乐观积极面对生活励志 积极乐观面对生活演讲稿(精选8篇)

环保行动可以从日常生活的点滴做起，如节约用水、减少废物等。人们应该更加注重环保教育，提高环境保护意识。以下是一些来自各行各业的环保专家的总结，希望能够为大家带来一些新的思路。

乐观积极面对生活励志篇一

同学们：

踏上讲台，我看见大家跟我一样，心头都亮着一盏明灯，这就是乐观自信。正因为拥有乐观自信，大家坐在这里才如此神采奕奕，精神振奋。

是的，自信是人生的一盏明灯，它照耀我们成长。它照耀我们走向成熟的人生。

先说一个真实的故事吧！俄国著名戏剧家斯坦尼斯拉夫斯基，有一天在排演一出话剧时，女主角突然因故不能演出了，斯坦尼斯拉夫斯基实在找不到人，只好叫她的大姐担任这个角色。她的大姐以前只负责管理服装道具，现在突然演主角，便产生了自卑胆怯的心理，演得极差，引起了斯坦尼斯拉夫斯基的烦躁和不满。一次，他突然停下排练，说："这场戏是全剧的关键，如果女主角仍然演得这样差劲儿，整个戏就不能再往下排了！"这时全场寂然，大姐久久没有说话。突然，她抬起头来说："排练！"一扫以前的自卑、羞怯和拘谨，演得非常自信，非常真实。斯坦尼斯拉夫斯基高兴地说："我们又拥有了一位新的表演艺家！"

这是一个发人深思的故事，为什么同一个人前后有天壤之别呢？这就是自卑与自信的差异。

世界科学领域本来应该拥有更多的牛顿、爱迪生、达尔文和爱因斯坦，世界文坛本来也应该拥有更多的托尔斯泰、巴尔扎克、罗曼罗兰和狄更斯。然而，许许多多本来可以成为杰出人才的人都被埋没了，被什么埋没的？自卑！

因为自卑，就没有勇气选择奋斗的目标；因为自卑，在事业上就不敢出人头地；因为自卑，就失去了战胜困难的勇气；因为自卑，就得过且过，随波逐流——因此，可以毫不夸张地说，自卑就是自我埋没、自我葬送、自我扼杀！一个人要想写下无悔的青春，要想写出人生瑰丽的诗篇，就要摆脱自卑的困扰，点亮自信的明灯！

我国受人尊敬的妇产科专家林巧稚，出生时曾是一个不受欢迎的人——因为她是女孩。读书时又受到男同学的歧视。一次期末考试，男同学冲着她趾高气扬地嚷道："你们女同学能考及格就不简单了！"林巧稚毫不示弱地答道："女同学怎么样？你们得100分，我们要得110分！"在自信心的鞭策下，她刻苦攻读，那次考试果然得了第一名。

居里夫人曾经说过："我们应该有恒心，尤其要有自信心！我们必须相信，我们的天赋是要用来做某种事情的，无论发生什么事情，活着的人总要照常工作。"正是自信，支持她在经受了失恋、丧夫、社会上的流言蜚语等打击之后，两次荣获了诺贝尔奖，为人类的科学事业做出了巨大的贡献。

当然，我所说的自信，不是无源之水，无本之木，我们的自信来自对祖国灿烂明天的信念。我们是时代乐章上的一个音符，所以我们面对任何挫折或不幸，都不应悲观颓废，都不应绝望彷徨。

同学们，走出自卑的峡谷，点亮乐观自信的明灯吧！你，我，他，我们大家都应成为学习的强者、生活的强者，我们的生活将因此而闪烁瑰丽光彩！

乐观积极面对生活励志篇二

亲爱的同学们：

大家早上好！

今天我演讲的题目是《生活学习需要乐观心态》。

初三的学习生活是紧张而丰富的，而初三生活的快乐与痛苦取决你自己的心态。

学习生活中，我们难免会遇到挫折、困难、甚至强烈的打击，此时拥有乐观的心态是至关重要的。

刘邦表面上不如项羽有出息，曾经26次被项羽打败，有时还被打得落荒而逃，连妻子孩子都顾不上。但是，他没有因此而失去信心，他承受了所有惨败造成的心理压力、焦虑、挫折感、内疚感，这恰恰证明了他拥有良好的心态。而项羽不然，一旦失败，则自尽而亡了，其实项羽并没输在武力上，而是输在心态上。

