

姓名: 阮玥潼

班別: 4A

《一件讓我後悔的事》

每當我看到桌上的藥丸時，就會想起自己貪吃的行為，使我感到悔不當初。

聖誕節的晚上，我們一家在餐廳吃聖誕大餐。餐廳裏有我最喜愛的火雞、壽司和巧克力蛋糕。「哇!」我驚訝地大叫，這麼多美食，真是令人垂涎三尺，直流口水。

當父母勸告我不要吃太多食物時，我沒有理會他們。我心想:我的身體一向都很健康，所以不會那麼容易生病的，只是吃一些也不會有問題的，而且我只要吃得節制，適可而止便可。於是我就狼吞虎嚥起來，我猶如一隻十幾天沒有吃東西的狼一樣，馬上把桌子上的食物全部吞進肚子裏，吃了一大口巧克力蛋糕更使我回味無窮。那一刻，我心花怒放，猶如一羣在花間飛舞的蝴蝶。

正當我吃得開心時，我的肚子突然感到一陣巨痛。我痛得把身體縮成一團，面色發青，我的心跳得真厲害了，手也不由得顫抖起來。雖然天氣寒冷，汗珠卻在額頭和鼻尖証滲出來。那一刻，我感到既後悔又內疚，不但要臥床休息，假日都不能外出，更令家人為我操勞，替我擔心。幸好這次貪吃沒有導致食物中毒，否則後果真的不堪設想。

時至今天，我仍非常後悔那時那麼貪吃，聖誕大餐時刻警惕着我以後不可吃太多，要適可而止，我再也不會重蹈覆轍了。