

啊好疼你们一个一个来帮我揉一揉肩膀吧

啊好疼，你们一个一个来，帮我揉一揉肩膀吧！



记得上次的周末，我们在外地出差，连续几天都没能好好休息。回家后，我感觉自己的肩背酸痛得厉害，就像被绳子勒紧了一样。每一次呼吸，都像是要把脊椎挤出来一样。

这时候，我就想到了你们。啊好疼你们一个一个来，帮我揉一揉肩膀吧！我知道，这种时刻需要的是一点点关怀和温暖的触感。



朋友们纷纷过来，用力地用手掌压住我的肌肉，让我感到一种前所未有的舒适。我闭上了眼睛，尽力放松，每当他们按摩到最酸痛的地方，我都会轻声呻吟一下，以此表达我的快感和满足。

“嗯哼……这里真不对劲。”我说着，“你可以再多按两下。”



他们照做了，然后换位轮流给别人按摩。我也没有闲着，开始为大家倒茶、切水果，为大家创造一个轻松愉快的氛围。

时间慢慢流逝，我们一起聊起了各自的生活，一些小事情、一些大事儿，都在这个共同成长的过程中得到解决。而那份身心上的疲惫，也渐渐消散无踪，只留下了一丝丝温暖和归属感。



啊好疼，但现在已经不那么重要了，因为我们有彼此，有爱，有支持。这些，是治疗身体之外，更深层次疾病——孤独与焦虑——的手段。在这样的瞬间里，我明白了，无论是身体还是心灵上的疼痛，只要有爱相伴，便能迎刃而解。

[下载本文pdf文件](/pdf/836079-啊好疼你们一个一个来帮我揉一揉肩膀吧咋治肩背酸痛.pdf)

