

2023年人到中年感悟 人到中年的感悟短句条(通用8篇)

公司宣传语需要与公司的企业文化和市场定位相契合，呈现出公司的独特魅力和价值观。在编写宣传语时，要注意语言的简练和表达的易懂，避免使用晦涩难懂的词汇。以下是小编为大家收集的公司宣传语范例，希望能够给大家提供一些创作灵感和参考。

人到中年感悟篇一

45、生命不可能有两次，但是许多人连一次也不善于度过。

46、运动使人充满生机活力，音乐使人充满浪漫快乐，思考使人充满智慧理智。

47、人到中年不得已，保温杯里泡枸杞。枸杞难挡岁月催，杯里再加点当归。当归难挡岁月刀，人参鹿茸配小烧。人身鹿茸不管饱，还得腰子加肾宝。

48、人生是一个旋转的阶梯，我们不可能在一生中平步青云，坎坷磨难艰辛，说不定在什么时候就会蚕食我们内心的一些快乐和美丽。所以，我们决不可失去快乐的心，失去追求希望的勇气，更不可丧失一双与风雨搏击的翅膀。路没有尽头，人生更不会因一时的不幸和痛苦而步入绝境。

49、有一天，你会感谢所有折磨你的人和事。没有受过折磨，我们不会成长，不会变得成熟，也不会拥有智慧。不要被所有的折磨打倒，你要用这些折磨来自我提升。长夜哭泣之后，你会感谢所有折磨过你的人，是他们成就了你。

50、人到中年时，我懂得了人生如梦往事如烟，离愁别绪时一切随缘。

51、人到中年，就会学着自己和自己和解。比如我和我的胸。

52、今天与大学室友重聚，微信群里发了一张我的近照，看过之后悲伤至极，人到中年的油腻，好长一阵的想吐，发自内心的。悲伤至极。

53、两个人在一起，开始总是惊心动魄，患得患失，随着深入了解，神秘感褪去，慢慢会失去新鲜感，激情归于平淡。这时，沟通最重要，也许不再为对方牵肠挂肚，可是有一种默契是在充分交流和信任后产生，和一个磨合很好的伴侣在一起，放松而踏实，是爱情的美好体现。时间虽然消磨激情，同时，时间会积累深情。

54、要感谢给你提意见的人，他使你成熟；要感谢给你造困境的人，他使你坚强。

55、人到中年，女人不要示弱，因为没用，除了自己，谁也不会真心帮你。

56、生命如流水，只有在他的急流与奔向前去的时候，才美丽，才有意义。

57、胜不窃狂，挫不言败，不轻犯险，不易冒进，不松懈，不停顿，困苦都在脚下，未来终是美丽。

58、人到中年才知道：缺钱不算最苦的，苦也就苦在脸上。而缺少爱，才是苦在心里的，苦透苦透了。

59、也许，曾经有过努力，有过坎坷，不管怎样，对现今都有属于自己的认识自己的感悟。都想通过努力改善生活，获得美好，不论能否达到。总有些人悄悄道来，默默地等，如灯照亮了我们的行程，温暖了我们的人生。更多的人匆匆的出现，急急地走远，如流星，没有永恒，却有瞬间的光辉。

60、人到中年才知道：好听话只能给说给别人，自责唯有反悔时自己领受。

61、叶落无声，如同人到中年，褪去了躁动，磨去了棱角，多了几分静谧祥和。

62、人生几十年，转眼一瞬间，如果豁达，就会快乐。如果计较，就会烦恼。如果徘徊，就会心累。如果放下，就会轻松。如果理解，就会宽容。如果忙碌，就会充实。如果勤奋，就会成功。如果看透，就会成熟。如果知足，就会幸福。

63、人到中年。女人有事做，男人有钱花，总的来说，都不能胖。

64、无论在世界什么地方，钱，永远都是最有效最直接的通行证。

65、不要怕，能说的立即说，能做的马上做，不要瞻前顾后畏首畏尾，你今天不做的，或许就是永久的心结；不要悔，路是自己选择的，走过的，错过的，都是自己的情愿。我走过动荡日子，追过梦的放肆，穿过多少生死，却假装若无其事，穿过半个城市，只想看你样子。

人到中年感悟篇二

1、感悟：看一轮皓月如何将岁月的影子拉长，看流萤的美好将彼此的双眼缠绕。人生就像是旅行，不必在乎目的地，在乎的是沿途的风景以及看风景的心情！穿越时光的隧道，感受岁月的苍桑，一路与你风雨兼程。

2、感悟：每个人都有两个自我，一个在黑暗中醒着，一个在光明中睡着。有些人与事，是你必须要路过的驿站，好坏、成败聚散、爱恨，都无所谓，它只帮你尝遍人生百味，阅尽世间百态，看淡世事冷暖。所有的经历，都是催熟的良药。

重在当下，不论未来如何，今后怎样，实实在在地抓好今天，就是装点了今后，美化了未来。

3、感悟：有时我也会迷惘，面对繁杂的世事。人生，就是一道难解的题，边走边解，能解就解，不能则不解，放下，慢慢再解。事情，不因你烦恼而顺利，不因你不快而变易，学会放下，懂得看开、看淡。真的放开，一切也容易了。

4、感悟：有些人在你的生命中来了又去，这并不稀奇。可总觉得有句话想说，却死活想不起来要说的是什么。再见面笑着聊天，春天正好阳光正好，道别转身，却不知为什么眼泪掉下来。这才想起要说的话：“谢谢你曾走进我心里。”不管对方听到没听到，都没关系。

5、感悟：一切都在于选择，我们在学习真诚的时候，也在学习背叛，一个人如果永远不能背叛自己，那么他就永远不会有明天，他就只能活在过去。

6、感悟：不管什么样的选择，都意味着一种人生的历程与况味，我们没有办法预知某种选择的机会成本，人生这条单行道的最终，赋予它意义的应该是我们自己。心中怀有使命感，失落感，危机感的人才是不平凡的人。若时时原谅自己，必常常迷失自己；若处处善待自己，必屡屡失却自己。

7、感悟：你对自己好，就会变得更出色，在别人眼里，更加有价值。而你对别人付出太多，自己就会变得更薄弱，你的利用价值完了，也就完了。所以，学会爱自己，宠自己，把更多的机会留给自己。别总是对别人太好，老想着取悦别人，你越在乎别人，就越卑微。只有取悦自己，并让别人来取悦你，才会令你变得更有价值。

8、感悟：什么是人生关键性的一刻——是一个决定；是一次选择；是向左，还是向右；是继续，或者放弃。——是跟过去告别的一刻；是勇敢擦拭伤口的那一刻；是抉择未来的那

一刻。——要开心，先要“开”心。

9、感悟：我们总是在事后才明白，懂生活，很难，会生活，更难。许多人过日子总很累。不管是身边人做什么，都会让她劳心劳力伤心伤神。其实这世上，哪有这么多不如意，只不过是你的心思太重，想的太多而已。

10、感悟：不属于自己的。看一眼都会觉得累。人们都向往和寻找快乐，其实快乐就是一种心情，秘密隐藏于人的心中。快乐从不曾远离我们，而是我们远离了快乐。原本单纯的心，一旦复杂起来，快乐和幸福就会远离而去，烦恼和忧愁就会随之而来。

11、感悟：做你自己喜欢的事，哪怕别人都笑你傻，你也完全可以全身心地去做，只要你喜欢，只要做这件事会让你快乐！只有你的快乐才是你该在乎的；别怕别人说什么，除了帮你快乐的话，你都可以不听。这样你的心就简单了，事就简单了，你的快乐就多了。

12、感悟：人生是一个车站，进来了，出去了；昨天，是一道风景，看见了，模糊了；时间是一个过客，记住了，遗忘了；生活是一个漏斗，得到了，失去了；情谊是一桌宴席，热了，冷了；迷惘是一种态度，放纵了，收敛了；生命是一种坦然，也哭了，也笑了。

13、感悟：生活需要磨练，人生更需要洞悟。芝兰生于幽谷，不因无人问津而不劳，梅花开于墙隅，不因阳光不照而不香，流水绕石而过，不因山石之阻而纷争，这是一种淡定的宁静；高山无语，深水无波更是绚烂至极归于素净质朴，宁静深沉的境界。真实的淡泊是对自己人格与情的冶炼，是在纷扰的尘世中物我两忘。

14、感悟：人们更容易和自己亲近的人发火，而不是他们讨厌的人。所谓亲近的人，就是大部分时间和他们在一起的

人——这一点很重要，这说明我们发火往往是因为我们对自己亲近的人有更多期望，或者说，想从他们那里得到更多东西。

15、感悟：轻名利重内心，打造一座永不轰塌的内心世界，内置诗书万卷，思想万千，对城墙外的名利笑笑而视，生活将别有一番景致！

16、感悟：不要在意别人在背后怎么看你说你，编造关于你的的是非，甚至是diss你。人贵在大气，要学会对自己说，如果这样说能让你们满足，我愿意接受，并请相信，真正懂你的人绝不会因为那些有的、没的而否定你！

17、感悟：在回首间，才忽然发现，原来，我一生的种种努力，不过只为了周遭的人对我满意而已。为了博得他人的称许与微笑，我战战兢兢地将自己套入所有的模式所有的桎梏。走到途中才忽然发现，我只剩下一副模糊的面目，和一条不能回头的路。

18、感悟：别把欲望与理想混为一谈，欲望的尽头是物质的拥有，理想的终极是精神的充盈。占据的东西，就算再多，皆会离你而去，攥得再紧，到最后你都是两手空空。我们要学会选择，能够填补心灵空虚的，不要轻易错过；要学会糊涂，别斤斤计较，莫计人生小帐；要学会放弃，诱惑难成机遇，负重必滞步履。

19、感悟：我们总认为生活中有太多的苦，其实只要你认真去咀嚼，甜蜜快乐的花絮也会漫天飞舞；我们总感觉心灵承受着无尽的累，是因为我们放大了欲望，追逐了过多不属于自己的，或者自己不需要的东西。用单纯的眼看人生，你会少了许多莫名的烦忧；用幸福的脚印丈量生活，你就会步履轻盈而洒脱。

20、感悟：人活着很多时是在为别人而活，其实生活是自己

的，真不应该只活给谁来看。你笑，别人也不一定会祝福你的幸福快乐。你哭，别人也没有理由一定要帮你拭干泪水。人生，需要有一些时刻，慢下来，静下来，听花开的声音，观叶绽的曼妙。告诉自己，活着，真好。

21、感悟：其次我们要常常自省内心世界！保持乐观积极的心态，不为外界的风吹草动纠结于心，正确看待得失，就算身体外的金碧辉煌瞬间倒塌，内心所形成的淡然豁达还是岿然不动，依旧为人生航向掌舵！

22、感悟：要学会保持性格的独立，不要过分依赖谁，别把自己当成藤蔓，没有谁是你长久牵绕的树；要学会扞卫人格的尊严，别轻易冲破原则的底线，否则你只有一路的堕落；要学会守护品格的高洁，别让灵魂动辄经受道德的拷问，那样最终你会跌入劫难的迷途。要知道，你笑了，有人会陪你笑；你若哭，只能独自去流泪。

23、感悟：我们那时尽管年少无知，太容易把欲望当成爱，其实最爱你的那个人，只有在懂得责任的时候才会出现我们有的时候真该感谢生活，它赐给了我们这么多的磨难，人总是在痛苦之后才懂得生活的意义。

24、感悟：时间永远是旁观者，所有的过程和结果，都需要我们自己承担。向前看是梦想和目标；向后看是检验和修正。有多少事，如果当初回头看看，就会做得更好；有多少抉择，如果能回头一思，可以免去多少错误和遗憾。回头，其实身后也写着前方的路。

25、感悟：当我们戴久了面具，等摘下面具时却发现——其实我们的脸早就跟面具一样了。如果失去可以不可惜，那么不会总在苦苦中挣扎挽留；如果失去可以真的无所谓，缘分不会还在你的天空；如果好多话可以说出口，那么不会这样总是一个人沉默太久。放下包袱，忘却一切烦恼，开心度过每一天。

26、感悟：怀着乐观和积极的心态，把握好与人交往的分寸，让自己成为一个使他人快乐的人，让自己快乐心成为阳光般的能源，去辐射他人，温暖他人，让家人朋友乃至更广阔的社会，从自己身上获得一点欣慰的理由。

27、感悟：一个卖瓷碗的老人挑着扁担在路上走着，突然一个瓷碗掉到地上摔碎了，但是老人头也不回地继续向前走。路人看到觉得很奇怪，便问：“为什么你的碗摔碎了你却不看一下呢？”老人答到：“我再怎么回头看，碗还是碎的。”。

28、感悟：所谓成长，就是把原本看重的东西看淡一点，原本看淡的东西看重一点。人生就像蒲公英，看似自由，却都是身不由己。云来雁往，为寻一场归宿。错失了的幸福，就不要了，那不是幸福的归宿。好好赶路把，还有下一站的幸福。过去的，别留恋了。得到的，好好珍惜。

29、感悟：人生如梦，岁月无情。蓦然回首，才发现人活着是一种心情。穷也好，富也好，得也好，失也好。一切都是过眼云烟。不论昨天、今天、明天，能豁然开朗就是美好的一天。不论亲情、友情、爱情，能永远珍惜就是好心情。

30、感悟：形单影只的人仍然可以享受着闲情逸致的快乐。乐山乐水各不相同。爱静的人可以看书、听音乐、上网、写作、画画、搜集各种收藏品。爱动的人则不妨去练习舞蹈、慢跑、爬山、游泳。好好年轻一把，增加经验，丰富阅历。只有在经历过真正的年轻之后，转而投向专注的世界。

31、感悟：我们在乎那个人，才会用心和用感情去跟他吵架，情侣之间的吵架，是种新的发现，一种生活的调剂，也是种了解。年轻的时候，我们每次吵架都以为会分手，长大之后，吵架不再是一种发现，一种调剂，一种了解，而是一种互相依存。

32、感悟：有些痛苦，可以挂在脸上让人知晓，有些只能埋在心底独自承受。有时候，刻在心上的比写在脸上的更痛苦，因为它损伤了你的骨髓和精神。我们常关注那些脸上痛苦的人，毫不吝啬地怜悯和慷慨；而对那里心里痛苦的人，我们又会忽视甚至冷漠。这个世上最难的，不是你伸出援手，而是走进他人心里。

33、感悟：结婚，就找一个性情稳定的人，你们各自上班下班，过朝九晚五的生活。你们一起在领工资那天，快乐的大吃一顿犒劳自己。你们手牵手去银行，存你们每个月的爱储蓄，给将来的小baby开着你们小排量的大笛笛，看着存折上的小数点，满足于你们小小的幸福。

34、感悟：这个世界上的人们，都在努力的表现自己，都在尽可能的说服别人，都在不停的说。但实际上，自己的生活真的需要旁人来理解吗？做人么，关键是要自己舒服，而不是让别人看的舒服。我们过自己的日子，又不是演戏，干嘛需要掌声和理解呢？所以呢，安安静静的做人，平平淡淡的生活。

35、感悟：常常有朋友说对生活感到迷茫，看不清前路。其实，每个人都有迷茫的时候，只是不要迷茫太久，要努力寻找出口。如果一味的迷茫，将之上升为逃避，那就成了一种借口，借口，最终欺骗的，还是自己。所以，别让迷茫蛊惑了自己，只要心中有岸，就会有船，就会有渡口，就会有明天！

36、感悟：人的一生中，都会沐浴幸福和快乐，也会历练坎坷和挫折。幸福快乐时，我们总是感觉时间的短暂；而痛苦难过时，我们却抱怨度日如年。幸福和痛苦本来就是双胞胎，痛苦往往与幸福并存。学会享受幸福，也要学会享受痛苦，享受幸福会增加你的成就感，享受痛苦则会提高你的自信心和忍耐力。

37、感悟：生活不可能像你想象得那么好，但也不会像你想象得那么糟。我觉得人的脆弱和坚强都超乎自己的想象。有时，我可能脆弱得一句话就泪流满面，有时，也发现自己咬着牙走了很长的路。

38、感悟：生活的滋味，甘苦互依，咸涩共存；人生的道路，阡陌交错，五味杂呈。走过崎岖，才知平坦；经历风雨，方见彩虹。挫折时，从容乐观地面对；失意时，淡然优雅地转身。我们要学会在阴霾中找寻温暖，在暗夜中探求光明，咀嚼平淡如水的生活，领略四季起伏的风景，走出属于自己的人生。

39、感悟：每个人都有自己的生活，没有必要去跻身别人的生活，活好自己最重要，因为没有人会替你活。每个人的一生会有很多领悟，关于人生、关于梦想、关于亲情、关于爱情，但我想，这一生我最难参透的并不是以上那些，而是你。关于你，我甚至不能说掌握了一点点。

40、感悟：一个人越成长就越觉得很多东西不必看得太重，比如外界对你的期望，比如无关紧要的人对你喜欢与否。过分看重就会让你迷失自我，仅仅是活出了他人帮你定义的成功。为了讨好别人，踮着脚尖改来改去，而被别人绑架了人生。一路走下来，才明白真正的魅力不是你该变成谁，而是你本身是谁。

41、感悟：你要学会权衡利弊，学会放弃一些什么，然后才可能得到些什么。有些人是有很多机会相见的，却总找借口推脱，任何能够去担负大责任的人，往往也都是那些别人愿意帮助他的人，因为他知道在困难时如何才能获得他人的援助，知道如何把任务分配给别人，而他只做那些别人无法替他做的事。

