

2023年游览香格里拉心得体会(通用8篇)

读书心得是读者在阅读书籍后对书中内容、思想、情感等方面的体会和感悟的总结。为了帮助大家更好地写好读书心得，我为大家准备了一些范文，希望能够给大家提供一些思路和写作技巧。

游览香格里拉心得体会篇一

虎跳峡镇之后，在中甸县。沿着崇江，山突然变得极其陡峭：隐约的峡谷深不见底，四周是高耸的山峰和云彩，陡峭狭窄的古茶马古道像一条从云上拖下来的玉带，漂浮在层层云杉林中。这让我觉得我不是去观光，而是去天堂朝拜。

一路走来，刚满19岁的藏族扎西，带我们走进香格里拉的使者，用他们独特的唱法款待我们。“长袖飘过的地方，一路散落，那是高原的雪莲；我心中的女孩，女孩走过的地方，一路流笑。那是春天的詹妮弗，开着车像火一样。女孩走过的地方，一路鸟语花香。那是春天的使者，我心中的女孩……”看着荒芜的明山的纯净水，听着外地传来的天籁之音，远离尘世的感觉向我袭来，思绪不自觉地随着奔流的河水的涓涓细流和没有固定歌词的歌声而激荡。

穿过云层，是一片群山环绕的广阔牧场：高原特有的狼毒草点缀在绿色的草地上，像燃烧的篝火；藏式兽皮民居和木屋搭配简单的青稞架，似乎有一种刻意回归原始的感觉；远处的香格里拉城被牧场和公路分成两部分。东北面是阳光城，西南面是月光城。两座城市都建在山上，在阳光照耀下熠熠生辉；勤劳的牧民在小块耕地上收割青稞，悠闲的羊群在草场上玩耍吃草。一切都是那么简单，新鲜，和谐。

去过美丽的皖南山区，四月芳菲，满山的珍妮弗多姿多彩，像一个出门散步的快乐少女；枯萎的桐花随着水静静地飘着，似乎预示着一种潜在的悲伤。置身其中，仿佛走进了红楼梦。

是一样的山，只是这里的感觉很不一样。神圣的雪山和蓝天白云触手可及，就像心中的神一样，一直在注视着你。你不能容忍任何自私的杂念，只有彻底的虔诚和光明。

接下来的一天半，按照行程，我们去了那帕海、松赞林寺、硕都河、藏医博物馆。每到—个地方，我就丢下同伴不管，或牵着马、牵着牦牛在草地上狂奔，或用心触摸挂在雕梁画栋下的祈祷轮，或潜入原始森林深处，看那像雾—样垂着的树，看那像血—样的枫叶（挂着的树是寄生在树上的丝状植物），或找—个内地来的小伙子，和他的藏族父母来这里生活，聊聊当地的风土人情，谈谈不同的感受。不管他做什么，他都是那么轻松愉快。那一刻，我的同伴被视为束缚我自由的枷锁。只有独自流浪，才能感受到灵魂与肉体的完全统一。正如徐志摩先生所说：“我们天真无邪的天真如含羞草般柔软。一旦同伴反抗，他就卷起袖子，但在安静的太阳和风中，他的姿势是自然的，他的生活是畅通无阻的。”

游览香格里拉心得体会篇二

今年暑假，我和父母—起到云南旅游。

在那，我欣赏到了旖旎的自然风光：有鬼斧神工的石林、风花雪月的大理、游人如织的丽江、气势磅礴的虎跳峡、美丽迷人的玉龙雪山……还有香格里拉的高山草甸与湖泊；了解到—些少数民族的民俗民风：有彝族的火把节、东巴的古乐、摩梭的走婚，还有藏族的歌舞……可是当行程结束，父母要我总结—下此行最大的收获时，我的脑海里却冒出这样的认识——节约用水，保护环境。

这一切都源自我们本次行程的导游，他—是个身材不高，皮肤黝黑来自大山深处的彝族小伙，在北京上完大学后选择回到家乡，做—了—名导游，几天中他除了详细介绍云南社会、经济、文化等各个方面的情况外，说得更多的是云南近几年的干旱情况，不断的倡导我们要节约用水，保护环境。

在玉龙雪山山下有个玉水寨景点，大家都争相品尝山上流下的甘甜可口的清泉。可导游却告诉我们由于工业生产、汽车尾气等诸多因素的影响，导致气候变化，温度升高，雪山上的冰川将在稍后的60年内消融殆尽，到时候我们去哪里欣赏这样的雪山美景？又如何能品尝到这怡人的甘泉？即便是现在，在云南的很多地区都存在着严重的人畜饮水困难的情况。

