# 过端午节的感悟体会(优质10篇)

来源：网络 作者：紫竹清香 更新时间：2024-07-12

*当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得感悟，通过写心得感悟，可以帮助我们总结积累经验。我们想要好好写一篇心得感悟，可是却无从下手吗？那么下面我就给大家讲一讲心得感悟怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。过端午节的感悟体会篇一五...*

当在某些事情上我们有很深的体会时，就很有必要写一篇心得感悟，通过写心得感悟，可以帮助我们总结积累经验。我们想要好好写一篇心得感悟，可是却无从下手吗？那么下面我就给大家讲一讲心得感悟怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**过端午节的感悟体会篇一**

五月五，是端午，端午节又叫端阳节、重五节，是为了纪念爱国诗人屈原。端午节有赛龙舟、吃粽子、插艾叶、洗艾澡等习俗。

每年端午节，家家户户都会煮上一锅热气腾腾的粽子，粽子的口味很多，有蛋黄馅、红豆馅、红枣馅、肉馅想想都会让垂涎欲滴。每到端午，外婆都会很早开始忙碌，她会把糯米和粽叶洗净备用。首先取一张粽叶裹成一个漏斗状，这个形状像我喜欢吃的冰淇淋，也像一个小喇叭。接着将糯米装进漏斗状的粽叶里，并用手往里压紧，外婆说这样煮粽子的时候不容易破。紧接着将漏斗顶端的粽叶折下来盖住糯米，最后用线绑紧，就这样一个可爱的粽子就包好了。包好的粽子需要放进锅里煮一两个小时，煮粽子时，粽叶的清香会飘满整个屋子。煮熟的粽子像一个个白娃娃，将粽子粘上白糖，吃起来美味极了。

除了吃粽子，在我的.家乡，端午节还有洗艾澡和滚鸡蛋的习俗。清晨人们都会上山采艾草和其他药草，到处都是“碧艾香蒲处处忙”的景象，将采来的药草熬成水并在里面放入鸡蛋，药草水用来给小孩洗澡，用药草水煮熟的鸡蛋在小孩身上来回滚动，寓意驱除病灾，希望小孩能平平安安、健康成长。

我喜欢端午节，更喜欢棕香艾香满堂飘的味道!

**过端午节的感悟体会篇二**

年年端午，今又端午。

小时候对端午节的理解，仅仅停留于香喷喷的粽子。而本地的人们，似乎也不大了解端午节的来历。尤其是我母亲，既不懂得端午节的内涵，也不记起在门口插上菖蒲、艾枝避邪，倒从未忘记用一双巧手为一家人包上几个肉粽和凉粽。在母亲的潜意识里，她是要用一份心意，撑起一片家人团圆其乐融融的天空。我们稚嫩的心，年年都为粽子的清香和家人团聚的温馨而陶醉。

渐渐长大，我才知道，端午节其实是为了纪念二千多年前楚国三闾大夫屈原的。屈原出生于湖北秭归，他自小就树立了济世救民的远大理想。当他目睹民不聊生的社会景象后，决心救人民于危难之中。于是，他乘一叶扁舟，踏着西陵峡的滚滚波涛，走进了自己立志为国的那座圣洁殿堂。然而君主昏聩，佞臣当道，他实在回天乏力。虽然他知道要实现自己的理想“路漫漫其修远兮”，虽然他也决心“吾将上下而求索”。然而在那样的环境下，他难以力挽狂澜。面对现实，他只能发出“长太息以掩涕兮，哀民生之多艰”的叹息。他只能将他的满腔忧愤诉诸笔端，为后人留下《离骚》、《天问》等不朽诗篇后，抱恨投江，以身殉志，也许这就是千百年来中国知识分子命运的缩影吧。但他爱国忧民的胸怀情操，却随着端午的习俗千古传承。他坚毅不屈的精神品格，照耀着湘楚大地的巍峨群山，照耀着楚江的惊涛骇浪，也照耀着中华大地，成为后世典范。

如今，粽子的清香分明已沁入心脾，我对自己说，好好享受那一份祥和惬意吧!我在想，假若屈原大夫能够穿越两千年的时空，来到处处繁荣安定的神州大地，他定然不会怀才不遇，定然不会屡遭排挤屡遭陷害，他也断不会以如此壮烈的方式饮恨楚江吧!

假若他能来到天等，眼见天等政通人和，处处和谐，他一定会倍感欣慰，他也一定忍不住为天等的发展出谋划策的。不，如果屈大夫目睹天等人才济济，能人雅士共同努力让经济社会发展保持健康稳定，他也下决心不再从政，那么我们不妨尊重他的意愿。假如愿意，他可以在风景秀丽的龙角小天池边筑屋而栖，于端午朗日，面对一池碧波，尽抒诗兴。也或者，他来到巍巍四城岭中结棚而居，于端午佳节，手提一壶美酒，穿过幽静的八角林，来到山脚下我的家中做客，用天等辣椒酱蘸着品尝母亲亲手精做的肉粽，不时与我举杯畅饮，那是多么温馨的场景呀!

然而，很快的，我发现了自己的可笑：斯人已逝，忠魂渺渺，屈大夫是永远也回不了繁华的今世了!

我们唯一能做的，就是尽量避免屈原悲剧再次上演，同时好好过端午佳节，静静怀念屈大夫，细细品味生活的每一份美好!

**过端午节的感悟体会篇三**

端午节的魅力是求索。“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”。屈原在《天问》中，一口气提出了170多个问题，被誉为是“千古万古至奇之作”。求索是社会发展的动力，也是对端午节的纪念。

人生当中，没有绝对的顺境，也没有绝对的逆境。顺境可以变成逆境，逆境也可以变成顺境。相比之下，反而有很多的重大成果，都是在逆境中产生。屈原如果继续在朝里做官，就接触不到老百姓，了解不到真实的情况，也没有那种愤世嫉俗的创作激情。所以司马迁也说：“屈原放逐，乃赋《离骚》。”

唐代诗人殷尧藩在《端午日》一诗中说：“千载贤愚同瞬息，几人湮没几垂名?”因为屈原，人们记住了端午;因为端午，人们记住了屈原。后人纪念屈原，不是因为他的遭遇，也不是因为他的性格，而是因为他奋发向上的追求和坚定不移的爱国。

几千年的端午，是一座巨大的文化和精神宝库。每一个炎黄子孙，都可以从这座宝库中找到力量，并在追寻和回味中获得快乐。

**过端午节的感悟体会篇四**

1、一颗心牵挂你，一份爱祝福你，一份真感情在等待着你的回应。我想你会在天涯海角我爱你会在昭昭暮暮，祝端午节快乐!

2、粽子飘香，引来一切美好;龙舟划划，赶走所有烦恼;大家齐聚，共度欢乐时刻;快乐日子，祝福多多，愿你端午节快乐，好运粽在身边，幸福满舟围!

3、端午节祝你：粽儿香香，美味芳芳;粽儿长长，朋友广广;粽儿饱饱，财源好好;粽儿甜甜，情意绵绵。

4、万水千山“粽”是情，没有粽子行不行?端午佳节就来到，少了粽子真不行。枣泥豆沙凤梨馅，甜甜蜜蜜好滋味。蛋黄肉松肉儿馅，幸福快乐一生伴。

5、端午节在528，祝你从此天天发;端午节在星期四，愿你畅享轻松日;端午节要吃粽子，祝你幸福一辈子!

6、我是棕叶你是米，一层一层裹住你;你是牙齿我是米，香香甜甜粘住你;棕子里有多少米，代表我有多想你。记得给我发动静，亲爱的不然棕子噎着你!

7、端午节到了，祝你：身体像粽子一样壮实，爱情像糯米一样粘稠，工作像粽叶一样轻松，生活像粽馅一样丰富!端午节快乐!

8、用一缕东风，两滴夏雨，三片秋叶，四朵冬雪，做成五颜六色的礼盒;打着七彩八飘的丝带，用九分真诚，十分热情，装进无数祝福送给你，愿端午节好运!

9、粽子包着枣，祝你健康永不老;粽子夹着肉，愿你爱情长又久;粽子沾点糖，望你快乐幸福长。不同的粽子有我相同的祝福：端午快乐!

