# 2024年睡不着的说说朋友圈 朋友圈睡不着的说说(精选20篇)

来源：网络 作者：清香如梦 更新时间：2024-03-11

*每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。睡不着的说说朋友圈...*

每个人都曾试图在平淡的学习、工作和生活中写一篇文章。写作是培养人的观察、联想、想象、思维和记忆的重要手段。大家想知道怎么样才能写一篇比较优质的范文吗？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**睡不着的说说朋友圈篇一**

1、当你为一个人失眠代表离喜欢不远。

3、失眠的人连做梦的资格都没有,

4、明白，原来冬天也能穿裙子，善良的人也会被丢弃。

5、真正治愈自己的，只有自己；不去抱怨，尽量担待；不怕孤单，努力沉淀。

6、当你的心情、不好的时候、一个人的失眠，一个人的空间，一个人的想念，谁知道吗。

7、最近总是失眠每十二小时醒一次

8、知道忘记的感觉吗就像是在吞一千根针疼的荒凉却还要细细品尝.

9、深夜来临的时候，是一个人心灵最脆弱的时候，也是思念最疯狂的时候。其实一个人并不孤单，想念一个人的时候才是真正的孤单。

10、说难受的人倒头就睡，说不在乎的人却整夜未眠。

11、即使我的江南有雨也落不到你的长安

12、烦躁，点醒来翻滚到现在还睡不着转眼要起来上班得不偿失，多此一举的体验。

13、把失眠甩了可孤独太黏人

14、太想念一个人却不能再见的时候，连静静的呼吸都会感到刻骨铭心的痛。

15、做梦醒来就睡不着了，脑子里想着自己都还没一辈子，就已经错过很多了。

16、要走的人你留不住，装睡的人你叫不醒，不爱你的人你感动不了。如果想念你，他会找。如果在乎你，他会真情流露。如果这些都没有发生，那么他就不劳你费心了。

17、半夜醒来就睡不着了，这是什么意思还要持续多久。

18、胃疼就喝热水，天冷就添衣，感冒就吃药，饿了就煮饭，下雨就撑伞，失眠就数羊，无聊就看电视剧，没人爱就爱。

19、回忆是件很累的事情就像失眠时怎么躺都不对的样子。

20、我们已经没有关系，但还是习惯晚上等到好晚，只是想听一句你的晚安。

21、有时候我们错过的不是时间而是感觉

22、从何时开始，承诺是你心血来潮的谎言，敷衍是你脱口而出的口头禅。既然你不认真，我就不当真了。

23、真的好累。好想好好睡一觉，可以一睡不醒的那种。

24、我们都在猜着对方是否会想自己，我们都在心里期待着对方先主动，于是我们各怀心事，最后我们渐行渐远。

25、有人说，失眠，是因为你正在别人的梦里辛苦地忙碌着。

26、在月黑风高的夜晚，睡不着只好到你的家里拜访你

27、周末有好多不想做，却又不得不做的事情要完成。好想一睡不醒。

28、我只是一个人走了太久，久到我已经习惯一个人了。

29、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。

30、回忆是件很累的事情就像失眠时怎么躺都不对的样子

31、一个人身边的位置只有那么多，你能给的也只有那么多，在这个狭小的圈子里，有些人要进来，就有一些人不得不离开。

32、失眠，最近拉肚子……刚才又去厕所了!

33、半夜醒来睡不着，我这是提前进入老年期了吧。

34、生活中，有些失望是不可避免的，但大部分的失望，都是因为你高估了自己。

35、后来山盟海誓再也感动不了我，你不认真我便不当真。错的人就是错的人，从来不会因为你能忍，或者能熬多点时间，就变成对的人。

36、最近总是失眠，16小时就醒一次.

38、每天晚上躺在床上要是不编个故事设定好角色闭上眼睛开始脑内演的话就绝对会失眠。

39、心动不是一瞬间，一眼却是一万年

40、我还在想你还在为你失眠还在怀念在一起的时候嘿我还喜欢你。

41、不要太在乎一些人，越在乎，越卑微。

42、在我怀里，你不用害怕失眠。——关于失眠的说说

43、一念起，万水千山;一念灭，沧海桑田。

44、长路本就坎坷，何必惺惺做作，拿刀的是你，喊疼的也是你。

45、夏天的所有浪漫都应该和你一起。

46、也许心还会常常怀念的，想想每天都可以看到你的快乐时光，在没有你的地方我还是离开那关于你的消息。

47、在无数睡不着的晚上，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，还有那些与之相关的让你不自觉地微笑或蹙眉的往事。

