# 心灵广播稿(汇总12篇)

作者：晨曦微凉 更新时间：2024-03-26

*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？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。心灵广播稿篇一六年级“放飞心灵快乐相*

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？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

**心灵广播稿篇一**

六年级“放飞心灵快乐相随”心理健康教育活动月活动总结十二月份，六年级以“放飞心灵、快乐相随”为主题，开展了心理健康活动月系列活动。助学生学会正确认识自我和周围世界，摆脱不良心态，与同学、老师、父母融洽相处，培养学生的参与意识和乐观向上的心理品质，使学生拥有健全的人格，更好地投入到学习和生活中去。

活动期间，六年级在教学楼各层楼道上贴上各种心理健康宣传标语，内容涉及生命教育、学习心理、情绪调节、自我认识，营造了良好的活动氛围。

12月8日早晨，六年级开展了“放飞心灵快乐相随”心理健康月启动暨主题晨会。下午班队会召开“放飞心灵快乐相随”心理健康月启动暨主题班队会。

12月21日上午，我年级国家二级心理咨询师教师李巧莲参加丰南区心理优质课现场比赛。在李老师的带领下孩子们共同徜徉在心理学的殿堂，探索其奥秘，领略其风采，深深沉醉于其中。

12月21日，六年级学生借助学校进行的长跑竞赛，开展的“你追我赶”长跑竞技训练等活动。活动给学生带来了很多快乐，同时能有效提高班级凝聚力。

心理辅导活动，让辛勤工作的老师们能停下匆忙的脚步，彻底放松自己，经历一次心灵的成长。

在本月，结合德育处环保倡议，六年级召开“争做环保小卫士”主题教育，结合家长撰写“家庭环保倡议”，班级开展“争做环保小卫士”签名活动，制作环保小报，活动的开展进一步增强了学生、家长的环保意识。

一个月的心理健康活动接近尾声了，学生们认识到心理健康的重要性，心理素质也得到了进一步的提升，并懂得了要在快乐中学习，在快乐中成长。

**心灵广播稿篇二**

阳光心灵广播稿【1】

心灵是打开窗的一道钥匙。只有用那把钥匙才能让你看到外面的世界，感受那温暖的阳光。

我们无需去掩盖心灵上的丑陋，我们无需去遮盖心灵上的不足，我们可以抛弃一切心灵的掩饰。用手在心灵的轨道上洒下无数亮点，让五彩缤纷的光照亮心灵的暗处，填补心灵的空白，让无数的光芒点燃心灵的世界。

或许，我们可以亲手推翻那堵高墙，但便可以重新架起一座心灵的桥，只要你用一颗透明的心去理解别人，理解自己，它便会姗姗而至，让你有勇气去推翻那扇虚掩的门，退去的是黑暗，迎接的是曙光，你不必去经历那狂风暴雨，便可看到世界的彩虹。轻轻地迈出一步，它便会带着你踏上那心灵的彩虹。让你快乐地奔跑着，在绚烂的阳光下，飘然而起，在彩虹瑰丽的影子上，留下美好的回忆。

人生如梦。让我们打开心灵之窗，去观那黎明中金色的光芒，让彩虹像一面旗帜树立在我们心中。

你的微笑是一缕阳光【2】

每当我踏进我们的中心大厅,我就被一种亲切而温馨明亮而轻松的氛围所感染,因为我总是看到一张张微笑的脸.从我们的领导到每一位工作人员,总是把微笑挂在脸上.你的微笑是一缕阳光,这是我发自内心的一种感受,也是每一位前来我们大厅办事的客户的一种真实感受.

用亲切而文明的语言,用便利而快捷的行动,用热情和微笑为每一位客户服务.从我们大厅创办的第一天开始,我们的每一位工作人员始终如一的用自己的实际行为和真情微笑,提升了我们的服务水平,展示了我们的文明行象,赢得了客户和社会的一致好评和赞誉,为市委市政府增了光添了彩.

我们的中心大厅是一个代表政府为人民群众服务办事的场所.微笑服务是我们的一项工作要求,一直在服务中被列为首位,“服务”英语译为service,其中的每一个字母都代表了服务的不同内涵,而它的开头字母s代表smile,就是微笑.

微笑是一种真实情感,发自内心的欢愉体现,是一种富有感染力的表情,他如一缕阳光,能躯散心中的乌云.微笑是一个人文化素养和品质修养的外在表现,微笑是一个人热爱本职工作勤奋敬业的一种表现,作为我们代表党和政府直接与人民群众接触的工作人员来说,微笑是我们工作和服务的前提条件和内在要求.一位第一次来我们这儿办证的大嫂说：我来之前,我很紧张,还有许多顾虑,当我看到工作人员对我微笑时,我的心情一下轻松了许多.

你的微笑是一缕阳光,她是健康和美好的阳光,美化和净化了我们的心灵和思想的环境.

你的微笑是一缕阳光,她是关爱和尊重的阳光,和谐和融洽了我们的行政执法环境.

你的微笑是一缕阳光,她是公开和透明的阳光,优化和提升了我们的经济发展环境.

让我们每个人,每天都面带微笑,微笑着面对我们的客户,你会觉得工作很愉快,心情很轻松,把团结和友爱、把关心和温暖散发,我们的中心大厅就永远温謦,我们的季节就不会有冬天,我们永远是春天,因为你的微笑是一缕阳光.

歌颂阳光散文朗诵稿【3】

新年的天空是一片黑蒙蒙，已经有一个星期没有阳光现身了。可能是过年了，太阳肯定也比较忙吧。

一个特别的早上，那时候正逢初七，一缕阳光从窗口的缝隙里斜射进来，不知道怎么回事，总觉得这缕阳光格外珍贵。这是我今年看到的第一缕阳光，格外温暖，格外新鲜。

我赶紧穿上外衣跑到路边迎接新年的阳光。

阳光，这充满希望的阳光。

**心灵广播稿篇三**

甲：广播世界，精彩无限，

乙：广播世界，精彩无限。

合：xx小学红领巾广播站现在开始广播

甲：老师、同学们，下午好。

我是班的，

我是班的。

合：本期节目由我们共同为您主持。

甲：今天的广播是一期以心灵驿站为专题的节目。

乙：是的!我们《心灵驿站》广播节目的又和大家见面了，我们的口号是:

(甲乙齐)：“有了烦恼不用愁，听听广播能解忧。

甲：近来有许多同学向我们心灵驿站信箱投稿了，这儿很谢谢同学们对心灵驿站辅导老师们的信任。有不少同学向我们诉说了你们在生活、学习当中的遇到的烦恼及困惑，我们将在本栏目中对您提出的.问题进行解答。

就因为这个原因，尽管小明在班里成绩不错，可同学们都不愿意和他一起玩，竞选班干部时也不选他。小明很苦恼希望得到老师你帮助。

乙：估且不论家长这种行为的对与错，关键是我们的小天使们以后该如何正确对待在人生道路上的种种竞争与合作呢?下面听听我们辅导老师的回复吧：

甲：老师a:：竞争可使人对活动产生浓厚的兴趣，克服困难的意志更加坚定，争取优胜的信念更加坚强。为了取得竞争的胜利，关键是要树立一种积极的心态，充分发挥自己的潜能。因此，正确的竞争首先是和自己比较，和自己竞争。要学会对自己进行前后的比较，看看自己哪些方面比以前有进步了，哪些方面比以前退步了，时刻反省，及时改进。如果只盯着过高目标，或在自己不擅长的领域也想短时间内超过别人，就不可避免地会受挫，自寻烦恼。

乙：老师b：:在竞争中，没有常胜将军，因此，要正确对待挫折，不要受挫了，就一蹶不振，破罐了破摔，或怨天尤人，而要树立一种平常心，胜不骄，败不馁，当别人超过自己时，要及时找也不足，补缺补漏，迎头赶上才是良策。须知“没有对手的英雄也是可怜的”所以小明尽管小明在班里成绩不错，可当遇到竞争对手时就去找这些同学的缺点，然后抓住机会对这些同学进行冷嘲热讽，是要改正的。

甲：老师c：还要认识到这个世界上除了竞争外，还要有友好的的合作关系。唯有竞争没有合作只能造成孤立，小明同学在竞争与合作中不能做到友好，这样就带来与同学关系的紧张，给自己也增添了许多的烦恼，我们真心希望小明有个良好的心态：学会和同学公平竞争、学会和同学友好合作，他的快乐也将随之而来。我们祝愿小明同学早日走出苦恼，天天快乐!

乙：亲爱的同学们，我们衷心地祝愿：“心灵驿站”节目能成为你的良师益友，愿它能带走你所有的烦恼，为你带去无尽的欢乐;愿它能给你留下美好的回忆，伴随你度过金色的童年。为了使它办得更好，也真诚地希望老师和同学们能给我们提出宝贵的意见和建议，我们“心灵驿站”信箱继续欢迎全校同学的来稿。我们将表示衷心的感谢。心灵驿站——我们大家的朋友，让我们一起来关心它吧!

**心灵广播稿篇四**

生活，总被烦恼充斥着。

如同感冒，令人头疼。

在不同的时期，烦恼便呈不同形态。

当处无知时，便有因无知而产生的烦恼。

当处奋进时，便有因奋进而产生的`烦恼。

有面临夫妻问题的烦恼，

有面临父母问题的烦恼，

亦有面临子女问题的烦恼。

烦恼无关大小，人心总在其中遭试炼。

有在烦恼面前借酒消愁，

有在烦恼面前痛哭流涕，

甚有因烦恼不得排解，

而行极端举动。

俯观天地之间，人何其渺小。

然烦恼缘何如此之甚。

唯愿如胎死腹中之婴儿，

又愿如一觉睡下不复醒来。

或如天上飞鸟安然飞去，

又愿如地开口将之隐藏。

或装疯卖傻，

谁解其心中苦闷。

或假装清高，

谁解其心中寂寥。

生有一世，烦恼有一世。

然欢乐何其短，愉悦何其飞逝。

人生有坎，亦有平地。

坎亦何多，平地何其少。

故临坎心悲，履平地心畅然。

言来言去，千言万语，

道不尽，是烦恼。

愿一生烦恼，一生好走。

**心灵广播稿篇五**

（齐）亲爱的老师、同学们，大家早上好！“心灵之窗”心理广播现在开始啦！今天我们给大家带来了两个小故事。

首先请听：《每一朵花都是美丽的》

纽约市一家中学为了给贫困学生募捐，决定排演一出名为《圣诞前夜的话剧》。9岁的凯瑟琳很幸运被老师选中扮演剧中的公主。接连几周，母亲都煞费苦心地跟她一起练习台词。可是，无论她在家里表现得多么自如，一站到舞台上，她头脑里的词句就全都无影无踪了。

最后，老师只好让别人替换了她。老师告诉凯瑟琳，她为这出戏补写了一个道白者的角色，请她调换一下角色。虽然她的话挺亲切婉转，但还是深深地刺痛了凯瑟琳――尤其是看到自己的角色让给另一个女孩的时候。

那天回家吃午饭时，凯瑟琳没把发生的事情告诉母亲。然而，细心的母亲却觉察到了她的不安，没有再提议练台词，而是问她是否想到院子里走走。

那是一个明媚的春日，棚架上的蔷薇藤正泛出亮丽的新绿。凯瑟琳无意中瞥见母亲在一棵蒲公英前弯下腰。“我想我得把这些杂草统统拔掉。”她说着，用力将它连根拔起。“从现在起，咱们这庭园里就只有蔷薇了。”

“可我喜欢蒲公英，”凯瑟琳抗议道，“所有的花儿都是美丽的，哪怕是蒲公英!”

