

# 2023年学会吃亏的感悟(精选7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。我们想要好好写一篇心得感悟，可是却无从下手吗？以下是小编帮大家整理的心得感悟范文，欢迎大家借鉴与参考，希望对大家有所帮助。

## 学会吃亏的感悟篇一

大家早上好，今天我演讲的题目是《吃苦耐劳》。

俗话说“吃得苦中苦，方为人上人”在现代的生活中，我们这一代孩子都是家中的小皇帝，小公主。根本不知道吃苦耐劳是什么？而且同学们心中也会想：现在都什么年代了，条件都这么好，为什么还要吃苦呢？我们平常也学过以前有关吃苦耐劳的文章，可都忘得差不多了。就像平时体育锻炼，一遇到什么小问题就提出在旁边休息不参加体育活动。遇到天气寒冷或炎热的情况也会叫苦连天，尤其是作业多的时候或写日记的时候也会愁眉苦脸。来打扫卫生，连笤帚也不想拿……上面这些在我们当中比比皆是。同学们，吃苦耐劳是一种精神，更是一种行动。无论何时何地，我们必须拥有这种精神，在学习中更不能缺少。

吃苦是成功的基石，任何事情想要获得成功，必须经过奋斗和努力，没有吃苦精神就无法到达成功的彼岸，也不能尝到成功的喜悦。古今中外，凡成功者都是在实践和艰苦的环境中磨练出来的。

在我国古代，王羲之的“墨池”、孙康的“映雪”还有孔子“韦编三绝”的故事。据说孔丘读了很多遍《易》，先了解它的内容，在掌握基本要点。接着对其精神、实质有了透彻的理解。为了更深入的了解，读来读去，串连竹简的牛皮

带子也磨断了几次，即使读到这中地步，孔子还谦虚的说：“假如让我多活几年，我就可以完全掌握《易》的文与质了。”事实证明，只有愿意吃苦，勇于吃苦，不怕吃苦的人，才能出色的完成任务。见到困难就退缩的人，根本无法尝到成功的喜悦。

同学们，从现在开始，甩掉我们“小皇帝”，“小公主”的称号，因为现在的新世纪更需要我们吃苦，发扬中华精神，一起走向美好明天！

我的演讲到此结束，谢谢大家！

## 学会吃亏的感悟篇二

大家上午好：

今天，我很荣幸能在这次同学会上发言。借此机会，我谨代表英语班的全体同学向给我们谆谆教导、无限关怀的老师 and 等老师，表示深深的感谢！对今天参加这次同学聚会的同学表示热烈的欢迎，并对因故未能参加的同学送去亲切的问候和良好的祝愿！

光阴似箭，岁月如梭。不知不觉，我们已经毕业了三十年头。想起三十年前，我们从四面八方带着稚嫩的希望齐聚荆门师范，那时的新校园生机盎然；三十年后，再次相聚，新的荆楚理工学院已经洋溢着浓烈的现代气息。轻轻回首，原来我们竟已离开了母校这么久！

今天，我们怀着无比激动的心情又聚在一起，相聚在这热情的八月，相聚在这美丽的东宝塔下，共叙师生之情、同学之谊。这要归功于本次同学会筹备组的几位功成名就同学的发起，经过他们的积极联系、精心策划、鼎力相助和全力筹备，才成功的组织了这次同学会。我曾和有的同学说过，参加聚会本身就是一种支持，就是一分力量！在这里，让我们对他

们的努力表示衷心的感谢！

悠悠岁月，弹指一挥间，回忆往昔，我们曾同学习、同欢乐、同甘苦。平场地、搞绿化、砍柴禾、下农场也许是我们那个时候留下的最深刻的印记。曾记得你，趣闻逸事，音容笑貌。想起那过去的日子，不禁感慨万千，魂牵梦萦；提起那熟悉的名字，顿时倍感亲切，心涌热潮。还记得吗？球场上矫健的身影，教室里专注的神情；班级联欢会上动听的歌声、优美的舞姿，学校运动会上的夺冠的雄姿；还有那，临分手时同学们留下的泪水??太多的回忆，让我们难忘。

都说师生之情最难忘。是的，是老师的培养和教育，使我们不仅学到了知识，还懂得了怎样做人。是老师您为我们的人生打下了坚实的基础，为我们插上了搏击人生的翅膀。我们成长路上的每一点进步、每一次成功，都与老师的培养教育分不开的。今天看到久违的各位老师，心里真的充满感激。借此机会，请允许我代表全班同学，真诚地对各位老师说一声：谢谢！谢谢老师！

三十年后的今天，当我们用自己的智慧和汗水，在创造生活和实现自我价值的过程中，体味了人生的酸、甜、苦、辣之后，在经历了世事的浮浮沉沉之后，才发觉：让我们最难以忘怀的割舍不掉的依旧是那份浓浓的同学情。尽管由于通讯地址的变化，我们曾经无法联系；由于工作的忙碌，我们疏于联络，可我们的友谊没变，我们彼此的思念在日益加深，互相间默默的祝福从未间断。友谊不曾因岁月的流逝、境遇的变迁而淡漠。这份情谊如同一首深情的歌，悠远而回味无穷。

今天，我们怀着无比激动的心情又聚在一起，相聚在这热情的八月，相聚在这美丽的东宝塔下，共叙师生之情、同学之谊。这要归功于本次同学会筹备组的几位功成名就同学的发起，经过他们的积极联系、精心策划、鼎力相助和全力筹备，才成功的组织了这次同学会。我曾和有的同学说过，参加聚

会本身就是一种支持，就是一分力量！在这里，让我们对他们的努力表示衷心的感谢！

我相信：这次毕业三十周年的同学会一定会给我们今后的人生记忆抹上浓重而精彩的一笔。

敬最后，我衷心地祝愿在座各位老师健康和全力筹备，才成功的组织了这次同学会。我曾和有的同学说过，参加聚会本身就是一种支持，就是一分力量！在这里，让我们对他们的努力表示衷心的感谢！

我相信：这次毕业三十周年的同学会一定会长寿，合家幸福！

祝同学们身体健康，家庭幸福、工作顺利、万事如意！

祝愿我们的友谊地久天长！

谢谢大家！

## 学会吃亏的感悟篇三

各位老师，亲爱的同学们：大家下午好！

我演讲的题目是《学会感恩，孝敬父母》。开始前，我想先给大家讲个小故事。一艘载有数百人的大型轮船在海上失火沉没，许多人都失去了生命，只有九十多人幸存。乘客中有一个游泳专家来回游了十几次，在连续救起了二十个人后因过分劳累双脚严重抽筋而导致残废必须终身坐轮椅，他一直大叫着问自己：我尽力了吗！几年后在他生日的那天有人问他一生中最深刻的记忆是什么，他伤感的说：我最记得那被我救起的二十个人中，没有一个人来向我道谢。

感恩是小德，忘恩是大恶。生活中，总会有许多事情影响着我们的情绪，或喜，或忧，于是，选择一种什么样的心态去

面对生活，也就选择了过什么样的一种生活。

怀着一颗感恩的心，是的，就当喜，是对我们善待生活做得到的回报；就当怒，是培养我们耐性的时机；就当哀，是天将降大任于自己的先兆所以必先苦我心志；就当乐，是生活对我的泰然处世还以的笑容。如此，还会有什么再影响到自己平静的心绪呢？别人对自己不好，是生活在暗示我们自身有所缺陷所以我们必须积极改进；别人对自己好，是生活在告诉我们要让更多的人喜欢自己就必须再接再厉更进一步。事业的成败也是如此。

感恩，并不是宣扬一种消极的宿命论，而是一种积极的处世方式！学会感恩，不要去记恨对你不好的人。作家余杰说过一句话：恨一个人对自己的伤害，远远比对对方的伤害大。学会感恩，懂得知恩图报不忘恩负义，滴水之恩要以涌泉相报，受人一掬土还人一座山。学会感恩，懂得给别人机会就是给自己机会，赠人玫瑰手留余香，今天拉人一把明天陷入困境也会有人拉自己一把。生活是面镜子，学会感恩，对生活时时保持微笑的心情，生活也会还你以微笑。

那么，就让我再次用一个小故事结束今天的演讲吧：有位和尚叫佛印，与朋友结伴出游。在路过海边时与朋友话不投机被朋友甩了一巴掌，佛印气愤的在沙滩上写下“某年某月某日被某某打”。当走过原始森林时佛印和尚遇险被朋友所救，于是他在岩石上写下“某年某月某日被某某救”。朋友奇怪的问他为什么两次在不同的地方写字，佛印答道：巴掌之痛一如海水冲淡沙滩上的字，很快消逝；相助之恩却是刻在石头上的字天长地久，永远铭记。

学会感恩的生活，宁静而祥和。

## 学会吃亏的感悟篇四

大家早上好！

我是xxx□很高兴有机会参加学校举办的感恩教育竞赛，心情特别激动。首先感谢学校领导、各位老师给我们提供这个五彩的平台，让我们把心存的感激对关爱我们的人表达出来。我今天演讲的题目是《感恩的心，感谢有您》。

“感恩的心，感谢有您”每当听到这熟悉的旋律，我都会心潮起伏，感慨万千。从小生活在蜜罐儿里的我幸福的像花一样，温馨四溢的家庭、生机盎然的校园、和谐安宁的社会……我要感激的人很多很多……。

其次，我还要感谢我的老师，因为有您，我才从一个天真无邪的孩童，成长为一个有德才兼备的优秀学生。花开花落几春秋。您迎来晨曦，送走星辰，用您的信念用您的热情，还有您滚烫的汗水耕耘着我们的心田，稚嫩的原野溢满了您的希望。

老师，无瑕美玉不足以形容您品质的高贵，阳春白雪不足以形容你内心的纯洁。如果我是诗人，一定会用满腹的激情、炽热流畅的诗行写下对您的感激；如果我是画家，一定用七彩的画笔描绘你一生的高尚，留给这平凡的世界一幅不平凡的长卷。

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 学会吃亏的感悟篇五

大家早上好！

今天我国旗下演讲的题目是《学会感恩》。

同学们，我们从哪里来听到这个问题，大家肯定都会说，是父母把我们带到世界上来的。是啊，十多年前的某一天，我们的父母用泪水和幸福的笑容迎接了我们的到来。但当我们来到世上的那一刻起，父母们却多了一项繁重的工作——照

顾我们。尽管这是一种沉重的负担，但父母们却毫无怨言地抚养我长大。为了给我们一个舒适的生活环境，他们是那么辛苦，那么努力。因为有了父母才有了我，才使我有机会在这五彩缤纷的世界里体味人生的冷暖，享受生活的快乐与幸福，是他们给了我生命，给了我无微不至的关怀。儿女有了快乐，最为之开心的是父母；儿女有了苦闷，最为之牵挂的也是父母。舐犊情深，父母之爱，深如大海。因此，不管父母的社会地位，知识水平以及其它素养如何，他们都是我们今生的`恩人，是值得我们永远去爱的人。

然而，同学们，你们是否扪心自问过：我对父母的挂念又有多少呢你是否留意过父母的生日民间有谚语：儿生日，娘苦日。当你在为自己生日庆贺时，你是否想到过用死亡般的痛苦，让你降生的母亲呢昨天是母亲节，你是否曾真诚地给孕育你生命的母亲一声祝福呢中国是一个文明古国，自古讲求孝道，孔子言：“父母之年，不可不知也。一则以喜，一则以惧。”也就是讲，父母的身体健康，儿女应时刻挂念在心。

随着社会的不断发展进步，时代也赋予感恩新的内涵。滴水之恩，当以涌泉相报。因为有爱，所以感动，因为感动，懂得了感恩。因此人人都应有一颗感恩的心。学会感恩，就学会了生活，学会了回报，就学习会了做人。当我们呱呱坠地时，我们就应感恩父母，感恩他们塑造了我们的生命，让我们来到这个五彩缤纷的世界。当我们学到知识时，我们应感恩默默无闻，无私奉献的老师，感恩他们用无私的爱浇灌我们，让我们懂得了人生的真谛。当我们获得成功时，我们就应感恩父母，老师和我们的朋友，感恩他们给我们的帮助与支持，让我们体会成功的喜悦。

此时此刻，我的脑海中又浮现那熟悉的旋律：感恩的心，感谢命运，伴我一生，让我有勇气做我自己；感恩的心，感谢命运，花开花落时我一样珍惜。

## 学会吃亏的感悟篇六

大家早上好！

我是八年级一班的何磊。今天我们演讲的主题是：学会宽容，学会善待他人！

什么是宽容？

在我们中国人的说法里，“将军额头能跑马，丞相肚子能驾舟”就是包容。

宽容是一种素养，一种品质，一种美德。宽容不是懦弱，而是大度。古今中外，这样的例子比比皆是：中国历史上，有一个大臣叫蔺相如，相信很多同学都听说过。他的官位因为保驾有功而一路高升，引起了廉颇将军的嫉妒和不满，处处与蔺相如翻脸。然而面对廉颇的无理取闹行为，林相如只是一笑置之。廉颇对蔺相如的慷慨深感惭愧，于是“负荆请罪”。从此，他们携手为赵效力。所以，学会包容，对人是有利的。

19世纪法国文学大师维克多雨果曾说：“世界最宽的地方是海洋，天空比海洋宽，人的心灵比天空宽”。大海使海洋变得广阔无边，因为它汇集了各种大小的河流。美丽的天空清澈透明，因为它接受世界上的一切。生命之海在于人的宽容之心，这是由于包容世界的缘分有深有浅。在广阔的生活世界里，学会包容，意味着你学会了尊重；学会宽容，意味着你学会了善待他人，善待自己。

当土地容忍了种子，/它就有了收获；

当大海包容河流的时候，/它就有了浩瀚；

天空包容云与云，且/有神采；



生活包容遗憾，有未来。

谢谢大家！

## 学会吃亏的感悟篇七

大家好！

“乡音未改风度添，红颜褪去乌发染，眯眼相识不相认，定睛看去仍少年。”今天在座的各位，好多都是我十六年没谋面的同学，十六年没见了！同学们，多少次，我在脑海里猜想你们的模样，多少次，我在梦乡里幻听过你们的声音。但，直到今天，直到见到大家，那模糊的记忆才逐渐清晰，你们的音容笑貌才拨开虚幻的面纱，真实地展现在我的眼前。

凭心而论，人一生中真正难以忘怀的日子不多。但是，我相信，今天——对于在座的每一位同学来说，都将是终身难忘的！

静下心来想一想，是！但也不全是。我想更多的是缘分，是你我之间那份深厚的同学情谊，是我们曾经一起度过的青春岁月烙在你我心中的那深深的印迹！在召唤着你我，来履行我们这迟来的约定！

今天，有同学跟我说：“为了这次聚会，你辛苦了。”可我要说的是：大家今天能坐在一起，绝不是哪一位或几位同学的努力可以办到的，这次聚会，是我们颗驿动的心，以同学情谊为节拍，共同跳动演绎的一曲和谐、动人、浑厚的交响乐！今天，我们就是亲人！！我们每位同学就是一个大家庭!!!

现在相信大家心里跟我一样，都有一种怀念，怀念从前，怀念过去。是呀，同学情谊，我们情感的珍宝，是治疗你心灵创伤的一剂良药，它在我们每个人心中，都应占有一块圣洁的领地！今天的聚会，我们一起体会到这种感情，我们是幸福

的。请大家铭记今天的聚会，请大家永远记住：不论你春风得意还是正遭受挫折，不论你贫穷还是富贵，同学们永远是你坚强的后盾，是你事业的好帮手，是你的精神支柱！是你的避风港！

为这次聚会我激动不已，但这个聚会来的太迟了，不过我坚信，这次聚会只是一个良好的开端，它或者是逗号，省略号，但决不是为我们的同学情谊划上的句号！今天，让我们一起拿出心中那个大写的感叹号，在我们的天地，尽情享受属于我们自己的情感！！

一别数载，会当痛饮千杯；今朝相聚，岂不相识一笑？

“天时人事日相摧，冬至阳生春又来”，我为大家祝福明天！祝胡老师身体健康，晚年幸福！祝我的同学前程似锦，万事如意！！

谢谢大家！