1.道理我都懂，我只是想难过一会儿，一会儿之后还是那个阳光的我 ，只是你得让我难过一会儿。

2.一直陷入“自己还可以”的漩涡并不可怕，可怕的是在这期间突然意识到自己就是个废物。很突然的，就崩溃了。

3.多的是，你不知道的事。

4.总是在某个瞬间突然什么事的不想做，像是积攒了几天的热情啪的一下就碎掉了。

5.这个世界没有谁离不开谁。

6.嘿!你好啊废物，你怎么还在坚持?是因为还不够绝望吗?

7.我终于扛不住了把所有心里话说出来了，却有人说我不懂事。

8.我看不到天地的边也不知道该往哪里去。

9.“我能想通，也能接受，但我依旧难过”。

10.我们这么努力也不过是为了成为一个普通人。

11.我活在海底，悲伤和黑暗都留给自己。

12.我来一趟人间像参加自己的葬礼。

13.你的恶毒和善良都不够纯粹，所以痛苦。

14.我也不用你来感受我的感受。

15.那是书里的长安，与我无关。

16.我们的欲望不一样，但我们失望时很像。

17.人都是有了选择才会挑剔。

18.很多事情没有来日方长。

19.我也只是看起来很努力而已。

20.我习惯了我的糟糕，甚至觉得这才是我。

21.远方除了遥远一无所有。

22.如今你依旧是我的光。

23.我装的挺累的。

24.人们往往只相信他们愿意相信的事。

25.我看着我自己，站在路中间，就那样站着哭。身后没有灯火，前方白雾茫茫。

26.请你用绝对的理智和清醒的头脑去压制心里的爱和难过。

27.我偏要勉强。

28.也许世间唯一公平的，就是每个人都会死。

29.自己一个人在房间睡到下午，醒来发现手机没有一条消息，就像这世界上只有我，或者，没有我。

30.我就是一直都 太把自己当回事了。

31.就是介怀的事情永远都梗在心里啊，别人劝怎么劝的下来啊，毕竟我觉得难受的时候也不是旁人在替我难受啊，凭什么就可以觉得我应该放下，我放不下。 ​​​

32.我就像个士兵，脱下了铠甲拿掉武器，被推上战场。

33.你看啊 你曾经身边的人现在一个个变得多么优秀，积极进取乐观向上，她们都是活在阳光下，每一天都很有意义很充实，而你呢，披着一身看似阳光的外衣，一个人躲在阴霾里，不敢出去。你想真正做一个单纯毫无心机坦坦荡荡的人，但是你做不到，你想找个人述说你内心的那些罪恶，但是你不敢，也不知道跟谁说，所以你越来越孤单。你老是告诉自己要变优秀，但是你又贪图享乐没有上进心，你看着别人的优秀，暗自羡慕甚至嫉妒，但是你却无法变成那样。

34.我老是喜欢做感动自己的事情，并且把自己的感动强加在别人身上。

35.不要老是让别人左右你的情绪好不好。

36.这次的悲伤是立体的。

37.你本来就是一个充满负能量的人，干嘛要装的那么阳光呢。

38.这一次，我是真的想要离开了的。