# 2024年我是演说家演讲稿(四篇)

来源：网络 作者：静默星光 更新时间：2024-10-09

*演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。那么演讲稿怎么写才恰当呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。我是演说家演讲稿篇一我相信，今天在场的各位，或多或少，大家也都有一...*

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。那么演讲稿怎么写才恰当呢？那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**我是演说家演讲稿篇一**

我相信，今天在场的各位，或多或少，大家也都有一个或多个自己心中的偶像。

今天来到这儿，我是想告诉大家我的偶像。我们一起先来想三个问题：

那么，如果说是你的男朋友或女朋友，他有一天回家告诉你，说，亲爱的！我要调动工作了，但是，去那儿，做什么和去多久，我都不能说，这个时候，你要怎么办？

好，如果说，有一项事业，因为你的努力，让中国在这个领域拔地而起，提高了中国的话语权，你觉得你应当获得这个国家怎么样的奖励？ 我的偶像用他的一生回答了这三个问题：

34岁，他回家告诉妻子说，我要调动工作了，我明天走。

妻子问他，你要去哪儿？你要去做什么？你要去多久？

他的回答是一样的：不能说！不能说！不能说！

从此，他同他的妻子、两个孩子和所有熟悉他的人中消失了，整整28年。

回来的时候，他是一个直肠癌晚期的病人，61岁。

作为中国第一颗原子弹和第一颗氢弹的理论设计的总负责人，他一共获得了国家奖金，特别奖20元，其中原子弹10元，氢弹10元。是，我的偶像叫邓稼先。

从去年开始，我有机会在话剧舞台上重塑这位科学巨匠，从那个时候开始，我才意识到，原来“两弹元勋”这四个金灿灿的大字背后藏着那么多的难以想像。

难以想像，一次实验事故，邓稼先一个人冲进实验区，拣起那枚摔碎的核弹，命令所有人都在场外待命；

难以想像，核辐射的后果是止疼用的杜冷丁从一天一针变成一个小时一针。

难以想像，邓稼先躺在病床上说得最多的一句话是，你们快去工作吧！别让那些国家把我们中国拉的太远了。2024年3月，我有幸去拜访邓稼先的夫人许鹿希女士，我没有想过，两弹元勋的夫人，今天仍然住在50多年前的老房子里，房子里的陈设和50多年前没什么区别。我们走的时候，老人说，今天给你们讲了这些往事，我需要缓一缓。

我没想过，邓稼先已经离开我们将近30年之后的今天，往事对他们家人来讲，并不如烟。就在不久之前，习近平主席到荷兰海牙参加世界核安全峰会，电视之前的我泪流满面，因为我想到了老邓。

如果老邓还在，他今年正好90岁，如果他知道，中国发展得这么好，中国的核实验走得这么稳，他该会有多骄傲，有多高兴。如果老邓还在，他今年正好90岁，我想请他就到这“我是演说家”的演播室里来，让他看看这炫目的灯光，让他看一看今天在座的每一个人的笑脸。

如果老邓还在，我多想亲口告诉他，我们这些80后、90后的孩子，真的很崇拜他，因为有他，因为有和他一样的大批科技工作者的努力，中国有了现在的模样，我们有了今天的生活，我们不该忘了他们。

今年是中国第一颗原子弹爆炸成功50周年，是邓稼先诞辰90周年，让我们一起在这样特殊的时刻，向老邓致敬！向每一个科技工作者致敬！

笨向未来

小的时候，每次吃鱼，妈妈总会把鱼头留给我吃，说会变聪明；爸爸要我训练用左手拿筷子,因为左撇子更聪明；数学老师总说，把书里的题都做了，会变聪明，变聪明之后去参加智力竞赛，跟一群聪明人在一起，会变得更聪明；总之，咱们都是在这种“要努力变聪明”的氛围里成长起来的，对么？

我想，可能很少有一个家长会说，宝贝，一会儿吃过了饭，用脑袋撞会儿墙，妈妈想让你变笨一点。但今天，我就是要在这儿，想和大家商量商量，变聪明，真的是一件好事吗? 去年年底，遇到一个法国教授，他对我说：你们中国人太聪明了，你们不创造，光靠复制就挣了这么多钱。

这是第一次，“聪明”这个我一向认为的“褒义词”刺痛了我。今年夏天，晚上很热，我和哥们出去吃羊肉串，当时很晚了，我们走到一个摊位前，我说“大爷，麻烦您，帮我们烤几根羊肉串”；他抬起头跟我说：“你这孩子挺有礼貌的，我给你烤几个土豆和蘑菇吧。” 我说：“不是，我们是来吃羊肉串的。”

他说：“我知道，可是你说这2块钱一串的肉串，要是真的羊肉串，我怎么挣钱啊？你这孩子一看就不聪明，现在没这聪明劲儿做不了买卖。” 这是什么样的“聪明”呢？大爷，我读书少你别骗我。

几天之前，大学同学聚会。一个同学跟我说：“我去年的业绩在全公司排第三，可是升部门经理有五个名额也没轮到我，你知道为什么？

因为有几个同事业绩一般，给领导送礼、陪领导应酬的时候总表现得特积极，哎，我确实没他们聪明，从今年开始我得改。”

我曾经以为聪明是说学东西快，记忆力好，理解力强；

可我慢慢发现，“聪明”好像变了味儿。

职场中的阿谀奉承、尔虞我诈成了“聪明”，商场里的偷工减料、投机取巧成了“聪明”，假公济私成了“聪明”，无视规则成了“聪明”，不择手段成了“聪明”。

我知道，在一个只看结果的时代，人人都争先恐后变“聪明”，因为“聪明”人能够得到更多。

但变“聪明”的代价是什么呢？

因为复制总比创新容易，所以很多聪明人把心思花在制造看起来跟真品一模一样的山寨手机、山寨名牌包包，而我们的民族品牌还是太少太少。

因为投机取巧总比干实事容易，所以很多聪明的人往食品里加了廉价的原料，而我们连奶粉都要托人从国外代购。

原来这种所谓的聪明看似占了便宜，却让整个社会吃了大亏！那么，我们有没有可能变得笨一点？

“笨”这个字，上面一个竹字头，下面一个本，它的本来的意思是指的是竹子的内壁，是白色而透明的。

在古代，“笨”是专门形容女孩子的，是说女孩子单纯静雅得像竹子的心儿一样。

当然，那是在古代，现在你要说一个女孩子笨，那后果不堪设想。但我想，我们可不可以重新拾起“笨”这个字的本来含义，如果我们都变得笨一点，变得单纯透明一点，这个社会是不是也会变得简单美好一点？篇二：超级演说家第一季 演讲稿 全集

《不是所有的九零后都叫许豪杰》

许豪杰

自我介绍一下，我叫许豪杰。很多人在介绍我的时候呢，都会在前面加一个形容词：九零后。那说到九零后，你们能想到的褒义词和贬义词有哪些？你们几乎想不到任何褒义词，但是贬义词呢，你们都会想到同一个：脑残。如果你去医院，护士让你填写病历卡，一看你写的出生年月，一九九零年，你都没有说你哪里不舒服了，她直接手指一指——脑科。你去女朋友家里面见家长，未来的丈母娘也对你很客气，“小伙子多大了？”“二十三岁，阿姨。”“哦，八九年的啊，不错不错，年少有为。”“不是，阿姨，九零年的。”“滚出去，离开我的女儿。”

但是我今天在这里呢，并不是要为九零后说话。我一直认为呢，上海的hr屏蔽了所有简历里九零后这个关键词。如果你是一名九零后，你投了五百封简历，终于接到了一个面试电话，那不是因为这家企业想要录取你，而是这家企业的hr想看看九零后是什么样子的，长长见识。你进了hr的办公室，他会问你，“你是怎么看待团队合作能力？你是怎么看待个人执行力？”如果这个时候你还一本正经的回答，“我认为团队合作能力就是„„”那个hr就„„“你以为我们真的会录取一个九零后啊，我们是正规企业，我是资深hr啊，知道我们为什么不会录取你吗？猜猜看，因为你是九零后。”

《女人何苦要运动》

涵冷娜 我是一个很喜欢运动的女生，我喜欢攀岩、喜欢跳伞。我自己有一张游泳教练执照，还有救生员的执照。可是呢，我今天要跟大家分享的是希望所有的女生都不要去运动。为什么？因为运动会让一个女生变得人生非常的悲惨，它让我本来想要当一个女神，就慢慢的变成一个女神经病。为什么这么说呢？我回想起来，我第一次跟我喜欢的男生去水上乐园玩，那时候其他女生都穿很漂亮的小裙子泳装，为了表示我很爱运动，我穿了一个选手竞速高叉泳装跟他一起去。那个选手竞速泳装侧面看起来就是会把胸部完全压成平的这样子，然后呢，其他的人在那边泡在泳池上晒太阳的时候，我为了表示我的帅气，我在旁边游蝶泳。那是一个很失败很失败的约会经验。

不过呢，这件事情呢，让我更立志。我想说我下一次约会要选一套好一点泳装，所以我就选了一套可爱的比基尼。是的，然后呢，这套比基尼呢，希望让我的约会可以有一个顺利的行程，没有想到我还是悲剧了，怎么说呢，因为呢这么一套可爱的比基尼如果你硬要拿来游蝶式，它就会变成这样，你就会得到一个外扩。后来我才发现，比基尼这种东西根本就不是拿

来游泳的。我们现在市面上有很多不同材质的比基尼，好比说你们有穿过针织的毛绒线的比基尼吗？穿起来很漂亮，可是一下水就会变成这样，就会完全下垂。然后还有另外一种仿皮革的pvc材质，它们很防水，可是呢，如果你带它去游泳，它就在水里慢慢的把你的胸部撑大，然后又变小，然后你就可以一次体会abc罩杯，abc-cba、abc-cba，然后等到你走到岸上的时候，你还是只剩下a罩杯，所以呢，如果你不小心游泳游到泳衣掉了，它只能变成眼罩，或者学我们台湾hold住姐变成格格。总而言之，我要告诉大家比基尼这种东西就不是拿来游泳的，会运动真的让我的人生非常悲惨。

我曾经跟三个男生一起约去攀岩，当他们发现我真的会攀岩的时候，就再也没有跟我联系过了。我研究出来几个方法就是，如果你要攀岩，你就一个地方可以站，就是站在地下，然后仰头看着他，然后说“你好帅哦，哇。”然后他从高处回头看你，刚好可以把你走光一次看光光。上健身房也是一样，擦汗的时候一定要小心，因为呢，我擦汗都是像这样，可是如果你想要成为女神，你只能用小猫式的擦汗方法，就是像这样。而且呢，脖子以下的汗水记得都不要擦去，让它顺着你的脖子慢慢地留下来，流到地下，然后你就可以顺势地说“好热”。对，今天如果你非常不幸运地不小心在健身房举起了一个很重的杠铃，然后你发觉你旁边的人都用惊恐的眼神看着你，这时候你要做一个补救的措施。你要做什么事呢，赶快讲一件很白痴的事，你可以拿起杠铃，然后说，“呀，我怎么折到我的指甲了，指甲这种东西它是会再长回来的吗，还是它会永远的离开我呢？”讲了一件这么白痴的事情以后，大家就会忘记，你刚刚做了那么厉害的事情。

所以呢，我在这边其实只是要告诉所有的女生说，别去学什么运动，学习怎么脑残吧。

《别跟自己较劲》

李宁

现在有很多人他不快乐，为什么呢？我分析，是因为他们的欲望太多了。

有一哥们儿给我打一电话，“李宁，我辞职了。”我说“呦，怎么辞职了。”“工资给得太低了。”我说“哦，多少钱一个月？”“一个月才三千五六的，你说不够花，保险扣完了剩个两千七八的，都不够养家的。”各位，评评理啊。我那会儿在医院当保洁员，一个月一千四百块钱，他挣两千八，他跟我说他不够花的。我听完之后，我也当时也没客气对吧，我说“哦，不够花，好办呀，我给你出个主意，我听说缺一省长，那个工资高，出门车接车送多好，要不你试试去，你干不了关键是，对吧。”

比如说，今天我，拿我说，为什么我跟这儿演讲，李咏老师他是讲师，为什么呀？那是因为他各方面比我强，比如说那脸是吧，我望尘莫及。不过我跟你说句实话，我们俩私底下有协议，互相学习。但是呢，我回去之后我分析了一下，你说让我赶上他这长度，估计够呛。但是呢，他过几年保不齐就跟我似的，他很有希望，我看好你，努力哦。《做真实面对自己的人》

叶紫涵

我的人生比许多人都要精彩，因为我经常扮演着两个不同的角色，一个是男人，一个是女人。男装的我，是一个身高只有165，没有自信，平凡的扔在大街上你根本找不到的一个略带羞涩的小男孩。女装的我，可以穿上十五公分的高跟鞋，披着长头发，自信优雅，我用全世界最美好的词形容自己。有不知情的男生前来搭讪献殷勤，我看在眼里，他们心里的想法我全都知道，因为我是一个男人。

我选择了一个不被常人接受的职业，就是反串演员。期间受到了太多的挫折与心酸，最令我难过的依然是家人的反对和朋友的不理解。我知道这些压力并不是我一个人在承受，我的爸爸和全天下的父亲一样，希望自己的儿子是一个顶天立地的男子汉。在爸爸面前，我收起那份女生的娇柔，表现得很男子汉，可是一天两天，这张假面具让我透不过气来，我始终做不到，成为爸爸心中完美的好儿子。我让家人丢脸，让他们在亲戚朋友的面前都抬不起头，每当过年的时候，我都不敢和他们去见亲戚，因为亲戚会对他们指指点点。

于是我离开了家，来到一个陌生的城市，开始了全新的生活。我租房子，房东阿姨以为我是女生，夸我漂亮，在签房租合同的时候，她看到我的身份证上写着性别男，她惊讶地看着我上下打量到，“你究竟是男是女？”这个问题让我很尴尬。在生活中，经常遭遇到一些人的冷暴力，就是一种冷冷的目光，一种冷冷的态度，让人痛不欲生，更有的人把我当做泰国的国宝，像在动物园里看动物那样。但是现在的我已经越来越成熟，当你面对同样的压力，面对同样的困难，心依然在疼的时候，你已经忘了眼泪是什么滋味。我坚强了，我学会微笑的面对重重困难，我以后会继续做真实的自己，走自己想走的路，过自己想要的人生。

《tck在上海》

张汉盛

我相信，每一个人一生中都曾经被问过这样一个问题，你是哪里人，where are you from。对绝大部分人来说，这个问题的答案根本不用思考，比如美国人会说i am from america。上海本地人会说，我是上海人。可是对我说，这个问题的答案真的很纠结，我父亲是美国人，但我母亲是中国人，我生在美国，我长在上海，算半个上海人。我美国的亲戚一看我，就是个标准的亚种面孔，那我上海的朋友都不相信我说我是上海人。所以以后我再被问到这个问题，我干脆就回答，我是新疆乌鲁木齐人。

在美国那边有很多华人的后代，他们都遗传父母的黑眼睛黑头发黄皮肤，却只认自己是美国人，他们就要做banana香蕉人，意思是黄皮白心。那后来我就问我妈妈，“妈妈妈妈，那我这种白皮黄心的孩子叫什么？”她想了想说“外白内黄啊，可以叫鸡蛋超人。”

后来我才听说有个专门的词叫做tck，意思是第三类文化儿童，简单地说就是出身在一个国家，而长大在另外一个国家的孩子。我们家邻居有一个以色列的五岁小女孩，她居然会用上海话帮她妈妈讨价还价，超萌的，就这样，“朋友帮帮忙好吧，这么贵啊。” 但你别以为多简单啊，其实还蛮烦恼的。我三岁前在美国生活，没有参加过任何早教，那后来我们就搬到中国来了，我发现所有的孩子都报了一大堆培训班，我是全校唯一一个没有学过任何拼音，没有学过任何汉字，没有学过任何数学的孩子。但这都要归功于我妈，因为她 顶住了所有来自亲戚来自朋友来自老师的压力，她说“孩子该玩的年龄应该尽情的玩，那些不要让孩子输在起跑线上的都是广告词，人的一生总比马拉松还要长吧，但没有一个马拉松冠军是因为赢在起跑线上的。”

我就是这样一个中美混血在上海的tck（第三类文化儿童）。i love my life in shanghai , i love china。

《跳舞的人可以》

刘宇光

曾经违背家人的意愿，但是我还是坚持学习拉丁舞，家人都觉得我无药可救了，但是此时此刻，我站在这样的舞台上，我觉得我是成功的。首先，第一点我变得自信了，第二我找到了一个非常理想的职业，就是舞蹈老师。第三点我就是要告诉大家，就是舞蹈在生活中是无处不在的。

举一个例子，比如说你上班的时候，每天早上去上班，那么地铁公交人特别挤，你硬挤是挤不上的，但是我的口号是，“只要给我一个缝隙，我就可以打开整个人群。”我的方法就是做wave（波动），不管什么人都做wave（波动），只要有人我就做wave（波动），用wave（波动）的方式挤进去。那么我不知道大家有没有遇到这样的情况，就是急急忙忙去上班，都已经走到打卡器前面了，然后伸手去按那个打卡器，就差那么三四五秒钟，你没按到打卡器，然后就要被老板扣钱。举例来说，这一次又遇到这样的情况，你还是急急忙忙走过去吗。但是你按可能又过去了，跳舞的人不着急，就三五秒钟，还可以先伸个懒腰，然后主力腿蹬地，“啊哔”，点到了，跳舞的人可以，因为跳舞的人懂得如何迅速地延伸出去，这就是舞蹈的魅力。

那么再有就是我好不容易规规矩矩的坐在这了，但是讨厌的同事来找你的麻烦，那你怎么办呢？我觉得我这次就要用男人的力量来对付他，但是直接和他打架不太合适，我的方式是用舞蹈和他对打，没错这就是舞蹈的能力了，你不要小瞧这些花哨，其实是非常管用的。我接下来到在很重要的场合，跟老板去谈话，在沟通的过程中，你很想放一个屁，大家不要笑，这种情况我觉得时有发生，那么跳舞的人懂得如何将你的臀部力量夹紧，当你要放的那一瞬间，你做一个动作那就是收，一瞬间什么样的气味跟声音都没有了，因为跳舞的人可以。

《我身边的未成年犯》

陈文娅

我们现在在大屏幕上看到的，可能对大家来说只是冰冷的数字，可是对我来说却是一张张非常清晰的脸。我每天接触到的都是一些大家看来不太正常的孩子，小唐就是其中的一个。他告诉我他的偶像是古惑仔里面的陈浩南。你们知道吗？对，这是他的偶像，陈浩南在影片里面是枪打打不死、刀砍砍不伤，而且那个子弹打到他还会转个弯，我把这样的影片统称为神片。就是因为有这样的神片的古惑之下，小唐经常的打架斗殴。在一次打架斗殴中，他把一个小混混的屁股捅伤了，当然那个小混混不会善罢甘休的，伤好后又来找到小唐谈一下，小

唐那种担心和害怕完全没有，你要找我谈，我就跟着你去呗，黑社会大哥就是这样的。他跟着这个小混混来到一个荒郊野外的地方。刚刚到这，突然从草丛里面窜出来十几个十七八岁的孩子，把他团团的围住，接下来的事情可想而知，他为了杀出一条所谓的血路，拔出了随身携带的刀子，我问他你怎么会随身携带刀子呢，他说那陈浩南还随身带着枪呢。就这样逃走了。当警察找到他的时候，他才知道自己造成了这么严重的后果，杀死了两人，可想而知，一部影片对未成年人的影响有多大呀。说到这个地方呢，我想给大家听一段音乐（熊天平《火柴天堂》）。听到这个音乐，我就会想起那一个多次自杀的孩子，他非常小的时候，就随他的母亲来到了继父的家里面，继父经常地暴打他和他的妈妈，他们母子煎熬度日。在浩子八岁的时候，母亲实在受不了家暴丢下浩子逃走了，随之他也被凶狠的继父踢出了家门。我现在也有一个八岁的孩子，我很难想到一个八岁的孩子不识字，没有一分钱的情况下在他社会上怎么生存。他告诉我，他被他的父亲踢出家门的那一刻的时候，他觉得他是世界上多余的一个孩子，他选择了一个最懦弱的方式，沿街乞讨。在十六岁的时候，接触了色情的片子，在一个下雨天，他尾随了一个妇女，他想实施强奸，他把那个妇女从背后用砖头敲晕了那个妇女的头，把那个妇女反过来的时候，他看到那个妇女满脸是血。他害怕了，他放弃了，他毕竟是个孩子。他来到我们未管所以后抗拒改造，经常的自杀，什么叫死水一样的眼神，我看到他真的懂了，而且我们未管所里面还有很多这样的孩子。

我真的希望我们的爸爸妈妈在赚钱的同时，能够多陪陪我们的孩子，我想也不至于这些孩子在他们的青春还没有来得及绽放的时候，已经凋零了。多给这些孩子一些关心和关爱吧。《我不是偶像》

林志颖

大家好，我是林志颖。今天我要讲的是我不是偶像。十五岁那年我被广告商发现，于是我就变成了大家眼中的我，电视机里的这个林志颖，被大家认识二十四年，据说是不老的传说。我很谢谢大家这样夸我，但是呢，我不是偶像，我是一个技术宅男，我是科技狂人，我可以用我的手机在这里控制我家里的一切电子设备，我只要按个钮，我客厅也可以变成一个正宗的ktv。

我不是一个偶像，我是一个赛车手，我可以置生死于度外去超越我的极限。在这次的车祸里面，我的脚断了三根，打了四根钢钉，那时候的我，一心只想要超越别人，却伤害了自己，后来我就不断的要求我去超越我自己，竟然就变成了拿二十座冠军奖杯的职业车手。

对于我身边的人，我更不是一个偶像，我完全是一个超级奶爸，做尽了不偶像的任何事情，我希望我是他的偶像，可是现在看来呢，他对赛车并没有很感冒，而且反而喜欢跳舞，而且还嫌我的舞步土，会土吗？根本不会，而且还教我跳街舞，我就天天陪儿子从客厅跳到厨房，真的是难死我了，超级奶爸不好当。

我不是一个偶像，我已经是为人夫了，所以我们的爱情并不是大家电视剧里面偶像剧式的那种浪漫的爱情故事，可以在街边拥吻，下绵绵细雨手牵手浪漫的过日子。我们永远都只能保持十米以上的距离，所以在这边我想跟我老婆说，“老婆，谢谢你，你辛苦了，我爱你。”篇三：《我是演说家》王帆演讲稿

《做一个怎样的子女》

大家好，我叫王帆，来自北京大学，我特别热爱传媒，本科学电影，硕士学

天泡在图书馆，也不会挑灯夜战，我认为真正的知识，应该来源于丰富的生活，逛街购物，遍尝美食，独立旅行，知识总是在不断地尝试和体验中给我惊喜，说

话也是我生活当中最重要的体验之一，我有足够的细腻的内心去体察别人不曾发

现的细节，我也有充分的勇气去说出别人不敢说的话，我是勇者，我敢言。

我是一个80后，顾名思义，80后就是指1980年到1989年出生的人。但是

在中国，我们80后还有一层比较特殊的含义，它其实是指在上世纪八十年代初

中国正式实施计划生育政策之后出生的第一代独生子女。

我们一出生，就得了一个国家级证书，叫独生子女证。这个证可以保证我们

能够独享父母的宠爱，但是这个证，也要求我们要承担赡养父母的全部责任。最

开始我是觉得，如果想做一个好女儿，那我肯定得掐很多的钱，然后让我爸妈过

上特别好的生活。我从上大学开始就经济独立，我所有的假期都在工作，所以我的父母几乎一

整年都见不到我两次。对于很多像我这样在外求学工作打拼的独生子女来说，咱

们的父母都变成了空巢老人。有一天，我妈给我打电话说，早上你爸坐在床边，在那掉眼泪，说想女儿了。你知道我当时第一反应是什么吗？哟，至于吗？您这

大老爷们还玻璃心哪，天天给自己加戏在那。

但是后来有一次我回家，那个下午，我永远记得。老爸侧坐在窗前，虽然依

旧虎背熊腰，但腰板没以前直了，头发也没以前挺了，他摆弄着窗台上的花儿说

了一句：“爸爸没有妈妈了。”爸爸没有妈妈了，大家觉得这句话在表达什么？悲

伤？软弱？求呵护？我只记得我小时候如果梦到我妈妈不要我了，我就会哭醒，我特别难过，但我从来都没有想过：爸爸没有妈妈了是一种什么样的感觉呢？我发现这个在我印象当中无比坚不可摧高大威猛的男人，突然间老了。爸爸没有妈妈了，表达的不是悲伤，也不是软弱，而是依赖。父母其实是我们每个人最大的依赖，而当我们的父母失去了他们的父母，他们还能依赖谁呢？

所以在那一刻我才意识到，父母比任何时候都需要我，而且他们后半辈子能依赖的只有我。

我得养他陪他，把我所有的爱都给他，就像他一直对我那样，我要让他知道，即使你没有妈妈了，你还有我。所以从那以后，我愿意适当地推掉一些工作、聚

会，我挤时间多回家，我陪他们去旅行而不再是把钱交到旅行社，让别人带他们

去吧。因为我明白了一点，赡养父母，绝对不是把钱给父母让他们独自去面对生

活，而应该是我们参与他们的生活，我们陪伴他们享受生活。

所以，我每次回家，就会带我妈去洗浴中心享受一把。有一次我正给我妈吹

头发，旁边一位阿姨说：“你女儿真孝顺。”我妈说：“大家都说女儿是小棉袄，我女儿羽绒服！”幸亏没说军大衣。那阿姨说：“我儿子也特孝顺，在美国，每年

都回来带我们去旅游。”说着吧阿姨还把手机掏出来了，给我妈看照片，说你看

我儿子多帅，一米八五大个，年薪也好几十万。

我当时有点觉得话锋不对，为什么呢？当一位阿姨向你的妈妈展示他儿子的照片，并且报上了身高体重年薪的时候，笑的都是相过亲的，你懂的。就在这个

时候，阿姨说了一句让我们全场人都傻了的话，她说，可惜不在了，不在了。原

来就在去年，阿姨唯一的儿子在拉着他们老两口在旅行的高速公路上，车祸身亡。

在那一刻，我真的不知道说什么去安慰那位阿姨，我就想伸出手去抱抱她。

可当我伸出手的那一刻，阿姨的眼泪就开始哗哗地往下流。我抱着她，我能感受

到她那种身体的颤抖，我也能够感受到她是多么希望有个孩子能抱一抱她。也就

是从那一刻我特别地害怕，我不是害怕父母离开我，我怕我会离开他们。而且经

过这件事，我对于一句话的理解有了更深入的这样的感觉，叫做“身体发肤受之

父母，不敢毁伤”，原来我只觉得这句话应该是我应该珍惜自己的身体，珍惜自

己的生命，别让爸妈担心，对吧？但是现在我发现，不仅如此，我们对待别人，也要这样。

因为每一个人，都意味着一个家！

所以我现在每一次在跟父母的时候，我都会紧紧地抱抱他们，在他们脸上亲

一下。可能像拥抱亲吻这种事，对于我们大多数中国父母来讲都一开始是拒绝的，但是请大家相信我，只要你坚持去做，你用力地把她搂过来，你狠狠地在她脸上

亲一下，慢慢地她就会习惯。像我现在走的时候，我妈就自然地把脸送过来。这

样他们就会知道，你在表达爱。

我想作为独生子女，我们确实承担着赡养父母的全部压力，但是我们的父母 承担着世界上最大的风险，可是他们从不言说，也不展现自己的脆弱。你打电话

他们说家里一切都好的时候他们真的好吗？

作为子女，我们要善于看穿父母的坚强，这件事越早越好，不要等到来不及

了，也不要等到没有机会了，就像所有的父母都不愿意缺席子女的成长，我们也

不应该缺席他们的衰老。

龙应台有一篇《目送》，她在结尾告诉我们，不必追。可是今天我想告诉大

家，我们就得追，而且我们要从今天开始追！提早追！大步追！至亲至情，不应

该是看着彼此渐行渐远的背影，而应该是你养我长大，我陪你变老。谢谢大家！谢谢老师！

《真正的勇者》

我相信现在各位的手里，应该都有手机对吧，你们的手机应该也都有两个软

异的今天，我们很多人，都拿到了那个可以自由发言的麦克风，从此之后呢，说

话，表达，不再是某些全体的特权，而是我们所有人的权利，所以在看到《勇者

敢言》这个题目之后，我发现敢言在我们这个时代，绝对不是问题呀，因为任何

人，都可以通过自己的方式把他的观点传到网上去，让所有人看到，但是我在想，虽然我们不缺敢言，但是我们要面临的问题是，敢言泛滥的问题，正式因为说话的门槛和成本大大降低了，才让很多人能够肆无忌惮的在网络上去表达，这些人

会觉得，即使我说错话了，即使我伤害到别人了，也不用负太多的责任，所以我觉得在我们这个时代，并不缺敢言这，但是缺真正的勇者。

什么是真正的勇者呢？在《礼记》里面有这样一段话，知耻近乎勇，意思就

是所，一个人只有当他知道了什么是耻辱，并且积极的去改变，他就能接近勇敢，在中国历史上，我们都知道，有一位特别勇敢的作家鲁迅，我们都说，他是勇者，是斗士，而鲁迅先生，为什么能成为勇者呢？其实恰恰就是因为，他为包括他自

己在内的所有中国人身上的劣根性感到耻辱，所以他才能够勇敢的去剖析自己，剖析整个社会，所以我说，如果大家想做以为勇者，首先我们要知道什么是羞耻，在网络表达的今天，我提出两种羞耻，第一种羞耻叫人云亦云，我们会发现现在很多的消息新闻发出来之后，大家可能都不会点开看它的内容，仅仅看一下标题，再看看别人的评论，好，这个新闻我就掌握了，我就可以直接对它评论了，但是

我们并不是在评论新闻，我们是跟着别人的评论，在发布自己盲从的观点。

我记得前段时间，在网上有一个报道，说有一位中国的老奶奶，在日本“碰

瓷”，很多人呢，看到这个新闻之后开始疯转，然后跟着大家一起去批判这个老

奶奶，但是大家也知道，事件经过几番的翻转之后，我们发现其实那位老奶奶并

没有碰瓷，而真的是在日本被撞了，而那些最开始，跟着一起抨击她的人，你们

真的不是敢言，不是勇者，而是冲动，是盲。我认为真正的勇者，他应该敢于在众生喧哗中保持沉默，敢于在孤独寂寞中寻找真相，敢于在一边倒的群体非理性

中保持自己独立的思考。

我们看一个人的五官，眼睛和耳朵的高度，永远要高于嘴，这就告诉我们，在面对一个事件的时候，看跟听要走在说的前，我们要看什么？看这条消息从哪

来，我们要听什么？听这则消息当中的双方当事人，是否都有观点的陈述，兼听

则明，才不会人云亦云。

第二种耻辱，我觉得叫恶语伤人。就在今年，有一段，某男子打狗的视频，在网上疯传，于是就有很多网友把

他的电话住址身份证，全部都公布在网上，很多爱狗人士，站在他的家门口，拉

条幅、抗议、谩骂。首先我要说，打狗这个行为一定是不对的，第二爱狗人士他 一定是出于正义的名义，去保护他们所喜爱的动物，这也是对的。但是那些善良的正义的勇敢的爱狗人士，他们就能看着别人一家遭受伤害吗？两眼一句三冬

暖，恶语伤人六月寒，在我们使用网络语言的时候要去想一想，我们是不是站在道德的制高点，我们是不是在以正义的名义正当的理由，去伤害别人，在我的家

乡东北，有这样一句俗语，话说留半句，留的这半句是什么呢？我想就是在说话

之前给我们每个人思考的空间，留的这半句也是给别人的隐私和尊严，留有余地，智者仁者成就勇者。知耻善言终成敢言。知耻近乎勇，知耻而后勇。而只有这样的勇者，当他敢言的时候，才能真正为这个社会的改变做出自己的力量。谢谢大

