

最新传承传统文化感悟 传承中华优秀传统文化心得感悟(优秀5篇)

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得感悟，从而不断地丰富我们的思想。优质的心得感悟该怎么样去写呢？那么下面我就给大家讲一讲心得感悟怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

传承传统文化感悟篇一

中国，一个以五千年文明为积淀，以百余年磨难为基点，以五十余年发展为基石，多少荣辱悲欢，多少兴衰成败，成就了这只浴火重生的凤凰！

说起中国的传统文化，那可真是数不胜数。如：中国陶瓷、文房四宝、四大发明、皮影、乐器等等。今天，我就着重说一说元杂剧和文房四宝。元杂剧第一人是关汉卿，这位中国第一位戏剧作家一生写了60多种杂剧，是元杂剧的奠基人。他的部分剧作700年来一直上演不衰。关汉卿的剧作有描写社会矛盾、歌颂人们斗争的《窦娥冤》、《蝴蝶梦》、《鲁斋郎》等。

文房四宝就是人们说的笔墨、纸、砚。笔因王羲之的缘故，李渡毛笔名声大振。墨：具有“落纸如漆、万载存真”的美誉。纸：明代《天工开物》中记载了铅山造纸状况，对连四纸作了说明，并给予很高评价。砚：星子的金星砚和婺源的龙尾砚都具有1000多年历史。

是啊，中国的传统文化可真是历史悠久呀！

中华传统文化是文明的结晶，通过学习中华传统文化，感想、体会颇深。

一是认识上的转变。在以前的学习和工作中从没有真正接触过国学方面的知识，只知道是儒家学问，还有些封建思想意识，认为学这些也没有多大的用处，与自己的工作关系不大。然而，通过这段时间的学习，认识有了新的转变。我认为，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。

学国学是当今很热门的一个词儿，是人们对于传统文化的反思和正视。其概念广泛、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。

二是学习的重要。人的一生是从学习开始的，子曰：学而时习之，不亦说乎？开篇即提出了以学习为乐事，反映了孔子一生学而不厌、诲人不倦、注重修养，严格要求自己的主张。一个人在生命的历程中，有很多不可知的部分，但是知识可以增长才干，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。

三是努力践行。孔子在《论语》这部书中，教给我们很多处世的方法，做人的规矩。这些道理看起来很普素，这些办法有时候在原则中透着一些变通。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，什么是好事情，什么事情是坏的。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。尤其是我们园长面对老师，尤其女性，要为自己说过的话负责，所谓“君子一言，驷马难追”，说的就是这个道理。言既出，行必果，说出去的话就像泼出去的水，不可收回，不可反悔。对员工提出的意见建议要认真研究解决，要敢于承担责任。

身为一名教师，在工作中一是要以身作则，身体力行。要求员工做到的，自己必须首先做到；要求学生不能做的，自己坚决不能做。要给学生做出表率，正确引导学生的行为，树立良好的风气，只有员工心平气顺，工作才能有积极性，才能达到和谐共处，更好的工作。

传承传统文化感悟篇二

源远流长，博大精深，这是中华传统文化所具有的特质。但是，在当今各种“变异”文化的冲击之下，人们开始亵渎传统文化，把文明积淀看作炒作的工具。这怎能不令人担忧？坚守传统文化的本真，守护心中那泓清泉迫在眉睫。

曾几何时，我们悄悄地淡忘了李白、杜甫，淡忘了那清新自然、沉郁顿挫的气质和风格。微博时代的我们，早已习惯了“蓝精灵体”，习惯了那句例行公事的套话：“元芳，你怎么看？”殊不知，在我们戏谑调侃之时，传统文化在离我们渐行渐远。半文半白的“甄嬛体”在社会上风靡一时，不痛不痒、无病呻吟的“琼瑶体”居然号称能“医治心灵创伤”。这时的我们，情何以堪！

当“举头望明月，低头思故乡”被修饰、被改造得面目全非，我们该作何感想？一片真切的思乡之情被无聊地调侃，这是一种怎样的悲哀！对于中国沉淀已久的文化，我们虽然没有能力去完全深谙，但也没有理由不保持它自然之美的本性，更没有资格去胡编乱造，去挑战先人们高超的文学功底。因为我

