

2023年即兴演讲稿五分钟(汇总8篇)

演讲稿是演讲者根据几条原则性的提纲进行演讲，比较灵活，便于临场发挥，真实感强，又具有照读式演讲和背诵式演讲的长处。我们如何才能写得一篇优质的演讲稿呢？下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

即兴演讲稿五分钟篇一

以什么为贵、为重、为先、为本等，是我国传统价值观的表达范式，比如“兵贵神速”、“重义轻利”、“先公后私”、“以人为本”等等。我演讲的题目是“和为贵”，即“以和为贵”，“和”指“和谐”。

和谐是什么？和谐既是一种状态，又是一种过程，还是一种结果，更是一种价值。作为状态，它表现为体用相宜、物我相生的情景；作为过程，它表现为万有必和、差别常在、常变相因、变而有常的必然趋势；作为结果，它表现为自然、社会、思维等一切现象，自我组织、自我发展的现实状况；作为价值，它表现为包罗万象的正当性，将科学之真、道德之善、艺术之美集于一身，是一切价值的元价值。

从神话传说到哲学思辩再到科学实验，无不证明这样一个真理：宇宙未开之前是一种混沌和谐，这种混沌和谐失去平衡之后就产生了试图恢复和谐的户外，于是生成了天地万物。正如荀子所言：“万物各得其和以生，各得其养以成，不见其事而先见其功”。因此天地万物始于和谐、成于和谐、发展于和谐；没有和谐就没有昼夜交替、四季循环；没有和谐就没有万物生长、百花争艳；没有和谐就没有男欢女爱、人类繁衍；没有和谐就没有公平正义、民主法治；没有和谐就没有社会繁荣、长治久安；没有和谐就没有人与人、人与社会、人与自然同舟共济、共同发展！

和谐是我们的民族之魂。儒家强调“人我和谐”。孔子主张：“己欲达，则达人；己所不欲，勿施与人”；还讲：“均无贫，和无寡，安无倾”；并且强调：“礼之用，和为贵”。孟子主张君臣义、父子亲、夫妇和、兄弟爱、朋友信，还讲：“老吾老，以及人之老；幼吾幼，以及人之幼”；并且强调：“天时不如地利，地利不如人和”。《礼记·礼运》主张：“幼有所长，壮有所用，矜寡孤独废疾者皆有所养”，将“大道之行也，天下为公”的“大同”社会视为人类社会的理想。道家强调“天人和谐”。

老子认为：“损不足而奉有余”是“人道”，“损有余而补不足”是“天道”，人道应当服从天道，于是提出了“人法地、地法天、天法道、道法自然”的命题，主张回归自然、返璞归真。佛教强调“心灵和谐”。佛教自汉代传入我国之后，于唐代完成了中国化的过程，成为与儒家、道家并行的华夏民族的精神支柱之一，透过诵经、打坐、参禅、悟道等修_夫，使人远离功名利禄和恩怨情仇的纷扰，进而到达无利无害、无善无恶、无是无非的空灵境界。雍正皇帝讲：儒以治世，道以治身，佛以治心。儒家的“人我和谐”，道家的“天人和谐”及佛教的“心灵和谐”，共同构成中华民族“以和为贵”的国魂。

和谐也是中国特色社会主义的时代之魂。中国特色社会主义是相对于苏联特色社会主义而提出的，苏联的社会主义以高度集权、计划经济、阶级斗争为特色，中国的社会主义以民主法治、市场经济、最广泛的统一战线为特色。中共xx届四中全会以后，社会和谐被规定为社会主义的本质要求，培育和谐文化、树立和谐理念、弘扬和谐精神被规定为长期的重要任务。在这种观点的指导之下，学界对社会主义和共产主义的概念进行了重新诠释，从意识形态角度讲，社会主义就是以社会共同利益为重的价值观，共产主义就是共同劳动、共享劳动成果的终极关怀。正如马克思在《1844年经济学哲学手稿》中所言：“共产主义作为完成了的自然主义，等于人道主义，而作为完成了的人道主义，等于自然主义”。共

产主义就是人与人、人与社会、人与自然和睦相处、同舟共济的充分和谐状态。因此中国特色社会主义才是马克思本人所信奉的真正的社会主义，这种社会主义的价值诉求正是我国上下五千年一脉相承的和谐魂。

从这个好处上讲：和谐作为一种状态，就是“公平正义、民主法治、诚信友爱、充满活力、安定有序、人与自”的状态；和谐作为一种过程，就是“以人为本、全面、协调、可持续”的发展过程；和谐作为一种结果，就是互尽义务、互享权利，相依为命、同舟共济，各尽所能、各得其所的结果；和谐作为一种终极信念，就是“以和为贵”的民族之魂、国家之魂。在国内，我们提出构建和谐社会；在国外，我们提出构建和谐世界；这标志着我们开始用和谐主义的世界观和方_重新明白世界和改造世界。“和为贵”作为与上下五千年华夏礼貌一脉相承的价值信念，作为马克思主义的终极关怀，集中反映了马列主义指导思想、社会主义共同理想、爱国主义为核心的民族精神、改革创新为核心的时代精神和社会主义荣辱观的全部价值诉求。

构建社会主义核心价值体系，就是重建我国最基本的_纲常，而_纲常是需要普遍性、深刻性和民族性的。“以和为贵”具有的普遍性、深刻性和民族性，因此我们推荐用“和谐为魂，诚信为先，重义轻利、忠孝仁爱”去概括社会主义核心价值观。“和谐为魂”是讲以和谐为价值信念，它是其他一切价值观的灵魂所在；“诚信为先”是讲“诚乃百德之母”，没有了诚信一切价值都是空谈；和谐为体，诚信为用。“重义轻利”是内在的修为，“忠孝仁爱”是外在的表现，“重义轻利”是神，“忠孝仁爱”是形。体、用、神、形俱在，构成完整的核心价值体系，构成与上下五千年华夏礼貌一脉相承、当今时代我国社会最基本的_纲常！

即兴演讲稿五分钟篇二

即兴演讲有一分钟、两分钟、和三分钟的，今天本站小编给大家分享一下三分钟即兴演讲稿范文，希望对大家有所帮助。

诗人说：花朵把春天的门推开了。我说：感恩把和谐的门推开了，和谐把生活的门推开了。只要你用心去听花开的声音，生活到处都是和谐的乐章。

感激生育你的人，因为他们使你获得生命；感激抚养你的人，因为他们使你不断成长；感激关怀你的人，因为他们给你温暖；感激鼓励你的人，因为他们给你力量；感激教育你的人，因为他们开化你的蒙昧；感激伤害你的人，因为他们磨练了你的心智；感激绊倒你的人，因为它强化了你的双腿；感激藐视你的人，因为它觉醒了你的自尊；感激遗弃你的人，因为他教会了你该独立；凡事感激，学会感激，感激一切使你成长的人！

同学们，有首歌叫《感谢你》：感谢明月照亮了夜空，感谢朝霞捧出的黎明，感谢春光融化了冰雪，感谢大地哺育了生灵，感谢母亲赐予我生命……感谢收获、感谢和平、感谢这所有的一切一切。

感恩无痕，感恩无限！同学们，学会感恩吧！让我们的生活永远走向关怀，充满真情和爱心！让我们携起手来，共同努力，构建一个人人向往的社会主义和谐社会！

最初的梦想就握在自己手上。最想要去的地方就别在半路返航。

如果梦想不曾坠落悬崖，千钧一发，又怎么会懂得，执着的人，有双梦的翅膀。不顾一切疯狂追寻过，失落过，也妥协过，但都不能湮灭梦想兑现时的片刻欢喜。在梦想与现实交锋的那一瞬间，我看到了它们的差距。而这只是一个梦想的差距，需要太多的勇气，太多的才气，太多的热情，才能点燃青春的高潮。

是成为笑傲天穹的精灵，还是成为陆地上平庸的小丑，这一切都由你自己决定。当奥运健儿站在最高领奖台上，当国歌奏响、五星红旗缓缓升起的那个瞬间，我们看到是自豪、骄傲。可这自豪的背后又有多少不为人知的艰辛与汗水，要实现梦想就必须为之奋斗。

战国时期的政治家苏秦。年轻时，学问不深，曾到好多地方做事，都不受重视。家人也瞧不起他。这对他的刺激很大。所以，他下决心发奋读书。常常读书到深夜，很疲倦，他便想出了一个方法，一打瞌睡，就用锥子往自己的大腿上刺一下。这样，猛然间感到疼痛，使自己清醒起来，再坚持读书。才有了“苏秦刺骨”的佳话。

在几千年前，年轻的苏秦都懂得克制，更何况现在的我们呢，青春的日子请好好把握，不要等到对梦里都麻木的一天，才懂得懊悔，不要等到青春散尽的一天，才懂得珍惜。

让我们去回想我们最初的梦想，燃起我们的激情，洒一路汗水，饮一路风尘，咀嚼一路艰辛。让青春在红旗下继续燃烧，我们是搏击长空的鹰，是辽阔无垠的海，我们是有梦想，有作为的少年，我们乘风破浪，披荆斩棘，只为最初的梦，只为最炫目的光。

今天，老师要给大家聊聊美化校园的话题。我想现在可能会有一些同学在想，美化校园？我们的校园不是很美吗？你看校园里：操场上干干净净无纸屑，四周围绿树草皮话烂漫，楼房整齐一排排，同学们穿红着绿好漂亮，外面还有绿水青山来拥抱，谁敢说我们的校园不美吗啊？可是今天，老师要实话实说：我们的校园里还有美中的不足，还存在着“丑”的东西。

再过一月，我们即将毕业，我们将要从学校进入社会，这种环境的转变将会带给我们些什么，现在的我不得而知。但是我知道即将开始的是一个新的人生、一个新的起点。

在平常的生活中，总会听到关于初出茅庐的学生经受的挫折是多么可怕的话，其实我们不必太过在意，许多挫折往往是美好的开始。有人在挫折中成长，有人在挫折中跌倒，关键在于个人是如何看待的。要知道这个世界从来都是相对的，有挫折必定有成功，重要的是看你要以怎样的心态去面对，站起来便能成就更好的自己，硬是在地上赖着，自怨自艾悲叹不已的人，注定只能继续哭泣。哪个站在台面上的人，不是有一堆令人辛酸的去?挫折往往令他们站得更稳。

我记得美国小说家——毛姆写过一篇小说，叫做《刀锋》，是说人们从一种状态过渡到另一种状态的时候，就像从刀的一面过渡到另一面，而最艰难的时候就是趟过刀刃的那一刻，其实走过去就会发现，刀的另一面远没我们想像的那样不可忍受。

不管遇到怎样的难关，我们只要尽量找出其中的光明面，这样，不论多不好的困境都会好转。不然，只会让自己一直陷在不幸之中。

同学们，让我们在国旗下共同祝愿，祝愿我们的生活处处开满文明之花!祝愿我们自己一步步地迈向文明!

做文明之人，永远的呼唤!一生的追求!

即兴演讲稿五分钟篇三

什么样的朋友才算真正的好朋友?这个问题一定有很多人都在问。现在，我就教给大家一个最简单的评判标准，那就是——如果你和她很长时间没有联系，你们再见面时依然有说不完的话，不陌生，不疏离，感觉像从来都没有分开过一样。哪怕什么都不说，在一起也不觉得尴尬。这样的朋友，就是你一生的好朋友了。

其实，有时候，你太容易在友情中受伤，不是朋友的原因，而是因为你对朋友的期望太高。她和你是好朋友，不意味着她就没有交别的朋友的权利，不意味着她就不能和别人聊得热火朝天，也不意味着她事事都要顾虑你的感受和你的看法。就算是最好的朋友，她也可以拒绝你的要求，也可以不同意你的观点，也可以对你提出批评，也可以和别人聊得热火朝天暂时忘记你的存在。哪怕你再反对，她也有权利选择她自己的选择，热爱她自己的热爱。反之，你也是一样。不要总是说自己被友情弄得伤痕累累，很多的伤都是你对友情的要求过高才造成的结果。

每个人都喜欢听好话，嘴上抹蜜的人比起那些不擅长表达的人，好像总是要多那么几个朋友。但是聪明的你们，当你看一个朋友对你是不是真心的时候，一定要好好想想她对你做过些什么，而不是她对你说了些什么。即使是在言语上伤害过你的友人，如果在你最需要帮助的时候帮助过你，为你挺身而出过，都是值得你信赖的朋友，要珍惜。

当你遇到另一种情况，那就是朋友已经伤害了你，你是否应该原谅她。

虽然，从小我们被教育宽容是一种美德。但是，你一定要在心里给自己设定一个底线。如果不触碰，一切都好说，如果触碰了，你就要认真地考虑一下，你们之间的朋友关系到底应该继续还是结束。其实，你不一定要费尽心思去守护一份友情的。你想想，如果大家都说她不好，你非要说她好，就等于你告诉她，就算她做了任何伤害，你都是可以接受的，也是可以被宽容的。

如果在很久之后，你想起她对你的伤害，你还是觉得不能原谅，你也完全不必原谅她。但是，你一定要放下，不要去打听关于她的一切。因为她无论是好上天还是坏到底都跟你没有任何关系了。各走各的路，无需嫉妒，更不必悔恨。

最后，用一句话来概括友情：在一起很欢喜，分开后很想念，只是想念也很欢喜。

玫瑰不及百合的高洁与典雅，百合不及薰衣草的浪漫优雅，但就是普罗旺斯的薰衣草花海也不及友谊的芬芳与美丽。朋友是个令人愉快的东西，他们总在不经意间给我们支持和安慰，在朋友面前，我们可以纵情放肆的苦笑，在朋友面前，没有那些矫揉造作，阿谀奉承。有的是直言与关爱，理解与宽容。

在阿拉伯有这样一个传说，两个朋友一起去沙漠旅行，但他们在途中吵架了，一个人甚至还给了另外一个人耳光，挨打的觉得遭到了侮辱，但他在沙子上写道，“今天，我的好朋友打了我。”他们在沙漠中继续旅行，后来遇到了风沙，他的朋友又救了他，他就用小刀在木头上刻下，“今天我的朋友救了我。”他的朋友很好奇，问他，为什么要这么做？他却回答说，“朋友对我的坏确实我不顺心，但一吹风事就过去了。但朋友对我的好，我要提醒自己时刻铭记在心。”“万两黄金容易的，知音一个也难求。”所以有了朋友我们就一定要好好珍惜。他们是我们人生的一笔财富，有了朋友我们才会幸福快乐充实的度过每一天。没有朋友的人在富有也是贫穷的。

你身体里的满强热血，是真挚的友谊在静静的流淌永不止休，夜空中那璀璨的繁星，是朋友那永不湮灭的双眸，当全世界都背叛你当众人都离你而去，回首，朋友还在我们的身后为我们默默地守候。

同学们，还记得你生病时为你着急上火的那个人吗？还记得天凉了嘱咐你多穿衣服还给你送上一杯热乎乎的奶茶的那个人吗？还记得那个你哭他也哭你笑他也笑，陪着你我是风风火火或是平静的度过一年或是两年美好的高中生活的那个人吗，他们就是我们的好朋友我挚亲挚爱朋友。亲爱的同学们，请你们用最嘹亮的声音回答我，你们爱不爱自己的朋友？你们会

不会与他们不离不弃！

即兴演讲稿五分钟篇四

今天，老师要给大家聊聊美化校园的话题。我想现在可能会有一些同学在想，美化校园？我们的校园不是很美吗？你看校园里：操场上干干净净无纸屑，四周围绿树草皮话烂漫，楼房整齐一排排，同学们穿红着绿好漂亮，外面还有绿水青山来拥抱，谁敢说我们的校园不美吗啊？可是今天，老师要实话实说：我们的校园里还有美中的不足，还存在着“丑”的东西。

再过一月，我们即将毕业，我们将要从学校进入社会，这种环境的转变将会带给我们些什么，现在的我不得而知。但是我知道即将开始的是一个新的人生、一个新的起点。

在平常的生活中，总会听到关于初出茅庐的学生经受的挫折是多么可怕的话，其实我们不必太过在意，许多挫折往往是美好的开始。有人在挫折中成长，有人在挫折中跌倒，关键在于个人是如何看待的。要知道这个世界从来都是相对的，有挫折必定有成功，重要的是看你要以怎样的心态去面对，站起来便能成就更好的自己，硬是在地上赖着，自怨自艾悲叹不已的人，注定只能继续哭泣。哪个站在台面上的人，不是有一堆令人辛酸的过去？挫折往往令他们站得更稳。

我记得美国的小说家——毛姆写过一篇小说，叫做《刀锋》，是说人们从一种状态过渡到另一种状态的时候，就像从刀的一面过渡到另一面，而最艰难的时候就是趟过刀刃的那一刻，其实走过去就会发现，刀的另一面远没我们想像的那样不可忍受。

不管遇到怎样的难关，我们只要尽量找出其中的光明面，这样，不论多不好的困境都会好转。不然，只会让自己一直陷在不幸之中。

同学们，让我们在国旗下共同祝愿，祝愿我们的生活处处开满文明之花！祝愿我们自己一步步地迈向文明！

做文明之人，永远的呼唤！一生的追求！

即兴演讲稿五分钟篇五

今天，老师要给大家聊聊美化校园的话题。我想现在可能会有一些同学在想，美化校园？我们的校园不是很美吗？你看校园里：操场上干干净净无纸屑，四周围绿树草皮话烂漫，楼房整齐一排排，同学们穿红着绿好漂亮，外面还有绿水青山来拥抱，谁敢说我们的校园不美吗啊？可是今天，老师要实话实说：我们的校园里还有美中的不足，还存在着”丑“的东西。

再过一月，我们即将毕业，我们将要从学校进入社会，这种环境的转变将会带给我们些什么，现在的我不得而知。但是我知道即将开始的是一个新的人生、一个新的起点。

在平常的生活中，总会听到关于初出茅庐的学生经受的挫折是多么可怕的话，其实我们不必太过在意，许多挫折往往是美好的开始。有人在挫折中成长，有人在挫折中跌倒，关键在于个人是如何看待的。要知道这个世界从来都是相对的，有挫折必定有成功，重要的是看你要以怎样的心态去面对，站起来便能成就更好的自己，硬是在地上赖着，自怨自艾悲叹不已的人，注定只能继续哭泣。哪个站在台面上的人，不是有一堆令人辛酸的过去？挫折往往令他们站得更稳。

我记得美国小说家——毛姆写过一篇小说，叫做《刀锋》，是说人们从一种状态过渡到另一种状态的时候，就像从刀的一面过渡到另一面，而最艰难的时候就是趟过刀刃的那一刻，其实走过去就会发现，刀的另一面远没我们想像的那样不可忍受。

不管遇到怎样的难关，我们只要尽量找出其中的光明面，这样，不论多不好的困境都会好转。不然，只会让自己一直陷在不幸之中。

同学们，让我们在国旗下共同祝愿，祝愿我们的生活处处开满文明之花！祝愿我们自己一步步地迈向文明！

做文明之人，永远的呼唤！一生的追求！

即兴演讲稿五分钟篇六

时间能改变一切时间，是一个神奇的词语。它成为了人们不能解释时的唯一借口，它成为了不能回头，不能倒退的代表。多少经不起它考验的情感只能深深的沉入谷底，消失。

我想，对于这个问题，我的答案是肯定的。时间能改变一切，时间能成就一切！下面我将来向大家解说这个观点。

首先，时间不可回转的特性，让我们看到了世界的改变，从原始人到现代的文明，我们看到了人类的一步步改变，是人类通过自己努力的改变，同时也是时间的改变，时间它不会静止，它改变了世界。时间的长河里，锻造出了亚历山大，牛顿，爱因斯坦，达尔文，孔子等伟人。这些名人的出现，促进了时代的变迁。时间能够改变一切，时间让我们看到未来将会更好，这个不会停止的进程里，永远有想不到的惊喜。

其次，从我们现实生活出发。时间能够改变一切，旧习惯会被新的习惯所替代。旧的我们也会染上新的气息，因为时间不会停止，我们也不会静止。总会有人在遇到挫折的时候，想要放弃。总会有人在遇到困难的时候，不再有勇气。可是，时间会改变他们，时间会给他们一个答案。就算有再大的挑战，只要有时间去改变，我们就会有希望成功。所以这些小挫折，永远也不会影响时间的更替。时间会让我们的努力看到结果，这便是时间的不可超越性。

时间能改变一切，时间能让孩童时的纯真、幼稚蜕变。时间能让一个生命在它的流里，显得微不足道。这些都是时间的微妙。

时间能改变一切，但关键是你会如何利用它，使它让你改变的更好，成为更好的人，成为更优秀的自己。

即兴演讲稿五分钟篇七

大家好！我演讲的题目是“小事求大善，小节立大德”。

今天的这方舞台只给了我百秒的时间，不过，大家一定都注意到了，刚才，我用了将近10秒的时间整理了我的衣装，并非常郑重地向大家鞠了一个躬。的确，我害怕超时带走我的得分，但我更害怕不甚整齐的衣领带走我给大家的好印象。超时影响的是我的成绩，但有失礼节的表现则会影响我作为一名中学生的形象。我来自自信是一个雄辩的人，但今天，我选择了首先用行动来证明——小事也要求大善，小节也能立大德。

我们都曾让苦思冥想寻觅到的解法葬身在计算过程中写错的一个符号上，我们也都曾将煞费苦心铺排出的断送在仓促而就的一个错别字上，常常地，我们学会了高瞻远瞩，学会了从全局出发，却不能够做到对每一件小事都精益求精，何谓真正的“大善”？那就是挖掘小事中的小事，用全部的热情和努力填补那些尚未完善的空缺，把小事的完美演绎到极致。就比如，下一次当你和我一样走上这方舞台的时候，请你一定记得翻好你的衣领。

我们铭记着那些真正的伟人，只因仰头给人一个微笑，抬手放好一张座椅，就让人们对他的敬意油然而生；我们也叹息着那些一时的英雄，只因甩手一次扬长而去，下笔一段过激之词，就让昔日仰望的目光骤然消散。常常地，我们学会了忠孝仁爱礼义信，却不能够做到时刻记挂着每一个小节。（）

何谓真正的“大德”？那就是讲究小节中的小节，用全部的自律和自觉把握那些不被注意的细处，把小节的优雅诠释到完全。就比如，一会儿，当这场比赛结束的时候，请你一定记得谦让周围的人，有序地离开。

刚才，我的同学提醒我时间快要到了，那么，就让我做好这最后大善的小事，成就这最后小节中的大德。

即兴演讲稿五分钟篇八

同学们，你喜欢自己吗你对自己满意吗？你很羡慕某些人，甚至愿意自己也成为他吗？如果你对自己有疑惑，那么我来告诉你：就像每一片叶子都有它独特的形状，每一朵花儿都有它独特的香味，我们每一个人都是世上独一无二的个体，在这个世界上，没有两个人是完全一样的。我们每一个人的存在，都有自己的价值与意义，别人可以比我好，也可以比我差，但没有人可以取代我。美国少年天使肯尼，一出生就因为身体畸形截掉双腿，后来又发现切口的根部被癌细胞侵入，只好把腰部以下的身体全部切除。但是，肯尼并没有向病魔低头，他在家人的帮助下向自己的生命挑战，拼命练习生存技能，使得自己日渐独立，能跟常人一样上学，甚至还学会了溜滑板、溜冰。肯尼的生命是美丽的、动人的。

有时候我们以为遭遇到的危机使我们走投无路了，却在事后发现这是生命的转机。美丽的生命在于勇于更新，且愿意努力学习。化蛹为蝶，才能使生命焕然一新。人的一生也需要蜕变才能成长。每一次蜕变都回带你走进人生的新领域、新境界，使你获得新的感受、新的惊喜。

健康的我们，更要学会容忍自己的不足和缺点。俗话说人无完人。正因为这样，我们才要不断学习、不断提高自己。如何在正视不足和缺点的前提下，采取积极的行动来弥补不足、克服缺点呢？一方面要正确和别人做比较，认识到自己在群体中处于什么样的位置，寻找以后努力的方向；另一方面要正确

认识自己。不要只从不同的方面平价自己，却看不到自己的优点，老觉得“某某的学习比我好，某某的书法比我好，某某的琴比我弹得好”，而实际上每个人身上都有自己的闪光点：学习好的可能体育不如你，书法好的可能学习不如你，不要一味给自己挑毛病。既能够看到闪光点，也能够看到不足之处，对自己的认识才会全面，才能更好的取长补短。

台湾著名作家琼瑶，小时候除了语文外，其他学科成绩并不好。有一次，数学考试她只考了20分，学校发给她一张“通知单”，要她拿回去给父母盖章。捱到深夜，她鼓足勇气拿着通知书交给母亲。母亲整个脸色都阴暗下去，将他好好责骂了一顿。她绝望的给母亲写了一封长信，服毒自杀，幸亏抢救及时，才没有造成终身的遗憾。从死神手中逃回来的她，分析了自己的长处与短处，下决心取长补短，专心写作。父母默认了她的追求，她开始发挥自己写作方面的长处，真正追求自己的事业，最终取得了令人羡慕的成就。

所以我们要多鼓励自己：“成绩单不漂亮没关系，只要我努力，就是一名好学生！”“基础不好没关系，只要我每天都有进步，就是一种成功！”“我的生活是充满阳光的，努力的我最美丽！”这样自信的度过每一天，你会越来越体验到：我的人生是非常有价值的，我是最棒的！

这些年来，我们都是怎么走过来的？我们的每一步都留下什么脚印？我们有没有努力过？我们有没有成功过？我们做过哪几件事情最让我们感到骄傲和自豪？我们小时候那些美好的梦想现在还剩下多少？我们对自己还有多少信心？我们对将来还抱多大的希望？每一天都在充实都在进步中度过吗？在做人、读书和做事上，我们都尽力了吗？我们的父母还能为我们感到骄傲吗？我们是否能扪心自问理直气壮地说：爸爸妈妈，你的孩子很用功！不会给你们丢脸的！你的孩子不会让你们失望的！你的孩子一定会让你们幸福的！

建设家乡报效祖国，话说得很响亮很堂皇，但是绝不是每个

人都有这个机会和资格的。因为他们或许没有这个能力，没有什么技能.....如果有心要为家乡为国家出力，就必须全心全意先为自己出力，全力以赴为自己奋斗，如果连自己都不爱不理，那么家乡和祖国就会懒得爱你懒得理你，我们就将永远被社会所遗忘和抛弃！

我们订的计划和目标总是坚持不了几天；我们总是跟在别人后面，白白消磨大好时光；困一点，累一点，就把今天该做的事推到了明天——所有这些，能说努力了吗？全力以赴了吗？虽然付出未必就有回报，努力和成功不能划等号，但是，不付出就绝不会有回报！不努力就绝不会成功！同学们，不要担心努力后的结果如何，得不到回报，请记住一句话：尽心就是优秀，尽力就是成功！

何必为自己的欠缺、自己的失败而沮丧呢，何必为别人的嘲笑、别人的讽刺而痛苦呢，这些是上天赐给你我的福分，把人生一切不幸的遭遇照单全收！我们感谢上苍所做的一切不合理的安排！感谢社会的残酷！感谢世态的炎凉！感谢人生的痛苦！因为，越磨砺，越光芒！

人生在世，什么都可以没有，但就是不能没有勇气。英雄和伟人最富有的就是勇气，一般人内心有时也会充满激情，但是骨子里却常常缺乏勇气，常常在最关键的时候，在最需要勇气的时候，犹犹豫豫畏畏缩缩，以致错过了有利时机耽误了大好前程。其实，勇气这个东西，不需要花钱买，很多时候，你想它就有。

同学们，俗话说得好：“哀莫大于心死，穷莫大于志穷。”坚定的信念和坚强的意志历来是人们顽强生存，建功立业，战胜一切的精神支柱和力量源泉。

一时的感动容易做到，把激情留住几天也不难，但是，我们要把感动和激情植入心田烙进骨头，化成我们一生向上的信念，才会让它变成永远追求成功的动力！