

秘书文书写作指导：职场感悟学会平衡生活 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

[https://www.100test.com/kao\\_ti2020/276/2021\\_2022\\_\\_E7\\_A7\\_98\\_E4\\_B9\\_A6\\_E6\\_96\\_87\\_E4\\_c67\\_276601.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/276/2021_2022__E7_A7_98_E4_B9_A6_E6_96_87_E4_c67_276601.htm) 在生活中，人人都渴望成功。但在追求成功的同时，人们必须学会平衡生活的技巧。如果生活失去了平衡，那么成功可能会是短暂的，甚至只是刹那的光辉。我身边就有一些这样的朋友，他们在事业上取得了突出的成就，但由于他们在成功途中忽视了自己的身体，使他们现在面临致命的疾病折磨。这并不是说成功本身是有害的，但人们在追求成功的过程中采取的自我忽视的行为方式却造成了这样的后果。余秋雨曾在一篇文章中谈到欧洲人注重休假的一件事，一位东方的政府官员去拜访一位意大利某城市的市长，结果发现市长不在办公室，秘书答复是，市长休假去了，拒绝接见。在他们看来，休假是一种不可剥夺的权力，它的价值一点也不比工作小。有一个意大利组织叫“慢餐行动”，是意大利人和法国人针对美国的快餐搞的一个行动，在慢慢吃饭的背后，告诫人们把生活节奏放慢。确实，整天生活在压力中的都市人真的需要有这样一种放松的心态。学习享受已经拥有的时间、金钱与爱是我们最重要的一课。正如罗丹所说的：“生活中不是缺少美，而是缺少发现。”不会欣赏和享受每日的生活是我们最大的悲哀。现代人总是为了赚钱而无意中预支了“此刻的生活”。在追逐利益、实现价值的过程中，很多人的生活的确慢不下来，往往为此错过了许多更为宝贵的东西。比如对父母的尽孝，对子女、爱人的关爱与照料等等。我经常看到一些成功人士谈到这些时潸然落泪，其为亲情、家庭而背负的内疚感往

往成为永远的痛。是不是成功就一定要把自己弄得那么紧张呢？其实不然，每个人的生活都可以适当地慢一点，多留一些私人时间去享受生活的乐趣，人生才会少很多遗憾。生活的平衡是一生的过程。我们可以通过阅读一些启迪心智、人生感悟的书籍来帮助自己放慢生活的脚步，从新的视角来看待自己的生活和事业，使之纳入一个更和谐、更有效的轨道。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 [www.100test.com](http://www.100test.com)