

075

以 1, 2, 3 的节奏, 如此反复。

无论在生活还是工作、短期还是长期的事情中，都形成自己的节奏吧。比如以“1, 2, 3”的形式重复。1是挑战，2是前进，3是达成，到达这个阶段后，就向下一个1，也就是新的挑战迈进。事情奄奄一息地持续着又不顺利的时候，就是节奏被打乱的证据。这时回到出发点，按照顺序迈进吧。这是保持自己的新鲜度，回到初心的秘诀。