

# 2023年中学生感恩演讲稿三分钟(通用8篇)

演讲，首先要了解听众，注意听众的组成，了解他们的性格、年龄、受教育程度、出生地，分析他们的观点、态度、希望和要求。掌握这些以后，就可以决定采取什么方式来吸引听众，说服听众，取得好的效果。那么演讲稿该怎么写？想必这让大家都很苦恼吧。下面是小编帮大家整理的优秀演讲稿模板范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

## 中学生感恩演讲稿三分钟篇一

大家好！

我认为，感恩是我们人生中的常态，它就像是一朵永不会褪色、用不枯萎的玫瑰，带给我们美丽且温柔的感觉。感恩也时时刻刻发生在我们身边，它就像是我们生活里的必备物品一样，给我们惊喜，也给予我们欢乐。也许有时候我们会遗忘它的存在，但我们只要细心发现，我们就能感受到它的存在。感恩，是一种美德。感恩，是一次绽放。感恩，是一场邂逅。所有关于感恩的词汇，我相信都是非常美好且让人向往的。

其实不难发现的是，在我们的周围，也存在着许多的感恩。我相信在座的同学们都会有说“谢谢”的习惯，这两个字看起来平淡无奇，但是它的内心却包裹着一层丰富的情感。当同学们帮我们的忙时，我们会说一声谢谢，这是发自内心的感谢同学的帮助，也是对这次帮助表达个人内心的情感。我们有时候也会遇到一些特别的感动，比如说陌生人突然给予的关心和帮助，这会让我们感到非常惊讶，惊讶之后便是感动了。

而大家是否有想过这样一个问题，为什么会有人愿意帮助

你？为什么你会对对方表示感谢？在我们的生活中，其实都是保持能量守恒的。这个社会之所以越来越温暖，越来越有温度，是因为我们每个人都在奉献自己，都在为这个社会给予一点点爱，也给予自己的一点情感。大家这些情感加在一起变成了一个温暖的环境。而感恩便是支撑着这种温暖的支柱。

我也总是常常在想，感恩到底是什么？为什么会有这样的一种情感呢？后来我明白了，感恩就像是冬日里的一盆炭火，也像秋季里枯黄树枝上挂的果实，它总给我们温暖且舒适的感觉。当我们给予感恩时，他人会收获到温暖，也会将这份温暖传递出去。也许我们现在还经历的比较少，但是如果我们真正走进这个社会，走进这个世界，我们就会发现，感恩的力量是多么的伟大。懂得感恩的人是多么的充满光芒和魅力。

亲爱的同学们，就让我们一起铭记，在生活中感恩，懂得回馈，不要总是索取。因为这种关系是互相的，只有懂得回馈了，我们索要的才会变得更加的自然且舒适。我相信大家今后可以做一个更好的少年，也相信大家能和我一样，感恩他人，感恩社会，也同时感恩自己。

我的演讲完毕，感谢大家！

## 中学生感恩演讲稿三分钟篇二

尊敬各位老师、同学们：

大家好！

首先我要感谢今天让我能够站在这里参加此次演讲的所有人，因为今天是感恩节，所以我今天要演讲的题目是《感恩的心》。

“感恩的心，感谢有你，伴我一生有勇气作我自己，感恩的心，感谢命运，花开花落我一样会珍惜”这段歌词和手语都是大家所熟悉的。感恩，一个永恒的话题。感恩，感谢生命中的点点滴滴，感谢生命中的每个人。

在此，我想告诉同学们一则故事：有一个天生失语的小女孩，爸爸在她很小的时候就去世了。她和妈妈相依为命。妈妈每天很早出去工作，很晚才回来。每到日落时分，小女孩就开始站在家门口，充满期待地望着门前的那条路，等妈妈回家。妈妈回来的时候是她一天中最快乐的时刻，因为妈妈每天都要给她带一块年糕回家。在她们贫穷的家里，一块小小的年糕都是无上的美味了啊。

在这则故事中，我们看到故事中的那家人是多么的贫穷，但故事中的那位母亲却坚持每天给女儿带来一块年糕。虽然对现在的我们来说，这一块年糕是多么的微不足道，但对这对母女却是一道至高无上的美味，而且这么一块小小的年糕，就十分可能是那位母亲辛苦劳动一整天才换得的啊！而文中的女儿却也在享受这美味的同时对母亲也心存感激。我们再来看，当母亲没回来时，女儿便奋不顾身地冲进大雨里寻找母亲。我想，一般人只会乖乖地在家一直等着母亲的归来。但她却如此勇敢地出去寻找母亲。

究竟是什么样的动力驱使她这么做？是的，就是她的那份对母亲的感恩！而故事结尾她做的那一遍遍的《感恩的心》的手语更是体现出了女儿对母亲那真切的感恩，我相信，她的这份真挚的感情肯定也传达到了她在天堂的母亲，所以母亲的眼睛才会安心地闭上.....

感谢你的父母。他们是你至真至爱的亲人。没有你的父母就没有你的今天，所以，你首先要感谢的人是你的父母。是他们给了你生命，是他们哺育了你，是他们给了你最伟大的爱。你讲的第一句话是他们教的；你迈出的第一步是他们扶助的；你成功时，为你呐喊欢呼的是他们；你失败受挫时，安慰你鼓

励你的人是他们;为你付出爱最多的人是他们;为你流过最多汗水的人是他们;为你着急, 为你流泪的人还是他们——你的父母。

感谢他们吧, 感谢他们的爱, 感谢他们的付出, 这一切都是无法用金钱来衡量的, 也是你一生都报答不尽的。感谢你的父母, 在岁月途中, 静静的看护你, 为你遮风挡雨, 让你在爱的幸福中学会如何去爱他人, 感谢父母日日夜夜爱的奉献。让我们大声的说“爸妈, 谢谢您! 我们爱您!”

我的演讲完毕, 谢谢大家!

## 中学生感恩演讲稿三分钟篇三

各位老师同学:

大家好!

今天我演讲的题目是: 学会感恩。

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在感恩着;

白云在蔚蓝的天空中飘荡, 描绘着那一幅幅感人的画面, 那是白云对哺育它的蓝天在感恩着。

从上小学到中学, 乃至大学, 又有多少老师为我们呕心沥血, 默默奉献着光和热, 燃烧着自己, 点亮着他人。

感恩是发自内心的, 俗话说“滴水之恩, 当涌泉相报。”

他们往往为我们倾注了心血、精力, 而我们又何曾记得他们的生日, 体会他们的劳累, 又是否察觉到他们头上的缕缕银丝, 还有他们脸上的那一丝丝皱纹。

感恩更需要你用心去体会，去报答！

伟人xxx也同样在佳节送上对老师的一份深深感激。

自古以来的伟人无不有着一颗感恩的心，感激不需要惊天动地，只需要你的一句问候，一声呼唤，一丝感慨。

感恩是有意义的，爱让这个世界不停旋转。

父母的付出远远比山高、比海深，而作为我们，只知衣来伸手，饭来张口。而似乎又有一条隔离带，把我们变得自私自利，忘记了曾经父母的付出，忘记了那一声声快乐。

学会去感激别人是自己的一份良心，一份孝心，因为只有这样才会有和睦，有快乐，有彼此间的敬重。

怀着一颗感恩的心，去看待社会，看待父母，看待亲朋好友，你将会发现自己是多么快乐，放开你的胸怀，让霏霏细雨洗刷你心灵的污染。

让我们学会感恩，只有这样才使世界更美好，才会使生活更加充实！我的演讲完毕，谢谢大家！

## 中学生感恩演讲稿三分钟篇四

尊敬的老师们、同学们：

大家好！我今天演讲的题目是：《胸怀感恩之心》！

刘普林，我校xx年10月起每隔半年就献一次血，到现在，已经献血1500毫升了……在逆境中，他并不自卑，怀着一颗感恩的心，面对贫困，敢于担当，这，就是你们的学长——“马路孝子”刘普林！

一个90后的当代大学生，不怕脏、不怕累、不怕丢面子，一直利用休息时间帮妈妈扫大街；一个来自农村的穷孩子，不怕贫穷，体贴父母的生活艰辛，主动为家里分担责任；一个身体瘦弱的年轻人，为了省钱，每天在学校捡破烂，用换来的钱给同学买西瓜吃；为了能帮助外地贫困生，把自己得到的补助让给他人；为给生病的同学捐款，每天只吃几个馒头；为了妈妈不受冻，用腋窝暖妈妈的脚；为了爱，去献血；为了帮助他人，受苦受累都愿意，这，就是你们的学兄——感动了全国的刘普林！

从刘普林身上，我们看到了他的善良、坚强和孝心；在刘普林的身上，我们找不到半点虚伪，只有真诚和自信。与一些只知比富贵、比索取，比穿、比车的同龄人相比，刘普林的行为了显得尤为可贵。从他身上，我们看到了天有学子敢于担当和奉献的精神；看到了天有学生热爱劳动、孝敬父母的好品格。这也正是我们全体同学需要继承和传递的价值取向。

曾经，有一个年轻人，在黑暗的山谷里面走夜路。天很黑，他迷路了，他找不到走出大山的方向，看不到星星和月亮，冷冷的山风飕飕地吹过来，他的头发都立起来了。突然，他听到夜空中，传来了一个声音。那声音不知道从哪里来的，那声音对他说：“年轻人，地上有石子，捡几颗，天亮了，会有用的。”他感到非常恐惧啊，那声音一遍一遍地响起来。

“年轻人，地上有石子，捡几颗吧，天亮了会有用的。”最后，那声音几乎在哀求了，“年轻人，地上有石子，快捡几颗，天亮会有用的。”他想，我还是照做吧。于是，弯下腰，随随便便，捡了几个石子放在手里。就这样，他的手里握着这几个石子，竟然奇迹般地引导他走出了大山。天亮了，年轻人很想知道这手里抓的是什麼？借着黎明微微透出的晨阳，他伸开了自己的手掌，哇！竟然是金灿灿的黄金。他突然明白，原来昨天那个声音是善意的，那个声音是对我好。他开始后悔，为什么我昨天晚上不多捡一点呢？当他回头望向那茫茫大山时，他看到黑压压的大山一座连着一座，根本就找不

到那条回去的路了。

相信同学们都明白这个道理。当你在学校里读书，当你打开作业本，当你在写作业，当你学习的时候，有一个声音在你的耳旁不停地响起，那是你爸爸妈妈的声音，那是你老师的声音，那是每一个关心你、疼爱你的人的声音，他们说着相同的一句话“孩子啊，好好读书吧，将来会有用的，孩子啊，好好读书吧，将来会有用的。”如果今天的你，不好好学习，不好好读书，不久的将来你也会成为这个故事的主角！

同学们，如果你心存感恩，当你因没有履行学生的职责而受到老师的批评乃至训斥时，就会放下所谓的面子，不再一意孤行，因为你知道，老师是真心帮助你；如果你心存感恩，你就会理解父母的艰辛，就能看清父母的皱纹和白发，就能读懂父母期望的眼神；如果你心存感恩，当同学间有了矛盾，哪怕你再委屈，也会用正确的方法去化解，不是大打出手，更不至于将矛盾扩大，因为你知道，同学不是敌人，要珍惜这份友情；如果你心存感恩，当你违纪时，就会自觉约束自己的不良行为，因为你知道，集体的荣誉必须靠每个成员来维护！

在教刘普林的一年中，我们全体任课教师都深切地感受到他的诚实，他的努力，他的勤俭，他的孝道，他的感恩之心，最重要的还有他的坚持！作为一名天有高高中的毕业生，刘普林同学为母校赢得了荣誉，同时自己也受到了社会的认可！在此，我号召全体同学都要认真学习刘普林心怀感恩、敢于担当的精神！

我们要感恩社会，感谢大自然对生命之源的赐予，学会热爱自然，回报社会；我们要感恩班级，感恩集体的每一个人给予自己的关心、帮助和支持；我们要感恩父母，感念父母对我们生命的赐予和生活的辛酸与沧桑，感谢父母对我们的无私付出和养育之恩，对父母长辈多一份体贴，多一份关怀，多一句问候，尽孝心，重人伦，付亲情；我们要感恩老师，感谢老

师对我们心智的启迪和生命成长的关怀，感谢老师对我们的辛勤付出和教诲；同时，我们还要感恩对手，感谢强大的对手给予我们的竞争压力和挑战，感谢对手给予我们学习的鞭策和成长进步的动力，用感恩的心做人做事。

同学们，在这充满春意的三月，让我们以刘普林为榜样，在雷锋精神的号召和鼓励下，胸怀感恩之心，携手共进，孝敬父母，感恩老师，珍惜时光，克服困难，搞好学习，奋力进取，誓将“马路孝子”精神永远传递，永将天有精神不断发扬光大！

我的演讲完毕，谢谢大家！

## 中学生感恩演讲稿三分钟篇五

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好

美丽的五月已经悄悄地来到身边，空气里到处飘荡着芬芳的气息，这一切都在向我们诉说着生命的美好。

生命是神圣的，它构成了绚丽多彩的世界。

父母赐予了我们神圣的生命，让我们去经历这世界的缤纷多姿。

父母是我们的至亲至爱，是最值得我们尊敬和感激的人。

我们今天讲话的题目是：感恩父母

首先请允许我给大家讲述一个感动国人的故事：

感动中国人陈玉蓉为了救治濒临死亡的儿子，请求医生将自



己的肝脏进行移植，然而她患有重度脂肪肝，根本不符合捐肝条件。这位救子心切的母亲，在众人的一片绝望中，做出了一个惊人的举动——每餐只吃半个拳头大的饭团，每天却要暴走十公里。依靠着伟大的母爱，她完成了一次属于自己的艰苦卓绝的长征！短短七个月内，重度脂肪肝消除殆尽，一位母亲，创造了医学史上的一个奇迹，挽救了儿子的生命。

一次是十月怀胎，一次是七月暴走，一个母亲为儿子的生命进行了两次分娩。她忍住饥饿和疲倦，不敢停住脚步，进行了一场命运的马拉松。上苍用疾病考验人类的亲情，她就舍出血肉，付出艰辛，守住信心，因为她是母亲，她一定要赢，她的脚步为人们丈量出一份伟大的亲情。

请大家再来看一个字——（倒写的孝字），这是什么字？或许同学们会笑我把字那倒了，但这个倒置的“孝”字不就是我们平日里与父母相处时的一个缩影吗？举一个简单的例子：不仅同学们记得自己的生日，父母也时刻铭记在心。哪一次我们过生日，不都是父母精心操办？也许是一份美味大餐，也许是一份精致的小礼物。当我们徜徉在父母的爱中时，我们中又有几个同学记得父母的生日？民间有谚语“儿子日，母难日”。当我们在为自己庆贺生日时，我们是否想到过经历死亡般的痛苦，让我们降生的母亲呢！是否曾真诚地给孕育我们生命的母亲一声祝福呢！父母的身体健康，我们又关心多少呢！据报道，今年北京某中学的抽样调查却显示：有近50%的学生竟然不知道父母的生日，同学们或许一声祝福对自己算不了什么，但对父母来说，这声祝福却比什么都美好，都难忘，都足以使他们热泪盈眶！

听完以上的故事我们应意识到：我们神圣的爱其实并不复杂，只在于我们是否把它放在心里。我们的亲人并不需要我们为它们做太多的事情，没有任何东西可以胜过真心的呵护和关爱。有时候呵护并不是要我们为它们遮风挡雨，而是无怨无悔的同舟共济，是不让它们为我们焦虑担心；有时候关爱也并不在于你为它们赢得了多少光荣，而是温馨的话语和真正

的理解，是将他们永远放在我们心里。

扪心自问，我们对他们是否真的足够尊重而和理解？

对于他们我们又是否付出过真正的关爱

爱未必都是惊涛骇浪，更多的时候是最无声的细水长流。我们可以为他们做的或许很少，但对于他们来说，我们所做的一切都代表着很多，所以，从现在起，尝试着为他们做点什么。

多久没有听见他们的声音了？打个电话回去吧！

多久没有在一起聊一聊了？找个时间坐下来吧！

如果没有表达过你的爱与感谢，今天就告诉他们吧！

如果不好意思亲口说出，那就用行动证明吧！

感谢他们将青春年华注入我们的生命；

感谢他们给予我们理解、支持与关怀。

乌鸦反哺，羔羊跪乳，让我们满怀感恩的心，对全天下的方面道声：“谢谢你们！您们辛苦了！”

大家好，我叫管音杰，小名叫六六。我来自实验幼儿园中二班，今天我演讲的题目是《感恩》。

我刚刚进幼儿园的时候，总会因为想妈妈而哭泣，拉着老师的衣服不停地说：我要回家，我要妈妈！那时我不会穿衣，不会穿鞋；喝水时常常弄湿衣服，吃饭时米粒洒的到处都是；有时还会尿床尿裤子。每当这个时候，老师就会耐心的帮助我、鼓励我。余老师和陈老师常常会把我搂在怀里，轻声的告诉我：六六，老师真喜欢你，老师爱你。

很快两年过去了，我现在特别喜欢幼儿园，因为在幼儿园有自己喜欢的余老师和陈老师，还有这么多小朋友一起玩，我觉得很快乐。

现在我可棒了，我会自己吃饭穿衣，自己洗手擦脸，能主动和人打招呼，大家都夸我说：六六，你可真棒！妈妈说，都是因为老师对你的关心和帮助，你才能有这么大的进步，我们要永远记得，要怀有一颗感恩的心！

今天我要大声说：老师，谢谢您，老师，我爱您！最后，我要为老师唱一首歌，表达我对老师感恩的心。唱：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。

## 中学生感恩演讲稿三分钟篇六

尊敬的各位评委老师、亲爱的同学们：

大家晚上好！

我是来自高一、23班的周xx今天在这里想和大家一起，用短暂的几分钟时间，重拾记忆的片段，看看那条来时的路，谢谢一路爱我们的人，也谢谢那些曾为爱疯狂的日子！今天我演讲的主题是《感恩——流年》。

记得有人说过，儿时掏心掏肺倾心倾血扶你上路的是父母。少不更事只会让身边最亲近的人为自己付出，也为自己流泪，我真的不是个懂事的孩子。十六岁，却没对父母说过一句我爱你，现在，每当看着妈妈日渐憔悴的面容和爸爸日渐弯曲的背脊，眼眶总会不经意间泛出泪来。

我最亲最爱的人为我的无理取闹一次又一次的身心憔悴。爸爸却说：“没关系，孩子还小！”我却连一句对不起都迟迟埋葬在心里；妈妈说：“不怪你，知道错了就好！”我却连

一句谢谢你都让它随风而逝。当代女作家丁立梅曾说：我会记得你，就像风会记得一朵花的香！可今天我站在这里，只希望时光慢一些，让我们所有人的父母能和我们在一起久一些。让流年停驻，时光慢走，让我们每个人都有时间去顿悟，去感恩，去为了爱，不留遗憾，为了感恩，奉献孝心！

佛说，前半世我们都是一棵会开花的树，结了半世的缘，今生才可相遇！那从相逢到相知，恐怕花儿已开满了世纪！年少的轻狂让身边的朋友一个又一个的离去，自己却无所谓般听着那些个性化的歌曲，可无人知晓在某个寂静的夜，点点星光伴孤影的时候，还是会想起某个好友给过的温柔，再想哭时，也会发现没有了肩膀。

所以，一句谢谢不矫情，一个拥抱也不寒碜，一双手的紧紧相握，攥得生疼，是一颗感恩的心见证友情的力量，是一颗感恩的心绽放温暖的阳光！明媚的流年，有朋友相伴，一生一世，因为感恩，所以懂得，因为懂得，所以相知相惜，一生一世！朋友，感恩有你，流年，真好！

宛转流年，流年宛转，一季春花红，一地秋叶黄。十多年的成长之路，多少人与我们擦肩而过，又有多少人从相遇就未曾离开。年少不更事失去了许多本该有的陪伴，也让身边的人为了自己伤心流泪，可岁月不会让你重新去爱，流年中失去的也无可追回，只能让心在一次又一次的失去后尽早学会感恩，然后懂得珍惜。

我们总是把年龄小当做伤害的理由，可我们又何曾给过那些身边的人一个爱自己的理由。我们总是问苍天为什么别人有的自己没有，为什么身边的人渐渐都离开？可为何不问问自己，长了这么大，说过多少句谢谢，又给过那些身边的人多少幸福？！别等流泪了才知道心碎了，也别等人走了才发现还没有好好珍惜！

感恩，就是把那个人，那件事，那张照片映进心里，然后告

诉自己不忘记；感恩，就是把父母对你的好滴滴铭记，然后告诉爸妈：你老了，我养你；感恩，就是在朋友帮你时说句谢了，等有一天他需要了，哪怕风狂雨疾，浪高海深，我都翻山越岭，面带微笑，走向你；感恩，就是在一摄氏度又一摄氏度的爱中和一次又一次的跌倒后仍咬着牙，站起来，然后告诉自己撑下去，然后的然后，仍抬起骄傲的头，朝着自己选择的路，带着感恩走下去！

朋友们，流年如逝，感恩如山，一向年光有限身，不如怜取眼前人。趁青春明媚，正善美存心，那就让流年承载爱心，让爱心相伴感恩，去温暖人生，照亮你我，让这个世界更加美好！我的演讲结束，谢谢大家！

## 中学生感恩演讲稿三分钟篇七

同学们：

在座的各位师长，亲爱的朋友们：

每到这首歌在耳畔响起，你的心湖中是否泛起阵阵感动的涟漪？是的，从生命之花最初的绽放，到长成翩翩少年，我们一直被浓浓的爱包围着。有人说，我们是被宠坏的一代。有些太过自我，有些太过冷漠。真的是这样吗？不，我们要学会感恩，感恩每一个给予我们的人。记住每一个令我们感动的瞬间，我们会用一颗真诚的心去拥抱世界。

父爱积成山，母爱汇成河。在一生中，父母给予了我们多少爱？我数不清。在一生中，父母的爱有多么伟大？我说不出。父母给予我们的是天底下最无私，最不图回报的爱。一句嘱咐，一顿好饭，一个拥抱，甚至是一次批评，点点滴滴，都是父母的心啊！然而，我们却对父母的爱习以为常。他们是最爱我们，却最容易被我们忽视的人。让我们学会感恩父母吧！也从点点滴滴做起！

在成长的岁月中，除了父母亲人，还有谁把我们牵挂，为我们付出？是老师！老师是开启我们心灵的人，是她们传给我们做人的道理，是她们教给我们过硬的本领。是她们默默奉献出自己的精力和心血，用肩膀托我们到高处看风景！让我们学会感恩老师吧！也从一言一行做起！

在生命里，值得我们感恩的实在太多太多。我们应该感恩这个时代，因为它给予了我们幸福的生活；我们应该感恩身边同学，因为他们给予我团队的力量；我们应该感恩扫大街的大妈；因为她给予了我们优雅的环境；我们应该感恩让座的叔叔，因为他给予我们陌生的关爱；我们应该感恩挫折困难，因为它能够促使我更加坚定；我们应该感恩竞争对手，因为他能够激励我不断超越；我们应该感恩大自然的风风雨雨，一草一木让我们学会感恩吧，从生命中的每一天做起！

永远不要忘记师恩的分量，在与老师相处的日子里，让我们悄悄倒一杯水，润润老师干涩的喉咙，让我们轻轻伸出手，揉揉老师疲惫的肩，让我们以不断地进步给他们惊喜；让我们以优异的成绩给他们满足，把来自心底的感恩写成一张小小的字条放在老师桌前，让它成为老师心中的喜悦！当我们渐渐长成，请不要忘记！当我们有了成就，请不要忘记！老师曾是这一切最有力的支持！

学会感恩，是要敞开心扉。相信诚信的力量，它可以点石成金。就像鲁迅先生说的：“诚信是为人之本”，真诚是心灵的开放，真正的感恩，是来自心底最诚挚的呼唤！

学会感恩，你便学会了宽容，要知道，宽容比指责更催人自新，宽容那些带给你伤害，烦恼，困惑的人，你会感到心灵的释然，你的心中会充满光明，你的目光会充满温暖！

学会感恩，你的心中便有了爱。爱是心与心的交融，在你感受温暖和爱意的时刻，也把你的爱奉献给需要关爱的人。一声喝彩，一份鼓励，哪怕你的给予多么微不足道，也许就会

给他人力量，伸出一只手，献出一片情，生活会充满灿烂的阳光！

怀揣一颗感恩的心上路，我想我们的人生必将充满无限精彩！这个世界必将有着无限精彩！

## 中学生感恩演讲稿三分钟篇八

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！因为有爱，所以感动；因为感动，懂得了感恩；因为感恩，有了源源不断的爱。

世界仿佛很小，好像一转身，就不知道会遇见谁；世界真的很大，好像一转身，就不知道谁会消失。

那个坐在沙发上，正在看一档叫做《健康热线》的养生节目的就是我的外婆。她是一个年过古稀的老人，也是一个平凡的不能在平凡的妇人。走进家门，我便嚷嚷：“吃什么呀，要饿死了。”外婆急忙放下遥控板，边走入厨房，边说：“饿坏了吧，快了快了，那里有削好的水果，先吃点水果吧。”

我坐在沙发上，望向天边一抹斜阳，他不似朝阳炽热，但比朝阳温暖。落日的余晖向琐碎的云朵，出现火烧云，层次分明，红红的秋日夕阳，早已失去曾经炙热的威力，呈现出一种虚弱的姿态，并且可以感受他，一种不可挽回的沉入西山的势头。

不过一会儿，饭香便飘了出来。一家人坐在餐桌上吃饭，其乐融融。坐上桌，外婆便把荤菜放在了我面前，看向她的桌前，却只是一碗白米饭加一碗白菜豆腐，我的心里被激起层层波澜，忙把肉夹给外婆，外婆却一边夹回，一边说：“我年龄大了，吃这些不好，你吃，你吃。”说完，又忙这帮其

他人夹菜，夹完便又默默的吃着自己的饭。

吃完饭，看着要出门的外婆，不变的总是那几件衣服和自己仅有的几个爱好，却总是为了我们一次次放弃自己所钟爱的。时光总是无情的，原本乌黑浓密的发丝，可是现在那一根根银白的发丝，也着实耀眼。岁月也许在她的脸上留下痕迹，肤色也变得暗黄，眼睛失去了当初的神采，她也许没有最美的外表，却在爱她的人心中留下最美的痕迹。她惊艳了时光，也温柔了岁月。

天边那抹斜阳渐渐落下，似乎怕勾起我们我们无限的离愁，便安静的离去，它虽然没有朝阳灿烂，但依然温暖了我。

“感恩的心，感谢有你。伴我一生，让我有勇气，做我自己……”其实生命亦是一种感恩，让我们用一颗感恩的心去看待这个世界，用一颗感恩的心面对生活。