如何培养乐观的心态呢？

1、积极乐观的心态需要长期不懈的学习，它就像一种熟练的技艺，手到自然心到，很快就会成为习惯。

2、与你过去的失败经验彻底决裂，消除你脑海中那些与积极心态背道而驰的所有不良因素。

3、找出自己一生中最想得到的东西，并且立即开始行动，努力追寻你的目标。

4、你要了解真正的挫折是什么？事实上，_你的并不是挫折本身，而是你面对挫折时所抱持的悲观态度。

5、改掉你的坏习惯，持续一个月，你每天减少一项恶习，并于每周反省自己努力的成果。如果你需要别人的帮助，不要怕不好意思，你应积极向那些能给你帮助的人求助。

6、自怜会毁灭一个人的独立人格，你要相信，只有自己才是你能够随时依靠的人。将你的全部思想用来做你想做的事情，而不要留半点思维空间给那些胡思乱想。

7、找到适合你自己心理与生理的心活状态，不要羡慕他人，更不要浪费时间，要把握自己的一切。

有的人在生活中跌倒了，便微笑的爬起来，笑吟："长风破浪会有时，直挂云帆济苍海"于是，他对生活微笑，生活也会对他微笑，他以乐观的心态选择了生活，生活便接纳了他。

其实，生活总是美的，总是如诗画一般的，活的情趣是无限的，主要看人们用美得眼睛能去发现——老子笑眯眯的骑着一头黄牛，西出关塞，欣赏诗画人生，庄子乐于生活，幽默诙谐，陶令撒菊南山，"临清溪而赋诗"，李白豪游举国，而发出了"且放白鹿青崖间，须行即骑访名山"之叹，袁中郎辞官而游，长叹"人闲也如是，放觉景丽也如此。"这些，都是生活给他们的，拥有一个乐观的心态才有真正的生活。

林语堂先生在《生活的艺术》中说，他所喜爱的便是听听窗外的小鸟的叫声，工厂发出的机械声云云，而我，现在所满足的，便是在一天的忙碌后，拿一本书，泡一杯茶或咖啡，静静的坐着，或看书，或欣赏夕阳晚霞，或看看静静的夜空，去安静的用心体会这诗画般的生活。这是一种多么乐观积极的心态！

陶令用诗，菊，南山编绘了他诗画般的人生，嵇康用酒，琴编织了他自己的人生，李白让诗，酒陪伴着自己，苏轼乐于明月，清风，金樽，柳永则喜爱佳人，词章，他们都找到了自己诗画样的人生，他们都体会了生活的情趣。

生活总是如诗如画的，活着的情趣总是无限的，有的人埋怨生活的压抑，郁郁终生；有人发现了生活的情趣，成就人生。这样，他就完成了一个重要的转变，他的生活也便变的光明起来。

乐观积极面对生活励志篇三

尊敬地评委、女士们、先生们：

下午好!今天我想谈一谈保持乐观地重要性。我们注意到，当在生活中遇到困难时，我们中地有些人选择逃避它们。但令人遗憾地是，这样地态度对你没有任何好处，因为如果你连面对它们地勇气都没有地话，你怎么去征服它们呢?因此，乐观起来吧，女士们、先生们，因为它会带给你信心，帮助你渡过难关。正如温斯顿·丘吉尔所说，“乐观者在每次灾难中都看到机遇;悲观者在每次机遇中都看到灾难”。

女士们，先生们，困难是存在地，但如果你保持乐观，你就会意识到永远有希望在等着你，它会把你领向最终地成功。不管是历史上还是现实中，这样地乐观者总是不胜枚举。你看，托马斯·爱迪生是乐观地，如果不是地话，他心中那希望地明灯就不能照亮整个世界;阿尔弗雷德·诺贝尔是乐观地，如果不是地话，那炸药和享有很高声望地诺贝尔奖就不会诞生;兰斯·阿姆斯特朗也是乐观地，如果不是地话，那癌症地病魔早已吞噬了他地生命，这个世界就会少了一位五届环法自行车赛冠军得主。

玫瑰花可能很美，也可能不美，这，仅仅取决于你地态度;而成功也如此，人生也如此。困难和阻碍地确存在，但是如果你很乐观地话，那它们就仅仅是我们通向胜利之冠地漫长道路上地小插曲;与其说它们是障碍，不如说它们是桥梁!此刻，我想以伟大地英国诗人雪莱地一句诗来作为我地结尾：“冬天来了，春天还会远吗?”谢谢!

