

不慎之举一个忘戴口罩的日常挫折录

在这个阳春三月的早晨，我起床准备去上学，按部就班地洗漱着，却忽略了最重要的一项：带上口罩。直到我坐在教室里，老师开始播放一节关于新冠疫情防控知识的视频时，我才意识到自己的疏忽。我没有戴口罩，让捏了一节课视频。

第一段：忘记的痛苦

当老师宣布要播放这节特别的视频时，我的心中涌起一股不祥的预感。我环顾四周，每个人都戴着他们精心挑选或是家长为他们准备的手套和口罩。而我？只有一张空白的手掌，仿佛在告诉所有人：“请不要靠近。”那一刻，我深切地体会到了被边缘化、被隔离的心情。

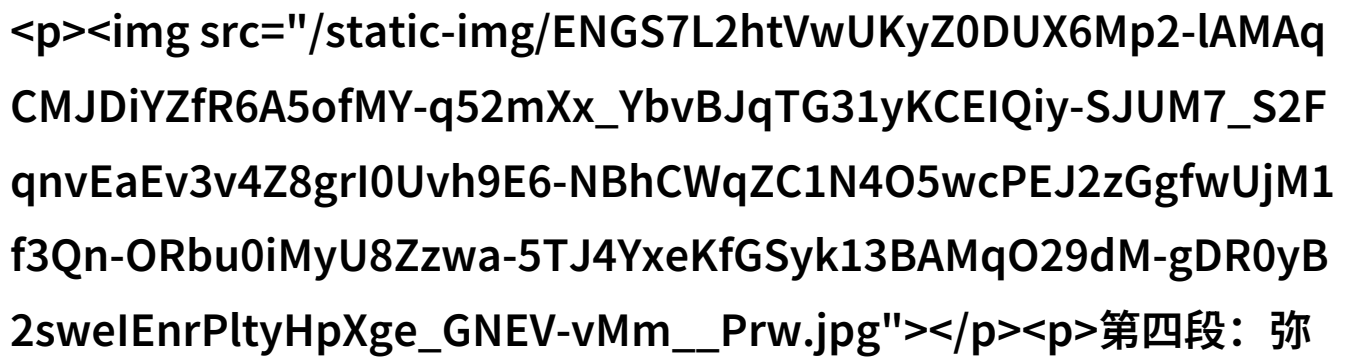
第二段：后悔与挣扎

紧接着，一种强烈的后悔感油然而生。为什么没有想到这一点呢？每天重复相同的日常活动，这次又让我犯下了如此愚蠢的一个失误。我试图从座位上站起来，但却发现自己已经深陷于椅子之中，不得不依偎于同学们之间。这时候，我才真正明白了什么叫做“安全第一”。

第三段：自我反省

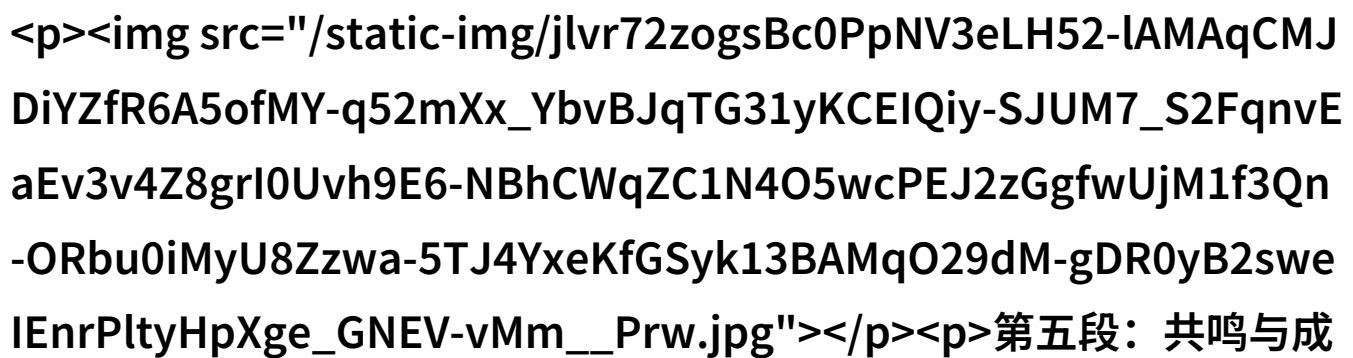
回想起过去的一些经历，那些似乎微不足道的小事，如忘记带钥匙、错过公交车等，都因为缺乏主观意识而导致了困扰。但是，这一次不同，它触及到了更深层次的情感和社会责任。在这个充满未知危机的大环

境下，每一个人的小举动都可能影响到他人，从而影响整个社会。



第四段：弥补与改变

面对这样的现实，我决定采取行动。立刻跑回家拿出备用的口罩，并且发誓今后再也不会会有类似的情况发生。回到学校之后，在同学们关切目光中，我慢慢地摘下手套，用尽量镇定的声音向大家解释我的失误，并表示将以此作为教训，不断提高自身防护意识。



第五段：共鸣与成长

随着时间推移，这个小插曲逐渐成为我们班级中的笑话之一，也成为了提醒我们每个人注意细节的一个案例研究。在这种方式下，我们学习到了团结协作以及对抗突发事件所需的心理素质，同时也更加珍惜那些看似平凡却不可或缺的事物，比如简单的小物件——口罩。

最后，当我站在台阶上，看着远处缓缓消散的人群时，那个让捏了一节课视频的事情，就像是一盏明灯一样，对我来说既是一个警示，又是一个启迪，无论未来走向何方，都不会再遗忘携带必需品，更不会忽视任何一个细微之处，因为每一次的小疏忽，都可能开启一个新的故事章节，而这些故事终将构筑成我们宝贵的人生篇章。

[下载本文pdf文件](/pdf/653150-不慎之举一个忘带口罩的日常挫折录.pdf)