# 最新心得体会大国的坎坷 大国的心得体会(通用12篇)

来源：网络 作者：落日斜阳 更新时间：2025-04-21

*体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。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我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。心得体会大国的坎坷篇一众所周知，大...*

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。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我给大家整理了一些心得体会范文，希望能够帮助到大家。

**心得体会大国的坎坷篇一**

众所周知，大国在国际舞台上扮演着重要的角色，拥有丰富的经济、政治和军事实力。然而，大国地位不仅仅是权力的象征，更是一个国家发展的必然结果。在历史长河中，大国兴衰更迭，留下了许多宝贵的经验和教训。在此，我将从五个方面总结大国的心得体会。

首先，大国应保持实力的持续增长。实力是一个国家维护自身利益和影响力的根本基础。大国应当保持强大的经济实力，提高人民生活水平。节制支出、加大科学研究和技术创新的投入，积极发展新兴产业和高技术产业，提高国家的综合竞争力。同时，大国还应加强国家安全建设，确保国家和人民的安全。投资于军事技术创新和军事设施建设，提高军事实力，维护国家的和平与稳定。

其次，大国应树立良好的国际形象。国际形象是一个国家与国际社会交往的窗口。大国应秉持与世界其他国家平等相待的原则，尊重各国的国家尊严和民族文化，倡导多边主义和国际法治，加强同其他国家的合作与交流。要坚持互利共赢，以诚信和守约为基础，加强国际交往和合作，争取更多的国际支持和认可。而且，大国还应为国际社会提供公共产品，承担更多的国际责任和义务，积极参与全球事务的解决和构建国际秩序的塑造。

第三，大国应具备宏观战略思维。大国的发展需要始终保持战略定力和战略眼光。国家需要明确自己的战略目标和发展方向，树立适应时代需求的宏伟蓝图和战略规划。同时，大国需要面对复杂多变的国际环境，灵活应对各种挑战。要善于利用自身优势和国际格局变化的机遇，制定相应战略举措，提升国家的综合实力。

第四，大国应坚持正确的外交政策。外交政策是大国对外交往和对外事务的基本原则和行动准则。大国在处理国际关系时必须坚持和平外交、互助友好、公正合理、拒绝霸权主义和强权政治等原则。要实现与各国的共赢和共同发展，以和平方式推动国际问题的解决。同时，大国还应在国际舞台上发挥建设性的作用，树立负责任的大国形象，为解决国际问题发挥积极的引领和促进作用。

最后，大国应注重国内治理和人民福祉。国民的福祉是一个大国追求的最高目标。一个国家没有内部稳定和人民的满意，就很难在国际舞台上取得真正的成功。大国应关注人民的权益和福祉，提高人民的生活水平，建设和谐、清廉的社会环境。同时，大国还应加强国内治理和现代化建设，提升国家的软实力，增强国家的凝聚力和竞争力。

综上所述，大国的心得体会主要包括保持实力的持续增长、树立良好的国际形象、具备宏观战略思维、坚持正确的外交政策以及注重国内治理和人民福祉。这些经验和教训不仅适用于大国，也可以为其他国家的发展提供借鉴和启示。作为一个大国，我们应当汲取这些体会，以实际行动推动国家的发展和繁荣。同时，我们也要认识到大国地位的责任和使命，为世界和平与繁荣做出更大的贡献。

**心得体会大国的坎坷篇二**

作为一个有着几千年文明历史的国家，中国一直以来都是世界上非常重要的一支力量。如今，中国的崛起引起了世界各国的高度关注，但也带来了许多挑战和压力。对于中国来说，如何应对这些挑战和压力，制定出更好的国家战略是至关重要的。因此，“大国策”一直是中国政府的重要方针，同时也是我们作为普通公民要学习掌握的重要素质。

第二段：了解大国策。

初步了解大国策是很有必要的。大国策，是中国特色社会主义新时期以来，中国共产党中央委员会提出的全面战略思想，旨在推进中国的现代化建设，提高国家的综合实力，强化国家的国际竞争力和影响力。其核心是要以经济建设为中心，全方位推进现代化，确保国家安全和发展。此外，中国一直以来都秉持和平外交政策，尽最大可能遵守国际法和规则，推动建设一个和平、公正、合理的国际秩序。

第三段：学习大国策的重要性。

学习大国策的重要性在于，让我们更好地了解国家的战略意图和未来发展方向，了解我们自己所需要掌握的技能和素质，认清我们自己未来所要扮演的角色。学习大国策可以帮助我们更好地形成自己的职业规划和人生规划，更好地为未来打好基础。此外，学习大国策可以拓宽我们的眼界和视野，让我们能够更好地理解世界上其他国家的发展状态和走向，感受到跨国合作的重要性。

学习大国策不仅仅是要了解和记住概念，更重要的是要在日常生活和工作中践行。我们可以通过了解基层情况，亲身体验企业和社会的实际需求，了解国家的发展政策和实际落地情况等各种方式来践行大国策。最重要的是，我们作为一名普通公民，可以通过提高自身素质，加强国际交流，了解其他国家和文化，为国家的发展做出自己的贡献。

第五段：总结。

总之，了解和践行大国策是我们每个人肩负起国家使命的重要一步。不论是从自身的发展还是国家的发展角度出发，都应该注重学习大国策，不断提升自己的素质，为国家的发展作出自己的贡献。在过程中，我们也应该保持一颗开放的心态，尊重其他国家和文化的存在，实现互利共赢，共同推动世界的和平、稳定和繁荣。

**心得体会大国的坎坷篇三**

周建民有一双神奇之手，工作39年来，完成创新成果千余项；他有一双可靠之手，研制的1。6万余件专用量规无一发生质量事故；他有一双精准之手，凭借眼看、耳听与手感，使专用量具达到微米级精度。执着忘我、巧思钻研，周建民用行动诠释着工匠精神！

工作中，周建民追求精益求精。正是这种对极致的追求，让他创造了精度达到头发丝直径1/60的“周氏精度”。

很多次精密量具的完成是靠周建民手工研磨与微米级“对话”；

很多次技术突破是靠周建民一次又一次自加压力把精度再一次提升一微米；

很多次技术空白的填补是靠他几天几夜没有离开工房的执着；

……。

追求极致已经融入周建民的血液中，成了一种工作习惯。正是这种对极致的追求，让他创造了精度达到头发丝六十分之一的“周氏精度”。

作为一名教育工作者，已经有了一些教育、教学经验，好像后面的工作靠着已有的经验继续下去就可以了。看了大国工匠《周建民周氏精度如琢如磨》后觉得自己需要思考和努力的还有很多。

