

鼓励减肥的人有信心的话

- 1.心灵美比外在美重要，但两全其美岂不是更好？
- 2.大家好，我马上就要瘦了，你知道嘛！
- 3.你不减肥，哪天上帝真的为你打开成功之门，你不一定挤得进去！
4.
美，瘦了一点有什么用啊，才不要听别人虚情假意的说，你好像瘦了一点。瘦一点有什么用，听就要听别人说，哇啊！你好美哦！那样才是美得冒泡。
- 5.每天减肥一点点，每天健康一点点。
- 6.多吃呀，少吃一口能怎样，能死吗？
7.
减肥是一件很简单的事，就是少吃多动。不要弄得太复杂了，对自己的身体不好，或造成心里问题，反而带来更多困扰。
- 8.虽然你交了钱，办了卡，你也不一定去锻炼。
9.
生命中总有那么一段时光，充满不安，可是除了勇敢面对，我们别无选择。
- 10.多爱吃吖，少吃一口，能怎样，能死么？
- 11.嘴上都说长得胖的女生有福旺夫，真处对象的时候一个比一个瘦。

12.连自己体重都控制不了的人，怎样控制自己的人生。

13.减肥，不走回头路。

14.减掉赘肉，重现美丽。

15.让体重达标，让身体健康。

16.学着改变自己，因为你还有未被发现的自己存在。

17.

没有人会关心你付出过多少努力，撑得累不累，摔得痛不痛，他们只会看你最后站在什么位置，然后羡慕或鄙夷。

18.不管你跑得有多慢，你总比那些坐在沙发上的人快！

19.

自身有价值了，才会像吸铁石，朋友甚至以前的陌生人都愿意转身过来与你为伴，不要怪罪世界现实，让自己强大才是给自己最好的安全感。

20.

瘦的小哥哥是小奶狗，你是什么，大奶猪？瘦的小姐姐是小仙女，你是什么，油腻腻？

21.少油脂多低卡，明天你是金泫雅。

22.烧味只可食叉烧，其他的不能吃。

23.你们给我挺住，都别吃，都那么肥了还有脸吃！

24.若想得到全世界最好的东西，先得让世界看到最好的你。

25.一个人连自我食欲都控制不住，还跟牲口有什么区别？

26.现在吃一口，夏天徒伤悲。

27.自律变瘦，才是王道。

28.

下辈子我一定还要和你做朋友，因为和你站在一起之后，有无数个人夸我瘦。

29.

饭量再控制，少吃一口，能怎样，能死么？她们吃是有资本，你个死胖子，当你没瘦下来时，只有忍饿的份，你不对自我狠，别人就对你狠！

30.胖子就算心灵再美也是好心的胖子，那个可耻的称号永远也脱不掉。

31.将来的你一定会感谢现在拼命减肥的你！

32.

人的想法很奇怪，饿自己一顿就感觉消瘦了，冒一身汗感觉卡路里就燃烧了……殊不知因为你的自虐，严重破坏了身体机能，身体根本没力气分解脂肪。

33.绝不要把情绪发泄到食物身上，找其它方式代替，最好就是运动了。

34.一朵花的凋零荒芜不了整个春天，一次挫折也荒废不了整个人生。

35.健康减肥，从自律开始。

36.

其他女人都能瘦下来你为啥不行！你是白痴吗？你天生就该当肥猪吗？

37.别问能不能做到，做不做才是问题所在。

38.

如果实在不美也可以做一个有韵味的女人！但原谅我见识短，从没见过

哪个胖子有韵味！

39.

你的努力，决定孩子坐在哪里！你的努力，决定父母晚年的生活！多么励志！奋斗吧！

40.为了感情的兄弟姐妹们，你们更就应有自制力。

41.唯有自律，能换自由，自律的人生真爽！

42.在最好的年龄，可惜你是个胖子。

43.

太胖了，穿什么都不好看。其实，你不是不懂穿衣搭配，而是那些好看很喜欢的衣服，你都穿不了！

44.

我们不要只幻想自己瘦下来的样子，而从来不曾努力。最可惜的不是买不起，而是穿不上。

45.就喜爱每天对着肥大的裤子，把自己粗壮的腿塞进去？

46.你不瘦下来怎么让前任后悔，让暗恋开口，让现任长脸。

47.减肥，寻找身轻如燕的感觉。

48.不瘦下来，不准买新衣裳！

49.女人最高级的“炫富”莫过于：年龄成谜，身材无敌。

50.假如杠铃杆还没弯，你就是在装样子。

51.

我跟你讲，这是个残酷的社会。你别以为有真本事怎么着，外表更重要

。

52.想想别人那种看绝种恐龙的眼神。

53.

怎么就那么不要脸，吃吃吃，看看自己的肥脸，你有什么资格吃！死肥婆！

54.

爱吃的女人！多爱吃丫，少吃一口，能怎样？能死么？没吃过东西啊，从小到大，亏着你了么？怎么那么不要脸，吃吃吃，看看自己的肥脸，你有什么资格吃！死肥婆！

55.

心量狭小，则多烦恼，心量广大，智慧丰饶。减肥要大肚量，大坚持，大信心，定会瘦成闪电。

56.

不要在最好的年龄，吃得最胖，穿得最差，活得最便宜。人生短暂，不要因为胖而失去该有的生活，不是对胖有什么偏见，而是如果你又瘦又有钱，一定可以活得更好。

57.还是得尽量瘦啊，不开心的时候哭起来都会比较好看。

58.

把自己的吃的欲望降到最低点，把自己的减肥理性升华到最高点，就是圣人。

59.如果你说你不能忍饿问我怎样办，我只能说那你别减了。

60.

胖起来了才开始减肥吗？NO，不是毁容了才来美容，不是发生意外了才买保险。健身房里的常客往往不是胖子，美容院的贵宾大多是那些本来就有着天使面孔魔鬼身材的女人。瘦身是一种养生，更是一种健康的生

活方式。

61.

说起床就起床，说睡觉就睡觉，说减肥就减肥，说不玩手机就不玩手机。我觉得这就是世界上最厉害的人了。

62.

漂亮，那是必须要的！但是，脑子也要有减肥的方法有很多我说的是，别的也有选一个让你最开心的最能坚持的。

63.

其实我一直都在把你当成我的教材，我一直在告诉自己，绝对不能这么胖！

64.

省吃俭用，却把大手笔都花在零食、甜品和炸鸡上，对不起，你买的不是美味而是满满的脂肪！

65.

饭量再控制，少吃一口能怎样，能死么？她们吃是有资本，你个死胖子，当你没瘦下来时，只有忍饿的份，你不对自己狠，别人就对你狠！

66.减肥就好比俄罗斯套娃，体型越瘦越是精华。

67.

你没有惊世之才，没有显赫家世，没有花容月貌，还放纵自己一胖再胖，这是完全作死的节奏啊。

68.谁的肚子没有几个褶，谁的人生不是跌宕起伏。

69.你的脂肪已严重超标，连皮带和纽扣都快受不了了。

70.我消极对待减肥，能不能取消我胖子的资格啊。

71.做一个最美的新娘！

72.你永远体会不到穿s码的快乐。

73.减掉顽固脂肪，保持完美身材。

74.

你聪明，但意志薄弱，便承受不起压力。要有比减肥更强的意志力，才能坚持下去。

75.如果蚊子不吸血，改吸脂肪，那它将是多么可爱的小生灵啊！

76.你就算死了，棺材也比别人大，还得定做！还是减肥吧！

77.

不做胖子，不做大胖子，不做别人眼中的大胖子。那么，坚持减肥，锻炼身体，有志者事竟成。你一定会胖下来的。

78.运动量多到快要累死，吃东西的量少到不会死掉。

79.今天少吃一块肉，明天维密你走秀。

80.瘦，真的可以为所欲为。

本文链接：<https://duanjuziku.com/duanjuzi/qramkamjq3.html>