

2023年爱自己的演讲稿 做自己的演讲稿 (汇总7篇)

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。我们想要好好写一篇演讲稿，可是却无从下手吗？以下我给大家整理了一些优质的演讲稿模板范文，希望对大家能够有所帮助。

爱自己的演讲稿篇一

大家好

我们在场的每一位同学也是一样，不要以为世界不需要你。把自己孤立在一个单独的世界里，而应该把自己也变成世间的一份子，并努力做最好的自己，这样你便会使世界上因为多了一个你，而变得更加精彩。

说到这里有人会问，那么该怎样做最好的你呢？首先，要了解自己，明白自己是个怎样的人，有哪些独特的地方，有哪些优点和缺点。其次你要接纳自己，就长相，矮也罢，黑也罢，胖也罢，你就是你自己，你要满心喜悦的面对自己，能够像欣赏艺术品一样欣赏自己。然后要不断完善自己，做最好的自己。当然最好不是和别人比，天外有天，人外有人，和别人比较你永远都成不了最好的一个，你永远享受不到那种喜悦。最好，是和过去的自己比较，努力让自己的每一个今天都有新收获，有新进步。做最好的自己不必在乎你昨天是怎样的人，因为只要努力，你就可以做得更好，只要你坚持努力，你完全可以成为最好的自己。

随着时间的推移你将会踏上更多不一样的台阶，去感受那独具特色的风景，充实生活，使每一天都更加的多姿多彩。

让我们从此刻开始，做最好的自己！

谢谢大家，我的演讲完毕。

爱自己的演讲稿篇二

人，最悲哀的是不能认识自己！

斯芬克斯是一名狮身人面的女妖，她把守着路口，向来往行人出了一个谜语：“早晨用四只脚走路，中午用两只脚走路，晚上用三只脚走路，脚最多的时候正是速度和力量最小的时候。”猜出谜底的，便被放行；猜不出的，便被这位女妖吞噬。

这个谜语的谜底应该说是最简单不过的了。原来它的谜底就是我们“人”。

遗憾的是，众多路人都猜不出来。作为“人”的人，却不能认识自己，只能眼睁睁地进入女妖的血盆大口，成为斯芬克斯的一顿美餐。幸亏一位智者俄狄甫斯猜中了谜底，才使这名浅薄的女妖无地自容、跳崖自杀了。

只是，斯芬克斯之谜已不再是当年那么简单，假若你对人生的真谛没有一个认真的思考、对自己没有一个正确的认识，不仅不能顺利通过人生的一个又一个关卡，一不小心，还会落入斯芬克斯的魔口。

我与各界青年分别作过一些对话，结集出版的时候，定名为《人生迷宫探幽录》。试图以老师的身份，特别是朋友的身份，带领一群年轻人，勇闯“人生迷宫”探秘，解它几个“斯芬克斯之谜”，不仅为着好玩，也如当今青年所说，“实现自己的人生价值”！

不想这座迷宫是如此的森严，警卫是如此的敬业。这里进门的游客必须经受“你是谁”的拷问。

一位威严的卫兵向我喝问：“你是谁？”

“我是李永田！”我回答。

“我是男人！”

“我是江苏徐州人氏，现居北京！”

我简直达到怒不可遏的地步，一股脑儿将自己的职务、职称、平生获得的一项项光彩夺目的荣誉倾囊端出，炫耀一番，试图让这名乳臭未干的年轻卫士刮目相看、知难而退。

许多朋友让我题词，我总要将自己的座右铭写给他们，以求共勉：

行止无愧天地褒贬自有春秋

一个人，该去做什么，不该做什么，只有一个标准，即：上无愧于天，下无愧于地。用我们现在的的话来说，可以引申为：上对得起党，下对得起人民。

《孙子兵法》曰：“知己知彼，百战不殆”；一位伟人也说：“人贵有自知之明”。纵观古今中外，多少人在逆境中妄自菲薄、在顺境中得意忘形，不能认识自己，最终被他人“棒杀”和“捧杀”？真是数不胜数！

我每到一处去演讲，会场的主持人总要把我介绍一番，往往特别要突出我的各种头衔，似乎只有这样才能引起听众的崇敬，维持好会场的秩序，收取组织者预期的效果。

我不好阻止，只有加上一个独特的开场白：

第一次见面，还是让我作一番自我介绍吧，因为最了解我的还是我自己。

请大家不要打听我的职务。我这个人，见高不低、见低不高。

见到高官，我不觉得自己低微，彼此只是岗位不同，没有高低之分，我更不会“前襟长、后襟短”地卑躬屈膝、阿谀奉承；见到普通的平民百姓，我没有感到高贵，因为我家祖祖辈辈都是平民百姓，而且是百姓之中“面朝黄土背朝天”的农民，这便是我的“本”，而人是不能忘本的。非要打听我的职务，我便是“见官高三级、见民低三分”了。

请大家不要考察我的职称。我这个人，见智不愚、见愚不智。

“寸有所长，尺有所短”，一种知识领域里的泰斗，也许会是另一种知识领域里的“白痴”。在鼎鼎大名的专家面前，我不会去追星，在文化程度不高的“老粗”面前，我也不敢摆出“教师爷”的架势说教。

请大家不要计较我的钱财多少。我这个人，见富不穷、见穷不富。

遇到亿万家产的款爷，我不羡慕他的富有，明知道，你的钱再多那是你的，决不会平白无故流入我的腰包，更何况，我也许不像你那么有钱，但我有的很多东西，你大概绝然没有；面对众多还比较贫穷的人，我也及早声明：本人也是工薪阶层的一员，并不富有，常常想着“扶贫”，却是心有余而力不足。

请大家也不要猜测我的年龄几何。我这个人，见老不轻、见轻不老。

年老的人休要在我的面前倚老卖老，请看，我的头发不多了、皱纹不少了，这把年纪足可以与老人们称兄道弟、插科打诨；而在座的年轻人可千万不要以为“又是一个老头要在台上忆苦思甜”，须知，人的生理年龄与心理年龄是并不完全吻合的，我的心态、我对某些新鲜事物的接受敏感度，有的时候，

比一般年轻人还要年轻！

一阵掌声之后，立即拉近了我与听众之间的距离。外表上看，这是演讲开头的一种独特技法；实质来讲，我把一个坦荡荡的自我，在与素不相识的听众会面初始，便全然托出，铺垫了以后三个小时的感情交流、心灵碰撞。有的听众以后成为我很好的朋友，时隔许久，还牢牢记得我的这段话。

见高不低，见低不高；见智不愚，见愚不智；见富不穷，见穷不富；见老不轻，见轻不老。清清白白做人，认认真真做事，勤勤恳恳奋斗，潇潇洒洒生活。这就是我对自己反省之后，对自己宏观认识的提炼。

是啊，在我看，人生之路尽管漫长，看透了，不过在走着五步：第一步，走出娘胎。如开始所说，这一步看起来不知不觉极其简单，实际上只有三百万亿分之一的几率；第二步，走出无知。用前人积累的知识将自己武装起来，如同接力赛跑一样，需要承前继后；第三步，走出贫困。民以食为天，衣食无着不能生存，何谈创造？第四步，走出自我。全然为着自己不顾他人，与禽兽无异；第五步，走进永恒。大爱感天地，大善泣鬼神，大德荫子孙。

有的人只走完了第一步，这是那些可怜的早夭儿；有人走完了两步，满腹经纶，空无一用，贫病交加，抱憾终生；有人走完了三步，沾沾自喜，自鸣得意，从此裹足不前，成为一个“可悲不自悲，可怜不觉怜”的庸人；大部分人正在走着第四步，利己也利他，为家亦为国，扪心自问：上无愧于天，下无愧于地，外无愧于人，内无愧于心！

“行百步者半九十”，只有走出第五步，也就是最难行的一步——走进永恒，人的一生才真正完美，才真正能够成为他人的榜样、他人的典范、他人的偶像！

想到许许多多历史上的和现实中的，有名的和无名的，我认

识的和不认识走进永恒的人。这太多太多的人都在提示我们：敢问路在何方？路在脚下的五步！

爱自己的演讲稿篇三

大家早上好！

今天我在国旗下演讲的题目是《克服恐惧，相信自己》。

每周一清晨看到同学站在威严肃穆的国旗下进行演讲，我都会打心底羡慕他们。我也想过：要是我去讲也许会比他更好。但由于内心的恐惧，我一直是个旁观者。今天，我终于克服了内心的恐惧，勇敢地站在了这里。

