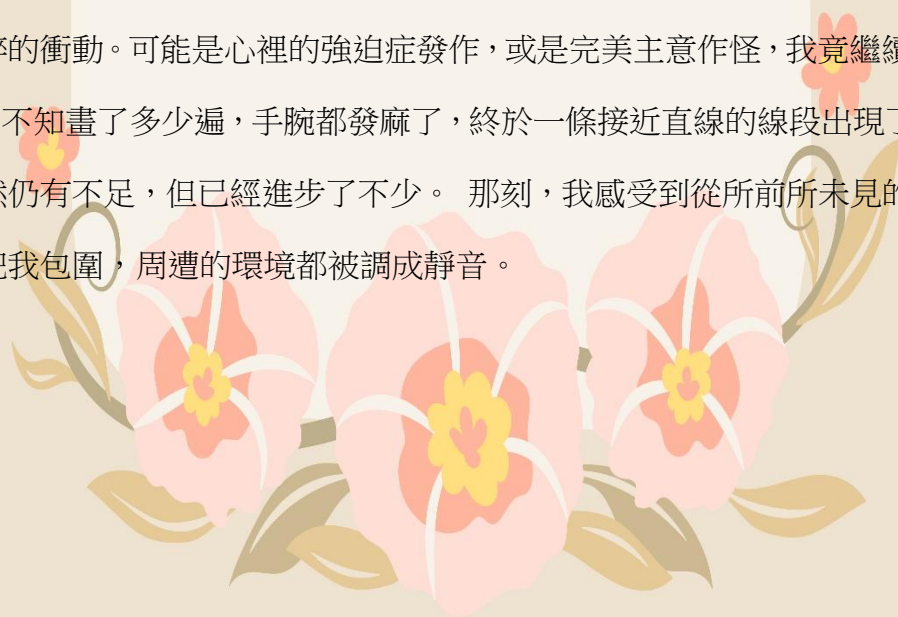


中四 陳穎思

寫作題目：從平淡覓滋味

生活是由無數個平淡的瞬間堆砌而成，重複的時間表，普通的課堂，日常的瑣事。我總是追求不斷的變化，對我而言，驚喜的瞬間，特別的遇見，轟烈的大事才值得珍惜。但經過繪畫直線這一件生活小事，我竟發現只要用心感悟，從平淡中亦能尋覓到屬於自己的滋味。

每一天放學回家，功課剛剛完成，考試和默書的壓力就會接踵而來。在這些臨近崩潰的晚上，我總會隨手拿起草稿紙，在上面開始繪畫直線。起初，我畫的線段彎彎曲曲，像是一條小蛇。繪畫一條直線聽起來極為簡單，但只要嘗試便會知道要保持手腕的穩定，心裡要足夠平靜，專注於每一畫，才能畫出一條筆直的直線。因此，無論我如何專注，下筆時極為小心，但結果依然相差無幾。這樣的結果令我煩躁無比，產生了想把紙張撕碎的衝動。可能是心裡的強迫症發作，或是完美主意作怪，我竟繼續繪畫。不知畫了多少遍，手腕都發麻了，終於一條接近直線的線段出現了。雖然仍有不足，但已經進步了不少。那刻，我感受到從前所未見的平靜把我包圍，周遭的環境都被調成靜音。



一次考試，我感到驚慌害怕，手抖得利害，肚子傳來陣痛，思緒混亂，一滴接著一滴汗珠從額頭滾落，眼淚也不自禁地流。我嘗試以深呼吸等方法緩解，但毫無作用。突然，我想起畫直線。我拿起一張空白的草稿紙，第一條直線是海浪，第二條成了一條小橋，隨著筆尖與紙張磨擦發出的沙沙聲，就如放鬆音樂般，把心中的雜念通通除去，緊張灰飛煙滅，寧靜重新回歸，腦海裡只剩下一片平靜。我專注於每一瞬間的輕微變化，留意著手腕的弧度和穩定，彷彿外在環境與我形成了一塊保護膜。那種踏實的感覺讓我感到安心自在，我從沒想過，在溫習時的一個小動作，只要我專一地做，用心感受，感悟當中的安寧。在考試這一重要關頭竟可成為打開平靜的鑰匙，讓自己回歸安心和踏實。

原來，只要我感受着每件小事的一分一秒，專注於完成每件小事，把每個細節做好，就如手腕穩定一樣，必能達到好成果，收穫心中的寧靜，尋覓屬於自己的安心滋味。從此以後，我願在日常生活的小事中認真感受，細細品味，盡力做到最好，最終結果會如直線般得到啟發與醒悟，從平凡中尋找屬於自己的滋味，那麼每件瑣碎的小事皆有價值。

