# 2024年五分钟演讲题材不限(11篇)

来源：网络 作者：醉人清风 更新时间：2024-09-16

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。五分钟演讲题材不限篇一人们给了我们...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。相信许多人会觉得范文很难写？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**五分钟演讲题材不限篇一**

人们给了我们光彩的称号，给了我们这么多荣幸的光环，更给了我们衷心回报社会、家庭的神圣的职责。这就是我们大学生应有的良知。在这知识的殿堂里，我们是否做天了与知己为伴，让灵魂得到高尚、让人格得到高贵、让人生得天升华呢!有的人做到了，时刻让良知牵引自己前行，尽力为以后的人生展垫着牢固的基石。然而，令我们可悲的是，在这通往光亮与光辉的路上，有人却轻易地抛掉了良知，让昏暗遮蔽了自己。

马加爵，这个曾经的乖孩子、昔日的优等生，但谁也无法想到，他竟然会亲手杀逝世自己的同学的四位同窗。四个不瞑的灵魂走了，留给我们的却是深深地思索。马加爵，作为一个大学生，本应当保卫自己的这片良知净土，积极乐观，克服心理作遂。但惋惜的是他泯灭了这一切，让自己同罪行的凶犯站在同一平台上，终极让邪恶毁掉了自己。他是可悲的，由于他没能让大学生的良知在自己的心中根深蒂固，因而造成了今天这无法挽回的悲剧。

还有一个不知该为他的不幸而哭，还是该为他的幼稚而笑的咸阳大一男生，由于在情人节送花给敬慕的女生遭到谢绝，他竟以选择跳楼而停止了自己和性命。他死了，人们给他的只是同情，同情他的年少、同情他的无知。作为大学生，没有大学生处置问题的沉着，更没有大学生应有的广阔胸怀，这真的是作为大学生的悲痛。

更有一个令人难以置信的法律专业的大学生，为了替父还债，竟然绑架了邻居小孩，勒索20万元现金。被逮捕后，却以没想过伤害人质为由，请求广大处置。真令人痛心，这种痛是为她如此单薄的法律意识的痛;为她就这样轻易葬送自己美妙前途的痛;更为她作为大学生，却摈弃了大学生良知的痛。

等等的事件，在我们四周产生，带给我们的是震惊、是思索。我们心中自问：是什么使我们当中的他们产生了质的变更?是自卑、是脆弱、是无知，我这就是答复。

面对生涯的挫折与打击，他们没能凭毅力与智慧克服，因愚蠢而失败;面对生活的陷井他们没能悬崖勒马，因盲目而坠进其中，故事。一切罪行地产生都是错的，看似生涯的错，听似别人的错，但我以为更应当批评的是作为大学生，却摈弃大学生知己的他们。我们是大学生， 我们真挚、乐观、自负、文明，我们对生涯充斥热忱，心灵，对人生满怀信念。这就是我们的实质，这就是我们的知己。马加爵，他们摈弃了这些，这是他们的悲痛，但我们不要。我们理解生的意义，我们铭刻人生的哲理——把有限的性命投进到无穷的为人类谋幸福之中，在性命逝往时，让精力之光照射万代，让人类之火熊熊燃烧。

同窗们!别让愚蠢的悲剧重演，励志歌曲，重演在这洋溢着智慧与活气的舞台上。让我们携起手来，坚守我们的良知，以此来演奏属于我们当代大学生的精美乐章!让我们携起手来，保卫我们的良知，以此来开启属于我们当代大学生的人生航帆。

**五分钟演讲题材不限篇二**

各位领导、各位评委、各位工友们：

大家下午好!

今天很高兴能够和大家一起探讨奉献青春这个话题，青春需要实现人生价值，而创业是实现人生价值的最佳途径;所以我们可以得出一个结论--青春需要创业。创业难，难创业;作为我们青年应该如何去创业呢?

“让青春烈火燃烧永恒，让生命闪电划过天空，用所有热情换回时间，让年轻的梦没有终点”!这句话一直用它激励自己的学习、工作和生活。我认为，青春就应该燃烧，发出亮光才有价值!人的一生可能燃烧也可能腐朽，既然这样，我不愿腐朽，也不能腐朽，我愿意燃烧起来!在座的朋友们!你们愿意吗?

说到这里，我想起了这样一句话：“有的人活着，他已经死了;有的人死了，他还活着。”生命的意义在于活着，那么活着的意义又是什么呢?当然不是为了活着而活着，答案只有两个字，奉献!我们可以设想一下，不付出、不创造、不追求，这样的青春必然在似水年华中渐渐老去，回首过往，没有痕迹，没有追忆，人生四处弥漫着叹息。我想，这绝对不是我们存在的意义。古往今来，有无数能人志士在自己的青春年华就已经成就了不朽的人生，在这里我来不及一一列举。

说实话，×年前，我刚来工作的时候也有过失落和茫然，因为工作环境恶劣，空气中到处弥漫着灰尘，感觉现实不尽如人意，感觉离曾经的梦想总是有一些距离，一度陷入困惑之中。可是，青春的我是一把刚刚铸好的刀，不容得你有片刻的等待和迟疑。我决不能眼睁睁看着这把刀慢慢氧化，失去光泽，随即斑驳、锈蚀、风化，最后成为一块废铁。我告诉自己，“如果你是金子，到哪都能发光，只要你斗志昂扬的面对生活、面对工作，你就会有所获得”。青春是学习的季节，青春是奋斗的岁月，不要停止我们前进的步伐，因为青春的路正长。有空的时候静下心来好好看看书，回头想想自己走过的路，为自己的人生做好一个规划，把自己的理想铭刻在心中，做一个甘于寂寞，敢于创新、干劲十足的年青人。

作为一名××人，心中无不闪烁着梦想，那么现在就是我们努力实现梦想的时候了。我们要做的有很多很多。纵使艰难险阻，也要努力前行：追求卓越，真诚回报，释放青春能量，点燃创业梦想。或许我们成不了伟人，纵使我们平淡一生，但这都不要紧，群星闪烁时我们同样灿烂，这样的平凡其实是一种伟大。因为只有我们自己清楚，平凡的岗位需要我们付出，火热的生活需要我们的付出，构建××的宏伟蓝图需要我们大家一起付出。我们的青春是有限的，有限的青春因为我们的奉献变得充实、久远。

我选择了××，从某种意义上来说，就已经选择了奉献。青春不是人生的一段时期，而是心灵的一种状况。如果你的心灵很年青，你就会常常保持许多梦想。大家都知道我们企业的精神：务实、敬业、创新、高效，虽然我们工作在不同的岗位，但我们拥有一个共同的家，在这里，我们信守同样的××精神，写下同样的奉献承诺，拥有同样的壮美青春。这是一次演讲，更是一次告白。当我满带着青春的气息，怀揣着沉甸甸的梦想与信念站在这里的那刻，我的内心是如此的坦荡与激昂，那种难以形容的兴奋与紧张，我真诚的邀请你们一同分享。

**五分钟演讲题材不限篇三**

各位教师，同学们：

大家好!我先给大家讲个故事。

在非洲的一片茂密丛林中，走着四个皮包骨头的男子，他们扛着一只沉重的箱子，在密林里踉踉跄跄地向前走。他们跟随队长进入丛林探险，课时，队长却在任务即将完成时患疾病二不幸长眠于丛林中了。

临终前队长把亲手制作的箱子托付给他们，并十分诚恳地说：“如果你们能把这个箱子送到我的朋友手里，你们将得到比金子还宝贵的东西。”

埋葬了队长之后，他们便扛着箱子上路了，道路越来越难走，他们的力气也越来越小了，可是他们仍然鼓起劲往前走着。最终有一天，绿色的屏障突然拉开了，他们历经千辛万苦之后最终走出了丛林，找到了队长的朋友，可是那个朋友却说：“我一无所有啊!”

于是，打开箱子一看，竟是一堆无用的木头!就这么个故事，看起来队长给了他们一箱无用的木头，其实，他却给了他们行动的目的，使他们获得了比金子还贵重的东西——生命。这个故事启示着我们学习、做任何事情必须要有明确的目的与奋斗目标。

聋哑人跳起了美丽的千手观音，盲人登上了珠穆朗玛峰，双腿下肢被截去而重新驾驶飞机回到蓝天……许多正常人都难以做到的事情，这些残疾人却把它们变成了现实，这不能不让人感到惊讶，也更被它们坚韧的毅力、永不放弃的精神所感动，他们成功的主要原因就是有着必胜的信念，朝着目标，永不放弃。

“凡事预则立，不预则废”，确定了奋斗目标，如何才能坚持不懈，如何才能永不放弃，那就必须要有行动的计划、成功的信念，这是你行动的向导，是你挖掘与运用体内潜能的催化剂。

如果你认为自我十分突出，你就真的会很优秀;如果你想象渺小，你就会落后于人;如果你想象勇敢，你就会真的无所惧怕;如果你想象辉煌，你就会变得很伟大。

因为当你行动之前进行头脑热身，构想要做之事的每一个细节，梳理心路，然后把他们深深铭记在脑海中，当你行动的时候，你就会得心应手，应付自如。

同学们，励志要有明确的目标，目标的实现要有成功的信念，从此刻开始，让他们在你的想象中成为现实——去感受它们、经历它们、相信它们。相信，不久的将来你就会看到它们最终变成现实。

我的演讲完毕，多谢大家!

