

心情淡然释然的短句子

1.
不追问也不想知道底细的时候，不是你已经超脱释然了，而是你已经彻底不爱了。
2.
生命之舟面对险滩，面对激流，弱者会选择逃避和放弃，而强者则会选择面对和挑战。人生中无限的乐趣都在于对人生的挑战之中进出不衰的光芒。
3.
其实你明知道，不是对一个人拼命的好就回得到相应回报的，也不是没有谁就活不下去了。总有一天，这一切都会过去，那些痛苦，难过，让我们以为我那么深的爱着一个人。后来，我才知道，那不是爱，那是对自己说谎。
4.
每天坚持三件事，看脸、看秤、看余额。如果脸不够美，秤不够低，余额不够多。那么，请继续奋斗！
5.
读懂了淡定，才算读懂了人生。少走了弯路，也就错过了风景，无论如何，感谢经历；生活的主题就是面对复杂，保持欢喜；现在事，现在心，随缘即可；未来事，未来心，何须劳心。
6.
当有人突然从你的生命中消失，不用问为什么，只是他或她到了该走的时候了，你只需要接受就好，不论朋友，还是恋人。所谓成熟，就是知道有些事情终究无能为力。

7.
天空，不是每天都放晴；生活，也不是时时都欢喜。向日葵看不到太阳也会开放，生活看不到希望也要坚持。

8.
不要一昧的认为人际关系最重要，在你没有能力的时候，没有什么比自己变得强大更重要。

9.
全世界就一个独一无二的你！请一定：真诚做人，努力做事！你想要的，岁月都会给你。

10.
昨天已经过去，明天还没有到来，今天就在脚下，我们能够把握的只有今天。我们无法跳回到过去，改变做错的事情，也不能穿越到将来，窥探未来的自己。我们唯一能做的事，不念过去，不畏将来，不怠现在。

11.
可能生活，有太多无能为力和无可奈何，可总归还是要努力一点，开心一点，想得开一点。

12.
风再大，也会过；雨再大，也会停；喜再狂，也会散；悲再痛，也会淡。日子虽不如意，终究还是要笑着过。

13.
人生如梦，岁月无情，蓦然回首，才发现人活着是一种心情，穷也好，富也好，得也好，失也好，一切都是过眼云烟，只要心情好，一切都好！

14.
读书多了，容颜自然改变，许多时候，自己可能以为许多看过的书籍都成了过眼云烟，不复记忆，其实他们仍是潜在的。在气质里、在谈吐上、在胸襟的无涯，当然也可能显露在生活 and 文字里。

15.

你应该沉着，冷静，遇事不要急，要淡定下来，是应该好好反思一下自己了，这样的脾气不是最初的我，这样会让很多人莫名受伤的，今天有悲有喜嘛，以后一定要稳住了。有错就改，让自己更加成熟。

16.

每个人都有自己的幸福，仰望别人的幸福时，别人也在仰望你的幸福。难得糊涂，容易幸福；过于较真，容易烦恼。能终日快乐，就实现了生命最大的价值。

17.

以清净心看世界，以欢喜心过生活，以平常心生情味，以柔软心除挂碍。

18.生活不是等待暴风雨过境，而是学会在雨中跳出最美的舞姿。

19.

很多时候，自己的痛苦在自己的心里，自己的幸福却在别人眼里。容易幸福的人都有点健忘。遗忘已经过去的坎坷和委屈，把更多的精力用来记取眼前的快乐和未来也许会出现的曙光。

20.

流泪，是为了想起一个人；努力去想一个人，是为了提醒自己，至少有一个值得你哭泣的人。谁又可以反抗生命随波逐流的离合？刻在记忆里的那个夏天，是我们一起在阳光下流下的泪水。

21.

你错过的人和事，别人才有机会遇见，别人错过了，你才有机会拥有。人人都会错过，人人都曾经错过，真正属于你的，永远不会错过。

22.

男人好比风筝，无论飞多高，总有一根线握在女人手中。聪明的女人总是懂得保持一段合适的距离，远了拽拽，紧了松松；愚蠢的男人总是想挣脱那跟线，下场是越飞越远，直到有一天伤遍体鳞伤再也飞不动，无

人问津。

23.积极向上的心态，是成功者的最基本要素。

24.

真正的爱情要懂得珍惜，没有谁和谁是天生注定就在一起的，一辈子其实不长，能遇到心爱的人是多么幸运，为何不握紧她的手。

25.

所谓宽怀，不仅指能接纳他人的缺点不足，还应容纳他人的过己之处；所谓善待，不仅是对弱者的不伤不害，还有对强者的不嫉不妒。

26.

爱其实是一种习惯，你习惯生活中有他，他习惯生活中有你。拥有的时候不觉得什么，一旦失去，却仿佛失去了所有。

27.

看淡人生，以一种平静恬淡的态度去对待人生。人生过半，当顺天命，不必对过去懊丧嗟叹，对未来斤斤计较。不必为未知的命运背上沉重的行囊。负重而行。

28.人生如梦，暮然回首万事空。嬉笑怒骂即生活，花开花落是人生。

29.

人与人的缘分，有时候说散就散。缘分满了，需要结束了。学学蒲公英的智慧，风吹即飘扬，风平则静安。不用感伤，不需言“尽”，一切随缘。

30.

抱怨，是一种负能量，犹如搬起石头砸自己的脚，于人无益，于己不利，于事无补。

31.

多微笑，做一个开朗热忱的女人；多打扮，做一个美丽优雅的女人；多

倾听，做一个温柔善意的女人，多看书，做一个淡定内涵的女人；多思考，做一个聪慧冷静的女人。记住为自己而进步，而不是为了满足谁，讨好谁。

32.

夕阳射出一束束金光，照在大地上，照在家乡的一草一木上。一阵微风吹过，许多的树，许多的草轻轻舞动，那样子，就像是一个个美丽的姑娘脸上闪着灿烂的光芒。

33.

计较的太多就成了一种羁绊，迷失的太久便成了一种痛苦。过多的在乎会减少人生的乐趣，看淡了一切也就多了生命的释然。

34.

如果有来生，要做一棵树，站成永恒，没有悲欢的姿势。一半在土里安详，一半在风里飞扬，一半洒落阴凉，一半沐浴阳光，非常沉默、非常骄傲，从不依靠、从不寻找。

35.

有的人来到你身边，是告诉你什么是真情；有的人，是告诉你什么是假意；就像有的人来到你身边是为了给你温暖，有的人是为了使你心寒。

36.

用阳光的心态，谱写生命之章，人生因阳光而明媚，岁月清浅，心若有阳光，人生无羌。

37.

人这一生，不管人心叵测，能真诚的爱着，就无怨无悔！人这一生，不管世态炎凉，有良心的活着，就问心无愧！

38.

选择快乐，获得幸福。放弃烦恼，获得解脱。淡看人世间，潇洒走一回，率性，率真，回归生命的本真，回归自然，本身就是一种解脱。

39.

不管有没有人爱，我们也要努力做一个可爱的人。不埋怨谁，不嘲笑谁，也不羡慕谁，阳光下灿烂，风雨中奔跑，做自己的梦，走自己的路。

40.

总有些事，管你愿不愿意，它都要发生，你只能接受，总有些东西，管你躲不躲避，它都要来临，你只能面对。

41.

树木结疤的地方，也是树干最坚硬的地方；而我们遍体鳞伤的地方，到后来都成了最强壮的秘方。早安！

42.

请一定要相信，生活坏到一定程度就会好起来的，因为它无法更坏！所以，我们心中应该总是充满阳光。

43.经常笑，学会向比自己小的人称哥，以保持年轻心态。

44.

既然牵手，就不要轻易放开。每个人的爱都是有限的，总是花心的去浪费爱，最终你会发现你已经没了再爱的能力与勇气！

45.

做你自己，不要为了任何人改变自己，如果他不能接受最坏的你，那么他也不值得最好的你。

46.

淡定的人，拒绝练就那种摧眉折腰事权贵的性格；淡定的人，像秋叶的静美，淡淡地来，淡淡地去，给人以宁静，给人以淡淡的欲望，活得简单而有韵味。

47.我来不及认真地年轻，待明白过来时，只能选择认真地老去。

48.

心不静，幸福就来不了！生命有限，所有得到，最后终会失去。任何事情，总有答案，与其烦恼，不如顺其自然。

49.人生如圆，终点亦是起点，所有的结局都是一个新的开端。

50.真正的平静，不是避开车马喧嚣，而是在心中修篱种菊。

51.

一件事你犹豫去不去做，那就是该立即动身做的。一个东西你犹豫买不买，那就是该买的。喜欢是非常难得的，尽管去争取你喜欢的，而不是费心找廉价点的替代品。对事物，对人都该如此。

52.让心态去改变心情，别让心情改变了你的心态。

53.

你永远不知道，明天和意外哪一个先来。人生很短，去见你想要见的人，去过你想要的生活，去干你想干的事情。

54.

事在人为，是一种积极的人生态度，随遇而安，是一种乐观的处世妙方，顺其自然，是一种豁达的生存之道，水到渠成，是一种高超的入世智慧。

55.

人生本来就是一次时光的旅程，只有月白风清的淡定，才有了人淡如菊的从容。

56.

无所谓得到，亦无所谓失去，这世上没有什么东西真正属于你。得到了，终会失去的；失去了，便是得到过。

57.

生活中，你在意什么，什么就会折磨你；你计较什么，什么就会困扰你。纵使天大的事，当你用顺其自然的心态去面对时，就会发现其实没什

么，只是自己想得太复杂而已。

58.

人生是一次艰苦的跋涉，在人生的道路上，有阳光雨露，也有暴风骤雨，唯有保持良好的心态，才能坦然面对所遇到的一切。

59.

如果真苦，你哪有时间喊累。如果真惨，你哪有时间觉得丢脸。因为承受得还不够，所以你才有时间抱怨。

60.

日出时，努力使每一天都开心而有意义，不为别人，为自己。世上没有不平的事，只有不平的心。不去怨，不去恨，淡然一切，往事如烟。

61.

感情里，总会有分分合合；生命里，总会有来来去去。学会：浅喜欢，静静爱，深深思索，淡淡释怀。

62.

红尘陌上，独自行走，绿萝拂过衣襟，青云打湿诺言，山和水可以两两相忘，日与月可以毫无瓜葛。那时候，只一个人的浮世清欢，一个人的细水长流。

63.时常以一个孩童眼光去打量这个世界，你会发现生活其实很美好。

64.

人生就像一杯白开水清澈透底，也像一杯苦咖啡耐人寻味。看淡了，是是非非也就无所谓了；放下了，成败得失也就那么回事了。

65.

过度关注别人和渴望被别人关注，都挺累的，习惯独处是一件好事，然后发现，后来的你想依赖和想联系的人越来越少，人也变得淡然和从容，不再那么累。

66.

不闻不问不一定是忘记了，但一定是疏远了，彼此沉默太久，就连主动都需要勇气。

67.

生活有进有退，输什么也不能输了心情。只要持续地努力，不懈地奋斗，就没有征服不了的东西。

68.

简单，是内心里的从容和淡定，人生苦短，没必要和生活过于计较，也没必要过于看重利弊得失。

69.以平常之心，接受已发生的事。以宽阔之心，包容对不起你的人。

70.

人之所迷，因在局内，人之所悟，因在局外。人生充满变数，定力如何，直接影响到人生的走向。淡定看人生，宁静看自己。

71.

人需要沉淀，要有足够的时间去反思，才能让自己变得更完美。也许每个人出生时都以为这天地是为他一个人而存在的，当他发现自己错的时候，他便开始长大。

72.

我们人性中最本质的愿望就是得到赞赏。一句真诚赞扬的话，有时能改变自己一生的命运。在日常生活中，如果我们能善用赞美之法，会在交际中起到意想不到的奇妙作用。

73.

该来的自然来，会走的留不住。不违心，不刻意，不必太在乎，放开执念，随缘是最好的生活。

74.

路再长也会有终点，夜再长也会有尽头，不管雨下得有多大，总会有停

止的时候。乌云永远遮不住微笑的太阳。

75.

人生就是一条没有回程的单行线，生命就是一趟旅程，沿途的风景再美，也要学会边走边忘。

76.

不管心情如何，不论今天过得怎么样，无论身在何方，请记得微笑。人生没有彩排，只有现场直播，所以每一件事都要努力做得最好。

77.

一个人不求大富大贵，但求平平安安；不求有钱有势，但是自在安然。

78.

日出东海落西山，愁也一天，喜也一天；遇事不钻牛角尖，人也舒坦，心也舒坦。

79.

世上最纷扰的一个字就是争。这个世界的吵闹，喧嚣，摩擦，嫌怨，勾心斗角，尔虞我诈，都是争的结果。争到最后，原本广阔的尘世，只能容得下一颗自私的心。把看似要紧的东西淡然地放一放，你会发现，人心就会一下子变宽，世界就会一下子变大。不争，得自在；无争，得清闲。

80.让沉默代替所有回答，只为看你懂我多少。

81.

生活没有模板，只需心灯一盏。如果笑能让你释然，那就开怀一笑；如果哭能让你减压，那就让泪水流下来；如果沉默是金，那就不用解释；如果放下能更好的前行，为什么还执迷不悟的扛着。

82.

咬到舌头才知道吃东西不能太着急，爱过错的人才知道不是执着就能在一起，所有的经历都是必然的，不摔跤永远不知道哪里路最平坦。

本文链接：<https://duanjuziku.com/duanjuzi/2oqjkyslm9.html>