家。

《颜值与言值》

我们今天观众有一个特点，就是颜值特别高，那咱们今天呢，就来聊聊颜值。

在网上有一个段子说“美国女人靠健身，韩国女人靠整容，日本女人靠化妆，中国女人靠美颜”，其实啊，美颜怎么了？无论是整容、化妆还是美颜，我们都

是希望自己的颜值能够高一点，对吧？我觉得这件事儿特别好。那其实啊，看脸

这件事儿，历史上就有很多的例子。

比如说，在西晋有一位颜值爆表的文人，还有一个成语专门形容他的美貌，叫“ 貌比潘安”，你看人家都帅成了成语。据说呀，当时只要潘安在洛阳的大街

上这么一走，很多洛阳的女粉丝就冲出来围住他。那在同时代呢，还有一位文人

叫左思，左思一看，这潘安太受欢迎了，然后左思也学着潘安，在那条街上走，结果不但没有女粉丝蜂拥而至，反而有人向他丢白菜，这就是一个看脸的世界啊！

其实我们千方百计的想要提高自己的颜值，就是希望能够有更多的人喜欢我们、认可我们。那接下来呢，问题就来了。比如说，有一个颜值很高的人，但是

他言而无信，花言巧语，你们会喜欢他吗？（张卫健：不要。）但是有一个颜值

不那么高甚至有点低的人，他会仗义执言，金玉良言，言必行行必果，你们会喜

欢他吗？（张卫健：会）会，这就说明了外貌的颜值，远远比不上语言的言值重

要。所以今天，我就要来跟大家来说一说：语言的言值，掌握了这个言值，我们

不仅能让大家喜欢，而且还能改变自己改变世界。这也是为什么我们这么多人来

参加《我是演说家》的原因。也是今天大家坐在这里，愿意听我们说的原因。

之前华少老师，给我们讲过一个故事。娱乐圈深夜八卦，大家想听吗？

他说有一个男明星，从戏剧学院毕业以后，就一直找不到工作，那他的朋友

就向各种导演推荐他，可是有一个导演一看照片说，呦，这长得太帅了，不能演

我这个角色。那朋友说，哎，不帅，你看真人就知道了。导演见了真人之后发现，呦，真的是丑得可以呀。就这样他一直被冠上了丑星的名号，但是经过他自己不

断的努力，他一直从一个一个的小角色，演到了金马影帝。而且最近几年，他还

凭借着自己在各种场合的幽默应对机智语言，受到了更多人的欢迎，让我们刮目

相看，他就是黄渤。

有一次，一个长得很帅的帅哥采访他，这主持人就问他说：“马云说男人的相貌，跟他的才华是成反比的，你怎么看？”其实本来他就是想当众让这个黄渤

出个丑啊，但是黄渤却反问他说：我相信这句话也一直激励着你吧。让这个只有

颜值，但是却没有言值的主持人哑口无言，其实我们每个人都希望大家能够喜欢

我，但是仅仅改变外貌的颜值，并不能让我们成为一个真正有魅力的人，而语言的言值不一样。我们可以丰富自己的内涵，可以增加自己的经历，可以锻炼讲话的技巧，这样达到腹有诗书气自华的状态；我们还可以通过表达让别人看到，我是一个有内涵并且有智慧和个性魅力的人。而被世人唾弃，可是最终当左思写出《三都赋》的时候，造成了洛阳纸贵的局面，他流芳千苦啊！

言值是一种改变的力量。在我们这个舞台上，也有一个人做到了。

库尔班江，来自新疆，一个从小根本就不会说汉语的人，他在每次比赛之前，都要先把自己的演讲稿写出维语然后在翻译成汉语在背，最开始的时候，他只能

艰难的完成一小段的演讲，但是他逼着自己一步一步的，一次一次的完成更多的比赛。因为他要改变自己，这样他才能向更多的人，讲述他自己的故事和新疆人 的故事。不让外表上的误解，成为人与人之间的心结。他在这个舞台上做到了，而且不仅如此，他今年还受邀到北美，包括斯坦福、哈佛等在内的12所大学进

行巡讲，他终于有机会，把那一个一个最普通却又最鲜活的新疆人的故事，中国

人的故事，讲给更多的人听，让那些戴着有色眼镜看我们民族问题的人知道，什

么是真正的新疆，真正的中国，什么是真正的中国青年。

《有不为》

大家有没有听过一句话，说演讲就要像女人的裙子，越短越好。那位男生你

笑得很有深意啊！那大家猜一猜，这句话是谁说的呢？哇，看就是有文化，这句

话出自林语深堂之口。林语堂我们都知道，是著名的文学家。去年我在台湾做交篇四：我是演说家—寇乃馨的演讲稿

我是演说家——爱的真谛

寇乃馨

我想跟大家聊一个在爱情里面很纠结的问题：谈恋爱到底是应该要找一个爱我的人，还是找一个我爱的人会更幸福？这个问题我思考了很久，今天想在这里很坦白的告诉大家我的亲身经历。也许让大家可以有一点点参考价值。

这四个男人爱情武功路数各不相同，可是他们有一个共同的点——他们都很爱我，而且都对我非常好。看到这里，你也许会很想要拿鞋子丢我，觉得这个女人真的太嚣张，必须要修理她。拜托，请你先忍耐一下，因为我快要讲到我的报应了。

后来出现了第五大天王，他一统了我的爱情天下，前人的优点他全部都会，只要是你能够想到的情歌、情诗、情话，他每天都琅琅上口，绝不重复；所有的纪念日他一定记得，不会忘记，还都有浪漫的惊喜。我吃虾子他剥壳，我吃葡萄他剔籽。甚至我逛街久了，腿酸他帮我按摩腿。我生病的时候，他会握着我的手担心等到天亮。不止对我很好，他对我的家人也非常的好。帮我妈妈洗碗，帮我爸爸捶背，还接送我弟弟上学。我身边所有的闺蜜，还有我的好朋友都跟我讲：“寇乃馨，你绝对不可能找到比他更爱你的男人了”，所以我答应嫁给他。我的订婚典礼超级盛大，所有台湾的媒体几乎都到场了。全程转播。我觉得自己太幸福了！我觉得我就要成为幸福的公主嫁给那个最爱我的王子了！可是我没有陶醉太久。在我结婚之前，我的新郎跑了，他就消失了！订婚戒指是用邮包寄到我家的，我完全被吓坏了，我心想：怎么会这样？他不是很爱我吗？为什么他这么爱我，却要这样伤害我？那时候我每天一直哭一直哭，吃什么就吐什么，一个月我大概掉了12斤。继而大篇大篇的媒体报道，上面的标题就是“寇乃馨公主病被甩”。连我打车的时候，出租车司机都会回头跟我讲说：“小姐，那个男的不要你了？”我觉得好丢脸，好难过，好委屈，更多是觉得好不明白。你能想象吗，一个你最相信的人，你觉得他一定会为你挡刀挡枪保护你的人，如果突然回头捅了你一刀，你会不会吓死？在他寄给我的订婚戒指邮包里面，附了一封信。信上写了洋洋洒洒三大页，他说：“寇乃馨，请问，你知道我喜欢吃什么菜么？你知道我喜欢看什么书么？你知道我喜欢看什么电影么？你不知道，因为这五年来，都是我吃你爱吃的菜，我看你爱看的书，我看你爱看的电影，所以你根本不了解我，你怎么可能会爱我呢？你不爱我，你只爱我对你的好吧。”我反反复复把那封信看了又看，然后开始反省我自己，我觉得我的爱情怎么会这么自私呢？说到底，这个世界上其实并没有人愿意做那个爱你比较多的人，这个世界上并没有人愿意做那个一直不断付出又得不到回报的人。如果这样一直做下去，心会凉，人会走。我是选了一个很爱很爱我的人，可是我没有得到我预期的幸福。于是我就痛定思痛，我要开始学习好好爱一个人。

后来，我真的深深爱上一个人，爱的掏心挖肺、义无反顾。如果你很爱一个人，他一句话就可以让你肝肠寸断或者火冒三丈；你如果真的很爱一个人，他一离开你身边，你就会牵肠挂肚，很想念他；如果你真的爱一个人，为他打理所有的家务根本不算什么，因为太甘愿；如果你真的很爱一个人，你会想为他付出更多还有更多。我很爱很爱他。我甚至可以每个礼拜跪在地上帮他剪他的脚指甲。我觉得爱一个人真的好累，可是爱一个人也真的好快乐。因为看到他快乐，知道他很平安，然后看见他的梦想实现的时候，那种快乐，比他对你好还要更快乐。所以我开始了解，原来当我们很爱一个人的时候，才有可能学会爱的真谛。我们才会知道爱是付出不是掠夺，爱是分享不是占有。如果你很爱一个人，你就会知道一切美好的化学变化都会在你身上发生，这绝对不是一个只拥有爱你的人可以达到的效果。

前一阵子，我的老公遇到了刚刚说的甩了我的前未婚夫。我的老公就跟他说：“乃馨这一路上对我有很大帮助，她很支持、鼓励我。如果

没有寇乃馨，可能没有今天的我。”我的前未婚夫惊呆了，他说：“啊？你说的这个寇乃馨我真的不认识。”我很高兴他不认识这个我，那一定表示我成长了吧，那一定表示我不一样了吧，那一定表示我现在比较温柔一点体贴一点了吧。那一定表示我现在比较勇敢，比较坚强，比较会珍惜别人对我的好，也比较乐意付出了吧。所以我想说，我们每一个人都只能选择我们爱的人，因为选择你很爱的人，我也选择我很爱的人，这样当我遇到你的时候，才会刚刚好是我爱的人，也很爱我。这样才是完美的组合，我很希望包括我自己在内，还有你们，我们每一个人，都可以心安理得信心十足，坚定的对那个我们亲自选择的那个对象说：我会变得越来越好，因为我爱你。篇五：我是演说家--寇乃馨演讲稿

我是演说家——爱的真谛

寇乃馨

我想跟大家聊一个在爱情里面很纠结的问题：谈恋爱到底是应该要找一个爱我的人，还是找一个我爱的人会更幸福？这个问题我思考了很久，今天想在这里很坦

白的告诉大家我的亲身经历。也许让大家可以有一点点参考价值。

雨里面痛苦地奔跑，呐喊我的名字，你会觉得他每个细胞都很爱你。

这四个男人爱情武功路数各不相同，可是他们有一个共同的点——他们都很爱我，而且都对我非常好。看到这里，你也许会很想要拿鞋子丢我，觉得这个女人真的太嚣张，必须要修理她。拜托，请你先忍耐一下，因为我快要讲到我的报应了。后来出现了第五大天王，他一统了我的爱情天下，前人的优点他全部都会，只要是你能够想到的情歌、情诗、情话，他每天都琅琅上口，绝不重复；所有的纪念日他一定记得，不会忘记，还都有浪漫的惊喜。我吃虾子他剥壳，我吃葡萄他剔籽。甚至我逛街久了，腿酸他帮我按摩腿。我生病的时候，他会握着我的手担心等到天亮。不止对我很好，他对我的家人也非常的好。帮我妈妈洗碗，帮我爸爸捶背，还接送我弟弟上学。我身边所有的闺蜜，还有我的好朋友都跟我讲：“寇乃馨，你绝对不可 能找到比他更爱你的男人了”，所以我答应嫁给他。我的订婚典礼超级盛大，所有台湾的媒体几乎都到场了。全程转播。我觉得自己太幸福了！我觉得我就要成为幸福的公主嫁给那个最爱我的王子了！可是我没有陶醉太久。在我结婚之前，我的新郎跑了，他就消失了！订婚戒指是用邮包寄到我家的，我完全被吓坏了，我心想：怎么会这样？他不是很爱我吗？为什么他这么爱我，却要这样伤害我？那时候我每天一直哭一直哭，吃什么就吐什么，一个月我大概掉了12斤。继而大篇大篇的媒体报道，上面的标题就是“寇乃馨公主病被甩”。连我打车的时候，出租车司机都会回头跟我讲说：“小姐，那个男的不要你了？”我觉得好丢脸，好难过，好委屈，更多是觉得好不明白。你能想象吗，一个你最相信的人，你觉得他一定会为你挡刀挡枪保护你的人，如果突然回头捅了你一刀，你会不会吓死？在他寄给我的订婚戒指邮包里面，附了一封信。信上写了洋洋洒洒三大页，他说：“寇乃馨，请问，你知道我喜欢吃什么菜么？你知道我喜欢看什么书么？你知道我喜欢看什么电影么？你不知道，因为这五年来，都是我吃你爱吃的菜，我看你爱看的书，我看你爱看的电影，所以你根本不了解我，你怎么可能会爱我呢？你不爱我，你只爱我对你的好吧。”我反反复复把那封信看了又看，然后开始反省我自己，我觉得我的爱情怎么会这么自私呢？说到底，这个世界上其实并没有人愿意做那个爱你比较多的人，这个世界上并没有人愿意做那个一直不断付出又得不到回报的人。如果这样一直做下去，心会凉，人会走。我是选了一个很爱很爱我的人，可是我没有得到我预期的幸福。于是我就痛定思痛，我要开始学习好好爱一个人。后来，我真的深深爱上一个人，爱的掏心挖肺、义无反顾。如果你很爱一个人，他一句话就可以让你肝肠寸断或者火冒三丈；你如果真的很爱一个人，他一离开你身边，你就会牵肠挂肚，很想念他；如果你真的爱一个人，为他打理所有的家务根本不算什么，因为太甘愿；如果你真的很爱一个人，你会想为他付出更多还有更多。我很爱很爱他。我甚至可以每个礼拜跪在地上帮他剪他的脚指甲。我觉得爱一个人 真的好累，可是爱一个人也真的好快乐。因为看到他快乐，知道他很平安，然后看见他的梦想实现的时候，那种快乐，比他对你好还要更快乐。所以我开始了解，原来当我们很爱一个人的时候，才有可能学会爱的真谛。我们才会知道爱是付出不是掠夺，爱是分享不是占有。如果你很爱一个人，你就会知道一切美好的化学变化都 会在你身上发生，这绝对不是一个只拥有爱你的人可以达到的效果。前一阵子，我的老公遇到了刚刚说的甩了我的前未婚夫。我的老公就跟他说：“乃馨这一路上对我有很大帮助，她很支持、鼓励我。如果没有寇乃馨，可能没有今天的我。”我的前未婚夫惊呆了，他说：“啊？你说的这个寇乃馨我真的不认识。”我很高兴他不认识这个我，那一定表示我成长了吧，那一定表示我不一样了吧，那一定表示我现在比较温柔一点体贴一点了吧。那一定表示我现在比较勇敢，比较坚强，比较会珍惜别人对我的好，也比较乐意付出了吧。所以我想说，我们每一个人都只能选择我们爱的人，因为选择你很爱的人，我也选择我很爱的人，这样当我遇到你的时候，才会刚刚好是我爱的人，也很爱我。这样才是完美的组合，我很希望包括我自己在内，还有你们，我们每一个人，都可以心安理得信心十足，坚定的对那个我 们亲自选择的那个对象说：我会变得越来越好，因为我爱你。

**我是演说家演讲稿篇二**

《不是所有的九零后都叫许豪杰》 许豪杰 自我介绍一下，我叫许豪杰。很多人在介绍我的时候呢，都会在前面加一个形容词：九零后。那说到九零后，你们能想到的褒义词和贬义词有哪些？你们几乎想不到任何褒义词，但是贬义词呢，你们都会想到同一个：脑残。

如果你去医院，护士让你填写病历卡，一看你写的出生年月，一九九零年，你都没有说你哪里不舒服了，她直接手指一指——脑科。你去女朋友家里面见家长，未来的丈母娘也对你很客气，“小伙子多大了？”“二十三岁，阿姨。”“哦，八九年的啊，不错不错，年少有为。”“不是，阿姨，九零年的。”“滚出去，离开我的女儿。”

社会上对九零后有这样的偏见呢？并不是因为九零后小和幼稚，因为有比我们九零后更小的零零后。但是呢，社会上评价零零后的关键词永远是牛逼的零零后、霸气外露的零零后。零零后在幼儿园的时候就开始谈恋爱，到了小学他们说不会再爱了。我有个零零后的妹妹，知道她的qq签名是什么吗？“我完全不懂你这虚伪的泪水到底为谁而流。”我再看一下自己发的微博，“昨天的咖喱鸡块饭真好吃。”“这只小狗好可爱。”

但是我今天在这里呢，并不是要为九零后说话。我一直认为呢，上海的hr屏蔽了所有简历里九零后这个关键词。如果你是一名九零后，你投了五百封简历，终于接到了一个面试电话，那不是因为这家企业想要录取你，而是这家企业的hr想看看九零后是什么样子的，长长见识。你进了hr的办公室，他会问你，“你是怎么看待团队合作能力？你是怎么看待个人执行力？”如果这个时候你还一本正经的回答，“我认为团队合作能力就是„„”那个hr就„„“你以为我们真的会录取一个九零后啊，我们是正规企业，我是资深hr啊，知道我们为什么不会录取你吗？猜猜看，因为你是九零后。”

《女人何苦要运动》 涵冷娜

我是一个很喜欢运动的女生，我喜欢攀岩、喜欢跳伞。我自己有一张游泳教练执照，还有救生员的执照。可是呢，我今天要跟大家分享的是希望所有的女生都不要去运动。为什么？因为运动会让一个女生变得人生非常的悲惨，它让我本来想要当一个女神，就慢慢的变成一个女神经病。为什么这么说呢？我回想起来，我第一次跟我喜欢的男生去水上乐园玩，那时候其他女生都穿很漂亮的小裙子泳装，为了表示我很爱运动，我穿了一个选手竞速高叉泳装跟他一起去。那个选手竞速泳装侧面看起来就是会把胸部完全压成平的这样子，然后呢，其他的人在那边泡在泳池上晒太阳的时候，我为了表示我的帅气，我在旁边游蝶泳。那是一个很失败很失败的约会经验。

不过呢，这件事情呢，让我更立志。我想说我下一次约会要选一套好一点泳装，所以我就选了一套可爱的比基尼。是的，然后呢，这套比基尼呢，希望让我的约会可以有一个顺利的行程，没有想到我还是悲剧了，怎么说呢，因为呢这么一套可爱的比基尼如果你硬要拿来游蝶式，它就会变成这样，你就会得到一个外扩。后来我才发现，比基尼这种东西根本就不是拿来游泳的。我们现在市面上有很多不同材质的比基尼，好比说你们有穿过针织的毛绒线的比基尼吗？穿起来很漂亮，可是一下水就会变成这样，就会完全下垂。然后还有另外一种仿皮革的pvc材质，它们很防水，可是呢，如果你带它去游泳，它就在水里慢慢的把你的胸部撑大，然后又变小，然后你就可以一次体会abc罩杯，abc-cba、abc-cba，然后等到你走到岸上的时候，你还是只剩下a罩杯，所以呢，如果你不小心游泳游到泳衣掉了，它只能变成眼罩，或者学我们台湾hold住姐变成格格。总而言之，我要告诉大家比基尼这种东西就不是拿来游泳的，会运动真的让我的人生非常悲惨。我曾经跟三个男生一起约去攀岩，当他们发现我真的会攀岩的时候，就再也没有跟我联系过了。我研究出来几个方法就是，如果你要攀岩，你就一个地方可以站，就是站在地下，然后仰头看着他，然后说“你好帅哦，哇。”然后他从高处回头看你，刚好可以把你走光一次看光光。上健身房也是一样，擦汗的时候一定要小心，因为呢，我擦汗都是像这样，可是如果你想要成为女神，你只能用小猫式的擦汗方法，就是像这样。而且呢，脖子以下的汗水记得都不要擦去，让它顺着你的脖子慢慢地留下来，流到地下，然后你就可以顺势地说“好热”。对，今天如果你非常不幸运地不小心在健身房举起了一个很重的杠铃，然后你发觉你旁边的人都用惊恐的眼神看着你，这时候你要做一个补救的措施。你要做什么事呢，赶快讲一件很白痴的事，你可以拿起杠铃，然后说，“呀，我怎么折到我的指甲了，指甲这种东西它是会再长回来的吗，还是它会永远的离开我呢？”讲了一件这么白痴的事情以后，大家就会忘记，你刚刚做了那么厉害的事情。

所以呢，我在这边其实只是要告诉所有的女生说，别去学什么运动，学习怎么脑残吧。

《别跟自己较劲》 李宁

现在有很多人他不快乐，为什么呢？我分析，是因为他们的欲望太多了。有一哥们儿给我打一电话，“李宁，我辞职了。”我说“呦，怎么辞职了。”“工资给得太低了。”我说“哦，多少钱一个月？”“一个月才三千五六的，你说不够花，保险扣完了剩个两千七八的，都不够养家的。”各位，评评理啊。我那会儿在医院当保洁员，一个月一千四百块钱，他挣两千八，他跟我说他不够花的。我听完之后，我也当时也没客气对吧，我说“哦，不够花，好办呀，我给你出个主意，我听说缺一省长，那个工资高，出门车接车送多好，要不你试试去，你干不了关键是，对吧。”

比如说，今天我，拿我说，为什么我跟这儿演讲，李咏老师他是讲师，为什么呀？那是因为他各方面比我强，比如说那脸是吧，我望尘莫及。不过我跟你说句实话，我们俩私底下有协议，互相学习。但是呢，我回去之后我分析了一下，你说让我赶上他这长度，估计够呛。但是呢，他过几年保不齐就跟我似的，他很有希望，我看好你，努力哦。

《专家梦》 李林

我在小的时候就是想当一名专家，为什么？当一名专家可以满足我很多的愿望。在北京，现在专家这个词特别地吃香，因为北京是一个非常搞笑的城市。前两天大家知道闹h7n9，也就是禽流感。专家告诉我们，不要吃鸡肉，不要吃猪肉，把门窗都打开，多通风，多锻炼，这样对你的身体是有好处的。我说好的，没问题。我就咔咔，把我们家窗户全打开了，天天 跑步。就在这个时候，雾霾来了，pm2.5啊，收音机里有一个专家跟我说，我跟你讲啊，这个雾霾是很可怕的，闹雾霾得肺癌啊，所以你要把窗户全都关上。我说专家都这么说，那我就关上吧，我就咔咔全都关上了。但是我在想，我到底听哪一个专家是对的呢？我就咔咔开、咔咔关、咔咔开、咔咔关，我一天关了七十多回，最后胳膊差点没折了。

哎呀，专家呀，太吃香了。好吧，当专家。在北京买车买房，娶媳妇生娃，就是他（专家）了。但是当什么专家很重要，到十五岁那一年，我做出了一个决定，当一名文艺界的戏剧专家，我虽然不是什么稀缺人才，但是我觉得我自己还算是能说会唱、多才多艺对不对，生旦净末丑、神仙老虎狗、扫台拉大幕，要什么什么都有啊。人缘好，有一个师哥出现在我的生活里，跟我说林林，回来吧，回来说说相声吧。我说师哥，学话剧那么多年，早就不说相声了。没事呀，兄弟，你有童子功啊。我一想干什么不是买卖呢？回来说相声吧，说相声也是一个新的方法，但是有一个事情，就是说相声也不太挣钱，把肾卖了还是买不起房，再干点别的吧。

就在有一天，我要上厕所，解决人生中一件大事的时候，我的电话响了，我一看不认识的陌生号码，肯定又是推销广告，喂，谁呀，干嘛呀，不需要。那边传来了一个苍老的声音，让我现在都忘不了。他说你好，我是林兆华。当时晴天霹雳，我说先生，您有什么事吗？你回来跟我演话剧吧。天哪，我是一个学习话剧、怀揣着话剧梦想的人，中国第一大戏剧导演给我打电话。好，我回来。

我从跑龙套开始，三年，我终于站在了中国话剧界的最高殿堂——北京人艺的舞台上，我是男一号，就在那个时候我在想，我说真是有一天我不再演话剧了，我也不汗颜了，我知足了。当我的一些朋友跟我说哎，李林，这回你专家梦实现了。万里长征走出了一小步啊。我突然我跟他们说，我告诉你，我不想当专家了。为什么呀？我说很简单呀，在我大学毕业这五年之内，专家这个词发生了翻天覆地的变化，以前是褒奖，先生，您好，您是专家吧？现在是骂街，呦，你专家呀！这实在是让我接受不了，你想想，现在基本是个人都想当专家，但自称专家的人都不说人话，对不对。

我从毕业以后说过相声、唱过黄梅戏、唱过北京曲剧，做过主持人，做过很多乱七八糟的工作，我怎么能当专家呢？我们北京人说太跌份了，所以我要换一个职业。当然，不能像林志颖老师一样去做个梦想家，是赛车手，又是歌手，又是摄影师，我做不到没那么大的能力。我决定当一个文化杂家，但是也太高深了，起一个简单的名字，叫做文化民工。

《人生一定要学会自嗨》 dj麦

我做的是流行音乐节目，每天不仅要放歌给大家听，而且还要在节目里带动大家来唱歌。那很多人都会觉得，这个电台dj，天天在节目里面，哇这么嗨，真的是要人命，打了鸡血一样。一天嗨、两天嗨、三天嗨、一个星期嗨就算了，一个月、一年、两年、三年，我都做了八年了，还这么嗨，他们会觉得，这是非常奇怪、非常奇葩的一件事情。

熟悉我的朋友都知道，我是一个直播狂人，我的确有三狂，第一，我对制作节目痴狂；第二，我主持节目的状态癫狂；第三，这个赶直播很辛苦，我只能坐地铁最安全、最快捷，所以把我逼成了一个地铁狂。我走到地铁里面，我可以一手把住一个地铁的把手，有没有立刻嗨起 再问，她眼神里就只有一句话，连工作都没有还有什么呀，唉，一声叹息，没过两天我老婆，那个时候还是我女朋友就去相亲了，相亲的对象是一国家公务员，就是我丈母娘的同事给介绍的，这是一真事，往事不堪回首呀。

我知道为了丈母娘努力做功课的可不止我一个，在今天我们舞台上就坐着咱们中国的首席好女婿李咏老师，李咏老师我当年做了一个非常详细的调查，李咏老师当年的时候为了见丈母娘，第一次见面的时候他先后用了一台29寸的松下彩电，一台日立888的录像机，加一套拐角的套皮沙发，我强调一下在二十多年前这可是大手笔呀，才获得了丈母娘一小半的芳心，为什么说一小半，因为老人家当时就表态了呀，说小伙子第一印象感觉还不错，但主要看后续能不能可持续发展，我估计咏哥当时就崩溃了。这是咏哥，当然咱们这还有我最爱的乐嘉老师，但说实话乐嘉老师我心里也一直有个疑问，乐嘉老师您现阶段到底有没有固定的丈母娘呢。

当然了，真正陪伴丈母娘还有更高段位的方式，是什么呢？经济学家郎先生有两个儿子，有一年过年大年除夕的时候，他给大儿子打电话“儿子，在哪呢？”大儿子问“爸，我在丈母娘家呀。”哎呀，当时心就冷了，然后就跟二儿子打电话，“儿子，你在哪呢？”这接电话说“爸，我在丈母娘家呀。”哎呀，老郎当时老泪纵横呀，当然二儿子比较贴心他多问了一句，他说“爸，那你在哪啊？”“我还能在哪阿，大过年的我当然在丈母娘家呀，我。”

你看做女婿容易吗？丈母娘到底有多霸气，在中国经济学界已经出现了一个新的专有名词叫作丈母娘经济，细细想想有道理，你看，买车、买房、酒席、聘礼，这得拉动多少gdp呀，别的都不说，要想结婚不买房，你先搞定丈母娘，就一个推高中国房价的标签，就把丈母娘跟物质和现实赤裸裸的划上了等号，可真的是这样吗？ 丈母娘们她们在二三十年前她们也是大姑娘啊，她们也是这么一步一步一步走起来的呀，为什么遇上了女儿婚嫁这样的事情就唰得一下变身这么狠辣的角色呢？不是因为贪，而是因为怕呀，她们怕失去她们经历过，所以知道青春美貌这些终将逝去，柴米油盐终会到来，她们怕的是女儿此时此刻最心爱的这个男人他稚嫩的肩膀扛不起责任的重担，怕他未来有了丰满的羽翼，就忘了曾经许下的诺言。如果爱情的未来谁都无法保证，那也就只能用看上去最靠谱的物质来为那看上去最不靠谱爱情做个担保了。

这就是后来我所理解的为什么女婿永远追不上丈母娘的要求，因为丈母娘从来不是要求你有多少套房子，多少钱存款，丈母娘只是希望哪怕你只有一套房子，一间房子，一点钱的存款，她能在房产证上、在存折上看到她女儿的名字，她们要的不是这个钱，她们要的是钱背后的那份舍得和那份安心，那意味着一个更可以把握的未来。到这个时候我才有点理解为什么当初我的丈母娘愿意让我这么一个一无所有的穷小子去娶了她的宝贝女儿，而且脸上还挂着微笑，因为如果当她真的意识到你是真的爱她女儿，并且能够承担起责任的时候，其它的那些真的还重要吗？

这是我一直在思考的，为什么再多的财产也打不开丈母娘们的心结，因为丈母娘们心结的真正答案从来不在当下的存折里，而只在未来的时光里。各位亲爱的中国女婿们，你们做好了给出一个最佳答案的准备了吗？

《就这样漂着》 谢艺

这个就是刚才提到的9月5号《烟台晨报》，翻开以后是不是四分之三版是不是乐嘉老师，四分之三版，这得多大的能力才能上去这张报纸啊，我们之前的艺校班主任给我打电话说“谢艺啊，这张报纸咱们学校存档了。”这就是传说中要火的节奏吧。

其实，刚上艺校的时候，我在我们学校就已经是无人不知、无人不晓了，当然不是因为专业好，更不可能是因为长得好，因为我每天晚上下了晚自习第一件事情就是以刘翔的速度跑到电话亭拿起电话给我妈打电话，电话一通，“喂，妈，俺想死你了。”一直哭到了熄灯，从此成为了我们艺校熄灯前一道亮丽的风景线，有个女同学见到我说，“哎，同学，我问一下这个电话你是包月了吗？”从那一刻开始我意识到自己竟然是这么的依赖父母，我也从那个时候立志一定要把父母接到身边来。2024年大学毕业我就去了北京打拼，从此我就多了一个标签叫北漂。为什么要叫北漂啊，我是这么认为的，因为我在北京第一次坐地铁的时候，那个人那个多呀，挤的我是披头散发的呀，然后车一来，车门一打开，我还没走被人抬着两脚离地就漂进来了，怀里还搂着一个美女，哎呀，那个头发那个香啊，让我沉醉呀，我再一看脸，这咋还挤变形了呢，我说，啊，后来我才知道为什么叫北漂，北漂是指在北京没有固定居所也就是没有房，飘忽不定的人，北京叫北漂，上海叫上漂，广州叫广漂，厦门叫瞎漂。

那个时候我就告诉自己，要在北京买房，可是北京房价高啊，漂了三年挣的钱还不够在三环边上买个阳台呢。我有个哥们，他跟我一样，他也想把父母接到身边来住，他就特别的聪明，他租了一个120平的大两居，骗他父母说是买的，结果出差三个月回来之后，他爸说给他一个惊喜，他打开房门一看，房子竟装修了呀，家具都换了，哎呀。从此以后我们两个每个周末都在六环内的各大楼盘转，终于有一天他跟我说“谢艺呀，不能再等了，我给你推荐一个地方吧，从三环国贸坐公交就一站，那挺近，但是开40分钟。”啊，那天我们两个去售楼处，刚到售楼处收到一条短信，我一看“河北人民欢迎你”这好家伙，都干河北来了呀，人家售楼小姐说了，“先生，咱们这是高档的小区，是双网双待，你在厕所是河北的信号，你到了厨房就是北京信号了。”感情我这是进在北京、出在河北啊。哎呀，我这个着急啊，后来一说算了，我买吧，对不对，好歹也是七环以里呀，于是我就买房了，我那个高兴呀。去年春节我听电视上忽悠，我就给我妈买了一个足浴盆，我每天在家都给他们烧好水让他们泡脚，我走的时候我一再嘱咐，一定要泡脚，治病，可过了一段时间我给父母打电话的时候，我说“最近泡脚了吗？”他说“你走了俺就收起来了，你不在家万一漏电把俺俩电死怎么办。” 那个时候仔细一想，我离开父母已经有十一个年头了呀，我陪在父母的身边不到五百天，当我们一天天长大父母却一天天老了，我发现他们开始依赖我们了。我相信在北上广深这些大城市当中，有太多太多像我这样漂着的人，他们背负着沉重的生活压力，辛酸苦楚，但是我在第一场的时候说过一句话，天降大任于斯人也，必先苦其心志，可还有一句话说得好，叫苦尽甘来，当我们尝尽了时间的所有的苦楚的时候，甜蜜跟幸福还会远吗？因为只有尝尽了苦，才能会体会甜的来之不易。

