

抬头 看镜子 我们继续每天的醒来我是如何

<p>每天的醒来：我是如何学会在镜子前找到新生</p><p></p><p>记得小时候，每次起床，我总是带着一种莫名其妙的

紧张感，眼神躲闪，仿佛害怕自己映射出来的影子会把我的希望都吞噬

掉。直到有一天，我决定改变这一切——抬头看镜子，我们继续。</p>

<p>起初，这个决心并没有让我立即感到轻松。我仍然习惯于低头，一

路滑过衣柜、书架和地板上的杂物，避免与自己的双眼对视。但随着时

间的推移，那种逃避开始显得有些无聊了。于是，我决定尝试一下“抬

头 看镜子 我们继续”。</p><p></p><p>我站在洗

手间里，对准了那面冷冰冰的小镜子。深吸一口气，然后缓缓抬起头来

。这是一个简单而又复杂的动作，因为它要求你承认自己的存在，同时

也要准备好接受即将到来的所有变化。</p><p>当我的目光触及那面漆

黑如墨的小小反射表面时，一股突如其来的自卑感涌上心头。我几乎想

要再次低下头去，但是在那个瞬间，我想到了那些曾经对我有所启发的

话语：“我们不是被定义于我们的过去，而是由我们的选择塑造。” </

p><p></p><p>我深呼吸，将这个思想融入心中

，让它成为驱散阴霾的一剂良药。在那个清晨，尽管周围一切都还是那

么熟悉，但对于我来说，却充满了未知和可能。我意识到，每一次抬头

，都是一次新的开始；每一次看镜子，都是一场内心对话；而我们继续

，就意味着不论生活如何打扰，不管困难多么重重，我们都会站起来，

用坚定的步伐迈向未来。</p><p>从那以后，每当早晨第一缕阳光透过

窗帘洒进房间的时候，我都会牢记这四个字：“抬头 看镜子 我们继续

”。它们成为了我的日常祷言，也是我心理战胜恐惧、勇敢前行的心灵

指南。</p><p></p><p>现在，当别人问起我的秘

诀时，我就会告诉他们，在最简单的人生旅程中，最重要的是知道如何在每一个新的一天里，“抬头 看镜子 我们继续”。

[下载本文pdf文件](/pdf/1052307-抬头 看镜子 我们继续每天的醒来我是如何学会在镜子前找到新生的.pdf)