

# 最新激情演讲稿励志(实用9篇)

演讲稿具有观点鲜明，内容具有鼓动性的特点。在社会发展不断提速的今天，需要使用演讲稿的事情愈发增多。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，我们一起来看看吧。

## 激情演讲稿励志篇一

1. 准确的对自己角色定位
2. 善于调整自己的心态
3. 多学习，争取不断进步
4. 多沟通，多交流

沟通是最好排解压力的方式之一，当你遇到困难或享受成功的时候，多和朋友，家人沟通吧。

5. 懂得自我满足

我再为大家简单讲讲我推录音棚的方法

首先找唱歌唱的好、过生日的或者一对情侣，告诉客人一些关于录音棚的事，引起客人对录音棚的兴趣，然后把客人带到录音棚试唱，让客人感受一下录音棚与包间唱歌的不同，这样更能轻易的让客人了解录音棚。等客人试唱完出来以后，然后告诉客人一些专业知识，如：现在大众进录音棚录歌已经成为一种流行风尚了，现在的录音棚采用ktv式的录音模式，显示器和mtv同步，消除了神秘感和紧张感。不同的是，我们有专业的录音师指导，还有专业后期制作来提高演唱品质，让你全方位体验明星录歌的感觉，录出来的东西可以刻成cd、mp3、上传到qq空间作为空间背景音乐，是多么有意义

的事情呢，这个年代，拥有自己的单曲和专辑已经不是梦了。

## 激情演讲稿励志篇二

今天我怀着无比激动的心情，走上讲台，面对评委老师，面对亲爱的同学们，喊出我心中压抑许久的期盼，我成功了，我梦圆了。那有缘无份的渴望让我等的太久太久，那擦肩而过的机遇让我寻觅的太苦太苦，那超越自我的挑战，让我一次次坚持，今天我再没有生不逢时的遗憾，终于站在这个舞台讲述自己的演讲梦。

小时候我有梦，疼我的姥姥得了脑血栓，我想长大当一名救死扶伤的医生。少年时代我有梦，当一名教师，面对三尺黑板，以亲切的话语朗诵人生中最美的乐章，现在我有梦，啥时候能去掉家门口臭气熏天和我一起长大的垃圾场？县委县政府下决心给老百姓办好事，党的群众路线在三线三边的治理中改天换地了，现如今变成了游乐场。今天我有梦，就是能够参加一次演讲比赛站在台上，讲述追梦人的酸甜苦辣。

怎能忘记？我上幼儿园，放学回到家里，爬上茶几，学着老师在台上讲话手舞足蹈把小鱼缸打烂了，爸爸一巴掌把我从台上打到地上，怎能忘记，上小学的时候 每当星期一升国旗，我们举起小手宣誓，学生代表上台讲话，我多么的渴望有一天我也能走上去，讲革命先烈抛头颅洒热血换来今天幸福的故事，小学三年级我舅舅参加演讲比赛在省里得了特等奖对我生命最大的震撼，我骄傲着自豪着。他演讲的内容是《黄河故道话沧桑》我梦里都笑醒了，我等待和渴望和他一样，这一天的到来。

我知道参加演讲比赛，不是一般的想象中的简单，感召力、震撼力、说服力，表情、感情、眼神、手势融为一体，实例要真实感人，要想出类拔萃，不是一件容易的事情。我开始在假期里读些好的文章，想放声朗诵但是又怕别人笑话，我躲在被窝里大声的念，晨读的时候我学着老师声情并茂的朗

诵，我找不到技巧每次读了以后嗓子就哑几天。

有一次，县里有讲故事比赛，我偷偷的准备了一个学期，当我走到老师跟前，胆怯的问老师“我可以参加比赛吗”老师说“代表学校参加比赛你怎么能行，不是在做梦吧”我回去哭了，连饭也没有吃，我拍拍自己的胸脯，我真的不行吗？听说有读书教育活动的演讲比赛，我又一次激动不已，问语文老师，老师的回答是“没有听说有比赛啊”一次次的失望啊，一次次的坚持，我在我的房间里像疯子一样到处贴上，我的演讲梦，我要演讲，燃烧激情让梦想腾飞，我知道每年宣传部都有中学生的演讲比赛，我心里一直充满着希望，我坚信梦想成真，期盼的这一天总算等到了。

