1.生活确实很艰难，让我们常常无力抵抗，但我们不妨换个心态，换种心情，给自己减负，为生活发一块糖。

2.碰到一点压力就把自己变成不堪重负的样子，碰到一点不确定性就把前途描摹成黯淡无光的样子，碰到一点不开心就把它搞得似乎是自己这辈子最黑暗的时候，大概都只是为了自己不去走而干脆放弃明天找的最拙劣的借口。

3.如果你期待自由，那么你要明白女人真正的自由，不在于拥有多少金钱，而在于拥有多少能自由支配的时间，并且同时还能有饭吃有衣穿有房子居住，并且享有创造和尊严。

4.计较的太多就成了一种羁绊，迷失的太久便成了一种痛苦。过多的在乎会减少人生的乐趣，看淡了一切也就多了生命的释然。

5.别为了那些不属于你的观众，去演绎不擅长的人生。别人怎么看你，其实和你毫无关系，也不重要。你要怎么活，也和别人毫无关系，任何人也无权干涉。活自己的人生，走自己的路，路在脚下。

6.人多时，管住嘴。话多、错多、是非多，自找麻烦；人少时，管住心。妄念、妄想、痛苦多，自找烦恼。群处守嘴，独处守心。修己以清心为要，涉世以慎言为先。

7.善良给对了人，会对你感恩；善良给错了人，会让你寒心。心软给对了人，会对你情深；心软给错了人，会让你痛心。宽容给对了人，会对你热忱；宽容给错了人，会让你窝心。

8.好的生活方式，是和一群志同道合的人，一起奔跑在理想的路上！回头有一路的故事，低头有坚定的脚步，抬头有清晰的远方。

9.每一个在你的生命里出现的人，都有原因，喜欢你的人给了你温暖和勇气，你喜欢的人让你学会了爱和自持，你不喜欢的人教会你宽容与尊重，不喜欢你的人让你自省与成长。

10.人生在世，有许多的不如意，该面对的面对，该化解的化解，不要用一种苛刻的心态对待生活。自己的努力改变着自己的生活，自己的乐观活出一个全新的自我。

11.凡事不必太在意，一切随缘随心，缘深多聚聚，缘浅随它去。——简单快乐的心态句子

12.心若计较，处处都有怨言；心若放宽，时时都是春天。世间不如意事十之八九，能对我们百依百顺的人，能让我们如愿以偿的事都很少。我们若非要计较，没有一个人、一件事能让你满意。人活一世，也就求个心的安稳，何必跟自己过不去。心宽一寸，路宽一丈。

13.人生在世，短暂不过百年。时光静好，心，永远微笑向暖；不假想，不期望，过好每个今天，让日子过得单纯而美好；美好的，留在心底；遗憾的，随风散去。活在当下，且行且珍惜。

14.天上的星星如此多，为何月亮只有一个。天下女子如此多，为何我们却只爱一个。有一些话，我们很想说出，却始终无法找到最恰当的表达方式。有一些人，我们很想珍惜，却始终找不到最恰当的挽留方式。最后我们只能在时光的错落中，渐渐远离了彼此！

15.总有一天你会知道：人心换不来人心，认真也得不到情深。做得再好，也会有人视而不见；说得再多，也会有人充耳不闻。你善良，你原谅，你一再忍让，最后伤透了心；你包容，你涵养，你不计前嫌，最终失去信心。这世上，总有不领情的人，也有不感恩的心。

16.当脾气来的时候，福气就走了！人的优雅在于控制自己的情绪，用嘴伤人是最愚蠢的一种行为。一个能控制住不良情绪的人，比一个能拿下一座城池的人更强大。水深则流缓，语迟则人贵。我们花了两年时间学说话，却要花数十年的时间学会闭嘴……说，是一种能力；不说，是一种智慧。

17.实实在在的过好每一天，因为未来太过遥远，也未必能等到那天，眼前才是最珍贵的，爱好自己爱的人，想说的就去表达，有什么梦想就去追，也不必浪费时间在乎不喜欢自己的人，跟孩子好好说话别总想有空再说，世界已如此混乱，没有理由不勇敢，勇敢地过好眼前，减少突如其来时的遗憾。

18.不要轻易走进另一个人的秘密，除非你们有力量分担彼此的命运。生命是一个过程，可悲的是它不能重来，路不通时，学会拐弯；心不快时，学会看开；棘手的事，难做时，学会放下；欲去的缘，渐远时，选择随意。有些情，淡一淡，就释然了。有些累，停一停，就休歇了。有些苦，笑一笑，就冰释了。

19.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，难的是如何变成知己。人与人之间似乎真的有磁场这回事，一接触就能感觉出来。有些人能和你一见如故，有些人和你永远亦不会深交。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。

20.好多时候，是自己把自己折腾累了，自己把自己纠缠烦了，然后，这个自己挣脱不开另一个自己。坑其实是自己挖的。光阴的泥淖里，多少人，都自己逗着自己玩。人的选择性就是这么顽固，顽固得近乎荒唐。你本可以云淡风轻地活，然而，却无缘无故地受了伤。是的，有些伤害是来找你的，而有些伤害是你找来的。

21.人生就像一场戏，每天上演着不同的各种角色，这场戏没导演、没有编导、没有预告，有的人找对了角色，幸福一生，有的人演错了角色，痛苦一生，有的人累了，懂了自己要什么，懂得找个地方停靠，有的人累了，还拼命去演这个角色，有的角色，不是所有人都适合去演的，我们主导不了别人，但可以主导得了自己。

22.人，累了，就休息；心累了，就淡定。长大了，成熟了，这个社会就看透了。累了，难过了，就蹲下来，给自己一个拥抱。因为这个世界上没有人能同情你，怜悯你。你哭了，眼泪是你自己的；你痛了，没有人能体会到。那么你只有流着泪去微笑。

23.当生活变成了复印机，今天和昨天，明天和今天都一模一样，那你该是时候停下来想想了……

24.安守一颗平常心，人生才能笑看风云。每个人都有自己的事要做，一个真正聪明的人，小事糊涂而大事睿智，为人低调而洞若观火。做人如水，以柔克刚。只有那些以不争为争的人，才能笑到最后，成为真正的赢家。

25.生活赋予我们每个人的权力都是公平的，不要每天去抱怨为什么自己的生活不如别人，其实从另一个角度去看，是自己没有努力的去生活，发现生活的美好之处，当你久病住院，从离开医院的那天起，你是否会发现生命是如此美好呢？活着是多么幸福的一件事呢？一切都是那么美好。

26.你所做的事情，也许暂时看不到成功，但不要灰心，你不是没有成长，而是在扎根。放下焦虑，放下懒惰，继续加油！愿所有梦想都不被辜负！——简单快乐的心态句子

27.每个人都有自己的幸福，仰望别人的幸福时，别人也在仰望你的幸福。难得糊涂，容易幸福；过于较真，容易烦恼。能终日快乐，就实现了生命最大的价值。

28.人生是一趟单程车，一路向前，永不回头。我们每天迎来崭新的岁月，却常常在自己的蹉跎中，反复过着同样的日子。不要怨天尤人，改变才是出路。所有人共享着同一段岁月，却在不同的选择中分道扬镳。静下心来，找回自己。脚步向前，境界向上，人生才有希望。

29.风还是一样的吹，花还是一样地开，所谓的命运不过是一个人的情感，性格。始终相信这些因素都是人为可以改变的。不管怎么说，命运是在自己手里的。

30.人生百味，情最浓，人生繁华，淡最真，人生一路，一步有一步的风景，一程有一程的感悟，不论时光如何流转，有些东西不会改变，那就是对美好的追求，对真情的渴望，给自己一份淡然。

31.不要随意发脾气，谁都不欠你的。你要记住时光越老，人心就会越淡。要学会低调，取舍间必有得失，不用太计较。要学着踏实而务实，越简单越快乐。当一个人有了足够的内涵和物质做后盾，人生就会变得底气十足。

32.有些伤害，永远无法原谅；有些伤痛，永远无法平抚；有些伤口，永远无法愈合；有些伤疤，永远无法褪去；有些亏欠，永远无法弥补；有些痛楚，永远无法忘却。哪怕再努力再用力地逼迫自己不介意，哪怕口中的不在乎说得再大声，会痛的，始终会痛。

33.知道自己要干什么，夜深人静，问问自己，将来的打算，并朝着那个方向去实现。

34.人生苦短，没有彩排。成长是过程，每个人都要经历，我们必须拥有一颗宽容、体谅、善良、正义的心态去做每一件事情，要做一件好的事情他的背后是需要一件成功的事情最主要的成功之径是取决于心态的细节。

35.别人的眼光不重要，把事情做成什么样子才重要。

36.幸福不是长得漂亮，而是活得漂亮。所以不必纠结于长得不够美不够引人目光，关键要学会爱自己、调节好心理，然后改善自我。爱我所有，这是一种深刻的美容，才有真正的自信！

