# 最伤感的诗歌朗诵

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-04-11

*最伤感的诗歌朗诵（精选28篇）最伤感的诗歌朗诵 篇1　　孤独 作者：志强自强　　呆在这繁华而又孤独的城市　　日复一日的与那无尽的空虚抗争　　长大后晓事了　　烦恼与苦闷便如约与你结为盟友　　这何曾是什么好事　　独醉月当头　　惆怅间　　却又想起*

最伤感的诗歌朗诵（精选28篇）

**最伤感的诗歌朗诵 篇1**

　　孤独 作者：志强自强

　　呆在这繁华而又孤独的城市

　　日复一日的与那无尽的空虚抗争

　　长大后晓事了

　　烦恼与苦闷便如约与你结为盟友

　　这何曾是什么好事

　　独醉月当头

　　惆怅间

　　却又想起天真无知那位挚友

　　轻敲键盘再向千里外的红颜倾诉

　　电磁波传递着别离时的问侯

　　只感到情缘在虚幻的麻醉下渐渐膨胀

　　还好恼人的现实只游离在仅存的半点理智间

　　内心深处永远对日落时刻充满恐惧

　　可并非惧怕暗夜中飘渺的魔鬼

　　也不怕古书中不请自来的狐仙

　　只可怜这静得生冷的屋子

　　竟也盼不来精怪的光顾

　　无数次被噩梦惊醒

　　湿漉漉的冷汗又把人整得无比憔悴

　　赶紧把唯—能驱逐恐惧的电灯打开

　　焦虑中还要等待那循环反复的天明

**最伤感的诗歌朗诵 篇2**

　　心在哭泣 作者：海上浪

　　我的心在哭泣在哭泣

　　是谁偷走了我的心

　　让我无情无义

　　分不清好坏

　　我的心在哭泣在哭泣

　　是谁偷走我的心

　　让我如此糊涂

　　分不清朋友和敌人

　　我的心在流血

　　在流泪孤独的心

**最伤感的诗歌朗诵 篇3**

　　《母爱无声》

　　作者：柳树叶

　　我喜欢夜的韵味

　　静静地散着些特别的气息

　　或浓或淡的雾

　　或轻或盈的风

　　那都是生命真谛的见兆

　　在漫无目的的思索中

　　突然闪过我的母亲

　　是她孕育了我的生命

　　扶持了我的童年

　　见证了我的少年

　　渐渐步入了青年

　　可为此

　　她也白了头发

　　衰了红颜

　　有时候

　　为你伤心流泪的女人

　　并不是你至爱的人

　　有时候

　　为你伤心流泪的女人

　　正是至爱你的母亲

　　可有谁

　　又能读懂那颗天下最辛苦

　　最寂寞的心

　　无论她的出身是多么卑微

　　无论她的知识是否渊博

　　至少她孕育了我们的生命

　　为此我们也应该时刻怀着颗感恩的心

　　在从前

　　因为虚妄无知

　　蠢蠢欲动的心

　　挥霍掉多少青春年华

　　也曾想象

　　幻想中一般的飞翔

　　又恐

　　因为缺少了一个过程

　　而折断了那双稚嫩的翅膀

　　我又怎么舍得让她再伤心

　　我又怎么忍心让她再难过

　　她在的时候

　　我就是她的一切

　　她不在的时候

　　一切都是她

　　有种爱的声音很大

　　似乎叫做海枯石烂

　　有种爱却无声无息

　　就像没有人刻意注视自己的呼吸

　　很少有人珍视它的存在

　　因为母爱无声

**最伤感的诗歌朗诵 篇4**

　　雾

　　似云似烟

　　如纱如绢

　　无形无影

　　亦真亦幻

　　雾

　　在山峰之腰

　　在深山谷幽

　　在森林之上

　　在游人左右

　　雾

　　将山水尽收

　　在奇峰浮游

　　任云端翻滚

　　于峡谷行走

　　雾

　　公园的神秘瑞气

　　自然的调色神笔

　　江河的不尽源泉

　　花木的甘甜乳汁

　　雾

　　似乎天下已经大同

　　似乎世界没有富穷

　　人人都在同样行走

　　如此一样的氤氲中

　　雾

　　我喜欢

　　薄雾笼罩下的张家界

　　薄雾缥缈中的美幻景

　　薄雾留在枝头的露珠

　　薄雾带我走进的仙境

**最伤感的诗歌朗诵 篇5**

　　夕阳落山

