# 正能量演讲稿四百字左右

来源：网络 作者：心旷神怡 更新时间：2024-06-19

*正能量演讲稿四百字左右(精品12篇)正能量演讲稿四百字左右要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的正能量演讲稿四百字左右样本能让你事半功倍，下面分享【正能量演讲稿四百字左右(精品12篇)】，供你选择借鉴。>正能量演讲稿四百...*

正能量演讲稿四百字左右(精品12篇)

正能量演讲稿四百字左右要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的正能量演讲稿四百字左右样本能让你事半功倍，下面分享【正能量演讲稿四百字左右(精品12篇)】，供你选择借鉴。

>正能量演讲稿四百字左右篇1

尊敬的各位领导老师，亲爱的同学们：

大家好!

作为一名教师能为热爱的这座城市“创文”尽绵薄之力，传递文明正能量，我非常荣幸。人间天堂的咸阳是一座美丽的古都，不仅“渭城朝雨浥轻尘，客舍青青柳色新”，而且她是东方文化的一盏明灯，这里最美的风景，叫做文明。

文明创建，咸阳秦都在行动。道路修建、文化围墙、规范商户、清理广告，文明倡议、道德讲堂一系列行动践行一个城市的文明宣言。用心看我们的城市吧：别具风格的建筑楼群，干净整洁的道路，统一美观的店面招牌，主题鲜明的文化墙，浪漫诗意的夜景灯光处处尽显文明！

城在林中，水在城中，人在景中，“创文”创出城之美，“创文”给予我们“诚信、尚礼、自信、包容”的文明市民形象。我是城市一份子，接过城市文明的接力棒，我倡议：讲文明、重品行、促和谐。

卞之林有一句脍炙人口的诗句：你在楼上看风景，看风景的人在风景里看你，人们把不在乎公共文明的人比喻成“史前原始人”。因此我们一言一行的环保，便是这座城市里最鲜活、最美丽的“文明风景”。无论是“纪念英烈?报效祖国?圆梦中华”的文明祭扫，还是“小手拉大手，文明路上一起走”垃圾捡拾志愿活动，我秉承着教师的职责，传递出对文明行为的倡导，把文明的种子传播给每一位学生，守护着下一代的精神家园。一花一木聚真情，一举一动显文明，也许我们不经意间的一次选择，反映出的却是一个城市的文明。人不是因为美丽才文明，而是因为文明而美丽!

孔子曰：“礼之用，和为贵”，讲礼仪是另一道美丽的“文明风景”。

有时多一个微笑，对别人来说就是一分尊重；有时多一个手势，对别人来说就是多一分体谅；有时多一点耐心的等待，对别人来说就是一种关爱；有时多一点点分享，对别人来说就是多一份温暖。这一点一滴的细节彰显出文明的力量，亲爱的朋友们，“老吾老以及人之老，幼吾幼以及人之幼”，如果人人这样做，我们的城市就会离文明更进一步，社会会变得越来越温暖和美好。

曾听过犹太人获诺贝尔奖的人数是世界各民族平均数的28倍，是华人获奖人数的40倍，是什么造成了如此巨大的差异？是阅读。一个人因阅读而充实，一座城市因阅读能消除文明的孱弱，陋习的强悍。阅读体现城市的灵魂和命脉，反映着城市气质和文明程度。习记提出要全民阅读，试想古都咸阳书香充盈，民风纯朴，城市的文明品位

使生活在这里的我们多么幸福啊！

朋友们，文明无句号，创建无止境。我相信我们每个人迈出一小步，社会文明就会迈出一大步。文明是一种正能量，就像奥运火炬传递一样，请您释放文明的热情，人人讲文明，处处皆风景。

>正能量演讲稿四百字左右篇2

尊敬的各位领导，亲爱的老师以及同学们：

大家好！

今天我们在这里隆重举行鲁垛高中20\_\_届高考百日誓师大会，这是圆青春梦想的动员令，这是扬人生志气的进军号，这是表必胜豪情的铿锵曲！我谨代表高三全体老师向同学们致以春天的祝福！

高考，是决定人生道路的分水岭；高考，是决断青春梦想的天门关；高考，是展现学子实力的大龙门。为了这次高考，你们历炼、准备了整整12年。12个春秋，流了多少汗水，花了多少精力和心思去锻铸智慧的利剑，苦炼过硬的本领，为的是高考战场上能过关斩将，势如破竹夺桂冠！12个寒暑，在求知的羊肠小道上艰难跋涉，翻越一道道学习难关，攻克一座座知识堡垒，积蓄实力，为的是登上高考金榜慰平生。现在，离12年期盼的决战决胜的时刻仅剩下100天，到了扬鞭策马，百米冲刺闯雄关的时刻了。临阵磨剑，不利也亮；临关策马，不武也威。珍惜这一百天，跨越这最后的征程，圆青春梦想，扬人生志气！

今天，作为高三教师的一员，我站在这里，备感荣幸和自豪，回首走过的高三时光，我们师生一起见证朝阳、沐浴风雨，我们的每一位老师，工作勤勤恳恳，任劳任怨，精益求精，强力争先；我们的每一位同学自强不息，分秒必争，艰苦奋斗，笃学深思。是“追求卓越”的王杰精神将我们全体师生紧紧地团结在一起，同舟共济，勇创辉煌。

100天，是激情燃烧的100天，是顽强拼搏的100天，更是梦想成真的100天，是奇迹迭出的100天。我们高三老师将和同学们一道，共同度过我们人生最辉煌的岁月。我们将恪尽职守，刻苦钻研，随时关注高考信息。让我们携起手来，求真务实，脚踏实地，不折不扣地执行学校的部署，坚决完成社会赋予我们的任务，实现我们的预定目标，用我们共同的勤奋迎接命运的撞击，让“鲁中”的名字在神州大地上再次响起！

作为你们的老师，我有幸陪大家一同走过你们生命中最亮丽的时节。一百天的时间里，也许会对你们有更苛刻的要求，更艰苦的训练，更严厉的批评。但请相信，这一切都是为了你们，为了你们能更快成熟、为了你们能出类拔萃、为了你们能有更加辉煌灿烂的明天。

同学们，在高考的最后冲刺阶段，一定牢记“认真”二字，摒弃杂念，耐住寂寞。不仅课要认认真真地听，作业要认认真真地做，考试要认认真真地考，而且地也要认认真真地扫。认真，会内化为一种素质，帮助同学们获得高考的成功，以至事业的成功。

打好高考这一仗，是寒窗苦读的你们和含辛茹苦的全体家长的殷切期盼，也是学校全体老师的希望。我相信有学校领导的关怀、老师们的辛勤耕耘，再加上同学们的刻苦努力，六月一定是我们的！

同学们，现在进军的号角已经吹起，攻关的战鼓已经擂响，让我们拿出迎难而上的勇气，拿出“男儿立志出乡关，学不成名誓不还”的决心和斗志，扬鞭策马，勇往直前，用勤奋铺平通向成功的道路，用拼搏增强跃上金榜的实力！

春风得意马蹄疾，最是金榜题名时。同学们，冰雪消融，化作千顷碧波；朗朗书声，铺就锦绣前程。望同学们增强时间意识，拼搏意识，鏖战百日，铸我辉煌！

最后，祝愿同学们梦圆鲁中，梦圆20\_\_！

>正能量演讲稿四百字左右篇3

各位老师、各位同学，大家早上好：

践行社会主义核心价值观，做德才兼备的效实学子。研究人类社会以往历史，可以发现对一个民族、对一个国家来说，最持久、最深层的力量是令社会共同认可的核心价值观。核心价值观承载着一个民族、一个国家的精神追求，体现着一个社会评判是非曲直的价值标准。古人说“大学之道，在明德，在亲民，在止于至善”。核心价值观，其实就是一种德，既是个人的德，也是国家的德，社会的德。国无德不兴，人无德不立。如果一个民族，一个国家没有共同的核心价值观，莫衷一是、行无依归，那么这个民族，这个国家就无法前进。

尊道重礼，崇德尚义是中华民族的悠久传统，然“周虽旧邦，其命维新”，在不同的历史时期，道德的内核，价值观的核心也有着不同的内容与表述。

“功成唯志，业精唯勤”。同学们，社会主义核心价值观已经提出，但实践社会主义核心价值观，磨练我们的意志，提升我们的修养，升华我们的心灵还需要我们大家共同努力。对此，我有几点建议与大家共勉。

1、立大志。所谓大志就是要以天之大任为已任，做一个有责任、有担当、有抱负的人。宋朝人张载说：“为天地立心，为生民立命，为往圣继绝学，为万世开太平”。我们的胸怀应比天高，我们的理想应比海阔，将自己的生命融入到国家与民族的血脉中去，这样的人生才会充实，才有意义。

2、 修大德。所谓大德就是要以黎民苍生为已念，做一个有悲悯之心的人。立德树人是学校始终不渝的教育目标，立德也应是同学们毕生追求的做人目标。一个人的生命是有限的，但一个人因道德而迸发出的光辉可传诸永恒。《左传》上说：人世间有三个不朽“太上立德，其次立功，其次立言”可见，立德是精神不朽的第一要义。

3、 敏于学。古希腊哲学家苏格拉底说：“知识即美德”。知识是树立核心价值观的基础，同学们的现在正是读书学习的黄金阶段，我们身处的校园是研习知识的殿堂，我们不要虚度这宝贵时光，多向老师请教，多跟同学探讨，与书籍为伴，与真理同行，还要注意将知识转化为自己的见解，变化为自身的气质，为自己的终生发展打下良好基础，更好地为国家，为人类作出贡献。

4、 重日常。日复一日的日常生活正是树立核心价值观，提升道德素养的最好场所。我们在平时要怀有“存好心，说好话，行好事，做好人”的观念，并将之贯彻到生活中的每一件平常的小事中去，关心身边的人，感恩身边的事，还要有持之以恒的自我反思，这样才能使我们的德业迅速精进，核心价值观才能真正在我们的心里扎根。

同学们，你们现在正象早上八点的太阳徐徐上升，你们精彩的生命历程才刚刚开始，你们的前途将无比明亮，但是希望你们在心中播下善的种子，时时有师长同伴的提点，处处有自我的反省，那我相信假以时日，这颗善的种子一定会生根、发芽、开枝，不仅有益于自身，做个有道德、修养、高尚的人，也能让更多的人享受到和谐社会的恩泽，你们必将会成为一个德才兼备的效实坯子。

>正能量演讲稿四百字左右篇4

正能量这听起来很完美，但问题是怎么样才能让正能量在企业里发挥作用，使员工全力以赴投入到工作中来呢?

“我们已经步入信息时代50年了，但我们的管理还和工业时代一样。”在最近召开的一次经济发展会议上，一位嘉宾发出了这样的感慨，让我倍感震撼。根据我在职业生涯中的数千次商务洽谈的经验，我知道，这完全是实话。

在信息时代，我们的经济更大程度上是由服务所推动的。这种由服务所推动的经济，重要的因素是人，因为人具有认识和解决问题的能力以及创新的能力。一个正能量团队，在工作中拥有毫不动摇的决心。团队成员工作负责，并相信自己能够完成任何摆在面前的任务。每一个人在内心深处都认同团队的愿景、使命以及价值观，因“对共同理想的承诺”，而建立起了牢不可破的团队情谊。他们热爱学习，接受并提出反馈，为了改进团队而分享他们的经验与资源。正能量也许是使团队达到水平的最重要因素。

这听起来很完美，但问题是：“激励员工全力以赴地投入工作的动力，究竟从哪里来?”这是很多经理都没有找到答案的问题。

专注于你的团队

过去20年来，我当过企业老板、培训师、咨询师、执行教练、主讲人、专栏作家，所从事的工作，全都涉及与工作环境有关的问题。我在一些世界500强的企业里和执行、领导团队一起共过事，也和一些中小型企业的经营者及管理团队合作过，所有这些经历，让我对正能量的来源有了了解。它具有四个特点：生产过程无法产生正能量;行政指令无法产生正能量;金钱买不到正能量;无法靠虚构来产生正能量。

想要打造一支充满正能量的团队，你得关注团队里的每一个人，因为正能量恰好存在于他们心中。我刚刚所说，正能量不能被生产，无法强求，用金钱买不到，也不能虚构，它来自于拥有它的人，来自于每一个人，因为每个人都有可能释放出正能量。从这个意义上，如果想创造一支正能量团队，还需要创造一个好的环境。在这样的环境里，你的团队成员有足够的安全感，进而迸发出他们内心珍藏的正能量。

团队是由人构成的，不是由物品构成的。要打造正能量团队，团队的必须了解面对不同的环境时人们将作出何种反应。他必须知道知道什么样的条件可以深深地吸引人们，并让他们变得活跃。也就是说，什么让人们迫切地想要参与进来，什么让人们反感，导致人们离开或者不再参与任何事情。

我们无法强迫员工迸发出正面的能量，因此，团队的必须为正能量的迸发创造好的环境条件。这些环境条件一定要充满养分，或者至少有这样的趋势，和园丁为了使花草茂密生长而创造好的环境没什么不同。

同样，若要在工作上获得好的结果，经理人与团队应该关注他们团队的环境条件，以及团队成员对环境的优先选择。

>正能量演讲稿四百字左右篇5

爱的老师们，亲爱的同学们：

大家上午好!

作为新时代的高中生，肩负着祖国复兴的重任。我们要努力学习文化科学知识，在踏入社会之后可以回报祖国、社会和家庭，做一个真正爱国、爱家、敢于承担责任的人。

作为21世纪的社会一员，我们必须要用充足的科学文化知识来武装自己，学习不仅是响应时代的号召，也是自身成长发展的需要。周总理曾经为中华之崛起而读书。激励了一代又一代有志青年，他为心中这份信念而学习，发展自己，报效祖国。这不仅仅是一个目标，更是一个人学习必要性的体现。学习不仅是充实自己发展自己，更要胸怀天下，为祖国的建设出力。这是我们学习的必要性。

学习需要有一个乐观的、积极向上的、不骄不躁的、不惧困难的良好的心态。有一句话说：“态度决定一切。”有什么样的心态，就有什么样的人生，一个积极向上乐观开朗的人会享受到生活和学习的快乐。反之一个颓废的、不思进取的人，永远不可能有所成就。华罗庚是我国伟大的数学家，他有一次在研究数学题的时候遇到了困难，冥思苦想也没有研究出来。但是他并没有因此而气馁，而是更加努力的去思考，终于在经过许久的思考之后，有了结果。正是由于这种乐观积极，不惧困难的心态。才造就了华罗庚伟大的一生。由此可见，良好心态对于学习的重要性。

对于学习，时间的把握尤为重要。时间是一笔宝贵的财富，珍惜时间就能有所成就有所突破，反之，浪费时间则会一败涂地。我国着名的文学家，思想家，革命家鲁迅先生就是一个珍惜时间的人。他把别人喝咖啡的时间用来看书和学习，他曾说过“时间，就像海绵里的水，只要你挤，总是有的”。在他眼里，时间就如同生命，他说“倘若无端的空耗别人的时间，其实是无异于谋财害命的。”正是因为正确的时间观念，他才成为了一位伟大的文学家。珍惜时间，把握时间，合理利用时间，我们的人生会更加绚丽多彩。

方法是学习中最有力的武器，有一个适合自己的学习方法会在学习上事半功倍，没有一个好的学习方法就犹如在逆水中行舟，困难重重。高斯是德国伟大的数学家，有一次，老师出了一道题，许多人都做不出来，高斯思考了一会儿，另辟蹊径，用另一种方法做了出来。这个例子告诉我们，只要有一个适合自己的方法，就能更容易的走进成功。从而更快捷的走到梦想中的天堂。

学习，使人思维活跃、聪颖智慧;学习，使人增长见识、谈吐不凡;学习，使人心旷神怡、如沐春风。

国旗下的我们，在此刻向国旗宣誓：美好青春，只争朝夕。

谢谢大家，我的演讲完毕!

>正能量演讲稿四百字左右篇6

对于我这样的没有读过大学，又没有机会亲耳聆听名家们演讲，但又很关心时政、关心中国社会昨天、今天、明天如何发展的人来说，读一读《青年中国说》实在是一种满足，也是一种补充。

这本书并不厚重，它的内容是厚重的，每篇演讲稿都能让人开拓视野、启迪心灵，不由得使人豁然开朗，心明眼亮。其中的一些人我平时就曾阅读过他的书，比如熊培云，他的书基本上我全部读过，这次看到他的演讲《这个社会会好吗?》，让人感到很亲切，就象遇到一位熟人一样，无疑他所阐述的“宽容”观点，对于一个充满戾气与仇恨的社会是一种消溶剂。为什么我们的社会中会出现越是“严打”，越会反弹的现象呢，也许道理就在里面。除此之外，还有朱大可、秦晖他们的书我也曾读过。朱大可的《我们能为教育做点什么?》真是一针见血，我们从小就教育成撒谎的孩子，特别在作文中得到了充分的体现，这是每个人都会有过的感受，什么主题呀、中心思想呀，一切都不是由衷地发出，而是为了迎合官方的立场。因此校园中如何确立“自由之思想，独立之精神”这是很重要的，从小学就开始，才能在大学中得到体现，才能培养出具有个性色彩的、创新能力、开拓精神的人。

当然书中每篇文章都值得一读，鄢烈山、章立凡、杨佩昌、邱震海、马勇等，他们就网络时代的公民素质、碎片时代的独立思考、中国的周边安全及挑战、中国近年史的重新认识，以及对德国为什么会民富国强、东欧十年的剧变等话题都做了介绍和反思，通过他们的分析、读解，表面了各自的观点，从而把追求自由、平等、公正的种子撒播在人们心中，特别是青年一代人的心中。