37.人生就是一场自己与自己的较量：我们要做的，无非就是让积极打败消极，让快乐打败忧郁，让勤奋打败懒惰，让坚强打败脆弱。

38.人生应如蜡烛一样，从头燃到底，永远都是光明的。——简单快乐的心态句子

39.人生没有多走的路，脚下的每一步都算数。没有不请自来的幸运，只有有备而来的惊艳。没有人能定义你的未来，除了你自己！

40.生命中总有那么一段时光，充满不安，可是除了勇敢面对，我们别无选择。

41.趁年华还在，趁笑靥仍美，趁阳光还明媚闪耀，结束每一个一成不变的日子，去做一个更好的自己，拥有更好的生活。

42.现实生活即使我们不甘，却又不得不去面对，平静的面对成功，坦然的面对挫折，豁达的面对属于自己的人生。心态好的人，是你最大的财富。

43.有的东西要努力争取，有时候也不能强求，要尽最大的努力，不必期待最好的结果。

44.人生有一个词叫珍惜，珍惜是幸福的意义。经历过饥饿的人，会懂得珍惜温饱；经历过束缚的人，会懂得珍惜自由。

45.我希望余生的你能修炼五样东西：扬在脸上的自信、长在心底的善良、融进血里的骨气、清风拂面的温柔、刻进命里的坚强。

46.人生没有白走的路，每一步都算数。愿你被这世界温柔相待，愿你最终用自己喜欢的方式过一生。

47.天空，不是每天都放晴；生活，也不是时时都欢喜。向日葵看不到太阳也会开放，生活看不到希望也要坚持。

48.生活总会给你答案的，但不会马上把一切都告诉你。只要你肯等一等，生活的美好，总在你不经意的时候，盛装莅临。

49.上天不会亏待努力的人，也不会同情假勤奋的人，你有多努力，时光它知道，路再远，终有尽，无论如何，我们都要一直坚持努力地走下去。

50.一点一点去靠近梦想，不抱侥幸的奢望，用踏实浇灌，用努力证明，你可以！

51.阳光下灿烂，风雨中奔跑，做自己的梦，走自己的路，活在当下。

52.从今天起，做一个简单而幸福的人。不沉溺幻想，不庸人自扰，不浪费时间，不沉迷过去，不畏惧将来。如此，安好。

53.看淡拥有，不刻意追求某些东西，落叶归根，那些属于你的，总会回来。

54.没有一个人真的坚强，所谓坚强，是咬破嘴唇换来的若无其事，是咬牙硬撑迎来的硕果累累。

55.要相信生活一定是有弹性的，有低谷就会有高峰，越是心态平和，越容易让一切都变得越来越顺利。

56.最宽的天空来自心底的辽阔，用烦恼的心看世界，你会无路可逃；用轻松的眼看世界，你会发现这个世界处处都是突然的美好。

57.生活总有那么多的不如意，可还是要以乐观的心态去坚持，不要总是诉说着自己的悲哀，别人更多的只会当成笑话来听，要学会自己承受。

58.宽容别人，其实是给自己的心灵让路。只有在宽容的世界里，人，才能奏出和谐的生命之歌。要想没有偏见，就要创造一个宽容的社会。要想根除偏见，就要首先根除狭隘的思想。

59.生活中，难免会遇到不顺心的事，与其被烦心事所困扰，不如学着去坦然面对，保持平静从容的心态，这样遇事才能做出冷静的思考。

60.好坏之分、悲喜之感，都源于自心，放过那些琐碎和攀比，安心在当下这一点，一切自然充足而美好。

61.最宽的天空来自心底的辽阔。用烦恼的心看世界，你会无路可逃；用轻松的眼看世界，你会发现这个世界处处都是突然的美好。

62.在岁月中跋涉，每个人都有自己的故事，看淡心境才会秀丽，看开心情才会明媚。

63.也许不是每天都那么美好，面对烦恼和忧愁一笑而过，是一种平和释然；面对误解和仇恨一笑而过，是一种坦然宽容。

64.人心有多小，就能活得多难受；人心有多大，就能笑得多灿烂；

65.幸福不是拥有多少，而是看重拥有的，看淡无法拥有的。笑看得失才会海阔天空；心有透明才会春暖花开。

66.时间不仅让你看透别人，也让你认清自己。很多时候，就是在跌跌拌拌中，我们学会了生活。

67.逆境使人成熟，绝境使人醒悟。麦穗越成熟越懂得弯腰，人越懂得弯腰才会越成熟。不要把别人对自己的放弃，变成自己对自己的放弃。

68.一个人的行动，决定一个人的未来。真正的梦想：是在自己心灵的一个角落与上天悄悄许下的诺言！早安，致正在为梦想拼搏的人!!