去年暑假，他带团到香格里拉的一处景点游玩。突然，他被一个捡垃圾的老奶奶的行为所吸引。只见她把游客扔下的饮料瓶踩瘪放在一个大塑料袋里，饮料直接倒地上，而一些尚有剩余的纯净水则小心翼翼地倒入一个大可乐瓶中，背着身上。他当时很疑惑，问她，“为什么这么做？”她说“带回家去喝呀！”导游更不解了，“那水都是别人喝剩下，不干净的啊。”老奶奶有些难为情了，讪讪地笑着，小声地说：“总比没水喝好啊。”后来，导游所在的公司给那个老奶奶的村庄送去了1000箱矿泉水。再后来，导游总是不厌其烦地给每一批的客人讲述着这个故事，倡导人们节约用水。

听了导游的讲述，我陷入了沉思：是啊，我们在欣赏大自然赋予我们的美景之外，是不是也应该自觉保护环境，给我们自己，以及我们的子孙后代留下蓝天、碧海、清流……这些大自然的礼物呢？此次云南之行，收获真大啊！

游览香格里拉心得体会篇三

我站在香格里拉崔伟的青山上。

云压很低，好像触手可及。空气中布满了云彩，就像羊毛制成的地毯，没有任何缝隙。在我们面前，不仅有青山，还有青山。有的山被云包围，就像白带；有些山顶像白毡帽一样被云覆盖着。就你所见，可以看到盘山公路蜿蜒曲折，可见藏族村落。五颜六色的金帆，闪闪发光的祈祷轮，灰色的麦妮堆，用耀眼的宝石点缀着无尽的绿色。云过之处，山上栈道无尽，山中树木青翠，溪水潺潺。雾蒙蒙的青山像人间仙

境。

过了一会儿，云越来越低，小雨滴落下来。哪里下雨，哪里就有山中的海子，鼓声击碎了湖面的平静。在我们面前，有无数的涟漪，这就是涟漪的美。哪里下雨，哪里就有巨大的藏族民居，鼓点鼓点，让津津有味吃草的牦牛更开心。哪里下雨，哪里就有格桑花海，在雨中尽情起舞。明亮的黄色波浪随着微风起伏。雨中美景是大自然精心安排的舞台剧。

美丽的山，美丽的水，美丽的人。香河藏族人的热情，充分体现在家里。美丽的舞蹈在我面前，美丽的歌声在我耳边，美味的牦牛肉在我嘴里，还有锅舞。每个人的舞步都让地板吱吱作响。每个人都在藏族人的家里吃喝。他们很开心，很幸福。

为什么住在山里的藏族人比我们城市的藏族人幸福？我记得有一次卓妈对我说：“你生活在压力很大的城市里，对吗？但我们不是。我们每天都享受大自然带来的快乐。我们没有高科技，但是我们的传统比高科技好。我学历才初中毕业，但是藏传佛教教会了我越来越深刻的东西。”我明白了，在大自然的怀抱中，在这个没有噪音的环境中，我们可以像姜尚一样认识到更多的真理。

香格里拉快乐，香格里拉美丽！

游览香格里拉心得体会篇四

我们面对的山是著名的石卡雪山，它以日出时的金色山峰而闻名。

日出的金光映在湖面上，却看到经常被云遮住的最高峰露出来了。太阳照在山峰上，金色的山峰出现了。太阳越升越高，太阳对整个香格里拉不满。多美啊！吃草的牦牛抬起头，苏醒雪山脚下的油菜花带着阳光走过来，藏家的一两个人出来

迎着阳光伸懒腰。阳光唤醒了整个香格里拉。

虽然我们没有见过金山，但我们可以想象它有多美。我们没有去灯市卡雪山，而是坐缆车去了梅里雪山。当时的夏天，并不是想象中的山川平原。蓝天，缥缈的白云，雪山脚下的大油菜花，一大片云杉，褐色的树干，淡绿色的树叶，到处都是草地，无数不知名的野花和满是山的詹妮弗，格桑的花就像一个翻倒的调色板，在森林和草原组成的绿色地毯上点缀着五颜六色的花朵。