《我们的父母》 曹青莞 今天我不想说我，我也不想说我的小伙伴们，我想说说我的爸爸妈妈和他们的爸爸妈妈。从小到大呀，我记得很多的人都跟我说过这么几句话，孩子你真不容易，来来来，叫叔叔叫阿姨，叫爷爷，叫奶奶，紧接着就跟我爸爸妈妈说，“哎呀，这孩子这情况再要一个吧，你说这以后你找女婿都难。”类似这样的话很多很多，但是对不起我听不见。所以说，真正要说苦的呀，还真不是我们，就是我们的爸爸妈妈。先来看一张照片吧，这张照片是我妈妈当时抱着我在洛阳西燕公园的门口照的，那个时候我两岁，看看我妈妈笑得多灿烂啊，你再看看我，算了不说了。一年之后，我妈妈从医生那里知道了我可能一辈子都没有办法听见声音，甚至永远说不出话的时候，她当时就对着医生大喊大叫“不可能，这不可能。”作为一个主持人来说，可能她昨天还在畅想着自己的孩子以后能像自己一样当一个主持人，但是今天就接到了一张永远没有办法听到声音甚至没有办法开口说话的诊断书，其实，当她知道以后，她崩溃了，她对我讲的时候，我也想要崩溃了，要说对于我们这种先天性残疾的孩子来说，其实根本不用觉得什么诧异呀，或者可怜呀，根本不用。因为我们就没有去过健全人的世界，就没有什么缺失，或者遗憾可言，但是对于我们的爸爸妈妈来说，我们的出生可能就是他们喜忧参半之后的暗下决心，名副其实的甜蜜的负担，我们成了他们的功课了，要用一辈子去攻克的一道难题，甚至是永远无解的题。自从8月8号我的那期节目播出以后，很多的家长用各种各样的方式给我留言，其中有一位爷爷，他已经年近七旬了，他有一个小孙女也被检查出了和我患有一样的听力问题，孩子父母不在身边，老人就每天带着这个毫不知情的小孙女进出各大医院，总希望能有一家医院能够医好她的病，老人说，“虽然我老了，但是有一点我还清楚的很，孩子咱耽误不起啊。”还有一位爸爸，他说他的女儿自从学会走路膝盖就从来没有好过，因为下台阶的时候老是摔倒，后来一查才知道，先天性弱势，孩子才六岁啊，以后这要一直带着一千多度的老花镜，这爸爸当时就调侃，说“这孩子呀，到现在肯定都不知道他爹长什么样，哎呀，白长了这一张英俊的脸啊。”后来女儿就带着一边红一边白的镜片，经常被小朋友们欺负，爸爸就告诉她，我们要大度一些，要宽容一些，女儿特别胖啊，就经常拍着肚皮“宰相肚里能撑船”，但是听到这句话，爸爸泪流满面。其实我们身边的亲人，他们所要承受的东西远比我们沉重的多了，经常会有人安慰我说，“我是上辈子折翼的天使，降落凡间。”其实在我看来，我根本不是什么天使，爸妈才是天使，保护着我们的天使。此时此刻我不用去想，不用去猜，更不用去看，我就知道我的老妈一定是在后台的某一个角落，提心吊胆的在意着我的每一个发音，每一句话。所以，与其说是我在演讲，不如说是我和爸爸妈妈一起在演讲，我今天真的很希望我能够把所有你们给我的掌声送给我的爸爸妈妈，送给天下所有的残疾人的爸爸妈妈们，他们真的太伟大了。因为有你们的爱，我们才会这么可爱，因为有你们的爱，我们才能如此勇敢，因为有你们的爱，我们才会拥有美好的未来。

《有一种爱叫认错》 李咏

每位导师在这里都要演讲，三位导师先后都做了演讲，我和大家一样都非常的关注和重视。乐嘉导师演讲的好像是《性格色彩》，把孩子分成了红、黄、蓝、绿，成年人怎么跟孩子沟通，我非常的重视也很关注。播出的时候我组织我闺女看你的这个演讲，完了之后我就问我女儿，我说“这个性格色彩怎么样？”你猜我闺女说什么，她半天没吭声，然后蔫蔫的告诉我“有点像星座，红、黄、蓝、绿，爸爸，我有可能属于第五种。”小孩不懂事，别介意。小志导师讲到了他成功背后的低调，包括他跟他媳妇谈恋爱也不能声张，约会散步还得相聚十好几米，所以你很内疚。内疚是对的，男人本来就不应该这样。鲁豫导师讲的是爱情，你用第一人称讲了三个爱情故事，有酸楚的、痛苦的、幸福的，都不是你自己的事吧。对，我听出来都像发生在别人身上，真的我们大家都希望哪天你能给我们讲讲你自己的爱情。今天我就讲一讲爱情，讲一件我的爱情。我媳妇叫哈文，她在我心目当中是一位非常成功的导演，这两年大家也越来越熟悉她了，一开始别人这么介绍说“这位导演是李咏的媳妇。”具体也不知道从什么时候“开始这主持人是哈文的老公。”告诉你们呀，能给名女人做老公的男人都不是一般的男人，我就很不一般。

其实这还不是最难的，哈文一直以来不光是导演，她也是我的领导，我的长官。如何与异性领导处好关系这是最难的。这当中可能需要潜规则，我是个严肃的人，所以我一直严肃的遵循着这个潜规则。爱情是什么，其实有人说爱情完全是属于一个人的感受，就像鞋子穿在脚上舒不舒服只有脚知道，没有客观标准。那爱情是否来了，爱情是否还在，检验它的客观标准就是你对你所爱的人的惧怕程度。真理听起来很简单，但是探寻真理的路往往异常的艰苦，我跟哈文结婚21年了，我是越来越怕她。我估计当我安详的离开这个世界这都是一件闹心的事。俗话说“东风吹战鼓擂，这个世界谁怕谁。”打小长这么大我怕过谁呢，我为什么就那么惧怕哈文呢，我给她起了个外号叫劈头士，就是劈头盖脸那种。她有一个经典的名句叫“如果你是我儿子，我一天不知道抽你多少遍。”只要她一瞪眼一生气，我立刻退至一边噤若寒蝉，希望自己缩小再缩小，甚至消失。

我们的日子过得一直非常的平淡，哈文是一个讲理的人，我们有一个原则叫矛盾不过夜，也就是说甭管事大事小今日事今日毕，甭管多晚把事情总得要说清楚，讲理就好。什么是讲理，讲理是什么意思，在我的爱情字典当中讲理就是男人要认错，认一次错不是爱情，一辈子不停的认错，不抗争、不辩解，还得从内心由衷的感到不委屈，这就是真正的爱情。我总结出仅仅是肉体上的惧怕，也不算是爱情，只有全身心的惧怕才算真正的爱情，男人向自己心爱的女人认错是一种美德，都说成熟的稻子总弯腰，我弯腰因为我成熟。

《人性的力量》 黄小山

今天，我来到这里要跟大家谈谈人性，当下中国正处于一个转型前的十字路口，我们遇到了 很多很多的社会问题，有人感慨我们正在进入一个问题时代，雾霾问题、水污染的问题、物价问题、住房问题、垃圾围城问题等等等等。其实问题多并不可怕，但可怕的是我们有一些人我们不能够以一种客观的态度、科学的态度、理智的态度对待这些问题，而一味的、无端的骂、扯着嗓子骂、抡开膀子骂，破口大骂，你还别说，骂得出彩，你的人格就得到了提升，你的微博就平添了气质，你的粉丝就成千上万的增长，你就俨然成了一个民间的意见领袖，这是一个多么荒唐的时代，一个靠骂人就可以成为英雄的时代。

有人辩解说这是一种社会批判，我当然不反对批判，但谩骂属于批判吗？批判它应该是理智的产物，它应该是逻辑的产物，它应该是一种社会责任担当的产物，而简单暴力的、形而上学的、别有用心的把所有的社会问题全部地推给这个体制，全部地推给这个政府，充其量它只是一种宣泄，是一种仇恨的情绪，是一种哗众取宠，是一种沽名钓誉，是一种怯懦的偷懒的表现。

常识告诉我们，人才是组成一个社会的最基本的单位，有什么样的人就有什么样的社会，人心向善则社会向善，人心向恶则社会向恶，我一直有一个梦想，那就是我们每一个中国人在早晨醒来的时候，在太阳升起的时候，我们能赤裸裸地站在镜子面前，我们直视我们自己的身体，我们手里拿着身份证，我们可以大声地念出我们的名字，我们再把身份证翻过来，我们凝视那枚鲜红的中华人民共和国的国徽，我们做一次良心上的、做一次灵魂层面的忏悔，我们扪心自问，我们有生之年我们为这个社会我们究竟做了什么，我做了什么好事，我做了什么坏事，我是否孝敬了父母，我是否教育了孩子，我是否闯了红灯，我是否欠了人家的钱没还，我是否上公共厕所的时候把尿撒在了小便池子里，而离文明迈进了一大步，做过这次忏悔，你会有一丝感动，你会有一次惭悔，你会有强烈的羞耻感，那就对了，把你的脸洗得干干净净的，把你的胡子刮得干干净净的，把你的牙刷得干干净净的，我们自信地走出家门，给你的邻居一个微笑，给每一个你遇到的陌生人一个微笑，给中国一个微笑，那时候我相信你的心中将充满了正能量。

我突然想起了位于英国伦敦那闻名于世的威斯敏斯特大教堂，想到的那个教堂地下室里那块既没有名字，又没有年代的普普通通的那块墓碑，我记得碑文的大意是这样：当我年轻的时候，我年少轻狂，我想改变这个世界，当我人到中年，我发现，我没有能力改变这个世界，我只好向自己妥协，我只好退而求其次，我想改变这个国家，当我人到老年，我发现我也没有能力改变这个国家，我再次向自己妥协，我想改变我的家庭，但当我躺在病床上奄奄一息、行将就木的时候，我回首一生，我碌碌无为，我突然意识到，如果当初我没有那么大的野心去改变这个世界、去改变这个国家、去改变这个家庭，而只是改变自己开始的话，我也许已经改变了自己，并改变了我的家庭，并通过我的家庭影响到邻居，影响到国家，甚至世界。谁知道呢？ 阿基米德说过，给我一个支点，我能撬起整个地球，今天此时此刻，我站在这里，我站在《超级演说家》的舞台上，我对你们说，我大声地对你们说，撬起这个地球的支点，他不是某个领袖，他不是某个精英，他不是某个英雄，而是我们每一个人的心灵。

崔永平

有一所养老院，硬件设施非常非常好，服务也是非常非常好，你们愿不愿意把自己家的父母送进养老院，同意的请举手我看一下，没有一个人，太吓人了。第二个问题，当大家老的那一天，子女要把你送进养老院，你会不会同意，同意的请举手，这个还是有一些人举手，还是有一些人没举手，我也不知道该如何去选择。我只能告诉大家我所在养老院所看到的世界吧。

因为我的奶奶、姥姥还有姥爷都在养老院生活，每当我踏进养老院那扇门的时候，我都在疑惑这里是天堂还是牢笼，每当有孩子来看老人的时候是他们最期盼的，也是他们彼此之间最大的炫耀，看见没有，我们家孩子又来看我来了。

我在养老院认识了三个比较有代表性的老人，第一个老人很痛苦，每天都跟护工大吵大闹，我的床单没给我洗干净给我重洗，你们这洗脚水你们要烫死我这个，还有你们这菜做的，猪食，喂猪呢。说实话，我不太喜欢这位老人，但是奶奶告诉我，他是一个可怜的人，他一辈子无儿无女，靠在公园里给别人剃头维持生计，他还经常把一些自己积攒下来的钱寄给山区的一些孩子们，那些孩子特别感动，经常给他写信，他那时的生活过得非常开心，后来来到了养老院，跟孩子们联系也断了，也没有人来看他，他渐渐变得越来越古怪。我所知道的故事情节是他有一天趁人不备跑到了八楼的楼顶，跳了下去，当然这在养老院不是会经常发生的，也是比较少见的。

第二种老人是在养老院里比较普遍的，寂寞的老人。我在那里认识一个非常寂寞的老人，八十多岁了，整天看报纸都得拿放大镜，每当我来的时候，小伙子，来来来，跟大爷坐会儿，大爷跟你聊会儿，他特别喜欢讲他的故事让我听，他说他是一个钢铁工人，他在那里干活的时候曾经是全国劳模，受过很多次的表彰，他经常到各地去做报告，做演讲，后来来到了养老院，他觉得很寂寞。

第三种老人很快乐，我认识的一个很早之前老伴就去世了，来到了养老院，然后他认识了一个跟自己特别谈得来的老人，找到了一段黄昏恋。每天傍晚的时候，我经常会看到他们手牵着手在那里有说有笑的，诉说着自己的故事，特别地开心。我想他们会这样互相陪伴、互相照顾，在养老院里度过他们剩下的美好时光。

其实我非常理解现在的年轻人为什么要把自己家的老人送进养老院，如果不送，子女没有办法保证是否每天都能有时间陪着老人，他们在家里磕着了，碰着了，无人知道。那是件非常可怕的事情。那么如果送呢，老人们会同意吗？他们会不会觉得子女很不孝顺，他们会是那个快乐的老人还是那两个痛苦寂寞的老人呢？

我终于发现，老人们最最需要的是陪伴，有亲人陪伴的老人是快乐的，没有亲人陪伴的老人是痛苦寂寞的。所以我希望大家不管你平时说生活多忙多累，一定要抽出一些时间给自己家的老人吧，你们会同意吗？（会）非常好，那我今天的演讲就是有意义的。

《中国人的一天是多着急》 许豪杰

所有人都回忆一下，你过得每一天是有多着急。前两天我回到上海继续早起上班，有一个场景是我几乎每天都会看见的，就是在地铁滴滴滴已经红色警告要关门的时候，依然会有勇敢的中国人从十米开外冲过来，在地铁门要关闭的一瞬间冲进车厢。我发现中国电影无法超过好莱坞的原因，可能就是没有雇这些天生的印第安纳琼斯去拍摄动作片，然后我们到了公司要不开始急着表现自己，要不急着混日子，好像我们已经默认了这种被社会灌输的价值观。前两天我在上海书城转了一圈，有一块地方堆的都是各种教你怎么在职场上混得开，怎么在社会上厚黑，人际交往中的老狐狸学，这都是什么书啊，从这些被我们现代职场人所推崇的畅销出版物就可以看出我们中国人的一天是有多着急，我们急着成功，急着加薪，急着升职，急着证明自己。

我身边有个朋友在他毕业的这两年里，已经换了六份工作，更令我震惊的是这六份工作横跨了六个不同的工种，我们是不是有点急得过分了。在这中国人的一天中，你说下班了我们总可以放松一下不那么着急了吧，不，你还是着急，都成为一种惯性了，连放松都是急着去放松。你以为在星巴克里面点了一杯卡布奇诺，看着窗外的风景，桌子上放了一本你看了一页就忍不住要打瞌睡的书，就是远离都市的喧嚣了吗？不，你急着找wifi，急着签到，急着拍照发微博，告诉全世界我正坐在星巴克里，一杯咖啡一本书，生活就是如此淡定。李安沉寂了六年，他每天就在家里面煮饭给老婆吃，但是他在这六年的时间里阅读了大量的书籍，大量的杂志，大量的学术论文。中国唯一一位获得普利兹克奖的建筑师王澍，他说他十年里什么都没有干，就是坐在西湖边喝茶，为的就是沉下来。

我们总是认为成功很难，做一件伟大的事情很难，其实最难的是沉下来，不是所有人都能做得到的，有一句话很文艺“放慢你的脚步等一等你的灵魂。”那么我想说，放慢你的脚步，等一等中国的灵魂，让我们从每天乘地铁开始吧。

《中国精神》 曹青莞 我想先问大家两个问题，什么是精神，究竟什么又是中国精神？

我记得在2024年7月13号北京时间22点整，国际奥组委宣布了2024年夏季奥运会的举办城市是中国北京，我清楚地记得在那一刻所有代表团的成员泣不成声，他们相互拥抱欢呼雀跃，相信每一个中国人今天再看到这一幕的时候还是会潸然泪下，没错，我们都曾经经历过这一刻。那一天，那一夜的不眠，举国上下一片红色的海洋，中国力量在那一刻像原子弹爆发般的喷射向世界各地，而那个时候，我才七岁，怎么也没有想到八年之后我自己竟然离奥林匹克这么近。

2024年我站在了残奥会开幕式的舞台上，和来自全国的320名聋哑女孩一起用手语演绎了舞蹈《星星你好》，我们当时站在鸟巢的中间，每个人都穿着一身白色蓬蓬连衣裙，仰望着星空，我们在用手语跟星星说话，非常非常唯美，就像大家现在看到的这样。

就为了开幕式那一晚的呈现，我们在北京进行了三个月的封闭训练，在这三个月里面，每一天都上演着汗水、泪水和感动，但是只有那么一天在我的脑海中永生难忘，这一天是2024年9月4号，是北京残奥会开幕式的最后一次带观众彩排，这次彩排就决定了我们这个节目 到底能不能最终呈现在世界的面前。所以，每一个人的压力都不言而喻，也正是这一天我才知道了什么叫做精神。

