# 中秋节的实践心得(5篇)

来源：网络 作者：紫云轻舞 更新时间：2024-08-04

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。中秋节的实践心得篇1一年一度...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**中秋节的实践心得篇1**

一年一度的中秋节又来临了，由于我家的亲戚住的都比较远，所以我家的中秋节比较特殊，经常是两头奔波。

中秋节前两天，我和妈妈急匆匆搭车去澧县外婆家提前拜中秋。乘车时，我看见很多人都提着月饼，我也不例外。我想，中国传统四大节日一定蕴涵着深刻的含义。中秋节的含义是?对了，中秋团圆，团团圆圆。中秋节还有一个习俗，就是家人一起吃月饼，意思是家人从此团团圆圆，永不分离。

从外婆家回来后，由于时间关系，不能到乡下奶奶家去，就派爷爷做代表，将我们每一个人的祝福送到。

中秋节早上，吃饭早饭，妈妈准备为中秋节准备一顿丰盛的大餐。妈妈一进菜场就直奔卖鸡卖鸭的地方，我也跟着去凑热闹。我进去一看，觉得奇怪，平常买鸡买鸭都是现场杀，可今天鸭子已杀好二十多只，随时准备给买家提走，而鸡却没有杀好。就问爸爸为什么，爸爸说常德过中秋节还有个特别的习俗，那就是吃鸭子，这时我才恍然大悟。

晚上，我将坐垫和可以移动的桌面摆在阳台的地板上，桌上摆着一个圆盘子，圆盘子上有四个圆杯子，里面都装满了水，代表团团圆圆。桌上还有我最爱吃的毛豆，我们幸福的一家三口在坐垫上边吃毛豆边吃月饼边赏月，真是其乐融融。

其间，我们还做了个有趣的游戏，叫成语接龙。规则是每人接成语的时间不超过一分钟，超时算失败，失败者罚喝一杯水。开始，我们都接得很快，到后来，我就有点江郎才尽的感觉了。我不知道是妈妈运气好还是怎么的，到妈妈接的时候异常简单，而到我的时候却非常非常难，为此，中秋节的晚上我可没少喝水，害我一晚上上了很多次的卫生间。

每年的中秋节都各不相同，今年的中秋节又别有一番风味。

**中秋节的实践心得篇2**

秋款款而至，点染出一个丰硕的季节。时光从指缝间穿梭而过，转眼，又是一年中秋将至，赏月共话团圆成了家家户户永恒不变的约定。

“八月十五月正圆，中秋月饼香又甜。”月饼作为团圆、吉祥的象征，寄托着人们美好的愿望，而吃月饼、送月饼就成了中秋节一大习俗。儿时，数星星，盼月亮，眼巴巴地盼着中秋节，因为在这一天，可以吃到平时难得一见的老月饼。儿时的老月饼是用土黄色的牛皮纸层层包裹着的，顶着红色的盖头，用细麻绳捆绑起来，拎在手中稳稳当当。月饼馅多是五仁的，母亲告诫我们这种月饼是不能多吃的，吃多了难消化。不知这确是事实，还是当时条件所限，母亲为窘迫的中秋节找的借口。

母亲见我们姊妹三个虎视眈眈，便一层层地剥开纸，四个圆圆的、散发着香味的月饼就呈现在眼前了。她先取出两个，这是要留给老人的，第三个月饼被托在手上时，我们已经把口水咽了一遍又一遍。月饼被掰开时，我们用眼睛偷偷瞄着别人的，看是否一样多，要是稍有不均，肯定是要嘟囔一番的。终于，月饼发到了自己手里，我们便狼吞虎咽地吃了起来，刚刚咂摸出个滋味来，月饼已经全进肚了，细细地舔着手心的月饼屑，猛咽口水，一年的期盼和守望就被这小半个月饼打发了。儿时的我们，多么希望有朝一日能独自吃个圆圆的月饼呀!

