



编者按

## “关于快乐”的演讲稿

作家马德曾说过这样一段话：我慢慢明白了我为什么不快乐，因为我总是期待一个结果。看一本书期待它让我变深刻，节食、游泳期待它让我一斤斤瘦下来，发一条短信期待它被回复，对别人好期待被回待以好……可是小时候也是同一个我，用一个下午的时间看蚂蚁搬家，等石头开花，那时候不期待结果，那时候哭笑都不打折。

三位学生关于“快乐”的演讲稿，从不同角度体现了他们对“快乐”的认识与思考。



### 淡泊做事 快乐人生

哈九中高二 吴桐

亲爱的同学们：

大家好！身处21世纪，科技发展迅速，快节奏的生活让人们过于追求结果，将“淡泊”二字完全抛在脑后，人们也越来越感受不到快乐。所以我今天演讲的题目是《淡泊做事 快乐人生》。

心无淡泊，过分追求，难尝快乐。

快时代，快节奏，人们过分看重事情的结果，不断追求名与利，殊不知，已将快乐的“赌注”全部押在了结果上，倘若事情取得了成功，从心底油然而生的不是真正的快乐，而是“赌博”成功的解脱，是未辜负努力追求的侥幸。“只有抛弃功利之心做一件事，这件事才是完美的”。我们越抛弃淡泊，越有功利之心，成功后的快乐越难领会。

心无淡泊，预期高，目标大，难以成功，快乐之感荡然无存。

当我们立下长远目标时，快乐的那份“赌注”变得更加难以“回本”。倘若目标破灭，成功远离我们，唯一让人快乐的事物消灭了，我们又怎能不自怨自艾。下一次只能定更高目标来弥补，赌注更大，淡泊之心荡然无存，快乐也随之而去了。

守护心中那份淡泊，不追求结果，从过程中享受快乐人生。

“科学家们对所从事的工作舍弃了功利之心”。居里夫人看轻名誉，让孩子随意摆弄奖牌；竹林七贤，归隐田间，饮酒作赋，游山玩水，终为后人景仰；李清照与赵朋成饮茶作诗，终写出第一部考古学专著

《金石录》。他们始终坚守那份淡泊，从不追名逐利，不在结果上构建过高心理预期，快乐自然常在，成功又怎么会消失？殊不知，快乐来自过程，过程中的收获岂不也是一种结果，这样最后是否成功就不那么重要了，快乐也就到来了。

当然，淡泊不等于无欲无求、不努力。看淡事情结果，不等于不追求努力做事的过程。倘若我们不努力，把淡泊当做借口，在该拼搏时用淡泊当挡箭牌，虚度光阴，没有收获，又怎会快乐呢？

所以，让我们淡泊为人处世，学习陶渊明“采菊东篱下，悠然见南山”的心境，成就快乐人生吧。我的演讲到此结束，谢谢大家。

### 淡泊人生 享受快乐

哈九中高二 王嘉慧

亲爱的同学们：

大家好！我今天演讲的主题是《淡泊人生 享受快乐》。在如今日新月异的社会，人人都行色匆匆，追逐着自己的目标，寻找着自己的快乐。然而，过高的期待反而使好结果“贬值”，让快乐成了奢侈品。只有看淡得失，才更易收获快乐心情。

不以物喜，留一方童真于心田，方生怡悦之根。

“天下熙熙皆为利来，天下攘攘皆为利往”。社会中有些人以名利为自己的毕生追求，奔波劳碌，无所收获，也丢失了自己最纯净的那一份快乐，丢失了童年时的纯真。作家马德曾说：“小时候也是同一个我，那时候不期待结果，那时候哭笑都不打折。”诚然，随着人们年岁渐增，欲求也日益增多，当能力无法支撑野心时，人们也就再难快乐，而世间又有多少人有着陶渊明“采菊东篱下，悠然见南山”的意境，李白“千金散尽还复来”的洒脱？此般至真至纯，可谓与孩童无异。

不以物悲，筑一面铁甲于心房，方长怡悦之叶。

沧海桑田，日月变迁，各代王朝皆可覆灭于弹指间，相比之下，个人暂时的得失则显得不足挂齿，也不值得为此而失去寸金寸玉的快乐了。当有人为了失去的钱财而苦恼时，钱学森却能视金钱如粪土；当有人为失去官职而焦头烂额时，居里夫人却可以说“荣誉就像玩具，只能玩不能一直守着它”。人们失去的外物都是有价的，而快乐却是无价的，决不应本末倒置，最终因小失大。

