

2023年爱生活演讲稿三分钟(优质5篇)

要写好演讲稿，首先必须要了解听众对象，了解他们的心理、愿望和要求是什么，使演讲有针对性，能解决实际问题。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？下面我帮大家找寻并整理了一些优秀的演讲稿模板范文，我们一起来了解一下吧。

爱生活演讲稿三分钟篇一

世界上最可爱的东西，莫过于生命。

拥有生命时，你往往感觉不到它的可爱，有时甚至会感到生命的迷茫和空虚。但当你要失去它时，才会发自内心的热爱它。

由此我想到了对生命态度积极向上的张海迪，她五岁便失去站立，行走的能力，这对一个人是多么大的打击啊！可她，一个坚强的青年，不是从此一蹶不振，虚度年华，而是争分夺秒，发奋学习。

俗话说：“学海无涯苦作舟。张海迪就有这样的精神。她先后做过四次手术，身体条件极差，但她仍不忘学习，几年来，她以惊人的毅力自学了小学、中学的全部课程，还学会了四门外语，翻译了十几万字的小说和其他资料。这对于一个高位截肢的病人来说，是多么难能可贵啊！

如果你曾漠视过自己或他人的生命，没关系，你可以学，学海伦、保尔、张海迪，学怎样去热爱生命。最终你会发现：人生就像一本书，傻瓜们走马观花似的翻阅它，聪明的人用心阅读它，因为他知道这本书只能读一次。

爱生活演讲稿三分钟篇二

你们好！

枫叶荻花秋瑟瑟。我，漫步在秋日的街头，看夜晚繁星点点，枫叶飞舞。我不禁带上耳机，听着飞轮海的歌，闭上眼睛，感受天然纯真的音乐。

望着一轮清澈的明月，自然有闲情逸致，我悠闲的唱着歌，表情也变得自然，心中甜丝丝的。

从小就喜爱音乐，记得上幼儿园午休的时候，大家都乖乖的进入被窝，安安静静的，而我却一个人装个性，毫不收敛的唱着无名小调，也不知道“咿咿呀呀”的唱什么，歌声缭绕着整个寂静的睡房显得极为响亮。老师们真是哭笑不得，但是总不能吵着其他正睡着的`孩子啊！有一个新来的老师，火气挺大，干脆就把我的嘴给堵上，我大哭不止，其他小朋友也跟着哭了起来，现在想起来还是百感交集。

上小学的时候，我热爱音乐的精神也毫不消褪，我总是盼望着上音乐课，一到放学回家的时候，我就兴高采烈的捧着书本唱给妈妈听，妈妈一个劲的鼓掌。那段日子，是我最快乐的时光。

“我的梦想，闪耀着彩色的光，张开翅膀，飞到想去的地方。”对于我来说，音乐就像一个天使，带我尽情翱翔。我说，我想做一个歌者。爸爸却笑着说“：你以为那么简单？明星啊，都是很复杂的。”听了爸爸的话，我不以为然。我没有什么过高的要求，唱歌是我最喜欢的一件事，唱歌就是一种享受。“快乐是我的能量，点亮自己的光芒，想唱就唱，唱得响亮，不怕风雨的阻挡……”我就是这样的固执，固执的爱音乐，它是我的梦想，我怎能轻易放弃。

能打动人心的音乐就是好音乐，能使人乐在其中，精神抖擞。

而有些音乐，不但能拨动心弦，使人感动，它能触动人内心的灵魂，是悲观的人豁然开朗，能唤醒邪恶的人的良知，能让世界上听过这音乐的人由之感叹，音乐常让人落泪，可见是感动落泪。此时的人，心灵是出淤泥而不染，纯的如白纸一样，音乐真的能净化人的心灵啊！音乐让我懂得了梦想，也使我越变越坚强。

“余音绕梁，三日不绝于耳。”亦与音乐有关。音乐是生命中流动的旋律，是游走在心海的精灵。音乐是人类最美的语言，音乐，人的灵魂，只要懂得音乐的人才懂得生活。

爱生活演讲稿三分钟篇三

早晨，打开半开的窗户，穿透清晨的第一缕阳光，照亮房子，点亮困倦的眼睛。凝视着触手可及却又遥不可及的阳光，穿过它的尘埃清晰无比，无时无刻不在翻滚，安静而活泼。这样可以安静的看一刻钟。

远离城市的喧嚣，偶尔去乡下感受一下新鲜空气。这个时候，总会有这样的体验。没有嘈杂的哨声，没有混乱的空气，你仿佛置身于天堂。你面前是看不见的绿树，两边是叫不出名字的野花，还有从未见过的昆虫，无忧无虑的爬行飞翔。虽然孤独往往伴随着自然，停在一片沾着露水的树叶前，一阵风拂过脸颊，连烦恼都被吹走了。不禁感叹：人生就是这么安静美好。

人活在一个喧嚣物欲的世界里，那些自然的声音总是被掩盖，充满了人生的烦恼。中学生担心上学，大学生担心找工作，员工担心工资，老板担心公司利润，总是面临各种压力。有些人选择逃避，甚至放弃生命，以为这是一种解脱，是人生唯一的出路，却不知道人生的路不止一条。当我们忠于自己的初衷，正视生活，改变对生活的看法和态度，从不同的角度改变自己的抱怨和不满，也许就能把这种不快乐转化为对生活的热情。就像我们被捅了又挠，以为是刺，低头一看，

错愕地发现是玫瑰。

生活中，绊脚石经常出现。如果你第一次跌倒，站起来微笑，然后继续前进。成功就在你面前。如果你跌倒了，你就再也站不起来，带着悲伤抱怨这个绊脚石，那么你就永远不会成功。相反，成功的人会把绊脚石当成磨炼意志的幸运草。你不仅得到了，还获得了成功的喜悦。

人生就是这样，不是帆。没有风雨，没有起伏，活着没有意义。生活充满了欢笑、阳光、泪水……它是多彩的。我们微笑着面对它，它会给我们最大的回报。上帝对每个人都公平。每天抱怨生活会让生活变得更糟，增加你的不满。

当最美丽的母亲吴菊萍在千禧年之际用双手抱起从大楼上摔下来的孩子时；当最漂亮的女孩何月得知自己的生命只剩下三个月的时候，她决定捐出自己的器官。高考少年面对持刀男，不仅是对自己生命的恐惧，更是对他人生命的恐惧。

每个人都只活一次，死亡对我们来说是必然的。人是历经沧桑而活的，但伟大的灵魂会强化思想和生命，而这个伟大的灵魂来自于对生命的热爱和敬畏。

爱生活演讲稿三分钟篇四

在路边，我们随处可见或黄或橘或绿的共享单车；在商店林立的街边，共享书店立身其中；在体育馆里，共享篮球的出现令人们大为方便。共享，不再是亲朋好友间关系亲密的证明，而是成为了整个社会的便捷产物。

我妈曾指着路边的一排“小黄车”对我说：“在我们那会儿，拥有一辆自行车是一件令人自豪的事。可你现在看看，为了让出行更方便，都可以直接上街‘拿’车骑，也不用计较存放的问题了。果真是时代在进步啊！”说完，是满脸的赞叹。

共享单车的出现确实让人们的出行更为便捷了，看着那些骑车去上学上班的人，颇有种自己也想尝试一把的冲动，只可惜技不傍身，只得作罢。但每种事物都会有两面性，共享资源在方便人们的同时，也考验了人们的素质。

破坏、盗窃、修改二维码，纵然当今社会文明人居多，却也不免有些“漏网之鱼”，而他们对这些利人的产物非但不珍惜，还将其变为了利己的专属品。恶意将共享资源破坏、修改二维码使钱汇入自己麾下，还有的甚至将二维码一撕，裹上胶带遮上标志，立刻就变为了自己的私有物。种种行为使共享资源难以推广；所幸，如今这些现象已少了很多，人们的文明素质正在逐步提升。

除了应用范围最广的共享单车，我最喜欢的便是共享书店了。不必为了还书借书而跑很远的路，不必因抢不到座位而坐在书柜之间，也不用为了借阅上限而精挑细选，不用……种种便利，令爱读书却无地放书的我大为心动。

爱生活演讲稿三分钟篇五

世界上最珍贵的东西是什么？有人说长相最珍贵，有人说荣誉最珍贵，有人说金银最珍贵，有人说事业最珍贵……而我认为生命最珍贵，因为每个人都只活一次。

那是一个闷热的夏天。中午，有强风和雷暴。我坐在窗前，看着外面的雨，突然看到一棵小草，随风摇曳，饱受风雨的折磨，但它顽强地挣扎着，呼啸的风雨仿佛在说：“小草，你太不自量力了，你不是我们的对手？”草没有被吓倒，但依然坚持。持续了两个多小时，风停了，雨停了，草躺得筋疲力尽。我为草叹息，但同时又被它坚强不屈的精神深深震撼和感动。第二天，草在阳光下变直了。我为草感到高兴，它显示出旺盛的生命力。我们每个人都应该像草一样在人生的道路上面对困难和挫折，敢于战斗，敢于胜利。

花开不是为了凋零，而是为了结果，结果不是为了结局，而是为了再生。

我们的书中有很多这样的例子，让我们感动：贝多芬耳朵聋的时候创作了《命运交响曲》；杏林子痛苦下写了很多优秀的作品；身体残疾、意志坚强的张海迪和书中人物保罗。他们都是我们学习的榜样，他们感人的故事表达了他们对生活的热爱和对美好生活的向往。

我们应该向他们学习，学习他们对生活的热爱，珍惜和热爱生活。