# 三分钟震撼人心的演讲稿范文

来源：网友投稿 作者：小六 更新时间：2025-03-03

*三分钟震撼人心的演讲稿范文（通用9篇）三分钟震撼人心的演讲稿范文 篇1　　——最震撼世界的励志演讲　　我不知道你有什么样的梦想，我不在乎你朝着梦想前进时曾遇上什么样的困难。那个你放在心上想了又想的梦想，她是有可能达成的，虽然你可能觉得她太困*

三分钟震撼人心的演讲稿范文（通用9篇）

**三分钟震撼人心的演讲稿范文 篇1**

　　——最震撼世界的励志演讲

　　我不知道你有什么样的梦想，我不在乎你朝着梦想前进时曾遇上什么样的困难。那个你放在心上想了又想的梦想，她是有可能达成的，虽然你可能觉得她太困难了。她并不简单，要改变你的生命很难，为梦想打拼的过程中，你会遇上无数的打击、无数的失败、无数的痛楚，你会有质疑自己的时候，会问上苍为何这就是我的命运。

　　我不过是想照顾我的小孩父母，又不是去偷去抢，为何这样的事会发生在我身上？曾经遇到过困难的人，不要放弃你的梦想，艰难的日子会到来，但它们总将成为过往，伟大的成就并非虚幻不切实际，并非像神一样只有卓越不凡的人才当得了。她是真实地存在于我们每个人心中，重要的是你必须相信——你做得到。

　　大部份的人成家立业，日复一日然后老死，他们停止成长，停止锻炼自己，停止试图超越自己，然后还有人很爱抱怨却不尝试改变现况，多数人都不想为自己的梦想努力。

　　为什么？

　　原因之一就是害怕失败，“万一事情不如预期怎么办？”再来就是害怕成功，“万一成功之后我没能力掌控怎么办？”他们完全不想承担风险，你花了大量的时间与他人交际，想让别人喜欢你，你认识他人比认识自我更多，你观察它们，知道他们一切事情，想跟他们混在一块，变得跟他们一样。

　　然而你知道吗？花了那么多时间在他们身上，最终却失去自我。

　　我要你学会与自己坦诚相处如果你想达成梦想，就必须将你心中的鲁蛇（loser）去除，朝自己梦想前进的人，生命会有截然不同的特殊意义。当你找到了自我，慢慢的你会与他人有所不同，开始拥有自己的特质。但若你只懂跟随他人脚步以及模仿他人，你永远无法变成的模仿者，但你可以成为秀的自己。我要你找到自己的价值，其他人看不见，无法参与，也不会为你拓展视野这是你要了解的。

　　你是独一无二的，我要你结交志同道合的人，渴望成功的人，努力不懈的人，那些想要重新打造生命的人，与达成梦想的人相处，达成梦想的人知道：成功与否都在自己。如果你想要更有成就，如果你想要做些从未做过的事，那你就必须投资自己，一定要投资自己，不要让他人的成见成为自己现实的一部份，不要抱着受难者的心态渡过一生，就算你遇到了气馁的事情，也要知道你做得到，就算别人不相信，你也要有自信这是我所相信的，至死不渝！

　　不论情况多糟，未来有多险恶，我都办得到，我想要代表一个信念，代表一个可能性，你们有些人可能在想要更上一层，想要有自己的协会，想当工程师或医师，相信我你到不了的，你到不了你想到的层级，除非你开始培育自己的心力。

　　你根本连读书的习惯都没有，我要你去听听演说，懂得花时间，与自己相处，花个一小时试图了解自己，直到你找到了自我。当你活出了自我，活出了属于自己该有的命运，当你是一个独特的个体，你就会与周遭的人有所不同，我要你做别人不要你做的事，达到别人不想理会你的领域，因为这样你就不会整天想着该如何取悦他们，因为你想要与众不同，你想要更上一层。

