2023年九月九日重阳节心得体会(通用5篇)

学习中的快乐，产生于对学习内容的兴趣和深入。世上所有的人都是喜欢学习的，只是学习的方法和内容不同而已。我们应该重视心得体会，将其作为一种宝贵的财富，不断积累和分享。以下我给大家整理了一些优质的心得体会范文，希望对大家能够有所帮助。

九月九日重阳节心得体会篇一

还有几天就是九九重阳节了。我趁10.1假期期间想亲手为爷爷奶奶做一件有意义的事情，陪他们过个快乐的重阳节。

做点什么呢?我思前想后，后来爸爸说做重阳糕啊，不过有点复杂的，你最好去小区卖早点的叔叔那学下。吃完午饭我就立马去店里学习，只见糕点店的师傅正在忙着，还有几天就重阳节了，他们家重阳糕的卖得很好，我就站在一旁认真的看着，一道道工序我看花了眼。这时一位叔叔对我说：“小朋友这个太难做了，你还是做点简单的吧，这个要技术的”。

我回到了家，爸爸问怎么了，叔叔说重阳糕难学的。妈妈听到了说:“做饼好了，简单又美味。这主意好，因为之前妈妈在做饼的时候我有这一旁看过，我倒挺感兴趣的。妈妈很快帮我把需要的材料准备好:米粉，南瓜，紫薯，白糖。我按照之前她做的方法先把南瓜和紫薯洗净放锅里蒸，15分钟蒸熟了，先把南瓜泥白糖和米粉搅拌均匀，那颜色黄黄的真好看，然后再把紫薯糖和米粉搅拌均匀，紫色是我最喜欢的颜色。

全部拌好我开始学妈妈的样子做小饼了，捏来捏去就是不圆，也学妈妈在紫色的饼上加上黄色的眼睛和嘴巴，黄色的饼上加上紫色的眼睛和嘴巴，做成了笑脸的形状。全部做好下来开煎饼了。这时妈妈说爷爷奶奶年龄大了，牙不大好，最好

蒸着他们吃。妈妈的心真细，不是她提醒估计这饼爷爷奶奶也吃不了了，10分钟后爱心饼热腾腾的出锅了，我把它们装进盒子里迫不及待的给爷爷奶奶送去。

爷爷奶奶听说饼是我亲手做的，一人拿起一块品尝了起来，连连夸赞我:“小乐乐你做的爱心饼既好吃又好看，棒极了！”只见他俩笑得合不拢嘴，我在一旁也自得其乐。爷爷奶奶年纪大了，以后我要经常给他们做好吃的，经常陪他们出去走走玩玩。

最后衷心祝天下所有的老人身体健康，幸福长寿。

九月九日重阳节心得体会篇二

重阳节，又称重九节、晒秋节、“踏秋”，汉族传统节日。《易经》中把“六”定为阴数，把“九”定为阳数，九月九日，日月并阳，两九相重，故曰重阳，也叫重九。重阳节早在战国时期就已经形成，自魏晋重阳气氛日渐浓郁，倍受历代文人墨客吟咏，到了唐代被正式定为民间的节日，此后历朝历代沿袭至今。

敬老——重阳节还是新时代中国的“老人节”

九九重阳，九九与“久久”同音，自然容易被赋予长久长寿的含义，西汉时候人们就开始在此时设宴求寿。1989年农历九月九日被定为老人节，倡导全社会树立尊老、敬老、爱老、助老的风气。这可以说是重阳节在新时代中国的新表现形式，将重阳节的意义，从先人转向了今人，从历史转到了当下。

孝道——重阳是对中华孝传统的一大承载

对于重阳节的意义，将中华敬老传统加以深化和外延，发见的正是作为中华传统根本之一的孝道。你的父母或长辈也许还没成为老人、不需要敬老，但孝道却仍然需要。

感恩——重阳中包含最大的普世价值

将重阳节所蕴含的深层内涵进行最大化地推而广之，所得到的最广泛、最普适的价值，便是“感恩”。由祭祖、敬老、孝亲开始，感恩的精神更是能够遍被所有人中，所有的善心、善意和善行。

九月九日重阳节心得体会篇三

我国传统节日中有日月重数的，如元旦，二月二，三月三，重阳节亦是。古人将天地万物归为阴阳两类，汉中叶后的儒家阴阳观认为，奇数为阳，偶数为阴。九是奇数，农历九月初九，二阳相重，称为“重九”，亦称“重阳”。除夕、清明、中元、重阳是我国传统祭祖四大节日。

重阳的源头，可追溯到先秦之前。当时就已有在秋九月农作物丰收之时，祭飨天帝以谢天帝眷顾，祭祖以缅怀祖先恩德等活动。重阳节名称的最早记载见于三国时代。曹丕《九日与钟繇书》：“岁往月来，忽复九月九日。九为阳数，而日月并应，俗嘉其名，以为宜于长久，故以享宴高会。”唐朝时，重阳节被定为正式节日。

民间在这天有登高风俗。重阳登高究竟因何而起？说法不一。不过“桓景避难”之说较普遍：东汉时，汝南人桓景拜仙人费长房为师，费长房对桓景说：九月初九你家中有大灾，应马上让全家作绛囊盛茱萸系于手臂，登上高山饮菊花酒，灾祸可消除。桓景照师父的话去做，举家登山，果然平安。傍晚回家，却见鸡犬牛羊都死了。此后，人们每到九月初九就登高，野宴，佩戴茱萸，饮菊花酒，以求呈祥，历代相沿，逐成风俗。重阳节又被称作“登高节”，因登高会也叫“茱萸会”，因此重阳节又称为“茱萸节”，另有重九节、菊花节等说法。

“九九”谐音有长久之意，也常在此日举行祭祖或敬老活动。

1989年，我国正式将这天定为“老人节”、“敬老节”。

九月九日重阳节心得体会篇四

重阳节，又称重九节、晒秋节、“踏秋”，汉族传统节日。《易经》中把“六”定为阴数，把“九”定为阳数，九月九日，日月并阳，两九相重，故曰重阳，也叫重九。重阳节早在战国时期就已经形成，自魏晋重阳气氛日渐浓郁，倍受历代文人墨客吟咏，到了唐代被正式定为民间的节日，此后历朝历代沿袭至今。

敬老——重阳节还是新时代中国的“老人节”

九九重阳，九九与“久久”同音，自然容易被赋予长久长寿的含义，西汉时候人们就开始在此时设宴求寿。1989年农历九月九日被定为老人节，倡导全社会树立尊老、敬老、爱老、助老的风气。这可以说是重阳节在新时代中国的新表现形式，将重阳节的意义，从先人转向了今人，从历史转到了当下。

孝道——重阳是对中华孝传统的一大承载

对于重阳节的意义，将中华敬老传统加以深化和外延，发见的正是作为中华传统根本之一的孝道。你的父母或长辈也许还没成为老人、不需要敬老，但孝道却仍然需要。

感恩——重阳中包含最大的普世价值

将重阳节所蕴含的深层内涵进行最大化地推而广之，所得到的最广泛、最普适的价值，便是“感恩”。由祭祖、敬老、孝亲开始，感恩的精神更是能够遍被所有人中，所有的善心、善意和善行。

重阳节简介

我国传统节日中有日月重数的，如元旦，二月二，三月三，重阳节亦是。古人将天地万物归为阴阳两类，汉中叶后的儒家阴阳观认为，奇数为阳，偶数为阴。九是奇数，农历九月初九，二阳相重，称为“重九”，亦称“重阳”。除夕、清明、中元、重阳是我国传统祭祖四大节日。

重阳的源头，可追溯到先秦之前。当时就已有在秋九月农作物丰收之时，祭飨天帝以谢天帝眷顾，祭祖以缅怀祖先恩德等活动。重阳节名称的最早记载见于三国时代。曹丕《九日与钟繇书》：“岁往月来，忽复九月九日。九为阳数，而日月并应，俗嘉其名，以为宜于长久，故以享宴高会。”唐朝时，重阳节被定为正式节日。

民间在这天有登高风俗。重阳登高究竟因何而起?说法不一。不过“桓景避难”之说较普遍：东汉时，汝南人桓景拜仙人费长房为师，费长房对桓景说：九月初九你家中有大灾，应马上让全家作绛囊盛茱萸系于手臂，登上高山饮菊花酒，灾祸可消除。桓景照师父的话去做，举家登山，果然平安。傍晚回家，却见鸡犬牛羊都死了。此后，人们每到九月初九就登高，野宴，佩戴茱萸，饮菊花酒，以求呈祥，历代相沿，逐成风俗。重阳节又被称作“登高节”，因登高会也叫“茱萸会”，因此重阳节又称为“茱萸节”，另有重九节、菊花节等说法。

“九九”谐音有长久之意，也常在此日举行祭祖或敬老活动。1989年，我国正式将这天定为“老人节”、“敬老节”。

九月九日重阳节心得体会篇五

重阳节有佩茱萸的风俗，因此又被称为“茱萸节”。茱萸是重阳节的重要标志。

登高节

重阳最重要的节日活动之一，即是登高。故重阳节又叫“登高节”。登高所到之处，没有划一的规定，一般是登高山、登高塔。

重九节

因为古老的《易经》中把“六”定为阴数，把“九”定为阳数，九月九日，日月并阳，两九相重，故而叫重阳，也叫重九节。

踏秋

重阳又称“踏秋”，与三月三日“踏春”相对应。依据传统，重阳这天所有亲人都要一起登高“避灾”，插茱萸、赏菊花，现代社会，很多传统在变化，但是重阳登高依然盛行。

女儿节

重阳节又名“女儿节”，若有女子新出嫁，娘家必赠送重阳旗与时鲜盒，称为送“重阳节盒”。