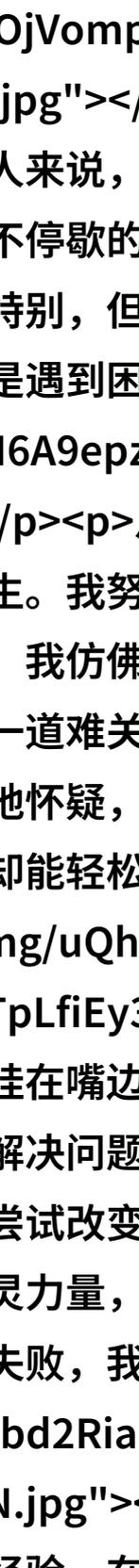


# 老天我恨你逆风不断的生活

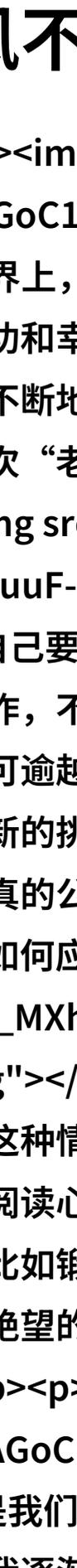
为什么总是这样？

在这个世界上，似乎每个人都有自己的命运。对于有些人来说，那是一条通往成功和幸福之路；而对于另一些人，却像是一场不停歇的考验，他们必须不断地面对挫折和挑战。我的故事，也许并不特别，但它却充满了无数次“老天我恨你”的叹息。

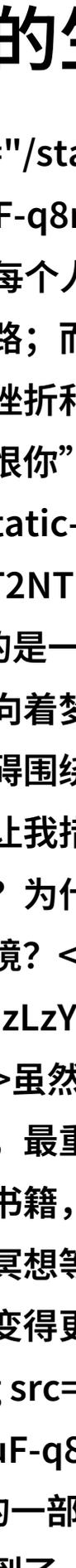
为什么总是遇到困难？

从小，我就知道自己要追求的是一段平凡但又富有成就感的人生。我努力学习，勤奋工作，不断地向着梦想迈进。但是在这个过程中，我仿佛被一个个看似不可逾越的障碍围绕着。每当我以为已经克服了一道难关，就会突然出现新的挑战，让我措手不及。这些经历让我深深地怀疑，这世界上规则真的公正吗？为什么总是我遇到困难，而别人却能轻松行事？

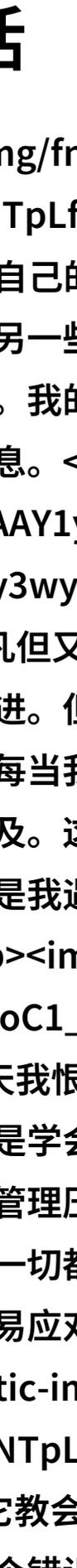
如何应对逆境？

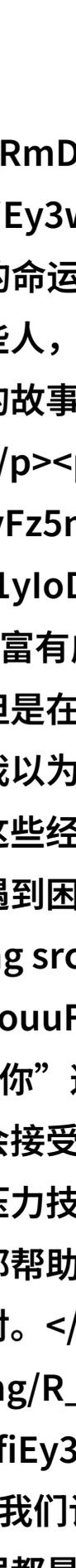
虽然“老天我恨你”这句话时常挂在嘴边，但我明白，在这种情况下，最重要的是学会接受，并且找到解决问题的方法。我开始阅读心理学书籍，学习管理压力技巧，同时也尝试改变我的生活方式，比如锻炼、冥想等。这一切都帮助我增强了心灵力量，让那些曾经让人绝望的事情变得更加容易应对。

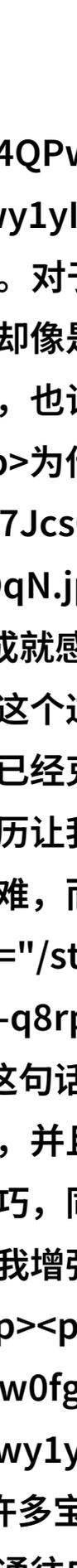
面对失败，我们该怎么办？

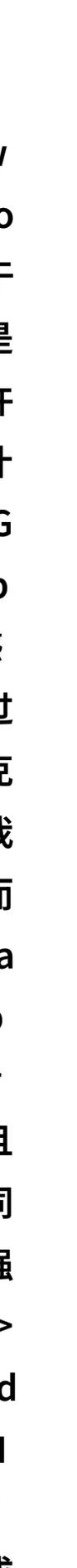
失败，是我们成长的一部分，它教会我们许多宝贵的经验。在一次次失败后，我逐渐认识到了，每一个错误都是通往成功道路上的一个分水岭。如果没有它们，我们可能永远不会发现更好的方法，更好的选择。所以，当再次听到那句“我恨你”，我的回答变成了：“谢谢，你教会了我很多。”

如何调整心态？











mg src="/static-img/nm6S2athOd7Z\_yf4--smtOpzLzYswAGoC1\_ouuF-q8rpT2NTpLfiEy3wy1yloDqN.jpg"></p><p>有一段时间，我几乎快崩溃了，因为所有的一切似乎都不顺利。但有一天，在一次偶然的情况下，我意识到了这一点：如果把所有的事情都归咎于命运，那么我们就是自己的俘虏。而真正的强者，是能够主宰自己的命运的人。我决定从现在开始，用积极的心态去迎接每一天，无论发生什么，都不要让它影响到内心的平静。</p><p>将痛苦转化为动力</p><p>今天，当回头看看过去，那些曾经让我感到绝望的事情，现在看来不过是生命中的小插曲而已。我终于明白，“老天我恨你”并不是结束，而是一个新旅程的开始。当我们说出这句话时，我们其实是在告诉自己：是时候站起来，为自己争取更好，不管怎样，只要我们不放弃，一切都会有所改变。</p><p><a href = "/pdf/609135-老天我恨你逆风不断的生活.pdf" rel="alternate" download="609135-老天我恨你逆风不断的生活.pdf" target="\_blank">下载本文pdf文件</a></p>