　　我要你培育你自己的心力，如果你还在谈论你的梦想，还在谈论你的目标，但却什么都没做，那就先踏出第一步，你可以让你的父母骄傲，让你的学校骄傲，你可以感动百万人的生命，世界会因为有你而不同，因为你选择这条路，别让其他人毁了你的梦想。

　　在别人拒绝了或说不时，或在某个会面你被放鸽子，又或者有人取得了你的信任却无法兑现承诺，即使自己的心态使你停下脚步一次又一次的迷失没了动力，还是要每天反复的想着自己的梦想，然后对自己说游戏还没结束，直到我胜利。

　　你可以实现你的梦想！你一定可以的。

**三分钟震撼人心的演讲稿范文 篇2**

　　当生命因为错误而被摧残的时候，当生活因为疾病饱受歧视与偏见的时候，一个叫王为军的朴实的汉子蓄发明志，向艾滋病和歧视发起了宣战。

　　五年的长发见证了一个丈夫、一个父亲，为了妻子的冤魂和女儿的生命，漫长而艰苦旅程、面对周围的歧视和生活的压力，坚持不放弃自己那个患有艾滋病的女儿，坚持依靠法律上诉，坚持追回应有的判决，这不仅仅是对悲惨遭遇的抗争，也是对艾滋病的无笔的憎恨，更是伟大的父爱！正是这样的爱和善良的人们的共同努力，一个弱小的几乎被疾病吞噬的小女孩的生命得以延续。

　　马凡一个各个方面都很优秀的，左邻右舍的孩子都也他为榜样，父母总是以他为骄傲，顺利的考入了理想的大学，在新的环境、新的生活是他感到不适应，孤独的时候就去找了一起考进校的女同学小芳，很快两人情投意合的坠入爱河，马凡也很快适应了新的环境和生活，学习之余，还参加了各种活动认识了很多朋友，但在婚前体检时发现自己已经被艾滋病感染，心存谴责，认为不光彩的，感到非常的矛盾和痛苦。当女友得知此事时没有歧视他，并给以他心理上的安慰和上的支持，同他一起面对各个方面的压力，一同战胜病魔。

　　在日常生活中，许多事情都可能使我们产生压力，比如说，因为某种原因，我们个人工作和生活发生的改变、家庭经济状况的改变、与单位上司的关系处理不好，很难相处等。虽然这些事不大，但它们就象鞋子里的小石子，尽管琐碎，但杀伤力一点也不小，还有另外一些事情，如死亡、离婚、破产等等，它们的后果很严重，就象从天而降的巨石，能够摧毁人的整个生活，它们往往让人感到难以处理。以上两种事件对人们的影响不同，但都会对人的产生巨大影响。

　　由于每个人情况不同，同样的事件对不同的人产生的压力会有所不同。比如，面对疾病，不同的人会有不同的看法。有人会认为它是毁灭性的；有人认为它是上天对自己的一种惩罚；但也有人会认为它是生活中的一种体验也就是说，当一件事情发生以后，如果应对能力很强，压力变不会产生；相反，如果应对能力很弱，压力就会产生。因此，有人称压力是“心理上的巨大混乱”，也就是说，当你面对的事情到了你自己不能处理的地步时，压力就产生了。有人把压力定义为：压力是个体预期未来可能发生的不安，或对威胁有所不知觉，因而对有机体产生刺激、警告或使其活动。这话听起来实在是让人觉得绕嘴。简单的说，这个定义告诉我们压力来自三个方面：第一，是来自周围发生的事。第二，你对发生的事怎么看，你对它的了解到底有多少。最后是你的心情和身体会发生哪些变化。具体说，当我们得知被艾滋病病毒感染以后，感染本身和感染所引起的后果会对我们产生压力，你对这种病的不好的认识和周围的人对这种病的不好的看法也会对我们产生压力。我们有压力是因为人们对艾滋病的认识还不够充分。我们对疾病知识的了解超出了我们的的知识范围。如果我们不能面对这种情况，不知道用什么方法能解决我们面临的问题，我们就会感觉有压力。

　　不管我们愿意还是不愿意。每个人都会在生活中面对一个又一个的压力。这个世界充满了无数可怕的疾病，艾滋病只是其中一种，比艾滋病可怕的是冷漠、偏见和歧视。

　　面对艾滋病，如果我们选择的是正视和直面，而不是回避和逃避；如果我们选择的是坚持和勇敢，而不是退缩和放弃；如果我们选择的是关爱和支持，而不是歧视和偏见，疾病就会变的不再那么可怕，而生命将变的更加坚强，即使上花也会变得美丽、灿烂！

　　爱，是面对一切疾病最好的药，爱，是面对一切灾难最坚强的后盾。

**三分钟震撼人心的演讲稿范文 篇3**

　　尊敬的老师们，亲爱的同学们：

　　大家好!

　　义之所在，浩然所存。无论时代如何波谲云诡真正伟大的人格都能从雾霭之中焕发光辉。

　　同样身世坎坷，萧峰没有成为韦小宝，他忠肝义胆、铁血柔情、顶天立地成侠之大者。同样宦海沉浮，欧阳修不效穷途之哭，他赏滁州之水，得醉翁之乐而仍心系黎民，泽被一方。崇高并不遥远，但它的养成也不容易，它需要坚韧的意志、甘于寂寞的心、敢于坚持的勇气。我们对崇高的弃之如履并不是傲气与勇敢的表现，它相反隐射了我们的怯懦、喜好浮华、随流摇摆。它们或许能让生活变得更平稳、安逸。然而，就如同米兰·昆德拉的《不可承受的生命之轻》所言，我们把平庸带来的绝望掩藏于平静的生命之渊，只会让生命变得四处游荡而毫无意义。

　　且看滕王阁上只有二十多年生命的王勃书写了怎样的传奇，再看岳阳楼旁杜少陵五言绝唱、范希文两字关情、滕子京百废俱兴……山河不老，斯人不复，那些伟大炽热的灵魂们无一例外地用燃烧一般的激情在天地间留下了他们的足音。

　　反观?丝们的追求又怎不叫人忧心?新时代的少年们把更多的精力耗费在与“高富帅”斗争，求“白富美”芳心，又有谁真正地关心一下灵魂，沉淀一下思考?

　　我们的钢琴曲不再具有贝多芬“熔鳄鱼与鸽子于一炉”的激昂与优雅反倒成了轻薄的一纸纸证件;我们的绘画不再重见拉斐尔的古典、毕加索的奇崛，而是大片大片粗制滥造，下流无比的\*涂鸦;而我们的文学不再有深刻的思考与真挚的情感，职场、穿越、宫斗的泛滥中毁了这人类世界最神圣的净土。

　　新时代的“美学”是审丑的、是反常识的、是逆潮流的。现代人内心的荒芜、人格\*式的异化是其本源，而快节奏、低质量的生活更无异于在催发它、加剧它。

　　正是这种时候，有判断力的主流人群拒绝了这种文化的入侵，有修养的人们依旧葆有本心，而我们不轻易更改的教科书也为下一代的素质建起了坚固的防线。

　　那么我们呢?每天在城市人海中沉浮的你我呢?难道不应该放慢一下步履、减少一些泡沫般虚无的快乐，静静地坐下来，品一口茶，看一本书?

　　没有人生来注定做一世的“?丝”，补充正能量，天地间也会留下你的名字。

　　所以，新时代的美应该是呼唤，让我们回归崇高，传递正能量。

**三分钟震撼人心的演讲稿范文 篇4**

　　各位尊敬的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！我是号选手，今天我讲的故事叫《震撼心灵的声音》。

　　年1月22日的这一天，一位老人走进了我的心中，使我久久不能平静。她就是从医70多年的胡佩兰老人。她在病房里所说的一句话，深深地触动了我：“病人看完了，回家吧”。

　　“技不在高，而在德；术不在巧，而在仁。医者，看的是病，救得是心，开的是药，给的是情。‘扈江离与辟芷兮，纫秋兰以为佩’，你是医者，救世良药。”这是在年《感动》栏目中给胡佩兰老人的颁奖词。

　　可令人悲伤的是，这位百岁老人再也听不到这对她人生中最大的褒奖了。年1月22日，离开了她深深眷念着的病人，远去了。

　　胡佩兰1944年毕业于河南大学，1986年，71岁的她从医院退休后，每月的退休金足够她衣食无忧地安度晚年了，但她却不愿意闲着，她说“活着总得对人有点儿用”。

　　正是在“有用”的激励下，这位满头银丝、患有严重的腰椎病、进出都要坐小推椅的老人，每天都要接待一个又一个病人，从不懈怠，风雨无阻。

　　在她的心里，只一个念头：

　　病人在等她。

　　年，一个风雪交加的天气，家人劝她说：“天这么冷，别去坐诊了”。可老人执拗的说：“我们做医生的要讲诚信，更何况我这么大岁数了，死后不能遗臭万年啊！”看到老人执意要去，家人只好推着轮椅，穿越了两公里的路程，到达了解放军医院。一进门，老人突发心脏病，从楼梯上滚下来摔断了三根肋骨，经过一番救治，才算安定下来。而这因摔断了肋骨所休息的两个月便成了她人生中最长的假期。

　　老人在医院总是抖擞，很少追求利润，经常用微薄的收入和退休金给病人垫付医药费。20多年来，除了坚持出诊，胡佩兰还拿出微薄的坐诊收入和退休金，在8年间捐建了50多个“希望书屋”。

　　年，84岁的她成为郑州市年龄最大的志愿者，从此开始了公益事业。她到解放军3519医院开设了“爱心门诊”，把收入的40%捐赠给希望工程。这一坚持就是十四年。

　　直到年，老人的身体已陷入昏迷。1月21日晚，她的家人、同事，还有经她治过病的患者都围在病房久久不愿离去······他的儿子似乎感受到老人要说些什么，侧耳伏在身前，只听虚弱的吐出一句：“病人看完了，回家吧”，她的儿子失声痛哭，在场的人们也无不为之震撼。而这震撼心灵的声音便成了她告别人生的最后语言。

　　胡佩兰一生心怀大爱，崇德仁厚，以治病救人为天职，直到生命的最后一刻。老人虽然已离我们而去，但是她“不为良将、便为良医，最喜欢工作”的敬业会一直传承下。在平凡的工作岗位上忠诚履行一个医务工作者的神圣职责，谱写了大爱无疆、无私奉献的感人章。她留下的为人服务的，将会激励每个意气风发的少年。

**三分钟震撼人心的演讲稿范文 篇5**

　　敬爱的老师，亲爱的同学们：

　　大家好！

　　的文学家托尔斯泰曾经说过：“世界上只有两种人：一种是观望者，一种是行动者。大多数人想改变这个世界，但是没人想改变自己。”想要改变现状，就要改变自己；要改变自己。就得改变自己的观念。一切成就，都是从正确的观念开始的。一连串的失败，也都是从错误的观念开始的。要适应社会，适应环境，适应变化，就要学会改变自己。

　　柏拉图告诉弟—子自己能够移山，弟—子们纷纷请教方法，柏拉图笑道，说：“很简单，山若不过来，我就过去。”弟—子们一片哗然。

　　这一个世界上根本就没有移山之术，的一个移动山的方法就是：山不过来，我便过去。同样的道理，人不能改变环境，那么我们就要改变自己。

　　一个黑人小孩在他父亲的葡萄酒厂看守橡木桶。每天早上，他用抹布将一个个木桶擦干净，然后一排排地整齐地放好。令他生气的是，往往一夜之间，风就把他排列整齐的木桶吹得东倒西歪。

　　小男孩很委屈地哭了。父亲摸着小男孩的头说：“孩子，不要哭，我们可以想办法去征服风。”

　　于是小男孩擦干了眼泪坐在木桶边想啊想，想了半天终于想出了一个办法，他从井边挑来一桶又一桶的清水，然后把它们倒进那些空空的橡木桶里，然后他就忐忑不安地回家睡觉了。第二天，天刚蒙蒙亮，小男孩就匆匆地爬了起来，他跑到放桶的地方一看，那些橡木桶一个一个排列得整整齐齐，没有一个被风吹倒的，也没有一个被风吹歪的。小男孩开心地笑了，他对父亲说：“要想木桶不被风吹倒，就要加重木桶的重量。”男孩的父亲赞许地微笑了。

　　是的，我们不能改变风，改变不了这个这个世界上的许多东西，但我们可以改变自己，给自己加重，这样我们就可以适应变化，不被打败！

　　在威斯敏斯特教堂地下室里，英国圣公会主教的墓碑上写着这样一段话：当我年轻自由的时候，我的想象力没有任何局限，我梦想改变这个世界。当我渐渐成熟明智的时候，我发现这个世界是不可改变的，于是我将眼光放得短浅了一些，那就只改变我的国家吧！但我的国家似乎也是我无法改变的。当我到了迟暮之年，抱着最后一丝努力的希望，我决定只改变我的家庭、我最亲近的人——但，唉！他们根本不接受改变。现在我在临终之际，我才突然意识到：如果起初我只改变自己，接着我就可以依次改变我的家人。然后，在他们的激发与鼓励下，我也许能改变我的国家。再接下来，谁又知道呢，也许我连整个世界都可以改变。

　　人生如水，人只能去适应环境。如果不能改变环境，就改变自己，只有这样，才能克服更多的困难，战胜更多的挫折，实现自我。如果不能看到自己的缺点与不足，只是一味地埋怨环境不利，从而把改变境遇的希望寄托在改变环境上，这实在是徒劳无益。

　　虽然我们不能改变世界，但是我们可以改变自己，让我们用爱心与智慧来面对一切环境。

**三分钟震撼人心的演讲稿范文 篇6**

　　大家上午好，今天我演讲的题目是《成功来自勤奋，付出终有回报》

　　唐朝文学家韩愈曾经说过：业精于勤荒于嬉，行成于思毁于随。看古今中外，凡有成就者在历史的每一页上，无不用辛勤的汗水写着一个闪光的大字——勤。比如汉朝的匡衡，西汉的孙敬和战国时期的苏秦，这三个人都是通过自己的勤奋努力、刻苦学习，最终才成为学者以及政治家的。再比如书法家王羲之，每天废寝忘食的练习书法，功夫不负有心人，他最终练就一手好字，所以他也被人们称之为“书圣”。这几个事例告诉我们，想要获得成功，就必须要靠自己的勤奋努力与不懈追求。

　　爱因斯坦曾说过：“成功在于勤奋”，一个成功的人必定经过自己的勤奋努力而走到如今的成功，成功来自于勤奋。“一分耕耘一分收获”，世界上没有不劳而获的事情。只有付出辛勤的劳动，才能获得丰硕的成果。勤奋，并不是每个人都具有，勤奋只属于那些一丝不苟，不懈追求，脚踏实地的人。

　　我们正值青春的大好年华，所以我们更应该勤奋。如果我们不勤奋，不刻苦的话，有可能就会毁了我们的大好前程。宋代，有一位天才名为方仲永，他5岁就会写字作诗，她每天在家中写字作诗，天赋极高，村里的人民也很赞赏他，常常邀请他和他的父亲到家中做客，并为他题诗。她的父亲贪心很大，天天带着仲永到处吃喝，最后仲永的潜力越来越弱了，终于“泯然众人矣”。但是有的同学却并没有意识到这一点，他们虚度光阴，尽情地挥霍这无比宝贵的时间，干着没有任何意义的事情。“少壮不努力，老大徒伤悲”。这是先贤们总结的真理。恰同学少年，风华正茂，就要文明吾精神。

　　同学们在这个朝气蓬勃的时期勤奋努力吧，尽情地展现自己。我相信，我们每个人都有可能成一个勤奋的人，我更加坚信，只要通过我们的勤奋努力，我们每个人都会成功。

　　同学们，让我们行动起来吧。让我们一起做一个勤奋的人，努力学习，这样我们才会成为一个出类拔萃的人。我们要坚信：成功来自勤奋，付出终有回报。

　　我的演讲完毕，谢谢大家！

**三分钟震撼人心的演讲稿范文 篇7**

　　尊敬的老师，同学们，

　　  大家好!

　　  今天我演讲的题目是《青春的使命》

　　  青春是什么?难道是携子之手，浪漫而温馨地漫步于桃红柳绿之中吗?难道是把头发染成五颜六色，在大街上旁若无人地大跳千奇百怪的街舞吗?难道是无休止地泡吧，疯狂地蹦迪吗?有些人一直在成长的十字路口徘徊。但是，我要问：难道青春仅仅就只剩下这些了吗?青春可以是远大的志向和崇高的理想;青春还可以是面对峰回路转，霹雳斩棘，举步探索的毅力。

　　  青春不仅仅是一声声的赞美，它更是拥有使命并为之奋斗不息的源泉。因为生命的光环，一个个被践踏的躯体赋予了新的灵魂;因为青春的绚丽，一个个飞舞的思绪会聚成一首悲壮的挽歌。

　　  时光老人又一次将时间定格在了五月。面对新一批进步中的青少年，我们不禁想起了那些曾为中华民族的民主，科学，独立而抛头颅洒热血的青年勇士们，是他们，在民族遭受屈辱的时刻挺身而出，以力挽狂澜之势救黎民于苦难。在斗争中，青年们敢于直面惨淡的人生，敢于正视淋漓的鲜血，他们以燃烧的激情和鲜血凝聚成精神的火炬，点燃了未来。这种青春是多么绚丽夺目呀，这种使命是多么震撼人心!

　　  青春是美好的，没有使命感的青春便是贫血的青春。青年是祖国的未来，是民族的希望。在任何一个时代，青年都是社会上最富有朝气最富有创造性，最富有生命力的群体。我们要怎样才能实践自己肩负的历史使命，怎么样才能使自己的青春光彩照人呢?

　　  放眼看吧，在我们社会主义现代化建设的征途中，涌现出许多新时代青少年的楷模。从伟大的共产主义战士雷锋到以服务祖国需要为乐的王杰，从自学成才的张海迪到科技创新的秦文贵……他们在平凡的岗位上，用五四精神诠释了青春的使命!演绎了一幕幕惊天动地的话剧!谱写了一曲曲壮丽雄浑的青春赞歌!

**三分钟震撼人心的演讲稿范文 篇8**

　　越是没本事的人，越觉得读书无用。

　　刘媛媛是农村出来的孩子，她觉得自己非常幸运，是因为她父母虽然没怎么读过书，却坚定的认为，读书很重要。所以吃再多的苦，也要供所有的孩子读书，让他们上大学。

　　读书与不读书，过的是不一样的人生。

　　锻炼与不锻炼的人，隔一天看，没有任何区别；隔一个月看，差异甚微；但是隔五年十年看，身体和精神状态上就有了巨大差别。读书也是一样的道理，读书与不读书的人，日积月累，终成天渊之别。

　　今天多学一点知识，明天就少一句求人的话。

　　有人问，女孩子上那么久的学、读那么多的书，最终不还是要回到一座平凡的城市，打一份平常的工，嫁作人妇，洗衣煮饭，相夫教子，何苦折腾？

　　我想，我们的坚持是为了，就算最终跌入繁琐，洗尽铅华，同样的工作，却有不一样的心境，同样的家庭，却有不一样的情调，同样的后代，却有不一样的素养。

　　龙应台曾经给儿子安德烈的信中写道：“我要求你读书用功，不是因为我要你跟别人比成就，而是因为，我希望你将来拥有更多选择的权利，选择有意义，有时间的工作，而不是被迫谋生。”

　　李嘉诚说：“读书虽然不能给我带来更多财富，但它可以给我们带来更多机会。”

　　有一段父子之间的经典对话，告诉了我们努力读书和不读书的大不同。

　　儿子刚上学不久就问当农民的父亲，人为什么要读书。父亲说，一颗小树长1年的话，只能用来做篱笆，或当柴烧；10年的树可以做檩条；20年的树用处就大了，可以做粱，可以做柱子，可以做家具。一个小孩子如果不上学，他7岁就可以放羊，长大了能放一大群羊，但他除了放羊，基本干不了别的。

　　如果小学毕业，在农村，他可以用一些新技术种地，在城市可以到建筑工地打工，做保安，也可以当个小商小贩，小学的知识够用了；如果初中毕业，他就可以学习一些机械的操作了；如果高中毕业，他就可以学习很多机械的修理了；如果大学毕业，他就可以设计高楼大厦，铁路桥梁了；如果他硕士博士毕业，他就可能发明创造出一些我们原来没有的东西。

　　“知道了吗？”儿子说：“知道了。”

　　爸爸又问：“放羊、种地、当保安，丢不丢人？”儿子说：“丢人。”

　　爸爸说：“儿子，不丢人。他们不偷不抢，干活赚钱，养活自己的孩子和父母，一点也不丢人。”

　　不是说不上学，或上学少就没用。就像一年的小树一样，有用，但用处不如大树多。不读书或读书少也有用，但对社会的贡献少，他们赚的钱就少。读书多，花的钱也多，用的时间也多，但是贡献大，自己赚的钱也多，地位就高。

　　马云在《不吃苦，你要青春干嘛》这篇演讲中这样说：“当你不去旅行，不去冒险，不去拼一份奖学金，不过没试过的生活，整天挂着QQ，刷着微博，逛着淘宝，玩着网游，干着我80岁都能做的事，你要青春干嘛？

　　恰如同学少年，在最能学习的时候你选择恋爱，在最能吃苦的时候你选择安逸，自是年少，却韶华倾负，再无少年之时。”

　　不抱怨家境，寒门也能出贵子。

　　我们必须承认，世界是有一些不公平的，他们家庭富裕，拥有很多资源，有很多优越的条件我们都没有，他们有很多的捷径，我们也没有，但是我们不能抱怨。

　　每一个人的人生都是不尽相同的，有些人出生就含着金钥匙，有些人出生连爸妈都没有。人生跟人生是没有可比性的，我们的人生是怎么样，完全决定于我们自己的感受。

　　你一辈子都在感受抱怨，那你的一生就是抱怨的一生，你一辈子都在感受感动，那你的一生就是感动的一生。

　　英国有一部纪录片，叫做《人生7年》。

　　片中访问了12个来自不同阶层的7岁的小孩，每7年过去，在回去重新访问这些小孩，到了最后就发现，富人的孩子，还是富人，穷人的孩子还是穷人。

　　但是里面有一个叫尼克的贫穷的小孩，他到最后通过自己的奋斗，变成了一名大学教授。

　　可见命运的手掌里面是有漏网之鱼的。

　　任正非，一个44岁的男人，在经营中被骗了200万，被国企南油集团除名，曾求留任遭拒绝，还背负200万债务。老婆又离婚，他一个人带着老爹老娘弟弟妹妹在深圳住棚屋，创立华为公司。

　　马云去肯德基应聘，他落选了。马云跟大老板们讲了讲什么叫电子商务，大老板们得出一个结论，这是个骗子。

　　有人对年轻的李宗盛说，你这么丑，也没什么天赋，怎么能唱歌呢？

　　42岁的宗庆后发现做儿童营养液有巨大的市场，但亲戚朋友都劝他不能干，卖那东西能发财就是痴人说梦，过了没多久，他给自己的营养液取名为娃哈哈。

　　所以当我们遭遇失败的时候，我们不能把所有失败的原因都归结在出生上去。更不能去抱怨自己的父母为什么不如别人的父母。因为家境不好，并没有斩断一个人他成功的所有的可能。

　　我们大部分人都不是出生豪门的，我们都要靠自己，所以你要相信，命运给你一个比别人低的起点，是想告诉你，让你用你的一生去奋斗出一个绝地反击的故事。

　　这个故事关于独立，关于梦想，关于勇气，关于坚忍，它不是一个水到渠成的童话，没有一点人间疾苦，这个故事是有志者事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚；这个故事是苦心人天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。

**三分钟震撼人心的演讲稿范文 篇9**

　　大家好！

　　五四青年节，《后浪》刷屏，这个三分钟的视频里，何冰老师深情朗诵，认可、赞美与寄语年轻一代，掷地有声的演讲稿再加之剪辑精美的视频画面，使这支视频充满了鼓舞人心的力量，让人看了心中汹涌澎湃。

　　自由自信、奋勇争流、激情澎湃，在祖国的广阔天地上大展作为，是当下青年人该有的样子，广大青年干部应该读懂这只视频所展现“后浪精神”，并努力做一朵敢于奔涌的“后浪”。

　　做奔涌的“后浪”，首先要成为一股澄澈之水。青年干部要成为一股澄澈之水，像水一样纯洁无瑕，像水滋养万物一样怀揣奉献精神。始终保持自身的纯洁性是广大青年干部的必修课，青年干部要始终坚定共产党人的科学信仰，坚守为人民谋幸福、为民族谋复兴的初心和使命。青年干部越想要追求进步，就越要提醒自己“回头看”，看自己这股水是否干净、澄澈，是否是群众需要、渴望的甘泉。没有纯洁性为前提，再大的声势、再多的作为也激荡不出美丽的浪花。

　　做奔涌的“后浪”，要奔流不息、奋斗不止。无奋斗，不青春。奋斗才是青春该有的底色，奔跑追梦才是青年干部该有的姿态。有的青年干部工作中唯唯诺诺、不求上进，心中抱有“不求有功但求无过”的逃避心态，在工作中“不作为”“慢作为”，这样的青年干部就如同死水一般，没有活力，没有生机，更不会展现出奔涌浪花的魅力。青年干部作为新时代的见证者、建设者，历经重重选拔进入这支队伍，这只是青春的起点，而不是终点，广大青年干部要始终有奔跑追梦、奔流不息、翻涌澎湃的姿态，要能作为、敢作为、善作为，只有这样，才是党和国家需要的好干部，才能不辜负自己的初心。

　　做奔涌的“后浪”，要直面困难、冲破阻碍，敢于惊涛拍岸。有的青年干部面对工作中的困难，不愿勇立潮头、敢为人先，没有闯的精神，没有冲的气魄，这其实才是青年干部发展自我的巨大阻力。无畏才无惧，青年干部要有敢于作为的勇气，工作中的困难犹如河流前进中的阻碍，阻碍越大、越多，越是需要跨越障碍、奔流向前的勇气，也只有这样，河流才能翻涌奔流，绽放炫丽之姿。直面困难、冲破阻碍，再加几分惊涛拍岸的气魄，相信青年干部一定会激荡出属于自己的浪花，谱写“卷起千堆雪”的壮丽画面，在自己的工作岗位上大展身手、大有作为。

　　历史的长河会见证，我们这一代人如何奋勇争先、奔流不息，广大青年干部要争做奔涌的“后浪”，为祖国绽放绚丽的青春浪花。

　　谢谢大家！

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