母亲微笑着打量着她。“对呀，每一朵花儿都以自己的风姿给人愉悦，不是吗?”她若有所思地说。

凯瑟琳点点头，高兴自己战胜了母亲。

“对人来说也是如此。”母亲又补充道，“不可能人人都当公主，但那并不值得羞愧。”

凯瑟琳想母亲猜到了自己的痛苦，她一边告诉母亲发生了什么事，一边失声哭泣起来。

母亲听后释然一笑。

“但是，你将成为一个出色的道白者。”母亲说，并提醒凯瑟琳是如何爱朗读故事给自己听的。“道白者的角色跟公主的角色一样重要。”

我给大家带来的是：《诗人与钟表匠》

年轻的诗人从来不怀疑自己的创作才华。于是，他去向父亲的朋友――一位老钟表匠请教。

老人从柜子里拿出一个小盒，把它打开，取出了一只式样特别精美的金壳怀表。这只怀表不仅式样精美，更奇异的是，它能清楚地显示出星象的运行、大海的潮汛，还能准确地标明月份和日期。这简直是一只“魔表”，世上到哪儿去找呀?诗人爱不释手。他很想买下这个“宝贝”，就开口问表的价钱。老人微笑了一下，只要求用这“宝贝”，换下青年手上的那只普普通通的表。

诗人对这块表真是珍爱之极，吃饭、走路、睡觉都戴着它。可是，不久他到老钟表匠那儿要求换回自己原来的那块普通的手表。老钟表匠故作惊奇，问他对这样珍异的怀表还有什么感到不满意。

青年诗人遗憾地说：“它不会指示时间，可表本来就是用来指示时间的。我戴着它不知道时间，要它还有什么用处呢?有谁会来问我大海的潮汛和星象的运行呢?这表对我实在没有什么用处。”

老钟表匠微微一笑，把表往桌上一放，拿起了这位青年诗人的诗集，意味深长地说：“年轻的朋友，让我们努力干好各自的事业吧。你应该记住：怎样给人们带来用处。”

诗人这时才恍然大悟，从心底里明白了这句话的深刻含义。

同学们，听了以上两个故事，我们应该领悟到：人生的精彩不在于你做什么，而在于你是否能够成为一个有用的人，并为自己的存在而骄傲。被人们认为迄今为止最有智慧的人的杰出代表――爱因斯坦，曾告诉我们：“不要努力去做一个成功的人，而是要努力去做一个有价值的人。”他不仅为我们指明了一个人生发展的取向，而且也教会了我们一种正确对待人生的方式。

本期的心理广播到此结束，谢谢收听，下期节目再见！

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

**心灵广播稿篇六**

给你的世界奏一曲动听的欢歌

这里是心灵驿站广播栏目

同学们，下午好！伴随着轻松愉快的音乐，让我们好好地享受美味的心灵鸡汤吧！

音乐（03—track04—track）

心灵鸡汤：靠自己

快乐靠自己，没有谁能够同情和分担你的悲切；坚强靠自己，没有谁会怜憫你的懦弱；努力靠自己，没有谁会陪你原地停留；珍惜靠自己，别人也不愿意挥霍自己的青春；执着靠自己，没有谁会与你共同进退；一路走过靠自己，没有谁能够一直陪你走到底。

今天和大家谈的主题是习惯的问题

俗话说命好不如习惯好

命好一般是指出身较好、条件优越、根基扎实、受老天爷眷顾的人，可谓占尽天时、地利、人和诸因素。命好的人是有的，但相对较少，也非一成不变。熟话说：三分天注定，七分靠打拼。人若完全依赖命好，终究是靠不住的。

就算命好是先天决定，那习惯便是后天形成。习惯有更多的人为因素，习惯一旦形成，便有一种巨大的力量，即习惯势力。好习惯与坏习惯一样，都会对人的一生产生积极或消极的作用。

19xx年2月，一群民族狂热分子炸毁了法国布列塔尼半岛218米高的电视塔，等电视塔重新建好的时候，足足用了一年时间。虽然半岛雨多雾浓，气候恶劣，但人们无法忍受没有电视的寂寞，一改过去在家享受舒服室内空气的习惯，纷纷走出户外玩耍、交流，逐步养成了外出走走看看、锻炼身体的习惯。结果，第二年春天，半岛上的人们，特别是儿童患感冒和肺炎的人数，比往年大为减少，居民体质显著增强。

人心不足蛇吞象，贪欲过重反受害。正如《伊索寓言》所说：有些人因为习惯贪欲，想得到更多的东西，却把现在所有的也失掉了。俄国伟大作家托尔斯泰讲过一个故事：一个人想得到一块土地，地主对他说，你从这里往外跑，跑一段就插个旗杆，只要在太阳落山前赶回来，插上旗杆的地方都给你。那个人就不要命地跑，太阳偏西了，还不知足，好在太阳落山之前，他跑回来了，可浑身精疲力竭，摔了个跟头就再也没起来。随后有人挖了个坑，就地埋了他。牧师在给他做祷告时说：一个人要多少土地呢？就这么大。这个故事，发人深思。贪欲之心，人皆有之；养成恶习，自食恶果。

古人云：境由心造，相由心生。人们的想法指引人们的行为，行为养成习惯，习惯生成性格，性格决定命运，命运影响人生。命好固然重要，但常人难以企及，不可奢求；而习惯更应该重视，好习惯事在人为，全凭自己，贵在养成自然。一句好：命好不如习惯好。拥有好习惯，万事皆可成，成功者坚信命运掌握在自己的手中。

英国铁娘子撒切尔夫人，出生于20世纪30年代英国一个不出名的小镇，小时候，父母对她严格要求，无论做什么事情都要力争一流，永远走在别人前面。即使坐公交车，也要坐在最前排。就因为从小养成了永远坐在前排的习惯，才培养出了她积极向上的决心和勇气。正是这种良好的习惯，使她成为英国乃至欧洲政坛一颗璀璨的明星。

生活中的好习惯，比比皆是。比如：诚实守信、热爱学习、善于思考、勤奋刻苦、坚持锻炼、谦虚谨慎、乐于助人、勇于负责、不断进取、虚怀若谷、雷厉风行、开拓创新、英明果断、全力以赴等等，有些习惯甚至成为人们的一种品德。伟大的发明家爱迪生一生有1093项发明，不愧为天才发明家，然而，他却把自己的成就归功于热爱学习、勤于思考的好习惯。他说：缺少思考习惯的人，其实错过了生活中最大的快乐。

好习惯人人喜欢，可就是难以坚持；坏习惯让人唾弃，但总是容易形成，且有时根深蒂固，不易根除。生活中的坏习惯，也处处存在，比如：不守信用、游手好闲、办事拖拉、夸夸其谈、害怕吃苦、推脱责任、不讲卫生、爱找借口、不爱运动、沉迷游戏、抽烟酗酒、心胸狭隘、贪婪狂妄等等。

美国西点军校，有一个悠久传统和良好的习惯，就是千万别找借口。学员遇到军官问话时，只能有四种回答：报告长官，是、报告长官，不是、报告长官，不知道、报告长官，没有任何借口。除此之外，别无他言。这就是西点军校的作风和习惯。然而，生活中很多人出了问题时，不去检讨自己，除了借口，还是借口。

穷人习惯于生活在梦幻之中，也习惯了贫穷。一个富人可怜一个穷人，就送给了他一头牛，希望他好好劳动，摆脱贫穷。穷人开始满怀信心，可没过几天，牛要吃草，人要吃饭，日子比过去还难，于是决定卖了牛，换回几只羊，先杀一只吃，剩下还可以生小羊。可吃了一只羊后，小羊迟迟没有生下来，日子依然艰难。心想不如把羊卖了，换成鸡，鸡下蛋也许快些，日子可以快点好转。可没过多久，日子又艰难了，穷人又忍不住杀鸡，终于杀到只剩一只鸡时，理想彻底崩溃。他想，致富是无望了，还不如卖了鸡，打一壶老酒，逍遥下肚，万事不愁。第二年春天，当富人送来种子时，发现穷人正在借酒浇愁，牛早就没了，穷人依旧一贫如洗。很多人就像这个穷人一样，有过梦想，甚至有过机遇（也就是命还不错），也有过行动，但苦于坚持不下去，难于养成好习惯。就这样放弃了成功，走向了失败。

好习惯需要从小养成，并不断保持和强化。1978年，70多位诺贝尔获奖者齐聚巴黎，他们谈论了一个共同的话题是好的习惯帮助他们获得如此巨大的成就。大多数科学家认为，他们终生所学到的最主要的东西，就是小时候家长和老师教给他们的良好习惯。如：不是自己的东西不要拿、东西要摆放整齐、学习要多思考、做了错事要表示歉意、要仔细观察大自然等。

其实，习惯形成也很简单，熟话说：习惯成自然。人的一生就是和习惯相伴随的一生。江山易改，秉性难移。好习惯、坏习惯一旦形成，好像不被人察觉，反倒觉得本该如此，甚至好坏不分，黑白颠倒。许多人明明知道随地吐痰、随口脏话、乱丢垃圾不好，但就是不以为然，我行我素；明知道讲究卫生、加强学习、锻炼身体、勤俭节约等是好习惯，可就是一曝十寒，不得善终。曾经，一德国商家委托某国企制药厂生产一批药品，当谈判到了尾声，准备最后签合同时，一向认真严谨的德商无意中看到国企老板随地吐了一口痰，然后用脚在地上来回擦了几下。这一不雅的举动，德商默默看在眼里，记在心里。心想一个企业老总如此不讲卫生，员工也会不怎么样，要是药品放在这里生产，卫生质量很可能没有保证。随即终止了与该厂的合作事宜。这就是老板随地吐痰的坏习惯所产生的恶果。

习惯本是心态和行为的产物，有些习惯也随着时代的发展而变化。因社会不断进步，人们的思想、行为各异，因而习惯也千差万别，表现各不相同。无论如何，凡有利于人类自身及事业的发展，促进社会和谐进步的习惯，就是好习惯，反之就是不良的习惯。

总之，好习惯、坏习惯相互纠缠，不断斗争；相互对立，不断转化。命好时，要养成好习惯；命不好时，更需要好习惯。命好不如习惯好。人生结果的好坏是与自身行为、意志力强弱成正比，也与好习惯、坏习惯的多少、强弱成正比。好习惯成就好人生，好习惯成就大未来。相信自己是灵魂的船长、命运的主人；相信养成好习惯，生命从此更精彩，人生将会更辉煌。

音乐《我和你一样》

每一次相聚都是那么短暂

每一次怀想都是那么回味无穷

让我们扬起自信的风帆，在知识的海洋里翱翔，

让我们手牵着手，肩并着肩勇敢向前飞吧。

谢谢大家的收听。

**心灵广播稿篇七**

给你的世界奏一曲动听的欢歌。

这里是心灵驿站广播栏目。

同学们，下午好！伴随着轻松愉快的音乐，让我们好好地享受美味的心灵鸡汤吧！

放音乐

心灵鸡汤：靠自己

快乐靠自己，没有谁能够同情和分担你的悲切；坚强靠自己，没有谁会怜憫你的懦弱；努力靠自己，没有谁会陪你原地停留；珍惜靠自己，别人也不愿意挥霍自己的青春；执着靠自己，没有谁会与你共同进退；一路走过靠自己，没有谁能够一直陪你走到底。

我们“心心灵驿站”广播栏目，欢迎同学们来稿，不管你的故事多么的平常或多么的复杂；不管你的想法多么的幼稚或深沉，希望大家都能敞开心扉！记住来稿可以不记名或用别名，但须注明“心灵驿站”。

如果你对我们的节目有什么建议或看法，同样欢迎来信指教，我们衷心期待着，稿件来信可直接交给心理老师。

每一次相聚都是那么短暂。

每一次怀想都是那么回味无穷。

让我们扬起自信的风帆，在知识的海洋里翱翔，

让我们手牵着手。

肩并着肩勇敢向前飞吧。

谢谢大家的收听。

**心灵广播稿篇八**

b：今天的校园广播由我们来为大家来播音

合：我们是来自六年级一班的

a：刘丹

b：李文聪

a：今天的播音有五个板块。一、讲礼仪，中国是文明古国，有“礼仪之邦”的美称，礼貌待人是中华民族的优良传统。

a：礼貌要怎样培养呢？我们应该在日常生活中，加强学习、努力提高自己的文化水平，增强自己的素质修养。

b：我们中华民族一向被称为“礼仪之邦”，意思是说我们中华民族是一个有礼节、讲道理的高尚民族。

合：别忘了，你是一名少先队员，你是中华民族的一员。

a：二、讲诚信。有人说生命因探索而美丽，因为探索的成功点缀了生命的颜色。

b：有人说生命因拼搏而美丽，因为拼搏的汗水浇灌了生命的花朵，而我们觉得，生命因诚信而美丽。

a：诚信是山，撑起了中华民族优秀的品格。诚信是水，养育了华夏子孙非凡的人格。

b：朋友，请珍惜这份真诚与信任吧，它会让你的生命更美丽。做诚实人，做诚实事。

合：愿每个人的生命因诚信而美丽。

a：三、谈安全。真爱生命，善待自我，筑起思想、行为、生命的安全长城。

b：安全重于泰山，它历来都是个人、家庭、集体、社会最基本的保障。

a：“生命”是一个多么鲜活的词语，“安全”是一个多么古老的话题，“幸福”是一个多么美妙的境界。

b：同学们，一人安全，全家幸福，我们人人讲安全，时时讲安全，事事讲安全。

合：只有这样才能筑起思想、行为和生命的安全长城。

a：四、谈理想。我们撇下无知迎来了属于我们的年少时光，这时光让我们肆无忌惮、怅然释怀。

b：有意义的年少时光对理想的追求，而理想是人生的指示灯，失去了灯的作用，就会失去生活的勇气。

a：因此，只有坚持人生理想，才不会在生活的海洋中迷失方向。

b：前人说的好：“有志之人立长志，无志之人长立志”，同学们，让青春在红旗下继续燃烧。

合：愿每一位少年都怀着自己的理想，在人生的航程上不断乘风破浪，奋勇前进。

a：五、笑话。笑话1，一日风大，自行车倒了一排，只听一同学边扶车边说：“谁的奔驰压了我的宝马”。

b：笑话2，同事在见客户，可能是紧张，一开口便是：“刘先生您好，请问您贵姓？”

a：笑话3，一日，班长通知星期六要做什么事（那周事情多），完了我同桌猛摇我手臂，问我：“星期六是礼拜几？”

合：我们的播音到此结束，感谢大家的收听，再见！

**心灵广播稿篇九**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！清晨温柔的阳光透过绿色的叶子洒向大地，年轮中曾经青涩的时光向未来讲述着美丽的传说。记得奥斯特洛夫斯基的《钢铁是怎样炼成的》这部名著中有这么一段话：“生活赋予我们一种巨大的和无限高贵的礼品，这就是青春。充满着力量，充满着期待的志愿，充满着求知和斗争的志向，充满着希望和信心的青春。”的确如此，青春是人生最美好的季节，是人生最铿锵的篇章，是摧枯拉朽的豪情，是旭日东升力量。青春的我们意气风发，青春的我们敢为人先，青春的我们斗志昂扬。

青春的拼搏是人生一副洒满阳光的风景，是一道转瞬即逝的彩虹，是一首用热情奏响的乐章。所谓“高堂明镜悲白发，朝如青丝暮成雪”，说的就是青春。青春既是一个极具诱惑力的话题，又是一种感觉。于是，诗情画意的梦，天真纯洁的幻想、无忧无虑的日子，构成了一幅美丽的青春画卷。但蓦然回首，你发现在天蓝风轻的春光中，一切都像是透明的，从而感到一种超然的力量在心底爆发，时刻提醒着我们要永远向前。生命易老，时光飞逝，无论失败或是成功，青春的痕迹告诉我们永远努力奋斗。

作为刚踏出校门不久的年轻人，我们双手握着梦想，怀揣着美好的明天，带着年轻人无比的朝气和敢为人先的激情，就这样开始了我们人生的旅途跋涉。不过很幸运，我们成为了热电公司的一分子，在这里我们成长了，将理论知识与实际工作得到了融会贯通，将个人的能力和特点在这个大舞台上得到了充分的展现；在这里我们更加深刻的了解了什么是大家庭，什么是团结协作，什么是自我奉献。来到这里，我们默默地为即墨的热电事业贡献着自己的一点点微薄之力，为即墨的广大老百姓在寒冷的冬天中送去一份温暖和关怀，让自己的一点点光和热去温暖每个人的心灵。

“人过留名，雁过留声”，我们每一个年轻人都非常努力的在自己平凡的岗位上拼搏着，青春就是我们前进的脚印，汗水就是我们奋斗的希望，老百姓的微笑就是我们劳动的成果和工作的动力。作为热电部门的一份子，我们很骄傲，很自豪，但我们不高傲，不狂妄。我们知道自己的渺小和平凡，我们会继续将自己的青春、汗水和智慧在平凡的岗位上奉献着，挥洒着，创新着……至少让别人知道我们曾经在这里流过汗，出过力，作为新世纪的年轻人我们要让这短暂的青春化作永恒的记忆，让这寒冷了冬天也有一分暖意在心中，让即墨热电，情暖万家！

拥有拼搏的青春，就应该拥有春的幢憬、夏的蓬勃、秋的浪漫、冬的深刻。因为我们年轻，所以我们富有，因为我们年轻，所有我们不怕失败，因为我们年轻，所以我们用拼搏描绘明天。学习在暴风骤雨中奋力搏击的海燕吧……热电的广大年轻朋友们，让我们高举热电的旗帜，继承前人开创的伟大事业，借着改革开放的东风，尽情挥洒青春的激情吧！让我们的青春之火，在21世纪的挑战中闪光；让我们的赤诚之心，在自己的平凡的岗位上闪耀夺目的光彩。

**心灵广播稿篇十**

生活，是点点滴滴加琐碎，生活，是磕磕碰碰才平安，人生，是悲悲喜喜的苦和甜，人生，是坎坎坷坷前行路，人的一生，成就了别人，坚强了自己，活着，都是为了追求幸福，累，是想日子过的轻松，无累哪来财富，痛，是想日子过得开心，无痛何来美好，岁月，以它流转的速度，更替着季节，季节，以它飘逸的姿态，轻盈着过往，人生，退无可退避无可避，我们只能一路向前，要懂得，随遇而安，遇事而淡，若支撑不住了，就为自己谱一首心曲，唱给坚强的自己，。

人生如河，苦是转弯，人生如叶，苦是漂泊，人生如戏，苦是相遇，思量和抉择，得到和失去，要拿得起，要放得下，平和的心态，平淡的活法，才是让心情走向绿洲的法宝，人生如戏，但戏不是人生，虽然，每个人都有自己的剧本，每天在不同的心态下演绎，但是，不论你扮演什么样的角色，都不是只有欢喜，钟表时时走，但时光不会倒流，日子天天过，但生活不会倒带，人生的足迹，是把一切草木缠绕的情意，繁衍进平淡的朝夕，在得与失之间，重复着善恶悲喜，谱一首心曲，唱给淡然，做要坚强，学会把一些不如意悄然收起，试着把日子过成一首诗，或简单，或精致。

朋友不在多少，在于真心交往。

缘分不在万千，在于坦诚相见，想念一个人，是温柔的疼，是流泪的幸福，想念的时候，甜蜜中夹杂着酸涩， 情到深处，如同细流行到水尽处，潜入地脉般深入骨髓，四肢，一动而牵全身，幸福和痛苦都在同一个血管里奔流，也许，只有这种时候，才能细细揣摩爱与痛的心情，也只有这种时候，才能真正体会那句话，情到深处人孤独。

真爱如歌，跌宕起伏，偶尔的悸动轻轻划着心瓣，牵起生生的疼，爱是永恒守候，它一直驻扎在我的心里，像天使一样守护着我，喜欢在有你的世界痴迷，在有你的美梦中沉睡，因爱与牵挂，痴痴地守望，成为永恒，傻傻地想你，在风起雨落的每一天，将你的一切置于心尖，于时光深处，默然欢喜。

收藏阳光 贮存幸福。

其实阳光永远都没有变化，一直都始终如一，变化的是我们自己的心。悲观的人总看见，阳光之后就是风雨，温暖之后就会有严寒。乐观的人看见，风雨之后就是阳光，严寒之后就是温暖。真正修养好，境界高的人，是看不见风雨和严寒的。他们的天空永远只有湛蓝，永远充满阳光，一片晴朗。他们的人生只有温暖和光明，因为他们的心里只有阳光，风雨和寒冷并不存在于他们的词典里。只有眼光浅，看不破，执迷不悟的人才会在风雨里彷徨，在寒冷里叹息。

阳光的味道，就是幸福的味道。这里，不垢不净。你憎她也好，辱她也罢，她就这样静静地给予。因为她奉献，从不记得失，我们只当是习惯。因为她给予，从不管你要还是不要，我们只当是自然。所以说，我们的父母就是双亲佛，就是如此。我们的父母对我们爱了一辈子，慈悲了一辈子，我们往往只当是应该的，自然而然的，也就习惯了，甚至有些麻木了。什么是慈悲？阳光就是。什么是佛？阳光就是。她总是不离不弃，无声无息，无处不在，无时不在。

佛也是如此。当你敞开心扉，让心灵与天地万物合一，你就是佛。当你紧闭心扉，心灵一片黑暗，你就是魔。幸福也如此。当你心中没有阳光，与黑暗为伍，你就是不幸的。幸福其实很简单，张开手。成佛其实很简单，敞开胸。

