

去寺庙的心得体会(大全5篇)

心得体会是我们在成长和进步的过程中所获得的宝贵财富。那么你知道心得体会如何写吗？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。

去寺庙的心得体会篇一

第一段：引言（100字）

军人修行是一项持久而艰苦的过程，涉及到武装力量的培养、军事技能的训练以及心理素质的锤炼。在这个过程中，每一位军人都会积累出独一无二的心得和体会。本文将通过连贯的五段式文章，阐述军人修行的重要性、艰辛性以及心得体会。

第二段：修行的重要性（200字）

军人修行在维护国家安全和稳定中起着举足轻重的作用。军人修行是一种强身健体的修行方式，它不仅能够锻炼我们的身体素质，还能塑造我们的意志品质。军人修行通过严格的纪律要求，使我们养成了规律、守纪、遵守诺言的好习惯，培养了坚韧不拔、勇往直前的品质。军事技能的训练使我们在保家卫国的使命中更加得心应手，有能力迎接各种挑战。

第三段：修行的艰辛性（200字）

军人修行并非一帆风顺，其中蕴藏着许多困难和挑战。首先，军人修行需要我们持续进行长时间的艰苦训练，忍受身体的疼痛和忍耐力的考验。其次，军人修行也要求我们在极端环境下保持冷静，如部署在战地任务，在高强度和压力下掌握冷酷无情的战斗技能。此外，军人修行还包括对生命的承担和牺牲，为国家和人民的利益而奉献自己，这无疑是一种极其巨大的精神压力。

第四段：修行的心得（300字）

在军人修行的过程中，我悟出了许多心得和体会。首先，顺应命运是修行的关键。军人修行必须面对不确定性和风险，我们需要学会接受和适应，勇往直前。其次，锻炼自己的身体和心理素质是修行的重要一环。良好的身体素质和稳定的心理状态有助于我们在困难和危险面前保持镇定和冷静。再次，学习团队合作和领导能力是军人修行不可或缺的一部分。只有团结协作，互相支持，我们才能有效地完成各项任务。最后，坚持理想和使命是军人修行的精髓。军人修行需要时刻保持对国家和人民的责任感，为了祖国的繁荣与安宁奋斗终身。

第五段：结尾（200字）

军人修行是一生中最重要的阶段之一，它是对我们身体、意志和精神的全面考验。通过军人修行，我们不仅在职业上获得了成长和进步，也在品质和价值观上得到了提升。在这个过程中，我们学会了坚持不懈、锲而不舍，同时也收获了团队合作的乐趣和毅力。不论是在军队还是在社会生活中，我们都能运用这些修行心得和体会，为社会稳定与进步做出更大的贡献。作为一名军人，修行不仅仅是我们的义务和使命，更是我们人生旅途中的一种宝贵经验和财富。

去寺庙的心得体会篇二

各位法师、各位居士：

今天座上的几位大居士要我来给大家讲几句话，但是我不讲话，那么就把这几十年来我个人修行中的一些心得体会，拿来跟大家聊一聊吧。

我本人是搞禅宗的，出家以后就到高明寺亲近来果老和尚。来果老和尚同虚云老和尚一样，都是当代禅宗的大宗师，都

是已经明心见性了的。来果老和尚是在金山开悟的，虚云老和尚是在高明寺开悟的，我出家以后，有幸先后亲近了这两位大善知识，所以自己虽然没有修持，也勉强觉得几十年的光阴没有白过。

今天各位让我来讲禅宗，那么我就先讲一讲禅宗的渊源。大家一定都知道世尊在灵山会上拈花示众、迦叶尊者破颜微笑的典故——‘以心印心、心心相印’，这就是禅宗这一顿超法门在印度，从迦叶尊者始，禅宗一直流传了二十八代。到第二十八祖菩提达摩的时候，他远渡重洋到中国来传法，成为中国禅宗的初祖。达摩初祖在少林寺面壁九年，后传法给二祖慧可，慧可传法给三祖僧璨，僧璨至四祖道信，之后是五祖弘忍、六祖慧能……。我也是这个宗门下的，传到我这里，已经是第四十四代了。

