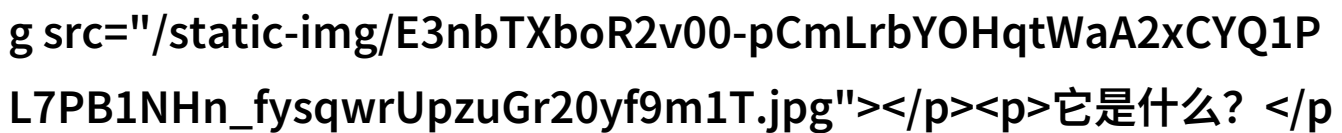
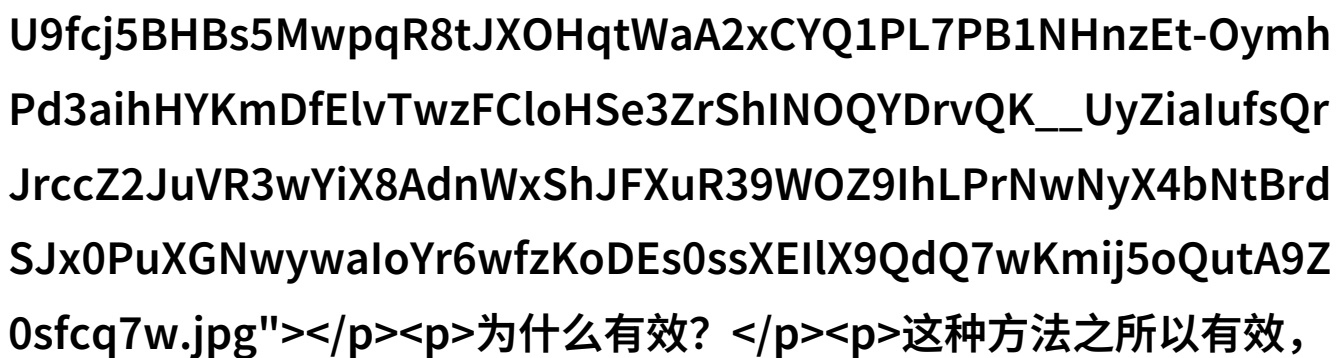


缓慢而有力的往里挺送的细水长流般的推

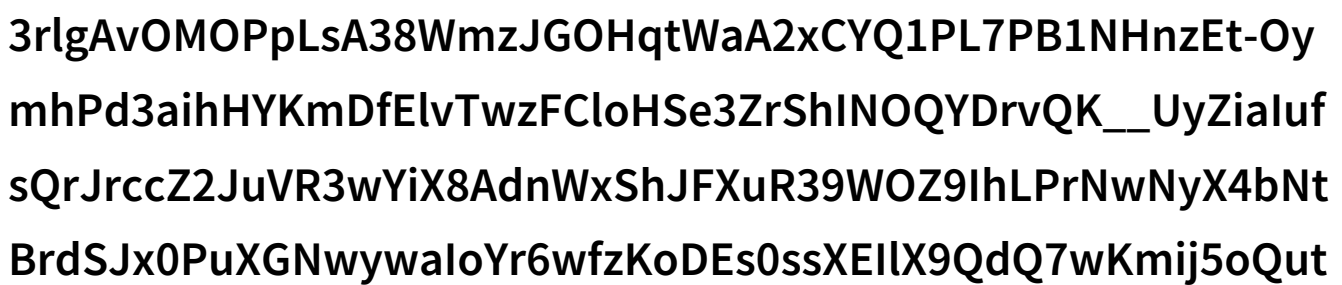
在这个世界上，有些力量不是通过猛烈的冲击力或是强力的推举来体现，而是通过缓慢而有力的往里挺送的。这种力量不仅能够将重物轻松地推向前进，还能让人感受到一种深刻的魅力和韧性。

它是什么？

缓慢而有力的往里挺送的，实际上是一种生活中的常态。每当我们面对一项艰巨任务，或是想要实现一个长期目标时，我们都会采用这样的方法。在我们的日常工作中，无论是在办公室还是在工厂生产线上，这种方式都非常常见。例如，当我们需要搬运重物或者进行大型装卸工作时，通常会采取这样的策略。

