

2023年走月亮心得体会(优质10篇)

心得体会是对所经历的事物的理解和领悟的一种表达方式，是对自身成长和发展的一种反思和总结。优质的心得体会该怎么样去写呢？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。

走月亮心得体会篇一

英国小说家、戏剧作家威廉·萨摩赛特·毛姆以法国后印象派画家高更为蓝本创作了《月亮与六便士》。

书中描写了一位原本平凡的伦敦证券经纪人斯特里克兰，突然着了艺术的魔，抛妻弃子，绝弃了旁人看来优渥美满的生活，远走他乡。辗转巴黎、马赛，最终到达南太平洋的塔希提岛，他用画笔谱写出自己光辉灿烂的生命，把生命的价值全部注入绚烂的画布的故事。

这篇小说中处处充满着矛盾与冲突。理想与现实、艺术与生活、社会与自我、感性与理性……真是无冲突不戏剧，无冲突不小说。

就是一个小小的配角斯特洛夫也是一个看似矛盾的统一体。他有着一副最世俗的商人面孔，却对朋友无比的真诚和慷慨，对爱人极尽疼爱 and 包容；他拥有着最敏锐的艺术嗅觉，自己却是个糟糕的画家。他明明是他妻子和斯特里克兰的恩人，但他的妻子奚落他、远离他，甚至至死都不愿见他。朋友斯特里克兰更是恩将仇报，拐走他的妻子，甚至鸠占鹊巢。而他仍不埋怨，视妻子为挚爱、视朋友为天才。

文中的主人公斯特里克兰更是一个矛盾的统一体。他拥有社会地位、拥有娇妻孝子，拥有者大多数人向往的美满生活。却抛弃了这些，在巴黎住最便宜的旅店，饥不果腹，只为追

求心中的理想。而这时他追求的到底是什么，可能他自己还不是特别清楚。他画画，却并不在意自己画的好坏，不为卖钱，不为得到别人的赞赏，好像只为宣泄。直到到了塔希提，他才在那个充满阳光的迷人小岛上追求到了自己真正的理想，完成了他一生最伟大的杰作。在生命的倒计时的日子里，用瞎了的眼睛去画画、去欣赏自己的杰作。死后，不待人们去欣赏，就让他的女人阿塔将之付之一炬。他饥寒交迫，穷困潦倒，几次在生死线上徘徊，可他内心却强大富足，对自己的理想坚定不移，从未放弃，最终他实现了自己的理想。他找到了自己的追求的艺术，他的内心应该是平和的、满足的’。可他表象里，对待家人、朋友甚至一切事物都是暴躁的、讥讽的，对所有的人和事都不在意，他摒弃了社会只活在自己的世界中。可他又确确实实生活在这个社会里，即使躲到了塔拉瓦奥大山的一处褶皱里，也依然有着善良家人的陪伴。如此一个不讨喜的人物，却总能吸引人的目光，可能就是作者所说的不仅仅因为他所创作的伟大的艺术，还因为他艺术家的个性。小说中的“我”对斯特里克兰的态度充满着矛盾。明明很看不惯他，甚至是厌恶他想远离他，但却总拒绝不了他，忍不住去探寻他，打问他的消息。

小说中“我”也是个很有意思的设计。小说采用第一人称来写，夹叙夹议。以“我”来穿针引线，处处有“我”，可“我”是谁？是作者毛姆吗？还是另有其人？全书竟没有出现一次“我”的名字！只知道“我”是一个作家。作者在用一个都不知道的“我”，叙述着一个“我”对真实的事情知之甚少，大多听他人给“我”叙述的故事。却让读者感到这个虚构的故事是多么真实！这真的是一种诡异，一种处处充满矛盾对立的统一。

这本书之所以称为全球畅销书可能只因为到底追求理想的“月亮”还是现实生活的“六便士”一直在让我们纠结，它一直是我们探讨的话题。就像高更在塔希提岛的巨作：

《我们从哪来？我们是谁？我们到哪里去？》一样，是一个永远解不开的哲学问题，但终归我们是佩服那些为了理想勇

往直前的人！

走月亮心得体会篇二

第一段：引言（字数：200）

观赏月亮是一种古老而美妙的体验，它不仅是自然界一种绚丽壮观的景象，而且可以引发人们内心深处的情感共鸣。我曾有幸在一个清凉的夜晚，来到郊外的一个空旷地方，仰望着皎洁的明月，心中涌起了无尽的感叹和思考。

第二段：感悟的美丽（字数：250）

月亮是一个美丽而富有灵性的存在。当它升起于天空时，弥漫着一种恬淡、优雅的气息。月亮的光辉洒满大地，让黑暗的夜晚仿佛也有了生机。在它的照耀下，万物焕发出另一种动人的美丽。与此同时，月亮也给人们带来了一种安静、宽慰的感受。无论是家人朋友一起赏月，还是独自一人默默凝视，都能感受到一种与世无争的宁静之美。

第三段：体验的寄托（字数：250）

观赏月亮也是一种身心放松的过程。在繁忙的生活中，我们经常感到压力和紧迫感，但月亮的出现让我们有机会暂时放下这些烦恼。当我们仰望星空，在静谧的夜晚中感受月光的温暖，心灵也得以一时的宁静和修复。观赏月亮的过程也是与自然和平相处的一种方式，让我们重拾内心的平衡与和谐。

第四段：心灵的启迪（字数：300）

月亮带给人们的不仅仅是视觉上的享受，更让我们在内心深处得到启迪。当我凝视着那轮明月时，心中涌现出无边的情感。我想到了自己的人生，以及人类和自然的关系。月亮像是一个永远守护着人类的远古智慧之灵，它在每一轮的圆缺

之间体现着永恒的周期律。在这一思绪中，我开始思考人生的意义和存在的价值。月亮的存在让我感受到人与自然和谐共生的力量，唤醒了我内心对大自然的敬畏之情。

第五段：回归与展望（字数：200）

通过观赏月亮，我深切体会到自然与人类的相互联系和依存。我们在追逐物质的同时，也应该关注自己与自然之间的平衡与和谐。无论是观月亮还是与自然亲近，都是回归最初的行为。我在观赏月亮的过程中，收获了内心的宁静与思考，更找到了自己与大自然的契合之地。因此，我希望能够常常追寻那轮皎洁的明月，以此作为心灵的寄托与启迪，与之共舞、前行。

总结（字数：50）

观月亮的体验是一种美丽、寄托和启发的过程。通过对月亮的品味和感悟，我们可以获得内心的宁静与放松，引发对生活 and 人生的思考和感悟，更与大自然建立起一种和谐的联系。因此，在繁忙的生活中，我们应该经常回归至月亮之下，感受它带给我们的独特体验和心灵的启示。

走月亮心得体会篇三

第一段：月亮是人们心中的诗意，是灵魂的寄托。无论是古代的诗人们还是现代的文人墨客，无不倾情寄托于月亮之上。而对于普通人来说，月亮也常常成为陪伴他们心灵的朋友。读月亮的体验，不仅能使人感悟自我，还能带来思考和启发。

第二段：读月亮需要静心与沉思。在当今匆忙而忙碌的生活中，人们往往忽略了思考与自省的重要性，而月亮则给予了我们这样的机会。当人们静下心来观赏月亮时，那寂静而祥和的感觉能让我们置身于宇宙的广袤之中，感受到无妄而和谐的存在。这种感受不仅使人内心得到平静，而且还能启发我

们对生命的思考与理解。

第三段：读月亮能够让我们感受到宇宙的伟大，从而激发我们的想象力。月亮位于天空之中，看似近在咫尺却又如此遥远，熙熙攘攘的人间与它相比渺小得几乎可以忽略不计。正是因为它的高远与神秘，才能唤起我们心中的向往与追求。当我们凝视着月亮时，仿佛可以看见它独自漫步在宇宙的大道上，这时我们不禁联想到自己的生命旅途。这种对比和联想让我们明白了生命的短暂与宇宙的永恒，激起了我们对于未知的好奇心，让我们敢于追求更高更远的目标。

第四段：读月亮是一种审美的享受，也是对自然的敬畏。月亮的巧夺天工与光明的神采，能够给人带来视觉上的享受。月亮悬挂在夜空中的时候，那弯月的优美线条，那洁白的光芒，让人忍不住驻足凝望，仿佛被它独特的美丽所吸引。与此同时，月亮的出现也让人对自然的伟大有了更深的敬畏之情。我们在欣赏月亮的美丽之时，常常会陶醉在自然的神奇之中，感受到大自然的律动与力量，愈发珍惜和保护这片美丽的土地。

第五段：读月亮是一种对生活的思考，是一种心境的坦诚与渴望。当我们望着月亮时，会不由自主地思考这个世界上的的一切。我们想起自己的成长历程，回忆过去的欢乐与痛苦，也思考自己的未来与梦想。月亮的存在给予我们一个平静而温和的环境，让我们可以诚实面对自己的内心世界，思考并肯定自己的过去和未来。与月亮的相伴，让我们更加真实地面对自我，坚定对人生的渴望和追求。

总结：不论是寄托诗人墨客的情感，还是陪伴普通人的思考与启发，月亮都是一颗璀璨的明星。读月亮需要静心、需要思考，通过与它的相伴，我们可以感悟到生命的奥妙与尊严，也能够更好地面对自己的过去与未来。月亮是心灵的寄托，读月亮让我们在繁忙的生活中拥有一份宁静与安宁。

走月亮心得体会篇四

《月亮与六便士》是以著名画家保罗·高更的生平为素材。小说的主线情节比较简单：主人公思特里克兰德是伦敦证券经纪人，高收入，有着漂亮的妻子，聪明健康的孩子，这在外人看来是令人羡慕的生活，人生赢家。突然有一天，他放弃工作，抛妻弃子，只为追寻绘画的梦想。

有人认为主人公思特里克兰德冷漠无情，自私。为了自己的梦想，抛弃了自己的妻子、儿女，仅仅是留下一张字条，写着：“晚餐准备好了”。当他被问到：“难道你不爱你的孩子们吗？”他回答道：“我对他们没有特殊感情。”再被问道：“难道你连爱情都不需要吗？”他说：“爱情只会干扰我画画。”

他是自私的，没有责任心，但也很无辜，他的眼中不仅没有别人，甚至没有自己，用他自己的话来说“我必须画画，就像溺水的人必须挣扎。”他是个被梦想俘虏的人。

他放弃了安逸的生活，选择追逐自己的梦想，这需要巨大的勇气。追梦的道路异常艰辛，他穷到连颜料都买不起，落魄到看不起病，几次差点饿死，但却一直如痴如醉坚持画画。即使失明了，他依然坚持着，画画那是他的生命。

毛姆在这本书中写道：“做自己最想做的事，生活在自己喜爱的环境里，淡薄宁静、与世无争，这难道是糟蹋自己吗？与此相反，做一个著名的外科医生，年薪一万镑，娶一位美丽的妻子，就是成功吗？”

一个人如何看待生活的意义，便也决定了他选择生活的道路。

主人公思特里克兰德看似落魄潦倒，但也是幸福的。满地都是六便士，他抬起头看到了月光。

走月亮心得体会篇五

每当夜幕降临，明亮的月亮升起在天空中，洒下了一片祥和的光芒。我总是被它的美丽所吸引，喜欢在夜晚仰望它，沉浸在它的蓝白光辉中。读月亮成为了我心灵的一种享受，我发现它给我带来了许多难以言传的感受。

第二段：月亮给我带来的思考

读月亮不仅仅是对它的美丽赞叹，更是一次对生活 and 自然的思考。月亮坚强而温柔地照耀着大地，给人们带来光明和安慰。我也想成为像月亮一样的人，能够在人生中保持内心的独立而又宽容，给他人带来温暖和勇气。月亮也在不断变化中，像一个缓慢的表演者，每个晚上不同的形状都让我惊叹。在这个瞬息万变的世界中，我应该学会拥抱变化，接受它给我带来的挑战和机遇。

第三段：月光下的思考与启示

读月亮不仅仅是对它的赞叹，更是对一种美好生活的向往。当我在月光下独坐，远离尘嚣，我能够静下心来思考自己的内心世界。月光下的思考是那么纯净和深刻，它能够帮助我意识到自己真正追求的是什么，让我认识到自己对于真理和美的渴望，也让我明白了自然力量的重要性。读月亮给了我一个重新审视自己生活的机会，让我更清楚地知道自己想要成为怎样的人。

第四段：月亮带给我的宁静和安慰

无论我身处何地，只要我仰望天空，看到明亮的月亮，我就会感到一种宁静和安慰。在月光下，一切都变得安静而和谐，我仿佛能够忘却尘世的纷扰和烦恼。读月亮给了我一种逃离现实的感觉，它让我暂时远离压力和痛苦，找到内心的宁静。

第五段：读月亮的感悟

读月亮不仅仅是一种感受，更是一种修行。通过读月亮，我学会了欣赏自然之美，学会了思考和思索人生的意义。月亮给予我的启示和感悟让我更加明确了自己的人生目标，帮助我走向更加充实而有意义的人生。读月亮是我得到内心安慰和启迪的源泉，它像一盏明灯，照亮了我前行的道路。

总结：读月亮给我带来了美丽、思考、慰藉和感悟。月亮不仅是夜晚的明亮之星，更是我人生的良师益友。每一次仰望月亮时，我都能够从中获得一种力量和勇气，让我更加坚定地向前迈进。读月亮不仅让我更加热爱生活，也让我更加热爱自然和人类的美好。

走月亮心得体会篇六

自古以来，月亮就是人们仰望的对象，在世界各地产生了无数的传说和诗歌，成为艺术家们青睐的题材。当我第一次仰望月亮时，感受到了它的宁静和美丽，深深被它所吸引。每当夜晚来临，我总是致力于寻找月亮，与它心灵相通。随着时间的推移，我不禁思考月亮给予我们的启示，上帝赋予我们瞻仰月亮的机会，是希望我们能不懈追求美好。

第二段：月亮教会我们坚守本心

月亮是昼夜交替的见证者，每天都能看到它的轮廓。无论是明亮还是阴霾，它都坚守在原地，不屈不挠。这让我想到了人们的人生道路，每个人都会遇到各种挑战与困难。然而，在每个艰难的夜晚，月亮都坚强地出现，鼓励我们勇往直前，永远不要放弃坚守本心。就像月亮一样，我们也应该坚守自己的梦想和信念，不被外界干扰和诱惑，继续为之努力奋斗。

第三段：月亮唤起人们内心的思考与梦想

当我昂首仰望着月亮时，内心总是充满了宁静和思考。月亮无声无息地存在，却能唤醒我内心最真实的情感。它让我意识到，人生不仅仅是物质的富足，更重要的是内心的思考与梦想。月亮的美丽与智慧，深深地吸引着我，使我不断思考人生的意义以及自己应该追求什么样的梦想。正是因为有了这份思考与梦想，我才会有勇气去追求自己真正想要的未来。

第四段：瞻仰月亮是对生命的敬畏

月亮无时无刻不在默默镕造人类文化，它的存在是生命的奇迹。它不仅被各民族奉为神圣，更是人们对生命的敬畏之情的表达。站在大自然的面前，我们才会深刻地感受到生命的脆弱与可贵。瞻仰月亮，让我明白了自己不过是其中微小的一部分，应该珍惜每一个瞬间，感恩生命的恩赐，不断努力成长和进步。

第五段：唤醒内心的愿望和力量

月亮在夜晚中闪耀着神秘的光芒，如同一颗古老的守护之星。每当我抬头仰望，心中涌动起一股无比强烈的愿望，那就是能够在有限的生命中追逐和实现自己的梦想。月亮唤醒了我内心深处的力量，让我相信自己能够克服一切困难，追求自己的目标和理想。只有瞻仰月亮，才能感受到内心的激情和动力，持续不断地追求自己的人生。

总结：

读月亮是一种心灵的修行，通过仰望月亮，我们可以感受到它的美丽和智慧。它教会了我们坚守本心，唤起了内心的思考和梦想，让我们更加敬畏生命和珍惜每一刻。同时，也激励我们不断追求自己的目标和理想。无论身处何地，读月亮都是我们心灵的指南，引领我们走向美好的未来。

走月亮心得体会篇七

当我们低头捡起六便士的时候，也许我们拥有了物质的财富，但我们却错过观影最美月亮的时机。我们抬头看着月亮，用画笔绘下月亮独一无二的影色。也许这幅画的价值是六便士的一万倍！

人与人之间的差异是真实存在的。有人选择月光，就有人选择6便士，能选择看月光的人，都被上帝眷顾的幸运之人。对于很多人来说，月亮与六便士之间并无选择冲突，而是选择次序不同。

这个世界，有你无法想象的残忍与绝望，只是你没有遇到而已。请尊重每个群体与每种生活方式，他们内心经历了怎样的煎熬，你或许永远不会懂。你也许可以强迫别人的行为，但是无法永远强迫别人的思维！请怀有善意，因为你不知道别人经历了什么。不妄自评价，因为每个人的生活方式都自有其缘。不需要刻意迎合与改变，因为生存本身就是有其多样性的存在。千江水育千江月，千江月并非亦全月。

人生没有标准答案，只是在求解自己设立目标的方程罢了。

做一个有情有欲，知温暖，懂进退的普通人，挺好。余生请与友聊们分享自己！真好！

走月亮心得体会篇八

这本书我花了整整三个月的时间去看完，不过我在前两个月加三星期都在划水，在最后一个星期的时候才静下心把这书看完。不得不承认自己在阅读前期有一种朦朦胧胧的感觉，也许是因为自己真的不懂什么英国幽默又或者自己思维层次还不够深，无法将书里面两种甚至多种的价值观有很好的区分，导致前期后期出现了一种云里雾里的感觉。不过在知乎

里面也有看很多人对于这本书的分析，勉强强强也能梳理一点东西。

一、 爱情

关于爱情，我就不提斯特克里兰这个无情的人了，即使他在我下面文字中会有些许描述，但是在语言镜头中，下面的主角不是他。斯特克利兰一生大概有三位女子，三段情，而在我看来前两位爱的并不是斯特克里兰这一个人，她们爱的更多是自己。特别是第一任，爱的就是她的幻想，一旦轨道偏移，就想着去改变真人，这是一件特别可笑的事情。爱一个人更多的是包容，不仅能包容好的也能包容坏的，像是爱塔一样，不去过多打扰，给足了彼此空间，让爱的那个人活得更像他自己。在看知乎的时候看到了这样一句话，觉得特别有道理：

感情易在日久生情，难在小心经营。

有感觉无感情，最终不过是，开始时，适逢其会，分开时，天各一方。（第一任）

有感情无感觉，最终不过是，在一起时心意难平，分开时又决议难定。（第二任）

这也是为什么斯特克里兰在面对爱塔恳求——留下在他身边照顾，他会心软。文中这样描述：

“如果别人选择离开，让他们走好了，可是我不会离开你的，你是我的男人，我是你的女人，如果你离开了我，我会吊死在屋后的那棵大树上，我对上帝发誓，我说到做到。”

“你是我的男人，我是你的女人，无论你去哪，我都跟着你。”

片刻之间，斯特克里兰的铁石心肠被动摇和软化，眼睛里含着泪，慢慢地顺着脸颊流下……

二、 梦想无高低贵贱

有的人想一生顺顺遂遂，偏安一隅而知足常乐；有的人想突破自我，渴望直面生活的崎岖。两种生活，两种不同的价值观，是两种不同的选择，无好无坏。做自己想做人，过自己想过的生活，无人能去评判是非。

生活有许许多多的意难平，如果自己能在20岁前、（30岁40岁都没有问题）明白自己想要什么，想要过怎么样的生活，想要成为怎么样的人，能像斯特克里兰那样洒脱其实真的就够了。与其碌碌终身，不如活着像他一样明明白白。当然不是所有人都能成为他，这也是他的伟大之处。

他的勇气，“包含着对自己一直道德体系的抛弃，包含对他们责任的否定，包含对别人伤害的不屑（这是我不喜欢他的一点），这种内心的纠结，远远大于了物质的贫瘠。”

三、 对于梦想的态度

之前在打辩论赛的时候，因为没有对梦想进行深入解剖而输掉了比赛。师兄说的很对，梦想是可以让自己舍弃生命去追求的一个渴望，穷极一生都要去弄懂的，去实现的东西。像斯特克里兰在画画这个“魔鬼”的驱动下，舍弃手中的六便士，逃离英国，去巴黎追寻他的白月光。没错在追寻的过程中，是痛苦的，因为我们的努力无法可视化，我们无法得知我们已经走到了哪一步，所以我们才会说要放弃。但是我们忽视了一点，我们是因为热爱所以才要追逐它，当我们投入这件事的时候，已经得到了最大的报酬，能否被认可，收入是否同努力成正比都已经不重要了。

这读书笔记还真是草草收笔，只能说自己真的很弱，无法将

心里面想要表达的说出来。其实这本书是我打完辩论后看完的，最后一场我是替别人上的，只有两天时间准备，关于梦想的。现在就挺后悔当初没有提早看完这本书吧，始终意难平，不过现在也挺好继续加油吧。

走月亮心得体会篇九

人们从古代就对月亮有着特殊的感情和想象，它被诗人称为“明月几时有，把酒问青天”，被画家描绘成富有浪漫主义情调的意象。然而，月亮的神秘之美并不仅仅体现在它的造型和表面上。通过观察月亮，我对它产生了一种独特的心得体会。

第二段：心静如月

每当夜晚，当我的心情烦躁不安时，我会走到窗前仰望天空。看到那明亮的月光洒在我身边，我不禁感到内心平静了许多。仿佛月亮散发出一种神奇的力量，能够治愈我内心的不安，让我重新找回灵感和动力。月亮的存在像是一个慈祥的朋友，默默地陪伴着我，给予我安抚和力量。

第三段：观察月亮的变化

通过不断地观察月亮，我发现它的形态并不是一成不变的。有时，它是圆圆的，像一个未经修饰的自然珍珠；有时，它是弯弯的，像一个微笑的勾子。月球的不同相貌给人以不同的感受和想象，让人不由得对宇宙中的奥秘感到好奇。这让我明白到，万物都是变化不居的，只有随着变化进步的人才能与时俱进，成长。

第四段：月亮的寂静

月亮是一个默默无语的存在，它不像人类那样可以说话，也

不像大自然那样能发出声音。然而，正是它的寂静给了我思考的空间。在寂静中，我可以反思自己的生活 and 人生，也能够更好地与自己的内心对话。不受外界的干扰，能够静下心来，抵达最深处的情感。月亮的寂静教会了我应该关注内心的声音，与自己的灵魂对话。

第五段：月亮的启示

每当我与月亮相处，又或者是凝视星空的时候，我不禁思考起生命的意义和价值。我们如同月亮一样，存在于宇宙之中，但每个人的经历和感受是独一无二的。月亮的存在让我认识到，每个人都有自己的光芒，都具有无限的潜力与价值。无论在哪个阶段或者环境，都应该坚定相信自己，散发出自己的光芒，为世界带来美好。正如月亮一样，在黑暗中照亮了整个夜空，它的光辉不仅仅给予了我们希望和勇气，更是一种启示。

总结：

通过心得体会，我对月亮有了更深刻的理解。它的神秘之美、心静如月、观察月亮的变化、月亮的寂静以及月亮的启示，都让我对自己的生活和人生有了全新的认识和思考。在接下来的日子里，我希望能够更加注重内心的声音，不忘初心，努力成长和进步，散发出自己的光芒，为这个世界带来美好。

走月亮心得体会篇十

鼯鼠的月亮河是一本有趣的书，里面的故事很好看。

主要讲了鼯鼠米加一家住在月亮河旁边。米加不喜欢挖掘，喜欢设计。

鼯鼠尼里成为米加的好朋友。米加看见尼里洗衣服很辛苦，决定设计一个洗衣机。

米加进城。他拜魔法师咕噜咕为师，学习魔法。在表演时，咕噜咕误把米加变成了乌鸦。在咕噜咕的帮助下，米加终于发明出了洗衣机。米加和咕噜咕在月亮河过得很开心。

我知道米加能成功是因为他有那份决心，不断的努力。

读了这本书，我明白：世上无难事，只怕有心人。只要有决心，大多数事情都可以做到。