# 学中庸的心得分享（专业23篇）

来源：网络 作者：琴心剑胆 更新时间：2025-04-09

*科技创新是推动社会进步的重要力量，我们应该加大科技投入。撰写一篇完美的总结需要结合客观事实和主观感受。想要深入研究这个领域，可以查阅以下提供的相关文献。学中庸的心得分享篇一第一段：中庸第章是论语中的第十二章，它是孔子的弟子子路与子贡的问答记...*

科技创新是推动社会进步的重要力量，我们应该加大科技投入。撰写一篇完美的总结需要结合客观事实和主观感受。想要深入研究这个领域，可以查阅以下提供的相关文献。

**学中庸的心得分享篇一**

第一段：

中庸第章是论语中的第十二章，它是孔子的弟子子路与子贡的问答记录。中庸一词，意为“不偏不倚，恪尽职守”，是孔子所倡导的一种行为准则。这一章节主要强调了人在做事情时应该保持中庸的心态，不要过分偏激。在我看来，中庸第章非常重要，它提醒我们保持平衡、恪守中道，不断提高自身修养和做事的水平。

第二段：

孔子在中庸第章中指出：“诚者，天之道也；诚之者，人之道也。”这句话告诉我们诚实是一种重要的品质。诚实不仅要求我们不说谎，更要求我们做人真诚、待人诚实。只有真诚待人，才能赢得他人的信任与尊重。同时，诚实也是我们自律的标志。只有对自己诚实，才能实现内外的协调一致，做到言行一致。

第三段：

此外，中庸第章中还提到“欲速则不达”，意指过于追求速度会影响事物的质量与成效。这句话给我们提醒，要在追求效率的同时，也要注重质量与细节。我们不能仅仅为了完成任务而匆忙行事，而是应该认真思考，制定合理的计划与步骤，在做事情时保持冷静，尽量避免偏差与错误。只有这样，才能真正提高工作的质量与效率。

第四段：

孔子还说“中立而不倚，曲而全”，这句话告诫我们在与他人相处时要保持平和与公正。在社交中，我们常常需要处理各种复杂的关系。而保持中立，意味着我们应该相信自己的判断力，不轻易被别人左右。同时，我们也要对他人保持公正的态度，不偏袒任何一方。只有这样，才能树立起公正的形象，得到他人的认可与信任。

第五段：

综上所述，中庸第章告诉我们在做人做事时要保持中庸的心态。它不仅指导我们在道德品质上要诚实、诚信，也提醒我们追求成效要注重质量与细节。此外，中庸第章还告诫我们保持平和与公正的态度，不被他人左右，做到中立。我深深体会到，只有保持中庸的心态，我们才能在生活和工作中取得更好的成绩。因此，我将继续以中庸为指导，不断提高自身修养与能力，做一个遵循中庸原则的人。

**学中庸的心得分享篇二**

中庸第章是《论语》中的一篇经典章节，探讨了中庸的重要性。通过研读这章，我对中庸有了更深刻的理解，并从中受益匪浅。首先，中庸教导我们在言行中保持适度的态度。其次，中庸告诫我们要追求内外的平衡。第三，中庸在勉励我们培养自律和自控的能力。这些理念贯穿了中庸第章，对于我们的日常生活和工作都有重要的启示。通过对中庸的理解，我将努力将这些教诲融入自己的行为中。

**学中庸的心得分享篇三**

和谐是古代社会的主题，我们中国要建设成为强盛、民主、文化、协调的社会主义国度。中国自古就有以和为贵的精良传统，北京奥运会上，一个“和”字体现了中华民族的文明精华，向众人传递了中国的处事立场。对我们个人而言，每个人要感性看待问题，以中庸的态度处置问题。

学习的过程也就是修身的进程，通过书本获得悉识，通过常识传递思维，，进而到达书中请求的道德水平。通过浏览，我学会了：君子以人治人，改而止。施诸己而不愿，亦勿施于人。自己不乐意做的事情千万不要强加给别人。“正人居易以俟命，小人行险以幸运”，要学会以君子看事物的角度去察看事物，不要以君子之心度君子之腹。

在当今这个竞争剧烈的社会，压力充斥了人们的生活，人们开端抱怨社会的不公，而不是反思自己。物竞天择，适者生存，能力强的人就会生存下来，没有能力的人就会被社会淘汰，这是很畸形的景象。因而，我们要温和的对待这个问题，不要将其极其化，在意识问题的基本上，一直空虚自己，是自己变的强盛，同时要坚持一颗谦逊谨严的心，不要戒骄戒躁，任何事件，当时有准备就会胜利，没有预备就会失败，不要盲目自负，要做到胸有成竹。

人要活到老，学到老。唯有博大和宽容，才干兼容并包，使为学存在世界目光跟开放胸怀，真正做到“海纳百川、有容乃大”，进而“泛爱众，而亲仁”。咱们要逐渐的进行学习的五个档次，终极使本人适应社会，实现自己的幻想。

激动是魔鬼，在面对难题的时候，一定保持一种平和的态度，不要心急，缓缓的处理，只有这样能力战胜艰苦，最终达到成功的此岸。所有任性而为，不要强求，只要属于自己的货色，就永远跑不了!

在《中庸》中，我领会到了知识的主要性，知识真的能改变一个人的运气。子曰：“好学近乎知，力行近乎仁，知耻近乎勇”，学习可以转变人的思惟境界和文化层次。博学之，审讯之，慎思之，明辨之，笃行之。这是学习的五个层次，正所谓质变才能达到量变，在我们积聚量的时候，一定要以中庸的态度来面对事情，以平和的心态处理事情。

近多少年来，爆炸性新闻比拟多，比方说“我爸叫李刚”等，这些消息从侧面反应出中国的国民生活程度差距很大，其中，确定有良多人在埋怨为什么自己不那么富有，认为生涯不公正。实在，我感到，生活是最公平的，只有你付出了努力，生活就会给你一份回报，别人用一份尽力就能做到的，我们可以用一百分的努力去做;别人用非常的努力做到的，我们能够用一千分的努力做到。假如这样子的话，即便我们再贫困，再笨拙，也一定会靠自己的才能将生活水平进步，必定会变的坚强起来!

看了这本经典书——《大学中庸》，我觉得这本书是儒家乃至整个中国传统文化的思想核心，是几千年来中华民族伟大智慧的结晶。它就像是一位活了几千年的人，对于以前的历史都记忆犹新，刻骨铭心。这本书可以告诉我们历史中的人物和故事更能体现人性和我们几千年的文化形成，以及现代中国人的思想和行为。它也可以告诉我们许多数不胜数的道理。这些道理散发开来塞满天地四方，收拢回来又能隐藏内心深处。他所蕴涵的趣味无穷无尽，而且都是很实在的学问，对于我们终身受用，而且用之不竭。这些道理深深地影响了我，例如：做人要以身作则，做人要感恩，做人要勤学……其中最深刻的`是：感恩和勤学。

像感恩，做人一定怀着一颗感恩的心，在感恩的历史长河中，流淌着多少古今中外名人感恩的故事。像古有小黄香在寒冷的冬天，先用自己的体温暖了席子，才让父亲睡到温暖的床上;朱总司令蹲下身，亲自为妈妈洗脚。还有居里夫人，寄去机票，让她的小学欧班老师来参加镭研究所的落成典礼，居里夫人还亲自把老师送上主席台。伟人之所以伟大，名人之所以成为名人，是因为他们都拥有美好的心理品质——感恩。

读了这本书，我获益良多，读过这本好书，像交了一个益友。希望我们读了这本书后都能成为高尚的人、纯粹的人、有道德的人、对人民有益的人，团结携手建设我们的美好明天!

