

中一級冠軍

中一級 D 班 李朱彤

題目：在我認識的人當中，他最能體現「自律」的美德。試寫作文章一篇，描述這位人物的言行。

一位自律的人

如何定義自律？所謂「自律」，就是持之以恆地自我約束，遵循法紀，是一種健康之美。縱覽我認識的人中，有一個人簡直就是自律的代名詞——我的爺爺。

健康是人生中的第一財富，從健康方面看，爺爺每天在每天早上六點旭日東升時就下樓晨跑，即使是嚴寒的深冬，熾熱的盛夏也不能阻擋他那輕快的腳步。每天傍晚，天邊的白光漸漸退成淺絳，泛出酡紅，與青黛色的遠山相伴時，爺爺也會伴著日落在公園裏慢跑。爺爺每天清晨在公園追逐第一線朝陽，每天傍晚在公園親吻最後一抹夕陽，強身健體，彌日累夜，這何嘗不是一種自律的體現呢？

「少而好學，如日出之陽；壯而好學，如日中之光；老而好學，如炳燭之明。」這句名言常掛他的嘴邊。人的一生確實要勤奮治學，爺爺極其熱愛閱讀文學作品並從中學習。無論是閒暇時間，還是手頭上有些小事，他都能靜下心來，沉浸在書的樂趣中。他不論時間、身處何處都能夠約束自己，不享受玩樂，不虛度光陰，這是真正體現自律的表現。

除此之外，爺爺還有許多高雅的興趣，例如古箏。爺爺年少輕狂時就痴迷於古箏，然而直到現在他仍能堅持抽空練習，這是全因他的自律。雖然很多時候，他演奏得不錯，卻還是精益求精，反省自己是否有代入足夠感情，是否有彈奏出意境，這就是高度自律。此外，爺爺在書法中也是下足了功夫，我認為他十分像他尤愛的書法家王羲之的筆勢，總是委婉含蓄，適美健秀。而久前抵觸書法的我，也被他堅持不懈、永不言棄地創作書法作品的精神所吸引。

這就是自律的真諦——不斷向著目標前進，也許爺爺還會啟發許多人，努力邁向自己的理想，爺爺對我啟示和教導都甚危。「業精於勤，荒於嬉。」我想時間會見證我們的踔厲奮發，篤行不怠，向著爺爺這樣高度自律的人努力吧！