

内涵话

1.
人生，避无可避，退无可退，只有经受住挫折，才不至于活的太难；只有承受住改变，才不至于压力太大。
2.
想做一个很酷的人，闹钟一响就起。走了就不再回头，连告别都是两手插兜。从来不会难过流眼泪，无所谓前路只是洒脱行走。
3.
每天能够挣扎着起床，是因为心中还有美好的愿景，有怀念的人，有想去的地方，有渴望的新生活；失去虽然令人伤感，但至少它还留下记忆和经验。
4.
人这辈子，最该珍惜的就是久伴不离和伸出援手的人，如果你有幸遇到了，记得一定要拿出全部的真心给予回馈。
5.
人生学会画句号，就是有始有终，不会半途而废。无论遇到什么事情，都要对自己说：这是正常的。而不要说：我怎么这么倒霉？因为比你倒霉的人多的是，积极、阳光的心态能助你走出逆境！
6.
也许见面是为了认识想认识的人！即使需要分离，在一起那段时光时间也不会消失。
7.
所有的力量和弱点都来自于内心，所有幸福和不幸都是自己的心态所造

成的。如果内在的潜能没有得到充分发挥，就不会取得进步。一个人只有循序渐进地积累知识，才能为成功或者和平奠定坚实的基础。

8.
总有人喜欢上想象中的你，后再看清你本来面目，最后唾弃你说，你原来是这样的人，但其实你从来都是一个样子，明明什么都没做，却落得声名狼藉。

9.
有许多时候，生命若水，石过处，惊涛骇浪；有许多时候，生命若梦，回首处，梦过嫣然。

10.
行走在人群中，我们总是感觉有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，渐渐被缚于自己编织的一团乱麻中。

11.
改变不了的事就别太在意，留不住的人就试着学会放弃，受了伤的心就尽力自愈，除了生死，都是小事，别为难自己。

12.
对你最好的那个人，往往是最好欺负的人。天下间的人，往往总是欺负对他最好的那个人。

13.
为了获得，你必须懂得放弃，只要你愿意放弃，愿意为了他人的利益遭受损失，你才会获得自己真正的幸福。这就是人生之道。

14.
人生最遗憾的，莫过于轻易地放弃了不该放弃的，固执地坚持了不该坚持的。

15.
在生活中，我们凡事都不要追求的太过完美。持一颗平常心，得之我幸

，失之我命，释然生活中种种的不尽人意。或许你会感受到别样的轻松与知足。

16.

平时吃酒吃茶的朋友很多，但是一旦出了事情，危难时刻一个出来帮忙的人的都没有。

17.

最好的日子不过如此吧，走过的每一步，都是银碗盛雪的清涼，都是明月晓辉的谦和。你看，时间终会留下最真的情谊，而所有的美好亦都会如期归来。

18.

一直都相信，有种遇见是一生不变的温暖，是一树花开的情意，更是红尘里无言相依的契约。

19.

一杯水，再烫再难忍也不要轻易放手，因为松手的那一刻，你失去的不只是水，还有那杯子；一段路，再崎岖再难走，也不要轻易放弃，因为放弃的那一刻，你失去的不只是路，还有沿途风景。为选择而努力，为爱付出，做最棒的自己！

20.

人生不如意十之八九，时间很快就会把创伤磨平的。也不必太过计较得与失，因为有得必有失，有失必有得。

21.

人总爱跟别人比较，看看有谁比自己好，又有谁比不上自己。而其实，为你的烦恼和忧伤垫底的，从来不是别人的不幸和痛苦，而是你自己的态度。

22.

心里有阳光，雨天也是一种浪漫；心里下着雨，晴天也是一种遭罪。这些恩赐没有一样是坏的，我们该感激。感恩，感激痛苦让你觉醒；感激

失败让你接近了真理；感激失去让你懂得了珍惜；感激生命给予你能量；感激成功让你感受了幸福。幸福是一种甜蜜的感受，只有善良的心才能感受到。

23.

有一种相伴，是默契，无需言语，只是心与心的品读；有一种相惜，是一种懂得，无需交集，只是一个眼神，便可会意。最好的陪伴，不是在心灵深处，而是与时光相依。最深的牵挂，是心灵的相伴，如一缕春风，似一杯暖茶。

24.

人生就是一个充满遗憾的过程。得失之间的比例和心态，只有你自己最清楚，别人是不会懂得。自己的心自己清楚，想要什么自己也清楚，那就不要违背自己的心，放飞自己，才可以活的快乐。

25.

人害怕的，就是本来一直存在的太阳落下不再升起。在我的天空里没有太阳，总是黑夜，但并不暗，因为有东西代替了太阳。虽然没有太阳那么明亮，但对我来说已经足够。有些人一辈子都活在太阳的照耀下，也有些人不得不一直活在漆黑的深夜里。凭借你心灵光，你便能把黑夜当成白天。

26.

这辈子要做一个堂堂正正，光明磊落的人，要有一颗宽容大度，海纳百川的心！

27.

接受突如其来的失去，珍惜不期而遇的惊喜。当情绪低落慵懒无力时，把情绪收到别人看不到的地方，一个人学会坚强。

28.

肯低头，才不会撞门框；肯承受，才会有坚强；肯努力，才可能有成就；肯放下，才可能有快乐。

29.

时过境迁，物已非物，人亦会变！想想原来和有些人最好的结局，就是互相杳无音信，但会彼此怀念！

30.

少与白，朝与夕，青春对暮年。生活中，最不缺谁对谁好，谁不拿谁当回事。

31.

一个人的自愈的能力越强，才越有可能接近幸福。遭受过人生的不幸，但仍期待幸福；受到过别人的背叛，但仍勇敢去爱；看见过世间的丑恶，但仍付出善意；第一次哭是因为你不在，第一次笑是因为遇到你，第一次笑着流泪是因为不能拥有你；山上的人不要瞧不起山下的人，因为终有一天他们会上山取代你。上山的人也不要瞧不起下山的人，因为他风光时你还在山下。

32.

再优秀也会有人对你不屑一顾，再不堪也会有人把你视若阳光，所以，辉煌时，不要嘚瑟，落魄时，不要坠落。

33.

拥有一份喜欢，懂得一个人，有一个人懂，如此一生，便再无遗憾，对自己好一点，对身边的人好一点，今世失去的，也许来生会有所补偿。

34.

人只有经历过，才能懂得。道理听多了不过是别人的理论，只有自己做过、错过、感悟过，才能最终形成自己的人生哲学。

35.

人生里，也曾有冷暖自知的岁月，因此，更爱那个美丽坚强的自己。人活一世不容易，要受多少委屈、多少磨难，才能活得骄傲又自信。

36.

许多时候，许多事情，许多人，缘于我们肯于接纳与付出，于是才有了

美的奇迹，世界也因此变得明朗与美好。

37.

幸福不是一天就能获得的，正如不幸福的困境也不是一天形成的。愿我们都不会把所有别人对我们的好，视为理所当然。因为知足，会更接近幸福。生命中，有一个人可以去惦念，是缘分；有一个人可以惦念自己，是幸福。能够善待不太喜欢的人，并不代表你虚伪，而意味着你内心成熟到可以容纳这些不喜欢。

38.

人在倒霉时最明白，人在大病时最明白，人在下台时最明白，人在退休时最明白，人在入狱时最明白，人在临终时最明白。

39.

历经岁月苦难的洗礼，但愿我们依旧满怀激情，去热爱这个世界。不管境遇如何，我们都应该保持快乐的心境，以清净的心、慈悲的心怀，来面对这个世界，用爱、宽容与智慧来与这个世界相处。

40.

别人毁谤你，是因为你优秀。别人利用你，是说明你有价值。别人嫉妒你，说明你走在前面。别人用言语打击你恶意炒作你，说明你很有影响力。所以不要生气要争气，要开心不要伤心，要突破不要看破。生活原来像镜子，你笑他也笑，你哭他也哭，坚持做原创的你。近君子、远小人，笑对生活！

41.

知足者常乐，能忍者自安。“小不忍则乱大谋”。盖世出世事，莫不成于忍。事不三思总有败，人有百忍自无忧。一切法得成于忍。忍得一时忿，终生不恼恨。每个人都有自己的业报，人与人都有过去世的因缘，人家侮辱我，只要心平气和的承受，一切业障都消除。

42.

对别人要求松一点，就不会总是失望；对自己要求严一点，就不会总是沮丧。

43.

有缺失，才会有希望。万物皆不完美，人生总有缺憾。我们要以完美的心，接受并不完美的人生。人生没有满分，就像背着一个永远装不满的箩筐，因为装不满，我们才会不停地采摘，收获才会越来越多。所谓的完美，其实只是来源于我们的心灵。只有真正懂得包容不完美的人，才能获得更多的完美。

44.

谁能一直守在你的身旁，陪伴着你的山高水长；谁会让你永远占据着心房，惦记着你的欢喜忧伤。

45.

那些，争不来的梦想，那些，看不见的希望，那些，放不下的彷徨，不如都放逐心灵的河床漂向远方。每个人，都有倦累的时候，累了，就停一停，给时间一点时间，让过去的过去；倦了，就缓一缓，给期望一个期望，让开始的重新开始。

46.

感谢这一生，即使短暂如流星，我也毫无怨言，就算平凡如草木，我也心满意足！

47.

细嗅岁月的花朵，醉了欢喜，旧时光将所有的懂得深藏。我想，我是懂你的，懂你的每一个眼神，懂你的每一声叹息，懂你的孤单与彷徨，懂你生活的不容易，你不必总是去抱怨，也别去问值不值，成熟，是含泪在奔跑，人活着重要的是心情。

48.

大多数事情，不是你想明白后才觉得无所谓，而是你无所谓之后才突然想明白。

49.

过去的不再重提，未来的不再奢望。人生逆境时，记得忍耐，人生顺境时，记得收敛，人生得意时，记得看淡，人生失意时，记得随缘。任花

开花谢，春秋循环，学一种洒脱，学一种开心，看人间花开，赏天高云淡。

50.

凡是对我好的人，曾经帮过我的人，都值得我以诚相待，都值得我用心珍惜！

51.

人嘛，总要交一些损友，才会得教训，总要爱一次人渣，才会变聪明。

52.

人生，就是一场自己与自己的较量：让积极打败消极，让快乐打败忧郁，让勤奋打败懒惰，让坚强打败脆弱。在每一个充满希望的清晨，告诉自己：努力，就总能遇见更好的自己！

53.

生活中一定要记住这两件事：不在生气时做决定，不在高兴时轻许诺言。

54.

一样东西，如果你太想要，就会把它看得很大，甚至大到成了整个世界，占据了你的全部心思。

55.

能自己扛就别声张，你矫情幽怨的样子并不漂亮，做个勇敢的人，学着去承受命运给你的每一个耳光。

56.

人们习惯性的同情弱者，总会把疼爱留给最脆弱的人。坚强的人，只是露着笑脸，给他人关怀，让他人温暖，帮别人困难，而自己，其实也想有个肩膀依赖。

57.

人生的旅途，前途很远，也很暗。然而不要怕，不怕的人的面前才有路

。

58.

如果别人洒了你一身水，你很可能会对地大声叫喊。如果天空忽然下雨把你淋湿，即便你是一个脾气不好的人，也不会大发雷霆。所以，你渐渐会懂得：很多时候，事情本身不会伤害你，伤害你的是自己对事情的想法和看法而已！

59.

活着，就是一种幸福，别把自己逼得太紧，总要留些时间与空间给自己，人生无悔，就是完整；生活愉快，就是圆满！

60.

眼宽容景，心宽容事，目中有人，才有路，心中有爱，才有度。一个人的宽容，来自一颗善待他人的心；一个人的涵养，来自一颗尊重他人的心；一个人的修养，来自一颗和善的心。为别人付出就是给自己铺路。

61.

征服自己的人能够征服整个世界，因此，突破了狭隘的自我，你就可以走出贫困、摆脱痛苦、烦恼、忧郁、抱怨、悲叹和孤寂。

62.

青梅初长，默然相遇，这世间，只一个我，一个你。我能做的，也只是静静的看，一场雪落，一段杏花烟雨。

63.

世界上最恶心的事，就是你看见了一个人虚伪的一面，可是其他人没看见，他们以为她就是表面上的那么美好，然后你就变成了其他人眼里的心机婊。

64.

你必须认命，比如说你生在哪一种家庭、你长成什么模样，这你无法选择。你生在一个穷困家庭和你生在一个官富家庭，人生轨迹自然是不一样的，这是命，由不得你去选择。

65.

不管你昨晚经历了怎样的撕心裂肺，早上醒来这座城市依然车水马龙。这个世界不会为了任何人停下前进的步伐，越是没人爱，就越是要好好爱自己。

66.

日复一日，水波不惊！余生尽量让自己活得快乐吧！至于幸福，来之欣然！反之亦然！

67.

不想收获的人，不需要做出牺牲；想稍有收获的人，就需要稍微做出点牺牲；想大有作为的人，必须做出巨大的牺牲。

68.

有喜有悲才是人生，有苦有甜才是生活。快乐是生活中最宝贵的财富，是一种生命情绪的自然流露，快乐要靠自己用心去汲取。真诚的心容易感动，真诚的心充满感激，有了感激的心你就会快乐而满足。

69.

回眸身后的过往，遇到的每一个人，一同经历的一段旅程，都将会有一段令人回味、令人遐想的故事。

70.

有多少人能一天不见，就会想念你；两天不见，就会担心你；三天不见，就会寻找你。

71.

微笑是快乐的表达，微笑是幸福的诠释，微笑是温暖的化身，微笑是沟通的桥梁，微笑是友情的鼓励，微笑是欣喜的相逢。

72.

因为再难的路，也要自己走，谁都帮不了你。幸运的是，我们从来没有对生活失去信心，从来没有放弃自己的追求。

73.

付出，就是最大的收获。人的一生真的很不容易，总有这样那样的事情发生，不管你愿意不愿意，该发生的总会发生，不过不管发生怎样的事，都要坚强面对，当你失去一样东西以后，你就会得到另一样东西，没有失去，就没有得到，有失就有得。

74.

等你的身体出了什么毛病，你就会意识到什么烦心事都是屁，都是吃饱了撑的，是闲的。健康活着比什么都重要。

75.

没有信念、缺乏自我控制的人，是无法正确地管理自己的事务的，而只会使自己成为环境的奴隶，事实上，他也已经成为了自己的奴隶。所以，只有经过苦难的历练，从痛苦的经历中吸取教训，才能最终完成从弱者向强者的转化。坚定的信念和决心是生活前进的动力。

76.

有时，我们演饰了别人，却丢失了自己，成了自己舞台上的配角。做回属于自己的主角，因为你的表演，谁都无可替代。

77.

女人的魅力不在于长得多漂亮，而是有温柔善良的性格和一颗宽容的心！

78.

人生的需求如同吃饭，只能吃两碗的饭量，如果贪图饭菜的香味多吃两碗，不但不能正常享受多吃的好处，相反倒会因为胃承受不了而带来痛苦。可见，得到未必就是享受。不要和别人攀比，学会不贪婪，不奢求，平和宁静，知足常乐；为值得的人赴汤蹈火，对闲杂人等别在乎太多。如此，你的善良才显矜贵。有多少人用“这是最后一次了”来说服自己，却依旧干着同样的事。

79.

要想获得真正的力量和永久的和平，只有克制自己，约束自己，净化自

己，而没有任何捷径可走。否则，你就不会拥有超强的自我控制的能力，将会变得虚弱无力、郁闷痛苦，成为这个世界上多余的，没有真正用处的人。

80.

你的幻想是什么，你的理想是什么，那么你所构筑的人生大厦就是什么样子！

81.

谁蘸墨题流年，弄笔挥毫凉薄岁月里无尽的云烟？谁驾一叶心舟，沐风沥雨徜徉于梦幻般的昨天，将一份失落的牵绊与期待，泊去漾来？

82.

懂得，如松间的山泉，沁人心脾，如广袤的大海，沉稳包容，如月下的清风，温和柔蓄。在懂你的人群中散步，无需千言万语，亦能惺惺相惜，相处不累，令人感到无比惬意。

83.

在寒冷的素雪纷飞的日子里，牵起一双温暖的手，相互取暖，十指相扣，踏实向前走，一起走过寒冷的日子，直到青丝白发，如此多好。

84.

人生的路上，如果懂得体谅，懂得理解，懂得宽容，日子就会很温馨，也会很安宁。

85.

时间不言不语，却能验证人心，磨难虽然无情，却能看清感情。平日里关系再好，不叫好，遇事援助了，有难陪伴了，那才是真正的好。

86.

我们的一生中，遇到这样的一个人是多么的难能可贵，前世的五百次回眸才可以换来今生的一次擦肩而过，而彼此的疼爱、容忍，那是我们需要几生几世的磨难才换来的。

87.

人生似水，有容乃大。遇事退一步，为人让一步；心气别太高，火气别太盛，人外有人，处处皆有暗峭。智者：多看多听，箴言。愚人：居多自以为是哈。谁都不是圣人，尽情舒展才华，勤能补拙，笑看繁华起落，开心快乐就好。

88.

人走在路上，有时候走着走着就哭了，因为路越来越难走，路上的障碍越来越多，最难的时候，身边连一个人都没有。

89.优雅的人生，是一颗平静的心，一个平和的心态，一种平淡的活法。

90.

通过努力，你会更加深刻地意识到，只要你形成和塑造了你的心态，你就是自己命运的主人。

91.

幸福并不仅仅来自于外在的物质拥有，痛苦也不是因为缺少财富。如果幸福来源于财富，那么穷人就只会悲惨痛苦，富人就只会幸福快乐，然而事实并不如此。

92.

生活应该是愉快的，人生在世，不能没有欲望，生活总是一直变动，环境总是不可预知，现实生活中，各种突发状况总是层出不穷。

本文链接：<https://duanjuziku.com/duanjuzi/lqm9hc9tqs.html>