# 于丹心灵之道观后感(十四篇)

来源：网络 作者：烟雨迷离 更新时间：2025-01-24

*于丹论语心灵之道观后感 于丹心灵之道观后感一既然死生、富贵这些事情都是天命所归，个人无法决定，也无法左右，那就要学会承认并且顺应。但保持一颗诚敬的心，使自己的言行减少过失，对待他人充分尊重、谦恭有礼，却是可以通过提高自身修养做到的。一个人能...*

**于丹论语心灵之道观后感 于丹心灵之道观后感一**

既然死生、富贵这些事情都是天命所归，个人无法决定，也无法左右，那就要学会承认并且顺应。但保持一颗诚敬的心，使自己的言行减少过失，对待他人充分尊重、谦恭有礼，却是可以通过提高自身修养做到的。

一个人能做好自己，那么普天下的人都会爱敬你如同手足兄弟。所以，做一个有良好修养的真君子，又何愁没有兄弟呢?

第二个态度是，要尽可能地用自己所可以做的事情去弥补这个遗憾。承认现实生活中的不足之处，并通过自己的努力去弥补这种不足，这就是《论语》告诉我们对待生活缺憾的态度。

一种遗憾，其实可以被放得很大很大。放大遗憾的后果是什么呢?那就将如印度诗哲泰戈尔所说，“如果你因为错过太阳而哭泣，那么你也将错过星星了”。

既然生活中的缺憾不能避免，那么用什么样的心态来对待这种缺憾就非常重要了。心态不同，也许会带来完全不同的生活质量。这个故事结束了。真的是一朵头花弥补了这个女孩生命中的缺憾吗?其实，弥补缺憾的是她自信心的回归。

而一个人的自信心来自哪里?它来自内心的淡定与坦然。孔子说，“仁者不忧，智者不惑，勇者不惧”(《论语·宪问》)，内心的强大可以化解生命中很多很多遗憾。

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”。鄙夫，意义几乎等同于小人，就是不上台面的鄙陋的人。

这种患得患失的人，不会有开阔的心胸，不会有坦然的心境，也不会有真正的勇敢。偏偏有一天，子路真的去问老师说：“君子尚勇乎”?君子应不应该崇尚勇敢呢?

孔子对他说：“君子义以为上。君子有勇而无义为乱，小人有勇而无义为盗。”(《论语·阳货》)意思是说，君子崇尚勇敢并没有错，但这种勇敢是有约制的，有前提的，这个前提就是“义”。有了义字当先的勇敢，才是真正的勇敢。否则，一个君子会以勇犯乱，一个小人会因为勇敢沦为盗贼。

我们想想，小偷劫匪穿门打户，甚至越货杀人，你能说他不勇敢吗?但是这种没有道义约束的勇敢是世界上最大的灾害。那么这个“义”、“道义”又是什么呢?

那是一种内心的约制。孔子说，“以约失之者，鲜矣”!(《论语·里仁》)一个人内心有所约制，就会在行为上减少过失。假如一个人真能做到一日“三省吾身”(《论语·学而》)，真能“见贤思齐焉，见不贤而内自省也”(《论语·里仁》)，就做到了约制。而能够反省到自己的错误并且勇于改正，这就是儒者所倡导的真正的勇敢。

后来苏轼在《留侯论》中也曾经论述过勇敢，他把那种真正的勇敢叫做“大勇”。他说：古之所谓豪杰之士者，必有过人之节。人情有所不能忍者，匹夫见辱，拔剑而起，挺身而斗，此不足为勇也。天下有大勇者，卒然临之而不惊，无故加之而不怒。

此其所挟持者甚大，而其志甚远也。在苏轼看来，真正的勇者有一种“过人之节”，他们能够忍受像韩信那样的胯下之辱，而成就辅佐刘邦决胜千里、扫平天下那样的大业。他不会像平常人逞一时之勇，图一时之快。这是因为他的内心有一种在理性制约下的自信与镇定，这是因为他有着宽广的胸怀和高远的志向。

所谓“卒然临之而不惊，无故加之而不怒”，是很难做到的。我们可以要求自己做一个有修养的道德君子，不去冒犯别人，但当别人没有任何缘由地时常冒犯你，你能做到不怒吗?

当一个不幸降临了，最好的办法就是让它尽快过去，这样你才会腾出更多的时间去做更有价值的事情，你才会活得更有效率，更有好心情。这个小故事告诉我们，生活中会有许多不如意甚至不合理，也许凭我们个人的力量无法改变，但我们却可以改变自己的心情和态度。从某种意义上说，一个人心中有什么，他看到的就是什么。

这个故事适用于我们每个人。大家想想，为什么我们一样在这个世界上生活，有些人活得欢欣而温暖，有些人却整天指责抱怨?他们的生活真的相差那么远吗?其实就像我们面前有半瓶子酒，悲观主义者说，这么好的酒怎么就剩半瓶了!乐观主义者则说，这么好的酒还有半瓶呢!表述不同，缘于心态不同。在今天这么一个竞争激烈的时代，保持良好的心态比历史上任何一个时期都更加重要。

孔子说，“君子泰而不骄，小人骄而不泰”(《论语·子路》)。君子因为有心态的平和、安定和勇敢，他的安详舒泰是由内而外的自然流露;小人表现出来的则是故作姿态，骄矜傲人，因为他内心多的是一股躁气，气度上便少了一份安闲。

其实，是什么样的武功使茶师取胜呢?就是心灵的勇敢，是那种从容、笃定的气势。所以技巧不是最重要的，而技巧之外的东西则需要我们用心灵去感悟。如果你的心很敞亮，很仁厚，你有一种坦率和勇敢，那么你可能会收获许多意想不到的东西。每个人都愿意把美好的东西告诉你;但是如果你与此相反，那么即使是有教无类的孔子，他也不见得会对牛弹琴。

孔子说过，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，那就叫“失言”，也不好。你要想做一个别人愿意和你交流，也可以和你交流的人，最关键的是你要有一个敞亮的心怀。这就是《论语》中所提倡的“坦荡荡”的心境。

这种心境和胸怀，既可以弥补你先天的遗憾，也可以弥补你后天的过失;同时能使你有定力，有真正的勇敢，使你的生命饱满、充盈，让你有一种大欢心，让你的人生有最大的效率，让你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。

《论语》给我们的，永远是一个人生动态的系统，我们不可以断章取义、不可以僵死地去理解。这些古圣先贤的思想精华，当在你的血液中流动起来的时候，你欢欣的态度本身就是我们今人对于古典最高的致敬!

