# 2024年坚强演讲稿三分钟(实用13篇)

来源：网络 作者：梦中情人 更新时间：2024-07-31

*使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。坚强演讲稿三分钟篇一敬...*

使用正确的写作思路书写演讲稿会更加事半功倍。在日常生活和工作中，能够利用到演讲稿的场合越来越多。好的演讲稿对于我们的帮助很大，所以我们要好好写一篇演讲稿那么下面我就给大家讲一讲演讲稿怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**坚强演讲稿三分钟篇一**

敬爱的老师、亲爱的同学们：

大家好！

我是xx小学四年六班的xx，今天，我有幸能和大家一起共享一个话题：《有一种飞翔叫坚强》。

有些人天天都盼望着有飞跃的奇迹，不光是大家，我以前也有这种想法，但是我在生活中的种种事情中发现，我们要飞跃不仅要有主动性，而且还要有一种我们必备的素质：坚强。

有时飞跃的机遇可以在我们不知情时走入我们的视线，如果我们让坚强与你携手抓住了它并坚持下去，不光是你个人身体，你的精神与思想也会发生质的蜕变，你就会拥有一双隐形的翅膀……我们在生活中最贴近你的母亲，总是在最关键的时刻与你共度难关。不管在我们心中，还是现实她总是最坚强的。

是啊！有一种飞翔叫坚强，如果事事都能坚强走下去，像你的母亲一样，飞翔，成功只属于你。

谢谢大家，我的演讲完毕。

**坚强演讲稿三分钟篇二**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

书像一曲动听音乐，舒畅我们的身心；书像一块喷香的面包，为我们解除饥饿；书像一块块铺路石，为我们铺好未来的路；书更像一位无声的老师，传授我们知识。我和书之间有着许多故事，其中，让我印象最深的是那一次。

那天，姐姐到我家来，我很高兴，于是便带姐姐到我房间去玩。一向爱看书的姐姐，一进到我房间，就如饿狼般扑向了我的书架，从上面拿下了一本对我来说很深奥的书，然后坐在沙发上读了起来，而我却在旁边发起了呆。过了十几分钟，姐姐仍在看书，而我却没耐心再呆下去了，我喊了她几声，可她却像没听见似的不理我。我知道她早已沉浸到书的世界里去了。没办法，濒临崩溃的我只好也拿出一本书坐下来看，不一会，我便被书里的精彩内容给吸引住了。这时，妈妈来叫我们吃饭了，可一进门，她便惊呆了，大概是没想到我这个不爱看书甚至连书都不愿碰的女儿，今天竟然会破天荒看起书来吧，而且还那么入迷！不一会，妈妈便从“石化”中回过神来，从我房间退了出去，打算让我们继续看下去。

从那天起，我不但爱上了看书，还与书结下了不解之缘。我整天缠着妈妈让她给我买书，妈妈自然是拗不过我，只好带我去书店买书。一进书店，我便直奔外国名著区，因为相比之下，我还是比较喜欢外国名著。各种各样的书让我看得眼花缭乱。突然，一本包装精美的书本映入眼帘，我轻轻拿起这本书，像珍宝似的放在手里，我看了看题目——《假如给我三天光明》，我微微叹了一口气，这中间含着多少无奈啊！然后，我想一阵风似的冲到妈妈身边说：“妈妈我就要这本。”“嗯！”妈妈微微点头，付了钱，我们便回家了。

一到家，我便迫不及待地打开书看。才刚看了几页，我就像陷入沼泽般难以自拔，这本书主要讲了：刚出生三个月的海伦·凯勒成了又盲又聋又哑的人，当她快要绝望的时候，她遇到了凯丽老师。老师教导她，教她知识，她终于从绝望中看到了希望的曙光，从而考上了美国的哈佛大学。

读完，把它轻轻合上。我不禁为海伦·凯勒难过起来，三重灾难降临在她身上，她是多么不幸啊！可她却坚持了下来，还考上了哈佛大学。如果换成是我，也许我就会自暴自弃了呢！

书中自有黄金屋，书中自有颜如玉，读书吧！它会给你意想不到的惊喜，你会从中学会坚强，就像海伦·凯勒一样，在希望与绝望中搏斗。今天，我学到了这点——坚强面对生活！

**坚强演讲稿三分钟篇三**

尊敬的\'老师们，亲爱的同学们：

大家好!

