得起放得下。关爱别人，就是仁慈;了解别人，就是智慧。

三、“让我们重新审视以什么样的心态来重塑自己的人生观。

在现在社会中，所谓的孔孟、老庄已经离人们越来越远，我们对圣贤与经典的概念也变地逐渐模糊，如何为人处世、以何种道德标准来约束自己，似乎都已变的摸棱两可。而于丹教授以白话诠释经典，以经典诠释智慧，把两千多年前的论语用一个现代人对社会，对生活，对人生的感悟全部演绎出来，灰色的孔子一下子链接了这个多彩的世界，演变而出的是一种的积极的态度，是道德品性、情感智慧的升华。《论语》里面教给我们要有仁爱之心是从一开始就去本着平等和理性的态度尊重每一个人，稍微留一点分寸，有一点余地，这一点非常像禅宗里面所说的一个境界，禅宗说这个人间最好的境界是花未全开月未圆，是这样七个字。也就是说花一旦全开马上就要凋谢了，月一旦全圆，马上就要缺损了，而未全开未全圆，就是你内心有所期待，朋友之道，亲人之道，皆是如此。稍微留一点分寸，海阔天空。 与其怨天忧人，不如恭身自省，如果我们真的能够做到，掌握分寸，谨言慎行，礼行天下，修身养性，我们会少很多烦恼，自然就会懂得为人处世之道。

论语心得

**读于丹论语心得有感篇八**

孔子作为春秋末期思想家、教育家，儒学学派的创始人，被他的弟子子贡称为“天纵之将圣”，一百多年后，孟子更是认为孔子身上凝聚了圣人的各方面的优点，是古代圣人的“集大成”者。司马迁不仅将孔子以布衣之身放入了世家中，而且在《史记·孔子世家》的评论中写到：“天下君王至于贤人众矣，当时则荣，没则已焉。孔子布衣，传十余世，学者宗之。自天子王侯，中国言六艺者折中于夫子，可谓至圣矣。”

《论语》是孔子及其弟子的语录结集，儒家重要经典之一，成书于春秋战国之际，是孔子的学生及其再传学生所记录整理。《论语》涉及哲学、政治、经济，教育、文艺等诸多方面，内容非常丰富，现在通行的《论语》20篇，内容以伦理、教育为主。本次阅读的是杨伯峻《论语译注》。

纵观孔子一生，他的政治是失败的，然而他的教育是成功的，他的门下既有“不迁怒，不贰过”的颜渊，又有急公好义的子路，既有可以“存鲁、乱齐、破吴、强晋而霸越”的子贡，又有习于文学的子游。所谓“弟子三千，贤人七十二，四科十哲”，作为万世师表，通过他长期的教学实践，提出具有创造性的教学原则和方法，这也正是我们要学习的。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn