

# 睡不着的文案短句 深夜睡不着的朋友圈文案(实用13篇)

旅行中的美食、景点和人文历史都能给我们带来深刻的记忆和体验。以下是一些旅行社为大家安排的精彩旅游线路和活动，让我们一起来探索吧。

## 睡不着的文案短句篇一

很多人都会有着失眠的经历,当然失眠的时候是最难过的,因为心中藏着很多的事,压力很大,无法安然入眠。下面是小编给大家带来的深夜睡不着的朋友圈文案90句,供大家参考!

1. 黑夜的人见不了光，如同夜行人一样。
2. 我没参与你的过去，却也没来得及到达你的未来，然后我停住了，你走远了。
3. 情之一字，不知所起，不知所栖，不知所结，不知所解，不知所踪，不知所终。
4. 谁，触我心弦，弥漫成一地红尘，点亮静夜的`星空。
5. 话说出来可以暖人心，又有几分是真情。
6. 半夜睡不着觉，突然想起了了小时候写作文，总写晴空万里无云，却从未关注过，今天突然看见。
7. 多年后，再回想年少时的迷茫和执着，或许原因都记不得了。
8. 有没有一个人，你想见，却又见不到;有没有一个人，你想爱，却又不爱;有没有一个人，你想忘，却又不舍忘。

9. 最近我在干嘛腻?咋长这么多痘痘腻?最近我好迷茫啊!最近我好困啊!最近我晚上又开始失眠了!最近我好疲惫啊!最近我又经常不开心了。

10. 我除了睡觉时间不想睡觉，其余时间都想睡觉。

11. 比起没有人爱我，我更怕有人爱过我，但是后来不爱了。

12. 失望到极致是想说一长串证明自己的话，可是话到嘴边却又变成了苦笑，觉得再没有任何必要，说一个字都觉得多余。

13. 有些人失眠是为一件事，有些人失眠是为一个人。

14. 以朋友的名义爱着一个人，连吃醋的资格都没有，有多喜欢，就有多心酸。

15. 把老师讲课的声音录下来，睡前听，你再也不会失眠了。

16. 我不是他的天下。他却是我唯一的信仰。

17. 有一种感觉总是在失眠的时候才承认是相思，有一种泪光总是在分手时才看见是眷恋。

18. 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。

19. 失眠的最可怕之处，不在于让人毫无倦意不能入睡；而是会不可逆转地恶化到更严重的境地：遗忘。

20. 没想到我竟是一个喝了焦糖玛奇朵都会失眠的人。

21. 最近经常失眠，基本没有睡过一个好觉，是我最近压力大么？

22. 面对失眠我有切身的感受，我认定人一生一世，假如不能

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。

23. 失眠，午夜唱情歌，心痛来找我！

24. 总有一个人，他的一句话就能让你往死里难受。

25. 再一次的不知所措，再一次的失眠，再一次的影响到了我的心情，无法确认，期盼着，许久未曾出现的一切又都慢慢涌现出来。

26. 不论是在哭着思念；还是在笑在着思念；在思念这个时候；心里都会心无旁骛。

27. 以后下午之后绝不喝咖啡，喝浓茶，失眠太痛苦了。

28. 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。

29. 据说，当你失眠的时候，你将会在别人的梦里出现。

30. 风华是一指流砂，苍老是一段年华。

1、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。

2、你的一句晚安，成全我的失眠。

3、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。

4、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。

5、总是有人会喜欢上想象中的你，再看清你本来的面目，最后唾弃你，说你原来是这样的人，但其实你从来都是一个样子，明明什么都没做，却落得声名狼藉。

6、你哭了，眼泪是你自己的。你痛了，没有人能体会到。

7、某个人，某句话。某些场景，某一首歌，总能撕扯着你的情绪。

8、我谁都不怕，就怕自己不够强大。

9、爱和爱过，只多一个字，却隔了一个曾经。

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

11、舍不得放手，却又不想别人拥有。

12、太久了半年多了!快要崩溃!最近工作压力大的要死!身体也不争气!找不到一个发泄口!

13、每天睡觉前一定会想一个故事，然后设定好角色，拍好剧情，不然一定会失眠。

14、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。

15、提醒自己再也再也再也再也不可以喝咖啡了，每喝必失眠到天亮。

16、喝咖啡失眠，不喝咖啡也失眠。

17、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。

18、你要明白，再烫手的水还是会凉，再饱满的热情还是会退散，再爱的人还是会离开，所以你要乖，要长大，不再张口就是来日方长，而要习惯走人茶凉。

19、你遗忘了我，我却在想你中失眠。

20、我想要一个沉睡的自己，一个沉睡的夜。

21、在这世上，没有一样感情不是千疮百孔的。

22、整夜整夜的失眠。都快一个月了。各种心烦的事情又凑到一起。崩溃。

23、有时候，你问的问题，如果对方一直在闪躲，那就是委婉的告诉你，真实的回答很残忍。

24、笨蛋，你知不知道，当我知道你失眠了，我有多心疼！你心情不好时，我不会说太多安慰的话，但我会陪你一起欢喜一起忧！

25、感情里最心酸的是，你突然不确定是不是就是他了。

26、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。

27、失眠的人，只要不是个笨蛋，肯定是个天才。

28、居然失眠了！看来以后睡前不能喝咖啡，连奶茶都不可以！快睡，再过五个小时又要去排练了。

29、连续失眠两天，很难受，我想好好睡一觉太难了。

30、坚定的信念让犹豫退避三舍，它许你一世光阴，你应诺不负此生，踩着孤独与寂寞，走在时光如水的隧道，连自己

都被感动。

31、听着窗外滴答滴答的雨声，想着种种事情，却睡不着，这种感觉太难受。

32、如果一个人开始怠慢你，请选择离开，宁可高傲到发霉，也不要死缠到底。

33、失眠，是梦也在挡我去见你。

34、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。

35、天黑归天黑，下雨就下雨，该来的情绪都不抗拒。睡眠归睡眠，清醒就清醒，该做的事情都不忘记。随遇而安，因为有了能自己站稳的底气。

36、不要太依赖一个人，因为依赖，所以期望，因为期望，所以失望，切记。

37、今年失眠独一份，以后再也不要晚上喝咖啡了，白天再也不要多睡了。

38、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。

39、就是有人玩得比你多，睡得比你早，考得还比你好。

40、偶已心有所属，纵是孤栖独宿，亦不随波逐流，有负公子美意，再见还是朋友。

1、居然失眠了！看来以后睡前不能喝咖啡，连奶茶都不可以！快睡，再过五个小时又要去排练了。

2、有时候心情会突然的很低落，不想说话也不想动。别人问

起，也不知道该怎样回答。真的，我不是假装沉默，只是无力诉说。喝了咖啡后依旧失眠。

3、以后下午之后绝不喝咖啡，喝浓茶，失眠太痛苦了。

4、每天吃完早餐，喝杯茶再出门，中午不会犯困，晚上还能睡着，如果喝咖啡，晚上会失眠。

5、喝咖啡失眠是什么感觉——听着心跳想着睡觉。

6、白天困，喝咖啡，晚上就失眠了，有没有失眠假可以请。

7、喝咖啡了，注定失眠夜了，能咋整啊，咕噜咕噜翻来翻去总能翻睡着的。

8、我想我可能是想试试喝了几杯咖啡后还想不想睡觉，会不会失眠而已。

9、该怼的时候绝不留情，需要理性的时候也得收起冲动。哎，不该喝咖啡，又失眠！

10、论咖啡是怎样毁掉我的一天的，从喝完到现在，时不时心悸，想吐，感觉喘不过来气。害怕今天晚上会失眠。

11、失眠，是下午喝咖啡后，又喝了普洱，抑或是受了什么刺激，就这么坐在地毯上看遍他所有的微博，他对全世界都好，除了我。

12、喝了咖啡后天天半夜起来上完厕所就失眠了，我第二天还要上班的呢，怎么办好呢。

13、好了，成功的昨天又失眠了，今天无论多困都不喝咖啡了，改喝奶了。

14、提醒自己！再也再也再也再也再不可以喝咖啡了，每喝必失

眠到天亮。

15、一直失眠还一直隔三差五喝咖啡，喝完咖啡又妄想靠一点点低度的酒精来助眠，生活真是太纠结了太苦了太苦了太苦了，缺少甜甜的草莓味。

16、最后我也不知道是因为回忆中遗憾越来越多而失眠，还是因为喝了咖啡后失眠才发现回忆中遗憾越来越多。

17、没想到我竟是一个喝了焦糖玛奇朵都会失眠的人。

18、一夜没睡，喝茶失眠、喝咖啡失眠、现在升级了、喝杯奶茶一夜没合眼，这是要升仙。

19、真的不适合喝咖啡，要么头晕要么肠胃不舒服，每次还失眠到两点。

20、喝咖啡失眠，不喝咖啡也失眠。

## 睡不着的文案短句篇二

1、失眠，午夜唱情歌，心痛来找我！

2、我怀旧，因为我看不到你和未来。

3、如既往孤独相伴，万千纷扰与我何干。

4、你的心有一道墙，看到我还特意关上了窗。

5、世界上的好人数不清，但遇到你就已经足够。

6、往往心中最爱的那个人，最后却离自己很远。

7、找到一个傻瓜陪你失眠，这何尝不是种幸福。

- 8、黑夜勾引着失眠犯罪，清醒的人抓不到安睡。
- 9、不经意的思念是那么痛，痛到回忆都不敢触碰。
- 10、两颗心曾经靠的那么近，如今却要就这样放弃。
- 11、昨天晚上睡不着。数月亮，数到一半就睡着了。
- 12、有些关系，断了就断了，好聚好散，各自安好。
- 13、时光越老，人心越淡。轻轻地呼吸，浅浅地微笑。
- 14、眼中总是会不经意的流起泪水，在每个失眠的夜晚。
- 15、雨的伤感弥漫了整个城市，还来不及看清就以迷茫了。
- 16、回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子。
- 17、夜的残灯点亮心灵的灯盏，时光的空洞蹉跎岁月的晦暗。
- 18、最近不懂为什么，老是睡觉睡到一半就醒了，大半夜的。
- 19、失去比得不到可怕很多很多，因为它多个过程叫曾经拥有。
- 20、失眠的时候，最害怕窗外雨落声如惊雷般震动敏锐的感官。
- 21、深夜是一个人心灵最脆弱的时候，也是想念最疯狂的时候。
- 22、后来我才知道新鲜感有多重要，过期的酸奶再好喝也要丢掉。
- 23、想把天上的星星摘给你，算了，我够得着星星，却够不

到你。

24、嘿嘿!看你想往哪儿逃?任你有通天的本领，也逃不出我的思念。

25、为了一个你，我和多少人淡了关系，结果你走了，他们也没了。

26、某个人，某句话。某些场景，某一首歌，总能撕扯着你的情绪。

27、会过去的，就会过去的。我们的痛苦，我们的悲伤，我们的负罪。

28、夜风吹寒了梦境，思念从泪水中惊醒，寂静中站立一个孤单人影。

29、如果没法忘记他，就不要忘记好了。真正的忘记，是不需要努力的。

30、实在放不下就继续喜欢吧，也许他会被你感动，也许你会累到放手。

1、敷衍不如直接推开说再见

2、你现在好吗会替我幸福吗

3、你低头喝着酒别只顾喝着酒

4、我也就一点真感情在你手上

5、看不见你的笑我怎么睡得着

6、有些事你不懂毕竟你我不同

- 7、你是一首唱到沙哑偏爱的情歌
- 8、我没有多孤单只是偶尔情绪泛滥
- 9、河在我记忆中是个忧伤的符号。
- 10、爱你的勇气还有只是不想再回头
- 11、若真能只如初见那世上又何有悲苦
- 12、你从未珍惜过我竭尽全力给你的所有
- 13、感动太少真话太少好友太少笑容太少
- 14、不知道少了什么总感觉没有从前快乐.
- 15、其实不想你走只是挽留的话说不出口
- 16、再也没有满口脏话慢慢变得疏远礼貌
- 17、大概要慷慨的放手才能掩饰心里的难受
- 18、感觉走不下去的时候我们就重新认识吧
- 19、我曾一度渴望得到你现如今奢望忘记你
- 20、“你是别人的风景却看湿了我的眼睛”
- 21、从来没有人觉得外面风大，让我跟他回家。
- 22、她摇摇晃晃走了一路回头看看身后空无一人
- 23、成的，是你把我对你的爱消磨殆尽。再见。
- 24、岁月是场有去无回的旅行好的坏的都是风景

- 25、我手里拿着刀没法抱你，放下刀没法保护你.
  - 26、我能想到最浪漫的事就是和你用遍所有姿势.
  - 27、时间会把错的人带走会把对的人带到你身边
  - 28、哭给自己听，笑给别人看，这就是所谓的人生
  - 29、素色如锦。待到时光静好，与你相忘于天涯。
  - 30、不知道迎面吹来的风哪一阵是你算了亲都亲了
- 1、今晚，心痛到不失眠了。
  - 2、失眠能看出一个人的病态。
  - 3、你走吧，我的心早已没有你的位置了。
  - 4、你走的一瞬间，失眠了我整整一个曾经。
  - 5、我怀念的不是你，而是你给的致命曾经。
  - 6、你我皆有苦衷，你又何必诉说身不由己呢？
  - 7、为了想清楚昨晚为什么失眠今晚，又失眠了
  - 8、半夜睡不着觉起来看老电影，别有一番风味。
  - 9、叫失眠别闹了，别人都睡了那么久那么久了。
  - 10、她再也没对我说晚安，我的失眠也再没好过。
  - 11、啊，下雨了，可我还是睡不着。尝试入睡失败！
  - 12、失去了最珍贵的东西，得到了绵延几千里的痛。

- 13、说片面是熬夜，说实在是失眠，说实话是想你。
- 14、那些让你睡不着的心事，都会变成天上的星星。
- 15、你总说梦想遥不可及，可你从不早睡，也不早起。
- 16、我再也不会奋不顾身的去爱一个人了，哪怕是你。
- 17、甜度有三分，有五分，唯有想你时的甜度刚刚好。
- 18、在月黑风高的夜晚，睡不着只好到你的家里拜访你。
- 19、多想能回到那天，我能好好的求你，求你别离开我。
- 20、怎样才不再半夜醒来，我不想醒来后再也睡不着了。
- 21、我只是一个人走了太久，久到我已经习惯一个人了。
- 22、我没有想象的坚强，但却找不到让懦弱休息的地方。
- 23、睡一半觉得不好玩就醒了，想披着被子去敲你的窗。
- 24、你哭了，眼泪是你自己的。你痛了，没有人能体会到。
- 25、到了现在还躺在床上没有睡着，这不叫失眠，叫熬夜。
- 26、夜深人静的时候想起他，那个会说着撕心裂肺情话的他。
- 27、当那个人开始忽略你的时候是应该学会忽略那个人的时候。
- 28、我找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。
- 29、我们走遍了全世界，最后才发觉，你的笑容才是我最美

的风景。

30、某个人，某句话。某些场景，某一首歌，总能撕扯着你的情绪。

## 睡不着的文案短句篇三

1. 快乐不代表每件事都完美，而是你已下定决心让眼界超越不完美。晚安。

2. 岛村看见这种悲愁，没有觉得心酸，就像是在梦中看见了幻影一样。晚安！

3. 这个城市，有多少人带着遥不可及的梦想在现实里苟活，只为有一天能够活成理想中模样。晚安。

4. 得不到的事物别惦记，负能量的事物要远离，人生本就不差风雨，就别再为己徒增伤悲。晚安。

5. 世上最好的保鲜就是不断进步，让自己成为一个更好和更值得爱的人，晚安。

6. 不断学习充实完善自我，去实现心愿计划，接受生活命运给予。晚安！

7. 人生路漫漫，愿你我彼此善良而真诚。晚安。

8. 笑笑就能过去的事情，何必把它弄的人尽皆知。晚安。

9. 有些事放开就好，看开就好，不必计较太多。心宽，就是对自己最好的礼物。晚安！

10. 人生，简简单单，平平淡淡。晚安！

11. 放下一个人，往往在一念之间；爱上一个人，却是要千锤百炼。晚安！

12. 也许，我们需要的只有一个理由，去坚强，有一个微笑，去阳光，有一个梦想，去疯狂。晚安。

13. 你的好运气藏在你的实力里，也藏在你不为人知的努力里，你越努力，就越幸运。晚安。

14. 晚安，明天再喜欢你啦，今天真的太困了！

15. 准备睡一个长长的觉，梦中梦到甜甜的你。晚安！

16. 不要在人前哭，也不要深夜做任何决定。晚安。

17. 你的努力，别人不一定放在眼里，你不努力，别人一定放在心里。晚安。

18. 今日限定，本人全糖去冰。晚安，亲们。

19. 这么冷的天，我能想到最温暖的事就是拥抱你，晚安，你是冬日暖阳。

20. 喜欢你啊，就是心里放弃了一千次，也会在你说一句好听的话，再奋不顾身一万次。

21. 我的每一支笔，都知道你的名字。晚安。

22. 有时候遗忘，是最好的解脱；而沉默，是最好的诉说。晚安。

23. 心大了，所有的事都小了，宽容，让我们包容了更多美丽。晚安！

24. 比赢的意愿更为强大的是从零开始的勇气，一无所有，就

是开始拼的理由。晚安!

25. 睡前试着原谅一切，醒来才是更美好的一天，晚安好梦。

26. 我没有特意想你，只是在熬夜顺便想你，晚安!

27. 你有你的玫瑰花，我有我的幸运草，不是很香，但是很幸运。晚安。

28. 等哪天我们在一起了，我就抱着你睡。晚安!

29. 愿时光里所有的温柔事物，都在这个美好的九月如期而至。晚安。

30. 面对生活种种不幸，不悲，不哀，就像面对花落草衰，自然而坦然，明天还得继续。晚安!

31. 命运总是坎坷崎岖，大风大浪人生亮丽，关键在于顽强不屈，坚持到底。晚安。

32. 睡吧，晚安!今夜星光月夜皆归你，我也归你。

33. 在一条路走的久了，别丢下了自己的激情和梦想，别忘却了曾经的那份执着。晚安!

34. 多一点自知之明，少一点自作多情，人生会少很多麻烦。晚安。

35. 成年人的平和一半是理解一半是算了，晚安。

36. 爱情并不是只看心理，人们毕竟不会对一头心灵美的猪一见钟情。晚安!

37. 要足够优秀，才能接住上天给的惊喜和机会。晚安!

38. 从来茶倒七分满，留下三分是人情；有些关系，断了就让它断了，好聚好散，各自安好。晚安。

39. 记住了，生活给你的很多难堪，不是在跟你过不去，而是要你不断提高生存的技能。晚安。

40. 爱是一种互相作用力，你热爱生活生活也会反身拥抱你。晚安。

41. 好好生活，等合适的时候我们再相遇，晚安。

42. 人生只有走出来的美丽，没有等出来的辉煌。晚安！

43. 一个人知道自己为什么而活，就可以忍受任何一种生活。晚安。

44. 生活中的每一天命运都会在各个角落里期待着，每一天都很容易发生些什么事。晚安。

45. 积极的人在每一次忧患中都看到一个机会，而消极的人则在每个机会都看到某种忧患。晚安！

46. 人必须争气和强大，才不会被欺负；也必须谦逊和慈悲，才不会欺负别人。晚安。

47. 我走遍了全世界，到了最后才发现，自己的笑容才是最美的风景。晚安。

48. 我们不是被事情所困惑，我们是被我们自己对事情的看法所困惑。晚安！

49. 这么晚了，认识我的和不认识我的，我关心你们，晚安吧。

50. 今夜星光灿烂，和你一起来的。晚安！

1. 星星眨着眼睛，伴你静静入眠，温柔将你包围，美梦即将来临，朋友真情温馨，美觉睡到天明。不管距离有多远，好朋友都在真诚祝福，祝你天天快乐，晚安！

2. 累了就早休息吧，困了就早睡吧，乏了就躺下放松一下，知道你很辛苦我也一直在祝福，希望你好好的并且给自己一个信念加油，明天继续努力！晚安，好梦！我会想你！

3. 宁静的夜晚，美丽的天空，丝丝的微风，对你的关怀一直在心中。悠悠的祝福，滴滴的问候，愿你拥有甜甜的美梦，晚安！

4. 睡前心情极易躁，轻柔音乐来报道，烦恼从此不打扰，睡觉之前泡泡脚，舒筋活骨疲惫消，我的问候一来到，你的心情定会好，心情坦然乐陶陶，压力尽可随意抛，好梦连连乐逍遥。

5. 听说思念一个人会让她彻夜难眠，听说梦到一个人会让她半夜惊醒，为了让你能够安然入睡，我决定忍痛不想你不梦你。祝你好梦！

6. 假如人生不曾与你相遇，我不会相信，有一种人一认识就觉得温馨。你是那抹温馨里的甜蜜，爱你无需浪漫的言语，只需一生一世的美丽，亲爱的晚安！

7. 夜幕临，蝉蛩鸣，还有蛙唱来合声；月光明，清风吹，还有珍露来添凉；发短信，送祝福，晚安一声送梦乡；好梦陪，甜梦随，嘴角一弯心还美。晚安好梦。

8. 我很累，想你想了一天；你很累，你在我心里跑了一天。虽然现在我们不能相对，但我们能在梦里想会，亲爱的，祝你晚安。

9. 晚灯烁烁夜读书，盏茶袅袅香满屋，知君一心求学切，莫

忘身伤无人补。来日方长细思量，愿君吹灯早入眠，美梦翩翩驱疲惫，养精蓄锐明日狂。晚安！

10. 月上柳梢鸟儿静悄，影随身动心清神静，虫鸣欢闹夜露皎皎，炊烟袅袅风景最妙，此情此景祝福要到，愿你开心无烦无恼，好运随身幸福缠绕，晚安一声愿你笑笑。晚安。

11. 皎洁的月光是我送你的温馨灯，痴痴叫的知了是送你的入梦曲。亲爱的，卸下一天的疲惫与紧张，快速的进入梦乡，祝你好梦，晚安。

12. 不管男女，除了老情人，出事不可能在白天，总是在晚上。所以每天记得发短消息说晚安，确认他睡在了他该睡的地方。

13. 生气容易长皱纹，开心就会变年轻，熬夜肯定会伤身，适当睡眠一身轻！提醒调皮又可爱的你：少在深夜晒月亮！容易出事！祝：睡眠甜甜！好梦圆圆！

14. 月儿窗外盯梢，眯缝着眼睡不着觉。汗水湿了问候，借着夜风来捎。屏幕光亮一闪，跳出一串快乐符号。祝你睡个好觉，晚安！

15. 白天工作，“已经了然”，夜晚到来，顺其自然，放下负担，轻松安然，进入梦乡，自由坦然，祝你晚安，快乐怡然，做个好梦，悠哉悠然。

16. 刚刚我给夜空中的星星客服发了短消息：为你带去宁静，祥和，温暖，好梦！星星客服答应了，并且还要洒下星空下的余辉陪伴你安然入睡，让明月来装饰你的梦。流星划过的声音已把问候落至你的手机窗口：夜深了，晚安！

17. 人生最可怕的事，是一边后悔一边生活。

18. 他没那么喜欢你。有时你宁愿给自己编织一个美丽的谎言，

活在想象中，甜蜜地自虐，最终在妄想中忘了这只是妄想，以为谎言说了一千遍就会成真，殊不知，谎言说了一千遍，依旧是谎言。

19. 低质量的社交不如高质量的独处。

20. 你聪明有人会说你心机重，你靠的是努力有人会说你运气好，你说自己天生乐观有人会说你虚假，有时候，你明明就是一杯白水，却被人硬生生逼成了满肚子憋屈的碳酸饮料。人一生遇见太多人，即使有些话字字诛心，也没必要活在他们的眼神里，只要内心澄明，就永远不用讨好一个不懂你的人。

21. 和你们想在的年纪遇到某人不一样，我只想在的年纪时到处浪。

22. 无论你在哪个年龄段，我想我们都应该学会对身边的人温柔一些，至少说出来的话不要给别人添堵，因为你可能不知道，语言真的有一种神奇的力量，它会让你爱的人爱你，也会让爱你的人决定离开你。

23. 有些思念，怎么也放不下；有些爱，怎么也断不了；有些再遇，怎么也潇洒不来。人生的各种羁绊，不都是这样吗？斩断旧的，又有新的。

24. 生命，就像一场永无休止的苦役，不要惧怕和拒绝困苦，超越困苦，就是生活的强者。激励人的一段话。任何经历都是一种累积，累积的越多，人就越成熟；经历的越多，生命就越有厚度。晚安！

25. 人生的确很累，看你如何品味；淡看人生苦痛，淡薄名利，心态积极而平衡，有所求而有所不求，有所为而有所不为，不用刻意掩饰自己，不用势利逢迎他人，只是做一个简单真实的自己。晚安！

26. 抛弃烦恼的干扰，享受这难得的温馨时刻；卸下压力的重负，享受轻松的生活；亲切的一个祝福，让快乐陪您漫游美好的梦境。温馨的夜晚，愿好梦将您夜夜陪伴。

27. 假如人生不曾与你相遇，我不会相信，有一种人一认识就觉得温馨。你是那抹温馨里的甜蜜，爱你无需浪漫的言语，只需一生一世的美丽，亲爱的晚安！

28. 花妩媚，因为蝴蝶在追；梦已醉，因为月色很美；夜深沉，因为天使降临；情珍贵，因为有你安慰；我幸福，因为有你一生伴随。晚安，朋友！

29. 夜来了，为你洗洗脚，让一天的劳累随风而去；为你揉揉肩，放松下紧张一天的神经；为你唱首歌，驱走一天的不快与烦闷。朋友，做个美梦。

30. 宁静的夜晚，柔柔月光带去我深深的思念。温馨的夜晚，闪闪星光传递我真挚的祝福。在这幸福的夜晚，一句晚安带你进入美好梦境。

31. 拨开生活的迷雾，让时光明媚，望窗外风景，看岁月又是满眼繁华。在光阴的荏苒下，我们渐渐学会了宽容与平和，也学会了勇敢与面对，即便错过了最美的年华，因为爱过，依然无悔；即便有过失去，因为珍惜，便会无憾，如若不属于春天，那便让自己在盛夏开放；如若没有好的际遇，那就选择用汗水将黑夜照亮。晚安！

32. 今夜星光灿烂，好运随时来。疲惫的身体带着倦意慢慢入睡，愿你做一个好梦，梦中流星滑落让你愿望成真，晚安！

33. 晚上是烦恼的结束，早晨是快乐的开始，晴天照出你灿烂的心情，雨天冲去你所有的忧愁，无论是早晚，不管是晴雨，我都愿陪在你身边，愿你快乐每一天！

34. 一夜好梦，忘记所有忧愁；一夜香甜，抛却所有烦恼；一夜深睡，甩掉所有苦痛；一觉醒来，开启新的美好。朋友晚安。

35. 睡一睡，精神好，烦恼消，快乐长；睡一睡，心情好，做美梦，甜蜜蜜；睡一睡，身体健，头脑清，眼睛明。愿你酣然入梦，晚安！

36. 当夜幕笼罩整个大地，月光布满这一片天际，流星划过这深蓝的宇宙，我轻闭双眼，给你许愿：希望你的生活里阳光一片，精彩无限！晚安！

37. 不去追逐你所渴求，你将永远不会拥有。不往前走，就将永远停留。

38. 不要在失败时才想起别人的忠告，不要在失去之后才想起珍惜，晚安。

39. 常常责备自己的人，往往能得到他人的谅解，晚安。

40. 生命就像一场梦，一场别人的梦，始终没有结束，晚安。

41. 有人说，抱怨的人不见得不善良，但是往往不受欢迎，晚安。

42. 用行动开启美好，用智慧点亮人生，用信心激励自我，用勇气点燃激情，用执着守候成功，用努力打造精彩，用奋斗创造辉煌，用拼搏开拓未来！晚安！

43. 当自己很累很累的时候，自己应该闭上眼睛做深呼吸，告诉自己自己应该坚持得住，不要这么轻易的否定自己，谁说自己没有好的未来，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，即使没有人为自己鼓掌，也要优雅的谢幕，感谢自己认真的付出。晚安！

44. 你可以去做一切事情，但前提是不会为结果伤悲；生活平淡没那并不可怕，可怕的就是带着面具，就活在虚荣的梦幻里。晚安！

45. 有些事，做了才知道，有些事，错了才知道，有些事，长大了才知道。晚安。

46. 假如人生不曾与你相遇，我不会相信，有一种人一认识就觉得温馨。你是那抹温馨里的甜蜜，爱你无需浪漫的言语，只需一生一世的美丽，亲爱的晚安！

47. 不必为昨夜的泪，去弄湿今天的阳光！

48. 在等待的日子里，刻苦读书，锻炼身体，谦卑做人，养得深根，日后才能枝叶茂盛。晚安。

49. 宁静的夜晚，月牙弯弯，柔柔月光带去我深深的思念。温馨的夜晚，星光跳动，闪闪星光传递我真挚的祝福。在这幸福的夜晚，一句晚安带你进入美好梦境。

50. 不是每个人的梦想都是住大房子、挣很多钱、出人头地，很多人都在享受着自己的小幸福，平静地当个快乐的普通人。晚安！

1. 不要因为暂时的得到而失去未来的拥有，靠牺牲别人得到的更不会长久。没办法，这是天道。

2. 政从正来，智从知来，财从才来，位从为来。晚安！

3. 不要活在别人的嘴里，也不要活在别人的眼里，而是把命运握在自己手里。晚安！

4. 爱是一念之差，最幸福的不过是，你曾温柔呼唤，而我恰好有过应答。

5. 每个女人，都希望有在委屈时可依靠的男人。而每个男人，疲惫时都想在自己女人身边安然躺一晚。生活伴侣其实也是灵魂伴侣，不要总是去寻找相爱的感觉。相爱容易，而能让人有归宿感难。有些人爱你，却不能给你归宿。所以，若有人让你有回家的安全感，就这样相守一辈子吧。

6. 旧书不厌百回读，熟读精思子自知。晚安！

7. 劝烦恼打个小盹，让快乐冒个小泡；让痛苦小憩歇会儿，让幸福接连赛跑；哄晦气睡个长觉，等好运悄悄来到。明天是崭新的一天！

8. 本信息为骚扰信息！警告还没睡的快去睡，刚睡的翻个身继续睡，睡了很久的起来上个厕所接着睡，实在不想睡的和我一起骚扰想睡的！

9. 要努力变得强大，走更好的路，遇到更好的。不开心时，做个深呼吸，不过是糟糕的一天而已，又不是糟糕一辈子。晚安！

10. 想送你一个月亮，有我对你温和的嘱咐；想送你一颗星星，有我给你俏皮的祝福；想送你一条美梦，让晚安连同星星月亮随你入梦！

11. 愿所得皆所期，所失亦无碍。晚安~

12. 我不介意在梦中和你相遇。晚安咯。

13. 最大的心安是自律，温柔和爱自己。晚安~

14. 万家灯火与群星，人间值得的又一刻，晚安。

15. 喜欢就争取，得到就珍惜，错过就忘记。晚安~

16. 梦就像星星一样多，却也像星星一样遥远。晚安~

17. 持平常心，做本分事，活在当下，乐对未来。晚安~

18. 生活明朗，人生可爱，人间值得，万物可期。晚安~

19. 祝你坚强，祝你可爱，祝你一生向前，永不回头。晚安~

20. 宇宙那么浩瀚，自己的小小悲伤不算什么。晚安，世界。

21. 踏实一些，不要着急，你想要的，岁月都会给你。晚安。

22. 能抓住希望的只有自己，能放弃自己的也只有自己。晚安~

23. 有些关系，断了就让它断了，好聚好散，各自安好。晚安。

24. 未来可期，人间值得，希望你的心情能像星星一样，晚安。

25. 再不努力，生活就不只是眼前的苟且，还有未来的苟且。晚安~

26. 哪怕你周围的世界再复杂，也要保护好内心的善良和温暖。晚安~

27. 走好选择的路，别选择好走的路，你才能拥有真正的自己。晚安~

28. 岁月你别催，该来的我不推，该还的还，该给的我给，晚安世界。

29. 凡事不必太在意，一切随缘随心，缘深多聚聚，缘浅随它去。晚安~

30. 人与人之间，要么价值观一致，要么度量宽，否则就相处不下去。晚安~

31. 不要尽力而为，而要全力以赴，即使没有出色的外表和能力，也要有压倒一切的霸气，用自己的光，照亮自己的路。晚安。

32. 不要去听别人的忽悠，你人生的每一步都必须靠自己的能力完成。修炼自己，比到处逢迎别人重要的多。晚安。

33. 一个人只有保持快乐和满足，才能远离痛苦；一个人只有保持青春活力，才能激流勇进；一个人只有坚持学习，才能与时俱进；一个人只有坚持奋进，才能永远年轻。晚安！

34. 人生在世无法预知未来，幸与不幸，只有坚持到最后才知道。人间值得，值得你活出自己，值得你去追寻你想要的人生。晚安！

35. 你闪闪发亮的同时，也要平平安安。晚安。

36. 当第一缕月光洒进我的窗户，我就开始想你，思念我们欢笑过的雪地，留下了无法抹去的足迹；思念我们曾拥有的甜蜜，不知你是否将甜蜜牢记！

37. 年轻人啊，你以为你忧伤，其实你是没睡爽，你以为你暴躁，其实你是没吃饱，你以为你思念，其实你是太闲。晚安！

38. 心态不好，人生易老。有什么样的心，你就是什么样的人。人，不怕容颜沧桑，就怕心的苍老。晚安。

39. 如果有天我们湮没在人潮之中，庸碌一生，那是因为我们没有努力要活得丰盛。晚安！

40. 生命是一段精彩旅程，要活的有自己的样子，而不是别人的影子。晚安！

41. 我想看看你的梦里有没有我呀，反正我的梦里是有你的，

欢迎你来视察呀!晚安!

42. 夜里，那满天繁星，就是我凝视你的眼睛。那皎洁明月，就是我思念你的神情。晚风轻轻拂来，带去我的问候：夜深了，做个好梦!

43. 和你的亲爱的道一声晚安。也许他刚因为恋爱而受挫，因为工作而消极，因为未来的不确定而迷茫，你的一句晚安可以抚慰那颗渐渐疏离的心。

44. 在这美好的夜晚，夜空的繁星代表我温馨的祝福，窗外皎洁的月色洒在你身上，替你洗去一天的劳累，愿你今夜有一个甜蜜的梦境!

45. 如果身处绝境，千万不要沮丧，要像万丈天坑底部的一棵狗尾巴草，要昂起毛茸茸的头颅，向着太阳灿烂地微笑。晚安。

46. 一段不被接受的爱情，需要的不是伤心，而是时间，一段可以用来遗忘的时间。一颗被深深伤了的心，需要的不是同情，而是明白。晚安。

47. 每一个疲惫的灵魂都希望得到片刻喘息，每一份失落的心情都希望得到短暂的安抚。让一切失落和疲惫消逝在黑夜中，祝好梦!

48. 你是薄雾，是暖风，我喜你依旧浓。晚安。

49. 我愿化作和风，穿过崇山峻岭来到你的窗前，将你温柔包围。不管距离多远，总有一个我在陪着你。亲爱的，晚安!今晚做个好梦!

50. 你的努力，别人不一定放在眼里，你不努力，别人一定放在心里。晚安。

## 睡不着的文案短句篇四

夜里总是美丽的，但在这一个美丽的夜晚里，失眠对于我们来说是一件痛苦的事情了，为此关于凌晨睡不着心情伤感文案有哪些呢?以下是小编为大家准备了凌晨睡不着心情伤感文案大全，欢迎参阅。

- 1、明明是你的错，你还能反过来倒打一耙，兄弟你真棒。
- 2、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。
- 3、为了想清楚我昨天为什么失眠，今天我又失眠了。
- 4、爱情从希望开始，也由绝望结束。死心了，便是不再存在着任何我曾经对你有过的希望。
- 5、失眠的人，只要不是个笨蛋，肯定是个天才。
- 6、没有人可以回到过去重新开始，但谁都可以从现在开始，书写一个全然不同的结局。
- 7、总有那么一个人，让你遍体鳞伤，总有一段伤，让你念念不忘。
- 8、最痛苦的一种再见是从未说出口，但心里却清楚，一切都已结束。
- 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。
- 10、那是一种亢奋的痛楚，为了收获和拥有，抑或无奈之感

喟，无助的怅然而太难入梦。

11、梦总是有会醒来的时候，不会醒的梦总有一天会变成悲伤。

12、风是透明的，雨是滴答的，云是流动的，歌是自由的，爱是用心的，恋是疯狂的，天是永恒的，你是难忘的。

13、我用尽幼年时的青春来爱你，而后便拿余生的苍老来忘你。

14、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。

15、一个妹子问我sm是什么意思，我不好意思说，就告诉她失眠的意思，然后她就把签名改我最近经常sm☐

16、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。

17、本该玩的年龄，却怎么心事重重；本该放纵的青春，却怎么只能听天由命。

18、睡眠的拼音是shuimian☐失眠的拼音是shimian☐辗转反侧夜不能寐，只因少了一个u☐

19、原来你没有我，也可以过得那么洒脱。

20、失眠，又一次回学校后失眠，想去看心理医生，我们家以后要怎么办，不断的争吵，不停的打击怀疑自己，我们的出路在哪里。

21、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。

- 22、世间没有美丽的天使，只有善良的女人。
- 23、失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。
- 24、眼中总是会不经意的流起泪水，在每个失眠的夜晚。
- 25、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。
- 26、东京失眠，河口湖又一次失眠，这到底是怎么了?这样下去我会担心失眠而失眠的。
- 27、有的人注定偶然出现在你的生命里，却要用一生的时间来将它遗忘。
- 28、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。
- 29、什么叫快乐?就是掩饰自己的悲伤对每个人微笑。
- 30、据说，当你失眠的时候，你将会在别人的梦里出现。
- 31、每次失眠一定做噩梦。这是一座被丧尸占领的城市，杀人，跳楼，枪声，一次又一次的营救，醒来以后这梦还真实存在着。我再一次看着妈妈走远又没有力气呼喊她，好可怕。
- 32、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。
- 33、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。
- 34、爱情终究是一种缘分，经营不来。我们唯一可以经营的，只有自己。

35、失眠了，拿起一本物理书，一会就睡着了。

36、安静的夜、又一次失眠、因为发现自己有那么多的不足、不成熟、心里莫名的不安。

37、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。

38、我的未来就是个梦，更遗憾的是，这回还失眠了。

39、上帝之所以发明指纹，是为了告诉你，人人都有留下的伤痕。

40、为了想清楚昨晚为什么失眠、今晚，又失眠了。

41、曾经的誓言，现在的谎言，一切的一切只是在敷衍我。

42、你自信于你的全部，不困就别睡；即使赖在床上，也不曾安乐。

43、明明很想哭，却还在笑；明明很在乎，却装无所谓；明明很痛苦，却偏说自己很幸福；明明忘不掉，却说已经忘了。

44、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。

45、每个人都有一种特别的爱人的方式，像指纹一样，在芸芸众生中不会重复。

46、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。一个人的座位，一个人想着一个人。

1、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。

- 3、你失眠了，但对不起，该哄你睡觉的不再是我。
- 4、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。
- 5、如果你本来就有夜晚难以入眠的困难，请不要在中午小憩。这种小睡可以使你的夜晚更糟糕。
- 6、在月黑风高的夜晚，睡不着只好到你的家里拜访你
- 7、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。
- 8、有时，与其说是失眠，不如说是想用清醒惩罚自己。
- 9、孤夜无眠睡不着，想想从前你的模样，泪水就扑湿了双眼，爱的时候那么深那么真，离开的时候却又那么决绝，不留一点遗憾给我！
- 10、没有所谓玩笑，所有的玩笑都有认真的成分。
- 11、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。
- 12、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。一个人的座位，一个人想着一个人。
- 13、我不太主动找人聊天。所以，我主动找的，都是我在乎的人。
- 14、人生第一次通宵，居然因为失眠，看来是真的睡不着了，等天亮……看日出
- 15、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。

16、中午睡了一个超级香的午觉，感觉秒变夜猫子了，睡不着啊。

17、成熟，不是你能用很多大道理去开导别人，而是你能说服自己去理解身边的人和事。

18、历历在目的是那些过往的点滴，我已走过尘海无法冻结的那一段，让它成为那一瞬间梦与现实交织而成的终点——遗忘就是给彼此最好的纪念，如花美眷，终究抵不过似水流年。

19、如果不是因为在乎，怎么会有这么多情绪。

20、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。

21、你若须要时间，还得自己把他造出来。

22、我找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

23、有时候我们需要的不是一碗鸡汤，而是一个巴掌。有些人出现在你的生命里，就是为了告诉你：你真好骗。

24、想到国庆七天可以吃吃睡睡，我就激动得睡不着觉！

25、她再也没对我说晚安，我的失眠也再没好过。

26、我一直相信，爱你的人只会\_\_你的事。又一次失眠了，不为别的，只是想记录一下，一个傻瓜还活着。

27、你是我误删的照片，错过的航班，丢失的日记本，经久不息的遗憾。不打扰不是不在乎，只是没了热情，也没了必要。

29、时光飞逝，停在哪里休息，哪里都有真情体现，我们不能害怕欺骗，把自己的热情藏在心里。

30、人生最可悲的事情，莫过于胸怀大志，却又虚度光阴。

31、别动不动就付出真心，他给你的糖可能也给过别人。

32、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。

33、今年出生的孩子不容易失眠，因为他们会属羊。

34、我们之所以要努力，不是为了改变世界，而是为了不让世界改变我们。无论你是谁，无论你正在经历什么，坚持住，你定会看见最坚强的自己。晚安！

35、每次失眠一定做噩梦。这是一座被丧尸占领的城市，杀人，跳楼，枪声，一次又一次的营救，醒来以后这梦还真实存在着。我再一次看着妈妈走远又没有力气呼喊她，好可怕。

36、说出口的伤痛都已平复，绝口不提的才触及心底。

37、失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。

38、风华是一指流砂，苍老是一段年华。

39、我以为终有一天，我会彻底将爱情忘记，将你忘记，可是，忽然有一天，我听到了一首旧歌，我的眼泪就下来了，因为这首歌，我们一起听过。

40、每晚都说要早睡，可每次都会失眠！

41、我并不奢求在你那里找到幸福，也不敢想你会有什么付出，只是想，既然做了决定我就义无反顾，可笑的是，你却

连一个让我义无反顾的机会都不给我。

42、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。

43、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。

44、回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子。

45、有人在乎你，有人保护你，有人关心你，有人希望你幸福，有人整夜睡不着地想念你，她就是爱你爱得最深的人。

46、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。

47、曾经的誓言，现在的谎言，一切的一切只是在敷衍我。

48、最痛苦的一种再见是从未说出口，但心里却清楚，一切都已结束。

49、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。

50、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。

51、我在夜里深深地呼唤你的名字，只期盼你，能给我一个及时而热烈的回应。

52、又一次毫无征兆的失眠了，我真的是服了。拜托你们能不能乖乖的住在躯壳里。再这样下去真的要安眠药了，感觉要看心理医生。我选择死亡！

53、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

54、不是怕你呆在痛苦的曾经，而是担心你从此错过了年轻。

55、我们身边重要的人越来越少，而留在身边的人越来越重要。

56、念起，万水千山；一念灭，沧海桑田。

57、我用尽幼年时的青春来爱你，而后便拿余生的苍老来忘你。

58、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。

59、你我皆有苦衷，你又何必诉说身不由己呢？

60、请把努力当成一种习惯，而不是三分钟热度。坚持才是成功之道，每一个你羡慕的收获，都是努力用心拼来的！晚安！

61、随口答应，还不如认真拒绝。承诺有限，精力紧张，大家可以学习另外两种技能：随口拒绝讨厌鬼，认真答应心上人。

62、一个人的夜晚，要怎么学会与孤独相处呢？夜真的太长，心真的好累，好想结束这样的生活。

63、我从不承认孤独是由于卓杰，任何一个平凡人都有欲罢不能的孤独之痛。

64、总有那么一个人，让你遍体鳞伤，总有一段伤，让你念念不忘。

65、其实，人都是贱的，爱你宠你的人你不稀罕，对你冷若冰霜的却是穷追不舍。最后搞的遍体鳞伤的还是自己。

1、总在等着那一天，能忘记昨天的自己，忘记那些寂寞和悲伤。

2、最伤心的事情就是，看着你的离去，我却无能为力。

3、有没有人和我一样，为了一个没有的结果执着而坚持着。

4、你若不是我的花，怎么会在我心中开的如此狂妄。

5、我每次半夜醒来，看到她们在为积分而紧张的睡不着，对他说我想你呀，一切都会过去的，努力为他做最好的！

6、曾经你是我每天清晨微笑的原因，现在却是我每天夜里悲伤的理由。

7、感情真是个一如既往让人失望的东西，多少年都是一个样。

8、真的要我这样度过每一天吗，我也没什么，就是会时时想你，就是会想想现在你好吗，就是浑身没力气。

9、最怕在我已经做好了独自前行的准备时，远方又寄来一抹握不住的温柔。

10、其实，有些藏在心底的话，并不是故意要去隐瞒，只是，并不是所有的疼痛，都可以呐喊。

11、我自己到底是怎么了，心烦，失眠，怎么感觉一切都没有意义呢。

12、多少人生气不喜欢说话，难受一个人憋着。

13、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。

14、我不太主动寻人谈天。所以，我主动寻的，都是我在乎的人。

15、天刚刚破晓，我慢慢睡着。

16、醉生梦死又一回，孤独的人注定孤独，漂泊的依旧漂泊，你在哪？又再和谁说你当初的故事。

17、其实我一直在你身边守候，等你靠在我肩上诉说，会不会有那么一天，你的温柔都属于我，我不会再让你难过，让你的泪再流。

18、晚上带小小去超市喝了一杯免费咖啡，是要让我失眠到天亮吗。

19、你我皆有苦衷，你又何必诉说身不由己呢？

20、有一种伤很伤，很伤很伤，伤到右心室，之后便是窒息。

21、因为你！每天晚上失眠。我是该坚持、还是妥协啊！好心烦啊。

22、不想入睡，是害怕你会出现在梦里。

23、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。

24、睡觉被吵醒了，一个人出去。这种孤独感非常不错。很好。

25、你厌烦了期待，我埋葬了等待。

26、如果没有遇见，岁月的记忆也不会成为流泪的借口，安静的世界也不会成为孤独的理由，梦也不会夜里落下思念的疼痛。

27、论咖啡是怎样毁掉我的一天的，从喝完到现在，时不时心悸，想吐，感觉喘不过来气。害怕今天晚上会失眠。

28、如果没法忘记他，就不要忘记好了。真正的忘记，是不需要努力的。

29、在不眠之夜，揽星光月色入情怀，挥笔洒墨成诗行的回报，不眠成诗，很有点化痛苦为欢乐，化腐朽为奇妙的意味。

30、为了想清楚昨晚为何失眠，导致今晚又失眠了。

31、享受失眠的过程，忍受失眠的结果。

32、你来，信你不会走；你走，我当你没来。

33、道理我都懂，但是能安慰我的不是道理。

34、我们总是在错误的时间，错误的地点，懵懵然就爱上那个人。然后，不得不用尽一生来遗忘。

35、大部分深夜还睡不着的人，要么心里有故事，要么心里有故人。

37、刮风的时候，你要学会一个人颤抖，而不是奢望谁的手。

38、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。

39、在这个匆忙与现实的世界里，张望着重复着，习惯着而又疲倦着，同一辆车，相同的风景。

40、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。

41、叫失眠别闹了，别人都睡了那么久那么久了。

42、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。

43、已经连续几个晚上失眠了，晚睡早醒，尿频，晚上越来越不好睡觉了。

44、再没有任何事情，可以触动我死寂般的心；再没有任何事情，能掀起我内心的波澜。

45、想太多，心态乱，失眠的人连做梦的机会也没有。

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、因为你，那一次的回眸，我不会在千百次的轮回里，变得孤单。

## 睡不着的文案短句篇五

1、她说出你的心里话了吗？我是有多怕你的玩玩而已，才会在乎到失眠啊。

2、治疗失眠的唯一办法就是别硬睡了。

3、不哭不闹，我只翻书睡觉。

4、大半夜睡不着觉，起床打扫卫生，我真是越来越勤快了。

5、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。

6、失眠能看出一个人的病态。

7、被蚊子咬醒的凌晨，简直要被蚊子搬走了。而且肚子饿到不行，还睡不着。

8、找到一个笨蛋陪你失眠，这何尝不是种幸福。

9、就是有人玩得比你多，睡得比你早，考得还比你好。

10、你在我心里面陪我失眠，可是却不在我身边。

11、失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。

12、失眠，是梦也在挡我去见你。

13、想睡睡不着，或者直接不想睡的，基本每晚都会失眠的人。

15、早上长睡不起，晚上视死如归。

16、这是通往成功的道路，不过还在施工，记得戴好安全帽。

17、失眠的人都出来好吗？有什么心事我安慰你，肩膀拿去。

18、多想能回到那天，我能好好的求你，求你别离开我。

19、失眠的爱情最终会睡眠。

20、和尚们都很潮，由于他们都穿哈伦裤。

21、夜深人静，唯有自己走在孤独的道路上，抽支烟点燃寂寞。

22、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。

23、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。

24、失眠的原因太饱太饿或太想你。

25、找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

26、我听你的故事失眠整夜。

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、夜深人静的时候，我常常问自己，当初决定来地球，到底是对是错！

29、每到晚上睡不着，爬起来想你就像是安眠药。

30、一如今失眠成仓海，漫漫长夜难度过。

31、我失眠了，我的全世界却睡的安稳。

32、我只是时常走丢在深夜，失眠作伴。

33、叫失眠别闹了，别人都睡了那么久那么久了。

34、我释怀不了的那些回忆，终极成为枷锁无法逃离。

35、把老师讲课的声音录下来，睡前听，你再也不会失眠了。

文档为doc格式

## 睡不着的文案短句篇六

1.

我的心里有一座无人岛，那里开满了存着记忆的白玫瑰花。

2.

这社会什么都可以是假的，但我绝对不能容忍钱也是假的。

3.

你知不知道我只为你一个人失眠，一个人难熬。

4.

如果我把我的手放在背后，你愿不愿意，牵着我一起走？

5.

不喜欢半夜醒来上了个厕所整个人都精神了，睡不着啊睡不着可是明天还要搬砖。

6.

半夜三更的时候总想起你，然后就彻夜难眠。

7.

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。

8.

失了眠的夜，是最纯粹的安静。

9.

大半夜点醒来，怎么也睡不着，这是要闹哪样。

10.

每一个故事都会结束，但是生活中，每一个故事的结束同时也是一个全新的开始。

11.

晚上睡觉，最郁闷的事情莫过于入睡时怎么也睡不着，但是还在想为什么会睡不着；同样莫过于半夜突然醒来而又在不断地想为何半夜会突然醒来；亦或第二天早上起床时，那个美梦明明没收尾，却怎么也梦不到。

12.

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。

13.

半夜醒来睡不着，做梦都在难受。生无可恋的一天，然后一天接一天。

14.

醒来最尴尬的两个时间段，一个是半夜点再也睡不着，一个是午睡到到点发现世界好安静！还腰痛。

15.

半夜醒来就睡不着，听外面下雨了闻鸡打鸣，我是不是应该起来跳个舞。

16.

我是温柔的，除了苍凉。我是温柔的，除了忧伤。

17.

深夜是一个人心灵最脆弱的时候，也是想念最疯狂的时候。

18.

没有谁离不开谁，离不开的只有影子。没有谁放不下谁，放不下的只是心结。

19.

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。

20.

你从来没有秒回过我消息，甚至回复的每一句都是敷衍。后来才明白，除了两情相悦，所有的喜欢都是心酸。

21.

藏在心底的话并不是有意要去隐瞒，只是并不是所有的疼痛都可以呐喊。

22.

时间不会让我忘了你，只是会让我慢慢习惯没有你。

23.

爱一个人不一定就要拥有，但拥有了一个人就应该好好的爱她呵护她。

24.

如果你就是我命中之人，我就没有经历和心思去爱另一个人。

25.

失眠，闲着无聊自己做题！

26.

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。

27.

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。

28.

思念，是一座桥。你从那头走过来，我从这边走过去，尽管彼此没有相望一眼。

29.

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。

30.

真正让人难过的往往都是一些小事，就像那天下了很大的雨，别人在等伞，而我在等雨停。

1、成长的路上被辜负得多了，自然也就学会了防卫，结果防住了恶意，也挡住了好意，只剩一身疲倦与孤独。

2、你认真的说你喜欢白山茶，却怡然自得的收起别人的红玫瑰。你温柔的说你眷恋我，然后迫不及待的去爱别人。

3、许多事情，总是在经历以后才会懂得，一如感情：错过了，遗憾了，才知道其实生活并不需要这么多无谓的执着。

4、有时候，心里会突然冒出一种厌倦的情绪，觉得自己很累很累。只想放纵自己一回，希望能痛痛快快歇斯底里地疯一次。

5、突然知道自己高估了在别人心中位置的感觉，就像是有人用嘲笑扇了我一耳光，不具体却很疼。

6、有人心疼时，眼泪才是眼泪，否则只是带着咸味的体液；被人呵护着，撒娇才是撒娇，要不然就是作死。

7、经历一些事，读懂一些人。不要以为我傻，只是有些东西我看在眼里，埋在心里。

8、我再也没有给你留过言，再也没有主动找过你，看见你只会擦肩而过微微一笑，甚至当作路人笑都不笑，不是我装清高不食人间烟火，而是你错过了当初认真的我。

9、我的硬伤不过是你的名字而已。总是一千次的忘记你，但又一千零一次的想起你。

10、打一个巴掌，再给一颗糖，反反复复，你什么时候才明白，他只是没那么喜欢你。

11、我以前一直以为，最怕的不是不爱，而是爱而不得。现在明白，最怕的莫过于得而不爱。

12、最心痛的一句：我累了！有多少曾经败给一句我累了，有多少青春就这样荒芜了，又有多少我爱你变成了我曾经爱过你。

13、或许，我们都是胆小鬼。喜欢爱情的悸动，偏爱上盔甲，贪恋胸膛的温暖，又像刺猬一样防备。怕期望带来失望的恶性循环，怕爱上一个人到不了天荒地老。

14、拖延才是最彻底的拒绝吧，看似还留有一丝温情，其实说白了，他不仅不爱你，还懒得跟你解释为什么不爱你。

15、我还是很喜欢你，像风走了八千里，不问归期。可我不想再喜欢你，像鱼与鹰的爱情，遥遥无期。

17、别祝我幸福，这个世界上最没资格说这句话的人就是你。但你一定要幸福，否则辜负了我的退出。

18、你说不爱他的样子，就像小朋友手里攥着一把糖，糖纸都露在外面了，却拼命摇头说我没有。

19、差点以为你已经是我的了，于是开始变得玻璃心海底针，开始患得患失。可是在某一瞬间又突然想通了，释怀了。清晨的粥的确比深夜的酒好喝，装睡的人你叫不醒，要走的人你留不住。

20、我是真的想你，也是真的不想委屈我自己。

1、当你认为自己很聪明的时候，不要忘记别人也不傻。

2、眼中总是会不经意的流起泪水，在每个失眠的夜晚。

3、牵挂，是一颗心对另一颗心的深深惦记，是联结亲情联结友情联结爱情的纽带。牵挂是一份亲情，一缕相思，一种幸福。

4、念旧的人总是容易受伤，喜欢拿余生等一句别来无恙。

5、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。

6、爱若难以放在手里何不把这双手放在心里。总有一个人，一句对不起，让你心痛、刻骨铭心。

7、每一次创伤都是一种成熟，每一次失去都是一种获得。

8、不能见面的时候，我们互相思念。可是一旦能够见面，一旦再走到一起，我们又会互相折磨。

9、生命中最好的事情就是找到那个知道你所有的错误和缺点，却依然认为你非常棒的人。

10、你厌烦了期待，我埋葬了等待。

11、你当我是个风筝，要不把我放了，要不然收好带回家，别用一条看不见的情思拴着我，让我心伤。

12、舍不得放手，却又不想别人拥有。

13、从未顾忌我的感受，又怎会知道我多难受。

14、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。

15、当你孤独一个人的时候、世界上也只有两样东西不会背叛你、那就是文字和音乐。

16、他不留恋，你却深陷。爱情何尝不是一种作茧自缚。

17、夜很深，觉很短，失眠的人没有晚安，也不说晚安。

18、想你的时候，我就像个哑巴，所有情绪都无法表达。

19、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。

20、活得累是因为心里装了多余的东西，这跟吃饱了撑的是一个道理。

21、有些人注定是等待别人的，有些人是注定被人等的。

22、心事这东西捂着嘴巴它就会从眼睛里跑出来。

23、瞧你一副窝囊废模样，收不了心还忘不了过往。

24、只能把最爱的人放在心底，是这世上最为残忍的事情。

25、我和你以笑开始，以吻转浓，以泪结束。

26、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。

27、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，散发出来的都是清香。

28、习惯晚睡不叫失眠，就像你从未在我身边不算失恋。

29、我找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

30、有时候，你假装很快乐，只是为了不让别人问你怎么了。

## 睡不着的文案短句篇七

1. 我终生的等候，换不来你刹那的凝眸。

2. 要有多坚强，才敢念念不忘。

3. 一个男人，只要有一个女人爱他，他便显得高尚。

4. 彼年豆蔻，谁许谁地老天荒。

5. 遇见一场烟火的表演，用一场轮回的时间。

6. 爱情就是这样，喜欢装神弄鬼。

7. 哪怕世界都灰白，我仍然会让你依靠。

8. 曾经流过的泪，湿了伤口，就让阳光晒干而褪

9. 总是期待着未来，却不知道未来的路该怎么走。

10. 最近火气很大，矫情很多。人生满满不如意，颓废了啊！

11. 主动久了，每个人都会累，不是不爱了，只是心累了。

12. 有时，爱也是种伤害。残忍的人，选择伤害别人；善良的人，选择伤害自己。

13. 你住进我心里，告诉我什么是思念。

14. 他的耳朵好使，嘴聋。
15. 我开心的不是和你在一起。而是你能得到幸福。
16. 洒脱的活自己别理那么多，因为不是谁都会理解你。
17. 谁给你一片围墙。泯灭了你曾经跳跃的心。
18. 别再敲打我平静的心门，现在地我已经了无牵挂。
19. 对不爱自己的人，最需要的是理解、放弃、祝福。
20. 因为你让我懂最深的爱，最沉默
21. 我会好起来的。总有一天，某一天。只是不是今天。
22. 要想躲避流言蜚语，最好的办法就是封闭自己的嘴。
23. 你没有经历过我的人生，你说我消极，我说这是我的浮夸在时间里沉淀。
24. 故事没有结尾你忘却是非全身而退，谁独自颓废最终心碎不再奢求挽回
25. 爱，不要轻易承诺，一旦不能兑现，那是更大的伤害。

## 睡不着的文案短句篇八

32. 居然失眠了，身边都是一群什么人呀，真无语!让我真心烦!还有我那奇葩婆婆，我也是醉了，够够的了，哎!
33. 大部分深夜还睡不着的人，要么心里有故事，要么心里有故人。
34. 最近是怎么了，脑子不听使唤，经常失眠睡不着该如何

解决。

35. 这个世界真好，每天都有不同的难过。

36. 一个人的夜晚，要怎么学会与孤独相处呢？夜真的太长，心真的好累，好想结束这样的生活。

37. 失眠并不可怕，可怕的是失心。

38. 心烦，失眠，就算在你身边无人知晓，祈求苍天给条明路。

39. 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欢乐。

40. 不是睡不着，而且不想睡，至于为什么，我也不知道。

41. 失眠的人，只要不是个笨蛋，肯定是个天才。

## 睡不着的文案短句篇九

52. 我一个人的失眠，一个人的空间。一个人的想念，两个人的怀念。

53. 雨，下的格外忧伤，在这个冬季的雨夜，谁能明白我的孤独，谁又能明白我的忧伤。

54. 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。

55. 再长再远的路程，也需要你一步一步的走下去；再短的路程，你不迈开自己的脚也无法到达。

56. 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。

57. 一旦有了不好的习惯，很难改过来，又一次失眠的夜。

58. 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。

59. 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。

60. 月亮是失眠的灯，凭窗眺望那段寂寞的往事。

61. 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。

## 睡不着的文案短句篇十

熬夜睡不着朋友圈文案(100句)

熬夜睡不着，深夜只好刷一下朋友圈，刷着刷着你是不是就想发一条呢?下面是小编为大家带来的熬夜睡不着朋友圈文案(100句)，以供大家参考!

1. 用最贵的眼霜，熬最晚的夜
2. 要是晚上有早上那么困就好了
3. 我很懒，没什么特点，但熬夜是一把好手。
4. 熬夜真的很伤身，所以我建议你通宵
5. 不要晚睡，晚睡仙气会被吸走

6. 我是个被薙了毛的绵羊，我失棉了
7. 再这样失眠下去我就搬去月亮那里住
8. 不睡觉的小朋友会被月亮拉去罚站
9. 什么都在退步，只有熬夜在进步
10. 为情所困的人都不困
11. 与其被动失眠，不如主动熬夜
12. 告诉你们一个非常可怕的事情：熬夜是会饿的
13. 月亮不睡你不睡，你是秃头小宝贝
14. 我在中国却有着外国的时差
15. 勤勤恳恳护肤，孜孜不倦熬夜。
16. 平平无奇熬夜小天才
17. 最近总熬夜肝不好大家能叫我小心肝吗
18. 我是熬夜的弟弟熬夜
19. 就算你睡的再晚 不找你的人还是不会找你
20. 我在熬夜熟了叫你
21. 我不敢睡觉 我怕我睡着了 世界上就多了一位睡美人
22. 灯给黑夜烫了个洞
23. 我太难熬夜了，我怀疑我上辈子是个路灯

24. 熬夜的本质是假装抓住了时间

25. 本想等你的晚安，结果一不小心，天亮了

26. 这个点睡不叫晚安叫入土为安

27. 我是个很自律的人，既然我说了要早睡，那我就每天一直说

28. 别熬夜，熬夜对手机不好

29. 夜是能熬熟的，要不要加点糖

30. 为什么晚上的手机比早上的手机好玩

31. 未解之谜：为啥不困

1. 世界上最远的距离，不是爱，不是恨，而是熟悉的人，渐渐变得陌生。

2. 回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子。

3. 我不太主动找人聊天。所以，我主动找的，都是我在乎的人。

4. 安眠药是失眠者的心理寄托。

5. 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。

6. 黑夜的人见不了光，如同夜行人一样。

7. 据说，当你失眠的时候，你将会在别人的梦里出现。

8. 你失眠了，但对不起，该哄你睡觉的不再是我。

9. 月亮是失眠的灯，凭窗眺望那段寂寞的往事。
10. 任何事情，总有答案。与其烦恼，不如顺其自然。
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. 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。
13. 喜欢午夜的雨，悄悄的，好像是给熟睡的人们一个惊喜。午夜雨是柔的细腻的，像是翩翩少女舞动的秀发，不由的让人爱慕和怜悯。
14. 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。
16. 想要过这样一种生活，有情趣做饭，有心情看书，有时间旅行。最重要的，是这一切都有人陪伴。
17. 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。
18. 将来什么事都会有人去做的，但是那个人为什么不能是你？
19. 你自信于你的全部，不困就别睡；即使赖在床上，也不曾安乐。
20. 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。
21. 很多时候，心里明明不是那样想的，却控制不了自己而说出相反的话。
22. 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。

23. 我总是会在半夜里忽然惊醒，伸手去触碰你，你却远在千里之外。

24. 失眠的时候，最害怕窗外雨落声如惊雷般震动敏锐的感官。

25. 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。

26. 找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

27. 失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。

28. 你所知道的不要全说，你所看到的不要全信。

29. 悲凉的青春里，蒙蒙细雨打湿了流年，终究破碎一地，无法挽回。

30. 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。

31. 你我皆有苦衷，你又何必诉说身不由己呢？

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。

33. 青春是一场大雨，即使感冒了，还盼望回头再淋它一次。

34. 我在夜里深深地呼唤你的名字，只期盼你，能给我一个及时而热烈的回应。

35. 我打算以后都很早起床，这样夜晚就可以很早入睡，然后就不会在很黑很黑的夜，想你想到睡不着。

36. 卧榻如睡惊，夜游湿衣襟。扶首顶白额，半梦醉人间。

37. 生命真的是充满讽刺，它用悲伤让你了解什么叫做幸福，用噪音教会你欣赏寂静，用缺失来评价存在。

38. 每次想找人陪的时候，就发现有的不能找，有的人不该找，还有的人找不到。

39. 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。

40. 睡不着的时候，我不想要安眠药，只想要你的拥抱。

1. 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。

2. 又一次毫无征兆的失眠了，我真的是服了。拜托你们能不能乖乖的住在躯壳里。再这样下去真的要安眠药了，感觉要看心理医生。我选择死亡！

3. 我的未来就是个梦，更遗憾的是，这会儿还失眠。

4. 黑夜勾引着失眠犯罪，清醒的人抓不到安睡。

5. 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。

6. 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，阳光明媚，我愿意像茶，把苦涩留在肚里，散发出来的都是清香。

7. 失眠已泛滥成灾。最好把我憔悴死，这样不心烦。

8. 据说，当你失眠的时候，你将会在别人的梦里出现。

9. 心烦压抑失眠，还是只有你的笑容和你的歌声可以治愈我，看着你的照片听着你的歌就可以让心静下来，暂时忘却烦恼，晚安。

10. 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。

11. 你以为我爱你容易吗，每天提心吊胆容易吗，没你的晚安失眠我容易吗。

12. 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”。

13. 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。

14. 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。

15. 时隔这么久又一次失眠了…居然是因为吃太多，撑得睡不着。

16. 你以为我爱你容易吗，每天被思念折磨容易吗，没你的晚安失眠我容易吗。

17. 如果可以让我见你一面，我会看着你失眠。

18. 失眠是枕头之上无尽的流浪。

19. 每次去学校前，都是莫名的心烦，不安，失眠。虽然都一年了，我是个恋家的孩纸。

20. 又一次失眠，自从这学期开始，我睡眠问题越来越严重，饮食也一样，很多时候吃不下去饭，我只想回到大一那个时

候，做一个爱睡觉，能睡觉的好宝宝。

21. 失了眠的夜，是最纯粹的安静。

22. 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。

23. 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。

24. 回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子。

25. 我找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

26. 眼中总是会不经意的流起泪水，在每个失眠的夜晚。

27. 冬天时缩在衣兜里的双手。到了凌晨还不能睡的失眠。翻了一遍又一遍的朋友圈。打开一次又一次对话框的无言。

28. 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。

29. 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。

30. 黑夜，我是否还会在梦的边缘失眠？

## 睡不着的文案短句篇十一

1. 世界太黑，童话太假，人心太暗，我们太傻。

2. 一盘被操纵的棋局，棋子是不该有任何怨言的。

3. 落日五湖游，烟波处处愁。浮沈千古事，谁与问东流
4. 不用花时间去遗忘，不用想办法去释怀，只是算了吧，日子总会好起来。
5. 转个身，留个念，只是看见有落寞、有无奈、有点伤感的背影。
6. 得到了才学会放下，失去了才学会珍惜，失败了才学会坚强。
7. 就让我们一直走下去，直到世界一片纯白。
8. 最唯美的笑容，却成为最悲伤的面具。
9. 现实如此无奈，以后的路还很长，自己一定要坚强。
10. 我绝望是因为现实把我逼得太无奈
11. 现实的无奈，让我学会了逞强，习惯了伪装
12. 我们纵有百般无奈，也得接受事实.
13. 后来我终于忘记你了，连提起都剩下笑意。
14. 谈人生无奈，尝世间百态
15. 苍白的思念，一味的坚持，只是伤痕累累的结局。
16. 我始终都在练习微笑，可到最后我却成了一个不会笑的人。
17. 当眼泪流下来，才知道，分开也是另一种明白。
18. 最后的最后，我们还是向现实低了头。

19. 人生太难了，希望未来的我们能变得更加优秀。
20. 都说失去以后才懂得珍惜，其实珍惜后的失去最痛。
21. 堆积的思念涌上心口，一时之间竟哽咽了喉。
22. 最痛苦的真相，也好过最甜蜜的谎言。
23. 有些心心念念喜欢，却是拼尽全力又抵达不了的远方。
24. 心理只有无奈和心酸，要怎么面对以后的生活。
25. 到底还可以相信谁呢？

## 睡不着的文案短句篇十二

62. 想念你的脸，想念着从前，不知道何时再相见，不知道何时再相见！
64. 可不可以在我难过的时候，二话不说给我一个拥抱。
65. 其实酒不醉人，只是在喝的时候想起了那不堪的过去。
66. 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。
67. 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。
68. 偶已心有所属，纵是孤栖独宿，亦不随波逐流，有负公子美意，再见还是朋友。
69. 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。

70. 生不逢时，所到之处皆是命数。

## 睡不着的文案短句篇十三

睡不着觉发个感慨文案(精选130句)

到了这个点还没睡的人不是不想睡,只是心里有事睡不着失眠了。那么关于睡不着觉发个感慨文案有哪些呢?下面是小编给大家带来的睡不着觉发个感慨文案(精选130句),供大家参考!

1、曾经幼稚过，曾经快乐过，曾经幻想过，曾经有你过，曾经不解过。那些曾经，怎样地痛苦，怎么地美好，痴痴地笑着，又突然潸潸泪下。走过的路，追过的风，你是我再没可能完成的梦。

2、你知道最气人的是什么吗?不是对牛弹琴，是一群牛对着你，弹硬币。

3、一分钟可以让人心碎，一小时可以喜欢上一个人，一天可以爱上一个人，但用一生的时间才可以忘掉一个人。

4、用最深刻的伤害，来表达最深刻的爱。

5、挤不进去的世界，就不要挤了，碍了别人的眼，累了自我心。

6、可不可以在我难过的时候，二话不说给我一个拥抱。

7、主动久了才发现，心已随着那不冷不热的话语渐渐冷却;在乎多了才感觉，情已伴着那不痛不痒的态度慢慢瓦解。

8、该来的都会来，该走的全会走，别抗拒，别挽留，别贪恋，别不舍，别担心。学着看淡一些事情，才是对自己最好的保

护。亲爱的，愿你像向日葵一样，每天都充满正能量。

9、怪我入戏太深，结局却一个人，原地傻傻的等，换不回那温存。

10、枕边一夜东风吹，吹尽相思千点灰。相思千点是为谁，点点化作离人泪。

11、辗转难眠，就这样睁眼到天亮，有时候觉得为什么要过这般日子，原来是自己太过死心踏地对一人罢了。

12、在我离开的那一刻，忘记我，也希望我能忘记你。

13、在没有你的日子里，我连呼吸都会痛。

14、每次心境不好都想出去旅游，我想去大草原！

15、你说你是我的盖世英雄，后来却成了她的齐天大圣。

16、听着耳机里的歌，看着黑漆漆的夜，雨点透过屋檐似乎打到了我的心上，忧伤的乐曲伴着雨点的敲击，组成了我悲伤的交响乐。

17、失眠并不可怕，可怕的是失心。

18、有时候你生气、愤怒、伤心，其实只是因为你所得到的结果和你以为的差得太远，你总是和自己在较劲。

19、放下顾虑，剪掉烦恼，勇敢往前走吧，你会看到，一个新的自己。

20、思念不能自己，痛苦不能自理，结果不能自取，幸福不能自予。

21、原来有种心情叫无可奈何，有种感觉叫有心无力。

22、以前习惯有你的日子，今后要习惯没有你的日子，生活还得继续前行，没有了爱，还有自己，好好活着。

23、不敢把所有情绪都告诉你，因为所有情绪都与你有关，说出来就像是在对你表白。

24、我对每一段感情都想着天长地久，可是，它回给我的只有，曾经拥有。

25、风轻花落定，时光踏下轻盈的足迹，卷起昔日的美丽悠然长去。在夜的最后一章，散尽了那段甜甜的香。

26、以后的每一天，你要开开心心，不要让自己太累。不开心的事情，就不要去想。人的一生很快就过去了，过去了，就回不来了。

27、不想做梦了，梦到你对我好，人还没醒，心就先酸了一大截。

28、我很好，不吵不闹不炫耀，不要委屈不要嘲笑，也不需要别人知道。

29、没有什么过不去，只是再也回不去。

30、被人暖一下就发热，被人冷一下就成冰，原谅我这一生爱憎太分明。

31、雨，下的格外忧伤，在这个冬季的雨夜，谁能明白我的孤独，谁又能明白我的忧伤。

32、一个人的忍耐是有限的，悲伤请适可而止。

33、在你过去的生活中，你伤害过谁，也早已忘记了，可是被你伤害的那个人却永远不会忘记你，他决不会记住你的优点，而是记住你对他的伤害。

34、一个人的孤独苦闷，往往不是因为别人不理睬自己，而是因为心中放不下别人。

35、不要那么相信自己的回忆，里面那个人，不一定同样想念你。

36、其实酒不醉人，只是在喝的时候想起了那不堪的过去。

37、夜伴无眠，半窗清梦，思绪在无法抗拒，手指潸然写下的千钟忧落是内心里千疮百孔的旧疾，默默的诉说是那一场风花雪雨里的情来情往。

38、分开后，我过得还可以，不好不坏，不惊不喜，一切只是还可以。

39、为了你，我放下了我的骄傲，放下了一切一切，却落得一身伤。

40、若总被忽视，又何必作贱了自己；若不被珍惜，又何必苦苦去维系。

41、待我青丝成髻，许君一世不离。只怕青丝未长，时光蹉跎我心，我再无力伴君身旁。

42、看不见的伤痕最疼，流不出的眼泪最委屈。心酸，一个人慢慢品尝就好，难过，一个人承受就好。

43、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。

45、再长再远的路程，也需要你一步一步的走下去；再短的路程，你不迈开自己的脚也无法到达。

46、就这样与你告别，借万里青山，以之为隔，世世不见。

47、这辈子，能够相守固然是好，无法相守，只是因为不适合。我爱你，一向很爱你，以后也会很爱你。

48、没兴趣再去认识谁了，反正到头来都是要走的。

49、是否幸福轻得太沉重，过度使用不痒不痛。

50、一个人的夜晚，要怎么学会与孤独相处呢？夜真的太长，心真的好累，好想结束这样的生活。

51、关于想你这件事，躲得过对酒当歌的夜，躲不过四下无人的街。

52、无论过程多么的繁华，最终还是改变不了不了曲终人散的结局。

53、我从没被谁知道，所以也没被谁忘记。在别人的回忆中生活，并不是我的目的。

54、有一个人，他教会你怎样去爱，但是，他却不爱你了。

55、原来，朝思暮想是如此的撕心裂肺。

56、只怪当初太单纯，被你骗走了最真的感情。

57、他们说她像我，你的女朋友像你的前女朋友，这就是怎么样一个笑话。

58、坦白说，感情就是不联系就会失去的东西，你没有挽留，我没有回头，只能说余生各自安好。

59、有谁体会过那种，呼之则来，挥之则去的感受，需要你时对你稍微示好，不需要你时，回个信息都难！

60、每次说下了，都只是把在线换成隐身而已。

- 1、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。
- 2、你的一句晚安，成全我的失眠。
- 3、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。
- 4、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。
- 5、总是有人会喜欢上想象中的你，再看清你本来的面目，最后唾弃你，说你原来是这样的人，但其实你从来都是一个样子，明明什么都没做，却落得声名狼藉。
- 6、你哭了，眼泪是你自己的。你痛了，没有人能体会到。
- 7、某个人，某句话。某些场景，某一首歌，总能撕扯着你的情绪。
- 8、我谁都不怕，就怕自己不够强大。
- 9、爱和爱过，只多一个字，却隔了一个曾经。
- 10、听着雨声，睡不着啊，似乎好久没有下雨了吧，希望这场雨能带走所有的阴霾，带来一些好消息。
- 11、舍不得放手，却又不想别人拥有。
- 12、太久了半年多了！快要崩溃！最近工作压力大的要死！身体也不争气！找不到一个发泄口！
- 13、每天睡觉前一定会想一个故事，然后设定好角色，拍好剧情，不然一定会失眠。

14、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。

15、提醒自己再也再也再也再也不可以喝咖啡了，每喝必失眠到天亮。

16、喝咖啡失眠，不喝咖啡也失眠。

17、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。

18、你要明白，再烫手的水还是会凉，再饱满的热情还是会退散，再爱的人还是会离开，所以你要乖，要长大，不再张口就是来日方长，而要习惯走人茶凉。

19、你遗忘了我，我却在想你中失眠。

20、我想要一个沉睡的自己，一个沉睡的夜。

21、在这世上，没有一样感情不是千疮百孔的。

22、整夜整夜的失眠。都快一个月了。各种心烦的事情又凑到一起。崩溃。

23、有时候，你问的问题，如果对方一直在闪躲，那就是委婉的告诉你，真实的回答很残忍。

24、笨蛋，你知不知道，当我知道你失眠了，我有多心疼！你心情不好时，我不会说太多安慰的话，但我会陪你一起欢喜一起忧！

25、感情里最心酸的是，你突然不确定是不是就是他了。

26、喜欢午夜的雨，悄悄的，好像是给熟睡的人们一个惊喜。午夜雨是柔的、细腻的，像是翩翩少女舞动的秀发，不由

的让人爱慕和怜悯。

27、失眠的人，只要不是个笨蛋，肯定是个天才。

28、居然失眠了！看来以后睡前不能喝咖啡，连奶茶都不可以！快睡，再过五个小时又要去排练了。

29、连续失眠两天，很难受，我想好好睡一觉太难了。

30、坚定的信念让犹豫退避三舍，它许你一世光阴，你应诺不负此生，踩着孤独与寂寞，走在时光如水的隧道，连自己都被感动。

1、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，洒满一地的心碎。

2、后来我才知道新鲜感有多重要，过期的酸奶再好喝也要丢掉。

3、心烦的时候总是失眠，事情都堆在一起了，好怕自己完不成，七夕了，不过和我也没关系。

4、我不太主动找人聊天。所以，我主动找的，都是我在乎的人。

5、我在夜里深深地呼唤你的名字，只期盼你，能给我一个及时而热烈的回应。

6、失眠，心烦，俩孩子也特吵，都怎么了，还能不能好好的生活，我要崩溃了，累。

7、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。

8、喜怒哀乐自己扛，酸甜苦辣自己尝；我就是自己的太阳，

无需凭借谁的光。

9、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。

10、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。

11、她说出你的心里话了吗？我是有多怕你的玩玩而已，才会在乎到失眠啊。

12、有一种感觉总是在失眠的时候才承认是相思，有一种泪光总是在分手时才看见是眷恋。

13、黑夜勾引着失眠犯罪，清醒的人抓不到安睡。失眠了，心痛了，辗转反侧，无法入睡，只能用思念来安慰我疲惫的心。

14、好累，工作一万个不顺心。天天失眠睡不着，压力大，快干不下去了。

15、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。

16、整夜整夜的失眠。都快一个月了。各种心烦的事情又凑到一起。崩溃。

17、夜没睡，喝茶失眠、喝咖啡失眠、现在升级了、喝杯奶茶一夜没合眼，这是要升仙。

18、失眠是什么，失眠是枕头之上无尽的流浪，失眠上寂寞的夜中，无以寄托的一层忧伤。

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、天天晚上失眠，假如哪天晚上我睡着了肯定不正常了，要不就是断气了。

21、你我皆有苦衷，你又何必诉说身不由己呢？

22、最近总是失眠，16小时就醒一次。

23、念起，万水千山；一念灭，沧海桑田。

24、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。

25、我怕背叛，我怕死亡，我怕谎言，我怕失去，我怕别离，我怕失眠。

26、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。

27、我把想入非非的城市交给你，那样，你会在失眠的夜里始终不肯原谅我。也是最容易失窃的时候。

28、我只是一个人走了太久，久到我已经习惯一个人了。

29、想睡的人睡不着多半是因为睡不着想睡的人。

30、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。

31、每晚都说要早睡，可每次都会失眠！

32、每次去学校前，都是莫名的心烦，不安，失眠。虽然都一年了，我是个恋家的孩纸。

33、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。

34、失眠一夜又一夜，什么友谊天长地久，什么不离不弃，还没毕业只是分班了，我们行如陌路。

35、最近总是失眠 每十二小时醒一次

36、眼中总是会不经意地流起泪水，在每个想你的夜晚，于是，我失眠了。

37、在月黑风高的夜晚，睡不着只好到你的家里拜访你

38、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。

39、再也没有那样一个夜晚，爬上屋顶看星星月亮，也再也没有那样一个人，让我在暮夏的晚风中温柔地想念。

40、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。