

2023年学会笑是一种修养 学会感恩演讲稿 (通用8篇)

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？这里我整理了一些优秀的范文，希望对大家有所帮助，下面我们就来了解一下吧。

学会笑是一种修养篇一

大家好！

感恩可以消解内心所有积怨，感恩可以涤荡世间一切尘埃，感恩是一种歌唱方式，感恩是一种处世哲感恩更是一种生活的大智慧。懂得感恩，学会感恩，每个人便都会拥有无尽的幸福和快乐。

父母是我们人生的第一任老师，从我们呱呱坠地的那一刻起，我们的生命就倾注了父母无尽的爱与祝福。或许，父母不能给我们奢华的生活，但是，他们给予了我们可贵的生命。父母为子女撑起了一片爱的天空，当你受伤时，哭泣时，忧郁时，难过时，你可以随时回到这片天空，享受父母的爱，这，便是他们的幸福了。感恩父母，哪怕是一件微不足道的事，都能让他们感到欣慰。记得央视曾播过一段感人的广告：一个大眼睛的小男孩，吃力的端着一盆水，天真的对妈妈说：妈妈，洗脚！就是这样的一段广告时至今日，仍在热播，动人的原因，不是演员当红，而是它的感情动人心腑，不知感染了天下多少有情人为其流泪，不但为了那可爱的男孩，也为了那一份至深的爱，和发自内心的感恩。

落叶在空中飞舞，谱写着一曲曲感恩的乐章，那是大树对滋养它的大地的感恩；白云在蔚蓝的天空中飘荡，描绘着一幅幅

动人的画面，那是白云对哺育它的蓝天的感恩。因为感恩才会有这个多彩的世界，因为感恩才会有世间真挚的感情，因为感恩才让我们懂得了生命的真谛。

“l”代表listen(倾听)，爱就是要无条件无偏见地倾听对方的要求，并且予以协助。

“o”代表obligate(感恩)，爱需要不断的感恩，付出更多的爱，灌溉爱的禾苗。

“v”代表valued(尊重)，爱就是展现你的尊重，表达体贴，真诚的鼓励，发自内心的赞美。

“e”代表excuse(宽恕)，爱就是仁慈的对待，宽恕对方的缺点和错误，接受对方的全部。

爱神对于爱的意义的诠释如此深沉厚重，我们只有用心聆听对方的心声，怀着一颗感恩的心面对对方，面对生活，才会享受到爱的快乐，爱的幸福。

感恩，不是为求得心理平衡的喧闹的片刻答谢，而是发自内心的无言的永恒回报。

人生在世，不可能一帆风顺，种种失败、无奈都需要我们勇敢地面对、旷达地处理。这时，是一味埋怨生活，从此变得消沉、萎靡不振？还是对生活满怀感恩，跌倒了再爬起来？你感恩生活，生活将赐予你灿烂的阳光；你不感恩，只知一味地怨天尤人，最终可能一无所有！成功时，感恩的理由固然能找到许多；失败时，不感恩的借口却只需一个。殊不知，失败或不幸时更应该感恩生活。换一种角度去看待人生的失意与不幸，对生活时时怀有一份感恩的心情，则能使自己永远保持健康的心态、完美的人格和进取的信念。

生活给予我们挫折的同时，也赐予了我们坚强，我们也就有

了另一种阅历。对于热爱生活的人，它从来不吝啬。要看你有没有一颗包容的心，来接纳生活的恩赐。酸甜苦辣不是生活的追求，但一定是生活的全部。试着用一颗感恩的心来体会，你会发现不一样的人生。不要因为冬天的寒冷而失去对春天的希望。我们感谢上苍，是因为有了四季的轮回。拥有了一颗感恩的心，你就没有了埋怨，没有了嫉妒，没有了愤愤不平，你也就有了一颗从容淡然的心！

学会笑是一种修养篇二

感恩，一个常挂在我们嘴里的字眼；感恩，我们经常歌颂的字眼。

是的。在这个世上。我们首先要学会感恩。

因为有了工作的机会，我们获得了物质与精神的回报。

工作不是单纯的谋生手段，更是我们实现自我价值的平台。在这个平台上，我们用薪酬支配生活，用激情点燃理想，实现着人生的价值。审视自己的道路，大学毕业，同学们开始了艰难的求职之旅，我幸运的走进xx市公路管理局xx分局，成为一名年轻的公路人。参加工作的我心情无比高兴。是单位给了我工作的机会，我必须努力工作，用感恩之心回报单位。

来到这个世界是上苍、是大自然的恩赐。我们不是来苟且偷生的，是通过努力工作使自己的人生过得更加美好。同时，也是为了给世界创造更多的美好，而这一切是需要我们辛勤的工作做前提的。

那么，谁给了我们的工作，谁在给我们提供越来越多的物质让我们生活、家庭更加美好。是的，是单位。

我们有养家糊口的责任、我们有体现自我价值的本能需要。

而这些都是必须通过工作来实现。我们有工作，是因为我们收到了单位的信任，获得了单位给我们体现回报的一个工作平台及给予我们能够继续生存的一份机会。

我们要怀着感恩的心去工作、学习，不负单位的知遇之恩。大家要知道。我们的工作来之不易，我们的岗位是多年努力的成果。也许，我们的工作条件不一定优雅，我们的工作强度很大。但是，我们有团结和睦的团队，我们又相互关心的集体，我们有越来越多的收入，我们有越来越好的明天。所有的收获都是需要我们付出艰辛后才能获得的。

老话说：天上不会掉馅饼。有了感恩单位的心，我们的工作热情自然就会高涨，就会尽心尽力的做好每一件事。每人的工作都做好了，单位自然也就不会不断发展壮大。单位壮大了，我们的收获也会更多了。单位与我们每一个职工都是互动的，相互促进。

“感恩”是一个充满人性的温情的字眼，只要你虔诚地给予，这项投资会给你带来意想不到的收获。

“予人玫瑰，手有余香”。让我们用一颗真诚的心去发现、去感受、去品味。在奉献中求得平和，在付出中感受安然。

学会笑是一种修养篇三

大家好！

孤独是一种境界，能享受孤独更需要一种勇气。

这时，我明白了。得不到便要接受。有人陪伴时，一起快乐的玩，没人陪伴时，还是喜欢抱臂一个人快走，只是少了许伤心。

一个人走路我会听歌，一个人坐着我会享受阳光，一个人吃

饭我会味道饭菜的香味，一人的一个人我已习惯也乐在其中。

对。我喜欢上了孤独，喜欢上了这种感觉，当孤独来临时我会用自己的方式迎接。当夜深人静独自一人的时候，我会坐在阳台，欣赏夜景，倒一杯水，放一两朵菊花，加一点糖，搅拌，细细地品味自己的心境，缓缓地敲打着自己心底那份淡淡地思念；看着夜色，欣赏那份诗境中的美好，皎洁的月光如轻纱般披在身上，灵魂被月光洗礼。有时沉醉，沉醉在这孤独的回忆中。孤独，有时候更像一杯水，没有杂质，没有污秽，是一种清静幽雅的美。当沉静在孤独中时，能让自己平和，冷静，让有一种聆听自己心的感觉。

渐渐的我觉得生活中其实可以一个人享受的人、物有很多，一杯水、一本书、一种心情，坐在自己的位置倾听别人的快乐，家人的烦恼，我明白我内心壮大了、成熟了。

现在的我想说“孤独”一种清静优雅的美，沉浸在孤独中能让自己平和、贤静，聆听自己内心的感觉，如果现在的你无助、烦躁、迷茫。那我要告诉你该“孤独”了。享受别样的美，领悟孤独。品各种味道，学人生百态。孤独时一种境界，也需要一种勇气。

学会笑是一种修养篇四

大家好！

时光飞逝，岁月如梭，不知不觉之间，我们已经分别了太久太久，屈指一算整整30余年。想当初，我们风华正茂进入蚌埠九中，朝夕相处，在相同的环境下寒窗苦读，在艰苦的条件中成长成熟。今天回想起来，那高中时代生活的一幕幕、一桩桩仍然历历在目，让人激动不已！

当年发生的点点滴滴，沉淀了30余年依然那么新鲜，

那么让人感动，也许需要我们用一生去回忆、去咀嚼、去收藏。特别是当我们走上社会，在品尝了人生的苦辣酸甜之后，在经历了世事的浮浮沉沉和大悲大喜之后，才发现中学时的岁月和同学之间真诚、质朴的情谊如同一首深情的歌，悠远而回味无穷。尽管由于世事的无奈，我们曾经无法联系，由于生活的忙碌，我们疏于联络，可是我们之间的友谊没变，我们彼此的思念日益加深，互相默默的祝福从未间断。

因此，今年年初，我们几位同学相聚发出同学聚会的倡议，一下子启动了大家沉默的心，一拍即合，一呼百应，蚌埠九中八一届高(二)七班三十年聚会最终在大家的支持和努力下得与今天在蚌埠圣心大酒店如期成功举办。同学聚会发言稿在这里，请让我代表聚会组委会向能抛开工作、家庭负累毅然出席本次聚会的各位同学表示衷心的感谢，特别是向从远道赶来的段宁君、孙平、孙守华等同学表示热烈的欢迎，向为本次聚会奔波劳碌的邵珍华、高荣春、吴爱玲、施荣芳、胡波、程建华等同学表示崇高的敬意！向远在外地的同学，向因种种原因未能到会的同学表示诚挚的问候和美好的祝愿！

我们中的几位(况如亮、怀念、杨青云)同学永远无法在和我们相聚，我们为此万分痛惜，所以今天的相聚让我们倍感珍惜吧。

祝愿今天我们的聚会，成为亲如兄弟姐妹般的同学情的碰撞、同乡谊的升华。让我们在这重逢的短短时间里，坦诚相待，真心面对，不问收入多少，不问职务高低，不比老板大小，不比老公英俊，不比老婆漂亮，不比孩子聪明，更多地说说心里话！让我们抛开种种的顾虑，放下所有的恩恩怨怨，倾情交谈，共诉衷肠，传递真诚，共沐20xx年丰硕金秋明媚的阳光！让我们尽情地谈笑风生，畅叙友情吧！让我们的聚会成为我们人生中一种美丽的永恒记忆！

老师们，同学们，人到中年，歇心歇力，任重道远，压力多多，务必保重。只要你过的比我好，我心中充满着微笑。如

果你正享受着幸福，请你忘记我；如果你正承受着不幸，请你告诉我。

老师们，同学们，有千言万语，岂能倾泻在短暂的时刻？请开心的热闹，舒怀的畅谈吧！

最后，让我们共同祝愿，我们的老师：身体健康、生活美满！

并祝愿各位同学：工作顺利、事业有成、身体棒棒、合家幸福！

谢谢大家！

学会笑是一种修养篇五

大家好！

古人云：“群子能容墨，知而能容愚，博而能容浅，国粹能容杂。”这是荀子曾经说过的，说是一种包容。雨果曾说：“世界上的是海洋，比海洋大的是天空，比天空宽的是人的心灵。”这里说的也是宽容的原则。

宽容是博大的胸怀，是高尚的美德。学会包容，能够包容不同的意见，让风雨交织在一起看到美丽的彩虹。

其实包容别人就是提升自己。我记得上学期，因为雪梨和我竞争班长，当时雪梨是我的朋友。她在我毫无准备的情况下接过我的竞选演讲，站在讲台上。我因恐慌和羞愧而脸红。讲台下学生的笑声让我渐渐平静下来。我笑着对吵闹的同学说：“对不起，我忘了带演讲稿，但我相信没有它我能做得更好。”演讲结束后，雪梨如愿以偿地当选为班长，但许多学生都对我投以赞赏的目光。当我遇到挫折时，宽容让我保持良好的心态，培养克服困难的信心和勇气。

宽容让我懂得体谅父母和朋友；我知道如何理解孩子和同事。以一种宽容的态度，平和快乐的生活着。

宽容对我来说是温暖的阳光。

谢谢大家！

学会笑是一种修养篇六

自从小学毕业后，4.手机等。我也想要，哪天放学后去找小学同学，到她家后，她拿出她新买的mp4说：这是限量版的，你什么时候也买一个啊！看她那嘚瑟的样子，很是不舒服。当时可能我也是禁不起诱惑吧！就不服气的说：“切！你那算什么，告诉你我舅舅给我买了一个是国外的只不过还没到呢！”我虽然这莫说，但是我知道是不可能的别说国外了，再烂的妈妈也不会给我买的，可是我的虚荣心还是把我给扔出去了，要不然在她面前多丢人啊！。

回到家后，我对妈妈说：同学们都有那些mp3[]你就不能给我买一个吗？我感觉我很委屈为什么别人家的孩子家长都给买，为什么我家长就不给我买。“给你说了多少次了，你写东西都没用，咱也不去和别人家孩子比那些，你现在主要的是学习，听到了没有。”妈妈愤怒地说。这是我的眼里已布满了泪水，大声的说；“你知不知道，现在每次跟他们出去玩，他们每个人都在讨论那些我没有的，他们戴着耳机给他们说话他们也不理，我就一个人傻傻的站在那。好像我就是个不存在的人，我很尴尬，呜——呜呜——呜呜——。”“你这就错了，你现在是一名学生你应该把心思放在学习上啊！他们现在有这些可不见得以后有。你不应该按有虚荣心，他会害了你孩子.....妈妈语重心长的给我讲那些道理。最终我克服了我的虚荣心，把心思全放在学习上，我的成绩在一点点的上升，而他们却和我相反。

这件事情让我明白，人一定要学会放弃，因为在你放弃某些

东西的时候，你将得到另一种东西。就像这次我放弃了我的虚荣心，得到了我成绩的上升。

学会笑是一种修养篇七

大家好！

感恩是一件很平凡且很不凡的事情，它平凡在我们只要用心了就可以做到，不平凡在于我们每个人坚持感恩则是一件不简单的事情。或多或少之中，或许我们每个人都会有一些感激之情，可能真正传达给对方的总是少数。而一个人是否能真正的幸福，也是建立在一个人是否有感恩之心，感恩也能够给我们的人生带来幸福。

成长的路上，固然会有各种坎坷和折磨，有时候总有意想不到的事情发生，比如说伤害你的人，让你成长，爱你的人，让你逐渐坚强。即使生活多磨多难，但如若你有了一份感恩的心，这一切也会多了一些温暖，让你足够有勇气去面对未来的一切。学会感恩，是一件太重要的事情，至少可以抚平我们对生活的抱怨，抚平我们成长里的伤痛。

学习的路上也会遇到很多折磨人的事情，有时候明明很努力却得不到一个很好的结果，很珍惜的友情在时间里也差不多消逝。有时候我们认为珍贵的事物总是在远离，幸福的事情也越来越少。甚至在学习中仍会感到失落，感到沮丧。这是因为我们没有铭记感恩，在不断汲取的同时，也少了一份付出的勇气。

学会感恩，不只是一件简单的事情，它往往能够给我们带来很多的能量。不管是在我们现在的这一个阶段，还是在未来的阶段，感恩都是一件很重要的事情。如若你感到绝望的时候，你看看身边的人和事，你看看他们关心你的样子，爱你的样子，这时候你就会觉得原来生活的美好不只是在表面，更是需要我们去挖掘和探索的。而在这样的探索当中，铭记

感恩是最重要的事情。

同学们，或许我们在座的很多人曾经都感恩过，也帮助过别人收获过感恩，但是到了今天，或许我们更应该去认识一次感恩了，感恩不只是一种表达，更是我们人生的一种状态。或许现在的日子并没有我们想象中的那么完美，但只要我们坚持这一份温暖，今后的日子就会越来越顺利，也会越来越温暖的。这对于我们的学业，对于我们的人生而言，都是一次非常有价值的存在，也是我们应该坚持往前的道路。同学们，让我们一起打开内心，奉献出自己的力量吧，去温暖更多的人，让更多的人收获温暖和感动。

学会笑是一种修养篇八

大家好！

在人生的道路上，我们欣赏别人，赞美别人身上独一无二的气质，对周边的风景充满赞叹，我们一直在羡慕别人，却忘记了改变自己。

高耸的山川，奔流的长河，宁静的幽兰，正午的太阳都是一种绝美的风景，走向独立，就是一道风景。做任何事情之前，我们要学会独立，只有可以独当一面时，我们才有资格，有能力，有毅力的去做成功其他事情，在走向独立的道路中，我们就可以沉淀自己，让自己变得更加成熟。

让父母不必担心，而是可以骄傲的告诉别人你是他们的孩子。我们去上学究竟是为了什么？就是为了让自已学会独立，学会社交，学会做人的道理。纵然市肆的喧闹不绝于耳，城市的繁华引人流连；纵然有路人的谈话令我好奇，我也要大步流星的走向独立。我们不要被走向独立的道路上的美好风景而迷惑，我们要向着走向独立的大步迈开步子。

所以我们要戒骄戒躁，沉淀自己，让自己变得独立，不在那

么幼稚可笑；不再那么傻的可爱，让自己变得成熟，就像那高山一样，拥有了独立，获得了“一览众山小。”就像那长河一样，拥有了独立，获得了海洋般宽阔的胸襟。就像那幽兰一样，拥有了独立，变得沉静芬芳，就像那太阳一样，拥有了独立，带给了所有人温暖。

我们也要拥有独立，获得在梦想的彼岸眺望，也许那时回首再望，会发现不管身边有多么嘈杂，我们的心静若湖水，因为走向了独立，所以我们变得更加美好，成为了别人眼中独一无二的风景。