

2023年寒露散文感(通用6篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

寒露散文感篇一

46. 我的祝福伴着寒露而来，天气凉了我便将温暖寄存在你那里，黑夜长了我便将勇气赋予你，我美丽的光环一直照耀着你，愿你寒露快乐。

47. 寒露时节送祝福：送你一个幸福露，幸福开心来眷顾；送你一个健康露，健康快乐护左右；送你一个不老露，不老容颜用相驻；最后祝你生活美满又幸福！

48. 寒露已到，秋收完了，然后做啥？防寒首要，问候不可少。披棉衣，戴棉帽，打打拳，很重要。望大家练拳练得对，防寒防到位，快乐的过一个暖秋。

49. 寒露节气候鸟叫，寒水伴着快乐到。寒稻点头心情妙，寒气围绕把被抱。寒天短信心里暖，寒风来了把衣添。愿身体安康，寒露快乐。

50. 寒露下，霜早降。气温凉的快，我的祝福更要快！饮食宜温少生冷，锻炼身体多运动，天冷加衣要适宜，心态阳光更康健！寒露到，祝你健健康康、快快乐乐！

51. 寒露时节到，养生少不了，雪梨能润肺，柑橘能化痰，葡萄补肝肾，阴阳调和好，功效怎么样，体验才知道。祝寒露时节身体健康。

52. 寒露到了，你“寒”气外露：你有着广寒仙子的美貌，寒

花晚节的品质，嘘寒问暖的体贴。祝你寒露快乐，露露更健康！

53. 寒露到，水果熟，个个带着真祝福，送桔子，祝你平安又大吉；送香蕉，祝你天天交好运，送核桃，祝你和和美美有盼头！

54. 晨凝寒露舞朝阳，凉袭碧水耀彩光。短衫离，长袖添，心上人儿知冷暖。驱寒锦书鸿雁，情谊暖心一片。朋友，寒露时节到，保暖更重要。

55. 寒露到来室内冷，阴冷潮湿防感冒。晾晒被褥洗衣裳，整洁家院小环境。早晨晚上请注意，添衣加服要穿暖。出门办事莫着慌，老人儿童保健康。愿你健康笑！

56. 寒天冻地中，透露出温暖的光芒，是太阳公公在时刻罩着你。寒流阵阵中，显露出火热的心灵，是亲朋好友在远方牵挂你。寒露节气，祝你幸福安康。

57. 寒露一到天转凉，秋风瑟瑟吹衣裳。朋友别忘多穿衣，预防流感保健康。你若感冒来找我，药到病除不虚夸。感冒请用寒露快乐牌感冒胶囊！

58. 寒露到，暖阳跑，地上草，秋风扫，寒露带来了秋冷，问候带来了温暖，希望我简单的问候，给大家带去无限的温暖！祝大家寒露温馨快乐！

59. 秋已寒，叶沾露，早晚凉，添衣裳，多喝水，多运动，防感冒，身体健，笑常绽，朋友间，常联系，发短信，送祝愿，寒露节，万事吉！

60. 一场寒露一分寒，一个朋友一生缘；一条短信来问候，劝君添衣多保暖，莫道知己不同路；情意若久长，真心永相连。

寒露散文感篇二

1. 寒露际，雁将去，楼高无语花含泣。昨夜风，今日雨，桂花飘香有记忆。尽相思，无限意，明月楼高休独依。短信至，问候时，秋雨寒露要添衣。

2. 你很可爱，不要耍坏，寒露可冷，千万清醒，增衣加被，统统要会，出门防寒，回家莫闲，拿起手机，快发信息，相互转告，我的口号：寒露快乐，注意保暖。

3. 寒露到来露珠俏，树枝花瓣晶莹绕。好运吉祥来报到，快乐开心将你罩。平安幸福都送到，情真意切烦恼消。寒露到了，愿你快乐健康幸福！

4. 让烦恼飘散凉风里，让忧愁密封寒露里，让快乐挂在脸上，让追求不在彷徨，愿你精神爽爽工作，祝你寒露步步辉煌！

5. 季节更迭，不变的是火热的情怀；人生苦短，漫长的是对未知的探索；短信轻巧，厚重的是至诚的心意；寒意来袭，温暖的是我不变的问候。寒露时节顺安！

6. 寒冷中充满着真情，露华里弥漫着友情。每一个特殊的日子，都不忘为你送去祝福，愿健康与你同在，幸福伴你同行。寒露快乐！

7. 秋风，一阵一阵将秀发吹起；秋雨，一场一场将世界洗礼；秋菊，一朵一朵将心灵虏获；寒露，一滴一滴将嘱咐讲起。天气渐冷，添衣保暖，寒露快乐！

8. 高高的天上有悠悠的情，悠悠的情里有殷殷的期盼，殷殷的期盼里有不舍的眷恋。夏日不可挽留，寒露势不可挡，祝福一路跟进，快乐随处唱响！

9. 寒气中迷茫着真情，秋风中寄托着牵挂，寒露中点缀着思

念。又是一年寒露时，又是一个想你的日子，在这样的日子里，想对你说：天冷了，照顾好自己！

10. 寒露迎来好个秋，秋来秋去人不愁，早晚添衣不看医，勤作锻炼精神提。愿朋友在寒露时节多多照顾好自己！

11. 深秋天寒，更深露重，冷热交替，日日渐凉，亲爱的朋友，一个人在外要记得多穿衣服，多锻炼身体，保持愉快的心情。祝你没有病痛困扰，身体健康！

12. 秋的脚步一步步走来，越走越深了。夏天的闷热很快就走远了，随之而来的是令人愉悦的凉爽。转眼寒露即将到来。

13. 国庆过后，寒露来到；凉意渐袭，喜庆未了；秋风秋雨，桂花香飘；空气清澈，菊花妖娆；沐浴阳光，心情大好；一声问候，愿你逍遥！

14. 气温下降挺快，寒意逐渐袭来；阳光虽说灿烂，但已不很温暖；薄衣不能再穿，身体可别冻坏；晚睡厚被加盖，汤水也要频繁；短信述我情怀，祝你节气愉快！

15. 寒露一到送祝福，祝福连连说不完。祝你今秋大丰收，收获快乐和健康，快乐好似天空鸟，健康犹如南山松。寒露节里邀请我，把你的好运分给我。

16. 阵阵秋风丝丝凉，寒露时节遇秋霜。天也苍苍，地也茫茫。短信一到铃声响，真挚问候达心房。友人冷暖在心上，祝福一到暖洋洋：寒露快乐！

17. 紫红山楂摘下来，快乐为你排成排；鲜红石榴酸又甜，幸福滋味留心间；柿子大豆和晚稻，带着成功把你抱。寒露时节天渐寒，朋友祝福情意传。

18. 寒露了，就让和煦的阳光包裹你，情谊的双手抚摸你，关

爱的火炉烘烤你，友情的灯火温暖你，真挚的问候送给你：
愿你一切安好，幸福如意！

19. 寒露时节，天气渐冷，而我的问候依然温暖，我的关心依然滚烫，我的祝福逐渐升温，我的想念日趋炎热，只愿你的心暖暖，你的快乐满满。

20. 一场秋雨一场凉，今日寒露，露气寒冷，将凝结也！朋友要加暖，莫忘添衣裳，小小短信拖来秋风的问候：亲爱的，记得照顾好自己！

21. 太阳光芒照四方，露水莹莹花枝傍。寒露到来天气凉，心中牵挂更绵长。问候声声情万丈，祝福不停耳畔响。短信虽短情谊长，愿你身体永健康！

22. 炎逃热离寒露到，风起叶落菊花笑。天高云淡雁南飞，露珠晶莹寒光耀。早餐莫忘要吃好，晨练无需出门早。中午享用皇帝餐，晚饭肉汤蔬菜糕。祝寒露腰腿好！

23. 寒露的风，凉嗖嗖；寒露的雨，冷冰冰；寒露的霜，白茫茫；寒露的问候，暖洋洋；寒露到，天转寒，记得添衣哟，愿身体安康，幸福围绕，寒露快乐！

24. 把牙齿露一露，将笑容展露，把手露一露，将健康紧拥，把心事露一露，将烦恼抛出，把祝福露一露，将好运传递，寒露节，愿你欢乐开怀，幸福无限！

25. 寒露的风，凉嗖嗖；寒露的雨，冷冰冰；寒露的霜，白茫茫；寒露的问候，暖洋洋；寒露到，天转寒，记得添衣哟，愿身体安康，幸福围绕，寒露快乐！

26. 落叶飘然知秋风，蝉声依稀悄隐停。慢入晚秋寒露境，请君添衣御病情。南疆山花正烂漫，京城处处绿橙景。待到江山红胜火，迎来满院硕果盈。

27. 思念在草尖，打湿了；牵挂在风中，风干了；问候在秋叶，染红了；福在我心，随缘了。寒露时节，天气一天天变凉。多保重身体，愿您快乐又健康！

28. 一杯开心露，喝出开心快乐路；一杯幸福露，喝出幸福吉祥路；一杯甜蜜露，喝出甜蜜恩爱路；一杯发财露，喝出发财富贵路。寒露时节，祝你身体安康，福运满堂！

29. 寒气中弥漫着真情，冰露里升腾起友情。每一个节气的到来，都忘不了对你的牵挂，寒露来临，真心的为你送去祝福和问候，寒露快乐，谨防寒流。

30. 寒露露寒寒气盛，暖情情暖暖祝福。寒露节天寒情不寒，美好的祝福送给你，帮你抵挡寒风，寒雨，寒雪，寒冰。祝寒露节快热，快热，快快乐乐。

31. 寒露天冷请注意，早晚出行加秋衣。候鸟迁徙往南飞，身上穿暖别大意。早睡早起练身体，晚闭门窗早透气。夜间盖被别蹬掉，早晨喝碗乳鸽汁。愿你深秋好身体！

32. 在下“寒露”派掌门宋温暖，今天特来讨教。先接我一式招财进宝好运拳，再接一招横扫寒气快乐腿，全接住了？那只好送你一句：寒露幸福无敌。

33. 寒露寒露，寒气入骨；朋友朋友，千万记住：风度重要，身体更要爱护；气候干燥，记得多多滋补；阳光渐少，莫要心浮气躁。天气渐凉，调整心态注意身体！

34. 秋天的凉意与雨水结伴，秋天的落叶与晨露同往，大雁往南飞，我的祝福随着寒露到来飘然而至，天气凉了，好好关爱家人，照顾好自己，寒露快乐！

35. 【寒】气渐盛添衣衫，【露】欲凝霜须保暖，【节】制情欲少辛辣，【气】燥多食麻糯粳，【快】意在心调精神，

【乐】治百病神妙方。祝寒露节快乐！

36. 一阵秋风一阵凉，寒露时节起秋霜。极目远眺天苍苍，低头四顾野茫茫。不知何时铃声响，热力四射达八方。朋友冷暖记心上，祝福一到暖洋洋！寒露快乐！

37. 今年寒露神马最给力？当然是好运手套，幸福小帽，开心外套，心动不如行动，活动大甩卖，只需拿起手机回复“寒露我快乐”即可获得！

38. 叶落了，霜凝了，夜长了，天寒了。夏天的燥热走远了，俺的短信又来了；真情浓浓的，问候暖暖的：寒露时节注意保暖，事事顺心哦！

39. 风寒了，我用暖暖的思念为你传递一份真情，雨寒了，我用热热的情意为你传送一份牵挂，寒露了，我用温情的文字为你传播一份祝福，寒露愿你开心相伴，记得添衣！

40. 每一丝风，都透着凉意；每一阵雨，都裹着寒流；每一滴露，都沁着冰冷；每一份问候，都饱含着情谊。朋友，寒露到了，愿你照料好自己，一切安好！防寒保暖，时刻保重！健康幸福，快乐永远！

41. 思一天，念一天，天天思念心窝甜；牵一年，挂一年，年年牵挂心田记；寒一场，露一场，场场寒露衣裳添；祝一句，福一句，句句祝福健康绑。愿你寒露开心永安康。

42. 寒露寒露，寒气逼人，冰露更凉；寒气空中留，真情永不变，冰露地面停，友情心中留；寒露愿你：平安在左，快乐在右，好运在前，无忧在后，幸福永相随！

43. 秋水长，寒露天转凉；秋风扬，思念满胸膛；日子忙，健康切莫忘；情意淌，提醒添衣裳；别烦恼，快乐伴身旁；好运来，薪水猛上涨；祝福你，幸福快乐长！寒露时节，祝快

