最新舞蹈演员个人总结(精选5篇)

总结的选材不能求全贪多、主次不分，要根据实际情况和总结的目的，把那些既能显示本单位、本地区特点，又有一定普遍性的材料作为重点选用，写得详细、具体。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的总结吗？下面是我给大家整理的总结范文，欢迎大家阅读分享借鉴，希望对大家能够有所帮助。

舞蹈演员个人总结篇一

转眼之间，一年的实习期即将结束，回顾这一年的实习工作，感触很深，收获颇丰。这一年，在领导和同事们的悉心关怀和指导下，通过我自身的不懈努力，我学到了人生难得的工作经验和社会见识。我将从以下几个方面总结舞蹈表演岗位工作实习这段时间自己体会和心得：

在舞蹈表演岗位工作的实习过程中，我始终把学习作为获得新知识、掌握方法、提高能力、解决问题的一条重要途径和方法，切实做到用理论武装头脑、指导实践、推动工作。思想上积极进取，积极的把自己现有的知识用于社会实践中，在实践中也才能检验知识的有用性。在这两个月的实习工作中给我最大的感触就是：我们在学校学到了很多的理论知识，但很少用于社会实践中，这样理论和实践就大大的脱节了，以至于在以后的学习和生活中找不到方向，无法学以致用。同时，在工作中不断的学习也是弥补自己的不足的有效方式。信息时代，瞬息万变，社会在变化，人也在变化，所以你一天不学习，你就会落伍。通过这一年的实习，并结合舞蹈表演岗位工作的实际情况，认真学习的舞蹈表演岗位工作各项政策制度、管理制度和工作条例，使工作中的困难有了最有力地解决武器。通过这些工作条例的学习使我进一步加深了对各项工作的理解，可以求真务实的开展各项工作。

在舞蹈表演岗位工作中我都本着认真负责的态度去对待每项工作。虽然开始由于经验不足和认识不够，觉得在舞蹈表演岗位工作中找不到事情做，不能得到锻炼的目的，但我迅速从自身出发寻找原因，和同事交流，认识到自己的不足，以至于迅速的转变自己的角色和工作定位。为使自己尽快熟悉工作，进入角色，我一方面抓紧时间查看相关资料，熟悉自己的工作职责，另一方面我虚心向领导、同事请教使自己对舞蹈表演岗位工作的情况有了一个比较系统、全面的认知和了解。根据舞蹈表演岗位工作的实际情况，结合自身的优势，把握工作的重点和难点， 尽心尽力完成舞蹈表演岗位工作的任务。两个月的实习工作，我经常得到了同事的好评和领导的赞许。

从大学校门跨入到舞蹈表演岗位工作岗位，一开始我难以适应角色的转变，不能发现问题，从而解决问题，认为没有多少事情可以做，我就有一点失望，开始的热情有点消退，完全找不到方向。但我还是尽量保持当初的那份热情，想干有用的事的态度，不断的做好一些杂事，同时也勇于协助同事做好各项工作，慢慢的就找到了自己的角色，明白自己该干什么，这就是一个热情的问题，只要我保持极大的热情，相信自己一定会得到认可，没有不会做，没有做不好，只有你愿不愿意做。转变自己的角色，从一位学生到一位工作人员的转变，不仅仅是角色的变化，更是思想观念的转变。

在工作间能得到领导的充分信任，并在按时完成上级分配给我的各项工作的同时，还能积极主动地协助其他同事处理一些内务工作。个人的能力只有融入团队，才能实现最大的价值。实习期的工作，让我充分认识到团队精神的重要性。

团队的精髓是共同进步。没有共同进步，相互合作，团队如同一盘散沙。相互合作，团队就会齐心协力，成为一个强有力的集体。很多人经常把团队和工作团体混为一谈，其实两者之间存在本质上的区别。优秀的工作团体与团队一样，具有能够一起分享信息、观点和创意，共同决策以帮助每个成

员能够更好地工作，同时强化个人工作标准的特点。但工作团体主要是把工作目标分解到个人，其本质上是注重个人目标和责任，工作团体目标只是个人目标的简单总和，工作团体的成员不会为超出自己义务范围的结果负责，也不会尝试那种因为多名成员共同工作而带来的增值效应。

一年来，我虽然努力做了一些工作，但距离领导的要求还有不小差距，如理论水平、工作能力上还有待进一步提高，对舞蹈表演岗位工作岗位还不够熟悉等等，这些问题，我决心实习报告在今后的工作和学习中努力加以改进和解决，使自己更好地做好本职工作。

针对实习期工作存在的不足和问题，在以后的工作中我打算做好以下几点来弥补自己工作中的不足：

1.做好实习期工作计划，继续加强对舞蹈表演岗位工作岗位各种制度和业务的学习，做到全面深入的了解各种制度和业务。

2.以实践带学习全方位提高自己的工作能力。在注重学习的同时狠抓实践，在实践中利用所学知识用知识指导实践全方位的提高自己的工作能力和工作水平。

3.踏实做好本职工作。在以后的工作和学习中，我将以更加积极的工作态度更加热情的工作作风把自己的本职工作做好。在工作中任劳任怨力争“没有最好只有更好”。

4.继续在做好本职工作的同时，为单位做一些力所能及的工作，为单位做出自己应有的贡献。

舞蹈演员个人总结篇二

时光荏苒□20xx年很快就要过去了，回首过去的一年，内心不禁感慨万千。从20xx年3月份入职到年末、这一年的工作一幕

幕的在眼前闪过。在领导们的关怀和指导下，在同事们的互相关爱与工作配合下，在工作实践和学习中、这一年就此告一段落了。以下是我在这一年终的工作总结。

我是20xx年3月份有幸被九通衢公司录用入职的，就职后、因个人专业知识比较短浅加之知识丰富性更是不够，所以在公司勤奋苦干，以求可学习检测知识，幸运的转正成为公司员工中的一员。在公司桥梁检测地铁部担任桥梁检测的工作，至今已有十个多月了。

这一年来，从刚入职时对检测工作的渺茫和不懂，到现在领悟了部分仪器的操作，这一切离不开领导们和同事们的关心和指导。从最初刚接触到樱花西桥、把我领入了桥梁检测的领域，到后来春夏之季白石桥下那些日子的艰苦奋斗，师傅李福顺、耐心且严格的教导下，在一次次一步步地磨练中受益到了不浅的知识。在后来接触的、陶然桥、广安门天桥、学院路三座天桥、中关村与成府路五座天桥、等等…又加强了我对桥梁检测行业的认识和学习。因自己所学与桥检专业跨度较大、知识尚浅，所以在工作方面领导们更是仁义至极，对我的尺度放宽，让我在工作和学习中获益不浅、动力十足。

后来公司又让我接触了许多桥梁检测的任务，例如：东单通道、安慧立交桥与安慧人行通道的检测工作，还有金融街旁月坛桥的检测工作，还有在寒风中让我和同事可以有机会并肩战斗两个通宵、记忆尤深的艰巨任务天宁寺桥，到后来的建安桥、卫星天桥、从建造中到铺平后高梁桥，还有西直门立交桥的检测工作、中关村一号桥、等等…还有很多让我学习和检测工作过的桥梁就不一一陈述了。

我和同事们在地铁□xx号线、4号线、直径线、还有人行通道与热力管线工程挖掘工作旁的桥梁间排回着，作着桥梁观测的工作。

虽然努力接触、学习桥梁检测工作的知识、以丰富自己，从

而更快地跟上工作专业的脚步。但是出错在所难免，有时还因为一时的不清醒、冲动做事和同事发生口角上的冲突，给同事带来了的不快和对工作的不重视、让自己懊悔万分，事后让我也是受益匪浅。因为对专业知识知晓的少之又少，对工作也会带来少许不便。幸好有同事们的细心关怀与指导，领导们的不计前嫌，给与了我不小的信心与动力。

在艰巨的桥检工作过程中、我和同事在放弃平常假期与国假、清明节和国庆节、以求努力完成单位给与的加班任务。大家都认真苦干、做好本职工作，加强学习，尽可能地完成可完成的任务。在勤奋工作中受到了领导和同事们的认可与好评，在工作实践中丰富了桥检工作的知识，使我对桥梁检测的工作和学习领悟又迈上了一个新的台阶。

截止十二月底我和同事们都尽力做好单位所属的桥梁检测工作，为明年工作打下十足稳固的准备和基础。

不知不觉的跨进了20xx年这一新的开端。今后我将更加努力工作，加强学习，实事求是，完成工作所需任务，强化意识，关心同事，关心领导和公司建设，为人生竖立坚实的目标，用苦干回报公司，用知识丰富自己，让自己能在工作和专业知识的领域更上一层楼，从而可以为公司的效益做出更好的贡献。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

舞蹈演员个人总结篇三

一年来鼓楼区舞蹈家协会人员认真学习马列主义□xxx思想□xxx理论，遵守党的路线、方针、政策，遵纪守法，配合区委、区政府中心工作，积极宣传“创业创新”，构建和谐社会的重要思想，努力贯彻xxx的精神，为繁荣我区群众文化活动，做了大量工作。

1、3月2号组织策划“芬芳的节日”鼓楼区迎接国际劳动妇女节100周年大型文艺演出活动，受到上级领导高度好评。

2、3月20号组织节目参加了旅游局主办的狮子桥旅游文化艺术节

4、5月29号山西路市民广场，组织策划了“纪念中国计生协会成立三十周年文艺演出活动。

5、7月份排练、学习业务技能参加技能大赛。

6□20xx年8月25日，在山西路广场我馆组织协调、配合区体育局举办了鼓楼区迎接青奥会大型文体表演。

7、在今年9月—10月举行的第八届鼓楼区社区文化艺术节“激情鼓楼”活动中我们舞协的老师积极参与到其中，组织和编排艺术节的节目。

8□20xx年11月3号舞协组织作品参加家鼓楼区慈善总会的慈善募捐活动。

在鼓楼区如此开阔的平台上，来自全区的鼓楼人都需要一定的文化娱乐活动。为此，我们舞协在区委、区政府、区文联

的带领下先后组织了社区文艺骨干进行舞蹈专业理论技能培训。此次培训理论与实践相结合，为基层舞蹈工作打下了坚实的基础。

1、积极发展会员，目前个人会员已达到100名。

3、组织部分理事成员到上海、广州等地，进行学习交流。

4、紧密联系个事业、企业单位及社区，为其增加舞蹈文化精神建设。

1、由舞协主席江玲老师创作的舞蹈作品《我生长的地方》曾获江苏省第二届大学生艺术展演活动艺术表演类特等奖;“第三届全国校园民族民间舞蹈汇演”活动中大学组特等奖/创作奖;(编创)获首届中国(常熟)江南文化节“江南文化-江南舞蹈奖专业组银奖”;(编创)获全国第二节大学生艺术展演活动艺术表演类乙组一等奖/优秀创作奖;在今年青岛举行的荷花奖校园舞蹈大赛中有获金奖。并入选11月18号在江苏镇江举行的省五星工程舞蹈项目的角逐。

2、由副主席李坚老师组织创作的舞蹈作品《荷儿亲亲》参加南京市少儿舞蹈团队比赛获的好的奖项。

3、舞协秘书长高兰在今年的全南京市业务干部技能大赛中表演的《椅子》获表演银奖。

4、《荷叶儿亲亲》、《红红的中国结□20xx年7月远去德国国际音乐节舞蹈交流演出获的认可资格证书。

5□20xx年10月舞蹈家协会会员编排的作品《鸟看金陵》、《校园的早晨》参加南京市中小学生校园集体舞比赛获南京市一等奖、鼓楼区特等奖。

舞蹈演员个人总结篇四

舞蹈演员作为舞蹈艺术的表现者,其自身修养对于舞蹈演员在舞台上的综合表现具有重要意义。舞蹈演员在舞台上进行表演的过程是一个不断接受新挑战以及不断学习新知识的过程。本文是关于应届毕业生舞蹈演员的工作总结报告，仅供参考。

时间飞逝，又一个学期接近尾声了，回顾一学期的教研组工作，感触很多。在领导的信任与指导下，我接任了舞蹈教研室主任工作，接任这个工作的第一天起感觉肩上多了一份责任，多了一份信任，多了一份动力。从一开始的懵懵懂懂到现在的思路清晰，从杂乱无章到今天的井井有条，我成长了，作为一名幼师人，一名艺术系舞蹈教师，收获最大的是领悟了幼专的精神和魅力，明确了作为幼专人应该具备的素养和情操。下面对本学期工作总结如下：

一、加强业务理论学习转变教育教学观念，为全面推进新课程改革奠定了坚实的基础。本学期我组坚持以德育为核心，以人为本，以课堂教学素质化为基础，积极探索新课程改革，全面提高教育教学质量。舞蹈教研组全组人员积极参加学校政治学习，拥护党的教育方针。关心国事，注意时事动态，积极投身教育改革。能坚持正确的舆论导向，工作中关心爱护学生，注意言行，为人师表。深入学习《课程标准》和《课程标准解读》，把新课程改革做得更好，并且不断加强现代教育理论的学习，积极转变教育教学观念，进一步确立了“一切为了学生的发展”的思想，切实提高自身的理论素养，把实施新课程改革转化为我们的自觉行为，让学生得到充分、全面的发展。

二、加强教研组常规管理，在“严、细、实”上下工夫，向管理要效益。本学期我教研组认真教学并配合教导处加强对各项工作的检查，主要包括：教学常规、备课笔记、听课笔记、进修笔记的检查，作业布置、反馈检查等，情况较好。

做的不足的地方有：对舞蹈教室管理不够、对新教师制度要求不明确。

三、开展各种教学研讨活动，提高教师业务水平。本学期舞蹈教研组全体成员积极参加省内高校等部门组织的毕业生汇报和公开课教学观摩活动，提高了实施新课程的业务能力。注重对提高学生学习兴趣的方法、方式的研究，开展参与式、情景式、互动式的研讨，特别是针对学前教育专业的艺术课程教学策略的研究。

四、丰富校园文化生活，努力营造人文和谐、健康向上的校园文化氛围。这一年里，在舞蹈组每位老师的共同努力下我们顺利完成了各项演出和比赛，并取得优秀成绩。从3月份的孔学堂开学典礼演出到9月份的海峡两岸幼儿教师交流活动，舞蹈组全体教师积极参与，认真负责的排练指导学生。所有演出活动，取得省市领导的一致好评。

经过这一年的共同努力，舞蹈组教学教研工作又上了一个新的台阶，每位教师从教学理念到教育教学方式方法都有较大的改进。当然，我们也不是每件事都做得很完美，能意识到这一点相信在今后的教育教学教研工作中，我们将会更加严格要求自己，争取有更出色的表现，最后，感谢我们舞蹈组每一个位老师对我工作的支持和理解，感谢系领导对我的关心和鼓励，感谢校领导对我的信任和肯定，不断提升自己的能力，做一名优秀教师。

转眼之间，两个月的实习期即将结束，回顾这两个月的实习工作，感触很深，收获颇丰。这两个月，在领导和同事们的悉心关怀和指导下，通过我自身的不懈努力，我学到了人生难得的工作经验和社会见识。我将从以下几个方面总结舞蹈表演岗位工作实习这段时间自己体会和心得：

一、努力学习，理论结合实践，不断提高自身工作能力。

在舞蹈表演岗位工作的实习过程中，我始终把学习作为获得新知识、掌握方法、提高能力、解决问题的一条重要途径和方法，切实做到用理论武装头脑、指导实践、推动工作。思想上积极进取，积极的把自己现有的知识用于社会实践中，在实践中也才能检验知识的有用性。在这两个月的实习工作中给我最大的感触就是：我们在学校学到了很多的理论知识，但很少用于社会实践中，这样理论和实践就大大的脱节了，以至于在以后的学习和生活中找不到方向，无法学以致用。同时，在工作中不断的学习也是弥补自己的不足的有效方式。信息时代，瞬息万变，社会在变化，人也在变化，所以你一天不学习，你就会落伍。通过这两个月的实习，并结合舞蹈表演岗位工作的实际情况，认真学习的舞蹈表演岗位工作各项政策制度、管理制度和工作条例，使工作中的困难有了最有力地解决武器。通过这些工作条例的学习使我进一步加深了对各项工作的理解，可以求真务实的开展各项工作。

