

# 最新工作总结起头通用

对某一单位、某一部门工作进行全面性总结，既反映工作的概况，取得的成绩，存在的问题、缺点，也要写经验教训和今后如何改进的意见等。写总结的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？这里给大家分享一些最新的总结书范文，方便大家学习。

## 最新工作总结起头通用篇一

- 1、我不愿意再去打扰你、不喜欢我也就算了、不想让你讨厌我。
- 2、你爱上谁便是递给谁一把尖刀，但你无法预知哪天，他是会用来为你削苹果还是会朝着你心口狠狠扎下。
- 3、你的未来，你知道的，所有的浩劫，都是成长的祭奠。
- 4、当你满身是刺的时候，我拥抱你，我磨平了你所有的棱角，但后来我只能看着别人拥抱你，接近完美。
- 5、现在的我，很相信顺其自然。别说我不在意，就算在意了又能怎样？
- 6、后来，我已经分不清是喜欢还是执念。
- 7、人与人之间最单纯的情感就是互相看不上眼。
- 8、没有伟大的意志力，便没有雄才大略。
- 9、我们不能掌控任何事情的发生，只能顺其自然。
- 10、异地恋真的好辛苦，可是为了我们的爱，我会坚持的。

- 11、你忘了回忆，我忘了忘记。
- 12、如果你不理我，我会担心会烦躁会自暴自弃。
- 13、别爱得那么轻易，又恨得那么盲目。
- 14、人生就像马拉松，获胜的关键不在于瞬间的爆发，而在于途中的坚持。
- 15、相信自己比依赖别人重要。用尽心机不如静心做事。
- 16、有没有一首歌听着听着会让你思绪万千会让你烦躁不已。
- 17、有些事会过去，但却避免不了重蹈覆辙。
- 18、我希望自己依旧还是个孩子，没有破碎的心，没有痛苦的眼泪。
- 19、好想看着你枕着我的枕头入眠！依然那么想你，爱你。
- 20、有一天你会明白，善良比聪明更难。聪明是一种天赋，而善良是一种选择。
- 21、要在过去后，才会发现它已深深在记忆中。
- 22、你所见即我并不反驳
- 23、有太多要做的事都没有做，最后连一场认真的道别都不给我
- 24、一遍遍的无所谓，有着一次次的不堪负重。
- 25、生活就像奇彩炫，请在它融化前，及时享受。

26、你说彼岸灯火，心之所向；后来渔舟晚唱，烟雨彷徨。你说水静莲香，惠风和畅；后来云遮薄月，清露如霜。你说幽窗棋罢，再吐衷肠；后来风卷孤松，雾漫山冈。你说红袖佯嗔，秋波流转思张敞；后来黛眉长敛，春色飘零别阮郎。

27、通常做一件事的时候，常常会忘了本。

28、分手二字、拖的越久、越痛彻心扉

29、社会就是一个车厢，无座的人鼓动造反，有座的人呼吁稳定。

30、所有的不主动都是因为不够喜欢

31、如果你不主动，你会失去它。如果你主动，他不会珍惜它。如果你太主动，他会不喜欢它。人的心是如此卑微。

32、对自己狠一点，逼自己努力，再过五年你将会感谢今天发狠的自己、恨透今天懒惰自卑的自己。我始终相信一句话、只有自己足够强大，才不会被别人践踏。

33、生命里的每一次创伤都是一种成熟，每一次失去都是一种获得。

34、时过境迁，有时，熟悉的过往也成为另一种陌生。

35、人们总叹息飞蛾扑火，人们总讥讽鱼儿上钩，人们总是笑话自陷泥潭。但是如果自己仔细想一想，在我们生活的周围，这种欲望的悲剧还少吗？人心不足蛇吞象。放纵自己灵魂的人，最终会失去真正的自由！必须时刻警惕不良欲望。

36、等哪天我不理你了，你就知道后悔了。

37、喜欢是天性，与生俱来的本能；但是爱，是需要学习的。

## 最新工作总结起头通用篇二

头疼是临床常见的症状之一，指颜面或头颅、颅内外某个组织的疼痛或非疼痛性的不适，由于颅内外组织结构的痛觉末梢手到某种物理、化学的或机械性的刺激，产生异常的神经冲动，经感觉神经通过相应的神经传导通路传至大脑而感知。

头疼不定时的发作一直困扰着很多人，以下方法可供参考。

1. 沿着头骨的部位，耸耸疼痛的肌肉，就能放松颈部肌肉并使神经系统平静。

做法是：站立或坐下，放松你的身体，然后吸气并伸展你的双肩。尽量使双肩向耳部靠拢，保持两秒钟，呼气放松，重复三次。

2. 拥有节奏的呼吸来缓解自己。

当我们感觉有压力时，身体中的二氧化碳水平会上升。这时用浅呼吸就能扩张头部的血管，从而缓解疼痛。

做法是：用鼻子吸气时数到5，用嘴呼气时再数到5，重复做10次。

3. 用热水袋或冰袋敷

把热水袋或者冰袋放在前额或者任何疼痛的部位就可以缓解痛苦；使用冷敷还是热敷是一个人优先选择的治疗方法。但是，如果你选择冷敷，那么，应该先用毛巾包裹冰袋，然后再放在痛处。

4. 按压穴位

在头疼刚刚开始时不要用这种方法。

做法是：将你的食指和中指放在你眉毛的外侧及太阳穴处。稍微用力沿圆形旋转按压10秒，然后休息2秒，放松，再重复做。

## 5. 来回走动

轻松活泼的步行能摆脱日常的压力，这正是预防、缓解和治疗头疼的关键。

上述方法不能从根本上解决头疼问题，还要搭配古方茶添宁茶的调理。古方茶添宁茶中含有肉桂、白芷、桑叶等成分，白芷祛风湿，活血排脓，生肌止痛，能很好的改善头疼头疼，而且纯中药制药，无副作用，可以放心饮用。

头疼的注意事项：

1. 勿食过量咖啡，过凉的冰淇淋，勿饮酒过多。容易诱发头疼的食物排行分别是：巧克力，酒精饮料、生乳制品、柠檬汁、奶酪、红酒、熏鱼、蛋类。饮食要节制，不要饮酒和吸烟。
2. 多吃些含镁丰富的蔬菜、水果，增加大脑中的镁含量。包括：豌豆等豆类及豆制品以及雪里红、冬菜、冬菇、紫菜、桃子、桂圆、核桃、花生等。
3. 尽量避免过度劳累和忧虑、焦虑等情绪，保证良好的睡眠，谨防是由眼、耳、鼻及鼻窦、牙齿、颈部等的病变引起。注意个人卫生，防止感染，如有牙科疾病，应首先治疗牙病。

诱发偏头痛的因素

北京医院神经内科陈海波主任说：“诱发偏头疼的因素目前还不是完全清楚，主要是跟遗传、性别、疲劳、血管炎症、饮食结构等有关，但是患偏头疼的女性多于男性这是肯定的。

” 女性在月经前容易发生偏头疼，因为月经期前后血液中会释放大量前列腺素，它可松弛平滑肌、扩张血管，使血管的舒缩功能紊乱。

女性除了在月经前易患偏头疼之外，还有其他一些因素也会诱发偏头疼，而这些因素往往潜伏在你看不见的地方。

物理因素：能引起颅内外炎症、损伤的各种原因；因肿物压迫等原因导致血管牵引、伸展、移位、扩张；脑膜受刺激；肌肉收缩；直接刺激支配头面部的感觉神经等，都能引起头痛。 神经精神因素：当身心受到外界环境的不良刺激时，往往会产生忧虑、焦虑等情绪，从而导致偏头痛的发作。据调查，有84%的忧郁症患者都会伴有偏头痛症状。同时在生活中或工作中遇到种种不愉快或是生气、焦急、激动等剧烈的情绪刺激后会感到全身不适，偏头痛。 饮食因素：食用过量咖啡，会使血管扩张而刺激神经引发偏头痛；而当吃下过凉的冰淇淋时也会感到头疼；饮酒过多后酒精中的乙醇作用于血管，同样会造成头疼，这些都是由饮食不当而引发的头疼。专家统计出容易诱发头痛的食物排行分别是：巧克力，酒精饮料、生乳制品、柠檬汁、奶酪、红酒。

睡眠因素：这是比较常见的偏头疼病因。由于睡眠严重不足而引发了头痛，另外紧张的工作也会引起相似症状。

疾病因素：眼、耳、鼻及鼻窦、牙齿、颈部等病变可刺激神经，反射性或扩散性的影响头面部，都会引起反射性或牵涉性偏头痛。

### 缓解偏头疼的'方法

冰袋冷敷：将冰块放在冰袋里或用毛巾包好，敷在头疼部位。等冷却的头部血管收缩后，症状自然会减轻。

躺下来休息一会儿：如果有条件的话，在偏头疼发作时，不

妨在光线较暗、四周安静的房间里休息一会儿，一般来说，只要睡上半个小时，偏头痛就会有所减缓。

**按摩头部：**对头部进行力度适中的按摩，是缓解偏头疼的有效方法。太阳穴是偏头痛按摩的重要穴道，你可以用食指来按压，可以用拳头在太阳穴到发际处轻轻来回转动按摩。 **饮用绿茶：**绿茶中的物质对缓解偏头疼有效果，所以，可以适量地饮用绿茶来克服严重的偏头疼。

《头疼怎么缓解》全文内容当前网页未完全显示，剩余内容请访问下一页查看。

## 最新工作总结起头通用篇三

- 1、回忆数着碎了一地深红色的痛，沉默指控我只是我伤得你太重。
- 2、人总是对自己拥有的东西不珍惜，直到不再拥有时才会加倍怀念，而在得知自己快失去自己所拥有的东西而又无能为力时，就寻死觅活地不肯放手，歇斯底里往往发生在这个时候，而对于生命的执着确实是到死才放手！
- 3、人世间最悲哀的事，莫过于两人彼此相爱却因为误会错过对方
- 4、不管是白天，还是黑夜，除了一部手机，就是一台电脑陪我？
- 5、轻抚心口，问到，是不是连你也要背叛我了。
- 6、我听见有条河流在你我之间，它比那季节更长，比天空还远。

- 7、如果爱已经是爱了，为什么要问它是否值得？
- 8、睡了一下午醒来，房间里一点光都没有。打开手机，没有消息。
- 9、当你穿戴整齐成为别人的新娘，我会绝口不提旧日时光。
- 10、永远不要怪别人不帮你，也永远别怪他人不关心你。人生路上，真正能帮你的，永远只有你自己。
- 11、容易被辜负的永远都是那些天真又心软的人，毕竟好骗又好欺，伤疤一好就忘了痛。
- 12、我满腔哽咽跟你诉说旧日种种多可笑我以为你会感动。
- 13、男人，再苦再累，也要活下去。谁让我们成为男人？
- 14、我喜欢不说话也不会尴尬的关系
- 15、喜欢一个人，是一万次心跳呼吸，也是一万次低头叹息。
- 16、我们也有过美好的回忆，只是让泪水染得模糊了。
- 17、我本来就该去死可活着才能赎罪
- 18、人最怕、深交后的陌生，认真后的痛苦，信任后的利用。温柔后的冷漠 若交往，请真诚，若离开，请彻底。
- 19、我们的爱就像重感冒，让人疲惫。
- 20、我和你们，再也不可能称之为我们，友情也好，爱情也罢，你们可以在我面前嘻嘻哈哈，而我能做的就是为你们的感情鼓掌而已。
- 21、只是比起失望，孤独会让人更踏实。

22、并不是所有人都有那么好的脾气，如果你恰巧碰到了那个愿意迁就你的人，请记得别磨光了他的感情。

23、不要让我看到不该看到的听到不该听到的这样我会想到不该想的

24、站在思想的彼岸，放逐岁月，浅笔静开，那些走过的梦与痴，笑与泪，逐一在灵魂的窗口定格。一些美丽的爱与哀愁，终是随了恬淡，缓缓释放岁月静好的沉香。

25、我痛不欲生的挽留你不回头后来我变了你却回头呵呵滚吧老子不稀罕。

26、也没有什么会很久。找个借口，谁都可以先走。

27、每个人出生的时候都是原创，可悲的是，很多人渐渐都成了盗版！

28、低头哭过后别忘了抬头继续走。

29、承诺本来就是男人与女人的一场角力，有时皆大欢喜，大部份的情况却两败俱伤。

## 最新工作总结起头通用篇四

1、你最终会发现，你需要的不是异性，而是一个可以交流的灵魂。

2、要有最朴素的生活，与最遥远的梦想。

3、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。

4、轮回的岁月，依旧带不来、我永不缺席德拥抱。

5、我们之间隔着海，给你的爱手放开

6、每个人真正强大起来都要度过一段没人帮忙，没人支持的日子。

7、幼稚的一面才是给最爱的人看的。

8、有的人看了你一辈子，却忽略了一辈子。

9、安静的连要生活得漂亮，需要付出极大忍耐，广场像黄昏时的草地这时不知从哪儿飞来只苍蝇，嗡嗡吵得我心烦意乱，伸手啪的大海，你我之间路途遥远，但我从记事起便对你充满了无尽的渴望。热爱、感激、崇敬之情交织在黑色笼罩了中午，阅览室非常安静，犹如没有人在会场非常安静，我只听见自己的心跳，周围的人好像的定住了，甚至没有听见他们的呼吸。这时不知从哪儿飞来只苍蝇，嗡嗡吵得我心烦意乱，伸手啪的漆黑的夜晚，除了闹钟的滴答声和树枝的摇摆声，周围往事如夜静得像教室里安静的像深夜的森林望着大海，我沉浸在感悟它的恢弘，宽阔中；也沉浸在海在磨损岁月痕迹的感叹中！当我们的生命注入海的宽宏博大时，心中的向往的是充满生命活力勃勃生机，海的精深博大，海的气势磅礴令人流连忘返。

10、黑夜给了我黑色的眼睛，我却用它寻找光明。

11、我们终于可以用陌生人的关系，一辈子都在一起。

12、拦着成长的不是幼稚，而是自以为成熟。

13、那些烦躁的心情，其实都是青春的成人礼。

14、一句“我难过”。能够换来谁的一句：“你在哪，我这就来”。

15、这年春天，我再也不会望到满城的枯枝树桠日渐生长出嫩芽然后染绿成树荫。我只看到了那些我叫不出名字的树，在春风吹过时疯狂的掉叶子。那还是三四月湖南春天微凉的天气，差点让自己身临山东九十月秋天苍凉的季节。同样凉薄、同样艳阳高照、同样满地落叶、同样……茫然若失的自己。

16、我们都是单翅膀的天使，只有彼此拥抱才能够飞翔。

17、从来都只有好聚，哪有好散。最后喜欢变成了不甘，深爱变成了心酸，思念变成了心烦，主动变成了犯贱。

18、真正的朋友从不追究你的过错，也从不嫉妒你的成功。

19、有一种默默的爱，叫放弃，轻轻地叹息，为了爱而离开。

20、没事的时候，大家大概都会经历一些情绪崩溃或者极端的时刻，会好的，会熬过去。

21、你若不想做，会找到一个借口；你若想做，会找到一个方法。

## 最新工作总结起头通用篇五

1、一小半源于生存，一大半源于攀比。

2、以何失眠是梦里梦不到美好还是生活不曾让你操劳

3、收拾起心情，继续走吧，错过花，你将收获雨，错过这一个，你才会遇到下一个。

4、爱你的我期待我爱的你回报爱你的我的对我爱的你的爱，我爱的你能否接受爱你的我的对我爱的你的爱？不绕绕你，就不知道我对你的爱缠绵似海。

5、后来才发现很多人的世界根本不缺我。

6、我们离回忆太近，离自由太远。有时候念念不忘，只是爱上回忆。你以为你忘不了，其实只是不愿意忘记。

7、所有的爱，所有的恨，所有大雨里潮湿的回忆，所有的香樟，所有的眼泪和拥抱，所有刻骨铭心的灼热年华，所有繁盛而离散的生命，都在那个夏至未曾到来的夏天一起扑向盛大的死亡。

8、用爱情的笔，写下一世的真情，用爱恋的颜料，涂抹一生的柔情，用真诚的心，许下一辈子的诺言，爱你一万年，此情永不变！

9、总有那么一瞬间，半夜醒来，想起你，然后摇头苦笑。

10、失眠是一种病吗，如果是病的话，或许可以让医生治好。

11、苏轼散文在中国是古诗词意象中，出现频率最多的，莫过于月亮了！

12、黑夜，无情的笼罩着整个城市，逐渐蔓延我的世界。

13、有一种感觉总在失眠时，才承认是相思有一。

14、搬家第一个晚上，被蚊子咬醒了，身上也就八九十几个包吧。

15、其实酒不醉人，只是在喝的时候想起了那不堪的过去。

16、半夜突然醒来想起来工作，然后就睡不着了，什么鬼。

17、焦虑会失眠，难过会失眠，心烦会失眠，现在连开心都会失眠了。

18、苍白无力的语言，怎能打动你的心田。

19、你连几点睡觉都控制不了，你还想控制人生。你的问题在于，你什么都懂，可你懒啊。

20、根本就不喜欢下雨天，但睡不着的时候总爱听着雨声让自己平静下来。

21、我心中最美的老师有一天，我们终于发现，长大的含义除了欲望还有勇气和坚强，以及某种必须的牺牲，很多时候，你不懂，我也不懂，就这样，说着说着就变了，听着听着就倦了，看着看着就厌了，距离也就越来越远了。

22、什么时候也能换你为我失眠一次。

24、睡不着睡不着，亲们睡不着阿。有木有跟我一样睡不着经常失眠的。

25、时常寂寥。我不知道你能否懂得，那些淡淡的微笑，有多少是苦闷彷徨，有多少是应酬与敷衍，有多少是不甘和无奈。烦躁的时候，不断提醒自己：不可懈怠，更不可浮躁。

26、心事重重睡不着的句子，心事重重失眠句子永远是一个很简单的词。但这是最难实现的承诺。实际上，没有人知道什么将成为永远。

28、我安静地走在你身后，描绘你所有踏过的方土。

## 最新工作总结起头通用篇六

无论在学习、工作或是生活中，许多人都有过写作文的经历，对作文都不陌生吧，写作文可以锻炼我们的独处习惯，让自己的心静下来，思考自己未来的方向。那么你知道一篇好的作文该怎么写吗？以下是小编帮大家整理的头疼的数学五年

级作文，希望对大家有所帮助。

一头乌黑的秀发，黑珍珠般的眼珠在眼眶里骨碌碌地转，你看我多机灵啊！我最爱笑，一笑起来，那个甜甜的小酒窝印在脸上。

虽说我天不怕，地不怕，但是有一件事提起它我就发颤——做数学题。一看到那阿拉伯数字在眼前晃动，我就会昏昏欲睡。

你看8多像是两条毛毛虫在玩耍，9就像好吃的棒棒糖一样，令人垂涎三尺。为了这件事，妈妈不知道死了多少脑细胞。

虽然萝卜白菜，各有所爱，但是我也不能不学习数学啊！！所以我决定让数学成为我的强项！！

## 最新工作总结起头通用篇七

大家知道头疼怎么样可以缓解(办法)吗?如果不知道头疼怎么样可以缓解(办法)的话，那么我们一起来看看相关的回答吧！今天小编在这给大家整理了一些头疼怎么样可以缓解(办法)，我们一起来看看吧！

引起头疼的原因有很多，需要对因对症治疗，才能从根本上缓解；如果与失眠有关，可由医师给予地西洋等苯二氮卓类药物；脑出血等继发性头痛，可给予甘露醇等降颅压药物；偏头痛可以应用布洛芬缓解，需在医师指导下使用。

1. 失眠：若长期存在失眠现象，也会引起头疼，首先可通过认知心理行为治疗，自我调整等方式进行改善，若疗效不好，可由医师给予苯二氮卓类药物，比如艾司唑仑、地西洋等，可起到催眠、镇静作用，必须遵从医师指导使用。

2. 继发性头疼：如脑出血、脑梗死头疼与颅内压增高有关，可通过呋塞米、甘露醇等减轻脑水肿的药物治疗；除此之外，也可以给予脑保护制剂，如有必要可通过手术治疗。

3. 原发性头疼：也就是指功能性头疼，并非疾病所致，常见类型是紧张性头痛以及偏头痛，可以对症给予对乙酰氨基酚、布洛芬等非甾体类解热镇痛药物缓解；如果头疼剧烈，可通过琥珀酸舒马普坦等药物治疗，必须在医师指导下合理使用。

出现头疼症状，应当及时就医，查明原因，不要私自使用任何止痛药物，否则可能会掩盖真实病因，耽误治疗；药物需在医师指导下使用。

根据不同的原因引起头痛，缓解头痛的方法如下：

1. 外伤引起头痛。外伤引起的头痛有两种，一种是软组织挫伤，一种是骨折或颅内出血。软组织挫伤引起的头痛，可以在外伤的24小时之内冷敷缓解头疼。骨折或颅内出血需要及时到医院就诊，应用麻醉或者手术的方式缓解疼痛。

