

# 伤感的朗诵稿三分钟 伤感朗诵散文(模板5篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

## 伤感的朗诵稿三分钟篇一

飘逸着轻纱，迈步在蒙蒙细雨间，轻落下一滴滴如露珠般清澈的情，打湿发梢残余的念，一点一点的消融。遥望远处雨下的波纹，几许沧桑蔓延心头。每当蓦然回首间，深深念念的情总纠缠着岁月，何知这份相思苦，情难舍，伴随着时间奔跑在流年。

轻拾起过往凋零的落叶，用笔笺写下痴痴念念的话语，待风起时，轻扬了它，任它飘散在眼前，带着一份痴痴念念的伤悲，愿在心底掀起一场花开的景色，点燃黑夜那孤灯的黑。不让心再沉沦在不知名的国度。

回首时，悲喜无堪一笑，私语里的梦幻，枕边的轻怜，月色的思璇。那一曲至今流传的妙曲，优美的音律，揉碎了怀中的思绪，它好美。那一场盛开的花海，英姿的芳华，成就了一生细读的诗词，它好雅。可这么动人的梦，在不经意闪过的片段里，多了一份难挥一缕的悲。

那一场悲，为何悲？翻开记忆的故事，弥漫的夜色，我踏着月色朦胧走进流年，四处追寻悲的印记。不觉间，藏在角落满怀的悲愁，跌跌撞撞的出现在我眼前，我轻蹲扶起，眼泪不知觉的滑过，触动了深深如痴的心，原来扶起的是当初的那个我。

看她满面伤悲，凌乱的发丝，狼狈的模样，深深刺痛如今的心。原来我一直在躲藏过去的自己，只为躲开有你的记忆。当初你转首的瞬间，遗忘了一生的柔情，为了种下一生的刻骨铭心。

这一场记忆的旅行，将自己揉进了轮回，忆起，只能在梦里相逢。那一场别离，在泪眼迷离花落间；那一场心碎，在指尖苍白间。那白纱凝霜的优雅，梦萦千百回的叹息，凋零了满帘的落花。而我带着落花，走进红尘的轮回，将最美的回忆，串起悠扬婉约的旋律，只为祭奠花盛时，最美的相逢。而我，只不过是那被遗忘那永久的残梦.....

回眸残余的情深缘浅，纷飞了忧酸的情话。在夜莺凄凉的叹息里，让片片细腻的柔情，哽咽失语在暗夜的诗句里。把所有为你坠笔而下的诗句，烧尽在天涯，任它化为灰烬，与云烟相融，散尽在似风一梦的云端。

那些被你遗忘的风景，化作声声的低唤，缠绵流连成细瘦的忧伤。那滴滴划过的泪流动在月海，纷纷扬扬落满成空的夜，丝丝声声刻留下最初的低吟。

盏起一杯酒，肆意醉此生忧愁。可千杯的醉意，都醉不尽此生万卷的忧愁。你犹然让我铭记，成一生的眷恋，一生的梦，一生的悲。而你，却将我遗忘在最初的岁月，成了被你遗忘的风景，再也拾不起最初的美好。

## 伤感的朗诵稿三分钟篇二

吐露清新的空气

美好的阳光雨露

源源不断地提供生长的希望 爱心像一棵大树那样茁壮 撑开绿色的生命歌唱

爱的小鸟叽喳出精神的力量 茂盛的枝叶不断向上

城市华灯初上 男领

或许 我还有写不完的作业 女领

男领：可能 我也会遇到爸爸妈妈的呵责 女领 有时 小小的世界会有大大的委屈

阳光 快乐 活泼

在爱的春风里沐浴 女领

男领：在爱的夏雨中起航

爱让花蕾生机勃勃绽放

爱让雏鹰跃跃欲试展翅翱翔

所有人的爱 你们的健康快乐 我们的五月初阳

你们的茁壮成长 我们的花儿开放

合：爱心 无疆 爱心美丽

## 伤感的朗诵稿三分钟篇三

等待来时的路，等待归去的人，那些日日落落的期盼，只为心中未了的爱画上圆满的句号。在悲伤时刻伤感朗诵的诗歌有哪些?下面本站小编整理了伤感朗诵的诗歌，供你阅读参考。

再见，我最深爱的你

我们分开了

好久好久

似一场梦

最终无法牵到彼此的手

很怕一个人听歌

只是因为

无论什么样的歌

都会浮现你的

模样

一次一次

用尽我深情

将你忆起

总是不清楚

曾经的相爱是为了什么

最动情的相遇

也逃不出分离

总是不明白

最深爱的你

曾经相见恨晚

结局也是分离

总是不懂

有你陪伴的日子

有风有雨也甜蜜

最终也只是回忆

我很想问

我最深爱的你

是不是你我的相遇

在开始就注定了分离

太过于在乎的

总容易失去

因为沉重了别人

弄疼了自己

我应该忘了你

忘记曾经深爱的你

千言万语

你永远在我深情的文字里

再见，我最深爱的你

淡淡的云彩悠悠地游

爱，不要成为囚

不要为了你的惬意

便取缔了别人的自由

得不到 总是最好的

太多了 又怎能消受

少是愁多也是忧

秋天的江水汨汨地流

淡淡的雾

淡淡的雨

淡淡的云彩悠悠的游

如果

四季可以安排得极为黯淡

如果太阳愿意

人生可以安排得极为寂寞

如果爱情愿意

我可以永不再现

如果你愿意

除了对你的思念

亲爱的朋友

然而

我将立即使思念枯萎

如果你愿意

把每一粒种子都掘起

把每一条河流都切断

让荒芜干涸延伸到无穷远

今生今世

除了

因落泪而湿润的夜里

如果你愿意

## **伤感的朗诵稿三分钟篇四**

展开于铺满碎石的路上

碎石陷进土里

在青砖楼的转角旁

一湖的水和水边枯色的芦苇

还有白杨

不遮掩的伸向天空的枝桠

远近都成一幅画

酥酥土 沃沃田

正月的风吹开半冰封的河面

一半的粼波一半又安恬

渔人撒网 撒网又赶鱼

站在小船上立在镜子上

于江之北便有吾乡

## 伤感的朗诵稿三分钟篇五

——题记

光阴静处，独饮一杯千年的孤寂，眉心一隅，那延伸在指间上的片片清愁，随风，傲立成一枝疏影横斜，悄然无声立于尘陌里，任岁月风雪磨砺。将流年的况味过滤，保留一份真性情，只盈一袖暗香，陪伴清浅时光。梦后楼台高锁，酒醒帘幕低垂，寂寞凄风路，悲伤寒雪零，几经流年风雨，几许情意悠长。仰望深邃的星空，将思念放飞天涯，是离别的惆怅，还是相遇的心欢！思绪流转至何处，素笔在手添清愁，纤影娇如故，素手轻纱霓裳舞。陌上看花人影疏，谁人花下抛思念，泪眼倾玉珠，仍把落花轻轻数。天亦落泪残芭蕉，难舍难分夕阳下，微雨轻燕双飞去，落花孤影独寂寥。

冷凄潮湿的夜，徐徐冷风带着寂寞的气息，又一次来临，似



乎在酝酿着一场绵绵的细雨。仰望夜空，将忧伤的思绪布满整个天际，满是纷飞的情愫，暗淡的眸光，若隐若现泛着几许清泪。那零碎的花瓣，随风飞扬，慢慢落满了眼前这片苍凉的空地。丝丝细雨淋湿了夜幕中站立的瘦影，此刻，正用那哀愁的目光，注视着满地的残花碎叶。我喜欢，就着夜色，听雨悄悄的哭泣，倚梦深深的思念，把自己的心揉碎，再合拢。浅酌一盏光阴，如斯流年，盛开在记忆的枝头上，纷纷点点，散发着清香的余味。穿透一瞬的秋水，一种思绪，开始婉转于窗外的烟雨蒙蒙里，朦胧间，一颗心似漫步在雨后的小径，有春暖花开时的片片落红，也有草长莺飞的小惬意。玩不转那些支离破碎的画面，就像在双眸中不忍离去的勇敢，可惜飞红已去，花开，只为相依，花落，只为歌泣，流水，恰似无情，缱绻成墨，一路背离。

花牵雨，絮絮如梦，花的心语叶懂得，雨的呢喃风懂得。一滴露珠，指尖滑落的眷，在心间，灿烂成妩媚的颜，唇语描摹的牵，璀璨嫣然，缠绵成一季相思的雨。多少夏意，多少秋浓，在朦胧中，淡淡摇曳着心中情与念。牵手画圆，温暖着心底那抹柔软，倾一世温柔，惹一身尘埃；遇一段姻缘，怀一世寂寞。给我老一段时光，独坐在绿苔滋长的石阶上，看春去夏来，放逐那一朵遗世的樱花，在那个苍老的渡口，沉默，是怎样一段落叶匆匆的季节。从秋延续到冬，一场无言的秋红，一场相遇，逃不脱所有的影踪，是谁，让我无法参透命运的浮萍，疏离的人生，斑驳的爱恨。

冷夜飞絮，月色轻寒，凉了书简里的离愁，沉默的虔诚描不出一城荒芜。将锦书层层折叠，付与烟尘，只在青鸟眠去之后，用泪痕洗却旧年。有疏影斜逸入窗，映着闲置的书卷，在落寞的字里行间，圈出了点点暖意，细碎沾襟。几缕凉风依旧肆意的从脸庞滑过，猛然间心底衍生出了一种无缘由的空虚，也许是因为把闲情抛却久了的缘故吧。望着夜空中闲挂着的一轮孤月，心间似乎又涌现出了淡淡的怅惘之感。

岁月烟云，红尘紫陌，飘飘如风冷，萧萧似雨寒，谁的情深

如诗，谁的情薄如纸，谁的情已沧桑，谁的情成过往？奏一曲离歌浅伤，吟一首婉词忧郁，灯一盏，孤影飘渺，煮酒暖心寒。倚着冰冷的墙，泪水滴滴答答落了一遍又一遍，青丝散落在青石板的旁边，鬓发又倦了思念几遍。冷月如霜，月帘深处的流云，掀起了我漫天的思绪。时光依旧无情，推移间，那些碎碎的念，被风声吹落在不知名的花园处，轻轻被掩埋。爱如初见，往事如烟，瑟瑟黄叶，落一片在颤手边，醒时梦，醉也有千般无奈，何曾往事不堪提。流水岸，曲水边，梦起梦落到了谢桥前。凋谢了的花瓣，用这破碎般的容颜铺满了一地的眷恋。跌落在水花里的牵绊，慢慢的沉入河底缓缓消失不见。一个人拾起被风抖落的花瓣，蹲怯在谢桥边，偷窃着这阵阵鸢尾花的残香。是谁，曾对这落花许下誓言？昏暗破旧的灯笼下，夜憔悴的面庞遮挡住我泪眼朦胧的视线，寒颤的影子在水边偷偷哭泣。老酒悄悄洒了一地，酒香肆意飘远，眼泪摇曳不断似如那连绵不断的细雨，扯不乱，剪不断。

爱已走，情已散，在红尘的路上还能挣扎多久？往事随风，回忆总是在漆黑的夜里呈现。我咀嚼着往事中的梦，四季的风，也从未停止它的拂动。岁月，渲染着因青春懵懂而留下的缤纷幽梦，就像月色下盛开的蔷薇，就像那盛开的不知名的蓝色的小花，在我的心中，留下了或浓墨重彩或清浅的印迹。一季花开的容颜，也留住了，今生浪漫无悔的时光和那青葱不朽的岁月。秋天来了，秋天真的来了，可我依旧徘徊在红尘的路口，任由风霜划伤我心中还未愈合的伤口。听一首老歌，让思绪灌溉记忆的心田，忧伤的细雨，凌乱了夜的安然，闭上朦胧的双眼，泪水划过脸帘，敲打着那一幕幕离别的画面。青石板的小径，刻画的曾经，纵无缘，却也无悔！只是，笔下的风景，漫过心房的，却多了几分缱绻的诗意。红尘，四处弥漫着悲欢离合，不沉间歇的听闻那些，人走茶凉，曲终人散的凄迷邂逅，又或是不离不弃，至死不渝这些美丽的誓言。

笔尖落下，墨香铺满纸笺，用沧海桑田的情感写尽生命的残缺，用悲欢离合的心情写出岁月的纠纷，用似水流年的情愫

描绘曾经的风景。思忆迷离，忧伤如藤蔓延，密布在残殇的心房，是谁哭干了这一湖清水，破了我在水一方的一帘幽梦？细雨中，破碎的回忆，在落花漂浮的湖面，努力拼凑着最初的容颜。有时候，真的不想去看透太多的物是人非，现实里的世界，越是这样经历过的，越懂得那么深刻铭骨，透的那么淋漓尽致。

何时，喜欢上了秋雨纷纷黄叶落？何时，习惯上了深夜凄凄孤独陪？何时，感染上了文字萧萧愁绪满？纤细的素笔，淡雅的文墨，浅绘着路过的一道道美丽的风景，记录着经历的一桩桩哀伤的情缘。烟雨幽幽，岁月离流，枫染红尘谁看透，那半场烟雨，如奔流的光阴，无法挽回，只有埋藏在心里，天之此端为天涯，海之彼角为海角！荒烟蔓草年头，青石古道，烟雨思谁瘦？畔愁千首，点点残灯，寂寥了清影，梦偏冷，辗转难眠。一个凄美的转身，遗失了一世牵挂。一种无法摆脱的忧伤，带着坠落的叹息，揉进点点落红的心碎。眼底里的冷月秋风，萧瑟了一季风华，生命脆弱，飘浮不定。

曾几何时起，字里行间已流泻这么多的愁绪，总带着，一股朦朦胧胧的忧伤。不知，是在呻吟着昨日的风花雪月，还是在纪念着曾经的年少轻狂？我也想画一场唯美的流星雨，或是用一朵花开的季节，或是用彼岸那端的烟花，定格住美丽的瞬间。殊不知，总在提笔的那刹，所有想象都幻化成殇，落下的，只有一纸的多愁伤感！