

最新银行副行长述职述廉报告(模板5篇)

演讲作为人类一种社会实践活动，它必须具备以下几个条件：演讲者、听众、沟通二者的媒介以及时间、环境。那么我们写演讲稿要注意的内容有什么呢？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

开讲啦演讲稿篇一

——情歌王子张信哲在《开讲啦》第141期的励志演讲稿

大家好！我可能是“唱得”比“说得”好听，但是今天要说我就尽量地说。

对于做明星这件事情，我觉得我是完全不可能做明星的，当然有很多的事件也告诉我——“你不适合，你不可能。”比如说进到这个行业的过程，我是被踢了一脚进来的。当李宗盛大哥有一天突然真的约我了，就说想跟你聊聊。这个时候我也是完全空白，”你对于这个音乐圈有多少了解？”我说：“我没有。”“你有什么期望？”我说：“我没有期望。”“你有什么追求？”我说：“我也没有追求。”“那你为什么要来唱歌？”我说：“因为我喜欢音乐啊。”就是这样子几个问题，我就直接被说拜拜了。

其实一开始，所有的状态都不是在我想象和预料当中，也不是在我的期望当中。我一到唱片公司其实第一个想法就是反正我也不可能发片，你们既然签了我，我就找到一个打工的机会，也许真的如果我努力的话，我可以有一天升格变成一个制作人。因为那个时期他们不流行这样子的声音，举个例子：我前期，滚石做的所有的歌手，比如说像赵传、周华健、李宗盛、罗大佑这样子的声音，所以我的声音对于他们来说是一个异类。我唯一初试提升的机会当然就是跟潘越云唱的这首《你是唯一》，可是那时候其实会找到我有几个原因：

第一个就是这张专辑是《阿潘与十个男人》，所以唱片公司已经把所有可以用的男歌手全部推上去了，但是怎么凑都凑不齐十个，所以就给我一个机会来凑第十个。

发了这张单曲之后，那就借着这样的反应，我们来录音。录了新专辑之后唱片公司的企划人员就来了。跟我聊，他发现我是一个跟我讲十句话，我只会回一句的这样子的人。他们直接跟老板抱怨说：“长得这样不知道怎么做啦。”我记得我应该是我们公司唯一被摄影师骂的一个艺人，他是直接摔东西，说他不拍了。所以我第一张专辑的封面其实是什么呢？是当他在无奈、气愤，然后不知道怎么拍的时候，跟宣传人员在发牢骚的时候，我坐在那边发呆，他抓拍了一个照片，那张照片就当封面。更夸张的是他们最后决定：算了，不要拍脸，不要！所以这张专辑的背面就是一张我趴在桌子上，什么都看不到的一张专辑。所以唱片公司真的没有办法推我，然后上不了任何的媒体，他们就用唯一的一个下下策：全部买电台的广告跟播歌。所以我的歌就是这样子，在电台里面开始播，开始让大家先听到我的声音，没想到这个歌就红了！

红了之后，我的时间就不是我的了，我的生命也不是我的了。这张专辑是在3月的时候发的，那我11月要去当兵，所以我等于有半年多一点的时间，唱片公司基本上就把我当“奴隶”使用。我在这几个月的时间里，发了三张唱片，拍了两部电影，拍了两部电视剧。我记得有一次我实在是撑不下去了，我跟我的老板说：“我真的没有办法啦，你可不可以让我休息一天？”他就把我偷偷地抓到一个很小的酒店，让我在酒店里睡一觉，睡了一整天24小时。

在那段时间其实我觉得对我来说是个很大的考验，思考“你到底要做什么？你到底是在干吗？”我觉得那段时间我已经是个小丑，说实在的除了唱歌以外我做的东西都不是我懂的东西。我记得最好笑的是我去拍了一个片子叫《成功岭上》，我那个时候正好脚受伤，所以我根本就是拐着走路的，说“没关系可以，可以拍”他们就让我去演一个脚受伤的士

兵。我说这样也可以，但是我没有剃头。“没关系，让你当班长，班长可以不用剃头。”他们这样说。

尤其是有一件事情让我很想马上退出演艺圈的，就是当我站在舞台上，大家给我很多热情，像刚刚这个样子。但是当我去当兵的时候我就是个乙等兵，我是军肩最低的一个阿兵哥，那我从报到的那一天开始就让我非常地不舒服。因为我一报到就有一部长官的车子来接我了，说有某某长官要找你。长官要找我，是不是有什么大事(要)发生了?我就非常忐忑地去了，结果他找我去干嘛?没干嘛!他们只是看看张信哲长什么样子。当我花了这么多的精神，在这么长的时间录了这么多的唱片，然后做了这么多的事情，结果只是让大家来看热闹。我觉得这个好像不是我当初进到这个圈子想要做的事情，所以我那个时候一直在想，我退伍以后我把合约履行完以后我就不要唱了。

开讲啦演讲稿篇二

各位领导、各位评委、各位同志:晚上好!我演讲的题目是:让青春在奉献中燃烧。我，作为一名在共和国太阳照耀下，成长起来的普通干部，1998年，在为南漳的教育事业奋斗了8个春秋之后，我幸运地来到了县委办公室，这个特殊的工作岗位。不经风雨，长不成大树;不受磨炼，难以炼成钢铁，在办公室这个大熔炉里，使我深深地认识到，青春只有在奉献中才能燃烧。办公室工作是辛苦的。不要说白天有成堆的文字材料;也不要说深夜还在赶印文件和领导讲话;更不要说在放假期间，别人已经休息了，而我们还要工作。大家可曾记得，有多少次，在加了一夜班以后，第二天一早我们又接受了新的任务;大家又可曾记得，有多少次我们在睡梦中被急促的电话铃声叫醒，值班的同志说，又要加班了。辛苦是一种磨炼，辛苦中，我们体验到了人生的真趣;辛苦中，我们锻炼了自己的能力;辛苦中，我们充实了奉献的人生。办公室工作是默默无闻的。当某项工作顺利完成时，人们何曾想到，办公室的同志在其中付出了什么;当某个会议胜利

召开，人们又何曾想到，小到领导座椅的摆放，都需要办公室的同志一一做好；当人们拿到精美的文件和领导讲话稿时，人们又何曾想到，这花费了同志们多少个日夜！办公室的工作就像一只蜡烛，当人们看到耀眼的烛光时，而总是忘记了燃烧自己躯体的蜡烛。正是在这种奉献中，我们的工作才得以完成，我们的事业才得以进步。办公室工作是光荣的。光荣的根源在于，我们时时处处都在为人民服务。我们做每一件事情，都直接或间接地，在为南漳60万人民服务，就连我们接每一个热线电话，我们的每一个呼吸，每一个语气，都联系普通百姓的心。因为我们深深地知道，我们代表着县委的形象，代表着办公室的形象，我们为此而感到无限的光荣。正是寄于这种光荣，我们百倍地努力，忘我地工作；正是寄于这种光荣，我们的同志带病坚持工作；正是寄于这种光荣，我们的同志把名利抛在脑后。办公室工作需要牺牲精神。深夜回家，当我们的同志看见没人照顾的孩子还躺在沙发上熟睡的时候；当为了一篇文稿，我们陪伴着星星和月亮，用呢咕丁燃烧自己思维的时候；当我们值班，由于忙而不能吃饭被饥饿煎烤的时候，我们不能不想很多很多。工作本来也是一种生活，如果一种工作让人失去太多，那么，拥有这种工作的'人就需要一种精神来支撑，这种精神就是：牺牲自己，全心为人。正是寄于这种精神，办公室培育了一批又一批好干部，正是寄于这种精神，办公室的工作才无往而不胜。办公室工作需要学习精神。办公室工作是一座山，我们便是那登山的人，而登山的工具就是学习；办公室工作是一条船，我们就是那划船的人，而学习就是那划船的桨。只有学习才能解决工作中的一切难题，正是在办公室这种学习的磨砺中，我们学会了电脑，掌握了法律、金融、管理、世贸等知识；正是这种学习，我们学会了做事的原则和方法；正是这种学习，我们的精神更加富有，对未来将更加自信。办公室工作需要理解精神。深夜，当我们根据通知的时间要求，必须把电话打到领导家里的时候，我们需要理解；当我们付出百倍的努力把文稿完成，又需要根据新的思想、新的观念重写时，我们需要理解；当我们因为工作被人误解时，我们更需要理解。理解就像一剂可口的调料，可使原本无味的生活变得生

动起来；理解就像一缕缕春风，可使疲倦满脸的同事变得轻松起来；理解就像一位高级美容师，可使略显苍老的同志变得年轻起来。多一些理解，多一点幽默，多一丝微笑吧！这样，我们的工作，将更加高效；我们的生活，将更加精彩。春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干。让我们向所有在办公室辛苦工作的同志致敬吧！谢谢大家。

开讲啦演讲稿篇三

敬爱的老师，亲爱的同学们：

我想说说我心中雷锋是什么。

我心中的雷锋那只不过是一张普通的脸却让无数人敬仰，那只不过是一个弱不禁风的躯体却让无数人感动，那只不过是一个和普通人一样大的心却让无数人自卑。

三月是一个万物复苏的季节，也是一个让人心里苏醒让人劳动的季节。之所以这么说，是因为三月是学雷锋月，让我们从雷锋为人民所奉献的点点滴滴中领悟我们也该为社会奉献点什么。

现在我们的力量很小，不可能像雷锋叔叔一样背老奶奶，但是我们可以背起好好读书，将来报效国家的任务。但年，党把雷锋叔叔分配到哪里，他就在哪里努力做自己的工作。做完工作，他还会去帮助别人做。当晚上别人休息时，他就努力学习。工作之余，他又挤出时间来读书，丰富自己的知识。而我们真的要好好反省自己，现在的生活如此的美妙，不但还不珍惜时间好好读书。。还对着这世界总感到不满。我们应该学习雷锋叔叔的钉子精神，长大后也为国家出一份力，让国家更强大，让世界充满爱。

雷锋，一个中国人熟悉的名字。这么多年过去了，从雷锋生

活的那个年代到现在，社会和人们的生活已经发生了很大的变化，可是有一样没有变，雷锋这个名字及其所代表的高尚精神内涵，始终唱响了时代的最强音。

雷锋代表的精神，大部分是来源于一种爱，爱党、爱祖国、爱人民，也爱自己的亲人。

“对待同志要像春天般温暖，对待工作要像夏天一样火热，对待个人主义要像秋风扫落叶一样……”《雷锋日记》中的这些话，再次让我感受到“春天般的温暖”。在新世纪，我们更需要一种质朴、平凡、高尚、纯洁的灵魂，而这又是每个人都能做到的，我们应该从身边小事做起，做个小雷锋！

其实，我们好好学习也是一种雷锋精神。

雷锋叔叔的精神是永恒的，他那高尚的理想、信念、道德、情操必将在我们青少年一代身上不断发扬光大。他那不可磨灭的美好形象，将永远活在我们的心中。

雷锋叔叔，你是我们中国人民的骄傲，是我们的榜样，你一直激励着我们好好学习，我们一定要向你学习！

自从毛泽东主席向全国人民发出“向雷锋同志学习”的号召后，全国各地涌现出无数学雷锋的先进代表，他们中有的舍身救人，有为保卫集体财产而不怕牺牲，有的身残志坚、刻苦学习……雷锋精神成为我们民族的瑰宝，它激励和鼓舞着亿万炎黄子孙为建设伟大的祖国而辛勤工作。

三月以来，我们学校也掀起了学雷锋的热潮。在这个月的活动中，同学们严格按照有关要求，创新性地开展了学雷锋活动，内容不断丰富、范围不断扩大、形式不断创新。我们创作了学雷锋黑板报，开展了学雷锋主题班会。大家也积极争做活雷锋：当同学有困难的时候，大家伸出援助之手；地上的果皮纸屑，总有人去悄悄地捡起；教室里的喇叭坏了，大家也

争先恐后地去修理；同学感到不舒服，很多同学都跑过去嘘寒问暖……我也尽自己的力量去帮助、关心他人，谁有学习上的困难，我会耐心地为她讲解，谁丢了铅笔橡皮，我会毫不吝啬地借给她……学校里如此，生活中也是如此。给老人让座，扶老人上楼，让老人先上车，我都一一能做到。我也很荣幸地被同学评为小小活雷锋。

三月即将过去，但学习雷锋精神的活动不会从此结束，我们不管在何时何地，都要以雷锋精神为鼓舞，帮助、关心人们，让世界布满无数个“活雷锋”吧！

开讲啦演讲稿篇四

第一个能做的事情，能够预防和预知出生缺陷。这就让我想起来当年我下乡的时候，我14岁就下乡农村，我们湖南湘西的山沟沟里面，有很多的近亲婚配，所以那个地方的出生缺陷相对严重一些。后来我学医以后，我就一直想，能不能把这个出生缺陷控制下去。出生缺陷大多数都是因为基因的缺陷造成的，我如果知道这个基因谱，出生缺陷不就能够控制住了吗？现在从幼儿园拼起，其实应该从妈妈的肚子开始拼起。如果受精卵是好的，怀孕的宝宝是好的，不带有任何出生缺陷，不带有基因的这些疾病，那么这个宝宝就在一个好的起步阶段。所以这些年的努力，我们的技术的进步，现在对出生缺陷的检测，已经到了一个相对经济上可以接受，临床的检测度、准确度比现有的方法，都有了极大提高的一个状态。如果我们把这个项目推广到全国、全世界去，中国不光能够成为控制出生缺陷最好的国家，可能也会成为控制全球出生缺陷领先的国家。

刚才小撒问大家愿不愿意活到一百岁，这就带来了一个很大的问题，物质财富带来的是什么？我就弄不清楚，那一个规则排列的碳（元素），那么值钱吗？而且把它用一个叫“克拉”的

这么一个单位，然后还代表着圣洁，这不整个就是扯吗，对不对？不就是一个规则碳(元素)吗？还有那些金银财宝，金银财宝都叫“盎司”，都是虚拟的一些消费模式，就把大家引导过去了。特别是量化了以后，在银行里面有好多个00000存在那儿，就忘记了自己来到世界上是干什么的。

像我这种低消费的人，我就这一身衣服，当然是两件一样的，经常洗一洗，两天洗一下。在任何正规的场合下，我也不需要换个什么玩意儿去参加英国人传统的晚宴，他们这个燕尾服、那个大袍、领结，我也不需要。

在工业时代，我们所有的产品，包括你们桌子上放的加多宝，所有的这些都叫物质。物质生产出来，它可以被赋予价值，它有价值，它也可以给赋予价格，它就很容易交换。特别可恶的和可笑的是，有的人，先发达的人，做出很多引导性的样子来。名贵的鞋、名贵的衣服，你说那个鞋，那么高的跟，你穿着舒服吗？戴着那什么金银财宝，你说你重不重啊？你看我啥都没有，当然眼镜戴着，刚才主要要看我写的什么东西。所以像这样的东西，就是因为他们走在前面了，他们制造出一个一个的消费热点，一个一个的虚拟的消耗的模式，一个一个奢华的、满足人类莫名其妙虚荣心的这种奢华的心理状态。

非常可惜的是生命科学滞后，我们的健康、我们的生命都没有被它价值化。特别是健康，没有给它分开，没有把它一截一截的怎么算。

没有什么比生命更重要，没有什么量化的东西可以和生命去比。生命的价值是由健康来承载的，健康的根本是基因起到一个根本的作用。我生在这个世界上，我满足了我的衣食住行，我就要掌控我的生老病死，不光有一个健康幸福的生活，更应该利用这一段时间为人类社会的发展、为未来留下一点什么。

那些虚拟的东西，那些奢华的东西，我来“忽悠”你们，我来“传销”你们，远离它们吧。

我最恨的两个字叫养老，我都60多了，你看我要养吗？谁养谁啊！

我们要不要让中国的每一个老同志，能够老有所为、老而精彩？今天对你们讲比较遥远，如果你们的父母亲、你们的爷爷奶奶、姥姥姥爷，现在一点都不烦你们，你看到他跟你一样健康，他也可以一块儿跟你上球场，他也可以一块儿跟你高山速降，他也一块儿可以登珠峰，你想想那时候人类社会会是一个什么样子？你是不是觉得很爽？如果我们年轻的姑娘们，这个皮肤叫颜值，能够长期地保持不变；我们的小伙子的肌肉力量，随便可以做50、100个俯卧撑，就像我现在随便做，你们估计没几个人做得过我。

上个礼拜我还见了一位91岁的老人，就是巴菲特的那个合作伙伴，在四万人的运动场里面，6个小时没动回答50个问题，然后坐下来跟中国代表团又谈了半个小时，晚上吃饭的时候，又跟我们谈了两个小时，他91岁了依然在运作将近1000亿美金的一个投资公司。所以这些人都依然在做工作，在做贡献。

所谓一到“养”，那就变成社会负担了，叫作等着饭、等着睡觉、等着死。那你活在这个世界上是有什么用？人生应该怎么样来选择？生命是多么的重要。

说起来大家都知道人命关天，但是一到工作和学习上，我现在还活着，我就不管它关不关天了。我这个年龄，小时候的同班同学四十多个人，已经有十几个人离开人世了，所以说是一个非常悲惨的事情。

如果我们用基因科技，把出生缺陷拉到全世界最低，也让全世界人民共享这一科学进步带来的福祉，让中国的心脑血管发病率最少，让中国的癌症发病率最少，有了这些疾病的人，

能尽快地恢复过来，我们都能健康地活到一百岁。

因为当时做一个检测很贵，好几百块钱，那个时候大家的工资一个月才一百来块钱，没人做得起这个，我当时做这个研究的，我做了一下。42份中间有37份阳性，换句话说，他怀疑的那42个人中间，37个已经感染上了艾滋病。我就把那个结果拍下来，有一次艾滋病的学术讨论会，我就在会上讲了这个数据。讲着讲着，那个幻灯机停电了，为什么停电了呢？不让我讲，说我没有资格来讲这个数据。后来我也就没讲了，我也就没再说这个事情了。一两年以后，艾滋病在中国变成一个爆发性的发展，到了1995、1996年，(对)国家变成一个非常重要的事情。好多年以后，我想起这个事情来就是我心中之痛。如果那个时候，有这么一个平台，大声地去讲这个事情，我们国家的艾滋病可能就一直在几万人、十万人以内了，不像后来迅速地发展到好几十万。国家每年要花几十个亿，来做艾滋病的防治工作。而那个时候，如果我作为一个这样的工作者，讲真话、讲实话，大声地讲，高声地呼吁，可能我们国家的艾滋病防治，还是在世界上的最前列，艾滋病的发病率要低得多得多。

所以后来到了sars期间，我们知道sars是一个非常严重的疾病，用了三十几个小时就把sars病毒的基因给解译了，用了72个小时把诊断数据就做出来了。这就是一个病毒啊，就是一个外来基因啊，这个基因在我们手里，它能跑得掉吗？它跑不掉的！

所以这两件事情让我深有感触，这个基因科技是可以预防这些疾病的。去年的埃博拉，把我们的实验室建在了塞拉利昂，基因科技在这个领域是可以大有作为的，在传染病这一块儿。

还有很多，大家可以经常看见红十字会为了给孩子们、白血病病人配骨髓移植非常地困难。其实你要有一个基因数据库在那儿，一秒钟就配完了。不像现在我们配要好几个月，要花好几万块钱。我们几百块钱就做了，可能今年下半年，明

年做可能几十块钱就做了，这些问题都能够解决。

肿瘤的病人。那得了肿瘤怎么办呢？什么叫精准医学？你那个肿瘤，我不管你从哪儿来的，你肿瘤的标志物在不在？肿瘤的标志物是什么？先给你确定了，那个效果就会好得多。那么感谢政府上个月给了我们许可，我们用这样的方法已经使得几十个病人，在没有办法治疗，已经到了肿瘤晚期，医院告诉他你回家吧的时候，我们用这个靶向治疗的这种模式，现在把肿瘤抑制住了。

如果我们能够控制出生缺陷，跳那个千手观音的那些孩子都是90%是一针致聋的，带有基因缺陷的。这些孩子是不应该再变成聋哑人的，我们完全是能做得到。我当时跟天津市领导说，如果天津的聋哑学校，五到十年以后关不了一半，你就把我关起来。

我建议你们来思考健康的价值、愉快的价值、生命的价值。从一个追赶的(gdp第)二的国家，变成真正引领世界、造福人类的国家。我们作为一个国家的公民，我们不光在国家的发展中得到了我们需要的东西，我们更因为自己的贡献，推动了国家的发展，推动了人类进步，这是我们最应该做的事情。

我活了60岁了是一半，我还有下一半，我在下半场等着你们，谢谢大家。

开讲啦演讲稿篇五

是啊，谁不是提起家乡就会有说不完的话；谁不是提起家乡就会充满着感怀；谁不是提起家乡就会心情澎湃。

谁不思家乡亲！谁不言家乡美！谁不赞家乡好！

在我小的时候，我倚在妈妈的怀抱中注视着世界，我还完全

不知道“家乡”是什么意思，我仅仅是喜欢跟着大人们去赶集，仅仅是喜欢和伙伴们在田间山头嬉戏，仅仅是喜欢自己的家。春天，在桃花烂漫中寻找蝴蝶；夏天，在袁河之水中去追逐清凉；秋天，在浩淼太湖之下去寻觅湖藕；冬天，捧起那一碗热辣辣的小猪肉……在我小的时候，我心中的罗坊，美味、甘甜、宁静。

慢慢的，我终于长大了，我终于系上了我一直羡慕的红领巾，老师郑重的对我说：从今天起，你就是个少先队员！我望着老师，那个时候的我还完全不能理解老师的郑重……直到后来，我终于去了《罗坊会议旧址纪念馆》。我才突然明白，原来，美味、甘甜、宁静都是用英雄的鲜血换来；原来，红领巾才会红的那么鲜艳；原来，我的家乡有着如此光荣的革命传统。这个时候在我心中的罗坊，是那么的伟岸、那么的挺拔，他在我心中就是那铮铮铁骨的汉子！

仿佛突然间我就读初中了，在我用我的脚步从初一丈量到初三时，我总莫名其妙的感觉我的时间和空间都在飞速变化，我有时甚至都怀疑我产生了错觉，我开始觉得整个世界都在伸展，正在不断伸展出那无穷的充满力量的枝桠。那个铮铮铁骨的汉子，正迈开他那坚实的步伐，扯着我迎着潮流飞速前行。曾经很少出现的高楼开始林立，新农村建设大举开展，中心镇工作如火如荼；一条条水泥道路、一座座坚实桥梁、一排排挺拔绿树，仿佛血管，将罗坊的各个角落进行联通；联合收割机、公园广场、集中精英力量办学，三个完全不搭架的东西跳进了我的脑海；创新、发展、和谐，我觉得我已经找不到更多的词来形容这些带给我冲击力的变化，在我的心中，只剩下一个声音在不断的呐喊：夸父逐日！我的家乡，你就是我心中的夸父！

我爱你，我的家乡。

在你的养育下，我已茁壮成长。

我爱你，罗坊。

在你的呵护下，我将点燃希望，放飞梦想。

开讲啦演讲稿篇六

很高兴能在这儿跟这么多年轻的朋友在一起，那这事儿本身其实是难为我，一般地说在拍电影的时候总是要给把椅子的，今天看样子是大家坐着我站着。也好，有利于身体健康！这个见到这么多年轻的朋友高兴，而且我想到在电视机前头，也还有很多的年轻的朋友。所以我今天站在这儿我就想，我不能说大话、空话，更不能说假话。今天想说的无非是，我自己切切实实的一点生活体验，你们若是认为我说了大话、空话、假话，立即制止我。谢谢大家。

刚才撒贝宁谈到我7月上演的电影叫《道士下山》，人家问我说是什么启发了你让你拍这么一个故事，我说《道士下山》里边王宝强演的这个道士是在寺庙里长大的，对山下的世界一无所知。跟我十六七岁的时候一样，一脚踏入红尘见了各种各样奇怪的人奇怪的事儿，找不找自己。这个情形我就想，非常像今天的年轻人，今天的年轻人走出校门和我们当年所遇到的情况其实是一样的。虽然我上过电影学院，算是大学本科，但我一直自嘲说我的真正文化水平不过是初中一年级而已，跟你们是不能比的。

我先说我自己，我是出生长大在北京的，家里算是一个知识分子家庭吧。我父亲也是一个电影导演，那个时候北京没有雾霾，说晒蓝天不用你晒，天天都是蓝天，阳光灿烂，所以对我而言童年的回忆特别明媚。可是突然之间，我才上了北京四中没多长时间，一年，就有一个事发生了，那就是文化大革命。这文化大革命一下子把所有人的生活都改变了，包括我本人在内。我16、7岁，就去了云南，当了知青。我临走之前，我父亲给我买了十管巨型牙膏，大概有这么大，一

个人用的话省省可以用一年，给我买了十管，这个其意自明——就是我回不来了。看了这十管牙膏我一惊，难道我的人生就这么被决定了吗？这时候我父亲殷殷关切又给了我一箱子书《史记》啊什么的。不好意思，其实基本都让我后来卷烟给抽了。

我当时是在云南生产建设兵团，我做什么工作呢，一望无际的原始森林，我们到达的那天晚上是很奇幻的，为什么这么说呢，凡经过之处全是萤火虫，美的不得了，心里也很高兴说“到了一个好地方”。第二天早晨看见的时候面貌完全改观，发给我们的是一把砍刀，我们所做的工作就是在原始森林里把这些树砍倒，等晒干了以后放一把火全部烧掉然后再去种橡胶树。我得跟大家坦白，就是我这双手沾满了大树的鲜血，今天我心里边还感到非常的惭愧，那时候我所在的地方今天大家说起来是一个好地方——西双版纳景洪县，但是那个时候是一个非常封闭的地方，生活非常非常的艰苦，更主要的是心情苦闷，找不着出路，回不了家，后来我就想我把树都砍倒了，换来的是两手血泡，我看着手上的血泡我就告诉我自己，我明白了什么是生活——生活原来是用鲜花做了补丁补好了的一件破衣服。我就干完活休息的时候坐在原始森林的大树下边看天看地看树看云，看着看着眼泪就下来了，非常脆弱。可是就是在这种时候我觉得我慢慢地长大了。

过了挺长的时间终于有机会当了兵，为什么？因为我个儿还算高，会打篮球，再后来我终于有机会回到了北京，在工厂做了三年的工人。再后来是文化大革命结束了，但是并不是所有的人，我们这个时代的人都像我这样幸运。我还记得我的一些朋友、同学长时间的留在了边疆，和当地的人结婚，还有另外一些虽然是少数，在山花烂漫的田野中间化作泥土，因为他们在各种各样的劳作中间死了。被树压倒的，被火烧着的，17、8岁的年轻生命就在这个上山下乡运动中间消失了。还有很多人依次回到了大城市，北京、上海还有很多其他的城市，可是花了很长的时间都找不到在这个社会中间的位置，这就是我们这一代人的故事。

十年的漂泊对我来说，是我人生中最艰难的十年，因为我太小了，可是又是我生活中最为浪漫和幸福的十年。为什么这么说呢，是因为我有无穷的精力也很年轻，然后我隐隐约约我觉得有一个希望在头顶不远处一直指引着我。我在这十年里头学会了一件事，就是你不管遇到多大难处你要咬紧牙关，你不能抱怨，你还这世界一张笑脸，即使它对你不公，那也是你给你自己的礼物。

微笑，学会笑可能可以改变你的命运。我给大家举个小例子，我考电影学院的时候初试被淘汰了，为什么呢，因为有一位教授问了我一个问题说：“什么是电影的节奏？”这是一个要做很多年学问才能回答的理论问题，我很少少年气盛，于是我就开始滔滔不绝，滔滔不绝不过十几分钟之后我就收到了不录取书，是因为后来增加了招生的名额我才有机会进入复试，我又见到了我尊敬的这位教授，我是笑着跟他说的，我说：“老师，倘若我当时告诉你我正是因为不懂，我无法回答你的问题我才要来电影学院学习，是不是这样你就不会淘汰我了？”记着我是笑着问的，老师看着我也笑了，我才有机会复试，考上了北京电影学院的导演系。我记得是3000多人争夺28个位置，我很荣幸我是其中的胜出者。这时候我相信，你在那个很困难的时候所培育和磨炼出来的微笑的能力，是可以改变你的命运的。

我确实看到在座的所有的人都很年轻，实际上80后、90后是中国社会一个非常特殊的群体，因为计划生育。你们应该绝大多数人都是独生子女，独生子女在中国传统文化哺育之下的家庭关联是至高无上的，你们得到大大的恩宠，但同时你们又在应试教育的这个压力之下，要去面对极其激烈的竞争，我都感觉到你们中间的很多人可能都没机会好好享受你们的童年。开灯、关灯之间都是在做功课，不像我们小时候知道什么叫上房揭瓦，怎么爬树、怎么打架，在中国发生巨大改变的年代里头，你们可能面对的所有的东西都是物化的、现实的、实际的。所以我就觉得也许你们是难以浪漫的一代，我特别希望咱们聊聊，能够使你们更加相信自己。

我刚才提到《道士下山》这个电影，王宝强演的道士，孤儿，从小在道观里长大，一脚踏进红尘遇到的第一个问题就是物质问题，没饭吃。等有饭吃了以后新的问题来了，就是他看到的这个世界和他想象的世界不是同一个事儿，究竟应该去适应这个世界，还是去对抗这个世界，没有人能告诉他。所有的事情都得靠你们自己去实践和领悟，像这个小道士一样最终学会了八个字叫“不嗔不恨不离不弃”。不离不弃什么呢？就是不离不弃你们自己，一直的相信你们自己。我自己有感觉就是，其实我们在社会中立身，在很大程度上要依赖我们所生活的时代，你生活在什么时代你才有什么样的作为。也有很多朋友跟我说，说陈凯歌您再拍另外一个《霸王别姬》，我说不瞒你说我真拍不了了，为什么？我不觉得我不能拍了，我是觉得时代不再给我这个条件，时代的力量非常之大，你几乎不是时代的对手。那是不是就意味着我们几乎不是时代的对手，那是不是就意味着我们在时代面前除了顺应之外，没有别的选择？其实我们小时候所受的教育，很多的都是关于疑问的教育，那当时我，如果不是有这样的时代风气我就拍不了我的第一部电影《黄土地》。我如果没有众多的前辈，对我的扶持和帮助，所谓第五代导演没办法开启一个新的艺术运动。我们既要顺应，又要疑问，所有的进步都是从疑问开始的。

我是这样一个人，我希望我每一部电影我都能够当成第一部电影来拍，谦虚谨慎，向年轻人学习，向观众学习。同时内心又要骄傲，骄傲不是自傲，骄傲的含义是“骄傲可以推得动自己，向较为理想的方向推动。骄傲是可以对自己有要求，骄傲可以不看轻自己”。我说的是轻重的轻。鲁迅说：“一国有骄傲的国民，真是一国的幸福。”我拿这句话和在座的所有的年轻朋友共勉，做一个骄傲的人，做骄傲的事情！

谢谢大家！

开讲啦演讲稿篇七

结果我还是一来就哭了，我本来真的认为刚刚眼泪可以先流干净，我真的想要让你们笑，但是我其实自己讲到还是忍不住哭。

我先从我的小时候讲起好了，我是一个小公主，也是一个品学兼优的小公主，我的爸妈非常地宠爱我，所以我是集万千宠爱于一身，真的就是小公主。你们一定没有办法想象，我有多胆小，我很怕虫，各种虫我都怕，我很怕黑，我很怕鬼，最重要的是我非常怕痛。

到了瑞金医院之后，我进了急诊室，医生就把我的头发，还有衣服剪掉，然后我就被送进加护病房。我知道我爸爸、阿中、还有同事已经赶到了上海，所以我知道他们就在病房外面，我非常想见到他们。我甚至还跟医生讲，我现在想起来好好笑，我跟医生说：“医生，我好了，让我去普通病房。”因为我知道我进了普通病房，我就可以见到他们了，但是我在那四十八小时之内，没有办法见到他们。我觉得很孤单，因为很痛，痛到我完全无法入睡，我只能一直看着窗外，一直祈祷时间过快一点。

是可以听到爸爸的声音。

我还记得爸爸就坐在病房角落的左边，那边有一张椅子。然后只要我醒来了，他就会说：“萱萱，没事，爸爸在这里，没事没事。”就是用着他那个非常坚强、坚定、很雄厚的声音。所以我即使在昏沉的时候，我都听得到。那个是让我觉得可以抓住的力量，让我觉得我还活着的声音。

有时候我会做噩梦，我常常会梦到受伤的那个瞬间。我在惊醒的时候，就会放声大哭。我爸爸就在旁边安慰我，不断不断地安慰我、拥抱我。而那个时候，因为我觉得很痛，我觉得吗啡没用，一直想要按吗啡，但是医生其实不允许，因为

他担心我用药过度。所以我爸爸会不断地阻止我按，然后等到我真的痛得受不了了，他就会亲手帮我按一下我的吗啡，然后我就昏睡了。

在那段期间因为我需要大量的蛋白质跟维他命，可是其实那时候痛的感觉都已经占据我的全身了，我根本就食不下咽。爸爸他就会亲手把肉切成一小块一小块，一口一口喂我吃。

有一天，我看着他切水果的背影，突然我觉得他瘦了，他瘦了一大圈。而且爸爸，他一向像军人一样很挺的背，在那秒钟也驼了。因为那个时候我的爷爷已经住院一年多了，爷爷那边不时地发出病危通知，所以爸爸是我这边、爷爷那边，两间医院两边跑。有一天我记得他边切水果边很淡淡地说：“爷爷可能差不多就这一两天了。”然后他就继续切水果，然后我就觉得很心痛，因为我想到，他爱他爸爸就跟我爱我爸爸一样，可是他的爸爸可能就这一两天了，所以我就很难过。

爸爸每天离开病房的时候都会帮我祷告，然后他那天在带领我祷告的时候，我就痛哭。因为我跟爸爸说：“你们都帮我祷告，那谁帮你祷告？”然后爸爸就说：“你爸我行的，别担心。”他真的非常坚强，而且他说到做到。

出院之后，我爸爸的坚强还一直陪伴着我。像我手部手背因为有伤，所以我需要做的复健，就是一节一节地弯我的指节，弯下去到可以握拳之后，我再用绷带把它缠起来固定住，维持五到十分钟。最困难的功课，就是我的双腿环状全毁，所以我的膝关节跟我的踝关节都需要复健。我要蹲下，跪下，当我没有办法这样做的时候，我可能是趴着，让同事帮我腿往身体压。

疤痕它是会不断增生的，所以为了抑制它的增生，我必须穿着有一点点压力的紧度的衣服，甚至有一段时间我还戴了像蜘蛛侠一样的面罩。但是我在做复健的时候，它反而容易

摩擦到，很容易因为做复健就起了水疱，就有伤口。甚至我曾经亲眼看到，我在要蹲下来的时候，从我的膝盖喷出血，就直接裂开了。

还有一个是我最不能适应的，就是我身体会不自主地抽痛，那个感觉就很像是突然有人用电击棒电你。

所以那个时候，我开始变得很沮丧、很负面，有一次我在公司复健，我耍赖了，我一直说我不想做复健，我不想做复健，然后就跟同事们聊天。我爸爸那时候就对我说：“你可以，你可以。”然后我就尖叫，我真的是用尖叫的，我说：“我不要做复健，我不想做复健。”我爸爸就真的就像军人一样地大喊说：“你，任家萱是我的女儿，所以你一定可以！”然后他逼着我跟他一起喊，说：“我任家萱，我做得到！我任家萱，我做得到！”我那个时候喊到后来，已经泣不成声了，然后我看见爸爸擦着他眼角的泪水。

虽然他这样子鼓励着我，还是没有办法阻止，我掉进了很愤怒很怨恨的深渊。我怨恨我身边每一个人，我怨恨我身边每一个没有阻止我去拍戏的人，我特别怨恨的也是我最爱的人，就是我爸爸，我甚至没有办法面对他。

hebe跟我说，她说：“我们都没有一百分的父母，可是生养育之恩，我们千万不能忘。”她就是淡淡地跟我讲了这句话，我就决定，好，我不要再逃避这个问题了。

（感恩。）

就是“感恩”这两个字，让我觉得非常刺耳。我有什么好感恩的？我一点都不感恩。所以我那时候就是当着他的面，简直就是控诉，一直控诉他、指责他，然后他什么都没有说，也没有骂我，就是一直点头，最后的时候就说：“我知道了。”我现在想起来觉得我很不孝，我觉得那时候的我，仗着他的坚强，欺负了他的坚强。

后来当我渐渐康复了之后，我才了解到，其实我的爸爸，他的心里面比谁都痛，他比谁都不甘，可是他一定要当我的前锋，他一定要很坚强，一定要很宽容。他要告诉我，我一定要放下，要勇敢。他自己不让自己倒下，所以我没有任何理由放弃，真的很谢谢爸爸。

坐着。甚至我还做了一件，我受伤以前想都没想到的事情，就是我跑了十公里，我参加十公里的马拉松。你看，我真得很爱哭，跑完也要哭。你看我爸爸，我有说过他犯规，他竟然在中间给我惊喜，然后我看到他的时候，就又痛哭。这是我受伤前，没有想过自己可以完成的事情。然后有一次我在工作的时候，拍照的时候，合作很久的摄影师跟我说“selina回来了。”然后那天我也好兴奋。

我觉得这段过程我学到了很多，也想跟大家分享，我希望你们不用经历这些，就可以学会我学会的。我很珍惜生命，很享受当下，我把握每一个跟我家人、我同事、我姐妹、我老公、我的小狗，我把握每一个跟他们相处的时刻，我觉得我好幸福好开心。

（好。）

最后呢，我要特别地说，我要说一声谢谢。因为我知道，在我受伤那段期间，我让很多人担心了。而且不止是我的歌迷朋友，很多来自四面八方的，我认识的不认识的人，你们都给我好多好多的祝福。我相信吸引力法则，我深信是因为你们让我走过鬼门关，让我可以逃过死劫，让我可以走到现在，所以我要非常真心地对你们说声“谢谢”。

开讲啦演讲稿篇八

大家好。

最美好的未来，一定是要经历很漫长的等待；一定要经过刻

苦的努力。我们想要什么样的生活；我们想要怎样的未来，便要朝着那个方向不断地努力。我知道有时候，有些事情很难理解；有些困难很难解决。但是，不要放弃我们的初衷、我们的梦想。因为，有些东西一旦放下了，便找不回来了。我想象着未来有多么美好。我的人生将是如何的完美。而这些美好与完美是需要时间来慢慢酝酿的。有时我们可能会很失落，觉得自己一无是处、很没用；觉得自己与这个世界格格不入。我们一遍一遍地审视着自己，看到为了自己想要的未来努力的样子。还看到了自己狼狈的样子。时常在想未来对于我们是什么，是它让我们迷茫；让我们暴躁；让我们悲伤。可是也是它让我们心存美好的憧憬，一步一步的走向未来。就算漫长，就算等待，也要坚持。那么，我们的未来将会无比的美好。

我们在等到未来之前，当然会遇到糟糕的事情；遇到糟糕的人；看到糟糕的自己。但是，哪怕天地轮转，沧海变桑田。我们的未来就在我们的脚下。我相信，只要我们有梦想，超着自己的梦想不断地努力、勇敢地前进，我们美好的未来一定会无比的灿烂。当我们惊慌无助的时候；当我们无奈的时候；甚至当我们悲伤难过的时候，我们总会想找一个知己来安慰自己。即使没有人来安慰我们，而且只剩下了我们自己，我们也可以说，除了自己、我们还有未来。美好的'未来需要奋斗，而且往往都需要很长的等待。但是，即使天荒地老，只要我们勿忘初心、相信自己的未来，怀揣梦想、努力去奋斗并实现自己的梦想，那自己的未来必定会按照我们想象的面貌，成为现实。有了梦想，我们的心便长了翅膀；有了行动，我们的梦想将不再遥远。如果没有梦想，懒惰便会生根发芽；如果没有行动，堕落就会茁壮成长。时间越长，根就扎得越深。到时候想站起来，也是一件非常困难的事。

做为销售，我们每天都会遭到不同程度的打击和挫折，甚至有不忍再做下去的冲动，但这个时候大家要想想自己的未来。如果你因受不了拒绝而离开了这份工作，那么你的挫败感就会越积越多，你在其它地方就更不会做好，因为你已经失去

了成功的信心。如果你用自己掌握的知识化解了这次拒绝，那么它只会增加你的信心、增加你的成就感。你以后无论走到那里，失败也不会跟随着你，只有成功常伴你左右。你的人生、你的未来，将会充满灿烂的阳光。

谢谢大家的聆听。