**《四书章句集注》读书心得**

**技术科学实验班221900180-田永铭**

**一**、**引言**

选这门课时，为的就不是同学所说的“事多分高”；上这门课时，思想的碰撞如同璀璨的烟花，绚烂多彩；修完这门课后，心智的建筑更加坚实，见解的广度更加开阔。

当我看见选课榜上这门课程有每周有练习等字眼时，我明白，这正是我希望的课程和交流平台。事实上，每周的阅读和思想交流，几乎成了我上学不可缺少的一个环节，我付出很多，也收获了很多。参与这门课程，给予我的最宝贵的财富是每日深度阅读和反思的时光，聆听内心的低语，探讨生活的价值，思考每天的所得。摆脱了繁重的应试压力，我面临更为具体而多元的问题，思考变得更为深刻，逻辑更为清晰，文字表达也变得更为精致，不再简单地堆砌信息。

接下来，我将从我阅读的“大学章句”和“中庸章句”部分，给出我的思考和感受。

**二、思考与感受**

（一）我在阅读过程中探索到了人生的内在动力

1.我学会了修身养性与内在驱动

朱熹在《大学》中强调“复其性”，提出通过修身养性，恢复人性的本真。这不仅是一种道德修养，更是内在动力的激发。比如，历史上的孟子，他提倡“性善”、“人之初性本善”，主张通过修炼自己的性情来追求道德完善，这便是对“复其性”理念的践行。而我，在修读这门课后，也更加注重自身的修养，留意去发掘每天学习生活的动力。

2.我思考了个人成长的内在力量

中庸所强调的“不偏不倚，恰到好处”的理念正是内在力量的平衡和调和。类似地，在《大学》中，“格物致知”提倡通过对外界事物的深入认知来促进个体内在的成长。将人生价值分为客观价值和主观价值时，我们不妨从内在力量出发，思考个体成长的内在驱动。例如，现代社会中很多成功人士，他们的事业成功并非只是为了社会认同，更是因为他们内在深处对于专业追求的热爱，这是主观价值的清晰体现。

3.我在书中汲取了自我认知与价值观塑造

这学期我修读了另外一门课程是“心理学与生活”。给我讲课的老师也提到了自我认知的重要性。与这门阅读课结合起来，我对此产生了深刻地思考。我了解到，深入思考他人的价值观和自己的价值观，可以通过自我认知的方式进行。通过了解自己的需求、信仰和追求，我们能够更明确地塑造个人的价值观。我现在也偶尔进行自我认知，使得自己的价值观积极向好。

（二）我在书中感受到了中庸之美，这真是生活的和谐之道

1.中庸与生活平衡

《中庸》中强调“不偏不倚，恰到好处”的中庸之美，这理念同样适用于生活的方方面面。举例而言，在职业与家庭之间保持平衡是一种中庸的表现。一个成功的职业人士可能会花费大量时间工作，但若过度偏向事业，可能会忽视家庭，导致家庭关系紧张。相反，若过于专注于家庭而忽略职业责任，可能会错失事业上的机会。通过理性分配时间，既充实了职业生涯又保持了家庭和谐，达到中庸之美。

2.中庸与心灵的宁静

中庸之道与心灵的宁静紧密相连。上了代老师的课程后，我了解到，通过追求适度和均衡，我们可以在内心找到宁静。例如，在南京大学内卷氛围之下，人们往往面临巨大的压力。中庸的方式可能包括通过冥想来平复心灵，让思绪得到平静。透过适度的努力工作，而非过分奔波，像我一样的个体能够在职业压力和个人生活之间找到平衡，从而实现内心的宁静。

3.中庸与人际关系的协调：

中庸之美在人际关系中得以体现。在处理复杂的人际交往中，追求中庸可以使我们更容易建立和谐的关系。举例来说，在团队合作中，过度强调个人意愿可能导致团队分裂；然而，过分妥协也可能让个体失去自己的立场。适度的中庸在这里表现为既保持个体独立性，又能够融入团队，促进团队的协调和谐。通过在人际关系中追求适度，我们能够建立稳固而积极的人际网络。

（三）我感知到“诚”的力量——生命的真实之美

1.诚实与自我认知

“诚”这一概念在儒家思想中占据重要地位。通过诚实对待自己的内心，我们能够更加真实地认知自己。这种自我认知不仅让我们更了解内心需求，也使人生的选择更加明晰。比如，面对自身的缺点和不足，真实地承认并努力改进，是诚实自我的具体体现。

2.我之所见“诚”

在做这门阅读课的思考题的时候，我已经思考过什么是“诚”；在阅读书籍的过程中，我也看到了古人所讲“诚”。

而我，认为“诚”是一种不辜负自己本心的“心安”。

从“当下即是生活，心安即是归处”的角度来看，“诚”也是实现内心宁静的途径。通过诚实地面对自己的生活，我们能够更好地调适自己的心态，从而体验到生命的真实之美。比如，在面对困境时，坦然接受现实，积极应对，是诚实生活态度的具体体现。

所以，我坚持做一个诚实的人，让我的心灵能够栖息字安稳之处。

**三、总结与升华**

修完这门课，我产生了如上的思考。而让我一言以蔽之地概括我最大的收获的话，我愿意用《大学》中提到的“格物致知”四个字来概括。

生活，就像一本永不尽的百科全书，其价值在于我们不断地翻阅、学习、体验，从而追求和进步。这让我想到《大学》中的“格物致知”——一种通过对外界事物的不断探索，实现对知识的不断积累的精神。想象一下，就像是在一片浩瀚的知识海洋中，我们不断用好奇的船只穿行，每一次探索都是打开新篇章的关键。这种不断进取的精神，让生活充满了活力，就如同船只在海浪中起伏，挑战未知的风浪，从而为个体的成长注入了源源不断的动力。

在这门课中，我深刻体会到了这种精神对个体发展的重要性。就像是在修船的过程中，不仅要磨去表面的锈迹，更要深入了解船体的结构，才能真正理解其运行的原理。类似地，我们的生活也需要通过对世界的深度思考和实际行动，去除生活中的“锈迹”，深刻理解事物的本质，从而更好地领悟生活的奥妙。这样的修行，正是“格物致知”所倡导的精神。

因此，对我而言，修完这门课程不仅是知识的积累，更是一次对生活态度和人生追求的深度反思。在接下来的旅途中，我将继续怀揣着“格物致知”的信念，努力探索未知的领域，不断追求进步，让生活的航程充满更多的精彩与意义。

感谢代老师开这门课程，老师辛苦啦！