我的梦今天终于梦圆了，我站在这里讲自己追梦的奋斗历程，讲党的群众路线深得人心的情怀，讲三线三边感人至深的故事。讲爱心志愿者捐资助学的奉献精神，我们这些跨世纪的中学生，面临的的就是机遇.我们再没有生不逢时的遗憾.我们有宏伟的理想,我们有坚实的臂膀,我们有灿烂的希望,我们将勇于担当起振兴中华的历史重任,发挥正能量，只要点燃激情，报效祖国，一定会让梦想腾飞！

## 激情演讲稿励志篇三

老师，同学们：早上好！

我是9号，来自六年级(3)班的段屿婷。我的性格十分的开朗，兴趣爱好也非常的广泛，其中，我更擅长打羽毛球，绘画，吹黑管和弹钢琴。

今天我很高兴站在这里参加大队委竞选。因为我相信自己是非常合适的人选。我有很强的责任心，珍惜集体每一份荣誉，愿意为大家服务。我能尊敬师长，团结同学，不计较点滴的得失。一年来在老师和同学们的支持帮助下，我已做了一学

年的大队委的工作，从中积累了一些经验，也取得了一定的成绩，多次受到相关老师的表扬。

有人说大队委是一种荣誉，但我认为它更是一种责任；有人说大队委的工作琐碎确实很辛苦，但我认为它更是一种信任和一份快乐。假如我当上了大队委，我会以苦为乐，把大家对我的信任转化为强烈的责任感全心全意为大家提供优质的服务；假如我当上了大队委，我一定会模范遵守学校的纪律，积极参与各种集体活动。

扬长避短,把我的优势发挥得淋漓尽致，当好老师的参谋助手。

在座的各位老师和同学们，请把握好手中的权利，郑重的投给9号来自六年(3)班的段屿婷一票!如果你们给我机会，我一定会还大家一个惊喜!谢谢大家!

大家好!我叫xx□今天我第一次站在讲台上演讲，而第一次演讲就是竞选班长，此时此刻我很激动，也很紧张。班长是一个许多同学向往的职位，需要一个有能力有爱心的人来担当，我相信我有这个能力。

我在一二年级都当过班长，大家是不是继续给我这个机会呢?让我童年的日记里留下为全班同学服务的无比美好的回忆吧!我热情开朗、热爱集体、团结同学、拥有爱心。

我的缺点是看不起差生，不爱听别人对我的劝告，在未来的日子里，我将改掉这些毛病。

假如我竞选成功当上班长，我将用旺盛的精力、清醒的头脑来做好这项工作，我将举办一系列活动如朗诵、演讲等等，当然还有很多我就不多说了。我想我们都应该当个实干家，不需要那些美丽的词汇来修饰。假如我落选了，说明我还有许多缺点，我将继续自我完善。工作锻炼了我，生活造就了我。

戴尔卡耐基说过“不要怕推销自己，只要你认为自己有才华，你就应该认为自己有资格提任这个或那个职务”。

同学们，信任我、支持我，请投我一票，谢谢大家！

## 激情演讲稿励志篇四

各位评委、各位领导：

大家好！

我演讲的题目是：我为药监事业燃烧激情。

军旅生活离我很遥远，然而这股激情却从未曾离我远去，它始终澎湃在我的胸膛里，伴随着我行进在药监事业发展的历程中，走过春夏秋冬、走过酸甜苦辣、走向成长、走到今天。

大学四年，我是啃着法学和哲学书本度过的，我向往法律的正义和威严，崇尚哲学的睿智与奥妙。然而毕业后，我成为一名专职药品监督员，然而现实与理想相去甚远，医药专业于我简直是隔行如隔山。面对实验室里的瓶瓶罐罐，我是一脸的茫然；面对着药品检验和药品生产，我是一片空白。平生第一次穿上白大褂，我是那么地不自然，我在问自己：“难道这里就是我的未来吗？”我为之迷茫、为之苦恼、甚至想到退缩……单位派我到药检所、药厂、医院学习，我忘不了实验室老师对我的悉心指导，我忘不了车间工人对我的关心照料，我更忘不了领导对我的谆谆教导。药品监督关乎国计、维系民生，它平凡而伟大！它是我们擎起的利刃，同样具有斩断罪恶的力量与锋芒。惊天动地固然壮美，润物无声更具回味。我的心中重新升腾起追求事业的渴望，我的青春从此为药监事业燃放激情。我潜心学习药学基本知识，掌握药品检验方法，熟悉药品生产工艺技术，钻研药品监督法律法规，并且取得律师资格证书，文理兼学，扬长补短，我为药监事

