

## 关于睡觉的短句子

1.  
记得跟压力道个别，跟烦躁说声再见，跟美梦提前预约，跟安稳打好交道，牵着轻松的小手，共赴周公的约会。

2.  
让“夜”悄悄抚慰你，让“风”悄悄伴随你，让“月”悄悄守候你，让“我”悄悄惦记你，请带上我甜蜜的祝福进入美好的梦乡！祝你一生快乐无忧！

3.  
路，在不通时，选择拐弯，心，在不快时，选择看淡；情，在渐远时，就选择随意。晚安！

4.  
以蓝天为纸，清风为笔，白云为彩，明月点缀，为你奉上一副“美梦图”，祝你好梦连连，美梦甜甜，香梦圆圆！一生都幸福！

5.  
再大的伤痛，睡一觉就把它忘了。背着昨天追赶明天，会累坏了每一个当下。边走边忘，才能感受到每一个迎面而来的幸福。烦恼不过夜，健忘才幸福。晚安！

6.  
不要在一件别扭的事上纠缠太久。纠缠久了，你会烦，会痛，会厌，会累，会神伤，会心碎。实际上，到最后，你不是跟事过不去，而是跟自己过不去。无论多别扭，你都要学会抽身而退。晚安！

7.

失眠停产了，美梦到货了；疲惫下岗了，睡意上阵了；烦闷落榜了，轻松中举了；祝福送到了，睡眠更好了。收拾好烦扰杂念，享受优质睡眠，世界睡眠日快乐！

8.  
睡眠质量要提高，睡前泡脚不能少，剧烈运动要避免，放松心情，摆正心态，清零大脑，不要思考，睡个好觉。愿你身体健康，睡眠好，世界睡眠日快乐。

9.  
睡个好觉烦恼消，忧愁心事全忘掉，睡个好觉不踌躇，多彩梦想要成真，睡个好觉好痛快，精神振奋心情妙，祝你你睡掉压力，享受美好生活。

10.  
揽住轻松的小蛮腰，抓紧快乐的小嫩手，拉住开心的小玉臂，拽紧舒坦的小粉腿，放松心情，酣然入梦。愿你睡得顺心，睡得如意！

11.  
修心当以净心为要，修道当以无我为基。过去事，过去心，不可记得；现在事，现在心，随缘即可；未来事，未来心，何必劳心。晚安！

12.  
修养深不深看嘴，吃饭香不香看胃，精力够不够看睡。优质的睡眠，是精力充沛的关键。愿您抛开烦扰，甜甜睡好。

13.  
都说站着不如坐着，坐着不如躺着，躺着不如睡着，祝你站得直，坐得稳，躺得松，睡得着。

14.  
那些大方舍得为你花钱的人，并不是多么富有，谁的钱都不是大风刮来的，而是他觉得你们的关系比钱重要，因为重要才舍得。晚安！

15.

请和天地同眠，吸取天地灵气，请和四季同眠，萃取时间精华，请和我的祝福同眠，享受美丽健康每一天。

16.

好的铁锚能够保证轮船停航，好的刹车能够保证汽车停车，好的睡眠能够保证身体休息，祝你每天都有好睡眠。

17.

淡淡晚风月映窗，送你一株夜来香；烦恼丢掉快入睡，愿你好梦更久长；轻轻松松入梦境，愿你一觉到天明。愿你睡得香，精力旺！

18.

物美人美，睡梦中的故事最美；阴好晴好，被窝里的温度最好；歌妙舞妙，温床上的睡意最妙；夜深月深，送给你的祝福最深。愿你拥有健康好睡眠，世界睡眠日快乐。

19.

给你一段旋律，像妈妈怀里的甜蜜，给你一句问候，像恋人亲密的香吻，祝你好梦好眠。

20.

一个人，如果连自己的情绪都控制不了，即便给你整个世界，你也早晚毁掉一切。晚安！

21.

每年的3月21是世界的睡眠日，睡眠是健康的选择。莎士比亚把睡眠比作是生命筵席上的“滋补品”，证明有良好睡眠才能有健康人生。愿你赶走失眠，要睡就睡到自然醒。

22.

两人对酌山花开，一杯一杯复一杯。我醉欲眠卿且去，明朝有意抱琴来。

。

23.

