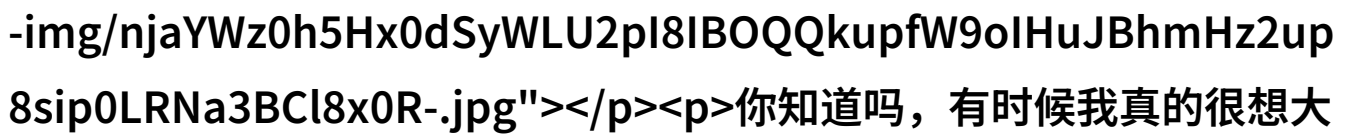
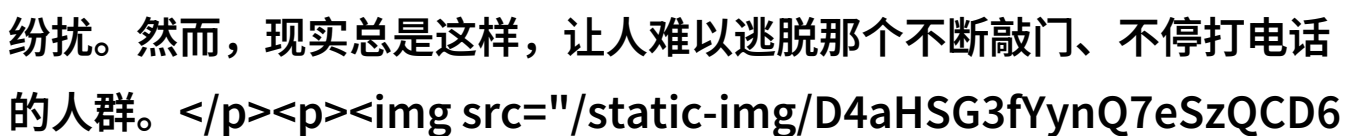


# 你别烦我了BY小蒹葭别再缠着我了我要安

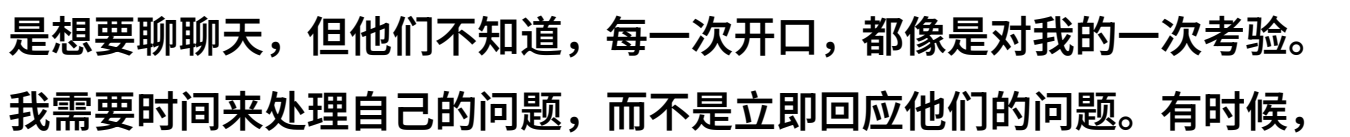
别再缠着我了，我要安静地过我的日子

你知道吗，有时候我真的很想大声地告诉那些烦扰我的人：“你别烦我了BY小蒹葭！”但生活总是那么复杂，不能总是用最直接的方式表达自己的感受。

每当一天结束时，当疲惫和压力堆积在肩上，我渴望找一个角落，将自己包裹起来，不让外界的声音打扰。我需要的只是片刻的宁静，而不是永无止境的纷扰。然而，现实总是这样，让人难以逃脱那个不断敲门、不停打电话的人群。

有时候，是朋友们，他们可能只是想要聊聊天，但他们不知道，每一次开口，都像是对我的一次考验。我需要时间来处理自己的问题，而不是立即回应他们的问题。有时候，是家人，他们担心我的健康，却不知晓，每一次关心都是对我的一种束缚。当我说“别烦我了”，其实是在请求他们给我一点空间，让我能够调整好自己的情绪和状态。

还有，那些网络上的评论者和讨论者，他们似乎认为只要发表几句意见，就能改变世界。但实际上，这些言论往往只会让我感到焦虑，因为它们牵涉到的是太多太多无法控制的事情。在这种情况下，只能做到的是屏蔽掉那些干扰信息，用耳机听音乐或看电影来暂时逃离这个喧嚣世界。

所以，请你们理解一下，“你别烦我了BY小蒹葭”这四个字，它代表了一种求生之愿，一种对于内心平静所渴求的一切。我们都应该学会尊重彼此的边界，不要因为一时的情绪高涨就去破坏他人的宁静。毕竟，我们

每个人都需要找到属于自己的那片净土，在那里，我们可以放松身心，无忧无虑地活出真实自我。这就是为什么，我坚持要把这些话传递出去

——希望大家能够明白，并且尊重我们的选择。

[下载本文pdf文件](/pdf/849975-你别烦我了BY小蒹葭别再缠着我了我要安静地过我的日子.pdf)