

人为什么活着的短句子伤感的

1.
人生有各种各样的活法，美好的生活应该是时时拥有一颗轻松自在的心，不管外界如何变化，自己都能有一片清静的天地。清静不在热闹繁杂中，更不在一颗所求太多的心中，放下挂碍，开阔心胸，心里自然清静无忧。
2.
这一路走来，最不容易是自己！病了得撑着，累了得扛着，难了得顶着，苦了得藏着，烦了得憋着，痛了得忍着，哭了得躲着，输了得挺着！生容易，活容易，生活真的不容易；你不易，我不易，其实谁都不容易！
3.
这一路走来，最简单是自己！因为老实忠厚，吃了不少亏；因为心地善良，受了不少累；因为心直口快，得罪不少人；因为掏心掏肺，流了不少泪。人心叵测，该面对就得面对；经历就是历练，该体会就得体会！
4.
选择了就要坚持，不要总是后悔当初的决定，这又有什么用呢？人要往前看，学会踩刹车。与人相处多懂得理解，给别人方便也是给自己方便。心情不好的时候，谁都会发泄；头脑发热的时候，谁都会冲动。换位思考一下，就会感同身受；设身处地一想，就是助人助己。
5.
烦时，找找乐，别丢了幸福；忙时，偷偷闲，别丢了健康；累时，停停手，别丢了快乐。平凡生活中，忙碌于工作，安然于家庭。不求事业多大进步，只愿生活甜美温馨；不想生活多么富有，只愿家人健康欢欣。

6.
要想人前显贵，就得人后受罪，要想活得幸福，就要努力加油，每一份成功，都要靠付出，每一份幸福，都要用心守，别吃一点苦，就退缩，别遇一点事，就哀愁，没有咬牙坚持，怎么有收获，没有勇敢面对，怎么能成功。

7.
人，就应该爱护自己的身心，不要活得太累，不要自己折磨自己。人，就应该活得舒心点，活得快乐点，活得潇洒点。朋友，工作不要太累了，注意保护身体，身体别累垮了。朋友，心不要太累了，一切都会过去，生活没有想象那么难。

8.
每个人都有自己的不容易，每个人也都在为自己的生活负重前行。真正的岁月静好，还不都是自己给自己的安慰？凡事不要想太多，心里装的东西越多，越很难快乐。活着本来就已经很不容易，工作的压力、生活的重担、感情的纠葛已经让人喘不过气，何必还总是为难自己，和自己的心过不去呢。

9.
换个角度看待自己，是一种突破、一种解脱、一种超越、一种高层次的淡泊宁静，从而获得自由自在的乐趣。转一个角度看世界，世界无限宽大；换一种立场待人事，人事无不轻安。愿你天天是好日！

10.
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。想想不管昨天、今天、明天，能豁然开朗就是美好的一天，不管是亲情、友情、爱情，能永远珍惜的就是好心情。

11.
有些事情我们必须放弃，才有精力去迎接更美好的生活。其实孩子气，也没什么不好。人总有一天会长大，何必成熟太早，失去太早。一个生命能否去战胜厄运，去创造奇迹，那也都是取决于你是否赋予了它一种

信念的力量。

12.

人，活着，真是不易，尤其在病痛的折磨下活着。有时，不管你承不承受得了，磨难压在身上，就得扛。谁也帮不了。同情帮不了，眼泪帮不了，愤怒帮不了，只有自己坚强起来，面对所有苦痛折磨，走过风雨熬煎的日子。

13.

不知道死了会变成什么，会上天还是会下地狱。感觉人活着好累，也幻想着自己如果现在突然冲过来一辆车把我撞飞，在把我撞飞的那一刻，我可能会很开心。那个时刻，没有压力，没有痛苦，没有烦恼。

14.

当你看透这一切时，知道爱惜身体，懂得生命含义，为不值得的人伤害自己，是天大的愚蠢，为不值得的人失去生命，是最大的傻瓜，因为所有的后果只有自己承受，没人会为你的任性买单。

15.

人很多时候，不是跟事过不去，而是跟心过不去。总是太在乎，可真正在乎你的并不多；总是怕失去，当真正失去时又能奈何。人活一世，庸人自扰，其实就是自寻烦恼；想开了就是幸福，想不开就是痛苦。

16.

人生的一切不是算来的，而是善来的；不是求来的，而是修来的。胸襟的宽窄，决定命运的格局，你能包容多少，就能拥有多少。凡事看得开、想得透、拿得起、放得下，学会隐忍性情，懂得克制欲望，退却时理智，谦让时大度，除却杂念私心，少些攀比计较，才会随缘自适。

17.

时间，让深的东西越来越深，让浅的东西越来越浅。看的淡一点，伤的就会少一点，别等不该等的人，别伤不该伤的心。我始终相信，该是我遇见的，不管绕多少个圈，不管走得有多远，将来一定会和我相遇。

18.

我们一辈子都在读着，写着，感悟着，不论多聪明，亏，还是没少吃。人，一辈子都在觉醒中，不论多淡定，遗憾，还是有。世界很大，个人很小，没有必要把一些事情看得那么重要，艰辛的生活，我们已经很苦、很累，无需要对自己责备。人生就是不会事事如意，何必要强迫自己。尽心了，无论结果如何都可以。

19.

人活着，没必要凡事都争个明白。水至清则无鱼，人至清则无朋。争的是理，输的是情，伤的是自己。黑是黑，白是白，让时间去证明。放下自己的固执己见，宽心做人，舍得做事，赢的是整个人生；多一份平和，多一点温暖，生活才有阳光。

20.

风来雨落，秋来叶归。生活就是一场场花开花落；人生就是一场场无悔穿越。静静的走，默默的看，无论风雨，无论坎坷，慢慢品味人生的青涩与成熟。历经生活的艰辛与繁华，始终相信，努力就会有收获，付出就会有得到，用一颗执着的心，默默寻觅心灵的一方净土，让心境在沧桑中开出一片福田。

21.

每个人活在这个世上，谁都有说不出的苦衷，谁都有道不尽的无奈，谁都有放不下的疲惫，谁都有躲不开的心累。再能干的人，也会撑不住；再坚强的人，也会有脆弱；再乐观的人，也会落下泪；再风光的人，也会有寂寞。舒服是留给不想活的人！

22.

这个世上，活在别人眼里的，凡事做给别人看的，永远找不到真正的自我。所以我们应该活给自己看，我们不需要虚伪，那就没有必要披上虚假的外衣，不必要在乎别人的眼光，无须背着沉重的包袱踏上人生之路。

23.

明明是活在现在，你却总是念念不忘着过去，又忧心忡忡着未来；坚持

携带着过去、未来与现在同行，你的人生当然只有一片拖泥带水。我们终于来到以前憧憬的年纪，却发现已经有人订婚、有人结婚、有人出国、有人生活顺利、有人坚持梦想、有人碌碌无为。

24.

人生逆境时，切记忍耐。在这复杂世界，我们简单地活着。假装快乐，是最累的事，多少人在假装着，很累的活着，用那虚伪的面具去换取那卑微的开心，可不可以真正的活着，不留下遗憾！

25.

人生有惊有险，看你敢不敢。是苍鹰，总会飞上蓝天，是强者，总会无惧艰难，成功的背后，付出的汗水数不完，压力的后面，咬破的嘴唇谁看见，你累，别人也不轻松，你苦，别人也没有甜，谁叫我们都身不由己的活着。

26.

每个人都要有信念，如果信念挺多的，一直还想不通，就放弃吧！学会放下何尝不是一种人生境界，执着下去又能怎样呢？活着的人，跋涉着，经历着，坚持着，本来就是那么的累，多么的不容易。不管男人女人都有自己的苦衷，都有自己人生的难言之隐；不管是大人还是小孩，也都有各自的不容易，只是没有表达而已。男人的累，女人无法体会；女人的苦，男人无法感受；父母的心，孩子无法领略；孩子的心，父母无法弄懂。

27.

人的心就像一个容器，当烦恼装得多了，快乐就变少了，欲望装得多了，舒适就变少了，而知足装多了，痛苦就少了。看轻世事，看淡得失，圆润己心，自在、安祥，世间没什么事是放不下的。除了生死，都是小事，别为难自己，活在当下，且行且珍惜。

28.

生命，就是一个苦乐相间的过程，既有伤心，也有欢欣。追逐的过程中，免不了遭遇伤心，刺激心灵，使我们痛不欲生，感叹生活这样无情，这样悲情。其实，生命的构成，除了伤心，还有欢欣。欢欣一直存放在

我们心中，只是我们不常使用，倍感了生活的伤心，回望走过的历程，没有一点欢欣，我们怎能走到现今。

29.

优雅的人生，是用一颗平静的心，平和的心态，平淡的活法，滋养出来的从容和恬淡。你可以跑在时间的前面，但不要跑在宁谧的心前面。人们都向往和寻找快乐，其实快乐就是一种心情，秘密隐藏于人的心中。快乐从不曾远离我们，而是我们远离了快乐。

30.

你可以输给任何人，但不能输给自己；你可以迷失方向，但不能迷失心灵。许是伤透的太多，总是留在心碎现场；许是放不下太多，总是盯着乌云不放。悲伤锁在心房，迷茫会更猖狂；苦衷难以释放，没人替你担当。

31.

生活中，总有一些事，让我们不满意；生命中，总有一些人，让我们不顺心；人生中，总有一些挫折，让我们情绪低落。是人，总有烦恼，有心，总会疲惫。忙碌里，谁都有难处，现实中，谁都有苦楚，总有太多的纠结，让我们无助；总有太多的奈何，让我们无可。所以，有些事，可以认真，但不要较真，心若轻松，路才顺当。

32.

每个人，都有一段迷茫的时间，每一天，都有一段不精彩的时候，要想活的有希望，就得擦去所有的昨天，来累积属于今天的时间，不忘恩，不忘本，做好今天，准备今天，努力人生的今天。

33.

一件事，想了很久，仍然郁结于心，那就选择放下，同时也放过自己。你愁容满面，折磨的是自己，心思多了，纠结的还是自己。心累的时候，换个角度看世界。压抑的时候，换个环境深呼吸。

34.

细细想来，人生有许多困难和失败，只能算是岁月之歌中的一串不协调

的颤音。通过勤奋和拼搏，仍然能奏出生命乐章的动听之音，同样会赢得热烈的喝彩！贫困、疾病，以至生命中更多劫难的降临，都是命运逼近你去创造和珍惜重新开始的机会，让你有朝一日苦尽甘来。

35.

人生虽有低潮但必有高谷，因为这个地球是圆的，而我们活在地球上。不要因为一时的失意，而去沉迷于人间，了渡余生，那样你何必去说你有自己的人生，谁也不是天生就有辉煌，都是一点点的去奋斗，去努力实现自己的人生价值，也许站的位置不同，理解的层面就会不同，这是必然的结果。

36.

仔细想想，其实人活着真的不简单。每一天都会发生你想不到的事情，有高兴的、有生气的、有无奈的、有伤心的、有哭笑不得的，有解释不清的，不管是什么样的事儿，都是对你的一种挑战！当人遇到生死，你会发现，其实一切都是过眼云烟。

37.

岁月如一指流沙，缓缓在指尖流淌。静坐流年里，捻一抹心香，携一抹阳光，笑看红尘过往。生命的美，就在于经历人生起起落落后的安然。人生之苦，在得失间。心胸宽广之人，拿得起，放得下，无意于得失，自然坐怀不乱。心静了，才有闲心品味出已有的幸福。

38.

人生匆匆，转瞬就是几十年，一路走，一路聆听。人生，就是一个修炼的过程，何必用这一颗不平的心，作践了自己，伤害了岁月。生活中，不妨养成"能有，很好；没有，也没关系"的习惯，便能转苦为乐。活着，就是一种修行！

39.

人活着，别太为难自己，也别辜负了大好的年华。背不动的就放下，伤不起的就看淡，何必用无谓的烦恼，作践自己，浪费光阴。人生本如梦，要学会看淡一切，包括曾经的伤痛。活着已经很难了，不要总是这样为难自己。

40.

人活着都不容易。幸福大体差不多，但痛苦却千差万别。看淡了，放下了，想开了，豁达了，微笑了，心宽了，路就宽了，一切纠葛自然变得简单了。人生不会刻意捉弄谁，也不会去成全谁的完美。只有过不去的人，没有过不去的事，世上无完美的事，也无完美的人。人生，是遗憾或惊喜而构成。不求其完美，只求其凡事有始有终。

41.

别在回忆中揪心，别因失去了叹气，人要往前走，才能看到更美的风景，一直在原地，最后失之交臂，勇敢往前行，才能收获幸运。这一生把所有酸甜苦辣品尝，把所有的悲欢离合演绎，才算活得有滋有味，才算过得充实有趣。

42.

人的一生中，除了遇到开心快乐的事，也会遇到难过的事，但是当你学会看淡，就能找回简单的快乐。人生在世，快乐是一生，忧愁也一世，幸福是一天，不幸福也是一天，何不看开点，潇洒地活着？

43.

如果时间能够倒退，一切也就没那么珍贵了。人生的快乐，走自己的路，看自己的景，超越他人不得意，他人超越不矢志。心里放不下，自然成了负担，负担越多，人生越不快乐。计较的心如同口袋，宽容的心犹如漏斗。复杂的心爱计较，简单的心易快乐。

44.

欲成小事，只需自励；欲成中事，还需自省；欲成大事，必需自律。很多事情是不能只拿结果来判定的，人生的每个阶段，都有每个阶段难以摆脱的困境，只要付出了自己该有的努力，就没什么好悔恨的。我们不能站在后来的高度，去批判当年的自己，这不公平。

45.

人，是活给自己看的。别奢望人人都懂你，别要求事事都如意。苦累中，懂得安慰自己。没人心疼，也要坚强；没人鼓掌，也要飞翔；没人欣赏，也要芬芳。生活，没有模板，只需心灯一盏。

46.

这年头，人难做：算计的人多了，善良的人少了；假话的人多了，真话的人少了；你诚实一点吧，有人利用你；你落魄一点吧，有人笑话你；你幸福一点吧，有人嫉妒你；你善良一点吧，有人欺负你。

47.

污泥可以长出莲花，寒门可以培养孝子，洪炉可以炼成钢铁。困境可以成就伟人。苦涩可以酝酿甘甜，烦恼可以转为菩提。生活如波浪，有波谷，也有波峰。在高峰的时候，且慢高歌。在波谷的时候，不必落泪。一浪翻一浪，一波过一波，便是人生的彼岸。

48.

活着，真好！可以陪伴家人，可以享受生活，看一看窗外的美景，感知大自然无私的馈赠，听一听孩子的笑声，感受家人们喜悦的心情，这些看似简单，这些看似自由，却是多少人不敢想的事情。

49.

每一个人都拥有幸福，幸福与否，完全取决于你自己如何看待。决定一个人幸福与否，不是在于环境，而在于心境。如果内心是悲观的、消极的，那么我们从生活中接收到的一切信息都将是伤感的、带着痛苦的；如果内心是乐观的、积极的，那么不管生活给予了我们什么，我们都能感觉到真实的幸福和快乐。

50.

人生中，带给我们愉悦，痛苦则能带给我们回味。在人的一生中，真正的，我们很难想起，但痛苦却往往难以忘记。既然痛苦不可避免，我们又无法抗拒，为什么不学会面带微笑迎对痛苦的来临呢？人的生命，好似海水奔流，生活那也就是让你不断的去遇到，得到的与失去的，遇到的与错过的！

51.

活给别人看，叫做死要面子活受罪。活给别人看，是太容易被外界的氛围所感染，被他人的情绪所左右。行走在人群中，你总是感觉无数穿心掠肺的目光，有很多飞短流长的冷言，最终乱了心神，渐渐被束缚于自

己编织的一团乱麻中，其实我们是活给自己看，并非给别人看！

52.

一个人的情绪受环境的影响，这是很正常的，但你苦着脸，一副苦大仇深的样子，对处境并不会有任何的改变，相反，如果微笑着去生活，那会增加亲和力，别人更乐于跟你交往，得到的机会也会更多。

53.

一天24小时，总是觉得不够花。天天扑在工作上，忙忙碌碌不敢停。为了多赚一个子，省吃俭用，精打细算。为了多存一个子，病痛缠身，能忍则忍。为了让家人活得好，委屈自己，埋藏心酸。

54.

人生屈指算计，只为一句话活出自己，问心无愧，活着脚踏实地，脚踏实地的贫穷，永远比富贵被敷衍的好，堂堂正正是美德，简简单单是健康，无所谓高低贵贱，别花时间栽培别人，浪费生命。

55.

人生的路上别总是狂奔，有时我们得停下来，宽宽的心地，才是盎然的世界。人生就像是一条趟不完的河，人的一生，注定要经历很多很多。生活其实也很简单，喜欢的就争取，得到的就珍惜，失去了就忘记。听花开的声音，观叶绽的曼妙。告诉自己，活着，真好。

56.

有些东西，错过了，或许也就永远错过了，不要等到失去，才明白珍惜，它们将不再属于你了，而有些东西或许是在你不经意间放手，但当你真正意识到你失去它时，可不要轻易放弃，有时，或许只要微微一转身，你就会发现其实它一直在你身旁，只是你将它遗忘了而已，你没有注意到它。身发现，那份情依旧。

57.

祸从口出，病从口入，话多了伤人，计较多了伤神，与其伤人又伤神，不如不烦神。一辈子就图个快活舒坦，无愧于心。其实人活着，开心就好！不要在意钱多钱少，老了以后，谁在乎你是乞丐还是富豪。

58.

生活的苦，拿出来说说，不是多了一份安慰，而是多了一些道是非的人。烦扰的事，拿出来念念，不是多了一份支持，而是多了一点麻烦给自己。心情的差，拿出来晒晒，不是多了一份理解，而是多了一群看笑话的人。这个世界听故事的人多，懂故事的人少！

59.

当你看透这一切时，就会变得豁达，就会变得开朗，不会因小事而斤斤计较，心胸会变的宽广，不会因过去而耿耿于怀，心态会变的阳光，不会再去做梦，不会再去犯傻，不会再去伤害自己。

60.

别亏欠自己，谨记，你所有的言行，最终都要归于为自己而活着。这是生命的本能，也是人活下去的所有动力。你做你自己喜欢的事情，喜欢你爱的人，如果做不下去了，如果感觉痛苦了，就要及时放弃，转而去寻找让你快乐的事情。

61.

日久生情，才是真的缘份。喜欢你的人，要你的现在。爱你的人，要你的未来。真正的爱情，不是一见钟情，而是日久生情；真正的缘份，不是上天的安排，而是你的主动；真正的关心，不是你认为好的就要求她改变，而是她的改变你是第一个发现的；真正的矛盾，不是她不理解你，而是你不会宽容她。

62.

人生路，或长或短，都在经历，都在次次磨难中历练，或悲或喜，都是必然。人活着都不容易。幸福大体差不多，但痛苦却千差万别。看淡了，放下了，想开了，豁达了，微笑了，心宽了，路就宽了，一切纠葛自然变得简单了。

63.

生活中是你的就是你的，不是就不要勉强。想要可本来却不属于你的东西，就不要硬索取，放下也是一种人品修行。感情的深浅，都是人为因素，深浅都是彼此真心的互换；感情的好坏也都是人为所致，好坏都是

彼此宽容的结果。金无足赤，人无完人。多一份谅解，多一份亲切。人非圣贤，孰能无过。多一份包容，多一份亲情。

64.

生活给我们带来了太多不好的东西，我们活在这个世界上很难开心。生活给的幸福太少了，高房价，高消费，高物质，低工资，这是上天给我们的一场劫难吗？想找一个地方，那里什么都没有，一了百了，从此无牵无挂。

65.

内心的泪，自己知道，人生的苦，自己明白，太多的委屈，只是微微一笑，套多的感动，只是回首一梦。短暂的光阴，擦去太多的时间，人走茶凉，放下太多的感动，是非悲伤，擦去太多的在意。

66.

人走了，就别再留了，再留下，也不是原来的感觉了；拥有时，好好珍惜，离开了，默默祝福。缘分不是一人惜，而是两心给，感情不是一人真，而是两人诚。属于自己的自会相伴永远，不属于自己的强求也枉然。遇见了就要珍惜，失去了也没必要强留，只要真心爱过，就已经足够了。

67.

不管昨天、今天、明天，能豁然开朗就是美好的一天。生命的最宝贵的，就是你要去每天都有意识的生活，不要梦游式的过你的生活。人生如茶，空杯以对，才有喝不完的好茶，抱最大希望，尽最大努力，做最坏打算，持最好心态。

68.

人生路，或长或短，都在经历，都在次次磨难中历练，或悲或喜，都是必然。生活就是这样，忙忙碌碌，平平淡淡，人生就是这样，坎坎坷坷，起起伏伏。不论我们怎样努力，依旧会有遗憾，不管我们如何追求，依然会有不满。人生就是缺憾，生活就是遗憾，想开，而后看开。人，难有十全十美，事，难能尽善尽美。

69.

洒脱，是人生最美的心境。拥有这份心境，生活会多一些淡定，喜悦，平和；少一些浮躁，忧伤，抱怨。宁静的岁月，不悲不喜，淡淡的日子，在淡淡的思绪中静静流淌。宁静中的人，都静静地活着自己。因为心静，所以岁月静。宁静的岁月，让生活平缓而美丽。

70.

复杂的社会，看不透的人心，放不下的牵挂，经历不完的酸甜苦辣，走不完的坎坷，越不过的无奈，忘不了的昨天，忙不完的今天，想不到的明天，最后不知道会消失在哪一天，这就是人生。

71.

人生，太多的生不由己！有时候会觉得生活很累，有些东西只有自己亲身体会了才会明白。不是所有的事情都情有可原，更多的是无可奈何。有时候会觉得生活很累，想的多了，反而会觉得很累。

72.

累，包括身体累和心累，身体累了，休息一下就过去了，心累了那是身心疲惫了，是真的累了，要整理好思绪，累，包括积极累和消极累，积极的人热爱工作，工作可能不会觉得累，消极的人好吃懒惰，工作就会很累。

73.

我们都想幸福快乐地生活，然而现实生活不尽如人意。其实想想，人生不过三万天，除了生死，都是小事。所以，别为难自己，换一种生活态度，把不开心的都抛下，把眼前的痛苦放下，看开之后便是幸福。

74.

不要怪别人让你失望，怪你自己期望过高。任何的限制，都是从自己的内心开始的。你只要迈出一步，便会发现五彩斑斓的，生活任何打击都不应该成为你堕落的借口，你改变不了这个世界，但你可以改变自己。

75.

人生如同行路，走着走着，一些人来了，一些人走了，分分合合，聚聚

散散，渐渐地，也就懂得了，一切的因缘际遇，都是命运最好的安排，少了任何一个角色，人生的故事都不会完整。所以，我相信，人生的一切历与练，都是最好的安排；生命的一切悲与欣，都是应有的赐予。所有的存在，都是为了成全美好；所有的美好，都需要经历来成全。

本文链接：<https://duanjuziku.com/duanjuzi/bhx9isqoi9.html>