

# 学会满足的演讲稿(通用9篇)

演讲稿是进行演讲的依据，是对演讲内容和形式的规范和提示，它体现着演讲的目的和手段。演讲的直观性使其与听众直接交流，极易感染和打动听众。以下是我帮大家整理的最新演讲稿模板范文大全，希望能够帮助到大家，我们一起来看看吧。

## 学会满足的演讲稿篇一

珍惜知足与满足，既是相辅相成，又互相感应、彼此相通的一种良好的为人处事态度。珍惜美好，知足所有，满足不贪。同时也反映出了人们对幸福人生的渴望和希冀。

生活中，需要人们去珍惜的东西实在太多。父母之爱，手足之情，朋友之谊，都需要人们去一生的精力去精心地呵护、支持和珍惜。而当人们在珍惜世间上的一切美好时，又必须要懂得知足和满足，不能贪大求全。

珍惜血浓于水的亲情团聚，所带来的家庭团圆的美好和幸福人生；珍惜所有值得人们尊敬和爱护的生命中的默契；珍惜所有宝贵的生命；珍惜世间的一切美好事物，珍惜人们在每一次承载过天灾过后，给心灵带来的每一次震撼和生命的洗礼。

知足于敬爱的父母给予子女无私的爱和血肉之躯；知足于人世间的最值得人们用一生去呵护的每一份情真意切；知足于幸福人生在心海心田里的驻足，并深深地感受着它的美好；知足于亲情，爱情，友情给人们带来的，如人生万花筒般的五彩缤纷和炫美的七彩颜色。

知足和满足是一对同生兄弟，孪生姊妹。世间上，有了知足的足迹，就一定会有实心实意的满足在身边伫立和停留；知

足无论走到哪里，哪里就一定会有满足在身边陪伴；知足是一种发源于内心深处的情怀，满足是一种对物欲横流社会里贪婪的绝佳免疫抗体；贪欲能让人们于贪婪的泥潭中，不幸迷失了理智。而知足和满足，却是能让人们从中拯救出来的灵丹妙药。

珍惜世间上所有的一切美好事物，能让人们的高尚情操进一步得到升华。也能让人们在满足于知足，沉浸于珍惜的美好事物的同时，思想和灵魂都能得到更多的冲刷和洗礼。珍惜世间上的一切，如荷一样的纯、美、洁、净，超凡脱俗的风景如画。知足和满足于这个美丽的人世间所赋予人类的心满意足。

## 学会满足的演讲稿篇二

早上好！我们初三年级的全体同学本周将结束在三十中学三年的学习生活，今天我想对同学们说，应该感谢我们的老师三年来对我们精心培育、悉心呵护，使我们健康成长，成为一名合格的中学生。

忆往昔，我们的成长手册记下我们成长的印记，她倾注了老师们的心血；我们的素质报告书记录我们取得的进步。她折射了老师们的智慧。尤其是我们的德育导师们把我们当自己的孩子，当挚友。家访为我们解悟，交谈为我们解忧，辅导为我们解惑，捐款为我们解困。我们成功班的学子更是受到无微不至的关怀。这里我怀着一颗感恩的心代表全体同学向我们的母校、我们的老师说声谢谢。

一个感恩的人，对社会、对他人、对生活和学习，会充满感激，且这感激之情又会转化成刻苦学习、勤奋工作、孝敬父母、奉献社会的动力和行动。

20xx年春节联欢晚会上的《千手观音》，让全国观众的感官和心灵受到了一次洗礼，更让人为之震撼的是，表演者全都

是残疾人。他们双耳失聪，听不到任何声音，却能着音乐的旋律翩翩起舞，聋哑人跳舞蹈是谈何容易的事！但每一个音符都勾勒出他们热情洋溢的青春，每一个动作都摇曳着他们对生命的感悟。他们用真诚的感恩之心在舞蹈，在表现。他们把对社会，对亲友，对关爱他们的人们的感恩之情通过舞蹈演绎得淋漓尽致。

同学们，让我们怀着一颗感恩的心，感恩社会对我们的关爱、感恩老师对我们教导、感恩学校对我们的培育；感恩他人对我们的帮助……我们会把感恩化作动力，以积极的姿态去迎接中考，用优异的成绩向老师汇报。

让我们学会感恩，拥有一颗感恩之心，去感谢生活中的点点滴滴！

### 学会满足的演讲稿篇三

“再给我一个，我就满足了。”这是我同桌在这一天中第三次盯着我手中的食物说着这句话。“你这句话说了三遍了，你怎么还不满足啊？”他只好尴尬地笑了笑，但眼睛依旧紧紧盯着我手中的食物。“算了，还是满足你一下吧。”我无奈地伸出手，他如饿了好几天的人一般，手速极快的从我手中拿走他想要的。

“哎，这几分要是没丢我就满分了。”这天的我如同桌一般不满足了起来。同桌“嘲讽”道：“你别嫌弃自己的成绩了，看看我，就算你把你失的分给我，我也不会超过你。”“那是，我俩目标又不一样。”我不禁冷笑道。上课时，老师在讲台上说着我失分的那几题，我不停地记着笔记，想着思路，到了下课，这节课受益不少。

又是一次考试，我努力地在脑海想着解题思路，手也在不停的打着草稿。“这一题上次老师讲过原题，这一回不能失分了。”我在心中默默想到，“这一题平时练题做过类似的，

也不可以失分。”我快速的浏览题目，发现许多我做过的题型！这时的我不禁对平时自己的题海战术感到一丝满足和骄傲。

在我这样永远的不满足下，在一次次的考试中，我的成绩在不断上升，但我并没有满足，因为我知道我能考得更好。

“你为什么还不满足啊？”同桌正盯着我手中的食物。“因为我知道我的目标啊。”他答道。

当一个人有了目标后，他就会向着目标勇往直前，他会一直不满足，直到达到目标，随后他会再去寻找目标，这样一直重复一直不满足，一直上升。

## 学会满足的演讲稿篇四

大家早上好！

谦让作为中华民族的一种传统美德，在处处讲求竞争的现代社会，似乎越来越受到人们的质疑。主张谦让的人说“谦虚忍让不仅是修养好更是大智慧。”谦让是一种胸怀，一种美德，一种风度，一种智慧，更是一种修养。我们需要谦让精神，这个时代也呼唤谦让精神，今天，谦让不过时。

清朝时，有一大户人家想垒一道院墙把自己与邻居家隔开。为墙基的位置，两家发生了严重的冲突。大户人家虽财大气粗却因不如邻家子孙繁盛而吃了眼前亏，深感面子不保，马上给在京城做大官的儿子写家书一封，细述了家中烦恼，要求儿子快返乡想办法整治邻居一下，为家族捞回面子。这位在京高官见信后迅速给家中回了一封急信，信中语重心长地说明远亲不如近邻的道理，并在信尾文采飞扬地写了四句话：“千里捎书只为墙，让他三尺又何妨。万里长城今犹在，不见当年秦始皇。”大户人家见信后深受教育，迅速与邻家修好，并决定两家之间不再垒墙，永不隔心！正所谓“退一步海

阔天空”，谦让不是吃亏，是给自己留有余地。

谦让是一种美德，更是我们生活中不可或缺的生活风度。我们中学生理应学会谦让，养成相互谦让的良好习惯。然而，我们也不无遗憾地看到，在我们的身边，同学之间为了琐碎小事，发生争吵甚至打架的现象仍屡见不鲜。固执己见、互不相让的争吵不仅不能解决问题，还严重影响了同学之间的友谊。可是，如果我们拥有了谦让的精神，遇到这种争执明智地退让一步，或许，我们便会发现很多误会和矛盾都是可以避免的。因为，谦让不仅可以化解矛盾，更能化阻力为动力，拉近心与心的距离。

同学们，你们也想收获这样的快乐吗？你们也想让生活充满阳光，溢满芬芳吗？那么让我们在生活中学会谦让吧！给人方便，与己方便，中午就餐时，让同学站到前面；发放新书时，让同桌先拿；下楼时，让低年级的同学先走；出教室门时，让老师和女同学先行；做游戏时，把玩的机会让给还没有玩过的同学；看书时，把书让给另一位也很想看这本书的同学，自己下次再看……同学们，让我们从今天开始，用谦让的精神为我们自己储蓄文明，共同分享我们的欢乐吧！

我的讲话完了，谢谢大家！

## 学会满足的演讲稿篇五

和那个女生聊天，只有一种面对女流氓的感觉。但其实这并不是说女孩是女流氓，而是有一种感觉，有一种特别的相似。

可能是因为有这样的习惯，所以感觉以前经历的事情都是用来做体验的，现在形成对比。但其实两者之间没有什么值得比较的。

好像当年想了很多问题，其实如果真的要放在这里，可能真的过不了关。好像当年他们真的直接指出问题的时候，会

觉得你真的在乎质量的时候，根本不用在乎他们的想法。好像以前我们都没想到大家都在这里看什么问题会做出选择。

但是后来你突然发现，每个人都有自己的生活困难。他们可能正面临着人生和事业的平静期，甚至不知道如何面对，如何呼吸。

他们也是压力的受害者。

但是突然有一天，他们想走得更远，看更好的风景。如果有一天这一切都能对他有所贡献，他就能摆脱这一切虚幻的景象，看到更实际的存在。虽然在这个过程中，很多东西写得有限，没有什么能带给他，她依然乐在其中。

我觉得生活本身对我们来说就有这样的意义。不是每个人接这样的案子都不知道。也许是一个很容易满足的概念。

## 学会满足的演讲稿篇六

你满足吗？以前很流行问这个问题，有的人回答了表示自己满足，而也有很多人表示自己并不满足自己的生活，后悔自己没努力，达到自己的要求得到满足。或是认为这个世上根本没机会让自己满足。

但我想说，其实生活中处处都有让人满足的事，但大多数人没有抓住这个机会或没有好好珍惜它。

像买张彩票，就能给予人很大的满足，哪怕是10块钱，都可以给一些人很大的甜蜜了。但是，人心中的贪欲是很大的，得到了一些就想得到更多的满足，这往往不会让你满足。就像你买张彩票中了20块钱，明知道你下次买可能就中不到了，但却还是被贪欲指使，又买了彩票，结果中到的钱就飞了。

由此看出，人是很容易满足的，但保留住这份满足是很困难

了。而人心中的. 贪欲也是和满足相对的。

所以，不要盲目地得到心中那种虚伪的满足感，丢到了自己现在的满足，有了得到的快乐，就应该珍惜，把它保留住。如果让它丢去，那是永远不会回来的，要满足就得知足，不要被眼前巨大的诱惑带走，把真实的满足丢弃。

你满足吗？对于这个问题，我的答案是肯定的，是的，我满足。世人给我们太多的机会满足，只要我们能把握住它们，那么，我们的一生将充满快乐、满足。

## 学会满足的演讲稿篇七

大家好，我演讲的题目是《学会感恩，懂得回报》。

山感恩地，方成其高峻；海感恩溪，方成其博大；天感恩鸟，方成其壮阔。美国著名作家芭芭拉·安吉露丝说：“感恩就是让我们与自己的心做朋友，直到发现自己是爱与宁静的源泉。”感恩是一种生活态度：它是一种知足，一种珍惜，一种前进。

大家一定知道：羔羊跪乳，乌鸦反哺这两种动物界中的现象。且看这些动物都知道感恩。然而在当今社会中，我们这些人类——高等的动物中却有一些根本就不懂得去感恩，这不得不说是一种大惭愧，大悲哀。

有一些人找借口说，不懂得感恩是人的天性。我认为这是完全错误的，我们赤条条的来到了这个世界，生下来就享受着前人带给我们物质和精神上的一切成果。更进一步的说，我们是如何来到了这个世界的，又是如何认识了这个世界？。难道我们就不应该去感谢父母——是他们给予我们生命，让我们来到了这个世界；难道我们不应该去感谢老师——他们教给我们知识，让我们认识了这个世界。所以让我说：让我们怀着一颗感恩的心，看待这个世界吧。

当你怀着一颗感恩的心去看世界时，你发现那些值得我们感激的事情其实就是我们的身边，我们并不缺少它，缺少的只是发现它的双眼。

感激生育你的人，因为他们使你体验生命；

感激抚养你的人，因为他们使你不断成长；

感激帮助你的人，因为他们使你渡过难关；

感激关怀你的人，因为他们给你温暖；

感激鼓励你的人，因为他们给你力量；

感激伤害你的人，因为他磨炼了你的心志；

感激绊倒你的人，因为他强化了你的双腿；

感激欺骗你的人，因为他教会了你该独立。

凡事感激，学会感激，感激一切使你成长的人。

当我们耳旁不在有喧嚣的噪音，当眼前不在有迷茫的诱惑，当心不再悲愤，让我们沉淀下来，用一颗感恩的心去生活，用感恩的心去发现，去探索，去品位生命中的至真至纯。感谢生命，在时间还没有完全流逝得无影无踪的时候，让我懂得用感恩的心去生活。

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。

诚然感恩的关键在于回报意识。让我们看看。人生道路，曲折坎坷，不知有多少艰难险阻，甚至遭遇挫折和失败。在危困时刻，总有人向你伸出温暖的双手，解除生活的困顿；总有人为你指点迷津，让你明确前进的方向；甚至有人用肩膀、



身躯把你擎起来，让你攀上人生的高峰……你最终战胜了苦难，扬帆远航，驶向光明幸福的彼岸。那么，你必将心存感激，你能不思回报吗？回报，就是对哺育、培养、教导、指引、帮助、支持乃至救护自己的人心存感激，并通过自己十倍、百倍的付出，用实际行动予以报答。回报不是要你在物质方面有多丰厚的付出。以感恩回报感恩就是一种最好的方式——感恩对你有恩的人。

最后我说：感恩，是人格的伟大魅力；感恩，是人生的最大智慧；感恩，是人性的一大美德！

谢谢大家，我的演讲完毕！

## 学会满足的演讲稿篇八

大家好！

今天我给大家演讲的题目是——感恩。自古以来，感恩就是中华民族的一个永恒、古老而崭新的话题。只有感恩他人、感恩父母、感恩自己，学会感恩，学懂感恩，我们才可以成为社会的优秀者。民间有谚语曰：滴水之恩，当涌泉相报。但是在这个日益发展，社会关系越来越冷漠的今天，我么是否还在铭记感恩，心中长存善念呢？感恩他人，不但是对他人善意的回报，也是对自己人格的诠释。俞伯牙为报知遇之恩，因钟子期死而摔琴；韩信为报漂母之恩，留下“一饭千金”的佳话；孟郊为报慈母之恩，写出旷世诗篇《游子吟》。唐代诗人陈润《阙题》诗中道：“丈夫不感恩，感恩宁有泪。心头感恩血，一滴染天地。”李白在《赠汪伦》中道：“桃花潭水深千尺，不及汪伦送我情。”这些中国古代的许许多多的话题，都在解释着一个词语——感恩。因为感恩，我们更快乐；因为感恩，我们更自信；因为感恩，我们时时刻刻心中铭记中华道德传统。

感恩他人，是对他人付出的回报，是对我们人格的诠释，是

对中华民族文化的传承。感恩父母，是我们在汲取父母的血汗之后仅可以做的一点点的报答。父母给了我们生命，给了我们生活。我们感恩父母，孝敬父母都是应该的，因为他们为我们弯了腰，驼了背。感恩自己，是对自己的肯定，是相信自己的表现。只有时刻感恩自己，我们才可以向前冲刺，才可以飞的更高，飞的更远。

父母是我们的加油站，我们是自己的发动机，而他人则给了我们选择的道路。我们对这一切都应该感恩，都要感恩。学会在感恩中成长，在感恩中自由飞翔。感恩需要爱，有爱的世界才美丽，有爱的世界才和谐；感恩也需要细心的呵护，因为感恩往往就是来自生活中的每一件小事。

感恩他人，也许只是偶尔的一臂之力，他们就会为他们的付出所值得。因为可以无私付出的人不会在乎回报是什么，他们在乎的是他们的付出是不是为世界带来了爱。感恩父母，也许就是为父母洗一次脚，在他们劳累了一整天之后为他们揉揉肩，他们在乎的是儿女的心，心中有父母，出门不远行。就是这简单的一些小事，可以体现在感恩的点点滴滴之中。感恩自己，只是需要一个自信的微笑，我们就可以给自己心灵的满足。

感恩应该远离冷漠，拒绝自私，无私报答。我们要对心胸狭窄说“不”。有些人对生活厌烦，对自己自暴自弃，想改变自己的生活。其实，他们只是少了对生活的感恩。只要心中常存感恩的信念，枯燥的生活也是一幅美丽的油彩。

给寒冷中的狗垫上温暖的棉絮，它们会默默的注视着你；从猫嘴救下受伤的小鸟放飞森林，它们会在树梢默默的为你鸣唱。它们都不会说话，它们只能用这种方式表达感恩之心。动物尚且如此，何况我们人类呢。所以，感恩吧，学会感恩吧，有了感恩之心，寒冷的冬天我们不在抱怨，烦心的事情我们不会铭记，他人的恩惠我们将心中长存善念。

学会感恩，感恩他人，感恩父母，感恩自己。谢谢大家！

## 学会满足的演讲稿篇九

上帝向来是不公的，他从不会把某一人塑造得十全十美，我同样也是这样的一个不完美的个体。我身上的一切都是普通的，不足为奇的，我一心想成为出色的孩子，有出色的能力，受到出色的教育，但这样的想法似乎只是一片镜花水月，雾里看花。

也许是我过于贪心吧，但我的确没有过人的才干，惊人的艺术天分，也没有骄人的成绩，我不能像螭婷广告里的女孩一样指着肌肤让别人去看这里看那里，只能用层层服饰去遮住心灵上的空洞。因此，受到一次次的挫折打击后，我逐渐丧失了面对生活的勇气与信心，开始迷失在成长的道路上。

我想我是需要的，即使我没有过人的才干，惊人的艺术天分，也没有骄人的成绩，但是我可以满足，因为我有过人的运动细胞，我有独特的性格特征，我也有不逊色的文学功底，我有不满足，可是我也拥有满足！

或许我的满足正是别人倾注心血希望换来的满足，我该相信我的满足是别人翘首企盼的满足，我该用加倍的努力去换取我需要的满足，我该用我满足的力量去捻碎我心底的自卑，用自己的独特去创造与众不同的天空。

你看见了吗？我手心正闪闪发光的满足！