

微笑面对生活的演讲稿 微笑面对生活演讲稿(优质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。那么你知道演讲稿如何写吗？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。

微笑面对生活的演讲稿篇一

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。

微笑面对生活的演讲稿篇二

大家好，今天我演讲的题目是《微笑面对失败》。

任何一个成功者都回被人们看做是会做事的人，人们情不自禁地将羡慕的眼光投向他们。可是，你是否想到，几乎他们中的每一个人都经历过失败考验。

爱迪生为了研究，失败过无数次；居里夫人为了“镭”，遭受过许多挫折袁隆平为了“杂交水稻”经受了难以想象的打击。然而，他们挺过来了，他们微笑着面对，微笑着成功。

所以，如果一个人有着巨大的心理承受能力，他就有了成功的首要条件。

我们努力了，总是想拥抱成功。可是，如果失败了呢？

申雪。赵宏博着两个中国人的名字在爱好花样滑冰的美国都是家喻户晓的，然而，就在几年前，他们遭遇过惨败。那是一次世界级的比赛，在一次抛出转体四周的动作中，申雪重重的摔在了冰面上，金牌与他们擦肩而过。但是，他们并没气馁，微笑着接受了一切。终于，在20xx年世界花样滑冰锦标赛上，他们成功了。在华盛顿体育馆中，全场观众起立，掌声为他们响起。

人生像一杯茶，不会苦一辈子。但，总得苦一阵子。

微笑着面对失败，不要抱怨生活给予你太多磨难，不要抱怨学习给予你太多曲折。大海如果失去巨浪的翻滚就会失去雄浑，沙漠如果失去飞沙的狂舞就回失去壮观。人生如果只求两点一线一帆风顺，生命也就失去了存在的魅力。

同学们，其实再平的路上也会有几块石头。遭遇挫折是我们每个人成长历程必经的一站，既然我们无法逃避它，就让我们勇敢地面对它吧！

微笑面对生活的演讲稿篇三

我觉得大多数人都会选择后者。微笑着面对挫折，是一个人勇敢的表现；微笑面对挫折是一个人自信的表现。微笑面对挫折是一个人取得成功的必经之路，也是一个人坚强意志最美好的升华！

我还记得我初入初中的时候，因为不适应新环境，新学校新面孔的新鲜感，学习成绩直线下降。内心充满梦想和播种希望的我遭受了严重的打击。

我迷茫，不知所措，迷茫，受伤，对自己彻底失望。

整天躺在桌子上，以泪洗面一整天，在恍惚中虚度了一整天。

每天上课不听老师讲课，只是把头埋在高高的书堆里，幻想自己一直看不见自己。

眼泪，就这样无息的划过脸颊，留下无尽的惆怅，我怨天尤人，我整天都在生气。

都说秋天是收获的季节，可是我收获了什么？那是一滴又一滴的眼泪吗？

这时候我也会嘴里唱着王菲的歌：不是所有的彩虹都是风雨后的绚烂，孤独的尽头也不用害怕。让泪水流过我的脸颊，衣服，手，甚至我的心。

这一刻，一个朋友就这样悄无声息的逃进了我青春迷茫的国度。他告诉我，走出挫折，外面的阳光刚刚好，可惜最后一个人享受了阳光！

听了这位朋友的话，我的心一下子就清楚了。

对！微笑面对生活！我学会了！

微笑面对生活的演讲稿篇四

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。

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。

微笑面对生活的演讲稿篇五

大家好，今天我演讲的题目是《微笑面对挫折》。

今天是9月x号，是我们步入新学年，新初三的开端。也许，在这一年中，我们会付出无法估量的艰辛，但我们同时会收获成功后的喜悦和挫折后的沮丧。微笑着面对挫折，是我们在这一学年中勇夺胜利的法宝。只有时时刻刻微笑着才能撑起你的信心，扬起自信的风帆，一直拼搏下去，使你成为困难面前的勇士！

爱迪生为了研究，失败过无数次；居里夫人为了“镭”的研

制成功，遭受过许多挫折；袁隆平为了“杂交水稻”，经受了难以想象的打击。然而，他们挺过来了，他们微笑着面对，微笑着成功。

如果大家把我们现在遇到的困难认为是人生中最大的挫折的话，那也只是大题小做。我们对于挫折的理解，就像对爱情的朦胧无知一样，真正的挫折可能还比我们现在的情形复杂上千，上万倍。看一下林肯的一生，你便会理解什么叫做真正的挫折和微笑的力量。

亚伯拉罕·林肯，美国第十六界总统：22岁，生意失败。23岁，竞选议员失败。24岁，生意再次失败。25岁，当选议员。26岁，情人去世。27岁，精神崩溃。29岁，竞选州议长失败。37岁，当选国会众议员。39岁，国会众议员连任失败。46岁，竞选参议员失败。47岁，竞选副总统失败。49岁，竞选参议员再次失败。51岁，当选美国总统。

巴尔扎克说过：“世界上的事情永远不是绝对的，结果因人而异，苦难对于天才是一块垫脚石，对能干的人是一笔财富，对于弱者是一个万丈深渊。”我们要微笑的面对挫折，面对失败，对于生活的强者来说，挫折是永远的垫脚石。

拿破仑说过“避免失败的最好方法，就是决心获得下一次成功。”可见，面对挫折的勇气，便是从微笑中汲取的。我们不能只停留在失败的痛苦当中，做无所谓的挣扎。坚信你的痛苦只有过去，而明天是充满希望的！微笑面对挫折，迎接新一次的挑战。生活中，没有永远的胜者，也没有永远的败者！

实际上，这将是我们人生中的第一次挑战，一次挑战所有的艰辛，所有的挫折的旅途。

挫折的含义很是广泛：每一次上课被老师叫起，手足无措，是一种挫折；当你作业中的叉号比别人多时，是一种挫折；

体育课上，你的球技比别人差了一大截时，也是一种挫折；
考试后，你的三位数比你同水平的人低，也是一种挫折。

挫折出现后，可置内心的百感交集于不顾，抓住自己内心的信心与乐观的力量，冷静的去思考，沉着的去面对！

同学们，生活就是由这许许多多的挫折构成。生活的阳光来自于每个人内心的百折不挠，顽强不屈的抗争精神。不愿臣服于做挫折的奴隶，而要成为它的主人。这就是我们的使命！

每一次挫折都是一笔财富，当我们成功的克服挫折，并积累了相当丰富的经验后，我们就会在未来的中考考场，乃至整个人生中勇敢地拼搏！

同学们，相信实践吧！微笑着面对挫折，是你最好的选择！

谢谢大家，我的演讲完了。

微笑面对生活的演讲稿篇六

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。

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。

微笑面对生活的演讲稿篇七

大家好!今天我演讲的题目叫“微笑面对生活”。

众所周知，微笑发自对洞彻生命意义的美好感受。微笑，它不会让人觉得浅薄，抑或虚浮;微笑时的人，不论怎么看、如何想，都是光泽熠熠的，都彰显着真切厚重。

当你失落于都市的涡流，辗转于尘世的回环曲折，你需要微笑，微笑让一切苦难与黑暗消融;当你接近于自然的本色，沉浸于青春的纯粹自我，你更需要微笑，微笑让所有快乐与温暖释放。

生活中我们不止一次地失落，又总渴求被阳光托浮，这时，微笑似乎与生活中的种种姿态一脉相承，唤起我们内心的回音。

让人唯唯诺诺的总是生活中地地道道的绊脚石，人们胆怯、害怕，不愿向前走。失去了前进的动力，生活无形中就沉甸甸的了。“世上无难事，只怕有心人”激励了无数人奋勇向前，他们把重重阻碍的绊脚石当做前行的动力，善于将苦难转化为希望的曙光，给自己带来光明“假如给我三天光明”的海伦·凯勒微笑了，盲聋哑重燃了她的赫赫业绩;“与其早点死，不如精彩活”的刘伟微笑了，双臂残疾也能重鸣天籁;“孩儿立志出乡关”的毛泽东微笑了，家窘亦可创造新中国;马丁·路德·金微笑了，种族歧视冲破黑暗，黑人民族迎接

光明！

而当人心态超脱时，更需要微笑。崇祯皇帝虽是亡国皇帝，却不是昏庸无能之辈，他十七岁从明熹宗皇帝手上接过千疮百孔的大明王朝。崇祯并不玩物丧志但兢兢业业、事必躬亲，十分干练地解决了魏忠贤和他的集团，崇祯勤勉贤能，但他过高估计了自己的政治才能，错杀了赤胆忠心的袁崇焕，从而将明朝和自己推向毁灭的深渊。崇祯不会想到：“微笑”在成功面前是淡然，是对未来的势在必得，顺风顺水的生活没有微笑的处之泰然倒成终生愁悒。

所以说，微笑便是自我释放和超越，自我警励和简单。晒一晒阳光吧，不论悲与乐，让微笑成就一个卓然世俗的自我，让微笑还我们最本真的快乐，让生活的亮色永不消退！

谢谢大家，我的演讲完毕！

微笑面对生活的演讲稿篇八

微笑面对你身边的一切。。失败是一道菜，一道难以下咽的苦菜，但你要把它吃下去。当朋友离你而去，当苦苦追求的梦想屡受挫折，你便知道了人间的苦涩。你徘徊，你失落，甚至想死，但你还是不想放弃，很不甘心。同时，你也会意识到，失败不过是酸甜苦辣的人生中的一碟小菜。

凡真正大的智慧，往往源于失败的教训。古今中外，大多数成功者都经历过失败，可贵的是他们的勇气。马克·吐温经商失意，弃商从文，结果一举成名。

因为他曾经微笑面对过失败。

巴尔扎克说：“世界上的事情永远不是绝对的，结果因人而异，苦难对于天才是一块垫脚石，对能干的人是一笔财富，对于弱者是一个万丈深渊。”我们要在失败中吸取经验教训，

体会方法，思考原因，这样，我们才会变地成熟，才会成功。

如何面对失败?微笑着面对失败，失败并不意味着什么，失败只表明你需更加努力。

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!”他从容地走进街头小贩的行列叫卖三明治。一年后，他东山再起。

然而他微笑面对了失败，他重生了。

失败是一道靓丽的风景线，是经受夭折的玫瑰。遭受台风的果园虽令人无奈，但它却有无限的幽香。失败是枫叶，虽然被秋风扫落，却被热血渲染。失败是成功路上层层的山峦，汹涌的浪涛，你只有走过沟坎，才会到达成功的彼岸。

微笑着，去唱生活的歌谣。不要抱怨生活给予太多的磨难，不必抱怨生命中有太多的曲折。大海如果失去了巨浪的翻滚，就会失去雄浑，沙漠如果失去了飞沙的狂舞，就会失去壮观，人生如果仅去求得两点一线的一帆风顺，生命也就失去了存在的魅力。

微笑着，去唱生活的歌谣。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层层叠叠地打开：蓝天，白云，小桥，流水……潇洒快活地一路过去，鲜花的芳香就会在你的鼻翼醉人地萦绕，华丽的彩蝶就会在你身边曼妙地起舞。

微笑着，去唱生活的歌谣。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，弹奏从容的弦乐，去面对挫折，去接受幸福，去品味孤独，去沐浴忧伤。

微笑的我们，要用微笑的力量，去关照周围，去感化周围，去影响周围，直到每一个人的脸上都挂起一片不落的灿烂。

是的，我们微笑着面对生活带给我们的一切。

微笑面对一切，那一切的一切都将会变的美丽，因为你曾经微笑面对过。