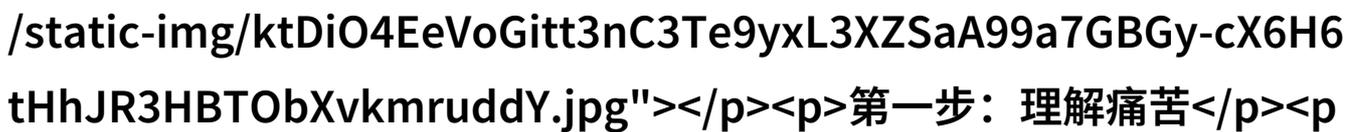
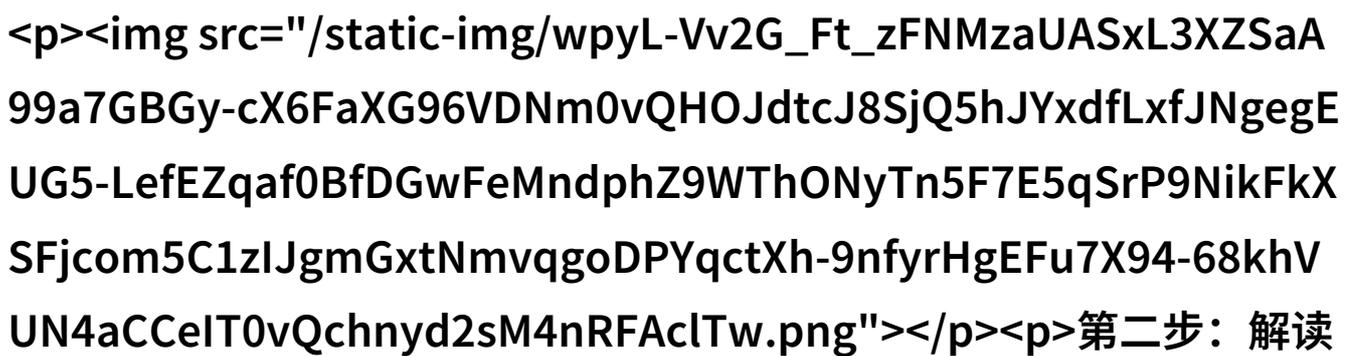


床上呼吸与呻吟的交响探索爱情中的疼痛

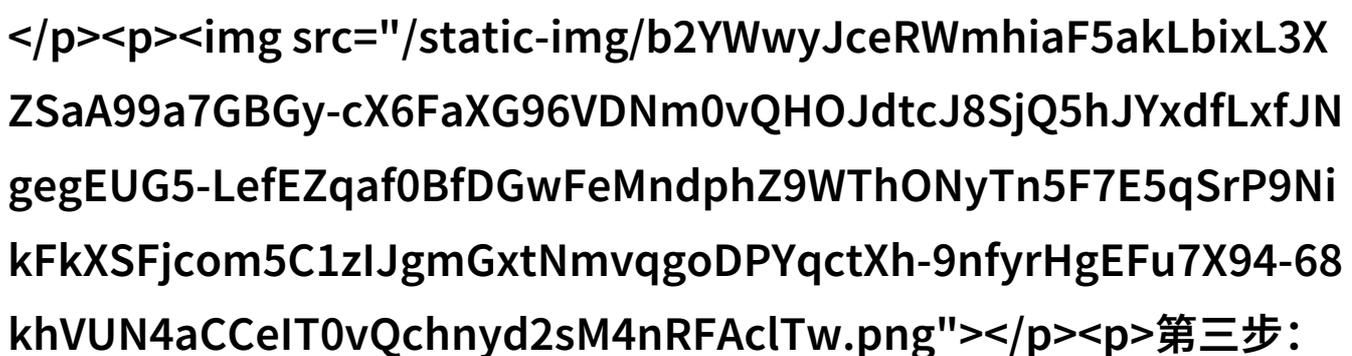
在一片宁静的夜色中，双人床上，一边喘气一边叫疼，这个场景仿佛是爱情故事中的经典桥段。然而，这背后隐藏着更深层次的情感纠葛和身体上的不适。今天，我们将一起探讨这一切。

第一步：理解痛苦

在关系中，疼痛常常不是一个单纯的生理反应，它往往伴随着情感上的波动。在双方都感到疲惫、压力山大时，即使是在最柔软的床上，也可能会听到“喘气”、“叫疼”的声音。这时候，人们往往无法再控制自己的呼吸，因为他们的心已经被生活中的重担压得喘不过气来。

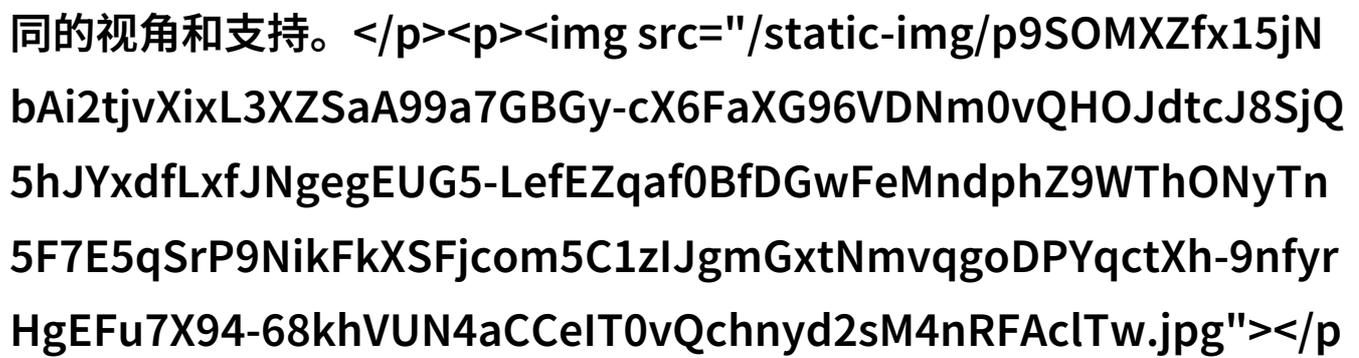
第二步：解读沟通

当两个人因为各种原因（如工作、家庭、健康问题等）而感到疲惫时，他们之间的沟通也许变得困难起来。他们可能不会直接表达自己的感受，只能通过呼吸和呻吟来传达自己内心的苦楚。而这些潜意识下的行为，让彼此更加明白了对方所承受的情绪和身体上的不适。

第三步：寻求帮助

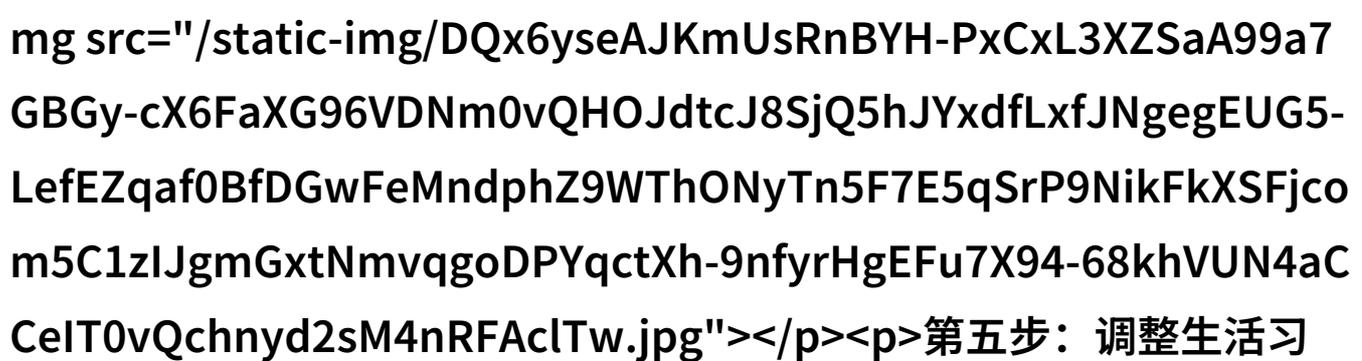
如果这种情况持续存在，那么双方需要采取行动去解决问题，而不是让它成为日常的一部分。可以尝试寻求专业心理咨询师或医生的帮助，以便找到合适的方法缓解这份沉重的心灵负担。此外，与朋友或家人的交流也是非常重要的一环，因为它们可以为我们提供不

同的视角和支持。



第四步：培养同理心

在处理这样的情况时，最重要的是要学会同理心。当看到对方因为疼痛而呼吸艰难，你应该能够体会到他的不易，从而产生出更多关怀之心。这样，不仅能减轻对方的心情，还能加强你们之间的情感联系，使得整个关系变得更加坚韧。



第五步：调整生活习惯

有时候，对于身心疲惫的人来说，最简单有效的东西就是调整生活习惯，比如保证充足睡眠、平衡饮食以及定期锻炼。如果条件允许，可以考虑改变工作环境或者安排一些休息时间以减少压力。这对于改善整体状况都是很有益处的。

总结：

双人床上一边喘气一边叫疼网站背后的故事远比表面看似简单的情况复杂多变。一方面，它反映了人类在追求幸福爱情过程中不可避免遇到的挣扎与挑战；另一方面，它也是对我们共同努力克服困难、维护健康关系的一个提醒。在这个过程中，真正意义上的爱并非消极地接受另一个人的哀伤，而是积极地去理解并一起超越那些让我们的世界变得灰暗的地方。

[下载本文pdf文件](/pdf/797422-床上呼吸与呻吟的交响探索爱情中的疼痛共鸣.pdf)