们生在一个有着古老文明的国度，所以我们要坚守本真，不要丢失了对传统文化应有的崇敬和敬畏之心，在传统文化调侃中迷失前进的方向。

坚守传统文化的本真，并不是要我们一成不变地照搬先哲的思想，创新和突破是必要的，毕竟，那是人们前进的动力源泉。坚守本真，意味着天空的圆月依然是圆月，它是一轮思乡的月，而非被人们俗化了的月亮；坚守传统文化的本真，意味着那融在酒中的是一片真情，而不是被整饰得面目全非的一潭污水。坚守传统文化的本真，给先哲们一份尊重和敬畏，不要矫揉造作，不要画蛇添足，更不要将经典俗化。

保持一颗敬畏之心，坚守传统文化的本真，让自然和谐的春风吹向每一个角落，让传统文化之树绽放鲜花朵朵，滋润万物。

传承中华优秀传统文化心得感悟体会精选篇2

传承传统文化感悟篇三

偶然看到央视一套播放的节目《经典咏流传》，很快便被其深深吸引，节目将古典诗词与现代音乐相融合，现场观众深深陶醉于中华古诗词美韵之中。其中有一位叫鲍比达的经典传承人令人印象深刻，他是港台地区著名华语音乐人，作为从小成长在菲律宾家庭、在外飘零了半生的游子，他以一首改编的《游子吟》让全场观众泪目。他说：“68岁，一切还不算太晚！这次我会留在这儿……”

没有想到，古典诗词竟能穿越千年时空而历久弥新，放射出无与伦比、灿若星辰的夺目光芒，仿佛有股神奇的力量，将所有人的心紧紧牵连在一起，赋予后人以深刻启迪和恒久感动。

生活于物质充盈的现代社会，许多人享受着无忧无虑的富足生活，有大把的时间去刷屏、追剧、挥霍，却少有人能静下心来，细细品读这些世代相传的经典作品，用心感受这些积淀已久博大精深的传统文化。国家领导人强调，中华优秀传统文化是我们最深厚的文化软实力，也是中国特色社会主义植根的文化沃土。牢记中国历史、传承民族精神，需要我们把文化的根脉留住。

领略文化之美。传统文化擘画了中华大地美轮美奂的壮阔风景。中国自古地大物博，名胜古迹、山川景物数不胜数，有山的沉稳、水的秀美，如“会当凌绝顶，一览众山小”“竹外桃花三两枝，春江水暖鸭先知”；江南的灵秀、漠北的辽阔，如“日出江花红胜火，春来江水绿如蓝”“大漠孤烟直，长河落日圆”；大地的厚重、天空的旷远，如“北风卷地白草折，胡天八月即飞雪”“晴空一鹤排云上，便引诗情到碧霄”；有“飞流直下三千尺”雄奇壮丽的庐山瀑布，亦有“落霞与孤鹜齐飞”声威古今的滕王高阁……祖国大好河山尽藏于文人墨客笔下，给予我们无限美的享受。

体悟文化之情。传统文化饱含华夏儿女对美好生活的朴素情感。既有叙述“停杯投箸不能食，拔剑四顾心茫然”怀才不遇的落寞，也有抒发“醉卧沙场君莫笑，古来征战几人回”建功立业的豪迈；既有“劝君更饮一杯酒，西出阳关无故人”的离愁别绪，“夕阳西下，断肠人在天涯”的羁旅之思，亦有“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺”的感时伤逝；既描绘了“何当共剪西窗烛，却话巴山夜雨时”的真挚爱情，也表达“采菊东篱下，悠然见南山”的高雅志趣。古人借助文学作品巧妙寄寓了自己的充沛情感，抒发了高洁志趣和情怀，令人回味无穷、遐想不已。

传承文化之魂。传统文化凝聚着中华民族自强不息的精神追求。有的倾注了强烈的爱国主义情怀，如“夜阑卧听风吹雨，铁马冰河入梦来”“出师未捷身先死，长使英雄泪满襟”；有的彰显了包容精神和集体意识，如“安得广厦千万间，大庇

天下寒士俱欢颜” “天下兴亡，匹夫有责”；有的表达了谦恭仁爱思想，如“有朋自远方来，不亦乐乎”“己所不欲，勿施于人”；有的体现了自力更生、拼搏奋斗精神，如“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”“天行健，君子以自强不息”。“一花独放不是春，百花齐放春满园”，更是对“人类命运共同体”思想的精辟诠释。品读起来，让人意味隽永，掩卷而思，赋予后人取之不尽、用之不竭的精神财富。

