

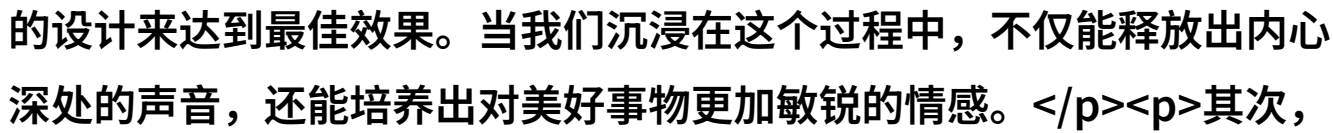
悠闲时光坐下来慢摇视频的艺术与乐趣

在这个快节奏的时代，人们常常被繁重的工作和生活压力所困扰。

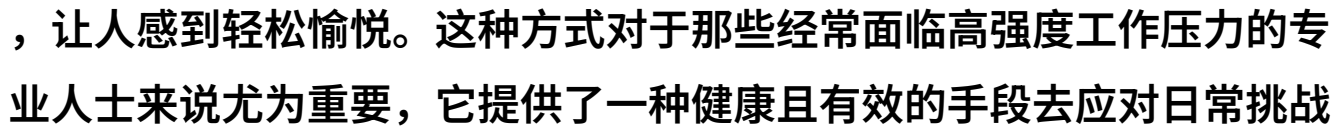
然而，有一种方式能够帮助我们放松心情，那就是坐下来自己慢慢摇视频。这不仅是一种娱乐方式，更是一种生活态度的体现。

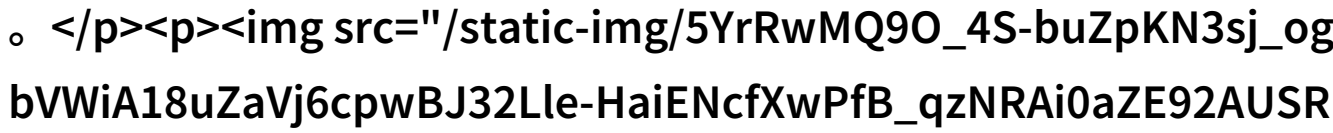
首先，坐下来自己慢慢摇视频可以提高我们的创造力。制作一段优质的音乐或音频内容需要大量的想象力和创意。每一个音符，每一个旋律，都需要通过细心的设计来达到最佳效果。当我们沉浸在这个过程中，不仅能释放出内心深处的声音，还能培养出对美好事物更加敏锐的情感。

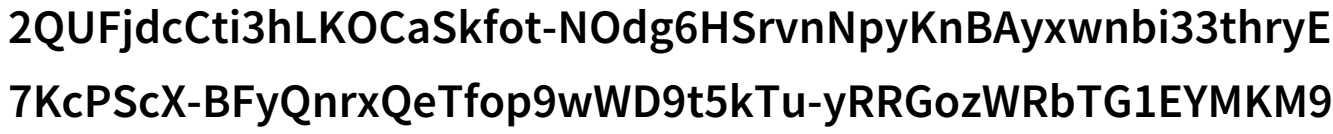
其次，这种活动有助于减轻心理压力。在紧张刺激的心理状态下，我们往往难以平静地思考问题，而通过音乐来表达自己的情感，可以有效缓解焦虑，让人感到轻松愉悦。这种方式对于那些经常面临高强度工作压力的专业人士来说尤为重要，它提供了一种健康且有效的手段去应对日常挑战。

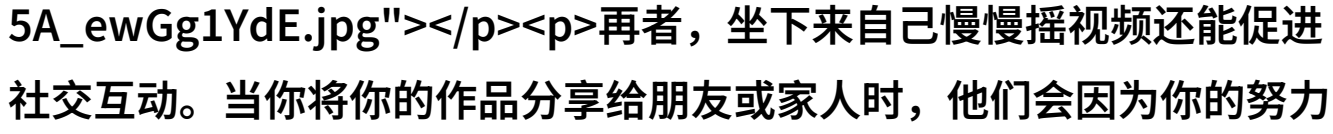
再者，坐下来自己慢慢摇视频还能促进社交互动。当你将你的作品分享给朋友或家人时，他们会因为你的努力而感到欣赏和尊敬。此外，在网络平台上分享你的作品，也可能吸引到更多志同道合的人，与他们交流思想、经验，这样的互动能够加深友谊，并扩展社交圈。

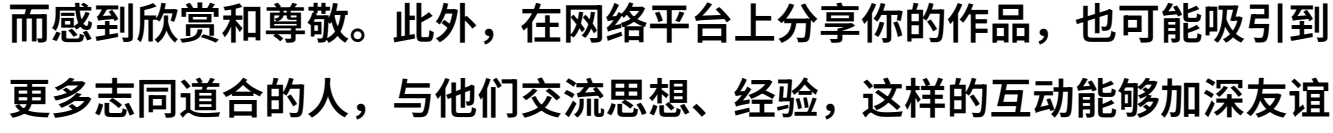
此外，这项活动也有助于提升技术技能。在现代社会，无论是手机应用程序还是电脑软件，都提供了丰富多彩的工具用于编辑和制作音乐。通过不断实践，你可以学习如何使用这些工具，从而提升自己的技术水平，即使是在非专业领域也能增添一份自信和能力。

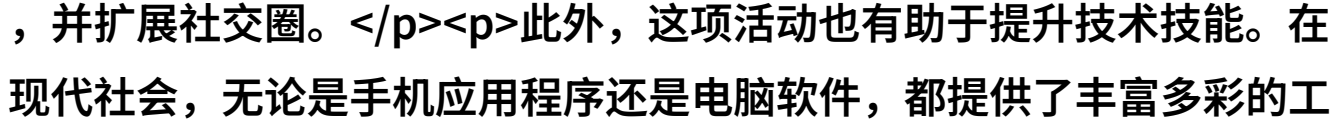


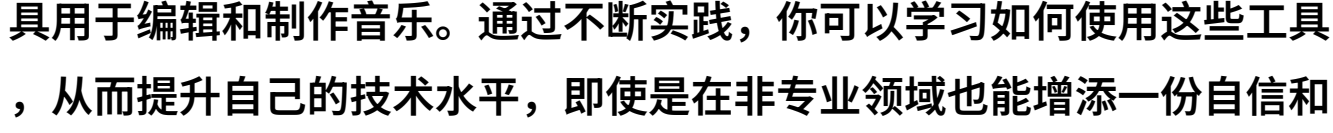














USR2QUFjdcCti3hLKOCaSkfot-NOdg6HSrvnNpyKnBAyxwnbi33thryE7KcPScX-BFyQnrxQeTfop9wWD9t5kTu-yRRGozWRbTG1EYMKM95A_ewGg1YdE.jpg"></p><p>此外，坐下来自己慢慢摇视频还有益于身心健康。研究显示，进行音乐创作活动可以提高大脑功能，加速血液循环，对身体健康有益。而且，当你沉浸在这一过程中，你的心灵也会得到宁静与平衡，使得整个人更为精神焕发、活力四射。</p><p>最后，此项活动还具有教育意义。不管是儿童还是成年人的学习都离不开音乐教育。在教室里或者家庭环境中，用简单易懂的话语解释如何制作音乐，或许能够激发孩子们对于学术知识以及艺术世界的一丝兴趣，从而培养他们探索未知、追求卓越的心态。如果说文化传承是一个国家永恒的话题，那么这样的做法无疑是其中不可忽视的一环，为后代子孙留下宝贵财富。</p><p></p><p>综上所述，“坐下来自己slowly shake video”的行为不仅是一种消遣手段，更是一种综合性发展个人全面素质的手段，是我们现代生活中的必需品之一。在这忙碌而又快节奏的地球上，我们应当学会珍惜那片刻宁静之地——用耳朵听取生命的声音，用双手触摸梦想，用心灵感受世界之美。这正是我愿意“坐下来自己slowly shake video”的原因，也是我希望大家加入这场温柔旋律中的理由。</p><p>下载本文pdf文件</p>