时代在变，我们面对的学生也在变，我如何能更准确了解他们？不同学生的学习能力不同，我如何找到适合不同层次学生学习的教学方法？面对日渐深化的“双减”，如何进一步提高课堂教学效率，减少学生课后繁重的负担？在双减背景下，如何让不同层次学生都能得到充分发展？……面对这一切，我只有秉承追求极致的精神，不断学习、不断优化，让每一位学生家长放心，培养国家需要的接班人而不懈努力。

作为一名教育工作者，除了担负着传承文化知识，还承担着培养合格的社会主义接班人的重任，其中也包含着追求极致的工匠精神。

**心得体会大国的坎坷篇四**

作为一个中华儿女，眼见祖国日益崛起，我们深深感受到大国的责任与使命。作为一个大国，我们承载着世界瞩目的目光，拥有着众多的资源和影响力。经过多年的发展，我们正在逐渐进入国际舞台的中央，这给了我们更多的机会和挑战。在这个过程中，我们不仅需要发扬民族精神，更需要学习和借鉴其他国家的优点和经验，以求得更大的发展。

大国应该有自己的定位和使命。首先，大国应该具有强大的经济实力和军事实力。这是确保国家安全和繁荣的基础。其次，大国应该具有人民的福祉和社会的稳定。高质量、可持续的发展才能保证国民生活水平的提高。同时，大国还应拥有广泛的国际影响力。在国际舞台上，大国应承担起引领世界潮流的重任，为世界和平与繁荣作出贡献。

然而，成为一个大国是一个长期而艰巨的过程。首先，作为一个大国，我们需要始终保持坚定的信心。这是因为在实现大国崛起的过程中，我们会遇到无数困难和挑战。但只要我们保持信心，相信自己的实力和智慧，就能克服一切困难，取得胜利。信心是一种强大的力量，能够激励我们付出努力，克服困难，实现自己的目标。

其次，作为一个大国，我们需要尊重世界各国的多样性。世界上有不同的国家、民族、文化和发展阶段。我们应该学会包容与尊重，建立与各国的友好合作关系。不施加压力，不干涉内政，推动构建和谐的国际关系。在与外国商务合作中，我们应注重互利共赢，而不是片面追求自身利益。

再次，作为一个大国，我们需要发扬民族精神。中华民族拥有五千年的灿烂文明，具有深厚的历史底蕴和文化传统。我们应为中华民族的伟大悠久历史和文化传统感到自豪，并努力传承和发扬。中国文化的独特性和广泛性，无疑是中华儿女影响世界的一个重要资源。我们需要更加深入学习和理解自己的文化，以更好地与世界交流和合作。

最后，作为一个大国，我们需要关注人民的福祉。实现中华民族的伟大复兴是为了实现人民的幸福生活。经济的发展不能仅仅追求GDP的增长，而应该更加注重人民的生活质量和全面发展。解决民生问题是大国的责任与使命，因为只有让人民过上好日子，才能树立良好的社会形象，赢得人民的支持和外国的尊重。

作为一个新时代的大国，我们怀揣梦想，与世界共进。在崛起的道路上，我们会遇到苦难和挫折，但只要我们保持信心，肩负起自己使命，就能赢得胜利。我们要以自己的实际行动证明自己，不仅取得了世界的赞誉，也为人类的进步作出了重大贡献。只有如此，我们才能成为一个真正伟大的大国。

**心得体会大国的坎坷篇五**

在上周我们班观看了中央电视台的大型纪录片《大国崛起》，借此机会，让增强我们的爱国热情，让我们牢记新时代的使命—为中华民族的伟大复兴而奋斗。

通过这次主题班会，我们感触良多，大国之间的兴衰兴亡依然历历在目，那种心情永远不能平静。在这部片中讲述了葡萄牙，西班牙，荷兰，英国，法国，德国，苏联，日本以及美国的兴衰过程。同时也折射出其他国家的发展史，历史当中，真正靠自己的实力独立发展成为一个大国的很少见，几乎是没有，老牌的强国或是已经衰灭的强国无不是靠着对其他国家的掠夺而发展起来的。可以说，在他们发展起来的同时，也是其他国家受苦受难的过程，一个被掠夺的过程。

观看完《大国崛起》之后，我们明白维护国家稳定，促进各民族团结的重要性。同时我们也知道，一个不团结，不稳定的国家，一个内部民族矛盾重重的国家是不可能成为世界强国的，可是民族国家形成之后，就形成了一个统一的力量，在这样一个统一的力量的支持下国家就可以发展，西班牙就是一个很好的例子，在完成它的国家统一之后，很快的超过了葡萄牙成为后起之秀，而且很快就会变得强大。所以维护国家的安定团结是一个是一个国家能够迅速发展的前提和基础。

开放，同样的是一个重要的因素，纵观历史，每一个崛起的大国都是开放的，因为只有开放的国家才能从世界之中吸取到充足的有利元素。从葡萄牙到西班牙，在到后来的英国，甚至是美国，无不开放于世界。他们没有像中国的封建王朝一样闭关锁国，而是积极的向海洋进发，把海洋握在了自己的手中。于是他们掌握了财富，国家崛起了。现在的国家之间的竞争同样有海洋的竞争，所以把握住自己国家的海洋，面向世界大洋是一个国家崛起不可或缺的因素。中国要想成为一个真正意义上的大国就必须维护自己的海权。打开视野，向发达国家学习，无疑是后发国家走上强盛之路的开端。学习的目的是赶超。我们现在的改革开放就是要向西方国家学习先进的东西，以革除自己的弊端。因此，改革开放是中国的一项长期的基本国策。

文化，是一个国家的内涵，不可否认的是，每一个大国都有着自己独特的文化魅力。虽然现在不同的人对大国崛起的原因有着不同的看法，但是几乎每一个人都很看重文化的影响力。英国首相丘吉尔有这样一句名言：我宁愿失去一个印度，也不肯失去一个莎士比亚。在成为大国的过程中，戏剧家莎士比亚的作品提升了英国的人文精神，科学家牛顿的力学定律开启了英国工业革命的大门，经济学家亚当·斯密的《国富论》为英国提供了一个新的经济秩序。他们的名字，十分醒目地写在英国走过的大国之路上。在法兰西思想与精神的圣地先贤祠，正门上铭刻着这样一句话：“献给伟人，祖国感谢他们。”这里安葬了72位法国历史人物，其中只有11名政治家，其余大多是思想家、作家、艺术家和科学家。多少年来，法兰西共和国一直以其卓尔不群的文化影响力，向世界发出自己的声音，其根源也许就在于此。中国拥有伟大的文化传统和智慧，中国人具有发展所需的聪明才智和坚忍不拔的优秀品质。但这还不够，我们还需要大力的发展我们的文化，而作为我们当代大学生，则要努力弘扬社会主义新文化，为发展中国特有的文化贡献自己的力量。

国家体制是一个至关重要的因子，一个国家的体制应该适合那个国家和人民的具体情况。英国人的民主和法国人的民主是不同的，法国人和意大利人的民主也是不同的。但他们都适合于自己的国家和人民。中国的社会主义是中国人民自己的选择，是历史的必然。在经过了近一百年侮辱的中国，在中国共产党的带领下走进了新中国，建立起了社会主义制度。虽然在建设祖国的过程中出现过失误，但他强大的生命力以及全心全意为人民服务的宗旨没有改变，而“三个代表”更是使它成为实现中华民族伟大复兴的领导者。我们应该紧紧的团结在中国共产党的旗帜下，奋发图强，早日把中国建设成为一个富强，明主，文明的社会主义强国。

在观看影片的过程中，我们发现几乎所有的大国都试图建立符合自己利益的世界秩序，所以它们总是为世界秩序出谋划策。实际上，那些正在崛起的国家想要打破这种秩序，因为他们试图取代以前的大国。于是，战争，大国之间的战争，似乎成为历史上打破和重建世界格局的必由之路。但迄今为止，还没有新兴大国直接打败霸权国的先例。德国的兴衰，就是历史留给所有大国的一个深刻思考。历史的教训是：一意逞雄的国家，等于是放弃了从容崛起的主动，最后的结果并不美好。历史的教训还在于：所有企图靠战争来征服、压迫和掠夺其他国家的大国，其结局总是和他们的愿望相反。西班牙试过，但是失败了；法国试过，拿破仑试图创立世界帝国，也失败了。德国试过，特别是希特勒试过了，却输给了美国。1945年9月6日，在二战刚刚结束、日本正式投降后的第四天，当时的美国总统杜鲁门就提出了“21点战后复兴计划”，明确指出：“没有一个国家可以在当今世界上维持领袖地位，除非它充分开发了它的科学技术资源。”这不仅是保持大国地位的策略，同样是一个新国家崛起的策略。我们要为自己的国家贡献力量。现在我们最容易做到的就是努力学好文化知识，为中国的科学技术发展贡献自己的力量。

**心得体会大国的坎坷篇六**

作为一个拥有悠久历史和文化底蕴的大国，中国以其强大的实力和广阔的领土，不断展现着辉煌的成就和崭新的风貌。多年来，我有幸亲身经历了中国的发展和变迁，深深感受到了大国的力量和责任。在这个过程中，我从多个方面得到启发和体会，发现大国心态的重要性。以下是我个人对大国心态的体会与思考。

首先，身处大国，我们应该拥有一种自信的心态。作为世界上最大的全球工业制造国，中国的改革开放和经济发展在短短几十年时间内取得了令世界瞩目的辉煌成就。我们应该相信，自己所处的国家和民族具有强大的实力和无限的潜力，能够应对各种挑战和困难。只有拥有自信，我们才能勇往直前，更好地推动国家的发展，为民族的复兴贡献力量。

其次，大国心态还要求我们应具备开放的胸怀和广阔的视野。一个强大的大国不仅仅在于其物质实力和经济发展，更在于其所能承担的全球责任和贡献。面对世界的动荡和变化，我们不能封闭自己，过于强调民族主义而忽视国际合作，更不能自命不凡，一味将自己视为中心。开放的胸怀和广阔的视野能够让我们更深入地融入世界，交流与合作，学习与借鉴，共同推动人类文明的进步。

再次，大国心态需要我们拥有责任感和担当精神。作为一个大国，我们要意识到自己的力量和责任，并愿意承担起属于我们的全球任务。世界上有太多的困难和问题需要解决，而我们是能够发挥重要作用的一部分。无论是参与全球经济治理，推动生态环境可持续发展，还是推动文化交流与传播，都需要我们担当起责任，积极参与，以行动证明我们作为一个大国的价值和使命。

此外，大国心态还要求我们保持谦虚与谦逊。盛世容易使人骄傲，而骄傲则往往伴随着自满和满足感。因此，我们应该时刻保持头脑清醒，世界在变化，没有任何国家能够永远的处于领先地位。我们要学会倾听和尊重他国的声音和观点，虚心与人交流，与世界分享自己的机会。谦卑的态度能够让我们更好地接纳外部环境的变化和国家竞争的挑战，以适应前进中的新形势。

总之，大国心得体会使我们更加清楚地认识到，拥有一种正确的心态对于一个大国的发展和影响力至关重要。自信、开放、责任、谦卑是我们应该具备的大国心态的关键要素。随着中国日益崛起和全球地位的提升，我们应该不断地修炼这些品质，以更好地引领我们的国家和民族走向光明的未来。相信在我们共同的努力下，中国将持续以崭新的风貌，展现大国的力量和责任。

**心得体会大国的坎坷篇七**

有一种精神叫工匠精神。工匠精神是指工匠精心雕琢，力求产品完美的精神。

在我的家乡泉州丰泽广场，有一座“鲤鱼鱼龙”的石球城雕。整个球体由121个花岗岩榫头拼接而成。上面雕刻着五条翱翔盘绕的龙、三条进化的龙头鲤鱼和十一条跃上浪尖的鲤鱼，每一个细节都栩栩如生，故名“鲤鱼鱼龙”。

我妈告诉我，这个“鲤鱼、鱼龙”雕塑是我们学校的杰出校友、中国工艺美术大师陆的作品。一听说是我学校校友的杰作，我顿时激动起来，心里好像很佩服陆的校友。

我是通过百度认识这个优秀校友的。李思大师从事木雕设计和制作已有50多年的历史。他的印象很简单，但每一张记录他创作的照片，都让人感受到一种兢兢业业、刻苦耐劳、勇于实践、勇于探索的精神。

你看，当他在雕刻的时候，他专注的表情意味着艺术大师在用心交流和谈论他的作品。陆大师的艺术精品一件接一件地欣赏，他高超的技艺给我留下了深刻的印象。它必须对木刻有深厚的激情，有一丝不苟、精益求精的工匠精神，才能创作出如此励志、有创意的作品！

我妈告诉我，我们学校有很多像鲁大师李思这样的优秀校友，比如世界体操冠军蔡焕宗，上海复旦大学首席教授苏东水，泉州木偶剧团团长王敬先，他把中国艺术瑰宝木偶艺术传播到了世界各国。

这些校友在各行各业的岗位上，以一种热爱和创造性的工作，促进了家乡的建设和祖国的发展。我妈给我讲了一个又一个优秀校友的故事，包括我们学校的建立和发展之路，以及它的辉煌成就。我深受感动。从故事中我明白了什么是劳动和创造之美，即在劳动中创造美，在劳动中实现价值，在劳动中实现梦想！

我妈告诉我，匠人精神是时代进步所需要的精神，是世世代代必须继承和发扬的优良传统！我认为，就是从我们的孩子开始，就要学习工匠精神，把这种工匠精神带到学习中，积极进取，努力工作.

**心得体会大国的坎坷篇八**

提起袁隆平，绝大多数人的第一反应就是，“他是赫赫有名的世界‘杂交水稻之父’，是一位伟大的科学家!”确实，作为在世界上倍受尊重的“杂交水稻之父”，作为“中国最著名的农民”，作为农民兄弟眼中的“米菩萨”，作为美国科学院院士中唯一的中国工程院院士，袁隆平可谓是大功至伟。

然而，他对网民尊称他为“人民科学家”，却感到“诚惶诚恐、忐忑不安”，他谦虚地说：“‘人民科学家’谈不上，我只是一名科技工作者。如果要说什么家，我觉得农学家最合适。”

我想，仅从这一件普普通通的小事，我们就足以感受到袁隆平的谦逊美德和人格魅力，令人敬佩，让人尊重。

常言道：“天不言自高，地不言自厚。”越是沉穗的谷子，越是低下头。然而，现实生活中却有些人喜欢张扬、高调。比如，表现在学习上，喜欢吹嘘自己的博学与能耐，看过几本薄书，就自诩饱学之士、满腹经纶;写过几则公开发表的小文，就自封著名诗人、作家。表现在工作上，喜欢凡事必称大，有的事还没有做，就开始说大话，刚刚干出一点成绩，便“拉长、吹大、垫高”，热衷于在媒体上“精心包装，隆重推出”。这种喜欢张扬的人，虽然容易引起他人的注意，也许能慷一时之慨，开一时之怀，求一时之名，取得一时之利，但这种人往往行之不远，登之不高。而谦逊的人则把自己的位置放低一些，以谦虚谨慎、戒骄戒躁的态度做人行事，这才是成就大业的基点，是走向成功的长梯。

也许有人担心，谦逊的人，久而久之，会被人遗忘，终究会吃亏。其实不然。这些人、这些事或许一时难以广为人知，但当他们以踏踏实实的工作创造了业绩，以默默无闻的品格作出了贡献，名声自在众人心中。这正像袁隆平所说的，我是搞育种的。我觉得，人就像一粒种子。要做一粒好的种子，身体、精神、情感都要健康。种子健康了，事业才能根深叶茂，枝粗果硕。作为一个科研工作者，尤其如此，不仅要知识多，而且要人品好，不仅要出科技成果，而且要弘扬科学精神。要热爱祖国，热爱人民，这个是基本前提。如果对民族、对国家、对社会、对人民没有感情，就很难成就一番事业。有了感情，才会为社会做一些事情、献一份爱心，这样你才会有欣慰感。

特别是谈到物质享受时，袁隆平认为，精神上要丰富一点，物质生活上则要看得淡一点。一个人的时间和精力是有限的，如果老想着享受，哪有心思搞科研?在吃方面以清淡和卫生为贵，穿方面只要朴素大方就行了。少走弯路，少留遗憾，身心才会健康，心情才会愉快，事业才会做得长远。

由此可见，今天，我们正在全力建设和谐社会，最应大力弘扬的就是袁隆平这种谦逊美德，常怀一颗平常心，不论在什么情况下，对个人的名利、进退、荣辱、都要看得淡一些，超脱一些，高调做事，低调做人。越是成绩突出，越是贡献巨大，越是形势大好，越要保持忧患意识，越要保持清醒头脑，做到“自豪而不自满，昂扬而不张扬，务实而不浮躁”，始终以高昂的精神状态和一流的工作标准谋事尽责，多做贡献。如此，我们的工作才会大有起色，我们的事业才能更好地发展起来。

当思来自不易，向袁老致敬!禾下乘凉，吾辈接棒!”。

“袁爷爷，一路走好，一路走好!”当灵车缓缓驶出医院时，在闻讯前来送行的市民悲恸高呼中，在车辆的呜咽鸣笛中，在每个人的泪水中，在湖南长沙，在全国各地，在国内外，大家都在不约而同地表达一种哀思与缅怀。为啥袁隆平的离去会触动亿万人心，关键就在于他始终心怀人民，心系人民的温饱。面对上世纪60年代的粮食短缺，作为学农的袁隆平看在眼里，痛在心里，提高粮食产量作为了他刻不容缓的重要任务。“理想要高雅一点，要向前看，不要专门向钱看。赚钱可以，但要赚对社会、对老百姓有益的钱。”心里装着人民、装着社会，人民才把他高高举在头上。“电脑里长不出水稻，书本里也长不出水稻，要种出好水稻必须得下田。”袁隆平始终脚踩大地，专务于伟大事业，才赢得了人民的热爱与拥戴。

世间从此再无袁隆平，但在遥远的太空，有一颗星星更加闪亮，那就是以袁隆平名字命名的“袁隆平星”。我们在表达哀思的同时，延续他献身祖国和人民事业的伟大精神，才是对他最好的纪念与追思。

国电集团和国电科环集团党委号召广大党员干部开展向伟大的科学家袁隆平同志学习的活动，并下发了《袁隆平传》一书，我怀着崇敬而好奇的心情开始翻看了这本以政治教育读本身份出现的书籍，但是，它传奇的色彩，丰富的内涵和感人的事迹立即吸引了我，使我迫不及待地一口气将它读完。袁隆平同志的传记，他代表一种精神，一种自强不息，锲而不舍的民族精神和高贵品质。

学习袁隆平，首先要学习他为国、为民、为事业不畏艰难，勇于付出的精神。袁隆平对祖国和人民始终怀有深厚的感情，他常说：”科学研究是没有国界的，但科学家是有祖国的，不爱国，就丧失了做人的基本准则，就不能成为科学家。”作为一名基层干部的党员，身处环保工程第一线，我应该把个人的理想同国电集团的环保事业及国家、民族的奋斗目标统一起来，把自己的人生追求同国家的环保产业和走可持续发展道路兴国的实践结合起来，牢固树立实现中华民族伟大复兴的远大理想和永远跟党走中国特色社会主义道路的坚定信念，并立身本职，从做实、做大、做强着眼一步一个脚印地向前迈进。

第二要学习袁隆平院士注重理论联系实际、勤奋进取的务实精神。袁隆平院士认为：”成功的要决在于知识、汗水、灵感、机遇。”20世纪60年代初，米丘林、李森科遗传学说盛行，但袁隆平院士视野开阔，通读外文资料，了解到了孟德尔、摩尔根现代遗传学理论研究的新动向，于是通过理论与实践相结合的研究，打开了杂交水稻”王国”的大门。他为我们这代人做出了很好的榜样，我们更应该继承和发扬中华民族的传统美德，诚信立人，学一生，爱一行，钻一行，遇到困难不退缩，遇到挫折不屈服，在本职岗位上百折不挠，锲而不舍。并弘扬时代精神，乐于服务，甘于奉献，振兴我国电力环保事业，积极投身社会主义和谐社会的建设。