文化是一个民族的灵魂，是支撑民族进步的脊梁，是前人留给我们最珍贵的瑰宝。水有源，木有根，守望共同美好的家园，需要我们把文化之根留住。珍爱中华优秀传统文化吧！将其世世代代传承下去，或许，这一切还不算太迟！

传承传统文化感悟篇四

在今年的专业课培训中，通过学习中国传统文化的课程，使我受益良多，给我的心灵带来了很大的震撼，让我对传统文化有了一个新的认识。过去我一直认为文化是一种飘渺虚无的东西，但是学习后我了解到文化其实就是一种社会现象，是人们长期生活创造形成的产物，中华优秀传统文化博大精深，是我们祖先留下的宝贵智慧结晶，其中许多思想精华、处世原则和哲理睿智至今仍是我们做人做事所遵循的标准。本次学习不仅让我从思想认识上对中国传统文化进行了深刻的了解，还为我今后的教学工作提供了有益的思考和借鉴，在今后的工作和生活中我们要积极发扬传统美德，让仁爱、孝悌重回我们心中，将忠诚、守信应用于我们的一言一行，这样我们的社会才会更加安定和谐，我们的国家才能更加兴旺发达。

一、了解中国传统文化，提高思想觉悟认识

以前，在生活学习中仅仅了解过《弟子规》《论语》中的篇章，其余国学书籍看之甚少。但是通过这段时间学习认识，抓紧对《道德经》、《论语》、《弟子规》等，使我对修身、

处事、接物等行为有了新的认识：一是对“孝”的认识。其实“孝”对我们这代人来说，孝敬父母是不难的，只限于物质上给父母买东西和给点钱，但格局不高，不能做到从精神上关心。缺少一份大爱，做不到“泛爱众”，也没有“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”的胸怀。更重要的是我们的子女，他们对“孝”有着严重的缺失，导致了他们的骄纵和不负责任，没有了最起码的道德。所以，我们在做好孝敬父母的同时，还必须让子女知道这也是他们必须具有的品质，让他们承担自己该做的一切，把“孝”这种美德传承下去，这样才会从小爱上升到大爱，成为一个对家庭、对社会有用的人。二是从“谨信”做起。《弟子规》作为日常生活的行为守则，无论从“列典籍、有定处”，还是“房屋清、墙壁净”等等，都告诫我们做每件事都要仅仅有条。我以前在工作中计划不周全，想到哪就做到哪，毫无头绪，所以工作效率不是很高，但是通过学了《弟子规》，我就开始对教学工作、科研工作进行规划，工作效率有了很大地提高。三是讲诚信。老子说：信言不美，美言不信，所以在日常工作学习中，不只听顺耳的，而是做到诚实守信。势服人，心不然；理服人，方无言。老子也说：民之不畏，则大畏将至矣。所以作为高校教师在教学工作中，对学生要宽厚仁爱，不能一味的进行批评，而要有一定的赞赏和鼓励，这样才能将教学工作做得更好。

二、学习中国传统文化，提高自身处事修养

人的一生是从学习开始的，子曰：学而时习之，不亦说乎？开篇即提出了以学习为乐事，反映了孔子一生学而不厌、诲人不倦、注重修养，严格要求自己的主张。一个人在生命的历程中，有很多不可知的部分，但是知识可以增长才干，知识可以改变命运。因此，作为教师，我们不能觉得自己已经学完了，要树立终身学习的思想，不断学习才能不断进步。社会在发展，所以我们要在平时的工作中不断提高自我的教学水平 and 科研水平，向老教师学习经验，向新同事学习新观点，这样才能使我们的教学工作得到更进一步地提高。同时学习

中国传统文化，不仅仅停留在学习表面，还要努力将之付诸于实践。“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。尤其是我们面对学生，要为自己说过的话负责，所谓“君子一言，驷马难追”，说的就是这个道理。言既出，行必果，说出去的话就像泼出去的水，不可收回，不可反悔。对学生们提出的意见建议要认真研究解决，要敢于承担责任。

三、应用中国传统文化，教书育人全面发展

作为一个中国人不了解自己国家的文化是可耻的，在当今经济全球化发展的进程中，不断地有新的元素融入到我们生活中，如今许多的年轻人为了追求时尚、追求特立独行，在人生进程中已迷失了自己。崇尚欧美、韩、日已经成为了一种风尚，现在有些年轻人能够流利讲出国外的服饰，以及饮食文化，能够讲一口流利的外语，却对我们中国的传统文化了解不深，甚至不能流利的朗诵一篇孝经。中国上下五千年文明给后代留下了无穷无尽的精神财富，传统文化是我们这个民族的血脉，是我们这个民族的脊梁。没有了深厚的传统文化，我们会变得野蛮、愚昧，缺少了对传统的了解和认识，我们将变得浅薄、无知。

但是在年轻的中国一代中，这种传统精神的影子越来越模糊了。提起传统文化，我们的学生大多数没有什么清晰的概念。通过学习传统文化可以培养文化气质，开拓学生的人生境界，并能启悟生命的智能，发挥理性的功能。传统文化中有许多有价值的东西，反映了中国人民在改造自然和社会中的一些

高尚品质，是应该得到继承的。华夏文明的中国，有着五千年的文明历史，有着博大精深的传统文化，当今社会面临着危机，只有传统文化才是立于不败的民族基石，所以我们现在仍有必要系统地将我们的传统文化教授于学生，使学生对传统文化产生兴趣，深入了解，才能全面发展。

总之，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。

“达则兼济天下，穷则独善其身”。当你被时代所器重时，就要担当重任，有所作为；当你郁郁不得志时，就要甘于寂寞，不断完善自己，修身养性，博闻强识。而我们作为公务人员，更要有“兼济天下”之心，修其身，精其业，善其事，做到恪尽职守、克己奉公。我们不但要力求“言悖而出者，亦悖而入；货悖而入者，亦悖而出”，更要有“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的政治抱负。

修身、齐家、治国、平天下。作为一名高校教师，学习中华

优秀传统文化，就应当将其应用在教书育人这份事业上，努力做好为祖国培养全面发展身心健康的下一代这项工作。

传承传统文化感悟篇五

通过对青岛理工大学人文社会科学学院谭院长《中华传统文化经典》辅导报告的学习，让我对传统文化有了一个全新的认识，过去我一直认为文化是一种飘渺虚无的东西离我们很远。通过学习使我了解到文化其实就是一种社会现象，是人们长期生活创造形成的产物。是指大到一个国家一个民族民族小到一个人的言行举止、生活方式、行为规范、思维方式、价值观念等。使我们的的心灵有所启迪，有所受益，也就说要对照一下我们是如何做人的，如何交友的，我们对待学习的态度怎样……我们要用心去读，认真品味，才能够荡涤内心深处的污垢，净化我们的心灵，提升我们的道德水准，做一个实实在在的中国人。

作为一个中国人，我们怎能不了解自己的文化呢？虽然我们生活在这个社会被中国传统文化潜移默化地影响着，但我们仍有必要系统地学习我们的文化。因为在当今经济全球化发展的进程中，不断地有新的元素融入到我们生活中如今许多的年轻人为了追求时尚、追求特立独行，在人生进程中已迷失了自己。哈韩、哈日已经成为了一种风尚，我们现在有些年轻人能够流利讲出国外的服饰历史以及饮食文化能够讲一口流利的外语，却对我们中国的传统文化了解不深，甚至不能流利的朗诵一篇孝经。

中国上下五千年文明给后代留下了无穷无尽的精神财富，传统文化是我们这个民族的血脉，是我们这个民族的脊梁，没有了深厚的传统文化，我们会变得野蛮、愚昧，缺少了对传统的了解和认识，我们将变得浅薄、无知。但是在现代中国人的身上随着一代一代更替，这种传统精神的影子越来越模糊了。提起传统文化，成长于文化断层期的现代人多数没有什么清晰的概念。

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。传统文化中有许多有价值的东西，反映了中国人民在改造自然和社会中的一些高尚品质，是应该得到继承的。

在五千年的历史长河中，中华民族形成了以爱国主义为核心的团结统一、爱好和平、勤劳勇敢、自强不息、厚德载物的伟大民族精神。这种民族精神深深植根于中华民族的优秀传统文化，吸收了人类文明的优秀成果。中华民族的五千年的文明史创造了源远流长、博大精深的民族文化，有许多优秀的思想精华永远值得我们发扬。“自强不息”的开拓精神；“厚德载物”的博大胸怀；“富贵不能淫、贫贱不能移、威武不能屈”的浩然正气；“国家兴亡、匹夫有责”的爱国主义精神；“先天下之忧而忧、后天下之乐而乐”的无私奉献精神；“衙斋卧听萧萧竹，疑是民间疾苦声”的忧国忧民的情怀等等，这些凝结了中华民族精神的思想，对中华民族的形成和发展起得了极其重要的作用。

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。