10、端午到，尝粽忙，尝个枣粽香甜溢，祝愿生活多甜蜜，尝个肉粽满口香，祝愿家庭福满多，尝个豆粽有滋味，祝愿爱情多趣味。端午节祝愿生活如粽子多滋多味。

11、天使说只要站在用心画的九十九朵郁金香前许愿，上帝就会听到我把花画满整个房间，终于上帝对我说：许愿吧我说：要看短信的人端午节快乐!

12、粽子可爱，但你比粽子更可爱，我会用全身心的爱来品尝你，直到牙掉光也不放弃!亲爱的端午节快乐!

13、端午节想你是最快乐的事;见你是最开心的事;爱你是我永远要做的事;把你放在心上是我一直在做的事;不过，骗你是刚刚发生的事。祝端午节快乐幸福。

14、我们为了纪念伟大的诗人屈原，就应该多吃几个粽子，虽说那些粽子是应该扔进江里的艾蒿高高门前舞，驱邪气，防五毒，高高兴兴过端午。

15、端午佳节已来到，喜气盈门万事顺;艾叶高悬保安康，龙舟竞技心飞扬;亲朋围坐热闹闹，把酒临风乐逍遥;吃口粽子福气壮，喝口香茶心舒畅;信手拈来送祝福，情谊绵绵暖你心;祝你端午心情妙，事事如意爽歪歪!

16、米饭和包子打架，米饭仗着人多，见包着的就打，豆沙包、蒸饺无一幸免。粽子被逼无奈，情急之下把衣服一撕，大叫：看清楚，我是卧底!祝端午节快乐!

17、一句平淡如水的问候，很轻;一声平常如纸的祝福，很真;采一片清香的粽叶，包一颗香甜的粽子，装入真情的信息里，送给你:祝端午节快乐!

18、祝福一串串：端午节到了，祝快快乐乐，开开心心;健健康康，轻轻松松;团团圆圆，恩恩爱爱;和和美美，红红火火。

19、蒲月五，端午节，一个古老的传统佳节，一段历史文化的延续。在这特殊的节日里，吃着碧绿碧绿披发着清香的粽子。发条短信寄托我对你的思念。祝端午节快乐。

20、心在哪里，哪里就有鲜花;志在哪里，哪里就有灿烂;爱在哪里，哪里就有;梦在哪里，哪里就有彩虹;你在哪里，哪里就有欢乐!祝端午节快乐!

21、片片苇叶片片情，天天拥有好心情。几枚红枣几颗心，让你开心又顺心，钞票有如粒粒米，包在一起送给远方的你端午节快乐、健康、长寿!

22、送你一串幸运的七彩粽子：里面包藏健康香米!好运枣子!平安香菇!快乐虾米!长寿花生!还有我真心的祝福：端午节快乐!

23、端午节到了，送你一个甜粽子，愿你家庭幸福爱情甜蜜;送你一个香粽子，愿你身体健康吉祥如意;送你一个粘粽子，祝你好运不断财运连连;五月五端午节，祝你节日快乐。

24、沙渺渺，水依依，思念如芳草，随雁向你飞;月珊珊，星淡淡，问候穿云端，祝福送身边。端午节，浓浓情，传诚挚祝福，送夸姣心愿;祝端午节快乐，朋友!

25、端午节到，祝福悄然送至，愿你事业像龙舟一样快进，家庭像香包一样温馨，个性像粽叶一样飘逸，气势像雄黄一样劲霸，快乐像糯米一样粘上就不掉!

26、五月五，端阳到，梅子熟，杏子黄，包粽子，做香囊，插艾叶，饮雄黄，家家户户乐未央，祝福慌忙来送上，祝你端午多愉快，愿你幸福万年长。

27、端午节快到了，我送你一座后花园，园子里栽的是智慧树，流的是忘忧泉，开的是自在花，搭的是幸运桥，祝愿好运好心情，端午节快乐。

28、“端”起你的健康，“端”起你的幸福，“端”起你的开心，让我们一起来，一起“端”起来吧，一起“快乐”吧，端午节快乐吧!

