

2023年励志的文案(精选6篇)

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？下面是小编帮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。

励志的文案篇一

- 1、所谓的成熟，就是你越长大越能学会一个人适应一切。
- 2、当你有一天能自己享受孤独，你就变的稳健和成熟了！
- 3、养成每天写点什么的习惯，哪怕是记录，哪怕只言片语。
- 4、一千个人就有一千种生存方式和生活道路，要想改变一些事情，首先得把自己给找回来。
- 5、世间本没有路，走稳了，踩平了，就有了路。
- 6、生活有朝气，活得畅畅快快，工作讲求效率，做得踏踏实实。
- 7、万里寻山历百艰而无悔，一朝见井纵九死以何辞。
- 8、任何情况下，背后不说他人是非。如果一定要你说，说好话。
- 9、如果生活踹了你好多脚。别忘了给它两个耳光。反抗总比流泪强。
- 10、失败，是因为你在距成功一步之遥的时候停住了脚步。

11、如果今天不努力，明天也不努力，那么你的人生只是在重复而已。

12、主动出击，抢得先机，活动有序，进步效力。

13、不要怪罪世界现实，让自己强大才是给自己最好的安全感。

14、做一个简单的人。看得清世间繁杂却不在心中留下痕迹。

15、不要贪慕虚荣。虚荣是一剂毒药，而且会上瘾。

16、我们做人做事一定要自然，要真实，要简洁，还要美感一点，含蓄一点。

17、我哪里是失败了几千次，我只是找出了几千种不能成功地获得爱情的方法罢了！

18、团结一致，同心同德，任何强大的敌人，任何困难的环境，都会向我们投降。

19、有的人因为太重要。便选择做朋友。因为朋友永远比恋人走得远。

20、读书不要贪多，而是要多加思索。这样的读书使我获益不少。

21、长的路，一步步也能走完，再短的路，不迈开双脚也无法到达。

22、让自己开心的最好办法就是努力让别人开心。

23、有的人对你好，是因为你对他好；有的人对你好，是因为懂得你的好。

24、与其降低你的开支，不如去尝试增加你的收入。这就是努力的理由。

25、无论是内心的自信或不自信，都只让我更加有意地远离我心爱的她。

26、改变不了环境但可以改变自己;改变不了事实，但可以改变态度。

27、要想使自己成功的快一些，就要适当做一些别人没有做过的事情。

28、能陪你走到最后的，一定是你自己那颗坚定的心。

29、不断徘徊，不断选择，不断成长，不断改变，不断磨。

30、用打听来看人。把获得的信息汇集起来，就可以了解这个人。

31、别人怎么对你。你用相同的态度回应就是了。生而为人。谁都是第一次。

32、如果错过了太阳时你流泪了，那么你也要错过群星了。

33、多想想你自己的错，就会慢慢忘记别人的过。

34、只知道刚的人，难免会被折断;只有柔的人，到头来终是懦夫。

35、世间的任何事物，追求时候的兴致总要比享用时候的兴致浓烈。

励志的文案篇二

1、十年寒窗苦种，只为一朝化作龙，今日得遂凌云志，青云路上九霄冲，知你高考，得成功，诚心祝福在心中，愿你的人生一路顺风。

2、喜鹊枝头喳喳叫，喜讯传来乐淘陶。群芳竞秀艺超群，金榜题名笑纷纷。苦读十年见成效，梦想实现在今朝。学府朝你笑，明朝归来是英豪。愿你前途无量。

3、花开时节芬芳溢，捷报到来传喜气。花香绵绵甜如蜜，喜气盈门真美丽。今朝夺魁提金榜，梦想实现心飞扬。亲友道贺乐无数，盛赞明朝好前途。

4、我知道你正在经历人生中的一次重要挑战，或许你有焦虑、有恐惧，也有激动，但我想说，请不要忘记身边所有关爱着你的人，我们是你坚强的后盾。

5、高考到来勿急躁，稳着情绪静心考。思维敏捷，先易后难办法妙。早进考场莫迟到，熟悉环境清醒脑。早晨吃饱清淡好，答完细阅题不冒。祝你考个好成绩，金榜题名欢声喜。

6、今天就要参加考试了，送你一条幸运短信，据说在考试当天能收到这样一条短信，就会考出自己满意的成绩，祝你考试好运气啊！

7、校园广场花儿艳，学子纷纭高论谈。捷报传来欢歌笑，如喝蜜汁透心甜。见面招呼喜悦颜，相互鼓励再学研。大都名府学海航，扬帆归来宏业展。愿你学成建功业！

8、海阔凭鱼跃，天高任鸟飞，又到高考时，千万别紧张。放松心情，沉着应对；冷静分析，机智灵活；先易后难，用心答题；步步为营，心气平和；发挥才智，如鱼得水。愿各位学子高考步步顺利！

9、高考刚刚拼过去，面临报考的难题，在此劝你别着急，看

好分数评高低，高校都是毛毛雨，成才与否靠自己，三百六十五行里，行行皆有人成气。

10、所有的人都是凡人，但所有的人都不甘于平庸。我们一定要相信自己，只要艰苦努力，奋发进取，在绝望中也能找到希望，平凡的人生终将会发出耀眼的光芒。

11、高考结束啦，秋天来啦，收获的时节到啦，金榜也题名啦，新的学习开始啦，以为着新的使命来临啦。愿你发扬以前的刻苦努力学习一刻不放松，创造美好未来，创造绚丽多彩的人生。

12、高考着实是一种丰收，它包蕴着太多的内涵。不管高考成绩如何，你的成长与成熟是任何人无法改变的事实，这三年的辛勤走过，你获得的太多太多。

13、经过了黑色六月的奋斗，迎来了金秋十月的满满收获！高考，已然成为昨天；大学，马上将成为全新起点，新的起点，新的风采，奋发拼搏，不断进取，祝大学期间学业有成，知识才识更上一层楼！

14、苦学数十年，希望在眼前，心情放舒缓，步子跟得紧，松弛有步调，劳逸结合好，做题要仔细，成功在等你。祝高考顺利，心想事成！

15、十余载寒窗苦读，有辛酸有苦累，今朝高考挥笔墨，写就华章报祖国。愿你高考马到功成，前程无忧！金榜题名，称心如意！收获精彩，开心快乐！

励志的文案篇三

1、人生若没有一段想起来就热泪盈眶的奋斗史，那这一生就算白活了。

- 2、只有尽断后路，才能义无反顾！
- 3、不够强大，才会浪费时光去迎合他们的玩闹。
- 4、我们只不过是努力奋斗把当初的选择变得正确。
- 5、有没有一个人，你想见，却又见不到；有没有一个人，你想爱，却又不爱；有没有一个人，你想忘，却又不舍忘。
- 6、而不是三分钟热度。每一个你羡慕的收获，都是努力用心拼来的。
- 7、要是你还能够努力、能够付出，就不能随便停止和放弃。在你停止努力的那一刻之前，一切都还没有什么真正的结果。
- 8、生命的长短以时间来计算，生命的'价值以贡献来计算。
- 9、相信你前进的步伐。
- 10、更多的是沉淀在那座城里自己最好的年华。
- 11、志存高远，奋发向上，走向成功。
- 12、我希望你有足够的自由来瞥见你心中的爱，并对它的深处感到惊奇。
- 13、别人怎么对你，你用相同的态度回应就是了；人生，多欲者累，寡欲者安，无欲者刚。
- 14、我们要敢于背上，超出自己预料的包袱。
- 15、从没丢失过；那些丢失了的东西，或许从未真正拥有。
- 16、不论你在什么时候开始，重要的是开始之后就不要停止；不论你在什么时候结束，重要的是结束之后就不要悔恨。

- 17、给自己一个微笑，说自己很好！你就是自己的神！
- 18、成功不在于坚持了多久，而在于你能否继续坚持。
- 19、时间真的很好，让痛的不再痛了，让放不下的放下了，一切我都看清了。要想成为公主，先要相信自己就是公主。
- 20、只有自己足够强大，才会有用的话语权。
- 21、千万别让人偷了你的梦，梦想是你自己的。
- 22、活得真、活得久、活得好、活的美、活得有滋有味、活得有声有色……
- 23、你要学会发现，而不是寻觅。
- 24、让我们静下心来审视一下自己，是不是忙得有价值，忙得有意义，忙得有目的，看一看我们是不是因为忙而迷失了自己。

励志的文案篇四

- 1、夜色漫延，道句晚安！
- 2、放下负担，轻松安然。
- 3、祝您今晚安然入睡，好梦！
- 4、劳累一整天，不过为三餐。
- 5、愿你做好梦，天天精神爽。
- 6、祝你快乐每晚，没有忧烦。
- 7、愿好梦留你睡，梦醒有福来！

- 8、站得更高才能看得更远。晚安！
- 9、你不勇敢，没人替你坚强！晚安！
- 10、放下你的烦恼，感受夜的美妙。
- 11、晚安，换个世界想你，一会见。
- 12、送你一点开心，愿你安心入眠。
- 13、送你一点快乐，愿你好梦连连。
- 14、夜已拉下大幕，晚安！做个好梦。
- 15、爱自己，靠自己，做自己。晚安！
- 16、遥寄相思与日月，点燃祝福心灯。
- 17、愿你白天有说有笑，晚上睡个好觉。
- 18、月辉盈盈，是我每天想念你的心情。
- 19、今夜星光灿烂，和你一起来的。晚安！
- 20、晚安，朋友！愿你不负青春，不负自己！
- 21、给你的肠子洗洗澡，洗去一身的毒素。
- 22、愿你舒舒服服睡好觉，梦游到桃花源中！
- 23、微风吹来丝丝秋意，月亮照出梦的甜蜜。
- 24、人的命，三分天注定，七分靠打拼。晚安！
- 25、假如你是另类，我就变成你的同类。晚安。

- 26、学会放弃，才会有所收获。晚安，朋友们。
- 27、悄悄，是我的催眠曲。甜蜜，是你的好梦。
- 28、辛勤的忙碌辛勤的人，静静的夜晚请安神。
- 29、黑夜里，那满天繁星，是我凝视你的眼睛。
- 30、付出不一定有收获，努力了就值得了。晚安！
- 31、送给最爱的朋友，愿你天天开心，好梦连连！
- 32、在疲倦的生活中总要有些温柔的梦想。晚安。
- 33、好好生活，等合适的时候我们再相遇，晚安。
- 34、我只有两个心愿：你在身边，在你身边。晚安！
- 35、夜深人静，风清气爽，美好的世界缠绵着梦想。
- 36、我想我们正看着同一片天空，晚安，我亲爱的。
- 37、如果心胸不似海，又怎能有海一样的事业。晚安！
- 38、银河系众多行星，只有你，才是我的唯一。晚安！
- 39、每晚记得给我一句晚安，让我知道明天还有你在。
- 40、当月亮升起，我开始祝福：祝我牵挂的你今夜好梦！
- 41、愿你天天平平安安，夜夜安安然然，美梦香香甜甜。
- 42、别辜负每一个当下，明天不会比今天更年轻了。晚安。

励志的文案篇五

401、炎炎夏日，让我的祝福夹藏着丝丝凉风，吹过你的脑海，让你的思绪活跃起来，智慧翻腾起来，潜力迸发出来，在高考中超常发挥，考出理想的成绩！

402、诚实与勤勉应该成为你永久的伴侣。

403、旗开得胜日，心想事成时。

404、心中不怕有乌云，就怕久阴不能晴。

405、即使说了那么多丧气话，也一直在努力生活啊，表面泄气就好了，内心一定要偷偷给自己鼓劲儿。

406、不经风雨怎见彩虹；敢搏则过，爱拼才会赢。

407、做对的事情比把事情做对重要。

408、欲望以提升热忱，毅力以磨平高山。

409、不放过一点疏漏，不放弃一分希望。

410、高考来到，祝福送到：相信自己，把握时机，展现实力，捕捉运气，沉着应题，准备做好，成功没跑！优异成绩，实现梦想！

411、若有恒何必三更眠五更起；最无益莫过一日曝十日寒。

412、这个世界并不是掌握在那些嘲笑者的手中，而恰恰掌握在能够经受得住嘲笑与批评忍不断往前走的人手中。

413、空谈家用空谈来装饰自己，实干家用实干去创造业绩。

414、每临大事，心必静心，静则神明，豁然冰释。

415、成功不是凭梦想和希望，而是凭努力和实践。

416、当世之势瞬息万变，不进则退。腹有诗书，方为立身之本；不懈于己，方有展鲲鹏之翅可能；谨言慎行，亲君子远小人，方能睦友立世；尊卑孝先，此则多言。勿以恶小而为，勿以善小不为。汝若有华，则可意气风发，不拘于池中之物。

417、含泪播种的人一定能含笑收获。

418、你朝气蓬勃，即将迎来新的挑战，愿你乘风破浪会有时，直挂云帆济沧海。

419、缘相遇，情相知，心相惜。我永远的好朋友，你一定是最棒的，高考你会赢。

420、人好学，虽死犹存；不学者，虽存犹灭。

421、鲤鱼不跃，岂可成龙？大鹏驻足，焉能腾空？

422、高考是比知识、比能力、比心理、比信心、比体力的一场综合考试。

423、应对高考试卷的“前分”，志在必得，细大不捐，“后分”多多益善，失不足惜。

424、作为一次经历，失败有时比成功更有价值。失败可以给我们留下更深刻而持久的记忆和思考。

425、在逆境中要看到生活的美，在希望中别忘记不断奋斗。

426、人生伟业的建立，不在能知，乃在能行。

427、死记硬背得不到真知识，投机取巧学不到真本领；纸上谈兵学不到真本事，闭门造车结不出好硕果。

428、其实试卷都一个样，我也有可能复旦北大清华。

429、不为后退找借口，要为前进创条件。

430、在逆境中不气馁，在顺境中更脚踏实地。

431、我们都在蜕变，直到后来，我们能把我们的梦想兑现。

432、卧薪尝胆，尝破茧而触痛。破釜沉舟，圆金色六月梦。

433、再不疯狂我们就老了，再不复习高考就完了。

434、脚踏入高考门，好运福运缠上身；两手展开高考卷，下笔答题如有神；三科文理加综合，科科你都获满分；祝你考上理想大学！

435、有志者，事竟成，破釜沉舟，百二秦关终属楚。

436、世上最重要的事，不在于我们在何处，而在于我们朝着什么方向走。

437、考前一个月就是冲刺。养兵千日，用兵一时。

438、十八岁是锤炼意志，提升自制力的年纪。要为自己的人生负责，为自己的青春做主，坚强的意志，较强的自制力，是不可缺少的。只要拥有了坚强的意志和较强的自制力，为青春做主才不是一句空话。所以在这个年纪，必须要注意锻炼意志，提升自制力。

439、征服畏惧、建立自信的最快最确实的方法，就是去做你害怕的事，直到你获得成功的经验。

440、就要考试了，放开往日的学习中的紧张，用一颗平常心去轻松面对，相信你会考出自己理想的成绩的。愿好运一直陪伴着你！

441、只要路是对的，就不怕路远。

442、成功是什么？就是走过了所有通向失败的路，只剩下一条路，那就是成功的路。

443、学而不思则罔，思而不学则殆。

444、抓紧最后的时间，为高考做好最后的准备，争取考入理想的大学！

445、18岁的时候有一样的火，它的能量可以把山化为一把剑，它的光芒可以与太阳和月亮一起与太阳一起，在宇宙和天地之间共享崇高的生命。

446、今天你们十八岁了，十八岁是青春的象征，是成熟的标志，也是人生旅途真正的起点，在你们十八岁的神圣时刻，希望你们拥有健康和快乐；希望你们学会担当；希望你们不怕困难，勇于拼搏。

447、高考学子们，要相信自己，在我的心目中你始终都是最棒的，人生能有几回搏，这次拼了！

448、十八岁的年华，就如同回眸间的出水芙蓉，在阳光的沐浴下，荡漾着熠熠生辉的光彩。

449、灰心生失望，失望生动摇，动摇生失败。

450、磨枪砺剑，不惧兵临城下；脚踏实地，凌云舍我其谁！

451、继续成长，感受生命的美丽，感受生活的美好。祝你幸运，幸福！

452、你笔下拥有一个色彩绚丽的世界：愿你，也相信你，拥有另一个笔下灿烂的图景。

453、十八岁，是成熟的标志！十八岁，是青春的象征！十八岁，有“火”一样的激情！十八岁，有“钢”一样的意志！

454、不要相信那些不劳而获的童话，真正强大而成熟的人，他们信奉的是天道酬勤。

455、如果要挖井，就要挖到水出为止。

456、希望你们尽自己最大的努力，为理想腾飞插上梦的翅膀。人生能有几回搏，此时不搏待何时？我决不希望因为你的临阵退缩而功亏一篑，让你的一生满是悔恨的泪水。

457、人生能有几回搏，此时不搏何时搏

458、一个人应当养成信赖自己的习惯，既使到了最危急的关头，也要相信自己的勇敢与毅力。你的强大多一点，焦虑和恐惧就会少一点。

459、无论你是优秀还是平庸，成功还是失败，不论你的`成绩好坏脾气大小，你本身就是独一无二的珍贵。

460、学习不一定成功，不学习一定不能成功。

461、努力造就实力，态度决定高度。

462、行动是成功的阶梯，行动越多，登得越高。

463、在避风的港湾里，找不到昂扬的帆。

464、进更理想大学，铸更辉煌人生。须更刻苦的奋斗。

465、孩子，妈妈给你准备的成人礼物是一个相机，就是希望你在今后的日子里能够用它来记录人生路上点点滴滴的美好。

466、没有做不到的，只有想不到的！祝高考成功！

467、只有强者才懂得斗争；弱者甚至失败都不够资格，而是生来就是被征服的。

468、同闯峥嵘十春秋，共创辉煌佳年华！

469、养兵千日，用兵一时。

470、高三儿子成人礼物有意义的，我觉得你的儿子如果承认了，你确实要给他买一部有意义的溜呐，这是我觉得可以送她一部苹果手机，或者一部华为小米手机，这样可以让它确实方便地使用手机，毕竟孩子已经成年，有自己的私人空间了，你不能就说老师，男子，他爱玩手机啊啥的，让他适当的放松也是可以。

471、两眼一睁，开始竞争；两眼一睁，学到熄灯。

472、愿灿烂的阳光，青春的活力，秀美的容貌，舒心的微笑永远属于你！祝你高考顺利！

473、拼搏铸辉煌，状态定命运。

474、在一个人的生命历程里，岁的花季只有一次，让我们把它书写在日记里，永远散发出记忆的芬芳。祝愿你快快乐乐！

475、昨晚多几分钟的准备，今天少几小时的麻烦。

476、六月骄阳伴花香，捷报到来携清爽。拂去心头焦和燥，送来幸福和欢笑。今日中榜功名扬，梦想实现路敞亮。乘胜扬帆再起航，铸就明天好辉煌。

477、希望你们在今后成长的道路上，懂得感恩，铭记责任，乐于奉献。得意时淡然，失意时坦然。相信未来是光明的，世界是美好的，明天是幸福的。你们的成长，就是我们最大的快乐！你们的成功，就是我们最大的骄傲！

478、高考的路上，我注定要做王者。

479、高考临近，更要注意自己的饮食起居，确保积极向上的状态备战高考。记住爸爸妈妈的话：只要奋斗了，不管结果如何都不会留有遗憾。高考只是人生的一个阶段性的检验，它绝不是对一个人“一锤定音”的评断。孩子，爸爸妈妈永远爱你！

480、高考加油！我们的未来很辉煌，因为我们现在很年轻，还可以打拼，再不疯狂我们就老了。

481、愿你历尽千帆，终能得偿所愿。

482、晋升自己的心理承受力，做到气量气度宽大旷达，不为小事所累，让自己尽快成熟起来。

483、十八岁，意味着长大成人，意味着独立，意味着从此肩上担负起社会责任。直白地说，犯了错，就没有父母的呵护，要你独立承担责任了。

484、一分的浮躁，一分的遗憾。

485、平常心态，沉着应战，看淡成败，积极乐观，努力进取，自信满满，祝福你：高考高中，金榜题名。出人头地，一鸣惊人！

486、成人礼的话，当然是送手表最合适不过了。成为了一个可以独立的、要面对社会的男性，一块得体的手表是必须的。腕上一块质量上乘的手表，会让人觉得父母有信赖感，能够认清自我，已经是一个大人了。

487、过去的事已经一去不复返。聪明的人是考虑现在和未来，根本无暇去想过去的事。

488、珍惜时光，积累经验，少犯错误，分享快乐。

489、今朝我以校为荣，明日校以我为耀。

490、作业考试化，考试高考化，将平时考试当高考，高考考试当平时。

491、十八岁、青春、美好、纯洁的季节，珍惜人生最美好的季节，踏踏实实做好当下的每一件事，开启并积累男子汉勇敢的正能量去努力拼搏！

492、怀轻松心情进考场，带胜利喜悦回家门。

493、提高一分，干掉千人！最后冲刺，奋斗拼搏。

494、做决定之前仔细考虑，一旦作了决定就要勇往直前坚持到底。

495、每天早上醒来，你荷包里的资产是24个小时——你生命宇宙中尚未制造的材料。

496、人生几回打拼，昂扬斗志，竭尽全力，爱拼才会赢。

497、应对高考要有信心，高考之前要能平心，迎战高考要有开心，高考答卷要能细心，高考来临，愿你超水平发挥，马到成功。

498、谁也不能随随便便地成功，它来自彻底的自我管理和毅力。

499、每天都是一个起点，每天都有一点进步，每天都有一点收获！

500、没有了旋律，就没有了诗歌，没有了色彩，那是怎么样的生活？愿春天赋予你绚丽是色彩无限的希望美好的未来。

返回高考文案目录

工作

- 【1】工作励志的文案（1~100句）
- 【2】工作励志的文案（101~200句）
- 【3】工作励志的文案（201~300句）
- 【4】工作励志的文案（301~400句）
- 【5】工作励志的文案（401~500句）

返回励志的文案导航

励志的文案篇六

- 1、当减肥成为一种自觉时，说明青春期到了。
- 2、即使此刻，对手也在不停地锻炼。
- 3、想减肥的胖子是没有这个资格吃东西的，等你瘦了再吃吧。
- 5、性格写在脸上，人品刻在眼里，生活方式显示在身材。其实人是可以貌相的。
- 6、请不要减肥，因为我要让你去参加吃货大赛给我挣钱。
- 7、看到你偶像了吗？多动一分钟，老公会不同。
- 8、减肥不是一时的兴起，而是一种自律的产物。
- 9、因为不自律导致的丑陋，不值得同情。
- 10、想要变瘦光等是不可能的，你得行动起来，因为人生没有等出来的美丽。

- 11、我和脂肪做斗争，差点没牺牲！
- 12、宁可清贫苗条自乐，不可浊富肥胖多忧。
- 13、你独特的内在，需要一副配得上它的身材。
- 14、这是一个漫长的过程，需保持前进的姿态。
- 15、冬季不减肥，春季徒伤悲，炎天徒伤悲，秋季徒伤悲。
- 16、因为自律，她始终很美。
- 17、一阵风刮过来，只有你还在原地。
- 18、减肥有很多好处：它会帮助你养成每天正常的饮食习惯，不要吃得太多，每天运动有益健康。所以你就偷着乐吧，不仅减肥还会增加你的寿命。
- 19、能够让我变得漂亮的人，只有我自己而已。
- 20、只要吃的够快，脂肪就追不上我了。
- 21、那些想减肥，又没有意志力，喜欢吃东西的人没救。
- 22、人之心胸，多欲则窄，寡欲则宽。人之身材，肥胖是灾，骨瘦是害，刚刚好时最可爱。
- 23、减掉多余脂肪，塑造迷人身姿。
- 24、锻炼强健肌肉，减肥不减健康。
- 25、让体重达标，让身体健康。
- 26、你们要自己加油。要证明给自己和一些傻子看。就算以前是胖子也会有瘦下来变漂亮的一天。

27、亲爱的，再不瘦，就真的老了。

28、减肥是一个时尚的'话题，你正在追赶潮流，你是一个懂得时尚的人。

29、女人不努力减减肥，不对自己狠心一点，男人就会对你狠心。

30、不要给自己找借口！！！！

31、要羡慕瘦的人，因为你正在悄悄变瘦。每个人都有每个人的烦恼，很多瘦的人，其实身材并不好。

32、如果你中途退出，那就不要再回来，因为通往成功道路上我们留下的脚印早已被汗水浸没。

33、人生是很累的，你现在不累，以后就会更累。人生是很苦的，你现在不苦，以后就会更苦。

34、不要一个人占两个人的位置！

35、胖子不对自我残忍，别人就会对你残忍。

36、如果真瘦不了，让我长高点也行啊！

37、减肥不能一蹴而就，自律才能重拾健康。

38、爱上自律，减肥成功！

39、不怕万人阻挡，只怕自己投降。

40、不要想你不要的东西，否则你一定得到它；要思考你想要的东西，这样你也会得到它。其实在人生中，要时时须注意自己想要的，而不总是注意自己恐惧的。

- 41、多亏我是个胖子，伤心时我可以捏捏肚子。
- 42、吃不了减肥的苦，就吃自卑的苦。
- 43、瘦的人为什么瘦，因为好看真的能当饭吃。
- 44、即使生活有一千个理由让你哭，你也要找到一个理由让你笑。
- 45、瘦子活得更久？因为胖子都毁在了肚子上。
- 46、每一个坚持的日子，都是向减肥的成功所迈进的步子！
- 47、从来没有白费的努力，也没有碰巧的减肥成功。
- 48、我不是不想减肥，我只是怕反弹而已。
- 49、你能把自己吃肥，就一定能把自己瘦下来。
- 50、对不起，我喜欢瘦一点的！
- 51、信念不摇摆瘦到绝路都要瘦不昏天黑地不痛快
- 52、别穿红色羽绒服，穿上就跟西红柿似得。
- 53、千万别在最好的年龄里吃得最胖，用的最差，活得最便宜。
- 54、嘴上一时享受，腰上一世肥肉。
- 55、减肥成功，源于可怕自律。
- 56、熬过了今晚，明天就有更多自信面对生活。
- 57、别羡慕别人华丽的腹肌，因为你看不到别人艰辛的努力。

58、风暴再大，它终不能刮到你的内心去。不宽恕众生，不原谅众生，是苦了你自己。阻止你前行的，不是人生道路上的一百块石头，而是你鞋子里的那一颗石子。

59、减出美丽，秀出自我。

60、瘦下来你会发现衣服 件件百搭 拍照没有死角。

61、你的男神，牵着比你瘦的女孩。

62、做什么什么做不成。做什么都是半途而废。

63、夜宵是什么？

64、胖子也很性感，毕竟每件衣服都算紧身衣。

65、把你的脸迎向阳光，那就不会有阴影。

66、说我不用减肥的人都是坏人。

67、所有命运赠送的美味，早已在体重秤上标好了刻度。

68、走胖子的路，让别人减肥去吧！

69、那些想减肥又没有意志力喜欢吃东西的人，没救。

70、要成功，就要长期等待而不焦躁，态度从容却保持敏锐，不怕挫折且充满希望。

71、减肥尚未成功，同志仍需发奋。

72、我要恋爱！做一个最美的新娘！

73、胖子你没男朋友知道为什么吗？你长这样谁要你啊！

- 74、撞衫不可怕，谁胖谁尴尬。
- 75、信心决心恒心，三心合一。
- 76、其实减肥就是少吃多动，选择你自己相信的方法去做，坚持，就有效！一开始就怀疑绝逼没用！
- 77、挤公交车和地铁的时候，游刃有余。
- 78、还是那句话：要瘦就是要能忍饿，果你一向吃是狠难减的。
- 79、不用羡慕别人，因为你不知道下一秒你会得到多少。
- 80、想有好身材就去锻炼，想有好看的脸就去学化妆！别整天想想，从来不做！做了结果不一定完美，不做就只能是想而已！
- 81、商场里漂亮的衣服，难道你不想穿上它？
- 82、肥关键就是饿，运动是最没用的，最多是辅助。但你想靠运动瘦下来，不可能。
- 83、不要在你最能吃苦的年龄选择安逸。
- 84、夏天来临前，来一场说减就减的肥！
- 85、要美丽，要好身材，就没有那么多的借口！
- 86、瘦下来，连背影都是超美的。
- 87、为了爱情的朋友们，你们更应该有自制力。
- 88、多胖一天就少瘦一天！

- 89、唯有自律的减肥，才能解除掉你对肥胖的不安。
- 90、肥是一种习惯，而不是你生活中的深渊。养成了这种习惯，减肥就会变得和你每天都要洗脸刷牙一样的简单。
- 91、生命不熄，减肥不止。
- 92、只有瘦了才有资格挑衣服，身材好真的穿什么都好看！
- 93、每天只看目标，别老想障碍。
- 94、一分耕耘，一分收获，未必；九分耕耘，会有收获，一定。
- 95、说到柔韧性，谁比得过我的肚腩？不服来战！
- 96、很多事情是没有任何途径，减肥也一样。
- 97、可能我只是你生命里的一个过客，但你不会遇见第二个我。
- 98、节食是有效的。减肥就是要饿。运动效果最小。
- 99、肥肉，我和你拼了！
- 100、心动不如行动，减肥从现在开始。

[返回减肥文案目录](#)