

学会执着演讲稿 学会坚强演讲稿(通用9篇)

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。演讲稿对于我们是非常有帮助的，可是应该怎么写演讲稿呢？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

学会执着演讲稿篇一

大家下午好：

人一生要承受的很多，有自己承受得起的，也有自己承受不起的，在迷茫中我不知道我挑起的责任有多少，但我不怕前方有多少困难，我都会勇敢的去面对，永不退缩——因为我很坚强！

多年来，我一直都是自己去做别的同龄人没有做过的事。这些事在别人看来很简单，说起来也很简单，但是要真的去做就不容易了。

从我上初中以来，我的生活都是自己照顾自己，不管遇到多大的事都要自己去承受身边所有的一切。每周放假的时候都没有让自己放松的时间，要自己上街去买菜，买完菜回来还要打扫家里，到开饭时间还要自己煮饭烧菜，洗碗、刷锅样样都是自己来。接着就要上街去洗澡，每周都要做重复的事，觉得烦了、累了，可不管有多累，我还要咬紧牙关坚持到最后。

我不怨恨父母，因为父母也是为我们好。如果父母在家照顾我和姐姐，那么我们从哪里得到生活费用，尽管心中有千万个不愿意，但还是理解父母的。

我知道父母挣钱不容易，所以我不像别的孩子那样伸手向父母要钱买这个买那个。我学会了从生活中坚强起来，不能总是依靠父母，父母不可能养我们一辈子，不要遇到什么事都要父母替我们去解决，要学会让自己独立。有的孩子就因为父母过分溺爱导致坏习惯、坏毛病多。这些原因也是自己和父母造成的，不能怪任何人。

虽然从我七岁起就很少和父母一起相处，父母的那份爱却从来没有减少过，姨妈和姨父给了我许许多多的关爱，是我一辈子都不会忘记的。我会永远的埋藏在我内心的深处。

父母每次回来我都很高兴，可是当父母又要去外地为我们兄妹三个拼命的打拼时，我就会有一种依依不舍的感觉。我总是会一个人躲起来哭，因为爸爸妈妈的那份关爱之情我比任何一个同龄人得到的少之又少，但我不想爸爸妈妈跟着我一起难过。可是我尽管舍不得父母离开我，仍然要装着很开心的样子。因为多年的独立生活我已经变得很坚强。

有的孩子觉得父母给自己的太少了，我认为人应该要学会满足，不要对父母给的抱着不满的心。当然，我从来不会怪父母，我反而更加感激父母，因为是他们让我学会坚强，不像别的孩子总是依赖父母。依赖父母的人是很难学会独立的，我就是在坚强中、满足中、感激中学会独立的。

因为这些可以磨炼我的意志，可能会使我很累，但上天赐予我的则是一份独一无二的礼物——坚强。

学会执着演讲稿篇二

如果有人问我一生中最重要的、最可敬可亲的人是谁，我会毫不踌躇地回答——我最挚爱的父母。因为是他们给予了我的生命，从呱呱落地把我抚养长大成人给予我无私的关怀与帮助，每当有困难和挫折时，还不时地给予我心灵上的慰藉。

感恩经院

转眼又是一载，无形的伤痛又时时来袭，八月的骄阳挡不住九月无情的到来，今年的学费和生活费有没有着落。走“绿色通道”可解学费之忧。这个政策同去年一样使我顺利的跨进了大学的门槛。因此心中对经院感激不尽。

即便如此，心中还是焦虑不安，因为母亲已经年过半百，而且太累了，我真是于心不忍再让她供我的大学生活费。是您——经院，及时给我发放了补助金，让我的生活有了保障；还是您——经院，让我有幸申请国家助学金，和享受助学金，以解我生活之困。您是雪中送炭的天使，让我感受到了春天般的温暖；您是寒冷的冬日里的一束阳光。在此，我承诺于向我伸出天使之手的经院：一定好好读书，不负学校的众望，穷且益坚，“修成正果”立志回报感恩母校，见证就在两年后的夏天。

