

# 2023年分手伤感散文文案(精选8篇)

毕业文案是对未来大学生活的一次期待和展望。请欣赏以下小编为大家收集的伤感文案，希望能给你带来一些思索和安慰。

## 分手伤感散文文案篇一

我们在一次又一次的相遇中有缘分在一起，却难以逃脱分离，以下是小编为大家整理的分手伤感的散文随笔，欢迎阅读和借鉴。

分手伤感的散文随笔【第一篇】：

不知道这样的日子究竟已过了多久？原以为时间会疏远昨日的印记，以为再次想起心中不会再有涟漪。然而，当我再次陷入沉思，久远的回忆不再是昨日遥远的梦，一切都是那么的清晰。颤动的心还是让人不寒而栗，想你，心还是那样难以呼吸！

静静的日子，渐渐的喜欢上了孤独，喜欢上了伤感。喜欢看阳台上花开时的灿烂，叶落时的无奈。喜欢听小雨淅淅沥沥，如泣，如诉，如思。一颗煎熬的心就这样在尘世里起起落落，浮浮沉沉。任疼痛灼伤，任思念蔓延，任泪水涌流，潮湿了季节，苍凉了岁月。太在乎一个人，心情常被左右，只有无尽的心痛在延绵地徜徉。

明明太在乎一个人，为何还要选择伤害？用攻击来试探底线，用伤害来索要关爱！回不去的曾经，无奈的任性，一份心碎，两人体会！

被相思浸染的清浅时光，在你我隔岸的相望中悠悠的流淌。流年的脚步踩碎了无言的沧桑。心底那些鲜活的过往，是我眼里永远抹不去的惆怅。

心在路上，念在远方。七月的枝头已渐渐挂满青涩的果瓢。我明媚的笑容背后，唯有你才能明白那缕化不开的忧伤。

只是因为人群中多看了你一眼，再也无法忘掉你容颜。想你时你在天边，想你时你在眼前，想你时你在脑海，想你时你在心间。

你看！阳台的兰又发出了新的芽枝。一束束生命正孕育着来年更清香的绽放卓姿。还有那茉莉，花开正时，一朵朵纯洁的白，一朵朵淡紫的红相互映衬，在风里轻轻地摇曳。哦，茉莉，茉莉，兰；哦，莫离，莫离，兰。似你的呓语在风中伫立，在我心头晕开一圈圈淡淡的惊喜！

岁月的车轮碾过了日日夜夜，春夏秋冬；流年的轮回送走了晨起暮霞，似水年华；青春的步履渐渐苍老了不再年轻的容瑕。亲爱的，感谢你不离不弃的坚持。原来你一直搁浅在我生命里，从未曾走远，从未曾离去，也从未曾有人可以代替。

分手伤感的散文随笔【第二篇】：

不管爱情经历了多少个轮回的岁月，不管爱情是多么痛彻心扉，也不管爱情是如何沧桑、几度夕阳，我们都会用心灵呈现出爱情的美好，就如一幅画卷，不管在岁月的深处斑驳了多少容颜，依旧温馨！

——题记

我们在岁月中，历经溪流和险滩，艰难跋涉。那些岁月深处的爱情，便如一缕阳光照亮了我们的心房。我们相依相偎，走过黑暗，迎来黎明，在日暮中携手共度夕阳红！

爱情如诗，夕阳几度！生命在交替，唯有夕阳，以博大的胸怀见证着那些风起云涌或细雨和风的日子，也见证着那些曾经相依相偎的身影。我们的眼里有爱情的光芒，也有夕阳的

惆怅。人生短暂，我们却寄爱于永恒！那么，我们就更要珍惜那些爱的岁月了。

如今已是深秋，天气一天天冷了。我看见那些漂浮的尘埃，在阳光下散发出奇幻异彩来，形成了道道美丽的光线。落叶轻轻落在了脚下，诉说着轮回的寂寞。我的心，出奇的平静。人生有幸，能看的见世间万物的四季轮回，也历经过万物的荣华与衰退。我们也就会更加珍惜这短暂的人生，短暂的爱情！

夕阳落晚，在水面上淋漓出了道道秋波。晚归的鸟儿，啁啾着侵入斜阳，然后归巢。有情侣携手谈笑风生，不时回望夕阳处。斜阳外，夏花早已萎靡，不管爱与恨，早已是落地无声。穿透岁月的爱，也早已亘古入心。

岁月的爱啊，何其雄壮！你让我们用一生去兑现诺言的真诚，也用一生去领悟。然后，你让爱的温馨，慢慢走近我们内心。回首处，皆是领悟与感动。

爱情如诗，夕阳几度？我多想，在有限的人生里，陪着爱，去感受岁月的盛衰；去看长河落日、大漠孤烟；去聆听爱的悠扬与传诵；去经历人生的幸福与苦难！然后，用一生，诠释爱情！

分手伤感的散文随笔【第三篇】：

拒绝与冷漠能把他打入谷底，那是一种难以言表的苦痛，是从人的身心到精神，都被彻底的打垮，宛如天要塌下来，没有希望可求。走路也没有了精神，总是那么的无精打采，仿佛天不是那么的随心所欲，一切都转化成空。先前的异想天开、先前的海誓山盟都在那一瞬间都转化成云烟，就象自己什么也没有留下，只留下一副空荡荡的躯壳，无有人问津，沮丧失落得要命。

爱上一个人真难，不爱一个人更难，他真的身有体会。他真的不愿意她长大，始终是那么天真烂漫的年龄，始终有那种懵懂的想法。那样的放不下他，就象鬼使神差的爱上了他一样，那样的叫她放不下。可是如今，她已长成一个亭亭玉立的大姑娘了，而那种天真幼稚的想法就不复存在了，而在她的身上有一种成熟感的标志，叫她那么的矜持起来，而对他更是那么的退避三舍，那么的不让他见到她，就象那种美丽的成熟叫她望而却步，那种美丽的羞臊已经把她的精神占有，她不再那么的天真了，更不是那么的任性了，而是觉得自己以前的做法是那么的幼稚和单纯，现在她要洁点了，要找回自己的自尊。所以她就把自己包裹起来，在他的面前表示是那么的正派和不容侵犯。如果他一有什么动作，她就愈加防范，他就象她的盗窃犯，始终在防着他。对他是那么的冷漠，有时就象一个陌生人，没有什么话可讲。那时他就象被她距之千里之外，什么短信、通话统统的关闭，根本不和他交往和沟通。他就象一个局外人，得不到她的同情和怜悯。她对他就象虎视眈眈，怒目圆睁似的，有时是那么的吓人，都说女人要发疯了时，比男人还强烈，他就是在这样的忍耐和痛苦中走过来的。其实他真的好爱好爱她，每时每刻都放不下她，因为她的美丽早已征服了他，她的身上有一种迷人的气息，叫他心荡神迷。也许这就是忘不了的爱，也许这就是注定的缘分。就仿佛他的心早已被她掏去，再也拿不回来。虽然那时的她很单纯很幼稚，但是她的美那样隽刻在他的心底，是那样的放不下。现如今，就象一下她才明白过来，觉得这样的爱是不妥，她要终止这种所谓的爱，她不再天真和幼稚，她设定了防范的区域，叫他不得进入。此时她在他的面前表示是那么的正派，就象一个大家闺秀，不得男人靠入。她切断了和他的一切联系，就象从人间蒸发掉一样，什么消息也不给他，对他是那么的冷淡，就象这个世上不存在他这个人似的，她一点的念想也不给他。也许她真的能放下他吗？也许她真的和他一点瓜葛也没有吗？他想这只是一个不确定的假设，她真的能放下他，她真的一点也不想，他想不是这样的。在她的心里，始终是那么的放不下他，他就象她肚子里的蛔虫，还会叫她彻夜难眠的想和爱。

她真的无法走出他美丽的误区，因为他的美叫她一辈子也不能忘记。因为他给她的是美丽永久的记忆，是那么的永刻在她的心间，想抹都抹不去，是那么的根深蒂固，一逸永牢。

他是她的唯一，更是她心里的秘密，别人是无法代替的。因为她的心里始终是有他的，叫她那样的放不下，她越是远离他或是不离他，就证明她的心里是他，有时在她的眼睛里，就偷偷的流露出那爱的神秘。他不想说什么堂而皇之的话，他要的是美丽真实。爱不是想来就来，想走就走的。它是一种无法解开的锁，一经扣上了，就象镣铐一样想打都打不开。爱也是一样，不是自己的天真想象，而是一种情感和责任。他不去追求她的是与非，一切都是他的错，今天她成为这个样，都是他惹得祸。他发誓不再去强求她，他要暗暗的爱她、想她、念她，只要她幸福他就心满意足了。他再也不能去伤害她，他要把那种美丽当成永久的回忆，用他的爱去祝福她，用他的心去感动她。

也许应验了那句话，强扭的瓜是不甜的。他不再去逼她，他要用他的真心去感动她。如果她真的爱你和喜欢你，你就不用去在咄咄逼人，只要你真心的付出，总有一天她被受感动的，她会自然而然回到你的身边。他总是这样的想，他也是这样做的。人心都是肉长的，他想总有一天，她明白他是怎样的爱她和喜欢她。他现在给不出她什么样的答案，等以后她会明白的。

爱不是说在口头上的甜言蜜语，更不是一种无懈可击的放纵，是心与心的交流和碰撞。如果这个世上不存在这情与爱，哪有今天的伤与悲，情与爱的徘徊。相爱是缘，相聚是份。我们谁都不想成为梁山伯和祝英台那凄美的爱情故事，谁也不想成为林黛玉和贾宝玉的情凄切残。但事实却都不是那么的随心所欲，有时就是那么的鬼使神差叫你不明白。我们谁都想有一个完美的爱情故事，可是有时就是那么的出人意外，叫你不得不明白。张无忌和周芷若，小龙女和杨过还有牛郎和织女都不是在缠绵悱恻的爱吗？即使没有在一起，也能长

相厮守，爱得不够。

爱一个人不是想要对方获得什么？而是给对方带来幸福和快乐。是你的就是你的，强求也白搭。要真心的去对待，要真心的去付出。你要相信彩虹一定会升起的，一定会被挂在天上去的。要美丽也要爱，他是你的白马，始终被她骑在胯下，奔腾、驰骋千里万里，永不停歇。

分手伤感的散文随笔【第四篇】：

相逢不是恨晚，便是恨早。与此更心酸的是，相识得太早，重逢得太晚。

——题记

铺一纸流年，无奈浓蕴在眉间化不开。栀子花，在回忆里开得肆无忌惮，那么纯，那么白。流年走得太快，我舍不得，拥抱着回忆对你说再见。我走过斑驳的岁月，走过沿途的美景，走过心爱的你。

那一年，陌上花开，郁郁葱葱。可是那一年，我还未曾读过‘陌上花开，只为等你。’你也还不是穿青布衫的少年。我们相识在，每天只隔0.5米的距离里。那么近，却那么远，我不懂你的沉默，你不懂我的眼泪。流年将你我流放到一起，却忘记了我们只不过是还未长开的孩子。你我还不曾看得懂，世间的情与爱。于是我们在不知所措的流年里，颠沛流离。你颠沛到，没有了我的世界，我流离到，失去了你的消息。渐渐的，你的世界不再有我，我的一切，不再关于你。可是不管怎样的颠沛流离，我依然记得，透过玻璃窗，可以看见满树开得纯白的花，可以看见懵懵懂懂的你。你还记得吗？那一年微风吹过来的花香。

有些弦，断了再续，续了再断，犹如我和你。很多年以后，我们再次遇见，我已经读过了陌上花开，你也像极了穿青布

衫的少年。我们站在墨影流年里对望，欢喜得几乎快要忍不住眼泪。我们听相同的歌，我们欣赏相同的节目，我们有着惊人相似的生活习惯，我们有着太多的不约而同。默契到，我们如此相似，不再需要多余的言语来诠释。就连心间那抹浓郁喜欢，都默契到不拆穿。模模糊糊的，像极了年少时的暧昧，酸酸的，甜甜的。

盛夏的夜晚，凉凉的清风吹来，散开了数不清的焦虑与不安。我在人来人往里，走在你的身旁。我想，就这样吧，就这样走远，在你温暖的眼神里，不顾一切地。可是流年的故事太长，无论我如何努力，都无法写完。我们的路太短，无论我如何努力，都无法走太远。尽管我已经爱上了陌上花开，尽管你已经像极了青布衫的少年，可是我却不能对你说‘陌上花开，只为等你。’天那么蓝，风那么清，你那么温暖，我那么美丽，我们那么契合，却这一切美好，都抵不过流年。抵不过流年，往我们的身边，颠沛了另外一个人。

黑夜太浓，浓得化不开心底的忧伤，浓得疏不散眉头的结，浓得解不开命中的劫。我在黑夜里，一针一线地，在心底最深的地方，缝了一个口袋，想把流年中，那些未曾走远的记忆，放在其中。我们早已在措手不及的时光里走散，再也回不到从前。时光，轻易地改变一切，却从未说抱歉，不管我们是否在这场变故中受伤。

你说是我们相见恨晚，可我却不想责怪你为爱不够勇敢。我们都长得太大，不再是懵懵懂懂的孩子。我们怕，有人会因为我们的勇敢和任性受伤。我们都小心翼翼的拽着这抹情，放开，会心疼，攥紧，会有刺。

多希望时光不老，我们不散，可所有的一切都终将会散场。红尘之中，过往的行人都成了生命里的过客。没有人会舍得，也最终所有人都不得不舍。多希望时光对我们说一句抱歉，抱歉这一路的颠沛流离。

如果我们用尽全身力气，都不在一个世界里，那么就让我们握紧双手，对彼此说再见。再见，那些旧时光，再见，回不去的盛夏光年，再见，亲爱的你。

分手伤感的散文随笔【第五篇】：

当此刻我提出分手的时候，原谅我给了你预兆和暗示，而你却不在乎。——题记

任何事情开始都不难，难于坚持，一段感情也是如此。

我们的心有多脆弱，去学着在乎一个人就知道了。你慢慢接受付出得不到回报，慢慢看清一个人从热情到冷漠，从矜持到放纵，你经历着一切人与人相处的本能特点，最后受伤不是谁对谁错了，而是坚持违背自己的心意实属太难。

喜欢一个人，要有多大的包容心？你本该第一次听到那些甜言蜜语就故作镇定的回绝，因为现实最终可以战胜一切。那些有着英雄和浪漫主义的人们，还在欺骗自己的角度上誓死捍卫爱情，可深知有些人我们无法包容只是累了，有些人我们无法原谅只是放不下。

能有多爱一个人，让这份感情开始变得不公平，被爱的人不用说道歉，自以为享受着这份情感带来的愉悦，可以摆脱孤独，可以在人群中取宠，可以在夜晚醒来都变得那么充实，你的一切享受都来自于对方付出的爱，可是如果你只管享受，那份爱就会变成施舍。

一份爱，建立在相互，没有相互就没有共存。当那份爱开始建立在一个人苦苦坚持的时候，也许他此时内心无比纠结，看着眼前这个深爱的人，却从不在意我的伤悲，他可能被爱的很快乐，我可能爱的很落寞。

因为我爱你，你的全部已经在我心里生根发芽，你的每一次



对我的忽略，都让我连同心房一起遭难，我有时候觉得可以原谅，那是因为爱或许是无私的。

从那天起，我对你的笑脸不再充满爱的表达，而你依然毫无察觉，我平淡的和你牵手逛街，而你似乎已经认定了和我过此平凡的生活。我试图让自己变得更平凡来让你质问我最想回答的问题，而你还是享受着这种快要殆尽的爱情，你浑然不觉，而我却还在问自己，你会不会怪我坚持的累了。

直到某一天，我终于开始挣扎，终于开始发现我们在一起我没有那种新鲜和冲动，再也没有绞尽脑汁的表达想法。原谅我的暗示失败，原谅我没有预料到你对我如此的无感，是你太单纯，怪我爱你太深。

很多分手的最初和结束，都曾有过一番不为人知的挣扎，那可能就是因为，我爱你。

## 分手伤感散文文案篇二

遇见你，我曾经以为是最美丽的意外，你说你喜欢我，我天真的以为这一切都是真的，那一刻我觉得我遇上了最幸福的事，就是自己喜欢的人一直喜欢自己。

我以为我们可以一直走下去，所以特别去珍惜和呵护这段感情，我们在一起的时间并不多，第一次去你姐家，我感觉压力好大，你们家的人很优秀，也很强势，那时我觉得自己要更加努力，先让你的家人觉得我很优秀，再两个人一起努力去组建这个家庭，或许我这爱情逻辑是错的，我曾经问你，我们两家环境相差很大，你说这不是问题，你说你很想见我父母，我却想先去你家见你父母，结果都没有见，我们的感情却走到了尽头。

你曾经说，你遇到过很多女孩，见过很多世面，我是你最想去珍惜的女孩，我开心了一个晚上，你说你爱我，你傻傻的笑了半天，和你在一起，我变得很傻，在你面前，我变得不会讲话，你总是叫我“笨笨熊”，我很喜欢这个称呼，有的时候觉得你很在乎我，可有的时候我却一点都感觉不到，那个假期，你只陪了我一天，第二天我去同事家，晚上很晚，我打电话让你接我，你只是简单的回了一句，没空，心理好酸，不过我给自己找了个理由说服自己，你一定在忙，然后在我同事家住了一晚。

或许这段感情原本就是我一个人的付出，后来你发了一封邮件给我，看着你写每一条理由都是那么可笑，你说“你对精神世界追求的欲望很强，我不了解，也满足不了你，其他人也同样做不到，你说我太聪明，太聪明的女人很累，以致于把自己的男人也拖得很累，你说你在追求一个灵魂，”我回了你的邮件，我说经过这件事，我的内心会更强大，我会更加懂得如何去选择和珍惜身边的人。

只是我以为一辈子的爱情，最终我们还是分手了。

### 分手伤感散文文案篇三

今天，生日。这几天，浑浑噩噩的，早上起来时，发现好冷好冷，原来，昨晚下了雨。

依稀记得，冬天是我最喜欢的季节，因为，在很小的时候我就觉得，冬天会让我觉得很有安全感。可是，今年的冬天，貌似会很难熬。

所有的衣服还在叔叔那里，不想去拿，因为我不知道见到他们我能说些什么。昨晚，叔叔跟我发了很久的信息，大意就是，我这种情况，你离开我是正常的，而我不该颓废下去。

我知道，他说的是对的，我明白，我确实该放手了。

三十岁的生日，我把房间收拾的干干净净，我以为你会出现，恩，只是以为而已，但并不奢望。我想如果你来了，我想好好的告诉你，我爱你。如果你没来，那我就写下这篇日记。告诉你，我输了……我压上了我的全部去奢望一个不可能的结果。

我说过好几次离开，有些时候是绝望，有些时候是愤怒，但这次是真的，我会好好的消失在你的生活里。

生日这刻，我打包了所有的行李，我的衣服，你的画，这是我的全部。十二点过后，打电话给我叔，订了后天去西藏的票，不是去玩，而是去我叔叔的工地。我想，我还是放不下，所以，我不能再待在深圳了，因为，有你的地方，我会难过，我会情不自禁的想要找寻你的背影。

所以我走了，我不知道，我们还能不能再见，或许是一年后，或许是五年后，或许是一辈子。

恭喜你，你解脱了…

恭喜你，终于我不会再烦你了…

恭喜你，终于可以不要我了…

我曾经清晰的知道，我爱你，我也曾经以为，没有你，我会死，但，此时，我的内心只有一片荒芜。

是我天真，是我作，我不怪任何人，包括你，从此天涯两端，各自安好。

## 分手伤感散文文案篇四

好像很多男人在面对感情时都会有坚强的表情，好像分手就像挥手那般的容易。下面是小编收集整理关于求分手的伤感散文，供大家参考。

日光如流水，安静而又潇洒的从身旁悄然而过。我的左手掌心，紧紧握住你曾给予过的温度，摊开后才发现，冰凉一片。

爱到无言，是尽头，再美的故事，也会有结束的一天，走过了却留下了痕迹；伤过了，却是一种无奈。人生只不过是一种擦肩而过的过程。男人就好比洋葱，想要看到男人的心就需要一层一层去剥！但在剥的过程中你会不断流泪，剥到最后你才知道洋葱是没心的。

有些伤痕，划在手上，愈合后就成了往事。有些伤痕，划在心上，那怕划得很轻，也会留驻于心。生命中，似乎总有一种承受不住的痛。有些遗憾，注定了要背负一辈子。生命中，总有一些精美的情感瓷器在我们身边跌碎，然而那裂痕却留在了岁暮回首时的刹那。

爱是一场长久的拉锯战，从我们相识到相知，然后是相恋的一路上，就摆下一场战线很长的拉锯战。纠缠的5年中甚至更长时间毫无交集的人在一起，难免会争吵，会有分歧。我们本不是一体，只是因为爱而在一起，然后爱其实并不能就解决了所有的问题。因为我们的个性都太强了，都是只顾自己心情的人，所以，总是争执个不停，总是在和对方吵闹之后，发现自己的任性，却又免不了下一次的任性。

如果这个世界上有卖后悔药的，我相信每个人都希望拥有，就可以在每次吵架、冷战之后吃上一颗药，就全部忘掉，重新开始了。真可惜，没有这种药，而且就算有，总吃后悔药

也会产生抗药性，每一次的争吵留下一点伤害，积少成多，就会成为你的负担和他的烦恼。谁都不会把一次小小的争吵记在心上，但是两次三次呢？很多次呢？所有的争吵到最后都化为委屈，总有一日，会爆发。

清风不解风情，明月难寄相思。有时，风吹起的不是温柔，而是彻骨的寒冷，是心底潜藏的伤。有时，月儿朗朗并非黑暗中的照亮，而是一种对悲悯现状的嘲讽，幸福只是别人的美丽，与我无关。

一个人可以带走很多东西，快乐、幸福、爱、依恋……直至剩下的只有幻想，曾经拥有过的、梦中闪现过的、未来期待过的。说是“哀莫大于心死”，真正心死又何易？情难绝，爱难逝，心亦不死。最苦都是甘愿，最痛都是美，为了爱。

想要忘记，仍会禁不住一遍遍细数曾经，也重温着那些绵延的伤，辗转反侧，挥之不去。离人已远，情份犹在。时常对着天空发呆，对着星月祈祷，愿心情快乐，愿文字不再忧伤，歌声不再凄婉，心不再无依的牵挂，灵魂不再漂泊在他哪里。

明明说着看开了，放下了，每次却总是不自觉的想起你给与温暖和宽容。每次又总是在微笑沉醉时看到了现实，想到了伤痛，然后，冷的感觉再也暖和不起来了。如此反复，心，终于累了，现实就是这样。我曾经醉过，却又最终醒来，我正在行走，却找不到方向。

我想给你幸福和安静，但却走不进你的世界。我想用我的心来换取一张通往你的心的入场券，不过，那只不过是我的一厢情愿而已。我的世界，你不在乎。你的世界，我被驱逐。我曾经是如此的喜欢你，闭上眼，以为我能忘记，但流下的眼泪，却没有骗到自己。男人对女人的伤害，不一定是他爱上了别人，而是他在她有所期待的时候让她失望，在她脆弱和心烦的时候没有给她应有的安慰。反而和你吵吵闹闹。

也许你不清楚有人缠着，有人惦着，自己的分量和重要性才能显现出来吧。纠缠的含义就是和你在一起。用这纠缠，让你知道我存在，让你知道我在你的生活里，自己是个惯于纠缠的女人。每个蛛丝马迹，都能被自己纠缠得膨胀蔓延，变成一团让你解不开的乱麻。自己的纠缠令你厌烦，甚至崩溃。你知道女人都是爱纠缠的，但不知道女人的纠缠会如此的疯狂。一切都是为了爱。一开始，你还是尽量保持足够的耐心，面对我的纠缠一遍遍解释，回答那些刁钻的、毫无意义的问题。时间长了，你不再解析，而是迁怒。

窗外洒满慵懒阳光，这样的空气让人心收不下，风吹的树叶轻轻沙沙的响。我们彼此在攻击伤害，你和我却都还有一点挣扎，要怎么说服自己坦然面对一切放不下。能不能告诉我你和我一样。心，倦了。累了。请你说吧说你想我和分手吧。说你太自由的心从来就没有牵挂。说吧说你不再爱我吧。

暖芳随日薄，残片逐风回。多么痛心的词句，温暖的容颜在寂寞流年里渐渐苍白，只剩片片残留的美丽在风里无章地飘飞，不知将去向何方，也不知将有什么样的境遇。情缘随风而逝，心也随风无根飘荡，不问归期。一直希望自己的文字是温暖的，能让读它的人不再心疼和纠结。也一直想要抒写那些激情荡漾的文字，让读它的人心灵不再沉重与婉叹。只是，那些薄凉情不自禁跳跃指尖，忧伤如影随形，幽冷的心无法拼凑快乐的诗行。

心，忽地痛了。眼，莫名地潮湿。仰望着窗外的风景想要释放孤单。风，轻如纱，时而出现，时而隐匿。

云，薄如棉，时而驻足，时而游走。阳光，烈如火，时而安静，时而跳跃。心，在这流火的季节飘渺，有些淡暖，有些薄凉。

这一季，心念如初，爱心淡暖。如若你不再爱，请你放手，请你对我说分手吧。

小美半夜十一点在宿舍群里发微信，“七，我终于知道你当时做的梦了，我现在恨不得活剐了他。”

小美口中的“他”是我们的大哥，是她相恋了三年的前男友。收到这条消息的时候，我正被工作愁的焦头烂额，我放下了手里的事情，看着群里一条又一条消息，感叹着，曾经那么那么爱的人，怎么说变就变了呢。

大哥和小美分手两个月，我还是改不过口，总是错叫他大嫂。知道他两分手那天，我们在办公室门前相遇，我说“哟，大嫂，下班啦？”小美看着我，“七七，以后我不是你大嫂了。”我蒙了一样站在那，“怎么了？吵架了？”

爱一个人爱到极大概就是恨。大嫂在ktv里一遍又一遍的唱着《开始懂了》，那句“相信你只是怕伤害我，不是骗我，很爱过谁会舍得。”让我的眼泪不止一次的想掉下来，你看，感情爱到最后，连借口都要她帮你寻。

小说里的傻姑娘结局都幸福，然而现实总是和梦做对。大哥和小美在我们班里，甚至在我们系里都是模范夫妻。小美省吃俭用陪了大哥三年，大哥温柔体贴陪了小美三年，在我们觉得班里所有的情侣都会分手，唯独大哥和小美会步入婚姻殿堂的时候，他们分手了。命运总爱捉弄人，被捉弄的不止他两，还有我们。

分手的原因很简单，大哥说他有两个包袱，一个是大气袱，是事业，一个是小包袱，是小美。他想快点往前走，就只能卸下一个包袱，于是，他选择了小的包袱。小美被分手分的委屈，我们也替她委屈。

很多事情，我都是感同身受。但是也想不出什么话来安慰他。我跟我前男友一年前分手，那些日子难熬，煎熬，我每天都要幻想着他出了车祸，不治而亡才能睡着，不是恶毒，而是宁愿接受他离开了这个世界，也不愿意接受我们在一起了那

么久最后却分开的事实。

也许在下一段感情来之前，你还是放不下，你还是夜里辗转反侧，你还是抱着被子呢喃着“我好想他”，可是亲爱的，他离开了你，你也要学着往前看。总会有一天，你曾经深爱的人生命里会出现另一个人，她会用无休无止的温柔感动他，甚至，甚至带走他。但是无论如何都请你不要哭泣，你要相信那个人曾经结结实实的爱过你，他也曾真的想过与你一起走下去。一段感情里没有谁能全身而退，他违背了对你许下的诺言，而你却毁了他曾对于有你的世界的憧憬。很感谢你来了，也不遗憾你离开，大概是在一段感情里最好的感触了吧。

好姑娘，没有人会永远等你，但该来的人总会来。

再唱不出那样的歌曲，听到都会红着脸躲避———————题记

是的，出生在一个如此繁华的时代，很多事物都已经演变成空白，它不是真的空白，而是透明的让我们不知道该说什么。对于一份感情的寄托，不敢张扬，只能默默在心里远远地仰望。一片蓝天，在乌云来临之前依旧是如此耀眼，那是因为远处有太阳的笑脸。

我来不及诉说自己内心的空白，就那样被一阵阵闪电抹去了我呐喊的心灵。何时才能真正体会，我已经为分手做好了准备。

不知道大多数人是否和我一样，当你开始了一段恋情，你明知它不会长久，可是你看着身边那怜惜的爱人，你还是做错了选择，至少在未来而言。这期间，你们无比欢笑，经历了很多酸甜苦辣，你们认为，或许你认为，这段感情开始变得久远，可是你错了，真正久远的爱情其实并不长久，因为它最后剩下来的只是习惯和包容。



每一次，我看着她远去的背景，我都在摇摇晃晃地活着，我不知道自己做了什么，可能又做错了什么。这场本不应该开始的电影在开始过后也毫无保留地剪接在我的脑海中，让我忘不掉，思念不到，以至于彻夜难熬。因为我们都有一颗善良的心，即使是我们做错了决定，我们也想尽力把它呵护的完好，哪怕最后的离别，可以少一些伤痛，少一些对对方的怨恨。

我告诉自己别再执迷不悟了，伤害一个人并不为过，为过的是明知道会伤害她还一次次的地为自己开脱，告诉自己这一切并不都是我的错，爱情本来就难以预料，而且我们也真的不合适。不合适，这三个字有多少人用过，又有多少人被这三个字的答复而看清了眼前所发生的一切。一句不合适，唯独只证明了这场恋情爱的唐突，爱的没有头脑，爱的另自己都笑得可笑。

可是，我也爱过，我知道爱与被爱的煎熬，是我们还不够成长，还不够洒脱，为了对方想要的而牺牲了自我，为了自己想要的而改变了自我。那些并不是我们的错，只是我们也没有预料到，当分手从对方口中来临时，她们可能还寄托着美好的幻想，脸上还带着甜甜的微笑，口中的玩笑话还是那么充满笑点，可是她们却没有做好分手的准备。

我学会了为分手做准备，今天我想告诉你，分手吧，你会痛吗？

分手的那刻确实感觉到了伤感的逼近，伤感一直伴随我左右，因为还有心里面这些伤感证明我还是爱你的。

因为爱他，所以离开他。我喜欢这句话。有些感情如此直接和残酷。容不下任何迂回曲折的温暖。带着温暖的心情离开，要比苍白的真相要好，纯粹的东西死的太快了。

感情被懂得是一种幸福，等待着被懂得是一种缘分！

决定放弃你的那一刻我哭了，我的眼泪证明了我真的很爱你。

我们永远都不要提分手好吗？爱你不是游戏。爱你是真心的。忘记你我做不到。不管我们的解决是否完美，勾勾手指，说好不再分手。

什么是勇气？是哭着要你爱我，还是哭着让你离开。

男人的自信来自一个女人对他的崇拜，女人的高傲来自一个男人对她的倾慕。永远不要栽培你爱的男人，你把他栽培的太好，结果只有两个：他从此看不起你或他给人偷了。追求一个人的手法不需要太聪明，但离开的手法必须聪明绝顶！

为什么我们总是不懂得珍惜眼前人？在未可预知的重逢里，我们以为总会重逢，总会有缘再会，总以为有机会说一声对不起，却从没想过每一次挥手道别，都可能是诀别，每一声叹息，都可能是人间最后的一声叹息。

一个女子的寂寞就是这样的不堪一击。如果一个男人对我伸出手，如果他的手指是热的。他是谁对我其实已经并不重要。

也许爱情只是因为寂寞.....

当此刻我提出分手的时候，原谅我给了你预兆和暗示，而你却不在乎。——题记

任何事情开始都不难，难于坚持，一段感情也是如此。

我们的心有多脆弱，去学着在乎一个人就知道了。你慢慢接受付出得不到回报，慢慢看清一个人从热情到冷漠，从矜持到放纵，你经历着一切人与人相处的本能特点，最后受伤不

是谁对谁错了，而是坚持违背自己的心意实属太难。

喜欢一个人，要有多大的包容心？你本该第一次听到那些甜言蜜语就故作镇定的回绝，因为现实最终可以战胜一切。那些有着英雄和浪漫主义的人们，还在欺骗自己的角度上誓死捍卫爱情，可深知有些人我们无法包容只是累了，有些人我们无法原谅只是放不下。

能有多爱一个人，让这份感情开始变得不公平，被爱的人不用说道歉，自以为享受着这份情感带来的愉悦，可以摆脱孤独，可以在人群中取宠，可以在夜晚醒来都变得那么充实，你的一切享受都来自于对方付出的爱，可是如果你只管享受，那份爱就会变成施舍。

一份爱，建立在相互，没有相互就没有共存。当那份爱开始建立在一个人苦苦坚持的时候，也许他此时内心无比纠结，看着眼前这个深爱的人，却从不在意我的伤悲，他可能被爱的很快乐，我可能爱的很落寞。

因为我爱你，你的全部已经在我心里生根发芽，你的每一次对我的忽略，都让我连同心房一起遭难，我有时候觉得可以原谅，那是因为爱或许是无私的。

从那天起，我对你的笑脸不再充满爱的表达，而你依然毫无察觉，我平淡的和你牵手逛街，而你似乎已经认定了和我过此平凡的生活。我试图让自己变得更平凡来让你质问我最想回答的问题，而你还是享受着这种快要殆尽的爱情，你浑然不觉，而我却还在问自己，你会不会怪我坚持的累了。

直到某一天，我终于开始挣扎，终于开始发现我们在一起我没有那种新鲜和冲动，再也没有绞尽脑汁的表达想法。原谅我的暗示失败，原谅我没有预料到你对我如此的无感，是你太单纯，怪我爱你太深。

很多分手的最初和结束，都曾有过一番不为人知的挣扎，那可能就是因为我，我爱你。

## 分手伤感散文文案篇五

——为了他，值得吗？那只不过是一段执念？

——值得。因为是执念，所以，放不下。

在爱情里，有恼人的自私，也有暖人的无私。

没办法，喜欢就是喜欢，不喜欢就是不喜欢，没有为什么。

我们终究是有缘无份，走到这里，就够了。再往前，或许就是泥潭深渊了。止步，回头，回到原点，我们走各自不同的路吧！

多希望一觉醒来，一切都是梦里的样子……

心好痛，为什么这种痛来得那么迟，迟到无法补救的地步？

是他变了，还是我变了？

有些痛，只能在无人的地方被揭开。

看了那么多小说，却看不透自己的悲欢离合，是非对错。

再也再也，回不到最初的那个样子了。

借口那么多，结果还不就一个？

看错一个人，爱错一个人，又恨错一个人。

记忆再痛，也会被淡化吧，只是时间问题。越深的伤口愈合时间会越久。只是当轻轻触碰时，尚未完全愈合的伤口依旧会痛。

写了一篇文章挽回了我们，却挽回不了已然改变的我们。

我们错在，在不懂爱的年纪，以为爱了。

天若有情亦无情，爱到最后要分离。

原本以为放下了，却还是控制不了自己的心。

就连我自己都看不懂自己，又哪有能力去看透双鱼座的你呢？

与其花时间沉迷于一个人，不如提升自己去遇到更好的人，

后悔吗？不后悔吧！

我曾经那么喜欢他，而他也正好喜欢我，甚至比我喜欢他更喜欢我。

我们在一起，度过了那么美好的时光。我们又分又合，最终分开，有恨有悔。

但最终，不后悔了。

只是感谢他，在我生命中留下的痕迹，感谢他，在生命中昙花一现，感谢他，从我的`全世界路过。

这个世界上，有的人爱而不得，有些人得而不爱。

错错错，莫莫莫！

你在恣意快活，我却伤痕累累。

没有你又怎样？我会，一个人活得精彩。

离开一个爱过的人，他坏，与你无关了；他好，也不属于你了。

你说悲不悲哀？曾经的朋友成了陌路人，而曾经的恋人却成了仇人。时间啊，它真的好强大，强大到让人心碎。

我们之间的位置隔了两三个人的距离，却像是隔了两三个世纪。

如果能重来，我还是会那样做，如果说后悔的话，自然是有的。可后悔有用吗？再来一次，也还是会这样的啊！

因为他值得，所以你舍得。

所有的玩笑话，都有真心的成分在里面。

如果爱得那么辛苦，那我宁愿不爱。

如果回忆那么痛苦，那我宁愿从未爱过。

## 分手伤感散文文案篇六

佛说，我愿化身石桥，受五百年风吹，五百年雨打，五百年日晒。只盼望有一天你能从我身上匆匆走过，留下一抹微笑，因为我对你是如此着迷。

可知道，当遇见，是千年的缘分，而相恋，却已是万年的沧桑。

遇见你，美丽的女子，温柔的脸颊，淡淡的微笑。

你也曾生气，也曾失望，也曾哭泣；你也曾开心，也曾欢笑，也曾幸福。

一半心交给你，一半心留给我。当你转身离去的时候，一半心被爱杀死，一半心随你离去。

芳草无情，更在斜阳外；酒入愁肠，化作相思泪。

夜里，我无法闭上眼。因为只要闭上眼，便是你的影子。便是想象中你睡觉的样子，你生气的样子，你打电话的样子，你吃饭的样子，你哭的样子，你笑的样子。

曾以为，在你身边就好；曾以为，陪着你就好；曾以为，有你在一切都好。

原来，当你离去，我才知道，没有的，才是没有的’。我才明白，希望带来失望，失望带来绝望的悲哀。

悲伤的风，在吹；破碎的心，在飞。你离去的背影，真的好美；我的身体，那么的疲惫。心已死，人憔悴，这份情，已经化作流下的泪水。

你说，不会想我；你说，对不起别难过；你说，你会忘了我；你说，我们的未来没有把握；你说，不再理我；你说，是我的错。

思念的滋味，痛苦的滋味，心死的滋味。万般滋味，化作一种滋味：迷茫的滋味。

苍白的脸，对应着空白的脑海。风干的嘴唇还怎么开口叫你一句八蛋？

无奈，失落，惆怅，痛苦。四把尖刀，我已千疮百孔。

刻出了你的名字，却刻不出来你的心，刻不出来你的爱，刻不出来你的留恋，刻不出来我们的未来。

写给死去的爱情——

孤独的心，痛苦的滋味，化作这伤感的文字，字字是血，滴滴是泪！

## 分手伤感散文文案篇七

在这世上，你要相信每时每刻都有人相依相偎，你侬我侬，以各种方式表达着爱；与此同时，也会有人生不如死，相思成疾，歇斯底里在分手的地狱里。

分手的感受，恋过的人，都懂。

不管你是提出分手的那个人，还是被分手的那个，伤痛都是在所难免的。

如果，分手是你提出的，我想这一定有你的理由，不是你面对这段感情时现实的无可奈何，就是你对这段感情本身的无能为力。所以，提出分手之前，你一定经历过反反复复的挣扎，最后捂着心去做了那个没心没肺的人。

如果，你是被迫分手的那一个。我知道你的内心肯定是委屈的，气愤的，失落的，终归是难受的！为什么如此爱一个人换来的却是分手的回应？为什么说好的永不分离才走了几步就要分道扬镳？你的内心一定怀着种种充满责备、不满、不甘、不舍等等复杂的疑问。可是不管你如何无辜怎样不愿，对不起，你就是被分手了。

分手就是以前牵手的两个人以后各自行走；分手就是你们再不是彼此生命里的某某某；分手就是要把昨天收为回忆，把



明天变成奢望，把希望砸向失望砸出个响当当的绝望！分手，就是“我们”变成“你我”，以后不再有关系。

当然，这样的问题，我总是会被问得哑口无言。在我看来，任何关于爱情的疑问，永远都没有标准又权威的答案，一千个人就有一千种爱情。何况我自身就是个爱情loser呢，不是在被分手的伤痛中沉沦就是在分手的思绪里挣扎。不过，摔跤的次数多了，至少知道摔伤的地方怎样上药会好得快一点。但是，千万别问我怎样才不会摔跤，那我只能说那你一直别走路。

不管分手是不是你提的，我都建议，分手了都别再联系，至少分手后彼此都还没释怀的日子里，请你一定忍住不要联系！

当然，这个策略只适用于分了手不回头以及被分手不逗留的人。

有些分手并非真正地想分手。太多时候，分手是向对方宣泄自己不满情绪的一个借口，目的只是让对方对这段感情多留意存在的问题；更多时候，分手是证明自己在对方心中的地位以此来获得安全感的方式，尤其是女人特别喜欢使用这种方式，这让我想起张小娴的一句话，大意是：只有当我一次次推翻眼前的幸福，一次次让你走，而你始终没有走的时候，我才相信你是爱我的。一场修成正果的恋爱，需要经历千千万万次分手。而以上这些不是真正以分手为目的的分手其实都是高级的秀恩爱。

这里的分手，是你决定狠下心来，对自己对爱情置之死地而再生。我知道这会很残忍。就如同把自己的心杀死，然后再试着慢慢让它复活。但是这个过程是不可省去的。

人是感情动物，懂得很多理智又趋利避害的道理，却依然欺骗不了自己那颗诚实的心；心是个潮湿的地方，适合任何东西生长。

何况是在它生病受伤的时候呢？

但是要治愈，除了自己，没有人可以把你拯救。

首先，必须要诚实地面对你的心，也就是面对自己，面对现实。

是的，分了手却更加无法自拔地想起以前。那个时候一起走过的地方，一起做过的事情，一起看过的电影吃过的饭。还有每一句深情款款又恋恋不舍的“晚安”，他教会你的生活小技巧，还有你们对彼此亲昵的特殊称谓，还有在一起时共同养成的习惯……越回味越伤心，越回味越忍不住想要朝对方飞奔而去。

是的，你的心就是真的纠结，也总犯贱在往事中走不出来。但亲爱的，这就是分手的后遗症之一啊！只是你必须明白，回忆中的ta那么爱你那么温柔，但那已是以前你们彼此相爱的ta，不再是现在真实的ta，以往是你们在一起时那么腻腻歪歪无比恩爱的往事，也只是往事，时间过了人走了，故事就是回忆，回忆总是回不去的，此情可待成追忆。

可是如果，如果无论如何努力，你依然无法割舍。想到以后再不能一起吃很多顿饭，走很多地方，做很多梦而难过，你害怕放ta走了你会遗憾、会后悔，你害怕没有你的ta遇不到更好的人……那你就再给爱情给自己一个机会，放下自尊和面子去努力一次。人生嘛，至少会有一次爱到搁下自尊的爱情，没有什么卑贱的。至少已经做了能挽回的所有事情，即使失败，面对自己的心便不再有遗憾。

如果你足够幸运，用真心换回了另一颗即将远去的心，那个要走的人还是为你转身，至少证明了ta还是爱你的。在以后的日子里要为彼此磨合，把之前引起分手的炸弹都统统拆掉。

也如果，你用尽全身力气也只能换来半生回忆。你也该醒醒

了，要微笑着优雅地转身。毕竟，爱情是两个人的事情，一个人的执着对另一个人而言是沉重的负担。你挡不住要走的脚，叫不醒装睡的人，更化不开冰封的心。既然离去，那便骄傲——为你我放下了自尊，既然你不要我低落尘埃的爱，我便不能再自贱。我努力了，不再遗憾。

然后，给自己一段祭奠爱情、品味伤痛、坚强成长的时光。

依然，不管多难，无论多痛，都不要回头，不要去打扰，不要去转身。

如果你怕看到过往的东西会勾起回忆的伤，那就不见。把ta的照片删掉，把以前的聊天信息清除，把联系方式抹去，把ta送你的东西都收藏起来。总之，别给自己见物思人的机会。这的确需要很大的勇气，可是既然都回不去了，也只能卸下包袱前行。

我知道心肯定会痛的。既然痛，那就给自己个痛快。关不住的眼泪，那就痛快地流，一个人哭到眼睛红肿，哭到天昏地暗。千万别伪装别逞强，泛滥的洪水堵不住，聪明的方式是引流。痛到想要麻醉自己就喝酒，喝到疯疯癫癫，喝到吐出苦水。尽管你发现酒精都麻痹不了心痛，你也知道举杯消愁愁更愁，但是可以借着酒劲骂呀，哭呀，歇斯底里呀。心痛也需要一个发泄的出口，疯狂呀，别压抑自己的天性。

此时此刻，就算你再怎么不光鲜亮丽，也只是对着你自己，自己可能会看不起自己一段时间，但不会一直看不起自己。好过在他面前委曲求全，招ta心生烦厌。

接下来，就该冷静地去面对现实了。告诉自己：没错，我就是分手了，我就是难过，我都承认！但我要振作起来。

既然会回想过往，既然伤怀成瘾，那就继续沉沦好了。至少你敢正面分手，你敢接受事实了不是吗？听伤心的情歌，好

像好多歌词都在讲述你们的故事；看关于爱情关于青春的电影，好多情节好像你们都上演过；读伤感的文字听情感的电台，发现大家的故事都一样感伤，有那么多人陪着你难过，至少不那么孤单可怜了。

做过这些事情之后，或许就该让自己安静下来了。闹也闹够了，已经没有了力气去再去折腾；眼泪也流干了，已经没有泪水可以肆意；心也痛够了，已经没有感觉再去感受。然后安静地行走，默默地工作，冷静地总结。

还是会想起那个人那段曾经，只是想起的时候心不再惊涛骇浪；还是会遇见与ta有关的事物而感怀，只是不再想奔向ta不顾一切；还是会想象如果当时没有分手现在会在做什么，只是祝福转身离去愿我们都可以遇见更好的。

还是会不由自主地想起ta，只是习惯了不去打扰。就像那句歌词“我和你断了联系，不代表我不想你，走到哪里都还是会有惦记。而你对现在也比较满意，所以我留下来也没有道理。”

最终，在难以割舍可又必须舍弃的挣扎里，你对那段爱情缴械投降，也在时光的温柔里抚平心伤。没有选择地放了ta，也放了自己。

有人说，“分了手不能做朋友，因为曾经爱过；也不能做仇人，因为彼此伤害过。”我不知道是不是真的，我只能说，在你们彼此都还没彻底放下的时候，没有ta的消息应该就是最好的消息。

## 分手伤感散文文案篇八

文字是一曲无声的乐章，沉醉着太多的情怀；文字是一段无言的旁白，囊括了太多的守望；文字是一份心疼的柔情，缠绵了太多的眷恋，那么，让我在文字里，许你半壁江山吧。

人生第一次执笔写散文，是在那青葱岁月的校园里，散落的记忆笼罩着压抑的心思。

任凭文字拨弄着或远或近的记忆，让岁月静静绽放。

也许在时光的某个地方，能意外的收获一次温柔；携着一缕花香的清晨，行走在青石路上，聆听一路花语；邀一缕清风，写一纸墨香，诉一世安暖。

天天桃花凉，片片芳菲尽，脉脉柔情似水，恍然如梦，随风飘动飞扬，弹奏几分多情的古筝。

缱绻一帘幽梦，回首那袈流年，寻觅，红颜知己，停留在梦中的回眸，前世今生，只为那一瞬的等待。

是谁惊扰了沉醉月魂？哦！是无眠。

迎着一抹月光，便引文字上碧霄，心思落在千年古刹的楚地。

落红无处，捧一樽时光的酒，听一段优美的蛙声，窗下杨柳依依的情影，犹如一位婀娜多姿的女子，夜风微泛，载着一丝一缕忧愁。

人约明月楼，月行此处不愿留，相思之苦又岂如落花流水。

窗台一片月，流连又何妨？回忆似风，吹落繁华，岁月无情催人老，谱写了几多离歌，寥寥人生梦一场，莫道不消魂。

半夜凉风袭，一叶一菩提，一世一别离。

祈盼此刻的相思，能伴文字落在你的梦乡，带着我的温柔，为你钟情。

文字无声，岁月无痕，一缕相思，两处闲愁。

执一回墨香，留一份素笺。

让我在文字里，许你半壁江山。

用我一生温情，许你一世安康；用我一生戎马，许你一世欢颜；用我一生凄凉，抵你一世不离殇。

我愿挥尽毕生笔墨，挽你半世柔情，静静的守候在文字里。

若到桃花源，切莫忘归路，因为，我会一直在文字里，许你半壁江山。