# 心怀感恩演讲稿500字

来源：网络 作者：落霞与孤鹜齐 更新时间：2024-07-03

*篇1： 心怀感恩演讲稿敬爱的老师们、亲爱的同学们：大家早上好!我是初一( 11)班的夏苗苗 。今天我国旗下演讲的题目是《心怀感恩 拥抱明天》“感恩图报”历来就是中华民族的传统美德。众所周知的古语： “滴水之恩，当涌泉相报”、“谁言寸草心，报...*

**篇1： 心怀感恩演讲稿**

敬爱的老师们、亲爱的同学们：

大家早上好!我是初一( 11)班的夏苗苗 。

今天我国旗下演讲的题目是《心怀感恩 拥抱明天》

“感恩图报”历来就是中华民族的传统美德。众所周知的古语： “滴水之恩，当涌泉相报”、“谁言寸草心，报得三春晖” 等等，说的正是一种感恩。细想生活，有太多太多值得我们去感恩。那么，作为一名中学生，怎样才能做到感恩呢?

首先，我们要感谢我们的父母，是他们给予我们生命，养育我们成人。或许他们地位卑微，或许他们无法带给你想要的物质和精神财富。但，不要忘了，他们一直在默默地为我们付出，十几年如一日地付出。当你吃着可口的饭菜，你是否感恩父母付出的辛勤劳动?当你穿着漂亮暖和的衣服，你是否感恩父母对你的关心?他们每天要在工作岗位上辛苦地工作十几个小时，他们付出了多少汗水?现在的我们有多少人能发自内心地感谢父母?有多少人在父母出门时担心过?又有多少人能够为父母分担力所能及的家务?同学们，感恩并不是空谈，需要大家用实际行动来表示。

其次，我们要感谢我们的老师，是他们教给我们知识，引导我们做人。是他们赐予我们无穷无尽的文化，带我们走进这知识的海洋。在学校里，面对老师辛勤劳动，你是否学会了感恩呢?当看到我们学习上出现了滑坡，学习习惯散漫的时候，对我们提出了警告或批评，也许有的同学会反感老师的批评，但请记住一句话：忠言逆耳利于行!有了他们，知识的海洋中有了舵手，人生的道路上有了向导。试想一下，我们长大成人过着舒适安逸生活的时候，能给老师什么回报呢?而老师从不奢求这些。所以我们在上课前鞠九十度的躬、大声地问好，在上课时认真听老师说的每一句话，下课后仔细完成老师布置的每一份作业，这些就是对老师最好的感恩。

我们还要感谢我们的朋友，是他们温暖我们的心田，充实我们的生活，快乐时与我们一同快乐，悲伤时陪我们一起悲伤。是他们在阴霾时拨开云雾，是他们在黑暗中播撒阳光。即使平时会有点小摩擦，那也不妨碍成长的路上我们一路相伴相随。

同学们，让我们感恩身边的每一个人，用宽容的心对待生活，用快乐的心改变生活，用感恩的心享受生活。我们相信，只要我们都怀着一颗感恩的心，我们的生活就会充满阳光，我们的世界会变得更加美好!

我的讲话完了，谢谢大家!

**篇2： 心怀感恩演讲稿**

敬爱的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是八年级325班的王晰

有人说，感恩是为了回报他人付出的点滴行动;有人说，感恩是为了幸福于他人，快乐于自己;也有人说，感恩是用道德滋润干渴的心灵。

然而，郁郁葱葱的绿叶，它谱写着飞扬的乐章，这是树木对大地滋养的感恩。丝缕飘荡的晴空，是白云对蓝天哺育的感恩。欢快歌唱的小溪，是水涧对大山依靠的感恩。

许多东西可以再寻找，但父母一生却只有一个。珍重！珍重！

不曾忘，当这篇文章从我口中读出时，敬老院孤苦老人呈现满眼的辛酸与孤寂。同学们，听了这篇文章，大家内心世界的一隅是否有些触动呢？如果你曾经没有好好珍惜，那么就请珍惜吧！当你因为错过太阳的普照而后悔时，你也定会错过那闪烁的群星。

感恩父母吧！你就会承欢膝下，让他们安享晚年。感恩伴侣吧！你才会“执子这手，与子携老”。感恩朋友吧！你就会祸福与共，肝胆相照。感恩自然吧！你才会热爱自然，保护自然。感恩社会吧！你就会热爱社会，回报于社会。

同学们，明白感恩吗？感恩也需要付诸行动的。当你吃着可口的饮菜，你难道不会感激父母的无私关爱吗？当你在舞台上取得成功时，你难道不会感激朋友们的鼓励吗？

请不要吝啬自己的感恩之情，当你得到他人关心时，诚挚地说声“谢谢”，并报以真诚的微笑。当别人需要帮助和支持时，伸出你热情的手，抱以宽容的心态。因为心存感激，才会珍惜拥有，珍惜幸福，奉献自我。

一粒沙可以含射一束阳光，一个行动可以见证一个品德，一方土地可以养育一种人品，一个社会可以造就你的感恩之心。

同学们，请你们赶快行动吧！回报他人，回报社会，回报自然，当你们在心中怀着一种感恩的心情，会得到什么呢？请想一想。

这一切一切的感恩回报，明天，它就会结出许多优良的硕果，让我们拥有巨大的财富！

我的演讲到此结束！

谢谢大家！

**篇3： 心怀感恩演讲稿**

尊敬的老师、亲爱的同学：

大家好！

今天,我演讲的题目是《心怀感恩，青春飞扬》。

青春是上苍赠予人类最美的礼物，但是它如同昙花一样，绚丽而短暂。因此，我们一定要心怀感恩，让青春激情飞扬，去谱写人生不朽的篇章！

青春不是梦中的秀发，不是虚无的幻想，更不是那花花绿绿的外衣，青春是一首浪漫的诗，令才子佳人千古传唱；青春是一支激昂的歌，让强者一路拼搏，一路高歌；青春是那初升的太阳，普照大地光芒万丈！难怪屈原有“百金买骏马，千金买美人，万金买高爵，何处买青春”的感叹，难怪李白有“长风破浪会有时，直挂去帆济沧海”的豪情。

常言说得好“天高任鸟飞，海阔凭鱼跃”，同学们，相信自己，活泼是青春的本色，热情是青春的火焰，执着是青春的凯歌。在学问的山脚下，我们以“勤”为径；在知识的海洋中，我们以“苦”作舟，让我们保持那份洒脱，坚守那份真诚，去做朝气蓬勃、激情四射的青年！ 仰望高高的蓝天，我欲放飞梦想，直升九天，搏击长空。此刻，耳畔又回荡着令我含泪的诗句“谁言寸草心，报得三春晖”。父母啊，您们的恩情，女儿终身难忘！

在我的生命历程中，您们的问候，您们的关心，您们的唠叨，甚至是您们的一声声责骂，已诠释了父母对儿女的爱的全部。还记得那个冰天雪地的早晨，爸爸您起得最早，您啃着一个冷洋芋骑着破旧的自行车匆匆踏上了进城打工的路，女儿我手捧您亲手煮的那碗热面早已流泪满面。还记得那骄阳似火的中午，妈妈您常常面带幸福的微笑，在田间地头无怨无悔地劳动。如今您们的额头平添了几道褶纹，鬓角多出了几根白发，这不正是您们为了女儿，为了这个家而辛勤奔波，真情燃烧的象征吗？

“滴水之恩，当涌泉相报”。感恩是因为曾经拥有过，拥有了父母的爱，朋友的情，师长的教导，甚至是路人一个关心的眼神。“羔羊有跪乳之恩，乌鸦有反哺之情”，但遗憾的是作为万物之灵长的人类，作为青春的我们，却常常比吃、比穿、比谁的手机更昂贵，比谁的生日聚会开得更风光。

同学们，醒醒吧！没有梦想的青春是平淡的，没有感恩的生命是苍白的，没有拼搏的人生是可悲的。生命因感恩而高尚，人生因拼搏而精彩。让我们插上“感恩”的翅膀，充满“拼搏”的力量，飞向人生中最绚丽的天堂！

**篇4： 心怀感恩演讲稿**

老师们，同学们：

大家好! 今天我在国旗下演讲的题目是：学会感恩。 感恩，其实是无处不在的。我站在这里的理由是什么?就是感恩。感谢老师同学的支持爱戴，感谢学校给予的机会，感谢父母的培养，感谢我自己的付出。因为心怀感恩，我今天便站在这里。

亲爱的同学们,感谢父母,他们给予你生命，抚养你成人;感谢老师，他们教给你知识，引领你做大写的”人”;感谢朋友，他们让你感受到世界的温暖;感谢对手，他们令你不断进取、努力。 感谢太阳，它让你获得温暖;感谢江河，它让你拥有雨露;感谢大地，它让你有生存空间。

常怀感恩之心，我们便会更加感激和怀想那些有恩于我们却不言回报的人。正是因为他们的存在，我们才有了今天的幸福和喜悦;常怀感恩之心，便会以给予别人更多的帮助和鼓励为最大的快乐，便能对落难或者绝处求生的人们爱心融融地伸出援助之手，而且不求回报;常怀感恩之心，对别人对环境就会少一份挑剔，而多一份欣赏。 “感恩的心，感谢有你，伴我一生，让我有勇气做我自己;感恩的心，感谢命运，花开花落，我一样会珍惜……”学会珍惜你的幸福，学会感谢你身边的一切，因为珍惜才会拥有，感恩才能天长地久…… 感恩，是我们生活中永恒的话题。学会感恩，学会热爱生活。我们将会感受到更多快乐。

**篇5：心怀感恩演讲稿**

尊敬的评委、敬爱的老师、亲爱的同学：

你们好！

首先我要感谢老师、感谢同学们给我这么好的机会来锻炼我自己，挑战我自己！今天我要演讲的题目是《心怀感恩，永存》。

你听，那密密麻麻的落叶在风中轻声地吟唱，诉说它们对大地的一片深情。

你看，那成群结队的鱼儿在水中欢乐地舞蹈，回报它们对河流的满心感激。

你闻，那漫山遍野的花朵在阳光下散播着芬芳，传递它们对春天的无尽祝福。

呼吸着感恩的空气，这个世界格外清新。

透过感恩的窗帷眺望，这个世界分外多情。

我想，你我，都需要一对感恩的翅膀，去撷取苦难贝壳里最耀眼的珍珠。

我想，你我，都需要一根感恩的火炬，用人间真情来温暖最寒冷的冬天。

我想，你我，都需要一支感恩的竹篙，撑理想的小船去探寻最真最美的梦。 我想，你我，都需要一双感恩的眼睛，收集躲藏在角落里纯净质朴的美好。

感恩，无处不在。感恩，无所不及。 我曾听说过，在朝圣的路上，那些磕长头的人，手上和脸上脏得很，却有着最洁净的灵魂。

我曾听说过，在北川的废墟边上，右手受伤的三岁小孩郎铮向解放军敬了一个礼，这个男孩给满目苍夷的北川点燃了生的希望，给救援线上的官兵注入了无限的力量，向悲恸中的亿万国人诠释了勇敢与坚强。

在命运的大道上，我们需要感恩。感恩我们所得到的一切。挫折、噩运，机遇，成功。

在社会的殿堂里，我们能够感恩。感恩我们遇见的每一个敌人、路人、亲人、友人。 在生活的字典里，我们学会感恩。用心去沉淀，用言语去表达，用行动去回馈。

感恩我的父母，感恩他们给予我生命。从婴儿的“呱呱”坠地到哺育我们长大成人，父母的关心和爱护是最博大最无私的，父母的养育之恩是永远也诉说不完的：吮着母亲的乳汁离开襁褓;揪着父母的心迈出了人生的第一步;在甜甜的儿歌声中酣然入睡，在无微不至的关怀中茁壮成长。父母为我们不知花费了多少心血与汗水，编织了多少个日日夜夜，才使我们在这个五彩缤纷的世界里，体会着人生的冷暖，享受着生活的快乐。父母的爱柔柔如水，轻轻如烟，深沉如海，恩重如山。

感恩我的老师，感恩他们对我无私的付出。感恩老师，给我前进的动力;感恩老师，给我飞翔的翅膀;感恩老师，给我指明人生的方向;感恩老师，给我放眼世界的慧眼……老师就像是一支红烛，一点一点地融化我们心灵的冰川，走近我们的心灵，让我们远离寂寞。她给我们的爱，轻轻的，柔柔的，像茉莉一般，散发着沁人心脾的香味。老师的爱，无私中透露着平凡，却又暗含一些伟大。它像一股暖流，渗入我们的心田;像一种呼唤，帮助我们落寞的心灵找到回家的路;像一阵春风，给我们温暖和温馨。我们的老师，没有华丽的舞台，没有簇拥的鲜花，一支支粉笔是他们耕耘的犁头;三尺讲台，是他们奉献的战场。他们的幸福，是桃李满天下，是学生唤他的一声“老师”。感恩老师，用优异的成绩，用可骄的成功，用你一点一滴的进步来告诉老师，“老师，我能行”

常怀感恩之心，我们便会更加感激和怀想那些有恩于我们却不言回报的每一个人。正是因为他们的存在，我们才有了今天的幸福和喜悦。常怀感恩之心，便会以给予别人更多的帮助和鼓励为最大的快乐，便能对落难或者绝处求生的人们爱心融融地伸出援助之手，而且不求回报。常怀感恩之心，对别人对环境就会少一分挑剔，而多一分欣赏。学会珍惜你的幸福，学会感谢你身边的一切，因为珍惜才会拥有，感恩才能天长地久……

感恩，是我们生活中永恒的话题。我们将会感受到更多快乐。 朋友们，让我们用感恩的喇叭，吹响幸福的号角！

风雨人生路，让感恩与你我同行！

**篇6：心怀感恩演讲稿**

老师，同学们：

上午好！

今天，我国旗下讲话的题目是《心怀感恩拥抱明天》。

鲜花争艳，铺满大地，那是鲜花对大地的感恩。白云飘荡，装点蓝天，那是白云对蓝天的感恩。因为感恩，才有多彩的世界；因为感恩，才有温馨的真情；因为感恩，才让我们懂得生命的真谛。

首先，我们要感谢父母，是他们给予我们生命，养育我们成人。可现在有多少人能发自内心地感谢父母？而父母总是在默默承受着我们不耐烦的态度、顶撞的话语，仍然无私的奉献着。试问我们当中有多少人记得父母的生日并为他们过过生日？有多少人在父母出门时担心过？又有多少人能够为父母分担力所能及的家务？感恩并不是空谈，需要大家用实际行动来表示。

其次，我们要感谢老师，是他们教给我们知识，引导我们做人。自从有了老师，知识的海洋里有了舵手，人生的道路上有了向导。是老师带领我们在世界的舞台上翩翩起舞，在人生的天空中展翅翱翔；是老师让我们走出愚昧与无知，走向光明的未来。所以我们在上课前鞠九十度躬、大声问好，在上课时认真听老师说的每一句话，下课后仔细完成老师布置的每一项作业，这些就是对老师最好的感恩。

我们还要感谢朋友，是他们温暖我们的心田，充实我们的生活，快乐时与我们一同快乐，悲伤时陪我们一起悲伤。是他们在阴霾时拨开云雾，是他们在黑暗中播撒阳光。

我们还有感谢所有帮助过我们的人，哪怕只是点一盏灯，借一支笔或是给一个淡淡的微笑。

在感恩的历史长河中，流淌着许多古今中外名人感恩的故事。古有小黄香在寒冷的冬天，先用自己的体温温暖草席，才让父亲睡到温暖的床上；今有伟人毛主席，邀请他的老师参加开国大典；朱德总司令蹲下身，亲自为母亲洗脚。外有居里夫人，寄去机票，让她的小学老师欧班老师来参加镭研究所的落成典礼，并亲自搀扶着老师走上主席台・・・・・・这些伟人们并不因为伟大、出名而忘记这份恩情，他们用真心和行动表达了自己的感恩之情。

对我们而言，感恩就是在父母下班时，递上一杯水，说声：“爸妈，您辛苦了。”

感恩就是在老师上课疲惫时，端上一把椅子，或是在校园中相遇时真心道一声：“老师好。”

感恩就是在朋友是失落，紧紧握住他们的手，默默为他们打气。一杯水，一把椅子，一声问候甚至是一个微笑，都可以温暖人心。少一句抱怨，多一份宽容，少一点挑剔，多一些赞扬，世界会更加和谐。

一个有感恩之心的人，必然胸怀博大，知恩图报，助人为乐，会用一颗充满感恩的心去认知，去探索，去感悟。

所以学会感恩，学会热爱身边的每一个事物。怀着一颗感恩的心，你会发现美好的生活并不遥远。让我们心怀感恩，拥抱美好的明天吧！

我的演讲结束，谢谢大家！

**篇7：心怀感恩演讲稿**

大家好!

今天我要演讲的题目是感恩父母。

大自然中的动物真是千奇百怪、各种各样。现在我向大家介绍一种动物，它跟我们中国人一样有着对后代强烈的爱。它是一只微不足道的蜘蛛。它为了刚出生的幼蜘蛛而‘牺牲’，我们的父母也在无微不至的照顾我们。

蜘蛛在生下幼蜘蛛的那一刻开始，已注定将要面临死亡的命运蜘蛛在一起后，一天大约能产下5000多个卵子。这些卵需要经过12~14天，方可出来。大量刚出生的蜘蛛仔体内存有毒液，只要蜘蛛仔把毒液都输给母蜘蛛，就不会受到影响。因此母蜘蛛的肉体被毒液侵蚀，从而慢慢死去，最后只剩下残壳。它们是伟大的母亲，我们的父母又何尝不是呢?

蜘蛛能为子女舍命，我们的父母能为我们作出博大的无私的爱。

在生活中，父母又着像蜘蛛的精神。也许我们生活中一点一滴都经过父母的照料，如今我们长大了，假如我们也能为他们做上一些力所能及的事情，他们将会感到欣慰、自豪;或许父母在遇到困难，感到不适时，都不与我们诉说，却要为我们的生活而不操劳，现在我们已经独立了，假如我们也能多与他们。谈说自己学校生活中的快乐，他们也会变地开心，不为我们人操心。在父母误解我们时，需求不要烦恼，此时我们应该体谅他们，主动与他们倾谈。

**篇8：心怀感恩演讲稿**

亲爱的老师、同学们：

大家好!

感恩之心是一颗美好的种子，人生不光要懂得收藏，还要懂得适时播种。

没有阳光，就没有温暖；没有水源，就没有生命；没有父母，就没有我们自己，没有亲情友情，世界将是一片孤独和黑暗。这些都是浅显的道理，但我们有时常常缺少一种感恩的思想和心理。我们在理所当然地享受着这一切的同时，可别忘了，要怀一颗感恩的心，懂得感恩，是一个人最起码的良知，也是中华民族的传统美德。正是因为怀有一颗感恩的心，才有古诗中的“谁言寸草心，报得三春晖”、“谁知盘中餐，粒粒皆辛苦”；正是因为怀有一颗感恩的心，才有三国时诸葛亮的“鞠躬尽瘁，死而后已”；正是因为怀有一颗感恩的心，才有一代伟人邓小平的肺腑之言：“我是中国人民的儿子，我深深的爱着我的祖国和人民！”

“滴水之恩,应当涌泉相报。”感恩是一种生活态度,是一种品德,更是一种思想境界。感恩是一种处世哲学，感恩是一种生活智慧，感恩更是学会做人，成就阳光人生的支点，是做人的根本。如果我们心存感恩，就可以沉淀许多浮躁与不安，消融许多不满与不幸。对于生活心存感恩，你就不会有太多的抱怨，因为感恩之心足以稀释我们心中的狭隘和偏激，帮助我们度过苦痛和不顺。我们应学会感恩，感谢所有为我们服务的人。但感恩并不是空谈，它是一种自发性的行为，需要用心和行动来表达。

在学校，如果没有老师、实验员、图书馆管理员、花工、水电工、校医、校警、炊事员等的工作保障，我们的校园生活和学习就难以维持。对于帮助过我们的人，哪怕只是借过一支笔或者是一个淡淡的微笑，我们都要给予真诚的谢意，学会把“行”、“谢谢”和“对不起”时时挂在嘴边。感恩老师，只需在老师上课疲惫时，端上一把椅子，然后去静静地倾听；在校园中遇见老师时，真心道一声：“老师好！”。

我们要感恩父母，在他们生日时，说声：“爸爸妈妈生日快乐！”常为爸爸妈妈留下真心的微笑。在父母劳动回家时，递上一杯水，说声：“爸妈，您辛苦了！”在父母劳累时，为他们捶捶背，分担点力所能及的家务活；在父母出门远行时，打个电话问候。

我们要感恩环境，就是不要随地乱抛纸屑果皮，因为整洁的环境属于大家；课间、午餐、午休时，不要大声喧哗，因为安静属于大家……感恩体现在我们生活的每一个细节之中，体现在我们的一些最简单的行动当中。当我们有过错时，要真诚的说声：“对不起，我会改正的。”

三月的阳光如此灿烂，三月的校园如此深情。似滴滴雨露滋润着我们求知的欲望；似缕缕阳光温暖着我们心中的希望。鲜花感恩阳光雨露，苍鹰感恩长空，高山感恩大地。只要你们心怀一颗感恩的心，你们一定会发现，生活原来是如此的和谐和美丽！同学们，让我们怀着一颗感恩的心，衷心地感谢父母、老师和朋友；让感恩伴我们一生，为朋友留下一双支持的友谊之手；为陌生人留下一丝心灵的温暖。

谢谢大家！

**篇9：心怀感恩演讲稿**

“善”的上方是个羊，下面是口，本义：像羊一样温顺地说话，才会和睦相处。齐国伟大的政治家管仲认为“善人者，人亦善之”。

“日行一善”是我们的校训。怎样才能做到“日行一善”呢?

首先要有善念。古人说：“心存善念，天必佑之”。“人之初，性本善”，向善，是人性之本，也是人之所愿。学会宽容待人，常存感恩之心。“海纳百川，有容乃大”，对误解要宽容，不抱怨不计较。多学习他人的长处，“择其善者而从之”，感恩他人的付出和帮助。学会换位思考，怀有悲悯之心。“己所不欲，勿施于人”，终身而行之。无论在学校、家庭还是社会，我们都是集体中的一员，凡事多为他人着想。

有人说，让人舒服，是顶级的人格魅力。这源于心中有他人，心存善念。子夏在评价孔子时说：“望之俨然，即之也温。”心存善念的人容易让人亲近，也容易让人敬佩。

然后要有善行。 “善”是一种品质，一种习惯，它没有大小之分。见义勇为、遵纪守法是行善;爱国敬业、恪尽职守是行善;助人为乐、文明礼貌是行善;尊敬师长，关爱同学是行善;一句温暖的问候，一个鼓励的眼神也是行善。

善事可以从小事做起，“勿以善小而不为”。在家里，帮助父母干些力所能及的家务，整理好自己的物品;在外出时，给乞讨者轻轻地放下一个硬币，给老人孩子让一个座位;在学校，给生病的同学倒点热水，给老师同学主动掀起门帘等等都是行善。

特别想和同学老师们分享的是，在日常生活中，我们要本着“不为别人添麻烦的原则”做事，用餐时，注意文明礼仪，餐后顺手把桌子擦干净，不留污秽;自习课时，安静有序，遵守纪律，不打扰他人学习;在宿舍，按时就寝，不影响同学休息;在校园，不攀爬不折枝，爱护一草一木，创造优雅美丽的自然环境.

最后，多说善言。美好的语言就如同温润的美玉，润泽人的内心，涵养人的精神。善言一句三冬暖，恶语一声六月寒。 佛教提倡说话要“正语”，多用正直、清净、正向的语言，用恭敬、谦让柔顺的语气，提升自己的修为。20xx，让我们做到好好说话。

老师们，孩子们，在新的学期，希望我们心存善念，多行善举，多说善言。择善人而交，把善良的理念传播给更多的人。

最后，让我们行动起来，日行一善，心怀感恩，从对待身边的人做起，从小事做起，从好好说话做起。

**篇10：心怀感恩演讲稿**

各位领导、同事、朋友们，大家好!

今天我演讲的题目是《心怀“感恩”》

感恩是中华民族的传统美德。

怀有一颗感恩的心，才能更懂得尊重。尊重生命、尊重劳动、尊重创造。怀着感恩的心，一代伟人邓小平在古稀之年说：“我是中国人民的儿子，我深深的爱着我的祖国和人民!”怀着感恩的心，诗人艾青在他的诗中写到：“为什么我的眼中饱含泪水，因为我对这片土地爱得深沉。”听说过一个人向树道歉的故事吗?听说过所有正在行驶的汽车为狗让路的故事吗?这些真实的故事，感动于人对生命的关爱，感动于人对生命的尊重。

怀有一颗感恩的心，不是单纯的忍耐与承受，更不是阿q，而是以一种宽宏的心态积极勇敢的面对人生。我相信，最温暖的日子来自寒冷，我更相信，温暖其实是对寒冷的一种谅解，是一种感恩中的感动。一个人要学会感恩，对生命怀有一颗感恩的心，心才能真正快乐。一个人没有了感恩，心就全部都是空的。 “羊有跪乳之恩”，“鸦有反哺之恩”， “赠人玫瑰，手有余香”，“执子之手，与子偕老，”这些都因怀有一颗感恩的心，才芬芳馥郁，香泽万里。懂得感恩，是一个正直之人的起码品德。因为，父母对我们有养育之恩，老师对我们有教育之恩，领导对我们有知遇之恩，同事对我们有协助之恩……同样，更需要感恩的是我们九台农商行，是她给予我们一个挥洒青春热血、谱写壮美诗篇的舞台!

前国足主教练米卢说“态度决定一切”。是啊!世界不会因谁而改变，需要改变的是我们面对世界的态度。工作不是单纯的谋生手段，更是我们个人生命价值的体现，而我们农商行，正是体现我们自我价值的平台。以感恩的态度去面对我们农商行，在工作中尽心尽力、积极进取，向着自己的目标不懈的努力，在带给公司利益和效益的同时也可以大大提升了个人的能力。当您感受到：个人的荣辱和农商行的发展融为一体，对农商行的感恩成为一种习惯，对农商行的忠诚成为一种责任的时候，工作将充满激情，事业也会更富有成就感。

时刻拥有一颗感恩农商行的心，我们不再抱怨，不再推诿，面对困难，我们不再是单独奋斗的个体，而集体的力量将远远大于个体力量的总和，因为我们感恩、我们团结;

时刻拥有一颗感恩农商行的心，我们明白小我和大我的取舍，在领导面前我们不再有对立反抗的情绪，工作做到上行下效，因为我们感恩、我们理解; 时刻拥有一颗感恩农商行的心，同事彼此之间关系会更加融洽，配合更加默契，误会和埋怨将在理解中被淡忘，因为我们感恩、我们信任; 时刻拥有一颗感恩农商行的心，我们就不会在工作中发生贪图私利、损公肥私、损人利已、消极怠工的事情，因为我们感恩、我们自律。 时刻拥有一颗感恩农商行的心，我们便拥有了九台农商行这个大家庭，我们便成为了九台农商行真正的主人，一荣俱荣，一衰俱衰。

我感恩，如果没有九台农商行，也许我还在为找工作而四处奔波;我感恩，如果没有九台农商行，也许过去的时间我依然一无所成;我感恩，是我们的九台农商行让我真正成长、成熟;我感恩，是我们的九台农商行让我拥有了体现自我价值的平台。

朋友们，我们应该常怀一颗感恩的心，就当喜是我们善待生活得到的回报;就当怒是培养我们耐性的时机;就当哀是天将降大任于斯人的先兆;就当乐是生活对我们泰然处世还以的笑容。 所以我要：

感谢您，农商行，让我懂得团结的力量，感谢有您，不管多么平凡，我都会珍惜;

感谢您，农商行，让我懂得理解的宝贵，感谢有您，不管多少岁月，我都会铭记;

感谢您，农商行，快乐与您分享，悲伤与您诉说，感谢有您，不管多么忙碌，我都不会忘记;

感谢您，农商行，在成长途中，静静的伴随着我，为我挡风遮雨，让我在被关怀的幸福中也学会了如何去关怀他人，感谢有您，不管多少日夜，我都会记在心底。 最后，愿我们常怀一颗感恩的心紧紧团结在一起，为我们九台农商行大业美好的明天而奋斗吧!

演讲结束 谢谢!

各位领导、各位评委、各位同事：

大家好!

首先我要感谢公司领导、公司工会给我们提供的这样一个突破自己、展示自己的机会。一直以来我都非常羡慕和佩服那些在台上可以滔滔不绝、妙语连珠、引经据典、神态自如的人们，但我从来没有想过让自己也站在台前。当我听说公司要举办这次活动时，我犹豫过、胆怯过、也激动过，但最终我勇敢的选择，我要突破自己、我要提升自己，我要试一试，不管最后的结果怎样，重要的是我敢走上讲台。

岁月的流逝，生活的考验，工作的磨练，让我们少了一份天真、少了一份莽撞、少了一份激情，但却多了一份成熟、多了一份慎重，更多了一份责任心。让我们更懂得珍惜工作、珍惜生活、珍惜这份来之不易的责任。家庭和孩子是我们心的归属，企业和工作是我们充盈生命的平台。

弹指间，我已在电力行业工作\*\*\*载。忆往昔，我怀着对电力事业的憧憬，进入了电力公司，让我有了这份事业，企业的繁荣发展，让我能施展才华。我对这份事业，有一种独特的情感，选择这份事业我无怨无悔。进入××公司十三年，三十多岁的我与企业的荣辱息息相关，与企业的命运紧紧相连。

十八载春秋，我与电力事业同成长，见证了我国电力事业飞速发展和辉煌成就，也同时感受到这份事业对我的恩惠。参加工作以来，我先后从事过。。。。。。。等工作。这些工作经历丰富了我的知识，提高了我的才干，锻炼了我的人生，使我从中学习成长。我常想，这份事业给予我太多，而我为这份事业奉献的太少，应该拿什么来报答?记得有位领导曾意味深长地对我说“用平常的心做人，用感恩的心做事”。我深刻领会这句话的含义，也领悟到人生的真谛。面对工作，不管有多大压力，我都要顽强拼搏努力工作，把工作干好、干出色。今后，我会更加珍爱这份事业，不断学习，不断加压，不断创新，不断自我超越，用心做人，用心工作，感恩培育我成长的这份事业。

俗话说“好水酿好酒，好土塑好壶，好的环境造就好的人才”，你看那绿水环绕、碧草青青的职工住宅小区;你看那气势恢宏、富丽堂煌的综合办公楼;企业为我们造就了这么优美的工作生活环境。再想一想企业输导给我们的理念“岗位靠竞争，收入靠奉献”，催我们奋进、赶我们超越，我们能不感激我们的企业!能不珍惜我们的工作!能不在乎我们的岗位吗?!也许我们对目前的工作已没有了激情，但既然我们选择了这个岗位，就必须记住自己的责任和使命。既然非做不可，与其被别人推着去做，还不如自觉自愿地尽力把它做得最好，努力找到工作的乐趣，当然，除非你真的不想工作。思想不同、心态不同，心态不同、结果不同，观念可以改变命运。每一个岗位就是一片充满生命力的土地，关键在于耕种它的人撒下的是什么样的种子，我相信只要我们用责任心去做好每一件事，那么在任何岗位上，我们都会收获事业的春天!

十多年的工作学习和生活，丰富了我的社会阅历，教会了我一些人情世故，让我深深体验到责任心在工作学习生活中的份量。工作和家庭一样，永远意味着责任，肩负起自己的责任是多么重要!因为责任意识会让我们表现得更卓越!只有承担责任的生命，才叫真正的`生命!

电力事业是我职业生涯的绿洲，滋养了我的心田，激荡了我的才情，我会勇于承担重担敢打敢拼，在这个“努力超越、追求卓越”的企业精神激励下，一起打造电力事业的新天地。祝愿我们的电力事业一帆风顺!越走越好!

假如这个世界没有阳光、水源、没有父母，没有亲情友情和爱情，那么会变成什么样子呢?

没有阳光，就没有温暖;没有水源，就没有生命;没有父母，当然就没有我们自己;没有亲情友情爱情，世界就会是一片孤独和黑暗。这些道理都很浅显，但是生活中，我们在理所应当的享有着这些的时候，却常常少了一颗感恩的心。

感恩是每个人应有的道德准则，很多人，很多事，其咎都源于不会，不愿感恩。的确，中国的文化传统让我们很难从口中说出“妈妈我爱你;爸爸我爱你”。然而，这不应该是借口。鸦有反哺之义，羊有跪乳之恩，不懂感恩，就失去了爱的感情基础。所以，学会感恩，感谢父母的养育之恩，感谢老师的教诲之恩，感激朋友的帮助之恩，感恩一切善待帮助自己的人甚至感恩给我们所经历的坎坷。我不会忘记不久前的一件事情。那天我和同学逛街，一个也就四五岁的小男孩，从前面跑了过来。因为已经是冬天，羽绒服把小男孩撑得圆嘟嘟的，像个小皮球滚动了过来。他问我到动物园坐哪趟车，我告诉他就在那边坐4路车。他高兴地又跑了回去。我和同学就往前走。我们都走得挺远的了，听见小男孩在后面“哥哥哥哥”的叫我。我不知道他要干什么，便站在那里等他，看着他一脑门子热汗珠儿地跑到我的面前，我问他有事吗，他气喘吁吁地说：“我刚才忘了跟你说声谢谢了。妈妈问我说谢谢了吗。我说忘了，妈妈让我追你。”我不会忘记那个孩子和那位母亲，他们让我永远不要忘记学会感谢，对世界上不管什么人给予自己的哪怕是再微不足道的帮助和关怀，也不要忘记了感恩。

