

宇宙与人心得体会(汇总8篇)

撰写培训心得可以帮助我们发现自身的不足和提升空间，通过总结和反思不断完善自我，提高学习效果。在这里，我们为大家提供了一些精选的培训心得范文，希望能够为大家的写作提供一些思路和参考。

宇宙与人心得体会篇一

第一段：引言（200字）

宇宙与人是一个广阔而神秘的主题。人类自古以来就对宇宙的起源、构造和意义充满了好奇。而与此同时，人们也在探索自己的内心世界，思考人的存在意义和追求的目标。在探索宇宙与人的过程中，我有了一些心得体会。本文将从“宇宙的奥秘”、“人的小我与大我”、“人与宇宙的共通”、“尽情追求与平和接受”、“宇宙人生的价值观”五个方面展开阐述。

第二段：宇宙的奥秘（200字）

宇宙是无垠的广袤和浩瀚的存在，其中包含了无数的星系、行星和太空上的其他物质。我觉得宇宙的奥秘在于它的无限性和多样性。宇宙中的星系数量多到难以计数，每个星系中都有独特的构成和运行规律。而宇宙中存在的各种物质，无论是寻常的行星还是神秘的黑洞，都有其独特的属性和规律。在研究宇宙的过程中，人类发现了一系列的科学知识，但同时也意识到宇宙中还有很多未知的领域等待我们去探索。

第三段：人的小我与大我（200字）

人是宇宙中的一部分，我们与宇宙紧密相连。但在现实生活中，很多人更多地关注自己的小我，追求物质的享受和个人的利益。然而，当我们站在宇宙的角度看待人类时，我们发

现自己只是宇宙中的微小存在，我们的存在是短暂的，而宇宙的存在是永恒的。人的小我与大我之间的冲突使我意识到，我们应该超越个人利益，思考更大的社会和全人类的利益，追求更高尚的价值和使命感。

第四段：人与宇宙的共通（200字）

虽然我们是微小的存在，但与宇宙的共通之处却是巨大的。我们和宇宙一样，都是由原子构成的。我们的身体和生命活动都遵循着物质的规律。而我们的思想和情感也随着时间和空间的变化而发生变化。在这个意义上，我们是宇宙的一部分，与宇宙紧密相连。这种共通性使我深感人与宇宙的亲密关系，也让我感受到了对宇宙的敬畏和思考。

第五段：尽情追求与平和接受（200字）

在追求人生的意义和价值时，我们应该尽情追求我们所渴望的，不留遗憾。但与此同时，我们也要学会接受宇宙的规律和自然的安排。宇宙有它的奥秘和安排，我们不能逆天而行，要学会适应宇宙的规律，以平和的心态面对人生的得与失。只有在追求与接受的平衡中，我们才能获得内心的宁静和幸福。

结语（200字）

在探索宇宙与人的过程中，我发现了宇宙的奥秘和人与宇宙的共通之处。我明白了个人与社会、人与宇宙之间的关系，也明白了追求与接受的平衡的重要性。对于我来说，人应该追求自己内心的真善美，并在追求中使自己与社会、与宇宙更好地协调一致。只有这样，我们才能在有限的生命中创造出无限的价值，实现真正的幸福与满足。

宇宙与人心得体会篇二

今天下午第一节课，我们全班同学都津津有味地看着一部电影——《宇宙与人》。这几十分钟里，我们在无比地享受，也让我们更深地体会到了世界的奥秘。

应该说宇宙的诞生是一个奇迹，但生命的诞生更是一个奇迹，一个纯粹的物质世界，却能创造出智能，创造出了人类去反思这个宇宙，这也许就是哲学的真正根源存在。

世界的本质是物质。150亿年前宇宙诞生、50亿年前太阳系诞生、500万年前人类诞生、400年前人类发现日星碎片、公元20xx年前人类进入高度发达文明。

木星是世界上最大的星系，是地球的300多倍。而月球离地球大约三十八点多公里。有一个月球质量为地球的八十分之一。大约6千万年前，地球充满活力是因为地球在转动。液态水是由氢、氧两种元素组成的无机物，在常温状态下为无色无味的透明液体。水是最常见的物质之一，是包括人类在内生命存在的重要资源，也是生物体最重要的组成部分。

