# 活动心得体会万能(优质8篇)

来源：网络 作者：雪海孤独 更新时间：2024-10-04

*心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。...*

心得体会是对一段经历、学习或思考的总结和感悟。心得体会可以帮助我们更好地认识自己，通过总结和反思，我们可以更清楚地了解自己的优点和不足，找到自己的定位和方向。以下是我帮大家整理的最新心得体会范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**活动心得体会万能篇一**

第一段：简介活动以及参加活动的目的（约200字）

近期，我有幸参加了一场别开生面的活动，此次活动旨在拓展学员们的视野，增强团队协作能力。作为一名大学生，我深知综合素质的重要性，因此怀着期待参与了这次活动。这次活动不仅给我留下了深刻的印象，也让我对人生有了新的认识。

第二段：活动中的经历和感受（约300字）

活动中，我们团队被要求完成一系列有趣而具有挑战的任务，其中一个任务是搭建一个高度为5米的纸塔。在这个任务中，每个团队成员都需要发挥自己的特长，从规划、搭建、协调配合等方面展现出自己的能力。而我在这个过程中深刻地意识到合作的力量。我们团队中的每个人都发扬着团结协作的精神，每个人都毫不保留地分享自己的想法和建议。在这个过程中，我学到了团队协作的重要性不仅在于个人表现，更需要互相支持和信任。通过这个任务，我明白了只有当每个人的力量得到充分的发挥，才能取得更好的成果。

第三段：活动中的失误和得失（约300字）

尽管活动中我们成功完成了许多任务，但在其中也出现了一些失误。其中一个任务是模拟生活中的困境，我们需要在有限的时间内找到出路。由于时间紧迫和紧张的氛围，我在这个任务中迅速地做出了一个错误的选择，导致整个团队陷入了更加紧张的困境。在这个失败中，我深刻体会到冷静和科学合理思考的重要性。同时，活动的反思环节让我深刻认识到从失败中学习的重要性。只有通过对自己的失误进行反思，才能不断改进和成长。

第四段：活动带给我的启示和收获（约200字）

参加这次活动，我领悟到了许多人生的道理。我明白了在人生中，团队协作和个人的努力同样重要。团队的力量可以让我们事半功倍，但每个人的努力和付出也不可或缺。同时，我也明白了失败并不可怕，关键在于如何从失败中吸取教训，迎接新的挑战。这次活动让我明白了人生就如同活动一样，需要我们持之以恒，克服困难，并保持积极向上的心态。

第五段：总结活动对自己的意义（约200字）

总的来说，参加这场活动，让我有了全新的体验和认识。通过团队合作中的协调与改进，我收获了珍贵的人际交往经验以及领导力的培养。在活动中的失误和挫折让我更加明白自己的不足，并鼓励自己不断改进和成长。这次活动不仅培养了我的团队协作能力，同时也让我更加明确了人生的方向和目标。我相信通过这次活动带给我的启示和收获，我将能够更好地面对未来的挑战，追求自己的人生价值。

**活动心得体会万能篇二**

20xx年1月中旬，按照常例，我们旅游、酒店管理专业的学生进行实践，有许多酒店供我们选择，经过认真思考，我们旅游管理二班的其中九名学生有幸来到了郑和国际酒店，也包括我在内，进行我们为期7个月的专业实践。这是我们初次真正接触社会，难免心里会有些害怕，事后经过职位所需以及领导的分配，我被分到中餐厅，带着一份兴奋而紧张的心情开始了我们的实践。实践的7个多月里，我感受颇多，受益非浅。

太仓郑和国际酒店20xx年开业，是太仓首家以“郑和下西洋”为主题的四星级精品酒店，酒店秉承“人文郑和，科技郑和”的宗旨，在设计上以“郑和七下西洋”的历史事件为为主题，加入了古典和现代的设计元素并融入了世界海洋文化，体现郑和特有的风格。整个布局更是着重营造文化氛围，将东方文化与世界海洋文化精彩合璧，使酒店充满着浓郁的地方文化特色和海洋文化特色，为宾客营造一个温暖舒适的文化氛围。

