

成為更好的自己

校內徵文比賽初中組優異獎

3B 張愷琳

把自己變得更好，是每個人一生的修行。先修己，後立人，活不出自己想要的模樣便不會有人敬你、愛你，又談何改變世界？不管生活會不會變好，我們先要把自己變好，前路才會一片光明。而成為更好的自己，最重要的方法還是自律、嘗試和追求知識。

首先，自律是人生的本錢。籃球運動員科比談到自己的訓練經歷時：「第一天凌晨四點的洛杉磯是這樣，第二天也是這樣，十幾年後黑暗毫沒有改變，但十幾年來堅持晨跑的我，已是肌肉強健、百發百中。」六十多歲的著名孔雀舞演員楊麗萍老師，每天在冰冷的練舞室練到凌晨三點，結果她擁有無數擁戴者，還有那窈窕動人的身材，她那清冷出眾的氣質，完全看不出是個老年人。沒有人一出生便無所不能、所向披靡的，只有日復一日的堅持，才能越來越優秀。成功人士不是命中注定的，他們背後的努力和淚水成就了他們。清楚自己該作什麼，堅持下去，不要在計劃好一切後懶癌發作。越努力，越幸運，不付出絕對不會有回報。

其次，要大膽嘗試，挑戰極限，突破自己，才能更上一層樓。三十六歲女星張鈞甯曾跳海、生吃蚯蚓……，一件比一件瘋狂的事都在打破從前，她勇敢尋找全新的自己，縱使已經三十六歲卻活得像個少女，發自肺腑地熱愛生活，保持對世界的好奇和熱愛。張鈞甯說：「一百次中有一次可以看到不一樣的自己，那這一次就足夠抵上那九十九次的丟臉。」面對新事物時與其害怕自己失敗、出醜，倒不如跳出自己的舒適區，闖出新天地，開發不一樣的自己，成為更好的自己。

最後，知識是一輩子的財富，有人批評讀書沒用，不讀書卻

會令人三觀不正、是非不分、顛倒黑白，只能做低俗的市井小人。從古至今，美的人都一定擁有知識，這是氣質；好看卻沒有知識的人只能稱為艷俗，沒有令人目不轉睛的感覺，因為才疏學淺的人容易暴躁，就像神仙和妖精的區別。神仙們的高尚、清雅，都是因為知識滲入了骨頭裏，可見知識對人影響之深，不可或缺。

「星光不問趕路人，時光不負有心人。」「修己」不是一朝一夕能完成的事，但它能影響世界。我們不必煉成完美，活成自己想要的模樣便已是極致，大家一起努力成為更好的自己吧！