

# 接纳自己的感悟 做自己演讲稿(通用9篇)

我们得到了一些心得感悟以后，应该马上记录下来，写一篇心得感悟，这样能够给人努力向前的动力。优质的心得感悟该怎么样去写呢？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得感悟吧，我们一起来看一看吧。

## 接纳自己的感悟篇一

大家好！

初中时我以为高中自己真正的朋友，可是我还是错了。

我觉悟了，也许我早就应该觉悟了。为了别人而不断的改变自己是一件多么愚蠢的事情啊！我累了，我倦了，我也麻木了。对右倾我不再奢望有什么天长地久了，我只希望不要对我不理不采；我不敢奢望有什么海枯石烂，我只希望不要嫌弃我；我不涉外那个有什么海誓山盟了，我只希望你把我放在心上。我要做自己，做回真正的自己，不会在为任何人改变了。因为我知道就算我变得再好，我也永远达不到你心中那完美的形象，我不会在改变自己了，真正的我已经被围困太久了，连本质都快变了，我不要在这样了，我要解脱了。

决定了做自己，做真正的自己，不要再为那些短暂的东西而伤害自己了，要对自己好点，不能倒霉的来是自己啊，要学会忘记；要学会坚强；要学会独立；要学会无所谓；要学会不在乎。要做真的自己。你们要怎样想我，随便吧。一般说别人的人其实都是在掩饰自己内心的羡慕和虚荣。

做自己，做真正的自己。

走自己的路，让别人说去吧！

## 接纳自己的感悟篇二

大家好！

我很坦诚地说我不能，但我会为我的梦想去努力，比起戴上面具永远笑着面对生活，我宁愿摘下面具哭着面对生活，做真正的自己，活出不一样的精彩、不一样的人生。

每个人的命运全然不同，因此面对自己的梦想，就有不一样的顾虑。有些人，生下来父母就为他铺好所有的路，父母在期望着他朝着这条道路前行，我们也努力的奋斗着，就怕父母的期望破灭。是啊！圣人训：“亲所好，力为具；亲所恶，谨为去”。然而，自己的梦想就只能成为幻想。

有些人，安于现状，不愿拼搏；有些人，因为身患疾病，怕自己不能成功，所以选择了放弃……正所谓瞻前顾后者难以成功，心无旁骛者方能成大器。他，从小有一个音乐梦，不幸的是，双耳却失聪了，他从未放弃，一直坚持不懈，直到创作出不朽名曲《欢乐颂》。我钦佩他执着于自己的梦想，不惧困难险阻。

我也有一个梦想。那就是一个人背着背包去攀登，去探险，去登上世界峰——珠穆朗玛峰，想在峰顶大声的呼唤。然而16年了，我所走过的每一步，都是他们为我所规划好的，我明白他们对我的期待，我害怕他们的期待破灭，只能做着这样的一个自己。我看着那些冒险家，幻想着自己的探险之路，慢慢地，我迷失了方向，找不到前进的目标。

我不知道是否能让他们的期待圆满，若是圆满，以后的人生是否会快乐，但我还是想去完成我的梦想，我不知道我是否能成功，也不知道以后的生活是否会华丽，但我相信追寻过，努力过，这样的人生一定不会留下遗憾！

消除顾虑，直奔目标，敢于踏出自己的脚步，走上梦想的道

路，做真正的自己！

## 接纳自己的感悟篇三

大家下午好！今天我们演讲的主题是做的自己。

世界是丰富多彩的，人生也是这样。每个人都拥有不同的人生，唯有做的自己，才会让生命闪光。

正因为有了花儿，这世界才变得芬芳；正因为有了鸟儿，天空才学会歌唱；正因为有了风儿，柳枝才学会舞蹈；正因为有了树儿，炎夏里才有了荫凉。每件事物，在世界上都有着不同的位置，人，也是这样。也许，你不曾拥有出众的外表，也许，你不曾拥有敏捷的头脑，也许，你不曾拥有惊人的智慧，但是，要记住，你就是你，你在这世界上独一无二的存在着。要相信，天生我材必有用，只要做的自己，你就将是下一个奇迹！

我曾听说过这样一个故事：

一天清早，一个园丁走进花园，竟然发现一大片的花草树木都奄奄一息，了无生气。惊讶之余，他问榕树究竟发生了什么事，榕树说它不想活下去了，因为他无法像松树那样高大雄伟。松树也沮丧地告诉园丁它想自我了断，因为他不像苹果树那样，能结出可口的果子。但是一旁的苹果树也在抱怨，说他自己不能像槐树一样，浑身散发着芳香。最后，园丁来到花园的一角，看到一株不起眼的小花，只见它生机盎然，一身绿意。你为什么在如此消沉的环境中仍能昂首挺立着园丁好奇地问。不起眼的小花快乐地回答：我知道自己不过是株小花，但我决定扮演好自己的角色，做一朵的小花，于是，我也就很快快乐啊！

是棵茂盛的榕树，就不要去羡慕松树的挺拔，是棵高大的松树，就不要羡慕能结出美味的果实的苹果树，是棵丰收的苹

果树，就不要羡慕芬芳的槐树。每个事物的存在都有它存在的原因，不要过分的羡慕别人，从而漠视自己的存在。我们在座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。

说到这里又有人会问，那么该怎样做的自己呢？

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，有什么兴趣和爱好，有什么理想和志向。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。无论你的家庭富有与否，你的父母是否都是知识分子，你都要承认他，坦然接受他；然后要不断完善自己，做的自己。当然不是和别人比，因为天外有天，人外有人，和别人比较，你永远都成不了的一个，你也永远享受不到那种喜悦。是和过去的自己比较，努力让自己的每一今天都有新收获，有新进步。做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，你完全可以成为的自己。

作为一名现代社会中的初中生，学会做的自己尤为重要，因为只有这样才能在不断超越自我的同时超越别人，跨上更高的一级人生台阶。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，使每一天都更加多姿多彩。

让我们从此刻开始，做的自己！

谢谢大家，我们的演讲完毕！

## 接纳自己的感悟篇四

三月的钟声诉说着早已立下的誓言，缤纷的季节又一次送来春的气息。你我从那个冬天的深处走来。满怀五彩的憧憬，带着远行的信念，再次相遇在这美好的校园。时光荏苒，回首夏末的初见，距今已经三载。希望在远方闪闪烁烁，春天也以她独有的甜润气息吸引着我们。从今起，每一天，都是一个神圣的日子，让我们忘掉昨夜的孤独、寂寞与彷徨。一路为自己加油，为自己喝彩，让理想伴着歌声一起踏上新的征程。

为自己喝彩！为蓬蓬勃勃的青春喝彩！为梦想和x喝彩！十四五岁的年龄，有着那么多葱郁的日子，向花海向歌潮顶礼膜拜，敬上我们对岁月的感激之情；努力拼搏，哪怕去实现自己的一个梦，也要不惧风雨，寻找一片属于自己的生命绿洲，给予自己这个时代最美的风景。

为自己喝彩！为自己的坚韧勇敢喝彩！为自己趋向成熟的变化喝彩！那注视着我们的目光中铺满了希望，无论我们的收获如何，将来的梦又会如何，那目光依然在企盼中默默陪伴着我们，久久凝望着我们的耕耘。正因为有了期望，我们脚下的路才会一直延伸到远处的山边，仰望苍穹的高远蔚蓝，心胸便如天空一般广博，青春的誓言便也热情的燃烧在流星的光迹里。

为自己喝彩！为写下自己的理想并努力付诸行动的人喝彩！实现理想的道路是艰辛的，但不论你的成败，只要你付出过，努力过，便也一样绽放过你的生命之花。也许有人奋斗了一生，都未能如愿以偿：就像考察罗布泊的彭加木，未能找到水源，不幸被沙漠吞噬。但他的人生并不是悲剧，不仅如此，还创造了自己生命的价值。生命之火虽然熄灭，但思想之光仍在闪亮。就是这点点的光亮，却照耀着无数后人去追求，去探索新的征程。因此，为你喝彩，为所有正视成败，永不言弃的人喝彩！这便是生命的价值所在。