太仓郑和国际酒店包厢均以郑和下西洋时的航海线路命名，使酒店充满着浓郁的地方文化特色，让宾客在享受美食之外还能体验一番郑和远航的乐趣。太仓郑和国际酒店设有餐厅、大堂吧、会务、康乐及客房，采用现代化信息管理体系，使来宾在酒店内一边感受这里的郑和文化，一边享受多种现代信息服务，给宾客的旅居生活带来一番别样的体验。

来到郑和国际酒店后，虽然是最忙的时候，但是也没让我们急着上岗，而是培训部先给我们进行了系统的培训，培训工作分为三大块：

一是人事部的岗前培训，进行了7个课时的室内培训和游览培训，主要是介绍酒店的概况，同时也对我们进行了员工素养及酒店管理制度的培训，这让我们对工作有了大概的了解。

第二是消防安全意识培训，酒店特别安排了工程部的经理助理为我们现场讲解授课，让我们对酒店安全和消防常识有了更深入系统的了解。

第三是业务技能培训，这一培训贯穿着我们实践的7个月，由部门负责人员为我们进行不间断的技能指导，7个月的实践让我们对部门工作有了深入的了解，这也得益于酒店系统而全面的培训。这些培训对于我们以后的学习和工作都是非常有用的。

中餐厅是酒店餐饮部门中最为辛苦的部门，因为服务员的工作时间不固定，有时会很晚，也没有具体的工作描述，很多时候会受到客人的刁难，心理上也要承受各种打击。在刚刚走进工作岗位的几天，我们就像无头苍蝇，完全不能领会工作的定流程和要领，只是听从领班和老员工的安排，庆幸的是基本所有的老员工对我们都特别的友好，领班还专门为我们每人安排了1名师傅，负责引导我们的工作。在后面的日子里，我们基本都能熟练各项工作了。

我们的工作除了中餐的一些摆台、折口布、上菜、撤台布等，有时还得在会议帮忙我们的上班时间是8小时工作制，但实际上不固定，经常加班加点，但是加班时间都有记录，适当的时候会有补休。我们开始是每周休息一天后来改成一天半。

酒店员工都是穿着工作服的，由酒店统一发放，但我认为我们中餐服务员的制服颜色太暗穿在身上，看起来都没精神，不过令我欣慰的是：酒店的员工大都是热情友好的，不管哪个部门，他们并没有因为我们是实践生而对我们冷漠生硬；在劳累之余，同事们的一个甜美的微笑，一句再普通不过的“辛苦了”都会让人分外感动；在休息和饭堂进餐的时候，我们都会聚在一起聊天，分享彼此的感受，就像一家人。

在服务过程中，我接触到了形形色色的客人，在工作中既受到过客人的嘉奖，也曾招受客人的投诉，但是我并没有因此骄傲或不满，而是认真反思我做的不对的地方，争取下次不再犯同样的错误，尽力为每一个客人都提供更好的服务，在西餐时经常会遇到外国客人，可是我的英语不怎么好，开始不敢说出口，后来慢慢的我敢说了，而且可以和外国人进行简单的交流，在此我感觉到英语的重要性，要好好学习英语。

通过这次实践真正学到了很多实际的东西，而这些恰恰是在课堂上所学不到的。虽然之前上课就知道酒店行业是很注重实践和细节的，但是在实践中就没想到酒店里注重的细节会细到那种连物品的摆放都有规定的程度。在实践中学到的都是基层服务员的工作技能，并且加以熟练了。

另外，在管理上最重要的是要妥善处理和下属员工的关系，而要做到这点，最重要的是需要务实，从基层干起，出于基层而脱颖于基层，一个成功的管理者必然是这样产生的，成功的管理者能把所有员工团结起来，这样实现的是整个企业的目标。所以说，日后酒店需要的管理人才，必然是经验丰富从基层升上来的，而不是一个具有多高学历却没有实际工作经验的人，酒店需要的服务员，必然是很有服务能力，极其重视细节的人，并且将向普遍性的酒店“金钥匙”方向发展。

酒店里要学到的东西很多，比如说餐桌上的礼仪，和客人打交道，还有就是做为四星级的服务员该怎么面对客人的不同要求。在中餐厅，接触这方面的知识相对于其他部门而言还是比较多的。当我们去做一桌客情，看着客人入座，一些客套话，和一些敬酒方面的，都会学到一点点，还有一些比较重要的就是人与人之间的交往，就是所谓的“为人处世”，要懂得尊重人。：能满足领导终极期望的人常常会有更好的职业发展前景。

现在内向性格的人比较多，而工作中的关注点绝大多数只是在于尽善尽美地想法子完成领导交给他们做的任何事情，其实在酒店待了这么长时间，我觉得不仅要完成领导交给自己的事，还应该积极地站在领导的角度考虑问题，这样不仅解决了领导想到的问题，而且还主动帮领导想好答案或解决方案，所以说，要想真正的在社会上立足就要懂得学会积极主动。在实践的过程中，看着那些被动的人被领导看不起，就像酒店里或者一些大型企业里组织和带动的一些活动，除了积极地响应和号召之外，更重要的就是结合于实践，马上实施起来，而有些人吩咐干什么就干什么，一点主见意识都没有，这样的人就永远得不到领导的重视，而且也没有多大的出息。

当出现一些问题时，你自己若要有很好的意见就可以主动提出来，不要放在心里而不说，那样就是不懂得好好把握机会，从而自己就会处于很渺小的地位。还有做事也要讲究个度，就像在酒店里，在每个领导或是同事面前话也不能太多，那样也会贬低自己的身价，凡事装个心眼，做人也许就是这样吧，也算是磨练自己。

在郑和酒店实践的日子结束了，这次酒店实践也是本人的第一次专业实践我认为我的选择没有错，因为在这些日子里自己确学到了不少的东西：除了了解到餐饮的服务程序和技巧，也学会了如何调整自己的心态，如何处理好自己的利益和酒店的利益，如何处理好同事之间的人际关系，如何与顾客打交道；同时，更让我认识到作为一个服务员应该具有强烈的服务意识，虽然服务员的工作简单不起眼，但却是必不可少的环节，影响着酒店的正常运转，所以在工作中我一丝不苟，竭尽全力为宾客提供最优质的服务，面带微笑，让每一位宾客都能开心而来满意而归，这之中虽然辛苦，但我得到别人赞许时却还是很开心。

更为重要的是，在7个月的工作中，我深刻地体会到了酒店行业的艰辛，也看到酒店发展的前景，更加明白了自己以后学习的方向和侧重点。我战胜了我自己，终于跨出了第一步，那是一个属于我自己的舞台，不管以后遇到什么样的困难，我都不会害怕了，因为我相信我自己！

最后感谢系领导以及老师能给我们提供这样难得的实践机会，这是我跨入工作岗位的第一步，我会好好珍惜，永远不会忘记，在此祝愿郑和国际酒店生意越来越红火，学院越办越好。

**活动心得体会万能篇三**

活动是为了增进人际交往、开阔视野、提升自我等目的而进行的一种集体性的行动。在执行一个活动的过程中，我们常常会有所得与所失，有所收获与所感。因此，写一篇关于活动的心得体会是很有必要的，本篇文章将从印象深刻的活动、获得的经验和教训、对自己的认识、对他人的印象以及活动带给我的启示这五个方面来谈谈我的心得体会。

活动中有一个我印象非常深刻的瞬间。那是在我参加暑期社会实践活动的最后一天，我们参观了一所地方的贫困幼儿园。在现场，幼儿们英姿焕发，互相玩耍。他们虽然来自贫困家庭，但都非常活泼可爱，丝毫看不出他们的身世带给他们的阴影。这让我深深地感受到了贫困并不能成为阻碍我们向前的理由，只要我们克服困难，勇敢向前，就一定能够摆脱困境。

在活动中，我获得了丰富的经验和教训。首先，我明白了团队的力量是无穷的。在活动中，我们团队紧密协作，共同努力，才得以顺利完成各项任务。其次，我也发现了自己的不足之处。在面对困难时，我往往会感到无助和迷茫，缺乏自信。因此，我认识到要学会坚持、勇敢面对困难，提升自己的能力，并在困境中找到突破。

