

碰壁了，就尝试着改变一下生活方式吧

谁都有碰壁的时候。

不知为何，总是不顺。

总不能如愿以偿。

总是持续失败。

总是无法得到结果。

碰壁时，我建议你尝试着改变每天的生活方式、行为方式。

比如，你早上起来都做什么？

洗脸，刷牙，准备早餐……

稍微尝试改变一下每天无意识的固定生活方式。

早上起床后，先去拿报纸，顺便在附近散步。

尝试突然冲个淋浴。

把早餐从每天吃的面包，换成米饭味增汤。

试着改变走到车站的路线。

试着改变乘坐的地铁车厢。

试着改变出站的出口。

试着更换一直在使用的圆珠笔。

试着换个咖啡杯。

上班后开始工作之前，先整理一下办公桌周边。

午饭试着去稍微远一点的餐厅。

像这样，试着改变每天养成的行为习惯，就能一下子突破壁垒。

通过向大脑发出与平时不同的刺激，就能唤醒思维固化的大脑，产生新的想法。

通过改变每天习惯的生活方式，一定会产生一些新的东西。

如果碰壁了、走投无路了，请一定尝试一下。