**于丹论语心灵之道观后感 于丹心灵之道观后感二**

人生不如意事常八九，如果我们放大这些不如意的事，那么我们将永远活在阴影之中，《论语》的精华之一就是告诉我们，心灵的力量是无穷的!孔子倡导：仁者不忧，智者不惑，勇者不惧。就是说：当所有的不顺心都压在我们面前的时候，我们要让自己变得更加宽厚仁达、智慧聪颖、勇敢无惧。做一个勇敢的人，用自己生命的力量去化解那些遗憾，而这种勇敢是心灵的勇敢，而不是表面的张扬，要做到“君子泰而不骄，小人骄而不泰”。

现代社会中，我们面对复杂多变的社会环境，面对各种各样不同的人，往往感到无力应对。于丹教授通过几个小故事告诉我们，也许我们无力改变生活中的缺憾，也许我们无法避免人生中的苦难。但是只要我们自己有一颗从容镇静的内心，有一种心灵的勇敢，我们就可以变得坚强，就可以表现出勇敢，而且你用不同的心态来对待生活中的缺憾和苦难，你就会拥有完成不同的人生!

生活中，之所以有许多问题一直困扰着我们，是因为我们没有改变原有原想法和思维方式，致使问题一直悬而难决，须知，只要思路稍做更改，不要患得患失，并决心继续下去，就没有不能解决的问题，而且那种悲观郁闷的心地也会变得乐观豁达!

每个人都有自己生存的空间，而且大家所拥有的实际生命长度基本相同，但为什么却有的伟大，有的卑琐，有的卓尔不凡，轰轰烈烈，有的碌碌无为，平庸一生-----究其原因，是因为生命拓得多宽，风景便有多宽，人生也会有宽。就象我们一个人的思想意识，站在什么高度看待问题，会出现什么样的结果，而我们只有站的高才会望的远。

在我们的生活中，这样那样的缺憾在所难免，人生之路也不可能处处都是鲜花和掌声，但是我们每个人都有自己的优势所在，都有自己的精彩之处。要发挥自己的优势，展现自己的精彩，那就需要有足够的自信，需要有那份来自内心的淡定和坦然。最后再记下一段于丹的话与朋友们共勉：既然生活中的缺憾不能避免，那么用什么样的心态来对待这种缺憾就非常重要了。心态不同，也许会带来完全不同的生活质量。

我从来就不是雄心勃勃的人，成为呼风唤雨的能人或日进斗金的富人，那样的念头从未在我的内心出现过。不是悲观，也不是笃信宿命，只是性格使然，不曾有那样的“抱负”罢了。如果真要说自己的理想，那就是不断提高自己的修为，做一个善良、高尚、与人很好相处的君子吧。(于丹在“君子之道”里对君子的界定是这样的，姑妄借之)

读于丹说论语，让人领略到的就是一种智慧，是对自己得失缺憾正确对待的认知。是一种心态，是一种理念，一种融入在现在社会中的理性道德。“每个人的一生中都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。”是告诉我们，如何用平和的心态来对待生活中的缺憾与苦难。“人生一世，草木一秋”正确面对人生的遗憾，不能纠缠在其中，使自己不能自拔，常言道“知足者常乐”，知足的女人是最幸福的，那么为什么不让自己做个最幸福的女人呢?能在清朗的好日子里，和家人随意地散散步，赏赏花，信口哼上几句小调，不就是一种幸福吗?

我就要这样的幸福。我只要这样的幸福。

**于丹论语心灵之道观后感 于丹心灵之道观后感三**

心灵之道。这章讲的是如何用平和的心态来对待生活中的缺憾与苦难。

遗憾后悔是每个人都会面临的事情，人生难免会有缺憾，没有缺憾的人生是乏味的是没有挑战性的是无法激励人前进的，而只有有缺憾的人生才是完美的才是完整的。即使命运不发芽，不惋惜千百次的播种，即使花朵结不成果实，不遗憾千百次的凋零，因为没有比脚再长的道路，没有比人在高的山峰。

当一个人失败后，延其绳索找其导火的源头，后悔自己的一步之遥，后悔自己的擦肩而过，后悔自己的力求完美的事情如今有了遗憾。后悔无济于事，天下没有买后悔药的。如果你因为错过太阳而哭泣，那么你也将错过星星了。就如同也许在这回的高考中你因为一分之差没能考上自己理想的大学，但并不意味着人生会永远停留在这一秒，相反你的人生才刚刚开始，不要只是沉积在后悔后悔，后悔自己哪怕如果能再多对一道选择题呢，也许自己就能考上理想的大学。现在抱着后悔去看待以后的人生是毫无意义的，路是自己走出来的，既然已经有缺憾，那就让自己的努力去填补那个缺憾，不要让缺憾的漏洞越来越大，直到无法补救。所谓生命不息，战斗不止。

之后在文中又提到了自信心，一个人的自信心从何而来?它是发自内心的淡然与坦然。自信心是走向成功的第一步，建立自信是困境中重新崛起的一种特有的力量。对于凌驾命运之上的人来说，信心是命运的主宰，与其悲叹自己的命运，不如相信自己的力量，与其沉寂在后悔之中，不如增强自己的信心，挑战未来的人生。所谓“老夫聊法少年狂”这难道不是一种自信的表现吗?

所谓“三省吾身”于丹说：“能够反省自己的错误并且勇于改正，这就是儒者所提倡的真正的勇敢。”不错，所谓“知错能改，善莫大焉”一个人做错事情并不可怕，可怕的是错了之后却不知悔过，还是一味的用一些理由与借口来推托，这是懦弱的表现。要做一个勇于承认错误地勇者，才能化去生命中的遗憾，勇者即表现为面对错误勇于承认的勇气，体现出的是理性制约下内心的自信与镇定。

我喜欢于丹在文中的一句话：“小人之骄，骄傲的是他外在的气，而君子之骄，骄傲的是内心的风骨。”不错，鲁迅曾说：“中国人是有骨气的。”这种脊梁背后的风骨之气，那种形于天的风然之骨。所谓：“渴，不饮盗泉水;热，不息恶木阴。”所谓：“富莫富于常知足;贵莫贵于不求人;贫莫贫于无才能;贱莫贱于无骨气。”傲骨不可侮，傲心不可有，无傲骨则近于鄙夫，有傲心不的为君子。我记得一位学者是这么说的：“宁守浑噩而黜聪明，留些正气近天地;宁谢纷华而甘澹泊，遗个清白在乾坤。”风骨也许是为中国人所骄傲的资本吧。

其实这章主要讲人生多有不顺，要如何去弥补不顺，自信心，勇敢的勇气，风骨的气节。也许站在不同的角度，结果也有所不同。

我认为人生不过是一场赌博，你的筹码就是自信，勇敢等等一切能想出的高洁的名词，如果你连这些都不具备的话，就是失去了筹码，连筹码都没有的你，又何谈去堵上一把呢?

**于丹论语心灵之道观后感 于丹心灵之道观后感四**

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。那么何为君子，何为小人，君子与小人之间有什么不同呢?

“君子”是孔夫子心目中理想的人格标准，一部短短的两万多字的《论语》，其中“君子”两个字就出现了一百多次。而与之相对应的就是“小人”。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。那么，怎样才能成为君子而不是小人呢?孔夫子眼中的君子与小人又到底是怎样的呢?

北京师范大学于丹教授告诉我们：用孔夫子的说法叫做君子“和而不同”，小人“同而不和”。比如我们大家在一起争论问题，不可能意见都一致，君子会很平和的跟每一个人都能交流，但是他会坚持自己的主张，他不会苟同别人。小人没主见，别人一说什么好像都对，但是还经常跟人打起来，叫做同而不和。君子好处事，但你很难取悦于他，但他对人了解是非常准确的，能够量才用人。而小人难处事，你却很容易取悦于他，但他对人却常常是求全责备。

于丹教授认为，孔夫子描述的这个现象它远吗?这肯定不是远古的事，这一切现象其实今天就经常出现在我们的身边，如果你要把这个标准想明白的话你会发现，孔夫子给了我们一个考察人品的标准。孔夫子还说，君子有三戒，少戒色，中戒斗，老戒得。少年时为何要“戒色”?中年时又为什么要“戒斗”?老年时“戒得”指得又是什么?于丹教授在这一讲--《君子之道》中将为我们详细讲解这三戒的内容和它对人生的重要影响.

大家读《论语》会发现这里面做人最经常出现的一个标准就是两个字“君子”，其实这是我们在今天也经常说到的一个标准，说某某人非常君子。但是究竟什么是君子?我们今天就说说《论语》中的君子之道。

画外音：“君子”是孔夫子心目中理想的人格标准，一部短短的两万多字的论语，其中“君子”两个字就出现了一百多字，即便是今天人们还是希望自己能做君子，我们怎样才能做一名君子呢?北京师范大学于丹教授将为我们讲授《于丹心得》之《君子之道》。

于丹：其实我们把孔子对于君子所有的言语、界定、描述总结在一起，会发现大概做一个君子要有几个层次上的要求。

首先一个标准，君子都是那些内心完满富足，先自我修缮了修养，而后才表现出来一种从容不迫的人。也就是说，君子的力量始自于人格和内心。

大家知道人格和风格永远都是相关的，当我们说一个人在风格上表现为文质彬彬然后君子，有那么一副与世无争与人恭敬的气度，这种风格的力量一定来自于人格。

学生很不以为然，一下子没听明白，觉得这么简单，就又追问了一句说：“不忧不惧，斯谓之君子已乎?”这就能叫君子啦?老师还是淡淡地跟他说：“内省不疚，夫何忧何惧。”(论语颜渊)也就是说，我们老百姓的语言系统说，半夜敲门心不惊。一个人夜里面睡得踏实，这就叫内省不疚。一个人内心反省自己的行为，反省自己在社会上所作的一切的时候没有愧疚，这就可以做到不担忧不恐惧。

在孔子看来，一个人“内省不疚，夫何忧何惧”，这就是一个君子的标准。那么这个标准呢，说低也低，我们每个人可以做到，说高，这也是一个至高无上的标准。

孔子在给学生讲课的时候曾经很认真地跟他们谈过这个问题。孔子一上来先很谦虚，他说“我们今天来说说君子”。说“君子道者三”，做一个君子有三点是要做到的，然后他很客气的先谦虚了一下说“我无能焉”，我反正是做不到，是哪三点呢?叫做“仁者不忧，智者不惑，勇者不惧。”

也就是说在这个世界上，一个人每天行于世间百态之中，真正要做到内心的坦然，要做到一种仁义的大胸怀，让自己没有那么多的忧伤、忧思、忧恐、担忧，全都没有，这一切来自于什么呢，来自于你内心的仁厚。由于你宽和，所以你可以忽略了很多细节不计较，由于你心怀大志所以你可以不纠缠于这个世界给你小的得失。

第二点就是要做到“智者不惑”。

其实我们看汉字的构成很有意思。这个“惑”字，迷惑的惑啊是上面一个或者的或，下面一个心字底，对吧?其实“或者”，数学上叫或然率。什么意思啊?就是可以这样也可以那样，此为“或者”。那么当世界面临众多的抉择，你可以这样走，也可以那样走的时候，就要看你这个心字底托得是不是足够大。如果你心中有判断，有定力，你明确，你就不至于被世界上诸多的选择压垮。

对于我们当下的人来讲，我们的痛苦不是没有选择，而是选择太多，这也是孔子所谓的过犹不及。在过去有人说区区半个世纪之前，每一个人从职业上一生可能就在一个单位，从婚姻上一生不会有任何变动，从居住上一生就是一个大杂院的邻居，但是在今天选择太多，视野广阔，这是一个繁荣时代给我们带来的迷惑。怎么办呢?我们不能去左右外在的世界，我们能够让自己内心的选择能力更强大，这就是让自己成为一个智者。

那么第三点就是“勇者不惧”。

**于丹论语心灵之道观后感 于丹心灵之道观后感五**

《论语》的真谛，就是告诉大家，怎样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》透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”。

应对人生的遗憾，我们要在最短的时刻内接收下来，不好纠缠在里面，一遍一遍地问天问地，这样只能加重你的痛苦。如果你正因错过了太阳而哭泣，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十分精致的佛像，每一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，正因你只经过了四刀就走上了这天的岗位，而我经过了千刀万剐才成佛。

我们过去总是喜爱与他人相比，为什么你我一齐参加工作，你这天如此辉煌?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发奋、做出的贡献、肩负的职责、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!

我们知道，西方国家以宗教立国，中国长期以儒学立国。孔子提倡仁爱，但他并不认为应当以丧失原则的仁爱之心去宽宥所有人的过失。《论语》告诉我们，要本着平等和理性的态度去尊重每一个人，且彼此之间要留有一点分寸，有一点地。常言道：世界是个大家庭。既然是在“家”里，就不免人各有志，人各有禀性，正如有爱茶者喜爱龙井，有爱好乌龙茶一样，但是都是求真的一种心境。“不夺其真香”，“不损其真味”，那么，还有什么不能够真心待人，真诚说话，真情做人的道理呢!

品味人生，修身养性，其目的正是要在愉快地生活中度好这一轮回。淡泊的襟怀，旷达的心胸，超逸的性情和闲适的心态去生活，将自己的情感和生命融入自然状态，这样才无愧与祖先，也才能如孔夫子教导我们快乐地生活的秘诀那样，去找到你内心的安宁。

**于丹论语心灵之道观后感 于丹心灵之道观后感六**

《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!

我们知道，西方国家以宗教立国，中国长期以儒学立国。孔子提倡仁爱，但他并不认为应当以丧失原则的仁爱之心去宽宥所有人的过失。《论语》告诉我们，要本着平等和理性的态度去尊重每一个人，且彼此之间要留有一点分寸，有一点地。常言道：世界是个大家庭。既然是在“家”里，就不免人各有志，人各有禀性，正如有爱茶者喜欢龙井，有爱好乌龙茶一样，不过都是求真的一种心境。“不夺其真香 ”，“不损其真味”，那么，还有什么不可以真心待人，真诚说话，真情做人的道理呢!

品味人生，修身养性，其目的正是要在愉快地生活中度好这一轮回。淡泊的襟怀，旷达的心胸，超逸的性情和闲适的心态去生活，将自己的情感和生命融入自然状态，这样才无愧与祖先，也才能如孔夫子教导我们快乐地生活的秘诀那样，去找到你内心的安宁。

**于丹论语心灵之道观后感 于丹心灵之道观后感七**

快乐的生活，到底怎样才算快乐?又怎样才能快乐的生活呢?《论语心得》对此有所诠释。

《论语心得》是一本根据于丹在《百家讲坛》中的演讲所写的书，它主要讲了于丹从中国人的宇宙观、心灵观、处世之道、交友之道、人格修养之道、理想和人生观，从独特的个性视角出发来解读《论语》。

在读了《论语心得》之后，我知道了《论语》的真谛：如何才能过上我们心灵所需的那种快乐生活。

要过上快乐的日子，就必须做一个有意义的人。于丹在《论语心得》中讲到：一个有意义的人，要做到精神富足、心理健康、积极生活、与他人和睦相处，爱岗敬业、安于本职、献于社会。同时，我们还要“修身”：外在能力完善，懂得变通，与时俱进，内在心灵完美富足。这是孔子对理想生活的总结，也被后人奉为理想的指南。

要做到这些主要是要有一颗淡泊宁静、与世无争的心。可我们从一出生就开始与别人竞争，少时就已争得个鱼死网破，能保持一颗纯净的.心就已不易，更何况要有世外高人般的淡泊呢?不过，只要一个人有心，每天修生养性，在不久的将来，他就会成为一个真君子!

于丹教授将《论语》所给予她的感悟告诉了我们，我知道了：只有以淡泊的胸襟，旷达的心胸，超逸的性情和闲适的心态去生活，将自己的生命融入到自然状态中，才能寻找内心的那份宁静，也才能如孔子所说：快乐的生活!

**于丹论语心灵之道观后感 于丹心灵之道观后感八**

近日拜读了于丹的《论语心得》后，感触颇深……

读了《于丹〈论语〉心得》，让我领略到的是一种智慧，是对自己的得失缺憾的正确对待，一种处理领导关系、同事关系的心态，是一种融入在现在社会中的理性道德。读到于此，想到曾经读过的《菜根谭》，两者皆有：

风斜雨急处，立得脚定。

花浓柳艳处，着得眼高。

路危径险处，回得头早。

正所谓“性定菜根香”。

书中有一段对于理想与现实关系的分析，很是经典。“神于天，圣于地。”既有一片理想主义的天空，可以自由翱翔，而不妥协于现实世界很多的规则和障碍;又有脚踏实地的能力，能够在这个大地上区进行他行为的拓展。只有理想而没有土地的人，是梦想主义者不是理想主义者;只有土地而没有天空的人，是务实主义者而不是现实主义者。”我们常常会听到有人抱怨社会不公，抱怨处世艰难。其实，与其怨天尤人，不如反躬自省。如果我们真的能做到把握分寸，谨言慎行，礼行天下，修身养性，我们会少很多烦恼，就自然会懂得为人处世之道。怀着乐观和积极的心态，把握好与人交往的分寸，让自己成为一个使他人快乐的人，让自己快乐的心成为阳光般的能源，去辐射他人，温暖他人，让家人朋友乃至于更广阔的社会，从自己身上获得一点欣慰的理由。

在教学工作中，我们不应该总是抱怨没有时间，抱怨事情太多，我应当在自己所教学的这门学科中，使学校教科书里包含的那点科学基础知识，成为入门的常识。在科学知识的大海里，我所教给学生的教科书里那点基础知识，应当只是沧海一粟。明白了这些道理，一切抱怨都抛到了一边。书中所举的那个历史教师的例子就是最好的证明。他的成功之处就是用他的终身的时间在扩大自己的知识海洋，持之以恒地提高自己的教育技巧。教师的时间问题是与教育过程的一系列因素密切相关的。教师进行劳动和创造的时间好比一条大河，要靠许多小的溪流来滋养它。怎样使这些小溪永远保持活力，有潺潺不断的流水，这是我们安排时间时应该首先考虑清楚的!

对于“学习困难的“学生，他们的学习是很缓慢地感知、理解和识记所学教材的学生,他们一样东西还没懂另一样东西就要学了，这边刚学会，那边又忘了。如今，我也试着用赏识的眼光来看待我的学生，不用分数的高低来作为衡量一个学生的唯一的标准。我试着从课堂的点滴中来发现学生点滴的进步，并为他的进步欣喜。当然，我会将我的欣喜化为语言、化为动作来让他知道，使他明白：“别人能行，我也能行。”我试着让我的学生始终能看到自己的进步，“不要有任何一天使学生花费了力气而看不到成果”。我要时时刻刻让当年我眼中所谓的“差生”体会到成功的快乐，并让快乐延续着。

古人云：“开卷有益”。常读书和常思考，会使我们勇于和善于对自己的教育教学作出严格的反省和内省，既不惮于正视自己之短，又要努力探究补救途径，更要擅于总结自己的或同行的成功经验，从中提炼出可供借鉴的精华。

**于丹论语心灵之道观后感 于丹心灵之道观后感九**

最初知道“孔子”其人，是在“批林批孔”、“读书无用”那个年代，当时的大街小巷、机关、学校无处不见“打倒孔丘”的标语，但对其“腐朽”的儒家思想只是模模糊糊、知其然不知其所以然。后来有机会读到《论语》，却也只是零零碎碎地读，对其中精深远遂的思想未能体味，更对那些个 “之乎者也”提不起兴趣而束之高阁。直到看了央视《百家讲坛》，于丹老师以其清新流畅的风格，散文般和缓优美的语言，通俗易懂的故事，以及女性特有的细腻情感，为我们带来的令人耳目一新的《论语》解读后，我买来了《于丹心得》。近日休假在家，有时间静心阅读了这本书，读后让人感觉如沐春风，有一种心灵的触动。

孔子是一位伟大的哲学家、政治家、教育家，《论语》是记载孔子及其门人的言行录。孔子的儒家思想，备受历朝历代君主的推崇，也一直影响着中国思想文化的发展，就是在物欲横流、信息爆炸的当今社会，仍然闪烁着真理和智慧的光芒。于丹老师笔下的孔子朴素平和、谦虚贤达，博学睿智，平易近人，时时为我们传递着一种博大、仁爱和快乐。于丹老师用其独到的眼光和快乐的感悟解读《论语》中深刻而又广博的人生哲理，从天地人之道、心灵之道、处世之道、君子之道、交友之道、理想之道、人生之道七个方面分别阐述自己的心得，如“《论语》告诉大家的东西，永远是最简单的”、“《论语》终极传递的是一种态度，是一种朴素的，温暖的生活态度”、“《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”。我最欣赏的，也就是于丹老师对《论语》的这种简单，快乐的感悟。

怎么样才能过上我们心灵所需要的那种温暖的、快乐的生活?秘诀就是去找到内心的安宁。于丹老师讲了个小故事：同为花岗岩，台阶不服气地向佛像抗议，“你看我们本是兄弟，来自同一个山体，凭什么人们都踩着我们去膜拜你啊?”佛像淡淡地说：“因为你们只经过四刀就走上了今天的这个岗位，而我是经过千刀万剐才得以成佛。”通过这个故事，我把内心的安宁理解为：平和。以乐观向上、闲适超逸的性情融入环境;主动积极、坦荡旷达的胸襟投入工作;快乐愉悦、真实自然的心情拥抱生活，我们的心灵深处就会充满阳光、自信，生命就会快乐豁达许多，就能如孔夫子教导我们那样，去寻求内心的安宁。当然，要达到孔圣人的境界和于丹老师所说的那种和缓、从容谈何容易，必须经历千锤百炼方能修成正果，但不断地“修身养性”，逐步提升自己，努力追求内心的淡定和坦然是必要的，至少他可以让我们少一点烦恼，多一些快乐，在日益繁盛而迷惑的物欲世界中让心灵找到归宿地与栖息地。

于丹老师告诉我们：“幸福快乐只是一种感觉，与贫富无关，与内心相连。”面对 “这样浮躁、竞争又这么激烈”的当今时代，“我们的眼睛总是看外界太多，看心灵太少”，我们应该向内寻求心灵的力量，以平和的心态去对待人生的缺憾与苦难，“生活中会有许多不如意，甚至不合理，也许凭我们个人的力量无法改变，但我们可以改变的是看待这些事情的心情和态度”、“既然生死、富贵这些事情都是天命所归，个人无法决定也无法左右，那就要学会承认并且顺应”。人的一生不可能事事顺意，一帆风顺，总会遇上种种沟沟坎坎，有如行驶在海上的船，一定会遇到风雨，甚至巨浪，所以首先要正确面对，学会接受它、善待它，但不是被动的、消极的接受，应该是以一种积极的、乐观的心态去弥补、去看待。没完没了地纠缠其中，一遍遍地呼天号地，一股脑地去怨天尤人，只能痛上加痛，不能自拔，既有害身心，又于事无补。该放下时且放下，就像老和尚与小和尚的故事，换一种宽容的心态去面对，就会有不同的心境，予人宽容，就给自己留下了一片海阔天空。

《于丹心得》，不故作高深，不矫情卖弄，没有寻章摘句，没有引经据典，没有从教条到教条、从书本到书本的搬家，娓娓道来，循循善诱，将孔子从圣人的高位复原到脚踏实地的凡人，把闪烁着真理光芒的朴素语言和一些富有哲理的故事结合在一起，传递给人们一种温暖的思想力量，既通俗易懂又意味深长。虽然对于丹老师的观点不能百分之百的认同，但读后让人豁然开朗，淡然微笑，还让人掩卷而思，浮想联翩，真可谓服了一剂“心灵鸡汤”。

最后借用于丹老师的一句话为结束语：“人的一生不过是从光阴中借来的一段时光，岁月流淌过去，我们自己也就把这段生命镌刻成了一个样子，它成为我们的不朽，成为我们的墓志铭。”

**于丹论语心灵之道观后感 于丹心灵之道观后感篇十**

大多数人都会觉得论语难懂，给人一种枯燥的感觉。而于丹教授却用通俗易懂、朴实无华的语言和一个个震撼人心的小故事对《论语》中孔子的一些为人处事作了经典的诠释。使我们对几千年来的传统文化有了一个再认识，也使孔子的形象在我们的眼中变得清晰、亲切而温暖。对我们的生活观、为人处事观等各方面都起到不可估量的作用。

说实话，看《于丹论语心得》之前，我是怀着走形式应付的情绪。没想到开卷有益，越看越想看，这本书仿佛有一种魔力引人入胜，因此我也就下决心要读好这本书。于是手捧该书，我都觉得自己好像高大了许多，仿佛自己变得有学问了。读后虽不能大彻大悟，但感触颇深，给人一种心灵的触动，心中顿生一份感悟。

感悟之一，比如：“每个人的一生中都难免有缺憾和不如意，也许我们无力改变这个事实，而我们能够改变的是看待这些事情的态度。”这是于丹给我们讲述《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与苦难。人首先要能够正确应对人生的遗憾，不好纠缠在里面，一遍遍地问天问地，这样只能加重你的痛苦。第二个态度是，要尽可能地用自己能够做的事情去弥补这个遗憾。一种遗憾，如果被放得很大很大，放大后的遗憾，将使你错过弥补遗憾的最好时机。承认现实的不足，透过自己的发奋去弥补这种不足，这就是《论语》告诉我们对待生活缺憾的态度。

感悟之二：人们常说，在家靠父母，出门靠朋友。社会环境中朋友是最重要的，从你的朋友身上能够照见自己的影子。其实，人这一生有什么样的朋友，直接反映了他是一个什么样的人。好朋友就是一本书，他能够打开你的整个世界。我们经常说物以类聚，人以群分。什么样的人，你只要观察他的社交圈子，从这样一个外在环境能够看到他内心的价值取向。那么什么样的朋友对我们来说才算是好朋友，好朋友的标准是什么，会给我们的生活、事业带来什么样的帮忙;什么样的朋友算是坏朋友，会给我们的人生带来怎样的影响，我们又如何来分辨好朋友和坏朋友呢?

于丹教授在讲论语时，谈及交友就有十分明确的标准，谓之，‘益者三友，损者三友’。也就是说，好朋友有三种，坏朋友也有三种：友直、友谅、友多闻，是好朋友;友偏辟、友善柔、友便妄，是坏朋友。友直就是说要为人正直，要坦荡，要刚正不阿，一个人不能有谄媚之色，要有一种朗朗人格，在这个世界上顶天立地。朋友的人格能够映照、校验你的人格，能够在你怯懦的时候给你勇气，能够在你犹豫不决的时候给你一种果断，这是一种好朋友;友谅，也就是宽容的朋友。其实，宽容大多数时候是一种美德，是这个世界上最深沉的美德之一，我们会发现，当我们不留意犯了过错或者对他人造成伤害的时候，有时候过分的苛责和批评，都不如其实，交什么样的朋友，怎样与朋友相处，考验的是我们的眼光和智慧，我们读论语，听于丹讲论语，从中学习到的是一种审视、明辨的潜质，是宽容、不为己堪的态度。选取一个朋友就是选取一种生活方式，而能够选取什么样的朋友，先要看自己配交什么样的朋友，自己站在一个什么样的人生坐标上，只有明确了自己的修养，才是交到好朋友的前提。论语是道德与智慧的凝结，他是一个循循诱导的老师，又是一个正直、坦率、宽容的朋友，它是一个映射着我们道德情操、品性修养的镜子，让我们在生活中找

准自己的方向，多一份艺术和智慧，多一份清醒与闲暇，多一份享受生活馈赠的情绪。

**于丹论语心灵之道观后感 于丹心灵之道观后感篇十一**

于丹论语心得有自信者，生命无限可能首先一个人在世界上，所谓鹪鹩巢于深林，一枝而已。小鸟在大树林子里面也只需要一根树枝。鼹鼠饮河，果腹而已。也就喝饱它那个小肚子，一只小老鼠，也就完了。人在这个世界上，一生能用多大的资源?其实你不管住一个多大面积的豪宅，你那张床也就那么大，人一生占的面积也就那样大而已。

所以，你的资源不可以给别人吗?你为什么会怕别人分享呢?有时候我就跟我的学生讲，我说那是因为你内心不够自信。你可以想一想，在吴越春秋的时候，越王勾践打败了，他在卧薪尝胆的时候，身边有一个重要的大臣一直在佐助他，就是范蠡。范蠡帮助勾践，能够含辛茹苦，最后一举再反败为胜，建立越国。

我们大家都会觉得说，这样一个人，他以后一定是一人之下万人之上，封功受赏、荣华富贵。他的同事文种当时也这么认为，说我们两个等着分封。范蠡说，狡兔死，走狗烹，飞鸟尽，良弓藏，现在这个国家不需要我们了，你要留留下，我泛舟五湖去了。所以这个人就从此结束了他的政治生涯，在传说中带着美女西施去小舟，从此是江海寄余生了。

但是两三年之后，整个这个社会又出现了另外一个辉煌的名字，就是富甲天下逃诸宫，也就是说他的政治生涯结束了，但是他开始成为一个天下最成功的商人。这个人还有人生其它的可能，这在于他自信，他知道他还有一种可能性。但是他并不是一个为富不仁的人。等到他看到越国重新有难的时候，他派自己的儿子散尽千金，拿着自己的钱财重新去复国。国家再佐助起来以后，他散尽了千金，一挣钱又回来了呀。

我们可以想一想，范蠡他可以说是个成功人士，他的成功在于，我们在这个世界上，几个愿望他都能一个人一生做到。其实我现在如果问问大多数成功的男士，你们的愿望都关乎于哪几点?无非是政治的权力、美色还有金钱。你看看范蠡一生他都做到了。这是为什么，其实是在于他永远敢于否定自己。他永远可以去做得更远。所以其实有很多人，他之所以不愿意伸手去帮助他人，是因为他自己的生命不够自信。他不知道自己还有更多的可能。君子不器大家知道论语里面还有一句话，说得很简单但是很好。四个字，叫做君子不器。器是器皿的器。也就是说一个真君子，不要过早地把自己做成一个容器。我就是一个瓶子，或者我就是一个杯子，我就是一个话筒，或者我就是一辆火车。你一旦说我自己就是什么，就意味着你不再可能成为其它。所谓君子不器，是指一个君子的生命，他是流动的、变化的、提升的，他可以应时运。温暖世道农村妇女亦是圣贤

当一个人可以这样的时候，生命境界始大，胸怀始宽，他还有什么仁爱是不能做的?所以其实，我们的态度会决定了当下的行为。你可不可以就在一个最为朴素的，没有什么身份的情况下也对人抱着这样一种内心的友善呢?这是取决于你内心的一种道德、一种伦理的支点。中国大陆现在每一年由中央电视台，最大的媒体要做一个评选叫做“感动中国”，就是它会把全年度中国一些普通人物的作为提升出来，最后全国有一个28人的推委会，大家来遴选，选完了以后由这些评定委员选出来10个年度感动了中国的人物。然后他们最后的颁奖盛典，每一个人会有一座封杯，上面盖着一个幕布，掀开上面都会有四个字，是这个推委会给他们的一个评定词。

那么今年，有一个人我印象非常深，是一个六十多岁，中国农村普普通通的一位阿姨。她从嫁到这个村子开始，就主动地去赡养这个村子所有的孤寡老人。她家也很贫困，她跟人家讲说反正我们家吃窝头你也吃窝头，我们家喝粥你也喝粥，我吃什么你吃什么，但是我一定会给你们养到老。所以有些人她养8年，有些人她养13年，也有些人养了更久，一定是送了终。她自己的四个孩子从小就认为这些爷爷奶奶就是他们家人。所以在妈妈忙的时候，他们从5、6岁就去给老人洗脚、剪指甲，就一直这样做。

那就是这样一个妇女，她做了一生，她一直做到老。其实这个人的最后的推荐词是我来写的，我写推荐词的时候，我说，如果是富人做这样的事就叫做慈善，但是一个穷人可以做这样的事，她就是圣贤。她不可以用很多的物质去完成拯救，但是她可以用自己的心，让这些老人得养千年。其实这是什么?这就是老吾老以及人之老。

这还不够吗?所以最后她的那座杯掀起来四个字，叫做温暖市道。她用自己的人心，温暖了很多苍凉的市道。其实，什么是仁人?就这样一个目不识丁的农村妇女，在我看来，她是圣贤。

**于丹论语心灵之道观后感 于丹心灵之道观后感篇十二**

近期仔细读了于丹《论语心得》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”。

我第一次见到“国民幸福指数”一词，物质意义上的幸福生活它仅仅是一个指标。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，同志之间、夫妻之间，一些生活中的琐事，抑郁于胸。“胸怀无限大，很多事情自然就渺小了。”自己劝自己，想开些，何必计较那么多呢?

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!

**于丹论语心灵之道观后感 于丹心灵之道观后感篇十三**

于丹在《庄子心得》里曾经这样写道：孔子给我们揭示的都是一种温暖的情怀和一种朴素的价值，就是“活在当下”。初见这个词，只有一种朦胧之感，并无法真切地去感知它深厚的内涵。也许只有在某个特定的时候，某个特定的词语才会散发出它独特的光芒。也只有在这难忘的高二生活即将结束的时刻，我才能真正揣摩到“活在当下”这一词所寄予的一丝超然淡泊的情思。

人从出生起，就踏上了永远的征程，直到死亡的尽头。无论乐意与否，人生的长河就一直永恒地流个不停，无论是逆境拼搏，还是安于现状或是犹豫徘徊，都阻挡不了生命之河的流失。所不同的是拼搏的人生会更加精彩，显得长久而有意义，安于现状或犹豫徘徊的会被冲着走，于茫然中失去青春，坐叹别人的美丽，空慕别人的辉煌!

其实，在人的一生中，人本身能自主的时间真是少之又少。孩提时少不更事，只能傻傻地等着长大;稍大一些就要进入学习阶段;老了又力不从心啦，做不成什么了;再除去必要和不必要的休息和睡眠，可利用的时间真正是少得可怜!

人都不是生而知之的，从懂事起，就必须不断进取，积攒生存的本钱，也就从此时开始，人的分别也就开始有了;成年后是拉大距离的日子，有人奋进得意，有人踌躇徘徊，有人沮丧颓废，因而有人前途金光闪闪，有人的面前却一片黑暗，然而金光闪闪的也不一定就一帆风顺，一片黑暗的也不一定没有出口，那就要看各人的努力和机遇了。

人的一生总像波浪一样的起伏不定，其中的坎坎坷坷是谁都无法逃避的，除了要把握准航向之外，就是要坚持不懈了;坚持应该是最最简单的成功秘诀，这样成功就会时常眷顾你。因而有的人真的就是一生春风得意，有的人也可能稍不注意就翻了船陷入绝境，有人则会冲出黑暗走向黎明，选一条正确的路走出人生的舒畅和幸福。

其实，成长更是一场丰盛的晚宴，它教会了我们如何坚强，如何乐观，更在我们每个人的心上不知不觉间刻下了成熟的烙印。成熟是一道明亮而不刺眼的光辉，是一曲圆熟而不腻耳的音响，一种不需要别人观察的从容。它让我们在逆境中越挫越勇，让我们在成功时依旧心定坦然。

最后，无论成败得失，也无论是得意沮丧，统统都得进入力不从心的老年，只不过有人安享，有人苦熬。

感谢，感谢，太多的感谢，凝聚成一颗充满感恩的心。回顾往昔，展望未来，我们更应该感恩于今天。伶人不得不在别人的故事里，流着自己的泪，但我们一定不能够在今天的盆景里移植明天的芬芳。人必须现实，人不得不现实，不得不学会面对。在生活中应始终秉承一种“淡泊明志，宁静志远”的气度;在物欲横流、追名逐利的世界里应保持一种“不以物喜，不以己悲”的胸怀。

我想，只要把今天过好了，那你就过好了这一辈子。贫富即非天定，也非强求，只要过得快乐，那你就是幸福的;不必为过去烦恼悲伤，也不必为未来忧心重重，其实你想得再多再远，也必须从现在做起，后悔死了，发愁死了，也就什么都跟着完蛋了，徒然浪费生命，却毫无益处!只要你踏踏实实，快快乐乐地过好了你的今天，那你还何愁你的一生不幸福呢?

人，不管快乐的理由是什么，也无论幸福的质量如何，只要你尽力了，没有荒废时间，没有随波逐流，做到了你应该做的，你就无愧于人生!宁静很难，志远更难。但当逝去的生命被纳入漆黑的彼岸世界时，灵魂却结晶成雪白的燧石，被追忆和尊敬所激活的火花，迸溅成四个血色大字“活在当下”，与鲜活的生命同在。这就是你的人生---与众不同的幸福人生!

**于丹论语心灵之道观后感 于丹心灵之道观后感篇十四**

理想之道。这章主要讲如何定位自己在社会的地位，如何展望自己的理想。其实最主要还是要找到适合自己的理想。

自己定位的理想不要太高，那样会过犹不及，伸手都无法触摸到，就像是小学的学历考大学一样，有点坐井观天之感，一点也不切实际，甚至是不粘边，是遥远的理想，那不时我们称之的理想，那是梦想。梦想与理想有一定的差距，虽然说都是还没实现的，但理想比梦想更容易达到，是努力与智慧的结晶。定位过高，只会让自己天天沉醉在幻想的思潮里，不回去奋斗与努力，失去了斗志，那只会离理想越来越远。

如果把自己的定位定得太低，只会使自己的才华和理想都埋没了，不会有发展的空间，自己不能够施展，不能够发挥，也许这样的一生只会是平淡的渡过，不曾有火光出现。到了年迈之时，也许会后悔自己的选择决定，到时也已经太晚了。

所以选择正确的适合自己的理想是很重要的。理想是时，敲出星星之火;理想是火，点燃熄灭的灯;理想是灯，照亮夜行的路;理想是路，引你走到黎明。饥寒的年代，理想是温饱;温饱的年代，理想是文明;离乱的年代，理想是安定;安定的年代，理想是繁荣。理想是罗盘，给船舶引导方向;理想是船舶，载着你出海远航;但理想有时候又是海天相吻的弧线，可望不可及，折磨你那进取的心。理想使你微笑的观察者生活;理想使你倔强的反抗者命运。理想使你忘记鬓发早白;理想使你头白仍然天真。理想是生活的黄金，而只有具备淘金工人在沙里淘金的毅力，才能找得到这生活的黄金。

理想——有人追求了一生是得到幻灭，有的人找到了它一直坚持到生命的最后一息。人生的理想，向他见到地平线一样，像它走近一步，它就后退一步。有生命力的理想绝不能像钟表一样，精确计算它的每一秒钟。没有理想的人生如雾海，没有奋斗的人生如浮云，没有理想的青春，就是没有太阳的早晨。一个人有了远大的理想，就是在最艰苦的时候，也会感到幸福。

理想与妄想不同，因为妄想偷越人生的范围;理想与幻想不同，因为幻想是无可遵循的途径;理想与野心不同，因为野心常出之于自私与占有。

理想与内心的修养是息息相关的，内心的修养直接关系到理想的实现。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！