

突破自我

作者：高二四 18 號林子雁

新學期的開始，有個全新的自己。希望自己在各方面都能有所精進。為了改變自己，所以決定從挑戰五公里路跑開始。每個禮拜五在老師的帶領下，一同陪伴我們鍛鍊，使自己的跑步能力更加精進。一開始我對自己並不是很有信心能完成五公里這個目標，但是在老師的激勵下，沒有什麼我做不到的，所以我盡了全力去跑，慢慢的我有不錯的成果，從三圈多增加到了六圈多，對自己增加了不少信心。雖然路跑的訓練很累，但是能從中收穫並強健自己的身體，是一不錯的活動。自從上了高中，由於課業的繁忙，幾乎很少運動了，藉此活動也找回了以前熱愛運動的我。每當我運動時，我都會感到非常開心，瞬間覺得所有事情都拋到九霄雲外了，運動使我放鬆了不少，一個禮拜下來的壓力都消失了。我本身是比較慢熟的人，所以也比較少講話，但是只要熟了我就會像好麻吉一樣無話不談，開心的時候，可能會像瘋子一樣，瘋狂地笑，笑到無法自拔。在新學年，與同學相處一年了，交情都還不錯，我的個性也就不像以前一樣了。下課時，和同學們都有說有笑的，有時還會瘋狂地大笑、打打鬧鬧的。以前我都非常畏懼上臺講話，但是在最近我覺得其實上臺也沒多可怕，因為大家都一樣是人，只是外表不同而已。前些天國文課輪到我分享笑話，但是我從以前幾乎很少講笑話，甚至沒有，深怕講了，大家都沒有笑，會非常地尷尬。所以非常地擔心，但是我告訴了自己沒有關係，至少我已經挑戰了自己。當我講了笑話時，大家卻笑了，但是並不是我講的笑話好笑，而是我的聲音才笑的，因為他們總覺得我的聲音有氣音，特別地好笑，但他們的笑化解了我的緊張。這次的經驗，讓我知道上臺並不可怕，而是自己的內心最可怕，所以做任何事情前，不要自己先嚇自己，因為結果並不是自己所想的那樣。接下來高二的日子，每天都過得非常緊湊，每分每秒都不得浪費，一點一滴都非常重要，這段日子的忙碌，是為了未來而鋪路的。十月份的路跑活動，一天一天地到來了，自己在跑步上的能力也慢慢地進步了，希望自己在當天能有傑出的表現。同時，也希望暑假都沒運動的我，在體育課的測驗，能保持著水準，不要退步了，因為在運動會時，我希望在運動場上有精彩的表現。一點一滴的努力和汗水，使自己處在最佳狀態，到了戰場上，使自己的表現發揮到極致。盡力而為比成敗更重要，即使沒有好的結果，但至少我努力地突破自己去挑戰了。為了改變自己，而挑戰了許多事情，縱使我沒有挑戰成功，至少努力過了。努力過後，總是最開心的。希望我在準備路跑時，能永不放棄，一直堅持到那一天。最可怕的敵人，就是沒有堅強的信念。既然已經下定決心要做了，就要努力、盡心盡力地去完成，不要結果還未揭曉，就先放棄了。偉大的作品，不是靠力量完成的，而是靠堅持。突破自我，是人生的一大挑戰。