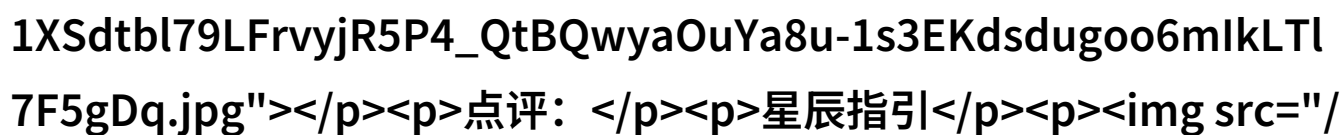
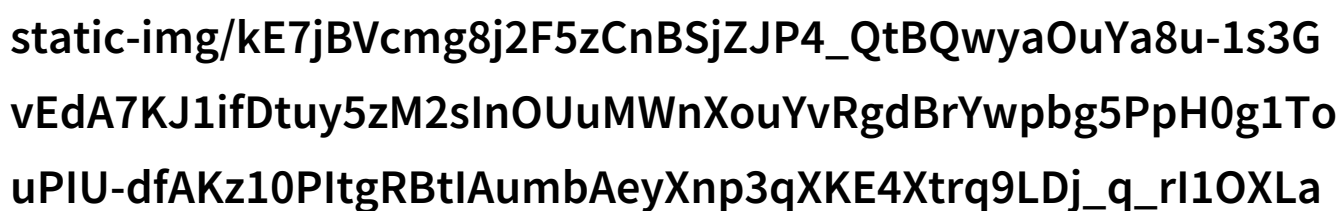


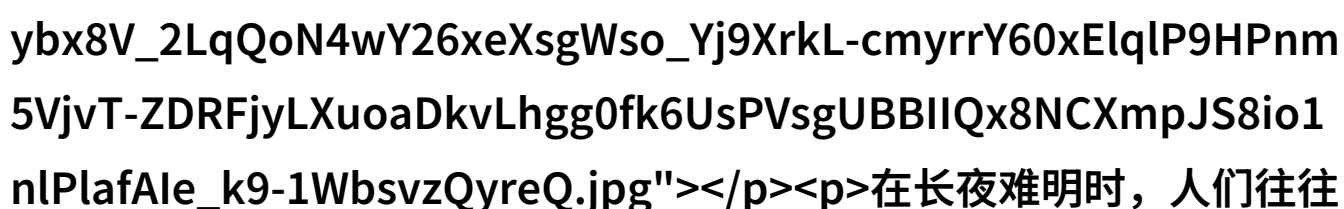
长夜难明探索人心深处的光与影

在这个世界上，有些夜晚实在是太过漫长，仿佛整个宇宙都沉浸在一片无尽的黑暗之中。这种感觉不仅仅是视觉上的，更是一种内心的孤独和迷茫。在这样的夜晚，我们常常会思考生命中的意义，以及如何在这片黑暗中找到自己的方向。



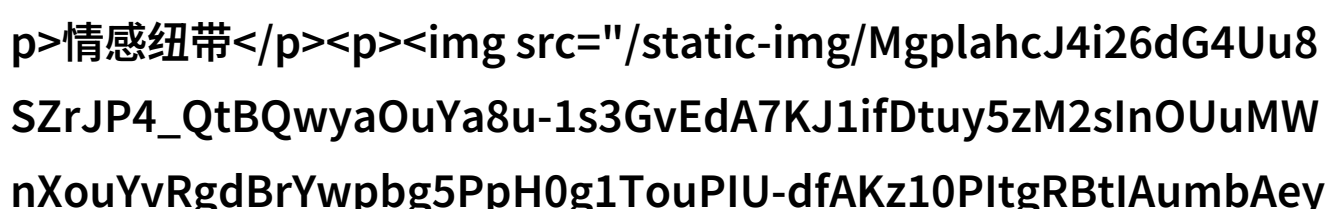
点评：星辰指引

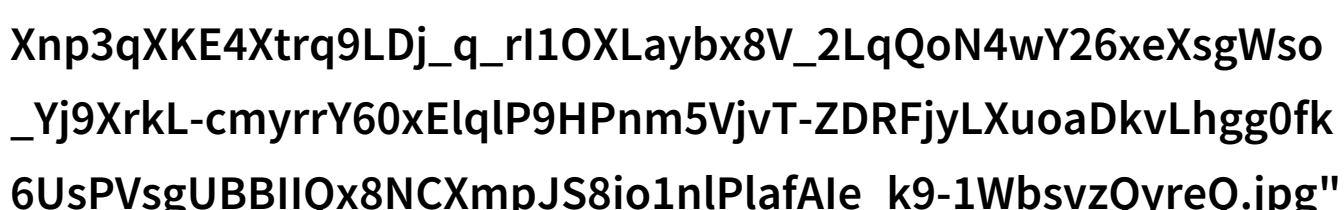




在长夜难明时，人们往往会抬头仰望天空寻找希望。星辰如同古老智慧的灯塔，指引着我们前行的路途。不论是在人生道路上还是在精神追求上，都需要有所向往，有所追求，这样才能抵御外界压力和内心疑惑，让自己走出困境。

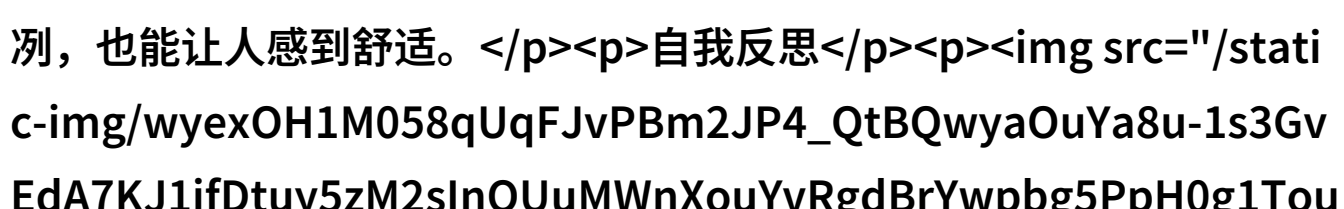
情感纽带





亲情、友情、爱情，是人类社会最坚固的情感纽带。在长夜难明的时候，这些关系就显得尤为重要，它们能够给予我们力量，让我们感到不是孤单一人。这份温暖，就像火炉里的炭火一样，即使寒风凛冽，也能让人感到舒适。

自我反思



PIU-dfAKz10PltgRBtIAumbAeyXnp3qXKE4Xtrq9LDj_q_rl1OXLay
bx8V_2LqQoN4wY26xeXsgWso_Yj9XrkL-cmyrrY60xElqlP9HPnm5
VjvT-ZDRFjyLXuoaDkvLhgg0fk6UsPVsgUBBIIQx8NCXmpJS8io1nl
PlafAle_k9-1WbsvzQyreQ.png"></p><p>长夜难明也是一个理想时
间进行自我反思。通过对过去经历和未来的规划进行深入分析，可以帮
助个人更好地认识自身，了解自己的优势和不足，从而制定出更加合理
的人生蓝图。</p><p>创造力爆发</p><p></p><p>有时候，在那种无法立即睡眠的情况下
，我们可能会发现一些新的灵感或创意。这种被迫放慢脚步的情况可以
让我们的大脑进入一种奇特状态，使得潜意识释放出来，为我们的创作
提供了宝贵资源。</p><p>心理平衡</p><p>长时间面对黑暗，不仅影
响身体健康，也可能导致心理问题。而保持良好的心理状态，就是要学
会调整自己的心态，无论遇到什么困境，都要保持积极乐观的心态去面
对，以此来抵抗那些试图消磨你精神的阴影。</p><p>信念坚持</p><
p>最后，在任何情况下，最重要的是不要丢失信念。当一切看似无从攀
登时，要记住，每个伟大的成就都是由一系列小步骤组成，而这些小步
骰正是在“长夜难明”的时候完成的小胜利。因此，即使环境艰苦，也
要坚信终有一日，你将看到那盏照亮你的灯塔，并且走向成功之路。</
p><p><a href = "/pdf/802184-长夜难明探索人心深处的光与影.pdf"
rel="alternate" download="802184-长夜难明探索人心深处的光与
影.pdf" target="_blank">下载本文pdf文件</p>