# 最新于丹论语心得体会(大全13篇)

来源：网络 作者：月落乌啼 更新时间：2024-07-22

*心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。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。于丹论语心得体会篇一于丹是中国当代著名的文化...*

心中有不少心得体会时，不如来好好地做个总结，写一篇心得体会，如此可以一直更新迭代自己的想法。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。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。

**于丹论语心得体会篇一**

于丹是中国当代著名的文化学者，以其对于经典著作的研究深受广大读者的喜爱，尤其是她的《论语感悟心得体会》一书更是深入人心。在阅读这本书后，我深受启发，对于人生道路有了更深刻的思考，下面我将从“学而时习之，不亦说乎”、“为人处世的道”、“与人共事的智慧”、“做人做事的原则”、“修身养性的境界”五个方面，谈一谈我的感悟和体会。

首先，“学而时习之，不亦说乎”这句话深深地触动了我。书中提到，人的一生应该不断地学习，并且将所学应用到实践当中。只有通过实践，才能真正掌握知识，实现自我价值。我深以为然。无论是在学校还是在工作中，我都不断努力学习新知识，做到与时俱进。通过不断地实践和反思，我不仅加深了对知识的理解，还提高了自己的工作能力和综合素质。正如孔子所言：“巧言令色，鲜矣仁。”只有将知识转化为实际行动，才能够为人们带来真正的实惠，才能够将自己对知识的掌握程度提升到一个新的高度。

其次，《论语》中强调了为人处世的道德规范，对我而言也是很有启示的。孔子告诫我们，要做一个有思想有原则的人，要秉持“中庸之道”去看待事物，追求个人和社会的和谐共处。在面对各种复杂的人际关系和纷繁的事物时，我时常提醒自己要端正心态，要以真诚和善良的态度对待他人，要学会宽容和谅解。只有这样，才能够与人更好地相处，与他人建立起和谐而美好的人际关系。同时，《论语》也告诉我们要通过修身养性，注重内心的修炼，不仅要做事情，更要做一种为人处事的境界。我希望通过修身养性，能够有更高尚的情操和人格，用自己的言行给他人带来正能量，为社会做出更多的贡献。

第三，《论语感悟心得体会》还提到了与人共事的智慧。在现代社会中，我们往往需要与不同类型的人打交道，处理好人际关系是非常重要的。书中指出，处事要注重机智，要学会察言观色，善于分析问题。同时，要学会换位思考，理解他人的处境和感受。我在和同事、朋友相处的时候，也经常运用这些智慧来处理矛盾和冲突。比如，在工作中，我会主动与同事沟通，了解他们的需求和问题，从而更好地协作完成工作。我也会时常反思自己的行为，尽量避免说话冲动和冲突，保持良好的人际关系。通过这些实践，我体会到只有善用智慧，才能够与人共事得更好。

第四，《论语感悟心得体会》还提到了做人做事的原则。书中告诫我们，要做人正直，做事坚定。我认为这是做人做事最基本的道德准则。在工作中，我时刻牢记着要遵守职业道德，不做违背自己良知和社会伦理的事情。在面临诱惑和困难的时候，我始终坚守原则，做出正确的选择。同时，在工作中，我也始终坚持敬业和奉献，尽自己最大的努力去完成工作任务，为组织作出贡献。我相信，只有始终坚守原则，做人做事都能让人获得成功和幸福。

最后，《论语感悟心得体会》强调了修身养性的境界。书中告诉我们，要修身，就要追求道德的境界，提高自己的人格修养。我从中学到了要不断地反思自己，总结经验教训，通过实践不断提高自己的修养。同时，书中也告诉我们要注重身体的养生，养好自己的身体才能更好地为社会做贡献。我深受启发，所以每天都会积极参加体育锻炼，保持良好的生活习惯，注重营养搭配，保持健康的身体和积极向上的精神状态。

总之，《论语感悟心得体会》给了我很多启发和思考的空间，通过这本书的学习，我更深刻地理解了孔子的智慧和经典的价值。我希望通过学习和实践，能够将这些智慧变成自己的修养和品质，成为一个对社会有用、对他人有益的人。也希望更多的人能够读到这本书，从中汲取智慧的力量，不断提高自己的境界和素养，为社会的进步和和谐做出贡献。

**于丹论语心得体会篇二**

读完《于丹论语心得》后感触很深，也被儒家思想的博大精深所吸引。于是跃床而起，舞笔畅言。该书从天地人、心灵、处世之道等为我们解读了孔子的人生观和价值观，展现了一个活生生的孔夫子。此时内心的彷徨与挣扎似乎恍然明亮了，一种“山重水复疑无路，柳暗花明又一村”的畅快瞬即间涌上了心头。

《论语》的思想精髓在于把天之大、地之厚的精华融入人的内心，使天、地、人成为一个完美的整体，人的力量因而无比强大。现代社会中，每个人都希望自己过上幸福的生活，而这些追求幸福的人们往往认为，幸福的定义是足金足银。一天a君这样对我说，他为了获得足够的幸福，每日超负荷工作，眼睛视力日渐衰退，身体越来越差。听后心里隐隐作痛，但不知道如何劝解。看完《论语心得》之后，我似乎找到了答案，其实幸福快乐只是一种感觉，与贫富无关。

孔子在一次和子贡谈话中说：“贫而乐，富而好礼者也。”这才是幸福的最高境界。一个人不仅安于贫贱，不仅不谄媚求人，他的内心还具有一种清亮的快乐。假若他是一个富贵而骄奢者，他仍然是内心快乐富足彬彬有礼的君子。但当今社会上，有多少人能够具有这样的胸怀，金钱与物质的诱惑，使原本亲密无间的朋友以及夫妇反目成仇，“礼”又从而谈起。