普达库公园是香格里拉著名的国家公园。在长长的栈道上，旁边是一片草地，更远的地方是一座高耸的山峰。想着路过的牦牛，有小牦牛，有老牦牛，有壮牦牛，有弱牦牛拖在队后。牦牛的头牛一下命令，牦牛就会散开，吃草。普达库一定是秋天最壮观的，像金色的地毯。这些场景让我内心激动。

香格里拉不仅风景美，人也美。藏族人特别好客，我很欣赏。当我们拜访藏族家庭时，他们热情地对待我们。他们点燃篝火，包围了我们着篝火边走边跳，一会儿一个年轻的藏族人跳出来表演高难动作，还一只手抱起一只脚转了十多圈。我们一起欢呼庆祝。湛蓝的天空，山上细细的小溪，都是山上的雪水，藏民独特的房子，被芦苇遮住的小池塘，让我情不自禁地回味香格里拉，美丽的景色，热情的藏民，回味无穷。

香格里拉永远也看不完。

游览香格里拉心得体会篇五

我站在香格里拉崔巍的青山上。

云压得很低，仿佛伸手可及。空中铺满了云，就像羊毛做成的地毯，没有一点缝隙，眼前除了青山，还是青山。有的山山腰上围着一圈云，就像白色的腰带；有的山顶上覆盖着团团云雾，就像白色的毡帽。极目远眺，能望见曲折的盘山公

路和依稀可见的藏民村落。五颜六色的金帆，金光闪闪的转经筒，还有灰白色的玛尼堆，给无穷无尽的绿镶上了光彩夺目的宝石。云飘过之处，还有山上延绵不断的栈道，苍翠欲滴的树林，山中潺湲的溪流。云雾缭绕中的青山，仿佛人间仙境。

不一会儿，云压得更低了，小雨滴滴嗒嗒地落了下来。雨落之处，有山间的海子，滴滴咚咚的鼓点，打破了湖面的平静，呈现在眼前的，是无数的涟漪，是荡漾之美。雨落之处，有庞大的藏族民居，滴滴咚咚的鼓点，让津津有味吃着草的牦牛更为快乐。雨落之处，还有那格桑花海，它们在雨中尽情地舞蹈。亮黄的波浪，随着微风上下起伏。雨中美景，是大自然精心安排的舞台剧。

山美，水美，人也美。香格里拉藏民的热情在他们的家中充分地体现出来。眼前是优美的舞蹈，耳边是动听的歌声，口中是喷香的牦牛肉，跳的是锅庄舞。大家的舞步震得地板咯吱咯吱响。大家在藏民家中吃吃喝喝，乐乐呵呵，十分高兴。

在大山中生活的藏民，为什么比我们城里的还要快活呢？我记得一个卓玛曾对我说：“你们在城市里生活，压力很大吧？可我们却不是。我们每天都享受大自然带来的快乐。我们没有高科技，可我们的传统胜过高科技。我的学历只是初中毕业，但是藏传佛教让我懂得了更多、更深奥的东西。”我明白了，在这大自然的怀抱中，在这没有喧嚣的环境中，才能像姜尚一样，悟出更多的道理吧。

乐在香格里拉，美在香格里拉！

游览香格里拉心得体会篇六

6岁那年，我和爸爸妈妈一起来到了神秘的香格里拉，一听名字就知道香格里拉是一个美丽的地方，我们便怀着急切的心情来到了我向往的地方。

果然，我一路上就被这美丽的景色吸引住了。我们来到石卡雪山脚下，呈现在我眼前的是一块碧绿的地毯，芳草连天，一望无际的绿色，没有一点裸露出来的土地，没有一株枯黄的小草，绿草成片成片的生长在绿色的天地里。

我们坐着索道上山了，索道两旁有许多看不完、赏不尽的奇花异兽，还有一些稀稀落落的大树。首先到达的是亚拉青波牧场，这个牧场四周树木郁郁葱葱，生态植被保护得极其完好，呈现出一派幽静神秘的景象。一眼望去，牛群羊群都埋头在草地上吃着鲜嫩的绿草，牧童懒洋洋地躺在草地上看着湛蓝的天空。真惬意啊！

接着，乘雪山公园大索道登上石卡雪山山顶公园，周围都是那些终年不化的皑皑白雪，真是让人叹为观止。没一会儿，我就发现我的手在不由自主的发抖，牙齿在不停地打战，只好让爸爸用棉大衣把我裹着，再抬头眺望远处直入云霄的梅里、玉龙、哈巴、稻城等著名雪山的雄姿，身临其境，壮美无边。每一座雪山仿佛都是一尊神灵，见到雪山人会变得心灵静穆，气息也会变得舒缓起来。那高耸入云的石卡雪山像一只威武的大狮子，让人产生一种敬畏的心情，再看看其它矗立在云海中的皑皑雪山，此起彼伏，就像一只只吃饱了的骆驼背上那高耸的驼峰。真神奇！