乐观积极面对生活励志篇四

尊敬的评委、女士们、先生们：

下午好！今天我想谈一谈保持乐观地重要性。我们注意到，当在生活中遇到困难时，我们中地有些人选择逃避它们。但令人遗憾地是，这样地态度对你没有任何好处，因为如果你连面对它们地勇气都没有地话，你怎么去征服它们呢？因此，乐观起来吧，女士们、先生们，因为它会带给你信心，帮助你渡过难关。正如温斯顿·丘吉尔所说，“乐观者在每次灾难中都看到机遇；悲观者在每次机遇中都看到灾难”。

女士们，先生们，困难是存在地，但如果你保持乐观，你就会意识到永远有希望在等着你，它会把你领向最终地成功。不管是历史上还是现实中，这样地乐观者总是不胜枚举。你看，托马斯·爱迪生是乐观地，如果不是地话，他心中那希望地明灯就不能照亮整个世界；阿尔弗雷德·诺贝尔是乐观地，如果不是地话，那炸药和享有很高声望地诺贝尔奖就不会诞生；兰斯·阿姆斯特朗也是乐观地，如果不是地话，那癌症地病魔早已吞噬了他地生命，这个世界就会少了一位五届环法自行车赛冠军得主。

玫瑰花可能很美，也可能不美，这，仅仅取决于你地态度；而成功也如此，人生也如此。困难和阻碍地确存在，但是如果你很乐观地话，那它们就仅仅是我们通向胜利之冠地漫长道路上地小插曲；与其说它们是障碍，不如说它们是桥梁！此刻，我想以伟大地英国诗人雪莱地一句诗来作为我地结尾：“冬天来了，春天还会远吗？”谢谢！

乐观积极面对生活励志篇五

亲爱的老师，同学们：

大家好！

世上的各种事物，全凭你自己如何去想。用健康、积极、快乐的眼光，用欣赏的态度去对待事物，你会觉得一切都是那么美好；当你用挑剔、鄙夷、悲哀的眼光，用批评的态度去看待事物，那么就只能永远生活在绝望的环境中。

心态是要靠自己去掌握，去调整的。曾经读过这样一个故事：乐观的人看半杯水，他会想，我还有半杯水。于是每天注入一滴水，终于有一天水溢出了；而悲观的人看半杯水，他想着，我只有半杯水了，于是终日愁眉不展，最后有一天水全干了。

乐观、积极的人用健康的向上的心态助自己成功，让自己快乐地活着；而悲观消极的人用病态的心态让自己永远活在阴霾里，让自己在绝望中痛苦地徘徊。

成功的心态不是在成功之后才培养出来的，成功的心态是在未成功前千百次的失败中磨练出来的。心态对于一个人来说至关重要，它决定着你的将来，你的成功与失败。

心态是我们自己掌握的，因为我们有自由的思想，自由的心灵，我们不被某种力量所约束，我们是自由的，在眠队一切不如意的事情时，我们可以用美好的心态去面对，那么我们就不会感到绝望。

成功与失败并存，希望与失望相伴，生与死相随，祸与福相依……我们掌握了自己的心态，让自己保持健康向上的热情，我们就成功了一半！

我们最大的敌人是我们自己，只要战胜自己，把握好心态，我们就是生活中的勇者！

我的演讲完毕。

谢谢大家！

乐观积极面对生活励志篇六

尊敬的评委、女士们、先生们：

下午好！

今天我想谈一谈保持乐观的重要性。我们注意到，当在生活中遇到困难时，我们中的有些人选择逃避它们。但令人遗憾的是，这样的态度对你没有任何好处，因为如果你连面对它们的勇气都没有的话，你怎么去征服它们呢？因此，乐观起来吧，女士们、先生们，因为它会带给你信心，帮助你渡过难关。正如温斯顿·丘吉尔所说，“乐观者在每次灾难中都看到机遇；悲观者在每次机遇中都看到灾难”。

女士们，先生们，困难是存在的，但如果你保持乐观，你就会意识到永远有希望在等着你，它会把你领向最终的成功。不管是历还是现实中，这样的乐观者总是不胜枚举。你看，托马斯·爱迪生是乐观的，如果不是的话，他心中那希望的明灯就不能照亮整个世界；阿尔弗雷德·诺贝尔是乐观的，如果不是的话，那炸药和享有很高声望的诺贝尔奖就不会诞生；兰斯·阿姆斯特朗也是乐观的，如果不是的话，那癌症的病魔早已吞噬了他的生命，这个世界就会少了一位五届环法自行车赛冠军得主。玫瑰花可能很美，也可能不美，这，仅仅取决于你的态度；而成功也如此，人生也如此。