活动让我对自己有了更深入的认识。在团队活动中，我发现自己是一个有责任感并且积极主动的人。在活动中，我主动承担起一些重要任务，积极参与讨论，发表自己的观点。这让我意识到，只有主动参与，才能实现自己的潜力。同时，我也认识到自己还有很多需要改进的地方，比如缺乏耐心和善于倾听他人的问题。这次活动让我明白了“世界上没有完美的人”，我会努力改正自己的不足。

通过活动，我也对他人的印象有了新的认识。在活动中我与很多陌生人成为了朋友，我们合作愉快，并一同取得了很大的进步。我发现每个人都有自己的闪光点，只要去发掘他们的优点，我们就能相互帮助，共同成长。遇到困难时，朋友间的互助才是最有力的支持。

这次活动让我领悟到了许多道理，也给我带来了启示。我意识到每个人都有自己的潜力，只要我们用心去发现和发展，就能够不断提升自己。同时，我明白了要珍惜机会和友谊。活动中，团队的友谊和合作是我们成功的关键，我要好好地珍惜这些宝贵的情谊。

总结而言，活动给予我许多宝贵的经验和教训，让我对自己有了更深入的认识，对他人有了更全面的了解。通过团队合作和个人努力，我充分体会到了困难不可怕，只要敢于面对，就能勇往直前。活动带给我的启示将在我今后的成长道路上起到积极的推动作用。我相信，通过这次活动，我将变得更加自信、积极，并勇于迎接未来的挑战。

**活动心得体会万能篇四**

活动是人们日常生活中不可或缺的一部分，参与活动不仅可以锻炼身体，还可以增加社交交往的机会。我最近参加了一次特别的活动，收获颇丰，让我深刻地体会到了活动的种种好处。在这次活动中，我不仅增长了见识，结交了新朋友，还体验了竞争的乐趣。下面我将详细介绍这次活动的过程以及我从中获得的心得体会。

首先，我要说的是这次活动的组织得非常出色。活动前期，组织者精心策划，详细安排了每个环节的内容和时间，确保活动的顺利进行。在活动现场，各种设备也一应俱全，给参与者提供了便利。比如，活动中需要使用的道具、器材等都一应俱全，并且还有专门的工作人员负责维护，确保活动的安全和顺利进行。组织方还提供了充足的食物和饮料，让参与者在活动过程中享受到了温暖和满足感。这样的细致周到的组织，让我深刻地感受到了团队合作的重要性。

其次，通过这次活动，我结识了一些非常优秀的人，并与他们交流了许多有意义的思想和观点。活动中，我结交了一位年龄相仿的小伙伴，他热情积极的态度让我感到非常的亲切。我们在活动中一起共事，互相帮助，建立了深厚的友谊。通过与他的交流，我发现他有独到的见解和思考问题的深度，真是让我受益匪浅。与他的交流不仅拓宽了我的眼界，还激发了我对于人生的无限热爱和追求。在活动结束后，我们成了好朋友，并一起制定了未来的计划和目标，希望能够互相鼓励共同进步。

再次，我在活动中体验到了竞争的乐趣。这次活动中有一个百米赛跑的比赛项目，我便主动报名参加，并像往常一样积极训练。在比赛前，我紧张而兴奋，全神贯注地等待着比赛的开始。当裁判发出起跑信号，我立即全力奔跑，希望能够有好的成绩。整个比赛过程中，我紧紧咬住自己的目标，不断超越自己，最终以出色的成绩获得了第一名。站在领奖台上，听到掌声和欢呼声，我感到前所未有的满足和自豪。这次比赛让我体验到了竞争的激烈和乐趣，也让我明白了只有通过与自己的较量，才能更好地提升自己。

最后，这次活动让我深刻地体会到了团队的力量。活动中有一个拓展训练的环节，任务是由小组合作完成。在任务开始时，我们小组构思了解决方法，并分工合作，每个人都充分发挥了自己的特长，互相协作，最终完成了任务。这一过程不仅增进了我们团队成员之间的默契和信任，还让每个人在与团队合作中发现了自己的不足和潜力。当任务最终成功时，我感到非常欣慰，也深刻理解到团队的力量远远大于个体的力量。

通过这次活动的参与，我深刻地领悟到了活动的重要性以及它给我带来的收获。活动的组织让我意识到了团队合作的重要性；结交新朋友并与他们交流的经历让我受益匪浅；竞争的乐趣让我明白了比赛的重要性；团队合作的环节让我学会了信任和协作。这次活动不仅让我度过了一个充实而快乐的时光，还让我认识到了自己的潜力与不足，并为未来的成长打下了坚实的基础。我相信，在以后的生活中，我会更加积极参与各种活动，以此来开拓自己的眼界和丰富自己的人生。

**活动心得体会万能篇五**

上海档案馆外滩新馆位于上海的标志性风景名胜地--外滩，是市级建筑保护单位。大楼共11层，总建筑面积为9270平方米。

上海档案馆外滩新馆是查阅政府公开信息档案文件资料的中心，是展示上海近现代城市历史发展的窗口，是市级青少年爱国主义教育基地，是档案工作者的温馨之家，也是具有浓厚历史文化韵味的休闲娱乐场所和旅游观光的新景点。

在1月20日下午，我们慕名来到了上海档案馆，参观了以\"做时代先锋，为党旗增辉--建国以来上海市共产党员先进事迹档案文献图片展\"的展览，展览包括了约200多幅照片、40余件实物展品、140多份档案文献。

同学们感触颇多：

\"有人说教师是太阳底下最神圣的职业;有人说老师是蜡烛，燃烧了自己，照亮了别人。这一位优秀的共产党员是教师队伍中的一朵奇葩，她就是查文红。她是一名下岗工人，她离开城市，赴山区支教，她更是一位爱生如子的优秀教师。\"

\"在展览中陈卫国的事迹唤起了我们的回忆，他在20xx年出警过程中，与歹徒搏斗英勇牺牲。从警22的年中，陈卫国多次被评为先进个人以及优秀，并于20xx年荣立个人三等功。\"

\" 让我印象最深的还是一辆自行车。这是一辆28寸的老式凤凰牌自行车 原来，正是这辆自行车，见证了华东医院院长俞卓伟心系患者的真情。他在瑞金医院工作期间，由于连夜工作，俞医生在自行车上打起了瞌睡，摔下了车，跌破了眼镜，车子也坏了。\"

通过此次活动，团员们走进了社会，更加真切的认识、学习了先进共产党员的先进事迹以及精神，通过一句句体现共产党员先进性的语言、一幅幅生动感人肺腑的图片、一篇篇弥足珍贵的文献、一个个真实而动人的故事，本次活动真正达到了\"进一步弘扬爱国主义思想，深化民族精神代代传教育，促使自身政治素养的提高\"这个目。

**活动心得体会万能篇六**

活动是人们日常生活中不可或缺的一部分，它们可以让我们放松身心、开拓眼界、结交朋友。经历了一次丰富多彩的活动后，我深刻地体会到了活动的重要性以及它给我带来的种种收获。

首先，活动让我学会了如何放松身心。在繁忙的生活中，我们常常会被琐碎的事物所压迫，难以找到放松的机会。然而，参加各种活动可以帮助我们远离日常的烦忧，放松身心。比如，我曾参加过一次户外徒步活动，这让我感觉自己置身于大自然的怀抱中，远离了城市的喧嚣。徒步途中领略到的美景和与队友们的亲密合作，让我暂时忘记了生活带来的各种压力和困扰。活动的过程中，我可以尽情地享受，放松自己，从而恢复了旺盛的精力和斗志。

其次，活动拓宽了我的眼界。在日常的生活中，我们往往只是局限于熟悉的圈子和思维模式里，难以看到更广阔的世界。而参加各种活动可以帮助我们与不同的人交流，感受不同的文化氛围。比如，我曾参加过一次音乐节活动，那是一个汇集了各国音乐和文化的盛会。在那里，我结交了来自不同国家的朋友，品尝了各式各样的食物，欣赏了不同类型的音乐和舞蹈表演。这次活动让我意识到，世界是如此多元化而丰富，而我不应该局限于自己的小圈子里，应该敞开胸怀去接纳和体验更多的事物。

