# 控制好你内心的心流演讲稿

来源：网络 作者：紫陌红尘 更新时间：2025-03-11

*控制好你内心的心流演讲稿 在我开始正式演讲之前呢，我想让在座的各位思考一个问题：你觉得生活的真谛是什么呢？ 我相信此时此刻每个人都有了自己的答案，可能有人觉得是成功，成功可以让人获得巨大的满足感，有人觉得是梦想，梦想会给人一种继续往前...*

控制好你内心的心流演讲稿

在我开始正式演讲之前呢，我想让在座的各位思考一个问题：你觉得生活的真谛是什么呢？

我相信此时此刻每个人都有了自己的答案，可能有人觉得是成功，成功可以让人获得巨大的满足感，有人觉得是梦想，梦想会给人一种继续往前的动力。我想这都是正确的，因为每个人对生活的理解的不同，自然对真谛的理解就会有所不同，在我看来，不论是成功带来的满足感还是梦想带来的动力，追根到底那都是源于内心最原始的快乐。我觉得生活的真谛就是快乐。

那么快乐来源于何处呢？我们都知道，水从高处流向低处，就会形成水流，电从电压高的一端流向电压低的一段便形成了电流，其实，我们的内心也有心流。当我们的心流从负能量的一段流向正能量的一端的时候，快乐便会产生，反之，则会产生悲伤。所以说，你想过上怎么样的生活，快乐的还是悲伤的，取决你对自己内心心流方向的控制。

我们会经常说：快乐是一天，不快乐也是一天，那你为什么不快快乐乐的度过你这一天呢！没错，我们很多时候是无法控制一些外在的，客观的东西，在一些天灾人祸面前我们往往是无能为力的。但我们能控制自己的内心，控制自己的心态，我们可以以一种乐观的心态来面对我们没法控制的客观存在，我曾将看到一个国外的这样的报道：有一个幸福的六口之家，他们的房子起火了，眼看已经挽救不了，他们索性在自家着火的房子面前拍了一张全家福。让人印象最深刻的是他们脸上的笑容，那是一种乐观的给人一种无限力量的笑容，是的，也许大火烧毁了他们的财产，但是他们没有一个人是火灾中受伤，他们觉得生命比财产更为珍贵。房子没有了，可以再建，但是生命没有了，能起死回生吗？假设当时他们为了挽救自家的房子，难免会有亲人因此受伤甚至失去生命，如果那样，也就不会有这样全家福的故事了。他们就是很好的控制了自己内心的心流，他们知道在心里生命与财产孰轻孰重，他们以一种乐观的心态来面对这场灾难，因此才出现了看了会让人充满力量的全家福。

我自认为我是一个简单快乐的人，我特别爱笑，我觉得微笑是一件会传染的事情，当你对别人微笑的时候，很自然的，你得到的必定也是别人的微笑相对。彼此之间的陌生感便会一扫而光，一种莫名的快乐感便会油然而生。都说爱笑的人运气不会太差，我觉得这是有道理的，没有人会愿意跟一个天天只会抱怨的人共事，更没有会愿意为一个只有负能量的人开启成功的大门。爱笑的人并不是内心没有悲伤，而是他们善于控制自己内心的心流，让心流流向正能量的一端。在我上大学的时候，我觉得最难过的时候就是月初问爸妈要生活费的时候，我觉得我已经是一个成人了，还在伸手问爸妈要钱我觉得心里很难受，所以我从大二开始就开始在勤工俭学，每个周末的时候就去超市里做兼职，风雨无阻，毫无例外。每个周末都是早早的起床到超市里促销，一站就是八个小时，因为超市距离学校的远近不同，远的等晚上拖着疲惫的身体回到宿舍的时候已经十点多，有的人可能会不理解，好好的周末为什么要让自己这么累。说实话，我也想在周末的时候好好睡个懒觉，我也想和姐妹们一起去逛街，但我只要一想到我不用再伸手问爸妈要生活费，我自己能靠自己的力量完成我的学业，我就觉得特别开心，特别有成就感。我相信在坐的各位都和我一样拥有兼职的经理，我承认那段岁月很艰苦，但我们并没有因此去抱怨、去痛苦，正是我们很好的控制了自己内心的心流，让它更多地流向正能量的一端，所以我才可以面带微笑地与大家分享那段经历。也正是那段经历让我学会成长。所以说，其实世界很简单，是你把它想复杂了，快乐也并没有那么遥不可及，它就在你的眼前控制好你内心的心流，你完全可以做一个简单快乐的人！

——集团总务部 刘颖

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！