看淡人生，却应认清时机，把握尺度。

人们在不同阶段有不同的阶段任务，若正值年少，本应全力拼搏，为自己博得光明未来；看淡人生，不为之奋斗，只会自毁前程。只有在合适的时机，淡泊外物，才能增加自己的快乐。若身处老年，却仍热衷于追名逐利，则不免奔波劳苦，且事半功倍。进一步，可海阔天空，也可身坠峡谷；退一步，可柳暗花明，也可万劫不复，而这其中的尺度，需我们自己去把握。

看淡人生，不以物喜或悲，保持内心的纯真，才是永远快乐的关键。

祝大家能守住自己的纯真，永远快乐。

教师点评

此文是篇内容充实又极具启发性的好文章。构思新颖，结构严谨，用典丰富，语言优美。开篇将快乐以奢侈品作比，点明快乐的来之不易。文中引用《岳阳楼记》中的经典诗句发起分论，阐释了淡泊明志于快乐的重要意义。文末抒真情发真论，气势贯通，堪称美文。

哈九中语文教师 王珀

教师点评

此文堪称考场优秀范文。开头部分观点简洁有力；主体部分展开充分论证，说理透彻，思辨性强；结尾总结扣题，很好地展现了当代青年学生的写作能力和语言驾驭能力。全文中心突出，分析到位，可圈可点。

哈九中语文教师 王珀

### 无期待 自然快乐

哈九中高二 常智德

亲爱的同学们：

大家好！我演讲的题目是《无期待 自然快乐》。

小的时候，我们的快乐十分单纯，无论是“蚂蚁搬家”还是“石头开花”，都能激发我们幼小的好奇心。但随着我们长大，成熟的思想一点点地将我们填充成了现实的人，我们开始追求回报。但回报总有限度，我们也因此失去了那些快乐的瞬间。这样的变化皆出于对结果的期待。因此，若想要快乐地生活，我们就不能只期待结果，而是要着眼于事物本身。

追寻快乐的终点并非路的尽头，而是在它的中央，而热爱能够化为灯塔，引领你走向真正的快乐。培养对于某方面的爱好可以让你更加关注事物本身。作家二月河因热爱执笔，书写历史的乐章，他不在乎自己的文字能够换来多少名誉和金钱，而是单纯地享受在文字中遨游的快乐。无独有偶，知名作家刘慈欣也一样如此，名声大噪的结果对他们没有吸引力，只有写作过程本身才能带给他们无限的快乐。对过程的追求，化为《康熙大帝》《三体》这样的优秀作品，并带给他们真正的快乐。

过程的乐趣是清淡而持

久的，相比短暂的结果，过程才能更让人陶醉。因此，快乐的根源来自过程，想要在生活中寻求快乐，则必须追求过程的积淀。事实上，如果对一件事真正地抱有热爱，那么在最后，收获的快乐大多是过程中积累乐趣的释放，结果的快乐大部分来自过程。玩乐如此，学习亦然。我们应享受解题时在数字的海洋中遨游的畅快，在文字的银河中穿梭的自由。

专注于事物本身，需要对其结果抱有平淡的态度，也就是所谓的“不求回报”。回报带给我们的快乐远不如过程。钱钟书能在劳累中获得快乐的原因，正是因为他研究与论证不是为了金钱，而是为了带给自己精神上的满足，给国家带来繁荣。这样的目的让他不去在意回报，而是专注于研究过程中的获益。因此，从事物本身获取快乐，需要自身不追求回报。

快乐如同珍贵的宝石，它带给我们生活的动力。在过程中，在奋斗与拼搏、痛苦与坚持的每一个瞬间，快乐都藏匿于其下。而我们要寻找的便是这些诞生于过程中的、来自事物本身的快乐。

我的演讲到此结束，谢谢大家。

教师点评

这篇作文论证了“快乐来源于没有期待”。文章开篇，通过事例对比分析，作者得出了观点。文章正文部分通过三个分论点来论述如何获得快乐的生活；文章最后，作者再次点题。文章在论证时运用了举例论证、道理论证、比喻论证等方式，论证清晰，结构严密，语言严谨且富有文采。

哈九中语文教师 王昭琪



《爱猫的女人》 哈花园小学二年级 李沫萱



爱写作的你

投稿要求：一、作品字数在300-800字之间，题材不限，配发100字以内的教师点评。二、作品立意积极向上，富有时代气息。三、将作品注明姓名、年级、学校及联系方式，发至信箱22354430@qq.com即可。四、扫描并添加

下方二维码，注明学校+年级，获悉更多发稿信息。

