

參考用

閱讀下列文字，並以相同題目「時間即生命」作文一篇。

時間即生命

梁實秋

最令人怵目驚心的一件事，是看著鐘錶上的秒針一下一下的移動，每移動一下就是表示我們的壽命已經縮短了一部分。再看看牆上掛著的可以一張張撕下的日曆，每天撕下一張就是表示我們的壽命又縮短了一天。因為時間即生命。沒有人不愛惜他的生命，但很少人珍視他的時間。如果想在有生之年做一點什麼事，學一點什麼學問，充實自己，幫助別人，使生命成為有意義，不虛此生，那麼就不可浪費光陰。這道理人人都懂，可是很少人真能積極不懈的善於利用他的時間。

我自己就是浪費了很多時間的一個人。我不打麻將，我不經常的聽戲看電影，幾年中難得一次，我不長時間看電視，通常只看半個小時，我也不串門子閒聊天。有人問我：「那麼你大部分時間都做了些什麼呢？」我痛自反省，我發現，除了職務上的必須及人情上所不能免的活動之外，我的時間大部分都浪費了。我應該集中精力，讀我所未讀過的書，我應該利用所有時間，寫我所要寫的東西，但是我沒能這樣做。我的好多的時間都糊里糊塗的混過去了，「少壯不努力，老大徒傷悲。」

例如我翻譯莎士比亞，本來計畫於課餘之暇每年翻譯兩部，二十年即可完成，但是我用了三十年，主要的原因是懶。翻譯之所以完成，主要的是因為活得相當長久，十分驚險。翻譯完成之後，雖然仍有工作計畫，但體力漸衰，有力不從心之感。假使年輕的時候鞭策自己，如今當有較好或較多的表現。然而悔之晚矣。

再例如，作為一個中國人，經書不可不讀。我年過三十才知道讀書自修的重要。我披閱，我圈點，但是恆心不足，時作時輟。五十以學易，可以無大過矣，我如今年過八十，還沒有接觸過易經，說來慚愧。史書也很重要。我出國留學的時候，我父親買了一套同文石印的前四史，塞滿了我的行篋的一半空間，我在外國混了幾年之後又把前四史原封帶回來了。直到四十年後才鼓起勇氣讀了「通鑒」一遍。現在我要讀的書太多，深感時間有限。

無論做什麼事，健康的身體是基本條件。我在學校讀書的時候，有所謂「強迫運動」，我踢破過幾雙球鞋，打斷過幾隻球拍。因此僥倖維持下來最低限度的體力。老來打過幾年太極拳，目前則以散步活動筋骨而已。寄語年輕朋友，千萬要持之以恆的從事運動，這不是嬉戲，不是浪費時間。健康的身體是作人做事的真正的本錢。