20xx年全国高考已落下帷幕，这也意味着在场的同学们离自己的“人生大考”就更近了一步。面对高考，相信每一位学子内心都有这样那样的恐惧，因为我们深知，高考就是千军万马过独木桥，就是狭路相逢勇者胜，稍有不慎十年寒窗苦读便付之东流。但我们相信自己，坚定地用手中的笔书写精彩的未来。

世界上许多人都有自己恐惧的东西，甚至在旁人看来是微不足道的。

在美国德克萨斯州丹尼森市的乡村，有这样一个小男孩，他对鹅这种家禽感到十分恐惧，他一见到鹅浑身就会不自觉地发抖。有一天他去叔叔家玩耍，一只公鹅突然从鹅圈里跑了出来，他害怕得撒腿就跑。但是他的叔叔拿着一把旧扫帚挡住了去路，并对他说：“你想从此以后不再害怕它吗？那就去战胜它！记住，相信自己，你能够做到！”他犹豫地接过扫帚，试着克服恐惧，大吼一声，冲向公鹅，最后还有扫帚狠狠地打了那只公鹅一下。从这件事中，他明白了一个道理：越是害怕的事情，就越要相信自己，勇敢去做。

这个小男孩名叫艾森豪威尔，他是美国历史上晋升最快的五星上将，同时也是唯一一名当上总统的五星上将。

谢谢大家，我的演讲结束。

爱自己的演讲稿篇四

罗伯特西奥迪尼是美国著名的心理学家，是亚利桑那州立大学的心理教授。

有一天，他在纽约结束了一天的工作之后，乘地铁去时代广场站。

当时正值下班乘车的高峰期，人流像往常一样沿着台阶蜂拥而下直奔站台。

突然，罗伯特西奥迪尼看到一个衣衫褴褛的男子躺在台阶中间，闭着眼睛，一动不动。

赶地铁的人们都像没看到这个男子一样，匆匆从他身边走过，个别的甚至是从他身上跨过，急着乘坐地铁回家。

看到这一情景，罗伯特西奥迪尼感到十分震惊。

于是，他停了下来，想看看到底发生了什么。就在他停下来时，耐人寻味的转变出现了：一些人也陆续跟着停了下来。

很快，这个男子身边聚集了一小圈关心的人，人们的同情心一下子蔓延开来。有个男人去给他买了食物，有位女士匆匆给他买来了水，还有一个人通知了地铁巡逻员，这个巡逻员又打电话叫来了救护车，几分钟后，这个男子苏醒了，一边吃着食物，一边等待着救护车的到来。

人们渐渐了解到，这个衣衫褴褛的男子只会说西班牙语，且身无分文，已经饿着肚子在曼哈顿的大街上流浪了好几天。

他是因为饥饿而昏倒在地铁站的台阶上的。

为什么起初人们会对这个衣衫褴褛的男子熟视无睹、漠不关心呢？

爱自己的演讲稿篇五

大家好！

在我还小的时候，妈妈就对我说过这样一句话：“无论以后你选择的道路是什么，你始终都要做心中认为的最好的自己。”这句话在以后也一直深深地印在我的脑海中，从未淡去。最好的自己，什么才是最好的自己呢？是考试考了一百分，还是被朋友邻居所称赞？不，我觉得都不是。无数次我思考“最好的自己”的意义到底是什么，后来我发现——最好的自己，就是完成自己的梦想，做让自己和别人感到快乐的事情。这下，我豁然开朗。我想做一个自由的无拘无束的好女孩，想成为别人的榜样，但这个“榜样”不是指空有虚名，在被别人称赞后还沾沾自喜骄傲自满，而是真正通过自己的实力去取得进步，去收获成果。在今后的日子里，无论我做出了怎样的决定，无论我是做错了还是做对了，我都要遵从自己内心的想法，而不去欺骗自己，做让自己感到违心感到不喜欢的事情。做最好的自己其实很简单，无须被生活中的烦恼和挫折所x[]抛开这些负面情绪，一路勇往直前，便是最好的自己！

我坚信，假如我无所畏惧，那么便所向披靡。而如果你优柔寡断，在面临抉择的时候不遵循自己的心声，在遇到困难面前不断放弃，那么，永远也成为不了最好的自己。

我轻声说道：最好的自己，就是做心中那个理想的美好的自

己，永不放弃。

大家好！

有位哲人说得好：如果你不能成为大道，那就当一条小路；如果你不能成为太阳，那就当一颗星星。决定成败的不是尺寸的大小，而在于做一个最好的你。

也许你常常抱怨自己没有怡人的相貌，没有动人的歌喉，没有惊人的壮举，没有骄人的成绩，没有……也许我们每个人都有自己无法实现的梦想，也许理想和现实总存在着差距。那么，面对这些，你是无奈，是悲痛，还是积极进取？我想每一位有上进心的人都是不甘沉沦的。

再次回顾哲人那段话，我想，大道固然引人注目，但小路也自有小路的风味；太阳虽然被人高歌，受人关注，但哪一颗星星不是“太阳”？只不过它距离我们太遥远罢了，而实际上，它或许比太阳更大，更亮。

爱自己的演讲稿篇六

大家好！

“金无足赤，人无完人。”每当看到这句话的时候，我想起自己身上的缺点。我的缺点就是胆小。

有一次，我看了一场恐怖电影，观看时，我感觉那些可怕的东西好像就在我周围。我紧紧攥着妈妈的手，才没有那么害怕。电影结束后，妈妈问我害不害怕，我故作镇定地说：“不怕啊，有什么好怕的！”妈妈当时看着我笑了笑，我心虚得不敢看妈妈，就怕她看穿了我。

回到家后，妈妈让我洗漱完就回房间睡觉。当妈妈把灯关了之后，我的脑海中又浮现出电影中的恐怖景象，似乎那些可

怕的东西就在我周围晃悠。我害怕地用被子蒙住了脑袋，感觉外面好像没什么动静了，又悄悄地掀开被子，只露出双眼。当我往阳台上看时，发现阳台上有什么东西在飘动，我吓得发抖，心想：不会是幽灵吧！仔细一看，还有一个有很多手脚的庞然大物呢！那怪物居然还发出恐怖的叫声，那声音真让人头皮发麻！

忽然，门开了，我被吓得直打哆嗦，不由自主地尖叫出声：“啊！不要吃我啊，我已经十天都没有洗澡了，很臭的！”“怎么了？发生什么事了？”熟悉的声音在我耳边响起，我探出头来一看，原来是妈妈啊！

第二天一早，我到阳台上一看，哪有什么幽灵和怪物啊，飘动的“幽灵”就是我的衣服，而那多手多脚的“怪物”就是一棵大树，怪物的叫声就是风声。哎，只怪自己胆子太小，不敢出来仔细看看！

爱自己的演讲稿篇七

大家好！

世间繁华，灯红酒绿，还请勿忘初心，追随内心真正的自己。

勿忘初心，方得始终。在欲望的世界里，唯有坚定地追随内心真正的自己，才能到达胜利的彼岸，轻嗅花朵的芬芳。

安第斯山脉，海拔四千米，严寒、空气稀薄，即使如此，也抵挡不住纯洁如雪的普雅花在这里盛放。它不畏高山严寒，只是追随自己对生存的渴望，对高山美景的向往。不忘初心者，亦如沙漠里的胡杨。以挺直的身躯屹立在酷热的沙土中，即使热浪灼烧，也挺拔如初，只是为了能让身后的人们安定生活。胡杨死后，三百年不倒，即便是死亡，也无法动摇胡杨对自己初心的坚持。

自然界里的植物尚且能够追随本心，人类又何尝不是呢？

无臂琴师刘伟，不畏双臂残缺，用双脚代替手指，在音乐的世界里坚定前进，追随自己内心对音乐的向往，对键盘的渴望。对本心的坚持补全了他双臂的残缺。一代文学大师钱钟书，穷其一生安安静静地做学问。他晚年曾闭门谢客，不接受任何采访，只愿专注地做学问，追随自己对文学知识的热爱。

自然界、个人尚且如此，一个民族更应该坚守本心。

黑格尔曾自夸“德国人天生就是哲学家。”然而就是这样一个自律、坚守本心的民族，在一个狂人的引诱下，陷入战争的深渊。六十年前那幕惨剧，血流成河，妻离子散…。生者在对往者的悼念中，又重新找回了对和平的坚守。修建集中营纪念馆，全力处理战后的善后问题，还有德国总理在犹太人纪念碑前那惊世的一跪……他们用尽一切办法提醒自己，勿忘初心，要追随自己对和平的向往。他们用六十年的时间，不断反思，向世人证明了坚守和平的重要性。

人，本是个复杂的小世界，但总有一隅承载了我们最初的、最美好的向往。这向往，便是我们的本心，在繁华世间，莫忘追随自己的内心，莫在繁乱的世界里迷失。