我毕生的愿望，是让所有人远离饥饿。

——袁隆平。

愿我还能想起，面对一餐一饭之时，如洗碧空下翻滚的稻浪；愿我还能看着，吟咏《观刈麦》的隽语之时，老农粗糙的双手捧起的新粮；愿我还能听见，此后风吹过稻花沙沙，应是他灵魂的回响。

“后来，历史书上的人，真的成了历史。”

慢慢地我才明白，那些与我们同时代的光芒熠熠的人，其实和伴随我们的日月星辰没什么区别，平时我们总不大会时常想起他们，我们总觉得他们永远会在，因为有些人伟大到我们以为他没有生老病死。然而，他们又与日月星辰不同，是西沉了就不会升起，划过天幕就不会再回来。他们的光芒照耀的地方越多，我们就越会感觉到随着他们的离去，时代的一部分也随之定编。后人翻阅时代的书页时，会清晰地看到这个天体上陨落的注脚。我们虽然无法抵御浪潮，但会永远记得灯塔。

遥记国士袁老，曾将毕生的梦想汇聚为二：其一，乃禾下乘凉之希翼；其二，乃推动杂交水稻覆盖寰宇之宏愿。袁老曾说，他梦见水稻长得有高粱那么高，穗子像扫帚那么长，颗粒像花生那么大，而他则和助手坐在稻穗下面乘凉。最是难忘60年代，饥荒之难席卷华夏，饥殍遍野，满地荒芜。若非袁老领军，三九严冬，步履不辍；三福酷暑，志意犹坚，历十年坎壈，终成杂交水稻之盛果，又何来今日一国之河清海晏？“饱食者，当常忆袁公。”他的名字永刻大地，他的灵魂向死而生。禾下乘凉梦，后辈不敢忘！

田里。老一辈人十里长街送总理，我并不知道是什么感受，但看见了长沙人乃至更多人送袁老我突然知道这种感受。总有人说中国人不懂浪漫，可我无数次为中国人特有的浪漫而热泪盈眶。“浪漫至死不渝”。《觉醒年代》中辜鸿铭先生有言如是：“真正的中国人是有这赤子之心和成人之思，过着心灵生活的人。”

世间最浪漫，莫过于中国人。是他们自发的聚集在医院门口，看着灵车驶出，又紧紧追着跑；是他们纷纷停车，鸣笛致哀；是他们送去了三束水稻，带着泥土和大地的气息；是他们在给他的照片打伞；是他们在纸片上写下“禾下乘凉，我们接棒”；是他们在天上看见了稻穗状的云，愿意相信神明的存在；是他们倾尽了一城的花，只为祭奠一个人；是他们排了两小时的队，只为鞠躬说声谢谢；也是他们免费发放口罩，提供鲜花，接送吊唁的人；更是他们熄灭了景观灯，作出了稻穗状的烟花……“国士无双，一路走好”。这种特有的浪漫，我称之为怀念。

“一愿社稷昌，二愿黎民宁，三愿我所爱无忧无虑，岁岁长安。”世人皆知袁老的两个梦想，却不知道他第三个梦想是与妻子白头偕老。袁老曾说，他这辈子最大的幸福就是在人生最困难的时候，妻子始终和他在一起。当年，他的实验种盆被人砸，是她在安慰；那年，她突发脑炎，是他在照顾；后来，他栉风沐雨，穿梭田间，是她陪他粗茶淡饭，分外香甜。袁老自是幸运，遇到了他人生低谷中的一束光，伴他盛世将倾，深渊在侧。

着种子走向了远方，秋天到来时，稻穗在烈日下低头，那是他在身后。

而在我心里，他也应万寿无疆，永远健康，开着他的小车，带着他的小猫，穿梭在他的实验田，看着稻穗粒粒低垂。

最后愿，稻菽千层浪，禾下好乘凉。

先生所做事业，千古流芳。

岁月不居，不知不觉间，已经到了上有老下有小的年纪。一些时候，自觉不自觉地，会出现几分精气神不够提振、春困秋乏的现象，表现为对日常工作的“撞钟”思维，表现为写稿上的“吃老本”心态。午休时间，学习《典故后面有故事》第九集：这位“90后”让世界1/5的人吃上饱饭，颇有晨钟暮鼓、当头棒喝之感，一时间，睡意全无，思之良久，竟汗流浃背，其神采令人“心甚向往之”。

里”，袁隆平的追梦人生令人钦敬，令人击节赞叹。

不敢比就没有进步，对照先进，学然后知不足，知耻近乎勇，善莫大焉。梦想，有着催人奋进的力量。关于梦想，从一个90岁的大科学家口中道来，更加具有激荡人心的力量。和袁隆平“放在古时可以修庙”的伟绩比起来，或许，作为普通党员的我，似萤火微光可以忽略不计。但90岁的袁隆平依然时刻警醒自己，“不能躺在功劳簿上睡大觉”，依然醉心于提升杂交水稻产量，醉心于科技兴农大业。这份一生一事、一以贯之、慎终如始的激情、活力，巨大的张力、韧力，宏大的决心、毅力，着实令人心折。作为新时代的党员干部，岂可坐井观天、故步自封?岂可因为一时的遭际就一蹶不振，岂可因为一时的困难就止步不前?党员干部当在融入党和人民事业的奋斗中，一天有一天之得、一天有一天之进益——青春岂可无梦，人生岂可不追梦！

干，将工作当事业闯，在不断推进高质量发展新征程，在更好满足人民对美好生活的向往之中，拼搏奋斗、矢志奉献，书写青春不负韶华、不负时代、不负人民的新篇章。

为了一株理想中的稻，他在万千农田间走过，抚过了数不清的枝杆。踏遍千山万水，不顾岁月阻拦，黝黑的面孔，粗糙的手，他以农民之姿，屹立世界之峰。

他出生在战火纷争，破败凋敝的时代中。他看过良田无收，大地疮痍;看过灾荒肆虐，饿殍遍地;看过妻离子散，家破人亡。那时仿佛日月都无光，人民在苦难中挣扎，而饥饿是最大的刽子手。

人间种种映入他的眼底，藏进心里，也许那时燃起心中的火种：驱散死亡的阴云，叫这日月换新天，不白来这一趟世间。

漫漫求索，从懵懂稚童到风华正茂，他心中理想的火没有被时光洪流浇灭，反而愈演愈烈。他发现了一株稻，籽粒多达230粒!他找到了那把通往胜利的钥匙，但面前仍是漫长的寻找之路。为伊着魔，烈日高照，他依旧在田地中徘徊，偶尔拂起一株稻，放在掌心细细端详。汗水顺着脸颊滚落，一滴滴压弯枝杆，晕开满目金黄。经过一日的劳累，就连廖廖无几的睡眠时间，他也在梦中追寻着，描绘那希冀中的模样。可那希望的稻株不愿被人们认识，披上了神秘的面纱。带着团队，顶着质疑，守着本心，他细数花开花落，静待四季更替。田中的稻换了一批又一批，他用脚丈量了万千河山，年复一年。

终于，时光拨开了迷雾，终是见得天明。他耗时9年杂交水稻“三。

系配套法”终于成功，比常规稻增产20%左右，实现了杂交水稻的历史性突破。从此滚滚稻浪在田间涌动，丰收的气息扑满大街小巷。他依旧屹立在稻田中，微风吹拂，带走了饥饿的阴影和他的青春，留下了佝偻的背影，蹒跚的步伐和一颗仍热爱奉献的心。他在稻间畅谈自己的两个梦想：让杂交水稻覆盖全球以及“禾下乘凉”。他曾梦见试验田里的超级杂交水稻长得比高粱还高，穗子有扫帚那么大，谷粒有花生米那么大，他和助手坐在瀑布般的稻穗下乘凉。

他用瘦弱的身体，追求着更多更好，为中国人顶起了沉重的饭碗。如今，傍晚时分，炊烟袅袅而上，万家灯火闪烁，凝成一片人间星河。这是最朴质，最美好的风景。

昨夜山河齐恸震，今朝大星辞九洲，时代的接力棒传到我们手中。终有一日，我们用1200亩的成果向祖国献礼，完成您的遗憾。请您一直注视着我们，袁爷爷!

。

**心得体会大国的坎坷篇九**

作为一个普通的中国公民，我有幸亲眼目睹了中国近年来在反腐败斗争方面取得的巨大成就。尤其是202\_年底实施的《监察法》的正式施行，给了我更多的思考和感悟。在这里，我想分享一下我对于大国监察的心得体会。

首先，大国监察让公平正义更加彰显。过去，腐败分子常常利用黑恶势力保护伞，充分发挥自己的权势，谋取私利，而受害者则无处申诉。这种不公平现象激起了民众的不满，也成为社会稳定的隐患。然而，自《监察法》的出台以来，监察机关的权威得到了充分的体现。他们能够迅速侦办腐败案件，为纳税人追回被挪用的资金，让国家资源不再流于个别贪官的私囊，而是为人民造福。我们看到了越来越多的腐败分子受到了严厉的应有惩罚，监察机关直面庙堂之上的腐败分子，彻底打掉了这些黑恶势力，大力净化了社会环境。这鼓舞了整个社会的正能量，让法律的公正正义更加彰显，给广大人民带来了喜悦和幸福感。

其次，大国监察让人民的权益得到更好的保障。过去，由于监察体系不健全，在一些重要政策的制定和执行中，并没有很好地考虑到人民的利益。底层社会的人们往往付出了辛勤的劳动，但却远远得不到应有的回报。而如今，有了《监察法》的实施，监察机关更加重视人民的合法权益，也更加注重保障人民群众的利益得到合理保护。监察机关可以及时调查和惩治违法行为，为人民的权益争取到了更多的保障。人民感到他们的劳动成果得到了应有的尊重和回报，社会更加公平和谐。

第三，大国监察反腐倡廉的重要性得以充分彰显。中国作为一个历史上受贪污腐败困扰严重的国家，近年来取得的阶段性成就令人瞩目。监察机关不仅仅是探索全新的反腐败工作模式，更是积极践行“多举措、多部门、多角色”一体化的反腐败工作机制。这不仅仅是一场需要长期投入、顶住各种压力的持续斗争，更是一个时代的急需。监察机关通过全面覆盖的监察网络，构筑起了一道牢固的防线，保护了国家的利益，让我们再也不必为腐败问题所困扰。而且，监察机关还跨地区、跨司法和部门，强化合作力量，全面打击腐败。这些措施的推行不仅仅让国家逐渐摆脱了腐败问题的祸害，更让人民群众的尊严得到了重建。

最后，大国监察引领了国际反腐败合作的新时代。中国坚决拒绝贪污腐败的根源，通过加强合作与交流，推动国际反腐败事业的发展。中国政府通过加强与国际组织和其他国家的合作，加大努力打击跨国腐败违法行为。这种合作为全球范围内的反腐斗争提供了更多的机会和可能性。大国监察不仅仅赢得了国内人民的信任和赞誉，也获得了世界的瞩目和尊敬。

总而言之，大国监察是中国反腐败历程中的里程碑，对于维护社会公平正义、保障人民权益、推动国际反腐败合作等方面起到了积极的作用。然而，我也深知反腐败工作并非一蹴而就，它需要持续的努力和整个社会的共同参与。希望我们能够一直坚持下去，为一个更加公正透明的社会努力奋斗。

**心得体会大国的坎坷篇十**

国学本身所涵盖的内容复杂而又多样，它不仅包括了在古代中国长期占据正统地位的儒家学说，还包括了很多其他相关的学说派系。不能否认，在现今的教育体系里，对国学的普及教育是远远不够的，对于如何普及国学，向来是引人争论不休的话题，有人主张少儿读经，不少大师力挺国学融入九年义务教育，学校教育终究可控，但如何在学校以外，提高社会人群的国学素养，毕竟仍是一个难题。作为文化普及的一种重要手段，新世界出版社顺应国学热，别出心裁推出了《北大国学课》一书，这是一本介绍讲解国学的入门书、基础书，以“普及国学文化，传播国学智慧”为主题，对初学者特别有用，因为所讲的都是最基本最精要的传统文化知识，可以从中汲取和领悟修身做人之道。

《北大国学课》搜集、整理了历代大师们的经典研究成果，以一种通俗、易懂的语言来剖析、解读国粹。全书划分成10个章节，分别是“史”、“儒”、“禅”、“道”、“法”、“兵”、“医”、“易”、“礼”、“食”，希望通过上述十个方面深入浅出的解读，能够帮助大家对于国学有一个系统化的认识，以下本人就“儒”、“食”、“医”三个方面简单谈谈读后感：

儒：儒家是中国古代最具影响力的学派，在亚洲甚至是全世界范围内都有着举足轻重的历史地位，儒家学说的三大主张是礼治、德治与人治。礼治，核心思想是建立森严的社会等级关系，使每个人都能找到自己的定位，使自己的行为有法可依、有理可据。德治，就是要建立起严格的道德观念约束人们的行为，著名国学大师梁启超曾撰文指出，儒家的“德治”学说以“感化”为手段，使人知荣辱、明是非、懂善恶、存感激，是一种深化到个人心灵的社会改造。人治，这一学说建立在“德治”的基础上，其核心思想是注重那些道德高尚的人，让他们掌握一定的权力，甚至居于统治地位，进而促使整个社会的道德进步，以达到天下大治的局面。

儒门弟子修身养性的至上法则是“中庸之道”，“中庸”一词最早出现在《论语.雍也》，就哲学层面而言，讲的是一种大智慧、大境界，“中庸之道”也被孔子称为“君子之道”。在日常生活中，“中庸之道”的意义也是随处可见。比如，一个人如果欲壑难填，那么他一定会被烦恼和忧愁所困扰;如果一个人无所事事，毫无追求，他的生活又完全会被百无聊赖所包围。这就要求人们合理安排自己的生活，做到松驰有度、适可而止，并学会在得意的时候克制，在失意的时候自励，也就是能够洞悉“中庸之道”。

子：“君子有三戒：少之时，血气未定，戒之在色;及其壮也，血气方刚，戒之在斗;及其老也，血气既衰，戒之在得。”孔子从人的生理周期出发，把一生的修身养性分为三个阶段：人在少年的时候，由于缺乏对客观世界的认识，几乎对什么事情都感到好奇，“戒色”就是要避免世间万事万物的诱惑。人到了壮年的时候，不仅有了自己的见解，而且由于思维定型，通常会比较执拗固执，所以，身处壮年时期的人要戒掉“遇事先做，做了再想”的习惯。人到了老年的时候，都会比较患得患失――既怕得到，更怕失去，人老时最大的忌讳就是贪婪，而贪婪只会带来失控和歇斯底里，也就意味着失败，老年人应该“戒得”，也就是放下和顺应自然。

食：东方饮食文化源远流长，当西方社会将吃饭仅仅看作生存手段的时候，炎黄子孙就已经开始思考着如何将饮食变成美妙的享受了。东方的茶文化、酒文化，甚至是由佳人相伴衍生出来的“秀色可餐”，都给人一种高深莫测的感觉。可以说，饮食文化是国学的重要组成部分。我国古人将饮食分为八个境界，这八个境界分别为：果腹、饕餮、聚会、宴请、养生、解馋、觅食、猎艳，我国菜系按照地域的不同，分为八大菜系，分别为：粤菜、川菜、鲁菜、苏菜、浙菜、闽菜、湘菜和徽菜，这八大菜系基本囊括了我国古代饮食文化的精要，可以充分代表中华民族博大精深的饮食文化。

老百姓的生活离不开柴米油盐酱醋茶，在我国的传统礼法中，茶占据着非常重要的地位，茶叶的种类大体可以分为绿茶、青茶、白茶、黑茶、红茶、黄茶和花茶。世界茶文化起源于中国，茶树的出现在我国已有数万年历史，茶叶被我国先民用作饮品也已经有四五千年的历史了。我国关于茶的文献记载最早出现于西汉，专家推断，饮茶文化的形成应早于这个时期。汉末的名医华佗对茶也有论述，他在《食经》一书中有这样的记载：“苦茶久食，益意思。”也就是说，饮茶有助于大脑思考。到魏晋南北朝时，茶文化已经融入饮食文化，上至帝王将相，下到黎民百姓，都将饮茶作为一种日常活动。道教和佛教对茶文化的认可，也对我国茶文化的发展起到了很大作用—道家认为饮茶可以帮助身体修炼，佛教认为饮茶可以帮助参禅时尽快入定。公元780年，唐人陆羽著成《茶经》一书，《茶经》主要从自然和人文两方面入手，涵盖儒、释、道三家对饮茶文化的见解，集中探讨了饮茶艺术，并首次提出了中国茶道精神，使我国茶文化的发展达到了新的历史高度。中国茶道多方体现儒家中庸之道中温、良、恭、俭、让的精神，并寓修身、齐家、治国、平天下的伟大哲理于品茗饮茶的日常生活之中。

从唐代的陆羽到明代的屠隆，都提出了一个观点，即茶“最宜精行俭德之人”。茶品一旦上升到与人品节操相对应的高度，也就与茶之清淡宁静品格的欣赏，十分和谐地统一起来了。茶成了沟通自然与心灵的契机，这正是儒学一贯追求的最高境界。

医：中医学是中国传统文化不可分割的重要组成部分，也是最能体现中华传统文化特质的部分。正如主席20xx年6月20日在澳大利亚皇家墨尔本理工大学中医孔子学院揭牌仪式的讲话所指出：“中医药学凝聚着深邃的哲学智慧和中华民族几千年健康养生理念及其实践经验，是中国古代科学的瑰宝，也是打开中华文明宝库的钥匙。”中医文化充分体现了中华优秀传统文化核心价值观念、原创思维方式，融合了历代自然科学和人文科学的精华，吸收了儒家、道家乃至佛家文化的智慧。

中医与西方医学理念相比，中医更追求从整体的角度上来看待病理问题。作为传统国粹，古往今来的专家、学者都对中医有着深入的研究。当然，由于传统中医理论中植入了类似于“阴阳五行”、“经络穴道”，甚至是“气功”这样相对抽象、奇幻的元素，所以人们在审视中医理论的时候会产生一些怀疑。但是历朝历代的医学研究专家一致认为，这些看上去相对玄虚的理论，实际上是符合生命真谛的。

阴阳五行学说对我国古代医学理论的建立有着重大意义，是我国古代医学理论体系的核心组成和概括总结。我国古代医者认为，世间万物都是由五种自然元素构成的，即金、木、水、火、土。这五种自然元素并非处于一成不变的状态，恰恰相反，它们时刻都在发生变化，而促使它们不断转化的原因，就是阴阳变动。比如光明、温暖、充足易于生发，称为阳;阴暗、寒冷、贫瘠不易于生发，称为阴。为了身心的健康成长，要多多吸收正能量，摒弃负能量。

半部《论语》得天下，半部《论语》治天下。孔子的中庸之道、老子的无为而治、孙子的不战而胜，将中华五千年博大精深的传统文化与西方现代理念有机结合，奠定了中国未来发展的基础。国学博大精深，是中华传统文化的重要组成。作为一个中国人，无论是国学经典传播者，还是接受者，传承祖国的优秀文化，走近她，接触她，了解她，都是一种责任和义务，衷心希望国学经典能给大众带来发自内心的喜悦与成长。

**心得体会大国的坎坷篇十一**

作为一个追求自我完善、立志成为一个有道德、有责任感的人来说，大国心得体会是我在成长路上得到的宝贵财富。在面对历史沧桑巨变和国际风云变幻的今天，作为一名具有巨大潜力的大国的公民，我们不仅要有国家意识，更要有大国心态。下面将从个人的角度谈谈我对大国心得的体会。

首先，大国心得体会给了我一种自豪感和使命感。作为一个属于一个伟大的大国的普通公民，我们沐浴在国家的荣耀和辉煌之中。我们的祖先为了国家的富强和人民的幸福，曾经付出了无数的汗水和热血，用自己的青春和生命换来了我们今天的幸福生活。当我们看到国家的成就和荣誉时，我们不能不为之自豪。同时，作为一个大国的公民，我们也肩负着更加重要的使命，那就是为国家的繁荣贡献自己的力量，为人民的幸福做出应有的贡献。

其次，大国心得体会让我明白了一个国家的强大并不仅仅体现在军事力量的强大上，更体现在综合国力和文化软实力的提升上。一个真正的大国必须具备先进的科技水平和创新能力、自主的经济实力和独立的外交政策。只有这样，一个国家才能在世界的竞争中立于不败之地。而作为大国的公民，我们要有志气，要有全球视野，努力提升自己的综合素质，增强自己的能力，为国家的发展做出贡献。同时，我们也要传承和弘扬中华民族博大精深的优秀文化，让世界更多的了解和尊重我们。

再次，大国心得体会让我明白了世界是一个整体，各国是相互依存的命运共同体，只有合作共赢才能真正实现世界的和平稳定和人类的共同发展。一个大国要想真正实现自己的强大，不能单靠一己之力，需要与世界各国开展广泛的合作。合作不仅仅是国与国之间的合作，更是人与人之间的合作。作为大国的公民，我们要学会尊重他国的主权和尊严，遵守国际规则，以平等和互利的原则开展多方面的合作。我们要在国际舞台上展示一个真正负责任的大国形象，推动国际社会和谐稳定的发展。

最后，大国心得体会让我明白了大国不光要有硬实力，更要有软实力。硬实力是一个国家的物质力量，而软实力则是一个国家的文化力量和国际影响力。一个强大的大国必须有丰富的文化底蕴和精彩的文化传承。作为大国的公民，我们要积极学习国家的传统文化，传承和弘扬中华民族的优秀传统文化。同时，我们也要关注国际事务，学习多元化的文化，增加我们的国际影响力。这样，我们才能真正成为一个具有软实力的大国公民。

综上所述，大国心得体会是我在成长路上得到的宝贵财富。它给了我一种自豪感和使命感，让我明白了一个国家的强大并不仅仅体现在军事力量的强大上，更体现在综合国力和文化软实力的提升上。它也让我明白了世界是一个整体，各国是相互依存的命运共同体，只有合作共赢才能实现和平稳定和共同发展。最后，它让我明白了大国不但要有硬实力，更要有软实力。作为一名大国的公民，我将更加自觉地肩负起使命，为国家的发展和人民的幸福做出自己的贡献。

**心得体会大国的坎坷篇十二**

《北大国学课》是我在机场书店买的。本不想买，但因为飞机误点，闲得慌。

一是实在找不出再多一本、能吸引自己的书。那满书架的书，除了东抄抄、西摘摘，封面光鲜亮丽外，转了两遍也没找到几本“好书”;二是国学类书，家里已有一些，粗翻目录，感觉许多是基础性知识，再买有浪费之嫌。但最后，还是咬咬牙买了。到了飞机上，居然又被“关”了一个多小时才起飞，就非常庆幸自己那一咬牙的决定;可没看几页，就被一旁朋友借阅去，这一借就是整个旅程。我这位朋友是学问非常高的人，能这么喜爱此书，想来肯定有他的道理。回家后，我开始认认真真阅读，越读越感觉“国学无涯”。

其一是国学博大精深，我们毕一生之精力，恐怕也只能窥其千分之一。首先是对于国学，我不知者甚多，如此书中介绍的丁忧、夺情、鸣和鸾、逐水曲、过君表、舞交衢、逐禽左、佛教四谛、佛家四十八愿等等概念，原先均未有所闻，更未得所知;其次是国学涉面甚广，这本书与别的国学普及读物所不同之处，还在于它新增了中华“食”之文化等，让我眼前为之一亮，想到了央视大型纪录片《舌尖上的中国》，还想到了我们日常穿、住、行中所包含的华夏文明元素。再延伸开去想，我们的国学内涵实为浩浩汪洋，如书中序言所言：“想要真正将自己培养成一个大师级人物，凭借一本著作是远远不够的。”再则是，国学之博大精深，以及其历史之悠远，许多我们原先知晓的只是一知半解，抑或是曲解者甚多。如我们现在常说的“无为之治”。书中指出，“无为”的“为”字，实际上是“违”，经过种种演变才最终成了“为”。

所以，“无为”应该是“无违”的意思，即不违背事物运行的各种规律，而“无为之治”，就是按照事物本身的运行规律行事，不使自己有所违背。还有，许多人认为，道家的思想就是什么事情都不做，消极地听天由命，其实是一种误解，本书中指出，道家的核心思想之一“我命在我，不在于天”，正是要求弟子充分发挥主观能动性，经过后天努力掌握自己的命运。也就是说，道教的清静悟道，并不是什么都不做，而是在做事前真正参透事情的道理，以求更好地掌握大道，从而达到事半功倍的效果。

其二是国学博大精深，即便是我们原先知晓的知识与道理，也不怕你温习千遍、万遍，因为每一遍都会有新知、新觉和新解。如世人只知其题、难晓其意的经典国学著作《易经》，本书在解释“十翼”中的《系辞传》时指出，《易经》是一部研究自然变化规律的著作，时间不会停留在坏事上，但同样也不会停留在好事上，因此，忧患意识才是占卜未来、趋吉避凶的重要前提。又如，众所周知的儒家主要学术思想之一“内圣外王”，实际上是一个循序渐进的过程，既先“内圣”，而后“外王”，也就是说只有先将自己的修为做好，才能成功地治理他人，这和儒家的“修身、齐家、治国、平天下”，是一个道理。又如：佛家所说的“五蕴皆空”，说的是放下，但不是失去;说的是适应，而不是改变;说的是享受，但不是迷恋。

道家的“天人合一”是我国古代哲学体系的核心因素，天就是大自然，人就是人类，合一就是要人类去感应大自然的每一处微妙变化，然后与之息息相连起来，顺应它的运行规律。但现代社会对于自然的认识越来越狭隘，觉得只有在山水之间，在草木之中，才有自然的气息，实际上，这只是因为人类破坏了太多的自然规律，因而误将“自然景观”当成“自然”……阅毕合卷，冥思静想，深谷幽兰间，国学无涯。

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！