

作压力很大，但大家都懂得调节：小小的阳台开辟出一个小块空间。同事们纷纷动手把它布置起来，有的带来漂亮的印花桌布，有的带来小巧的咖啡茶具，还有的带来小束的马蹄莲，一位有心的同事带来了迷你音响，这样一块不足8平方米的小天地就像模像样了。下午3点钟时，大家纷纷起身，冲上一杯自己喜欢的饮品，把小点心摆上桌，音乐响起，美妙的下午茶就开始了。每天的下午茶成了工作时的一种点缀，大家舒缓心情，调节气氛，同事之间的关系也变的不再那么单一和紧张，而是充满温暖，一杯小小的下午茶原来是一种情怀呀。

刘思泉后来说，其实每个人的日子并没有两样，不同的是有的人被压力和暂时的困境淹没了心情。和刘思泉聊天成了一件很快乐的事，我开始庆幸被暂时安排来嘉定锻炼，认识了这样一位懂生活的朋友。

3个月后，刘思泉结束工作回了台湾，我也因为工作出色被升职，我成了销售部的总负责人，工作开始独当一面。工作压力开始加大，我却仍然学会保持一份好心情。空闲的午后，我带着我的下属去紫藤公园喝下午茶，短短的半小时，并没有耽误工作，大家都很支持我。部门的团队精神很强，总能超额完成任务。

一年后，公司抽调我回本部任职，我的工作业绩和态度获得了上下一致好评。那时，我对嘉定已经恋恋不舍了。回去后，原来的同事都说我改变了很多。的确，我变得更加从容自信和沉静，因为我拥有了喝下午茶的情感呀。

生活很简单，小小的乐趣便足够；快乐很单纯，小小的热爱就可以。有时，仅仅是一杯公园里的下午茶就行。

大道理 以一种悠闲淡泊的心情，拥有自己的心灵世界，不管外界多么浮躁，多么不如意，置身于自己的世界，是给心灵做一次深呼吸。享受放松后的心情，享受精彩的人生并不需要更多的附加条件。

品味孤独

佚名



波澜万丈的生活激荡人心，令人心驰神往，但在人生的河流中，更多的则是平静，你总要学会一个人慢慢地享受人生，总会有那么一个时刻，你是孤独无助的。但不要害怕，因为这本身就是人生给你的最高馈赠，正如罗曼·罗兰所说“世上只有一个真理，便是忠实人生，并且爱它。”那么，当孤独来临时，去体味它、享受它，在欣赏完夏花的绚烂之后，不妨沉下心来，品读秋叶的静美。

孤独是一种难得的感觉，在感到孤独时轻轻地合上门和窗，隔去外面喧闹的世界，默默地坐在书架前，用粗糙的手掌爱抚地拂去书本上的灰尘，翻着书页，嗅觉立刻又触到了久违的纸墨清香。正像作家纪伯伦所说“孤独，是忧愁的伴侣，也是精神活动的密友。”孤独，是人的一种宿命，更是精神优秀者所必然选择的一种命运。

布雷斯巴斯达曾经说过“所有人类的不幸，都是起始于无法一个人安静地坐在房间里。”洗尽尘俗，褪去铅华，在这喧嚣的尘世之中，要保持心灵的清静，必须学会享受孤独。孤独就像个沉默少言的朋友，在清静淡雅的房间里陪你静坐，虽然不会给你谆谆教导，但却会引领你反思生活的本质及生命的真谛。孤独时你可以回味一下过去的事情，以明得失；也可以计划一下未来，以未雨绸缪，你也可以静下心来读点书，让书籍来滋养一下干枯的心田；也