29、荡起浆，推开浪，龙舟下水喜洋洋;艾草青，粽米香，快乐祝福冠群芳;戴香包，喝雄黄，驱邪防病保健康。端午节快乐。

30、感谢屈原老师用生命为我们换来了假期，放假是一种很好的纪念方式。但像屈原这样的伟人，至少应该放30天假来纪念他。除此之外，我们还想纪念：孔子孟子庄子韩非子曹操刘备孙权李白杜甫白居易刘邦项羽雍正康熙乾隆等等历史名人……童鞋们端午节快乐。

31、粽子尝尝，幸福久久万年长。

32、粒粒红枣心欢喜，滴滴雄黄吉祥意。年年岁岁端午节，分分秒秒幸福时。

33、赛龙舟，愿你工作事业大有奔头。

34、粽叶一片兮情谊浓，声声祝福兮涌心头。

35、一个个粽子香又香，问候传送千里远。祝你端午节安康开颜!

36、血压不升高，快乐高乐高。

37、祝福看我短信的傻瓜：永远流着幸福的哈拉，祝端午节安康!

38、捧一筒快乐炸成爆米花，把你心儿深深迷惑。

39、今天端午节，希望今天的你，“粽”是被人祝福。端午节安康!

40、赏舞狮，愿你身体强壮健健康康。

41、愿你一年三百六十五天，天天开心，事事如意。端午节安康。

42、五月莺歌燕舞日，又到粽子飘香时。

43、斟一杯美酒，生活无忧无愁。

44、端午节到，送你一只香甜粽子。

45、事业展宏图，如日在当午。

46、亲朋好友无数，笑傲人生坦途，走上成功之路!端午节安康!

47、愿幸福就像一根粽绳，紧紧地缠住你。

48、让我架一叶龙舟，满载如意的风帆，祝端午节安康!

49、端午节到了，让我为你送上一份祝福!

50、愿你端着快乐，“舞”走烦恼。

51、祝你端阳好，安康又吉祥!心意送到了，真情粽飘香，祝你端午节安康!

52、龙舟响当当，好事成双双。

53、祝您端午节，春光骀荡，国步龙腾。

54、端午节到了，祝您粽是欢乐，粽是幸福，粽是满意，粽是平安!

55、朋友无需遍及天下，只要有你就好，祝端午节安康!

56、端午节，传信息，祝你开心在佳节!

57、端午节祝朋友：幸福美满享，快乐美无限。

58、端午节快到了，愿你身体健康，幸福平安，合家幸福，预祝节日快乐!

59、端午节，愿你吃出平安，吃出浪漫，吃出甜蜜，吃出如意，吃出欢喜。

60、吃粽子，送祝福，生活美满富足!

61、端午将至，粽香千里;鹤起湖湘，衔粽而飞;用真诚的心把平安幸福包成一个大粽子送给您及家人，祝端午节快乐。

62、端午临近百花香，粽子清香飘四方;东方送你摇钱树，南方送你贵人扶;西方送你工作好，北方送你没烦恼;方方好运方方行，信息传达粽子情!祝端午快乐!

63、端午节幸福守则：以休息放松为中心，把健康安全放在首位，心情舒畅是关键，游山玩水当调节，逛街购物是消遣，问候祝福是甜点，别忙别闲，端午快乐!

64、五月五是端午节，端午又叫诗人节。纪念屈原情常在，离骚千年永流传。子胥勇武天可鉴，忠义英雄气浩然。家挂菖蒲和艾叶，喝点黄酒可辟邪。蜜粽可口美无限，龙舟群舞齐福安。祝君端午佳节愉快，生活如意美满!

65、每逢佳节“粽”思亲，遥知兄弟登高处，万水千山“粽”是情。端午节，要吃“粽”，祝你“粽”横四海，“粽”是走运!端午节快乐!

66、迎端午共欢度，幸福常在心中驻;喝黄酒贴五毒，年年岁岁都有福;系百索戴荷包，前途事业涨得高;吃粽子送祝福，生活美满多富足!端午节快乐!

67、偶尔的繁忙，不代表遗忘;夏日的到来，愿你心情舒畅，曾落下的问候，这一刻一起补偿，所有的关心，凝聚这条短信，祝端午节快乐。

68、淡淡棕叶香，浓浓世间情;根根丝线连，切切情意牵。粽香千里，鹤起湖湘，衔粽而飞，用真诚的心把快乐、平安、幸福包成一个大粽子，送给你全家。端午安康!

69、(端)上一碗好运，(捂)住满满的幸福，(接)着财富的降落，(快)点吃个粽子，(乐)呵轻松一笑!祝你端午节快乐，幸福一生，甜蜜永恒!

70、千年文化民俗传，五月端午粽飘香。众浆龙舟飞流渡，两岸民众吶声喊。敲锣打鼓助阵前，群情高昂粽投江。祭奠屈原为民官，古人表率现吏仿。祝君：端午节日行的端，细品香粽当好官。

71、端午节日已靠岸，龙舟载来美好祝愿，苇叶糯米连成串，粽子香甜好运不断，鸭蛋圆圆又满满，预示生活幸福无限。祝你生活甜蜜!端午节快乐!

72、粽子该是透入大海的，因为你的胸怀像大海一样的宽广，别忘了给自己投一个粽子!祝端午节快乐!

73、艾草两叶吉祥曲，雄黄一斛天下雨，静静看流光飞舞，轻轻摇龙舟碧湖。端午节到了，祝你们“粽”是喜笑颜开，“粽”是好远常来，“粽”是动力澎湃，“粽”是幸福康泰!

74、端午节来了，送你一个“快乐粽”，赶走烦忧时刻乐;送你一个“健康粽”，吓跑伤病平安伴;送你一个“财富粽”，财源滚滚进你袋;送你一个“幸福粽”，家庭和睦生活甜。祝端午节快乐!

75、走过山山水水，脚下高高低低;经历风风雨雨，还要寻寻觅觅;生活忙忙碌碌，获得多多少少，失去点点滴滴，重要的是开开心心!

76、送你一个粽子，代表对你一生的思念;送你一瓶雄黄酒，代表对你一世的祝福;端午节到了，礼物虽轻，是我一生一世的祝愿，祝你端午节安康!

77、万水千山“粽”是情，糖馅肉馅啥都行，糯米粘着红枣香，粽叶包着你我情，鸡蛋伴着艾叶煮，平安健康永一生，提前祝你端午节快乐!

78、一条寻常的短信祝福，一声清淡如水的问候;让我采一清香的粽叶，包一香甜的粽子，装进真情的信息里送给到你面前：预祝朋友，端午节祝你开心快乐!

79、假如一朵花代表一个祝福，我送给你整个春天!假如一朵白云代表一份幸运，我送给你整个天空!愿我能把世上最好的祝福带给你，祝端午节快乐!

80、端午节到了，我要送你一座后花园，园子里栽的是智慧树，流的是忘忧泉，开的是自在花，搭的是幸运桥，祝愿好运好心情，端午节快乐。

81、采一束避邪的艾叶挂在门口，蒸一锅香甜的粽子放到餐桌，打一壶馥郁的醇酒盛满酒杯……最重要的是，把我的祝福带在身边与你一同分享这美好的端午时光。

82、祝福就是包一个小粽子，细心选叶，精心拌馅，用心系绳，小心加水，耐心煮熟，然后送到你手中，轻轻对你说：端午节快乐!

83、一片艾叶，渗透情意的芬芳;一条龙舟，搏出热情的高涨;一个粽子，裹满生活的蜜糖;一位屈原，投身于他的理想;一声问候，愿你心情飞扬。端午节快乐!

**过端午节的感悟体会篇五**

端午节又名端阳节、重午节，据传是中国古代伟大诗人、世界四大文化名人之一的屈原投汩罗江殉国的日子。2024多年来，每年的农历五月初五，就成为了纪念屈原的传统节日，端午节与春节、清明节、中秋节并称为中国汉族的四大传统节日。在2024年9月，联合国教科文组织正式审议并批准中国端午节列入世界非物质文化遗产，成为中国首个入选世界非遗的节日。

说起端午，人们自然应该想到吃粽子、划龙舟、插艾草、戴香袋等，可不少人将端午节变成“送礼节”、“吃喝节”、“消费节”，原本充满诗意的节日少了些人文氛围。难怪有网民感叹：现在的人对民俗传统节日都已淡忘，而是对情人节、圣诞节等洋节趋之若鹜了。尤其是现在的端午节，几乎成了“吃粽子”节了，那些端午节的文化精髓几乎被抛弃了。