业发展积累才智，我以勃发的激情为自己赢得了一片用武之地。

1998年，国务院机构改革成立了国家药品监督管理局。20xx年，省药品监督管理局成立。药品监督管理工作从此步入一个全新的发展阶段，药品监督管理事业迎来了改革的春天。和同志们一样，我按捺不住自己兴奋的心情，心中激荡着开拓者的激情。我被分配到局办公室工作，新的工作岗位，开始了新的挑战。省局组建伊始，百事待兴，办公室人少事多，既要写材料，又要搞协调，既要办大事，又要做杂事。写不完的材料、做不完的杂事，白天忙了办公室的事，晚上回家还要爬格子。夜深人静，可能别人早已进入梦乡，可我还在挖空思想题目、出思路、写文章。当时，我小孩刚出生不久，记不清有多少个夜晚，我用脚摇晃着摇篮、用手敲打着键盘，一直熬到天明。从来没有这么累过，从来没有这么苦过，在短短的1年时间，白发悄悄地爬上了我的双鬓。“吟哦三个字，捻断数根须”啊。苦钻苦学、苦思苦想、苦练苦干，自古为文是件苦差事，学问文章从来都是苦藤上结的瓜。1999年。20xx年，我两次被国家药品监督管理局专门抽调起草《药品管理法》和《药品管理法实施条例》，我有幸成为全国地方药监唯一一人，见证了药品管理立法的全过程。有首歌唱得好：“不经一番寒彻苦，哪得梅花扑鼻香”。当看到自己的工作受到领导的表扬、上级的嘉奖、同志们的赞赏时，我从心底油然而产生一种荣誉感，这是对我生命价值的肯定啊！这种精神上的愉悦，多少金钱也无法买到，它永远激励我心甘情愿为药监事业付出不竭的动力和冉冉激情。

年复一年，日复一日，在寂寞与诱惑的考验中，度过自己生命中最精彩的年华。生命并不在于辉煌，也不在于奢侈的物质享受，而在于当自己回首往事，感悟生命历程时，所能得到的一种心理的满足。我庆幸选择了药监行业，选择了这个集体。我的岗位很平凡，平凡得象小草一样。而小草虽小，不也一样铺就绿色无垠的大草原？播下春种，就有秋实；洒下汗水，定有收成。平凡的工作岗位有辛酸、有疲惫、更有

执着。激情如花，绽放我青春的风采；激情似火，升华我生命的价值！激情愈燃愈烈，于是我有了更大收获，收获得是人格的升华、意志的磨练、情操的陶冶。这才是我生命的意义。

我来自于江西最偏远、最贫穷的农村，我是大山的孩子，我是农民的儿子。在我的血液里，流淌着对生活、对命运不屈的抗争；在我的胸膛里，跳动着一颗诚实、善良、质朴的心灵。我不羡慕肥马轻裘、锦衣玉食的生活，我愿堂堂正正地活着，清清白白地做人。我没有对生活的怨言，只有对生活的感恩。我心中始终点燃着一盏明灯：对人宽容、对己克制、对物爱惜、对事尽责；我心中始终燃烧着一股激情：于无声处创造自我价值，为人民健康事业竭尽绵薄之力！

在人生的棋盘上，我敬佩车的风格，坦坦荡荡，直来直去；我赞美卒的品质，一步一个脚印，扎扎实实。我没有车的才能，无法建功立业，但我要做一名小卒子，朝着药监事业的奋斗目标，百折不挠，永不回头，一拱到底！

我的演讲完毕，谢谢。

## 激情演讲稿励志篇五

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

大家下午好！矫健的苍鹰扇动着双翅，无畏的目光点亮前行的道路。呼吸一口新鲜的空气，让久储的梦想复活，让我们一起飞翔！信管04503班的杨国兴给您们带来最真挚的演讲。我演讲的题目是《而今迈步从头越》。

大学的我们渴望收获才华，学富五车。我们渴望搏击信息大潮，收获才能，引领it走向。胡适先生说过：“学问是铸器的工具，放弃了学问，便摧毁了自己。”然而，我们校园中出现有背于学校主流文化的现象，却不由得让我们重新进行了

思考。我们的学生是否还怀有拼搏、收获的心，对待生活。

在课堂上沉浸在电脑世界、手机世界里的同学们，我们是否想过我们每天收获了什么？

我们可知道这样做对自己、对同学、对学校有多大的影响。断送了自己的学业，剥夺了同学学习的机会，影响了学校的学风建设。现在的社会是一个竞争的社会，没有过硬的本领，没有丰富的知识，是无法在社会上立足的。

同学们，看看吧！看看李开复教我们怎样度过大学四年。他说到：大学四年是人生中最关键的阶段。从入学的第一天起，你就应当对大学四年有个正确的认识和规划。

同学们，醒醒吧！是该醒的时候了。不要被习惯所掩盖，被时间所迷惑，被惰性所消磨。让我们问问自己，我们对得起含辛茹苦的父母吗？如果父母知道我们在学校中的表现，父母是多么的伤心。同学们让我们拿起笔算一算四年我们需要花费多少钱，我们是否对的得起父母为我们付出的一切。

同学们，想想吧！是该想的时候了。罗马并非一日建成，成功更非一蹴而就。为了自己，为了在毕业以后找到好的工作。我们是时候该充实自己，完善自己了。

同学们，一起努力吧！只有全心奋斗，才有满心收获。

文章导读：在我成长的历程中，有这样一个故事深深印在我的脑海中，并永远激励着我，影响着我。一名叫孟北的战士，放弃考军校的机会，放弃复员的打算，放弃了舒适优越的工作条件，却在没有淡水，没有电，也几乎没有其它生命的纽扣岛上整整驻守了8年，当部队首长授予他军功章时，他只说了一句话“这是我的责任”。



## 激情演讲稿励志篇六

6月16日下午，世界著名激励大师、滑板巨人——约翰库缙斯如期来到河北体育馆，他以自身的不凡经历和永不屈服的人生态度，感动了在场6000多名听众。

### 滑板巨人滑进会场

下午3点30分，约翰库缙斯出现在众人视线中，观众集体起立，如雷的掌声经久不息。只见他坐在滑板上，双手当桨交替用力轻松地出场了。随着激昂的音乐，他绕场一周与大家打招呼。当所有人都为只有半个身子的他能否上到他特制的演讲台而担心时，只见约翰用双手支撑着身体，行动敏捷地“走”到了台上，不需要任何人出手帮助。

“每一个人都有残疾，庆幸的是我的残疾你们都看到了，那你们的残疾呢？”一上台，约翰就提出了一个让人沉思的问题。

约翰库缙斯介绍了自己经历的恐惧、孤独、侮辱、折磨、病痛甚至濒临死亡的人生。在场听众无不为其的遭遇动容，感动于他的坚强和韧性。爆发出一阵阵雷鸣般的掌声。

“40年前我出生在澳大利亚，出生的时候只有可乐罐那么大，腿是畸形的，躺在观察室奄奄一息，医生断言我活不过24小时，建议父亲准备后事。当父亲给我准备好小棺材、小墓地后，发现我居然还活着。医生又断言他活不过一周、但是我仍然活着；医生又断言我活不过一个月、一年……而今天我依然健康地在全世界发表演讲。”

在讲述自己所遭遇的不幸时，约翰从来不自怨自艾，从来不表现悲观的情绪，还经常用幽默的语气逗的现场观众哈哈大笑。他说：“我必须保证自己每天学到一点新东西，每天都充满信心，面对新的挑战。我只有半个身体，只算半个人，

如果我能做到，在座各位都能做到！”

“不管你觉得自己多么不幸，世界上永远还有人比你更加不幸。请记住：别对自己说不可能！”约翰用中文带领大家一次次大声喊出：“没有不可能”，“没有不可能”，“没有不可能”……使现场气氛达到了最高潮。

演讲结束前，约翰问大家有没有自己的人生目标，鼓励大家一定要坚定信念，向目标一步步迈进。他还将自己的棒球帽赠送给两个热心小观众做礼物。劝慰和鼓励因找不到工作而烦恼的残疾朋友。

他说“每个人都非常幸运，你没有理由不保持一个乐观的态度。”

约翰库缙斯非常希望自己的演讲能给大家带来帮助，他说“哪怕一次演讲只能帮到一个人，就是有意义的，我就非常高兴。”

