

最新精进力读后感 六项精进心得体会(优质5篇)

当看完一部影视作品后，相信大家的视野一定开拓了不少吧，是时候静下心来好好写写读后感了。那么该如何才能够写好一篇读后感呢？下面我给大家整理了一些优秀的读后感范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

精进力读后感篇一

读了稻盛和夫老先生的《六项精进》，发现一个创建了两个世界500强公司的企业家，他的经营理念居然是如此简单，只有六条，而且每条都是我们从小到大被教育的道理。可我们都懂道理，却不能成为他这样的人。那差距在哪儿呢，我想原因应该是我们只是懂道理，却没有应用，更谈不上应用到极致了。而稻盛老先生却把这些道理渗透到骨子里，时时用，事事用，这些道理不仅是他经营的理念，也是他做人的准则。

一、付出不亚于任何人的努力

我们都知道要努力工作，勤劳致富，而这还不够，稻盛老先生说，“每一天都竭尽全力，拼命工作”。天道酬薪，每一天都在拼命工作的人怎么可能不成功！稻盛先生说，“拼命工作是一切生命都在承担的义务”，我们向大自然学习，自然中的一切生命都在为生存而努力，我们人也是大自然中的一部分，要生存“也必须认认真真、竭尽全力”。可努力工作会很辛苦，所以稻盛先生又说，“只要喜欢你的工作，再努力也不觉其苦”。诚然，干自己喜欢的事情是不怕苦不怕累的。“全力投入工作就会产生创意”，正所谓“精诚所至，金石为开”，功夫到了，必然会产生想要的结果。“拼命工作可以磨炼灵魂”，磨炼灵魂感觉是一件很痛苦的事，我们很多人不愿意拼命工作，可能就是怕磨炼灵魂。不过虽然磨炼灵魂的过程很痛苦，可灵魂一旦磨炼过了，人生的境界就

会上一个层次，不再是只为自己，而是产生了“利他之心”，这样的人生境界心向往之，现在还做不到，可我愿意努力。

二、要谦虚，不要骄傲

“谦受益，满招损”也是我们每个人都懂得的道理，可要真正做到却是很难。很多时候我们表面上是很谦虚，可心里却是傲慢的不行，典型的表现就是挨不得批评，听不得质疑、否定的言论，别人说自己不好接受不了。在现在这样一个快节奏的社会中，能有人愿意花时间指出自己的问题，是难能可贵的，最应该报的态度是“有则改之，无则加勉”。我们普通人没有什么成就，都很难做到谦虚，而稻盛先生创建了两个世界500强公司，取得了这么大的成就却还一再告诉自己要谦虚，实在是令人敬佩！由此也可以看出，谦虚是多么重要！“惟谦受福”，只有谦虚之人，才能取得更大的成功，才能享受福气！

三、要每天反省

每天反省也是说起来容易做起来难。我们职场人每天都拿出一段时间，不看手机，不干别的，来回顾自己的一天，进行自我反省，真是很难。可自我反省却是非常重要的，因为人们往往都看不见自己的问题，如果没有人给自己指出来，就很难意识到自己的问题。发现不了问题，就更谈不上让自己进步了。所以还是要努力来做，每天花一点点时间反思和总结，坚持下来，会起到事半功倍的效果，自己的能力和为人处事会在每天的反省中精进！

四、活着，就要感谢

“对一切都要说谢谢”，有一颗感恩的心，不仅要感谢帮助过自己、对自己好的人，也要感谢那些对自己不好的人，因为有他们的存在，我们才能知道还有很多人对自己好，知道自己的不足。而常怀感恩之心，我们就会情绪愉悦、乐观开

朗，与更多美好的事物链接在一起，就能感受到人生的幸福和快乐。

五、积善行，思利他

稻盛先生说，“如果多做好事、善事，那么家人、家族有好报不必说，这种好报还会贯穿你的一生”。世界是圆的，万物互联，我们发出一个善念，经过一周循环，最后善念就会回到自己身上来。每一个人都有优缺点，从这个角度看，他是个坏人，可从另一个角度看，他可能就是个好人的。所以我们生活在世上，不管在职场中，还是在生活中，都要善待一切，包容一切，这样才能使自己的人生朝着美好的方向发展。

六、不要有感性的烦恼

不要有感性的烦恼是教我们向前看，以积极的心态迎接未来。事情既然已经发生，那么结果就成为事实了，与其陷在过去的一个结果中不能自拔，不如充分吸收经验教训，把未来的路走好。

大道至简，稻盛先生将经营企业这样一件复杂的事情化为这么简单的道理，我们今天学习了，就要奉行，付出不亚于任何人的努力，时刻保持谦虚谨慎的态度，每天进行自我反省，并感谢生命中遇到的一切人、一切事，多利益他人，以积极的心态迎接未来！

精进力读后感篇二

每一个人都是自己人生的经营者，经营自我、经营家庭、经营事业，是每位“经营者”自身的精进。稻盛和夫先生说：“六项精进是搞好企业经营所必需的最基本条件，同时也是度过美好人生必须遵守的最基本条件。如果人们能够日复一日地持续实践这六项精进，人生必将更加美好。美好的程度甚至超乎我们自己的能力和想象”。

六项精进包括：努力——付出不亚于任何人的努力；谦虚——要谦虚，不要骄傲；反省——要每天反省；感谢——活着，就要感谢；利他——积善行，思利他；乐观——不要有感性的烦恼。世上所有人都希望得到幸福，可为什么有些人就是得不到幸福呢？按照稻盛先生的教导，获得幸福是有章可循的，只要符合宇宙意志就行。宇宙的本质是爱、真诚与和谐，只要我们与宇宙实现同频共振，全力以赴就一定能幸福。六项精进是用来践行的，践行得越彻底，收获就越大，幸福感就越强。更重要的是，心灵创造幸福，遇事能深度思考目的、意义，能从价值观和思维方式上寻找原因，寻求改正的方式方法，能够深入灵魂思考问题的本质。幸福地活着，是有实实在在的方法的。

一、努力

这里说的努力，不是指普通的努力，而是指付出不亚于任何人的努力，全心全意过好每一天。诚心诚意、全力以赴去做事，毫无怨言，专心致志，尽心尽力，用心培养“我要做”的精神！作为团队的领导者，为了员工要比任何人都努力，优先构建人与人之间的良好关系，用好经营与会计的力量，打造高绩效团队去创造优秀业绩！

我们要从自身的职业目标和未来方向上找到努力的意义。一个人的大部分时间都在工作，需要为工作找到目标和意义。工作等于幸福，为工作立下志向，全神贯注地去做。让工作和家庭两全其美，在家以身作则做出榜样，实现家庭和谐安定幸福。有意注意、带着明确的意识和目的去关注重点事项，先动手做起来，边奔跑边思考！自己的员工自己培养，培养员工要具备“担雪埋井”的精神，提升员工和自己的人格。按照“因果法则”，人生的幸福程度和人格的高低成正比。

二、谦虚

谦虚的人受人尊敬，谦虚的人成长迅速，谦虚的人获得幸福。

谦虚，就是持续幸福的秘诀。高尚者乃谦虚者、自控者，坦诚的人能取得别人的经验知识。越有力量，越需要提高心性。每天谦虚真诚，仅仅知道没有任何作用，需要扎扎实实钻研与努力。

《了凡四训》中有言：“唯谦受福。”意思是说只有谦虚的人，才会有福报。成功和失败都是人生和事业的考验。我们未来事业成功与否，我们家庭是否幸福，都必须牢记“唯谦是福”四个字，并时时铭记在心，践行在事业和生活之中。我们要时时反省不足之处，兢兢业业，始终保持谦卑之心，以率直之心度过人生。

三、反省

天天反省是为磨炼心志而不可须臾忘却的实践，需要抱着谦虚的态度，如实承认自己的弱点和不足，然后不惜一切努力奋斗。因为无论主观上多么希望保持谦虚，不知不觉中都会装出什么都懂，摆出自以为了不起的臭架子，这就是人的常态。每当意识到自满、得意忘形、疏忽等过错的时候，给自己一个认真反省的机会，重念严格自律的紧箍咒，不断提升自己的心志。

反省不是为了失去和做过的事情而后悔，更重要的是为了自己更好的发展，吸取教训努力向前，把时间用于提高心性，全心全意考虑“怎样才能做到”。“行有不得，反求诸己”，准确地掌握原因，摆脱一般人的常识，提升解决问题的能力，理解问题的原理，坚定心志不被问题摆布！自家掘坑自家埋，自己是令人满意的人吗？正确的行为理应带来好结果，学会与自己对话，不真诚是无法成长的。

四、感谢

感谢是万能药，感谢不仅能把自己引向愉悦的境界。同时，也会让周围的人快乐起来。“无论遇到什么事都要感谢。”

我们必须用理性把这句话灌进自己的头脑。随时都准备说一声“谢谢！”持有这种心态非常重要。困难来了，那是成长的机会，应该感谢。好运降临，更是难得，当然也要感谢——时刻准备说“谢谢！”有意识地在自己心中预留感谢的空间。

感谢来自于满足，不满足不会产生感谢之心。但是，满足不满足到底是怎么回事呢？多的就满足，少的就不满足，问题有这么单纯吗？从物质层面讲也许如此。但是，得到相同的东西，有人不满足，有人却很满足。有人所得不多却很知足，有人无论得到多少，永不知足。有人老是忿忿不平，有人却总是心满意足。归根到底，这是一个精神层面的问题，是一个心态问题。不管物质条件如何，只要产生感谢之心，就能品味满足的感觉、自然而然地感受到幸福。

五、利他

求利之心是人开展事业和各种活动的原动力。大家都想赚钱，这种“欲望”无可厚非。但这种欲望不可停留在单纯利己的范围之内，也要考虑别人，要把单纯的私欲提升到追求公益的“大欲”的层次上。这种利他的精神最终仍会惠及自己，为社会、为世人做出贡献。当你独身时，会优先考虑自己一个人的生活，但一旦结婚成家，就要为家庭做事，为养育孩子负责。这时候，个人的行为无意中就包含了利他的要素。

心怀利他，才能站得更高，看得更远。认真思考人生和事业，成为付出的人，多付出必将带来成功。刻意地为别人着想，让别人优先，这是十分有好处的。用因果和利他思想倾听别人讲话，成为给人带来积极影响的人，用自己的专业技能为他人做贡献。工作中决不能做甩手掌柜，在下属做不到的时候，应该适当地给予指导。要根据对方的心性及其工作能力，给予与其水平相当的实践机会。该严厉的时候严厉，该和蔼的时候和蔼，严于律己，严以待人，“大善似无情”。

六、乐观

人生在世，担心、失败等烦恼是常事，这时候绝不可心情郁闷，不要有感性的烦恼。覆水难收，人总为已经的失败而悔恨，毫无意义。老是闷闷不乐会引起心病，接下来会引发身体的毛病，最终给自己的人生带来不幸。要对失败的原因进行深刻的反省，然后就把它忘掉。要迅速地将精力集中到新的目标、新的思考和新的行动中去。不要让已经过去的事再困扰自己，心里要想新的事情，新的想法要转移到新的行动上去，这一点很重要。

我们常常会因为工作上的失败而担心忧虑，我们会很失望，很懊悔。但是，无论失望也好，懊悔也好，失败了的事情不可能从头再来。已经发生了的事既然无法改变，就干脆把它忘掉，将全副精力投入到新的工作中去，这是最要紧的。坦然地接受现实，调整心态重新振作起来，保持乐观开朗的态度，鼓起勇气努力打拼！

