# 关于一个失眠的夜心情说说经典(推荐)(5篇)

来源：网络 作者：落花时节 更新时间：2024-11-25

*关于一个失眠的夜心情说说经典(推荐)一2、那些让你睡不着的心事，都会变成天上的星星。3、失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。4、把老师讲课的声音录下来，睡前听，你再也不会失眠了。5、一个人的失眠，一个人的空间，一个人的想念，两...*

**关于一个失眠的夜心情说说经典(推荐)一**

2、那些让你睡不着的心事，都会变成天上的星星。

3、失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。

4、把老师讲课的声音录下来，睡前听，你再也不会失眠了。

5、一个人的失眠，一个人的空间，一个人的想念，两个人的画面。

6、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。

7、我一个人失眠，一个人的空间，一个人的想念，两个人的画面。

8、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。

9、受够了，一个人睡不着，胡思乱想的时候，这是种折磨心里好难受。

10、夜深了，我以为一天的劳累又加班会很困，然而却是莫名的睡不着了。

11、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。

12、不知道这是第几个凌晨三点还不睡的夜晚，明明很瞌睡，却怎么也睡不着。

13、什么都做不到，哪怕说要早睡睡了结果半夜醒来睡不着接着就熬到了天亮。

14、山孤独时，雨会落下和它作伴。万籁俱寂的深夜，失眠的人听回忆讲故事。

15、下午睡太多觉不好，晚上容易睡不着，然后容易胡思乱想，然后容易想爆炸。

16、如今，在你的国度里，我是天方来客。我看到了森林的失眠，和田野的睡梦。

17、是因为想太多了吗？不知不觉又要天亮了，纵使迫着自己入睡、还是失眠了。

18、昨天又失眠了，睡前为什么要喝咖啡三点睡六点起感觉现在在地铁站做梦眩晕。

19、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。

20、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。

21、明明很想睡却睡不着，也不是有心事更没有什么好想的，就是感觉好困好困可是我还不能睡。

22、从小到大还是改不了一个人睡觉害怕的状况，睡不着，容易胡思乱想，早知道这样明天再来就好了。

23、再坚强的也有脆弱的一面，一个人，睡不着的时候，会胡思乱想。因为没有人所以才可以放纵自己的。

24、单恋一个人是什么感觉：就是此时此刻冷的不行我还失眠没有热水袋没有电热毯三床被子我还是手脚冰凉。

25、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。

26、每天都想多睡点我可是失眠了大半年的人了这段时间睡眠好好的再也没有不到五个小时就睁着眼睛等天亮的事了。

**关于一个失眠的夜心情说说经典(推荐)二**

1、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。

2、别动不动就付出真心，他给你的糖可能也给过别人。

3、你越在乎，你失去的就越多，当一切结束的时候你就越心碎。

4、一个人的夜晚，要怎么学会与孤独相处呢?夜真的太长，心真的好累，好想结束这样的生活。

5、最怕和自己在乎的人慢慢变远;变淡、变陌生的过程;真的是发自内心的疼!

6、说出口的伤痛都已平复，绝口不提的才触及心底。

7、关上一盏灯，心就开始慢慢刺痛，夜晚始终还是悄悄来到，每日都饱受这般折磨，人生真的好累。

8、有时，与其说是失眠，不如说是想用清醒惩罚自己。

9、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。

10、总是在老歌里，我才会充分意识到自己的温情。流金岁月，配上简单的老歌，也便配上了真实的悲欢。

11、眼中总是会不经意的流起泪水，在每个失眠的夜晚。

12、日子总是像从指尖流过的细沙，在不经意间悄然滑落。那些往日的忧愁和悲伤，在似水流年的荡涤下随波轻轻地逝去，而留下的欢乐和笑靥就在记忆深处历久弥新。

13、过敏焦虑失眠，多事之春，这个四月很残忍，这个四月不美好。

14、凡世的喧嚣和明亮，世俗的快乐和幸福，如同清亮的溪涧，在风里，在我眼前，汨汨而过，温暖如同泉水一样涌出来，我没有奢望，我只要你快乐，不要哀伤。

15、我从不承认孤独是由于卓杰，任何一个平凡人都有欲罢不能的孤独之痛。

16、只断了翅膀的蜻蜓掉进了古老的森林，我的眼里没有丝毫的同情。

17、想到国庆七天可以吃吃睡睡，我就激动得睡不着觉!

18、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

19、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。

20、夜很长，思念的烦恼更加痛苦，一个人的就这样胡思乱想着，好想快点结束这样的日子，愿早日成真吧!

21、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。

22、人最大的痛苦就是心灵没有归属，不管你知不知觉，承不承认。

23、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。

24、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。

25、夜半了。仅管有在多委屈，也让它埋藏心底、不愿意打扰任何人!

26、零星的时间，如果能敏捷地加以利用，可成为完整的时间。所谓“积土成山”是也，失去一日甚易，欲得回已无途。

27、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。

28、我们曾经追求过幸福，至少我们见过幸福的背影。

29、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。

30、必须记住我们学习的时间是有限的。时间有限，不只由于人生短促，更由于人的纷繁。我们应该力求把我们所有的时间用去做最有益的事。

**关于一个失眠的夜心情说说经典(推荐)三**

1、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。

2、失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。

3、我非常痴心，独自一人难以入睡，只有似水般皎洁的月亮与我相伴。

4、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。

5、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。

6、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。

7、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。

8、失眠的人，只要不是个笨蛋，肯定是个天才。

9、我一直在千方百计的制造疼痛好让自己时刻回复清醒常态我一直在悄悄的失眠深夜里揉着仍然青肿的膝盖淡定情绪日复了一日又一日

10、不是我性格开朗，其实我也有忧伤，有许多失眠的日子吞噬着我，只是我喜欢笑，喜欢空气清新，阳光明朗，我愿意像茶，把苦涩留在肚里，散发出来的都是清香。

11、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。

12、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。

13、你在我心里面陪我失眠，可是却不在我身边。

14、烟已经抽到第三支了，摁灭烟头的时候嗓子里的烟的呛的我想流泪。看着烟灰缸里那些散发着余温的烟头，我突然感到了一种恐慌。时间如果是一支烟，我不知道自己还能燃多久，但终究会灭的吧，也会像这些烟头一样的，被我毫不留情的倒进垃圾筒。

15、黑夜勾引着失眠犯罪，清醒的人抓不到安睡。

16、痴心绝对，孤枕难眠，奈何水月来相伴。

17、我的脸，在镜子里瘦了一点，这几年，总治不好惯性失眠。

18、回忆是件很累的事情，就像失眠时怎么躺都不对的样子。

19、近段时间的失眠让我痛苦不堪，我自信是那种心地坦荡的人，我也很羡慕那些没心没肺的人，因为他们能睡的很好。不会像我，在睡觉之前还要思这想那的。记得有个朋友说我一个人在这边不要太过于自闭了。他是了解我的，但却不幸被他言中。

20、失眠遗失了一句永远地球转速没增减

21、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。

22、一口茶等于一个大半夜。甘苦，提神！

23、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？

24、深夜睡觉的在做梦，醒着的在梦想。

25、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”。

26、天刚刚破晓，我慢慢睡着

27、你沉迷于失眠，是因为失眠证明你还相信爱情。

28、我找不到能够催眠的方式，于是只能选择欣赏夜间的寂寥。

29、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。

30、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。

31、你自信于你的全部，不困就别睡；即使赖在床上，也不曾安乐。

32、我种下一颗思念然而却长出一株失眠可惜它的花期总长不到明天像极了你说的昙花一现

33、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。

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、相视一笑泯恩仇，有的时候真的是这样的感受，说不出的寂寥，说不出的无助，只好一个人静静的去体味。

36、这又是半夜醒来的第几个夜晚了

37、我总觉得现在象喝醉就的人。写的毫无章法，这是心的痛。

38、伤神如斯，星空易对，小瞧相思尝来苦。

39、失了眠的夜，是最纯粹的安静。

40、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。

41、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。

42、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。

43、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。

44、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。

45、雾夜晓风月色影渐残，空有爱恨皆嗟叹。

46、一个人蜷缩在沙发上，无法入睡，脑子里想着莫名其妙的问题，黑暗犹如一张巨大的蛛网把自己包裹在内，厚厚的棉被里，掏出手机，翻阅以往所拍照片，各种画面。

47、眼中总是会不经意的流起泪水，在每个失眠的夜晚。

48、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

49、每个人都有睡不着的时候，不是不想睡，是有太多的纠缠，太多的放不下。不是不累，而是有太多的苦衷，太多的负累。心不静，则意乱，意乱则神迷。清水无忧，皆因随性，落叶无憾，皆因心空。放下所有，夜来赏月，秋来临风，一曲云心禅心，一杯薄酒共月明，人生，就是半梦半醒！

50、有一种感觉总在失眠时，才承认是相思。

**关于一个失眠的夜心情说说经典(推荐)四**

1、我最喜欢听的就是你坏消息，如果你死了，我想我不会失眠了。

2、你真的很奇怪，烟对你不好你喜欢，酒对你不好你喜欢，熬夜对你不好你喜欢，我对你好你却不喜欢。

3、一个人的失眠，一个人的空间，一个人的想念，两个人的画面。

4、我多么害怕习性了谁的好，然后他又玩笑般的离开。

5、我以为已经把你忘记，可是每个夜里我都念着你的名字无法睡去。

6、心若简单，生活就简单;心若复杂，生活就充满痛苦。

7、黑夜的人见不了光，如同夜行人一样。

8、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。

9、相逢又告别，归帆又离岸，是往日欢乐的终结，未来幸福的开端。

10、情之一字，不知所起，不知所栖，不知所结，不知所解，不知所踪，不知所终。

11、谁，触我心弦，弥漫成一地红尘，点亮静夜的星空。

12、话说出来可以暖人心，又有几分是真情。

13、半夜睡不着觉，突然想起了了小时候写作文，总写晴空万里无云，却从未关注过，今天突然看见。

14、别离的泪水，为记忆的长河增添新的浪花;别离的祝福，为再一次相聚拉开了序幕。

15、多年后，再回想年少时的迷茫和执着，或许原因都记不得了。

16、有没有一个人，你想见，却又见不到;有没有一个人，你想爱，却又不敢爱;有没有一个人，你想忘，却又不舍忘。

17、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。

18、我不敢触碰的不是酒，而是酒后想你的心，思绪逃不出你的脸，不断的，强烈的，清晰的一遍遍，奔我而来，今夜，我承认，我失眠了。

19、我除了睡觉时间不想睡觉，其余时间都想睡觉。

20、比起没有人爱我，我更怕有人爱过我，但是后来不爱了。

21、黑夜勾引着失眠犯罪，清醒的人抓不到安睡。

22、失望到极致是想说一长串证明自己的话，可是话到嘴边却又变成了苦笑，觉得再没有任何必要，说一个字都觉得多余。

23、有些人失眠是为一件事，有些人失眠是为一个人。

24、每晚失眠只为想一人的北鼻在哪里。

25、以朋友的名义爱着一个人，连吃醋的资格都没有，有多喜欢，就有多心酸。

26、把老师讲课的声音录下来，睡前听，你再也不会失眠了。

27、我不是他的天下。他却是我唯一的信仰。

28、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。

29、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。

30、失眠的最可怕之处，不在于让人毫无倦意不能入睡;而是会不可逆转地恶化到更严重的境地：遗忘。

31、没想到我竟是一个喝了焦糖玛奇朵都会失眠的.人。

32、最近经常失眠，基本没有睡过一个好觉，是我最近压力大么?

33、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。

34、失眠，午夜唱情歌，心痛来找我!

35、总有一个人，他的一句话就能让你往死里难受。

36、再一次的不知所措，再一次的失眠，再一次的影响到了我的心情，无法确认，期盼着，许久未曾出现的一切又都慢慢涌现出来。

37、不论是在哭着思念;还是在笑在着思念;在思念的这个时候;心里都会心无旁骛。

38、叫失眠别闹了，别人都睡了那么久那么久了。

39、以后下午之后绝不喝咖啡，喝浓茶，失眠太痛苦了。

40、一个人的失眠、一个人的空间、一个人的冒险、一个人的座位、一个人的想念、两个人的画面。

**关于一个失眠的夜心情说说经典(推荐)五**

1、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。

2、半夜睡不着，感叹一下我男神真可爱。

3、失眠是一种病失恋是一种痛

4、最近真是泡在酒坛里了～好困却睡不着。

5、好困好累，却睡不着，真的是自虐，哎。

6、闹钟在嘀嗒嘀嗒，耳边鼾声如雷。好困，却睡不着。

7、白天加白班，不瞌睡；晚上加晚班，睡不着。（白加黑）

8、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。

9、最怕没有问候的分别最怕夜里的无端思念最怕晚安之后各自失眠。

10、每天眼睛不放点水，硬是睡不着。

11、那些让你睡不着的心事，都会变成天上的星星。

12、我睡不着，天是醒着的，我也是醒着的。

13、半夜睡不着觉把心情哼成歌只好到阳台找另一个梦境。

14、上课可以治疗同学们的失眠。

15、总在失眠与嗜睡两极游荡。

16、大半夜睡不着，去便利店买点好吃的带回家～

17、最近对咖啡特别敏感，已经连续天因为喝了咖啡后失眠了…纠结啊…

18、喝了咖啡后不止失眠，胃还不舒服，时髦不起来……

19、每天都想多睡点我可是失眠了大半年的人了这段时间睡眠好好的再也没有不到五个小时就睁着眼睛等天亮的事了。

20、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。

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！