

强国之梦演讲稿 梦想演讲稿梦想演讲稿(汇总8篇)

演讲稿也叫演讲词，它是在较为隆重的仪式上和某些公众场合发表的讲话文稿。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

强国之梦演讲稿篇一

以下是由本站整理的关于梦想演讲稿，欢迎阅读。

无论是你，是他，还是我，当我们走进这个纷繁的世界时，心中都藏着一个美好的梦想。为了这个梦想，我们立下坚定的信念，我们有着不屈的意志和不懈的努力。

当我们走上自己的梦想之路时，我们发现自己的梦想之路又是那么的艰难，那么的遥远。在广袤的市场上我们能感受到施展才华的宽广舞台，然而，异乡的举目无亲，让我们茫然而不知所措；初来乍到的无知，让我们深深的感受着这个社会舞台的多姿与无奈；开发市场的艰辛，也让我们真正感受到了什么才是销售。

在梦想开始的路上，我们忘不了早出晚归匆忙的身影，忘不了手拿食物，边走边吃赶路搭车的场景，更忘不了自己身背行囊，一次次拜访，一次次被拒绝的心灰意冷。然而，我们也忘不了拿下订单时的欢欣喜悦，忘不了大批发货时的激动与豪情，更忘不了市场将要被自己逐渐打开时的自信与稳重……在销售的路上我们有很多很多的忘不了，他包含着太多的辛苦与心酸，还有着苦尽甘来的甘甜之美。

所有的一切，就是因为我们拥有着梦想，有着不屈的意志，

有着坚定的信念!我们绝不会放弃,更不会抛弃,因为我们心中有梦,有着自己一个美好的梦,而这个梦是需要坚韧和不懈的努力。

我们为梦想已经开始上路,已经走在路上,在这个路上将有更多的沟壑与荆棘在等待着我们,也有着更大的收获在等着我们。

一首歌词《在路上》让我们细细的品味:

那一天我不得以上路为自尊的生存为自我的证明路上的心酸已融进我的眼睛心灵的困境已化作我的坚定在路上用我心灵的呼声在路上只为伴着我的人在路上是我生命的远行在路上只为温暖我的人。

“故天将降大任于斯人也,必先苦其心志,劳其筋骨,饿其体肤,空乏其身,行拂乱其所为……”让我们大声的去朗诵并深深的体味这句蕴含真理的古语吧。

放飞你的梦想,让我们用坚定的信心,满腹的豪情,永不退缩的信念,去迎接挑战!

我们都曾有过梦,有过美好的梦想,梦想是天上的星星,但又是我们生命的航标。梦想是理想的翅膀,是待起航的航船。拥有梦想,才会拥有未来。任何一个天才,都曾经有过梦想。

梦想,有一种虚无,似乎深不可测,但却近在咫尺。梦想不是一个贬义词,我们现在所想做的,就是超越自我,去追逐心中的梦想。初生牛犊不怕虎。我们正当年轻,没有挫折的失意,世界的一切对我们来讲都是充满机遇的,我们不甘平凡,就必定会发出不同凡响的声音,走出别人没有走过的路,超越自我,激情迸发。我们没有经验与教训,但是我们并不缺乏青春的冲动与热血激情。

小学时，我有一个梦想。我希望每天都不要有很多的家庭作业要做。玩耍的时间一点点被剥夺，而我们一天中的三分之一被禁锢在教室，很多时间在学习。上初中的时候，我有一个梦想，我希望自己能成为一名尖子生；回到家能受到家人的表扬；在学校能受到老师们的肯定；在同学之间能有鹤立鸡群的表现。之后，我学会了奋斗。

忙忙碌碌一天加上晚自习后放学回家，真是又困又累，吃夜宵都没有味道。这样的日子很单调，也许有时候想念许多小学同学，有时候赶着上课还是一双朦胧的睡眼。讨厌死板的校服装，从不穿着它到处走。星期六、星期天的时间真的很短，孩子脾气真想犯，慢慢懂了做人的辛苦和梦想真是太难，还好我会努力，看每一个人都在为了生活而起早赶晚，把握自己不再松散。