后来，读了初中，学业繁忙，中秋节往往是在学校里度过的。难得中秋恰逢周末，全家齐聚一堂，摆上时令水果，欢声笑语，汇成了中秋的欢歌。至于举杯邀明月，把酒问青天，父母是没有这样的意识的，在他们眼中，月亮就一直守候在天上，阴晴圆缺，没有什么新鲜的，如同他们一直在家守候着子女一样，几乎没什么悬念。于是，在热热闹闹地操劳了一整天后，他们早早就上床休息了，只有我们三个小的会站在院子里，抬着头，仰望苍穹，一轮清辉，月圆如盘，为赋新词强说愁地感慨一番。

后来参加了工作，不知不觉，日子早已成为一种来来回回的匆忙奔走，不记得中秋节有多久没一家人围坐在一起，闲话趣事。父母一次次在无望的翘首期待中，白了双鬓，模糊了双眼，驼了脊梁。月亮的清辉仍无私地洒满人间，忙碌中，我们也许早已忘却，在岁月的长河中，最深情的告白是陪伴。

**中秋节的实践心得篇3**

我一直认为中秋赏月是件很惬意的事。皓月当空照，地白如霜凝，走进旷野，举目望冰轮，一边赏之，一边诵之、叹之、念之、感之，可邀月共舞，可忘却物我，让浮躁的心灵在月光下慢慢趋于平静。

中秋赏月并非现代人闲暇时徒生的矫情，早在魏晋时期便有“中秋玩月”之说。到了唐宋时，中秋赏月已然盛行，“皎皎秋月八月圆，嫦娥端正桂枝鲜。一年无似如今夜，十二峰前看不眠”便是当时的写照。

古人赏月最初是为了祭拜月神，后来慢慢成为一种民俗，人们已不仅局限于祭祀，而是与渴望团圆、快乐和幸福结合了起来。文人墨客更是满怀诗情，或吟咏，或感怀，或怅惘，以月寄情。

“明月几时有，把酒问青天……但愿人长久，千里共婵娟。”这是苏轼在思念远方的亲人。“中庭地白树栖鸦，冷露无声湿桂花。今夜月明人尽望，不知秋思落谁家?”这是王建在思念家乡。诗人们貌似赏月，实则渴望与亲人团聚，过上快乐幸福的生活。

我没有诗人的才情，却有赏月的兴致。小时候陪父母“赏月”，是因为那时缺吃的，等到母亲祭完月神，能吃上一口香甜的月饼;成年后陪恋人赏月，是为了花前月下，享受爱情的甜蜜;婚后有了孩子，赏月时，或讲解李白的《古朗月行》，或讲述民间故事《嫦娥奔月》;转眼间，我已步入中年，中秋赏月，却是遥望圆月缅怀远在天堂的父母亲。

“花间一壶酒，独酌无相亲。举杯邀明月，对影成三人。”很多时候，我也希望自己能像诗仙李白那样洒脱、狂放。但才情纵横的李白只有一人，俗如我辈者，即使是月下独酌，也只能吟咏着古人的诗句，装腔作势，附庸风雅。

一轮中秋月，自古照今载。几多喜乐愁，望月抒情怀。一年中秋今又将至，我双手合十，默默祈愿，希望今年中秋夜，天公要做美，天气能晴朗，皓月当空亮。

**中秋节的实践心得篇4**

越来越感觉，随着年龄的增长，过节的心情，没有超市的气氛来得那么浓烈了。本想趁中午，屋子收拾整洁，花草也已洒完清水，被褥晒在太阳下，一个人静静的时光，泡一壶暖茶，划拉几个闲字，挨到下午去接女儿的重要时刻。就在翻之前写的文字时，竟翻出一篇可体现此刻心情的中秋旧文，就懒得写了，搜来贴此，权当今聊过此节吧。

又到中秋，本是团圆的节，我却不愿品咂这节里，象征幸福团圆的甜蜜月饼;曾经何时，对节日那么淡漠?是以前的节日太过浓烈，让现在的心承受不了那份带着心酸的欢乐;还是，苍桑的胸怀，已失去过节的兴奋，把一切，都看得那么平淡;还是隐忍的心思里，不愿看那份人生的残缺?

可“月有阴晴圆缺，人有悲欢离合，此事古难全。”节还是要过，还要欢乐。可这时的欢乐，多么滞重?相比，记忆里的，愉悦。

记忆里中秋，似乎比春节，还要幸福和快乐。因为春节里没有中秋的丰收和圆月，中秋却有着比春节还要丰盛的美食。因为它所处的这个季节。

丰盛的中秋节，因秋日累累果实的点缀，而更加丰满，山珍地饈撑圆了儿时的肚子。小时候因住在一个颇有世外桃源之美的小山村，那时虽大都生活贫瘠，可秋天，简陋的山里庄园装满地瓜，花生，玉米，瓜豆，菜蔬……令其也像一个富翁;而最为鲜美的，便是这里特产的地方名吃，全羊汤。那啃着山脊散着草药香的野草长大的黑山羊，肉嫩味香，纯鲜诱人;即使日子再穷，中秋节那天，村里总是慷慨地杀掉几只，家家分个遍，让辛苦了大半年的山里人，美美的饱餐一顿，开开洋荤。

记得，那天一早，大队村委的院落里，人仰马翻，比赶集还要热闹，全村的人，基本都聚在了这里。孩子们在聚堆闲聊的大人中间，窜来窜去玩得欢，大人人手一个盆，吸着旱烟，比任何时候都悠闲自在，或蹲或站漫不经心地扯着农事家事国事天下事，等待着分羊肉。衬托着这份欢乐的是后院里，待宰的羊咩咩叫得凄惨，大胆的孩子，围拢在屠宰现场，看那血腥的一幕，多少有些胆战心惊，惊恐和怜悯的眼神里，却充盈着隐隐地期盼，那血，都将是羊汤里不可或缺的美味呀，只因那个年代生活的贫瘠令心也粗糙。

而我记忆更深的是，中秋送十五。这是民间的传统风俗，不带有杂质，纯是亲情的自发。不像现在，这一传统风俗变相的令人不堪其累。热情豁达的母亲心里有谱，该送哪家送哪家，只等她一一吩咐来，我们兄妹便乐颠乐颠地接受着这份光荣的任务。背着荷叶包裹的放在竹篮里的羊肉呀，羊大腿呀，羊下货呀，一家一家送去。之所以喜欢这个任务，是，这是个相当棒的美差，每到一家，看到的是惊喜欢愉的笑脸不说，自有一份“送人玫瑰，手有余香”的幸福感油然而生;当然，还有不同的回礼滋润着这份礼尚往来的传统美德，即使对方拮据的无物可送，顺势打下自家园里枣树上的一把枣，塞到我们的手里，我们也会高兴地一蹦一跳地道一声谢。那枣甜了一路的嘴巴……

若儿时的记忆，中秋是美味;再以后，便以期盼中秋团圆的那份幸福为中心了。只因一年到头，越来越很少见到的家中最核心的人物兄长;与哥的感情，就像依在月亮边的那颗星;从兄长十几岁在外求学，到大学，到上班，一步步离家远去，全家的思念便越扯越长，唯有节，才让这思念释怀。而中秋，哥回来会带我们出去游玩，登山，采野菊花;摘野果子，野炊;还会给我带回精彩的课外读物，初识唐诗宋词、舒婷、三毛、尤今、四大名著……都是兄长的引导。“明月几时有，把酒问青天……”最早便是哥哥先教会了我，当然还有爬到山顶，听哥大声喊什么：“明月出天山，苍茫云海间。长风几万里，吹度玉门关。”李白的《关山月》，那时听来却懵懵懂懂，只感觉上文科的哥哥，好历害呀，因而特别崇拜才华横溢的哥哥。

长大后，期盼节假日，是因为喜欢看父母被儿孙围着那幸福欢愉的笑脸，终于熬到子孙满堂，是该享受的那天伦之乐带来的幸福生活了;更喜欢都成家立业的我们，与父母一块过节的那个亲情洋溢的氛围;只因离婆家远，嫁出去的女儿，在中秋可以和父母团聚在一起，使得中秋节，我们的家特别的圆。慈爱的老爸老妈，已从各自操劳的岗位上退下来，安享晚年，秋高气爽的季节里，一手携孙子一手将外孙女，在儿子儿媳女儿女婿地陪伴下，游山玩水，遍尝美食，一家人和睦相处，其乐融融。父母的幸福，便是我们心的暖;父母的家，依然是我们心依靠的港湾……

一直，因为，这份温暖，这份依靠，这份幸福的对节的期盼，会陪伴我一辈子……，没想到事事难料，与单纯的意愿相悖的是，我却过早的，让心失去了幸福的根;再也得不到，那份温暖的依靠。节，便成了心底的痛，梦中的酸，多想，就那么混混厄厄的，今夕不知是何夕。

可节依旧在，中秋月儿圆，期盼人团圆，我还有自己的血脉在。于是，埋藏不能与父母相守一辈子的感伤，在回忆里聊以自慰，在祝福里获得人间温情，祝：中秋大家都快快乐乐!

