# 最新六项精进心得体会工作的感悟 六项精进心得体会(优秀8篇)

作者：星辰之夜 更新时间：2024-04-02

*在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。六项精进心得体会工作的感悟篇一最近*

在平日里，心中难免会有一些新的想法，往往会写一篇心得体会，从而不断地丰富我们的思想。那么心得体会该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下是小编帮大家整理的心得体会范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

**六项精进心得体会工作的感悟篇一**

最近，公司部门推荐学习稻盛和夫的《六项精进》，读后感触颇深。稻盛和夫某年出生于日本鹿儿岛，鹿儿岛大学工学部毕业。27岁创办京都陶瓷株式会社(现名京瓷kyocera)，52岁创办第二电电(原名ddi，现名kddi，目前在日本为仅次于ntt的第二大通讯公司)，这两家公司又都在他的有生之年进入世界500强，两大事业皆以惊人的力道成长。六项精进即“1.付出不亚于任何人的努力;2.要谦虚，不要骄傲;3.要每天反省;4.活着，就要感谢;5.积善行、思利他;6.忘却感性的烦恼”。稻盛和夫先生以人为本，从每个人都能做到的小处着手，将提升心性、自我升华的要诀归纳为《六项精进》，文章采用了哲学、宗教又兼具浅显易懂的表达手法，深入浅出地阐述了企业经营以及做人、做事的道理，对每个人的工作、生活都具有指导意义。六项精进是稻盛和夫经营企业的根本哲学理念，是每个经营者须谨记、贯彻的方针，也是一生中最重要的修炼。以下是本人学习《六项精进》的几点体会：

一、“付出不亚于任何人的努力”，这是企业经营中最重要的一条。

“六项精进”中率先登场的就是“付出不亚于任何人的努力”。世界给每个人的机会是均等的，\"只有付出不亚于任何人的努力”，你才能“先人一步，不被社会所淘汰”，“每一天都竭尽全力、拼命工作，是企业经营中最重要的事情”。我深深体会其中的道理，做不到这一点，企业经营的成功、人生的成功，都是空中楼阁。我认为，干什么事，最重要的是付诸于行动，每个人都有干好工作、取得成功的愿望，而干什么事只有想法，这只是成功的1%，再多的想法不去做都等于零，只有付诸于行动，才能达到成功的彼岸，这是一个不变的真理。“只要拼命工作，工作起来就能顺畅”，这个世界不养懒人，如果不去用心经营，不去拼命工作，总有一天，会被企业淘汰、会被同事超越。我们在日常工作中会遇到很多困苦和挫折，我们只有脚踏实地做好本职工作，锲而不舍，坚韧不拔，在工作的过程中不断磨砺，克服艰难，在工作当中不断创新，拼命去努力，只要付出了，一定会有收获。

二、“谦虚是一种态度”，我们无法改变他人，但一定能坚定自己的态度。

在工作生活中，我们要提高自身修养，磨练自己的意志品质，为人很重要的一条就是要谦虚。谦虚是一种美德，是一种难能可贵的品德，是我们工作和学习上进的源泉。自古以来，人们有许多这方面的\'格言警句启迪人，如“谦受益，满招损”，“谦虚使人进步，骄傲使人落后”。事实上也是如此，没有一个人能够有骄傲的资本，因为任何一个人，即使他在某一方面的造诣很深，也不能够说他已经彻底精通、研究全了。“生命有限，知识无穷”，任何一门学问都是无穷的海洋，都是无际的天空……保持谦虚能让我们正确处事，热情关心别人的利益;谦虚促使我们更有自知之明，让我们能以诚待人;谦虚意味着不为个人的欲望所动，坚持做正确的事;谦虚意味着不吹嘘，不骄傲，不贬低别人抬高自己。谦虚是尊重的基础，它让我们努力做到相互支持而不彼此奉承，各抒己见又不出口伤人，相互鼓励又不屈尊俯就。谦虚还能培养慷慨、忍让和宽容。谦虚的人还拥有一个不可忽略的特点：真心尊重他人，踏踏实实做事，诚心诚意为他人办事。谦虚、待人真诚的人，是一个可以值得信赖的人。

三、“活着，就要感谢”

感谢非常重要，“活着，就要感谢”。稻盛和夫的的这句话让人感动、让人温暖。我认为，我们从呱呱坠地那天开始，就应当感谢身边所有的一切，感谢父母给了自己生命，感谢老师教会我们知识，感谢同事领导和朋友对自己的帮助，感谢我们的客户，感谢公司给我们提供施展才能的平台，感谢国家的好政策......只要我们健康地活着，每个人都应当怀着一颗感恩的心，对待社会、对待工作、对待家人同事，有了感恩之心，我们就会心情愉悦、开朗，就能感受到人生的幸福和快乐。

四、“积善行、思利他”

六项精进的第五项是“积善行、思利他”，稻盛和夫提出“要多行善，多做对他人有益的事”，这是做人的根本原则。我们生活在世上，不能光是为自己考虑，重要的是为他人考虑。我们要有阳光、乐观、积极向上的心态，更要有善心、耐心。想一想，人生如爬山，很不容易，当你扶他人上一把，拉他人一把，一同到达山的最高峰时，自己也会收获成功和快乐。积善,要不断积累，积善才能成德。在生活中,心善,行善,善待一切,包容一切，尤其是对待人,善良的人我们要善待他,与他真诚平和的交往;不善的人,要包容他,并用美德感化他;看到别人成功,不要嫉妒,要祝贺;看到别人做善事,祝愿别人积功累德;看到别人落魄潦倒,不要冷嘲热讽,而是盼望别人苦尽甘来。我认为，在生活中，要善待家人、朋友，在工作中，要善待同事，这样，才能使自己的人生之路朝好的方向发展，才能使一切朝着好的方向前进。“善”是人之本性,心地善良、豁达,才能快乐,才能幸福。

稻盛和夫的六项精进，是企业经营的最大-法宝，也是我们度过美好人生必须遵守的基本条件，是每个人一生中最重要的修炼，是塑造成功人生的奠基石，稻盛和夫的哲学和理念，如同甘露、阳光和力量，会给更多人深深的启迪。

**六项精进心得体会工作的感悟篇二**

这个月读的书是稻盛和夫先生的《六项精进》，曹岫云先生翻译。整本书都在周六早上读书的时候读了一遍，花了很多时间也很认真。

早在读稻盛和夫的第一本书的时候，这“六项精进”就已经在我的脑海中留下深刻地印象。这本书主要讲的就是稻盛和夫反复强调，一生奉行的“六项精进”，逐条展开，结合实际，细致分析。后边还整理了一些盛和塾的塾生等的学习稻盛哲学的心得，以及和稻盛和夫本人的对话、演讲，也正是这本书的亮点。

稻盛先生朴素的做人做事的哲学写成文字清晰易懂，但“知行合一”绝不是随随便便就能做到的。盛和塾的塾生们通过他们的亲身经历，阐述着他们实践稻盛哲学的过程与坎坷，在实践中真正沐浴到稻盛哲学的阳光雨露。没有实践经验的我们，到底怎样才能按照稻盛的精神去做，在实际生活中吸收到能量，从中可以得到一些启示。

一、付出不亚于任何人的努力。这点是一切的基础，没有勤奋进取，全神贯注的对待工作和生活，就没有资格谈论稻盛敬天爱人的哲学。

二、要谦虚，不要骄傲。要谦虚不是只有稻盛这样的成功人士，我们普通人生活中也常常有机会骄傲自满，很多挫折伪装成“成功”来到我们面前的，谦虚是正式对付这类挫折的法宝。

三、要天天反省。当一天结束的时候，回想自己的行为和意念，及时纠正错误的心态和行为，就是实实在在的磨练和进步。

四、活着，就要感谢。心存感激，感受到任何细微之事，知足才能幸福。

五、积善行，思利他。善恶有报，积累善念善行，为自己也为大家，留余庆。

六、不要有感性的烦恼。不要让这个琐事困惑打扰到我们内心的宁静，陷入迷茫无济于事，保持内心的宁静，才有可能对解决问题有帮助。

真挚地对待六项精进，在日常生活中努力付诸实践，提升心性，磨砺灵魂，命运之门就会为你开启。

将稻盛哲学的文字变到实际行动，更需要努力和智慧。

2010年2月1日，78岁高龄的稻盛君退休13年之后，东山再起执掌日航，令濒临破产的日航迅速扭亏为盈。稻盛君的经营哲学被日本企业界奉为经营圣典，是企业经营的最大法宝。

“以人为本、敬天爱人、努力者自有天助”是稻盛君80余年人生不变的信条。“六项精进”高度浓缩了稻盛君经营企业的根本哲学理念，对我们每个人的工作和生活都有着极强的指导意义。

“六项精进”即：1、付出不亚于任何人的努力;2、要谦虚，不要骄傲;3、要每天反省;4、活着就要感谢;5、积善行思利他;6、不要有感性的烦恼。综观六项精进的六条，语言质朴，内涵深刻，给我们传递了一种向上与向善的正能量。

在物欲横流、金钱至上被人们称为“道德真空”的当下，“六项精进”给我们吹来一股清新的风。人为什么要活着?何为正确?当你一天活在尔虞我诈、追名逐利的漩涡中而苦恼而劳累不堪的时候，你有没有反思人究竟为什么而活着?当你为偶尔的一次投机取巧而沾沾自喜时，有没有静下心来想一想，我还会不会一如既往持续这样的好运气?!我们不能为生活而生活，为做事而做事。人活着做人与做事相辅相成。我们要谦虚，我们要努力，一步一个脚印。不断提高自身素质与修养，提升自己的意志品质。做一个真诚的人，对家庭忠诚，对企业负责、对同事礼貌、对朋友友善、大家就会对你信赖。这是不能与金钱相提并论的东西，日益精进，无形中你身上就增添了许多魅力的元素。

国家发展五年一个规划，我们个人也可以结合自己的实际情况给自己制定计划，一旦计划定下来就得努力去实现，这样我们的生活才不会盲目，生活才会过得充实而有意义。我们要全身心的投入，要细化实施步骤，要每天反省，摒弃杂念，净化心灵。要始终保持谦虚学习，不断创新的精神。要向一切优秀的东西学习，要看到身边每一个人身上闪光的东西。单枪匹马是无法干成事业的，我们要善于团结身边的人，用自己的人格魅力影响周围的人。我们要有博大的胸襟，常怀一颗感恩的心，感谢鼓励你的人让你自觉地精益求精、不知疲倦;感谢伤害过你的人，让你更加坚强;感谢一切善意或恶意的批评，让你养成时时反省自己的习惯。生活中出现了一些不如意的事情，我们要静下心来思考解决的办法，不要动不动就怨气冲天、牢骚满腹，更不能让这种感性的烦恼在自己心中生根发芽。

稻盛和夫的“六项精进”在生活中能给大家很多启示，认真阅读深刻领悟会净化我们的心灵，持续地践行“六项精进”，我相信，会让我们每一个人变得更美丽、更高尚、更出色。

文档为doc格式。

-->

**六项精进心得体会工作的感悟篇三**

第一段：引言（150字）。

在当今快速变化的社会中，不断提升个人素质和能力已成为每个人的追求。近日，我有幸参加了一场精进培训，通过学习六项精进技巧，我深刻认识到这对于我的职业发展和人生成长有着重大的影响。下面，我将从目标规划、时间管理、沟通协调、团队合作、问题解决和持续学习六个方面，分享自己参加培训的心得体会。

第二段：目标规划（250字）。

在培训中，我学到了明确目标规划的重要性。过去，我常常在执行任何任务前都没有详细的计划和目标，导致工作效率低下。通过培训，我学会了设定SMART目标——具体、可衡量、可达成、相关和有时限的目标。这让我在工作和生活中更有方向感和动力。我现在会尽量将目标和任务细化，制定明确的计划，并定期回顾和评估目标的实现情况。这不仅提高了我的效率，也增强了我对于实现目标的信心。

第三段：沟通协调和团队合作（250字）。

另一个我在培训中学到的重要技巧是沟通协调和团队合作。在之前的工作中，我常常因为沟通不畅而造成误解和冲突。通过培训，我了解到了不同的沟通风格和技巧，学会了倾听和表达自己的观点。我现在更加注重与他人的互动，善于与同事进行有效的沟通。此外，在团队合作方面，我也学到了如何发挥团队中每个人的优势，协调合作，达到共同的目标。这种沟通和团队意识的提高，不仅促进了工作环境的和谐，也使我更加乐于与他人合作，共同进步。

第四段：问题解决（250字）。

在培训的过程中，问题解决是我最感兴趣的一部分。培训中，我学到了系统性思维和问题解决工具的运用。以前，当遇到问题时，我常常陷入固定的思维模式中，导致问题长时间得不到解决。通过培训，我学会了运用因果图、5W1H、决策矩阵等工具来分析问题的根源，并提出有效的解决方案。这让我在工作中能快速找到解决问题的方法和措施，提高了工作效率和质量。

第五段：持续学习（300字）。

最后，培训中最重要的一点就是告诉我们要持续学习。在当今快速变化的社会，知识和技能的更新换代速度非常快，只有不断学习，才能保持自身的竞争力。培训的过程中，我接触到了许多新的观念和知识，不仅开阔了眼界，也让我意识到自己的不足之处。我决定将培训中学到的知识与自己的工作和生活实践相结合，不断提升自己的职业能力和综合素质。我制定了一个个学习计划，并利用工作之余的时间不断学习和提升自己。

结尾（100字）。

通过这次精进培训，我领悟到了目标规划、时间管理、沟通协调、团队合作、问题解决和持续学习的重要性。这些技巧不仅对于个人职业发展有着积极的影响，也对于工作和生活有着积极的推动力。我相信，只要不断练习和应用这些技巧，我一定能够在未来的工作和生活中取得更好的成绩。

**六项精进心得体会工作的感悟篇四**

知行读书会，知之真切于实处，即是行；行之明觉精察处，即是知，知行功夫本不可离。所以真知即所以为行，不行不是谓之真知。从而，心理合一体，知行并进之功。

很多人常常问自己，人活着的意义到底是什么，哪么通过读这本书，我想我的心里已经有了一个明确的答案。弄清楚“做为人何谓正确”它将是寻找人活着意义的一个开始，一个人生旅程思想认识上的开始。

之后你需要为你的所领悟的意识付出努力，并且是“付出不亚于任何人的努力”。

成功总是青睐于那些有准备的人，“有准备”我认为可以引申为“时刻努力着”。付出不亚于任何人的努力，就是当别人在家里玩电脑、看电视的时候，你在读书学习，争取更上一层楼；付出不亚于任何人的努力，就是遇到困难时，当别人都退缩了，你却仍然在咬牙坚持，勇往直前；付出不亚于任何人的努力，就是在面对巨大的压力时，别人都放弃了，你却毅然挑起重担，实现人生的再一次升华！这就是“时刻努力着”，这是一种习惯，一种素养，一种内涵。他要求我们从不回避困难，也从决不轻言放弃。这是一个充满竞争的社会，大家都在努力着，今天也许我们还是公司骨干，明天可能就会因为跟不上改革的步伐而被公司淘汰，这就是竞争的残酷性。每个人都在付出自己100%的努力，想要成功，就必须比别人付出更多的努力。

今天我胜任着财务部副经理一职，不是说这是什么成就，但相对来说能够走到这一步与自身的付出还是有很大关系。记得第一份工作就是财务审计员，当时一同去实习的30个人里有10多个是学财务专业的，但是职位只有一个，而我不管是个头还是成绩都是排在后列，但是为了得到这个职位，我付出了比其他30个人更多的努力，其实也并没有多做什么，就只是平时训练时在教练给的基本任务上多做1到2个，抱着我只要比其他人强一点点的心理，一直坚持了一个多月，终于公司选择了我担任了这个职位，当时的人事部经理告诉我：“选你，并不是因为你最优秀，而是因为你最努力”，自此我便踏上了财务职业生涯。只是后来坐上这个职位后，有些虚荣心，在其他同学的羡慕中没能及时调整好心态，也就没有哪么努力的付出了，这也就是我现在经常在想如果我能够一直坚持努力付出，哪么今天可能还会有更大的能力，能够胜任更重要的工作。

所以说，在得到些许成功时，我们需要及时调整好自己的心态。也就是说“要谦虚，不要骄傲”。

谦虚是一种态度，我们无法改变他人，但一定能坚定自己的态度；

在工作生活中，我们要提高自身修养，磨练自己的意志品质，为人很重要的一条就是要谦虚。从上小学开始我们就学习了“谦虚使人进步，骄傲使人落后”的道理，但却很难做到；刚开始来华银的时候酒店各项结构都不是很健全，各种管理方式、方法就不按正常套路出牌，一时觉得自己还比较专业，与人交流、沟通时总是过于自我，不够谦虚，所以在工作中总是遇到障碍，但自从公司各位家人、大哥、大姐的包容和教导后，开始改变了自己的态度，因此也慢慢的融入了集体，工作也越来越顺心。

所以说，生命有限、知识无穷，任何一门学问都是无穷的海洋，都是无际的天空，保持谦虚能让我们正确处事，热情关心别人的利益。也能促使我们更有自知之明，让我们能以诚待人。谦虚，它意味着不为个人的欲望所动，坚持做正确的事；也意味着不吹嘘，不骄傲，不贬低别人抬高自己。谦虚是尊重的基础，它让我们努力做到相互支持而不彼此奉承，各抒己见又不出口伤人，相互鼓励又不屈尊俯就。谦虚还能培养慷慨、忍让和宽容。谦虚的人还拥有一个不可忽略的特点：真心尊重他人，踏踏实实做事，诚心诚意为他人办事。谦虚、待人真诚的人，是一个可以值得信赖的人。

成功而谦虚的人，永远都不会被社会淘汰，永远都会受到世人尊敬。但你的成功并不完全是个人的，没有任何一个个人可以独自成功。稻盛和夫这样一个成功企业家背后都有数以千万计的人在他的企业为他默默付出；二百多年前的著名科学家牛顿背后有数以百计的老师为他辅导过，很多企业为他的研究助资过；中国最伟大的哲学家、思想家、政治家毛主席背后都是有千万革命先烈为此付出了生命的代价；就算是个人，哪么也要好好想想，如果没有先辈们的付出、没有父母的养育，哪么也不可能有今天活生生的你。因此，我们每一个人只要是活着就要感谢。

对于我个人来说，从出生的哪一刻到现在，首先要感谢的就是自己的父母。婴儿时期父母为了你的奶粉钱，省吃俭用、辛苦了一天还要半夜被你吵醒，但也毫无怨言；3岁上幼儿园，又哭又闹天天接送，夏天怕你热着、冬天怕你冻着；初中担心你学习成绩不好，除了找家教每天晚上还得陪你写作业，完全没有了自己的时间；18岁后第一次出社会工作，又担心你受不了苦，不会说话做人被企业开除，天天打电话耐心疏导；终于长大成人，工作稳定事业有成，又开始操心你的人生大事。从小到大对你的爱从来都不曾停止过。

其次，需要感谢的是给予你第一份工作的人，他给予了你事业中的第一个起步，无论你今天有何成就，如果没有这第一步的开始，绝对不会有今天的你。

再就是，与你生活在一起的所有朋友、同事、社会上的每一个人，因为你所有的一切都离不开他的协助。善也好、恶也罢，无论你的`生活有怎么的起落，你人生的历程都离不开他们的从旁参与，因为有了他们你的人生才精彩。

佛曰：种善因、得善果；一切感谢的方式都应以善基准；哪么什么是善：善是指其性安稳，能于现在世、未来世中，给与自己和他人利益之白净法。与不善、无记（非善亦非不善）合称三性。其中，善为白法，指清净之意，不善为黑法，指污浊之意。广义言之，“善”指与善心相应之一切思想行为。要我说，善就是书中所说的利他之心，并以形动来支撑。——积行善，思利他。

也许有人想：“我自己也富裕，平时工作也很忙，没钱又没时间去做行善，对于思利他，如果什么都为别人着想，什么好的都给别人，方便的都留给他人，哪自己还不会累死去哦”。但要我说，这个很简单，首先做好一个遵纪守法的公民，不触犯国家的任务法律你就是在做好事，做了有利于他人的事。因为你没有浪费社会资源，没有让国家因为你的形为付出代价。其次，在此基础上如果你有更多的能力去帮助其他人，哪怕是下雨天为他人撑一伞，炎炎夏日为他人准备一杯凉茶，又或是不与人争执、虚心请教、耐心教导。这都是一种善，也是一种利他。

善和利他也可以理解为“包容”，不管是在工作中，还是生活上，人难免不会犯错误。而往往这个时候就会受到其他人的指责。对于一个承受能力强、思想认识高的人来说，也许没有太多影响，但生活中，又有多少人是圣人，能达到这个思想高度。一味的指责除了让已经愧疚的心更加愧疚外就只会让人产生逆反心理，反而不利于事物发展。但如果，我们能的换个方式，站在对方的角度试着去理解他，同时以一个朋友的身份帮助他找到问题的原因，甚至于用对的方法做给他看，我想这又会是另一个结果。

但善也分大善小善，因一时之善借钱给他人，虽然解了燃眉之急，但却助长了不良之风。小时候疼爱儿女，不让他做任何事情，处处随了他的意，不让他受一点委屈，虽然童年会过得很好，但却让他长大后难以在社会上立足。所以说，做善事，做好事，也需要再三思良，不过，要确保自己做的每一个决定都绝对正确那几乎是不可能的，因此我们每天都要反省。在忙碌的一天结束时反省一下自己今天的言行举止，做得好的以后继续，做得不恰当的次日及时调整，以免错过了最佳时机。

自我反省其实就是一种谦虚的表现，它能够及时抑制“自我”，让“真我”得以展现。

人是一个有惰性的群体，不管是工作上还是生活中，我们常常会找各种借口、理由让一个事情一拖再拖，其实并不是因为很困难更不是因为做不到，而是人的惰性在作怪。要克服这个惰性我们就必需经常自我反省。我们需要反问自己：“我的事情真的很多么？真的没时间来完成这项任务么？”“我是真的不会做这个事情，还是我只是懒得去做？”“我在拒绝这个任务的时候是不是会给他人带来无法挽回的损失？”“我的言行是不是最合适的，有没有给他人带来烦恼？”“我是不是还可以将这个事情做得更好？”

我相信只要你在意识中开始自我反省，哪么在行动上你才有可能会改变。一天改变一点，长期以后，自我的能力、灵魂将会一次次得到提升。

当然，自我反省，并不是自寻烦恼，不是让你对一件已经注成的错误长久自责，而是让你正视结果，找到失败的原因后及时补救，从哪里跌倒就从哪里爬起来。不要让自己有感性的烦恼，让自己总是沉迷于过去失败中、自责中，否则，只会让自己的人生就此中断。

要我说，《六项精进》这本书，是将人如何正确经营自己的一生做了一个诠释；首先告诉人们要从意识上知道做为人，何谓正确，找到正确的目标后为此付出不亚于任务人的努力，取得成功后要谦虚，不要骄傲，还要经常反省，及时回归正确的道路，更要感谢使你取得成功的每一个人，并以利心之心、善的形动回报每个人或社会，就算在这一系列的过程中有所失败也不要过于纠结、过于自责找他原因后就应重新开始，不要让自己深陷感性的烦恼中毁掉了人生。——一个完美良性的人生循环。

**六项精进心得体会工作的感悟篇五**

作为人生的一部分，在职场或生活中，我们不断地挑战着自己，追求卓越。而“六项精进”被认为是一种能够促进个人成长的方法。君不见，百度公司便将“六项精进”列为其员工的核心能力培训项目，使得员工们在学习工作中不断自我提升、发掘潜力。在此，笔者将结合自身经历，分享对“六项精进”的体会和心得。

第二段：思维精进。

思维精进，是“六项精进”中的一项，它包含了“清晰准确的逻辑思维”、“针对问题提出实质性解决方案”和“创新思考”三个方面。我认为，在职场和生活中，清晰准确的思维和创新思考都是至关重要的能力。为了不断提升自己，我会注重学习，思考不同的解决方案，从中寻找最优的结果。同时，我也会不断的反思自己的思考过程，从中发现不足，并加以改善。正是在这样的不断努力中，我的思维能力得到了显著的提高。

第三段：情感精进。

情感精进，包括“关注他人感受”、“善于团结协作”和“善于信任他人”三个方面。在我看来，人与人之间相互信任、相互支持十分重要。在与同事或朋友相处中，我总是尽可能去理解、倾听他们的想法和感受。同时，在团队中，我总是努力与大家保持良好的相互信任和支持的关系，因为只有相信他人，才能够更好地团结起来，取得更好的成绩。在职场上，情感沟通和协作也不断地推动着我和同事的共同成长，让我充满了动力。

第四段：专业精进。

专业精进，是“六项精进”中最为基础也最为重要的一项。今天的职场中，强大的专业素养是不可或缺的重要能力。我自己也不断地通过不同的途径学习，不断地加强自己的专业技能和实际应用能力。在日常工作中，我总是尝试去尽可能深入了解不同领域的知识和技术。同时，我也不断地学习与同事交流、沟通的技巧，以及如何通过不同方法成功处理日常业务。总体来说，专业精进是职场中必须掌握的重要技能，也是不断学习的重要内容。

第五段：生活精进。

相对于其他项，生活精进是最容易被忽略的一项。然而，它也是人生中不可或缺的一部分。生活中的精进应该不仅局限于生活方式，更体现在个人修养的提升和人际关系的处理上。在日常生活中，我不断地寻找与自己相符的生活方式，并且加以改进减少消极因素。同时，我也在尝试着认识和理解自己的缺点，并且尽量改善自我修养和人际关系，从而成为更好的自己。

结论：

在职场中，自我精进是非常重要的一步。通过学习“六项精进”，大家更能够了解自己的不足，学习如何发挥自己的优势，勇敢地挑战和超越自己。如此积极自我提升的习惯，在我们的现代生活中，早已被证明是一种积极向上的、能够发挥最大潜力的生活方式。在今后的职场和生活中，我们应该时刻铭记精进的理念，不断努力成长，追求卓越。

**六项精进心得体会工作的感悟篇六**

学习六项精进给我更多的感觉是在和一位饱经风雨的平易近人的老人家聊天，听他用最通俗的语言向我讲述最深奥的道理。这是这本书最大的特别之处。以往的书籍作者恨不得用最高级的词汇，最华丽的修饰来装点自己的作品。本书却反其道而行。书籍本来就是传播知识，启迪人生，洗涤心灵之物，如果把书籍写的非常坳口让人费好半天才能理解甚至无法理解，那岂不是违背了书籍的本质？所以我特别喜欢六项精进这本书通俗易懂的言语风格。

其次，我正好学习会计双学位，自然而然也就学习了周三多先生的管理学，所以对企业管理也有一些自己的认识。六项精进从企业管理角度来讲同样是本不错的书籍。书中只是把很多专业的经济学名词替换成我们更容易理解的日常用语，却更好的把企业管理的方法教授给更多的管理者。

六项精进的第一项“付出不亚于任何人的努力”；第四项“活着，就要感谢”；第五项“积善行、思利他”运用于企业管理分别不就是指企业首先要做好自己的本质工作：努力经营好企业；然后还必须承担一定的社会责任。

最后，也是最重要的，就是我在六项精进中学习到的做人的朴实又普适的道理。第一“付出不亚于任何人的努力”，提醒我无论是学习上还是工作中都必须不懈的努力，只要努力才会有收获，要想成功，只有更加努力。第二“要谦虚，不要骄傲”，这更是被我们重小就提在嘴边的话语，但是真正扪心自问，自己真的做到了吗？没有。因为以往谦虚只是一种口号罢了！但是在本书中却是实实在在的而又不失委婉的告诉我“满遭损，谦则溢”。第三“要每天反省”不正是论语中的吾日三省吾身吗？反省不仅仅是局限于反思自己的言行，它更多的是一种思想和做人的态度准则，只有经常的反省才能达到“修身”的目的，进而“齐家，治国，平天下”。第四“活着，就要感谢”，要求我们要有一颗感恩的心，怀着感恩之心，自己就会发现原来生活如此美好，就不会因琐事烦恼。第五“积善行、思利他”。佛语云“因果循环，报应不爽”“须知今日因他日果，今日果他日因”，我们要时常行善，多做力所能及的好事，“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”，好人终究会有好报。第六“不要有感性的烦恼”。人生在世酸甜苦辣，喜怒哀乐都是极为正常之事，把它们都当成一种人生的体验，“不以物喜不以己悲”，放平心态，坦然受之。切记不要把情绪带到工作和学习中，心平气和也许会有另一番天地。

**六项精进心得体会工作的感悟篇七**

这本书，书薄、字大，行距宽、版面小，内容是演讲稿，读起来朗朗上口，合适一口气读完。在书中，作者不但透露了成为经营之神的秘诀、而且详细讲了修炼秘诀的方法。合上书，从公司经营到个人生活、从经营哲学到个人思想，都有点感触，记录几点关于公司经营的感悟。

如果说《以奋斗者为本》，从字里行间能感觉到经营者的思想，那么《六项精进》就是直接地阐述和推广经营者的思想。经营者的思想决定了企业的生长发展。稻盛和夫说“……好像在狂风暴雨而又漆黑一团的大海中航行一样，……成为指南针的，就是站在企业经营第一线的经营者的哲学、思维方式”。无论经营者的思想是“赚钱”、“为世人谋福利”，还是“推动社会进步”，都行。没有了这个思想，团队就没有灵魂，就成不了形状。有一种成功的思想是“自利则生、利它则久”。

先“生”再“活”，生下来，活到足够久。

自利则生，好理解，正如“胎儿在母体内、到出生很长一段时间，只是消耗、不产生”，对胎儿来说，是自利。

利他则久，不好理解。“今天很残酷,明天更残酷,后天很美好,但绝大多数人死在明天晚上”怎么才能“活”得久一些？任正非说“如何从容应对各种冲突和矛盾，如何在两难困境中果断地决策和取舍，……，唯有彻底抛弃一切私心杂念”；稻盛和夫说“才能只是上苍偶然授予我，上苍要求将它回报世人、回报社会。如果我将它视作私人资产而独享其惠，早晚会受到惩罚”；从二个人的言行中，我们足够相信：利他、能活得久一些。

我想，“在利他中自利”才是王道，这也许就是“成人达已”最好的解释。

人生的唯一目的就是修炼灵魂，使其在谢幕之时比开幕之初高尚一点点”。

**六项精进心得体会工作的感悟篇八**

六项精进活动，是指六种使人身心成长的活动方式。这六项精进活动是：学习，行为整顿，清净精进，供养，忍辱，禅定。这六项活动涵盖了人们生命中各个方面，在实际生活中可以不断提高自己各方面的能力和素质，从而使自己更加成功。本文将着重讨论这六项活动，以及它们给我们的启示和感悟。

第二段：学习。

学习是六项精进活动中最重要的一项。我们必须不断更新自己的知识，提高自己的水平，才能在工作和生活中更好的表现自己。学习，让我们充实自己，让我们更具备面对挑战的能力和勇气。只有多读书多看报，多学习多思考，才能让自己更加明智，从而更加聪明。学习可以让我们领悟到，只要我们不断进步，我们就能在生命中取得更大的成功。

第三段：供养。

供养是人类最基本的精神需求之一。它是一种为他人服务的行为，也是一种可以为自己带来幸福和满足感的行为。我们可以通过慷慨解囊，志愿服务等方式来实现供养。广义上的供养还包括为社区，家庭和个人提供物质上的支持，包括食物，衣服，日常用品，等等。我们为别人提供支持的时候，自己也会感到成就感。只有在生命中真正体验到为别人带来满意感的时候，我们才能在人生中表现出更强大的使命感和价值观。

第四段：禅定。

禅定是一种平和与内在安宁的状态，能够通过专注和冥想来实现。禅定有助于释放人们内心的紧张和不安，并且能够提高思维的清晰度和澄明度。禅定还可以提高我们的智慧感和领悟力，并且可以使我们从内心感受到生命的真正能量。禅定是六项精进活动中不可或缺的一项，可以让我们拥有更高的生命智慧和更深的理解力。

第五段：结论。

在生命的旅途中，六项精进活动可以帮助我们更好地发掘自己的潜力，以实现我们的人生价值。学习让我们充实自己，供养能够让我们成就自己，而禅定可以让我们体验到生命的真正能量。这六项活动在生命中相辅相成，可以让我们取得更大的成功。而对于我们每个人，只有意识到精进的重要性，才能在生命中走得更远。希望读者们能够在生命的旅途中，实践六项精进活动，将自己的生命提升到更高的层次。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com