“仁者不忧”的含义是什么呢?其实很简单，如果你的胸怀无限大，就能大事化小，小事了。人的一生将会遭遇很多不幸，失业、婚变、朋友落难、亲人离去，假设受到伤害的是一名娇娇小姐，她可以痛不欲生，因此日渐消极。相反面对灾难的是一个坚强而乐观的人，她可能会化悲痛为力量，转换一个角度去生活。因为悲与不悲的结果是一样的，惨剧依然不能还原为喜剧。因此，遇事不顺，要学会宽容自己，宽容别人，生活才会快乐起来。

有一次，朋友b君对我说，她是世界上最无奈的人，丈夫爱上了另一个女人，她在悲哀与痛苦中渐渐瘦去。我在劝解b君时说，一个人生活和两个人生活其实没什么区别，仅仅是一种方式而已，要勇敢地面对婚姻中突然击起的巨浪，风浪过后你会发现一切都那么美好。

要做到内心强大，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”。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的利益。如此患得患失的人，永远不会有开阔的心胸。

当今社会，人与人之间缺少了关爱，早在50年代，大家住在大杂院里，街坊邻居有个风吹草动，大家伙儿都知道，人人伸出温暖的双手。现在住上了楼房，街坊邻里的关系也逐渐淡泊，同处一楼的竟然从不打招呼。所以人们总会有时无时感到惶恐、担心。因此，只有使自己的内心强大了，才能遇事从容淡定，同时也能填补其中的遗憾。

“人生有限，自然永恒”给人们带来了强烈的心灵震撼。孔子将自己的一生概括为六个阶段：“吾十有五而志于学，三十而立，四十而不惑，五十知天命，六十而耳顺，七十而从心所欲。”孔子的这个人生坐标是值得我们借鉴的。每个人都是从曾经的意气风发走到不惑之年时才逐渐表现得淡定从容，如果我们能在二三十岁能够感悟四五十岁的境界，能够把生活中的压力变为一种生活的反张力，那么这个人的人生规划才算成功。

**于丹论语心得体会篇三**

作为一个价值观稍有争议的话题，孝敬一直是中华传统文化中的重要组成部分。而于丹在其热门畅销书《论语心得》中，有一章节便专门针对孝敬进行探讨，引发了广泛讨论。这篇文章将分享我个人对于“于丹论语孝敬之道”的体会和感悟，希望能为读者带来启发和思考。

第一段，介绍：

孝敬，作为一种基础的道德观念，是中华文化传承千年的宝贵财富。在《论语心得》中，于丹提出了许多独到的见解，使得孝敬不再是一种简单的习俗，而是一种细腻而真诚的生命力。于丹指出，“子非鱼，安知鱼之乐”一课启示我们要从父母的角度出发，理解他们的需要，用心孝敬他们。可以说，于丹通观孝敬的本质，在探索传统文化中发掘了更深层次的精神内涵。

第二段，理解与体验：

孝敬是家庭关系中的一种重要表现形式，在跨代、文化的传承中具有不可替代的作用。于丹认为，孝敬既是一种责任，也是一种情感，要从内心发出，表现出无私和深刻的爱。在我的成长过程中，经常感受到父母和亲人的关心和关爱，他们倾注的关爱之情，才是我最宝贵的财富。于丹的论述使我进一步理解和感受到孝敬的内涵，也更加有意识地去关爱和关心我的父母和长辈。

第三段，家庭和社会作用：

孝敬不仅仅是一种行为，更应当作为一种价值观念和生命方式来塑造。于丹在《论语心得》中说道：“居安思危，思则有备，有备则无患”，强调了孝敬所具有的预见性和未来感。当每个人都能从孝敬中感受到家庭的温暖，从家庭中汲取力量，才得以真正地走向成熟和独立，更好地为社会作出贡献。我们应该在个人精神层面上感悟孝敬的内涵，从而将孝敬融入我们的生活和人际关系中。

第四段，孝敬的体现方式：

孝敬的形式多种多样，既可以是言语上的尊敬，也可以是实际行动上的表示。于丹指出，孝敬是要“顺其自然”，并非机械地确立规则和义务，对父母的尊重和爱应当从内心发出。孝敬是一种平和、柔和而坚定的态度，是以心换心的感悟和回报。孝敬更重要的在于细节，有时候一个简单地问候和关心，会比千言万语表达更多。

第五段，学习和传承：

孝敬是中华传统文化中的重要组成部分，也是更广泛的人类文化中的普适价值。作为传承孝敬的代表人物，于丹对孝敬之道的探讨，为我们提供了新的思路和启示。我们应该在生活中不断实践并体悟孝敬的精神内涵，在学习和教育上营造氛围，培育更多孝敬的后代，通过家庭和社会的力量，共同维护和发扬传统文化的创新力和生命力。

总之，于丹论语孝敬之道，从传统文化的角度出发，通过精心的探讨和梳理，为我们解开了孝敬之道的奥秘和精髓。而孝敬作为中华民族传统美德的代表之一，应当在我们的日常生活中持续传承和发扬。在日常生活中，我们不能仅仅止于表面的奉献和照顾，而是要注重从内心发出真挚的感情和关爱，才能用真正的孝敬回报父母和家庭，并通过自己的实际行动推动社会向更加美好和温暖的方向发展。

**于丹论语心得体会篇四**

对于我们大多数人而言，《论语》是熟悉的，于丹是陌生的;但今天观看了《百家讲坛》推出于丹教授的论语心得后，《论语》有了新鲜的别样风味，于丹也渐渐靠近了我们的心岸。

现代社会人与人的关系可以说更近了，也可说更远了，但无论如何，人际关系是每一个人必须面对的问题。《论语》告诫我们，无论对朋友还是对领导，都要保持一定的距离，掌握好亲疏的分寸。君子之道这一讲对我也感触颇深。孔夫子在教育他的弟子时，常以小人和君子之分来明辨是非。\"君子\"是孔夫子心目中理想的人格标准，孔子说:\"君子坦荡荡，小人长戚戚\"，就是说君子胸怀平坦开阔，但是小人却经常忧愁恐惧。即便是今天，人们还是希望自己能做君子而不做小人。交友之道，于丹教授告诉我们，《论语》中对交友有非常明确的标准，说人的朋友，益者三友，损者三友。好朋友有三种，坏朋友也有三种。什么叫益友呢叫友直，友谅，友多闻。直是直率坦率，谅是宽容原谅，多闻是博学多才，这三种是好朋友。人们常说:\"在家靠父母，出门靠朋友\"。人的社会环境中朋友是相当重要的。我们都知道这样一句话:\"物以类聚，人以群分\"，朋友是我们最好的环境，你从他的身上可以照见自己的影子，也就是说交什么样的朋友，你也就会成为什么样的人。