二、围绕工作，突出重点，尽心尽力履行职责。

在舞蹈表演岗位工作中我都本着认真负责的态度去对待每项工作。虽然开始由于经验不足和认识不够，觉得在舞蹈表演岗位工作中找不到事情做，不能得到锻炼的目的，但我迅速从自身出发寻找原因，和同事交流，认识到自己的不足，以至于迅速的转变自己的角色和工作定位。为使自己尽快熟悉工作，进入角色，我一方面抓紧时间查看相关资料，熟悉自己的工作职责，另一方面我虚心向领导、同事请教使自己对舞蹈表演岗位工作的情况有了一个比较系统、全面的认知和了解。根据舞蹈表演岗位工作的实际情况，结合自身的优势，把握工作的重点和难点， 尽心尽力完成舞蹈表演岗位工作的任务。两个月的实习工作，我经常得到了同事的好评和领导的赞许。

三、转变角色，以极大的热情投入到工作中。

从大学校门跨入到舞蹈表演岗位工作岗位，一开始我难以适

应角色的转变，不能发现问题，从而解决问题，认为没有多少事情可以做，我就有一点失望，开始的热情有点消退，完全找不到方向。但我还是尽量保持当初的那份热情，想干有用的事的态度，不断的做好一些杂事，同时也勇于协助同事做好各项工作，慢慢的就找到了自己的角色，明白自己该干什么，这就是一个热情的问题，只要我保持极大的热情，相信自己一定会得到认可，没有不会做，没有做不好，只有你愿不愿意做。转变自己的角色，从一位学生到一位工作人员的转变，不仅仅是角色的变化，更是思想观念的转变。

四、发扬团队精神，在完成本职工作的同时协同其他同事。

在工作间能得到领导的充分信任，并在按时完成上级分配给我的各项工作的同时，还能积极主动地协助其他同事处理一些内务工作。个人的能力只有融入团队，才能实现最大的价值。实习期的工作，让我充分认识到团队精神的重要性。

团队的精髓是共同进步。没有共同进步，相互合作，团队如同一盘散沙。相互合作，团队就会齐心协力，成为一个强有力的集体。很多人经常把团队和工作团体混为一谈，其实两者之间存在本质上的区别。优秀的工作团体与团队一样，具有能够一起分享信息、观点和创意，共同决策以帮助每个成员能够更好地工作，同时强化个人工作标准的特点。但工作团体主要是把工作目标分解到个人，其本质上是注重个人目标和责任，工作团体目标只是个人目标的简单总和，工作团体的成员不会为超出自己义务范围的结果负责，也不会尝试那种因为多名成员共同工作而带来的增值效应。

五、存在的问题。

几个月来，我虽然努力做了一些工作，但距离领导的要求还有不小差距，如理论水平、工作能力上还有待进一步提高，对舞蹈表演岗位工作岗位还不够熟悉等等，这些问题，我决心实习报告在今后的工作和学习中努力加以改进和解决，使

自己更好地做好本职工作。

针对实习期工作存在的不足和问题，在以后的工作中我打算做好以下几点来弥补自己工作中的不足：

1.做好实习期工作计划，继续加强对舞蹈表演岗位工作岗位各种制度和业务的学习，做到全面深入的了解各种制度和业务。

2.以实践带学习全方位提高自己的工作能力。在注重学习的同时狠抓实践，在实践中利用所学知识用知识指导实践全方位的提高自己的工作能力和工作水平。

3.踏实做好本职工作。在以后的工作和学习中，我将以更加积极的工作态度更加热情的工作作风把自己的本职工作做好。在工作中任劳任怨力争“没有最好只有更好”。

4.继续在做好本职工作的同时，为单位做一些力所能及的工作，为单位做出自己应有的贡献。

在即将结束的一年里，在剧团领导和各位同仁的关心和支持下，我顺利完成了剧团交给我的各项任务，下面就将我一年的工作总结汇报如下，敬请大家批评指正。

一、学习理论提高政治思想素养。

一年来我始终把提高自身政治素质放在首位，持之以恒地学习马列主义、毛泽东思想、邓小平理论和三个代表重要思想，并坚持理论联系实际把学习理论与提高观察分析问题的能力结合起来，注重从政治上、全局上观察、分析和处理问题与文艺工作实际结合起来，提高自身修养。

二、不断学习，力争高效完成工作任务。

未来的竞争实质就是学习的竞争，谁学习得更快、理解得更深，谁就会走在发展的前列。在竞争日趋激烈的今天，职场人面临着社会、技术高速发展和高频变革的挑战，面临着更新观念和提高技能的挑战，因此要建立终生学习的目标。因此我在工作的闲暇之余，通过网上查找、浏览专业刊物、观看光盘等方式进行自我学习与提高，从不懂到懂，直到成为专业能手。

三、搞好同事关系，促进共同提高。

要做好一项工作，经常要与别人合作，在取得成绩之后，要求共同分享，切忌处处表现自己，将大家的成果占为己有。提供给他人机会、帮助其实现生活目标，对于处理好人际关系是至关重要的。替他人着想还表现在当他人遭到困难、挫折时，伸出援助之手，给予帮助。良好的人际关系往往是双向互利的。要抽时间和同事打成一片。培养自己多方面的兴趣，以爱好结交朋友，也是一种好办法。另外，互相交流信息、切磋自己的体会都可融洽人际关系。所有的人都需要不断的学习和实践、才能臻于娴熟。

四、有付出就会有成绩。

1、今年是县60周年大庆之年，遵照县委县政府的要求，由歌舞团担任60周年县庆专场演出，整台晚会得到了领导以及社会各界的好评，我很荣幸参加了这次演出，在晚会当中演唱了钱团长作词，马德明作曲的《阿米噶卓》以及六人组合唱《白牦牛的故乡》。

2、后半年，歌舞团又新作了几首反映华锐大地的歌曲，由钱团长作词作曲的《美丽的华锐喜姆》旋律优美，歌词动人，我也很庆幸演唱了这首歌曲，虽然还没达到最美，但是我也从中慢慢发掘了自己真正的声音，同时也有助于我更好的去处理新歌曲，从而提高自己的演唱水平。

五、一点建议。

对于声乐歌手来说，除了去模仿歌手演唱之外，还要尝试演唱新作品，以便真正发现属于自己的声音，这样会更有助于找出自己声音的缺陷之处，努力克服，才能唱出自己最美的歌声。

舞蹈演员个人总结篇五

“她为我营造气氛，供我表演。”

——题记

表演的很是富有情趣，可是却并没有触动那个人的心。原因是技艺太拙劣，可是好像也和她没有什么关系。

带着面具，脱口而出的是虚伪的话，反正回不去，也已经没有能力遮挡我的虚伪了。

无声无息的远去，反正我也没有怨言，至少是在表面。也未曾检验过自己的内心，是不是真的不在意这个故事，关于我的故事，关于这段感情的故事。

失去了灵魂的支柱，那么我还能怎么去挽回，或许只能默默接受，内心有苦默不作声，原因是因为我的虚伪，可是我戴着面具，是为了不希望失去我灵魂上的支柱，可是没有什么价值。

反正我终究在你眼里是个演员，那我就在你我都清楚的情况下演到最后，因为我虚伪，所以我不见得尴尬。哄你开心，是我最快乐的时光。

生活，不仅仅只是欲望和梦想，还有身边的她。依靠的

太过分，就摘不掉面具了，既然如此，那就带着吧，反正都明白。

无言的分离，是最好的结局，双方都不显得尴尬。不戳破对方的不堪，是最好的告别。

演员的职责是表演技艺而让观众开心，让观众捧高自己。出色的演员，技艺高超，可以带引观众与他一同入戏；演技拙劣的演员，观众还没有入戏，自己却早已入戏。而我，属于第二种演员。

