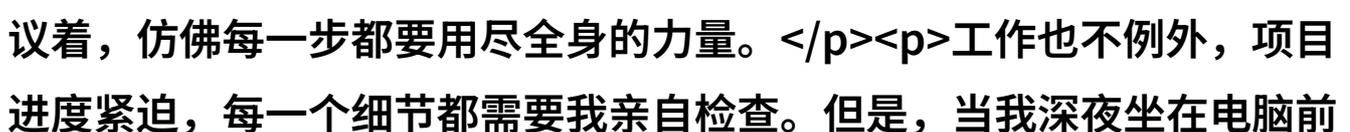


被蛇做到浑身无力我是怎么让自己在一天

我是怎么让自己在一天结束时连滚都滚不动的？那是一个充满挑战和变化的日子，从早晨开始，一系列突如其来的事件像潮水一样涌向我，直到最后，我被它们做得浑身无力。

早上，我决定重拾锻炼，这是我多年的习惯，但今天却显得格外沉重。跑步、举重，每个动作似乎都比往常更难以完成。我不断地告诉自己，要坚持下去，但身体却在默默抗议着，仿佛每一步都要用尽全身的力量。

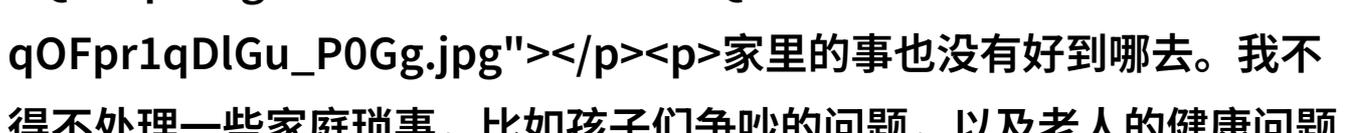
工作也不例外，项目进度紧迫，每一个细节都需要我亲自检查。但是，当我深夜坐在电脑前时，那些数字和报告简报似乎变得模糊起来。我的眼皮越来越沉，他山之石总能攻破我的头脑，让思维变得混乱不清。

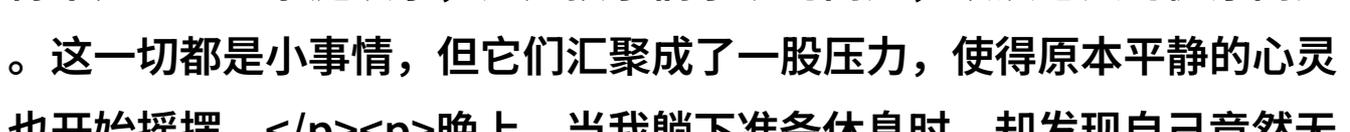
家里的事也没有好到哪去。我不得不处理一些家庭琐事，比如孩子们争吵的问题，以及老人的健康问题。这一切都是小事情，但它们汇聚成了一股压力，使得原本平静的心灵也开始摇摆。

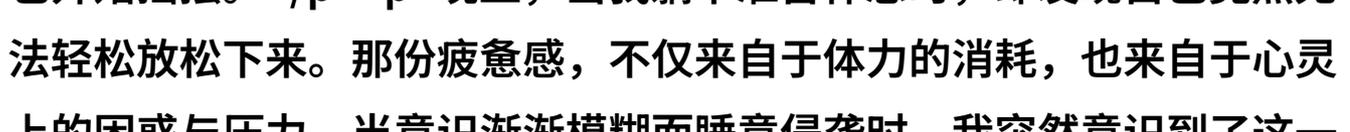
晚上，当我躺下准备休息时，却发现自己竟然无法轻松放松下来。那份疲惫感，不仅来自于体力的消耗，也来自于心灵上的困惑与压力。当意识渐渐模糊而睡意侵袭时，我突然意识到了这一切——被蛇做到浑身无力，是一种心理状态，它让我感觉就像是一条巨大的python紧紧缠绕在我的身体周围，无论如何挣扎，都无法摆脱它的束缚。

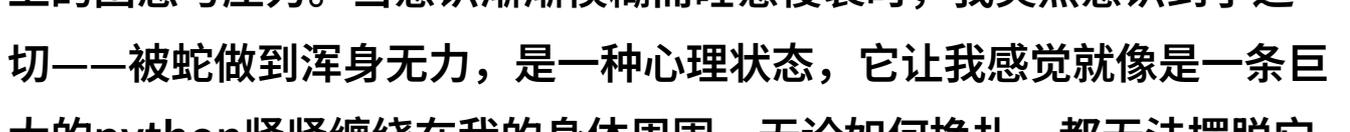


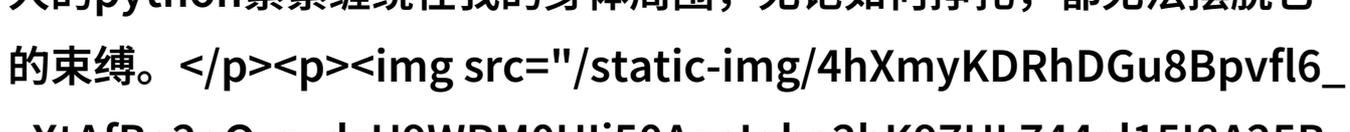














zQMmuXLHDGSZk04T0ueKxdGqOFpr1qDIgu_P0Gg.jpg"></p><p>这样的日子虽然暂且过去了，但当我们面对生活中的各种挑战时，我们是否能够找到自己的力量，用智慧和勇气抵御那些让我们感到无助的情绪呢？这就是生活给予我们的课题——学会如何从“被蛇做到浑身无力”中恢复过来，只有这样，我们才能真正地活出属于自己的精彩篇章。

</p><p>下载本文pdf文件</p>