

2023年微笑面对生活演讲词 微笑面对生活演讲稿(通用7篇)

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编帮大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

微笑面对生活演讲词篇一

同学们，老师们：

大家好！

今天很荣幸能在这里为大家演讲，我今天为大家演讲的题目是：用微笑面对生活！

微笑不仅是一种美丽的表情，更是一种处之泰然、积极乐观的生活态度。人生在世，酸甜苦辣，冷暖自知，但能到世上走一遭，无疑是幸运的。微笑着面对生活，保持良好的心态，既有助于提升幸福指数，也有助于赢得学习、事业的成功。人生只短短几十年，何不微笑着面对生活！

微笑着面对生活，首先要微笑着面对自身的苦乐成败。生活中有欢乐也有痛苦，欢乐有时，人在欢乐时怎能不露出由衷的微笑！但欢乐时要切记享乐有度，不能乐极生悲。比起微笑着面对欢乐，微笑着面对痛苦则要难得多，但微笑和痛苦并不相悖，“痛并快乐着”才是积极的人生。面对痛苦，要相信它终究是暂时的，一定会过去，不能沉迷其中，要学会心理调节，及时扭转消极心态。生活中还交织着成功和失败，人在成功时露出胜利的微笑是很自然的事，因为成功不易，都是要靠流汗甚至流血才换来的，充分享受成功的喜悦能激励我们更好地前行。但胜利、成功时也要居安思危，不骄不

躁，要继续努力，才会有更大的胜利。面对困难和失败也要学会微笑，“失败乃成功之母”，“世上无难事，只怕有心人”，唯有微笑面对困难和失败，做个有心人，才能不断克服困难，及早走出失败的阴影。

微笑着面对生活，还需要微笑着面对他人和社会。人是群居动物，需要与各种各样的他人打交道。微笑着面对他人，多取人之长补己之短，同时对别人的欠缺保持宽容，才能建立起良好的人际关系和友谊。良好的人际关系是个人成功的润滑剂，友谊使我们得到心灵慰藉，让我们活得更幸福。微笑着面对社会，就是要客观看待社会令人满意和不满意的两面，积极融入社会，并尽力联合他人改进社会。对社会中的真善美真诚地给予嘉许和响应，推动真善美在社会上发扬光大。对社会上存在的丑恶现象可为之而焦虑，不可因之而偏执，要平静面对世间一切美丑，秉持“我为人人，人人为我”的理念并积极付诸行动，努力促进社会和谐。

微笑着面对自己，正确对待苦乐成败，并且努力勤奋学习、工作，我们每个人的生活会更幸福，事业会更成功；微笑着面对他人和社会，我们的人生会更积极、更丰满、更有意义。因此，微笑着面对生活，既事关个人成功与幸福，又事关社会和谐与进步。一个人要想拥有这样的心态，需要不断地加强自身修养，需要持之以恒身体力行。

微笑面对生活演讲词篇二

大家好！

今天我演讲的题目是《微笑面对生活》请容许在开场之前先给大家念一段歌词。

看着黑板上不解的想法嘲笑我怎么就这样oh傻傻的模样我知道要争光却总是受伤黑眼圈总离不开眼眶\别问为什么紧张差生的夜伴奏哭红的眼放走心愿只受月光的怜害怕作业反正我

像看不见\等钟到了七点就是明天差生像是走在陌生的街却也希望能够把梦实现害怕眼光反正我不想看见\谁说我就只有昨天。

熟悉吧，或许大家早已听过这首歌了，其实我相信大家都会奇怪为什么今天的我会用这一首歌作为引子，引出今天我的话题，其实不然在座的，我们现在身处的即使在表面上看来我们是在这幢教学楼的四楼，四楼，就像一个顶峰一样，我们所面对的正是初三来学习，学习，学习的压力，虽然惯有以前的三点一线，可是对于我们来说似乎还要面对的就是两个字：成绩。这的确是无数成绩差的学生闻风丧胆的东西，但是也不妨想想，成绩好的同学难道也不担心？如果大家仔细的听下去，或许你会知道其中的一些东西，这个故事，就是这首歌的词作者身处过的年代。