48、多笑笑，会慢慢让自己真的快乐起来。

49、为什么夜夜失眠??大概是想你不能眠

50、最近一周又开始要成夜成夜的失眠，三四点钟醒来就再也睡不着，我该怎么办啊。

51、我喜欢老歌老朋友和不变的爱人。

52、又回忆了吧又失眠了吧又想他了吧诶你别哭呀你

53、你曾经的微笑，在回忆里却散不开。

54、我的未来就是个梦，更遗憾的是，这回还失眠了。

55、每天早上刚一起床，就有一股睡午觉的冲动。

56、等待并非执拗，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。

57、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。

58、我是那种坚决不能白天睡觉勒人，不然就会像现在一样，睡到半夜就醒了。

**睡不着的说说朋友圈篇二**

1、每个睡不着的夜晚，我都在想你。空气中的气流是你的呼吸，被子是你的怀抱，弥漫的花香是你的味道。怀里抱着自己，亦是抱着你。

2、思念是一季的花香，漫过山谷，笼罩你我，而祝福是无边的关注，溢出眼睛，直到心底。

3、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！

4、我会每天想你想到失眠，你知道吗，这滋味不好受。

5、我和你之间最大的误会就是，我以为你也喜欢我。

6、好想踩着月光，走进你的月夜里，让你轻轻的呼吸声接我走进你的梦。多少个夜晚，望着星空就会想起你。

7、每晚都说要早睡，可每次都会失眠！

8、有人说：失眠是因为你正在别人的梦里辛苦的忙碌着。

9、秋天来到的时候，我把汗水和硕果寄给紫丁香馥郁的故园，寄给你，寄给我们相爱的岁月。

10、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。

11、有你的日子，好实在！无你的日子，好无奈；有你的日子，好自在！无你的日子，好期待！

12、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。

13、下雨了，听着窗外淅淅沥沥的雨声，睡不着。

14、我们都这样离散在岁月的风里，回过头去，却看不到曾经在一起的痕迹，尽管，曾今那么用力的在一起过。

15、我愿把我的心嵌入你的心，爱你永不变，愿时间酿造我们真情的美酒，香醇又可口，愿距离拉不开我们的手，情谊天长地久。想你到永远！

16、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。

17、我撒了一个谎，告诉了所有人，我不想你了，想忘记你了，他们都信了，你也信了，就连我自己差点都信了。

18、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。

19、思念就像窖藏的酒，放在心里时间越长被醇化的感情越浓烈。

20、独自看到世间的美景而无人分享，真是一种让人沮丧的遗憾。

21、今天的太阳又要下山，日历又要翻过新的一页，对你的思念也像这慢慢袭来的轻雾越来越浓。亲爱的，好想你快点回来。

22、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，梦也不会在夜里落下思念的疼痛。

23、进入夜晚的时间，都要安眠，沉眠者找不到方向，失眠者找不到天堂。没有人知道真相，因为这是阴影的面容。

24、我这人不太懂音乐，所以时而不谱，时而不着调。

25、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。

26、你是天空里的一片云，偶尔投入我的波心，你不会在意，而我将收藏一辈子。

27、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。

28、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。我就开始做梦噜。

29、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。

30、思念，是对爱人的企盼，友人的关切。思念，是对生活的感悟，家庭的温馨。

31、半夜突然醒来以后怎么也睡不着，在醒来之前我梦见有两个人好像把什么东西摞到一起，像一座红色的塔，然后塌了。

32、窗外在下雨，睡不着但内心平静。也许真的，不必再等。

33、在童年的那首歌谣里，在翻开却忘记合上的童话里，在花间呢喃的草丛里，我知道，你的笑很美丽，悄悄开在我心里。

34、萧萧秋雨，漫漫长路，愁断人肠。点点辐射，虚虚网路，遥思万里。此情无计可消除，才下眉头，却上心头。

35、我相信有一天，爱会回来，守护的天使只是暂时离开。当那个他朝你走来，你看天边的云彩，一定是天使美丽的安排。

36、思念着你，我最爱的那个人，但终究思念只是思念而已。

37、失眠，是因为你正在别人的梦里辛苦地忙碌着。

**睡不着的说说朋友圈篇三**

1、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。

2、红尘最可笑，痴情最无聊，还不如在家睡大觉，可是没有你，我却睡不好。

3、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。

4、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。

5、很小很小的孩子，晚上偶尔会湿棉；很大很大的孩子，晚上偶尔会失眠。

6、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。

7、总有让我们悲伤的一些歌，让我们哭泣的并不是歌本身，而是藏在背后的那些回忆。

8、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。

9、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。

10、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。

11、痛不痛只有自己知道。变没变只有自己才懂。现在的我一切都好，假装一切都很好。

12、我真的爱你，闭上眼，以为我能忘记，但流下的眼泪，却没有骗到自己。

13、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。

14、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。

15、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。

16、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。

17、因为失眠，有怕明天上班迟到。所以就明摆着不睡觉了。这么傻的事情，你也做过吗。

18、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。

19、夜未央，天未亮，独自一人疗悲伤。夜太长，心乱想，是谁把你抱在旁。

20、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！

21、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。

22、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。

23、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。

24、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。

25、没人懂你欲言又止的难过，你最好把那些话和凉白开水一起灌进喉咙，浇进心里。

26、吃土节快开始了，最近连续失眠，每天每个两三点睡不着，我的小心脏啊！

27、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。

28、可能最近瓜吃的太多。晚上总是睡不着。白天又偷偷的补回来。完全是昼夜颠倒了。

29、有多少人，以友谊的身份爱着另一个人。又有多少人，以玩笑的方式说着真心话。

30、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。

31、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。

32、男人失眠有三种可能：1、想念女朋友；2、想念暗恋的女生；3、精虫上了脑。

33、失眠了，我以为整个世界唯我独醒。点亮灯火，原来，孤独的夜早已醒了千年。

34、有时候之所以会觉得梦想特别高远，那是因为我们在接近它的路上还走得太短。

35、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。

36、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。

37、人生如梦，我失眠；人生如戏，我穿帮；人生如歌，我跑调；人生战场，我走火。

38、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。

39、女生失眠有三种可能：1、想念男朋友；2、想念暗恋的男生；3、吃得太饱。

40、用平静的心去看待那些离席与变故的，然后，把他们统统交给时间去原谅。

41、我无处质问。相一致困兽一样被困在放家里。抽很多很多的烟。整夜整夜的失眠。

42、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。

43、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？

44、等你骂人的话到嘴边，又咽回去，伤人的信息打完又删掉，你就真的长大很多了。

45、我们已经没有关系，但还是习惯晚上等到好晚，只是想听一句你的晚安。

46、寂寞的黑夜里，无边的世界，总会有一线曙光为你而折射，慢慢的忘记过去。

47、红尘深处，谁值得我，点一盏寂寞的心灯，木鱼相伴，敲尽一夜的无眠。

48、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。

49、永远不益听信当事人讲述自己的过去，因为每个人都喜欢不自觉的悲化自己。

**睡不着的说说朋友圈篇四**

1、又是一个夜深人静，又一次听歌未眠，就这样反反复复了好久，才发现你不在的每一天我都是这么度过的。

2、我其实没有多想你，只是在每个辗转难眠的深夜里歇斯底里。

3、会融化的冰激凌，会下山的太阳，会失望的期待，会下雨的夏天，会失眠的夜晚，会离开的你。

4、我只是一个人走了太久，久到我已经习惯一个人了。

5、长夜漫漫，无心睡眠。我以为只有我睡不着觉，原来晶晶姑娘你也睡不着。

6、隔着泪眼看世界，整个世界都在哭。

7、幸福是一瞬间，记忆却是一辈子。

8、我原不相信爱情有那样的魔力，可以让一个人为另一个人毫无保留的付出，直到爱上你！

9、我一点都不喜欢下雨天，但是当我无法入睡时，我总是听着雨声使自己平静下来。

10、终于半夜醒来睡不着了，好希望一觉醒来都是梦，街道依然人潮汹涌。

11、失眠，是枕头之上无尽的流浪。

12、思念，是下雨天的烟火，不能点燃释放，只能默默放在心里。

13、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。

14、岁月，留下苍老的足迹，将故事全部化解于那站在岁月彼岸张望青春的眼神。

15、谁不虚伪，谁不善变，谁都不是谁的谁。又何必把一些人，一些事看得那么重要。

16、我想你，想你是一种美丽，想你是一种鼓励。喜欢想你的感觉，喜欢想你的心情。

17、怎能忘记你的微笑和美丽的眼睛，还有那火热的令人心醉的交谈？呵，这爱情的河里，流的全是对你的思念！

18、我这一生遇到过很多人，他们如同指间的烟火，忽明忽暗，最后只沦为一抹灰烬，而你不同，你如北斗，闪耀在我的整个人生。

19、老年人的妥协是从再也不露脚脖子开始的饿的睡不着觉，那就不睡，宁可失眠到天亮，也不能起来吃夜宵怎么当女生这么难啊。

20、自从昨晚躺下以来，我无法入睡。突然外面大雨！听着雨声，我躺在被子里感觉很舒服，困倦立刻出现了。我开始做梦。

21、孤独的人话别太多，不被倾听更难过。

22、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。

23、在这淡淡的明月下，在这淡淡的星光里，我的梦又铺向故乡，铺向故乡的你了。

24、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。

25、思念可以让你流泪，思念也可以让人含笑。

26、我遇见过一个如阳光般耀眼，如月色般温柔的人，就只是遇见过而已。

27、睡不着无聊的我，窗外在下雨，把点点拉起来欣赏雨景。

28、如既往孤独相伴，万千纷扰与我何干。

29、下雨了。您在聆听雨声的同时应该睡得很香，但相关人士仍将无法入睡。

30、外面在下雨吗？但是听雨时我无法入睡。

31、思念是一种很玄的东西，如影随形，无声又无息，触摸在心底。

32、我深夜睡觉，半夜醒来无法入睡。外面的雨声打动了它。我很好，我一直在努力过上美好的生活。

33、夜无眠，心憔悴！窗外细雨纷飞，又在思念谁？执笔又为谁写词，爱到深处话凄凉！情到深处无怨尤，恨到归时方始休。

**睡不着的说说朋友圈篇五**

1、想起你的一点一滴，心，又开始痛的无法呼吸，泪，更止不住地往下流。

2、对一个失眠的人来说，没有任何东西是安慰。

3、一口茶等于一个大半夜。甘苦，提神!

4、幸福的失眠，只是因为害怕闭上眼。

5、曾经我以为真心对待一个自己爱的人就能永远，现在想来，不过就是个笑话。

6、前几天天天热的不吹风扇睡不着，这几天冷的钻被窝不想起床。

7、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。

8、你我皆有苦衷，你又何必诉说身不由己呢?

9、半夜睡不着发一下前几天去阿拉善左旗英雄会十周年的照片。茫茫沙海，好棒。

10、你睡不着的时候就多想想我，不要浪费时间。

11、习惯晚睡不叫失眠，就像你从未在我身边不算失恋。

12、拍一张分别的纪念努力远走高飞失眠的海面。

13、想起我们的曾经，湿润了眼睛，何必要在一起，曾经的承诺，如今的谎言。

14、最美的不是下雨天,而是和你一起躲过雨的屋檐。

15、身体的病倒好治疗，怕的是心病;有了心病，于行.住.坐.卧中都不得安宁，浑身不得自在，甚而吃不下，睡不着。

16、我不太主动找人聊天。所以，我主动找的，都是我在乎的人。

17、想你想的睡不着觉，念你念的心怦怦直跳;恋你恋的鬼迷心窍，爱你爱的肉直往下掉。

18、七夕下雨，打雷加闪电，是不是要拆散我与他。

19、亲，下雨了，你有想我不?

20、有个人，没在身边，却成为我的笑点，也会成为我的失眠点。

21、烟是香的，酒是甜的，至少这个失眠的夜里，我可能是不爱你了。

22、有时，与其说是失眠，不如说是想用清醒惩罚自己。

23、你无法叫你爱的人必须爱你，就像给一只猪解释天为什么要下雨。

24、放不下的瘾，好不了的病，比如失眠，比如你。

25、有一种爱，不求回报，却一直给予;有一种爱，不善言表，却能遮风挡雨。

27、我给你讲故事你不要失眠到流眼泪。

28、失眠的人连做梦的资格都没有，我没有一难过就让你心疼的命。

29、可不可以说，我“坚强”不下去了呢。

30、有爱情没有成为夫妻，是人生的一大遗憾;成为夫妻而没有爱情，是人生的一大悲哀。强迫和乞求来的爱情是不牢固的。不要去恨你爱过的人，不要去等他回头。男人往往承受不住幸福的考验，女人往往承受不住痛苦的考验。不要过于天真和幼稚，因为婚姻不是一个坦白的地方，而是一个外交的\'舞台。

31、一张一米二的床上，一间四五平米的房间里，关上灯黑暗无限蔓延，闭上眼，宇宙还没有大爆炸，一切都还待构筑。睡去，睡去吧!

32、一生里，总有一个人是你的明月光，一生中，总有一个人是你的致命伤，总有一个人是你滴不尽的相思泪，总有一个人是你解不开的心头结。一生里，很少有朋友能陪我们走完，总是一段又一段的陪伴，如此亦是好的。一生中，酸甜苦辣咸，个中滋味，如饮杯水，冷暖自知。

33、你失眠了，但对不起，该哄你睡觉的不再是我。

34、高山重洋将我们分离，没奈何我只能在回忆中与你重逢，在梦境中与你相遇。

35、偶尔偷过下雨的窗里面,想象吻着你的脸。

36、每次的遇见，总是泪流满面，选择了理智却迷失了情感;无数失眠的夜晚，强迫回忆共处的画面，失去你的人生，从此荒芜一片。

**睡不着的说说朋友圈篇六**

1.每晚都说要早睡，可每次都会失眠!

2.一个人的失眠，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。

3.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。

4.我可能碰不到陪我熬苦日子的姑娘了，我只能自己熬，熬的过就好，熬不过一人四海为家。

5.回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子。

6.我不太主动找人聊天。所以，我主动找的，都是我在乎的人。

7.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。

8.想睡的人睡不着多半是因为睡不着想睡的人。

9.在月黑风高的夜晚，睡不着只好到你的家里拜访你。

10.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!

11.你的抑郁症是矫情，你的拖延症是懒，你的强迫症是闲得蛋疼，你的失眠是根本不困。

12.进入夜晚的时间，都要安眠，沉眠者找不到方向，失眠者找不到天堂。没有人知道真相，因为这是阴影的面容。

13.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。

14.你若须要时间，还得自己把他造出来。

15.今年出生的孩子不容易失眠，因为他们会属羊。

16.有些时候，我们以为，蒙上了眼睛，就能够看不见这个世界;以为捂住了耳朵，就能够听不到所有的烦恼;以为脚步停了下来，心就能够不再远行;以为我需要的爱情，只是一个拥抱。

17.你我皆有苦衷，你又何必诉说身不由己呢?

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.从什么时候，半夜睡不着依然摆弄手机去填补那份空虚。当我们习惯隐身当我们习惯沉默，原来是为了躲避失望。

20.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!

21.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。

22.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。

**睡不着的说说朋友圈篇七**

1、我选择善良，不是我软弱，因为我明白，人不是禽兽，恶行必遭报应;我选择宽容，不是我怯懦，因为我明白，宽容了他人，也宽待了自己;我选择糊涂，不是我真糊涂，因为我明白，有些东西争不来，不争也会来;我选择平淡生活，不是我不奢望繁华，因为我明白，功名利禄都是浮云，受得住寂寞才能升华。

2、女生失眠有三种可能：想念男朋友。想念暗恋的男生。吃得太饱。

3、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。

4、一个人静静地只有敲打键盘的声音打破了寂静的黑夜;睡不着不想睡却又不知该做什么。

5、一念起，万水千山;一念灭，沧海桑田。

6、我的成功和你有关，你的教诲是我的财富。恩师，教师节的夜晚，我为你失眠。送一首金牌小诗，那是我们今生的缘。

7、每次我睡不着的时候老天都会下雨，好像在嘲笑我悲伤一样痛。

8、为了想清楚昨晚为什么失眠.今晚，又失眠了.

9、想睡的人睡不着多半是因为睡不着想睡的人。

10、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。

11、每晚都说要早睡，可每次都会失眠!

12、虽然晚上得休息了但一想到你还在上班我也睡不着了，想陪你一起渡过漫漫长夜!

13、大地已经沉睡了，除了微风轻轻地吹着，除了偶然一两声狗的吠叫，冷落的街道是寂静无声的。

14、你在思念谁像我一样在失眠吗。

15、你的歌声不仅让我失眠，还差点让我失禁。

16、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。

17、我好没出息，总是假装不在意你，却总是偷偷留意你的消息。

18、周围漆黑一片，也没什么声音，床是那么柔软舒适，但却怎么也睡不着了。我静静地躺着，默默地等待黎明的到来。

19、夜已经很深了，却丝毫没有困意。打电话给深圳的朋友说我睡不着了，她一边打着哈欠一边对我说：你这是睡颠倒了。

20、失眠，是你在别人的梦里苦苦地忙碌着。

21、你到底隐身在哪里，是不是，我追随着落在雨水里的花瓣，才可以达到。

22、习惯，失眠，在一个人的房间里，思念着你的容颜。

23、我只是一个人走了太久，久到我已经习惯一个人了。

24、人生中三大悲剧，熟得没法做情侣，饿得不知吃什么，困得就是睡不着。

25、在雨中寻找，在雨中泪奔，在雨中等待，在雨中奔放，为了就是等待雨中的她。

26、那些让你睡不着的心事，都会变成天上的星星。

27、我们走在一起，如果突然下雨了，你是买一把伞和我一起顶，还是给我自己一个人顶。

28、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。

29、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。

30、我只是怕，以后没有哪个女人比我更爱你，更心疼你，仅此而已。

31、想把你在梦里翻个遍却发现自己在现实中想你想到失眠。

32、给你讲个故事，这故事很长，我长话短说，我想你了。

33、你不找我是你不想找我，我不找你是咬着牙留点自尊。

34、长夜漫漫无心睡眠，我以为只有我睡不着觉，原来姑娘你也睡不着啊!

35、回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子。

36、不管刮风或下雨不管你哭或你笑不管他人怎样说眼里都只会有你。

37、有些话，说与不说，都是伤害。有些人，留与不留，都会离开。

38、分了舍不得放不下，不分又太委屈太心酸，爱而不得，才最伤。

39、睡前千万不敢想纠结又让自己心烦的事不然就是失眠好不容易睡着就是多梦。

40、风华是一指流砂，苍老是一段年华。

**睡不着的说说朋友圈篇八**

1.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。

2.我用尽幼年时的青春来爱你，而后便拿余生的苍老来忘你。

3.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。

4.我们身边重要的人越来越少，而留在身边的人越来越重要。

5.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。

6.失去一个人，就连这个城市都是空的。我的旅行结束了，我回头去牵空气的手。

7.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。

8.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。

9.总有那么一个人，让你遍体鳞伤，总有一段伤，让你念念不忘。

10.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。

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.眼中总是会不经意的流起泪水，在每个失眠的夜晚。

13.曾经的誓言，现在的谎言，一切的一切只是在敷衍我。

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.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。

16.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。

17.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。

18.失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。

19.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。

20.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。

21.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。

22.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。

23.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。

24.当年的回忆花，种下了我们的爱，现在却由我来独自守护。

**睡不着的说说朋友圈篇九**

1、每天失眠，胡思乱想。想快点恢复正常生活。

2、全职带娃的一年每天只能睡几个钟就算了，还要经常性失眠，我太难了。

3、我累到什么程度呢？头晕恶心想吐连续加班加晚上失眠。

4、每天最困难的就是睡觉一直失眠一直入睡困难无解。

5、每天睡觉成了最痛苦的一件事了，再这么失眠就离死不远了。

6、每天无聊到喝酒治疗失眠！突然发现自己有很多很多事情还没有做！

7、连续几天失眠，几天睡不着了，目前处于精神恍惚。

8、别人都以为你快乐，只有你自己才知道，为什么总是连续整夜失眠。

9、每天梦到你，每每醒来告诉自己你走了失眠两三个月，你开心了吧。

10、最近的睡眠质量好差，每天到了一两点都不困连续失眠。

11、又是一夜无眠每天都失眠我会不会猝死啊哎，睡一觉，醒来就去剪头发。

12、又到了我每天勤勤恳恳许愿，请不要再让我失眠却总是睁眼到天亮的季节。

13、每天都在失眠，就算身体已经很累了，还是睡不着。

14、好像现在需要安眠药来帮助我入眠，连续失眠的第n个晚上。

15、连续失眠加早醒，我已经可以在任何时间任何地点突然睡着了。

16、连续失眠4晚，我扛不住了要，我不会快乐了！

17、不知道我这个小脑瓜里每天都在想什么，又是成功失眠的一天，我真的想好好睡觉。

18、今天早上就要开始上网课了，竟然失眠，经常失眠了，可能因为每天很闲。

19、每天都失眠，晚上试图想数着心跳入睡，才发现自己没有心跳。

20、我沾枕就睡的技能好像把我抛弃了，现在每天被失眠折磨，还天天做噩梦。

21、连续两天失眠，两眼锃亮，头昏脑胀，扛不住了。

22、每天都骗自己一句晚上可以睡得着的，失眠会好的，不开心会忘掉的。

23、半个月了，白天从未睡过觉，但为什么每天夜里都会失眠睡不着？

24、真的不能够在晚上喝奶茶，每天晚上喝两杯奶茶，越喝越清醒，每天晚上失眠。

25、每天晚上都失眠，还要一大早爬起来上课，眼睛都睁不求开像要爆炸了一样。

26、不按点吃饭睡觉，然后每天失眠，睁眼看天黑天亮。

27、连续失眠两天两点半才睡着，现在头痛的要爆炸。

28、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。

29、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。

30、如果说没有焦虑、恐惧、不安的情绪是假的！每天都失眠！希望疫情可以早点结束。

31、最近每天晚上都失眠，做噩梦，感觉很疲惫。

32、我也不知道自己在想什么乱七八糟的，但就是每天都在失眠，好难熬。

33、每天都在醉生梦死中祈求不要失眠的日子，就快结束了，再挺挺。

34、失眠好几天了，每天睡不到5个小时，但是其实我根本没啥事。

35、又失眠了，每天的梦精彩又疲惫，希望是真的，也害怕是真的黑夜滋生脆弱。

36、希望每天都可以好好的睡觉，不会总是从梦中惊醒不会失眠不在想你。

37、连续失眠两天，很难受，我想好好睡一觉太难了。

38、逐渐失眠的三个阶段，每天8小时到6小时，再到4小时。

39、每天都在失眠，安眠药还剩最后一片，唯一好的就是我准备好好生活了。

40、世上最折磨人的是失眠，比失眠更折磨人的，是连续失眠。

**睡不着的说说朋友圈篇十**

2、你在我心里面陪我失眠可是却不在我的身边.

3、我怕背叛,我怕死亡,我怕谎言,我怕失去,我怕别离,我怕失眠,。

4、失眠的人连做梦的资格都没有.

5、会不会有那天晚上你失眠是因为想我而失眠。

7、我的未来就是个梦，更遗憾的是，这会儿还失眠。

8、失眠是因为你的魂灵在别人的梦里热烈地游走着。

9、我怕背叛,我怕谎言,我怕失去,我怕失眠,我怕被丢下,我怕没人陪,我怕爱的人过得不幸福,原来我只是个胆小鬼。

10、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。

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、据说，当你失眠的时候，你将会在别人的梦里出现。

13、如果可以让我见你一面，我会看着你失眠。

14、失眠的人连做梦都没有资格。

15、回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子,。

16、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。

17、回忆是件很累的事情，就像失眠的时候怎么躺都不对的样子。

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

19、胃疼就喝热水天冷就添衣感冒就吃药饿了就煮饭下雨就撑伞失眠就数羊无聊就看电视剧没人爱就爱自己。

20、你知不知道你的突然下线、换来的是我一夜的失眠。

21、每晚上躺在床上要是不编个故事设定好角色闭上眼睛开始脑内演的话就绝对会失眠。

23、为什么夜夜失眠??大概是想你不能眠。

24、有人说，失眠，是因为你正在别人的梦里辛苦地忙碌着。

25、回忆是件很累的事情就像失眠时怎么躺都不对的样子。

26、在我怀里，你不用害怕失眠。

27、什么时候也能换你为我失眠一次。

28、失眠，是因为你正在别人的梦里辛苦地忙碌着。

29、回忆是件很累的事情就像失眠时怎么躺都不对的样子。

31、我怕背叛怕死亡怕谎言怕失去怕别离怕失眠怕复杂怕被丢下怕没人陪。

32、失眠的人连做梦的资格都没有。

33、整晚失眠呆呆望着黑色的天。

**睡不着的说说朋友圈篇十一**

1、有过了执着，才能放下执着。有过牵挂，才能了无牵挂。

2、习惯把微笑挂在脸上，把悲伤埋在心里。

3、当它结束的时候，就已经失去了所谓的结果。

4、现在的你看到那么憔悴的我，会不会有一丝的心疼。

5、人生，只需一人，知我冷暖，懂我悲欢。

6、有些人不属于你，但遇见了也挺好。

7、幸福是一朵调皮的花朵，用真心浇灌，花朵终将绽放。

8、有些人，你帮她七分，她反倒觉得你欠她三分。

9、如果感受到爱情的甜蜜，或许靡不岬玫剿睦佑/p。

10、我试着控制情绪，但还是决了堤。

11、总有那么一些事，来不及等我们去决定，就已经无法改变。

12、想一想就疼的回忆，又怎么能对别人提起。

13、如果我选择不打扰，你是不是会过得更好。

14、如果爱我，就给我一点肯定好么？这样的等待我受不了。

15、那些曾经的曾经，那些过去的过去，如今又该怎样去释怀。

16、你是风是鸟是雾是酒馆，却唯独不是归宿。

17、有一种感情叫无缘，有一种放下叫成全。

18、你成不了心态的主人，必然会沦为情绪的.奴隶。

19、那些人，一错过，就是昔人；那些事，再美好，皆成往事。

20、我的心，像是被人丢进冰窖，变得无比寒冷。

21、我们害怕失去，却始终没学会珍惜。

22、一个人知道自己为什么而活，就可以忍受任何一种生活。

23、这一场末路繁华，不倾城，不倾国，却倾我所有。

24、对不起，只是忽然很想你。

25、人性这种东西，不可言不可研不可验。

26、哭过以后我要大声的讽刺笑，继续伪装勇敢的自己。

27、爱很奇怪，什么都介意，最后又什么都能原谅。

28、过去就像一个巴掌，怀念一点就挨一个耳光。

29、你说你不想长，可是时间不允许你这么放肆。

30、我懂了，放手了，后悔了，心痛了。

31、最美的不是下雨天，是与你一起躲过雨的屋檐。

32、分手后不可以做朋友，因为彼此伤害过！

33、有时候想想过去，我就心如刀绞。

34、既然对你说了早安，就要学会对你说晚安。

35、不是说快乐就能快乐，有些伪装出来的快乐比哭还痛的彻底。

36、明天太阳依旧升起，我们是否还会在转角相遇。

37、如果我的离开能给你快乐，那你还是继续难过吧。

38、在爱情的游戏里、谁先付出真心谁就是输家。

39、早已习惯一个人在黑夜里行走，但我依然记得太阳的温暖。

40、我足够坚强不代表什么伤都能抗。

41、有没有这样的时候，听见某人的名字，心就忍不住的痛。

42、明日，也许是天涯之遥。

43、曾经我们许诺永远，现在那些永远都变成了曾经。

44、你看得见我打在屏幕上的字，却看不见我掉在键盘上的泪。

45、学会了孤单，就不会感到寂寞。

46、就像我喜欢站在人群中，却又成了最碍眼的一角。

47、有些感情不是说忘就能忘，要需要的是勇气。

48、既然到了最后仍然要分开，又何必再相遇相识相爱。

49、向日葵的向往，太阳为何不懂得珍惜。

50、你得记得我，得好好记住我，一根头发都不能忘。

51、这夜这么黑，你在牵挂谁，你怎还未睡。

52、那此忘恩的人，落在困难之中，是不能得救的。

53、从相遇到离开，我欠自己太多，不欠你分毫。

54、这世上有成千上万种爱，但从来没有一种爱可以重来。

55、虽然我们不能在一起，但是我会把这份爱永远放在内心深处。

56、合适才叫坚持，不合适那叫僵持。

57、我生气是因为你不在乎我，我生气是因为我很在乎你。

58、语已多，情未了。回首犹重道：记得绿罗裙，处处怜芳草。

59、我是一个懒人，所以感情也只图个安稳。

60、花开依旧，物是人非。

61、关于我，只想好好过。关于你，只想好好爱。

62、故事还在继续，它不会因为我的离开而没有了后来。

63、我已天天练习着微笑，去掩饰那悄然滑落的泪水。

64、不克不急成为你a独一，但也想成为你a影象。

65、我一直强调我很低调，可你们偏偏要给我掌声和尖叫。

66、有些人一谈起就感伤，有些事一想起就迷茫。

67、时过境迁，连我们的习也跟着变了。

68、忘不了的人自己最痛，放不下的情自己最懂。

69、岁月你别催，走远的我不追。

70、老子离开你，人生就有一万种可能！

71、如果你不爱他，就别给希望，你的善良，是毁了他的毒药。

72、当幸福丢下你，别怕还有孤独陪着你。

73、曾经的那段情，留下的伤疤，一辈子也抚平不了。

74、每一座孤岛，都被深海拥抱。

75、泛泛之交越来越多，老朋友越走越远。

76、不是爱情经不住时间，而是时间经不住善变。

77、时光不染，回忆不淡。

78、冷漠不减，温柔用不上，狠心过了头。

79、如果我离开你那么一段时间，请你替我照顾好你自己。

80、日久不一定见人心，也有可能是蘑菇。

81、最后的拥抱，混乱的心跳，恍如初见。

82、我不懂，为什么深爱，却成了一种致命的伤害！

83、把自己的心带入你的位置，用每个细胞体会你的喜怒哀乐。

84、开始的稀里糊涂，结束的糊里糊涂。

85、我只是一个过客，什么也带不走，什么也留不下。

86、期望太多，才会失望。

87、喜欢与不喜欢，只是一念之间而已。

88、只要你在我身边，所有蜚语流言完全视而不见。

89、如果温柔不是独有，那么要他有何用？

90、自己都放弃自己了，又怎么指望别人高看你？

91、不是所以你爱的，都是我有的。

92、其实我也不想这么难过，但是没人来救我。

93、心里的痛，该给谁讲？我真的承受不起。

94、孤独是你心里面没有人，寂寞是你心里有人却不在身边。

95、回忆再，终究是过去。话再好听，那也只是逢场作戏。

96、渐渐的我不再期待任何人或事了。

97、等了小半辈子，终于等到这么个人，他怎么能不珍惜。

98、你坐在这里，是在等待一段爱情，还是在消磨一段岁月。

99、喜欢一个人真累，还是乖乖的等别人来喜欢我吧。

100、我对你的爱绵绵不绝，我对你的爱有增无减。

101、我们珍贵的回忆，我用眼泪去缅怀。

102、我只是想让你吃醋让你生气逗你玩儿，因为喜欢你在乎你啊。

103、最冷一天，因为找不到你。

104、远处的是风景，近处的才是人生。

105、睹物思人的后半句，永远都是物是人非。

106、男人的爱是俯视而生，而女人的爱是仰视而生。

**睡不着的说说朋友圈篇十二**

牙疼是真的很要命，有的人牙疼起来是整夜整夜的睡不着觉，你有过这样的经历吗?下面是关于牙疼的。

说说。

一起来看看吧!

1.牙疼，我的圆脸变成了发酵了一半的大馒头。

2.压力大，烦躁，再加大姨妈，上火牙疼，太难受了。

3.牙疼得脸都肿了，吞口水都疼，悲催啊!

4.一想起你，我就牙疼。你可知道，牙疼要命。

5.牙疼给我的感受就是痛不欲生。

6.牙疼，只睡了三个小时不到。右边脸有点肿，张嘴都会有点疼……。

7.早起发现牙疼把脸给疼肿了，赶紧背一把西方音乐史压压惊。

8.疼。牙疼。左侧疼。牙龈也疼。呜呜呜呜呜!凉水热水都疼!

9.清晨，还是被牙疼醒，疼醒之后它又不那么疼了，真是!

10.今天，我的蛀牙疼得很厉害，疼得我在床上打起滚儿来，连饭都吃不了。

11.今天我牙齿痛，才知道，小小的牙齿居然有这么厉害，能让我痛得犹如万箭穿心，向它求饶吧!

12.牙疼好像牙里面有个电钻一直在钻腮帮子，整个脸都会痛，太阳穴也抽抽地痛，扯着脑神经痛，疼到晕厥，疼到无法思考别的事，半张脸基本上是废了。

13.一心烦，我的牙齿又不小心碰了一下这颗快“退伍”的病牙。这颗牙又开始作怪了，疼得我直抓床单。

14.这个世界上难以自拔的除了坏掉的爱情，就是那疼痛难忍的牙齿。

15.牙莫名地疼起来，起初是隐隐作痛，还可以忍受得了，但是吃东西的时候就会剧痛，很痛苦。

16.十分钟、二十分钟、三十分钟……一直过了一个小时，牙痛一点也不觉得好转，反而越来越疼了。

**睡不着的说说朋友圈篇十三**

1、当一个人熬过了最艰难的时候，就不再想去寻找依靠，任何人都是负累。

2、时光让我们错过了一个又一个该珍惜的人，后来的我们越来越将就。

3、难过的一面就留着自己慢慢消化吧，反正幸灾乐祸的人肯定比心疼你的人多。

4、岁月改变了我们的容颜，一成不变的是脚下走过的风景。

5、没有所谓玩笑，所有的玩笑都有认真的成分。

6、别动不动就付出真心，他给你的糖可能也给过别人。

8、不想再为过去而挣扎，不想再为思念而牵挂，不想再卑微自己了，你若不惜，我亦不爱。

9、不是怕你呆在痛苦的曾经，而是担心你从此错过了年轻。

10、说出口的伤痛都已平复，绝口不提的才触及心底。

11、人生最可悲的事情，莫过于胸怀大志，却又虚度光阴。

12、你说要用一生一世去爱我，可是你的一生实在是太短了，短到我都不曾感到开始过。

13、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。

14、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。

15、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。

16、有时候，没有下一次，没有机会重来，没有暂停继续。有时候，错过了现在，就永远永远的没机会了。

17、不能强迫别人来爱自己，只能努力让自己成为值得爱的人，其余的事情则靠缘分。

18、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。

19、幸福的爱情都是一种模样，而不幸的爱情却各有各的成因，最常见的原因有两个：太早，或者，太迟。不要因为寂寞而错爱，不要因为错爱而寂寞一生。

20、我总是在担心会失去谁。有时我在想，会不会有那么一个人会担心失去我?曾经以为，拥有是不容易的;后来才知道，舍弃更难。很多时候，不经意知道一些事后，表面装得无所谓，用微笑去掩饰，其实心里比什么都疼。

21、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。

22、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。

23、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。

24、有些时候，我们以为，蒙上了眼睛，就能够看不见这个世界;以为捂住了耳朵，就能够听不到所有的烦恼;以为脚步停了下来，心就能够不再远行;以为我需要的爱情，只是一个拥抱。

25、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。

26、谁不虚伪，谁不善变，谁都不是谁的谁。又何必把一些人，一些事看得那么重要。

27、我总是在小心翼翼，总是在拿捏分寸，总是在询问可不可以行不行，害怕自己无意中伤害别人，担心自己处理不够妥当，不想让别人失望，但是没有人问过我快不快乐，也没有人渴望听到我内心的声音。

28、那些曾许下一生一世的诺言，现在只剩我一人独守。

30、不是真的习惯拒绝，而是怕一旦牵手了，再回到一个人时，受不了那份寂寞与悲凉，不曾拥有，就不怕失去。

31、有时候觉得自己像个神经病，既纠结了自己又打扰了别人，有时候不小心知道了一些事，才发现自己所在乎的事是那么可笑，人们都说失去后才知道珍惜，其实珍惜后的失去比什么都痛。

32、不开心的时候吧，总想做点什么事，比如剪短发，跑十公里，删掉所有朋友圈和微博，而事实上，你只能好好过。

33、永远也不要高估自己在别人心中的地位，其实什么都不是，多你一个也不多，少你一个也不少。

34、不是所有的付出，都能换来对方的领悟，不爱你的人怎么会意识到，你最美的青春都在陪他吃苦梦已逝，心已碎，留下只是在为离开做准备。

35、曾几何时我以为我找到了我要的幸福，可是当我毫无保留的付出后，才发现原来一直都是我的一厢情愿。

36、明明说好一起共白头的人，却在中途一声不吭的离开你。曾以为的来日方长，可一转身便是人走茶凉。很心酸吧，曾经那么喜欢的人却无法再拥有了。

37、我想给你幸福，却走不进你的世界。

38、总有一个人，一句对不起让你心痛到刻骨铭心。

39、只要用力呼吸，就能看到奇迹一个人的快乐不是因为他拥有的多，而是因为他计较的少。

40、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。

41、最心疼的心疼，是连呼吸都那么疼。

42、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。

43、从何时开始，承诺是你心血来潮的谎言，敷衍是你脱口而出的口头禅。既然你不认真，我就不当真了。

44、我想回答你很多问题甚至连答案都想好了可你却从来不问我。

45、当你变成了我生活中的习惯，我才发现我离不开你。

46、等待并非执拗，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。

47、生活改变了我们，却变不了坚强的外表下那颗敏感而柔弱的心。

48、多笑笑，会慢慢让自己真的快乐起来。

49、或许，终有那么一天，我们各自牵着别人的手，遗忘对方。

50、不要太在乎一些人，越在乎，越卑微。

1.你失眠了，但对不起，该哄你睡觉的不再是我。

2.无眠者，顾名思义就是没有睡眠的一群人。

3.失眠的人，只要不是个笨蛋，肯定是个天才。

4.人生由淡淡的悲伤和淡淡的幸福组成，每次小小的期待都是幸福的。

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.每晚都说要早睡，可每次都会失眠!

7.总有让我们悲伤的一些歌，让我们哭泣的并不是歌本身，而是藏在背后的那些回忆。

8.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!

9.睡不着的时候，我不想要安眠药，只想要你的拥抱。

10.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。

11.回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子。

12.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。

13.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。

14.黑夜勾引着失眠犯罪，清醒的人抓不到安睡。

15.我们身边重要的人越来越少，而留在身边的人越来越重要。

16.我不太主动找人聊天。所以，我主动找的，都是我在乎的人。

17.真心等你的人，他总会真心等下去，不愿意等你的人，总是一转身就牵了别人的手。

18.将来什么事都会有人去做，但是那个人为什么不能是你?

19.何时何地，都要明白，活给自己看的，别把别人的评价看得太重，凡事只要于心无愧，就不必计较太多。

20.习惯了伤痛带来的失眠，随之而来便是孤独导致的不安。

21.眼中总是会不经意的流起泪水，在每个失眠的夜晚。

22.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。

23.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。

24.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。

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.安眠药是失眠者的心理寄托。

27.你走的一瞬间，失眠了我整整一个曾经。

28.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。

29.你自信于你的全部，不困就别睡;即使赖在床上，也不曾安乐。

30.我们在同一个地方，却在不同的世界。

31.深夜睡觉的在做梦，醒着的在梦想。

32.失眠的时候，最害怕窗外雨落声如惊雷般震动敏锐的感官。

33.爱很奇怪，什么都介意，最后又什么都能原谅。

34.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。

35.一个人最幸福的时刻，就是找对了人，他纵容你的习惯，并爱着你的一切。

36.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。

37.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。

38.一闭眼就见到你，又是一个不眠夜。

39.有时候，明明很脆弱，却表现的如此坚强，明明受了委屈，还得强颜欢笑，眼泪在眼里打转，却告诉每个人我很好。

40.我以为，真心对人，也可以换来别人真心对待。拼了命地不让身边的人难过，却发现，受伤的原来是我自己。经历了一些事，才知道自己真的好傻。

41.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。

42.坑是你自己挖的，跳也是你心甘情愿的，可到了最后你会发现，你不仅爬不出来而且里面只有你一个人。果然，想得太多会让人万劫不复，收起渴望，好好生活。

43.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。

44.最深的孤独不是长久的一个人，而是心里没有了任何期望。

45.这个世界有好多无能为力，学不会的数学，背不完的单词，降不了的体重，鼓不了的钱包，还有留不住的你。

46.曾经我一直以为，真心对待一个自己爱的人就能永远，现在想起，不过就是个笑话。

1.刮风了走在路上习惯了抱着自己给自己取暖而不是奢望谁的手.

2.爱你的勇气还有只是不想再回头。

3.我也就一点真感情在你手上。

4.她摇摇晃晃走了一路回头看看身后空无一人。

5.我不知你是不是我命中良人，却已打定主意绝不放你离开。

6.“我再也没有力气像喜欢你那样喜欢别人了”

7.不知道少了什么总感觉没有从前快乐.

8.“愿你惦记的人能跟你道声晚安独闯的日子里不会觉得孤单.”

9.在我没有能力之前我是不会经营任何一段感情.

10.时间会把错的人带走会把对的人带到你身边。

11.“只愿与你像旧时老友，春来赏花秋浓煮酒。”

12.成的，是你把我对你的爱消磨殆尽。再见。

13.从来没有人觉得外面风大，让我跟他回家。

14.我没有多孤单只是偶尔情绪泛滥。

15.对不起谁也没有时光机器已经结束的没有商量的余地。

16.有些事你不懂毕竟你我不同。

17.大概要慷慨的放手才能掩饰心里的难受。

19.“我去翻你的过往，并不是嫉妒，我只是难过，有种深情你从未给过我”。

20.我手里拿着刀没法抱你，放下刀没法保护你.

21.你朝我伸出手的时候我以为这一生都可以跟你走。

22.“你不知道的事还有很多，你看到的我永远尖酸刻薄。”

23.你从未珍惜过我竭尽全力给你的所有。

24.一个人久了会不会感觉自己对于别人有点多余.

25.感动太少真话太少好友太少笑容太少。

26.再也没有满口脏话慢慢变得疏远礼貌。

27.后来我把圈子变小把语言放干净做了那个你最喜欢的与世无争的我。

28.“费尽心思逗你笑却输给了那个给你哭的人”.

29.不知道迎面吹来的风哪一阵是你算了亲都亲了。

30.岁月是场有去无回的旅行好的坏的都是风景。

31.其实不想你走只是挽留的话说不出口。

32.我曾一度渴望得到你现如今奢望忘记你。

33.“你是别人的风景却看湿了我的眼睛”

1.我，不会问，不会提，难过了就一个人不停地走，我不会吵，不会闹，心痛了用沉默代替一切。

2.后来我们深夜饮酒，杯子碰到一起，那都是梦碎的声音。

3.我好想站在大雨里大哭一场，哭出所有的伤痛和委屈。

4.太多的事，慢慢地就不能做了，太多的人，渐渐地就不见了。原来，成长就注定是一个要丢失的过程。

5.心酸纵有千百种，沉默不语最难过。

6.如果你经历过真正的孤立无援，你会明白眼泪是最无用的东西。

7.真的不必把太多人请进生命里，太过热情总是不被珍惜。

8.你很迷茫，但你装的很棒。

9.会安慰人的人，一定也失去过很多，无一例外。

10.生活本来就是阴晴不定，每个人都要承受自己的那份不如意。

11.别为当初的誓言耿耿于怀了，承诺的时刻一定是真的，只是后来太多意外，谁都想不到会分开。

12.早睡的人是开心乐观的，一天过得很快。而晚睡的人便是最容易让人变得消极的，最是害怕时间的飞逝。夜晚罩着一片胡思乱想的人们。

14.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。

15.失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。

16.没有无缘无故的恨，也没有无缘无故的爱。

17.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。

18.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。

19.我想去一个没有人认识我的地方，开始全新的生活。

**睡不着的说说朋友圈篇十四**

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、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。

3、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，相思一张脸。

4、我们已经没有关系，但还是习惯晚上等到好晚，只是想听一句你的晚安。

5、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。

6、我真的爱你，闭上眼，以为我能忘记，但流下的眼泪，却没有骗到自己。

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。

8、为什么做什么都要顾及别人的感受，我顾及别人，那谁来顾及我。

9、习惯了晚睡，只是为了等一个劝我早点睡，然后跟我说晚安的人。

10、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。

11、寂寞的黑夜里，无边的世界，总会有一线曙光为你而折射，慢慢的忘记过去。

12、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。

13、我喜欢现在的我，我怀念过去的我们。离开后，别说祝我幸福，你有什么资格祝我幸福。但我还在怀念，你不再怀念的。

14、有多少人，以友谊的身份爱着另一个人。又有多少人，以玩笑的方式说着真心话。

15、回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子。

16、在所有好的，不好的情绪里，毫无预兆的想念你，是我不可告人的隐疾。

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、据说，当你失眠的时候，你将会在别人的梦里出现。

19、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?

20、怕你睡着了，不敢骚扰，可你不在，我却又睡不着了。

**睡不着的说说朋友圈篇十五**

。

2.欲笺心事，独语斜阑。——唐婉《钗头凤·世情薄》。

3.冠盖满京华，斯人独憔悴。——杜甫《梦李白二首·其二》。

4.紫塞门孤，金河月冷，恨谁诉?——朱彝尊《长亭怨慢·雁》。

5.残灯明灭枕头欹，谙尽孤眠滋味。——范仲淹《御街行·秋日怀旧》。

6.君行逾十年，孤妾常独栖。——曹植《明月上高楼》。

7.轻解罗裳，独上兰舟。——李清照《一剪梅·红藕香残玉簟秋》。

8.邯郸驿里逢冬至，抱膝灯前影伴身。——白居易《邯郸冬至夜思家》。

9.我看到你第一眼就想上了你，他们斯文人把这叫做一见钟情。

10.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。

11.我的未来就是个梦，更遗憾的是，这会儿还失眠。

12.曾经有人，在你手心画了三个圈。陪你失眠，陪你入睡，陪你到天亮。

13.懂的人，不用多说，不懂的人，说再多也没用。

14.有一种感觉总在失眠时，才承认是相思有一种痛。

15.用平静的心去看待那些离席与变故的，然后，把他们统统交给时间去原谅。

16.很小很小的孩子，晚上偶尔会湿棉;很大很大的孩子，晚上偶尔会失眠。

17.有一种感觉总在失眠时，才承认是相思有一种疼。

18.这社会什么都可以是假的，但我绝对不能容忍钱也是假的。

19.每天晚上睡觉都在闭着眼睛想事情的你绝对会失眠。

20.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。

21.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。

22.夜深了，我却在个性里找适合自己心情的话，你是否和我一样失眠。

23.时间不会让我忘了你，只是会让我慢慢习惯没有你。

24.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。

25.除了困和饿，这个年纪不该有别的感情和感受。

26.找到一个笨蛋陪你失眠，这何尝不是种幸福。

27.人生如梦，我总失眠。人生如戏，我总笑场。

28.失眠的人连做梦的权利都没有。

29.分手了，每晚都会想起以前的情节，然后就失眠了。

30.为了想清楚我昨天为什么失眠，今天我又失眠了。

31.眼中总是会不经意的流起泪水，在每个失眠的夜晚。

32.最怕此生已决定没有你，却又听到你的消息。

33.夜深人静，唯有自己走在孤独的道路上，抽支烟点燃寂寞。

34.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。

35.说了晚安去睡的人，往往半小时以后还在嘚瑟。

36.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。

37.今夜失眠了，于是，我数了两万三千五百颗星星，我想，那里面一定有一颗，是你耀世璀璨的身影，于是乎，我决定，在今夜，寻到你。

38.懂的人，不用多说，不懂的人，说再多也没用。

39.爱情，并不在伸手可得或不可得的地方，是期盼使它诞生，是言语使它存在，是信心使它不死。

40.连续几天逆向失眠每天越来越早自然醒尝试看了一个小时书了。还睡不着可我困疯了。

1、真的是长大了，遇到烦心事就睡不着了，那一团乱麻的家事真是糟糕透了，该怎么解决呢？要怎么解决才好呢。

3、我只不过是在失眠中寻找安睡的灵感，与失眠无关……。

4、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。

6、为了想清楚昨儿个为什么失眠，今儿个我又失眠了…。

7、这个城市，从不乏晚睡的人。有些人，用尽失眠。也搞不清楚，想的是什么。

8、我怕背叛，我怕死亡，我怕谎言，我怕失去，我怕别离，我怕失眠。

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、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。

11、女生失眠有三种可能：1.想念男朋友；2.想念暗恋的男生；3.吃的太饱。

12、失眠了，彻夜想我们之间的点点滴滴，看到你的状态心里瞬间平静很多，你所想的并不是我想要的。

13、你的抑郁症是矫情，你的拖延症是懒，你的强迫症是闲得蛋疼，你的失眠是根本不困。

14、分享一个三更半夜睡不着把家里里里外外打扫了一遍准备休息一会去洗澡的少女。

15、哄娃睡觉把自己哄着了，然后11点半爬起来洗衣服看书，居然失眠了。

1.夜深人静，唯有自己走在孤独的道路上，抽支烟点燃寂寞。

2.连续失眠加早醒，我已经可以在任何时间任何地点突然睡着了。

3.有一个很长很长的故事，我长话短说，我有个爱人，他不爱我了。

4.有时候之所以会觉得梦想特别高远，那是因为我们在接近它的路上还走得太短。

5.回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对。

6.不想入睡，是害怕你会出现在梦里。

7.一张一米二的床上，一间四五平米的房间里，关上灯黑暗无限蔓延，闭上眼，宇宙还没有大，一切都还待构筑。睡去，睡去吧!

8.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。

9.失眠是病态，而失眠诱因却是来自于心的。过渡的操心，过渡的想着一个人，就导致了失眠。

10.心事这东西捂着嘴巴它就会从眼睛里跑出来。

11.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。

12.即使有一天你撑不住，哭了累了，也没人心疼你。因为在他们眼里这都是你愿意的。

13.失眠的时候，最害怕窗外雨落声如惊雷般震动敏锐的感官。

14.夜，又恢复了原来的宁静，可这时我再也睡不着了，趴在床上，大颗大颗的眼泪滴落在枕巾上。

15.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。

16.我只是一个人走了太久，久到我已经习惯一个人了。

17.有些人注定是等待别人的，有些人是注定被人等的。

18.失眠的人还做梦的资格都没有，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。

20.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。

21.最近是怎么了，脑子不听使唤，经常失眠睡不着该如何解决。

22.夜的雨滴敲打着紧闭的窗扉，雷声轰鸣，一个细雨治作的夜晚，异乡漂泊的人儿啊，又是失眠的夜晚!

23.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。

24.幸福的爱情都是一种模样，而不幸的爱情却各有各的成因，最常见的原因有两个：太早，或者，太迟。不要因为寂寞而错爱，不要因为错爱而寂寞一生。

25.我是温柔的，除了苍凉。我是温柔的，除了忧伤。

26.可我整夜的失眠，闭眼都是你的脸。

27.睡不着，失眠了，我以为冬天不适合失眠，下雨天适合睡觉。

28.别人都以为你快乐，只有你自己才知道，为什么总是连续整夜失眠。

29.想你的时候，我就像个哑巴，所有情绪都无法表达。

30.风华是一指流砂，苍老是一段年华。

。

**睡不着的说说朋友圈篇十六**

01、怎么会有人对咖啡这么敏感，下午喝了杯超市买的低浓度瓶装咖啡后，一直失眠到现在。更可怕的是，兴奋劲儿还没过。

02、一天都没有食欲，恶心干呕，难受得睡不着。

03、九点就睡了，半夜被渴醒，怎么也睡不着了，手机收到的都是地震的消息，看到郑州都有震感，西安也地震了，愿平安。

04、人生中三大悲剧，熟得没法做情侣，饿得不知吃什么，困得就是睡不着。

05、大半夜的又睡不着，心事重重的，哎!也无处述说。

06、春眠不觉晓，理工美女少。夜来睡不着，俺去网上找。

07、半夜睡不着，给妖怪找老婆一岁，小体马尔济斯犬马鞍山周围城市都可以，太远不考虑不发去外地配，配种费四位数。

08、大半夜睡不着觉，起床打扫卫生，我真是越来越勤快了。

09、你会懂那种睡前全身冰冷想睡却睡不着的感觉吗。

10、我睡不着，天是醒着的，我也是醒着的。

11、朋友结婚，我整晚睡不着[汗]顶着熊猫眼当伴娘、不开心啊~。

12、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!

13、突如其来的恐惧占据了我全部的睡意。我在梦与醒的边缘不安地徘徊着，像个临死的病人一样在充满福尔马林气味的梦里挣扎。

14、一个人的失眠，一个人的空间，一个人想念。

15、认认真真许个愿希望今年别再失眠了，天天睁着眼睛等天亮胡思乱想的日子太难过。讨厌我黏人负能量自己做的决定又念念不忘。

17、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。

18、我站着想坐着，坐着想躺着，躺着想睡着，睡又睡不着。

19、好久好久都没有失眠过了，不知道是因为什么总觉得心里面空落落的，也许是因为那些无能为力而心烦，也许也是为自己的不懂事而心烦。到底是怎么了。

20、我会珍惜那个在我失眠的时候说“我陪你好了”陪着我熬夜的少年。

21、以前想你想着想着就睡着了，如今想你想着想着就失眠了。

22、眼中总是会不经意的流起泪水，在每个失眠的夜晚。

23、沉眠者找不到方向，失眠者找不到天堂。

24、习惯性晚睡不叫失眠，从未在身边不叫失恋!

25、难得就像黑夜里失眠等天亮，本该暖暖睡去的夜竟然变得好长。

**睡不着的说说朋友圈篇十七**

在这个世界上,我们会有很多的烦恼,难免就会有人失眠。那么你知道适合发朋友圈的失眠说说有哪些吗?下面是小编给大家带来的睡不着失眠发朋友圈说说【精选110句】,以供大家参考!

1、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。

2、有些人，留与不留，都是离开。

3、任何事，任何人，都会成为过去，不要跟它过不去。放下，是为了更好地前行。

4、好想踩着月光，走进你的月夜里，让你轻轻的呼吸声接我走进你的梦。多少个夜晚，望着星空就会想起你。

5、是怎样的缘份，指引我们相识?在生命的际遇里，牵连着你我的是丝丝真情搓成的红线。

6、床荒凉的就像没有边疆，失眠是枕头之上无尽的流浪。

7、我们的回忆，没有皱褶，你却用离开烫下句点。

8、最近不知怎么了，老是睡不好，半夜醒来就睡不着了，曾经半夜醒来，马上就能睡着，哎!

9、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。

10、爱恋不过是一场高烧，思念是紧跟着的好不了的咳。

11、习惯难受，习惯思念，习惯等你，可是却一直没有习惯看不到你。

12、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。

13、我怀念的不是你，而是你给的致命曾经。

14、习惯了晚睡晚起，只为了等你的一个早安晚安。可惜我的手机很安静。

15、我愿把我的心嵌入你的心，爱你永不变，愿时间酿造我们真情的美酒，香醇又可口，愿距离拉不开我们的手，情谊天长地久。想你到永远!

16、人生如梦，我失眠;人生如戏，我穿帮;人生如歌，我跑调;人生战场，我走火。

17、相隔愈远，思念愈深;历时愈久，思念愈切;长夜漫漫，相思之情何时可了?

18、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。

19、多少次发誓不再想你，一缕风却搅起满腹思绪，笔尖上却流出：一万个思念。

20、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。

1、失眠能看出一个人的病态。

2、所有人都在呼喊它们，可怜的绵羊们都失眠了。

3、为了想清楚我昨天为什么失眠，今天我又失眠了。

4、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。

5、失眠是病却不想治。

6、有的故事，从一开始，就注定了结局。有的人，一次错过，注定永生无缘。

7、不艾，不怨，心坦然。生活，有苦乐;人生，有起落。学会挥袖从容，暖笑无殇。

8、连续失眠一周，头晕头痛，若是问我一个可以实现的愿望，就是我可以睡眠很好，闭眼就着。

9、用有限的时间，睡无限的觉。

10、我自横刀向天笑，笑完之后去睡觉。

11、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。

12、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。

13、失眠，是因为你的魂灵在别人的梦里热烈地游走着。

14、永远不益听信当事人讲述自己的过去，因为每个人都喜欢不自觉的悲化自己。

15、有些人失眠是为一件事，有些人失眠是为一个人。

16、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。

17、每天都在强颜欢笑，你说我快不快乐。

18、走遍了全世界，最后才发觉，你的笑容才是我最美的风景。

19、最近是怎么了，脑子不听使唤，经常失眠睡不着该如何解决。

20、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。

21、最深的孤独不是长久的一个人，而是心里没有了任何期望。

22、我谁都不怕，就怕自己不够强大。

23、你厌烦了期待，我埋葬了等待。

24、可我整夜的失眠，闭眼都是你的脸。

25、你知不知道你的突然下线、换来的是我一夜的失眠。

26、春困秋乏夏打盹，睡不醒的冬三月。

27、人生如梦，我总失眠。人生如戏，我总笑场。

28、身上的伤口再多再痛，都抵不过心上的一道伤痕。

29、我无意间闯进了你的世界、却发现怎么也走不出去了。

30、连续几天失眠，几天睡不着了，目前处于精神恍惚。

31、我梦到你的时候你会不会失眠。

32、要么喜欢我，要么离开我，千万别烦我。

33、怕永不相见，我也怕再次重逢。

34、除了困和饿，这个年纪不该有别的感情和感受。

35、我失眠的时候也想听，你的月亮我的心。

36、有时候，你假装很快乐，只是为了不让别人问你怎么了。

37、淡淡的重温了下一过去，却不想被眼泪湿花了妆。

38、找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

39、多少人在下雨的夜里，会失眠，会看着窗外发呆，会莫名其妙的感到孤独和忧伤，这都是因为心里想着另一个人。

40、一旦有了不好的习惯，很难改过来，又一次失眠的夜。

41、习惯了伤痛带来的失眠，随之而来便是孤独导致的不安。

42、想太多，心态乱，失眠的人连做梦的机会也没有。

43、月亮是失眠的灯，凭窗眺望那段寂寞的往事。

44、也许那个城市，才是你思之所想，心之所向。你放心，你走后，凄风苦雨我自扛，青春梦想你去闯。

45、这社会什么都可以是假的，但我绝对不能容忍钱也是假的。

46、从此苦难我一人全尝，谁人看出我笑得牵强。

47、我的未来就是个梦，更遗憾的是，这会儿还失眠。

48、原来失眠的人那么多。

49、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。

50、我喝酒不为别的，只是为失眠，因为喝醉好睡觉。

1、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。

2、最深的孤独不是长久的一个人，而是心里没有了任何期望。

3、回忆是一件很累的事儿就像在失眠的夜怎么躺都不对。

4、在这年轻的途中，总有迷路的鸽子，停在异乡人的肩膀上，寻找归途，寻找归宿。

5、总有一个人，他的一句话就能让你往死里难受。

6、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。

7、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。

8、他有多好，那是他的;他对你有多好，这才属于你的。

9、沙迷失了我的眼睛，可你还在风中。

10、那些突然间变得很沉默的人，曾经也是个嘻嘻哈哈的话痨。

11、爱情，并不在伸手可得或不可得的地方，是期盼使它诞生，是言语使它存在，是信心使它不死。

12、最痛的距离是你不在我身边，却在我心里。

13、心事这东西捂着嘴巴它就会从眼睛里跑出来。

14、我不是他的天下。他却是我唯一的信仰。

15、有一些东西错过了，就一辈子错过了。人是会变的，守住一个不变的承诺，却守不住一颗善变的心。

16、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。

17、我所受的伤害是你收回去的爱，我所承受的痛是你不肯给的情。

18、我是温柔的，除了苍凉。我是温柔的，除了忧伤。

19、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。

20、用平静的心去看待那些离席与变故的，然后，把他们统统交给时间去原谅。

21、在最难过孤单的时候，请记得转身，因为还有我，为你撑开手掌里的细细灯火，在每个入眠前的安静夜色里，陪你晚安，伴你入梦。

22、我开始拒绝所有人的温柔，从什么时候开始呢，大概是你走以后。

23、说不出口的话，换作拥抱给我可好。

24、摸不到的颜色是否叫彩虹，看不到的拥抱是否叫微风。

25、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。

26、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。

27、时间不是让人不痛，也不是让人忘记痛，而是让人习惯了痛。

28、失眠遗失了一句永远，地球转速没增减。

29、在失眠的夜，心生许多感慨，感慨时光匆匆，感慨岁月如风。一生中，风华是一指流砂，苍老是一段年华。

30、分不清东西南北，只知道你在远方。

31、时间不会让我忘了你，只是会让我慢慢习惯没有你。

32、能享受你的到来，却承受不了你离开，不会怪你离开只怪自己太爱。

33、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。

34、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。

35、爱情;太认真就容易输，不认真又难成功。这样的度真的很难拿捏平衡。

36、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。

37、瞧你一副窝囊废模样，收不了心还忘不了过往。

38、陪你度过最黑暗的夜晚的人，才是值得与之共度最辉煌的日子的人。

39、可不可以在我难过的时候，二话不说给我一个拥抱。

40、当你认为自己很聪明的时候，不要忘记别人也不傻。

**睡不着的说说朋友圈篇十八**

1、我说我昨晚失眠了，你说嗯。

2、分不清东西南北，只知道你在远方。

3、我只是时常走丢在深夜，失眠作伴。

4、无人知我心中事，夜半独自空叹息。

5、从来就没说过这么恶心的话，难怪会失眠!

6、如果可以让我见你一面，我会看着你失眠。

7、我爱你，爱已深入骨髓，你要我如何割舍。

8、对你的思念装满了整个玻璃瓶，全不曾诉说。

9、我还在原地等你，你却已经忘记曾来过这里。

10、普通生活，普通失眠，普通成长，普通痛苦。

11、你也许已走出我的视线，但从未走出我的思念。

12、其实我一般不搭理人，我搭理的都不是一般人。

13、昨天晚上睡不着。数月亮，数到一半就睡着了。

14、说片面是熬夜，说实在是失眠，说实话是想你。

15、大半夜2点醒来，怎么也睡不着，这是要闹哪样。

16、为了想清楚我昨天为什么失眠，今天我又失眠了。

17、很庆幸可以走到你身边，很遗憾没能走进你心里。

18、我喝酒不为别的，只是为失眠，因为喝醉好睡觉。

19、她日以继夜地失眠她曾热切地爱她依然只是一个人。

20、我无意间闯进了你的世界却发现怎么也走不出去了。

返回目录。

**睡不着的说说朋友圈篇十九**

>深夜失眠的简短文案

。

1.睡不着觉，只好等觉来睡我了。

2.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。

3.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。

4.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。

5.普通生活，普通失眠，普通成长，普通痛苦。

6.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。

7.时间真的会磨平人的棱角，但是扎在心里的刺，只会被推到更深的地方，谁也看不到。只有夜深失眠时，翻涌上来的刺痛感，提醒着你，这里，永远都不会长好。永远。

8.一个人吃饭，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。

9.一整晚担心的睡不着觉老妈叫你不要老是那么喜欢走你不听胃不好又老是跟别人出去吃夜宵真是的。

10.你失眠了，但对不起，该哄你睡觉的不再是我。

11.世界没有两片相同的树叶，你再不堪，也是独一无二，无须自轻自贱。晚安!

12.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!

13.谁不虚伪，谁不善变，谁都不是谁的谁。又何必把一些人，一些事看得那么重要。

14.有时，与其说是失眠，不如说是想用清醒惩罚自己。

15.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。

16.她再也没对我说晚安，我的失眠也再没好过。

17.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。

18.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。

19.明天要去学校此时此刻激动的睡不着。为什么呢?因为我终于要好好学习天天向上了!

20.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。

21.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。

。

**睡不着的说说朋友圈篇二十**

1、失眠的醉酒的哭不出放不下的人。

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、失了眠的夜，是最纯粹的安静。

4、连续几天失眠，几天睡不着了，目前处于精神恍惚。

5、找到一个傻瓜陪你失眠，这何尝不是种幸福。

6、每天晚上睡觉都在闭着眼睛想事情的你绝对会失眠。

7、你给不了别人婚姻，就不要霸占别人的青春。

8、摸不到的颜色是否叫彩虹，看不到的拥抱是否叫微风。

9、这社会什么都可以是假的，但我绝对不能容忍钱也是假的。

10、花钱就跟睡觉一样容易，挣钱就跟失眠一样艰难。

11、每一个睡不着的夜晚，似乎都与某个人有关。

12、昨晚谁梦到我了，害我失眠。

13、据说，如果你失眠了，是因为你出现在另一个人的梦境里。

14、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。

15、我是怎么了，心烦，失眠，怎么感觉一切都没有意义呢。

16、夜未央，天未亮，独自一人疗悲伤。夜太长，心乱想，是谁把你抱在旁。

17、回忆是一件很累的事儿就像在失眠的夜怎么躺都不对。

18、月亮是失眠的灯，凭窗眺望那段寂寞的往事。

19、有叫别人别熬夜，自己却睡得很晚的。

20、补觉应早睡而不是晚起，可是多少人是得了晚睡的病，却没有晚起的命。

返回目录。

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！