今天，我有一个梦想，我希望自己能考上一所中意的高中。我为着梦想，`每一天都苦苦寻找着充实自己的辅导书与练习卷，为着光明的未来而努力。

梦想像一粒种子，种在“心”的土壤里，尽管它很小，却可以生根开花，假如没有梦想，就像生活在荒凉的戈壁，冷冷清清，没有活力。试问，我们在座的同学们，谁又愿意过那种行尸走肉的日子呢？我相信我不会，你们大家都不会。

有了梦想，也就有了追求，有了奋斗的目标，有了梦想，就有了动力。梦想，是一架高高的桥梁，不管最终是否能到达彼岸，拥有梦想，并去追求它，这已经是一种成功，一种荣耀。在追求梦想这个过程中，我们是在成长。

它会催人前进，也许在实现梦想的道路中，会遇到无数的挫折和困难，但没关系，跌倒了自己爬起来，为自己的梦想而前进，毕竟前途不仅靠运气，也靠自己创造出来。

儿时，我拥有绚丽多姿的梦想，不同的人问我会在我这里得

到不同的答案，所有这些梦想，如天际流星，虽然不切实际，但却透着童真。随着年龄的增长，我渐渐明白，人必须立长志，而不能常立志。

初中毕业后，我来到了这个美丽的星城长沙，学习计算机。当我坐在电脑前，潮水般的信息迎面向我扑来，当时的第一反应就是神奇，神奇过后我被它征服了。从此我对学习计算机技术产生了浓厚的兴趣，我对自己默默说：它征服了我，我必须征服它。我深知在我的将来它将会成为我生活中不可缺少的一部份，与此同时，我的梦想和奋斗目标也随之诞生，那就是能成为一名“出色的软件工程师，掌握最尖端的计算机技术”。因此我在学校抓住一切学习机会，但是计算机技术就像一个无底洞，永远找不到边。时间过得很快，三年时间一晃而过，即将毕业的我，对自己非常失望，认为当初所谓的梦想将会成为泡影。就在此时，一个朋友告诉我“北大青鸟—牛耳软件培训”正在招生。为了实现自己对计算机技术的梦想，所以我选择来牛耳求学，虽然才短短两个多月，但我已感觉到，牛耳是我实现梦想的平台。

学员们，让我们以“自信人生二百年，会当击水三千里”的勇气，以“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”的精神，点燃梦想的蜡烛，闪亮不变的情怀，放飞我们的梦想，描绘灿烂的人生。我相信，在不久的将来，我们将会使我们的梦想变成现实。

人人都有梦想，可梦想是什么？梦想是不断突破和实现，是丰富的想象和大胆的创新；梦想是永不言弃、努力拼搏的精神支柱。梦想是一朵朵争奇斗艳的花朵，梦想是一双双振翅高飞的翅膀。有梦想，就要去为将来、为祖国而奋斗。

“少年智则国智，少年富则国富”。中国是一只引吭高歌的雄鸡，是一条搏击长空的巨龙。我也曾听说过，钢琴王子刘伟因十岁被电击而失去双手，可他却选择这条残酷的道路——钢琴。他为此努力，有多少泪水，有多少汗水，浸湿

在衣襟上。美妙的曲子在他手上流出。他的行动告诉我们：只要坚持、努力，梦想就会实现。

人生因梦想而高飞，人性因梦想而伟大。从小给自己一个梦想，一个人生的远大的目标，从而让梦想带着自己在人生辽阔的天空自由地飞翔。梦想就是生命的一双无形的翅膀，惟有梦想的力量才能激励和激发我们的生命，走向优秀和杰出。

“少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步”无论我们的梦想有多大，都要先从现在做起。黄皮肤，黑眼睛，龙的血脉已注定；神州大地上，华夏儿女，每个人的梦想，已汇聚成群星璀璨的星空；九州江山里，炎黄子孙，已凝聚成吉祥的图腾。

“中国梦”不再是虚空幻想，它是破土而出的萌芽，它已被唤醒。我的中国梦深深地扎根在泥土之中，它在民族复兴中成长。放飞吧，我的中国梦！

时光如流水般飞逝，中考离我们越来越近了，我仿佛已听到了它那滴答滴答的脚步声。100天，99天，98天-----在这短暂而紧迫的时间中，我们该如何度过初中这最后时光呢？我想，我们已没有退路，只有争分夺秒地去抓住时光的尾巴，加倍努力地学习，朝着我们梦中的理想去拼搏，拼搏，再拼搏。