**中秋节的实践心得篇5**

读过了洋洋大观的《红楼梦》，在其众多的诗词中，基本上是即读即忘，唯有一首并不很起眼的小诗却被我牢牢地记住了。诗曰：“时逢三五便团圆，满把清光护玉栏。天上一轮才捧出，人间万姓仰头看。”

这是一首咏中秋佳节的诗。说它是诗，我却更愿意将它当作一则富有诗意的谜语，或者说就是一首“谜语诗”。这首诗并没有直接写月，而是从侧面予以烘托，使得每一句诗都可以觅得“月”的影子。“时逢三五便团圆”写出了月圆的确切时间;“满把清光护玉栏”写出了月色的皎洁迷人;“天上一轮才捧出”则是专指八月中秋之月，因为在一年当中只有中秋的月亮最圆最亮;“人间万姓仰头看”写的是中秋之夜人们赏月的情景。

传说中秋节的夜晚，天上会有月华出现，那是一种十分好看的景象，并且只有在中秋节的夜晚才会出现，看到的人就会一年好运到头。

“月华”到底是如何的美丽呢?我没有见过，或者说是没有完全欣赏过。

小时候，每到中秋节，乡下人都会早早吃罢晚饭，聚在院子的大晒场上。这时的晒场简直有如一个大杂合院，摆满了凳子、凉床、草席，还有人从家中搬出了桌子、茶几。凳子、凉床、草席上或躺或坐满了人，桌子和茶几上则摆满了瓜子、花生、西瓜和月饼，还有自家酿的烧酒和小孩子装了萤火虫的玻璃瓶子。

中秋夜晚十二点钟以前的节目，主要是大人们谈古聊天，小孩子们的打闹玩迷藏捉萤火虫，当然他们还要摇蒲扇吃东西。十二点以后则是睡觉赏月数星星。就是在每年的中秋夜，我知道了嫦娥奔月、牛郎织女，吴刚伐桂，银河鹊桥，天狗吃月，还有孙悟空大闹天庭、聊斋志异，等等神话传说和奇异可怕的怪鬼故事。当然我还知道了中秋夜，天上将有好看的月华出现的秘密。

中秋月华是很神秘的。中秋当晚不能说它，连提及都不能，一旦犯忌，月华就不会出现，即使出现了也会立马消失。所以中秋夜晚，每当小孩子们耐不住好奇和热盼的心刚要作声询问大人们时，都会遭到一大帮人的“嘘”声——他们将纷纷伸出右手，屈下四指，唯留一根微微弯曲的食指，在嘴唇边来回地晃，嘴里发出一声长长的“嘘”声，予以制止。现在想来，其实那一片“嘘”声很美妙，那其中包含了我们对生活多少的美好向往和企盼呀。

现在每到夜晚，家家都是闭门看电视，农村人也难得有晒场集会的乐趣了。即使是中秋佳节，也是再难以听到村人们昔日那般的“嘘”声大合唱了。每每想到此种憾事，心中油然生出一种唏嘘之情……

到底有不有所谓的月华呢?又到底能否在中秋赏月之夜提及月华呢?现在想来，这其中很有包含着一个善良而美丽的谎言的可能。也许天上根本就没有月华一景，只是前人们在苦难之中，将对生活的美好向往用比天上七彩长虹还要美丽的色彩进行编织，于是便有了月华多彩、朦胧、神秘的想象之象，为了不打破这种虚拟的美丽，人们便自觉地将它当作一个共同的秘密三缄其口，不愿也不敢去揭穿。我想不唯我没有见过月华，恐怕我的大人们，更有数千数万年前的先人们也是没有见过吧。

没有见过，才能始终在心中存留一份企盼。记得小时候，我守候到半夜，还是有几次真的看到皎洁的圆月周围，套上了一圈圈朦胧得若有若无的色彩。尽管我们早就知道不能提及“月华”二字，但还是有人忍不住带着雀跃地喊出来。果然灵验异常，慢慢地原来的朦胧消失，真切渐渐显现。不过消失的是原有的月华幻影，显现的是圆月的皎洁，一场虚惊的美丽加美好而已。于是所有的人一下便找到了不见月华的原因，纷纷责怪起不守规矩的坏事者：“唉!月华让你喊没了!”

没了!没了月华，没了我的少年、青年时代!也没了昔年那份中秋夜晚赏月的乐趣!那声悦耳的“嘘”也变成了一声长长的叹息……

中秋节的实践心得

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找