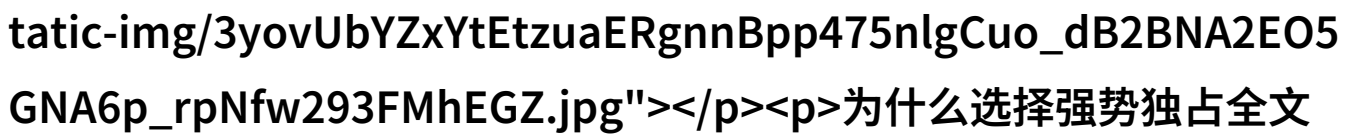


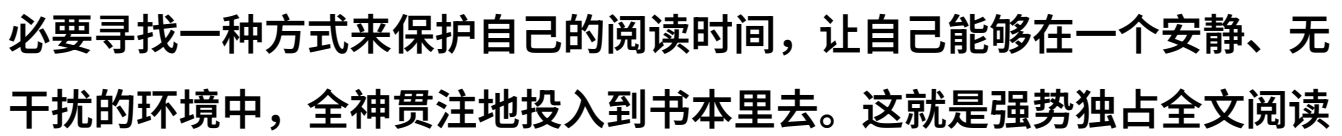
独行侠全文阅读深度专注的个人阅读体验

独行侠全文阅读：深度专注的个人阅读体验



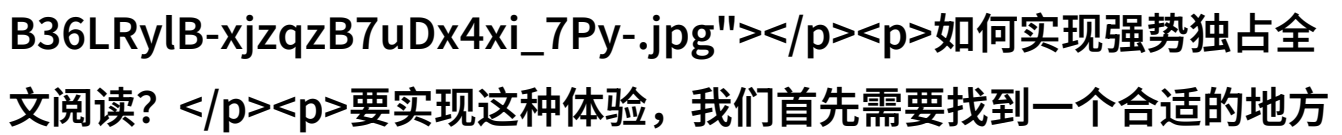
为什么选择强势独占全文阅读？

在快节奏的现代生活中，人们常常被各种各样的干扰所困扰。工作、社交媒体、朋友圈动态等都可能分散我们的注意力，从而影响到我们对书籍或文章的深入理解和享受。面对这样的情况，我们有必要寻找一种方式来保护自己的阅读时间，让自己能够在一个安静、无干扰的环境中，全神贯注地投入到书本里去。这就是强势独占全文阅读带给我们的那种特殊体验。



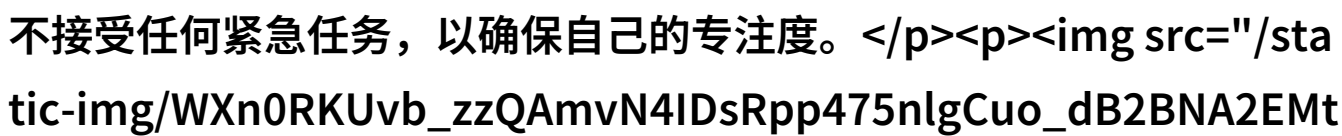
如何实现强势独占全文阅读？

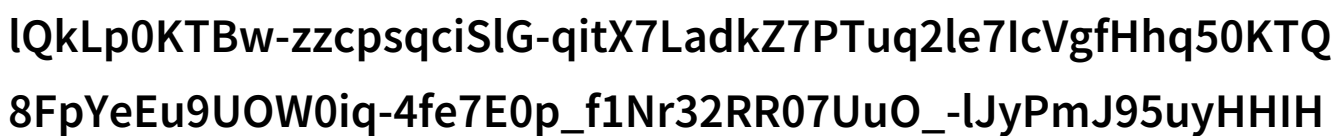
要实现这种体验，我们首先需要找到一个合适的地方进行读书，这个地方应该是安静且没有太多外界干扰的地方，比如图书馆或者家中的一个专门用于读书的小屋。在这个地方，我们可以通过关闭手机通知，使用耳机听音乐或者白噪音来帮助自己集中精神。此外，我们还可以设置一定的规则，比如不允许其他人打断自己的读书时间，不接受任何紧急任务，以确保自己的专注度。

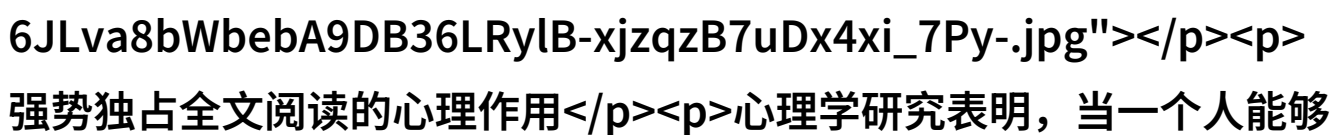


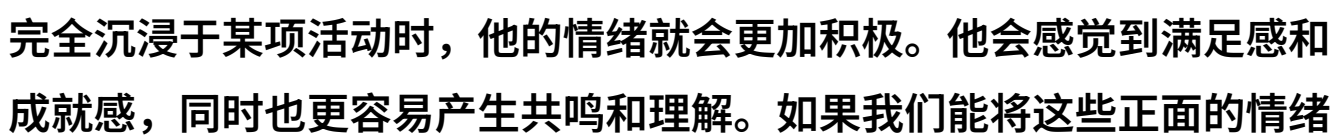
强势独占全文阅读的心理作用

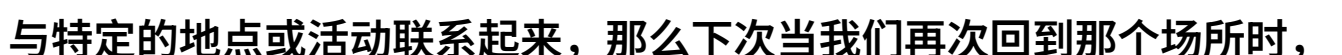
心理学研究表明，当一个人能够完全沉浸于某项活动时，他的情绪就会更加积极。他会感觉到满足感和成就感，同时也更容易产生共鸣和理解。如果我们能将这些正面的情绪与特定的地点或活动联系起来，那么下次当我们再次回到那个场所时，