此外，活动还让我结交了许多朋友。在平时的生活中，我们可能由于各种原因而难以与他人建立真诚的联系。而活动提供了一个机会，让我们有机会与陌生人交流和沟通，结交新朋友。比如，我曾参加过一次志愿者活动，与一些志同道合的人一起为社区服务。在活动中，我们一起分工合作，不仅完成了任务，还建立了深厚的友谊。这些交往与合作的经历不仅让我认识到了他人的价值和能力，也让我感受到了团结与合作的重要性。通过这些新交到的朋友，我不仅扩大了人脉圈，而且也丰富了我的社交经验。

最后，活动让我更加认识了自我。在参与各种活动的过程中，我不断挑战自己的极限，探索自己的潜能。比如，我曾参加过一次夏令营，那是一个充满挑战和变化的环境。在夏令营中，我尝试了各种我从未接触过的活动，比如攀岩、皮划艇等。尽管一开始我感到害怕和不安，但是在指导老师和朋友的支持下，我逐渐克服了恐惧，取得了可喜的进步。这次经历让我明白了自己的潜能是无穷的，只有不断挑战自己，才能不断成长。

总而言之，活动为我们提供了丰富多彩的经历和机会，让我们能够放松身心、拓宽视野、结交朋友、认识自我。通过参加各种活动，我收获了许多宝贵的经验和教训，这些经验将继续对我的人生产生积极的影响。因此，在未来，我将继续积极参与各种活动，为自己的成长和发展创造更多的机会。

**活动心得体会万能篇七**

BPD（边缘型人格障碍）是一种复杂的精神疾病，患者常常面临情绪不稳定、自我认同缺失和人际关系困扰等问题。为了更好地了解和支持这一群体，我参加了一次有关BPD的活动，并在其中获得了一些重要的体验和启示。下面我将分享这次活动的心得体会。

首先，这次活动使我更加深入地了解了BPD是什么以及患者所面临的挑战。通过专业人士的讲解和亲身见证者的分享，我了解到BPD与其他心理疾病的区别和共性。我意识到患者的情绪不稳定并非故意，而是病理性的。他们的自我认同缺失背后隐藏着一种深刻的无助和无控制感。这让我对这些患者产生了更多的同理心和理解，我深刻认识到我们应该用尊重和关爱的态度与他们交流与相处。

其次，与BPD患者直接接触的经历给了我深刻的启示。在活动中，我们组队完成了一项集体游戏，每个队伍代表一个BPD患者，其他人要模拟他们在日常生活中所面临的困难和挑战。通过这个活动，我亲身体验到了BPD患者内心的无力感和恐惧，我感受到了他们在人际交往中所经历的困扰。这让我更加珍惜自己拥有的健康和正常的情绪，并更加理解和关心患者所经历的痛苦。

第三，我从这次活动中学到了如何支持和帮助BPD患者。专业人士教会了我们一些与BPD患者交流和处理情绪的技巧。例如，我们应该尽量保持冷静和理性，避免对患者的情绪过度反应。同时，我们应该尊重他们的感受，给予他们安全感和支持，帮助他们建立积极健康的人际关系。这次活动不仅给我带来了知识，更给了我实际操作的机会，我相信这些经验会在我未来与BPD患者交往中发挥重要的作用。

第四，这次活动也让我认识到了心理健康教育的重要性。很多人对BPD和其他心理疾病存在着误解和偏见，往往会对患者过分要求或剥夺他们应有的权益。通过参与这次活动，我见证了许多改变观念的瞬间，看到与我一样的人们开始关注和学习如何更好地理解和支持这一群体。因此，我相信提高公众对心理健康的认识和理解，开展更多针对心理健康的教育活动是非常重要的，这样我们才能创造一个更加包容和理解的社会环境。

最后，通过参加这次活动，我意识到我能够对BPD患者产生积极的影响。每个人都可以通过倾听和宽容，给予他们支持和理解，帮助他们走出病痛的阴霾。我们作为普通人，也可以帮助他们建立自己的支持系统，与他们一起走向康复之路。我希望通过我自己的努力和行动，也能够为改善BPD患者的生活贡献一份力量。

总结起来，通过参加BPD活动，我深入了解了这一心理疾病的特点和挑战，通过亲身经历和学习，我学到了如何理解和支持BPD患者，并意识到心理健康教育的重要性。最重要的是，我相信我们每个人都有能力为改善BPD患者的生活做出贡献。无论是通过行动、关心还是宣传，我们都可以起到积极的作用。这次活动让我对自己和整个社会的心理健康问题有了更深刻的认识，也坚定了我走在心理健康教育道路上的决心。

