最新严以修身心得体会简短七篇

作者：小六 来源：网友投稿

本文原地址：https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/229192.html

ECMS帝国之家，为帝国cms加油！

从某件事情上得到收获以后，写一篇心得体会，记录下来，这么做可以让我们不断思考不断进步。那么心得体会怎么写才恰当呢？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。

严以修身心得体会简短篇一

修身为本——“ 齐家、治国、平天下 ”的前提和基础

《礼记 · 大学》说:“ 古之欲明德于天下者,先治其国;欲治其国者,先齐其家;欲齐其家者,先修其身;欲修其身者,先正其心;欲正其心者,先诚其意:欲诚其意者,先致其知;致知在格物。 ”这就概括出儒家所提倡的进行道德修养和立身治世的八个步骤:格物、致知、诚意、正心、修身、齐家、治国、平天下。在这八个步骤当中,“ 修身 ”处于承上启下的关键位置,是普天之下,不分贵贱都应遵守的准则,“ 自天予以至于庶人,壹是皆以修身为本 ”。

儒家认为:修身的第一要务是志存高远。修身的目的是为了齐家、治国、平天下。这不仅是使自身的道德修养得到提高,更重要的是要和亲睦族、安邦治国、教化天下,即孔子所说的“ 修己以敬 ”、“ 修已以安人 ”、“ 修己以安百姓 ”,也如孟子所言的“ 修其身而天下平 ”。

孔子曰:“ 苟志于仁,无恶也。 ”“ 仁 ”是孔子最高的道德标准与理想,也是他一生所追求的目标,他立志于仁,笃守勿失,即使面以挫折、贫困,也要做到“ 君子穷固 ”,在贫穷的时候也要坚守自己的志向,由此做到“ 无恶 ”,成为集“ 温、良、恭、俭、让、宽、信、敏、惠、仁、智、勇 ”等伟大人格于一身的一代宗师,万世师表。所以,只有先立志,确立远大的理想抱负,才能把修身变成一种主体的自觉行动,不断鞭策自己,激发起修身的自觉性和主动性,持之以恒、坚持不懈地加强自我修养的锤炼。

学思结合,是儒家加强修身的基本途径和方法。孔子的学生子夏曰:“ 博学而笃志,切问而近思,仁在其中矣。 ”立志是修身的前提和基础,但仅有立志而不学习,终将一无所获。“ 君子学以致其道。 ”刻苦求学、博览群书,既是实现个人宏图大志的途径,也是培养君子人格的前提和基础,“ 不知则问,不能则学,虽能必让,然后为德 ”。

在博学的同时,还要注意“ 慎思 ”,即对所学内容的伦理思考和对自己言行的自我检查,这是加强自我修养的重要一环。孔子曰:“ 学而不思则罔,恩而不学则殆。 ”学思二者本身就是相辅相成、相互促进的关系。学习必须以“ 思 ”为中心,抱着思考的态度去学习,用学去养思,才能自造为圣人。正是基于此,孔子提出“ 君子九思 ”的主张:“ 视思明,听思聪,色思温,貌思恭,言思忠,事思敬,疑思问

,忿思难,见得思义。”

如何“思”,那就要不断进行“自省”,时时检查自己的言行是否符合道德的要求,自觉地进行道德监督,尽量减少缺点,努力改正错误。常言道:人非圣贤,孰能无过。在现实生活中,从不犯错误的圣贤是不存在的,关键是对错误持一个什么样的态度,孔子曰:“过则勿惮改。”有了过错,就不要怕改正,过而能改,则善莫大焉。要做到这一点,就需要不断加强自省自律,知过必改,有过即改,这样,“君子博学而日参省乎己,则知明而行无过矣”。不但要博学,还要时刻反省自己,这样才能保持清醒的头脑,不会犯什么过错。

孔子曰:“君子求诸已,小人求诸人。”作为君子,就要反躬求己,严格要求自己,遇事多从自身找毛病,“躬自厚而薄责于人”。一个人只有不断地反省自己,认真查找自己的问题和不足,并不断给以修正,改过迁善,才能塑造至善至美的人格。

要培养高尚的道德情操,不仅有学、思的问题,更重要的还有“行”的问题。“行”,即道德实践,是孔门“四教”(文、行、忠、信)之一,历来受到儒家太师们的高度重视。《礼记·中庸》曰:“力行近乎仁。”只有努力进行道德实践才能达到儒家所追求的“仁”的理想境界。荀子指出:“道虽迩,不行不至;事虽小,不为不成。”任何远大目标、理想必须靠自己的实际行动来实现。只有通过自己的身体力行,知行合一,不尚空谈,把对道德的认知落实到具体的道德实践中去,不断深化对道德情感的积淀,才能更好地规范自己的行为,成为具有良好品德的君子。

严以修身心得体会简短篇二

提出“三严三实”，近期因工作原因，就“严以修身”作发言，在发言前拟了个提纲，为真实所感，对个人修养也很有益，故立文为记，观己之行，反复改进。

修身来原于曾子所著《大学》总纲的八条目之一，其次第是格物、致知、诚意、正心、修身，当然还有的则是随缘而为的齐家、治国、平天下且是自天子以至于庶人壹是皆以修身为本。可以讲修身是为人之本，成事之基、社会稳定之源。

一、修身的前提。格物、致知、诚意、正心是修身前提，其实就是要经过的历程，就是探索宇宙、社会、人生之理(格物)，明白宇宙、社会、人生之道(致知)，意念、思维流在正确的道路上运行(诚意)，正确的世界观、价值观、人生观牢固于心(正心)。没有这四点是前提，谈修身是空的，在没有精神力量作支撑时是不可能去修身的，因为修身是修自己，改自己、是革自己的命。

二、修身的内容。修身的内容来自于两个方面，一是思想层面，儒家讲吾日三省吾身，佛家禅宗所讲的心地法门、念头功夫，皆为此。另一个方面就是行为，自己的语言、动作、行动都要属于这个方面，朱熹的白鹿洞书院的院训叫“言忠信、行笃敬、惩忿治欲、迁善改过，行有不得反求诸己。”其实就是修身的内容。

三、修身的方式。我感到修身的方式就是反复改正自己的不足，这里一个是要通过反省、觉照来知道自己的不足，另一个方面要通过反复的纠正、改过来修正自己。能反省、能觉照到自己的不足是重要的，但更为重要的是能不能马上改正，能不能遵守既定的理念、行为、规范和戒律。

四、严以修身的体现。严是对自己的严，是战胜自己的不良想法、不端欲望和不良情绪，就是敢于对自己的非份之想说不，就是孔子所讲的“内自讼”，就是和自己打官司。

五、严以修身的评判。严以修身的评判是自己评判自己，别人是不知道我们心中是如何打鼓、如何大闹天宫的，所以老子讲“知人者智、自知者明、胜人者有力、胜己者强”。

严以修身我自己做的不太好，下面提出六个方面的内容，希望自己在以后的工作生活中能不断的改进：

1、自己能不能在工作、生活中扩展公心、减少私心?

2、自己能不能在工作中不被外因所扰，提升工作的集中力和专注度?

3、自己能不能面对不良情绪升起时，平心静气、有所控制?

4、自己能不能在已经意识到自己的不足时，敢于马上改正?

5、自己能不能对自己的不良行为和不端欲望说不?

6、自己能不能在面对诱惑、产生欲望时敢于当下戒除?

严以修身心得体会简短篇三

在县处级以上领导干部中开展“三严三实”专题教育，是党的群众路线教育实践活动的延展和深化，是共产党人抓自身建设常态化的又一次重要实践，有利于我们党健康肌体、巩固政权，为协调推进“四个全面”战略布局、实现中华民族伟大复兴中国梦提供坚强保障。海南省紧密联系干部队伍的思想实际和工作实际，从三个方面下大气力抓好专题教育，努力打造一支忠诚、干净、担当的干部队伍。

一、学深悟透“三严三实”的丰富内涵

在20xx年全国“两会”期间参加安徽代表团审议时首次提出“三严三实”，之后又在不同场合多次强调，在全党、全社会引起强烈共鸣和高度认同。“三严三实”言简意赅、精辟深刻，是党员领导干部做人做事、为官用权的警世箴言。

严以修身，就是加强党性修养，坚定理想信念，提升道德境界，强化党的意识，牢记自己的第一身份是共产党员、第一职责是为党和人民工作，对党忠诚，在党言党、在党忧党、在党为党。严以用权，就是把秉公用权作为底线，谨记公权公用，按规则、按制度行使权力，时刻做到公私分明，确保公权行使不越轨、不谋私。严以律己，就是加强自我修炼，守得住清贫、耐得住寂寞、稳得住心神、经得起考验，慎独慎微，不放纵、不逾矩，谨防得意忘本，保持一身正气。谋事要实，就是出于公心，为民谋事，秉持正确的政绩观，察民意、知实情、接地气，落实工作善于把上级精神与本地实际结合起来、把对上负责与对下负责结合起来，创造性地开展工作。创业要实，就是拿出“为官避事平生耻”的骨气，舍得付出，舍得吃苦，舍得自我牺牲，主动扛起推动一个地方或部门科学发展的责任担当，在实干中破解难题、抢抓机遇、增进人民福祉。做人要实，就是诚实守信，襟怀坦白，与党组织在思想上同心、行动上同步，对群众饱含深情、对同志以诚相待，言行一致、表里如一。如果用一句话概括“三严三实”的核心思想，就是对党忠诚、个人干净、敢于担当。

“三严三实”是新形势下我们党对党员领导干部政治品格和做人操守作出的最基本最简洁的规范

，是对党的建设理论的丰富和发展，为新形势下加强党的思想政治建设和作风建设提供了重要遵循。对海南的各级党员领导干部来讲，就是要自觉践行“三严三实”，将其内化于心、外化于行，真正使自己的作风严起来、实起来，做忠诚、干净、担当的好干部。

二、下大气力查摆党员领导干部“不严不实”问题

党的以来，海南省坚决贯彻落实党中央、关于从严治党的部署要求，扎实开展党的群众路线教育实践活动，大力整治“庸懒散奢贪”、“不干事、不担当”等突出问题，党员干部呈现出为民实干、作风深入的清新气象，这是主流。但我们也清醒看到，“四风”问题树倒根存，“不严不实”的问题还不同程度存在，突出表现为八个方面：

一是不重学习、眼高手低。不少干部学风不浓，“坐岛观天”，肚子里没真货，空喊概念口号，在执行中央和省委决策部署时拿不出管用的实招，上级给予的优惠政策用不足、用不好，错失发展良机。

二是安于现状、不思进取。面对经济下行压力加大和建设发展中的难题，有的被动应付，一味等上级出政策、等别人出经验;有的能拖就拖、能推就推，工作长期打不开局面。对待日常工作，有的满足于“大概齐”、“差不多”，甘于平庸混日子，心安理得熬资历。

三是为官不为、不敢担当。有的有私利可图就乱干事，无私利可图就不干事;有的明哲保身，为了不出事，宁愿不干事;有的出工不出力，上班时间炒股票、逛淘宝、玩游戏;有的没关系不办事，有关系乱办事;有的遇到矛盾问题绕道走，只讲原则要求，不讲具体怎么办。

四是急功近利、好大喜功。有的只顾眼前不顾长远，只抓短期容易见效的“显绩”，对事关长远发展的“潜绩”不上心，缺乏久久为功的韧劲;有的热衷于“抓典型”、“树形象”、“搞形象工程”，挖空心思换提法、喊口号，把工作当成谋取功名利禄的手段。

五是疏于管理、放纵下属。有的贯彻落实主体责任不力，没有真正履行监督责任，党风廉政建设搞形式、走过场;有的遇事不讲原则，只讲哥们义气，吹吹拍拍，笼络人心，甚至对违规违纪行为视而不见、姑息包庇;有的自身不干净，管别人底气不足、腰杆不硬，只能当老好人，搞无原则的一团和气。

六是公私不分、滥用职权。有的公车私用，私设“小金库”;有的插手工程，操纵招投标，输送利益;有的侵占集体财产，虚报冒领、贪污挪用专项资金;有的“吃拿卡要”，以权谋私，不给好处不办事。

七是拉拉扯扯、搞小圈子。有的信奉“圈子文化”，热衷于拉关系、找门路，看看能接上谁的天线;有的选拔使用干部不看德才看亲疏，不凭实干凭关系，以人划线、以地域划线，顺我者昌，逆我者亡。

八是做人不实、弄虚作假。有的阳奉阴违，见风使舵，讲空话、干虚活;有的在民主生活会上自我剖析信誓旦旦，会下我行我素;有的台上大谈反腐，台下收受贿赂;有的报告个人事项东躲西藏，闪烁其词，等等。

以上这些“不严不实”的问题，违背了“对党忠诚、个人干净、敢于担当”的好干部要求，损害党和政府形象，败坏党风政风，恶化政治生态，损害群众利益，破坏事业发展，危害党的执政基

础，腐化干部队伍，必须高度重视，坚决予以根除。

三、坚决践行“三严三实”要求

解决“不严不实”问题，关键在于各级领导干部要切实把自己摆进去，勇于揪出自己“皮袍下的小”，用忠诚、干净、担当的标准要求自己，用“三严三实”的戒尺规范自己，真正“严”字当头、落到“实”处，形成风清气正、团结拼搏、实干担当的良好政治生态。