为自己喝彩！为过去的岁月喝彩，为开启的新的征程喝彩！不怕人生路上蛰伏的苦难，不怕前方的沙尘和迷雾，不怕通向成功道路的狭窄和崎岖，在大起大落的浪潮里，为所有关注我们成长的人，塑造一个从此坚强的心灵。面对生活中的一切，永远高扬起年轻倔强的头颅，把握住前进的罗盘和信念，以翱翔般的姿态在搏击中谛悟那飞跃的启示，当太阳升起的时候，每一天都将金碧辉煌。

无论我是什么，我都会为自己喝彩，因为我能顶住压力，并把它化为成长的动力。

无论别人对我投来怎样的目光，我都会为自己喝彩，因为我一直在前进的道路上寻找真理。

无论我的一生多么短暂，我都会为自己喝彩，因为我从最初就坚定了信念——都要在哪怕一刹那的绽放后再凋零。

无论我最后会收获什么，我都会为自己喝彩，因为我耕耘过，也努力过。洒下汗水的人最辛苦，但也最美丽。

为自己喝彩！让生命里印上一路成长的足音，与岁月的风铃和唱

为自己喝彩！让青春的睿智点燃那一片醉人的辉煌。

为自己喝彩！

## 接纳自己的感悟篇五

长了这么大，接触过很多人，也说过很多话。但从来都没有跟自己好好说说话，我觉得适当的时候停下来，跟自己说说话，这样能更好地认识自己、了解自己、改变自己。所以我今天演讲的题目是《我对自己说》。

小的时候，我特别喜欢吃甜的东西，大家看我这个身材也能看出来，身体里充满大量的脂肪。长大后，为了美，为了自己的自信，在饮食方面开始控制自己，尤其是到了而立之年，成家立业，有了孩子，为了家庭，为了自己的身体，也要控制住自己的脂肪和糖的摄入量，我学会了“不”。不做有损集体利益的事，不做有损国家形象的事，不做有损团结的事，不做违法乱纪的事，这是我参加工作前，就给自己反复强调的，这是我的底线，也是作为一名党员的一根红线。

海伦凯勒小的时候因为一场大病，导致双目失明，但这些并没有让她失去生的希望，没有向命运低头，克服一切困难也要学习，是值得我们每一个人去学习和尊敬的榜样。我不能忘记，在我小的时候生病，父母围绕在我的周围看护，不能忘记在我成长过程中给过我帮助和关心的同学，老师，朋友，更不能忘记自己的那一份初心。

想一想，自己参加工作以来，做的每一件事是否认真，是否努力，是否能够做到自己最好的水平。对于成绩不好，不努力学习，性格又不好的学生，我没有付出足够的耐心和爱心，总觉得将自己的精力放在这些孩子的身上是没有任何收获的，付出也是白付出。

可想一想老师这项工作，不就是这样吗，是不能去想结果的，要本着做老师的初心，重视这个过程。我们在为自己树立目标的时候，可以想到收获，而我们在为别人服务的时候，就不能去想能收获到什么。学生能进步，固然高兴，而不进步，也不能有任何的抱怨，事情的发展就是这个样子。例如班级的一名同学，从初一到现在的初三，成绩一直是班级的后数几名，家庭方面的教育几乎是零，见到老师从来不问好，还参与校内、校外的打架事件，父母对于孩子的学习一点不上心，曾经说过，我可以花钱找人，让孩子上高中，初中学不学都一样。所以这个孩子在班级里是非常难管和难教育的，在学习方面等于是一个无药可救的孩子。我为了班级的学风能够好，本着作为班级德育老师的职责，我也在不断地鼓励

他，碰到问题，帮助他一起想办法解决。但换回来的却是在班级里，公然与女生搂抱在一起，在班级里造成了极不好的影响，为此我非常生气，对两名学生进行了严厉的批评，但也无济于事，由于家庭教育的缺失，学校教育很难深入到孩子的心理去。每一位老师都会碰到类似的学生，我想不管这个孩子有多差，我们也应该努力地把这样的孩子教育好，教育的真谛是改造人。

人只要活着就要向前看，带着前人给我们留下的宝贵经验，勇敢的向前行走。我们不缺有理想的人，我们少的是肯努力，能坚持的人。教师这份事业更需要坚持。以前，我每天判完作业的时候，总会生一肚子气，有的时候也会头疼的厉害。孩子的作业有乱写的，抄袭的，还有就是平时表现不错的也会在常规题上出错，边判作业我边发牢骚，这个孩子不行，那个孩子也不行了，班级里面没几个学习的了。现在想想，自己的做法是不对的，既然是孩子，学习上的这些错误，是允许他们犯的，不能因为孩子们犯了这些错误，就忘记了自己教育的那份初心，就忘记了教育是需要耐心和爱心，是需要重复，是需要坚持的。人的教育是长期的，漫长的过程，更何况初中一个涉世未深的孩子，更是需要我们反复去引导他。所以，我要努力，我要坚持，将自己热爱的这份事业做好。

没有一个人能够随随便便成功，那么何为成功，我认为将一件事做到极致，那便是成功。大的教育环境，正在随着社会的进步，发生着巨大的改变，身为一个年轻的教育者，有责任和义务带好自已的学生，培养好祖国的未来。在这些年的工作中，总结出来的一些方法要继续保留下去，比如说，‘不管学生在校出现什么问题，都要心平气和的给孩子指出来，让他自己去找解决的办法，二不是趾高气昂的告诉孩子该怎么做，因为解铃还须系铃人，自己的问题自己想办法解决，那才是真的解决’。

隔一段时间，就停下来，回顾一下自己，这不是怀旧，这是

为了更好地前进。做孩子们的良师益友，我的教育能在他们的人生折点处起到正向的作用，是我一生所追求的。不忘初心，努力前行！加油！

谢谢大家。

## 接纳自己的感悟篇六

一个人要想赢得别人的尊重，想要学会爱自己，而爱自己，是对自己负责，对自己的青春负责，为了自己的美好人生，请从学会爱自己开始。下面是爱自己的演讲稿，供你参考。

爱自己的演讲稿篇1 记得有一次我病的非常厉害，发烧烧到了39度多，嘴里吐着白沫，混身的抽筋妈妈爸爸看到我这样的难受，抱起我来就往离家不远的门诊跑，刚跑到楼道口不远处，爸爸因腿脚跑的急而从1楼楼梯摔到楼道口，妈妈一边抱着我一边去扶爸爸，爸爸晕晕呼呼的站了起来，连身上的土都不打，从妈妈得手里抱过我来便更疯狂的往门诊跑。到了门诊门口由于快到春节了，门诊里的医生都回老家准备过年了，妈妈这时急的大哭起来，爸爸大声嚷到：“哭什麼，别哭了，来，你抱着东子，我敢快去找出租车”。于是爸爸跑到大街上左等右等，这大晚上没有一辆车经过。妈妈看着爸爸在大街上走来走去得样子，就大声嚷到：“你干什麼呢？看夜景吗？孩子都病成这样了，还不快想办法，等不找车就算了，赶快回家去骑自行车去。听完妈妈说的话，爸爸就拼命往车库跑。过了一会儿，爸爸骑着车子来了。

爸爸骑着车子托着妈妈和我到了医院，挂了急诊，经过医生的抢救，我的病情有些稳定。等我醒来，看见爸爸妈妈一直都在守着我，我当时心理很难受，再看妈妈的头发上加了几丝白发，而爸爸的手上有一条很大的伤口，还在流血。

所以从今以后我要多锻炼身体，怎加体质。多爱护自己以为爸爸妈妈再也不能一次又一次的被我折腾，学会爱自己就等

于爱自己的父母。

“大雨后的感受我用脚步轻描淡写着 ‘ ‘

“看是是非非在飞 听心房猜测心房 在热闹的人群里, 怎样面对自己 ‘ ‘

第一次听到这首歌的时候, 是躺在床上要睡觉时, 耳边突然就响起了这首歌. 还没有经过思考, 一滴眼泪就划过耳际, 凉凉的. 这个旋律, 这个声音, 撞击着我内心最柔软的地方. 我从不正视自己, 因为我有太多的不足, 甚至有时会懦弱地把自己当作其他人. 而这一首歌竟让我面对自己的时候多了一份坦然和安静. 虽然自己不是最好的,<sup>3</sup> 但是自己是最真的啊!

没有人安慰的时候, 自己安慰自己; 没有人陪伴的时候, 自己陪着自己; 没有人关心的时候, 自己关心自己. 就这样疼惜自己, 就这样爱自己!

我不瘦, 我有点胖。我穿不上那些只能塞进骨头的衣服裤子。我不是一个矜持的女孩子。尽管人很多, 还是依然喜欢疯狂的大笑。我不怎么可爱, 我不如那些美女好看。因为我只是一名很普通很普通的女孩子。我脾气不怎么好, 很容易就冲动。我不喜欢说话做事慢慢吞吞, 我就是这个样子的人。我很笨, 反应慢, 因为我不是什么天才少女。我玩什么游戏都很烂, 我就是不精通。我不聪明, 我不怎么乖, 我不会好好地照顾自己。我很奇怪。有时候会突然和亲爱的朋友们大笑, 有时候又会莫名其妙的哭起来。我喜欢在我伤感的时候, 听伤感的歌, 虽然我会哭出来。我就是这个样子, 普通的女孩子, 普通的女大学生。

4 和决心; 亲和力强但心理相对脆弱等特点。女大学生同样肩负着中华民族的伟大复兴的重担, 她们也将是全面建设小康社会的“半边天”。

我作为一名当代的女大学生，关爱女大学生，也就是关爱我们自己，我认为爱自己首先要充实自己，让自己无论是内在还是外在都更加美丽。

书本，是一个女子优雅根基，而读书会令女子深刻儒雅。追求优雅的女性如果胸无点墨，那优雅只能是东施效颦。“问渠那得清如许，为有源头活水来”，我们要让自己的优雅有源源不断的泉源来滋养它。读书和学习，就是答案。在读书学习中，会发现自己渐渐沉静、思想升华，看到的是更深邃的人生。有人说历史让人智慧，哲学让人深刻，文学让人浪漫，宗教让人向善，音乐让人深沉，戏剧让人丰富，而拥有这一切知识学养，就能改变一个普通女大学生的命运，令其知性、高贵、善良、成功。

而外在的点缀也是女大学生关爱自己的体现：无需太多斑斓的服饰、浓妆艳抹。只要每天清晨起床，对着镜子，向自己微笑一下问声好，穿着清爽舒适的衣服，画上淡淡的妆，积极的迎接每一天的阳光。

其次，我认为如果想要爱自己，就要了解自己，明白自己想要什么、在做什么。可能这会是一个敏感的话题，但我觉得，想要了解自己，首先应该了解自己的身体，能够清楚的感受一些细微的变化，从而更好的保护好自己。可以拿经期这件事为例。一些女大学生不怎么记录经期的时间，有时候推迟或者提前很久也不在意，或者不注意经期的护理，认为这些是小题大做。可是，近年来的相关研究表明，5 经期的一些不注意，会大大提高癌症的发生率。其次应该了解自己的感情生活。清楚自己在干什么，自尊自爱，快乐健康的去爱与被爱，为自己的大学生活留下美丽的回忆。有些女大学生，对自己的情绪控制不够，在出现失恋分手后，轻微会出现哭泣、吵闹、谩骂等行为，极端了可能会上演出各种惨剧。

我认为，爱自己，是对自己负责，对家人负责的一种表现。保护好自己，爱自己，是每位女大学生义不容辞的责任。

最后，关爱女大学生，关爱她们的未来。大学生面临的最大问题，可想而知，女大学生也面临着。由于一些用人单位还存在着偏见，“宁要武大郎，不要穆桂英”，这就给女大学生就业带来了很大困难。实际上，从小学、中学到大学，女同学无论在学业成绩还是专业发展上，都是与男同学并驾齐驱的，甚至某些方面比男生还更胜一筹。然而，由于历史的、现实的、主观的、客观的原因，女大学生在社会职业的选择上却往往处于劣势。因此，女大学生们必须充分认识自身的特点，清楚自己的长处和弱点，在求职择业过程中扬长避短，发挥自身的优势。充分认识自身的特点，并加以利用。女大学生在生理、心理、性格上与男生有着一定的区别，但是，女大学生也具有自身的优势。如：女生普遍具有温柔、贤惠、细腻的性格；感知能力较强，形象记忆较好，想像力较为丰富；尤其在语言能力上比男生更具优势，女性一般学习掌握语言较快，语言表达清晰、流畅；另外，在外语、阅读、精巧手工制作等方面也比男生略高一筹。这些都是女大学生的优势所在，关键在于如何发现、发挥自己的优势，展示自己的才华，把握机会，6 选择适合自己的行业、地区和单位，从而获得择业成功。

作为一名新时代的女大学生，也作为坚强、自尊、快乐、青春、活力的代名词，关爱女大学生，关爱自己，相信自己会在未来绽放出耀眼的光芒。

会有那么一天，有一个人出现在我的生命中，他愿意包容我的缺点，一直陪着我、会在某个路口，拉着我的手说：我一直都在！

会有那么一天，我的内心会变得强大、变得更完美…

会有那么一天，我会变得更好…我相信，会有那么一天的。我一直在变，直到我变得更好，更强大，更坚强，一切都会好的。加油我可以。

——来源网络整理，仅供参考

## 接纳自己的感悟篇七

平淡乏味，生活犹如白开水，别夹味道，也可以说是一潭死水，毫无微波。周而复始的生活在一种情绪中，让人觉得人生失去了光芒，失去了希望。就好象棒棒糖失去了甜味，牛奶过了保质期，大树被连根拔起。总之失去了全部的希望和活力。人们甚至选择了放弃这样的生活，任由自己颓废，堕落和走向国度！这时我们会感到生活对自己的不公和自私！

热情如火，生活瞬间点燃了火花，一直燃烧，毫不吝嗇干柴。工作者，早上上班到工司笑口常开，面对同事有说有笑，对老板也是敬爱有加。学生们从上课的45分钟积极发言到课间的10分钟，欢笑嬉戏，在明媚的阳光下我们在操场上那么的开心和快乐！这个时候我们会感到生活充满着幸福的味道！

奇迹是靠自己的双手创造的！上帝只救自救的人。名人的话已足以让我们从中得到启发和感慨。其实，生活和生命一样，当我们绝望的时候，无须去对我们自己产生怀疑，或者对上天心存抱怨。这些都是不可取的。我们惟有从困难中坚强起来，笑着面对它，从容面对它。当然，我们的生活快乐时，我们更要以此继续努力下去，争取更美的时刻和幸福！

生活的多姿多彩，靠自己去点缀！

其实，爱生活，就是爱自己！

## 接纳自己的感悟篇八

大家好！

真正的自己不是隐没于这个人云亦云的世界。真正的自己，是不盲从人，随波逐流。

人生的道路，布满荆棘，充满诱惑，虽坎坷，但怎可因此放弃自己？他人的看法不是我们要全部标榜的，自己的心声才是做重要的。不要胡乱改变自己。

鸟叔朴载相在成名之前多次被公司要求去整容，然而他并没有这样做，它是始终坚持自己。他说：“我没有肌肉，长得不帅，我的成功源于灵魂和信念。”如今，他成功了、搞笑富有喜感的骑马舞配上他的身体让他家喻户晓，但他仍是那个相貌平凡的鸟叔，最真实的鸟叔。

我们很容易在浮躁。享乐的年代中迷失自己甚至鄙弃自己。我们不必羡慕他人，不要输掉自己。

没有90后女生——詹妮弗·劳伦斯。于20xx年摘得第85届奥斯卡最佳女主角桂冠。她清新阳光的外表不足以和那些外表娇艳的女明星比较。但他从未因为自己身材不够骨感感到烦恼，更未想过减肥去改变自己。他说：“我就是这样的一个人，最真实的一面带给大家。”正是因为他的这份真实、自然，才让看进了无数美女的导演们称赞他是未来之星。

真正的自己源于我们心中，失去自己才是对对人生最大的打击。

邯郸学步，不仅他人的秀美步伐没有学到，反倒丢了自己原有的行走姿势。最终弄的以爬代步，至无疑是讽刺的。

东施见西施捂胸很美，便学样子去捂胸口，最终让人们更加掀起让那丑陋的外表。

多少人因他人的看法而拼命改变自己，又有多少人因他人的不解风情始终坚持自己。

你不该，不该丢掉你原本可以笑得多么温暖的笑容，真正的自己，即便在格式化的生活面前，依然懂得坚持自己；你不

该，不该牵强的去找借口说自己忘了如何笑对他人，真正的自己，不必掩饰，不能逃避，做本真的自己。

我们要坚持自己，不被随波逐流的浪势击垮我们坚定的心，不让浮躁盲从的风暴来动摇我们的本质。

## 接纳自己的感悟篇九

大家好！

“国际数学大师陈省身说，别的什么都不会，只好做数学。画家黄永玉说，别的什么都不会，只好作画。”假若陈省身大师去学黄永玉画家画画，黄永玉画家去学陈省身大师研究数学，那么他们会不会还有今天的成就？肯定不会！所以要，找准位置，做好自己。

世界喜剧大师卓别林，滑稽的外表，并不十分聪慧的脑袋，使他找不到合适的工作。但是他找到了属于自己的舞台，开始了表演喜剧的生涯。“无声胜有声”的表演风格征服了千千万万的喜剧迷。卓别林找到了自己的位置，成就了一个的自己。

陶渊明，迫于生计在朝为官，但厌倦官场黑暗，“不愿因五斗米向乡里小儿折腰”回到了他向往已久的田园，过上了安定闲适，宁静淳朴的农家生活。陶渊明找到了心中的那个田园，成就了一个为世人仰慕的“五柳先生”。

那么，生活在这个缤纷多彩的世界上的我们，会不会因为眼前的“乱花”而“渐欲”迷离了自己的双眼，会不会因为自己只是棵小草，而被太阳的光辉刺痛了眼睛，使我们迷失了自己，找不到自己前行的方向？我想说的是，生活在这个世界上，就要接受自己是个独特的人，不可能成为别人，正如世界上没有两片完全相同的叶子一样，我们走出的每一个脚印都是自己的，不可能与别人完全重合。所以，我们要学会

在这个世界上的某一个角落——不管是哪里，只是因为那是适合我们的位置，所以我们就在那里生根发芽了，我们不去成为别人，只是在适合我们的位置，做好我们自己。哪怕只是一棵默默无闻的树，只因我们在适当的位置做好了自已，就可以为别人带来一片荫凉，那么我们就受到别人的感激，我们的存在就是有价值的。

尘世浮华乱须弥，不迷心智。你要清楚哪里才是适合自己的位置，既然是猎豹，就在原野上奔跑；既然是鱼儿，就应该在水中自由嬉戏；既然是雄鹰，就应该在天空中展翅翱翔。

一花一世界，一叶一菩提

你在你心里，梦在梦故乡