六项精进的核心指导思想是“作为人，何为正确”，践行“六项精进”，会在生活和工作中带给我们智慧和力量。六项精进行与落地，首先是思想和灵魂的落地，在做中觉，在觉中做，践行致远，砥砺前行！稻盛先生说：“工作即修行”。工作是修身养性的一种方法，拼命工作能塑造人的心灵和品格。践行即修行，修行即承担，承担即成就！践行六项精进之路，是追求幸福利他共赢之路：为客户创造价值，为员工谋取幸福，让企业经营的相关方都受益。当我们走在正确的路上，付出不亚于任何人的努力把人生和事业经营好，我们就可以获得幸福，就会内心充满喜悦。六项精进是生命最重要的感悟和觉醒，真正的成就感，是在帮助他人收获和成长中体会生命的意义！

精进力读后感篇三

精进是佛教中一个非常重要的概念，也是可以用在我们现实生活中的。在修行中，精进是提高自身修行水平的基础，而在我们日常生活中，六精进也是我们所追求的目标。六精进

包括精进于信、戒、修、施、耐、智六方面，这六种精进更多的是一种行为上的修行。在我的修行生涯中，我对于六精进有一些新的体会与认知。在下面，我将分享一下自己的感悟。

第二段：信

在佛教经典中，信是第一个具备特别重要意义的道德准则之一。强大的信心不仅是建立在我们自己的修行基础上，同时也表明我们对于佛法的信仰，在了解佛法之后，我们应该从心底里虔诚信仰佛法。这样，我们才能真正地沉淀和感悟到佛法的真正含义。这也是精进在信方面的真正含义。对我而言，尽管不是一名佛教的信徒，但我坚信信心是我们所追求的成功的基础之一。

第三段：戒

在佛教中，戒的含义并不仅是禁止，而是一种有意识地约束我们的行为，使我们的行为得以更加合理化，也使我们更加纯净。进行戒修，不仅仅是简单地约束自己的行为，更是一种自我警惕和自我教育。在戒修上，有时候我们可能会感到有些难以约束自己的行为，但是，当我们认真地去思考我们的行为的原因，我们会发现原因通常是贪婪和欲望。在这种情况下，我们应该提升自己的思考能力，把对自己的认识提升到更高的层面，我们才能够真正地做到戒心坚定。

第四段：修

修行是精进的重要组成部分。在修行中，我们应该注重的是整个过程，而不是结果。在修行的道路上，我们会遇到很多挑战，这些挑战可能会让我们觉得困难重重，但是我们不能因此轻易放弃，只有不断地坚持，才能真正成为一名真正的修行者。只有在坚持不懈的努力中，我们才能够真正地体验到修行所带来的收获。

第五段：施、耐、智

施、耐、智是佛教中尤为重要的三种精进。在施方面，我们应该学会理解和欣赏他人，这样，我们才能够更加充满善心。在耐方面，我们应该学会耐心，因为只有耐心，我们才能够真正地面对一切未知的困难和挑战。最后，在智方面，我们应该学会思考，学会独立思考，因为只有这样，我们才能够真正地领悟到佛法的内涵。

结尾：

总之，六精进让我们在日常生活中有着一个更加明确的方向。六精进是我们精神修行最为重要的方面之一。只有通过六精进的修行，我们才能够更好地充实我们的人生。这并不是是一件容易的事情，也不是一件轻松的事情，但是理解六精进的真正含义，并融入到日常生活中，就能够帮助我们在人生道路上取得更大的成功。

精进力读后感篇四

精进是指在某个领域中追求进步、不断提高、更好地实现目标的过程。精进能够让我们在自我实现的路上越走越远，更好地实现自己的价值。在我的人生道路上，我也始终秉持着精进的态度，在学习、工作、生活等各个方面努力拼搏，不断探索与尝试，取得了不少成果与收获。本文将分享我的精进心得，以期对广大读者有所启示和帮助。

第二段：坚定目标

要想实现精进，首先需要确立明确的目标。只有明确了自己要追求的目标，才能更好地规划实现的路径和方法。在过去的学习和工作中，我一直秉持“不落单一颗子弹”的理念，即不断寻找与制定更高、更具有挑战的学习和工作目标，并通过不断培养自身的能力、开拓自己的眼界，实现精进。回

回顾历程，我深感目标的坚定对于精进的重要性，只有明确的目标才能让我们始终朝着正确的方向前进。

第三段：全面提升

在实现目标的过程中，全面提升自身的能力和素质也是非常重要的。无论是学习还是工作，我们都需要具备相关的专业知识和实践经验，同时还需要很好地掌握各种技能和方法。发展自己的批判性思维、创新意识和实践技能等，都是提升自己实践能力的关键。在这个过程中，需要根据自己的情况，制定相应的学习和工作计划，并坚持执行，不断提高自己的综合素质，实现全面提升。

第四段：积极探索

积极探索是实现精进的重要条件之一，只有“走出去，走向更广阔的天地”才有机会遇到更多的挑战和机遇，从而更好地发掘自身的潜能。在我的职业生涯和成长过程中，我一直坚持着积极探索的态度，在学习中主动了解行业前沿和相关知识，通过实践探索研究出一些具有创新性的业务理念与方法，也不断深化自己的文化、社交和生活圈子，积极拓展新的人际关系和领域，从而汲取更多的经验和启示，实现精进。

第五段：持之以恒

最后，持之以恒也是实现精进的关键条件。只有长期积累与坚持不懈的实践，才能真正让自己走向成功。在我的成长过程中，我也曾面临过种种挑战和困难，但我始终秉持着“步步为营，力求进步”的信仰，坚定不移地前行。只有付出不懈的努力，持之以恒地执行计划，并不断总结经验教训，才能最终实现精进。

结语：总结文章

在实现精进的过程中，坚定目标、全面提升、积极探索、持之以恒都是不可或缺的，这些也是我们在日常学习、工作中所最需要的。我们要以动力与耐力为动力，以勤奋与心态为基础，持之以恒地推进自我发展，走好未来的路。

精进力读后感篇五

人生中有许多事情需要不断地学习和精进，这是一种不断自我超越的过程。无论是学习新技能、提高工作能力、还是掌握更多的知识，都需要我们不断努力和付出。本文将探讨精进的心得体会，分享一些精进过程中的经验和感悟。

第二段：坚定目标

要想在某个领域达到令人满意的成就，首先需要坚定目标。明确自己的目标和方向，然后制定可行的计划和方法，逐步推进。同时要保持耐心和恒心，实现一个小目标后再向更高的目标挑战，在实现目标的过程中不断完善和调整计划。

第三段：不断学习

精进的过程需要不断的学习。由于时代不断发展，技术和知识也在不断更新和深化，所以不断学习是精进的重要手段，可以帮助我们保持竞争力和生命力。在学习的过程中，需要保持好奇心和求知欲，勤于思考和总结，积累经验和知识，同时也要有开放的心态，接受和吸收新鲜思想和理念。

第四段：积极实践

学习只是精进过程的一部分，更为重要的是积极实践。只有将所学到的知识和经验落实到实践中，才能真正地增强自己的能力和技能。实践不断，不断的总结，才能不断提高自身的水平和能力。

第五段：总结和反思

精进的过程不是短暂的，而是要经历长期的积累和总结。在实践中总结经验和反思，发现自身的不足并制定下一步的计划和目标，保持不断进步的势头。只有不断精进，我们才能在人生中走得更远，拥有更加美好的未来。

总之，精进是一种不断自我超越的过程。需要我们坚定目标、不断学习、积极实践以及总结反思。只有这样，我们才能在自我提升的道路上越走越高，拥有更加美好的明天。