加强学习，补足精神之“钙”。学习是加强自身修养、提升自身免疫力的有效途径。反复强调领导干部要把学习作为一种追求、一种爱好、一种健康的生活方式。当前，我们最迫切的是抓好四个方面的学习：一是学习系列重要讲话精神。开展“三严三实”专题教育，是一次对系列重要讲话精神的系统学习武装。坚持原原本本学，学深悟透，不断坚定共产党人的信仰追求、为民情怀和历史担当，做政治上的“明白人”。二是学习党章。党章是我们立党、治党、管党的总章程。要逐条学习，弄清楚自己该做什么、不该做什么，严守党的政治纪律和政治规矩，真正做到对党忠诚、爱党护党。三是学习法律法规。自觉尊法学法守法用法，善于运用法治思维和法治方式推动发展、深化改革、化解矛盾、维护稳定，发挥好“关键少数”的作用。四是学习中华优秀传统文化，从中汲取营养，增强做人做事的文化底蕴。

强化道德修养，筑牢立身之本。多次强调为官先做人、从政德为先的道理。领导干部的道德修养，实际上就是修炼为官之德。一名品德高尚的好干部，犹如高山景行，让人仰止。比如海南的吴春忠、牛开成、林道腾等优秀党员干部当官为民的奉献精神，就是一种为官之德。乐东县推动殡葬改革，两年多迁坟11.2万座，靠的是各级领导干部以亲民务实的作风感染、感动、感化群众，把工作做到百姓心里，这也是一种为官之德。20xx年超强台风“威马逊”重创海南，一大批基层党员领导干部舍小家为大家，奋不顾身忘我救灾、转移群众，最大限度确保人民群众生命财产安全，这种救民危难、牺牲自我的精神是一种为官之德。近几年从省到各市县坚持新官理旧账，妥善解决一大批长期积压的涉及土地林地纠纷、投资纠纷、债务纠纷等严重影响海南发展稳定的遗留问题，这种对历史高度负责的精神，也是一种为官之德。我们应当用先进典型映照自己，加强自我约束，锤炼党性修养，用心涵养为民务实清廉的公仆情怀，慎独、慎始、慎微，明大德、守公德、严私德，做到以德自立、以德施政、以德服众。

秉公用权，强化对权力的监督制约。谆谆告诫大家：很多人有权力了，往往会成为被“围猎”的对象;当官发财两条道，当官就不要发财，发财就不要当官。所以，谨慎用权、管好权力、如履薄冰，应当是我们对公权力应有的态度。如何正确行使权力?首先是出于公心，施政公道，自觉做到依法用权、秉公用权、廉洁用权。在海南，无论是禁毒禁赌打黑，还是打击违章建筑、打击滥砍盗伐林木，一大批干部挺身而出、秉公执法，广大人民群众拍手称快。之所以能如此，关键在于干部出于公心、自身干净、依法依规。其次，坚持科学决策、民主决策。关键是坚持民主集中制，严格按领导班子内部议事和决策机制办事，凡重大决策、重大事项、重要人事安排必须按程序集体讨论决定，防止个人说了算，确保权力规范运行、有序运行。第三，加强对权力运行的监督，加快实现党务公开、政务公开、各领域办事公开的常态化、全覆盖，发挥纪检、审计、舆论等监督部门的作用，强化对权力集中、资金密集、资源富集的部门和岗位的监管，坚决防止公权滥用。

坚持求真务实，勇于实干担当。检验“三严三实”专题教育成效的标准是整改成果，落实整改主要靠实干。实干是对领导干部履职尽责的基本要求。如何实干?一要坚持务实求实。我们做决策、抓工作，必须吃透并贯彻中央精神，紧密结合海南省情，坚持问题导向，对症施策。20xx年我们在抓简政放权改革的同时，加强对重要资源的集中规范管理，率先在全国实行省级以下森林公

安垂直管理;将过去由乡镇或村管理的915座小i型、小ii型水库统一收归市县管理;把过去下放给市县的林地、农用地转用、土地征收和填海用地的审批权上收到省里，恢复国家上位法在海南的实施，并通过人大立法固化改革成果，为海南的生态保护、水利安全和重要资源的合理开发、永续发展打牢基础。二要勇于担当。近两年海南清理闲置土地超过13万亩，靠的就是从省到市县各级领导干部动真碰硬，敢于担当。只要一心为公、自身过硬，就有勇于担当拍板的魄力和血性。三要真抓实干。教给我们三招：一是发扬“钉钉子”精神。对事关海南长远发展的大项目、难事、要事，拿出拼劲和韧劲，一抓到底。二是“马上就办”。对于急需解决而又能解决的事，以一天也不耽误的精神，高效高质组织落实。三是一张蓝图绘到底。保持工作连续性，功成不必在我，多干一些打基础、利长远、解民忧、惠民生的实事，一年接着一年干，一任接着一任干，咬定青山，善作善成。

严以修身心得体会简短篇四

古时候，有一个智者把同样的汤勺和美味的肉汤分别送给两个村子后去探访。看到其中一个村的房子中间熊熊燃烧着火堆，上面吊着煮肉汤的大锅，锅里的汤沸腾着，散发着令人垂涎的香味。汤锅的周围却挤着一个个面黄肌瘦的人，他们每个人手上都拿着一个好几尺长的大汤勺，汤勺是铁的，汤勺的柄也是铁的，只有手握的一段是木制的。每个人都贪婪又拼命地舀着锅里的汤，可是谁也喝不到嘴里。有的人不得要领，不是汤伤了自己的手和脸，就是伤了身边人的手和脸，他们互相指责并相互谩骂。在另一个村里，智者看到房子的中间也吊着一个热汤锅，也有许多人围着汤锅。每个人手中也拿着同样长柄的汤勺，但是这里没有叫嚷和吵骂的声音，只有满意的喝汤声。他们每个人都红光满面，他们静静地坐在锅边喝汤，因为他们每个人都把盛上来的肉汤喂给对面的人喝，于是每个人都喝到了肉汤。这个故事告诉我们，生活在集体里，离不开团结协作与互相帮助。

俗话说：远亲不如近邻。你和宿舍的几个同学能从五湖四海集中到一个屋檐下生活，一起度过人生中最宝贵的青春年华——大学生活，是难得的缘分，彼此需要好好珍惜。

人是社会中的个体，交往是个体的心理需求和社会需要。寝室是锻炼同学处理人际关系和培养交往能力的重要场所，也是同学之间接触最紧密，了解最深入，矛盾最集中的重要场所。构建优良的人际关系有利于我们产生安全感、归属感并分享彼此的喜悦。优良的人际交往还能及时让我们倾吐心中的烦恼，保持心情舒畅。正像培根所讲：“把忧愁向一个朋友倾吐，你将被分掉一半忧愁。当然，如果你把快乐告诉一个朋友，你将得到两个快乐。”优良的人际交往有助于我们增长才干，开启心智，获得成功。因为一个人知识的获得不外乎通过间接学习和直接学习这两条途径，而善于通过直接学习的途径获得知识的人首先必须是一个善于交往的人。古人云：“独学而无友，则孤陋而寡闻。”优良的人际关系更有利于事业的成功。

另外，优良的人际关系也是大学生正确认识自我、评价自我、完善自我、发展自我的重要路径。古人云：“以铜为镜，可以正衣冠;以古为镜，可以知兴替;以人为镜，可以明得失。”用身边的同学作为衡量自己的尺度，用身边的同学作为镜子来折射自己的形象，这也是认识自己、评价自己的重要方法，而这个评价过程需要在交往中完成。

一般来说，大学宿舍同学间发生冲突的原因有以下几种：不良的生活习惯，如不洗澡，乱扔东西，干扰他人作息，常借用别人的物品损坏不修或不归还，未经同意翻动室友私人物品;占小便宜;喜欢讲别人的闲话;性格不合或观念差异等。据调查研究发现，生活习惯和成长背景的不同是造成宿舍矛盾的最重要因素之一。由于无法融入室友的圈子，一些同学只能选择独来独往，跟同宿舍室友的关系越来越冷淡。有的大学生反映，他们反感的原因其实根源于一些生活细节，比如：

吸烟污染寝室空气;在寝室里上网听音乐影响他人休息;脏衣服、袜子长时间不洗等等，总的说来，就是不尊重他人，不善于与别人相处。

其实与人相处需要一定的技巧和方法。应该相互理解，彼此尊重。理解是人际关系和谐的基础。有了理解，人与人之间才能少去许多的磨擦和对立;有了理解，人们才有望相互接纳融洽相处。基于对理解的这种认识，人们曾经喊出口号：理解万岁。确实，人与人之间，因为有了理解，才会有心灵的沟通，才会有深厚的友谊，才会有家庭的温馨，才会有生活的美好和社会的和谐。早在春秋战国时期，大教育家孔子就提出“吾日三省吾身”的修身之道。在与人交往的过程中，以他人为镜，经常“自省”，进行换位思考，设身处地为别人考虑，对构建和谐的人际关系是至关重要的。社会心理学研究表明，那些在人际关系交往中颇受好评，很得“人缘”的人一般具有以下特点：乐观、聪明、有个性、独立性强、坦诚、有幽默感、能为他人着想、充满活力等等，而那些在人际交往中不太受人欢迎的人也具有以下几个特点：自私、心眼小、斤斤计较、孤傲、依赖性、以自我为中心、虚伪自卑等等。有了以上的参照标准，我们就可以对照自己，扬长避短。

学会尊重、团结、包容他人的个性特点，一旦同学受人尊重的需要得到满足，就会扫除交往中的心理障碍。在人际交往中，最主要的是坦诚，每个人都是独立的个体，不能丧失自我。阿谀奉承、随声附和并不能换来优良的人际关系。消极的情绪，如不快、痛苦、愤怒、失望等，会影响人际交往的正常进行。每个人都要学会在生活中化解不良情绪，这也是个人成长的一种重要表现。现代社会主张个性独立，人际关系也日益复杂，如果说在一些场合，或和某些人的临时交往需要一些表面的客套、应酬，那么，建立和发展深入持久的人际关系，最重要的是在交往中坦诚相见、表达真实的自我。“水至清则无鱼，人至察则无友”，人们并不喜欢那些假扮的圣人。当然，如果自己身上存在着明显的缺点，理应努力克服并改正。

主动交往，助人为乐，自己也能分享快乐。在平时生活中，主动与同学打招呼，主动与同学交流，主动帮助别人，多做些公共事务。在一个大集体里生活，个人总会遇到这样那样的困难。多一些互相关心，互相帮助，就能让大家都感受到集体的温暖。一个和谐的团队，要求每个人都多献出一份爱心，人人为我，我为人人。当然总要有人主动帮助别人，多吃点亏，别人就多得点好处，久而久之也能影响到大多数人。大多数人都愿意吃点亏，把好处让给别人，这个集体就沉浸在爱心里。如果大家都不愿意吃亏，都只想得好处，这个集体就变成了利益争斗场。因此，我说“吃亏是福”。在集体中做人，首先就要愿意吃亏，发吃亏为乐。

严以律己，宽以待人。如果想处理好与同学之间的关系，要做到与人宽、对己严，以礼待人，多干少说，切忌以自我为中心。要学会正确对待与同学间的矛盾。如果与同学在利益上出现矛盾，甘愿“糊涂”;在观点上或学术上与同学出现矛盾，要“求同存异”，得理让人。

与同学相处，应坦诚相待，但在给同学提意见时，则需要讲究方法。不能当着众人的面，以免使对方难堪、丢面子。很多细节方面的问题需要自己在日常生活中加以体会。维护和谐的生活环境，也会给自己创造一个优良的心境。当与别人发生矛盾时，一定要冷静处理，如暂时避开对方一段时间，或者找亲朋好友倾诉。以后找合适的机会跟对方和解。这些都是化解矛盾不可缺少的技巧，并不是软弱无能的表现。

另外，农村同学来到城市，除了适应大学生活外，还有一个如何适应城市生活的问题，因此，要正确认识自己的长处和不足，树立信心，努力发挥自己的优势。不能因为自己的某些不足而盲目自卑。要注意确立目标，制定计划，慢慢去克服自己的不足之处。同时，也不要过分苛求自己，应该容许自己犯错误、闹笑话。越是苛求完美，不容许自己犯错误，可能越容易出差错。要注意

放松心态，避免急于求成。同时，也不要用逃避和故作清高来掩饰自己的弱点和内心的自卑。要注意多交朋友，主动求助，使自己尽快融入新的群体，适应新的生活。

雷锋同志说过“一滴水只有在大海中才永不会干涸”，作为班集体的一员，我们如果在教室中主动参加各种活动，为同学服务将能更好地体现我们的价值。在社会分工越来越细的现代化时代，也需要大学生在校期间培养优良的团队合作精神。对环境适应快的大学新生，借助团队力量，很快就能成为教室中的核心人物，希望你尝试担任一定的教室工作。这样与老师、同学接触越多，掌握的信息越广，锻炼的机会也越多，能力的提高也越快。

与人和睦相处还有一些技巧供你参考。如以真诚的方法让别人感到他很重要，学会微笑，多提别人的名字，做一个耐心的听众，和别人说话要注意场合和心境，鼓励别人谈他自己，谈符合别人兴趣的话题，学会赞美别人。为了深入了解同学的思想状况和感情需要，还必须加强交流。同宿舍同学的交往具有“近邻性”的先决条件，如果能够敞开心扉，以诚相待，同学关系就会在不断的交流中调整、加深、巩固和升华。同宿舍同学沟通方式很多，或采用个别谈心的方法，谈家庭，谈学习，谈见闻;或一起参加集体活动，进行郊游、联欢、打扫卫生等。在特定情况下，例如同宿舍同学产生思想波动、患病或遇到其他困难时，要真诚关心，热度相助。与人为善是人际关系的致胜法宝，“善大莫过于诚”，真诚是人们心目中最可贵的也是最有分量的人际交往品质;在人际交往中还要学会理智地说“不”。每个人都有自己的日常事务和安排，当别人有求于己，而自己确实有重要的事情要做，可以诚恳地表示如果对方不着急的话，可以在完成手头的事情以后协助对方，以求得他人的信任和理解。

严以修身心得体会简短篇五

指出，严以修身，就是要加强党性修养，坚定理想信念，提升道德境界，追求高尚情操，自觉远离低级趣味，自觉抵制歪风邪气。修身不严的具体表现和危害有哪些?根源是什么?怎样做到严以修身?本期对此进行讨论。

正视修身不严的问题

多次谆谆教诲党员干部要严以修身，要“心不动于微利之诱，目不眩于五色之惑”。但面对席卷而来的物质浪潮，部分党员干部理想信念动摇、公仆意识缺乏、党性迷失，宗旨淡薄。他们有的信仰缺失，喜好求神拜佛，与“大师”为伍，对群众冷暖漠不关心;有的道德沦丧，莺歌燕舞，纸醉金迷，视公序良德为无物;有的大手大脚，热衷于“造盆景”“装门面”，作风“飘浮”，等等。

修身不严，党性不纯，如社会溃疡，不可小觑。修身不严不仅是对责任的亵渎，也是对自己的不负责任，损害着自身形象和政治信誉，虚度了光阴，贻误了前程，终是误己。修身不严更是一种浪费，浪费了党和政府提供的公共资源和政府资源，辜负了党和群众的期盼。修身不严，就会损害群众的切身利益，使群众失去安全感，使政府失去公信力，使社会失去凝聚力，同时影响着党群关系，透支折损着政府形象，动摇着党的执政之基，可谓危害猛于虎。

正心方能修身

“欲修其身者，先正其心。”党员干部修身不严，禁不住考验，关键是其内心发生了畸变，为私情私欲蒙蔽了心境。众多落马的官员忏悔中，无一不诉说人生是从思想蜕变、心理失范开始走向滑坡的。《大学》有言，“心不在焉，视而不见，听而不闻，食而不知其味。”一个人心思不端

正就像心不在自己身上一样：虽然在看，但却像没有看见一样;虽然在听，但却像没有听见一样;虽然在吃东西，但却一点也不知道是什么滋味。心不正必然会导致身不正，缺乏对党的拳拳赤子之心，对群众的发自内心的关爱之情，思想上就会麻痹大意，行动上也会麻木不仁，修身则会成为无根之水、无本之木。

严以修身，作为“三严三实”的首条，是由内而外的约束和要求。“心如水之源，源清则流清，心正则事正。”党员干部从严修身做人、为官从政，首先要做到“心正事正”，常修为政之德，常怀为民之心，常思贪欲之害，常怀律己之心，无论小事大事都能把得住小节。无论事前事后都能守得住规矩，无论何时何地都能挡得住诱惑，达到“竹影扫街尘不动，月穿潭底水无痕”的境界。

砌好信仰基石

信仰如山，仰之弥高，行之愈奋;信仰如河，流之弥远，饮之愈甘。严以修身，就要保持信仰的本色，砌好信仰的基石，不忘初衷、不悔初心。

信仰就在我们身边。无论是公正为民、敢涉司法改革深水的“庭前独角兽”邹碧华，还是数十年如一日、用心血防风固沙的“四有”书记谷文昌，抑或是胸怀大局、勇于担当的“移民书记”赵久富，都有着不可动摇的信仰，展现着一个共产党人不可磨灭的精神光芒。反观当下的另一些干部，有的不思进取，甘做“鸵鸟”官;有的滥用手中职权，大搞权钱交易，破坏党纪国法，肆意逾越法律高压线，究其根源，就在于信仰的缺失。信仰之峰一旦垮塌，就会陷入权钱色的深渊。近年来落马的“大老虎”、“小苍蝇”，哪一个不曾有过“光辉岁月”，哪一个不曾有过信誓旦旦，但随着信仰泉水的干涸，他们逐渐失去了为民服务的本真。

“信仰是心中的绿洲”，更是我们践行严以修身准则的必有之义。修身己先行，党员干部应不断加强自身的学习与修养，多思革命苦、常怀为民情，牢记权力取之于民、用之于民，牢固树立共产党人坚如磐石的政治信仰，思想不跑偏，说话不跑调，及时踩住思想“刹车”，努力使自己的言行符合好干部的要求，当好领头人、做好为民事。

在“修”上下苦工

有人说，人生就是一场修行。适应为官的不舒服、不自在，并让老百姓舒适度好一点、满意度高一点，这本身就是修身的过程，也是修行的过程。对于党员领导干部来讲，修身的诱惑干扰更多，修行的境界要求更高，不仅要严修，更要苦修，在“修”字上下苦工。

要修剪欲望。贪如火，不遏则燎原;欲如水，不遏则滔天。作为党员领导干部，如果总是埋怨工资低了、休息少了、提拔慢了，就要回过头来扪心自问，是不是想要的太多了。党员领导干部要将个人欲望控制在合理范畴，以“廉者不求非其有，智者不为非其事”为底线要求，以毫不利己、专门利人为高线标准，努力使自己成为“一个高尚的人，一个纯粹的人，一个有道德的人，一个脱离了低级趣味的人，一个有益于人民的人”。

要修理问题。党员领导干部对自己身上的问题，是习以为常、听之任之，还是朝乾夕惕、省之改之，考验道德情操，也考验党性修养。比如，针对自大的问题，就要时刻摆正个人与组织、与集体、与群众的关系，决不能将个人凌驾于组织、集体和群众之上;针对自由的问题，要注意区分追求合理的个人自由和搞自由主义，甘于在党和人民的需要面前放弃部分个人自由，做到个人服从集体、少数服从多数、局部服从大局。

要修炼品行。对于共产党人来讲，人性的善和党性的美应该是高度融合的。所谓仁者爱人，党员领导干部更要牢记全心全意为人民服务的宗旨，始终做到情为民所系、权为民所用、利为民所谋;所谓推己及人，党员领导干部更要带头做到“ 己欲立而立人，己欲达而达人 ”，和群众一块过、一块苦、一块干，在成就事业中成就自我;所谓反求诸己，党员领导干部更要学会从自身找原因，面对不解甚至误解，既要善于解释，也要勇于承担，以自身的良好形象和工作的实际成效取信于民。

须防止“ 三无 ”

领导干部严以修身，须防止“ 心中无党、胸中无墨、眼中无活 ”。

心中无党，公心就会被欲望替代。部分领导干部党性修养不足，信仰缺失，私心严重，一朝权在手，便将入党时的铮铮誓言和为人民服务的宗旨抛诸脑后，只关注个人得失，不关心党的发展和民生多艰。领导干部严以修身，就是要不断强化党性修养，坚定理想信念，增强服务意识和宗旨意识，自觉抵制歪风邪气，以“ 入则恳恳以尽忠，出则谦谦以自悔 ”的态度去付出，以“ 功成不必在我，建功必须有我 ”的精神去奉献，让公心充盈天地，让私心无处立足。

胸中无墨，追求就会被世俗遮蔽。读书，可以开眼界、长本领、砺情操、提境界，是领导干部修身的不二法宝。但是，总有人不愿埋首书卷，沉下心去研究党的理论、业务知识和传统文化。领导干部严以修身，就是要守住宁静、耐住寂寞，带着人生疑惑去求知，带着自我反思去求解，带着工作问题去求助，通过读书，脱离低级趣味，破解人生观、价值观和世界观的难题，找到更高的人生追求。

眼中无活，干劲就会被安稳消磨。有的领导干部习惯了“ 一杯茶、一根烟，一张报纸看半天 ”式的安逸生活，不适应新常态下的工作方式，将严以修身等同于修身养性，关起门来大搞“ 无为而治 ”，不仅不主动为群众谋发展，甚至对基层困难都听而不闻、视而不见。领导干部严以修身，就应该“ 先天下之忧而忧，后天下之乐而乐 ”，坚持吃苦在前享受在后，时时将民生疾苦看在眼里、想在心上，并为解决这些问题而努力奋斗，以自己的“ 辛苦指数 ”换取群众的“ 幸福指数 ”。

严以修身心得体会简短篇六

党中央决定在县处级以上领导干部中开展“ 三严三实 ”专题教育，我认为十分必要和及时。“ 三严三实 ”教育是群众路线教育活动的拓展和深化，是加强党的思想政治建设和作风建设的重要举措，每个领导干部不仅要认真参加这项教育，更要在教育中有所思、有所悟、有所得。

提出的“ 严以修身、严以用权、严以律己，谋事要实、创业要实、做人要实 ”，是对领导干部做人做事的基本要求。其中第一位的是“ 严以修身 ”，正所谓“ 修身齐家治国平天下 ”。俗话说：身正不怕影子斜。身正的源泉在于心存定力，定力就是有信仰、有目标，就是不论身处何时何地，遇到多少大风大浪，都能坚守底线，始终抱定一个信念。作为一个党员领导干部要经受住严酷的考验，关键还在于加强自身修养，从根本上筑牢拒变防腐的防线，团结和带领广大群众为实现中华民族伟大复兴的“ 中国梦 ”而努力奋斗。

第一，修身重在做人。百姓评价一个人，会说这个人是“ 好人 ”，或说那个人“ 不咋地 ”，这些说法是对一个人品质的评说。

做好人就要从学习开始，用学习来丰富自己的头脑，用学习来培养自己的信念，用学习来塑造高尚的品格。首先要“想学”，要树立终生学习的意识。学习如逆水行舟不进则退，我们处在知识爆炸的时代，社会在飞速发展，新鲜事物层出不穷，放松学习就会被时代抛弃。一个党员领导干部接受党的培养和教育，从一个普通学生一步一步成长起来，政治理论的积累是十分必要的，只有具备了深厚的理论功底，思想上才能筑牢根基，信仰才会坚定，不会因时局、形势的变化而摇摆。如果放松对马克思主义、邓小平理论、“三个代表”等政治理论的学习，就会对党的政治理论理解得不深不透，就容易受各种思潮冲击，理想信念一旦松动，世界观、人生观、价值观就发生变化，从而影响政治方向、思维方式和行为习惯，精神上就会“缺钙”。这必须引起警醒并及时加以纠正。其次是“会学”。作为党员领导干部，一要认真学习马克思主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观。当前，要重点学好系列重要讲话精神，把党的科学理论化为坚定的政治信仰和正确的价值追求，坚持信念不动摇、宗旨不淡漠、道德不滑坡，永葆共产党人的政治本色;二要认真学习法治理论。作为人大领导干部，要突出学好宪法、法律，培养依宪治国、依法治国的理念，突出学好人民代表大会制度，学好相关的法规、规定，做遵法、学法、守法、用法的模范，以法治思维来指导人大工作;三要认真学习人大业务知识。不论分管人大哪项工作，都要不断学习，把自己锻炼成为熟练掌握人大工作技能的领导干部。再次是“常学”。“学而时习之，温故而知新”，要强化学习，避免三天打鱼两天晒网，形成有时间就学习、有不懂问题就学习的好习惯，久久为功，一定会有所积累，有所收获，指导工作时才能有的放矢。

第二，修身重在信仰。信仰是人的精神家园，是支柱，人没有信仰就会迷失方向和目标，失去前进的动力，做任何事都萎靡不振、没有精气神。领导干部是特殊的群体，肩负着党的使命和人民群众的重托，要把维护党和群众的利益作为自己的工作目标，把共产主义当作至高无上的追求，时时刻刻坚定这个信仰。否则，精神上就会“缺钙”，就会得“软骨病”。现实生活中，一些党员干部出现这样那样的问题，说到底是信仰迷茫、精神迷失，最终丧失了理想信念，违法乱纪，成为罪人。对此，我们每个人都要高度重视。强调：“严以修身，就是要加强党性修养，坚定理想信念，提升道德境界，追求高尚情操，自觉远离低级趣味，自觉抵制歪风邪气。”理想信念是核心，有了理想信念就有了支柱、有了力量，才能带领人民群众保持昂扬向上的精神状态，凝聚起建设社会主义的强大正能量。

第三，修身重在操守。做官先做人，做人先修德。老百姓有一句话：火车跑得快，全靠车头带。领导干部的一言一行有导向和示范功能，是好是差老百姓都有辨别。领导干部存在这样那样的问题，就是自己放松了政治理论的学习，放松了党性的锻炼，宗旨意识弱化，道德品质滑坡，没有守住领导干部应该坚守的底线，这是极其错误和危险的。

