

2023年感恩成长感悟 感恩与成长演讲稿(大全7篇)

我们在一些事情上受到启发后，可以通过写心得感悟的方式将其记录下来，它可以帮助我们了解自己的这段时间的学习、工作生活状态。我们如何才能写得一篇优质的心得感悟呢？下面是小编帮大家整理的优秀心得感悟范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

感恩成长感悟篇一

感恩是什么？感恩是黑夜里的星光，伴你度过黑暗；感恩是清晨的第一缕阳光，照亮黑暗许久的天空；感恩是一滴露珠，滋润我们枯干的心灵。

我要感恩我的父母，因为有一个故事是这样的：三国时期的陆绩，字公纪，是当时吴国(今江苏苏州)人，是个天文学家。父亲陆康，曾经在庐江当过太守，与将军袁术私交很好。陆绩自小受父亲高风亮节的熏陶，深懂孝、悌、忠、义之道。

有一次父亲带六岁的陆绩到袁术家里做客，袁术提出的问题，陆绩对答如流，不卑不亢。袁术惊叹小陆绩的才学，破例给他赐座，还命人端来一盘桔子。那桔子肉肥汁多，味道极美。陆绩悄悄地往怀里塞了三个，在场的人谁也没有注意到。

当他向袁术拜别时，怀中的桔子滚落到地上。主人很奇怪，大笑说：“我招待你吃还不够，你为什么还拿？”陆绩说：“我在你家吃到了，母亲爱吃新鲜的桔子，她没吃到，我是为了孝敬母亲的。”小陆绩神色自若，一点也不觉得难堪，因为在他心中，母亲是伟大而神圣的，儿子孝顺父母是天经地义，没有什么见不得人的。主人听了这一番话，觉得非常的稀奇，这小小的年龄就有这样的孝心，将来肯定是个不同凡响的人物！

古人陆绩知道感恩，现代人也知道感恩。

“霍金先生，卢伽雷病已经将你永久固定在轮椅上，你不认为命运让你失去很多的出路吗？”在一次学术报告后，一名记者对数学大师提出这样的问题。大师的脸上充满微笑，用他还能活动的3根手指，艰难地叩击键盘后，显示屏上出现了上面四段文字。

3根手指和一个能思维的大脑是霍金身上惟一能动的部件。这个人生的斗士，这个智慧的英雄，除了他超人的意志之外还靠什么？靠的是爱，还靠的是高科技。没有爱他的人的照顾，卢伽雷病是不会让他活到今天的，也许他在生病之初就与世长辞了。奥斯特洛夫斯基全身不能动弹，但可以说话，才得以口述完成他的巨著。我国史学大师陈寅恪的巨著《柳如是别传》和著名哲学家冯友兰的巨著《中国哲学史新编》，也都是着者在双目失明或双目视物不清的情况下全凭口述而“写”出来的。

可霍金只有仅仅3根能微弱活动的手指和一双不会说话的眼睛，没有计算机，他怎么去表达他的思想；还能将他的智慧发挥出来吗？没有发达的医学，他仅仅能活动的3根手指如何总能动弹？没有强大的经济支持，他微弱的3根手指又如何能产生伟大的学问？成功的喜悦，胜利的光环，常常会令人忘乎所以，但是，我们永远不应该忘记那些帮助过自己的人。

风中的风铃再次响起，似乎在奏响一首感恩之歌，感谢父母的唠叨/因为他们是为了让你少走弯路/感谢父母的鞭策/因为他们是为消除你前行的障碍/感谢父母的斥责/因为他们是为了助长你的智慧/感谢父母赋予我们的一切，让我们用生命去珍惜，用感恩的心去呵护。

感恩成长感悟篇二

大家好！

小时候，那些总下雨，于是妈妈总撑着一把蓝色的雨伞接送我上学，那时，我感到我的头顶上是一片蓝色，肩膀也笼罩于一片蓝色之中，触目所及都是一片蓝色的无雨的天空。我们第一次喊爸爸妈妈的时候，第一次独立迈开一步的时候，第一次歪歪扭扭地写出一个字的时候。是父母在身边耐心地教导我们。父母，是上苍赐予我们不需要任何修饰的心灵的寄托。生活并非想象中那样完美，父母的辛勤是我们无法体会的，我们虽不能与父母分担生活的操劳。但感恩父母，并不难做到。

说到这，与你们分享一则小故事：

他一路都在想爬高点再丢下她，当看到母亲在他背上偷偷往路上洒豆子，他很生气地问：“你洒豆子干什么？”结果母亲的回答让他泪流满面：“傻儿子，我怕你等会儿一个人下山会迷路回不去。

当我们遇到困难，能倾注所有一切来帮助我们的人，是父母。

当我们受到委屈，能耐心听我们哭诉的人，是父母。

当我们犯错误时，能毫不犹豫地原谅我们的人，是父母。

当我们取得成功，会衷心为我们庆祝，与我们分享喜悦的，是父母。

这不禁是我想起了了这样的一句话父亲给儿子东西的时候，儿子笑了；当儿子给父亲东西的时候，父亲哭了。

感恩，不一定非得惊天动地，云淡风轻足以让人刻骨铭心就像一首歌一般轻轻的暖暖的，沁人心脾。或许在现实生活中我们会有许多的不满和抱怨。但仔细想想有什么好抱怨的。感谢困难吧，它教会我们更坚强。学会感恩，感谢父母感谢老师，感谢那些给予你帮助的人即使你们不相识。让我们在

爱与感恩中奋力前行。

感恩成长感悟篇三

大家好！

今天我为大家演讲的题目是《我感恩、我成长、我快乐》，鸟有反哺之情，羊有跪乳之恩。我们人，身为宇宙之主宰，亦有感恩之心、感激之情，感恩是力量之源、爱心之根、勇气之本，让我们一起学会感恩，收获别样的人生。

首先，我们要感恩我们的父母，因为父母的爱让我们来到这个世界，我们因爱而生，就更要把爱发出去，让世界充满爱，让世界都充满感恩的心，我们感恩父母不光是因为他们把我们带来这个世界，更是因为他们无私的爱，一直抚养我们长大，教育我们做人，为我们承担责任、分担压力、快乐着我们的快乐，父母，是我们这一辈子永远都感恩不完的人。

然后，我们要感恩生活，因为生活，让我们成长，在这个过程中，我们或许经历过很多的失败，但正是因为一次次的失败，才会让我们的成功变得更加灿烂，因为一次失败的考试，我们来到皖江，但是我们将皖江获得更辉煌的成功，正如校歌所唱，我们要共创辉煌！感谢这些教我们如何拥有更好生活的失败，感恩我们的生活。

接着，我们要感谢朋友，朋友是什么？朋友就是和我们一起成长的人，就是能把最喜欢的东西和你一起分享的人，朋友就是那些在你“飞”得很高很快的时候，不会为你尖叫，不会吹捧你如何的厉害，而是去担心你会不会摔下来，做好去接你的准备的人，因为有这样的朋友，我们才可以不计后果的去闯、去拼，因为我们知道，朋友是我们最坚强的堡垒。

教我们读书识字，让我们学会做人、学会做事，感恩老师，感恩他的无私；感恩老师，感恩他的辛劳；感恩老师，感恩

他燃烧了自己，照亮了我们。

最后，我们要感恩那些让你成长、让你坚强的人，因为有了他们，才让我们有了不甘人后的想法；因为有了他们，我们才勇于拼搏。人生就是竞争，因为这些人，我们才能站到人生的高峰，请感恩那些与你竞争的人，他们有同一个名字，那就是对手。

在成长的路上，我们要怀着一颗感恩的心，愉快的去感恩世界、感恩社会、感恩生活、感恩你我他、感恩身边的一切。

谢谢大家的聆听，我的演讲到此结束！

感恩成长感悟篇四

大家好。

感恩的心，感谢有你，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，我一样会珍惜。

一首唱响大江南北的歌曲《感恩的心》，她动人心魄的旋律，感人肺腑的歌词，曾引起无数人的共鸣，震撼了多少颗真诚善良的儿女心。

是啊，懂得感恩、知恩图报是中华民族自古以来的传统美德。“投桃报李”，“衔环结草”，“滴水之恩当涌泉相报”，“羊有跪乳之恩”，“鸦有反哺之义”等典故都体现着感激和报答知遇之恩、养育之恩、救命之恩的情节。这“感恩”的理念，传承久远，泽被千秋，是中国传统文化宝库中的一颗璀璨明珠。

沐浴在中华民族常怀感恩之心的传统美德里，我们广大青少年儿童也在感悟，也在觉醒，也在行动。让我们自觉地来培植、浇灌、呵护生长于心中的那颗感恩之树。

感恩父母吧!“没有天哪有地，没有地哪有家，没有家哪有您，没有您哪有我。”从我们呱呱坠地来到这个世界上，父母便奉献了他们无私的爱，他们粗糙的双手，为我们抚平生活的坎坎坷坷，撑起了一片广袤的蓝天，他们脸上刻着的每一条皱纹，都记载着我们成长的足迹。

感恩父母!让我们从孝顺开始，从小事做起。

给父母送上一束鲜花、一声问候，“爸爸妈妈，您们辛苦了!”为爸爸泡上一杯热茶，为妈妈做上一顿饭菜，为爷爷奶奶洗一次脚。给爸爸妈妈一个紧紧的拥抱，大声地告诉父母：“我很爱您们。”给远方的爸爸妈妈打个电话，道一声辛苦，送上诚挚的祝福。

感谢老师吧!我们从一个顽皮孩童一路成长，老师始终陪伴我们左右。我们成长的足迹中，有老师温暖的双手，有老师深情的目光，有老师宽广的胸怀，更有老师殷切的期待。

感恩老师，并不需要我们去做什么惊天动地的大事，生活学习中的点点滴滴就能体现我们的感恩之心。

课堂上，一道专注的目光，一个会意的点头，一次勇敢的举手，都证明你在全身心地投入学习。

下课后，过道里、操场上，遇见了老师，一抹淡淡的微笑，一声轻轻的问候，这，便是感恩。

放学了，向辛苦了一天的老师挥挥手，道上一声“老师再见”，这，依然是感恩。

感恩自然吧!没有阳光，就没有温暖;没有水源，就没有生命;没有花草树木，就没有五彩缤纷的世界。大自然赋予了我们一切，让我们学会感恩大自然。

感恩大自然首先就要学会敬畏自然，大自然的鬼斧神工造就了神奇的山川河流，给我们留下了一笔笔宝贵的自然遗产，我们要保护好、利用好，坚决不做破坏自然环境的事。

我们不乱丢一点垃圾，不乱折一朵花，不乱伐一颗树。

我们去亲近大自然，投入大自然的怀抱，去享受蓝天白云，去沐浴阳光，去经历风雨，去攀登高峰。

拥有一颗感恩的心，我们就会拥有快乐，拥有幸福，拥有一个美好的未来。

同学们!在我们心中种下一颗感恩的种子，让它开出灿烂夺目的花朵吧!

感恩成长感悟篇五

落叶在空中盘旋，谱写着一曲感恩的乐章，那是大树对滋养它的大地的感恩；白云在蔚蓝的天空中飘浮，绘画着那一幅感人的画面，那是白云对哺育它的蓝天的感恩。因为感恩才会有这个多姿多彩的社会，因为感恩才会有真挚的友情，因为感恩才让我们懂得了生命的真谛。

在感恩中成长——我学会感恩我的父母，因为他们给了我宝贵的生命。从婴儿的呱呱坠地到哺育我长大成人，父母们花去了多少的心血与汗水，编织了多少个日日夜夜。当我遇到险阻，父母会召唤我鼓起生活的勇气，当我流连忘返于某一事物，父母会督促我保持一颗崇高的心。

在感恩中中成长——我学会感恩我的老师，因为他们给了我无穷的知识。从上小学到初中，乃至高中，有多少老师为他呕心沥血，默默奉献着光和热，燃烧着自己，点亮着他人。他们往往为我们倾注了心血和精力，请您体会您的老师的劳累。

在感恩中中成长——我学会感恩我的朋友，因为他们给了我微笑和快乐。他们不会像老师那样带我们遨游知识的海洋，也不会像父母告诉我人世的真谛。他们会给你讲一些简短却动听的故事。

在感恩中成长，我的一颗心永远被温暖笼罩，被甜美滋润，我的生活中没有冰雪，没有愤怒，没有咒骂，没有冲突。放开你的胸怀，让霏霏细雨洗涤您心灵的污染；带着您感恩的心去遨游世界，您将发现世界因有感恩而更加美丽。

感恩成长感悟篇六

大家好！我是高二十班的xxx□

今天，我演讲的题目是：我感恩，我快乐，我成长。

俗话说：哀哀父母，生不养儿不知父母恩。感恩父母，是我们理所当然的必修课。因为感恩我们才能像鱼儿一般，自由自在地畅游于水中快乐成长。所以，我们该看世事如烟，铭记恩情存如血！因为感恩，我们便会心胸坦荡，无拘无束快乐成长！

对于教师，我们应该谨记：不管一个人取得多么值得骄傲的成绩，都应该饮水思源，记住老师是为我们成长播下最初的种子。感恩教师，我们才会像花儿一般美丽绽放予以回报！因为感恩，我们便会在人生的学途上沿路播种，努力学习，快乐成长！

朋友，是任何时刻都在一起奔跑的伙伴。即使过程如何的跌宕，他们都在身边与我们同喜同悲|。感恩朋友，我们就像马儿奔跑的场面。你在奔跑，而我为你开出一片无垠的草原，任你奔腾在自己的人生。因为感恩，我们一路同行，走的更远，一起相知快乐成长！

感恩、快乐、成长。三者缺一不可，真诚感恩，才能快乐的在成长中无悔付出、意外收获。所以，我们要懂得感恩、学会感恩、参与感恩、实践感恩！在感恩中收获，在感恩中成长！这不仅在健全这我们的人格，还让我们在成长中将这中华民族优秀传统文化传扬下去。

快乐成长，从感恩开始！

各位老师，亲爱的同学们：

大家好！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，只有九十多人生还。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。

感恩成长感悟篇七

我叫xx今年56岁，现任xx市xx镇主任科员。今天，组织上安排我在这里发言，我是既感激，又愧疚。我是一名普通的乡镇干部，没有什么惊人的事迹。如果一定要说好的表现，就是在乡镇干了一辈子，为老百姓做了一点点实事。

我叫xx今年56岁，现任xx市xx镇主任科员。今天，组织上安排我在这里发言，我是既感激，又愧疚。我是一名普通的乡镇干部，没有什么惊人的事迹。如果一定要说好的表现，就是在乡镇干了一辈子，为老百姓做了一点点实事。

扎根农村，34年“不挪窝”

就这样，我在一个乡镇已经干了整整34年。

官大官小，都是为群众服务

镇里的同事经常开玩笑，说我老刘是官越当越小，当了连长当排长，当了排长当班长。的确如此，我从镇党委分管意识形态的副书记，到镇人大副主席，到民政办主任、办事员，“官”的确是越当越小了。但我觉得，官大官小，都是为群众服务。只要能够为群众做事，我就感到充实。