

# 拥有一颗感恩的心演讲稿(模板7篇)

演讲中的抑扬顿挫，相当于音乐中的节奏，音乐需要节拍，演讲也需要节拍，你应该让你的演讲充满节奏感，节奏就是你口头表达进度的度量。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？下面我给大家整理了一些演讲稿模板范文，希望能够帮助到大家。

## 拥有一颗感恩的心演讲稿篇一

大家好！

我是来自公司办公室的孙铃，今天我演讲的题目是《拥有一颗感恩的心》。

让我先来给大家讲一个故事——

有个年轻人，大学毕业后到一家条件非常好的合资企业应聘。招聘的考官问他的问题是：“请问你给你母亲洗过脚吗？”年轻人回答：“没有”。考官便说：“那我希望你下个礼拜再来面试，但有个条件，回去做一做”。年轻人回到家里，把面试的全过程详细地告诉了他的母亲。母亲为了能让儿子进入条件这样好的企业工作，成全了儿子的愿望，把自己的双腿伸进了儿子第一次给他端来洗脚水的脚盆里。当年轻人第一次摸到母亲那双象棒槌一样细细的腿时，眼泪忍不住流了下来……他想起：自己的大学学业不就是靠着母亲这样一双细细的棒槌一样的腿四处奔走，为人打工、赚钱完成的吗？他又想起：每到月初，自己就在那儿心安理得地等妈妈寄钱来，却从未想过妈妈筹钱这么困难！从此，他每天都要给母亲洗脚。一个礼拜后他去面试，那位考官问他：“回去做了没有？”他点点头：“做了”，考官又问：“你对我们公司这么要求你，还愿意来吗？”年轻人说：“公司能不能录用我，已经不是最重要的了，最重要的是我学到了大学里没有学到

的，做人的，根本道理——感恩”。

这个故事，是我在查阅学习型组织相关书籍时看到的。可以说，当时深深震撼了我！直到现在每每想起，都会触动我埋藏在心底里的那根弦。其实，洗脚真的是很小很小的一件事，然而它却包含了一种文化——感恩文化。而我们的公司若要取得蓬勃发展，则离不开这种感恩文化，离不开一大批懂得感恩的员工。

也许，你时常会想起一双陌生但温暖的双手，因为这双手曾在你吃力蹬车时推过你一把，帮你越过那道坎，走上平坦的大道。

.....

如果你是一个懂得感恩的人，象这样的点滴就如同大海里的浪花，多得数也数不清。朋友，就在此刻，请你们打开记忆的闸门想一想类似的细节吧！你会愈发地感受到来自朋友、来自家庭、来自社会和企业 的关爱！你会愈发地珍惜生命、珍惜生活、珍惜每一次学习和工作的机会！那么快乐就会充盈你的每一天！

说真的，我作为一名中专生，毕业后能分配到合肥供电公司，我很幸运；在公司内部我从基层做起，现在机关从事管理工作，我很知足；刚上班时，第1个月领到了80多元的工资，我很兴奋；而如今我的工资奖金芝麻开花节节高，口袋日益鼓起来，我很感激，我感激有这么好的企业不仅解决了我们生活的温饱，而且还提供了展示自我的舞台！

## **拥有一颗感恩的心演讲稿篇二**

大家好！

人与人交往，的不是改变对方，而是接受对方，如果光想着

改变对方，那不是生活，那是战争。命运不是一个机遇问题，而是一个选择问题，它不是我们要等待的东西，而是我们要实现的东西。把弯路走直的人是聪明的，因为找到了捷径；把直路走弯的人是豁达的，因为可以多看几道风景。路不在脚下，路在心里。

用无所谓的态度，过好随遇而安的生活。——《杜拉拉升职记》

要来的早晚会来，想爱的尽管去爱，我们谁也赢不了和时间的比赛。平和淡然地面对一切，遇到你喜欢的人，要特别珍惜缘分。不论是不是你生命的过客，还是长久的知己，都是一生精彩的回忆。人海中难得有几个真正的朋友，这份情请你不要不在乎，珍惜眼前人。

真正地爱过，是会让人触摸到永恒的。那个人，十年，二十年以后，仍然留在我们的心里，让我们回首时，惊觉那种心动，近如昨日，惊觉岁月流逝，短若一霎。也许今天，故人已经散落在人海，往事早已风飘云散，那不变，却如许坚硬，还在我们心深处。——孙未《寻花》两个人在一起，开始总是惊心动魄，患得患失，随着深入了解，神秘感褪去，慢慢会失去新鲜感，激情归于平淡。这时，沟通最重要，也许不再为对方牵肠挂肚，可是有一种默契是在充分交流和信任后产生，和一个磨合很好的伴侣在一起，放松而踏实，是爱情的美好体现。时间虽然消磨激情，同时，时间会积累深情。

伤痛是难免的，那些伤口上盛开的花朵，点缀着我们记忆的风景。每一次受伤，都让我们思索，探寻着生命中的意义；都让我们成熟，总要放弃某些东西，才能告别原来的自己；都让我们坚强，愈合的伤痕能够让我们承受；都让我们珍惜，平易的得到谁都不会在意，唯有痛楚后才明白，曾经失去的是多么珍贵。

## 拥有一颗感恩的心演讲稿篇三

终于忙完了所有的事情，我迫不及待的回老家。门却是锁着的。心里空荡荡的……突然间很害怕，那扇难以冲破的门成为永远的定格。我愿意听老人讲他们小时候的故事；愿意听他们数落细琐的发霉的日子；甚至愿意听那句让耳朵生了茧子的“好好学习”。即使意见不合，我也不反驳，因为爱没有对与错。可是您还有多少个岁月等我？衰老是一种不可避免的生命常态，可是毕竟透着几分悲哀。

大伯的猝然长逝，带给家人一个滂沱的雨季。我曾目睹这场用泪水演绎的人间悲剧。最不忍看见两位老人老泪纵横。如果没有大伯的去逝，时间或许就会不留痕迹地从人们身边从容而过了。一切都来得那么猝然，时间老人似乎只是略略停顿一下，就改变了一个生命轨迹。而带给我们绵延无际的失去。

“那为什么没有流泪？”“日子总要过！”父亲叹息着说可我分明看见他眼红了。他们更懂得包容生活。

“生命是一条汹涌澎湃的河流。生，是它的上游，死是它的下游。”我们是微不足道的水分子，成功是闪烁的浪花，我们忙碌于挥洒汗水，使之变成成功的浪花，却痛苦于流速太快，一直都在失去沿途的风景。日子过得太平淡，又遗憾缺乏闪烁的激情。最大的遗憾是我们终将会被冲向下游。也正这份遗憾塑造出更加精致的生命历程坦然面对人生的得与失。

就像是头发花白的老者，在秋日中注视着飞旋的落叶。那布满皱纹的脸上依然呈现出祥和安宁的表情。他品味的秋是年轻人看不懂的风景。纵然步入秋季，青春的容颜已不在，生命的步伐迟缓，时间的流速加快，但依然可以享受阳光，咀嚼升华的生命。不再拥有的是句号，早已被画上休止符，是彼岸的风景，抓着不放带来的只能是痛楚。拥有的是省略号，

省略的内容需要自己填充。岁月带给我们的是成长，也带给我们苍老。用年轻的底色，在我们心灵的画板上，涂一些温习，绘一些快乐，尽我们的本分回报一些关怀，回报一份浓情。

## 拥有一颗感恩的心演讲稿篇四

站在十字路口，静静地看着无数车辆闪过我的眼底，那种川流不息的感觉横越过时光的隧道一路前行。身边的人换了，又换了，我从眼前的无数车窗里，看到一张张似曾相识的脸庞。那些贴在玻璃上面的童颜和泛着忧伤的脸，像极了曾经的自己与现在的我。它们击碎了我心中的潘朵拉，封藏的回忆逐渐扩大，再扩大，不禁让我思考着我所拥有的和不再拥有的。

还记得，懵懂的我曾对一体的智慧、阿童木的勇敢顶礼膜拜，大雄的叮当、小樱的仙女棒让我无限憧憬，辛德瑞拉的故事更是萦绕在我的胸怀。我每天都在幻想着，如果能将这一切都集中在自己身上，那该是一件多么美妙的事！

可是，随着时光的流逝，那些最初的梦想被遗忘在时间的轮转里。而今，我已不再拥有那份童真与纯然。

当我悄悄地长大后，属于青葱岁月里的少女梦都已不复存在，那时的天真也被成熟和理智取代。于是，在成长的行囊里，我们拥有了一份沉稳、坚强与责任。

已成为高三“战斗士”的我，当每天面对着一摞摞资料，过着重复的生活时，也有过临阵退缩的念头。我们身上背负着太多太多人的期许和希望，我们害怕失败，害怕无力承担这一切，太多的害怕让我们力不从心。

但是，我明白，十八岁的我们应该有十八岁的思想，十八岁的担当，十八岁的魄力。也正是这个时候，我们应该让那份沉稳、坚强与责任发挥到极致。

纯真的童年固然值得回味，然而未来更应该被无限畅想。正如书中所说：不要用你的“已失去”破坏你的“已拥有”。

“未来”一直被我们拥有，可总有那么一群“逃兵”沉浸在自己已不再拥有的“过去”里，无法自拔。殊不知，这种对“未来”的忽视是对自己的一种报废。

被握在手心里的“未来”就像一颗弥足珍贵的种子，只有用自己的执着、努力与坚强浇灌才能开出娇嫩的花。

## 拥有一颗感恩的心演讲稿篇五

当我们拥有时，我们永远觉得它是不好的，当我们不再拥有时，我们永远觉得它是最好的。

曾经有一份珍贵的亲情摆在我的面前，我却视若无睹；曾经有一份真挚的友情摆在我的面前，我却纵横无比；曾经有一份单纯的爱情摆在我的面前，我却茫然失措。而今，我失去了爱情，友情，亲情，当什么都失去的时候，原来，我才知道，我并不是仅仅失去的是他们，我还失去了被爱的资格。

曾经有一个人，在我家门口等待我放学回来给她开门，手中提着大包小包从老家带来的菜，一直等待。而我却不自知的在外面玩到很晚才回家。

跑过去，提过她手中的菜，沉沉的，我想我是对不起的吧！而她什么也没有说，没有责怪，反而更多的是担心我在外面晚到很晚会出什么事，那一刻，差点眼泪从眼眶流了出来，我真的是对不起的啊！两年了，也许她早就忘了这件事吧？

但是我却记忆犹新，也许是对我不珍惜的惩罚，她离开我快一年了！

曾经有一个人，她什么时候都陪伴在我的身边，在她的面前，我永远都是强者，而她甘愿做我身边的陪衬，她的能源在我的身后。什么事都愿意迁就我。无论我遇到怎样的困难，她都会陪伴在我的身边。即使再忙也帮不到，可是也愿意陪着我，给我鼓励。可是，当时的我什么都不懂，不懂得珍惜，一步一步的把她推离我的世界？而今，我还是失去了，这份友情！她离开了也快一年了，去年过年回来了一次，我和她却格外的生疏！

曾经有一个人，我们的海誓山盟，不离不弃？都随着风慢慢的被淡忘？

曾经有这么些的人，给了我亲情、友情、爱情，让我曾经一度的认为自己拥有了全世界所有的幸福。可是，她们都离开了！让我不再拥有了！心里没由来的一阵空虚，有的时候一个人静静的时候，会想很多的事：拥有的时候，从来不知道世界的残酷，当因为我的不珍惜他们而失去了的时候，我想她们也是伤心的吧！付出的感情被不当一回事！而很多都是在我失去后再懂得，再来后悔，我知道也没有什么意思了！

有的时候我还在埋怨上天对我的不公平，让我失去那么多，或许我从来都没有想过，是自己把幸福从自己的手上放开的，让我更看清了这就是现实，失去的有些东西便不再回来了，这些幸福，我便不再拥有了！

拥有的时候，我便觉得他们是多余的，可有可无。所以我便不加以重视！可是当我真的失去的时候，我才知伤心、难过。不只一次的后悔，如果时光可以倒流，我一定不会那样的不珍惜，我一定会好好的对待这份情。即使注定还是会失去，但是至少遗憾少一点，美好的回忆多一点，便不会那么伤心。现在偶尔跟朋友还是会闹点小矛盾，我也学会了很多，更多

是忍让，我不想自己再失去拥有的幸福，虽然以前有遗憾，但是懂了以后便不能再让遗憾发生在我的身上。

## 拥有一颗感恩的心演讲稿篇六

大家好！

今天我演讲的题目是《珍惜所拥有的生命》。

生命是什么？

生命无处不在。在川流不息的人群中，来来往往那一颗颗跳动的心灵，那一张张微笑的脸庞，是一个个鲜活的生命；在散发着智慧气息的森林里，沐浴着阳光茁壮成长的小树，伟岸而祥和的参天古树，是一株株充满生机的生命；在那浩瀚无垠的大海里，无忧无虑畅游的小鱼，婀娜多姿的珊瑚，是无数灵动而美丽的生命。

然而却总有一些人要肆意地挥霍这些美丽，到头来一无所得悔恨终身。

我们太年轻，太懵懂，但我们不应该无视生命，因为我们的生命总是和很多人紧密联系在一起，你的出生带给了他们欢乐和希望，而你生命的终止，总有人会悲痛伤怀。

所以，生活在人生低谷的人们不要沮丧，也许这是生活给你出的一道小小难题呢！我们有理由勇敢地战胜它，让生命在阳光中飞翔，品味生活中的困难和挫折，品尝生活中点点滴滴的幸福。

因为生命，这世界上才会充满爱与关怀；因为生命，世界上才会充满希望和未来……珍惜所拥有的生活，珍惜所拥有的生命吧！



我的演讲完毕，谢谢大家！

## 拥有一颗感恩的心演讲稿篇七

大家好！

我演讲的题目是《拥有时请珍惜》朋友，当你早上醒来看到那一缕缕阳光的时候；当你上班前面对家人一声声叮咛的时候；当你下班后陪同家人尽情漫步在夕阳之下的时候；你是否感觉到你是何等的幸福？然而又有多少人，因为自己一时的疏忽，酿成了惨不忍睹的事故，让一切美好的生活在瞬间与他们擦肩而过，留下永远的伤痛。

做为铁路运输生产一线的员工，不论你是刚刚入路的青工，还是有经验的老师傅，也不论你是存心还是无意，或多或少有过违章违纪的经历，有的付出巨大的代价，有的相安无事，也许你还在为自己曾经有那么多违章违纪，但从来都没有造成什么后果而沾沾自喜，这不是因为你运气好，只是时候未到。三年前的八月二十日，赣州东清扫员，在无人防护又无人知晓的情况下，单独违章作业，被一趟出库的单机无情地夺去了生命，事故发生了，给段劳动人身安全敲响了警钟，也给当事人的亲人、家庭留下了难以磨灭的痛楚，“生命诚可贵，安全价更高，若是真心待，两者皆可保”生命对每个人来说只有一次，应当好好地珍惜，然而，安全同样的重要，没有安全就没有效益，没有安全就没有生命。只要我们每个人真心对待自己现在的拥有，多一份安全责任感，少一份违章违纪，那么生命、安全两者都可以得到保障，何乐而不为呢？亲爱的工友们，以往血淋淋的事故案例，曾经给我们留下了太多的遗憾和痛惜。

然而它时刻警醒着我们要吸取事故教训。真正做到“别人的伤疤我也痛”4月30日18时，我段顺利实现了安全行车1400天，全段上下人心振奋，欢天喜地，1400个日日夜夜啊，凝聚了所有赣车人的心血，这不仅仅是我们赣车人历史以来的最大

骄傲，更重要的是我们在痛失第一个1400天后，用自己的实际行动再次证实我们有信心、有能力确保铁路运输安全生产。兴国站“6.30”险性事故让所有赣车人尝尽了违章违纪的苦头。假如事故责任人能够沉着冷静；假如值班领导能够正确指挥把关；假如……那么结局将是另一种版本，好在过去的永远成为了过去，它只能成为历史，我们唯有把握住今天的拥有，牢固树立“安全第一”的思想，以高度的责任感，敬业爱岗，认真踏实地干好自己本职工作，确保一个又一个百日安全天的顺利实现。

时代的车轮滚滚向前，铁路工作不断地改革，“4.18”提速调图的顺利实施之后，又迎来了南昌局和福州分局合并的机遇，这也是铁路跨越式发展的必然趋势，要求我们每位干部职工站在讲政治，顾大局的高度，以饱满的热情，以严格的作风确保合并工作平稳有序。铁路运输安全生产是一项长期、简明复杂的工作。它要求我们务必保持不骄不躁的工作态度，务必坚持科学的治理方法，务必发扬扎实工作、拼搏奉献的主人翁精神。我相信有大家的共同努力，铁路安全生产一定能上一个新的台阶。