

## 经典睡不着语录

- 1.早上起床第一件事，睁开眼睛，晚上睡觉第一件事，闭上眼睛。
2.  
有没有一个人，在你失眠的夜晚为你挂着，等你安然入睡后，轻轻地说一句：晚安，傻瓜。
3.  
如果你想他，就去找他，趁阳光正好，趁微风不躁，趁他还在，趁你未老。
4.  
每个人心底都有那么一个人，已不是恋人，也成不了朋友。时间过去，无关乎喜不喜欢，总会很习惯的想起你，然后希望你一切都好。
- 5.人生只有两次幸运就好，一次遇见你，一次走到底。
6.  
我有过失眠的夜，也有过褪色的梦。失眠的夜和褪色的梦，伴随着我走过许多个春秋。可正是因为这些夜晚，以及这些梦幻，我制造出了自己生命中美好的乐园。所以我要说：珍惜漂亮的夜，描绘多彩的梦。
7.  
慢慢的我们懂了，很多人错过了便错过了，不属于自己的，抢到了也是难过一场。
8.  
每天晚上失眠，如果哪天晚上我睡着了肯定不正常了，要不就是断气了。

9.  
我不知道离别的滋味是这样凄凉，我不知道说声再见要这么坚强。时间冲淡了我们的感情，却冲淡不了我们的曾经。
10.  
让自己忙一点，忙到没有时间去思考无关紧要的事，很多事就这样悄悄地淡忘了。
11.  
我再也不想失眠了，每天这个点醒来大家体温都报完了，就剩我，还得尴尬的发一句不好意思，我睡过了。
12.  
心情真的很不好，心里难受想哭的感觉，晚上睡不着想想都发生了什么，没有人可以倾诉真的难受，喝酒只能一时麻醉自己醒来还是一样，真的想你。
13.  
泪水却仍带着浓浓的牵挂，淡淡的忧愁。心里的伤，我不知道怎么样去治愈，即使治愈好了，心也将永远会象破碎的玻璃一样，留下痕迹。
14.  
哭的时候没人哄，我学会了坚强；怕的时候没人陪，我学会了勇敢；烦的时候没人问，我学会了承受；累的时候没人可以依靠，我学会了自立。一个人，如果不坚强，软弱给谁看。
- 15.总有那么一天你会发现，我不是谁都可以替代。
- 16.幸福是一瞬间，记忆却是一辈子。
- 17.我们走遍了全世界，最后才发觉，你的笑容才是我最美的风景。
18.  
一觉醒来感觉自己再也睡不着了，说出来我自己都不信，大半夜我在小

红书看炫富，而且看的超开心。

19.浮浮沉沉是年华流淌，歌歌唱唱是欢喜悲伤。

20.莫名的烦恼，无奈的不困！

21.你说以后你来保护我，我几乎相信了，然后你做了别人的英雄。

22.

或许是白天睡多了，晚上又睡不着了。从一点到四点迷糊中感觉真不愿意醒过来呀因为听到了滴滴答答的下雨声让自己感到孤独。

23.

我喜欢睡过了在路上奔跑的感觉，不喜欢为了担心早上睡过而失眠一整夜。

24.我所有的睡不着，都是因为你。

25.天刚刚破晓，我慢慢睡着。

26.有些人注定是等待别人的，有些人是注定被人等的。

27.

压力可能是动力，但是不能太大了，心理调节很重要，如果压力变压抑，总会感觉不如意，如果压力变动力，定能干出新成绩。

28.

有点心烦，最近老是失眠了，额头上的压力痘总是长了又褪，褪了又长，忧虑未来。

29.活得累是因为心里装了多余的东西，这跟吃饱了撑的是一个道理。

30.仰望星空，这世界有太多无奈。

31.最难受的思念，不是对方不知道你的思念，而是他知道却无所谓。

32.

当爱成为一种记忆的时候，当爱成为天空中滑过的流星的时候，我们的爱情只是一种美丽的烟花。

33.

情之一字，不知所起，不知所栖，不知所结，不知所解，不知所踪，不知所终。

34.

用平静的心去看待那些离席与变故的，然后，把他们统统交给时间去原谅。

35.半夜醒来，想让自己睡回去，但是睡不着，还是不放心拿手机看看。

36.

靠真是恶性循环，9点困了就睡觉，睡到半夜醒了刷视频看，看到天亮了再睡，然后到了晚上9点又困了，绝了，我要调整一下我的作息了。

37.我不是高傲，也不是胡闹，只是厌倦了那些随时可能失去的依靠。

38.

试图忘记这件事，当时也确实能忘记，但是，总有人 and 事能够再次提醒你想起。

39.连中午小憩一会儿都做梦，是最近工作劳累、生活压力大的原因么。

40.晚上带小小去超市喝了一杯免费咖啡，是要让我失眠到天亮吗。

41.

骗不了自己的心啊！说不管不问不操心还是会想着念着失眠着，唉！真是让人心烦，不知道能不能熬过去。

42.维持关系很难，我有点烦。

43.不停地辗转与反侧，这个夜里我似乎已经没有了睡眠的意思。

44.

心心念念的往事，曾经深爱过的人，年少琐碎的过往，它们就像缠绕之间的一阵风，来的缱绻，去的时候让人来不及挽留。

45.

喝醉了就吹风，饿了就躺着，困了就闭眼，孤独了就入眠，反正你只有一个人。

46.

在所有好的、不好的情绪里，毫无预兆的想念你，是我不可告人的隐疾。

47.生命中，总有些人即使不在你身边也能让你微笑，这样真的很好。

48.

她说出你的心里话了吗？我是有多怕你的玩玩而已，才会在乎到失眠啊。

49.看的开一点，伤的就会少一点。

50.

人生是这样矛盾和苦恼呵，我既然觉得配不上你，为什么心里丝毫不能平息，反而日趋热烈，爱慕的心怀，一天比一天增加呢？

51.

夜好沉默，一点都不说话。夜好深邃，看不尽黑暗的那头。是谁迷盖了我的眼睛，分不清梦境与现实。是谁恍惚了我的记忆，从此丢掉了自己。

52.

晚上睡不着，不知道是因为睡前傻傻的喝了咖啡，还是傻傻的想了你！

53.夜深了，思念在不为人知的暗涌着，疼痛也惊天动地的撕裂着。

54.真的不必把太多人请进生命里，太过热情总是不被珍惜。

55.我想有那么一个人，他会害怕失去我。

56.

有时候心情会突然的很低落，不想说话也不想动。别人问起，也不知道怎样回答。真的，我不是假装沉默，只是无力诉说。喝了咖啡后依旧失眠。

57.

烂在肚子里的秘密、打出来又删掉的字、到嘴边又咽回去的话，最后都说给了星星听。

58.未知的明天，让我今夜难安。

59.用有限的时间，睡无限的觉。

60.你要吃饱，要早睡，不要仗着自己长的丑就可以任意熬夜。

61.

每当夜晚静下来的时候，才发现内心原来装着这么多的事情，不想去想，可是却又不能自主。

62.

不知道这是第几个凌晨2点还不睡的夜晚，明明很瞌睡，却怎么也睡不着。

63.实在放不下就继续喜欢吧，也许他会被你感动，也许你会累到放手。

64.

记忆的窗口里亮着两盏灯，那是你深情的眼睛；你会说话的眼睛对我说：  
：思念的夜即将过去，请迎接相聚的黎明。

65.

你就像我没赶上的公车，没尝到的小吃，没做完的美梦，没看全的电影，  
，总归是憾事。

66.深夜睡觉的在做梦，醒着的在梦想。

67.

岁月流逝，真情依在；百里之隔，隔却不断；长夜漫漫，星光闪闪；真心  
祈祷，左右陪伴。

68.

我只是你烦躁时用来撒气的玩偶，但我愿意，只因为我太爱太爱你了。

69.从未顾忌我的感受，又怎会知道我多难受。

70.有一个很长很长的故事，我长话短说，我有个爱人，他不爱我了。

71.人总要长大。也许是外界原因。也许是自己所为。

72.你没有跟我说晚安，我睡不着。

73.

全职带娃的一年每天只能睡几个钟就算了，还要经常性失眠，我太难了。  
。

74.

想念你的微笑，想念你的美貌，想念你高贵气质和迷人的味道。记忆中  
你柔情似水的感觉我难以忘掉！

75.

对你的思念仿佛一朵憔悴的花，见了忍不住落泪，不见更是思念深重。

76.

昨晚睡到半夜突然醒来，喝口水，关了灯，再也睡不着，小半辈子就这样溜走，进度条缓缓向前，因为一事无成而懊恼和悔恨。

77.

坚定的信念让犹豫退避三舍，它许你一世光阴，你应诺不负此生，踩着孤独与寂寞，走在时光如水的隧道，连自己都被感动。

78.失去了最珍贵的东西，得到了绵延几千里的痛。

79.明明作业多成狗，我却没有玩了一天，在家里写作业真的好困难。

80.我听你的故事失眠整夜。

81.