**五分钟演讲题材不限篇四**

从今天早上开始就一直下着雨，淅淅沥沥，点点击落，本来，应当是很有情怀的。可想到雨渍花落，红散香凋，就有几份凄迷，更有几份感伤了。

知道爱雨的人无数，写雨呤雨的文章更是浩焱如烟，可我也终是一个喜雨之人，对雨有不一样的感受，也就写了。

雨，在不同的人的眼里，有着不同的景致;就如眼前的山水，一千个人有一千个风景一样。对雨，有人喜欢，有人讨厌，有人叹息，有人痴狂，感受各异。

苏东坡书斋名曰“喜雨斋”，可见他是一个爱雨之人;而现代名士周作人把他的书斋取名为“苦雨”，虽然不能因此来判定他对雨的喜恶，却由此可见周先生对雨，多少有些无奈。也知道，我那位从年轮上离去，已有多日不曾归来的朋友，还曾把她的闺房称为“听雨轩”，想她也是一个爱雨、喜雨、恋雨，对雨有着别样情怀了的人了。

雨也如同花草树木一样，能否成为风景，还取决于人们的心情。久旱逢甘霖，不论在谁的眼里，都是一份美丽;而淫雨霏霏，堤破水淹，又有谁不为之而心烦?

但是，雨就是雨，它不因你喜爱而来，也不因你厌恶而去更去，更何况不经历风雨，就不能见到彩虹的绚丽;没有雨天的阴云，也就没有晴天的阳光的灿烂。

江南是多雨的，而生于多雨江南的我，对雨不能不说是熟稔之至;按说应该早已是熟视无睹，无动于衷了。可我对雨却偏偏有着一份惊喜和新奇。每每雨天，总爱徜徉于雨中，任由那甘甜纯净和雨丝尽情地洒在我的身上，浸入我的肌肤;淋去我心灵中的灰尘和阴暗，让心情变得洁净和亮丽起来。雨是上天的恩赐，惠世的甘泉，它使万物葱郁，生机一片;倘若没有了雨，那么这个世界又会是什么样子?沙漠遍布，尘暴肆掠，风沙飞扬;不见鸟踪，难觅兽影，甚至连一丝绿意也不能找到，生命也在这里消逝，那将是多么的恐怖和可怕呀。

四时之雨，也因时节的不同，季节的变化而各不相同。春雨当算是最美妙精致了，有如青春少女含羞带娇般的呤唱;春雨也最为文人墨客所喜爱。“好雨知时节，当春乃发生”，“天街细雨润无声”，“杏花春雨江南”等名句，便是对春雨的赞颂。而《雨巷》中那水淋淋的女子，大概就是沐着春雨而来。最热烈的当是夏雨了，它就像一个壮实的大汉尽情挥洒的热汗，有着一种酣畅淋漓的痛快;来势凶猛，去得也快，干干脆脆，从不拖泥带水。它不仅浇灌田地，滋润禾苗，也在炎炎酷暑，为人们带来丝丝凉爽。其功过是非，人们是了然于胸。而带有丝丝凉意的秋雨，则是另有一番滋味在心头了。它凄凉冷清，霏微萧瑟，说它是青春已逝，韶华不再的怨妇的叹息，则十分贴切。“对潇潇暮雨洒江天，一番洗清秋。渐霜风凄紧，关河冷落，残照当楼，苒苒物华休。惟有长江水，无语东流。”

秋雨中，柳永的心情是多么地凄凉无奈。李易安在她的《秋情》中也如是诉说着她的孤独、悲愁、哀怨，“梧桐更兼细雨，到黄昏、点点滴滴。这次第，怎一个愁字了得!”。其实，人之悲欢、喜怒、哀愁、与雨又有何干?冬雨似乎并多见，更少有人喜欢。可我却觉得它犹如是一位断腕不皱眉、一去不复返的壮士洒下的几滴清泪，有着一种冷峻、刚毅、悲壮和豪迈。让人不能不由衷地生出几份敬意来。

人世间的浮华喧嚣，得意失宠，需要我们以平常心待之，对于雨也莫不如此，只有去除浮躁，多几份平静，才能体味出它的有趣和诗境，感受到它的精妙和美丽。

在我写下这些文字的时候，雨还依旧在下着，就不由得又心生几分伤春感春的情怀来，不知不觉春深了，无声无息夏来了。青春不就是这样慢慢变老的嘛，梦想也是如此悄然渐逝而去……

**五分钟演讲题材不限篇五**

停下了手中的笔，将信笺轻放进信封，封了信口。在信封上清晰地写下“致勇气”。或许作为一个“听话的孩子”的我可以用懦弱形容，但我也曾为自己产生过勇气。勇气，愿你与我同行。

等待，胆怯且兴奋与期待的等待。

我在等一封信，一个同样与我热爱绘画的女孩的信。日等，夜等，天天等;日怕，夜怕，天天怕——因为我是背着我的母亲的。

虽然当时也不知哪来的胆儿，但还是把自己暗自准备许久的画寄了出去，于是便有了这封未到的回信。

几日之后，收到了。但不是我，是我母亲。当时她没说什么便交给了我，信已经被开过了。我注意到她刹那间流露出的怒色，又胆怯起来。

可我还是回了信，因为女孩的信让这般胆怯的我足足高兴了一个星期。当然，女孩回信也很快，只是，信又到了母亲的手上。

母亲这回没开信封，只是放下了狠话：“你再让我收到来信我就撕了!”母亲当时的样子很糟糕——她的眉眼之间已有几分强烈的怒气了。我明白，她准以为我成绩跟这信挂钩了。

虽然我很害怕生气起来的母亲，但我真的真的很想与女孩相互寄信，因为总觉得心与心之间贴得很近，能有千言万语相诉。

纠结了一阵，还是准备与母亲谈条件：无论怎样，我都想寄信!

慢步走到正在洗盘碗中的母亲身旁，用着小声到几近听不见的音量说道：“妈妈，咱们谈谈寄信的事吧……”

之后的半个小时里，我记不得自己说了什么，只记得音量放大了不少，还用了许多形容词，现在想想也让我诧异自己哪来的勇气。但最后的结果是母亲默然答应了条件。

兴奋的我当时还把那一份心情写在日记里，那是我第一次清楚地认定这为勇气并非“鲁莽”。

仔细看着这封写着“致勇气”的信封，欣然笑了：这勇气并非鲁莽，那是我第一次为了自己的愿望而与母亲谈论，第一次为了自己抛下“胆怯”。

致勇气，愿你与我同行。

**五分钟演讲题材不限篇六**

各位家人，请迅速找到您成功的位置。我们的早会即将开始，感谢天盛提供学习成长、成就价值的平台，行礼，礼毕。 为保证会议质量，请大家将手机调至静音状态，感谢您的合作。

好！亲爱的家人们，大家早上好！（天盛好！yes!) 感谢大家真诚的回应。

又是一个新的早晨，又是一天新的起步，相信自己，带来良好开端，将成功积累，我是今天的早会主持人------张妍，在这里，我已鞠躬的方式 , 再次向大家表以真诚的问候。 谢谢···

1.大浪淘沙勇者胜，风啸大漠败者臣，我们是最优秀的团队，请把最热烈的掌声送给最优秀的自己！让我们以最完美的姿态迎接新的挑战，请各位家人整理着装做好准备， 有请对长-刘德强出列。

2.感谢刘德强队长。

感恩是一盏灯，照亮了你我前行的路，感恩是境界，感恩是力量。感恩天盛，感恩你我，下面有请，

20xx感动天盛风云人物由台西侧入场：让我们以行礼的方式表达我们的尊重与谢意，感谢优秀的家人助我成长，行礼，礼毕。

感谢客户感谢你我最真诚的回应，行礼，礼毕。请优秀的家人由台东侧退场，将掌声赠予他们。

3.勤劳收货，勤劳致富，请各组长清点到厂人数，喊响团队口号。

4.如果你是雄鹰，没人鼓掌也要飞翔，如果你是小草，没人心疼也要成长，如果你是深谷里的百合，没人欣赏你也要芬芳。哪怕遍体鳞伤也要活的漂亮，让我们坚持不懈直到成功··· 掌声有请 领读：坚持不懈直到成功。

5.时光如流水，每一年的生日都有天盛记录我们成长，在每年这样特别的日子里，让我们为他门送上公司最真诚的祝福，掌声有请本周生日之星 ，祝他们生日快乐。 6.每次我们奋斗的前夕，都需要领导的引路与激励，借助大家热烈的掌声有请 和我们做成功分享.

7.有目标的人在感恩，有目标的人在奔跑，让我们向快乐出发，向成功起步。今天的早会到此结束，散会。

**五分钟演讲题材不限篇七**

听到这个题目，可能您会有点疑惑。这“自由”，与工作有什么关系?还会有人说，我不工作，不是才“自由”么?可见你说错了!究竟说错没有，且听我道来。

第一，只有热爱工作，我们才可能获得财务自由

很多人都想赚钱，然后过“快乐”的生活。那么问题来了，多少钱才能让你快乐?一百万?还是一千万?错了!是财务自由。财务自由不是拥有万贯家财，而是感觉到自由，了解你自己和你自己所拥有的，知道即使明天因为生病或是公司裁员你丢了工作，你也不会有大麻烦，仍旧可以舒适地生活一段时间，不必发愁立即找工作。生活突然遇到继续用钱的问题时，可以轻松地拿出钱来。等你年老退休时，也许你的生活不算豪华奢侈，但你可以生活得很舒适，不会欠账。偶尔出去旅行，能自给自足。实际上，这是一种创造财富、驾驭金钱的能力。热爱工作吧，如果你没有显赫的家世，那么这就是你进入财务自由之门的钥匙!