**活动心得体会万能篇八**

唧唧复唧唧，木兰当户织。不闻机杼声，唯闻女叹息；三十功名尘与土，八千里路云和月。莫等闲，白了少年头，空悲切；北国风光，千里冰封，万里雪飘。望长城内外，惟余莽莽；大河上下，顿失滔滔，一句句耳熟能详的诗句从耳边飘过，宛如缕缕悠远的清香滋润着我的每个细胞，我灰色的心情也逐渐明朗起来。

我爱读书，它让我看到更美的世界，成为更好的人。

《孝经》让我懂得感恩，学会感恩。“身体发肤，受之父母，不敢毁伤，孝之始也。立身行道，扬名于后世，以显父母，孝之终也。夫孝，始于事亲，中于事君，终于立身”，“夫孝，天之经也，地之义也，人之行也”。百善孝为先，孝乃诸德之本，孝悌之至，能够通于神明，光于四海，无所不通。读之前觉得自己做的已很好，浅读后发现自己做的远远不够。《孝经》让我明白行孝要及时，要用父母能接受的方式，要多点耐心与陪伴。孝无终始,在以后的日子里，我要用孝敬之心抚平爸妈脸上的皱纹，让爸妈不孤单。

《大学·中庸》教会我严以律己，宽以待人。生活在今天的\'我们，压力都很大，也会有各自的问题与烦恼。“大学之道，在明明德，在亲民，在止于至善”，只有始终保持内心的光明，并不断地去实践才能达到至善至美的境界。以前同事找我帮忙，会帮但并不情愿，现在帮助别人，快乐自己，何乐而不为？“知止而后有定，定而后能静，静而后能安，安而后能虑，虑而后能得”，让我找到了解决浮躁的方法，“心诚求之，虽不中，不远矣”。独处时最能显现出一个人的本性，“莫见乎隐，莫显乎微，故君子慎其独也”，在我想对自己降低要求时，我会告诉自己“我受到的教育不允许我这么做”。“于止，知其所止，可以人而不如鸟乎？”相信坚持，我会更精进。

了凡先生让我明白，唯有反思与改过，才能更好地前行。“务要日日知非，日日改过；一日不知非，即一日安于自是；一日无过可改，即一日无步可进”，什么才是进步？改过就是进步。“人非圣贤孰能无过”，是人就会犯错，只是鲜有人会进行自我反思，认真改过。“吾日三省吾身：为人谋而不忠乎？与朋友交而不信乎？传不习乎？”，我在努力，愿你也是。“从前种种,譬如昨日死,以后种种,譬如今日生”，不恋过去，改正现在，期待未来。

《道德经》帮我端正心态，开启智慧。追求生活，要适可而止，不可过度，正如书中所言：“五色令人目盲；五音令人耳聋；五味令人口爽；驰骋畋猎，令人心发狂；难得之货，令人行妨；是以圣人为腹不为目”。“致虚极，守静笃”，让我在喧嚣中能尽可能地保持住心灵的宁静。“上善若水。水善利万物而不争，处众人之所恶，故几于道。居善地，心善渊，与善仁，言善信，政善治，事善能，动善时。夫唯不争，故无尤”，更是让我懂得要向水一样树立明确的目标，在实现目标的过程中低调做人，并有良好的心态，战胜自己，主动成长。

古诗词，令我的生活更富有诗意。聚会时，我会想到“胜友如云，高朋满座”；写出好句时，我会自夸道“笔落惊风雨,诗成泣鬼神”；落寞时，我会鼓励自己“竹杖芒鞋轻胜马，谁怕，一蓑烟雨任平生”；高兴时，我会想到“大江东去，浪淘尽，千古风流人物”；饥饿时我会想到“五花马千金裘，呼儿将出换美酒”；看到夕阳，我会想到“夕阳无限好，只是近黄昏”。

“人丑就该多读书”，读名作，读经典，用前辈人创造的精神食粮滋养自己，做文质彬彬的晋能人。最后用弟子规中的一句话与君共勉：勿自暴，勿自弃，圣与贤，可驯致。

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！