宇宙与人心得体会篇三

宇宙是一个庞大而神秘的存在，在它的辽阔中我们感受到了浩瀚的宇宙星空和无垠的星系。而相比之下，人类显得微不足道。当我们抬头仰望星空时，我们会惊叹于大自然的伟力和宇宙的无限魅力。这个时候，我们意识到自己的渺小和微不足道，也更加理解了人与宇宙的关系。

第二段：宇宙的奥秘与人的探索

宇宙中隐藏着各种奥秘，科学家们投入了大量的精力和时间去研究这些未知。我们通过望远镜观测到了各种星系，发现了黑洞、暗物质等神秘事物。人类对宇宙的探索不仅体现了

对科学的追求，更表达了人对未知的好奇心和追求真理的决心。人类始终保持着探索和追求进步的精神，这是我们与宇宙相连的纽带。

第三段：宇宙的无尽与人的责任

宇宙是无尽的，它包含了一切生命的起源和发展。我们作为人类，是宇宙的一部分，有着独特的使命和责任。在这个无垠的宇宙中，我们应该保持谦逊和敬畏之心，认识到自己的渺小和微不足道。与此同时，我们也应该珍惜生命，关爱他人，尽力为宇宙的和谐发展贡献自己的力量。我们不能只是享受宇宙的赐予，更要为它做出回报，维护宇宙的秩序和平衡。

第四段：宇宙的美与人的鉴赏

宇宙是一个美丽而神奇的存在。我们通过观测宇宙星空，领略到了星星点点的繁星，沉醉于宇宙的美丽。宇宙中的星系和星云都是旷世的艺术杰作，使人叹为观止。人类从中体会到了美的价值和意义，学会欣赏和鉴赏。我们应该珍惜宇宙的美丽，保护这份瑰丽的绝美。

第五段：人与宇宙的共同命运

宇宙并非只是一个物质的存在，更是一个命运的纽带。人与宇宙是相互依存、相互影响的。宇宙为我们提供了赖以生存的环境和资源，同时我们的存在也对宇宙产生着影响。人类的活动不可避免地引起了自然界的改变，比如全球变暖、环境污染等。因此，我们要明白人与宇宙密不可分的关系，以科学的态度面对宇宙，保持与之和谐相处。

总结：在宇宙与人的心得体会中，我们既感叹自身的渺小，又为探索宇宙的奥秘而努力。我们认识到了自身的责任和使命，学会欣赏宇宙的美丽，同时也体会到了人与宇宙的共同

命运。宇宙即是我们的家园，也是我们的精神寄托，我们应该怀着敬畏和谦逊的心态与之相处。通过与宇宙的交流与探索，我们能够更好地认识自己和世界，获得生命的意义和价值。

宇宙与人心得体会篇四

宇宙是一切的起点，是人类探索的对象，也是我们在生活中忽视的存在。了解宇宙不仅在科学领域中有着深远的影响，它还能给人们带来内心的启示和触动。通过探索宇宙，我们不仅能够对人类的起源和存在有更深入的认识，还能够重新审视自己的人生和心灵。以下将从宇宙的壮丽景象、人类的微小与伟大、人生的意义、宇宙的法则以及人与宇宙的和谐等五个方面展开，探讨宇宙与人的心得体会。

首先，宇宙的壮丽景象让人感叹不已。当我们仰望星空，看到无数明亮的星星和神秘的星系时，不能不为宇宙的广阔和复杂所震撼。每一颗星体都有自己的轨迹和命运，它们相互关联，相互作用，构成了宇宙的奇观。这些壮丽景象告诉我们，宇宙的存在远比我们所能理解的要复杂和庞大。与此同时，我们也意识到，人类在宇宙中只是微不足道的存在。

其次，人类的微小与伟大在宇宙中并存。宇宙的浩瀚和复杂与人类的渺小相比，似乎让人感到自己的渺小和无力。然而，正是因为宇宙的存在，人类才有了探索和发现的动力。人类的思维和能力也是宇宙的一部分，通过科学的方法和技术，我们能够揭开宇宙的奥秘。人类的微小与伟大是互相依存的，正是因为人类的存在，宇宙才能够展现出更多的可能性。

第三，宇宙的存在给人生以更深远的意义。人类追求意义是一种根深蒂固的需求，而在宇宙的背景下，人生的意义显得更加重要。我们出生在这个美丽复杂的地球上，我们在宇宙中扮演着特殊的角色。我们的存在不仅是偶然的，更是有其深远的目的。每个人都有自己的使命和责任，正是因为这些，

我们的人生才变得有意义。在探索宇宙的过程中，人们会思考自己的存在，为人生寻找更大的意义。

第四，宇宙的法则是人类探索和理解的对象。宇宙中有诸多的法则和规律，它们是宇宙运行的基础。一切事物都必须顺应这些法则，才能够维持宇宙的和谐。人类对宇宙的探索，也是对这些法则的探索。通过观测宇宙现象、研究物质的构成和运动，人类逐渐认识到了一些基本的宇宙法则。这些法则不仅存在于宇宙中，也影响着我们的生活和行为。在生活中遵循宇宙的法则，让我们更加与宇宙相协调。

最后，人与宇宙的和谐是人们心灵追求的目标。宇宙的存在和发展是与人类密切相关的，我们从宇宙中得到了生命和存在的基础。人类与宇宙是息息相关的，我们与宇宙的和谐与稳定关系着我们自身的存在。而与宇宙的和谐不仅包含物质层面，更包括心灵和精神层面。追求宇宙与人的和谐，是人们修身养性、追求内心平静的重要途径之一。通过与宇宙的联系，人们能够找到自己内心的平衡和安宁，从而获得更高的境界和智慧。

宇宙是人们一直以来追求和探索的对象，它作为一个庞大而神秘的存在，让人们对于生命和存在有了更深入思考。通过观察宇宙的壮丽景象，我们感叹宇宙的复杂和庞大；通过对宇宙的研究和探索，我们意识到人类的微小与伟大；宇宙的存在给人生以更深远的意义；宇宙的法则是成为人类研究和理解的对象；人与宇宙的和谐成为人们心灵追求的目标。通过对宇宙与人的关系的思考，我们能够更好地认知自己和生活的意义，也能够与宇宙建立更加和谐的关系。

宇宙与人心得体会篇五

今天晚上看了一部科教片《宇宙与人》。《宇宙与人》是宇宙壮丽的史诗，也是感人的人类赞歌。人类从宇宙中的核子结合产生核聚变，形成基因，也是一切生命的起源。我们人

类由基因组成。既然是宇宙给了我们生命，我们就应该感谢宇宙，保护宇宙。虽然我们不能保护它，但我们应该热爱地球，保护环境，这是我们每个人都应该做的。

宇宙是所有天体的共同家园。宇宙是我们的空间。因为我们的宇宙并不总是存在的，它也有诞生和成长的过程。现代科学发现，我们的宇宙形成于大约200亿年前。在一次壮观的爆炸中，我们的宇宙诞生了！宇宙一旦形成，就一直在运动。科学家发现宇宙正在膨胀，恒星之间的距离越来越大。宇宙的诞生是奇迹，但生命的诞生更是奇迹。一个纯粹的物质世界造就了人类，造就了人类的智慧，这也许就是生命和宇宙的美好。时间在流逝，人类在进步，人们对空间的认识越来越多，对不平凡的宇宙的认识也越来越深刻。

人类的出现是世界真正存在的关键。人类被类人猿分隔，类人猿最多不能超过1000万年。与其他动物相比，人类的各种功能最为复杂和神奇。人类延续了地球和伟大世界的生命。作为社会的一员，我感到很荣幸，这让我深刻地认识到人类的伟大和非凡。人类在改造自然、向自然索取的同时，也在破坏自然，推动自然向不利于人类发展的环境转化。环境污染和人口膨胀已经让人类受够了。如果不采取有效措施遏制这种趋势，恐怕将来毁灭地球的不是一个星球，而是人类本身。