在这风雨过后，它没有倒下，而是生存了下来。它那弱不禁风的样子竟挺住了如此强劲的冲击，这坚强的信念使我不由得反思自己。

那是期中考试前的一个星期，这周的周练成绩让我心如刀割，那一个个刺目的分数偏偏标在了最显眼的地方，我仿佛跌入了谷底，再也爬不出来了。

这些打击使我渐渐地消极了，我对即将迎来的大考也没了什么信心。或许我也就只能这样了，这怎么可能会考好吗。我心中没了底，害怕起来。就在这时父亲回来了，他也知道了我的成绩。“要不要出去走走?”父亲看着我，问道。“好啊!”我也只能有气无力的回答道。

父亲似乎猜到了我的心理，想出来让我散散心，不要那么纠结。我也知道他的好心的。可我现在真心不想出去，只想着自己静一静。可父亲仍强拉我出来，我也就只好答应了。

出了家门，外面的景色还是很美的。那时正值春天与夏天交界之时，空气还是凉爽舒适的，那一阵阵风刮过，吹在人身上，把一天的烦恼都吹走，顿时感觉整个身子都飘飘然了。那棵棵树也左右摇摆，“莎莎”的声响好像在给风打节奏。

在看着路边的那些树时，我忽然间发现了那棵与众不同的树，它不像那么茂盛，那么挺拔，那么高大，但它也伫立于风中，长得很好。我正好奇时，父亲赶来开口说：“这就是我要你看的东西，它就是那棵发育不好的小树。”

这次我是惊讶了，父亲所说的小树是一棵命运不好看的树，它在很小的时候就已经受过伤，长得比别的树都慢。在移植过来时，还挂了很长一段时的营养液，现在才勉强生存了下来，但还是残缺不齐，上头被人砍过得树轮处毫无生机，只有杂枝才活了下来。

我再走近一瞧，那伤口处竟冒了芽，那绿芽只有手指头大小，或许可以不足为奇。可正是因为那伤口处的绿芽，大树已经开始成长。父亲不由感叹：“谁也没有想到，这树居然又活过来了。”

听罢，我顿时懂了父亲的意思，他这话的意思。是啊，这树正是我的榜样，我不就像那棵小树苗吗?我正这一个个阻碍所困扰，丧失了信心，这怎么可能成功呢。我应像这棵树一样，坚强地活下来，才能换来生存的可能啊!

**坚强演讲稿三分钟篇四**

亲爱的老师，同学们：

大家好!

不害怕痛苦是坚强的，不害怕死亡更坚强!坚强，是一种精神，更是一种美!

我是一个个子不高、长着圆圆的娃娃脸的女孩，像小白兔一样娇小，所以私自以自己像小白兔一样可爱而高兴。但是，那次以后，我知道我错了，我远远比不上小白兔，因为我从没向往过、也从没学会坚强，小白兔的美，不仅仅因为外在的可爱，而坚强才是你真正的美!

每次去我家的兔棚时，我都会被小白兔们的活蹦乱跳的可爱劲所感染，我们便如同朋友般快乐的玩耍。可是那天我再次找我可爱的朋友玩时，它们带给我的不再是开心，而是伤心及感动。

那天，我所看到得不再是兔笼，而如同古战场一般，小白兔们如同英勇的战士，而敌人是那场瘟疫。在落后的国家里，没有实力，战士在英勇，也战胜不了敌人，就像小白兔，它永远战胜不了病魔，除非他有“实力”——抵抗病魔的免疫力。

在这个古战场中，我看见了让我记忆深刻、最感动的战士，她嘴里吐着血，是被敌人打中了，那鲜红的血深深地烙在我的心上，但她并没有倒下，她还在坚持爬动，她在与死亡作斗争，她想活下来，好好的活着，在生命的最后，她的挣扎是他坚强精神的象征，她的坚强让我真正看到了她的美。

也许结局很凄惨，但这个故事很美，美在于你的坚强。

坚强是你真正的美，你的真美吸引了我，我佩服你。

一天晚上，我做了一个梦，我也变成了一只小白兔，拥有着真美的小白兔。

我的演讲完毕。

谢谢大家!

**坚强演讲稿三分钟篇五**

亲爱的老师，同学们：

大家好!

窗外，雨淅淅沥沥地下着，浓浓的乌云一层层的覆盖着天空，透不过一缕阳光。

我的心也正如这灰蒙蒙的天气，怎么也振作不起来。下午的那一幕在我脑海中盘旋，翻飞，如同生了根，发了芽，挥不去，抹不掉。考试的失利，老师的眼神，父母的期盼，压得我踹不过气来，我原本已千疮百孔的心在不知不觉中又蒙上了一层厚厚的尘埃。

我拖着疲惫的步伐，漫无目的地走在大街上，浑如行死走肉一般，“不，为什么!为什么!那么多的坚信与努力，难道都只能付诸东流了吗?为什么，为什么?”我在心底无声地呐喊，泪水在眼眶里打转。一辆三轮车悄无声息地停在了我面前“小伙子，上车吧!”车夫说道。我定眼一看，是一位三十岁左右的中年人，但生活的重担已经压得他双鬓斑白了。我苦笑着，摇了摇头，没有做过多的解释，继续向前走，独自享受着这一份凄然的宁静，让自己的心灵在这样的阴雨天里尽情地发泄。“咔——”三轮车又停下来了。“上来吧，你没伞，我免费送你一程。”我无奈地解释道：“不是钱的缘故，我只想独自静一静。”“上车吧!”我最终拗不过车夫的执着，上了车。

我的目光在车内散漫的\'扫视，突然，我发现车夫的一只裤腿是空的，我大惊失色：“你的腿……”车夫似乎也从后视镜注意到了这一切，轻松地说道：“我这腿，你也看到了，是断的。可是，这并不能阻挡我对生活的热爱，对生命的渴望。年轻人，不要悲伤了，人生没有过不去的坎，相信阳光总在风雨后。”听着这位残疾车夫的这通话，我大为震惊，在心中咀嚼着每一个字，它们就如同一把把钥匙，释怀了我那悲凉凄冷的心灵。我没有再询问车夫的经历，我也没有任何必要继续问下去。因为，我知道，这一切，已足矣!

雨点渐渐地稀疏了起来，车上的油布也停止了剧烈的抖动。可我无暇顾此，我仍在细细品味着车夫的这番话。“到了。”我被拉回了现实，车已停在了我家楼下。

我递过钱，车夫冲我笑了笑，露出了洁白的牙齿：“这哪能要呢?我说过送你一程。”“可是……”“别可是了，快回家吧!”我知道，再这么推让下去也是毫无意义的。我收下了钱，走下车去。雨已经停了，一轮绚丽的彩虹已悄然地升起。我的心如同被灌进了一股暖流，悲伤与失望早已荡然无存。

感谢你，车夫，是你教会了我的坚强，感谢那一次邂逅，我将永远铭记于心。前方的路上，有你，不再进惘。

**坚强演讲稿三分钟篇六**

尊敬的老师们，亲爱的同学们：

大家好！

我曾经也遇到过挫折：刚学习骑自行车的时候，总是摔跤，摔了一次又一次。我异常气愤，十分气馁，便对着自行车发起了脾气。然后，我眉毛一皱，嘴一嘟，索性把自行车“哐啷”一下往地上踢，接着又哭又闹：“哼，什么破自行车，不要再学啦！老摔倒，怎么会呀？”

这时，妈妈走过来，抹干了我脸上的眼泪，扶起自行车，安慰道：“其实并不太难，你要用心骑，要坚强，不怕摔，肯定能学会。”

我听了妈妈的话后信心倍增，从妈妈手里接过车，自信地跨上自行车，把脚放在踏板上，用力一蹬，车开始行进，但摇摇晃晃，东倒西歪的，如同秋风中的一片摇摇欲坠的`树叶。突然，我连车带人地摔倒在地，跌得可疼，不过我毫不气馁，起身拍了拍身上的尘土，又开始尝试。

就这样跌倒了又爬起，爬起了又跌倒，我终于学会骑自行车了！我终于克服了学自行车的困难，迈过了人生中的一道门坎，学会了战胜困难。

真心在烈火中炼就，勇气在困难中培养。事实上，困难不难战胜，只要坚强，就没有克服不了的。这件事真让我坚强。

**坚强演讲稿三分钟篇七**

老师们，同学们：

大家好！今天我国旗下讲话的题目是《生命在坚强中巍峨》。

沉淀，孕育；孕育、积极，终于有一天，你再也忍耐不住，轰隆隆的一声，裂石崩云，陡地凸现于万仞峭岩之上。

你最先承受阳光雨露的洗礼，你最先迎接风暴雷霆的轰击。山洪漫天扑来，拭净你搏战的尘土；清凉自底而升，慰藉你带血的躯体。你与数不尽的反击和怒号中，炼就了一身铮铮铁骨，凝聚了一腔朗朗正气。这就是在夹缝中生存、磨难中挣扎、坚强中巍峨的黄山松！