虽然，我们目前的学习情况并不很好，但是，我们不应该对学习失去信心，丧失兴趣，从而放弃对梦想的追求。我想，在座的同学们没有一个人愿意放纵自己，做一个人人都瞧不起的人。在此，我想大声地喊一声：把我们学习以外的东西，把那些种种的诱惑统统抛在脑后吧！清除杂念，奋发努力，我相信我们每个人都会有不同的收获。

现在我们所面临的形势非常紧迫，关键就是要求我们集中精力，树立一个坚定的信念。信念，就好比是巍巍大厦的栋梁，

没有它，大厦就是一堆散乱的砖瓦；信念，又好比是滔滔大河的河床，没有它，河水就只是一片泛滥的汪洋。同学们，即使我们现在的位置不是很好，但是只要我们去努力学习，把以前所落下的知识一点点地啃下来，把一道道难题攻克掉，我想，在中考中，我们就会取得意想不到的成绩，使别人改变对我们的印象。

而现在，我们确有些同学度日如年，自暴自弃，他们就像是失去梦想的风筝，随风飘落。——这是老师们愿意看到的吗？——这是家长们愿意看到的吗？少壮不努力，老大徒丧悲。莫等闲，白了少年头，空悲切。一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴——。从古自今，不知有多少人仁志士，他们写下了许许多多劝勉青少年珍惜时光，发奋努力的诗句。

面对初三年的挑战，我们要有坚定的目标。

面对初三年的挑战，我们需要的是自信。结果并不重要，只要你努力了，你就是最棒的。

同学们，过去属于死神，未来属于我们自己。老师的责任是让我们有个美好的明天，而我们的责任是让明天有个美好的未来。坚持的昨天叫立足，坚持的今天叫进取，坚持的明天就会成功。只要我们坚持不懈，努力进取，高中的大门就会对我们每个人敞开的。

强国之梦演讲稿篇二

大家好！今天我演讲的题目是《我有一个梦想》。

为了一个共同的梦想我们会聚一堂，我们秉承文学的血脉，我们背负理想的背囊。我们追求美好的未来，我们追求智慧，我们讴歌自由，我们抒发心中的激情，我们以诗的语言挥洒我们奔涌的热血。

读一百部书，活一百种人生。对生命来说，没有任何东西能像书籍那样具有如此的力量。书籍是孤独者的朋友，是被遗弃者的伴侣，是郁郁寡欢者的喜悦，是绝望者的希望，是沮丧者的欢畅，是无依无靠者的相助，是梦想者的曙光。

今天，我有一个梦想。我希望同学们拿起手中的五彩笔，描绘美好的蓝图，从这里起飞，放飞你的梦想，如夸父逐日般追求我们的梦想。人生不能没有梦想，我们是时代的骄子，祖国的未来，我希望大家可以不断进步，超越自我，胸怀天下。我希望每一个学生都能够在知识的海洋中遨游，在精神的世界自由搏击。沐浴先哲前贤的光辉思想，聆听仁人大师的谆谆教诲。文学的殿堂富丽堂皇，我们怀着一颗赤热的心，抱着对文学的热爱，我们来了，我们无所畏惧，因为未了的激情。

只要我们去实践，只要我们热爱读书，只要我们喜欢写作，我们的精神是自由的，我们的思想是开放的；只要我们勤奋笔耕，只要我们不懈追求，只要我们有坚定的信念，只要我们有勇于探索的精神，只要我们敢于行动，我设想我们的梦想就会成为现实，我们的追求便会有回报。我想！我做！我成功！今天，我有一个梦想！我梦想未来的课堂是自由的精神家园，老师、学生自由地在知识的海洋中遨游。我梦想将来不再以成绩决定一切，我们的学生都会快乐自由的学习。我梦想同学之间亲如手足，消除矛盾，充满博爱精神。

我梦想我们的学校是一所知识的殿堂，书的海洋，人才的摇篮。这就是我的梦想。然而这一切需要我们前赴后继地努力，我们不能等待上帝的垂青，我们必须努力向上，改造自己，改造人类社会。东晋大诗人陶潜有诗曰：盛年不再来，及时当勉励。让我们一起来描绘灿烂的前程，来书写豪壮的誓言，来开创未曾耕耘的处女地。让我们携手并进，放飞梦想，为梦想而奋斗！

