

# 2023年阳明心学心得体会 阳明心学异业 同道心得体会(大全5篇)

体会是指将学习的东西运用到实践中去，通过实践反思学习内容并记录下来的文字，近似于经验总结。通过记录心得体会，我们可以更好地认识自己，借鉴他人的经验，规划自己的未来，为社会的进步做出贡献。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，我们一起来看看吧。

## 阳明心学心得体会篇一

阳明心学是中国传统的优秀思想文化遗产之一，它融合了儒、道、佛等多种思想，强调每个人天性本善，都有一种内在的“知行合一”的能力。在学习阳明心学的过程中，我发现与许多不同领域的人士（如教育家、医生、企业家等）交流，发现我们同样抱持着一种追求真理、探究人性内在世界的共性信念。下面我将分享我的异业同道体会。

### 第二段：教育界实践

教育造就人才，教师是教育的关键环节。而阳明心学强调个体内在的“知行合一”，认为每个人都有自己的“天理”。在教与学的过程中，我发现孩子们的每一个想法都有其真实性和重要性。只有真正体察孩子们内在的需求和想法，才能创造出适合他们的教育方式和方法。学生应该是学习的主动者，要让他们树立自我学习的意识和方法，以便他们将来能够自己掌握学习的能力。在我的教学实践中，我不仅注重课程的内容，还注重学生的内在情感和价值观的培养。阳明心学帮助我去发现教育的本质是培养出真正的人才，而非单纯的知识灌输。

### 第三段：医学界实践

作为医生，我接触到了许多生离死别的场景，在面对病人时我认为阳明心学的知行合一和天理思想很重要。医护人员要做到不仅仅是治疗病人的疾病，还要了解病人的精神状态和直接的心理状况。病人往往需要的不仅仅是治疗方案，更需要的是在内心获得一种宁静感。朱熹有云：“人于穷困之时，以天命自绝命；于富贵之际，以天命自私命。”即使面对绝境，也不能忘记个体内在的价值与意义，面对生命时要能拥抱它，不屈缩，不妥协，用所剩的时间来更好地完成人类的理想。

#### 第四段：商业界实践

在商业场景中，许多企业家不仅仅是追求利润的极致，更是追求自己内心的成长和提升。企业家要有一种思考方式，了解自己的价值情感，以及找到将这些情感转化为实际行动的方法。在商业领域运用阳明心学思想，不仅仅可以提高品质和竞争力，还可以使企业家在困难面前保持镇静和信心，并着眼未来，为社会做出更大的贡献。

#### 第五段：结语

通过学习阳明心学，我们可以发现各个领域之间有着异业同道的精神，都在探究同一个主题：人性。无论从事何种行业，阳明心学都能提供一种思考方式和实践方法，帮助人们探寻自我内心的真实需求和追求。在探索与尊重内在天理的过程中，我们能够建立高度共鸣，获得线索和启示，并在各个领域内进行融会贯通。我们可以用线性思维、多元思维等多种方法去探索各种问题，最终指向一个共同的目标：探究人性这个永恒主题。我们可以通过探究自己内在的人性需要和价值观，来找到自己的人生成长之路，建立与他人共生的安全感和归属感。巨大价值的剥离只不过是时间序列的一部分，但价值链的扩展是耐心精神的生命线，是阳明心学在不同领域内的定位。

## 阳明心学心得体会篇二

我想先说一说我在接触阳明心学之前的一些个人经历，主要讲的是我在心理学方面获得的帮助。我能在一开始接触心学的时候就有很强烈的亲近感，主要归功于我的那段经历。

可以说，正是一段心理咨询的经历，帮助我走到现在修习阳明心学的路上。在三年前，我参加了我们市的一个心理咨询师体验班。半年多的时间里，我在静坐冥想，或者说是半催眠的状态下，收获了很多以往没有的体验，主要就是理清了个人的意识和潜意识的关系，打通了“心”与“脑”的链接通道，从那时起我对世界的看法有了转变，个人的精神气质，家庭关系，工作状态，都从那个时候开始有了明显的改观。

（分清心和思维不是一回事，是心学入门的第一个障碍）

在那段时间里，我首先接触的一个观念就是爱的秩序，如果爱的秩序混乱，人的情绪状态就会固化在一个混沌之中，感到处处不如意，体验不到幸福和真正的喜悦。最让人感到舒服的爱的秩序是什么呢？这里的排序是，第一位是自己，接下来是配偶，亲人，朋友，事业。

正如阳明先生讲到的，有我的一点灵明，才有世间万物的感应，所以出发点是自己，配偶是自己的另一半，夫妻关系和谐是家庭的基础，有了基础，孝顺父母，教育子女，都能更顺畅。子女，父母，兄弟姐妹等都是有血缘关系的，对他们的爱是自然的事，这也是良知的一种体现。工作和事业只是我们修行的途径，关键还是修好自己。（工作和生活只是人生的载体，而不是人生本身。这个次序清楚了，就很容易理顺了）

初次听到这样的新概念“爱的秩序”的时候，我感到豁然开朗，从此，我不再纠结于别人的眼光，而是专注于自己的感受，一段时间，我暂时放下了一些曾经在乎的事情，专心做回自己，可以说真是打开了一扇心门。（“心即理”是人与

世界的相对位置，这个位置定了，才能谈到其他)

以上是我接触心学前的。经历，下面说说加入阳明心学群以来，我对一些概念的体会。

其一，心即理，知行合一，致良知，这些概念强调的是以“心”感知万物，用心观察万物。以前看待事物会受到外物的诱惑，或者他人情绪的干扰，自己的注意力和情绪就随之波动；现在对待事情能以平稳的心态看待，就是能稳住自己的心绪，并尽量保持觉醒的状态。关于心的感应，我想分享一段小说里的描述：

科幻小说《三体》中一段描写，说的比较有趣，写的是一只蚂蚁，爬在一个墓碑上，从它的视角看，就是凸起和凹陷的一些路线，它并不能感知到全貌，（即使看到全貌也不能辨识出这是墓碑，它并没有这样的概念）。

其实很多概念，名词都是人特有的思维辨识的结果，是心体落在事物上的感应。

用这样的感知方式去观察事物，观察人，我感到了人的渺小，就像一个蚂蚁走在世间，并不知道它自己在经历什么，我也感受到了人对于这个世界的感知是从自己的经验经历得到的，放下自己原有的经验，以“空白”的心态感知万物，就会有全新的视角，也会进入“无我”的状态。（这就是不自欺的“心有敬畏”）

人的一般状态下，监察功能并不能总是起作用，但要时常感知省察，就不会偏离太多。而这种省察，不是用脑，是不虑而知的。要达到这样的境界，是时常要省察自己是否有私欲攀附。所谓“私欲”，我的理解就是基于“人道求有”的自己判断，就是主观意愿，有时事情本来是一个样子，经过观察后形成感知，再通过语言，文字描述出来，就变成了自己特有的“认知”，这种认知时常会偏离事物的原貌。

其二，我对自己的要求是，不要追求学习的速度，围绕很少的几个概念反复琢磨和实践就好，所谓大道至简，把精力用在感悟上，而不是一词一句的学习上。阳明心学承接了古圣先贤的大智慧，并向世间撒下智慧种子。学习阳明心学后，我感到自己站在高处，一览众山小，一个直观的体现就是看书的时候比较快了，也比较容易看出书里的宏观架构，也能感受到作者对人性的描写的用意。比如，《白鹿原》。

## 阳明心学心得体会篇三

-----西航项目

看了王阳明最神奇的心学，了解了他本人智慧，通过合理的办法，让自己的心灵境界得到提升，开发了人本来具有的智慧潜能。只有做到这点，才能由普通人到超人的超越。随着社会不断向前发展，人们越来越注重向外追求物质利益，这样发展下去，必然使得人的精神越来越和自己的心灵分离，使人趋向于“物质化”，在人的心灵深处越孤独、苦闷、烦躁、矛盾。

在建筑企业林立的今天，不乏有许多优秀企业，08年听一位朋友说，在郑州市建委有备案的光是二级建筑公司就有一千多家。企业要想立于不败之地，必须控制核心文化，而员工也必须掌握自己的内心世界而才能立于不败之地。

### 磨砺

王阳明认为良知这种学说，是从百死千难的磨炼中得来的。在现实生活中，一遇到困难，很多人的第一反应就是怨天尤人，埋怨老天怎么这样对自己，埋怨命运不公平。其实，磨难是一种财富，关键在于你怎么样对待它和采取怎样的行动。

在工程施工中，往往会遇到各种问题，不可能是一帆风顺，不管是现场组织还是技术难点，我们面对困难，只有不再想

到逃避，一点一滴的培养自己耐心和意志，才能使整个身心有质的改变。

## 二、处世

在现实生活中，我们经常能够发现，有一些人很有人缘，不论遇

1到谁，都能打成一片，赢得别人的好感，似乎具有一种独特的魅力。

工程管理是一个非常需要做到处世圆滑这一点的，面对业主、监理、各种配合单位，往往会有各种问题暴露出来，这个时候我们必须做到保证自己身利益的同时兼顾各方情绪，如若不然，事情就会由小事变成大事，甚至不可挽回。

## 三、态度

态度决定一切，工作态度决定成绩，一个人的态度直接决定了他的行为，决定了他对待工作是尽心尽力还是敷衍了事，是安于现状还是积极进取。

从校园学生到工作岗位，有很多人转变的慢，也有一部分人转变的较快，这就是一个心态问题，工作后，我们不再是学生，我们要从一个几近无知的学生开始，学习现场的施工管理，技术管理，只有这样才能不断进步，提升自己。不能好高骛远，不能眼高手低，每个人只有摆正了自己的心态，才会有更大做为。

## 四、学习

从学生到独挡一面主要负责人，除了有过硬的理论知识还要有丰富的实践经验，不管是公司制定的岗位职责、安全条例、技术操作规范，还是施工现场如何组织人、材、机进行合理

的生产，或者是现场安全的施工行为、各种安全隐患等我们只有在不断的学习中才能掌握，才能完全掌控。

其实王阳明的学问还有很多，他说的好多话都是一针见血，我们也只有多看多学多运用，才能不断进步。

## 阳明心学心得体会篇四

——去恶是格物。”使我这个门外女子一下子被吸引到了心学的思想核心，体悟了人生境界的重要意义。在现实生活和社会实践中，凡是要取得成功必须具备二个先决条件。一是确立正确的目标，二是找到正确的路径，二者缺一不可。只有先确立了正确的人生目标，才能实现人生真正的价值。王阳明从小就没有立志走科举仕途的目标，而是立志要成为圣贤之人，这在当时引起了老师的不解，但他矢志不移，通过不断的实践加学习，终成一代圣贤。他从格物致知引伸到认识本体，认识客观的“天理”，再把它转换为律己的修养目标，直接追求一种人生意境。这种意境使人能够“心有所主”，王阳明就是一个能坚持自己的观念，不怕困难，坚韧不拔的人。他能在人生实践中对各种境遇、事物都运用自如，应对合“理”。这一切都因为他树立了正确的人生目标。

实际上王阳明的哲学命题，从“心即理”，到“知行合一”，再到“致良知”，其核心——具有他们那个时代内容和精神的新型的一种道德哲学体系。这种新型的道德哲学将良知之心上升到哲学本体的高度，简化道德理性与道德感情之间错综复杂的互动关系，以‘心即理’为前提，以‘致良知’为目标，通过‘知行合一’动机论来解决传统儒家道德理性与道德实践互相脱节的问题，其学说的现实意旨在于实现‘破心中贼’的道德净化目的与政治教化目标。那么，在阳明的心学之中我们就必须把握三个重要的概念，即：心即理，致良知，和知行合一。

王阳明主张‘心即理’，这里的心指的并不是物质性的心，而

是一种精神上的’灵明‘，具体表现为人的认知能力、道德精神和道德本性。也就是说阳明心学中的’心‘至少有三个层面的含义：第一是感觉与认知之心；第二是人与物都共同具有的一种怜悯之情；第三是人本然具有的道德良知，是一种判断是非的道德理性。这里引用一段话来更简单的了解王阳明的心外无物。——使本心染恶，那么久需要我们就需要通过知行合一的方法去达到，去尽可能的还原我们的良知心。

引王阳明的两句话来认识王阳明知行合一的方法论：

王阳明的心学给了我很多的启发，时常回想哲人的思想，自己去不断地反思和思考，我们总会有更多的收获，从哲人的智慧之中悟出新的道理。

各位读友大家好，此文档由网络收集而来，欢迎您下载，谢谢

## 阳明心学心得体会篇五

阳明心学是中国哲学史上一颗璀璨的明珠，它打破了宋儒思想中形而上学主导地位的束缚，突出了主题“名与实对心得体会”，寓意着以心为中心的知行合一理论。我通过学习阳明心学，体会到了心学的名与实相互关系以及其给我带来的启示与感悟。

首先，阳明心学的名与实相互关系在理论上具有重要意义。名与实是阳明心学的两个重要概念，它们是相互依存又相互推动的。名是指道德经典中的义理原则，实则是实践行为的体现。在阳明心学中，名与实并不是截然对立的存在，而是相互联系、相互制约的。名在实中显现，实是名的具体实践。阳明心学告诉我们，理论与实践的相互关系是无法分割的，只有将理论和实践有机结合，才能实现真正的知行合一。

其次，阳明心学的名与实相互关系在实践中具有实际意义。



阳明心学主张“格物致知”，通过实践来认识世界，通过观察和体验改变自己。实践在阳明心学中是实现名的必由之路，而名对实践提供了指引和目标。例如，一个人要成为一个具有道德修养的人，光有理论上的道德原则是不够的，他需要在实践中不断地用理论来指导自己的行为，才能真正实现道德成长。阳明心学告诉我们，只有通过实践来验证和完善理论，才能让自己的知识变得更加准确和可靠。

再次，阳明心学的名与实相互关系对我的启示是，要注重实践，并将理论与实践相结合。在过去的学习中，我常常只专注于理论的学习，忽视了实践的重要性。通过学习阳明心学，我意识到理论是有限的，只有在实践中才能真正检验理论的正确性和实用性。因此，我开始注重实践，通过参与社会实践活动、参加实验研究等方式，将所学的知识与实际问题结合起来，不断地完善和提升自己的知识水平和实践能力。

最后，阳明心学的名与实相互关系对我而言带来了深刻的感悟。人生来儿啄耳，虽然我们的本能能够指导我们正确地做一些事情，但只有通过知识的学习和实践的积累，才能真正成长为一个有道德修养的人。作为学生，通过不断地学习和实践，我们可以提高自己的思维能力和实践能力，培养正确的价值观和道德情操。阳明心学教给我要融会贯通理论与实践，将所学的书本知识运用到实际生活中去，只有这样才能从实践中获取知识、感悟到人生的意义。

综上所述，阳明心学的名与实对心得体会是非常重要的。在理论上，名与实是相互依存又相互推动的；在实践中，名与实相互联系，互为指引。通过学习阳明心学，我体会到了实践的重要性，明白只有将理论与实践相结合，才能真正实现理论的价值。阳明心学对我启示深远，让我注重实践，通过实践来改变自己并实现自我成长。只有融会贯通理论与实践，我们才能真正认识世界，改变自己，实现人生的价值。