

# 最新朗诵散文作品分钟(大全8篇)

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看看吧。

## 朗诵散文作品分钟篇一

曾向往，才华横溢的诗人指尖的一触而蹴；曾向往，展翅高飞的鸟儿眼里的千山万水；曾向往，美丽夜市的恋人牵手的甜蜜幸福。

可向往终究只是向往，没有现实的基垫，永远也无法摘到心里的繁星。

人生就是这样充满遗憾，在忙忙碌碌中开始，在忙忙碌碌中结束，跌跌起伏，在充满未知中逐渐迷失在了幻想的世界里，沦为了金钱的奴隶。

人总喜欢追求没有的，忽略已有的，被浅墨渲染的人生就像是一幅山水画，处处诗意，却又处处失意。留连于红尘俗世中诙谐搁浅的幸福。

也许，泪沉静在眼中等待着滑落的时节；也许，梦停留在彼岸展望着清醒的一刻；也许，心激动在即将成就着辉煌的流年。

人生有多少忧伤暗含其中？又有多少欢笑徘徊脑海？

写不尽的忧、梳不清的愁、填不满的爱、听不完的笑，一起构成了人生的五颜六色。

一滴浅墨停留在了笔尖，等待挥洒的一刻，成就绚丽的画卷。

## 朗诵散文作品分钟篇二

我的乡愁

是牵着风筝的线

离乡越远

思念越长

我的乡愁

是心中珍藏的酒

离乡越久

味道越醇厚

我的乡愁

是隐藏在天宇的星斗

夜深人静时

便一颗一颗闪亮起来……

我的乡愁

是一遍一遍的月圆；

我的乡愁

是一列一列的帆船；

我的乡愁

是隔不断的海水；

我的乡愁

是远方的岸。

故乡是磁石

故乡是胎盘

我的乡愁

是孩子对乳汁的期盼

是无以回报的忐忑

是坚定不移的归心和眷恋！

### **朗诵散文作品分钟篇三**

我们静静地坐在湖滨，

听燕子给我们讲讲南方的静夜。

南方的静夜已经被它们带来，

夜的芦苇蒸发着浓郁的热情——

我已经感到了南方的夜间的陶醉，

请你也嗅一嗅吧这芦苇丛中的浓味。

你说大熊星总像是寒带的白熊，

望去使你的全身都觉得凄冷。

这时的燕子轻轻地掠过水面，  
零乱了满湖的星影——  
请你看一看吧这湖中的星象，  
南方的星夜便是这样的景象。  
你说，你疑心那边的白果松，  
总仿佛树上的积雪还没有消融。  
这时燕子飞上了一棵棕榈，  
唱出来一种热烈的歌声——  
请你听一听吧燕子的歌唱，  
南方的林中便是这样的景象。  
总觉得我们不像是热带的人，  
我们的胸中总是秋冬般的平寂。  
燕子说，南方有一种珍奇的花朵，  
经过二十年的寂寞才开一次——  
这时我胸中忽觉得有一朵花儿隐藏，  
它要在这静夜里火一样地开放！

## 朗诵散文作品分钟篇四

林清玄

我认识一位化妆师。她是真正懂得化妆，而又以化妆闻名的。

对于这生活在与我完全不同领域的人，我增添了几分好奇，因为在我的印象里，化妆再有学问，也只是在皮相上用功，实在不是有智慧的人所应追求的。

是把人突显出来，让她醒目，引起众人的注意。拙劣的化妆是一站出来别人就发现她化了很浓的妆，而这层妆是为了掩盖自己的缺点或年龄的。最坏的一种化妆，是化过妆以后扭曲了自己的个性，又失去了五官的协调，例如小眼睛的人竟化了浓眉，大脸蛋的人竟化了白脸，阔嘴的人竟化了红唇……”没想到，化妆的最高境界竟是无妆，竟是自然，这可使我刮目相看了。

化妆师看我听得出神，继续说：“这不就像你们写文章一样？拙劣的文章常常是词句的堆砌，扭曲了作者的个性。好一点的文章是光芒四射，吸引人的视线，但别人知道你是在写文章。最好的文章，是作家自然的流露，他不堆砌，读的时候不觉得是在读文章，而是在读一个生命。”

多么有智慧的人呀？可是，“到底做化妆的人只是在表皮上做功夫！”我感叹地说。

件小事。我用三句简单的话来说明，三流的化妆是脸上的化妆，二流的化妆是精神的化妆，一流的化妆是生命的化妆。”

化妆师接着做了这样的结论：“你们写文章的人不也是化妆师吗？三流的文章是文字的化妆，二流的文章是精神的化妆，一流的文章是生命的化妆。这样，你懂化妆了吗？”我为了这位女性化妆师的智慧而起立向她致敬，深为我最初对化妆师的观点感到惭愧。

告别了化妆师，回家的路上我走在夜黑的地方，有了这样深

刻的体悟：在这个世界一切的表相都不是独立自存的，一定有它深刻的内在意义，那么，改变表相最好的方法，不是在表相下功夫，一定要从内在里改革。

可惜，在表相上用功的人往往不明白这个道理。”

赏析1：人，为了使容貌更加美丽，悦人悦己，需要化妆。原本以为，化妆无非是在脸上涂脂抹粉、描眉涂唇而已，可读了台湾作家林清玄的《生命的化妆》，不禁暗笑自己的孤陋寡闻与浅薄无知，原来化妆还有这么多的讲究，这么多的层次。真正的化妆不是仅仅在脸面上下功夫的，是什么？是生命的化妆。作者借化妆喻人生，晓事理，可谓匠心独运，别出心裁。文章从化妆师对化妆的见解谈起，指出化妆有不同的境界，而最高的境界却是自然，“让人家看起来好像没有化过妆一样”。要达到这“无妆”的境界，就要努力去改变气质，丰富自己的内涵，这是化妆师的见解，其实也正是作者要告诉人们的道理。一个人要想使自己变得真正美丽，不能只在脸上下功夫，而要“多读书，多欣赏艺术，多思考，对生活乐观，对生命有信心，心地善良，关怀别人，自爱而有尊严”。这才是“一流的化妆”，也正是作者要告诉我们的人生真谛——“改变表相最好的方法，不是在表相上下功夫，一定要从内在里改革”，即提高自身的素养和品位。文章采用对话的形式，在作者与化妆师娓娓的叙谈中告诉读者人生的哲理，可谓水到渠成，自然托出，无生硬说教之感，有春风化雨、润物无声之妙。

赏析2：化妆的最高境界是无妆，是自然。自然界正因为展示了自己最真的一面，才吸引了无数的“痴迷者”；浓妆用来掩盖，反而让自己更粗鲁，无知让自己粗俗。无知，好比东施效颦，邯郸学步般肤浅幼稚。

化妆师的职业也许微不足道，可有谁能达到炉火纯青，将自己的生命亦化得光芒四射。拙劣的生命之妆就像在双手双脚铐上了锁链，锁住一生，难脱苦海，只能徒劳的哀叹“一失足成千古

恨”。最高明的化妆,就像一个浅浅的笑,凸显气质有不失身伤;就像轻轻点头,礼貌又不失优雅。

生命本应该表里如一,有那一盏水晶球在代表生命之镜.诚实无欺,自作聪明是它最丑陋的妆.无妆,才是最高明的美。

生命是不需要掩饰的,我就是我,用不着粉饰,更不需要伪装自己.当化妆师将文章和化妆“穿针引线,连成一体”,那又是另一种境界.“言而无文,行将不远”就是一种妆,出于自发的,最真纯的文章是高明的妆,得“周行天下”;无奈地,最泛滥感情的文章是拙劣的妆,只“固步自封”。

“三流的化妆是脸上的妆,二流的化妆是精神上的妆,一流的化妆是生命的化妆。”好像看起来并没有什么关联,吸纳阳光(生命的化妆),才会绽开芬芳,反之,一次快刀斩断生命(三流的妆),再也没有机会吸收一米阳光;也许本来一方待琢的玉,圣洁的雕刀(生命的化妆),才使它“通灵同性”,“美玉无暇”,反之,一瞬无意的差错,“白璧微瑕”,再“无人欣赏”。

“改变表象地最好办法,不是在表面上下功夫,一定要从内在里改革.拿上属于自己的化妆笔,看你要表面美,还是内在美;是想孤苦伶仃,”亲朋无一字”,还是秀色夺人,“门庭若市”。

正如李白诗中所说:“清水出芙蓉,天然去雕饰。”人的一生可以平平淡淡,无波无澜,也可以一波三折,坎坷艰难,但不管怎样,心灵总在,它通灵,为你的所作所为给自己化妆,当死神接你的那一刻,心若是清水,那就以平等的身份快快乐乐地跟着他去地狱的贵宾房;心若是墨池,那就会被铐上枷锁,去地狱里万劫不复.无妆,让人寿终正寝,死亦乐安,它是最高明的生活方式,一次生命的化妆,从0开始,从这样一个纯正的水晶年代开始;面前是一盏水晶球(心灵之灯),再前是一面镜子,后面有两扇门,标着“地狱”,“天堂”,拿起化妆笔,你的生命化妆路已经开始.生命之妆在于化装的人,就像灵魂一样,你想干

什么?它才由此而变，生命之妆可以豪迈，可以“先天下之忧而忧，后天下之乐而乐”；可以朴实，可以“清水芙蓉，天然雕琢。可以浪漫，可以”会当嶙绝顶，一览众山小“。

生命之妆难以诠释，因为无妆就像是内涵，看不见，感受的到，它是可以千变万化.关键是化生命之妆的人是否将”尺壁寸阴“看得可贵;是否将”悌于长，宜先知”看得珍贵;是否将“苟不学，何为人”看得宝贵.

你可以是李白，可以是李清照，可以是任何一个伟人，前提是你懂得如何为生命化妆吗?

## 朗诵散文作品分钟篇五

亲爱的孩子们，我会经常改变自己的发型，化淡雅的妆，穿流行而合体的衣服。因为我是老师，所以我必须教会你们感悟身边的美，美好的生活，从自己的言行举止做起。

亲爱的孩子们，我不会办任何补习班。不会给“差生”加餐也不会给“优等生”开小灶。因为我是教师，所以我必须教会你们如何提高效率，未来的竞争需要你们有自我进步的意识，同时有自我管理的能力。

亲爱的孩子们，我不会带病去给你们上课。拖着一副病体，上几节不完美的课，耽误自己宝贵的身体。因为我是老师，我必须教会你们，热爱生活，首先从热爱生命开始，因小失大，损害自己的身体，是对所有爱你的人的不负责任。

亲爱的孩子们，在带你们看真善美的同时，我会让你们冷静地分析社会的阴暗面。因为我是老师，我必须把一个真实的社会展现给你们，同时给你们以指引，我希望你们自信而理智地生活。

亲爱的孩子们，我不会批评你们早恋是错误的，但我会请你

们写一份保证书，内容是你为你爱的人负责。因为我是老师，我必须教会你们，爱情是生命中一道美丽的彩虹，但是需要你们用真心用责任去描绘。

亲爱的孩子们，在适当的时候，我会大方地向你们索要掌声和那一声谢谢。因为我是老师，所以我必须教会你们常怀一颗感恩的心，感谢周围所有帮助过你的人、为你付出的人，你才能体会生命的价值。

亲爱的孩子们，我会为我所犯的错误买单，在任何场合任何时间随时向你们道歉，而不会用所谓的教学技巧回避。因为我是教师，我必须教会你们接受生活中的不完美，并且认真积极地去面对自己的缺陷或不足，同时学会接纳别人的缺点和错误。

亲爱的孩子们，我会想尽办法让你们取得好的成绩，除非考试从地球上消失。因为我是教师，所以我必须教会你们去适应去生存，当我们没有选择的时候，唯一的选择就是努力适应，这是生存之道。

亲爱的孩子们，尽管你们那么努力，但我仍会“鸡蛋里挑骨头”。因为我是老师，我必须让你们学会接受生活的不尽如人意，教会你们今后坦荡地面对生命中太多的不可预料和太多的无法改变。

亲爱的孩子们，我一定会留一份作业，让你们去给自己的爸爸妈妈洗一次脚。因为我是老师，我必须教会你们，爸爸妈妈需要的也许不是你们承诺的未来的雄心壮志，而仅仅是儿女的任何细微的关心。

亲爱的孩子们，对你们和同学的矛盾，我不会做法官，断定谁是谁非。我会强制性地要求你们用拥抱的形式来结束在我面前的争论。因为我是老师，我必须教会你们真诚地对待周围的朋友，用合适的方式和别人相处。我希望你们记住，与

人相处没有谁对谁错，我们要学会双赢。

亲爱的孩子们，我会一直为做一名好老师而努力，充实自己的文化知识，提高自己的教学技能，完善自己的人格。因为我是教师，我必须对得起这三尺讲台。

## 朗诵散文作品分钟篇六

人生若只如初见，何事秋风悲画扇？等闲变却故人心，却道故人心易变。

骊山语罢清宵半，夜雨霖铃终不怨。何如薄幸锦衣儿，比翼连枝当日愿。

人生若只如初见。这一句实在是令人哑然。小时候看红楼梦，从来不愿意去碰后40回。不是瞧不起高鹗，而是没办法接受：怎么那么好好儿的鲜花、烈火烹油，变作了一片白茫茫地真干净？后来看书，看到一句话，靡不有初，鲜克有终，这才明白过来。原来所有的名字所有的故事，都是写在水上的。那些波澜和涟漪，在当时看来是惊心动魄，而长江滚滚，只是一朵小小的浪花而已。流过，终无痕迹。

“人生若只如初见，何事秋风悲画扇？”那么深情的句子，居然出自于一个男子之手，我想容若翩跹世间的时候，这是令无数少女为之倾倒，纳兰词长于情也过于直抒胸臆，显得浅了，反而没有多少余味，比如这一阙，就有点这个毛病。但有了第一句，整个的问题都可以忽略不计。

初相遇的时候一切都是美好的，所有的时光，都是快乐的。即使偶有一些不如意的地方，也甘心消受，因为抱着憧憬，所以相信一切只会越来越好。所有的困难，都是微不足道，满天的星辰，都在你面前失色，我的世界没有我，全是你。

“初见惊艳，再见依然”，在我看来这只是一种美好的愿望。

初见，惊艳。蓦然回首，曾经沧海，早已是，换了人间。

流年似水，世事难料。许多既定的开始都有一个意想不到的结果，所以才耐人寻味，不管是喜的还是悲的，是自己期待的还是自己拒绝看到的，矛盾和落差带给这个世界太多的美丽。

人生若只如初见，所有往事都要化为红尘一笑，只留下初见时的惊艳、倾情。忘却也许有过的背叛、伤怀、无奈和悲痛。这是何等美妙的人生境界。

时光匆匆，我们已经回不到过去，也许曾经一见倾心，但是再见这时，也许会是伤心之时。若是如此，不如初见时的那份感觉.....

相信每个人都对那个自己一见倾心的的人永存记忆，记忆中的他她或潇洒英俊，风度翩翩；或是美丽温柔，柔情似水.....是的，这是人与人的距离所产生的美感，得不到的原来也是有好处的，那就是可以拥有无尽的幻想，幻想中的他好以永远美好，永远在镜花水月中迷幻着醉人的美丽.....哪怕明知道这是自己心生的幻境，却也足够让人沉迷其中.....

不明白的是，为何还有许多人竟然还会有再续前缘的想法。

当某天，自己原本以为永不会再相见的他出现在自己面前，或许他还算风度翩翩，也还潇洒英俊，甚至比原来更增加许多成熟，但自己却再也找不回，找不回自己的原来如同小鹿碰撞的砰砰乱跳的心.....这就人生，就是心境，失去了便是失去了，永远也回不到从前.....

和他拉家常似的谈话，才发现自己根本就没曾懂得过他，也根本不明白他当初想的是什么？虽然他的眼中依然闪现出曾经让我心醉的光芒，他的口中说出曾经梦寐的语言。但，十年

的光阴，虽然他一直存在心里，终不过是个影子，是个疲惫时自我安慰的影子，当这个影子真的出现面前时，竟然产生那么多的不真实，那么多的不敢相信，甚至觉得他不应该出现在这个人世间，他应该永远只在梦境里.....

人生若只如初见，这句话是谁说的？若只如初见，他依旧是往日谈笑风生，风流倜傥的浪子，而我也只是一个天真娇憨，不懂世事的少女，若不是他初次的牵手，也许他也只是个路人，不会进入自己心里，若不是刚好在不懂情感的年纪遇上，也许我也不会轻易的放手，但最终.....遇上了...还是分开了...

人生若只如初见，何来秋风悲画扇？！

初见，惊艳。蓦然回首，沧海已变桑田，却早已是、换了人间.....

## 朗诵散文作品分钟篇七

在工作和生活中，很多女性朋友因为忽略了爱自己，从而不懂得如何去爱自己。曾几何时，女孩儿们从天真烂漫变成了斤斤计较，从亭亭玉立变成了肥臀粗腰，从唧唧喳喳变成了唠唠叨叨。从外表到内在，不爱自己的结局就是没有人再爱你。对于女人，爱自己成了一种必须。正如那句经典的话：“一个连自己都不爱的人，别人又如何来爱你？”

她有一次，我与好友小夏逛街，每走到专卖店的大镜子前，她就会晃着细腰左照右照。更夸张的是，她竟然连汽车玻璃也不肯放过。我投去淡淡的嘲笑：“臭美加自恋”。小夏笑着回击：“不臭美的女人还叫女人吗？至于自恋，只要不过分也是一种优势！”

我虽然笑她说的是歪理，但心里却已默认。小夏何止喜欢照镜子，她喜欢漂亮的没膝长裙，喜欢各种颜色的指甲油，喜

欢不同材质的耳环，还喜欢一个人背着背包到处走。我本以为自己足够自恋，没想到小夏却更胜一筹。几乎每个女人都自恋，这是不争的事实。

在生活中，很多细小的动作，虽然只是发生在不经意间，却折射出了女人对自身形象的关注。这至少证明，我们是爱自己的。自恋在小女孩儿身上出现得很早，当小男孩儿在比赛谁尿得更远时，女孩儿们却在比谁的裙子更漂亮。她们在镜子面前扭来扭去，尽管是那么年幼，那么童真。

法国女性研究学家波伏娃在她的《第二性》中说道：“玛丽对被夸奖的需求非常强烈，这不是偶然的，她在5岁时就穿上母亲有花边的衣服，头上插着花，去客厅跳舞。她觉得自己就是大舞蹈家，全家人都在看着她表演。”长大以后，男人们开始为自己强健的体魄、灵活的头脑而骄傲，女人则需要弄明白如何好好爱自己。这种爱，从自我欣赏开始，哪怕最初只是一种近乎于自恋的表示。

爱自己对于女性生活的重要性不言而喻，这是一种神秘的女性本能。平时如果有人说我是一个很娇惯自己的人，我从来不会否认。因为在我看来，爱自己是一种自我肯定和自信的表现，为什么不能对自己好一点，再好一点呢？为什么不把自己变得看起来更年轻、更有激情呢！爱自己，不仅仅是自我欣赏，也是一种自我提高。爱自己可以让女人优化自我，从而使自己更加完美。适当的自恋还能提升品位和气质，让女人在众人面前表现出更加强大的自己。

很多女性朋友吃了不爱自己的亏，她们把男人看成宝贝，伺候得十指不沾尘，自己把家务活儿大包大揽。结果，男人被惯坏了，女人成了一再被忽略的对象。

女友小m是个用情至深的人，每年的情人节，她都会用心为男友准备一份价格不菲的礼物。有一次我问她：“他平时对你关心那么少，为什么你还总是主动送他那么贵的礼物，应

该是他送你礼物才对呀。”

小m笑笑说：“他是个粗心大意的男人，从一开始都没有送过我什么，也没有对我承诺过什么，所以我早已经习惯了，但是我想用自己的方式去爱他。”其实，我一直觉得小m忘了在男友面前爱自己，她忘了爱是一个人认为自己值得被尊重，被肯定，被珍惜。

这世上像小m一样不懂得爱自己的女孩儿还有很多，有时候大家只有受了伤，才会醒悟应该及早地爱自己。很多人却不知道，不懂得爱自己的女人，往往不如爱自己的女人幸福。一个不爱自己的女人，因为一再付出，却没有获得相应的回报，从而失望，并且任由自己失望。她们觉得，自己活该忍受这样的生活。但假如一个人在精神方面长期忍受压抑，总有一天她会爆发出来。而一旦爆发，后果将不堪设想。有心理学家认为，那些不懂得爱自己的女性，更容易培养出自卑、胆小、怯懦的孩子。

对于女性来说，爱自己是一件重要的事情，爱自己的优点和缺点，爱自己的相貌和外表，爱自己所做过的每一件符合道德和法律的事，不管它成功还是失败。

有些人对自己犯下的错懊悔不已，觉得无法原谅自己。如此一来，她们陷入了自己给自己设定的困境之中。“不原谅”是情绪的障碍，它让人无法爱自己。反过来，当一个人不爱自己的时候，也就更难原谅自己。原谅是一种救赎，但我们却把救赎的门关上了。接纳自己，对自己满意，原谅自己犯过的错，只有这样女人才能体会到幸福。在别人眼中，这样的女人才是一个真正懂得爱的女人。

有很多二十几岁的女孩儿，还沉浸在那些灰暗的青春小说里无法自拔。很多女孩儿总是患得患失，一再咀嚼着自己所遭遇的不幸。但如果我们学会了爱自己，就会发现之前所有情绪上的问题都不再是问题。有句诗这样写道：“宠辱不惊，

闲看庭前花开花落；去留无意，漫随天外云卷云舒”。

有人认为，爱自己就是自恋，自恋的人就会招人烦。其实有时候，只要没有达到过度自恋的地步，自恋也是一种美。因为智慧的女人不会让自恋泛滥成灾，她会穿合适的衣服，化合适的妆，不矫揉造作、刻意扮相；她们头脑清醒，不会认为自己貌似天仙，更不会在各种赞美声中迷失自己。她们开始学着用心经营自己，把独特的品位和令人欣赏的内涵通过外表以及行为举止表现出来。她们不再像小时候那般任性，懂得忍耐与宽容的同时重视自己的身体和自己的心。她们开始发现生活里的美，试着让自己的思想变得更丰富，而不是困在爱情里成为谁的傀儡。她们会对那些心怀鬼胎的男人一笑了之，对那些见到美女就大呼小叫的阿谀奉承的男人，更是不会当真。她们习惯嘲笑别人的同时，也会自我嘲笑，而她们往往才是那种内心强大的人。

在吸引力法则中有这样一条，说你是什么样的人，你身边就会吸引什么样的人。如果你是一个自怨自艾、自轻自贱的人，你的身边也会聚集一帮这样的人。如此一来，负能量聚集在一起，人的负面情绪就会越来越严重。相反，一个冷暖自知的女性，就会吸引一些想法和性情相似的人。因此，一个女人到底能获得多少爱，就要看她有多少爱的能力。虽然爱自己只是第一步，但却是非常重要的第一步。

## 朗诵散文作品分钟篇八

一树的红枫叶，一夜间流落褪尽。来不及留恋的秋，没有看够的风景随着一场大雪，踪迹全无。雪肆意的覆盖了校园，带来一环环唯美的氤氲。舟山的雪，下得不够浓烈，不够释然，但下得缠绵。一夜的纷飞！

早晨睁开眼睛，一片皑皑之景映入眼帘，出门打水，正是下得最大的时候。玻璃门上的冰晶，似一帘梨花。我撑起雨伞走进纷飞的世界，便与纷落的雪花共融一体了。

雪花落在我的肩上，吻在我的`额头。我觉得这一切都是那么的亲切，于是我仰起头，张开双臂，任雪花撞个满怀。那一刻，充满了兴奋地悸动。眺望，远处延绵的长岗山静静的匍匐在雪的世界里；近观，雪花轻轻的飘落在树的枝头，有时偶尔落在老树那弯曲的腰间。纷纷的雪花，一场诗中画，如梦的洁白，若残若楚。

突然想赞美一下可爱的雪，却不知怎样形容。混混红尘里那份纯洁、天地间凄美的化身、亦或是大自然灵动的舞蹈家，向来这些形容都不为过吧。

此情若雪，忆无痕……