

强大的内心

拥有一颗强大的内心。
这是许多人的愿望。

那么，什么是强大的内心呢？
是不轻易动摇的意志吗？
即使动摇，内心也有坚定的信念和原则？
是不被周围环境所左右，始终保持自我？
或者，是指坚定地做自己？

那么，什么是“坚定地做自己”呢？
这意味着清楚地知道自己想做的事情，不自欺欺人。
能够真正地察觉自己的内心，明确自己的目标和方向。
处于这种状态，便是“坚定地做自己”。
而强大的内心，正是从坚定地做自己开始的。

但强大的内心，并不是任由自己的欲望随心所欲、为所欲为。
真正的强大，包含了“自律”。

自律，就是约束和管理自己。
即使明确了自己的愿望和感受，也能思考这些行为是否恰当、是否在此时执行更为合适。
自律是一种能够清晰认识自己欲望，同时加以克制和管理的能力。
觉察欲望与约束自我，
同时拥有这两种能力，方能称之为强韧的内心。

领导者需要具备强大的内心。
那么，对你而言，什么才是“强大的内心”呢？