什么叫做‘禅’呢？‘禅’，就是‘禅那’，翻译成‘静虑’，就是我们思想清净地去来回思虑。又翻成‘思维修’，我们可以在这个思想上去来回思维，去修它。

禅宗这一法，现在名义上还存在，实际上在这门下，依此用功办道、开悟的人是越来越少、越来越少了。在过去唐朝、宋朝、明朝，甚至于清朝，还有少数开悟的，像虚云老和尚，来果老和尚都是属于清朝的——这以后开悟的都没有听到。是不是没有开悟的呢？开悟也有大、小之分。如我宗门下，大悟十八，小悟无数。为什么我这样讲呢？我们对于一桩事物不明了，最终明白了，这就是一种‘悟’，这是一种‘小悟’；‘大悟’是彻底明心见性——二者完全是不同的。

宗门下这一法，最重要的就是要‘起疑情’。什么叫‘疑情’呢？它是指我们对一桩事情不明了，不明了这桩事情究竟是什么东西，体现在禅宗这一法里面，就是禅宗历史上诸多的公案。过去祖师也讲：父母未生以前，如何是我本来面目。我未生以前，究竟哪一个是我本来面目呢？自己知道不知道？不知道。不知道，这就是一个疑情。也有祖师提‘狗

子无佛性’。一切众生都有佛性，为什么‘狗子无佛性’呢？大家就可以从这里入手，去参究它。这就是从那个你不明白的地方去起疑情。

明万历年间以后，念佛的人就多了。念佛的人多了以后，就提出一个‘念佛的是谁’——我明明知道自己念佛，那么这个念佛的究竟是谁呢？在高明寺，来果老和尚就提倡‘念佛的是谁’这个疑情，就是教你在‘念佛是谁’这四个字上面去来回地、反覆地‘参’……。

禅宗中还有‘万法归一、一归何处’等疑情。总而言之，佛说八万四千法门，都是为了利益众生、成就众生，使众生离苦得乐。不论用哪一法门，都是为了降伏其心。降伏什么心呢？就是降伏我们尘劳、烦恼、无明、贡高、嫉妒、人我、是非这一切一切的心。为什么要降伏这些心呢？因为这些心，都是我们生死的根本。我们从无量劫到今天，在六道轮回中滚来滚去，都是因这些而起。有这些心，才有这些轮回；如果没有这些心，就没有这些轮回了。本来我们自性是不生不灭、不垢不净、不增不减的，为什么今天还有这一切一切的东西呢？都是由于我们自己所造成的。过去古人也讲：‘人之初，性本善；性相近，习相远’，我们‘性相近’，习气就远得很！本来我们自性的心是很清净的’，因为有了这些习气的污染，才有我们今天的生来死去、死去生来，才有六道轮回。那么我们今天学佛用功，就是为了消除一切心，消除一切尘劳、烦恼这些东西。而这些东西怎么去消除呢？不是说我们把这些东西都甩掉它、不要它——这些东西都是‘无相’的，既‘无相’，怎么去甩掉它？我们的罪业也是‘无相’的。因为普贤菩萨讲，我们从无始到今天，由身、口、意所造的诸恶业，无量无边。若有相时，虚空都不能容受。既然这些罪业无相，那么我们怎么去消除它？不是我们拿一个什么思想去消除它，也不是拿一个什么东西来消除它，要拿我们这个心来消除它。我们每一个人，就是一个心、一个念。既是一个心、一个念，为什么你这里在用功，那里还在打妄想呢？是不是有两个心两个念呢？不可能。如果我们

两个心、两个念，那么我们将来就成两个佛了，我们在用功的人，只有一个心、一个念。我们修行人在用功时，知道有了妄想，那正说明你在用功。如果你没有用功，根本就不知道什么叫‘妄想’。为什么？我们一个人活了几十年，一天到晚都在妄想里头。我们的生死及与其相关的一切，都是由妄想所造成的。不去用功，就不会察觉这种状态，因而也就不知道什么叫‘妄想’，什么叫‘用功’。如果你今天能够知道有了妄想，那就证明你的思想还在用功。

我们这个功夫，是在高明来果老和尚教的。他教我们要起疑情。他这个疑情呢，就是要我们问‘念佛的是谁’，要在不明白处——‘谁’字这个地方去参究。有些人不明白，不明白这个地方，谁；再问它一句，到底是谁——反覆在这个不明白的地方‘谁’字上来回地参下去。你能够在这个地方一直参下去，那么这个疑情，就不仅仅是一个不明白，而是很有滋味的了。我们真正有了个疑情，就会明白，这个疑情的力量是大的。就像我们吃东西，越吃越高兴，吃酒、吃饭，好得不得了地吃，那个滋味很好的。而我们的功夫要在不明白这个地方、这个疑情上来回地去追究。所以我们只要一把疑情提起来。功夫就得现前。好了，你就在这个疑情上绕来绕去地参究，看看到底是‘谁’，就在这个‘谁’字上去用功夫。当我们粗粗地用功时，还是有妄想的，这个妄想很厉害，按我们宗门下的讲话，叫‘一人与万人敌’。什么叫‘一人’呢？‘一人’就是我们参话头的这个念头；‘万人’呢？就是我们的这些妄想。这些妄想很多、很厉害，你不打，它们自己也会打的。原因是什么呢？因为它几十年已经熟透了。而我们的功夫，却用得很少。譬如你现在三十岁，在这三十年的时间里，你有没有用三十年的功夫啊？没有。但你要知道，在这三十年的时间里，你打了三十年的妄想，妄想已熟得不得了。妄想既已熟得不得了，它就成为‘细念’；而我们用功的这个念头儿，是个粗念。这个粗念在上边，细念在下边，所以我们参‘念佛的是谁’，一会儿就不知念头儿跑哪儿去了。

‘念佛的到底是谁’，它还要翻起来，这个‘翻’，我们用功的人叫‘翻业识’。‘翻业识’是不是把它去掉呢？不能去、不要去。不要去的原因是什么呢？宗门下如果让我们一心一意去降伏这些妄想。这些东西，就好比‘搬石头压草’——你看到地上草很多，去搬一块石头把草压下去。看那个石头，面上没有草，是不是啊？但你把石头搬起来以后，那个草照样还是一样。所以我们用功的人要‘斩草除根’，这是最主要的。如果不能斩草除根，而是搬块石头来压上，那是没有用的。这点希望各位注意。不要专门、有意地去压这个妄想。但是不压，用功时妄想又很多，怎么办？那就你作你的，它搞它的。为什么这个‘它’这么厉害呢？我不是讲了吗，它已搞了很长时间，它已经熟透了。你这个‘家’，你这个身体，一切的一切，都是由它所造成的。现在你从外头领进一个生人，要把它赶走。而它已霸占你的‘家’、身体那么久，一个生人想将它赶走，真是不容易。它就是要跟你拼命，也要跟你打。所以我们用功的人，只有你作你的，它搞它的。我经常打这样一个譬喻：好比妄想是十分，你用一分的功夫，妄想便剩九分；用两分的功夫，妄想便剩八分；用三分，妄想剩七分。你用功越多，妄想剩的便越少。而我们之所以不能达到没有妄想的程度，是因为我们功夫不够深，思想不能统一。如果你的功夫深，那么有了功夫就没有妄想，有了妄想就没有功夫，那就‘时时相通’了。一方面我们用功的时间还是太少，另外我们用功的念头还是一个粗念，而打妄想的念头还是细念，因为它已熟透了。如果我们用功的念头最后成了像打妄想这样细的念头，就好了，那就是不参自参、不念自念、不疑自疑了。

我们现在是不是能做到这样呢？

做不到，所以只好由它去。它要进来，就不管它。你的功夫越来越深、越来越牢，妄想自然越来越少。所以我们参话头也好，念佛也好，或念经咒，都要好好用功。所谓‘打得念头死，法身方能活’，念头打不死，法身不是能活的。所以我们要想把妄想铲除掉，就要好好用功。要从根本上彻底地

把它铲除，这才是真用功。我们现在用功的人，都是在静坐上面用功，但一动起来就没有功夫，甚至在定中的时候，这个功夫还没有把握。什么叫‘把握’呢？刚才我提到的‘念佛的是谁’，这个不明白，不是完全的功夫，是要在这个不明白的地方起疑情。为什么要起疑情呢？古人讲：‘大疑则大悟，小疑则小悟，不疑就不悟。’我们有了疑情才能悟。为什么有了疑情才能悟呢？大家想一想，因为这个疑情，它真正地功夫得力，可以疑成一团、打成一片，什么妄想也没有；真正地功夫得力，可以忘身心、忘世界，一切都能忘的。

