

2023年微笑的面对生活演讲稿 微笑面对生活演讲稿(优质10篇)

通过大学生演讲稿的撰写和演讲，在公众场合中展示个人思想和能力，培养自信心和沟通能力。小编为大家收集了一些关于师德培养的教育研究成果和心得体会。

微笑的面对生活演讲稿篇一

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！

微笑的面对生活演讲稿篇二

生活的道路并不是我们所期望的那样一帆风顺，万事如意，在这条漫长而短暂的.路上，到处充满坎坷、磨难，荆棘……我们应该以微笑来面对生活的酸甜苦辣。以前，面对生活我总是哀怨愁苦、悲观消沉，一次经历让我彻底改变面对生活的态度。

我永远忘不那张笑脸，从那张笑脸中我深深的启迪：是啊，如果我们用微笑去面对生活，生活也会用微笑面对你。只有微笑着面对着生活的人，才活得轻松活得快乐活的惬意，活得坦然‘只有微笑着面对生活的人，才是生活的智者，人生的勇者。

雨果曾经说过这样一句话；“生活，就是理解。生活就是面对现实，微笑，就是越过障碍注视将来。”

那就让我们微笑着面对生活，携手共进共创美好的未来吧！

微笑的面对生活演讲稿篇三

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。

微笑的面对生活演讲稿篇四

有一句话这样讲道：使人疲惫的往往不是远方的高山，而是你鞋里的一粒沙。的确，使人苦恼的往往不是远大的目标，而是在我们身边的一些不如意的小事。虽然细小琐碎，但却不得不时常面对。

这一件件不如意的小事堆砌成或大或小的困扰，虽不如远大目标那样另人望而生畏，但却会始终不离不弃地伴随你身边，拖延、甚至改变你前进的步伐。因此，我们只有正确面对生活中的困扰才可能到达成功的彼岸。

微笑面对生活中的困扰。因为不满和愤怒的情绪并不能帮助你解决什么问题，相反会由此波及到其他事情，把一切搞得

一团糟。倒不如微笑着面对生活中的困扰，把此当成考验，化为经验，在下次遇见类似情况时便能轻巧地避开，而不是一错再错。

登山的旅人在鞋底进沙后，没有诅咒道路的崎岖，也没有抱怨自己的运气不佳，知识默默地脱下鞋子，把那粒沙子倒了出来。因为他明白，所有的埋怨都是徒劳，现实既不能改变也不能重来，如果赌气继续前进，不仅折磨了自己的脚，还会延迟登顶的时间、甚至会致使自己不能攀登到顶峰。而惟有除去鞋子中的这粒沙子，摆脱这困扰才能打点起自己的全部精神继续登山。

微笑的面对生活演讲稿篇五

尊敬的老师，亲爱的同学：

大家好！

虽然，人生有很多苦难。人来到世间，就已经是一出悲剧的开始；但是，生命的过程中，还是有很多其他的内容。幸福不是眼泪，不是悲伤，而是快乐，是微笑！

没有人看你每天脸上挂满了泪水，还认定你是一个幸福的人；没有人会说你每天阴沉着脸，还说你是一个幸福的人。只有每天脸上挂着微笑，快乐地活着，你才会给自己的人生画上一个幸福圆满的句号。

微笑地面对生活，不要抱怨生活给予了太多磨难，不必抱怨，生命中太多的曲折。

大海如果失去了巨浪的翻滚，就失去雄辉；人生如果仅去追求两点一线的风顺，生命就失去了魅力。微笑着把每一次的失败都归结为一次尝试，不去自卑；把每一次成功都想象成一种幸运，不去自傲。就这样，微笑着，弹奏从容的玄乐，去

面对挫折，去品味孤独，去沐浴忧伤。把‘人’字写直写大，让生命的路走直走真。活出一种尊严，活出一种力量。

清贫，是一首朴素的歌；平凡，是一行亮丽的诗。微笑着，我们去吟唱，在平静中红尘飞舞，在孤寂中品味沉浮。把尘封的心胸敞开，让狭隘自私淡去；把自由的心灵放飞，让豁达宽容回归。这样一个豁然开朗的世界就会在你的眼前打开：蓝天，白云，小桥，流水。让鲜花的芳香在你的鼻翼醉人的环绕，让华丽的彩蝶在你身边曼妙的起舞。微笑着，去唱生活的歌谣吧！让我们要用微笑的力量去关照周围，去感化周围，去影响周围，直到每一个人脸上都挂起一片不落的灿烂。

在生活中，我们难免有时高兴，有时悲伤，高兴的时候，我们也不必压抑自己的感情，该笑时就笑，让自己充满信心，乐观向上。

我们遇到挫折时，微笑是成功的起点；遇到烦恼时，微笑是思想上的解脱；心情舒畅时，微笑是愉悦的表现。

困难没什么大不了，就怕自己不敢面对；挫折也无所谓，就怕自己没了信心，坎坷又如何，只怕自己还未曾尝试。生活中，艰难困苦，伤心忧郁在所难免，没有人能随便便成功，把握生命里的每一次感动，用真心的笑容，微笑地去面对生活，去感悟生活，去享受生活。

微笑像阳光，给大地带来温暖；微笑像雨露，滋润着大地。俗话说的好，笑一笑，十年少。永远微笑的人是快乐的，永远微笑的面孔是年轻的！

微笑拥有和爱心一样的魔力，可以使饥寒交迫的人感到人间的温暖；可以使走入绝境的人重新看到生活的希望；可以使孤苦无依的人获得心灵的慰藉；还可以使心灵枯萎的人感到情感的滋润。

微笑的面对生活演讲稿篇六

如果挫折是那刺人的荆棘，那微笑就是那高洁的百合。

如果失败是那陡峭的山崖，那微笑就是那平坦的阳光道。

如果忧郁是那光秃的槐树，那微笑就是昂首北国，葱郁的冬青。

是的，微笑永远是美好的。微笑能抚平你精神的创伤，微笑能使你精神焕发，充满自信，获得成功。

是啊，古往今来，有那么多名人志士跌倒后，又能重新站起，并为人类做出卓越贡献，无一不是用微笑面对生活的。

霍金21岁时因为渐冻症只有三个指头能动，他用那三根指头敲打着自己的未来。在他失言后，既不能说，也不能写，但是他却征服了相对论，量子力学，大爆炸等理论。他用他那刚毅的信念来创造了自己的辉煌，用他心里的微笑开出一路鲜花。

海伦凯勒用她“忘我就快乐”的心态来面对生活。她在十九个月时被病魔夺去了视觉和听力。然而她在黑暗的世界里并没有自暴自弃，而是努力学习，最终以优异的成绩毕业于哈佛大学和克里天学校，而且掌握了五种语言，不惜心血吧毕生献给了盲人福利事业和教育事业。

贝多芬在二十八岁时失去听觉。但还是用自己坚强的意志作出了很多曲子，他在弹琴时咬了一根木棍，来感觉钢琴的振动。他用自己无法听到的声音表达着对大自然的挚爱，对真理的追求。从激昂的《命运交响曲》中，我们听到了贝多芬用微笑面对苦难的勇气和决心。

微笑的力量是伟大的，微笑就是人类最美的表情。那么，带

着微笑出发吧！即使现在已是深秋或寒冬，但是下一个春天还会如期而至的。

微笑的面对生活演讲稿篇七

朋友们：

世界上有一种不会凋谢的花朵，那就是微笑；它不分四季，不分南北，只要有人群的地方就会开放。越是纯洁的心灵，越是为其之美。

近期央视“艺术人生”和“新闻调查”栏目相继向全国电视观众介绍了一个人，这个人叫丛飞。丛飞是谁？他是深圳一个普通的歌手，一个没有固定工作没有单位的30出头的男人，但就是这个脸上始终带笑的歌手，在xx年的时间里，他参加了400多场义演，捐出了自己辛辛苦苦挣来的300万元，资助了178名贫困学生。如今他是一个病人——一个被诊断为“胃癌晚期”却连医疗费也付不起的病人，但是他始终用微笑面对生活。当然，丛飞还有另外的一些很光荣的头衔：爱心大使、五星级义工、中国百名优秀志愿者。而丛飞在接受采访时则笑着说：“有人说我有3个头衔：傻子、疯子、神经病。”

一个被诊断为“胃癌晚期”却连医疗费也付不起的病人也能用微笑面对生活，为什么我们不能呢？有人说：“活着就是幸福，就是胜利，就是一切。”可我却不这么认为。如果人在生活中，连起码的微笑也没有，那他会幸福吗？如果我们用微笑面对生活，生活也会用微笑面对你。

幸福的诠释是微笑；快乐的意义是微笑；温暖的真谛是微笑；挫折的鼓励是微笑；坚强的象征仍然是微笑。阳光雨露，鸟语花香，对于每个人都公平给予；欢乐喜悦，烦恼忧伤，却属于每一个人私有。生命总是美丽的，不是苦恼太多，只是我们不懂生活；不是幸福太少，只是我们不懂把握。面对生

活，不论是失意，还是挫折；不论是阴云密布，还是困难重重，我要选择微笑。

微笑的面对生活演讲稿篇八

老师们，同学们：

大家好！今天，我演讲的题目是：用微笑面对生活。

一说到微笑，我们总会对它拥有许多不同的见解。在诗人的眼中，微笑是美丽的。一句“回眸一笑百媚生”就勾勒出了一幅赏心悦目的画面，这微笑让人心生向往。在画家的眼中，微笑是灿烂的。达芬奇笔下雍容华贵的蒙娜丽莎让每一个驻足欣赏的人都叹为观止，这微笑让人感到无限美好。不同的人对微笑有着不同的诠释，但微笑并不只是停留在表面上的，而是拥有许多内涵的。

微笑，是遭遇挫折之后对自己的鼓励。就拿我们的成长过程来说，从我们呱呱坠地，到学习拼音，再到进入初三，可以说我们生命历程的每一段都在经历无数次跌跌撞撞、起起落落。我们以后会遇到的挫折和挑战可能会更加艰巨，当你陷入低谷而萎靡不振之时，该怎样去面对生活呢？最好的办法是：给自己一个微笑。微笑就像是昏暗的天际下射出的一米阳光，照亮心中不散的阴霾。给自己一个微笑，就相当于给自己留了一条出路，一条走向正规的出路，一条走向光明的出路。

微笑，是经历挑战时对困难的不屑。这就如同前体操运动员桑兰一样，她在一次跳马比赛前的热身练习中，在高空中动作变形，摔下来时头朝地。这次事故让她永远不能够再站起来感受这个世界，她永远都只能坐在狭窄的座椅上来生活。但，这样的困难并没有击倒她，面对伤痛，她选择了微笑；面对人生，她也选择了微笑。就算这样沉重的打击，也没能让她放弃生活的希望，这一个释然的微笑，是对那些阻碍人

生的挫折的一种不屑，是一种顽强奋斗的精神。

微笑，是对待失败的积极乐观。生活就像是一面镜子，如果你对它哭丧着脸，那它一定也对你垂头丧气；而如果你对它微笑，那它一定也会回你一个微笑。同样面对一个相同的失败，悲观的人会觉得自已已经无药可救，从此一蹶不振；换做是一个乐观的人，他对此不过是淡然一笑，认真地反省自己的过失，为下一次的挑战作好充分的准备。泰戈尔曾说过：如果错过太阳时你流了泪，那么你也要错过群星了。这就告诉我们，如果不能以一个平和的心态去对待失败，不能用微笑去面对你遭遇的失败，那么就永远不能跨过这一道坎了。

微笑的含义如此之多，但归根究底是一种对人生的态度，一种乐观的精神。当我们开心时，我们会微笑；而当我们不开心时，我们更应该微笑。微笑是一种宣告，宣告你不会被面前的挫折所击倒，不会在成长路上止步不前！

微笑如同寒冬里第一束勇敢的阳光，它会消释你心头的痛苦。就一个微笑，你可以跨越那些你认为不能跨越过的障碍，走向成功的正途！

微笑的面对生活演讲稿篇九

老师们，同学们：

大家好！今天，我演讲的题目是：用微笑面对生活。

一说到微笑，我们总会对它拥有许多不同的`见解。在诗人的眼中，微笑是美丽的。一句“回眸一笑百媚生”就勾勒出了一幅赏心悦目的画面，这微笑让人心生向往。在画家的眼中，微笑是灿烂的。达芬奇笔下雍容华贵的蒙娜丽莎让每一个驻足欣赏的人都叹为观止，这微笑让人感到无限美好。不同的人对微笑有着不同的诠释，但微笑并不只是停留在表面上的，而是拥有许多内涵的。

微笑，是遭遇挫折之后对自己的鼓励。就拿我们的成长过程来说，从我们呱呱坠地，到学习拼音，再到进入初三，可以说我们生命历程的每一段都在经历无数次跌跌撞撞、起起落落。我们以后会遇到的挫折和挑战可能会更加艰巨，当你陷入低谷而萎靡不振之时，该怎样去面对生活呢？最好的办法是：给自己一个微笑。微笑就像是昏暗的天际下射出的一米阳光，照亮心中不散的阴霾。给自己一个微笑，就相当于给自己留了一条出路，一条走向正规的出路，一条走向光明的出路。

微笑，是经历挑战时对困难的不屑。这就如同前体操运动员桑兰一样，她在一次跳马比赛前的热身练习中，在高空中动作变形，摔下来时头朝地。这次事故让她永远不能够再站起来感受这个世界，她永远都只能坐在狭窄的座椅上来生活。但，这样的困难并没有击倒她，面对伤痛，她选择了微笑；面对人生，她也选择了微笑。就算这样沉重的打击，也没能让她放弃生活的希望，这一个释然的微笑，是对那些阻碍人生的挫折的一种不屑，是一种顽强奋斗的精神。

微笑，是对待失败的积极乐观。生活就像是一面镜子，如果你对它哭丧着脸，那它一定也对你垂头丧气；而如果你对它微笑，那它一定也会回你一个微笑。同样面对一个相同的失败，悲观的人会觉得自已已经无药可救，从此一蹶不振；换做是一个乐观的人，他对此不过是淡然一笑，认真地反省自己的过失，为下一次的挑战作好充分的准备。泰戈尔曾说过：如果错过太阳时你流了泪，那么你也要错过群星了。这就告诉我们，如果不能以一个平和的心态去对待失败，不能用微笑去面对你遭遇的失败，那么就永远不能跨过这一道坎了。

微笑的含义如此之多，但归根究底是一种对人生的态度，一种乐观的精神。当我们开心时，我们会微笑；而当我们不开心时，我们更应该微笑。微笑是一种宣告，宣告你不会被面前的挫折所击倒，不会在成长路上止步不前！

微笑如同寒冬里第一束勇敢的阳光，它会消释你心头的痛苦。就一个微笑，你可以跨越那些你认为不能跨越过的障碍，走向成功的正途！

微笑的面对生活演讲稿篇十

尊敬的各位领导、老师，亲爱的`同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《微笑面对生活》。

有人曾问过我这样一个问题：世界上什么东西最美？同学们，你们认为世界上什么东西是最美的呢？画家说，是绚丽的色彩；音乐家说，是美妙的音符；运动员说，是强健的体魄；诗人说，是五彩缤纷的世界……老师说，他们说的都有道理，但世界上真正最美丽的，还是我们绽开的微笑。有这样一位中年女性，由于工作压力大，家务负担重，她常常有身心疲惫的感觉。为此，她的脾气在不知不觉中变坏，她与家人的关系也渐渐紧张。

她意识到这样下去不行。她决心用微笑改变自己。

早晨，当梳头的时候，她对着镜中的自己微笑；吃早饭时，她对丈夫和儿子微笑；出门对开电梯的大妈微笑着说一声“早”；站在工作柜台后面，她对认识和不认识的客户微笑；忙碌的工作之余，她对同事微笑。

刚开始，她觉得很别扭、很勉强。但她知道这样做是对的，她强迫自己记住这样的话：“快乐就在那里，并且早已经在那里了。重新得到快乐的途径，就是快乐地行动、言语、思想。”不久，她就发觉快乐确实回到了她的心中。当她由心而发的微笑时，人人都对她微笑。

“我觉得微笑每天都带给我许多财富。”这个曾经被认为脾气最坏的人微笑着说，“我现在是一个快乐的人了，一个能够感受生活美好的人了。”

早晨出门，有明丽的阳光，和煦的春风，清新的空气，再有张张微笑的脸，相互真诚地道一声：早晨好！这一天，工作和学习都会顺利和成功。傍晚回家，有黄晕的灯光，轻柔的晚风，燃烧的红霞，还有张张微笑的脸，相互道一声：明天见！这一晚，心灵和情怀都会得到抚慰和温暖。微笑会让你获得友谊，微笑会让误会消除，微笑会使你充满自信，微笑像冬天的一抹阳光，夏季的一丝凉风，沙漠中的一片绿荫……同学们，学习微笑吧！让微笑与歌声一起伴随我们成长。把他人的微笑带回家，把我们的微笑留下来。让微笑之花在我们校园的每个角落开放……点缀我们成长的道路。谢谢大家！