从幽默的导游小马哥得知，石卡雪山的海拔有4400米，所以形成了山脚的芬芳花朵，山腰的绿草连天，山顶的白雪皑皑。由于人们对环境的保护，没有城市的各种污染，所以形成了香格里拉一道新型的风景线：草青青，天湛蓝，林涛载水声，鸟语伴花香，漫步其中，你将心旷神怡，流连忘返。

啊！美丽的香格里拉，神秘的石卡雪山，我爱你！

游览香格里拉心得体会篇七

香格里拉是在云南，美丽的香格里拉总是有着非常蓝的天，

和绿的发光的草，还有干干净净的街道，还有带有一点藏乡风情。

在前几个月，妈妈跟我说：“在下一个寒假让爸爸带你去香格里拉吧，那里晚上很多星星的哦，星星还会眨眼睛呢！”当时我就想：星星？太好了，我就是喜欢看星星，更何况还是满天的星星，还会眨眼睛，这个机会可不能放过！。接下来的几天里，我天天缠着爸爸要去香格里拉，最终，爸爸还是被我制服了，答应我去香格里拉，不过要等到寒假，正合我意！因为这段时间刚好可以够我存一些钱来买我去香格里拉想要的东西，我真是太幸运了！

香格里拉实在是太美丽了，从远处望去，一座接一座的雪山沉浸在浓雾里，在雪山的山脚下，偶尔有几条闪闪发光的小河，小河是由雪水汇成的，小河又汇成湖波，湖水冰凉刺骨，清澈见底，再加上湖边那漫山遍野的花，美丽极了，每一朵花都向游客绽开笑脸，要是你沿着湖波散步，时不时就会窜出几只小松鼠，又突然一下消失，让你觉得像在变魔术，那里还有很多美食，有藏族人的青稞酒、马奶和酥油茶，喝起来让你觉得全身被麻痹了一样，酸甜可口，真的非常好喝哦！

香格里拉的藏族人能歌善舞，热情好客，会给每移民游客献上洁白的哈达，表示他们的祝福！

香格里拉真的是很美丽的地方哦！在寒假时我将去亲身去体会童化般的香格里拉，大家有时间也去体会一下吧！

游览香格里拉心得体会篇八

背上背包，抱着氧气瓶，披上棉被，还揣着一颗火热的心，走下车，访问香格里拉的风景。

收回自己游离的思绪，走进草原，高原鹰好奇地看着我，羊儿的目光十分锐利。没有谁欢迎我这位不速之客，但也没有

人将我赶走。于是靠近那群羊羔，母羊立刻咩咩急叫，转眼就召唤来了爱子心切的公羊。羊儿倒比老牛聪慧，用夹杂着疑惑、感激、愤怒、心痛的眼光在我身上打转。若目光可以杀人，我是不是早已千疮百孔。我抓一把羊儿爱吃的老玉米，公羊有骨气地扭过头去，不再搭理我，母羊则如大难临头一般，清秀的羊眼盈满泪水。我皱眉，想了一会儿，又释然，扭头问向导，是否用老玉米给羊儿做最后的一餐，向导点头，我一把扔下老玉米，抚摸着母羊有些脏的毛发，它却轻捷一跳，向我轻叫一声，带上全家走了，唯独公羊还对我吹胡子瞪眼，最后在母羊的推搡下，睥我一眼，也随之远去。

撷一朵“黑那西”，香格里拉特有的小野花，由无数朵小花组成的大花，有半个手掌大。将鼻子移至花蕊，一股藏族特有的花香盈鼻而来；折一根“那姬草”放入嘴中轻轻咀嚼，一丝甘甜混着青稞香流入口中，据说“那姬草”粉还可以入药，一时，竟忍不住赞叹大自然的伟大。

坐入帐内，轻啜一口酥油茶，感觉淡淡香味渐渐扩大，最后又在我口中香消玉殒。想想刚才的美好茶味，再饮一口，却没有细品，而是囫囵下肚，忽觉液体如丝绸般滑下喉咙。喉管、肠、胃皆如洗涤一般，十分惬意，浑身上下顿觉神清气爽。

夕阳西下，告别主人，细味高原，别有惊讶！