# 最新中华传统文化心得感受(十篇)

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2024-09-21

*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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？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。中华传统文化心得感受篇一是的，鲁迅已不在了。如果他健在...*

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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？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。

**中华传统文化心得感受篇一**

是的，鲁迅已不在了。如果他健在的话，至少，至少多一个和我一样具有呐喊精神的中国文化的崇拜者与维护者。然而他确定已经不在了，他的躯体安卧九泉，已是无可辨驳的事实。

缺少了他，缺少了呐喊者的领导人物，一切，一切都变得那么沉寂。纵使从深幽的山谷中传出几声沉闷的呐喊，也不会有任何心灵的回应。更令人惊恐的是，连回音也没有，留下的孤独无助者是全部效果。

我没有他深厚的文化底蕴，没有他锋利的言辞，更没有他一呼云聚的威望，但我与他一样流淌着炎黄的血，拥有一颗振兴中国的心，我是一个怎样的幸福者与哀痛者。

现在，那个曾自以为是呐喊者清清楚楚的明白了，呐喊终归是呐喊。这正如他大声喊着要吃饭而最终饥饿的原因。贪婪惰性慢慢地消磨了斗志，腐化了身躯。我不要变成一个空壳，我有自己的思想与灵魂，我可以不做一个呐喊者，我必须驱散心灵上的污点，做个行动者。

中国文化的流失到底是谁的错?

**中华传统文化心得感受篇二**

我们知道，中华民族历史悠久，文化灿烂;中华传统美德积淀丰厚，博大精深;中华儿女代代学习传承，富民强国。时至今日，不仅在中华大地上，而且在世界范围内，掀起了学习研究中华文明的热潮。从亚洲、欧洲到非洲的汉语热，从法国、英国到俄罗斯的中国文化节，从日本、韩国到美国的孔府学堂等等，鳞次栉比，如雨后春笋。因此，作为炎黄子孙，学习传承民族文化，并使之发扬光大，对于自身的修身立业，对于民族的振兴，有着重要的现实意义和深远的历史意义。

五千年中华文明绵延不绝，民族精神生生不息。究其原因，在于中华传统美德的代代继承发扬。作为新时代的小学生，大家要继续传承这一优良传统，立志报效祖国，做一个文明的小学生。

弘扬传统美德是我们的修身立业之本。没有勇敢勤劳，就不能创造财富，就不能生存发展;没有钻研学习，就没有聪明智慧，就没有现代文明;没有尊老爱幼、互助协作，就不能在社会立足，就没有社会秩序。诺贝尔奖获得者杨振宁说，中华民族传统美德对他的熏陶，影响了他一生，使他的人生有了一个坚实的根基，做人的方向，做人的品格，他觉得这是人生奠基的东西，是立身之本的东西。

而今天，我们常常会看到一些与中华传统美德不和谐的一面。从一些资料可以看到，在国外的公共场所，大声喧哗、不遵守公共秩序的很多都是中国人。一些国家用中文提示，不要大声喧哗，不要随地吐痰，只有中文，没有英文和其他文字。这实在是一种耻辱。在国外，很少会有人闯红灯，而在我国，这种现象每天都会出现;在德国，连醉鬼都会找垃圾箱，而我们的大街小巷到处都是垃圾。再看我们的校园里：见到老师和长者不知道问好的有之，随地吐痰，乱扔废纸、杂物的有之，不爱护公物，在课桌椅上乱写、乱刻、乱画的有之，在教学区喧哗、追逐、打闹、张口就是满嘴脏话的有之，诸如此类的问题相当不少。当然我并不否认我们绝大多数同学有着高尚的品质和良好的行为，我觉得我们每一个人都应具有最基本的中华传统美德。

弘扬中华传统美德，做文明小学生，应该从自己做起，从细微之处做起，改掉各种陋习。当你走在校园里，你是否会自觉地弯腰拣起脚边的纸屑?当你走在教学楼里，你是否会主动地向迎面走来的老师问好?当你步行在大街上，你是否会认真地遵守交通法规，与文明同行?当你坐在公交车上，你又是否会真诚地为身边的老人让座呢?……“文明”其实并不遥远，它时刻围绕在我们的身边。就让我们从今天开始，用自己的实际行动来体现中华民族的传统美德。在家，大家要争做孝敬父母的“好帮手”;来到学校，大家要争做讲文明、懂礼貌的“好学生”;在社会上，大家要争做遵纪守法的“好公民”。让我们爱护校园的一草一木，让我们的朗朗书声和欢歌笑语在校园里回荡，让我们在这里留下人生当中一段最美好的回忆。古人云：“诚于心而形于外”。就让我们从身边的点滴小事做起。让我们在自我监督与自我完善中逐步养成文明的行为习惯，并使之习惯成自然。

一位哲人曾经说过：“人不能像走兽那样活着，应该追求知识和美德。”德行是灵魂的力量，自觉是进步之母，同学们，大家都是新野一高的主人，时时处处应以主人翁的态度共筑我们的文明校园，让已经点燃的文明之火熊熊燃烧起来。如果我们大家都养成事事讲规范、时时讲文明的好习惯，那么我们学校这片天地将会四季如春，每一位学生都将始终沐浴着文明的春风。反之，若不注意检点自己的行为，任凭不良习气滋生蔓延，则无异于农夫暖蛇、东郭护狼，于人不利，于己不利。文明行为的养成对一个人来说，刚开始时可能会带有一定的强制性，会感到受约束、不自在。但习惯成自然，一旦养成了良好的习惯，就会终身受益。

有人说，个人行为举止不拘小节纯粹是小事，可我说这是绝对错误的。因为一个人的行为举止，是社交中的无声语言，是个人性格、品质、情趣、素养、精神世界和生活习惯的外在表现。在日常生活中，看某个人的行为是优雅还是粗俗，实际上就是在看其行为举止是否符合礼仪的要求。有些人在个人行为举止上不拘小节，把日常生活中不文明的举止行为当作小事，而不加注意和重视，其实，文明举止恰恰是从一些小事情做起的。如在公交车上主动为老、弱、病、残、孕妇让座，这看起来是一件小事，却反映了你的文化素养和文明程度。文明的举止往往能给人留下深刻的印象，使人乐意与你接近;而粗俗的举止便会使人疏而远之，必将影响你的社交活动的展开。由此看来，个人行为举止不是一件小事，在人际交往中，应使自己的行为举止符合文明规范的要求。要做到举止文明，首先要克服行为举止是小节问题的模糊思想，要从小处着眼，从小事做起，从我做起;其次要注意文明举止的养成和积累。只有这样，才能成为一个品格高尚的人。

同学们，如果你失去了今天，你不算失败，因为明天会再来。如果你失去了金钱，你不算失败，因为人生的价值不在钱袋。如果你失去了文明，你是彻彻底底的失败，因为你已经失去了做人的真谛。

我们是新一代学子，是社会文明美德的传承者，让我们从自己的坐言起行上下工夫，告别不文明行为，完善自我，认真践行社会的文明美德，弘扬传统美德，做文明小学生!

**中华传统文化心得感受篇三**

本学期的选修课就这样匆匆的告于段落了，我感慨颇深。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。

毫无疑问，中国上下五千年文明给后代留下了无穷无尽的财富，包括传统文化、精神文明的精髓,。在上个世纪之初轰轰烈烈开展地新文化运动中，对于封建的、愚昧的理学和落后的礼教发起进攻是正确的，但是此过程中对儒家思想、传统文化的全盘否定和摒弃却是不够明智的。此后，直到现在，将近一百年过去了，生活在现代的人们才发现儒家思想、传统文化中华民族薪火相传的宝贵财富，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。有所涉猎的人可能感叹地说：中国传统文化博大精深、源远流长;也有人可能会说：在现今时代，传统文化已经过时了，太保守了。

我们学习唐诗宋词，我们诵读名家经典，最重要的是我们要领悟这其中的民族精神。我最喜欢的莫过于源自《周易》的一句话，“天行健，君子以自强不息;地势坤，君子以厚德载物。”中化民族传统文化的精神特质由此可见一斑。其大意是天体运行体现刚健精神，人亦效法天地而自强不息;君子的胸怀像大地一样宽广，德行像大地一样深厚，所以能滋长万物，承载万物，容受万物。

中国传统文化是在漫长的古代历史中形成的，是以封建社会文明为其背景。这就决定了中国传统文化不可避免地带有落后性，在许多方面存在着薄弱之处。

中华民族传统文化现代化，尽管路途坎坷，却是最终要完成的，这是历史发展必然要求，是谁也难以阻挡的。我们有理由相信，随着国内改革的深入，和国际上对外交往的增多，我们的胸怀将更开阔，我们对文化发展的规律将认识得更深刻，各种影响中国传统文化现代化的障碍，将逐渐被打破，中国传统文化现代化进程必将大大加快。

因此，我们要主动、积极地阅读文化典籍，欣赏文学作品，考察文物古迹，真正了解我们的先人留给我们的遗产，将文化精华化为我们的良知、理性、美感等主体存在的一部分。还应该在思维方式、行为方式、价值判断、文化心理中自觉以优秀传统文化的标准要求自己，做适应时代发展需要、积极弘扬民族文化、宽厚仁爱、有创新意识的中国人。

**中华传统文化心得感受篇四**

上下五千年，中国一路风尘仆仆走来，脚下踏的是深厚的文化底蕴。但在今天，一提及中国传统礼仪，大多数人并没有什么清晰概念，甚至则一位这种传统礼仪人化是过时的东西。因此，中国礼仪文化正在遭受着史无前例的以往与不屑。

然而，中华民族传统礼仪文化是中国人民几千年来处理人际关系的实践结晶，是人与人之间行为规范的准则。

杨时与他的学友游酢为求的正确答案一起去老师家请教。时值隆冬，天寒地冻，来到程家时，适逢先生坐在路旁打坐养神，杨时二人不敢惊动老师，就恭恭敬敬立在门外，等候先生醒来，过来良久，程一觉醒来，从窗口发现侍立在风雪中的杨时，只见她遍身披雪。脚下雪已有一尺多后了。此后，“程门立雪”的故事就成了尊师重道的千古美谈。

礼仪是律己，进人是一种规范，是表现了对他人的尊重。古人云“不学礼，无以立”文明礼仪不仅是个人素质、教养的体现，也是个人道德和社会公德的体现。

东汉黄香仅仅九岁，就懂得尊老爱幼，孝顺父母。在冬天严寒之时，就用自己的身体将父母的被子温暖后，再请父母安寝;在夏日炎热之际，则用扇子给父母扇凉驱蚊，以侍奉父母安寝。黄香温席是在中国传统孝之礼仪，孝顺父母，从小事做起。

近百年来，由于种种原因，一些优秀的伦理道德遭到不同程度的破坏。如今的人们已经有了较之过去更为雄厚的经济基础来孝敬老人，心已经没了，孝敬父母不是有心无力，而是有力无心。

唐朝贞观年间，西城回纶国是大唐的藩国，一次，回纶国为了表示对大唐的友好，派使者带一批珍宝见唐王，其中最珍贵的是白天鹅。途中，白天鹅不谨飞走，使者只拔下几根鹅毛，却没能抓住白天鹅，使者在担心害怕之余吧鹅毛献给了唐太宗，唐代宗并没有怪罪他，反而觉得他忠诚老实，不辱使命，从此，“千里送鹅毛，礼轻情意重”的故事流传开来。

中国传统礼仪，应是体现精神价值的生活方式，传录它可以使我们的礼仪化发扬光大。

传统礼仪毕竟是中国传续了几千年的血脉，若血脉堵塞，中国只能被称为是一个现代国，而不能称其为中国了。中国传统礼仪文化博大精深，它足以使国人和海外人引来容耀和自豪，它是中华民族重要的凝聚力，没有它，国人将迷失自我;没有它，中国便只剩下一个空壳。

**中华传统文化心得感受篇五**

通过这次中国传统文化的学习，是一次很大的心灵震撼。从认识上加深了的理解。中华传统文化是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。

一、对传统文化有了新的认识

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。然而，通过这段时间对《道德经》、《弟子规》、《论语》等的学习，认识有了新的转变。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。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，是几千年文化的积累，其概念广泛、内涵丰富，是我们祖辈们的经历、体验、方法以及感悟结晶。因此，我要加强中国传统文化的研究、整理，从中吸取精髓，使之代代相传，修身、齐家、治国、平天下，真正做到学以致用。

二、对为人处世有了新的认识

人的一生是从学习开始的，子曰：“学而时习之，不亦说乎?”《论语》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。知识可以增长才干，知识可以改变命运。因此，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，温习旧知识是一件愉悦的事情。所以我们要树立终身学习的思想。

“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，“言既出，行必果”，说的就是这个道理。

三、对学校教育有了新的认识

中国是一个文明古国，礼仪之邦，有着博大精深的传统文化。然而，在全球化的今天，孩子受到外来的影响，对中国传统文化变得冷漠起来：他们爱吃的是“肯德基”、“麦当劳”;手里的玩具大多是芭比娃娃、奥特曼;总是谈论着一些日韩卡通人物;大多数幼儿在家以看电视、玩电脑游戏来消磨时光，很少外出散步、与小伙伴们玩户外游戏。

在我们这样一个文化大国，孩子不仅对民族、民间文化的感受越来越少，而且他们离真实的民族文化也越来越远，这是不利于他们成长的。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。在学生的教育活动中渗透传统文化教育，能使学生体验到传统文化的精华，提高学生一定的素质和能力，唤醒学生对灿烂的传统文化的热爱，激起学生的民族自豪感。

一个人若能在孩童时期就汲取人类最好的精神营养，早早培养起自学能力，自主思考能力，走上卓越的人生之路是必然的。开展以中国传统文化为根基的教育就是为了让学生能够广泛地了解中国传统文化的辉煌成就，这对于弘扬中华民族的优良传统，培养学生的民族自豪感，提高日常道德修养大有好处。相信通过以中国传统文化为根基的教育，能让每个孩子都能得到传统文化的滋养，给他们的成长注入源源不断的动力，用传统文化的教育来点亮孩子的心灵。

人的道德必然与他的成功与否有着密切的关系，学校教育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。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。

辉煌灿烂的中华民族的传统文化，不仅是中华民族，而且也是全人类的宝贵财富。弘扬中华民族优秀传统文化，使之能够在现代化建设中发挥更好和更大的作用，是当今中国社会发展的客观需要。

**中华传统文化心得感受篇六**

当时间的沙漏漏下最后一粒沙粒，金子的本色才会如此灿烂;当贝壳的泪痕划过最后一瞬，珍珠的色彩也会如此耀眼。当六年的养分在体内积累，毛竹的生机也会如此蓬勃。

正是由于历史的洗礼，在漫漫的历史长河中，最终诞生了华夏女儿的独一无二的中国传统文化，传承优秀传统文化，是我们每个人的使命。材料中所说的那个歌星的经历，正是由于时代的进步、社会的发展、观念的更新形成的。

传承优秀传统文化，正确对待外来文化。现如今，知道重阳节的人越来越少了，知道感恩节的人越来越多了;知道情人节的人越来越多，可知道七夕节的人越来越少了。对于我们先辈留下来的许多传统节日，我们中的许多人都几乎全都置于脑后了，这难道不是一种崇洋媚外吗?这难道是我们口口声声说到的责任感吗?然而，我们身边其实有许多人在为我们做榜样，他们能坚守自己的信念，鼓励人们学习继承优秀传统文化，著名学者马寅初不就是吗?他积极提倡我们青少年应当多多学习中国的优秀传统文化，虽然世界正在多元化，但是，我们传统的中化文化不能丢!因此，我们是否想过，在不久的将来，中国优秀传统文化是否会被他国文化所取代?这个答案须靠我们用行动来回答。优秀传统文化，是我们继续发展的基石，是我们共同保护，共同继承的使命。

传承优秀传统文化，让我们坚定信念，共创美好未来!忆往昔，若不是司马迁的沥尽心血，怎会有《史记》的鸿篇警后人，若不是李时珍的跋山涉水，怎会有《本草纲目》的福祉遗万年代;若不是曹雪芹的五次易稿，怎会有《石头记》的哀婉催人泪?看今昔，是谁苦心钻研十余载，终使两星成?是谁奋斗十八年，终抱金牌归?是钱学森!是申雪与赵宏博。他们是继承了中华传统文化经典中的坚定，他们是传承了中华传统文化典籍中的不懈。正是由于继承和传扬了中国优秀传统文化和精神，才使得他们能够这般坚定，这般执着。

传承优秀传统文化，我们虽如一根小小的火柴，但仍能点亮一片星空：传承优秀传统文化，我们虽如一片绿叶，但能点缀整个春天;传统优秀传统文化，我们虽若驾一叶扁舟，但仍能惊动一片大海。

传承中华优秀传统文化，是我们生命的支撑，成功的基石。

**中华传统文化心得感受篇七**

中国，一个有着悠久历史的文明古国，一个有着灿烂文化的伟大民族。纵观当今世界，昔日的四大文明古国已经有三个离我们远去，埃及人不会讲埃及语，印度人不懂得印度文明，巴比伦就连一个统一的国家都没有了，而中华文明，在西方文化的冲击下也似乎岌岌可危.同学们，传统文化的继承需要我们献出一份力。

首先，我们应该知道中国的传统文化是什么?中国传统文化主要是道家、墨家、法家与儒家的文化。中国古代文化是异常灿烂、无比光辉的。拿青铜器来说，拿陶瓷来说，拿丝绸来说，都居世界的前列。拿创造发明来说，造纸术、印刷术、指南针、火药，这“四大发明”更是其他民族所赶不上的。

再来说说我们苏州，苏州园林被列入了世界文化遗产，它综合了建筑、山水、花木、雕刻、书画，给人一种古典的美。俗话说：民以食为天。苏州的传统小吃也十分有名，海棠糕、梅花糕、豆腐干等等，这些传统小吃使人垂涎三尺，也是其他民族无与伦比的。

也许，你会认为老祖宗留下的传统已经过时了。但只要我们宣传、宏扬民族传统中优秀的部分，吸收西方文化中的精华。然后，根据时代的要求，构建新时代的民族道德标准，便可更好地继承传统文化。

据说，今年有许多刺绣大师要绣北京奥运会的吉祥物五福娃，他们巧妙地利用苏绣来宣传奥运，这样一来就可以很好的将刺绣这一传统文化发扬光大。前一阶段，苏州评弹“走”进了许多中学的校园，这使我们拓展了视野，增长了知识，也更加了解了苏州的传统文化。

中国的传统文化是世界的瑰宝，千万不能让它淹没在时代的潮流之中。作为一个炎黄子孙，我们应该从现在做起，从我做起，将中国的传统文化发扬光大。同学们，让我们用一颗赤诚的心去继承中华民族的传统，为民族的传统注入新的芬芳。

**中华传统文化心得感受篇八**

9月28日，也就是昨天是我们伟大的圣人孔子诞辰2565周年的纪念日。也正是这个周末，得益于公司董事长周总非常热爱这类培训，亦或是公益讲座，所以，只要有机会，他总是积极鼓动员工参加这一类的培训。这个周末很充实，感谢周总让我们有这个机会，参加这次在厦门国际会议中心举办的第6届”弘扬中华传统文化，共建文明幸福家园“公益论坛。

国际会议中心是举办国际经济会议的地方，也是海峡两岸交流开会的地方，能够容纳\_余人。这次论坛场面也非常宏大。主办方是厦门市委宣传部和中共厦门市委文明办。主要承办单位有厦门京闽酒店管理有限公司、厦门大学孔子学院办公室、厦门大学汉语国际推广南方基地等。还有一些友情单位的赞助等。

会场，有好多热爱我们中国的传统文化的热心义工，辛苦地为到场的人士服务着，也从未体现出他们的疲惫。每当，参会的人们进门，他们总是行师者礼(90°弯腰行礼，还带上他们特有的欢迎词：老师，欢迎您!)，好多义工，举牌子，带领入场的人派对，入场，总是秩序井然。我想到了那句古话：”有礼则安，无礼必危。“在这么有礼节的环境下，总是很舒心。热心的义工们，真的辛苦啦!在讲座期间，京闽酒店的员工(淑女和绅士们)还带来京闽酒店的企业文化，礼仪风采展示以及演唱团的精彩歌声。五星级酒店真是名副其实，培养的员工也是那么有涵养。还有义工们的手语展示，都给我们带来了愉悦的气氛。

听了2天的讲座，收益也是颇丰的!每一个老师都很用心，都用自己真实的例子来讲述，我被他们每一个故事深深地吸引着。论坛主要的主讲老师有：张瑞局长《中国传统文化给党员干部带来的真实利益》;曾越华老师《传统文化是家庭教育的根》;王红校长《涵养女德传家兴业》;王春来警官《人生忠孝能两全》;吴健敏老师《弘扬传统文化 共铸幸福企业》;彭鑫博士《弘扬中医文化 造福人类社会》;史立明老师《弘扬传统文化共建幸福家园》。

这些课里面我最喜欢的是王红校长讲的《涵养女德传家兴业》这个讲座。王红校长是女子德慧大学堂校长，王红校长就是很有女人味，真是温柔如水，声音温柔，体态优雅，看到她，就想认真听她讲课。女子德慧大学堂\_年由国学大师南公怀瑾倡办，亲自命名并题。大学堂致力于唤醒女性本自具足的智慧与能量，光大母教，承继德风，身心康宁，齐家治国。从而提升生命质量，促进社会发展，开创美好世界。德慧大学堂的校训是彭鑫博士提出的：柔软、洁白、厚德、明慧。在讲的过程中，有提到了妇德、妇言、妇功、妇容。每个方面王校长都举出实例来解释。针对妇言举出的例子印象最深：她举出来的是他们学堂中的一个真实发生的事情，一个女人和丈夫吵架了，心情不爽，最后老师问她是不是跟丈夫吵架了，最后说到了不吉利的话，最后她的丈夫真的车祸死了。妇言，要择其辞而说。这也是我们要学习的，学会语善。妇容，不明思议，就是女子要在意自己的容貌啦;妇功，我只记得一句是：专心纺织……，现在的姑娘，能纺织真的好难得的，哈哈!妇德：讲的主要是做女人应如水，水很温柔，但是很有力量。女人要做最低的大海，容纳所有的江河，这便是妇德。还讲到了7种妻子，我只记得宋美龄是属于知识妇，她用她自己的知识，始终帮着蒋介石，妻子的一言一行也是会影响着丈夫，比如宋美龄是信仰教会，所以无论蒋介石在哪，每天都要抽出时间做祷告。最最深刻的是钱钟书的妻子——杨绛。她的婆婆对她的评价是：”摇得了笔杆，握得了锅铲，做的了粗活，正所谓上得了厅堂，下得了厨房啦“，在她丈夫眼里，她是世界上最贤的妻，最才的女。还有降到其他的一些妻子的类型我没怎么记住，还提到婚姻，结婚是与这个人结婚还是与与这个人结婚的同时，还需要与这个时代背景结婚。例如，南怀瑾的原配妻子挽翠就是不仅与南怀瑾老师结婚了，还与南怀瑾老师所处的背景结婚了，守着婆婆尽孝道，待着两个孩子长大成人。

对于张瑞局长的讲座印象最深的是党员干部一定要廉洁从政，易经曰：积善之家必有余庆，积不善之家必有余殃。太上曰：祸福无门，惟人自召;善恶之报，如影随形。他提到了最重要的两本小书：《弟子规》和《太上感应》。他举出了很多真实的案例来证明这种祸福。就拿天下第一贪的和珅来说，最后在\_年间，子孙断绝。而天下廉洁的官员有很多，岳飞，林则徐等。最最廉洁的是范仲淹，据调查，现在范仲淹的后人有很多，当的官或从事的职业一个比一个好嘞!太上还曰：其曾行恶事。后自悔改，诸恶莫作。众善奉行，久久必获吉庆。所谓转祸为福也。说明之前犯错，只要能改之，都可以获得福报的!

接下来讲讲王警官的忠孝两双全。王警官是河南省一个监狱警官，写书，也陆续被出版。还荣获全国孝子的称号。他用他自己真实的故事来讲述，今天会场上，灯光微暗，加上王警官的丰富情感，也许在场的很多人都热泪盈眶吧。他的父亲从小给他灌输，是男人就得像个爷们。母亲总给他鼓励。在父母亲都瘫痪的时候，他总能为父母亲着想，放弃自己的业余生活，还为他父母亲制造出许多瘫痪老人使用的小发明。真是不容易啊，在可以有提拔的机会的时候，他还是毅然放弃了这个宝贵的机会，留在父母身边。他的孝心感天动地。

下午，是彭鑫博士讲的中医文化。彭鑫博士幽默风趣，总喜欢用相反的例子来讲述，哈哈!我记得最深的是，生气容易导致生病;人活着要难得糊涂，当下安心;如果想造病啊，那就得做到想尽办法让自己心情不好啊;吃不下睡不着也是容易造病的哦!如果想养生啊，那就需要向婴儿本站!据美国调查，婴儿一天笑170次，而成年人每天才笑7次;哈哈，3岁之前，都是纯阳之体;总之就是要做到心无挂碍——能除一切苦，真实不虚!最重要的是家和万事兴——健康!这里又再次提及女人在家庭的重要啦!哈哈!彭鑫博士还举出好多他诊断的真实例子，教训深刻。

史立明老师是本次论坛主持人，也在今天下午最后做了总结，再次强调了弘扬传统文化的重要性!很感谢有这么一群热爱传统文化的人士，还有花及精力、财力、物力的公益论坛。京闽酒店还提供了这两天的爱心午餐，我们都吃的好幸福，为了不浪费，午餐前，我们诵读感恩词，哈哈，最后，我们同事几个都硬撑着把爱心午餐吃的粒粒不剩，做到真正的不浪费!

