

最新青春和感恩 感恩青春演讲稿(通用13篇)

运动员们已经准备好了，运动会等你来挑战！宣传是成功举办一次运动会的关键，我们应该做到有声有色。让我们一起来看看其他学校运动会的精彩宣传案例吧。

青春和感恩篇一

尊敬的各位评委、老师、同学们：

大家下午好！

生命不仅仅是一朵朵娇艳的花，它更是饱经风雨的激情；青春也不仅仅是一个个美丽动人的故事，它更是放眼未来埋头奋斗的过程。因为青春的多彩，因为生活的美好，它更需要我们普高学子不忘历史，常怀感恩之心！

感恩就是发自内心积极乐观的生活态度，是一种处世哲学，是生活中的大智慧。它绝不是一种心理安慰，对现实的逃避，更不是阿q的精神胜利法。感恩，是一种歌唱生活的方式，它来自对生活的爱与希望。

清晨，当我推开窗户，放眼蓝蓝的天，绿绿的草，晶莹的露珠，清清爽爽的早晨，我感恩上天又给予我一个新的开始入夜，当我打开日记，用笨拙的笔描画着一天的生活感受，月光展露着温柔的笑容，四周笼罩着夜的温馨，我感恩大地赋予我别样的安宁感谢父母给了我生命和无私的爱感谢老师给了我知识和看世界的眼 感谢学校，给了我迈向成功的路 感恩每一个爱我和我爱的人，心怀感恩，我们努力成长，挣脱怀抱，我们越飞越高心怀感恩，我们文明懂理，通力合作，我们越来越好。

青春和感恩篇二

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

居里夫人说过“不管一个人取得多么值得骄傲的成绩，都应该饮水思源”。

感恩可以让人看到人生美好的一切，一个常常感恩的人，才会幸福，才会快乐，心灵才会圆满温润。

青春是美丽的，青春是神秘的，青春是甜美的。有人说“青春是上帝给人们最美好的礼物。”这句话又何尝不是呢？美丽体现在成熟的面孔；丰富的想象力；敏捷的思维；强壮的体质；异的特长。

俗话说的好：“鸟有反哺情，羊有跪乳情。”我们是不是也应该心怀感恩呢？感恩身边的人，事物。感恩父母，感恩老师，感恩亲人，感恩朋友，感恩自己的青春，自己的年少轻狂，感恩身边给予我们关爱的一切一切。那么，到底什么是感恩是一种处世哲学，也是生活中的大智慧，一个智慧的人，不应该为自己没有的而斤斤计较，也不应该一味的索取和使自己的私欲膨胀。学会感恩，为自己已有的而感恩，感谢生活给予你的一切。这样你才会有一个积极的人生观，才会有一个健康的心态。

感恩。不需要许多复杂的东西，只需要一个微笑，一声问候，心存感激就够了。处在青春期的我们，是不是也只会有时烦躁，对父母不停的唠叨很厌烦，甚至会和父母吵架。但你注意到他们内心是否波涛汹涌。如果我们会注意到母亲在厨房忙碌的情景，注意到父亲在外为家辛勤奔波的辛酸。我们是不是还会如此的对待父母，还会不会不耐烦。

在父亲节，母亲节到来的时候，给父母一个小小的礼品，或是一句父亲节、母亲节快乐，我想父母的内心是无比的喜悦的，也意味着你懂事了。

做一个会感恩的人，学会感恩父母、老师、亲人、朋友，学会回报社会，当一个有用的人。

青春和感恩篇三

尊敬的老师，亲爱的同学们：

大家好！

一条坎坷而又平凡的人生旅程，有惊喜也有悲伤，就像成长的路上多一幅插图，也许是一幅山水画，也许是一幅水墨画，也许是秀玉星夜画，就像一只画笔书写着故事的俊逸、洒脱。如青春路上收获的感动，领略的山川，畅游的知识，细心的教导，有苦涩的泪水与汗水。也许你会在这其中发现一样平凡而又无色的东西，那就是感恩与青春，就像朋友一样形影不离，就像亲人一样难舍难分，就像师徒一样解惑问题，就像尘埃中的一粒石子，不仅渺小而且平凡。

