

微笑着面对生活的演讲稿(实用7篇)

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。那么演讲稿怎么写才恰当呢？下面小编给大家带来关于学习演讲稿模板范文，希望会对大家的工作与学习有所帮助。

微笑着面对生活的演讲稿篇一

我们在这个多姿多彩的世界里生活，经历过快乐，也有过悲伤，在失败中体会到了人世间的酸甜苦辣，在成功里找到让自己继续前进的自信心。现实的社会里，微笑是人间最真实的语言，失败的时候给自己一个微笑，让自己更深入的了解自己，在这次的失败看到自己的不足，在下次避免走上次同样的弯路，这样似乎每一次失败在生活中都起了重要的角色，现在失败得越多，以后所遭遇到的失败就越少。最后我们走上的一是条已经经历过风霜磨练，平坦无阻的大道。

泰国商人施利华，是商场上拥有亿万资产的风云人物。1997年的一次金融危机使他破产了，面对失败，他只说了一句：“好哇！又可以从头再来了！”生活，也应该如此，在每一次失败中微笑，给予自己继续前进的自信心，把失败看作是成功的垫脚石，学会拥抱成功，走向成功。在平凡无奇的生活中，我们遇到了挫折，当我们望一望身边的人，也许我们就会感到心中的一点欣慰。在我们身边总不缺少一些佼佼者，他们是成功的代表者，但谁又知道他们生活背后又是遭到了多少挫折和失败呢？失败固然可怕，但是没有接受失败的能力就更加可怕了。

一个人没有接受失败的能力，只看到了成功的一面，这样在每一次失败中就会降低自信心，没有好好认识失败对自己的

意义，把失败看做自己的敌人，执意己见，最终失去了锻炼自己的机会，成了一个迷途的人。向自己树立一个目标，朝着目标勇往直前，在刻苦认真中无暇顾及身边的风雨，最终达到目的，我们最后会为这自己付出而得来的喜悦微微的一笑。“啊，这件事太难了，以我的能力肯定不能做到的，啊那件事也是，我还是挑一些小的来做吧。”这种想法在身边随处可见，但我们却没有在每一个成功的人士口中听到一个难字。

在媒体发达的当代，当有一个成功人士面对重大困难时，媒体总是加以炒作，这件事就成了众所周知的话题，然而每一位成功者都只是微笑着回答这些不知道将要怎样将他们的事情颠覆的记者。他们都把他们自己的事放在最后，用微笑去迎接世界。《战争与和平》的作者托尔斯泰大学时因成绩太差而被退学，老师认为他既没读书的头脑，又缺乏学习意愿。发表《进化论》的达尔文当年决定放弃行医时，遭到父亲的斥责：“你放着正经事不干，整天只管打猎、捉狗捉耗子的。”

另外，达尔文在自传上透露：“小时候，所有的老师和长辈都认为我资质平庸，和聪明是沾不上边的。”爱因斯坦4岁才会说话，7岁才会认字，老师给他的评语是：“反应迟钝，不合群，满脑袋不切实际的幻想。”他曾遭到退学的命运，在申请苏黎士技术学院时也被拒绝。这些为人类做出贡献的伟大的科学家，从小资质就没有其他人高，平庸的资质让他们在生活中注定要遭到更多的失败，以至于他们在无数失败中成长，在无数失败中纠正错误，最终都走向了成功。所以，每一次失败都成了一笔巨大的财富，我们应该珍惜每一次失败，用微笑去珍惜它，认真面对它，细心的体验它，这样，我们最终就会走向成功。

现在，我们可以很自豪向生活发出这从容的微笑了。

微笑着面对生活的演讲稿篇二

微笑，一种言语之外的美好；微笑，一种平淡而让人感动的幸福；微笑，像一缕春风吹过泛绿的草甸。

微笑，编织了爱的美妙，洒落早每一个角落，超出了权势，金钱，国界和美丑。小的温暖，不要刻意去感受，最真诚的微笑，每个人的心底，都会感受到。交换一个微笑，使大家懂得了拥抱世界的没好，懂得了希望无处不在。

在生活中，微笑也是必需的。

每个早晨，对自己微笑，对爱你的人微笑，对你爱的人微笑，就会觉得自己充满着朝气，做事更有劲儿，这样的人生才有意义；这样的生命才值得努力去奋斗！

微笑不一定要开心的时候。尝试用微笑去面对每一个挫折，尝试用微笑去迎接每一个挑战。这样，人生才会更多姿多彩。一个微笑能唤醒所有低头的细胞，一个微笑更可以点燃生命中的曙光！

把那哭丧的脸从自己生活中抹去…人生是那么无常，紧握在你手里的风筝也可能会断线飞去…不要灰心，不要哭泣，也许你很快就能拉起另一个风筝，再次在空中翱翔，这一切都会实现，只要你放得开伤心悲痛，站起来对它挥手微笑！

人生大部分时候都在等待。在等待开往下个站的巴士，在等待属于自己的天空，在等待机会、曙光……何不在等待的当儿，微一微笑，下一站也许会更精彩！让过去随风飘走，让微笑承担你的悲痛，这样生命会是美好的！

微笑，更可以推动他人前进的决心。微微笑吧！让所有人已落泪的细胞再度活起来，继续歌颂生存下来的每一秒钟！

让我们保持微笑…给自己多点依靠，我们须保持微笑，为寒冷的心批上外套，继续走下去。直到走到路的尽头，也要微笑着闭上双眼！

微笑着面对生活的演讲稿篇三

敬爱的老师，亲爱的`同学们：

你们好！今天我演讲的题目是，《以微笑面对生活》。

人生的道路并不总是平坦的，生活也并不总是和谐美好、一帆风顺的，难免会遇到挫折和打击。而在挫折和打击面前，仍能用微笑面对，那就造就了你的成功。

雨果曾经说过：“比海宽阔的是天空，比天空还要宽阔的是人的胸怀。”不错，用微笑面对生活，是一种宽广的胸怀，是一种乐观的心态，是成功的基石。

古今的成功人士，总是用微笑面对生活的。比如霍金，当代足以与爱因斯坦相提并论的大物理学家。但在他那举世瞩目的成就背后却隐藏着鲜为人知的难以想象的痛苦与艰辛。当他年纪轻轻正有作为之时，却被诊断出患有进行性肌萎缩，全身骨骼肌麻痹，不能写字、不能说话、不能走路、行动不便，只能在轮椅上生活。这对他是一个多么大的打击呀！但是他并没有悲观，并没有绝望。他微笑着面对生活，面对困难。他将自己的全部精力奉献于科学事业，终于做出伟大的成就。

再如，身残志坚的奥斯特洛夫斯基，他高位截瘫，连生活都不能自理。在这样的困难面前，他抱着一个乐观、积极的心态，怀着极大的毅力，写下了《钢铁是怎样炼成的》这本名著。他靠自己乐观的心态、惊人的毅力，爬上了文学的巅峰。

也许我们并不是伟人，我们只是凡人；也许我们不能成为伟人，不会做出惊天动地的壮举。但我们平凡的生活中也会出现大大小小的挫折，也会遇到多多少少的坎坷，我们能悲观的去面对吗？我们能自暴自弃浪费青春虚度年华吗？我相信，我们每个人都会坚强的面对，都会微笑面对，都会尽力让我们的人生活得更加精彩。让我们以伟人为榜样，用微笑去面对生活吧！用乐观的心态和坚强的意志去改变自己的命运吧！5月8日是世界微笑日，不管生活中遇到什么挫折困难，都要记得微笑哦，每一天都当做是微笑日，以微笑面对生活，相信一切都会是美好的。

微笑虽然只是一个表情，但是它可以让人身心愉悦、心情舒畅，俗话说“笑一笑，十年少”，微笑是一抹阳光，爱笑的人运气总是不会差，希望同学们要每天微笑，微笑面对每一天，微笑面对生活。

微笑着面对生活的演讲稿篇四

各位老师，各位同学：

大家好！

如果生活是无情的战场，那么微笑就是一面旗帜，指引着勇士们冲锋陷阵，英勇向前。

如果生活是一杯浓郁苦涩的咖啡，那么微笑就是一块糖，它的融合使生活中到处都潜伏着失败与苦难。这咖啡变化更加清醇可口。

别以为贝多芬活得精彩，五指间流动的交响乐曾迷醉了一代又一代人；别以为阿炳美满幸福，两根琴弦奏出的“二泉映月”传唱至今。两位大师一个失聪，一个失明，曾经痛苦地生活在无声无光的世界！可是他们始终乐观豁达，笑对生活，在漫漫的人生道路上找到了属于自己的坐标。

是啊，若是没有海浪与礁石的猛烈撞击，哪有美丽的浪花开放？若是没有铁锤与铁钻的急剧敲打，哪有璀璨的火星迸溅？若是没有笑对生活的勇气，哪来生命的光辉时刻？“不经一番寒彻骨，怎得梅花扑鼻香”？在生活的道路上，只有那些不是风吹雨打，扬帆前进，始终面带微笑的人，才能感受生活的磅礴气势，才能看到前途的壮丽风光。

只有善于微笑着面对生活，生活才会对你微笑。

我相信，爱迪生在发明过程中也曾把这微笑化为动力，奋斗不息，我相信，海伦·凯勒在命运的捉弄下，也曾以这微笑作为武器，战胜了自卑。

面带微笑，即便是在泥泞的小道上艰难跋涉，精神也始终乐观；

面带微笑，即使是在凄风苦雨中抗争，心中也永远充满阳光；

面带微笑，即使是一千次失败，也阻挡不了我们一千零一次奋起！

看见那微微翘起的嘴角了吗？看见嘴角那浑圆的酒窝了吗？哪便是微笑。

微笑着面对生活的演讲稿篇五

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！

微笑着面对生活的演讲稿篇六

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

有人说：“生容易，活容易，生活不容易！”而在此，还有“微笑”这一限定语，则更是难上加难。它虽没有阳光的闪耀，没有春风的和煦，没有鲜花的斑斓，但却需要慢慢地正能量去播种。

微笑是一种标志，更是一种态度。

前几天，下楼回家的途中看见胡诚有节奏的蹦跶着，颇有自娱自乐的味道，便逗趣的说：“你很喜欢腾呀！”他从容的答道：“这叫微笑着面对生活，你不懂了吧！”我在心里嘀咕“倒是挺会活学活用，实在不懂，你并没有微笑啊！”事后再仔细一琢磨，不禁摇头感慨。

“微笑”不只是一种外在的表现，更是一种内在的达观才对。虽然他说这话时有点儿“投机取巧”的味道，但我相信，他确实是深有感触后的自然流露。

开心是一天，不开心也是一天，何不不开心的过每一天？现实生活中总有这样一群让人难以理解的人：成绩不好还天天自得其乐，长得对不起大众还出来吓人，说不清楚话还总喜欢在人前显摆……我们常常被这种过于阳光的心态所折服，即使忍无可忍，也只是嗔怪他是“男神”或“女神”再加上一个“精”字！他们不易受外界环境的干扰，尽管我们常常对此类人的“作为”做“鄙视”状，却也常常在心里对他（她）竖起大拇指。

能做到这类的我们叫做“奇葩”，那退而求其次的二类呢？我们姑且叫做“二货”吧，这类人身上最大的特点便是具

备“阿q”精神。这群人深切的明白世事不会尽如人意，生活中无十全十美，所以不会对自己太苛刻，懂得善待自己，善于为自己找“出口”。你常常会听到这样的妙语，长不高的人的口头禅是“浓缩的才是精华”，胖子会假装哀怨的说，“我不胖，只是瘦的不明显而已。”与人意见不合，且不得众，则说“真理往往掌握在少数人的手中。”面对困境，则吼一嗓子“我真的很不错！”人缘欠佳，则宽慰自己“耐得住寂寞，才守得住繁华！”

不要以为他们天生乐观，他们只是重拾了一份面对生活的勇气，从而活出了自信，创造了自己的新天地。

人生事，看得穿，想得透，还能放得下，才可真正的“微笑着面对生活”，这是一种智慧，也是一种修为，更是一种很高的人生追求。

那如何让常常扎实苦干，又常常不得志的人做到这一点，我想的办法是“苦中作乐”。前段时间，我遭遇了史上最强风暴，处于舆论的风头浪尖上，过了把明星瘾！事情的起因总是那么的微不足道，可有人总拿着加大版的放大镜去找问题，确实也如他所愿，循着了蛛丝马迹，上演了一出真人版“三人成虎”的生活剧。既然是剧，有高潮也有低谷，当它快落下帷幕的时候，他们甚至视作为主角之一的我为“瘟疫”。我只能“沉默是金”，在谣言的漩涡里不能自拔的时候，清楚的是珍惜身边的人、做好该做的事、每天怀着感恩的心告诉自己，又过了一天，再过一天，还过一天……静坐在桌子上，放空自己，呆看着你们的一颦一笑，原来一切还是那么的美好。

有人曾对我说：“为何忧伤，还有什么比失去亲人还令人痛苦？”14岁，我送走了至亲的人，离开了熟悉的家，受到过同学的排挤，煎熬着学习的压力，虽比不上邓小平的“三上三下”，但总算经过些风浪。即便如此，我总记得开学时第一次雷鸣般的掌声，给予过温暖关切的老师，陪伴在身边给

予过帮助的同学，常怀感恩，时时微笑，即便残缺，始终相信总会守得云开见月明！

微笑着面对生活的演讲稿篇七

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。