# 2024年重阳节心得体会 团课重阳节心得体会(大全12篇)

来源：网络 作者：落花时节 更新时间：2024-08-02

*我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。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，我们一起来看一看吧。重阳节心得体会篇...*

我们在一些事情上受到启发后，应该马上记录下来，写一篇心得体会，这样我们可以养成良好的总结方法。记录心得体会对于我们的成长和发展具有重要的意义。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，我们一起来看一看吧。

**重阳节心得体会篇一**

重阳节，是我国的传统节日，是秋高气爽，金风送爽的时节。每年的九月初九，人们会欢聚一堂，同庆这个重要的节日。而在这个特殊的节日里，我参加了一节有关传统文化的团课。通过这次团课，我深刻感受到了重阳节传统文化的魅力，同时也受到了许多启发与教育。下面，我将通过五段式的文章，详细叙述我的团课心得和体会。

第一段：团课前的准备

在团课之前，我临时感到紧张和兴奋，因为我既期待这次课程的内容，又希望能够通过学习和领悟理解自己身上的中华传统文化基因。于是我认真阅读了有关重阳节的故事和相关资料，琢磨其中的含意和哲理。我了解到，重阳节是中国最早的老人节，它传达了尊老、敬老、爱老的思想，还象征着团圆和幸福。这些深刻的寓意让我对重阳节更加向往。

第二段：团课的内容

团课的学习内容包括了重阳节的起源、习俗、祭祀活动等方面。我们了解到，重阳节源于我国古代的一个传说故事，是为了防治秋季的瘴气而设立的，后来逐渐演变成一个与祭拜敬老、欢度团圆相关的节日。我们还学习了重阳节的特色习俗，如登高、插茱萸、佩戴艾草叶等。其中，登高是指在这一天踏青郊游，感受秋高气爽的美好时光；插茱萸则象征着避邪和祈求好运；佩戴艾草叶则寓意着辟邪、驱虫和祛病等。通过这些学习，我们深刻认识到重阳节的文化底蕴和传统价值。

第三段：团课的体验

在团课中，我们不仅仅是被灌输知识，更是通过互动和实践来感悟重阳节的深意。老师组织了登高活动，我们聚集在一起，迈步踏上郊外的小山丘。在攀爬的过程中，我感受到了秋风拂面的惬意和脚下虫鸣鸟叫的鸣禽生动。当我们到达山顶时，我不禁感慨万分，这其中有着浓浓的乡愁和对家乡的向往。这一刻，我体验到了重阳节团圆和感恩的重要性。

第四段：团课收获与反思

通过团课的学习和体验，我不仅仅了解到了重阳节的来历和内涵，更体会到了尊重和感恩父母、师长和祖辈的重要性。在这个社会文明进步和竞争激烈的时代，我们往往将自己置身于忙碌的工作与学习中，忽视了家人和亲人之间的情感交流和陪伴。而重阳节的到来，提醒着我们要重视家庭和亲情，要关心和孝顺老人，要学会与家人相聚、共享天伦之乐。

第五段：团课的意义和启示

重阳节是中国古老文化的瑰宝，它承载着尊老敬老的传统美德和家庭温暖的情感，强调团结和欢愉的庄严。而参加这次团课，让我切身感受到了传统文化的魅力和人际交往的重要性。通过重阳节，我们应当思考自己对待父母、长辈和老人的态度，要从心底中发出对他们的敬爱与关怀。此外，重阳节也鼓励我们放下繁忙的工作和学习，走进自然，与家人、亲人共享美好的时光。这不仅能够增进感情，还能够获得心灵的宁静和放松。

通过团课重阳节的学习和体验，我意识到自己应当在日常生活中，更多地思考和践行传统文化的重要价值。尊敬和孝顺是中华传统文化的核心，而重阳节，则是这些美德的表达和沟通。从团课中，我领悟到了航船中之舵，自身价值觉醒的重要性；也明白了不图名利、守正道的人生态度。重阳节在我心中犹如一颗璀璨的明珠，它照亮着我的人生之路，也使我更加坚定地热爱中华传统文化。

最后，通过这次团课，我认识到了重阳节的意义和价值。它不仅是一次文化传承与熏陶，更是一次心灵的洗礼和启迪。我相信，只有通过深入了解并传承中华传统文化，我们才能够更好地把握当下的生活，并为未来的发展注入更多的智慧和力量。