从开始接触《论语》起，“中庸”便在我的生活中频繁出现，于是渐渐浅尝了这个易懂却又高深的词汇。“中”意为不偏不倚，过犹不及;“庸”意为平常，平庸。

《论语》和《中庸》中都讲“中庸之道”。在拜读后，我有了一些自己的想法。“中”是圆，“庸”是方，“中庸”就是把“中”的道理用一种最恰当、合理的方式表现出来，因此可以说是一种方与圆的完美结合与运用。

记得不久前，我曾对于“锋芒毕露还是韬光养晦”有过一番思考，这是两种完全不同的人生态度，中国古往今来，似乎都在提倡着“韬光养晦”，这样正迎合了那句“满招损、谦受益”，人们觉得这样才能真正体现一个人本身的素质与修养。但当人们站在如今这个社会的视角上时，却又突然发现，这样的思维方式似乎已不再适用。如今，在我看来，这两种人生态度都是不能完全采纳的，取而代之的，当然是“中庸”。

记得一段很经典的话：“岳飞锋芒太露，无法躲过风波亭之劫;李太白锋芒太露，难以见容于官场，苏东坡盛名之人，屡遭磨难，大象因牙而被擒，蚌以有珠而见剖，龟因壳而致死，鹦以饶舌而被困，犀牛因角贵而招杀，金铎以声自毁”。其实，锋芒太露的结果，容易招忌及受害。所谓“花要半开，酒要半醉”，也是如此，而这，正是一种“中庸之道”。“半开”、“半醉”，需要度的把握，而这是没有确切的衡量标准的。行事之时，靠的只是每个人心中对中庸的理解与坚守，在那些复杂中，我想，“简单”的持守才是最难的。

于是，我“引入”了“圆通”，便是做到既方又圆，这是一种原则性与灵活性的高度统一。而要做到这一点，需要高度的智慧和修养，能始终做到这一点的人，就绝非等闲之辈。正如中庸所提到的“人皆曰予知，择乎中庸而不能期月守也。”

上面所提到的只是生活中的小片段——对于才华的显露，当然，在这之外，还有更多的“中庸圈”，我想，孔子之所以为圣人，便是在于他一生始终处于这中庸圈内吧!他所拥有几乎全部优良品质，虽不夺目，但始终不乏光耀。他面对弟子的过人或不及之处，能正确的对待，并不一味发扬长处，而正是忠于“不偏不倚”。面对才华横溢，不放弃收敛锋芒;面对勇敢，不放弃畏惧;面对矜庄，不放弃随和……我想，孔子之所以成为圣人，就在于此。

中庸带给我更多的，就是“和”了。不偏不倚，不过也无不及，达到最好的状态，这就是“和”。这样的一种心态，就是平常心。生活中，面对过失，不过分埋怨别人，也不过分自责;面对荣誉，不过分张扬，也不过分低调;面对困难，不过分踌躇，也不过分淡定。万事适中，达到“和谐”的境界，这样天地万物会各安其位，正常运行。这是一种大智慧。

《中庸》的深奥让我无法完全置身于内。我想，如果此生无法精通《中庸》将是我最大的遗憾。万物持中，这是做人的原则与处世的艺术。无论碰到什么事，拿出“中庸”，以不变应万变，这将是一生的财富。

**学中庸的心得分享篇四**

《中庸》是儒家经典之一，也是中国古代哲学的重要典籍之一。它包含了孔子及其弟子关于伦理道德、政治哲学和社会人生的智慧和见解。下面是我对《中庸》的品读心得。

首先，我对《中庸》有了更深入的理解。它并非简单的“中庸之道”，而是一种平衡和谐之道，强调的是不偏不倚、中正平和的价值观。它主张通过平衡人际关系、社会秩序和道德修养来实现社会的和谐稳定。

其次，我对《中庸》中的伦理道德观有了更深入的理解。它强调了“诚”和“正”，即真诚和正直。在人际关系中，只有真诚才能建立信任，只有正直才能做到公正。同时，它也强调了“仁”，即仁爱和善良，这是人类最高尚的品质。

再次，我对《中庸》中的政治哲学有了更深入的理解。它主张“王道”，即通过道德和政治手段来实现社会正义和人民福祉。这种政治哲学不仅强调道德规范，还注重实现道德规范的具体方法和途径。

最后，我从《中庸》中获得了对人生态度的启示。它提倡修身、齐家、治国、平天下的思想，鼓励我们通过提高自身素质，实现家庭和谐，推动社会进步，实现世界和平。同时，它也强调了谦虚和反省，即不断审视自己，保持谦虚，才能不断进步。

总的来说，我对《中庸》有了更深入的理解和欣赏。它不仅是一部哲学经典，更是一部充满智慧和人生哲理的书籍。它提醒我们，在复杂多变的世界中，我们需要坚持道德和伦理，追求和谐和平衡，实现人类的最高价值。

**学中庸的心得分享篇五**

中庸作为中国传统哲学的重要组成部分，是一种以和谐为核心的思想体系。中庸思想主张人要追求心灵与行为的平衡，遵循道德准则，以达到心身健康和社会和谐的境界。在我个人的学习和思考中，我深深体会到了中庸思想的价值与重要性。以下是我对中庸思想心得体会的总结。

首先，中庸思想强调了人的内外统一。人之所以可以达到内心平衡，是因为其价值观与行为是一致的。中庸思想认为，一个人应该有正确而持久的道德准则，以指导自己的行为。在日常生活中，我深刻体会到了这种观点的重要性。无论是面对个人利益与大局利益的冲突，还是面对诱惑和困难时，只有遵循正确的道德准则，坚持固有的原则，才能在复杂的社会环境中保持内心的平衡和稳定。

其次，中庸思想注重了人与人之间的和谐关系。中庸思想认为，人应该追求人际关系的和谐，以达到社会和谐的境界。和谐的人际关系对个人的身心健康有极大的影响，也有利于社会的稳定与发展。中庸思想鼓励我们培养善于沟通、倾听和尊重他人的能力。在与他人相处的过程中，我们应该尽量减少争吵和冲突，而是努力寻求共识和合作。只有在相互尊重、理解和包容的基础上，我们才能共同追求更高的目标，创造更加和谐的社会环境。

中庸思想还教会我们知行合一。中庸思想认为，只有通过实践和行动，我们才能真正体验、理解和领悟道德准则的内涵。只有在实践中，我们才能真正感受到中庸思想的真理和智慧。作为一个学生，我意识到，纸上得来终觉浅，一切的知识只有通过实践运用才能变得丰富和深刻。在学习中庸思想的过程中，我通过参加社会实践、志愿服务等活动，不断地将中庸思想运用到实际生活中，以获得更多的体验和领悟。

此外，中庸思想还强调了心境的平和。中庸思想认为，心灵的平和是人生的最高境界。只有当心灵平和时，我们才能真正感受到内心的和谐和满足。在充满竞争和压力的现代社会中，保持内心的平和是一个很大的挑战。然而，通过学习中庸思想，我明白了平和心境的重要性。我学会了通过冥想、休闲和自我调节等方法，来保持内心的平稳。只有在内外环境的影响下保持冷静和理智，我们才能更好地应对挑战和困难，实现个人的成长和发展。

综上所述，中庸思想以和谐为核心，强调人的内外统一、人与人之间的和谐关系、知行合一以及心境的平和。在我个人的学习和实践中，中庸思想教会了我如何追求内心与行为的平衡，如何与他人和谐相处，以及如何维持心灵的平和。这些都对我的成长和发展起到了重要的指导作用。我相信，只有通过不断学习和实践，我们才能更好地理解和运用中庸思想，为人类的和谐与进步做出更大的贡献。

**学中庸的心得分享篇六**

《中庸》是儒家经典之一，也是中国古代哲学的重要典籍。它讲述了中庸之道，即通过平衡和调和各种矛盾和利益，达到和谐、稳定和发展的状态。阅读《中庸》之后，我对中庸之道有了更深入的理解，也对自己的生活有了新的启示。

《中庸》强调“天命之性”和“道”，即自然界和人类社会的本质和规律。它认为“天命之性”是中和之性，即和谐、平衡和稳定的状态。而“道”则是实现“天命之性”的手段和途径。因此，中庸之道就是通过“道”来实现“天命之性”。

在阅读中，我深刻体会到中庸之道的精髓在于“诚”。《中庸》中提到：“诚者，天之道也；诚之者，人之道也。”这里的“诚”指的是内心的真诚和诚实，即不虚伪、不欺诈、不贪婪，保持内心的平和和清净。只有“诚”才能达到“天命之性”的状态，才能实现和谐、稳定和发展的目标。

