

# 2023年演讲稿微笑面对生活 微笑面对生活演讲稿(模板5篇)

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

## 演讲稿微笑面对生活篇一

生活总是充满坎坷，生活的过程就是一个经历磨难的过程，在经历过磨难之后，你的生活便会达到一个高度，此时成功便离你不远了。或许经历磨难的过程是难以忍受的，但我们仍然要微笑坦然地面对生活，保持乐观积极向上的生活态度，始终坚信“不经历风雨怎么见彩虹，没有人能随随便便成功！”。

俞敏洪，中国知名企业家，从一无所有的大学生转身变为全中国最为富有的教师，可以说这个过程是充满磨难的。他曾经这样总结自己的过去：“过去，我一直认为自己是个失败者，高考考了三年才考上，我是个失败者；进了大学没有一个女孩爱上过我，我是个失败者；教了三年书没有什么成就，我是个失败者；在北大十年没参加过任何团体、任何活动，我是个失败者；被北大开除出来无处安身，我是个失败者”。

从俞敏洪的经历可以看出，在今天他的辉煌成就背后充满着无尽的磨难。为什么这些磨难没有压垮老俞？因为老俞有一颗乐观积极向上的心态，对任何困难都能微笑面对，是这种乐观的生活态度帮助老俞安然度过磨难，铸就了他今天的成功！

在待人处事过程中，脸上时刻保持微笑，有助于化解人与人

之间的矛盾，消除隔阂，有助于缩短人与人之间的距离。一张微笑的脸往往能为别人带来愉悦的感受，增强自己的亲和力。世界上有一种不会凋谢的花朵，那就是微笑；它不分四季，不分南北，只要有人群的地方就会开放。越是纯洁的心灵，越是为其之美。幸福的诠释是微笑；快乐的意义是微笑；温暖的真谛是微笑；挫折的鼓励是微笑；坚强的象征仍然是微笑。

朋友们，面对生活，不论是失意，还是挫折；不论是阴云密布，还是困难重重，都要选择微笑。让我们学习保持俞敏洪乐观的生活态度，微笑面对每一天，保持一颗积极向上的心态，笑对生活！

## 演讲稿微笑面对生活篇二

我们在这个多姿多彩的世界中生活，经历过欢乐，也有过悲伤，在失败中体会到人生的酸甜苦辣，也在成功找到继续前进的自信心，在现实生活中，微笑是表现这些情感最真实的语言。

如果让我用一个动作传递欢乐，我选择微笑，如果让我用一种语言交流感情，我选择微笑，如果让我用一种方式面对生活，我选择微笑。

那么，什么是微笑雨果说，涟漪，是湖水的微笑；霞光，是清晨的微笑；春风是大地的微笑。微笑(慢)是自然的太阳，它使陌生人感到亲切，使朋友感到安慰，使亲人感到愉悦。

微笑着面对生活，是一种不懈追求，是一种人生态度，是一种人生哲学(顿)，我们能够拒绝平庸，我们能够拒绝风雨，但永远都不能拒绝那道弯成45度的弧。

所以微笑面对生活吧，我们要学会从容的理解生活带来的一切，也许是明媚的春光，也许是不期的风雨，也许是灿烂的

笑脸，也许是难堪的冷遇。我们要学会微笑着张开双臂，用从容的姿态去面对它们。

微笑着面对生活吧，生活是一场之后一场的战争。谁输谁赢其实并不重要，重要的是用微笑去面对它。有时，胜利可能是一种失败，失败也可能是一种胜利。眼睛常欺骗自我，心也不必永远清晰。我们仅有在困境中磨炼意志，在奋斗中才能感悟人生！

微笑着面对生活吧，有人总是埋怨别人阻拦了自我，其实那是解脱的理由罢了，阻拦自我的不是别人，而是自我。软弱拦住了你前进的脚步，自卑拦住了你思维的飞翔，自欺拦住了你心灵的呼吸。鼓起前进的力量，微笑着朝梦想奔去，胜利必须属于你们！

## 演讲稿微笑面对生活篇三

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！在初三这一个忙碌的学年里能有这个机会让我在这里给大家演讲，实在是一件很荣幸的事。我们在初三这个跟革命相似岁月里，开始阶段已经让我们饱尝风霜，在这个对我们来说充满迷惘的学年，我们的脑中总是无时无刻地发出许多问号。我们走在这个人生的十字路口中，不禁会发出这样的感慨“现在该怎么办？”是啊，我们之中很多人无时无刻不在想这个问题，我们觉得很困惑，很无助，很后悔。困阔自己的前程，无助的是现在，后悔的是以前那段被遗忘的时光。我们又不得不问问自己“现在还来得及吗？”这真是严重的问题。即使面前出现很多人告诉你来得及，但你还是会原地不动在那里思考这个问题。

失败，人人都有，这是不可否认的事实。然而，在失败后我们又应该怎样去面对呢？很幸运的，从小学老师就把方法的告诉了我们了，我们全都听了，而且从小学到现在听到的也不

止1000次了。但为什么我们之中很多人还是站在原地不动呢？因为我们没有认真的去面对每一次的失败，我们没有面对失败的经验。失败，固然可怕，父母会骂你，老师也会谴责你，同学们还会笑你。这一窝蜂的事一涌过来，我们束手无策，第一反应就是先放在一边，不管他，以后再说吧。但每一个失败都有相似之处，那就是，它们的效果都差不多。每一个失败都让你很失望，让你不敢面对。

上面是简单介绍这种交友方法，我们必须深入去分析它的进行条件。就是我们还要树立自信心和广阔的眼界。这就意味着你必须用达观的心看世界，时代需要达观的人，社会需要达观的人，祖国建设就更需要达观的人。俗语说得好“笑一笑，十年少。愁一愁，白了头！”时间一天天地过去，心情愉快，时间会逝去，心情愁苦，时间也会逝去，与其愁苦地过日子，为什么不保持心情愉快去过日子呢？初三的学科很多，很多人都唉叹说文科繁，理科难。但是，重要的学科每一年都不会改变，每一年都要面对它们，那为什么我们就不能微笑着去看待它们呢？当魔术师拿出变幻无常把戏变出各种东西时，我们不禁思考这些东西到底是怎么来的？苦思良久依然没有想出答案，当我们认真从他们身边的人和物仔细研究，或者到现场观看时，就很容易解开谜团。等到一切真相大白时，才发现是如此可笑的一个答案，但是时间已经过去了。心态的误导是一个谜团，等我们揭开它时，才发现原来只不过如此而已，只不过自己当初的误解罢了。所以要珍惜时间，珍惜现在，把握好自己的心态，用微笑面对一个崭新的自己。高尔基说：“学习，永远不晚。”

敞开心扉，用微笑去面对世界，你失去的是你自己，你却赢得了全世界。既然选择了远方，就注定要长途跋涉，我不去想身边是否会袭来狂风暴雨，既然目标是地平线，留给世界的只能是微笑。

当你开心的时候，你会微笑；当你成功的时候，你会微笑；那么当你难过、委屈、无助甚至是绝望的时候，你是不是也

能豁达乐观，泰然处之，微笑着告诉别人：“没事，我很好”！

无论遇到多大的打击与困难，只要你对着镜中的自己笑一笑，再唱首小曲儿，鼓励自己：一切都会好起来的。这时候，你的微笑充满了自信和力量。好像有一种超凡的魔力，从中读出自强与希望。它像阳光一样，可以驱散乌云，把许多令人沮丧，失意的不良情绪一扫而光。在微笑后面有着坚实，巨大的力量，那是一种对生活巨大的热忱与信心。

微笑能带给人快乐，也带给自己快乐，一个懂得知足常乐的人是幸福的。如果人人脸上时常挂着微笑，这种来自于微笑的磁力，能够使许多人的心灵相通、相近。能发出真诚微笑的人，总是乐于帮助别人，愿意分担他人的忧伤，减轻他人的痛苦，也愿与人分享快乐，而这种共同分享的感觉是幸福的；时刻挂着微笑的人是快乐的，也能使别人感到愉快，并能有一种安全感，是成熟、理性的表现。

健康、愉悦的微笑能增进人际关系，使人和睦相处，也是不良心里的一剂良药。微笑能消除郁积的紧张和压力，使人们感到鼓舞，欢愉和情趣盎然。

微笑是一种境界、一种胸怀、一种潇洒，微笑是一种积极向上的乐观态度，一种处变不惊的人生理念，一种高格调的真诚与豁达，一种直面人生的成熟与智慧。记住了，生活是一面镜子，你对她微笑，她就对你微笑！

微笑着，去唱生活的歌谣，不要抱怨生活给予了太多磨难，不必抱怨，生命中太多的曲折。大海如果失去了巨浪的翻滚，就失去雄辉，沙漠就失去了壮舞，就会失去壮光，人生如果仅去追求两点一线的帆顺，生命就失去了魅力。微笑着去唱生活的歌谣，把每一次的失败都归结为一次尝试，不去自卑，把每一次成功都想象成一种幸运，不去自傲。就这样，微笑着，弹奏从容的玄乐，去面对挫折，去品味孤独，去沐

浴忧伤。微笑着去唱生活的歌谣。把‘人’字写直写大，活出一种尊严，活出一种力量，不向金钱献媚不向势力背躬。清贫，是一首朴素的歌；平凡，是一行亮丽的诗。微笑着，我们去唱去吟，在平静中红尘飞舞，在孤寂中品世沉浮。微笑着去唱生活的歌谣。把尘封的心胸敞开，让狭隘自私淡去；把自由的心灵放飞，让豁达宽容回归。这样一个豁然开朗的世界就会在你的眼前打开：蓝天，白云，小桥，流水。潇洒快活的一路过去，鲜花的芳香就会在你的鼻翼醉人的环绕，华丽的彩蝶就会在你身边曼妙的其舞。微笑着，去唱生活的歌谣。眼泪要为别人的悲伤而流；仁慈，要为善良的心灵而发；同情，给予穷人的贫苦；关怀；温暖给予孤独的凄凉。微笑的我们要用微笑的力量去关照周，去感化周围，去影响周围，直到每一个人脸上都挂起一片不落的灿烂。是的，就这样，我们微笑着去面对生活带给我们的一切。

在生活中，我们难免有时高兴，有时悲伤，高兴地时候，我们也不必压抑自己的感情，该笑时就笑，让自己充满信心，乐观向上。

我们遇到挫折时，微笑是成功的起点；遇到烦恼时，微笑是思想上的解脱；心情舒畅时，微笑是愉悦的表现。

当见到久别了的朋友，激动之情难于言表时，微笑便是表达感情的最好方式；当朋友陷于困境时，给他一个微笑，这是对他的最大鼓励；当相互之间产生误会时，给对方一个微笑，便是误会烟消云散的最好方法；当自己遇到挫折时，微笑面对困难，能使自己重新树立生活的信心。

困难没什么大不了，就怕自己不敢面对；挫折也无所谓，就怕自己没了信心，坎坷又如何，只怕自己还未曾尝试。生活中，艰难困苦，伤心忧郁在所难免，没有人能随便便成功，把握生命里的每一次感动，用真心的笑容，去迎接雨后的彩虹。

## 演讲稿微笑面对生活篇四

生活总是充满酸甜苦辣五味杂陈的，沿途也许一路曲折，可要相信天总会放晴，雨总会停。笑着面对生活，那么幸福会在等你。

从古至今有多少伟人不是如此遭受磨难而成才的呢？《假如给我三天光明》的作者海伦是我最敬佩的，她是多么热爱生活写作！可不久她的得了疾病双目失明，下半身永远瘫痪，这是多么残酷的挑战？可她笑着对待上天给送给她的“礼物”，写出一本本影响世人的巨作。

马云从白手起家受人嘲笑到成为中国首富，跳马冠军桑兰从被命运打击到坚强奋斗成了人们所赞扬的乐观大使，热爱唱歌艺术却说无数次被人淘汰被人讽刺的王俊凯经过了十年努力坚持，用微笑说服了所有人……是的，为什么他们可以超人的成功？是因为他们是上天的宠儿？是因为他们注定从一出生就可以心想事成？不是的，是他们有乐观向上的精神，对生活不变的热爱和追求。他们将生活中的挫折当做上天的礼物是可以磨练自己的机会。

就算黑夜太漫长风景全被遮挡，抬头就有一片星光。只有乐观微笑的人才可修炼成功的秘籍，微笑的人最美。

## 演讲稿微笑面对生活篇五

大家好，我是xxx今天给大家演讲的题目是：用微笑面对生活！

我们每一个人都是上帝咬过的苹果，你没有别人健康，缺点比别人大，那是因为上帝特别钟爱你，把你咬得大一点而已。我们不能选择，但是我们可以改变对生活的态度，微笑的对待身边没一个人，不要总嫉妒别人，怨天尤人，只有微笑，即使我们没有别人完美，我们也一样会生活得很好。

世界上没有和我们一样的人，我们都是独一无二的，别人有的也许我们没有。但是微笑是我们每个人与生俱来的本领，我们都具有微笑的魔力，然而微笑也同样会给我们带来快乐，它不仅会影响我们身边的人，也有益于我们的身心健康，俗话说‘笑一笑十年少，愁一愁白了头’。这就是微笑的力量。

生活是多么美好，我们何必不快乐的活着，快乐也是过一天，痛苦也是过一天，聪明的人会选择快乐的生活，那么你是愿意做聪明的人还是愚蠢的人了。

生活也同样是公平的，你对它好，它就会回报你更多。它好比一面镜子，你对它笑，它也会对你笑。人生说短也短，说长也长，关键是你怎样去面对，快乐的活着，也许你的一生就会过得有趣些，等到以后回想起来，就会感到充实，觉得不枉来过此生这一回。

每天起床，呼吸着新鲜的空气，感觉每一天的太阳都是新的，出门笑一笑，一天的心情都会变得很好，别人一清早就看见你那张微笑的脸，也会被你所影响，即使遇到烦心的事也会变好的。

用微笑面对每一天吧，即使天会塌，也不用担心，因为有个高个子顶着呢，那也不会影响你的好心情，谁都不会知道明天会发生什么，但我们只要过好今天，让今天过得有价值，那就算天会塌，地会陷，我们也不会有遗憾，因为我们无愧于自己，无愧于心，因为我们过得充实，因为我们今天笑了。

只有我们人才具有笑的能力，那我们何不尽情笑，笑遍全世界。

朋友们快乐的活着吧，微笑的面对生活，让世界充满欢声笑语，花在笑，草在笑，大自然在笑，你我都在笑。