“我们真的无法改变世界，我们能做的只是改变自己。”只有先从改变自己做起，那么社会渐渐地也会得到改变，中国的未来就在改变中展现它的新面貌。

>正能量演讲稿四百字左右篇7

尊敬的各位领导、同志们：

大家好!我叫，来自，这天我演讲的题目是：坚守核心价值观不动摇，倾力报效祖国和人民。

20\_\_年10月19日中央政治局、政法委书记在中央政法委全体会议上，总结了政法工作的探索实践，将政法干警核心价值观概括为“忠诚、为民、公正、廉洁”八个字。八个字承载着党和人民对政法干警的期望，也构成了广大政法干警务必坚持的价值取向。

忠诚就是要坚定不移做中国特色社会主义事业的建设者，做社会主义文化大发展大繁荣的保障者。为民是政法干警的执法理念，要求我们时刻牢记并实践全心全意为人民服务的宗旨。公正是政法干警核心价值观的价值追求，是政法工作的终极目标。廉洁则是政法干警核心价值观的基石，是我们最基本的职业操守。

记得30多年前，党的好干部焦裕禄走进兰考一位老农家时，以前说过一句让后人广为传颂的话：我是您的儿子。短短一句话，跃然而出的是对人民群众的无限深情，更体现的是一颗全心全意为人民服务的挚诚的心。

法官，一个神圣而庄严的职业，曾使多少有志青年为之热血沸腾。从穿上制服的那一刻起，就注定我们与职责、与奉献结下了不解之缘。作为一名新世纪政法干警，我也时刻在提醒自己：要以人为本、公平正义，用心响应时代的召唤，去追求，去探索，去创造，去奉献，去完成时代赋予我们的光荣使命。

几百年来，从铁面无私的包拯，到断案如神的狄仁杰，从明察秋毫的宋慈，到“一枝一叶总关情”的郑板桥，他们的精神总被人们津津乐道。

岁月的长河悠悠流淌，历史的车轮滚滚向前，中国的社会主义法治建设取得了显著的成效，伴随着这个时代到来的一些优秀法官脱颖而出，他们有不计病痛、默默奉献的金桂兰，有公而忘私、定纷止争的黄学军;有尽职尽责、深情大爱的詹红荔，有无限忠诚、心系群众的陈燕萍，一位位优秀的法官，他们以自己对政法事业的赤诚奉献，以他们对法治事业执着的追求，以他们良好的形象，在老百姓的心中铸就了一座又一座不朽的丰碑。

然而，当我们被这些优秀政法干警所深深震撼同时，也遗憾地看到，个别意志薄弱的在欲望中迷失了方向，在公与私、权与利的面前失去了原则，背弃了职业操守，一夜之间沦为了阶下之囚。此刻，反腐倡廉的钟声再度耳畔响起。我们务必时刻牢记“手莫伸，伸手必被捉”的训诫，我们务必清醒认识到腐坏对公平正义的危害。

我们要深深地懂得，法官不仅仅要有较高的文化素质、社会经历、专业知识、业务技能。更为重要的是要具备较高的政治素质和道德水准，有一颗追求公平正义的丹心;有一双洞悉是非曲直、不揉沙粒的慧眼;有超然特立、冷静笃定的性格;有悲天悯人、体恤众生的情怀;有冰清玉洁、慎独自爱的品性;有耐得住寂寞，洗尽铅华的定力。

同志们!我们要坚守政法干警“忠诚、为民、公正、廉洁”核心价值观不动摇，忠于职守、一心为民、刚正不阿、坚决抵住诱惑、守住清贫、耐住寂寞，用浩然正气，昂扬锐气去荡涤那乌烟瘴气。做一名无私无畏、一身正气的执法者，让我们为正义和道义而战，捍卫法律尊严，对祖国人民负责，让天枰永不倾斜，让国徽永放光芒!

演讲完毕，谢谢大家!

>正能量演讲稿四百字左右篇8

尊敬的各位领导、亲爱的同志们：

我演讲的题目是《青春传递正能量》。

曾几何时，我们学会了抱怨，抱怨社会的不公，抱怨人世的冷漠，必须承认，这个世界并不总是那么的美好，我们的人性也并不总是那么的高尚，很多事都曾经一度让人们感到道德的\'迷茫，但当我们看到最美司机吴斌在生命的危急关头，用工作的坚守与责任保卫了他所有乘客的生命安全、最美教师张丽莉为救学生而双腿截肢的感人事迹的时候，我们看到了社会的正能量。

记得刚来办公室不久，就遇上了百年不遇的“7。23”水灾，那时候有打不完的文件，加不完的班，有时几天都没回家了，刚到家，饭都没来得及吃一口，一个电话打来又要加班，感觉自己都快得电话恐惧症了，真觉得自己坚持不下去了，可是看到我们的领导、我们的秘书白天顶着烈日去查灾救灾，晚上回到单位还要加班统计灾情，写汇报材料……白静的脸都被晒成了黑红色，衣服也顾不得穿得如以前整齐，但个个都精神抖数，干劲十足。这就是我身边的正能量。

这么多正能量包围着我们，感染着我们，我们还有什么理由不鞭策自己前行呢!

有位哲人说过：平凡与真情是锻造人生的两件法宝。内心始终保持对生活的热爱，始终用一颗温暖的心去面对人生。积极、乐观、豁达、从容、朴素、简单、宽容、善良……这些都是生命的正能量，任何平凡的岗位都是展示各种才华的舞台。在本职岗位上恪尽职守、埋头苦干，热情工作，这就是我们的正能量。或许你被别人踩脚后的一个微笑，在公交车上给老人让座的一个不经意的举动，正是你孩子眼中最好的文明范本;再或许你孝敬父母、真诚待友、诚实守信、努力工作的样子都是你孩子心中的正能量。

所以请唤醒自己的正能量，尽情释放自己的正能量吧，世界将会因为我们的正能量而变得更加美好!

谢谢大家!

>正能量演讲稿四百字左右篇9

亲爱的同学们：

大家好！

什么是正能量？在我看来，能让你积极有活力的，就是正能量。

一个阳光般和暖的微笑，就能映照出一天彩虹一样的心情，正能量其实很简单，无处不在。简而言之，能让你激动并振奋的，那就是你所需要的——正能量！

这种本是精神层面的东西如今也慢慢的实化起来，科学研究表明，快乐的时候能分泌促进新陈代谢的物质，正能量能有助于我们的健康。诚然，乐观开朗本来就是健康的一部分，有一个充满正能量的积极向上的态度，总是有益无害的。

而反观现实，冷漠似乎已经成为我们的一种习惯，我们可以对一个被车碾过的小孩视若不见，也可以对因路滑而滑到在街上的老人熟视无睹，负面的能量似乎在暗中隐隐涌动，汇集。如果没有正能量，万物枯萎，动力机都会停下，人类更是无法生存。对于我们来说，正能量并非维持生命，而是给予我们一种乐观积极的人生态度和爱的力量。这种正能量是能传递的。

是的！我们需要正能量，给自己充满正能量，给社会传递正能量！

如何找寻正能量呢？也许我们可以从他认出获得，但是整日靠他人“接济”未来的正能量又何能缓解现代都市的压力，况从生物学的角度来说，能量在传递过程中会不断损耗。自己动手，丰衣足食。事实上正能量也正是这样藏匿于我们的眼皮底下：也许就溶在一杯咖啡里面，也许就隐于一行优雅的诗句里，也许就呆呆地在每个慵懒闲适的恰到好处的午后等着我们。不同于真正意义上的能量，正能量并非与什么东西是此消彼长的关系，所以只要我们想就可以创造出无止境的正能量，从别人出汲取，不如自己创造。

可有的人总爱抱怨说，我的上司太苛刻了，我的老师太严厉了，我的父母一点都不关心我的想法，总之我的环境整个儿一个都是负的，我何去寻找正能量？与积极乐观的人交往能感受到他们传递给你的正能量。正能量还包括了爱与奉献，传递爱也是正能量传递的一种形式。把能量继续传递下去，我相信你一定会生活在一个积极快乐的环境里。

如果不能适应它，那就尝试去改变它吧。培根说：“如果你有一份快乐，你将它告诉别人，那么你将拥有双份的快乐。”所以，不要吝啬你的正能量，将他释放出去，你将拥有更多的正能量，所以从今天起，给上司一个微笑，给你的老师一份赞许，赠你父母一个拥抱，慢慢的，也许你就会发现，你和你的周围充满了正能量。

如果每个人都如此的去做，正能量就将会像太阳一样散射出去，也许我们再看到路边无助的老人，寒夜里啼哭的幼崽，我们就都会伸出一只手。这样乌托邦式的世界将会是何等的有意义，有快乐？

