# 最新传承和弘扬中华传统文化心得体会(十八篇)

来源：网络 作者：夜幕降临 更新时间：2024-09-21

*心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么你知道心得体会如何写吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。传承和弘扬中华传统文化心得体会篇一但是，随着时间的流逝，我国许多优秀的传统文化都鲜为人知。为了让...*

心得体会是指一种读书、实践后所写的感受性文字。那么你知道心得体会如何写吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的心得体会范文，我们一起来了解一下吧。

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇一**

但是，随着时间的流逝，我国许多优秀的传统文化都鲜为人知。为了让更多的传统文化得以传承，国家相关部门群策群力传承我们优秀的文化。广电局的，有人就通过制作多档文化类节目，来弘扬中华民族的传统文化。如：由中央电视台推出《朗读者》董卿担任制作人的大型朗读类真人秀节目。节目以个人成长、情感体验、背景故事与传世佳作相结合的方式，选用精美的文字，用最平实的情感读出文字背后的价值，呈现出生命之美、文学之美和情感之美。又如：由科教频道自主研发的大型演播室季播节目《中国诗词大会》第三季是以“赏中华诗词、寻文化基因、品生活之美”为宗旨，邀请全国各个年龄段、各个领域的诗词爱好者共同参与诗词知识比拼。这个节目充分反映诗词文化在全社会的继承发展。再如由江苏卫视、北京天润农影视文化传播有限公司等联合制作出品的历时3年的《茶界中国》。这档节目不仅讲好了中国故事、传递了中国声音、塑造了中国形象，更是为中国的制茶行业开辟了新的发展道路，站在全球的视角为中国茶文化的传承提供了可持续的发展道路。作为中国最具标志性的文化符号，茶人的执着和坚守，代表着中华传承的匠人之心。除此之外，还有很多的有意义的、有内涵的电视节目正传承着中华的传统文化。这些节目将沉睡的或即将消失的传统文化以一种喜闻乐见的形式展现在观众眼前，赢得了各类观众的一片叫好。正是在这叫好声中，那些沉睡的或即将消失的传统文化得以了传承。而这些制作人就是真正的传承人。

有的人看着他们火了，荣耀了。他们也想来蹭一蹭“文化热”。是的，他们确实是蹭蹭。他们也只能蹭蹭。于是有所谓的大师讲《论语》，有所谓的大师讲“养生之道”，有了所谓的大师办“国学班”。他们用着断章取义的伎俩，祈祷着圣人的光辉能散射出来的一点点荣光在他们无人问津的节目里。的确，他们做到了。他们骗取了部分观众的关注。但是这是不长久的，因为他们从来没有正真去静下心来去品味孔圣人的《论语》，他们是打着“文化”的伪旗，用所谓的“文化”哗众取宠。虽然不久就被精明的观众揭开了他浅薄无知的本质。但是他们名不副实，哗众取宠的行为不仅玷污了圣人的思想，更可恶的是误导了人们的思想，又特别是学生们。还有那只为追求收视效果却不尊重历史的影视剧，更错误的引导了孩子们对历史真相的了解。这些行为对于传承中华民族的优良传统是极其不利的。他们的行为是可耻的。他们不是正真的传承人。

那么，怎样才能做像董卿等人那样正真的传承人呢?

请你铭记：中华民族的优秀的传统文化是博大精深的。它们经得起历史和现实的推敲。要想把他们发扬光大，同学们必须得有充足的知识储备，要有“匠人之心”，这样你才会是一个正真的传承人。

同学们，加油吧!用你们的勤奋和智慧把中华民族的优良传统发扬光大，做一个真正的传承人。

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇二**

养成教育，就是培养学生良好行为习惯的教育。要从行为训练入手，综合多种教育方法，全面提高学生的“知、情、意、行”，最终形成良好的行为习惯。我校从学生实际出发，结合学校特点，以政教处为依托，少先大队和各班中队为主阵地，狠抓学生养成教育，取得了理想的效果。

叶圣陶先生生前呼吁：“教育就是培养习惯。”我校通过学习、论证，转变办学思想，明确办学重点，统一了办学思路。一致认为，让孩子拥有良好的习惯，其重要性并不亚于有一个好的学习成绩。健康的人生的基础是建立在良好行为习惯之上，不管是美好的品德，还是较强的学习能力，一切都依赖良好习惯的培养，抓住了习惯培养这一条主线，就抓住了问题的关键。

学校成立了以校长为组长，以主管德育和教学校长任副组长，以政教主任、教导主任、少先队辅导员、品德教师和骨干班主任等为组员的养成教育领导小组，负责养成教育工作计划的制定、组织与实施，评估与奖励等全面工作。领导小组实行岗位目标责任制，职责明确，分工具体，指挥畅通，运转协调。保障养成教育工作的经费投入、协调，解决工作中的困难和问题。学校将养成教育纳入整体工作计划之中，做到有计划、有措施、有检查、有反馈、有成效。要求小学生养成良好的行为习惯的前提是得让他们知道要养成哪些好的习惯，哪些习惯是好的。通过背诵，学生明确了要养成哪些好的行为习惯，更知道了已有的行为习惯哪些是好的，需要坚持;哪些是坏的，需要改正。

抓养成教育的关键是抓行为教育。我校的班主任、任课教师、中队辅导员都把引导学生养成良好的学习习惯、卫生习惯、讲礼貌的文明行为习惯、拥有良好的品德作为教育教学工作中的重点。全校上下一致行动起来，通过举行各班主题班会、全校演讲比赛，促进学生养成各种良好习惯;通过校园广播、宣传报栏树立典型，激励学生向榜样看齐。

抓了一段时间，学校的养成教育初见成效：在自习课时间，你走进校园，学校中央挺立的的垂柳树静悄悄的，操场上盛开的白丁香静悄悄的，花坛里的花花草草也静悄悄的;走进教室，伴着舒缓悦耳的音乐，学生们有的看书，有的画画，有的练字„„都沉浸在知识的海洋里了。耳边除了优美动听的音乐，昔日的嘈杂、争吵再也没有了。这是多么和谐的校园啊!在课间，学生们或在花坛之间，或在绿树之下散步、谈心、读书;或在操场上、球场上跳绳、踢毽子、拍巴掌、跳皮筋儿„„昔日的追逐、打闹已无影无踪了。这是多么有序的校园啊!两人相撞，怒目相向的没有了，诚恳的道歉、真切的问候多了;校园教室，随手扔纸的没有了，俯身捡纸的多了;师生见面，形同陌路的没有了，互相亲切的问候、甜美的微笑多了;花坛之中，损花折树的没有了，浇水、施肥、除草的多了„„这是多么文明的校园啊!看着这些动人的情景，我们喜在眼里，美在心头，这都是养成教育结出的硕果啊!