《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。单纯依靠物质的极大丰富同样不能解决心灵的问题。\"该放下时且放下，你宽容别人，其实是给自己留下来一片海阔天空。\"对于我来说，大的就是工作中，小的就是家庭中，同事之间，夫妻之间，一些沉谷子烂芝麻的事，抑郁于胸。\"胸怀无限大，很多事情自然就小了。\"自己劝自己，想开些，何必计较那么多呢人何必那么骄傲呢面对人生的遗憾，我们要在最短时间内接受下来，不要纠缠在里面，一遍一遍地问天问地，这样只能加重你的痛苦。\"如果你因为错过了太阳而哭泣，那么你也将错过星星了\"。

作为一名教育工作者，我觉得我们不仅要学习孔子的\"传道，授业，解惑\"思想精髓，同时也要学习于教授的这种治学精神和高超的演讲技能。她哲理诗般讲演，深入浅出，如清泉般自然流淌!她展示了对社会的审美理想，界定了当今社会人与人之间处事的一般分寸，尺度。她给全世界亿万人心灵送去阳光，使人间温暖，使我们的社会更加和谐!同时赞扬了中国人在二千多年前的古代就已有了这样高明的人伦智慧!也弘扬了民族传统优秀文化!

通过于丹教授的精彩讲解，自己感觉有很多收获。但是真正对论语的了解以及它与现代人的联系，还得通过自己的不断学习和不断感受真正的化为己有，寻找到生活的真谛与快乐!

**于丹论语心得体会篇五**

于丹是当代知名学者，也是中国文化研究的重要代表之一。她在《论语》这本经典著作中，对孔子的智慧与思想进行了深入的阐释。通过阅读这本书籍，我深深体会到了于丹对于“道”的理解，同时也对于家庭伦理、政治道德等方面有了新的认识。这篇文章将会从六个方面来探讨我在阅读《论语》中的收获与心得。

首先，于丹重点阐述的是孔子对于“道”的理解。她指出，“道”是孔子思想的核心，是一种无法言传的智慧。通过阅读《论语》，我明白了在人与人之间的相处中，要以道德修养为基础，才能实现真正的和谐。同时，于丹也强调了孔子对于人性的重视。他认为人性本善，只有通过学习和修养，才能将潜在的优点发扬光大。于丹在书中通过对于孔子言行的分析，引导读者去思考自己所处的社会环境，从而提升自己的道德思维。

其次，在家庭伦理方面，于丹强调了孔子对于家庭的重视。她通过解读《论语》中的案例，指出了孔子对于家庭伦理的核心观点：“己欲立而立人，己欲达而达人”。孔子认为，要想建立一个和睦的家庭，首先要以身作则，以自己的言行来影响他人。同时，在教育子女方面，孔子也提出了“教育不该剥夺自由，但要有限度”的观点，强调了尊重个体的同时，也要给予恰当的引导和教育。

第三，于丹还对于政治道德进行了深入的探讨。她通过分析孔子与诸侯的关系，指出政治道德的核心就是“仁”。孔子倡导的是以“仁”来治国平天下的理念。于丹认为，仁的本质就是奉行道义，尊重他人的利益。而真正的政治家应该以仁德来引领国家，以至善至美的境界来实现社会的和谐与发展。通过阅读，《论语》让我深入思考了人与人之间的权力关系，同时也让我了解到了孔子对于政治道德的高度追求。

第四，于丹在书中还对于孔子的学问与教育道路进行了详细的分析。她指出孔子的学问并非仅仅是传统的知识，更是一种能力与修养的结合。孔子重视经典的阅读与实践，通过读书与思考来修炼自己的心性。同时，孔子的教育理念也值得我们学习。他主张个别化的教育，注重培养学生的实际能力与品德修养，以适应社会的发展。于丹通过对于孔子教育思想的解读，引导读者思考如何提升自己的修养与学问。

最后，于丹还在书中对于人生的意义进行了深入的探讨。她通过分析孔子的思想，指出了人生的追求应该是“中庸”。孔子认为，只有追求道德的中道，才能实现个体的完善与社会的和谐。于丹在书中引导读者思考人生的意义，帮助读者思考自己的人生价值与追求。

通过阅读于丹的《于丹说论语》，我对于孔子的智慧和思想有了更深入的了解。我明白了“道”的重要性，学到了如何在家庭伦理和政治道德中做到对他人的尊重与关怀。我也更加了解到了孔子的学问和教育理念，明白了教育的本质在于培养学生的能力与品德。同时，我通过阅读也让自己对于人生的追求有了更深层次的思考。通过与于丹的对话，我在阅读《论语》中获得了宝贵的经验和启示。

**于丹论语心得体会篇六**

昨天一个老师说到了于丹教授的《论语心得》，这本书我在偶然的机会看了几十页，至今也没看完，不过于丹在《百家讲坛》讲的论语，我倒是在网上看了一遍。于丹讲了论语后，引起了很大的反响，很多普通人觉得她说的好，说出了他们想说却说不出的话，想理清却理不清的人生思路。但一些大学教授联合把于丹讲的论语狠狠批判一通，说她根本不懂论语。一百人读论语就有一百种感悟，既然于丹说的是论语“心”得，也可以说是自己的人生感悟，她的理解能对一些人产生作用就不错了。别用学术的眼光苛求，说的太深奥了老百姓也不懂啊。以我看，于丹的论语心得还是有它的积极意义。