当我们还在世俗的樊篱中怨声载道，命运的苦难与不幸如一座座大山般向我们压顶而来时，升学、考试、就业、竞争、病魔……无数次面对梦想的`厄杀，无数次面对生命的威胁。朋友，你倒下了吗？不要告诉我你骨子里塞满了懦弱与恐惧，站起来，用坚强支撑起双腿和灵魂，稳稳地站起来！

司马迁不是强忍宫刑之辱而著《史记》吗？孔子不是在仕途上失意后激奋顽强而著《春秋》吗？孙膑被削膝盖骨悲愤而著《兵书》；左丘失明后顽韧坚强而写《国语》……人生的道路上荆棘丛生，生活的旅途中坎坷重重，惟有坚强地面对一切，坚强地笑看人生，生命才会在驶向成功彼岸的一瞬变得丰盈生动起来。

环境愈艰难困苦，就愈需要坚强、毅力和信心。人的一生总会经历许多磨难。有人曾经问我：“生命的真谛是什么？”我想了想，从容而坚守地回答道：“是坚强！”是的，是坚强。是坚强告诉我们成功还有希望；是坚强指引我们前进的方向；是坚强支撑我们和命运抗衡；是坚强告诫我们要勇敢、自强。

我们都很平凡，如同茫茫大海中的一叶扁舟，浩翰银河中的一颗星子，扭转乾坤，变更历史的大任也许不会降于你和我，但既然活着，就要实现人生的价值，正对困难顿挫。我们不需要“敢于直面惨淡的人生，敢于正视淋漓的鲜血”那般悲壮，所要做的只是在跌倒的时候有敢于爬起的勇气，抬头的时候，有敢于瞭望前方的决心。慢慢变为坚强。

我们用坚强守护心灵的沃土，懦弱才不会乘虚而入；我们用坚强交上生命的答卷，灵魂才会举若千金。坚强，是病床上的一抹微笑；是失败后一个重振旗鼓的眼神；是困顿后一份难得的从容与稳重。生命在坚强中拓展宽度；生命在坚强中实现价值。

每天清晨，当第一缕朝阳点亮晨曦的微露时，我会想起那万仞峭壁上的灵魂，坚定地在心中默念：“我要坚强！”

我的讲话结束了，谢谢大家！

**坚强演讲稿三分钟篇八**

尊敬的老师、亲爱的同学们：

大家好!

俗话说:台上一分钟，台下十年功。如果一个人很有成就，不是别人给予的，更不是从天上掉下来的。是靠自己的努力、勤奋争取的。才能主要来自勤奋学习是不可猜疑的。

每一个人的才能不是天生就有的，而是靠自己的勤奋努力而来的。比如说德国数学家、物理学家和天文学家高斯。他从小就酷爱学习，一生为科学事业做出了巨大贡献，但是如果他没有从小的勤奋努力学习，他也不可能成为著名的科学巨人。没有勤奋努力的学习是不可能有成就的\'。这样的例子有很多很多，可以说每一位有成就的人都曾努力学习、努力探索过。

学习的关键在于肯学和敢学。如果你的愿望是成为一名有成就、有才能让人敬重的人物，但你又不肯，或不敢去学习最终还是会一事无成的。居里夫人和她的丈夫为了证明镭的存，千辛万苦，冒着可能失去生命的危险，经过他们的勤奋、努力最终提炼出了十分之一克极纯净的氯化镭，并准确地测定了它的原子量，证实了镭的存在。这是一次多么让人惊叹的事实。正是居里夫人的肯做、敢做才证实了镭的存在。因此，要想成为有才能的人，就要从小肯学、敢学。

**坚强演讲稿三分钟篇九**

我爸爸不知从哪弄来了三盆花，让我带到学校一盆。我把它带到学校后，把它放在阳上了。一节课后，我去看，它的枝，叶，花，都被太阳晒蔫了，一副可怜巴巴的样子，我只好把它放在阴凉的地方。过了一段时间，放寒假了，我回家时，它正好在阳台里，我和爸爸当时都想，这么一个月，又是严寒有是炎热，还没有水，就它那娇滴滴的花，肯定必死无疑。

漫长的一个月过去了，我又回到了学校，令我吃惊的是，那盆花虽然大部分都已经枯萎，但枝头却多了几多又红又艳的\'花苞，我觉得这花苞会可能开花，就每天给它浇水，过了几天，几朵小花苞变成了几朵艳丽的花，枯萎的地方也泛出淡绿色。

这盆花由娇嫩变成了坚强，它用它自己的坚强造就了它的再生，我觉得，这盆花告诉了我一个道理：

坚强是我们生活中必要的!就像于欣琦，不管怎样总是笑嘻嘻的。

小时候，我跟姥姥睡，我在夜里喜欢蹬被子，姥姥总是给我轻轻盖上，等我长大了，姥姥不能跟我睡了，我在那一段时间就总容易发烧，后来，我不怕了，就是这样，我现才不容易发烧，我们就像一只只小鸟，翅膀被爱浸泡着怎么能够展翅飞翔!

**坚强演讲稿三分钟篇十**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

有一句话是这样说的：“当世界给你100个理由去哭泣时，你需要给世界1000个理由去微笑。”可是，一些人却从来都不想微笑，难道这些人连微笑的勇气都没有吗？如果这样，他们是不可能在人生中取得理想的高度的。所以说你只要有勇气去微笑，就能给人一些幸福、一丝安慰！

我的朋友曾告诉我一个故事：一个小男陔非常喜欢游泳，就加入游泳队。可是其他队员看到他弱不禁风的样子，就觉得好笑，于是，男孩夜以继日、拼命练习。终于，在他的带领下打败了对手，拿下了冠军。

由此可见，勇气带给人无穷的力量，决定你的成就，决定你的.地位，更决定你的高度，只要有勇气去面对现实，面对人生、面对困难、面对挫折，就能取得理想的高度。

让我们拥有勇气，去迎接美好的明天，用微笑面对人生，站在合适的高度上，奋勇向前！

**坚强演讲稿三分钟篇十一**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

暴风雨总是会有的，但当你不再害怕它了，再回顾以前的种种风浪、坎坷，你会发现自己是如此坚强。

天空不会永远晴空万里，大海总会有惊涛骇浪，道路也有蜿蜒曲折，正如人生的困境与失意。克服了它后，心情又会变得轻松和愉快。

面对挫折，我不气馁。

在人生的\'道路上，不可能总是一帆风顺，总会受到一些挫折。这是每一个人成长的必经之路。像许多同龄人一样，我也有自己的理想，并且也在为之而努力。我有一颗热爱生活的心。但现实总是残酷的，它有时会给你当头棒喝，让你清醒觉悟，让你从飘飘然的世界回来。自从开学以来，大考小考了无数次，但每次考试的成绩都不如人意，我甚至觉得老天爷在跟我怄气。我很难过，想放弃了，但想到了希望，我告诉自己：不应该怨天尤人，不应该自暴自弃，而要坚持为自己的理想而努力。于是从那以后我很认真地对待学习。现在回想起来，那时，我是如此坚强。

面对体考，我不再害怕。

我的体育成绩不好。以前不爱上体育课。因为我觉得很累，特别是跑步这项运动是我生平最讨厌也是最害怕的。记得那次考试要考800米的长跑，我当时一听到这个消息就害怕起来。我怕我会中途弃权，我甚至害怕自己会晕倒。在那天，我的心里很紧张。在跑步的途中，我很累，觉得快不能呼吸了，我有了想放弃的念头，但又告诉自己：“坚持、坚持，无论再大的困难咬咬牙就过去了！”于是我打消了放弃的念头，努力地向终点跑去，终于我战胜了自己。真没想到面对体考，我能如此坚强。

面对孤独寂寞，我不再空虚难过。

记得刚上初一时，因为学校离家又远，我只好读住校。在学校人生地不熟，自己一个人在学校要过五天，没有家人的细心照顾，感到很寂寞。因为在这儿还没有好朋友，经常是一个人独来独往，而且又不太会照顾自己，真的很不适应。在学校的日子里我每天都盼望着周五的到来。有时候想起家人心里难过极了。但时间可以改变一切，后来我慢慢地学会了自立自强。不论在学习中或生活中遇到了什么困难，我学会了自己解决。现在我已不再是以前的我了，我变得坚强了。

在人生的漫漫长路中，挫折、打击是在所难免的。但只要我们意志坚定，不屈服。你就会看见暴风雨后那令你赏心悦目的彩虹，就会发现原来自己是如此坚强。

**坚强演讲稿三分钟篇十二**

尊敬的老师、同学们：

大家好!

坚强是一把“总钥匙”它能够使你人生充满成功，充满活力，它是打开人生未来之路的金钥匙。坚强的意志一向是我所追求的最高贵的宝藏。

暑假即将结束，很快的就要升到初四，初四面临着升学，面临着军训。还记得初一的军训。火烈日，强紫外线，一个高高的个子站在队伍的最前面，闭着眼，心里想打鼓一样，嘴里叨念着，“我快要不行了”“我真的快要不行了”一阵微风，站着的我开始前倾后仰。

就像一个不倒翁，就像一个霜打的茄子蔫了。“你能坚持住吗”“不能”。从那一次气我就成为一个不坚强的男孩，“你能坚持住吗”这句话就一向萦绕在我的耳边，为此我在同学面前就是一个不坚强的人。

夏日炎炎太阳像火球一样，站在水泥地上的我还在队伍的前面，闭着眼，“你能坚持住吗”同样的声音又出此刻我的耳边，阵阵微风吹过，紧紧的咬着牙，“我能坚持”话音刚落，我的心里充满了活力，教师向我投来赞许的眼光。

太阳向我微笑，树叶摇摆着向我鼓掌·我能坚持住，我能行，又一阵清风我的小腿鼓足了肌肉一动不动的站在那里，像一杆笔直的旗杆。

晚上，躺在床上，望着天花板，脑海中不住的出现“一位教师在一个学生面前，问”你能坚持住吗“我能”我不住的笑着，如同昙花开放一样，真是欣喜若狂，我如此坚强。

军训以后，初四的学习生活开始了，有了坚强信念的我不断的过关斩将，心境更加高兴，在困难面前，坚强的信念一向鼓舞着我锲而不舍勇往直前。

**坚强演讲稿三分钟篇十三**

敬爱的教师，亲爱的同学：

大家好！

我最喜欢、也对我最好的外公走了，在我还没来得及见到他老人家最后一面的时候，他离开了我。如果换做别人，我可能不会这么伤心难过，可为什么走的偏偏是我的外公。

我的外公是世界上对我最好最好的人，也是世界上最最慈祥的人。外公的离世，不仅我把眼睛哭肿了，而且连总喜欢拿外公开玩笑的爸爸也偷偷的抹了好几次眼泪，可最后需要被安慰的还是我，因为我太喜欢我的外公，也太舍不得他的离开了。

没办法，人死不能复生，在外公走了大概三个月后，我慢慢开始好起来，而这三个月里，我就像个宝宝一样，常常抱着妈妈哭，常常抱着妈妈要外公回来，常常做梦梦见外公陪我看电视……可我也清楚的知道，我已经不是一个宝宝了，我也是一个上六年级的小学生了，我必须面对外公他的离开，必须学着坚强起来了。

哪怕过去摔倒了，外公都会过来把我扶起来，帮我拍拍身上的灰，问我摔的地方还疼不疼;哪怕过去被小朋友欺负了，外公都会把小朋友们召集起来教我们要友好对待彼此;哪怕是过去外公把所有的好吃的都留给我去了再拿出来吃，这些都已经是过去式了，外公已经不会再回来了，外公他最多做个梦给我，他不会再牵着我的手去买好吃，也不会再陪着我去书店看书了，外公他走了，他真正的走了。我告诉自己，“\_\_，你必须学会坚强了，你只有坚强起来，才能够让去了天堂的外公放下心来过好日子!”，我一遍遍的告诉自己要坚强，一遍遍的为自己加油打气，实在忍不住了就偷偷的哭一会儿，哭完之后继续告诉自己要坚强，要学会坚强。也就是在这种跌倒了又爬起来，爬起来又跌倒的循环往复中度过了三个月，三个月后，我慢慢开始好了起来，自己也在这慢慢中学会了坚强。

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn