

從小時候起，老師們便告訴我們什麼是堅持，什麼又是堅毅。看似相近的詞語，卻有著不同。堅持是行動，堅毅是心。

小時候的我在家人寵愛下，變得特別任性，更不要說擁有堅毅之心。面對困難時，我只會逃避。那一年我仍在內地讀中三，當時有一千米的長跑考試，規定要在三分四十秒內完成。考試前的幾個月開始了第一次練習。我第一次感覺到那麼無助，這兩圈半的路程才開了個頭就已經上氣不接下氣，狼狽不堪。當時的我恨不得伺機溜走，大不了不考了。再加上每天都要練習，真的備受折磨。於是練習時我便停了下來，像散步似的休息著。而賽道上有些同學卻仍然為那一千米拼搏著。看到烈日下的他們，心裏不禁有些嘲笑，太天真了。

慢悠悠走在賽道上的我終於引起了老師注意。他把我叫了過去，當時我已經做好了被訓話的準備。然而卻並非如我想像般，老師臉上雖嚴肅，卻沒有說什麼，只是用他雄厚的嗓音讓我站到一旁。我楞了一下，然後聽話地站了過去。從這個角度看過去，同學們在賽道上努力地堅持著，嘗試挑戰自己的極限。等到了規定的時間，雖然只有為數不多的幾人達到要求，但是剩下的人依然汗流浹背地奔跑在賽道上。這時老師向我走來，問道：「看到了嗎？」我開始思考他的言下之意，將目光投向操場，已經完成跑步的人滿身大汗休息著，還在跑步的人狼狽堅持著，老師意味深長看著我的眼神……心中的疑問不斷地噴湧著，為什麼那麼累還要堅持？老師看我如此，沒有直接回答，只是說「明天去試試吧。」那天晚上，我不斷回想白天看到的畫面，心中不禁感到羞愧。

到了第二天，我開始嘗試。雙腳不停交換、跨越，腳下的路被我一步步拋在身後。我開始追上了同學的步伐，穿梭在人群中。我開始充滿信心，因為這條路上，不止我一個人奮鬥。終於，穿越終點線，一公里被我踩在腳下。跑完後身體的虛脫感，讓人恨不得就這樣躺在地上。我坐在一旁的草地上，看著自己跑過的路，心中滿滿都是成就感。

距離考試的時間越來越近，經過不斷地練習，我終於能在規定時間內到達終點。考試前一天，老師卻沒有讓我們跑。只是問了一個簡單的問題：「這段時間的練習，你們有什麼體悟？」我眼前浮現起練習第一天老師問我的問題，也想起當初沒有毅力的我。是啊，沒有堅毅之心，這根本完成不了。如不是當初看著身邊同學的堅毅，自己也不會被打動，更不會在累了的時候咬牙堅持。勇於嘗試，堅毅不屈，不向難題低頭，不因怕累而放棄，這是長跑教會我的道理。練習長跑的那段日子一去不復返，未來有著比長跑更難的關卡在等待著我。而我的堅毅之心，將陪伴著我跨越這些障礙，使我無所畏懼。

夕陽燦爛，正式考試那天的我，迎著風，不停向前奔跑，身體很累，內心卻快樂無比。