

# 2023年岁哈佛女生演讲(实用7篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 岁哈佛女生演讲篇一

首先我想咨询在座的各位女性朋友一个问题：什么时候的女人什么最快乐？也许会有人说是恋爱时候的女人最快乐，有人说是茶余饭后与可爱的孩子玩闹时候的女人最快乐，还有人说是休息日与朋友疯狂大肆购物时的女人最快乐，可能更有幽默的朋友会说是在麻将桌上“一捆三”大显雌威的女人最快乐！但我却要说：工作及实现自我价值的女人最快乐。工作虽然辛苦，可是工作让你认识到女人不仅会做家务，还有赛过男儿铮铮铁骨的秉性，它让你感受到女人的价值，让你赢得须眉大汉的真心佩服，乐趣自在其中。

现代社会，很多人评价说女人虚荣、现实！可都是如此吗？远了不敢说，以我们身边为例，我们在座的大多数女性朋友都是一毕业就回到这来工作的。在我们这座小县城里没有五彩炫目的霓虹灯，没有装潢华丽的购物场所，没有人头攒动的热闹，更没有灯红酒绿的浮华。有的只是女儿对家乡的一份热爱，对故土的一份牵挂，对爱我的人和我爱的人的一份报答。

六年前我怀着欣喜和憧憬成为了一名教师，那时候对这个职业，我有很多的期待和喜欢；然几年的清贫和劳苦，当我渐渐磨平了心中瑰丽梦境的时候，我重新审视了我的职业，定位了我的角色，并让我从此深深的爱上了教育。作为一名女老师，面对家庭和事业，我们需要承受的更多。但是我们并没有退缩和示弱，每年国家和地方评选出的一位又一位优秀

的女教师和优秀女班主任就是最好的证明和回答。曾记得有人说过这样一句话：如果男人是照亮大地的太阳，那么女人就是月亮。但是在二十一世纪的今天我却要大声宣告：不！女人不仅仅是月亮，新时代的女性们，以自尊、自强、自信、自立的不屈精神，向社会证明女人不只是那依附太阳发光的月亮，我们有自己的理想，自己的事业，自己的追求，更有我们自身存在的价值！

当今时代是一个以经济为主导，资讯与科技并重的时代，讲求的是知识与才能，这为我们广大女性提供了前所未有的竞争空间，女性不仅有能力和男人平分秋色，更可凭借其独特的自身优势在众多领域尽显风流。当今在政界、商界、学术界以及各行各业的优秀人群中，处处都活跃着女性的身影，女性对社会做出的贡献已不再逊色于男性。

当然也有部分女性朋友因为挫折和困难而不停抱怨命运的不公，不能从实现自我价值中得到快乐，而是期望嫁一个好老公，依我而言，女性朋友们我们要肯定自己、实现自我的人生价值，我们就必须把挫折和困难看做测试我们女性耐心和柔性的试金石，让它磨砺出我们的智慧，让它积累出我们人生的厚实。大家应该都看过中国达人秀！令我特别感动并影响深刻的是一位母亲，这位母亲的孩子一出生医生就告知她，她的孩子患有先天性智障并且没有平衡感，没有治疗的价值，建议放弃他，但是这位坚强的妈妈没有放弃他的孩子，她用一双细腻柔弱的手，创造了一个医学的奇迹。到他的孩子7岁的时候，这位坚强的母亲终于等来了期盼已久的那声妈妈。

现在她的儿子不仅会说话，能走路，还能为大家在舞台上表演武术，在场观众给予了这位母亲热烈的掌声及诚挚的敬意。她不过是一位极普通的乡村女子，既没有英雄般的业绩，也没有光荣的证书；有的就是女性特有的坚强与决心。她实现了自己的人生价值，照顾儿子使她找到了快乐，并在苦难中成就了儿子的梦想。当然也正是因为她普通、平凡，使我自然的联想到了生活在我们周围的无数个她；联想到当代女性

的精神风貌。

所以我最亲爱的姐妹们，我们要实践那句“女人也是半边天”的真言，我们就不能轻易地向困难低头。现在的我们出得厅堂入的厨房，我们要在工作中实现自我的价值，就必须忘掉烦恼抖擞精神，努力拼搏敢为人先。我们所有人都坚信，在我们共同努力下，定然能够在日益激烈的社会竞争中长盛不衰，女性的明天也必然会更加辉煌！

## 岁哈佛女生演讲篇二

大家晚上好。

我是来自xx班的非常荣幸能够参加这一次的这次竞选。我想竞选的是女生部部长。

现在在学生会中担任女生部干事，在班级担任学习委员。生活中的我时时刻刻要求自己，严于律己，宽以待人，妥善处理好学习和工作两者之间的关系，努力做到全面发展。因此我更加相信每一件事情只要通过努力就一定会有所收获。我之所以踏上竞选的这个舞台，来参选女生部部长这个职务，是因为我想继续在学生会工作和付出，并且带领下一届同学积极完成学生会的任务，更好地为大家服务。同时学生会可以给我更广阔的视野，使我有更多的机会锻炼自己，与大家相互学习，共同进步。

女生部是做好院系女生交流的平台，我们的职责是负责女生的日常生活的工作，针对女生的特点开展各项有利于女生的活动。在这一年的工作经验和能力的积累，使我觉得自己有能力肩负这一重任，调解好老师和同学们之间的关系，组织好我部各项活动，丰富同学们的生活，相信在领导和老师以及各位同学的支持下我会很好的完成各项工作。

### 1、晚归检查

我们部门每晚检查人员归寝情况。对晚归和未归同学我们也绝不轻饶，这也是从同学们自身安全着想。为了让同学们养成良好的生活习惯，杜绝不良现象的发生，从而降低危害。每天查房的记录也会保留，作为学期寝室评优的重要依据。

## 2、大功率的检查

我们本着对本系女生的生命和财产安全的负责的态度，本学期也将继续对存在大功率的寝室进行严格的处理方式，对其大功率进行收缴并通报批评。

## 3、部门招新工作

在新学期里迎来了最新鲜的血液，有了足够的后备力量，能有效的开展学生会工作，保证学生会工作的连续性，充分发挥学生的主体作用。同时，增进各干事间的交流次数，让他们适当参与各工作计划的制定，并从中积累经验。要做到人人提意见，人人说想法，才能提高工作水平和工作效率。

## 4、进与学生会其它部门的联系与交流

水产系是一个整体，他的兴衰是由每个部门一起决定的，所以今年女生部将继续发扬团结互助的精神，与各部门一起努力，互相配合，加强交流与联系。争取把我们系女生部做的更好。

如果我当选女生部部长，我将会全力以赴于女生部的工作中去。这是我今日的承诺，行动能证明一切。如若当选，定会用实际行动证明自己的能力，实现今日的诺言。在此也诚心希望在坐各位对我今后的工作进行监督。

## 第学生会女生部部长竞选演讲稿

各位亲爱的老师、学生会的领导：

大家中午好，今天天气依旧很炎热，很感谢各位坐在这里听我的演讲。我是来自xx级x班的，今天，我的目标是，女生部部长。

女生部顾名思义是为女生提供服务和帮助的综合部门，同时丰富女生们的校园生活，加强我院女生与外界之间的交流。在我的心中每一位女生都是一名公主，我想当我们院女生的那把魔法杖，我想让我们院的女生们变得更加强大、更加自信、更加美丽。

在女生部的工作快一年了，我参与了家具论坛、湖南省高校乒乓球赛，学院元旦晚会等多次礼仪活动，女生信箱的主持工作，以及女生节、女生信箱等多次活动的策划。在这不到一年的时间中，我经历了一个由不会到会，不好到好的过程。不断地去学习怎样规划活动及任务，怎样解决一些矛盾，怎样协调好女生部各成员之间的关系，怎样处理好女生部与其它部门之间的关系，怎样动员一切可以团结的力量，怎样处理好学习与工作之间的矛盾。

对于女生未来的一年我有如下展望：

首先，提高对新任干事选拔的标准，为学生会未来干部的素质把好关。并将女生部金牌礼仪队，模特队推广，在学校中形成品牌。

其次，继承我们女生部的品牌活动，将女生节等活动办的继续精彩。

然后，增加我们学院与其他学院甚至学校的交流，增加有益活动，使我院的女生接触更多的优秀大学生，思维更加活跃。我们是艺术的学院，更多的接触其他的世界，也许更能激发我们的灵感。

并且，团结一切可以团结的力量，让女生部发挥最大的潜能。

寸有所长，尺有所短，人不是完美的，但是我是抱着希望与自信的。有激情提供动力，有能力作为保证。我敢想敢做，我崇尚高度与持久，我有极大的自尊心、有强烈的责任感、有极强的团队精神与合作意识。

希望是自信的动力，自信是成功的源泉。我坚信通过今天的洗礼，明天的我必将受益匪浅。我真诚的希望我能够担任女生部部长一职，我必将付出我百倍的努力完成我今日的承诺，一年之后不会让你们因选了今天的我而感到失望，我将用我的行动与实力向大家证明你们选择的正确性！

## 岁哈佛女生演讲篇三

大家好！

青春如同一粒种子，安逸过了，也许从此丧失萌芽的活力。  
生命只给人一次

青春，我选择追求，去追求生命的梦想，放飞生命的色彩。我要让青春像风帆一样，在狂风摇曳波浪敲击的时候，也要潇洒地走一回，哪怕最终被风浪淘汰，也无悔这一生毕竟经历了富有意义的旅行。

我要让青春像种子一样，在泥土重压冷水浸泡的时候也要吐一吐志向，哪怕最后在秋节里枯萎，也无悔这一生毕竟孕育了果实。我要让青春象寒梅一样，在冰天雪地的日子也要吐一吐我的芳香，哪怕最后还是无可奈何花落去，也无怨自己曾经拥有的美丽。

青春是我们积累自己，丰富自己的时机。我们正处于精力最旺盛的时代，也是我们学习奋斗的时机。我们在一起可以彼此激励，一起努力向前冲刺，一起为自身的目标而努力。因为彼此间的不服气，一心想超越别人，所以我们也就有了前进、拼搏的动力，才会在课堂上认真听老师讲课，认真记笔

记，那时还不知道的敌人就是自己。

征途是曲曲折折的小路，有寒冰，有大雨，有绊脚石。不知道前面的路是深不可测渊池，还是风平浪静的湖面；也不知道前面的路是崎岖坎坷的羊肠小道，还是布满鲜花的阳光大道。我不管，我不管路上的荆棘也不顾前方的危险，系紧我的鞋带上路。

辛酸的汗水伴随着我艰难的脚步，兴奋的泪水伴随着我成功的喜悦，只要到达了的地方，都是昨天的历史，我追求的是明天的未来。当胜利再次悄悄来临，当掌声再次热烈的响起，我不骄也不燥。因为我知道前面的路还很长，因为我知道我还得付出更大的努力。当大雨再次冲刷过喜悦，当冰雪再次湮没过兴奋，我无怨也无悔。因为我知道我已经有所行动，有所付出，就有所收获，就有所成功。因为我知道，阳光总在风雨后，梅花香自苦寒来。

青春我们的梦，我们人生最美好的时光。

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 岁哈佛女生演讲篇四

看着你们欢快地走入燕园，我常常想起我的“初入燕园”。尽管路途辛苦，但满怀憧憬，无比兴奋和激动。不同的是，你们大多不必像我那样光脚走路和站乘火车了。这种“不同”，从一个侧面反映了45年来、特别是改革开放以来我们国家取得的巨大进步。这种进步，源于党的正确领导和父辈们锲而不舍的艰苦奋斗！当前，面对新的形势和任务，我们国家提出，必须加快转变经济增长方式，走全面、协调、可持续发展道路。这预示一个新时代的来临。作为新时代的主人，今后几年的北大生涯将奠定你走向未来的深厚根基。怎样打好根基，真正成为“新时代的主人”，我想给大家几点建议。