**重阳节心得体会篇二**

“夕阳是晚开的花，夕阳是陈年的酒，夕阳无限好，最美不过夕阳红”。10月我们迎来了“重阳节”。重阳节是弘扬中华民族敬老爱老优良传统的节日。为了使学生更加深刻地理解并继承中华民族敬老、爱老的美德，体会长辈们最无私的拳拳之心，在重阳节来临之际，我校根据县教育局通知精神，在全校广泛开展了“我们的节日·重阳节”主题教育活动和重阳节感恩活动，学校组织开展了一系列活动：

升旗仪式上，副校长张小平向全体学生围绕“孝满天下，爱在重阳”的主题，向全校师生讲述了中华传统节日重阳节的由来、风俗以及在重阳节弘扬尊老美德的重要意义。鼓励全校师生要以一种体贴包容的心态，以一种发自内心的情感，从身边小事做起，发扬尊老、敬老、爱老、助老的中华传统美德！宣读了《柿沟中学“我们的节日·重阳节”主题教育活动实施方案》并向全校师生发出尊老爱老倡议。

。收集关于重阳节的相关资料，讲述自己亲身感受或发生在自己身边的父母、长辈真心付出、无私关爱子女，以及作为子女真诚回报、感恩于行的感人故事。

组织师生诵读国学经典诗词，吟诵有关重阳节的诗词和历代尊老爱老经典诗篇，引导学生感受传统“孝”文化的魅力，让学生在优秀传统文化的熏陶中，汲取精神营养，树立正确的世界观、人生观、价值观。

给长辈写一封感恩信，抒发自己对他们的爱。为他们献上一支歌；递上一杯热茶；为他们盛饭洗碗或洗一次脚。给长辈送去一份自制的小礼物：做一张敬老贺卡或画一张敬老图画，写上祝福的话。

以形式多样且内容丰富的活动践行爱老敬老行动。每个教室通过各种各样的形式，富有特色的节目，丰富多彩的活动，对父母以及老人献上了真挚的祝福。

这次活动大家不仅奉献了爱心，懂得了人要懂得感恩，也学会了关爱自己的家人，珍惜身边的美好生活！我们相信，学生的爱老敬老情体现在生活的点滴，我们的主题教育活动与师生的实践行动时刻联系在一起！

**重阳节心得体会篇三**

重阳节是中国传统节日之一，也是一个与长辈及老人有关的节日。在这个特殊的节日里，人们会携带糕点和礼品探望长辈，并向他们表达敬意和感谢。作为一名年轻人，我在此次重阳节中也有了新的收获和体会。

第二段：缘起

在前段时间，我的爷爷得了一场大病，让我们一家人都非常担心和焦虑。幸运的是，经过医生的诊治和细心护理，爷爷在重症监护室度过了一个难关。经医生同意，爷爷被转到了普通的病房。这时，正逢重阳节即将到来，我决定以探望爷爷的名义与其他家人一起为他庆祝重阳节。

第三段：体验

重阳节这天，我们一家人早早地起床，准备好了礼品和糕点，然后赶往医院。我可以看见爷爷脸上的笑容。在探望的过程中，我将爷爷最爱吃的糕点送到他的床头，然后与他聊天。在这次探望中，我体会到了长者的孤独感和他们现在的晚年生活。虽然爷爷常常抱怨自己的身体状况，但是当我们来探望他时，他的脸上挂满了满意和感激之情。

第四段：思考

与其它节日不同，重阳节是一个让人更多思考的日子。这个节日提醒着我们尊重长辈，爱护家庭，关心健康。我们应该多陪伴父母、爷爷奶奶、岳父母等长辈，也应该关注他们的健康问题。重阳节应该不止是每年一次的探望，而应该经常关心照顾长辈，增进彼此的感情。

第五段：结语

在这个节日中，我从长辈处收获了许多关爱和教诲，也懂得了如何尊重长辈和珍惜时间。我以后会更加努力地尊重和关爱长辈，并向他们传达我的感恩和祝福。同时，我也呼吁更多年轻人学习和传承这样的传统文化，让我们的家庭更加温暖和谐，让我们的社会更加和睦文明。

**重阳节心得体会篇四**

九九重阳节是我们中华民族的传统节日，是一个属于老年人自己的日子，为弘扬中华民族尊老敬老的传统美德，进一步营造助老的良好社会氛围，xx社区积极开展敬老月活动，精心组织了一系列敬老爱老活动，把社区敬老爱老活动推向一个新的热潮。现将xx社区敬老月活动总结如下：

一、大力营造宣传氛围，增强居民敬老爱老意识。为了组织好我社区的“敬老月”活动，结合社区特点，开展各具特色的爱老敬老活动。

二、利用社区板报、宣传栏等各种宣传形式，大力营造敬老的舆论氛围，强化了社区的爱老敬老意识。

三、开展系列敬老爱老活动，使活动落到实处。

1、xx银行xx支行还为xx社区90岁以上老人、特困老人举办了慈善捐助活动。

2、xx卫生服务中心免费为90岁以上老年进行体检。社区还组织健康讲座，受益人达xx余人，深受老年人的欢迎。

3、社区还举办了一场大型游园活动。游园活动包括夹珠珠、套圈、扫篮球、猜谜语等项目，个个老人都乐开了怀。有xx余名社区老年人参加了这此活动。

社区扎实开展走访慰问、志愿服务、结对帮扶等一系列敬老为老服务活动，积极为老人们办实事。做好事，提高老人的幸福指数，共享改革发展成果，让老人切实感受到关怀和温暖。开展“敬老月”活动是为了让更多的人关心老人，爱戴老人，社区一直都在弘扬尊老敬老的传统美德，通过今年的“敬老月”活动，更好的营造了关爱老年人的浓厚社会氛围。今后社区将在现有基础上继续深入开展老龄宣传活动。将尊老爱老先进事迹和先进人物即使作为典型宣传，加大尊老爱老，助老惠老的宣传力度，唤起大家尊老敬老的社会意识，为老年人实实在在地做好事，解决实际困难，充分发挥社区为老活动的实际作用。

**重阳节心得体会篇五**

从我呀呀学语那时起，爷爷不知为我洗过多少次脚，记得小时候，爸妈上班比较忙，爷爷就开始照顾我了，作为孙女的我，给了爷爷洗了几回呢?我甚至清晰的记得爷爷的脚我一次都没看过，更没抚摸过。

今天是重阳节，是团圆的日子，因为受到“感恩”的触动，想给爷爷洗脚的.念头，来回报我那无私的爷爷，勤劳的爷爷。

眼看中午吃饭的时间就要到了，我的眼睛眯成一条线，而爷爷仍在厨房为我做中午饭。我催着爷爷先别做饭了，然后便偷偷地溜进房间把盆子拿了出来，温水也倒好了，就等着端出来。爷爷嘴上答应说一会儿就好，而实际上半小时已经过去了，爷爷的手一刻也没停过。我把爷爷拉到客厅，又把水重新打了一遍，我小心翼翼地把水端到爷爷面前，并为他卷起裤角，卷起的那一瞬间，我惊呆了，爷爷的脚居然有许多脚茧，我的眼泪顿时掉了下来，真不知道他为这个价付出了多少汗水，刹那间，我又看见了一个重大发现，爷爷的叫还残留了许多伤痕，大把大把的眼泪又流了下来，还包扎了伤口，伤口好大，回想起小时候，我是多么任性，调皮，据爸妈说：在上幼儿园的时候，一定要有冰棒或冰激凌吃才肯上学，还有一次，买了冰棒还不够，一直要爷爷陪，那时爷爷送我上学，爷爷走哪，我也跟哪，不肯放过爷爷，回想起，我是多么幼稚可笑，白发苍苍的爷爷年纪也大了，可还在为这个家操劳，可真不容易啊!

我慢慢地抚摸爷爷的脚，轻轻擦伤口。爷爷笑了，笑得那么开心，那么纯朴，那么灿烂，我还是第一次见爷爷这么高兴过，帮爷爷洗脚后，感觉自己长大了许多。爷爷对我恩重如山，这情，这债，我是永远还不清的，我为家所做的事情，和爷爷对我无私照顾比起来，明显我所做的事情，显得太单薄、太渺小了。

经过这件事后，让我更要珍惜这来之不易的幸福生活，长辈们对我无私的关爱，我将学好知识，以好成绩，来回报他们。

**重阳节心得体会篇六**

重阳节是我们中华民族的传统节日之一。每年的农历九月初九就是重阳节。重阳节在秋季，是秋高气爽的季节。每到重阳节，我国都有登高赏秋，敬老的传统。故而重阳节又称“老人节”。

我国唐朝的大诗人王维，曾作过一首关于重阳节的诗，名叫《九月九日忆山东兄弟》：独在异乡为异客，每逢佳节倍思亲。遥知兄弟登高处，遍插茱萸少一人，这首诗表达了在重阳节对亲人的加倍思念。

今年重阳节，我和爸爸妈妈为了感悟传统的重阳节，来到了宁波最有名的一座山---四明山。我们沿着山路爬去，看到了山上美不胜收的景色。同时，我们也看到了许多老人都在沿着山路攀爬，我们登上山顶，看见了许多老人在山顶上庆祝自己的节日---“老人节”。他们有的唱歌，有的跳舞，用不同的方式进行庆祝。在他们中间坐着一个老爷爷和一个老奶奶，老爷爷坐在凳子上用手风琴拉着《欢乐颂》，曲调欢快、优美，令人陶醉，坐在旁边的老奶奶则用小鼓为老爷爷伴奏，乐曲在这个小乐队的演奏下显得非常动听。周围许多老人围着这个小乐队尽情地跳呀、唱呀，使人仿佛置身于人间仙境一般。

重阳节时，我们也忘不了奶奶。于是，我们提着补品来到了奶奶家，奶奶笑着迎接了我们。来到屋里，我们祝奶奶节日快乐，奶奶十分开心。

一天很快就过去了，我心想：要是每个人都能孝敬长辈，那该多好啊！

**重阳节心得体会篇七**

重阳节是在每年农历的九月初九举办，九九重阳正赶“九”，又代表着中华人民的喜悦、兴奋。我国已经把九九重阳节定为老年人的节日。同学们，九月初九时，你为爷爷奶奶、外公外婆做了什么，怎样让他们过得难忘，快乐呢？听听我的亲身经历吧。

又一次九月初九了，天上、屋顶上……到处是秋天的身影，大地都披上了一层厚而蓬松的金沙，金灿灿的，亮晶晶的\'。我看了看日历，原来今天是九月初九，九九是重阳节呀，是长辈们的节日，我怎么会忘了呢，应该向她送什么礼物呀。我想了好一会儿，想不好呀。正当我心情烦躁时，我随手拿了一张报纸，看见了“重阳节”这三个字，喜出望外，认真地阅读起报纸来，报上清楚地写着每当重阳节时，做子孙的应该陪自己的长辈出去到郊外。散散心，吃吃糕点，看看菊花，这就是最好的礼物，体验这个秋天带来的幸福。看了这张报纸，我的心里有了小算盘。

我走到奶奶跟前，想考考奶奶的记性就笑着说：“奶奶，你知道今天是什么日子吗？”奶奶疑惑地说：“哦……哦……哦，是你的生日吧？”“不是，不是，我生日早过了好几个月了。”奶奶又思索起来，“难道今天是你妈妈的生日？”“更不是了，今天是重阳节，是你们的节日。”奶奶恍然大悟，笑了。我又继续说：“我陪您出去玩玩吧！”我和奶奶出发了。我和奶奶一边说，一边走，走得更远了。我和奶奶不知不觉度过了一天可爱的重阳节。

天暗下来了，妈妈爸爸回来了，还带了一袋糕点，可真是雪中送炭啊。正准备给奶奶过重阳节。上面缀着各种花纹，有的是嵌着几棵小草……我们一家人围坐在餐桌前，津津有味地尝起了糕点，可好吃了。奶奶笑了，像年轻了几岁。

**重阳节心得体会篇八**

重阳节是我国传统的节日之一，每年的农历九月初九都是重阳节。而在这个特殊的日子里，有一个习俗，那就是叠衣服。在我看来，叠衣服不仅仅是一种具体的行为，更是一种精神的体现。通过叠衣服，我学到了许多关于节俭、整洁和感恩的道理，下面我将分享我在叠衣服过程中的心得体会。

首先，叠衣服教会了我节俭的重要性。在叠衣服的过程中，我会注意耐用性和经济性。举个例子，有一次我在叠衣服的时候发现了一个小破洞，我立刻拿起针线进行修补。与其因为一个小问题而让整件衣服报废，不如花一点时间和精力将其修好，以延长使用寿命。这在我看来是一种节约的行为，这不仅节省了我的资金，也节约了资源。通过叠衣服，我懂得了“一针一线粮食线，平平准准节约钱”的道理。

其次，叠衣服让我深刻认识到整洁的重要性。每次叠衣服前，我都会先将衣服洗净晾干，然后再进行叠放。这样一来，我在叠衣服的过程中就能够享受到一种整洁的感觉。而且，整齐叠放的衣服不仅美观，还能让我迅速找到所需的衣物，提高我的生活效率。通过叠衣服，我明白了整洁不仅仅是外在的表现，更是对自己和他人的一种尊重。

叠衣服还教会了我感恩的心。每当我叠衣服的时候，我都会想起妈妈曾经为我洗衣服、叠衣服的辛苦。我感谢她为我付出的一切，感激她给予我的关怀和照顾。而在叠衣服的过程中，我也会想起那些没有鞋穿，没有衣服穿的孩子们。我明白了自己所拥有的并不是理所当然的，我要感激和珍惜，而不是抱怨和浪费。通过叠衣服，我懂得了感恩的重要性，学会了关注和帮助他人。

此外，叠衣服还培养了我细心和耐心。叠一件衣服并不是一件容易的事情，需要细心处理每一个环节。我要注意折叠的线条，确保每一片衣角对齐，衣服叠得又整齐又美观。这需要我耐心地反复折叠，直到满意为止。细心和耐心的锻炼让我变得越来越有耐性，越来越注重细节。通过叠衣服，我明白了只有付出努力才能收获美好的结果。

最后，叠衣服给我带来了一种平静而宁静的感觉。每当我忙碌了一整天，疲惫不堪的时候，叠衣服成了我放松和享受的方式。我坐在桌前，手里拿着一堆衣服，专注于自己的动作，不受外界的干扰。在这个过程中，我能够暂时摆脱琐事的困扰，让思维和身心得到放松。叠衣服成了我调整身心的一种方式，让我重新找回内心的平衡。

总而言之，叠衣服不仅仅是一种日常的安排，更是一种内心的修炼。通过叠衣服，我学会了节俭、整洁、感恩以及细心和耐心。叠衣服给予了我平静和宁静，让我能够更好地面对生活的挑战。在今后的生活中，我会继续保持这种善于体会和品味生活美好的心态，用叠衣服这个小小的事情去感受并分享更多的快乐和感动。

**重阳节心得体会篇九**

自古以来，尊老爱幼就是我们中华民族引以为傲的传统美德，今年我们借助节日机会，把握“九九重阳节浓浓敬老情”这主题，组织尊老、爱老、敬老活动。9月24日上午9点我们志愿者一行24来到了田阳县福利院举行了重阳节慰问活动。

来到福利院，老人们和孩子坐在院子里边，有些行动不便的，坐在凳子上，看到我们看望他们，很是激动。看到他们花白的头发，满脸的皱纹，佝偻的身躯，有些老人半身不遂，手脚萎缩，不听使唤，有些神志痴呆，那些患有智障的孩子在这样的年龄、这样的季节应该和同年龄的孩子一样坐在教室里，无忧无虑的享受着国家的.教学资源、享受着属于他们的童年，但老天却跟他们开了这么个玩笑，阻止了他们前进的脚步。真的有很多感慨。这些老人和我们的父母一样，把他们的青春和力量毫不保留的献给了家庭、儿女、社会，历尽苦难，操劳一生，历经了岁月的沧桑，现在已是风烛残年，很是令人感叹岁月无情和人生易老，更让我们懂得了人生的宝贵和青春的短暂，我们应该感恩老人，爱惜人生。

随后我们开始分配工作，一部分志愿者帮开始忙着洗菜、擦桌子，打扫卫生，有的和老人聊天，和老人打麻将，还有的志愿者开始忙着包饺子，虽然有的志愿者会显得很吃力，但是个个都很认真的学着，干着。饺子煮好了，我们志愿者开始把煮好的饺子端到每个老人的房间。虽然我们包的饺子形状各异，没有那么的好看，有的甚至裂开了，但看着老人们津津有味的吃着，我们感到很欣慰。

大约12：10我们所有的活动都结束了，和老人、孩子们一一道别，把他们送回去，临走是有的老人说：你们还要再来呀！我当时就被这句话感动了，我认为这是对我们的褒奖。时间不允许，随依依不舍，但也无法选择。

最美不过夕阳红，温馨又从容，夕阳是晚开的花，夕阳是未了的情，多少情爱，化作一片夕阳红。

**重阳节心得体会篇十**

重阳节是我国传统的节日之一，每年的农历九月初九都会举行庆祝活动。我班级四年级教师组织我们参加了一次难忘的重阳节活动，让我们深刻感受到了传统文化的魅力。在参与活动的过程中，我们体会到了亲情的珍贵、长辈的伟大，也学到了尊敬长辈、爱护家人以及传统文化的重要性。

首先，重阳节让我们更加珍惜亲情。在活动中，我们不仅要向老师、校长、班主任等学校的长辈表达敬意，还要带着家长一同参与亲子活动。我邀请了爷爷和奶奶一同参加学校组织的亲子游戏，活动中我和爷爷奶奶之间亲密的互动让我更加感受到了家人之间的温暖和重要性。我亲手为爷爷奶奶戴上红丝线扎的小花，他们却深情地为我系上了同样的红丝线，这个简单的动作让我感受到了亲情的力量。以前，我总是无意识地忽略了长辈们为我们付出的一切，而重阳节给了我一个机会，让我更加懂得珍惜亲情。

其次，重阳节让我们感受到了长辈们的伟大。在活动中，我们了解到了庆祝重阳节的由来。传统上，重阳节是为了祈求长寿、健康、幸福而设的。长辈们一直都是我们的保护神和支持者，他们默默付出，无私奉献。他们为我们操劳一生，为我们的成长默默付出，从不求回报。重阳节给了我们一个回馈他们的机会，我们不仅可以通过亲子活动表达感激之情，还可以制作贺卡、写感谢信、唱祝福歌等方式表达我们对长辈们的感恩之情。

再次，重阳节教会了我们尊敬长辈的重要性。父母是我们的长辈，他们不仅要承担起庇护、教育我们的重任，还要面对各种各样的压力和困难。在父母的劳作中，我们应该要有自己的责任心，不断努力学习，做一个乖巧懂事的孩子。重阳节开展了很多尊敬长辈的活动，例如向家长行鞠躬礼、送长寿面等，这样的一些举动让我明白了尊敬长辈的道理。在活动中，我们还向校长、老师等长辈们大声说出“重阳节快乐”的祝福，这是对长辈们的最基本尊重。

最后，重阳节让我们更加认识了传统文化的重要性。中华民族传统文化博大精深，悠久历史。在重阳节的活动中，老师带领我们一起制作菊花，欣赏经典的重阳节诗词，还赠送了一份有关重阳节的小册子。通过这些活动，我们了解到了传统文化的魅力和重要性。我们要保持传统节日的庆祝方式，不仅了解其来源和意义，更要通过亲身体验，传承和发扬中华民族的传统文化，将其永远传下去。

通过重阳节的活动，我深刻体会到了亲情的珍贵、长辈的伟大，也明白了尊敬长辈、爱护家人以及传统文化的重要性。我将以此次活动为契机，更加珍惜和爱护家人，尊敬长辈，努力将传统文化发扬光大。

**重阳节心得体会篇十一**

岁岁重阳，今又重阳。秋霜渐浓，黄叶满地，时节昭示岁月，一年已进入收获之后。人生，其实也是一个道理，在收获中感受到“老”字。

现代人好像有些“惧老”。不喜欢别人打问自己的年龄，说那是“隐私”；不停地把青年老年的界限往后推，说四十五岁还是青年；不想承认老的事实，总愿意听人们说“你不像这个岁数”。

其实，老也没有那么可怕。放眼看看那满树黄叶，是经历了多少风吹雨打才留下来的呀！有多少叶子，早已消失在春雨、夏风中！

一个“老”字何其耐人寻味，一幅“老”景又何其令人向往！

“老”其实是人生最美的归宿。一个人如果没有走到老年就离开这个世界，我们称之“夭亡”，那是人生悲剧。“尽天年”“享人寿”是对人生最美好的祝愿。几十年岁月，风霜雨雪，天灾病祸，要活到“老”，并不容易！“老”是生命最后一个阶段，某种程度看，也是一种境界。

人之到老，并非忽然而至。“老”是在人们的准备中到来的。什么时候算老呢?按照孔子的划分，大概要从“知天命”算起，人们就该迎接老年了。

知天命，其实是一个警示，告诉你时间是会终止的。人生行进在时间长河里。青年勃勃生机，中年奋发前进，都很少体会到时间的有限性。所以，青年人敢拍着胸脯说“有的是时间”，跌倒了可以爬起来；走错了可以从头来。

三十而立，四十不惑。在“青春逆反”期，很多人都有着无所不能的张扬；三十而立，找到了目标和方向；四十不惑，认识到心无旁骛才能有所作为。当我们走到四十岁尽头的时候，迎面写着三个大字：“知天命”！

这其实是对人生的提醒：时间有终点，某一天你就得“止”！

天命难违，所以，“老之将至”。知天命，不是消极地等待和退缩。这三个字实际要告诉人们，干事情的时间已很有限，抓住这最后一段光阴，不要东张西望，集中精力去干自己该干的事、能干的事。知天命，是知止而惜时，知止而奋力。

面对“老”这个人生阶段，惧怕没有用，躲避也不可能。美发可以掩盖白发，却无法挽回流逝的岁月；化妆可以改变容颜，却留不住过去的光阴。唯有惜时，唯有知任，才能从容“老”去，坦然面对“老之将至”！

早晨在楼下散步，遇一老者躬身扫着满地落叶。上前搭讪，老人从西部来，到城里打拼已经十有余年。说到未来，他说：“老了还要走，回老家去养老。”

“老了还要走”，这几乎是当今老年人的常态。那一代靠打工养育了后代的人，老了得走，回老家。在那里，他们才能找到群体的温暖和生命的归宿感；城里许多人，其实也是“老了要走”。他们要走到养老院里，接受社会养老服务。

农村到城来的老人如果“不走”，城市没有那么多养老设施“收留”他们；城市老人到一定程度，如果留在家里“不走”，忙碌的下一代也没有能力很好照顾他们。所以，“老了要走”，某种程度反映了我们社会的一种困惑。

养老始终是一个热门话题。很多探讨其实都是没有想到“老人要走”的社会心理感受，至少是关注不够。城里没有条件容纳，所以，退出劳动行列的农民工就走吧，回到你出发的地方；成年孩子没有办法好好照顾老人，就让老人走吧，去养老院里，让护工来护理；甚至单位或工厂人员不好安排了，也先让老人“走”。出一纸文件，补一笔工资，想出“内退”等办法，为了腾出地方来，“让老人先走”。

其实，老人最怕“走”！在老人面前，“走”不是物理距离的简单改变，而是对他们人生的一次否定。他们要离开自己付出人生岁月的地方，他们要告别凝结着自己心血的岗位。还有些“走”，就是要让他们离开自己经营一辈子的“家”！

人生每一个阶段，家都是一个温暖的存在。唯有“老了要走”，家成了一个痛苦的负担，成了一个去而无回的存在。人从年轻时候起就苦心经营自己的家，当走到人生尽头，却看到这个家再也容不下他！

许多养老措施是以货币折算的，提前退休可以多发多少钱，社区养老可以多补多少钱，养老院里费用是多少，让农民工回故乡可以发给什么钱，等等。其实，“老了要走”不是一本经济帐，而是一个社会必答题。

“世界很大，我想去看看”，那是年轻人的幻想。没有哪个老人喜欢“再走”。把老人留住，让老人不走，安静地在熟悉的环境里，好好活着，这也许该成我们的一个目标！

读书的时候，有一位老师把积攒一辈子的书，到处送人，留下不少佳话。我在学校图书馆的书架上看到许多书印着他赠送的字样。还有学长写文章说，某个冬日的早晨，赶到办公室时，看到老师手提两摞书站在楼道里等。老师常说的一句话是，“这些书，你也许用得着，就送给你了”。

终于有一次，我有幸来到这位老师家。他家里一面墙的书架空空的，只留几本词典。我问起他到处送书的事，七十多岁的老人说：“老了，要学会减少”。

人生，可以用一道四则运算题来比拟吗?如果可以，那么青年要做乘法，让自己尽快丰富起来；中年要做加法，追求不断进步；到了老年，就得学会做减法，而且减数要越来越大。

我们的民族从土地上一路走来。秋收冬藏是农耕生活必备的条件。所以，老人都是积攒着积攒着变老的。无论积攒了多久，也不管积攒了什么，人到老年都要减。

北方一些农村有个习俗，一个人下葬之后，就要把他生前用过的东西烧了。其实，社会给每个人都安排了“减法”程序。即使你不去减，最后社会也会以自己的方式“减掉”。

年轻时，能争到什么，衡量着一个人的能力；到老了，能减去多少，标志一个人的境界。这种减，是一个自觉过程。给自己的东西找一个归宿，给自己心爱的东西找到喜爱的人，那是多么美好的事情啊！

我也写过一篇文章，题目就是“老师的空书架”。当时赞赏老师助人的精神，现在看过了许多老人，却是另一番感慨。自己亲手把书送出去，总比后来被别人拉走卖了废纸好。

所以，人老了，要自觉做减法，减到越少越好。

小时候，家乡的春节有给长者磕头的习俗。初一早上，一个家族组成一队，大人领着小孩走进年岁大的那些老人家里，一齐给老人磕头。老人端端正正坐在炕上或者火盆边，接受着一拨一拨人的跪拜。

这场面久久留在我记忆里。也许，这时老人感受到的是岁月的馈赠，是人生风雨之后赢得的尊重。这是一种传承了多少年的`习俗，更是一种仪式，以这种独特方式表达了对老人的尊敬。

老人需要什么?从情感上来说，大概最重要的就是爱和敬。他们希望在人生看得见尽头的时候，还能有一分热爱；他们希望走过几十年岁月，能得到一分尊敬。

尊敬老人，从社会传承的角度说，是要延续一种秩序，让社会能够在时间的长河里有序推进，一代一代行进。从个人情感体会来说，则应该是对生命的温暖，让那些走过生命各个阶段的人得到情感补偿，也让仍然行进在生命路途中的人有所向往。

有句歌词说，祖祖辈辈留下我。乡下人喜欢说一句话：没有谁是从石头缝里蹦出来的。我们的家是祖祖辈辈传承下来的，我们的单位是一代代不断建设的，我们的事业是许多人积累的。无论我们处在社会的哪个角落，都有前人的努力。没有他们，哪有我们呢?尊重老人，是尊重他们走过的历史，也是尊重我们正在开创的历史。

一个人从出生到学会走路，从离开父母到独立成人，从青年走到老年，要经过多少阴晴雨雪啊！就算什么也不做，他能走到老年，也必然经历过生命的顽强。每一个老人都不是轻易走来的。尊重老人，就是尊重生命。

尊重老人，也是尊重自己。今天，他们是老人；明天，我们也将是老人。时间的流逝从不停息，每一代人都将成为老人。我们尊重老人，传承尊老敬老的人类文明，是在向社会实践尊老传统。

一天天陪着你应该陪的人变老，这才是令人向往的完美人生。老，是一种人生境界；老，是一种时间获得。重阳时节，我们祝福普天下的老人快乐！也祝愿普天下人人都能幸福到老！

**重阳节心得体会篇十二**

重阳节是我国的传统节日之一，我是一名四年级的小学生，在今年的重阳节中，我有了一些新的体会和心得。

首先，重阳节是一个团圆的节日。在这一天，我们全家人会聚在一起，共同庆祝这个特殊的节日。我们会一起包粽子，一起登高远足，还会一起去祭祖。家里洋溢着欢声笑语，香味弥漫在空气中，家人们相互传递着温暖与关爱。这种亲情的体验让我感到无比幸福和满足。

其次，重阳节也是一个关爱和尊敬老人的节日。古人认为重阳节是一年中阳气最盛的时候，老人在这一天更需要阳光和温暖。所以，重阳节有“敬老节”的称号。在这一天，我们要尊敬老人，表达对他们的关爱之情。我和同学们一起到老人院，给老人包粽子、送温暖。看着老人们眼中的喜悦和感激之情，我深刻地体会到了尊敬和关爱老人的重要性。

再次，重阳节也是一个勇于克服困难的节日。我记得有一次我和朋友们去登山的时候，山路崎岖不平，我们不得不小心翼翼地前行。但是，我们并没有退缩，而是鼓起勇气，相互扶持着一步一步爬上了山顶。站在山顶上，我们看到了壮丽的景色，也感受到了胜利的喜悦。这次登山经历让我明白了只要有勇气和毅力，就能克服困难，迎接成功的到来。

最后，重阳节也是一个传承和弘扬优秀传统文化的节日。重阳节有许多丰富多彩的传统活动，如登高、赏菊、饮菊花酒等。在参加这些活动的过程中，我了解到了更多有关传统文化的知识。同时，我也深感我们应该珍惜和传承这些优秀的传统文化，不让它们在时代的洪流中湮灭。我要努力学习，将这些精神和价值观传承下去。

通过这次重阳节的庆祝和体验，我感受到了传统文化的魅力，也更加深刻地明白了家庭的重要性和老人的可贵之处。我会将这些体会和心得一直保留在心中，用于激励自己不断成长和进步。我相信，在未来的日子里，我会更加热爱家人，尊敬老人，勇敢面对困难，传承优秀传统文化，在自己的成长道路上不断努力。

这就是我在今年重阳节中的一些体会和心得。重阳节是一个有意义的节日，它带给了我许多宝贵的经验和启示。我会牢记这些，在未来的岁月中不断成长，让自己变得更好。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn