# 最新失眠的说说心情(精选14篇)

来源：网络 作者：翠竹清韵 更新时间：2024-03-30

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧失眠的说说心情篇一睡不好比失眠更可怕，来看下...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。相信许多人会觉得范文很难写？以下是我为大家搜集的优质范文，仅供参考，一起来看看吧

**失眠的说说心情篇一**

睡不好比失眠更可怕，来看下面小编为大家带来的失眠心情说说：

1. 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。

2. 有人说，失眠，是因为你正在别人的梦里辛苦地忙碌着。

3. 失眠，或许是因为心里还有一个人没睡…

4. 你的一句晚安，成全我的失眠。

5. 失眠，是因为心里有两个人聊天，而你又听不见。

时间落子无悔，你的棋盘在谁身边。

6. 能说出的痛还叫痛吗?能说出的苦还叫苦吗?能睡着的夜无所谓失眠，能记起的回忆都是沧海桑田。

我只能在这陌生的世界说出对你的思念，失眠是一种痛也是一种病。

7. 想太多，心态乱，失眠的人连做梦的机会也没有。

8. 失眠就像一件紧贴着皮肤的透明衣，这些年他一直穿着，怎么脱也脱不掉。

9. 失眠用一种文雅的方式解释就是，众人皆睡我独醒。

10. 昨晚谁梦到我了，害我失眠。

11. 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。

12. 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。

13. 回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子。

14. 有些人，临睡稍一思想，就会失眠;另有些人，清醒时胡思乱想，就会迷迷糊糊地入睡。

15. 在无数个失眠的晚上，相信会有很多人，习惯性的闭上眼睛，安静的想念一个人，想念一张脸。

16. 有时，与其说是失眠，不如说是想用清醒惩罚自己。

17. 今夜我不失眠，只是在陪那个为我失眠的人!

18. 为了想清楚昨儿个为什么失眠，今儿个我又失眠了…

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. 享受失眠的过程，忍受失眠的结果。

22. 你遗忘了我，我却在想你中失眠。

1、当玫瑰不再留恋泥土当云朵不再徘徊天空当有人开始学会追逐风的脚步

3、失眠是枕头之上无尽的流浪。

《我不想念》

4、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。

5、在无数个失眠的晚上，相信会有很多人，习惯性的闭上眼睛，安静的想念一个人，想念一张脸。

6、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”。

——璧瑶《强者无敌》

7、黑夜的尽头是失眠失眠的尽头才是白天

8、闭上眼是黑睁开眼是夜失眠的时候已无区别

9、有些人，临睡稍一思想，就会失眠;另有些人，清醒时胡思乱想，就会迷迷糊糊地入睡。

——钱钟书《写在人生边上·魔鬼夜访钱钟书先生》

10、天蝎座的.自己，常因为一个人的一句话就整夜失眠，却从不因为一个人的一句话被打败。

天蝎座的自己，可以看着喜欢的人转身离开，却不肯开口挽留。

天蝎座的自己，可以面对喜欢的人，却绝口不提喜欢。

天蝎座的自己，害怕孤独，好想依赖人，却从不曾真的去依赖，因为已习惯独立跟孤独。

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、我们应该只有在年幼的时候才会有这么奋不顾身的爱情吧而当我们渐渐长大就再也想不起那些因为思念而失眠的夜晚了。

——郭敬明《夏至未至》

13、失眠往往让人痛苦不堪，因为在安静的夜里，面对黑夜无声的世界，人们往往比白天冷静得多，看事物也似乎更理性。

冷静与理性之后，悲哀的发现，自己往往离事物的真相与本质会很近。

这对习惯当鸵鸟的人们来说，意味着惊恐和不安。

——笙离《爱你，是我做过最好的事》

15、以何失眠是梦里梦不到美好还是生活不曾让你操劳

17、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。

——鲁迅

18、找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

20、你沉迷于失眠是因为失眠证明你还相信爱情——雷立刚

22、这又是半夜醒来的第几个夜晚了

23、深夜睡觉的在做梦，醒着的在梦想。

24、每一天的清晨/都是新的孤独开始/每一天的深夜/都重复着白天的痛苦…

25、一口茶等于一个大半夜。

甘苦，提神!

