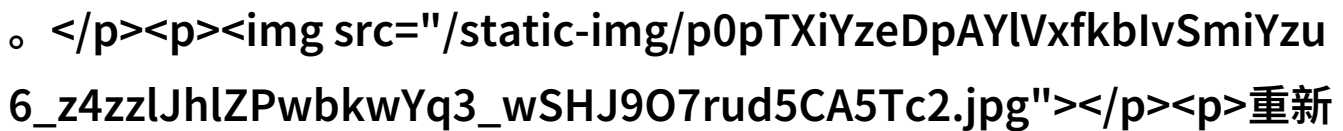
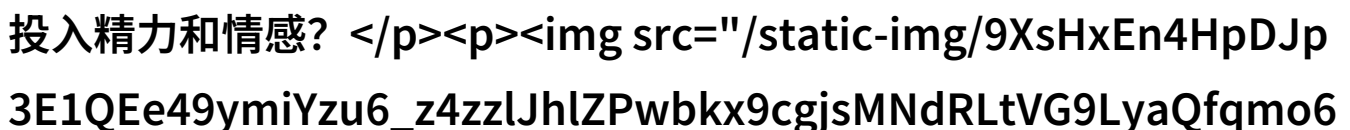


放弃你我曾经的尝试与反思

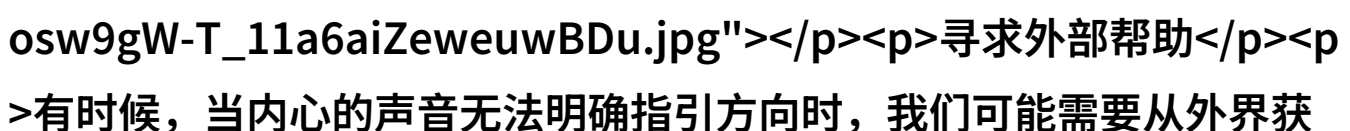
在人生旅途中，有时候我们会遇到难以克服的困境，或者是那些让我们感到无力和沮丧的人。在这样的时刻，我们常常会考虑是否应该放弃这段关系，开始新的篇章。以下是一些关于如何面对这种情况的思考。

重新审视关系

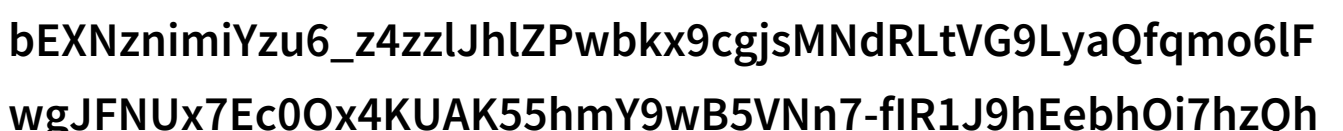
在决定放弃之前，我们首先需要深入思考这段关系到底为何重要。是什么因素让我们坚持不懈？这些因素是否值得我们继续投入精力和情感？

寻求外部帮助

有时候，当内心的声音无法明确指引方向时，我们可能需要从外界获得支持。向朋友、家人或专业咨询师倾诉你的感受，可以得到更加客观和理性的建议。

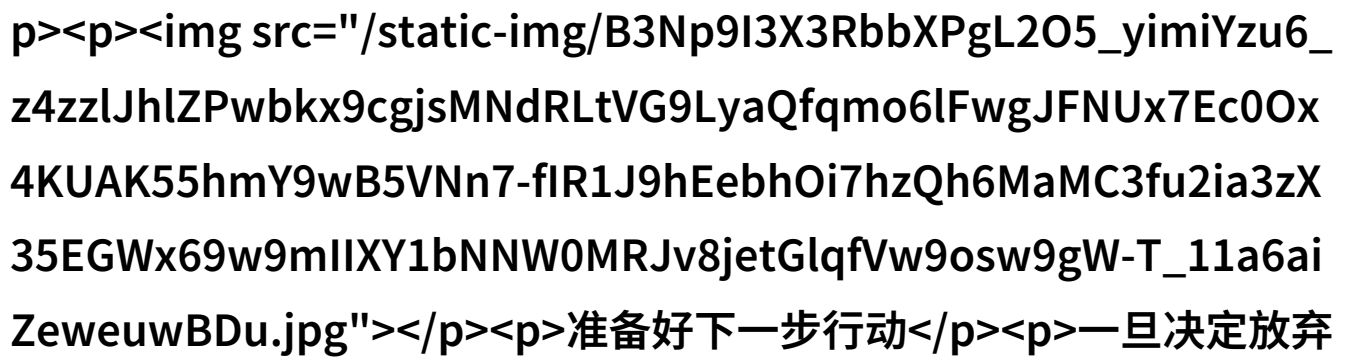
自我成长

放弃并不是唯一的选择，而是一个转折点。在这个过程中，你可以利用时间来提升自己，无论是在事业上还是个人发展上。这也许会给你带来意想不到的新机遇。

学会自我宽恕

放手并不意味着失败，而是承认现状，并且有勇气接受改变。当你做出

决断后，要记得给自己一些宽容，因为每个人的选择都有其合理性。



准备好下一步行动

一旦决定放弃，你就要为自己的未来做好规划。这包括设定新的目标，以及制定实现这些目标所需采取的一系列行动步骤。

保持开放的心态

即使最终决定了要结束某个阶段，也不要将心结留在过去。不妨保持一种开放的心态，期待未来的每一个瞬间都充满可能，不论结果如何，都能学到宝贵经验。

[下载本文pdf文件](/pdf/633451-放弃你我曾经的尝试与反思.pdf)