　　留下几缕余辉

　　送上最后的祝福

　　过去的记忆

　　是否会尘封

　　只愿友情依旧

　　明日的太阳

　　不会忘记升起

　　今日的余辉

　　将留在记忆

**最伤感的诗歌朗诵 篇6**

　　离别，

　　是那断了线的风筝，

　　离别，

　　是那向前走动的秒针。

　　或许，

　　离别，

　　是那从西边落下的太阳，

　　是那还未回归的中国台湾。

　　不管能否再见，

　　总有一条无形的线，

　　紧紧牵着我们的心，

　　那，就是友谊之线。

**最伤感的诗歌朗诵 篇7**

　　时间验证的爱情 作者：李一江

　　一春雨淋湿了谁的眼睛

　　一夏风吹动了谁的真情

　　一秋落叶为谁飘零

　　一冬清冷谁的心在疼

　　年轻的心为谁跳动

　　承诺约定了谁的今生

　　心放飞在你给我的梦想天空

　　只求今生别让我醒

　　睡在你的梦中

　　只想我的执着能感动你的一生

　　伴我走过雨走过风

　　清扫落叶抵御寒冬

　　怎奈岁月的风沙

　　掩盖了青春的年华

　　一颗简单的心变得复杂

　　从此你没了以前

　　于是我的人生

　　寻觅不到从前的你

　　我被你丢在冷冷的冬季

　　曾努力的想忘记

　　却不知道为什么我的世界全是你

　　就这样坚持着美丽到噩梦的爱情

　　是不是曾经冲动的年轻

　　让你没看清你的爱情

　　而我的全部只是你的曾经

　　雨在下风在刮

　　落叶伴雪在飘洒

　　只是只是

　　找不到曾经的我和你

**最伤感的诗歌朗诵 篇8**

　　《行走的生命》

　　蒋凯警

　　在光明与光阴的间隙中行走

　　和一棵年轻的树

　　如一只蚂蚁

　　生命的长度

　　树以树轮来计算

　　我以年龄来衡量

　　而生命的厚度呢?

　　原本想把行走的轨迹

　　写成一本书

　　有平平仄仄的韵律

　　有起起伏伏的情节

　　看似天马行空

　　却是按部就班

　　可我发现我错了

　　没有安排更没有

　　彩排，

　　生命是一台没有预演的戏

**最伤感的诗歌朗诵 篇9**

　　写给母校

　　作者：花之城

　　在别离之后

　　回首

　　记忆恍如云烟

　　雾锁重楼

　　抖落今日的叹息

　　我摇摆着我的小船

　　划开岁月的水面

　　驶向那

　　昔日停靠的岸

　　在最初的那个渡口

　　有人站在

　　回忆的烟尘里

　　用三尺讲台

　　一截粉笔

　　为空白的心

　　搭建起

　　一个彩光流离的梦

　　谆谆的教诲

　　在紫烟上轻轻飘扬

　　成长的种子

　　被知识与爱的阳光

　　染上了

　　层层的绿意

　　春风化雨

　　滴落生命最虔诚的祈祷

　　蜡炬成灰

　　点燃心空最明亮的灯火

　　那些斑驳的年月里

　　被风霜

　　侵蚀掉泥皮的老房子

　　茅檐苍台

　　曾记何时

　　盛载过

　　远航的情感与梦想

　　那些伤累累的桌椅

　　在最初的相依里

　　曾有过

　　怎样的坚实与厚重

　　回忆里的小路

　　是隐入心底的情歌

　　欢笑飘荡过的操场

　　至如今

　　却只有

　　衰草凄凄

　　斜阳依旧

　　是时光，

　　剥蚀掉那片风景了吗

　　还是

　　像母亲一样

　　你只把青春

　　折换成我们

　　远行的船票

　　而只把

　　沧桑的岁月

　　留给自已

　　留在

　　被游子遗忘了的角落里

　　无怨亦无悔

**最伤感的诗歌朗诵 篇10**

　　我站在铁索桥上》

　　我站在铁索桥上，

　　桥身在轻轻地摇晃。

　　头上飘过二郎山的云雾，

　　脚下是大渡河的白浪。

　　英雄的红军，

　　曾在这里强渡，

　　高举着红旗，迎着火光。

　　勇士们哪，

　　攀着一根根铁索，

　　冒着密密的弹雨，

　　冲破了敌人的火网!

　　啊!

　　当年激烈战斗的楼房，

　　如今成为孩子们的课堂;

　　勇士们洒过献血的地方，

　　满树的梨花正在开放。

　　人民捧着美丽的鲜花，

　　轻轻地，轻轻地撒在这英雄的土地上。

　　我站在铁索桥上，

　　心潮汹涌激荡。

　　头上飘过二郎山的云雾，

　　脚下滚着大渡河的白浪。

　　啊!

　　在这英雄的土地上，

　　我要高声歌唱!

**最伤感的诗歌朗诵 篇11**

　　生命之歌

　　作者：traveller

　　(一)

　　还有什么?

　　命运你还给我安排下什么?

　　你对我的考验已太多太多。

　　我一而再，再而三地沉沦堕落。

　　生活，这就是我的生活。

　　堕落，堕落，我似又在渴盼着什么。

　　渴盼着神在碧空中，垂下拯救我的手?

　　身陷泥沼，却依然坚定地仰望星空。

　　生活的欺骗，理想的幻灭，无助与伤痛，

　　日日夜夜，备受折磨。

　　躁郁难安，没有尽头。

　　上穷碧落下黄泉，也只能这样。

　　奔跑，狂吼，酒精，女人。

　　如果这些能够宣泄苦闷，

　　也只是暂时麻痹狂躁的灵魂。

　　走吧，走吧——离开那些幻想。

　　幻想，让我生不如死。

　　幻想，让我每天不断地重复从高空坠入地狱。

　　为何要堕落，为何要这样自我折磨。

　　因为使命，出生的任务。

　　我为此而来。

　　黑暗中，最深最深的黑暗之中，

　　我把心交给恶魔。

　　听从他的言语，让我颠沛流离。

　　如若邪恶的游魂，飘荡在地狱边缘。

　　恶，如果你这样称我。

　　是的，我在流血，用生命和血泪，净化我爱的世界。

　　恶，如果你这样称我。

　　在地狱，又何妨。

　　我在黑暗最深处，找到自己的光。

　　那一束光。

　　圣洁的光，本来的光。

　　她和死亡，我的母亲，唯一实在的归宿，掩埋我，覆盖我，融化我。

　　让我在伟大的死亡里，永享安详。

**最伤感的诗歌朗诵 篇12**

　　我走的时候

　　噙一眶泪水

　　没有回头

　　没有敢回头

　　我知道那不经意的回首

　　会让你的不经意的眼神

　　辛酸的笑容将我挽留

　　我知道

　　你脸上一定挂着微笑

　　可你的心在流泪啊，妈妈

　　儿心里明白

　　你只说了句：去吧，孩子

　　倦子归时，妈妈等你

　　我走了，妈妈

　　我走的时候

　　噙一眶泪水

　　没有敢回头

　　当我转过门前的那片枫林

　　你看不见我了

　　当枫林那湿湿的泪雨从心里流出

　　你看不见我了

　　只是啊，妈妈

　　我再不能抑制，再难止住如线的泪水

　　我回头了，妈妈

　　我才敢回头

　　我还是回了头

　　尽管泪眼看不见黄土

**最伤感的诗歌朗诵 篇13**

　　《我会永远爱你，母校》

　　每天把你的名字挂在胸前

　　我能感受到你博大的爱

　　你永远是我的一片森林

　　我是一粒微小的种子

　　我的思想在你的呵护中发芽

　　每次仰望你的时候

　　你的肩膀就像一座木头房子

　　容纳了蓝天和白云

　　我曾想象我们能永远站在一起

　　所有美丽的清晨和夜晚

　　在你的脚下默默地醒来睡去

　　直到今天

　　我长成了一颗会移动的树

　　重温那些你给我的爱

　　我才要像你一样

　　在岁月的风雨中

　　随意站在人生的某个角落

　　形成一片绿色的荫蔽

**最伤感的诗歌朗诵 篇14**

　　《梦想》

　　梦想，似一个游子