可喜的是，近年来社会上对保护和弘扬中华传统文化有了更加强烈的声音。借助各个传统节日来举办相应的传统文化活动，不失为让更多国人了解和喜爱中华传统文化的有效形势。每年，包括屈原故里在内的各地都举行端午文化节活动，这必将对传播屈原精神、丰富端午节节日内容起到积极的促进作用。

过中国的传统节日，是一种多方面的、多层级的、难以言说的特殊感受。特别是那种身临其境的心灵震撼和感悟，是一个“人文化成”的过程。在这个端午节里，让更多的民众参与传统文化活动，走向传统活动现场，亲身体会并弘扬端午文化，大力传播屈原的爱国、为民、求真、向善的精神上来，让端午节这样的传统节日在国人的心中更加牢固与神圣，这是传承传统文化精髓的关键。

**过端午节的感悟体会篇六**

夏季最期待的节日就是端午节了，看着那三角形状的粽子，就直馋人;闻着艾草淡淡的香味，却也沁人心脾，划龙舟，赶鸭子，都是我最喜欢的节日娱乐。雄黄酒的传奇故事，熏苍术的祝福，无不透露着节日的喜庆。

端午节吃粽子是从古传承至今的一个重要习俗。包粽子主要是用荷塘边盛产的嫩芦苇叶，也有用竹叶的，都统称为粽叶。粽子的传统形状一般都是三角形的，人们都会根据粽馅为粽子命名，全是糯米的叫糯米粽;糯米里掺合小豆的叫豆棕;掺枣子的是枣棕。在很久以前的考试当中，家长大多都会给孩子包几个枣棕带上，因为枣棕又叫“早中”。剥开那层墨绿的外衣，露出里面雪白的米肉，甜糯的香味，早已将我的馋虫勾起来了。甜糯的粽子，这是端午节味道。

端午节在门上挂艾叶，蒿草，白芷等植物，也是端午节的一个传统习俗艾叶、蒿草、白芷都是属于中药的。先煮两个鸡蛋，等鸡蛋煮好以后，从中间剥开蛋白，取出蛋黄，在原本蛋黄的位置放入用艾草或蒿草包住一件银饰品，合上鸡蛋，用纱布包住，塞到嘴里，可以驱寒、治咳嗽。艾叶，蒿草的清香是端午节的味道。

赛龙舟也是端午节的重要习俗之一。相传起源于古时楚国人因舍不得贤臣屈原投河死去，许多人划船追赶拯救以后，每年五月初五划龙船以纪念之;借划龙舟驱散江中之鱼，以免鱼吃掉屈原的身体。在我的家乡每年都会举行赛龙舟比赛，还会在江面放置许多鸭子，几个龙舟队伍相互竞争，那个队伍抓到的鸭子多，那个队伍就获胜。每年，我都会站在江边，看着江面上龙舟队伍的奋勇激进，看着他们的比赛。龙舟对屈原的纪念，这是端午节的味道。

传授屈原投江之后，屈原家乡的人们为了不让蛟龙吃掉屈原的遗体，纷纷把粽子、咸蛋抛入江中。一位老医生拿来一坛雄黄酒倒入江中，说是可以药晕蛟龙，保护屈原。一会儿，水面果真浮起一条蛟龙。于是，人们把这条蛟龙扯上岸，抽其筋，剥其皮，之后又把龙筋缠在孩子们的手腕和脖子上，再用雄黄酒抹七窍，以为这样便可以使孩子们免受虫蛇伤害。薰苍术是端午节的传统习俗活动之一，就是民间传统用苍术消毒空气;将天然的苍术捆绑在一起，燃烧后产生的薄烟，不仅会散发出清香，还可以驱赶蚊虫，令人神清气爽。雄黄的传奇，薰苍术的祝福，这是端午节的味道。

千年的传统延续至今，每一样习俗都被传承，端午节的味道也被记忆。甜糯的粽子;奋勇激进的赛龙舟;清香的艾草;传奇的雄黄;神奇的薰苍术。这都是我记忆中端午节的味道。

**过端午节的感悟体会篇七**

今天是端午节了，妈妈要给我编五丝线，还要包粽子呢!

