1. 如今是快节奏的社会，人们每天为自己的工作忙碌，每天紧张与压力与日俱增，不知如何停下紧张的脚步，如何放松自己。
2. 很多人为工作忙碌，没有时间停下脚步，每没有时间放松自己，没有时间给自己一个心灵的旅行。
3. 也有很多人不愿看长篇大论的文章，不愿看完厚厚的一本书，也有非常多的人看一本厚厚的书，还没有看到一半，放下书，就忘记了自己还有本书没看完。