# 积极向上宣传稿范文1000字(通用23篇)

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2023-12-24

*积极向上宣传稿范文1000字1“为中华之崛起而读书!”伟大的^v^为了我们中华民族的美好明天，而树立自己坚定不移的信念，刻苦学习，努力奋斗，最后让中国走上了复兴之路。“少壮不努力，老大徒伤悲。”诗人流沙河说过：“理想是石，敲出星星之火……”...*

**积极向上宣传稿范文1000字1**

“为中华之崛起而读书!”伟大的^v^为了我们中华民族的美好明天，而树立自己坚定不移的信念，刻苦学习，努力奋斗，最后让中国走上了复兴之路。

“少壮不努力，老大徒伤悲。”诗人流沙河说过：“理想是石，敲出星星之火……”我们都拥有自己的理想，都向往着美好的明天，那么我们为了自己的美好明天该怎么做呢?

好好学习，天天向上，努力学习才能让我们出人头地，才能拥有美好的明天。要想学习好，就得多动脑。在学习的道路上，我们必须要学会思考，遇到问题都要多问一个为什么。不耻下问，也是关键，我们要向比自己知识更渊博的人请教，了解更多知识。

“积沙成塔，积水成河”，日常的积累也是不可忽视的。我们要学会积累，就像列夫托尔。斯泰一样随身携带积累本。毕竟，我们所接触的世界是五彩缤纷的，我们每天都要接触到许多词汇，经典名言还有一些谚语。遇到这些信息时，要及时记载于本上。有时间时，要多翻看，并记于脑中。

“读书使人明智。”我们作为21世纪的学生自然要多读一些对我们有所帮助的书。读书就像是与一个高尚的人谈话，读书陶冶我们的情操，自然也能提高我们的学习成绩。

“山不在高，有仙则名……”我最爱诗词了，我酷爱读一些古诗词，去体会诗人的豪迈，感受诗中所蕴涵的感情。

我们都憧憬着未来，都渴望有一个美好的明天。我坚信，只要我们认真学习，就能让我们的明天变的更加绚丽多彩。为了我们的美好明天，现在就让我们刻苦学习，努力奋斗!

**积极向上宣传稿范文1000字2**

哈斯接到了美国一家知名贸易公司的面试邀请，他感到非常兴奋。

面试时，公司总裁找出一篇文章对哈斯说：“请把这篇文章一字不漏地读一遍，最好能一刻不停地读完它。”说完，总裁就走出了办公室。

哈斯心里很纳闷，但还是认真地读起来。过了一会儿，一位漂亮的金发女郎款款而来：“先生，休息一会吧，请用茶。”她端着茶杯站在哈斯旁边微笑着。

【笨人的做法】

哈斯咽了一下口水，他的确有点口渴了，而且，他也很想与这位美女聊一会儿。于是，他接过了茶杯，和美女开心地聊了起来。

美女和哈斯聊了一会儿就走了，哈斯继续读那篇文章。

又过了一会儿，一只可爱的小狗伏在了他的脚边，用舌头舔着他的脚踝。美女要哈斯帮她抱起小狗。为美女效劳，哈斯当然很乐意。

哈斯终于把文章读完了，总裁走了进来，让哈斯回家等通知。

当然，哈斯一直都没能等到这家公司的录用通知。

【聪明人的做法】

哈里咽了一下口水，他还真想喝几口，又想与这位美女聊一会儿，但他知道，他必须全神贯注地把文章读完。

又过了一会儿，一只可爱的小狗伏在了他的脚边，用舌头舔着他的脚踝，他忍住奇痒，继续读着。接着，那位金发女郎飘然而至，要他帮她抱起小狗。

但哈斯一心只想着要一刻不停地把文章读完，他知道他正在考试，这是关系到他前途的事情，所以，自始至终，他都没有和那位女郎说一句话。

终于读完了，哈斯松了口气，总裁走了进来问：“你没注意到那位美丽的小姐和她的小狗吗?”

“我注意到了，先生。”

“那你为什么不理她，她是我的秘书!”

哈斯郑重地说出了理由。总裁大笑起来：“小伙子，你被录用了!在你之前，已经有50多个人参加考试，可没有一个人通过。”他接着说：“在纽约，像你这样有专业技能的人很多，但像你这样经得住诱惑的人太少了!你会很有前途的。”

果不其然，哈斯进入公司后，靠着自己的业务能力和良好的自制能力，很快就被提拔了。

**积极向上宣传稿范文1000字3**

老师们、同学们：

大家早上好!

五四青年节即将到来，在此，我代表学校向青年朋友们表示节日的祝贺，希望你们在青春的岁月里，点燃\*，放飞梦想。

同学们，97年前的今天，为了驱逐黑暗、争取光明，为了祖国的独立和富强，一群意气风发的青年用热血和生命谱写了一曲最壮丽的青春之歌，绘就了一幅最宏伟的青春图画。如今，五四运动已作为光辉的一页载入了中华民族的史册。然而，五四运动绝不仅仅是一个历史事件，它更是一种精神，一种伟大的五四运动的精神。在这种精神里，有着青年人关注国家命运的责任和使命，有着青年人振兴民族大业的赤胆与忠心。

青年是早晨的朝阳，是祖国的希望。回顾历的青年人，他们在血雨腥风的黑暗社会里不畏强敌，为维护民族利益而贡献青春。今天在这个和平的社会里，我们走在前人开辟的光明大道上过着幸福的生活，一切都是美好的。但这样就代表青年人可以放弃奋斗吗?当然不是，因为现在的青年正担负着建设祖国的重任，国家未来的命运都与我们每一个青年人紧密连系在一起。

我们作为现代化的新青年，应该要具有什么条件呢?

首先:要有理想。人们常说理想是大海中的航灯，是黑夜中的灯光。当我们感叹马克思为全人类谋幸福的宏伟大志，敬佩^v^为中华崛起而读书的豪言壮语，钦佩居里夫人为探索真理而努力时，我们应该想想自己，想想自己是为了什么而生存，让我们知道今天是怎样度过的，要懂得明天该做些什么。就是为了实现我们理想而奋斗。

其次:要有本领。我们来学校学习就是为了锻炼本领、完善自我。每个人的性格、爱好、特长、都不一样。在学校每个人的潜能都得以发挥，专长得以充实，都想方设法找到自己的闪光点;当走出校园时，凭靠本领就足以开辟一个美好的未来。

第三:还要拥有一个健康的体魄。只有身体健康才能更好地去学习，去工作，所以青年人要德、智、体要全面发展，要积极去参加体育锻炼，使我们的身体更强壮，身心更健康，学习得更愉快。

一个青年人有了理想、有了本领与健康他就为自己的人生找到了机遇。尽管以后的道路荆棘满布，但他拥有了机遇，拥有了挑战困难、积极进取的豪放与热情，拥有了完善自我、超越自我的条件，胜利最终属于他的，属于我们的。

同学们:党的xx大提出实现中国梦，这是我们每一个中国公民的骄傲和自豪。我们青少年是祖国的未来，民族的希望，更应该提升内涵，展示风采，关注世界，关注未来，增强历史责任感，用自己的实际行动与梦想同行。让我们拿出青年人的干劲和冲劲，全心全意投入到学习和工作中去，做一个无愧于青春的青年人，立志成才，报效祖国。我的讲话完了，谢谢大家!

**积极向上宣传稿范文1000字4**

凯恩是一位优秀的职业拳击运动员，他的身手敏捷，反应迅速，以快着称，能以快速而连续的拳法将对手打倒在地。凯恩凭借着他擅长的快拳经常在各种大大小小的搏击比赛中脱颖而出，获得了很多的奖牌和荣誉。

在一次顶极的搏击比赛中，凯恩遇到了一个非常难缠的对手威廉。威廉的身手并不算敏捷，但他的出拳力量大得惊人，只要稍不留心挨了他的一拳，就会被打趴在地上，很难再爬起来继续比赛。凯恩意识到了这一点，在和威廉的比赛中，他左躲右闪，想尽一切办法尽可能地避开威廉的重拳，但糟糕的事情还是发生了，凯恩在躲闪中一不留神被威廉重重地击了一拳。凯恩顿时眼冒金星，踉跄地倒在了搏击台上，直到裁判员数到第十下，他仍然没能够再站起来。

落败的凯恩心里很不服气，他想，既然威廉的重拳那么厉害，那么从现在开始我也要加大力量的训练，让自己的出拳变得更有威力。

不久，凯恩和威廉又一次在搏击比赛中相遇了。凯恩认为自己花费了不少时间和精力进行了力量训练，这次一定能够打败威廉，以雪上次的耻辱。

然而，比赛还没进行多久，凯恩就明显感觉吃不消了，由于他把时间和精力都放在了力量训练上，他原本擅长的快拳明显变慢了，身手也没有原来那样敏捷，而他寄以厚望、苦苦练习的重拳并没有威廉的厉害，最终的比赛结果可想而知，凯恩再次被打败了。

二次败北的凯恩痛定思痛，终于明白了自己真正的优势是快拳，于是他拼命地练习快拳，将自己的出拳速度在原有的基础上又提高了一大截。在第三次和威廉的比赛中，凯恩凭借着他那迅雷不及掩耳的快拳打得威廉毫无招架之力，轻松地赢得了比赛的胜利。

当一个人想击败对手的时候，往往会忘记了自己原本的优势，既而顺着对手的思路去思考问题，希冀能通过复制模仿对手优势的方式来击败对手。可是，这样的做法往往不仅达不到预期的目的，反而还会丧失自己原本的优势。

人生同样也是如此，“金无足赤，人无完人”，这个世界上没有一个人是完美的，每个人都有自身的优势与短处。只要时刻记住自身的优势，扬己之长、避己之短，将自己的优势充分发挥出来，就能够取得成功。

**积极向上宣传稿范文1000字5**

未来不是属于有钱人更不属于没钱人，是属于正能量的人。

不要跟消耗你的人在一起。

去爱一个给你正能量的人。每个人的生活都一样，在细看是碎片，远看是长河的时间中寻找着幸福，寻找着能够让自己幸福的一切事物：健康、平静、物质、荣誉、成就。

既然你想幸福，就去找一个能够让你感到幸福的人吧。

不要找一个没有激情、没有好奇心的人过日子，他们只会和你窝在家里唉声叹气抱怨生活真没劲，只会打开电视，翻来覆去的调转频道，好像除了看电视再也想不出其它的娱乐项目拥有正面能量的人，对很多事情充满好奇，无论遇到什么样的新鲜事物都想尝试一下，会带你去尝试一家新的餐厅，带你去看一场口碑不错的电影，带你去体验新推出的娱乐节目，带你去下一个陌生的城市旅行。

你会发现世界很大，值得用尽一生去不断尝试。

不要找一个没有安全感的人过日子，他们一直在排查可能的不幸，和焦虑未来的灾难。他们一直在想该怎么办?拥有正面能量的人，会对生活乐观，对自己信任，他们知道生活本来就悲喜交加，所以已经学会坦然面对。

当烦扰来袭时，就理性解决。他们相信人定胜天，确实无法获胜时，就坦然接受。他们能够正确认识自己，有自知之明，不会自我贬损也不会自我膨胀，他们在该独立的时候独立，该求助的时候求助。

人生的豁达与包容。

拥有正面能量的人，拥有大智慧，他们分得清世界的黑白曲直，不会在人生的道路上跑偏，也不会随波逐流。不会夸大事情的不利面。

他们知道世界运作的原理，明白人人都有阴晴阳缺。他们在你需要时给你最中肯的建议，有原则却又求新求变，有主见却又听得进劝。

不要找一个容易放弃的人过日子。他们没有信仰，也没有梦想。他们遇到挫折的第一反应和最终反应都是逃避，他们可以放弃整个世界。

拥有正面能量的人，坚定自己的信念，拥有人生的目标，知道自己的所需并为之不断努力。他们欢迎变化也制造进步。当困难来临，他们不嫌麻烦或贪图安逸，他们知道山丘后面会有道更美丽的风景。

是的，去爱一个拥有正面能量的人吧。

他们会给你惊喜，同时也会带给你感悟。他们让你把路走直，戒断所有扭曲的价值观。如果你本身就不是一个拥有足够正面能量的人，那么就请你一定要爱一个拥有正面能量的人。

在这道数学题里，负负并不能得正，另一个同样具有负面能量的人会把你的人生拖垮，让具有正面能量的人导正你的灵魂和行为吧，潜移默化中，你会变得更加开朗和幸福。

这一定比任何财富更能长久的滋养你的心灵!

人生是一个选择的过程，人生最重要的选择，就是选择和谁在一起。选择和谁共事，选择和谁交朋友，选择和谁结婚，选择向谁学习……

你和谁在一起，决定着你的未来。你和谁在一起，由你自己决定，擦亮你的眼睛，用心去寻找。

**积极向上宣传稿范文1000字6**

老师们、同学们：

上午好!

今天我演讲的主题是：作一名成功的中学生

常言道,”一分耕耘,一分收获.”有了辛勤的劳动,我们才会有成果,不劳而获的事情是不存在的.正如我校的体育健儿们,能在镇运动会上取得优异的成绩就是他们勤奋的结果.今年运动会上，一刻东方的星划破了长空,在空中打下了一个硕大的惊叹号.运动健儿的赫赫战功使其,以巨人身姿屹立与我校上空.我知道我们的同学是有愚公般的百折不挠的韧劲蕴含着惊人潜能.长江后浪推前浪,这是我们雄心,青出于蓝胜于蓝,这就是我们的豪情.这样的回报时我们的所得.

是的,勤奋属于珍惜时间,爱惜光阴的人,属于脚踏实地,一丝不苟的人,属于坚持不懈,持之以恒的人,属于勇于探索,勇于创新的人.因为勤奋,安徒生从一个鞋匠的儿子成为童话王;因为勤奋，罗曼罗兰获得了二十年心血的结晶《约翰克里斯朵夫》;因为勤奋，巴尔扎克给人类留下了宝贵的文学遗产《人间喜剧》;还是由于勤奋，爱迪生才有一千多种伟大的科学发明;爱因斯坦才得以创立震惊世界的相对论;中国古人才给我们留下悬梁刺股、凿壁偷光、囊萤映雪的千古美谈。

爱因斯坦曾经说过：“在天才和勤奋之间我毫不迟疑的选择勤奋”;卡来而更激励我们：“天才就是无止境的刻苦勤奋的能力。”

正处于学习阶段的我们，就应该具有像爱迪生、巴尔扎克那样的刻苦努力、不懈追求得精神，因为只有这样，我们才能实现自己的目标，在追逐梦想的舞台上一显身手。在学习的道路上我们只有勤奋踏实的将一点一滴的知识掌握，才能最终走向成功。若是连学都不想学，吝啬与付出自己的劳动，怎么会学懂知识，掌握知识，有怎么会品学兼优，出类拔萃呢?一分耕耘一分收获，在耕耘的时候，我们就应该付出辛勤的劳动，收获的时候才会有满意的果实，才会成果丰硕，人生能有几回搏?此时不搏何时搏。人生能有几个花季，雨季?过去的就没法改变了。所谓“黑发不知勤学早，百首方悔读书迟。”就是这个道理。

同学们，努力学习，相互友爱，用学问把自己武装起来，这样，你才会使出类拔萃的。

**积极向上宣传稿范文1000字7**

人生是我们成长的积累，人生见证了我们一辈子，积极的人生可以让我们认识更多，积极的人生使我们成熟，相反消极的人生会使我们自甘堕落，甚至会导致我们违法犯罪，所以我们要从小培养良好的习惯。

在青年的群体，有许多人被自嘲、颓废、丧气、焦虑等情绪感染，使自己生活在消极的人生里。面对这些我们应帮助他们脱离。

学习优秀的文化知识，继承中华民族优秀传统文化，在文化知识中不断改变自己，享受知识的回绕，使自己在积极的人生里走出来，进入积极的人生当中。积极的人生并不是单纯地远离不良习惯，而是通过自己积极乐观向上的精神感染周围的人，让每个生活在消极人生里的人改变自己，成为积极乐观向上的人。

积极的人生也包括奋斗，奋斗是为自己的梦想，为自己所追求的不断努力，奋斗是点燃我们生命的火苗，没有奋斗就不会有生命，更不会有人生，奋斗是我们每个人都必备的东西，虽然奋斗了也未必会有自己所希望的结果，但这并不等同于放弃，没有奋斗就一定不会有收获。

积极的人生可以使人进步，使人更完美，但积极的人生并不是指对任何事情都积极去做，要量力而为，在自己能力范围内，争取做到最好。

积极的人生对我们至关重要，我们应积极建立。

**积极向上宣传稿范文1000字8**

亲爱的同学们：

大家早上好!

今天我演讲的题目是《生活学习需要乐观心态》。

初三的学习生活是紧张而丰富的，而初三生活的快乐与痛苦取决你自己的心态。

学习生活中，我们难免会遇到挫折、困难、甚至强烈的打击，此时拥有乐观的心态是至关重要的。

刘邦表面上不如项羽有出息，曾经26次被项羽打败，有时还被打得落荒而逃，连妻子孩子都顾不上。但是，他没有因此而失去信心，他承受了所有惨败造成的心理压力、焦虑、挫折感、内疚感，这恰恰证明了他拥有良好的心态。而项羽不然，一旦失败，则自尽而亡了，其实项羽并没输在武力上，而是输在心态上。

如何培养乐观的心态呢?

1、积极乐观的心态需要长期不懈的学习，它就像一种熟练的技艺，手到自然心到，很快就会成为习惯。

2、与你过去的失败经验彻底决裂，消除你脑海中那些与积极心态背道而驰的所有不良因素。

3、找出自己一生中最想得到的东西，并且立即开始行动，努力追寻你的目标。

4、你要了解真正的挫折是什么?事实上，打倒你的并不是挫折本身，而是你面对挫折时所抱持的悲观态度。

5、改掉你的坏习惯，持续一个月，你每天减少一项恶习，并于每周反省自己努力的成果。如果你需要别人的帮助，不要怕不好意思，你应积极向那些能给你帮助的人求助。

6、自怜会毁灭一个人的独立人格，你要相信，只有自己才是你唯一能够随时依靠的人。将你的全部思想用来做你想做的事情，而不要留半点思维空间给那些胡思乱想。

7、找到适合你自己心理与生理的心活状态，不要羡慕他人，更不要浪费时间，要把握自己的一切。

有的人在生活中受到挫折，遇到不顺心的事，便摇摇头，说道：“人活着就是为了死。”于是，他绝望了，他眼前的一切都变的灰暗了，这，不是生活放弃了他，而是他以悲观的心态放弃了生活;

有的人在生活中跌倒了，便微笑的爬起来，笑吟：“长风破浪会有时，直挂云帆济苍海”于是，他对生活微笑，生活也会对他微笑，他以乐观的心态选择了生活，生活便接纳了他。

其实,生活总是美的,总是如诗画一般的,活的情趣是无限的,主要看人们用美得眼睛能去发现——老子笑眯眯的骑着一头黄牛,西出关塞,欣赏诗画人生,庄子乐于生活,幽默诙谐,陶令撒菊南山,“临清溪而赋诗”，李白豪游举国，而发出了“且放白鹿青崖间，须行即骑访名山”之叹，袁中郎辞官而游，长叹“人闲也如是，放觉景丽也如此。”这些，都是生活给他们的，拥有一个乐观的心态才有真正的生活。

林语堂先生在《生活的艺术》中说，他所喜爱的便是听听窗外的小鸟的叫声，工厂发出的机械声云云，而我，现在所满足的，便是在一天的忙碌后，拿一本书，泡一杯茶或咖啡，静静的坐着，或看书，或欣赏夕阳晚霞，或看看静静的夜空，去安静的用心体会这诗画般的生活。这是一种多么乐观积极的心态!

陶令用诗，菊，南山编绘了他诗画般的人生，嵇康用酒，琴编织了他自己的人生，李白让诗，酒陪伴着自己，苏轼乐于明月，清风，金樽，柳永则喜爱佳人，词章，他们都找到了自己诗画样的人生，他们都体会了生活的情趣。

生活总是如诗如画的，活着的情趣总是无限的，有的人埋怨生活的压抑，郁郁终生;有人发现了生活的情趣，成就人生。这样，他就完成了一个重要的转变，他的生活也便变的光明起来。

**积极向上宣传稿范文1000字9**

各位尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好，今天我演讲的题目是：积极向上，放飞梦想。

偶然间，发现我们已步入了那道令老年人羡慕、中年人留恋、少年人向往的青春风景线。澎湃着青春的热血，洋溢着青春的热情，不知不觉走进了大二的生活，走进了新的环境。

迈进化工校园，花开的日子，我们走进校园这个快乐的地方;花开的日子，我们遨游在校园这个知识的海洋;花开的日子，我们一同分享全新的生活环境，高耸而古旧的宿舍楼，嫩青的草坪和花坛……这是一所怎样的学校啊!当时我很困惑，在这么古旧的学校里，我能干些什么又能学到些什么?

于是，我开始在校园里寻找：在课堂上，老师们谈吐不凡，老师的博学无私与学生的朴实好学形成了良好的互动，课堂上的氛围融洽而又和谐;联欢会上，你方唱罢我登场，台上精彩不断，台下掌声连连;操场上，篮球比赛，羽毛球球对决，输赢不是关键，握一握手，顷刻赛场上又是一片欢声笑语。

难以忘记，为了推行良好的\'宿舍管理制度，学校老师每晚巡逻值班到深夜;难以忘记，为了提高教学质量，学校领导经常进入教学区，认真检查每个教室的课堂情况;难以忘记，为了增强学生的体质，学校组织体育老师为我们上健美操;难以忘记，为了提高学生的组织和实践能力，学校为我们开设了新一届学生会……是的，这是她活力的象征，她正处在辉煌时期，虽稚嫩，但前途无量。我发现自己已经把根扎在这片土壤上了，已经深深烙上了学校的印记。

那么，我们该为她做些什么呢?为了活跃学校的气氛，有的同学积极参加学校组织的各项活动，有的同学担任学生干部为学校尽一份力量，还有的同学发挥特长为学校献计献策。一个人的力量对于整个学校的发展来说如沧海一粟，但把每颗爱校之心聚集起来，力量将会无穷，毕业后再回首美丽的母校，我们可以无悔的说：“我无愧于大学三年的生涯，我为我的学校而骄傲，学校也为我骄傲。”

曾几何时，我们这些带着彩色的梦走进大学校园的莘莘学子们却拥着青春，胸怀梦想，在被赋予“高职大学生”之称的壮丽岁月里，高喊着：平平淡淡才是真。旦有人认为“与世无争，恬淡一生”便可无忧无虑的生存，颇有要把老庄的“无为”思想发扬光大之势。是什么使我们充满青春活力的校园生活减退了缤纷的色彩呢?又是什么使我们真实的熔浆凝固，不再有来自内心深处的热血沸腾?是因为我们没有走进梦想中的象牙塔?是因为我们未走出自我困惑的地带?还是因为我们的心真的不再年轻，确实把一切都看的平淡了呢?然而我要说不!都不是!

主宰世界的是我们，放弃世界的仍然是我们。

不再回头的不只是那古老的辰光，也不只是那些个夜晚的星群和月亮，还有我们流逝着的青春。所以请拒绝平淡，告别无为，让我们的青春在阳光下真正的飞扬起来，激荡起来!我的未来不是梦!

让我们在阳光明媚的日子，愉快地歌唱;在花开的日子里，遨游知识海洋，一起编织梦想;在飘雨的季节里，用心情的音符，谱写青春悦耳的篇章!任前方荆棘丛生我们将持之以恒。茫茫学海中，我们要做勇敢的水手，乘风破浪，共赴前程。青春的脚步如行云流水，青春的岁月需要知识的滋养。让我们把握生命中的每一天，向着成功的彼岸前行，在化工校园，今天塑造自我，明天学校以我为荣!

不再为落叶伤感，为春雨掉泪;也不再满不在乎于地挥退夏日的艳阳，让残冬的雪来装饰自己的面纱;岁月可使皮肤起皱，而失去热情，就也可以使灵魂起皱，让生命失去激情。所以，我们要用智慧和勇气扬起理想的风帆，用青春和生命奏响时代的强音。当我们抛弃了迷茫，掌握了航向，当我们共同努力，不懈的摇桨，青春的激扬乐章终将奏响!

我的未来不是梦，年轻的梦想起飞，这不仅是一种信仰，更是一种力量。今天，我们把青春和聪慧献给班级集体;明天，我们把才智和成就献给祖国母亲。我们用辛勤和汗水写下了灿烂的昨天，走过了艰苦的岁月，如今我们载着梦想与希望，为了将来而奋斗。

**积极向上宣传稿范文1000字10**

老师们、同学们：大家好!

今天我给大家演讲的是题目是乐观积极向上。

当人在呱呱坠地的那一刻起，就预示着，他的一生，注定会充满着各种痛苦和快乐。从那一刻起，也就开始了不停地追求幸福、快乐着，并想尽办法让它变得永恒。对于痛苦，却只想永远地舍弃，永远地远离。

俗话说，苦尽甘来，乐极生悲，其实痛苦与快乐，就象一对生死怨家，总是势不两立的;又象是一对孪生兄弟，如此亲密。所以痛苦过后，随之而来的，就是幸福、快乐，就好比不经历风雨，怎么能见彩虹，不经一番严寒彻骨，又怎能得到梅花的扑鼻香味呢?所谓苦尽甘来，也就有了越王勾践卧薪尝胆之后的国强民盛。而快乐过后，痛苦也随之而来，所谓乐极生悲，于是也就有了范进中举后的发疯。

我们有了痛苦，幸福、快乐才显得弥足珍贵，我们有了幸福、快乐，痛苦也就显得暂时和微小。而人的一生，也正因为交织着痛苦与快乐，才会充满了意义与趣味。

有句俗语说，三十年河东，三十年河西;还有句俗语说，风水轮流转，明年到我家;(励志歌曲)由此可见，世间的一切，并没有一个定数，这包括了痛苦与快乐。所以，也就没有必要，因为短暂的快乐而喜形于色。得意忘形，甚至沉迷于内，更没必要为一时的痛苦而垂头丧气，由此而变得意志浮沉。

例如，夫妻间总是希望白头偕老，执子之手，与子偕老，那是一种幸福。恋人之间，总是希望爱情天长地久，那是一种快乐。但夫妻间又有多少能同年、同月、同^v^呢!当夫去时，就成为一种锥心的痛，因此也就有了孟姜女哭长城。恋人间，又有多少能天长地久，所以梁山伯与祝英台也就化作了翩翩蝴蝶。

秦始皇，雄才大略，统一了六国，却最终因暴政而丧国。

清王朝末期，懦弱无能，丧权辱国，无力反击，使华夏，这个泱泱大国沦为半殖民地。

也正是因为这个民族的苦难，使得我们中国人渐渐地懂得了，如何来扞卫自己，让我们的生活，尽可能变得更好一些。由此而知，大到国家民族，小到家庭个人，都不能脱出这个规律。

世界、自然、宇宙，冥冥之中就是这样的公平，在你高兴、快乐、兴奋发烧到不知道自己姓啥时，兜头给你浇下一盆冷水，让你清醒一下。

在你充满苦难，痛苦不堪时，又洒下甘露滋润你一番。所以，到底什么是真正的快乐，真正的痛苦呢?又何必那么认真去执着呢?

世人不明，总是不断地去追求快乐，追求幸福，却不愿意面对痛苦。没钱的希望发财，有钱的希望更多，有名的希望更响，当官的希望官做的更大，而一旦当这些失去时，巨大的失落，就成了一种剜心的痛苦。而过度的追求快乐时，那已经不是一种快乐，而是一种不断膨胀的欲望，当这种欲望冲昏了头脑并占据了自己的思想之时，最终会被这种欲望埋葬了自己。

也有人，会因痛苦，而失去活下去的勇气，但也有人，会因痛苦挫折，而更为积极的勇敢进取，去打造苦痛与挫折之后的快乐。所以人，不论是面对快乐与幸福，还是痛苦与挫折，都不能沉迷其中，而不能自拔，以致于最终毁灭了自己。倘若能明白既没有永远的痛苦，也没有永远的快乐，那也就能够面对人生，坦然平和地去面对一切，这才是一个真正的强者，也才是能做出真正有意义的事业。

那么怎样做才能算是强着呢?那么我来轻声地告诉你：如果前面是天，就破天;如果前面是敌，就轰敌。强者是永不屈服，向命运挑战的人。他应该具有远超出同辈的强，但也有着必须背负的宿命。

**积极向上宣传稿范文1000字11**

尊敬的领导和同事：

您好！首先，我要感谢各位领导对我的支持和帮助，感谢各位同事对我的关心。因为你们的信任和支持，我有机会站在舞台上。我真诚地对你说：谢谢！

我今天想竞争的职位是客户经理。站在那里与这么多优秀的人才竞争，我感到非常兴奋和压力。我很兴奋，因为我有幸在同一个舞台上与你们竞争，这证明我的能力得到了你们的认可，压力来自未来，因为无论我竞争成功与否，这段经历都将是我未来工作的标准。我不断前进，希望做得更好。

在过去三年中，我主要从事银行前台出纳员的工作。这份工作不仅丰富了我的生活经验，也让我在日常工作中不断锻炼，也让我积累了足够的工作经验。我相信，这些工作经验将为我今后的工作指明方向，帮助我在工作中更自由地飞翔，为本行的发展做出贡献。

每个人都有一颗乐观的心，我也不例外。即使我现在的职位能让我进步，当我有机会爬上去的时候，我也不会让机会溜走。客户经理一直是我梦寐以求的职位。我有足够的信心把这份工作做得更好，因为我认为适合这份工作有三个好处：一是高度的责任感，二是高度的自信，三是高度的关心！

如果我在竞争中获胜，我将在新的岗位上做得更好：

首先，更好地为客户解决问题，为他们提供更热情的服务。俗话说，顾客不仅是上帝，也是我们衣食父母。有了他们的支持，我们才能发展壮大。因此，当我开始这个期待已久的岗位时，我会敦促自己更加热情、热情、周到地为客户服务，帮助他们解决业务问题并与他们沟通，以客户的力量传播我们的服务精神和专业精神。

其次，我们与上级密切配合，以上级指示为标准，努力完成上级交办的任务，克服困难，为本行发展做出贡献。

第三，不断学习，不要羞于提问，不断提高。我们的工作属于服务性质，需要不断自我完善，以满足本行新的发展要求。因此，当我进入这个岗位时，我会督促自己不断学习，学习同事的优点，学习领导的务实作风，学习银行的服务精神，羞于提问，提高自己。

第四，当我担任这个职位时，我将承担更高的责任和压力。虽然我不是竞争人才中的佼佼者，但我有足够的信心做好这份工作，了解这份工作的所有挑战。

当然，如果我不能在这场比赛中取得成功，我会冷静应对，因为这表明我还有改进的空间，需要不断提高自己。因此，即使我没有成功地参加比赛，我也不会泄气。相反，我会以更充分的工作活力来做我自己的工作。

最后，我有一句话要和大家分享：失败并不可怕。可怕的是你没有前进。让我们扬起自信的风帆，在工作中自由翱翔！

我的演讲结束了。非常感谢。

**积极向上宣传稿范文1000字12**

生命没有贵贱之分，无论是何种生命都值得我们去珍惜和爱护，爱别人更要珍惜自己的生命，生命对于我们来说只有一次，在绚丽多彩的生命如果戛然而止也会变得暗淡无光，无论我们是处于低谷还是处于巅峰，生命的价值永远都不会变，而恰恰是生命的绚丽多彩让我们体会到人生的丰富多彩。

生命之于我们是漫长的，从呱呱落地起我们慢慢地茁壮成长，经过了天真烂漫的童年和豆蔻年华的少年，成为了一个个朝气蓬勃的青年。从走出青春校园，继而上班工作、成家立业、养儿育女，直至光荣退休、安度晚年。数十年的光景，无论风和日丽，还是阴雨绵绵;不管是快乐幸福还是千难万险，我们都要一分一秒地度过一天一天地熬着。生命的延续，好像滚滚的江水，奔流东去，生生不息;又似巍峨的山峦，绵延不断，一望无际。

生命又是短暂的，^v^春眠不觉晓，处处闻啼鸟^v^(孟浩然《春晓》)，我们往往还沉湎于昔日美梦时新的一天已经悄然从身边逝去。^v^洗手的时候，日子从水盆里过去;吃饭的时候，日子从饭碗里过去;默默时，便从凝然的双眼前过去^v^(朱自清《匆匆》)。当我们憧憬着美好的未来时，天真无邪的童年已懵懵懂懂地过去;当我们企盼着迈入高等学府时，十年寒窗的生涯已苦尽甘来似的结束。当我们还陶醉于^v^有一点疯狂有一点帅^v^(郑智化《年轻时代》)的年轻气盛时，青春已从身边悄悄流逝;当我们为事业家庭孩子奔波流汗时，无情的皱纹已偷偷爬上了前额，当我们……生命匆匆，犹如一粒流星，从眼前瞬间逝去;仿佛一丝微风，从耳畔一闪而过。

生命是顽强的，纵然大山压顶，依然坚贞不屈，高擎蓝天;即使暴风骤雨，依旧稳如涅盘,岿然不动。革命者为信仰，不惧酷刑，视死如归;探险者为事业，无畏险阻，攀岩入海。

生命又是脆弱的，纵然百般呵护，却也^v^弱不禁风^v^.也许一场风暴，可能一次意外，今天还生龙活虎般手舞足蹈，或许明天就可能静止安息;旭日东升时还迎着朝霞而引吭高歌，或许夕阳西下时就可能销声匿迹。

生命是伟大的，或重于泰山，或大如海洋。一丝的声响也能震天撼地，一习的微风也会惊涛拍岸。插上科学的翅膀，可以让生命上宇宙之天;乘上科学的舰艇，可以让生命入海洋之渊。