第一、学会“包容”，养成泰山不弃抔土、河海不择细流的胸怀。

大学之所以为大学，首先在于她的包容之大。今年暑期，杜维明先生给我写了一封长信。杜先生是新儒家的代表人物、哈佛燕京学社的前任社长，我校高等人文研究院院长。他在信中说：“中华文明是学习的文明、对话的文明、包容的文明”。我对杜先生的这些理念是非常认同的。上个世纪初，我们的老校长蔡元培先生曾以“思想自由，兼容并包”的理念，成就了北大的辉煌。100多年来，包容始终都是北大人所坚守的传统。对同学们来说，包容是眼界、是胸怀、是气度，但也是修行。你们非常优秀，但我还是特别希望你们努力放下身段，要谦虚谨慎，善于学习，甚至要善于向“不如自己”的人学习。我校前辈教授、著名社会学家费孝通先生主张“各美其美，美人之美，美美与共，天下大同”，就是要求我们不仅欣赏自己的优点和长处，也要认识并欣赏他人的优点和长处，大家互相尊重、互相欣赏、互相学习、互相促进，人类的理想社会就能实现。

第二、学会“生存”，树立人与自然和谐共存理念，倡导绿色环保生活。

相比“绿色生存”，同学们可能更擅长“数字化生存”，网络上虽然可以“种菜”、“偷菜”，但网络上没有鲜活、多样的生命，更没有融会北大精神的美丽燕园。燕园的美不仅在于其古朴典雅，更在于和谐自然。为了使校园更加美丽，我们提倡“低碳”生活；为了支持我国政府关于“减排”的国际承诺，北大和国际研究型大学联盟的其他9所世界一流大学一起，提出并展开了绿色校园和可持续发展校园的建设。这一行动得到了北大师生的热烈响应。希望各位新同学，从我做起，从身边的小事做起，养成绿色、低碳、环保的学习、生活方式。

第三、学会“专注”，要静得下心、沉得住气，坐得了冷板

凳，努力从人类社会一切文明成果中汲取营养和力量。

校园有形的围墙不可能带给你内心的宁静和专注，海量的信息会带来很多新的诱惑，很容易把你们的注意力从学习上带走，使你们忙着追热闹赶风潮。但是，要成就大学问、大事业，就必须保持平静的心态、练就专注的本领。我希望同学们能珍惜好利用好学校为你们提供的优质资源。我还向同学们特别强调，学习期间不仅要掌握学科知识，更要培养强烈的求知欲、好奇心和对现有知识的反思与批判精神，不断提升自己发现问题、分析问题、解决问题的创新能力。

最后，学会“担当”，培养“士以天下为己任”的使命感、抱负和情怀。

我给大家讲个故事。1958年，我国决定完全靠自己的力量研制原子弹。我们的校友邓稼先先生在接到任务后，回家对妻子说：“往后家里的事我就不能管了，我的生命就献给未来的工作了，做好了这件事，我这一生过得就很有意义，就是为它死了也值得。”从此邓老隐姓埋名，与世隔绝20xx年，为祖国献出了自己的一生。与邓稼先一样，我们北大还有很多杰出的教师和校友。

我希望同学们能够牢牢记住的是，只有当你将自己的生命和力量都奉献给了国家发展和民族振兴的伟大事业的时候，你才是一个真正的北大人，一个真正的“新时代的主人”！

## 岁哈佛女生演讲篇五

作为女生，要始终相信努力奋斗的意义，因为那是本质问题。我之所以这么努力，是不想在年华老去之后鄙视我自己，是因为我始终看得见自己。本站小编为大家整理了一些适合女生的演讲稿，希望能帮到你。

各位来宾，亲爱的姐妹们：

大家晚上好！

在栀子花飘香的季节，非常荣幸能和海棠魅力女人养生馆一同举办一次这样的活动，让我们有机会一起来探讨美丽，探讨健康，让自己成为幸福一生的魅力女人，当人们都在关注我们飞的高不高时，只有自己知道我们飞的累不累。魅力其实就是吸引力，是综合的吸引力。它和美丽不一样，很多时候美丽由很多新鲜的因素构成，而魅力是后天能力发掘、培养、塑造出的一份力量。不管男人还是女人，能够拥有足够的魅力，无形间会增大能量，放大生命力。

海棠魅力女人养生馆老总蔡绍华是一位非常善良又有爱心的女士□20xx年来,她一直致力于这份美丽的事业，把如何为社会打造更多魅力女人为己任。有一份坚定的信念，一份认真负责的使命,让她一直坚持到今天.，她工作认真负责，诚信经营，不断的向成功人士学习,不断的提升自己，走在行业最时尚的前沿，还帮助了很多想放弃事业的朋友。今天,她毫无任何回报的请大家参加这样的学习，就是让大家更加自信，更加健康。

今天我们很荣幸地请到了中华养生精气神健康专家张越女士，张女士在养生学方面有很深的造诣。我相信我们大家今天都会有很好的启示。

人生最重要的事情是照顾好自己的人生，养生最大的意义不是活多久，而是质量问题，身为现代女性，我们既要在职场上巾帼不让须眉，象男人一样去战斗，又要撑起家里的半边天，承担妻子、母亲和女儿等多重身份的责任，我希望天下所有的女性都能活出自我，活出风采。

最后祝姐妹们青春永驻！预祝本次活动圆满成功！谢谢！

120xx年前，在丹麦王子哈姆莱特的家乡哥本哈根，有一位女革命家叫蔡特金的，根据19xx年3月8日，美国芝加哥市的女

工为了反对资产阶级压迫、剥削、和歧视，争取自由平等举行的罢工威运动，在第二次国际社会主义者妇女代表大会上宣布，每年的3月8日归定为国际妇女节。从此，我们就有了为争取和平、争取妇女儿童的权利、争取妇女解放而斗争的伟大节日——三八国际妇女节。挖掘自身能量的过程，也就是对社会作出贡献的过程。翻开历史的史册，从古希腊神话中的智慧女神雅典娜到中国古代的黄道婆；从曾两次获得诺贝尔奖金的居理夫人到新中国第一个女博士徐功巧；从十九世纪英国女诗人勃郎宁夫人、到南宋的李清照。这数不胜数、无穷无尽的女性，为争取妇女的解放而斗争，她们有的是为中国革命英勇献身的女革命家，有的是推动中国妇女运动的领袖，有的是在后方任劳任怨默默作出奉献的中国妇女，更重要是为了帮助中华民族彻底摆脱封建残余的神权、政权、族权的压迫，真正获得妇女解放。面对着她们，我会情不自禁地赞叹，女性，伟大的女性。

