

# 不痛对谁坐上来的哲思

在这个世界上，有太多的痛苦和不幸，人们常常被它们所困扰。然而，宝贝，不痛对谁，它坐上了我们的心灵深处，引领我们走向一种新的生活方式。



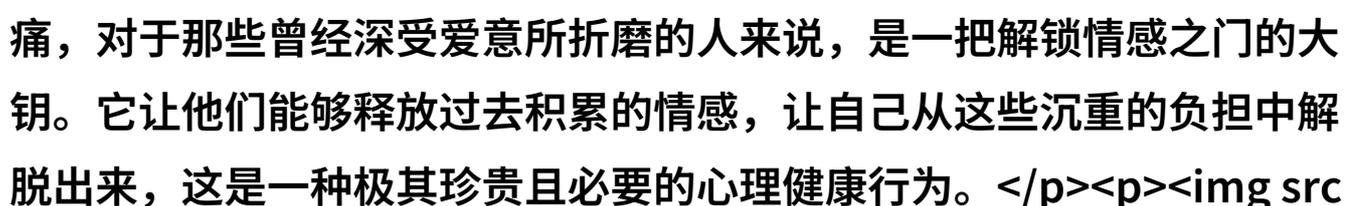
理解与接受

宝贝，不痛，是一个开始。不仅仅是身体上的疼痛，我们也要学会面对心理上的创伤。它教会我们如何理解和接受自己无法改变的事情，从而找到内心的平静。这是一个需要时间和耐心的过程，但最终将带给我们巨大的力量。



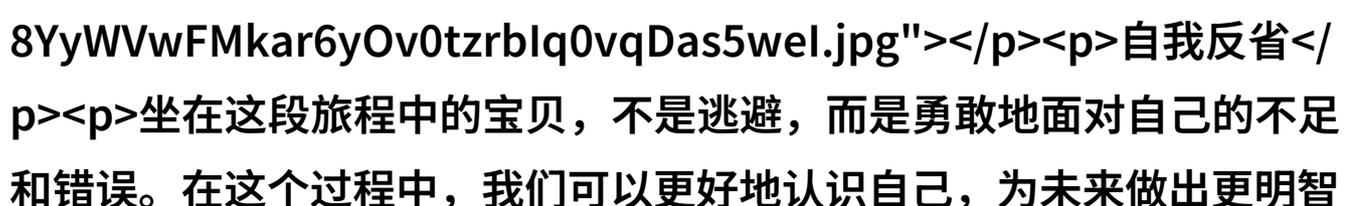
情感的释放

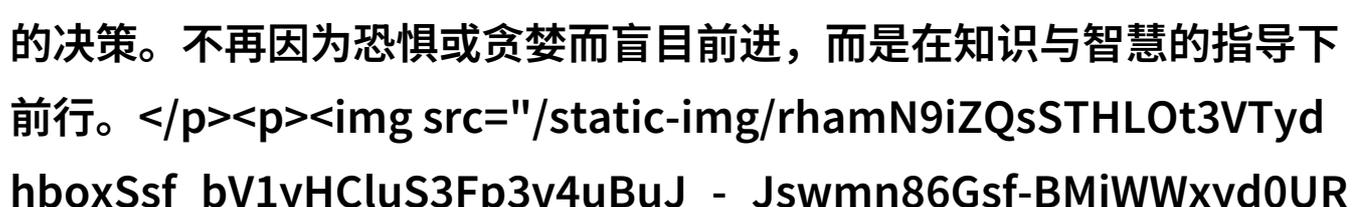
不痛，对于那些曾经深受爱意所折磨的人来说，是一把解锁情感之门的大钥。它让他们能够释放过去积累的情感，让自己从这些沉重的负担中解脱出来，这是一种极其珍贵且必要的心理健康行为。



自我反省

坐在这段旅程中的宝贝，不是逃避，而是勇敢地面对自己的不足和错误。在这个过程中，我们可以更好地认识自己，为未来做出更明智的决策。不再因为恐惧或贪婪而盲目前进，而是在知识与智慧的指导下前行。

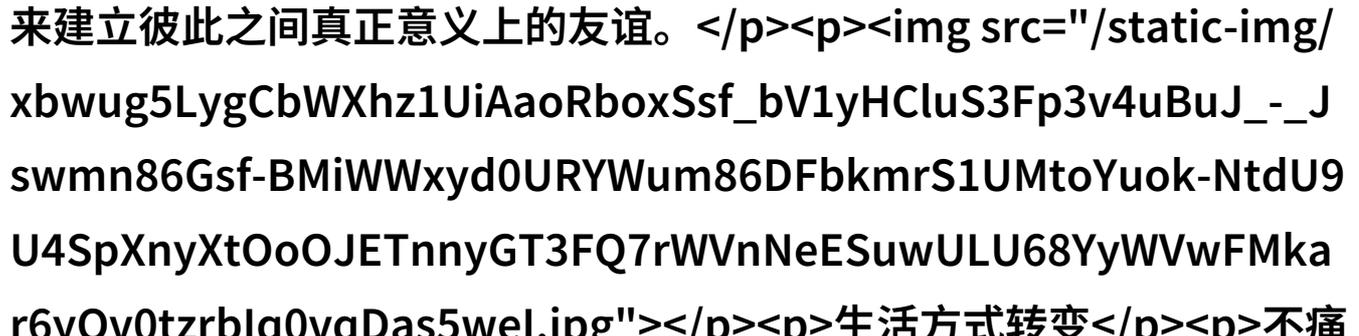




人际关系修复

当我们摆脱了“必须”、“应该

”的束缚，当我们的内心变得更加宽容时，我们就能更好地处理人际关系。不再为了证明自己的价值去争取他人的认可，而是基于真诚与尊重来建立彼此之间真正意义上的友谊。



生活方式转变

不痛，也许是一次机遇，让我们有机会重新审视自己的生活方式。比如减少消费、增加运动、追求个人兴趣等，这些小小的心愿可能会让我们的日子变得更加充实，更符合我们的真实需求。而这，就是成长的一部分，即使伴随着一些最初难以承受的疼痛。

精神层面的提升

最后，在坐上来的这一路上，每一次跌倒都是向成功迈进的一步。当你终于站起来，你会发现，那份坚持带给你的满足感远胜过任何瞬间的小确幸。而这种精神层面的提升，将影响你未来的每一步选择，使你成为那个强大又善良的人。

[下载本文pdf文件](/pdf/897250-不痛对谁坐上来的哲思.pdf)