

抱着边走边撞水流了一地水我的午后小

午后的阳光温暖而柔和，仿佛在轻声地哄着我，让人放松不已。我抱着边走边撞水流了一地水，我的午后小憩。

我坐在公园的一角，一只手中紧握着一个塑料瓶，用另一只手不停地将空气吹进去。周围的景色是我熟悉的：绿意盎然的小草，悠闲自得的游客，还有偶尔飞过天际的小鸟鸣叫声。但今天，我却没有心情去欣赏这些常见的事物。

我的心思全被一场雨打扰了。那场雨虽然短暂，但却让我的计划完全落空了。我原本想在这片广阔的空间里散步，那是我们每个周末都会做的事情。可是，当那瓢泼大雨淋湿了我们的脚步时，我们不得不仓促回家避难。这让我感到有些无奈，因为明天还有一堆事情要处理，而且现在的心情也有些烦躁。

就在这个时候，我想到了一条小溪，它穿过公园，将它分成了两半。在这里，你可以听到水流的声音，就像是自然界最好的音乐。于是，我决定试试看抱着边走边撞水流了一地水，这或许能帮助我平复一下心情，也许能让我找回那份久违的情绪调适。

我站起身来，拿起那个塑料瓶，然后开始向小溪走去。当我接近时，那声音变得越来越清晰、越来越响亮。一阵风吹过，小溪里的波浪随之跳跃起来，那些波纹似乎在向我招手。我深吸一口气，再次尝试抱住那些不断涌动的小浪头，并且尽量与它们进行“对话”。尽管它们总是在不断变化，但这种简单而又充满挑战的事务，却让我从内心里感觉到了放松和快乐。

vMk-Cu6TmshghaWi8dm0UZlqgA5XScPa1tn39A4TEwJrXxF6Hz49NzETBchBP31ngMjPqth4EAn4gSt5Bd54acqTnMDhbdyt1f_VOyaJYaqXYhq19u9KCWJ1wBCwlpx4X7f9QEXgDft7BV21YzJYCwe-bnom-c4WAFZ-Gvd7aI75K-Y.jpg"></p><p>时间似乎慢了下来，每一次与波浪搏斗，都成为了新的挑战。而每一次成功抓住它们，也成为了新的胜利。在这一刻，我忘记了昨日的大雨，以及即将到来的忙碌工作，而仅仅专注于此刻发生的事情——与自然互动，与自己对抗，同时也在享受这段独处时光。</p><p>最后，当太阳开始西沉的时候，我才停止这样的游戏。我知道，即使是这样简单的一个下午，小溪带给我的感受可能会持续很久很久。不论未来生活如何变化，不论任务多么繁重，这个下午，对于一个需要找到宁静的人来说，是非常宝贵的一课——学会利用最基本的事物，在其中找到幸福。</p><p></p><p>下载本文pdf文件</p>