42、感悟：人在孤身逆旅中最易感怀人生，因为说到底，人生在世也无非是孤身逆旅罢了。聚散乃人生寻常事，却也足

堪叹息。最可叹的是散时视为寻常，不料而聚无日，一别竟成永诀。或者青春相别，再见时皆已白头，彼此如同一面镜子，瞬间照出了岁月的无情流逝。

43、感悟：不要老沉溺在自己的情绪中，别怨天尤人，不要把所有时间都花在剖析与朋友的感情和对未来的惶恐不安上。想整天乐呵呵心情变开阔，走出自己狭隘的生活圈，活得真切，秘诀就是都去做好事，经常原谅别人。这样你会越来越开心。这绝对是真的。

45、感悟：在痛苦中微笑，我们坦然了；在绝望中重生，我们成熟了；在厄运中崛起，我们坚强了；没有阳光，学会享受风雨的洗礼；没有鲜花，学会感受泥土的芬芳；没有掌声，学会领悟独处的境界。

46、感悟：青春的脚步就如行云流水，许多看似拥有的，其实未必真的拥有。如果你只是等待，发生的事情只会是你变老了。花儿不为谁开，也可以为自己开，世界不为谁存在，也可以为自己存在。无论日子过得多么窘迫，都要从容地走下去，不辜负一世韶光。

47、感悟：花开一季，人活一世，不管你如何爱一个人，都不要过分依赖一个人，有时候，一个人的失踪，孤独了一个世界。当分别来临，你失去的不是某个人，而是你精神的支柱。无论何时何地，都要学会独立行走，它会让你走得更坦然些。

48、感悟：有些人总是渴求尽善尽美，不允许自己去犯一点错。结果，迟迟的不敢决定。还可能还有一部分人依赖性过强，习惯了跟着他人的步伐，自己遇到事情后，很难做出决断。不管是怎样，别去丢了自己，记得来时的路。我们都是要找到自己，并且是要成为自己。

49、感悟：人啊，就是没有什么，就想要有什么；有什么却

不珍惜什么；失去了什么才明白了什么；明白了什么也挽回不了什么了。有时候，直到一些珍贵的时刻变成了回忆，你才会真正意识到它的价值所在。

50、感悟：我问：遇到深爱的人，却怕把握不住怎么办？佛曰：留人间多少爱，迎浮世千重变；和有情人，做快乐事；别问是劫是缘。我问：如何才能如你般睿智？佛曰：佛是过来人，人是未来佛；我也曾如你般天真。我问：世间为何太多遗憾？佛曰：这是一个娑婆世界，娑婆即遗憾；没有遗憾，给你再多幸福也体会不到。

人到中年感悟篇三

1、斑斓的爱的色彩，被缕缕的炊烟淡化、遮蔽、漂洗成一片灰白。而生命的困惑与感慨，却在夕阳的余晖里沉淀、滤化，幻变成一种超然与洒脱、宁静与淡泊。不管前方的路还有多远，霜白的爱定会在风雨中兼程并进，共享安泰。永不懈怠！

2、看脚下，水，积成了一面镜子，那里面，游弋着一条美丽的彩虹，鲜润，丰美。

3、不必讨好所有的人，正如不必铭记所有的昨天。时光如雨，我们都是雨中行走的人，找到属于自己的伞，朝前走，一直走到风停雨住，美好晴天。

4、我年轻时想变成任何一个人，除了我自己。

5、一个人总是仰望和羡慕着别人的幸福，一回头，却发现自己正被仰望和羡慕着。其实，每个人都是幸福的。只是，你的幸福，常常在别人眼里。

6、生命不可能有两次，但是许多人连一次也不善于度过。

7、告别的时候，尽可能轻一点，最好感觉像一个玩笑，让彼此感觉还有以后。

8、因此，人到中年，就应学会去承受、去分担，承受生命里的苦难，分担爱人肩上的重担。人到中年，就应学会去珍惜拥有的情缘，去发现挖掘身边的幸福源泉！人到中年，就应抛却性格的幼稚与执拗，做一个清醒的糊涂人，大智若愚，学会放弃，往往能让你早日觅到快乐的真谛。人到中年，知道了一切要顺其自然，忘却幽怨。人到中年，知道了如何去与人为善，善待家人、善待朋友、善待自己！人到中年，也知道了如何在奉献中体验生命的价值，如何在付出的汗水里，提取劳动的快乐，体验人生的飞跃！

9、人到中年才知道：不再有少年的狂妄、青年的浪漫，更多的则是对生活的感悟和理解！

10、一切皆可以变，唯有我们的理想不能变；一切都可以长，唯有我们的傲气不可以长；一切都可以老，唯有我们年轻的心不能老；一切都可以退，唯有我们前进的脚步不能退。

11、人到中年，还不知道在公共场合保持安静，中国人的素质在这样场合下特别能表现出来自身素养。

12、人生中出现的一切，都无法占有，只能经历。我们只是时间的过客，总有一天，我们会和所有的一切永别。深知这一点的人，就会懂得：无所谓失去，而只是经过而已；亦无所谓得到，那只是体验罢了。经过的，即使再美好，终究只能是一种记忆；得到的，就该好好珍惜，然后在失去时坦然地告别。

13、世上没有一件工作不辛苦，没有一处人事不复杂。不要随意发脾气，谁都不欠你的。学会低调，取舍间必有得失，不用太计较。学着踏实而务实，越努力越幸运。当一个人有了足够的内涵和物质做后盾，人生就会变得底气十足。若是

美好，叫做精彩，若是糟糕，叫做经历。

14、人到中年，不油腻的男人和不乏味的女人，都稀缺。

15、岁月无痕，人生酸苦，总有一份难忘，也有一份懂得，失去、也是一种喜欢，放下，也是一种爱情，人生没彩排，但是有属于自己的将来。

16、你若需要时间，还得自己把他造出来。

17、人到中年，就会学着自己和自己和解。比如我和我的胸。

18、人生坎坷，风雨，永不停息。努力拼搏，战胜自己，无怨无悔。

19、一辈子，总有一个人失落的时候，一瞬间，总有一个凋零的心，别笑话别人，别耽误自己，总有一个定格自己，问自己的人。

20、人到中年不得已，喝啥都要配枸杞，枸杞难挡岁月催，还得往里加当归，当归难挡岁月刀，人参鹿茸配小烧，人参鹿茸不管饱，还得腰子加肾宝。

21、没有谁会知道明天的样子，也许是今天的复制，也许是昨天的粘贴，但是既然你选择了远方，就风雨兼程吧。

22、时光在不经意中流逝，翻开旧日的笔记，字里行间充满着情深意境的交错。

23、懂的时候，别人已经放弃了，失去的时候，别人已经离开了，得到的时候，已经看不见未来了。

24、没有人为了别人，付出太多，没有人为了自己放弃太多，只是因为现实，只是因为人生路远。

25、人生最低的境界是平凡，其次是超凡脱俗，最高是返璞归真的平凡。

26、人生在世，无法预知未来。幸与不幸，总须坚持到最后才能知道。所以，人生的好坏都取决于心态。你的心态好，坏事变好事；你的心态不好，好事也变成坏事。

27、人到中年，多花时间努力，少点功夫矫情。

28、难过了悲伤一下没关系，想哭了哭一下没关系，心疼了疼一下没关系，一个人孤单一下也没关系。给时间一点时间，一切都会过去。

29、不要怕，能说的立即说，能做的马上做，不要瞻前顾后畏首畏尾，你今天不做的，或许就是永久的心结；不要悔，路是自己选择的，走过的，错过的，都是自己的情愿。我走过动荡日子，追过梦的放肆，穿过多少生死，却假装若无其事，穿过半个城市，只想看你样子。

30、人的一生，岂能尽如人意，但求无愧我心，人生苦短，好不好都不必遗憾，乐不乐都不要失望，过得好是精彩，过不好是经历。人生在世，一辈子不长，只要你尽过心，用过情，也就不必遗憾，更不必悔恨。值了就够了！

31、你们的生命交给我，神话我们一起来创造，不管成功还是失败，只要经历过就好。人生如果只为添饱肚子而活着，那就失去了光彩。如果想和我一起做坏蛋，那就等于用自己的性命来赌明天，想赌的跟我走。

32、女人特别容易受气，因为文化传统，因为身体实力，郁结久了，就会影响身体，难过的是这时候又人到中年。保养从愉快的心情。

33、小时候，幸福是一件东西，拥有就幸福；长大后，幸福

是一个目标，达到就幸福；成熟后，发现幸福原来是一种心态，领悟就幸福。

34、岁月蹉跎人知否，花开雪融又一秋，青丝已换满白头，谁知此生几回眸？

35、人到中年，我们时不时会在时间的明镜前，悄然阅读自己。曾经光泽的脸颊上爬满细小的苍痕，满头的黑发不知何时钻出几根银丝。此时悄然滑落的是不是淡淡的失落和忧伤。

36、生本平淡，活着也平淡。就带着一份无波无澜的平常，一点点走过青春的岁月。

37、尽管，人到中年。淡念如烟。尽管，己能漠然面对一切。但在现实的生活中，丰润的物资却难以补偿精神的缺憾。因为，人到中年，更理解什么是寂寞孤单，更渴望儿女情长，孩子能绕膝缠绵；人到中年，更需要去参透生命的内涵！人到中年，心的小舟更惧怕颠簸在情感的浪尖。

38、终于活到了小时候最羡慕的年龄，却没有活成小时候最羡慕的样子。

39、谁与我醉明月，愁在夕阳中。

41、人到中年，懂得了善待自己，珍惜该珍惜的，放弃该放弃的，随遇而安。

42、人到中年，虽说是自然使然，可对生命之旅这么快进入中年，毕竟少了点精神准备。当惊讶地发现几缕华发过早地夹杂于青丝之中，心中便涌起几许苍凉。人到中年，莫非意味着少年的气盛、青春的张扬已经消失？人到中年，莫非那份血性、那份壮烈被生活碾轧之后，剩下的只有世故与圆滑？人到中年，莫非那份执着、那份热爱在历经沧桑之后，心灵的蚌壳再也孕育不出希望的珍珠？世事沧桑，生命无多。面

对生命中每一个匆匆来去的日子，抽去其中太过于诗意的成分，或许我们会从中悟到点什么。人一旦告别刻意粉饰的年龄，面对的只能是一个真切质朴的自我。在中年人眼中，责任、稳重、成熟已成为这个时期主题，这个年龄办事想问题已经没有了年青时的那种激情与冲动，也没有了青年人那种对人，对事的对峙与高傲。就是有也随着年龄的增长慢慢消解了，昨天的对手也因为对方已受到报应，而已没有太多的憎恨。在中年人眼中，似乎责任、亲情和友情此时显得更为重要。人到中年，才真正明白什么是责任，什么是义务，才真正明白生存的艰难，做人的辛苦。人到中年，学会了放弃，学会了在复杂环境中对付来自各方面的伤害；学会了调整，不为命运所捉弄；学会了应对，不为世象所迷惑。

43、撑不住的时候，可以对自己说声“我好累”，但永远不要在心里承认说“我不行”！梅兰芳大师曾经说过：“输不丢人，怕才丢人呢”！

44、我的胸怀开始变的像大海，装的下四海风云，容的下千古恩怨。领悟到人生最实质，最内在，最主体的内容，把美丽的花朵和丰收的果实揉进了自己生命的脉络，滋养人生，丰富人生，实现人生。

45、情眼看人，人都是好的，人海错过，一辈子总有那么几次不经意，一辈子总有那么几次看不惯，才知道人生短暂。

47、第一次与人诉说悲伤，对方会倾听。第二次与人诉说悲伤，对方会安慰。第三次与人诉说悲伤，对方会麻木。第四次与人诉说悲伤，对方会逃避。第五次与人诉说悲伤，对方会远离。悲伤过多的倾诉就强化了伤痛，会赶走真正想帮助你的人。只有你自己从内心好起来时，世界才会因你而变。

48、人到中年会为了生存，为了钱财，为了名利，为了地位。在不经意间扮演了各种各样角色，一路走来，会有很多人半路就离去，也有很多人中途就转移。也许很累，但希望你

要放弃。

49、人到中年，就是一部西游记！悟空的压力，八戒的身材，沙僧的发型，唐僧一样絮絮叨叨！最重要的是离西天越来越近了。

50、路在我的脚下，我没有理由不好好的前行。亲人的牵挂，还有你的陪伴。这些都将是我用来自清除障碍的最好最有效的武器。人生最可珍贵的不是得不到和已失去，而是现在所拥有。不懂得珍惜眼前所有，才是最可惜的。因为拥有的总会失去，与其变成已失去而懊悔，不若拥有时学会珍惜。

51、路要自己走，话要自己说，情要自己懂，做好自己，失去的，未必能回来，但是回来的，一定是最好的。

52、人到中年，懂得了身体健康最重要，不要把酒言欢，醉生梦死。

53、我开始明白。青春虽然美丽，但会随时间流逝和退色，而青春的心境才是生命中一道不变的风景区。我冷静地去看自己的婚姻和家庭，我是很满足的。我知道。世上没有完全合乎男人心境的女人，也没有完全合乎女人心境的男人。

54、一件事你犹豫去不去做，那就是该立即动身做的。一个东西你犹豫买不买，那就是该买的。喜欢是非常难得的，尽管去争取你喜欢的，而不是费心找廉价点的替代品。对事物，对人都该如此。

55、一个人的世界，一个人的飞花走月，总有一晃，人老了，无法理解，才知道人到中年，只是一段沧桑，人海两忘，只是一束无缘。

56、经历沧桑，才知道岁月无恙，人生系别，总有一种感动，无奈也是人生的一种沧桑。多少的无奈，失落人生的情缘。

57、人到中年，心如止水，不再有少年的狂妄，青春的浪漫。胸怀开始变得豁达，能笑纳四海百川，能包容千古恩怨。人到中年，已开始学会如何用生命的美丽，点点的墨香，装点人生，描绘未来！从而丰富一个个贫乏的日子！

58、刚满18岁的小孩问我女孩喜欢啥？不行不行我还得睡会人到中年要不老的更快，中年人只喜欢养生。

59、人与人相处，更多的是需要彼此之间的一份理解，一种信任。凡事多向积极的一面靠拢，你会感觉生活并不像我们想象的那么糟糕。对待别人多一份宽容，你就会发现这样的人人生会多一份惊在喜等着你的。

60、岁月总是一个人的模样，人生总是一个人的彷徨，孤独也是一种心房，受伤也是人生的原谅，最初的后悔，只是一个人的感动。

61、也许爱不是热情，也不是怀念，不过是岁月，年深月久成了生活的一部份。

62、人生只有三天，迷惑的人活在昨天，奢望的人活在明天，只有清澈的人活在今天。昨天已经过去，是过了期的支票，明天还没有来到，是不可提取的支票，只有活在今天是最现实的。

63、人到中年才知道：笑脸时为了别人高兴，痛苦只能自己品尝。

64、人到中年，一睁眼，发现周围全是要依靠你的人，却没有她你可以依靠的人。

66、人到中年才知道：攒钱大多是为了儿女，应酬完全是为了人情。

67、小事，幽默地说；没把握的事，谨慎的说；开心的事，看场合说；伤心的事，不要见人说；别人的事，小心地说；自己的事，听听自己的心怎么说；现在的事，做了再说；未来的事，未来再说。

68、阳光温暖，岁月静好，与你同行到未来。

69、人到中年，现实总是高与梦想，满足总要大于奢望。安份知足的心，似乎已习惯于现实的一切，躁动的爱，在命运的安排下，该有的都有了，该来的也都来了。该体验的也都体验了。该承受的也都承受了。但不知为何？我的心却依然还在纠结中渴望、追求！渴望着人性的向善致远；追求着仁爱的完美圆满！

70、人到中年，懂得了华美艳丽的背后，也许是厚厚脂粉覆盖下的坑坑洼洼斑斑点点，而不那么引人注目的，也许深藏着宝藏。

71、人到中年，相信的越来越少，包容的越来越多。明白世间诸事，存在即是因果。人生最温柔处，是早已看清是非善恶，却慈悲而不动声色。

72、昨天女儿给我很阔气的过了53周岁的生日，心情很好，吃完后回到家看着镜子忽然发现自己有了许多的白头发，一时间突然醒悟到，生活虽然美好，生命是有尽头的。这种感悟会使我立即行动起来，去做一些我很想做但以前总也没有做的事情。

73、数之不尽的岁月的沉淀，你我长大了，成熟了，或者看透了，淡漠了，没什么大不了的。

74、生命，就在这瞬间的绽放与衰败中感受着、体验着；人生，就在这起起落落的跌宕中回味着、成长着。

75、光阴易逝，岂容我待。

76、你想过普通的生活，就会遇到普通的挫折。你想过上最好的生活，就一定会遇上最强的伤害。这世界很公平，你想要最好，就一定会给你最痛。能闯过去，你就是赢家，闯不过去，那就乖乖做普通人。所谓成功，并不是看你有多聪明，也不是要你出卖自己，而是看你能否笑着渡过难关。

77、生活的真相，便是除却所有浮华与恣睢的表层。活在当下，坦然而琐碎。

78、付出，未必能赢，但是下注未必会输，开始吧，每一个开始，都会让自己悲伤，只要结局微笑，何必在乎过程。

79、学会包容，学会原谅，但是无法走到曾经的街口，学会忘记，学会失落，但是无法改变曾经的微笑。

80、不知道，是什么让自己沧桑，不明白，是什么让自己撑起，才知道人生短暂，而生命的路途还是那么远。

81、我不再有少年的狂妄，青年的浪漫，更多的则是对生活的感悟和理解。不再拥有童年的笑脸和青春的美丽，却常常在午夜梦回。

82、人到中年，谈情已老，谈钱太少，谈死尚早。

83、当你觉得某人神秘时，会被吸引；当你觉得某人浪漫时，会爱上；然而这都稍瞬即逝。只有当你觉得某人成为习惯时，生活才开始。

85、人生最大的希望，就是知道自己还有那么多的事等着我们去做；很多遗憾的事，是因为我们不知道这是最后一次，但这是好事，如果知道的话，几乎不可能心甘情愿的放手的。

86、对于人到中年的女人，前半生碌碌无为，去还是希望自己在以后生活上和事业上都有新的突破。

87、曾经的年少轻狂，早已荡然无存；曾经的花样年华，早已悄然而逝。人到中年、路在途中、没有结束、只有开始、负有责任、唯有前行！

88、没有运动，生活等于昏睡；没有思考，生活等于盲从；没有节制，生活等于毁灭；没有快乐，生活等于凝固。

89、没有一劳永逸的开始；也没有无法拯救的结束。人生中，你需要把握的是：该开始的，要义无反顾地开始；该结束的，就干净利落地结束。

90、永远不要怪别人不帮你，也永远别怪他人不关心你。活在上，我们都是独立的个体，痛苦难受都得自己承受。没人能真正理解你，石头没砸在他脚上，他永远体会不到有多疼。人生路上，我们都是孤独的行者，如人饮水冷暖自知，真正能帮你的，永远只有你自己。

91、疾驰的岁月却是窃取寿命的小偷：窃取后，头也不回地一个追着一个，匆忙逃走。

92、运动使人充满生机活力，音乐使人充满浪漫快乐，思考使人充满智慧理智。

93、有时候，问题很复杂，答案却很简单。跟生活玩，别太认真了，反正最终没谁能活着离开这场游戏。人生就像舞台，不到谢幕，永远不会知道自己有多精彩。

94、我已完全懂得安慰自己，并且学会在似乎无尽的黑暗中为自己点一盏希望的灯。看人和事不像过去那么简单。因此，不必非得按别人的主意行事。开始明白了世事并非黑白分明，在黑白之间往往有一系列的中间色。开始明白，人生一世，

无论成功和失败，欢乐和痛苦，盛衰与荣辱，都自然流水，从那里来还的回到那里去，宁静致远。开始明白，衰老不是从中年开始，而是从对生活的厌倦开始。开始明白，孤独、寂寞、痛苦、失败，是人生不可缺少的调味品，因此，善待真实的人生才对。

95、若是自己没有尽力，就没有资格批评别人不用心。开口抱怨很容易，但是闭嘴努力的人更加值得尊敬。

95、沧海桑田，风云变幻，潮来潮往，花开花落，缘聚缘散，皆在一念中，皆在一瞬间。多少冷雨冰霜，多少苦辣酸甜，多少爱恨情仇，宛如三千弱水、浩渺烟波，悄然弥漫在阡陌红尘里，弥漫在逝去的韶华里，弥漫在那双嫣然回首的目光里。

96、时间流逝，岁月不饶人，只愿心如初。

97、人到了我这个岁数，才真正的认识自己，也才真正属于自己，并且用一种宽容、舒适和诚实的方式接受自己。几十年东奔西走的岁月一直竭力想去改变的不是别的，恰恰是自己。几十年西部沙漠的岁月换来的不是别的，而是心如止水。才真正理解了什么叫百川归海，什么叫万物归一。

98、人生苦短，用心生活。不要盘算太多，要顺其自然。生命是一场旅行，高高低低都要走过，痛苦的时候不妨沉默，看不惯的可以眯起眼。

99、人生没有彩排，很多事不能将就，如果甘心，情付出自己的感动，如果不能，情决定自己的一生。

100、没走完的路，没看完的人，一切都散了，一切都变了，岁月变了人心，无情负了人生梦，一纸荒凉，变成最初的后悔。

101、人到中年，是一次走向成熟的蜕变，少一点风花雪月的浪漫，多一点对酒当歌的感叹；少一点患得患失的浮躁，多一点自省自悟的睿智；少一点粗俗的见识，多一点切肤的体味；少一点拙劣的卖弄，多一点深沉的气度；少一点浅薄，多一点沉着；少一点浮华，多一点厚重中年的妙趣，在于相当的认识人生，认识自己，从而作自己所能作的事，享受自己所能享受的生活。

101、苦恼，是一种慧根，也是人生的一种生存能力，悲伤，是一种栽培，也是人生的一种动力，人生没有选择，但是有抉择。

102、人到中年，斑驳的生命里多了几分凝重、忍耐与宽容，少了几分浮躁、苛求与纷争。沧桑的笑容里参杂了几分苦涩与无奈、伤感与期待。厚重的情感里缺少了几分浪漫与清纯，梦幻与炫彩；滋长了几分沉稳与关爱、成熟与释怀。

103、这是一个种满仙人掌的花房，我拿着一个叫做幸福的气球站了很久，很久。

104、当你对自己微笑时，世上没烦事能纠缠你；当你对自己诚意时，世上没人能欺骗你。

105、看着一个人肌肉一点点输给重力有点伤感啊，不过稍微有点输给重力人到中年事业有成家庭美满的样子看了会替他高兴吧。不错的人就是应该跟不错的人在一起得到幸福才对啊。

107、凋零的心，失落了人生的在意，无奈的话，总是放下格局，一个人，总是承受最大的风雨。

108、人到中年万事休，却道天凉好个秋。进退得失全看透，名利当作粪土丢。

109、日子，蜷在一杯温吞吞的水里，把所有的时间，浸泡的发白，毫无生气。

110、人生有两出悲剧：一是万念俱灰，另一是踌躇满志。

111、我的一生始终保持着这样一个信念生命的意义在于付出，在于给予，而不是接受，也不是在于争取。

112、经得起是失败的人才是勇者，经得起大起大落的人才是能者。原来，舍才是得最大的机会。舍得微笑，得到的是友谊；舍得宽容，得到的是大气；舍得诚实，得到的是朋友；舍得面子，得到的是实在。

113、不必去模仿别人，也不要去随波逐流，要相信，你自己就是一道美好的风景线！别人再好始终是别人，自己再不堪也是世上唯一的自己，既然有幸来到这个世界，就应该让自己活得更精彩。

114、岁月不饶人，一岁一枯荣，面对近两年的状况，不满现状，流露出点点的心酸。

115、慢慢才明白，和不同的人相处就要有不同的方式，站在不同的立场，拿出不同的态度，因为这不是圆滑，而是最基本的能力。

116、人到中年，懂得了人生最大的幸福，不是锦衣玉食，灯红酒绿，而是家庭的温暖，孩子的成长。

117、人到中年才知道：追星是给名人、伟人扩大声势，努力奋斗是给自己打下基础。

118、忽然想到一个观点，一个女人，人到中年还要靠偷过日子，多可悲啊。

119、生活本不苦，苦是我们欲望过多；人心本无累，累是放不下的太多。心灵如一面镜子，你感知到的什么样的世界，取决于你如何看待自己！只有奔跑在岁月前面的人才会看得清四季的美丽，才会欣赏到焰火的不熄。再苦，也要用今天的微笑，吟咏成一段从容的记忆；再累，都要用当下的遗忘，编写出一份幸福的流年。

120、妻子，对青年男人来说是主人；对中年男人来说是朋友；对老年男人来说是护士。结婚之前，要睁开你的眼睛；结婚之后，要睁一只眼闭一只眼。

121、向父母索取愈少愈好，向社会索取愈少愈好；向书中索取愈多愈好，向智慧索取愈多愈好。

122、岁月匆匆，一阕悲歌击中内心的柔软，禁不住泪流，叹人世苦短，世事虚妄。

123、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。唯累过，方得闲。唯苦过，方知甜。

124、我们这一生，路要自己走，苦要自己吃，任何人无法给予全部依赖，以为走不过去的路，跨过去后回头看看，也不过如此。

125、疾驰的岁月却是窃取寿命的小偷：窃取后，头也不回地一个追着一个，匆忙逃走。

126、人生最大的快乐不在于占有有什么，而在于追求什么的过程。

127、一个人起码要在感情上失恋一次，在事业上失败一次，在选择上失误一次，才能真正地长大。所以，别怕输不起，一切来得及！

128、回首往事，日子中竟全是斑斓的光影，记忆的屏障中，曾经心动的声音已渐渐远去。

129、最快乐的人并不是一切东西都是最好的，但他们会充分享受自己已有的东西。

130、漫漫人生路，值得追求的东西实在太多。得失不过一种心境，想开了，看淡了，结果也就不那么重要了。对有的人、有的事，无需太过执着，试着放手，人生将因此而不同。世事如棋局，不执着才是高手；人生似瓦盆，打破了方见真空。人生没有完美，幸福没有满分，当执着成为负累，放手就是解脱。

131、人到中年不得已，保温杯里泡枸杞。枸杞难挡岁月催，杯里再加点当归。当归难挡岁月刀，人参鹿茸配小烧。人身鹿茸不管饱，还得腰子加肾宝。

132、一段话，总有一份无奈的安详，一段情，总有一份不解的诗情画意，才知道人生无奈。

133、年少轻狂又何妨？人到中年流他乡，轻狂且为轻狂负，中年努力奔故乡！

134、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，就永远没机会了。

135、人生苦短，你要把善意、耐心、尊重、宽容用在那些值得你这样对待的人身上，有些人，不值得。

136、人到中年，懂得了所谓的真相，总是人们愿意相信的东西，而不一定事实果真如此。

137、岁月匆匆，一阕悲歌击中内心的柔软，禁不住泪流，叹人世苦短，世事虚妄。

138、告别的时候，尽可能轻一点，最好感觉像一个玩笑，让彼此感觉还有以后。

139、其实生活中只有三件事，自己的事，别人的事和老天爷的事。你要知道，你只需要做好自己的事，老天爷的事你管不了，别人的事与你无关。

140、孤独的双手，一个人拥抱，岁月的聪明，只是一个人的读懂，而内心的沧桑，只是人生的一种包容。

141、生活变得实实在在，忙碌而庸凡，充实而平淡！如水的日子静谧而温馨，清寂而悠然。

142、花开无缘，人生总有一份无情，一个人的记忆一份人生的贫寒，岁月总是不经意，而人生，还是那么不满意。

143、人到中年，懂得了痛苦和快乐，不过是烟花一瞬，无所谓永恒，也不求永恒。

144、人的烦恼就12个字：放不下，想不开，看不透，忘不了。人之所以会心累就是常常举棋不定；人之所以会痛苦，就是追求的太多；人之所以不快乐，就是计较的太多；人之所以会烦恼，就是记性太好，该记的，不该记的都会留在记忆里。其实痛苦并不是别人带给你的，而是你自找的，学会放下，别让自己活得太累。

145、人生就是这样充满了大起大合，你永远不会知道下一刻会发生什么，也不会明白命运为何这样待你。仅有在你经历了人生种种变故之后，你才会褪尽了最初的浮华，以一种谦卑的姿态看待这个世界。

146、要学会去放下曾经伤害过你的每个人，正因为这些伤害丰富了你的阅历，圆满了你的人生。伤害也是成长的一部分，我们都要经历。

147、我们花了两年学会说话，却要花上六十年来学会闭嘴。大多数时候，我们说得越多，彼此的距离却越远，矛盾也越多。在沟通中，大多数人总是急于表达自己，一吐为快，却一点也不懂对方。两年学说话，一生学闭嘴。懂与不懂，不多说。心乱心静，慢慢说。若真没话，就别说。

148、看不见爱情的影子，只好把它紧紧地攥在手心。

149、这个世界，看似周遭嘈杂，各色人等，泥沙俱下，本质上，还是你一个人的世界。你若澄澈，世界就干净；你若简单，世界就难以复杂。你不去苟且，世界就没有暧昧。你没有半推半就，世界就不会为你半黑半白。

150、人到中年才知道：要有肩膀，要扛得起风雨，要担得起生活的重负。即使再苦再累，也要给妻子一床温暖的被褥，给孩子一个避风的港湾，给家庭一份不悔的承诺。

151、对的人，遇上了，也许不在对的时间，错的人，遇见了，也许在对的时间，这就是人生的时差。

152、一大早送娃去了幼儿园，又被催着去找设计师聊设计方案，一路上不停甩出二胎话题，每次怀孕都碰上装修，人到中年，压力如影随形。

153、人到中年，懂得了如何在 imperfect 中追求完美，知道什么该做，什么不该做。

154、人到中年才发现，生活早已按照你的修行铺天盖地的展开，你是谁不重要，怎么做才重要。

155、人生最美的东西之一就是母爱，这是无私的爱，道德与之相形见绌。

156、女人喝酒，是一种品味。就像人到中年喜欢品茶一样，

我们不再喜欢白酒的浓烈和迷乱，静如白绸的心在红酒的温润下日泛光泽。

157、如日到夕阳，虽然美丽，却是黄昏。请珍惜今日，善待明日，才可以做到无悔的今生！

158、人啊人，谁都有穷的时候，心啊心，谁都有苦的时候，做好自己，别辜负了自己，人生梦一场，别笑了，未来很难。

159、做人越简单，生活就越宁静。心有多宽，人生的路就有多宽。生活就是如此，它不断地将礼物送到你的手中，而接受不接受就在你自己。当然，机会也不是靠等来的，总是等待机会，就会失去机会。

160、钟表上的时针是在慢慢的移动着的，移动的如此之慢，使你几乎不感觉到它的移动，人的年纪也是这样的，一年又一年，总有一天会蓦然一惊，已经到了中年，一列飞奔的列车，不停地向前疾驶着，还没来得及抖落一路风尘，咣当一声，中年的驿站就到眼前弹指一挥间，不知不觉中，我们已经步入中年。中年是对青年的延伸，也是对青年的告别。这种告别不仅仅是年龄上的分界，也不仅仅是一系列观念上的变异，也是一个自立成熟者对于能够处置各种问题的自信。或者说，中年人的处世哲学，已经从观点上升到了人格上。

161、人到中年，我们已是社会的中流砥柱，是承前启后。懂得了责任、底线、原则和通融。无论是无惑可解还是无需解惑都无所谓，重要的是回归自然，少点冲动、少点狂妄。

人到中年感悟篇四

人到中年,更需要去参透生命的内涵!下面是小编为大家收集关于人到中年的感悟五篇，欢迎借鉴参考。

人到中年,斑驳的生命里多了几分凝重、忍耐与宽容,少了几分浮躁、苛求与纷争.沧桑的笑容里参杂了几分苦涩与无奈、伤感与期待.厚重的情感里缺少了几分浪漫与清纯,梦幻与炫彩;滋长了几分沉稳与关爱、成熟与释怀.

生活变得实实在在,忙碌而庸凡,充实而平淡!如水的日子静谧而温馨,清寂而悠然.

斑斓的爱的色彩,被缕缕的炊烟淡化、遮蔽、漂洗成一片灰白.而生命的困惑与感慨,却在夕阳的余晖里沉淀、滤化,幻变成一种超然与洒脱、宁静与淡泊.不管前方的路还有多遥远,霜白的爱定会在风雨中兼程并进,共享安泰.永不懈怠!

人到中年,现实总是高与梦想,满足总要大于奢望.安份知足的心,似乎已习惯于现实的一切,躁动的爱,在命运的安排下,该有的都有了,该来的也都来了.该体验的也都体验了.该承受的也都承受了.但不知为何?我的心却依然还在纠结中渴望、追求!渴望着人性的向善致远;追求着仁爱的完美圆满!

尽管,人到中年.淡念如烟.尽管,己能漠然面对一切.但在现实的生活中,丰润的物资却难以补偿精神的缺憾.因为,人到中年,更理解什么是寂寞孤单,更渴望儿女情长,孩子能绕膝缠绵;人到中年,更需要去参透生命的内涵!人到中年,心的小舟更惧怕颠簸在情感的浪尖.

因此,人到中年,就应学会去承受、去分担,承受生命里的苦难,分担爱人肩上的重担.人到中年,就应学会去珍惜拥有的情缘,去发现挖掘身边的幸福源泉!人到中年,就应抛却性格的幼稚与执拗,做一个清醒的糊涂人,大智若愚,学会放弃,往往能让你早日觅到快乐的真谛.人到中年,知道了一切要顺其自然,忘却幽怨.人到中年,知道了如何去与人为善,善待家人、善待朋友、善待自己!人到中年,也知道了如何在奉献中体验生命的价值,如何在付出的汗水里,提取劳动的快乐,体验人生的飞跃!

人到中年,心如止水,不再有少年的狂妄,青春的浪漫.胸怀开始变得豁达,能笑纳四海百川,能包容千古恩怨.人到中年,已开始学会如何用生命的美丽,点点的墨香,装点人生,描绘未来!从而丰富一个个贫乏的日子!

昨天女儿给我很阔气的过了53周岁的生日,心情很好,吃完后回到家看着镜子忽然发现自己有了许多的白头发,一时间突然醒悟到,生活虽然美好,生命是有尽头的.这种感悟会使我立即行动起来,去做一些我很想做但以前总也没有做的事情.

的不是别的,恰恰是自己.几十年西部沙漠的岁月换来的不是别的,而是心如止水.才真正理解了什么叫百川归海,什么叫万物归一.

我开始明白.青春虽然美丽,但会随时间流逝和退色,而青春的心境才是生命中一道不变的风景线.我冷静地去看待自己的婚姻和家庭,我是很满足的.我知道.世上没有完全合乎男人心境的女人,也没有完全合乎女人心境的男人.

我已完全懂得安慰自己,并且学会在似乎无尽的黑暗中为自己点一盏希望的灯.看人和事不像过去那么简单.因此,不必非得按别人的主意行事.开始明白了世事并非黑白分明,在黑白之间往往有一系列的中间色.开始明白,人生一世,无论成功和失败,欢乐和痛苦,盛衰与荣辱,都自然流水,从那里来还的回到那里去,宁静致远.开始明白,衰老不是从中年开始,而是从对生活的厌倦开始.开始明白,孤独、寂寞、痛苦、失败,是人生不可缺少的调味品,因此,善待真实的人生才对.

我不再有少年的狂妄,青年的浪漫,更多的则是对生活的感悟和理解.不再拥有童年的笑脸和青春的美丽,却常常在午夜梦回.

我的胸怀开始变的像大海,装的下四海风云,容的下千古恩怨.

领悟到人生最实质,最内在,最主体的内容,把美丽的花朵和丰收的果实揉进了自己生命的脉络,滋养人生,丰富人生,实现人生.

如日到夕阳,虽然美丽,却是黄昏.请珍惜今日,善待明日,才可以做到无悔的今生!

钟表上的时针是在慢慢的移动着的,移动的如此之慢,使你几乎不感觉到它的移动,人的年纪也是这样的,一年又一年,总有一天会蓦然一惊,已经到了中年,一列飞奔的列车,不停地向前疾驶着,还没来得及抖落一路风尘,“咣当”一声,中年的驿站就到眼前……弹指一挥间,不知不觉中,我们已经步入中年.中年是对青年的延伸,也是对青年的告别.这种告别不仅仅是年龄上的分界,也不仅仅是一系列观念上的变异,也是一个自立成熟者对于能够处置各种问题的自信.或者说,中年人的处世哲学,已经从观点上升到了人格上.

人到中年,虽说是自然使然,可对生命之旅这么快进入中年,毕竟少了点精神准备.当惊讶地发现几缕华发过早地夹杂于青丝之中,心中便涌起几许苍凉.人到中年,莫非意味着少年的气盛、青春的张扬已经消失?人到中年,莫非那份血性、那份壮烈被生活碾轧之后,剩下的只有世故与圆滑?人到中年,莫非那份执着、那份热爱在历经沧桑之后,心灵的蚌壳再也孕育不出希望的珍珠?世事沧桑,生命无多.面对生命中每一个匆匆来去的日子,抽去其中太过于诗意的成分,或许我们会从中悟到点什么.人一旦告别刻意粉饰的年龄,面对的只能是一个真切质朴的自我.在中年人眼中,责任、稳重、成熟已成为这个时期主题,这个年龄办事想问题已经没有了年青时的那种激情与冲动,也没有了青年人那种对人,对事的对峙与高傲.就是有也随着年龄的增长慢慢消解了,昨天的对手也因为对方已受到报应,而已没有太多的憎恨.在中年人眼中,似乎责任、亲情和友情此时显得更为重要.人到中年,才真正明白什么是责任,什么是义务,才真正明白生存的艰难,做人的辛苦.人到中年,学会了放弃,

学会了在复杂环境中对付来自各方面的伤害；学会了调整，不为命运所捉弄；学会了应对，不为世象所迷惑。

人到中年，是一次走向成熟的蜕变，少一点风花雪月的浪漫，多一点对酒当歌的感叹；少一点患得患失的浮躁，多一点自省自悟的睿智；少一点粗俗的见识，多一点切肤的体味；少一点拙劣的卖弄，多一点深沉的气度；少一点浅薄，多一点沉着；少一点浮华，多一点厚重……中年的妙趣，在于相当的认识人生，认识自己，从而作自己所能作的事，享受自己所能享受的生活。

生本平淡，活着也平淡。就带着一份无波无澜的平常，一点点走过青春的岁月。

看不见爱情的影子，只好把它紧紧地攥在手心。

三十以后，已经成了一头负重的黄牛，在清晨，在傍晚，发出一阵阵疲惫的呻吟，却不知道在哪里憩息。

日子，蜷在一杯温吞吞的水里，把所有的时间，浸泡的发白，毫无生气。

手攥着始终不忍抛弃的爱情，徘徊在门楣之外。门里，是一片起起落落的睡梦，但却没有自己。

想找一片草地，晒一晒太阳；想找一片太阳，晾一晾自己；想找找自己，看还能不能把爱情裁成一件御寒的衣裳。

看天空，云静静的飘过，风轻轻的划过，飞鸟的翅膀，剪落一阵冰凉的咸咸的雨。

看脚下，水，积成了一面镜子，那里面，游弋着一条美丽的彩虹，鲜润，丰美。

敞开一直紧握的手掌，爱情，翻一翻身，化成了一只鸟儿，立在

自己的肩头, 向着雨后的阳光, 向着草地的那一头, 向着逐渐靠近的彩虹, 啁啾而歌.

温暖, 是一种贴心的感觉, 渐渐的弥漫. 微笑, 是一种明亮的色彩, 慢慢的展开.

兴奋, 是一种揪心的疼爱, 缓缓的溢出. 激动, 是一种苦苦的等待, 盈盈的走来.

走过三十以后的眼睛看见了, 走过三十以后的手指触到了, 在自己的手心里紧紧攥了三十年爱情, 羽化成一片葳蕤的花丛, 迎风招展, 流芳溢彩. 不要再看自己的影子有多短, 不要再看自己的脚步有多长, 去吧, 走进那一片丰茂的原野, 走进那一双凝视的目光, 自己今后的岁月, 将重新演绎, 开满欢乐的花朵.

走过三十以后, 才明白, 自己手心里紧紧攥着的爱情, 是一份满满的期待.

走过三十以后, 才知道, 自己手心里紧紧攥着的爱情, 是一片灼灼的阳光.

走过三十以后, 才知道, 心不死, 愿活着, 就能绽开动人的笑脸.

走过三十以后, 才知道, 以后的日子, 还很长, 还很多.

走过了幼稚天真的童年, 经历了朝气蓬勃的少年, 跨越了激进狂热的青年, 迈进了淡然平静的中年. 回过头来, 看看所走过的时起时伏、时宽时窄、风雨兼程的人生路, 不禁让人百感交集, 感慨万千.

步入了中年, 对社会生活这本无字活书已用心阅读过, 知道放纵己欲是一种过错; 明白蒙骗欺诈是一种伤害; 懂得锋芒毕露是一种隐忧; 清楚谦虚谨慎是一种涵养; 深知赏读今天是一种

智慧;了悟与人为善是快乐之源泉.

步入了中年,岁月不仅描在脸上,更是刻在心里.明白什么是爱,什么是恨;清楚什么是得,什么是失.爱恨情仇,恩怨得失,虽无法忘记,但可以理解,可以宽容.把沧桑深藏在心底,让一切慢慢沉淀在记忆里,因为知道,有些记忆是始于心灵终于坟墓的.

这时精神已被一种淡然、从容与平和的气氛所包围.如果把它比作四季,它不再是花儿绽放、色彩争艳的春天,也不是繁枝绿叶、果子青青的夏天,而是劳有所获、耕有所得的秋天;如果把它比作文学,它不是热情澎湃、激情汹涌的抒情诗,而是富有哲理、耐人寻味的记事散文;如果把它比作音乐,它不是急风暴雨、恢宏雄壮的进行曲,而是舒缓平和、华丽舒展的交响乐;如果把它比作画卷,它不是色彩鲜艳、明快飞扬的青春画,而是“明月松间照,清泉石上流”的淡雅山水画.

步入了中年,身心时常轻声细语地叮咛:此时,宜消闲不宜急进;宜藏峰不宜露势;宜口呐不宜激辩;宜淡出不宜雄起;宜减法不宜加法;比聪明更有益的是智慧的头脑与平和的心境.

步入了中年,身心灵肉都已被岁月漂洗过,为人处事有了万事随缘的感悟.遇事不易大喜大悲;不再如青年时那么浮躁,也不像少年时那般张狂,更不似童年时那样天真;言谈文雅有序;举止从容淡定;快乐自然本色;淡然面对人间百态.

转眼间,青色的生命之果变得如此的丰满、如此的诱人;喧嚣的人生拼搏沉淀成那样的恬淡、那样的迷人;沉重的社会责任已溶解为日常的生活情态;常常游离、矛盾的身心灵肉,此时才能和谐地掌握在自己的手中.

有人说,中年是人生的大美至美之年.

人到中年感悟篇五

中年是一种涵养，雍容大度，律己容人，海纳百川，无欲而刚；中年是一种气质，优雅大方，潇洒坦然，于深沉中有一种旷达，于矜持中有一种恬淡，挥洒处内敛着修养，豪放中蕴涵着端庄。

中年是一种幸福，经历中的快意与波澜，情感中的爱与痛，生活中的平淡与琐碎，家庭里的温馨与关怀，事业上的追求与拼搏，社会的期盼与重托，功与过，名与利，笑的宽慰，苦的况味，都在四十岁的人生里谱成了性命的歌，成为一份心灵的财富。

中年是青年的延续，但少了年轻的单纯，多了成熟的韵味。中年没有年老的暮气，沉稳的脚步中迈出扎实的人生，沉静的双眸透出自信的神采。

中年是一本耐读的书，书页里内涵着春秋人生，流淌着理性的泉水，耸立着思想的高峰。中年是一棵枝叶繁茂的树，经风沐雨，擎一树华盖，呵护绿草与鲜花。

中年不再逞强争宠，中年不再斗气任性，中年不再华而不实，中年不再轻许诺言。四十年的风雨人生，看惯了春花秋月，日出日落；看透了世态人心，冷暖人生；看淡了滚滚红尘，名利纷争。

四十岁，能够依南窗而舒啸，能够临清流而赋诗。四十岁，真与假，美与丑，都在岁月的经历中水落石出，山高月小，四十岁练就了“世事洞明皆学问，人情练达即文章”的慧心明眼，能够醉翁之意不在酒；能够举手投足处，一蓑烟雨任平生。

中年的目光，能够洞穿俗世的繁华与喧嚣，由外在的表征看透内在的修为。中年的心灵不再留恋舞榭歌台的浮华，而眷

恋家居生活的平静适意。中年的选取稳健而谨慎，中年的审美不取貌美而重内质。

中年的男生是一座山，中年的女生是一泊湖。中年的男生是一轮红日，中年的女生是满地的月光。

中年的男生最优雅，中年的女生最柔情。中年的男女经历了人生的悲欢离合，阴晴圆缺，知道了拥有，懂得了珍惜，明白了成功与失败都是性命长河中一夺不起眼的浪花。中年人不会因一次失败而一蹶不振，中年人知道哪怕失败一万次，如果要活着，就得往前走。

中年人明白人生的美丽不只在结局的完美，而在过程的把握，过程即目的。中年人懂得阴霾散尽，依然溢彩流虹，因此不问梦断何处，不问何处月明，狂沙淘尽方得金。坚信自我最重要。

人到中年，心最累，情最深，职责最重。中年的心中道义如山，职责如天。在单位，中年是群众事业的核心与骨干；在家里，中年是老人与孩子的支柱与港湾；在社会，中年是人字结构中最坚实的支撑。义务要尽，职责要承担，国事家事事事关心。

中年不敢懈怠，中年不肯停留，中年的心与情也最苦最无奈，即使是死水的婚姻也不愿破坏，即使有心爱的人也不愿舍家。

中年明白容忍，懂得坚韧，知道奉献。中年的心灵比天空高远，比海洋辽阔。

中年是一缕大漠孤烟直，中年是一轮长河落日圆。中年是巴山夜雨的一支萧歌，中年是岁月人生的一曲二泉映月。中年是经霜的劲松青，中年是傲雪的梅花红。

人到中年感悟篇六

- 1、人到中年尤其女人更应该注重自己的仪态举止。
- 2、人到中年时；，我懂得了人生如梦往事如烟，离愁别绪时一切随缘。
- 3、人到中年。女人有事做，男人有钱花，总的来说，都不能胖。
- 4、有些女人，生来美丽，却早早倦怠，抵不过岁月这把杀猪刀。有些女人，人到中年，身上反而具备了汹涌的美人能量。原来岁月不是杀猪刀，却是试金石。
- 5、人到中年的女人需要什么呢？她们需要气质、需要风度、需要从容不迫，需要气定神闲。
- 6、人到中年，女人不要示弱，因为没用，除了自己，谁也不会真心帮你。
- 7、我只是个女人，没有所谓的野心，不要做女强人，只希望有人疼、有人宠、有人喜欢而已。人到中年，我依然是个女人！！！！
- 8、人到中年的女人，不在非常岗位，不必奋力拼搏，而应更多地鼓励男人闯天下。
- 9、高晓松说：人到中年，敌人只剩自己。
- 10、人到中年力不从心要奔三的女人每周挣扎
- 11、女人特别容易受气，因为文化传统，因为身体实力，郁结久了，就会影响身体，难过的是这时候又人到中年。保养从愉快的`心情开始。

12、人到中年，越来越感觉一个女人的安全感真有一部分是经济基础决定的。

13、女人喝酒，是一种品味。就像人到中年喜欢品茶一样，我们不再喜欢白酒的浓烈和迷乱，静如白绸的心在红酒的温润下日泛光泽。

14、女人喜欢上烘焙，那就是人到中年的表现！

15、人到中年的女人，是一辈子中最有韵味的阶段，成熟又有魅力。

16、人到中年，不油腻的男人和不乏味的女人，都稀缺。

17、一个女人到了中年，要么胜者为王，要么血溅当场。而这一切，都取决于你自己。

19、忽然想到一个观点，一个女人，人到中年还要靠偷过日子，多可悲啊。

21、可能每个人到中年的女人都希望青春能重来一次

22、对于人到中年的女人，前半生碌碌无为，去还是希望自己在以后生活上和事业上都有新的突破。

23、人到中年的女人，少用一点美颜相机，多用一点智慧心思。

24、青年时的婚姻心静的成熟人到中年体验另一种婚姻

25、我眼里的成功女人，不论年轻吃多少苦，心中有信念，人到中年，四十不惑，人不刻薄。

26、人到中年上有老下有小，女人也不容易的呀。

27、人到中年，许多恩怨都会变淡，但是把一个女人的钱拿去给另一个女人这种恶劣行径，恐怕过多少年都不会被原谅。

28、女人人到中年是个分水岭，稍不注意就会活得很尴尬，清雅与庸常一念间。

人到中年感悟篇七

多少年的风风雨雨，多少年的季节变换，少了不谙世事的憧憬浪漫，少了无忧无虑的灿烂笑脸，20多年前那离乡背井的情形还似乎尽在眼前，可是晨钟暮鼓，蓦然回首，不知不觉已是物是人非，人到中年。

人到中年，就多了几分几分沧桑，多了为夫为父的责任；人到中年，就多了几分苦涩的无奈和顺天应命的超然。困惑也好，感慨也罢，脚下的路一直在向前伸延，似乎一切早已注定、该不该出现的都已出现。

人到中年，对现实的一切都已习惯，该有的都有，梦里却还期望这样那样的改变；人到中年，对现实的一切常抱以漠然，缺少的依然缺少，梦里却还渴望会有某个奇迹降临面前。

人到中年，更理解了什么是孤单，厌倦了儿女情长，但却常常梦起儿子上大学临走时那无助的目光，也不乏时时出现第一次看他时，他扑向我的那种温馨；人到中年，更清楚了所谓命运的内涵，夜里不乏痛苦的失眠，心灵的小舟依旧经常颠簸在情感的浪尖。

人到中年，多了一些矜持下的沉重，看孩子欢蹦乱跳在膝前，有时常追忆自己远去的童年；人到中年，多了一些成熟后的自律，看父母一天天的老去、逝去，又时常感叹不能多留点被爱的感觉。

人到中年，知道人生如梦，万事如烟，可许多事情本该放下

却还是常压在心间；人到中年，知道顺其自然，一切随缘，许多事情本该遗忘却常陷于幽怨。

人到中年，更多地沉湎于物质享受，年少时的壮志豪情，已尽付在繁杂的琐事和酒桌之间；人到中年，缺少了向命运的继续挑战，但白发与皱纹还是在随日月增添。

人到中年，多了对人生命运的感悟，但成熟的思维还是使人更加沉重不堪；人到中年，少了不切实际的追求，常有更多解嘲式的调侃。

人到中年，知道了如何去与人为善，许多恩恩怨怨皆付笑谈；人到中年，荒唐的不再荒唐，许多荒诞事情就由了它去荒诞。

人到中年，在奉献中索取也在索取中奉献，身后留下深深浅浅的脚印一串；人到中年，懂得了什么是缘，当激情变成亲情时，知道那一切冥冥中都是在上一辈子的宿命中，更多了几分这一生的珍惜和留恋。

人到中年，人生过半，踩着一路艰辛走来，也将踏着一路辛苦走远；人到中年，苦乐参半，空留许多心疚心痛的遗憾...

人到中年感悟篇八

人到中年，要告别混日子的年代，因为我们已经不再年轻，真正的好日子，从来都是一步一个脚印踩出来的，混混的日子，迟早是被社会淘汰的，而且，混日子的人，没有几个混出名堂的。

首先，人到中年，你有了事业，有了家庭和孩子，混日子的话，小心日子把你给混了，一天无所事事，不求上进的生活，没有危机感，一旦有暴风雨，你跑都跑不了，居安思危，要做好自己的内功，看似平淡的生活中，要提炼自己的生存能力，要搞好街坊邻居之间的关系，给你一种和睦、安稳的生

活环境，要急人所急，不要带着拖延症为别人办事情，能帮则帮，不要做一个麻木的顺民。

其次，人到中年，事业虽然干了半生，但是面对瞬息万变的生活环境，工作环境，要带着危机感，敬畏感工作，混日子的态度在职业生涯中最好不要出现，别眼红那些每天花天酒地的同事，看似风生水起，但是一旦工作环境出现变故，冲击到的首先是他们，要做一个耐得住寂寞，沉稳坚韧的中年人。

还有，身边那些混日子过生活的朋友，该拒绝的就拒绝了吧，活着你委婉的劝劝他们，不要混了，你混了日子，日子迟早会混了你的。尽量和那些身上带有正能量的人去接触，并学习，因为你要给家庭一个交代，给孩子一个榜样。

生活从来都不是混出来的，你可以混一时，但无法混一生。

人生路上，尽早离开混日子的状态，你就会越早地走向成功。