26、黑夜的人见不了光，如同夜行人一样。

——孙哥《孙哥语录》

27、雾夜晓风月色影渐残，空有爱恨皆嗟叹.《莫问我是谁》

28、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。

29、\"toomuchgoinoninsidemyoverloadedhead,guessi\'llgetsomesleepwheniamdead.——egilolsen《sleepwithyou》\"

30、习惯，失眠，习惯寂静的夜，躺在床上望着天花板，想你淡蓝的衣衫。

习惯，睡伴，习惯一个人在一个房间，抱着绒绒熊，独眠。

习惯，吃咸，习惯伤口的那把盐，在我心里一点点蔓延。

习惯，观天，习惯一个人坐在爱情的井里，念着关于你的诗篇。

ps：你走吧，我总要习惯一个人

**失眠的说说心情篇二**

1、入梦已偏晚思绪茫然不知失眠人是否一对又一双。

2、晚安是给失眠者最大的安慰。

3、我失眠我痛苦我怕睡着了梦见你了我的心会窒息

4、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、

5、白日梦做多了，难免夜晚会失眠

6、其实如果别人是真的想给你直接会塞你手里根本不会问你要不要。

7、我一个人的想念两个人的画面。

8、失眠怎么办？找数学老师啊，那效果顶呱呱~~

9、有一种感觉总在失眠时，才承认是“相思”；失眠说说心情短语

10、面对失眠我有切身的感受，我认定人一生一世，如果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。

11、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

12、失眠，最近拉肚子……刚才又去厕所了！

13、失眠的人连做梦的资格都没有，

14、我习惯了在每天入夜后静静的想你然后失眠慢慢睡着。

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、闭上眼睛，世界就与我无关。

17、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。

19、留一头及腰的黑发减到两位数的体重交一个能在失眠时聊天的朋友考上一所让家人满意的大学！

20、失眠，听老鼠磨牙！

21、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。

22、看着别人的故事，流着自己的眼泪。

23、情感是偶发的事件，用偏方治好失眠

24、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。

25、失眠了，瞪着眼睛望着黑夜里的光。

**失眠的说说心情篇三**

1、沉沉的，在这个深色调的夜晚，记忆向光影一样，在地面上模糊地四散开来。

2、今晚只能失眠了，思绪飘飞，心思难收啊！

3、被那些往事缠到一夜不能睡，梦也梦的隐隐约约。

4、失眠是件很痛苦的事，我努力地强迫自己睡觉，可是脑海中却始终都是和你在一起的画面。我猛然觉得，一直以来，你才是我的安眠药。

5、一个人撑伞一个人擦泪一个人好累一个人的失眠一个人的空间一个人的想念

6、我是怎么了，心烦，失眠，怎么感觉一切都没有意义呢。

7、夜深了谁还在享受失眠，都不要矜持到明天。

8、雨落，灵魂分离，笑笑，只能是笑笑而已。

9、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。

10、回忆是件很累的事情，就像失眠时换什么姿势躺都不对的样子。总是找不到对的方式！

11、失眠是痛苦的，让人一天下来没有精神。

13、有人说，失眠，是因为你正在别人的梦里辛苦地忙碌着，所以，是时候为自己忙碌一把了。

14、失恋了，失眠了，失心了，

15、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。

16、曾经听说如果你失眠了，那是因为你出现在别人的梦里。

17、我带着一刻疲惫的心，一个人的思绪，在这夜，安静跌落。

18、真实的人生永远都是黑夜 永无尽头的折磨

19、我并不是一直悲伤，我也不喜欢感伤，我只是在等一个晴天，把我湿透了的心情晾在阳光下风干。

20、回想是件很累的工作，就像失眠时怎样躺都不对的姿态。

21、这个世上有很多事是解释不通的，比如突然的失落，莫名其妙的孤独，没来由的落寞以及突然离开的你。

22、没有不可治愈的伤痛，没有不能结束的沉沦，所有失去的，会以另一种方式归来。

23、我找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

24、这时没睡你不是失眠 你是作业没写完！

25、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

26、[你曾经的温柔是我现在失眠的理由]

27、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。

28、你失眠了是因为你在我的梦里出现了。

29、失眠都是因为你还怪我不早睡

30、白天言不由衷，晚上泣不成声。白天不露声色，深夜招摇过市。成年人有多不容易，崩溃还得挑时间。

32、半夜又一次看到失眠，

**失眠的说说心情篇四**

2、当我失眠的时候，最喜欢晚上去敲别人的门，别人被吵醒了，我开心了，就睡了

3、在这场梦一样的人生中，我已失眠不能再入睡

4、我从岁月的深处打捞着过去了的那些记忆，都变成了窗外的月光，在失眠的夜晚，流淌在我的手心上。你就像出现在我生命里的其他人一样，短短的相聚之后是长长的离别。

5、失眠的人连做梦的资格都没有，

6、周公伯伯说：我今天不想看见你。于是，我就失眠了。。

7、无聊失眠了才想起我吧

8、回忆是一件很累的事儿就像在失眠的夜怎么躺都不对

9、又何必喊破喉咙卖傻装疯强逞英雄，像一个丢了剧情的配角在卖弄嘲讽，

10、【喝酒真相】酒醉有泪，必有心苦；酒醉发疯，必有心怒；酒醉嗜睡，必有心累；酒醉失眠，必有心病。酒少人醉，必有心忧。逢酒必醉，定有心痴。白酒伤肝，红酒养心，啤酒壮腰。酒后脸红，尤可近看；酒后脸白，最好远视；豪酒伤身，多酒积病。酒可解愁更添愁，愁到酒后痴呆走。

11、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。

12、最后时刻，你却想多，我失去天真。

13、女汉子的一句我没事比萌妹子的一句好难过更让人心疼

14、回忆，我收藏了很久，只是偶尔翻出来看看，那个我无法共度一生的人。

15、聊完人生，心情瞬间变好。尽管咖啡后遗症失眠，但新的一天，总预感有好事要发生，或者倾诉完心事，心里阴暗空间腾挪出来，可以再一次盛装美好的事。满血复活不亚于旅行。

16、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。

17、你偷偷地进了我的房，上了我的床，还跟我玩捉迷藏，我为你失眠，我为你疯狂，我知道你爱我，想吻我，还想咬我。.。.该死的蚊子，一巴掌拍死你！

18、离开你我会失眠，但不能说明我有多喜欢你，枕头不在了，我也一样睡不着。

19、有一种感觉总是在失眠时才承认是相思；有一种缘分总是在梦醒后才承认是永恒；有一种目光总是在分手时才看见是眷恋；有一种心情总是在离别后才明白是失落。

20、其实我不冷漠，那只是我的外表；其实我不卑微，那只是我抵御伤害的一种方式。

**失眠的说说心情篇五**

1.你自信于你的全部，不困就别睡；即使赖在床上，也不曾安乐。

2.失眠的人，只要不是个笨蛋，肯定是个天才。

3.闭上眼 是黑 睁开眼 是夜 失眠的时候 已无区别

4.你在我心里面 陪我失眠 可是却不在我的身边.

5.这又是半夜醒来的第几个夜晚了

6.无论路途有多少鸿沟,都需要自己去跨过.

7.天蝎座的自己，常因为一个人的一句话就整夜失眠，却从不因为一个人的一句话被打败。天蝎座的自己，可以看着喜欢的人转身离开，却不肯开口挽留。天蝎座的自己，可以面对喜欢 的人， 却绝 口不提喜欢。天蝎座的自己，害怕孤独，好想依赖人，却从不曾真的去依赖，因为已习惯独立跟孤独。

8.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。

10.心里藏着东西得人,往往都会失眠.

11.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。

12.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。

13.白日梦做多了，夜晚难免会失眠

14.想要过这样一种生活，有情趣做饭，有心情看书，有时间旅行。最最重要的，是这一切都有人陪伴。

15.原来友谊，竟然如此脆弱。在爱情面前，不堪一击

16.被那些往事缠到一夜不能睡，梦也梦的隐隐约约。

17.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。

18.找到一个傻瓜陪你失眠，这何尝不是种幸福。

19.回忆，这就是件让人衰老的事；而清醒，这就是件太过残忍的事；无数个失眠的夜里，我们却残忍地去对待自己的衰老。

20.月光漫漫，寂寞的夜里，总会有一束多情的话在盼望中苦苦等待，等待着拂晓的到来。

21.一个人总是仰视和艳羡着别人的幸福，一回头，却发觉自己正被仰视和艳羡着。其实，每个人都是幸福的。只是，你的幸福，常常在别人眼里。

22.当没有星星的晚上，家里没有绵羊，最后我失眠了。

24.我和你以笑开始，以吻转浓，以泪结束。

25.有叫别人别熬夜，自己却睡得很晚的。

26.我跟你说着晚安，自己却在熬夜。

27.山泉，像一根琴弦，日日夜夜弹奏着家乡的山歌，带着我的问候，飞出山谷，流入江海，寻觅着你的踪影。

28.梦想是陪我睡觉的东西，不实现我会失眠的。

29.连续两天失眠，两眼锃亮，头昏脑胀，扛不住了。

30.我也不喜欢熬夜，我只想喜欢的人告诉我，早点休息和晚安。

31.原来那么爱我的你和那么爱你的我都停滞在曾经的时候，爱情就结束了。

32.深夜的思索总让人明白许多白天不会明白的道理。

33.那些让你睡不着的心事，都会变成天上的星星。

34.宿命像张网，到处是挣不开的丝网。

35.曾经的快乐回忆就像是倒在掌心的水，不论你摊开还是紧握，终究还是会从指缝中，一滴一滴流淌干净。

36.月亮是失眠的灯，凭窗眺望那段寂寞的往事。

37.你来，信你不会走；你走，我当你没来。

38.海誓山盟的誓言我说过，只是你没有给我去兑现它的机会。

39.心事这东西捂着嘴巴它就会从眼睛里跑出来。

40.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。

41.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。

42.你喜欢的人那么优秀，你怎么甘心懒惰。

43.我是个很自律的人，既然我说了要早睡，那我就每天一直说。

44.我又再次的失眠了。

45.不好意思，我没有熬夜，我就是眼影画倒了。

46.失眠，是枕头之上无尽的流浪

47.白天的热闹都是别人的，只有夜晚才是自己的

48.熬夜真的很伤身，所以我建议你通宵

49.你是让我失眠的最佳理由。

50.她日以继夜地失眠她曾热切地爱她依然只是一个人。

51.午夜的思绪如同脱缰的野马，一不留神便已奔出千里，上天入地无所不及

52.我上辈子一定是个路灯，通宵的那种

53.失眠是枕头上无尽的流浪。

54.白天醒不来，晚上睡不着

55.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!

56.人生最重要的不是已经失去的,也不是尚未得到的,而是此刻拥有的.

57.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.

58.失眠的夜晚太漫长,终于等到了天明,又是新的一天.

**失眠的说说心情篇六**

1、预感要等天亮了怀孕失眠次数激增。

2、我失眠了，我的全世界却睡的安稳。

3、因为你！每天晚上失眠。我是该坚持.还是妥协啊！好心烦啊。

5、回忆，是件让人衰老的事；而清醒，是件太过残忍的事；无数个失眠的夜里，我们却残忍地去对待自己的衰老。

7、老婆失眠时要彻夜陪伴，帮忙数羊，不得有梦见周公之行为。

8、别让我自己体会失眠的孤独感

9、可实在是生活太无聊，现成的女朋友太缺乏了，好比睡不着的人，顾不得安眠药片的害处，先要图眼前的舒服。

10、安柠檬：玩情绪玩失眠再玩自己玩投契玩冲突再玩疏离

11、颈椎病犯了，头晕目眩好难受。一直以为生完二宝颈椎好了，没想到平时任性不注意，这次来势汹汹，失眠，平躺着不能扭头。

12、我还会枕着悲凉失眠无论我盖多厚多温暖的被子

13、爱一场痛一场！失眠！哭一次长大一些。很多时候.然后突然很疼痛地想你！在这个喧闹无比的城市。

14、学化学才能给生活带来最大的方便半夜睡不着煮了一壶醋洗水垢。

16、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。

17、你是不是像个傻子一样，不知道自己为什么睡不着。

18、失眠的人无非两种情况，一是手里拿着手机，二是脑子里有个剧场。

19、好累，好困，好想睡，但却睡不着！最痛苦的事莫过于此了。

20、老师呢唱的是什么曲？个我去酷狗搜下在手机上，晚上就不愁失眠啦。

21、有个人，没在身边，却成为我的笑点，也会成为我的失眠点。

22、半夜睡不着觉起来看老电影，别有一番风味。

23、最近总是失眠，长这么大，头一次感觉生活这么难，这么无助！在绝望中看到希望是多么幸运的一件事！

24、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！！

25、对一个失眠的人来说，没有任何东西是安慰。

26、失眠并不可怕，可怕的是失心。

27、刚才一朋友跟我说，昨天失恋，今天失眠。

**失眠的说说心情篇七**

随着社交网络的发展，越来越多人喜欢在朋友圈上发布说说，用以分享自己的喜怒哀乐。你知道什么样的说说才有创意吗？下面是小编为大家整理的失眠的心情说说，欢迎阅读与收藏。

1、人生如梦，我总失眠；人生如戏，我总笑场。

2、你走的一瞬间，失眠了我整整一个曾经。

3、我无处质问，像一只困兽一样被困在放家里，抽很多很多的烟，整夜整夜的失眠。

4、记得雨天的街吗？伞上撑起一个雨空，伞下是我们两颗颤抖的心灵。满是积水的路上，我们的那朵红云在细雨中浮动。

5、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。

6、有一种感觉总在失眠时，才承认是相思。

7、我找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

8、今夜无眠，双眼凝视壁灯发出柔和的粉色辉焰，一如你那般甜美的笑脸。请不要惊扰我，沉思无际无边，我在计算我们的初恋。

10、我失眠的时候也想听，你的月亮我的心。

11、感受着你美好的一切，让失眠的我缓缓地沉入梦中幻境。

12、连续失眠4晚，我扛不住了要，我不会快乐了，求安慰！

13、失眠的时候已经把人生计划八百遍了，每天还是一样。

14、我不想一个人失眠，因为我真的很怕。

15、每到晚上睡不着，爬起来想你就像是安眠药。

16、最近走养生路线如果起得早一定会喝一杯黑咖啡，年纪大了下午喝咖啡晚上都会失眠，只能早上喝。

17、即使再美的夜，也有人睡不着。

18、失眠，是夜晚丰富情感的输出，是独属于自己的情感输入，夜晚是沉思，是深思，是对记忆的缅怀，是对未来的憧憬彷徨。

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

21、失眠的人，熬过的夜，思念过的人。

22、失眠的夜多的数不清，烦躁的心无法忘记一些生活中的琐事。

23、一种情怀跃然心头。也许，我在思念。可，夜太美，而我却失眠。我只想能找到一个可以惺惺相惜的人。我不知道该如何寻找，就让今夜无眠吧。

24、昨天晚上想起了你，很久没失眠的我失眠了。

25、下雨时最适合悲伤，因为整个天空会陪你一起噙着泪眼，总会有一些片段让你悄悄地忍不住回望，即使，仅仅是擦肩，总会有一些话语，不经意间，拨动着你的心弦。

26、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。

27、失眠，是一件很痛苦的事，总想逼迫着自己睡去，结果脑海里总是像电影一样，过滤着一些点点滴滴。

28、一念之间，瞬间闪过的是回忆。一念之间，无法停止的是失眠。

29、喝咖啡睡不着我就不说啥了，现在喝奶茶也失眠！心累。

30、今天我失恋了，昨晚等她一晚失眠，结果换来今天我们就这样吧。

31、是谁，在风起的夜晚，睁着双眼，细听心跳的声音。

32、老是失眠，总是会在夜里突然猛醒，招谁惹谁了？

33、我说过的三个谎话：我以后再也不吃辣了，再也不熬夜了，再也不喜欢你了。

34、我要把月亮熬死，第一个见到清晨的阳光。

35、光这么美，我睡不着；抖落心事，擦干心情；把梦，一件件晾在风竽上；远方的你让我好牵挂。

36、我也很想早睡，尽量让自己第二天醒来眼睛没有黑眼圈，和我一样失眠的妹纸在哪儿，加个微信晚上聊聊呗。

37、在无数个失眠的晚上，相信会有很多人，习惯性的闭上眼睛，安静的想念一个人，想念一张脸。

38、数绵羊也阻挡不了失眠啊，在线请教大神怎么办？

39、夜很深，觉很短，失眠的人没有晚安，也不说晚安。

40、失眠了，拿起一本物理书，一会就睡着了。

41、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。

42、我是怎么了，心烦，失眠，怎么感觉一切都没有意义呢。

43、找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

44、失眠怎么办？找数学老师啊，那效果顶呱呱。

45、失眠真的很难熬，愿我们都可以不再失眠。

46、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。

47、想太多，心态乱，失眠的人连做梦的机会也没有。

48、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。

49、我失眠了，我的全世界却睡的安稳。

50、有人说，失眠，是因为你正在别人的梦里辛苦地忙碌着。

51、想着你睡不着，一起看着月亮一起笑，我们要，一起老。

52、这个点睡不叫晚安，叫入土为安。

53、苦恋一个人的黑夜啊，黎明依然距我很远。我不知道风能将我带到何方。

54、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。

55、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。

56、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。

57、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。

58、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。

59、在想念你的日子里，无尽的思念，无尽的等待！你可觉得，这清澈的岁月之流，似变成透明的凝冻。

60、愿天下人摆脱失眠痛苦，每天都能睡一个好觉！

61、我们都不能丢下自己的青春，于是我们都成了别人生命里的过客，走进了别人的生命，然后某天又要悄然离去。

62、开始的时候，你怎样任性，他都可以包容，可到后来，你连脾气都不敢有了。

63、最近走养生路线，如果起得早一定会喝一杯黑咖啡，年纪大了下午喝咖啡晚上都会失眠，只能早上喝。

64、找到一个傻瓜陪你失眠，这何尝不是种幸福。

65、一段感情，如果看不到未来，也感受不到当下，那么，不如趁早两清，你是你我是我。

66、今晚只能失眠了，思绪飘飞，心思难收啊！

67、在这场梦一样的人生中，我已失眠不能再入睡。

68、当你想一个人的时候，耳边听着音乐很容易失眠。

69、总是半夜醒了就开始失眠，乱七八遭的想着。

70、深夜，思念，失眠。

71、偶尔梦到你还会失魂落魄，但我不爱你了也是真的。

72、请不要假装对我好，我很傻，会当真的。爱那么短，遗忘那么长。我还在原地等你，你却已经忘记曾来过这里。

73、一闭眼全是你和她，我怎能不失眠。

74、半夜睡不着，泡一杯茶，抽一根烟，淋一场雨，想一个人。

75、那美目、那酒窝、那笑靥，惊醒了我的梦，撩拨着我的情，我能入眠吗？

76、得失眠症的人无法真正入睡，也没有清醒的时刻。

77、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。

78、如果你前一天失眠了，这个疑问就不存在了，因为根本听不到闹钟。

79、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。

80、我喝酒不为别的，只是为失眠，因为喝醉好睡觉。

81、忘记白天工作的劳累，抛开一样平常糊口的噜苏，让习习晚风当床，让丝丝清凉当被，让我美好祝福陪你入睡，晚安！好梦！

82、心烦的时候总是失眠，事情都堆在一起了，好怕自己完不成。

83、见到你很开心，星空里万颗星，有一颗是我心，想我时看星星，失眠时数星星，许愿时等流星，好兄弟姐妹天天要开心。

84、空虚的夜晚，迷茫的明天，我如何能安然入眠。

85、失眠，是枕头之上无尽的流浪。

86、你们现在跟我一样为一个人失眠吗？别傻了，他不在乎的。

87、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。

88、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。

89、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。

90、今日久久不能入睡，因为心中一直在想念着我的爱人。

91、只能把最爱的人放在心底，是这世上最为残忍的事情；更残忍的事情是，因为这事，连续失眠了。

92、今天是我的生日，巴韵阳学长给我发红包了，好开心哦，今晚要激动的睡不着了。

93、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。

94、被那些往事缠到一夜不能睡，梦也梦的隐隐约约。

95、失眠的夜晚太漫长，终于等到了天明，又是新的一天。

96、现在的我，失眠了，你懂那感受，我知道你懂。

97、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。

98、花钱就跟睡觉一样容易，挣钱就跟失眠一样艰难。

99、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，笨蛋。

100、世上没有，比失眠，再痛苦的事情了。

**失眠的说说心情篇八**

1、到了现在还躺在床上没有睡着，这不叫失眠，叫熬夜。

2、熬夜和头发，我都想拥有。

3、黑夜的尽头是失眠，失眠的尽头才是白天。

4、大家都知道熬夜对身体不好，所以我选择通宵，摆脱熬夜的诅咒。

5、小姑娘，这么晚还不睡。

6、人生一大糟糕时刻，就是当看完精彩绝伦的电影，屏幕一黑，你又回到了平凡无趣的现实生活中。

7、我发誓，我再也不熬夜了。

8、熬夜使女生胸小，使男生肾虚，所以大家晚安，我再玩会儿。

9、睡觉是不可能的，这辈子不可能睡觉。

10、你不睡，我不睡，我们之间才有机会。

11、要是晚上，有早上那么困就好了。

12、明月不谙离恨苦，斜光到晓穿朱户。

13、只能依靠一点点残存的想念，陪着我整夜失眠来来回回。

14、让我看看，哪个头发多的在熬夜。

15、本想等你的晚安，结果一不小心，天亮了。

16、最深的夜，最适合去回望来时的路。

17、听说熬夜对身体不好，所以我就通宵了。

18、当爱成为一种记忆的时候，当爱成为天空中滑过的流星的时候，我们的爱情只是一种美丽的烟花。

19、离别是暂时的，共度人生是永远的，离别滋生相思情，使我们的爱情更炽热。

20、上帝只掌握了我们的一半，我们越努力，在我们手里的那一半就越大。

**失眠的说说心情篇九**

1、三毛说过：“爱情如果不落到穿衣、吃饭、睡觉、数钱这些实实在在的生活中去，是不会长久的。”真正的爱情，就是不紧张，就是可以在他面前无所顾忌地打嗝、放屁、挖耳朵、流鼻涕;真正爱你的人，就是那个你可以不洗脸不梳头不化妆见到的那个人。

2、娶一个美女，只是一个男人的本能，让妻子变得美丽自信，这才是一个男人的本事;嫁一个成功的男人只能证明这个女人找到了宝藏，帮自己的男人变得越来越成功，却能证明这个女人本身就是宝藏。好的婚姻是通过造就对方来成就自己，不好的婚姻是通过消耗对方来满足自己。——爱，会让彼此更加优秀!

3、一个人要死要活想得到你，这不是爱情，而是占有欲。一个真正爱你的人，并不会想尽办法来得到你，不会满口谎言的骗你，不会花言巧语的取悦你，而是用心的帮你，一心为将来打算。爱你的人有时候连死缠烂打都做不到，只是默默受伤，默默看你。爱的越深，就爱的越胆怯。

4、爱是生命里一笔真正珍贵的财富，一笔永远只会太少而不会太多的财富。我执着的保留着对你至高的爱意，是因为我明白，它是我今生最美丽的拥有。为了你，我真诚无悔的爱过、恨过、笑过、泪过，而且学会了毫无保留的付出。

5、爱情不停站，想开往地老天荒，想找一个相濡以沫的人，想找一个把我的照片放满一个单独的相册。想找一个愿意天天抱着手机等我的信息的人，想找一个愿意每天晚上都会跟我说晚安的人，想找一个能在我受伤的时候安慰我的人。

6、有人说：爱上一座城，是因为城里住着某个人，能够与所爱的人在一起，连光阴都是美的。即便粗茶淡饭，修篱种田，只要有你陪伴就好。那么，找一个青山绿水的地方，寻一处幽静的茅舍，或是云水禅心的庭院，那里有晴朗的阳光和静谧的悠然，还有你明媚的笑脸。

7、情到深处便是无声，冬天渐浓春将至，不要让爱成为后悔，因为选择去爱了，就不要因为一些风雨而放弃。路总是坎坷的，平坦的路会失去人生的意义。同样的，爱也是如此，因为痛才要更加珍惜，不要放他离去。有时候，我们需要的，只是一颗静下来的心。

8、爱，是人生最美的一道彩虹，最醇厚的一杯美酒，最妙曼的一首歌;爱，是一种意境，一份牵挂，一丝念想。爱，无须刻意、自然随意、漫溢流淌;爱，无须言表、一凝眉、一举手、一投足就能曼妙于无形;爱，是福份、是温暖、是感动。

9、假如爱真的有天意，那么，在我们的世界里。只有一个我，只有一个你。假如花开是相聚，花落是别离。那么，就选择属于我们的那一季。无谓因果，不惧轮回。假如开始是晴，结局是雨。那么，还会不会有另一种天气。叫做不晴不雨。

**失眠的说说心情篇十**

1、我不太主动找人聊天。所以，我主动找的，都是我在乎的人。

2、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。

3、想睡的人睡不着多半是因为睡不着想睡的人。

4、在月黑风高的夜晚，睡不着只好到你的家里拜访你

5、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！

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

7、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。

8、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。

9、一念起，万水千山；一念灭，沧海桑田。

10、风华是一指流砂，苍老是一段年华。

11、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。

12、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。

13、每晚都说要早睡，可每次都会失眠！

14、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。

15、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。

16、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。

17、回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子。

文档为doc格式

**失眠的说说心情篇十一**

1、找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

2、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。

3、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。

4、夜晚失眠的人，只要不是个笨蛋，肯定是个天才。

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

6、黑夜勾引着失眠犯罪，清醒的人抓不到安睡。

7、昨夜我夜晚失眠了，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。

8、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，又是夜晚失眠的夜晚！

9、也许我可怕是因为，你对我来说，比任何人都重要。

10、当爱成为一种记忆的时候，当爱成为天空中滑过的流星的时候，我们的爱情只是一种美丽的烟花。

11、别人想什么有什么关系，反正人生是自己的。像傻瓜一样的坐着傻等结果，假如那样的话被辞退也活该。不要因为爱情毁掉自己的人生。

12、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，勇做身患夜晚失眠意志坚强斗士。

13、生命中，总有些人即便不在你身边也能让你微笑，这样真的很好。

14、你曾经给的那些名叫爱的东西，早已灰飞烟灭。

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、悲凉的青春里，蒙蒙细雨打湿了流年，终究破裂一地，无法挽回。

17、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。

18、月亮是失眠的灯，凭窗眺望那段寂寞的往事。

19、我有过失眠的夜，也有过褪色的`梦。失眠的夜和褪色的梦，伴随着我走过许多个春秋。可正是因为这些夜晚，以及这些梦幻，我制造出了自己生命中美好的乐园。所以我要说：珍惜漂亮的夜，描绘多彩的梦。

20、良多我们认为一长辈女皆不会忘却的事情，便在我们朝思暮想的夜子外，被我们遗忘了。

21、想要过这样一种生活，有情趣做饭，有心情看书，有时间旅行。最最重要的，是这一切都有人陪伴。

22、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。我发觉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。

23、找到一个傻瓜陪你失眠，这何尝不是种幸福。

24、我们身边重要的人越来越少，而留在身边的人越来越重要。

25、我们间或会想念童年时间，不知愁味道，不用担心责备，不会为别人心碎，不知人间苦累。

26、有一种感觉总在夜晚失眠时，才承认是相思有一种痛。

27、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。

28、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。

29、很多时候，你不说，我也不说，就这样，说着说着就变了，想着想着就算了。

30、你自信于你的全部，不困就别睡;即使赖在床上，也不曾安乐。

31、有一种感觉总在夜晚失眠时，家遮挡了苦雨风霜，朋友送来艳阳里一瓣心香。

32、任何事情，总有答案。与其苦恼，不如顺其自然。

33、一个人总是仰视和艳羡着别人的幸福，一回头，却发觉自己正被仰视和艳羡着。其实，每个人都是幸福的。只是，你的幸福，常常在别人眼里。

34、在这个世界上，男人最珍贵的财产就是一个女人的心。

35、夜晚失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。

36、失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。

37、那些繁华哀伤终成过往，请不要失望，平凡是为了最美的荡气回肠。

38、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。

39、我没时间去讨厌那些讨厌我的人，因为我在忙着爱那些爱着我的人。谁对我好与不好，我心知肚明;所以没必要在需要我的时候对我好。

**失眠的说说心情篇十二**

一、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。

二、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。

三、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。

四、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。

五、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。

六、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。

七、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。

八、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。

九、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。

十、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。

十一、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。

十二、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。

十三、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。

十四、大概因为再多的喜欢，也换不来未来。分开以后，未来有一万种可能性，只是这个可能性里，再也没你。

十五、一段感情，如果看不到未来，也感受不到当下，那么，不如趁早两清，你是你我是我。

十六、好多年了，你一直在我的伤口中幽居，我放下过天地，却从未放下过你，我生命中的千山万水，任你一一告别。

十七、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。

十八、你明明知道我不善言辞不懂挽留，为什么你还要走。

十九、开始的时候，你怎样任性，他都可以包容，可到后来，你连脾气都不敢有了。

二十、别再用自己的一往情深绑架着别人，得不到回应的情深请适可而止，别纠缠了别人，也廉价了自己。

二十一、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。

**失眠的说说心情篇十三**

1.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。

2.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。

3.最心疼的心疼，是连呼吸都那么疼。

4.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。

5.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。

6.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。

7.当你变成了我生活中的习惯，我才发现我离不开你。

8.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。

9.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。

10.多笑笑，会慢慢让自己真的快乐起来。

11.或许，终有那么一天，我们各自牵着别人的手，遗忘对方。

12.不要太在乎一些人，越在乎，越卑微。

13.是不是对你太好，你就觉得我没脾气。

14.最残忍的，莫过于，看着你撒谎，你都好意思骗了，我哪好意思不信。

15.真难过，再也遇不到能让我心砰砰砰跳的人了。

16.我们总是在寻找，却不珍惜当下。

17.长路本就坎坷，何必惺惺做作，拿刀的是你，喊疼的也是你。

18.我们的距离其实很短，只是你张嘴唤我，我就跑向你而已。

19.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。

20.我以为我不理你，你会难过，原来是我在难过。

**失眠的说说心情篇十四**

1.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。

2.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。

3.最心疼的心疼，是连呼吸都那么疼。

4.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。

5.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。

6.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。

7.当你变成了我生活中的习惯，我才发现我离不开你。

8.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。

9.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。

10.多笑笑，会慢慢让自己真的快乐起来。

11.或许，终有那么一天，我们各自牵着别人的手，遗忘对方。

12.不要太在乎一些人，越在乎，越卑微。

13.是不是对你太好，你就觉得我没脾气。

14.最残忍的，莫过于，看着你撒谎，你都好意思骗了，我哪好意思不信。

15.真难过，再也遇不到能让我心砰砰砰跳的人了。

16.我们总是在寻找，却不珍惜当下。

17.长路本就坎坷，何必惺惺做作，拿刀的是你，喊疼的也是你。

18.我们的距离其实很短，只是你张嘴唤我，我就跑向你而已。

19.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。

20.我以为我不理你，你会难过，原来是我在难过。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

点击下载文档

搜索文档

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn