

2023年自己受委屈 心得体会委屈自己(汇总20篇)

拥有一份清晰有序的个人简历可以让雇主对求职者的能力和专业素养有更直观的了解。以下是小编为大家整理的范文，供大家参考和学习。

自己受委屈篇一

在现实生活中，我们常常会遇到一些让人心生委屈的情况。无论是因为工作、学习还是人际关系，我们常常会面临选择，要么妥协自己的需求以适应他人，要么保持自己的原则却不得不忍受一些不公平待遇。这种时候，我们往往会犹豫不决，不知道该如何抉择。而当我们选择委屈自己时，我们也许会感到内心的不安和不满，这时我们需要认识到委屈自己所带来的影响，从而明智地应对这种困境。

段落二：委屈自己的不良后果

委屈自己可能带来一系列的不良后果。首先，当我们在某些场合为了顺应他人的意愿而放弃自己的需求时，我们可能会感到内心的压抑和不满。我们对自己的妥协感到不公平，这种情绪会积累起来，最后可能爆发成一场焦虑、抑郁或者懊悔。其次，当我们一次次地委屈自己时，我们可能会逐渐失去了对自己的尊重和自信心。我们会觉得自己无法坚守原则，很难相信自己的选择是否正确。最后，委屈自己可能还会导致我们在与他人沟通交流时出现问题，我们很难真实地表达自己的想法和情感，进而影响到我们的人际关系。

段落三：委屈自己的原因和挑战

为什么我们会选择委屈自己呢？一方面，这可能是因为我们对他人的想法过于在意，我们希望得到他人的认可和喜爱，

因此不愿意去违背他人的期望。另一方面，委屈自己也可能是因为我们害怕面对冲突，我们害怕与他人发生摩擦和争议，因此选择了妥协。同时，委屈自己也需要我们具备一定的勇气和智慧。我们需要认清自己的需求和价值观，并且明确知道委屈自己的后果。这样，在面对冲突和选择的时候，我们才能够坚持自己的原则，避免委屈自己。

段落四：如何避免委屈自己

为了避免委屈自己，我们首先需要明确自己的需求和原则。在面对选择时，我们需要仔细思考自己的立场和目标是什么，不要过于追求他人的认可而忽略了自己的需要。其次，我们需要勇敢地表达自己的想法和意见。我们不妨尝试与他人坦诚地交流，共同寻找解决问题的方法，而不是一味地妥协和牺牲自己。此外，我们还需要学会积极主动地寻求支持和帮助。在面对困境时，我们可以寻求他人的理解和支持，他们的建议和意见可能有助于我们做出正确的决策。最重要的是，我们要相信自己的判断和选择，并且付出努力去实现自己的需求和目标。

段落五：结论

在生活中，委屈自己是一种常见的选择。然而，委屈自己可能带来一系列的不良后果，影响到我们的心理健康和人际关系。为了避免委屈自己，我们需要明确自己的需求和原则，并且勇敢地表达自己的想法和意见。同时，我们也需要积极地寻求支持和帮助，并且相信自己的选择和判断。只有这样，我们才能在面对选择时做出明智的决策，避免委屈自己。

自己受委屈篇二

委屈自己，是我们在生活中常常经历的一种心理状态。无论是为了寻求别人的认可，还是为了维持某种平衡，我们经常会放弃自己的权益、忍受不公平待遇。然而，当我们深入思

考委屈自己的意义和后果时，我们可能会发现，这种行为并不符合我们真正的利益。本文将从五个方面来探讨委屈自己的原因、可能带来的心理压力、我们应该如何面对和解决这种情况，以及委屈自己可能带来的意外收获。

第一，为什么我们要委屈自己？大多数人之所以会委屈自己，是因为我们过分在意他人的看法。我们生活在一个社会中，他人的眼光和评价对我们来说十分重要。为了获得别人的认可和尊重，我们可能会牺牲自己的利益，放弃自己认为重要的事情。此外，我们可能也会害怕冲突和争议，为了维持某种平衡，我们选择委屈自己。

第二，委屈自己可能带来的心理压力。当我们不断地委屈自己时，我们会逐渐失去对自己的尊重和自信。我们的内心可能会积累压抑和愤怒，对他人和自己的不满情绪可能会慢慢累积，最终导致心理健康问题的产生。委屈自己还可能使我们对他人充满怨恨和敌意，失去真诚和善意的交流。

第三，我们应该如何面对和解决委屈自己的情况？首先，我们需要意识到委屈自己的行为对我们自身的伤害。我们应该相信自己的价值和权益，学会保护自己。其次，我们需要善于表达自己的需求和意见。当我们在面对不公平待遇时，我们应该勇敢地为自己发声，寻找解决问题的方法。最重要的是，我们需要学会设定自己的边界。只有明确告诉他人我们的底线，才能更好地保护自己。

第四，委屈自己可能带来的意外收获。尽管委屈自己会给我们带来许多不良后果，但它也可能在某些情况下带来一些利益。当我们委屈自己时，我们可能会变得更加善于忍耐和包容，培养出一种宽容和懂事的品质。此外，委屈自己也可能在某种程度上帮助我们在工作和人际关系中获得一些利益，例如获得老板的赏识和同事的帮助。

最后，我们应该如何平衡自己与他人的关系？委屈自己并不

是一种健康的行为，但在某些情况下，我们也不能完全避免委屈自己。在生活中，我们需要学会权衡自己和他人的利益，并努力寻求一种平衡。我们应该学会保护自己的权益，同时也要尊重他人的感受和需求。通过沟通和妥协，我们可以更好地处理自己与他人之间的关系，避免过度委屈自己。

委屈自己是一种常见的心理状态，但我们不能让其成为我们生活中的常态。通过意识到委屈自己的原因和可能带来的后果，我们可以更好地保护自己的权益，维护自己的心理健康。与此同时，我们也应该学会平衡自己与他人的关系，以及妥善处理委屈自己的情况。这样，我们才能过上更加健康和平衡的生活。

自己受委屈篇三

作为人类，我们都有时刻感到被委屈的时候。无论是在工作中，还是在日常生活中，我们都会遭遇各种各样的委屈。但是，在面对委屈时，有些人选择了抱怨和埋怨，而另一些人则选择了忍气吞声，委屈自己。这种委屈自己的做法，其实是一种不明智的选择。经历了一些委屈之后，我深刻体会到，委屈自己只会让自己更加痛苦，而找出解决问题的方法，才是正确的道路。

第一段：委屈自己是一种无谓的牺牲

当我们面对委屈时，有些人选择了沉默和忍耐，他们认为这是成熟和明智的做法。然而，委屈自己只是一种无谓的牺牲。把自己的感受和需求置于他人之下，只会导致自身的痛苦积累，最终可能导致情绪爆发。委屈自己只会让自己处于一种被动和不公平的状态，这种状态下，我们无法真正快乐和自在地生活。

第二段：委屈自己会造成自尊心的受损

委屈自己不仅会让我们感到痛苦，还会对我们的自尊心造成极大的伤害。当我们选择委屈自己时，我们实际上是在向他人传达一种信息：我不重要，我不值得被尊重。这将让别人进一步忽视和不尊重我们的存在。随着时间的推移，我们会失去自信，觉得自己没有实力和勇气去争取自己的权益。这反过来又会影响我们在工作和生活中的表现，使我们变得越来越不自信和消极。

第三段：委屈自己不利于问题的解决

委屈自己还会导致问题得不到解决。当我们选择忍气吞声时，我们往往忽略了解决问题的关键。我们将自己的需求置于他人之下，无法沟通和表达自己的真实想法，这样问题就很难得到解决。而只有面对问题，积极地与他人沟通，才能找到解决问题的最佳方案。委屈自己只会让问题持续存在，痛苦和不满情绪也会逐渐积累，最终会爆发出来。

第四段：如何正确面对委屈

正确面对委屈，首先需要学会关注自己的感受和需求。我们要认识到，我们和他人一样，拥有被尊重和被关爱的权利。当我们感到委屈时，不要逃避问题，而是要勇敢地与他人沟通，表达自己的真实想法和需求。此外，我们还可以寻求专业人士的帮助，如心理咨询师，他们可以帮助我们分析问题的根源，并给出建设性的解决方案。与此同时，我们也应该学会放下过去的委屈，不要把自己困在过去的阴影中，而是要积极地面对现实，寻找自己的幸福。

第五段：总结

委屈自己是一种不明智的做法。它会让自己更加痛苦，损害自尊心，导致问题无法解决。相反，我们应该学会关注自己的感受和需求，与他人沟通，积极解决问题。面对委屈时，我们要坚守自己的底线，保护自己的权益，不让自己受到无

谓的伤害。只有做到这样，我们才能够享受到真正的幸福和快乐。

自己受委屈篇四

在父母的催促下，终于结婚了，其实想想爸妈也是为我好，我何必纠结呢？以前我不懂事，总是不听爸妈的话，现在长大了，不想让他们再操心le□只要他们喜欢和谁结婚不是结呢？结婚无非就是找个人搭伙过日子吗？算了，只要他们高兴就好了，终于在他们的期待中，安排中，我在两个月的时间里把自己嫁出去了，南方家里是农村的，在县城买了房子，我家是县城的，其实若是要我去农村生活，我肯定是不干的，其实我不喜欢这个男人，甚至很讨厌，结婚当天晚上，他在客厅陪朋友喝酒，我座在卧室的阳台上哭了很久，当时我就想回家，这不是我家。

七夕之后，就是我生日，他回外地了，因为那边没货了，要回去进货，因为我们结婚着急，花光了他的积蓄。走的时候把结婚时候的礼钱带走了，我生日那天，他只是在纸上写了一句“老婆，生日快乐”微信给我发过来的。我的工资不高，一个月就一千左右吧，没结婚前，这些足够了，结婚后，才发觉，不够我的生活费的，他从来没给过我钱，我自己花我自己的，我最穷的时候的就是身上就3.5元，过了2周，有时候我没钱了，我爸妈知道会给我钱，可是我不要，天冷了，他回来了，最近生意不怎么好，知道他身上没钱，我没有说什么，那天那边有事，他要回去趟，我知道他没钱了，给了他800块钱。

其实给了他，我身上就没有了，他从来不问我，你还有钱吗？不久就是他的生日了，我打电话让他提前回来，陪他过生日，可是不巧，突然我们公司活动，比较实惠，我和我妈就出门了，正好，他生日我错过，生日礼物，我早就准备好了，没了条围巾，装进了礼盒里，写了卡片放在沙发上，他一进门就可以看到。我在外地的时候给他打电话，他看到了礼物，

也没有说什么，只是说了句“谢谢老婆，我很喜欢”，我问他在哪里，他。。。说我也出门玩去啊，他的生日在济南过的。快过年了，我怀孕了，因为我吃饭的问题，他说了我几句，我很难受，很委屈，哭了，然后不想在这个家呆着了，拿起包，出门了，我不想回我爸妈家，我结婚后不论怎么吵架，我从来没有告诉过我爸妈，我就出了小区一路走，不知道该去哪里，身上就十块零五毛，也没办法住宾馆，手机关机了，然后就走到南环去了姥姥家。一进家门，我就哭了，不知道哪里来的这么大的委屈，姥姥安慰我，晚上在姥姥家住了一晚，第二天姥姥把我送回了公司。

自己受委屈篇五

能承受多少事情，才能成就多少事情。

为人处世，难免遭受委屈。然而，当委屈、伤害来临时，能够坦然处之，换种思路锻炼心智，也能皆大欢喜。时过境迁，别人会对你留下大度的印象。

修炼成熟的路上，非常考验人的承受能力。每次遇到委屈的时候，学会去用包容之心细细将它们品尝、消化，转化成自己前进和成长的能量，只有这样，你所受的委屈和伤害，才有价值。