用望远镜看看伟人，再用显微镜看看自己，我们才能扬长避短、发挥优势，更好地找到自己的价值取向。

男人说到女人短处，无外乎是唠叨、埋怨和嫉妒，其中尤以嫉妒为甚。都说嫉妒是女人的联体物，嫉妒使女人的世界祸起萧墙，嫉妒使不易经营起来的好心情、好心态、和谐氛围损失殆尽。殊不知嫉妒也是一种内趋力、原动力。姐妹们，我想，我们要把这种内趋力、原动力转换成好胜、共进、追求完美的进取心、竞争力，那样，情形就会大有改观，痼疾将成为转机，嫉妒就会成为奋进的绝对值，女人的联体物就会成为施展才华的独门绝技，心情、心绪、心境就会象鼓满的风帆，救死扶伤、治病救人的营生才能在这样的心态下不断做强、做大。

随着物质文明质量的不断提升，人们越来越把关注点投向生活质量。然而，在医院里做事的人都知道，生活质量的指标之一就是精神层面的和谐心态，有什么不如有个好心态。我是这样考虑的，好心情、好心境、好心态不是被人给你事先

预设好的，而是需要你和别人共同努力创设的。你要心情好，首先要考虑别人心情好，要象爱护眼睛一样珍惜姐妹们抬头不见低头见的日常情感。给别人机会，也是给自己机会；看别人顺眼，别人才看自己顺眼。理解和尊重会穿透隔膜握手，使喷火的眼睛变成秋天的菠菜。这样，一个部门、一个科室、一个单位、及至一个家庭才会有一个温馨和谐的氛围，小环境里每人都才会有个好心情好、好心态，这才是完善健康心理渴望的阳光和空气。

作为一名护士，我体验过患者面对病痛的无奈，我目睹过无数悲欢离合的场景，我感受过患者信任的目光，也遭遇过“秀才遇见兵，有理讲不清”的尴尬场面……但，我无悔！

在我选择职业之初，母亲就对我说：“孩子，去当护士吧，那是一个崇高的职业。”我听从了母亲的话语，满怀着对护士的崇敬和向往走进了护士学校。

在护士学校，老师对我们说，你们选择了护士专业，也就选择了奉献。

若我当初没真正弄明白这“奉献”二字的深刻含义的话，那么，从我第一次走进病房，白色的燕尾帽一戴，白大褂一穿，我这才真正发现，这“天使”称号的背后有多少医疗战线的兄弟姐妹在无私的奉献着！

——打针、发药、铺床、输液。在苦中感受着呵护生命的快乐。

——交班、接班、白天、黑夜。在累中把握着生命轮回的航舵。

在医院特有的气味中，我走过了清纯的少女时代；在白色蒙蒙的氛围中，我用一颗真诚的心丈量了无数个夜晚的漫长；在亲人的期待和焦怨声中，我把自己奉献给了一个个身患疾苦的病人；……。工作琐碎责任大，如白荷花像默默无闻地奉献着。再过20、30年，当我们不再年轻，当我们青春妙龄越离越远，

皱纹爬上我们的脸颊，青丝变成了缕缕白发时，我们再回过头来看看自己人生选择了护士这一神圣的职业时，我们会为今天的工作无怨无悔。

生活不是方程式，只要输入参数和条件就能求解，它需要非智力因素的情感投入，才能排除无关变量的干扰，才能使日子一天天充实起来。女人是情感的能源，我们势所必然地肩负着照耀天下百家每一个家庭角落的重任。不但要立足相夫教子、烧火做饭，悬壶济世、照料患者，还要放眼齐家治国平天下。诚然，我没有李清照书写《如梦令·声声慢》的才华、没有居里夫人发现铀235的才干；没有当代保尔张海迪的磐石意力、没有仁长霞荡气回肠的高蹈情怀，我只是普通、再普通的一块煤，可心里却时时刻刻地蕴藏着一团为民服务的熊熊烈火！名贵的梧桐是树，山野里的红枫也是树，我愿做尽染层林的红枫，在辽西山谷中燃烧。各种星辰的排列，才能组成美丽的夜空，小星无名暗自闪，护士长的岗位，无名浅淡，平凡普通，从状况上看就是病房里的穿梭，把琐碎的脚步印在无尽的走廊上，可那却是我彰显品位的桌面，发光发热、追求完美的平台！

姐妹们，好心情就有好身体，平凡淡定就是幸福，奉献会使我们更加美丽！

谢谢！

各位来宾，各位女士，想成为最有魅力的朋友吗？

你们好！大家会鼓掌吗？

大家知道手掌的掌怎么写的吗？对啦，是一个“高尚”的“尚”下边加一个手字，我们可以理解为：给予别人掌声呢。是一种高尚的行为：在这里我再告诉你们一个小常识，对你们有一定帮助，每天击掌十分钟，会延长寿命1秒钟，你们不要笑，这可不是天方夜谭，是有科学根据的，因为我们

的手掌掌心部位包含的与我们身体内部器官相应的反射点。如心、肝、脾、肺等。那么在我们用力击掌的时候呢，我们就会刺激这些反射点，加速身体内部器官的功能运作，从而达到健身、活血、延年益寿的功效。那么你们想不想身体健康呢？那就不要吝惜你们的掌声，来啊，让我听一下你们的热烈的掌声。

外面健康与魅力的概念欧美等很多发达的国家对女人健康多魅力的概念定义为：当一位女性具有四种情况才称之为完美女人，极品女人：哪四种呢？身、心、性、灵四者的和谐与统一即：身体状况，心理建设，性格与性生活。灵魂和感悟。有人把女人分为四等：一等女人，家里称霸；二等女人：在家吵架；三等女人：家中挨打；四等女人：煤气自杀。

我们经常谈张曼玉，林青霞，玛丽莲·梦露，索飞娅·罗兰。我们被她们的魅力所倾倒，我们在想啊想，什么时候我们也能像她们那样光彩夺目，魅力四射呢？其实你没有想到你的魅力吗？当你第一次接到第一束鲜花的时候，当你第一次披上婚纱的时候，当你第一次成为女人时候，当你第一次做妈妈的时候，你征服了你老公，你征服了全世界，你能说你没有魅力吗？魅力是你自己内心的体会与感悟。