因为你热爱工作，工作就会热爱你。热爱工作，你就会全身心地投入工作，努力解决工作中遇到的一个又一个难题，人生的机会就会接踵而至。热爱了工作，工作给你的回报会更多!你见过对工作满腹牢骚、痛恨工作的人获得财富的么?

第二，只有主动工作，我们才可能获得管理自由

你到公司来，是必定要工作的，即使不想工作。为了“迫使”大家工作，公司制定了各项管理规定，比如制定了考勤打卡制度，规定了上下班的时间。是不是觉得很受约束?很多人又要说了：我一点也不感觉到自由啊?你说工作会让人自由，就是骗人嘛!

有句名言说的很好：由必然王国进去自由王国。这个从必然到自由，就是由强迫的行为进入自觉的行为。这正是管理的升级，也是科学管理的开始。只有大家都主动地工作，建立起主动工作的文化氛围，把不自觉的，相对强迫的工作变成一种自觉的过程，我们才能真正体会出工作中的自由，这就是管理的自由。达到了管理的自由，工作的环境将温馨而热烈，所有人都可以解放出来，更加良性地、主动地工作。

第三，只有正确工作，我们才可能获得时间自由

这似乎又是一个伪命题：时间用来工作了，怎么又能“自由”呢?

告诉你，正确的工作，可以节约你大量的时间。不信?

所谓正确的工作，就是有这正确的工作方向，以及正确的工作方法。有了正确的工作方向，你就不走弯路，少走弯路;有了正确的工作方法，可以极大的降低工作强度，提高工作效率，自然也节约了时间。

举个例子来说：我以前曾负责对公司开发的销售管理系统进行数据核对，所有数据核对一遍大约需要3个人用一周的时间。我这个人比较笨，做这类事情效率很低，就开始琢磨改进一下。于是我用3天的时间写了一个小程序，这下子核对一遍要用多久呢?3分钟!再比如说，以前听说营销人员要画组织架构图，往往是一画就是一面墙，还容易出错，工作量可想而知。于是我又磋磨了，结果搞了个小程序出来，五分钟就可以出结果。其实这类事在工作比比皆是。仔细去盘点一下你的工作，看看能不能成倍地节约出时间来!

第四，只有超越工作，我们才可能获得思想自由

什么是超越工作?就是不仅仅满足于完成工作，更进一步，思考它，改善它，捕捉到内在本质!这些都不是工作的要求，但是做了，就能改进我们的思想。这好比是吃食物，嚼碎了，消化了，变成了自己机体的一部分。要知道，世界上的任何一种思想都不是天上掉下来的，都是在生产实践中总结归纳出来的。经验归纳演绎出来，再经升华，就是思想，就是哲学!我们都想实现自己，获得属于自己的思想，那么，就必须超越工作。

只有工作，我们才能自由!我们为自由而工作!

**五分钟演讲题材不限篇八**

亲爱的老师，同学们：

大家好，今天我要演讲的题目是《宽容是阳光》。

哲学家康德说：“生气，是拿别人的错误惩罚自己。”优雅的康德大概是不会有暴风骤雨的，心情永远是天朗气清。别人犯错了，我们为此雷霆万钧，那犯错的该是我们自己了。

现代的戴尔·卡内基不主张以牙还牙，他说：“要真正憎恶别人的简单方法只有一个，即发挥对方的长处。”憎恶对方，狠不得食肉寝皮敲骨吸髓，结果只能使自己焦头烂额，心力尽瘁。卡内基说的“憎恶”是另一种形式的“宽容”，憎恶别人不是咬牙切齿饕餮对手，而是吸取对方的长处化为自己强身壮体的钙质。

狼再怎么扮演“慈祥的外婆”，发“从此吃素”的毒誓，也难改吃羊的本性，但如果捕杀净尽，羊群反而容易产生瘟疫;两虎共斗，其势不俱生，但一旦英雄寂寞，不用关进栅栏，凶猛的老虎也会退化成病猫。把对手看做朋友，这是更高境界的宽容。

林肯总统对政敌素以宽容著称，后来终于引起一议员的不满，议员说：“你不应该试图和那些人交朋友，而应该消灭他们。”林肯微笑着回答：“当他们变成我的朋友，难道我不正是在消灭我的敌人吗?”一语中的，多一些宽容，公开的对手或许就是我们潜在的朋友。

三峡工程大江截流成功，谁对三峡工程的贡献最大?著名的水利工程学家潘家铮这样回答外国记者的提问：“那些反对三峡过程的人对三峡工程的贡献最大。”反对者的存在，可让保持清醒理智的头脑，做事更周全;可激发你接受挑战的勇气，迸发出生命的潜能。这不是简单的宽容，这宽容如硎，磨砺着你意志，磨亮了你生命的锋芒。

