# 不抱怨演讲稿(通用3篇)

来源：网络 作者：雾凇晨曦 更新时间：2024-06-30

*抱怨，汉语词汇，拼音是B&agrave奥尤和阿格拉夫n、 这意味着感到不满和责备他人。 以下是为大家整理的关于不抱怨演讲稿的文章3篇 ,欢迎品鉴！【篇1】不抱怨演讲稿　　同学们，老师们：　　大家好!　　人为什么活着?人生该怎样度过才有意义?...*

抱怨，汉语词汇，拼音是B&agrave奥尤和阿格拉夫n、 这意味着感到不满和责备他人。 以下是为大家整理的关于不抱怨演讲稿的文章3篇 ,欢迎品鉴！

**【篇1】不抱怨演讲稿**

　　同学们，老师们：

　　大家好!

　　人为什么活着?人生该怎样度过才有意义?大诗人艾青说：“即使我们是一支蜡烛，也应该蜡炬成灰泪始干;即使我们是一根火柴，也应该在关键时刻有一丝光亮。”诗人臧克家说：“有的人死了，他还活着;有的人活着，他已经死了。”芸芸众生，每个人的人生不尽相同，我们该如何度过自己的人生呢?

　　常常听见有人抱怨，为什么我的容颜不是国色天香，为什么今天天气这么糟糕，为什么我生活在这么贫穷的家庭里，为什么老天爷这样对我……为什么要抱怨这抱怨那呢?生活本来就不是事事如意，生活本来就不会十全十美，相反，起起落落，悲欢离合才是家常便饭。俗话说的好：愁一愁，白了头;笑一笑，十年少。不要抱怨，每个人的人生都不会是一帆风顺的，而正是因为有这些波波折折，才练就出异彩纷呈的人生。

　　如果能常换个角度来看问题，你可能会很容易发现自己的人生照样很精彩。你不能改变容颜，你何不想一想放纵笑容;你不能改变天气，你何不改变心情。俗话说：风雨之后才见彩虹。人生也是如此，历经磨练往往能造就精彩的人生。

　　中国的一位作家来到美国，他看见一个卖花的老太太总是很高兴，很是奇怪。他就挑了一支花问：“您为什么总是如此的开心呢?”老太太的回答使作家愣住了。“耶稣被钉在十字架上是全世界最黑暗的一天，可三天后就是复活节。一切的烦恼只要等待三天不就烟消云散了吗?”作家为老太太的回答而感动，一位老太太竟能这样洒脱地看待人生，竟能把人生看得如此透彻。发明家大王——爱迪生为了寻找做灯丝的最好材料曾做了1000多次实验，并且都失败了。有一邻居嘲笑他：“你怎么做1000多次实验都失败了?”爱迪生说：“我不是发现了1000多种不合适做灯丝的材料了吗?”爱迪生能换个角度看待失败，深信一定能获得最合适的材料，正因为有这自信，所以能不懈努力，最后终于获得成功。

　　人要热爱生活，热爱生命，要有自信，要朝着既定目标不懈努力，要像艾青所说的那样，“即使我们是一支蜡烛，也应该蜡炬成灰泪始干;即使我们是一根火柴，也应该在关键时刻有一丝光亮”，如果能这样，那么我们的人生就会意义，我们的人生就能发出异样的光彩。最后要提醒大家，在遇到挫折的时候，不要老报怨这报怨那，而要学会变换角度思考问题，这样就不易被人生的“风雨”所击倒。

　　我的演讲结束了，谢谢大家!

**【篇2】不抱怨演讲稿**

　　同学们，老师们：

　　大家好！

　　不抱怨，意味着积极、乐观地面对困难和挫折，面对生活；意味着善意、宽容地与人交往；意味着感恩生活、微笑成长。我记得有一个名人说过：“不要以为一点小挫折就是人生的最低潮，或许人生中还有比这更低的。”

　　如果淙淙的流水抱怨山路崎岖，那么就没有大海的波澜壮阔；如果巢中的雏鹰抱怨生存残酷，那么就没有雄鹰的展翅高飞；如果岩隙的小草抱怨环境不公，那么就没有春色的勃勃生机；如果伟大的世人抱怨人生困苦，那么就没有他们的名垂青史。

　　我是一个普通而又平凡的人，并没有显赫的家世，也没有荣华富贵的父母，也经历了人生中应该经历的挫折与苦难。

　　但，我不抱怨，因为我知道“人有悲欢离合，月有阴晴圆缺”，每个人都并非是完美的，因为我知道无所抱怨，因为我知道抱怨没有用，反而会增加我们的烦恼，女娲在造人的时候，都在其身上点了一下，并非完美，这就是缺憾。

　　我不抱怨，因为我知道，在我抱怨的同时又会错过我错过后所抱怨的东西，那么，我将永远生活在抱怨与被抱怨之中了。

　　我不抱怨，因为在我看来，号角永远不会为抱怨者所吹响，世界永远不会为抱怨者所辉煌，历史也永远不会为抱怨者而翻篇。

　　人生如同白驹过隙，转眼即逝，我们何必去抱怨上天没有给我们显赫的家世，何必去抱怨父母没有拥有荣华富贵，何必又去抱怨人生的坎坷经历。在你抱怨的同时，时间也在小声的埋怨你没有学会珍惜。

　　学会不抱怨，学会积极、乐观的面对困难和挫折。

　　学会不抱怨，学会善意、宽容的与人交往。

　　学会不抱怨，学会感恩生活，微笑成长。

　　“人就像蒲公英，被风吹到哪里，就生活在哪里。”既然我们不能改变生存环境，那我们就要学会改变自己来适应生存环境。要学会不抱怨已有的生存环境，在平凡与普通的环境中，创造出不平凡而又不普通的成绩。

　　我认为，不抱怨不仅仅是一种生活中常见的生活态度，还是一种值得大家学习、构思的一种大智慧。在生活中，许多人都遇到过种种挫折与困难，但是，只要不抱怨，只要积极的对待一切，就能打败困难，做到乐观的星星。

　　记住，学会不抱怨，学会微笑着面对一切！谢谢大家！

**【篇3】不抱怨演讲稿**

　　在座的各位：

　　大家好，我相信应该没有人是自己选择原生家庭的吧？的确，每个人从出生那刻起，就已经决定了他的原生家庭。有人的父母和睦融洽，有人的父母生活在一起却没有感情，也有人的父母已经分开了。xx年2月1号，我们一家三口去民政局。当时我什么都不知道，嘻嘻哈哈的特别高兴，因为爸爸妈妈都在身边，之后我们吃了一顿饭，下午我就跟着爸爸离开广西。就在那天他们分开了，我和妈妈也第一次分开了，那年我没满7岁。知道自己是单亲家庭的时候，我8岁了。那天我本来想在篮子里找一份复印件，但我翻出了一份离婚协议书。其实我早有意识，为什么我的爸爸妈妈不生活在一起，为什么我的爸爸妈妈不会同时陪伴在我身边，为什么在我有记忆开始从来没有见过爸爸妈妈亲密地聊过天……那一刻我突然什么都明白了。但是，为什么我爸妈要在我这么小的时候就离婚？为什么他们没有告诉我而是由我自己翻出来这张白纸？为什么他们不能为了我而挽留一下彼此、念念旧情？我可以选择抱怨吗？当然可以！遇到不顺心的事情抱怨是人们发泄不满情绪的一种方式。但是以弗所书告诉我“你们要靠着主，倚赖祂的大能大力，作刚强的人。”

　　小学六年级我回到了广西，初中是在重点中学度过的。在那里，我和身边的同学一样，上课说话开小差，午休时间不睡觉看小说，临近考试就抱佛脚。可是很不公平，那些平时和我一样的人，因为平均分比我高得以“平静”地度过初三，而偏科的我，在那年几乎每次考完数理化，都会被老师叫去进行一番思想教育。老师对我的优点熟视无睹，我的兴趣爱好甚至我因为日以继夜的考试就快崩溃，也没有人关心。除了妈妈，她知道我的恩赐，知道我的苦衷，知道我做过的努力，所以在其他家长都压迫自己的孩子为了中考没日没夜去学习的时候，她只是安抚我紧张的心情，让我尽力就好。中考前不久，我改了名字，班主任因为这件事情给我妈妈打了一个电话，然后找我到办公室，“你知道现在改名字，你的地生会考成绩会很难转移到你现在的名字吗？”我没有回答，于是他冷笑着说：“有这样的家长难怪有这样的孩子，真是一点都不重视中考，都不知道你以后要怎么办。”之后他没有给我任何解释的机会，在众目睽睽之下打发我走了。我不服！为什么那些老师都带着有色眼镜看学生！为什么不一视同仁！为什么我老是受到老师的冷嘲热讽！不公平！我恨！我恨那些因为成绩嘲笑过我的人！我恨那些表里不一的学霸！我还恨我自己为什么这么差！可是我真的差吗？烦人的老师，冷漠的同学，永远提不上去的成绩，我找不到任何不值得我抱怨的理由。但是箴言告诉我，“愚妄人怒气全发，智慧人忍气含怒。”马太福音告诉我，“惟有忍耐到底的必然得救。”

　　20\*\*年，我爸爸再婚了，我讨厌他的妻子，因为她的单眼皮使她看上去尖酸刻薄，让我想到了白雪公主里恶毒的后妈。他们新婚的时候，经常在我面前秀恩爱，有一次我们一起去游泳，为什么他们非要在我面前亲热？我只记得我看到那一幕的时候非常伤心，心里像刀刺一样，怕他们看到我哭我马上低着头把半张脸埋到水里，想想我的抽泣好像太明显了，于是我闭上眼睛整个人沉到水里。我想起关系和我不亲密的爸爸，他老是要我对阿姨好一点好一点再好一点，要我做个会感恩的人。说得没错！可是我和阿姨的关系本就尴尬，没有人关心我可不可以慢慢接受这个事实，每个人都在跟我说她的优点、她的为人有多好，以及她对我有多好。现在他们结婚四年了，他们夫妻俩时不时地大吵一架对我来说已经习以为常，我叔叔作为奶爸也经常在家里呵斥他的两个孩子，所以我慢慢变得不喜欢回到那个吵闹的家。我阿姨，那个管着所有财务的她，那个嘴上很属灵行为却不相称的她，以及那个曾经问我奶奶要我妈妈电话号码的她，都令我深感厌恶。但是我没有抱怨，因为马太福音告诉我“你们饶恕人的过犯，你们的天父也必饶恕你们的过犯；你们不饶恕人的过犯，你们的`天父也必不饶恕你们的过犯。”

　　我信主八年了，现在是艺社的一名学生，生活在神的家里。这一路经历的人和事，都让我学会了坚韧、努力，还有饶恕，这一路上上帝也一直用他的话语托住我，让我感受到祂对我的爱。如果选择抱怨，我们会一直陷在苦毒、黑暗和痛苦里，但是如果我们不抱怨，就会发现身边其实充满爱和温暖。希望在以后的人生道路上，每个人都能紧紧地抓住上帝，彼此相爱，不抱怨人生。

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！