# 我的朋友演讲稿200字(11篇)

来源：网络 作者：清香如梦 更新时间：2024-10-04

*演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下是我帮...*

演讲稿也叫演讲词，是指在群众集会上或会议上发表讲话的文稿。演讲稿是进行宣传经常使用的一种文体。演讲的作用是表达个人的主张与见解，介绍一些学习、工作中的情况、经验，以便互相交流思想和感情。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**我的朋友演讲稿200字篇一**

时间从我们的笔下匆匆溜走，从字缝中匆匆滑过……还有短短的一个月，我的小学旅程就要结束了，我就要走下“致远号”这艘巨轮，开始我的另一段旅程了。学校的一草一木我都是那样熟悉，那样不舍;每个同学、每个老师我都感到那样亲切……面对这些我只能说一句：“我会永远的爱你们!”

许达，你会忘了我吗?我可以坚定得说我不会，我永远不会忘记和你在一起聊天时的开心;永远不会忘记你开朗的性格;永远不会忘记与你在一起的一分一秒……你会忘记吗?

还记得每个星光灿烂的晚上，我们俩总是手拉着手一同来到操场上看星星、看月亮。我们俩都特别喜欢月牙一样的月亮，它弯弯的细细的像眼睛一样。这些你都忘了吗?

毕业以后我们一定会见面的.

“分手快乐,祝你快乐”这句歌词不错啊!

阳光不锈,你会忘记我吗?虽然你是我的老师,可我却把你当成了我的朋友.

你是一个很阳光的老师,下课时和我们玩耍的一定是你;体育课上认真教我们动作的也一定是你.你就像我们的大哥哥一样,在我们伤心的时候鼓舞着我们,安慰我们;在我们开心的时候与我们一起玩耍,一起欢乐.

我依旧清晰地记得,在那节篮球课上你教我们传球和防守,在让我们自己练习时你见我和许达的动作不到位,便手把手得教我们,直到我们把动作做对.

马上我们就要毕业了,就要与你说再见了,希望在以后的日子里你继续和教我们那样教育更多的学生,也祝福你生活得幸福!一定不要忘记我哦!

马上就要毕业了,老师、同学都让我依依不舍.不管怎样我都应该装的坚强,因为我已经长大

**我的朋友演讲稿200字篇二**

母亲是我最好的朋友。

我小时候母亲对我的期望值很高,也打过我,骂过我,对我管教很严厉.

后来她听了同学的劝告,改变了对我的教育方式,她说要和我做好朋友.

母亲常和我开玩笑,乱给我起绰号,,有一次我提了抗议,母亲居然立刻向我赔礼道歉.从此以后,母亲再也不取笑我了.

还有一次,我与同学在教室打闹,我把她关在门外,结果一个男生要进门,他推不开,就踹门,门坏了,老师让他赔偿,让我做检讨,我不服气,回去和母亲哭诉,母亲安慰我之后,就问我:\"如果换你是老师,你会怎么处理?\"

\"你不关门,他就不会破门,所以你也是有错的.理应检讨,平常我都向你赔礼道歉,你难道就不能向老师同学做自我批评吗?\"

母亲说的很对,随后我就写了检查,第二天交给老师,老师说\"你必须要在班里念这份检查.\"

\"行呀!我听您的话,天天向上.\"我回答:

就这样,我当着全班人的面,做了深刻检查,完了之后,我还问了老师\"您看这样可以吗?不行,我再重写.\"

老师非常满意,忙说:不用了,这个就挺好.\"

老师脸笑成了一朵花,随即便批评我三句,表扬我七句,哈哈,通过了.喜剧收场.

再以后我就成了班里同学写检查的技术指导,人人都看明白这种检讨变表扬的模式,大家何乐而不为呢,从此以后,班里是一派祥和,大家其乐融融,我也打心眼里佩服母亲了,

有一次,我学累了,就想玩一玩,轻松一下,我问母亲可以吗?她说:\"当然可以了,学习的确是个苦差事,放松是对的.\"

她是过来人,有切身体会,所以非常理解我的心情.而且她非常不赞成学生死读书,会把人读僵化,读傻了.钻牛角尖,走死胡同.母亲说:\"如今科技日新月异,你就是拼命所读出的东西很快就老化,很快被更新,学生的任务就是要把学的基础知识牢固,再把它们灵活运用创新,这就是达到学习目的了,\"

我觉得母亲真的有些变了,那时的我非常任性,是个追星族,特别喜欢听歌剧,听的如痴如醉,无心学习,整日梦游,没想到母亲也喜欢听,尤其是一群孤儿院的孩子唱的,她让反复播放.

梦醒之后,知道我的成绩非常不好,同样学习,别的同学是胸有成竹,我却根本考不上大学,我把大好的时光都荒废,尽做些无用的事情,这就是代价.等到我悔悟了,知道用功了,也晚了,直到此时,我才觉得特别对不起我的父母亲,我在母亲面前掉泪了.我说:\"我只有出去找工作了,以后我努力奋斗,再为你们争气.\"

母亲笑了,为我擦去眼泪,说:没关系,你只要认识到就为时不晚,送你去民办大学.只要你努力,一样能成功,\"

我此时也开始抱怨母亲,:\"为何你不早严管我呢?\"

母亲说:\"我也说过你呀,可是你就是听不进去呀,你是个倔强孩子你不愿意的事谁也逼不了你,知女莫若母,其实你和我当年一样,整日梦游,直到自己翻然悔悟,我才觉得要学知识了,我应当上大学.再不能浪费光阴了.记得我入学那天,我当着塑像发誓,我要努力学习!努力!努力!再努力!.\"

母亲说\"我二十二岁才读大学,进了大学才学二十六个英文字母,我不是一样读出来了.怎么说你比我当初强多了,你不笨的,我相信你.\"

我珍惜母亲给我的这个机会,也感激母亲对我的宽容和体谅,我没有再辜负母亲,入学后我也向母亲那样发誓:\"努力学习,努力,努力,再努力.\".我拿到highdiploma,我毕业了.

母亲说鉴于你表现不错,我们支持你去留学,

就这样,我漂洋过海,来到异国他乡求学,三年后回国,很快就找到了工作,尽管现在我一边工作一边学习,但是我有了明确的方向,有母亲的鼓励,我对自己充满信心.

母亲节要到了,谨以此文感谢我的母亲,我的好朋友,我爱你,愿你永远青春漂亮,永远健康长寿.

**我的朋友演讲稿200字篇三**

同学们：

俗话说：“笑一笑，十年少”。其实，微笑不仅能让你年轻，还是一座沟通人际关系的桥梁，一剂化解人们矛盾的良药。

你听说过关于日本原一平先生的故事吗?

原一平本是一位极其普通平凡的保险推销员，他相貌平平，身高只有158厘米，但是，他为什么能成为日本家喻户晓，妇孺皆知的名人呢?正是因为他有事没事就研究微笑，对着一面随身携带的小镜子练习，并把这些微笑应用到工作中去，才走向了成功，成为鼎鼎有名的人。

原一平在工作中，在生活中，一共研究出了39种微笑，并且自己也将这39种微笑练得非常自然。有的微笑能让人感到温暖，有的微笑能让人感到亲切，有的微笑能带给人们力量，有的微笑能让烦躁不安的人立刻安静下来，有的微笑能让你不由自主地去聆听。

正是他的微笑，才让人乐意购买他推销的保险，认为他推销的保险有百利而无一害;正是他的微笑，让客户与他成为无话不谈、无事不说的知心朋友。

的确，微笑能沟通人的心灵，把彼此间的距离拉近，甚至帮助你走向成功。

记得一次去医院看病，我坐在椅子上排队等待，一个男的对着护士说：“你们这是怎么搞的?医生约了我上午9点整来，你自己看看都已经9点40分了。”我本以为护士肯定会以牙还牙，然后两人会大动干戈，谁知，护士却微笑着对那个男的说：“先生，实在很抱歉，人太多了，我进去帮您看看，也催一下。请您稍等。”过了一会儿，只看见那个护土微笑着说：“先生，到您了，请进去。”我不禁佩服起这个护士来，过了一会儿，那个男的出来了，他找到刚才一直对他微笑的护土，诚恳地说：“刚才实在对不起，请原谅。”护士依旧微笑着说：“没关系的。”

可见，微笑有时候还能化干戈为玉帛。

每天你给别人一个真诚的微笑，别人也会给你一个微笑。

微笑能让别人对你所怀的顾虑在一瞬间消失;微笑能让你与别人的关系融洽;微笑是沟通彼此心灵的无声语言。既然如此，那么，朋友，就请大方起来，请别吝啬你的微笑。

谢谢大家!

**我的朋友演讲稿200字篇四**

什么样的朋友才算真正的好朋友?这个问题一定有很多人都在问。现在，我就教给大家一个最简单的评判标准，那就是——如果你和她很长时间没有联系，你们再见面时依然有说不完的话，不陌生，不疏离，感觉像从来都没有分开过一样。哪怕什么都不说，在一起也不觉得尴尬。这样的朋友，就是你一生的好朋友了。

你们一定会说，我跟我的朋友才认识没多久，我们都没有分开的机会，我该如何来判断她到底值不值得我深交呢?可是，你为什么非要判断这个呢?是怕你的付出有一天难以收回?还是怕有朝一日被她背叛和伤害?是不是有可能半途而废的友情，都不值得我们拥有呢?

其实，有时候，你太容易在友情中受伤，不是朋友的原因，而是因为你对朋友的期望太高。她和你是好朋友，不意味着她就没有交别的朋友的权利，不意味着她就不能和别人聊得热火朝天，也不意味着她事事都要顾虑你的感受和你的看法。就算是最好的朋友，她也可以拒绝你的要求，也可以不同意你的观点，也可以对你提出批评，也可以和别人聊得热火朝天暂时忘记你的存在。哪怕你再反对，她也有权利选择她自己的选择，热爱她自己的热爱。反之，你也是一样。不要总是说自己被友情弄得伤痕累累，很多的伤都是你对友情的要求过高才造成的结果。

每个人都喜欢听好话，嘴上抹蜜的人比起那些不擅长表达的人，好像总是要多那么几个朋友。但是聪明的你们，当你看一个朋友对你是不是真心的时候，一定要好好想想她对你做过些什么，而不是她对你说了些什么。即使是在言语上伤害过你的友人，如果在你最需要帮助的时候帮助过你，为你挺身而出过，都是值得你信赖的朋友，要珍惜。

当你遇到另一种情况，那就是朋友已经伤害了你，你是否应该原谅她。

虽然，从小我们被教育宽容是一种美德。但是，你一定要在心里给自己设定一个底线。如果不触碰，一切都好说，如果触碰了，你就要认真地考虑一下，你们之间的朋友关系到底应该继续还是结束。其实，你不一定要费尽心思去守护一份友情的。你想想，如果大家都说她不好，你非要说她好，就等于你告诉她，就算她做了任何伤害，你都是可以接受的，也是可以被宽容的。

如果在很久之后，你想起她对你的伤害，你还是觉得不能原谅，你也完全不必原谅她。但是，你一定要放下，不要去打听关于她的一切。因为她无论是好上天还是坏到底都跟你没有任何关系了。各走各的路，无需嫉妒，更不必悔恨。

最后，用一句话来概括友情：在一起很欢喜，分开后很想念，只是想念也很欢喜。

**我的朋友演讲稿200字篇五**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好!

我的好朋友，像明媚的阳光，像蒙蒙细雨，像柔柔的春风，一直滋润着我的心田。不论何时何地，它都一直陪伴着我。

它，会“讲”童话、名著、科幻……它的样子有时可爱，有时搞笑，有时惊悚，还有时美丽动人，令我有时笑，有时跳，有时哭。我的好朋友，为我开启了一扇扇知识的大门。

每次，只要我有时间，我就会“叫”它“讲讲”故事;当我遇到难题时，我就会“叫”它给我“讲”解难题;当我不开心的时候，我就会“叫”它给我“讲”些笑话。

有了这个好朋友，你就能知道太空的样子，知道海里的奥秘，知道过去的历史……有了它这个好朋友，你就可以知道很多很多事情和故事。

去年的暑假，我和妈妈去上海旅游，那是我第一次坐飞机，当飞机起飞的时候，我的内心极度紧张害怕，为了让自己放松下来，我紧紧地抓住扶手，想以此转移心里的紧张，但还是有些不适应。好在飞机很快就平稳了下来，就在这时，我迅速地拿出了它，慢慢地我内心平静下来了，被它的故事所吸引，孙悟空一个跟斗可以十万八千里，还有七十二变，我突然感觉自己瞬间变成了孙大圣，踏着云彩而来，心中顿时感觉自己也有了腾云驾雾的本领。看着天空中的云一会儿像这个，一会儿像那个，真是千奇百怪，形态各异，变幻无穷，有趣极了!心中的恐惧也就慢慢退去了。

这就是一直陪伴我成长的好朋友——书!

**我的朋友演讲稿200字篇六**

亲爱的朋友们，大家好!

友谊是生活中的一盏明灯。今天，我想跟大家谈一谈“友谊”的话题。

友谊是人精神生活中最日常，最自然，最纯朴，也是最需要的;而它却和艺术的理想，诗的感情一样，最受着时代精神的影响。我们任何人在这个世界上都不是孤立存在的，我们不仅需要亲情，更需要友情。友谊是我们毕生难觅的一种珍贵财富，世上最大的快事莫过于相互的情谊，相互的关心和帮助，智慧、友爱，是照亮我们黑暗的唯一光亮。在喧闹的尘世中，能与自己的红颜知己促膝谈心乃为人生的一大乐趣。

什么才是真正的友谊呢?古罗马的普拉图斯曾说过：“在患难中结下的友谊是世界上最宝贵的东西。”相信大家一定看过《马达加斯加》这部影片，聪明可爱的斑马玛蒂，重情重义的狮子亚力克斯，滑稽的长颈鹿梅尔曼，还有怀孕的河马格洛莉娅误打误撞流落到了马达加斯加岛上，它们互帮互助，增进了彼此间的友谊。犹为让我感动的是在斑马失踪时，伙伴们没有抛弃它，冒着危险逃出动物园，展开了大范围寻找。在狮子无助、痛苦、孤独时，伙伴们又给予了它赤诚的爱心，让娇艳的友谊之花在每个人的心田绽放，在它们身上，闪烁着夺目的生命之光。四个动物被爱与友谊的温暖之光包围着，被彼此之间的真诚感动着，它们是最幸福的。

再谈谈我们这一届吧，我们已是六年级的学生了，再过半年，大家就要告别母校各奔东西了。在最后的光阴里，我们是否用一颗宽容、善良的心灵去对待同学，那难听的脏话和挥舞的拳头是不是也该收敛了?伤害同学的事一旦做出就无法收回，与其终生悔恨不如就从现在做起，珍惜友谊。

友谊是一种极需小心积蓄和保存的财富。友谊需要信任，信任是架设在人心的桥梁，是沟通心灵的纽带，是震荡情感之波的琴弦;友谊更需要宽容，宽容是人际关系中最具魅力的粘合剂、润滑剂，它犹如栽花，回报你的是姹紫嫣红，是双倍的快乐。友谊是春日的雨，夏日的风，秋日的果，冬日的阳，没有人能测量出友谊脚下的路有多长，友谊心中的海有多深，它虽无形，却孕育着一份惊人的伟大。

人与人之间的友爱就是病人的灵丹妙药。友谊，那心灵神秘的结合者!生活的美化者，社会的巩固者!

让我们用心感受社会，感受生活，感受世界，感受友谊吧!

谢谢大家!

**我的朋友演讲稿200字篇七**

摘要：人生总有些无赖，后悔，寂寞……，我们也不可能避免。朋友，当你遇到它时，请不要害怕。世间没有什么解决不了的事情，只要你用心。我也愿意在你身后默默支持你鼓励你……

时间的流逝，我无法挽留。你的离去，我有点恋恋不舍，只而默默地祝福。在这段很“平凡”很“简单”的友情里，我却无法抹去。不知从何时起，我就有了一个念头：我很想了解你，也很想把你当成我心中的朋友。在我最困难的时候，能得到你的鼓励和安慰。也许是我的想法太天真了。这一切，在这一刻，烟消云散。

不管以后的结果会怎么样，也许眼前才是重要的。你走了，离开了我属在的城市，我们之间的友情也该画上完美的句号。那段过去的友情也该成为我们俩之间的回忆。随着时间的飘移，也许我们也会忘记对方。我也很想这是种假设，希望这种想法永远不能成立。其实这些不是我一个人说得清楚的，以后的日子自有上天安排或注定。

朋友，过了许多年后，当你再次来到这座城市时，你会想起我这位朋友吗?

朋友，当你傍晚站在那座城市里，是否看到星星和月亮，又是否想起我这座城市的夜景?

朋友，每当我孤独寂寞时，你是否有着同一样的感觉?是否想看到我写的字，听着我的声音?

相见短短的一段时间，虽没亲眼见着你离去，但还是有点留恋，也喜欢上你了(不是那种喜欢，是尊重你，你有些方面是值得我学习的)。我也只能默默地细声道：朋友，永别了!希望你以后的生活比我过得好。

无论是在亲情，爱情，甚至友情等都需要人与人之间的信任才能建立起来的。相信你，交上你这位朋友，我不后悔。也许，我以后的成功也不开你。千言万语之愿你：一路珍重。

我也相信你的人生充满色彩。因为你有一颗善良又和睦的心。

人生总有些无赖，后悔，寂寞……，我们也不可能避免。朋友，当你遇到它时，请不要害怕。世间没有什么解决不了的事情，只要你用心。我也愿意在你身后默默支持你鼓励你。

朋友，不管你以后记不记得我们曾经相处过，你的生活我也来过，也不管我们以后能不能再次相遇(我想应该没有机会见面了)。但我不会忘记你位朋友。

引\_“我寄愁心与明月，随君直到夜郎西。”

**我的朋友演讲稿200字篇八**

每一天的点点滴滴中，都会一个人来陪伴我。那个人就是老师经常说的“在我们头上的北极星。”那一颗“北极星”就是我最好的朋友。

我经常称这位好朋友为“苏姐”，苏姐呢，经常会用“航姐”来代替我的名字称呼我。

我们同身为班长，一直都是在竞争中合作，在合作中竞争。无论是什么事情，我们都要听一听对方的见解和对方的看法。我们的“私人感情”非常好，但从不把那些友情掺杂到我们的“工作之中”。其实有苏姐陪我度过的每一分每一秒都是幸福的，我能够在她的身上看到真正的快乐，也能够在快乐之中找到她的身影。再伤心之时，我也能够得到这个世界上最真诚的安慰。

我常常会某一瞬间萌发出一个新颖的想法，就像有一次我想真正的回我我的童年，做一些随记，但是不是经常做过随手笔记的我，不得不请教别人给我一些多的提示。我给自己的好朋友大约两三行的纸条，一个同学把这张纸当做了练习纸，并且对我说她忘记了我拜托她的事;我的后桌告诉我，她想给我写一些提示，而实在不会写;监督班长也告诉我她不会写，后来却因为想让我借她报刊而想重写······但是我把纸条给苏姐的时候，她一口答应了，但是现在要值周，中午再帮我写。中午的时候，她给我一张纸条，上面写着：

“童年像一支歌，充实着我;童年像一首诗，感染着我;童年像变色龙变色一样，时时刻刻在变化，时而忧伤时而欢喜。在我的世界中，童年是一段永不落的时光，我要去把它当做我的人生去对待。美丽——永归于他。”身上因一个个字而涌起一股暖流，这一段文字是我永远都不会忘记的。

时光飞逝，我们已经上五年级下学期了，学生的活动，再加上评选团员、学习雷锋好少年等称号的事情更多了。我和苏姐每一天都在“争”这些称号，而在争取的过程中促进了我们的友谊。全班只有两个人交上去了“小记者”评选的稿，那就是苏姐和我。并不是见了对方写后才写的，而是老师留这项作业的那天晚上，她写了，我也写了。

我们在快乐中成长着，而我们之间的回忆已经记录在我们生活中的点点滴滴中。我和她都知道，她是我的朋友，我是她的朋友。在我的瞳孔中，她必定会看的她自己的身影;我在她的瞳孔中，也会看到我的身影。

我们是真正的好朋友，我们是公认的好朋友。那么，让我们用所有不朽的回忆来促进我们的友谊!

**我的朋友演讲稿200字篇九**

什么样的朋友才算真正的好朋友?这个问题一定有很多人都在问。现在，我就教给大家一个最简单的评判标准，那就是——如果你和她很长时间没有联系，你们再见面时依然有说不完的话，不陌生，不疏离，感觉像从来都没有分开过一样。哪怕什么都不说，在一起也不觉得尴尬。这样的朋友，就是你一生的好朋友了。

你们一定会说，我跟我的朋友才认识没多久，我们都没有分开的机会，我该如何来判断她到底值不值得我深交呢?可是，你为什么非要判断这个呢?是怕你的付出有一天难以收回?还是怕有朝一日被她背叛和伤害?是不是有可能半途而废的友情，都不值得我们拥有呢?

其实，有时候，你太容易在友情中受伤，不是朋友的原因，而是因为你对朋友的期望太高。她和你是好朋友，不意味着她就没有交别的朋友的权利，不意味着她就不能和别人聊得热火朝天，也不意味着她事事都要顾虑你的感受和你的看法。就算是最好的朋友，她也可以拒绝你的要求，也可以不同意你的观点，也可以对你提出批评，也可以和别人聊得热火朝天暂时忘记你的存在。哪怕你再反对，她也有权利选择她自己的选择，热爱她自己的热爱。反之，你也是一样。不要总是说自己被友情弄得伤痕累累，很多的伤都是你对友情的要求过高才造成的结果。

每个人都喜欢听好话，嘴上抹蜜的人比起那些不擅长表达的人，好像总是要多那么几个朋友。但是聪明的你们，当你看一个朋友对你是不是真心的时候，一定要好好想想她对你做过些什么，而不是她对你说了些什么。即使是在言语上伤害过你的友人，如果在你最需要帮助的时候帮助过你，为你挺身而出过，都是值得你信赖的朋友，要珍惜。

当你遇到另一种情况，那就是朋友已经伤害了你，你是否应该原谅她。

虽然，从小我们被教育宽容是一种美德。但是，你一定要在心里给自己设定一个底线。如果不触碰，一切都好说，如果触碰了，你就要认真地考虑一下，你们之间的朋友关系到底应该继续还是结束。其实，你不一定要费尽心思去守护一份友情的。你想想，如果大家都说她不好，你非要说她好，就等于你告诉她，就算她做了任何伤害，你都是可以接受的，也是可以被宽容的。

如果在很久之后，你想起她对你的伤害，你还是觉得不能原谅，你也完全不必原谅她。但是，你一定要放下，不要去打听关于她的一切。因为她无论是好上天还是坏到底都跟你没有任何关系了。各走各的路，无需嫉妒，更不必悔恨。

最后，用一句话来概括友情：在一起很欢喜，分开后很想念，只是想念也很欢喜。

**我的朋友演讲稿200字篇十**

微笑是一种幸福。微笑是一种美丽。微笑是一种财富。微笑具有最独特的魅力!

微笑，它带给我们的是很多愉悦与欢畅的心情，可以将它比作一把火、一片温暖的阳光、一个最让人心动的表情……微笑，它犹如灿烂的阳光，犹如一把黑夜的火把，让光明和温暖穿越冷漠的空间，传递着一腔热情、一份关怀、一份温暖、一份宽慰……

微笑的本身就蕴藏着其很大的魅力，它让我们所有的人都无法拒绝它的感染，总在它的撩拔下放下所有的烦扰，而放怀大笑与拥抱快乐。

记得，自己曾经在服装公司工作的时候，因为是外资企业故特别重视员工的外表和神态，微笑是最起码的工作职责之一。现在想来并不是外资企业的特殊，而是给予企业自身的一个形象和品牌的提升。当你面带微笑与客户交流时，那种温和、平静的气质，已经是业务成功的一半了，所以，本来就喜欢笑的我，更让我明白了微笑可以给人带来无尽的快乐和祥和。微笑可以使你更具魅力和自信!

面带微笑我们可以用充满了阳光的心绪伴春天翩翩起舞。我们在微笑中歌唱阳光明媚，歌唱生活的美好，让歌声感染身边的每一位听众，一展人生的绚丽。我们在微笑中将阳光接力，让自己的快乐来一场友情传递，释放尘世的要旨!人，活着就要让微笑绽放绚丽的光彩!

其实，微笑还可以带给人面对困难的勇气，曾记得自己有过一段永远都无法忘记的艰难灰暗的日子，是亲人与朋友关怀的微笑与温暖给了我支持与勇气，陪我度过了那一个个痛苦的日子。经历过后更让我懂得人在困难时，原来是那么需要别人与自己的微笑，有了会心的微笑才感觉心的温暖，才有勇气去承受煎熬的折磨哦!

都说爱可以带给人温暖，但我觉得别人安慰与鼓励的微笑，也同样可以带给人阳光与温暖，让人感受到生命的美好，让人可以抵抗心底的寒冷，而去度过那一个个难眠的长夜。所以走过伤痛的今天，我学会了如何去爱与微笑地生活。人，短暂几十年，一定要开心地度过，一定要带给别人快乐。我们付出一点点却可以带给别人无比的欢欣与心的快乐，何乐而不为呢?

所以我爱我所爱，微笑着我生命的每一天，让微笑留给生命一份美好的回忆。就算老了，就算下一刻要我死去，我也无悔。因为我懂得活着的真缔与美好那就值得了!原来微笑是可以传递给对方的，原来微笑可以融化心的冰雪。我们沿着微笑走出曲折和迷惘，我们用微笑的阳光换来好心情，用微笑留住岁月的美丽，让生命永远都有微笑的陪伴。让生活充满阳光与活力，我们所付出的，只是微笑，是的，微笑就足够了……

所以，在生命中，我们可以选择赞许和欣喜，但不能忽略微笑;我们可以选择愤怒和沉默，但不能放弃微笑;我们可以选择悲哀和失落，但不能拒绝微笑啊。微笑无语，蕴含的意境却胜过千言万语，却可以带给我们很多希望与勇气!

微笑吧，我的朋友们!尽可能地让自己面带微笑吧，让微笑带给你一份好心情，让微笑温暖你受伤或冰冷的心!也请记得给你身边的人多一点关怀的微笑，带给他们一些快乐。付出应是无私的，所以送别人微笑或许也是我们的使命吧。毕竟无论怎样，相信这世界是充满爱的，如有微笑的点缀，相信会更美好!

选择微笑吧，用信任的、感激的、可爱的、深情的、坦荡的、开心的、无私的微笑组合成阳光的七彩，跟身边的世界做一次美好的交流。

带着微笑，我们把最辉煌的故事铭记于心，让生活日新月异;带着微笑，我们把最动人的表情定格于世，让生命长驻芳华……

我们时常微笑着，于是，快乐常驻我们心中;于是，爱在我们心中永久地荡漾着!!

**我的朋友演讲稿200字篇十一**

不知大家是否注意到“诚信”二字在我们周围已是频频出现，无论是人们的日常生活中，还是在激烈的商业竞争中，“诚信”无一不应该摆在首位。

相信在坐的各位一定听过，做人一定要以诚信为本，商品经济就是信誉经济之类的标语。然而，当我们把目光撒向社会的每一个角落，它又是否真的已深入人心，成为一种时代的新风尚呢?

记得早在孩提时代，就听到过“狼来了”的故事，朦胧中便意识到小孩子如果撒谎是会遭殃的。显然，我国的文化历来是讲究诚信的。这个故事也通俗又深刻地告诉了我们做人的道理：要讲诚信。

然而，当我们生活在这物欲横流的社会里，穿梭于来来往往的人群中时，我们同样可以发现在我们身边充斥了各种不讲诚信的企业与个人。相信大家还记得“大头娃”的事件吧!当时有多少厂家生产的奶粉严重不合格，又有多少个无辜的小生命成了它们的牺牲品啊!看着那婴儿的头发掉光，看着他们的内脏器官衰退，难道这些厂家不会觉得有负罪感，不会觉得良心受到了谴责吗?

一个民族不能缺乏诚信观念，一个国家不能缺少信用制度，一个社会不能缺乏诚信体系，当然，一个企业也同样不能忽视信用管理。

有句广告词叫做“真诚到永远”。相信我刚说出它来的时候，你们一定猜出来了。对!它就是青岛海尔集团的广告语。海尔集团自从十多年前果断的砸毁了自己生产的近百台有质量缺陷的冰箱起，“诚信”便造就了“海尔”今天的良好信誉和知名度。这一砸便砸出了“海尔人”的真诚，砸出了整个中国冰箱史上的第一枚金牌。

人无信而不立、童叟无欺的故事至今也流传了几千年。虽然它也曾苍白无力，也曾留下过许多令人叹息的故事，但真理永远会在人们最需要的

时候闪闪发光。

北宋词人晏殊，素以诚实着称。在他十四岁时，有人把他作为神童举荐给皇帝。皇帝召见了他，并要他与一千多名进士同时参加考试。结果晏殊发现考试是自己十天前刚练习过的，就如实向真宗报告，并请求改换其他题目。宋真宗非常赞赏晏殊的诚实品质，便赐给他“同进士出身”。晏殊当职时，正值天下太平。于是，京城的大小官员便经常到郊外游玩或在城内的酒楼茶馆举行各种宴会。晏殊家贫，无钱出去吃喝玩乐，只好在家里和兄弟们读写文章。有一天，真宗提升晏殊为辅佐太子读书的东宫官。大臣们惊讶异常，不明白真宗为何做出这样的决定。真宗说：“近来群臣经常游玩饮宴，只有晏殊闭门读书，如此自重谨慎，正是东宫官合适的人选。”晏殊谢恩后说：“我其实也是个喜欢游玩饮宴的人，只是家贫而已。若我有钱，也早就参与宴游了。”这两件事，使晏殊在群臣面前树立起了信誉，而宋真宗也更加信任他了。

朋友们，抖落你满身的疲惫与困扰吧!走出世俗的阴影，抛开虚假与欺骗，为了我们个人的发展，社会的发展，和整个人类的发展，让我们共同携起手来义无反顾的与诚信签个约吧!

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找