69.学会一个人生活，不论身边是否有人疼爱。做好自己该做的，有爱或无爱，都安然对待。

70.低头不是认输，是要看清自己走的路，仰头不是骄傲，是要看见自己的天空。

71.也许有一天，你发觉日子特别的艰难，那可能是这次的收获将特别的巨大。

72.人生原本就是一张洁白的纸，需要我们自己一笔一画地去书写与绘制。你给它画的图案，不论是否对称、是否美丽、是否有用，它都会留下永远的痕迹；也不论你记录下怎样的故事，它都会留下来永恒的记忆。

73.这个世界能轻而易举、毫不费劲做到的，只有贫穷和衰老，其它的都需要努力！

74.人生的道路要自己走，苦要自己吃，任何人无法给予全部依赖。总以为走不过去的路，只要跨过去后回头看看，其实也不过如此。或许今天你过得很糟糕，但是明天总会是崭新的。

75.没有人可以回到过去重新开始，但谁都可以从今日开始，书写一个全然不同的结局。

76.生活是自己的，你选择怎样的生活，就会成就怎样的你。与其抱怨这个世界不美好，不如用自己的努力，争取更多的美好和幸运。

77.不断努力，成为更好的自己，才能配得上更好的你。坚持梦想，脚踏实地去践行，才能走进褶褶生辉的明天。

78.一个人丢掉什么，也不能丢掉真心；一个人没了什么，也不能没了良心。顶天立地做人，无愧于己；光明磊落做事，无悔于人。

79.人生不可能永远一帆风顺，也不可能总是惊涛骇浪，无论遇到任何事，请记得洒脱点，豁达点，看开点，你的生活就会变得更加美好。

80.无论今天发生多么糟糕的事，都不应该感到悲伤，一辈子不长，用心甘情愿的态度，过随遇而安的生活。

81.成长在光明里的人，即使面对黑暗也会想到光明，而生长在黑暗里的人，即使有一天来到光明，也会永远记得黑暗里的痛。

82.不开心的事情要定期清除，那样才有储存快乐的空间。没有过不去的事情，只有过不去的心情，所以，心一定要多点晴朗，活着不是靠心情，而是靠心态。

83.有些事情不随人愿，有些人不愿遇见，有些责任不得不承担，未来会怎样，谁也不知道，心里有阳光，乐观，积极，向上，生活总会越来越好。

84.人生快不快乐看心情，幸不幸福看心态。

85.馒头可以当牛扒吃，清水可以当香槟喝，人生就是一种态度，哪种态度决定了那样的人生。

86.很多东西，能不能拥有，其实冥冥之中，好像就已经注定，对于世事，我们需要一种平和的心态，有些东西得之坦然，失之淡然。

87.愿你在今后的每一个日子里，即使单枪匹马，也能勇敢无畏。

88.喜欢就争取，得到就珍惜，生活就是这样，脚长在自己身上，往前走就对了，直到向往的风景，变成走过的地方。

89.不管等待也好，迷茫也好，都请不要把自己留在原地！只要你下定决心走下去，每一天都是一个新的开始！

90.美好的日子给你带来快乐，阴暗的日子给你带来经验。所以，不要对生命中的任何一天怀有遗憾。

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

92.假如你不够快乐，也不要把眉头深锁，人生本来短暂，为什么还要栽培苦涩。——简单快乐的心态句子

93.别总是抱怨生活不够幸运，是你欠生活一份努力。未来美不美，取决于你现在拼不拼！

94.每一个不曾思索的日子，都是对人生的亵渎；每一个不曾起舞的日子，都是对生命的辜负。读懂了沉浮，就读懂了生命；读懂了时光，就读懂了人生。

95.不要害怕犯错；做了或是做错了，我们仍有收获，不做，我们只会两手空空。每一次成功的背后都有一串失败的足迹，而每一次的失败又离成功越来越近。卸下包袱，放开双手，该做就做。

96.努力地工作，就像不苛求回报一样；真诚地去爱，就像从来没有受过伤害一样；投入地跳舞，就像没有人在一旁看着你一样。这样的生活，肯定可以给你带来快乐。

97.别抱怨，抱怨就是无能；别依赖，没有免费的肩膀；别退缩，落井下石的人很多；别低头，地上没有黄金只有垃圾。世界很大，无需钻牛角尖，挤不进的世界，不要硬挤，换个角度，你会更有作为。

98.人活着，其实就是一种心态，你若觉得快乐，幸福无处不在；你为自己悲鸣，世界必将灰暗。

99.凡事适可而止，善良过了头，就缺少心眼，谦让过了头，就成了软弱。如果事事太大度和宽容，别人也不会感激你，反而会变本加厉。过分善良也是一种傻。

100.谁都有不顺或不公平，不是表现出来让别人嘲笑或担心，而自己依旧是要乐观的生活，笑一笑，没什么大不了。