# 有关心理学的语录关于心理学的语录6篇(40条语录：了解心理，了解自我)

作者：真心的朋友 更新时间：2024-03-28

*心理学是研究人类思维、情感和行为的科学。在探究这门学科的过程中，一些著名人士留下了具有深刻意义的言论。下面是一些关于心理学的语录，它们或许有助于我们更好地认识自己和他人。第1篇1、当你可以直面自己身体里与生俱来的笨拙与孤独，你便能够彻底谅解*

心理学是研究人类思维、情感和行为的科学。在探究这门学科的过程中，一些著名人士留下了具有深刻意义的言论。下面是一些关于心理学的语录，它们或许有助于我们更好地认识自己和他人。

第1篇

1、当你可以直面自己身体里与生俱来的笨拙与孤独，你便能够彻底谅解过去的自己。大多数人都像我们这样活着，虽不聪明，但诚恳；虽会犯错，但坦然。

2、有时候生活会给我们一些无法改变的难题，我们只能选择勇敢地面对，等风雨过去，你会收获最美的彩虹。

3、在这个光怪陆离的人间，没有谁可以将日子过得行云流水。但要始终相信，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。时间永远是旁观者，所有的过程和结果，都需要我们自己承担。

4、时光继续，然而生命中总有些什么，会被我们惦念。

5、美丽的女人是男人的奢侈品，能干的女人是男人的必需品，麻烦的女人是男人的淘汰品。

6、凡遇好事的时光甭张狂，张狂过了头后边就有祸事；凡遇到祸事的时光也甭乱套，忍着受着，哪怕咬着牙也得忍着受着，忍过了受过了好事跟着就来了。

7、不要由于别人不能成为你所希望的人而愤怒，因为你自己也不能成为自己所希望的人。

8、很多时候，当下那个我们以为迈不过去的槛，一段时间之后回过头看其实早就轻松跳过；所有没能打败你的东西，都将使你变得更加强大。

9、不是你不够好，而是你没有遇对人。别太在乎别人对你的评价，你只需做最好的自己。

10、不管前方的路有多苦，只要走的方向正确，不管多么崎岖不平，都比站在原地更接近幸福。

11、心的确就像一块田，放过什么进去，都会播下种子，或早或晚，在条件成熟时种出果实，或甜或苦，或绿树成荫，或芒刺满地，心念一动，即如撒种，有时连有了收成也毫无知觉。

12、成长不是发现世界越发黑暗，而是发现世界越发复杂的过程。儿时觉得世界美好是因为简单，爱你的人都为你阻挡了复杂。世界没有很糟糕也没有很美好，它只是复杂。任何只有好的一面和坏的一面都不代表真实，它势力虚荣，却又真诚时而善良。成长就是了解到这一点，然后相信你选择相信的。

13、不要因为怕伤害别人就把会让自己为难的事情应承下来，很多时候该说就得说，该拒绝就得果断拒绝。自己忙的不可开交的时候，就不要答应到处救火；触碰底线的时候，就该果断指出；没法回应的感情就该早些把话说清。扭捏最终只会导致伤人伤己，说出来反而会更好，学会拒绝是必修课。

14、不要放弃你的幻想。当幻想没有的时候，你还可以生存，但是你虽生犹死。

15、一个人去崇拜一个偶像，其实是在利用这个偶像的一些形象，来告诉别人\"我是什么样的人\"。按照法国社会学大师布尔迪厄的说法，这代表了某种品味的选择。品味就是人赖以区分自己，并且试图在象征性领域战胜其他人的东西。

16、莽撞，可能使你后悔一阵子；怯懦，却可能使你后悔一辈子。

17、在回忆的引导下，我们寻访旧友，重游故地，企图找回当年的感觉，然而徒劳。我们终于怅然发现，与时光一起消逝的不仅是我们的童年和青春，而且是由当年的人、树木、房屋、街道、天空组成的一个完整的世界，其中也包括我们当年的爱和忧愁，感觉和心情，我们当年的整个心灵世界。

18、情绪是埋在所有真实上面的浮土，不把它们清理干净，真相就无从裸露。

19、花大部分的钱爱自己，上课旅行交朋友，为热爱的事情交学费；花适当的钱爱生活，吃穿不用太讲究，简单舒服就好；花最少的钱爱爱情，因为爱最好的表达是花心思和花时间。记得，比存钱交房贷更重要的，是先花钱投资你自己，因为你还年轻。

20、人生需要一种素质，那就是淡定。生活的高低起伏，重心从来就不稳，甚至是让人非常紧张。一个人的胸怀宽阔，是对自己命运的一种善待。

21、每只毛毛虫都可以变成自己的蝴蝶。只不过，在变成蝴蝶之前，自己会先变成作茧自缚的蛹。在茧里边面对自己制造的痛苦，任何挣扎或试图改变的行为都是徒劳的。蛹只有一个选择，那就是放弃所有抗拒、全然接纳当下感觉、平静等待。直到有一天破茧而出成为蝴蝶。

22、孤独，是因为你值得拥有更好的。每个人都有一段独行的时光，或长或短，都是无可回避的过程。孤独的人，不必总觉得生命空空荡荡。上天总要你腾空双手，才能接住更好的一切。

23、只有微笑向过去说再见的人，才有资格向未来说嗨。

24、爱一个人就是在他的头衔、地位、学历、经历、善行、劣迹之外，看出真正的他不过是个孩子，好孩子或坏孩子，所以疼了他。

25、幸福不喜欢喧嚣浮华，常常在暗淡中降临。贫困中相濡以沫的一块糕饼，患难中心心相印的一个眼神，父亲一次粗糙的抚摸，女友一个温馨的字条……这都是千金难买的幸福啊。

26、生命从来不是公平的，得到多少，便要靠那个多少做到最好，努力的生活下去。

27、如果，有醒不了的梦，我一定去做；如果，有走不完的路，我一定去走；如果，有变不了的爱，我一定去求。让懂的人懂，让不懂的人不懂。

28、淡泊就是对世间事洞明后的淡然，不争，不辩，不急，不燥，以平常心的心态去面对生活。淡泊的人处事低调，得也不喜，失也不悲。淡泊的人，是识尽愁滋味后的不知愁滋味。

29、人，穷时简单，富了复杂；看自己简单，看别人复杂。世界其实很简单，只是人心很复杂；人心，其实也很简单，只是利益分配很复杂；利益分配，其实也很简单，只是社会关系很复杂。人生如茶，静心以对。对错无辜，缘由前生。认得清，放下是聪明。看不透，一场梦无痕。不雨花犹落，无风絮自飞。

30、当人循着一条山路走时，只消走错一步就会滚下山坡。一种精神\"学说\"的基本目的，就是永远处在高度的警惕之中。注意力和机警，就是精神生活帮助我们开发的基本品质。理想的境界乃是同时完善地既宁静又警觉。

31、命运偶尔会留意到你，发现你太过安逸，他觉得这样会毁了你，于是变会帮你改变。

32、真正的平静，不是避开车马喧嚣，而是在心中修篱种菊。

33、爱一个人，没有成为一件简单的事，那一定是因为感情深度不够。若要怀疑，从价值观直到皮肤的毛孔，都会存在分歧。一条一条地揪出来，彼此挑剔和要求。恨不能让对方高举双手臣服。但或许臣服也并没有用。

34、时间很短，幻化都很迅疾，花谢之后开始结果，白鸟也飞远了。我们还在固守和狭窄的城墙之下沉睡不醒。

35、真正的内心强大，就是活在自己的世界里，而不是活在别人的眼中和嘴上。

36、决心走一条路的时候，就不要左顾右盼，风景再美也别流连，你应当清楚自己的目的，你应当清楚你心如钢铁地追求的东西是什么，在哪里，时不时给自己提个醒。

37、真正重要的不是生命里的岁月，而是岁月中的生活。

38、你的心为什么这样分散，使得你放慢了脚步。他们在那里嘀咕什么，与你何干。你跟着我走，让人们说去吧：你要像坚塔一样屹立着，任凭风怎样吹，塔顶都永不动摇。因为心中念头一个接一个产生的人，由于一个念头的力量削弱了另一个念头，经常会使自己的目标离开自己更远。

39、错误的开始，未必不能走到完美的结束，人生没有什么事是一定的。都是在碰，在等，在慢慢寻找。

40、世界原本就不是属于你，因此你用不着抛弃，要抛弃的是一切的执著。万物皆为我所用，但非我所属。

41、只有自己能给自己正能量，不被周围的言语所迷惑、困扰，做好自己，相信自己，不管别人怎么说，每个人都拥有值得骄傲的东西。

42、世上本无事，庸人自扰之。烦恼和快乐就像一架天平，你每天想着烦恼，就是在给烦恼那一边增加砝码，快乐那一端就会越来越轻，直到心里的天平彻底失衡，再也看不到快乐的踪影。其实烦恼可能是很简单的事，因为你看重它，它才有分量，如果你根本不去看它，烦恼就不会缠着你。

43、胸怀是委屈撑出来的；烦恼是自己穷想出来的；痛苦是与人比出来的；疾病是不良习惯造出来的；心态是经历炼出来的；快乐是知足养出来的；健康是步行走出来的。慈悲没有敌人，智慧不起烦恼。

44、青春，是这世上最绝情的东西。它离你最近的时候，会故意放轻脚步，让你挥霍。世间所有最美好的时光皆如此，当你意识到它的美好时，通常都已行进过半。年轻时太着急的填写一份生命答卷。在匆忙赶往成熟的路上，忘记了享用当下的璀璨。

45、生活中的许多苦难，让我们学会了承受，学会了担当，学会了在泪水中挺立自己的灵魂，学会了在坚韧中亮化自己的人格。生活从来都是波澜起伏的，命运从来都是峰回路转的，因为有了曲折和故事，我们的生命才会精彩。有时候，哭泣，不是屈服；后退，不是认输；放手不是放弃；沉默不是无话可说。

46、在路上，迎风奔跑，回顾过去、想起人生中无数次告别的时候，风会吹掉所有的坏，裸露出所有的好。

47、悲伤有很多种，能加以抑制的悲伤，未必称得上悲伤。

48、命运总会出其不意来一个难题，这时你会产生一种错觉，好像有很多选择摆在你的面前，你可以随心所欲。其实这时的你，比以往任何时刻都要孤独和艰难，你不知道迷雾什么时候才会散尽，你不知道哪条路上布满荆棘，哪条道路暗藏沼泽，唯一可以依靠的，是你的直觉，唯一可以跟随的，是你的心灵。