虽然我不同意你的观点，但我有义务捍卫您说话的权利。这句话很多人都知道，它包含了宽容的民主性内核。良言一句三冬暖，宽容是冬天皑皑雪山上的暖阳;恶语伤人六月寒，如果你有了宽容之心，炎炎酷暑里就把它当作降温的空调吧。

宽容是一种美。深邃的天空容忍了雷电风暴一时的肆虐，才有风和日丽;辽阔的大海容纳了惊涛骇浪一时的猖獗，才有浩淼无垠;苍莽的森林忍耐了弱肉强食一时的规律，才有郁郁葱葱。泰山不辞抔土，方能成其高;江河不择细流，方能成其大。宽容是壁立千仞的泰山，是容纳百川的江河湖海。

与朋友交往，宽容是鲍叔牙多分给管仲的黄金。他不计较管仲的自私，也能理解管仲的贪生怕死，还向齐桓公推荐管仲做自己的上司。

与众人交往，宽容是光武帝焚烧投敌信札的火炬。刘秀大败王郎，攻入邯郸，检点前朝公文时，发现大量奉承王郎、侮骂刘秀甚至谋划诛杀刘秀的信件。可刘秀对此视而不见，不顾众臣反对，全部付之一炬。他不计前嫌，可化敌为友，壮大自己的力量，终成帝业。这把火，烧毁了嫌隙，也铸炼坚固的事业之基。

你要宽容别人的龃龉、排挤甚至诬陷。因为你知道，正是你的力量让对手恐慌。你更要知道，石缝里长出的草最能经受风雨。风凉话，正可以给你发热的头脑“冷敷”;给你穿的小鞋，或许能让你在舞台上跳出漫妙的“芭蕾舞”;给你的打击，仿佛运动员手上的杠铃，只会增加你的爆发力。睚眦必报，只能说明你无法虚怀若谷;言语刻薄，是一把双刃剑，最终也割伤自己;以牙还牙，也只能说明你的“牙齿”很快要脱落了;血脉贲张，最容易引发“高血压病”。“一只脚踩扁了紫罗兰，它却把香味留在那脚跟上，这就是宽恕。”安德鲁·马修斯在《宽容之心》中说了这样一句能够启人心智的话。

**五分钟演讲题材不限篇九**

大家好，我叫\_\_，来自成品车间液化气站。今天我演讲的题目是《知荣辱、树新风、我与企业共奋进》。

近日\_\_提出了“八荣八耻”的社会主义荣辱观，这为推进依法治国和以德治国相结合的治国方略，构建社会主义和谐社会提供了强大思想武器。“八荣八耻”，有立有破，旗帜鲜明，不但体现了中华民族的传统美德，也体现了社会主义的时代精神。不但体现了社会主义基本道德规范的本质要求，也体现了社会主义价值观的鲜明导向。

作为一名党员，我认为“八荣八耻”的提出，代表了人民的意愿，反映了百姓的呼声。在我们社会主义社会中，是非、善恶、美丑的界限是绝对不能混淆的。我们坚持什么、我们反对什么，我们倡导什么、我们抵制什么，都必须旗帜鲜明。那么“八荣八耻”就是这么一剂良药。坚持它、贯彻它，定能根治社会生活中的“毒瘤”，使我们的社会肌体越来越健康。

同样，在我们石化行业，在我们延炼，也可以根据我们自身的特点，提出旗帜鲜明的“八荣八耻”：

以爱国爱企为荣，以损国损企为耻;

以安全生产为荣，以违规操作为耻;

以敬业爱岗为荣，以违章违纪为耻;

以勤政廉洁为荣，以腐化堕落为耻;

以节能降耗为荣，以铺张浪费为耻;

以提高技能为荣，以不学业务为耻;

以求实奉献为荣，以投机取巧为耻;

以团结协作为荣，以损人利己为耻。

作为延炼人都知道在我们美丽的翼丰公园西侧墙面上，用红色大醒目的写着“以厂为家，爱我延炼，厂兴我容，厂衰我耻”十六个，它仿佛时刻提醒着我，作为一名延炼人，要为企业的繁盛和不断发展而努力工作。延炼是一个依托陕北石油资源和党中央的亲切关怀而发展起来的一个大型石油化工企业，它的建设发展正是延续了老一辈石油人埋头苦干的创业精神。才由小变大由弱到强，由单一的炼油企业发展成为炼油化工企业，并一跃成为中国大型石油工业企业第179位。在陕北石油重组之时，延炼也以自我强劲的优势成为延长石油集团炼化板块中的龙头企业。在延长石油集团炼化公司的领导下延炼全体建设者摩拳擦掌继续传承老石油埋头苦干的奉献精神誓与延炼的发展共奋进。

在液化气站工作十几年中。由于工作的关系，我认识了很多同志，看到许许多多默默无闻、无私奉献在生产一线的干部职工，其中我们站里就有获得“\_\_年度延长石油集团先进工作者”称号的谢宏雄同志，还有获得“\_\_年度炼化公司三八红旗手”称号的赵东红同志。他们在工作中时刻体现着石化职工爱岗敬业的优良品质，处处保持着廉洁奉公的高尚情操。从他们的身上我们可以看到全体职工在各自平凡的岗位上默默

奉献的精神。

随着我们企业生产规模的不断增大，液化气站也从新搬迁，装车规模，设备先进含量，办公场地，安全防范设施都有了质的变化。站内几乎每一个岗位都能感受到每年不同的、不断增加的工作量。而随着定编定岗工作的深入，使得岗位编制更加科学，更加精简。广大干部职工们在实际工作中能克服工作量大，危险性高的困难以高度的责任感和事业心积极投入到生产建设中去。他们主动的将压力转化为动力，加强巡检，精细操作，精打细算，优化流程，以自己的实际行动来保证各套设备的安全平稳运行。在装置检修中，职工们都能积极参与进来，把检修、抢修作为工作学习进步的一项重要内容，加强对现场的监督和管理。

作为企业生产流程中的终端环节，液化气站全体员工积极加强自身建设，用优秀的作业标准，科学的管理流程，文明的工作作风树立起了延炼良好的企业形象。

当前，我国经济社会发展形势总体良好，“\_\_”规划纲要所描绘的美好生活蓝图，更让人民群众满怀喜悦和期待。。在\_\_即将到来的时候，在我们大炼化、大煤化的格局即将形成之际，我们有着如何的荣辱观，对我们企业的发展有着至关重要的作用。但是，如今社会生活中也确实存在着不少问题。其中一个突出问题就是，在一些领域和地方，是非、善恶、美丑界限混淆，公民基本道德规范在不少人心中已经成了奢侈品，觉得那对自己来说是“可望而不可及”。有些人甚至在刻意“践踏道德”，动辄对公民基本道德规范加以嘲笑和奚落，更有人公开叫喊“越堕落越快乐”。于是，拜金主义。享乐主义、极端个人主义滋长起来，见利忘义、损公肥私行为时有发生，不讲信誉、欺骗欺诈成为社会公害，谋私、腐化堕落现象成为顽症。

一千多年前，诸葛亮在著名的《诫子书》中就曾经告诫他的后人：非淡泊无以明志，非宁静无以致远。一个企业、一个团队也是这样，如果没有心境上的淡泊、宁静，就没有行动上的明志、致远。对照刚才演讲一开始讲到的延炼人的“八荣八耻”，如果没有这些基本的荣辱观，职工在维护自身利益、保持生产秩序，加强企业稳定等方面就没有出发点和立足点。如果没有这些基本的荣辱观，我们企业纵使有再英明的政策，再优越的.环境，也不可能取得很好的发展!

我国古代思想家向来重视荣辱观念。孔子日：“行已有耻，使于四方。”孟子云：“耻之于人大矣。”明末爱国学者顾炎武说：“士而不先言耻，则为无本之人。”“八荣八耻”道德观，汲取了我国传统荣辱观精华并注入了时代精神，具有很强的现实针对性和实践报告性，无疑是我们这个社会的必须品而不是奢侈品，是我们做人做事的基本准则。知耻知荣，才会弃恶从善，树新风，才会见贤思齐，才会把良好道德逐渐内化为行为习惯。

先哲曾说：“贪夫欲人之廉，虐夫欲人之柔，暴夫欲人之仁，傲夫欲人之逊，彼亦知夫廉柔仁逊为美也，然而不能焉。”意思是，有些人也知道什么是美丑善恶，而且希望别人能做到，但就是自己做不到。面对“八荣八耻”，我们干万不能如此。“千里之行，始于足下”。树立“八荣八耻”荣辱观，最需要每个人都从自己做起，从现在做起。“明荣辱、扬正气”———从我做起。

在陕北石油重组的新形势下，企业炼将在全体建设者的共同努力下，犹如一只羽翼丰盈的大雁，沐浴着春风，迎着温和阳光，为开创陕北石油新纪元而振翅腾飞。

**五分钟演讲题材不限篇十**

那是秋意朦胧的秋日午后，正从公园回来的我，在家门口遇上了急急忙忙拿着车钥匙即将出门的父亲。

父亲的衬衫扣子没有扣好，我正想喊他，他被正在收拾家务的母亲拦住。

走近，伸手。母亲在为父亲扣上衣扣!秋风轻柔地掠过母亲的发丝，带来秋季淡淡的果香味，心跳的律动拼成了秋叶飞舞的节奏。

母亲的长发柔顺地傍在脸庞，温柔的目光像一泓清澈的泉水，悠然地从中流出，细细流入父亲害羞的心扉，连绵不断。苍老却又纤细的手指静静地系着扣子，流露出款款温情......

父亲一动不动，羞涩的目光不知投向何处，只能迎向母亲的目光。四目对视之间，却又仿佛望向了过去几年的点滴温情。没有话语，仅有耳边树叶落下时，如风铃般悠扬空灵的轻轻阵响。

我呆呆地倚着门，倾听者秋天宁静的伴奏，看着眼前美如画卷的风景，捕捉这片幸福。

这短短的瞬间，似乎随着落叶缓缓地飞向另一片美丽。秋日金黄色的阳光，透过细碎的叶片，撒下一条光影的足迹。伴着这条足迹，似乎看到了二十多年前。一个美丽女子与阳光的青年，在落叶漫飞的树下，开启一段香甜而美满的爱恋。

此时，头顶一片落叶在天空划过一条美丽的弧线，悄悄落在母亲泛着白丝的发间。母亲放下了伸出的手，而父亲却伸出粗糙的手掌。顿时，悦耳的鸟鸣声在耳边回荡，奏出一首秋意之歌。而这片金色的秋景中，父亲的手像阵柔和的清风，扫去母亲头上的落叶......

一片红晕从母亲的脸颊泛起，似乎回到了以往的热恋中，羞涩而又幸福的少女。

忽然，一股金色的暖流，伴着甜美的果香，溢入我的心中，沁人心脾。

以往动人的少女长出了皱纹，以往英俊的少年泛起了些许白发，但不变的依然是那暖人的幸福。

生活就像一片繁星，每颗星就像每个动人的瞬间，拼成美丽的星空，闪烁着幸福的光芒。

**五分钟演讲题材不限篇十一**

从你呱呱落地，就开始攥着笔在人生白纸上书写“人”字，每一顿笔，每一勾画，无不决定着你的人生形态。一撇一捺，看似简单的两个笔画，却掌握着整个“人”的构造。

大千世界，鱼目混杂，有撇不开的诱惑，又有多少人能捺得住寂寞，守住心中的想法，将“人”演绎到最美。

“举世皆浊我独清，众人皆醉我独醒。”屈原为了捺住他身心的洁白，撇开浊世的污秽，毅然投向汨罗江，望滔滔江水能洗涤世俗的尘埃，留下他一腔的爱国热情。

相比于屈原的决然投江，司马迁的隐忍苟活，又何尝不是撇开世俗的谩骂与误解，只为捺住心底对文传后世的渴望。“故且从俗浮沉，与时俯仰，以通其狂惑。”他尽管择生与世俗同浮沉，但他心中的志向却没有被喧嚣所湮没，这种坚守是何其痛苦，又多么值得人钦佩。

撇与捺是相辅相成的。当屈原撇开了世俗的污浊，失去的是生命，捺住的是《离骚》的流芳百世;当司马迁撇开了自身的尊严以及对先代和子孙的歉愧，失去的是世人的理解，捺住的是《史记》的千古颂传。得与失，无人能知晓其理，更无法计较其得益。若撇不开人生的诱惑，也就自然捺不住超然物外、宁静致远的洒脱，这个中得失，恐怕只有当事者才能体味吧。

豪宅、名包、官位、高薪……这些权力与金钱的代名词，是多数人撇不开的诱惑。可能有人会笑你庸俗，可能有人会说你轻浮，但你也许会回一句：“现实面前，不随波逐流，就很有可能会被大浪冲走。”其实撇不撇的开，全靠个人意志。“人的一生，说穿了就是相对世界追逐与欢变的历程。”林清玄敢于撇下功名，只愿得一世清欢，随着时事的更替，尚能在现实的长流中捺住心中的那片柔软。拥有太多，反而会成为成功道路上的羁绊，何不撇开，感受粗茶淡饭的清香?

人既然活在这世上，总要坚守住一些东西，也不枉来这一遭。小时候有很多梦想，想当科学家、艺术家、飞行员;长大后，发现这些理想很不现实，只想做一名普通的人民教师。其实科学家也好，老师也好，表面上梦想一直随着时间而改变，但实际上我只想守住一份对未来的向往，憧憬一份简单充实的生活。有一部分人坚守住梦想，最后成功了;有部分人一直守着心中的梦想，临死也尚未达成……不管成败，只要你坚持过，你就走在追梦的路上。

但有些人为了追求自己的梦想，撇开家庭事业，花费大量的时间和精力去逐梦，这是非常不理智的。捺住了你对梦想的追求，满足了内心的坚守，但同时又失去了什么?家庭、事业，甚至青春?所以光想捺住，就撇去一切的人和物，“人”字自然会偏离它原来的形态。

人生不可能重来，当你动笔的那一刻，就该意识到不管“人”字有没有达到至善至美，乃至中途出现差错，都不可能删改重来。

一撇一捺，无需一气呵成，但求细致入微，收放自如，方能成就完美的“人”。

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