

# 2023年口才的重要性演讲稿三分钟(实用8篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看看吧。

## 口才的重要性演讲稿三分钟篇一

大家好，今日我演讲的题目是《无悔的选择》。

当鲜花绽放于阳光之下，是绿叶最欢乐的日子。

当果实成熟于金秋时节，是园丁最欣慰的时刻。

我是一片绿叶，我是一名欢乐的园丁，一名平凡的幼儿教师，陪伴在身边的，是一群群可爱稚气的孩子，还有数不尽的职责和承诺。我用辛勤的汗水，浇灌出一棵棵幼苗，给他们人生起点上以方向和力量，让他们在无微不至的呵护下茁壮成长。

当时间随着孩子的吵闹和我的手忙脚乱又加上许多的教学任务……沉重压力中漫漫地流失时，和蔼可亲的老园长及时找到了我对我说：“我送你一句高尔基以往说过的话：‘爱孩子是母鸡都能够做到的，但要教育孩子就不是一件不容易的事情了。’”我不断揣摩着这句话，至此在幼教摸、爬、滚、打、出来的我，时时深深地记起这一句语重心长的话。一句简单的话、简单的道理却包涵着许许多多的育儿方法。随着中外学前理论、幼儿教育家在我面前的出现，渐渐我明白了这个道理，“十年树木，百年树人”、我们从事的是伟大与平凡的职业。

圆圈是人类描述之间平等的一种象征，蒙台梭利将这种平等注入于幼小的心灵，在幼儿时感受平等、和平孕育着很深的东西，蹲下与孩子讲话，教师不再是发号施令的指挥官。人应当宽容、善待、学会欣赏别人，大家只要处在圆圈状态，才能看到你周围有许多与你平等站在线上的人。

如果我们早一天领悟这一人生哲理，那我们就会进入一种境界，具有一种修养。当班里的孩子用渴望的、委屈的、气愤的、求助的、俏皮的目光看你时，你不再简单的扔给孩子一句话，做出短、平、快的处理，而是蹲下来倾听，然后用你的心境去进入孩子的世界，用你修来的一种素质，得当的方法去做，那一切都会迎刃而解。孩子经过一件小事能够感受到成功的喜悦，与同伴交往的方式，会得到换位思维的启示。

如果说蒙台梭利让你感受到的是一种平等和谐，幼儿在工作中体验一种规则、一种观察、一种过程的，那加德纳的多元智能理论，将给你我带入一种平等基础上的看待与看待中的原谅与理解。孩子不在是罐子，不在是小鸭子，你不在是填鸭教学的教师，不在为班里的孩子算不出一道题而着急，讲不出一个故事而说是不聪明的。多元智能的理论，使你理解了个体差异的真正含义。

汇佳把加德纳介绍给我们，在知晓了他的基本理论后，以多元智能教学为方式，创编了汇佳的主题性教育，主题来源孩子，从孩子表现再去延伸，生成主题，与孩子一齐围绕主题创设环境，创设区域，当我们班的孩子用好奇的眼睛看着我拿来的一堆大石头子时，我的信心就产生了，原因就是好奇，它是探索的一把钥匙，经过触摸、观察明白这些鹅卵石的来历，用五彩的画笔去涂抹这五彩的石头，心里别提有多兴奋了，带着广告色的脸上很欣慰的笑了。

行走在童心的世界，我选择了宽容。一位哲学人说过一番耐人寻味的话：天空收容每一片云彩，不论其美丑，故天空广阔无比；高山收容每一块岩石，不论其大小，故高山雄伟壮

观；大海收容每一朵浪花，不论其清浊，故大海浩瀚无比。孩子就是孩子，面对孩子的失误、缺点，我选择了平静与理智，我和孩子们共同营造了成长的温馨家园。

行走在童心的世界，我倍感骄傲与自豪，选择幼教，我就选择了微笑与欢乐。5年前，当我第一次带班时，我就全身心的投入到幼教工作中，成为了孩子亲密的好伙伴，家长信赖的好教师。还记得第一次家长公开课上，全班孩子家长到班上来听我上课，当时正值炎热的夏季，不知是天气太热，还是我太紧张，汗流满面的我，连汗水也顾不上擦一下就继续上课，正当汗水一滴一滴的往下流时，薇薇跑到我面前来，她手里拿着一张方巾纸，对我说到：“李教师，我来帮你擦擦汗！”，我半蹲下，当薇薇踮起脚尖帮我细心的擦掉汗水时，我的眼睛里湿润了，做教师的，当你的学生自然的流露出对你的关心与爱怜的时候，你难道不会感动吗更何况那还是一个年仅5岁的孩子啊！

我的演讲完毕！多谢大家。

## 口才的重要性演讲稿三分钟篇二

大家好，今天我演讲的题目就是我们前面铁的两个字——团结！

“团结就是力量！”这句歌词好啊，它激励着我们做任何事情都要团结一致，勇往直前，而不是只靠某一个人的力量。俗话说，一个巴掌拍不响，就是因为这个“巴掌”没有团结的动力，没有去团结另一个巴掌。就好像我们人一样，独自一个人不团结别人的话，他的贡献也就微乎其微。所以我们不管在集体中还是在生活中，都要团结，因为团结的力量比铁还要硬，比钢还要强！

同心山成玉，协力土变金！成功需要克难攻坚的精神，更加需要团结协作的合力！只有懂得团结的人，才能明白团结对自己，

对别人，对整个集体的意义。才会把团结当作自己的一份责任。

我们头顶上的这些奖状，以及上个星期的篮球赛，无不透露着我们所有人团结的力量。篮球场上，我们的队员团结一致打的是最有激情的，场下我们的啦啦队齐心协力喊的是最响亮的。虽然比赛我们输了，但它所展现出来的团结精神值得我们永远铭记！同时它也使我们对团结更多了一份责任感，没有团结是得不来这些成绩的！

团结，团结，越团越结！那就让我们更加团结，永远团结，让我们永远去散发这彩虹般耀眼而美丽的七彩之光!!!

我的演讲完了，谢谢大家！

## 三分钟演讲稿 篇15

### 口才的重要性演讲稿三分钟篇三

千里之行，始于足下。行动很重要，空有理想有什么用。去奋斗，去努力，去实现，才有价值。下面由小编为大家整理出关于三分钟演讲稿的范文！希望大家喜欢！

尊敬的老师，亲爱的同学们，大家好，今天我为大家带来的演讲叫做理想，点亮人生。

我们每个人都从幼年一步步走向成熟，就像沿着一条河流逆流而上。

而河流的源头，屹立着一座雄伟高峻的雪山，令人神往。

我们把它称之为——理想。

一个最美的字眼!理想，包含着我们对未来的向往，对未来的希望，对未来的美好的憧憬。

可是，那令我们心驰神往的雪山又岂会让我们轻易到达？于是，漫长人生路上，我们开始追寻心中的理想。

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来，追求理想的道路不会是一马平川，而是充满着坎坷与荆棘。

孤独，寂寞，挫折，打击更可能常伴你左右。

但是没有血的历练不能成为真正的将军。

同样没有各种苦难的磨练又怎么能有能力的提升。

一颗坚定的，勇往直前的，无所畏惧的心，能够支持你披荆斩棘，走向成功的终点。

理想信念就是激励我们向着既定的目标奋斗前进的动力，是人生力量的源泉。

我们如果有了坚定的理想，就会以惊人的毅力和不懈的努力，成就事业，创造奇迹。

千里之行，始于足下。

行动很重要，空有理想有什么用。

去奋斗，去努力，去实现，才有价值。

有一位哲人说过：梦里走了许多路，醒来还是在床上。

它形象地告诉我们一个道理：人不能躺在梦幻式的理想也就是空想中生活。

虽然空想的意境有时候很美妙，甚至远远超越了按步骤实现的理想，但它们最终都会流于虚幻和空无。

所以，用理想点亮人生并不是一句宣传的空口号，我们应该将其付诸于实际行动中来。

实践，只有实践才能化理想为现实。

理想之花灿烂，理想之果甘美，要想使理想开花结果，必须用辛勤的汗水来浇灌。

理想是永远的力量!理想是激情，是碰撞，是寒夜里前行，风雨中追寻的方向;理想是梦境中萦绕，心底处纠缠的向往;理想是困境里咬牙，孤独中坚持的倔强;理想是烈火中放歌，雷鸣里翱翔的.狂放;理想是孤独时忍耐，流泪时微笑的坚强……如果有一天，你能够大声地说出自己的理想，并且感到世界上最快乐的事情莫过于为理想而奋斗，那么，你成长和前进的道路就不会再有恐惧，就会充满着理想的光芒!

让我们放飞理想，用理想点亮自己的人生吧!

我的演讲到此结束，谢谢大家!

大家好!

我叫xx□很高兴能够和大家一起探讨追求卓越，奉献青春，这个话题，今天我要演讲的题目是《甘于奉献，点燃烈火青春》。

让青春烈火燃烧永恒，让生命闪电划过天边，用所有热情换回时间，让年轻的梦没有终点!我非常欣赏《烈火青春》里面的这段话，并一直用它激励自己的学习、工作和生活。

青春，是我们一生中最美丽的季节，她孕育着早春的生机，

展现着盛夏的热烈，暗藏着金秋的确实，昭示着寒冬的希望，充满诗意而不缺乏拼搏的激情，时尚浪漫而又饱含着奋斗的艰辛。

当一个人的青春融汇到一个时代、一份事业中，这样的青春就不会远去，而这份事业也必将在岁月的历练中折射出耀眼的光芒。

说到这里，我想起了这样一句话：“有的人活着，他已经死了；有的人死了，他还活着。

”生命的意义在于活着，那么活着的意义又是什么呢？当然不是为了活着而活着，答案只有两个字，奉献！古往今来，有无数能人志士在自己的青春年华就已经成就了不朽的人生，在这里我来不及一一列举。

可是，有一个人的名字我却不能不提，他是我们永远的学习榜样，一个最平凡最无私也是最伟大的人。

青春不是人生的一段时期，而是心灵的一种状况。

如果你的心灵很年青，你就会常常保持许多梦想，在浓云密布的日子里，依然会抓住瞬间闪过的金色阳光。

我们虽出生于不同的年代，工作在不同的岗位，但我们拥有一个共同的家，在这里，我们信守同样的企业精神，写下同样的奉献承诺，拥有同样的壮美青春。

这是一次演讲，更是一次告白。

当我满带着青春的气息，怀揣着沉甸甸的梦想与信念站在这里的那刻，我的内心是如此的坦荡与激昂，那种难以形容的兴奋与紧张，我真诚的邀请你们一同分享。

尊敬的各位领导，老师，亲爱的同学们：

大家晚上好！我是来自10小教英班的xx□

我演讲的题目是《感恩是爱的接力》。

感恩很简单，就是对别人的帮助表示感谢。

遗憾的是，我们常常忽略了别人的帮助，这样，感恩就无从谈起了。

我想，我们首先应该感谢的是给了我们生命的父母。

但是，我们做到了吗？

让我们一起自我检讨一下吧。

对于别人来说，我们也许只是毫不相关的路人甲乙。

但是，对于我们的父母，我们永远都是最宝贝的人。

有这样的爱包围着，难道我们还不幸福吗？我们不该感谢他们吗？朋友们，让我们把手捂暖，然后拉拉我们的父母那双辛勤的手；张开双臂，去拥抱一下那为我们日夜操劳的身心；或者，我们还应该亲吻一下他们那已然不再年轻的脸颊。

知道吗？这样做，他们会热泪盈眶，他们会快乐很久，很久。

老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼。

这样，那根叫爱的接力棒就得到了传递。

让感恩于施恩并存，接过爱的接力棒，把它传给身边的每一个人。

这样，爱的光环就会成为不落的太阳！

1.课前三分钟演讲稿-三分钟演讲稿范文

2.三分钟演讲稿范文

3.三分钟感恩演讲稿范文

4.三分钟竞聘演讲稿范文

5.三分钟精彩演讲稿范文

6.三分钟激情演讲稿范文

7.有关三分钟演讲稿范文

8.三分钟英语演讲稿范文

## 口才的重要性演讲稿三分钟篇四

大家好！

我今天国旗下讲话的主题是：纪念屈原，过端午节。

大家都知道每年农历五月初五是我们中华民族的传统节日——端午节。那端午节到底是怎么来的呢？端午亦称端五，“端”的意思和“初”相同，称“端五”也就如称“初五”；端五的“五”字又与“午”相通，按地支顺序推算，五月正是“午”月。又因午时为“阳辰”，所以端五也叫“端阳”。五月五日，月、日都是五，故称重五，也称重午。此外，端午还有许多别称，如：夏节、浴兰节、女儿节，天中节、地腊、诗人节等等。

关于端午节的来源，时至今日至少有四、五种说法，诸如：

纪念屈原说；吴越民族图腾祭说；起于三代夏至节说；恶月恶日驱避说等等。迄今为止，影响最广的端午起源的观点是纪念屈原说。在民俗文化领域，我国民众把端午节的龙舟竞渡作为端午节的主要习俗。相传起源于古时楚国人因舍不得贤臣屈原投江死去，许多人划船追赶拯救。他们争先恐后，追至洞庭湖时不见踪迹。之后每年五月五日划龙舟以纪念之。借划龙舟驱散江中之鱼，以免鱼吃掉屈原的身体。竞渡之习，盛行于吴、越、楚。

端午节吃粽子，这是中国人民的又一传统习俗。粽子，又叫“角黍”、“筒粽”。其由来已久，花样繁多。每年五月初，中国百姓家家都要浸糯米、洗粽叶、包粽子，其花色品种更为繁多。从馅料看，北方多包小枣的北京枣粽；南方则有豆沙、鲜肉、火腿、蛋黄等多种馅料，其中以浙江嘉兴粽子为代表。吃粽子的风俗，千百年来，在中国盛行不衰，而且流传到朝鲜、日本及东南亚诸国。

中国的传统文化源远流长！

为了传承屈原的.爱国传统，所以，我们一定要好好学习，天天向上。谢谢大家。

## 口才的重要性演讲稿三分钟篇五

从儿时的牙牙学语到此刻的辩论辟谈，晃晃而悠的时间，在日新月异中流逝，消散。可梦想却在这摸不着的淡忘中扬起风帆。有位哲人说过：“梦里走过许多路，醒来却还是在床。”他形象的告诉我们一个道理：人不能躺在虚幻式的梦想中生活，在梦想中等待新的开始不仅遥遥无期，甚至连已经拥有的也会失去。朋友们，你们是否也在虚幻式的梦想中徘徊呢？人的一生要有所追求，要有属于自己的人生梦想，人生目标。前人说得好：有志者立长志，无知之人常立志。那些无志之人将自己的蓝图构画的十分完美，但却不付诸行动，不去努力，或者只是三分钟热血，那么最终也只能使空中楼

阁，海市蜃楼罢了！

我们早已告别无忧无虑的儿童时代，步入了少年，今天的我们充满力量，充满志向，充满希望。如今，我们有必要去好好规划一下我们的人生，为自己，为父母，为我们明天的生活去努力，去奋斗。别再犹豫，别在徘徊，时光在流逝，青春就在我们手中，抓住这短暂即逝的光阴，珍惜这来之不易的生活，为生活，为梦想去拼上一拼！

列夫托尔斯泰把人生的梦想分成一辈子的梦想，一个阶段的梦想，一年的梦想，甚至一天，一小时，一分钟的梦想。如果我们也能按照这样的模式去规划我们的梦想，每天进步一点，那么你会以最短的时间，最高的效率实现你的目标，实现你的梦想。但是，要知道机会永远是留给有准备的人的。的确，青春是资本，但是如果你不懂得珍惜，不去把握，时不待人，稍纵即逝，终将一事无成。我们的人生只有一次，青春只有一次，它禁不起挥霍，它终将逝去。人生就如同一个坐标，时间是纵轴，梦想就是横轴，人生的目标就在这个坐标中移动，不要怕输，青春是永不服输的，只要你去行动，只要你肯努力，梦想终究会实现！

在自己的世界里，到底什么才是你的梦想呢？梦想不能说，会破；梦想不能碰，会痛；梦想不在前方，在以往；梦想不在水面，而在深处理藏；有时候梦想不是物质，而是精神；有时候梦想不是炫耀，而是远离尘嚣；有时候梦想不是为了自己，而是心中所想到的人；有时候梦想不是生前，而是生后；曲终了，人散了，梦想就出现了；酒醒了，心碎了，梦想就清晰了；坚持了，熬过了，梦想就实现了；去过了，看见了，梦想就放大了；梦想不是回忆，是努力，是努力了创造活着的意义；梦想不是忍受是怒吼，是决定在明天不等待；梦想不是服输，而是挣扎，然后活得更潇洒；梦想不是保守，而是愿意付出任何代价，然后分享给大家；原来梦想不是孝顺，而是有时间去陪伴；原来梦想不是溺爱，而是有能力去关怀；原来梦想不是争辩，而是会心一笑；原来梦想不是来

自光明的动力，而是常常来自于阴沉的激励。

昙花苦等十年，只为一现，甘愿承受长久的寂寞；雄鹰苦练十年，只为搏击长空，毅然接受了严峻的考验；彩虹苦经风雨，只为展现自己，甘愿经受风雨的洗礼；流星放弃生命，只愿瞬间永恒，宁可付出沉重的代价。梦想，一旦付诸行动，就会变得无比精彩。人生道路漫长，也有铺满鲜花的日子，也有阴雨连绵的时候，有掌声环绕的日子，也有独自一人寂寞的时候，当我们不可避免地遇到挫折和困惑，走到人生的低谷，我们唯一的办法就是调整好自己的心态，坚持自己的梦想与信念，继续向前走。林肯说过：“每个人都应该坚韧不拔，百折不挠，勇往直前的使命感，努力拼搏是每个人的责任，对于这样的责任感，我们应该怀有一种舍我其谁的耐心，毅力与信念。”

海阔任鱼跃，天高任鸟飞。每个人都怀揣着属于自己的梦想。然而，什么是梦？什么又是梦想？梦是期待，而梦想是坚强——是你把飘渺的梦坚持作为自己梦想的勇气与执着，是你对自己负责的最高境界。但扪心自问，我们有多少人能够成就自己心中最初的梦想？我们的梦想，是一个简单的信念，是一份对自己未来与生命的责任。也许，是二十岁的豪情壮志；也许，是青春期的迷茫与冲动；也许只是一份平淡的渴望，渴望掌声，渴望成功。无数的“可能”，无数的“希望”，以为我们的青春岁月充满奇迹，我们心中大大小小的梦在生活中的每一个角落弥漫芬芳。亲爱的朋友们，回眸自己的一路成长，还记得每一个梦想带来的悸动吗？让梦想从心灵起飞，让梦想在岁月的海洋中扬帆起航！

## 口才的重要性演讲稿三分钟篇六

大家好！

有人说，青少年的心灵是一片花圃，虽然空白却不荒芜，虽然空旷却不冷清，它在等待，等待一颗颗种子的播种。在每

一个青少年的心灵深处，都播种着美好和快乐，他们的心灵永远一尘不染，芳香四溢！

其实，我认为，成长是一个蜕变的过程，当我们在成长的过程中，就犹如那一条小小的虫子，最终将蜕变成美丽的蝴蝶。

在我们的成长过程中，免不了会受到磨炼的洗礼，只有经受过洗礼，才会真正完成蜕变。

在成长的征途上，我们应该无所畏惧，敢拼搏，敢奋斗，不要去害怕失败，只要付出了行动，哪怕是失败了，也至少努力过。然而，在你害怕失败而始终在原地徘徊，你是否曾想过，不去尝试，不去行动，那么，就永远都不可能成功。

当你明道做一件事一定不可能成功而去做时，那只能说明你的愚蠢；当你用尽努力去做一件事时，却失败了，但你不敢去面对失败，这是懦弱；当你因失去一件珍贵的东西而过分感到悲伤时，我记得莎士比亚说过这样的一句话：“适当的悲伤可以表示情感的深切，过度的伤心却可以证明你的欠缺。”

成长似登山，每个人都在同一起点上，但由于坚韧意志，和不懈的追求，有一小部分人成功登上了巅峰，而另一大部分人，却停在了半路甚至还停留在谷底，这就是成长。唯坚韧者遂能使其志。

在成长的过程中，不同的人最后都有不同的成就，我们只有坚持自己心中的那个坚定的信念，才不会迷失人心，才能一直走下去。

其实，在蜕变的过程中，总有艰难和挣扎。

很多人都认为，他们付出了很多努力，却始终没有获得成正比的收获，也有人认为，一个人付出多少努力，就能获得多少回报。的确，付出和收获是等同的，当你付出了没有看到

收获时，那只是在为你下一次的成功作铺垫罢了。不要总想着收获，着先要学会播种。

## 口才的重要性演讲稿三分钟篇七

大家早上好！

我是来自xx班的xxx□

“蜜蜂从花中啜蜜，离开时嚶嚶地道谢，蝴蝶却相信花是应该向他道谢的。”无疑，蜜蜂是懂得感恩的。

如果一个人可以影响另外一个人，那么一个一个地去影响他人，一定可以起到积极的效果。感恩不是口号，不是作秀，只有从今天做起，从我做起，让感恩成为一种品行，才是真的感恩。

感谢生命有你们的参与，感谢生命有你们的付出，请笑纳我真诚的感谢。曲终虽人散，却留下永不改变的旋律。同学们，让我们铭记感恩，学会感恩。让感恩之花在校园盛开！

我的演讲完毕，谢谢大家！

演讲人□xxx

20xx年xx月xx日

## 口才的重要性演讲稿三分钟篇八

口才训练从演讲开始，那么在口才演讲课上的三分钟演讲里，我们该讲些什么内容呢，下面是本站小编为你整理的几篇口才演讲三分钟演讲稿，希望能帮到你哟。

纵然我只是宇宙间一颗毫不起眼的尘土，只是世间万物中一

株普遍的小草，只是风尘仆仆中无意间洒落的一片枯黄的落叶。我却有人世间分享与分担的胸襟。

从何时起，分享不再是幼时一起吃零食的喜悦；不再是儿时一起玩乐一起疯闹的洒脱。它只是人世间最美好的付出，它是天使挥洒于人间的星星，是它让我们能和朋友更开心的生活，更忧心的一起分享快乐。

分享是一种美德，当你和你周边的人倾吐你的喜悦而他们也弥漫在你的欢乐中。它能使你忘却前一秒的痛苦让你全身心的溶入这片喜悦的天地。它是多么美好啊以至于它那么珍贵，那么稀有。

当你和你的朋友一起在大街上饥肠辘辘地寻找一点点充饥的食物，而这时你找到他却他没有。那么你会把你仅有的千辛万苦寻来的巴掌大的硬馒头分他一半吗？这不是物质交换的随手与随意。这是到了穷迫的极点时你对他心灵的允诺，就像是到了荒漠中你仅有半瓶水而你愿意与他共饮和他共度难关。如果你做到了，不管我们相不相识，请让我尊称你一声朋友。

从我懂事开始，分担不再是幼时一起在考场上互递纸条的无知；不再是儿时一起到外边偷东西的共患难；不再是少年时被人家欺负而叫上一群所谓的朋友一起拼命。它纵使不是我们为心爱的人所必须尽到的义务，它却是一种精神上的拥有。它是女神洒落于人间的光明。是它让我们见证友谊，让我们感动的源泉。

分担是一种感动，当你正措手不及的忙着工作时有一双温暖的手愿意帮你解忧。这是雪中送炭也是弥漫于人世间的温暖。是它让我们能更快乐地和朋友相处在一起。让我们活得更潇洒，更自由。

当你学会了分担，你才能更透彻地认清这个世间的美丽。那么你是美的，因为你有一颗慈爱的心，一个宽广的胸襟。

存在于天地间，不管是分享或分担，那么你都是必不可少的。尽管它不是一种义务，不是一种随心。它却凝聚了心灵的美好，是我们中华民族的伟大传统。它们让你不再无初可依，不再赤裸裸的展现于天地间。所以它们是美丽的，是高尚的。

即使我只是一颗尘土，一株小草，一片落叶。但我却能顶天立地于天地间。

蔚蓝的天空是一个用来怀想的地方。白云便是蓝天的记忆。我喜欢一个人站在蓝天白云下，仰望天空，不停怀想。

广阔的蓝天似海，一缕缕云恰似一只只船。“清风徐来，水波不兴。举酒嘱客，诵明月之诗，歌窈窕之章。少焉，月出于东山之上，徘徊于斗牛之间。白露横江，水光接天，纵一苇之所如，凌万顷之茫然。”我不禁想到了苏轼。一个乐观豁达的文人。“乌台诗案”是他人生仕途的一个巨大不幸，但也是他获得新生的一个转折点。

“乌台诗案”使他被贬黄州。政治上的失意让他苦闷过；朋友的疏远让他失落过。然而，他很快获得新生，从仕途的不济，朋友的不忠，环境的孤独中解脱出来。明白了别样生活的真谛：“且夫天地之间，物各有主，苟非吾之所有，虽一毫而莫取。”明白了世间很多事情不必强求，忍能常乐，知足者常乐；明白了老夫不能做官，何不做一个常乐的文人。

苏轼大彻大悟地做上了文人，写下了许多脍炙人口的篇章。前后《赤壁赋》在此时应运而生，成为千古流传的名篇。

噢，在那！他淹没在羊群中了。见他挥舞着长长的鞭，口里不挺地吆喝。他是谁？苏武也！

出使匈奴，却被无理扣留。要他为匈奴效力。但“屈节辱命，虽生，何面目以旧汉！”苏武这样说了，也这样做了——引刀自刺。后来，单于将其困于地窖，断食断水，逼迫他就范。

生存困境没有让他失去气节，失去理智，“武卧毗雪，与毛宾并咽之”。大难不死，单于别无他法，只得将他做到荒芜人烟的草原上。这一举动却造就了一段千古流传的佳话。苏武在公元前81年回国，是什么让他坚持了整整20xx年？是溶化富贵，还是单于的加官进爵？不是，都不是。他坚持20xx年是因为他的坚贞不屈的爱国精神和民族气节。

天空多变，云儿时聚时散，时卷时舒，变化莫测。我仰望天空，不停地怀想。

每个人的内心世界就宛如彼岸与此岸，人与人之间的差距与分离就好像两岸之间滔滔不绝的江水。要想到达彼岸，就必须建造一座坚固的桥；要想走进他人的内心世界，就必须建造一座通向心灵的桥——学会沟通。自然界中的桥可以用各种石料造成，心灵的沟通也可以通过各种方式达到。

### 沟通可以以言相传

语言自古以来是人类文明的体现。不同国家、不同民族，有不同的语言文字，然而，语言是沟通彼此情感的纽带，这一点却是相通的。我们现在学习外语，不就是为了更好地与外国人沟通，更好地认识世界吗？在现实生活中，我们可以听到来自不同地方的人的话，这都是通过语言这沟通之桥来实现的。听朋友说话，是沟通心灵的友谊；听老师说话，是沟通学习的内容；听父母说话，是沟通幸福爱意……每天，我们都听着各种各样的话语，其实都是心灵的沟通，交往的沟通，它使我们认识外界，发展自我。

### 沟通可以以目示意

有时我们的一个眼神也是与他在沟通。眼睛是心灵的窗户，内心情意可以通过眼神这窗户很好地表达出来，因而以目示意是心灵沟通的一种重要方式。一个带有微笑的眼神，沟通的是快乐；一个含有愤怒的眼神，沟通的是恼怒；一个目无色

彩、眉头紧锁的眼神，沟通的是忧愁；一个瞳孔闪光，睫毛扬起的眼神，沟通的是惊奇……人生的喜怒哀乐、酸甜苦辣，都可以通过眼神与他人沟通，同他人一起体验人生。

## 沟通可以心领神会

没有语言，没有目光，甚至在伸手不见五指的夜晚，如果能与他人沟通，那就是要靠心领神会了，这或者可用一个时尚的词“默契”来代替。我觉得这是沟通的最高境界。能心领神会对方的人，必定对对方十分了解，可以用心与心来沟通，能用心来感受到对方内心深处最深层的底蕴。希望我们能非常了解对方，能经常地与对方交心，这样方能慢慢进入到心领神会这一境界。

不管哪种形式的心灵沟通，都要求我们要打开自己的心灵，用一颗真诚的心去接触对方，感知世界。也可以这样说吧，真诚、坦然，是彼此心灵间的一座牢固稳定的桥，踏上它，才能到达对方心灵的彼岸。