

2023年闽南文化心得体会 文化心得体会 会(实用10篇)

我们得到了一些心得体会以后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样能够给人努力向前的动力。大家想知道怎样才能写得一篇好的心得体会吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

闽南文化心得体会篇一

中国传统文化，对我来说是既熟悉又陌生的，但在听了专家们的真诚讲座后，在座的老师都留下了感动的眼泪。而我深深地感受到，中国传统文化蕴含着无穷的智慧，中国传统文化让我们更加坚定一颗对父母的孝心，对师长，对朋友的恭敬之心。听完讲座，我的心里是沉甸甸的感觉，心灵得到了深深的净化。

对照弟子规，自己身上太多的缺点，很多都没做到过，没有想到过。回来后慢慢调整自己的心态，反思自己的过错。

中国是具有五千年灿烂文化的文明古国，知恩图报，尊老爱幼，待人诚恳……这些优良的传统从古至今都为人所熟知，感恩给我们生命的人、感恩给我们知识的人、感恩给我们衣食的人、感恩给我们住所的人、感恩曾经批评过我们的人。将别人的爱永记于心，把别人的美德汲取。完善自己，感动别人。

在古代，《弟子规》是做人的准则，在当代仍然影响着更多的人，教育我们如何做人。人生中重要的不是生命的表象，而是生命的本质。人生百态，最重要的就是品行，欲做事，先做人。文明健康的品行和高尚的道德情操才是真正的自我归宿，是照耀心灵永恒的阳光！我在细细品读《弟子规》的同时，也带走了我心灵上的尘埃。

我想起了曾经有人说过这样的话：若你——

播下思想的种子，便收获文字；

播下文字的种子，便收获行为；

播下行为的种子，便收获习惯；

播下习惯的种子，便收获人格；

播下人格的种子，便收获命运。

学习的过程就是一个认同的过程，而对自身产生影响则是一个潜移默化的过程。我们学习《弟子规》，背诵下来应该是很容易的事情，但是真正对一个人产生有益的影响，那就需要时间了。一个人处世必定有一些原则，在他们潜意识中受到这些原则的制约。学习了《弟子规》，就是要把圣人教诲贯彻到生活中，落实到一言一行中。

回想起来，我真的很幸运，有幸学到传统文化。曾经的有恃无恐、狂妄等等阻碍人生路上的绊脚石。在没有学习弟子规之前，万事都要分清彼此的责任。

中国传统文化的学习对于我，是一次很大的心灵震撼。我知道人要有着豁达心胸才可以宁静平和的心态去对待日常生活中的每一件事。淡泊名利，去掉尘世的浮华与虚无，中国传统文化是民族的瑰宝，要传承，要发扬；但它更需要我们去学习，去实践，去体悟。我们要将传统文化融入到我们的工作、生活中去；以传统文化规范自己的言谈举止，用传统文化宽抚我们的内心，让传统文化促进社会的和谐。只有运用到生活中去，才能真正感受到传统文化的精髓。

学习传统文化不是就学一堂课、就看一本书后就回去激动几天以后就淡忘了，必须持续学习并从小事做起，找到在生活

中践行传统文化的切入点，才能持之以恒，不断进步。

闽南文化心得体会篇二

我是一名普通党员，在柳州市某高校从事一线教育工作。近年来，习总书记高度重视传统文化教育，强调培育和弘扬社会主义核心价值观必须立足中华优秀传统文化，使中华优秀传统文化成为涵养社会主义核心价值观的重要源泉。“两学一做”基础在“学”，关键在“做”，要做一名合格的党员教师，首先认真学习和落实中华传统美德，真心关爱学生，做学生的人生导师。

韩愈《师说》有云：“古之学者必有师，师者，所以传道受业解惑也。”当代学者研究发现，世界四大古文明，现今唯有中国还存在，其原因就是中国自古重视教育，尤其重视家庭教育。《礼记》记载：“建国君民，教学为先”，意思是建立一个政权、一个国家，领导全国的人民，教学最重要。只要把人教好了，天下太平，任何困难都能解决。我主要从事工科教学及科研工作，近年又兼任一个班的专业班主任。我力求关爱全体学生，尊重且严格要求学生，循循善诱，诲人不倦。教学上，我不断创新，结合过程性考核方案及任务驱动法让学生在“做中学，学中做”，提高了学生学习热情，有一门课程被认定为精品课程。针对教学重点，我带头制作了多个教学微课，深受学生欢迎，并获得了自治区及奖励。科研上，我主持了教育厅一项利用cfd技术支持降阻降油耗科研项目，现已申请cfd发明专利2项，在中文核心期刊上发表论文4篇。

“天人合一”的思想由庄子最早提出，现已构建了中华传统文化的主体。所谓天人合一，简而言之是指人与自然和谐相处。一名合格党员，在生活上应该养成环保低碳的生活习惯。我从20xx年开始接触环保酵素，现能利用果皮在家中自制环保酵素，并积极用于家庭清洁，尽量减少家庭化工污染。力

行环保进程中，我与从事清洁能源技术的同学时常探讨污水处理等技术问题，现已申请污水处理等发明专利多项。

《孟子》云：“穷则独善其身，达则兼济天下”，范仲淹在《岳阳楼记》也发出了“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”的感叹。要做一名合格党员，更要有社会责任感。三十而立，我很珍惜党和国家给人民创造了和平的环境。现今家庭和谐，事业稳定，为了回馈社会，我和几位党员好友也开始积极从事慈善事业。除了爱心姜、关爱乡村儿童等活动，我们还时常关注柳州红十字会及媒体上的求助信息，亲自上门看望求助人，把善款交到真正有需要的人手中。针对越来越多的医疗求助信息，我们不光从物质上资助这些困难家庭，还联合党员医生无偿提供传统医学“针灸”义诊，提高重症病人免疫力。目前多名患者在康复中，一名尿毒症患者刘女士病情极大好转，一名广西科技大学学生小冯（病毒性肝炎和胆囊炎）痊愈。

世界历史学家汤因比博士曾说“要解决二十一世纪的社会问题，唯有中国的孔孟学说和大乘佛法”。鲁迅先生也曾感叹：“唯有民魂是值得宝贵的，唯有它发扬起来，中国才有真进步。”一个代表先进思想文化的共产党员，必须同时是一个用中国传统文化武装起来的合格的中国人，才能算是一个真正合格的中国共产党党员。

中国共产党的宗旨是“全心全意为人民服务”，这就是中国文化的精华荟萃。党的历史出现过的千千万万英雄楷模，党和人民殷切希望共产党员人人都是先进分子。然而，随着改革开放和西方价值观入侵，共产党员群体中也出现了一些害群之马。但我坚信：如果每一个共产党员都能一心一意地履行党的宗旨，人人都会是先进分子，党内和社会上存在的消极现象将不复存在。老一辈革命家一个一个离去了，建国初期出生的人也已经60周岁了，改革开放后出生的人，大多吃的是麦当劳，喝的是可口可乐，受的是竞争捞钱的教育，追求的是物质享受。这样的孩子长大以后，能够担当起在中国实

行共产主义的重任吗？能够接中国共产党的班吗？这实在是一种危机。怎么办呢？还是《礼记》中“建国君民，教学为先”这个方法，必须“亡羊补牢”，从现在起，全民进行中国传统文化的教育，而且首先从党员干部开始践行，全体共产党员都应担当起这个重任。

中国文化以儒学为代表，孔孟思想是的人学，揭示了做人做事的根本规律，是修身、齐家、治国、平天下的大智慧。

闽南文化心得体会篇三

文化是一种社会现象，是人们长期创造形成的产物。同时又是一种历史现象，是社会历史的积淀物。确切地说，文化是指一个国家或民族的历史、地理、风土人情、传统习俗、生活方式、文学艺术、行为规范、思维方式、价值观念等。

我国传统文化博大精深，围绕着“和”这个核心，我们进一步明确了人际和谐的五伦关系：父子有亲、君臣有义、夫妻有别、长幼有序、朋友有信，以及“仁、义、礼、智、信”的做人行为准则。另外就是对“孝”的理解，引申开来说，对家庭里的父母亲，为人子(女)一定要尽孝道，对国家的法律法规、单位的规章制度要尽忠，对自己的工作岗位要尽责尽能。说实话，到学习之前，虽然心中对传统文化有一定的认同，但是自认为自身做得还不错，经过两次学习，才逐步领会到中国优秀传统文化对我们每个人的教育意义有多大，传统文化，尤其是《弟子规》的内容能够指导我们的言行举止、衣食住行，帮我们养成良好习惯，成为一个有素质有涵养的中国人。

国学博大精深、历史悠久，几千年来一直是中国人安居乐业，安身立命之文化根基，也一直是中华文化的精神脊梁。中国之所以成为世界上唯一一个文化延绵五千年而没有中断的国家，正是因为有如此深厚的国学文化作为支柱，这种文化一直贯穿于我们每个人的成长历程。在当今社会，物欲横流，

人们急功近利，道德和良心的缺失在年轻一代中尤为突出，所以学习中华优秀传统文化，发扬传统美德，让仁爱、孝悌回到我们心中，让忠诚、守信应用于工作和生活中，使我们的社会安定和谐，国家兴旺发达。

弟子规，圣人训，首孝弟，次谨信，泛爱众，而亲仁，有余力，则学文”是《弟子规》的总纲领，只要我们认真去学习、去思考、去感悟，就会明白其中的许多道理。在为人处世就知道哪些可以做，哪些不可以做，就有了做人的准则，在生活、工作中，就会有正确的判断和及时纠正自己错误的言行。凡出言，信为先；诈与妄，奚可焉？说话多，不如少，惟其是，勿佞巧。就是指凡事说出去的话，首先要讲信用，不可以欺诈别人或者胡言乱语，话说得多，不如说得少，说话只要恰当，切题就行，不要花言巧语。尤其是作为职场中的我们。

做人要懂得感恩。对一个人而言，应该报答的最大恩情是父母的养育之恩，所以《弟子规》第一章就是《入则孝》感恩之心体现在一个“孝”字上，“父母呼应勿缓父母命 行勿懒”“父母教 须敬听 父母责须顺承”，想一想这些都是我们做儿女的孝顺父母的基本要求，但我却有很多没有做到：经常会把工作中的不良情绪带回家，面对父母的唠叨，觉得很烦；有时对父母的牢骚，不能很好的给予劝慰，置之不理……想想自己平日对父母的关心太少了。

从校园已经走出来一段日子了，刚开始的时候，总是怀念象牙塔里的单纯的美好，怀念坐在课堂上听老师讲课的那种如沐春风的感受，怀念着以前的一切，总是不想告诉自己要向前看，总是把自己蒙蔽在过去的生活中，不去想迎接新的生活；总是抱怨周边的环境太过复杂，抱怨这个社会是多么的世俗，忘了继续追寻生活的美好。生活在回忆里，痛苦在现实中。在不遇到问题的時候，充满自信的对待一切，而在遇到真正挑战的时候，既没有小隐于野的气魄，更没有大隐于市的心境，也只不过是俗人一个。所以非常感谢领导们在我彷徨的时候给了我机会参加传统文化的学习，提醒自己应该如

何继续以后的人生。

自从我自己学习传统文化以后，就越来越感觉到这条路越走越宽广，也希望有更多人受益。并介绍自己周围的朋友和一些素不相识的有缘人来到国学班学习，学习的道路还很漫长，希望大家都能够践行圣。

其中许多思想精华、处世原则和哲理睿智至今仍是我们做人做事所遵循的标准。在当今社会，物欲横流，人们急功近利，道德和良心的缺失在年轻一代中尤为突出，所以学习中华优秀传统文化，发扬传统美德，让仁爱、孝悌重回到我们心中，让忠诚、守信应用于工作和生活中，使我们的社会安定和谐，国家兴旺发达。

通过对《道德经》、《弟子规》等中华优秀传统文化的学习，对修身、处事、接物等行为有了新的认识：一是对“孝”的认识。其实“孝”对我们这代人来说，孝敬父母是不难的，只限于物质上给父母买东西和给点钱，但格局不高，不能做到从精神上关心。缺少一份大爱，做不到“泛爱众”，也没有“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”的胸怀。更重要的是我们的子女，他们对“孝”有着严重的缺失，导致了他们的骄纵和不负责任，没有了最起码的道德。所以，我们在做好孝敬父母的同时，还必须让子女知道这也是他们必须具有的品质，让他们承担自己该做的一切，把“孝”这种美德传承下去，这样才会从小爱上升到大爱，成为一个对家庭、对社会有用的人。二是从“谨信”做起。《弟子规》作为日常生活的行为守则，无论从“列典籍、有定处”，还是“房屋清、墙壁净”等等，都告诫我们做每件事都要仅仅有条。我以前就是工作无计划，想到哪就做到哪，毫无头绪，且效率不高。通过学了《弟子规》，我就开始按月、按季制定工作规划，工作时不再手忙脚乱了。三是讲诚信。老子说：信言不美，美言不信，所以在日常工作学习中，不只听顺耳的，而是做到诚实守信。势服人，心不然；理服人，方无言。老子也说：民之不畏，则大畏将至矣。所以作为一名基层领导在

日常工作中，对职工要宽厚仁爱，不能一味的进行处罚和批评，而要有一定的赞赏和激励，这样才能凝聚人心，把工作做得更好。

闽南文化心得体会篇四

纵观当今中外市场，诸多企业中，为什么有着相似策略的企业结果却相反？为什么有着聪明才智的经营者最后以失败告终？为什么无数的拥有伟大构想的企业成功的却是寥寥？我们再看，为什么市场上众多的咖啡店只有星巴克一支独秀？为什么在众多的超市中只有沃尔玛、家乐福能够成功？同样做pc机为什么只有戴尔独占鳌头？所有那些失败的企业都有着不同的失败原因，所有那些成功的企业之也有着诸多的原因，但有一点是相同的，这一点就是强有力的执行力团队。

有很多的理论在阐述如何打造执行力团队，但是有些学者对于狼性的研究却给了我们很大的启示！狼是陆地动物食物链的最高终结者，就连老虎、狮子这样的兽中之王都要对狼退避三舍，原因无他，就是害怕狼群这个团队！最近上映的电影《狼图腾》把狼性思想推到了风口浪尖：没有捕捉不到的猎物，就看你有没有野心去捕；没有完成不了的事情，就看你有没有野心去做；没有猎物我们就去寻找猎物，发现猎物我们就去追逐猎物。寻找、发现、追求、获得——这就是狼的生活要素。在我们银行发展的过程中，起着至关重要的作用。

以团队意识强化企业凝聚力，用企业文化经营人心

一、要有明确的团队目标，并使其深入每个员工的内心。目标是一面旗帜、一盏指明灯，它可以带领大家朝着共同的方向去努力、拼搏，直至达到预期的结果。做任何事情如果没有明确的目标，就好比散兵游泳，在茫茫的大海中永远找不到停靠的岸。目标可以是管理目标、生产目标，也可以是安全目标、品质目标、效率目标，只要经过深思熟虑制定出了

符合自身发展要求员工牢记在心，在会上进行多次宣导，让大家统一思想、达成共识，明确努力的方向，这样才能有目的、有计划地去工作和生产。

二、要尊重员工，以鼓励为主，尽量少一些批评。尊重员工不仅仅要尊重他们的人格和劳动成果，而且还要尊重他们提出的一些合理化意见和建议。当员工通过踏实肯干取得成绩时，要激励其再接再厉、继续努力；当员工由于思想麻痹犯了错误时，要诚恳地指出问题的根本原因和今后的努力方向，并希望下次不要有类似的事情发生或希望下次能见到他表现好的一面，而不是一味地加以指责。这样不仅可以使员工觉得得到了尊重，而且还可以让员工在认识到自己错误的同时，能够树立信心，不断地去修正自己的行为，做好工作，达到要求。