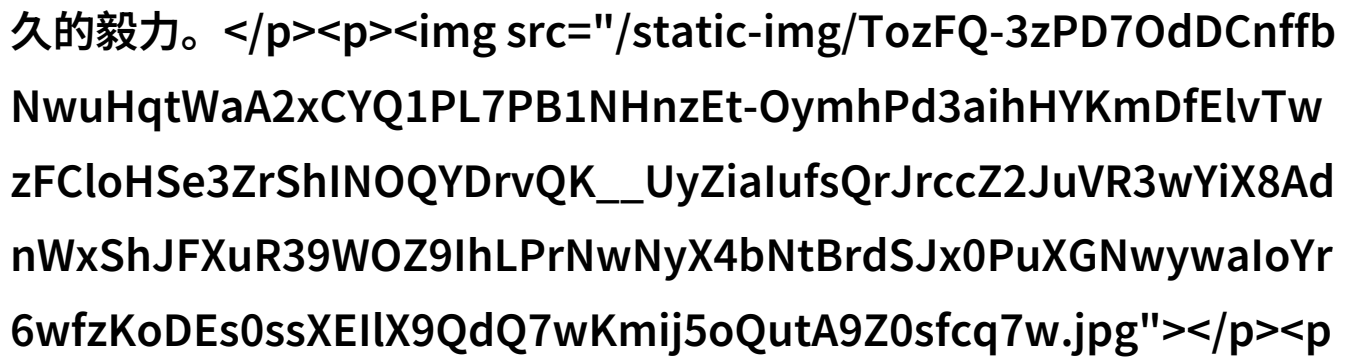
为什么有效？

这种方法之所以有效，是因为它充分发挥了人的生理优势。在人类身体中，肌肉与骨骼之间形成了一种独特的协同作用。当我们使用缓慢而有力的往里挺送的时候，不仅可以减少肌肉疲劳，还能提高整体效率。此外，这样的动作也更容易控制，使得操作更加精准和稳定。

如何应用？

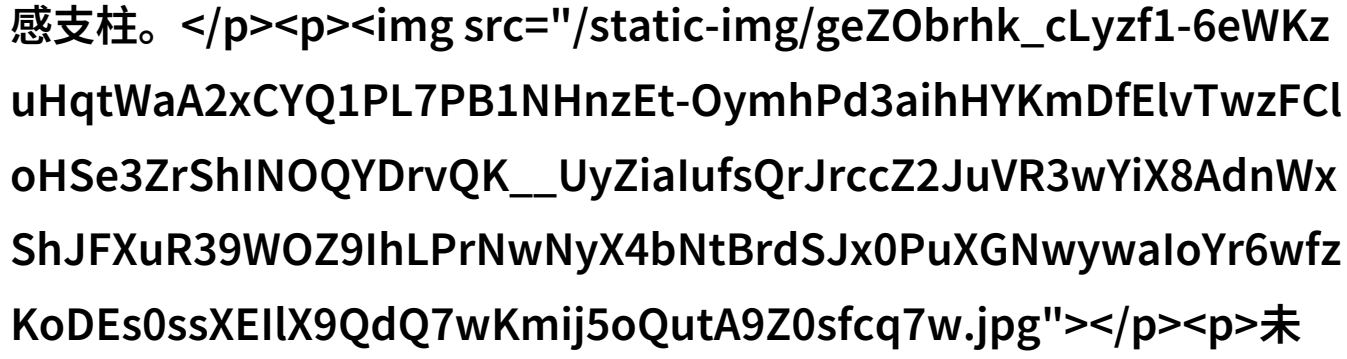
在实际操作中，要想真正掌握这种技巧，可以从以下几个方面入手：首先要做好身体准备，包括增强核心肌群、加强腿部力量以及提高全身耐力；其次，在动作执行过程中要保持正确姿势，以避免受伤，同时确保动作的一致性和连贯

性；最后，要学会调整自己的心态，与之同步的是一种坚定的意志和持久的毅力。



遇到困难怎么办？

尽管这种方式看似简单，但在实践中却存在许多挑战。一旦遇到难以克服的问题，比如重物过大或环境复杂多变，那么这股“缓慢而有力的往里挺送”的力量就显得尤为重要。在这些情况下，我们必须依靠内心深处那份坚韧不拔的心灵状态，以及对事业无比热爱的心情去支撑自己，让这一股力量成为你成功最不可或缺的情感支柱。



未来展望

随着技术不断发展与社会需求不断变化，我们对于“缓慢而有力的往里挺送”的理解也会逐渐深化。这不仅限于物理上的推举，也可能扩展到精神层面，如坚持学习、持续创新的思维等。只要我们愿意，将这股潜藏于心底的力量释放出来，它一定能够帮助我们克服各种障碍，最终达到预期目标。

[下载本文pdf文件](/pdf/464510-缓慢而有力的往里挺送的细水长流般的推进力.pdf)