

## 5C 丁爾鏗 <一件成功的事>

上個暑假，為了在海邊或泳池遇到緊急狀況時能夠保護自己，我決定學習游泳。

為了取得成功，媽媽替我報名參加游泳訓練班，每星期一到五，我都會去訓練。剛開始的時候，我對水充滿恐懼。一站在泳池邊，我便會心跳加速，腦中充滿「我會沉下去」的念頭。第一次下水時，我緊張得全身僵硬，連呼吸都不順暢。教練不斷鼓勵我，說：「放鬆，讓水承托住你。」我嘗試聽從教練的說話，慢慢地放鬆，習慣水的觸感，學會了漂浮。

接着，我開始學習划水。剛開始，我的每個動作都很不自然，像是在和自己搏鬥。過程中，我喝了不少水，也噎到了好幾次，但每次的失敗都讓我更堅定要學會游泳的決心。經過幾周的練習，我終於學會游泳，能在泳池中像魚一樣自在地游動。

當我第一次成功地游完一整個圈時，心中湧現一股難以言喻的成就感。那一刻，我不只是學會了游泳，更戰勝了自己的恐懼與懷疑。水不再是敵人，而是我可以信任的環境。我感受到自由，彷彿整個世界都變得寬廣。