

# 2023年超级演说家林正疆演讲稿三分钟(模板6篇)

演讲稿要求内容充实，条理清楚，重点突出。在社会发展不断提速的今天，演讲稿在我们的视野里出现的频率越来越高。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

## 超级演说家林正疆演讲稿三分钟篇一

今天站在这个舞台上我即将要讲的主题是送你们大家一份爱的礼物，我们来看这张照片，它是女孩子的子宫，2011年的时候我发起的一个“希望你在，为你而跑”的活动，我带着许多人花了二十一天环台湾宝岛一圈，我们遇到风吹日晒，还有雨林，我们跑到水泡都（磨）破了，但是我们很勇敢，我们不流泪，只因为我们有一个共同的目标，就是我们可以让全天下的男生去关注女生子宫健康的问题。

会发起这一个活动来自于我一位非常好的兄弟，我这位好兄弟的姐姐不久前生了一个小孩子，生产完之后发现血流不止，回到医院去复诊，医生说你得得了子宫颈癌的末期，一个新的家庭想不到一瞬间跌落到万丈的深渊、黑暗的谷底，自己的亲人渐渐的凋零，渐渐的死亡，我跟我这位好兄弟度过了一个台北最冷的冬天，在过程里头我也看到了很多的医护人员还有病患以及家属在努力在付出，希望可以多留在这个世界上一天。每年（有）三万个女孩子因为子宫颈癌死亡，让我很痛心的是子宫颈癌如果早期可以发现的话，它可以治愈率大概有百分之七十以上，那么为什么你们不坚持自己去做这项子宫颈癌抹片的检查。

我从2011年开始就一直在呼吁这一件事情，在不同的场合。我们男孩子可以在情人节的时候去买九百九十九朵玫瑰送给

你最爱的女人，可是为什么你却不能特地有那么一天带着你最爱的女人花四十块到医院里头去检查呢，所以我发起了“希望你在，为你而跑”这一个活动，主要就是来告诉我们现场所有的男性朋友，如果你是一个儿子你就应该要跟你的妈妈说“妈，你每年要做一次子宫颈抹片检查。”因为妈妈的健康就是家庭的健康；如果你是一个丈夫，你就应该要坚持带着你最爱的女人去医院检查，因为你要让她觉得你带她去做子宫颈抹片检查的时候，是像拿到九百九十九朵玫瑰一样的幸福；如果你是一个爸爸，你更要去教育你的女儿不要等到事情发生了再后悔，那一切都来不及。环台跑步这一件事情就是为爱而跑，为健康的妇女而跑，我希望我可以一直奔跑全中国的妇女都做了子宫颈抹片的检查，朋友们，就从今天开始让我们一起奔跑吧。

## 超级演说家林正疆演讲稿三分钟篇二

西元2006年福建籍男子念斌被指控使用有毒物质，其中包括毒杀了一对幼童，之后念斌蒙冤八年，在这八年间证据不足的情况之下念斌被判了四次死刑，而八年来辩护律师努力奔走奋斗为念斌伸冤，西元2014年8月22日福建省高级法院终于判决念斌无罪，这对于我国的司法来说是一种划时代的进步，因为本案正式确立了证据不足就该判决无罪的典范，意义非凡。正义虽然迟来，但是对于念斌来说辩护律师的努力已经为他换取自由的阳光。

各位，所谓辩护律师就是专门从事刑事案件为被告人辩护的律师，而这些律师呢基本上是我们律师界公认较为心酸而且也引人争议的一群律师，为什么呢理由很简单，被告人是辩护律师的客户，通常绝对不会是受大家欢迎或者是喜爱的角色，甚至是大伙义愤填膺人人喊打欲除之而后快的角色，在这种情况下各位一定听过以下的批评，你这个辩护律师在找什么茬，强词夺理虚情假意嘛，会帮这种坏蛋辩护依我看你也不是什么好东西。为什么会有这些批评呢，理由很简单因为大家都厌恶犯罪，所以当犯罪疑凶一旦出现的时候，大多

都希望疑凶能够尽快地经由速审速决的方式消失在这个世界上，于是被告人的答辩很容易就被大家认为是什么，是狡辩、是抗拒、是刁民、是强词夺理，因此虽然今天我们已经有了明文的诉讼制度，而且其中也给予了被告以及辩护律师攻击防御的权利，但是刚刚我们所提到的想法仍然深深地印在许多人的灵魂深处，那就是主观上往往排斥被告人的答辩，并且鄙视辩护律师的据理力争。

影响所及我们最近看到了一些明显的副作用，什么副作用呢就是在一些震惊社会的重大案件的时候，我们很遗憾地看到有些时候辩护律师会退缩，屈服于社会压力之下辩护律师不敢或者是不愿意为他的当事人主张无罪。各位发现了吗，如果我们没有办法给辩护律师更大的宽容跟理解，不断地施加压力的结果就是最后往往辩护律师有些时候会退缩，没有办法正确有效地去保护他的当事人，我们必须准确地了解一件事情，刑事诉讼的目的在于追求真相，并且做成公正的裁判，然而法官是人不是神，不可能总是准确无误、万无一失，所以这个时候我们就会需要一套比较相对而且比较合理，并且比较可能找出真相的制度，而这样的制度辩护律师就是其中最为关键的要素之一。

辩护律师所做的最重要的观念就是让无罪的被告人不至于得到有罪的判决，让有罪的被告人不至于去承受他所不应该承受的刑罚，我们发现我们必须准确地去了解一项最重要最重要的事实，那就是每一个人都可能因为任何一种原因而成为被告人，此时辩护律师对你我而言将极为重要，各位在法律之前只有真相才拥有最高的权威，面对倾盆大雨一般的控诉，辩护律师可能是你我手上唯一的伞。所以各位在嘲讽或者是批评，辩护律师为什么要帮所谓的坏人去进行辩护的时候请给予辩护律师更大的宽容跟理解，因为坏人未必真坏更未必全坏，而真相是需要经过推敲才能够获得的，透过辩护律师的努力诉讼机能的制度才能够得到发挥，那就是质疑一切挑战权威，追求合理、争取权益、尽力而为。

## 超级演说家林正疆演讲稿三分钟篇三

有一部电影《国王的演讲》，说的一个口吃的国王如何战胜自己，而现实生活中的一般人面对口吃又是什么样子呢？口吃的人会被贴上紧张、无能、麻烦等标签，令他们在学习、事业、爱情等方面屡战屡败。但是有的人屡败屡战，在口才方面加倍努力，甚至挑战很多正常人都不敢尝试的公开演讲。毛一鸣老师就是一个鲜明的例子。

毛一鸣，男，30岁，祖籍河南鹿邑，现居北京。他是一位拥有伟大梦想的80后，他是善朝教育集团的金牌讲师，中国学生心理成长网首席讲师，青少年心理辅导专家，和谐家庭和亲子教育专家，中国优秀大学生创业导师，著名感恩励志演说家。他在全国二十多个省市，上千所学校演讲，改变了数十万孩子和家庭的命运。他就是毛一鸣。他心怀感恩，充满激情，立志要帮助中国一百万个青少年实现他们的梦想。

毛一鸣在接受媒体采访时说：我出生在一个非常贫穷的农村家庭，家里面没有什么钱，我记得我上小学的时候，早餐只有一个馒头，永远只有一道菜就是咸菜。有的时候实在吃不下去，就往馒头里面滴两滴油，还怕妈妈看见挨揍。平常妈妈没有给过一分钱，我和妹妹也都知道家里没钱，也从来没有要过一分钱，看到别的孩子吃零食，我就告诉自己零食对身体不好，我们不吃，好朋友让我吃的时候，我总是告诉他们我不喜欢吃，其实我是怕我吃了，没有办法还给他们，那段时间我非常的自卑，学习成绩非常差。

高中一次偶然的的机会，毛一鸣老师听取了善朝教育集团房善朝老师的励志演讲会。演讲会期间，房老师用自己身边的真实故事和学习经验为同学们注入学习的动力，用激励、勇敢、自信、坚持的语言打动着现场的每一个人。在此次演讲会结束之后，作为学生的毛一鸣身心受到强大的鼓舞和激励。演讲结束后，毛一鸣拜房老师为师，就这样毛一鸣生命中的贵人出现了。毛一鸣在房善朝老师的真诚鼓励下，一步步向着

自己的理想目标奋斗。那时的他，在心中已深深种下一颗不懈奋斗、勇往直前的种子。直至6月份的来临，毛一鸣用昂扬斗志的激情、踏实的学习能力、良好的心理状态创造了6月份的高考奇迹。他如愿以偿考上了心目中理想的大学，他终于实现一个很多人认为不可能的梦想。

在上大学期间，在校期间，在导师培养下，先后开始学习研究教育学，心理学，国学，成功学，神经语言程序学，将知识融会贯通之后，形成自己独特理念，先后向营销，策划，教育培训，互联网，金融等行业顶尖人士学习。20xx年，本着“成就更多未来中国栋梁”的决心，加入善朝教育集团，开始在全国推广“爱”的教育，目前在全国20多个省，上千所学校演讲，改变了数万孩子和家庭的命运。毛一鸣老师的成长经历激励了一届有一届大学生发奋图强，实现自己的人生理想。主要著作：《我一定要上大学》、《演讲与口才》、《未来形成于今天》。

都说不清楚，还做演讲？我的一个朋友打击我说，一鸣你满脸青春痘，脸比煤球黑，就你这形象还做演讲，你还是算了把，有无数人认真的给我说，一鸣，你不行，你没有这方面的天赋。你是不可能成功的，那段时间我得了抑郁症，甚至想到自杀，但是有一天我的恩师告诉我，只要够努力一切皆有可能，这句话改变的我人生，从那天开始我就开始发疯似的练习，别人每天练习8个小时，我就练12个小时，总之我要比所有的人练习的时间都要长，就这样坚持了半年多的时间，大家开始接受我，我也开始一步步走上讲台。

毛一鸣老师将自己的大爱之心传输进一代又一代学子的精神世界，这颗种子在他们的心中生根发芽，逐渐的形成一种思维惯性，遇事不怕苦，不怕累，坚持坚持再坚持就能成就属于自己的未来。

毛一鸣老师曾说：能影响别人的人，一定是一个有理想、有梦想，有格局的人，这样的人才能称之为人生导师。为了一

亿青少年的伟大梦想，毛一鸣老师和善朝人致力打造一亿幸福家庭，唤醒全社会知识分子对教育工作的热忱。感恩前行，用爱心做事，用感恩的心做人，我们一起传播正能量。

## 超级演说家林正疆演讲稿三分钟篇四

尊敬的领导、各位嘉宾：

大家下午好！

首先，超级演说家必须具备情感共鸣的能力。他们需要在讲话过程中，善于倾听观众的心声，用真诚和情感触动听众的内心，让人们对话题产生共鸣，形成思想上的连结。只有情感共鸣，才能让演讲更加深入人心，让听众信服。

其次，超级演说家应该具备专业的表达技能。表达技能是演讲者在讲话中展示个人魅力的关键。良好的语言能力、表达能力以及口头表现力，是超级演说家必不可少的素质。在表达技能上，超级演说家甚至可以让听众在不知不觉中，在演讲中把自己的情感和思想都融入进去。

最后，超级演说家还应具备深刻的思考和洞察力。根据所面对的'不同主题，超级演说家需要拥有丰富的知识储备和深刻的思考能力，了解社会热点和当下的趋势。他们还要有对事件、人物等深入洞察的能力，让演讲更加具备说服力和可信度，不断提升自己的言辞魅力。

综上所述，成为一名超级演说家不仅需要情感共鸣、专业的表达能力和深刻的思考力，还要不断努力，勇于尝试，持之以恒。在演讲的路上追求更高、更强、更有思想的超越，才能让我们真正成为一个顶尖的演讲者。

最后，我想借这个机会鼓励各位观众，勇敢追求自己的梦想和目标，不断挑战自我，超越自己，成为一名真正的超级演

说家。谢谢大家！

## 超级演说家林正疆演讲稿三分钟篇五

先拿我自己说，我们家就是出身寒门的，我们家都不算寒门，我们家有没有门。我现在想想我都不知道，当初我爸跟我妈那么普通的农村夫妇，他是怎么样把三个孩子，我跟我两个哥，从农村供出来上大学，上研究生。我一直都觉得自己特别幸运，我爸跟我妈都没怎么读过书，我妈连小学一年级都没上过，她居然觉得读书很重要，她吃再多的苦，也要让我们三个孩子上大学。

我一直也不会拿自己跟那些，比如家庭富裕的小孩儿去做计较，我说们之间会有什么不同，或者有什么不平等，但是我们必须要承认这个世界是有一些不平等的，他们有很多优越的条件，我们都没有，他们有很多的捷径我们也没有，可是我们不能抱怨，每一个人的人生都是不尽相同的，有些人出生就含着金钥匙，有些人出生连爸妈都没有。

人生和人生是没有可比性的，我们的人生是怎么样，完全取决于自己的感受，你一辈子都在感受抱怨，那你的一生就是抱怨的一生，你一辈子都在感受感动，那你的一生就是感动的一生，你一辈子都立志于改变这个社会，那你的一生就是一个斗士的一生。

英国有一部纪录片，叫做《人生七年》，片中访问了十二个来自不同阶层的七岁小孩儿，每七年再去重新访问这些小孩儿到了影片的最后就发现，富人的孩子还是富人，穷人的孩子还是穷人，但是里面有一个叫尼克的贫穷的小孩儿，他到最后通过自己的奋斗变成了一名大学教授，可见命运的手掌里面是有漏网之鱼的。而且，现实生活中寒门子弟逆袭的例子更是数不胜数。

所以当我们遭受失败的时候，我们不能把所有的原因都归结

到出生上去，更不能抱怨自己的父母为什么不如别人的父母，因为家境不好，并没有斩断一个人他成功的所有可能。

当我在人生终于到很大的困难的时候，我就会在北京的大街上走一走，看着人来人往，而那时候我就想，刘媛媛，你在这个城市里面真的是一无所依，你有的只是你自己你什么都没有，你现在能做的就是单枪匹马的，在这个社会上杀出一条路来。（掌声！）

这段演讲到现在已经是最后一次了，其实在刚刚我问的时候就发现了，我们大部分人都不是出生豪门的，我们都要靠自己，所以你要相信，命运给你一个比别人低的起点，是想告诉你，让你用你的一生去奋斗出一个绝地反击的故事。

这个故事关于独立，关于梦想，关于勇气，关于坚忍，它不是一个水到渠成的童话，没有一点人间疾苦，这个事是志者事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚；这个故事是苦心人天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。

谢谢大家！

## 超级演说家林正疆演讲稿三分钟篇六

很久以前我是个刚刚入行的年轻律师，对当时的我而言胜败是我眼中唯一在乎的事情，直到一位访客的出现才开启了我十年修行之路，他是一个年轻而且憔悴的医生，双眼布满血丝说明了他异常疲惫，当年他向我说了个故事他说十年前他和妻子结婚，他们彼此之间深深相爱，但是感情越深他们反而越容易因为一点小事而发生了激烈的争吵，因此几乎是从新婚开始双方就争吵不断。

超级演说家林正疆演讲：胜败之外

婚后五年的某一个早上夫妻两个人再度因为一点小事而大动



肝火，医生在愤怒之下拎了公事包用力甩上门嘭地一声上班去了，开车上班的途中医生的脑海里突然闪过他离家的时候妻子脸上那种刚烈的表情，他的心中隐隐觉得不安，决定绕回家看看，一推开家门眼前浮现的竟然是妻子悬空的双脚，他的妻子上吊了，他连忙冲上去急救然而为时已晚，由于大脑缺氧过久他的妻子成了植物人，医生对我说林律师从此我的世界就毁了，我不但在医院要忙于工作同时岳父岳母要求我要亲自照顾妻子来赎罪，这些年来我每天从来没有睡超过三个小时，林律师我真的活不下去了，救救我林律师，我想自由。

于是我决定接受这个挑战，帮这个崩溃边缘的年轻医师提起离婚诉讼，对当时的我而言胜利是人生唯一的答案，我满心希望能够打赢这场官司并且借由这个难得一见的案例帮自己打响业界名声赢得万众瞩目，提起诉讼后开庭的第一天我向老法官滔滔不绝地陈述我起诉的理由，从情、理、法三方面说明这个婚姻已经完全没有继续维持的意义跟必要，老法官静静地听完我的陈述抬起头他说林律师，我必须承认你说的很感人，更何况对于上吊这件事情妻子自己必须负很大的责任，甚至如果我们抛开情理不谈，只谈法律的话你的当事人这位医生并没有犯错，但是林律师人心是肉做的，虽然你的当事人值得同情，但是这不是输赢能够解决的问题，林律师人生的遗憾在所难免，在胜败之外还有别的选择，这种选择叫做圆满，接着老法官提出了一些建议的条件，建议完毕之后他对我说你去把这些建议转告给你的当事人并且请他考虑接受这些条件，第一一辈子负担妻子的医疗养护费用，第二答应并且承诺要常常带着小女儿去看妈妈，第三去筹一大笔钱安顿岳父岳母的老年生活。医生非常不情愿但是为了摆脱目前所面临的困境，最后他还是勉强接受了条件，于是案件顺利终结。在老法官的劝导之下双方以庭外和解的方式达成共识，妻子被送往专门专业的养护机构安度余年，而我内心也偷偷松了口气，这个案子没赢至少没输嘛，走出法院之后医生跟着我并肩而行，走着走着他突然猛然回头看着我咬牙切齿地对我说林律师你跟我说过这个官司有机会赢的，没想

到现在的结果却是这样，说完他转头也不回地走了。

后来我忙于工作也就慢慢淡忘这件事了，五年之后长期的工作压力累积我生病了，入院开刀，手术之后的第二天我虚弱地躺在病床上，主治医生巡房，我当时躺在床上勉强睁开眼睛想跟主治大夫打个招呼，结果差一点没从床上滚下来，因为来巡房的医生就是当年植物人离婚官司那场官司的医生，我脑中马上想起当年他扬长而去的时候的那个表情，那咬牙切齿的表情说明了他恨透我了，他对我笑，我说他对我笑我在想他是不是想对我说嘿嘿你终于落在我手里了，医生一个箭步冲上来握住我的手他说林律师我常常想到你你知道吗，我想跟你说声谢谢，当年的我只想逃离一切我怨恨上天为什么对我这么不公平，我也怨恨前妻为什么毁了我的一生，多亏你当年拉我一把，现在岳父岳母也终于肯原谅我，女儿长大了她愿意去了解我当年的处境，谢谢你当年给我一条比较圆满的路，否则的话官司继续打下去我可能到最后就不认得自己，搞不好就真的堕落下去了。

我呆呆地听他说完我心里面真是无比的尴尬，天晓得我当年其实只在乎输赢而已，我脑子里面只是就算赢不了至少我不要输，我根本压根也没有想过什么圆满不圆满的路，离开医院的时候医生亲自送我到门口，他的身影越来越远，我的思绪也越来越深，我开始怀疑人生除了胜败是不是还有别的选项，我问自己胜利究竟是什么，在胜利之外还有什么，胜利是好事多数的时候我们应该并且理所当然地去追求胜利，但是我们的这一生也常常迷失在追求胜利的道路上，我们以为胜利可以帮我们解决所有的问题，但是到头来我们掌握不了胜败，却反而被胜败所掌握，老法官当年所说的话又再度围绕在我的心里，人生的缺憾在所难免，在胜败之外还有别的可能，这种可能叫做圆满。