强国之梦演讲稿篇三

大家好！

如果每一个梦想就是一个五彩缤纷的泡泡，那么世界的上空将会浮起一座由七彩泡泡构成的斑斓的彩虹桥。这是千万亿人的梦想堆积起来的结果。是的，每个人都有一个属于自己的梦想，它独一无二，无可替代。而我，也不例外。

我的梦想，是成为一名演讲家。

为了有朝一日能够实现这个梦想，我从很小就开始学习演讲。演讲家要有沉着冷静的应变能力，以应对观众提出的各种问题，演讲家要有临危不乱的处理能力，来应对各种令人手足无措的场面，演讲家要有娴熟的表达技巧，使观众能够明白自己的意图。在向梦想努力的过程中，我一直都把丘吉尔作为我的偶像，因为我希望自己能够成为丘吉尔那样伟大的演讲家。我敬佩他的那份从容不迫，我钦佩他的博学多识，我羡慕他那近乎完美的无敌口才。然而，我也知道，在他那耀眼的光环背后，是付出的无数的辛酸与汗水。

同丘吉尔一样，我在向梦想前进的路上，也经历了许多波折。在一年级时，我就报名参加了我人生中的第一次演讲比赛。还记得那时候我非常紧张，心里忐忑不安。在演讲台上出现了许多不应该有的错误，下了台之后情绪非常低落。看着别的选手在台上声情并茂地演讲，我不禁又怕又恨，怕的是自己不能够获奖为班级争得荣誉，恨得是自己为什么那么不争气，为什么出现了那么多错误。结果公布了，获奖名单里果然没有我，这使我原本就低落的情绪变得更加沮丧，眼眶一酸，流下泪来。

不过我并没有因此而气馁，而是越挫越勇。在此后参加的比赛中，我获得了许多奖项。但是，我知道，大浪淘沙，有许许多多的人和我有着一样的目标，我们都还只是宽广的沙滩

上一粒小小的细沙，需要经受住层层海浪的击打，才能蜕变成璀璨的珍珠。虽然我知道我不一定能够成为最终留下的那颗珍珠，但我不会放弃拼搏，放弃努力，我会朝着我的目标继续努力前进！

现在的我还在继续朝着我梦想的方向不断地努力，我仿佛已经看见成功在向我挥手，我相信终究有一天我的梦想会实现，我会与成功相遇，并与之携手相伴。

强国之梦演讲稿篇四

大家好！

每个人都有自己的梦想，我的梦想就是去动物协会工作，保护小动物。

我不理解为什么那些偷猎者会那么看重金钱，难道动物的生命就不是生命了吗？看到动物的皮毛一个接着一个的被扒下，看到动物们伤心地流泪，慢慢地，一个个物种的灭绝他们才开心吗？美国总统林肯说过“赞同动物如同人类拥有人权一样。这才是扩充仁心之道。”动物也有它们的权利，如果它们会说话就一定会制止我们，反对我们。

作为一个想去动物保护协会的人，保护动物就要从我做起，从现在做起。同时我也不能耽误学习。在小升初阶段，我要好好学习，天天向上，考上好学校。请记住，动物是人类的朋友。“一个对动物残忍的人，也会对人类残忍。”这句话是汤玛斯·艾奎纳说的，请不要继续伤害小动物了，生命比任何东西都要重要，请保护小动物，让他们快乐地活着。

希望大家关爱动物，关爱我们共同的世界。动物是人类的朋友。

谢谢大家！

强国之梦演讲稿篇五

大家好！

第三，我们应该实践奉献青年的行动。鲁迅老师说：“希望所有的中国青年都能摆脱冷空气，向上就行了，不用听那些自暴自弃的人的。会做事，会发声。有热，有光。就像萤火虫一样，你也可以在黑暗中发出一点光，而不用等着火把的火光。”虽然时代变了，但鲁迅精神今天仍然适用于我们。奉献青春不是一句空话，一句高不可攀的大话，更不是一句只停留在嘴边的美言。学生对青春的奉献是从每一件小事做起，从现在开始：当你的同学、老师、父母，以及所有你认识或不认识的人需要你的帮助时，你应该伸出青春的双手去帮助，给予你的爱，而不是moo的冷酷无情。当你的班级，我们的学校，家乡，祖国需要你贡献的时候，你应该毫不犹豫的积极去贡献，去艾尔文去发挥你的才华，而不去理会你个人的得失。

我曾经听过这样一段话：“青春总是美好的，但真正的青春只属于那些永远努力向上的人，永远忘不了工作的人，永远谦虚的人。”来到项目部的第一天，我就写下了人生的第二句座右铭：奋斗、创新、务实、关爱、尊重。虽然只是简单的几个字，却包含了一个工程师一生的追求。一个有青春的年轻人的目标。

当你遇到任何不公时，用你年轻的力量和智慧去克服，而不是懦弱和萎缩。当你有“空余”青春的时候，你要告诫自己：珍惜时间吸收知识的养分，培养高尚的情操，锻炼健康的身体。

同学们，青春是有限的，有限的青春正向你走来；美丽的青春，美丽的青春期待你的奉献；青春会因为你的付出而更加灿烂辉煌美丽。

强国之梦演讲稿篇六

大家好！我是来自明德小学五年级2班的xxx[]今天我给大家演讲的题目是《我的强国强军梦》。

“一个梦想能让个体生命放射出耀眼光芒，一个梦想同样能让一个民族迸发出强劲活力。”这句话，我一直记得。是的，正是因为有梦想，我们才经历坎坷依然前行，正是因为有梦想，我们才历经沧桑信心不改，正是因为有梦想，中华民族才能蓬勃发展。在每一个中国人的脑中，都有一个伟大的中国梦，那就是：强国！强军！

回顾百年历史，我们曾在泥泞沼泽中摸索，在戈壁沟壑中探寻。1840年以来的百余年间，中华民族惨遭外族侵略之痛，饱经列强欺侮之苦，甚至曾有亡国灭种之危险。百余年的屈辱史同样也见证了中国人民的抗争。我们忘不了宁为玉碎不为瓦全的邓世昌，我们忘不了林海雪原中抗击日寇的杨靖宇，我们更忘不了那千千万万为保我山河，护我人民而牺牲的中国军人！。

强军是形势所迫。环视四周，我们周边并不是太平无事，钓鱼岛问题导致中日关系恶化，“萨德”让中韩关系极度紧张。虽然，中国一再声明我们力主以和平方式解决国际争端，但有些国家把我们的和平诚意误认为是软弱可欺，一再挑衅我们的和平底线，如果没有巩固的国防和强大的军队，和平就是水中月，镜中花。我们需要一支信息化的军队。同样是作战信息化师是机械化师的3到5倍。中国军队尚处于机械化、半机械化阶段，在武器装备方面与世界发达国家军队相比存有10年到20年的差距，我们必须要有紧迫感，奋起直追，赶上世界新军事变革的步伐。否则，落后就意味着挨打。

强国不但要有强悍的军队，还要有智慧的少年，正如梁启超所说：故今日之责任，不在他人，而全在我少年。即使前人再威武，再英明，没有更加强大的子孙，原本属于自己的东

西一样流入他手，化为他乡。没有更加聪明的后代，也就是没有未来。

强国之事，必为大事，国若不强，何来尊严？

要说强国，就先要强军，如果军不强，怎能保家卫国？要说强军，首先要富国，如果国不富，即使国人有再先进的思维，没有财力的支持，一切如纸上谈兵！

强国之梦演讲稿篇七

早上好！

今天我要演讲的主题是“爱国爱校，放飞梦想”。

爱国就是对祖国的忠诚和热爱。

历朝历代，许多仁人志士都具有强烈的忧国忧民思想，以国事为己任，前仆后继，临难不屈，保卫祖国，关怀民生，这种可贵的精神，使中华民族历经劫难而不衰。爱国的内容十分广泛，热爱祖国的山河，热爱民族的历史，关心祖国的命运，在危难之时英勇战斗，为祖国捐躯，都是爱国主义的表现。在中华民族五千年的发展历程中，中华民族形成了以爱国主义为核心的伟大的民族精神。

捐躯赴国难，视死忽如归，正是由于对祖国的深切热爱，勤劳智慧的中华儿女共同开拓了辽阔的疆域，创造了辉煌灿烂的文化。肩负着实现中华民族伟大复兴的我们，要热爱祖国的大好河山，积极维护祖国的主权独立和领土完整，祖国的领土寸土不能丢，不能被分裂侵占；要热爱祖国的历史和文化，提高民族自尊心和自信心，为创造更加辉煌的民族文化而尽心尽力。

爱校，就是温柔对待学校。

学校是我们成长的摇篮，她兢兢业业地培育着我们，认真地给我们传授着知识，让我们畅游在知识的海洋中，使我们成为全面发展的一代新人。学校爱我们，我们也爱学校。因为爱，我们就有责任、有义务保护这里的一草一木，维护学校的集体荣誉，从自己做起，从身边的小事做起，为学校争光添彩。当你漫步于校园中，发现干净的路面上有一些垃圾，你会情不自禁地把垃圾捡入垃圾桶，我想，这就是爱校的表现；不损坏学校的一草一木，不在课桌椅上乱写乱画，我想，这也是爱校的表现；见到学校领导、老师主动问声好，积极参加各种比赛，在提高自己的同时也为学校争得了一份荣誉……我还想：这些也都是爱校的表现。

学校就像是一个大家庭。，老师是和蔼可亲的长辈，同学是亲密无间的兄弟姐妹。如果没有了老师，我们就失去了方向；没有了同学，就如同生活里失去了阳光。只有大家的欢聚和努力，才能使我们的生活变得更加灿烂。学校，这里是放飞梦想的地方！这里是孕育人才的摇篮！也许一个人的努力对于整个学校的发展来说如沧海一粟，但是如果把每颗爱校的心聚集起来，力量将会无穷，等到毕业时，我们再回首美丽的母校，我们就可以无悔的说：我无愧于这里的学生生涯，我为我的学校而骄傲。

少年兴则国兴，少年强则国强。我们要适应时代发展的要求，放飞梦想，正确认识祖国的历史和现实，增强爱国的情感和振兴祖国的责任感，树立民族自尊心与自信心；弘扬伟大的中华民族精神，高举爱国主义旗帜，锐意进取，自强不息，艰苦奋斗，顽强拼搏，真正把爱国之志变成报国之行。同学们，让我们一起爱国爱校，放飞梦想，为振兴中华而勤奋学习，为美丽的校园而展翅高飞，为创造祖国辉煌未来贡献自己的力量！

强国之梦演讲稿篇八

我说：“给我自信，我就能够撑起一个完美的人生。”

——题记

支点虽小，作用却大，有了自信的支点，人生便走向辉煌，一路顺风。

中国申办20__年奥运有自信，成功发射和回收“神舟七号”宇宙飞船有自信，抗击冰雪、地震有自信，成功打击索马里海盗有自信……自信，是成功的基石。

古今中外，多少杰出的文学家、科学家、政治家、军事家以往吟唱过一曲曲动人的自信之歌。

平原君奉命到楚国求救时，毛遂自动请缨；毛主席“数风流人物，还看今朝”的自信成就中华人民共和国的伟业；比尔·盖茨有豪气冲天的自信成为世界首富；李白自信“天生我材必有用”，挥写“惊风雨，泣鬼神”的壮丽诗篇；海明威自信能“踢翻”莎士比亚，“干掉”屠格涅夫……写出名著《老人与海》，荣获诺贝尔文学奖；居里夫人确信自然界中存在一种具有放射性的物质，不因当时许多权威科学家的否定而动摇，最终提炼出世界上第一克镭。

自信，就是遇到种种挫折、打击，也决不动摇自我的信念的勇毅。

自信，就是即使身陷绝境，也永远充满着期望与活力的意念。

自信，就是遭到许多流言蜚语，别人的`否定，也决不轻易改变自我观点的勇气。

自信，就是即使枪顶着他的脑门，刀架在他的脖子上，也决不轻言放弃真理的执著。

如今不少孩子缺乏的就是“仰天大笑出门去，我辈岂是蓬蒿人”那样的豪气和自信，因而受到一点小小的挫折、打击就

垂头丧气，不能走出阴影，而坠向深渊。

萧伯纳说：“有信心的人，能够化渺小为伟大，化平庸为神奇。”

桑兰说：“因为我总是对自我说，我能做到的。”

朋友，带着自信上路，成功便在前方等候！给自我一个自信的支点吧！我相信，你必须能为人生撑起一片美丽的天空。