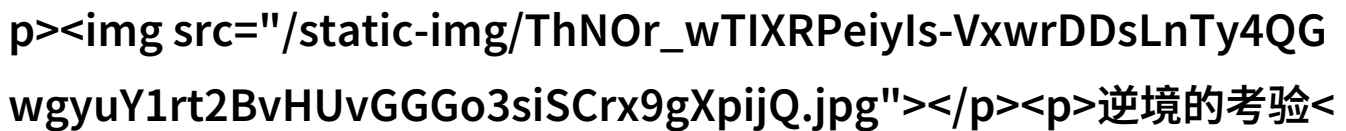
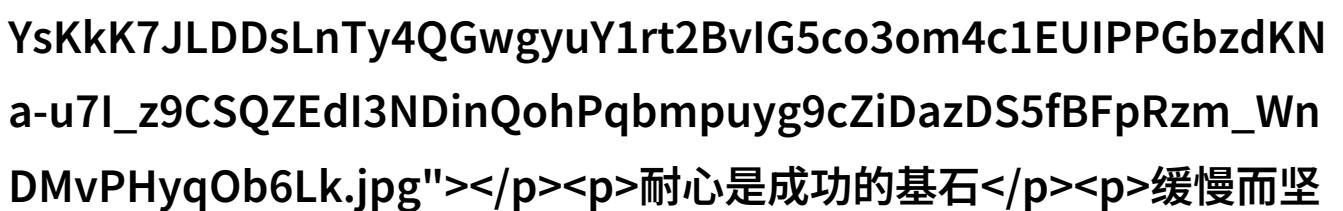


# 缓慢而坚定探索逆境中的力量与成长

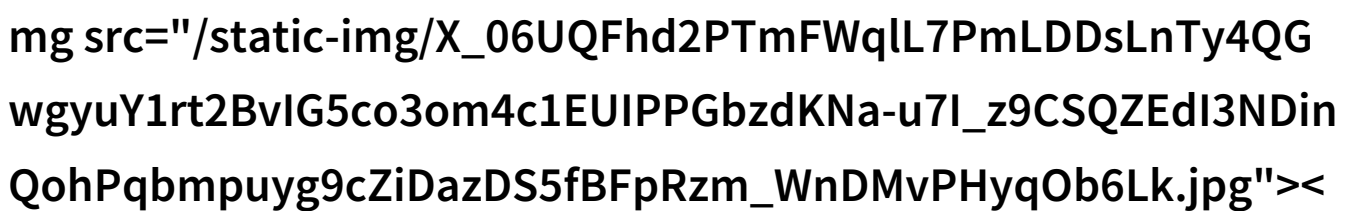
在生活的旅途中，我们每个人都可能会遇到各种各样的挑战和困难。面对这些逆境时，许多人选择放弃，而有的人却选择了坚持不懈。这就是缓慢而坚定的力量，它让我们在最艰难的时候也能挺过去。



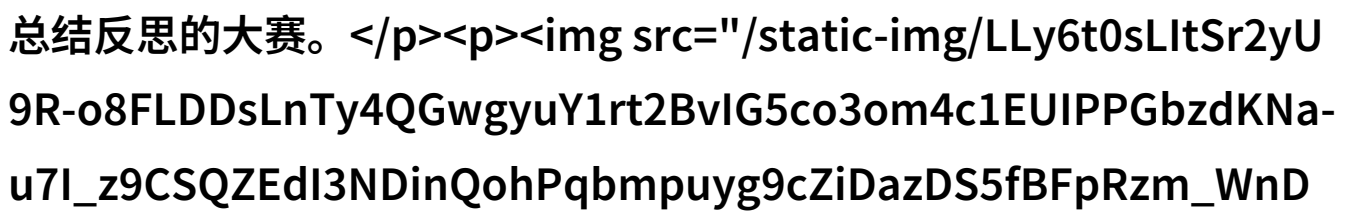
逆境的考验  
逆境如同一座座高山，每一次攀登都是对自我的一次考验。缓慢而坚定的过程，就像是脚步沉稳地踏上这条崎岖的道路，一点一点地向前推进。它教会我们如何调整自己的心态，从焦虑转变为平静，从恐惧转变为信心。



耐心是成功的基石  
缓慢而坚定往里挺送视频展现了一个简单却深刻的事实：耐心是成功的一块基石。当你因为害怕失败或是不确定未来的结果而犹豫时，这种视频提醒你，即使速度慢，但只要持续前行，最终你将抵达你的目标。

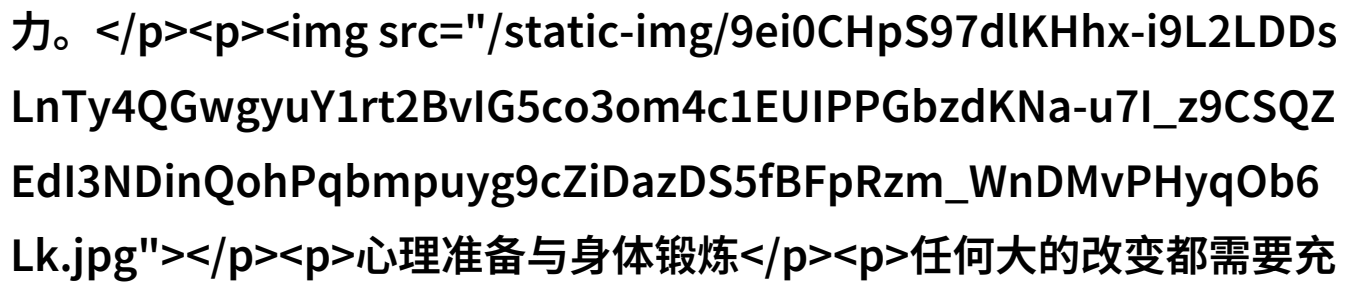


从失败中学习  
在追求梦想的路上，失败是不可避免的。但正是在这种情况下，我们可以通过缓慢而坚定的方式来吸取经验教训，重新评估策略，并且从错误中找出改进之处。这是一场不断试错、总结反思的大赛。



内在动力与外部支持  
缓慢但不懈往前的过程，不仅需要个人的内在动力，还需要周围人的理解和支持。当你感到疲惫或沮丧时，有亲朋好友给予鼓励，可以成为你的强大后

盾，使得你能够继续前行，无论风雨怎样变化，都要保持那份决心和毅力。



**心理准备与身体锻炼**

任何大的改变都需要充分的心理准备以及身体上的适应。在面对巨大的挑战之前，你需要做好充分的心理调适，同时通过运动或者其他形式的体能锻炼来增强自己的体质，为即将到来的战斗做好准备。

**持久性与韧性**

缓慢但不懈往前的精神，是一种持久性的体现。而这种精神，也许不是一开始就有的，它可能是在经历了一段时间之后逐渐培养起来的一个品质。随着时间的积累，这种韧性变得越来越强，让人能够在无数次挫折之后依然站立于起跑线上，继续向着自己渴望的地方走去。

[下载本文pdf文件](/pdf/611871-缓慢而坚定探索逆境中的力量与成长.pdf)