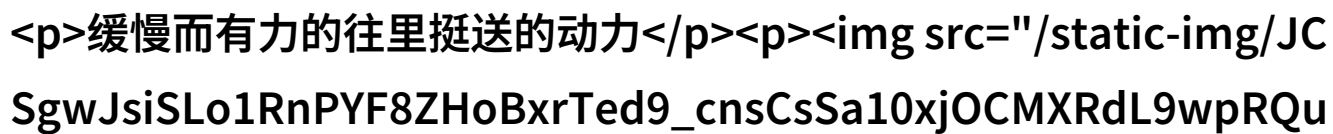


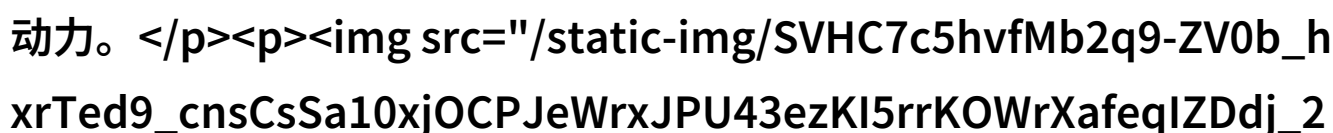
缓慢而有力的往里挺送的动力内在力量的

缓慢而有力的往里挺送的动力



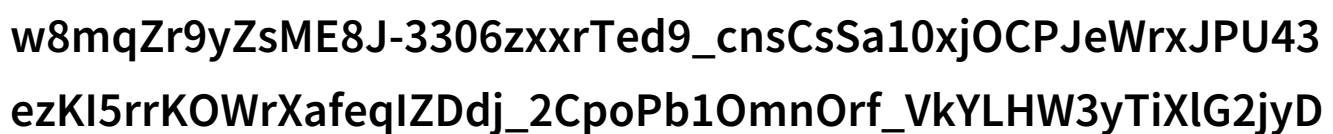
是不是每个人都有这样的感觉？

在人生的某个时刻，总会遇到一些难以克服的障碍，这些障碍可能是来自外界的挑战，也可能是内心自己的恐惧。面对这些困难，我们常常会感到无力和迷茫，不知道该如何前进。然而，在这个过程中，有一种力量可以帮助我们逐步超越这些阻碍，那就是缓慢而有力的往里挺送的动力。



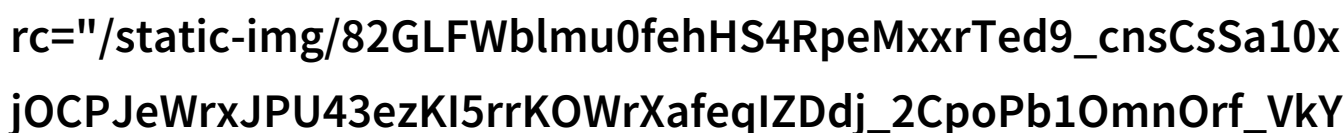
这种力量来源于哪里？

这种力量并非一蹴而就，它更多的是通过长时间、持久的心理和身体努力积累起来。在我们的日常生活中，无论是在工作还是学习上，都有一种不懈的追求完美，每一次小小的成功都是一次对于自己潜能的一次探索和确认，这些微不足道的小成就汇聚起来，最终形成了我们坚韧不拔的人格魅力。



它如何影响我们的生活？

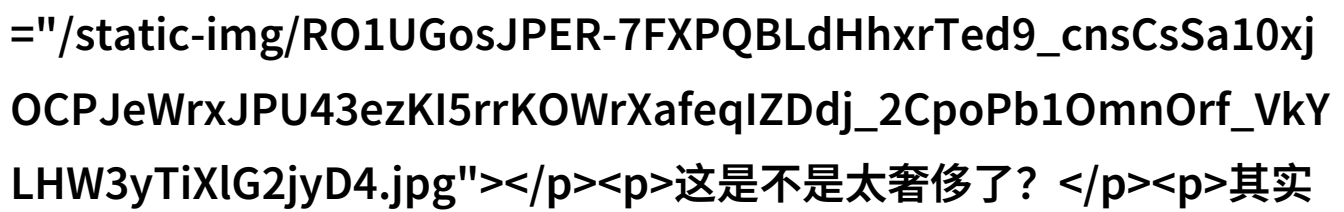
当我们面临困境时，如果能够调动起这股“往里挺送”的力量，我们就会发现，即使在最艰难的时候，也能找到前行的勇气。这份力量让我们学会了耐心，学会了从失败中吸取教训，从挫折中找出新的机会。这也让我们学会了感恩，因为即使是最微小的一点进步也是值得庆祝的事情。



它怎么样才能更有效地运用呢？

为了充分发挥“往里挺送”的效果，我们需要培养一种平衡的心态。在追求目标时要保持乐观，但同时也要认识到现实中的局限性；在

克服挑战时，要勇敢但也不应忽视安全；在休息与恢复时，要给自己足够的地带来放松，以便更好地为下一个挑战做准备。



这是不是太奢侈了？其实，“往里挺送”并不意味着必须总是全身投入，而是一种灵活适应的情况下的调整。例如，当你感到疲惫或压力过大时，可以暂停一下，进行深呼吸或者简单的手脚活动，让身体得到短暂休息。而且，这种方式虽然看似缓慢，但其效率通常超过那些急躁冲刺所不能达到的水平。

最后，我想说什么吗？最后，我想告诉大家，无论你现在处于何种状态，只要你愿意去寻找并发扬那股“往里挺送”的精神，你一定能够实现你的梦想。你可以从今天开始，每天设定一个小目标，然后一步一步向着那个目标迈进，不管多么远。相信我，你将会惊奇地发现，一段又一段铺成通向成功的大路，而你正是我见过最坚强、最执着的人之一。

[下载本文pdf文件](/pdf/576009-缓慢而有力的往里挺送的动力内在力量的逐渐积累.pdf)