

寧靜的心

3C 梁艷蘭

生活是一望無際的大海，人便是大海上的一葉小舟，大海沒有風平浪靜的時候，所以，人也是有歡樂也有憂愁。當無名的煩惱襲來，失意與彷徨燃燒着每一根神經。但是朋友，別忘了守住一顆寧靜的心，痛苦將不再有。

每一個人的前面，都有一條通向遠方的路，崎嶇但又充滿希望。不是每一個人都能走到遠方，因為總有人因為沒有倒掉鞋裏的沙子而疲憊不堪，半途而廢，所以，主宰人的感受並非歡樂和痛苦的本身，而是心情。

當生活的困擾襲來，當層層的失意包圍，當無奈的惆悵湧來，請丟下負荷，擦亮眼睛，守住一顆寧靜的心，你會由衷地感嘆：即使我們的快樂，也不要將眉頭深鎖，人生本短暫，為甚麼還要栽培苦澀？守住一顆寧靜的心，你會明白博大可以稀釋憂愁，寧靜能夠驅散困惑。是的，沒有人知道遠方究竟有多遠，但是打開心靈之窗，讓快樂的陽光和月光湧進來，寧靜之心便有了一支永不熄滅的快樂之歌。

「守住自己的心田，不要讓她荒蕪；灌溉自己的心田，不要讓她乾涸」——守住一顆寧靜的心，你便可以不斷超越，不斷向自我挑戰，即使遠方是永遠的地方，也會誕生一種東西——叫做奇迹。

教師回饋：文章道出一種自在、灑脫、寧靜的情懷。作者有獨立的思考能力，人生短暫，生活有太多的不如意，鼓勵人們「打開心靈之窗，讓快樂的陽光和月光湧進來，寧靜之心便有了一支永不熄滅的快樂之歌」。不流於說教，引發讀者思考。（馬小蘭老師）

賞析與思考：人生苦短，那些身心背負枷鎖的人，要承受多少負荷，才能走完一生的路程？