我们用功的人要达到这种功夫，不是一下能做到的。当然过去古人、祖师都是一闻就开悟。一闻就开悟，那是在什么时候？那是在唐朝到清朝，那个时候的人善根深厚。可是我们现在，越到后来众生的孽障越深重，善根福德越薄。要知道，那些用功用得好、一闻就开悟的人，已经走了很长的路，我打个比喻：比方我们去广州或香港，这一千里路，我们是坐飞机、火车，搭汽车，还是步行？当然我们坐飞机最快了，是不是啊？火车要慢一点，汽车更慢一点，步行就更慢了。但是不管快慢，总是要走；几时不走，几时不能到。所以我们佛教，最主要的不是讲，讲得再好，那都是假的；最主要的是要行。我们一定要行才能到家，不行不能到家。

去寺庙的心得体会篇三

第一段：引言（100字）

军人作为国家的守护者，在其岗位上经历了无数的磨砺与考验，在修行的过程中积累了许多宝贵的心得体会。本文将从军人的职责，团队合作，意志力及坚持等几个方面，探讨军人修行的心得体会。

第二段：军人的职责（250字）

军人的首要职责是保家卫国，为国家的正常运行维持一片安

宁的天空。军人修行的体会在于将国家利益置于个人之上，时刻以全局的思维和视野来考虑问题。他们以崇高的使命感为动力，对工作付出百倍的努力，即使是在困难和危险面前也毫不退缩。军人修行的体会深化了他们对职责的认识，使其以更加严谨的态度，更高的效率完成任务。

第三段：团队合作（300字）

在军队中，团队合作是不可或缺的一部分。只有团队的默契配合，才能提高战场上的胜算。军人修行的体会使他们逐渐懂得了相互信任、互相扶持的重要性。通过密切的配合和有效的沟通，军人能够更好地克服困难，实现目标。此外，团队合作还培养了军人的领导能力，让他们在逆境中能够发挥出最大的潜力。

第四段：意志力（300字）

军人修行的体会中，意志力是至关重要的品质之一。在军队的训练和战斗中，经常会面临身心上的巨大压力和疲劳。只有坚定的意志力，才能让军人在逆境中坚持下去，并保持积极的态度。跨过每一个坎坷、战胜每一次困难，都是军人毅力和信念的证明。意志力也让军人更加冷静和理智，能够在紧急情况下做出最佳的决策。

第五段：坚持不懈（250字）

在军人修行的过程中，坚持不懈是必不可少的。军人修行的体会是在每一次强化训练中逐渐得到的。无论是身体的锻炼还是心理的磨砺，在艰苦的环境中坚持下去，才能一步步成为真正的军人。军人修行的体会还表现在对于人生态度的影响，教会他们面对困难时永不言败的品质，并从失败中不断总结经验，不断前进。

结尾（100字）

军人修行心得体会的宝贵经验，不仅对于军人个人成长有着重要的意义，也对于我们普通人的成长与进步具有启迪作用。军人的修行体会告诉我们，舍小家为大家，团队合作，坚持意志力，和持之以恒的毅力，是我们凡人成长的重要法则。通过学习军人修行的心得体会，我们可以更好地应对生活中的挑战，同时也能为国家的繁荣与发展贡献自己的力量。

去寺庙的心得体会篇四

作为一名军人，我深深体会到了军人修行的重要性和价值。多年来，通过军队的严格训练和实践锤炼，我发现军人修行不仅是一种精神素质的提高，更是一种全面发展的体验。本文将从军人的忠诚、纪律、责任心、坚持和团队合作五个方面阐述军人修行的心得体会。

首先，军人修行的核心是忠诚。作为一名军人，忠诚是价值观的核心。无论是对国家、对人民，还是对军队、对战友，忠诚都是不可忽视的要素。在我军斗争之初，忠诚于党和人民的理念激励着一代又一代的军人前仆后继、英勇杀敌。忠诚不仅表现在一言一行中，更体现在胸怀深处，是一种信仰，是一种不敢背离的底线。

其次，军人修行需要严格的纪律。军人纪律严明，是行之有效的手段，在任何情况下都不能丢失体制内的秩序和自我约束。军人是法纪的制度的忠实执行者，在需要时，能够高效快速地应对各种非常态状况。军人要修炼自己遵纪守法、迅速执行命令的能力，以适应各种军事行动任务的需要。

第三，军人修行需要培养责任心。军人是人民的保卫者，是祖国的中坚力量。无论是在平时工作中，还是在紧急情况下，军人都要时刻保持高度的警惕和责任心。要时刻关注困难和困苦，尽自己最大努力去帮助他人。这种责任心不仅表现在军人的任务执行中，也体现在军人一丝不苟的作风和兢兢业业的态度之中。

第四，军人修行要坚持。军人修行的过程是艰苦而漫长的，需要坚持不懈的努力。军人修炼的道路上充满了各种考验和挑战，只有在压力面前毫不动摇，保持持久战斗意志，才能真正获得成长和进步。军人要坚信坚守初心，始终保持对事业的热忱与热爱，通过不断地努力和奋斗，不断提高自己的素质和能力。

最后，军人修行需要团队合作。军事行动极度依赖于团队的力量，在集体中完成个人目标是军人修行的核心。军人要学会团结与协作，合作精神是军人必备的品质之一。只有通过相互协助、相信和支持，才能更好地发挥自身的优势，提高战斗力，完成任务。

综上所述，军人修行的心得体会体现在忠诚、纪律、责任心、坚持和团队合作等多个方面。只有通过不断的锻炼和实践，军人才能获得这些品质，并将他们贯彻于自己的工作和生活中。军人修行既是一种体验和修行，更是一种信仰和责任。作为一名军人，我将一直努力修炼自己，不断提高自己的综合素质和能力，为军队事业的发展尽自己最大的努力。

去寺庙的心得体会篇五

静宁二幼东关分园朱军儿教师是一个神圣的职业，肩负着为祖国培养下一代的历史重任。当一名教师容易，但是要当一名好幼儿教师却是不易的，通过这次培训，我有几点体会：

一、教师必须具备创新观念与创新思想。

学活动延伸到相关联的现实生活中去，改变封闭的教学形式，让学生通过实践活动亲身感受具体而丰富的客观世界，从而激发其好奇心和求知欲，使其在实践过程中发现问题、解决问题。

二、教师必须具备较高的业务素质。

要实施创新教育理念，创新型教师必须具备以下几种业务素质：(1)有丰富的知识结构，这是教师发挥创造性的基本保证。(2)有较高的管理艺术。管理包括两方面，一是班级的整体管理，二是针对每个学生的个别指导。(3)有丰富的感情。教师声情并茂的朗诵，热情洋溢的赞赏以及在与学生接触时的仪态、表情和举止所表现出的积极情感能随时地激发、调动学生的热情，激发学生的学习动机，学生因“亲其师而信其教”，变苦学为乐学，单纯的知识传授变成了双向的情感交流，使教者亦乐、学者亦乐。

三、教师要有敬业精神。

都有本我、自我和超我三个心理层次，培养教师的敬业精神，弘扬好的风气，鼓励教师为神圣的教育事业奉献自己，会使每个人通过自我的修养，约束本我的不正当欲念，达到超我的境界。倘若不抓住教师敬业精神的培养，素质教育就可能是空中楼阁，只有培养出良好的教师敬业精神才能把素质教育落到实处。因此，欲兴事，先兴人，铸造爱岗敬业的高尚形象，并努力提供一切所必需的条件，使每个教师忠诚于党的教育事业。有了这个基础，教师的教育观、质量关、人生观等就比较容易调整到位，跟上时代的步伐，他们才会自觉地站到素质教育的前列，成为合格教师。

四、力求成功教育。

成功教育认为，教育面向的是人，培养的是社会需要的人。每一个学生都有成功的潜能，都有成功的愿望和需要。通过教育，每个学生都可以在原有的基础上获得成功，取得发展。成功教育强调，通过教育的改善，促使学生获得多方面的成功，激发其形成自我学习、自我教育的内部学习动力机制，自我开发潜能，成为学习的成功者，从而为其成为社会的成功者做好基础素质的准备。

成功教育既有改革教育目标的意义，又有改革教育方法的意

义。改革教育目标的意义在于：教育的本职任务、教师的本职任务原本就应该为社会培养成功者，使每一个学生各个方面都能得到主动发展。成功教育把激发、形成学生的内部学习动力机制作为培养目标，强调为学生修身发展的长远需要服务。改革教育方法的意义在于：改变传统的外压式的强制教育，通过教师创造成功机会，学生主动参与的活动方式，使学生产生成功体验，改变消极的自我概念，主动内化教育要求，自我开发内在潜能，主动发展个性。