三、要充分调动员工的主观能动性。如果每个员工的长项和优点都能在工作中得到有效地发挥，那么人人都是块闪光的金子。尺有所短，寸有所长。每个员工的长处和短处要在工作尽量做到因人而异。对能力强又有主见的员工，只要告诉他团队的要求以及具体的实施过程，这样可就可以充分发挥他的长处；对于思想比较保守、依赖性强、踏实肯干的员工，则应有具体的要求，让其明确自己的责任和工作任务；在相互配合协作方面，则要考虑员工的互补性，性子急的可以带动性子缓的，性格外向的可以影响性格内向的，用最佳的组合方式工作就能很快实现既定目标。

四、要树立领导的威信和建立良好的人际关系。领导者要以公司和团队的利益为重，处理问题公正、果断，不拖泥带水，让每个员工心服口服，才能在工作中发挥决策作用。领导的威信使员工有种敬畏感，可以使员工服从领导的安排与要求，而不会出现员工与领导讨价还价或不服从安排的现象。在与队员沟通的过程中，能够真诚地与员工进行沟通，让他们觉得领导平易近人，近而乐于接受。同时还可以了解到他们的个性、习惯等，为以后工作更加合理的安排带来参考作用。

总之，激发员工的团队意识就是要不断增强企业的凝聚力和战斗力，使每位员工都有一种归属感，让他们清楚地认识每个人都是团队中一个不可缺少的成员，并能自觉主动地为团队争荣誉做奉献，那么，企业发展所爆发的动力必将变的更加迅猛。

在我们中原银行发展的今天，更需要狼性文化来引导企业发展的方向。打造高效团队，树立敢于争先的狼性思想，我们就就能迎来一个更加美好的明天！

中原银行新乡金利支行

李鹏

闽南文化心得体会篇五

企业文化作为新的管理模式引进来，很长的一段时间许多企业风起云涌搞起了企业文化建设，掀起企业文化建设高潮。然而，企业文化建设是一项复杂、系统的工程，需要全面细致的考虑、计划和可行性调研。因为企业文化一旦确定，就需要坚持不懈的持续下去，经过长期的培育、完善才会在企业员工的头脑中形成并巩固下来成为自觉的行为准则和规范，才能由潜在的生产状态转化为现实的生产力。

对于企业文化建设，个人认为我们应坚持以人为本的原则。企业的基础是员工，是有创新思维的人，没有员工能力的积极发挥和企业内部的良性沟通，没有了解员工能力是怎样发挥作用的，没有激变力的柔性管理和应变力的危机处理，企业就不可能成为一个具有强劲活力的机体，就不可能形成企业的可持续发展力。因此，对待人的基本态度是我们文化的灵魂。所以尊重人、关心人、理解人、爱护人是创建企业文化核心。更应坚持多种激励相结合，企业文化的根本立足点，在于对企业全体成员精神的激励，使企业成员的精神力量在激励下转化为物质力量，转化为现实的生产力，为公司

创造更大的利益。

对于企业文化建设，我们不能只盲目追求企业文化的形式，更应注重企业文化的内涵和企业精神，这是企业的灵魂所在。只有有了正确的企业精神，企业在解决各种复杂问题时才有正确的基础。只有以正确的企业精神为基础，人员、技术、资金才能真正发挥作用。

在公司我们更应该有效的维护企业文化的执行，加强员工对公司企业文化的认知程度，把企业文化推上公司的战略管理日程。然而公司的各种规章制度也是企业文化执行的基础是企业文化人得以贯彻实施的基本保障。作为公司员工更应严格遵照执行。

我们作为宇能公司的一员，我们有责任去做好自己的工作，有责任为企业发展贡献自己的力量，但是我们不能把责任当成一种负担，而应看作是员工应该具有的一种信念，一种企业文化。一定能够为企业筑起牢不可破的防火墙，促进企业实现持续、健康、快速发现。

闽南文化心得体会篇六

纵观当今中外市场，诸多企业中，为什么有着相似策略的企业结果却相反？为什么有着聪明才智的经营者最后以失败告终？为什么无数的拥有伟大构想的企业成功的却是寥寥？我们再看，为什么市场上众多的咖啡店只有星巴克一支独秀？为什么在众多的超市中只有沃尔玛、家乐福能够成功？同样做pc机为什么只有戴尔独占鳌头？所有那些失败的企业都有着不同的失败原因，所有那些成功的企业之也有着诸多的原因，但有一点是相同的，这一点就是强有力的执行力团队。

一、要有明确的团队目标，并使其深入每个员工的内心。目标是一面旗帜、一盏指明灯，它可以带领大家朝着共同的方向去努力、拼搏，直至达到预期的结果。做任何事情如果没

有明确的目标，就好比散兵游泳，在茫茫的大海中永远找不到停靠的岸。目标可以是管理目标、生产目标，也可以是安全目标、品质目标、效率目标，只要经过深思熟虑制定出了符合自身发展要求员工牢记在心，在会上进行多次宣导，让大家统一思想、达成共识，明确努力的方向，这样才能有目的、有计划地去工作和生产。

二、要尊重员工，以鼓励为主，尽量少一些批评。尊重员工不仅仅要尊重他们的人格和劳动成果，而且还要尊重他们提出的一些合理化意见和建议。当员工通过踏实肯干取得成绩时，要激励其再接再厉、继续努力；当员工由于思想麻痹犯了错误时，要诚恳地指出问题的根本原因和今后的努力方向，并希望下次不要有类似的事情发生或希望下次能见到他表现好的一面，而不是一味地加以指责。这样不仅可以使员工觉得得到了尊重，而且还可以让员工在认识到自己错误的同时，能够树立信心，不断地去修正自己的行为，做好工作，达到要求。

三、要充分调动员工的主观能动性。如果每个员工的长项和优点都能在工作中得到有效地发挥，那么人人都是块闪光的金子。尺有所短，寸有所长。每个员工的长处和短处要在工作中尽量做到因人而异。对能力强又有主见的员工，只要告诉他团队的要求以及具体的实施过程，这样可就可以充分发挥他的长处；对于思想比较保守、依赖性强、踏实肯干的员工，则应有具体的要求，让其明确自己的责任和工作任务；在相互配合协作方面，则要考虑员工的互补性，性子急的可以带动性子缓的，性格外向的可以影响性格内向的，用最佳的组合方式工作就能很快实现既定目标。

四、要树立领导的威信和建立良好的人际关系。领导者要以公司和团队的利益为重，处理问题公正、果断，不拖泥带水，让每个员工心服口服，才能在工作中发挥决策作用。领导的威信使员工有种敬畏感，可以使员工服从领导的安排与要求，而不会出现员工与领导讨价还价或不服从安排的现象。在与

队员沟通的过程中，能够真诚地与员工进行沟通，让他们觉得领导平易近人，近而乐于接受。同时还可以了解到他们的个性、习惯等，为以后工作更加合理的安排带来参考作用。总之，激发员工的团队意识就是要不断增强企业的凝聚力和战斗力，使每位员工都有一种归属感，让他们清楚地认识每个人都是团队中一个不可缺少的成员，并能自觉主动地为团队争荣誉做奉献，那么，企业发展所爆发的动力必将变的更加迅猛。

在我们中原银行发展的今天，更需要狼性文化来引导企业发展的方向。打造高效团队，树立敢于争先的狼性思想，我们就就能迎来一个更加美好的明天！

中原银行新乡金利支行 李鹏

闽南文化心得体会篇七

茶的韵味，是由心的味道决定的，所以佛家常讲“茶禅一味”。禅意太深，但弄茶时，专注于安处自在的深处，常常带我走入青灯古寺的宁静。

我经常会在袅袅的茶香中，闻到自己内心的孤独，喜悦，但更多的是笃定。无论在都市的喧闹中，还是在空谷幽静的山野，那杯盏之间发出的清脆，有如钟磬之声，让人洗尽铅华。

在这一学期的选修课中学习了茶文化，于是也试着去品尝。尽管苦涩绕于舌间，情境的惬意与美好，却牵着我慢慢走近茶的深邃。有人说饮茶时，茶的品质不是最重要的。泡茶人的心情，同饮人的心境，是决定茶道高低的根本。一人得智，二人得慧，三人就只能得趣了。想起最初学泡茶，茶是最普通的，老师的教导是真诚的，朋友的陪伴是最真实的，陪着自己慢慢的品，浅浅的尝，心事说尽，茶也在此起伏的心境中，尽显人生百态。

到一点点物是人非的人生况味，但那份情怀，却如这茶香，在心的最深处，挥之不去。茶的真味就是于任何情境下，都拥有一份不被打扰的心情；于任何因缘中，保持最真挚的情感，予人，予己，予茶。中国是中国茶的故乡，也是中国茶文化的发源地。中国茶的发现和利用，在中国已有四五千年历史，且长盛不衰，传遍全球。茶是中华民族的举国之饮，中国何时开始饮茶，唐·陆羽《茶经》：“茶之为饮，发乎神农氏。”这个说法是最普遍的，也是最有说服力的，因为《茶经》的权威性是千百年来经久不衰的。

茶叶在中国不仅具有悠久的历史，还有许多的功能。据现代科学证实，茶叶中含有蛋白质、脂肪、茶多酚、咖啡碱和十多种维生素等各种成分多达350多种，富有营养，能调节生理功能，具有多方面的保健作用和药理作用。茶叶被发现就是从药用开始的。“神农尝百草，日遇七十二毒，得茶而解之”。这个传说是众所周知的，从而证明茶有解毒的功能。《神农本草》云：“茶味苦，饮之使人益思，少卧轻身明目。”《本草纲目》中更系统地总结了茶的药理作用，书中说：“茶苦而寒，最能降火，火为百病，火降则上清矣。温饮则火因寒气而下降，热饮则茶借火气而上升散，又兼解酒之功能也。”另外茶叶能降低血压防治动脉粥样化等等。

茶的保健作用也是很早就被动人们发现的。喝茶有止渴、清神、消食、利尿、去痰、除烦、去腻、消炎解毒等功效。另外，古代的文人骚客都通过品茶感受饮茶的情趣，陶冶性情，以茶为内容吟诗作赋，留下了不少名词不达意佳句。

其次茶叶的好坏还需要评审。茶叶的审评中要数红、绿茶的品质审评最严格和最有难度了。红绿茶的审评主要包括：外形、嫩度、净度、匀度、色泽这五点，其中，在审评的过程中，要步步严谨，不能有一丝的疏忽。而其它的茶叶审评则依照香气、滋味、水色和叶底等来一一审评，过程也是要严谨，不能有一丝的疏忽。

在茶文化中最为重要的就是茶道

所谓的茶道，就是欣赏茶的美感之道。茶道亦被视为一种烹茶饮茶的生活艺术，一种以茶为媒的生活礼仪，一种以茶修身的生活方式。它通过沏茶、赏茶、闻茶、饮茶、增进友谊，美心修德，学习礼法，是很有益的一种和美仪式。喝茶能静心、静神，有助于陶冶情操、去除杂念，这与提倡“清静、恬澹”的东方哲学思想很合拍，也符合佛道儒的“内省修行”思想。茶道精神是茶文化的核心，是茶文化的灵魂。

至今仍有着丰富多样的饮茶习惯和风俗。

茶文化是以茶道为核心的，德贯穿于茶文化的始终。关于这个德，我是比较有感触的，尤其是在现在的这个社会里，特别需要道德来衡量我们的所作所为。其实，早在两千年以前，我们的”圣人“孔子就提出了伦理道德，非常重视道德在社会中的作用，强调统治者要为政以德，臣要忠君，还有其他的平民百姓全部都要按照这标准来做。虽然以前的伦理道德束缚了人们的思维发展，尽管它有着种种弊端，但毫无疑问是维系民族团结、统一和中国得以延续的重要原因。没有这伦理道德的束缚，也许中国早已经像其他的文明古国一样，消失在历史的潮流中了。

相对于古代，纵观我们现在所处的社会，道德已经被人们摒弃了，人们的道德已经跌到了最低点，可谓硕果仅存了。我们现在经常听到的什么“大学生宿舍投毒”事件，无一不在挑战着我们的道德底线。通过这些事件，我们可以看到我们现在所处的社会的道德缺失。当然，这些事件多多少少也唤起了一些人对道德的呼唤，重新倡导我们几千年前古人所早已经领悟的道德，但里面的糟粕是需要摒弃的。但愿我们是社会真的可以唤起道德这面旗子，否则，一个国家是很难强大并延续下去的。我个人对道德是十分推崇的，在日常的生活也严格遵守一些基本道德。虽然有时在别人眼中有些另类，但我依然坚持，不求影响别人，但求心中无过。让我感到非

常幸运的事，我周围的人都是比较有德行的，他们的一举一动都在感染着我。他们都力所能及的帮助别人。在帮助别人的过程中就是创造快乐，别人快乐自己也快乐。

闽南文化心得体会篇八

——而机警，极善奔跑，常采用穷追方式获得猎物。是从古生物时代，食肉性动物中进化最为完美的三种顶级动物之一，另外的两种分别为恐怖鸟与剑齿虎，但均已灭绝！这是从生物学的角度对狼的描述，我们可以看出，狼绝对是一种有强大竞争力的生物。

如果我们把自己比作狼，那么我们就时刻有危机压迫感，任何情况都是绝境；要有进攻意识，进攻就是最好的防守；要协作，团结就是力量；要勇，两强相争，勇者胜；要诈，为达目的，不择手段；要猛，不达目的，誓不罢休；要狠，找准要害，一击致命。最后，才能吃到肉，获得最高的回报。

了你？有没有意识到这种可笑的想法会让身边关爱你的人多么的痛心？这对他们来说，是我么沉痛的打击？毫不客气的说，这就是人性泯灭的源头。这种想法，我真的不敢苟同。

经过休整，我们打破了心里的枷锁，全身心的投入到赛事中，共同分享经验、互相鼓励、团结协作，我们要在最后的尝试中拼劲全力，因为我们是背水一战，再无退路。富有戏剧性的是，我们依然没有成功，但我们真的拼尽了全力，激发出了全部的激情，用我们的汗水和泪水走到了离胜利咫尺之遥的位置。虽然我们没有成功，但我相信，我们所有人敢拍着自己的胸脯大声的对我们的张总说：“我，敢于承担，我，问心无愧。”我们虽败犹荣。

4——至再也爬不起来的时候。我知道，别的同事也应该是跟我一样，眼睛不自觉的湿润了，甚至有的还留下了眼泪。因为，我所在的团队的队长，是唯一的一名女队长，这让我无

地自容。这次，我们成功了，以一个绝对的胜利，为这次培训划上了一个完美的句号。就像陆老师讲的那样，没有做不到的事，只是被逼得还不够。

感谢陆老师引领我们进行了这三项挑战，获得失败后的失败感，在互相的信任中获得的归属感，以及在收获成功喜悦后的成就感。虽然，仔细想下，这三项挑战的难度确实是从难到易，针对我们设计的一个套，但这些都重要了，我们最后所学到的才是关键。

6——出的新喙将指甲一根一根地拔出来；新指甲长出来后，再将羽毛一片一片地拔掉。待新的羽毛长出后，鹰又可以翱翔于广阔的天空，续走后30年的生命旅程。

这期间所承受的痛苦，简直是不可想象的，但是，它不得不这么做，在生存的挑战面前不得不做一些疯狂的，甚至是搏命的举动。即便是我们曾经引为以傲的资本，如果成为了我们前进中的绊脚石，即使是要承受巨大的痛苦，也应该毫不犹豫的摒弃。改革、创新就必须要有流血、牺牲。我要做新生的羽毛，在翅膀的挥动下，伴随着鲁蒙再次遨游在蔚蓝的天空中，俯视天下，傲视群雄！凤凰若不涅槃，何以浴火重生。