感恩祖国

每一个需要帮助的人，伸出我的援助之手，倾听每个需要关怀的声音，真诚地给身边的每一个人带去欢乐和祝福。可能一个微笑，一个鼓舞的眼神，一句真诚的问候，都会给你身边的人带去温暖，带去阳光。

因此，我再一次郑重的承诺：做一个感恩的人，怀着一个感恩的心，自立自强，穷且益坚，修成学业，回报社会，感恩祖国，感恩学校，孝顺父母，一诺千金，诚信做人。承诺就在脚下，乘希望之船，挂理想之帆，去征程感恩之路，立志开创祖国未来的新篇章，承诺的见证就在未来。

学会执着演讲稿篇三

大家好！

生活是一片沃土，每个人的进步、成长都会留下足迹，而与此同时也留下了战胜挫折的笑容。支撑我们战胜困难的则是坚强。只要有一颗坚强的心，生活中遇到再大的困难，也不会退缩畏惧。

坚强，使我们的生活多姿多彩，为我们打造一个七彩人生。坚强，是逆水行舟，风浪越大，越是勇往直前；坚强，是跑步比赛，差距越大，越是奋起直追；坚强，是失败、打击越多，越是勇敢向前。

一次车祸，让一个记者出身的女性不幸脚部受伤，被迫在家疗养。她的丈夫了为了让她开心一点，就劝她写作。经过艰难的抉择，她决定以美国战争为背景写一篇长篇小说。经过10年撰写终于完成了长篇巨著《飘》，很快《飘》就飘飞世界，并且一直畅销不衰。

正如马克思所说：“生活就像海洋，只有意志坚强的人，才能到达彼岸。” 坚强者不怕摔跤，跌倒了，也会面带笑容，爬起来继续拼搏，胜利就在不远处等你。

美丽的花儿含苞待放，可谁又知道当初它的嫩芽浸透了泪与血的奋斗；碧绿的小草青翠欲滴，可谁又知道它的芽儿经历了生与死的磨难。

贝多芬曾说：“我要扼住命运的咽喉。” 耳聋之后，他凭着坚强的意志创作了《命运》这曲绝世乐章，成就了艺术家的传奇人生。所以坚强的人们，不要再逃避困难，学会用微笑面对人生中的挫折。

不经历风雨，怎能见彩虹。没错，不经历风雨的洗礼，哪能那么容易成功。人生就像一条线段，一头是生，另一头是死。如果人的一生，一帆风顺，那么会很短，因为两点之间线段最短，但如果人的一生坎坷不平，就会起起伏伏，线也就会很长，人的一生就会演绎的精彩而又意义。

伟大人物最明显的标志，就是有坚强的意志，而一个笑容就是对坚强的诠释。

学会执着演讲稿篇四

大家晚上好！

仲夏八月，热情似火，相别廿年，梦回南城。

二十年的梦想与追寻，二十年的思念与祝福，不需更多言语，来这里聚会，向老师们汇报，向同学们汇报，我们的心期盼着。

首先，请允许我代表原87级（2）班全体同学，向百忙中抽出时间参加我们聚会的老师表示衷心的感谢！向为本次聚会而忙碌的热心同学表示亲切的慰问！向远道而来参加本次聚会的同学表示热烈的欢迎！向今天未能到会的老师、同学表示诚挚的问候和美好的祝愿！

二十年，弹指一挥间，回想起学校生活的一桩桩、一幕幕，依然是那么清晰，仿佛就在昨天，让人激动不已！尤其当我们步入社会，品尝了人生的酸甜苦辣，经历了世事的沉沉浮浮之后，才发觉学生时代的生活就如同一杯陈年佳酿，如同一首饱满深情的歌，悠远而绵长。

师生之间的友谊、同学之间的情怀是一段割不断的情，是一份躲不开的缘，愈久愈纯正，愈久愈珍贵，愈久愈甘甜；多少欢笑、多少故事、多少点点滴滴的往事，多少次地出现在你我的梦里，闪现在我们的眼前。