抓养成教育的要持之以恒。养成良好习惯不是一蹴而就的，我校要求全校师生都作长远打算。教师，允许学生习惯形成有个过程;学生，一步一个脚印。师生密切配合，老师督促学生认真练、经常练，师生要持之以恒，坚持不懈。 常言道，三岁定八十。大教育家孔子云：“少年居性，习惯之为常。”而培根在《论人生》中便明确指出：“习惯真是一种顽强而巨大的力量，它可以主宰人生。因此人自幼年就应通过教育，去建立一种良好的习惯。”可见，幼年养成习惯的好坏对人的一生有直接影响。少年儿童行为习惯的养成教育，决定一代人甚至几代人的基本素质程度，决定整个民族素质优劣的大事。我们作为教育者，肩负着社会赋予我们培养二十一世纪人才的重任，必将踏踏实实、一丝不苟，严抓学生的良好行为习惯的养成教育。我们相信，少成若天性，习惯如自然!随着养成教育的深入，文明之花一定绽放在美丽的校园!

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇三**

中华传统文化，源远流长，从古至今，从现代追溯五千年的历史。传统文化顾名思义，就是从古代一直流传至今的文化，这些文化都是古人，我们的失人，从他们身上演变而来的。比如，屈原是清明节的代表，屈原如果穿越到现在，绝对会是一位伟大烈士，供在中国最大的烈士陵园。

由于屈老的坚贞不屈，为国为民，不畏强权，誓死不做卖国的，宁可跳入江中牺牲自己的性命，也不会为了一点小利益，而出卖国家出卖自己的人格，不会践踏自己的尊严。

屈原死后，他的后人们为了纪念他，虽然他一直活在人们的心中，但是现实中还是需要表示一下的，他们在屈原自杀的江中划着小船，撒着用叶子包着的米团，人们觉得这样鱼虾就会吃这些米团，而不会吃屈原的躯体了。由此在江中划船变成了赛龙舟，撒米团演变成了现在家家吃的粽子，而在那一天人们把那一天定位了纪念屈原这位伟大的爱国之士的纪念日，每年的4月4日就是纪念屈原的日子，我们叫它“清明节”。

例如这样事例还有很多，很多人肯定都不明白，在除夕春节为什么要放鞭炮，让我来告诉你为什么。

相传每年有一天，有个叫“年兽”来扰乱居民的安全，出居民粮食，毁他们的房子，弄的他们人心惶惶。可是看年兽那么凶恶高大，他们却又不敢与之抗衡，终于有一天他们发现年兽怕响声，于是家家户户都在年兽来的那天放起了鞭炮。年兽听见这些鞭炮响声，吓得落荒而逃，人们终于又回到了平静的生活。那天就成了除夕春节，就是这么来的，家家户户都要过年，给红包，这样才吉利，说这一年都会富富贵贵，平安无事。

这些都是我们中华的传统文化，我们中午的传统文化节，所以源远流长，就说明我例举的仅仅是个皮毛，还有好多好多的传统文化是我们所不知道的，就是有了这些传统文化我们才会多姿多彩，这传统文化代表了我国古代到今天，人民的智慧结晶。

就是靠的这些传统文化，而就是这些传统文化是别的国家，甚至别的星球所没有的，它们是我国独一无二的，是智慧，是结晶，是成果，所以它们会源远流长。

中华传统文化又是博大精深的，你想模仿想复制那是远远不可能的。如果是简简单单的，有何是堪称“传统”这两个字，就算再给你十年，五十年甚至一百年，它只会越来越神秘，你永远知道的不是它的皮毛，其精髓不是精深，而是很精深，非常的精深。

所以我说中华传统文化是源远流长，是博大精深，是独一无二

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇四**

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。

纵观古今中外各国发展，世上没有一个民族失否定自身传统礼仪的，没有任何一个民族会认为自己的优秀的传统礼仪是过时的，有害的。而传来中国传统礼仪文化。是每个华夏儿女的责任，只有这样，我们才能无愧地大声说：“我是中国人!”

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇五**

对于传统文化，我最开始以为就是学生时代学习的“之乎者也”，但当我真正接触时我才感受到它的魅力之大。刚开始，看到董事长、汪总、秦总等其他各位领导学完传统文化后的变化，我内心非常期待这次传统文化学习的，但是呢，听说6天的课程压缩到4天、特别是看到作息时间表的时候，我就产生了抗拒心理，抗拒的原因有两个：一是我觉得中华传统文化本来就博大精深，4天的时间能学到什么东西，用老师的话说就是如果把传统文化比作一个人，那么在我看来四天的学习可能连这个人脚趾甲里面的灰都比不上;二是我觉得在科技高度发达的当今社会，花精力去学习几千年的封建文化“古董”，就是在浪费生命，跟不上时代潮流的步伐，只是重蹈封建思想覆辙。怀着较劲找茬的心态呢，我就开始了四天的培训，但是结果却让我又恨又喜，恨是因为相见恨晚，喜是因为如梦初醒。四天的封闭学习使我这颗浮躁的心得到了沉淀和洗礼，也给我的心灵也带来了很大的震撼，更重要的是让我明白了两点，也是我这次学习传统文化的收获，非常非常重要的两点：1、知道我以前错哪了;2、知道我以后怎么做了?那么先我就谈谈我的第一个如梦初醒：

