

# 演讲稿字数要求 时间的演讲稿(优质9篇)

演讲比朗诵更自然，更自由，可以随着讲稿的内容而变化站位。一般说来，不要在演讲人前边安放讲桌，顶多安一个话筒，以增加音量和效果。大家想知道怎么样才能写得一篇好的演讲稿吗？以下是我帮大家整理的演讲稿模板范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 演讲稿字数要求篇一

大家好！

同学们，什么是生活？其实人生就是一段伴随时间的旅程。在这个社会里，时间对每个人都是公平的，每个人都公平地享受时间，时间的长短对每个人都是一样的。它不会因为你是百万富翁而多给你一秒钟，也不会因为你慢拖而多等一分钟。正如民间谚语所说：“时间就像河里的水，只能流走，不能流回。”古人也用“一眨眼”来形容时间的飞逝，用“一寸黄金抵不上一寸时间”来形容时间的珍贵。

表面上看，时间好像很多。过了今天和明天，过了这一刻和下一秒，太阳每天都会正常升起，月亮每个月又圆又短。时间似乎总是这样，没有尽头。但是对于我们每个人来说，一年365天，一天86400秒，伴随着你的心跳，无论是穿衣吃饭玩耍睡觉，时间都不会停止，永远不会。还记得小时候同学唱的儿歌吗？“明日复明日，明日如此之多。明天我就活下去，留下来，一切都白费了”。不知不觉，你的人生就从青春走向青春，从青春走向成熟，走向老年。

古往今来，很多人都在评论时间，不同的人对时间有不同的定义和诠释。作家说：时间是向东流的长河，进入海洋，永不回头；医学家说：时间就是生命，珍惜一秒钟的抢救时间

就有可能挽救一条生命；教育者说：时间就是知识，你可以通过把握生活的每一点，把握尽可能多的资本去冲击未来；军事家说：时间就是胜利，把握战场上瞬息万变的瞬间，就能转化战局，化腐朽为神奇；哲学家说：时间是真理的女儿；美学家说：时间是我们对生命的希望；深圳人说：时间就是金钱。而且我想说，时间是我们的学业成绩，是我们的未来。

者争取时间；好学者挤出时间；上进者追求时间；忠诚者遵守时间；勤劳者创造时间。

所以，同学们，做聪明的人吧，做勤奋的人吧，让我珍惜时间，因为珍惜时间就是珍惜生命。人的生命只有一次，不要虚度光阴，不要因碌碌无为而悔恨。同学们，从这一刻开始，珍惜时间！

## 演讲稿字数要求篇二

大家好！

小时候，我爸出去讲课时，总会提着个公文包，里面装着给学生上课的讲义，一支笔和两本自己在看的书。我在楼上看着我爸一个人走在校园里，我觉得那时候我老爸最帅了。

有时候我会偷偷溜进他讲课的教室，看着他拿着粉笔在黑板上写下漂亮的字。他的学生说他上课时总提起他女儿，我心里总是甜滋滋的，老爸在我心中就是无所不能的超人。

那时候我很小，什么都不懂，老爸总是宠着我，给我讲故事，陪我看动画片，答应一切我无理取闹的要求。而那时候我爸总是一个人，但他一个人的样子最帅，我是这么觉得。

前一阵我爸查出肠胃有点毛病，要做个小手术。本来那天是要一早就去医院的，我妈开会，我爸便一直等我到下午上课，我和他一起出门，我上课，他去医院。

我和他一路走着，没有话。一直到分岔路口，他和我说了拜拜，我不知道怎么回应他，就当拜拜了。走着走着，忽然听见老远的一声：“路上小心啊！注意安全！”我转头一看，老爸正朝我的方向挥着手。我心里暖暖的，忍不住笑，说：“知道了！”又摆了摆手，老爸笑了起来，点了点头，转身走了。

我站在原地看他，他还是一个人，手里提着个公文包。可他变了，他头发白了，有些驼背。包里的东西已不再是讲义，而是药。不知怎的，那曾经令我无比崇拜的背影如今竟变得有些落寞。看着那陌生的背影，不知怎的，我的眼泪“唰”的落了下来。我来不及伤感，赶紧擦掉眼泪，又注视着那个背影慢慢，慢慢消失在我的视线里。这是怎么了呢？爸爸老了，不知道上面时候开始我开始叫他老爸了，不知道上面时候开始他头发上开始出现了第一根银丝，不知道什么时候开始我不再因为他要出差而调眼泪了，不知道什么时候爸爸就老了。

而我呢，我不再是那个睡觉前要爸爸讲故事的小屁孩了。我长大了，我变得出色了，我自己可以一个人完成许多事了，我学会了体谅身边的人，珍惜一些东西，学会了为人处世的道理。

时光总会在不经意间夺走你爱的人的青春，如果时间对于我来说是春天，那对于老爸来说，就是冬天。它剥夺着他是生命和青春。而我所能做的，就只有好好珍惜和他在一起的时光。

### 演讲稿字数要求篇三

盛年不重来，一日难再晨；及时当勉励，岁月不待人。这是陶渊明感慨时间的诗。在现实生活中，我们常听到的关于时间的话有很多：一寸光阴一寸金，寸金难买寸光阴、时间就是金钱等等。其实，时间不仅仅是金钱！时间远比金钱更宝贵，更有价值。因为，花费了金钱，尚可赚回，而一旦丧失了时间，任

何人都无力挽回。但往往我们工作生活中很少会意识到由于不正确的使用而对我们的时间所造成的浪费。管理好自己的时间的真正意义便是为了避免浪费更多的时间，也就是尽量安排得让我们能够在同一时间做更多的事情，提高自己使用时间的效率，提高工作效率！

就我自己而言，在平时工作和生活中经常有兼顾不暇的时候，忙忙碌碌一整天，不可开交，但是效率极其低下，完全不知道自己都做了什么，毫无成就感。关于如何管理时间，我先卖个关子，下面就听听关于时间的歌曲吧。

要做的所有事情一般可分为四类：

(1) 紧急且重要的 (2) 不紧急但重要的

(3) 紧急但不重要的 (4) 不紧急也不重要的

这四类中，(1) 需要去做，(4) 不要做。这样的结论一般容易得出。那么(2)和(3)要做哪一个呢？答案是(2)。放弃不重要的事情，可以使你更专注于重要的事物。要努力安排好不紧急但重要的事情，安排好它们，因为你知道，(1)经常会把你搞得手忙脚乱，事实上时间管理大部分集中在(2)这个范围内，所以，抓紧眼前的时间，去干十分重要的事。造成我们浪费时间的主要原因是没有计划。节约时间和充分利用时间的最佳方法之一是预先思考，周密计划。你想成功你就得珍惜时间，你想珍惜时间你就必须计划时间。专门安排出时间做计划。没有计划的工作容易令人陷入盲目。尝试着用10分钟的计划来为你节约两个小时的时间。一个有效计划可以分为长期的、中期的和近期的。比如一个读书计划：我的长期计划是想在3个月内读完整套5本，中期的就是读完其中的一本。近期就是每天利用多少时间来读这本书。

计划制定好之后，剩下的就是严格执行。不要抱怨任务怎么这么多如果你在制定的时候已经充分考虑到你可利用的时间。

除非你完全没有执行这个计划的能力，否则不要轻易对计划进行大的调整。如果你有一整天的时间可以做某项工作，你就会花一天的时间去做它。而如果你只有一小时的时间可以做这项工作，你就会更迅速有效地在一小时内做完它。时间管理并不是要把所有事情做完，而是更有效的运用时间。时间管理的目的除了要决定你该做些什么事情之外，另一个很重要的目的也是决定什么事情不应该做。

## 时间管理的原则

- 1、应有一张思考的床，不要穷忙、瞎忙、无心的忙。
- 2、对不可控制的时间先行控制，并订定处理原则
- 3、养成事先规划时间的习惯，依事情的轻重缓急优先顺序妥善安排
- 4、定期研讨工作内容与时间安排，如何改进并提升效率
- 5、心无旁骛地在一段时间内解决一件事情
- 6、有效运用每天的黄金时间

时间是人生最宝贵的财富和资本，荒废时间等于荒废生命。敢于浪费哪怕一个钟头时间的人，说明他还不懂得珍惜生命的全部价值。

最后，我想用卓别林的一句话来提醒自己——时间是一个伟大的作者，它会给每个人写出完美的结局来。

## 关于时间800演讲稿3

记住我们对你们寄予的厚望，就算你们觉得它们不可能实现，也要记住，它们至关重要，是你们人生的北极星，会指引你们到达对自己和世界都有意义的彼岸。你们生活的意义要由

你们自己创造。

这所备受尊崇的学校历来好学求知，所以你们期待我的演讲能传授永恒的智慧。我站在这个讲坛上，穿得像个清教徒牧师——这身打扮也许会把很多我的前任吓坏，还可能会让其中一些人重新投身于消灭女巫的事业中去，让英克利斯和考特恩父子出现在如今的“泡沫派对”上。但现在，我在台上，你们在底下，这是一个属于真理、追求真理的时刻。

你们已经求学四年，而我当校长还不到一年；你们认识三任校长，我只认识一个班的大四学生。所以，智慧从何谈起呢？也许你们才是应该传授智慧的人。或许我们可以互换一下角色，用哈佛法学院教授们随机点名提问的方式，让我在接下来的一个小时里回答你们的问题。

可以这么说，在过去的一年里，你们一直在提出问题让我回答，只不过你们把提问范围限定得比较小。我也一直在思考应该怎样回答，还有你们提问的动机，这是我更感兴趣的。

要思考并回答这个问题，有很多方式。比如威利-萨顿式的。当他被问及为什么要抢银行时，他回答：“因为那儿有钱。”你们中很多人都在经济学课上见过克劳迪娅-戈尔丁和拉里-卡茨两位教授，根据他们从70年代以来对学生择业的研究，得出的结论大同小异。他们发现，值得注意的是，虽然金融行业有极高的金钱回报，还是有很多学生选择了其它工作。

确实如此，你们中有37个人已经和“为美国而教”签约；有一个会去跳探戈，去阿根廷研究舞蹈疗法；还有一个将投身于肯尼亚的农业发展；一个拿了数学荣誉学位的人要去研究诗歌；另一个要去美国空军受训当飞行员；还有一个要与乳癌作斗争。你们中有很多人会去读法律、医学、或其他研究生。但是，绝大多数人选择了金融和咨询，这与戈尔丁和卡茨的调查结果不谋而合。《克里姆森报》对去年的毕业班作了调查，结

果表明，参加工作的人中，58%的男生和43%的女生做出了上述选择。虽然今年经济不景气，这个数字还是达到了39%。

高额的薪水、几乎难以拒绝的招聘方、能与朋友一起在纽约工作、享受生活，以及有趣的工作——有很多种理由可以解释这些选择。你们中的一些人本来就决定过这样子的生活，至少在一两年之内是这样。另一些人则认为先要利己才能利人。但是，你们还是问我，为什么要走这条路。

我认为，你们问我的其实是生活的意义，只不过你们提出的问题是经过伪装的——提问角度是高级职业选择中可观察、可度量的现象，而不是抽象的、难以理解的、令人尴尬的形而上学范畴。“生活的意义”——是个大大的问题——又是老生常谈——把它看成蒙提派森的某部电影的讽刺标题或者某一集《辛普森一家》的主题就容易回答，但是当作蕴含严肃意义的话题就把问题复杂化了。

但是，暂时抛开我们哈佛人自以为是的圆滑、沉着和无懈可击，试着探寻一下你们问题的答案。

我认为，你们之所以担心，是因为你们不想自己的生活只是传统意义上的成功，而且还要有意义。但你们又不知道如何协调这两个目标。你们不知道在一家有着金字招牌的公司里干着一份起薪丰厚的工作，加上可以预见的未来的财富，是否能满足你们的内心。

你们为什么担心？这多少是我们学校的错。从一进校门，我们就告诉你们，你们会成为对未来负责的领袖，你们是秀、最聪明的是我们的依靠，你们会改变整个世界。我们对你们寄予厚望，反而成了你们的负担。其实，你们已经取得了非凡的成绩：你们参与各种课外活动，表现出服务精神；你们大力提倡可持续发展，透露出你们对这个星球未来的关注；你们积极参与今年的总统竞选，为美国政治注入了新的活力。

你们问我和问自己的是一些最根本的问题：关于价值、关于试图调和有潜在冲突的东西、关于对鱼与熊掌不可兼得的认知。你们正处在一个转变的时刻，需要做出抉择。只能选一个选项——工作、职业、读研——都意味着要放弃其他选项。每一个决定都意味着有得有失——一扇门打开了，另一扇却关上了。你们问我的问题差不多就是这样——关于舍弃的人生道路。

金融业、华尔街和“招聘”已经变成了这个两难困境的标志，代表着一系列问题，其意义要远比选择一条职业道路宽广和深刻。某种意义上，这些是你们所有人早晚都会遇到的问题——当你从医学院毕业并选择专业方向——是选全科家庭医生还是选皮肤科医生；当你获得法学学位之后，要选择是去一家公司工作，还是做公共辩护律师；当你在“为美国而教”进修两年以后，要决定是否继续从事教育。你们担心，是因为你们既想活得有意义，又想活得成功；你们清楚，你们所受的教育是让你们不仅为自己，为自己的舒适和满足，更要为你们身边的世界创造价值。而现在，你们必须想出一个方法，去实现这一目标。

我认为，你们之所以担心，还有另一个原因——和第一个原因有关，但又不完全相同。那就是，你们想过得幸福。你们趋之若鹜地选修“积极心理学”——心理学1504——和“幸福的科学”，想找到秘诀。但我们怎样才能找到幸福呢？我可以给出一个鼓舞人心的答案：长大。调查表明，年长的人——比如我这个岁数的人——幸福感比年轻人更强。不过，你们可能不愿意等待。

答案是：只有试过了才知道。但是，不论是绘画、生物还是金融，如果你不去尝试做你喜欢的事；如果你不去追求你认为最有意义的东西，你会后悔的。人生之路很长，总有时间去实施备选方案，但不要一开始就退而求其次。

我将其称为择业停车位理论，几十年来一直在与同学们分享。



不要因为觉得肯定没有停车位了，就把车停在距离目的地20个街区远的地方。直接去你想去的地方，如果车位已满，再绕回来。

那就找个你喜欢的工作。要是你在醒着的时间里超过一半都在做你不喜欢的事情，你是很难感到幸福的。

但是，最最重要的是，你们问问题，既是在问我，更是在问你们自己。你们在选择道路，同时又质疑自己的选择。你知道自己想要什么样的生活，只是不知确定自己所选的路对不对。这是的消息。这也是，我希望，从某种程度上说，我们的错。

关注你的生活，对其进行反思，思考怎样才能好好地生活，想想怎样对社会有用：这些也许就是人文教育传授给你们的最宝贵的东西。

人文教育要求你们自觉地生活，赋予你寻找和定义所做之事的内在意义的能力。它使你学会自我分析和评判，让你从容把握自己的生活，并掌控其发展路径。正是在这个意义上，“人文”才是名副其实的liberare——自由。

它们赋予你开展行动、发现事物意义和作出选择的能力。通向有意义、幸福生活的必由之路是让自己为之努力奋斗。不要停歇。随时准备着改变方向。记住我们对你们寄予的厚望，就算你们觉得它们不可能实现，也要记住，它们至关重要，是你们人生的北极星，会指引你们到达对自己和世界都有意义的彼岸。你们生活的意义要由你们自己创造。

我迫不及待地想知道你们会变成什么样子。一定要经常回来，告诉我们过得如何。

## 演讲稿字数要求篇四

有人说：人的一生有三天：昨天、今天和明天，这三天组成了人生的三步曲。但我说，人的一生只是由无数的今天构成的，因为不会珍惜今天的人，既不会感怀昨天，也不会憧憬明天。

乐观的人，喜欢描述明天的美好前景；悲观的人，总担心明天会发生什么不测。但生命的内涵只在于今天，生命是宝贵的，它是由一分一秒的时间堆积而成的，珍惜今天就是珍惜生命，荒废了今天就是荒废了生命。

昨天已是过眼云烟，再也无法挽留。如果在昨天，你为取得了一点骄人的成绩而沾沾自喜，或是因为做错了一件事情而愁眉不展，那么你就永远陷进了昨天的泥潭里。同时，你明天的时间也会从你的沾沾自喜或愁眉不展中悄悄流逝。每个人都会乘坐“今天”这班车驶向明天，一天一个驿站，一天一处风景，趁着明天还未到来，我们就应抓住今天，这样等待着你的才会是果实累累的明天。

我们不应该在昨天寻觅什么，也不应该向明天祈求什么，最重要的是怎样对待今天。在这有限的时间里努力学习，抓紧今天的分分秒秒，用今天的努力去弥补昨天的空隙，去实现明天的崇高理想。

就在十几天前，我们结束了这一学期第一次大型的考试，可能有的同学考的不太理想。但是，考试已经结束，已经成为历史，成为了不能改变的事情，但是，“不经历风雨怎么见彩虹。”失败并不可怕，可怕的是认输。远航的水手告诉我们“风雨中，这点痛算什么，擦干泪，不要问，至少我们还有梦。”我们的青春是炽烈的，我们的目标是明确的。

聪明的人，检查昨天，抓紧今天，规划明天；愚蠢的人，悲叹昨天，挥霍今天，梦幻明天。一个有价值的人生应该是：无

怨无悔的昨天，丰硕盈实的今天，充满希望的明天。

同学们，让我们共同珍惜今天，珍惜现在的分分秒秒吧！

## 演讲稿字数要求篇五

大家好！

在时间的长河中，我们只顾一味地前行，当沉下心来，静静的回忆曾经，才会真正感悟时间的真谛。

母亲的床下，有一个樟木箱子，那个箱子中便承载了我儿时的记忆。才记得，母亲将箱子打开，箱内整齐地码放着我儿时的书籍，最显眼的，是一本破烂的新华字典。当我翻开它时，一股时间的味道便扑面而来。字典明显少了很多页。那些飞走的纸回去哪里了？是变成纸飞机，拿去折纸元宝，又或是被我拿去作画了，但最后终还是变成甜蜜，永远融进了我儿时的记忆之中。

当我翻到一半，忽然有一种糖纸掉了下来，这是小时候很流行的一种糖，每次都是我再三央求母亲才买的。但是它为什么会在这里，是夜晚在家预习中随手夹进去的，还是这是一款很珍贵的限量版，还是哪一个好朋友送给我的，时光荏苒，我真的记不得了，但它留给我的记忆，我始终忘却不掉。

犹记得，儿时天天缠着让母亲为我买糖，而母亲两三句将我打发走。一次我又向母亲要钱，母亲与我不知为何发生了口角，于是追着我打，我深知只要我跑出了院子，母亲便不会追出来。可谁想母亲那一次真追了出来，可见她已经十分生气了。当我奋力跑到了路口处，回头看母亲，却发现母亲已不见了踪影，仔细一寻，便发现母亲瘫坐在地上。我忙上去扶她，母亲却一把抱住我说：“咱现在就去买。”我的虚荣，不知道曾多伤母亲的心。

或许，这就是那天的糖纸吧，它的甜融化在我们母子二人心中，是母亲亲手夹进去的。这种甜，不会因时间而消逝，它是母亲用心留下来的，尽管时间将她无情地摧残，但她对那段时光，对我的爱，就深藏在这糖纸中，藏进时间的长河中。

望着这张早已泛黄的糖纸，正如望着母亲愈发黯然的面孔，愈发无神的双眸，也正如望着流逝的时间。在这糖纸中，我感悟到了时间。

## 演讲稿字数要求篇六

大家好！

我是来自\_班的一名学生，我叫\_，今天的天气格外的好，我也很高兴能站在这里进行演讲，我所要演讲的题目是《珍惜时间，勤奋学习》。

大家都知道，学习是我们学生最为重要的任务，我们来到学校里，也是为了能学习到更多的知识，然后考取更好的学校，这样才不会忘老师和家人失望。其实学习不仅仅是为了别人，更多的是为了自己，因为现在的社会中竞争压力太大了，学习是我们最好的出路，所以大家必须要珍惜好现在的时间，勤奋的去学习，这样才能让自己不感到后悔。

在学校里，我们没有什么其他的任务，学习就是我们的职责，要是连学习都做不好，那以后更别谈工作了，毕竟学习说难也难，说容易也容易，这完全取决于你的学习态度。学习也是分好几种的，有些人在学校学的很随便，有些人在学校学的很认真刻苦，这两种学习方式就决定了你的学习结果，所以不要再抱怨老师教的课不好、作业太难了，只要你肯花时间，那么我相信任何学习上的问题都难不倒你，只要把困难解决了，我相信你会有非常大的收获。

时间，对于每一个学生来说都是很多的，因为我们还很年轻，

有着许多的时间可以去消磨，但是时间同样也是宝贵的，因为我们在校时间其实并不长，到了学习的紧要关头时，我们就能发现时间是多么的重要，每多一点时间，就能让我们多学一点知识。特别是到了快毕业时，我们就能发现时间过的是多么快啊，这时候再想好好地学习就已经很困难了，毕竟时间不等人，而且学习是循序渐进的，不是一下子就能把所有的知识点记住。

所以，同学们，趁着现在还有时间，还有机会，赶快的去学习吧，珍惜好现在的每一份每一秒，把自己的全部精力都投入到学习中，保持着勤奋学习，这样才能让自己一直都保持着进步。对了，除了勤奋的学习外，大家也得注意自己的学习方法，找到一种合适自己的学习方法是非常有必要的，同时大家也得注意劳逸结合，不要因为学的太认真了而不注意自己的身体状况。总之，我们要抓住现在的每一分每一秒去学习，别让老师和家长失望，也别让以后的自己感到后悔，赶快行动起来吧！

谢谢大家！

## 演讲稿字数要求篇七

大家早上好！我是三（6）班的xxx□今天我演讲的题目是“抓紧时间好好复习”。

首先要有条理。在家长的参与下，制定周密的复习计划，严格执行，才能打一场有准备的漂亮仗。

其次，要注意方法。复习方法很重要。是系统审查，查漏补缺，还是做题复试合适？仁者见仁，智者见智。但一定要根据自己的情况选择一种科学恰当的复习方法。

第三，要好好学习，多提问。复习过程中，不要放过任何一个难题。有疑问的时候，主动求教。俗话说，勤奋补不足，

熟能生巧。千万不要带着问题去考场，留下的只有伤心的遗憾。

第四，珍惜时间。下周就要期末考试了。我们要争分夺秒，主动复习，好好复习，快乐复习，永远不要在网络世界，游戏迷宫，动画世界里浪费时间。

第五，要提高效率。只有心平气和，专心致志，才能事半功倍，保证效果。所以，我们要努力做时间的主人，不要让半心半意成为我们前进的绊脚石。

孔子说：可以古为今用，新为今用。我相信早起的鸟儿有虫吃。只要你专心复习，就会得到满意的答案！

祝所有同学成绩好！谢谢大家！

## 演讲稿字数要求篇八

大家早上好！

我演讲的题目是珍惜今天，勤奋学习

有人说：人的一生有三天：昨天，今天，明天。这三天组成了人生的三部曲，。但我说，人的一生是由无数的今天构成的，因为不会珍惜今天的人，既不会感怀昨天，也不会憧憬明天。

乐观的人，喜欢憧憬明天的美好；悲观的人，总担心明天发生什么不测。但生命的内涵只在于今天。生命是宝贵的，它是有一分一秒的时间堆积而成的，珍惜今天就是珍惜生命，荒废了今天就是荒废了生命。昨天已是过眼云烟，再也无法挽留，如果在昨天，你取得了一点成绩而沾沾自喜，或是因为做错了一件事情而愁眉不展，那么，你就永远陷进了昨天的泥潭。同时，你今天的时间也会从你的沾沾自喜或愁眉不

展中悄悄流逝。每个人都会乘坐“今天”“这班车驶向明天，一天一个驿站，一天一处风景。趁着明天还未到来，我们就应抓住今天，这样等待着你的才会是果实累累的明天。

用今天的努力去弥补昨天的空隙，去实现明天崇高的理想。

在这一天快要结束的时候，大家应当认真反思你在这—得的所作所为，自己是否真正做到了珍惜时间。老师上课时，你是否因为知识枯燥难懂而放弃听课在上自习课时，你是否因为自己意志薄弱而心不在焉在家中做作业时，你是否禁不住电视和电脑游戏的诱惑而虚度时光在周末，你是否因为贪玩儿而无暇顾及书本。

同学们，学习是一条漫长而艰苦的道路，我们不能靠哀叹昨天，也不能靠梦幻明天，只有惜时如金，认真利用现在的每一份每一秒，努力学习，才能意气风发。

聪明的人，检查昨天，抓紧今天，规划明天；愚蠢的人，哀叹昨天，挥霍今天，梦幻明天。

一个有价值的人生应该是：无怨无悔的昨天，丰硕盈实的今天，充满希望的明天！朋友们！让我们共同珍惜今天，珍惜现在的分分秒秒吧！

## **演讲稿字数要求篇九**

大家好！

和母亲一同翻开儿时的相册。时间，在奔跑，母亲笑着说：“瞧，你小时候多可爱啊！现在一晃眼都长这么大了！”母亲眼中有着对消逝岁月的叹息。似乎只是一念之间，我便从一个不及桌子高的孩童，成长为1米65的少年，这些都是时间的作品，而再看看身旁的母亲，眼角已有了细细的皱纹。我蓦地看到了时间，时间是飞快长长的乌黑的头发，时间的

累积而加深的皱纹，时间是渐渐叠加的摞摞照片。

时间像是化学中的反应物，消耗掉些东西，却总会予以回报。我仰卧在病床上，烦躁地抱怨着这弱不禁风的身体。屋内，药香弥漫，母亲用木勺不停地搅拌，一边不时直起身来揉搓着腰。母亲不顾工作劳累，下班后便成了我的贴身医生，坚持中医调理。灶前，她总是叨念着。火光映红那微笑却显焦急的面容，白发又如偷走时间的贼，尤为显眼。我看到母亲的皱纹日益加深，身形已有些许佝偻。泪水在此刻飞扬出了眼角，药箱随着时间熬煮渐渐化作翩飞的蝴蝶，浸入我的心间，让我感受到母亲的细腻，绵软和甘甜。时间就这样偷走了一位母亲操劳的岁月，却又加深了浓郁了亲情与深沉的爱。

“抽刀断水水更流”，时间亦是如此。那时，母亲还年轻。画上淡妆，一身鲜艳红裙的她站在落地镜前欢快地转着圈。裙摆在她的舞动下飘扬起来，形成一个优美的弧度。那时的她，靓丽而充满活力，那时的我，内心向往着时间的雕琢，也同她一样美丽。现在的我，已然长大，而现在的她，虽极力挽留曾经的年华，却无奈地看着发间增添的白发。我的心间泛起一丝疼痛。时间是永无止息的，它变换着人的角色，打磨着人的生命，不管你是否愿意。

时间的流逝带走了母亲光洁的皮肤，带来了我的成长。时间规定着人生的长度，而在它面前，我们总是无奈的。我们所能做的，只是牢牢把握住一份最美好的亲情，珍惜所拥有的，逝如青春，逝如活力。