约翰在演讲中说到许多人都想自己拥有一双很有品牌的鞋时，他拿出一双白布手套，告诉大家这就是他的“鞋”。并说：我穿着它走了比你们都要多的路。

演讲会上君乐宝乳业有限公司副总经理仲岩发表讲话，对约翰库缙斯先生表示了崇高的敬意，希望他的精神能够感染在场的每个人。

## 激情演讲稿励志篇七

尊敬的各位领导、各位同事：

大家好！

时光的老人又一次送来了五月，迎来了又一个“五四”青年

节，展示着时代的新貌，焕发着蓬勃的生机，今天我给大家演讲的题目是：驾起激情之舟，驶向和谐彼岸。

有一种职业，她的名字叫神圣，

有一项工作，它的意义是拯救，

有一种激情，它的诠释是奉献，

有一种微笑，它的作用是良药，

有一个集体，她的美誉是天使。

记得两年前我刚踏上工作岗位的时候，心里充满了对新生活的美好憧憬，无影灯下，我曾用自己火样的热情和赤诚去描绘着自己未来的事业。然而，现实并不像伊甸园的菩提果那般完美和甜蜜。我每天面对的是一张张被病痛扭曲的面孔，听到的是一声声长吁短叹，一阵阵抽泣呜咽……永远忙碌的脚步分不清时间的分分秒秒。我每天就是要对那些需要面对不同患者，确保为他们提供“促进健康，预防疾病，恢复健康，减轻痛苦”的工作目标。

作为一名普通医务工作者，我已经在这个工作岗位上工作了整整两年。在两年的工作时间里，我们从血染的伤口边，走过了炙热的青春年华；在白色的氛围中，用真诚来丈量无数个夜晚的漫长；在亲人的期待里，把自己奉献给了一个个身患疾苦的病人……每当我看到焦急等候的家人流下的热泪，痛苦哀嚎的病人，感受到自己作为一位医务人员是如此的重要，我更坚定了努力学习理论知识、积极践行实际工作、身体力行每一个工作环节为祖国医疗事业尽一份力的信念。

两年来，由于踏实肯干、细致认真的工作作风，得到了领导的肯定和同事的拥戴，从而获得了不少进修学习的机会，在学习中理论知识和实践能力得到了显著提高，没有辜负领导

的期望和同事的支持。现在，我依然处于学习中，虽然平时工作很忙，我仍然在尽力抽出时间，利用周末学习专业知识。在不断的学习中，不断提高自己的能力，不断为工作提供更好的服务，同事起好带头作用，带动我院医疗事业质量的提升，构建和谐医院，是我一直追求的目标！

雄鹰展翅、翱翔蓝天，在天空中划下一道美丽的弧线；青春无限、在激情中燃烧，定会绽放耀眼的光芒。是让青春在碌碌无为中耗尽，还是在激情中燃烧？作为医院的一名普通工作者，我将毫不犹豫地选择蓝天、选择奉献、选择微笑。我会将有限的青春献给这平凡而伟大的事业。让我们一起架起激情之舟，用微笑、用热忱、用真心驶向和谐的彼岸！

我的演讲到此结束，谢谢大家。

## 激情演讲稿励志篇八

今天我怀着无比激动的心情，走上五台。在这个舞台上我将为大家带来我的演讲，题目是大学的青春梦想。

青春是人生最美好的时光，梦想是生命中最耀眼的阳光，为了梦想而奋斗的青春是最美好的风景。正是那千万颗在青春中奋斗的心，以及那千万双在天空中高飞的振翅，装扮着最美好最美丽最珍贵的人生季节，将青春变成人生最美好生活的出发点。

青春为梦想插上最有力的翅膀，那么，有着青春与梦想的你和我不要再犹豫，不要再退缩，勇敢地面对未来和自己的挑战，为了梦想的实现而奋斗，让青春谱写一曲无悔的歌。

### 青春和梦想

永远都是现代人津津乐道的主题。少年盼望青春，规划梦想；正值青春的人赞美青春，成就梦想；年老者回忆青春，感悟梦

想;诗词歌赋歌颂青春, 赞美梦想。青春是热情奔放的, 而梦想却是神圣迷茫的。

青春者, 如四季之春, 犹一日之晨。充满生机, 溢满活力。青春时代是人生最具梦想的时代。在这阶段, 我们激情四射, 有着火一样的热情;在这阶段, 我们雄心壮志, 铁骨凌云冲九霄;在这阶段, 我们勇敢无畏, 用年轻的心去拥抱创造力。

青春与梦想齐飞!

