# 2024年写自己生气 自己生气的说说(优质9篇)

来源：网络 作者：繁花落寂 更新时间：2024-04-26

*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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。写自己生气篇一...*

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。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**写自己生气篇一**

1、他越听越气，浑身发抖，脸色铁青憋着气，怕把自己的怒气施加在别人身上，狂奔回卧室，一脚踢开门。进人卧室，心里的郁闷，像山样的沉重，他重重地倒在一张椅子里，想使白己平静下来，可是越想越气，根本无法控制住自己。像一头愤怒的狮子，用力地踢门，踢桌子，踢椅子，踢一切可踢的东西，最后，他把喷怒化作一声震人心肺的怒吼。

2、生气就是拿别人的错误来惩罚自己。

3、你走过的每一条弯路，其实都是必经之路。

4、当你生气时想想为什么生气，怨天尤人时反过来想其实就是在怨自己无能为力

5、你如此的惊慌，别怪我失去耐心。

6、他没有说话，只是用眼睛严厉地瞪着，那眼神像要射出火花一般！

7、开学后，老师你可千万不要批评我，不要问我为什么，我体内有焚寂，我怕到时候怨念太重煞气发作，就完了。

8、发脾气，不仅仅因为你生气，而是你生气了，也没有人理解你，担待你。

9、他的神色更加难看，眼睛里燃烧着怒火，鬓角有一条青筋轻轻跳动。

10、真正生气的时候，不是哭也不是闹，而是不说话。

12、他怒不可遏地吼叫着，这声音像沉雷一样滚动着，传得很远很远。

13、他感到血液在太阳穴里发疯似地悸动，脑袋像给什么东西压着，快要破裂了。

14、然后，一下子窜上天灵盖，脸上腾地红起来。

**写自己生气篇二**

1、竟然考出这样的成绩，看得出，老师这回是真的生气了，只见老师一语不发，把书本“啪”地一下拍到了桌上，把全班同学都吓了一跳，再也没有谁敢讲话了，教室里顿时静得连针落到地上也能听得见！老师还是没有说话，只是用眼睛严厉地瞪着我们，那眼神像要射出火花一般！有的同学羞愧地低下了头，不敢看她。我悄悄地瞥见老师铁青着脸，不带一丝一毫的笑意，那一幅僵硬的表情，有如影视剧里的特写，久久地定格在了我的脑海里。

2、人生就像愤怒的小鸟，每次你失败的时候，总有几只猪在笑。

3、你妈生你的时候调成了随机状态了吧。

4、我们不仅为自己的错误而烦恼，还为别人犯下的错感到愤怒；我们不仅对现在尚可以去改变和创造的未来感到烦恼，还对已经发生不可更改的过去感到懊恼。我们在事情未取得进展的时候烦恼于停滞，在事情取得进展后又烦恼于它的速度不够快…这一切都是自寻烦恼。

5、我的愤怒已变成了悲哀，我的嘶吼已变成了冷漠，跨越梦想与现实的边缘，对你发出个冷冷的笑。

6、您生气了啊？生的是氢气还是氧气，是氮气？那自己蹲墙角爆炸去！

7、看着这景象，愤怒的人群如同涨满河槽的洪水，突然崩开了堤口，咆哮着，势不可挡地涌进了大厅。

8、他愤怒了。眉毛抖动得像是发出了声音，两眼喷射出通人的光芒。

9、愤怒发泄出来像战车一样狂奔。

10、风不会为任何人停留，就像你不会为我停留一样。

11、心情极度烦躁，希望下场雨，把烦恼都冲洗掉。

12、世界这么美，很难一直生气。――萨姆？门德斯《美国丽人》“

13、你再烦也没资格对你好的那个人生气

14、谁应了谁的劫，谁又变成了谁的执念。

15、可以这样求吗：相遇如许仙过桥，相知似文君听琴，相守比尾生抱柱。

16、经常生气是百病之源。从中医角度来看，生气至少有以下大害处：

17、影子，你爱它的不离不弃，它爱你的脆弱

19、别对我那么好奇，爱情友情你都不配与我为敌。

20、真爱是一种从内心发出的关心和照顾，没有华丽的言语，没有哗众取宠的行动，只有在点点滴滴一言一行中你能感受得到。那样平实那样坚定。反之许诺说明了它的不确定，永远不要相信甜蜜的话语。用心去感受吧。

21、他立刻瞪起了眼，眉毛一根根竖起来，脸上暴起了一道道青筋，愤怒地盯这我。

22、装饰对于德行也同样是格格不入的，因为德行是灵魂的力量和生气。――卢梭

23、智力上的跃进，惟有创造力极强的人生气勃勃地独立思考，并在有关事实的正确知识指点下走上正轨，才能实现。

24、真正生气的时候，不是哭也不是闹，而是不说话。

25、你忘了我存在的意义―

26、您生气了啊？生的是氢气还是氧气，是氮气？那自己蹲墙角爆炸去！

27、如果你不肯付出一时的努力去博取成功，那么你可能就要用一生的耐心去忍受失败。

28、怒气如火山爆发似地喷射出来。

29、原来，我们的烂鞋被拿去做胶囊了？

31、做不到的事别随意答应，喜悦的时候别轻易许诺，忧伤的时候别乱回答，愤怒的时候少做决定，这样你的生活会轻松很多。

33、下辈子，我等你，不要再像奈何桥边的曼珠沙华

34、他感到血液在太阳穴里发疯似地悸动，脑袋像给什么东西压着，快要破裂了。

35、人生短暂我又何必纠结于此呢。

**写自己生气篇三**

1、艾玛咬着灰白的嘴唇，折下一根珊瑚树枝，在手掌上揉了揉，用她明亮的眼睛看着查理，仿佛有两枚火箭要发射出来。

2、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。

3、百毒不侵那是神，不懂感情那是鬼，带着面具那是人。

4、憋一肚子的火也不知道这火从哪来的。

5、别人开心死了，我的开心死了。

6、别太容易为别人掏心掏肺，因为弄到最后你只能够落下一个没心没肺。

7、不该看的不看不该说的不说不该听的不听不该想的不想该干什么干什么去！

8、不会逞强，更不坚强，最难过的时候，我做不到笑着去应对。

9、不会让我缺乏安全感，可是你食言了。

10、不喜欢我直接说，不要假装很喜欢我，我很笨，我很容易上当，最后留我一个人收拾烂摊子没意思。

11、不要跟我说对不起。不原谅你，好像我的错似的。

12、不要认为那些经常笑得人脾气很好，当他们生气的时候你们跪的机会都没有。

13、不要生气，生气只是拿别人的错误来惩罚自己。结果让你生气的人没有任何的损失，而你自己却会失去更多。

14、不要再为你掉泪，不要再为你心痛，虽然在写这篇文章时心依旧在疼，眼泪依然在掉。

15、不在乎成长的路起起伏伏，只要有你，感觉那就是幸福。

16、曾经的爱已逝去，后悔已来不及，拥有过就算是幸运。

17、曾有太多话想讲，却始终缺乏勇气，没开得了口。

18、吃醋是因为喜欢，生气是因为在乎，发呆是因为想念，伤心是因为不想失去。

19、仇恨，像怪兽一般吞噬着我的心，使我不思饮食，坐立不安。

20、窗外的雨，一个接一个，我的眼泪也有力，如窗外的断线雨。

21、从来未爱你绵绵，可惜我爱怀念，尤其是代我伤心的唱片。从来未爱你但永远为任何人奉献，从没细心数清楚一个夏雨天，一次愉快的睡眠，断多少发线。

22、大伙儿越说肝火越旺，怒气三千丈，简直要把屋顶掀翻。

23、当你发完合理的脾气，马上归入正轨，心里想别的事情，一些有意义，有价值的事情，这样，脾气总会离你远去。

24、当柔情已不在，当眼泪干了，我现在的挽留也不算数了吗？我只希望不会太遗憾。

25、当时我的脑袋”嗡”的一声，愤怒的心在胸中燃烧着。

26、当有人惹你生气的时候，把宽容留给别人，把愤怒留给自己，觉得是自己太弱才会被别人针对，你会变的越来越强。而把宽容留给自己，觉得自己没毛病，把愤怒留给别人，总想寻个机会找回场子，你会越变越差。愤怒这种力量，毁灭人也成就人，关键看你把它给谁了。

27、的确，有些藏在心底的话，并不是成心要去遮盖，只是，并不是全部的痛苦，都能够呼吁。

28、都是零度的水和冰放在一起都会融化，我怎么还敢期望我们的关系冷却了还会暖和起来。

29、对别人生气一分钟，就失去了自己人生中秒的快乐。

30、对你越狠的人你真的得感谢他你得感谢他早早离开你也得感谢他让你憋一肚子火的时候睡一觉起来更加清醒。

31、饿着还能憋一肚子火，你这样的幼稚鬼也是没几个了。

32、发脾气，不仅仅因为你生气，而是你生气了，也没有人理解你，担待你。

33、愤怒的火焰在人们的心中燃烧。

34、愤怒像火药一样在我心中爆炸。我把它抱在怀里，感受它无与伦比的力量，它燃烧着我的灵魂。

35、敢在生气的时候说脏话的女生，总比那种一直装出一副楚楚可怜娇滴滴的女生强百倍。

36、跟朋友诉说委屈会被笑话，跟父母诉说会劝你大度，明明有一肚子的委屈却不知从何说起，也不知跟谁说，自己慢慢消化慢慢咽吧。

37、跟自己说声对不起因为曾经为了别人难为了自己。

38、乖，有什么好道歉的呢？我又没打算原谅你。

39、很快地，当他的头被盖上的时候，他觉得他的头有一蒲公耳麦子那么大，他的心像一盆火，他的舌头干得像一个树桩。

40、积攒了一肚子的话苦水和委屈想找个人说，最后却溺死在了酒精与烟味中无人搭救。

41、即使你有千万的情绪也不要随便发泄在任何人身上要记得别人没有欠你的。

42、即使痛苦，只要活着，也会有好事。

43、记忆像是倒在掌中的水，无论你是摊开还是紧握，终究还是会从指缝中一滴滴流淌干净。

44、教室里打得乌烟瘴气。毛老师气咻咻地站在门口，他头上冒着热气，鼻子尖上缀着几颗亮晶晶的汗珠，眉毛怒气冲冲地向上挑着，嘴却向下咧着。看见我们，他惊愕地眨了眨眼睛，脸上的肌肉一下子僵住了，纹丝不动，就像电影中的定格。我们几个也都像木头一样，钉在那里了。

45、睛变暗了，突然闪烁了一下，又变得漆黑，之后姗起了不可遏制的怒火。

46、就算与全世界为敌，也不委屈自己。

47、看过一遍的书，再看一遍你会有新的感悟，但是不会有新的结局。

48、看着这景象，愤怒的人群如同涨满河槽的洪水，突然崩开了堤口，咆哮着，势不可挡地涌进了大厅。

49、哭的不一定是最委屈的，而那个看似凌厉，咄咄逼人，沉默着，不去辩解的人才是最委屈的，因为她不屑辩解，永远想把坚强的一面留给别人，而哭只给自己听。

50、劳资不懂你的资本有多雄厚，劳资只懂惹劳资生气，你就是想死不好意思说！

51、老妈，我爱你我以后会少惹你生气的。老妈，要好好的，不能没有你。时光你再慢些吧，让我多陪陪我妈。

52、老实跟妳说，我们夫妻原先就在陶家做事，只因我脾气不好，被陶老大赶了出来，在这里不死不活的。

53、没有凌晨的太阳，我对傍晚的太阳也不感兴趣，我的意思是我非他不可。

54、没有谁能够一直等你，攒够失望的人自然会放手，爱是积累来的，不爱了也是。

55、每次生气我都是一时的情绪泛滥，其实一会过后。我就没有了之前的冲动也后悔自己的犯错。

56、命运总会让人疲惫，让人伤心欲绝还不行，还要心碎。如果这时下一场雨，我会走出去——淋雨，洗去我身上让你生气的味道，好让你快乐的微笑。

57、母亲气得两颊不停地颤动着。

58、那些曾经让你心心念念、奋不顾身的人，最后也不过是陌生人。

59、内心好难过，好压抑感，好苦，好疼，太累了，好憋屈。大家为何那么一件事？

60、你的脾气越来越差，越来越暴躁，心里暗暗下定决心要和你分开，但是还是舍不得。

61、你都好意思撒谎了，我哪好意思不信呐。

62、你个大傻子，一天天的，能不能对我好点，天天欺负我，我很生气的。

63、你狠狠的捏碎我的幻想，但是你又如此心安理得。

64、你可能不喜欢我，但你不能阻止我喜欢你。

65、你以为我生气第二天就好了，你以为我怎么样都离不开你，可是你知不知道失望多了我也会难过。

66、你终有一天要骄傲地屹立于人群之中让过往的所有委屈都变得值得。

67、您生气了啊？生的是氢气还是氧气，是氮气？那自己蹲墙角爆炸去！

68、宁可高傲到发霉也不要死缠到发疯。

69、陪你到最后的那个人，只有你自己，你就是自己的神。

70、平日里张牙舞爪，寂静时血液冰冷。我都说了我脾气不好，性格薄凉，特立独行。你却总说我开朗热情喜欢笑。

71、前一秒钟我甜蜜的在想你，这一分钟我痛苦的在放弃。

72、染上你的毒，何时才能解脱。

73、惹我生气，诅咒你一辈子买方便面没有调料包。

74、人不得不向现实低头，都是一个凡人，都是在卑微的活着。

75、人生很多事，就像智齿。最佳的解决方式，是拔掉。而不是，忍受。

76、人生如梦，我总失眠，人生如戏，我总笑场。在这个世界上，只有伤心的理由，没有沉沦的借口。

77、人生最重要的不是努力，而是方向。

78、人越长大就越能明白，长大以后的世界，爱不爱是其次，相处不累才最重要。

79、如果没有当初相遇，是不是就不会有今天的疼痛。

80、如果你不肯付出一时的努力去博取成功，那么你可能就要用一生的耐心去忍受失败。

81、如果你觉得自己是个退缩，没有自信的人，那么回想一下在生命的某一段过程中，退缩曾经也许是你最好的选择。

82、如果我惹你生气了，你可以打我骂我凶我但是千万别丢下我好吗。

83、生活中总会有伤害你的人，所以不要生气。生气是为了别人的错误而惩罚自己。

84、生气，就好像自己喝毒药而指望别人痛苦。

85、生气就生气吧，哭泣就哭泣吧，不用逼自己，这样一来反而会释然。

86、生气就是拿他人的毛病来惩罚自我。

87、生气时说的不一定是气话，也可能是隐藏很久不敢爆发的真心话。

88、时光沒有教会我任何东西，都教会了我不要轻易的去相信一个承诺。

89、是非只是一句话，人情只是一生缘，何必委屈了自己，何必耽误了别人，付出真心未必有真情，但是不付出诚信，一定没有珍惜。

90、谁不是从一个心地善良的孩子被现实折磨成一个心机深重的疯子。

91、谁行谁不行，患难见真情。

92、谁也惹不起他，我们只好忍气吞声，敢怒不敢言。

93、说我坏话时，别添油加醋，你真当炒菜呢。

94、他的脸色立刻变得自惨惨的，忿恨的光芒从他的眼睛里喷射出来。

95、他的怒气在心里像一个压力太大的锅炉，随时都可能爆炸。

96、他的神色更加难看，眼睛里燃烧着怒火，鬓角有一条青筋轻轻跳动。

97、他的太阳穴暴起了青筋，胡子好像钢针一根根竖了起来。

98、他的胸膛里像一锅开水那么沸腾，心火冲头，太阳窝突突地跳。

99、他的眼睛迸射出愤怒的火花，这火花像从噼叭作响的篝火里飞出来的。

100、他的眼睛射出愤怒的火花，就像劈啪作响的营火。

101、他瞪着她不说话，只是眼睛像是要冒火了一样。

102、他愤怒的脸扭曲成暴怒的狮子：温文尔雅惯了的面庞，燃起火来隔外地可怖，如同优雅的猫忽然尖叫着露出尖利的牙。不错，就是你错了，不然他的温柔哪里去了；就是你错了。不然他如何燃烧着，引燃着周身的空气，惊人的安静，却让空气怒吼着撕扯你的心跳。

103、他感到血液在太阳穴里发疯似地悸动，脑袋像给什么东西压着，快要破裂了。

104、他怒火在胸中翻腾，如同压力过大，立刻就要爆炸的锅炉一样。

105、他怒睁着眼，额角上青筋随着呼呼的粗气一鼓一胀。

106、他气得牙齿咬得咯咯响。

107、他气咻咻地站在门口，他头上冒着热气，鼻子尖上缀着几颗亮晶晶的汗珠，眉毛怒气冲冲地向上挑着，嘴却向下咧着。

108、他全身的血液，像是凝结住不流了，心像被老虎钳子钳住在纹拧。

109、他全身好像着了火，每根头发都迸出火花。他握紧拳头，格格地说。

110、他说不出话来，气得脸色阴沉。

111、他在一昼夜里积压的怒气如火山一样爆发了。

112、他张口结舌，双手颤抖，过了好长时间才开口。

113、太多的事，慢慢地就不能做了，太多的人，徐徐地就不见了。原来，生长就注定是一个要丢失的流程。

114、讨厌你，不知道我已生气；讨厌你，还不明白我生气的原因；更讨厌你，学不会哄我。

115、为什么还是很容易生气，我很生气自己因为别人生气。我要控几我寄几啊。

116、为什么这样的事情发生在我身上，真的太可怕了，我很生气很悲哀为什么。

117、委屈记住心里微笑放在外表直到有一天将所有委屈还给给过你的人。

118、我不好的，我脾气不好，我任性，我时好时坏，我阴晴不定，你们不喜欢我，很正常的。

119、我发怒了，脸爆炸似地发红，又像一星火落在一盆汽油上。

120、我发现我真的不能装生气闹小情绪，几乎到最后我都会真生气和憋一肚子火。

121、我非找他算账不可，怨恨在胸中滋生着，气恨难忍了。

122、我该怎么办？工作中受委屈是正常的嘛？这样的委屈我该怎么处理！

123、我感到自己的眼睛似乎在向外冒水，要不是当着那么多同学的面，我真会狠狠扇她一记耳光。

124、我感到自己的眼睛似乎在向外冒水，要不是当着那么多同学的面。我真会狠狠扇她一记耳光。

125、我好想回到很久很久以前，去遇到眉目如画心心念念都是我的你，还有满心欢喜以为一生的我。

126、我就是那种被人背叛了，连眼泪都懒的流的人。

127、我可以含笑给你讲道理，也可以翻脸告诉你什么叫规矩。

128、我没有动，心里愤愤地说她这副丑相配我叫阿姨，我的姨妈个个端庄秀丽，哼！

129、我没有说话，只是用眼睛严厉地瞪着，那眼神像要射出火花一般。

130、我没有饮过最烈的酒，可我放弃过最爱的人，我给你全部自由，当作我最后的温柔。

131、我们的关系就像是六分熟的牛排，看着很美味，可咬开之后还看得到留有血迹，可它并不是生的，只是没那么熟。

132、我怒不可遏地吼叫着，这声音像沉雷一样滚动着，传得很远很远。

133、我怒火在胸中翻腾，如同压力过大，马上就要爆炸的锅炉一样。

134、我脾气不好，从前还有可以随便发脾气的人，现在脾气好点了，也没有可以随便发脾气的人了，想想还挺伤感的。

135、我脾气不好多愁善感喜怒无常经常抽疯病态语无论次无理取闹强词夺理任性态度能相差十万八千里恩我是个烂人。

136、我气得紫涨了面皮，般牙露嘴，半晌说不出话。

137、我仍然为你守候，那些小幸福，我认真，你随意。

138、我什么都好，就脾气不好；我什么都不强，就原则性强！

139、我生气因为我在乎你。我沉默因为我包容你。我啰嗦因为我希望你更好。我发火，因为我不想失去你。我不理你，因为我希望你能主动点。如果我不在乎，我会无动于衷。如果我不在意，我会无所谓。如果不爱，我不会心痛不会流泪。缘分来之不易，不是所有的人都能相遇；感情不言离弃，不是所有的心都能相吸。

140、我是一个热心人，但是如果我发脾气，我会很对你很冷酷。

141、我叔叔吼道，那声音像雷声一样滚得很远很远。

142、我太容易生气了，我应该去幼儿园门口卖气球。

143、我现在才知道，不了解一个人，还可以爱他；我现在才了解，不爱一个人，还可以思念他。

144、我一生气就想买东西，一买东西就得花钱，一花钱钱就少，钱一少我就生气。

145、我一听心里直冒火，看到别人有困难，应该热情帮助，怎么能趁机拿别人的钱呢。

146、我依旧一个人孤单的生活着，那些说好的.永远，同舟共济不过一场梦中花落，早已枯萎的找不到一丝痕迹。

147、我永远不会在别人践踏我尊严的时候流眼泪。眼泪是最珍贵的东西，只能留给这种深切的悲伤，这悲伤与羞辱无关，与委屈无关，与疼痛无关。你依靠这悲伤和这世界建立更深刻的联系。你和这悲伤在烟波浩淼的孤独中相互取暖，相依为命。

148、我越来越讨厌她了。我发誓我至少恨她一个月。

149、我这么邋遢懒散爱骂人情绪化爱发飙我这么差谢谢爱我的人。

150、希望有个人，即使知道我很任性，我脾气不好，我很暴躁，还是会觉得我是他心里柔软的小玫瑰。

151、现在才懂，原来一个人可以难过到没有情绪，没有言语，没有表情。

152、想骂人，我脾气好是我脾气好，而不是我受欺负的理由，我很生气，想说脏话，想打人。

153、想念是一首悲伤的歌曲，因为它记起的美好太少，悲伤却太多。

154、心累到一定程度连生气和计较的力气都没有。

155、心情不灿烂，不阳光，不快乐！你烦躁，我理解，但是我很生气！

156、心情很沮丧、心里的难受远远超过了身上的伤！不想流泪、就算咬破嘴唇！都希望能强忍着！

157、辛辣味呛得我直翻白眼，恨得牙根直发麻，手指骨节痒，想揍他一顿。

158、选择离开你不是因为你不够好，是因为我跟你在一起状态不好，你很容易激发我的极度焦虑暴躁和没安全感。

159、眼里闪烁着一股无法遏止的怒火，牙齿咬得格格作响，好似一头被激怒的狮子。

160、眼内的怒火，比炉中的火焰更旺。

161、要有多少的勇气，才敢将你从我生命中抽离。

162、要知道，你不经意的一句话都能使我落泪。

163、也许人不要去容忍他人。容忍着容忍着心里就委屈了，委屈着委屈着一段感情就变质了。

164、一段段磨灭的风景，彼此成为最后的纪念。

165、一个人很容易走出别人的世界，却无法走出自己的沙漠。很多恐惧就像窗纸一样，只要有一点勇气就会被发现，一刀切就会折断。人所有的痛苦，本质上都是对自己无能为力的愤怒。

166、一个人能不能成就大事业，看他脾气大小怎么样就可以了，脾气越大，成功概率就越小。

167、因为当时有一些事情憋着心里，不能说，所以这句话让当时的我很生气，也很不赞同！

168、因由你的宽容，你的豁达拯救了你，脾气这样锋利的剑会使你百折不挠。

169、有多少人像我一样，有时候以为本人是多余的。受了很多冤枉，很伤心很难受，却还是会笑着通知全部人，我很好我没事。

170、有负面心境是正常的，然则自己必定要知道，要清晰这只是生活生计的一小部分，在其他时间里，要尽量的让心境平稳起来。

171、有时候，一个人的失踪，孤独了一个世界。

172、有些感情，莫名其妙地开始，又毫无征兆地结束，一切被提前安排，希望你能明白很多故事不会有始有终，很多人不会好聚好散。

173、有些事，不说是个结，说了是个疤。

174、有些事藏在心里是莫大的委屈，话到嘴边又觉得无足挂齿不值一提。

175、有些事说出来显得我不大度，但我确实不开心。

176、有心者有所累，无心者无所谓。

177、原来，这尘世是有这样一种爱，未开口，便泣不成声。

178、月亮不圆我都生气，你跟我讲道理。

179、在我生气时，你是第一个问我生气的人，你不知道我生气是为了你，我只是为我不够优秀而失望。

180、在这个年龄，不好的事情似乎无法控制我，愤怒和悲伤似乎也不再对我有什么帮助。

181、赵辛媚刺激得神经给它吊上去，掉下来，这时候追想起还恨得要扭断鸿渐的鼻子，替告他下次细心。

182、这仇恨像刀刻的一样记在我的心里。

183、这是一个人还不如狗的世界，谁要不自顾就活不成。

184、这下可闹出事来了，急性的母亲以为父亲不一样意，火气一下子就如同火山爆发，气呼呼地站在那里直咬牙！

185、真是个狼心狗肺的家伙，我对她的怨恨越来越强烈，我发誓：至少恨她一个月。

186、真心地谢谢那些没有义务陪我，但却始终如一陪着我的。

187、走这一条路，看着一道景，想着一个人，背影还是那么孤独。

188、最大的遗憾是，连分手都不能当面说清，或许一个拥抱就能解决的事情，最终却是没有任何解释的形同陌路。

189、最新婚姻法让她很没安全感。因此，他把全部产权年限转至她户下。生态公园散散步时他有意逗他，装着憋屈说，好啦如今到我担忧净身出户了。她很是神气十足，对呀，房屋车辆小孩全是我的！他撅起嘴，用男孩儿一样可怜目光望着老婆。她活泼可爱地笑了，轻靠在他肩部上娇嗲地说，可我是属于你的呀，傻子。

190、做了一晚上让我很生气的梦，简直是气到爆炸的那种！唉，气死我了，大早上就没有好心情了。

**写自己生气篇四**

一、人生路上一定要胆大心细脸皮厚。如果你为了人家的一句话就大发脾气，或者是飘飘若仙，你的心其实是在跟着别人的话走。把自己的快乐托付在别人随便的一句话上面，是很愚蠢的一回事。

二、生活有进有退，输什么也不能输了心情。这世上，有时笑笑人家，有时给别人笑笑自己，放轻松，给自己快乐，也给别人快乐。日出东海落西山，富也一天，穷也一天；月缺月圆到年关，忧也一年，喜也一年；痛也一天，乐也一天，何不快快乐乐过一天；生活不钻牛角尖，人也舒服，心也舒坦。

三、人生是自己的，不要活在别人的眼神和口水里。不是所有的言论都需要别人理解，不是所有的选择都需要别人支持。

四、人们烦恼时，只看到是谁惹了自己，总是怨天尤人，怨这怨那，从不抱怨自己看不破，想不通，看不透，从不从自身找原因，只知道，烦恼天天有，捡来自己恼，却忘了：本是平常事，不拣自然无。

五、不必过于在意人与人之间表面的情绪；挚交之人不需要，泛交之人用不着。情绪这东西，你不在乎，它就伤不到你。

六、世界上没有什么过不去，只有自己和自己过不去。很多时候，回过头来看看这些让自己苦不堪言的郁闷、忧愁、纠结、焦虑，其实都是自己和自己在较劲。该来的总要来，改过去的总会过去，苦也是一天，乐也是一天。何必呢？放过自己，其实也是一种放生。

七、有人刻薄的嘲讽你，你马上尖酸的回敬他。有人毫无理由的看不起你，你马上轻蔑的鄙视他。有人在你面前大肆炫耀，你马上加倍证明你更厉害。有人对你冷漠忽视，你马上对他冷淡疏远。看，你讨厌的那些人，轻易就把你变成你自己最讨厌的那种样子。这才是“敌人”对你最大的伤害。

八、有人骂你、辱你、嘲笑你、说你坏话，其实，没什么大不了的，学会一笑了之。有句俗语说得好，别人送你的礼物，你不接受，他只能照单拿回去。不要认为那所有的指责都在指向你，如果你太自作多情了，那是你自寻了烦恼。还是那句话，烦恼本自无，庸人自扰之。

九、生活，有苦乐。人生，有起落。学会挥袖从容，暖笑无殇。快乐，不是拥有的多，而是计较的少。

十、每个人身上都有很多缺点，不要将什么事都看得那么绝对，我们要用宽厚仁慈的心对待身边的每一个人，出了问题要在自己身上找原因。爱自己容易爱别人难，如果你能做到像容忍自己一样去容忍别人，能设身处地的替对方着想，就很少人会再和你计较了。你的人缘将好到出乎你的想象。因为，将心比心，便是佛心。

十一、不管，你有多么真诚，遇到怀疑你的人，你就是谎言。不管，你有多么单纯，遇到复杂的人，你就是有心计。不管，你有多么的天真，遇到现实的人，你就是笑话。不管，你多么专业，遇到不懂的人，你就是空白。所以，不要太在乎别人对你的评价，你需要的只是，做最好的自己。我就是我！独一无二！

十二、有些事无需计较，时间会证明一切；有些人无需去看，道不同不相为谋。世间事，世人度；人间理，人自悟。面对伤害，微微一笑是豁达；面对辱骂，不去理会是一种超凡。忍耐不是懦弱，而是宽容；退让不是无能，而是大度。“计较”生是非，“无视”己清静。愿人生如水坦然！

十三、感谢对你好的人，他们原本可以不对你好。原谅对你不好的人，他们原本可以对你更坏。感谢，是一种修养。原谅，更是一种修为。做有修养的人，修为有价值的人生。

十四、做人要能吃亏，人生一世，生不带来，死不带去，斤斤计较，反而会舍本逐末，往往失去的也许更多。真正聪明的人，不会在乎表面上的吃亏，他们看重的是实质性的“福利”，因为能够吃亏的人，往往是一生平安，幸福坦然的。能吃亏是做人的一种境界，会吃亏是处事的一种睿智。佛曰：吃亏决不亏，惜福才有福。

十五、有句话叫做，忍一时风平浪静，退一步海阔天空，“忍”、“退”之意在于淡出繁华，彻底的做一个旁观者去领悟生命的繁芜，荡涤心灵，其实，这就是一种洒脱，卸掉心灵的枷锁，拂去眼前的尘埃，淡了烦恼淡了心。

十六、心量大小决定了人生苦乐。心量越大，烦恼越轻；心量越小，烦恼越重。心量小的人，容不得，受不得，装不下大格局。心量是一个可开合的.容器，当我们只顾自己的私欲，它就会愈缩愈小；当我们能为别人考虑，它又会渐渐舒展开来。一念之差，心的格局便不一样，可以大如宇宙，也可以小如微尘。

十七、有善心的总会被恶意伤害。你对人真诚，总会有人来骗你。但即使是如此，我们也不要因此而改变自己。因为这不是一个谁受伤谁就输的游戏。

十八、闭上眼睛，安静内心告诉自己。别人想什么，我们控制不了；别人做什么，我们也强求不了。唯一可以做的，就是尽心尽力做好自己的事，走自己的路，按自己的原则，好好生活。即使有人亏待了你，时间也不会亏待你，人生更加不会亏待你。

十九、人生苦短，没必要和生活过于计较，有一种承担，叫提得起，放得下；有一种负担，叫提得起，放不下。向前走，走过那不属于自己的风景。潇洒的，不是唯美而是心情；收获的，不是沧桑而是淡定。

二十、心胸豁达开朗的人，凡事看得高远，不会被眼前利益所蒙蔽；心量狭隘自私的人，处处与人计较，往往无法成就大器。如果能以豁达的心胸包容一切，自然能看见最美好的世界。

1、莫生气，莫生气，别人生气我不气。气坏身子又何必，我若气死谁如意。

2、善待自己，不为工作事操心，不过分在意别人看法，把莫生气挂在脑门上。

3、每天对自己说无数遍:莫生气，格局大一点才是真男人。加油!

4、莫生气莫生气，人生就像一场戏。

5、人生不如意之事十有八九，学着莫生气，就是人生的另一个境界。生气，伤身又伤心，伤人又伤己。学着不生气、少生气，是一种成熟，也是一种智慧。

6、莫生气莫生气，气出病来无人替，我是一个快乐的小女孩。

7、人是可以被气死的吧，无数次内心默念莫生气，还是佛系的人长命。

8、杀人犯法杀人犯法，不值得不值得，莫生气莫生气，气坏自己又何必。

9、别人生气我不气，气出病来无人替，我若气死谁如意，况且伤神又费力。莫生气，莫生气。

10、生气不如争气。愚蠢的人只会生气，聪明的人懂得去争取。人生中，处处皆有气，事事都有气。没有气的人生，那不是生活，是幻想中的“乌托邦”。

**写自己生气篇五**

1、长得帅不是我的错，你喜欢我就是你自己的问题了。

2、有时候我们放不开不是因为失去，而是心疼自己的付出。

3、如果你给我的，和你给别人的是一样的，那我就不要了。

4、一个人如果不逼自己一把，你根本不知道自己有多优秀。

5、我想生活教给我最残忍的一课，大概就是在每一个最无助的时刻，慢慢割舍掉对于任何人的依赖心。

6、最温暖的`地方从来都不是什么人心，而是在被窝里。

7、最怕偶然遇到老同学，以前的打打闹闹，变成了现在的礼貌一笑。

8、心事这东西，你捂着嘴，它就会从你眼睛里跑出来。

9、不属于我的雨伞，我宁愿淋雨走路；不属于我的心，我不会挽留。

10、不要说，离开以后还会想念；不要说，分手以后还是朋友。离开一个地方，风景就不再属于你；错过一个人，那人便与你无关。

11、每个人都是幸福的，只是，你的幸福，常常在别人眼里。

12、刮风的时候你总要学会一个人颤抖，而不是奢望谁的手。

13、不想看你不开心，却又嫉妒你和别人太开心

14、爱已欠费，情已停机，恋爱不再服务区。

15、发脾气，只是表示你的智慧和本事不足以解决你所面临的问题。

16、好故事总得用心酸做陪衬才显得动人。

17、思念像硫酸狠狠滴进心口，一点点向外腐蚀。

18、像一场烂电影看过就忘记，太好听的话语一脱口就过期。

19、多么的希望会有那么一个人，永远陪着我，无论发生什么事情。

20、对于你，我没有希望，也没有失望，我只不过绝望罢了。

21、时间不是让人忘了痛，是让人习惯了痛。有时候感觉到难过并不是因为做了什么，而是发现自己什么都做不了。

22、人的一生注定会遇到两个人，一个惊艳了时光，一个温柔了岁月。

23、世上最残忍的事是你明明知道我喜欢你，却当作不知道。

24、生气就是拿别人的错误来惩罚自己。

**写自己生气篇六**

1. 最近的访客，已经很久没有你了。

2. 她的样子变得狂乱撅着嘴唇张开着鼻其两颊红得像杏子两眼闪着电一样的光

3. 一个脑袋硬的人是十足的蠢驴。

4. 内心好难过，好压抑感，好苦，好疼，太累了，好憋屈。大家为何那么一件事？

5. 不知道你是不是喜欢我，但你真的做了很多让我感觉你不喜欢我又喜欢我的事。我已经慢慢放下你了，以后不出意外的话，我们就再也见不到啦，也不会聊天了。很高兴认识你，也很难过遇到你...

6. 我愿意把自己委屈的一面隐藏在心里这样才不会担心你会因为我忧伤而离去。

7. 记忆像是倒在掌中的水，无论你是摊开还是紧握，终究还是会从指缝中一滴滴流淌干净。

8. 哭的不一定是最委屈的，而那个看似凌厉，咄咄逼人，沉默着，不去辩解的人才是最委屈的，因为她不屑辩解，永远想把坚强的一面留给别人，而哭只给自己听。

9. 教室里打得乌烟瘴气。毛老师气咻咻地站在门口，他头上冒着热气，鼻子尖上缀着几颗亮晶晶的汗珠，眉毛怒气冲冲地向上挑着，嘴却向下咧着。看见我们，他惊愕地眨了眨眼睛，脸上的肌肉一下子僵住了，纹丝不动，就像电影中的定格。我们几个也都像木头一样，钉在那里了。

10. 我若在你心上，相隔万里又怎样？我不来，你不会走开，我老了，你依然深爱。

11. 她眼里迸射出仇恨的火花。

12. 我现在的心情就像愤怒的小鸟一样，能砸死一头猪。

13. 没有关系，你的世界，就让你拥有。不打扰，是我最后的温柔。

15. 是非只是一句话，人情只是一生缘，何必委屈了自己，何必耽误了别人，付出真心未必有真情，但是不付出诚信，一定没有珍惜。

16. 母亲气得两颊不停地颤动着。

17. 我没有赌气，有些东西我是真的不想要了。

19. 很多时候的生气不是因为真的激怒，而是因为失望或者担心。

20. 宣布开会之后，一个青年教师跑上讲堂，将xxx主义提出的灭亡中国的廿条，条条地边念边讲。他的声音由低而高，渐渐地吼叫起来，脸色涨红，渐而发青，颈子涨得大得象要爆炸的样貌，满头的汗珠子，满嘴唇的白沫，拳头在讲桌上捶得碰碰响。

21. 他怒不可遏地吼叫着，这声音像沉雷一样滚动着，传得很远很远。

22. 以适当的语气直接表达愤怒，不贬低他人，想要达到这样的境界，我们需要练习的，正是这种“不含敌意的坚决”。

23. 人在这时候一定要冷静下来，否则回头就无法接受自己的愚蠢。

24. 他边错边改，我边哭边爱

26. 做了一晚上让我很生气的梦，简直是气到爆炸的那种！唉，气死我了，大早上就没有好心情了。

27. 我怒睁着眼，额角的青筋随着呼呼的粗气一鼓一张。

28. 是不是就要大声说，我很生气！却每每忍下，说着违心的话，是长大还是退化？

29. 我该怎么办？工作中受委屈是正常的嘛？这样的委屈我该怎么处理！

30. 她满脸排红，一直红到发根，两眼盯着这个侮辱者，同时这双眼睛变暗了，突然闪烁了一下，又变得漆黑，接着姗起了不可遏制的怒火。

31. 没什么避风港 风很大 雨很强 我也控制不了我那忽好忽坏的烂情绪

32. 人生很多事，就像智齿。最佳的解决方式，是拔掉。而不是，忍受。

33. 怒火快要把他黑墨墨的头发烧着了。

34. 你想要的，不一定都会有，所以不要耍小孩子脾气。

35. 如果你觉得自己是个退缩，没有自信的人，那么回想一下在生命的某一段过程中，退缩曾经也许是你最好的选择。

36. 受了委屈 晚上趴在被窝里 心堵的睡不着 我忍住了眼泪 心就这样慢慢的硬了

37. 我也只是一个普通人会生气会吃醋所以请你不要一再挑战我的耐心。

38. 她那俊俏的脸庞由粉红变成苍白，嘴唇变得铁青，一股幽怨、慑怒之气使她的美貌失去了原有的光彩。

39. 一天见一老大娘在一广告牌下有些面红有些愤怒的说道：哎，现在什么社会啊？怎么连安全套都用这么大的广告牌？忙上前观看：卡巴斯基安全套装。

40. 一些经历，只有自己感受。一些心情，只有自己懂得。说不出的委屈，才最委屈；心里的疼痛，才最疼痛！

41. 写过了无数的雪月风花，却擦身错过了你最美的年华。

42. 我爸爸是最不可能为家人挺身而出的蠢男人。例如，我的一个亲戚最近敦促我父亲每天卖掉我的家具。我父亲居然点头同意，愿意让别人到我家来把我的东西搬开，自己卖。外显子组吗？大脑泡沫吗？还好我妈没同意为它辩护。

43. 想替你掐掉手中的烟，挡住你手里的酒，我不想你除了孤独一无所有。

45. 人不得不向现实低头，都是一个凡人，都是在卑微的活着。

46. 两条怒气，从脚底下直冲到顶门，心头那一把无明火，焰腾腾地按捺不住。

47. 我现在才知道，不了解一个人，还可以爱他；我现在才了解，不爱一个人，还可以思念他。

48. 我见过千万人，像你的发，像你的眼，但都不是你的脸。

49. 生气不如争气。愚蠢的人只会生气，聪明的人懂得去争取。人生中，处处皆有“气”，事事都有“气”。

50. 以伤害他人(情感、身体、心理)的方式表达愤怒，比如大喊大叫、暴力殴打、恶言相向。

51. 爱情不伤人，伤的是永远实现不了的海誓山盟。失去不可怕，怕的是触景而伤情，睹物而思人。

52. 以后再好好想想别多管闲事了这事与你无关你为什么自作自受我真的太蠢了。

53. 因由你的宽容，你的豁达拯救了你，脾气这样锋利的剑会使你百折不挠。

54. 我一生气就想买东西，一买东西就得花钱，一花钱钱就少，钱一少我就生气。

55. 老妈，我爱你我以后会少惹你生气的。老妈，要好好的，不能没有你。时光你再慢些吧，让我多陪陪我妈。

56. 生气就生气吧，哭泣就哭泣吧，不用逼自己，这样一来反而会释然。

57. 当你发完合理的脾气，马上归入正轨，心里想别的事情，一些有意义，有价值的事情，这样，脾气总会离你远去。

58. 有时候你放不下一个人，不是因为那个人无可替代，而是因为你在那个人身上花费了太多的时间精力，一旦分开，就好像自己用时间和青春细心堆砌的城堡轰然倒塌。

59. 憋一肚子火，为难别人也太明显了！

60. 为什么这样的事情发生在我身上，真的太可怕了，我很生气很悲哀为什么。

61. 你以为我生气第二天就好了，你以为我怎么样都离不开你，可是你知不知道失望多了我也会难过。

62. 离开的人越来越多，留下的人越来越重要。

63. 每一滴眼泪都是爱消失的证据 没有人会突然不爱了

64. 是阁下失职让公主委屈了。

65. 要是你什么都能原谅，那你经历的全部是活该

66. 一股无法控制的愤恨的情绪，在我心里翻腾。

67. 爱情要懂得珍惜，随着岁月加倍的珍惜。爱情不是在明月之下闲散，也不是在长板凳上叹息。

68. 不该看的不看不该说的不说不该听的不听不该想的不想该干什么干什么去！

69. 这三种愤怒的表现、影响，大致可以归为下表：

70. 他气得张口结舌，两只手直颤抖，半天才喊出话来。

71. 我不生气，因为身体是自己的；我不伤心，因为心是你的。

72. 要表达我们在上面所说的“自信愤怒”，关键是多进行“以我为开头”的自我表述。

73. 如果没有当初相遇，是不是就不会有今天的疼痛。

74. “我意识到别人伤害到我的，但是我不知道怎么回击”

75. 想念是一首悲伤的歌曲，因为它记起的美好太少，悲伤却太多。

76. 教室里打得乌烟瘴气。毛老师气咻咻地站在门口，他头上冒着热气，鼻子尖上缀着几颗亮晶晶的汗珠，眉毛怒气冲冲地向上挑着，嘴却向下咧着。看见我们，他惊愕地眨了眨眼睛，脸上的肌肉一下子僵住了，纹丝不动，就像电影中的“定格”。我们几个也都像木头一样，钉在那里了。

77. 她的两眼变暗了。

78. 你愤怒的是“当下的事件”还是“被勾出的历史情绪”？有时激起愤怒感觉的可能是当下的某个“开关”所唤起旧的自我怀疑。

79. 我把命都给你了，能不能相信我一次我是爱你的。

80. 陪孩子爱上学习，各种趣味知识和资源，涵盖幼儿园、小学、初中各类学习资料。

81. 我不怕一个人，我只怕当我习惯一个人的时候，有人来打乱我的一切。

82. 你真傻，难过要死却一声不吭，丧得不行还要假装很嗨。你不欠世界什么的，不用这样。

83. 3)觉得自己会输，或者自己会在冲突中“僵住”；

84. 我哭了不是因为你不爱我，而是因为我担心我离开以后再没有人像我一样如此爱你。

85. 谁行谁不行，患难见真情。

86. “你太过分了”还有哪些表述呢？我们继续来学一下。

87. 突然发现会生气的老师都特别可爱。

88. 人性是愚蠢、懦弱和自作聪明的混合体。

89. 我可以装作无所谓，然后到没人的地方再崩溃。

90. 我有一万种想关心你的理由，却缺少了一种能关心你的身份。

91. 最新婚姻法让她很没安全感。因此，他把全部产权年限转至她户下。生态公园散散步时他有意逗他，装着憋屈说，好啦如今到我担忧净身出户了。她很是神气十足，对呀，房屋车辆小孩全是我的！他撅起嘴，用男孩儿一样可怜目光望着老婆。她活泼可爱地笑了，轻靠在他肩部上娇嗲地说，可我是属于你的呀，傻子。

92. 我难以接受这样的评价/我觉得很生气/我感觉很不好/我没有你说的这么差。

93. 真是个狼心狗肺的家伙，我对她的怨恨越来越强烈，我发誓：至少恨她一个月。

94. 我依旧一个人孤单的生活着，那些说好的永远，同舟共济不过一场梦中花落，早已枯萎的找不到一丝痕迹。

95. 最难受的感觉，不是曾为陌生人，而是逐渐陌生的态度。

96. 没关系，我做我自己的女王，我死都不会委屈了自己。

97. 你要做一个不动声色的大人了。不准情绪化，不准偷偷想念，不准回头看。去过自己另外的生活。你要听话，不是所有的鱼都会生活在同一片海里。

98. 你没资格半途而废，你没资格破罐子破摔，你只能让自己活得比任何人都好，比任何人都强大，你已经没有退路。

99. 愚蠢的人只会生气，聪明的人懂得去争取。人生中，处处皆有“气”，事事都有“气”。没有“气”的人生，那不是生活，是幻想中的“乌托邦”。人生不如意之事十有八学着莫生气，就是人生的另一个境界。生气，伤身又伤心，伤人又伤己。学着不生气、少生气，是一种成熟，也是一种智慧。

100. 我的坏情绪都是自己消化，能替我撑腰的那个人，是我心中打不败的自己

101. 稍微让我感觉累的关系我都不再维持了 一没时间 二没必要

102. 后来她坐在路边喝着酒流着泪，朋友问她那么爱他怎么不去找他，她笑的足够狂妄也足够绝望，笑完只有单薄的嘴唇抿了抿，略带沙哑的声音说了句“他根本不爱我”。

103. 有些旧朋友，嘴上说着怀念以前，但还是越走越远。

104. 失而复得的东西根本回不到最初的样子。

105. 开导自己，开导自己时要在心里想：生气是解决不了问题的，不要生气。

106. 我本可以置身事外，难道我应该责怪自己愚蠢吗。

107. 满腔的仇和恨煎熬着他。

108. 他感到血液在太阳穴里发疯似地悸动，脑袋像给什么东西压着，快要破裂了。

109. 你们有没有想过我？我也狠痛苦。我会哭。会生气。我不是玩偶。没有感情。可以随便被你们玩弄。

110. 他气咻咻地站在门口，他头上冒着热气，鼻子尖上缀着几颗亮晶晶的汗珠，眉毛怒气冲冲地向上挑着，嘴却向下咧着。

111. 就算与全世界为敌，也不委屈自己。

112. 假设，你被冤枉误解了，你的反应是感到委屈还是愤怒？前者是人类的反应，后者是动物性。

113. 不要生气，生气只是拿别人的错误来惩罚自己。结果让你生气的人没有任何的损失，而你自己却会失去更多。

114. 我的仇恨和怒火在地狱里燃烧，总有一天，他们会冲出地狱，焚化世界，焚化这肮脏的世界，灭绝这堕落的种族。

115. 您生气了啊？生的是氢气还是氧气，是氮气？那自己蹲墙角爆炸去！

**写自己生气篇七**

1.我真的一点也不想解释为什么生气就是生气生气就是要被哄要撒娇啊还能为什么。

2.我的前桌说我是女汉子。我很生气可是霸气外漏。

3.我生气的时候一定要哄我买吃的给我等老子吃饱了打死你。

4.你没在,我总是生气。

5.你每次生气不说话直接把我删掉却又和我和好这样很累。

6.明明最舍不得看见父母难过生气却偏偏偏执的不肯退让!

7.生气不如争气抱怨不如改变

8.你可以生气但别往我这里发泄。

9.当一个学渣说出一段很有文化的话时说明他生气了

10.我是那种越喜欢一个人越会惹他生气的蠢蛋

11.看到你就心情大好每次装生气失败都是因为看见你

12.我是个生气了喜欢摔东西的孩子

13.看到他和闺蜜在一起谁能不生气

14.在我生气的时候你说了一句好话我就会心软i

15.我一生气就想买东西一买东西就得花钱一花钱钱就少钱一少我就生气。

16.千万不要跟老婆聊前女友的事说不生气都是骗人的!

17.大多数时候我都不是真的生气只是想偶尔作一下结果作着作着你不哄我老娘就真的生气了。

18.你说你不会让我生气不会让我缺乏安全感可是你食言了。

19.恋爱的人是不是一生气就会说分手啊。

20.吃醋是因为喜欢生气是因为在乎。

**写自己生气篇八**

1. 如果没有找到爱的感觉，我就这么孤独终老吧。

2. 生活中总有一些人喜欢用自己的判断来判断一个人，却没有意识到这样做是愚蠢的。要真正了解一个人，首先要和他们相处，而不是只相信自己的假设。

3. 小妹气得一蹦三尺高。

4. 牙齿咬得“格格”作响，眼里闪着一股无法遏制的怒火，好似一头被激怒的狮子。

6. 情绪的管理有三步：识别(recognize)、表达(verbalize)、管理(manage)。

9. 不属于你的东西，强求来也没用，就像穿着尺寸太小的鞋，再好看也难受。

10. 那些曾经让你心心念念、奋不顾身的人，最后也不过是陌生人。

11. 这些感觉的来源可能是：

12. 心情很沮丧、心里的难受远远超过了身上的伤！不想流泪、就算咬破嘴唇！都希望能强忍着！

13. 好像全身都燃烧着猛火，每根毛发上闪着火星，他把双拳捏的格格作响。

15. 这世上始终没有感同身受的人，我讲的是心事，你听的是故事

16. 我生气因为我在乎你。我沉默因为我包容你。我啰嗦因为我希望你更好。我发火，因为我不想失去你。我不理你，因为我希望你能主动点。如果我不在乎，我会无动于衷。如果我不在意，我会无所谓。如果不爱，我不会心痛不会流泪。缘分来之不易，不是所有的人都能相遇；感情不言离弃，不是所有的心都能相吸。

17. 把问题语境化，避免使用“永远、每个人”这样的词语，明确问题的具体内容；

18. 我感到自己的眼睛似乎在向外冒水，要不是当着那么多同学的面，我真会狠狠扇她一记耳光。

19. 白茫茫的苍天，难以想象下头的花花绿绿。

20. 滚开，再也别回来了。

21. 老师缓缓站起身，手指着墙壁，我知道，我又要再一次被罚站了。

22. 不会逞强，更不坚强，最难过的时候，我做不到笑着去应对。

23. 独自在内心默默“表达”愤怒；

24. 所以忍气吞声并不会换来和谐的友谊关系。

25. 我没有饮过最烈的酒，可我放弃过最爱的人，我给你全部自由，当作我最后的温柔。

26. 如果你不肯付出一时的努力去博取成功，那么你可能就要用一生的耐心去忍受失败。

27. 我更生气我为什么要来搞他们，呵呵，因为我命该如此呗。难受，想哭，想一直哭一直哭。

28. 是不是所有事情都要等不在意了，它才会给你回应

29. 讨厌你，不知道我已生气；讨厌你，还不明白我生气的原因；更讨厌你，学不会哄我。

30. 跟你在一起真是太委屈我了，我干嘛活得这么憋屈，我现在是要彻彻底底离开你了。

31. 我一听，气不打一处来：好小子，竟在这么多人面前让我下不了台

32. 以前，我总是掏心挖肺的在想着如何能让你更快乐，所以总是在委屈着自己。那么，现在我选择离开，放手不再等你，是因为我怕等了，就再也等不了别人了。

33. 后来我终明白爱最没用 多爱都没用 很爱也没用.

34. 6)觉得不能在不失去勇气的情况下做这件事；

35. 生气就失去了60秒的快乐，生气就是拿别人的过错来惩罚自己。

36. 上学时，有个小男孩总爱拿圆规戳我背。

37. 没有凌晨的太阳，我对傍晚的太阳也不感兴趣，我的意思是我非他不可。

38. 但我是诚实的，我很脆弱。

39. 他怒睁着眼，额角的青筋随着呼呼的粗气一鼓一张。

40. 你个大傻子，一天天的，能不能对我好点，天天欺负我，我很生气的。

41. 表达自己特别生气的说说不知道如何开口反驳别人；

42. 云层上的小雨量是多少？这个世界上有一种虚假所谓的欺骗，为了自己的愚人的妄想找个替代品和自己！

43. 健康是最大的财富。最大的幸福是知足。你最大的敌人是你自己。自大是最大的失败。最大的愚蠢是欺骗。最悲哀的事是嫉妒。最大的错误是自卑。最大的痛苦是执念。最危险的是贪婪。我最担心的是名利。最大的破产是绝望。最大的债是感恩之情。最伟大的礼物是宽恕。最强大的力量是互惠。

44. 有心者有所累，无心者无所谓。

45. 被伤害的人会因为爱而变得古怪。但如果你一再被同一个人伤害，那只是你自己的愚蠢。你可以做任何事。

46. 生活中总会有伤害你的人，你千万别生气，生气是拿别人的错误来惩罚自己。

47. 我十二点给你发消息,你六点朋友圈分享和朋友吃饭的动态,九点你才回复我消息,其实我对我不喜欢的人也这样。

48. 他愤怒到了极点，那两颗金鱼眼气得快要掉下来.

49. 你说“我有外遇了，你会生气么”。我答“你会吗”。你带个萌妹纸回来，呵，乞求我滴原谅，你有资格么。

50. 我一生气就想买东西，一买东西就得花钱，一花钱钱就少， 钱一少我就生气。

51. 你说话语气重一点我就觉得你在吼我，我就委屈我就眼红。

52. 陪你到最后的那个人，只有你自己，你就是自己的神。

53. 做自己喜欢做的事，然后把它做到最好！

54. 我没有动，心里愤愤地说“她这副丑相配我叫阿姨，我的姨妈个个端庄秀丽，哼！”我感到自我的眼睛似乎在向外冒水，要不是当着那么多同学的面。我真会狠狠扇她一记耳光。

55. 他满脸通红，一直红到发根，鼻翼由于内心激动张得大大的，额上冒出豆大的汗珠，一条深深的皱纹从紧咬着的嘴唇向气势汹汹地往前突出的下巴伸展过去。

56. 都是零度的水和冰放在一起都会融化，我怎么还敢期望我们的关系冷却了还会暖和起来。

57. 别总拿自己的饱经风霜的脸说事，美的不突出，丑的不别致。

58. 一来一回真没什么意思 你想赢让你赢好了 我不玩了

59. “生命中曾经拥有过的灿烂，原来终究都需要用寂寞来偿还”—— 《百年孤独》

60. 跟朋友诉说委屈会被笑话，跟父母诉说会劝你大度，明明有一肚子的委屈却不知从何说起，也不知跟谁说，自己慢慢消化慢慢咽吧。

61. 我有归属我的一切，更有你羡慕不来的东西。

**写自己生气篇九**

2. 命运总会让人疲惫，让人伤心欲绝还不行，还要心碎。如果这时下一场雨，我会走出去——淋雨，洗去我身上让你生气的味道，好让你快乐的微笑。

3. 我若在你心上，相隔万里又怎样？我不来，你不会走开，我老了，你依然深爱。

4. 生气时说的话不一定是气话也许就是藏在心底不敢说的秘密。

5. 你身边有没有这样的朋友你一倒霉他就乐了这样的才是真朋友

6. 跟你在一起真是太委屈我了，我干嘛活得这么憋屈，我现在是要彻彻底底离开你了。

7. 你每天若看见众生的过失和是非，你就要赶快去忏悔，这就是修行

8. 老师还是没有说话只是用眼睛严厉地瞪着我们那眼神像要射出火花一般!

9. 他涨红了脸，怒目四顾，像是一匹被迫窘了的野兽，正在那里伺机反噬.

10. 老师可以这样幽默地告诫学生：孩子，你能不这么顽皮么？同学，你的固执让老师感觉很无奈。同学，您已长大了，也有了自己的见解，老师有什么不对的地方请尽管提出来。

11. 刻骨铭心的仇恨像火花般喷发。

12. 失望和生气怎么会一样生气是想被哄哄哄而失望是说什么都听不进去开始理性思考这段感情存在的意义。

13. 我生气的时候一定要哄我买吃的给我等老子吃饱了打死你。

14. 一些经历，只有自己感受。一些心情，只有自己懂得。说不出的委屈，才最委屈；心里的疼痛，才最疼痛！

15. 他气咻咻地站在门口，他头上冒着热气，鼻子尖上缀着几颗亮晶晶的汗珠，眉毛怒气冲冲地向上挑着，嘴却向下咧着。

16. 他愤怒了.眉毛抖动得像是发出了声音，两眼喷射出通人的光芒。

17. 生气就好像自己喝毒药而指望别人痛苦。

18. 我们都像小孩，胡闹是因为依赖；礼貌，是因为是陌生。主动，是因为在乎。不联系，是因为觉得自己多余。

19. 我会对自己的偏执生气但感谢你们这么包容我

20. 总是在不经意间回忆起做过的蠢事，而在愚蠢背后隐藏的是害羞和害羞的年轻。

21. 爸爸很生气的样子头发也竖起了几根呼吸也很急促还有眼睛瞪的圆圆的像两个小皮球一直不停地盯着我。

22. 可以引申为越界，触犯一些禁忌，很过分。

23. 说好一起到白头 你却中途染了头。

25. 你随时要认命，因为你是人。

26. 能不能卸下你的面具你不累我也累了。

27. 其实在校园生活中也是这样，如果同学做了什么事情触碰到的底线，惹怒了你，那么大队长觉得你可以很明确的告诉对方：

28. 虽然我常常惹你生气，但这并不是我的本意。我是多么的爱你，爱到连生命都可以舍弃。

29. 爱情里没有不公平爱上不该爱的人是永无天日的叹息

30. 看着这景象，愤怒的人群如同涨满河槽的洪水，突然崩开了堤口，咆哮着，势不可挡地涌进了大厅。

31. 你每次生气不说话直接把我删掉却又和我和好这样很累。

32. 我希望你不要总是活在自己的世界里，不能躲在那里不出来，要面对现实，去感受每一个人对你的爱，即使这爱是微不足道的，是极其渺小的。

33. 不爱我别墨迹，快骑着你的她马不停蹄的滚!

34. 他发出一种受伤的狮子般的怒吼声.

35. 当脾气来了，祝福就去了！人类优雅的关键是控制你的情绪。用嘴伤人是最愚蠢的行为。

36. 媳妇生气了就一拉二拽三强吻

37. 憋一肚子火，为难别人也太明显了！

38. 感情里最惹人厌烦的大概就是，你我两人皆良人，我未曾做过伤天害理之事，你也未曾跨越鸿沟做对不起我的事，可是偏偏有种叫做“缘分”的东西成全不了你我。

39. 上学时，有个小男孩总爱拿圆规戳我背。

41. 一个脑袋硬的人是十足的蠢驴。

42. 辛辣味呛得我直翻白眼，恨得牙根直发麻，手指骨节痒，想揍他一顿。

43. 描写自己生气的语录

44. 她发怒了，脸爆炸似地发红，又像一星火落在一盆汽油上。

45. 真正的幸福，不是活成别人那样，而是能够按照自己的意愿去生活。

46. 我没有路，所以不需要眼睛;当我能够看见的时候，我也会失足颠仆，我们往往因为有所自恃而失之于大意，反不如缺陷却能对我们有益。

47. 生活中总有一些人喜欢用自己的判断来判断一个人，却没有意识到这样做是愚蠢的。要真正了解一个人，首先要和他们相处，而不是只相信自己的假设。

48. 罗秀兰认出了他气得嗓子眼儿里像噎着一团冒烟的棉花。

49. 听你的蠢话是我对你的尊重，不是让你沉迷于自己愚蠢的理由。

50. 说他们都离开了，是想在自己最孤独的时候，让他们一个个都回来。

51. 你可以生气但别往我这里发泄。

52. 愤怒的火焰在人们的心中燃烧。

53. 我感到自己的眼睛似乎在向外冒水，要不是当着那么多同学的面。我真会狠狠扇她一记耳光。

54. 真正的绝望无声无息悄然入侵毫无痕迹夺走一切

55. 他怒不可遏地吼叫着这声音像沉雷一样滚动着传得很远很远。

56. 如果你是狮子，狐狸会来骗你，如果你是羔羊，狐狸会来吃了你；如果你是一只狐狸，以防骗子告发你，狮子会怀疑你；如果你是个骗子，你的愚蠢就会让你吃亏，你就会成为狼的早餐。

57. 原谅你不是因为我真的认了，而是我真的没有力气再和你生气了。

58. 后来她坐在路边喝着酒流着泪，朋友问她那么爱他怎么不去找他，她笑的足够狂妄也足够绝望，笑完只有单薄的嘴唇抿了抿，略带沙哑的声音说了句“他根本不爱我”。

59. 一个女孩真正生气的时候,不是哭也不是闹,而是不说话

60. 我没有说话，只是用眼睛严厉地瞪着，那眼神像要射出火花一般。

61. 全身的血涌上他的脸，眼睛像野猫一样发亮。

62. 他的肠胃和五脏也都变成遇到大火的干柴，呼呼地烧起来了.

63. 相信别人，感受他人的爱，同时给予他人爱。

64. 我现在的心情就像愤怒的小鸟一样，能砸死一头猪。

65. 医生难医命终之人，佛陀难渡无缘的众生。

66. 我就是在生气的时候不喜欢说话

67. 我放弃我的固执，原来那个骄傲的我已经死了。

68. 一人花开，一人花落，这些年从头到尾，无人问询。

69. 你可以拥有爱，但不要执着，因为分离是必然的。

70. “你太过分了”还有哪些表述呢？我们继续来学一下。

71. 自己傻笑伪装的是快乐；玩的粗暴伪装是坚强；戴上耳机听音乐假装忘记；你是否假装笑并不重要；不是流着泪，假装没爱过…学会了沉默，学会了安静，也学会了假装戴着面具微笑。

72. 这三种愤怒的表现、影响，大致可以归为下表：

73. 你不会了解那种孤独到嗓子眼想哭又怕没人安慰咽下眼泪继续微笑的感觉。

74. 把问题语境化，避免使用“永远、每个人”这样的词语，明确问题的具体内容；

75. 生气就是用别人做错的事惩罚自己

76. 熟悉的名字却属于越来越不熟悉的人

77. 生活必然会有许多不如意，但要学会一个字：忍！今天老板做的事情真的让我很生气，但为了以后的日子过得有尊严，只能忍一时之痛。

78. 我强忍着压住心中的怒火。

79. 人性是愚蠢、懦弱和自作聪明的混合体。

80. 我相信你回做到的，我也确信你很快心情会平静下来，不再生活在自己那个小小的世界里。

81. 被伤害的人会因为爱而变得古怪。但如果你一再被同一个人伤害，那只是你自己的愚蠢。你可以做任何事。

82. 我爸一生气就叫我小死孩

83. 他红着眼睛像一头生气的豹子样子十分可怕。

84. 有很多生气不是我不在意而是我在意了又会怎样

85. 表达自己的心情压抑和无奈的说说：总在跌跌撞撞之后才明白，很多事情是不能强求的。心累到一定的程度，连生气和计较的力气都没有了。在我们说“没事”的时候，却往往是最难受的时候。转个身，留个念，只是看见有落寞、有无奈、有点伤感的背影。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。心里只有无奈和心酸，要怎么面对以后的生活。郁闷的心情还来不及释放，朋友又开始渐渐远离，偶尔邀朋友去喝酒，想要麻醉满腹的愁绪，却始终难以压抑心灵的寂寞。总是被忽视的那个，怎么样都没人想过我的感受。

86. 成熟的标志不是知道自己有多聪明，而是知道自己有多愚蠢……所以我长大了？因为我知道我有多蠢。

87. 我是一个热心人，但是如果我发脾气，我会很对你很冷酷。

88. 两条怒气，从脚底下直冲到顶门，心头那一把无明火，焰腾腾地按捺不住。

89. 回想起来，这并不愚蠢。它是浪漫和勇敢。这不是懦弱。

90. 嫂的怒气像山洪似的忽然冲下来。但是她的控制自己的力量比山洪还更厉害。

91. 你可以从说出粗略的想法开始，当我们对自己的情绪反应更加熟悉时，就可以慢慢找到更好的表达方式。

92. 我是不介意开玩笑，但这次我认为你也太过分了。

93. 他在一昼夜里积压的怒气如火山一样爆发了。

94. 感情怎么说呢，像杀手一样冷酷无情，又像风一样捉摸不透，吹过所有人，却不会为任何人停留。

95. 你什么时候放下，什么时候就没有烦恼。

96. 我并没有生气也没有受伤只是感觉很累而已

97. 我是那种 越喜欢一个人越会惹他生气的蠢蛋

98. 生气后不想说话喜欢一个人静静呆着。。

99. 知道错了，别再这里说，你当她面道歉。同时针对这个错误，要用办法纠正，改错。。。要行动，而不是用嘴巴在这里，再说说，在空间里面打嘴炮。。。

100. 大多数时候我都不是真的生气只是想偶尔作一下结果作着作着你不哄我老娘就真的生气了。

101. 满腔的仇和恨煎熬着他。

102. 为什么能像现在这样没心没肺的活着是因为再也不想受伤害了

103. 表达自己特别生气的说说不知道如何开口反驳别人；

104. 你要做一个不动声色的大人了。不准情绪化，不准偷偷想念，不准回头看。去过自己另外的生活。你要听话，不是所有的鱼都会生活在同一片海里。

105. 敢在生气的时候说脏话的女生，总比那种一直装出一副楚楚可怜娇滴滴的女生强百倍。

106. 如果只把你当普通的朋友 我就不会那么在乎难过然后生气 。

107. 所谓爱情也不过是：看上了，追求了，好上了，开心了;不久后，腻了，吵了，淡了，散了。

108. 当生气已成一种习惯。。。

109. 我的原则是：人不犯我我不犯人;人若犯我我就生气!

110. 承载了太多累已丢失了最初的骄傲。

111. over做形容词时，表示结束了。over=finished结束了

112. 他的脸色骤然大变，红得就像丹拜画中的落日，怒容满面。

113. 开始很美过程很累结局很悲清醒很难

114. 想替你掐掉手中的烟，挡住你手里的酒，我不想你除了孤独一无所有。

115. 明明最舍不得看见父母难过生气却偏偏偏执的不肯退让!

116. 不能生气的人是傻瓜，而不去生气的人才是智者。——卡耐基

117. 真正生气的时候，不是哭也不是闹，而是不说话。

118. 习惯简直有一种改变气质的神奇力量，它可以使魔鬼主宰人类的灵魂，也可以把他们从人们的心里驱逐出去。

119. 我怒火在胸中翻腾，如同压力过大，马上就要爆炸的锅炉一样。

120. 该笑得时候没有快乐，该哭的时候没有眼泪，该相信的时候没有诺言。

121. 我不该惹你生气 恨自己的坏脾气

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