# 学中华传统文化的心得体会 传统文化学习心得(精选14篇)

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2025-06-03

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。学中华传统文化的心得体会篇...*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。好的心得体会对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇心得体会下面小编给大家带来关于学习心得体会范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

**学中华传统文化的心得体会篇一**

中华传统文化是指以华夏民族为主流的多元文化，在长期的历史发展过程中融合、形成、发展起来的，具有稳定形态的中国文化。他包括思想观念、生活方式、风俗习惯、宗教信仰、文学艺术、教育科技等诸多层面的内容。改革开放以来，我们党在总结历史经验的基础上，不断发展、创新自己的理论体系，从建设有中国特色社会主义理论的诞生，到坚持“以人为本”的科学发展观，再到建设社会主义和谐社会的理论基础。党在坚持根本理论阵地的同时，对传统文化的发展和继承，也给予了更多的关注。通过学习《弟子规》、《道德经》等中华传统文化，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。然而，通过这段时间对《道德经》和《弟子规》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。“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。

在两天的学习中华传统文化过程中，使我受益良多，也有一些感想体会。首先家和万事兴，富而不乐，贵而不安。人生最难的不是奋斗，而是抉择。这些都在于我们每一个人的判断力、智慧以及不断的学习，所以人要时时地停下脚步来思考，方向是不是正确，不能在“忙、盲、茫”中度过。在我们的人生中，处处都充满了抉择，从择食、择言、择业、择偶、择友等各方面，都需要我们要有判断力，要有智慧，而这些都归于我们是否学明白了，不能因为我们自己退却的心，消极的心，坏习气而打败自己，福田靠心耕，量大才能福大，大舍才会有大得。中国传统文化的核心就是道德。五伦八德：夫义妇德、父慈子孝、兄友弟恭、君仁臣忠、朋友有信。而其中，百善孝为首，我们就应该以身作则，养父母之身、养父母之心、养父母之志，养父母之慧。

人生当中有很多挑战，改坏习惯的过程是不断上进的，但不是直线上升，而是总会有很多波折的曲线上升。另外“行有不得，反求诸己”这句话很有道理，当我们遇到了挫折或困难，要在自己身上找原因，不要总是怪别人，怨天尤人。在我们平常处事行事的过程中，别人对不对不是最重要的，首先要看看自己做的是否正确。“各自择，天心地宁；各相择，天翻地覆”，所以在生活中我们应该少说抱怨的话，多说宽容的话；少说讽刺的话，多说真诚的话；少说命令的话，多说尊重的话；少说批评的话多说鼓励的话。家里的每个人，都做好了，那这个家自然兴盛，自然和谐。

其次百善孝为先，什么是孝？如何行孝?有父母去奉养，有亲爹、亲娘可以叫，是一种人生的幸福，不能做“树欲静而风不止，子欲养而亲不待”的后悔事。夫孝，德之本也，教之所由生也。

夫孝，天之经也，地之义也，民之行也，故天经地义乃为孝。并且我们中国人的孝并非愚孝，舜的故事告诉我们孝敬父母，不能让父母难受，伤心，“大杖则走，小杖则受”的心灵才是对父母真正的孝顺。

居则致其敬，养则致其乐，病则致其忧，丧则致其哀，祭则致其严。今之孝者，立身行道，而扬名于后世。

还有礼在人际关系中的运用“鞠躬”之礼，并非在于形式，而真正的是关乎行礼之人的内心是否恭谦，鞠躬之礼就是要告诉自己应该常处下，用来降服自己的傲慢之心。

有礼之人，礼可以成为他生命中的助力，而无礼的人，则是阻力。“礼者，敬而已矣”，有礼之人，为人真诚，可以得到长辈的帮助和提携，因为人际关系就像一面镜子，你对他笑，他就对你笑，你对他不友善，他也不会对你好，“而凡人之所以为人也，礼仪也”。

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。

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。在当今社会，物欲横流，人们急功近利，道德和良心的缺失在年轻一代中尤为突出，所以学习中华传统文化，发扬传统美德，让仁爱、孝悌重回到我们心中，让忠诚、守信应用于工作和生活中，使我们的社会安定和谐，国家兴旺发达。

“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。尤其是作为职场中的我们。

做人要懂得感恩。对一个人而言，应该报答的最大恩情是父母的养育之恩，所以《弟子规》第一章就是《入则孝》感恩之心体现在一个“孝”字上，“父母呼应勿缓父母命行勿懒”“父母教须敬听父母责须顺承”，想一想这些都是我们做儿女的孝顺父母的基本要求，但我却有很多没有做到：经常会把工作中的不良情绪带回家，面对父母的唠叨，觉得很烦；有时对父母的牢骚，不能很好的给予劝慰，置之不理??想想自己平日对父母的关心太少了。

从校园已经走出来一段日子了，刚开始的时候，总是怀念象牙塔里的单纯。

的美好，怀念坐在课堂上听老师讲课的那种如沐春风的感受，怀念着以前的一切，总是不想告诉自己要向前看，总是把自己蒙蔽在过去的生活中，不去想迎接新的生活；总是抱怨周边的环境太过复杂，抱怨这个社会是多么的世俗，忘了继续追寻生活的美好。生活在回忆里，痛苦在现实中。在不遇到问题的时候，充满自信的对待一切，而在遇到真正挑战的时候，既没有小隐于野的气魄，更没有大隐于市的心境，也只不过是俗人一个。所以非常感谢领导们在我彷徨的时候给了我机会参加传统文化的学习，提醒自己应该如何继续以后的人生。自从我自己学习传统文化以后，就越来越感觉到这条路越走越宽广，也希望有更多人受益。并介绍自己周围的`朋友和一些素不相识的有缘人来到国学班学习，学习的道路还很漫长，希望大家都能够践行圣。

中国传统文化给后人留下了浩如烟海的古籍，光辉灿烂的思想，绵亘不绝的历史，深邃玄奥的智慧。在这个被西方的风俗习惯及思潮日日侵扰的今天，在这个人人拜金的物欲横流的今天，在这个良心大大地被撕咬的今天，中国传统文化的学习对于我，是一次很大的心灵震撼。

任何一个民族、一个国家，不管是对历史负责，还是对未来负责，都应保有自己的文化特色，保护自己的文化遗产。中国传统文化是中国的特色，是中国宝贵的物质和精神财富，是五千年文化的积累，是中国文化保持长久生命力的重要因素。因此，我要加强中国传统文化的研究、整理，从中吸取精髓，使之发扬光大。

我觉得优秀传统文化的学习会让人受到很好的熏陶，三字经、弟子规、论语和四书五经等等，这些古人给后人传承下来的优秀文化遗产，特别值得我们深入的学习和思考，那些文人墨客的为人之道也早已给我们以证实。人的道德必然与他的成功与否有着密切的关系，客观事实的规律是不能人为的改变它的运作。我们作为教师，教书育人的前提，就要让孩子先学会做人，然后再做事，万事德为先，一个人有了良好的品德，才会在学习和工作中得到大家的肯定和认可。因此，我觉得：现在的中小学幼儿园也应该把这些传统文化载入课程，不只是停留在表面，而是深入学习，真正让下一代从中悟出些做人做事的道理。同时作为一名人民教师，一定要以身作则，作为传道授业解惑的育人者，承担着教书育人、为人师表的光荣职责。教师的仪容、表情、举止、服饰、谈吐、待人接物等都成为学生和社会的楷模。因此在日常生活中，我们要注意自己的一言一行，因为那会影响到学生。

现代价值。又如，在我们平时的工作和生活中，难免有不同的冲突，但是对任何事情，我们要有这样的心态，“退一步海阔天空。”也许事情就会是另一种结果，无论在家中还是在单位，只要我们每个人都做到：各自责，天清地宁。各自从自己身上找到不足，那我们将生活在一片宽阔宁静的天空下，何乐而不为？因此，我将从已做起，发扬优秀的传统文化美德！

**学中华传统文化的心得体会篇二**

近年来，中国传统文化的热潮在青年学生中迅猛蔓延。借着政府的扶持和社会的关注，越来越多的大学开设了传统文化相关的课程，并大力推广传统文化的学习。作为一名大学生，我也有幸参与了传统文化的学习，获得了一些心得体会。本文将从多个角度谈谈我对传统文化学习的感受和体会。

首先，传统文化的学习为我打开了一扇了解历史的窗口。在传统文化的学习中，我了解到了一些我以前从未听说过的历史事件和人物。例如，我了解到了一些古代文人墨客的事迹和作品，比如杜甫的《登高》、苏轼的《赤壁赋》等。这些文学作品不仅让我更深入地了解了古代文化，还让我对古代社会的风貌有了更加直观的感受。通过对历史事件的了解，我更加明白了传统文化的渊源以及中国传统文化在世界文化领域的地位和作用。

其次，传统文化的学习让我受益匪浅，使我在思考问题时更加细致入微。传统文化注重的是细致入微的思考和观察。通过学习古代文学作品，我发现古代文人在创作过程中注重细节的描绘，以及善于捕捉生活中细节的变化与规律。这使我在自己的学习和生活中也更加关注细节，并且注重思考问题的各个方面。我明白了只有将思考问题的角度多元化，才能更全面地认识和解决问题。

再次，传统文化的学习培养了我对艺术和审美的鉴赏能力。传统文化蕴含着深刻的艺术价值和审美情趣。通过学习古代文学作品和艺术表演，我对中国传统艺术的独特魅力有了更深入的体会。我发现传统文化中的诗词、画作、戏曲等艺术形式，无不散发着独特的艺术魅力，让我受益良多。在日常生活中，我更加注重品味美的东西，更具有欣赏和鉴赏艺术品的能力。

最后，传统文化的学习让我加深了自己的文化自信心。中国的传统文化源远流长，是中华民族的瑰宝。通过学习传统文化，我对中国传统文化的博大精深有了更多的了解，同时也更加坚定了自己对中国文化的自豪感和自信心。我深信只有了解并传承好我们祖先留下的宝贵文化遗产，我们才能更好地保持我们民族的独特性和传统优势。

综上所述，传统文化的学习为我打开了了解历史的窗口，增加了我的历史知识储备；传统文化的学习让我思考问题更加细致入微；传统文化的学习培养了我对艺术和审美的鉴赏能力；传统文化的学习加深了我的文化自信心。我相信，在未来的日子里，我将继续坚持学习传统文化，将其融入到我的生活和学习中，为中华民族的文化复兴贡献自己的一份力量。

**学中华传统文化的心得体会篇三**

是因为参加这次讲座的有小学生、大学生、中年人、老人、工人、农民、有职业、无职业、企业家、国家干部还有来自各个层面的自愿者等方方面面的人组成的群体，唱的是那样真挚，那样充满激情。我感到我们的人民都是爱国的，对国家都是充满无限期望和爱戴的!我感到我们的国家是会越来越繁荣昌盛的!我为我是中国人而骄傲、而自豪!几天来，老师给我们讲了《弟子规》《孝经》《女戒》，并结合实际讲了\"涵养女德幸福人生\"、\"夫妇相处之道\"、\"家庭教育之根本——母教\"、\"如何做一名好女人\"等课题。我深深的被感动着、被震撼着。多次流下眼泪。

我是60年代出生，从小学、中学、大学的课本上从未接触过《弟子规》等传统文化，父母没有读过书，只是从父母的身体力行、言行举止当中去体会、去学习做人要善良、待人要诚恳、做事要认真和公正。如今已是天命之年，已做了女儿、妻子、母亲、儿媳。回顾自己走过人生路程，过去自我感觉做的很好，但是通过学习传统文化以后。对自己是一次心灵的洗涤，觉得自己很渺小，与孔圣先贤的要求存在很大差距。特别学唱《跪羊图》歌曲时，觉得自己对父母亲的尽孝流下了终生遗憾。父母亲已经去世，只能与二老梦中相见了!

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做人要懂得感恩。对一个人而言，应该报答的最大恩情是父母的养育之恩，所以《弟子规》第一章就是《入则孝》感恩之心体现在一个\"孝\"字上，\"父母呼应勿缓父母命行勿懒\"\"父母教须敬听父母责须顺承\"，想一想这些都是我们做儿女的孝顺父母的基本要求，但我却有很多没有做到：经常会把工作中的不良情绪带回家，面对父母的唠叨，觉得很烦;有时对父母的牢骚，不能很好的给予劝慰，置之不理......想想自己平日对父母的关心太少了。

从校园已经走出来一段日子了，刚开始的时候，总是怀念象牙塔里的单纯的`美好，怀念坐在课堂上听老师讲课的那种如沐春风的感受，怀念着以前的一切，总是不想告诉自己要向前看，总是把自己蒙蔽在过去的生活中，不去想迎接新的生活;总是抱怨周边的环境太过复杂，抱怨这个社会是多么的世俗，忘了继续追寻生活的美好。生活在回忆里，痛苦在现实中。在不遇到问题的时候，充满自信的对待一切，而在遇到真正挑战的时候，既没有小隐于野的气魄，更没有大隐于市的心境，也只不过是俗人一个。所以非常感谢领导们在我彷徨的时候给了我机会参加传统文化的学习，提醒自己应该如何继续以后的人生。

自从我自己学习传统文化以后，就越来越感觉到这条路越走越宽广，也希望有更多人受益。并介绍自己周围的朋友和一些素不相识的有缘人来到国学班学习，学习的道路还很漫长，希望大家都能够践行圣。

**学中华传统文化的心得体会篇四**

传统文化是民族文化的重要组成部分，是中国国土、历史、民风、民俗的文化精髓和生命力的集中体现。学习传统文化，对于现代人来说至关重要，既可以拥有理性思维，又能够培养自身情感、美学、伦理和人文素养。在我的传统文化学习过程中，我汲取了许多心得体会。

一、文化价值观的重视。

中国传统文化强调“仁义礼智信”，这些价值观已成为现代社会的通行观念。学习传统文化，更能够理解人生真相和社会规范，从而明确自己的生存方向和价值取向。同时，文化的传播也需要文化价值观的引导，文化需要我们去传承和弘扬，也需要我们将传播文化的责任承担在自己的肩上。

历史文化是各个文化体验的积累和总结，每个时代都有属于自己的独特文化表现。对中国历史的了解，可以让我们体会文化、艺术、哲学的演变过程，接触先辈人物的故事和哲学思考。站在这些历史文化的角度上，品味历史沉淀的艺术与文化，大大增加了学习的体验感和美感受。

三、文艺文化的领悟。

文学、音乐、绘画、书法、雕刻等文艺活动是文化的载体和表达形式。中国历史悠久，文艺著作众多，其创作类型和风格千差万别。学习文艺文化，能够帮助我们领略优美的艺术和文字，增强审美能力，加深对文艺的感悟和对传统文化的理解。

四、领袖教师的指导。

学习传统文化需要寻找领袖教师，让他们成为我们学习和认知的指导。他们的学问和见解，让文化不再单纯的停留于文字表达，而是更加深入的理解和吸收。同时，优秀的领袖教师，也能激励我们坚持文化教育理念不断探索、学习和创新。

五、文化自信和人文素养。

现代社会在国际交往中，文化交流和文化认知显得越来越重要。对于中国来说，传统文化是凸显中国特色、彰显民族精神的重要元素。有了对传统文化的了解，我们站在更高的文化自信和人文素养的平台上，能够更好的与世界进行交流，共同推进文化交流和文化发展。

总结。

传统文化是国家、民族和文化的重要标志，其学习具有深远的意义和重要价值。在我们谈论传统文化本身的内涵时，更应该将传统文化的观念、意识、行为等方面放在同等甚至超越语文、居民文化的高度去理解，寻找更多实现它的途径和方法。学习传统文化的多方面体验所带来的启示和思考，可用于传播文化、丰富生活、培养自我和展望人生。

**学中华传统文化的心得体会篇五**

随着时代的发展，传统文化在现代社会中逐渐被边缘化。然而，学习传统文化并深入了解其内涵与精髓，对于现代人来说，具有重要的意义。在我的学习过程中，我深刻感受到了传统文化的价值与魅力。本文将介绍我在学习传统文化后的心得体会，并对其重要性进行探讨。

第一段：传统文化的内涵与特点。

传统文化是一个民族历史发展过程中积淀下来的宝贵财富。它包括了语言文字、文学艺术、宗教信仰、风俗习惯等丰富多样的内容。传统文化具有着独特的特点，不仅代表了一个民族独有的审美观念和价值观念，更体现了人们对生活、对世界的认知与理解。学习传统文化，一方面可以增加对自己文化根源的认同感，另一方面也能够启迪我们对于生活的思考，提供我们德行修养与情感体验的滋养。

在当今社会，随着全球化的不可阻挡，传统文化的边缘化已经成为一个客观存在。越来越多的人更加倾向于追求西方的思想与价值观。然而，这种情况不利于我们民族文化的保护与传承。学习传统文化能够增加我们对文化的自信心，更好地维护和发展民族特色。同时，传统文化还是我们民族发展的重要支撑，只有扎根于传统文化的土壤中，我们才能够有更坚实的步伐踏上现代化的道路。

学习传统文化会对我们的思维方式和行为习惯产生积极的影响。传统文化的思维方式强调整体性思维、和谐性观念以及人伦关系的重要性。这些都对我们形成良好的处事态度和价值观念具有积极启示作用。传统文化强调孝道、仁爱、和谐等核心价值观，这些价值观的灌输和实践，可以培养我们的责任感和共情能力，使我们成为有担当、有道德底线的公民。

除了学校的传统文化课程和经典著作的学习，我们还可以通过参观博物馆、书籍阅读、话剧表演等各种途径来学习传统文化。我们也可以通过参与一些与传统文化相关的活动，比如中国结的制作、书法绘画的学习等来加深对传统文化的了解。同时，我们要有主动探索的精神，积极去了解不同地区、不同民族的传统文化，从中汲取营养，丰富自己的文化修养。

第五段：结语。

总的来说，传统文化是我们民族文化的根基和灵魂，学习传统文化对于我们每个人来说都是一种必要而有益的修行。学习传统文化，不仅可以增加对自己民族的认同感，还可以增进对人生的思考和对世界的理解。只有通过持续不断地学习和传承，我们才能够真正发扬光大传统文化，造福于社会和人民，让传统文化与时俱进地生生不息。让我们共同努力，掌握好传统文化的精髓，为中华文明的传承和发展做出我们应有的贡献。

**学中华传统文化的心得体会篇六**

传统文化是一个民族的宝贵财富，它记录了一个民族的历史、价值观和智慧。然而，随着现代科技的迅猛发展和快速变革的社会背景下，许多人对传统文化的了解和关注程度逐渐减少。如何学习传统文化，让它成为我们生活的一部分，是我们每个人都需要思考的问题。在我学习传统文化的过程中，我体会到了一些心得和体会。

首先，要重视传统文化的学习和研究。了解传统文化的最重要的途径就是通过学习和研究。我们可以从图书馆、博物馆、文化活动以及互联网上寻找相关的资料和信息，来了解我们感兴趣的传统文化内容。此外，还可以通过参观展览和参与传统文化相关学习班等方式积极学习。我曾经参观了一次传统文化展览，通过展览中的文物、图片和视频，我对传统文化的发展和演变有了更深入的了解。

其次，要尝试亲身体验传统文化。学习传统文化不仅是理论的学习，更是要亲身去体验其中的乐趣和魅力。如果我们正在学习书法，可以尝试亲自挥毫泼墨，感受书法的艺术魅力；如果我们对传统舞蹈感兴趣，可以报名参加舞蹈班，学习传统舞蹈的技巧和动作；如果我们想了解传统音乐，可以亲自学习一种乐器，弹奏传统乐曲。亲身体验传统文化的过程，不仅能够加深对传统文化的理解，还可以感受到其中所蕴含的特殊情感和艺术表达。

再次，要关注传统文化的应用和传承。传统文化不仅仅存在于历史书籍或博物馆中，它也是我们生活的一部分。我们可以将传统文化与现代生活相结合，通过创新和应用，使传统文化更有活力。例如，当我们欣赏传统绘画时，可以尝试将其艺术元素融入到现代设计中；当我们学习传统文学作品时，可以尝试创作一些具有现代特色的作品。同时，传承传统文化也是我们应当重视的任务。我们可以将传统文化传统给后代，通过举办传统文化讲座、义演等方式，让更多的人了解和深入学习传统文化。

最后，要认识到学习传统文化对我们的意义。传统文化是我们民族的瑰宝，它承载着我们民族的智慧和精神。学习传统文化不仅可以让我们更好地了解自己的历史和根源，还可以让我们更深刻地认识到我们所处的时代和社会的责任和使命。在学习传统文化的过程中，我们可以从中获取到一种精神指引，让我们在现实中更好地面对挑战和困难。

综上所述，学习传统文化是一个需要投入心思和时间的过程。通过重视传统文化的学习和研究、尝试亲身体验传统文化、关注传统文化的应用和传承，以及认识到学习传统文化对我们的意义，我们可以更好地将传统文化融入到我们的生活中，让它成为我们精神世界的一部分。

**学中华传统文化的心得体会篇七**

在一个民族生存和发展的整个过程中起着重要的作用，每一个民族都因其独特的特征而有别于其他的民族，它是民族精神的重要体现。下面是本站带来的传统文化教育心得，希望可以帮到大家。

75位诺贝尔奖获得者的共识:只有中国的传统文化，才能引领世界的未来。

1988年，在法国巴黎召开的“面向21世纪”第一届诺贝尔奖获得者国际大会上，75位诺贝尔奖得主围绕着“21世纪的挑战和希望”的议题展开讨论，得出的重要结论之一是:“人类要生存下去，就必须回到25个世纪之前，去汲取孔子的智慧。”

几个华裔甚至日裔的科学家获得诺奖之前的教育表明:在少年时期受到中华传统文化的教育的人，对后天的高端、前沿的科学研究是积极的促进。

据20xx年度诺贝尔物理学奖得主高锟在上海的表兄、上海文史馆馆员姚昆田7日晚间在接受新华社记者时说，从小在上海长大的高锟，不仅对物理化学感兴趣，他的。

国学。

根基也很深。“我和高锟小时候，拜了同一个家庭教师，补习的不是英语，而是国学，是古典文学，因而高锟从小的国学根基就很扎实。”“每到寒暑假，高锟就要在家庭教师的指导下，读《论语》《孟子》，还有《古文观止》，这些都是要背诵的。”姚昆田认为，高锟取得的科学成就，其实与他从小打下的中华传统文化底子也有很大关系。“一个人智慧的成长，传统文化的继承在无形之中起了潜移默化的作用。”

无独有偶，杨振宁说:“我之怀疑奇遇不灭定律，这和我在西南联大读《易经》心得有关。《易经》中既有阴阳相似的道理，又有阴阳消长或阴盛阳衰，阳盛阴衰，剥久必复，否极泰来的道理。”杨父很早发现杨振宁在数理上“有异秉”。睿智的父亲并没强化、发展其子天分，而请清华大学国文教师教他国粹。初中两个假期，杨振宁背会《孟子》。杨振宁形容古典文化对他人格形成、思维方法及科学研究“如阳光和水”。

李政道是从周敦颐《太极图》中萌生灵感:“中国传统文化给了我深刻的思想启迪。形象动荡的太极图，深深表达了宇宙星云至电子质子的一切形成。”

丁肇中在传统文化教育下长大。他说:“《大学》的格物致知精神使我成就大业。”他希望中国下一代对格物致知有新的认识和思考，使实验精神真正融为中国文化一部分。

日本汤川秀树母亲是中国人。他启蒙于《论语》、《孟子》、《老子》、《庄子》。他最爱《庄子》是因《庄子》使他开窍。“一天，我正在思考基本粒子时，是更基本的粒子构造吗?”由是，《庄子》确定了汤川秀树的“介子”理论。

据《人民日报》报道，12月7日下午中国首位诺贝尔生理学或医学奖得主屠呦呦在瑞典卡罗林斯卡医学院发表了演讲，其字里行间既充满对中华传统文化的尊重，同时，也是对传统文化的践行，一句话就是中华传统文化造就了屠呦呦。

青蒿素的提取是传统文化的践行。正如屠呦呦所说:当年我面临研究困境时，又重新温习中医古籍，进一步思考东晋(公元3-4世纪)葛洪《肘后备急方》有关“青蒿一握，以水二升渍，绞取汁，尽服之”的截疟记载。这使我联想到提取过程可能需要避免高温，由此改用低沸点溶剂的提取方法。从高温到低温是最关键的一环，正是传统文化的博大精深提醒了屠呦呦，让其能够悟到提取过程需要避免高温，从而奠定成功的基础。

青蒿素的发现是尊重传统文化的必然结果。青蒿入药源于传统的中医药方。最早见于马王堆三号汉墓的帛书《五十二病方》，其后的《神农本草经》、《补遗雷公炮制便览》、《本草纲目》等典籍都有青蒿治病的记载。屠呦呦也道出其中奥妙:“中国医药学是一个伟大宝库，应当努力发掘，加以提高。”

可见，屠呦呦的成功须臾离不开传统文化的熏陶，是传统文化的博大精深造就了屠呦呦。如果你也想获得杰出成就的话，屠呦呦坦然:请各位有机会时更上一层楼，去领略中国文化的魅力，发现蕴涵于传统中医药中的宝藏!

我国基础教育改革的路径不是西化，而是回归优秀传统。

中国传统教育观念其实非常先进，西方教育者在一两百年前说的话，我们的祖先在两三千年前就说过了。“早教”的概念似乎是近年从西方引进的，而我们的祖先早就强调“教妇初来，教儿婴孩”;现代西方教育思想特别强调给儿童自由的成长空间，家长不要对孩子干涉太多，我们的前辈对此观念已概括为“处无为之事，行不言之教”;我们现在学校大张旗鼓地引进西方的个性化教育，而两千多年前就出世的“因材施教”四个字，说的不正是这个观点吗?还比如“读万卷书，行万里路”，这和苏霍姆林斯基、杜威等教育家崇尚阅读、强调在做事中学习的观点又是多么吻合。从春秋时代的孔子，到现代教育家陶行知，再到当代一些教育学者，他们的理论诉求惊人地一致，而且与西方先进教育理念并无牴牾，只不过是呈现方式不一样。所以“中国传统观念”没有对不起我们，中国传统教育思想非常先进，是我们辜负了它。如果说我们现在确有很多困惑，不是传统观念困厄了我们，恰是我们抛弃了优秀的传统观念后迷失了方向。

因此，无论是为了培养像诺奖获得者这样的高端人才，还是普遍提升全民族科学素养，中国文化区的教育都应该像西方重视传统文化中的经典教育，让孩子在成长的过程中，与历史上的圣人、智者由亲近到对话，不断提升胸襟和器识，再结合真正的科学教育，人才可以培养出来了。

当离开了传统文化教育基地——赵各庄第二小学时，心中久久不能平静，感动于那些天真纯朴的孩子们精湛出色的表演，感动于学校师生良苦用心的编排策划，传统文化教育像一朵盛开的花朵，扎根于这所特色教育的学校。

作为社区工作者的我们，要如何倡导传统文化教育呢?首先要从自身做起，从一滴一点做起。加强责任感，包括家庭责任感、工作责任感、社会责任感。在家庭中，我们认真孝敬父母、全心教育孩子、把传统文化灌输于家庭环境中，实现家庭和谐、做社会的榜样;在工作中，我们要把传统文化中的精髓、理念贯穿于工作中，以浅显易懂形式，将传统文化引导给群众，做一个知书识礼、文明守信的文明公民;在社会中，我们要大力倡导传统文化教育，树立良好的社会风气，内化品质、外现行动，逐步实现社会和谐。

社区两委班子成员认真学习了传统文化宣传资料，尤其是观看了同龄人献身说法后，深受感动，感觉从中悟出了很多道理，学到了怎样为人处事，特别是如何孝敬父母长辈，如何友爱兄弟姐妹，如何与人为善，如何勤学自励，这些都给了大家很深刻的启迪。通过学习明白了什么是道德，什么是真爱，什么是孝道。同时也深深地懂得：做人一定要有德。只有有德之人，才会去关心爱护他人，才会懂得理解尊重他人，才会孝敬父母友爱兄弟，成为一个对社会有用的人。

同时，大家也一致表示，在社区弘扬传统文化有着极其重要的现实意义和深远的历史意义。弘扬传统文化要从一滴一点做起，从自身做起，做为一名社区干部，要立志于传统文化的学习者、传播者和实践者。

组织传统文化图片展览宣传。组织社区两委班子成员、居民党员、群众骨干到融园建材新楼，进行传统文化教育——。

弟子规。

的图片展览，此图片展以直观、新颖的形式让群众接受了传统文化教育。居民对于这种直观、灵活多样的形式比较认可，深受欢迎，也使居民们受到了一次传统文化的精神洗礼。

为进一步加强传统美德教育，努力在全社区营造一种对传统文化、传统价值观认同的氛围。融园社区于20xx年6月13日在社区会议室开展了融园社区国学教育宣传大会活动，社区内各年龄段的居民多达40人参加。

现在社会上不良风气的蔓延亟待人们重温传统礼仪，摒弃不良习惯。例如：社区独生子女中存在着严重的“唯我独尊”的心理，不尊敬师长，亲情意识淡漠;受不良文化和社会风气的影响，分不清美丑、是非、荣辱的界限，脏话满口，损人利己，以至做出违纪违法的事情，加之融园社区地域广大，居民素质参差不齐，同时个人修养、公德意识亟待提高，公共环境卫生较差，居民中缺乏整体观念，很少顾及社会影响，随地吐痰、衣着不整随处可见，部分居民思想道德素质较低，破坏欲强，经常破坏社会上的公共财物和社会的公共设施，这些对于未成年人耳濡目染造成极坏影响。

正是基于以上现象，融园社区开展了这次国学教育宣传大会。会上播放了石家庄传统文化论坛精选，视频中的一个个感人的、发人深省的案例，不能不说祖国传统文化具有强大感召力。社区居民纷纷表示说：“弘扬传统文化是令我们高兴和期待的一件事，我们从中看到了希望，看到了新一代的希望，看到了祖国的希望，看到了伟大祖国传统道德的复古，看到了富有二千多年文明史的祖国迎来了全新的风貌。”也有的社区居民饱含热泪的说：“我的孩子有希望了，我们一直在教育孩子上没什么好方法，没想到咱们老祖先，早就给咱们想好啦!往后可要好好学习学习老祖先的文化。”

大会持续了近2个小时，不管是观看视频还是讨论，期间没有一个居民提前离席，观看期间不时的响起居民的掌声，也不时的有居民眼含热泪。可见国学教育、圣贤文化是当前构建和谐社会之必需!文化是一个民族的脊梁，如果一个民族的脊梁都断裂了，那怎么谈复兴?所以要重振国学，弘扬国学，继承中国文脉，恢复中华文化的高度自信，提高民族文化素质，加强爱国主义教育，弘扬国学，学做好人、塑造品行、规范行动、感恩父母、报效祖国，从而成为栋梁之材的必由之路!是中国社会发展的需要，是中华民族腾飞的需要!

6月27日至6月30日，我校全体教职工在学雍多闻学堂进行了一次别开生面的全封闭式中国传统文化学习。本次由教育专家李英庆老师主讲，我感到收获颇丰。

中华民族文化博大精深，象奔腾的黄河，源远流长，生生不息。不学不知道，古圣先贤早已为子孙后代把做人的准则，教育的理论全部总结好了，这些理论经得起时间考验，也得到全世界仁人志士的公认，我为中华民族的灿烂文化感到自豪。

在重点学的《弟子规》中知道这是一本古代供入学儿童必读的书，书中以儒家思想为理论来教育后代，在读完后我以此书为镜，发现当代在家庭、学校的教育中有相当没能做到书中所言，甚至以误为对，以至出现许多的问题。将思想回到学校教育，我们在教学中遇到的问题百思不得其解，常自问我们为学生付出了时间和精力，甚至心力交瘁，却得不到学生的理解，还有学生反其道而为之，教学不出效果的症结所在何处?这是不少老师的困惑，在分享了《小孩不笨》中我注意到一句台词，“你爸爸爱你，但他不会爱你。”我不尽自问，我爱学生吗?我会爱学生吗?这次学习我似乎找到了一些理论依据。

我们中职学校一直以来以传授技术为重，这有悖于“育人为本，德育为先”，中职教育应从德育入手，试想一个技术优秀的数模加工毕业生没有用他的技术来制造生活用品的零配件，来造福社会，而是用来做枪，那技术越精湛对社会危害就越大，所以课堂上讲“授人以鱼，不如授人以渔，授人以渔不如授人以道。”职业教育要站在德育的高度去做。而德育的根又在“孝道”，儒家有“百善孝为先”说法，意思是人对世界万事万物的爱的根源在于爱父母，父母乃人之根本，父母对孩子有养育之恩，如果连父母都不爱那就不能指望这个人会爱别人，如果学生不爱父母，他说他爱祖国、爱老师、爱学习那就是没有根基的，是空中楼阁，令人觉得苍白。对于一个老师，如果不爱父母，那他一定不会爱学生，因此他一定不能成为一个好老师。在学校的教育中老师是实施者，老师实施的方法应以身教为重，辅以境教、乐教、礼教，李英庆老师说：“学生不一定记得你说过什么，但一定记得你做过什么。”教师如果本身没有理解中华传统文化，就不可能在平与学生接触的举手投足中展现传统美德，学生就不能从中受到传统文化魅力的感染，教化，更不用说进而再去效仿，那老师落口人义道德，说得再天花乱坠也是枉然，这样的说教是不能使学生信服的，所以说到底德育教育还得先从老师本身学习从而提升个人修养开始，才能做好学生的榜样。

在看《小孩不笨》中，老师的教育方法也让我深感共鸣，因为我中学时本身也是一个差生，在得到老师的赏识和鼓励后慢慢树立了信心，慢慢得到进步，所以我认为老师在言传和身教中面对大多数学生须以尊重、赏识、重视入手，以我接触学生的经验，问题学生一般是家庭不幸福和睦、家境贫寒、身体有缺陷等等，这些学生或羞怯自卑，或情绪化，或容易自暴自弃，或叛逆，这一类学生常表现出纪律散漫，有些还容易跟同学发生冲突，不尊重老师，我想这是因为缺乏关爱，缺乏鼓励，增广贤文中有云“大家礼仪教子弟，小家凶恶训儿郎”，有大家风范的老师，以自己的模范行动引导，靠自己的谆谆语言教诲，培养出来的学生往往有礼有节，如果老师一味采取强硬方式去压学生，倒会激起青春期学生特有的逆反心理，结果学生越走越远，迷失自我，无法挽回。每个问题学生心理都有症结，每个学生的心理想法都不一样，那老师深入学生，关心学生生活学习，多鼓励，多赞扬，多赏识这样的学生，特别要当众的进行，这无疑是使他们重拾信心的良方，也只有这样老师和学生才能建立信任，学生自然会喜欢这样的老师，会听这样老师的话。

“十年树木，百年树人”，德育工作是一项长期而又坚苦的工作，我们要学习《弟子规》这一类中华传统文化中的精华，但《弟子规》并不是金庸小说里的《九阴真经》，随便落到谁手里只要炼上七七四十九天就能功力精进，一爪把人爪死。学习中国传统文化美德是一项长期巨大的工程，在学习《弟子规》后不能仅仅停留在理论上，只用嘴皮子动动了事，要付诸实践，身体力行，我们都知道知易行难，真的要做起来真的不容易，我们要战胜人本身太多丑陋的天性，如私欲、贪婪、惰性、浮躁、急功近利等等，可想而知德育这条路是一条充满荆棘的道路。

本次学习我不敢说我有质的飞跃，但至少在思想上启发我有意识的去探索德育这条路，德育这条路永远是教师永远探索的道路，会有挫折，有会惊喜，探索德育之路的根是苦的，结出的果是硕大的、甜的。无边落木萧萧下，不尽生源滚滚来。愿我们的学校茁壮成长。

**学中华传统文化的心得体会篇八**

近年来，随着社会的不断发展和进步，体育运动在我们的日常生活中扮演着越来越重要的角色。然而，随着现代科技的迅猛发展，人们往往忽略了体育运动背后所蕴含的传统文化。学习传统体育文化，我深刻地认识到了其重要性，同时也有了一些体会和思考。

首先，学习体育传统文化能够让我更好地了解和认识我国的传统文化。作为一名中国人，了解和传承我国的传统文化是我们每一个人的责任。通过学习传统体育文化，我深入了解了中国古代体育的起源和发展。中国古代体育文化丰富多样，如武术、太极拳、中华传统民族体育等等，这些体育项目都承载着丰富的文化内涵。通过学习，我逐渐领悟到我国古代体育文化不仅是一种运动方式，更是一种哲学思想和生活态度的体现。

其次，学习体育传统文化对于培养身体素质和健康意识具有重要意义。在今天这个快节奏的社会中，人们不时感受到身体的疲惫和缺乏锻炼的问题。然而，传统体育文化中的各种项目却能够帮助我们改善这种状况。学习武术、太极拳等传统体育项目，不仅可以锻炼身体，还能够强化我们的意志力和耐力。通过一段时间的学习和实践，我发现自己的身体素质得到了明显的提高，更加注重健康饮食和有规律的锻炼。同时，传统体育文化也教会了我珍惜每一次锻炼的机会，并懂得如何根据自己的身体状况进行合理的运动。

第三，学习体育传统文化培养了我的团队合作和社交能力。在传统体育项目中，往往需要与他人配合进行训练和比赛。这就要求我们要学会相互协作，培养团队合作的精神。在学习武术时，我常常需要与其他同学一起进行练习和对练，共同进步。通过与他人合作，我体会到了集体力量的强大和团队合作的重要性。在与他人的交流中，我还结识了许多志同道合的伙伴，拓宽了自己的社交圈子。

第四，学习体育传统文化提高了我的文化素养和审美修养。体育运动不仅是一种锻炼方式，更是一种艺术表现形式。传统体育文化中有着丰富独特的审美体验，如太极拳的舞蹈性、武术的雄伟气势等。通过学习体育传统文化，我懂得了如何欣赏和欣赏这些独特的艺术魅力。在欣赏过程中，我还了解到了艺术和体育的结合，以及其在传统文化中的重要地位和影响。

最后，学习体育传统文化让我明白了传承与发展的重要性。传统体育文化承载着我国几千年的历史，是我们宝贵的文化遗产。但同时，我们也要看到传统体育文化在当今社会中的困境和发展问题。因此，我认为传承与发展是学习体育传统文化的重要目标。只有通过学习和理解，我们才能更好地传承和发扬传统文化，让它在现代社会中绽放新的光彩。

总之，学习体育传统文化是一项具有重要意义和深远影响的事业。通过学习，我们可以更好地了解和认识我们的传统文化，提升自身身体素质和健康意识，培养团队合作和社交能力，提高文化素养和审美修养，并且推动传统文化的传承与发展。希望在以后的日子里，更多的人能够关注和学习体育传统文化，让它们融入到我们的生活中，为我们的生活增添更多的文化魅力。

**学中华传统文化的心得体会篇九**

我通过反复学习中国传统文化，深入领会《弟子规》、《三字经》、《朱子家训》，我的心灵逐渐得到了净化，世间的浮躁与虚无逐渐得到了剔除，精神得到了升华。传统文化是民族的瑰宝，是民族精神之所在。我的体会具体有以下几点：

一、中国传统文化是人们道德行为的规范标准。在现在社会当中，有的人，道德下滑、道德沦丧，品行低劣。我在弘扬中国传统文化的光盘上看到，一个少年打骂自己的母亲，让母亲去死。他学习了传统文化，聆听了传统文化的讲坛后，他变了，懂得礼仪廉耻了，懂得不孝敬父母就是大逆不道。

学习中国传统文化，弘扬“孝”文化，也是弘扬中国礼仪之所在。也就是注重人的道德修养，道德素质提高了，行为规范了，就懂得孝敬父母，善待他人。所谓“百善孝为先”，“天地重孝孝当先，一个孝子全家安”，人只要注重孝道了，全家安好，人人和谐相处，整体社会才能从根本上得到稳定。

二、学习中国传统文化，能够帮助我们树立正确的人生观和价值观。一弘扬传统文化光盘上讲黑龙江的一少年，十五六岁，就学着研制炸弹，干一些违背人性、危害他人、危害社会的事，这充分说明了没有得到中国传统文化的良好教育，给社会造成负面影响。还有一个被十三所学校开除的学生胡斌，年仅22岁，把父母的钱拿来，成天泡在网吧达六年之久，把爸妈的钱拿来，七张钱，都是一百的，用来点燃抽烟。他听了传统文化的报告后，发誓要孝敬父母，善待父母的劳动成果。是传统文化纠正了他的心灵，感化了他，洁净了社会的一角。另有一妙龄女子，说实在活不下去了，最后学习了传统文化，就没有了轻生的念头，是传统文化改变了她的人生。

以上事例说明学习传统文化，能够指引我们走人生正道，理智从事，帮助我们树立正确的人生观、价值观。教我们人活着，一生要胸怀宽阔，要像大海一样容纳百川，不能只想个人得失，不择手段，单纯追求物质享受，满足自己的虚荣心理。传统文化要我们注重道德修养，树立正确的人生观、价值观、教我们堂堂正正做人，踏踏实实干事。我们的所作所为要符合自然规律，对生活充满信心，充满热情，多做事，做善事，有利他人，有利社会。这样才能体现人生的价值意义。

三、中国传统文化是增强民族自尊心和民族自信心的前提，中国传统文化是我们的精神支柱。一公益论坛光盘上所讲，隋代李春设计的赵州桥，距今1400多年，历史之悠久!地基达1.49米，很牢固，这足以体现出我们老祖宗的伟大。可就在赵州桥的旁边却立着一块由美国人做的标榜奖牌。这不禁令人心寒，令中国人心寒。难道我们就没有一点自信心，还要去问老外，问美国人我们聪不聪明，我们难道就没有一点民族自信心吗?所以，我感到我们中国人应该有中国人的样子，要相信我们的祖先，我们要自尊自信。

四、学习传统文化、是维持一个政党长治久安、取得伟大胜利的保证。中国共产党之所以能够取得伟大的胜利，就是因为他弘扬和发展了中国传统文化。它的宗旨就是全心全意为人民服务，得民心、顺民意、得天下，这也符合客观规律，这也是它的伟大之所在。胡\_席的建设社会主义和谐社会，他的理论依据也是中国传统文化，是对中国传统文化的弘扬与发展。

我看到的弘扬中华传统文化公益论坛光盘上所讲，地税局长张瑞听了传统文化讲座，学习了传统文化，他可以做到不贪污，一心为民，税取之于民，造福于民。这也符合胡书记所倡导的“以人为本、执政为民”的思想，也是中国共产党“为人民服务”宗旨的体现。只有这样，一个政党才能经得住历史的考验。席的”依法治国“、选拔德才兼备的人才队伍治理国家，也蕴含了中国传统文化的悠久历史在里边。

五、抓教育、振兴中国传统文化是当务之急。传统文化是中华的圣贤文化，是拯救世界和解决21世纪社会问题的智慧之所在，现在弘扬中国传统文化迫在眉睫。

教育要从娃娃抓起，孩子的初期教育至关重要，传统文化就是让孩子从小接受为人之道。要齐抓共管，家庭父母，学校教育，社会关注形成整体教育体系。全方位渗透圣贤文化《弟子规》、《三字经》等，既要言传、更要身教，只有从小给孩子打好做人的根基，才能培养出合格的中华民族接班人。

传统文化也是中国的历史文化，被遗弃了一百多年了，现在面临着复兴的大好时机，我们要以学习传统文化为精神动力，推动社会主义和谐社会的健康发展。为了民族的振兴、使传统文化脉脉相传，就要使孩子从小接受传统文化的教育，开展人人学习《弟子规》、《三字经》等圣贤文化活动，社会就会和谐稳定，中华民族就一定会永远强盛。

**学中华传统文化的心得体会篇十**

国学大师南怀谨先生常说：“一个国家，一个民族，亡国都不怕，最可怕的是一个国家和民族自己的根本文化亡掉了，这就会沦为万劫不复，永远不会翻身。”

988年，世界各国的诺贝尔奖得主在巴黎集会，会后发表了共同宣言：“人类要在二十一世纪生存下去，必须回到两千五百三十年前，中国的‘孔子’那里去找智慧。”由此可见，很多真正有智慧的人都认识到，必须努力发扬中华传统文化，才能引领人类走上一条通往明天的和谐发展的光明大道。

今天我们所要推广的《弟子规》，就是孔子思想的一种具体化。《弟子规》原名《训蒙文》，是清朝康熙年间秀才李毓秀所作。李毓秀是个教书先生，《训蒙文》是他根据自己的教学经验编写的一本儿童蒙学读物。后来，这本书被清朝学者贾存仁修订改编，并改名为《弟子规》，一直流传至今。

《弟子规》全书以《论语·学而》第六则“弟子入则孝，出则悌，谨而信，泛爱众，而亲仁。行有余力，则以学文”为全书的中心思想，采用三字一句、两句一韵的韵文形式，分五部分编纂成书，具体列举出为人子弟在家、出外、待人接物、求学应有的礼仪与应守的规范。

在道德行为规范严重缺失的今天，出现了太多令人痛心疾首的现象，孩子们的表现让我们为祖国未来的发展感到忧虑，所以在学生中、在家庭中、在社会上大力推行《弟子规》，将德育生活化，成了当务之急，这也是让世风好转的必要的保证。

今天，我们在学校里，应该怎样推行《弟子规》呢?

推行中华传统文化的老师告诉我们，首先要诵读和理解。学生要诵读，老师也应该诵读。

前人告诉我们：读诵之法，必须读得清楚、看得清楚、听得清楚，不可急躁贪快，则妄念渐少，以至於无。纵然会背，仍应“看文而读”。因为背诵多滑口诵过;看文而读，则一字一句，悉知旨趣。据说，孔子读《易经》至韦编三绝——穿竹简的熟牛皮绳，磨断过三次，由此可知其所读遍数之多。通过诵读和讲解，了解《弟子规》对我们各方面的要求，这是我们去践行的前提和基础。

第二、在平时的学习和生活中，对学生时时处处进行提醒，让他们遇事进行反思，能按照《弟子规》的要求来做。

“人之初，性本善”，人人心中其实都有向善的一面，我们要把这种潜在的东西挖掘出来，让他们经过不断地践行和反思，使正确的做法内化在他们的心中，并使之成为他一生所遵循的处事原则。

第三、老师要以身作则，为学生树立德育榜样，给学生潜移默化的影响。

在《说文》里，“教”字的解释为“上所施下所效也。”这就告诉我们家长、老师以身作则的重要作用。学习传统文化，推行《弟子规》，离不开老师们的言传身教，否则，一切就会流于形式，书中的要求就不能深入到学生内心，不能内化为学生的习惯和品质。推行《弟子规》已初见成效的吉林松花江中学的王琦老师曾在报告中反复强调：学习《弟子规》一定要重实质，不要只重形式。所以，老师应该对圣贤的要求怀着一颗虔诚之心，认真去践行，这样才能真正带动学生去做。

第四，发动家长协助我们践行《弟子规》活动的开展。

孔子说：“夫孝，德之本也，教之所由生也”，所以孝是规范孩子行为和思想的根本。“百善孝为先”，我们要从孝入手教育和引导孩子。文化中心的老师给我们讲了个道理，也是事实：家长们自己也许在孝方面做得并不好，但他们一定希望自己的孩子能孝敬自己。所以推行《弟子规》一定能得到所有家长的支持与协助。家长是孩子的第一任老师，也是影响最深远的老师，如果我们在校内由我们以身作则影响孩子，提醒孩子，在家里有家长潜移默化地影响孩子，督促孩子，协助我们的工作，试想，我们的工作肯定又有了一重保障，而且我们还会由孩子、家长将影响辐射开来，使我们工作的效果大大加强，范围不断扩大，这正是我们所要追求的。

《礼记·学记》中说：“教也者，长善而救其失者也。”今天，家庭中、学校里、社会上有太多让我们觉得不好的现象，那么我们这些教育孩子的教师，就有责任改变这种现象，让家庭更和睦，让人与人之间更和谐，让我们的祖国明天更美好。

践行《弟子规》，从我们做起，从现在做起。

**学中华传统文化的心得体会篇十一**

通过我院开课中国传统文化的学习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离我们很远，通过学习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。

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。

通过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。

有段时间，我学习了关于《孝经》的知识，父母在最初的时候给予了我们生命，然后他们花了很多时间教我们用勺子和筷子吃东西，教我们穿衣服、绑鞋带、扣扣子，教我们洗脸，等教我们学会了所有东西时候，我们首先回报给他们的是顽皮和顶嘴，我们忘记了父母将你我捧在手心，含在嘴里那些日子，我们忘记了父母是怎样把毕生的心血一点一点的传输给我们。所以我很庆幸能在这个时候学习到传统文化让我学会了感恩。

我们需要学习传统文化弘扬传统文化，一个人有了良好的品德，才会得到大家的肯定和认可，才会给我们的国家和民族做出有利的贡献，才能是个有精神有信仰的有灵魂的人。

**学中华传统文化的心得体会篇十二**

经典传统文化承载着一个国家或民族的灵魂，是民族文化的瑰宝。作为新时代的青年，我们应当传承和弘扬中国的经典传统文化。近年来，我积极参与了一系列学习经典传统文化的活动，通过学习，我深刻体会到了经典传统文化的博大精深，收获颇多。

第二段：探究过程。

在学习经典传统文化的过程中，我首先了解了中国的古代哲学思想，如儒家、道家、墨家等。这些思想们通过各自的途径，对人们的认识和生活提出了各种各样的原则和方法，对于完善人的思维方式和行为规范起到了重要的作用。在儒家思想中，我学会了如何做一个有道德、有礼貌的人，追求心灵的升华；在道家思想中，我学会了如何顺应自然，追求内心的平衡和解放。通过研读这些经典著作，我逐渐明白了生活的真谛，也提高了个人的修养。

第三段：实践经验。

学习纸雕、瓷艺、剪纸等中国传统手工艺，是我对经典传统文化的实践探索。通过亲身动手制作，我深刻感受到了古人的智慧和工艺的巧妙。在纸雕的学习中，我学会了折纸和剪纸的基本技巧，通过设计和制作作品，我感受到了手工艺的创造力和独特性。了解到这些传统手工艺的制作过程后，我对它们的艰辛和细致有了更深刻的认识，也更加珍惜和推崇传统文化。

第四段：文化自信。

学习经典传统文化不仅仅是对个人修养的提升，更是对民族文化的自信表达。只有了解和传承好传统文化，我们才能够有更强烈的文化自信心面对世界。中国的传统文化深奥而博大，它蕴含着丰富的智慧和精神财富。通过学习经典传统文化，我不仅更加了解了自己的文化身份，也更加自豪和自信地展示给世界。

第五段：展望未来。

作为当代青年，我们应当更加积极主动地学习和传承经典传统文化。继续深入研究和探索，挖掘出更多珍贵的文化瑰宝。同时，我们还应该通过创新方式，将传统文化与现代社会相结合，使其在现代人的生活中发挥更大的作用。传统文化是我们民族的根，只有保护和传承好，我们的文化才能够长久地繁荣。相信在未来的日子里，我们会以更加务实的态度，去学习和传承好经典传统文化。

总结：

通过学习经典传统文化，我深刻意识到了其博大精深的魅力。同时，我也明白了传承和弘扬经典传统文化的重要性。学习经典传统文化，不仅能够提升个人修养，更是对民族文化传承的责任和使命。只有通过我们新一代的不懈努力，传统文化才能够承传下去，继续发扬光大。相信在新的历史时期，经典传统文化会以更加鲜活的形态，照亮我们前行的道路。

**学中华传统文化的心得体会篇十三**

我于20\_\_年11月19日应邀参加由丰东县关心下一代工作委员会和丰东县教育局主办的《丰东县传统文化公益论坛暨家庭教育讲座》。在丰东县第二中学报告厅，我荣幸地听到了田秀英女士和宋瑞女士的讲话，受益匪浅。

田秀英女士讲述了她自身的经历。她年轻时家里就很穷困，成家后依旧过着穷苦的生活。即使这样，上天还是和她开了一个大玩笑——她儿子三岁被大火烧成重伤，大夫都说无法医治，劝她放弃，可她没有，依然坚持救治，最后感动了大夫，几经周折，她的儿子终于脱离了生命危险。之后她们一家人过着艰苦的生活，婆婆对田秀英还好，但对孙子，却是非常冷漠。可是田秀英依旧很孝顺婆婆，从不抱怨。她就是在这样的条件下生活了二十来年，直到她儿子考上了大学，找到了一份理想的工作，她才得以解脱，过上幸福的生活。

宋瑞女士则主张做文明道德公民，做官为清官，做人要孝敬老人，从现在做起，不要等父母老了才去尽孝心，“树欲静而风不止，子欲孝而亲不待”。

听完这次讲座，我真的有很深的感触，无论我们家境如何，都不可以放弃生的希望，都要坚强地生活下去，并且带给身边的人自信和生活下去的勇气和动力，使得我出现的地方就有一束阳光。无论在以后的生活中遇到什么困难，都要以一种乐观的积极向上的心态去面对，无论老天多么的不公平，都笑着去面对。不去抱怨，不去悲愤，淡然地接受，顺其自然。我也会告诉我的女儿，无论是在以后的学习过程中，还是今后的生活中，都要乐观地面对，以一种良好的心态去迎接困难，麻烦自然会迎刃而解。

最后感谢县政府、县教育局和丰东二中给我这次学习的机会，同时也感谢田秀英女士和宋瑞女士的演讲。

**学中华传统文化的心得体会篇十四**

在元朝，中国曾经是世界上国土面积最大的国家，而在唐宋，她又曾是世界上国力最强盛的国家。这样的大国有着博大精深，源远流长的传统文化。然而，随着世界的进步，社会的发展，外国文化和其他先进的文化的泛滥，中华传统文化开始受到冷漠，甚至将被国人遗忘。

毛笔书法，可谓是中华传统文化的代表。没有毛笔书法，也就没有“书圣”王羲之，也自然没有著名的《兰亭序》。然而现在中国还有多少人写毛笔书法呢?与我们相望的日本却规定每所学校都要开设毛笔书法课，每个人都要懂得写毛笔字。日本的毛笔书法是从中国传过去的，人家都如此重视，我们呢?从这一方面就可以看出我们对待传统文化的态度。

京剧、皮影戏、变脸…这些都逐渐淡去，现在的人们忙于追逐潮流，我相信没有多少人愿意天天对着这些中国文化的瑰宝过活，传统文化成了远去的记忆。

中国的传统文化已经被我们渐渐遗忘。现在许多西方的学者到中国寻找中华文化的根源，来学习中华文化，作为国人的我们，却把这些遗忘，这应该是件很可笑的事情吧!

中华文化博大精深，源远流长。希望有一天人们能够重视即将被遗忘中华文化，将中华传统文化发扬光大，为中华文化续写灿烂美好的未来。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找