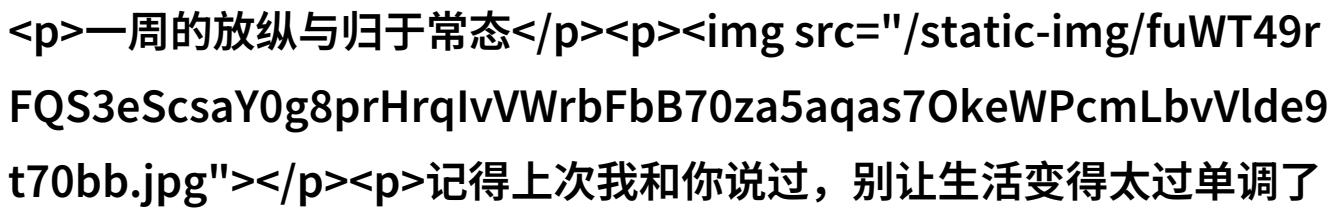


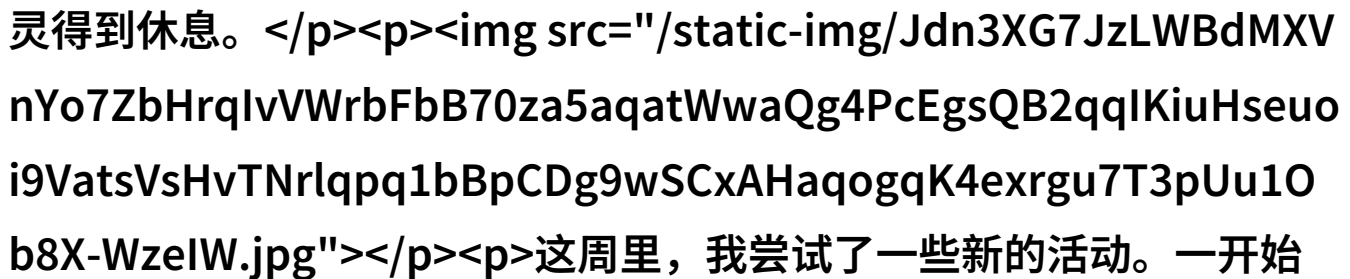
才几天没做你就叫成这样了一周的放纵与

一周的放纵与归于常态



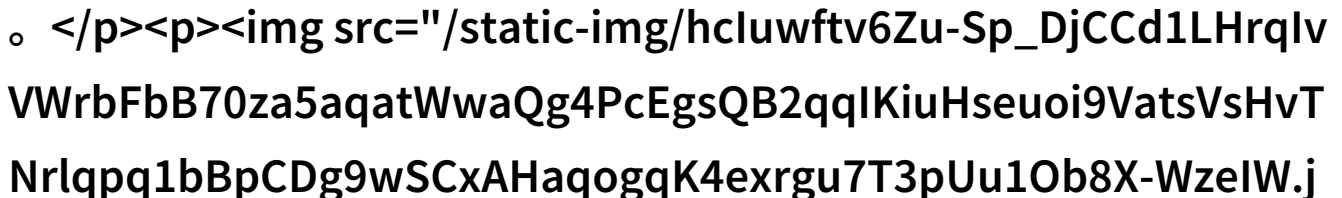
记得上次我和你说过，别让生活变得太过单调了。所以，我决定给自己一些空间，去做些不经常做的事情。我知道，你可能会觉得这是一种逃避，但我认为这是为了保持内心的平衡。

才几天没做你就叫成这样了。每天重复同样的日程，就像是陷入了一个无休止的循环。有时候，我真的需要暂时逃离这个循环，让自己的心灵得到休息。



这周里，我尝试了一些新的活动。一开始，是去图书馆看书。那是我很久没有做的事情之一。我坐在安静的地方，一边阅读一边感受着时间在我的身边悄悄流逝。这让我回忆起大学时代，那时候读书是我的最爱，现在却被忙碌的工作所取代。

接着，我又去了附近的一家咖啡店。在那里，喝着杯香浓的咖啡，看着窗外的人群，这让我感觉到一种难以言喻的情感——它既是孤独，又是自由。这段时间里，没有人催促我，没有任何压力，只有我和我的思绪。



当然，也不能忽视运动这一项。我开始每天早晨跑步，每一步都像是在对抗那些积压在心中的烦恼。而且，每次完成后那种满足感，让我更加坚定要继续下去。

然而，当这一切结束的时候，我发现自己并不是那么快就能回到原来的状态。生活似乎对这种突如其来的变化反应冷漠，不再给我太多宽容。但这也许正是我需要的一个警示：即使短暂地走远，但终将必返回，最终还是要面对现实与责任。



rbFbB70za5aqatWwaQg4PcEgsQB2qqIKiuHseuoi9VatsVsHvTNrl
qqq1bBpCDg9wSCxAHaqogqK4exrgu7T3pUu1Ob8X-WzeIW.jpg"

></p><p>因此，这一次的小小放纵，并没有完全改变我的生活模式，但它让我明白，无论多么短暂的一段时间，都可以带来意想不到的心灵净化。在接下来的日子里，或许我不会再频繁地进行这些活动，但是它们已经成为了一种提醒，让我在忙碌中寻找那份属于自己的宁静。</p><p>下载本文pdf文件</p>