如果

你向往高远的蓝天

那么, 生长吧

不知不觉

你会发现自已已是棵堪称栋梁的大树

或是

一簇为世界带来芬芳和美丽的鲜花

即使

你长成了一株小草

你也会看见

正因为有了千万个你的存在

才有了这绿满山岗!

同学们, 作为新时代的大学生, 我们风华正茂, 有着斗厚的

知识与学识。雷锋曾说：“青春啊，永远是美好的。可真正的青春只属于那些永远力争上游的人，永远忘我劳动的人，永远谦虚的人。”把握青春，才能成就梦想。

在我们的求学路上，我们应以学习为主，努力学习科学文化知识，做个有知识的人。在社交方面，我们要真诚待人，友好交友，多多参与社会活动或文艺活动，锻炼自己的综合素质。要保持谦逊的心态，脚踏实地。让我们的大学生活充实丰富，为以后成就事业奠定坚实的基础。

雄关漫道真如铁，而今迈步从头跃。同学们，请不要做无聊的诉说者，认为“我们什么也没有，我们只有青春”，当你拥有青春的同时却在浪费青春，而没有把握好青春，那么，你仍然一无所有。让我们漫步在青春的大道上，用辛勤的汗水和智慧去浇灌人生；让我们用行动去珍惜青春。“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。”没有行动的支持，就无法真正把握住青春，所有的梦想都将成为泡影！

“恰同学少年，风华正茂，书生意气，挥斥方遒。”昭示着一代伟人奋斗的青春。他们的青春因充满奋斗和激情而洋溢着美好，而今，青春正握在我们手中，梦想就在我们心中，命运就在我们手上，我们不能容忍青春在我们手中白白流逝，我们不能在叹息声中颓废了青春，我们不能在叹息声中了结生命，那么就让我们在青春时节奋发吧！让我们用行动作为青春的号角，向着梦想，前进——！

谢谢大家！

## 激情演讲稿励志篇九

老师们、同学们：

大家早上好！

又到了一年万物复苏的季节，樱花盛开，就连沉睡了一个冬季的鸟儿，此时也耐不住寂寞，扑腾起了翅膀。《岁时百问》中说：“万物生长此时，皆清洁而明净，故谓之清明。”

清明节是我们每年都在过的，然而在每个人的心里，清明节又有着她千变万化的样子。对于初三同学来说，清明节意味着直升考前最后的冲刺；对于学霸来说，清明节意味着期中考试也将悄然而至；对于很多人，去哪踏青以及哪一家的青团最好吃才是永恒的话题；但更多的时候，清明节与扫墓、缅怀祖先，有着分不开的关系。

要说真的对清明有一个清晰的轮廓，大概也就是这几年才开始的。小时候的清明，是桌上的青团，是春游，是放飞的风筝。直到最亲近的外婆过世之后，才忽然感觉到，清明，即使是一只青团，也是一只难以下咽的青团，就像对已故长辈的思念，如鲠在喉。而清明，更多地，是细雨绵绵里打着伞，面对着石碑，你在外面，而那个你挂念的人，在里面。是小时候觉得习以为常的长辈给的关心与爱护，此时却成了一种奢求。是平时深埋在心，到了这个季节，又随万物生长一同萌发的思念与不舍。

除了缅怀，内心更多的是遗憾，遗憾不能再和这些故人分享春日里的阳光和芬芳，更遗憾的是，曾经一起走过的岁月里，没能付出更多、铭记更多。

最近发生了不少事情，无论是发生在昆明的恐怖袭击还是马航客机的失联终结，无不提醒着我们生命的脆弱和变幻无常，而生老病死是如同四季一般固定存在的轮回。不同之处，是在于你如何把握那些时间，如何将他们的步履蹒跚或是白发苍苍铭记于心，如何在他们人生之暮冬带给他们阳光。

我们都应该明白，家里的老人们要的并不多，不是儿女子孙多有钱，老人们就多幸福。对于老人们来说，时不时地陪伴是他们需要的温暖，而我们总被手机屏幕吸引着的目光，是

他们最不愿遇到的寒潮；在他们看不清报纸、电视，或是听不清我们讲话时耐心地解释，是他们需要的阳光，但我们常常不耐烦的语调，是他们无法承受的风雪。

清明就快要到了，除了沉浸于多一天休息的喜悦，也让我们  
一起好好地过这个清明节，认真地品尝青团，将思念寄托于  
故人，而将关怀及时地传递给那些还陪伴在我们身边的人。