每一个昨天都是今天的回忆；每一个今天都是昨天的延伸；每一个明天都会将未来憧憬。

我们相信，我们坚强、友善、深情、自信。

我们依旧豪情万丈，我们依旧笑对人生！

最后，祝我们老师健康长寿！祝我们同学事业有成！祝大家家庭幸福，友谊长在！谢谢大家！

学会执着演讲稿篇五

光阴似箭，岁月如梭。不知不觉，我们初中毕业已经**个年头了。想起当年，我们踏进位于上街村与下街村，两村之间那老庙宇式的校园时，正处懵懂少年，实在令人留恋，毕竟其中镌刻了太多的憧憬和历练。初中三个短暂的春秋，让我们珍藏与回忆了整整**载。

忆当年血气方刚，青春年少，逸闻趣事，音容笑貌。想起那过去的日子，不禁感慨万千，魂牵梦绕。时隔**年，今天在这里才得以重聚，今天的相聚，看到的显然都是那既陌生又熟悉的脸庞，可每当提起那熟悉的名字，顿时倍感亲切，心潮涌动。难忘记！——我们的每位老师，他们那严如慈父、亲如长兄的关心与教导，循循善诱的坚持，还有那因我们迟迟不交作业、考试不理想时而表现出来的恨铁不成钢的生气表情。难忘记！——同学们因优异成绩的自豪，课间在校园前的竹园里追逐打闹，偶尔的误会争吵，两个班级那争先进夺优秀的较劲，老师敲打着那悠扬深远的钟声，尘土飞扬的操场，上晚自修时男同学戏吓女同学的恶作剧，还有那校园前面的清澈小溪边留下我们的朗朗读书声与青春的足迹??（还有很多很多！！）

人生漫长，人生也苦短，离开母校**年，我们没有忘记老师的谆谆教诲，我们已经用诚实和劳动打造自己一生的黄金时段。“天高任鸟飞，海阔凭鱼跃”！忆从前，我们觉得前途无限、无所不能，踌躇满志，放飞梦想。看今天，我们的同学现已个个事业有成，家庭幸福。但是**年的打拼，也留下不少令人遗憾或是失败与挫折，但是，我们都在追逐梦想、创造幸福、奔向成功，遗憾、失败与挫折只是人生中的调味

剂，有了它们，我们的人生才会更加精彩。

岁月流逝，也无法褪去我们的校园友情，我们虽然早已离校，但不离志不离谊。让我们执手相看，看校园，抚今追昔，感慨万千；看同窗，问寒问暖，交流共勉。絮絮情谊，童心、爱心和责任心，使我们温暖。相聚，芬芳友情难忘。

各位同学，让我们把这次聚会当成人生的小驿站，欢聚后，即将离别，休整片刻后再快马加鞭，同时我们也会记住：相识不易，相处更难，同窗三载，因为有缘！黄金有价情无价，让我们彼此珍重，相互搀扶，济困克难。离别后，更需相互牵念，百忙之中彼此问候关心，让我们的友情永恒！

最后，在此祝老师与同学们身体健康，家庭幸福，事业辉煌，一生平安！

尊敬领导、敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好！此时此刻，我的心情无比激动！面对着领导，面对老师，面对着同窗好友，我真的很激动。说真的，好久没这么激动过了！我想大家的心情一定和我一样。

首先，我们要感谢热情发起和精心组织这次聚会的同学。他们重情重义，是他们时刻记得我们共同拥有过的岁月，连同我们的寝室、食堂、教室、操场，看重我们共同呼吸过的月光，是他们多方联络，不辞辛劳，才得以让我们今天在座的各位在这里相聚，在这里握手拥抱，相互看望，互相问候，共同回忆纯真、充满朝气和活力的师范生活，诉说别后的牵念，畅谈工作的趣闻、经验，品味生活的真实、琐碎，分享其中的幸福和甜蜜。现在请允许我带着这样激动的心情，十分感激地对他们说：你们辛苦了，谢谢你们！

我还要感谢今天亲临聚会的各位领导和师长。20年前，你们风华正茂，精力充沛。你们在师范这片热土上挥洒着你们的

才华，谱写着你们人生价值的乐章，把一个个刚进校门的大孩子培养成走出校门时的年轻教师，你们用自己丰厚的学识和智慧教导着我们，你们用师长的严厉和对教育的钟爱严格要求着我们、耐心引导着我们，你们用家长般的关爱滋润着我们，你们对待教学严谨的态度和严于律己的作风影响着我们，你们用令人景仰的人格魅力无声地感召着我们。敬爱的师长们，无论您学生在哪里，从事什么样工作，请您相信，我们永远感激您，我们永远祝福您！

老师们、同学们，今天看着你们这样容光焕发、精神矍铄，神采飞扬，真的很令人激动，也让我感慨万千。春去秋来，时光荏苒，似水年华，匆匆而过，记得那一年仲夏，我们提着拎包，拿着行李，带着老师和同学们的祝福走出师范的校门，至今已经20年！自从接到参加师范同学20年聚会的邀请以后，当年的师范生活就像过电影一样，一幕幕地在我的脑海里闪现：黉门门口的石头狮子、青砖青瓦的校舍（转载自，请保留此标记。）、还有一位位师长的音容笑貌、言谈举止；还有同学们一张张稚气还未完全退尽的笑脸，还有当年的着装、发型、大家运动的身影，还有元旦的篝火晚上，同学们随着优美的《青春圆舞曲》翩翩起舞；还有《黄河大合唱》的歌声无数次在我的耳畔回旋??还有那那离别的情景，仿佛就发生在昨天。转眼20年过去了，这20年的时光，让我们发生了多大的变化。事业的成就，家庭的建立，儿女的养育??这一切的一切，铸就我们由天真幼稚，走向成熟老练。当年青春的面庞是否依旧鲜亮？同学挺拔的身姿是否依旧昂扬？各自挚爱的事业是否瓜果飘香？家园是否温馨、洒满阳光？在离聚会越来越近的日子里，心里对往昔的追忆越来越密，那份对重逢的期待越来越切。

的老师、同学早就融入在一起了，已经深深地植根于内心深处。无论什么时候，无论走到哪里，我们也不会忘记我们的母校和母校的老师，还有一群亲密的同学们。此时此刻，仿佛有一句熟悉的歌词在我的耳畔萦绕，那就是“不求天长地久，只要曾经拥有”。不过，在我看来，此话只说对了一半。

因为任何欢歌都有曲终的时候，任何筵席都会散席。但是，师生之情、同窗之情，既然曾经拥有，必将天长地久！

让我们共同祝愿：师生之情天长地久！、同窗之情天长地久！
我们的健康天长地久，我们的快乐天长地久！

谢谢！

XX年-XX-XX

学会执着演讲稿篇六

大家好！

时光飞逝，岁月如梭，不知不觉之间，我们已经分别了太久太久，屈指一算整整30余年。想当初，我们风华正茂进入蚌埠九中，朝夕相处，在相同的环境下寒窗苦读，在艰苦的条件中成长成熟。今天回想起来，那高中时代生活的一幕幕、一桩桩仍然历历在目，让人激动不已！

当年发生的点点滴滴，沉淀了30余年依然那么新鲜，

那么让人感动，也许需要我们用一生去回忆、去咀嚼、去收藏。特别是当我们走上社会，在品尝了人生的苦辣酸甜之后，在经历了世事的浮浮沉沉和大悲大喜之后，才发现中学时的岁月和同学之间真诚、质朴的情谊如同一首深情的歌，悠远而回味无穷。尽管由于世事的无奈，我们曾经无法联系，由于生活的忙碌，我们疏于联络，可是我们之间的友谊没变，我们彼此的思念日益加深，互相默默的祝福从未间断。

因此，今年年初，我们几位同学相聚发出同学聚会的倡议，一下子启动了大家沉默的心，一拍即合，一呼百应，蚌埠九中八一届高(二)七班三十年聚会最终在大家的支持和努力下得与今天在蚌埠圣心大酒店如期成功举办。同学聚会发言稿

