

怎么开导人压抑的心情的短句子

1.
你自己不厉害，认识再多优秀的人都没用。只有你自己强大了，才能对抗得了世界的坚硬。
2.
生活放轻松一些，过些时候，再去重新找一个正确的方向，再去努力。最近这些天，你不妨找点自己喜欢的事情做做，把烦恼写在日记上。等过一阵之后，你会发现，那失败的痛楚已经逐渐痊愈，那时你会有新的勇气和力量去为自己开拓新的前程。
3.
不必把太多人，请进生命里。若他们走进不了你内心，就只会把你生命搅扰得拥挤不堪。
4.
谁走进你的生命，是由命运决定；谁停留在你生命中，却是由你自己决定。
5.
人是会变的，你可以守住一个不变的承诺，却是守不住一颗善变的心。累了，难过了，就蹲下来，给自己一个拥抱。别指望别人能来同情你，怜悯你。你哭了，眼泪是你自己的；你痛了，没有人能体会到。你一定要坚强，即使受过伤，流过泪，也能咬牙走下去。因为，人生，就是一个人的人生。
6.
在爱的世界里，没有值不值得，只有愿不愿意，你知道自我为他做的都是心甘情愿地。

7.
我们每个人是可以被打倒的，但任何人也阻止不了我们从地上爬起来，亲爱的朋友，让我们把心态调整好，积极面对内心与外界，重获新生吧！
8.
别哭泣，别叹息。悲伤唤不回逝去的时光。做一个简单的人，看得清世间繁杂却不在心中留下痕迹，保持平常心，简单，快乐。
9.
所有的失去，都会以另一种形式归来，你总能在下一段人生路上遇见美好。
10.
你做得再好，也还是有人指指点点；你即便一塌糊涂，也还是有人唱赞歌。所以不必掉进他人的眼神，你需要讨好的，仅仅是你自己。
11.
同样是一颗心，有的能装下高山，有的能装下大海，有的却只能装下一己悲欢。有大心量者，方能有大气局，有大格局者，方能成大气候。眼下的不如意算啥，无非就是撑大内心的一个过程，看淡它，笑对生活每一天就好啦！
12.
我多想让你知道，这些年我经历最深的痛，不是颠沛流离，不是孤独无依，也不是回忆里的刺，而是我遇见了你又失去了你。
13.
懒惰放一边，把丧气的话收一收，把积极性提一提，把矫情的心放一放，所有想要的，都得靠自己的努力才能得到。
14.
懂你的人，会用你所需要的方式去爱你。不懂你的人，会用他所需要的方式去爱你。于是，懂你的人常是事半功倍，他爱得自如你受得幸福。

不懂你的人，常是事倍功半，他爱得吃力你受得辛苦。两个人的世界里，懂比爱，更难做到。一个人若不能真正做到懂你，那他的爱，越深越磨人。

15.

你的亲人去世了，不要太伤心难过，在天国，他不会喜欢你这样消沉的，打起精神，努力吧，为了你的亲人。

16.

美好的生活，要自己争取；心中的苦楚，要自己体会；未来的道路，要自己努力！

17.

成熟最大的好处就是：以前得不到的，现在不想要了。当看破一切的时候才明白，原来失去真的比拥有更踏实。

18.

幸福，不是长生不老，不是大鱼大肉，不是权倾朝野。幸福是每一个微小的生活愿望达成。当你想吃的时候有得吃，想被爱的时候有人来爱你。

19.

对于伤害，淡笑付之。从中吸取教训，不再被伤害第二次，这样就足够了。不要一遍遍抚摸伤口，否则会变成一道丑陋的疤。时间自然会抚平一切痕迹，不要在逝去的时间里沉溺、过多浪费你的感情。

20.

和不懂你的人在一起，你聪明会他说你心机重，你努力会他说你运气好，你天生乐观他会说你虚情假意，有时候，你明明就是一杯白水，却被人硬生生逼成了满肚子憋屈的碳酸饮料。人一生遇见太多人，只要内心澄明，就永远不用讨好一个不懂你的人。

21.

你看街上依旧繁花似锦，阳光依然璀璨温柔。总有一天，你会遇到一个

彩虹般的人，从此以后，其他人不过是匆匆浮云。

22.