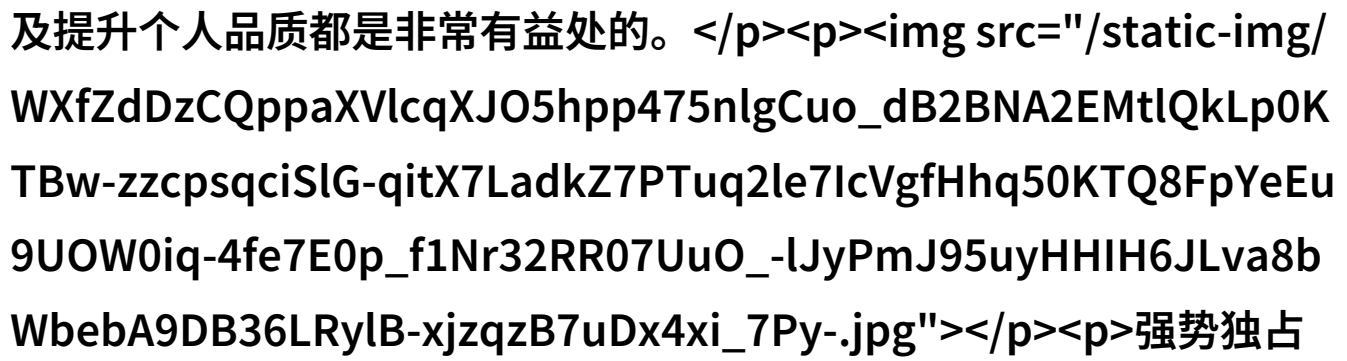






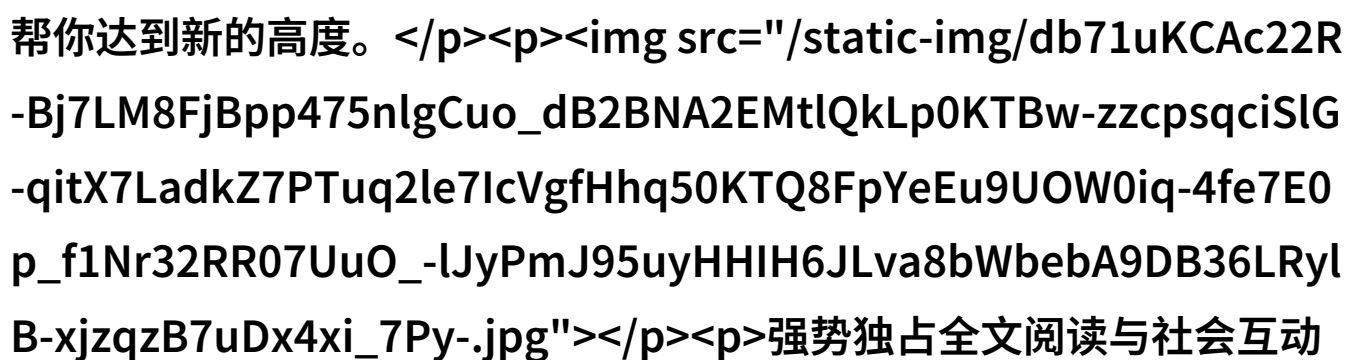


就会自动进入一种高度专注的心理状态。这对于提高我们的学习效率以及提升个人品质都是非常有益处的。



强势独占全文阅读与自我提升

通过强势独占全文阅读，我们不仅能够更好地理解 and 记忆知识，而且还能培养出良好的习惯，如耐心、毅力等。这些习惯对于日后的职业生涯发展尤为重要，因为它们让我们能够在面对挑战时保持冷静，即使是在最艰难的时候也不轻易放弃。因此，无论你是一个学生还是职场人士，都应该尝试一下这种方法，看看它是否能帮你达到新的高度。



强势独占全文阅读与社会互动

尽管强势独占读书给我们带来了许多个人层面的好处，但这并不意味着我们应该完全与社会隔绝。相反，这种专注于学习的态度对于改善我们与他人的关系也是有益无害的。一旦我们掌握了一些新知识或技能，我们就会成为一个更好的同事、朋友甚至是家人，因为我们拥有的资讯让我们更加了解世界，也让我们提供更多价值。

结语：持续探索强势独占全文阅读之美

总结来说，强势独占读书是一种既实用又富有哲学意义的人生方式，它教会了我们如何有效利用时间，更重要的是，它教会了我们如何珍视每一刻精彩瞬间。不论你的目标是什么，只要你愿意付出努力，你就能从这段旅程中学到很多宝贵东西。而且，每一次成功地坚持下去都会让你变得更加坚定，一步步走向成功。我相信，无论未来怎样变化，这种以自我为中心但又充满爱心的人生态度，将一直伴随着人类前进。

[独行侠全文阅读深度专注的个人阅读体验.pdf](/pdf/637218-独行侠全文阅读深度专注的个人阅读体验.pdf) downlo

ad="637218-独行侠全文阅读深度专注的个人阅读体验.pdf" target="_blank">下载本文pdf文件</p>