父母给予我们的爱，常常是细小琐碎却无微不至，不仅常常被我们觉得就应该是这样，而且还觉得他们人老话多，嫌烦呢。其实感恩是发自内心的。俗话说“滴水之恩，当涌泉相报。”更何况父母为你付出的不仅仅是“一滴水”，而是一片汪洋大海。因为，父母是上苍赐予我们不需要任何修饰的心灵的寄托。

当我们遇到困难，能倾注所有一切来帮助我们的人，是父母。

当我们受到委屈，能耐心听我们哭诉的人，是父母。

当我们犯错误时，能毫不犹豫地原谅我们的人，是父母。

当我们取得成功，会衷心为我们庆祝，与我们分享喜悦的，是父母。

而现在我们远在外地学习，依然牵挂着我们的，还是父母。

生活并非想象中那样完美，父母的辛勤是我们无法体会的，我们虽不能与父母分担生活的艰辛、创业的艰难，但我们在生活上可以少让父母为自己操心。当父母生病时，我们是否应担起责任，照顾父母?要知道，哪怕一句关心的话语，哪怕一碗自己做好的方便面，都会慰藉父母曾为我们百般焦虑的心。感恩父母，并不难做到。

我们也许会记得感谢在人生道路上帮助过我们的朋友，也许会记得感谢辛勤培育我们的老师是的，他们当然是我们要感谢的，可同时，我们更不应该忘记，父母，永远是我们最值得感谢的人!

感恩父母，希望全天下的父母一切都好!

**篇11：心怀感恩演讲稿**

感恩是什么？在《汉语词典》中的解释是对别人所给的恩惠表示感激。可它的解答不正确，“对别人”，那父母呢，他是外人，别人吗？对不同的人有不同的感恩。

在这里我讲一个小故事，有一个富翁，带着母亲去镶牙，经过医生的介绍，母亲选了最便宜，最不好的假牙，而儿子却在一旁悠闲的抽雪茄，母亲小心翼翼的拿出布包，小心翼翼的一层层打开，小心翼翼的拿钱给医生，母亲一个星期后来镶牙。医生们都在谈论那个富翁，自己抽着高档雪茄，却不肯给母亲镶一副好牙，可是到了第二天，那个富翁又来了，他告诉医生“请给我母亲镶一副最好的牙，钱由我来付，我母亲是个节俭的人，她总爱买最便宜的东西，请不要告诉我的母亲，我不希望他伤心。”

听完这个故事你有什么感想？有人可能会想这个富翁不是多此一举，但这就是感恩，又有多少人能够做到呢？当今科技的飞速发展，但人们已经忘记身边最亲的人。

又有人会问：我们如何感恩，我们有能力吗？当然，感恩并不是拿个几百万让他们吃喝玩乐，而是像当初他们帮助你一样去帮助他，帮父母捶一次背，帮老师倒一杯水，帮清洁阿姨捡一片垃圾。这都是生活中的一些微不足道的小事而已。

感恩就是那么容易，就是那么简单，就是那么微不足道。请大家——心怀感恩，传递幸福！

**篇12：心怀感恩演讲稿**

真正的感恩应该是真诚的、发自内心的感激，而不是为了某种目的，为了迎合他人而表现出的虚情假意。时常怀有感恩的心情，你会变得谦和、可敬、高尚。

有位父亲告诫刚踏入社会的儿子：“若遇到一位好老板，便要忠心地为他工作；假如第一份工作就有很好的薪水，那算你的运气好，要努力工作以感恩惜福；万一薪水不理想，老板也不太好，就要懂得在工作中磨练自己的技艺。”

这位父亲是睿智的，所有的年轻人都应将这些话牢牢记在心底，始终秉持这个原则做事。即使起初位居他人之下，也不要计较。在工作中不管做任何事。都应将心态回归到零，学会感激工作中的一切：感谢工作环境，感谢你的老板，感谢每一次的工作机会并积极地将每一次工作任务都视为一个新的开始，一段新的体验，一扇通往成功的机会之门。

或许每一份工作都无法尽善尽美，但每一份工作中都有宝贵的经验和资源，如失败的沮丧、成长的经验、老板的严苛、同事间的竞争等。这些都是任何一个工作者走向成功必须体验的感受和必须经历的锻造。

一种感恩的心态可以改变一个人的一生。如果你能每天怀着感恩的心情去工作，在工作中始终牢记“拥有一份工作，就要懂得感恩”的道理，你一定会收获很多。

当我们清楚地意识到无任何权利要求别人时，就会对周围的点滴关怀或任何工作机遇都怀有强烈的感恩之情。因为要竭力回报这个美好的世界，我们会竭力做好手中的工作，努力与周围的人快乐相处。结果，我们不仅心情会更加愉快，所获帮助也会更多，工作会更出色。

我们生而为人，并能顺利走到今天，要感谢父母的恩惠，感谢大众的恩惠，感谢师长的恩惠，感谢国家的恩惠；没有父母的养育，没有大众助益，没有师长教诲，没有国家爱护，我们何能存于天地之间？

所以，感恩不但是美德，而且是人之所以为人的基本条件！感恩已经成为一种普遍的社会道德。然而，人们常常为了一个陌路人的点滴帮助而感激不尽，却无视朝夕相处的老板的种种恩惠和工作中的种种机遇。这种心态总是导致他们轻视工作，并把公司、同事对自己的帮助视为理所当然，还时常牢骚满腹、抱怨不止，也就更谈不上恪守职责了。

其实，对工作心怀感恩的心情，基于一种深刻的认识：工作为你展示了广阔的发展空间，工作为你提供了施展才华的平台。你对工作为你所带来的一切，都要心存感激，并力图通过努力工作以回报社会来表达自己的感激之情。

感恩即是一种良好的心态，又是一种奉献精神，当你以一种感恩图报的心情工作时，你会工作得更愉快，你会工作得更出色。

真正的感恩应该是真诚的、发自内心的感激，而不是为了某种目的，迎合他人而表现出的虚情假意。时常怀有感恩心情，你会变得更谦和、可敬且高尚。每天都用几分钟时间。为自己能有幸拥有眼前的这份工作而感恩，为自己能进这样一家公司而感恩。

对工作心怀感激，并不仅仅有利于公司和老板。“感激能带来更多值得感激的事情”。请相信，努力工作一定会带来更多更好的工作机会和成功机会。

此外，对于个人来说，感恩赋予我们富裕的人生。感恩是一种深刻的感受，(感恩演讲 能够增强个人魅力，开启神奇力量之门，发掘出无穷的智能。

一个人若失去感激之情，会马上陷入一种糟糕的境地，对许多客观存在的现象日益挑剔甚至不满。如果你的头脑被那些令你不满的现象所占据，你就会失去平和、宁静的心态，并开始习惯于注意那些琐碎、消极、猥亵、肮脏甚至卑鄙的事情：放任自己的思想关注阴暗的事情，并让自己也慢慢变得阴暗；相反，若你把注意力全部集中在光明的事情上，你将会变成一个积极向上的人，一个大有作为的人。

不要浪费时间去分析和抨击高高在上的领导，不要无休止地指责和厌恶在某些方面不如自己的部门主管。指责别人并不能提高自己；相反，抨击和指责他人只能破坏自己的进取心，给自己徒增烦恼和不满。请相信，市场永远是公平的，它会以自己的方式去实现公平。

那些满腹牢骚的年轻人，请将目光从别人的身上转移到自己手中的工作上；心怀对工作的感激之情，多花一些时间，想想自己还有哪些需要改进和提高的地方，看看自己的工作是否已经做得很完美了。如果你每天能怀着一颗感恩的心而不是抱怨的心态去工作，相信工作时的心情自然是愉快而积极的，工作的结果也将大不相同。

所以，不重视现在的人，就不会有可以期待的未来，感恩生活的馈赠吧！当你有了感恩之情，生命会时时得到滋润。

**篇13： 心怀感恩演讲稿**

各位老师各位同学：

大家好！

今天很高兴也很荣幸，能有这样一个机会与你们在一起进行交流和探讨。在这个富有生机和活力的阳春时节，看到你们一张张青春灿烂的脸庞，我不禁想起中国人民的伟大领袖毛泽东主席那首著名的《沁园春xx》：“恰同学少年，风华正茂”。意气

风发的年纪，多让人羡慕啊，从中激荡青春活力感悟人生哲理。这里，我想主要围绕“2句话、4个字”来跟同学们进行交流，这“2句话、4个字”就是“感恩、责任”，希望能带给大家一些思考和启迪，共同分享彼此生活中的一些感受和体会。

第一：心怀感恩，才能感知世界

在谈这个话题之前，我想先请问在座各位同学一个很普通的问题：当你每天早上吃着父母为你准备好的早餐时，你是否对父母说了声“谢谢”；当你在生日时候收到好朋友送给你的一份精美礼物时，你是否对朋友说了声“谢谢”；当你在餐厅里享受着服务员为你端来的可口佳肴时，你是否想到过道一声“谢谢”；当你在拥挤的公共汽车上得到了别人给你让开的座位时，你是否想到过道一声“谢谢”……不知道各位同学是否意识到这些问题，也不知道同学们会作出怎样的回答。是的，“谢谢”这两个字何其简单、何其普通、又何其容易，但是我们有几个人能真正理解这两个字所传达出的特殊含义，我们又有几个人能真正从灵魂的深处说出这两个字呢！

其实，“谢谢”的内涵就是感动、感激和感谢，它展示的是一种感恩的方式，表达的是一种感恩的情意，流露的是一种感恩的情怀。说“谢谢”，就是感恩。感恩，是对别人给予自己付出的回报、对别人给予自己帮助的感谢、对别人给予自己赞赏的感动，是一种最乐观、最豁达、最阳光的人生态度和处世哲学。美国前总统罗斯福家一次被盗，丢了许多东西。一位朋友闻讯后，忙写信安慰他，没想到罗斯福却给朋友回了一封信，他说：“亲爱的朋友，谢谢你来信安慰我，我现在很平安。

感谢上帝：

第一，贼偷去的是我的东西，而没有伤害我的生命；

第二，贼只偷去我部分东西，而不是全部；

第三，最值得庆幸的是，做贼的是他，而不是我。”对任何一个人来说，失窃绝对是很不幸的事，而罗斯福却找出了感恩的三条理由，从中我们可以悟出这样的道理：心存感恩，海阔天空！

感恩，是朴素高贵的情感，是不可磨灭的良知，是深藏于内心的品质，是善良人性的标签！感恩，是一种人生的智慧，是一片肺腑之言，是一份铭心之谢！感恩更是我们这个民族千古相传的传统美德，“饮水思源”的古训家喻户晓，“滴水之恩当涌泉相报”的道理老少皆知。山感恩大地，方成其高峻；海感恩溪流，方成其博大；天感恩飞鸟，方成其壮阔。我们感恩树木的葱茏，花草的芬芳；我们感恩清风的多情，雨水的滋润；我们感恩生命的伟大，生活的美好；我们感恩父亲的仁厚，母亲的慈祥；我们感恩老师的教诲，朋友的帮助。拥有一颗感恩的心，这个社会就会多一些宽容与理解，少一些指责与隔阂；多一些和谐与温暖，少一些纷争与冷漠；多一些谦虚与知足，少一些骄傲与放纵；多一些平淡与从容，少一些浮躁与喧哗。

**篇14： 心怀感恩演讲稿**

老师们、同学们：

早上好！今天我演讲的题目是《心怀感恩 拥抱明天》

“感恩”是中华民族的传统美德，“滴水之恩，涌泉相报”，这是祖先为我们留下的教诲。只有怀着一颗感恩的心看世界，你才会真正幸福。

首先，我们要感谢我们的父母，是他们给予我们生命，养育我们成人。可现在我们有多少人能发自内心地感谢父母？而父母总是在默默承受着我们不耐烦的态度、顶撞的话语，仍然无私的奉献着。试问我们当中有多少人记得父母的生日并为他们过过生日？有多少人在父母出门时担心过？又有多少人能够为父母分担力所能及的家务？感恩并不是空谈，需要大家用实际行动来表示。

其次，我们还要感谢我们的老师，是他们赐予我们无穷无尽的文化，带我们走进这知识的海洋。在学校里，面对老师辛勤劳动，你是否学会了感恩呢？老师们不管有多累，只要看到我们哪怕只有一点进步，他们都会为我们感到高兴、为我们的一点成功感到自豪。当看到我们学习上出现了滑坡，学习习惯散漫的时候，对我们提出了警告或批评，也许有的同学会反感老师的批评，但请记住一句话：忠言逆耳利于行！我们应当感谢老师的批评，正是这些批评，我们的人生才会减少遗憾和后悔。老师对我们无私的帮助，利用点滴时间辅导我们，老师从早到晚，把所有的精力都花在了我们身上，。试想一下，我们你长大成人过着舒适安逸生活的时候，能给老师什么回报呢？而老师从不奢求这些。所以，我认为同学们都应当以实际的行动来回报老师对我们的教育！。所以我们在上课前鞠九十度的躬、大声地问好，在上课时认真听老师说的每一句话，下课后仔细完成老师布置的每一份作业，学会老师教授的职业技能，这些就是对老师最好的感恩。让老师看到了自己的进步，才能让他们感觉到，自己一切的付出，是值得的！

我们还要感谢我们的朋友，是他们温暖我们的心田，充实我们的生活，快乐时与我们一同快乐，悲伤时陪我们一起悲伤。我们还有感谢一切帮助过我们的人，哪怕只是点一盏灯，借一支笔或是给一个淡淡的微笑。

一个有感恩之心的人，必然胸怀博大，知恩图报，助人为乐，会用一颗充满感恩的心去认知，去探索，去感悟。所以学会感恩，学会热爱身边的每一个事物。怀着一颗感恩的心，你会发现美好的生活并不遥远。让我们心怀感恩，拥抱美好的明天吧！

谢谢大家！

**篇15： 心怀感恩演讲稿**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是高二二班的xxx，这次能够在这里给大家带来这次演讲我为此感到十分的荣幸，也万分感谢信任我的老师和领导。感恩，这是一个很笼统的词语，能够适用于很多的地方，就像是感恩父母，感恩老师，感恩学校之类的都可以。而我这次演讲的目的就是单纯的希望大家都能够对此有所了解，了解哪些对我们有所帮助，有所扶持的人或物，让我们心怀感恩，感激这些。

或许有些同学觉得，就算是我们心怀感恩，但是别人又感觉不到有什么用呢。话不能这么说，不能别人感觉不到我们就不做，有些事情不是做出就一定有回报的，但是一定会让你自己感到安心。别人做不做是别人的事，但我们做不做是我们自己的事情，我们心怀感恩的时候在别人遇到困难时是否也会想着帮助别人一下，让别人度过难关。而别人在接受我们的帮助之后是否也会心怀感恩，并在以后的日子里对身边的人伸出援助之手。我想这些都是有可能的，这个世界是有着坏人，但好人还是很多的，如果每个人都能够心怀感恩，不去计较哪些得失，让每个人到感觉到这个世界的爱，想必社会的风气也会好很多的。心怀感恩也并不是让大家在别人帮助你之后就付出全部的去帮助别人，而是在遇到同样的事情之后能够伸出援手也帮助别人一下。

其实我们需要感恩的太多了，让我们一下就去回报是不太现实的。光是父母的生育之恩就是我们这一辈子都难以还清的，如果不是生下了我们，我们压根就不会来到这个世界上，看到这蔚蓝的天空，品尝哪些精致美味的食物，感受到友情，亲情这些难以名述的感情。我们生活在地球上，地球一直在为我们的贪婪而付出着，如果没有地球的话，我们将难以在这么好的一个环境生存。还有这我们身边朋友对我们的帮助，老师对我们的关爱，我想这些都不是做什么事情就能够还清的，需要的是大家一直心怀感恩的去面对这些，在需要的时候帮助那些曾经帮助过我们的人，我们也需要再日常生活中为父母分担一些，让他们不要在感到那么的劳累了。也要保护我们的环境，如果地球的环境持续恶化下去那么我们的后代将无法在生存下去了。这也是心怀感恩的重要性，希望大家能够在这次的演讲中有所感触和体会。

我的演讲完毕，谢谢大家！

**篇16： 心怀感恩演讲稿**

感恩，无处不在。感恩，无所不及。常怀感恩之心，我们便会更加感激和怀想那些有恩于我们却不言回报的每一个人。正是因为他们的存在，我们才有了今天的幸福和喜悦。常怀感恩之心，便会以给予别人更多的帮助和鼓励为最大的快乐，便能对落难或者绝处求生的人们爱心融融地伸出援助之手，而且不求回报。常怀感恩之心，对别人对环境就会少一分挑剔，而多一分欣赏，进而能够拥抱触手可及的幸福。对我们来说，身边有无数值得感谢和回报的人和事：生我养我的父母，教我成人的师长，助我飞翔的母校和做我坚强后盾的祖国，都在我们的生命中扮演了不可或缺的角色。有了他们，我们才能站在这里看国旗升起，迎接一个又一个焕然一新的清晨。

从呱呱坠地的那一天起，我们的身旁便始终伴随着父母的身影。父母亲关注着我们成长的每一瞬间，第一次跌倒又爬起，第一次开口说话谈笑，第一次独立吃饭，第一次交到新朋友……我们拥有的生活条件和教育机会，能够顺利完成学业，走出人生的每一步，都离不开父母的付出。是他们在横风斜雨的人生道路上，给了我们前进的力量，在我们遭到挫折时给了我们自信，在我们骄傲自满时教会了我们谦逊和宽容。如今，我们已经成人，有了独自面对生活和困难的能力，更能深刻地体会到父母抚养我们成长的不易。从今往后的生活中，愿你我能够承担一些父母肩膀上的重担，与他们一起面对生活中的大小琐事，舒展他们紧皱的眉头，把分给社交网络和游戏的时间多抽一些来陪在他们身边。谁言寸草心，报得三春晖。表达对父母的感恩，我们也能享受到来自家庭的温暖和幸福。

学校是我们认识这个世界的另一扇窗，老师更作为领路人，将沿途的知识和人生道理播撒在我们尚未成熟的心灵，引导我们树立正确的人生观、价值观和目标。母校的点点滴滴在我脑海中摇曳，老师的谆谆教诲在我耳畔响起，同学们的欢声笑语是我在校园生活的伴歌，在母校的生活成为我命途中最美的点缀，成为我生命中一道亮丽的风景线，母校的生活在我的脑海里难以忘却，一生也难以抹去。努力实现自己的梦想并成为他们的骄傲，常回来问问他们的安好，是我们作为芸芸学子所能做到的最好的感恩。

当我们怀着对父母和母校的感激，渐渐长大，我们的步伐会踏遍大江南北，会走出国门。当我们在享受青春年少和幸福生活时，又怎能忘却是我们伟大的祖\*\*亲提供了这一切。无论在哪里，不忘中国心是对祖\*\*亲最深沉的感恩；踏实拼搏，努力奋进，是对祖\*\*亲最实际的感恩。也许只有当我们真正身在异国他乡之时，才能真正明白那一抹鲜红才是心中永远不变的情怀。

感恩父母，才能更加明白生活中点点滴滴的幸福；感恩母校，才能更加看清成长中的每一个美丽风景；感恩祖国，才能更清晰的知道拥有靠山的幸福。心怀感恩才能拥抱幸福。让我们从今天开始，从此时此刻开始，用感恩之心拥抱生活，拥抱幸福。

**篇17： 心怀感恩演讲稿**

尊敬的各位领导，亲爱的朋友们：

你们好！

我是xx中学一名普普通通的学子，今天非常荣幸能站在此处，说一说自己对孝德的一片感言。随着历史的发展，虞舜先帝的身影虽然早已离我们而去，但是他的精神却悄然演变成了一种文化，这种文化已经深深地扎根在每一块充满希望的田野里，播洒在我们每一座绿水环绕的村落里，也沉淀在我们每一个莘莘学子的心田里，那就是大爱无言，大“孝”至亲的孝文化！

从古至今，孝的故事永不落幕！孝是孟子“老吾老，以及人之老，幼吾幼，以及人之幼，天下可运于掌”的远见；孝是沉香不怕艰难险阻，排除万难一定要救出母亲的赤子心；孝是王坛蒋相村孝媳虞蓉，不离不弃，照顾瘫痪婆婆的执著心；所以无论什么时候，孝都不会过时！

有人说，你可以不用做一个成功的人，但是你至少要做一个孝顺的人。的确，失去了孝，就好比人已失去了心脏，只有一具躯壳立于世上，已失去了生命的价值，更何谈顶天立地、闯出一番天地呢？所以感恩父母便是我们走向成功的第一站。请想一想是谁用遒劲的手臂，为我们撑起一片遮蔽风雨的天空？是谁赠我们傲翔的双翅，为我们输送实现梦想的勇气？是谁用含辛茹苦的汗水，为我们浇灌幸福的家园？那就是我们的父母，我们伟大的父母。当我们渐渐长大，已不再需要父母的扶搀的时候，我们怎能忘记那一双双牵挂的眼神？怎能忘记那深夜的一声声咳嗽？怎能忘记那曾经伟岸，如今却逐渐衰老的背影？怎能忘记那因日复一日翘首相望，而布满憔悴的双眼？

落叶在空中盘旋，谱写着一曲动人的乐章，那是大树对大地的感恩，白云在蓝天中飘荡，那是对蓝天的感恩。我知道，孝不仅是一种文化，更应该是一种行动。我们作为21世纪的青年，时代的骄子，更应该把孝付诸于行动。我知道，一个行动比一百次的醒悟、一百句悦耳动听的言语都要重要的多！那么，现在就让我代表王坛中学的学子们，向养育我们的父母们，关爱我们的老师们，护佑我们的先辈们，道一声：“谢谢！”

**篇18： 心怀感恩演讲稿**

尊敬的各位领导，各位朋友们：

大家好！

今天，我演讲的题目是《心怀感恩之心，弘扬垦荒精神》！

美丽的北大荒，是一幅神奇的画卷，我是画卷中一抹动人的色彩； 神奇的北大荒，是一个动人的传说，我是传说中一个感人的段落； 富饶的北大荒，是一曲优美的旋律，我是旋律中一个动听的音节。 一代代垦荒人从北大荒走过，一路泥泞，一路坎坷；

一路财富，一路收获，一路唱响着顽强不屈的人生之歌。

半个世纪来，几代拓荒人承受了难以想象的艰难困苦，战天斗地，百折不挠，用火热的激情、青春和汗水把人生道路上的句号划在了祖国边陲那曾经荒芜凄凉的土地上，他们以“艰苦奋斗、勇于开拓、顾全大局、无私奉献”为内容的北大荒精神，献了青春献终身，献了终身献子孙。

垦荒英雄们跋山涉水、勇往直前，他们已把生命融入了这片荒原，用青春和智慧征服了这片桀骜不驯的黑土地，实现了从北大荒到北大仓的历史性巨变?? 我的少年长在北大荒,我爱北大荒的黑土地和那金色的麦浪,碧绿的豆海;我也爱北大荒那冰雕雪砌的银色世界;我更感恩那些历尽艰辛,艰苦创业的北大荒人。

在许多的童话故事中，都会看到继母的影子。从白雪公主到灰姑娘，这些美丽的女孩都无一例外地遇到了狠毒的继母。继母，似乎在这个社会上已成为恶毒狠心的代名词，然而，我的继母却用爱呵护着我的成长，她，是我这一生最感谢的人。下面，我想和大家分享我和妈妈的故事。

我5岁的那一天，生我的妈妈和爸爸离婚走了，妈妈到哪里去了呢？从此，我的世界里只有我一个人，小小的我，一个人哭，一个人笑，一个人在自己的内心世界中倍受煎熬。我一直默默的等着妈妈有一天会推开家门走进来，就像她从不曾离开过一样。可是，直到那个女人的出现，我才知道我的妈妈再也不能回来了。因为爸爸在农场娶了我继母，已经八岁的我和爸爸一起从海伦的农村搬到了农场生活，我永远忘不了我第一次见到她的情景：脏兮兮的我怯生生的出现在她的面前，有些惶恐无助，有些不知所措。她温柔的拉住我的手，帮我洗了脸，又找来梳子默不作声的把我乱糟糟的头发梳了两个小辫子，当我站在镜子前时，我被镜子里的那个小女孩惊住了，这，是我吗？就从那一天起，我身上所有的衣服都像今天的这般干净。她自己还有一个比我小的女儿，也是从那一天起，她为我们两个做饭、铺被子，准备学习用品，送我们上学。虽然我不她亲生的，但我感觉她对我要比小妹妹还要亲，有好吃的第一个给我吃，有玩的第一时间让我玩，慢慢的，我开始往她的怀里撒娇，我习惯了听她讲的故事入睡，原本学习成绩很差的我，喜欢天天在她身边按时完成作业、牵着她的手上学、放学，一起和妹妹喊她“妈妈”。在学校，老师不仅没有放弃我，而是总找我谈话，鼓励我学习，还利用课余时间义务到我家帮我辅导功课。慢慢的我的成绩越来越好了，初三后我的成绩已经是班级前三名，还当上了班长。

刚到农场时，父亲在一家工厂做临时工，领着很低的薪水。后来由于继母的主张，爸爸在开始种地，种地因为收成好、粮价高，连续赚钱，继母也开始去工厂打工，家里的条件一下子好起来了，后来因为农场政策好，我们家又住上了新盖的楼房。在她的呵护下，我渐渐长大，如今的我，乐观，阳光。

朋友们，也许，我妈妈不走我就不会遇到疼我爱我的继母；如果我们家没有从农村搬到农场也许我们家还会一贫如洗，不可能住上楼房；如果我没有到农场上学，就不会遇到给予我帮助和鼓励的老师，是她们让我渡过难关，让我体会温

暖和力量，摆脱了差生形象。

鱼儿对水说，你看不到我的眼泪，因为我在你的怀抱中；水对鱼儿说，我能感觉到你的眼泪，因为你在我心目中。鱼儿懂得了感恩，才能明白大海的博爱；大海学会了感恩，才会懂得鱼儿的深情。人的一生就是感恩的一生，我们沐浴着别人的恩泽而来，感恩是我们一生的使命。

我感恩我的老师，是他们给了我知识和看世界的眼睛，是他们阳光般的笑言抚慰我心灵的创伤，我要用无悔的青春书写不朽的辉煌篇章。

我的继母啊，您用崇高博大的母爱，对没有血缘儿女写下了爱的华章，你用北大荒女性的温情和韧性引领我奋力前行，使一个特殊的家庭充满了令人向往的人间真情！

亲爱的妈妈：您没有给我生命，却给了我生命的力量――您教会女儿勤劳与朴实，乐观与坚强??