49、跟自己说声对不起，因为总是莫名的忧伤。跟自己说声对不起，为了别人为难了自己。跟自己说声对不起，因为伪装让自己很累。跟自己说声对不起，因为倔强让自己受伤。

50、有才华，性格又温柔的人往往不漂亮；才貌双全的，自恃聪明漂亮的人又很难温柔；而漂亮温柔的人多半没什么才华。

51、这个世界，总有你不喜欢的人，也总有人不喜欢你。这都很正常。而且，无论你有多好，也无论对方有多好，都苛求彼此不得。刻意去讨人喜欢，折损的，只能是自我的尊严。不要用无数次的折腰，去换得一个漠然的低眉。纡尊降贵换来的，只会是对方愈发地居高临下与颐指气使。

52、愿你快乐，拥有自己的幸福，不必再想他，或者再看到他时，只觉那是一场与自己无关的戏，而他还在他的局限里挣扎，而你早已抽身且光彩动人。

54、走自己的路，让他们去说吧。——因为他们反正是要说的。你的幸与不幸并不关他们的痛痒，他们不过是拿来做茶余饭后的谈资罢了。所以，你完全不必理会他们，尤其在关涉你自身命运的问题上要自己拿主意。须知你不是为他们活着，至少不是为他们茶余饭后的闲谈活着。

55、山有山的高度，水有水的深度，没必要攀比；风有风的自由，云有云的温柔，没必要模仿。你认为快乐的，就去找找；你认为值得的，就去守候；你认为幸福的，就去珍惜。没有不被评说的事，没有不被猜测的人。别太在乎别人的看法，做最真实最朴实自己，依心而行才能无憾今生。

56、倾诉，是缓解压抑情绪的重要手段。当一个人被心理负担压得透不过气来的时候，如果有人真诚而耐心地来听他的倾诉，他就会有一种如释重负的感觉。所谓\"一吐为快\"就是这个道理。对此，现代心理学中有\"心理呕吐\"的说法。

57、凡事不要过于挑剔，完美总是可望而不可求的。世界上没有真正完美的东西，你应该做的就是努力使自己的人生更美好。放弃无谓的挑剔、指责与抱怨，你便会变得快乐而积极，成为自己人生真正的主人。

58、无论什么情况下，都不应该以牺牲自己的快乐情绪为代价，不要让自己生气的成本太高，自寻烦恼是人生最大的冤枉。

第2篇

1、每个人都在成长中变成了另一个人，或许，这才是通用版的人生。

3、相信每个人都有自己的功课，可能会有人提供一点帮助，但最终任何事情都要自己解决。生活真是这样，它会让你一次一次地去做这个功课直到你学会为止。

4、人生难免要遭遇挫折与失败，与其用泪水洗刷悔恨，不如用微笑去迎接新的挑战。

5、人对他人的需求越少，就会活得越自如越安详。没有人，哪怕他愿意，也不可能完全满足另一个人的需要，唯一的办法就是令自己的需求适可而止。

6、挫折会来，也会过去，热泪会流下，也会收起，没有什么可以让你气馁的。

7、有些人，我们把他留在回忆里，是为了要藉由他们，来怀念当时的自己。

8、在这个光怪陆离的人间，没有谁可以将日子过得行云流水。但要始终相信，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。时间永远是旁观者，所有的过程和结果，都需要我们自己承担。

9、不拥有美丽的女人并非也不拥有自信。美丽是一种天赋，自信却像树苗一样，可以播种可以培植可以蔚然成林。

10、因为你足够好，所以总有人为了要和你成为朋友，在谈话中不经意透露一些别人的秘密给你。别蠢到以为你们真的是无话不谈了，一个人为了没见过几面的人出卖其他人，以后你也会成为被出卖的对象。

11、冒险一试是值得的。如果赢了，你会得到快乐；如果输了，你会得到智慧。

12、以前觉得自己性格能和很多人合的来，什么样的朋友都能结交；后来明白结交朋友或许不难，难的是变成知己。人与人之间真的有磁场这回事，一接触就能感觉出来。有些人能和你一见如故，有些人和你永远不会深交。不是不好，只是磁场不合。

13、世上本无事，庸人自扰之。烦恼和快乐就像一架天平，你每天想着烦恼，就是在给烦恼那一边增加砝码，快乐那一端就会越来越轻，直到心里的天平彻底失衡，再也看不到快乐的踪影。其实烦恼可能是很简单的事，因为你看重它，它才有分量。

14、有时候，你需要做的就是闭嘴，放下所谓的自尊，承认自己的错误。这不叫放弃，而叫成长。

15、很多时候，当下那个我们以为迈不过去的槛，一段时间之后回过头看其实早就轻松跳过；所有没能打败你的东西，都将使你变得更加强大。

16、不要过分在乎身边的人，也不要刻意去在意他人的事。在这世上，总会有人让你悲伤、让你嫉妒、让你咬牙切齿。并不是他们有多坏，而是因为你很在乎。所以想心安，首先就要不在乎。你对事不在乎，它就伤害不到你；你对人不在乎，他就不会令你生气。在乎了，你就已经输了。

17、放下执着，很多人马上想到的就是，停止手中一切事情什么都不做，或者跑到一个很远的地方去，躲开亲人和朋友，一个人呆着。这样不是在放下\"执着\"，而是在执着\"放下\"。真正的\"放下\"是摆脱内心的纠结，无论事情的过程和结果如何，能够坦然面对，这是心通过训练之后达到的一种自然放松。

18、不到最后一刻，千万别放弃。最后得到好东西，不是幸运，有时候，必须有前面的苦心经营，才有后面的偶然相遇。

19、一个人只要知道自己真正想要什么，找到最适合于自己的生活，一切外界的诱惑与热闹对于他就的确成了无关之物。你的身体尽可能在世界上奔波，你的心情尽可以在红尘中起伏，关键在于你的精神一定要有一个宁静的核心。有了这个核心你就能成为你奔波的身体和起伏的心情的主人。

20、不要放弃你的幻想。当幻想没有的时候，你还可以生存，但是你虽生犹死。

21、有一些人的出现，就是来给我们开眼的。所以，人一定要禁得起假话，受得住敷衍，忍得住欺骗，忘得了承诺，放下一切，百炼成精，淡定从容。

22、沉默是成长的标志，而成熟的标志，就是如何去沉默。我不能说我们生如夏花，活得完美而睿智，死如秋叶亦离我们非常遥远，当下最真实的，不过是一种宽宏和原谅，对自身他人，以及这个失望和希望并存的世界。

23、没人喜欢你，没人搭理你，没人约你，没人站在你的角度考虑问题。没人等你，没人陪你，没人想到你，没人站在你的身后鼓励你，这些都不值得抱怨，只是我们生命中一件又一件再自然不过的事。没有人关心不是孤独，面对悬崖声嘶力竭呐喊，无人回应才算孤独。

24、生命中的许多东西是可遇不可求，刻意强求的得不到，而不曾被期待的往往会不期而至。因此，要拥有一颗安闲自在的心，一切随缘，顺其自然。

26、孤独，是因为你值得拥有更好的。每个人都有一段独行的时光，或长或短，都是无可回避的过程。孤独的人，不必总觉得生命空空荡荡。上天总要你腾空双手，才能接住更好的一切。

27、生活的有趣还在于，你昨日的最大痛楚，极可能会造就你明日的最大力量。

28、真正不羁的灵魂不会真的去计较什么，因他们的内心深处有国王般的骄傲。

29、事情总是在你最不抱期望的时候得到解决，所以，永远不要放弃。

30、你生命的前半辈子或许属于别人，活在别人的认为里。那把后半辈子还给你自己，去追随你内在的声音。

31、给予和接受都是一份馈赠，既需要谦逊，也需要勇气。

32、很多时候，为了求得真正的幸福，我们需要保持耐心。因为真正的幸福不会很快到来，也不会轻易到来，但它值得等待。

33、有些事就是不值得被原谅，跟大不大度没有关系，各有各的底线，做错了就应该考虑为自己的错误付出代价。

34、一番番春秋冬夏，一场场酸甜苦辣。八千里路半橱书，半橱书，书在心头；八千里路，路在脚下。

35、如果说幸福是一个悖论，那么，这个悖论的解决正存在于争取幸福的过程之中。其实有斗争，有苦恼，但是要希望尚存，就有幸福。

36、人生就像一杯没有加糖的咖啡，喝起来是苦涩的，回味起来却有久久不会退去的余香；人生就是一场旅行，不在乎目的地，在乎的是沿途的风景以及看风景的心情；人生就是一条坎坷曲折的路，即使不断的跌倒，也一定要爬起来，坚持自己的梦想。这一秒不放弃，下一秒就会有希望。

37、女人无论到多大年纪无需自怨自叹。人生从来就是孤单的旅程，无论生命中有没有人与你相随，都请你不要对人产生依赖，不要辜负时光，以及你对梦想的憧憬。成就你自己，岁月会变得更加真实而美丽。

38、真正重要的不是生命里的岁月，而是岁月中的生活。

39、永远不要怪别人不帮你，也永远别怪他人不关心你。活在世上，我们都是独立的个体，痛苦难受都得自己承受。没人能真正理解你，石头没砸在他脚上，他永远体会不到有多疼。人生路上，我们都是孤独的行者，如人饮水冷暖自知，真正能帮你的，永远只有你自己。

40、你改不改变努不努力，影响不了别人，而是你自己。别人不喜欢你，可以随时忽视你的存在，若是因为别人的忽视而自暴自弃放任自己堕落自己，过得不好的只是你自己，不要让任何人成为你不思进取的借口，没人会理你的，你只有变得更好更完美，你才有资格影响别人，别人才会重视你尊重你。

41、随缘并不意味任性，闲散也不意味蹉跎。时间不会为任何人珍重，而我们却要珍重时间。做自己所能做的，珍惜自己所能珍惜的。

42、在这世界上，没有一劳永逸、完美无缺的选择。你不可能同时拥有春花和秋月，不可能同时拥有硕果和繁花。你不可能所有的好处都是你的。你要学会权衡利弊，学会放弃一些什么，然后才可能得到些什么。你要学会接受命的残缺和悲哀，然后，心平气和。因为，这就是人生。

43、放弃，也是一种选择。得失失得，何必患得患失；舍得得舍，不妨不舍不得。也许人生的过程就是一个不断放弃，又不断得到的过程。放弃，不是怯懦，不是自卑，也不是自暴自弃，而是在痛定思痛后做出的一种理智的选择。

44、\"我很好\"不是指你终于熬到有了钱，有了朋友，有了人照顾的日子。而是你终于可以习惯没有钱，没有朋友，没有人照顾的日子。\"我很好\"是告诉他们，你越来越能接受现实，而不是越来越现实。

45、世上本无事，庸人自扰之。烦恼和快乐就像一架天平，你每天想着烦恼，就是在给烦恼那一边增加砝码，快乐那一端就会越来越轻，直到心里的天平彻底失衡，再也看不到快乐的踪影。其实烦恼可能是很简单的事，因为你看重它，它才有分量，如果你根本不去看它，烦恼就不会缠着你。

46、生命中最重要的人，或许当你在身边的时候，能感觉到的也只是淡淡的温暖而已，并不比一杯热茶更显著。但当你失去的时候，整个世界瞬间荒芜。只知道我们总是在战胜空间，却对时间无能为力。

47、每个人有权利用他想要的方式对待你，无论他是你的什么人，或你曾经对他施与什么恩惠。如何回应他们的对待是你的事。在情绪上接纳一切，但你可以据理力争、甚至离开——就是不要被激怒，否则你就是一个没有力量的孩童。

48、生命的两大神秘：欲望和厌倦。每当欲望来时，人自会有一股贪、馋、倔、拗的怪异大力。既达既成既毕，接着来的是熟、烂、腻、烦，要抛开，非割绝不可，宁愿什么都没有。

49、活在这世上，就会被人攻击。要谈恋爱，就会被感情伤。要找好人来爱，必然会被别人盯上。别寄希望于社会道德，一切外在东西都靠不住，最后能让我们撑下去的，无非两样，要么内心强大，要么视而不见。说到底，心软的不如心硬的，心硬的不如心狠的，心狠的不如没心没肺的。

50、一个人活得拧巴是值得理解的，甚至是值得赞美的，这证明他内心还有冲突，并不甘于和人生妥协。

51、洗一个澡，看一朵美丽的花，吃一顿饭，假使你觉得快活，并非全因澡洗得干净，花开得好，或者食物符合你的口味，主要是因为你心上没有挂碍，轻松的灵魂可以专注肉体的感觉，以此来欣赏，来审定。

52、总有某段路，只能你一个人走；总有许多事，需要你一个人扛。

53、坚强，不是面对悲伤不流一滴泪，而是擦干眼泪后微笑着面对以后的生活。一切都已结束，一切都将开始。

54、悲伤有很多种，能加以抑制的悲伤，未必称得上悲伤。

55、在成长的路上，太过无病呻吟，矫情，人就会变得孤独。寻找伴侣，或心灵相契，或平淡如水。或人生两极，一个是山峰，一个是海水，都能获得幸福。

56、如果一辈子等于一天，二十几岁，顶多就是早上的7点12分，是正要出门的时刻。不要以\"我已经来不及了\"为借口，我们都还年轻，还可以跌倒，还可以犯错，还可以反悔，未来还没到来，一切都还来得及，没有什么不能改变。

57、孤单不是因为没有朋友，而是没有人住在你心里。

58、总有一天，你的父母不再能理解你所学的东西，他们只能在电话里让你保重身体，然后一边垂垂老去，一边盼你回家。年少时总觉得要离家远远的才好，现在一开始觉得离得越远心中越是牵挂。就是因为这些千丝万缕的牵绊才明白了什么才是幸福。

59、如果一个人充满了快乐、正面的思想，那么好的人、事、物都会与他共鸣，并且被他吸引过来；同样的，如果一个人总是带着悲观的、愤世嫉俗的思想频率，那么，难怪这个人常会有倒霉的事发生在他身上。

60、这里有个很隐秘的心理学游戏，当你的好态度传染给别人，别人就会喜欢你。

61、无论我们走到生命的哪一个阶段，都该喜欢那一段的时光，完成那一阶段该完成的职责，顺生而行，不沉迷过去，不狂热地期待着未来，生命这样就好。不管我们正经历着怎样的挣扎与挑战，或许只有一个选择：虽然痛苦，却依然要快乐；并相信未来的美好。

62、我们常常看到的风景是：一个人总是仰望与羡慕着别人的幸福，一回头，却发现自己正被仰望与羡慕着。其实，每个人都是幸福的。只是，你的幸福，却常常在别人眼里。

63、不管在任何环境之下，都不要忘记你最原来的样子，要学会忍耐，学会收敛。不要为了逞一时之快，而忘了后果。是金子总会发光，黄沙掩不住珍珠的光华。等到有一天，你回过头来看的时候。你会发现你留下的不是只有痛苦与快乐，还有很多其它的东西。

64、山有山的高度，水有水的深度，没必要攀比；风有风的自由，云有云的温柔，没必要模仿。你认为快乐的，就去找找；你认为值得的，就去守候；你认为幸福的，就去珍惜。没有不被评说的事，没有不被猜测的人。别太在乎别人的看法，做最真实最朴实自己，依心而行才能无憾今生。

65、你早晨醒来时第一个想到的那个人；能跟你打电话聊到半夜都舍不得挂的那个人；在你任性、耍小脾气时，也会忍住脾气不会冲你发火的那个人；看到你流泪时，为你擦去泪水给你一个温暖拥抱的那个人；有着宽厚的肩膀可以让你随时依靠的那个人。

66、女人自己太可靠，身边的男人往往就不可靠。姑娘越是不靠谱，就越能找到可靠男。女人自己太会挣钱，就找不到能干的老公。女人越是不能干，男人反倒是很厉害。这个世界很公平的，男女之间总是互相搭配。你有什么，对方就会缺什么。所以，不要让自己当女英雄，那只会注定辛苦的生活。

67、女人最幸福时，是她靠自己的能力赚很多钱，活得精采体面，她有没有小孩有没有男朋友老公都没关系。她可以想去哪玩去哪玩。可以把她父母照顾的很好可以尽情支配自己的人生可以不为生活所困可以不靠她人脸色过活。无论到任何年纪一脸坦然，不需要攀比，也不需要多少朋友。她就是她自己。

68、1.回答时生硬地重复问题：典型谎言；2.揉鼻子：掩饰真相；3.话语重复，声音上扬；4.惊讶表情超过一秒；5.男人右肩微耸一下；6.不能倒着将事情回忆一遍。

69、生活就是这样，单调的重复，愿意为一个人重复，生活始终是要自己承担，自己过。无人代替。若真有人能代替你做一切，那便不是一个家，不是有温情的家。

70、放弃，有时候比争取还困难，因为放弃也是一种选择。放弃的最高境界是不后悔。在不该放弃的时候放弃会后悔，在该放弃的时候不放弃也会后悔。做任何事都要付出成本，人生最大的成本不是金钱与时间，而是机会。一个人越是什么也不愿放弃，就越容易错过人生中最宝贵的机会。

71、①无论做什么记得是为自己而做；②面对困境不悲观厌世；③任何时候都不怕重来；④让自己平与豁达一点；⑤女孩要先经济独立再谈别的；⑥不要忘记进修学问，拓宽胸襟；⑦失去的东西并未属于自己；⑧保持少女般浪漫情怀；⑨生命的乐趣自己找找，没人义务讨好自己。

72、人生之路，从起点到终点，奔波忙碌中也遇人无数。能有缘遇到，同路，并肩走上一程，即算缘分与幸事。然而人生的残酷在于，绝少或者没有人能一路相陪。所以，人，注定了要学会一个人走。

73、夫妻之间的物质生活水平，通常是由收入较高的一方来决定；夫妇之间的精神生活水平，往往是由素质较低的一方来决定。一个女人能有多美，通常是由与她相伴的男人来决定；一个男人能走多远，往往是由与他相随的女人来决定。

74、1.人生最大的投资，不是房子，不是股票，是人，跟什么人交往，跟随什么人，交什么样的朋友是对人生影响最大的。2.第二大的投资，是时间。3.第三大投资，是身心健康；4.第四大的投资，是选对行业跟对人；5.第五大的投资，是选对伴侣。你投资对了吗？

76、有人说，明知道帮助别人肯定有灭顶之灾，还去帮助别人的人是一等人；明知道帮助别人可能有灭顶之灾，还去帮助别人的人是二等人；明知道帮助别人对自己没有什么损失，去帮助别人的人是三等人；明知道帮助别人自己会得到些好处，小帮助会换来大帮助，才去帮助别人的人是四等人；不帮助别人的人是五等人；给别人添小麻烦的人是六等人；去坑害别人的人是七等人。

77、不要把你的价值建立在别人如何对待你的方式上。

78、所以父母真正要做的是接纳。不管孩子是什么样的，也不管我喜不喜欢，我都要接纳，接纳我的孩子是这个样子。就像天下雨了我不开心，可是我接纳一样。反之他只是听到了你过高的期望，感受不到你的爱，虽然你以为你爱，可是他已经绝了望。一个绝了望的孩子又会怎样呢？

79、对于一个成人的孩子如果父母介入太多那就是一个负向的，如果父母介入太多，即使是一个成年的孩子也无法学会如何承担责任，这到底是爸爸妈妈要的呢？还是我要的呢？对某些人来说就会很头疼，当孩子长大的时候，我们希望他们要为他们自己做决定，为自己负责，要他了解什么事对自己是好的。

第3篇

1、1.微笑2.接受赞美3.停止叨唠4.提升肤质感5.不断学习6.反省7.闻闻清新味道8.经常鼓励自己9.抛弃垃圾食品10.改变发形11.天天运动12.树立积极信念13.停止嫉妒14.制造眼神接触15.别再无精打采16.告诉自己还年轻17.充满感激18.多多走路。

2、一切美好的事物都是曲折地接近自己的目标，一切笔直都是骗人的，所有真理都是弯曲的，时间本身就是一个圆圈。

3、所谓坚强，不是在灾难面前不哭，而是要笑着面对以后。

4、我们要有最朴素的生活，与最遥远的梦想。即使明日天寒地冻，路远马亡。

5、我们常会为错过一些东西而感到惋惜，但其实，人生的玄妙，常常超出你的预料，无论什么时候，你都要相信，一切都是最好的安排，坚持，努力，勇敢追求，那样就有突然的惊喜到你的世界中来。

6、其实谁都不想发脾气，赌气不过是为了看看对方会为自己退让多少空间。我们都有这样一个习惯，闹矛盾时喜欢说话带刺，喜欢不理不睬。懂得你的人会为你放下架子，不懂你的人，维持了僵局，失望的只有你自己。

7、不要计较何时年轻，何时年老。只要我们生存一天，青春的财富就闪闪发光。能够遮蔽它的光芒的暗夜只有一种，那就是你自以为已经衰老。

8、求而不得，舍而不能，得而不惜，这是人最大的悲哀。

9、被人走得最多的路肯定是最安全的，但别指望在这样的路上碰到很多猎物。

10、不到最后一刻，千万别放弃。最后得到好东西，不是幸运，有时候，必须有前面的苦心经营，才有后面的偶然相遇。

11、心的确就像一块田，放过什么进去，都会播下种子，或早或晚，在条件成熟时种出果实，或甜或苦，或绿树成荫，或芒刺满地，心念一动，即如撒种，有时连有了收成也毫无知觉。

12、每个人的一生，都会经历无数的人和事，好的坏的，温暖的回忆，渐长的伤痕，都无法拒绝，只有接受。但就在这些人和事中，人逐渐学会成长。时间能让伤口痊愈，虽然总会留下或深或浅的痕迹。或许人生本来就应是酸甜苦辣尝遍，才能让人有活着的快感。

13、随缘并不意味任性，闲散也不意味蹉跎。时间不会为任何人珍重，而我们却要珍重时间。做自己所能做的，珍惜自己所能珍惜的。须知道，风景年年依旧，而流光一去不会回头。

14、对喜欢的人，再无足轻重的小事，也可以讲得眉飞色舞；对不喜欢的人，在重要的事情也可以一笔带过。所以，请珍惜总是对你废话连篇的人吧。

15、你连想改变别人的念头都不要有。要学习太阳一样，只是发出光和热，每个人接收阳光的反应有所不同，有人觉得刺眼有人觉得温暖，有人甚至躲开阳光。种子破土发芽前没有任何的迹象，是因为没到那个时间点。只有自己才是自己的拯救者。

16、没人喜欢你，没人搭理你，没人约你，没人站在你的角度考虑问题。没人等你，没人陪你，没人想到你，没人站在你的身后鼓励你，这些都不值得抱怨，只是我们生命中一件又一件再自然不过的事。没有人关心不是孤独，面对悬崖声嘶力竭呐喊，无人回应才算孤独。

17、多亏日子还有难过和失落，让我们在一场场身不由己的努力进化成更好的自己。

18、你现在的付出，它们会默默铺路，只为让你成为更好的人。

19、我们如今是什么，大半是潜意识中所要的。我们而今不是什么，绝对是潜意识中所不取的。不怨天，不尤人，自得其乐最是好命。

20、我们都是没有安全感的人。纵使自己知道有些无理取闹，但就是想要证明自己的重要性。人和人刚相识的时候总是习惯把最好的一面呈现给对方，相处时间久了各种缺点就渐渐暴露出来了。有一天你不用装，不那么累，该干啥干啥，而对方把你看的透透的，却依然不嫌弃你，那就是朋友了。

第4篇

1、你不努力，永远不会有人对你公平，只有你努力了，有了资源，有了话语权以后，你才可能为自己争取公平的机会。

2、跑步，五公里以上的坚持往往更具有一种惯性，十公里之后的意志靠磨练，不能同言而喻。

4、以前的你，知道我怕黑，怕虫子，怕打针……怕很多。却始终不知道：我最害怕的事，是我最终没有嫁给你。

5、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。无论建立还是毁坏，都是经过日积月累形成的。所以，培养自己对\"小事\"的耐心，愿意从饮食起居做起，一点一滴地积累自己的小幸福，那么你就会渐渐拥有平和的心境。不要把所有的感情都放在一个人身上。

6、不要着急，最好的总会在不经意的时候出现。勇敢的做最真实的自己。

7、有人总说：已经晚了。实际上，现在就是最好的时光。对于一个真正有所追求的人来说，生命的每个时期都是年轻的、及时的。

8、如果你单身时不快乐，那么恋爱后也不可能快乐。一个人应该先弄好自己的生活，自己先爱上这样的生活，然后再分享出去。

9、我们都有伤疤，内在的或外在的，无论因为什么原因伤在哪个部位，都不会让你和任何人有什么不同。除非你不敢面对，藏起伤口，让那伤在暗地里发脓溃烂，那会让你成为一个病人，而且无论如何假装，都永远正常不了。

10、幸福不会凭空消失，它通常都是一点一滴的逝去。幸福也不会突然的降临，它往往是一点一滴的累积。失与得之间的感悟也是一点一滴的品尝。

11、孤僻的好东西难以等到真正欣赏它们的人，因此有时反而归属甚佳。最终被痴迷于它的人带走。对喜欢的东西沉着镇静，内心笃定，这也是自信的一种。要或不要，又有什么关系。

12、凡遇好事的时光甭张狂，张狂过了头后边就有祸事；凡遇到祸事的时光也甭乱套，忍着受着，哪怕咬着牙也得忍着受着，忍过了受过了好事跟着就来了。

13、我们的痛苦正是产生于我们的愿望和能力的不相称。一个有感觉的人在他的能力扩大了他的愿望的时候，就将成为一个绝对痛苦的人了。只有在一切力量都得到运用的时候，心灵才能保持宁静，人的生活才能纳入条理。

14、凡是自然的东西都是缓慢的。太阳一点点升起，一点点落下。花一朵朵开，一瓣瓣地落下，稻谷成熟，都慢得很。那些急骤发生的自然变化，多是灾难。如火山喷发、飓风和暴雨。一个孩子要长大是很慢的。一个人睡觉，也是很慢的，从日落到日出，人才能休息过来。

15、求而不得，舍而不能，得而不惜，这是人最大的悲哀。

16、独处的确是一种检验，用它可以测出一个人灵魂的深度，测出一个人对自己真正的感受。一个连自己也不爱的人，我敢断定他对于别人也是不会有多少价值的，他不可能有高质量的社会交往。一切交往的质量都取决于交往者本身的质量。唯有在两个灵魂充实丰富的人，才可能有真正动人的爱情和友谊。

17、被人走得最多的路肯定是最安全的，但别指望在这样的路上碰到很多猎物。

18、所谓的成长，就是实现独立生存、完成独立思考能力的自我奋斗。所谓成熟，就是对内消除傲慢，对外消除偏见的自我修行。

19、不要因为怕伤害别人就把会让自己为难的事情应承下来，很多时候该说就得说，该拒绝就得果断拒绝。自己忙的不可开交的时候，就不要答应到处救火；触碰底线的时候，就该果断指出；没法回应的感情就该早些把话说清。扭捏最终只会导致伤人伤己，说出来反而会更好，学会拒绝是必修课。

20、只有你的境界提高了，这个境界才来提升你，只有你爬到山顶了，这座山才会支撑着你。

21、如果老天善待你，给了你优越的生活，请不要收敛了自己的斗志；如果老天对你百般设障，更请不要磨灭了信心和向前奋斗的勇气。当你想要放弃了，一定要想想那些睡得比你晚 起得比你早跑得比你卖力 天赋还比你高的牛人，他们早已在晨光中，跑向那个你永远只能眺望的远方。

22、唤醒自己的30则人生感悟，求人不如求己，求佛不如求学。

24、当你被孤独感驱使着去寻找远离孤独的方法时，会处于一种非常可怕的状态。因为无法和自己相处的人也很难和别人相处，无法和别人相处会让你感到巨大的虚无感，会让你告诉自己：我是孤独的，我必须去打破这种孤独。你忘记了，想要快速打破孤独的动作，正是造成巨大孤独感的原因。

25、花大部分的钱爱自己，上课旅行交朋友，为热爱的事情交学费；花适当的钱爱生活，吃穿不用太讲究，简单舒服就好；花最少的钱爱爱情，因为爱最好的表达是花心思和花时间。记得，比存钱交房贷更重要的，是先花钱投资你自己，因为你还年轻。

26、所有的事情到最后都会好起来的，如果不够好，说明还没到最后。

27、友情也好，爱情也罢，如果两个人最终都不能朝同一个方向望去，那么，两人分道扬镳是注定的事情。

28、孤独，是因为你值得拥有更好的。每个人都有一段独行的时光，或长或短，都是无可回避的过程。孤独的人，不必总觉得生命空空荡荡。上天总要你腾空双手，才能接住更好的一切。

29、痛苦是财富，这话是扯淡。姑娘，痛苦就是痛苦。对痛苦的思考才是财富。

30、人生只是充满了无常，没有一样东西能永远的属于你，在不断流失的时间里走过，平和的告诉自己，风雨彩虹，经历过。花开花落，珍惜过。

31、好多承诺被时间冲洗，被自己遗忘，被现实刁难。能够实现一个，对自己就不会那么失望。错过了，会遗憾。经历过，才耀眼。在最好的年华里，不要辜负最美的自己。

32、压力最大的时候，效率可能最高；最忙碌的时候，学的东西可能最多；最惬意的时候，往往是失败的开始；寒冷到了极致，太阳就要光临。成长不是靠时间，而是靠勤奋。

33、一个人懂的东西越少，看到的东西越少，往往容易自我膨胀。反而看的多了，懂的东西越多的人，更加的谦虚。谦虚并不是说否定自己，谦虚的人并不是说不自信，而是他们清楚自己的能力，清楚自己的定位。

34、真正的坚韧，应该是哭的时候要彻底，笑的时候要开怀，说的时候要淋漓尽致，做的时候不要犹豫。

35、每个人都有不可告人的秘密，有自己的渴求、欲望，以及难以启齿的需要。所以，日子要过下去，人们就要学会宽恕。

36、读书多了，容颜自然改变。许多时候，自己可能以为许多看过的书籍都成过眼烟云，不复记忆，其实他们仍是潜在的。在气质里，在谈吐上，在胸襟的无涯。当然，也能显露在生活和文字中。

37、人生就像一杯没有加糖的咖啡，喝起来是苦涩的，回味起来却有久久不会退去的余香；人生就是一场旅行，不在乎目的地，在乎的是沿途的风景以及看风景的心情；人生就是一条坎坷曲折的路，即使不断的跌倒，也一定要爬起来，坚持自己的梦想。这一秒不放弃，下一秒就会有希望。

38、人要任性，任性，任性。如今，已太少人任性了。不任性的人，怎么能维持健康的精神状态。他随时都在妥协，随时在抑制自己，其不快或隐忍究竟能支撑多久，自己要做得了主。

39、有些事情，现在不去做，以后很有可能永远也做不了。不是没时间，就是因为有时间，你才会一拖再拖，放心让它们搁在那里，任凭风吹雨打，铺上厚厚的灰尘，而你终将遗忘曾经想要做的事、想要说的话、想要抓住的人。

40、有三个方法可以解决所有的问题：接受、改变、离开。不能接受那就改变，不能改变，那就离开。太多人，行走上路，背负越来越多的选择，却选择放弃了梦想。而梦想，只属于坚持的人，梦想，只属于有故事的人，梦想只属于一切历经挫折却从来不放弃信念的人。

41、我们永远不要期待别人的拯救，只有自己才能升华自己。自己已准备好了多少容量，方能吸引对等的人与我们相遇，否则再美好的人出现、再动人的事情降临身边，我们也没有能量去理解与珍惜，终将擦肩而过。

42、父亲老了，不能再为儿子撑起一片天空，但千山之远，万水之隔，父亲仍能为我和妻送来一把温暖的伞，在这个宽厚如昔日父亲臂膀的伞下，我们的每一个日子都晴空万里，灿烂如花。

43、刻意去找的东西，往往是找不到的。天下万物的来和去，都有他的时间。

44、所有的情绪，在男女关系中都可以归纳成午夜梦醒辗转时的一声叹息，太阳出来的时候一切都像没有发生过。所以，把自己的生活擦洗干净吧，归于平常，该哭泣追忆缅怀也都是午夜叹息，可是那种姿态，就应该好像你从厨房拿出一条抹布一样正常。

45、真正重要的不是生命里的岁月，而是岁月中的生活。

46、爱一个人，若要怀疑，从价值观直到皮肤的毛孔，都会存在分歧。一条一条地揪出来，彼此挑剔和要求。恨不能让对方高举双手臣服。但或许臣服也并没有用。因为你就是爱这个人不够。所以连他多说一句话都会有错。

47、永远不要怪别人不帮你，也永远别怪他人不关心你。活在世上，我们都是独立的个体，痛苦难受都得自己承受。没人能真正理解你，石头没砸在他脚上，他永远体会不到有多疼。人生路上，我们都是孤独的行者，如人饮水冷暖自知，真正能帮你的，永远只有你自己。

48、爱情、友情是人生的美酒，如果时间短暂，也有新酒的甘甜和芳香。可是，倘若能经受住漫长岁月的考验，味道越来越醇厚，最后就变成了无比珍贵的陈年佳酿——亲情。恋人、朋友好到了极致，就真正是亲人，比血缘更亲。

49、所谓糟糕的日子不是过得多苦多挫折，而是现在的你可以看到自己[xx]年后的样子，好像一部看了开头便能猜到结局的电影，无趣和一成不变才是生活里最大的挫折。要相信所有的苦都是为了铺陈结局的大反转，比起平铺直叙，大家更爱苦尽甘来的故事。坚持下去，清风自来，谁也别先剧透。

50、成长就是：渐渐温柔，克制，朴素，不怨不问不记，在安静中渐渐体会生命的盛大。吃喝玩乐，勤劳勇敢，人山人海，边走边爱，成长路上我们都需要爱和勇气。

51、有比较之心就是缺乏自信。有自信的人，对于自己所拥有的东西，是一种充满而富足的感觉，他可能看到别人有而自己没有的东西，会觉得羡慕、敬佩，进而欢喜赞叹，但他回过头来还是很安分地做自己。

52、腾不出时间学习的人，迟早会腾出时间来伤悲；腾不出时间思考的人，迟早会腾出时间来后悔；腾不出时间运动的人，迟早会腾出时间来减肥；腾不出时间呵护亲情的人，迟早会腾出时间来流泪；腾不出时间恋爱的人，迟早会腾出时间来相亲；腾不出时间睡的人，迟早会腾出时间来生病。

53、人与人之间情断义绝，并不需要什么具体的理由。就算表面上有，也很可能只是心离开的结果，事后才编造出的借口而已。因为倘若心没有离开，当将会导致关系破裂的事态发生时，理应有人努力去挽救。如果没有，说明其实关系早已破裂。

54、我们或许曾经挫折，曾经迷茫，甚至曾经选择了用最愚昧的方式逃避人生的课题。尽管过程可能不堪，但是只要我们能从过程中学到经验、学会疗愈自己的方法、得到难能可贵的勇气……我们就能扭转乾坤。

55、感知力让我们能够设身处地去体贴和怜恤他人，并在他人的处境里观照出我们同样是软弱的、需要被怜恤的人。

56、都说心宽路更宽，反之亦然，路宽心也宽。面对大山大水，才知道自己的渺小，看苍穹变幻，才明白无常聚散，才学会放下。一颗心可以很小，也可以无限大，做人的格局大些，看远些，心也宽，路也宽，也就快乐些，也才可以走远些。

57、世上本无事，庸人自扰之。烦恼和快乐就像一架天平，你每天想着烦恼，就是在给烦恼那一边增加砝码，快乐那一端就会越来越轻，直到心里的天平彻底失衡，再也看不到快乐的踪影。其实烦恼可能是很简单的事，因为你看重它，它才有分量，如果你根本不去看它，烦恼就不会缠着你。

58、生活有两大误区：一是生活给人看，二是看别人生活。

59、[xx]岁时你不漂亮，可以怪罪于母亲没有遗传好的容貌；但是[xx]岁了依然不漂亮，就只能责怪自己，因为在那么漫长的日子里，你没有往生命里注入新的东西。

60、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。

61、喜欢那些具有植物一样品性的人，她们所言所行没有丝毫浮夸，带有自然真诚的气质。亦似花，静静开悄悄落，有阳光即可按自己的方式生长，与世间太无瓜葛。无须倾城色，只涤尽千尘。

62、活在这世上，就会被人攻击。要谈恋爱，就会被感情伤。要找好人来爱，必然会被别人盯上。别寄希望于社会道德，一切外在东西都靠不住，最后能让我们撑下去的，无非两样，要么内心强大，要么视而不见。说到底，心软的不如心硬的，心硬的不如心狠的，心狠的不如没心没肺的。

63、如今在我们这个时代，要娱乐有太多的选择，而一个人居然跑去看书，表明他不只是抱着娱乐的目的，更是想提升自己。任何一本书被一个读者拿起来的时候，他心底都有一种或许连自己都不知道的欲望，就是要改变自己，提升自己，这是一个很伟大也很卑微的欲望。

64、失去的再多，都不要失去自我。不论现在生命多么萧瑟，你一定会再度盛放，你要相信。

65、别人总会夸大你的成就，然后便觉得依附于你天经地义。

66、假如有一天，我碰巧有了一种无忧无虑的生活，知道我会怀恋眼下这种飘摇不定的生活。各种生活，有各自特别的品质和愉悦，一旦我们走向另一种生活，哪怕是走向更好的一种，那种只属于某种生活的特别的愉悦就会泯灭，特别的品质就会枯竭。它们总是在人们感到失去它们的时候消亡。

67、最能反映一个女人品味的东西，不是她的衣着和爱好，也不是她读什么书，吃什么东西，家里怎么布置，而是她过去和现在爱上一个怎样的男人。品味有时可以花钱去学，惟有爱情是最真实的她，是她品味的全部。她在其他方面看来很有品味，她爱着的却是一个差劲的男人，那她的品味还是不怎么好。

68、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。

69、无论我们走到生命的哪一个阶段，都该喜欢那一段的时光，完成那一阶段该完成的职责，顺生而行，不沉迷过去，不狂热地期待着未来，生命这样就好。不管我们正经历着怎样的挣扎与挑战，或许只有一个选择：虽然痛苦，却依然要快乐；并相信未来的美好。

70、人的烦恼就12个字：放不下，想不开，看不透，忘不了。我们之所以会心累，是因为常常徘徊在坚持与放弃间举棋不定。我们之所以会困惑，是因为喜欢消极的看待事物不能自拔。我们之所以不快乐，不是拥有的太少而是奢望的太多。我们之所以会痛苦，是因为记性太好，该记的不该记的都留在记忆里。

71、一个有缺角的圆，第一次找到合适的一角时错失了机会，第二次又因用力过猛而摧毁了那一角，最后终于得以完整，却发现完美的圆，因滚得太快而失去了沿途风景与原来的快乐，最后，他幡然醒悟：成熟，是时光的雕刻，原来不完美才是最大的完美。

72、后来因为年纪，因为距离，因为朋友圈的关系，因为各种原因，很难再说出一句我喜欢你。而那时才会怀念起当初的狂热饱满与肆无惮忌。你说真可惜，我们怎么都渐渐丧失了喜欢一个人的能力。其实我们只是多了保护自己的警惕，习惯了远远旁观的淡定。

73、人生总是无奈，一边怀念，一边忘记，一边继续。壮烈也好，惨痛也罢，我们毕生的追求，终是身空心净，云淡风轻。把自己当作一片落叶，别奢求太多季节变幻，青春时肆意抽绿枝头，枯黄后洒脱飘然落下。这条路上，能走多远，能遇上谁，皆无定数，我们能做的，就是选择后不抛弃，放手后不愧悔。

74、做一个坚强的女人，坦然面对，勇敢体会，忘记消逝的人与事。不能拥有的，懂得放弃，不能碰触的，学会雪藏。与其沉溺过往，不如沐浴晴朗，扔掉悲伤与孤寂，摆脱无助与漠然，不再害怕未知，也不必盲目迷茫。告诉自己，我可以。

75、一天中，太阳会升起，同时还会落下。人生也一样，有白天与黑夜，只是不会像太阳那样，有定时的日出与日落。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。人害怕的，就是本来一直存在的太阳落下不再升起，也就是非常害怕原本照在身上的光芒消失。

76、美国当代的心理学家对婴幼儿进行了抽样调查，发现宝宝气质各有不同，大致可对半分为易养型与难养型。在调查过程中，常常会听到这样的抱怨声：与其他宝宝不一样，我家女儿根本不听劝。儿子很让我伤脑筋，总是动不动就哭。

77、生活就是这样，单调的重复，愿意为一个人重复，生活始终是要自己承担，自己过。无人代替。若真有人能代替你做一切，那便不是一个家，不是有温情的家。

78、没人能让所有人满意，所以让自己与你中意的人满意就可以。你所判定的一切，也许是你自己内心的投影。人生就是一个不断接纳与抛弃的过程，就是一段迎接冷眼嘲笑孤独前行的旅途。ko不了你的，也许让你更ok，没让你倒下的，也许让你更强大。

79、理想中的男女关系，并不是结婚，亦不是同居，而是维持一种朋友关系。

80、或许，在为男人倒贴的瞬间，男人会对你服服帖帖、甜言蜜语些许时间，但是一旦过了那个新鲜劲，就该让男人感觉你没劲了。为此，女人在与男人相处时，一定不要靠物质诱惑，除非你不指望物质投资去换取回报。

81、不要轻言你是在为谁付出与牺牲，其实所有的付出与牺牲最终的受益人都是自己。人生是一场与任何人无关的自我的修行，这是一条悲欣交集的道路，路的尽头一定有礼物，就看你配不配得到。

82、存在主义哲学家认为，人们最终要对所发生的事情负责，这就是人本主义人格理论的基础，它能说明我们为什么经常说\"我必须\"这句话，例如\"我必须去上课\"、\"我必须去见朋友\"等。其实，我们不一定非要干这些事，在某种程度上，我们可以不做任何事。人本主义心理学家指出，在特定的时刻，行为是每个人自己的选择。

83、如果父母不能有一个幸福的婚姻，可以选择健康的离婚和愉快的分手。为了孩子，我们两个不用彼此喜欢，彼此友善就好了。我们不再是夫妻，可是仍然是孩子最好的父母。很多的单亲父母，耗费了太多能量在彼此指责、彼此怨愤上，孩子在这个里面承受了大量的恐惧。

85、在亲密关系中，i want you，because i love you（我需要你，因为我爱你）和i love you，because i want you（我爱你，因为我需要你）完全不同。

第5篇

1、跑步，五公里以上的坚持往往更具有一种惯性，十公里之后的意志靠磨练，不能同言而喻。

2、所谓坚强，不是在灾难面前不哭，而是要笑着面对以后。

3、以前的你，知道我怕黑，怕虫子，怕打针……怕很多。却始终不知道：我最害怕的事，是我最终没有嫁给你。

4、善良是优点没错，但不能成为你的弱点，这个世界上的人，都愿意靠近一个只用说声谢谢就可以无理由帮他们的老好人，你的好心多了就变成软弱，他们的感谢多了就变成理所当然，一旦某天你知道拒绝，他们必定会失望。做人要有自己的脾气，适当地放高姿态，所谓温柔不过是看用在谁身上。

5、如果一个人喜欢历史和哲学，心就会变得强大无比。因为历史讲永恒，时间上的永恒；而哲学讲无限，范围的无限。有了永恒和无限，别人无奈时，你就会释然；别人恐慌时，你就会勇敢。

6、胆怯的智慧还在犹豫的时候，勇敢的无知已经行动了。

7、不是你不够好，而是你没有遇对人。别太在乎别人对你的评价，你只需做最好的自己。

8、许多人所谓的成熟，不过是被习俗磨去了棱角，变得世故而实际了。那不是成熟，而是精神的早衰和个性的夭亡。真正的成熟，应当是独特个性的形成，真实自我的发现，精神上的结果和丰收。

9、人生不过如此，且行且珍惜，自己永远是自己的主角，不要总在别人的戏剧里充当着配角。

10、在人生的道路上我们会遇到很多人，其实，有缘才能相聚，亲人也许是前世的好友，好友也许是前世的亲人，给我们带来烦恼的也许是我们前世伤害过的。因此，一定要善待身边的亲人，一定要关心身边的朋友，一定要宽恕那些伤害我们的人。

11、有一些人的出现，就是来给我们开眼的。所以，人一定要禁得起假话，受得住敷衍，忍得住欺骗，忘得了承诺，放下一切，百炼成精，淡定从容。

12、到底有多少人到现在还是不明白，人和人之间想要保持长久舒适的关系，靠的是共性和吸引。而不是压迫，捆绑，奉承，和一味的付出以及道德式的自我感动。

13、没人喜欢你，没人搭理你，没人约你，没人站在你的角度考虑问题。没人等你，没人陪你，没人想到你，没人站在你的身后鼓励你，这些都不值得抱怨，只是我们生命中一件又一件再自然不过的事。没有人关心不是孤独，面对悬崖声嘶力竭呐喊，无人回应才算孤独。

14、一盏暖的灯，还是应该永远亮着，用来骗人，也用来骗自己，用来等人，也用来等自己。

15、人生需要沉淀，宁静才能致远；人生需要反思，常回头看看，才能在品味得失和甘苦中升华。向前看是梦想和目标； 向后看是检验和修正。有多少事，如果当初回头看看，就会做得更好；有多少人，如果能回头一看，可以免去多少错误和遗憾。回头，其实身后也写着前方的路。

16、当你犹豫的时候，时机已经过了。很多时候，我们并没有机会和时间进行抉择，只是本能地做了一个决定而已。如果凡事再三权衡，犹犹豫豫，举棋不定，待到想好了去做的时候，早已时过境迁，机会已经没有了。所以，把握眼前的机会，这才是至关重要的。

17、所谓的安宁，就是在我追求自己所想要的生活的时候，能不卑不亢地一边失去，一边寻找。

18、人生在世最重要的事情不是幸福或不幸，而是不论幸福还是不幸都保持做人的正直和尊严。做人比事业和爱情都更重要，不管你在名利场和情场上多么春风得意，如做人失败了，你的人生就在总体上失败了。最重要的不是在世人心目中占据什么位置，和谁一起过日子，而是你自己究竟是一个什么样的人。

19、一个人总有一天会明白，忌妒是无用的，而模仿他人无异于自杀。因为不论好坏，人只有自己才能帮助自己，只有耕种自己的田地，才能收获自家的玉米。上天赋予你的能力是独一无二的，只有当你自己努力尝试和运用时，才知道这份能力到底是什么。

20、没达成结果，不是因为事情太难，而是因为你内在不够坚定。

21、女人无论到多大年纪无需自怨自叹。人生从来就是孤单的旅程，无论生命中有没有人与你相随，都请你不要对人产生依赖，不要辜负时光，以及你对梦想的憧憬。成就你自己，岁月会变得更加真实而美丽。

22、有些事情，现在不去做，以后很有可能永远也做不了。不是没时间，就是因为有时间，你才会一拖再拖，放心让它们搁在那里，任凭风吹雨打，铺上厚厚的灰尘，而你终将遗忘曾经想要做的事、想要说的话、想要抓住的人。

23、决心走一条路的时候，就不要左顾右盼，风景再美也别流连，你应当清楚自己的目的，你应当清楚你心如钢铁地追求的东西是什么，在哪里，时不时给自己提个醒。

24、你的心为什么这样分散，使得你放慢了脚步。他们在那里嘀咕什么，与你何干。你跟着我走，让人们说去吧：你要像坚塔一样屹立着，任凭风怎样吹，塔顶都永不动摇。因为心中念头一个接一个产生的人，由于一个念头的力量削弱了另一个念头，经常会使自己的目标离开自己更远。

25、我们很多时候是活给别人看的，也在盯着别人是怎么活的。于是，我们给自己戴上了面具，哪怕心里很苦很累，面具上镶嵌的依旧是永恒的笑容；我们看到别人脸上的笑意，总是怀疑他们也戴上了面具。其实，幸福是自己的，永远不要拿别人来做参照，别人做不了你，他不知道你走的路，你心中乐与苦。

26、永远不要怪别人不帮你，也永远别怪他人不关心你。活在世上，我们都是独立的个体，痛苦难受都得自己承受。没人能真正理解你，石头没砸在他脚上，他永远体会不到有多疼。人生路上，我们都是孤独的行者，如人饮水冷暖自知，真正能帮你的，永远只有你自己。

27、一个知己就好像一面镜子，反映出我们天性中最优美的部分。

28、不要去羡慕别人的人生，你看见的，并不是他们经历的所有。你只羡慕他们的光鲜外表，却看不到他们为此付出的代价和努力。生活不是一定要有惊天动地的情节，才叫精彩。每个人都在演以自己为主角的偶像剧了，在这场戏里，你的角色与戏份没有人能够取而代之。

29、没有人有耐心听你讲完自己的故事，因为每个人都有自己的话要说；没有人喜欢听你抱怨生活，因为每个人都有自己的苦痛。

30、腾不出时间学习的人，迟早会腾出时间来伤悲；腾不出时间思考的人，迟早会腾出时间来后悔；腾不出时间运动的人，迟早会腾出时间来减肥；腾不出时间呵护亲情的人，迟早会腾出时间来流泪；腾不出时间恋爱的人，迟早会腾出时间来相亲；腾不出时间睡的人，迟早会腾出时间来生病。

31、世界是一本大书，若不到处走走的话看到的总是同一页的内容。

32、错误的开始，未必不能走到完美的结束，世间没有什么事是一定的。都是在碰，在等，在慢慢寻找。但我相信，在那些被阳光包围的地方，一定会有你所要寻找的。

33、生活里不必要渴求别人的理解和认同，就像你没有理解和认同别人的义务。静静的过自己的生活，心若不动，风又奈何。

34、每一朵花都有其芳香，其存在的意义就是通过以自我的方式绽放去诠释生命的多彩和瑰丽，而非抛开本质去急功近利地争取外在的阳光和赞许。如果可以，在爱情里选做一朵奇葩。

35、也许有的时候很努力了也达不到预计的效果，也许有的时候怎么做也做不好，也许无数眼泪在夜晚尝了又尝，也许很多事情不是我们可以掌握的，不过没关系。生命必须有裂缝，阳光才能照的进来。

37、不要试图去理解所有事，有时我们不需理解，只需接受。

38、孤单不是因为没有朋友，而是没有人住在你心里。

39、空虚无聊的时候就读书，在低落与空闲的时候，你最能静下心来学习。

40、无论我们走到生命的哪一个阶段，都该喜欢那一段的时光，完成那一阶段该完成的职责，顺生而行，不沉迷过去，不狂热地期待着未来，生命这样就好。不管我们正经历着怎样的挣扎与挑战，或许只有一个选择：虽然痛苦，却依然要快乐；并相信未来的美好。

41、孤独是这样的：你渴望被理解，但遇不到同频率的人，那不如不被理解。就像是有时候很烦想要找个人倾诉，但真一开始倾诉了又发现不如不说。没有人喜欢孤独，但比起别扭地相处，喜欢独处。到最后你会明白，只有面对好孤独，才能找到自我与世界的相处方式。

42、心理学家研究证实人的情绪变化首先会反映在不自觉的瞳孔改变上：当情绪从中性变得兴奋、愉快，瞳孔会不自觉变大。男子看到迷人的女人或女性看到潇洒男子，都会有瞳孔放大的反应。打扑克时若果抓到了期望的好牌，情绪兴奋性会陡然上升，瞳孔放大。

43、多活动，少窝家。走出去，一枝花。待在家，成老妈。逛逛街，把钱花。找男人，说说话。娇滴滴，笑哈哈。人再忙，把妆化。觉多睡，钱猛花。给谁省，别傻瓜。别等到，耳眼花。衣再好，腰成虾。饭再好，没有牙。钱再多，床上爬。情再好，感觉差。人再好，豆腐渣。

44、美国当代的心理学家对婴幼儿进行了抽样调查，发现宝宝气质各有不同，大致可对半分为易养型与难养型。在调查过程中，常常会听到这样的抱怨声：与其他宝宝不一样，我家女儿根本不听劝。儿子很让我伤脑筋，总是动不动就哭。

45、姑娘，我希望你一直记得不断拔高自己，在多年后能够配得上那个未来的他，告诉他\"还好我没放弃\"。姑娘，我希望你一直记得，在找找男朋友的路上，你该有的气质，你该有的矜持，你该有的高傲，请一样也别丢。

46、1.凡事皆有极困难之时，打得通的便是勇者。2.凡事皆有极复杂之时，拆得开的便是智者。3.凡事皆有极关键之时，抓得住的便是明者。4.凡事皆有极矛盾之时，看得透的便是悟者。5.凡事皆有极重大之时，沉得住的便是静者。6.凡事皆有极寂寞之时，耐得住的便是逸者。

47、要想成为公主，你得相信自己就是一个公主。你应该像你所想象中的公主那般为人处世。另外，你得高瞻远嘱，从容不迫，笑对人生。

48、女人真正的幸福并不能靠一个家，一个男人，一张婚纸带入心的。说带入心，是指从内心感受平静喜乐的福气，而非众所周知刹那光辉的表面虚荣。名利、地位、物质、财富都可带来快乐，但并不保证安心与满足。

第6篇

1、在这个世界上，取得成功的人是那些努力寻找他们想要机会的人，如果找不到机会，他们就去创造机会。

2、大多的时候，都是生活选择你，而不是你去选择生活，尽管如此不情愿，可是必须去面对，这就是人生。我只是站在原地，慢慢承受着，学着不诉哀伤，是的，隐忍，当现实赤裸裸的告诉你必须去面对的时候，除了微笑只能微笑。

3、很多时候我们都是胆小的，知道了路途却依旧很难迈开步子走。回头看到你在身后站立，便安心前行。我依赖于你给的力量，带有附属的成长。

4、很多时候，一个人选择了行走，不是因为欲望，也并非诱惑，他仅仅是听到了自己内心的声音。

6、关于这个世界，我们需要了解的第一个道理就是：大家都不傻，谁都是聪明人，如果你看到一个人貌似在做一件傻事，那只能是说明你不了解这个人。

7、多年后，再回想这样的迷茫或许连执著的原因都记不得了，青春就是让你张扬的笑，也给你莫名的痛。

8、不管昨天、今天、明天，能豁然开朗就是美好的一天。不管亲情、友情、爱情，能永远珍惜就是好心情。曾经拥有的不要忘记；已经得到的更加珍惜；属于自己的不要放弃；已经失去的留作回忆；想要得到的一定要努力；累了把心靠岸；选择了就不要后悔；痛了才享受生活；伤了才明白坚强。

9、我们常常看到的风景是：一个人总是仰望和羡慕着别人的幸福，一回头，却发现自己正被仰望和羡慕着。其实，每个人都是幸福的。只是，你的幸福，却常常在别人眼里。

10、这个世界就是这样，我们都在等一个人，另外的人也许会在我们身后等待着我们，三年，五年，或者是一生的光阴，岁月拖着长长的影子，仿佛一转身就可以看到。

11、不再在太多人面前宣泄自己的负面情绪。毋庸置疑，对于非常情绪化的你来说这是一个好现象，或许意味着你开始真正的理解何谓节制。生活中糟心的时刻依然还有，但慢慢发觉，自己消化掉这些，所获得的经验和能量要比倾诉和抱怨强大得多。

12、胆怯的智慧还在犹豫的时候，勇敢的无知已经行动了。

13、被人走得最多的路肯定是最安全的，但别指望在这样的路上碰到很多猎物。

14、不管前方的路有多苦，只要走的方向正确，不管多么崎岖不平，都比站在原地更接近幸福。

15、所谓的成长，就是实现独立生存、完成独立思考能力的自我奋斗。所谓成熟，就是对内消除傲慢，对外消除偏见的自我修行。

16、不到万不得已，谁想重新开始。曾经经受过的煎熬折磨猜疑失望，通通都要再来一次。重新认识新的人，适应新的环境，以前说过的有趣无趣的话都得重复着再说，温故却不知新。有些事情真的跟勇敢毫无关系，仅仅是因为难以为继。对某些事物和人的眷恋不是不再了，只是那份眷恋，真的走投无路了。

17、外在的眼睛看见现象，内在的眼睛看到本质。许多时候，我们的内在眼睛是关闭着的。

18、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。

19、走到生命的哪一个阶段，都该喜欢那一段时光，完成那一阶段该完成的职责，顺生而行，不沉迷过去，不狂热地期待着未来，生命这样就好。不管正经历着怎样的挣扎与挑战，或许我们都只有一个选择：虽然痛苦，却依然要快乐。

20、青春里的友情，是相互陪伴、携手并进的。因为好朋友的存在，青春的路上不再孤单寂寞。困难时的帮助，失意时的陪伴，快乐时的分享，都会给我们向上的力量。人的一生中会遇到很多朋友，而青春里陪你成长、共同进步的那个人，或许就是一生都不用设防。

21、有时候，顺其自然，你才会知道那些事是否值得拥有。

22、人生最大的痛苦就是心灵没有归属，不管你知不知觉，承不承认。

23、当你紧握双手，里面什么也没有；当你打开双手，世界就在你手中。

24、很认同的一句话：一个不努力的人，别人想拉你一把，都找不到你的手在哪里。

25、世事不能说死，有些事请总值得尝试。永不轻言放弃，前方总有希望在等待。

26、一个人去崇拜一个偶像，其实是在利用这个偶像的一些形象，来告诉别人\"我是什么样的人\"。按照法国社会学大师布尔迪厄的说法，这代表了某种品味的选择。品味就是人赖以区分自己，并且试图在象征性领域战胜其他人的东西。

27、有时候不是对方不在乎你，而是你把对方看得太重；有时候总感觉别人忽略了自己，其实可能是自己太闲了。

28、有时候，我们愿意原谅一个人，并不是我们真的愿意原谅他，而是我们不愿意失去他。道歉并不总意味着你是错的，它只是意味着你更珍惜你们之间的关系。爱，不是寻找一个完美的人，而是学会用完美的眼光，欣赏一个不完美的人。专一不是一辈子只喜欢一个人，是喜欢一个人的时候一心一意。

29、没人能让时光倒流，然后重新再出发，但所有人都可以在今天启程，去创造一个全新的结局。

30、花大部分的钱爱自己，上课旅行交朋友，为热爱的事情交学费；花适当的钱爱生活，吃穿不用太讲究，简单舒服就好；花最少的钱爱爱情，因为爱最好的表达是花心思和花时间。记得，比存钱交房贷更重要的，是先花钱投资你自己，因为你还年轻。

31、今天的生活是由3年前决定的，但是如果你今天还过着和3年前一样的生活，3年后你一样得这样过着。生活不是用来重复，亲爱的，今天就开始改变，从现在开始找到你想要的。

32、想得开，再灰暗的事也有光明；想不通，再美好的事也有阴暗。世间万物，相依相存，阴阳相对。有了绿叶的陪衬，才有了红花的艳丽。人一辈子，无论走了多少路，终归只有一条路，却分无数路段。平坦的路段，心里多是美好；坎坷的路段，心里多是晦暗。你该明白，无论哪个路段总有过去的时候。

33、痛苦是财富，这话是扯淡。姑娘，痛苦就是痛苦。对痛苦的思考才是财富。

34、生命从来不是公平的，得到多少，便要靠那个多少做到最好，努力的生活下去。

35、不要太在意别人的感受，不要别人一失落，你就紧张，不要别人一道歉，你就心软，不要总是让别人开心而自己委屈，自己想一想，何必让自己累得喘不过气。你过于敏感，且过于善良，而过于善良的人，最后都会吃亏。

36、如果有一天，你发现你的情绪不能用语言说出来，而宁愿让自己渐渐消失在深夜亮着着华丽街灯的街道上，这就是孤独。

37、相爱的时候需要真诚，争执的时候需要沟通，生气的时候需要冷静，愉快的时候需要分享，指责的时候需要谅解，过日子需要包容。

38、有时候，认识的人越少反而越好，不要强融与自己有距离的圈子，更不要以认识谁见过谁而作为吹牛资本。沉住气，别去巴结谁，不强求人帮忙，也别勉强不量力地去帮朋友；小富可安，别人的奇迹和你无关；得不到的不要去追，让自己生气东西永远别搭理。多看书多走路，心情好上班路上都是旅行。

39、发现一个人在放弃给别人留好印象的负担之后，原来心里会如此踏实。一个人不必再讨人欢喜，就可以停止受累。

40、压力最大的时候，效率可能最高；最忙碌的时候，学的东西可能最多；最惬意的时候，往往是失败的开始；寒冷到了极致，太阳就要光临。成长不是靠时间，而是靠勤奋。

41、所谓的安宁，就是在我追求自己所想要的生活的时候，能不卑不亢地一边失去，一边寻找。

43、一个人总有一天会明白，忌妒是无用的，而模仿他人无异于自杀。因为不论好坏，人只有自己才能帮助自己，只有耕种自己的田地，才能收获自家的玉米。上天赋予你的能力是独一无二的，只有当你自己努力尝试和运用时，才知道这份能力到底是什么。

45、每个人在成长中都会受到很多伤，会哭泣，会悲伤，会觉得疼痛。而疼过之后，才懂得如何保护自己，那时你就是一个全新的自己。

46、有些事情，现在不去做，以后很有可能永远也做不了。不是没时间，就是因为有时间，你才会一拖再拖，放心让它们搁在那里，任凭风吹雨打，铺上厚厚的灰尘，而你终将遗忘曾经想要做的事、想要说的话、想要抓住的人。

47、永远都不为自己选择的道路而后悔，不管是十年前，还是现在。因为唯一能做的，只是义无反顾地走下去。

48、有三个方法可以解决所有的问题：接受、改变、离开。不能接受那就改变，不能改变，那就离开。太多人，行走上路，背负越来越多的选择，却选择放弃了梦想。而梦想，只属于坚持的人，梦想，只属于有故事的人，梦想只属于一切历经挫折却从来不放弃信念的人。

49、责任是男人的脊梁，是男人顶天立地的支柱。说到的事就要做到，揽下的事就要扛住，做错的事就要承担后果。一个男人是否成熟，不是看他的年龄有多大，而是看他能担起多大的责任。越优秀的男人，承担的责任越大，负责任的范围也越广。即使做不了伟大的男人，也要做一个负责任的男人。

50、等待是一种美好的状态，因为它包含了无数的可能性。

51、别人做得越绝，你反而越容易走得出去。所以很多时候，你应该感激那些毫不顾及你的人。哀莫大于心不死，幸莫过于死彻底。

52、我们一边捡起东西，一边又在掉东西，就像什么都抱在怀里的旅行者。我们所掉的，会被后来的人捡起。要走的路很长，生命却很短。我们在行进中死去，行进之外一无所有，所以我们无可失去。

53、在这世间，没有人比你更爱自己。心游走于千万方向，有谁比自己更亲密。已懂得怎样爱自己，就不会再令别人痛苦。

54、通常，每一个内心强大的女人背后都有一个让她成长的男人，一段让她大彻大悟的感情经历，一个把自己逼到绝境最后又重生的蜕变过程。一个拥有强大内心的女人，平时并非强势的咄咄逼人的，相反她可能是温柔的，微笑地，韧性的，不紧不慢的，沉着而淡定的。

55、一个知己就好像一面镜子，反映出我们天性中最优美的部分。

56、人生最可悲的事情，莫过于胸怀大志，却又虚度光阴。觉得自己不够聪明，但干事总爱拖延；觉得自己学历不漂亮，可又没利用业余继续充电；对自己不满意，但自我安慰今天好好玩明天再努力。既然知道路远，那明天开始就要早点出发。

57、有些人的命运是小天使用小银锤锻造出来的，有些人的命运是魔鬼用斧头砍出来的。

58、刻意去找的东西，往往是找不到的。天下万物的来和去都有它的时间和地点。是你的，就是你的，不是你的，就不是你的。

59、别把希望寄托在别人身上，别要求别人懂你的感受，叫得再大声也白费工夫，不怪别人冷血，怪你自己没防备。

60、孤独和喧嚣都难以忍受。如果一定要忍受，我宁愿选择孤独。

61、不论这个世界多么糟糕，你自己的世界一定要精彩；不论人心多么黑暗，你的内心一定要明亮。不要用糟糕去对付糟糕，不要用黑暗去对付黑暗。

62、[xx]岁时你不漂亮，可以怪罪于母亲没有遗传好的容貌；但是[xx]岁了依然不漂亮，就只能责怪自己，因为在那么漫长的日子里，你没有往生命里注入新的东西。

63、人生最大一种痛，不是失败而是没有经历过自己想要经历的一切。别忘了心底的那个梦想。

64、每个人有权利用他想要的方式对待你，无论他是你的什么人，或你曾经对他施与什么恩惠。如何回应他们的对待是你的事。在情绪上接纳一切，但你可以据理力争、甚至离开——就是不要被激怒，否则你就是一个没有力量的孩童。

65、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。

66、人们总以为幸福遥不可及，觉得幸福复杂难懂，不过有些小事就能让人感到幸福。

67、活在这世上，就会被人攻击。要谈恋爱，就会被感情伤。要找好人来爱，必然会被别人盯上。别寄希望于社会道德，一切外在东西都靠不住，最后能让我们撑下去的，无非两样，要么内心强大，要么视而不见。说到底，心软的不如心硬的，心硬的不如心狠的，心狠的不如没心没肺的。

68、越长大越明白，人生有时真的需要等，该来的让它来，该走得让它走，不强求，也不强留，看不开的总有一天会看开，得不到的总有一天会以另一种方式给你，不着急也不抱怨，就看时间会给我们什么样的答案，或许答案也并不重要，看淡了就没什么是最重要的了，哪怕人忘齿寒。

69、因为你给的嬉笑太盛，于是没有人再欣赏你的认真。

70、一个人的不幸，是从羡慕别人开始的。若你总是试图变成想象中的某个人，难题就来了。人之所以累，是因为越来越不会做真正的自己。要知道，上天给你这样的一份生活，自有它的道理。把自己的日子过好，就是幸福唯一的捷径。

71、感觉累时，也许你正处于人生的上坡路。坚持走下去，你就会发现到达了人生的另一个高度。

72、你选择看的方向，决定了你所看到的事物。而你选择往哪个方向看，决定于你希望看到什么。

73、在路上，迎风奔跑，回顾过去、想起人生中无数次告别的时候，风会吹掉所有的坏，裸露出所有的好。

74、那些美好的，值得期待的，就像春天那样从未犹豫不绝，从未拒绝挣扎，总是准时，静静的来到你身边。

75、生命没有输赢，只有值不值得。任何事、任何经历，包括爱情、工作，不是得到，就是学到。

76、深的话要浅浅地说，长长的路要挥霍的走。大大的世界要率真地感受，会痛的伤口要轻轻的揉。拥别的时候去勇敢的祝福，不被了解的时候相信自己值得。

77、旅行是一种学习，它给你用一双婴儿的眼睛去看世界，去看不同的社会，让你变得更宽容，让你理解不同的价值观，让你更好地懂得去爱、去珍惜。旅行让你以另外一种身份开始一种新的生活，进行新的尝试，让你重新发现自己。

78、越是不能放下的，越容易失去；越想牢牢抓住的，越消失得快。越想拥有的，常不属于你；越想把握的，常已失去。越是看重，越得不到；越是在乎，越抓不住。那些想要的东西，大都不在你的身边，人生总是在追逐中不断修行着，在得失中不断感悟着。不执着，一切随缘。

79、悲伤有很多种，能加以抑制的悲伤，未必称得上悲伤。

80、如果你哭，你只能一个人哭，没有人在意你的懦弱，只有慢慢地选择坚强。如果你笑，全世界都会陪着你笑，你给世界一缕阳光，世界还你一个春天。很多时候，我们都是在寂寞中行走，不要期望他人来解读你的心灵，认同你的思想，要知道，你只是行走在世界的路上，而世界却给了你全部天空。

81、跟自己说声对不起，因为总是莫名的忧伤。跟自己说声对不起，为了别人为难了自己。跟自己说声对不起，因为伪装让自己很累。跟自己说声对不起，因为倔强让自己受伤。

83、命运不会亏欠谁，看开了，谁的头顶都有一汪蓝天；看淡了，谁的心中都有一片花海。经过人生的荒凉，才能抵达内心的繁华。

84、学会知而不言，因为言多必失；学会自我解脱，因为这样才能自我超越；学会一个人静静思考，因为这样才能让自己更清醒、明白；学会用心看世界，因为这样才会看清人的本来面目；学会放下，因为只有放下才能重新一开始；学会感恩，拥有一颗感恩的心，在逆境中找求希望，在悲观中找求快乐。

85、以前觉得自己性格能与很多人合的来，什么样的朋友都能结交；后来明白结交朋友或许不难，难的是变成知己。人与人之间真的有磁场这回事，一接触就能感觉出来。有些人能与你一见如故，有些人与你永远不会深交。不是不好，只是磁场不合。所以能遇到对味的人，真的挺幸运的，感谢相遇吧。

86、我们在一起的时候，我总是放大了你的好，当现实与幻想形成落差，终于明白了什么是黯然伤神；我们分手的时候，我又放大了自己的悲伤，沉浸在琐碎的记忆里，心底的痛，无以言表……走一起是缘分，一起走才是幸福。

87、一个有缺角的圆，第一次找到合适的一角时错失了机会，第二次又因用力过猛而摧毁了那一角，最后终于得以完整，却发现完美的圆，因滚得太快而失去了沿途风景与原来的快乐，最后，他幡然醒悟：成熟，是时光的雕刻，原来不完美才是最大的完美。

88、愿你快乐，拥有自己的幸福，不必再想他，或者再看到他时，只觉那是一场与自己无关的戏，而他还在他的局限里挣扎，而你早已抽身且光彩动人。

89、孤独是这样的：你渴望被理解，但遇不到同频率的人，那不如不被理解。就像是有时候很烦想要找个人倾诉，但真一开始倾诉了又发现不如不说。没有人喜欢孤独，但比起别扭地相处，喜欢独处。到最后你会明白，只有面对好孤独，才能找到自我与世界的相处方式。

90、有些习惯，终究要用一生的时光改变。就像某些不可言明的怀念。往往在夜深人静时，轰然来袭。刺痛到心底最柔软的地方无力挣扎。不是不幸福，只是仍旧贪心眷恋过去的某种感受而不够幸福。不是很悲伤，只是当脑海里出现熟悉脸庞与温柔话语时而失神很久。

91、无条件积极关注：一个人健康、完整的人格是如何形成的？心理学家罗杰斯指出：最基本的必需品就是在婴幼儿期得到父母无条件的积极关注。无条件积极关注，是自我发展的重要方式之一。它是一种没有价值条件的积极关注体验。即使自我行为不够理想时，仍能觉得自己受到他人的真正尊重、理解。

92、这种对越熟悉的东西就越喜欢的现象，心理学上称为多看效应。在人际交往中，如果你细心观察就会发现，那些人缘很好的人，往往将多看效应发挥的淋漓尽致：他们善于制造双方接触的机会，已提高彼此间的熟悉度，然后互相产生更强的吸引力。

93、你早晨醒来时第一个想到的那个人；能跟你打电话聊到半夜都舍不得挂的那个人；在你任性、耍小脾气时，也会忍住脾气不会冲你发火的那个人；看到你流泪时，为你擦去泪水给你一个温暖拥抱的那个人；有着宽厚的肩膀可以让你随时依靠的那个人。

94、人生与其不断追求而无法满足，不如先沉淀自己，看清内心深处真正的需求。只要愿意打开封闭的心，去体会、去拥抱眼前的幸福，就会比别人活得更富足，更开心。

95、年轻的女人，总盼望能遇见个温雅的男子，年轻的男子，总希望身后有个良善的女人，期许着暮光中轻寒渐重，她能悄悄为他添茶。岁月厮磨到最后，执手的，却总是那大咧咧为她添衣的男人，是那骂咧咧为他添饭的女人。时间并不残忍，只是美与真之间，若只能二选一的话，它总是留下真。

96、凡是对利益太能计算的人，实际上都是非常不幸的，甚至可能永远不会快乐。

97、存在主义哲学家认为，人们最终要对所发生的事情负责，这就是人本主义人格理论的基础，它能说明我们为什么经常说\"我必须\"这句话，例如\"我必须去上课\"、\"我必须去见朋友\"等。其实，我们不一定非要干这些事，在某种程度上，我们可以不做任何事。人本主义心理学家指出，在特定的时刻，行为是每个人自己的选择。

本文档由撇呆范文网网友分享上传，更多范文请访问 撇呆文档网 https://piedai.com