我的第一个如梦初醒就是对孝、忠、礼的重新概念：

很多人都说孝那谁不知道啊?以前呢，我也是觉得我非常懂孝，就觉得自己挺孝顺父母的，有时发工资了给爸妈打点钱，有时他们需要什么东西的时候，网上给他们一买邮回去，或者回去的时候买点吃的、用的，从小到大也非常听我爸我妈的话，爸爸妈妈让去干的活也都会去做，而且我这个人不抽烟，不酗酒，不赌钱，自我感觉也没有好吃懒惰的恶习，我总觉得在同龄人中做的挺好了。但是学习了传统文化以后，我觉得我就是老师口中所说的那个妖怪。我想起了我20多年从来没有给我爸我妈洗过一次脚;想起了我高中的时候，在学校打架斗殴、晚上去网吧上网玩游戏;想起了我大学时拿着父母的血汗钱浑浑噩噩的活了四年;想起了自己那第一次和我爸抬杠、吵架;想起了我妈每一次唠叨的时候，我总是很不耐烦。从来没有注意到我妈眼角的鱼尾纹越来越深，皮肤也不再像以前一样那么好;我爸的腰不知何时已经直不起来了，眼睛也不再像以前那样有光芒。尽管我很不愿意承认，但是我却不得不承认：他们真的老了。

课堂上肖老师说孝顺父母就是想父母之所想，给父母之所需，所以我对孝的理解就是做好以下三点：

1。孝就是爱惜自己。古人云：身体发肤，受之父母，不敢毁伤，孝之始也。我记得小时候，经常喜欢下河洗澡，因为安康河特别多，但是我妈不让我去，只有她去河里洗衣服时才带上我，有一次我就偷偷去了，结果第二天着凉生病了，起都起不来，整个身体都是软的，难受的我直哭，那时我妈就做我床边也哭，她就坐那边哭边说：难受也没办法啊，如果我能替你难受就好了。就是这句话我记得特别深。所以说身体是父母给的，不是我们自己的，那是咱们行孝的工具，如果咱们抽烟、喝酒、打架、违法犯罪、和别人生气等等做出一些不爱护自己的身体的行为，使身体有丝毫损伤，让父母担心，这就是不孝。

2。孝就是养父母之身、父母之心、父母之志。养父母之身就要关心爸爸妈妈的冷暖、温饱，要时时刻刻去关怀爸爸妈妈的身体，年纪大了所以平常要多叮咛他们不可以吃太咸，不可以吃太油，要多吃蔬菜水果等等，每年能带他们去医院检查一次身体，抽时间应该去研究一些正确的养生之道，让爸爸妈妈的晚年生活可以不用药物来度过。养父母之心就是恒顺爸爸妈妈的心，就是要时时能够关注到爸爸妈妈的心情，主动陪爸爸妈妈吃顿饭，做点家务事，聊聊天，让爸爸妈妈不再为咱们操心，这就是养父母之心。养父母之志呢?就是做子女的给爸爸妈妈增添了光彩，为家族光宗耀祖，让爸妈脸上有面子，因为在爸爸妈妈的眼中，他们一生的成就就是看见咱们有出息，这就是养父母之志。所以，我们在企业一定要好好上班、努力工作，只有拿到成果，才有能力养父母之身、之心、之志。3。孝就是不能等。有人说，那就等我拿到成果、功成名就、衣锦还乡的时候，再去孝顺父母，其实不然。在我上大学时，我加入了青年志愿者协会，有一次我们社团组织去敬老院看望孤寡老人，那时候因为我们社团经费不怎么多，就买了一些水果、米、面、油等日常用品去，一行三十多人就去了敬老院，最开始我以为那些都是无人赡养的老人，去了之在和老人交谈过程中，我才发现其实他们大部分都是有儿女，但是由于儿女太忙所以只能委托敬老院，有的老人已经连续好几年没有看见子女。我们给老人们剥香蕉、喂水果、演节目、帮忙做饭。。。。临走时，那些老人们眼里含着泪花把我们送了很远很远,我在想他们的儿女就算是亿万富也不过如此吧,这个在我qq空间都有照片……所以说其实孝是随时随地存在着的,也许是偶尔的洗一次脚,也许是偶尔身边陪伴的身影,也许是一个问寒问暖的电话,不见得赠与爸爸妈妈钱财万贯就是孝顺,也不见得给他们买一个几十块钱的小礼物就是不孝,虽然他们嘴上说乱花钱,其实他们心里是特别的高兴,最重要的是我们在行动,爸爸妈妈年纪越来越大,也越来越唠叨,但是我们

千万不要嫌他们烦躁,陪他们说说话,聊家长里短,他们会感觉到自己是被需要的。就像歌曲里唱的“我愿用我一切,换你岁月长留”,不所以留下人生的遗憾就是的孝。

有人说,你说的第二点和第三点就是自相矛盾,既说是努力工作才有能力孝养父母,又说是孝不能等,要多陪陪他们。其实这两者一点也不冲突,为什么这么说呢,古话说“物极必反”,而且咱们中国的“阴阳五行说”里也特别讲究的就是两个字—平衡,这个平衡也就是所谓的道,春夏秋冬四季交替是道,太阳东升西落也是道,火车脱离轨道就会车毁人亡,飞机脱离轨道就会迷失方向道就是在正确的道路上做正确的事,凡事都要把握一个度,所以说尽孝既要努力工作,又不能等。

那么孝、忠、礼三者又有什么关联呢?孝道分为大、中、小三类,小孝养之父母,中孝报效国家,大孝敬之天地宇宙。所以在家行孝、在企业尽忠、在社会有礼,这才是所谓真正的孝道。