亲爱的妈妈：女儿深知您为我们的家、为我的成长付出了多少的艰辛与汗水??

亲爱的妈妈：千言万语难以表达女儿对您的深深的爱与感激??

我更感恩北大荒，北大荒给予了我们丰富的知识，北大荒给予了我们无穷的精神财富。

我热爱我的第二故乡，热爱这片美丽富饶的黑土地。美丽富饶的北大荒啊！我感谢你的磨练与养育，是您使我更加坚强执着，北大荒啊！我愿把青春和未来献给你！

谢谢大家！

**篇19： 心怀感恩演讲稿**

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

今天我演讲的题目是《心怀感恩》。

我们都听过《感恩的心》这首歌曲，歌中唱到“感恩的心，感谢有你，伴我（好范文网）一生，让我有勇气做我自己，感恩的心，感谢命运，花开花落，我一样会珍惜。”感恩而后懂得珍惜，才会倍加珍视自己拥有的一切，感恩而后才有爱。

一个人要学会感恩，对生命怀有一颗感恩的心，心才能真正快乐。一个人没有了感恩，心就全部都是空的。“羊有跪乳之恩”，“鸦有反哺之义”，“赠人玫瑰，手有余香”，这些都因怀有一颗感恩的心，才芬芳馥郁，香泽万里。怀着感恩的心，一代伟人邓小平在古稀之年说：“我是中国人民的儿子，我深深的爱着我的祖国和人民！”怀着感恩的心，诗人艾青在他的诗中写到：“为什么我的眼中饱含泪水，因为我对这片土地爱得深沉。”

感恩无处不在，我们要在感恩中活着。感恩于赋予我们生命的父母，感恩于给予我们知识的老师，感恩于提供我们学习环境的学校，感恩于帮助、关心和爱护我们的那些人，感恩于我们的祖国，感恩于大自然……感恩地活着，你才会发觉世界是如此美好。

常怀感恩之心，我们便会更加感激和怀想那些有恩于我们却不言回报的每一个人。正是因为他们的存在，我们才有了今天的幸福和喜悦。常怀感恩之心，我们便会以给予别人更多的帮助和鼓励为的快乐，便能对落难或者绝处求生的人们爱心融融地伸出援助之手，而且不求回报。常怀感恩之心，我们便会对别人、对环境就会少一分挑剔，而多一分欣赏。感恩，是我们生活中永恒的话题。感恩的心，永远年轻！感恩的人，永远快乐！

同学们，感恩不是口号而是行动，让我们积极行动起来，让我们怀着感恩的心面向这个世界！让我们怀着感恩的心对待我们的生活！

**篇20： 心怀感恩演讲稿**

尊敬的各位评委，老师，同学们：

大家晚上好！

请问，在这个冬天，当万物肃杀的时候，谁来抚醒明媚的春天？

来年春天，当花红柳绿的时候，谁会感怀初秋的落红翩跹？

落红为感恩土地，化作春泥滋润新芽；稻田为感恩秋风，酿成千顷稻花，香飘万家；我们也应当，心怀感恩，去温暖人生，温暖足下的土地，温暖生命中的每一次遇见。

感恩不是惊天动地的豪言壮语，也不是自我标榜的炫耀善行，更不是强人所难的道德绑架。感恩只是要有一颗善良柔软的心，去深深的惦念那些曾经领受过的幸福，只是要用一腔真挚体贴的热情，去暖暖的呼应那些为你倾心的付出。

为什么每个人的心中，父亲是最高大的男神，为什么每个人的心中，母亲是世间最伟大的女性。是爱的光环，彰显了父亲的巍峨；是爱的深恩，圣洁了母亲的胸怀。而一切的爱，源自生命，源自对生命的深情。而当父母把爱全给了我们，把世界给了我们的时候，除了深切的感恩，我们又能给予父母什么？

投我以木桃，报之以琼瑶。更何况，我们的感恩，是回报哀哀父母，回报生我劬劳的双亲。当爱成为一种习惯的时候，施爱者获得快乐的满足，不计得失的甘心。而被爱意包裹着的我们，却早已把爱当做理所当然，饭来张口，衣来伸手，坐享其成。

有多少人，在父母劳累一天的工作后，递上一杯暖茶，说一句体谅的话？又有多少人记得父母的生日，并在他们执意推脱的时候，施展自己小小的诡计给他们一个大大的惊喜？有多少人，会给父母写一封满溢体贴与关爱的家书？会在母亲节送上一束灿烂的康乃馨？会在空闲时，为他们亲手用心做一顿温暖的饭菜？

有时我们是感恩在心口难开。因为领受已成为习惯，所以说出一句“我爱你”，会觉得羞赧而艰难。正因为我们领受的太多，而感恩的太少，以至于看着他们为生活日日奔波而磨泡的双脚时，我们竟然又不好意思为他们洗脚，哪怕给父母适时的递过来一条温暖的毛巾，添一点暖洋洋的热水也好啊。因为爱是需要表达的，感恩在心，只有化作行动，才能铭记在心。

春风春雨春云，时时感恩；爱心孝心关心，处处深情。及时感恩，我们才能察觉那缕缕银丝是怎样悄然爬出父母的鬓角；及时感恩，我们才能体谅那道道皱纹饱含着多少沧桑与艰辛；及时感恩，我们才能理解那日日年年的陪伴与付出，倾尽了多少心血与汗水。感恩父母，需要我们用心去体会，用爱去回馈，用孝去报答啊。

讲到这里，其实我觉得自己内心，充满了愧疚与悔恨。我为自己没能尽早，尽心尽力的感恩而感到惭愧。因为不久前的退出数学奥赛，我还因为去留选择的问题和妈妈吵了一架。我把学习的压力，功课的紧张，生活的不满，全都歇斯底里的发泄在妈妈的身上。我愤愤的埋怨她的不理解，只知道要分数和成绩而忽略我的感受。我恨恨的斥责她只知道加班而没有及时赶在大休时来接我。我深深抱怨她总是控制我最爱的零食，我无法想象那个失态的自己，那个蛮横的自己，那个发泄的自己，是怎样的大逆不道，是怎样的自私自利，是怎样的在伤害了疼我爱我的妈妈呀。

最后，我一气之下将手机关机，不知好歹的谢绝妈妈的嘘寒问暖。我照旧和同学说说笑笑地去了食堂。当我们结伴快步走回宿舍的时候，寒风中，我听见身后一个略带沙哑而温厚熟悉的女中音，“婧涵，婧涵，怎么手机打不通呢？”我蓦然回首，呆立着转过身去，迎上来的是妈妈略带嗔怨和歉意的笑脸，竟然是妈妈用这种温柔的方式向我妥协，竟然是妈妈用这种几近投降的态度向我求和，那一刻，我没有丝毫的喜悦和痛快而言。我有的只是深深的亏欠和自责，我为自己一时冲动的怨气，伤了最亲爱的妈妈的心，而感到心如刀割，疼痛难忍。那一刻，母亲的拥抱，母亲的体温，母亲的深浓的爱意，让我百感交集，而又幸福的窒息，温暖的无法言语。

同学们！感恩不是一句口号，不是空话，也不是大道理。其实感恩就是生活，学会给父母来一次细心地按摩，进行一次交心的谈话，做一些力所能及的事情，为他们分担分忧。

感恩二字底下，不就是一颗温暖的心吗？那就让我们从心出发，从爱出发，带上满满的感恩，去回报父母，去拥抱世界。带上深深的感恩，去温暖人生，温暖人间，温暖尘世的每一次遇见。

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！