>正能量演讲稿四百字左右篇10

在中国，年都在问：你幸福吗?说法不一，但是，大多数人是幸福的。我也很幸福：全家人都健康快乐!吃穿不愁!工作顺利!这就足矣!年都在倡导“中国梦、我的梦”。

梦想，一个让人振奋却又历尽千辛万苦的词语，一份放在心口落在实处的重任。梦想是我们每个人不断追寻的人生高度，是我们不断进步的方向。细数生活的点滴，历史的的永恒，古往今来书写奇迹篇章的总是来源于梦想那一撮小小的火苗。

走出校门四年来，我在每天的工作中，学习中，书本中……

秉承着“把握方向，注重细节的要求”，不断提高自己，完善自己，岁月给我的不仅是人生的感悟，更是实现自我价值的满足。四年了，看着经过千千万万个普通人的努力，我们生活的城市一点一滴在变化：南宁—东盟经济圈的建成、从绿城到水城的不断创新、琅东从荒芜到繁华……

站在城市的高楼中，看着这点滴累积却翻天覆地的变化，我感到了一丝温暖，不断进步南宁让我明白我们南宁人都在一步一个脚印地追梦，也让我更深刻的明白实现梦想的力量，就蕴藏在我们每个人对美好生活的向往里。

就像伟大的文学家泰戈尔说的那样：“上帝对于庞大的王国逐渐心生厌恶，但从不厌恶那小小的花朵。”大到“神九”上天、“蛟龙”入海、超级杂交水稻诞生、北京奥运会成功举办，小到公交司机开好每一趟车、教师上好每一堂课、快递员送好每一份邮件、清洁工清扫每一寸街面……

无论是平凡岗位上的日常工作还是重大的创造性劳动，每一次成功、每一次转变都来源于每个人脚踏实地，认真负责，辛勤付出。现今祖国伟大的复兴之路艰辛却成效显著，经济强国、体育强国、军事强国让国人倍感幸福和自豪，这都离不开每个人心中酝酿的小小梦想。就在新一届中央领导集体首次亮相的当天，奇虎360创始人周鸿祎发表了一条关于未来十年梦想的微博，“我希望未来年不是一个拼爹的时代”，迅速引发了海啸般的回应，民生、民主、公平是大家迫切的愿望也表达了大家对美好生活的向往和坚定的信念，[莲山课 件 ]也正是这些愿望让祖国的复兴之路如此真实，如此坚定。作为新一代的年轻人，作为正在为梦想耕耘的80后，我摩拳擦掌为走上更美好的未来不断努力着!

伟大的梦想必须落实到每个小小的梦想上，才能常开常新、永葆活力。“我们的人民热爱生活，期盼有更好的教育、更稳定的工作、更满意的收入、更可靠的社会保障、更高水平的医疗卫生服务、更舒适的居住条件、更优美的环境，期盼着孩子们能成长得更好、工作得更好、生活得更好。人民对美好生活的向往，就是我们的奋斗目标。”已经指出中国梦的努力方向，落实中国梦，不妨从每个小小的梦开始。

中国梦需要传递正能量，我们要往前看、看社会的主流。虽然社会中的各行各业还存在着这样那样的坏现象，但是社会的主流是往好的方向发展的，我们要有战胜一切困难的信心，相信明天会更好!我们每一个人都有义务宣传正能量，你、我、他都这样去做，社会能不进步吗?

社会风气能不转变好吗?作为教育工作者首先要教育学生坚定不移的做到：“一个生存、两个不出卖、三个爱”。即：一个生存就是要珍惜生命、提高生存本领。无论遇到什么样的困难及环境，都要努力的生存下去、努力奋斗、相信自己。两个不出卖就是到任何情况下都不出卖祖国、不出卖良心。三个爱就是你可以谁都不爱，但一定要爱自己、爱亲人、爱家乡。

>正能量演讲稿四百字左右篇11

各位老师、同学们：

大家下午好

有个女孩，在月台上追赶一张被风吹飞了的纸。热心的人们看见她万分焦急的样子，以为那是一张对她十分重要的纸，便纷纷加入追赶的队伍，可那张纸仿佛要存心捉弄大家，飞起又落下，落下又飞起来，像附了魂一样。越是这样，女孩追它的决心就越大。

终于，在众人的努力下，那张纸乖乖地就范了。那个追到纸的人，得意地将战利品递给女孩。女孩优雅地向大家道谢，然后拿着纸在众目睽睽之下走到一个垃圾筒跟前，将它塞了进去，回过身，她微笑着对大家说：好了，现在它终于去了它该去的地方。

故事讲到这里，也许你会诧异于女孩的举动，也许你会怀疑于故事的真实。好了，先放下这些都不说，同学们，让我们闭上眼睛一同想象：在我们的周围，在我们的身边，是否有垃圾从同学的手中滑落，成为路面上醒目的感叹号?是否有随手丢弃的塑料袋在风中“翩翩起舞”?是否会在厕所洁白的墙壁上看到几个刺眼的脚印?

同样的，在你的周围，是否有人大声叫嚷，让你的耳膜阵阵发聋?是否有人口出脏话，污言秽语，招来人们鄙视的目光?是否有人唏嘘起哄，吹口哨，叫人不可思议，令人费解?

当发生这一切的时候，在它们主人的身上其实是丢掉了一样东西，那就是文明——几千年来中华民族宝贵的精神财富。这财富世代相传，它应该在你的身边：她是路上相遇时的微笑;是同学有困难时的热情帮助;是平时与人相处时的亲切与关怀;是不小心撞到对方时一声“对不起”;是自觉将垃圾放进垃圾箱的举动;是看到有人随地吐痰、乱扔乱撂时的主动制止;是走廊内的轻声慢步;是宿舍里暖融融的家的感觉。它是一种品质，一种修养，一种受人尊敬的并被大家广泛推崇的行为。

绿树红花，朗朗的读书声，暖人的话语，整洁的仪表，那是一幅美丽的画面。所以当有人离文明远去的时候，请你温馨地提醒他：你掉了一样东西。

>正能量演讲稿四百字左右篇12

什么是正能量?在我看来，能让你积极有活力的，就是正能量。

一个阳光般和暖的微笑，就能映照出一天彩虹一样的心情，正能量其实很简单，无处不在。简而言之，能让你激动并振奋的，那就是你所需要的——正能量!

这种本是精神层面的东西如今也慢慢的实化起来，科学研究表明，快乐的时候能分泌促进新陈代谢的物质，正能量能有助于我们的健康。 诚然，乐观开朗本来就是健康的一部分，有一个充满正能量的积极向上的态度，总是有益无害的。

而反观现实，冷漠似乎已经成为我们的一种习惯，我们可以对一个被车碾过的小孩视若不见，也可以对因路滑而滑到在街上的老人熟视无睹，负面的能量似乎在暗中隐隐涌动，汇集。 如果没有正能量，万物枯萎，动力机都会停下，人类更是无法生存。对于我们来说，正能量并非维持生命，而是给予我们一种乐观积极的人生态度和爱的力量。这种正能量是能传递的。

是的!我们需要正能量，给自己充满正能量，给社会传递正能量!

如何找寻正能量呢?也许我们可以从他认出获得，但是整日靠他人“接济”未来的正能量又何能缓解现代都市的压力,况从生物学的角度来说，能量在传递过程中会不断损耗。自己动手，丰衣足食。事实上正能量也正是这样藏匿于我们的眼皮底下：也许就溶在一杯咖啡里面，也许就隐于一行优雅的诗句里，也许就呆呆地在每个慵懒闲适的恰到好处的午后等着我们。不同于真正意义上的能量，正能量并非与什么东西是此消彼长的关系，所以只要我们想就可以创造出无止境的正能量，从别人出汲取，不如自己创造。

可有的人总爱抱怨说，我的上司太苛刻了，我的老师太严厉了，我的父母一点都不关心我的想法，总之我的环境整个儿一个都是负的，我何去寻找正能量? 与积极乐观的人交往能感受到他们传递给你的正能量。正能量还包括了爱与奉献，传递爱也是正能量传递的一种形式。把能量继续传递下去，我相信你一定会生活在一个积极快乐的环境里。

如果不能适应它，那就尝试去改变它吧。培根说：“如果你有一份快乐，你将它告诉别人，那么你将拥有双份的快乐。”所以，不要吝啬你的正能量，将他释放出去，你将拥有更多的正能量，所以从今天起，给上司一个微笑，给你的老师一份赞许，赠你父母一个拥抱，慢慢的，也许你就会发现，你和你的周围充满了正能量。如果每个人都如此的去做，正能量就将会像太阳一样散射出去，也许我们再看到路边无助的老人，寒夜里啼哭的幼崽，我们就都会伸出一只手。这样乌托邦式的世界将会是何等的有意义，有快乐?

一个充满正能量的世界!

阳光温热，岁月静好，我有一所房子，面朝正能量，春暖花开。

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！