学习“狼性文化”心得体会

纵观当今中外市场，诸多企业中，为什么有着相似策略的企业结果却相

8——是害怕狼群这个团队！最近上映的电影《狼图腾》把狼性思想推到了风口浪尖：没有捕捉不到的猎物，就看你有没有野心去捕；没有完成不了的事情，就看你有没有野心去做；没有猎物我们就去寻找猎物，发现猎物我们就去追逐猎物。寻找、发现、追求、获得——这就是狼的生活要素。在我们银行发展的过程中，起着至关重要的作用。

以团队意识强化企业凝聚力，用企业文化经营人心

10---

次宣导，让大家统一思想、达成共识，明确努力的方向，这样才能有目的、有计划地去工作和生产。

二、要尊重员工，以鼓励为主，尽量少一些批评。尊重员工不仅仅要尊重他们的人格和劳动成果，而且还要尊重他们提出的一些合理化意见和建议。当员工通过踏实肯干取得成绩时，要激励其再接再厉、继续努力；当员工由于思想麻痹犯了错误时，要诚恳地指出问题的根本原因和今后的努力方向，并希望下次不要有类似的事情发生或希望下次能见到他表现好的一面，而不是一味地加以指责。这样不仅可以使员工觉得得到了尊重，而且还可以让员工在认识到自己错误的同时，能够树立信心，不断地去修正自己的行为，做好工作，达到要求。

12---还可以了解到他们的个性、习惯等，为以后工作更加合理的安排带来参考作用。总之，激发员工的团队意识就是要不断增强企业的凝聚力和战斗力，使每位员工都有一种归属感，让他们清楚地认识每个人都是团队中一个不可缺少的成员，并能自觉主动地为团队争荣誉做奉献，那么，企业发展所爆发的动力必将变的更加迅猛。

在我们中原银行发展的今天，更需要狼性文化来引导企业发展的方向。打造高效团队，树立敢于争先的狼性思想，我们就就能迎来一个更加美好的明天！

中原银行新乡金利支行

李鹏

“如何打造狼性执行力”学后感

14---先生说军人、教徒是人类中执行力最强的三个族群，也的确如此，想想世界七大奇迹中，大部分都是和军事、信仰有关系的。有人做过统计：在世界五百强里面，美国西点军校毕业出老的董事长有一千多名，副的也有二千多名，总经理和董事一级以上的是五千多名。任何一个商学院都没有培养出老那么多的老总。

现在越来越多的企业明白“团队精神”和“执行力”的重要性，那么在一个企业如何看待狼的执行力，如何把狼的执行力融入到企业文化建设中去，怎样才能作好企业文化呢？我认为可以从以下几点出发：

16---的困难都会去克服，去战胜困难，找出办法寻求企业的发展。

4、培养企业的团队精神。一群狼每次冥食，都会协同作战，尤其是要捕获强大的猎物，就得靠团队精神，否则就会空手而归。狼有着极强的团队精神，只要有了捕猎对象，他们便群起而攻之，一只狼只要抓住猎物的一端，那其它狼很快去配合，从各个部位抓住猎物的不放，直到把猎物捕获，然后才去分享食物。在一个企业要的就是团队精神，团队的整体使用共事能力对一个企业的发展无不起着好的影响。

18----

闽南文化心得体会篇九

莫高窟大门外，有一条河，过河有一溜空地，高高低低得见着几座僧人圆寂塔。历来主持莫高窟的僧侣都不富裕，从这里也可以找见证明。夕阳西下，朔风凛冽，这个破落的塔群更显得悲凉。

有一座塔，由于修建年代较近，保存得较为完整。塔身有碑文，移步读去，猛然一惊，它的主人，竟然就是王圆篆!?!历

史已有记载，他是敦煌的罪人。

他是逃难到甘肃的，后来做了道士，又经历了无数年的苦行最终成为了住持，成为莫高窟的最高领导，但他并没有保护好莫高窟，更不必说给莫高窟带来财富了！由于他的无知，也许是没有文化的缘故，他铸成千古大错。他视经卷如粪土，几个铜板，几棵白菜，甚至什么都不给，也可以从他那里拿走几卷经书。

没有任何关卡，没有任何手续，外国人直接走到了那个洞窟跟前。洞窟砌了一道砖，上了一把锁，钥匙在王道士的裤腰带上。

水伴着黄沙吹打我的脸颊，怅然，难解我心中的恨楚，什么话都没说，留着泪走过王道士的圆寂塔前。我怀着怅然的心情记叙他敦煌的罪人。飞天月人的壁画无法复原，先辈遗珠早已灰飞烟灭，我挥起手中的长鞭，深深抽向心田。

闽南文化心得体会篇十

今天，有幸分享了克东、拜泉局赴山东学习的经验介绍，受益匪浅，山东邮政人不怕吃苦、求真务实、解放思想、勇于创新的工作作风值得我们认真学习和实践，下面结合泰来局这几年的工作实际，谈两点体会。

阳谷县邮政局通过军队化、家庭化、学习化、宗教化等企业的文化的培养，练就了一支能打胜仗、敢打硬仗的职工队伍，这足以证明企业经营状况的好坏，经济效益的高低，关键在于员工的生产积极性。要调动员工的积极性，思想工作不可缺少。如何做好职工的思想工作，我认为思想工作最重要的一点是有时代气息，要有新意。“新”的中心是应当体现民主和改革。因为现在的员工，绝大多数是有文化，有一定知识面的中青年，他们能够理解党的方针政策，懂得做人的基本道理。问题往往囿于具体问题，一下子转不过弯来。再说，

一个人的思想水准和政治见解并不完全与职务成正比。因此，我认为开展民主对话、思想论坛、智力竞赛、专题研讨等活动较好，有助于发扬民主，取得实效。当然，这只能解决普遍性问题，特殊的思想问题还需过细的思想工作。总之，我觉得：一个企业领导者最重要的领导艺术就是使广大员工身上蕴藏的能动性释放出来，而要达到这些，简单的工作方法是不会奏效的。

现代企业的竞争，归根到底是人才的竞争。一个企业队伍素质的高低，人才优劣的比例，不仅关系到企业经营的水平 and 效果，也制约着企业活力的发挥，最终决定一个企业的发展前景。市场竞争的实质是人才竞争，人的最大追求是自我价值的实现，包括精神和物质两方面。所以，员工为企业贡献力量，企业要为员工提供发展和施展才华的舞台。我认为，在鼓励员工搞好岗位培训的基础上，要通过多种途径，如读书自学、技能培训、丰富多彩的文娱活动等多种形式获取知识，增长才干，在实践中完善充实自己。要坚持不懈把员工的素质教育和企业的专业化、规范化、科学化治理结合起来，突出重点，继续深化三项制度改革，通过深入开展岗位练兵、技能比赛、劳动竞赛、创先争优活动，让员工在推动企业的发展中实现个人的价值，在提升自我价值的创造中推动企业的发展，从而调动员工的积极性、主动性，激发员工战斗力和创造力，使企业上下形成崇尚知识、重视人才、爱岗敬业的良好风气。总之，坚持以人为本，紧紧围绕集团公司的发展战略和经营目标，实现企业发展与员工发展协调的理念，是增强团队战斗力和创新精神的重要保证。

没有规矩，不成方圆。严密的规章制度和科学严格的管理是企业立于同行业先进行列不败的主线，加强企业管理也是为了企业稳定和谐发展。对于一个企业，其在运作过程中，不论大小都必须把管理放在首位。没有严密的管理制度，就没有正常的企业运作。企业要发展必须有良好的外部环境，但任何外部环境的改善都不能取代企业内部管理。因此，企业必须向管理要效益。企业处在不利形势下主要是因为管理理

念和方式方法不能创新，因此实施加强企业管理，建立适应现代企业的管理制度，就成了当前提高企业素质和经济效益的有效途径。

我个人觉得可以从以下两个方面入手，建立一套行之有效的管理制度：一是提高“以人为本”管理理念。一个企业真正的效益不是逼出来的，而是自动的由员工工作产生的，如果一味强调绩效考核，强求工作，只能使通信质量和效益大打折扣。但要员工乐于工作，这需要管理者付出很大的细心和努力。管理者需做到：(1)平等对待下属，平等的意识在企业管理中是不可忽视的，管理者要重视这种平等精神，使企业上下齐心。(2)管理者要能虚心听取员工的意见和建议，使大家“知无不言，言无不尽”。(3)提升员工满意度，包括员工对薪酬、晋升、管理、工作本身和企业的满意程度。(4)树立“管理就是严格的爱”的管理理念，切实可行的管理制度，一经订好，一定要认真执行，要落实监督检查，要考核到位。

持续发展，拥有核心竞争力，就必须不断地进行管理创新。管理创新是企业赢得核心竞争力的动力源泉。企业制度创新、技术创新归根结蒂都要通过管理创新来实现。管理创新不仅要在制度创新和技术创新的基础上创造出一套资源整合方式，而且又强调了管理的新颖性、有效性，切实提高企业管理的效率。形成了以外币存款为主的负责业务；汇兑、转账、银行卡、代理保险、代收代讨等多种形式的中间业务；协议存款、银行贷款和小额抵押贷款为主的资产业务，产品种类日益丰富，经营规模不断扩大，成为xx省金融市场的重要组成部分。金融市场竞争日趋激烈，城乡市场均出现新的竞争格局，对xx邮政金融业务发展形成很大压力。xx省分行将审时度势，确定分行战略发展方向，紧密依托和发挥邮政网点和网络优势，为城乡居民提供基础金融服务，积极稳妥地开展资产类业务，巩固并扩大农村金融市场，大力发展城市客户群体，赢得市场的主动权。

加强企业管理是项长期而艰巨的工作，需要我们去扎实工作，

努力探讨。

企业要想和谐的发展，就要不断总结过去好的经验和做法，在实践中积极探索新的工作经验，不断开拓创新，使企业能够走向平安大道。

当前，中国邮政正处于史无前例的改革发展转型期，面对新形势、新领域、新事物、新情况，企业要在激烈的市场竞争中求得生存和发展，实现持续、健康、快速发展，必须通过教育培训提高员工素质，最大限度地开发人的潜能，使人力资本增值。作为县局领导如何使自己的知识不老化、跟上时代前进的步伐，就必须不断更新知识、强化学习，全面提升自身的综合素质和管理水平。在实践中，把握好县局在邮政改革发展中的定位，牢固树立科学发展观，以与时俱进的创新意识，以积极的态度迎接邮政改革发展的新局面，发扬开拓创新、拼搏进取、无私奉献的精神，将自己的命运与企业发展紧密联系在一起，团结和带领员工，促进邮政事业又好又快发展，实现企业与个人共同成长。