生命又是渺小的，或轻如鸿毛，或淡如清水。有的生命，像^v^一棵无人知道的小草^v^,^v^没有花香，没有树高^v^;有的生命，像平静的湖水，毕其一生也不曾泛起丝毫的涟漪;有的生命，如平坦的旷野，日行万里也无从突兀高低的音符。有的生命，如微风习习，不愠不火，似素描画一样轻描淡写;有的生命，如^v^瞎眼撞^v^金龟子，漫天飞舞，像盲人似的茫然无际。

^v^盛年不重来，一日难再晨^v^(陶潜)，人的生命只有一次，生命的列车没有返程票，不管生命是如何的伟大和顽强，无论生命怎样的短暂和渺小，既然上天赐予了我们生命，就应该倍加珍惜。也许我们没有李嘉诚那样富有，并不代表我们一无所有，我们还有车有房;也许我们没有爱因斯坦那样闻名遐迩，并不代表我们一生默默无闻，或许明天我们就进入了福布斯的富豪行列;也许我们没有惊天动地的事业，并不代表我们是平庸的鼠辈，我们一样可以创造出属于自己的一片天地。

我们已是跨越世纪的新一代，已不再像我们的祖辈那样过着^v^春夏秋冬，忙忙活活，急急匆匆，赶路搭车，一路上的好景色没仔细琢磨，回到家里还照样推碾子拉磨^v^(刘欢《不能这样活》)的生活;已不再像他们那样历经动乱，饱尽风霜，像不知疲倦的机器一样，一辈一辈重复着^v^面朝黄土背朝天^v^的日子，没有勃勃生机，没有豪放情怀。繁华都市已刻印下我们奔波的足迹，舞厅酒店已留存过我们怡然的倩影;高楼大厦我们已不再陌生，豪车华宅我们已见怪不惊。我们忙碌地工作着，辛苦地生活着，却也快乐地奋斗着，充实地拼搏着。

我们^v^想要怒放的生命，就像飞翔在辽阔天空，就像穿行在无边的旷野，拥有挣脱一切的力量^v^;我们^v^想要怒放的生命，就像矗立在彩虹之巅，就像穿行在璀璨的星河，拥有超越平凡的力量^v^(汪峰《怒放的生命》)。我们誓言^v^不白活一回，活就活它个穷变富呀，活就活它个虎生威，活它个心想事成笑声脆，笑声脆^v^(毛阿敏《不白活一回》)

我们不求生命别致另类，但要绚丽多彩;我们不求生命高人一等，但求生而无憾;我们不求生命荣华富贵，但求生命充满生机;我们不求生命青史留名，但求生命无怨无悔。

**积极向上宣传稿范文1000字13**

尊敬的各位领导:

大家好!今天，我本着锻炼自己，提高自己的宗旨站到这里，参加支局长竞聘书，希望能得到大家的支持。

我之所以竞聘电信支局长竞聘这个岗位，首先是对支局长岗位的热爱，希望在今后的工作中，能为支局的发展做出比较大的贡献;其次，为自己找到一个充分发挥特长、施展才能的舞台。

如果说我在过去的工作、学习中取得了一点进步和成绩，应该主要得益于公司的培养，得益于领导的关怀、支持、帮助。假如我这次能够竞聘成功，我将继续和大家一道并肩作战，共同奋斗，把支局长的各项工作搞的更好。以下是我对工作一职工作构思:

>一，搞好装、移、修工作，避免用户投诉。

维护经理，顾名思义就是搞维护，在日常工作中，务必做好每天维护工作，对当天下发的各种故障时处理，区分主次，对未能按时修复的故障，一定要与用户沟通好，择时处理，避免用户不必要的投诉。如有特殊问题，及时跟领导反馈，研究解决方法。对装移工作，在用户办理业务后，及时联系用户，预约装移时间，按时完成工作，对用户提供力所能及的帮助，树立公司良好的装、移、修形象。

>二，加强宣传力度，做好营销工作，及时让用户了解公司最新业务动态。

维护经理比任何其他人接触用户的机会都要多得多，要善于利用这个良好机会，及时向他们传达公司业务动态，对上级下发的营销派单，及时通知用户，对欠费派单上的用户，在催缴同时宣传业务，收集潜在用户资料，在日常工作中，资料随时带上，趁着上门安装、维护，同时对用户讲解最新业务，了解用户需求，并扩展到其左邻右舍，借助他们，让其他潜在用户及时了解到当前业务情况，对有意向用户做好记录，日后在次营销，扩大发展量。发扬公司营销精神。

>三，加强自我学习，虚心讨教，取长补短，提高工作质量。

在日常副局长竞聘演讲稿工作中，要及时总结工作，在发扬成功之处同时对工作上的不足，及时改正，与同事分享成功经验，借鉴他人工作，吸取成功经验，对下发文件及时学习，有计划的有目的地完成日、月、季度任务，工作不懂之处，虚心向同事讨教，不断丰富专业知识，提升自己工作能力，提高工作质量。

>四，积极配合上级部门工作，全力协助支局领导。

上级部门要求配合的工作，务必配合到位，听取工作指导，全力协助支局领导，对领导交代的事情要妥当完成

古人说:“不可以一时之得意，而自夸其能;亦不可以一时之失意，而自坠其志。”我将以这句话自勉。如果公司需要我在原岗位继续工作，我会服从分配，将一如既往地勤奋学习、努力工作，在自己的岗位上，用信仰诠释追求的快乐，用责任演译拼搏的人生。

希望领导和同志们支持我!谢谢大家!

**积极向上宣传稿范文1000字14**

老师们，同学们：

奋发向上，是中华儿女几千年来与大自然拼搏而储蓄形成的核精神;崇德向善，是中华文明发展历史的光辉结晶。奋发向上的精神，促进了社会人文的发展;崇德向善的品德，增进了人类与自然、国与国、人与人之间的和谐发展。

作为小学生的我们，是祖国的花朵，是22世纪的接班人。我们应该努力弘扬中华民族的传统美德，而一切美德的基础就是爱。爱是生命的强光心存爱别人的心，去做力所能及的事。看到老人摔倒就勇敢去扶，要相信世间总不是伤害好人，让其受到谴责，人都是会老的，难道你愿意哪天自己老了以后，一个人摔倒在街道上，却无人问津?我们应该有爱。在校园内更是如此，从身边的小事做起，不乱扔垃圾、不骂人、尊敬师长、孝敬父母、不做违纪的事。这些事并不难，只是自己的意念之差。我们为什么不能在学校努力学习，积极进取，崇德向上那?有了这些，一些不可能的事也皆为可能。记得鲁迅说过这样一句话：唯有民魂是值得宝贵的，唯有他发扬起来，中国才有进步。这句话是说我们每个人都是应该积极向上的。所以，我们要以身作则，从我做起。

最后重在坚持，培育的践行奋发向上、崇德向善的精神。对这种精神要崇尚和坚守。就一个人而言，是一种良好的品性习惯。就一个班级而言，是一种健康向善的班风学风。就一所学校而言，是一个和谐文明的精神家园。修身利己，才会有朝气蓬勃的生命，才会有不断出彩的人生。我们每个人心底要蕴藏着善良道德意愿，建设我们共有的精神家园，广大青少年学生都应该自觉成为传统美德的传承者，和良好社会道德风范的建设者，让我们满怀信心，奋发向上，汇聚起推动社会前行的强大动力，为实现中国梦而努力吧!

**积极向上宣传稿范文1000字15**

1 . 携手奋进，共创佳绩。

2 . 军训的那段日子，没有了平日的贪睡但是从前却也没有那样的熟睡，记得尤其是刚开始的几天觉得死亡也不过如此吧，但是却又有着心底里告诉自己吃得苦中苦方为人上人的`信念与一种久违的刺激感。我永远也忘不了站军姿站到我感到脖子快要断裂，举马扎举到我感觉臂膀将与我抽离，我承认我流过眼泪，可是当时的我们再也分辨不清汗水与泪水的区别，它们已经融为了一体。我承认我当时有着无数的抱怨，可是现在对于我来说可作为一生的财富。但是我们还是坚持下来了不是吗，难道说不应该为我们鼓掌吗，当然对于我们的教官，我们应该给予他们更响亮的掌声。其实身边有很多当兵的亲朋好友，从来就没有感同身受这一说，看他们脸上轻松愉悦的表情在我军训结束之后却让我肃然起敬。我更敬重的是他们的心理与坚持。

3 . 零八佳绩，非我莫属

4 . “要坚持战斗到最后一刻。”

5 . 深秋时节，阴雨绵绵。寒冷的雨点浸透衣服，冰冷着肉体。筑路队每天从清早干到深夜。夜里，大家穿着雨水浸透的污泥浆硬了的衣服躺在水泥地上睡觉，相互用体温来取暖。每天吃的是一磅半像无烟煤一样的，有时连这也供应不上。奥力克匪帮也不断袭击。们边战斗，边劳动，到处响彻铁棒和铁锹碰击石头而发出的声音，到处看见在紧张劳动中弯着的脊梁。不久，寒冬来了。人们仍然在冰天雪地里奋力劳动，刨开冻硬的土地。只要我们这口气不断，一定要建成这条铁路。来到工地，看到这种景象，极为感动：“钢铁就是这样炼成的啊！”

6 . 一张一弛，文武之道。

7 . 文者称雄，武者称霸

8 . 锲而不舍，孜孜不倦

9 . 当一个人身体健康，充满青春活力的时候，坚强是比较简单和容易做到的事，只有生活像铁环那样把你紧紧箍住的`时候，坚强才是光荣的业绩

10 . 挑战自我突破极限。

**积极向上宣传稿范文1000字16**

尊敬的各位领导、同事们：

大家好！我首先感激领导过去对我的培养和帮忙，感激各位给我难得的展示自我机会，能够参加这次竞聘。今日我演讲的题目是：爱岗敬业，履行职责，努力争当一名优秀的法规员。

>一、自我介绍

我叫xx，今年31岁，大学文化，^v^党员，20xx年8月参加工作，20xx年考取高级专卖管理员，现任xx县烟草专卖局综合办副主任（主持工作）。参加工作以来，我认真学习，扎实工作，具有良好职业道德和业务技能，完成全部工作任务，得到县局领导、同事的充分肯定。

>二、竞聘优势

1、工作经验较丰富。我自参加工作以来，平时认真学习，刻苦钻研，虚心向领导、同事请教，重视经验积累和工作总结，注重理论和实践相结合，熟练掌握了岗位所需要的业务知识，四年专卖管理工作、两年多法规员工作为我积累了丰富的工作经验，为我胜任法规员岗位奠定了坚实的基础。

2、组织协调本事强。我有较强的问题处理、系统分析、理解确定、组织协调和沟通本事，能够团结同事，密切合作，共同把工作做好，规范烟草工作，为客户供给热情服务，提高烟草行业的形象和声誉，为烟草行业上台阶打下坚实基础。

>三、工作打算

如果我竞聘法规员成功，着重做好以下工作：

1、抓好自身建设，全面提高素质。我将努力按照政治强、业务精、善管理的复合型高素质的要求对待自我，加强政治理论与业务知识学习，全面提高自我的政治、业务素质，做到爱岗敬业、履行职责，公平公正，吃苦在前，享乐在后，努力争当一名优秀的法规员，为烟草行业发展作贡献。

2、刻苦勤勉务实，高效完成工作。在新的岗位上，我要牢记使命，忠实履职，脚踏实地，创新工作，提高效率，切实做到思路上求实，工作上唯实、作风上务实、措施上扎实、行动上落实，不断增强执行力，高质量、高标准完成领导交给的各项工作任务。

3、做好服务工作，奉献自我力量。我要发扬烟草行业的优良传统，强化服务意识，开动脑筋，想方设法，搞好服务，既服务好州局领导、州局各个部门和职工，更服务好基层烟草部门，努力推动各项工作顺利开展。

最终，我向在座的各位领导承诺：无论我这次竞聘成功与否，我都将一如既往地继续做好我的本职工作，为黔南烟草发展而不懈努力。

我的演讲完了，多谢大家！

**积极向上宣传稿范文1000字17**

尊敬的领导、敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好!今天我演讲的题目是“成功需要无比坚定的信念”。

首先我先给大家讲一个真实的故事吧：

中国台湾有个年青人，经过数年的拼搏后赚了不少钱。他准备到欧州旅游，入住一酒店，第一天早上醒过来，听到一阵敲门声。门一打开后有个侍应生很热情地跟他说：“goodmorning，sir。”他没听懂。按照中国人的惯性思维，他在想：“是不是问我叫什么名字。”

于是他大声在说：“我叫陈阿土。”第二天早上他又听到一阵敲门声，门一打开后又见昨天的侍应生，这个侍应生又跟他说了一句：“goodmorning，sir。”他有点生气了，“怎么这么笨呢”于是他更大声地说：“我叫陈阿土。”

第三天早上令人恐惧的事情还是发生了。他又听到一阵敲门生，这个侍应生又跟他说了一句：“goodmorning，sir”，他非常气愤地说：“我叫陈阿土。”当天晚上他睡不着了，他想弄个明白。于是他问旅游团的团长。团长说：“你才是笨蛋呢人家问你早上好呢!”

他突然觉得很羞愧，我赚了那么多钱，怎么文化水平这么低呢于是他准备学英语，他学的第一句话就是：goodmorning，sir。第四天早上他在焦急地等待侍应生的敲门，因为他要把这句话用出来。所以当侍应生一敲门，门一打开后他立刻对侍应生说：“goodmorning，sir”，侍应生听完后立刻说：“我叫陈阿土。”

这是为什么吗因为在这个世界上不是你影响了别人就是别人影响了你。成功需要无比坚定的信念。信仰没有正确与否，只要适合你的，就是最好的。

我要送给大家第一句话，这句话是一个信念，那就是今天我必须成功。记住，是今天，不是明天，更不是高考。因为所有人生的成功，只能今天成功了，

人生才有可能成功。“养兵千日，用兵一时”，千日折合起来正好是三年，高中三年的风风雨雨，酸甜苦辣，我们一同走过;用兵一时的胜利是我们流泪、流汗、流血后的期盼。

高考是一块试金石——通过高考，淘磨出来的金子才会闪闪发光。这是一场需要顽强毅力才能跑到终点的马拉松;这是一场需要奋力拼搏才会赢得的百米短跑竞赛;这是为每一个不屈服于命运安排的平民百姓孩子准备的最公平的决斗场，更是为新时代学子无悔青春奏响的命运交响曲。

越来越临近的20~~年高考决定着同学们一生命运的成败荣辱。牵系着万千家长望子成龙、望女成凤的强烈期盼;也关联着学校发展的机遇和创名校的进程。

为了梦中的理想，为了一生的成功，我们没有借口，我们没有理由;我们只有努力，只有奋斗。为了理想而奋斗的人生是无悔的人生，相约无悔的青春，聆听高考的脚步。

谢谢大家，我的演讲完毕!

**积极向上宣传稿范文1000字18**

当看到演讲主题之后我一直在想，何为起点?何为终点?生命有起点，人生中处处是起点。生命有终点，可人生有吗?如果有，那古人的思想对我们所起的深刻影响不正代表着一种生命力吗?我继而又想到了一个问题：何为人生?一本书上说，人生就是出生的喜悦不属于你，死去的悲伤也不属于你，只有活着的那一份艰辛属于你。一本书上又说，没有追求，没有作为的人生不能称之为人生。我们以相同的方式来到世上，经历了不同的人生经历之后相聚于北林，我们，一定想要活出自己的人生，在相同的起跑线上，大家一定都编织着自己的梦想。可是大家有谁知道梦想的彼岸在何方?终点，和未来一样不可预知。这中间我们会怎样总是充满神秘。

可请大家记住一句真理吧：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，没有追寻的青春怎么叫青春?没有彷徨，没有执著追求的青春怎么称为青春?

积极向上的演讲稿5篇演讲稿有信念，好样的!有追求，好样的!但是大家是否充分预见过这过程中的困难挫折呢?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?不要以为我们是在上大学。不是。高尔基说过：“苦难才是真正的大学。”也有一位伟人说过：“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。

《丘吉尔传》读过吗?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，甚至几次几乎夭折的童年。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立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·丘吉尔青年时所面临的窘境，等等等等。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。

也许有人会说：我不想成为丘吉尔那样的伟大人物，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。其实追求梦想就想长跑，苦难则是人的生理极限，遇到它只要咬咬呀坚持一会也便“守得云开月见明”了。可是却总会有人动摇。这些人站在起点时不也踌躇满志吗?着不正说明了我们要充分预见苦难，认清自我的重要性吗?

记住一句再普通不过的话吧：坚持就是胜利，相信付出就有收获，因为“有志者事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚，苦心人天不负，卧薪尝胆，三千越甲可吞吴。”这便是信念的力量。

但谁没有弱点，谁没有惰性，大家的理想已经放飞，怎么可以放弃，在奔跑的路上，大家如果没有彷徨，有沮丧，就听听我送大家的一首诗吧，也作为我演讲的结束，希望能给大家一些奔向终点的力量。

**积极向上宣传稿范文1000字19**

在我个人的思想观念上认为，所谓的积极向上，就是一种宽容的、开朗的健康心理状态。因为，它会让你开心，它会催你前进，它会让你忘掉劳累和忧虑。人在生活中，本该要学会用积极向上的心态面对生活与工作。

人的一生不可能是一帆风顺的，会遇到困难，会遇到挫折，会遇到变故，会遇到不顺心的人和事..这些都是人生道路上基本都会可能遇到的事情。然而，有的人遇到这些事情时，或心烦意乱，或痛苦不堪，或萎靡消沉，或悲观失望，甚至会失去面对生活的勇气，总之是各种消极的状态。

当你遇到困难时，积极向上会给你克服困难的勇气，会让你相信“方法总比困难多”，让你去检验“世上无难事，只要肯登攀”的道理。当你遇到不顺时，积极向上会让你的头脑更加理性，让你面对不顺时，不是悲观失望，而是反思自己的做事方法、做人原则，让你有则改之，无则加勉，更上一层楼。当你遇到委屈时，它会给你安慰，会给你容人之度，它让你的心胸像大海一样宽阔，志向像天空一样高远。当你遇到变故时，它会让你化悲痛为力量，让你感受到自然规律不可违，顺其自然则是福的真谛。它会让你的眼光更加深邃，洞察社会的能力更加敏锐，对待生活的态度更加自然，面对人生的道路更加自信。

比如，当你在工作中受到了上司的批评后，你会思想低落;当你在生活中遇到别人误会你时，你会感到气愤和委屈;当你失去亲人朋友时，你会悲痛至极;当你在仕途中遇到不顺时，你会怨天尤人，工作消极。不可否认，当这些事情发生时，会影响你的思维判断，会刺激你的言行举止，会打击你面对生活的勇气。但是这些基本上是人正常的反应，因为人是思维上高级的感情动物，这也是区别于一切低级动物的根本。这时，如果你要是有一颗积极向上乐观的心，那你可能不会这么的迷乱，你脑子会很清晰的知道怎样去面对这些事情。。 乐观和积极向上的态度不能少了坚定的意志。对守护真理、守护志向而言，意志是十分重要的。意志与乐观，是两个相辅相成的事情，对于保持积极乐观的人生态度有不同的作用;乐观可以开个好头，但没有意志力就难以持续下去，乐观向上的态度只能开花不能结果;意志要保持长久的动力，就不能不没有乐观的心态，只有用乐观的心态去面对挫折和失败，才有更大的可能坚持下去。坚持下去就是胜利!

在我的生活与工作中，我总是强调自己要有积极乐光的性格，因为他能使自己经常保持心情的愉快，而且可以感染我周围的人们，使他们也觉得人生充满了和谐与光明。假如一个人如过能让自己经常维持像孩子一般纯洁的心灵，用乐观的心情做事，用善良的心肠待人，光明坦白，他的人生一定比别人快乐得多。

学会积极向上，积极向上心态来之不易，它需要你生活的阅历更加丰富，获取的知识更加充实，对待人生的态度更加积极，它需要你用修养之水浇灌，勤劳之力扶持，宽容之心呵护。只有做个积极向上的人，才能使你充满力量，才能有追求;只有积极向上，才会有理想;只有积极向上，才富有激情。

**积极向上宣传稿范文1000字20**

尊敬的各位评委，各位老师、各位同学：

大家好!我是软件三班的吴继伟。今天我演讲的主题是《拥抱青春，放飞梦想》

海阔凭鱼跃，天高任鸟飞。每个人都怀揣着一个属于自己的梦想。

然而，什么是梦?什么又是梦想?梦是期待，而梦想是坚强——是你把飘渺的梦坚持作为自己理想的勇气和执著，是你对自己负责的最高境界。但扪心自问，我们有多少人能够成就自己心中最初的梦想?

我们的梦想，也许是二十岁的豪情壮志;也许是青春期的迷茫与冲动;也许只是一份平淡的渴望：渴望掌声，渴望成功。无数的“可能”，无数的“希望”，因为我们的青春岁月充满奇迹，我们心中大大小小的梦，在生活的每一个角落里芬芳弥漫。

亲爱的朋友们，回眸自己走过的路，还记得每一个梦想带来的悸动，在生命中留下了怎样的足迹吗?

人们常说，有志者，事竟成;还有人说，最贫的是无才，最贱的是无志。由此可见立志的重要性，所以，人不可没有梦想。雄鹰和母鸡都有一对翅膀，但雄鹰可以搏击蓝天，而母鸡只能扑腾于庭院。其根本原因就在于，母鸡的理想是一把米糠，雄鹰的理想是展翅翱翔!所以，我们立志就要立大志，志当存高远!

我们青年人好幻想，每个人都有自己美好的梦想。但如果不经过奋斗，那梦想终究是梦想，绝无实现的可能。大家一定听说过“蜀鄙二僧朝南海”的故事。穷和尚和富和尚都立志要去南海，结果穷和尚凭一瓶一钵去成了南海，而富和尚“数年来欲买舟而下，犹未能也”。原因何在?就在于穷和尚勇于立志，更勇于践志;富和尚则只敢想，却不敢做。

心动不如行动，努力永远不会太迟!让我们马上行动起来吧!做一件事情，只要开始行动就可算是获得了成功的一半。演讲大师齐格勒曾说过这么一段充满哲理的话：

世界上牵引力最大的火车头停在铁轨上，为了防滑，只需在它的八个驱动轮前面各塞一块一寸见方的木块，这个庞然大物就无法动弹。然而，一旦火车头开始启动，这小小的木块就再也挡不住它了;当它的时速达到100公里时，一堵5英尺厚的钢筋混泥土墙也能被它轻而易举地撞穿!从几块小木块就可令其无法动弹到能撞穿一堵钢筋混泥土墙，火车头威力变得如此巨大，原因不是别的，就因为它“动”起来了。

其实，人的威力也会变得巨大无比，许多令人难以想象的障碍也会被你轻松地突破[]。当然前提是：你必须开始奋斗。奋斗是万物之父，一个人无论做什么事情，只要你肯努力奋斗，是没有不成功的。一个人要想做好一件事情，成就一番大事业，就必须一心一意地做，必须少说些漂亮话，多做些日常平凡的小事情。

人都有惰性，都有太多的欲望，有时难免战胜不了身心的卷怠，抵御不住世俗的诱惑。很多人因此半途而废，功亏一篑。我也是如此，做事总喜欢往后拖。一件事情明明可以在今天完成，却偏偏要拖到明天甚至后天。只有早日改掉这个陋习，我才能离成功更近。

古希腊最著名的雄辩家狄摩西尼原有口吃毛病，他每天口含一石子对着大海演讲，经过艰苦的努力而成为一位伟大的演说家。他为了使自己能专心一致的工作，剪掉了自己一大半头发，这使他很长时间不能出门，不能会客，于是工作效率大为提高。当一个人没有退路可逃时，他就只能一门心思地朝前奔了。我们应该向狄摩西尼学习，斩断自己的退路，破釜沉舟，勇往直前!

大多数人都想改造这个世界，却罕有人想改造自己。其实改造自己才是最难的事情。只要我们每天改变一点点，每天进步一点点，我们离成功，离腾飞的日子就会更近一点。

海阔凭鱼跃，天高任鸟飞。为了我们的梦想，让我们马上行动起来，从现在做起，从一点一滴的小事做起，奋斗吧，腾飞吧，我们的梦想!

记得十岁时，别人这样问我：你长大后要做什么?

我对别人讲：我长大后要当科学家!

二十岁时，别人这样问我：你的梦想是什么?

我对别人讲：我的梦想是做一个不怕任何困难，打击，挫折与失败，能够跌倒后爬起来向前走的人!

“十年寒窗苦读”只是为了等待今朝的“金榜题名时”。然而，当心中带着一丝酸楚与遗憾重新拿起了“圣贤书”时，难道真的就能为了第二年的“天空”而充满自信与干劲吗?

是啊!在权衡了“一年的苦难”与“一辈子的后悔”以后，心中不禁长叹“奋斗便腾飞!”

思想，有的时候对于我来说不是那么的听话。其实，偶尔觉得，再一次的选择并不那么的轻松，反而很压抑，就像自己看者朋友一个个奔向梦想的身影，心头却只是麻木了，麻木得忘记了祝贺和祝福，甚至忘记了自己的存在与选择的前进的方向。心里却飘来了几朵惆怅的云。就好象一桌盛筵，所有的菜都上来了，热气扑面而来，但惟独没有米饭，但对于此时饥肠辘辘的自己而言，面对一桌盛筵已失去了胃口，难道只因为没有那一碗可有可无的米饭吗?

但无论怎样，面对现实，我明白，我不会让自己再一次跌倒!那么既然躲不掉这个担在身上的角色，那么只有微笑着大步走出去，不能在这一刻还有挣扎。走出去，给自己看，给别人看，告诉曾经痛苦一夜的自己，站出来的，不是一个被忧伤压倒的灵魂!!!

无论岁月给我们留下了多少遗憾，无论世事在我们胸口划过多少到伤痕，只要我们还有呼吸的权利，就拥有重塑梦想的激情!只要我们还有生存的氧气，就拥有缔造激情的勇气!

选择坚持，选择珍惜，选择成就生命的激情，让我们勇敢的成就心中最初的梦想吧!

**积极向上宣传稿范文1000字21**

活到现在，你感觉人生的路走了多久呢?

如果你对这个问题有些不知所措的话，我不妨换个角度再问一次。如果将人出生到死亡的时间比作一天的24小时，那么你觉得自己现在正活在几点钟?是温暖和煦的清晨还是烈日当头的正午?刚刚大学毕业的你，是不是觉得自己正处在刚刚吃过午饭，马上准备开工的下午一至两点呢?

我们不妨拿出计算器计算一下。假设你大学毕业时是24岁，又假如人的平均寿命是80岁，那么24岁相当于几点呢?

我告诉你，结论是——早上7点12分。

是的，是早上7点12分。大学毕业时的24岁顶多就相当于早上7点12分。

此时此刻，很多人才刚刚起床，为崭新的一天做准备。有些人甚至可能还没有起床。作为大学老师，我见证了无数年轻人的成长，而这一经验帮我认识到7点12分背后所蕴藏的含义要比他们想象中巨大得多。

没错，24岁这一年纪顶多就是早上的7点12分。是正要出门上班的时刻。

度过幼年期和青少年时期，正要踏入社会的24岁，相当于一天中做好上班前的准备，即将要出门的时刻。

那么，退休后准备安度晚年的60岁相当于几点钟呢?计算一下会得出来，是傍晚6点。这是职场人士们结束一天的辛劳工作下班回家的时刻，也是夜生活即将开始的时刻。

这些数字是不是很奇妙呢?跟你想象的有所出入吧?因此，我喜欢将人生的80年跟一天中的24小时进行对照。

人生时钟的计算方法十分简单。24小时相当于1440分钟，而将此分成80年，每等份就是18分钟。1年相当于18分钟，10年相当于3个小时，以此类推，20岁是早上6点，29岁是上午8点42分。我所计算的人生时钟前提是将80岁设定为人的平均寿命，而随着未来平均寿命的延长，每个人人生时钟的跨度都将增长，单位时间也将变得更加宽松。

曾经有一位60岁的元老级毕业生，参加系里组织的校友会活动时说过，他在大学任教多年，认为自己的人生会一直围绕着校园度过，可是新上任的某领导突然决定提前部门的退休年龄，他只能在毫无准备的情况下匆忙退休了。一开始他十分记恨这位领导，但现如今他十分感谢这位领导让自己提前两年退休，因为在这段时间里他发现自己的人生之中还有许多之前未曾开发的幸福领域。我对这位前辈的话着实吃惊了一番。没错，夕阳西下的6点10分并不意味着不可以再转换方向，有新的作为，世界仍旧有许多未知的全新领域等待你去探索。夕阳无限好啊。

我将人生时钟介绍给其他人时，大多数人都会流露出惊诧的表情——他们都不敢相信自己的人生时钟要比想象中的都要早。当我对即将年满50的前辈说出“前辈，您现在才处在下午3点哦”，对方会立即掰着手指掐算开来，并且当我将人生时钟的对应讲述给即将迎来毕业时刻的24岁年轻人时，大多数人都会由衷地发出感慨，“我以为自己已经走过了很长一段人生，可现在才仅仅处在早上7点12分啊!”

没错，你的人生之路仍尚早。如果早上7点醒来之后，发觉自己已经比别人慢了半拍，不要焦虑和担心，因为这并不意味着会毁掉一整天。在人生的起跑线上快了一步，或者慢了一步，并不会对未来起决定性的作用。

所以，有些人抱着“我已经来不及了”的态度自暴自弃，并非是“事实”问题，而是“自欺欺人”的问题。切忌不能为自己制造放弃或逃避的借口。你现在所处的时间段还很早，现在的你还拥有大把的时间，悬而未决的未来正在等待着你，没有什么不能改变。

**积极向上宣传稿范文1000字22**

“天街小雨润如酥，草色遥看近却无。”二行七言，无尽意味。远看草色欣然，近看却是一片惘然。这不即是人生世事吗?跳出者欣然，纠缠者惘然。人生此世，应该讲点跳出的智慧。

多少人名利场上你追我逐，你死我活。到头来呢?成了名，而你的名却也成了别人利用的工具;财万贯，可终有一日随你俱化土灰。

可若你有朝一日终成一事，暂得于己，心有所安，那还较好。可“天下熙熙，皆为利来;天下攘攘，皆为利往。”在这浮躁的世间，有多少人的功名是从一而终的呢?又有多少人为追逐一日的浮华而头破血流的呢?

人们总爱感慨：“我不得志。”人们总爱在得到之时则开怀大笑，而在失去之际却悲苦流泣。人们总是乐于把自我的小得小失放大成为大喜大悲。

在世间浮躁地活着，虚荣与浮华接踵而至，在无形中耗损着人的心态，名与利只是膨胀你的虚荣与浮华，却限制了你的高度。

越贪于名利之人的人生越像一个不断鼓大的气球，看似庞然，却空虚无物，一刺即破。

越自高自大的人，就越如那井底的青蛙，永远跳不出人生的井口。

莫再为处境困厄而哭泣，莫再为名利未得而黯然，“草色遥看近却无”。跳出你个人的圈子，仰望那天空星辰，俯看那大地万物。

人，你或许会不由得发感叹，不就是这世间的一物吗?

我们活于世上，自是来品味世之珍瑰，谁愿带着烦恼上路，悲恨不知所终，没有什么忧愁是放不开的。跳出一看，世间如此美好，个人那点小得小失又算得了什么?

“江上之清风，山间之明日，是造物者之无尽藏也，而吾与子之所共适。”人，或许该带着一份超然上路。

去领略世界，海阔天空。

**积极向上宣传稿范文1000字23**

亲爱的老师们、同学们：

大家好!今天我演讲的题目是：中国的未来不是梦。

当您得知美国侦察机撞毁我军用飞机一事时，有何感想?大家一定会对此霸权主义行径非常气愤。而当您又得知日本不承认侵华事实，拒绝纠正历史教科书的错误时，同样，气愤的背后，“落后就要挨打”的教训深深的震撼着我们的心。除了一再谴责此不道义行为，我们又能为祖国做些什么?

我们拥有青春，这是我们的骄傲，却不是我们值得炫耀的资本;我们拥用激情，这是我们的自豪，却不是我们值得陶醉的骄傲。面对日新月异的“知识爆炸”时代，看着昨日的科幻已变为现实，我们需要理性，需要冷静，需要承担一份沉甸甸的责任。

回首昨天，一部写满血与泪的近代史依然在记忆深处。当坚船利炮撞开天朝大门时，从此，一个多世纪的岁里，五千年的文明与自豪成了屈辱的陪衬。而仅仅是一百多年，^v^战争的硝烟才刚刚散去，知识经济浪潮已在轰然撞击着中国的大门。我们毕竟是幸运的，曾与我们同样拥有年轻与追求的无数先辈们，已为救国救民而长眠地下，他们青春过早地凝固在血与火的洗礼之中。面对帝国主义的坚船利炮，前辈们发出了救亡图存的呐喊，那么今天的我们，走向21世纪的青年，面对数字化、智能机器人、基因工程，又该做出怎样的回答?

我们无权沉默，因为我们知道未来就在我们身边，就在我们手中。我们可以这样扪心自问：1840年，我们的国家没有火轮船和来复枪，那么，21世纪的我们能不能给自己的国家提供领先于世界的航空母舰?

祖国期待着我们的回答，更期待着我们的行动。我们面对新世纪、新时代的到来，喊出一个声音：“轮到我们了。”21世纪是我们的世纪，我们没有理由不努力，不脚踏实地、不勇敢的承担起支撑共和国大厦的责任。我们坚信，当我们曾以祖国有四大发明而骄傲时，我们的祖国同样会为她的儿女，为她的现在而骄傲。

青春、激情、理性、责任，将化作我们的双臂，去拥抱明天，挑战未来。因为我们坚信中国的未来不是梦。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！