谁能够吞下足够多的委屈，谁才能具备发言的权利和实力。付出得不到回报时，不要去后悔，也不要不甘心。其实，前面所受的委屈很可能是为后面成功打下的基础。把你的成熟按键打开，输入比别人能够承受更多的任务指令，你所说的话就具备了分量。

我很敬佩一位人物——曼德拉。我之所以对曼德拉尊敬和佩服，是因为被他以成熟之心处不成熟之事而感动。

在他的`总统就职典礼上，曼德拉竟然邀请当年看守他的三名

狱卒到现场观礼。他说，那段牢狱岁月使他学会控制情绪，也学会处理苦难带来的痛苦。他在众目睽睽之下，起立表达对这三名狱卒的敬意。这项举动，令在场的人及全世界其他观众对他肃然起敬，不仅让虐待他多年的南非白人无地自容，更展现了曼德拉非凡的气度和格局。

人生在世為高尚之人，处难境之事，得时事之势，承不寻常之委屈，方能算对自己负责，面对委屈超然待之，才能转化成能量。

文档为doc格式

自己受委屈篇六

星期三晴

委屈

委屈

这天，妈妈加班，我一个人坐在写字台前发愣：何不给妈妈一个惊喜？今天是她的生日呀。

于是我翻箱倒柜找菜谱，现学现卖。从未下过厨的我，今天可要“大显身手”了。作文

“咣当”“咚”……厨房被我一折腾成了交响乐的殿堂。油、盐、酱、醋弄得我手忙脚乱。一个炒蛋就被我毁了5、6个鸡蛋；削莴笋时不小心把手划破了，我只是吮吸着手指继续干。

“咔嚓”，门开了，妈妈看了看客厅里的饭，又看了看我，明白了。她并没有我所期待的会心一笑，而是晴转阴：“你呀你，都初三了，还有闲工夫干这？是不是长大想做保姆？马上就中考了，你还是漫不经心的，做这些没用的事，中考中

有这吗？”我听着，眼泪涌了出来，第一次反驳了妈妈：“我已经写完作业了。”“什么？写完作业就没事了？你……”没等妈妈说完，我叫道：“今天是您的生日！”“小孩子操这闲心干什么？快学习去！”

雨还在下，湿透了我的头发、衣服，流到脸颊上，分不清是雨水还是泪水，苦涩苦涩的。

难过又委屈的泪水

记得我10岁那年，发生了一件使我委屈万分的事，我至今还记忆犹新……

委屈

“咣当”“咚”……厨房被我一折腾成了交响乐的殿堂。油、盐、酱、醋弄得我手忙脚乱。一个炒蛋就被我毁了5、6个鸡蛋；削莴笋时不小心把手划破了，我只是吮吸着手指继续干。

大约过了两个小时，一顿“可口”的饭菜做好了。还好有菜谱的指导，莴笋炒肉还不算糊，炒鸡蛋也不太咸，一股饭的喷香令我十分满意第一次下厨的成果。

“咔嚓”，门开了，妈妈看了看客厅里的饭，又看了看我，明白了。她并没有我所期待的会心一笑，而是晴转阴：“你呀你，都初三了，还有闲工夫干这？是不是长大想做保姆？马上就中考了，你还是漫不经心的，做这些没用的事，中考中有这吗？”我听着，眼泪涌了出来，第一次反驳了妈妈：“我已经写完作业了。”“什么？写完作业就没事了？你……”没等妈妈说完，我叫道：“今天是您的生日！”“小孩子操这闲心干什么？快学习去！”

雨还在下，湿透了我的头发、衣服，流到脸颊上，分不清是雨水还是泪水，苦涩苦涩的。

那天真委屈

那天真委屈那天？是个什么样的天呢？且勿急，让我慢慢告诉你。那天，“咕咚，咕咚，咕咚……”电话响了，我去接电话。原来是小伙伴们打给我的，通知我去打水仗呢！我高兴的答应了。我正在车上，就美美的想着打水仗的快乐，想马上到达那里。可是，可是。结果不出我所料，就因为那次，我就……我刚进去，他们早有准备，泼了我一身水，我将手里的水洒向他，他被湿了一点，他又将水洒我。我生气的说：“我不来了，我要回家了。”“切，好没意思，再玩会。”“我不，我不。”“那我今天不让你回去。同志们，上啊！”我拿起一盆水，洒向他，他全身都湿了。我说：“是你让我留下来的，可别怪我啊！”他不理会我，继续拿水洒我，我立刻成了落汤鸡。他受不了了，对我说：“哼！没想到你是这样的人，我以后不和你玩了。”然后又拿水洒我一身。我委屈的离开了。我哭着，我很委屈，这不是我的错。本来是想好好的玩一场，可你为什么破坏。这天真委屈，我离开了我的朋友。

习惯委屈

前几天的天气能使人觉得分外压抑，天冷的连呼吸都变得艰难起来。在院子里，保洁员还在不停地打扫着。

我常常在想，为什么21世纪的现代人会在华丽的外壳下藏着一颗如此冷酷、自私、麻木的心，他们有什么权利不尊敬这样一个勤劳的女人，我多么希望人与人之间能多一点关爱和帮助，少一点冷酷和嫉妒，然而事实却总是大相径庭。也许是上帝的不公平、也许是命运捉弄人，她没有机会受到良好的教育，施展自己的才华。但世界是个大家庭，什么工作都需要有人去做，不可能所有人都站在台前，头上有着闪耀的光环，幕后同样也重要和伟大呀。她用自己的双手努力工作赚得属于自己的薪水又有什么错，她也有爱她的丈夫，孝敬她的子女，要是她的亲人看见她受到委屈该会是多么心痛啊。

每个人都会有自己的委屈，自己的痛，但我们要用积极向上的人生观去对待，要用一颗坚强的心去品味，它是一种人生体验，因为有了它人生才会丰富多彩，生命才会丰盈。只有我们习惯委屈，才会变得更加成熟，也只有成熟了，我们才能笑看人生。

抹去委屈的泪水

抹去委屈的泪水，又是一个新的开始。

我们飞翔的目的不是在天空中留下痕迹，而是在于体验飞翔的快乐！既然这样，我们为什么太在意那些不涉原则的纷争，鸡零狗碎的恩怨，飞短流长的中伤，亲朋同学的误解呢？为什么不学着好好把握“走自己的路，让别人去说吧！”的那份操守呢？为什么不试着体味“为有牺牲多壮志，敢叫日月换新天”的豁达呢？为什么不尝试品味“采菊东篱下，悠然见南山”的宁静呢？或许你还在为鸡毛蒜皮的事感到委屈吧！请抹去委屈的泪水。

再漫长的路也有尽头，千万不要回头；再快乐的心也有烦恼，千万不要在意；再伟大的人也有过失，千万不要放弃。也许你在为自己某次考试的失利而感到委屈，为什么付出了没有回报？也许你在为自己某件事感到委屈，为什么尽了自己最大的努力却是南辕北辙？一次失败是不会击倒英雄的，只有弱者才会选择放弃。能够经得起失败的打击的人才是英雄，才是真正的强者。请相信野草遮不住太阳的光芒，困难挡不住勇敢者的脚步，只要努力了，你就会收获；只要坚持了，你就会胜利；只要拼搏了，你就会成功。我想告诉你：请抹去委屈的泪水吧。

抹去委屈的泪水，又是一个新的开始。听胜利的号角又为你重新吹响，祝贺的掌声又再次在为你响起。

请抹去你那委屈的泪水吧！

，请保留文章来源信息和原文链接！

自己受委屈篇七

- 1、很喜欢一句话：不要做廉价的自己，不要随意去付出，不要一厢情愿去迎合别人，圈子不同，不必强融！
- 2、一辈子吧有几个知心好友就够了，不必贪心。没必要讨好谁，做自己就行了！
- 3、不迎合世俗，不取悦别人，做你自己的你！
- 4、一个人看电影，一个人吃饭，一个人逛街的时候，越发觉得舒服了，不必要迁就别人，因为别人觉得逛街太累而不去逛太多，因为别人不想看这部电影而放弃自己喜欢的，因为别人不想吃这道菜而将就，我不再迎合对方，这种感觉太舒服了。越发喜欢独处，喜欢安静。
- 5、不必，讨好所有的人，因为没有人能够替你去生活；不必，讨好所有的人，因为你最该讨好的是你自己。
- 6、我不想说一句违心的话，不想刻意讨好任何人，我只想远离让我产生负能量的人。
- 7、不必讨好别人，不管走在何处，都不要迷失自己。如果你讨厌我，我一点也不介意，我活着不是为了取悦你。
- 8、有点心疼自己了，说好的不在意别人的看法呢？何必呢？每个人都坚持做自己。谁天生犯贱，活该委屈自己迁就别人。
- 9、生活中的失败者，无非因为做了两件事：用自己的嘴干扰别人的生活，靠别人的脑子思考自己的人生。

10、有一刻我会哭有一刻我会无奈有一刻我会不舍有一刻我会放弃有一刻我会委屈我会真的会痛原谅我无法迎合所有。

11、终于明白你为啥不招人喜欢了，不够虚伪，嘴不甜，不会睁着眼说瞎话。

12、与其一直费尽心思去了解别人，不如先了解自己。与其去讨好别人，不如先讨好自己。

13、如果可以的话一定不要勉强自己，做自己喜欢做的事情，别委屈自己。

14、少年的时候，我疯狂的喜欢“带我走”这三个字，现在，再也不会任性的让任何人带我走，我学会了，自己走。

15、放弃并不总意味着你软弱，有时反而说明你足够坚强去舍弃。人不会苦一辈子，但总会苦一阵子。

16、不要为了迎合所有人，把自己过得这么累，费尽心思让所有人都开心，你会忘了自己该怎么笑。

17、你不必为了迎合别人，而委屈了自己，更别委屈了自己的生活。

18、无须看别人眼神，不必一味讨好别人，那样使自己活得更累。就算全世界都否定你，你也要相信自己。

19、他说，如今的我坚强的像只刺猬，刺痛了所有爱我的人。

20、一切随缘，不要再去刻意讨好谁了！没必要委屈自己！！！！一个人也会很快乐的！！！！

21、一切随缘，不要再去刻意讨好谁了！没必要委屈自己！一个人也会很快乐的！

22、不要刻意的去讨好一个人，应该提升自己的能力，取悦别人不如丰富自己更有力量！

23、我宁愿做我自己而被人厌恶，也不愿为了迎合别人而伪装自己。

24、随性，不等于没脾气，我从来没说过我是善良的那一个，只要我愿意，我有千万种样子。

25、不对别人抱有期待，不介意别人对我的评价，不取悦任何人，我只活我自己，至于别人怎么看，随他，毕竟我不是人民币，珍惜我的我会加倍珍惜。

26、有些事就是不值得被原谅，跟大不大度没有关系，各有各的底线，做错了就应该考虑为自己的错误付出代价。

27、别总迁就别人，而委屈了自己，这个世界上没几个人值得你总弯腰。

28、你总是那么高冷，但是我愿意去迎合你，因为我爱你，有时候你也会很暖心，你会为我改变一些习惯吗。

29、不必为了讨好去迎合别人改变自己永远做自己会遇到对的人吸引到对的人才是正确的就这样谢谢。

30、不喜欢就不搭理，不迎合不讨好。别人是别人，我是我。

31、别去刻意讨好谁，喜欢一个人没有错，错就错在你喜欢的那个人不喜欢你，而你还那么认真。一见钟情的是脸，日久生情的是将就。

32、我心里已经有了你，再好的我都不想要。

33、永远不要卑微的去讨好一个人，即使那个人看起来很完美。

34、我就不想去迎合别人，管你是谁！！哪儿还tm能做自己？处处是陷阱。走到哪儿拍到哪儿，靠！啊，崩溃了，崩溃了！

35、恋爱要理性，都是独立的个体，不要为了博得别人的欢喜去迎合，迷失自己，委屈自己，不管男性女性。

36、既然已经闯进我的世界，参与了我的现在，没我的允许，不准你们擅自离开。

37、得意时，朋友认识了你；落难时，你认识了朋友。只有在落魄时才懂，愿拉你一把的人何其少。只有在最穷时才懂，再好的感情也难敌现实。

38、不要总委屈自己去迎合一些圈子。你越迎合，别人越不把你当回事，能处就处，不能就算。到了一定年龄，该活得明白点。

39、不要刻意去讨好谁，不用费尽心思去猜测别人的想法，多听从内心的声音，多在意自己的感受，爱自己，自会有人爱。

40、也许，需要一个拥抱，来化掉心中所有的委屈。不管爱情，还是友情，终极目标是理解和默契。时间最会骗人，但也能让你明白，这个世界没有什么是不能失去的，留下的尽力珍惜，得不到的都不重要。世间也需要没用的东西，如果一切事物都必须有其意义，会让人喘不过气来。愿生活不太拥挤，愿笑容不必刻意！

