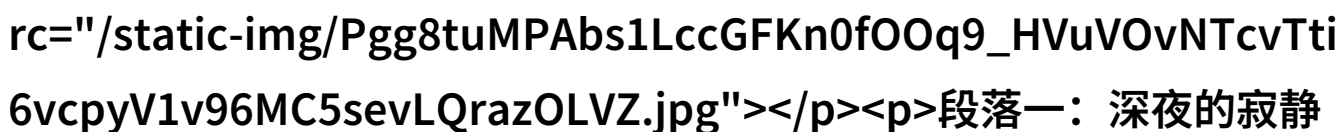


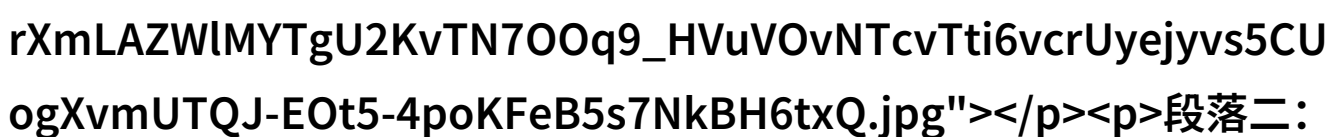
# 在安静的夜晚趴着叫大声一个孤独者的

在安静的夜晚，趴着叫大声：一个孤独者的叹息



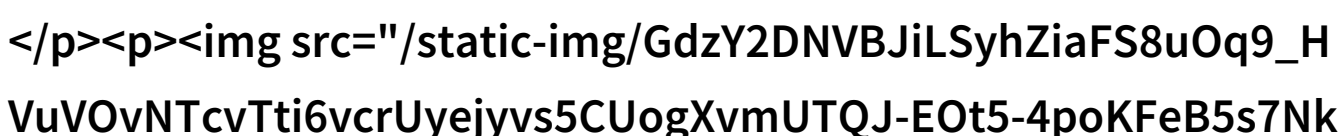
段落一：深夜的寂静与孤独

在这个世界上，每个人都有自己的故事，而我今天想讲述的是关于“趴着叫大声”的。



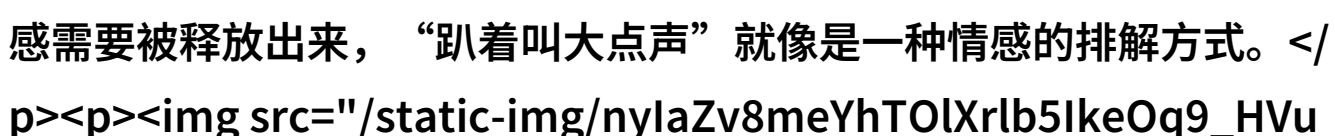
段落二：记忆中的声音

我还记得小时候，在家中听父母打架时，我会趴在门边，用尽全身力气叫。这种做法是出于对安全感的一种渴望，那时候的我不知道该如何表达我的恐惧和无助，只能用最大的声音去呼救。



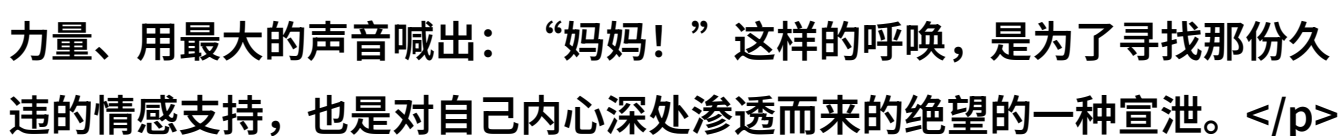
段落三：成长后的回响

随着年龄的增长，这种行为渐渐消失了。但当面对新的困难和挑战时，内心深处那种求助的声音又开始出现。在人生的每个转折点，都有一些不可言喻的情感需要被释放出来，“趴着叫大声”就像是一种情感的排解方式。



段落四：孤独者的哀鸣

现在，当夜幕降临，我常常躺在床上，闭上眼睛，回忆那些过去的人和事。有时候，我会突然感到一种空虚和孤独，这时候，我就会把头扭向一边，用尽全身力量、用最大的声音喊出：“妈妈！”这样的呼唤，是为了寻找那份久违的情感支持，也是对自己内心深处渗透而来的绝望的一种宣泄。



段落五：寻找归属之路

但这次不同于以往。当我发出那颗巨大的咆哮之后，一股暖流从我的胸腔涌出。我意识到

，无论多么痛苦，我们总可以找到出口。而且，不必害怕，因为别人也可能正如你一样，在某个角落里默默地呼喊，他们或许也需要听到你的声音，就像你需要听到他们的声音一样。

段落六：倾听者与被倾听者之间的桥梁

因此，我们不再只是单方面地“趴着叫”，我们学会了倾听。这是一个非常重要的心理健康课题，它要求我们能够理解并尊重他人的存在，同时也不忘自我反思。通过这种方式，我们才能够真正地连接彼此，而不是只停留在表面的交流中。

结语：

生活充满了挑战，但它同时也给予了我们许多宝贵的机会去发现自我、成长，并且建立起更加坚固的人际关系。当下一次夜晚来临，你是否愿意尝试一下，把头扭向一边，用最大音量高声呼唤？或者，你准备好聆听周围人的微弱呼号吗？让我们的生命变得更加丰富，让我们的沟通成为更温暖的人类交汇之旅吧。

[下载本文pdf文件](/pdf/978275-在安静的夜晚趴着叫大声一个孤独者的叹息.pdf)