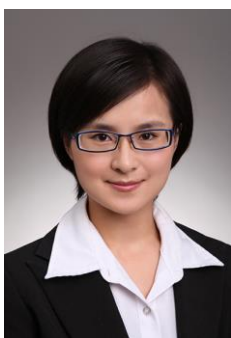


**【编者按】**初春才作别，盛夏立相逢，源于我院精心设计的培训课程和热情周到的管理服务，在今年3月完成了英语教师专题培训后，6月初中央工艺美术学院附属中学又送来了一批骨干教师。本次培训的主要目的是让不同学科的老师来北大领略中国传统文化的风采。本期培训安排了信管、艺术、中文、考古、社会学等不同学科背景的教授，围绕传统文化传承发展各抒己见，共同探讨国学教育的重要性和新方法、新路径。下面是工美附中各位学员的培训心得，真诚坦率，字字珠玑。既反映了大家学有所思、学有所获、学以致用，也为我们进一步做好培训工作提供了有益的参考。

## 1. 【地理组】



李楠

- 1、两次晨读令我印象深刻，将我带回学生时代，通过声音的读、诵，唤醒生命记忆和由记忆激荡的生活之美。
- 2、几位北大教授的讲授精彩，其学术水平、治学态度卓越超群。尤其被白教授温婉的气质及娓娓而谈的讲授深深打动。
- 3、北大校园好美，身处这样的环境这样的学习氛围好幸福，有机会还来这里再次体验美好。

《韩熙载夜宴图》是五代十国时期南唐画家顾闳中的绘画作品，现存宋摹本，绢本设色，现藏于北京故宫博物院。此画绘写的就是一次完整的韩府夜宴过程，即夜宴、观舞、休息、清吹、送别五段场景。白教授从作品所创的时代背景开始介绍，将相关的绘画作品和诗词进行了系统地讲解。将每一个场景、每一个人物、每一个细节，结合时代特征、人物特点娓娓道来。对于我这样的门外汉来说，听得如痴如醉。可以说是白教授的讲解，让我更深入地了解了如何赏析中国画、古画，感受中国画的美；如何能透过画面解读作品的内涵；也让我对中国的传统文化有了更具体的感性和理性的双重认识。感谢学校提供了这样宝贵的学习机会，也感谢北大继续教育学院对课程的精心设计，希望今后能有机会再次聆听和学习教授们的课程！



申凌



吴亚男

王余光教授的课，令我更加体悟到阅读经典的重要性，并熟知了一些我国经典著作及经典版本，很感谢教授的细心分享。

张辛教授的课，让我领悟到真正在现实生活中做到“和”的必要与不易。

卢晖临教授的课，让作为地理教师的我更加意识到补充历史知识的必要性。

白巍教授的课真的是身与心的享受，我业余也爱好美术，听了这节课，实在是受益匪浅。

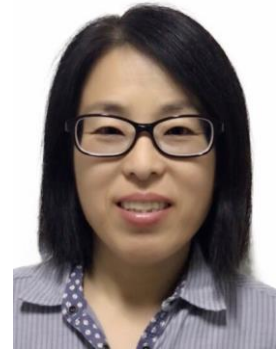
沈献章教授“接地气”的教学方法指导分享，非常实用。

张辛老师、卢晖临和王余光老师根据当今社会出现的种种问题进行分析，阐释了国学对于我们每个人在生活、学习、工作中的指导意义。他们娓娓道来，严密的逻辑推理，令人信服的精辟分析，深得人心。让人深信人要有敬畏之心，要学会欣赏，要有感恩之心，要有教养。

让我们知道了：何为经典？为何要阅读经典？其价值不在实用，而在文化。作为中国人就有必要读一些经典，让经典生根、开花、结果。

白巍老师为我们生动讲解了韩熙载夜宴图和清明上河图，让我们了解了一件艺术作品所承载的时代背景，所反映的社会状况及其中包含着画中人物的思想。兼美学欣赏与个人休养相结合，将我们深深的带入画中的世界。

沈默章老师作为一名知名度极高的特级教师，从他主抓人大附中的学规教学入手分析，其实用性和可操作性强，为我们的实际教学起到了极大的指导作用。



赵瑞林



徐玥

三天时间很短，也很累，但收获满满。

三天的北大培训短暂而充实，活动组织有序，考虑周到，课程安排全面合理，班主任们认真负责，帮助我们初步提升了国学素养，体会到中国传统文化的博大精深。

各位教授严谨的治学精神也感染着我们，王余光教授幽默风趣的与我们分享了阅读传统经典的意义和方法；张辛教授以其独特的风格向我们讲解了孔子智慧与国学的精神；卢晖临教授带领我们梳理了儒家文化的百年变迁；白巍教授细致入微的给我们讲解了两幅国画经典《韩熙载夜宴图》以及《清明上河图》，让我们掌握了基本的看画方法，并且深刻感受到古人的匠人精神及特殊时代背景下的家国情怀；沈献章老师作为一线特级教师，向我们传授了实用的教学方法，为青年教师指明了职业道路的发展方向。

非常感谢学校和北大为我们提供了这次宝贵的学习机会，为我们开启了国学学习的新旅程。

三天的北大培训，收获颇多，感想如下：

1.初步体会到北大精神和北大校园文化，严谨的治学精神不仅体现在学术上，也体现在一个普通培训班的每一个组织者和每一个活动安排细节上，两位班主任用她们的行动展示了北大人的高素质。

2.初步领略了北大教授大师们的风采，他们的学术水平、雅致的气质深深感染了我们。

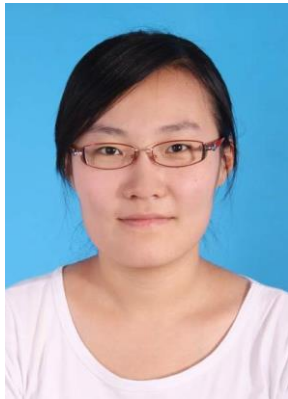
3.国学素质修养有了一定提升。



斯向宏

---

## 2.【历史组】



黄鑫

看到门口排队等着参观的人，自己带着胸牌直接进入挂着北京大学名牌的校门，那感觉真的是极好的，进了北大门就是北大人，能进到北大校园听课，更是幸福。这三天的培训课程围绕着历史、文学、社会学、艺术等内容展开，环环相扣，紧密相连，三天听下来真是酣畅淋漓，让人流连忘返。

我感受最深的就是白巍教授讲的《韩熙载夜宴图》，考证其时代，根据其时代了解画中人、作画人和看画人的想法，更下深入的理解画所表达的内涵。从笔法看了解画师的技巧，从画中人的神态，了解其所处的情景，从画的内容了解时代特征，这些白教授都融会贯通，娓娓道来，让名家名作走下神坛，变得平易近人。

---

短短三天的培训，满满的收获！多年之后，回到大学课堂，收获的是，充实的知识，智慧的洗礼，无形的激励。我们为教授渊博的知识倾倒，为他们儒雅的气质感染，敬仰他们的智慧，更钦佩他们的人格。牺牲了休息日的培训，身体很疲惫的，可是精神上却特别振奋。站在北大美丽的校园里，回到学校学习，只是美丽的梦境，但是今后努力学习，终生学习的想法，越来越清晰，越来越坚定。



白娅男

---



赵艳

---

对于这次短期培训，我的感想是这几个关键词，那就是感恩、感动和感叹。感恩于工美附中和北大继续学院的安排；感动于北大教授的学术研究和个性魅力；感叹于北大高山仰止的教育情怀和一塔湖图的雅致景舍。

五位老师的课程都十分精彩，各具特色，给我印象最深刻的当属第一天上课的两位教授。王余光教授的讲授循循善诱、贴近生活，讲述娓娓道来、引人入胜，可见王教授学问之深厚，功底之扎实。张辛教授的课很有深度，有极强的思想冲击力，有振聋发聩的感觉，听张教授一下午课，总觉得时间过得很快，意犹未尽的感觉，希望以后还有机会能够再和张教授学习。



王剑坤

---



刘玉

张辛教授为我们讲解他对国学核心理论体系的理解，态度的认真投入，令人影响深刻。大师级人物，三个小时站立手写板书，这种对授课过程的高度自律、毫不懈怠，令我辈年轻教师汗颜。讲解深入浅出，原本对传统文化一无所知的我，竟然也有了深刻的体会。白巍教授慢声细语，对名作的细节、所处的时代、作者的心境无不娓娓道来，将艺术、历史和心理分析，完美结合。这体现出了她长期积累的功底和上课前所做的认真准备。

根据学校安排，6月8-10日我在北大接受了为期三天的国学培训，收获甚巨。现下国学热有着深刻的社会背景，我们平时在报怨社会诸多问题的时候，把中国的现状与其他国家进行对比的时候，欠缺从文化内涵和文化变迁对社会历史进程的理性思考，欠缺以科学的态度看待中国传统文化给予我们这个伟大民族的生命推动力。这几天的培训，除了让我更清晰地梳理了中国传统文化发展的脉络，也更深刻地理解了中华文明的精神与内涵。

卢晖临老师从中国社会变迁和儒家文化命运的视角，提示了近代以来中国面对西方工业文明的冲击，惨遭屈辱和蹂躏下，国人对自身文化不断质疑否定毁坏，对今天中国的影响就是社会问题丛生。比较欧、美、日现代化的发展历程看，他们在走向现代化进程中并未完全否定自身文化，反而将传统文化选择性地扬弃，与社会历史进程有机结合，从而为新时代提供了中心价值体系和核心价值观，保证了社会有序发展，文明得以传承。这给我们一个重要启示，中华文化博大精深，内涵丰富，并在历史上证明了其价值作用，完全可以为解决当下社会问题提供理论依据。可是很多人认为西方文明才是先进的，传统文化早已落伍，怎有价值可言？这恰恰说明我们对传统文化的理解极其肤浅，并没有真正领会其核心灵魂。在这个问题上，张辛老师作为国学大家给我们上了生动的一课。

令我印象最深的是张辛老师深入浅出地给我们讲解了什么是国学，人是什么，怎样做人。中国传统文化在两千多年前就形成了以儒家思想为主体，由各家学派融合所形成的思想理论体系和人生观、价值观、世界观。解释了人与自然、人与社会、人自身等几个方面的问题，体现了中国人“应然的、理想的、合适的”世界观，以心为主导的生活方式，追求“心灵化生活”，这是中国人的智慧体现，是中华民族性格特点的成因，所以中国人才是有教养的群体，才能实现人类社会、人与自然的和谐大循环。道、礼、和是国学的基本精神，是国学的核心所在。当今世界，我们更要修身立德，首先做个好人，要知敬畏、感恩和欣赏，学会用中庸的方法处理问题。

张老师的课解决了我很多的困惑，也让我再次想起习总书记2013年在山东考察时说的，“一个国家、一个民族的强盛，总是以文化兴盛为支撑的，中华民族伟大复兴需要以中华文化发展繁荣为条件……对传统文化要有所了解。只有了解了自已的根，才能了解自己的魂和以后的发展。了解以后第二个环节是继承，第三个环节是创新。”所以习总书记提出的文化自信是更基本的、更深沉的、更持久的力量，是倾向于内心的、能够让人真正“心悦诚服”的伟大力量。



赵红梅



赵雪娜

毕业二十二年，重回母校参加培训，看到校园的巨大变化，真是别有一番滋味在心头。短短三天培训，使我对原本熟悉的历史有了新的认识，对传统经典、传世名作有了更多的了解，确是受益良多。

### 3.【英语组】



白雪娜

开课时，老师会告诉我们：一入北大门，就是北大人。既然如此，我要说，回来的感觉，真好！能有机会再次进入北大校园学习，我的内心是非常激动的，也感到非常光荣。感谢班主任和熊老师的精心安排，我们才能聆听到多位教授的精彩发言。作为一名英语老师，我也确实要像张辛教授说的那样，在自己的文化造诣上多下工夫。

在这三天的培训中，最令我印象深刻的是白巍教授的讲座。通过白教授娓娓道来的阐述，从历史背景、人物介绍，到画面布局、每一部分的故事，我终于明白了该如何欣赏中国画，也了解了画中蕴含的意义是什么。也从教授的描述中略微懂得了为什么《韩熙载夜宴图》和《清明上河图》能成为经典流传至今。

这是第二次走进北京大学，有幸坐在了宽敞明亮的北大会议楼里，聆听知名教授们的讲座。特别是张辛教授的《孔子的智慧与国学的精神》一课，他用通俗、轻松、幽默的语言，讲解了抽象的古代哲学理论，让我从源头了解中国的文化，感受到人的精神真谛和中国传统文化的重寻回归。

张辛教授用他独到的见解和严谨却不失幽默的讲解为大家描绘了国学，他说国学乃人学，主张人类主体行为为和谐，和谐促进发展，对抗竞争过度会导致对立与仇视。他通过引据中外名言与史实，提出以礼乐文化来代替信仰，这是中国五千年文明的精粹，以礼待人，以德服人。张先生开口就与众不同。他说，和、礼、道是国学的核心，礼长期不被重视，其实礼的核心是序。和是什么？和是中庸，中不是中心、中央、中点的意思，而是适合，适合就是我们古代哲学中具有普世价值和永恒意义的思想。中国不是中间的国家，而是合适的国度。庸，则是常的意思，包括天常和人常，人常又包括五常。礼道为因，和为果。