为了那天晚上的彩排，我们凌晨四点大家集合向鸟巢进发，不停地化妆，试衣服，反复地练习动作，就这样在后台焦急地度过了一个白天，终于夜幕降临了，随之而来的是一场倾盆大雨，总导演一声令下彩排照常进行。就这样，我们320个人快速地拖着长裙站到了鸟巢中央的这个白玉盘上面，那场大雨已经让大家完全看不到远处手语老师的指挥，变换队形的时候，裙子又因为拖在湿漉漉的地上大家应该知道是根本没有办法前进的，混乱的场面让我们每一个人都忘记了。在我们所站的这个白玉盘的中间有一个将近三十多厘米的圆环状缝隙，平时训练的时候要求我们每一个人都必须要用余光注意着这里，否则随时都会有陷进去的危险，但是就在那天的大雨，大家全忘了。

我就这么眼睁睁的看着前面一个人摔倒了，两个摔倒了，一排人都摔倒了，她们的腿就这么硬生生的卡在了那个缝隙里面，当时看到这一幕我完全就脑子就懵了，根本没有办法想象接下来会发生什么样的事情。但是就在此刻，她们每一个人的脸上还是保持着最开始的笑容，她们的头抬得非常高，一双双眼睛就那么直勾勾的盯着天空的方向，几十秒以后，一个人站了起来，两个人站了起来，一排人都站了起来，奇迹般的就那么站起来了，整个过程当中笑容从来没有从脸上消失，最后，我们的节目保住了。

可是你们知道接下来我看到了什么吗？在后台大家脱掉演出服以后，我看到了将近十几条血淋淋的腿。大家为了保住这个节目，这些姑娘硬生生是把卡在缝隙里面的腿生生的拔了出来，她们的笑容从来没有消失，但是却隐藏着所有我们不为人知的痛。

直到今天过去了那么多年，2024年9月4号的那一天那一幕，却怎么也挥之不去，这是一群多么可爱的姑娘，她们在咬牙站在的那一瞬间，就注定了这一天不再平凡，她们的站立不仅代表了残疾人的精神，更向世界诠释了什么叫做中国精神。

《致那些让我快乐的朋友》 张丰毅

我是一个没有幽默感的人，但是我经常碰见有幽默感的事和有幽默感的朋友。比如说张铁林，2024年的时候有一天他给我打电话，“丰毅，今晚上放我的一个电视剧，你好好看看。”我说“叫什么名字？”他说“吕不韦，你好好看看。”晚上我跟刘威一个剧组，“刘威帮个忙。”“怎么了？”“你把我绑在这上面，看张铁林的电视剧。”刘威很默契，刘威说哦，就把我捆了个结实，那电视剧我在看了十分钟我就坐不住了，幸亏是把我绑在那，要不然我早就跑了，绑在那，它还有第二集呢，我就在那忍受着，非常非常地生气，因为我上了张铁林的当了。后来等到放完了，马上拿电话就给张铁林打电话，张铁林，“看完了，很有感受吧？”“什么感受，我问你，除了瞪眼睛，你还会干什么。”大家都知道他演那个《还珠格格》动不动一瞪眼“小燕子”，他吕不韦也是这么演的，结果我问他，他的回答出人意料，“哈哈，那时我《还珠格格》养的毛病。”我生气他不生气，我就更生气了，“你知道是毛病你怎么不改？”“已经改了许多了，要不然你就更看不下去了。” 我有个电影界的朋友叫石兆祺，有一次我，石兆祺，尤勇，我们几个人去欧洲旅游，他一句英文都不会，到哪儿买东西什么的全是我们帮他砍价，等我们最后第二十天又到了奥地利，那天正是傍晚，快到宾馆的时候霓虹灯就亮了，hotel（酒店），结果他终于说话了，感情我们这一路住的全是连锁店。我和尤勇就问他怎么讲，他说了都是h打头的。结果我们就哈哈大笑，他就很郁闷，他郁闷他不是怕别的，他说你们要回去肯定要跟我胡说八道的。回来之后半年多他没给我打电话，我打电话他也不接，我觉得他很奇怪，2024年他突然有一天给我打电话，“我先问你我的英语怎么样？”我很不好回答，我说，“石兆祺，实话实说你的英语不怎么样，你忘了你到欧洲天天拽着我的衣服，拽着我的衣襟。”他说，“那26个字母我总会吧。”我说“26个字母还真可能，对呀，你忘了你还说了个h呢。”结果他更生气，终于爆发了，“对呀，我说的是h，你为什么告诉别人说我说的是he。” 我是一个没有幽默感的人，但是我的朋友全是有幽默感的，我感谢上苍把他们派到我的周围来，我珍惜他们，珍惜生活，也希望大家珍惜你们身边给你们带来快乐的人。

《生命中的最后一天》 崔永元 在准备这篇演讲稿之前，我看到了苹果创始人乔布斯分享给大家的一句话“如果你把每一天都当作生命中最后一天生活的话，那么终有一天你会发现自己是正确的。”如果可以，我非常希望这句话当中的终有一天就是我生命中最后一天。在那一天我会对自己的说，“小伙子，你很棒，你做了正确且有意义的事。”

我不会因为没有孝顺父母而后悔，我每天都会打电话告诉他们，我一天都干了些什么，再听听他们对我的唠叨，我并不会在逢年过节的时候才回去看他们，平时只要我有时间，哪怕只是两天的时间，只要能在家里呆一天，我都会回家看他们。我不会因为没有珍惜爱人而后悔，我可以坦坦荡荡地告诉大家，这么些年过去了，我没有做过一件对不起她的事情。我不会因为没有爱护子女而后悔，我的子女虽然不是学习成绩最棒的，但是却是最懂事的，每当周末的时候，他们总会帮我们打扫卫生，做家务，他们开心的时候还会唱我那首歌，“我不是一个神经病，别把我当成一个神经病，我不是一个神经病，为什么你们总是这样想„„” 我没有任何遗憾，我的朋友都对我很好，我该去的地方我也去了，该享受过的美食我也享受过了，但这一切已经不重要了，我是一个平凡的再不能平凡的小人物，我刚才所说的一切的一切都是我对生活最美好的幻想。我今年只有二十八岁，我有太多太多的事没有去做，我梦想着能像小志导师那样不老的容颜，可是二十八岁的我却长了四十多岁的一张脸。我梦想着像李咏导师有哈文一样的老婆，可是我现在都睡着单人床。我知道鲁豫导师聆听过三千多个人的故事，我是多么想成为她三千分之一的那个人，可是到现在也没有资格。我梦想着比乐嘉老师的名气、影响力还要大，可是我看到他的微博粉丝量是三千四百万，截止到目前为止我才看到我的微博粉丝量是九百六十二个。我非常非常地庆幸我今年只有二十八岁，我还有很多的时间去创造我美好的未来，创造美好未来唯一的方法就是把每一天都当作生命中最后一天。如果可以，我会在这一天做一次演讲，说说我自己的生活，演讲完后有人会对我说，“小伙子你做得很棒，你做了正确且有意义的事。”我会很开心。

《生命中的最后一天》 曹青莞 如果真的是我生命中的最后一天，那个时候可能没有人再会夸我是小清新，也不会有人跟我写肉麻的情书，那个时候大家关注我的可能已经不再是这个戴着助听器的耳朵，而仅仅只是一双哆哆嗦嗦拿不起筷子的手，但是我相信到那天我一定会比现在更加满足，因为那个时候我已经儿孙满堂了，个个都是身体健康。我有一个可爱的女儿，每天下班她都会带着我去跳我年轻时候根本不屑一看的广场舞，对了忘了告诉你们，我的女儿听力相当的敏锐，比我好了n多倍。

在我生命中的最后一天，可能我已经不再纠结于ji qi xi 的发音，那个时候我创办的聋儿语言康复学校迎来了第四十个年头，每一个聋哑孩子都能背出一口流利的绕口令，“打南边来了个喇嘛，手里提拉着五斤鳎目，打北边来了个哑巴，腰里别着个喇叭，南边提拉着鳎目的喇嘛，要拿鳎目换北边别喇叭哑巴的喇叭。”说得太快了，我耳朵都跟不上了，真是长江后浪推前浪。

那个时候《超级演说家》第n季可能已经开始了吧，可能到那时已经不会有人再记起一个叫曹青莞的女孩，站到这里曾经说过什么，但是她曾经带给过一个群体美丽的希望，她的一生就是美丽的一生，谢谢你们带给了我这么多美好的回忆

**我是演说家演讲稿篇三**

《我是演说家》这档节目教会很多人新的认知，也很多人在找我是演说家里的

励志

演讲稿

。下面是小编收集的我是演说家演讲稿，希望大家认真阅读！

【1】自卑比狂妄更糟糕

当有人站在这么一个舞台上，我们很多同学都会羡慕。也会想，也许我去讲，会比他讲的更好。但是不管站在台上的同学是面对失败还是最后的成功，他已经站在这个舞台上了。而你，还只是一个旁观者。

这里面的核心元素，不是你能不能演讲，不是你有没有演讲才能，而是你敢不敢站在这个舞台上来。我们一生有多少事情是因为我们不敢所以没有去做的。

曾经有这么一个男孩，在大学整整四年没有谈过一次恋爱，没有参加过一次学生会班级的干部竞选活动。这个男孩是谁呢?他就是我。

在大学的时候，难道我不想谈恋爱吗?那为什么没有呢?因为我首先就把自己看扁了。我在想，如果我去追一个女生，这个女生可能会说，你这头猪，居然敢追我，真是癞蛤蟆想吃天鹅肉。要真出现这种情况，我除了上吊和挖个地洞跳进去，我还能干什么呢?所以这种害怕阻挡了我所有本来应该在大学发生的各种感情上的美好。

其实现在想来，这是一件多么可笑的事情，你怎么知道就没有喜欢猪的女生呢?就算你被女生拒绝了，那又怎么样呢?这个世界会因为这件事情就改变了吗?那种把自己看得太高的人我们说他狂妄，但是一个自卑的人，一定比一个狂妄的人还要更加糟糕。因为狂妄的人也许还能抓到他生活中本来不是他的机会，但是自卑的人永远会失去本来就属于他的机会。因为自卑，所以你就会害怕，你害怕失败，你害怕别人的眼光，你会觉得周围的人全是抱着讽刺打击侮辱你的眼神在看你，因此你不敢去做。所以你用一个本来不应该贬低自己的元素贬低自己，使你失去了勇气，这个世界上的所有的门，都被关上了。

当我从北大辞职出来以后，作为一个北大的快要成为教授的老师，马上换成穿着破军大衣，拎着浆糊桶，专门到北大里面去贴小广告的人，我刚开始内心充满了恐惧，我想这可都是我的学生啊，果不其然学生就过来了。哎俞老师，你在这贴广告啊。我说，是，我从北大出去自己办个培训班，自己贴广告。学生说，俞老师别着急，我来帮你贴，我突然发现，原来学生并没有用一种贬低的眼神在看我，学生只是说，俞老师我来帮你贴，而且说，我不光帮你贴，我还在这看着，不让别人给它盖上。逐渐我就意识到了，这个世界上，只有你克服了恐惧，不在乎别人的眼光，你才能成长。也正是有了这样慢慢不断增加的勇气，我有了自己的事业，有了自己的生活，有了自己的未来。

回过头来再想一想，最近这几天正在全世界非常火爆的我的朋友之一马云，他就比我伟大很多。马云跟我有很多相似之处，当然不是长相上相似，大家都知道，这个长相上还是有差距的，他长得比较有特色。

我们俩都高考考了三年，我考进了北大的本科，他考进了杭州师范学院的专科，大家马上发现，从这个意义上来说，无论如何，我应该显得比他更加的优秀。但是一个人的优秀并不是因为你考上了北大就优秀了，并不是因为你上了哈佛就优秀了，也并不会因为你长相好看而优秀。一个人真正优秀的特质来自于内心想要变得更加优秀的那种强烈的渴望，和对生命的追求那种火热的激情。马云身上这两条全部存在。

如果说在我们那个时候，马云能成功，李彦宏能成功，马化腾能成功，俞敏洪能成功，我们这些人都是来自普通家庭，今天的你拥有的资源和信息比我们那个时候要更加丰富一百倍，你没有理由不成功。

当我们要有勇气跨出第一步的时候，我们首先要克服内心的恐惧，因为这个世界上，只有你往前走的脚步你自己能够听见。

所以我希望同学们能够认真地想一下：我内心现在拥有什么样的恐惧，我内心现在拥有什么样的害怕，我是不是太在意别人的眼光，因为这些东西，我的生命质量是不是受到影响，因为这些东西，我不敢迈出我生命的第一步，以至于我生命之路再也走不远。如果是这样的话，请同学们勇敢地对你们的恐惧和勇敢地对别人的眼神，说一声no!

【2】表达的力量

我知道你们可能还不太习惯我这样子，我自己也不太习惯，我们慢慢慢慢适应一下，导演说《我是演说家》一开始，你说说表达的力量吧!

我想先跟你们说一个我的秘密，我是主持人，主持人要说话，但其实我是一个特别内向的人，我不太愿意说话，可是你不要弄错了，我不愿意说话，我不愿意表达，并不是因为我觉得说话太简单了，语言根本就没有分量。恰恰相反，我知道语言有多难，语言多有力量，我觉得我们每个人，都经历过那样的阶段，当你突然觉得你的人生濒临绝境的时候，有那么一句话，把你狠狠地推向深渊，但是，同样我们会有那样的经历，在我们落入深渊的那一刻，会有那么一句话帮助你，安然落地，而这就是语言的力量，语言像是一把锋利无比的刀子，有的时候是杀人的武器，但有的时候他是救人的工具，即便是这样，我还是相信语言的力量，表达是有意义的。

有一个我的小朋友，曾经问过我，他说，鲁豫姐，有没有这样一句话，在你人生特别艰难的时候，能够帮助你安然度过，我想了想好像是有的，我经常去会对我自己，对别人说，我说我相信，我们这一生不管是谁，我们所承受的悲欢离合，喜怒哀乐的总量是相同的，这句话对我有催眠的作用，特别有意义。当我很难的时候，我就对自己说，其实没什么，我这一辈子不会比任何人更倒霉，但是有时候那个不好的过程太长了，我会想天呐，什么时候才是那个底?我想要否到什么时候，极到什么时候那个泰才回来。但是这个时候，我就要相信，只要死磕，好的那一刻总会到来。

所以我相信，语言是有意义的，表达是有力量的，语言是一把锋利的刀子，可以扎出血来，很多时候你不经意伤害我的话，会让我害怕、恐惧，但是我们都不要害怕，都不要恐惧，都不要被别人的语言所绑架，所恐吓。我们还是要听从自己内心的声音，过自己想要过的那种生活。

表达是有意义的，表达是有力量的，要表达你的爱，你的喜欢，去温暖感动我们爱的人，喜欢的人。要表达你的愤怒和讨厌，要鞭挞那些丑恶的，让善良的人不感到寒意，要表达我们所知道的，让更多的人都知道，要表达我们所质疑的，让我们彼此更加坦诚，表达更需要智慧，你要运用语言的力量，在适当的时候，运用四两拨斤的道理，去改变我们周遭的环境和社会，表达只属于那些真诚的，有勇气的，敢作敢当的人。

我希望我们一起在这个舞台上，表达自己，说出你想说的，让我们一起：敢说!敢做!敢自我!谢谢大家!

【3】敢说敢自我其实我要讲的，算不上是一段讲演，像是个开场白，因为站在后台我突然意识到我人生最精彩的一次讲演，早就已经做完了。那是1999年10月15号，之所以我能够把那个日子记得那么清楚，是因为那是我人生第一次，也是迄今为止唯一的一次和别人吵架。我是一个碰到冲突的时候，我会很害怕，会表现得有一点怂的人，我会和别人吵架，我觉得想起来匪夷所思。而且你要知道和别人吵架不算本事，吵赢了才是本事，那次吵架我赢了，大获全胜。

那次我和我的很多同事，大概有二十个人，我们开着十辆吉普车，在那一天要从约旦通过公路进入伊拉克，在边境的时候，伊拉克的海关工作人员把我们拦住了，从早上七点钟查到晚上七点钟，所谓检查其实不过是来了一拨人，又换了一拨人，不断地要钱，我们就一波一波打点，到了晚上七点钟天越来越黑，有一个伊拉克人冲我走过来，我搞不清楚在那一刻，我是因为憋了一天还是憋了一辈子，反正在那一刻，我内心有一些东西被点燃，被激怒了。当时据我同事事后回忆说，在那一刻外i满脸胀得通红，我的手不断地挥舞，做着各种各样很激烈的手势，然后我的声音非常的高亢，我就冲着那个人，我看着他目露凶光，我说你确定吗，我又二十个人十辆车，我数不清有多少行李多少设备，你确定你要查吗?他那一瞬间有一些惶恐我能看到，但还是很横，他说，要查。我说好，我以你们真主的名义起誓，今天在这里，如果你不把每一辆车每一件行李每一个设备打开一样一样，里里外外的仔细地检查清楚，我告诉你，谁也别想走，你走不了，你不走我也不走。我在这陪你查，你一天不查完我陪你一天，一个月不查完我陪你一个月，一辈子不查完我陪你一辈子，在那一刻我真的是豁出去了，你要知道那一瞬间他彻底崩溃了，他大概停了有几秒钟，但是那几秒钟对我来说像一个世纪那么长，那一瞬间很像电影的画面，周围的一切，所有的人、景、物是凝固的，但是不断在你身边转来转去，转来转去，然后他突然说，你可以走了。我还是看着他，我的目光一动不动，但是那个眼是可以喷火的，我说你确定吗?他说我确定，我还是看着他，眼光不懂，但是我的很豪迈地跟我同事说，走，我们上车。然后瞬间我们就飞快的上车，关上门，十辆车驶入茫茫的夜色当中，向巴格达方向开去。

车门砰地一声一关上，我放声大哭，要知道当一个人，他被置之死地的时候，他有可能置之死地而后生，他有可能绝地反击，而谁说这些力量不是语言带给我们的，谁说这些力量不是表达带给我们的。只是回忆那一次吵架，我突然意识到，只要给你一个舞台给你一个表达的机会，在那一刻不管你说什么，周围会有很多人在聆听;在那一刻不管你说什么，可能听的人不赞同，甚至不欣赏，但是他会愿意倾听，愿意给你一个说话的机会，让你获得全然的释放。

我们这一天，我们这一生会说很多很多话，我们也许会说很多让我们后来非常后悔的，伤人的话，也可能会逼着说一些无伤大雅的假话和谎话。但是关键时候，语言真的能够创造奇迹，就像在1999年10月15号那天，像我这样一个害怕面对冲突的人，所做的那件事情一样。

所以站在这里，今天我们会一起见证一下语言的力量，听到很多非常出色的讲演者的表达，我也希望这些讲演你们听过之后，你们内心会被感动到，会被鼓舞到，会被温暖到。

我希望你们内心会有那么一个小小的火苗被点燃，你们突然会有种欲望说，我也想试一试，我也想说一些什么。告诉你们，这个舞台很有魅力。我希望有机会，你，或者是你，或者是你，也或者是你，能够站在这儿试一试，冲着大家表达你想表达的。在这里你试一试，让我们一起，敢说敢做敢自我。

谢谢你们!

**我是演说家演讲稿篇四**

篇一：超级演说家第二季冠军刘媛媛演讲稿大全 超级演说家第二季冠军刘媛媛演讲稿大全 1.《丑女莫作怪》 刘媛媛

有一天我很认真的问我哥，你说我为什么嫁不出去？我哥看着我的脸更认真的回答我说，你一直不知道自己长得丑吗？我说不知道啊。他说这个世界上很多事情都跟长相有关，比如说灰姑娘被王子选中是因为她穷吗？那是因为她长得好看。可是长得丑难道就没有救了吗，第一种典型叽歪女，每天都在微博上转发精彩语录，例如我会无理取闹，会唠唠叨叨，会流泪，会跟你争吵，理直气壮的都跟梦露一样，但是一个男人如果他应付不了我最差的一面，她就不值得拥有我最好的一面，我就一个目的，就是想看看你是不是还在乎我。我每次看到这种话都觉得说的太好了就是这种感觉，必须评论转发，遇见这样的女生你就甩了吧。第二种类型就是伪女汉子，现在动不动来个女的只要很粗鲁，就觉得自己是女汉子，其实大家真的误会了，女汉子这三个字女代表的是柔情，汉代表的是干练，每次你委婉的提醒她们对方就会把霸气侧漏的模式调出来，噗噗噗的喷射你，然后说你虚伪，痛心疾首质问你，说你敢不敢做你自己，我倒是想问问她们我能不能不做我自己啊，我能不能做汤唯、周迅、范冰冰啊我。亲朋好友常常跟你说你找不到男朋友是因为你标准太高了，快别信他们，他们的意思是说你根本就配不上你所喜欢的那个标准的男人。一个丑橘子，他都会因为自己长得丑而努力的变甜一点，我们还好意思不努力吗？你所喜欢的那个标准的男人他都会因为自己长得丑而努力的变甜一点，我们还好意思不努力吗？

最后呢，我送给大家四句话：命里有时终须有，命里无时要强求，想找对象不怕丑，努力就有男朋友。

2.《面对不成功的人生》 刘媛媛、马薇薇

如何面对不成功的人生，首先什么是不成功的人生，我觉得我包括现场所有的你们谁都不能说自己的人生是不成功的人生，因为你的人生根本还没有结束，只要我们还没死，我们只是在人生中遇到了失败而已，谁都不许说自己的人生是不成功的人生。

媛媛告诉我们说啊，只要人还没死无法判断成功失败，现在社会上流行的心灵鸡汤经常告诉我们一个道理就是只要你坚持，只要你玩命，是一定会成功的，而且万一你不成功，每个人对成功的标准不一样，你只要有心灵的满足，那也算是一种成功。我不知道在座各位的自我欺骗能力如何，反正我总是会发现人生这出戏我不是主角，只是个死跑龙套的。

人生这出戏我是你、你们所有人人生中的龙套，但我是我自己人生的主角，所以在我遭遇失败的时候，在我被观众喝倒彩的时候，我一个人也能而且必须会唱下去。对，我是北大的，但高中的时候谁都想不到我是一个差等生，是那种不写作业全年级两百多人我考一百八十多名的那种差等生，然后有一天这个差等生突然异想天开想考北大，然后像个神经病一样去努力，但是高考的时候我还是没考上。有人说你失败了，我失败了吗，承认失败多容易啊，比那种日复一日的那种坚持跟忍耐容易多了，但是我不服气，四年之后考研我又考回北大了，所以说一个人他一辈子不做任何尝试，他不做任何冒险的事，他也不为任何事情努力，他永远都不会失败，他都没有资格遭遇失败，但是你不同，你做过梦，你发过疯，你哭过、笑过、奋斗过，你爱过、恨过，你也后悔过，于是啊，芸芸众生中那么那么普通的一个你却拼尽全力活出最好的自己，又有谁有资格说你的人生不成功。

一将功成万骨枯，一个分子无数分母，成功这件事其实成功率极低，毕竟猴子都知道往香蕉比较多的树上爬，权衡得失、趋利避害，是每一个动物的本能。

可是在场的每一位朋友你们知道吗，追求这种近乎渺茫的成功正是我们人类区别于其他动物之所在，因为你几乎注定会失败，所以你期待成功的每一天，都充满了一种叫做忐忑的幸福。当你拼尽全力失败依旧来临的时候，你会知道你的一生因为浪费在理想上，所以它从来不曾被浪费。每一个理想都值得你拿一生去拼命，人生这么短，我就选择做那种又盲目又热情的傻瓜，永远年轻永远热泪盈眶，永远相信梦想，相信努力的意义，相信遗憾比失败更可怕，因为不成功的人生它只是不完美，但是它完整。

泰戈尔说“飞鸟从天空飞过，可它并没有留下痕迹。”可是我的朋友，你知道吗，你自己应该懂你在这片天空飞翔过。

3.《年轻人能为世界做点什么》 刘媛媛

我是法学院的一名学生，我的每一名教授都在他的课堂上讲过这样一句话，他们常常说法律是这么规定的，但是现实生活中。现实生活是一种很神奇的生活，在现实生活中，那些尊重规则的老实人，往往一辈子都默默无闻，反倒是那些作假的人会名利双收。于是乎像我这样的年轻人就经常有那些看似很有经验的前辈过来拍拍你的肩膀跟你说，年轻人，你还不懂，我想问的是我们年轻人能为这个世界做什么。总有一天，银行行长会是90后，企业家会是90后，甚至国家主席都会是90后，但全社会都被90后占领的时候，我想问你们90后们，大家想把这个社会变成什么样。我知道不是每一个人都能成为站在风口浪尖上去把握过命运的人物，你我不过是再普通过得升斗小民。是这个庞大的社会机器上一颗小小的螺丝钉，读书的时候每天都被父母耳提命面，说你干啥你都不要给我耽误了学习，毕业的时候呢，到处投简历，栖栖遑遑的等一家企业收留自己，逢年过节被逼婚，结婚的时候，要花自己年轻时候最好的20年来偿还贷款，让每一个年轻人都忙着生存而没有梦想，没有时间关心政治，没有时间关心环境，没有时间关心国家的命运，还哪有什么精力去为这个社会去做什么，但是后来我发现，还是有一件事，你跟我都可以做到，这件事就是，我们这代人，在我们老去的路上一定一定不要变坏，不要变成你年轻时候最痛恨最厌恶的那种成年人。没一个普通人在自己的岗位上做一个好人是有非常非常严重意义的，因为我们每

一个人生下来就注定会改变世界，我是一个学法律的，如果我将来是一个公正严明的法官，那么这个社会就因为多了一个好法官而变好了一点点。我希望大家都记住，即使给了你十万个理由去作恶，你都要保持自己的操守跟底线，仅仅就是因为一个理由，这个理由就是，你不是一个禽兽，你是一个人。我更希望我们所有的90后们，你们都能成为那种难能可贵的年轻人，一辈子都嫉恶如仇，绝不随波逐流，绝不趋炎附势，绝不摧眉折腰，你绝不放弃自己的原则，你绝不绝不失望于人性。

所以我亲爱的90后们，如果再有人跟你们说，年轻人你不要看不惯，你要适应这个社会，这时候你就应该像一个真正的勇士一样直面他，你告诉他我跟你不一样，我不是来适应社会的，我是来改变社会的。

4.《请不以结婚为目的的恋爱吧》 刘媛媛

据说，每个人都曾经暗恋过别人。你们还记得自己十七八岁的时候暗恋过的那个人吗？她是那种学习很好，长相清秀的沈佳宜，还是那个爱打篮球，特别酷的流川枫，你现在想起来的时候在微笑还是在沉默？还是你觉得你当年的求之不得也不过如此。

我发现我们最舍得去爱一个人的时候恰恰就是暗恋的时候，我从大二开始就暗恋一个男生，暗恋是一件惊心动魄的事情，我每次看到他跟他说话的时候，都跟打仗一样，努力的表现成谈笑风生的样子，我害怕他知道，我害怕他不知道，我更害怕他知道，但他假装不知道。暗恋也是一件寂寞孤独的事情，我觉得他的名字只有放在我的嘴巴里面才安全。

你们觉得男生跟女生之间有纯友谊吗？有，只要一个打死不说，另一个装傻到底。从头到尾我都在扮演的角色是他最讲义气的哥们，每次他需要帮助的时候我第一个两肋插刀的冲过去，他说我是最懂他的人，我怎么不懂了？没有人比我更了解他，我知道他喜欢那种娇小玲珑的女生，我从一个120多斤的胖子开始减肥，甩掉十几斤的肉，他也常常跟别人夸我说，我是那种懂事的好姑娘。对呀，因为，除了懂事我还不知道能做什么，我想给他我的一切，但我什么都没有，我想为他放弃一切，但我也没什么好放弃的。你们呢，你们还记得，就是喜欢一个人喜欢到不行了的那种感觉吗？某天你爱上一个人突然感觉好像有了软肋，又好像是有了铠甲，可能经历过几段伤害，几段刻骨铭心的爱情后，他们会变得更聪明，更理智，更加的有技巧。但是我想问你们，你们真的不相信爱情了吗？那为什么你看《泰坦尼克号》，看《北京爱情故事》，你还会哭，你真的宁愿变得聪明，变得老练而不冲动了吗？不管你是

涉世未深还是早已经爱得伤痕累累了，你在心里面都渴望有一份爱情，它是真挚的，它是专一的，它是持久的。如果一个人在爱情里面，因为爱的真，爱别人爱得深，他被伤害了，他看起来很蠢，很可悲吗？不，那些考虑好了各种条件去结婚，到结婚的时候发现没有一点关于爱的回忆，爱情好像从来没有发生过，我觉得那些人才可悲，所以我希望，咱们还可以，再试着跟一个十七八岁的少女一样，不以结婚为目的去爱一个人，我在心里面爱他爱得声嘶力竭的，他听不到，我在心里面爱他爱得天崩地裂的，他也看不到。但我像一个孤独的女战神一样，又狼狈又勇敢的这么爱着他，等到我死的那一天，我都愿意回想起来这件事，我都觉得它可贵，它美好，我都不会去后悔。

如果有人现在跟我说，我爱你是以结婚为目的的，或已结婚为目的的跟你恋爱着，他太小看我了，他太小看我的爱情了，因为对于23岁了还不能接地气的理想主义的姑娘来说，一辈子不结婚是挺可怕的，但更可怕的是有些人一辈子在婚姻里，可是从来从来没有得到过爱。5.《不作不会活》 刘媛媛

2024年，十大网络流行语之一。no zuo，no die，大家都听过吗，不作就不会死，但是我今天想让大家记住的不是这一句话，no zuo，no die，而是no zuo，no die，no life，“作”是什么，“作”就是不安现状的瞎折腾，我这个人就挺爱“作”的，我来参加超级演说家这个节目已经被我哥骂了无数次了，他说你这就是没事找事瞎折腾，你又不是学表演的，又不是学主持的，一个学法律的去参加一个电视节目，对你的将来有什么用，可能我就是爱“作”吧,我突然觉得每天都重复的生活很没有意思，所以我就来了，我自“作”，我也能自受，每次写稿子都要熬夜，熬到一两点，每次站在舞台上等着大家投票，都会紧张的双拳紧握，但是我一点儿也不后悔，我会永远永远都记得这些时刻的，这个舞台上有人比我还能“作”，一会你们就能看到他，他就是我的新晋偶像，林义杰，他妈妈对她的期待就是好好念个大学，将来当医生，当老师，当什么都好，但是他选择了体育，一条风险性极大，成功率又极低的路，他喜欢跑步去冒险，他的双腿跑过北极，跑过南极，跑过全世界最大的热带沙漠，撒哈拉沙漠，我心里就在感慨，这人的一生就是“作”死的一生啊，这个死还不是说你在人生路上摔了一个跤，失了一个伴，是真的会死，但是我也在感慨，他的一生是特别特别精彩的一生，如果他按照父母的意愿去考了大学，他以后也可能会成功，但是他现在的人生当中，看到的不仅仅是一个有一个的成功，而是一个有一个的生命奇迹。亲爱的朋友，从小到大我们都在听着别人的声音给自己的人生划格子，左边的这条线是叫学业有

成，右边的这条线是一定要有一个一个安稳的好工作，上面这条线是三十岁之前要结婚，下面这条线就是你结了婚，一定得生个孩子，好像只有在这个格子里面才是安全的，才被别人认为是幸福的，一旦你想跳出这个格子，就会有人说你“作”。可是我知道每个人年轻的时候，心里都会有一点想去“作”的冲动，你明明应该考一个经济系，法律系，土木工程系，你说你要学表演，你要去演电影，你明明应该找一个合适的人现在就结婚，你还在等，你还说自己想要真正的爱情，其实大部分的年轻人，都根本不知道自己想要什么，你们知道自己将来想要过什么样的生活吗，你们想想，其实我是不知道的，我根本不知道我将来想过什么样的生活，去哪个城市，做什么工作，我只是还知道自己不想要什么，不想要那种循规蹈矩，安安稳稳，平平淡淡的日子，不想要一个一眼就可以看到死的那种人生，你可能会说，人生吧，平平淡淡才是真，瞎“作”什么呀。我每次听到一个二三十岁的年轻人说这种话的时候，我不是觉得他错，我只是觉得很可惜，这个世界那么大，那么精彩，你什么都还没看到过的时候却甘心的呆在一个格子里面，循规蹈矩，安分守己的生活，这样的生活没有任何的风险，也不会被别人嘲笑，但是我总觉得呀，一个没有把白酒都尝遍的人，他是不大懂得清水之味的，一个一辈子都安分守己的人，不敢“作”的人，他从来也不曾拥有一个精彩丰富的人生，毕竟，no zuo，no die，no life！6.《寒门贵子》 刘媛媛