对个人，于丹强调要追求内心的坦然与淡定，要化解生命的遗憾，不要争名夺利，要认识自己的内心，把握好自己，关注自己的成长，追求幸福。在如今这个纷纷扰扰的世界，人们很需要这样的心灵的指导，有些人痛苦，有些人彷徨，却无法化解，如果于丹的那一句话打开了一个人的心结，让迷茫的心灵看到光明，让痛苦得到减轻，那也算行善积德了。

对国家，于丹讲的论语流露着“和谐”的思想。她把论语分了七个部分，无论是说交友、理想、还是谈君子、处世，看似从个人出发，实际上更是一种社会道德、公约的重塑。这与和谐社会的建设是一脉相通的。于丹的语言非常精妙，很动人，举止很优雅，用这样的美女教授来感化国人，效果自然更好。有人说中国人是最可怕的，因为中国人没有信仰，于丹让人们追求内心完善，心灵的宁静，身心具修，对于没有信仰的中国再合适不过了。

对国学，于丹可谓贡献大大，论语掀起了国学热，《四书》、《五经》等经典论著又重新走进了人们的视线，连《三字经》也占了国学的光。国学似乎不再曲高和寡，竟成了人人可谈的大众时尚。

古人说半部论语可以治（知）天下，于丹说半部论语可以修身。我的道行浅之又浅，对于《论语》我不敢评论，只是《论语》中的那句点拨了我，于丹的那句心得提醒了我，就感到幸运并心存感激了。

**于丹论语心得体会篇七**

说起《论语》，心中不禁然就会响起这样的声音“学而时习之，不亦说乎？有朋自远方来，不亦乐乎？”几句简洁的话语却告诉了我们很多很多。

在高楼林立的城市里，在快节奏的生存环境里，太多灯红酒绿，声光电色的华彩刺伤了我们的眼睛，渐渐地我们心灵的眼睛被尘埃所掩盖，那种简洁淡然的心态渐趋远离我们，而读于丹的《论语》却让我们又逐渐找回心灵最初的情怀，那种简单朴素的美。

于丹说，世界上真正的真理都是朴素的。她在书中写到“这个世界上真正的真理永远都是朴素的，就好像太阳每天从东边升起一样，就好像是春天要播种、秋天要收获—样，论语告诉大家的东西，永远都是最简单的。”确实在历史的长河中任何的繁华最终都离不开剥去华丽外衣谢幕的一天，而最令人难忘的却是那种在一切华丽的涂饰褪去后剩下的来自天生的、简朴的原色之美。

我想《论语》之所以跨越了文字、时间和生命的界限仍被大家传诵、研读，正是因为她身上所散发出的简洁和质朴。她那么平易近人，那么鲜活灵动，时间的尘埃无法淹没她，无情的时光无法褪去她的色彩，在尘世中迷路的我们当看到她的身影时都忍不住靠近她，聆听它的教诲；欣赏她，感受她心灵的平静和淡然，并从她身上汲取我们所缺少的、匮乏的、遗失的，从而获得的人生的提升和心灵的释放，赢得幸福和快乐的人生。

于丹还说到，幸福快乐只是一种感觉，与贫富无关，却与内心相连。她写道：“我们的物质生活显然在提高，但是人会越来越不满，因为你总会看到周围还有乍富的阶层，总会有一些人让你感到心理的不平衡，这是因为什么呢?这是因为我们的眼睛看外界太多，看心灵太少。”是啊，生活中的许多事情都是如此，幸福是一种对生活的态度和理解，简朴并非穷困，并非禁欲，简朴的美来自最朴实无华的本质。

感谢于丹给了我心灵的指引，让我拥有一点智慧去领悟孔子平易近人的语言，去感受那种简朴的外表下透出的美丽和真正丰盈的生命。

20xx．8

**于丹论语心得体会篇八**

序言：《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。宋代开国宰相赵普曾经标榜说，自己是用半部论语治天下，可见古人对论语的推崇之极。其实论语中许多经典的词句，是我们许多人都耳熟能详的，但是我们真正理解其中的含义吗?这部曾被古人誉为治国之本的论语，对我们现代人来说，还具有什么实际意义吗?北京师范大学于丹教授认为，这部曾经统治中国社会思想两千多年的儒家经典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:大家别以为说，孔夫子的《论语》现在我们必须得仰望它，我们觉得它是高深的，它是一种高不可及的。这里面有多少奥秘吗?这个世界上真正的真理永远都是朴素的，就好像太阳每天从东边升起一样，就好像是春天要播种、秋天要收获一样，论语告诉大家的东西，永远都是最简单的。论语真正的道理，就是告诉大家怎样才能过上我们心灵所需要的那种快乐的生活。其实说白了，我认为论语再我们今天的观点去看过去，它是一本非常朴素的，能够相关于以人伦为起点，教给每一个人在现代生活中，获得心灵快乐，能够熟悉现代这种日常秩序找到个人坐标，就是这么一本语录。其实论语很简单，两千五百年以前，论语是孔子在教学生的时候片片断断，留下来的课堂笔记，他的学生把这些给编篡起来，后来就成了论语。所以在《汉书·艺文志》上有这么一段界定：

论语者，孔子应答弟子、时人及弟子相与言而接闻于夫子之语也。当时弟子各有所记，夫子既卒，门人相与辑而论纂，故谓之《论语》。就是弟子们在提问，他回答的时候“时人及弟子相与言而接闻于夫子之语也”。大家有问有答、有来有往。就是这种提问和回答之间，只言片语，就是这样流传下来的。“到后来当时弟子各有所记，夫子既卒，门人相与辑而论纂，故谓之《论语》。”大家把这些言论集结在一起，就成了一本论语。所以今天看到的论语，我们会觉得没有什么太深的逻辑性，在论语里面也很少有长篇大论的故事、一个严谨的阐述，论语都是很简短很简短的一些言辞。

学生：老师您再多说几句行不行。您总是那么三言两语的，我们怎么作课堂笔记呀?

孔子：我本来就什么都不想说。

学生：老师，您要是什么都不说，我们记什么呀?

