生活的仪式感到底是什么！当代年轻人正在被委屈感慢慢拖垮，我身边只有女孩为买昂贵的鞋包，一天只吃一顿饭，朋友圈里心智摆拍收获！

李泽拉塔夫托尔斯健身房打卡近15分钟，拍照一小时，社交网络一片繁荣，现实生活一地鸡毛，当仪式变成压力精致变成logo的堆积，越来越多的人痛苦的活在了别人的眼光里，所有人告诉你，你要活得精致！生活需要E时代，但真正的意识感是持续的，自律是内心的风景，是自我的生长能力，仪式感的意义是取悦自己，保持房间的整洁，保持阅读的习惯，谢谢！

日记，善于自省，当你不再扮演，是不是在做表面文章，也许你会更自在，就像丰子恺先生说的，这个世界不是有钱人的世界，也不是无钱人的世界，它是有心人的世界。当代年轻人的压力到底有多大，头发已经开始大把掉，生活哪有那么多正能量，经营好，自己也算得上一种伟大洗发水，真的很好用！