我的第二个如梦初醒就是对工作的重新定义：

对于刚刚毕业一年的我来说,不知何时已经忘记毕业时的豪言壮志,更在蹉跎岁月中泯灭的曾经书生意气、挥斥方遒。记得刚进入莲花时,自己把未来的规划做过无数次推敲与肯定,却从来没有想到会被时间这个小人吞噬了一切,在我的每一个笔记本的第一页我都会写一句话“我不是在干工作,我是在干事业”但是结果却恰恰相反。

我的第三个如梦初醒就是对义工的重新概念：

我的第四个如梦初醒就是对自己的重新定位：

四天的学习正本清源,智慧焕发,四天的学习心怀感恩,弃恶扬善,四天的学习反躬自省,明示人生,四天的学习虽然疲惫辛苦,但是却硕果累累。有人问我,你到底收获了多少,其实我自己也说不清楚,我敢说的就是：知道我以前错哪了,知道我以后怎么做了!学习完传统文化后,我喜欢把我收获的成果,比作纪检委,为什么这么说呢,因为在以后的人生中,我所做的每一件事,在我

自己的内心会给它一个最准确的判断：它是对,还是错。而我需要做的就是身体力行,不以物喜,不以己悲,不为世俗所奴役,把知道和做到之间的落差降到最低,努力做到知行合一!再次感恩企业、感恩华学恩学、感恩老师、感恩义工、感恩学长。

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇六**

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，成就了中国这只浴火重生的凤凰!

说起中国的传统文化，那可真是数不计数。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，正确引导员学生的行为，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。

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇七**

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。

在物欲横流的今天，人们追求的是潮流的生活，享受的是“娱乐的文化”，传统文化已经逐渐被人们跑到脑后。许多人已经将自己祖先的历史忘得一干二净，他们不知道中国经历了多少朝代，有过哪些辉煌;他们甚至不知道抗日战争时期中国经历的那些苦难，所受的屈辱。有人说：“当一个民族忘记了它的历史，忘记了它的传统文化后，那么它离毁灭也不远了。”的确如此，一个民族连自己的历史、自己的传统文化都可以放弃，还剩下什么呢?

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。

现在的人已经很难静下心品读中国的四大名著，面对滕王阁也很难再想起王勃的“落霞与孤鹜齐飞，秋水共长天一色”，面对困难也很难再吟出李白的“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”。中国五千年的文化，那唐诗，那宋词，那元曲，还有多少人记得?现在的我们沉醉于青春小说，科幻小说，沉迷于网络。可是，这是我们应该做的吗?

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。

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇八**

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。

说到文明礼仪，我想到了一个故事。有一次，列宁同志下楼，在楼梯狭窄的过道上，正碰见一个女工端着一盆水上楼。那女工一看是列宁，就要退回去给让路。列宁阻止她说：“不必这样，你端着东西已走了半截，而我现在空手，请你先过去吧!”他把“请”字说得很响亮，很亲切。然后自己紧靠着墙，让女工上楼了，他才下楼。这不也是良好文明礼仪的体现么?

这里我不想过多地举伟人的例子，因为这很容易令大家产生一种错觉：认为文明礼仪只是伟人、名人才具备，那么我们将无需为自己或多或少的不文明言行而愧疚;或者认为即使践行了文明的要求，也并不因之成为伟人、名人。其实文明礼仪是自身的修养，它就如同一棵小树，只要你注重它，从点点滴滴的事去表现它，它就会在你的心中扎根，成长。虽微不足道，但却是我们每个人都不能缺少的。比如：下课时主动向老师问好;进老师办公室前先敲门;坐公交车时主动给老人让座;不乱扔垃圾……

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!

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇九**

感谢院长给我们提供这次传统文化学习的机会，感谢全院职工在我们学习期间辛勤工作，让我们安心学习。下面汇报一下9天学习的体会和心得。

一、各位老师、义工从自身实践和落实传统文化，示范作用好。使每位学员有了一个很好的学习环境，有了学习的榜样，如鞠躬、吃素、讲话随和等。大福地确实是传统文化的示范基地。

二、自己的受益和体会

1、学到了做人的基本道理。

50多岁了，在部队25年的时间，接受过党和军队不少教育，也有传统教育，学习了哲学、政治经济学，回想起来，这些对自己的人生，价值观影响较大。但社会上和军队内部有的现象，也是自己的疑惑，就是官当的越大，这些理论学习的越多，学习的层次也越高，可贪腐的就越严重，可以说理论学习和实践完全背离。

自己也变得麻木，说麻木是对这些不正常现象思空见惯，从当初的气愤，到后来的无视，甚至随波逐流。反思一下，完全是自己的自私造成的，一是对坏的社会风气默认了、明哲保身了，二是也伸手占点国家的便宜了，比如说：在部队医院，酒精、棉球、胶布开始需要什么拿什么，没有感觉到。

但通过短短九天的学习，对自己有了很大的触动，在以下几个方面有大的受益：一是人不管学多少为人民服务的理论，如果潜意识里(思想深处)不扎根，是无济无事的。这次学习深入了灵魂，对孝道是道德的根本深信无疑，建立了自己的信仰，今后必将深入学习和理解、传播，不断去落实。二是太上感应篇对我的警示力，“祸福无门，

惟人自召，善恶之报，如影随形”。通过几天来几位大师的案例分享，以及回顾自己前半生的经历和果报，(好的果报感恩党和政府好的政策对家人和自己的护佑、听家长老师的话得好报;听党的话得好报，不听放任自己则有坏的果报)深有感触，对父母、生灵、圣贤必需有敬畏之心，对自己有缘的人和事有感恩之心。敬畏之心和感恩之心是律己的根源或者是保证。

三、做践行传统文化的使者。

学习传统文化关键再做，不在说。

一是自己要按传统文化的标准要求规范自己的言行，做到语善、视善、行善。播种福田。

二是传播好传统文化。

三是除正恶，不断反省自己，忏悔自己，除不作恶。

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇十**

中国传统文化认为：一生二、二生三、三生万物，用之于企业则寓意着“基业长青”。如何实现公司的永续经营和基业长青?只有靠文化。三流企业卖产品，二流企业卖服务，一流企业卖文化。在当今世界逐渐趋向一体化的背景下，产品、技术、服务、品质等都将走向国际化，唯独公司个性鲜明的企业文化不会被同化。企业文化对公司长期经营业绩的提高具有直接的促进作用。一个企业要想发展壮大并走向繁荣，首先必须拥有一套完整的理念作为一切政策和行动的准则。

企业文化由精神文化、制度文化、行为文化和物质文化组成，如果把公司的企业文化比作一颗大树，则精神文化就是大树之根，制度文化就是大树的树干，行为文化就是大树的树枝，物质文化就是大树的树叶，而大树结出的硕果则是公司的业绩。企业文化从本质上体现出公司领导人的价值观和精神追求，精神文化是企业文化的精髓和归宿，它包含核心理念(公司愿景、公司使命、公司精神、公司核心价值观)和基本理念(经营理念、管理理念)二个方面的内容。

其中公司愿景指明了公司未来的发展方向，公司使命指出了公司存在的价值和意义，公司精神展现了职员工做事做人的心理模式，公司核心价值观规范了职员工做事做人的基本准则，经营理念表明了公司在未来三、五年的经营战略、经营思路、业务模式等，管理理念向全体职员工昭示了公司在管理过程中所秉持的关于人才、领导、团队、制度、沟通、员工成长等方面的基本理念和原则，这些对公司的长远稳定与发展非常重要。

而中国传统文化在营造与构建公司企业文化的过程中发挥着重要的助推作用。中国传统文化的主体是儒、道、释(佛)三家的思想与文化体系，三家的道德观都以“孝悌”、“忠恕”为理论中心和精神旨归，从而延伸出人与人及人与社会之间基本的伦理观念和道德准则。因为它们都是从基本的人性出发去考虑与解决问题，所以，对公司的企业文化、员工激励、管理艺术、价值理念体系、管控适度的制度体系、团队绩效、心智模式、用人标准、管理思维与境界等的建设、改善与提高具有现实的促进作用。

比如中国传统文化对改善管理者的心智模式与管理境界具有现实意义，公司的中高层管理者是公司管理成功的关键，他们的管理境界、管理理念、管理方法、管理水平的高低将直接影响公司适格人才的培养，也必将影响公司的业绩。“性格决定命运，气度影响格局”，比如一个思想与心胸狭隘的管理者是很难培养出知识、技能与心态俱佳的部属，更不可能在选人、用人、育人与留人方面培养与使用“德才兼备”的一流人才，长此以往，势必影响到团队、部门和公司的业绩。因为不能做到“人尽其才，才尽其用”，优秀的人才如果不能给其用武之地就会流失并成为竞争对手。而中国传统文化在提高管理者的管理境界方面提供了借鉴，如其主张的“天行健，君子以自强不息;地势坤，君子以厚德载物。”、“明明德、亲民、止于至善。”、“其身正，不令而行;其身不正，虽令不从。”

等思想与主张，都要求管理者须以身作则，成为部门人员的导师以“包容万物”的良性心态去教化和感化员工使之成为公司需要的人才，优秀的管理者要具备把顽劣之徒变成优秀人才的信心、耐心、能力和勇气。同时，优秀的管理者也必须是有信仰的，要把对公司的责任、信念与追求成功的渴望变成自己的信仰，向员工灌输与宣导公司发展与成功的信心、理念与价值观，要对全体职员工进行彻底的“洗脸、洗手”，“洗脸”要求管理者身为公司的一员，必须带头带领员工维护公司的荣誉与形象;要求管理者必须带头带领员工接受、融入、遵循并坚信公司的企业文化及核心价值观;“洗手”要求管理者必须坚持并做到两袖清风、先公后私，不因私废公。这样，才能团结并引领全体职员工成为对公司忠诚、负责、奉献的有用之才!

综上所述，中国传统文化对公司的发展具有现实意义，需要引起公司各级管理者的重视，计划针对公司各层次的管理者及职员工开展培训，对于中高层管理者开展专门培训课程，主要培训中国传统文化对企业管理的作用，以改善其心智模式，提高其管理境界与管理水平;对基层人员主要加强《弟子规》及中国传统文化的宣导与熏陶，在潜移默化中提高其做人做事的责任心与道德观念。

以上，就是我在参加中国传统文化培训后一点不成熟的思考，敬请批评指正，谢谢!

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇十一**

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。

传统文化经典是中华民族五千年灿烂文化的精髓，是华夏沃土灿若晨星的瑰宝，例如《三字经》、《百家姓》、《千字文》、《弟子规》等。亘古历今，经典名句滋润了一代又一代华人的心灵，炎黄子孙在“经典”的摇篮里孕育，华夏儿女在“名句”的吟诵

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。

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……

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇十二**

“弘扬中华优秀文化传统，传承民族精神!”这响亮的口号声是我们新世纪中小学生秉持的信念。

中华文化历史悠久，而古诗文就是这当中的一朵奇葩。古体诗一般又称古风，这是依照古诗的作法写的，形式比较自由，不受格律的束缚。从诗句的字数看，有所谓的四言诗，五言诗和七言诗。四言诗是四个字一句，五言诗是五个字一句，七言诗是七个字一句。唐代以后，四言诗很少见了，所以通常只分五言诗和七言诗两类。五言古体诗简称五古;七言古体诗简称七古;三五七言皆用者，一般也算七古。中国文化真是源远流长啊!

而《论语》，也是一部代表着中国礼仪文化的名著。《论语》有孔子的弟子及再传弟子编写而成。主要记录孔子及其弟子的言行，较为集中的反映了孔子的思想，使儒家学派的经典著作之一。全书共20篇，492章，首创“语录体”。中国现在发扬并学习的古代著作之一。

我们中国的传统文化还有很多，例如兵马俑，即秦始皇兵马俑，亦简称秦兵马俑或秦俑，位于今天的陕西省西安市临潼区秦始皇陵以东1。5米处的兵马俑坑内。兵马俑是古代墓葬雕塑的一个类别。古代实行人殉，奴隶是奴隶主生前的附属品，奴隶主死后奴隶要作为殉葬品为奴隶主陪葬。兵马俑即制成战车，战马和士兵形状的殉葬品。

作为小学生的我们，虽然做不出什么弘扬文化的事迹。但是，我们从小接触这些代表着中国文化的东西，就是在传承，继承!这种文化，代表着我们的民族精神!

祖国悠久古老的文化，是古代人民智慧的结晶。正因如此，我们才应该继承，传播下去!

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇十三**

今年寒假期间，进行了“保护非物质文化遗产弘扬中国传统文化”的社会实践。活动中，采用“点面结合”，即选取典型项目踩点的方式深入学习和了解了\_\_地区非物质文化遗产的历史和传承、保护现状，并在大学生及其他各类人群中宣传了保护非物质文化遗产的重要性。

非物质文化遗产同物质文化遗产一样都是我们中华民族的瑰宝，而相对于物质文化遗产而言，非物质文化遗产的特殊性在于它不是实实在在的物质实体可以以一种固定的形态被保存下来。它只能存在于人们的意识中，其传承载体只能是人，而这无疑增加了它的传承难度。

在现代文明的冲击下，非物质文化遗产的保护和传承正面临着极大的困难。诸如苏绣、香山帮建筑营造技艺、御窑金砖等，其在现代社会中的应用价值与其保护与传承所需花费的人力、物力、财力在某种程度上并不成正比。为保护人类珍贵的遗产，联合国教科文组织已呼吁中国艺术研究院以及其他各有关单位为研究和保护中国非物质文化遗产开展相关的工作，重点深入到具有悠久历史和文化传统的地区!

\_\_拥有丰厚的文化底蕴，在这片土地上有着众多的非物质文化遗产，古梅山、老街历史、山地渔猎文化、稻作文化、新化山歌、舞春牛、手狮舞、抬故事、梅山傩戏等艺术……数不胜数，不得不令人自豪。但另一方面，\_\_地区的大部分人们对自的非遗了解的并不是很深。

由此我们想到，何不在大学生及其他一些社会群体中宣传非物质文化遗产的光辉历史和保护现状从而激发公众的保护热情呢?这将是一件很有意义的事。

活动目的：

1、构建和谐社会、培育民族精神、建设先进文化、全面推动文明对话和社会的可持续发展!

2、探讨非物质文化遗产保护的现状与发展问题，深入认识它的概念内涵和独特价值!

3、了解非物质文化遗产保护的基本方法及其传承规律，总结非物质文化遗产保护的各种实践问题!

4、引起全社会的关注，让大家了解非物质文化当前的发展状况，呼吁大家(特别是高校大学生)加入保护非物质文化遗产的队伍中来!

5、利用大学生的独特视觉角度，挖掘非物质文化遗迹，寻访先辈足迹，了解先辈的生活意识形态，引发对传统文化走向的思考，甚至是对人类文明发展的探究!

活动成果：

1、活动激发和体现了公众的民族精神和民族自豪感。

我们的非物质文化遗产是整个中华民族的宝贵财产，我们的活动旨在探索非遗有效的保护、传承机制，宣传保护和继承非物质文化遗产的重要性，激发公众的保护意识。活动过程中，公众在不同程度上表现出了对苏州非遗的热情和强烈的民族自豪感，我们为拥有这些璨灿的文化遗产而骄傲。

2、活动中我们深入学习和了解了\_\_地区非物质文化遗产保护的现状以及它的独特内涵。

目前，\_\_的非物质文化遗产保护情况不容乐观，公众对于娄底非遗的关注度不高。前面说到非遗的的传承载体只能是人，而对于众多古老的技艺，并不是很容易就能学会并且学成后相对一些赚钱较快的工作也有其弱处。所以许多年轻人不愿意花时间和精力去学习。另外它的传承方法一般都是由老艺人授徒，传承效率不是很高。

另外非遗之所以能被这样保护是有其独特的价值和内涵的。百年来业余生活的方式，已经在无形之中打上了娄底独特的烙印。这些一旦失传，损失将是巨大的。

3、关于非遗保护的方法和规律总结。

活动中，通过资料我们了解到目前由国务院文件提出的非遗保护的十六字方针：“保护为主、抢救第一、合理利用、传承发展”。

由这十六个字可看出，非遗急需的是抢救其次是保护，这些古老技艺，少一样就没一样，不抓紧抢救就很有可能失传!另外传承的同时也要寻求发展，以更好地生存下去。但是我们也必须知道，但凡此类保护都是要投入大量人力、物力和财力的，而对于大部分付出这些投入的单位也好，个人也好，其目的不仅仅是单纯的非遗技艺得以传承，而是他的经济利益是否值得那样的投入?其次，人们都是爱追求现代化的、更舒适的生活的，而一些非遗项目能否与现代化的生活环境相契合?

通过几天的活动以及一些资料并结合自己的思考，我提出以下几点对非遗的保护上的建议：

第一、首先要在公众中宣传非遗的基本知识，要让人们从而认识到非遗对于民族的重要性，从而激发人们对非遗的认同感。一个国家、一个地区的非遗历经几百年已经有了民族的根基，是一个国家、一个地区的身份证。

具体的我们可以经常搞一些活动，如传统戏曲节目进社区、进校园，非遗作品展览之类的，当我们从自己身边的非遗中看到自己先辈的身影，并联想到自己时，难道我们不会为自己是中国人，拥有这样的传统文化而自豪吗?我相信一旦有了这样的认同感大家就会自发地为保护非遗尽一份力。保护非遗是要有一定的民众根基的，并不是光靠一个传承人、一个保护单位就能做好的。

第二、“教育要从娃娃抓起”，非遗的保护也与此有相通之处，我想从小就开始教育孩子关于非遗的知识无疑是有好处的，因为毕竟他们是要承担起保护非遗的重任的啊!就好比现在一些小学课程中开设了京剧课，孩子们从小就接触、了解了，长大了自然会在不知不觉中有了对京剧的保护热情。

第三、国家完善相关的法律法规。虽然目前我们已有了一些相关法律法规，但借鉴一些国外好的政策来完善自己还是有好处的。

第四、对非遗传承人及普通艺人提高待遇，比如在日本，对国家级的艺人每年都会拨放相当数目的扶助金以供他们专心磨练技艺和培养传人。这样，艺人们有了客观的收入后自然能心无旁骛地欠薪锻炼，发扬非遗技艺。另一方面，就目前来看，传统的“师傅带徒弟”的传承方式效率不是很高，可否扩大规模，“批量”式培养艺人呢?

第五、非遗项目在传承的同时也应该也所创新，在继承传统项目的同时开发新的发展方向，以有利于自身的生存。但需要注意的是，创新的同时也不能丢了传统，创新更多的是方法而非目的。

以上只是我个人的想法，还有许多的不成熟的地方。

活动后记：

一个星期的活动让我学到了很多，我为我们有这样璀璨而光辉的文化遗产而自豪，但同时也为它们艰难的处境而揪心，祖宗留给我们的财产我们没有理由丢掉。

非遗是一个民族文化内涵的最佳体现，而当我们盲目追逐外来的一些新鲜的文化如圣诞节等等，我们渐渐冷落了我们自己的，传统的东西。谁还会想到我们过端午节的意义?仅仅是去超市买一些速冻的粽子吃了意思一下吗?会有人再郑重其事地亲手包了粽子并联想到我们的屈原、我们泱泱大国的悠悠历史了吗?你会说有，但你必须承认这样的人越发地少了……8月7号立秋，向来我们有立秋节气“啃秋”的习俗，即在立秋之日啃吃西瓜，意用西瓜啃去余夏暑气，啃下“秋老虎”，迎接凉爽的秋季。但今年我自己家就没有“啃”瓜，甚至，我是在立秋当天才知道有这个习俗的!不想说“悲哀”这个词，但确实有很多无奈吧!

前些日子又听闻韩国要将“风水”申请为他们的非物质文化遗产，贴吧内自然是哗然一片，韩国，你已经不是一次企图窃取我们的东西了!但我们在指责韩国的强盗行为的同时有没有想过这一切是为什么?如果我们一早就已经将这些申请了、保护好了，他韩国还能有可乘之机吗?难道真的要等到那么一天，端午节不是我们的了、汉字不是我们的了、中药不是我们的了、风水不是我们的了……我们一回首发现那些曾经属于我们的东西不再属于我们的时候才恍然大悟吗?亡羊了还补的了牢吗?我是很想平静地写完的，但到了最后这边自己又有些愤慨了，因为韩国，更因为我们自己!

非物质文化遗产啊，几百年流传下的东西能毁在我们手里吗?

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇十四**

3月16日，联合中心学习组组织了第二次集中学习，邀请我区社会科学首席专家\_教授作《认祖归宗弘扬中华传统文化》的专题讲座，这次学习从深层次阐述了中华传统文化的内涵，以及当前面临的挑战，让我们从一个全新的视角重新认知中华传统文化。

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。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。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，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。

更进一步认识到学习的重要性。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。

以身作则，努力践行。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。身为一名机关工作人员，在工作中一是要以身作则，身体力行，严格要求自己，为夷陵区建设发展、为史志事业的发展做出自己的贡献。

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇十五**

祖国历史浩若烟海，华夏文明灿烂辉煌。一代代人的经验，积淀成这伟大的传统文化。

——题记

今天，我看了一段“圣德教育，改变命运”的纪录片，看完后，我百感交集……。

纪录片的内容是这样的：故事一开始就以世界各地的灾难引出“想要救现在的世界，必须回到两千多年前的中国的观点，专家认为：只有代表中国精神和灵魂的传统文化才能改变现状，端正人们的价值观。而这伟大的传统文化，在西文的影响和侵蚀下，几乎要后继无人了。所以我们要领悟“儒佛道”的核心思想，并在现实生活中付诸行动，弘扬伟大的传统文化，让中华文化经久不息。

看完后，一个个“仁、义、礼、智、信”的字眼还在我脑海中久久回荡。

现在社会上有部分人的潜意识是西方的文化更先进，于是不断地“洋化”，甚至比西方人还要西人，比如说：那些崇尚所谓的自由而脱光衣服游行的荡妇;那些为了赚钱而使用地沟油的奸商;那些为了推销汽车而一丝不挂的车模;那些为了赢得一台电脑而脱衣服的女性等等。如果说这是求“自由”、为了钱，就不顾羞耻;那什么又是尊严呢?有部分人认为古代的东西听不懂、不理解就是糟粕，谁又能说不是这些人见识短浅呢!

我认为古代的文化十分伟大，不然汉语怎么成为世界上最伟大的语言!就比如说“圣”字古代的写法由“耳、口、土”组成，“耳”代表要擅于听闻、观察，擅于发现;“口”代表要传播伦理教育;一个类似站在地上的弯腰的人代表要结合实际，脚达实地，付诸行动。

我们不能让博大精深的中华文化消失于我们这一代，我们要继承中华民族的精神，宣讲优秀的古文明，弘扬中国传统文化。

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇十六**

我们是二十一世纪的接班人，要做好这一点，首先要做好弘扬中华美德，这是有着十分重要的现实意义。

中华美德这一方面我们都可以做到的。在学校了见到老师问好，有礼貌，于同学团结友善，学习生活上勤俭节约，在社会中，多为他人做好事，乐于助人，无私奉献，默默无闻，我们只要想做，一定会做到的!作为一名中国人，我们本身就要有一正确的观念，从子身观念意识上做到弘扬中华美德。

现在社会的现代化带来了价值观念的冲突。在这场冲突中要不要保持中华美德，关系到中华民族的前途问题。弘扬中华传统美德就是要把传统价值思想体系中德优秀精华发扬光大，把它和现代化结合起来。创建社会主义现代化新文明，促进社会主义现代化建设。

鬓繁的国际交往带来了许多外来的价值观念。“麦当劳文化”正在侵蚀着中国文化。对于西方文化，我们不是一概排斥，而是要加以选择和改造，要丢起一切腐朽落后的，或者我国国情不符合的的价值观念。弘扬中华美德就是要振奋民族精神，抵御一切不健康的价值观念的侵蚀，树立健康的社会主义美德。

当前我们这样的青少年道德教育的现状迫切要求加强中华美德的教育，长期以来，我们中国道德教育中存在的理想化，空泛化，形式化的缺点。青少年知道一些空洞的大道理。但对最初步的道德教育要求却不清楚，不实行：不能判断现实生活中的丑恶的东西，有的甚至还受到社会上丑恶行为的影响，因此急需告诉他们中华美德是什么，让他们知道中华民族创造了中华传统美德，同时又是在中华美德的哺育下壮大发展起来的;今天我们要建设祖国，振兴中华，需要身体力行，发扬中华传统美德，遵守“爱国守法。名利诚信，团结友善，勤俭自强，敬业奉献”的公民道德，今天为祖国的繁荣富强努力学习。

弘扬中华美德离我们并不遥远，我们要从小做起。成为社会建设的骨干，因此我们必须有健康的价值观念，树立健康的社会美德。让我们一起奔向现代化吧!

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇十七**

感谢院长给我们提供这次传统文化学习的机会，感谢全院职工在我们学习期间辛勤工作，让我们安心学习。下面汇报一下9天学习的体会和心得。

一、各位老师、义工从自身实践和落实传统文化，示范作用好。使每位学员有了一个很好的学习环境，有了学习的榜样，如鞠躬、吃素、讲话随和等。大福地确实是传统文化的示范基地。

二、自己的受益和体会

1、学到了做人的基本道理。

50多岁了，在部队25年的时间，接受过党和军队不少教育，也有传统教育，学习了哲学、政治经济学，回想起来，这些对自己的人生，价值观影响较大。但社会上和军队内部有的现象，也是自己的疑惑，就是官当的越大，这些理论学习的越多，学习的层次也越高，可贪腐的就越严重，可以说理论学习和实践完全背离。

自己也变得麻木，说麻木是对这些不正常现象思空见惯，从当初的气愤，到后来的无视，甚至随波逐流。反思一下，完全是自己的自私造成的，一是对坏的社会风气默认了、明哲保身了，二是也伸手占点国家的便宜了，比如说：在部队医院，酒精、棉球、胶布开始需要什么拿什么，没有感觉到。

但通过短短九天的学习，对自己有了很大的触动，在以下几个方面有大的受益：一是人不管学多少为人民服务的理论，如果潜意识里(思想深处)不扎根，是无济无事的。这次学习深入了灵魂，对孝道是道德的根本深信无疑，建立了自己的信仰，今后必将深入学习和理解、传播，不断去落实。二是太上感应篇对我的警示力，“祸福无门，

惟人自召，善恶之报，如影随形”。通过几天来几位大师的案例分享，以及回顾自己前半生的经历和果报，(好的果报感恩党和政府好的政策对家人和自己的护佑、听家长老师的话得好报;听党的话得好报，不听放任自己则有坏的果报)深有感触，对父母、生灵、圣贤必需有敬畏之心，对自己有缘的人和事有感恩之心。敬畏之心和感恩之心是律己的根源或者是保证。

三、做践行传统文化的使者。

学习传统文化关键再做，不在说。

一是自己要按传统文化的标准要求规范自己的言行，做到语善、视善、行善。播种福田。

二是传播好传统文化。

三是除正恶，不断反省自己，忏悔自己，除不作恶。

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和科研水平，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。

**传承和弘扬中华传统文化心得体会篇十八**

在南方，有香甜可口的汤圆;在北方有香脆多馅的饺子，不管是南方汤圆还是北方饺子，我都钟爱。

妈妈告诉我饺子和汤圆有区别，但是我看不出有多大的区别，因为我的馋嘴都很喜欢吃，我的眼里只有吃，哪还能看出他们的区别。

汤圆我喜欢在元宵的时候吃，代表团团圆圆，毕竟一家子在一起才是幸福美满嘛。每逢元宵时节，妈妈总会煮好一大锅汤圆，我在一旁看着那白白胖胖的汤圆，忍不住想要往前去掐一口或者直接吞掉。汤圆们在锅里面沸腾，仿佛在里面狂欢似的，真令人喜欢。

“开动啦，小馋嘴。”妈妈亲切地说。我已经等候多时啦，终于来了，我都要等不及了。我立刻拿起筷子往下面夹起来，可是顽皮的汤圆们不让我夹，油腻油腻的，一夹起来，就会滑下去。所以妈妈让我用勺子来吃，这样以来，他们就掏不出你的手掌心了。

我们一家人，都团聚在一起，都一起团团圆圆地吃着圆圆的汤圆。我喜爱白白胖胖的汤圆，因为，他让我和家人在一起，幸福地在一起。

到了冬天，唯有饺子令人喜爱，可口又多馅。有玉米馅儿的，有肉馅的，也有玉米火腿馅的，真是趣味多多。冬至的时候，虽然我们在南方，但是我也喜爱吃饺子，饺子给了我们温暖，让我们家庭温暖如初。

当然了，饺子什么时候都能吃，因为随便去街上逛一逛，都能看见沙县等小吃餐厅，都把饺子列为特色小吃。我每次去都会来几份。每逢晚上我肚子饿了，就会去买几份饺子充充饥，顺便也让家人们饱满。我喜爱多馅的饺子，因为饺子解决了我们的温饱，让家庭美满。

南汤圆，北饺子，我都爱，我都要;每吃几口口水流，家庭吃了幸福留，肚子饿了就找它。

中国传统文化，我真的超爱呢。

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