

# 催熟全文阅读我是如何从拖延到坚持的故

我是如何从拖延到坚持的故事

记得初中时，我总是对那些厚重的课外书籍充满了敬畏。每当老师推荐一本好书，或者班级里有人自信地提起他们正在阅读的一部经典，我都会心动。但很快，这份热情就会被现实所打败。我发现自己无法催熟全文阅读，总是因为懒惰和分心而错过了许多宝贵的学习机会。

高考后，我意识到了这一点带来的代价。当时我的语文成绩并不理想，而这主要归咎于我在高中阶段没有养成良好的阅读习惯。于是，我决定改变自己，从拖延到坚持，从不读书到深入沉浸其中。

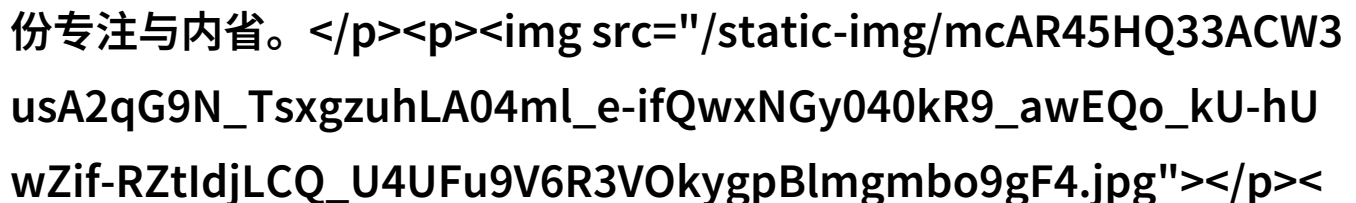
首先，我制定了一张计划表，每天都有固定的时间用于阅读。这不是一场比赛，也不是一次冒险，它更像是一次长跑。我知道要成功，就必须一步一个脚印地前行，不急不躁。

接下来，是选择合适的材料。一开始我选择了一些轻松易懂的小说，让自己的大脑逐渐适应新的节奏。随着时间的推移，当我感到稍微挑战一点的时候，便尝试一些复杂些、内容更丰富的作品，如古典文学、哲学著作等，这些都是催熟全文阅读不可或缺的一环。

此外，为了让自己的注意力更加集中，在阅读时我会关闭手机通知，避免任何干扰。此外，还加入了讨论群，与其他喜欢者分享感受和思考，这种互动也让我越来越投入于这项活动之中。

经过几个月的努力，一切似乎都在发生变化。不再是我过去那个只看书皮就放弃的人。我学会了耐心去理解文字背后的深意，也学会了享受这种独处与思考的心灵旅程。在这个过程中，“催熟全文阅读”变成了我的新生活方

式，它教会我如何静下心来，不仅仅是在物理上，更是在心理上找到那份专注与内省。



现在，当人们提起“催熟全文阅读”，对于我来说，那是一个充满希望和成长意味的地标。而我的故事，也许能激励更多人走出舒适区，用实际行动去追寻知识的大海。

[下载本文pdf文件](/pdf/414330-催熟全文阅读我是如何从拖延到坚持的故事.pdf)