我在深夜里饮了一杯酒，突然就觉得自己醉了，可是眼前浮现的东西却更多了。醉了的心，清醒的画面，让我迟迟无法安然的入睡。

82.曾经你是我每天清晨微笑的原因，现在却是我每天夜里悲伤的理由。

83.

九个字缓释心情：“该吃吃，该睡睡，爱谁谁。”饶了别人，放过自己。

84.

每天早上被吵醒之后心情都极度的差，现在施工的声音又像打雷一样，想在床上生气半个小时再起床，本来就睡不好，现在一整天都处在昏昏沉沉想睡觉的状态下。

85.喝咖啡失眠是什么感觉——听着心跳想着睡觉。

86.

晚上睡不着是因为想着与你在一起的点点滴滴，早上起不来是因为梦见与你手牵手的幸福生活。

87.半夜醒来睡不着，默默看到天亮了。

88.虽然对你避而不见，可是心里仍然想念。这种想念，叫避而不见。

89.

被蚊子咬醒的凌晨，简直要被蚊子搬走了。而且肚子饿到不行，还睡不着。

90.

不知道这是第几个凌晨三点还不睡的夜晚，明明很瞌睡，却怎么也睡不着。

91.

这么早就醒了，最近也是够了，晚上睡不着早晨醒得早，不愿再这样。每天起床到要跟自己强调，不念过去，不望未来，活在当下，做好自己，独立行走。

92.我睡不着，天是醒着的，我也是醒着的。

93.

补觉应早睡而不是晚起，可是多少人是得了晚睡的病，却没有晚起的命。

94.伤神如斯，星空易对，小乔相思尝来苦。

95.

每一个不懂爱的人。都会遇到一个懂爱的人。然后经历一场撕心裂肺的爱情。不懂爱的人慢慢懂了。懂爱的人，却不敢再爱了。

96.失眠的人，只要不是个笨蛋，肯定是个天才。

97.

半夜睡不着，拈几丝茶叶，浇一壶洛水。看白瓷杯里的茶叶舒展身心，染黄一杯纯洁；轻揭茶盖，散缕缕清香，袅绕着霓光，熏出一抹记忆；

禁不住陶醉在夜的灵韵中，微笑在嘴角的二次函数中或深或浅。

98.爱夜的人要有听夜的耳朵和看夜的眼睛，自在暗中，看一切暗。

99.你是我猜不到的不知所措，我是你想不到的无关痛痒。

100.在乎那些该在乎的，无视那些不该在乎的。

101.大半夜肚子饿到睡不着，想吃火锅麻辣烫啊，肿么办。

102.你自信于你的全部，不困就别睡；即使赖在床上，也不曾安乐。

103.

又失眠了，每天的梦精彩又疲惫，希望是真的，也害怕是真的黑夜滋生脆弱。

104.

半夜醒来就睡不着，听外面下雨了闻鸡打鸣，我是不是应该起来跳个舞。

105.最怕失眠，那一定是又想你了。

106.

一张一米二的床上，一间四五平米的房间里，关上灯黑暗无限蔓延，闭上眼，宇宙还没有大，一切都还待构筑。睡去，睡去吧！

107.

夜未央，天未亮，独自一人疗悲伤。夜太长，心乱想，是谁把你抱在旁。

108.

其实，她并不是真正的快乐。其实，她常常失眠，常常一个人看天空。

109.没做过使人难堪的事，不会睡不着觉的。

110.

其实有些东西，时间还真无法让它遗忘。真正的遗忘，不是不再记起，而是在以后的日子里，想起的时候，心中不再有波澜。

111.

如果累了，就选择忘掉，不要让思念变成毒药，不要让记忆斩断心肠，让我一个人哭到天亮，把我一个人埋葬在泪水的海洋。

112.

又一个凌晨四点了，一有动静就醒，睡到半夜醒来再也睡不着，这种失眠症太痛苦了。

113.风华是一指流砂，苍老是一段年华。

114.今晚只能失眠了，思绪飘飞，心思难收啊！

115.

习惯，失眠，习惯寂静的夜，躺在床上望着天花板，想你淡蓝的衣衫。  
习惯，睡伴，习惯一个人在一个房间，抱着绒绒熊，独眠。

本文链接：<https://duanjuziku.com/duanjuzi/mwx9u5lnvf.html>