41、活出自己的态度，活出自己的骄傲，不想再去讨好任何人，委屈自己，这就是我人生所有的原则！

42、管他谁是谁。该淡漠就淡漠，懂的人自然能看到我的热。别再嘻嘻哈哈迎合别人强颜欢笑，也不要过多考虑别人的感受而强迫自己，不想再装模作样。做自己咯。

43、不需要把太多人的情绪背负在自己身上，不要委屈自己迎合别人，觉得不舒服的关系就做个了断，为之焦虑的事也不要再去想了，以后的生活一定会更好，谁也不许回头看了。

44、做好自己，一切都无需解释，懂你的人自会懂，不懂你的再怎么解释也是白费力气。

45、较浪漫的事：牵着你柔嫩的手，依偎着走过风霜；靠在我宽厚的肩膀，细数爱里的沧桑；躲进我坚实的胸膛，不再为爱的无措彷徨；爱我，不让你受伤！

46、我就不想去迎合别人。管你是谁！哪儿还tm能做自己？处处是陷阱。走到哪儿拍到哪儿。靠！啊。崩溃了。崩溃了！

47、你是牛郎，我是织女；你去做饭，我来淘米；你去耕田，我来拉犁；愿为树枝，在天连理；愿做鸳鸯，水中嬉戏，无忧无虑，只为有你！

48、像白酒一样有劲上头，但是会永远保持清醒不迷失，真的是活的稳重又通透的人，不靠嘴巴说，不取悦别人，不卖惨，真的是非常好的榜样。

49、心理建议你必须很喜欢和自己作伴。好处是：你不必为了顺从别人或讨好别人而扭曲自己。

51、心累，不想迎合任何人，不用想什么该说，什么不该说什么，不用想别人说出来的话到底几个意思，也不想去猜，也不想跟任何相处起来累的人交际，就想简简单单的，但却很难。

52、不辜负每一份热情，不取悦任何的人冷漠。当别人不需你的时候，你要学会自觉离开，多一些自知之明，少一点儿自作多情，这样才是活着，应该有的价值。

53、人活一生，值得爱的东西很多，不要因为一个不满意，就灰心。

54、一粒米养恩人，一石米养仇人，老人说的话没错。不要动不动就倾其所有，留一些骄傲与心疼给自己，记得了，最凉不过人心。

55、有时候想想，独处没什么不好，唯有独处，我才不必为了考虑别人的感受而委屈了自己。

56、我怕是个无趣的人吧，不喜欢开玩笑，不想迎合别人，不会撒娇，不会拐弯，不喜欢示弱，不喜欢花里胡哨。接受不了别人的反驳与建议，不喜欢被批，人还不可爱！这样的人，如何讨别人喜欢，如何讨人怜惜。

57、人与人的关系真的很恶心、所以志同道合很重要。一辈子没那么长何必要委屈自己，都是第一次做人何必要迁就别人呢。

58、你现在的付出，都会是一种沉淀，它们会默默铺路，只为让你成为更好的人。

59、不要为了别人的眼光而去委屈自己去迎合别人，我就是我，只是我。

60、生在世，屈指数来不过几十个春秋，不必为了过分迁就别人而委屈了自己，也不要为了毫无回报的事情而付出太多。

61、跨越整座城市都会来到你面前。

62、想做一个洒脱、坦率的人，想说什么说什么，想做什么做什么，都是第一次做人，何必迁就别人委屈自己。

63、你必须很喜欢和自己作伴。好处是：你不必为了顺从别

人或讨好别人而扭曲自己。

64、世界上没谁一直陪着谁，我也不愿意去迎合别人，以前不喜欢的人，现在看看也都挺招人稀罕。

65、暂时还找不到更喜欢的人，就先委屈你再被我喜欢会儿吧。

66、不应该为了迎合任何人而改变自己，我坚持认为，人活在世界上，最重要的是自己的理想、信仰、观念、追求、兴趣。

67、心太软的人是很难快乐的，拒绝别人就像自己做错了事，心软是一种不公平的善良，成全了别人，委屈了自己，却被别人当成了傻子。

68、余生我想做个活的通透的人，不对别人抱有期待，不介意别人对我的评价！除了我自己不取悦任何人，谁对我好，我就对谁好，生活没有过不去的坎，生命里也没有离不开的人！

69、不必去迎合谁，不必去讨好谁，不必过多在乎没人的看法，做一颗随性的星星吧，有棱有角还会发光。

70、不是我喜欢的样子你都有，而是你所有的样子我都喜欢。

71、人这一生，不能活在别人的嘴巴里，不要活在别人的眼睛里，要活就活在自己的生命里。

72、不是没有人对我好，我又何必委屈自己处处讨好。

73、慢慢变好，才是给自己最好的礼物不必为了别人委屈了自己。

74、任何消耗你快乐的关系，都应该快速远离。人生苦短，

别委屈了自己。

75、希望有那么一个人，在我安静的时候，明白我的沉默；难过的时候，紧紧地拥抱着我；需要倾诉的时候，耐心地聆听。

76、不去讨好每一个人，不刻意围系任何一种关系，他人的不友好直接怼回去。感觉人生已经到达了巅峰！

77、人与人之间相处，永远都不要委屈自己，也不要想着去迎合别人。要知道，真正能够长久相处的人，是无需你去迎合，也无需你去讨好的。

78、有一天，你会遇到一个彩虹般的人，从此以后，其他人不过是匆匆浮云。

79、与其讨好别人，不如武装自己；与其逃避现实，不如笑对人生。

80、你付出得多，那很可能只是单恋而已。不必一味讨好别人，不管走在何处，都不要迷失自己。

81、你需要讨好的是比你强大的人。如果你不想讨好别人就让自己变的比别人更强大。

82、其实吧，人的性格、处事方式啥的，很多东西都定型了，就不要试图去改变别人，也不要想着别人会为你改变，更不要委屈自己迎合别人，自己要做的就是等待，等待一个最契合的灵魂。

83、别人的看法，无法改变，别人的想法，更是难以控制，与其想着取悦谁，不如取悦自己，与其想着改变谁，不如改变自己。

84、人生要经过多少寂寞的等待，才能终将等到我们要等的人儿。我就这样感受着，疼痛着，清醒着，因为我不知道我能有个多少这样的时间来想念一个人。

85、人活着没必要去讨好任何人，到头来还委屈自己，做人其实很简单，只要你把我当回事，你的事就是我的事，如果你没把我当回事，你的事关我屁事。

86、既然合不来，何必委屈自己迁就别人？恨？对不起，没那个闲心。自此以后，各安天涯，你的事，再也与我无关。我躲得起！

87、做自己想做的事儿，不想做就不做爱自己该爱的人，不该爱就放弃生活已经很不容易了，不必为了别人的看法委屈了自己。

88、不取悦别人，不勉强自己。努力做最好的自己，在无情的岁月，做有情的人。任凭光阴荏苒，走过春秋，不年少轻狂，不卑不亢。

89、愿我笑皆由衷而发，不想再迎合别人的强颜欢笑。

90、不迎合观众，不取悦别人，做自己想做的！真实，真性情！

91、不以眼前的成败论输赢。所有的爽与不爽，当作是历练。做好自己，对得起自己，对得起关心爱护自己的人。

92、不羡慕不虚荣不高攀不刻意讨好！做最本真的自己！这才是真正快乐的人生！

93、人与人的关系真的很恶心、所以志同道合很重要。一辈子没那么长何必要委屈自己，都是第一次做人何必要迎合别人呢。

94、年轻人就该干点年轻人的事，别委屈了自己！

95、以后我不会再为了成全他人. 委屈了自己. 我只想好好的善待自己。

96、不再做老好人无谓付出，不喜欢就拒绝，不想再迎合别人的喜好，只想对自己和家人朋友好。

97、不要试图改变自己去迎合别人，别人也会变。

98、不必执着于他人的评判，无须看别人的眼神，不必一味讨好别人。

99、不需要整天去讨好别人也不用每天枉费心机去展示美好的自己。

100、是的，年纪越大越不想讨好，讨好别人实在没必要，除了委屈自己，不让人讨厌就够了。

101、管理好自己的情绪，毕竟不如意的事常有八九，远离令你不开心的事，人生不必总是讨好谁。

102、不要惧怕一个人，不懂你的人不需要刻意去讨好他们。时间会带你去寻找更好的朋友，伙伴，爱人。

103、爱，就是情愿，情愿为你做很多事，情愿妥协，情愿风雨兼程也要共度一生；爱，就是懂得，懂得你的负累委屈，懂得包容，是年华似水今生与你安暖相陪。

104、我的关心不过是你看来卑微的讨好, 凭什么无怨无悔为你把青春当掉?

105、我这么爱他，他却这样对我。

106、人活着没必要委屈自己去讨好任何人。做人其实很简单。

只要你把我当回事，你的事就是我的事。如果你没把我当回事，你的事关我屁事。

自己受委屈篇八

1、风在把我对你的爱，一点一点的吹走，最后，只能对你说再见。

2、梦会强迫使人记起原先忘记了的东西。

3、人活的之所以累，是放不下架子撕不开面子解不开情节。

4、流年中，那些爱的痕迹，那些情的相依，那些平淡如水的日子，那些一路飘摇的烟雨，都在文字中濡染了一抹淡淡的诗意。小心的晾晒、封存，将其隐匿在一朵花儿的蕊心里，等流年回眸。

5、我曾路过你的心，不是我不想停留，而是你不肯收留。

6、时间是最好的良药，也是最残忍的毒药

7、眼泪的原料是血，配料是心碎。

8、你其实从不信我，你只信你的眼睛。

9、如果认为自己所有的目标都已达成，那只能说明你的目标还不够远大。

10、人生千百种，际遇各不同。

11、你会喜欢我多久，是伴我长久还是玩够就走。

12、有些人，你永远不必等。

13、我最不擅长的就是安慰和挽留所以别难受也千万别走

14、不知何故突然泪流满面。他离我咫尺之遥，我却突然很想念他。

15、真心想知道，一句“我难受”，可以换来谁的一句：“你在哪，马上到”

16、有时候，是我们自己想得太多，才让我们自己如此难受

17、猝不及防梦到你，我连醒都不敢醒。

18、一无所知的世界，走下去才会有惊喜。

19、想念一个人，有时会面带微笑，但心却在流泪。

20、无法舍弃两个方中的任何一方，那不是温柔，那不过是软弱罢了。

21、总以为过去很远，怀念不及逝去，现在想来，它只不过一瞬之间；总以为未来很长，期待不如等待，现在想来，它只不过就在明天；有些时光，过去了不再回来。

22、你若爱我，怎么会轻易受时间挑拨离开得那么诀别。

23、是不是我对你的容忍，已经变成你肆无忌惮伤害我的资本。

24、一开始你爱我，最后你放弃我，还要用千言万语说的委屈你有多难过。

25、再次相遇，我不会哭，我只会证明给你看，我没你也过的很好。

26、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。

27、我假装无所谓，告诉我自己，我那么的坚强，我可以承受一切的。可是，当我被遗忘在角落的时候，我才发现，我输不起，我会害怕。

28、掬一捧清水在手心，让他从手指间慢慢流去，欣赏水的纯净犹如自己灵魂，欣赏水的柔软犹如自己的性格，人生如此，随缘如此。

29、其实你不爱我，你只是刚好遇到我。

30、哭出来才能解决悲伤，笑出来才能疏解心情。

32、下班后，我一个人像以前一样独自去了超市，但再也没有告诉你我买了什么。

33、我不怕所有枪口都指着，而让我绝望到无力的是你也在其中，别人伤害我我无话可说，唯独你，让我心寒。

34、风尘仆仆之中走来，然后觉得这一切真的挺好玩的，然后让时光静止在某个点，寻找着自己身上最为感动自己的某个点。找到这个点之后，然后安静的`做着最初的自己，安静地静享着时光的美好。

35、世界上有两种东西是怎样都无法挽回的，一种是过去的时间；另一种就是说过的话。

36、适可而止的放弃，至少不会输的太惨。

37、代沟就是我说呵呵，你问我笑什么。

38、岁月极美，在于它必然的流逝。在人生的道路上，在人们的生活中，只有平淡才能坦然，坦然使人心胸开阔，平淡使你一生幸福。

39、若思念成声，恐怕你早已震耳欲聋。

- 40、你在线不和我说话比你隐身不和我说话还难受。
- 41、哪怕一次也好，我想要得一夜安眠。
- 42、明明被伤的很痛，却装做比谁都开心。
- 43、有时候是我们自己想的太多才让自己如此难受。
- 44、多年以后的某个深夜你会不会突然想起我，然后泪如泉涌，才发现你曾亏欠我太多。
- 45、有时候，喝酒并不是因为喜欢酒的味道，只是喜欢醉的感觉。

自己受委屈篇九

工厂的效益很好，由于业务需要，总经理要请两个秘书，英文秘书负责国际市场，中文秘书负责国内市场。经过层层笔试、面试，我顺利通过考核，成为这家公司的中文秘书。

初到岗位，有很多工作要处理，尤其是有些数据的录入，光是用笔很容易出错，于是我在周末的会议上，正式向总经理申请配置一台电脑。

总经理觉得我的想法很有道理，他刚要点头，就见那位比我先来的英文秘书说话了，她说自己那台电脑空闲时可以借给我用，这样就能为公司节省一笔不必要的费用。总经理犹豫了一下，转回头再问我意思，我心里虽然一百个不情愿，但还是点头答应。毕竟平日里，我就是个不擅争执的人。

可是，英文秘书的电脑并非像她所说的闲着，她每天站在电脑面前不肯离开半步，就算是中午吃饭时间，也会捧着饭盒，乐不可支地对着电脑打游戏。我只有先用笔把自己的工作记录，再挨到下班时间，等着英文秘书拎起皮包，潇洒回家时，

她才会“开恩”把电脑让给我。就这样，加班成了我的家常便饭，坐在每天像偷来的电脑面前，我不光要抓紧时间手忙脚乱地输入数据，还要被突然的停电问题搞得焦头烂额。

不是的，下次一定会做好，我连连摇头，心里却是苦不堪言。

半年后，公司来了新同事，上班第一天起，她就直接走进总经理办公室提出要配置电脑。当时，我们正在开会，英文秘书马上站出来，照搬以前那套说词，诸如她的电脑时有空闲，共用一台电脑节省开支等等。

总经理再次犹豫不决，就在那时，谁都没想到，新同事立刻打断英文秘书的话。至今，我还清晰记得她当时的坚决：“总经理，秘书有秘书的工作，我有我的工作，大家分工不同，怎么可能共用一台电脑？为了不影响到我及时完成任务，保持最佳工作状态，我认为，完全有必要再为我配一台工作电脑。”

听到这里，我突然明白自己一直以来，之所以做得这么辛苦，不是委屈了自己，而是委屈了工作。我再也忍不住，“腾”地一下子站起来，第一次站在所有人面前，说出自己的想法：“这些日子，由于我每天都在别人下班后才有电脑用，不可避免地要在别人下班后，还要打电话核对数据，这不仅影响到我的工作还妨碍到别人的休息，所以，我也正式申请公司再配台电脑。”

很快，公司同时为我和新同事各配了一台电脑，我们不仅可以从容地完成每天的工作，甚至还有机会坐在一起，为公司做了几个实用的创意，年底时，我们都拿到一份大红包，只有英文秘书，因为人狭隘，被几个同事联名上告，被辞退了。

后来，我和新同事也陆续离开那家公司，可是不管过去多久，新同事当年绝不妥协的坚持，始终感染着我。

以后的日子，不管换到哪家公司，面对什么情况，我都是以把工作做到最好为前提，在别人影响到自己工作质量时，绝不妥协。

我也记得，拿到公司配备的电脑那天，新同事来到我办公室，意味深长地说了一句：记住，不管在什么时候，老板并不在意你做事的过程，他只看重，你拿出的结果。

自己受委屈篇十

笨蛋，你要记住喽。

不是所有人都是真心。

所以，不要那么轻易的就去相信。

笨蛋，你要记住喽。

不是所有人值得你付出。

所以，不要那么傻的就去给予。

笨蛋，你要记住喽。

不是所有人都会背叛。

所以，不要那么狠的断绝该有的情

笨蛋，你要记住喽。

不是眼泪就可以挽回失去的。

所以，不要轻易就流下你的珍珠。

笨蛋，你要记住喽。

不是乞求就可以得到。

所以，不要那么没尊严的活着。

笨蛋，你要记住喽。

不是伤心就一定要哭泣。

所以，不要那么吝啬你的微笑。

笨蛋，你要记住喽。

不是善良就可以受到庇佑。

所以，不要那么轻易的就心软。

自己受委屈篇十一

1、你可能真的不会了解，那种孤独到嗓子眼，想哭又怕没人安慰咽下眼睛，继续微笑的感觉。

2、有时，觉得自己不算一个完全真实的人，可是带着伪的面具，谁会看到我淌满泪水的脸！

3、总在错的时间遇到对的人，总在失去才明白应该如何去爱一个人，你陪我成长，然而却不是你陪我到最后。

4、莫名的觉得好委屈，眼泪就会止不住的流下来，不是为了赚取什么，只是心里好委屈的宣泄。

5、从前你是我心上的一束光，倾世温暖；现在你是我心里的一根刺，刻骨铭心；以后你是我心底的一粒尘，无关痛痒。

6、我们对年龄的恐惧，其实并不在于年龄增长所带来的苍老，而是恐惧随着年龄的增长，我们仍然一无所得。

7、多希望我只是个孩子，给颗糖就笑，摔倒了就哭。不用伪装到面目全非，不用压抑自己的心情，笑着说无所谓，却往往笑得越开心，心里越疼。

8、我的地狱失火，众生人间失格，我的神明却要顾众生，对我笑着说抱歉

9、你是不是总是会为了某人不断修改自己的底线?不停地为某人找借口，不停地想去原谅。可是，傻孩子，其实他没那么多喜欢你。

10、曾经以为，离别是离开不爱的人，有一天，长大了，才发现，有一种离别，是离开你爱的人，有一种离别，是擦着眼泪，不敢回首。

11、明明是你先招惹我的.，到最后变成我舍不得，你说过要保护我，可是我以后的大风大浪都是你给的。

12、没有放肆的哭声，只有点到为止的分寸！

13、比起你的忽冷忽热，还是孤独让人踏实

14、所谓誓言，都只是虚浮!我不会给你爱情永恒的誓言，我只是希望可以执子之手，与子偕老!只是希望，因为，爱情不是一个人!

15、在踏上社会前，我们每个人都是梦想家。在踏上社会后，许多人都只剩下了想家了。

16、很多人的一生都不会遇到这样的人，你可以为了爱他放弃一切的人。大部分人的爱是会计算利益得失，这并没有什么错。在你爱另外一个人之前，你得有爱自己的能力，和让自己好好生活的能力。

17、安慰别人头头是道，却在深夜独自抱枕哭泣。人都这样，道理总是说服别人，却说服不了自己。

18、有心在一起的人，再大的吵闹也会各自找台阶，速度重归于好；离心的人，再小的一次别扭，也会乘机借口溜掉。

19、不论有多少的委屈，多么的难受，最终能治愈自己的还是自己，别人也许给得了你安慰，却永远不知道你心底是多么的万箭穿心。

20、每一个懂事淡定的现在，都有一个很傻很天真的过去；每一个温暖而淡然的如今，都有一个悲伤而不安的曾经。

21、世上哪有什么爱是欲擒故纵的，连动物都知道，表达爱意的方法是扑上来黏着，把人往外推的可实在称不上爱。

22、以前打扰了，以后不会了，就当风没吹过，你没来过，我没爱过。关于喜欢你这件事，就当闹了个笑话吧。

23、他在心里发过誓，永远都不会给她委屈受！即使她真的做错了事，就是拿刀子捅他，他也不会让她难受。

24、总有一瞬间，想大哭一场，因为心里有太多委屈，总有一瞬间，想要喝的烂醉，因为心里有太多心酸。

25、那些刻在椅子背后的爱情，会不会像水泥上的花朵，开出没有风的，寂寞的森林。

26、原来一直，我都是配角，也许你根本就不把我当回事，对不起，是我想太多了，是我自作多情。

27、日子很狗，但我不敢骂他，怕他疯狂咬我

文档为doc格式

自己受委屈篇十二

- 1、心痛的感觉真的不好受！心里的苦只有我自己能体会！
- 2、真正的爱情不仅要求相爱，而且要求相互洞察对方的内心世界。
- 3、誓言变成了谎言，我的心被你撕成了碎片。
- 4、如果坦白是一种伤害，我选择谎言。如果谎言也是伤害，我选择沉默。
- 5、看过最虐心的小说是你和我的聊天记录，听过最美的情话是流泪时你给我的怀抱。
- 6、我是比一般人懂事，比一般人成熟，但是，谁告诉你我不会难过。
- 7、你要记得，在这个世界上，你是独一无二的，没人像你，你也不需要去代替谁。在你的人生舞台上，你是自己的主角，不需要去做谁的配角。
- 8、无论受了多少委屈，我只会把它憋在心里。不是不想说，只是不知道该怎么说，能和谁说。
- 9、那个说永远不会离开我的人，早已离开了；那个说爱我的人，牵着的却是别人的手；那个说会等我的人，却跟另一个人走了。
- 10、经历越多就越不想说话，环境的不同，想说的话别人未必能懂，也就慢慢学会了自己承受。
- 11、青春若能做注，赌局便是一夜昙花。回忆若能下酒，往事便是一场宿醉。眼泪若能勾兑，忧伤便是一袭华裳。

12、或许，转身是为了忘却，可是，转过身，却发觉，有一种撕心裂肺叫做思念。既成陌路，何不淡然。

13、一个人也许是会朝着完美奋斗，但是必须是在相反的那一面受够了苦，那才能使自己变得完整。

14、总会有人说你好，也会有人说你不好，但只要做人做事问心无愧，就不必执着于他人的评判。无须看别人的眼神，不必一味讨好别人，那样会使自己活得更累。

15、只有在落魄时才懂，愿拉你一把的人何其少。只有在最穷时才懂，再好的感情也难敌现实。

16、人情就好比起伏的波澜一样变化无常，为了争夺名利结交一生的老朋友竟能拔剑相向。

17、以前所有委屈都能跟老公诉苦，此刻所有委屈自我往肚子里咽就对了。

18、请一定要相信，你自己就是一道风景，没有必要在别人的风景里仰视。

19、当一个人忽略你时，不要伤心，每个人都有自己的生活，谁都不可能一直陪你。不要对一个人太好，其实你明明知道，最卑贱不过感情，最凉不过人心。

20、想哭的时候，画上眼线，告诉自己、哭了会很丑。

21、你总是用早点睡吧晚安，来结束我的所有妄想与企图。

22、所有关系变淡的原因，不过是一个问得，一个答得敷衍。暖一颗心需要很多年，凉一颗心只要一瞬间，一次次失望过后的平静，失望多了就不再指望了。

23、我要的是一个家庭，你却注定是一个传奇。

24、幸福的地址，写满故事从前的遗憾。

25、非要让现实给你一巴掌，你才知道社会有多虚伪，非要让所谓的朋友把你伤的什么都不是，你才知道人心可畏。

26、当一切都回不去了，当我决定要走，你才明白冷落了我，我要的不多，可你都没给够，哪怕一个温柔的相拥，对我来讲，都是幸福的。

27、我没有避风港，也没有后台，风再大，雨再狂，我都要自己扛。

28、请你靠过来，把心扉敞开，满满都是爱，装满你心怀。

29、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不断往前走的人手中。

30、我藏不住秘密，也藏不住忧伤，正如我藏不住爱你的喜悦，藏不住分离时的彷徨。我就是这样坦然，你舍得伤，就伤。

31、后来遇到再喜欢的，也就笑着摇摇头，因为你走了，同时也带走了我的奋不顾身。

32、眼睛为她下着雨，心却为她打着伞，这就是爱情。

33、最难过的不是不曾遇见，而是遇见了，也得到了，又匆忙的失去，然后在心底留了一道疤，它让你什么时候疼，就什么时候疼，你连反抗的权力都没有。

34、每天等你到那么晚，就是想跟你说几句话。

35、五十六种语言，汇成一句话，不想上班不想上班，不想上班！

- 36、曾经拥有的，现在成了一片空白。
- 37、那些刻在椅子背后的爱情，会不会像水泥上的花朵，开出没有风的，寂寞的森林。
- 38、完美的幸福，始终需要两个人来争取。
- 39、人生这条路，太坎坷，太艰难，勉强挤出的微笑，有谁会知道，背后是无奈，是心酸。痛了，只能自己忍着，伤了，只能自己扛着。在夜里，独自一人，默默的数着伤口，不敢呐喊，不敢宣泄，因为怕惊醒睡梦中的人们。
- 40、明明每天都无所事事，却也感觉不到半点轻松。
- 41、一个人越发觉得寂寞，就越发懂得珍惜。
- 42、我到底是哪里做的不对，请你告诉我别让我受罪。
- 43、收拾着凌乱的记忆，然后继续一个人前行。
- 44、青春是一阵偶尔划过的风，不经意间，已吹得我泪流满面。
- 45、我对你的喜欢就到这吧，以后所有的心酸委屈我自己扛，大风大浪我自己闯，这也是我最后一次再为你红眼了。
- 46、艰难的日子也许很难熬，但正因为这样，生长才会永无止境！
- 47、总是活在过去拿什么拥抱未来。记住，昨天的太阳，晒不干今天的衣服。
- 48、那沉默千年的流星，背负着太多的愿望。
- 49、我和你的区别大概是，我手握刀刃把刀递给你，怕你受

伤，你手持刀柄捅进我怀里，怕我纠缠。

50、散了就散了吧，反正这个世界上本来就是这个样子的，谁离开了谁都依旧还是要继续生活，所以所有的一切也都无所谓了。

51、铭记我们的誓言，我们勾勾手永远不分开；牢记我们的约定，我们拉拉手一生一起走。

52、没有救赎，自己只能一边哭一边擦眼泪，哭得喘不过气来也只有自己知道，我以为我能扛。

53、我已经渐渐习惯对感情顺其自然，只是失去你的天空却怎么也不蔚蓝。

54、那一场华丽的邂逅，注定要湮灭在山长水远的距离里。

55、面对着岁月摆下的筵席，我们相互微笑殷勤地劝酒，仿佛所有没说的爱恋与不舍，都收藏在语句的背后。因为我们都已明白，此去再也没有比手中这一杯更醇更美的酒了。

56、给时间一点时间，一切都会过去。

57、我伫立在星辰上，遥望你孤寂的身影，让自己成为星空的一分子，让时光驱赶我疼痛的呼吸。

58、藏关于我们的回忆，就让那记忆渐渐的随波逐流。

59、曾经一度被依赖蒙蔽双眼，天真的以为这就是对你的爱。

60、你们都离我太远，无法分享我的开心快乐，也无法诉说我的委屈难过。

61、遇见你之前，感觉很孤单，虽然一个人很自由，很清淡，很天然。不是想找一个人了解自己有多么伟大，有多么的与

众不同，只是想找一个人有一样的心境，有相近的爱好，说说话，聊聊天，一起做许多事。

62、其实很多事我都介意，只是习惯笑着说没关系。

63、心若没有栖息的地方，到哪里都是在流浪。

64、逐渐习惯了一个人，也习惯了不让别人靠近。

65、作深呼吸，慢慢吸气然后慢慢呼出，每当呼出的时候在心中默念“放松”。

66、看得淡一点，伤的就会少一点。别等不该等的人，别伤不该伤的心。可能对你爱的太过偏执但却是深爱。我们之间，只剩下一首歌而已。有时候，沉默是另一种爱。

67、待人退一步，爱人宽一寸，人生自然活得很快乐。

68、哪有什么岁月静好，不过是有人替你负重前行，生活从来都不容易啊，当你觉得挺容易的时候，一定是有人在替你承担属于你的那份不容易。

69、是不是每个人都很孤独，苦累心酸自己扛。

70、放弃凡事争个明白的傻念头吧，真正的智者从不会为小事斤斤计较，他们总是坚持走自己的路，不管别人怎样评说，而时间最后总会证明他们是正确的。

71、不要把心底的话全掏出来，这些是只属于你的财富。

72、我可以受十分的苦，但我受不了半分的委屈。

73、如果，每个人都是独立的存在，那么所谓的悲伤会不会就少一点。

74、好想逃，却逃不掉！所有的委屈与心酸都可怜到不好意思说出来只有自己一个人默默扛下！

75、我们放下个性，放下原则，放下自由，只是因为放不下一个人。

76、你的过去我来不及参与，你的未来我奉陪到底。

77、回忆在美，就像镜子一样，越清楚，心越伤。

78、我没有去挽留，只是因为你在渐渐远离我的世界。

79、烦躁的时候，不要说话不要做决定，自己安静地待一会。长大了，这些难捱的情绪，你总要学着自已消化掉。

80、眼泪的存在，只是为了证明所有的悲哀不是一场幻觉。

81、后来，你终于成为了别人的故事，而我再也不是那个讲故事的人。

82、别人只知道结果，没人在乎你的感受，心里的苦仅有自我懂。

83、你是我跑到气喘也没赶上的班车，嘴馋很久却没尝到的小吃，突然惊醒后没做完的美梦，期待已久却没看完的电影，总归是遗憾的事。

自己受委屈篇十三

1、委屈的泪水，也可以化作微笑。

2、你以为钱是万能的，它却未必能换来健康的身体；你以为金玉珍贵，其实，生命才是最值钱的东西。

3、生活本就残酷，做人本就辛苦。无论你愿不愿意，不管你如何选择，既然为人，这辈子注定要经历一切，路得走，痛得忍，事得扛，苦得尝，这才是真实的人生，这才是真正的生活！

4、人生在世，所有的苦都只能自己背负，你永远也别指望别人，对你的人生多么负责，因为毕竟每个人都有各自的生活，你是你，我是我，你是你的，我是我的。

5、我的不开心，我的.难受，我都尽量留给我自己。我也从不指望任何人心疼我，为我扛下所有。

6、老虎关进笼子久了，就失去了野性。人亦如此，越是安逸舒适，越没有斗志，越是坐享其成，越容易颓废。所以，生活苦一些未必是坏事，至少给了你努力拼搏的决心和勇气。

7、难过不声张，苦楚自己扛。

8、我们只管善良着我们的良心，剩下的事情，自有老天爷看着呢！

9、人生聚散无常，起落不定，但是走过去了，一切便已从容。

10、所有委屈，都自己扛。

11、成年人的苦，无处去诉说。

12、这个社会从来都是以结果为导向，没有人关心你累不累，只关心你混得好不好，没人关心你是否快乐，只关心你是否光鲜亮丽，心里难过了没有哭，不代表心里不痛苦，心里委屈了没有说，不表明不需要人疼，其实认识的人很多，有几人能真正关心你，关心你的人很多，有几人能真正理解你，委屈说出去，别人顶多当做一个故事听，倾诉的人好找，愿意为你擦眼泪的人难寻，世上哪有什么那么多感同身受，有

的只是冷暖自知，真正的委屈，都难以说出口，只能靠自己慢慢消化。

13、酸甜苦辣的是生活，默默咽下的是泪水。日子再累又怎样，熬过去了也就那样。难事苦事又如何，经历后就没在怕的！

14、这些年，不敢喊累，不敢休息，不敢流泪，不敢放弃。最委屈的是谁？是那个独立坚强的自己！

15、活在这个世界上，谁不是为了生活在努力支撑下去，人经历多了，不会再为了生命中的坎坷与不顺而抱怨，随着年龄越大，慢慢明白，酸甜苦辣皆是人生常态，谁微笑的背后没有点心酸，谁风光的背后没有点委屈，人生有些苦，只能自己去扛，有些路，只能自己去走。

16、每次想找个人陪的时候。才发现，有的人不能找，有的人不该找，有的人找不到。才明白，陪我最多的人还是我自己。

17、人活着，谁都有不顺心的时候，心酸，委屈，难过时，总以为找个人倾诉，心里就会好受一点，其实，这不过是自欺欺人罢了。成年人的世界里，并没有那么多的感同身受，更多的是冷暖自知！

18、一个人的时候，或许会懦弱，别忘了鼓励自己，只要自己勇敢了，在这个世界上总能学会坚强！

19、累了痛了，自己藏，委屈心酸，自己扛！

自己受委屈篇十四

1、一个人的心可以反复包容，可以反复承受累累伤痕，但是，又怎能忘记是人都会累的。

- 2、所有强忍的委屈和故作的坚强，都在爸妈那句“累了就回家”面前溃不成军。
- 3、要想让这个世界更快乐，其实轻而易举，只要对寂寞灰心者说几句真诚的赞赏的话就可以了，虽然你可能明天就忘记了今天说的话，但接受者可能珍视一生。
- 4、有时候，就是想大哭一场，因为心里憋屈；有时候，就是想疯癫一下，因为情绪低落；有时候，就是想破口大骂，因为心里不爽；有时候，就是想安安静静，因为真的我累了。
- 5、以前小，不懂事，以为可以依靠一个人，找一个避风港，现在到底明白，要独立，要勇敢，却偶尔觉得撑得很累，学着惜护自己，不那么辛苦劳碌。
- 6、有的人，该忘就忘了吧，人家不在乎你，你又何必委屈自己呢？再怎么痛，再怎么难过，人家也看不到，更不会心疼你，你难过给谁看。
- 7、我倔强的不想屈服，也只是伤痕累累，从此我的世界不再有你。
- 8、依赖别人是世界上最没有安全感的事情。
- 9、你不在黎明出现在我的梦中，我怕我醒来不能抱着你。
- 10、总有一天，我会无声无息地离开你。
- 11、心累到一定程度，就连生气和在乎的力气都没有了。当我们说“没事”的时候，往往是最糟糕的时候。
- 12、有些事一直很辛苦，到最后还是徒劳无功。
- 13、心越来越累，越来越沉默，越来越不想说。

14、爱一个人并不可怕，可怕的是失去控制，可怕的是分手还不是放不下。

15、宁可像个孩子，不要看太多，不要听太多，简单生活。

16、开始很美，过程很累，结局很悲，很难醒来。

17、有些故事开始得太晚，是昨天写的；有些人不爱对方，就变成了过客。

18、所谓谅解，就是为对方的过错找一个你可以接受的理由，但事实可能不是你想的那样。

19、心很累，想躲，想下去，想掉下去后更容易一点。

20、以前的我，开口的是你，现在的我，身边没人敢提起你。

21、达不到的幸福，不要强求。如果是失去，何必拥有。

22、我假装不在乎，却发现你真的不在乎。

23、如果你不哭不喊，没有人会注意到你的痛苦。

24、有些话，你在不经意间说出来，我很难过。

25、不给你安全感，没关系，要学会给自己力量。充实自己，解决好积极和消极的情绪，随遇而安不是漠不关心，是确保自己遇到任何情况都能支持自己。

26、我不知道我丢了什么。我回过神来，仿佛那是我。

27、有些路，只能一个人走；有些人，只能边走边忘。

28、没有这样的人，曾经让你发疯，现在却拼命想忘记。

29、有时候，我们想笑，却必须假装难过；有时候，我们想哭，却不得不强颜欢笑。

30、我多么希望我是一个钢铁侠，没有悲伤，没有心情，没有眼泪。

31、有时候，不小心知道了一些事情，才发现自己的在乎是那么的可笑。

32、生命中总有那么一个人，惊艳时光，让你念念不忘；哭红了眼睛，却依然笑着原谅。

33、我以为你这样对我，但你对所有人都这样。你以为我对每个人都这么做，但我只对你这么做。

34、我不嫉妒，我不偏执，我不再等着你。我累了。你可以跟任何你喜欢的人去。

35、时间会慢慢沉淀，有些人会在你心底慢慢模糊，学会放手，你的幸福需要自己的成全。

自己受委屈篇十五

二、我迷迷糊糊的爱上你，却清清楚楚的失去你。

三、真正好的爱情，是不需要做很多努力就幸福了。那些违背本意观察对方要什么，然后做出相应回应的爱情，都不会长久。因为你不可能违背你的本性生活太久。疲倦了就不想坚持；付出了就想回报；伤心了就质疑自己。只有不费劲就得到的爱情才可以步入婚姻且持续长久。

四、我可以很自信的告诉你，他会和你在一起是因为你长得像我。

五、去见你想见的人，趁阳光正好，趁微风不噪，趁他还在，趁你未老。

六、我伫立在星辰上，遥望你孤寂的身影，让自己成为星空的一分子，让时光驱赶我疼痛的呼吸。

七、如果有一天，我变的目中无人，请记住，曾经也没有人把我放心里。

八、当过去已成为回忆，我们何必再去怀念。

九、何必担心手机没电快自动关机，说的好像会有人找你发现你不在一样。

十、给我一张爱的地址，在你的世界不再走失。

十一、懂得太多，看的太透，你就会变成世界的孤儿。

十二、如果有一天你能走进我的心里，你一定会流泪，因为那里装满了我对你的思念；如果有一天我能走进你的心里，我也一定会流泪，因为那里装满了你的无所谓。

十三、一切恶法，本是虚妄的，你不要太自卑你自己。一切善法，也是虚妄的，你也不要太狂妄你自己。

十四、我是一个路痴，不小心走进你的心里，就再也出不来。

十五、我想去相信某个人，非常想。而且一直这么相信着。

十六、愿我们都不会把所有别人对我们的好，视为理所当然。因为知足，会更接近幸福。生命中，有一个人可以去惦念，是缘分；有一个人可以惦念自己，是幸福。能够善待不太喜欢的人，并不代表你虚伪，而意味着你内心成熟到可以容纳这些不喜欢。

十七、恋爱，在感情上，当你想征服对方得时候，实际上已经在一定程度上被对方征服了。首先是对方对你得吸引，然后才是你征服对方得欲望。

十八、离开以后，就连一句问候都像是在打扰。

十九、不埋怨谁，不嘲笑谁，也不羡慕谁，阳光下灿烂，风雨中奔跑，做自己的梦，走自己的路！

二十、回忆让生命完美。她寄托着所有人的希望，是梦的光点，是幸福的港湾，是轮回的开始……而我却害怕回忆。

二十一、怅惘：因失意而心事重重；惆怅迷惘。

二十二、誓言变成了谎言，我的心被你撕成了碎片。

二十三、慢慢地才知道：坚持不一定是胜利，放弃不一定是认输，用它华丽的墙壁，作为优雅的转身。生活中，有很多时候，需要的不仅仅是执着，还需要回眸一笑洒脱。

二十四、如果爱，请深爱，请珍惜，不让等分开以后才知道彼此的幸福。

二十五、人的.一生，注定要经历很多。可能有开心的笑声；可能有委屈的泪水；可能有成功的自信；也可能有失败的警醒，但无论怎样，我们所经历的每一段都注定珍贵。

二十六、有这样一种爱情，叫做：“对不起，我爱你”。

二十七、回忆是你觉得一切都过去的那么久远，可是一闭眼睛，一切又重新回来。人生如梦，。蓦然回首，才发现人活着是一种。穷也好，富也好，得也好，失也好。一切都是过眼云烟。想想，不管昨天今天明天，能豁然开朗就是美好的一天。不管亲情友情爱情，能永远珍惜就是好。

二十八、在爱情面前有多少人败给了寂寞，在寂寞面前有多少人败给了性

二十九、感情没有先来后到，明明是我先遇见你，你却把你的温柔耐心，全部给了后来的人。

三十、是不是只有孤独的人才会在每一个喧哗的时候，偷偷伤感过去，悄悄忧郁未来？

自己受委屈篇十六

- 1、再也不要顾及别人的感受，以后我的开心最大。
- 2、你带着我的骄傲离开，哭不出来，也咽不下去，经久不散。
- 3、我为你死心塌地，却被你伤的一败涂地。
- 4、我的演技一定很好，好到连难过都没人知道。
- 5、再也看不到彼此的模样，就连你是否安好都难以想象。
- 6、事实是这样，假如你不懂我，那错的永远是我，不必惊讶，连解释都是多余。
- 7、不要再折磨我，我的心已被割破，流尽的不是血，是爱你的错。
- 8、没有哪段感情是在浪费时间。如果它没有给你想要的，那它教会了你什么是你不想要的。
- 9、长大这两个字连偏旁都没有，很孤独吧。
- 10、你变了，我也变了，回不去的温柔，泪水如泉涌，最熟悉的变得最令我心痛。

- 11、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。
- 12、你突然点醒了我，我们的相识能够以年计算了，你找到你爱的，而我，还在原地徘徊着。
- 13、总有那么一个人，想着想着笑了，笑着笑着哭了。
- 14、别在孤单的时候去将就，别与不熟的人说心里话。
- 15、我们在别人的故事里开怀大笑，为何在自己的故事里泣不成声。
- 16、单枪匹马你别怕，一腔孤勇又如何，这一路你可以哭，但不能怂。
- 17、热情这东西其实也很脆弱，耗完了耐心，攒够了失望，剩余的就只有疲惫和冷漠了。
- 18、我庆幸自己遇见了你，却遗憾只是遇见你。
- 19、多谢你的绝情，让我学会死心。
- 20、有一天你能到我的心里去，你会看到那里全是你给的伤悲。
- 21、别以为我很坚强，只是不想让你看到我脆弱的那一面。
- 22、突如其来的委屈，连笑都带着僵硬。
- 23、最初说在一起的是你，可最终舍不得的却是我。
- 24、有些人明明说好了不在意，去还是忍不住去关注。
- 25、人心易变，岁月无情，问心无愧就好。

26、为了与你相遇，我花光了这辈子所有的好运气，最终还是失去了你。

27、每个人的心里，都有那么一个你永远不会提，也永远不会忘的人。

28、够优秀倒也干净，总是在笑却快乐很少，偶尔吹风会流泪，喝酒也会醉。

29、有些故事来不及真正开始，就被写成了昨天；有些人还没有好好相爱，就成了过客。

30、从年初的一无所有，到年终的身无分文，勿忘初心，一年白忙。

31、若我看倦了风景，走累了路。你是否，愿意变成酒色的石头，让我把余生靠一靠。

32、就是因为你笑的如此没心没肺，所以才会没人发现你的难过。

33、有些话埋藏在心中好久，没机会说，等有机会说的时候，却说不出口了。

34、那日我狂哭不止，曾经差一点想过死，多少艰辛不可告人，多少光阴都因为等。

35、有时我们原谅一个人不是真的原谅，而是因不想失去她，唯有假装原谅。

36、有些人，我放不下，但我无奈，故作坚强，笑着说无所谓，笑得越开心，心里越是疼。

37、我坐上了一辆没有回程的列车，窗外划过的不是沿路的风景，是我所放弃的东西。

38、旁人也许能看见你的疤，但终究是感觉不到你的痛。

39、有些话埋藏在心中好久，没机会说，等有机会说的时候，却说不出口了。

40、总有那么些人，闯入你的生命。教会了你一些事，再毫不犹豫得离开。

41、一个人的.单程旅途，一个人的朝朝暮暮，一个人的韶华倾负。

42、就是因为你笑的如此没心没肺，所以才会没人发现你的难过。

43、原来曾经的只能属于过去，原来在爱里，其实没有重逢。

44、从没想过，自己可以爱的这么卑微，卑微的只因为你说的一句话就欣喜不已。

45、能开口说出的委屈，便不是委屈；能离开的人，便不算是爱人。

46、对你冷淡的人，也会在别人那里如你一般委屈，风水轮流转，从来就没有人能一直赢到底。

47、一个人对你好，你才会挥霍，一个人对你不好，你才会珍惜。

48、有时我们原谅一个人不是真的原谅，而是因不想失去她，唯有假装原谅。

49、再也看不到彼此的模样，就连你是否安好都难以想象。

50、陪你走完了这一段路，我也变成你路过的路，从此人山人海，不再归来。

51、那时的我们，总以为人生只有相逢，却没想到原来还有错过，还有遗憾，还有来不及。

52、你走了真好，不然总担心你要走，分别之后，我瞒着所有人，继续爱了你很久很久。

自己受委屈篇十七

1. 爱上他只用了十分钟，忘记他却要用上一生的时间，结果仍然刻骨铭心。

2. 保持自己的独特性，这是你区别于别人的关键。

3. 本来打算将星星摘给你，但想想还是算了，我够得到星星，却够不到你。

4. 别把人看的太透伤心，别把事看的太透伤神。

5. 别人的看法，无法改变，别人的想法，更是难以控制，与其想着取悦谁，不如取悦自己，与其想着改变谁，不如改变自己。

6. 别太依赖任何一个人，等那天他不找你不陪你不哄你，你会很难受的。

7. 并不表现在获得了多少成就上，而是面对那些厌恶的人和事，不迎合也不抵触，只淡然一笑对之。

8. 不管成功失败，经历了就得珍惜；不管拥有多少，是你的就得珍惜；不管生活好坏，眼下的就得珍惜；不管亲朋远近，爱你的就得珍惜，学会珍惜，把握精彩人生。

9. 不管你今天如何用力，明日的落叶还是会飘落，因此，尽今日的努力，活在当下！

10. 不喜欢就拒绝，不想再迎合别人的喜好，只想对自己和家人朋友好。

11. 不想看的東西，我們可以把眼閉上。但不願去想的事情，我們卻沒辦法把心鎖上。

12. 不需要一味的去迎合別人！做自己最好。

13. 不要等我流淚，你才明白我的悲伤。不要等我消失，你才知道我的存在。

14. 不要试图改变自己去迎合别人，别人也会变。

15. 不要为了别人的眼光而去委屈自己去迎合别人，我就是我，只是我。

16. 不要为了别人而放低自己！你应该永远抬着头去追求那些让你有吸引力的人和事！不要委屈求全！不要迎合！不要退而求其次！

17. 不要为了讨好别人，而去迎合逢迎，委屈自己。你要明白，有时候不是你不好，而是别人看不到你的好。坚持做好自己，努力改变自己，让自己变好，一切才会变好。

18. 不要为了迎合所有人，把自己过得这么累，费尽心思让所有人都开心，你会忘了自己该怎么笑。

19. 不要委屈自己，生命可贵。

20. 不要眼眶一红，就觉得人间不值得，散伙是人间常态，你我又不是什么例外。

21. 不应该为了迎合任何人而改变自己，我坚持认为，人活在这个世界上，最重要的是自己的理想、信仰、观念、追求、兴趣。

22. 不用特意去迎合某个人，它对你怎么样其实你自己心里面能够感受得到，你能看到的那一面只是它想给你看的那一面，不要委屈了自己还取乐了别人。

23. 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。

24. 成长的路上一一直在交朋友，也一直在淘汰朋友，我越来越知道我想成为什么样的人，想和什么样的人相处，我绝不委屈自己去迎合别人。

25. 城市的生活方式实际上是依照自己身体的意愿行事，饿的时候才吃饭，爱的时候不爱撒谎。

26. 吃完橙子再喝杯水，愚蠢的胃会认为是橙汁。我遇到了你之后，愚蠢的我误以为这是爱情。

27. 大概每个人都会遇到一个不能在一起的人，放手舍不得，坚持又太累，爱而不得时候最煎熬。

28. 当然，也不是让你任性自私，旁若无人地任意横行，而是懂得张弛有度。

29. 当眼泪划过的瞬间，我想我们的未来终将在没有一点关系。

30. 等不起的人就不要等了，你的痴情感动不了一个不爱你的人。伤害你的不是对方的绝情，而是你心存幻想的坚持。

31. 对于同一个事物，每个人都有不同的理解和看法，我们唯一能做的就是做好自己，管好自己的心。不要为了得到别人的理解和认可，就去迎合他人，委屈了自己。没意义。

32. 放弃一个人从来就不是一瞬间的事，当你把我全部的爱慕和关心一点点的消磨干净，我也渐渐攒够了对你的失望，当

初那么喜欢，现在这么释然。

33. 费尽心思和你聊天的样子，我自己都讨厌自己。我是那么骄傲的一个人，为你卸掉所有铠甲，却依旧得不到你的心疼。拼命的想要抓住你，却发现风里只剩我自己。

34. 分开之后，我难过不是你和别人好，是看到别人那么容易就可以代替我的存在，对我来说没有人可以像你，但对你来说每个人都可以是我。

35. 该淡漠就淡漠，懂的人自然能看到我的热。别再嘻嘻哈哈哈哈迎合别人强颜欢笑，也不要过多考虑别人的感受而强迫自己，不想再装模作样。做自己咯。

36. 感谢给我生命的父母！谁都不想取悦没必要去迎合不在乎你的人！惹不起就躲！对于不喜欢你的人你本身就是碍眼物！

37. 孤单不是与生俱来，而是由你爱上一个人的那一刻开始。

38. 很多时候全是自己挖了个坑，然后义无反顾的跳进去。坑是自己挖的，跳也是自己跳的，最终爬不出来的也是自己。

39. 婚姻的纽带，不是孩子，不是金钱，而是关于精神的共同成长，在最无助和软弱时候，有他（她）托起你的下巴，扳直你的脊梁，令你坚强，并陪伴你左右，共同承受命运。那时候，你们之间除了爱，还有肝胆相照的义气，不离不弃的默契，以及铭心刻骨的恩情。

40. 挤不进去的世界，就不要挤了，碍了别人的眼，累了自己的心。

41. 经历越多就越不想说话，环境的不同，想说的话别人未必能懂，也就慢慢学会了自己默默承受。

42. 可能我只是你生命里的一个过客，但你不会遇见第二个我。

43. 离开我以后改改你的脾气吧，我怕以后没人像我一样宠着你了。

44. 每个人都是自私的，不是吗，千万不要委屈自己去迎合别人，这样什么都收获不到。

45. 每个人一开始都不相信自己不会投入，到最后还不是通通万劫不复。

46. 每个顺其自然的背后都是想要改变却不得的努力，每个洒脱的背后都藏着不舍，每个放下前都是挣扎，每个人心里都有不可言说的秘密。

47. 磨合的过程中，总是安慰自己，再过一点就好了，磨合期过了也就好了。

48. 那些肤浅的赞美，是阳光中的尘埃，那些非议与诅咒，亦是麻醉的毒药，终会让人乱了心智。不管路途多险，步履维艰，切勿改变自己。

49. 你不需要说什么，只需要一个手势，我便心碎；你不需要做什么，只需要说两个字，我就死亡。

50. 你曾今介意很多事，介意朋友无故的离去，介意恋人不呈现的诺言，介意别人表面的圆滑，介意那些看似不用努力总是比你幸运的人。时至今日，你才明白对别人的要求都是没必要，对自己苛刻和严谨才是真。曾经把自己过得那么累，如今，你常说一句话：没关系，我干杯，你随意。

51. 你承诺了我一切，却什么也没给我；我什么都没承诺，却给了你我的一切。

52. 你尽量照顾每个人的感受，不想身边的人不开心，你总能发现他们情绪的细微变化，可最后被撇下的，永远是你。

53. 你永远都不会知道自己到底有多坚强，直到有一天你除了坚强别无选择。

54. 你有你的优点，我有我的长处。因为环境出身不同，性格习惯也就不同。当别人看不惯你，对你指点议论时，无需在意，更别生气，也不要试图去改变别人。别人的看法，不能掌控。

55. 念旧的人活的总像个拾荒者，不动声色，却满心澎湃，茫茫人海，或在咫尺，或在天涯。

56. 念念不忘，必有回响是假的，枕边书、怀中猫、意中人也是假的，爱而不得，山海不可平才是真的。

57. 女友在生气时放出的狠话，大多数都是假的。可男生却基本上都信以为真，心惊肉跳。女孩在撒娇时提出的要求基本都是真的，可男生基本上都觉得是个玩笑。这就行为就叫做找抽。

58. 疲于交谈，懒得再向新人复述我的命途，再敷衍磨合。你来我迎，你走我送，哪来那么多情深意重。

59. 其实交朋友和谈恋爱是一样的，精力有限，要跟自己喜欢的人在一起。

60. 亲爱的朋友，生活会不停地打压你，试图掩盖你身上闪耀着的光芒，但你知道自己并不甘于栖身黑暗，送你一句我特别喜欢的话：他们试图把我们埋了，但不知道我们实际上是种子。

61. 青春，注定了要颠簸，要有眼泪和汗水，有委屈、不甘和

失败。

62. 让自己忙一点，忙到没有时间去思考无关紧要的事，很多事就这样悄悄地淡忘了。时间不一定能证明很多东西，但是一定能看透很多东西。坚信自己的选择，不动摇，使劲跑，明天会更好。

63. 人生不是用来讨好别人的，而是用来善待自己的。

64. 人是会变的，守得住一个不变的承诺，却守不住一颗善变的心。

65. 人无完人，我们要做的是追求更好的自己。懂你的人自会欣赏，不懂你的人，你祈求不来。人生多纷扰，时间却有限，别把时间浪费在不值得的人身上。

66. 人与人之间相处，永远都不要委屈自己，也不要想着去迎合别人。要知道，真正能够长久相处的人，是无需你去迎合，也无需你去讨好的。

67. 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。

68. 生活实际上就是由无数个无聊组成的，假如你工作或学习已经很紧张很充实的话，多一些无聊就当是放松了，何苦每时每刻都要有意义？何苦太累？假如你的工作学习，就很轻松甚至无聊，那你就找到一些兴趣点，充实一下累累自己！感觉无聊，表明你正在思考出路。

69. 生活中的烦心事都是大同小异，每天都会有。然而，快乐的心情却是我们自己能够掌控的。

70. 生活中的很多苦难，一个人活着，有时太闲，有时太累。每一个人都有权利选择自己的生存方式，不需要所有人都能

接纳，既然有勇气选择，就应当有勇气面对，有勇气担负。

71. 生命告诉我们生来孤独，而灵魂却是告诉我们生来自由，生活只是让我们尝遍百味。

72. 生命中的诸多告别，比不辞而别更让人难过的是，一句再见过后，我们再也没见过。

73. 时间不会言语，却在沉默中改变了许多事，也证明了一切。我们要在当下，好好把握自己的人生，认真对待自己，让自己开心快乐。

74. 时间不仅让你看透别人，也让你认清自己。假如自己付出了，就不要后悔失去了那份情感，没有一个人一生只谈恋爱不做其他事情，或许就在你转身的时候，她离开了你，这样的事情是没法避免的，每日都在发生。不要相信那些爱情小说，因为我们是生活在现实中，而不是童话里，没有谁会等谁一生。

75. 世界上最心痛的感觉，不是失恋，而是我把心给你的时候，你却在欺骗我。

76. 谁也改不了，没人让你适应我，我也没义务迎合你。

77. 思冷月，忆清秋，明月凄凄照北楼。相思酒几瓯？爱凝眸，恨凝眸，爱恨无期千缕愁。忆情如水柔。

78. 所谓爱情，就是有那么一个人，能轻易地控制你的情绪；前一刻让你哭，下一刻又让你笑。

79. 天啊，能不能有点自己的主见啊，一味的迎合别人，真的很丑哎。

80. 我不怕所有枪口都指着，而让我绝望到无力的是你也在

其中，别人伤害我我无话可说，唯独你，让我心寒。

81. 我不屑于通过改变自己博得你的青睐。

82. 我藏不住秘密，也藏不住忧伤，正如我藏不住爱你的喜悦，藏不住分离时的彷徨。我就是这样坦然，你舍得伤，就伤。

83. 我疯狂的喜欢“带我走”这三个字，现在，再也不会任性的让任何人带我走，我学会了，自己走。

84. 我们都应该明白，有些人走了就是走了，不能挽留，更不能回头，你觉得新不如旧，他却早就弃旧从新。

85. 我是觉得一个人生活在一个群体里肯定或多或少要做出些改变的，只是不能一味的为了别人的. 喜好委屈了自己，总之活的开心就好啦！

86. 我是要有有多勇敢，才敢一直对你念念不忘。我是要有有多坚强，才能承受你的一伤再伤。

87. 我想你了，是那种打电话也解决不了的想，是那种一辈子都开不了口的想。

88. 我再也找不到一个合适的角色，来过问你的生活。你也再也没有资格，介入我的生活了。

89. 我在这个世界上活着，手无寸铁。没有人站在我身后，挡住汹涌的风浪。更没有人能站在我面前，挡住浩瀚的阳光。

90. 我最害怕的一件事是，看着我爱的人爱上另外一个人。

91. 我做过最勇敢的事情不是义无反顾地爱你，而是装作云淡风轻地听说你和她的爱情。

92. 无论什么时候，你所做的一切，就算你做的再好，也总有

人不满意。与其纠结别人的眼光，还不如定下心来做事。

93. 无论受了多少委屈，我只会把它憋在心里。不是不想说，只是不知道该怎么说，能和谁说。

94. 相爱时，我们总是拼尽全力地想给对方温暖；不再爱时，我们连多余的“再见”都吝啬得不想说一句。

95. 想呆在自己的小世界里不被打扰。不想为了迎合别人勉强自己。往往事情的结果却是。是也不是。

96. 小时候枕头上都是口水，长大后枕头上都是泪水；小时候，微笑是一种心情，长大后，微笑是一种表情。

97. 幸福的日子都觉得一样的平淡，无聊的日子各有不同的烦琐。

98. 也不想让自己有一点点的委屈。都是生来为人，你不为我，我为什么要那么顾及你的感受让自己委屈难受。

99. 也不想迎合别人了，去谁谁，爱干嘛干嘛，我超级超级讨厌自己现在这个样子。

100. 也不愿为了迎合他人而伪装自己。

101. 夜晚睡不觉还在想你，我们的愿望是否真的可以履行。

102. 一个人在路上徘徊时天突下大雨，街边的人在等伞，而我在等雨停。

103. 一句看似简单却值得所有人思考的话：接受平凡是多数人一生中最重要的事。

104. 一双鞋，刚买来的时候蹭上一点灰都要蹲下来擦干净，穿久之后即使被人踩一脚也懒得看一眼。爱情也是大抵如此。

105. 一些不经意间落入心田的情愫，温暖了时光，盈润了流年。

106. 勇敢做自己，不是别人想要什么，碍于面子，就让给别人；也不是一味地讨好迎合别人，患得患失，害怕没有做朋友的机会。

107. 有点心疼自己了，说好的不在意别人的看法呢？何必呢？每个人都坚持做自己。谁天生犯贱，活该委屈自己迁就别人。

108. 有时候，沉默是为了掩饰自己内心的难过，因为有些话，只需要对懂你的人说。

109. 有时候，我们就像仙人掌，防备了别人，孤单了自己。

110. 有时候女人需要一个男人，就像逃机者需要降落伞，如果此时此刻他不在，那么以后他也不必在了。

111. 雨水一滴一滴打在心上，泪水一滴一滴打在脸上，这是分离的节奏么。

112. 越来越愿意按照自己的意愿去过生活和人情往来。不想为了所谓面子委屈自己，也不肯因着世俗偏见迎合别人。就酱吧，还是觉得，开心最重要。

113. 在踏上社会前，我们每个人都是梦想家。在踏上社会后，许多人都只剩下了想家了。

114. 这么说吧，别人稍一注意你，你就敞开心扉。你觉得这是坦率，其实是因为孤独。

115. 真正让人难过的往往都是一些小事，就像是天上下了大雨，别人都有伞，而我只能在等雨停。

116. 职场生涯就是这样，一味的迎合别人自己会很累，一味

的做自己别人会很累。

117. 最初以为只是路人，没想到变成亲爱的。曾经以为最亲爱的，最后原来也只是路人。

118. 做人不一样。一味地迎合别人，最后只会变成失去自我的舔狗。

119. 做事也好，爱人也罢，稳定性应该比爆发力重要多了，习惯的坚持胜过三天的热情，永恒的平淡胜过瞬间的浪漫。

自己受委屈篇十八

2) 不敢爱不敢恨不如两清是我是我

3) 每晚想睡却睡不不着，早上想起又起不来。我们每天都要忍受着两件痛苦的事

4) 壹百个“我爱”难换壹句“我爱过”。前者让人笑，但不壹定真；后者让人哭，但是真情。

5) 每次看见，有很多话想跟说，可却说出口了

6) 有没有觉的越是迁就壹个人，那个人就越是得寸进尺

7) 无名指有条血管通向心脏

8) 每个单身的人背后至少藏着壹个让人心碎的秘密。

9) 那些放弃我的人，请记得我最后会笑着看们哭。

10) 有时候，让别人在乎的最好办法，就是不那么在乎他们。

11) 我知在我知爱恕我离开恕我不爱

12) 爱壹个人，就是心疼她脸上的'倔强，和那副故作云淡风轻的模样

13) 我是做好了和过壹辈子的打算，也准备好了随时说要走

14) 有时候我们不想忘掉那个人，是因为不甘心，不舍得。

15) 每次想找个人陪的时候，就发现有的人不能找，还有的人找不到。

16) 我现在努力认真只是我不想让未来的我轻视现在的自己

17) 如果有天我结婚了新郎不是就来闹我婚礼好吗

18) 如果说剪掉头发就是剪掉回忆，那我剪成光头是不是可以失忆，

19) 很多时候，不说，我也不说，就这样，说着说着就变了，想着想着就算了。

20) 总要经历过壹些背叛壹些心酸才能在最后把人心看明白

自己受委屈篇十九

岂能尽如人意，但求无愧于心，莫委屈自己。

——题记

人活在世，难免会出现分歧，岂能事事如他人意，有时做事真的要问问自己的心，只要心告诉你是无愧于人，何必去在意个别人的看法，人非圣贤，岂能十全十美。

有些人，只所以觉得生活毫无意义，不是因为他没有做出成绩，而是因为他为了做出成绩而过于委屈了自己。在官场上，

经常可以看到这样的画面，替长官挡酒时感觉像是千杯不倒的拼命三郎，可是，一回到家，就像一个被遗弃的孤儿，一个人躲在厕所舔着伤口，呕吐不止。何必为了一些名誉和权力，做着自己并不喜欢的事情，委屈自己来奉承别人。生活不会抛弃愿意努力的人，实打实好的人，靠巴结领导换来的一切，只会遭人言语，不胜反败。

记得曾看过一个故事，有一位家庭主妇，每日遭受丈夫的毒打，但是，她一直固执的坚持委屈自己来忍受丈夫，她觉得终有一天丈夫会看到自己的爱，理解她的苦心，结果却是她丈夫带着她给的所有存款和另外一个女人远走高飞了。委屈自己，假想可以实现一切，到头来只会一场空，得不偿失。趁自己还有能力，就好好的去拼搏，莫委屈自己去成全别人，你不是傻瓜，就不要总是去犯傻，生活不是演戏，永远没有彩排。

自己受委屈篇二十

- 1、因为她们懂得：人生很短，何必委屈自己。
- 2、只要心念一转，逆境也能成机遇，拐弯也是前进的一种方式。
- 3、有时候，我们就像仙人掌，防备了别人，孤单了自己。
- 4、8) 崭新的一周崭新的你，崭新的生活在等你。
- 5、不喜欢就是不喜欢，不想再委屈自己，违背自己的内心去迎合别人。
- 6、爱得早，都不如爱的时候刚刚好。
- 7、你在温柔的怀抱里笑靥如花，我在绝望的深夜里烂醉如泥。

8、别总因为迁就别人就委屈自己，这个世界没几个人值得你总弯腰，弯腰的时间久了，只会让人习惯于你的低姿态，你的不重要，这是一颗时光胶囊，封存。

9、但看到身边的朋友同学社会地位逐渐升高，财富积累越来越多的时候，他的想法开始产生动摇。

10、因为你太过于热情，所以总觉得别人对你都太冷漠，因为你太爱一个人，所以别人一个疏忽你都觉得那是不爱你了。多把精力放在自己身上，你会减少很多矫情的情绪。

12、我不想以后的生命里没有你，那样的. 人生还有什么意义。

13、我累了，再也不想迎合别人了，去谁谁，爱干嘛干嘛，我超级超级讨厌自己现在这个样子。

15、忙起来什么都不缺，空下来才知道什么都没有。

16、优秀的男孩和优秀的女孩，很难配上对，是因为他们喜欢揣测、喜欢等待、不擅长向前跨一步、迎合一下。

17、处境更艰难的我只能做人肉背为什么总委屈自己呢，迁就别人呢，怎样开心就按照自己的内心去做吧。

18、不必讨好别人，不管走在何处，都不要迷失自己。如果你讨厌我，我一点也不介意，我活着不是为了取悦你。

19、懵懂的时候因为不清楚人心会一味迁就别人现在回想起来迁就了自己也蛮辛苦还捞不了好不如做自己。

20、亲情也好、友情也罢、爱情也是，人与人之间的相处都讲究一个缘分。

21、不要刻意去讨好一个人，或是疏远一个人，喜欢你的会一直喜欢，讨厌你的也会一直这样讨厌死你。

22、不知还有没有要在追的可望。

23、无须看别人眼神，不必一味讨好别人，那样使自己活得更累。就算全世界都否定你，你也要相信自己。

24、不要去取悦别人，做好你自己。明月不要人赞叹，兀自明澈。阳光不要人爱慕，也自温暖。天空不要人擦拭，也能湛蓝。大地不要人拥抱，也会深心累。

27、带着你对我的好，滚出我的世界。

28、其实我多么期望你回我一句：你重要，我陪你。

29、我知道你也不愿意，消失在我的世界里。

30、如果爱纯属虚构不是真实，为何分开是难过的开始。

31、以吻转浓，以泪结束。

32、从今以后敢于面对，不合适的就放手，想说的话说出来！不要一直为别人考虑，迁就！没人能体谅你，懂你的委屈！何必让自己这么累！为自己活一次吧！

33、何必成全别人，委屈自己，该反驳就反驳，自己开心最重要，不是吗？

34、人生，不是欠别人太多，而是欠自己太多，如果自己做好了，求别人的时候就少了，如果自己做错了，还懒，人生苦短是骗人的，没必要耽误自己。

35、曾经我们拥抱过，现在，转头，离开，分手。

36、不想一次又一次的委屈自己成全别人，然而你阻挡不了别人的作为，所以你要学会拒绝，学会说不，要学会强硬的态度，要有坚定的立场，要有自己的姿态。

37、要经常反省自己，开阔心量，发自真诚地帮助别人、包容别人。最重要的是，不只恶的言行不说、不做，心里也不要起杂念。减少杂念是最要紧的事！

38、不要怪别人为什么总是伤害你，你自己为什么会一直允许这种事发生。

39、我笑自己疯疯癫癫，不听劝告的爱上你。

40、虽然有时没有朋友会觉得孤单，但一个人的生活最舒心。不必讨好别人，想怎样就怎样。

41、该失望的事从来没有辜负过我，每次都是认认真真的让我失望。

42、我们在别人的故事里开怀大笑，为何在自己的故事里泣不成声。

43、总是委屈自己成全别人，却因为有人可以倾诉的人，而不会觉得太悲惨。

44、从此以后，我不会像爱你那样爱别人了，我把爱情还给你，你把我仅有的骄傲也还给我吧。

45、真诚待人，凡事多为别人考虑，给别人带来帮助，快乐，不要一味的迁就自己。

47、每次我独立写完一篇大稿，他都会在发表时想尽理由在我名字前罗列上一串名字。

48、有时候很多事很多人不能追求完美，但也不能太委屈自己去迁就别人，我是不是该活的潇洒一点，我必须要去自力更生了！

49、若当初不识，不知，不爱，不恋，岂会这般患得患失，

贪得无厌。

50、我知道感情不能拿来比较，但无意中还是习惯用他拥有的来抱怨他所缺少的。