这里的秋天很好，金黄的银杏像失落的阳光贴在树叶上不肯离去，就像我和你一样。

23.

每个人的生活都不可能是一帆风顺的，工作不顺心的时候，就回忆一下自己昔日的辉煌成就，不要使自己过于自卑；让自己乐观豁达起来吧！

24.

有时候，曾经以为最艰难的人生境遇，却最终成为我们活得最漂亮时光。

25.

事情，你做着还顺利吧？工作当中不要太心急了，把心态放得平稳点儿，好吧？抽空也让自己放松一点儿。但愿我的爱，能带给你一份清爽的心情！

26.

你依旧是当年如风霸道的少年，只是少了莽撞。而我面对岁月的荒唐，学会了抵挡。

27.

学会让自己安静，把思维沉浸下来，停一停追逐的脚步，缓一缓紧绷的心弦，渐渐减少对事物的欲望；学会让自我常常归零，想清楚当初出发时的目的，然后就有了新的起点。

28.

你的亲人只是到了你看不到的地方，但是他们能看到你，他们不希望因为他们而让你过得不好，要让他们知道你是非坚强的人，不会让他们失望的。

29.

有一段感情，你投入了很多精力，却还是走散于街头；有一个人，对你承诺过无数明天，却没有出现在你的明天里。

30.

时间帮助我们抚平了心灵的创伤，并重新为我们选择了梦中情人，最后我们都会享受到本该属于自己的那份人间快乐。

31.

迈过的坎，回头看时，都会显得微不足道，受过的伤，痊愈时，都能轻描淡写。

32.

越长大越是越是小心翼翼，越是瞻前顾后，越是脆弱。成长，带走的不只是时光，还带走了当初那些不害怕失去的勇气。

33.

什么叫活到点子上？就是觉得一辈子没有白活，幸福指数很高，心灵很充实，回头看自己的人生道路没有太多的遗憾，如果让你再重新过一辈子，你还是愿意这样生活。

34.

生活总是让我们遍体鳞伤，但后来，那些受伤的地方，一定会变成我们最强壮的地方。

35.

不管你曾经被伤害得有多深，总会有一个人的出现，让你原谅之前生活对你所有的刁难。

36.

别再为错过了什么而懊悔。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。

37.

很多的烦恼源于不够狠心。做什么都要顾及别人的感受，你总顾及别人，那谁来顾及你。

38.

如果你感到委屈，证明你还有底线。如果你感到迷茫，证明你还有追求。如果你感到痛苦，证明你还有力气。如果你感到绝望，证明你还有希望。从某种意义上，你永远都不会被打倒，因为你还有你。

39.

不要指望别人的救赎，心灵的枷锁是你自己扣上的，也只有你自己才能够把它打开。

40.

那些我们在心里反复期待相见的人，一次又一次在心里打磨的光滑，缺点消散，美丽却放大，直到见到时，发现一直爱着想念着的，不过是自己记忆里那个人。放下回忆吧，忘记那个人，把留下的亏欠沉淀吧，好久不见不如不见。

41.

没有人在意你失去了什么，没有人关心你的不快乐，这个世界不会为了任何人停下前进的步伐，心酸就哭，累了就睡，撒不出气来就去大吃大喝，越是没人爱，就越是要好好爱自己。

42.

不管是好的还是坏的，没有一件东西可以永恒不变。当你失败、痛苦的时候，你要告诉自己：这一切都会过去的！当你成功、得意忘形的时候，你也要知道：这一切都会过去的！

43.

你一生中大部分的精力应该全部放在一件事情上。把这一件事情做到极致，胜过你把一万件事做的平庸。

44.

不是每个人都一定快乐，不是每种痛都一定要述说，不是每件事情都会

顺心如意，要知足常乐。

45.

不管你经历多痛的事情，到最后都会渐渐遗忘。因为，没有什么能敌得过时光。

46.

未来不迎，过往不恋，当下的每一个瞬间，就是生命的唯一瞬间。活好了当下，就活好了一生。

47.

有些人，可能从此错过，但至少我们曾经热烈相拥。所以，一些人，一些事，过去的，就放下吧。

48.

余生，愿你不惧黑夜漫长，不怕世事变迁，眼里长着太阳，笑里全是坦荡，愿你活成，自己最喜欢的样子。

49.

真正在努力的，日子是不会舒服的。把自己变优秀，其他的事情自然会跟着好起来，会讲究，能将就，能享受最好的，也能承受最坏的。

50.

不必要盼望得到谁得理解，做自己能做的，尽心尽力，天下的故事，是经常也是无常，所以，不需要大惊小怪。烦恼三千，看开即是云烟；纠结无数，看淡即是晴天。人生怎么活，自己找心宽。

51.

有时候，我们不得不坚强，于是乎，在假装坚强中，就真的越来越坚强。这是真的。

52.

伤心的事，越想越难过，心烦的事，越想越急躁，为难的事，越想越委屈。要知道，不管大事小事，都是过去的事，无论新事旧事，想开了就

不是事。

53.

那种亲密的人突然陌生，希望完全落空的感觉，就好像喝口凉水居然被烫到。

54.

不要再熬夜了，别去想一些让自己不开心的事，过不去的坎别再放在心上，忘不掉的人也该告一段落，新的征途上，愿从今往后的你，别爱的太满，别睡得太晚。

55.

朋友是会默默在身边支持你的，如果遇到了不顺心的事情就回头看看，你会发现还有我从始至终都在陪伴着你。

56.

没有爬不过的山，没有过不了的坎，只要勇敢面对，所有的一切都会随风过去。

57.

挥挥手，跟昨天的失意说再见；微微笑，与今天的快乐把手牵；擦擦汗，为明天的惬意去挑战。失败并不可怕，重拾信心，调整心态，继续奋斗。相信自己，只要努力，幸福就在明天。

58.

不要去害怕做一件事，不要害怕触景伤情，不要害怕说错话，不要害怕想起过去，不要害怕面对未来。

59.

学会理解，因为只有理解别人，才会被别人理解。学会宽容，因为人生在世谁能无过，人无完人。

60.

不好去害怕做一件事，不好害怕触景伤情，不好害怕说错话，不好害怕

想起过去，不好害怕应对未来。

61.

纵然伤心，也不要愁眉不展，因为你不知谁会爱上你的笑容，失去的东西，其实从来未曾真正地属于你，也不必惋惜。

62.

除了想你和过去的点点滴滴我真的不知道该做什么了，我苦苦的哀求你，希望你能回到我身边，可是你一次又一次将我推开，一次又一次的抗拒。

63.

工作不顺心，不要紧，大不了换个环境；婚姻中不开心，不打紧，大不了冲破围城；不要让烦恼占据你的心情，不要让忧伤将快乐排挤，愿你善于调整自己的生活状态，幸福乐开怀！

64.

没有不可治愈的伤痛，没有不能结束的沉沦，所有失去的，会以另一种方式归来。

65.

人最值得高兴的事：父母健在、知己两三、盗不走的爱人。其他都是假象，别太计较。

66.

笑容不一定能使世界绽放，却可放松紧绷的胸膛，开心就笑，让大家都感染到，悲伤就哭，然后一切归零，神清气爽，然后可以轻舞飞扬，生活，其实没有什么大不了。

67.

学不会放下，学不会坚强，学不会感动，只学得会看着别人的故事流着自我的泪。

68.

如果你不是一个十足的混蛋，那么请你，不要学别人，不要迎合别人，不要为别人而活，不要让别人告诉你什么是成功，不要让别人帮你下成功的定义，最大程度地坚持做最真实的自己。

69.

高考像漫漫人生路上的一道坎，无论成败与否，我认为现在都不重要了，重要的是要总结高考的得与失，以便在今后的人生之路上迈好每一个坎！

70.

若我在梦想的路上被物质绊倒，我愿一无所以，不是乞丐。天空一无所以，何必给我安慰，我愿一无所以，梦想给我安慰。

71.

不管你外表条件如何，不管你家境如何，都要牢牢的记住，必须有自己独立的工作和经济来源。也许你并不缺钱，或者有的是人愿养你，但一份事业，带给你的不止钱，更是独立的人格。爱情是把心交给别人掌握，而事业才是牢牢掌控自己的人生。不要做附属品，独立的人生，才是爱情的底线。

本文链接：<https://duanjuziku.com/duanjuzi/2n5ds6nop7.html>