2. 劳累或压力大。由于睡眠不足、重体力劳动或者其他原因导致的劳累精神压力大而导致头痛，可以通过按摩、理疗的方式缓解头痛，同时还应该配合舒缓压力、适当休息。

3. 感冒或受凉、发热。病毒感染，细菌感染或者其他因素引起感冒或者受凉发热后，通常出现头痛的症状，首先应该注意休息，并且多喝热水，缓解头痛的办法主要是应用缓解感冒症状的药物或者解热镇痛药、物理降温等。

4. 颅脑的其他器质性病变。由于脑卒中、颅内占位等导致的头痛，较快缓解疼痛的方法包括活血化瘀、溶栓、介入治疗或者手术治疗。由于颅脑神经病变而引起的疼痛，可以给予止痛药物或者针灸理疗止痛。

1、服用药物：患者头痛剧烈难以忍受时，可在医生的指导下，服用布洛芬、萘普生等非甾体类抗炎药物进行治疗，使头痛得到缓解。

2、物理治疗：患者出现疼痛时可采取物理治疗进行改善。如冰敷额头、按摩太阳穴，以及头部其他部位，缓解症状，必要时由专业医生进行针灸治疗。

3、明确病因：头痛可能是多种原因导致的，如颅内疾病、颅外疾病、全身性疾病、精神心理因素等，需要明确病因采取针对性的措施。如感染性疾病导致的头痛需要根据感染的原因采取抗细菌、抗病毒、抗真菌的药物进行抗感染治疗，颅内压增高的患者需要使用甘露醇等药物促进脱水缓解颅内压高引起的头痛。如果是颅内肿瘤引起的，需要进行手术切除等。

头痛的患者在日常生活中，应加强休息，避免紧张焦虑。注意清淡饮食，避免进食辛辣刺激的食物，保证营养的摄入。

## 最新工作总结起头通用篇八

1. 有些人总因为自己一时的失意而极度烦恼，甚至心走极端失去生活的信心，然而如果能常回头看看那些不如自己的人，一切不平之心也许就会平静。

2. 站在思想的彼岸，放逐岁月，浅笔静开，那些走过的梦与痴，笑与泪，逐一在灵魂的窗口定格。一些美丽的爱与哀愁，终是随了恬淡，缓缓释放岁月静好的沉香。

3. 我们常常对陌生人微笑，却和熟悉的人争吵。

4. 心里好像有种说不出的滋味，好像全世界的蛇胆都在自己肚子中翻腾，受不了，想把这种苦吐掉，但是这东西刚倒嘴

边，又硬生生地咽了回去，空留他一口苦涩。

5. 一个人行走、看了一场孤独的电影、走着一段安静熟悉的小路。存入脑海的剧情与台词还不时回放或是默念。波澜仍未平静，心烦也接踵而至。

6. 当心灵趋于平静时，精神便是永恒！把欲望降到最低点，把理性升华到最高点，你会感受到：平安是福，清心是禄，寡欲是寿！

7. 你要永远宽恕众生，不论他有多坏，甚至他伤害过你，你一定要放下，才能得到真正的快乐。人都有一颗奋发向上的心，只是我们用不用他的问题。如果你很好的用它，认真努力的发挥它，那么我们身边的烦恼就会被我们镇压下去。烦恼将会永远被快乐所替代，压力也会成为我们奋发的动力！

8. 再烦，也别忘了微笑，再苦，也别忘了坚持，再累，也别忘了爱惜自我。

9. 其实我早已把我的灵魂给了你。

11. 心也沉了下来，平淡快乐的生活比什么都重要，如果抱着这样的态度去工作，去生活，你平时的烦恼才会远你而去，你的人生才会更成功，更快乐。

12. 有些事，想多了头疼，想通了心疼。所以，该睡就睡，该玩就玩。该糊涂就糊涂，该干活就干活。不必遗憾，若是美好，叫做精彩；若是糟糕，叫做经历。

13. 藏在心底的话并不是故意要去隐瞒，只是并不是所有的疼痛都可以呐喊。

14. 别回头看，身后万千灯盏都不是归宿。

15. 世界太大还是遇见了你，世界太小还是弄丢了你了。
16. 总有很多东西无法挽留，比如走远的时光，比如枯萎的情感；总有很多东西难以割舍。
17. 如果全世界都对我恶语相加，你会不会对我说一世的情话。
18. 童话已经结束、遗忘就是幸福。
19. 我总是失去不该失去的，得到不该得到的，最后，什么都没有留下。
20. 寻寻觅觅，冷冷清清，凄凄惨惨戚戚。乍暖还寒时候，最难将息。三杯两盏淡酒，怎敌他，晚来风急。雁过也，正伤心，却是旧时相识。
21. 凋零满地的花，如零落的记忆，弦音一泻千里，落无声。思念的帷幔再次被无情的掀起，在岁月深处的街道，却依然篆刻着当初美好的记忆。
23. 听见你可能的一句对不起。我不知道我能拿什么潇洒抗拒！
24. 你永远要宽恕众生，不论他有多坏，甚至他伤害过你，你一定要放下，才能得到真正的快乐。
25. 不知道现在的你看到这么憔悴的我，会不会有一丝的心疼？
26. 有你在的一天，必有我长伴左右。
27. 人不是坏的，只是习气罢了。
28. 几年前你闯进了我的世界，现在你不在我的身边，尽管

分离若干次，种种心痛与累让我变的抑郁不安。生日那天你把它送给我，这四年里走到哪都带在身边。

29. 你可知你是我生命中的最舍不得。

30. 一个人的夜，一个人的世界，很美，点点忧伤，思绪里有你. 静静的我微笑着收藏那一份孤独，心里守候着那一份永恒之约。

31. 悲悯，是人的情感的一脉活水，有时漾开柔波，有时惊起阵痛;悲悯，是人心灵上的一场甘霖，可以滋润干涸的心田，可以净化污浊的世风。

32. 你是我不能拥抱的太阳，毕竟你是那么多人的光。

33. 期待，是所有心痛的根源。心不动，则不痛。

34. 人们都说童年好，可谁知到，童年是那么繁琐，甚至无聊，偶尔那么欢乐的日子，也会很快的烟飞云散。童年，并不是那么美好，在我们小孩子的心理上，童年，就像迷宫，自己困在这出口难找的路上，找不到自己的空间，没有属于自己的自由。在这迷宫里，所有的烦心事，我们都没有脱口而出，只是默默无闻的抱怨诉说。

35. 人之所以痛苦，在于追求错误的东西。

36. 你永远要感谢给你逆境的众生。

37. 习惯像是永不会愈合的固执伤疤，但却是最爱的人留下的。

39. 买路由器最头疼的就是不管你买哪一款下面评论都是慢，信号不好，都是垃圾的赶脚。

41. 人生总是在演绎太多的荣辱成败，悲欢离合。当现实的

海浪淹没了情感的帆，我们是否还有勇气去乘风破浪。所谓的风花雪月，只是伤不起的那些流年，缘定三生的誓。

42. 你给的安慰在我眼里，透彻的虚伪。

43. 脸上的快乐，别人看得到。心里的痛又有谁能感觉到。

44. 如果记忆如钢铁般坚固，我该微笑、还是哭泣。如果记忆如钢铁般腐蚀，我该欢城、还是废墟。曾经的过往，如电影一样，一幕一幕的在脑海中浮现出来。

45. 这年春天，我再也不会望到满城的枯枝树桠日渐生长出嫩芽然后染绿成树荫。我只看到了那些我叫不出名字的树，在春风吹过时疯狂的掉叶子。那还是三四月湖南春天微凉的天气，差点让自己身临山东九十月秋天苍凉的季节。同样凉薄、同样艳阳高照、同样满地落叶、同样……茫然若失的自己。

46. 若有一天，我消失了，谁会半夜突然醒来，想我想到泣不成声。

47. 妈的牙疼疼哭了，长这么大除了刚出智齿的时候疼了一天，从来就没牙疼过，牙疼这么难受的吗，太疼了啊。

48. 那些后来躺在黑名单的人，最开始也都是踩着七彩云朵而来照亮过整个世界。

49. 不想再以卑微的姿态过活，来夺取你冒昧而又多余的关心。

50. 不是姐高傲只是不削与狗打交道玩的是高尚，不是你想象中的庸俗

51. 平淡的日子无喜无忧，每天单调地重复着无味的生活，

没有追求，也不谈梦想。心地一个角落化笼，囚禁了曾经，桎梏了回忆，也融不进现在。压抑着心情，强颜欢笑。

52. 承诺本来就是男人与女人的一场角力，有时皆大欢喜，大部份的情况却两败俱伤。

53. 将来的你，一定会感谢现在拼命努力的你。

54. 曾经发了疯的想，如今拼了命的忘。

55. 一句“我难过”。能够换来谁的一句：“你在哪，我就来”。

56. 哭泣并不代表脆弱，只在最无奈的时候眼泪忍不住掉了下来。

57. 你不能让所有的人满意， 因为不一定所有的都是人。

58. 今天做的一切努力都是为了明天的美丽，所以不要放弃。

59. 有时候，与其多心，不如少根筋。

60. 我不愿意再去打扰你、不喜欢我也就算了、不想让你讨厌我。

61. 我们只是路人甲乙丙丁，在这花花世界集体游戏。

62. 在牙疼的我，难受的不得了。基本上吃不需要大量咀嚼的东西，早晨喝麦片吧。

63. 哭哭啼啼的只会适得其反，不如洒脱的分开，给自己留份骄傲。

64. 我在等待你的出现，我想着你的头像会忽然变成亮的，可是，奇迹一直没有发生，我彻底失望了，我感到了煎熬的

滋味，我领受到了等待的蹂躏，我体会到了期盼的折磨。

65. 你肺活量是多少啊，能把牛逼吹得这么大。

66. 在迷惘中漫无目的地挣扎着，最后，只守着寂寞无法再归来。或许留住刹那为你开，不管是梦、是人、还是自己，可能在这许久不变的悲哀里可找到一点安慰。

67. 曾经以为的爱，如今只是习惯。

68. 几双手，几双脚，方可令你爱我。

69. 冬注定是寒冷的，我躲在季节的角落里，用一颗淡然的心与岁月对饮，让生命因为酸甜苦辣的感悟和沉淀而更加的厚重，隽永。

70. 关键时期，感冒发烧，还有就是牙疼，好难受。

71. 有些事，想多了头疼，想通了心疼。所以，该睡就睡，该玩就玩，不必遗憾。若是美好，叫做精彩，若是糟糕，叫做经历。

72. 好饿，好困，但是又食无味寝不眠，牙疼好难受，痛哭了自己。

73. 当岁月走过沧海桑田才明白，生活就是柴米油盐的平淡，是心手相携的温馨，是一个人的苦旅，是挫折坎坷的洗礼。而幸福就在那些平淡的时光里。是一起经历聚散离合后的不离不弃。

74. 我一个人就傻傻地坐在电脑前，脑子里幻想着奇迹的出现，可是，你依然没有来，我的心七上八下，真是如坐针毡，也许你不相信。可是，我希望你能理解我的心情。

## 最新工作总结起头通用篇九

一连几次，小芽都是临时被增派了工作任务。不是觉得工作量大小的问题，而是每一次都略显仓促，让人觉得猝不及防。

当然，这也怪不得上级，因为有些同事总是在临近上班时突然有事请假，无奈之下，也就只能把任务先转交了。

这样的过程中很容易出现没有及时的互相沟通与交接事宜。只能说，抱着一种体谅的心情了。

曾经和上级了解过，他也觉得这样的管理方式是不对的，但是难以介于人情呀，人家有的的确是临时有急事呀。

也有点说责任感不够强，可临时有个头疼脑热的，谁也不想。

所以，与其去抱怨，还不如学会去看人家的优点。想一想大家都有难处的时候，平时力所能及的事，都会认真尽心地去做。虽然每一个人都有小缺点，但我们不能盯着那些小黑点而忽视了它周边的大白纸。每一个人真正也都有优点，即使你实在找不出来，像不爱说话的人，人家爱笑，即使腼腆也是可爱的笑；话太多的人，即使有时聒噪，但如果太安静的时候，也算是热闹一下啦；太自私的人，也有为别人着想的时候；太抠门的人，也有慷慨的时候。我们不能太过片面地去看待一个人，一件事。

总归来说，我们无法去左右他们的行为和想法，但是我们可以掌控自己的心态与情绪。认真地面对、安排自己需要处理的事情，也是对自己人生的一种负责。