妈妈拿了五种颜色的丝线，分别是：红、黄、蓝、白、黑。妈妈先把这五种线捋好平放在桌子上，然后再搓成小绳，还巧妙的打了一个结，五丝绳做好了，妈妈告诉我这叫“长命缕”，戴上它可以免除病患，健康长寿。她又小心翼翼的给我戴在手腕上，还特意嘱咐我说：“要爱惜，戴上后下第一场雨的时候，摘下来扔进雨水里。这样长命缕就起到了它应有的作用。”通过端午习俗的小事，我体会到了妈妈的良苦用心。

接下来要包粽子了，我见妈妈拿了竹叶，包上糯米，中间还放上两颗大枣。然后又熟练地折叠竹叶包裹糯米。还用线绳捆扎起来，妈妈一连包了十几个。

妈妈又把包好的粽子放到了锅里，蒸上了十五分钟。蒸好的粽子放到盘子里，还没等吃阵阵香味扑鼻而来。我围着盘子闻了又闻，着急的等待着粽子降温。过了一会儿，终于可以下口吃了。我剥开竹叶，白里透红的馅儿玲珑剔透，我咬了一口，粘甜滑爽，真好吃!我们一家人边吃边笑，因为我们都看到了彼此嘴上的白胡子。

粽子吃完了，我们一家人围在桌子旁，爸爸又给我讲端午节的来历，还有其它的习俗。听爸爸讲完我知道了爱国诗人屈原，知道了在这个节日里除了吃粽子，戴长命缕之外，还有插艾草、撒白糖、赛龙舟……等习俗。

这个端午节我不仅吃到了好吃的粽子，还学到了不少知识。我好开心啊!

**过端午节的感悟体会篇八**

2、楚人犹自贪儿戏，江上年年夺锦标。——文天祥《端午感兴》

3、轻汗微微透碧纨，明朝端午浴芳兰。——苏轼《浣溪沙·端午》

4、旧俗传荆楚。正江城、梅炎藻夏，做成重午。——许及之《贺新郎》

6、小团冰浸砂糖裹，有透明角黍松儿和。——张耒《端午》

8、绿杨带雨垂垂重，五色新丝缠角粽。——欧阳修《渔家傲·五月榴花妖艳烘》

10、不效艾符趋习俗，但祈蒲酒话升平。——殷尧藩《端午日》

11、端午临中夏，时清日复长。——李隆基《端午》

14、幽寻未云毕，墟落生晚烟。——苏轼《端午遍游诸寺得禅字》

15、条脱闲揎系五丝。——李清照失调名《端午》词断句

16、粽包分两髻，艾束著危冠。——陆游《乙卯重五诗》

18、明诏始端午，初筵当履霜。——储光羲《大酺得长字韵时任安宜尉》

20、仙宫长命缕，端午降殊私。——窦叔向《端午日恩赐百索》

**过端午节的感悟体会篇九**

1、有分离就有相聚，分别得越久越是亲昵。在见不到你的日日夜夜，我衷心的祝福你。我想告诉你，这个端午节我特别想你。

2、端午节到了，吃下糯米粽，轻松快乐把身碰;饮下雄黄酒，甜蜜浪漫绕身走;房内悬艾叶，平安顺心不停歇;登上小龙舟，幸福舒爽乐悠悠!

3、旧俗传荆楚。正江城、梅炎藻夏，做成重午。——许及之《贺新郎》

4、屈子冤魂终古在，楚乡遗俗至今留。——边贡《午日观竞渡》

5、一丝真诚胜过千两黄金，一丝温暖能抵万里寒霜，一声问候送来温馨甜蜜，一条短信捎去我万般心意，端午节快乐是我最大的心愿!

6、工作者是美丽的。当你以勤勉奉献社会时，犒劳一下自己吧，多多吃粽子。

7、让我挂一把艾叶在你门前，愿你平安：让我为你斟一杯雄黄酒，望你安康。让我把一枝桃枝送予你手上，为你送走灾难迎平安：祝你端午节快乐!

8、端午节您可能没吃粽子，也许没划龙舟，大概没法定休假。这样您也没必要遗憾，更不需要去跳河，由于你有帅哥的祝福，有了这个，幸福天长地久。端午快乐！

9、端午节，粽是情，糖馅肉馅啥都行，糯米粘着红枣香，粽叶包着你我情，鸡蛋伴着艾叶煮，平安健康永一生，提前祝你端午节安康！

10、五月初五，端午节，祝你快乐在今天。

11、无数代表安康的糯米，里面藏着甜蜜的枣馅，我用欢欣的粽子叶把这一切紧紧包在一起，系上幸福的红丝带，充满吉祥，捎去我美好的祝福，端午节安康。

12、送给你一阵微风，带着我的问候；送给你一缕月光，映着我的影像；送给你一片白云，浸透我的热和；送给你一条短信，连接你我友谊，祝端午节欢快。

13、端午节送你一颗粽子；以真挚的关心为粽叶，以真诚的祝福为糯米，以真心祝愿为馅儿，再用友情的丝线缠绕，愿你品尝出粽子里深深地情谊，端午节快乐！

15、端午的粽子香，端午的粽子甜，端午的祝福送心间；端午的粽子黏，端午的粽子满，端午的问候不会晚。端午节假期到，祝你假期快乐，好运连连，幸福绵绵！

16、又是一年端午节，祝福语送给你：幸福端来红枣粽子，愿你日子红红火火。好运端来花生粽子，愿你事业风生水起。感情端来莲蓉粽子，愿你夫妻恩爱心连心。财富送来八宝粽子，愿你八方来财财源茂盛。祝你端午节快乐！

17、工作者是美丽的。当你以勤勉奉献社会时，犒劳一下自己吧，多多吃粽子。如果有来生，每年的今日我都会把你拥在怀里诚挚的祝福你：端午节安康！

18、用一缕春风，两滴夏雨，三片秋叶，四朵冬雪，做成五颜六色的礼盒;打着七彩八飘的丝带，用九分真诚，十分热情，装进无数祝福送给你，愿端午节好运。

19、顶着飞涨的物价，我买来最好的白糖、优质大米、不含瘦肉精的猪肉、纯正的花生油、不加色素的绿豆，做成五道杠质量的粽子送给你，祝你端午节安康如意！

20、高咏楚词酬午日，天涯节序匆匆。——陈与义《临江仙·高咏楚词酬午日》

22、从前你会强迫我吃粽子。而今，孩儿不在母亲身边，用短信编织一个虚拟的粽子送给你，祈天下老父老母平安!

23、让阳光走进你的窗，让快乐飞到你身旁，在开心中抽根愉悦的线，为你织件好运衣裳;在幸福里磨根如意的针，为你缝上永远吉祥，祝端午节快乐!

24、一个大粽子，里面包着开心，包着快乐，包着健康，包着平安，包着幸福，包着真心；让轻风送给你，祝愿你端午节快乐，爱情甜蜜幸福。

**过端午节的感悟体会篇十**

又是粽子飘香时，端午佳节味道多。苦、辣、甜传承了几千年，一直到今天，让我们一起品尝一下吧。

苦

天灰蒙蒙的，空气是潮湿的，他独自来到江边，面对汨罗江，纵身一跃，从此，历史上少了一个叫屈原的伟大诗人，多了一个端午节。屈原立志要为人民造福，虽“吾将上下而求索”，无奈佞臣当道，壮志未酬，只能离开朝廷，他感到愤恨、无助，只能将自己交给这滚滚江水。但他着作的《离骚》被诵读千百年，他的爱国精神和清正、勇敢的品质将永垂不朽。端午是苦的。

辣

端午的太阳火辣辣，火辣辣的太阳下进行着一场火辣辣的比赛。队员们虽头顶烈日，但心潮澎湃，热血沸腾。“开始”，伴随一声令下，龙舟比赛开始了，“加油!加油!”人们呐喊助威，“冲刺了!”龙舟冲过终点线，队员们举起划桨庆祝胜利。太阳是火辣辣的，但火辣辣的太阳下到处是胜利的喜悦。端午是辣的。

甜

粽子是端午节不可缺少的，一家人团聚在一起，粽子喷香，甜蜜幸福。妈妈从锅里拿出了粽子，我顺着香味“飘”了过去，哇!深绿的苇叶包裹着白白的粽子，算放出浓浓的香气，迫不及待的尝了一口，真香，又吃到了一颗枣，真甜!给妈妈剥一个、给爸爸剥一个，我自己来一个，很甜美。端午是甜的。

端午节的味道还有很多，我们慢慢品尝吧。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn