

释放压抑的心情短句子长句

1.
人生没有过不去的坎，只有过不去的人。人对于生活只有放得下，才能提得起，放是潇洒，放是美丽，放是智慧。唯独开心快乐，才能坦然地面对生活，坦然地迎接生活的挑战。活得糊涂的人，容易幸福；活得太清醒的人，容易烦恼。不要太刻意去寻找，最好的东西往往出现在不经意之间。
2.
做人不要太内心非常脆弱，不要别人一条信息没回，就觉得自己做错了什么，不要被人一句“呵呵”，就觉得对方是讨厌自己。内心非常脆弱，想太多，什么事都对号入座，何必那么累。
3.
人生的路经历过，才知道有短有长；走过一些路，才知道辛苦。登过一些山，才知道艰难。趟过一些河，才知道跋涉。跨过一些坎，才知道超越。经过一些事，才知道经验。阅过一些人，才知道历练。读过一些书，才知道财富。过了一辈子，才知道幸福。
4.
人生没有一帆风顺，只有披荆斩棘才能路路顺；人生也是没有永远的成功，只有是在挫折中站起才是真正的成功。一个人只有一个心脏，却有两个心房。一个住着快乐；一个住着悲伤。不要笑得太大声，不然会吵醒旁边的悲伤。
5.
不开心的时候，尽量少说话多睡觉。鸡汤再有理，终究是别人的总结。故事再励志，也只是别人的经历。只有你自己才能改变自己，不求很成功，但求不后悔。你要明白：争气永远比生气聪明！

6.
在生命中，许多事情在于自己，很多感受在于个人，心大路则宽，心小事则难。做人需要用心，做事需要埋头。心胸需要拓宽，心态需要放平！珍惜身边的幸福，欣赏自己的拥有，背不动的就放下，伤不起的就看淡，想不通的就丢开，恨不过的就抚平。

7.
懂得让步的人是聪明的，这是把决定事态走向的主动权握在了自己手上。感情对抗战中，赢了面子就输了情分。往往死撑到底的人，都成孤家寡人。弯腰不是认输，只是为了拾起丢掉的幸福。

8.
每一个懂事淡定的现在，都有一个很傻很天真的过去。每一个温暖而恬静的如今，都有一个悲伤而不安的曾经。谁不曾深夜恸哭，迷茫踟蹰，知世故而不世故，才是最善良的成熟。

9.
当人的情绪处于低潮时，对任何事情都提不起兴趣，要学会转移注意力。有些事情既然已经成为事实，就尝试着去接受，去面对。一个人不可能改变世界，世界也不会因你而改变，所能做的，就是适应世界，不钻牛角尖，不要和别人攀比。你的生活，应该有你自己的精彩。

10.
人生顺境时，切记收敛；人生得意时，切记看淡；人生逆境时，切记忍耐；人生失意时，切记随缘；心情不好时，当需涵养；心情愉悦时，当需沉潜；静，是一种休息，更是一种修行，所有的烦恼，都来自于喧嚣，所有的伤痛，都来自于躁动；肉体奔波太久会劳累，灵魂游离太久会成伤。

11.
偶尔给自己买一束花，给自己熬一锅营养美味的浓汤，哪怕做一碗面也要给自己加两颗蛋，吃新鲜的水果，穿舒适的温暖衣服，偶尔满足自己的小心愿，万物美好，你要多笑。

12.

要尝试走一个人的路。你呀，总是希望做任何事都有人陪，这样才会让你觉得有安全感。但当你踏上一个人的旅途时，其实你也可以一个人逛路边的小店，一个人看场电影，一个人吃掉一整盒冰淇淋，一个人坐在图书馆里看完一本书，一个人撒欢地走在回家的路上...享受一个人的时光。

13.

我挺喜欢自己经历的那些人生的，从没顺风顺水过。日子就像一个又一个预期违背的段子，命运兜兜转转，幸福躲躲藏藏。在那些不断发生的挫折里，我其实只做好了一件事，就是照顾好自己。我学会了周旋与忍让，同时也获得了勇气和决心。如今再没有什么事可以击败我了。再也没有了。

14.

这世上的感情太多了，好的坏的，都有它存在的理由，就像有的姑娘爱上了人渣，旁人觉得可惜了这姑娘，但谁都不是那姑娘，爱情就这点好，公平不公平全看自己愿意。

15.

人的一生也正如太阳的一天。早晨为人们带来曙光，傍晚为人们带来黑暗。一天也就如此。有深，有浅，有起，有落，生活亦是这般变化的，晴天雨天都是必经。你能懂得，你便从容。

16.

自己的伤痛自己清楚，自己的哀怨自己明白，自己的快乐自己感受。也许自己眼中的地狱，却是别人眼中的天堂；也许自己眼中的天堂，却是别人眼中的地狱。生活就是这般的滑稽，不要总怀疑春色在人家，关键在于自己心态的调整。不攀不比，过好自己的生活，才是最重要的。

17.

后来才明白，长大的意义，在于你可以试着理解原来不理解的事儿，尝试原谅你以前从不曾接受的人，在难过和委屈面前，还依旧可以保持乐观的态度，独立的人格和勇敢善良的心。

18.

天，无非阴晴；人，不过聚散，佳瑾看开了一切不过如此。留下的就好好珍惜，错过了就学会遗忘，生命总两难，只不过是一场随缘聚散。人生本就是一种承受。当爱你的人弃你而去，任你呼天抢地亦无济于事，生活本是聚散无常；当背后有人飞短流长，任你舌如莲花亦百口莫辩，世道本是起伏跌宕。

19.

当一个人对另一个人心生爱意时，神经会产生兴奋冲动，从而产生大量电流。据说将人体内所有电能收集起来，转化成光，人体的亮度大约是太阳的六万倍。意思是说，你比太阳系中最明亮的恒星还要耀眼。

20.

别人看重你，你什么都是；别人不看重你，你什么都不是。有人看重你时，别把自己看得太重，否则会摔得很疼；没人看重你时，自己要看重自己，否则会输得很惨。人的一生，有顺就有逆，有得就有失，有喜就有悲。坚强一些，勇敢一些，生命之花才会更加美丽。坎坎坷坷人生路，坦坦然然随缘行。

21.

这个世界上最不开心的，是那些懂得太多和想得太多的人；如果你足够勇敢去说“再见”的话，生活会给你一个全新的“hello”作为奖励。二十六、失败并不可怕，害怕失败才真正可怕。我们只有从失败中寻找胜利，在绝望中寻求希望。

22.

与其羡慕别人，不如肯定自己。肤浅的羡慕，无聊的攀比，笨拙的效仿，只会让自己整天活在他人的影子里面。盲目的攀比，不会带来快乐，只会带来烦恼；不会带来幸福，只会带来痛苦。我们每个人都应当认清自己，找到属于自己的位置，走自己的道路，过自己的生活。胸有平常心，幸福自然来。

23.

一切都会有的，你不必惊羨于朱门酒肉臭的奢侈，也不必神往于仰天大

笑出门去，我辈企是蓬蒿人的洒脱，更不必畏惧江头未是风波恶，别有人间行路难的坎坷！因为一切都会有的！

24.

你仰望的始终是那一小部分人，真实的你或许跟大多数女生一样，成绩一般，收入不高，长相还好，但是越是普通越要学会照顾自己，看书运动，交友旅行，你看，在你不自觉的时候你就已经活成最好的自己了。

25.

有时喜欢自我封闭，喜欢设防，垒一道围墙躲在里面，便有一种安宁、稳妥、清静，可以自享。可是反过来，人又不能总守在里面，与孤单为伴，又希望别人进来，看见自己心中一些别人所不知道的十分珍贵的东西，人在这种时候特别美好。这种心灵之扉悄悄打开的意境是非常美的。

26.

简单一些，积极一点，烦恼自然会少了一些。清空心里阴霾，心净才能心静，心静才能舒心。心要简单就得打包，打包的过程就是从复杂走向简单的过程。有些包，必须随身带着，比如快乐；有些包必须永远封存，比如痛苦的回忆。

27.

人生没有真正的绝境，无论遭受多少艰辛、经历多少苦难，只要心存希望，就总有一天能走出困境，让生命重新开花结果。谁的时光，掌握在谁的手里，心若不动，世界无恙，人生静好。静，流淌出智慧，智慧丰盈着生活。静，让人看清世界，看清自己，看清未来的路。

28.

不要像个落难者，告诉所有人你的不幸。总有一天你会明白，你的委屈要自己消化，你的故事不用逢人就讲起，真正理解的你没有几个，大多数人会站在他们自己的立场，偷看你的笑话。你能做的就是，把秘密藏起来，然后一步一步变得越来越强大。

29.

没有走不通的路，只有想不通的人。花开必有花落，云聚必有云散。痛过了，增一份从容，傻过了，增一分智慧，哭过了，增一分沉静，笑过了，增一分豁达。心无杂念，慈悲为怀，走过了，就过了。眼光放远了，心路就宽了。

30.

生活是颜料，感觉就是白纸。感觉需要生活的颜料来描绘，才会显的缤纷七彩；生活教我们学会去面对，而对爱的感觉却教会我们在坦然面对生活的前提下，贮足能量勇往直前。

31.

喜欢抱怨，烦恼就越来越多；喜欢知足，快乐就越来越多；喜欢逃避，失败就越来越多；喜欢分享，朋友就越来越多；喜欢生气，疾病就越来越多；喜欢占便宜，贫穷就越来越多；喜欢布施财，富贵就越来越多；喜欢付出，福报就越来越多；喜欢感恩，顺利就越来越多；喜欢助人，贵人就越来越多。

32.

爱情是秋天的风，当爱情走了的时候，就象风沙吹过原野，到处一片枯黄，留下的只有萧瑟和惨淡，还有满目的苍凉。秋风扫走的是已经枯黄的枝叶，留下的是坚强的生命枝芽。

33.

没有奇迹，只有你努力的轨迹；没有运气，只有你坚持的勇气。每一份收获，都来自你坚持不懈的努力；每一份汗水，都是你成功的积累。只要相信自己，总会遇到惊喜。

34.

任何人都要经历一段充当“垫脚石”的时光，纵然心里恨得牙根痒，脸上还得笑着说“好的”。人间遍地是丛林法则，没能力改变不公平的人，也没资格抱怨不公平。我们一直说“好”，是为了将来终于有一天能有底气说“不”！但说“不”，是需要积淀的。

35.

喜欢就争取，得到就珍惜，忘掉所有那些“不可能”的借口，去坚持那一个“可能”。生活就是这样，路在脚下，往前走，直到向往的风景，变成走过的地方。走过平湖烟雨，岁月山河，那些历尽劫数、尝遍百味的人，会更加生动而干净。

36.

你下的决心足够坚定，才会不动声色。每次高调地宣誓与喋喋不休地强调，都只是虚张声势。真正要放弃一个人，要开始一段新的旅程，都是沉默得有些隐忍，刻骨的感受会让你什么都不想说，不想让人知道，不想听任何人的应和。

37.

透过生死，才会明白健康的重要；透过成败，才会明白通达的重要；透过得失，才会明白淡泊的重要。人生最悲哀的事情，莫过于苦苦追求那些原本可以放弃的，却忽略了生命中那些最最宝贵的。人生难免会有迷茫，关键在于明白自己从哪里来，要到哪里去。多点淡然，少点虚荣，活得真实才能活得自在。

38.

你的身后如果中了冷箭，说明你走在他们前面；你会被他们伤到，说明你走得还不够远，还在他们的射程以内。所以不要停下来解释自己，为此你需要往前走，直到谁也伤不了你。

39.

努力，跟你的性别无关，跟你读不读大学的差距无关。买得起自己喜欢的东西，去得了自己想去的地方，不会因为身边人的来或走损失生活的质量，反而会因为花自己的钱，来得更有底气一些，这就是应该努力的原因。

40.

人生的每一笔经历，都在书写你的简历。原本你以为微不足道的事情，回头看的时候，都有着无法细数的刻度。自己拼出来的东西，和别人送到嘴边的东西，意义和珍惜的程度都大为不同。

41.

有时我们不是靠着选择前行而是在前行中选择。无论是哪一钟，情感就在那里，你躲不开也丢不掉。每个人的一生会有很多种情感，情怀，也不一定都很长久，即使对着同一个人也会同时有着不同的情怀。

42.

人生中出现的一切，都无法占有，只能经历。我们只是时间的过客，总有一天，我们会和所有的一切永别。深知这一点的人，就会懂得：无所谓失去，那只是经过而已；亦无所谓得到，而只是体验罢了。

43.

一滴墨汁落在一杯清水里，这杯水立即变色，不能喝了；一滴墨汁融在大海里，大海依然是蔚蓝色的大海。为什么？因为两者的肚量不一样。不熟的麦穗直刺刺地向上挺着，成熟的麦穗低垂着头。为什么？因为两者的份量不一样。宽容别人，就是肚量；谦卑自己，就是份量；合起来，就是一个人的质量。

44.

与其讨好别人，不如武装自己；与其逃避现实，不如笑对人生；与其听风听雨，不如昂首出击；与其看人故事，不如出彩自己。勇敢地正视自己的过错，比转嫁错误于无辜的人，更容易获得尊重和幸福。

45.

你生气之后对他的唠叨，那个就像是钉钉子一样。把钉子狠狠地钉在男人的身上，你倒是痛快了，可这些钉子，却深深地扎在了男人的心里，即便是你将它拔出来了，也还是会留下一个个深深的钉眼。

46.

人活着一天，就是有福气，就应该珍惜，人生短短几十年，不要给自己留下更多的遗憾，日出东海落西山，愁也一天，喜也一天；遇事不钻牛角尖，人也舒坦，心也舒坦。

47.

人生就是这样一个苏醒的过程。这个世界层层叠叠地向我们展开，这一

刻迷离的面目，下一刻就会清晰；这一刻不能宽恕的人，下一刻就会得到原谅；这一刻不能接受的事实，下一刻就会变得容易理解。

48.

有钱，把事做好！没钱，把人做好！蛇不知道自己有毒，人不知道自己错了。你的好，对别人来说就像一颗糖，吃了就没了。而你的不好，就像一道伤疤，会永远存在。这就是人性！

49.

真正成熟的人，并不表现在获得了多少成就上，而是面对那些厌恶的人和事，不迎合也不抵触，只淡然一笑对之。当内心可以容纳很多自己不喜欢的事物时，这就叫气场。

50.

心情，是一种感情状态，拥有了好心情，也就拥有了自信，继而拥有了年轻和健康。就拥有了对未来生活的向往，充满期待，让我们拥有一份好心情吧，因为生活着就是幸运和快乐。

51.

不喜欢的东西就扔掉，讨厌的人就拉黑，不开心的时候就睡一觉，看腻了的照片就删掉，遇见喜欢的人就表白，饿了就去吃最喜欢吃的美食，人生那么短暂哪有时间让你去犹豫。

52.

人生就是一次充满未知的旅行，你的时间有限，所以不要为别人而活。不要让别人的意见左右自己内心的声音。最重要的是，勇敢的去追随自己的心灵和直觉，只有自己的心灵和直觉才知道你自己的真实想法，其他一切都是次要。

53.

人心真的是一个看不见摸不着的东西，其实也确实，谁也不欠谁的，一切看开些，衡量你自己的付出，别想着对方等同的回报，你会过的更开心，所以还是过好自己最实在。

54.

我们的手中，握着的可能是失败的种子，也可能是成功的无限潜能，答案需要我们自己选择：随波逐浪将一事无成，全力以赴便会前程锦绣。让瞬间创造奇迹，成功从珍惜时间开始！

55.

别活得太累。应该学着想开、看开、看惯、看淡，学着不强求，学着深藏，学着随缘，适时地放松自己，寻找宣泄的方法，给疲惫的心灵解解压。人之所以会烦恼，就是记性太好，记住了那些不该记住的东西。忘记令你悲伤的事，忘记就是放下，放下就是轻松，就是解脱，要记住只记住那些快乐的事开心的事。

56.

走好人生，享受这个短暂的过程，淡看世俗纷扰，淡泊贪心妄念，坚强坎坷颠簸，微笑人生。风雨之中，生命无价，坚强不屈；安逸路上，怡情养性，清心寡欲。问心无愧就好，于世无憾就行。有些人在风雨飘摇中笑看风景，有些人是在安乐窝里哭泣说自己不快乐，一切皆是来自于心。

57.

当一个人忽略你时，不要伤心。每个人都有自己的生活，谁都不可能一直陪你，不要对一个人太好，因为你终会发现，这样时间久了，那个人是会习惯的，然后把你做的一切看作是理所当然。其实本来是可以蠢到不计代价不顾回报的，但现实总是让人寒了心。其实你明明知道，最卑贱不过感情，最凉不过人心。

58.

春天来时，抖抖快乐的枝干，生活便会展开美的笑颜。一份好的心情，不仅仅可以改变自己，同时更会感染他人，如果你想做一个快乐的人，那么，你一定要保持十八岁的心情。

59.

所有成功的背后，都是苦苦堆积的坚持；所有人前的风光，都是背后傻傻的不放弃。只要你愿意，并为之坚持，总有一天，你会活成自己喜欢

的模样，不是井里没水，是挖得不够深，不是成功来得慢，是放弃得快。成功不是靠运气，而是靠轨迹。只要你坚持到一定时候，就会出现奇迹！

60.

有些事注定成为故事，有些人注定成为故人，有些路注定要一个人走。一些人，一些事，闯进生活，得到了，失去了，昨天的悲伤，今天的快乐，喜怒哀乐都要记得。当这一切都成了回忆，在我们记忆中又会留下了什么？很多事，过去了；很多人，离开了。经历的多了，心就坚强了，路就踏实了。

61.

每个人都有自己的个性，别把人生搞得太复杂，让一切变得简单些，喜欢了就争取，得到了就珍惜，错过了就遗忘。在历经许多偶遇和分离后，总会懂得，没有抓不住，皆是放不下，你认为快乐的，就去寻找；你认为值得的，就去守候；你认为幸福的，就去珍惜。你容得下世界，世界才会接纳你。

62.

别太谨慎，别太莽撞。愿你走错了能回头，走累了能停下，不管是歇在别人身边，还是无人打扰的夜晚。现在的怕和愁，都是能力小和经历少；十年后，所有的事，都只是下酒菜。

63.

佛说，我们说过的话，做过的事，走过的路，遇过的人，每一个现在，都是我们以后的回忆。无须缅怀昨天，不必奢望明天，只要认真过好每个今天。说能说的话，做可做的事，走该走的路，见想见的人。脚踏实地，不漠视，不虚度，有缘无缘，一切随缘。

64.

看清一个人何必去揭穿；讨厌一个人又何必去翻脸。活着，总有看不惯的人，就如别人看不惯我们。活着，说简单其实很简单，笑看得失才会海阔天空；心有透明才会春暖花开。人生如此而已。

65.

人生道路的不平坦，能够锻炼心智，让人生在任何情况下都能焕发出绚丽的光彩。只要不被苦难吓倒一切不如意都会成为成功的垫脚石，为你绚烂的明天垫起一个非同寻常的高度。迎接苦难的挑战，留给世界一道美丽的风景。

66.

在拒绝这件事上，越简单越好，明明是别人需求自己帮忙，解释半天变成自己亏欠了别人的感觉，帮得上，想帮就帮，帮不上，就拒绝。人际交往，简单明了有时最恰当，懂得拒绝，活得不纠结！

67.

很多时候，成功就是多坚持一分钟，这一分钟不放弃，下一分钟就会有希望。只是我们不知道，这一分钟会在什么时候出现。所以，再苦再累只要坚持走下去，属于你的风景终会出现。

68.

人生需要一份懂得与感悟。迈开脚步，再长的路也不在话下；在错失面前，不要说极尽全力了，总还有不够努力的地方；不要说坚持到底了，总还有某些懈怠的时候；不要说已经挽留了，总还有白白虚度的时光。

69.

乐观一点，开心一点，别让不好的事影响一天的美好，别浪费时间在不值一提的事情上！站在不同的角度就有不同答案，学会换位思维，特别是在遇到麻烦的时候，要学会等一等、看一看，静观其变。很多时候不但麻烦化解了，说不准好运也来了。

70.

大部分人随着年纪变大，身上的担子也变强壮了，能承担起更多的事：埋怨啊、不安啊、失落啊...。这些东西不是说不痛了、不难过了。只是担子大了就能装下，然后就默默地挑走。

71.

无论有多困难，都坚强地抬头挺胸，人生是一场醒悟，不要昨天，不要

明天，只要今天。活在当下，放眼未来。人生是一种态度，心静自然天地宽。不一样的你我，不一样的心态，不一样的人生。

72.

人生实在是太苦短，自己何必总是活得不开心。当阳光洒在我身上，我快乐；当风儿掠过天空，我快乐；当雨滴轻抚脸庞，我快乐；听着悠扬的音乐，我快乐；品着淡淡的茶香，我快乐，快乐不需要理由，没有所以然。

73.

我觉得一直爱一个人是一件挺有意思的事，爱你二十岁的青涩，爱你三十岁的野心，爱你四十岁的胡须，爱你五十岁的白发，爱你六十岁的洒脱和坦荡，爱你七十岁笨重的步伐，希望八十岁我还在，还能一直爱你。

74.

人生中，有些东西，只是数字，不必太刻意；有些人，只是过客，不必太留恋；有些事情，也只是事情，不必太奢望。拥有一份美丽的心情，一个简单的心境，一种幸福的感觉，即使不完美，也是最美。

75.

人生很多烦恼，都是因为盲目比较而徒然生出的。这世上总有人比你优秀，也总有人不如你，每个人都有自己的位置，要想提高应该和过去的自己比较，而不是别人。学会知足，别忘了在你抱怨没有鞋子的同时，还有人没有脚。

76.

无论你正经历着什么，过得是否开心，世界不会因为你的疲惫，而停下它的脚步。那些你不能释怀的人与事，总有一天会在你念念不忘之中遗忘。无论黑夜多么漫长不堪，黎明始终会如期而至。睡一觉，愿美梦治愈你的难过。

77.

若计较，处处都有怨言；心若放宽，时时都是春天。世间不如意事十

之八九，能对你百依百顺的，能让你如愿以偿的事都很少。你若非要计较，没有一个人、一件事能让你满意。

78.

人生百年弹指间，总要经历一些事，遇到一些人，人生没有圆满，幸福没有永远，曲曲折折才能勾勒出生命的美；以一种从容的心态对待生活中的所有，让心溢满宁静与阳光，把最美的微笑留在平淡的流年里。

79.

长期单身的姑娘，你别害怕，总有人出现给你温暖，赶走你的孤单。有的人爱过了，也别留恋，过去了就过去了，时间久了，也会忘。或许情深一直没有忘记，只是少了非在一起的执着。

80.

静是悟的结果；空，人生如白马过隙，神马都是浮云。空者无计较，无执着。空是静的极致。放下得失心，执着而不固执，放下而不放弃，看开而不看破，才能不被外物所左右。放下得失心，专注于当下，做眼前该做得事，才会有成功自在的人生。

81.

别人能帮的了你一时，但帮不了你一世。在这个世界上，只有一个人能真正帮的。了你一世，这个人就是你自己。遇到困难时，不要轻易向别人求助，要学会靠自己救助自己。谨记：求人不如求己。

82.

幸福不是人生的商标，而是生活的品质。幸福不依赖慑人的权势，不依赖过人的财富，不依赖超人的才华，依赖的是一颗平常心。常怀一颗笑对人生冷暖的平常心，就会有圆融丰满的喜悦常相伴随。

83.

对的人是磨合出来的，跟你绝配的爱人，并不是天然产生的。你们一见钟情的，并不代表会相处融洽；相处融洽的，不一定会忠心耿耿。真正绝配的爱人，其实都靠打磨。你改一点，他改一点，虽然大家都失去点自我，却可以成为默契的一对。相爱和相处是两回事，相爱是吸引，而

相处是为对方而改变。

84.

我们总是太执着于最后的结果，太沉迷于自己头戴皇冠手捧奖杯的样子，总是看向太远的远方，于是忘记了还要经历一些艰难的过程，以至于多碰一些壁，就开始低头妥协，放弃了自己。

85.

我们执着什么，往往就会被什么所骗；我们执着谁，常常就会被谁所伤害。所以，我们要学会放下。凡事看淡一些，看开一些，看透一些，不牵挂，不计较，是是非非无所谓。无论失去什么，都不要失去好心情。把握住自己的心，让心境清净，洁白，安静。放下不等于放弃，执着不等于坚持。

86.

心情不好就少听悲伤的歌，饿了就自己找吃的，怕黑就开灯，即使生活给你百般阻挠，也没必要用矫情放大自己的不容易，现实这么残酷，拿什么装无辜。改变不了的事就别太在意，留不住的人就试着学会放弃，受了伤就尽力自愈，除了生死，都是小事，别为难自己。

87.

年复一年你看破了多少，日复一日你放下了多少，千方百计你得到了多少，精打细算你失去了多少，求而不得你烦恼了多少，斤斤计较你结怨了多少，贪心不灭你造恶了多少，人生在世你享受了多少，临命终时你带走了多少。

88.

我们要尽量去相信美好的东西，相信真爱存在，相信生活很精彩，相信他人的善意，相信自己的能力，相信努力有意义，相信事情会变好，相信幸福会来敲门，这些美好，你越相信，就越接近。

89.

好好吃饭，好好睡觉，好好挣钱，好好花钱。生命是如此的美好，不为不值得的人生气，不为不值得的事失眠。既然活着就好好活着，每分钟

都为自己活着。努力做个开心的人吧，开心到别人看到你也会变得开心。

90.

有些事无需计较，时间会证明一切；有些人无需去看，道不同不相为谋。世间事，世人度；人间理，人自悟。面对伤害，微微一笑是豁达；面对辱骂，不去理会是一种超凡。忍耐不是懦弱，而是宽容；退让不是无能，而是大度。“计较”生是非，“无视”已清静。

91.

为人处事靠自己，背后评说由他人。有时我们太在意耳边的声音，决策优柔寡断，行动畏首畏尾，最终累了心灵，困了精神。就算你做得再好，也会有人指指点点；即便你一塌糊涂，亦能听到赞歌。能够拯救你的，只能是你自己，不必纠结于外界的评判，不必掉进他人的眼神，不必为了讨好这个世界而扭曲了自己。

92.

做人越简单，生活就越宁静。过去的不再回来，回来的也不再完美。生命是一种庞大的、神秘的存在。每个人来到这个世上，总要寻找属于自己的光亮，哪怕只有一秒钟，也要让自己璀璨一次、美丽一回。

93.

人生这部大戏，一旦拉开序幕，不管你是否如何怯场，都得演到戏的结尾。聪明人会把嘴藏在心里，愚蠢人却心摆在嘴里。时间会慢慢沉淀，有些人会在你心底慢慢模糊。学会放手，你的幸福需要自己的成全。

94.

不顾别人的感受，那是目中无人，你会变成孤家寡人；太顾别人的感受，那是目中无己，你会变成行尸走肉。人活于世，首先得活给自己看，而后才是让别人看，无关别人的别在意耳边的闲言碎语，有关别人的要心存善念别一意孤行。

95.

人生的道路，不是一条笔直的过程，而是一条螺旋形的路径，时而前进

，时而折回，停滞后又前进！没有一个人的道路，是笔直的，没有岔口的。停下来，笑看风云；坐下来，静赏花开；沉下来，沉静如海；定下来，静观自在。心静则清，心定则恒。

96.

雄鹰不褪羽，哪能上青天；命运无波折，岂会现精神。人生需要自我更新，不断摒弃陈旧的思想、理念、习惯，伴着时代的脉搏跳动，向着未来的方向进击。改变是艰难而痛苦的，要有欲生的勇气、再生的决心。当你挣脱了旧框架的束缚，就能遨游更加宽广的海洋，领略生命的长度、拓展攀越的高度。

97.

我以前不觉得我是一个能很好面对孤独的人，直到回头看才发现自己不知不觉走了很长一段路。人有时很脆弱，但只要咬牙继续向前走，回头看时都会惊讶于自己的忍耐力。你会从害怕一个人吃饭，害怕一个人坐车到习惯一个人面对生活的波折而从容不迫。希望我们每个人都能在孤独这门必修课上及格。

98.

每个人的人生都有两条路，一条用心走，叫做梦想；一条用脚走，叫做现实。心走得太慢，现实会苍白；脚走得太慢，梦不会高飞。人生的精彩，总是心走得很美，而与脚步能合一。

99.

原来，再大的房子，再大的床，没有相爱的人陪伴，都只是冰冷的物质。而如果身边有爱人陪伴，即使房子小，床小，也觉得无关紧要，因为这些物质上面有了爱的温度，成了家的元素。

100.

我一辈子都喜欢跟着让我有感觉有兴趣的人，因为在我心目中，真正的人都是疯疯癫癫的。他们热爱生活，爱聊天，不露锋芒，希望拥有一切。他们从不疲倦，从不讲些平凡的东西，而是像奇妙的罗马烟火一样，不停地喷发火花。

101.

生命本身就是一场不停地跋涉，一路走来，取取舍舍，山一程水一程，舍弃一些没用的，拾起那些美好的，装进行囊，轻装前行。一路欢歌一路美景，一程风雨一程历练，一路坎坷一路泥泞。

102.

我不想因为钱去谈恋爱，去讨好一个人，这就是我的爱情观。面包我自己挣，我只要你的爱情。势均力敌的爱情大概是，你有面包，我也有，我们交换着吃，顺便谈谈恋爱。我不用因为钱去爱一个人，也不用因为爱上一个人而觉得自己太卑微，这就是作为一个女生的我需要努力的原因。

103.

真正的勇敢，不是从不害怕，而是带着畏惧，也要继续扬帆启航；是知道人生路上总有艰难坎坷，依然有勇气拥抱生活，笑迎挫折。每一个迎风向前的人，都是自己的英雄。

104.

不管经历什么，满面风霜也罢，浑水洗脸也好，也许这人生的担子很重，既然走了过来，也不再有其他选择，一个好的人生态度，就是人生最好的活法，就算生活有几分辛苦，但人活的是一份底气的充足。

105.

时间会过滤掉感情中的渣滓……爱过的人，要记得。给过的情，要承认。对那些曾经喜欢自己、向自己告白的人说谢谢，记得他们的真诚与付出。人生岁月里，他们给过温暖，给过爱意，孤独时，陪伴，失落时，鼓励，哭泣时，拥抱，微笑时，追随。

106.

每个人都会有一段异常艰难的时光，生活的窘迫，工作的失意，学业的压力，爱的惶惶不可终日。挺过来的，人生就会豁然开朗；挺不过来的，时间也会教会你怎么与它们握手言和，所以你都不必害怕。

107.

长相决定有没有可能在一起，性格决定适不适合在一起，物质决定能不能稳定的在一起，信任决定能不能长久的在一起。小孩子才问你为什么不理我了，是不是不喜欢我了，成年人都是默契地相互疏远。

108.

茶书益友，茶与书有着不解之缘，茶能醉人，而且醉得入骨。有时细细品味其实每一个人的人生就是一本百科全书，它谱写了人生走过了一段漫长人生道路的酸甜苦辣咸，成功与失败，幸福与悲伤，记载着曲折坎坷，饱经风霜雨雪丰富的经验和生活阅历，是厚实的文化积淀，是一本厚重的书。

109.

既然时间是最宝贵的财富，那么珍惜时间，合理地运用时间就很重要，如何合理地花费时间，就如同花钱的规划一样重要，钱花完了可再挣，时间花完了就不能再生，因此，更要利用好你的时间。

110.

友谊，是一把雨伞下的两个心影，是一张桌子上的两对明眸，友谊，它是思想土壤中的两朵小花，并不仅仅是在不幸中才需要朋友，因为幸福的人也要朋友来共享自己的幸福。

111.

生活怎么样，不必要过分苛求，重要的是自己的心地氛围，或者是在做着哪些准备，保持一份愿意学习，适应，和努力改善，并且能够充满信心，突破固执，活泼，创造，崭新的态度去生活。

112.

一个人最好的生活状态是，该看书时看书，该玩时尽情玩；看见优秀的人欣赏，看到落魄的人也不轻视，有自己的小生活和小情趣；不用去想改变世界，努力去活出自己。

113.

有些事，想多了头疼，想通了心疼。所以，该睡就睡，该玩就玩。不必遗憾，若是美好，叫做精彩，若是糟糕，叫做经历。笑看得失才会海阔

天空，心有透明才会春暖花开。

114.

快的东西不一定是糟粕，好的东西却大都需要沉淀的时间。“慢一点”不是让你在一件事上拖延，而是尽所能做好现在的事。当下没有选择的时候，不必拿望远镜窥探别人的成功。专注当下，比对手多点用心，这样的“慢”是为了未来更扎实。

115.

做一个快乐的人，要敢于跟一切苦难说拜拜，要保持理智，不能盲目，不顾忌他人的评论，不羡慕他人的幸福，善于发现生活中自己的小快乐。真正的快乐都在于你自己；心静了，世界也就宽了。

116.

在青春最好的年纪，你可以爱一个人，但不要等待一个人。你可以去毫无保留的爱人，就算是爱错了，摔倒了，大不了拍拍灰尘继续往前走。但千万不要停留在原地，毫无期限的等待某人。等待的往往不是爱，而是纠缠虚耗。青春拥有的就是激情，激情耗尽了，人就老了。

117.

总有一天你会明白，你的委屈要自己消化，你的秘密不要逢人就讲，真正理解你的人没有几个，大多数人只会站在他们的立场，偷看你的笑话，你能做的就是，把秘密藏起来，然后一步一步的长大。

本文链接：<https://duanjuziku.com/duanjuzi/pho6ec7ei6.html>