在现实生活中，中庸之道也有着广泛的应用。例如，在人际关系中，中庸之道可以帮助我们保持平衡，避免冲突和矛盾。在职场中，中庸之道可以帮助我们更好地处理各种利益关系，提高工作效率和生产力。在家庭中，中庸之道可以帮助我们建立和谐的家庭关系，促进家庭成员之间的互相理解和关爱。

通过阅读《中庸》，我对中庸之道有了更深入的理解和认识。我深刻体会到中庸之道的精髓在于“诚”，保持内心的真诚和诚实，才能达到“天命之性”的状态，实现和谐、稳定和发展的目标。在现实生活中，中庸之道也有着广泛的应用，可以帮助我们更好地处理各种利益关系，提高工作效率和生产力，建立和谐的家庭关系，促进家庭成员之间的互相理解和关爱。

在未来的生活和工作中，我将更加注重中庸之道的实践和应用，保持内心的真诚和诚实，平衡各种利益关系，提高工作效率和生产力，建立和谐的家庭关系，促进家庭成员之间的互相理解和关爱。同时，我也将不断探索和领悟中庸之道的精髓和价值，为我的人生增添更多的智慧和启示。

**学中庸的心得分享篇七**

中庸，是中国传统文化中的重要理念之一，也是中国古代哲学家孔子的主要思想。中庸强调的是“至诚无息”，即真诚和平衡。在《中庸第章》这篇文章中，孔子详细解释了中庸的含义和实践方法。通过阅读并学习这篇文章，我对中庸的理解更加深入，同时也体会到了不少启示和感悟。

第一段，中庸第章主要讲述了中庸的定义和意义。孔子认为，中庸是修养人格的重要原则，是一种保持心灵平衡的境界。在繁忙的生活中，我们经常会陷入矛盾和困惑，这时候，我们要以中庸的态度来处理各种复杂问题。中庸不是简单地追求事物的平衡，而是要在内心真诚地树立正确的价值取向，将自己的言行与道德规范相一致。

第二段，中庸第章还强调了“不偏不落”的重要性。这一观点指出，中庸要求人们在尊重真理和公正的同时，不能被任何偏见或利益所左右。只有保持客观中立的立场，才能正确判断和处理事情。这种均衡的态度不仅体现在个人与个人之间的交往中，也包括了个人对待社会和国家的态度。作为一个公民，我们应该以公正的眼光看待社会问题，并且积极参与到社会建设中去。

第三段，中庸要求我们具备审慎和谦虚的品质。只有通过审慎地思考问题，才能得出准确的结论并作出明智的决策。同时，孔子还强调了保持谦虚的重要性。在社会中，我们往往会遇到各种各样的人和事件，这时候，如果我们能够保持一颗谦逊的心，就能够接纳他人的意见和批评，从而不断进步。

第四段，中庸也提到了情感的管理。孔子认为，情感没有对错之分，只有管理的问题。人们在面对喜怒哀乐时，要能够保持情绪的稳定和适当的表达方式。当我们遇到挫折和困难时，要学会调整自己的情绪，以积极的态度去面对。当我们获得成功和快乐时，要保持淡定和内敛，不要过分张扬。只有通过情感的管理，才能真正实现心灵的平衡和内心的富足。

第五段，中庸第章最后强调了修身齐家治国平天下的重要性。孔子认为，一个人首先要修养好自己，才能够管理好家庭；一个家庭首先要和睦稳定，才能够管理好国家；一个国家首先要强盛昌进建设互助，才能够平治天下。这种思想体现了中庸注重个体修养和整体协调的理念。只有通过修身齐家治国平天下，才能够实现个人和社会的和谐发展。

在《中庸第章》这篇文章中，孔子以简洁而精辟的语言阐述了中庸的核心理念和实践方法。通过阅读、学习和思考，我逐渐理解了中庸的含义和价值，并尝试将其运用到生活中。在实际生活中，我更加注重保持心灵的平衡和内心的富足。我学会了控制情绪，不被喜怒哀乐左右，保持内心的平静和积极向上的态度。我也更加审慎地思考问题，尊重真理和公正。在与他人的交往中，我注重倾听和包容，学会从他人的角度去理解和体谅。通过这些实践，我体会到中庸的力量和智慧，也逐渐提升了自己的个人修养。

总之，中庸第章是一篇富有启发性和深度的文章。通过阅读和学习，我们能够更好地理解中庸的含义和实践方法，同时也在实际生活中进行一定程度的应用。中庸作为中国传统文化中重要的理念之一，对于我们的人生和社会进步有着重要的影响。我将继续坚持中庸的理念和价值观，不断完善自己并为社会做出贡献。

**学中庸的心得分享篇八**

中庸，即“过犹不及，中是心得”之道。它强调的是尽量避免过分和不足，力争达到适度和均衡的状态。中庸不仅在于对细节的追求，更是一种处世哲学和人生态度。在这个急功近利、浮躁短视的社会中，我们应该深入理解中庸思想，并将其应用于实践生活中。

首先，中庸思想教会我们尊重和关爱他人。和谐的人际关系是生活的重要组成部分。在中庸的理念下，我们应当尊重他人的权利和意愿。这样做不仅会让他人感到被尊重，也能帮助我们建立和谐的关系。此外，中庸思想还教会我们善待他人。善待他人并不表示我们应该无私地奉献和牺牲自己，而是在自身能力范围内，悉心体贴和关心他人。通过关爱他人，我们可以获得内心的宁静和满足感。

其次，中庸思想教会我们保持内心的平静和稳定。现代社会充斥着各种各样的诱惑和干扰，容易使人迷失方向和混乱心绪。中庸思想强调在面对外界的变化时，保持宁静和冷静。它告诉我们要审视自己的内心，找到平衡的关键点，在波澜起伏的生活中保持内心的平静和稳定。只有在这样的基础上，我们才能独立思考和做出正确的决策。

另外，中庸思想也告诉我们要关注自身的成长和进步。人生不止于眼前的苟且，更需要不断进取和提升。中庸思想提醒我们要注重平衡和稳定，但并不等同于停滞和满足。我们应该在追求平衡的同时，不断学习和成长。通过持续的学习和努力，我们可以提升自己的知识和能力，更好地适应社会的变化和需求。

最后，中庸思想还给我们带来了人生的智慧和幸福。人生的最高境界不仅仅是追逐功利和物质的富足，更在于人的全面发展和幸福感的体验。中庸思想告诉我们要追求内心的平静和心灵的满足，而不是片面追逐一时的快乐和享受。通过遵循中庸之道，我们能够更好地理解和把握人生的真谛，实现身心的平衡与和谐。

总结而言，中庸思想是一种关于人生态度和处世哲学的精华所在。它教会我们尊重和关爱他人、保持内心的平静和稳定、关注自身的成长和进步，以及追求人生的智慧和幸福。在当今繁忙和压力巨大的社会中，我们应该从中庸思想中获得启示，并将其融入到日常的生活中。只有通过中庸之道，我们才能够在复杂多变的社会中保持内心的平衡和和谐，实现个人的全面发展和幸福的生活。

**学中庸的心得分享篇九**

《中庸》是儒家经典之一，是孔子及其弟子言行汇编，而其中最核心的部分则是关于“中庸之道”的阐述。品读《中庸》，让我对这一古老哲学有了更深入的理解和领悟。

首先，在《中庸》中，“中庸之道”被定义为“至诚至善”，即最高的道德标准。这种“至诚至善”的态度和行为，要求我们在与人交往中，不仅要考虑自己的利益，也要关注他人的感受，尊重他人的权利，以求达到一种和谐的状态。这种思想对我产生了很大的影响，让我意识到在日常生活中，我们应当更加注重与他人的沟通和交流，以实现共赢的局面。

其次，《中庸》中还强调了“修身齐家治国平天下”，即个人修养、家庭管理、国家治理以及社会和谐都是中庸之道的重要组成部分。这种思想让我认识到，作为一个社会人，我们不仅要在个人层面上做到“至诚至善”，还要关注家庭、社会和国家的发展，为实现社会的和谐稳定贡献自己的力量。

再次，《中庸》中还阐述了“诚”、“明”、“勇”等重要的道德品质。其中，“诚”被认为是实现“至诚至善”的必要条件，而“明”和“勇”则是在面对困难和挑战时所需要的品质。这些品质对于一个人的成长和发展都具有重要的意义，也是我需要注意和培养的。

最后，《中庸》中还提出了“天命地解”的哲学观点，认为天命不可违，地不可乱，而人应当居中履正，通过“诚”来实现“至诚至善”。这种观点让我意识到，尽管我们无法改变一些自然规律，但我们可以通过努力和奋斗，尽可能地接近真理，达到更高的道德境界。

总之，《中庸》对于我来说是一份非常宝贵的哲学遗产，它不仅提供了关于个人修养和道德行为的指导，还帮助我认识到了自己在社会和人生中的角色和责任。在品读《中庸》的过程中，我深刻地感受到了儒家思想对于个人和社会的影响，也更加明白了自己的使命和责任。我相信，《中庸》的智慧将对我未来的生活和事业发展都产生积极的影响。

出自 fAnWeN.ChazIDian.cOm

**学中庸的心得分享篇十**

《中庸》是以孔子为代表的儒家认识事物，处理问题的基本观点和基本方法。到了宋代将其与《论语》《大学》《孟子》合著“四书”。中庸即中用(庸通用)，中不离用，离用则无中。中庸是一种道德标准，要求待人接物保持中正平和，因时制宜、因物制宜、因事制宜、因地制宜。

中庸强调做人做事的平衡、适度和优化，掌握一个“度”字，无过也无不及，恰到好处，收放自如。中，就是中道而行。中道就是不偏，不偏就是不走极端。中道不行不行，中道不应该不行。天在上，地在下，人居于其中。因为天道、地道都是人做不到的。天生万物人做不到，地厚德载物人也做不到，人是不得不走天地之间的那条”中道”。“中道者，非天之道，非地之道，人之所以道也，君子之所道也。”中道就是人道，人道就是礼义。这里的`礼义是让多数人能够生活安宁的社会规范，是规范哪些该做哪些不该做。如果说中道即人道，那么人道就是仁道了。仁道是符合人性的，大家都不该违反，都应该照着去做，而且要一直坚持做下去，这就是“常”，所谓“常”，即常有常存。故“庸者，常也”。

所谓“中庸”，就是把仁一直做下去。不行仁，这叫不仁;做了一半，这叫中道而废。中庸的理论依据在于人性，在于对社会运作规律的探究。而中庸之道，指的不偏不倚，是持中求和的处世态度。一个人做事如果不懂得中庸，就会处处受阻，一个人做人如果不懂得低调，就会处处碰壁。但是，中庸不是随大流，不是睁一只眼闭一只眼，也不是圆滑老练，而是一种均衡之术，是一种保守不偏激的态度，是一种以和为贵的生存智慧。“中也者，天下之大本也。和也者，天下之达道也。致中和，天地位焉，萬物育焉。”

一、\"天命之为性，率性之为道，修道之为教\"的天然性。

二、\"博学之,审问之,慎思之,明辨之,笃行之\"的程序性。

三、“君子尊德性而道问学,致广大而尽精微,极高明而道中庸,温故而知新,敦厚以崇礼\"的实用性。

四、\"或生而知之,或学而知之,或困而知之。及其知之一也。或安而行之,或利而行之,或勉强而行之。及其成功一也\"的差异性。

五、“人一能之,己百之;人十能之，已千之。果能此道矣,虽愚必明,虽柔必强\"的能动性。

**学中庸的心得分享篇十一**

《中庸》是儒家乃至整个中国传统文化的核心思惟，是几千年来中华民族伟大聪明的结晶。它以天命之谓性，任性之谓修，修道之谓教的性、道、教三者为根本，深入阐述了人生的最高境界中和。中庸乃人天生败的聪明根本、诚于中，信于外、正人当慎独中立、仁者爱人，仁者无敌、诚则明，明则诚、和为贵，不自弃六个方面展示《中庸》的思惟和理论。

读《中庸》，感觉很迷茫，不知其所云，不是由于字难认，相反字很收留易，就是意思很难理解。而以前读《大学》，有良多生僻的古汉字，可是文章意思很收留易理解。但是，我仍是坚持晨读，并查阅了一些资料辅助理解。现在，回过头来，感觉收成仍是不小的。

关于中庸，程颐说：中庸之道叫做中，不变不更叫做庸;中是天下的正道，庸是天下的定理。中庸是儒家的最高道德尺度。中庸以诚和中为基本概念，叙述天人合一的形而上学。故其第一章以天命之谓性，任性之谓道，修道之谓教烛照通篇。那是一种瞬间绽现的文采。是一个自天之命、由微之显、从天命之性到修道之教的过程。

忠恕宽收留是不偏不倚的主要原则之一。这一原则要求我们将心比心、互相谅解、互相关心、互不损害、忠恕宽收留、体仁而行、并行而不相悖。《中庸》中所提倡的思惟，如中庸之道、至诚无息、内省慎独、隐恶扬善、执其两端、和而不流、素位而行等正人之道，对于现代社会的人们陶冶情操、晋升境界、确立人生观、世界观、价值观有着非同平常的现实意义，书中说性道不可须臾离开自身，要从戒慎恐惊隐显慎独等方面培养自身的品德，把握不偏不倚，促成中和。达到中和，则天地万物安处其位，万物便生长发育，生生不息。道源于本身，与自我相分离，而正人要学会反求诸己才能得之。真正的正人要做到格物致知，去外诱之私，而充其本然之善。这种自我涵养与反省的品质是我们当代大学生所必需有的。无论碰到什么人或者什么事，不论今后会遭遇怎样的.挫折，我们都要学会反求诸己，凡事都要从自身找原因，我们应当学习孟子吾日三省吾身的品质。

全书体例清楚，点评得当，寄意深刻，除了摘录原文之外，还附有口语注解，并在细读慢品这一板块中撷取大量与现代社会人们糊口息息相关、联系紧密的故事、寓言、实例等内收留，结合本节所阐述的思惟，带领我们细细品味《中庸》中所蕴含的人生聪明、处世之道。

可是，要达到至诚的境界又谈何收留易呀!特别是我们今天的经济化市场化的社会，达到至诚就更加不易。人道是有良多弱点的，归根结底一个贪字。自古贪者都是活得很痛苦的。而中庸就可以克服人道的贪，从而使人们做到满足常乐。

总之，读过中庸之后，于为人于处世都受益匪浅，受用终身。

**学中庸的心得分享篇十二**

大家好，今天我与大家交流是学习国学经典《中庸》的心得体会，修传统文化，走智慧人生。

《中庸》一颗在历史长河中，绽放出属于自己光芒的明珠。《中庸》一本人与人之间相处的宝典，《中庸》一本让人如获至宝的书籍，而我在今年暑假有幸在李校长的引导下欣赏了此书。我的心灵如开启了一条缝隙，智慧的阳光使我顿悟，现将自己的一点点片面的看法写下来，希望各位同仁能不吝赐教，给予包涵。《中庸》从字面上理解，便是“执中”之意，但是在执中又当求“中和”，在一个人还没有表现出来喜怒哀乐之时的平静情绪就为“中”表现出情绪之后经过调整而符合常理为“和”。通过读此书，让我认识到了它是我国儒家经典之一，是儒家乃至整个传统文化的思想核心，是几千年来的中华民族伟大智慧的结晶。

作为一名教师，我们首先要读的是《中庸》里的“道。”“道。”是什么？道是生命本体的轨迹，浅显说就是生活的寻常，我们教育从外层看是教育孩子基本的道德。基础的文化，但内层确是在护送他们走过“寻道”之路的一段重要的旅程。从大义上讲，我们的工作是帮助许多懵懂的心灵探索真实、正确的生命轨迹。作为教师、长者，我们的确比孩子更深切、更准确的了解了生命，但我们当中又有几个真正的寻到了最本真的道、最准确的道呢？或许，很多人与我一样仍在寻找。有句话说：“教师是人类灵魂的工程师”当这个极具震撼的称谓响彻在每个从事教育事业的人的心头时，我们又是否扪心自问敢不敢承负如此之巨的挑战。

作为敬德修业的君子应谨言慎行、战战兢兢，通常，人在众目睽睽之下，容易谨言慎行、小心谨慎。一旦自己独处时，就会丧失警觉心，从而做出不该做的事。却不知，人间私语，天若惊雷；暗室亏心，神目如电。天网恢恢疏而不漏，不可自欺欺人啊！我们都见过走钢丝这一杂技，走钢丝就象征我们一路的修行，身下是万丈深渊，每走一步都要胆战心惊，因为稍不留神，必会坠崖身亡，心念稍不注意，也会被外界欲望、名利勾引而堕入地狱之门，人往往忽略一些细节，其实，在最隐微之处更易显现，就如同黑暗之中一点灯火，却是那么清晰明亮。俗语讲：细节决定成败，多少人不注重细节，从而导致人生惨败，与机缘擦肩而过，由于一时疏忽，结果满盘皆输。给人生带来败笔，更甚者带来生命之忧。又有多少人谨小慎微，保全生命，赢得机会，所以，千里之堤溃于蚁穴，千里之行始于足下。这里我要给大家讲一个故事：有一个英国青年和德国青年走在路上，突然发现地上有一枚硬币，英国人对此不屑一顾，并从钱上跨过去；而德国青年却两眼放光，兴奋异常的捡起来。十年之后，再相遇时，英国青年一事无成，贫穷落魄；而德国青年成为腰缠万贯的富翁。从这个故事中可见，细节决定成败，所以老子曰：“天下难事必作于易，天下大事必作于细。”

李一冉老师的《中庸》十大智，从不同角度解读人生，开启我们的智慧，进而过智慧人生。“智者乐水”篇，让我们明白智者乐，仁者寿，游戏人间三昧，清静无为安详，念念无滞，止于至善。“智者剖析”篇，分析智慧种类，领悟大智之妙，不断提升智慧境界，超越自我，成就永恒。“智者源头”中让我们了解人生宇宙的真相，正本清源，人性回归，倘若找到生命的源头，就不会走到生命的尽头。“智者不惑”篇则让我们看到人生在世，迷惑丛生，只有明白真理大道，走出人生困境，才能过不惑人生，品人生精华。“知人者智”则是一门处事哲学，知己知彼，百战百胜，始终立于不败之境地，使我们人际关系和谐，事业辉煌，人生圆满，“明辨是非”篇则能够让我们明辨是非曲直，妙辨不争，恒顺众生，烦恼不生，看破放下，自在解脱。“通权达变”告诉我们以不变应万变，万变不离其宗。“如如不动”“显仁藏智”等都有很多的大智慧，让人受益匪浅。所以，此书不看，一生遗憾，此书一读，智慧涌现。

教师如果希望引导学生走正确的路，激发学生对真、善、美的渴求，使学生的素质和能力得到最高发展，那么，我们只有从完善自身做起，拿出一颗真诚干净的心，不为私利，去为孩子描述一个真实生命的形状。有句广告语说得很棒，“和你在一起”，老师每天与纯真的孩子在一起，绝不是发号施令，宣布清规戒律，来管制、约束孩子，而是要让他们感知一种互相尊重的真诚的生活，感受心与心的交融，让他们慢慢理解，真实生活就是平实无华中泛着不息的快乐。

作为教师，读了本书最大的收获就是要懂得“人类最重要的是人与人之间的和谐共处，”而实现这种和谐之本就在于心灵之间的真诚交流，所以在教学过程中师生要多一些心与心的交流，创造出和谐融洽的课堂氛围，让他们享受学习的美与快乐，同时，作为教师，我们还要以身作则，为孩子们做好榜样，不愧于“人类灵魂工程师”这个美誉。

《中庸》是我们中国人的精神护照，中华民族文化的基因，我们中华民族的骄傲！我们做人一定要做“中庸”之人，我不禁感到，人民教师肩负着培养祖国建设接班人的重担，真是任重而道远啊。因此，我们更应该以德为尊，亦慎其独，完善自我，立好榜样，心心交融，让孩子们更容易地进入生命的正确轨道。最后让我们共修传统文化，走智慧人生吧！

**学中庸的心得分享篇十三**

对于环境的理解是随着时间而逐步改变的。有段流传很广的名言是这么说的，如果一个人不喜欢周围的环境，就要想办法努力改变它；如果不能够改变环境，那就努力去适应环境；如果不能适应周围的环境，就想办法再换个环境试试。树挪死，人挪活讲的就是这个道理。可是，如果换个环境仍然没有办法适应呢？照着这个思路思考下去最后会得出一个什么结果。虽然有点哲学上一辨到底的意味，但有些东西把牛角尖钻透了之后，反而知道该如何轻松面对了。就象经历过的人，无所畏惧。但这种无所畏惧和无知者无畏是完全不同的两种含义。后者是初级阶段，前者提升的层次更高，视野更开阔。

中国人讲中庸之道是有道理的。老祖宗几千年的东西，毕竟对后世有所启迪。以前对于中庸的理解非常的片面狭隘，总以为是抹杀个性之事，这其实是不懂得如何通过中庸求同存异，扬长避短。中庸之道，个人的理解，更多的是为了双方的沟通与交流，找到彼此承接的平台，哪怕对方与你的差异完全是一南一北，你仍然可以从个人爱好，或者是某些不为人道的小秘密找到话题。

更多的时候持有中庸这样一种态度，可以急事缓办，可以将不好办的事情改变过来，扭转局势。以退为进，是为了更好地进攻。在战场上，一个人在没有学会如何进攻敌人之前，先学会保存自己是非常重要的。著名的股神说得非常有体会：投资最重要的是想方设法保存原有资本，第一条如此，第二条、第三条同样如此。

什么样的光芒最长久？不是突然一现的流星之光，只有恒星那并不太强的光，夜夜可见，永远在天空中闪亮。又想起登高必跌重，一步步行去，踩踏实了，最为稳妥。

中庸并不是放弃自己的立场，虽然许多时候中庸意味着保持中立，但中庸绝不等于平庸。怕就怕，过于聪明，起点不高，看得不远，不知道天多高地多厚，自以为是最误事。因此才会有“难得糊涂”这样精妙的语言。

中庸是一种处世态度，它只是一种手段，不是目标。因此，学会中庸，给自己更广阔的天地，中庸与雄心壮志并不矛盾。年轻时候爱走极端，随着阅历的增多，逐步明白了，中庸，会给人带来更多的回旋余地。

**学中庸的心得分享篇十四**

和谐是现代社会的主题，我们中国要建设成为富强、民主、文明、和谐的社会主义国家。中国自古就有以和为贵的优良传统，北京奥运会上，一个“和”字体现了中华民族的文化精髓，向世人传递了中国的处事态度。对于我们个人而言，每个人要理性对待问题，以中庸的态度处理问题。

在《中庸》中，我体会到了知识的重要性，知识真的能改变一个人的命运。子曰：“好学近乎知，力行近乎仁，知耻近乎勇”，学习可以改变人的思想境界和文化层次。博学之，审问之，慎思之，明辨之，笃行之。这是学习的五个层次，正所谓量变才能达到质变，在我们积累量的时候，一定要以中庸的态度来面对事情，以平和的心态处理事情。

学习的过程也就是修身的过程，通过书本获得知识，通过知识传递思想进而达到书中要求的道德水平。通过阅读，我学会了：君子以人治人，改而止。施诸己而不愿，亦勿施于人。自己不愿意做的事情千万不要强加给别人。“君子居易以俟命，小人行险以侥幸”，要学会以君子看事物的角度去观察事物，不要以小人之心度君子之腹。

近几年来，爆炸性新闻比较多，比如说“我爸叫李刚”等，这些新闻从侧面反映出中国的人民生活水平差距很大，其中，肯定有很多人在抱怨为什么自己没有那么富有，觉得生活不公平。其实，我觉得，生活是最公平的，只要你付出了努力，生活就会给你一份回报，别人用一份努力就能做到的，我们可以用一百分的努力去做;别人用十分的努力做到的，我们可以用一千分的努力做到。如果这样子的话，即使我们再贫穷，再愚笨，也一定会靠自己的能力将生活水平提高，一定会变的刚强起来!

在当今这个竞争激烈的社会，压力充满了人们的生活，人们开始抱怨社会的不公，而不是反思自己。物竞天择，适者生存，能力强的人就会生存下来，没有能力的人就会被社会淘汰，这是很正常的现象。因此，我们要平和的看待这个问题，不要将其极端化，在认识问题的基础上，不断充实自己，是自己变的强大，同时要保持一颗谦虚谨慎的心，不要骄傲自大，任何事情，事先有预备就会成功，没有预备就会失败，不要盲目自信，要做到胸有成竹。

人要活到老，学到老。唯有博大和宽容，才能兼容并包，使为学具有世界眼光和开放胸襟，真正做到“海纳百川、有容乃大”，进而“泛爱众，而亲仁”。我们要逐步的进行学习的五个层次，最终使自己适应社会，实现自己的梦想。

冲动是魔鬼，在面对困难的时候，一定保持一种平和的态度，不要心急，慢慢的处理，只有这样才能克服困难，最终到达胜利的彼岸。一切率性而为，不要强求，只要属于自己的东西，就永远跑不了（孟繁凯）。

**学中庸的心得分享篇十五**

穿越历史的回廊，多少曾辉煌的盛世顷刻间付诸东流，多少曾经披金戴银的帝王瞬间消逝。

所以，请别怪秦始皇专政，他只是为了延续更久的不朽的传奇；也别怪曹操多疑，因为有多少帝王是被自己的亲信所杀。而又有多少帝王为我们留下多少次的盛世，但独独有他，为我们留下的是不朽的诗篇。

出生在帝王之家是他的无奈，从小，他比别人学得更多，也比别人懂得的更多。他一直小心翼翼的渴望被父亲关注又不想锋芒过大。从小，他便被养在了这样勾心斗角的帝王之家。

登上皇位的他，并没有过多的兴奋，他开始规划政治蓝图，渴望书写华丽的一章，他想像秦始皇嬴政一样一统天下，也想像汉武帝刘彻一样将国家发扬光大，更想像唐太宗李世民一样发展到前所未有的盛世局面。他怀有满腔的抱负，跃跃欲试，可不幸就这样发生在他身上。被夺下皇位的他却依旧被养在宫中，承受着更多的耻辱。

在此后的.几年，他没有一天不在悔恨自己的亡国之恨。书写下一章又一章的诗篇：从《相见欢》的“自是人生长恨水长东”到《望江南》的“多少恨，昨夜梦魂中”最后再到《虞美人》的“雕栏玉砌应犹在，只是朱颜改”。没有一天他不在悔恨。最终，他还是选择在这无尽的长廊中留下一个背影。我想把他叫住，也想叫他不要这样消极，却无奈他走的太过匆忙！但也许就是这样的性格，成就了他的一生。

或许他不是最精干的帝王，但他也不是最昏庸的；或许他不是最优美的词人，但他也不是最无为的。他的一生，抑制了太多的愿望与抱负，一直都在维持中庸之道，却不曾想过自己表露心迹的词将会成为千古绝唱。

我愿在这落花无情的皇宫与他畅饮一场，因为他值得。或许，他的命运是悲哀的，就连词句中也与李清照一样流转着悲伤，但他一定是个明君，只因他之后的悔恨与他的努力。

多少千古风流人物，有的只是过客，有的背负骂名，有的名扬天下。唯有他，追求中庸之道，透过一个背影站在世人的面前。让我高举杯子，为你干杯，李煜！

**学中庸的心得分享篇十六**

一砖一瓦，一亭一阁，都是他曾在主宰，雕栏玉砌，都是他的梦境。

穿越历史的回廊，多少曾辉煌的盛世顷刻间付诸东流，多少曾经披金戴银的帝王瞬间消逝。

所以，请别怪秦始皇专政，他只是为了延续更久的不朽的传奇；也别怪曹操多疑，因为有多少帝王是被自己的亲信所杀。而又有多少帝王为我们留下多少次的盛世，但独独有他，为我们留下的是不朽的诗篇。

出生在帝王之家是他的无奈，从小，他比别人学得更多，也比别人懂得的更多。他一直小心翼翼的渴望被父亲关注又不想锋芒过大。从小，他便被养在了这样勾心斗角的帝王之家。

登上皇位的他，并没有过多的兴奋，他开始规划政治蓝图，渴望书写华丽的一章，他想像秦始皇嬴政一样一统天下，也想像汉武帝刘彻一样将国家发扬光大，更想像唐太宗李世民一样发展到前所未有的盛世局面。他怀有满腔的抱负，跃跃欲试，可不幸就这样发生在他身上。被夺下皇位的他却依旧被养在宫中，承受着更多的耻辱。

在此后的几年，他没有一天不在悔恨自己的亡国之恨。书写下一章又一章的诗篇：从《相见欢》的“自是人生长恨水长东”到《望江南》的“多少恨，昨夜梦魂中”最后再到《虞美人》的“雕栏玉砌应犹在，只是朱颜改”。没有一天他不在悔恨。最终，他还是选择在这无尽的长廊中留下一个背影。我想把他叫住，也想叫他不要这样消极，却无奈他走的太过匆忙！但也许就是这样的性格，成就了他的一生。

或许他不是最精干的帝王，但他也不是最昏庸的；或许他不是最优美的词人，但他也不是最无为的。他的一生，抑制了太多的愿望与抱负，一直都在维持中庸之道，却不曾想过自己表露心迹的词将会成为千古绝唱。

我愿在这落花无情的皇宫与他畅饮一场，因为他值得。或许，他的命运是悲哀的，就连词句中也与李清照一样流转着悲伤，但他一定是个明君，只因他之后的悔恨与他的努力。

多少千古风流人物，有的只是过客，有的背负骂名，有的名扬天下。唯有他，追求中庸之道，透过一个背影站在世人的面前。让我高举杯子，为你干杯，李煜！

**学中庸的心得分享篇十七**

《大学中庸》这本书包括两大部分，一部分是《大学》，一部分是《中庸》，它们都是《礼记》中的一部分。

《大学》包括十一章的内容，分别是经述，明明德，新民，止于至善，知本，格物致知，诚意，正心修身，修身齐家，齐家治国，治国平天下。《大学》以人的修身为核心，提出“自天子以至于庶人，亦是皆以修身为本”，格物，致知，诚意，正心为修身的方法，强调人的修身养性不只是内省的过程，更是同外物想接触，穷究物理而获得知识，培养道德品性，完善人格的过程。明明德，新民，止于至善，就是朱熹所说的“三纲领”，强调道德修养的三重境界，弘扬德行，使民众自新，达到教化天下的极致。格物，致知，诚意，正心，修身，齐家，治国，平天下，就是朱熹所说的“八条目”。

“大学之道，在明明德。在新民。在止于至善。知止而后有定，定而后能静，静而后能安，安而后能虑，虑而后能德。物有本末，事有始终。知所先后，则近道矣。”这段话是《大学》的经述，也是这本书的总领，揭示了大学的宗旨，大学的宗旨在于弘扬光明正大的.品德，在使人弃旧向新，在于是人得到最完善的境界，知道应达到的境界，才能够确定志向，志向确定才能心静不乱，心静不乱才能神思安稳，神思安稳才能思虑周详，思虑周详才能有收获。

每件东西都有根本，有枝末，每件事情都有开始有终结，知道了这本末始终的程序，就接近事物发展的规律了。看完这部分后，联系实际确实是有道理的，学习和做学问都需要一个安静和平的心智，这样才能神思安稳，去思考自己所研究的问题，思虑周详问题，才能抓住问题的关键和规律。相反如果内心急躁，很难去认真全面的思考问题，并对问题进行深刻的剖析。

