

# 最新演讲稿读后感 城南旧事读后感演讲稿 (通用9篇)

很多人在看完电影或者活动之后都喜欢写一些读后感，这样能够让我们对这些电影和活动有着更加深刻的内容感悟。可是读后感怎么写才合适呢?下面我给大家整理了一些优秀的读后感范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 演讲稿读后感篇一

亲爱的老师、同学们：

大家好！

我一向对名著不太感兴趣，往往是看了半截便将其打入“冷宫”。《城南旧事》不同，淡淡的文字，悠悠的叙述将我领进二十世纪二十年代的老北京，在娓娓动人的真挚叙述中抒发了对童年的缅怀和对人间温暖的呼唤，不但写得亲切动人，而且每个故事都能令我思绪起伏，多种交集的感觉同时在心头涌现。

《城南旧事》中满含着怀旧的基调，将其自身包含的多层次的情绪色彩，以一种自然的、不着痕迹的手段精细地表现出来。书中的一切都是那样有条不紊，缓缓的流水、缓缓的驼队、缓缓而过的人群、缓缓而逝的岁月……景、物、人、事、情完美结合，恰似一首淡雅而含蓄的诗。主人公英子的世界是单纯的，充满疑问的，她从不在自己的世界里上锁，总是任由人们进进出出。所以她和被人们认为是疯子的秀贞结下了友情，三天两头的往惠安馆里钻；她和“小偷”写下承诺，甚而认真地听着“小偷”的故事；她爱着自己的奶妈，望着她离去，英子伤心难过。透过英子童稚的双眼，我看到了大人世界的悲欢离合，虽然很天真，却道尽人世复杂的情感。

“惠安馆”、“骆驼队”、“兰姨娘”、“驴打滚”、“爸爸的花”，每一章节都饱含着朴素的气息，感人肺腑。但似乎这些故事的主角最终都离开了英子，他们的离去，让英子坚强了、也长大了。

这本神奇的书，像一位绘画大师，缔造出了真实的人性世界，善恶、冷暖为我呈现了一出精彩绝伦的演出。合上此书的最后一页，房间里飘着一股淡淡的幽香，久久无法散去。

## 演讲稿读后感篇二

这是一个讲母爱的故事：史铁生双腿残疾，头上开始有了白发，母亲总找来稀奇古怪的偏方给他吃，但始终不见疗效。为了让儿子开心一些，母亲挖来一株“含羞草”，种在花盆里，之后才明白这是一棵合欢树，是个好兆头，母亲很高兴。多年以后，合欢树长到很高了。可悲，他的母亲早已不再人世了。

我的母亲也是这样，为我辛苦，日夜操劳。母亲还健在，但岁月的痕迹，无情地在她的前额刻上了皱纹。有一天，天阴沉沉的。放学了，我抄写好家庭作业，磨磨蹭蹭地整理书包。等我慢吞吞地走出教学楼，才明白天气是那么寒冷。母亲在寒风中等我，探着身子张望着，我很不好意思。母亲怕我冷，就让我穿上她带来的外套，还不停地问：“冷吗？没冻着吧？”没有怨言，眼神里只有温柔。一路上，我和母亲说说笑笑，再也感觉不到任何寒意。

母亲曾说：“父母给了我十分的爱，如果我只能还一分恩的话，她也感到很欣慰。”但我想对母亲说的是滴水之恩，当涌泉相报。为我操劳一生的父母，我必须成才，报答你们的恩情。

## 演讲稿读后感篇三

这是一个以两百多年前的两个伟大的城市为背景的故事。浓雾弥漫，车灯摇曳不定的伦敦，绝望、颓废的巴黎的最底层。

对于当时那场发生在巴黎的轰轰烈烈的大革命，太多人花了太多的笔墨去描述它。这对法国来说是一场具有重大意义的转变，甚至对于欧洲，对于整个世界来说也是如此。作者狄更斯，是英国最杰出的现实主义批判作家之一。虽然他没有亲眼目睹，却依靠自己丰富的想象力看到的当时的景象。

《双城记》被誉为描写法国大革命的最杰出的代表作，我想最大的原因可能是因为它的与众不同。和其他的作品，比如卡莱尔的《法国大革命》不同，狄更斯更注重的是底层人民的喜怒哀乐。尽管在那个时代，这些小人物本身并不能引起世界的关注。但是作者敏锐的捕捉到这些小人物和大革命有着千丝万缕的联系，可以说法国大革命本身就是有小人物们的力量所引发的。

在这部作品里，我看到了很多很多不同的人。正直善良却惨遭迫害的马奈特医生，美丽温柔的露西，优雅高尚的查尔斯，忠厚老实的洛瑞，外表冷漠、内心热情，放荡不羁而又无私崇高的西德尼，扭曲了人性的德发奇太太，豪爽忠诚的普洛士小姐，残忍阴险的埃佛瑞蒙兄弟复杂的仇恨纠缠不清，残忍的复仇制造了更多仇恨，爱在地狱的边缘再生，却是以生命为代价。这错综复杂的一幕幕，活生生的展现在面前，仿佛重现了那个失去理智的时代。

作为一个优秀的作家，在狄更斯的作品里，语言的精彩是必不可少的。各种修辞手法，比喻、夸张、对比、幽默、嘲讽，被运用自如，而作品的艺术性也被送上巅峰。于是，克伦彻先生只得再听检察长先生怎样把史蒂夫先生套在陪审团先生们身上的紧身衣又一件件脱下来，翻个底朝天；最后法官大人站了起来，把那件紧身衣里里外外捣腾了一遍，看得出来，

他想为犯人裁剪寿衣。诸如此类精彩的段落，作品里比比皆是。于是，作者想要表达的每一个中心，都被体现得淋漓尽致了。我相信这对我们平时的学习，必定是大有帮助的。

有人说，《双城记》是描写了两个男人和一个女人的故事，我却觉得，这样说的人必定没有了解作者真正想表达的意图。如果只是表达了这个，任何一部作品都可以达到露西和查尔斯的水准，那么《双城记》的优势怎么体现出来呢？在我看来，德发奇一家和法国贵族的仇恨也好，露西、查尔斯和西德尼的感情问题也好，都是为了体现一个共同的主题而设的。这个主题就是剖析这场大革命与民众之间的关系，看到底是什么引发了这场革命，到底这场血雨腥风给人们带来了什么。我想这才是作者想要表达的重心所在。

### 《项链》读后感

《项链》这篇文章出于《莫泊桑短篇小说精选》，它是由法国著名作家莫泊桑撰写的。作者出生于诺曼底地区滨海地区一个没落的贵族家庭。因为从小受到富有母亲浪漫气质的母亲的影响，使他无法忍受贵族学校的气氛，转致一所公立学校读书。莫泊桑的文章都充满了悲观色彩，这与他的健康状况和历史背景有着密切的关系。

本文讲述的是罗塞瓦德夫人虚荣心十足，她为了在一次宴会上出风头，特意从女友那里借来一根金刚石项链。当她戴着项链在宴会上出现的时候，引起了全场人的赞叹与奉承，她的虚荣心得到了极大的满足。不幸的是，在回家的路上，这条项链丢失了。为了赔偿这价值三万六千法郎的金项链，她负了重债。之后，她整整十年节衣缩食才还清了债务。而颇具讽刺意味的是这时对方告诉她丢失的项链是假的。罗塞瓦德夫人通过打肿脸充胖子的方式来显示自我，面子观念的驱动，使她吃尽了苦头。

哦，可怜的罗瓦塞尔夫妇！命运真会捉弄人。那是我看完文

章后的第一。当再次回味起那篇文章时，我不禁回想：如果他们不为了虚荣，会耗费如此大的代价吗？虚荣心，一个可怕但无形的恶魔，是为了取得荣誉和引起普遍注意而表现出来的一种不正常的社会情感，是争名逐利的一种不良品质。虚荣会使坦诚的人走向虚伪。虚荣心强的人常常表现为一种自夸炫耀的行为，通过吹牛、隐匿等欺骗手段来表现自己。虚荣心强的人，常常有嫉妒冲动，看到别人的能力比自己强，地位比自己高，命运比自己好，外表比自己美，就感到不舒服、不痛快。甚至排斥、挖苦、打击、疏远、为难比自自强的人，有意或无意地做出损害这些人的事情来。还有，虚荣心强的人，特别喜欢听奉承的话、恭维的话，最不能接受的是他人当众顶撞或当面提意见，最不能容忍的是揭他的老底。因此，与他结交的可能是一些溜须拍马的小人。

法国哲学家柏格森说过：虚荣心很难说是一种恶行，然而一切恶行都围绕虚荣心而生，都不过是满足虚荣心的手段。虚假的荣誉是一个转瞬即破的肥皂泡，我们不应该追求这种并不属于自己的虚假的东西；而要脚踏实地地去干一番事业，通过奋斗，创造出属于自己的荣誉来。

### 《自传三部曲》读后感

高尔基的自传三部曲，没有经过太多的文学加工，所以有时候觉得比较像日记。

童年：故事一开始，主人公阿廖沙的父亲就死了，随后跟着母亲和外婆来到了外公家生活，外公是开染坊的。这个家庭并不和睦，空气中充满了敌意，两个舅舅没事儿就殴打他们的妻子，一个媳妇被打致死，另一个媳妇生产的时候死了。

阿廖沙不喜欢外公，因为外公毒打过他，两个舅舅为了争夺家产手足相残。在这种让人压抑得喘不过气来的生活中，阿廖沙只有和外婆在一起的时候才感觉到温暖和关爱，如果没有外婆，阿廖沙觉得自己生活不下去了。

后来，阿廖沙的母亲去世了，之前她再婚过，当然继父对阿廖沙并不好。阿廖沙就要到“人间”去谋生了。

在人间：最初的经历是在鞋店当学徒，后来到了外婆的妹妹家里当学徒，主人是个绘图师。这一家人挺有意思，明明衣食无忧，但是天天就是没事儿找事儿，互相折磨。最后阿廖沙逃出来了。

然后他去了轮船上面当洗碗工，又见识了很多形形色色的人（三部曲主要就是说这些形形色色的人的）。下诺夫德罗哥，苏联期间曾被称为高尔基。

当然还有人世间的种种罪恶，似乎每一个人都要被生活逼得崩溃，于是他们靠折磨侮辱他人来取乐，每一个人都生活的那么浑浑噩噩，得过且过。

但是阿廖沙相信，即便生活在这样肮脏的土壤，也有一些人坚持自己的美好和原则，最想光明的生活。

因为有两位好心的太太的帮助，借给他书籍，阿廖沙爱上了读书。可谓是废寝忘食。他狼吞虎咽，书中的世界那么美好，而现实世界却那么残酷。当然阿廖沙还会思索，学而不思则罔啊。

后来阿廖沙觉得这种生活真是没有意义，没有希望，出路又在何处呢？他决定去上大学。

我的大学：虽然他只有十六岁，但是在很多方面感觉自己心里已经老了（我也有这种感觉）。来到喀山，现实很快粉碎了他的梦想。其实高尔基上的并不是真正的大学，而是社会大学。同时也初步接触了革命。

后来，阿廖沙得知自己的外婆去世了，是被“啃老族”活活拖垮的。阿廖沙很伤心，因为童年时代自己的精神支柱就这

样消失了。而与此同时，生活上的种种不如意，人生的困厄找不到解决的方法都让阿廖沙觉得生无所恋，于是他决定自杀。

于是他买了一把枪，幸好它对人体的构造不是太了解，所以没有打中心脏，不然我们就看不到这部三部曲了。

其实自己看的时候不是很喜欢，因为叙事结构太松散了，不像一般的文学作品那样有一种贯穿始终的线索。似乎只是不断地记述一个又一个人物，一件又一件的事情。

但是这里面真正的意义在于重现了那种底层生活，诚然反映底层人民生活的文学作品并不少，但是我从来没有像三部曲这样感到这么压抑，因为经过文学加工的人物和事件往往过于传奇。但是三部曲里面却不是这样，每一个人都是那么真实，善无善报，恶无恶报。每一个人都在生活当中苦苦挣扎，找不到希望，因为没有得到过公正而自暴自弃。

即便是阿廖沙的外公，我相信他也是爱阿廖沙的，但是生活总是那样地折磨人。让他所有的情感都被耗尽了，也就变成了一个残暴吝啬的老人。

但是阿廖沙说过，哪怕山重水复，到处泥泞找不到出路。但是不管用什么，总会走出一条自己的道路！

## 演讲稿读后感篇四

下午好！我演讲的题目是《信念的力量》，有这样一种力量，它可以使人在黑暗中不停止摸索，在失败中不放弃奋斗，在挫折中不忘却追求。在它面前，天大的困难微不足道，无边的艰险不足为奇。这种力量，就叫信念。

列宾曾经说过：没有原则的人是无用的人，没有信念的人是

空虚的废物。就从我们古代说起吧：两千多年前的汉朝着名史学家司马迁，因“李陵事件”下狱，受了宫刑。应该说，人世间没有比这更大的耻辱了。可是他没有消沉，忍辱含垢，披肝沥胆，专心著述整整十一年，终于写成了《史记》那部五十二万字的鸿篇巨著。这需要多么大的毅力啊！假如他不是为了“究天下之际，通古今之变，成一家之言”，恐怕早就自尽身亡了。这就是信念的力量。

再来说说近代，我们敬爱的周恩来总理。他是真正称得上，为他所信仰的主义事义奋斗一生的人。在他生命的最后时刻，他还要求身边的工作人员为他播放《国际歌》。当那磅礴的旋律盈满一室时，总理的嘴唇分明还在翕xi动，在吟唱！在连放三遍后，总理对守在身边的邓颖超同志说：“我坚信全世界主义一定能实现。”虽然，讲这个话的声音很细微，却给身边的人震动很大。已近弥留阶段的他，最后唱这支歌，显示了真正不移的信念。人生尽可信念不同，能够为信念奋斗终身，奉献一切，那么，就连他的敌人也会为他的人格肃然起敬。

这10多年来，她曾经做过工程资料员、质量员、施工员、项目经理。每份工作她都做都兢兢业业，一丝不苟。力求把工作做得尽善尽美是她的信念。就拿马飞担任柳西河工程的项目经理这件事来说吧。这个工程是当年度市政府实事工程之一，施工难度大，压力重。作为项目经理的马飞，精心组织人员，合理安排工序。在施工中，她始终把工程质量放在首位，严格按照施工组织设计的有关技术措施，反复向项目部全体人员进行布置和交底，使每个成员做到胸有成竹。工程一开工，马飞就日夜守在了工地上，每天晚上十点、十一点，有时甚至一二点钟才回家，成了一个名副其实的“都市夜归人”。女项目经理如此敬业，令工地上的职工肃然起敬，于是用百倍的工作热情来表达对她的敬佩之情。最后，柳西河整治工程被评为优良工程，并获得了市“甬江建设杯”。正是因为马飞心中有着坚定的信念，她才能够先后出色的完成三市路、体育中心等项目工作，得到各级领导的好评。现在，



她是市“三八”红旗手、省级优秀员，也是我处女职工的榜样。

在座的各位团员青年，听着这一个个鲜活的事例，您感到信念的力量了吗？当然，我们二十一世纪的青年，应该比前人有更高的奋斗目标，更美好的理想，更坚定的信念。我们应该象他们那样，完成时代赋予的使命，肩负起我们市政事业的未来。历史是漫长的，人生是短暂的。那么，朋友们，请用牢固的信念的桅杆，高高地扬起你理想的风帆吧，为了单位的振兴发展，为了祖国的繁荣昌盛，乘风破浪，一往无前！

我的演讲完毕，谢谢大家

以上是小编为大家整理好的范文，希望大家喜欢

## 演讲稿读后感篇五

这是一个讲母爱的故事：史铁生双腿残疾，头上开始有了白发，母亲总找来稀奇古怪的偏方给他吃，但是始终不见疗效。为了让儿子高兴一些，母亲挖来一株“含羞草”，种在花盆里，后来才知道这是一棵合欢树，是个好兆头，母亲很高兴。多年以后，合欢树长到很高了。可悲的是，他的母亲早已不再人世了。

我的母亲也是这样，为我辛苦，日夜操劳。母亲还健在，但是岁月的痕迹，无情地在她的前额刻上了皱纹。有一天，天阴沉沉的。放学了，我抄写好家庭作业，磨磨蹭蹭地整理书包。等我慢吞吞地走出教学楼，才知道天气是那么寒冷。母亲在寒风中等我，探着身子张望着，我很不好意思。母亲怕我冷，就让我穿上她带来的外套，还不停地问：“冷吗？没冻着吧？”没有怨言，眼神里只有温柔。一路上，我和母亲说说笑笑，再也感觉不到任何寒意。

母亲曾说：“父母给了我十分的爱，如果我只能够还一分恩的话，她也感到很欣慰。”但是我想对母亲说的是滴水之恩，当涌泉相报。为我操劳一生的父母，我一定要成才，报答你们的恩情。

## 演讲稿读后感篇六

传承中国五千年文明史，渊源文明古国，素有“礼仪之邦”之称，中国人以其彬彬有礼的风貌而著称于世。礼仪文明作为中国传统文化的一个重要组成部分，对中国社会历史发展起了广泛深远的影响，其内容十分丰富。礼仪所涉及的范围十分广泛，几乎渗透于社会的各个方面。中国古代的“礼”和“仪”，实际是两上不同的概念。“礼”是制度、规则和一种社会意识观念；“仪”是“礼”的具体表现形式，它是依据“礼”的规定和内容，形成的一套系统而完整的程序。礼仪的作用概括地说，是表示人们不同地位的相互关系和调整、处理人们相互关系的手段。从《员工礼仪手册》读本中，领悟到礼仪的作用表现在以下几个方面：

1. 尊重的作用即向对方表示尊敬、表示敬意，同时对方也还之以礼。礼尚往来，有礼仪的交往行为，蕴含着彼此的尊敬。

3. 教化的作用礼仪具有教化作用，主要表现在两个方面：一方面是礼仪的尊重和约束作用。礼仪作为一种道德习俗，它对全社会的每个人，都有教化作用，都在施行教化。另一方面，礼仪的形成、礼仪的完备和凝固，会成为一定社会传统文化的重要组成部分，它以“传统”的力量不断地由老一辈传继给新一代，世代相继、世代相传。在社会进步中，礼仪的教化作用具有极为重大的意义。

4. 调节的作用礼仪具有调节人际关系的作用。一方面，礼仪作为一种规范、程序，作为一种文化传统，对人们之间相互关系模式起着规范、约束和及时调整的作用；另一方面，礼仪形式、礼仪活动可以化解矛盾、建立新关系模式。可见礼仪

在处理人际关系中，在发展健康良好人际关系中，是有其重要作用的。

总之，《员工礼仪手册》读本我们必须要好好地去咀嚼和品味、去雅俗共赏、去践行，因为《员工礼仪手册》读本从形式上给我们传授了必修知识，从内涵上给我们总结了必有行为规范，从意义上给我们阐明了必备素养，因此我们要在平时的生活、学习、工作中，不断总结，吸食精髓，使我们真正成为有教养、守规矩、懂礼貌、重品行的合格员工。

## 演讲稿读后感篇七

亲爱的老师、同学们：

大家好！

初听见悠悠驼铃，觉得美妙动听，妙不可言。但再次听到时又觉得是温馨幸福的，因为，那是童年重临于我的心头之时。

在冬阳下童年里的骆驼队让我仿佛身临其境——“一个个讨价还价的声音在耳旁此起彼伏，一匹匹骆驼在路途中走的是如此寂静，仅是打头号那匹的脖子下才戴着”当、当、当“响的铃铛。我的想法有许多许多，但最多的还是增加情趣。突然，我的思路被打断了，而且是被骆驼打断的。它们上牙与下牙交错的磨来磨去，噪间虽大，但专心至志的我并没听见，反而跟着骆驼动了起来。当看完《冬阳、童年、骆驼队》时，一顾欢喜之情涌满了我的心头，因为每当想象到作者跟着骆驼磨牙，我都会情不自禁地笑起来，但最后结尾”我默默地想，慢慢地写·····童年重临于我的心头。给人的却是一种伤感之情，不过这也暗示着我们要珍惜童年。

《城南旧事》，让我懂得了珍惜童年的价值。

## 演讲稿读后感篇八

亲爱的老师、同学们：

最近，我读了一本中国四大名著之一的《西游记》，作者是罗贯中，我读完了这本书后感慨万千。

其中，本书中的人物个性分明：胆大心细的孙悟空，好吃懒惰又憨态可掬的猪八戒，还有一心听师傅的话并服从命令的沙和尚，最后当然就是一心念佛的唐僧了。他们在去西天取经的路程中，碰到了重重的困难，比如：悟空把“三好人”给消灭了，因此被师傅狠狠地教训一顿，还有悟空大闹天宫的时候，把一座山变成了一座火焰山，因此向“人”借芭蕉扇的时候，碰到了一些麻烦。还有把人家的长生不老树给破坏了等等等等。

我最喜欢的就是孙悟空了，人无完人，虽然他有时候会犯一些错误，但他的本领还是让我钦佩，只要他一叫，一朵筋斗云就会出现在他的面前还会马上到达他到他想要去的地方，还有他那高超的技术，只要一有坏人，他总是早早来到，把他们杀的个片甲不留，因此，让他的同伴对他非常羡慕。还有他那双“千里眼”，只要他往哪边一照，就能看出人的真假，假如让我拿孙悟空的一项本领，我就要他那双能看出坏人真假“千里眼”了。

在他们师徒去西天取经的路程中我也懂得了许多道理，路虽然长，但他们却没有向困难屈服一心想着一定要到西天取经，人生也是如此，一步一个脚印，脚踏实地，才能走向成功，如果老想着怎么样才能偷工减料，一步两个脚印，这样是怎么也不会成功的。

最后我希望大家能多多读读名著吧。

## 演讲稿读后感篇九

我从《阳光心态》中看到是知足、感恩、乐观开朗这样一种心态，是一种健康的心态。它能让人心境开阔，人际关系和谐，适应环境，力所能及改变环境，人格健康。具备阳光心态可以使人深刻而不浮躁，谦和而不张扬，自信而又亲和。我们讲和谐，不仅要力求人与人和谐，人与自然和谐，还要注重人的内心和谐。人的内心和谐是和谐社会的一个高境界。吴维库博士提出的塑造阳光心态的理论，正是引导人们调整好自己的心态，营造知足、感恩、乐观开朗的心理，树立喜悦、乐观、向上的人生态度，通过个人内心和谐促进社会和谐的一把钥匙。当今社会有种怪现象：我们的财富在增加，但满意感在下降；我们拥有的财富越来越多，但是快乐越来越少；我们沟通的工具越来越多，但是深入的交流越来越少；我们认识的人越来越多，但是真诚的朋友越来越少；房子越来越大，里边的人越来越少；精美的房子越来越多，破碎的家庭也越来越多；道路越来越宽，但我们的视野越来越窄；楼房越来越高，但我们的心胸越来越窄；我们渴望了解外星人，却不想了解身边的人；我们可以参与的活动越来越多，但是享受的快乐越来越少；我们的支出在增加，但我们的获得在减少；我们的药物在增加，但是我们的健康水平在下降；我们的收入在增加，但是我们的道德水准在下降；我们的自由在增加，但是我们的空间在减少。

心态是我们调控人生的控制塔。心态的不同导致人生的不同，而且这种不同会有天壤之别。心态决定命运，心态决定成败。心态是后天修炼的。我们完全可以通过修炼我们的心态来成就我们的事业，改变我们的人生。心态出了问题，那就要调整好心态，好心情才能欣赏好风光。塑造健康的心态，塑造知足、感恩、乐观开朗的阳光心态，就是要让朋友们树立积极的价值观，获得健康的人生，释放强劲的影响力。你内心如果是一团火，就能释放出光和热；你内心如果是一块冰，就是融化了也还是零度。要想温暖别人，你内心要有热；要想照亮别人，请先照亮自己；要想照亮自己，首先要照亮自己的内

心。怎样照亮内心?点亮一盏心灯，塑造阳光心态。良好的心态能够很好地影响个人、家庭、团队、组织，最后影响社会。

一个人幸福不幸福，在本质上与财富、相貌、地位、权利没多大关系。幸福由思想和心态而决定，我们的心可以创造“快乐的天使”，也可以制造“阴险的魔鬼”。如果你把别人看成是阴险的魔鬼，你就生活在“悲哀”里;如果你把别人看成是快乐的天使，你就生活在“愉快”里。如果你能把别人变成丑陋的魔鬼，你就在制造“悲哀”;如果你能把别人变成快乐的天使，你就在制造“愉快”。

生活因为热爱而丰富多彩，生命因为信心而瑰丽明快，激情创造未来，心态营造今天。如果你心情好，你会发现沙漠为你唱歌，小草为你起舞;如果你心情糟糕，你会发现绽放的玫瑰在流泪，奔腾的小溪在哭泣，这叫境由心造、相由心生。因为快乐的心态会像一缕温暖的阳光驱散心里的阴云，阳光会铺满每个角落。

愿我们能带着阳光心态，缔造阳光般的工作、学习和生活环境。