乐唱响，心情充满阳光！

44. 又是一年黄叶落，一层秋雨一层凉。整日工作很辛苦，天凉别忘加衣裳。身体保重多餐饭，珍惜友情常想想。微短意长言未尽，唯愿朋友多安康。寒露快乐！

45. 寒露天渐凉，贴士帮你忙。早不露小腿，睡觉不露肚皮，风中不露胳膊，雨里不露脑袋。祝福您平安健康、幸福快乐！

46. 我一马当先，如鼠窃狗盗般进入龙潭虎穴，扫荡牛鬼蛇神，来了个杀鸡儆猴，累得我猪羊不如，才在狡兔三窟请来十二生肖带给你一个祝福：祝寒露节快乐。

47. 寒露到，要健康，很重要，早盐水，晚蜜汤，抗衰老，防秋燥，快乐生活少不了，今年寒露就是要你棒，寒露快乐。

48. 寒气袭人把衣添，露浓月明深秋天。快言快语朋友心，乐送祝福你身边。寒露时节，为你送上温暖的问候，祝你健康平安！

49. 寒露已到，天气无常，寒潮肆意，冷气乱逛，御寒要紧，送你三宝：及时添衣，运动不少，发发短信，心情舒畅！最后祝你，寒露要爽！

50. 寒露育青秋，霜降一齐倒；立冬下麦子，小雪农家闲；降温需谨记，温暖要添衣；夜风冷刺骨，睡觉棉被补；晨起多练武，祝你强如虎！

51. 寒露时节气温寒，一条短信送温暖，多穿衣服增保暖，换成后被防夜寒，双脚勤洗多保健，早睡早起成习惯，跳舞散步防流感，饮食荤素搭配好，健脾养胃展容颜。寒露到了，祝您身心康健，幸福美满！

52. 白露早晨冷而寒，露珠晶莹冰手掌。早晚加衣要及时，注

意伤风胃气胀。加强体质勤锻炼，生冷硬物莫要餐。晚上睡前洗腿脚，祝你白露心舒畅。

53. 用音乐点缀我对你的思念，用节拍敲打幸福的乐章，用旋律律动你美好的明天，让你在寒露的节日里感受丝丝的温暖，让你不再孤单，幸福快乐是首选。

54. 今日寒露，寒露有三候：一候鸿雁来宾，二候雀入大水为蛤；三候菊有黄华。不管季节如何变幻，景物如何更迭，只要你在，我就有足够的温暖走过深秋寒冬！

55. 对工作展露你的自信，事业之花节节开，对生活显露你的快乐，日子甜蜜步步高，对心态吐露你的乐观，心情美妙笑开怀，白露节，愿你露出幸福笑脸，万事皆如意！

56. 白露到，快乐露出笑脸，心情爽爽；美好露出头来，幸福无限；吉祥露出光晕，好运连连；平安露出健康，福寿无边。愿你白露心情好，日子乐逍遥！

57. 白露天转凉，御寒切记添衣裳；秋来风霜重，爱护身体多运动；山川阻隔长，纷纷思念总不忘；朋友问候忙，遥寄祝福暖心房：愿你幸福快乐人吉祥！

58. 工作面前露自信，成功之路脚下到；亲朋面前露微笑，理解万岁怨气跑；生活面前露乐观，快快乐乐无烦恼。白露到了，愿你露出幸福，如意拥抱！

59. 白露风起花叶黄，露珠草尖报秋寒。秋蝉唧唧传祝福，日渐天冷保健康。早晚行走加衣裳，夜间盖被关门窗。早起晨练身体棒，白露时节笑开颜。祝白露幸福！

60. 寒露来到，天气渐凉。白昼渐短，思念更长。心随你去，情意滚烫。发条短信，表述衷肠：寒露快乐，健康美丽暖洋洋！

61. 深秋寒露天渐凉，运动锻炼体健康。大雁鸣叫飞南天，预示天寒加衣裳。亲朋好友要注观，我的祝福最温暖。愿你寒露好身体，一路顺风歌声起。

62. 秋分在前，霜降在后，寒露居中是良辰，大展宏图好时候；家人在前，朋友在后，我居中间祝福心，祝愿频传不停留；愿你寒露乐无愁！

63. 寒露到了，早上冷吗？晨练去，强身健体；晚上冷吗？早睡去，放开鼠标；中午和暖融融的阳光来一场亲密的约会吧，为身体补充钙质。祝寒露心儿飞翔。

65. 【寒露】到了，鸿雁南飞，一会排成【快】字，一会排成【乐】字，时不时回头把你望望，对你嘱咐，寒露记得添衣，心情一定快快乐乐！

66. 秋深天寒，鸿雁南迁

67. 繁露成霜，院墅添香

68. 空庭得秋漫漫，寒露入暮愁衣单

69. 凉意怎么这么浓？原来是寒露到了。知冷知热的人，知冷知热的心，提醒你加几件衣裳，多锻炼身体。愿你温暖每一天！

70. 寒树栖鸦凉风动，露华凝聚秋韵浓

71. 走出去，才知天寒；敞开聊，方知情暖。

72. 秋天渐渐凉，寒露早来上，朋友要加暖，莫忘添衣裳，小小短信托来亲切的问候：好好照顾自己！

73. 月斜寒露白，此夕去留心

74. 风来寒露凝，家暖待君归

75. 秋韵浓爱居，露逢甜蜜时。

76. 风露孤轮影，湖林又入秋

77. 寒露到了，冷了吧？你看，大树颤抖了，小草蜷缩起来了，刺猬穿厚棉衣了，小强冬眠了~还看，你还想看到什么啊？！去赶紧多穿几件衣服吧，小心感冒！

78. 水风轻、苹花渐老，月露冷、梧叶飘黄。——柳永的《玉蝴蝶》

79. 身披寒露，难掩时光的锋芒

80. 万里雁随拍，千家风扫叶

81. 一杯寒露清酒，坐看雁飞叶黄成秋色

82. 萧瑟秋意，暖暖添衣

83. 天渐凉，露渐重，真心在，暖依旧

84. 露凝千片玉，菊散一丛金

85. 诚心凝结成霜，闪烁深邃时光

86. 如果你不小心在寒露那天生病了，那么我愿意去到你的地方去照顾你，或者全程买药给你送过去。

87. 冷气降下，那些动物们开始寻找着食物去度过严冬，鸟类们开始飞往炎热的地方去，花草树慢慢着脱落那些旧老的叶子。

88. 在这寒露的时节里，写下一毛钱的信息，包含着我十分的

想念，十分的牵挂，十分的祝愿。

89. 凝露夜渐凉，清影融晚秋

90. 老云结了驾，不阴也要下。云吃雾有雨，蚂蚁搬家蛇过道，明日必有大雨到。稻怕寒露一朝霜。

91. 寒露到，秋风秋雨渐渐进多，天气由热转凉。健康小贴士：少食辛辣，多食温性物；加强锻炼，多饮水；少食冷饮，多食鲜蔬和鲜果。以平和的心态对待一切事物。

92. 入寒露后天气逐渐转冷，阴阳之气开始转变，白云红叶，偶见早霜，早晚夜凉，增添衣裳。

93. 转眼寒露将至，凉风来袭，久违的朋友，远方的家人定要谨记添衣、加被、多运动。

94. 寒露到，送你防寒小贴士：1、添衣：预防寒气袭击，可保身体温暖；2、发短信：感情快速升温，可保心窝温暖。寒露快乐！

95. 遭了寒露风，收成一场空。

97. 寒露知时节，当秋乃发生，随雨潜入夜，寒气悄无声。若想身体好，早晚要吃饱，衣服更得要，短信问候到，友情凑热闹，高兴才是妙。

98. 寒露到了，天气开始变冷了，送你一床被子，为你驱除寒冷，带来丝丝暖意。祝你寒露快乐，事业顺顺利利。

100. 天寒地冻预来到，气温下降能代表，早晨露水凉又凉，原来寒露又来了，朋友在外要注意，身体健康最美丽，短信传情是我意，牵挂问候在心里。

101. 寒露时节，天气转凉，送你一杯热茶，暖暖胃；送你一

件棉衣，暖暖身；送你一条短信，暖暖心。亲爱的朋友，祝你寒露快乐！

102. 当我大声唱着“求求你给我个机会，不然什么时候穿风衣？”的时候，寒露携着冷风就翩翩而来了。于是我就“得意的笑，得意的笑”。寒露时节祝君乐逍遥。

103. 寒露时节送祝福：一送平安满地跑，二送快乐把你绕，三送健康陪你到老！总之，寒露到！幸福到！祝福短信少不了！

104. 我的关心依然在，我依然是爱你的，只要你想什么时候回来，我都会一直在等着你，一直在等待着你的到来。

寒露散文感篇三

菊花在这时候开得最旺。在中国传统文化中，梅花是冬天的象征、荷花是夏天的象征、兰花是春天的象征、菊花是秋天的象征。

咏菊的诗多如牛毛，如果不算屈原诗中的菊花有过于强烈的个人情感意义，陶渊明的“采菊东篱下，悠然见南山”可以说是鼻祖。

清淡如菊，淡雅而有味道，是只有人生到达这个季节里才会有的心态和境界。

秋季作物：(8~10月份)

主要以小麦、油菜(熟期适中，全生育期220—224天)、马铃薯、甜菜等为主。

1. 小麦：分冬小麦和春小麦

1) 冬小麦主要分布在长城以南(华北及其以南的地区), 9、10月份播种, 次年4、5月份收割;秋种夏收。华北冬麦区, 是我国主要的冬麦区, 播种面积占我国的`47%, 总产占我国的53%。一般年份冬麦可安全越冬, 大于0℃积温4100℃。可供小麦、早中熟玉米的两熟。水是决定播种面积的限制因子。黄河以北地区多种在灌溉地上, 黄淮平原是旱地麦适宜区, 生产潜力大。

长江中下游冬麦区, 种植面积占12.3%, 总产占45%。3~5月江淮平原光、温、水较协调(而3~5月降水量大于450mm的地区属不适宜种麦区)。该区小麦商品率较高。

西南冬麦区, 四川盆地、云贵高原。四川冬暖, 温水适宜, 但光照少, 病虫严重。高原光照强, 灌溉成熟期温度低, 利于高产。

2) 春小麦主要在长城以北(东北地区): 春节后播种, 8、9月份收获。东北春麦区, 黑龙江、吉林温度低, 春麦适宜。

3) 西北春冬麦区, 灌区和黄土高原区, 降水不足, 小麦种在水浇地上。南疆冬小麦, 适应好, 生产力高, 品质优, 除南疆外主要是春小麦。

2. 油菜: 主要分布在长江流域, 种植和收获季节大致与冬小麦一致。(长江中下游地区有一农谚: “寒露油菜籽, 霜降种小麦”, 说的是当地一般在寒露时种油菜, 霜降时种小麦。它们一般在端午前后收获, 北方地区收获季节要晚些。故称夏收作物)3. 甜菜: (5~9月)

1、柑橘

柑橘一般在秋季大量上市, 它不但酸甜可口, 还有很高的药用价值。柑橘性凉, 味甘、酸;具有生津止咳、润肺化痰等功效, 适用于身体虚弱、热病后津液不足、伤酒烦渴等症, 治疗

肺热咳嗽尤佳。

维生素b1对神经系统的信号传导具有重要作用。而在秋季盛产的水果当中,柑橘的维生素b1含量最高。此外,柑橘的果实、果皮、果核以及根等都有不同的药理作用。

2、梨

梨是寒露节气中必不可少的水果,并且在这个时候梨也会大量上市。梨含有蛋白质、脂肪、糖、粗纤维、钙、铁等物质,具有降低血压、止咳化痰、养血生肌、养阴清热的功效。

患高血压、心脏病、肝炎、肝硬化的病人,经常吃些梨大有益处。高血压患者,如有头晕目眩、心悸耳鸣者,经常吃梨可减轻症状。梨含有的糖分和维生素,有保肝和帮助消化的作用。对于肝炎、肝硬化患者来说,有很好的食疗效果。

3、石榴

石榴性温味甘酸,有生津液、止烦渴作用。凡津液不足、口燥咽干、烦渴不休者,可作食疗佳品。石榴捣汁或煎汤饮,能清热解毒、润肺止咳、杀虫止痢,可治疗小儿疳积、久泻久痢等。

4、葡萄

葡萄营养丰富,酸甜可口,具有补肝肾、益气血、生津液、利小便等功效。生食能滋阴除烦,捣汁加熟蜜浓煎收膏,开水冲服,治疗烦热口渴尤佳。经常食用,对神经衰弱和过度疲劳均有补益。葡萄制干后,铁和糖的含量相对增加,是儿童、妇女和体弱贫血者的滋补佳品。

5、大枣

大枣能养胃和脾、益气生津,有润心肺、补五脏、疗肠癖、治

虚损等功效。中医常用其治疗小儿秋痢、妇女脏燥、肺虚咳嗽、烦闷不眠等症,是一味用途广泛的滋补良药。

红茶

说到御寒暖身,首选一定是红茶。秋冬喝红茶最突出的是效用,红茶内含丰富的蛋白质和糖分,促进了血液循环,暖身健体。红茶含有的咖啡碱能兴奋神经中枢,消除疲劳,振奋精神。适合容易秋季疲惫的人。并有暖胃的作用。

秋茶铁观音

有一种说法:春饮花茶,夏饮绿茶,秋饮青茶,冬饮红茶。秋天因为天气干燥,常使人口干舌燥。青茶茶性平和,不寒不热,适合秋天气候,常饮能润肤、益肺、生津、润喉,有效清除体内余热,恢复津液,对秋天养生健大有好处。铁观音既是秋茶的代表茶品,也是青茶(乌龙茶)的代表茶品。铁观音素有“春水秋香”的说法,春茶铁观音注重茶汤的口感,而秋茶铁观音注重铁观音的香气,就茶质来说,秋茶铁观音是一年之中最好的。

普洱茶

普洱茶分为生普和熟普,其中熟普的特殊制作工艺,茶性温和,滋味醇厚,顺滑,适合微凉的寒露时节饮用。随着天气转凉,人体的生理机能逐步减退,出现体寒,手脚冰凉的现象。饮用普洱熟茶,可以温暖滋养身心,御寒暖身,预防感冒等疾病。这里提一下,熟普应该趁热喝,口感更顺滑,甜感更好。并且经过转化的老茶熟普,三年以上为佳,十年以上就更好了。更适合微凉的秋冬时节饮用。

寒露散文感篇四

玉蝴蝶(望处雨收云断)

柳永

望处雨收云断，

凭阑悄悄，

目送秋光。

晚景萧疏，

堪动宋玉悲凉。

水风轻□□花渐老，

月露冷、梧叶飘黄。

遣情伤。

故人何，

烟水茫茫。

难忘。

文期酒会，

几孤风月，

屡变星霜。

海阔山遥，

未知何处是潇湘！

念双燕、难凭远信，

指暮天、空识归航。

黯相望。

断鸿声里，

立尽斜阳。

八月十九日试院梦冲卿

王安石

空庭得秋长漫漫，寒露入暮愁衣单。

喧喧人语已成市，白日未到扶桑间。

永怀所好却成梦，玉色彷彿开心颜。

逆知後应不复隔，谈笑明月相与闲。

败荷n_图

唐寅

飞唤行摇类急难，野田寒露欲成团。

莫言四海皆兄长，骨肉而今冷眼看。

鲁中送鲁使君归郑州

韩

城中金络骑，出饯沈东阳。

九月寒露白，六关秋草黄。

齐讴听处妙，鲁酒把来香。

醉后著鞭去，梅山道路长

更多

寒露散文感篇五

天高昼暖夜来凉，草木萧疏梧落黄。

昼享菊香播小麦，夜尝梨贝养脾肠。

八月十九日试院梦冲卿

宋王安石

空庭得秋长漫漫，寒露入暮愁衣单。

喧喧人语已成市，白日未到扶桑间。

永怀所好却成梦，玉色彷彿开心颜。

逆知後应不复隔，谈笑明月相与闲。

月夜梧桐叶上见寒露

唐戴察

萧疏桐叶上，月白露初团。

滴沥清光满，荧煌素彩寒。

风摇愁玉坠，枝动惜珠干。

气冷疑秋晚，声微觉夜阑。

凝空流欲遍，润物净宜看。

莫厌窥临倦，将晞聚更难。

鲁中送鲁使君归郑州

唐韩翃

城中金络骑，出饯沈东阳。

九月寒露白，六关秋草黄。

齐讴听处妙，鲁酒把来香。

醉后著鞭去，梅山道路长。

海上寄萧立

唐独孤及

朔风剪塞草，寒露日夜结。

行行到瀛壖，归思生暮节。

婕妤怨

唐皇甫冉

由来咏团扇，今已值秋风。

事逐时皆往，恩无日再中。

早鸿闻上苑，寒露下深宫。

颜色年年谢，相如赋岂工。

败荷鹄鸽图

明唐寅

飞唤行摇类急难，野田寒露欲成团。
莫言四海皆兄长，骨肉而今冷眼看。

留别崔澣秀才昆仲

唐刘沧

汶阳离思水无穷，去住情深梦寐中。
岁晚虫鸣寒露草，日西蝉噪古槐风。
川分远岳秋光静，云尽遥天霁色空。
对酒不能伤此别，尺书凭雁往来通。

早发

唐李郢

野店星河在，行人道路长。
孤灯怜宿处，斜月厌新装。
草色多寒露，虫声似故乡。
清秋无限恨，残菊过重阳。

别妻

唐陈季卿

月斜寒露白，此夕去留心。
酒至添愁饮，诗成和泪吟。
离歌凄凤管，别鹤怨瑶琴。
明夜相思处，秋风吹半衾。

玉蝴蝶（望处雨收云断）

宋柳永

望处雨收云断，
凭阑悄悄，
目送秋光。
晚景萧疏，
堪动宋玉悲凉。
水风轻，蘋花渐老，
月露冷，梧叶飘黄。
遣情伤。
故人何，
烟水茫茫。
难忘，
文期酒会，

几孤风月，

屡变星霜。

海阔山遥，

未知何处是潇湘。

念双燕，难凭远信，

指暮天，空识归航。

黯相望。

断鸿声里，

立尽斜阳。

九月一日过孟十二仓曹、十四主簿兄弟

唐杜甫

藜杖侵寒露，蓬门启曙烟。

力稀经树歇，老困拨书眠。

秋觉追随尽，来因孝友偏。

清谈见滋味，尔辈可忘年。

斋心

唐王昌龄

女萝覆石壁，溪水幽朦朧。

紫葛蔓黄花，娟娟寒露中。
朝饮花上露，夜卧松下风。
云英化为水，光采与我同。
日月荡精魄，寥寥天宇空。

送十五舅

唐王昌龄

深林秋水近日空，归棹演漾清阴中。
夕浦离觞意何已，草根寒露悲鸣虫。

晚次宿预馆

唐钱起

乡心不可问，秋气又相逢。
飘泊方千里，离悲复几重。
回云随去雁，寒露滴鸣蛩。
延颈遥天末，如闻故国钟。

池上

唐白居易

袅袅凉风动，凄凄寒露零。
兰衰花始白，荷破叶犹青。

独立栖沙鹤，双飞照水萤。

若为寥落境，仍值酒初醒。

巽公院五咏。芙蓉亭

唐柳宗元

新亭俯朱槛，嘉木开芙蓉。

清香晨风远，溽彩寒露浓。

潇洒出人世，低昂多异容。

尝闻色空喻，造物谁为工。

留连秋月晏，迢递来山钟。

寒露散文感篇六

1、即使无雨无晴，带着寒露的清晨，你也仿佛是一缕阳光，照进心里，瞬间春暖花开，早安。

2、寒露祝福，有你有我有他有大家。我来为你把风挡，你许愿祝福他，他会事事想大家。来吧来吧，再多风雨也不怕，大家一起把小房子搭，里头住着你我他和大家，欢欢喜喜过家家。

3、寒气中迷茫着真情，秋风中寄托着牵挂，寒露中点缀着思念。又是一年寒露时，又是一个想你的日子，在这样的日子里，想对你说：天冷了，照顾好自己！

4、炎逃热离寒露到，风起叶落菊花笑。天高云淡雁南飞，露珠晶莹寒光耀。早餐莫忘要吃好，晨练无需出门早。中午享

用皇帝餐，晚饭肉汤蔬菜糕。祝寒露腰腿好！

5、寒露到，冰冷的是天气，温暖的是情意，萧条的是季节，深浓的是友谊，飘零的是落叶，传递的是祝福，寒露，天寒多添衣，愿你健康相伴，笑口常开，寒露快乐！

6、寒露到来露珠俏，树枝花瓣晶莹绕。好运吉祥来报到，快乐开心将你罩。平安幸福都送到，情真意切烦恼消。寒露到了，愿你快乐健康幸福！

7、这条短信，字字斟酌，句句真心，只想在寒露到来时，为你送去一束灿烂的阳光，温暖你身边的每个地方，惟愿你幸福安康！

8、寒露寒露，祝福祝福，幸幸福福，钱包鼓鼓，祝愿吐吐，叮嘱叮嘱，但愿你笑颜永展露。

9、袅袅凉风动，凄凄寒露零。兰衰花始白，荷破叶犹青。寒露节气至，地面露水冷。寒意渐袭来，即将结霜成。今日送祝福，朋友记心中。节气相转移，情谊如初衷。祝福心快乐，做事莫匆匆。祝福手有钱，行动任西东。有空常来往，珍惜朋友情。祝你永安康，好运不歇停。寒露节快乐。

10、寒露情意长，祝福记心上。早晚天气凉，切记添衣裳。笑容要奔放，快乐心里装。上班工作忙，轻松做导航。锻炼身体棒，幸福又健康。寒露短信旺，人生更吉祥。祝你笑容亮，天天好运长！

11、古有谚语“春捂秋冻”，恰逢寒露降至，在此寄予一份祝福，愿家乡父母一起安好，身体健康。

12、寒露到来，凉意来袭，送你三大御寒法宝：一双手套向你嘘寒问暖；一条围巾让你惠风和畅；一件外套为你遮风挡雨。祝你寒露愉快，身体健康，万事如意！

13、古有谚语“春捂秋冻”，恰逢寒露降至，在此寄予一份祝福，愿家乡父母一起安好，身体健康。

14、春秋秋来，冷热更替，寒露已至，适时赠衣，秋风凛冽，不可小觑，注意好暖，一切安康。

15、起早推门，寒风悄进，恍悟寒露已至，他乡知己不知是否添衣，定要照顾好自己。寒露快乐。

16、寒露到，适时进宝，调理身体，在这养生的关键时刻，送你三大御寒法宝：增添衣服、多做运动、发短信给我。愿天天好心情！