看完这部电影，我有一种很大的感觉，我们应该关心环境，保护地球。

宇宙与人心得体会篇六

周五看了电影《宇宙与人》。影片详细介绍了人类的起源：人类通过宇宙中核子的结合产生核聚变，形成基因，这也是一切生命的起源。我们人类由基因组成。既然是宇宙给了我们生命，那就是小核给了我们生命。我们应该感谢他们，让他们继续创造比我们更伟大的人生。

也许保护宇宙超出了我们的能力，但这是我们应该做的，我们能做的，我们必须做的。科学家已经证明白色垃圾是大自然无法分解的。所谓白色垃圾就是泡沫，塑料制品等等。这些白色垃圾在我们的日常生活中经常可以看到。比如在一条巷子里，几个人推着车去买饭盒，那些饭盒都是白色垃圾。再比如：在商场或者菜市场买东西，他们总是给你一个塑料袋。塑料袋也是白色垃圾。像这样的例子还有很多。既然生活中有很多白色垃圾。那么我们为什么不采取保护措施呢？作为一个大国，为什么我们的环保远不如一些比我们小很多的国家好？真的不懂。

在芬兰，商场为了环保不给你塑料袋。在意大利，铝和塑料的回收可以节约90%的能源；钢铁和纸的再加工可节能50%；玻璃的再生可节能30%；回收1吨钢材可节水25吨左右，减少空气污染物90公斤；水污染物可减少45公斤。在日本，每天都有白色垃圾处理车，从各大商场和零售店收集泡沫塑料等白色垃圾，在车上进行处理。他们把橙汁烧到200度，把白色垃圾变成铁一样的东西，经过特殊处理变成纤维，把纤维织成一件衣服，拿到市场上买。这样，废物被重复利用，没有给自然带来污染。这些方法不都很好吗？这些方法极大地保护了环境，甚至有些还能盈利。

而中国呢？目前城市生活垃圾处理主要采用填埋法，约占70%—80%；堆肥法，约占10%—20%；焚烧很少见，只占1%。由于我国城市固体废物处理发展较晚，无害化处理设施严重不足，只有少数城市在国际援助下建成了一些符合无害化处理标准的现代化垃圾处理设施。我国自行设计的卫生填埋场大多由于资金不足、设计和建设标准低、无害化处理技术不完善、设施落后、缺乏污染控制和监测手段等原因，远远达不到无害化处理的标准。特别是垃圾填埋场防渗措施薄弱，填埋气体和渗滤液排放不畅，难以保证长期安全，成为长期污染源。

中国是一个大国，它的环境将直接影响世界环境。我希望人

们的观念在新世纪能够改变。不要只关注眼前的发展，而忘记了长远的目标。不要让加拿大工厂的废气飘到印度，造成印度酸雨等事情在中国发生！

宇宙与人心得体会篇七

几天前我们在，看了一部科普电影《宇宙与人》。经过60分钟惊心动魄的视觉享受和1小时惊心动魄的震撼，真的是感慨万千。

应该说宇宙的诞生是奇迹，但生命的诞生更是奇迹。一个纯粹的物质世界，可以创造智慧，创造人类来反思宇宙，这或许才是哲学真正的根本。

世界的起源是物质。150亿年前，一个温度极高的能量奇点突然爆发，创造了这个充满大大小小星际物质的浩瀚宇宙。而且这个爆炸过程还在继续，因为一旦宇宙停止向外运动，就会被自身的引力摧毁。所以，运动是绝对的，我们可以从这里得到答案。宇宙中的一切，大如恒星，小如一粒尘埃，都是由原子组成的，只是原子的数目不同而已。而原子由于微妙的力平衡是由更小的粒子组成的，粒子是由更小的粒子组成的。到目前为止，科学还没有发现是否有最小的不可分的粒子组成宇宙。但我们可以相信，只有未知的东西，没有未知的东西。总有一天，科学会揭示整个宇宙的奥秘。

如果这个世界只有物质，没有更高层次的形式去实现这个物质世界，那么这个世界的存在就没有意义。宇宙选择了生命，然后选择了人。地球环境这么适合。不远处的太阳不断提供生命所需的光和热。液态水为生命的诞生提供了温床。月亮不停地绕着地球转，给了生命运动的规律，也给了地球的行星伙伴阻止我们入侵外星球的规律。这些都促使了生命的诞生。

人类产生的东西，恰恰是对的时间，地球最后一代的统治者？

恐龙给了我们毁灭性的打击，人类从此进入了地球的统治。人类在发现了自然规律的宝藏之后，按照人类的意志，把地球一步步改造成了一个生机勃勃的世界。如今，人类有能力采取措施避免恐龙的悲剧。也许人类会永远生活在这个星球上。但是，事情是辩证的。人类在改造自然、向自然索取的同时，也在破坏自然，推动自然向不利于人类发展的环境转化。环境污染和人口膨胀已经让人类受够了。如果不采取有效措施遏制这种趋势，恐怕将来毁灭地球的不是一个星球，而是人类本身。“宇宙给了我们物质智慧，但精神的道德准则却取决于我们自己的构建。否则文明程度越高，毁灭的概率就越大。”我们要感谢宇宙，珍惜这个来之不易的奇迹，爱护自己，爱护自己的同类，让宇宙为这个地球骄傲！

与整个宇宙的历史相比，人的生命是短暂的，就像流星划过夜空一样转瞬即逝。是选择平庸，还是选择充满追求，是每个人都必须思考，也绝不能忘记的问题。前者的命运，就像宇宙尘埃，在生命结束的那一刻，会在这无边无际的宇宙中默默消沉。人应该对生活充满爱、希望和追求，珍惜自己的生命和组成生命的物质？时间可以让一个人平凡而短暂的一生在瞬息间大放异彩。

宇宙与人心得体会篇八

令我非常惊讶的是，中国在20世纪末拍出了好电影。总觉得中国的纪录片和世界上最好的电影差距很大，但看了这部电影，对未来的中国电影还是有希望的。因为我们平时看的比较多。是bbc拍的，设计效果和教育意义都很好。

让我深思的是我们人类的渺小，宇宙的浩瀚。人类的历史只有很短的一段时间，但是宇宙的历史很长。自从人类诞生以来，人类经历了许多灾难，但我们幸运地活了下来。就像犹太人一样，虽然经历了灾难，但他们坚持不懈，努力改造自己的生活环境。当然，在这一时期，人们也犯了很多错误，包括对自然的破坏和对自然的过度崇拜。由于时代的局限，

人们做出了很多现代人不理解的事情或事情，这就要求我们把自己放在当时的具体情况中去理解，而不是武断的判断。在人类进化的过程中，很多生物都认为自己经不起环境变化的考验，逐渐离开了我们的视野，甚至灭绝。这可以看做是我们顽强的人类生命的一种表现，但我们最好意识到一些值得我们学习的东西。

其实大家都看到了我们社会浮躁的一面。我不是危言耸听。改革开放可能会极大地丰富人们的物质生活，也可能使人们陷入极度的空虚而死于愤怒。看过或听过自杀的人可能会有想法。他们怎么会这么蠢？其实我们都活在自己里面，放弃生命，放下社会的羁绊。

悲观的想法已经说了，但我们还是带着趋势展望未来。以后能怎么办？我觉得伟人都是普通人，只是有些人利用了天时地利人和。我们不要抱怨社会的不公平。其实整个宇宙都是不公平的，不是吗？就拿我们太阳系来说，为什么只有地球上才能有生命（当然现在只是局限，可能其他星球也有），为什么其他星球就没有？就像思考我们的生活一样，我们在做事或发生事故时，要考虑很多情况。即使我们能在很大程度上理性，其实我们还是占了感性的上风，因为我们对世界或者对自己的认识只是一小部分。人生路漫漫，要学的地方真的很多。我们不应该只看现在，而应该更加关注我们的未来。因为我们还有继续活下去的可能性，哪怕这个可能性很小。我们应该努力扩大可能性，而不是放弃自己，责怪别人什么的，就像做人一样。过着正常的生活却有梦想，而不是在混乱中度过很多时间。

也许悲观主义是我的一大特点，但我的内心还是阳光的，没有自杀的念头。听到同学多次说她要离开这个世界，我笑了。但是，我要逐渐认识到自己的局限性，然后逐渐提升自己，让自己逐渐接近最初的梦想。