

# 珍惜现在的演讲 珍惜当下的演讲稿(实用5篇)

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 珍惜现在的演讲篇一

大家好!这天，我为大家演讲的题目是《珍惜时刻》。

上次来学校的路上我看见一棵柿子树。此刻是冬天了，这棵柿子树的叶子变成了金黄色，风一吹叶子就脱落了。记得在春天的时候，它是那么的健壮，树枝上长满了翠绿色的叶子，一副生机勃勃的样貌。很多小孩子在它下方嬉戏，但是此刻，它却像一位老人一样老态龙钟。我想，树和人有很多相似的地方，他们都有年轻的时候也有衰老的时候，并且从年轻到衰老只是一眨眼的功夫，真是光阴似箭。我深深的感到：我们要珍惜时刻。

有人把时刻比作金钱，这说出了它的珍重，却无法突出它的价值!或许有人反驳：人一生劳碌，无非就是为了金钱，从而得以生存，是以时刻换取金钱为代价的。但是人生在世，难道就只为了生存吗?还在于活得鲜明，活得有价值!金钱失去，能够由时刻换回，然而，却从来没有人能用金钱买到时刻。

有人把时刻比作智慧，为了说明它是用金钱买不来的，还需经过发奋，拼搏、思索、创造但是，即便费了这番心思，仍旧无法从魔掌中夺回时刻!“花开堪折只须折，莫待无花空折枝。”只有善于用时者，才能取得胜利!

在时刻的注视下，有人在发奋，有人在消磨；有人迎向进取，有人自甘堕落；有人将年华虚度，有人勤恳奋发有人满腔热血，毕生充实；也有人白发早生，无为而终。时刻喜爱有志气，敢于和它竞争的人；痛恨任人摆布，随波逐流，抱着今朝有酒今朝醉的心态，不思进取的懦夫！

同学们，在我们的一生中，青少年时期的时刻个性宝贵。这个阶段生命力最旺盛，精力最充沛，记忆力。我们要充分利用这一大好时机，认真学习各科知识，去迎接明天的挑战。

“莫等闲，白了少年头。”珍惜时刻吧，同学们，这样，我们的生命便不会随着日月的更替而衰老，我们将成为时刻的主人，我们将青春永驻！

谢谢大家！我的演讲完毕！

## 珍惜现在的演讲篇二

大家好！今天我要演讲的题目是《幸福就是珍惜当下我们所拥有的》。

我们总是习惯性地认为，幸福应该是拥有最美好的东西，以致总感觉幸福离自己很遥远。当有一天，我们耗费生命中所有的精力得到了想要的东西时，却突然发现，其实这些最美的东西并没有自己想象的那么美，而自己数去的东西却已经很多很多。

幸福只是一种感觉，而且它无处不在。很多时候，人的不幸是因为自己给幸福设下了限制——要是能有个房子，该多幸福！要是我和他一样有钱，我何必给人打工、受气？要是我当初嫁个有点钱的丈夫，也不至于像现在……殊不知，贪欲是无限的，得到了一个，还想要另一个。更何况，现实是残酷的，不是每个人都能如愿以偿。

孩子不懂什么是幸福，更不会刻意去追寻幸福，但他们却很幸福。因为他们不去想自己没有的，也不奢望要的，只是安心自在的握住手里的，珍惜眼前的。他们关注的只是嘴里的零食，手里的玩具，一路走，一路停，看到好看的就开心地笑，父母陪着他们去游乐场玩就很满足。

幸福并不是要成就多大的事业，拥有多少的财富，而是懂得发现每一个幸福的瞬间，享受每一个幸福的时刻。很多幸福就在我们眼前，只是我们习以为常，或是因为一点不满就心生抱怨，所以才体会不到幸福。有时候，我们真该把自己当成孩子，少追寻无谓的幸福，多看看自己的拥有。

幸福就在我们身边，就是我们当下所拥有的，如果不懂得珍惜，等到失去了就再也找不回了。接受现实，接受眼前所有的美好与磨难，这些都是生活赋予我们的财富，都是我们的幸福。

谢谢大家！

### 珍惜现在的演讲篇三

很多人都会抱怨自己的父母，说嫌他们唠叨，虽然他们对我们管教的很严格。

也不知道从什么时候起，自认为长大了，我们开始嫌弃父母的唠叨，开始嫌弃父母的叮咛，开始嫌弃父母对我们的管教，甚至开始嫌弃父母的种种。但各位有没有想过这样一件事，在我们渐渐长大的同时，父母也在渐渐变老。

这个世界上最幸福的人，我想就是有父母相伴的人吧。最幸福的事，也许就是，我们在渐渐长大，而父母还没有变老。我们还有足够的时间去陪他们。千万不要等到失去了才学会珍惜，因为上帝不会给你第二次的权利。

实则不然，当我们在父母身边的时候，我们永远都不懂得珍惜，当我们真正离开父母的那一刻，我们才发现原来我们真的离不开自己的父母。

很多人会去追求那些失去了的东西，当失去了之后，他们才会觉得惋惜，但我想说与其等到失去了再去惋惜，不如珍惜当下，珍惜现有，失去了就失去了吧，总不能因为失去了一些东西，而丢了自己现有的东西。

珍惜当下把握青春。珍惜当下所拥有的。这样我们也许会留下部分遗憾，但不会让遗憾越来越大。

愿每个人被岁月温柔以待，愿每个人都有机会能够珍惜当下，珍惜自己，珍惜青春。

## 珍惜现在的演讲篇四

大家好，今天我要演讲的题目是《珍惜当下》。

清风，穿过花香，掠过竹林，渐行渐远。

岁月，红了樱桃，绿了芭蕉，转瞬即逝。

留在记忆深处的一切像沙漏般滑过我们的思绪。我们想着“一切都会过去”，我们念着“一切都不会过去”。因此，我们只需要：珍惜当下，把握现在。

种豆南山下

古人中崇尚山水，眷恋田园的便不得不提到东晋诗人陶渊明。一贯之中，他总是向往“晨兴理荒秽，带月荷锄归”的归隐生活。他虽无寄情山水的哀怨之情，却有活在当下的快活之感。一心只染自己“采菊东篱下，悠然见南山”的闲适安逸。陶公他没有追往过去，也并没有向往未来，他只是单纯地隐

于山水田园之中。或许，他就是做到珍惜当下，把握现在的古之第一人吧。

### 大庇天下寒士俱欢颜

很难想象诗人杜甫被贬之后过的是什么日子，只记得他笔下“星垂平野阔，月涌大江流”的月夜之景，却也难求他“风雨不动安如山，呜呼，何时眼前突兀见此屋。吾庐独破受冻死亦足”的乐观旷达。他安于接受生活窘迫的现实，不为自己的政事所牵累。也不曾向往将来生活会怎样，只求在这茅草屋中安度晚年，过着安心舒适的生活。似乎晚年杜甫也学会了珍惜当下，把握现在这个道理。

### 天生我材必有用

很多人能如诗仙李白一般豪放不羁？他一生淡泊名利坚持认为“千金散尽还复来”这一道理，他曾与岑夫子、丹丘生一同烹羊宰牛，在山林之中“将进酒，杯莫停。”如此逍遥自在，快活于天地之间，对着艰险的蜀道他抒发“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”的豪情壮志，一生哪有摧眉折腰？还看九万里风鹏正举，喜笑悲歌气傲然。他不回想过去，不展望未来。他只求与友人“今朝有酒今朝醉”也印证了那句珍惜当下，把握现在。

无论时光多么匆匆，岁月的长河里都会留下你我最真诚的回忆。不管一切会不会过去，我们珍惜当下，把握现在的决定总是正确的。

面对回忆，我不再叹气，亦不想逃避，回想起那句郑燮的“千磨万击还坚劲，任尔东西南北风”，是啊，为了火红的晨曦，为了似火的骄阳，为了灿烂的晚霞，让我们的信念去谱写，让我们的精神去高歌。让我们一同珍惜当下，把握现在吧！

## 珍惜现在的演讲篇五

大家好！今天我要演讲的题目是《珍惜当下拥有》。

拥有一花，一草，一木，一叶，母爱，父爱，亲情，友情，孤独，热闹，成功，失败，可是我们从不满足，拥有一杯水，想要一条江；拥有一片叶，想要个森林；拥有一块砖，想要一幢房。于是，我们不断烦恼，不断抱怨，不断惆怅……生活难道就该这样让我们谴责吗？我们不妨学学托尔斯泰的人生观。

有人与托尔斯泰聊天说：“你已经拥有了你所爱的一切。”托尔斯泰莞尔一笑，回答道：“不，我只是爱我所拥有的一切。”常人只是不断追求“有所爱”，却不懂得“爱我所有”是更加高尚的境界。

其实，我们不是拥有的太少，而是珍惜的太少。亲人团聚时，我们可以珍惜那份亲情；孤独寂寞时，我们可以珍惜那份安逸；事业成功时，我们可以珍惜那份喜悦；事业失败时，我们可以珍惜那份深刻。

普通人看来，监狱是束缚人的恶魔，而他却珍惜监狱中独特的地方——静谧。珍惜这份静谧，使他拥有良好的心境学习，终于学业有成。

珍惜拥有的青春，善待生命的每一天，使我们无怨无悔；珍惜拥有的缘份，握紧手中的每一份爱，我们将得到温暖；珍惜拥有的机遇，网住幸运的每一个瞬间，我们将创造奇迹；珍惜拥有的人生，踏实前进中的每一个脚印，我们的旅途充满光辉！

人生在世，需要珍惜的东西很多，但人们往往在失去它之后，才想到珍惜二字，而这已经为时太晚了。因而，学会珍惜，懂得珍惜，会使我们的生活多几分甜美，少一些遗憾，多几

分幸福，少一些痛悔。

珍惜幸福。幸福都是相对的，对于失去工作机会的人来说，工作就是幸福；对于重病缠身的人来说，身体健康就是幸福；对于颠沛流离的人来说，生活安定就是幸福。依此类推，家庭和睦，夫妻恩爱，子女上进，二老健在，事业有成也都是幸福。当你在享用这些幸福的时候，千万别把它不当一回事，因为这些幸福并未注定要始终属于你，倘若不珍惜，掉以轻心，随时都有失去的可能。