确实漂亮不等于魅力。

人对年龄的变化十分敏感。尤其是女性，一进入30岁，常常会有种无可奈何，花落去的伤感。当往日的丰润，窈窕消失，松弛的皮肤和道道的皱纹构成新的年轮时候，这些妇士昨天的自信，勇气，激情也会烟消云散，荡然无存。

漂亮可以让人爱一时，魅力女人可以让人爱一世。到底什么才是真爱，夫妻靠什么才能维系住感情。越来越多的家庭在面临情感危机。提问：中国女人都在做一件什么事？勾引别人的丈夫？为什么？在外：每个女人每天都化着漂亮的妆，穿着美丽合体的衣服，挎着时尚的包，穿着靓丽的鞋，洒着淡淡

的香水。当她走过你身边的时候让你忍不住深吸几口气。这么漂亮的女人让别的男人流口水。让别的女人红眼病，她们走出家门去上班、逛街。

在家：回家以后穿着破旧的衣服，毫无美感的拖鞋，头发乱糟糟的，面色腊黄晦暗毫无光泽，整个人的形象就是标准的黄脸婆。老公回来晚了，又主动找碴：“你看看你美国头、法国腰、印度鼻子、香港脚、人不人，鬼不鬼，只有一个脑袋两条腿。”晚上睡觉的时候，脱了破旧的睡衣，身还是穿着破旧的内衣，由于内衣的不合体导致了脂肪严重流失，身材严重变形，男人的变心缘自女人变形。男人仅留的那一点点激情也荡然无存。

丈夫的心态：在家里面对的黄脸婆，在外面每天面那么多美丽女人会做怎样的比较。外面的女人温柔，体贴善解人意。三十多岁的男人在很多少女眼中成熟，事业有成，有社会经验这些都成了吸引少女的优势。男人在家里得不到温情和激情，那么他能不变心吗？做女人容易吗？广东人有一句俗语“好就女人，唔好就累人”一语道破做女人的不容易和艰辛！其实女人很脆弱，只需要一个坚实的肩膀，一个关怀的眼神，一句问候的话，一个避风的港湾就够了。我们走过人生第二关，成家生子面对着社会的竞争压力和女人亚健康，还要照顾老公和孩子。面对的邻居没完没了闲言碎语。是楼梯过道里散着异味的垃圾，是办公室里勾心斗角，是凡人不能超越的各种缺陷。

为了家庭、孩子女人们付出牺牲再大，我们也在所不惜。可是我们得到了什么回报。最可怕的是尴尬的婚姻，老公不再像以前那样温柔体贴，关怀入微。老公不理解，把我们当作黄脸婆，他们会说我们赶不上潮流，跟不上形势；他们会说你这么这么市侩，这么庸俗，没品味。所以我们想一想我们平时为了老公，为孩子，为家庭劳累，有多少人能够善待过自己。如果你不尊重你自己，没有人会尊重你，如果你不善待自己，没有人会善待你。如果你不能显示你的魅力，就相衬

你的平庸俗气。只有善待自己的女人，别人才会善待你，不会善待自己就无法展现你自己，把握你自己。所以，我们逛街买衣服、做美容、奔事业、练健美、这种做的目的是为了对一个男人的爱。

在爱上了之前，是为了寻找这么一个男子。在爱上了之后，是为了更好地爱这个男子。大家说是不是？让我们勇敢面对挫折、痛苦、疾病与衰老。是的，我不怕衰老！对着镜子里有皱纹的脸，我不怕别人怎么说，既然衰老是自然规律，我干嘛自寻烦恼，我改变不了规律，但我可以经常保养。它，我可以使我的笑容更自信，我不一定很漂亮很有品味。我深深懂得幸福家庭的经营之道。我知道对于女人来说，拥有理解别人的能力其实是最重要的。在家里丈夫欣赏，而在孩子那里，我不仅仅是一个母亲，还是一个很好的朋友。聪明的女人是一个都懂得在家在外都施展魅力的聪明女人。中国女人一直认为结婚就已找到了长期饭票。中国人一结婚就认为走进了爱情坟墓。在座的各位有没有看过《围城》，城里的人想冲出来，城外的人想冲进去。其实结婚是一个新的开始，并且要学会情感储蓄。任何人都有自己的感情帐户。

结婚前：

a□约会前打扮自己“女为悦己者容”每次约会女孩子都会使尽各种解数把自己打扮得漂漂亮亮。有时会望着柜子的衣服挑选扔了一地衣服。

b□互相原谅恋爱时看到的都是对方的优点，以把他的蛮横不讲理大男子主义当成一种优点。

c□制造浪漫花了两个月为他打了一件毛衣，只为了在生日那天让他穿上暖暖的毛衣，渡过寒冷的冬天。他会在寒冷的冬天用棉衣捂着糖炒板栗在寒风呼啸的街头等你下班，只因为你喜欢吃热的板栗。

婚后：

a□再也不打扮，要打扮也是打扮给别人看。觉得都已经结婚了在没有必要再打扮了，什么都无所谓了。在家素面朝天，在晚宴上风情万种判若两人。

b□不注意修养不再是前那个柔情似水的女子，现在每说的一句话就像一枚钉子。婚前都是往帐户存钱，对方对你的喜欢多1分就在储蓄。婚后双方的争吵，在向银行取钱，当你银行的钱不够，就透支，宣布破产。也就意味着婚姻走向死亡。银行钱多就代表富裕。

我有个朋友，她和他老公是同学从小一起长大两小无猜，青梅竹马。一直恩恩爱爱没见他们红过脸吵过嘴。婚后七年，有一天她打电话过来跟我说：他老公最近不对劲，在外面找了女人了。请她原谅，她也明白老公是一时糊涂，但心理总觉得不舒服，觉得老公脏、恶心。我跟她说，现在想想你与他之间还有什么，她说恩情、爱情都没有了，但他毕竟是孩子他爸，还一丝亲情。我说如果你还想维持这个家的话，你就应该调整。她问怎么调整？我说，他与你现在像左手摸右手，没有感觉，所以你可以去做个发型，买件新衣，半个月不让他碰你。她说这我能做到，但过不了心理那关。我又说，如果找女人是你儿子，你愿意原谅他吗？她想了一会：“会”。我说那么你就不能想他只不过你的大儿子罢了！只要你愿意，每一个女性都能成为魅力女性，只要你能亮出你自己，不断地调整自己的状态，愉悦自己的身心，你就是一个健康女人，魅力女人，时尚女人，品味女人，完美女人，极品女人。

各位老师各位评委，来自五湖四海的朋友们，大家晚上好。

非常高兴能与魅力女人pk赛，我是esc品牌的经理卜媚。我出生于人杰地灵的广西玉林市，求职于绿城南宁。在我二十多年的奋斗人生里，我当过管理者，做过创业，最后成为美容行业的一员。我爱好写作喜欢音乐更加喜欢交朋友，我希望

我的演讲能给大家带来一些快乐和难忘的记忆，也希望在今天这个特别夜晚缩短你我的距离。（朋友们，还在犹豫什么？伸出你的左右手给我以热烈的掌声）

（谢谢朋友们的掌声）

魅力是什么呢？辞典中的标准解释是：“很吸引人的力量”。我认为，魅力是一种复合的美，是一种通过后天的努力与修炼达成的美，它不仅不会随年岁的改变而消失，反而会在岁月的打磨之中日臻香醇久远，散发出与生命同在的永恒气息。惟有魅力，而不是漂亮和美丽，才是长久的，是每一个女人可以争取并获得的。

1，魅力女人是有风度的。风度之美，贵在自然。“清水出芙蓉，天然去雕饰”是中国传统的审美观点。

2，魅力女人是有品位的。有品位的女人真诚坦然，举止从容，性情淡定；有品位的女人内心高贵，温婉体贴，独立而自信。

3，魅力女人是有创造力的。有创造力的女人拥有属于自己的天地，拥有丰富和多彩的情趣，拥有善于发现美的眼睛和丰富敏感的心灵，在繁华的世界中，远离庸俗、无聊、平庸。

4，魅力女人是有思想的。有独立的人格和个性的女人，在喧嚣的人群中，用坦诚、爽朗、沉默来表达自己坚忍的内心。

5，魅力女人是有责任感的。面对五彩缤纷的物欲世界，她能关怀大局，抵御诱惑，坚定地追逐事业，同时是一个好女儿、好妻子、好母亲。

6，魅力女人是有爱心的。以她博大的爱心对家人、对同事、对朋友、对自己，她的美是丰厚而从容的。

今天我给大家带来一个有关任何女性朋友都曾经有过的一个

经历——《女人的衣柜》。

小云是个漂亮的女孩子，天生爱漂亮的衣服。这天她要出门去参加一个宴会，她打开她的衣柜——那是一个堆满了各式各样的衣服的柜子。可是她换了一件又一件衣服，都没有感觉哪件是合适的。其实去年的宴会也是这些衣服，当时穿上衣柜里的任何一件套装，都是那么的耀眼非凡。可是同样的衣柜同样的衣服，在今年却如此的不同。为了找件合适的服装要费那么多周折。面对满柜的服装，小云真的不知道穿哪一件好。痛苦啊，于是上街购衣，买回一堆，第二天又有活动，继续没衣服穿。周而复始，乐此不疲。原来这个女孩子天生跟衣服有仇。

说到这里，可能大家都要哑然失笑。是呀，这个女人缺少的不是衣服，缺少的一副面对大家的自信。她以为自己缺少魅力，她以为自己可以用满柜华丽的服装来掩饰内心的虚荣心。（朋友们，认可我的观点吗？认可的，请伸出宝贵的双手给我掌声）

（感谢大家的支持）

如果衣着能带给女人美丽的外表，那是什么能带给女人真正的魅力呢

有这样一个女人，她是一个出身贫微、相貌平平的家庭女教师，她长相平常、一无所有，她的服饰“还没有使女穿戴的一半那么漂亮”。然而，就是这样一个女人，她吸引住财智双全的男主人公罗切斯特，并叫他爱得那样刻骨铭心。她就是英国女作家夏洛蒂·勃朗特的作品《简·爱》中的女主人公简·爱。这是描写一个平凡女子不平凡的生活经历的小说，是一段曲折离奇而又缠绵动人的爱情故事。《简·爱》这本著作问世以来，世界各国到底有多少人在这个相貌平平、过早饱尝人生辛酸、但终未失去与生活搏斗的勇气的女子身上找寻自己的影子，其人数无法统计。但是，毫无疑问，

简·爱用她的人生真实的经历演绎了一个魅力女子的完美形象。

简·爱是一个灰姑娘，也是一位自重、自尊、自强、自立的女性。她身处苦海，却并没有迷失自我纯真的本性。她不漂亮，但善良、朴实、纯洁、高尚，没有丝毫的矫揉造作和伪善之辞。

简·爱之所以光彩夺目，是因为她的不同寻常的气质，是她的聪慧的头脑，她高尚的品性，她丰富的感情世界，她的自信自尊，她的人格魅力。她是一个真正的魅力女人。

关于简·爱的故事我不想再作说明，多余的言语也许会使这个魅力女人黯然失色。也许这个世界有太多的女子和简·爱一样的平常，我也是其中之一。我曾经是一个很普通的单位职员。没有显赫的家庭背景，没有明星般气质非凡的面容，没有名校的通行证，更没有一个出生豪门的贵族公子与我联姻来改变我的平凡命运。不甘平淡的我就这样在这个小小的岗位终其一生吗？不！人生，就象是一手扑克牌，能否打出一个漂亮的结局，完全由自己决定！我就是这样打出了我人生的第一副牌。当我接触美容，跟随潮流，闯进美容行业时，我就明白自己已经站在了时代的前延，改写我人生篇章的时刻从现在开始。我深信，我的人生辉煌绝不会让我的名字一一逊色三分。我相信自己，自信的人生是美丽的，自信是一个魅力女人必不可少的条件之一。（你们说是吗？）

（感谢大家的支持）

第一、要真正自信、自尊。每一个女人，不管你有多少岁，如果你自信从容，你将赢得世界。

第二、要真正做到身心健康，尤其是心态上的健康。

第三、必须是一个智慧女人。一个魅力女人除了美貌，还要

有灵魂，否则便沦为花瓶。

第四、要学会让爱情来滋润自己。爱情使女人感受到浪漫的幸福，让女人更加妩媚多情。

第五、要做个独立的女人。独立是一种很高的境界，它需要高素质的心态和全新的价值观。

第六、要让自己有独特的气质。一个女人全身洋溢出来的气质、言语之间流露出来的修养，能使她们显得与众不同。

女人朋友们，让我们永远记住这个特别的夜晚，让我们为我们所有的魅力女性以及即将成为魅力女性的朋友们喝彩吧。（我的演讲到此结束，感谢评委感谢老师感谢所有关心支持我的朋友们，谢谢大家）

## 岁哈佛女生演讲篇六

可以说，北大是改变了我一生的地方，是提升了我自己的地方，使我从一个农村孩子最后走向了世界的地方。毫不夸张地说，没有北大，肯定就没有我的今天。北大给我留下了一连串美好的回忆，大概也留下了一连串的痛苦。正是在美好和痛苦中间，在挫折、挣扎和进步中间，最后找到了自我，开始为自己、为家庭、为社会能做一点事情。

学生生活是非常美好的，有很多美好的回忆。我还记得我们班有一个男生，每天都在女生的宿舍楼下拉小提琴，（笑声）希望能够引起女生的注意，结果后来被女生扔了水瓶子。我还记得我自己为了吸引女生的注意，每到寒假和暑假都帮着女生扛包。（笑声、掌声）后来我发现那个女生有男朋友，（笑声）我就问她为什么还要让我扛包，她说为了让男朋友休息一下（笑声、掌声）。我也记得刚进北大的时候我不会讲普通话，全班同学第一次开班会的时候互相介绍，我站起来自我介绍

了一番，结果我们的班长站起来跟我说：“俞敏洪你能不能不讲日语？”（笑声）我后来用了整整一年时间，拿着收音机在北大的树林中模仿广播台的播音，但是到今天普通话还依然讲得不好。

人的进步可能是一辈子的事情。在北大是我们生活的一个开始，而不是结束。有很多事情特别让人感动。比如说，我们很有幸见过朱光潜教授。在他最后的日子，是我们班的同学每天轮流推着轮椅在北大里陪他一起散步。（掌声）每当我推着轮椅的时候，我心中就充满了对朱光潜教授的崇拜，一种神圣感油然而生。所以，我在大学看书最多的领域是美学。因为他写了一本《西方美学史》，是我进大学以后读的第二本书。

为什么是第二本呢？因为第一本是这样来的，我进北大以后走进宿舍，我有个同学已经在宿舍。那个同学躺在床上看一本书，叫做《第三帝国的兴亡》。所以我就问了他一句话，我说：“在大学还要读这种书吗？”他把书从眼睛上拿开，看了我一眼，没理我，继续读他的书。这一眼一直留在我心中。我知道进了北大不仅仅是来学专业的，要读大量大量的书。你才能够有资格把自己叫做北大的学生。（掌声）所以我在北大读的第一本书就是《第三帝国的兴亡》，而且读了三遍。后来我就去找这个同学，我说：“咱们聊聊《第三帝国的兴亡》”，他说：“我已经忘了。”（笑声）

我也记得我的导师李赋宁教授，原来是北大英语系的主任，他给我们上《新概念英语》第四册的时候，每次都把板书写得非常的完整，非常的美丽。永远都是从黑板的左上角写起，等到下课铃响起的时候，刚好写到右下角结束。（掌声）我还记得我的英国文学史的老师罗经国教授，我在北大最后一年由于心情不好，导致考试不及格。我找到罗教授说：“这门课如果我不及格就毕不了业。”，罗教授说：“我可以给你一个及格的分数，但是请你记住了，未来你一定要做出值得我给你分数的事业。”（掌声）所以，北大老师的宽容、学识、

奔放、自由，让我们真正能够成为北大的学生，真正能够得到北大的精神。当我听说许智宏校长对学生唱《隐形的翅膀》的时候，我打开视频，感动得热泪盈眶。因为我觉得北大的校长就应该是这样的。（掌声）

我记得自己在北大的时候有很多的苦闷。一是普通话不好，第二英语水平一塌糊涂。尽管我高考经过三年的努力考到了北大——因为我落榜了两次，最后一次很意外地考进了北大。我从来没有想过北大是我能够上学的地方，她是我心中一块圣地，觉得永远够不着。但是那一年，第三年考试时我的高考分数超过了北大录取分数线七分，我终于下定决心咬牙切齿填了“北京大学”四个字。我知道一定会有很多人比我分数高，我认为自己是不会被录取的。没想到北大的招生老师非常富有眼光，料到了三十年后我的今天。（掌声）但是实际上我的英语水平很差，在农村既不会听也不会说，只会背语法和单词。我们班分班的时候，五十个同学分成三个班，因为我的英语考试分数不错，就被分到了a班，但是一个月以后，我就被调到了c班。c班叫做“语音语调及听力障碍班”。（笑声）

我也记得自己进北大以前连《红楼梦》都没有读过，所以看到同学们一本一本书在读，我拼命地追赶。结果我在大学差不多读了八百多本书，用了五年时间（掌声）。但是依然没有赶超上我那些同学。我记得我的班长王强是一个书癖，现在他也在新东方，是新东方教育研究院的院长。他每次买书我就跟着他去，当时北大给我们每个月发二十多块钱生活费，王强有个癖好就是把生活费一分为二，一半用来买书，一半用来买饭菜票。买书的钱绝不动用来买饭票。如果他没有饭菜票了就到处借，借不到就到处偷。（笑声）后来我发现他这个习惯很好，我也把我的生活费一份为二，一半用来买书，一半用来买饭菜票，饭票吃完了我就偷他的。（笑声掌声）

毫不夸张地说，我们班的同学当时在北大，真是属于读书最多的班之一。而且我们班当时非常地活跃，光诗人就出了好

几个。后来挺有名的一个诗人叫西川，真名叫刘军，就是我们班的。(掌声)我还记得我们班开风气之先，当时是北大的优秀集体，但是有一个晚上大家玩得高兴了，结果跳起了贴面舞，第二个礼拜被教育部通报批评了。那个时候跳舞是必须跳得很正规的，男女生稍微靠近一点就认为违反风纪。所以你们现在比我们当初要更加幸福一点。不光可以跳舞，而且可以手拉手地在校园里面走，我们如果当时男女生手拉手在校园里面走，一定会被扔到未名湖里，所以一般都是晚上十二点以后再在校园里面走。(笑声掌声)

我也记得我们班五十个同学，刚好是二十五个男生二十五个女生，我听到这个比例以后当时就非常的兴奋(笑声)，我觉得大家就应该是一个配一个。没想到女生们都看上了那些外表英俊潇洒、风流倜傥的男生。像我这样外表不怎么样，内心充满丰富感情、未来有巨大发展潜力的，女生一般都看不上。(笑声掌声)

我记得我奋斗了整整两年希望能在成绩上赶上我的同学，但是就像刚才吕植老师说的，你尽管在中学高考可能考得很好，是第一名，但是北大精英人才太多了，你的前后左右可能都是智商极高的同学，也是各个省的状元或者说第二名。所以，在北大追赶同学是一个非常艰苦的过程，尽管我每天几乎都要比别的同学多学一两个小时，但是到了大学二年级结束的时候我的成绩依然排在班内最后几名。非常勤奋又非常郁闷，也没有女生来爱我安慰我。(笑声)这导致的结果是，我在大学三年级的时候得了一场重病，这个病叫做传染性浸润肺结核。当时我就晕了，因为当时我正在读《红楼梦》，正好读到林黛玉因为肺结核吐血而亡的那一章，(笑声)我还以为我的生命从此结束，后来北大医院的医生告诉我现在这种病能够治好，但是需要在医院里住一年。我在医院里住了一年，苦闷了一年，读了很多书，也写了六百多首诗歌，可惜一首诗歌都没有出版过。从此以后我就跟写诗结上了缘，但是我这个人有丰富的感情，但是没有优美的文笔，所以终于没有成为诗人。后来我感到非常的庆幸，因为我发现真正成为诗

人的人后来都出事了。我们跟当时还不太出名的诗人海子在一起写过诗。后来他写过一首优美的诗歌，叫做《面朝大海，春暖花开》，我们每一个同学大概都能背。后来当我听说他卧轨自杀的时候，嚎啕大哭了整整一天。从此以后，我放下笔，再也不写诗了。（掌声）

## 岁哈佛女生演讲篇七

大家好！

能站在这里参加学生会女生部部长的竞选，我很高兴也很激动，更要感谢大家对我的支持和信任，谢谢大家。我首先作一下自我介绍，我叫xxxx□来自xxx班，是班XXXXXXXXXX□

泰戈尔有句名言：“天空中没有鸟的痕迹，但我已飞过。”而我想说：“天空中没有鸟的痕迹，但我正在飞翔”。我这次竞选的是学生会女生部部长，作为同学们推荐的候选人，我自信我能胜任这一职务。

我是一个十分有上进心的人，任何事不做则已，做则一定做好。俗话说：“海阔凭鱼跃，天高任鸟飞”。作为我自己，我需要一个更广阔的空间来展示自己的能力。“欲穷千里目，更上一层楼”，只有站得更高才会看得更远，我希望在更高的位置发挥更大的作用，在同学们的协助下，我相信我可以把学生会女生部的工作做得更好、更出色。

我的话并不是空话，我认为我有能力实现我的诺言，无论在工作上，还是学习上，我都有我的优势。在xxxx工作岗位xxx年，一路走来，不是鲜花满地，也不是荆棘密布，有的只是波澜不惊，缓坡小溪。从以前只会按上级要求办事到现在能独立策划、组织各种活动，我经历了一个由不会到会，同不好到好的过程，现在工作起来总觉得游刃有余，得心应手。在处理各种问题的时候我总会放开自己的思路，大胆的去想，由于突破了常规，竟常常得到一些意想不到的效果。

作为一名干部，各个方面都要起到表率作用，当然也包括学习。所以在学习上，我对自己的要求十分严格，我学习的时间比其他同学少，常常要在别人复习功课的时候为工作而奔波，但我合理的安排时间，在规定的时间内保质保量地完成各科作业，并充分利用课余时间来搞竞赛，这样一来，我的成绩不但没有掉，还提高了办事效率，正是由于这些原因我的成绩一直排在年级前列，而且去年xxx竞赛我拿了xxx奖、xxx拿了xxx奖。

当然了，“人非圣贤，孰能无过”我在工作中也出现过一些错误，但我敢于面对。通过老师、同学的批评、帮助及自己的努力来改正，决不允许自己在同样的地方跌倒两次。正是由于在胜利面前不骄傲，在失败面前不低头，我才会奋斗中迅速的成长和提高。

上一届学生会女生部做了很多工作，为我校赢得xxxxxxx奉献了许多，他们的成绩人人皆知。当然在成功的背后仍然隐藏了一些问题。现在接力棒马上要传到我们手中了，他们未竟的事业要由我们来完成，俗话说“长江后浪推前浪，一代新人胜旧人”，我相信只要我们在吸收他们长处的基础上，与时俱进、大胆创新、锐意进取、全心全意为大家提供优质服务，女生部的各项工作将会干得更好、更出色。

在这里我想向各位简要介绍一下如果我当选学生会女生部部长的工作设想：

2开展各种有助于培养同学们积极向上的审美观和保健意识的讲座、培训；

3负责选拔、培养和管理学院礼仪队伍、健身俱乐部和拉拉队；

4及时反馈毕业生在就业招聘面试中所需要的形象包装方面的信息；

5采用一定的活动形式促进男女生之间的交流；

8协助学生会其他各部（室、中心）开展工作，丰富同学们的课余生活；

9指导各年级班级的女生工作开展；

我不敢保证我以后将怎样工作，与其在这里说大话，倒不如全心全意地投入到实际工作和学习中，把我们该做的事都做好，该处理的问题处理妥当。我会以成绩证明给你们看，你们的选择是正确的。

同学们，我相信你们都能理解我现在的心情，为了我的雄心壮志，为了xxxxxxx学校辉煌的明天，投上你们神圣的一票吧！

我的演讲完毕，谢谢大家！

此致

敬礼！

姓名:xxx

时间□xxx