彭玉坤

研究国学要读四书五经、经史子集，不能以为说说诗经背背唐诗就是国学了。他的国学课我只听懂了一二，但通过他的课使我加深了对国学的认识，燃起了学习传统文化的热情。另外张教授旁征博引、深入浅出的讲课风格极具感染力，让我感受到了北大教授的风范，真是不虚此行。

---



王娜

这一生也许我会有很多机会走进北大校园，但或许这是我唯一一次作为学生真真正正坐在北大教室里听教授讲课。二天半时间课程安排得十分紧凑，我珍惜在这里学习的每一节课，所以每一节课我都会用十二分的心去聆听，去领悟教授所讲的每一句话、所说的每一个字。

2018年6月8日—10日第二次参加了工美附中在北大举办的培训班，本期培训班主题是“中国传统文化”。我再次被北大教授们的大师风范所折服：王余光教授语言幽默风趣、讲解清晰易懂；张辛教授的国学讲授让我意识到了国学对于我们国人来说的重要意义，也激发了我对国学的浓厚兴趣，还有张辛老师很强的逻辑思维以及独特清晰的板书也给我留下了深刻的印象；卢晖临老师知识渊博、谦卑柔和，也是我学习的榜样；白巍教授温文尔雅、慢声细语、讲解生动，令人回味无穷；沈献章老师关于高三语文教学的讲解实用、有效，实操性强；班主任老师和小熊老师的服务周到细致；食堂的饭菜品种多样、营养丰富、价格合理；朗朗的晨读更是把自己带回到美好的读书时代。总之，一切都是那么的美好，值得记忆。虽然牺牲周末的休息时间参加这样高强度的学习的确感觉很累，但是收获颇丰，意义非凡。感谢学校为我们提供了这样宝贵的学习机会，愿以后还有机会再去北大培训学习，再度领略大师风采！

---



刘淑琴（班长）

#### 4.【共建学校组】



南顺义

2018年6月8日——10日，我们在北大进行了主题为“学科教师传统文化素养提升”的培训学习，讲课老师都是大师级的，风格各异。坐下来回想3天的学习过程，留给我印象最深的是北京大学社会学系的卢晖临教授，他讲的内容是《近代中国社会变迁与儒家文化的命运》。

我是一名高中历史教师，高中历史教材中，孔子及儒家文化的演变、鸦片战争后中国先进知识分子不断探索救亡图存的一系列重大事件，如洋务运动、戊戌变法、新文化运动、五四运动等等，这些都是教学的重点内容。所以，对我而言，卢教授讲的主题内容是比较熟悉的，听的也就非常认真。听完3个小时的讲座，感触颇深，深受启发。

孔子从古代社会“大成至圣先师”到近代20世纪初“孔家店”，再到建国后被称为“孔老二”（主要是文革时期）这些称谓的变化，我们应该怎样去看待，卢教授认为，应该要批判性反思，同情式理解。批判性的反思是站在今天，从某一种理论的角度来对某种历史过程进行独立的思考。同情式的理解是说，看待一个历史事件，要尽可能地把自已投入到当时的社会环境当中去，对他们所面临的危机、挑战感同身受，和他们一样激动、失落，不能用今天的方式、眼光去理解历史。

教授在讲同情式的理解时，最精彩、也是对我影响最深的是关于新文化运动的分析。过去，我在讲新文化运动这一内容时，也思考过像鲁迅、胡适、钱玄同等等这些深受中国传统文化熏陶的国学大师们为什么觉得汉字不好，要废除汉字呢？为什么他们如此痛恨儒家文化？一直不能理解。梁教授讲到，“除汉字、清算传统，这是一种痛苦的自我了断，这是这些大师们为了中国的前途，找不出出路，没有办法的办法了，这也最能体现出这些知识分子们的伟大责任感。”教授的讲话让我多年的困惑得到了答案，也对新文化运动有了更深刻的理解。

进入20世纪的中国，要走现代化之路，要改变亡国亡种的命运，一定要抛弃传统吗？只有抛弃传统才能达到现代化吗？卢教授以英国、美国、日本等西方国家为例进行了分析和反思，内容很丰富，分析很透彻，反思很深刻。

学习结束了，无论是从知识上，还是思想上都收获颇多，启发很大。感谢北大提供了这样一次近距离和大师们学习的机会。



白巍讲授的《韩熙载夜宴图》、《清明上河图》欣赏引人入胜，使不懂国画欣赏的我犹如醍醐灌顶，茅塞顿开，原来一张画里可以有如此多的学问，历史、艺术交相辉映。



王莉



王腾

有幸听了王余光教授的讲座，我受益匪浅。讲座开始，王教授就以幽默的语言介绍了信息管理系的产生、发展、转变以及作用。在诙谐幽默的表述中，我被老一辈学者对文化的坚守深深感动。紧接着，他又提到了当代人阅读的困惑，并以自身经历为例指出当下许多人受手机、网络等诸多因素的影响致使阅读时间减少的现状，同时提出了关于“纸质阅读”与“数字阅读”的看法。他认为，当下社会正处于阅读方式的转型中，“数字阅读”发展的洪流没有谁能够阻挡，坚持“纸质阅读”也很有可能被这一洪流扫入历史的“垃圾桶”，但仍应坚守“纸质阅读”的传统，并强调儿童和学生尤其需要“纸质阅读”。

随后，王教授从何为经典、为何阅读经典、名著的选择等方面展开讲述。他借用梁启超对待经典的观点着重阐述了“为何阅读经典”这一问题。他认为，阅读经典是文化的传承，是价值的选择，在困惑的时候，这些经典可以给我们以指引。同时，阅读经典还能培养一个人的写作能力和非凡气质，这就需要对那些“最有价值的文学作品”和“有益身心的格言”能熟读成诵。

王教授学识渊博，语言幽默，谈笑之间就把现在人们在阅读中的弊端直接指出，引人深思。虽然现在快餐式的信息充塞网络，但传统阅读的魅力最终会被人们找回。

### 1、学习传统文化提高了自身素养

经典的力量能震撼人心，它能启迪思想，开阔文化视野。修身是一切的根本，要想完善自身，只有用知识来武装自己，提升自己的德行。比如：工作中我要做到认真负责，无怨无悔，踏实务实；凡是能够干大事的人，都是能够坐的住的人。

很多事情失败的原因，不是行动前没有计划，而是缺少计划前的行动。要善于从自身找不足，制定切实可行的计划，立足实际，向着眼前的目标奋进。

### 2、学习传统文化丰富了我做人的道理

古为今用，是我们学习古代文学的目的。学习传统文化，让我了解了中华优秀传统文化传统，丰富了知识，懂得了做人的道理，陶冶了情操，提高了文化素养。

通过学习传统文化，让我明白对自己的父母和亲人应该以感恩的心去对待，包括听父母的话，尊敬父母和其他长辈，关心体贴父母；珍惜父母的劳动成果，热爱学习，与家人共同创造和谐快乐的生活；真实的感受父母养育之恩，有效的培养孩子关爱家庭、孝敬父母。



张琦

---

## 5.【语文组】



徐连云

非常荣幸有机会走进燕园，现场聆听北大教授们的教诲，两天半的学习时间转瞬即逝，我依然沉浸在美好的回忆中。此次学习增长了知识，拓展了视野，对于我的为人学从教都有颇多启发。

首先，我们从北大培训老师精心安排的课程中，学到了丰富的知识。围绕着传统文化，温文儒雅、学识渊博的教授们从不同的角度不同的侧面进行了阐释。幽默风趣，深入浅出的教授让我收获多多。

其次，培训对于我为人学从教都有很大启发。

培训本质上是人与人的接触交流，北大教授们在教给我们教授丰富知识的同时，我也感受到了他们对社会对人生的许多认识，感受到了他们的价值观念。这让我更加明确自己的做人准则。而教授们的渊博知识和教学风格，则让我反思自己，努力学习，不断改变和调整自己的教学方法。虽然，我和北大教授不能相提并论，但我可以面向太阳，努力奔跑。

作为教师，我不能“以其昏昏，使人昭昭”，我必须努力先使自己成为一个明白人，再把学生教明白。我非常非常感谢学校给我们这样一个学习的机会，让我把自己变明白。

---

这次培训让我重温了风范这个词。张辛教授在短短几个小时里高屋建瓴又条分缕析地讲授了他的学术成果。同时，关注现实针砭时弊，令人眼前一亮，从治学到为人都显示了老北大风范。白巍教授对《韩熙载夜宴图》《清明上河图》的解说，除了内容的精彩外，她轻声慢语语调平缓柔和，让我印象很深。这是教师应有的话语方式。急吼吼会让人内心浮躁，平缓的语调会让人心静，此所谓平心静气也。



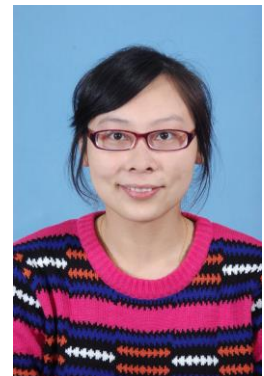
金娅莉



李文娟

“传统文化素养提升”培训班的学习让我领略到北大教授的风采。张辛教授的国学课让我更深切感受到传统文化对当下生活的重要意义。每日晨读，在朗朗的读书声中，先贤的智慧滋润了我的心田，抚平了我因紧张工作和繁杂事物变得焦躁的心情。我认识到，只有“正心诚意格物致知”，才能推己及人，做好本职工作。希望有幸再次回到燕园学习！

短短三天的培训已经结束，我也度过了三天难忘的北大时光。就像张辛教授所说，我很难再考上北大的博士生，但这三天的课程，从某种程度上让我短暂地过了一下在北大学习的瘾。看着身边擦肩而过的学生，很容易回想起自己在大学时的样子。那时的我，也许还没意识到自己所学的“克己复礼为仁”，现在会走上高中语文的讲坛。孔孟之道如浩浩汤汤横无际涯的水，既充当过中华民族“和”的脊梁，也成为过迷茫愤怒的国人们的仇恨对象。没有过去，就没有现在，更遑论未来。我们应该真的坐下来听听祖先是怎么说的，于书中的文字去寻找到底什么是我们应该推崇的，然后将它们告诉我们的学生，我们的孩子。孔子想必是预料到了儒学以及其他传统思想在未来的窘境与困境，但他安然地说了一句：“岁寒，然后知松柏之后凋也。”孔子也料到了人们会在遥远的未来互不信任，大打出手，“民无信不立”，他说对了，现在的人们还是盯着“食”与“兵”。夫子已逝，思想不灭。作为后人的我们，应当了解、珍惜、传承，不然，我们的后人，将在何处寻找他们精神的皈依之所呢？



柳薇



汪成

虽然只有短短的三天培训时间，却是一次国学精神之旅，是一场传统文化的盛宴。在未名湖畔、博雅塔边感受思想自由，兼容并包的北大精神。几位教授或风趣幽默，或言辞犀利，或娓娓道来，向我们打开了通往传统文化之门，让我们领略道中华传统文化的博大精深。从哲学的高度探寻“你是谁？从哪里来？到哪里去？”。从批判性反思与同情式理解的社会学高度看待传统文化。传统文化不仅是前人智慧的结晶更是前人留给我们的巨大精神财富，作为一名中学语文教师，更有责任认真学习研究国学，将“学而不厌，诲人不倦”作为自己今后学习工作的准则。

刚听到要去北大学习，甚是激动。课程结束，我由衷觉得这几日收获颇丰，同时也觉得自惭形秽。作文语文教师，面对习主席提出的文化自信，文化传承，我竟然不知自己应该怎样系统的向学生讲解，甚至自己都没有迫切学习的欲望。真是汗颜啊！而这次课程，在我的心中埋下了国学的种子，正如张辛老师言，这次培训激活了我作为炎黄子孙体内与生俱来的国学因子。

教育一直秉承爱国教育，可除了讲讲爱国人士的故事，品品祖国大好河山之美，讲讲汉字之博大精神，谈谈历史之源远流长。再让我细说，深化好像无从谈起。现在我可以这样说，尊重我们的传统文化就是爱国，以同情式的理解关照我们的传统文化，在新时代中发展我们的传统文化之核心精神就是爱国。

张辛老师的《道、礼与和谐》最给人启迪。教师作为一个特殊群体，应做个明白人，写一手漂亮的中国字。何谓明白人，那就是作为中华民族之后辈，传承下我们的国学，多读圣贤书，追回与祖先失去的联系。作为教师，要在学生心中播撒国学的种子。自觉学习孔子的谨言慎行，学而不厌，诲人不倦，守好教师的本分。顺天而为，讲求教学方法，尊重学生个体，使之成为有思想，有生命自觉性的个体。教孩子有良知、懂敬畏、知感恩，使其成为新时代下的好青年。

作为语文教师，在传统文化的传承上有着重要的作用，在今后的教学中，我会以国人之自豪感，教师之责任感，教学生文字之美，品诗歌之妙，悟国学之精，成为国学的践行者与传承者。自觉而努力的学习国学，站在高点，使教学之路行得更远。



高娟



刘转香

三天紧张充实的培训结束了。这三天的学习，辛苦，但是不感觉疲惫。因古人说“心有足乐者，不知口体之奉不若人也”。国学本就是我所热爱的，可在学校学习期间，我在这方面所受到的教育几乎可以说是空白，所以就珍惜一切“补课”的机会。有幸来到所有文科出身之人崇尚的最高学府——北大，聆听国学造诣深厚的老师们讲课，领略北大自由民主的学术气氛。王余光老师讲课风趣幽默；张辛老师对学问及做人扎实、深刻、严格；卢晖临老师对社会、对历史冷静有温度的思考；白巍老师充满典雅的艺术气息，恬静平和；两位班主任热情服务，满足我们一切“口体之奉”……多希望自己当年能更努力些，那样说不定有机会成为一名真正的“北大人”，就能感慨“此生无悔入北大”了……

---

“玉不琢，不成器；人不学，不知道。”未名湖畔，博雅塔下，我们感受了百年名校的儒雅；知名教授，对面传道，我们聆听了学者的教诲点化。中华民族五千年文化，流传至今，我们不可数典忘祖；儒道思想兴衰嬗变，千百年来生命力依然。为人师为人父母，传道授业是本职，以身作则是本分，学，亦无止境，学而思，思而行，行而果，不忘来处，才知归途，唯如此，方不枉作为传统文化千年后的传承者的责任。最后诚挚感谢这次培训活动中所有费心费力的人们，您辛苦了，我受益了。



赵娜



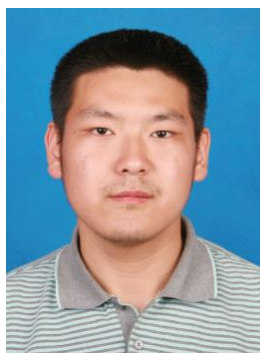
宋江虹

三天紧锣密鼓的学习安排,聆听了五位名家大师的讲座,让我领略了中国尖端大学北大的学者风范,开张了一场激烈的头脑风暴,带来了思想上的震撼.尤其是张辛教授的专业指导,其视角独特,敢于直言,让我实实在在的感受到了北大传承不衰的“思想自由,兼容并包”的学术风气。在很短的学习时间里，我们听到了很多方面的知识理论，接受了大量的信息，这需要我们在今后的工作中，在教学一线的实践中慢慢的消化吸收，不断总结，把理论作用到实际的教学。

三天的北大传统文化培训，让我领略了北大教授严谨的治学态度和人大附中先进的教育教学理念。三天的培训惊喜不断，既有高屋建瓴的国学理论知识，又有贴合教学实际的教育教育方法，让我受益匪浅。给我留下印象最深刻的是白巍教授对《韩熙载夜宴图》和《清明上课图》的讲解，声音温婉动人，内容丰富充实，让我对两幅作品有了更为深入的认识，惊叹古代艺术家高深的艺术造诣。培训深入浅出，教授循循善诱，希望这样的培训能再多一些，让我学习更多的知识。



周雪晴



岳文岚

未名湖畔的学与思~得益于学校提供的培训机会，让我领略了北大的治学风格，收获了多元的思维观念，品尝了艺园、农园、畅春园的美食。当然，最重要的是在学习中不断地充实提高，博观众家之所长，约取自身之所需，努力将理论与实践双向激活，思想和经验契合融通，从而更好地立足课堂教学，超越传统模式，向着构建高质量课程的目标不断奋进！

白教授温婉的声音，让人如沐春风。一直以为艺术是可望不可及的领域，但是在白教授以《韩熙载夜宴图》和《清明上河图》为例，进行了深入浅出的讲解后，让我对于国画产生了新的认识，也提升了我在艺术方面的审美能力。如果能够多多参与这样的中国传统文化的讲座真的很受益，不仅能够了解更多的中华民族智慧结晶，还能够提升自己的文化底蕴。希望以后还能有机会参加白教授的讲座。



王晓雨



牛鸽

北大的气息，让我的心灵重新受到了洗涤。在老师的带领下，我们重温了儒家经典，并知晓了儒家经典之于当下的意义，这对于我们教学的开展大有裨益。北大的课程还具有多元化，我对白巍老师的课感受颇深，她温柔美丽，气质优雅，在其娓娓道来中，引领我们进行了《韩熙载夜宴图》的欣赏，原来中国画是有如此多的技巧和故事暗含其中，而后《清明上河图》的欣赏，更令人难以忘怀，以前只知道看图看人，如今懂得了还要看其中的故事和历史，并去了解这幅画之后巨大的社会背景，希望以后能有更多机会听北大的教授上课。

做新时期好教师，应深入国学学习，传承经典文化的同时，提高自身修养与道德情操，丰富教师自身学识、扎实学识，以经典文化内核为引领，做身心灵合一，本分踏实教学的好教师，响应习总书记做“四有教师”的号召，培养新时期“修身、齐家、治国平天下”的优秀人才。三天学习时间虽然短暂，几位教授的传授将长存于心中：王余光教授深入浅出，“深思而慎取之”的治学风范；张辛教授“君子不器”，展现艺术与美的高级生命自信；卢晖临教授对文化及儒学发展“批判性反思”及“同情式理解”；白巍教授对两张名画深入透彻的见地，让人受益无穷！做学者固然不易，但北大精神、北大人精神将透过三天学习穿过内心深处，照亮黑暗，指引着我奋进，做一个坚持不懈的学习者。



郭晓羽

自毕业后已十三年未踏入大学校门，这些年来工作和生活琐事让我愈发碌碌无为，学习、思考的时间被大大挤占，每日的心也是慌忙凌乱的。在北大学习的这三天，看着校园中一张张虽青涩但朝气蓬勃的面容，依稀又找到了读书时的感觉，心在北大美丽的校园里也轻松安静下来。

课程的安排很精彩，体现了设计者的匠心。老师讲授的内容虽无多少关乎教学，但于自身文化素养的提升大有益处。

王余光教授的传统经典阅读，张辛教授的孔子智慧对国学精神的影响，白巍教授的《韩熙载夜宴图》背后影射的人文、社会内涵，无不凝结着中国古典文化的熠熠光辉，向我们昭示着人文的真谛，为我们指引着前进的方向。

三天的学习让人意犹未尽，非常感谢学校为我们提供了宝贵的学习机会！



宋毓

此次培训两天半，北大负责项目的老师认真负责，各个环节有条不紊，教学内容密集而受用，令我获益匪浅。从课程上看，几节课都是是不可多得的传统知识课。张辛教授站在学术理论的极高点，对传统的国学精神加以阐释，将儒、道理论和谐统一，让我们立体地感受到道、礼之智慧。白巍教授所讲的《韩系载夜宴图》和《清明上河图》，深入浅出，一方面从画面内容切入，另一方面从历史文化落脚。既让我们体验到视觉的美感，又让我们学会了画背后的人文内涵。白教授娓娓道来的语言魅力，亦值得我反复学习体会。



向韩

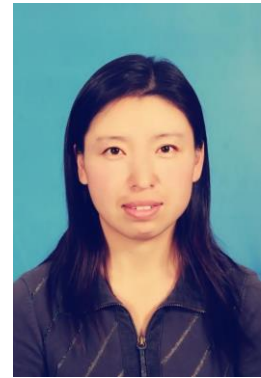


邓昕

这周末，我非常有幸在盛夏时节走进北京大学，参加了学校的传统文化素质提升培训班的学习。时间飞逝，三天的燕园学习生活很快结束了，然而心情却久久不能平静，未名湖、博雅塔仍历历在目，名师教诲让人难忘。

能够到北大深造学习是多少人的梦想，感谢学校领导对自己的信任和关爱。这次培训在教学内容上的精心编排，课外活动上的周密部署，课堂上名师的言传身教，让人感动。学习机遇十分珍贵，学习生活丰富充实，受益匪浅。北大继续教育学院的班主任和授课老师严谨的治学态度让我为之钦佩。深邃的理论、跳动的思维如和风细雨在教授们的言谈话语中不经意地浸润着我们的心扉，陶冶着我们的情操。

两天半的培训课程让我获益匪浅，长时间受浮华的世风环境的影响，我们缺乏静心读书的意识，缺乏我国古典文化的浸润，直接影响我们的价值取向和审美意趣，生命里缺乏高层次的欣悦与满足，呈现出“灰色人生”的格调。感谢这一课程，让我在繁复的工作中能够静心自省，接受诸位教授的指点。作为美术学校的老师，理应储备丰厚的美学素养才能提升学生的审美格调，非常感谢白巍教授以《韩熙载夜宴图》和《清明上河图》为例，从文学、史学、美学、哲学的角度去读画品画。希望以后还能有机会走进名校，参与这样的课程。



葛凤娟



郭艳菲

感觉到北大培训项目课程设置煞费苦心，紧扣传统文化素养提升的主题，切实满足一线教师的精神需求。教授们的讲座异彩纷呈，精彩连连：王余光教授眯着眼、轻声细语的漫谈中，充满了幽默风趣的味道，让人在忍俊不禁的故事中体味传统文化的重要，唤起人们阅读经典的冲动。张辛教授严厉激愤，短促精准的短句善于逼问，批判的矛头直指现实的弊端，再次把人们的视野引向灵魂的原点：人是什么？怎么做人？卢晖临教授民主亲和，为我们梳理了中国社会变迁与儒家文化命运变迁的双线结构，追问儒家文化在现实社会的指导意义如何实现；还有“娓娓道来”的白教授，气质典雅，声音温婉，语言华美，在清晰动人的讲述中吸引着我，蓦然明晓画卷中的许多故事，诸多人情……北大学习，必将成为我一生中难忘的记忆！