# 高情商失眠短句(模板16篇)

来源：网络 作者：烟雨蒙蒙 更新时间：2025-07-12

*在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。高情商失眠短句篇一1、我是要有多勇敢，才敢一直对你念念不忘。我是要有多坚强，才能承受你的一伤再伤。...*

在日常的学习、工作、生活中，肯定对各类范文都很熟悉吧。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**高情商失眠短句篇一**

1、我是要有多勇敢，才敢一直对你念念不忘。我是要有多坚强，才能承受你的一伤再伤。

2、我爱上让我奋不顾身的一个人，我以为这就是我所追求的世界。

3、有一朵玫瑰一直忘了给你，它长在我心上，却因不是一束无法送给你。

4、失眠像阿拉伯人小瓶子里逃出来的一股黑烟，沉沉地笼罩在我头顶上。

5、时间不是让人不痛，也不是让人忘记痛，而是让人习惯了痛。

6、背向着都市的喧嚣，如一只惊弓的鸟，夕阳坠落时分，奔命似的逃遁。

7、你总是问我，我为何会失眠，我不曾回答你，可我失眠的原因是不习惯寂寞。

8、这两天压力大，睡不着，熬夜，又快大姨妈，皮肤很不好，更难过了。

9、记忆想是倒在掌心的水，不论你摊开还是紧握，终究还是会从指缝中一滴一滴流淌干净。

10、有一种感觉总在失眠时，家遮挡了苦雨风霜，朋友送来艳阳里一瓣心香。

11、因为你！每天晚上失眠。我是该坚持、还是妥协啊！好心烦啊。

12、失眠，我现在已经不在乎了，因为想你已经成了我每晚的必修课。

13、失眠的后果却大同小异，都是睡不着觉，都是精神恍惚，都是精神萎顿。

14、当一只猫悄然无声地穿过我的夜时，失眠就开始与我纠缠不清了。

15、当爱上一个人时，即便她衣食无忧，你还是会觉得她需要照顾呵护。

16、你的眼泪从我的嘴角滑过，我知道，你要走了，走的很远很远，远到我看不见。

17、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。

18、你是否有一个十分想念却不敢联系的人，放不下又不能打扰，深爱着却不再纠缠。

19、其实最近天天跑步很少失眠了，今天就是睡不着了，还是心不够大，心里装点事就失眠！

20、有些事让我很无力，比如倒数的成绩，熬夜的瘾，还有遥远的你。

**高情商失眠短句篇二**

26、失眠的人连做梦的资格都没有。。。

28、是不是没见我哭，就以为我很快乐。

29、每天早上起床靠的不是闹钟和毅力而是憋了一晚上的尿。

30、据说，当你失眠的时候，你将会在别人的梦里出现。

31、失眠的人连做梦的资格都没有。

32、失眠的人连做梦的资格都没有。.。.。

33、失眠，闲着无聊自己做题！

34、当你感到孤独时我也在独自寻你的途中。

35、失眠的后果却大同小异，都是睡不着觉，都是精神恍惚，都是精神萎顿。

36、会不会有那天晚上你失眠是因为想我而失眠。

37、突然说分手，失眠了。今天，对不起。我失手把你杀了。

38、拥抱不到太平洋的人，或许会尝试亲吻海上的风。

39、整晚失眠呆呆望着黑色的天。

40、一念之间，瞬间闪过的是回忆。一念之间，无法停止的是失眠。

41、这个夏天不爱我的人将会失眠。爱我的人和我爱的。人全都给我晚安好梦、

42、失眠，我悲愤啊啊啊！！！我是被蚊子咬起来的！七个包！！！却只打死一只没血的蚊子！

43、我的失眠，只有你能医好。

45、我一个人失眠，一个人的空间，一个人的想念，两个人的画面。

46、你走的那天，我决定不掉泪，迎着风撑着眼帘用力不眨眼。

47、回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子。

48、失眠是因为你的魂灵在别人的梦里热烈地游走着。

49、回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子，

50、失眠，我现在已经不在乎了，因为想你已经成了我每晚的必修课。

**高情商失眠短句篇三**

>高情商失眠短句

1、一场失恋就像是剪坏烫坏的头发，安慰只是温暖的废话。

2、昨天晚上睡不着，就在那里数月亮，当我数到一半的时就睡着了。

3、有的时候，选择放手也许是最好的结局。

4、我可以承认，我真的很想念以前的样子，但是同时，我也已经接受了一切变了这个事实。

5、人，其实不需要太多的东西，只要健康地活着，真诚地爱着，也不失为一种富有。

6、你留下的回忆，我一直舍不得忘记。

7、我只想抱着你哭，这样在疼我也会狠幸福。

8、知道你就在附近的话，会自然而然产生一种特别的感觉，即使我见不到你。

9、你不懂我的那些憔悴，是你永远不曾过的体会。

10、原来我的双手不仅仅会敲键盘，还会做很多事。

11、我不会再要你给的拥抱，没有你，我照样可以活得好好。

12、很多时候不是我坚持要走，而是你不愿挽留。

13、无法控制的情绪，心又一次被回忆扯痛。

14、如果做不到、曾经的曾经就不要那么说。

15、你不知道的事情还有很多，你看到的我永远是尖酸刻薄。

16、无人伴她以歌，无人伴她以酒，最后竟也无人伴她共白头。

17、思念如殇，在这寂静的而又漫长的夜里蔓延开来。寂寞带着带血的文字，直接的扎入自己的孤独的灵魂。

18、无所谓、我不就是一个配角么!没关系。实话给我说我不介意。

19、真正的幸福和快来不是来自与物质，而是来自于心灵。

20、每一首悲伤的歌，歌词永远是受伤的回忆。

21、别给我说抱歉，因为我没把握跟你说没关系。

22、也许爱情只是因为寂寞，需要找一个人来爱，即使没有任何结局。

23、为了艳遇，我奔了座城市，个乡镇，趟农村，n条街道。

24、我放弃了太多只为了你，到头来发现你才是最应该被放弃的那一个。

25、记忆的拼图，拼凑一个完美的你。

26、等有人让你不孤单的时候，放下手中的烟，忘记曾经伤与痛!

27、女人最脆弱的一面、男人却怎么也看不见。

28、我想知道，你会如何回忆我，带着笑或是很沉默，还是你会忘了，忘了在你的流年里，有我这样一个人也曾来过。

29、你看呀，旧情人跟别人拥吻过的多开心呀，我没有流泪只是雨水落在眼里，今天太阳好大。

30、爱情有个永恒不变的定律：不管爱得多么辛苦，也不能轻易说分手。

1.眼中总是会不经意的流起泪水，在每个失眠的夜晚。

2.有一种感觉总在失眠时，才承认是相思有一种痛。

3.你睡了么可惜我失眠了-。

4.近段时间的失眠让我痛苦不堪，我自信是那种心地坦荡的人，我也很羡慕那些没心没肺的人，因为他们能睡的很好。不会像我，在睡觉之前还要思这想那的。记得有个朋友说我一个人在这边不要太过于自闭了。他是了解我的，但却不幸被他言中。

5.失眠常让我失却了记忆，也常让我失去了做人的那份精神和活力，也常让我不能享有人生的一份应有的快乐。

7.很多时候，我平静地做着一些事，喝水，失眠，然后突然很疼痛地想你，真的很疼，疼得我弯下了腰哭泣。

9.让自己在活动中，忘记自己的艰难的处境，保持一颗平常心，保持一颗进取心，勇做身患失眠意志坚强斗士。

11.黑夜的人见不了光，如同夜行人一样。

12.当一只猫悄然无声地穿过我的夜时，失眠就开始与我纠缠不清了。

13.天刚刚破晓，我慢慢睡着。

14.你要吃饱，要早睡，不要仗着自己长得丑就可以任意熬夜。

15.月光漫漫，寂寞的夜里，总会有一束多情的话在希望中苦苦等待，等待着黎明的到来。

16.这一辈子，我会发誓都对你很诚实。

17.十年前你是谁，一年前你是谁，甚至昨天你是谁都不重要，重要的是今天你是谁，以及明天你将成为谁。

18.或许爱情总是在分别的日子里才会逐渐发酵，然后酝酿出它独特的芳香。我发现我自己已经深深地爱上了她。失眠的夜里，只有闻着那种有香味的湿纸巾，我才能够入睡。

19.连科学家都证明，你失眠，是因为另一个人在想你。

21.失眠，只不过是与黑夜玩儿的一场捉迷藏的游戏，与其抗拒，不如享受!但是现在的我，真的敌不过自己，我的世界就像是踩在棉花上，飘!崩溃似乎真的不再是遥不可及，它离我那么近，甚至能清晰地拿手比划出它的样子~我不确定，还可以坚持多久!

22.冷冷的月光、贴着冷冷的墙，身体上再大的痛苦也不如失眠的夜这样难过，而失眠的痛苦又远不如害怕失眠来临是的恐惧那样痛苦。

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

24.我们偶尔会想念童年时光，不知愁滋味，不用担心责备，不会为别人心碎，不知人间苦累。

25.不是我性格开朗，其实我也有忧伤，有许多失眠的日子吞噬着我，只是我喜欢笑，喜欢空气清新，阳光明朗，我愿意像茶，把苦涩留在肚里，散发出来的全都是清香。

26.失眠就像是阿拉伯人小瓶子里逃出来的一股黑烟，沉沉地笼罩在我头顶上。

27.我们间或会想念童年时间，不知愁味道，不用担心责备，不会为别人心碎，不知人间苦累。

28.想要过这样一种生活，有情趣做饭，有心情看书，有时间旅行。最最重要的，这就是这一切都有人陪伴。

29.一个人总是仰视和艳羡着别人的幸福，一回头，却发觉自己正被仰视和艳羡着。其实，每个人都是幸福的。只是，你的幸福，常常在别人眼里。

30.当没有星星的晚上，家里没有绵羊，最后我失眠了。

32.我和你以笑开始，以吻转浓，以泪结束。

33.有叫别人别熬夜，自己却睡得很晚的。

34.我跟你说着晚安，自己却在熬夜。

35.山泉，像一根琴弦，日日夜夜弹奏着家乡的山歌，带着我的问候，飞出山谷，流入江海，寻觅着你的踪影。

36.梦想是陪我睡觉的东西，不实现我会失眠的。

37.连续两天失眠，两眼锃亮，头昏脑胀，扛不住了。

38.我也不喜欢熬夜，我只想喜欢的人告诉我，早点休息和晚安。

39.原来那么爱我的你和那么爱你的我都停滞在曾经的时候，爱情就结束了。

40.深夜的思索总让人明白许多白天不会明白的道理。

41.那些让你睡不着的心事，都会变成天上的星星。

42.宿命像张网，到处是挣不开的丝网。

43.曾经的快乐回忆就像是倒在掌心的水，不论你摊开还是紧握，终究还是会从指缝中，一滴一滴流淌干净。

44.月亮是失眠的灯，凭窗眺望那段寂寞的往事。

45.瞧你一副窝囊废模样，收不了心还忘不了过往。

46.你来，信你不会走;你走，我当你没来。

47.人生如梦，我总失眠;人生如戏，我总穿帮;人生如歌，我总跑调;人生如战场，我总走火。

48.海誓山盟的誓言我说过，只是你没有给我去兑现它的机会。

49.心事这东西捂着嘴巴它就会从眼睛里跑出来。

50.忘记一个人的方式有很多很多，但记起她方式总是比那些很多很多，还要多。

51.每晚都说要早睡，可每次都会失眠!在失眠的夜晚，一个人孤单的身影，让寂寞的时光，凝结成一堵冰冷的墙。

52.其实说分不开的也不见得，其实感情最怕的就是拖着。

53.除了困和饿，这个年纪不该有别的感情和感受。

54.你最后一句再见，言简意赅，穿心刺耳。那一刻我明白，即使我痛苦也不能左右你的幸福。

55.话说出来可以暖人心，又有几分是真情。

56.你喜欢的人那么优秀，你怎么甘心懒惰。

57.道理我都懂，但是能安慰我的不是道理。

58.爱不爱都可以，怎样我都随你。

59.摸不到的颜色是否叫彩虹，看不到的拥抱是否叫微风。

60.撑不住就休息好了，抓不住就放手好了，经不起就拒绝好了。

**高情商失眠短句篇四**

1、黑夜的尽头是失眠。失眠的尽头才是白天。

2、有一种感觉总在失眠时。才承认是相思有一。

3、我种下一颗思念。然而却长出一株失眠。可惜它的花期总长不到明天。像极了你说的昙花一现。

4、青春是一场大雨。即使感冒了。还盼望回头再淋它一次。

5、让这个旅行箱带着你去走走吧~不多看一看。就会以为现在看到的就是全世界~!

6、失眠像阿拉伯人小瓶子里逃出来的一股黑烟。沉沉地笼罩在我头顶上。

7、有时。与其说是失眠。不如说是想用清醒惩罚自己。

8、月亮是失眠的灯。凭窗眺望那段寂寞的往事。

9、有一种感觉总在失眠时。才承认是“相思”;有一种缘分总在梦醒后。才相信是“永恒”;有一种目光总在分手时。才看见是“眷恋”;有一种心情总在分别后。才明白是“失落”。

10、失眠许久之后。还是觉得想你。身体又开始抽痛的时候。我忍耐。强迫自己。你已没有了。以后再不要去想你了。

11、找不到能够催眠的方式。于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

12、失眠是一种病吗。如果是病的话。或许可以让医生治好。

13、在无数个失眠的晚上。相信会有很多人。习惯性的闭上眼睛。安静的想念一个人。想念一张脸。

14、眼中总是会不经意的流起泪水。在每个失眠的夜晚。

15、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。

16、据说。当你失眠的时候。你将会在别人的梦里出现。

17、我们应该只有在年幼的时候才会有这么奋不顾身的爱情吧。而当我们渐渐长大就再也想不起那些因为思念而失眠的夜晚了。

18、失眠是枕头之上无尽的流浪。

19、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。

20、当一只猫悄然无声地穿过我的夜时。失眠就开始与我纠缠不清了。

21、深夜睡觉的在做梦。失眠的在梦想。

22、黑夜勾引着失眠犯罪。清醒的人抓不到安睡。

23、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。

24、你沉迷于失眠。是因为失眠证明你还相信爱情。

25、一个人的失眠。一个人的空间。一个人的想念。两个人的画面。是谁的眼泪。是谁的憔悴。洒满地的心碎。

26、在无数个失眠的晚上。相信会有很多人。习惯性的闭上眼睛。安静的思念一个人。想思一张脸。

27、失眠了。我会出现在谁的梦中。你梦见我。会是怎样的场景?也如我梦见你一般吗?

发一条睡不着的朋友圈。

1、心事万千，想睡可却不能止念。

2、失眠了怎么躺都不对，就像爱上一个不爱自己的人怎么做都不好。

3、我以为已经把你忘记，可是每个夜里我都念着你的名字无法睡去。

4、已经连续好几天都没有睡好觉了，困，但却不能入睡，这种滋味，你是否也有体会。

5、每一个睡不着的夜晚，似乎都与某个人有关。

6、多想把你忘记，这样每个夜晚不用在一个人扰乱思绪，可是我却那么的不争气。

7、不想入睡，是害怕你会出现在梦里。

8、空虚的夜晚，迷茫的明天，我如何能安然入眠。

9、眼中总是会不经意的流起泪水，在每个失眠的夜晚。

10、我找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

11、失眠已成习惯，寂寞已成必然。

12、未知的明天，让我今夜难安。

13、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。

14、失眠不是不困，而是心力交瘁。

15、当夜晚静下来的时候，心就开始活跃了，翻来覆去怎么也睡不着。

**高情商失眠短句篇五**

1.过敏焦虑失眠，多事之春，这个四月很残忍，这个四月不美好。

2.人最大的修养，是知人不评人。不懂别人就少说话，议论最掉价。

3.总是在老歌里，我才会充分意识到自己的温情。流金岁月，配上简单的老歌，也便配上了真实的悲欢。

4.中午睡了一个超级香的午觉，感觉秒变夜猫子了，睡不着啊。

5.月光沁凉，独倚寒窗，寥寥星火，斑驳指上，燃尽人间悲凉，坦言历尽沧桑。

6.如果只能在遥远的地方，沉醉于对你的思念，我宁愿化做风中的飞花，飘落你的手中，融入你的心里。

7.一想到国庆七天可以吃吃睡睡，我就激动得睡不着觉!

8.失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。

9.失眠应当不是一种病，但不是病却让许多患上失眠症状的人，倍受折磨，倍受摧残，倍受煎熬，较疾病都有过之而无不及，较一般疾病更让人意志消沉，无所适从。

10.眼中总是会不经意的流起泪水，在每个失眠的夜晚。

11.小区的位置是这个城市的郊区，周围大-片的农田在白天的时候会让人感到心旷神怡。而到了晚上，除了田里的蛙声，就是呼啸而过的寂寞。刚来到这个城市的时候很庆幸自己能找到这样一个地方住下来。城市的夜空从我这里看来，是一抹昏黄。但却看不到温暖。我不知道这个城市里会有多少人像我这样的深更半夜的对着电脑弹指如飞。我更不知道自己为什么会在这样的晚上睡不着。

12.凡世的喧嚣和明亮，世俗的快乐和幸福，如同清亮的溪涧，在风里，在我眼前，汨汨而过，温暖如同泉水一样涌出来，我没有奢望，我只要你快乐，不要哀伤。

13.让自己在活动中，忘记自己的艰难的处境，保持一颗平常心，保持一颗进取心，勇做身患失眠意志坚强斗士。

14.好像每次都是这样，没有例外。在我们最需要有一个人去依靠的时候，往往到最后都是自己一个人挺过去。

15.这是我一个人哭泣的夜，看不到爱你的心，心已经荒凉了。

16.要习惯任何人的忽冷忽热，也要看淡任何人的渐行渐远。

17.关上一盏灯，心就开始慢慢刺痛，夜晚始终还是悄悄来到，每日都饱受这般折磨，人生真的好累。

18.早已习惯了，一个人的夜晚，一个人的世界，一个人的思念和牵挂。

19.纽扣从第一颗就扣错了，可你扣到最后一颗才发觉。有些事一开始就是错的，可只有到最后才不得不承认。

20.夜半了。仅管有在多委屈，也让它埋藏心底、不愿意打扰任何人!

21.零星的时间，如果能敏捷地加以利用，可成为完整的时间。所谓“积土成山”是也，失去一日甚易，欲得回已无途。

22.一只断了翅膀的蜻蜓掉进了古老的森林，我的眼里没有丝毫的同情。

**高情商失眠短句篇六**

2、我曾以为我刀枪不入百毒不侵，可我不曾想我最大的敌人竟是你。

3、总该长大，总该试着去成熟，放弃一些曾经你以为不可分离的东西，即使这个过程漫长且难捱，当做睡前关上的灯。

4、睡眠不好的原因主要有环境原因、个体因素、躯体原因、精神因素、情绪因素等。失眠的治疗有心理治疗和药物治疗。首先要建立良好的睡眠卫生习惯，避免胡思乱想，该为患者建议西药治疗，可以给予多虑平对症处理，睡眠改善后停止用药。

6、有些人，临睡稍一思想，就会失眠；另有些人，清醒时胡思乱想，就会迷迷糊糊地入睡。

7、维持关系很难，我有点烦。

8、当你变成了我生活中的习惯，我才发现我离不开你。

9、嘴在逞强，心在投降，其实我们都在装。

10、年纪越大越珍惜朋友一起嗨的日子，不知不觉天亮了。

11、有一种感觉总在失眠时，才承认是相思有一种疼。

12、从前的我没学会哭泣，现在的我时常泪流满面。

13、一个人晕着也能去看病打针，一个人难受也能爬起来去买药，一个人没带雨伞也能淋雨走回家，一个人能挣钱买想要的东西，一个人也会哭。

14、我的脸，在镜子里瘦一点，这几年，总治不好惯性失眠。

15、当爱上一个人时，即便她衣食无忧，你还是会觉得她需要照顾呵护。

16、这就是你：总会因为一点小事一整天不开心，但又说不出为什么。大多数时候的不开心，都是因为想太多。

17、以前总是睡眠不足，失眠多梦，白天没有精神，脾气暴躁，喝了玫瑰花鲜素以后，睡眠改善了，整个人的状态也不一样了。

18、早上赖床的时候怎么睡也睡不着，起来之后一直打瞌睡。

19、唯一不习惯的习惯就是熬夜的习惯。

20、失眠不是熬夜的借口，却是难眠的理由！

**高情商失眠短句篇七**

44、从小到大还是改不了一个人睡觉害怕的状况，睡不着，容易胡思乱想，早知道这样明天再来就好了。

45、午夜的思绪如同脱缰的野马，一不留神便已奔出千里，上天入地无所不及。

46、想到你还是会大哭一场只不过不再是当初的每晚失眠了。

47、[你曾经的温柔是我现在失眠的理由]。

48、放下，无心，也就自在了。可是，世间又有几人能做到？我也不过是个凡人而已。

49、一口茶等于一个大半夜。甘苦，提神！

50、那是一种亢奋的痛楚，为了收获和拥有，抑或无奈的感喟，无助的怅然而太难入梦。

51、从来都是别离时，才知爱有多深，我们笑着说再见，却深知再见遥遥无期。

52、温暖那么远，寒冷那么近，其实不是同命相怜，不会自我剖析的如此透彻，某些事情，是一道道无形的伤口碰触了疼痛会毫不吝惜的吞噬着你每寸皮肤最近的最近失眠的厉害......

53、支离破碎的爱情，早已经拼凑不起，情灭了爱难留。

54、我说今晚怎么失眠了，我忘记了我们分手了，还没有说晚安睡不着，请问，咋办呢？

55、有人说:失眠是因为你正在别人的梦里辛苦的忙碌着。

56、我爱上了抽完的香烟掉进水里的声音，就像所有的热情瞬间被熄灭。

57、只是我也很好奇，想看一下，我是有多喜欢你。我学会了戴着面具微笑即使我并不开心。

58、多少夜里辗转反侧痛到失眠只为了一个人，而那个人却在呼呼的大睡。

59、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，我创造出了自己生命中美好的乐园。所以我要说：珍惜美丽的夜，描绘多彩的梦。

60、已经连续几个晚上失眠，就是那种越想睡却越清醒，然后很多莫名其妙的小情绪。

61、失眠了，趴在床上，看着乌云一次又一次的拂过月亮，每天晚上，我都去强迫自己睡着，因为我要上学，可今晚，不，是今天，我却怎么也睡不着了。

62、从来就没说过这么恶心的话，难怪会失眠！

63、爱恋不过是一场高烧，思念是紧跟着的好不了的咳。

64、你有那么多情绪，我一样也拿捏不住。

**高情商失眠短句篇八**

1、睡不着睡不着，亲们睡不着阿。有木有跟我一样睡不着经常失眠的。

2、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。

3、没梦想，没生活，没感情。

4、努力去工作，少点抱怨，别想太多。不和人比。努力做自己份内的事。不要怨天尤人。不要好高骛远。让自己变得成熟吧。晚安了。

5、大半夜肚子饿到睡不着，想吃火锅麻辣烫啊，肿么办。

6、每一段青春都会苍老，但我希望记忆里的你一直都好。

7、最让你想哭的话就是：不要哭。最让你觉得委屈的话就是：委屈你了。

8、失眠的时候，最害怕窗外雨落声如惊雷般震动敏锐的感官。

9、看淡些，别想太多，只会给自己徒添烦恼，晚安。

10、也许你走出了我的视线，却没走出我的思念。

11、失眠，我现在已经不在乎了，因为想你已经成了我每晚的必修课。

12、连续两天失眠到天亮，两天凑凑合合加起来都没有睡过两个小时。每天晚上睡觉都在闭着眼睛想事情的你绝对会失眠。从来没有心安理得的生活过，牵扯太多。你睡不着的时候就多想想我，不要浪费时间。每到晚上睡不着，爬起来想你就像是安眠药。有一种感觉总在失眠时，才承认是相思有一。又一次失眠，一直到深夜，还是没有睡意，想太多也没有用，多想想开心的事，就能睡的着了。虽然你我会下落不明，但你知道我曾为你动过情。拿不起放不下，那就打自己两巴掌。回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子。

13、我对世间跪下求他让我解脱。

14、失眠像阿拉伯人小瓶子里逃出来的一股黑烟，沉沉地笼罩在我头顶上。失眠是病却不想治。春困秋乏夏打盹，睡不醒的冬三月。你只不过是多听了几个人的故事，多动了几次心。我说不出来为什么爱你，但我知道，你就是我不爱别人的理由。失眠，闲着无聊自己做题！周公伯伯说：我今天不想看见你。于是，我就失眠了。我也不喜欢熬夜，我只想喜欢的人告诉我，早点休息和晚安。淡淡的重温了下一过去，却不想被眼泪湿花了妆。想太多，心态乱，失眠的人连做梦的机会也没有。

15、今夜我不失眠，只是在陪那个为我失眠的人！

16、想见你的人，跋山涉水也总会来到你身边，不想见你的人，你走到他楼下他也懒得推开窗，真爱你的人，不怕麻烦也不忙。

17、我失眠，我痛苦，我怕睡着了，梦见你了，我的心会窒息。

18、昨晚上又是一夜没睡，现在流着鼻涕和口水睡着了……。

19、想太多，心态乱，失眠的人连做梦的机会也没有。

20、争吵隔膜冷漠固执，城市热闹得丧失了失眠。

**高情商失眠短句篇九**

1、找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

2、失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。

3、有时候先说晚安的人，只是为了让对方先睡自己却一个人失眠。

4、你是让我失眠的最佳理由。

5、焦虑会失眠，难过会失眠，心烦会失眠，现在连开心都会失眠了。

6、她日以继夜地失眠她曾热切地爱她依然只是一个人。

7、我的脸，在镜子里瘦了一点，这几年，总治不好惯性失眠。

8、我除了睡觉时间不想睡觉，其余时间都想睡觉。

9、睡一半觉得不好玩就醒了，想披着被子去敲你的窗。

10、失眠的醉酒的哭不出放不下的人。

11、我喝酒不为别的，只是为失眠，因为喝醉好睡觉。

12、熬夜的女生大概都需要一个直接把她提到床上去，命令她睡觉的人。

13、不知道为什么自己会这样，难受失眠的睡不着。现在却困得浑身不舒服。

14、我又神奇的失眠了，日子过得蛮快的哎。

15、我又再次的失眠了。

16、失眠的时候才发现，你的前生竟是一粒咖啡豆。

17、回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子。

18、失了眠的夜，是最纯粹的安静。

19、早上起床第一件事，睁开眼睛，晚上睡觉第一件事，闭上眼睛。

20、你要吃饱，要早睡，不要仗着自己长得丑就可以任意熬夜。

21、最悲催的三角恋，我爱熬夜，黑眼圈爱我。

22、如果我说离别，你的爱会不会多一点，我渐渐模糊消失这世界，如果我说离别，眼泪灌溉心里的火焰，让我死在这失眠。

23、最近老是失眠，没16个小时醒一次。

24、用有限的时间，睡无限的觉。

25、我无意间闯进了你的世界、却发现怎么也走不出去了。

26、失眠的爱情最终会睡眠。

27、你连几点睡觉都控制不了，你还想控制人生。你的问题在于，你什么都懂，可你懒啊。

28、找到一个笨蛋陪你失眠，这何尝不是种幸福。

29、再怎么逗一个女孩笑，也比不过一个让她哭一次的男人重要，此话让我失眠很久。

30、我只是时常走丢在深夜，失眠作伴。

1、失了眠的夜，是最纯粹的安静。

2、昨夜我失眠了，沉寂的黑夜，孤冷的破晓，窗外沉闷的雨水坠落声，跟着那节拍的韵律，一遍遍敲击着我的心房。

3、有一种感觉总在失眠时，才承认是相思有一。

4、我所有的睡不着，都是因为你。

5、许愿时等流星好朋友，寂寞的夜因你失眠，我失去了做梦的心情，但并非从此就没有梦。

6、失眠，是枕头之上无尽的流浪。多少个睁着眼睛睡不着的夜晚，被失眠所困扰，苦不堪言。

7、据说，当你失眠的时候，你将会在别人的梦里出现。

8、半夜睡不着，心里想着念着心爱的幸福。心疼，想去抱抱你，给你活下去的力量和勇气，给你追求生活的动力。我的张幸福，我的大美晴，你要坚强，我爱你。早安，明天继续幸福。

9、我非常痴心，独自一人难以入睡，只有似水般皎洁的月亮与我相伴。

10、或许爱情总是在分别的日子里才会逐渐发酵，然后酝酿出它独特的芳香。我发觉我自己已经深深地爱上了她。失眠的夜里，只有闻着那种有香味的湿纸巾，我才能够入睡。

11、让自己在活动中，忘记自己的艰难的处境，保持一颗平常心，保持一颗进取心，勇做身患失眠意志坚强斗士。

12、失眠的后果却大同小异，都是睡不着觉，都是精神恍惚，都是精神萎顿。

13、面对失眠我有切身的感受，我认定人一生一世，如果不能每天睡上一个好觉，就是一大缺憾，就是一大损失，就是失去了一份人生的享受，就是人生意义没有得到更完整演义。

14、有一种感觉总在失眠时，家遮挡了苦雨风霜，朋友送来艳阳里一瓣心香。

15、失眠，只不过是与黑夜玩儿的一场捉迷藏的游戏，与其抗拒，不如享受!但是现在的我，真的敌不过自己，我的世界就像是踩在棉花上，飘!崩溃似乎真的不再是高不可攀，它离我那么近，甚至能清楚地拿手比划出它的样子。我不确定，还可以坚持多久!

16、失眠许久之后，还是觉得想你。身体又开始抽痛的时候，我忍耐，强迫自己，你已没有了，以后再不要去想你了。

17、我找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

18、当你很累很累的时候，你应该闭上眼睛做深呼吸，告诉自己你应该坚持得住，不要这么轻易的否定自己，谁说你没有好的未来，关于明天的事后天才知道，在一切变好之前，我们总要经历一些不开心的日子，不要因为一点瑕疵而放弃一段坚持，即使没有人为你鼓掌，也要优雅的谢幕，感谢自己认真的付出。

19、看不见你的笑怎么睡得着，听不见你撒娇怎么进梦遥。

20、有一种感觉总在失眠时，才承认是相思。

21、半夜睡不着觉起来看老电影，别有一番风味。

22、眼中总是会不经意的流起泪水，在每个失眠的夜晚。

23、我最不喜爱等，因为这个期限永久都是个未知数。

24、失眠的人，只要不是个笨蛋，肯定是个天才。

25、当一只猫悄然无声地穿过我的夜时，失眠就开始与我纠缠不清了。

26、失眠常让我失却了记忆，也常让我失去了做人的那份精神和活力，也常让我不能享有人生的一份应有的快乐。

27、失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。

28、郁闷啊，我也不知道都说了些什么，和她聊完之后，怎么也睡不着，看了一会jsp只好来到电脑前，倾诉自己毫无条理的言语，我想这样自己的心情会好些。看看外边天已经亮了，我不想睡，睡有什么意义啊。一切都是泡影，一切都不可能了。

29、亦余心之所善兮，虽九死其犹未悔。

30、失眠应当不是一种病，但不是病却让许多患上失眠症状的人，倍受折磨，倍受摧残，倍受煎熬，较疾病都有过之而无不及，较一般疾病更让人意志消沉，无所适从。

31、在无数个睡不着的晚上，我相信会有很多人，习惯性的开始闭上眼睛，安静的想念一个人，想念一张脸。而在他们心里，能够有这样一个人可以想念，或许就够了。

32、每天半夜睡不着，原来是这样的，越来越理解你当时的感受了。

1、刚睡着没一会，肩膀疼醒了，喝了杯水，听着外面下声，更睡不着了。

2、听着雨声，睡不着现在觉得是不是好些，把病毒都杀死。

3、听着雨声，睡不着啊，似乎好久没有下雨了吧，这场雨能带走所有的阴霾，带来一些好消息。

4、听着淅淅沥沥的雨声有点睡不着，自我封闭自我逃离都没办法让我，我要学着放下。

5、外面淅沥沥的，是在下雨吗?可是听着雨声却还是睡不着。

6、下雨了，听着雨声睡觉应该会睡得很安稳吧，但是有心事的人依然会睡不着。

7、听着窗外滴答滴答的雨声，想着种种事情，想睡唔载，却睡不着，这种感觉太难受。

8、听着外面雨声滴答滴答的打在屋檐上，透过窗户只能看到黑漆漆的天空，脑子里面怎么想起宁静这个词了，好安逸啊，不过还是很生气。

9、听着雨声也睡不着，失眠了还是脑子想的太多。

10、昨天晚上躺着一直睡不着，突然外面下大雨啦!听着雨声觉得躺在被窝里面好舒服，瞬间睡意就来啦。

11、睡不着，起床写论文，终于收了个尾，但总感觉写的太辣鸡，伴着雨声，听着鸡叫，不管了，保命要紧。

12、根本就不下雨天，但睡不着的时候总爱听着雨声让自己平静下来。

13、大半夜肚子疼加听着雨声睡不着不安稳心慌也是没谁了。

14、五点半起来上个厕所，然后就睡不着了，听着外面的雨声，有点淡淡的忧愁。

15、不知道是第几天睡不着的听着外面的雨声明天好像不是个好天气呢。

16、又下雨了，听着雨声觉得舒服又踏实，却辗转反侧睡不着，有暖气。

17、听着外面雨声，想着的，果断睡不着，愁啊!

18、昨晚想睡一直睡不着，听着窗外淅淅沥沥的雨声，越来越清醒。

19、原本以为昨晚只是提早睡了一觉才睡不着，没想到今晚还是照常，听着窗外的雨声，思考人生。

20、整整两个小时，都睡不着。翻来覆去的睡不着。听着雨声，犹如万马奔腾。珠落玉盘。

1、当玫瑰不再留恋泥土当云朵不再徘徊天空当有人开始学会追逐风的脚步。

3、失眠是枕头之上无尽的流浪。《我不想念》。

4、很多时候，我平静地做着一些事，喝水，失眠，然后突然很疼痛地想你，真的很疼，疼得我弯下了腰哭泣。

5、在无数个失眠的晚上，相信会有很多人，习惯性的闭上眼睛，安静的想念一个人，想念一张脸。

7、黑夜的尽头是失眠失眠的尽头才是白天。

8、闭上眼是黑睁开眼是夜失眠的时候已无区别。

10、天蝎座的自己，常因为一个人的一句话就整夜失眠，却从不因为一个人的一句话被打败。天蝎座的自己，能够看着喜欢的人转身离开，却不肯开口挽留。天蝎座的自己，能够面对喜欢的人，却绝口不提喜欢。天蝎座的自己，害怕孤独，好想依赖人，却从不曾真的去依赖，因为已习惯独立跟孤独。

11、回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子。

15、以何失眠是梦里梦不到美好还是生活不曾让你操劳。

17、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。——鲁迅。

18、找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

19、有人说，失眠，是因为你正在别人的梦里辛苦地忙碌着。

20、下雨时最适合悲伤，因为整个天空会陪你一起噙着泪眼，总会有一些片段让你悄悄地忍不住回望，即使，仅仅是擦肩，总会有一些话语，不经意间，拨动着你的心弦。

21、离别是为了相聚，相逢的人还会再相逢离时雨水皆化酒，待得重逢两兄弟一世情，两兄弟，不需要太多语言。

22、孕晚期的睡眠是非常揪心的，明明知道熬夜晚睡对自己和宝宝都不好，可就是辗转反侧的睡不着，无处安放的肚子和四肢，让宝宝都跟着受累了。

23、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。

24、午夜没有痛苦，听雨声我无法入睡。

25、翻来覆去睡不着了，左右两侧睡或仰着睡都不舒服，就这样半坐靠着床头好受一些，孕晚期真的难熬。

26、失眠已泛滥成灾。最好把我憔悴死，这样就不会再想你。

27、睡不着睡不着，亲们睡不着阿。有木有跟我一样睡不着经常失眠的。

28、这成夜成夜的睡不着可如何是好啊!一点醒了就再也不会睡了!现在腿又开始胀的难受，憋死个人了!

29、世界上的好人数不清，但遇到你就已经足够。

30、你看到的洒脱，都是我心碎之后的无可奈何，时间没有让我忘了你，而是让我习惯了想你，不能遗忘的人终究难忘。

32、睡不着，睡不着已经醒了一个多小时了，孕晚期真是痛苦啊!

33、睡不着无聊的我，窗外在下雨，把点点拉起来欣赏雨景。

34、我不太主动找人聊天。所以，我主动找的，都是我在乎的人。

35、所有的爱，所有的恨，所有大雨里潮湿的回忆，所有的香樟，所有的眼泪和拥抱，所有刻骨铭心的灼热年华，所有繁盛而离散的生命，都在那个夏至未曾到来的夏天一起扑向盛大的`死亡。

36、手麻的彻夜难眠，孕期真的很难熬，半夜难受的想哭，想睡觉，手麻的睡不着。

37、窗外在下雨，睡不着但内心平静。也许真的，不必再等。

38、大概不合适就是，我不能逗你笑，而你也只会让我哭，之后，我说我要走，你没有挽留，我没有回头。

39、昨天晚上睡不着。数月亮，数到一半就睡着了。

40、爱和爱过，只多一个字，却隔了一个曾经。

41、喜欢午夜的雨，悄悄的，好像是给熟睡的人们一个惊喜。午夜的雨是柔的、细腻的，像是翩翩少女舞动的秀发，不由的让人爱慕和怜悯。

42、好饿，睡不着，发现到了孕晚期，胃这玩意儿就像个无底洞，丢多少东西进去，没一会又觉得饿了，我的那个肉肉呀，不肥才怪了，尽管每天坚持游泳和瑜伽。

43、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。

44、我有一千种想见你的理由，却缺少了一种见你的身份，我有一万种拥抱你的理由，却少了一种拥抱你的资格。

45、假如我难过也不是因为你离开，而是因为我没能将世界上最美好的一切给你分享。

47、女人说减肥和男人说不去偷腥一样，说着容易，做着难。

48、昨夜我失眠了，沉寂的黑夜，孤冷的破晓，窗外沉闷的雨水坠落声，跟着那节拍的韵律，一遍遍敲击着我的心房。

49、每天都在纠结着三件事：晚上睡不着，早上起不来，后悔昨天睡太晚。

50、半夜突然醒了，睡不着，最近睡眠一直不太好，头痛也是经常的事。

51、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。

52、我和你之间最大的误会就是，我以为你也喜欢我。

53、睡不着，简直崩溃，左侧也难受，右侧也难受，平躺也难受。

54、找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

55、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。

56、我都忘了这是我第几次说要放弃你，情不知所起，一往而深。我等一等，再放弃。

57、大概因为再多的喜欢，也换不来未来。分开以后，未来有一万种可能性，只是这个可能性里，再也没你。

58、夜深人静的时候想起他，那个会说着撕心裂肺情话的他。

59、一段感情，如果看不到未来，也感受不到当下，那么，不如趁早两清，你是你我是我。

60、我怕背叛，我怕死亡，我怕谎言，我怕失去，我怕别离，我怕失眠。

**高情商失眠短句篇十**

1.失眠，是枕头之上无尽的流浪。

2.我把一生所有的好运都赌在遇见你上，却终因没有好运而不得不和你擦肩而过。

3.我们无法轻易许诺，也不一定能实现诺言。但心中最宝贵最柔软的地方，都是给最爱的人的诺言。

4.半夜睡不着觉起来看老电影，别有一番风味。

5.青春是一场大雨，即使感冒了，还盼望回头再淋它一次。

6.恋爱不过是一场高烧，思念是紧跟的好不了的咳。

7.空虚的夜晚，迷茫的明天，我如何能安然入眠。

8.你嫌弃现在的我对你不冷不热吗?那你可知道我现在的样子不如你从前的万分之一!

9.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。

10.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。时间冲淡的了我们的感情，却冲淡不了我们的曾经。

11.找到一个傻瓜陪你失眠，这何尝不是种幸福。

12.希望有你的一些信息，即使只是短短的问候，好让我感觉到你没有忘记我，心里还想着我，还有我的存在。

13.岁岁年年，时时刻刻，对你的思念，如一年四季循环着，永不变。

14.每一天醒来，你的清影就在我眼前转。不管手里干什么事，一会儿，准走神儿了，呆呆的只想你，算着你什么时候回来。

15.我从未变过，只是学会了伪装。跌跌撞撞的，走过了人生最丧最灰暗的时刻，那些最难熬的时光。

16.我并不是想这么晚还不睡，只是怕今晚收不到你对我说的晚安。

17.怕永不相见，我也怕再次重逢。

18.有天你航行累了，如果那时觉得我还是你可以信赖的港湾，如果那时我的港湾里没有航船，我会毫不犹豫欢迎你靠岸避风。

19.不敢说出口，因为我胆小，因为如果你拒绝，我以后就不能够再见到你了，宁愿默默的爱着你，不能让你知道，直到，直到你投进别人的环抱!

20.对一个失眠的人来说，没有任何东西是安慰。

21.我一直以为人是慢慢变老的，其实不是，人是一瞬间变老的。

22.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。

23.已经忘了有多久没有睡过一个整觉了，本来睡眠质量很浅难入睡，多少次刚睡着你却醒来，多少次面临失眠到天亮。

24.春困秋乏夏打盹，睡不醒的冬三月。

25.你在我心里面陪我失眠，可是却不在我身边。

26.我的脸，在镜子里瘦了一点，这几年，总治不好惯性失眠。

27.治疗失眠的唯一办法就是别\_\_\_硬睡了。

28.有一种感觉总在失眠时，才承认是相思有一种痛。

29.让我带着你的晚安做一个好梦，不会失眠。

30.失眠的后果却大同小异，都是睡不着觉，都是精神恍惚，都是精神萎顿。

31.失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。

32.一念之间，瞬间闪过的是回忆。一念之间，无法停止的是失眠。

33.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。

34.你的一句晚安，成全我的失眠。

35.白日梦做多了，夜晚难免会失眠。

36.我越累越想睡，天越黑我越怕鬼。

37.我想有那么一个人，他会害怕失去我。

38.早上长睡不起，晚上视死如归。

39.失眠的原因太饱太饿或太想你。

40.失眠是病却不想治。

**高情商失眠短句篇十一**

2、感情被懂得是一种。

幸福。

等待着被懂得是一种孤独!

3、哥伦布说地球是圆的，只要一直前行，就会到达目的地，可我走了这么久，却没发现和你的距离有一丝一毫的减少。

4、决定放弃你的那一刻我哭了，我的眼泪证明了我是真的很爱你。

5、脸上的快乐，别人看得到。心里的痛又有谁能感觉到。

6、两情若是久长时,又岂在朝朝暮暮。

7、每到夜深人静，我才倍感寂寞倍感心酸，孤单的人心易碎，总是看到别人双双对对，才感觉，一个人好孤单，只是真心已不在，真心已不算。

8、明知你心里没有我，也永远做不到你想要得那个，却不由自主让你看到最真实的我，掩藏住受伤的我。

9、男人哭了，是因为他真的爱了;女人哭了是因为她真的放弃了。

10、你不知世上有我，我不知世上有你，岂不干净?一朝偶相逢，三载苦相思，情到浓处伤人深，宁愿无心对无情。何必呢，何苦呢?但愿此生，从未邂逅。

11、

人生。

不止，寂寞不已。寂寞人生爱无休，寂寞是爱永远的主题，我和我的影子独处，它说它有悄悄话想跟我说。它说它很想念你，原来我和我的影子，都在想你。

12、人生最大的遗憾是爱的不完美。爱是地平线，永远达不到极致。无条件是爱最大的条件。

13、如果有一天，不再喜欢你了，我的。

生活。

会不会又像从前那样堕落，颓废…我不想再要那样的生活，所以，在我还没有放弃你之前，请你,至少要喜欢上我。

14、如果真诚是一种伤害，我选择谎言;如果谎言是一种伤害，我选则沉默;如果沉默是一种伤害，我选择离开。

16、感情被懂得是一种幸福，等待着被懂得是一种孤独!

17、哥伦布说地球是圆的，只要一直前行，就会到达目的地，可我走了这么久，却没发现和你的距离有一丝一毫的减少。

18、决定放弃你的那一刻我哭了，我的眼泪证明了我是真的很爱你。

19、脸上的快乐，别人看得到。心里的痛又有谁能感觉到。

20、两情若是久长时,又岂在朝朝暮暮。

21、每到夜深人静，我才倍感寂寞倍感心酸，孤单的人心易碎，总是看到别人双双对对，才感觉，一个人好孤单，只是真心已不在，真心已不算。

22、明知你心里没有我，也永远做不到你想要得那个，却不由自主让你看到最真实的我，掩藏住受伤的我。

23、男人哭了，是因为他真的爱了;女人哭了是因为她真的放弃了。

24、你不知世上有我，我不知世上有你，岂不干净?一朝偶相逢，三载苦相思，情到浓处伤人深，宁愿无心对无情。何必呢，何苦呢?但愿此生，从未邂逅。

25、人生不止，寂寞不已。寂寞人生爱无休，寂寞是爱永远的主题，我和我的影子独处，它说它有悄悄话想跟我说。它说它很想念你，原来我和我的影子，都在想你。

26、人生最大的遗憾是爱的不完美。爱是地平线，永远达不到极致。无条件是爱最大的条件。

27、如果有一天，不再喜欢你了，我的生活会不会又像从前那样堕落，颓废…我不想再要那样的生活，所以，在我还没有放弃你之前，请你,至少要喜欢上我。

28、如果真诚是一种伤害，我选择谎言;如果谎言是一种伤害，我选则沉默;如果沉默是一种伤害，我选择离开。

30、感情被懂得是一种幸福，等待着被懂得是一种孤独!

31、哥伦布说地球是圆的，只要一直前行，就会到达目的地，可我走了这么久，却没发现和你的距离有一丝一毫的减少。

32、决定放弃你的那一刻我哭了，我的眼泪证明了我是真的很爱你。

33、脸上的快乐，别人看得到。心里的痛又有谁能感觉到。

34、两情若是久长时,又岂在朝朝暮暮。

35、每到夜深人静，我才倍感寂寞倍感心酸，孤单的人心易碎，总是看到别人双双对对，才感觉，一个人好孤单，只是真心已不在，真心已不算。

36、明知你心里没有我，也永远做不到你想要得那个，却不由自主让你看到最真实的我，掩藏住受伤的我。

37、男人哭了，是因为他真的爱了;女人哭了是因为她真的放弃了。

38、你不知世上有我，我不知世上有你，岂不干净?一朝偶相逢，三载苦相思，情到浓处伤人深，宁愿无心对无情。何必呢，何苦呢?但愿此生，从未邂逅。

39、人生不止，寂寞不已。寂寞人生爱无休，寂寞是爱永远的主题，我和我的影子独处，它说它有悄悄话想跟我说。它说它很想念你，原来我和我的影子，都在想你。

40、人生最大的遗憾是爱的不完美。爱是地平线，永远达不到极致。无条件是爱最大的条件。

**高情商失眠短句篇十二**

1、回忆是件很累的事情，就像失眠时，怎么躺都不对的样子。

2、焦虑会失眠，难过会失眠，心烦会失眠，现在连开心都会失眠了。

3、我释怀不了的那些回忆，终极成为枷锁无法逃离。

4、有趣的姑娘都单身，因为她们一个人就可以撑起无聊的岁月，很难找到比自己还有趣的人。

5、失眠，是枕头之上无尽的流浪。

6、失眠的人无非两种情况，一是手里拿着手机，二是脑子里有个剧场。

7、撑不住就休息好了，抓不住就放手好了，经不起就拒绝好了。

8、连小孩子都了解，想要的东西，要踮起脚尖，自己伸出手去拿，因此不要什么事都不做，还什么都想要，记得每日多勤奋一点儿。

9、爱情就是这样，有些人会慢慢遗落在岁月的风尘里，哭过，笑过，吵过，闹过，再恋恋不舍也都只是曾经。

10、失眠很多都是心理上引起的失眠，容易治。心病还要你自己来克服，具体的你自己制定一个计划表，要严格执行。很多时候自己生活没规律，时间久了也导致失眠，这里边也很多属于心理方面的原因，归结到心理类治疗。生活也要正常有规律。情况紧急时建议您及时的到正规的医院去检查，针对治疗，以免耽误了治疗的最佳时机。造成不必要的伤害，祝您早日康复！

11、就算我们没能走到最后，我也不会怨天尤人，你有你的梦想，我有我的苦衷。只是如果我们不曾相遇，就没有那些美好记忆，也没有后来那么多的互相折磨。

12、一辈子不是只喜欢一个人，是一辈子的心只为她跳动。

13、有些人，临睡稍一思想，就会失眠；另有些人，清醒时胡思乱想，就会迷迷糊糊地入睡。想太多，心态乱，失眠的人连做梦的机会也没有。一个人的失眠，一个人的空间，一个人的想念，两个人的画面，是谁的眼泪，是谁的憔悴，洒满地的心碎有人说，失眠，是因为你正在别人的梦里辛苦地忙碌着。梦想是陪我睡觉的东西，不实现我会失眠的。今夜我不失眠，只是在陪那个为我失眠的人！

14、不知道为什么自己会这样，难受失眠的睡不着。现在却困得浑身不舒服。

16、日有所思夜有所梦。有可能是你白天想得比较多，压力大。晚上心里就有阴影了。失眠或做了好多梦，醒来后感觉睡得不是很好，所以要注意减轻自己的压力，让自己适当的放松，做一些自己喜欢的体育运动，放松心情！再还有就是你每天过的很清闲，但你又是一个闲不住的人，晚上可能也会做好多梦，这样的话你就应该让自己忙起来，干点自己喜欢做的事情，睡觉时你就会觉得舒服了。

17、一夜没睡给你降温。你没事就好。

18、悲伤的秋千总有微风陪伴，孤寂的夜，总有繁星点点，蓦然回首，你会不会在我身边。

19、不会说多醉人的情话，我只想带你回家。

**高情商失眠短句篇十三**

1.又一次失眠到天明。唉又惹上神经衰弱了吗?心灵太脆弱了吧。

2.心烦，都失眠两天了，告诉自己别想太多，就是忍不住，什么时候才到头。

3.深夜的你恐怕早已入眠，而我想你想到失眠我们却只能在梦中相见。

4.想睡睡不着，或者直接不想睡的，基本每晚都会失眠的人，投个票吧!百感交集啊。

5.我除了睡觉时间不想睡觉，其余时间都想睡觉。

6.总有一个人，他的一句话就能让你往死里难受。

7.最深的孤独不是长久的一个人，而是心里没有了任何期望。

8.您离开之后我经常失眠，最近变得越来越严重了，我想尝试吃安眠药可是又怕会依赖。

9.不得不承认在失眠这个事情上我还是挺有天赋的。

10.心烦，失眠，就算在你身边无人知晓，祈求苍天给条明路。

11.失眠的夜晚太漫长，终于等到了天明，又是新的一天。

12.当你失去一切时，你就会发现什么是你唯一需要的。

13.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。

14.你连几点睡觉都控制不了，你还想控制人生。你的问题在于，你什么都懂，可你懒啊。

15.失眠了，月亮真好。但愿人长久，弱水三千，你我只饮一瓢。

16.都忘了咱俩多久没说话了，也快忘了当初为什么有那么多话跟你说。

17.自己也不知道自己的幸福是什么样子的，可每当你靠近时，我都觉的它离我很近很近，触手可及!

18.维持关系很难，我有点烦。

19.每天都处于心事重重状态，晚上睡不着早上醒的早，事太多了脑袋快想破。

20.连续失眠一个礼拜了干啥也都高兴不起来，感觉在掉头发是不是因为吃饭一天一顿吃少了哦。

21.每晚都说要早睡，可每次都会失眠!在失眠的夜晚，一个人孤单的身影，让寂寞的时光，凝结成一堵冰冷的墙。

22.黑夜勾引着失眠犯罪，清醒的人抓不到安睡。

23.最近两天经常失眠。不管有多累闭上眼睛也睡不着明天的明天就要放假了。不对是明天果然很快。我已经决定了放假也要好好学习。我会相信我自己的。

24.原来失眠的人那么多。

25.你知不知道你的突然下线换来的是我一夜的失眠。

26.失眠的原因太饱太饿或太想你。

27.有一种感觉总在失眠时，家遮挡了苦雨风霜，朋友送来艳阳里一瓣心香。

28.失眠是病却不想治。

29.每天都在纠结三件事，晚上睡不着，早上起不来，后悔昨晚睡得太迟。

30.那些突然间变得很沉默的人，曾经也是个嘻嘻哈哈的话痨。

31.失眠的夜晚，一个人静静地坐着，望窗外的繁星点点，听屋内的心跳声声，一股孤独的感觉，瞬间袭上心头。

32.失眠，是因为你的魂灵在别人的梦里热烈地游走着。

33.其实说分不开的也不见得，其实感情最怕的就是拖着。

34.你是让我失眠的最佳理由。

35.熬夜的女生大概都需要一个直接把她提到床上去，命令她睡觉的人。

36.红尘最可笑，痴情最无聊，还不如在家睡大觉。

37.最痛的距离是你不在我身边，却在我心里。

38.最近是怎么了，脑子不听使唤，经常失眠睡不着该如何解决。

39.治疗失眠的唯一办法就是别\_\_\_\_\_\_硬睡了。

40.原来爱情的世界很大，大的可以装下各种委屈。原来爱情的世界很小，小到多个人就挤到窒息。

41.焦虑会失眠，难过会失眠，心烦会失眠，现在连开心都会失眠了。

42.为了想清楚昨晚为什么失眠今晚，又失眠了。

43.情不知所起，一往而深;恨不知所踪，一笑而泯。我就是那种，别人给点温暖就会感动好久的人。

44.人生有时候需要勇敢一下，勇敢去爱，勇敢去恨，然后，勇敢忘记，勇敢向前。

45.你走的那天，我决定不掉泪，迎着风撑着眼帘用力不眨眼。

46.夜深人静的时候想起他，那个会说着撕心裂肺情话的他。

47.梦蝶长衣侧回眸，蓝发伸指望亭楼，孤单影只凝深情，只为待尔坐苍穹。

48.沙迷失了我的眼睛，可你还在风中。

49.我释怀不了的那些回忆，终极成为枷锁无法逃离。

50.一个人的失眠一个人的空间一个人的冒险一个人的座位一个人的想念两个人的画面。

51.连续失眠两天两点半才睡着，现在头痛的要爆炸。

52.又一次失眠了，感情的坎坷像走上了人生的岔路。

53.心烦，失眠。一点都不困，明天还要加班。感觉到了森森寒意和恶意。

54.时间会让你看清每一张脸，久伴会让你知道每一颗心。

55.说好了的念念不忘，现在却被扯的只剩下单薄的言语。

56.有叫别人别熬夜，自己却睡得很晚的。

57.不要仗着自己丑就熬夜，不要仗着自己美就能作。

58.失眠是一种病失恋是一种痛。

59.没有好不了的伤，只有忘不掉的人。

60.熬夜成自然了，我又通了个宵没睡!

61.深夜，思念，失眠。

62.据说，当你失眠的时候，你将会在别人的梦里出现。

63.大半夜睡不着，去便利店买点好吃的带回家。

64.黑夜的人见不了光，如同夜行人一样。

65.每天眼睛不放点水，硬是睡不着。

66.找到一个傻瓜陪你失眠，这何尝不是种幸福。

67.有一种感觉总在失眠时，才承认是相思有一种痛。

68.也许你走出了我的视线，却没走出我的思念。

69.当你变成了我生活中的习惯，我才发现我离不开你。

70.闹钟在嘀嗒嘀嗒，耳边鼾声如雷。好困，却睡不着。

71.人生没有如果，只有后果和结果。

72.是不是对你太好，你就觉得我没脾气。

73.那些让你睡不着的心事，都会变成天上的星星。

74.人生第一次的工地之行，在前几天的疯狂熬夜中来临。

75.突然发现生命中好多不可或缺的人，走着走着就散了。

76.我累了，却依旧睡不着。

77.有些话，说与不说，都是伤害。

78.那些以前说着永不分离的人，早已经散落在天涯了。

79.多笑笑，会慢慢让自己真的快乐起来。

80.我不想睡觉，可眼睛不知道，却紧闭着，享受黑暗。

81.深夜睡觉的在做梦，醒着的在梦想。

82.原来命运并不会因为你欲哭无泪，而停止给你伤悲。

83.我只是一个人走了太久，久到我已经习惯一个人了。

84.时间几乎会愈合所有事情，请给时间一点时间。

85.你生活在别人的眼神里，就迷失在自己的心路上。

86.我睡不着，天是醒着的，我也是醒着的。

87.不闻不问不一定忘记了，但一定是疏远了。

88.多少人生气不喜欢说话，难受一个人憋着。

89.想通和放下，是截然不同的两码事。

90.没人扶你的时候，自己站直，路还长，背影要美。

91.天刚刚破晓，我慢慢睡着。

92.被那些往事缠到一夜不能睡，梦也梦的隐隐约约。

93.白天加白班，不瞌睡;晚上加晚班，睡不着。

94.我熬夜成瘾，却换不来你一句晚安。

95.大半夜肚子饿到睡不着，想吃火锅麻辣烫啊，肿么办。

96.我曾是你的失眠，我曾是你难以忍受的思念。

97.不要太在乎一些人，越在乎，越卑微。

98.我今天要假装我很丧，给你们看看丧丧的我。

99.世界上有两个我，一个假装快乐，一个真心难过。

100.每到晚上睡不着，爬起来想你就像是安眠药。

101.我以为时间是最好的偏方，结果治好的全是皮外伤。

102.真难过，再也遇不到能让我心砰砰砰跳的人了。

103.人生只有两次幸运就好，一次遇见你，一次走到底。

104.有些东西已经回不去了，当初的感觉已经没有了。

105.把期望降低，把依赖变少，会过得很好。

106.春眠不觉晓，哈欠上门找，晚上睡不着，白天醒不了。

107.我们曾经那么好，现在却连声问候，都怕是打扰。

108.谁的人生没有若干个选择，过得好与不好，在于内心。

109.最心疼的心疼，是连呼吸都那么疼。

110.麻烦你坚强点，你的软弱真的没人看。

111.我不喜欢熬夜，如果你愿意来我梦里我会早早入睡。

112.别为不属于你的观众，演不擅长的人生。

113.一些人，越看越陌生，一些事越想越心痛。

114.你走的一瞬间，失眠了我整整一个曾经。

115.有时，与其说是失眠，不如说是想用清醒惩罚自己。

116.失眠不是熬夜的借口，却是难眠的理由!

117.有一种感觉总在失眠时，才承认是相思有一。

118.如果我转过身，就不会有人看见我的眼泪吧?

119.不是我不联系你，而是你给我的感觉，像是我在打扰你。

120.我想要一个沉睡的自己，一个沉睡的夜。

121.青春都是如此，带着疼痛却又义无反顾。

122.总是在安静的时候想太多，然后莫名其妙不开心。

123.别熬夜，就算你睡的再晚，你喜欢的人也不会找你。

124.我以为我不理你，你会难过，原来是我在难过。

125.其实我没那么坚强，只是像多数人一样学会了伪装。

126.失眠的人，只要不是个笨蛋，肯定是个天才。

127.有些人，留与不留，都是离开。

128.我们总是在寻找，却不珍惜当下。

129.爱情不是轰轰烈烈的誓言，而是平平淡淡的陪伴。

130.好困好累，却睡不着，真的是自虐，哎。

131.在这世上，没有一样感情不是千疮百孔的。

132.卧榻如睡惊，夜游湿衣襟。扶首顶白额，半梦醉人间。

133.眼中总是会不经意的流起泪水，在每个失眠的夜晚。

134.半夜睡不着，感叹一下我男神真可爱。

135.心情糟透了，好想趴在床上痛哭一场，听一些安慰的话。

136.我假装坚强，假装开心，假装高兴，却假装不了我不在乎你。

137.人们往往在失去的时候，会下意识地放大以往的美好，所以再回头的，大多都是失望的。

138.人这一生中，遇到性，遇到爱，都不稀罕，稀罕的是遇到了解。

139.我不想喜欢你了，你把你的冷漠蛮横，忽冷忽热都收回去吧，它们威胁不到我了。

140.眼泪是真的，心酸也是真的，当初想和你过一辈子也是真的。

141.还好，虽然生活中有很多的遗憾，但是，还好。因为我知道人生本来就有很多的遗憾和无奈，这不是人生的附属品，这是人生本身。

142.给自己一个方向，不求地老天荒。给自己一个目标，不必一路慌张。

143.或许每个人的心里总会有一个人，你无数次说着要放弃但终究舍不得。

144.很多时候，我们说放下了，其实并没有真的放下，我们只是假装很幸福，然后在寂静的角落里孤独地抚摸伤痕。

145.死活离不开一个人，是因为他带给你的失望还不够多，等失望攒够了，心自然就凉了，羁绊自然也就断了。

146.失望攒够了就死心了，死心了就该离开了。一次次的相信就是为了逼自己一次次死心。

147.命运其实没那么可笑，它不过是让你们在一起，又让你们分离。

148.失去比得不到要可怕的多的多，因为它多一个过程叫曾经拥有。

149.九个字缓释心情：“该吃吃，该睡睡，爱谁谁。”饶了别人，放过自己。

150.撑不住就休息好了，抓不住就放手好了，经不起就拒绝好了。

151.身边没有了那个可以依靠的肩膀，破碎的情架终藏不住眼泪。

152.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。

153.我遇到走不出坎时，会抱着你哭，你抚摸着我的头，安慰我没有走不出的坎，我陪你一起走出。

154.哪有人用时间来衡量爱情的，即使只有一天也要爱得深爱得真，那才是最重要的。

155.活着活着，活成了讨厌的样子。笑着笑着，笑成了可笑的角色。走着走着走丢了，只剩影子和我。

156.我想我还是不够成熟，没办法为自己那颗烦躁的心波澜不惊地掌舵。

157.我和你的区别大概是，我手握刀刃把刀递给你，怕你受伤;你手持刀柄捅进我怀里，怕我纠缠。

158.人都是需要点念想的，总会时刻查看快递的邮寄，总会不经意打开熟悉的微博主页，脑海里也总会有闪过的名字。

159.有些人想要陪伴，有些人想要信任，有些人想要钱，有些人想要性。但在人生的某些时间段呢，所有这些人都说自己想要的是爱情。

160.有时候我可以看得很淡然，有时候我去执着的有些不堪。

161.就是突然之间，鼻子一酸，眼眶一湿，觉得自己好渺小，小到什么都做不了。

162.人生如梦，我总失眠;人生如戏，我总穿帮;人生如歌，我总跑调;人生如战场，我总走火。

163.用尽这个年纪最彻底的勇气去爱一个人，最后发现连忘记的勇气都没有了。

164.原来有些你自以为很重要的人，你不联系他，他就真的永久不会联系你。

165.思念不能自已，痛苦不能自理，结果不能自取，幸福不能自予。

166.你已不需要我了我想离开你的世界和你不在有任何瓜葛。

**高情商失眠短句篇十四**

22、生命中有很多事情足以把你打倒，但真正打倒你的是自己的心态。

23、睡眠的拼音是shuimian，失眠的拼音是shimian，两者之间只是少了u。

24、褪化了的记忆力，似乎要把我的世界彻底粉碎?!丢了梦想，何处找寻严重缺乏的安全感?何处安放我的”自我救赎“??该怎么继续???失眠、恶梦......

25、有个人，这辈子也许都无法在一起，可是就是这个遥远的人支撑了青春里最重要，最灿烂的那些日子。

26、对性命而言，回收才是最好的和顺，无论是回收一个人的呈现，照样回收一个人的今后不见。

27、经常熬夜的人，都有一个可怕的生物钟，也有一个可怕的结局，众人酣睡，我独醒！

28、有点害怕自己这次过不去的感觉，失眠越来越严重了，开了很多药放在身边，有一次吃了两颗。

29、最近失眠是越来越严重了，精神崩溃。

30、注定是个不眠之夜，在这一刻之前的我，差点想要向生活妥协了，但现在失眠了我又慢慢找回了自己，是的，余生真的不能将就。

31、许愿时等流星好朋友，寂寞的夜因你失眠，我失去了做梦的心情，但并非从此就没有梦。

32、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。——鲁迅。

33、我站着想坐着，坐着想躺着，躺着想睡着，睡又睡不着。

34、孤灯不明思欲绝，卷帷望月空长叹。——《长相思》唐代李白。

35、人生第一次的工地之行，在前几天的疯狂熬夜中来临。

36、但你要忠诚，勤奋，要真诚地尊重别人，这样你的人生才不会黑暗。

37、我怕背叛，我怕死亡，我怕谎言，我怕失去，我怕别离，我怕失眠，

38、反正幸灾乐祸的人肯定比心疼你的人多。

39、我们走遍了全世界，最后才发现，你的笑容才是我最美的风景。

40、看到网上都说熬夜不好，我没有熬夜，我只是困的睡不着。

41、以后的日子：好好吃饭，好好睡觉，不为不值得的人生气，不为不值得的事失眠。我们来到这个世上，谁都没打算活着回去，既然活着就好好活吧。

**高情商失眠短句篇十五**

1、为了赶走宿舍飞进来的知了跟蟑螂蜘蛛，今晚注定是个不眠之夜。

2、失眠的时候，就会想看平静的书。陪安东尼度过漫长岁月，很温暖，引导着我集中注意力，去感受真实世界的细节。失眠的夜晚不单调。

3、恋爱固然非常轻易周全两片面，可它又太轻易毁了一片面。

4、半夜失眠打电话给他，我说我睡不着，他说他困了，我说陪我，他说你好自私。我突然想起我们是陌路人了。

5、昨晚失眠到三点，好不容易睡着，蜡笔四点起来要尿尿，五点要起床然后一大早又陪蜡笔出门玩。我现在感觉整个人跟死了一样。

6、一个人吃饭，一个人旅行，一个人听音乐，一个人失眠，一个跳舞，一个人谈恋爱。

7、喝了n杯咖啡后奶奶失眠了我的天哪太痛苦了精神抖擞的没边儿。

8、不是怕你呆在痛苦的曾经，而是担心你从此错过了年轻。

9、最讨厌睡觉被人吵醒。最讨厌睡觉又睡不着。最讨厌想要睡却不能睡。

10、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。

12、半夜醒来睡不着，默默看到天亮了。

13、因为你是我爱的人所以我容忍你对我所做的世界上最心酸的，不是我不会再谈恋爱。而是丧失义无反顾的力气去爱。

14、失眠，只不过是与黑夜玩儿的一场捉迷藏的游戏，与其抗拒，不如享受！但是现在的我，真的敌不过自己，我的世界就像是踩在棉花上，飘！崩溃似乎真的不再是遥不可及，它离我那么近，甚至能清晰地拿手比划出它的样子~我不确定，还可以坚持多久！

15、在这雨夜里，听雨打在屋顶的声音，有没有人和我一样想起很多过去的事情。比如十八岁的那个秋天的傍晚，风都是缠绵的，那个偶遇的男生，工作第一天就成了闺蜜的朋友，还有离开我们的黄兄。怎么下个雨我能想起这许多，是不是老了。

16、最怕没有问候的分别最怕夜里的无端思念最怕晚安之后各自失眠。

17、以前喝完咖啡后也能睡着，今天喝了两杯咖啡后彻底失眠了！！！难道我真的老了。

**高情商失眠短句篇十六**

1、我又失眠了，记不清是多少天了，从跟你分开的那天起，我的失眠症就越来越严重了。原来，你才是我的安眠药，我不争气的又想你了。

2、有一种感觉总在失眠时，家遮挡了苦雨风霜，朋友送来艳阳里一瓣心香。

3、失眠的人连做梦的资格都没有，可是想奶奶的时候，也只能在梦里，所以一直强迫自己睡觉，我讨厌失眠。

4、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。

5、太重感情的人，很喜欢笑，也喜欢听一些悲伤的歌，一段歌词，就可以触动心里最柔软的地方，然后，暗自伤怀。

6、我一个人的失眠，一个人的空间，一个人的想念，两个人的画面。

7、如果有一天你发现我不再计较那么多，那不是体谅，是放弃。

8、可那冥冥中不属于你的，你又奈何？只是徒增些伤痕的记忆。

9、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。

10、一旦有了不好的习惯，很难改过来，又一次失眠的夜。

11、这个世界既不是有钱人的世界，也不是有权人的世界，它是有心人的世界。

12、一念起，万水千山；一念灭，沧海桑田。

13、不喜欢你的人就是不喜欢，这年头想要日久生情，真的太难了。

14、我所有的睡不着，都是因为你。

15、每天你必同你自己和解十次；因为克己已是辛苦，不和解的人睡眠不安。

16、孤独的人话别太多，不被倾听更难过。

17、在无数个失眠的晚上，相信会有很多人，习惯性的闭上眼睛，安静的想念一个人，想念一张脸。

18、失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。

19、我们在爱情中度过的时光长出了翅膀，当我们离别时，它们成了我们的精神支柱。

20、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。

21、你原本只是我生命中的过客，后来却成了记忆的常客，只是我再也不会为一个人哭到沙哑。

22、一如既往孤独相伴，万千纷扰与我何干。

23、别再用自己的一往情深绑架着别人，得不到回应的情深请适可而止，别纠缠了别人，也廉价了自己。

24、床荒凉的就像没有边疆，失眠是枕头之上无尽的流浪。

25、悲凉的青春里，蒙蒙细雨打湿了流年，终究破裂一地，无法挽回。

26、月光漫漫，寂寞的夜里，总会有一束多情的话在希望中苦苦等待，等待着黎明的到来。

27、当岁月流转，与时光轮回都无迹可寻时，蓦然回首，发现自己还一只留在原地，寻找某个思念。

28、就在今夜，我们散了，我还是像我说的，胡思乱想，熬夜到天亮，睡不着。

29、黑夜勾引着失眠犯罪，清醒的人抓不到安睡。

30、真的从你口中听到不再爱我，是如此地不知所措。你带走了我的一切，剩下的只是一个空空的壳和一颗破碎的心。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找