

回想起這事，我十分慚愧，只怪自己不謹慎，走路時東張西望，不專心眼前的……

暑假的第一天，我和弟弟嚷着要到馬鞍山運動場跑步。

媽媽說：「好吧！不過今天天氣十分炎熱，不如晚上才去吧！」我只好妥協，但卻十分期待晚上的來臨。

時間彷彿像蝸牛般，才終於來到了晚上，我就興致勃勃地準備東西，興奮地跟著媽媽和弟弟走到運動場去。進入運動場後，場內氣氛十分熱鬧，很多人在進行比賽，場內的人都汗流浹背。安頓過後，爸爸就在我準備跑時說：「好吧！我們一起做熱身運動，以免在跑步時抽筋。」雖然我很焦急，但我也只好快快做一輪熱身運動，便準備開始跑步了。

我愈跑愈起勁，心想：不如我和弟弟進行一場友誼賽吧！

我悄悄地問弟弟：「弟弟，來一場比賽吧！好嗎？」

我們坐言起行，立刻開始進行比賽。我心想：弟弟跑得真慢啊！我不如讓一讓他吧！輕率的我東張西望，完全沒有注意前面的東西，我撞到前面的一位老伯伯，我十分內疚，幸好他不但沒有發脾氣，還對我說：「小朋友，下次小心一點吧！」

但經過這事後，我沒有反省自己的過失，還繼續東張東張西望。結果我粗心大意，一不留神，我就被地上的一塊石頭絆倒了。

弟弟看見了，連忙扶我到醫療室去，媽媽看見了，十分心疼。醫療室裏的人員連忙幫我包紮。幸好，我這次不用被送往醫院，但如果我還是做事輕率的話，就有可能闖下更大的禍了。

經過這件事後，我明白到「不聽老人言，吃虧在眼前」這個道理，我以後也不會東張西望，會專心地留意眼前的事物呢！