

# 2023年照亮他人也照亮自己材料 关爱他人演讲稿(优质7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。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？下面是小编为大家整理的优质范文，仅供参考，大家一起来看看吧。

## 照亮他人也照亮自己材料篇一

大家好！

今天我演讲的题目是：“关爱他人，让我们的生活充满阳光”。

同学们，我们的出生，是医护人员的谨慎，母亲的痛苦和父亲的焦虑；我们的成长，是老师的期待，同学们的鼓励。这个社会像对待一份神圣使命般地将我们抚养成成人，让我们从牙牙学语的小孩子一步步成为一个满腔热血的少年，我们得到了社会许许多多的关爱。医护人员把关爱投注在手术刀上；父亲的关爱夹在厚厚的学费里；母亲的关爱织进温暖的围巾内；老师把关爱划进一行行鲜红的批语中；而同学们的关爱，则是融入在一张张字迹歪斜的贺卡里。

我们忘不了今年5月12日的汶川大地震。当人们兴高采烈地为在北京举行的奥运会做着准备时，大地震动了。当人们还在家中，过着他们本应有的平凡生活时，无情的大地震却夺走了他们宝贵的生命……发生了这一幕，是谁也不愿看到的。中国震惊了！世界震惊了！举国哀悼那些在灾难中去世的人们，大地震过后，全国各地不断地向灾区人民捐钱捐物，十三亿人民火热的心，关爱的情都纷纷体现出来了。人人都在为灾区的人们奉献着自己的爱心。

是的，社会的关爱总是无处不在的，就好像太阳一样。无时无刻不在奉献着光和热。然而，有阳光的地方就会有阴影，而消除阴影的最好办法，就是让太阳直射，让阴影在人们关爱之火下臣服。

同学们，关爱他人吧！如果你关爱他人，那么你就是一滴与大海融为一体的水。如果你自私自利，那么你就是沙漠中的一颗石子。与大海融为一体的水，会永不干涸！但在沙漠里的石子却会立即粉碎。只有你去关爱他人，他人才有可能以真诚来回报你。也许亲情会无私供给，但是，过于的自私也会使你在社会上难以立足。

同学们，让我们用美丽的心灵传递人间的真情，把关爱当作生活的一部分，把关爱带到我们要作的每一件事情中，成为我们思想道德中的一部分。用自己的真心关爱他人，用自己的诚心温暖社会，用自己的奉献美化环境。诚心诚意、踏踏实实地做好身边和每一件事吧！让我们真心地关爱他人，让我们的生活到处充满阳光。

谢谢大家！

## 照亮他人也照亮自己材料篇二

大家上午好！

今天我演讲的题目是《青春与梦想》。

青春是人生最美好的时光，梦想是生命中最耀眼的阳光，为了梦想而奋斗的青春是最美好的风景。正是那千万颗在青春中奋斗的心，以及那千万双在天空中高飞的振翅，装扮着最美好最美丽最珍贵的人生季节，将青春变成人生最美好生活的出发点。

青春为梦想插上最有力的翅膀，那么，有着青春与梦想的你

和我不要再犹豫，不要再退缩，勇敢地面对未来和自己的挑战，为了梦想的实现而奋斗，让青春谱写一曲无悔的歌。

然而有些人不是没有梦想，恰好相反，他们有着这伟大的梦想，但是却一直躲在自己编织的的世界里面逃避现实而踟蹰不前，他们畏惧着自己想象中现在还没有出现的未来路上的坎坷与梦想也许破灭的打击，任凭梦想在时间的掩盖下或生锈或被腐蚀殆尽。韩寒说：“让梦想成真的最好办法就是醒来。”所以，同学们是时候醒一醒了，是时候走出象牙塔为自己拼一回，是时候为青春负责，是时候为自己的明天而战斗了！

## 照亮他人也照亮自己材料篇三

“快看，快看，那不是六班的吗？”

“对啊！你说她会不会也喜欢\_\_\_啊！”

而后又有不少不认识的人，把这个男生往我身上推.....

前几天，和我同学出去玩，被偷拍了一些照片并发在很多群里，还附加了些令人误会的语句，导致后来一些同学对我的话语中，都隐藏了半讽刺的语言.....我想，流言蜚语也属于校园暴力吧！

任何人都需要被尊重，在没弄清事实之前，请尊重他人的隐私，不要用你的好奇去窥探别人的隐私，更不要用你的想象去杜撰别人的生活。

笑得没心没肺并不代表我不会痛不会痒，每个人都有底线不可触碰！不要把别人的忍让与微笑，当做理所应当！如果不改变，今天的我可能就是明天的你！

## 照亮他人也照亮自己材料篇四

大家好！今天，我演讲的题目是：我的理想。

相信各位同学都有自己的理想，有些同学是想当影星，有些同学是想当老师，还有些同学是想当工程师……正因如此，也使我们的这颗小小的心灵中，也寄托了一个更令我们向往的理想，这个理想伴随着我们学习和成长，在我们的心中生根发芽长叶……朋友们，你们想知道我的理想是什么吗？我的理想就是当一名令人羡慕的天文学家，为人类探索宇宙的奥秘。

宇宙以他神秘的魅力吸引着我，我每次来到书店，只要看到有关天文学的书或杂志都会翻一翻，内容如果很新颖，我还会买下。每当我从报上、新闻看到有流星雨、彗星到来的消息，我都会兴奋不已，有可能的话就想亲自看看过瘾，不行的话就看报刊。我的书架里有许多天文学方面的书，像《科学探索者——天文学家》、《宇宙未解之谜》等；我的电脑上也有许多关于宇宙知识的藏书，如霍金的《时间简史——从大爆炸到黑洞》、《宇宙奥秘探索》、《黑洞、婴儿、宇宙及其他》等书。这些书使我受益匪浅，了解了以前不知道的知识。我要超过伽利略，哥白尼这些伟大的天文学家。

也许，实现这一切很难很难，不过，我敢肯定，不管遇到什么困难、什么磨难，我都一定不会放弃的！就算是伤痕累累，也没有关系。理想给了我一双隐形的翅膀，我一定能够展翅飞翔！

理想，指引我未知的前方……

谢谢大家！

## 照亮他人也照亮自己材料篇五

琐碎的日子里流水无痕，夹杂着落英缤纷。我将落花拾起，片片都珍藏。我知道，那是我们相互帮助与鼓励的记号，那是我们为彼此开的花。

“怎么办?今天要测800米耐久跑了。天哪!那么冷!风那么大!”璐对我抱怨。其实，我也很怕耐久跑。回想高一高二跑完后的感觉，现在都想逃避了。但是，那两次都挺下来了呀。

“预备——跑!跑道上的风似乎特别尖锐，特别寒冷，渗入了我的每一寸肌肤，感觉快要不能呼吸了，直直的跑道在我眼中竟有了起伏，每一步都像踏在棉花上……迷蒙中有人从身边跑过：“晴，坚持住!千万不能张开嘴巴!坚持!”是雨，对，是她，在向我微笑，如同一朵坚毅的梅。

“第四!“我听见老师的报数，想笑，却没有力气。想走到坐垫那边，才发现根本迈不动步子。一股血腥味涌上来，胸口像被抽空了般。

像闻到茉莉花的清香一般，我的“意识“清晰起来。是的，我收到了一朵清香的小茉莉。

“璐要跑了，我要给她加油。”“那我陪你一起吧。”烨的笑依旧很温暖。

不想让笑容褪去，这跑道上开满了花，我似乎来不及一一细数，只想贪婪地嗅到每一缕芳香。

阳光不会忘记今天冬日黄昏下，操场上的花香。让我们都为别人开一朵花，一起把青春的青颜翠色延伸到天长地久!

## 照亮他人也照亮自己材料篇六

温暖不是事物的温度，而是一种人生的境界。而温暖与否，也不再与事物的本身，而是这个人心灵与灵魂上的感触。至少现在的我，时时刻刻都会感到温暖在我的身边洋溢。

一缕阳光洒落房间，有了一丝暖意。我闲来无事，便弹起了摆放在客厅中的钢琴。指尖在琴键上缓缓掠过，一阵美妙的曲声荡漾在空气中，让人听后心情倍感舒畅，正应了冬日早上这日出的美景。

我正弹奏得如痴如醉，突然听到一阵敲门声。使我一分神，一个不和谐之音弹奏了出来，使人听了不禁有些别扭。我不禁皱了一下眉头，放下弹琴的手，心想：谁会来我家呢？要知道我父母都在上班，平时也没有同学来。我走到门前的猫眼里一看，原来是一个五六岁的小女孩，看她一脸天真烂漫的样子，我觉得她没有恶意，便打开了门，请她进来。

她忽然眼前一亮，看见了摆放在客厅里的钢琴，爱不释手地抚摸着它，看见它好像看见了久违地亲人似的。她对我说：“妈妈在的时候，最喜欢弹琴了，只是后来家里穷，妈妈就把她最爱的钢琴卖掉了，换了一点钱”她又陷入伤感中。“对了，姐姐，你能弹给我听吗？”她抬起手，指了指钢琴，眼里满是期待。我点了点头坐在椅子上，抬起手，灵活地从键盘上一一弹过。那键盘好像有生命似的，仿佛一个个黑白天使，在跳动着，嬉戏着，弹奏出一首优美的旋律。一旁的小女孩，听着这优美的钢琴声，不由得高兴地手舞足蹈。我看在眼里，欣慰的笑了。一曲终了，余音袅袅。小女孩感激地看着我，说：“姐姐，你等我长大了以后，可以教我弹钢琴吗？”我答应了，以后会像她的妈妈一样守护她，教导她，给她温暖。

温暖似一首歌，唱出的声线拥裹着我的心灵，不断地让我幸福快乐。

## 照亮他人也照亮自己材料篇七

多一份同情，多一份关爱，你就会多一份快乐。在别人饥饿时，我们送他一个面包；在别人伤心时，我们给他一个快乐果。这个世界需要同情和关爱。今天，我读了一篇名为《心灵创口贴》的文章，使我受益匪浅。

文章讲的是苏茜的邻居史密斯太太失去了女儿，很伤心。富有同情心的苏茜认真严肃地思考了这个问题，几分钟后，苏茜敲开了史密斯太太家的门，“我听说您失去了女儿，十分伤心，这是为你受伤的心准备的。”苏茜边说边递给史密斯太太一片创口贴。史密斯太太感动地流下了泪水，并收下了苏茜的创口贴，每次看它都会让自己心灵的伤口愈合一点儿。

是啊，一块小小的创口贴，里面却饱含了苏茜对史密斯太太无限的同情和关爱。这种爱如春天一缕温暖的阳光；如夏天凉爽的片片绿荫；如秋天一阵轻柔的微风；如冬天一个暖暖的壁炉。关爱就是这样，当你受到了别人的关爱，你会感到无比的温馨，当你给予他人关爱时，别人会感激不已，而你帮助了他人，会获得更多的快乐。

心灵与心灵之间需要点滴的沟通。只要人人都献出一点儿爱，这个世界将会变成美好的人间。

关爱，不分大小，不论贵贱，哪怕是一句话，一个手势，一个眼神，都会给别人最大的帮助，让别人感动一生。让我们行动起来吧！爱可以传递，可以生根发芽，可以长成参天大树。让这个世界都充满爱，变为爱的海洋！