青春如一条缎带，连接着自由与我们，没错，正是因为如此我们不仅学会了成长，学会了感恩。记得那是一年秋天，我与你在一处不起眼的废墟里相遇，因为景象的破败、凄惨，无有一人愿意仔细观察掩埋在废瓦片里一粒形体不饱满的种子，那里充满了黑暗与孤独，没有阳光的普照，没有雨水的滋润，没有泥土的保护，就像一只受惊的小鸟躲在瓦片废墟里，原本已对未来充满了失望，但是，您却出现在我的面前，一身浅蓝色的外夹克，一件洁白的衬衫，一件暗淡的黑色布裤，一头清爽干净的平头，却映衬出一张慈祥而又温柔的面容，您仔细的在废墟中找寻着什么，不知那是期望还是欣喜，您用双手将我小心翼翼拾起并捧在手心中，用那温暖的双眸凝望着我，那里面包含着期望、欣慰，您用小碎步式的脚步

将我带到一片充满了绿色和生机的花栏中将我慢慢地掩埋在泥土里，细心而又温柔地向我灌溉着雨露和营养，用慈祥的笑容温暖着我，用坚实的臂膀为我遮挡风雨，用厚实的大手引领我向上攀登，您用您丰富的知识和经历教育者刚刚成长的我。当您的身体已爬满了岁月的足迹，当您手上已满是被我尖刺刮伤的伤痕，当您的眼眸已被‘白雾’掩住了光明，当您的身体已摇摇欲坠，我已成为一颗参天大树，在世界中叙述着我独有的故事，在风雨中寻找着我道路，在黑暗中寻找着自我的目标。当我回过头时，您已是白发苍苍，那无情的时间在快速的夺走您仅有的生命，也许这时的我才发现您在我的身后露出了欣慰的笑容。

老师，还记得那一次教师节，当时的我在您的课堂上想着教师节要到了，该买什么礼物给你时，您走了过来用您手中的课本轻轻地敲打了一下我头，“又打小差……”，我马上扭过头看着您怀着抱歉的表情像您吐了吐舌头，然后回到您的课堂，随着黄昏的临近，我在教室里出神的想着，没发现已在我背后的你，你用你清脆的声音说“想什么呢，都出神了”，我慢慢的看向你，看着你，突然想起你说的一句话，你说“世界上一切都是美好的，就像星星与月亮一样，如此静谧，如此朦胧……”，我才发现该买什么礼物给你，第二天，你的桌上多了一本《快乐总是如此美好》的书，你来到办公桌前，发现了这本书，你欣慰的笑了。那一刻，我发现了你的美。

青春和感恩篇四

大家下午好！

清晨，当我推开窗户，放眼蓝蓝的天，绿绿的草，晶莹的露珠，清清爽爽的早晨，我感恩上天又给予我一个新的开始入夜，当我打开日记，用笨拙的笔描画着一天的生活感受，月光展露着温柔的笑容，四周笼罩着夜的温馨，我感恩大地赋予我别样的安宁感谢父母给了我生命和无私的爱感谢老师给

了我知识和看世界的眼 感谢学校，给了我迈向成功的路 感恩每一个爱我和我爱的人，心怀感恩，我们努力成长，挣脱怀抱，我们越飞越高心怀感恩，我们文明懂理，通力合作，我们越来越好。

青春和感恩篇五

大家好!今天我演讲的题目是《感恩父母》

父母的爱，是黑暗中的明灯，让我的心不再孤独。

父母的爱，是一场可以洒在我心田的细雨，滋润我干涸的心灵。

父母的爱，是生命中的加油站，让我有勇气接受挑战。

在此，我祝愿天下所有的父母安康!快乐!!!!

我感恩……

很多很多的人……

感恩鸟语花香，感恩春和景明，感恩蔚蓝的苍穹，……

那么，让我们合上双手，闭上双眼，向上天诚心的祷告，愿天下人都学会感恩“感恩”!

青春和感恩篇六

今天能站在这里进行演讲，我感到既高兴又紧张。高兴的是局党委及机关团支部为我提供了这次机会，紧张的是我第一次站在台上，面对这么多的领导和同事。我今年24岁，自从毕业参加工作就当上了小车司机，成为一名专业汽车驾驶员。从那时起，我就立志成为一名优秀的司机，争取做到政治合

格、技术过硬，几年来，我也是一直努力朝着这个方向做的。要想开好车，必须做到安全开车。作为一名司机，谁都不能保证没有出过事故，要做这到这一点，无非是“一心、一提高”而已，也就是说，只要有高度的责任心，不断提高驾驶水平，到哪儿都能开安全车。

常言说，吃一堑，长一智，可作为一个司机，要是非得“吃一堑”才能“长一智”，那代价可是太大了，我在日常的工作中的办法就是吃别人的“堑”，长自己的“智”。在出行的路上，我凡是碰到的事故，都要仔细琢磨，是雨天路滑?超速行驶?还是机件失灵?对于发生的每一起事故，对我来说都是一本安全行车教材。

几年下来，我对司机这个职业有了更深的认识，要想做好本职工作，光靠过硬的行车技术是远远不够的，还要有吃苦耐劳的精神，我在刚参加工作不久，局里只有我一个专职司机，既要给领导开车，还要担任办公室的临时司机。最多的时候我一天跑过三次北京，而且每天的出车里程都是相当远的。当时我的岁数也小，性子有些急，真的想过要退出司机这个队伍。但是，看到其他科室同事的工作也很累，而且经常加班，有时和他们聊天谈心，慢慢的我这种想法打消了。我意识到，作为一个青年人，最大的劣势就是浮躁，吃不了苦，如果这种劣势长久存在下去，那将来一辈子受苦的就会是自己。

现如今，我充分认识了自己，体现到了青春的价值，无论做什么事，干什么职业，都是一种奉献，奉献是不分岗位的，只是责任的不同而已，社会分工存在的差异罢了。

由于我的原始学历是中专，在周围青年人的带动下，我意识到了自己的不足，开始进行理论学习，参加了中央党校的大专班。在政治理论方面，我身为一名群众，要向周围的党团员看齐。在今年的先进性教育活动中，我受到了很大的启发，党员的无私奉献和为人民服务精神感染了我，我也从内心深

处敬佩他们。从下半年起，我也渐渐关心政治了，主要是想更深入的了解党的路线、方针和政策，有朝一日能加入到党组织。

我作为一名司机，每天都是在马路上行驶，但我是一名青年，是一名有着志向的年轻人，我在把好方向盘的同时，也让我的青春在马路上奔驰。

谢谢大家。

青春和感恩篇七

青春就像是一次旅行，一路上充满着荆棘、诱惑和你意想不到的未知，它们往往会让你摔倒得不想站起来，当你徘徊在绝望的边缘，总有那么一个人或是一些人将你拉回来，重回正轨，当你站起来扑扑身上的灰尘，看着他们没有说话，但流淌在心里的感觉却一清二楚。

小时候的我们，不知道感恩，也不懂得如何去感恩，在别人帮助了你之后，也依然自顾自的，在别人以期盼一句谢谢的眼神盯着你的时候，却不能理解其意。不过我们现在有能力也有义务去感恩帮助过我们的老师、家长和同学以及更多人，我们也应该去帮助更多人。

其实答案很简单，你可以把别人对你的影响帮助记在一个本子上，这算是感恩；你也可以以一些实际行动去回报帮助过你的人，这也算是感恩；你更可以尽其所能的达到他们的心愿，这更是感恩！

感恩不可以是随随便便的，是不可以掺杂任何假意的，是你必须以诚心去回报的，如若不然，你所谓的“感恩”落到他人身上，便是一种欺骗和伤害，这样的话，这个世界，何谓之美好。

我们正处美好的时光，“美好”何来，还不是人世间至多的感情融合在一起，感恩便是其中重要的成分，没了它，所有人都会觉得你这美好的时光是单调的，是虚度的，所以，为了我们的这段时光，不在索然无味，我们应该去感恩，必须去感恩！

感恩与青春同行，诚心与感恩并肩！

青春的作文素材

以我的青春作文

关于“青春”的作文

青春专题的作文

关于青春的作文素材

关于青春的学生作文

【热】青春的旋律作文

我的青春高中作文

有关青春的主题作文

有关青春的作文**【推荐】**

青春和感恩篇八

感恩是一种做人的基本道德准则，是一种为人处世的哲学，也是一种生活中的大智慧，学会感恩，就是学会了一种生活方式。

感恩无处不在。《感恩青春》一书，就讲述了许多感恩的故

事。

如果有一天，你去了美国百老汇，参与一部影片的主角选拔，你会怎么做？是急于染漂亮的头发？还是买漂亮的衣服？还是如果你急于打扮自己，那么，你就错了，你必定无法在选拔中胜出。在故事中，主人公吉娜来到百老汇后，费劲周折从化妆师手中要来了即将排演的剧本，闭门苦练。

竞选主角时，当制片人听到传进自己鼓膜的声音，居然是将要排演的剧目的对白，而且感情如此真挚，表演得如此惟妙惟肖时，立刻通知工作人员结束面试，主角非吉娜莫属。

生活就是那么不可思议，很多人只知道把自己的理想定得比天还高，却从来不肯把理想付诸于行动。只有行动才是达到目标的唯一途径。

这个故事也来自《感恩青春》，这个故事是我在书中印象最深的一个故事。

这本书中，每一个故事不仅生动感人，还都告诉了我们一个道理，让我记忆深刻。

学会感恩，感恩青春，这就是你一生的财富。你的青春年华，看似那么长，走不到头，其实，只是无比的短暂，珍惜你的青春年华，感恩青春，时间飞速流逝，一生中，究竟你还有多少机会让你走上成功之路？人生中，最重要的时刻莫过于你的青春年华，成败决定于此，但在你的青春之中，你会明白很多的道理，有利于你的成长。

珍惜你的青春，感恩青春

青春和感恩篇九

青春意味着什么？意味着们将看尽繁花似锦，用找回最初的

纯真，身边的人，有他们的陪伴，我们才能在青春中涉水前行。似水的年华从指隙流过，青春，必将无悔。感恩，与心同在。

常常有人说青春是一股纯净的泉水，它跌跌撞撞地从石缝中流过，滤掉了泥沙，排净了杂质，最终汇聚到一处，止于静，回首看这一路走来，它曾有过多少次与石的碰撞，的洗礼，使得它终以淡然，释怀并会心微笑，在阳光下发光。成长何尝不是这样，我们在迷茫中走过，曾与青春撞的头破血流，我们累了，走不动了，想要放弃，现实的无奈将我们绊倒。有些人倒下了，向命运与现实屈服。而有些人，他们在被绊倒时，看着一旁捂着嘴“嘲笑”的现实，倔强着挣扎着站起来，默默地朝前继续走，只为感恩那些在不远处微笑着鼓励的人们，还有他们心中的，那缕被点亮的微光。成长，亦是感恩，而青春，必将无悔。

成长是一种责任，是对青春年华的`责任，或许有一些东西我们再也找不回来了，也许你今天迷茫着明天就会坚定不移，我们始终相信有一些东西是无论如何也丢不掉的，比如对明天的向往。我们时常会跟自己赌气，埋怨自己为什么做得没有别人好，为什么他能我却不能……我们在书堆里过着一天天“属于”我们的日子，这个时代，并不纵容我们过着自己想要的生活。而这，并不一定要是在不务正业中寻找。书香的气息固然好，只是，谁又能埋怨谁呢？不过是青春给我们的一次次考验罢了，感受过，也失落过，也曾感到痛彻心扉。我们学会了感恩，感谢青春曾带给我们的磨难，感谢身边的人和事。青春，谁又能来仲裁呢？不过是过眼云烟罢了，回首青春，似是一段朦胧的岁月，我们经历过，也终将在迷茫中醒来。彷徨过，忽然间释怀，原来我的青春是这样走过来的。我们或许会感到无悔，因为那些在我们成长路上一直给予我们鼓励的人，那些温暖的人和事。

感恩，有他们的陪伴。

感恩，曾陪伴我走过青春的一段岁月。

感恩，有家人的支持。谢谢你们。

白云苍狗，青春易逝，我们应当珍惜，且行且过。心怀感恩，也许是对青春最好的回应。青春，已然无悔；感恩，与心同在。

青春和感恩篇十

大家下午好！今天我演讲的题目是《无感恩，不青春》。

就是把对长辈的感恩当作一种任务，觉得别人都发，我不发不合适啊，勉强发一个吧。那你要是这种心态的话，那你就误解了“感恩”这个词的本意。什么是“恩”？“恩”字上面一个“因”，下面一个“心”。感恩并不是我们嘴上说说而已，它是源于我们内心的真实情感。大家也千万不要把感恩功利化，觉得我必须花多少钱，买多少贵重的礼物才能报答那份恩情。何况有些恩情你是无法用金钱去衡量的。

本月初的9月3号放假，我回了一趟家。这是我工作以来第一次回家。临回家的前天晚上，我给大姐打了一个电话问她，我回家给咱爸买点啥。我姐说，你不用买，知道你挣钱不多，刚刚工作花销又大，就回家看看挺好的。到家那天，我仔细想了想，觉得还是过不去自己心里那道坎，进超市买了个花20块钱买了个熏鸡。果不其然，回家还是被老爸说了。

在家的那两天，主要任务就是帮老爸做饭和陪奶奶聊天。说是陪她聊天，其实你只要听着就好了。我爸今年66岁，我在外地上学的时候，一年也就回家那几次，过年，清明，五一，十一，扳着手指头都能数的清，如果按人的平均年龄80岁来算的话，我和老爸见面的次数不到60面。我奶奶今年95岁，我跟她见面的次数会更少。我现在最怕的就是半夜接到家里的电话，因为她的年纪不得不让人往生死的事情上想，你知

道那个电话早晚会来，但是你还是希望那个电话能早点打过来。

你设想给自己早就做好了心理准备，但是当那一天真正到来的时候，我想我还是准备不好。5年前，我奶奶的'最小的亲妹妹去世了，她在家里好几天都不说话，有一天她突然自言自语说：“哪里还有我的亲人啊？他们都走了，光剩下我自己了”。我想，对于他们来说，最大的感恩就是陪伴吧。

《战国策》里有一则小故事，其中说到“父母之爱子，则为计深远”。什么意思？就是说父母对子女的爱，都是为儿女长远考虑。我相信，天下父母都是一样，为子女操碎了心，你工作了，想着帮你添点钱买车买房；你结婚了，他们拼了老命都要帮你带孩子，他们觉得这都是他们应该的。你要是真的想还这份恩情，你哪里能还得清啊？所以，感恩是一种心态，是不能物化的行为艺术。

说到9月3日的放假，估计那天大家的微博朋友圈都被海量的阅兵照片刷屏了吧？在当天还有一个话题也也被大家在网上热议。这源自于8月28号美国时代广场出现一则海报，上面写着“9月3日，祖国为我放天假，我为祖国做点啥？”海报一亮相，引得华人游客纷纷驻足抓拍，所以“我为祖国体”上了微博热搜榜。

最近在看作家刘同的随笔，叫做《谁的青春不迷茫》。是啊，谁的青春不迷茫，可是青春不忘感恩。感恩教我育我的老师，是你们让我学会成长；感恩生我养我的父母，是你们让我学会担当；感恩我敬我爱的祖国，是你让我学会自强！感恩每一个出现在我生命中的人，你们都是我青春里的一束光，让我温暖，给我力量！

我的演讲完毕，谢谢大家！

青春和感恩篇十一

青春，是一首乐曲中最动听的旋律；青春，是一篇文章中最优美的段落；青春，是一幅图画中最吸引人的色彩。今天，我看完了令中国学生激励一生的青春华章——《感恩青春》这本书，它令我感慨万千。

人们常说：坚持就是力量。但是又有几个人真正地做到了坚持？然而，米·乔伊就做到了。他向一家公司寄了一封求职信——请给我一份工作，但公司老板却借口说公司没有空缺。他并不死心，又寄了第二封信，内容跟上次的一样，只不过多了一个请字。三年的时间，米·乔伊一共写了两千五百封信，最后一封信上的内容是两千五百个请字，后面是给我一份工作。最终，米·乔伊的坚持打动了公司老板，老板给了他一个职位。坚持是水和阳光，它哺育着成功的种子，只要我们坚持下来了，就一定会看到成功的花。虽然这个过程很艰辛，但是坚持的回报就是我们所想得到的成功，成功往往只会让那些坚持下来的人得到。老师，我站着呢这句稚嫩的话语，久久回荡在我的心中。上课时，我喊起立，但是a君没有站起来。我很生气，但是a君说：老师，我站着呢！是的，他是站着，只是个子太矮了。第二天，我又来上课，喊完起立，我就听到了一个洪亮的声音：老师，我站着呢！是a君，他站在位子上，微笑着□a君的宽大的胸怀令我十分佩服。他宽容了老师不经意间的`侮辱与伤害。他的胸怀如同大海一样，那么地宽广。设想，如果这件事发生在我们身上，我们是不是也会像a君一样体谅老师？我想，大部分同学一定会感到委屈，感到老师是在侮辱我们。所以，我们要向文中的a君学习，学习他的大度。

一个叫塞尔玛的女人随丈夫到沙漠参加军事演习。她一个人在一间很小的屋子里。她感到很寂寞，于是想离开这里。但是父亲的回信却让她留了下来：两个人同时从牢房的铁窗口里望出去，一个看到了泥土，另一个人看到了繁星。随后，

她在这里寻找到了自己的繁星。其实，有很多时候，我们不应该只看到事物的一面，我们要换一个新的视角去看周边的世界，说不定，你会有不同的发现。换种思想，换个心情。我们要乐观，多往事物美好的一面去想，这样，我们会看到属于自己的繁星。

鲜花感恩雨露的滋润，苍鹰感恩蓝天的壮阔，大地感恩春光的芬芳，我们感恩青春的华章！是青春，激励了我们成长；是青春，教会了我们感恩；是青春，让我们享受到了人世间的美好！青春，我赞美你！

回报父母之恩，是他们让我们有机会看到这个精彩纷呈的世界；

回报母校之恩，是各位师长培育我们成长；

回报组织之恩，是组织在我们需要工作机会的时候，给我们提供了工作机会，使我们能

够在工作中继续学习锻炼而且不用再交学费，还能获得报酬；

回报领导之恩，是他的责骂、严格要求和言传身教，使我们不断成长和进步，使我们没

有陷于懒散和放任的泥潭；

回报同志之恩，是他们与我们一起工作和奋斗，共同开拓着未来；

回报社会之恩，是社会给我们提供了这样一个美好的时代和自由生活的舞台；

回报zf之恩，是zf给我们提供了这样一个安宁和秩序，使我们

免受混乱；

回报员工之恩，是他们的鼎力支持和努力工作才使我们做领导的有所成就。

青春和感恩篇十二

烦恼

升学压力、人际关系、生理发育和家庭压力等等都是我们烦恼的根源。但我相信，我们这些接受了最新的教育，经历过最新的事情，用过最新机器的少年们，将能做到：今天忧郁悲伤，明天还是会用最美丽的微笑迎接朝阳，挺起胸膛大步朝前奔去！

多愁善感

没有人愿意破坏这充满童话色彩的气氛，那就让它像空气一般伴随着每个人。

活力生机

“立定——”“1、2——”声音大得在空旷的运动场上震天。体育课上男生尽显风头，用他们天生的优势无尽炫耀，打篮球的，那些漂亮的带球过人，潇洒的三分球，迅速的传球，够你大饱眼福。踢足球的，那些射门、扑球和顶球无不让人惊叹！让我们侃侃女生们，可别因为她们经常玩羽毛球和乒乓球而小看她们哟，看那一招一式，多用心啊！有时候，女生们看不惯男生们的自大，主动向她们发起挑战，男生们也欣然接受，一场没有硝烟的战争便拉开帷幕了！球场上，双方水火不容，互不相让；可球场下，你给顺便给我买瓶矿泉水，我正好给你拿了条毛巾，一切融融泄泄！

我们是朝阳，活力四射的朝阳；我们是老鹰，鹰击长空的老

鹰；我们是小芽，百折不挠的小芽。

没有一样东西只有一个方面，我们将有自己去诠释这句话，演绎出我们多面体一般的美丽青春！

青春和感恩篇十三

大家下午好！今天我演讲的题目是《无感恩，不青春》。

请允许我在这里先跟大家分享一件前几天发生在我身上的趣事。上个周四是9月10日教师节，那天一大早，我就给我的导师发了一封短信，祝他“教师节快乐”。他给我的回复是：“谢谢，自从你走了以后，我们大家都时常想起你。”这条短信读完了，我都浑身冒冷汗啊，这才两句话，就把我说死了呢~~不管怎么样，反正祝福是送到了。你有这样的经历吗？就是把对长辈的感恩当作一种任务，觉得别人都发，我不发不合适啊，勉强发一个吧。那你要是这种心态的话，那你就误解了“感恩”这个词的本意。什么是“恩”？“恩”字上面一个“因”，下面一个“心”。感恩并不是我们嘴上说说而已，它是源于我们内心的真实情感。大家也千万不要把感恩功利化，觉得我必须花多少钱，买多少贵重的礼物才能报答那份恩情。何况有些恩情你是无法用金钱去衡量的。

本月初的9月3号放假，我回了一趟家。这是我工作以来第一次回家。临回家的前天晚上，我给大姐打了一个电话问她，我回家给咱爸买点啥。我姐说，你不用买，知道你挣钱不多，刚刚工作花销又大，就回家看看挺好的。到家那天，我仔细想了想，觉得还是过不去自己心里那道坎，进超市买了个花20块钱买了个熏鸡。果不其然，回家还是被老爸说了。在家的那两天，主要任务就是帮老爸做饭和陪奶奶聊天。说是陪聊，其实你只要听着就好了。我爸今年66岁，我在外地上学的时候，一年也就回家那几次，过年，清明，五一，十一，扳着手指头都能数的清，如果按人的平均年龄80岁来算的话，我和老爸见面的次数不到60面。我奶奶今年95岁，我跟她见

面的次数会更少。我现在最怕的就是半夜接到家里的电话，因为她的年纪不得不让人往生死的事情上想，你知道那个电话早晚会来，但是你还是希望那个电话能早点打过来。你设想给自己早就做好了心理准备，但是当那一天真正到来的时候，我想我还是准备不好。5年前，我奶奶的最小的亲妹妹去世了，她在家里好几天都不说话，有一天她突然自言自语说：“哪里还有我的亲人啊？他们都走了，光剩下我自己了”。我想，对于他们来说，最大的感恩就是陪伴吧。《战国策》里有一则小故事，其中说到“父母之爱子，则为之计深远”。什么意思？就是说父母对子女的爱，都是为儿女长远考虑。我相信，天下父母都是一样，为子女操碎了心，你工作了，想着帮你添点钱买车买房；你结婚了，他们拼了老命都要帮你带孩子，他们觉得这都是他们应该的。你要是真的想还这份恩情，你哪里能还得清啊？所以，感恩是一种心态，是不能物化的行为艺术。

最近在看作家刘同的随笔，叫做《谁的青春不迷茫》。是啊，谁的青春不迷茫，可是青春不忘感恩。感恩教我育我的老师，是你们让我学会成长；感恩生我养我的父母，是你们让我学会担当；感恩我敬我爱的祖国，是你让我学会自强！感恩每一个出现在我生命中的人，你们都是我青春里的一束光，让我温暖，给我力量！

我的演讲完毕，谢谢大家！