在这里，请让我代表聚会组委会向能抛开工作、家庭负累毅然出席本次聚会的各位同学表示衷心的感谢，特别是向从远道赶来的段宁君、孙平、孙守华等同学表示热烈的欢迎，向为本次聚会奔波劳碌的邵珍华、高荣春、吴爱玲、施荣芳、胡波、程建华等同学表示崇高的敬意！向远在外地的同学，向因种种原因未能到会的同学表示诚挚的问候和美好的祝愿！

我们中的几位(况如亮、怀念、杨青云)同学永远无法在和我们相聚，我们为此万分痛惜，所以今天的相聚让我们倍感珍惜吧。

祝愿今天我们的聚会，成为亲如兄弟姐妹般的同学情的碰撞、同乡谊的升华。让我们在这重逢的短短时间里，坦诚相待，真心面对，不问收入多少，不问职务高低，不比老板大小，不比老公英俊，不比老婆漂亮，不比孩子聪明，更多地说说心里话！让我们抛开种种的顾虑，放下所有的恩恩怨怨，倾情交谈，共诉衷肠，传递真诚，共沐20xx年丰硕金秋明媚的阳光！让我们尽情地谈笑风生，畅叙友情吧！让我们的聚会成为我们人生中一种美丽的永恒记忆！

老师们，同学们，人到中年，歇心歇力，任重道远，压力多多，务必保重。只要你过的比我好，我心中充满着微笑。如果你正享受着幸福，请你忘记我；如果你正承受着不幸，请你告诉我。

老师们，同学们，有千言万语，岂能倾泻在短暂的时刻？请开心的热闹，舒怀的畅谈吧！

最后，让我们共同祝愿，我们的老师：身体健康、生活美满！

并祝愿各位同学：工作顺利、事业有成、身体棒棒、合家幸福！

谢谢大家！

学会执着演讲稿篇七

尊敬的各位领导评委同事们：

晚上好！

在100多年前的今天，一位美丽的天使南丁格尔诞生了。天使是圣洁美丽的象征而我们护士的工作是平凡而又伟大的，姐妹们为我们所从事的事业而感到自豪吧！

我曾是骨伤科的一名护士，在骨伤科的那些年来经历了许许多多的酸甜苦辣。

记得在2008年的一天，在我一次查房中发现一位原本病情稳定住了一个多月的骨折病人，却突然出现了昏迷。当时我在叫她，家属还说睡着了别叫了！我感觉不对劲看病人脸色苍白四肢冰凉呼之不应。昏迷了！我马上为病人建立了静脉通的、吸氧及时通知医生、科主任、护士长。在我们的抢救下这位病人清醒过来了，并在我们医护人员的精心照料下康复出院了。出院时握着我们的手说谢谢！谢谢！那一刻我深切的体会到了作为一名护士的意义与价值，也为我的工作感到自豪。

从这事例中，我深深的知道一名护士必须要有扎实的基础知识和丰富的临床经验。医护工作看似简单，但我们肩负着的却是维护他们生命的职责。

作为一名合格的护士，我还要学习许多加强护士对抢救知识的学习与实践。与我的护士姐妹们尽职尽责的站好自己的每一岗。提倡用南丁格尔的四心去对待每一位病人，用爱心去减轻他们的痛苦，用耐心去真诚为他们服务，用细心去关注他们病情的变化，用一颗责任心去对待一切医护工作。为病人创造温馨舒适的病房，让病人带着病痛来却带着康复和感

谢离开。

作为一名合格的护士，我会以科学的态度安全护理摆在首位，调整自己工作思路。防患于未然，杜绝一切护理纠纷。严格遵照执行护士管理条例，身先士卒，以身作则，力争在工作中显示自身能力。在与患者交往中多一点亲和力，严以律己，宽以待人，使护士的人格得到充分的尊重。

作为一名合格的护士，我会像所有优秀的前辈们一样。用我的爱换来病人的春天，努力提高护士的积极性，增强团体协作性，营造出积极向上的工作氛围。同时积极提高医护沟通，协调合作。

如今的中医院，正在蓬勃发展，业务蒸蒸日上，综合大楼即将崛起，像一支强心剂鼓舞着所有人的心。绿草如茵，极具现代化建筑特色的中医院，已经展现在我的眼前。身为中医院的护士，我将努力做好自己的本职工作。为我院的发展尽自己最大的力量。

作为一名护士，既然选择了，便只能风雨兼程。而不是左顾右盼，无论是否有外援内助。我将用爱的生命守护这份执着，追求这份荣耀。尽我最大的努力去做一个出色的护士。怀赤诚以报医院，持经论以待病人。

我的演讲完毕，谢谢大家！

学会执着演讲稿篇八

大家好！

时光飞逝，岁月如梭，不知不觉之间，我们已经分别了太久太久，屈指一算整整30年。想当初，我们风华正茂进入xx高中，同窗苦读，朝夕相处，在相同的压力下挣扎求索，在艰

苦的条件中成长成熟。今天回想起来，那高中时代生活的一幕幕、一桩桩仍然历历在目，让人激动不已！

当年发生的故事，沉淀了30年依然那么新鲜，那么让人感动，也许需要我们用一生去回忆、去咀嚼、去收藏。特别是当我们走上社会，在品尝了人生的苦辣酸甜之后，在经历了世事的浮浮沉沉之后，才发觉xx高中的岁月和同学之间真诚、质朴的情谊如同一首深情的歌，悠远而回味无穷。哪种经过艰苦岁月沉淀的高中同学友谊是一段割不断的情，是一份分不开的缘，就像陈年的美酒，愈久愈纯香，愈久愈珍贵，愈久愈甘甜，多少欢笑、多少故事、校园里点点滴滴的往事，多少次出现在你我的梦里，闪现在我们眼前。尽管由于通讯地址的变化，我们曾经无法联系，由于工作的忙碌，我们疏于联络，可我们之间的友谊没变，我们彼此的思念日益加深，互相默默的祝福从未间断。因此，今年春节期间，建中对我讲：有xx□xx□xx等同学发出聚会的倡议，一下子激活了大家沉默的心，一拍即合，一呼百应，相思之情，想念之火燃成了今天这场激情相约的燎原之势，30年来的高中同学的首次大规模聚会终于成功了！

在这里，我向能抛开工作家庭负累毅然出席本次聚会的各位同学表示衷心的感谢，特别是向从远道赶来的同学表示热烈的欢迎，向为本次聚会奔波劳碌的同学表示崇高的敬意！向远在外地的同学，向因种种原因未能到会的同学表示诚挚的问候和美好的祝愿，参加聚会的每个同学，都在想念着你们！

祝愿今天我们的聚会，成为亲如兄弟姐妹般的同学情的碰撞、同乡谊的升华。让我们在这重逢的短短时间里，坦诚相待，真心面对，不问收入多少，不问职务高低，不比老公英俊，不比老婆漂亮，更多地说说心里话！让我们抛开种种的顾虑，放下所有的恩恩怨怨，倾情交谈，共诉衷肠，传递真诚，共浴20xx年明媚的阳光！让我们尽情地谈笑风生，畅叙友情吧！让我们的聚会成为一道让人羡慕的风景区，让我们的聚会成

为一种美丽的永恒！

我们感谢母校x中的培育，我们感谢老师的辛勤，我们感谢同学的互助。老师们，同学们，我们彼此分离更加重了我们友谊的深厚，我们的.相逢才表明了缘分和情意更加稠浓。人生最大的快乐莫过于故人相见，世间最大的真诚莫过于师生情。问一声老师们贵体可好？莫要忘我，身体可要珍重，珍重！老师的长寿，是学生的幸福！问一声同学们全家幸福？人到中年，歇心歇力，务必保重。只要你过的比我好，我心中充满着微笑。如果你正享受着幸福，请你忘记我。如果你正承受着不幸，请你告诉我。

千里迢迢，问候老师是感恩，看望母校是情深，祝福同学是真心。

老师们，同学们，有千言并万语，岂能倾泻在短暂的时刻？再开心并热闹，天下还有不散的宴席？让我们多联系吧！在交流中增加我们的幸福。让电话中延长我们的寿命，让信函中找到我们亲切，让互联网提供给我们见面，让惦记生长在我们的思念中。

最后，让我们的心扉打开吧！畅谈到天涯海角。让我们的眼光飞驰吧，欣赏你那熟悉的面容。让我们的鸿运亨通吧，平安地奔驰在各自的前程中！学生时期，你在交作业和考前争分夺秒；总说要减肥，却发现没时间去健身房；总说要读书，结果书买回来塑料都没拆……你开始问自己：我的时间呢？都去哪了？！你的时间，全都在你的“不自律”中，悄悄溜走了……斯坦福大学的心理学教授沃尔特·米歇尔找来一些四岁大的幼童，把孩子自己留在一个房间里。然后他告诉四岁的孩子们，“我要给你一颗棉花糖，在十五分钟之后我会回来。如果我回来的时候这颗棉花糖还在这儿，你会另外再得到一颗。”门关上之后。三分之二的小孩把棉花糖吃了。五秒，十秒，四十秒，五十秒，两分钟，四分钟，八分钟。有些孩子坚持了十四分半。然而，三分之一的四岁孩子，就

已经懂得成功最重要的原则——“推迟享受”的自律能力。十五年后，研究人员找到这些已经是十八、十九岁的小孩们。他们发现百分之百没有吃棉花糖的小孩全部都很成功。这实验结论表明：即便是孩子，那些有自律精神的孩子。

自律指的是让你的想法决定你的行为，而非你的情绪。即使在最初的热情褪去后，仍然继续完成一个想法。只有自律，才能走向成功。希望成长以后的你依旧懂得自律，自律是成功的不二法门！

我的演讲完毕，谢谢大家！

演讲人□xxx

20xx年xx月xx日

学会执着演讲稿篇九

大家好。今天，参加这次期待已久的聚会，我和大家的心情一样，特别愉快，无比兴奋。在此，我向参加今天聚会的老师和同学们给以诚挚的问候和深深的祝福！对积极组织、参与本次聚会策划的老师及同学们表示衷心的感谢，感谢你们为我们提供了这样一个交流感情、共诉衷肠的机会和平台。

三十年前，我们怀着美好的未来憧憬，相聚到一中，朝夕相处，同窗苦读，共同度过激情燃烧的岁月、黄金般的人生时光。高中的生活是艰苦的，我们早起晚睡，秉烛夜读，三点一线；高中的生活是快乐的，我们同学少年，书生意气，交游甚欢；高中的生活是难忘的，忘不了课堂的朗朗书声，忘不了老师的谆谆教导；高中的生活是一份财富，我们学习了知识，砥砺了品质，树立正确的人生方向和抱负；高中生活是一种缘分，我们从相识到相知，建立了割不断感情和友谊。高中生活是挥不去的记忆，同学们的每一张笑脸，老师们的每一次教诲，校园中的每一个角落，一情一景，一草一木，闲暇之

际，梦醒之余，历历在目，令人唏嘘。那一段经历、那一份感情、那一种缘分，如深情的歌，悠远而回味无穷；如陈年的酒，愈久愈醇，弥足珍贵。

我们各怀梦想，各奔前程，天涯海角。三十年，我们历经风雨，为了事业，为了责任，奋力打拼，努力奋斗，有汗水，也有泪水，有成功的喜悦，也有失败的苦楚。三十年是短暂的，时光在我们不经意间流逝，皱纹正在悄悄地爬上我们的额头。三十年是漫长的，时间的刻刀，在我们人生的里程碑上，镌刻下了各异却同样深刻的痕迹。人生几多三十载！

三十年，尽管我们的经历各异，收获不同，人生有所变化，尽管由于通讯地址的改变，我们曾经无法联系，由于工作的忙碌，我们疏于联络，可我们之间的友谊没有改变，我们彼此的思念日益加深，我们互相的祝福从未间断。

今天，我们终于再次相聚，共叙师生情，再论同学谊。让我们暂时抛去工作的繁忙和生活的烦恼，敞开胸怀，共诉衷肠！

最后，祝各位老师及同学们，诸事顺利，家庭幸福，身体健康。