那么他老师怎么回答他呢?子曰：“天何言哉。”四时行焉，百物生焉，天何言哉?其实这就是一种教育。他老师跟他说：“你看，苍天在上，噩古已然，它说话吗?它不说话，不是照样春夏秋冬四季照样风调雨顺吗?大地上不是万物生长吗?你去看天说话。”所以其实论语的态度是什么呢?就是以一种朴素的、温暖的，言传身教的生活态度，去影响他的弟子，大家都知道，孔夫子这一生号称弟子三千，其中成就七十二贤人。这些人每个人都是一粒种子，他们是把那种生活的智慧广为传播，但是不依赖那些连篇累牍、宏观的那种大的言论。我们说论语他终极的传递，是传递了一种态度。其实在论语中，我们会发现，孔夫子他教育学生的时候，讲世间道理的时候，从来没有过声色俱厉，他一定是和缓的、因循诱导的，跟人商权的这种口气，其实这样一个态度不是代表他个人，而是反映了中国人的一种哲学观。为什么我们说孔夫子是圣人，圣人的意义就是在这片土地上，他是那些最有行动能力的、有人格魅力的这样一些人。这样的人一定是从我们的生活里面自然生长脱胎出来的，而不是从空而降的，所以说起整个这种天地开辟造世的故事。我们可以想一想，最早的时候，中国最早的创世纪怎么来的呢，是由盘古开天辟地来得，但是这个开辟，不像西方神话讲的那种突变，比如说拿一把大斧子，啪，辟开，然后金光四射，出现一个什么样的天地万物，这不是中国人的叙事情感。中国人习惯的叙事象《三五历纪》里面描述的那样，是一个从容和缓而值得憧憬的漫长的过程。

它说：天地混沌如鸡子，盘古生其中，万八千岁，天地开辟，阳清为天，阴浊为地，盘古在其中，一日九变;神于天，圣于地。天日高一丈，地日厚一丈，盘古日长一丈，如此万八千岁，天数极高，地数极深，盘古极长。

它说天地混沌如鸡子，很大在那里安安静静，盘古生其中，一共呆了多久呢，万八千岁，天地开辟，一万八千年过去了，天地开了，但是它不是一个固体啪的裂开，而是两股气分开了。阳清为天，阴浊为地，就是阳气上升变成了我们蔚蓝的天空;浊气下降变成了我们脚下的土地。

盘古在其中。是不是开天辟地就完了呢，其实，这种成长刚刚开始。中国人是讲究变化的，所以叫做一日九变，每天都在微妙的变化着，象一个新生的婴儿一样，这种变化最终达到了一个境界，这六个字其实是中国人的人格理想，叫做“神于天，圣于地”。一个好的人格应该是有一种理想主义的天空，让你可以有飞翔的翅膀，不妥协于世界上很多的规则与障碍;但另一方面，要有脚踏实地的能力，要能够在这个大地上去进行他行为的拓展。只有理想而没有土地的人那是梦想主义者而不是理想主义者;如果只有土地而没有天空的人，那是务实主义者而不是现实主义者。其实理想主义和现实主义就是我们的天和地。

孔夫子这个圣人就像盘古一样。

所以这个故事接着讲，说后来天地还在走，天日高一丈，地日厚一丈，盘古呢，日长一丈，他跟着天地一块长，所以长到最后的时候，如此万八千，又长了一万八千年，最后是天数极高，地数极深，盘古极长。这就是为什么中国人认为叫天地人是三才，人的意义跟天和地是一样的。大家也熟悉西方神话，你会发现他们往往是强调一种激情、感性、神秘这样的一些印象;而中国呢是强调了一种庄严理性和一种温柔敦厚之美，这就是孔夫子这个圣人的姿态。

应该说孔夫子在后世流传的这个形象是学生们用自己的爱戴给他加上的东西，但是更多的是他一种传导出来的内心有一种饱和的力量，这就是后来孟子夫子所说我善养我浩然之气，就是天地之气凝聚在一个人心中的时候，他才能够如此的强大。

话外音：《论语》的精髓就在于把天之大、地之厚的精华融入于人的内心，天地人就会成为一个完美的整体，人的力量就变的无比强大，即使在当今社会中我们中国人也常常会说，天时、地利、人和是国家兴旺，事业成功的基础。这是不是论语的精华对我们现代人的启发呢。

也就是说作为一个中国人，什么叫天人合一，我们永远也不要忘记了天地给我们的力量，就是一个人在自然中的和谐。现在我们正在倡导创建和谐社会，真正的和谐是什么，决不仅仅是一个小区邻里之间的和谐，它一定有你跟生物之间，跟动物之间你有一种敬畏，有一种顺应，有一种默契，有大地上万物和谐而快乐的共同成长这样一种力量。这种力量我们如果学会了提取锻造，我们就能够获得孔夫子那样的心胸，所以孔夫子在论语里面流露出来的更多的东西是颜色上非常和缓，交给你日常的道理，但是他的内心非常的庄严，他的内心里面有一种强大的力量，是什么力量呢，那就是信念的力量。

孔子说：只要三条就足矣。第一，强大的军队;第二，足够的粮食;第三，人民对国家的信仰这叫“子贡问政”，从政需要什么，一个国家想要安定，政治平稳需要哪几条呢，大家一般想还不得洋洋万言啊，老师说的很简单“足兵足食民信之矣”(论语严渊篇)。说我告诉你就三条，第一叫国家机器，必须有强大的兵力做保障，第二足够的粮食，丰衣足食，第三条就是老百姓要对国家有信仰。他说有三条就够了，挺简单吧。这学生矫情，说三条不行，太多了，子贡曰：必不得已而去，于斯三者何先。如果我非得去一条您说去什么，老是也不急，说去兵，那咱就不要兵力了，人总得吃饭，但还得有信仰。子贡还不干，非得要再问，说：必不得已而去，于斯二者何先?这两条您再给我去一个，老师非常认真的告诉他，曰，去食。我们宁可不要粮食了，然后老是说了一句结论，叫做“自古皆有死，民无信不立”。他说没有粮食，无非就是一死，自古而今谁不死啊，死亡不是最可怕的，最可怕的是一个国家没有信仰以后的崩溃和涣散。其实，什么是政治?政治并不一定让大家都过上一种物质文明上的发达生活，他仅仅是一个标志，真正来自于内心的那种安定和对于一种政权的认可，这些都是来源于信仰。这就是孔夫子的一种理念，他认为信仰的力量足矣把一个国家凝聚起来。

前几天呢，我在读者文摘上看到一个说法，说评估二十一世纪我们各个国家生活好与不好，已经不简简单单是过去的一个标准，大家都知道是gdp。gdp我们国家增长一直都很快，年年都在提升，现在又出现了一个新的概念叫gnh，是什么呢，就是grossnationalhappiness,国民幸福指数。评估一个国家是不是真正的富强，不单纯看国民生产总值的增长，而看每一个老百姓他内心的安宁与幸福感，他在这个社会中觉得安全吗，他快乐吗，他对他的生活真正认同吗，他满意吗。而这个指数在中国很有意思，我们曾经在上个世纪八十年代末的时候参加过一次国际的调查，当时显示我们国家的幸福指数是不太高的，大概是百分之六十四点多，到了91年的时候再参加调查发现随着整个物质文明的提升，当时也是进行了很多改革，这个幸福指数提高了，当时到了百分之七十三左右;但是等到了96年再参加调查的时候发现这个指数下跌到68%了，这是一个很令人困惑的事情。也就是说，当一个社会物质文明极大繁盛的时候，我们现代人有可能会遭遇更为复杂的心灵困惑。

**于丹论语心得体会篇九**

于丹的“《论语》心得”是本学期我校规定的必读书目之一，全文是用七大部分来解读《论语》的，分别是“天地之道”、“心灵之道”、“处世之道”、“君子之道”、交友之道“、理想之道”及“人生之道”。以白话诠释经典、以经典诠释智慧、以智慧诠释人生、以人生诠释人性、以人性安顿人心、体悟经典的普适智慧。同时为她的这种崇高的境界而感动。

同时让我们领略到有这样一种智慧，那就是对自己的得失缺憾的正确对待，对自己工作和朋友的理智看待。人生不得意事常八、九。那么如果人生有了缺憾之事，如果我们遭遇不得意之时，我们应该采取一种什么样的心态来对待生活呢？两千多年前的论语对于我们当今社会生活中的问题能有什么启示呢？书中令我印象较深的是《于丹〈论语〉心得之二——心灵之道》。“每个人一生中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。《论语》的精华之一，就是告诉我们，如何用平和的心态来对待生活中的缺憾和苦难。”子曰：“可与言而不与言，失人。不可与言而与之言，失言。知者不失人，亦不失言。”意思是说：“一个人能够听你讲道理但是你没去跟他讲，就叫“失人”，你就把这个人错过了，不好相反，假如这个人根本就不可理喻而你偏和他讲道理，那就要“失言”，也不好。所以这就是告诉我们，如果我们想做一个别人愿意和自己交流，也可以和他人交流的人，最关键的是我们要有个敞亮的心怀。

这种心境和胸怀，既可以弥补先天的遗憾，也可以弥补后天的过失；同时能使自己有定力，有真正的勇敢，使自己生命饱满、充盈，让自己有一种大欢欣，让自己的人生有最大的效率，让自己的每天进行着新鲜的轮回，并且把这些新鲜的养分疏导给他人。于丹教授同时告诉我们“心灵的力量是无穷的，如果你用不同的心态来对待生活中的缺憾和苦难，你就会拥有完全不同的人生！”

在现实生活中，每一个人都难免有缺憾和不如意，也许我们无法改变这个事实，但我们可以改变看待这些事实的态度。无论是孔子的《论语》，还是于丹的读后感，都说做人的境界，人在社会上，要使自己做过的事都经得起推敲，这是一件很不容易的事情。我们无法左右外在的世界，人们对你的看法，但是，我们可以做到对自己严格一点，对别人宽容一点。”

于丹老师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，把一位两千年前的圣人引领到了众人眼前与今人对话。同时让我们领略到有这样一种智慧，那就是对自己的得失缺憾的正确对待，对自己工作和朋友的理智看待。

《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，作为教师，假如我们能感受到这些，那我们的心中肯定会少许多怨言，肯定会是一名快乐而幸福的教师。于丹教授在书中提到“我们见到一些老师声色俱厉，经常指责他的学生不该如何，如何。那是这个老师没有到境界，真正好的老师会像孔夫子这样，平和地跟学生商量把这种天地人三才共荣共生的关系讲透。”其实想想也对，在教学过程中我们的孩子有个别差异，大家都知道孔子“弟子三千，贤人只有七十二”，其余那些学生也是孔子这位千古圣人的缺憾，面对这些情况，我们老师就需要保持一个健康的心态。就像孔子所说的那样要“爱人”。关爱别人，就是仁，了解别人，就是智。对学生多些了解，因材施教发展孩子的个性特长，对发展慢的孩子以一种积极的心态对待，正确地引导，相信他们一定会在自己的教育下有所转变，只是迟早而已。

于丹说，“我们的眼睛看外界太多，看心灵太少。”孔子讲求的是“恕”，是心灵上的一种平和。这一讲给我心灵上极大的震撼，它像一剂良药，清凉，让我有一种直澈心肺的感觉，它告诉我应该如何去生活，如何对待自己。我知道了生活的方向之后才能给孩子们指引方向，才能帮助他们成人、成材。

作为一名小学的教师，自己肩上的责任重大，应该加强自身的学习，努力提高自身的素质，并用自己良好的素质去影响学生与家长。我们教师的整体思想、道德、心理素质和工作、学习、生活方式对学生的影响有着十分重要的关系。虽然家长对其子女的影响也十分重要，但我们教师应该利用学校这个有力的教育阵地充分发挥其应有的作用，来改变学生的基本素质与学习方式。因此，作为一名小学教师不要去抱怨，而要有责任，首先提高自身的个人素质，做师德的表率，以师风、师魂，坚决抵制一切有悖师德的行为。用自己良好的师德，去感染和带动周围的教师，甚至学生与家长，做到一个教师就是一面旗帜。

“道不远人，温暖人心”这是于丹教授对《论语》这部伟大著作的评价，在这里我引用于丹教授的名言来表述我内心对《论语》所树立精神的仰慕，同时对于丹教授可以以如此生动却又不乏深刻哲理性的方式来对象我这样的人进行思想上的洗礼表示尊重和感谢。以上这些是我读了这本书，我的心灵产生了一些触动，触动着我不得不寻找自我的坐标，触动着我寻求快乐的生活，触动着我做淡定从容、心平气和的教师。

**于丹论语心得体会篇十**

百家讲坛系列主题阅读

编辑：山间溪流作者简介于丹，北京师范大学教授，中国古代文学硕士、影视学博士。

北京师范大学艺术与传媒学院院长助理、影视传媒系系主任。教授”中国古典文学”、”影视学概论”、”电视理论思潮”等课程，参加”北京师范大学影视艺术学科基础教程系列”教材和”中国影视美学丛书”等大型理论工程的编著工作。曾获得1996年度北京市优秀教学奖、20xx年度中国宝钢教育基金优秀教师奖、20xx年度北京师范大学励耘奖、北京师范大学十佳优秀教师奖等多项奖励。出版《形象品牌竞争力》等专著多部，在《中国社会科学》《文艺研究》《现代传播》等重要学术刊物发表专业论文十余万字。

知名影视策划人和撰稿人。为中央电视台《东方时空》《今日说法》《艺术人生》等50个电视栏目进行策划，现任中央电视台新闻频道、科教频道总顾问，北京电视台首席策划顾问。

古典文化研究者和传播者。20xx年”十一”黄金假日在央视百家讲坛连续七天解读《论语》心得，受到观众的热烈欢迎。

**于丹论语心得体会篇十一**

于丹教授的《论语心得》对于我，就像是人生中的良师益友。于丹教授用朴实无华的语言，为我们解读了一个亲切而温暖的孔夫子，让本以为莫测高深的《论语》变得通俗易懂。每读一遍，总会有不同的感触。作为一名教师，更是受益匪浅。

“仁恕”是孔子儒家理论中最精髓的东西。于丹教授在“天地人之道”中解读了“关爱别人，就是仁”；“恕，就是宽容的力量”。“己所不欲，勿施于人。”为人不仅要拿得起放得下，还应尽自己的力量去帮助别人。对于教师，就是要将心比心地理解学生，关爱他们，帮助他们健康成长。关爱学生，我们不仅要关心学生学业上的进步，知识的积累，身体的健康，更要全方位地关爱学生，关心他们的心理健康，关心他们正确人生观、世界观的形成，关心他们的精神需求，关心他们各种能力的培养。爱学生就要本着平等的心态去尊重每一个学生，倾听他们的意见与呼声，给他们足够的宽容与理解，体谅他们的烦恼与苦闷，肯定他们的进步与成长，让每个学生每天都能感受到老师对他们的爱与尊重，那么他们将来也一定会是一个充满爱心，尊重他人的人。

在我们的教育教学工作中，每天接触各种性格鲜明的学生。在他们成长的过程中，难免会出现这样那样的问题，过分的苛责或训斥，只会让学生的心离我们越来越远，它远不及宽恕的力量那么恒久伟大。学会了宽恕，我们才能让自己走进学生的内心，了解他们的真正需求。同时，宽恕别人才能让我们享受心灵的安宁。因此，我们在工作中，应少一些抱怨和指责，多一些宽容和理解；少一些批评和训斥，多一些赞扬和鼓励；少一些歧视和误解，多一些尊重和理解。

于丹教授写到，一个人的视力是有两种能力的。一个向外去无限宽广地拓展世界，另外是向内心无限深刻地发现内心。孔夫子教给我们快乐的秘诀就是去找到内心的安宁。《论语》真正的道理就是告诉我们大家怎样才能过上我们心灵所需要的快乐生活。于丹教授认为，幸福快乐只是一种感觉，与贫富无关，于内心相连，对此我深有同感。在现在这样一个物质生活富足的时代，人们都在拼命为了丰厚的物质生活而努力打拼。作为教师，我们能否抵抗各种物质的诱惑、安贫乐道，严峻地考验着我们的意志。我也向往富裕的生活，但我更享受心理上的满足和成就感。感谢我的学生们，是他们的成长让我充分地体验到当一名教师的幸福和快乐！每当看到学生脸上那豁然开朗的表情，每当看到学生变得越来越懂事，每当听到学生金榜题名的消息，那就是我最快乐最幸福的时刻。在学生人生成长的道路上，自己能起到引导、扶持的作用，帮助他们健康成长，我为此感到自豪，并甘愿为此终生努力。虽然在物质上我不富有，但精神上我是一个富翁。正如于丹教授所说“如果能用内心的富足与饱满，能用一种内心鲜活的力量去弥补这些遗憾，那你就会成为一个坦荡磊落而勇敢的人。”孔子倡导的“仁者不忧，智者不惑，勇者不惧”，说的就是这样的境界。

在《心灵之道》中于丹教授说，每个人一生中都难免有缺憾和不如意的事情。如果你放不下这种缺憾和不如意，那你就永远活在阴影中。也许我们无力改变生活中的缺憾，也许我们不能避免人生的苦难，如果你用不同的心态来对待生活中的缺憾和苦难，你就会拥有完全不同的人生。作为教师，我们生活、工作在一个充满压力的环境中，烦恼、苦闷和压力每天都伴随着我们。如何看待这些烦心事和缺憾，心态不同，结果会完全不同。我教两个毕业班的英语课，课时多，要求高，班里学生基础差，每天备课批作业头昏眼花，身体疲惫不堪。但我告诉自己：备课既是为了教好学生，又是为了让自己不断进步；批作业工作量虽然大，但能保证课堂上的高效率。遇到学生出问题时，教师，尤其是班主任，应学会遇事冷静，有耐心，不能让坏心情一直阴霾不散，否则会影响你的工作，甚至是你的生活质量。

