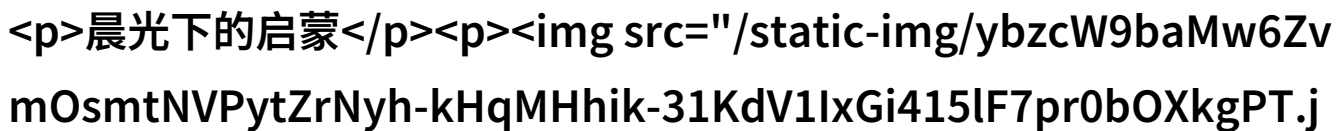


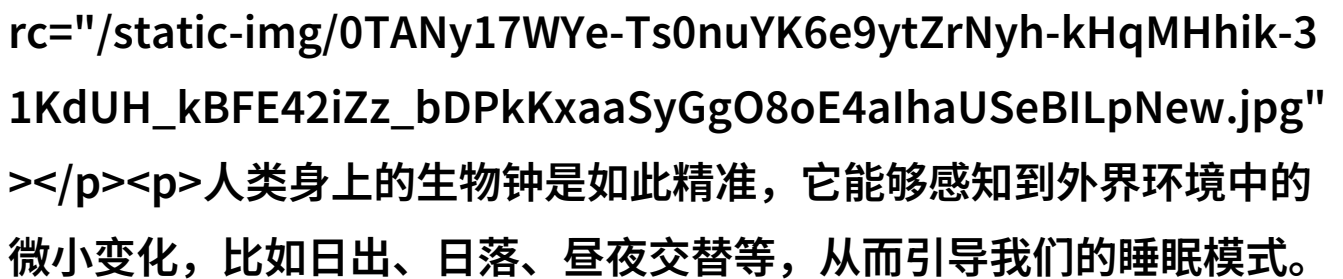
每天早上被C醒的奇妙体验

晨光下的启蒙



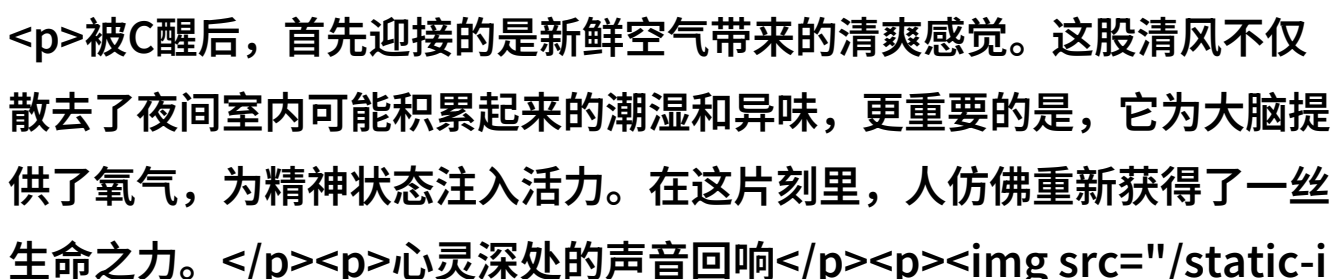
早晨的第一缕阳光穿透窗帘，温暖地洒在睡眠惺忪的人脸上，这种自然而然的觉醒方式，让人感到无比舒适。这种被C醒的体验，是一种平和而有序的开始，无需任何闹钟或提醒，只要让身体自主调整作息，就能享受到这一切。

生物钟的节奏



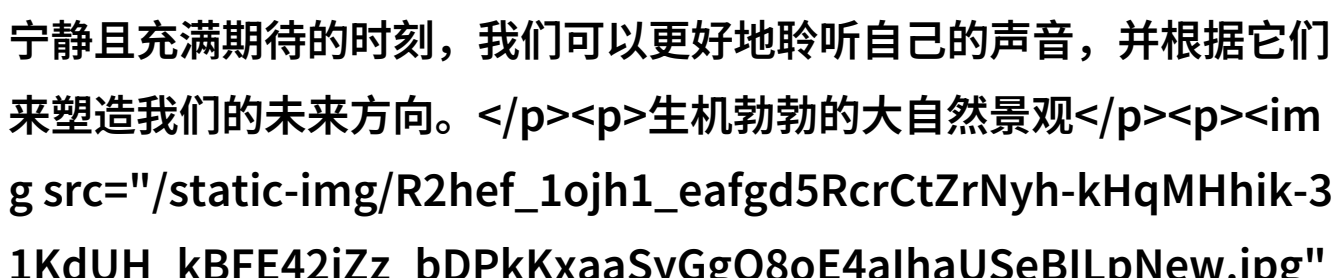
人类身上的生物钟是如此精准，它能够感知到外界环境中的微小变化，比如日出、日落、昼夜交替等，从而引导我们的睡眠模式。这样的自动调节，不仅减少了早起后的疲劳，还能保持一天内各项活动与休息之间的一致性。

清新的空气呼吸



被C醒后，首先迎接的是新鲜空气带来的清爽感觉。这股清风不仅散去了夜间室内可能积累起来的潮湿和异味，更重要的是，它为大脑提供了氧气，为精神状态注入活力。在这片刻里，人仿佛重新获得了一丝生命之力。

心灵深处的声音回响



当我们被自然所唤醒时，那些沉淀在心底的声音也随之苏醒。它可能是对昨日生活中某个瞬间深思熟虑的心声，或是对未来的憧憬与规划。在这个宁静且充满期待的时刻，我们可以更好地聆听自己的声音，并根据它们来塑造我们的未来方向。

生机勃勃的大自然景观



被C wakes之后，我们会有机会欣赏到初升太阳照耀下的世

界美景。这是一个多彩纷呈、生机勃勃的地方，每一片树叶都似乎在向我们诉说着春天即将到来的故事。而这些画面，对于那些倾向于技术手段驱动生活的人来说，无疑是一次难得的情感洗礼。

自我反省与目标设定

在这样一个宁静又充满希望的小时间段，我们可以进行一些自我反省。一方面思考过去的一年或者过去一周里做得好不好；另一方面，也可以为下一个阶段制定计划，把握住新的机会。在这样的过程中，不但能够提升自己，也能够让整个的一天更加有意义。

[下载本文pdf文件](/pdf/948052-每天早上被C醒的奇妙体验.pdf)