中华民族历史源远流长，文化博大精深。真的觉得认真研究每句话，感觉那些书，那些话都是我们当代人的照妖镜，那些精髓都是过来人的经历告诉我们要怎么做。即使公益论坛培训时间短暂，但是关键我们人人都要做个旗手，弘扬传播我们的中华民族传统文化。

**中华传统文化心得感受篇九**

一、 积累传统礼仪文化，渗透文明礼仪教育之根本。

从诵读《三字经》《弟子规》《论语》等国学经典入手，渗透文明礼仪之根本教育。

《三字经》《弟子规》孩子们虽然在一、二年级时已经背诵过了，但是当时是否理解了呢?却不得而知。现在重新复习诵读，五年级的孩子很快就理解了其中的含义。在此基础上让孩子们每周诵读五条《论语》，他们就能轻松，愉快地完成任务。在诵读的过程中，他们惊奇地发现：原来《三字经》《弟子规》里的很多内容大多都来自于《论语》。比如：《论语》中的“有子曰：其为人也孝悌，而好犯上者鲜矣;不好犯上而好作乱者，未之有也。君子务本，本立而道生;孝悌也者，其为人之本与?”与《弟子规》中的“弟子规，众人训，守孝悌，次谨信。泛爱众，而亲仁，有余力则学文”都讲到了“孝悌”是做人的根本。就这样，他们一边背诵，一边联系旧知，熟记了诵读的内容，加深了理解，渗透了做人的根本——仁、义、礼、智、信。在诵读这些国学经典中传承了我国文明礼仪的文化，明白了许多做人的根本。

二、开展丰富多彩的活动，促进文明礼仪行为习惯养成。

1、开展丰富的文明礼仪系列的主题教育活动 。为了使弘扬传统美德与文明礼仪教育具体化，生动化，贴近生活实际，真正起到教育实效。我班从三月份开始就开展了一系列的文明礼仪系列的主题班会活动。如：“征集文明礼仪班训”、“如何使用礼貌用语”、“讲中华传统礼仪故事会”、“文明礼仪小品”展演活动、“文明礼仪演讲比赛”和“文明礼仪书法比赛”活动。活动中，人人参与，个个都当演员，人人都背诗歌，既锻炼了同学们的表演能力，又生动的对自己和同学进行了教育。活动中，我们讨论出了具有班级特色的班训，评选了最佳演员、最佳课本剧、最具创意奖、最佳演讲能手、小小书法家等多个奖项。这一系列的活动增加了孩子们的荣誉感，加深了他们对文明礼仪的认识，力争要做校园“文明礼仪小标兵”。

2、利用节日，开展“我是优秀好少年”系列少先队活动。“三八”妇女节和母亲节，我号召孩子们在家做优秀好少年，为母亲做一件事，感恩母亲做孝顺父母的好少年;植树节，我号召学生栽花、植树，美化环境，做心系祖国和他人的好少年。愚人节，我让孩子们谈“愚人”和“被愈”的感受，让学生深刻认识到尊重他人的重要，要做诚实的好少年。

这些多彩的活动丰富了传统文明礼仪教育的内涵，锻炼了孩子们的能力，促进了文明礼仪行为的养成。

三、 抓住课堂教学，进行全文明礼仪教育。

现代的学生，很多时间都是在学校里度过的，我们要利用好语文课堂和思想品德课堂这个平台，利用好教科书这个素材，创设乐学氛围，落实礼仪规范训练，把爱国主义教育，革命传统教育，中华传统美德教育和文明礼仪教育有机统一于教材之中，把传授知识和陶冶情操及养成良好的行为习惯结合起来。例如，毛泽东的《七律 长征》，全诗生动地概述了二万五千里长征的的艰难历程，讴歌了中国工农红军长征途中所表现出来的大无畏的英雄气概和革命乐观主义精神。可以培养爱国主义精神增强民族自豪感的优秀传统文化作品还有很多很多，如，《梦圆飞天》、《秦兵马俑》《示儿》、《春望》等，这些内容的教学中我们都可以不失时机地对学生开展爱国主义教育。

学校还要求各学科在教学中都要渗透礼仪养成教育，授课时力求熔知识传授、能力培养、智力发挥、思想情操陶冶于一炉。全方位地对学生进行文明礼仪教育。

四、 立足常规管理，常抓住文明礼仪教育。

文明礼仪教育要注重平时，不可今日做，明日不做，必须贯穿于日常的教学管理中，力争让孩子养成良好的文明礼仪习惯。比如：上课铃打响后，孩子们要迅速回到座做好上课准备;上课时，要起立站直，向老师问好，并行注目礼;课堂上听讲，坐在板凳上要头正、身直、脚放平;升国旗时，要庄严肃穆，站直、立正、敬队礼;见到老师，要恭恭敬敬的向老师敬队礼;与同学相处，要宽容，礼貌用语不离口，等等。平日里，同学们互相监督，互相提醒，发现做的好的，及时表扬，为其他同学树立榜样，发现做的不好的及时给予提醒。并且每周评选一个优秀文明小组和评选一个文明之星，以此来激励孩子把文明礼仪行为养成习惯。

总之，在学校“基于传统文化的礼仪教育行动研究”活动的引领下，在班主任的用心教育下，学生良好的文明礼仪行为习惯正在逐渐养成，学生素质在逐渐提高。我们还要结合争创文明学校工作，充分发挥班集体的积极作用，来弘扬我们中华民族的优良传统，努力提高学生的文明礼仪程度，为国家培养合格的小公民。

**中华传统文化心得感受篇十**

\_上任伊始，就提出了实现“中国梦”的宏伟目标，就是要实现国家富强、民族振兴、人民幸福的美好理想。为了这个宏伟目标，我们无疑要继续搞好改革开放，搞好经济建设、政治建设、生态建设、军事建设等，还要搞好文化建设，发挥文化强国的巨大作用。

在文化强国方面，我们首先要重视亿万人民群众的文化实践创造，其次要重视吸收世界上的先进文化，而优秀的传统文化，则是文明的源泉，是宝贵的历史遗产，是世界上少有的精神财富，是我们实现文化强国的历史支撑。

传统文化的历史支撑，首先是给中华儿女以自信。传统文化有很多精华，给人类作出过重要贡献。

众所周知，中华民族是世界上少有的文明古国，具有五千年以上的文明史，博大精深，源远流长，曾数度辉煌。有过秦皇汉武的文治武功，有过唐宗宋祖的盛世雄风，有过明朝郑和的七下西洋，有过大清初期的康乾盛世，有过具有人类文明里程碑意义的四大发明，还有诸子百家的学术殿堂，流派纷呈，群星灿烂，有绵延不绝的二十四史，卷帙皇皇，还有抵达西亚、北非、欧洲的陆地与海上丝绸之路……，直至17世纪，中国的经济实力一直领先于世界各国。只是从18世纪开始，中国才逐渐落后于西方资本主义文明。到了19世纪中叶，西方列强凭借坚船利炮，轰开了中国农业文明的国门。割地赔款、丧权辱国的警钟，唤起了中国人民的警醒和斗志。先进的中国人开始寻求新的救国方略。最终由中国共产党人用社会主义救了中国，发展了中国，走上了实现中华民族复兴的伟大道路。这段由屈辱到重新站起来的历史，就是中国近代史，用了1\_年的时间。一部中华文明史告诉人们，中华民族是伟大的，不可战胜的，历经磨难而不衰，千锤百炼更坚强。

今天中国人民可以满怀自信地走在人类文明的大道上，建设好中国特色社会主义，创造辉煌。

传统文化的历史支撑，其次表现在理性、智慧、力量的传承上。传统文化是中华文明的不竭的源泉，是建设现代化大厦的雄厚根基，是不断攀登人类文明高峰的丰厚积淀。

\_年五四青年节\_在北京大学师生座谈会上发表重要讲话，明确指出：中华优秀传统文化已经成为中华民族的基因，植根在中国人内心，潜移默化影响着中国人的思想方式和行为方式。今天，我们提倡和弘扬社会主义核心价值观，必须从中汲取丰富营养，否则就不会有生命力和影响力。比如，中华文化强调“民惟邦本”、“天人合一”、“和而不同”，强调“天行健，君子以自强不息”、“大道之行也，天下为公”;强调“天下兴亡，匹夫有责”，主张以德治国、以文化人;强调“君子喻于义”、“君子坦荡荡”、“君子义以为质”;强调“言必信，行必果”、“人而无信，不知其可也”;强调“德不孤，必有邻”、“仁者爱人”、“与人为善”、“己所不欲，勿施于人”、“出入相友，守望相助”、“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”、“扶贫济困”、“不患寡而患不均”，等等。像这样的思想和理念，不论过去还是现在，都有其鲜明的民族特色，都有其永不褪色的时代价值。这些思想和理念，既随着时间推移和时代变迁而不断与时俱进，又有其自身的连续性和稳定性。我们生而为中国人，最根本的是我们有中国人的独特精神世界，有百姓日用而不觉的价值观。我们提倡的社会主义核心价值观，就充分体现了对中华优秀传统文化的传承和升华。

我们应该熟悉民族的传统文化，研究民族的传统文化，尊重民族的传统文化，真正做到取其精华，去其糟粕，继往开来，综合创新，使中华文明在新的千年放射出新的光彩，走在人类文明的前列。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找