再比如，每次考试结束成绩出来后，学校都会做成绩分析，老师们对此倍感压力和烦恼。有的老师会因为成绩不佳而寝食难安，有的老师对学生良莠不齐而抱怨，有的会为成绩和自己的付出不成比例而郁郁不乐。总之，考试成绩出来后，老师们内心苦闷又无处诉说。其实，我们应该像《论语》教给我们的那样，放开心态，正确看待成绩。有些缺憾是我们必须面对的，不要埋怨学生懒惰，不要抱怨领导不近人情。而是应以积极地心态去思考，总结经验与不足，知道我还能做些什么，同时更应看到，班级有很多学生在我们的帮助下取得了很大的进步，说明我们的教学并非完全失败。只要我们认真反思，总结经验教训，努力找寻更好的适合学生的教学方法，相信曙光就在前面。于丹教授说，承认现实生活中的不足，并通过自己的努力去改变不足，这就是《论语》告诉我们如何对待人生缺憾的态度。也正如人们常说的：记住该记住的，忘记该忘记的，改变能改变的，接受不能改变的。

每次读于丹的《论语心得》，我都会产生很多的共鸣，也总会有所感悟，有所收获。它已植根于我的.心中，成我流淌在我血液中的精髓。感谢于丹教授，感谢我们伟大的圣人—孔子！

**于丹论语心得体会篇十二**

于丹教育孩子讲座，即《中小学生人格教育》专题讲座内容简介：

1、父母应怎样认识孩子，如何拟定合理的人生目标。

2、孩子不听话，爱发脾气，作为家长应如何正确引导教育。

3、怎样教育孩子理解父母、尊敬老师、懂得感恩。

4、培育孩子抵抗挫折能力的重要意义。

于丹教育孩子讲座观后感：今天，我观看了于丹老师讲的《中小学生人格教育》短片后，使我明白了许多道理，我们要懂得感恩，要有抵抗挫折的能力等。尤其是于丹老师讲的几个小故事，让我很受启发。有一个小男孩，因为他的亲人很爱他，所以他就娇纵，很爱对人发脾气。为使他能改掉爱发脾气的坏毛病，他父亲让他每发一次脾气就往篱笆墙上钉个钉子，随着每天钉钉子的数量有30多个到5个，3个，直到没有，小男孩慢慢的可以很好的控制自己的情绪，改掉了爱发脾气的毛病。但他父亲却让他把所有钉子拔掉，并指着篱笆墙上密密麻麻的钉孔对他说：“孩子，你改掉了爱发脾气的毛病，是好样的，但你看看这针孔就像你每对人发一次脾气在别人心中留下的伤痕，永远留了下来。”我们何尝不是总爱乱发脾气，甚至有时候受了委屈，把气撒在家长身上。

有一个小男孩他想吃冰糕。因为天气并不热，家长怕他吃了肚子疼，所以不给他买，他就哭闹甚至说父母不好，连一根冰糕都不舍得买……做个让部分我想起于丹老师说的话：“有许多孩子以自己为中心，别人给他东西他觉得是应该的，不给他就不应该他们不觉得给他东西是情分，不给他东西是本分。”小孩的行为就验证了这句话，我们应该做后者。还有一个故事，让我感到惊讶：一个学生因为三次剪发不合格被赶出校门三次，竟然自杀了。老师说现在17岁一下儿童存在很多像她这样因为承受不了打击而选择自杀。这让我很奇怪，为什么要选择自杀呢？头发不合格还可以再剪，考试不好可以再考……但生命只有一次他们为什么这么轻易的就结束了生命，生命不仅仅是我们自己的，而且还属于父母，属于亲人，当我们做轻言放弃生命的时候，有没有想到了他们，想到他们的痛，他们的爱，所以我们一定要勇敢的面对挫折，提高抗挫折能力希望家长不要害怕我们经受挫折，在成长的路上，有坑我们会绕过，有山我们会翻过，它可能不会一帆风顺，但失败，挫折，害怕对我们的成长来说是不可缺少的，不是吗？看完这堂讲座，真的让我受益匪浅！

**于丹论语心得体会篇十三**

近期仔细读了于丹《论语》这本书，虽不是大彻大悟，但也触动心灵。

《论语》的真谛，就是告诉大家，怎么样才能过上我们心灵说需要的那种快乐生活。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。书中每一个故事都告诉了我们许多人生的哲理和处事做人的道理。

于丹老师讲授《论语》心得别具一格。在我的心目中，孔子是一位离我们很遥远的古代圣贤，《论语》犹如高山上一颗劲松高不可攀，只可仰望而不可触及。而于丹老师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。他带我们超越时空，把一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里。他说：“孔子没有温度，只有色彩”。

面对人生的遗憾，我们要在最短的时间内接收下来，不要纠缠在里面，一遍一遍地问天问地，这样只能加重你的痛苦。如果你因为错过了太阳而哭泣，那么你也将错过星星了。

于丹老师在论语心得中讲了一个故事：一座寺庙里供着一个花岗岩雕刻得非常精致的佛像，每天都有很多人来佛像前膜拜。而通往这座佛像的台阶也是跟它采自同一座山体的花岗岩砌成，台阶不服气地对佛像提抗—议：我们本是兄弟，凭什么人们采着我们去膜拜你？你有什么了不起？佛像淡淡地说，因为你只经过了四刀就走上了今天的岗位，而我经过了千刀万剐才成佛。

我读后眼前一亮，我们过去总是喜欢与他人相比，为什么你我一起参加工作，你今天如此辉煌？往往比的都是自己的缺失和他人的所得，而忽视了他人付出的努力、做出的贡献、肩负的责任、承受的压力。想得到他人所得背后的付出，千刀万剐与四刀相比相差何其大，这样比起来我的内心就平和多了，怨气自然就少了。你有你的快乐，我有我的开心，知足常乐！

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