　　无论飘泊多少年

　　总想叶落归根，让魂归故里

　　尽管

　　多少个白天默默无语

　　多少次夜里声声叹息

　　梦想，似一个少女

　　羞涩，羞涩得难以启齿

　　总想变成天使，再碰到王子

　　尽管没有那一双趐

　　也不知王孑在哪里

　　梦想，似一个孩子

　　玩皮得很

　　说来就来，说去就去

　　也任性得很

　　说要就要，说弃就弃

　　梦想，似一个老者

　　夕阳下蹒跚

　　一滴浊泪

　　在绉纹的深壑里

　　左拐右转，不肯离去

**最伤感的诗歌朗诵 篇15**

　　夜的黑，念的殇

　　清瘦的雨点敲击冷窗

　　敞开思的门楣

　　梦舞离殇

　　凝眸夜的念想

　　幽幽哀怨

　　眼波流转

　　一片凄凉

　　彼岸花，开彼岸

　　花叶永世不相见

　　三生石上清泪滴滴

　　晶莹着前世的眷恋

　　映衬着今生的无奈

　　站在梦的渡口

　　聆听光阴的歌唱

　　流年如水

　　遥遥无期

　　相见何年

　　夜色浓墨

　　一眼无边

　　馥郁桂香随风袅袅

　　只是不见了你的容颜

　　时光无语

　　光阴似箭

　　凋零了谁的嫣然

　　憔悴了谁的容颜

　　菩提树下

　　花雨凄然

　　夜色苍茫

　　梦落离殇在时光无涯的荒野里

　　你、我

　　相遇在这些柔美的文字里

　　温婉如无限生长的藤蔓

　　漫过你美丽的领域

　　丰盈我干涸的心田

　　遇见是一场美丽的意外

　　仰望蔚蓝的天空

　　心生苍远

　　抖落一路的尘埃

　　你以翠色连波的柔情揽我入怀

　　霎时

　　红尘已在千里之外

　　循着心中潺潺的水声

　　我敞开心灵，伸出双手

　　将碧绿的水波收敛

　　粼粼碧水潋滟了你我的双眼

　　灯下独坐

　　时光，竟是如此得静美

　　流连缱绻在你的小令里

　　轻轻捕捉那丝丝缕缕的墨香

　　倾听你的心音

　　透过前世

　　浸润今生

　　熏香一帘幽梦

　　你一直在我的思恋里

　　站成一棵微笑的樱花树

　　一路纷纷扬扬飘洒着花雨

　　携着爱走过日月星辰

　　走过芳菲烂漫的日子

　　等待

　　是十里烟波

　　灯火阑珊是你

　　等待

　　是缤纷花语

　　声声缠绵是你

　　是你，是你，全是你

**最伤感的诗歌朗诵 篇16**

　　春色撕了谁的心，

　　捎回了暖意。

　　俏乖的归雁，

　　落在谁家的屋脊。

　　满园杏枝探出了新绿，

　　包裹着粉红色的蕊蕾。

　　浅水里跳嚣的游鱼，

　　竟然与钓钩玩起了游戏。

　　春风搅了夏的梦，

　　便扰了静谧。

　　蛙知会了蛐，

　　轮番着唏嘘。

　　淋湿了衣衫的斜雨，

　　散杂着眼眸的泪滴。

　　摇扇凉了谁的心扉，

　　白发染了谁的额眉。

　　秋叶惹了冬的白，

　　整理出回忆。

　　年迈的耕牛，

　　默默地丈量着大地。

　　静静地聆听大自然的神曲，

　　犹如谱出一首首高亢的旋律。

**最伤感的诗歌朗诵 篇17**

　　一面之缘

　　在那漆黑的夜里

　　他遇到了她

　　那是永生的相会

　　没有任何的约定

　　没有谁刻意去为它铺路

　　她的一笑

　　便一生圈住了他

　　如果我爱你

　　绝不像攀援的凌霄花

　　借你的高枝炫耀自己

　　我如果爱你——

　　绝不学痴情的鸟儿

　　为绿荫重复单调的歌曲

　　也不止像泉源

　　常年送来清凉的慰藉

　　也不止像险峰

　　增加你的高度

　　衬托你的威仪

　　甚至日光

　　甚至春雨

　　不 这些都还不够

　　我必须是你近旁的一株木棉

　　作为树的形象和你站在一起

　　根 紧握在地下

　　叶 相触在云里

　　每一阵风过

　　我们都相互致意

　　但没有人

　　听懂我们的言语

　　你有你的铜枝铁干

　　像刀 像剑

　　也像戟

　　我有我的红硕花朵

　　像沉重的叹息

　　又像英勇的火炬

　　我们分担寒潮 风雷 霹雳

　　我们共享雾霭流岚 虹霓

　　仿佛永远分离

　　却又终身相依

　　这才是伟大的爱情

　　坚贞就在这里

　　不仅爱你伟岸的身躯

　　也爱你坚持的位置 脚下的土地

**最伤感的诗歌朗诵 篇18**

　　孩子，戴上这顶斗笠，

　　你便把故乡戴在头顶，

　　走到哪里，你都是故乡的一朵蘑菇，

　　娘在梦里也能看见你挺直的身影。

　　孩子，戴上这顶斗笠吧，

　　斗笠里有我编进的鸟鸣，

　　走到哪里，你都能听到故乡的声音，

　　静静的夜晚，鸟鸣会滑进你的梦境。

　　孩子，戴上这顶斗笠吧，

　　让故乡的热土靠近你的心胸，

　　走到哪里，你都能感到故乡的温暖，

　　寒流侵袭的冬夜也会有春意融融。

　　孩子，戴上这顶斗笠吧，

　　让这朵故乡的花儿伴你在闹市漫步，

　　走到哪里，你都能闻到故乡的芬芳，

　　让这泥土的芳香飞进城市的每扇窗户。

　　孩子，戴上这顶斗笠，

　　你便把故乡的明月戴在头顶，

　　孩子，它可是娘心头的亮光啊，

　　让它照在你的头顶，成为一盏不熄的灯

**最伤感的诗歌朗诵 篇19**

　　有一种情是

　　前世的一个凝眸

　　今生，依然缱绻着

　　熟悉的味道

　　有一种爱是

　　真挚的约定

　　不离不弃

　　百首相依相牵

　　你是我生命中的

　　那朵雪莲

　　幽幽绽放在

　　云峰之巅

　　那天

　　朝拜圣山

　　你远远地闪着

　　晶莹的光泽

　　灵光拨乱了我

　　心海的漪涟

　　只因偷偷

　　多看了你一眼

　　便一眼万年

　　从此

　　无法忘记你的容颜

　　你

　　是我心中的那朵雪莲

　　盛开在雪峰之巅

　　傲霜斗雪

　　狂风劲雨中的潇洒

　　冰晶世界里的俊俏

　　声声清语是你的爱恋

　　缕缕暗香是你的缠绵

　　冰清玉洁

　　盈盈浅笑于眉间

　　时光温婉

　　春风十里绽放唇边

　　清香余韵

　　熏香烟波浩渺涟涟

　　声声花语

　　幽幽耳畔袅绕绵绵

　　一眸倾心

　　擦肩回盼

　　将深情拥入怀中

　　温馨缠绵

　　绕指香甜

　　总有一份遇见

　　唯美了整个曾经

　　总有一份相逢

　　盛开在生命的笑靥

　　你

　　是我生命中的雪莲

　　娉婷于血脉相牵

　　掬一捧雪白

　　印上唇语的温柔

　　于风花雪月中

　　盈绕着你的圣洁

　　此生有你

　　伊复何求

　　惟愿岁月静好

　　苍天不老

　　你我如影随形

**最伤感的诗歌朗诵 篇20**

　　友情

　　友情

　　一只无价的古色青花，

　　每天小心翼翼的捧在胸前。

　　可是，有一天我失手了，

　　它的遗体，

　　凌乱的堆在墙角。

　　我试图重新把它拼接起来，

　　却被尖锐的碎瓷片，

　　刺破了手指，

　　流下大片大片的殷红。

**最伤感的诗歌朗诵 篇21**

　　爱情用诗歌供养

　　作者：汪旭明

　　(一)

　　该以怎样的心境

　　将爱情用诗歌供养

　　用月光如水的思念，来将北国浸染

　　红枫林的秋天，一阕浓情站在诗歌的渡口

　　目光远去，却逃不过你匆忙的身影，逃不过

　　泪水下落的地点，坐标在一月前行

　　等你的双手抚摸麻木的表情

　　将浪漫放在纸上穿行，透过沉默的肌肤

　　仰视风雪的俏丽，看到烦恼的颜色

　　直至炉火旁一副眼镜在自言自语

　　路途逐渐扶正，乡音载不动行走的脚步

　　托不起从脸庞滑落的河流

　　凿开一腔春水，明媚在风雪

　　未能抵达的地方盛开，在一纸信笺上

　　开放成永恒的标本

　　发出微笑的苦涩与手指的叹息

　　那些倒下来的阳光，尘埃用泥土掩盖真相

　　用所有人的清贫铸造梦想

　　高喊——南方、南方

　　南下的火车在这个月份跌倒

　　带着一首诗的眷恋，躲进山谷

　　轨道开始扑朔迷离

　　悲悯的语丝随意丢弃路边

　　他们，是没有灵魂的

**最伤感的诗歌朗诵 篇22**

　　蜡烛旁我凝蜡而思

　　微风轻轻吹进窗里

　　火苗忽左忽右飘摇

　　我的心也似那跳动的火苗

　　不安的忽左思忽右想

　　漆黑的夜晚我坐在火苗旁

　　火苗映着我苍白的面颊

　　不再叹息不再去回味

　　仰头望天空星光灿烂

　　哦要着

　　前面还有道路等着你去探索

　　不要象风中的火苗摇摆不定

　　沉着气面对现实

　　在要被缥缈的雾气迷惑你的视野

　　雾气虽然是美丽的但却是虚无的……

**最伤感的诗歌朗诵 篇23**

　　遇见爱情

　　作者：zhulianlei

　　两个人

　　究竟要经历多少人

　　才能够遇见

　　究竟要经历多少事

　　才能够最终走到一起

　　为什么我们不好好珍惜眼前的人

　　却因为种种现实的因素

　　为选择了放弃。

　　究竟什么才叫爱

　　此时此刻

　　我感觉我的人生有点小小的失败

　　为什么我的感情总是经历不起一点点波折

　　是我不够帅气、多金

　　不够甜言蜜语、浪漫

　　还是不够执着、认真

　　为什么

　　最后的最后

　　带来的总是伤痕

**最伤感的诗歌朗诵 篇24**

　　母亲就如春天的天使，

　　送来了温暖的春风，

　　带来了如丝的小雨，

　　吹进孩子的心灵，

　　了解孩子的需要，

　　这位慈爱的天使，

　　照顾孩童的生活，

　　保护孩童的安全，

　　付出了一切，

　　尽管我们再怎麽的坏，

　　母亲这个天使，

　　仍然拥有海般的度量，

　　来宽容我们。

　　妈妈的爱像块糖

　　妈妈的爱，

　　就像块糖，

　　包在唠叨里，

　　藏在责骂里，

　　让我东找西找，

　　直到我懂事，

　　才找到。

**最伤感的诗歌朗诵 篇25**

　　盛世新年，福满华夏

　　作者：松竹梅兰

　　零点的钟声响彻天涯，

　　新年的脚步正点到达

　　烟花辞去难忘的岁月

　　爆竹迎来崭新的年华

　　一生幸福 三阳开泰

　　四季平安 五福临门

　　六六大顺 九九同心

　　十全十美 恭喜发财

　　一句句恭贺送到千万家

　　这是盛世的新年

　　福满中华

　　欢庆的锣鼓振奋亿万家

　　脚步铿锵大步跨

　　沿着的指引

　　在神州大地上尽情敲打

　　欢乐的节日没有时差

　　华人的心愿尽情的表达

　　美酒喝来团圆的喜悦

　　饺子包出自豪的华夏

**最伤感的诗歌朗诵 篇26**

　　1. 选材：根据自己的性格和朗诵风格来选定。一般情况来说，主题欢快和豪迈的材料不如悲伤的材料感染人，除非你的朗诵功底很棒。能把高兴的材料朗诵得深入人心的人，一般都是有实力的人;

　　2. 感情：感情要真挚，假装的感情容易被评委看出来。如果不能打动自己，那明显也很难打动别人，一般来说，当朗诵情感悲伤的材料时，朗诵者能读出眼泪那就基本成功了。动作：有的人习惯在朗诵的时候加上自己的动作，以此感染观众，但是有的人不习惯。这里切记，如果要加动作，那么动作不宜过多，干净利落最好。如果不加动作，那就站好，做到站如松，背一定要挺拔，被别人传递一种自信和正气;

　　3. 眼神交流：上台之后注意和评委有一个面带笑容的对视，不要太僵硬了，因为将心比心，评为一般都欣赏能够和自己互动的选手。如果不够自信大胆，就不要有这一步，可以选择看着舞台中后方的局部区域，这样目光也不至于涣散;

　　4. 创新：不要辅助表演抢了诵读的风头，另外，所加的创新内容要与诵读的主题相关，不然会显得突兀和不得体;

　　5. 停顿：这是一个体现朗诵水平的基本功，一篇材料一般是通过停顿来体现情感波动的，断句要合理，停顿要干脆，情感起伏要明显;

　　6. 表情：这很好理解，到了一篇材料的悲伤部分，我们不可能还挂着笑容吧，有一种情况，就是你在诉说别人的伤感，然后可以带着激励观众的情绪挂着淡淡的微笑，但此刻你的眼神流露的是悲伤，所以，当不能用朗诵技巧感染别人的时候，就用表情是告诉他你在抒发什么情绪;

　　7. 脱稿：上台就不应该带稿子，因为到时候你会看到别人也没有带稿子，你不要去钻牛角尖说央视春晚的朗诵是带了稿件和文件夹的，换位思考，试想评委会更加认可脱稿的还是带稿上场的;

　　8. 上台：上台时要斜着头看着观众上场，同时面带浅浅的微笑，做到有礼有节;

　　9. 普通话：如果普通话水平不过关，那只能临时抱佛脚，把所朗读材料的每一个字音标出来，用大量的时间来练习本材料的内容，其实普通话是一个硬伤，如果这块有问题，那参赛心态就要调整好，重在参与嘛;

　　10. 模仿意识：如果你所诵读的内容正好网上有著名主播的诵读版本，一定要去找来看看，学学别人是怎么把握情感和断句的。

**最伤感的诗歌朗诵 篇27**

　　《大海》

　　戈麦

　　我没有阅读过大海的书稿

　　在梦里我翻看着毫洋各招待晦暗的笔记

　　我没有遇见大海的时辰

　　海水的星星掩着面孔从睡梦中飞过

　　我没有探听过的那一个国度里的业绩

　　当心灵的潮水汹涌汇集明月当空

　　夜晚走回恋人的身边

　　在你神秘的岸边徐步逡巡

　　大海我没有缔听过你洪亮的涛声

　　那飞跃万代的红铜

　　我没有见过你丝绸般浩淼的面孔

　　山一样、耸立的波浪

　　可是当我生命的晦冥时刻到来的时候

　　我来到你的近旁

　　黄沙掠走阳光乌云滚过大地

　　那是我不明不暗的前生它早已到达

**最伤感的诗歌朗诵 篇28**

　　给妻子

　　作者：雁宇

　　在那个多雪的冬天

　　你和一朵雪花飘来

　　打开那封美丽的宣言

　　一颗温馨种进了心田

　　沐浴风雨

　　采集阳光

　　承接露珠

　　一粒茎叶

　　悄悄地顶出了荒芜的地面

　　从此与你执手相伴

　　穿过大江南北

　　流浪海角天涯

　　从未有过片刻的分离

　　徨惑时

　　你是支撑我唯一的信念

　　我常常记住你淡然的微笑

　　大海般宽阔的胸怀

　　追求智慧的脚步

　　勇往直前的面对

　　有了你

　　我漂泊的生活不再孤寂

　　回首走过的来径

　　带给你太少的微笑和阳光

　　面对最初的承诺

　　我只有一个空空的愧疚

　　多想为你写首诗

　　像一枝玲珑剔透的白色花

　　开放在你和我的每个日子里

　　让你露出一丝惊喜的神情

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找