前些日子有个在银行工作了十年的资深的hr，他在网络上发了一篇帖子，叫做《寒门再难出贵子》，意思是说在当下我们这个社会里面，寒门的小孩，他想要出人头地，想要成功，比我们父辈更难了。这个帖子引起了特别广泛的讨论，你们觉得这句话有道理吗？先拿我自己说，我们家就是出身寒门的，我们家不算寒门，我们家都没有门。我现在想想我爸跟我妈，那么普通的一对农村夫妇，他们是怎么把三个孩子，我跟我的两个哥，从农村供出来上大学，上研究生。我一直都觉得自己特别幸运，我爸跟我妈都没怎么读过书，我妈连小学一年级都没上过，她居然觉得读书很重要，她吃再多的苦也要让我们三个孩子上大学，我一直也不会去拿自己跟那些比如家庭富裕的小孩去做比较，说我们之间会有什么不同，或者有什么不平等。但是我们必须要承认，这个世界是有一些不平等的，他们有很多的优越条件我们都没有，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，人生跟人生也没有可比性的，我们的人生怎样，完全取决于自己的感受，你一辈子都在感受抱怨，那你的一生就是抱怨的一生，一辈子都在感受感动，那

你的一生就是感动的一生，一辈子都励志改变这个社会，那你的一生就是斗士的一生。英国有一部纪录片叫《人生七年》，片中访问了12个来自不同阶层的小孩，每七年呢。再回去重新访问这些小孩，到了影片的最后你会发现富人的孩子还是富人，穷人的孩子还是穷人，但是里面有一个叫做尼克的贫穷小孩，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。而且现实生活中，寒门子弟逆袭的例子更是数不胜数，所以当我们遭遇失败的时候，我们不能把所有的原因都归咎到出生上去，更不能抱怨为什么自己的父母不如别人的父母，因为家境不好并没有斩断一个人他成功的所有的可能，当我在人生中遇到困难时候，我就会在北京的大街上走一走，我那时候我就想，刘媛媛，你在这个城市里面真的是依无所依，你有的只是你自己，你什么都没有，你现在能做的就是单枪匹马的在这个社会上杀出一条路来。这段演讲到现在呢，已经是最后一次了，其实我刚刚问的时候就发现了，我们大部分人并不是出生豪门，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，关于坚韧，它不是一个水到渠成的童话，没有一点点人间疾苦，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。

篇二：我是演说家—寇乃馨的演讲稿 我是演说家——爱的真谛

寇乃馨

我想跟大家聊一个在爱情里面很纠结的问题：谈恋爱到底是应该要找一个爱我的人，还是找一个我爱的人会更幸福？这个问题我思考了很久，今天想在这里很坦白的告诉大家我的亲身经历。也许让大家可以有一点点参考价值。

我从小过着非常幸福的生活，当我开始谈恋爱的时候，我非常理所应当的认为，我的男朋友当然一定要比较爱我。他一定要把我捧在手掌心上百般呵护、娇宠忍让。这个才叫做女人的幸福。所以我的男朋友一定要比较爱我，而且他要爱我爱得很多。在大学的时候，我一口气交了四个男朋友，他们各有特色：一号星星王子，高大帅气而且还有一双巧手，可以一口气折3650颗彩色的小星星。二号博学才子，上通天文下知地理，聪明又幽默，跟他聊什么都可以非常有趣。三号长腿叔叔，人如其名，天冷就送外套，天热就送冰激凌，肚子饿了他就送午餐，如果下雨他就送雨伞。每个月女生有特别的日子的时候，他还会帮我备好止痛药。四号悲剧情圣，他的每一个细胞都好像燃烧着像琼瑶阿姨小说里面的那种热情奔放。我跟他吵架，他会在雨里面痛苦地奔跑，呐喊我的名字，你会觉得他每个细胞都很爱你。

这四个男人爱情武功路数各不相同，可是他们有一个共同的点——他们都很爱我，而且都对我非常好。看到这里，你也许会很想要拿鞋子丢我，觉得这个女人真的太嚣张，必须要修理她。拜托，请你先忍耐一下，因为我快要讲到我的报应了。

后来出现了第五大天王，他一统了我的爱情天下，前人的优点他全部都会，只要是你能够想到的情歌、情诗、情话，他每天都琅琅上口，绝不重复；所有的纪念日他一定记得，不会忘记，还都有浪漫的惊喜。我吃虾子他剥壳，我吃葡萄他剔籽。甚至我逛街久了，腿酸他帮我按摩腿。我生病的时候，他会握着我的手担心等到天亮。不止对我很好，他对我的家人也非常的好。帮我妈妈洗碗，帮我爸爸捶背，还接送我弟弟上学。我身边所有的闺蜜，还有我的好朋友都跟我讲：“寇乃馨，你绝对不可能找到比他更爱你的男人了”，所以我答应嫁给他。我的订婚典礼超级盛大，所有台湾的媒体几乎都到场了。全程转播。我觉得自己太幸福了！我觉得我就要成为幸福的公主嫁给那个最爱我的王子了！可是我没有陶醉太久。在我结婚之前，我的新郎跑了，他就消失了！订婚戒指是用邮包寄到我家的，我完全被吓坏了，我心想：怎么会这样？他不是很爱我吗？为什么他这么爱我，却要这样伤害我？那时候我每天一直哭一直哭，吃什么就吐什么，一个月我大概掉了12斤。继而大篇大篇的媒体报道，上面的标题就是“寇乃馨公主病被甩”。连我打车的时候，出租车司机都会回头跟我讲说：“小姐，那个男的不要你了？”我觉得好丢脸，好难过，好委屈，更多是觉得好不明白。你能想象吗，一个你最相信的人，你觉得他一定会为你挡刀挡枪保护你的人，如果突然回头捅了你一刀，你会不会吓死？在他寄给我的订婚戒指邮包里面，附了一封信。信上写了洋洋洒洒三大页，他说：“寇乃馨，请问，你知道我喜欢吃什么菜么？你知道我喜欢看什么书么？你知道我喜欢看什么电影么？你不知道，因为这五年来，都是我吃你爱吃的菜，我看你爱看的书，我看你爱看的电影，所以你根本不了解我，你怎么可能会爱我呢？你不爱我，你只爱我对你的好吧。”我反反复复把那封信看了又看，然后开始反省我自己，我觉得我的爱情怎么会这么自私呢？说到底，这个世界上其实并没有人愿意做那个爱你比较多的人，这个世界上并没有人愿意做那个一直不断付出又得不到回报的人。如果这样一直做下去，心会凉，人会走。我是选了一个很爱很爱我的人，可是我没有得到我预期的幸福。于是我就痛定思痛，我要开始学习好好爱一个人。

后来，我真的深深爱上一个人，爱的掏心挖肺、义无反顾。如果你很爱一个人，他一句话就可以让你肝肠寸断或者火冒三丈；你如果真的很爱一个人，他一离开你身边，你就会牵肠挂肚，很想念他；如果你真的爱一个人，为他打理所有的家务根本不算什么，因为太甘愿；如果你真的很爱一个人，你会想为他付出更多还有更多。我很爱很爱他。我甚至可以每个礼拜跪在地上帮他剪他的脚指甲。我觉得爱一个人真的好累，可是爱一个人也真的好快乐。因为看到他快乐，知道他很平安，然后看见他的梦想实现的时候，那种快乐，比他对你好还要更快乐。所以我开始了解，原来当我们很爱一个人的时候，才有可能学会爱的真谛。我们才会知道爱是付出不是掠夺，爱是分享不是占有。如果你很爱一个人，你就会知道一切美好的化学变化都会在你身上发生，这绝对不是一个只拥有爱你的人可以达到的效果。

前一阵子，我的老公遇到了刚刚说的甩了我的前未婚夫。我的老公就跟他说：“乃馨这一路上对我有很大帮助，她很支持、鼓励我。如果 没有寇乃馨，可能没有今天的我。”我的前未婚夫惊呆了，他说：“啊？你说的这个寇乃馨我真的不认识。”我很高兴他不认识这个我，那一定表示我成长了吧，那一定表示我不一样了吧，那一定表示我现在比较温柔一点体贴一点了吧。那一定表示我现在比较勇敢，比较坚强，比较会珍惜别人对我的好，也比较乐意付出了吧。所以我想说，我们每一个人都只能选择我们爱的人，因为选择你很爱的人，我也选择我很爱的人，这样当我遇到你的时候，才会刚刚好是我爱的人，也很爱我。这样才是完美的组合，我很希望包括我自己在内，还有你们，我们每一个人，都可以心安理得信心十足，坚定的对那个我们亲自选择的那个对象说：我会变得越来越好，因为我爱你。

篇三：人性的力量 超级演说家 黄小山 演讲稿

上期经典语录：爱情是什么东东，婚姻又是什么西西，在这东东西西之间，有着怎样南南北北的关系。

人性的力量

黄小山《超级演说家》演讲稿

今天，我来到这里要跟大家谈谈——人性

当下中国，正处于一个转型前的十字路口，我们遇到了，很多很多的社会问题。有人感慨，我们正在进入一个“问题时代”：雾霾问题、水污染的问题、物价问题、住房问题、垃圾围城问题，等等等等„„ 其实问题多 并不可怕，但可怕的是 我们有一些人，我们不能够以一种客观的态度、科学的态度、理智的态度，对待这些问题。而一味的，无端的，骂——，扯着嗓子骂，抡开膀子骂，破口大骂。你还别说，骂得出彩，你的人格就得到了提升，你的微博就平添了气质，你的粉丝就成千上万的增长，你就俨然成了一个民间的意见领袖。这是一个多么荒唐的时代，一个靠骂人 就可以成为英雄的时代。有人辩解说：“这是一种社会批判。”我当然不反对批判，但谩骂属于批判吗？批判——它应该是理智的产物，它应该是逻辑的产物，它应该是一种社会责任担当的产物。而简单暴力的，形而上学的，别有用心的，把所有的社会问题全部的推给这个体制，全部的推给这个政府，充其量，它只是一种宣泄，是一种仇恨的情绪，是一种哗众取宠，是一种沽名钓誉，是一种怯懦的、偷懒的表现。常识告诉我们，人，才是组成一个社会的最基本的单位。有什么样的人，就有什么样的社会。人心向善则社会向善，人心向恶则社会向恶。我一直有一个梦想，那就是我

们每一个中国人：在早晨醒来的时候，在太阳升起的时候，我们能赤裸裸地站在镜子面前，我们直视我们自己的身体，我们手里拿着身份证，我们可以大声的念出我们的名字，我们再把身份证翻过来，我们凝视那枚鲜红的中华人民共和国的国徽，我们做一次良心上的，做一次灵魂层面的忏悔。我们扪心自问，我们有生之年，我们为这个社会，我们究竟做了什么？我做了什么好事，我做了什么坏事。我是否孝敬了父母，我是否教育了孩子，我是否闯了红灯，我是否欠了人家的钱还没还，我是否上公共厕所的时候，把尿撒在了小便池子里 而离文明迈进了一大步。做过这次忏悔，你会有一丝感动，你会有一丝惭愧，你会有强烈的羞耻感，那就对了！把你的脸洗得干干净净的，把你的胡子刮得干干净净的，把你的牙刷得干干净净的，我们自信的走出家门，给你邻居一个微笑，给每一个你遇到的陌生人一个微笑，给中国一个微笑，那时候我相信 你的心中将充满了 正能量。我突然想起了 位于英国伦敦 那闻名于世的 威斯敏斯特大教堂，想到的那个教堂地下室里那块既没有名字 又没有年代的 普普通通的 那块墓碑。我记得碑文的大意是这样：当我年轻的时候，我年少轻狂，我想改变这个世界；当我人到中年了，我发现，我没有能力改变这个世界，我只好向自己妥协，我只好退而求其次，我想改变这个国家；当我人到老年，我发现我也没有能力改变这个国家，我再次向自己妥协，我想改变我的家庭，但当我躺在病床上，奄奄一息行将就木的时候，我回首一生，我碌碌无为。我突然意识到，如果当初我没有那么大的野心 去改变这个世界、去改变这个国家、去改变这个家庭，而只是改变自己开始 的话，我也许已经改变了自己，并改变了我的家庭，并通过我的家庭 影响到邻居 影响到国家 甚至世界。谁知道呢？阿基米德说过：“给我一个支点，我能翘起整个地球。”今天，此时此刻，我站在这里，我站在《超级演说家》的舞台上，我对你们说，我大声地对你们说，翘起这个地球的支点，他不是某个领袖，他不是某个精英，他不是某个英雄，而是，我们每一个人的——心灵。

篇四：梁植 我是演说家《制造兴邦》演讲稿

我来自内蒙古，有这样的一句话可能大家都熟悉，天苍苍，野茫茫，挖掘机技术哪家强？我说跑偏了，最近我们的手机微博都被挖掘机刷屏了，但是我想问问大家，你们真的了解挖掘机么？如果我说挖掘机和当代二十一世纪的中国的每一件大事都息息相关，你们肯定都会说，切，你就吹吧，那今天我就来和大家挖一挖，为什么挖掘机这么重要，好吗？

2024年中国第一次超过日本gdp成为世界第二大经济体，从那一年开始，世界上有很多的媒体都在质疑，中国在以后还能继续保持高gdp增长吗？去年中国拿了一个数据7.7%的增长，这7.7%的背后有20%多都是由房地产业增长带来的房地产是干嘛的？房地产是盖房子，盖房子最重要的是什么，最重要的是打地基，打地基靠什么？靠挖掘机呀，所以说挖掘机挖开的是中国连年经济增长的地基，接下来我想说的是2024年5月12号是一个噩梦般的下午，那天下午我打开电视，我听见主持人反复在问一个问题，他说什么时候才能把救灾用的那些设备运到灾区里来，什么时候能到，因为路面坍塌了，需要挖掘机来修，废墟要抛开我们的老百姓，我们的同胞在里面，需要挖掘机来刨，在玉树在云南鲁甸我们有用看到了挖掘机忙碌在一线的身影，去年七月，汶川的映秀迎来了百年一遇的特大泥石流灾害，有两百五十四个村民别困在了一个像孤岛一样的小岛上，两百五十四个人，有一个叫周军的挖掘机驾驶员，他推着挖掘机上了半山腰，他竟然一个人之力用了七个多小时，一个挖斗运两个人，把254人都平安的运下了山，这是挖掘机创造的生命的奇迹，挖掘机会让我们笑，挖

掘机陪着我们流眼泪，挖掘机也推着我们去思考，中国拥有世界上最大的挖掘机市场，但如果有一天你去工地上看，你会发现最中国大型工地上，挖掘机巨大的机械臂上，赫然印着的商标主要来自四个国家，美国，日本，德国和韩国，有一个我的师弟他是学机械的，今年暑假他用了三个月的时间，非常认真地每天泡在实验室里做出了精度达到0.00001的精细化模具，四个零，他特别兴奋，但当他发现做出这个模具，用的数控机床是德国产的，用的数控计算机是美国制造的，软件是印度人写的，所有的钻头是日本人发明的，是我们现在是世界上第二大经济体，但这样豪华的gdp的背后，是我们几亿老百姓，这么多年不分白天，不分黑夜，昼夜付出换来的，这豪华的gdp是我们的血汗钱，最近总在提要转变经济增长方式，我想这句话很简单，他就是说让咱们中国人以后更能再轻松一点，我们能从产业链的低端上站起来，我们更能更多地用我们的脑力，而不是总用体力来赚钱，改革开放三十年，这三十年不就是咱们的爸爸妈妈爷爷奶奶，用他们的辛勤换来的辉煌的三十年么，咱们马上就要上场了，中国经济的转变，和中国制造业的转变，这个责任我们不扛谁扛，中国是世界上最大的汽车销产销国，但是每年我们最主要的钱都花在购买国外制作的发动机和所有的汽车配件上，中国是世界上最大的空调生产国，但空调的两项核心技术制冷剂和压缩机，我们每年都在进口来的，it现在发展的的非常迅猛，但是无论是操作系统还是芯片技术我们都受制于人，如果我们80后90后想想这个世界证明点什么，告诉他们，我们中国的年轻人很行，现在问题来了，挖掘机技术哪家强，我希望有一 天这个答案变成，中国制造是最强。

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