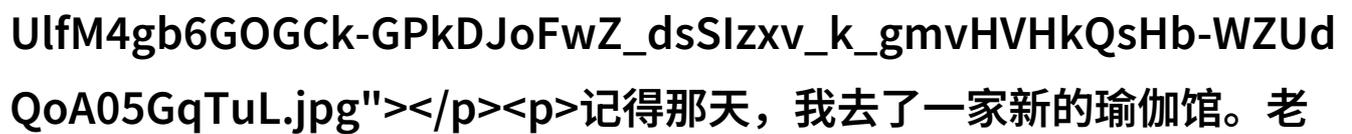


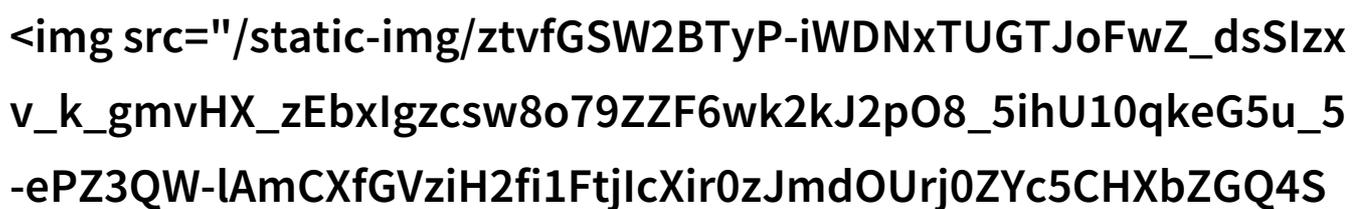
不戴胸罩内衣的瑜伽老师我亲眼见证了她的秘密练习

我亲眼见证了她的秘密练习



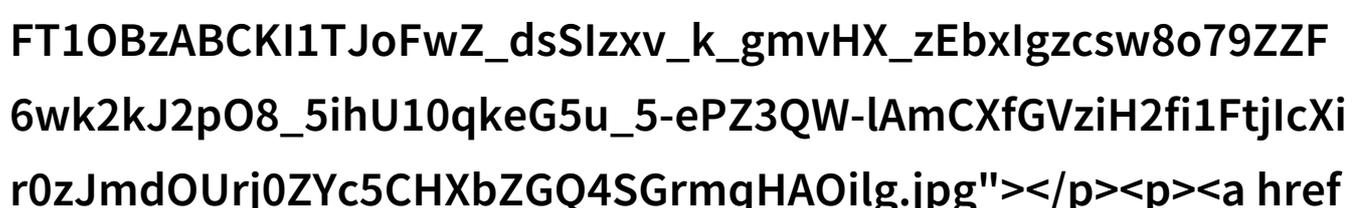
记得那天，我去了一家新的瑜伽馆。老师很年轻，气质出众，而且她特别的身体线条让我印象深刻。在教室里，她带领我们进行了一个充满挑战的课程，但我注意到，在整个过程中，她似乎总是保持一种自然而然的姿势，不像其他瑜伽老师那样会因为动作而调整内衣。

课程结束后，我感到好奇，就悄悄地跟着她走进更衣室。她打开门，里面显得很干净整洁，但没有人 inside。我正准备离开的时候，她回头看到了我，一脸惊讶。我尴尬地解释说只是想要用洗手间，那时她笑了笑，说：“没关系，你可以先进来。”



当时光透过窗户照亮她的身影，我发现她并没有穿戴胸罩内衣。这让我有些意外，因为通常我们都认为瑜伽老师应该有所保留。但在那个瞬间，这个不戴胸罩内衣的瑜伽老师展现出了无比自信和对身体完全接受。她甚至好像是在向每一位学生传递着某种信息：不论身材如何，每个人都是独一无二的，都值得被爱护和尊重。

之后的一段时间里，我多次回到这家瑜伽馆，虽然每次看到那个场景都会有一点小震撼，但是那种感觉却也让我的心灵得到了一些放松。那位不戴胸罩内衣的瑜伽老师，让我认识到真正重要的是精神状态，而不是外表装扮。



我亲眼见证了她的秘密练习.pdf" target="_blank">下载本文pdf文件
</p>