读《大学》最让人感受深刻的是做人要正心，正心就是保持内心的中正，就是谨守天性中颇引人深思，庸者有好之者，有恶之者，既然中庸合用。在学习过程中，学生因为个体的差异，所犯的错误也是各种各样的，教师面对这些错误时，如果心态过急，难免会采取简单粗暴的方式解决问题，这在一定程度上不可避免地要伤害学生的学习创造性；而如果教师能一种平和的心态，冷静地分析一下学生出错的原因，帮助学生找到出错的根源，教师也就不难找出最佳的解决方法。所以，我认为教师保持平和的心态是正确对待学生犯错误，帮助学生有效改正所犯错误的关键所在。

古人说：“才智，德之资也；德者，才之师也”。大雁南飞就是一个团队合作的过程，是一群志同道合的伙伴互相协作、互相鼓励、直至实现共赢的过程。它们总是喜欢排成“人”字飞行，在这种结构中，每只大雁翅膀的扇动都会给紧随其后的同伴增添一股向上的力量，支持它们顺利完成长途旅行。

书中说“性”“道”不可须臾离开自身，要从“戒慎”“恐惧”“隐显”“慎独”等方面培养自身的品德，掌握中庸之道，促成中和。达到中和，则天地万物安处其位，万物便生长发育，生生不息。“道”源于本身，与自己分离，而君子要学会反求诸己才能得之。这种自我修养与反省的品质是我们当代学生所必须有的。无论遇到什么人或者什么事，不论今后会遭遇怎样的挫折，我们都要学会“反求诸己”，凡事都要从自身找原因，我们应当学习孟子“吾日三省吾身”的品质。

书是我们的朋友，有的人认为《大学中庸》是“宝”，但有人认为它是“草”。我去认为它是宝！你们看了我的作文，一定要看看《大学中庸》哦！

**学中庸的心得分享篇十八**

第一段：引言，概括《中庸》主旨（150字）。

《中庸》是中国古代哲学家孔子的弟子子思所著。这部著作系统阐述了孔子的思想核心，强调了中庸之道的重要性。中庸之道是一种平衡，是和谐统一的境界。它要求人们在处世原则、人际关系、个人修养等方面都保持中庸态度，避免极端和偏差，以达到追求和谐与平衡的目标。在读完《中庸》之后，我深感这是一部至理名著，对于现代人们的思想修养和生活方式都有很大的借鉴意义。

第二段：坚持中正之道（250字）。

中庸之道告诉我们，人生应当坚持中正之道。在现代社会中，人们往往被各种诱惑所引诱，往往无法保持理性的思考和行为。我们应当摒弃极端的态度，保持冷静和克制，不要轻易被物质和利益所左右。只有坚持中正之道，我们才能远离极端，保持心灵的平衡和和谐。无论在家庭、社会还是工作中，我们都应该做到公正、宽容和克己。只有这样，我们才能真正成为一个负责任的人。

第三段：追求和谐的人际关系（250字）。

《中庸》强调了人际关系的重要性，并给了我们一些建议。遵循中庸之道的人应当注重与他人的沟通和合作，保持和谐的人际关系。在人际交往过程中，我们应该尊重他人的权益、尊重他人的意见，并试图化解矛盾和纠纷。在面对冲突时，我们不应该盲目争斗，而是应该以礼待人，以和为贵。只有这样，我们才能建立良好的信任和合作关系，使生活更加美好。

第四段：培养内外兼修的品质（250字）。

中庸之道不仅要求我们在行为上保持中正之道，在个人修养上也有要求。《中庸》告诉我们，一个人应该培养内外兼修的品质。内修是指培养自己的品德和内心修养，外修是指追求外在的人际关系和社会地位。二者相辅相成，缺一不可。我们应该时刻保持谦虚、宽容和诚实，不断提升自己的道德素养。同时，也要注重外在的形象和修养，提升自己的社交能力和沟通技巧。只有这样，我们才能更好地适应社会的发展和变化。

第五段：结语，总结中庸之道的价值和意义（300字）。

《中庸》是一本富有智慧和价值的书籍，它教会了我们如何追求中庸之道。中庸之道对于当下的社会和个人修养都有深远的意义。在一个充满挑战和选择的世界中，人们往往陷入极端，无法保持内心的平衡和和谐。通过学习和实践中庸之道，我们可以改变这种状况，使我们的生活更加有意义和美好。我们应该学习借鉴《中庸》中的智慧，不断提升自己的思想和修养，追求内外兼修的全面发展。只有这样，我们才能成为一个真正有益于他人和社会的人。《中庸》是一部引导我们追求和谐与平衡的宝典，它将继续在人们的生活中发挥着重要的作用。

**学中庸的心得分享篇十九**

在《中庸》这本经典中，孔子讲述了一种基于“中庸”的处世哲学。这本书不仅对个人修养和人际关系给出了深刻的指导意义，同时也展示出了中国传统文化的独特魅力。我对《中庸》的体会主要包括四个方面：正确的思维方式，合适的行为准则，稳定的情绪调控以及和谐的人际关系。

首先，《中庸》教导我们正确的思维方式。书中说道：“心非异也，君子之道存诚而勿谷”。这句话告诉我们要保持思维的纯真，不要为外界的干扰所动摇，坚持自己的信念和价值观。有时候，我们在面对困难或者挑战的时候，容易被负面情绪所困扰，甚至失去信心。而《中庸》告诉我们，要以真诚的态度面对一切，坚信自己的努力和付出终将获得回报。

其次，《中庸》提供了合适的行为准则。书中写道：“人之性也，恶恶，人之所欲也，善善”。这段话告诉我们，人的本性都是善良的，人所追求的也是美好和善良的事物。我们要坚持做正确的选择，行善之道。在生活中，我们有时会面临诱惑和选择，但是只有坚持做善事，才能获得他人的认可和尊重。

第三，《中庸》教导我们稳定的情绪调控。孔子说：“其身正，不令而行；其身不正，虽令不从”。这句话告诉我们，只有保持内心的平静和稳定，才能正确地应对各种挑战和变化。在现代社会，竞争和压力使得很多人的情绪波动不定。因此，我们需要学会调节自己的情绪，保持内心的和平和稳定，这样才能更好地应对各种困难和挑战。

最后，《中庸》强调和谐的人际关系。书中说：“诚之者，择善而固执之者也”。这句话告诉我们，要坚持诚实和正直的原则，与他人建立真诚而和谐的关系。现实生活中，很多人在人际交往中经常追求私利和一时的快感，造成了很多矛盾和冲突。我们应该学会关心他人，与他人建立真实而稳定的关系，只有这样，我们才能在人际交往中获得真正的快乐和满足。

综上所述，《中庸》教导我们正确的思维方式，合适的行为准则，稳定的情绪调控以及和谐的人际关系。这本经典书籍不仅为个人修养和道德观念提供了指导，更重要的是以其独有的智慧和魅力照亮了中国传统文化的瑰宝。我们应该深入研究并践行其中的教诲，以更好地面对生活中的挑战和困境。只有这样，我们才能真正实现自己的价值，同时也为社会的和谐与进步作出贡献。

**学中庸的心得分享篇二十**

《中庸》是中国古代哲学家孔子弟子荀子所著，被誉为“治天下之道”的经典之作。通过阅读和研究《中庸》，我们可以深刻领悟到其中蕴含的智慧和哲理。以下将从《中庸》中所阐述的“道”、“格物致知”、“修身齐家治国平天下”的内容入手，对该书的心得体会进行阐述。

首先，《中庸》强调“道”的重要性。书中提到：“道千乘之国治，其君齐明，其臣察。”这句话表明在国家治理中，必须坚守道德准则，才能使国家政治、社会和谐稳定。而要理解“道”，关键在于“中庸”。中庸即平衡，不偏不倚，不偏袒任何一方的态度。我们应该坚守道义，遵循中庸之道，在处理复杂的问题和矛盾的利益关系中把握分寸，避免走向极端。只有如此，我们才能实现个人和社会的和谐发展。

其次，《中庸》提出了“格物致知”的重要观点。书中指出：“知则明，不知则暗。”这句话告诉我们，只有通过事物的实际接触和观察，才能真正获得知识和智慧。我们不能只凭想象或听说，而是要通过实践，用理性思维去观察、分析、思考问题。只有通过实践，我们才能真正了解事物的本质和规律，才能获得真知。

再次，《中庸》对人的修身齐家治国平天下提出了要求。书中指出：“修身而天下治。”这句话告诉我们，要治理好一个国家，必须从个人做起，先修身养性。而修身的关键在于“克己复礼”。只有能克己，控制自己的欲望和冲动，遵守礼仪规范，才能保持道德品质，成为一个合格的人。一个人如果无法自律，缺乏修养，就很难有效地管理家庭和国家事务。只有个人修身好了，才能使家庭和谐，进而影响社会，推动国家进步。

最后，《中庸》提出了“君子”的概念。书中提到：“君子和而不同，小人同而不和。”这句话告诉我们，君子是指品德高尚、有修养和智慧的人，他们追求和谐，崇尚道德准则，不以己利私利为出发点，而是为他人和社会的利益着想。君子懂得人与人之间的差异，尊重他人的不同观点，善于协调矛盾，实现共赢。而小人则只顾自身利益，不顾他人感受，只追求一己私利，容易引发矛盾和冲突。因此，我们要努力成为君子，以和谐的心态和行为影响身边的人和社会。

综上所述，通过阅读《中庸》，我们可以得到很多有益的启示和智慧。它告诉我们，要坚守道义，处事要中庸，避免极端；要通过实践去认识事物，不断扩充知识和智慧；要从个人做起，修身养性，为家庭和国家的和谐发展贡献力量；要成为一个善良、有思想和智慧的人，以和谐的方式解决矛盾和问题。只有如此，我们才能实现个人的价值和全面发展，推动社会的进步和和谐。

**学中庸的心得分享篇二十一**

我最近看了著名的美国小说《小妇人》。

梅格是四姐妹中最漂亮的。随着时间的推移，梅格爱上了劳理的家庭教师泰迪。在不断长大与蜕变中，梅格为了爱情，放弃了最初预想的：漂亮的马车，华丽的衣服和大房子的那种奢侈无忧的生活。

嫁给泰迪的梅格，婚后孕有两个可爱的孩子。虽然放弃了象劳理那样的有钱人的生活，但是梅格却收获了爱情，亲情，并且还有经常与姐妹们团聚的天伦之乐。

我无法评价梅格偏离最初的那种奢侈的幸福是对是错。但是，可以看到她婚后如此美满，我还是感到一阵阵的喜悦。因此，大胆猜想，她应该不会后悔。应该算是甘于贫穷吧。

在这里，我不对艾美作过多的点评。我想艾美应该是真心喜欢劳理的，因此也希望她和劳理能幸福。艾美长大后，成为一个优雅，迷人的小妇人。她以扶弱为己任，过着缓慢而美满的日子。

无论是四姐妹中的那一位，或者哪一种命运，都无疑向我们展示着善良、无私、慷慨、尊严，这些女孩子应有的美好的品质。

这本书讲的不是大人们的奋斗，而是孩子们的成长。她们如何从天真走向成熟，从脆弱走向坚忍，从急切走向耐心，从自我走向他人。

**学中庸的心得分享篇二十二**

读《大学》最让人感受深刻的是做人要正心，正心就是保持内心的中正，就是谨守天性中的良知，不被个人的好恶所左右，不受个人感情、自私的欲望所支配，就是把握好自己的情志、心态，以保持美好的心灵，而在现实生活中，我们因为愤怒、恐惧、偏好、忧虑，心思不能端正。写到这里不禁想起了大三下学期刘明祥老师给我们放的翟鸿燊的国学经典讲解视频，当中提到做人要有正经见，正思维。原来与《大学》中的正心是有相同之处的。

读《大学》的过程中让我清楚了格物致知的概念，原来只是听说过而已，不知道其中的内在涵义，现在读完之后有豁然开朗的感觉，对这个概念有了一个深刻的把握。“格物”即明辨穷究事物的道理，从而扩充知识，增长智慧。“格”是格除的意思，即格除自己的思想杂志，使自己不被物欲所诱—惑，而蒙蔽了自己的本性，使自己不受恶行的玷污，而污染了自己的心灵，使自己的行为高尚，使自己的心灵美好，使自己的而修养提高。所谓“致知”就是想获得知识就必须研究事物，就必须接触事物而彻底穷尽它的道理，两词合起来，格物致知就是穷究事理。增长知识和智慧，以达到至善的境界。

以上说的是读《大学》中最重要的收获，下面说一下对《中庸》的理解。《中庸》强调“诚”，认为“诚”是现实中庸之道的关键，《中庸》的内容比较多，共包括三十三章内容。跟人认为中庸比较适合个人修身所借鉴，像大知，大德，素隐，素位，行远，诚明等章节以及后面跟的实例，都特别具有现实意义。

对于“中庸”的理解，以前只知道一些皮毛而已，当自己去真正研读时才知道其内容之多。在第二章《时中》中“时”，不仅指时间，时代，也指时机，既不要超越阶段，也不要被时代抛弃，既不能急躁冒进，也不可故步自封超越现实是偏激，跟不上步伐是落伍，我认为中庸的意思很大部分的意思与“时中”的概念是一致的.。而中庸的精确理解不同的学派有不同的认识。

儒家思想中的最高思想境界是中庸，这里的“中庸”有包容和利用的意思。就是对于一切的客观存在都予以包容，并合理使用，在具体事件，无论其性质如何，其中都深含着一定的必然意义，都应予接受。而在具体的运作中应作出恰当的选择，把握适度。就是说在具体的时间和空间条件下，作出适宜的行为。庄子在《齐物论》中认为“中庸”是这样的“中”是原则，“庸”是实践，中庸就是知与行的统一。朱熹对中庸的理解，中庸者不偏不倚，无过不及，中庸说起来简单，可是当我们在生活中能够做到太难了。因为做到中庸就要做到不偏不倚，无过不及，在两端中寻求契合点，在动静变化中做到恰到好处，这对于现实中的我们的确是很难的事情。

另外《中庸》中讲的最多的是“诚”，不管对自己，对家人，对外人都要诚实，至诚的人他的人品是诚恳的，他的思想深似潭水，他化育万物的胸襟像蓝天一样广阔，其实现实也是这样的。诚实应该是一个人的基本道德，是与人相处的重要原则，也是一个事业开始的奠基。如果没有诚信，那么自己对自己不诚实，就不会做到慎独;对别人不诚实，别人就不会相信你;一个企业不诚信，那么这个企业也不会兴旺。

关于《大学中庸》的内容很多，道理也很深刻，先简单说这些吧!

**学中庸的心得分享篇二十三**

我最近看了著名的美国小说《小妇人》。

梅格是四姐妹中最漂亮的。随着时间的推移，梅格爱上了劳理的家庭教师泰迪。在不断长大与蜕变中，梅格为了爱情，放弃了最初预想的：漂亮的马车，华丽的衣服和大房子的那种奢侈无忧的生活。

嫁给泰迪的梅格，婚后孕有两个可爱的孩子。虽然放弃了象劳理那样的有钱人的生活，但是梅格却收获了爱情，亲情，并且还有经常与姐妹们团聚的天伦之乐。

我无法评价梅格偏离最初的那种奢侈的幸福是对是错。但是，可以看到她婚后如此美满，我还是感到一阵阵的喜悦。因此，大胆猜想，她应该不会后悔。应该算是甘于贫穷吧。

在这里，我不对艾美作过多的点评。我想艾美应该是真心喜欢劳理的，因此也希望她和劳理能幸福。艾美长大后，成为一个优雅，迷人的小妇人。她以扶弱为己任，过着缓慢而美满的日子。

无论是四姐妹中的那一位，或者哪一种命运，都无疑向我们展示着善良、无私、慷慨、尊严，这些女孩子应有的美好的品质。

这本书讲的不是大人们的奋斗，而是孩子们的成长。她们如何从天真走向成熟，从脆弱走向坚忍，从急切走向耐心，从自我走向他人。

文档为doc格式。

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！