领导干部必须坚定个人操守，从小处着眼，从一言一行做起，以社会主义核心价值观为标准，以对党员干部的要求为标准，堂堂正正做人，扎扎实实做事，干干净净从政，强化政治意识、纪律意识、规矩意识，学规矩、懂规矩、守规矩，作守纪律、讲规矩的表率。在个人生活方面追求高尚情操，培养健康的生活情趣;正确选择个人爱好，自觉远离低级趣味;慎重对待朋友交往，自觉抵制小圈子、小集团的歪风邪气，慎独、慎初、慎微，防微杜渐，时刻检点自己生活的方方面面，始终保持共产党员的政治本色。

第四，修身重在实干。在兰考考察时说过，焦裕禄同志是县委书记的榜样，也是全党的榜样，他的精神同井冈山精神、延安精神、雷锋精神等革命传统和伟大精神一样，过去是、现在是、将来仍然是我们党的宝贵精神财富。

学习弘扬焦裕禄精神，除了学习他艰苦奋斗、清正廉洁的优秀品质外，更要重点学习他不畏艰难

、不怕困苦、敢于牺牲，带领兰考人民与自然灾害抗争的实干精神。作为党员领导干部，修身不是沽名钓誉式的“独善其身”，也不是推卸责任式的“超然物外”，而是勇于负责、敢于担当。“为官一任，造福一方”，“空谈误国，实干兴邦”，领导干部谋事干事，归根结底是为了百姓谋福祉，党组织和人民群众给了你权力，让你坐上了“位子”，你就要对得起信任，手中有了权力，你就要担当起责任。作为人大分管常务工作的领导干部，要带头克服船到码头车到站的观念，不但要把自己的本职工作做好，还要成为执行市委决定、支持政府工作的排头兵;要带头提高自身的业务能力，丰富人大工作知识，站在全市的发展大局思考人大工作;要带头大兴调查研究之风，深入群众、深入基层、深入实际，了解和掌握第一手资料，以此作为研究问题、解决问题的依据;带头改进工作作风，密切与人民群众、与人大代表的联系，倾听他们的意见建议，为做好人大工作打好基础。

今后，自己要贯彻“三严三实”要求，不断加强自身修养，从一点一滴做起，把“三严三实”当成座右铭，内化于心，外化于行，做一身忠诚、一身干净、一身担当，让党放心、让人民满意的人大干部。

严以修身心得体会简短篇七

“修其心，治其身，而后可以为政于天下。”协调推进“四个全面”战略布局，广大党员干部必须把“三严三实”熔铸为自身政治品格，特别要严以修身，加强党性修养，坚定理想信念，提升道德境界，追求高尚情操，自觉远离低级趣味，自觉抵制歪风邪气。

一、修“金刚不坏”之身

号召全体共产党员，“坚守崇高信仰，炼就金刚不坏之身”。思想上返璞归真，党性上固本培元，理想信念上坚如磐石，这是严以修身的基本保障。从这个意义上讲,严以修身，修的就是共产党员的“金刚不坏之身”。

补足精神之“钙”。理想信念是共产党人精神上的“钙”。不缺精神之“钙”，才能站位高、眼界宽、心胸开阔，才能坚持正确政治方向，站稳政治立场，抵制各种诱惑，永葆共产党人政治本色。要高度自信，通过学习、思考、分析、比较，正确认识我们近代以来艰苦卓绝的奋斗历史，正确认识新中国成立特别是改革开放以来的辉煌成就，联系现阶段我省经济社会发展取得成绩和经验、面临的机遇与挑战，进一步坚定道路自信、理论自信、制度自信和文化自信，坚定发展自信、跨越自信和小康自信。要志存高远，始终把深入学习贯彻系列重要讲话精神作为首要政治任务，把党的基本理论、基本路线、基本纲领、基本经验、基本要求学到家，把共产主义理想和社会主义信念当作自己矢志不渝的终身追求。要心胸开阔，按照关于共产党人特别是领导干部都应该心胸开阔的要求，深刻认识我们是谱写中国梦贵州篇章、实现共产主义“接力赛”中的“重要一棒”，站在这个历史和战略高度，胸怀大局、把握大势、着眼大事，因势而谋、应势而动、顺势而为，做到胸怀大局、极端负责。

增强政治定力。政治定力是对领导干部最基本的政治要求。政治定力反映的是政治信仰、政治立场、政治态度、政治纪律，考验的是共产党人应有的信念、品质、胸襟、意志、毅力、智慧。有政治定力，才能做到“临大事而不乱”,才能做到“咬定青山不放松”。要心明眼亮，面对可能的政治风浪和复杂局面，要做马克思主义的坚定信仰者，增强政治敏锐性和政治鉴别力，自觉抵制各种错误思想影响。要站稳脚跟，确保思想政治上特别纯洁、特别过硬、特别坚定，始终在思想上政治上行动上与以同志为的党中央保持高度一致，始终不渝地沿着中国特色社会主义道路前进，在任何情况下都坚定跟党走的信念，决不松懈动摇。要敢于出手，面对意识形态领域斗争的

尖锐性、复杂性、长期性，要树立当“ 绅士 ”可耻、当“ 战士 ”光荣的理念，在大是大非问题上、在政治原则问题上、在舆论风口浪尖上,要挺身而出、敢于亮剑，要过得硬、靠得住,有主见、有手段,有理有力有节地开展斗争。

强化党性修养。党性是党员干部立身、立业、立言、立德的基石，是修炼“ 金刚不坏 ”之身的不二法门。要“ 内练一口气 ”，认真学习党章、严格遵守党章、切实维护党章，让党章“ 内化于心，外化于行 ”，增强党的意识、执政意识、大局意识、责任意识。要“ 外练筋骨皮 ”，在艰苦环境中接受磨炼，在重大关头经受考验，在摸爬滚打中培养坚强意志和优秀品质。要“ 内外兼修 ”练好“ 硬气功 ”，在党内生活中增强原则性、组织性、纪律性，主动虚心接受干部群众监督，拉下脸面揭短亮丑找准问题，沉下心来毫不含糊改正缺点，老老实实做人，扎扎实实做事，硬硬实实为官，让自己在党性修养上硬气起来。

二、修赤胆忠心之身

严以修身，要修一颗对党、对国家、对人民绝对忠诚的赤胆忠心。绝对忠诚于党，就是强化党的意识，牢记自己的第一身份是共产党员，第一职责是为党工作，做到忠诚于组织，任何时候都与党同心同德。

把好思想“ 总开关 ”。理论是行动的先导，一个人的立场、观点和方法，基本决定着人生态度和价值取向。装牢“ 总开关 ”，深刻认识“ 学者非必为仕，而仕者必为学 ”的道理，认真学习马克思主义理论和党的路线方针政策，把自己正确的世界观、人生观，牢牢建立在科学理论基础之上。调灵“ 总开关 ”，学会运用辩证唯物主义和历史唯物主义的观点，提高战略思维、创新思维、辩证思维、底线思维能力，用科学理论观察、分析和思考问题，看看是不是始终保持政治上的清醒和坚定，发现“ 不灵敏 ”就赶紧调试。拧紧“ 总开关 ”，下真功夫、苦功夫、细功夫，掌握马克思主义的立场、观点、方法，做到真学、真懂、真信、真用，把“ 总开关 ”拧得严丝合缝，在公私观、是非观、义利观和世界观、人生观、价值观上，决不当作儿戏或跑冒滴漏。

坚守党的“ 生命线 ”。群众路线是我们党的生命线和根本工作路线。坚持思想上尊重群众，把群众放到很高的位置，把自己放到很低的位置，不打官腔、不摆架子、不说官话，用平等的心态联系群众。坚持感情上贴近群众，站在最广大人民的立场上，想群众之所想，急群众之所急，忧群众之所忧，自觉从群众需求出发，想问题、办事情、作决策。坚持工作上依靠群众，真正把群众当主人、当亲人、当老师，真诚倾听群众呼声，真实反映群众愿望，谋划发展思路向群众问计，查找发展问题听群众意见，改进发展措施向群众请教。

摒弃私心与杂念。私心杂念是对党忠诚的最大敌人。时时处处检修纠偏，经常为思想拍个x光，看看有没有“ 短路 ”、“ 断路 ”、“ 回路 ”，看看世界观、人生观、价值观和公私观、是非观、义利观方面有没有偏差、扭曲，一旦发现苗头性问题，立即扑杀。时时处处秉公除私，增强内在的意志和力量，抑制头脑中因外部因素影响而产生的私心杂念，保持政治坚定和思想纯洁，做到无私无畏天地宽，把为党和人民事业鞠躬尽瘁作为终身事业。时时处处涵养正气，多些清心寡欲、少些追名逐利，多些埋头苦干、少些花里胡哨，多些浩然之气、少些歪风邪气，把对党忠诚，砥砺为廉洁奉公的政治品格，转化成锐意进取的实际行动。

三、修德行高洁之身

“ 重莫如国，栋莫如德 ”，一个明大德、守公德、严私德的人，才智方能用得其所。正因如此，提出，严以修身，要把思想道德建设放在十分突出的位置。

摆正身子。身正，才能影正，才能以道德的力量赢得人心、赢得事业成就。《礼记·大学》:“欲修其身者，先正其心;欲正其心者，先诚其意。”要对照三根标杆正身。对标社会主义核心价值观。核心价值观是一种大德，党员干部是有形的正能量、鲜活的价值观。要注意把个人的价值目标与社会主义核心价值目标结合起来,从自身条件出发,立足本职工作，摆问题、找差距、明方向。积极做社会主义核心价值观的实践者、示范者和引领者，在增强自觉、持久深入、落地生根上下功夫。对标公民道德规范。就是要遵守社会公德、职业道德、家庭美德、个人品德，从这些基本道德规范做起，把良好道德行为落实到日常生活和工作之中。对标内心道德戒律。孔子讲：“君子有三畏：畏天命，畏大人，畏圣人之言。”实际上，这“三畏”就是一种道德敬畏感，是精神上的自律。老百姓常说，“举头三尺有神明，不畏人知畏己知”。心中有道德戒律，就会怕被人指指点点，怕被人戳着脊梁骨骂，也就会“思”出乎理智、“做”有所顾忌、“行”不忘法纪，做到心有所畏、行有所止。这种道德敬畏感，是政治上成熟、道德上自律的表现，是为官者应有的胸襟和气度。

常照镜子。加强道德修养，就要像每天照照镜、洗洗脸那样，持之以恒地抓长抓常。要以五面镜子常照自己。以古代先贤为镜，从历史中汲取智慧，采取扬善弃恶的态度，继承和弘扬中华民族传统道德文化精华，使之内化为自身的道德认知和道德自觉。以革命先辈为镜，继承和弘扬党在长期奋斗中积累的宝贵经验、形成的光荣传统和优良作风，培育高尚的道德情操，追求崇高的思想境界。以身边模范为镜，学习他们的奉献精神、英雄气概、大爱情怀和优秀品格，见贤思齐、择善而从。以党纪国法为镜，把法律当作成文的道德，把道德当作内心的法律，使道德“软约束”与法纪“硬杠杠”相互促进、相得益彰。以反面教材为镜，从中汲取“堤溃蚁穴，气泄针芒”，“巴豆虽小坏肠胃，酒杯不深淹死人”的深刻教训，常修为政之德，常思贪欲之害，常怀律己之心，真正做到一身正气、一尘不染。当然，人前被聚光灯照着、干部群众盯着，有监督有压力有节制，镜子里的自己可能光鲜亮丽;照镜子要照到家，使之成为自觉鉴别美丑荣辱的重要途径，真正做到慎独，加强个人品德修养，促进自己台上台下一个样，八小时内外一个样，有监督和无监督一个样，系紧风纪扣，不做“裂缝蛋”。

净化圈子。“与善人居,如入芝兰之室,久而自芳也;与恶人居,如入鲍鱼之肆,久而自臭也。”一个“提倡正气，反对邪气”的强大正能量场，会让人在耳濡目染中自觉向上向善向美。所以，净化圈子极为必要。事实反复证明，小圈子里不只是些小事、小节、小问题，其中有政治、有方向、有形象、有人格。要想清楚“三个交往”。想清为何交往。“以势交者，势倾则绝;以利交者，利穷则散;以色交者，色衰则尽。”要抱着相互学习、见贤思齐、取长补短的动机去交朋友，不要有什么贪念私欲。想清与谁交往。交错一个朋友，就等于掉进诱人腐化堕落的一口泥潭、一口陷阱。要有一双火眼金睛，识破拉拉扯扯、搞感情投资者的诡计，远离特别想当官、特别敢花钱、特别能套近乎的人，拒绝素质低下、趣味庸俗、社会交往混杂的人，对自己了解不多、背景不清、目的不明的人，保持高度警觉。想清怎么交往。君子之交淡如水。要追求淡泊俭朴的境界，一声问候，一杯清茶，一番畅谈，简简单单、轻轻松松、清清爽爽地交流思想、推动工作。净化社会圈，只要坚持讲党性、有原则、守纪律，分清公私界线，不交不三不四的人，不收不明不白的礼，不去不干不净的场所，不做不清不楚的事，砥砺清正高洁精神品格。关键要向内下功夫，注重生活细节，提高文化素养，保持健康文明的生活方式，培养高雅向上的兴趣爱好，摆脱低级趣味，切实把高尚的精神追求，内化为自己的生活态度和生活方式。

更多 范文大全 请访问 https://xiaorob.com/zhuanti/fanwen/

文章生成PDF付费下载功能，由ECMS帝国之家开发