守住宁静的心。

我们必须学会守住一颗平和宁静的心，做到内心平衡安宁，才能感受到生活的轻松快乐和人生的幸福美好。坦然面对生活中的一切幸与不幸，生活总会不缓不满地向前行进，不会因了我们的不平静而改变自己的行程。人们经常羡慕那些能够拿得起放得下的人。从表面上看，那样的人宠辱不惊、悠闲自得，其实，那泰然自若后面是长期的精神修炼。空虚忧郁之时，守住一颗平和宁静的心。在平淡的日子里寻找不平淡的感觉，从没意思的事情中寻求出它的有意思，打破现状，超越寂寞、空虚和内在的贫乏，去体现生活的快乐和意义。

当生活的困扰袭来，请丢下负荷，仰头遥望明丽、湛蓝的天空，让温柔的蓝色映入心田。就像儿时玩得疲倦了，找一块青青的软软的草地躺下，任阳光在脸上跳跃，让微风拂过没有褶皱的心。当你的心充满祥和，去到哪里都一样欢喜自在；当你的心充满智慧，一花一草都令你见到真理。如果心中没有快乐，即使走遍天涯海角，也永远不会找到乐土；心中若然满足快乐，哪怕身在困境，一样可以悠然自在。

人最怕：深交后的陌生，认真后的痛苦，信任后的利用，温柔后的冷漠，情始于交往，心在于认同；好不好在来往中体现，行不行在相处间感受；莫让虚情伤害真心，莫让冷漠凉透温情；一份情，守候在岁月；一份爱，发自内心。情无期，只因在乎；爱有限，只因离心。对待人心，需要真心；对待感情，需要用心。

真心交换，才能让爱延绵；真诚待人，才能让情永远。爱有天意，是否会眷顾自己;心有灵犀，为何总让人无语。有些人不是不珍惜，而是觉得不值得所以放弃；有些情不是不在乎，而是满腔关心换来吝啬的回应。坐在你心中最昂贵的位置，你却卑微的无路可退；赚到你眼中最值钱的眼泪，你却坚持的身心疲惫。最伤心的不是敷衍，而是被看轻；最难过的不是失去，而是失去后的面对。保留一份尊严给自己，得不到就不要，没有依靠还有骄傲。其实敢于放弃一段感情，不但需要勇气，更需要底气。

时间改变着一切，一切改变着我们。原先看不惯的，如今习惯了；曾经很想要的，现在不需要了；开始很执着的，后来很洒脱了。失去产生了痛苦，也铸就了坚强；经历付出了代价，也锤炼了成长。没流泪，不代表没眼泪；无所谓，不代表无所累。当你知道什么是欲哭无泪，欲诉无语，欲笑无声的时候，你成熟了！

人生是一场自我完善的修行

时光荏苒，岁月变迁，回想来时的路，也曾欢喜，仅仅为一句他人的赞扬；也曾失落，仅仅为一次失败的考试；也曾相信，仅仅为一些励志的文句；也曾怀疑，仅仅为一次不太满意的自我展示；也曾徘徊叹息，也曾努力前行。失去的是光阴，不变的是这一半阴晦，一半明媚的旅程，变化的却是自己更良好的心态，更完美的性格，无论风吹浪打，胜似闲庭信步，回首向来萧瑟处，也无风雨也无晴。未来的路，不畏惧，不停留，不悲伤，不堕落，更从容，更坚定，且行且努力。

始终相信人生是一段充满诱惑的旅程，有风景，但更多的是荆棘。渴望远方之景，使你有更大的勇气前行，经历荆棘却更能磨练你的意志，使你更有能力前行。所以不必畏惧挫折，也不必害怕失败，起起落落本是人生常态，以更坦然的心境对待，以更坚毅的品质前行，终究会到达人生的彼岸。

虽然并不是每一颗种子都会发芽，并不是每一滴水都能入海，并不是每个理想都能实现，生命的成长也并不会一帆风顺，但也并不会永远受挫，快乐和痛苦总是相生相伴的，以更理智的心态来看待，不懈地努力，执着地追求，雨后终究会有晴天，黎明也终究会到来。

笑着迎接人生

生活，是一部无字的书，每个人有每个人的读法；生活，是一道多解的题，每个人有每个人的答案；生活，是一首隽永的诗，每个人有每个人的情怀；生活，是一杯浓淡的茶，每个人有每个人的品味。不快乐的时候，就告诉自己：一切的一切，无非就是让生活，舒心些、快乐些、幸福些人只能活一次，千万别活得太累！如果我们能持有一颗平常心，坐看云起云落，花开花谢，一任沧桑，就能获得一份云水悠悠的好心情。做平常事，做平凡人，保持健康的心态，保持平衡的心理，如果我们能以这种最美好的心情来对待每一天，那每一天都会充满阳光，洋溢着希望。

时光，是一条河，悄然流逝；回忆，是一场雨，淋湿心情。寂寞的天空，总有一片云，遮挡了阳光；感情的世界，总有一些烦恼，相伴左右。时间太瘦，指缝太宽；回忆很浅，思念很深。时间的渡口，我们都是过客，有些风景，不必在意；有些誓言，不必认真。默默守着自己的一片人生，我有我的精彩，有我的美丽，不必仰望羡慕别人，给自己平添不必要的烦恼。

“你站在桥上看风景，看风景的人在楼上看你”，你就是别人眼里最美的风景！我没有财富，只要我还有快乐，还有追求，也许不一定成功，但是努力过，也无怨无悔，失败也是人生财富。人生，只要有梦就有快乐！每天做做白日梦，何尝不是一种快乐！愿你的人生，如烟花绽放的美丽！沿途走过，不妨放慢你的脚步，看看美丽的风景；如果累了，不妨歇歇，再继续前行。原来世界很美！人生很美！岁月更美天，用心微笑，用心行走，总会收获自己的阳光和温暖。

作家毕淑敏曾说过：“人可能没有爱情，可能没有自由，没有健康，没有金钱，但我们必须有心情。”如果你渴望拥有健康和美丽，如果你想珍惜生命中每一寸光阴，如果你愿意为这个世界增添欢乐与晴朗，如果你即使你跌倒也要面向太阳，就请锻造心情。

学会包容

雨果说：”世界上最宽阔的是海洋，比海洋更宽阔的是天空，比天空更宽阔的是人的心灵。”一个人想要获得真正的幸福和终身的快乐，就应该选择积极且正确的包容心态。

包容是一种至高无上的美德，是人们在生活中长期修炼得到的。它不断洗涤着人们的心灵;包容就像海一样宽广而浩瀚，它能接纳一切，也能化解一切，包容会带着你跨越困难，找到新生;包容是一种无声又强大的力量，只有能包容的人，生命才会更加饱满;包容是一种博大且精深的意境，是友好待人的艺术，是聪明处世的经验，是为人修养的体现。

只要人人心中多一分宽容，人类就会多一分理解，世间就会多一分真善美，生活中的那些喜怒哀乐也会变成华丽的乐章。人与人之间多一些宽容，心灵的隔膜就会薄一分;多一分宽容，人与人之间的理解就会增加一倍;多一分宽容，人与人之间的信任和友爱就增浓一些。 包容是一种宠辱不惊，万事淡然的心态。包容是一种设身处地，心装他人的品质。包容是一种笑面人生，乐观忘我的境界。拥有包容，你就能够收益一生。包容不但能够松弛别人，也能抚慰自己。它会让你变得自信和随和，能够让你对人生有更多的感悟，把一些不必要的事情看得很轻，再大的不快，再激烈的冲突，都不会在拥有包容心灵的人心里留下痕迹。他们的记里总是快乐，轻松，幸福的，总是能用积极的心态去面对人生的每一件事情。 一旦你拥有宽容的美德，你将拥有一生的智慧，收获一生的笑容。

自私到头是愚笨

自私的人总是暗暗地叹赏自己的聪明，还以为别人愚笨得很，让他占了便宜还不知道。殊不知，自私到头是愚笨。其实，活得累的，常常是那些自私得很的人，他无时不算计，无处不贪婪，他的一生，大概也只能为蝇头小利而奔忙了。

**心灵广播稿篇十一**

给你的天空划一道绚丽的亮色

给你的世界奏一曲动听的欢歌

这里是心灵驿站广播栏目

同学们，下午好!

背景音乐（11-track 12-track）

音乐《》

每一次相聚都是那么短暂

每一次怀想都是那么回味无穷

让我们扬起自信的风帆，在知识的海洋里翱翔，让我们手牵着手，肩并着肩勇敢向前飞吧。谢谢大家的收听。

**心灵广播稿篇十二**

老师们，同学们：

大家上午好，健康之声栏目又和大家见面了！我是主持人：丁晓涵。

今天让我们一起走进中学生‘食品卫生与安全’特别栏目！有人曾经说过：“人最宝贵的是生命，生命对于每个人来说，只有一次。”而我们青少年的生命更像一朵含苞欲放的花儿，娇嫩纤弱，应该珍爱。然而，在我们身边，随时都可能因为某些举动而发生危及我们生命的事，所以，我们从小就应该提高安全意识。食物是我们人类生活中必不可少的，但食物的质量问题和人在饮食时的不注意也会导致一些疾病甚至食物中毒，而我们中学生幼稚无知可能是最大的受害者。

食品的安全关乎人的生命健康。在校园生活中，我们时常会看见一些同学随身带一些零食，为了求方便，有些同学会到小摊上随意买一些油炸的，烧烤的……同学们只为了一时的享受，却殊不知这些发出阵阵香味的食物，是来自地下工厂、非法制造的、有些炸食品的油还是反复使用的。吃了这种不健康的食物，容易损伤胃粘膜，轻则拉肚子，重则胃肠炎、胆囊炎等。另外，有的同学刚玩过，手弄得脏兮兮的，便拿起东西就吃；有些同学吃东西的时候不注意节制，暴饮暴食。这样都可能会危害我们的健康。

所以，我们首先就应该注意食品安全。

曾经，一篇新闻一度轰动：劣质奶粉与“大头娃娃”头大，嘴小，浮肿，低烧。这些幼小生命的罪魁祸首竟然是本应为他们提供充足“养料”的安徽阜阳生产的奶粉。造成171名婴儿致病，13名婴儿死亡的事例，着实让我感到心寒与心痛：现在的生产厂家太缺德了，不管对别人的身体健康会造成怎样的.伤害，只顾着赚钱。

现在，食品安全管理存在的标准不统一、多头管理问题，成为摆在食品安全上建设面前的首要难题。处于我们现在这个开放的时代，超市的食品架上增加了许多新品种，摆满了琳琅满目的副食品；农贸市场里蔬果的颜色，红的红，紫的紫，黄的黄，五花八门的东西总是让人目不暇接、眼花缭乱。可是难道它们真的是让人可以放心的食品吗从它们表面看上去是要多好有多好，但有些恰恰是我们的头号健康“杀手”。

食品安全是我们老百姓日益关心的话题，工商部门积极管理的同时，也常常实施着食品的检查工作。在人的生活当中，衣食住行，样样都不得。古人云：“民以食为天，食以安为先”，由此可见食品在生活中的重要性。

因此，食品安全要警钟长鸣，不容忽视。稍不留神就会影响健康，甚至危及生命。一句话，为了大家的利益、健康和安全，我们呼吁：“让全社会都来重视食品安全吧！”

本次播音到此结束，谢谢大家收听，我们下次再见！

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com