谎言重复一千遍就是真理。自己的虚伪自己当成了现实，可是却并没有意识到旁人早已看破。

感情的火焰熄灭，天色大变，落地的冰雪，寒冷，谁来为我雪中送炭，谁在保护我，谁来听我诉说悲苦。

反正我是个演员，我只管表演，我没有感情，也没有所谓的心灵，更没有尊严。我只是个戴面具的伪装者。

我的灵魂支离破碎，再次忆起，又是一次心灵上的重创，徘徊在自己的精神里，何时才得以释然，何时我才能摆脱这些悲苦，何时才能重新做回我自己，我无时无刻不在挣扎。

不论再重演多少次，那一刻已经成为定数，永远无法挽回。回忆再美好又怎样？可以回到曾经吗？这是痴人说梦的事情。

我孤芳自赏，可又有谁真的看出了我为什么这样子。反正我只是个演员，是个旅人，至少对你而言是这样。随你吧，反正整个世界看似与我无关，我又何必念念不忘。

我以为找到了归宿便可以无所畏惧，未知的诡异光芒却时不时的映照在我眼前，让我不会忘记这些。曾经对你的好，

得到的，是一盆冷水。曾经的期盼，如今让我大哭一夜，我还在逞强，因为我不想暴露我虚伪的那一面。何日可以摘掉这个面具，让我看上去普通一点，不要再让我高傲，不要再让我装模作样。

反正我也无所谓，怎么演下去，我已经不知道了，怎么再伪装下去，我也找不到了。如果说你我的分离，可以让我摘掉这个困扰我已久的面具，让我不再以一个演员的方式存在，那么或许值得。

已经装不下去了，爱情一场，散了吧，就这样吧，挺好的。面具在震动，我却无动于衷，原因我的心还在纠结，内心的矛盾，冲击着我的情感。

让我不得已会时时想起你我曾经的美好故事，你是真诚天真的，我也是真心的，可是永远也回不去了，真的回不去了，你变了，我也变了。

我放弃名誉，带上面具，也可以说我那时仍然带着面具追求名誉，反正我也希望让人看不起，不要让我在孤独，不要让我再不知所措。

不要对我视而不见，不要把我看的太高，请批判我，请用令我屈服的语言侮辱我，让我得以看清这个世界的真相。

我抬起头来，野花盛开在天地之间，伤情已经随着蒲公英与风的约定，远去，带着我的欲望，我愿意等待着你，也不想你回来，可是我的内心并不矛盾。

冰霜融化了，阳光照过的地方，盛开了花朵，草坪变绿了，绿草绿叶长出以后给这个美丽而繁琐的世间，带来了清香，欢喜的色彩，得以让我沉下了心。

雷雨已经到来了，请不要让黑暗笼罩这一切，可是那坚

强的野花，经受你无情的风吹雨打以后，更为美丽，开放的更为繁荣，再也不会畏惧你。

小树苗在你的风吹雨打、残酷的呵护下，随着时代的推进，长大，成为大树，不再畏惧你的袭击。

烈火燃尽以后，荒原上再次长出了嫩绿的野草，风吹雨打最后得到的，是好处，只是过程残酷了一些。

我将用手摸住了手中的面具，等候着芬芳的气息来到我这里，不要再让我从这样一个生命无法生存的地方继续待下去。

野花盛开在了我的眼前，美丽奇妙的力量，带着那股情感上的抒放气息来到了我的内心，让我的内心释然，内心再也不矛盾，我离开了这里。

我忍住了，我一把将脸上那虚伪的面具恶狠狠地摘了下来，扔到了深渊里，并不是假象。嫩绿的树叶变红了，落下来化作春泥让我欣慰，花朵垂落了，最后散发的那股清香，飘进了我的内心，让我的情感也占上了这样一股等待新生的气息，世界，好美。

我已不再是演员，我不再需要表演，我的观众已经走了，我也不必再自欺欺人，和观众无声无息的告别，我在大笑，我看到了未来那美丽的景色，等待着我去踏破，我不再伤情，忘记不了她，那就记着她，记得她让我摘掉了面具，记得她让我不再是演员。

来自内心的寒冬已经过去了，永远的春季到来，不需要有谁再为我雪中送炭，落花流水，瞬息自然，我，释然了。