

# 演讲稿的例文两篇文本(通用5篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇演讲稿吧，我们一起来看一看吧。

## 演讲稿的例文两篇文本篇一

有得必有失，得到成熟，就失去了天真无邪，收获了果实，就失去了鲜艳的花朵，有了喧嚣的城市，就失去了寂静环境，总会在得到的同时又失去些东西，这也许就是等价交换吧！但这也并不完全是这样，有的时候得到的和失去的不成正比，并不意味着得到多少就一定会失去多少。有的在于我们的选择，取舍过程中的心态。

年轻时渴望去外面的世界看看，想看遍各地所有的美景，留下许多美好的回忆，只想自己的人生不留遗憾，最后才发现遗憾也是一种美，遗憾让我们更加懂得珍惜。

像许多夜晚一样，我喜欢这样静静的坐着，身着那件黑色的保暖衣，端一杯白开水，静静望着天空，心中很平静的看星星眨眼，在时间和空间的维度里品味人生的得失，想起小时候学过的课文有一篇是关于数星星的，小孩用手指着星星数啊数啊，怎么也数不清，小孩不解的问：为什么会有那么多星星呢？时常听老人说：每一个逝去的生命都会变成一颗星星，挂在空中，发出微弱的光，一闪一闪的，天空渐渐暗下来，它们也渐渐出现在空中，天空完全黑下来之后，星星就会越来越亮，在黑夜中出来，照亮着路人前行的路，有它们陪伴就不会感觉孤单，也时刻提醒人们要珍惜生命。也想起一首歌里面的一段歌词内容是“星星点灯，照亮我的家门，让迷失的孩子找到来时的路；星星点灯，照亮我的前程，用

你的光，温暖孩子的心。”往事只能回味，有的会随着时间的推移变得越来越有韵味，就像一壶珍藏多年的老酒，香飘十里，这样看来我失去了短暂的时间，收获了片刻的宁静，收获的珍贵的回忆。

年纪越长，越感觉时间过得快，真的是年年岁岁花相似，岁岁年年人不同。也越来越懂得人生的真谛，看淡了很多东西，也弄明白了很多事物，更加注重实际，不再像以前那样喜欢虚无缥缈，也更加注重自身的修养，不会太注重别人的眼光和外面的评价。

千古佳句“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺。”人总是在上演着悲欢离合，月也在圆缺两种模式中交替呈现，人从相聚的那一刻起就意味着分别越来越近了，月在月圆之夜那一刻起就会变得越来越小，已经越来越明白这种规律，这是千古不变的轮回。不必刻意去算计，只要用心体验就好。

## 演讲稿的例文两篇文本篇二

### 得失之间\_感悟人生（一）

我们在得失之间要有一颗平常心。曾经我们有读过因祸得福的故事最可以表现得与失之间的联络。得是福，失是祸。是福不是祸，是祸躲但是。不要日子在患得患失的深渊中，就应安然应对全部得与失，日子会仍然完美。

有的人出生在富裕的家庭，有的人出生在赤贫的家庭。你不能说日子是不公正的。谁说穷孩子是不幸的？穷孩子多动少静，吃粗蔬杂粮，让肠胃泼辣健旺，练就铁打的体魄；富孩子少动多静，吃精饮细，似乎天天都过年，却难以品尝到真实过年的甜蜜。难怪有巨人说，不幸是一所最好的大学。日子在给予富孩子温存时，同时也赋予穷孩子一个七彩的人生。得失之间，自有公正。

得失之间便总能寻找到一个平衡的支点。有时有些事得并非不是福；有时有些事失并非不是祸。得失祸福仅仅是非之间短短一念。有些事，并非我们可以改动，但得失之间必能互相转化。射中有时终归有，射中无时莫强求。这样说，不是消沉，不是垂头，仅仅理解实际而已。我不信命，但我信任实际。

一件物品，相同东西，相同情感，无外乎于得失之间的联络。你有幸可以得到你想要的，那就要好好爱惜，因为时光的洪流会带走你最重要的。假若很不幸的在爱惜后还是失掉了，那就要大度去承受这样物品的离去，或爱情的散失。

以“得之我幸，失之我命”的安然去达观整个人生，这是一位大度者的气势。正确的理解得与失之间的联络，这种人将会在爱惜和安然之后的森林中找到自我的出口。只要这样的大度者才得以在幸福的轨道上安心的驶向成功。

太多的得失，其实不必太多在意，这天所具有的，明日可能就会失掉，这天所失掉的，明日可能又会从头具有，关键在爱惜眼前所具有的！人生最大的财富在于懂得爱惜，如果每件事每个人每样物都能被你所爱惜那样你将会是多么的富有！

## 得失之间\_感悟人生（二）

有人说：人生就像一场旅行，不必在乎目的地，在乎的是沿途的景色及看景色的心情。这一看似粗浅的道理或许谁都懂，但或许谁也不理解，由于在大众的国际观里，目的地才是最重要的，他是检验沿途景色的终极标准，他们觉得，连目的地都抵达不了的人生就如一片荒漠，何谈景色，何谈心情，还不如学佛法禅宗，了断红尘，心无旁骛，那样或许还留下晨钟暮鼓的萧瑟之音，至少还让自我再尘世间留下存在过的痕迹。其实，他们不理解得，人生就是在不停地得与失之间，渐渐的像小树一样发芽、生长、直至参天，最后老去，尽管这个过程中，会有很多饥寒交迫、日晒雨淋的检测，但只需不断罗致养分，一贯尽力向上，那儿是人生一道亮丽的景色

线。

曩昔的十八年，我一贯在考虑，一贯在挣扎，我不理解，人为什么一贯在寻求，却又一贯在失掉，这样的得与失之间，咱们究竟得到了什么，又失掉了多少，得与失之间咱们又该怎样去权衡，咱们是否该为了不失掉而不寻求，为了多得到而少给予，这一切纠结的思绪在我为自我的理想而寻求时得到了理清，我的阅历告诉我：寻求是对人生最好的诠释，咱们在寻求时应对得失，在得失之间收成一切。所以此时，我很安然，我理解，在一次次的得失较量之间，我将学会一些东西，一些会在我的前进之路上为我披荆斩棘的东西，它们将是我人生中最名贵的财富。

得失之间，我学会刚强。刚强不是与生俱来，更多的是后天的磨炼，咱们每一个人都就应用刚强装备自我的表面，用刚强磨练自我的内心，这样就算下一刻国际沧海桑田，咱们也能笑看云卷云舒，就算遭遇“全国人负我”的惨烈，咱们也有“自信人生三百年”的豪情，就算身临“上刀山下火海”的险境，咱们也能重获“凤凰涅？”后的`新生。

得失之间，我学会英勇。英勇是白羊座人的寻求，也是白羊座人的宿命。因而，作为白羊座人的咱们要学着英勇，学会应战，咱们不应骄于得，懦于失，相反的，不管何时，咱们都应本着“胜不骄，败不馁”的谦善，拿出”谁主全国沉浮“的豪放，带着“一览众山小”的报复，尽力而英勇的去奋斗，去发明，唯有那样，国际一切的丑陋与漆黑、困难与挫折才会为你让路。

得与失之间，我学会爱惜。“失掉后才懂得，该爱惜什么。”这是一个永久会让人隐晦的话题。由于失掉才想起具有法人可贵，由于失掉，才体会无法具有的遗憾。咱们都是不会自省也不会爱惜的人，咱们只会想：我具有的一切理所当然，不问缘由，而失掉后才醒悟，原先自我一贯以为的理所当然并不是理所当然，而是自我泪与汗的结晶，但结局一

无法挽回，只能躲在角落的一隅痛哭。所以，为什么咱们不爱惜此时所具有的去免除失掉时的遗憾呢？爱惜身边的每一个人每一件东西，每一个场景，由于爱惜，你会具有更多。

得失之间，我学会感恩。“如果上天再给我一次重来的时机，我会……”星爷的经典语录虽让人捧腹，却也让人沉思，“给我一次重来的时机”？这样的时机有多少次？一次，两次，无数次，还是一次也没有。人生是严酷的，是不行重复的，因而人们才会爱惜这短暂的人生，但人生也会有奇观，就像至尊宝的月光宝盒一样，当奇观来临，咱们也可以重新选取，如果我有这样的时机，我会选取去感恩感恩日子，感恩一贯陪在我身边的人和事，感恩失而复得，然后试着持续尽力，回报这份奇观带来的期望与走运。

有人说：得失就像一出折子戏，每个人堵都在为得失的奋斗而带上虚伪的面具，有人说，得失就像一场梦，半睡半醒之间咱们已找不到回去的路，有人说，得失就像一堆泡沫，一瞬间的完美永久也替代不了幻灭后的虚无缥缈，而我说，得与失其实就把握在每一个人的手中，或许咱们无法去衡量孰轻孰重，但咱们可以清楚理解，咱们由于得，所以支付，这便是代价，由于失，所以老练，这便是收成，在支付与收成之间，咱们的心在不断生长着，这便是人生！

## 演讲稿的例文两篇文本篇三

敬爱的老师，亲爱的同学：

您们好！

我是二、四班的梁xx□我演讲的题目是：团结互助友爱，构建和谐校园。

鱼儿在碧绿的大海里，自由自在地遨游；鸟儿在蔚蓝的天空中，无拘无束地飞翔；花儿在青翠的草地上，争先恐后地开

放；我们在美丽的校园里，健康快乐地成长。亲爱的朋友们，我们生活的世界，是多么美丽，多么和谐呀！

构建和谐校园，需要我们尊敬老师。老师，您是太阳底下最崇高、最光辉的人，您也是太阳底下，最劳累、最辛苦的人。为了我们的成长，您在课堂上循循善诱，耐心讲解。我们放学了，您仍然在批改作业，精心备课。您废寝忘食，勤奋工作，为的是让我们德、智、体、美、劳全面发展。敬爱的老师，您就像一支蜡烛，燃烧您自己，照亮了我们。亲爱的同学们，我们要尊敬老师，把老师当作父母，像热爱父母一样，热爱我们的老师。现在，就让我们对敬爱的老师，深深地鞠躬吧：老师，您们辛苦了！构建和谐校园，同样需要同学们互爱互助，和谐相处。我们要学会真诚，学会理解，学会宽容，学会尊重，我们还要学会欣赏，学会沟通。亲爱的同学们，我们每一个人，都特别渴望得到别人的关心。那么，就从现在开始吧，多关心一下身边的同学，让他们感受到校园的温暖，同样，我们也会得到其他同学的关心和帮助。《相亲相爱一家人》这首歌唱得真好：“因为我们是一家人，相亲相爱的一家人”。对，学校就是我们的家，我们就是一家人！

亲爱的同学们，让我们多一份关爱，少一些争执，多一份真情，少一些矛盾，让生活中不和谐的音符通通消失。让我们用团结互助友爱，奏出美妙动听的交响乐！让我们的校园充满和谐，让我们每一个同学，在和谐的环境中茁壮成长！谢谢大家！

## 演讲稿的例文两篇文本篇四

尊敬的各位领导，同事们：

大家好！

今天我演讲的题目是《人生之义得失之间》

同样的制度，同样的环境，在得与失、廉与贪之间，经过一番吹拉弹唱之后，听到的是风格迥异的曲子。有的人勤字当头，唱一首《爱拼才会赢》；有的人以奉献开路，谱一曲《生命在于奉献》；而有的人却贪字“挂帅”，奏一段《致命害虫》。

同样的八小时之外，有的人选择腾云驾雾、杯盆狼藉，而有的人选择潜心学习、加班加点，也有的人选择文武并举、张弛有道，而有的人却选择出线越位、腐化堕落。

同样是一名父亲，有的人带给子女的是自豪、自信、自尊与自强，而有的人留给子女的是迷茫、困惑、排挤、嘲笑与自卑。

如果说腐败是一种耻辱，那么它需要我们时刻铭记；

如果说腐败是一种挑战，那么它需要我们勇敢面对；

如果说腐败是一种现状，那么它需要我们努力去改变。

今年的廉政风暴带给每一位\*\*人的触动是空前的、思考是深入的。风暴过后相信每一位对自己对家庭对企业负责的同志，都进行了深刻的反思。

那么一个贪字，它到底给极少数滑倒的同志带来了什么呢？

贪，折断的是家庭团圆这根弦。从今往后，一头是冰冷铁窗，形影相吊，而另一头则是望眼欲穿，孤灯夜伴；一头是千夫所指，一失足成千古恨，而另一头则是众人背议，妻儿老小孤立无援。一个丢失道义的人，家庭的欢乐早已被牢狱所剥夺。

贪，毁掉的是事业前程这条路。从今往后，他将拐入人生的羊肠小道，丢失了昂扬的斗志、没有了同事的支持、丢失了

进取的自信、没有了朋友的鼓励。一个丢失道义的人，事业的意义早已被法律的威严所封杀。

贪，失去的是康足富裕这份福。汽车在加速、火车在提速、经济在飞速。一代伟人邓小平带领我们起航的这艘巨轮，经过二十多年的扬帆，造就了全世界的经济神话，造就了我们今天的康足富裕。可就是这么一个贪字，足以让他滑落巨轮，坠入深渊。一个丢失道义的人，物质的意义早已被精神的荒芜所抛弃。

贪，剥夺的是人格尊严这个义。廉则度年如日，贪则度日如年。在各种机制不断完善，法律日趋成熟的今天，一个贪字就等同于一个囚犯的囚字，做人已全无尊严可言。一个丢失道义的人，生活的意义早已被道德判了终身监禁。

还是一个贪字，它给我们其它同志又带来了什么？

首先是廉洁意识的提高。仁者乐山，智者乐水，俗者好赌，欲者好贪。莫为俗欲者，力修仁智者。面对形形色色的诱惑，首先心要清静，然后手要干净。

其次是距离意识的加强。对眼前的名利财色保持“远距离”，清清白白做事，堂堂正正做人；对身边的人和事保持“等距离”，处事公正，一视同仁；对真情实况保持“近距离”，力戒漂浮，求真务实；对服务的对象保持“零距离”，排忧解难，情系百姓。

再次是行动意识的增强。面对大机遇、大变革，千载难逢；大挑战、大跨越，千山万水。每个热血男儿都要干劲十足的行动起来，把聪明才智各尽其能的发挥出来，排除一切干扰，把自己推进到我局跨越式大发展的战线上来。

依然是一个贪字，它又给我们的企业带来什么呢？



案发后，局党政班子态度坚决，旗帜鲜明，局纪委及时提出了进一步加强廉政建设的十条整改措施：包括制定突发案件处置预案，深入开展第二轮警示教育活动，开展重要岗位人员交流和干部廉政建设专题分析，与检察院联合开展预防职务犯罪等一系列措施。建立健全“不愿腐败”的自律机制、“不敢腐败”的惩治机制和“不能腐败”的防范机制。班子成员确保了职工队伍的思想稳定，带领大家以良好的精神状态在困难中取得了新的突破。

一个优秀的民族，善于从各种大灾难的恢复重建中凝聚前行。

一个优秀的企业，则善于从各种挫折的总结分析中提升发展。

最后，我想把我国著名的文史杂家、寿星郑逸梅先生的人生秘诀与诸位分享，郑老常说：“不与富交，我不贫；不与贵交，我不贱；自感不贫不贱，就能常处乐境，于身心有益”。

也许，人生之义，真的就在得失之间。不过，贵在品、贵在思、贵在行。

## 演讲稿的例文两篇文本篇五

人生之义 得失之间（廉政演讲稿）

人生之义 得失之间

尊敬的各位领导，同事们：

大家好！

今天我演讲的题目是《人生之义 得失之间》

同样的制度，同样的环境，在得与失、廉与贪之间，经过一番吹拉弹唱之后，听到的是风格迥异的曲子。有的人勤字当

头，唱一首《爱拼才会赢》；有的人以奉献开路，谱一曲《生命在于奉献》；而有的人却贪字“挂帅”，奏一段《致命害虫》。

同样的八小时之外，有的人选择腾云驾雾、杯盆狼藉，而有的人选择潜心学习、加班加点，也有的人选择文武并举、张弛有道，而有的人却选择出线越位、腐化堕落。

同样是一名父亲，有的人带给子女的是自豪、自信、自尊与自强，而有的人留给子女的是迷茫、困惑、排挤、嘲笑与自卑。

如果说腐败是一种耻辱，那么它需要我们时刻铭记；

如果说腐败是一种挑战，那么它需要我们勇敢面对；

如果说腐败是一种现状，那么它需要我们努力去改变。

今年的廉政风暴带给每一位××人的触动是空前的、思考是深入的。风暴过后相信每一位对自己对家庭对企业负责的同志，都进行了深刻的反思。

那么一个贪字，它到底给极少数滑倒的同志带来了什么呢？

贪，折断的是家庭团圆这根弦。从今往后，一头是冰冷铁窗，形影相吊，而另一头则是望眼欲穿，孤灯夜伴；一头是千夫所指，一失足成千古恨，而另一头则是众人背议，妻儿老小孤立无援。一个丢失道义的人，家庭的欢乐早已被牢狱所剥夺。

贪，毁掉的是事业前程这条路。从今往后，他将拐入人生的羊肠小道，丢失了昂扬的斗志、没有了同事的支持、丢失了进取的自信、没有了朋友的鼓励。一个丢失道义的人，事业的意义早已被法律的威严所封杀。

贪，失去的是康足富裕这份福。汽车在加速、火车在提速、经济在飞速。一代伟人邓小平带领我们起航的这艘巨轮，经过二十多年的扬帆，造就了全世界的经济神话，造就了我们今天的康足富裕。可就是这么一个贪字，足以让他滑落巨轮，坠入深渊。一个丢失道义的人，物质的意义早已被精神的荒芜所抛弃。

贪，剥夺的是人格尊严这个义。廉则度年如日，贪则度日如年。在各种机制不断完善，法律日趋成熟的今天，一个贪字就等同于一个囚犯的囚字，做人已全无尊严可言。一个丢失道义的人，生活的意义早已被道德判了终身监禁。

还是一个贪字，它给我们其它同志又带来了什么？

首先是廉洁意识的提高。仁者乐山，智者乐水，俗者好赌，欲者好贪。莫为俗欲者，力修仁智者。面对形形色色的诱惑，首先心要清静，然后手要干净。

其次是距离意识的加强。对眼前的名利财色保持“远距离”，清清白白做事，堂堂正正做人；对身边的人和事保持“等距离”，处事公正，一视同仁；对真情实况保持“近距离”，力戒漂浮，求真务实；对服务的对象保持“零距离”，排忧解难，情系百姓。

再次是行动意识的增强。面对大机遇、大变革，千载难逢；大挑战、大跨越，千山万水。每个热血男儿都要干劲十足的行动起来，把聪明才智各尽其能的发挥出来，排除一切干扰，把自己推进到我局跨越式大发展的战线上来。

依然是一个贪字，它又给我们的企业带来什么呢？

案发后，局党政班子态度坚决，旗帜鲜明，局纪委及时提出了进一步加强廉政建设的十条整改措施：包括制定突发案件处置预案，深入开展第二轮警示教育活动，开展重要岗位人

员交流和干部廉政建设专题分析，与检察院联合开展预防职务犯罪等一系列措施。建立健全“不愿腐败”的自律机制、“不敢腐败”的惩治机制和“不能腐败”的防范机制。班子成员确保了职工队伍的思想稳定，带领大家以良好的精神状态在困难中取得了新的突破。

一个优秀的民族，善于从各种大灾难的恢复重建中凝聚前行。

一个优秀的企业，则善于从各种挫折的总结分析中提升发展。

最后，我想把我国著名的文史杂家、寿星郑逸梅先生的人生秘诀与诸位分享，郑老常说：“不与富交，我不贫；不与贵交，我不贱；自感不贫不贱，就能常处乐境，于身心有益”。