困难和阻碍的确存在，但是如果你很乐观的话，那它们就仅仅是我们通向胜利之冠的漫长道路上的小插曲；与其说它们是障碍，不如说它们是桥梁！

此刻，我想以伟大的英国诗人雪莱的一句诗来作为我的结尾：“冬天来了，春天还会远吗？”谢谢！

乐观积极面对生活励志篇七

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

世界最名贵的衣服，不是珍珠衫，不是羽衣霓裳，乐观是最美的衣服。一个人如能懂得乐观，就会充满无穷的信心，从而散发出高贵庄重的气质。

乐观是人生的一道底线，是人生的一个亮点，乐观无价；乐观是人生的一门学问，是人生的一片风景，乐观优雅；乐观是人生的一个桥梁，是人生的一条泉源，乐观高尚。

雄鹰之所以能无忧无虑地搏击长空，是因为它乐观；骏马之所以能自由自在地在草原上奔跑，是因为它乐观；流水之所以能随心所欲地流淌，是因为它乐观。乐观能使人冲破重重阻难，获得成功。

“我只看到我所拥有的，不看我所没有的。”这是黄美廉对人生的感叹。只要拥有，我心即是满足，如此豁达的.心境，在这纷扰世间，有几人可以坦然做到？她既没有优美的歌声，也没有婀娜多姿的身材，但却可以挥一挥衣袖，把所有的不公与忧愁抛在脑后，乐观地看待每一朵残花。乐观是炫丽的彩虹，遇上它，就会使人心旷神怡。

“吾上可陪玉皇大帝，下可以陪卑田院乞儿。”这是苏轼对人生的感观。一生饱经宦海沉浮，始终保持达观性情，如此大度的气量，在这纷扰世间，有几人可以安然做到？人生得意时，他可以筑一道苏堤，创一代画风；失意时，他可以陇田种地，写下“大江东去，浪淘尽，千古风流人物”的千古佳句。乐观是把利斧，带上它，就会走出困境。

古语云：“乐人之乐，人亦乐其乐，忧人之忧，人亦忧其忧。

”用乐观的心情做事，用善良的心肠待人，光明坦白，你的人生才会比别人快乐得多。

若无驼走大漠的毅力，爱迪生怎能坚持不懈而被称为科学家呢！若无鹰击长空的顽强，张海迪怎能成为时代的楷模呢！若无梨花遍地，梅香四溢的进取，霍金又怎能令世人瞩目呢！

拥抱乐观这一泓泉源，我们的生命就会生生不息。若是清泉，必然漓落飘香；若是红叶，必成疏林如画。

乐观——生命的泉源。

乐观积极面对生活励志篇八

在漫长的人生道路上，多少花开花落，多少草黄，我们都要坦然面对。有人曾说：“心态决定一切。”是的，心态的好坏决定了人生的命运。有了健康的心态，才能更好的面对生活，才能收到生活意想不到的礼物。

众所周知，曹雪芹笔下的林黛玉，年轻貌美，才华横溢。但是，上帝给了这个女人很大的打击。她家破人亡，命运多舛，年轻时的不幸经历让她养成了多愁善感的性格。她带着极度悲观的心态看人生，看自己的人生，最后死于悲哀吐血。“红香没有可惜，也不知道落了没有。”我不禁觉得可怕！《红楼梦》的另一个陌生女孩薛宝钗，值得她的哲学表演。面对家庭的变化和生活的挫折，她选择了乐观的接受。她容忍了生活的不公，接受了自己的不幸。最后，她得到了贾母的赏识，娶了她做女婿，掌管了整个家庭，把她的人生带到了人生的最高点！

生活是至高无上的统治者。人生的路上，总有荆棘和风暴。如果你选择悲观的态度，只会让你走向毁灭。我的父亲，一个失败的年轻人，高考失利，生活的打击让他一度迷茫，甚至想过在死亡面前低头！然而，当他重新鼓起勇气，面对生

活中的一切时，他惊喜地发现生活仍然向他敞开大门，向他挥手，对他微笑。于是，他嘲笑生活，继续他的人生旅程。

这就像一首诗里说的：“悲观的人听悲观的歌，做悲观的梦，过悲观的生活；”乐观的人听乐观的歌，做乐观的事，过乐观的生活。“相信我，朋友：健康的心态会让你超越一切！