# 最新五分钟脱稿演讲青春 青春演讲稿五分钟(实用13篇)

来源：网络 作者：雾花翩跹 更新时间：2025-06-16

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧五分钟脱稿演讲青春篇一尊敬的老师们，亲爱的同...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**五分钟脱稿演讲青春篇一**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

曾经的我相信命运，觉得命运是修订了的，谁也无法改变。曾经的我看错了世界，却坚持着说世界欺骗了我。曾经的我固执着去改变某一真相，麻木地相信虚假的世界。也许，我真有那么傻，傻到不肯淡忘伤心记忆，傻到不去追求梦想。可那是曾经，我的脚步不会停留在起点。我将会把目标定在遥远的未来。

现在的我与幸福重逢。虽然我在世界把我遗弃在最黑暗，最窄小的角落。我知道这是暂时的，时光在走，年轮在转动，我在成长，在蜕变。我一直想褪去我这一身的骄傲，不想接受这样的我。

现在，比以前更在乎以前。有一个深深伤害的我的人，她不在乎她伤害了我。我只是把那个秘密隐藏在心中，因为我在在乎她，不想让她消失在我的生命里，更不想让她消失在我的生命里，更不想在彼此心中多一点伤疤。

有一个闯入我世界的离开我，就在我快要忘记时，又霸道地出现，我无法选择，不敢选择，我怕我做的决定是错的，怕我再次面对残忍的现实。我终究选择了逃避，当她来了，我又走了。我沉思着，这就是现实吗?这就是我成长的蜕变了。

我一个人倚靠在窗边，想着不该想的却忘了不该忘了。

一年就分四季：春、夏、秋、冬。一生也就分为三天：昨天、今天、明天。我是领悟了这个世界就给我的难题，但我没有看透这世上要蜕变的规则。我不懂时间如水流过般飞快的格式。我只是明白，成长是慢慢告别眼泪，是学会放手与追求。成长的蜕变是痛，是破茧成蝶的痛，是丑小鸭经历冷嘲热讽后变白天鹅的痛。

**五分钟脱稿演讲青春篇二**

尊敬的各位领导、各位评委：

大家好!

我今日演讲的题目是：《青春在梦想中飞扬》。

我，是一名青年律师，站在那里，我的背后有20万中国律师的身影!我，是一名青年律师，站在那里，我的面前是一百年中国律师的荣光!

4年的大学生活，经邦济世、智识无涯使我迈入了法律的殿堂!3年的律师经历，诚信卓着、仗义执言则更加坚定了我执业的信念!

曾几何时，当我遇到困难，我没有气馁，当我取得成绩，我不敢骄傲，我明白，作为一名律师，务实、真干，才能不断成长，专业、守业，才能不断提高!我认为：青年律师的成长，不仅仅要有专业知识的积累、执业技能的提高，还要有优秀的职业道德和诚信的职业品质!不仅仅在工作中尽最大程度维护当事人的合法权益，同时也要担负起时代赋予我们的使命和职责!我同时也认为：青年律师要有三心，但决不能二意!

我们要有一颗坚定的心!著名歌者汪峰在歌曲中唱到：再见，青春。再见美丽的疼痛。再见青春。永恒的迷惘。我相信在座的青年律师朋友都感同深受!我们毕业了，我们迷惘了!我们选择了，我们疼痛了!可是，“为什么我的眼里常含泪水，是因为我对这份职业爱得太深沉。”不做律师，不曾体会律师的辛苦和劳累，做了律师，却根本不是大家所看到的光鲜和亮丽!可我始终坚信：不怕司法考试的艰难，就不应怕初入律师行业的窘困!因为：坚持成就梦想!信念续航未来!

我们也要有一颗感恩的心!青年律师都期望快速成长!而成长则离不开前辈的悉心指导，离不开同事、同行的热心帮忙，所以，沿着前辈的足迹，我们才能有所创新!继承前辈的精神，我们才能走的更远!而同事、同行，则更多的是我们成长路上不可或缺的伙伴，“众人拾材火焰高”，团队合作是律师行业未来的发展方向!“常怀感恩心，永记帮我人!”

我们还要有一颗职责的心!当我看到当事人期待的眼神时，当我紧握当事人感激的双手时，我的理解是：这不仅仅是一份职业，它包含了更多的社会职责!当我们为人大代表和委员供给法律服务时，当我们参与公益诉讼和供给社会法律援助时，我的理解是：这不仅仅是一份职业，它包含了更多的时代使命!

没有悔意，不要怠意!既然我们选择了这份职业，我们把最好的年华伴随客户和当事人一齐走过!我们就不应再抱怨，也不能再徘徊，我们应当热爱我们从事的这份职业，我们不要奖项!客户的口碑和当事人的感激就是对我们这份职业最大的褒奖!20年后，回头看看今日蹒跚的步履，稚嫩的语言，我们必须不后悔选择了这个职业!

让青春在梦想中飞扬吧，从每一位客户开始，从每一个案件做起!让青春在梦想中飞扬吧，从此，我相信：我们青年律师的生活必须会更加精彩!

**五分钟脱稿演讲青春篇三**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我们总希望抓住自己的青春时光收获一些果实，哪怕只是小小的成功。但面对眼前的事实，我们却又常常只是哀叹。运动会来了，我们叹自己没有运动细胞;艺术节近了，我们叹自己没有表演天赋;校报的投稿箱每天摆放同一个位置，我们却又害怕把自己的文字投入其中;班委要竞选了，我们又叹自己没有组织管理的才干。我们总是犹豫不决，我们害怕自己没有能力，害怕自己被人取笑。但当别人先一步夺取了一个个机会而且成绩斐然时，我们却又追悔莫及。在羡慕之中我们也只能把自己的掌声献给别人。

难道我们就不会希望听到别人为自己喝彩吗?那些站在领奖台上的人，是否真的比自己强很多呢?其实大家都是一样的。只是他试过了，他便证明了自己的实力，而我们犹豫了，于是便只能躲在角落里，恨世道不公，恨伯乐不存。

曾有人说过：“弱者丧失时机，庸者坐待时机，智者把握时机，强者创造时机。”难道我们愿意将“弱者”或“庸者”的名称永远冠名在自己的头上吗?当然不是!我们没有必要叹息机会的寥寥，其实机会无处不在;我们也无须卑怯于能力的缺乏，其实我们并不比别人差。我们需要的是树立信心，把握机遇。我们可以明明白白地告诉自己：运动场上缺少的正是我的点缀，艺术节的舞台上需要的正是我的风姿，报社里等待着也许正是我的稿件，这一次我走上讲台，班委会里也许便有了我的一席之地。当然，我们不可能总获得成功，但我们可以在锻炼中进步。也许我们听不到别人的掌声，但只要试过了，我们完全有理由为自己献上最精彩的掌声。

同学们，我们必须以百倍的精力投入学习之中，但与同时，我们还应该树立起自己的信心，抓住每一个适合自己的机会，使青春的日子更加熠熠生辉。等到四五十年后的那一天，当我们再回忆起这些日子，我们便可以微笑着对自己，也对别人说：“我的青春，无怨无悔!”

文档为doc格式。

**五分钟脱稿演讲青春篇四**

演讲稿。

而苦恼呢，及时雨本站小编为你整理了几篇致青春的五分钟演讲稿，快来收藏吧。

青春，本就应该灿烂在红旗下——。

临近六月，时光变得匆匆，脚步亦变得匆匆。轻声哼唱的旋律，渐行渐远了。我们可以看得见日出，观得了日落——他们都在奋斗着，日日不休。这是个安静的季节，长廊不在熙攘，就连操场上都只有稀稀落落的几个人，五月的阳光照在教学楼下的水泥地上，明晃晃的白，白到空荡荡。

中考前的复习往往是枯燥的，我怀着一腔热情去面对它，又不得不认识到它乏味无趣的本质。从激动到紧张，再将这一股冲劲慢慢消耗殆尽，变为无奈。有机械性的做一张又一张的试卷，是最后一点小情绪也化为麻木。是新鲜感消失?还是我根本没有持之以恒的精神?不，都不是，这是灵魂的缺口。一味的拼搏，却忘记了初衷，忘记了最初的梦想。

穿起深绿军装，不论站定军姿，还是流汗长跑，亦是迈开正步，大喊一二的。

口号。

向前走去，都无不体现出我中国军人的不凡风采。这，就是我的梦想——当一名中国解放军。那个梦原来是那样的清晰，我仿佛能够看到军人们手持钢枪，奋战沙场，抛头颅，洒热血，保卫我们所热爱的祖国。我想不出没有什么工作比军人更加庄严，更加神圣。我的血液奔涌着那个期盼成为一名军人的渴望，如此强烈，迸发而出，照亮我的整个世界。像个军人那样，为国家奉献自己的一生时光乃至生命，让它成为我的使命，我的生命。曾经如此的不可或缺，而现在这个梦，我似乎忘却了的，那张写满字的理想宣言积了厚厚的尘土，我是否该向梦想说声抱歉?在匆匆中不小心模糊了它的模样。

这个梦，我从深记念到敷衍。对于目标，我开始抱怨，开始厌倦，开始逃避，我不再快乐，甚至不再向往。难得有时间，让我得以空闲放下身心好好考虑自己的未来，重拾自己的梦想。信纸上写写划划，梦想终于又被重新勾勒出了模样。我开始奋斗，开始拼搏，像当初的我那样，大跨步的向目标走去。这次，我会将梦想记牢。

早晨最能带给人以希望，朝阳最能带给人以向往。周一的阳光，充满朝气暖意洋洋，那光透过枝桠，被剪得细细碎碎，扑打到献旗的道路上，绘作点点繁星，时隐时现。献旗的人将国旗交至下个人的手中，当红旗冉冉升起，全体同学肃目注视，安静得只剩下义勇军进行曲的旋律。——他们和我一样，用梦想的手创造出一个属于自己的青春。那青春，闪烁在红旗照耀的大地上。

谁的颜容，为谁清晰。

谁的眼泪，为谁哭泣。

谁的玉簪，为谁拾起。

谁的烛光，等到晨曦。

谁的手绢，被谁丢弃。

谁的心里，泛起涟漪。

谁的青春，为谁肆意。

谁的笔墨，为谁回忆。

有谁曾与玩伴争论过，月亮是跟着自己走的，彼此各朝一边走，然后说月亮在自己的那边。那时我们谁也不知道。无论我们从哪个角度看，都有月亮。

有谁听过“月光光，照四方”的老歌。依稀记得，那时流浪的人很多，于是就有了那么一首闻者落泪的《流浪歌》“走啊走啊走啊，走过了多少年华。”只是太年幼不懂词意，只是模糊的记下了点催人泪下的旋律。

那一切，都已不可再觅。

切断稚气，你，是不是多了几分顾忌，是不是多了几分冷漠，是不是多了几分无奈…。

有时觉得，挺敬佩那些垂暮之人，他们可以渐渐淡忘一切，可以对自己说，我的一生就这样过了，平静，安祥，然后健忘，像童年一样甚是烦人的脾气。只是少了几分活力与好奇，多了几分孤独与倦意，对这个世间。

然而，我们的童年一去不回，我们的暮年遥不可及。

但是，我们拥有最炫烂年华——青春。

我们在青春肆意追求梦想，而梦想不曾走远，只是它爱的是现实。你的情敌很残忍，而在你的青春里，你却只能忍。你会饱受折磨，看着你的爱，渐渐冷冰，但这一切不会结束，只要你活着。为了反抗，我们在青春里不懈的挥洒汗水，偶尔暗自落泪。但要知道，真正属于你的，不曾走远!我们的奋斗，我们的拼搏，我们与现实的抗争，虽不会结束，但会有结果。可能你暂时被它所磨合，但只要你的骨子里存在着不屈，有朝一日，哪里有压迫哪里就会有反抗。谁屈服于命运，谁就会成为命运的傀儡。你紧握双手的斗志就可以改写命运。

为了你的所爱，为了你的梦想，你心中深深种下坚持的信念，一个字，等。守得云开见月明。厚积薄发。

15岁，我们把它称之为花季。

抬头仰望天空，触摸着阳光，嘴角洋溢着最幸福的微笑。在阳光下的草地上奔跑，欢笑，挥洒着青春的汗水。大声喊我爱你!15岁，勇气。推开窗看天边正在飞翔的鸟儿，多么自由。大声呼喊我爱你!15岁，勇气。

曾经像玫瑰一样带着刺，但还是那么高贵优雅。放心，大胆地把青春走完!

16岁，我们把它称之为雨季。

在雨季里，与闺蜜淋雨，或许这也是一种幸福。在雨季里，望望他的脸庞，或许这也是一种幸福。在雨季里，大声哭泣，或许这也是一种幸福。

坐在操场的长椅上，怀念那些美好时光。怀念曾经的曾经我与你们一起恶作剧。怀念以前的以前你们与我一起怀念青春。或许以后的以后我们不在是朋友，或许以后的以后我们不再怀念，或许以后的以后我们不再有纯净的笑容。16岁，怀念。

青春不管是花季还是雨季，在朋友前，闺蜜前展现出的永远是真实的自己。恋爱你们陪我笑，失恋你们陪我哭。为什么?你说，傻丫头，因为我爱你啊!因为你哭了啊!有你不需要爱人!

偷偷的诉说给你听我爱上一个男孩，偷偷的诉说给你听那天你喝醉了，很可爱，偷偷的诉说给你听那天我们大声歌唱，偷偷地诉说给你听那天分别时你哭的很悲伤啊。“如果离世界末日只剩下5个月，我们们还会在一起闹。如果离世界末日只剩下5天，我们还会在一起闹。如果离世界末日只剩下5天，我们还会在一起疯。如果离世界末日只剩下5小时，我们还会在一起笑。如果离世界末日只剩下5分钟，我们还会在一起玩。如果离世界末日只剩下5秒，我们还会在一起回忆。”

青春，自己选的路跪着走也要把它走完啊!青春，不放弃!

致青春!

**五分钟脱稿演讲青春篇五**

各位老师（同学），大家好！

我今天演讲的题目是《青春的价值》。

青春，流露着浓浓的诗情画意；青春，散发出淡淡的幽香含情。青春里拥有难以忘怀的篇目，也有不堪回首的章节。对拥有青春的你，我将送你一句话：青春是生命之晨，是日之黎明，要珍惜自己的青春，不要轻言放弃，让你的青春绽放出一样的光彩。

不知道大家有没有听过这样一则故事：一个平时游手好闲的年轻人梦见自己随着时光流逝变成了白发苍苍的老人，等他醒悟到自己一生碌碌无为时，却已经后悔的太晚了。于是他痛苦地仰天大喊：“青春！回来吧！回来吧！我的青春！”这一喊把他从梦中惊醒，他暗自庆幸自己还没有沦落到那种地步，从此便奋发图强了。

这则故事告诉我们：每个人都要珍惜青春，因为，青春逝去就不再回来了，等到你后悔的时候，已经无法挽回。

每个人都经历过青春，相信在你的青春中也有那么一段令你值得回忆的。但是，你是否可以毫不犹豫的说：我没有辜负青春！我想那并不是一件简单的事。如今，我们的青春就在眼前。那么，处在这黄金时代的我们，该怎么办呢？是随波逐流，得过且过，还是争分夺秒开拓奋进？我想，只要稍有头脑的人，谁都会选择后者。诚然，人生能有几回搏？也许有人会这样想：花有重开日，人无再少年。此生难得有这个好机会，何不无牵无挂地快乐一阵子，来个“今朝有酒今朝醉”呢。然而，你可想过：一失足成千古恨，再回头已百年身。奥斯特洛夫斯基的《钢铁是怎样炼成的》这部名着中有这么一段话：生活赋予我们一种巨大的和无限高贵的礼品，这就是青春：充满着力量，充满着期待、志愿，充满着求知和斗争的志向，充满着希望和信心的青春。

青春犹如繁星烁烁，瞧！它正诉说着一个动人的故事：一九九八年，中国发生一场非同寻常的战斗——自然与人类的战斗！在战斗中，人民的子弟兵——被誉为最可爱的人，他们大多处于如花似锦的青春时代，为了祖国人民，他们奋不顾身、毫不犹豫地将人生最宝贵的生命奉献给人民，使青春焕发异样的光彩。

人人都知道：迷人的彩虹出自大雨的洗礼，丰硕的果实来自辛勤的耕耘。朋友，今天我们正处在优胜劣汰竞争激烈的时代，前有师长掌航，后有父母加油，可谓“天时地利人和”。我们必须像海绵吸水一样，在学习上永不知足。面对挑战，我们怎能被一些挫折和失败所吓倒呢？让我们好好地把握住青春，学那穿云破雾的海燕去搏击八方的风雨；学那高大挺拔的青松去经霜傲雪。只有如此，才能在你的青春谱下无怨无悔的一页。

同学们，我们既被称为朝阳，就理应拥有光彩照人的青春。青春，短暂而珍贵。请爱惜青春吧，别让它过早流逝；为它自豪吧，切不要虚度光阴，它毕竟是我们一生中最光辉的时刻！

我的演讲完了，谢谢！

大家好！

青春的脚步如行云流水，青春的岁月容不得些许浪费。青春又是漂亮的，她布满活力、拼搏和执着，无论你从事什么样的职业，处在什么样岗位，我们都应该激情的面对生活，让激情之火在你的生命中、事业中燃烧。

旅游业在国际上被誉为“朝阳产业”，我国的旅游业也已发展成为国民经济性支柱产业。因此，她更需要有朝气蓬勃、创新进取的青年朋友参与到其中，用自己如火的青春点燃这发展迅速、生气无限的旅游事业。山青水秀，环境幽雅，景色迷人，被誉为“京郊明珠”、“北京的后花园”。旅游事业也是蒸蒸日上，发展迅猛。作为一名大学生志愿者的我，怀着志愿服务、锻炼成材的目的来到了旅游局。初到这里，一切对于我来说都是生疏的，生疏的环境，生疏的人群，生疏的工作。

但一切又都是那么的熟悉，熟悉的笑脸，亲切的言语，使我仿佛又回到了那个熟悉、暖和的大家庭。在这里，我如久旱的小草碰到甘露般汲取着知识、收获着经验。那不仅仅是业务上的知识，还包含着社会经验和人际交往的技巧。这些都是我们步入社会所要具备的，但也正恰恰是初出校园的我们我们所欠缺的，急需把握的。在综合科，我经常去收发一些传真，接听一些电话，这些看似简单、琐碎的工作，却大大提高了我与人交流、沟通的能力。在旅游局工作的半年里，在领导的耐心教导，同事的关心与帮助下，我从一个最初连电话都接不好的学生逐渐成熟起来，做起事情已不再向从前那样毛毛躁躁，毫无章法。一年的志愿服务虽然很短暂，但我不会让这短暂的时光在我的生命中虚度，我会尽力去完成交给我的工作。因为我知道，在我付出劳动的同时，它将回馈给我一笔不菲的人生财富，这笔财富将成为我以后成长、进步的一个契机。

此时，我们要用我们的聪明和勇气扬起理想的风帆，用我们的青春和生命奏响时代的强音！当我们抛弃了迷茫，把握了航向；当我们勤字当头，不懈摇桨，成功的闸门会向我们敞开，美好的时刻终将到来。我们要用青春的画笔在人生的画卷上留下绚丽辉煌的一页。未来不是梦，而今天，把握在你我手中。我们要用今天在手的青春，让她在旅游事业中闪光、发亮！

**五分钟脱稿演讲青春篇六**

青春是美丽的，但是你不努力是颓废的话，青春就不美丽了就是丑陋的，我给大家整理了青春励志演讲稿五分钟，欢迎阅读。

你学习一般， 考上了现在的这个学校， 成绩不算好， 拿不到校奖国奖， 自习不规律上课不常听， 考试全靠突击， 同学帮一把也能考到七八十分。

这篇文章很励志。

赶紧看看吧! 你家境一般，父母都是普通员工，在这个城市一个月生活费一千二，没事下下馆子，一个月添一件衣服， 想买台相机要等几个月，经常要咬咬牙才能买双自己喜欢的鞋。

你特长一般，不会吉他不会钢琴不会跳舞不会画画，想学摄影却不会 ps，想上台演出却没信心，学校晚会 比赛的时候，你经常站在台下的人群里而不是台上的聚光灯下。

你长相一般，不算英俊或者不算美丽，身材不算臃肿但是也没什么肌肉或者没什么曲线，平时只是稍稍打 扮一下，容貌看上去并不出众，只能算整洁，你开玩笑的称自己是千万屌丝之一。

大家上午好!今天我发言的题目是《用智慧开启智慧之门 用勤奋开辟成功之路》。

同学们，你可还记得第一次背起书包走进学校的情景?可还记得打开第一本课本、学写第一个字的喜悦与新奇?那踏进校门的一小步，却是人生的一大步。

人生的探索之旅由此启航，我们以智慧为帆，勤奋作浆，开始驶向 那无比浩瀚的知识海洋!

我们的学校，是知识的宝库，是文化的走廊，是师生的乐府，更是人才的摇篮。

狄更斯说过，“我所收获的，是我种下的。

”每个人都有机会成为有才能的人，就看你去不去争取这个机会青春励志演讲稿5分钟范文青春励志演讲稿5分钟范文。

常用的钥匙最光亮，才能来自勤奋学习，历史上不是有无数人用自己的行动在证明这句话的可信吗?苏秦为了督促自己勤奋学习\"头悬梁锥刺股\"的故事,留下了千古学习的美名.匡衡为了学习,\"凿壁偷光\";车胤为了学习,\"囊萤映雪\";杨时为了学习,\"程门立雪\"等等.他们无一不是由勤奋加智慧获得了超越自身的成功。

知识改变命运，真知影响人生。

你是否也渴望像他们一样，以勤奋去获取知识，提高你的才能，改变你的人生?

正如郭沫若先生所说：“勤奋和智慧是开启成功大门的钥匙”。

今天的我们应谨记他的话，放飞自己的青春，用勤劳的汗水铺就未来的成功之路。

也许我们已经输在起跑线上，但决不能再让自己输在终点

后天的努力可以弥补先天的不足，珍惜现在的每一刻，努力获取知识。

不断提高自己;而七年级的我们也千万不要放松，我们现在的努力是在为以后的学习打下坚实的基础，只有地基打牢了，房子才会盖得更高青春励志演讲稿5分钟范文演讲稿。

同学们，无论我们处在哪个学习阶段，我们都应该努力，抓住这段易逝的光阴 ，好好把握，将知识这闪光的宝石紧紧握在手中。

每一次的成功都要付出艰辛和努力，要想取得成功就必须付出代价。

正如冰心所说：“成功的花儿，人们只惊羡它现时的明艳，却不知当初它的芽儿，曾浸透了战斗的泪泉，洒遍了牺牲的血雨!”的确，不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻香?我们正处于学习的黄金时代，大好韶华，岂能让光阴虚度?人生能有几回拼搏?人生能有几个花季?过去的就无法改变了，所谓黑发不知勤学早，白首方悔读书迟，就是这个道理。

只有勤奋求知、拼搏进取，我们才能奏响青春之歌的最强音!

同学们，只要我们树立远大理想，脚踏实地刻苦学习，不懈探索，就一定能用辛勤和汗水铸就美丽人生!让我们努力学习，从我做起，从今天做起，让勤奋的汗水浇开知识之花!让智慧之光照亮我们的心田!我们用拼搏书写一个无悔的青春!

这段关于20岁青年人如何看待人生的演讲引起了许多ted粉丝的讨论，来自tedx组织团队的david webber就说：meg指出最重要的一点便是青年人需要及早意识到积累经验和眼界，无论是20岁还是30岁，都是有利自己发展的重要事。

”30岁不是一个新的20岁，生活决定权在于你自己。

记得见我第一位心理咨询顾客时，我才20多岁。

当时我是berkeley临床心理学在读博士生。

我的第一位顾客是名叫alex的女性，26岁。

第一次见面alex穿着牛仔裤和宽松上衣走进来，她一下子栽进我办公室的沙发上，踢掉脚上的平底鞋，跟我说她想谈谈男生的问题。

当时我听到这个之后松了一口气。

因为我同学的第一个顾客是纵火犯，而我的顾客却是一个20出头想谈谈男生的女孩。

我觉得我可以搞定。

但是我没有搞定。

alex不断地讲有趣的事情，而我只能简单地点头认同她所说的，很自然地就陷入了附和的状态。

alex说：“30岁是一个新的20岁。

”没错，我告诉她“你是对的”。

工作还早，结婚还早，生孩子还早，甚至死亡也早着呢。

像alex和我这样20多岁的人，什么都没有但时间多的是。

但不久之后，我的导师就要我向alex的感情生活施压。

我反驳说：“当然她现在正在和别人交往，她现在和一个傻瓜男生睡觉，但看样子她不会和他结婚的。”

而我的导师说：“不着急，她也许会和下一个结婚。

但修复alex婚姻的最好时期，是她还没拥有婚姻的时期。”

这就是心理学家说的“顿悟时刻”。

正是那个时候我意识到，30岁不是一个新的20岁。

的确，和以前的人相比，现在人们更晚才安定下来，但是这不代表alex就能长期处于20多岁的状态。

更晚安定下来，应该使alex的20多岁成为发展的黄金时段，而我们却坐在那里忽视这个发展的时机。

从那时起我意识到，这种善意的忽视，确实是个问题，它不仅给alex本身和她的感情生活带来不良后果，而且影响到处20多岁的人的事业、家庭和未来。

现在在美国，20多岁的人有五千万，也就是15%的人口，或者可以说所有人口，因为所有成年人都要经历他们的20多岁。

我专门研究20多岁的人，因为我坚信这五千万的20多岁的人，每一个人都应该去了解那些心理学家、社会学家、神经学家和生育专家已经知道的事实：你的20多岁是极简单，却极具变化的时期之一。

你20多岁的时光决定了你的事业、爱情、幸福甚至整个世界。

这不是我的看法。

这些是事实。

我们知道80%决定你生活的时刻发生在35岁之前。

这就意味着你生活的重要决定、经历和突然的领悟，有八成是在你30多岁之前发生的。

那些超过40岁的朋友不要惊慌，我想这群人会没事的。

我们知道职业生涯的前10年，对你将来的收入有重大影响。

我们知道到了30岁的时候，超过半数的美国人会结婚，或者和未来的另一半同居或者约会。

我们知道人在20多岁的时候，大脑停止第二次也是最后一次重组，以适应成年世界的快速发育阶段。

这就意味着不管你想怎样改变自己，现在是时间改变了。

我们知道在20多岁的时候，性格的改变多于生命中任何时期。

我们也知道女性的最佳生育时期，在28岁的时候达到顶峰，35岁之后生育变得困难。

所以你的20多岁正是了解你自身和选择的时期。

**五分钟脱稿演讲青春篇七**

亲爱的老师，同学们：

大家好!

尊敬的领导，敬爱的评委、亲爱的同学们：

大家好，我叫xxx。今天我演讲的题目是《让青春轻舞飞扬》。

没有千里之风，我们是一只轻盈的雨碟，用自己稚嫩的翅膀收扩八方风云;没有垂云之翼，我们是一只轻巧的海鸥，用自己光洁的羽翼搏击万里苍穹。飞得更高，所以看得更远，在湛蓝的苍穹，我们自由翱翔;在华丽的舞台我们轻舞飞扬!

青春是一本太仓促的书，书中有我们年轻的诗。作为青春的一代，我们有时未脱稚拙，为赋新词强说愁;有时意气奋发，粪土当年万户侯。趁着书生意气挥斥方遒。环宇碧落，我们只是投入大化的一抹尘埃;然而，千千万万的我们汇在一起，便是东方的红霞，映射着太阳的光辉。昂起少年的头，我们澄澈的双眸是那样渺小，但却能倒影整个宇宙!看得到想得到，我们才能做得到。心灵飞得多远，我们的青春才能行的多远。征途绵绵，需我新人昂首阔步;环宇浩浩，任我青年振翅高飞，怀着一份信念我们才不会停止飞翔，背起一份责任，我们才不会被乱风吹偏了方向。眼下，风正急，路正远。在这展开双翼的时节，让我们凌空展翅、掠羽高翔!

青春是人生一道洒满阳光的风景，是一首用热情和智慧唱响的赞歌。人世间有许多东西失去了还可以得到，唯有青春，对任何人来说都属于一次性消费，而且是易耗性消费，只道是白驹过隙、更道是高堂明镜悲白发，朝如青丝暮成雪。青春是一笔财富，我们拥有青春，这便是追求理想最宝贵的财富，没有梦想，没有追求的青春怎么叫青春?没有彷徨，没有执著追求的青春怎么称为青春?起点时固然有雄心壮志，终点处固然金光灿烂，但是当生活一步步将理想的锋芒磨平，那雄心壮志不照样会烟消云散吗?不要以为我们上学很苦，高尔基不是说过“苦难才是真正的大学。”还有一位伟人说“苦难是人生的必经之路”所以当你拥有了雄心壮志的时候，同时你也要张开双臂迎接苦难。

一代豪杰丘吉尔，这位百年才能诞生一位的演讲天才经过的是怎样的人生经历!大家或许只记得他那十分惨烈的成绩单，却不知道他那孤独的，几近夭折的童年。大家或许只记得他当海军大臣的荣耀，却不知道他从一名普通的骑兵到屡建奇功的战地记者、经历种.种九死一生的传奇经历。大家或许只记得他那压倒众人、极富煽动性的演讲，却不知道在成长过程中他每每被人嘲笑、讥讽、侮辱的时刻。甚至他那丑陋的长相，矮小的个子总被对手挂在嘴上。

大家或许也还只记得他出生在一个贵族之家，应该享尽荣华，却不知道丘吉尔家族从马尔巴罗公爵到伦道夫勋爵之时，温斯顿?丘吉尔青年时面临的窘境，等等。正因为丘吉尔经历的起起伏伏的政坛、坎坎坷坷的人生，才成就了他那句不朽的名言：“我能奉献的只有血和泪。”这句话确实充满了血和泪啊。它是由多少苦难积淀而成。也许有人说：我不想成为丘吉尔那样的大人物，那也请记住吧：梦想的高度与苦难的程度是成正比的。所以在起点处就请准备迎接苦难吧。其实追求梦想就像长跑，苦难则是人的生理极限，遇到他只要咬咬牙坚持一会也便“守得云开见月明”了!记住一句再普通不过的话吧：坚持就是胜利，相信付出就会有收获，因为“有志者事竟成，破釜沉舟，百二秦观终属楚;苦心人天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。”

青春是生命的深泉在涌动。青春气贯长虹，勇锐盖过怯弱，进取压倒苟安。我们拥有青春，就如朝阳永远向上;我们拥有青春，就如山溪不羁奔流;我们拥有青春，就如幼蝉破茧而出!朋友，请不要再为落叶伤感，为春雨掉泪;也不要满不在乎的挥退夏日的艳阳，让残冬的雪来装饰自己的面纱;青春是一笔不耐花销的财富，时光匆匆如流水，岁月如流不复回。岁月可使皮肤起皱，而失去热情，则使灵魂起皱。让我们洒一路汗水，饮一路风尘，嚼一根艰辛，让青春在生命中继续燃烧;握紧时代的轮舵、扬起理想的风帆，让我们的青春在广褒的人生之海轻舞飞扬。

我的演讲完毕，谢谢大家!

我的演讲完毕。

谢谢大家!

**五分钟脱稿演讲青春篇八**

事物的向往以及对人类苦难的同情。它们集合在一起组成了青春的责任。

年轻的心灵谁不向往美好!乱花迷眼，浅草没蹄，歌舞升平，繁华似锦，这仅仅是表象而已，真正的美好的事物在灯红酒绿的余光里;在最壮观的前景与最琐碎的细节里;在孩童心无旁骛的欢笑和老人弥留之时的泪光里。所以便有了这样的一群年轻人，他们放弃了城市的繁华，穿梭于山岭与溪涧之间，寄身于简陋的农舍中，在农村孩子的朗朗书声中激扬文字，在燕语呢喃的时节里指点江山，以此为乐，终不言悔。还有敬老院的如花容颜，孤儿所内展露的清澈笑靥。一切的一切都让人世间的纯美与温暖不断的扩大绵延，终于汇成大写的青春。

在我们的地球上有着许多忍受着饥饿的孩子，因无人赡养而被受压迫的老人，充斥暴力与血腥的国家，充满孤独与黑暗的世界，这正是对人类所憧憬的美好与安宁的无情嘲弄。灾难将我们吹向痛苦的大海，把人类逼到绝望的险滩。然而即使是在这样的情况下，也不会消磨青春的渴望。它在渴望着什么?它渴望着能够减少邪恶，能够救赎痛苦。虽然青春对人类苦难最为深切的同情也只是沧海一栗，但这丝毫不会影响它的顽强与坚持。“流血请自嗣同始”，早在两百多年前就有人道出了青春的责任与价值，只要怀着对人类苦难最难以抑制的同情，青春的心便不会后悔曾来过。

如果这三种情感能深植于我们的心中，带着青春特有的风华与张狂前行，铁肩担道义，挺起还不够坚实的胸膛，迈着已经稳健的步伐，与青春的责任同行。这样，世间一定会少一份黑暗与凄凉，多一份温暖与安慰，就象那暗夜中独行的皎皎月光。

朋友，你说是吗?

**五分钟脱稿演讲青春篇九**

敬的老师，亲爱的同学们：

大家好!时光匆匆，我们从一个满怀壮志的高中生，成为一名大学生，这期间虽然饱尝了山穷水尽疑无路的困顿，可丰富的大学生活又给我们带来了柳暗花明又一村的崭新境地，因为这里是我们攀登目标理想的新起点，这里也是我们积累知识阅历的新家园。今天，我的演讲题目是“我的大学，我的梦!”。

也许中学时期就已经读到或者听到许许多多关于大学生活的信息，有人说大学生活绚丽多彩的，也有人说大学生活是无聊空洞、浪费青春的。也许，后者更多一些。是的，其实，他们说的都是正确的，因为真实经历，他们才会那么说，这两者是不矛盾的。这是因为在大学里，有的人确实过得很充实、很开心，深深留恋这块他们认为是一辈子都无法重复的净土。也有的人，从一踏进校园就很失望，觉得一切都跟自己想像的不一样。从此浑浑噩噩混日子，最终醒悟的时候才猛然发觉，仿佛一夜之间，大学已经过去，随之逝去的还有自己宝贵的青春。记住，只有后悔大学混了几年的人，而不会有后悔上了大学的人。即使是那些在校时贬得他的母校犹如人间地狱的人，多年以后，回忆起大学时光，也往往会感慨万分，甚至泪流满面。不管你未来大学过得如何，至少你要时刻提醒自己:人生只有一个大学阶段。

在过去的旅途中，无论你是否拥有过欢笑，拥有过阳光，这都已成为永远的记忆，加上一把锁将它封闭起来吧!摆在我们面前的是，新的老师，新的同学，新的旅途，新的梦幻，新的生命正在破土而出，面对这一切，我们该怎么办。由于现实的残酷，我们将化身为一个个骑士，抹掉胸口上的创伤，擦掉昔日的荣耀，拿上我们的曾经的利器，整装待发，新学期的目标是我们新的征途的开始!

梦想是我们通往成功的地图，只有付出了行动，迈出我们坚实的步伐，才能让我们到达成功的彼岸。确定我们的目标，就要为了他努力拼搏。志当存高远!我们要立长志不要常立志。

人生的花季是生命的春天，它美丽，却短暂。作为一名大学生就应该在这一时期，努力学习，奋发向上，找到一片属于自己的天空。青年是祖国的希望，民族的未来。每个人主宰着自己的明天。

历史的重任在肩，我们责无旁贷。我们一定会勇敢地挑起肩上的责任，虽然前方会有巨浪滔天，但是也会有长虹贯日。让我们拿出“吹尽狂沙始到金”的毅力，拿出“直挂云帆济沧海”的勇气，去迎接人生中的风风雨雨!“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，我坚信一分耕耘，一份收获，学习的根是苦的，学习的果子是甜的。我们奋发努力、勇往直前，一定会迎来收获的那一天。希望几年后的今天，我们能够收获自己辛勤劳作换来的累累硕果。同学们，今天让我们在一起定下大学之约，让我们告别盛夏的流火，应承金秋的丰硕，用青春诠释我们曾经的誓言，用汗水锻造我们明日的辉煌。未来的日子我们将共同走过，我们有着共同的追求。

大学生活是多姿多彩的，但也需要我们去把握和深入体会。有人说：“平凡的大学生有着相同的平凡，而不平凡的.大学却有着各自的辉煌。”但，你可以选择平凡，但却不可以选择平庸;可以的话，相信谁都想不平凡。好了，我今天的演讲也到此为止了。最后，献上一句话给大家：“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索。”是的，送给我自己，也与大家共勉!

谢谢大家，我的讲话完毕。

**五分钟脱稿演讲青春篇十**

亲爱的老师，同学们：

大家好!

尊敬的各位领导、评委、同事们：

大家好!

我叫xxx，来自高新区xx管区，今天，很荣幸参加高新区群团办举办的建设高新城，为xx经济区发展添光彩的主题演讲，首先要感谢管委会的各位领导，给我们提供这次学习和交流的机会。我演讲的题目是《平凡的青春飞扬》。

年轻，有理想也有期待，青春在仿佛乡村的静谧与安宁中飘摇，却并未远离城市的繁华与喧嚣，我们依然保持追求理想的期望，不屈不饶。生活，不是缺少精彩，而是需要创造精彩。作为一名普通的管区工作者，为高新区经济与社会的发展贡献自己的一份力量是我们每一个人义不容辞的责任和义务，作为一个土生土长的河南人，能为家乡的发展贡献自己的一份微薄之力，又何尝不是一件很有意义的事情呢?目前正是建设高新新城、发展xx经济区的大好时机，我们应该立足本职，共同努力，以更加饱满的热情，以更加扎实的作风，投入到工作中来。

我们像所有人一样平凡。我们日日坚持的工作平常也很琐碎，但作为一名管区的工作者，我们所做的每一件事都有可能关乎到人民群众的切身利益，平凡与伟大本来就是对立统一的，平凡孕育伟大，伟大出自平凡。平凡是寂寥的荒原，孕育着崛起，只要你肯开拓;平凡是肥沃的泥土，孕育着收获，只要你肯耕耘;平凡是涓涓的细流，孕育着深邃，只要你肯积累。虽然，我们不能报以大志向如愿以偿的轰轰烈烈，驰骋疆场，但我们可以立于本职，兢兢业业。小草虽小，应该为充实辽阔草原的郁郁葱葱而骄傲;小我虽小，应该为成为投入高新新城建设的一员而自豪，因为我相信：在平凡的工作中也一样闪光!合抱之树，生于毫末;九层之台，起于累土;千里之行，始于足下。不积硅步，无以至千里;不积小流，无以成江海。只要我们从一点一滴做起，从身边的每件小事做起，如果我们能把每一件小事做到尽善尽美，那么我们就是伟大的。若我是水，愿为，若我是树，……我不去想是否能够成功，既然选择了远方，便只顾风雨兼程;我不去想身后会不会袭来寒风冷雨，既然目标是地平线，留给世界的只能是背影;我不去想未来是平坦还是泥泞，只要热爱生命，一切，都在意料之中!

同志们，管委将建设高新新城宏伟的蓝图已经绘就，嘹亮的号角已经吹响，建设高新新城需要你我的参与!我愿用我的激情，撞响思想解放的黄钟大吕;我愿做一个小小的音符，将我的青春溶入和谐社会的壮美旋律，谱写出建设高新新城的华彩乐章。就让我们以路漫漫其修远兮，吾将上下而求索的探索精神，以春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干的奉献精神，以长风破浪会有时，直挂云帆济沧海的豪情壮志，为建设富裕文明和谐秀美的高新新城而努力奋斗!

我的演讲完毕，谢谢大家!

我的演讲完毕。

谢谢大家!

**五分钟脱稿演讲青春篇十一**

下的沃土孕育了我们蓬勃的生命，年轻的我们，无怨无悔地选择了将青春奉献给这片深情的大地。

我们，用青春守护着这赖以生存的家园。耕地保护、土地规划、地籍测绘、国土资源调查、遥感动态监测，一个个美妙而生动的词汇，就这样溶入我们的生命,我们的青春，与国土事业紧紧相连。深入实际，是我们良好的开篇;调查研究，是我们工作的起点。爱岗敬业，是我们理智的抉择;勤奋忘我，是我们的工作准则。无数个日出和日落，青春的我们扛起信念的锄头，用虔诚去开垦这片沃土，播下一个个绿色的希望，不祈望湛蓝的天空能飘过七彩雨，只奢望晶莹的汗水能滋润干涸的麦田。

因为年轻，也许，我们尚显稚嫩，也许，我们不够成熟;也正因为年轻，我们在改革面前有闯劲，困难面前有韧劲，业务面前有干劲，学习面前有钻劲。青春的我们，认真而不敷衍，踏实而不轻浮，奉献而不索取，真实而不虚伪。面对时代的挑战，我们决不退缩;面对繁重的工作，我们决不推脱。我们年轻，富有旺盛的激情，富有神奇的构想，我们要把青春的活力化为创造的灵感，去感知时代的脉搏，去体现新时代的特征。

**五分钟脱稿演讲青春篇十二**

青春是一年的青春，青春是生命的春天。

——题记

有人说，青春是一本太仓促的书；还有的人说，青春是一杯品不尽的茶；而我觉得，青春是一条路，一条充满希望的路，尽管这条路上充满许多坎坷，但只要我们战胜它，这条路就会充满希望，充满未知的惊喜。

青春固然美好，但也容易流逝，青春中充满了未知数，我们要认真地走青春路，去感受它的美好。果戈里曾经说过：“青春之所以幸福，就因为它有前途。”青春的道路是无尽的，充满了希望，青春需要自己把握，青春路上的希望让我们燃起斗志。我们的青春路上会有许多东西阻挡着我们，但只要我们心中有希望便可以克服困难。

在青春路上也会有些十字路口，站在十字路口的我们很迷惘，我们不知道哪条路会到达成功的地方，但我们知道每条路都充满了希望，即使他们都充满了希望，但还需我们在那条路上付出自己的汗水和努力。鲁迅说过“人生的旅途，前途很远，也很暗。然而不要怕，因为这条道路上还有希望。”青春也是这样的，在青春的道路上也会有许多的困难，但在这些困难中也会有你可以看的见的希望。

我坚信青春路上充满希望，因为我在不久以后，将会站在青春路上的第一个十字路口去选择属于我的那条路，我现在看见那条路正在向我招手，那条路上充满了希望，但也会有许多坎坷，我相信自己能够克服那些坎坷。高尔基说：“青春是一个普通的名称，它是美好的，但它也是充满着艰苦的磨练。”是啊！青春虽然美好，但是也会有许多困难出现，这些困难是对我们的磨练，我们不能逃避，要学会勇敢的去面对。

在现在的青春路上，我们在为未来铺好垫脚石，我们用汗水来书写未来的蓝图，我们为未来而奋斗。苦尽甘来，所有付出都将是以你青春路上的希望，我们的青春路充满了希望。

巴金说过：“我始终记住：青春是美丽的东西，而且对我来说，它永远是鼓舞的源泉。”青春是鼓舞的源泉，因为青春路上充满了希望，这些希望会带给我们一些动力，让我们继续前行。

青春的道路上充满了希望，但是这些希望却需要自己去创造，去发现。青春是美好的，但也是短暂的，所以我们应该珍惜现在的时光，努力将它诠释的更美丽缤纷。

**五分钟脱稿演讲青春篇十三**

青春为梦想插上最有力的翅膀，那么，有着青春与梦想的你和我不要再犹豫，不要再退缩，勇敢地面对未来和自己的挑战，为了梦想的实现而奋斗，让青春谱写一曲无悔的歌。接下来为大家带来青春。

励志。

的

演讲稿。

五分钟。

亲爱的老师，同学们：

大家好!

尊敬的各位领导、评委、同事们：

大家好!

我叫xxx，来自高新区管区，今天，很荣幸参加高新区群团办举办的建设高新城，为经济区发展添光彩的主题演讲，首先要感谢管委会的各位领导，给我们提供这次学习和交流的机会。我演讲的题目是《平凡的青春飞扬》。

年轻，有理想也有期待，青春在仿佛乡村的静谧与安宁中飘摇，却并未远离城市的繁华与喧嚣，我们依然保持追求理想的期望，不屈不饶。生活，不是缺少精彩，而是需要创造精彩。作为一名普通的管区工作者，为高新区经济与社会的发展贡献自己的一份力量是我们每一个人义不容辞的责任和义务，作为一个土生土长的河南人，能为家乡的发展贡献自己的一份微薄之力，又何尝不是一件很有意义的事情呢?目前正是建设高新新城、发展经济区的大好时机，我们应该立足本职，共同努力，以更加饱满的热情，以更加扎实的作风，投入到工作中来。

我们像所有人一样平凡。我们日日坚持的工作平常也很琐碎，但作为一名管区的工作者，我们所做的每一件事都有可能关乎到人民群众的切身利益，平凡与伟大本来就是对立统一的，平凡孕育伟大，伟大出自平凡。平凡是寂寥的荒原，孕育着崛起，只要你肯开拓;平凡是肥沃的泥土，孕育着收获，只要你肯耕耘;平凡是涓涓的细流，孕育着深邃，只要你肯积累。虽然，我们不能报以大志向如愿以偿的轰轰烈烈，驰骋疆场，但我们可以立于本职，兢兢业业。小草虽小，应该为充实辽阔草原的郁郁葱葱而骄傲;小我虽小，应该为成为投入高新新城建设的一员而自豪，因为我相信：在平凡的工作中也一样闪光!合抱之树，生于毫末;九层之台，起于累土;千里之行，始于足下。不积硅步，无以至千里;不积小流，无以成江海。只要我们从一点一滴做起，从身边的每件小事做起，如果我们能把每一件小事做到尽善尽美，那么我们就是伟大的。若我是水，愿为，若我是树，……我不去想是否能够成功，既然选择了远方，便只顾风雨兼程;我不去想身后会不会袭来寒风冷雨，既然目标是地平线，留给世界的只能是背影;我不去想未来是平坦还是泥泞，只要热爱生命，一切，都在意料之中!

同志们，管委将建设高新新城宏伟的蓝图已经绘就，嘹亮的号角已经吹响，建设高新新城需要你我的参与!我愿用我的激情，撞响思想解放的黄钟大吕;我愿做一个小小的音符，将我的青春溶入和谐社会的壮美旋律，谱写出建设高新新城的华彩乐章。就让我们以路漫漫其修远兮，吾将上下而求索的探索精神，以春蚕到死丝方尽，蜡炬成灰泪始干的奉献精神，以长风破浪会有时，直挂云帆济沧海的豪情壮志，为建设富裕文明和谐秀美的高新新城而努力奋斗!

我的演讲完毕，谢谢大家!

谢谢大家!

亲爱的老师，同学们：

大家好!

尊敬的领导，敬爱的评委、亲爱的同学们：

大家好，我叫xxx。今天我演讲的题目是《让青春轻舞飞扬》。

没有千里之风，我们是一只轻盈的雨碟，用自己稚嫩的翅膀收扩八方风云;没有垂云之翼，我们是一只轻巧的海鸥，用自己光洁的羽翼搏击万里苍穹。飞得更高，所以看得更远，在湛蓝的苍穹，我们自由翱翔;在华丽的舞台我们轻舞飞扬!

青春是一本太仓促的书，书中有我们年轻的诗。作为青春的一代，我们有时未脱稚拙，为赋新词强说愁;有时意气奋发，粪土当年万户侯。趁着书生意气挥斥方遒。环宇碧落，我们只是投入大化的一抹尘埃;然而，千千万万的我们汇在一起，便是东方的红霞，映射着太阳的光辉。昂起少年的头，我们澄澈的双眸是那样渺小，但却能倒影整个宇宙!看得到想得到，我们才能做得到。心灵飞得多远，我们的青春才能行的多远。征途绵绵，需我新人昂首阔步;环宇浩浩，任我青年振翅高飞，怀着一份信念我们才不会停止飞翔，背起一份责任，我们才不会被乱风吹偏了方向。眼下，风正急，路正远。在这展开双翼的时节，让我们凌空展翅、掠羽高翔!

青春是人生一道洒满阳光的风景，是一首用热情和智慧唱响的赞歌。人世间有许多东西失去了还可以得到，唯有青春，对任何人来说都属于一次性消费，而且是易耗性消费，只道是白驹过隙、更道是高堂明镜悲白发，朝如青丝暮成雪。青春是一笔财富，我们拥有青春，这便是追求理想最宝贵的财富，没有梦想，没有追求的青春怎么叫青春?没有彷徨，没有执著追求的青春怎么称为青春?起点时固然有雄心壮志，终点处固然金光灿烂，但是当生活一步步将理想的锋芒磨平，那雄心壮志不照样会烟消云散吗?不要以为我们上学很苦，高尔基不是说过“苦难才是真正的大学。”还有一位伟人说“苦难是人生的必经之路”所以当你拥有了雄心壮志的时候，同时你也要张开双臂迎接苦难。

一代豪杰丘吉尔，这位百年才能诞生一位的演讲天才经过的是怎样的人生经历!大家或许只记得他那十分惨烈的成绩单，却不知道他那孤独的，几近夭折的童年。大家或许只记得他当海军大臣的荣耀，却不知道他从一名普通的骑兵到屡建奇功的战地记者、经历种种九死一生的传奇经历。大家或许只记得他那压倒众人、极富煽动性的演讲，却不知道在成长过程中他每每被人嘲笑、讥讽、侮辱的时刻。甚至他那丑陋的长相，矮小的个子总被对手挂在嘴上。

大家或许也还只记得他出生在一个贵族之家，应该享尽荣华，却不知道丘吉尔家族从马尔巴罗公爵到伦道夫勋爵之时，温斯顿?丘吉尔青年时面临的窘境，等等。正因为丘吉尔经历的起起伏伏的政坛、坎坎坷坷的人生，才成就了他那句不朽的。

名言。

：“我能奉献的只有血和泪。”这句话确实充满了血和泪啊。它是由多少苦难积淀而成。也许有人说：我不想成为丘吉尔那样的大人物，那也请记住吧：梦想的高度与苦难的程度是成正比的。所以在起点处就请准备迎接苦难吧。其实追求梦想就像长跑，苦难则是人的生理极限，遇到他只要咬咬牙坚持一会也便“守得云开见月明”了!记住一句再普通不过的话吧：坚持就是胜利，相信付出就会有收获，因为“有志者事竟成，破釜沉舟，百二秦观终属楚;苦心人天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。”

青春是生命的深泉在涌动。青春气贯长虹，勇锐盖过怯弱，进取压倒苟安。我们拥有青春，就如朝阳永远向上;我们拥有青春，就如山溪不羁奔流;我们拥有青春，就如幼蝉破茧而出!朋友，请不要再为落叶伤感，为春雨掉泪;也不要满不在乎的挥退夏日的艳阳，让残冬的雪来装饰自己的面纱;青春是一笔不耐花销的财富，时光匆匆如流水，岁月如流不复回。岁月可使皮肤起皱，而失去热情，则使灵魂起皱。让我们洒一路汗水，饮一路风尘，嚼一根艰辛，让青春在生命中继续燃烧;握紧时代的轮舵、扬起理想的风帆，让我们的青春在广褒的人生之海轻舞飞扬。

我的演讲完毕，谢谢大家!

谢谢大家!

亲爱的老师，同学们：

大家好!

青春，正值梦的季节，但迷惘与忧愁，掩盖了青春的真谛。

柔和的阳光从树缝间悄悄洒落一地，我扬起头总是努力回想着从前，将自己沉浸在漫无边际的回忆里，岁月中阳光清晰得正好，我却在眼前的迷雾中愈发迷惘。也曾想放声欢笑，最终总是哑然，只留下冰川般的沉寂。

无奈中，还是选择出门散散心。骑着脚踏车，我来到了一条河边。河水清澈，漾起了一道道水波，在阳光下，水面上波光粼粼。在这美景的熏陶下，我的心情有了一丝好转。

忽然，几缕洁白的绒花从我眼前拂过。那是什么?疑问划过脑海。低下头，我惊讶地发现，蒲公英结籽了。

细细观察，雪白的蒲公英中还有几缕金黄。这些还沉醉在花季的蒲公英花金灿灿的，给予人一种开朗的感觉，在黄与白的交汇中，我产生了一连串的思索。

蒲公英，由一片娇小的绿叶，慢慢长出细细的茎，直至开花、结果，它沐浴了多少风雨，流遍了多少血汗，然而它为的，仅仅是延续生命，传递希望，放飞梦想，让自己化身成数万的伞兵，抵达每一寸土地，留下自己的足迹。

刹那间，我意识到，蒲公英的成长，就像人的一生，经历了挫折，踏遍了坎坷，最终才追逐到自己的目标。再看我，遇到一点困难就低头。不，我不能这样，我要努力，就像蒲公英最初的那一片绿叶。

童年，是飞舞的伞兵;少年，是一朵灿烂的金色花;青年，是实现梦想，放飞心中的白色伞兵，在空中追逐，最终抵达目的地。

如果青春被墨汁染成了灰色，我绝不接受。蒲公英的绒花飘入我的青春梦，一切变得洁白而柔软。困难如何，就这样，怀着一颗积极向上的心，向未来突进吧!

青春，何尝不是一次试炼，而青春梦，演绎了不知疲倦的奋斗，绽放绚烂的未来!

谢谢大家!

尊敬的各位领导，朋友们：

大家好!今天我演讲的题目是《追逐梦想，放飞青春》。

万物萌发是春天的梦想，润物无声是流水的梦想，展翅翱翔是雄鹰的梦想。梦想，是永不言弃，努力拼搏的支柱。我们每个人，因为有了梦想而铸就生命的辉煌。

在卖火柴小女孩眼里，梦想是飘香的烤鹅，是奶奶温暖的双臂。在“杂交水稻之父”袁隆平的眼里，梦想是“水稻的茎秆像高粱一样高，穗子像扫帚一样大，稻谷像葡萄一样结得一串串”。

走过五千年文明，告别近百年屈辱，习为我们描绘了一个伟大的“中国梦”。这个梦想，是民族复兴的梦;这个梦想，是国家富强、人民幸福的梦;这个梦想，凝聚了几代中国人的夙愿，是每个中华儿女共同的期盼。

中国有梦，我们“盐官”也有梦。这里是观潮圣地，乾隆故里，千年古城美名扬。这里是软磁、五金基地，苗木之乡，化工电渡园区，这里是实现梦想的摇篮;这里是我们盐官人自己创造的奇迹。全面贯彻党的精神，深入实施“”规划，盐官人民团结一心，在镇党委政府的领导下，为着“特色产业强镇、生态文化名镇、平安和谐福镇”的“美丽盐官”梦想而努力奋斗着!看，建设美丽乡村，打造宜居家园，领导带头，全民参与，一派热火朝天的景象。没有占道经营的小摊、没有胡乱张贴的广告、没有恶臭满天的垃圾……街道变宽了、整洁了，河水清澈了，争创高级卫生城镇的梦想一步步照进现实。身为一个土生土长的盐官人，我十分自豪。

我是一名普通的小学教师，我的梦想又是什么呢?迎着朝阳，我走进校园，伴着落霞，我读书思考。我认真备课，设计教学，耐心辅导，爱心育人，因为我心中存着一个小小的教师梦。那一张张活泼天真的笑脸，一双双求知渴望的眼睛，却分明告诉我，我在做着一个大大的教育梦。也许我做得微不足道，但我深知“空谈误国，实干兴邦”，努力奋斗实现“我的梦”，忘我工作托起“教育梦”，让家长满意，助孩子成长，便是我执着的追求，永恒的梦想!曾有人问我：农村工作条件差、每天早出晚归不辛苦吗?你后悔吗?我坚定的回答，不，我不后悔。既然把青春安放在农村教育，就要把汗水挥洒在三尺讲台，把科教兴国的希望留在盐官这片美丽的土地上。20xx年，在坚守梦想中我一路走来。

朋友们，我们的梦想建立在中国这块热土上：青年的创业梦、学生的求学梦、农民的致富梦……你的梦，我的梦，他的梦，交汇成了国富民强的中国梦。让我们在鲜红的党旗下，在精神的指引下，追逐梦想，同心同德，脚踏实地，奉献青春，为实现我们的中国梦而努力奋斗!

小时候，我就有许多梦想，我的梦想是当一名教师，为国家培育出更多的人才;我的梦想是当一位企业家，让家人能过上幸福快乐的生活;我的梦想是当一名画家，能绘出整个国家的波澜壮阔;我的梦想是当一名书法家，能成为让世人敬爱的千古名人……我小时候的梦想是数不尽的，因为我想快乐，想做我认为正确的事，想做任何别人做不到的事，因为我从小就认为“我能行”，我认为我做什么事都能比别人做的更好。

一直到长大，我成为了一名出色的初中生，但同时我发现，我变了，我不再是以前那个无知的小孩，总认为自己最棒;也不再像以前那么天真认为自己什么都能做好，做得比别人更好。现在，我才知道什么叫做“人外有人，天外有天”!我改变了我的梦想，因为我知道，我并不比别人好，甚至有很多人要比我更好，我的梦想由此成为了要当一名军人。是的，我要当一名保家卫国的军人。

从这一刻起，我有了我的梦想，我还有很长一段时间去准备迎接、战胜、实现它，因为我们现在还处在人生的春天，俗话说“一年之季在于春”，这是我青春时期的梦想，为了这个梦想，我会努力、努力、再努力，没有最好，只有更好，超越自己，实现梦想。

让我们一起为青春梦想奋斗吧!。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找