

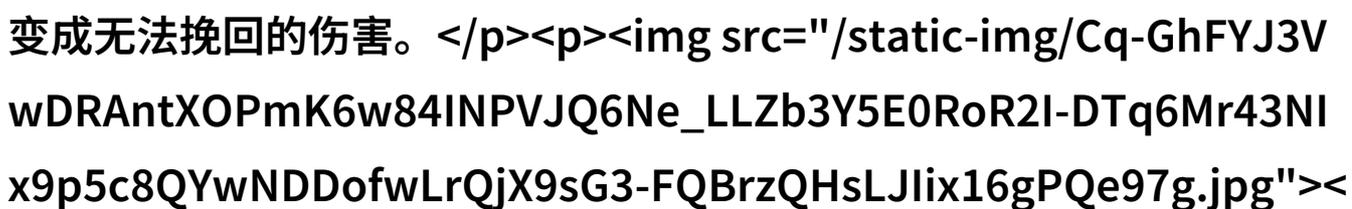
就是欠C叫这么大声我为什么在公共场合

在一个平凡的周末下午，我和朋友们聚集在咖啡馆里，聊着天笑着。突然，一句话从我的嘴边溢出：“就是欠C叫这么大声。”这句话仿佛是对我自己的一次提醒，也是对那些不自量力吵架的人的一种理解。



回想起来，每当我情绪激动时，总会不自觉地提高声音，这让我感到尴尬，也让周围的人感到困扰。在这种时候，我常常忘记了自己的立场，以及对方可能感受的压力。所以，当我说出那句“就是欠C叫这么大声”时，我是在反思自己的行为，也是在警告自己不要再犯同样的错误。

我们生活中有很多这样的情况，比如工作中的争执、家庭成员之间的小摩擦，都容易因为一时的情绪波动而升级到不可控的地步。而且，这些冲突往往都是小事情，但却能够给我们的关系带来很大的影响。如果能意识到这一点，并学会控制自己的情绪，那么这些小问题就不会演变成无法挽回的伤害。



因此，从今以后，无论何种情况，如果我感觉内心火山即将爆发，我都会深呼吸，让理智重新占据上风。我知道，有时候保持沉默，不仅可以避免无谓的冲突，还能为我们留住一些宝贵的话语和温暖的瞬间。

[下载本文pdf文件](/pdf/1143438-就是欠C叫这么大声我为什么在公共场合吵架时总是那么不自量力.pdf)