她曾是1999年新都市中考状元，现在的人只能查到在那时的她物理是以满分的如此高优势进入了成都市市重点中学新都一中□20xx年她已四川省第二名的成绩，仅学了一个月的乐理知识在高考前文考优异，乐理更加优秀的成绩进入了四川省音乐学院，那里的学生对于音乐的造化不比她差，几乎每一个人都是在从小就有音乐的底蕴，要么是生在音乐世家，要么就是有着乐器特长，可是她，会的只有一项——唱歌。钢琴课的时候，班上除了她每一个人都可以很轻松的弹奏出c大调的曲子，甚至可以更难的曲子，老师叫到她的名字时她懵了，因为她对于钢琴除了听过什么都不知道。那时的她在班上就像一个影子一样，怕，就怕上了那堂课，走在校园的路上，她感觉从未有过的失落，因为她从小就是那样，即使平时不是十分的认真，在考试前的一个月努力就可以考出让别人刮目相看的成绩，但是这次不是了，她面对的是自己毫无所知的东西，这时的她感觉就像一个差生一样，十分的彷徨。即使现实如此，但是她没有停止追逐梦想的脚步，夜深了，人静了，音乐室里面总会有一个很幼稚，仿佛很稚嫩般的曲子传出，她就这样自己一个人从头开始，一个音符一个音符的去磕。

20xx年的一场比赛，她是被一个人拉着闯进的报名区，就这样，她懵懵懂懂的进入了复赛，进入了第二轮，第三轮，第四轮，杀入决赛，最后以成都赛区的第一名走进了全国的总决赛，全国的总决赛仿佛就是她的表演，知道最后她也没有想到她可以获得冠军，并拥有了成千上万喜爱她的人，虽然她说只是去玩玩，可是电视台拍花絮的时候总会看见一个高挑的身影在那里不知疲倦的练习着舞蹈，在面对外界的叱责，她总是微微的一笑，什么也不反驳。

后来的她大家都知道了，她不是谁，就叫李宇春。

美国《时代周刊》，这是过去只有中国领袖才会光临的杂志，她上了三次。英、德、法等国媒体也不甘落后。

慈善，她做足三年，且从未放下脚步。面对别人的赞扬，她还是笑一笑，她说有时候觉得自己是空的，说明自己还不够。她还年轻，但她有影响力。她的歌迷唤作玉米，成立了玉米基金，迄今筹集500多万善款，为贫困地区、灾区人民建卫生站，持续发挥作用。总有人以为李宇春的歌迷是不务正业的小孩。不是的，她胃口大，男女老少通吃，尤以青壮年、有事业、有家庭的人为主体。你可以不知道，因为你没有参加过李宇春的演唱会、签售会，或者你从未见过她出现时的盛况，谁告诉你只有小孩哈她？睁大你的眼睛，别骗自己了，网络到处有视频和图片，歌迷有大把成人，男人。

三年，2张专辑，10首单曲，9张演唱会及作品合辑，开过三次生日演唱会，一次音乐会，五场巡回演唱会，盛况空前。才华横溢，在工作上她的老板叫她李总，参与制作自己的专辑，做自己演唱会的导演，构思自己的mv并付诸实现。领过奖、替别人颁奖不计其数，懒得列了。一个人，如果没有努力工作，怎会取得成绩？就在第二次生日演唱会中，一首温柔的曲子，钢琴缓缓升起，灯光，音效如此的温柔，那一次她第一次自弹自唱一首老歌《我愿意》懂音乐的人都知道，能自弹自唱的人，就是一个音符一个音符的去磕也要很长一

段时间。第三次生日演唱会，中途的穿插，她送给所有喜欢她的人和不喜欢她的人一个礼物，就是前面的那首歌，当人们冷然的从作词的一栏上看见她的名字，只有惊愕mv的最后一幕，她只留下一句淡淡的话：

仅以此歌送给所有“差生”和正处在逆境当中的人，请别因为他人的眼光放弃自己的梦想。

为什么我今天要选择她为我今天的演讲稿，不仅仅是因为她是我的偶像，或许在某一个层面上来看，她早已不是我的偶像了，是一个标杆，在面对困难的时候想着她的坚持，她的执著，还有她特有的微笑，不是一个标杆吗？在面对困难，面对别人的误会，面对别人的叱责她依然是笑一笑，用她自己的一句话：用沉默来回绝所有的谎话，真知会识别最愚蠢的谎话，在笑过之后就原谅他吧。

现在，大家在自己扪心的想想，或许在某一个时候你就是叱责她的一员，在舆论混杂的娱乐圈里她仍以微笑示人，微笑，就是一种隐藏的刀，没有人会看穿，没有人会知道，面对苦难，微笑着去面对，哭丧着去面对，终究还是要去面对，对于价钱，价值更重要，在面对学习的时候也就应该是这样，别因为他人的眼光放弃自己的梦想。同学们，就在今日，就在明日，只有坚强，只有努力，我们最初所梦想的就一定会实现，在明年的九月，高高兴兴的，在明年的六月，舒舒畅畅的，不为自己后悔，坚持，就是胜利。

微笑面对生活演讲词篇三

大家好！

我今天演讲的主题是：自信地面对人生。对，就是自信。

俗语说得好笑一笑，十年少。这种笑，不是我自横刀向天笑，去留肝胆两昆仑。，也不是回眸一笑百媚生，六宫粉黛无颜

色。而是一种天不怕地不怕，敢于向失败和困难发起挑战的自信。

足够自信的人，一定能够微笑着面对生活。

有人说，人生来就是为了面对挫折。我并不赞同这个观点。但生活中的挫折人人都有，没有人敢说自己一路走来从没遇到过。从小学起，老师就把面对挫折的方法告诉我们了，经典的事例都已经听烂了。但为什么我们之中很多人在面对生活的时候依然感到束手无策呢？因为我们没有面对挫折的经验，面对一件自己未做过的事，自然是没有足够的自信。失败，固然可怕，父母、老师会批评你，同学们还会嘲笑你。这一窝蜂的事一涌过来，我们当然束手无策。但是我们不能自卑。就算拼搏过后你什么也不剩，你也还剩下你自己。

人生本来就是这样的，酸，甜，苦，辣，咸，一切尽在其中，就看你如何去描绘，去尝试。某次的年段排名退步很多，你是选择积极面对，相信自己下一次会考好，还是回到家就把卷子扔在一边，考试什么的都去死吧？我们的人生，取决于我们自己的心态。你认为自己能行，就真的一定能行。这一点我可真是深有体会。每次做数学提高的时候，还没看题目呢，光是扫一眼给的图就觉得一个头两个大。但是每一次我都告诉自己，成功是留给足够自信的人，我一定能行。

青春是语不惊人死不休的执著，初生牛犊不怕虎，我们既然怀有满腔的热血，相信自己一定能赢，就该天不怕地不怕地拼一把。无论结果如何，只要自己努力过，就没有什么好后悔的。

所以，我想告诉大家的是，面对人生中的一个一个挫折，为了自己的梦想，一步一步奋发拼搏，这不是纸上谈兵，也不需怨天尤人。告诉自己，精诚所至，金石为开，天生我材必有用，千金散尽还复来。告诉自己，长风破浪会有时，直挂云帆济沧海！

微笑面对生活演讲词篇四

老师们，同学们：

大家好！

其实，我们最需要的就是对生活微笑。成功了，一个微笑，去迎接美好的明天；失败了，笑一笑，继续努力，用信心与勇气克服困难。对生活微笑的人，总会获得属于自己的风采与成功。

微笑面对生活，是一个人有信心、有勇气、所向披靡的表现：最美女教师张丽莉，车祸瞬间挽救了学生却失去双腿，仍微笑面对生活，用对生活的信心和责任心，重新投入到教育事业之中；汶川、雅安大地震中的受难人民，虽然失去了亲友，生活艰苦，仍对幸福向往，微笑面对生活，在政府和全国人民的帮助下重建家园；《重生手记》的作者凌志军，在癌症的折磨下，学会微笑面对，最终抗击病魔走上康复之路。微笑，给予人们胜利的机会。

