

抖音治愈系文案

1.
我曾经以为看到自己的人不会太多，需要不停的呐喊呐喊才能被记住。原来，只要对方有心，你低着头站在黑暗里，也会有人看见你哦。
2.
在你失败的每个人生驿站中，你应该为自己鼓掌，虽然此时掌声有点微弱。但能给自己增添信心，能给自己增强斗志，能给自己增加豪情。
3.
没有过不去的事情，只有过不去的心情。大部分人都只在乎事情本身并沉迷于事情带来的不愉快的心情。其实只要把心情变一下，世界就完全不同了。
4.
人越年轻的时候，分手的理由越多。有时只是因为一句气话，一个谣言，一个疏忽，一点傲气，一点少不更事，或者，只是因为你复杂的小脑袋想得太多。
5.
失败只是一种心理状况，其余什么都不是。人生起落良多，不能因为一次小小的失误就低沉下去。人活着就是为了一种责任。
6.
人生，只有你自己想努力，才能真正的努力。这是任何人都无法用逼迫让你达到的目的，它只能是出由你自己内心的意愿，你才会真正的着手去调整，去完善，去提升，去塑造一个更好的自己。
- 7.

人生是一场单程的旅行，即使有些遗憾我们也没有从头再来的机会，与其纠结无法改变的过去不如微笑着珍惜未来。

8.
把你的脸迎向阳光，那就不会有阴影。任何人都可以变得狠毒，只要你尝试过嫉妒。如果敌人让你生气，那说明你没有胜他的把握。

9.
不要轻易去依赖一个人，它会成为你的习惯，当分别来临，你失去的不是某个人，而是你精神的支柱。无论何时何地，都要学会独立行走，它会让你走得更坦然些。

10.
什么是最好的关系？感情从不是简单的加减法，不需要去衡量谁付出多少。而是在一起取长补短，各自削去一半的个性，彼此磨合，彼此承担，共同成长！

11.
给自己的人生设立一个目标，给自己未来一个明确的希望，给自己的生活一个方向灯。让我们为着这个方向而努力，不断去超越自己，提高自己的水平，不让自己有懈怠的时候。

12.
心里有春天，心花才能怒放；胸中有大海，胸怀才能开阔；腹中有良策，处事才能利落；眼睛有炯神，目光才能敏锐；臂膀有力量，出手才有重拳；脚步有节奏，步履才能轻盈。

13.
如果你不相信努力和时光，那么时光第一个就会辜负你。不要去否定你的过去，也不用你的过去牵扯你的未来。不是因为希望才去努力，而是努力了，才能看到希望。

14.
每个人都向往着做生活的骄子，每个人都梦想着登上成功的巅峰。但是

，这决不是结束，我们仍需要不断奋进，不断开拓，加油吧，祝你早日实现人生梦想。

15.

不是美貌，不是才华，也不是装男人。而是在失落、悲伤、打击和孤独后能够迅速宁静下来的心，和备受伤害后依旧留存的那一点点温暖。真正需要强大的，不是你的外壳，而是你的心。

16.

每个人都不是完人，连伟人他也有过错。从过去阴影里走出吧，从现在开始，努力做自己想做的事情，你们都将成为了不起的优秀人才。

17.

趁年轻，多读书，多游历，多交往。经历的越少，人越会对环境不满意，消极的认为是环境制约了自己的发展。见识的越多，人越会对自己不满意，懂得改变自己去适应环境，反而能做出一些事情来。

18.

生活本来很不易，不必事事渴求别人的理解和认同，静静的过自己的生活。心若不动，风又奈何。你若不伤，岁月无恙。

19.

如果你真的不知道将来要做什么，索性就先做好眼前的事情，只要今天比昨天过得好，就是进步，长此以往，时间自然会还你一个意想不到的未来。

20.

埋怨只是一种懦弱的表现；努力，才是人生的态度。不安于现状，不甘于平庸，就可能在勇于进取的奋斗中奏响人生壮美的乐间。

21.

所有的合适，都是两个人的相互迁就和改变，没有天生合适的两个人，两个人朝着相同的方向努力，便是最好的爱情。

22.

无论几点去睡，无论终点在哪里，反正一天又过去了。照顾好自己，如果尚有余力，记得保护美好的东西，不畏不怖不怂不退不磨叽。

23.

做一个微笑面对生活的女生，当风雨来的时候，懂得如何迎接，当困难来的时候，懂得如何面对。微笑面对生活，努力成就未来。

24.

我们现在经历的那些，无论好的坏的，全部都是微不足道的小事。度过那些摇摇晃晃的日子，所有艰辛也会内化成为力量，留下闪光又珍贵的回忆和一路上坚韧不拔的勇气。早安！

25.

你越想知道自己是不是忘记的时候，你反而记得越清楚，我曾经听人说过，当你不能再拥有的时候，唯一可以做的就是令自己不要忘记。

26.

所谓的人生，就是，听不完的谎言，看不透的人心，放不下的牵挂，经历不完的酸甜苦辣。有些事想不开别想，得不到别要。

27.

我渴望被疼爱，渴望被宠爱，渴望被担心，可是当一切都得到了，我确实渴望得到更多，难道人真的是不容易满足的么？

28.

人生建议：一定要放弃无效社交，三观不合很难做朋友，没必要讲那么多大道理，思想不在一个高度上不必互相说服。

29.

很多时候，一个人发现自己爱上了一人，都是在跟他分别的时候，突然一下子见不到了，才知道自己已经不知不觉地对那个人产生了很强的依恋。

30.

我终于相信，每一条走上来的路，都有它不得不那样跋涉的理由。每一条要走下去的路，都有它不得不那样选择的方向。

31.

把自己生命的每一秒当做最后一秒去珍惜；把自己身边的人当做最尊敬的人去对待；这样你就会发现，你每天过得很充实，很愉快。

32.

天还未黑，云怎敢灰；雨还未下，风怎敢吹；瓜还未熟，秧怎敢枯；花还未落，树怎敢死；你还未嫁，我怎敢老。

33.

如果有一天，你偶然看到了这些文字，我希望这几分钟是真正属于你自己的，在这里你给自己加油，打气，继续去完成你曾经的梦想，勇敢的去挑战自己，历练自己！

34.

这世上，不是只有烈酒才能醉人，不是只有热恋才会刻骨，有时候，一份清淡，更能历久弥香；一种无意，更能魂牵梦萦；一段简约，更可以维系一生。

35.

不要害怕做错什么，即使错了，也不必懊恼，人生就是对对错错，何况有许多事，回头看来，对错已经无所谓了。

36.

只要认为是对的就去做，坚持去做，不要在乎别人的看法，哪怕是错，至少你有去做过，证明曾经你努力过，努力做个更好一点的人。

37.

我单身，不是不敢再爱，不是怕受伤，也不是还忘不了谁，只是对的人还没出现，真正愿意包容我珍惜我肯陪我走一辈子的人还在路上，在他来之前，不怕孤单，宁缺勿滥。

38.

人生处处靠打拼，快乐女人善打拼：一等女人拼气质，二等女人拼实力，三等女人拼运气，末等女人拼背景。我就是我自己最好的背景。

39.

只有对自己的人生充满自信，才能在自信里找到自强，自强中彰显自立，自立成就自我，才会在自我中不断演绎人生的精彩。

40.

人活一辈子，开心最重要。拥有健康的体魄，在快乐的心境中做自己喜欢做的事情，安全地实现自身价值，这就是人生最大的幸福。

41.

生活不是一场赛跑，生活是一场旅行，要懂得好好欣赏每一段的风景。不要只因一次失败，就放弃你原来决心想达到的目的。

42.

路是一步一步的走出来的，只有脚踏实地的往前走。不管遇到多大的风雨，坚持走下去，阳光灿烂的笑容，在风雨后等着你我。笑着走下去，一定会见到最美的长虹。

43.

愿意放下了骄傲主动说话的人，是最舍不得你的人，愿意缓和了个性处处迁就的人，是最想珍惜你的人，所谓真感情，不是一辈子不吵架，而是吵架了还能一辈子！

44.

每天多做一点点，就是成功的开始；每天多创新一点点，就是领先的开始；每天多学一点点，就是进步的开始；每天多进步一点点，就是卓越的开始。

45.

世界上所有的惊喜和好运，都是你累积的温柔和善良，做一个温柔纯良且内心强大的人，温暖自己，也照亮别人。

46.

生活中，总有这样或那样的困难，也会有失败，会有挫折，坚强的女生，勇敢面对一切，以积极的心态，迎接属于自己的人生。

47.

你就是这样，酷到要死，倔强到要死，敏感到要死，遇到事只会死撑，眼泪里容不下一粒沙子，所以没有人爱你，也没有人在乎你的感受。

48.

失恋最痛的也许不是失去了那个人，而是忘不掉与那个人一起时的那份曾经。突然想起了一句话：故事不过是别人的事故，现实是一个人的生活。

49.

有些事情是不能告诉别人的，有些事情是不必告诉别人的，有些事情是根本没有办法告诉别人的，而且有些事情是，即使告诉了别人，你也会马上后悔的。

50.

你现在是大人了，别再因为一点感情问题就失魂落魄；你可以有一段糟糕的爱情，但不能放纵自己过一个烂透的人生。

51.

许多时候，我们不是跌倒在自己的缺陷上，而是跌倒在自己的优势上，因为缺陷常常给我们以提醒，而优势却常常使我们忘乎所以。

52.

长空算尽，打落伤心雨，凄凉离别钩，碎语，闲言，弦动人空，心静梦落，背了一辈子，念了一个奈何桥，算了一个三生石。

53.

世上除了生死，都是小事。从今天开始，每天微笑吧。不管遇到了什么烦心事，都不要自己为难自己；无论今天发生多么糟糕的事，都不应该感到悲伤。今天是你往后日子里最年轻的一天了，因为有明天，今天永

远只是起跑线。记住一句话：越努力，越幸运！

54.

生命的天空，或晴空万里，或阴云密布，或狂风暴雨，无论身处何时，只要坚定信念，乌云必散，暴雨必停，阳光必现。

55.

有些人会迁就你，有些人不会。有些人会原谅你，有些人不会。有些人会理解你，有些人不会。这个世界上，就是有一些人会在乎你，就是有一些人不会。接受这些。

56.

当阳光洒在海面上的时候，是我想你的时间。当朦胧月光洒在寂寥的湖泊上，我在思恋你。假如上天慈善，缘分不可不信。

57.

想得太多会毁了你，若无其事，才是最好的报复。何必向不值得的人证明什么，生活得更好，是为了自己。所有人和事，自己问心无愧就好，不是你的也别强求，反正离去的，都是风景，留下的，才是人生。

58.

有压力，没关系，兄弟一起把它扛；路坎坷，不会慌，兄弟一起把它闯；有危险，不畏惧，兄弟一起谋智慧；有困难，很正常，兄弟一起把它降；兄弟情谊胜似海，齐头并进创未来！

59.

不要让未来的你，讨厌现在的自己。我正在努力变成自己喜欢的那个自己。与其祈求生活平淡点，还不如自己强大点。不要将你自以为是的好意，成了他人的负担。

60.

没有谁能击垮你，除非你自甘堕落。不拼一把，你怎么知道自己是人物还是废物！比你差的人没放弃，比你好的人仍在努力，你有什么资格说你无能为力！

61.

念旧的人总是最容易受伤，喜欢拿余生来等一句别来无恙，只是你念你的旧，他又可能记你多久。很多事犹如天气，慢慢热或者渐渐冷，等到惊悟，已过了一季。

62.

聪明的女人，知道自己想要什么，理智的女人知道自己需要什么，理性的女人知道自己什么时候该做什么不该做什么。

63.

如果找不到坚持下去的理由，那就找一个重新开始的理由。生命太短，没有时间留给遗憾。若不是终点，请一直微笑向前。

64.

人不对，付出再多，用情再深，最后感动的也只有自己。不要动不动就倾其所有，与其卑微到尘土里，不如留一些骄傲与疼爱给自己，最卑贱不过感情，最凉不过人心。

65.

世界上唯一可以不劳而获的就是贫穷，唯一可以无中生有的是梦想，没有哪件事是不动手就可以实现的。世界虽残酷，但只要你愿意走，总会有路！

66.

多年以后，当你回想起这些事时，一切都已经不再重要，你会感谢，当初那个不轻易放弃的自己，你会懊恼，当初那个纠结于眼前，止步不前的你。

67.

坚强药三分，毅力做主引，经验是药罐，教训控火温，熬就疗伤药，失败后再饮，药激信心增，驱散失败云，心伤立刻好，再将苦难迎。

68.

如果你觉得爱人这件事太困难，我可以手把手教会你。带你温柔，带你

体贴，带你发一些无关痛痒的小脾气，带你若即若离又让人欲罢不能。如果你觉得爱我太困难，那我实在没有办法了。

69.

有没有人爱，咱们也要奋发努力做一个坚强的人。不抱怨谁，不取笑谁，也不羡慕嫉妒谁，阳光下灿烂，风雨中奔跑，做自己的梦，走自己的路。

70.

今生，不能够在一起，还是有些遗憾，珍藏过往，心中的想念对谁说？谢谢你，曾在我最难过的时候，陪在我身边。

71.

遇事不能过分较真，待人不能太过认真，不要用完美苛求别人，不要以完人来折磨别人。不论何时，都要明白，完美都是一种憧憬。幸福如人饮水，冷暖自知。你不是我，怎知我走过的路，心中的乐与苦。

72.

生活再不如人意，都要学会自我温暖和慰藉，给自己多一点欣赏和鼓励。生活就是童话，只要心存美好，结局就会是美好。

73.

什么都可以不好，心情不能不好；什么都可以缺乏，自信不能缺乏；什么都可以不要，快乐不能不要；什么都可以忘掉，健身不能忘掉。

74.

工作时认真的做，休闲时畅意的玩，睡觉时舒服的睡，与万物和谐相处，心无旁骛的度过每分每秒，生活自然逍遥。

75.

一眼就能看得到头，不是我们想要的生活，我们为之努力，不是为了飞黄腾达，睥睨群雄，而是努力让自己的生活多一种可能，给自己的未来多一份惊喜。

76.

曾经有人说分了手你会和他做朋友吗？我毅然决然的说不能，当时间慢慢过去，才发现真的放下时候，当初的恋人也可以做朋友，只是不会再有当初那份爱恋。

77.

你要明白，再烫手的水还是会凉，再饱满的热情还是会退散，再爱的人也许会离开。所以你要乖，要长大，不再张口就是来日方长，而要习惯人走茶凉。

78.

努力去做一个温暖的人，用真心对世界微笑，用眼泪提醒自己要做得更好，用快乐去迎接每一天的阳光，用自信向世界宣称你过得很好。

79.

不爱你的时候，我可以不用时时刻刻看着手机，生怕错过你的每一条消息，不爱你的时候，我根本不在乎你又去跟谁约会。

80.

坚持做自己，不是一意孤行，而是在市场竞争中，随缘而不变，稳定的贯彻自己的棋风棋路，非达目标，绝不中止。

81.

每个人都有很艰难的岁月。但是大多数时候，那些艰难的岁月最后会变成整个生命中最精彩的日子，如果你挺过来的话。

82.

路再难，也要向前，就算身心疲惫，也不能后退。路永远在前方。路不通时，选择转弯，转过去，前面就是艳阳天。

83.

有时候，听到一首歌，就会突然想起一个人。有时候，听着一首歌，听着听着就哭了，有时候，别人突然对你说，我觉得你变了，然后自己开始百感交集。

84.

青春不是用来荒废的，青春是用来拼搏的。青春的我们富有朝气，我们活力四射，我们敢作敢为！青春的我们应该尽全力做好我们该做的事，到达一个自己都想象不到的高度！

本文链接：<https://duanjuziku.com/duanjuzi/zi6ka2yjb4.html>