真心祝你“想睡就睡”成睡仙，“酣然入睡”成睡佛，“卧榻酣睡”成睡神“睡恣难看”成睡魔。

24.

街道上的行人还不多；所遇见的不过是睡眼惺忪的女人，在井边打水。

25.

时间真的是这个世界上最好的跨度，让惨痛变得苍白，让执着的人选择离开，然后历经沧桑人来人往，你会明白，万般皆是命，半点不由人。  
晚安！

26.

纵然繁华三千，看淡即是云烟，任凭烦恼无数，想开便是晴天。不以物喜，不以己悲，泰然若处，冷暖自尝。晚安！

27.

诚心祝你，放松好心情，幸福好身体，休息好质量，入睡好梦来，美梦，好梦，甜梦，香梦，梦梦伴随你，幸运，福运，鸿运，好运，运运追随你！一生都快乐！

28.

学着看淡一些事情，才是对自己最好的保护。人生就是靠着不断的遗忘，才比较容易活得下去。晚安！

29.

年龄越大，越学会了顺其自然，不想再挽留什么，相信该在的不会走。得之坦然，失之淡然，争取必然，顺其自然。晚安！

30.

关注中老年快行动，老人睡眠质量差，农村老人更严重，多打电话常回家，以免爸妈多牵挂，多与父母唠家常，帮助老人学豁达，入睡困难看医生，及早治疗护身体。

31.

正在工作的你是否感觉疲惫？正在学习的你是否感觉眼睛酸痛？正在旅途中的你是否感觉浑身乏力？那么请停下来吧，把所有的事情都放下，舒服的睡上一觉，放松自己，祝你睡得舒心，有个好梦。

32.

充足睡眠，为生命聚集能量；美好睡眠，为理想插上翅膀。祝福你快乐睡眠，增添力量，如虎添翼，天天向上，梦想成真，幸福美满！

33.

睡觉讲学问：当风莫要睡、蒙头睡不安、张口睡咽疼、对灯睡刺眼、饱食睡伤胃、饮茶睡失眠、兴奋睡不实、激动睡不好！愿君细细思，睡眠更健康！

34.

以舍为有，则不贪；以忙为乐，则不苦；以勤为富，则不贫；以忍为力，则不惧。晚安！

35.

睡眠夺走了你的时间，却给你带来充沛的精力；睡眠减少了你的娱乐，却为你送来健康快乐；睡眠停止了你的创造，却让你的心灵得到休憩。让我们开启心灵之窗，共同关注睡眠。

36.

多一点忍耐，就会少几次后悔。少几次翻脸，就多几个台阶。多几次听不见，就少几次庸人自扰。少撂几句狠话，就多一些余地，做人留一线日后好相见。晚安！

37.

千万不要放纵自己，给自己找借口。对自己严格一点儿，时间长了，自律便成为一种习惯，一种生活方式，你的人格和智慧也因此变得更加完美。晚安！

38.

难过的时候睡一觉，伤心的事情全忘掉；烦恼的时候睡一觉，忧心的事情全忘掉；累了的时候睡一觉，自然醒后精神爽！祝你安睡好眠！

39.

睡眠大赛，如果你今晚梦见了周公，证明你爱我，如果我今晚梦见了周公，证明我爱你，今晚正式开赛，明天公布结果，现在就开始进入甜蜜的梦想吧！祝你好梦！

40.

人的欲望就像拉长的橡皮筋，找不到挂靠的地方就会弹回来打自己。欲望其实是一个无底洞，我们终其一生也不可能填满。晚安！

41.我不想睡觉，可眼睛不知道，却紧闭着，享受黑暗。

42.

送你“四式睡前保健功”：1、十指梳头，2、双掌搓耳，3、双掌摩面，4、叠掌摩腹。祝福你美好睡眠，身体倍棒，快乐逍遥，幸福美满！

43.

到了一定年龄，便要学会寡言，每一句话都要有用，有重量。喜怒不形于色，大事淡然，有自己的底线。晚安！

44.

世界的模样，取决于你凝视它的目光，自己的价值取决于你的追求与心态。一切美好的愿望，不是在等待中拥有，而是在奋斗中争取！晚安！

45.

永远不要去羡慕别人的生活，即使那个人看起来快乐富足。永远不要去评价别人是否幸福，即使那个人看起来孤独无助。晚安！

46.

合上疲惫的眼，让睡意围你打转。清零繁忙的脑，让轻松陪你安睡。打开睡梦的窗，让甜蜜的风吹进。愿你睡的香甜，身体康健，世界睡眠日快乐。

47.

温馨贴士：睡前把脚泡一泡，一杯牛奶睡眠好；睡前静心微微笑，一夜尽是美梦绕；睡前短信瞧一瞧，保你安神又补脑。此贴士转给你爱的人效果更好。

48.

世界睡眠日到了，送你一杯安神茶，安心入睡笑哈哈；送你一首轻松浪漫乐曲，烦恼远去心情愉快；世界睡眠日祝你准点入睡，快乐入睡，幸福入睡。

49.

给你泡杯“温馨”的茶，让人睡眠乐又足，给你冲杯“如意”的奶，让你睡眠甜又香，给你盖上“幸福”的被，让你睡眠安又稳，给你捎去“祝福”的情，让你睡眠心里甜！祝你快乐！

50.

来学一学睡眠八戒：一戒饱食，二戒饮酒，三戒喝茶，四戒烦躁，五戒运动，六戒噪音，七戒兴奋，八戒晚睡。要想健康，快学八戒，做个会睡的小猪猪，乐哈哈。

51.

睡出个“精力旺盛”好学习，睡出个“活力四射”好工作，睡出个“意气风发”好赚钱，睡出个“神采飞扬”好生活。愿你能睡、会睡、开心睡！

52.

人生四方略：把好自己的口，明了心中的事，干好手里的活，走好自己的路。晚安！

53.

不要太乖，不想做的事可以拒绝，做不到的事不用勉强，不喜欢的话假装没听见，你的人生不是用来讨好别人，而是善待自己。晚安！

54.

年龄永远不是衡量一个人的刻度，只有责任的叠加才会让人逐渐成长。  
晚安！

55.

冷静回绝“睡意全无”，断然拒绝“难以入睡”，彻底禁绝“无法入眠”，坚决杜绝“夜不能寐”。请拥抱睡眠，享受睡眠！

56.

唉！真是莫名其妙！没有写心情的思路了、高中生活就是累、困了、睡吧！

57.

愿瞌睡虫使你睡眠够深度，愿恶梦夜夜与你无缘无故，愿美梦天天让你睡不够，愿我能天天走进你最美的梦境！

58.

一个人想要幸福，就不能太聪明，也不能太傻，太聪明了让人防备，太傻了让人摆弄，难得糊涂，这种介于聪明与傻之间的状态叫做智慧。晚安！

59.

世界睡眠日到，身体健康要知道，睡前要洗脚，洗掉疲劳，少吃饱，要睡好，充足睡眠，身体好，祝你天天睡好觉，美梦连连。

60.

水的清澈，并非因为它不含杂质，而是在于懂得沉淀；心的通透，不是因为没杂念，而是在于明白取舍。晚安！

61.

放弃该放弃的是无奈，放弃不该放弃的是无能，不放弃该放弃的是无知，不放弃不该放弃的是执着。晚安！

62.

一觉闲眠百病消，睡眠充足赛补药，优质睡眠增能量，美好睡眠胜仙药

。祝福你快乐睡眠，增添力量，身体棒棒，幸福美满！

63.

生活总是两难，再多执着，再多不肯，最终不得不学会接受。从哭着控诉，到笑着对待，到头来，不过是一场随遇而安。晚安！

64.

把“幸福”的眼睛闭上，把“舒心”的头脑释放，把“愉悦”的心情铺垫，把“快乐”身体放松，闭上眼睛，想我，我的祝福和美好一起伴你入眠！祝你一生都开心！

65.

昨天晚上工作没睡好觉，今天上班，头不住向下低，眼皮也不由自主的闭上，头刚一碰到身体，便马上抬起来，却又低了下去。

66.

让浪漫的夜为你拉上窗帘，让美丽的吻为你铺满软床，让我的祝福送你在枕头上安然入眠，祝你健康幸福。

67.

抛开忧伤赶快入睡，扔掉郁闷马上安睡，撵走忧愁尽情熟睡，赶跑烦恼立刻沉睡。请开心深睡，放心浓睡！

本文链接：<https://duanjuziku.com/duanjuzi/51qkbh76df.html>