当然，微笑面对生活，最重要的就是用微笑面对生活中的困难与挫折！只有经历过小风浪，才能在大风浪来临之际，更好地用微笑与它抗争。小学时，虽然我努力学习，成绩也比较好，但有一位老师，让我感觉受到不公正的待遇，她的冷嘲热讽让我很难受，都不想上学了。那段时间我不再能一觉睡到天明，常常半夜醒来。妈妈微笑着对我说：“学习是为自己学的，对于不喜欢自己的老师的课，你更要用心去学！如果你能用行动转化她对你的态度，你就成功了！”我调整心态，每天都开心地学习。小学毕业时，看着班上自己第一名的成绩单，心里很是满足。妈妈说她特别佩服我，说我是个真正的小男子汉！挫折让我成长，微笑让我更加强大。

在生活的困难中，我成长了。不论是学习中的困难、同学之间的矛盾，个别老师的为难，我都能够做到微笑面对，不再

沮丧，我可以大声地说：我是一个自强不息的男子汉！以后不论遇到什么样的挫折，我都要做一个微笑面对生活的人！

微笑面对生活演讲词篇五

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。

微笑面对生活演讲词篇六

微笑，可以将一个人冰冻已久的灵魂重新解冻；微笑可以让世界变得非常温暖，让每个人都感到温暖。一提到微笑，我就想到一个哲学故事。一个每天脸上都带着笑容的小女孩，有一次在路上遇到一个满脸沮丧的富翁，然后富翁给了小女孩一大笔钱，震惊了同村的人。同村的人问小女孩为什么有钱

人给她钱。带着天使般笑容的小女孩说：“是笑容。”。

啊!这就是微笑的力量。女孩的笑容让满脸沮丧的富翁有了牵挂的感觉，开启了杯子被封了很久的富翁的灵魂。让富人孤独的心回到社会的怀抱。

微笑是吹走人们心中烦躁的微风;微笑是温暖人们心中孤独的火焰;微笑是一把斧头，打破人们心中的隔阂。微笑看似渺小、平凡、不起眼，但它的力量是巨大的。

微笑的力量是极其强大的，每个人都有。然而，随着社会的发展，人们离微笑越来越远。相反，它们是momo的脸和被冰封住的心。

让我们多笑一笑!让微笑的力量更强大，让我们都感受到微笑的力量和社会的温暖。

微笑面对生活演讲词篇七

尊敬的老师、同学们：

大家好！

不必“神功盖世”无须“学富五车”，人生的路上，只需带上微笑。也许没有欧阳修的超俗，也没有李白的潇洒，但我们只要有微笑，一样也可以“笑傲江湖”，因为，生活需要微笑。

学会微笑吧！

早上出门，展开你那甜蜜的微笑，何必处处计较，何必笑里藏刀，一抹甜蜜的微笑加初升的太阳，打开你我心里的枷锁。让太阳温暖你的心底，让微笑为我架起桥梁，让友谊为我们创造美好的生活。

遇到困难时，展开你那甜蜜微笑。何必愁眉苦脸，何必心急如焚，一抹甜蜜的微笑如春天的甘露，解救了快要干枯的小草。微笑它让你坚强，让你勇敢，更让你成长，也正是这一抹微笑，让你在生活的狂风暴雨中，为自己建起挡风的宫墙，让自己成为悬崖上那棵参天的古松，沙漠里那茁壮的白杨。

当你的脚被别人践踏，展开你那甜蜜的微笑。何必职责连连，何必臭骂片片，一抹甜蜜的微笑如一股清泉，熄灭你心中的怒火。一抹微笑使你的心灵之花更为娇艳，一抹微笑更让别人感到温暖与惬意，更感到了生活中那片晴空的绚丽多彩。

生活中摩擦不可避免，矛盾处处都在这是生活的阴霾、瑕疵，但只要你展开那一抹甜蜜的微笑，生活就会温暖，就会清爽，就会明亮，就会精彩。

学会微笑吧！

因为，生活需要微笑！生活因微笑而精彩！