

面對討厭的人 - 2023 第 1 期 入選 仁和國中 黃○萱

- 7 年級 12 班

在這個世界上，相信每個人都會有自己所討厭的人，也許會是家人、同學或老師，討厭的對象各有不同，討厭的理由也千奇百種，但最重要的是，在必須與其接觸時，如何面對自己所討厭的人。

對我來說，我所討厭的人是我曾經最要好的朋友。其實我也不太清楚是從何時開始討厭那位曾經的朋友，好像是自從上了國中之後吧！還記得剛開學時，我們彼此的感情還十分要好，就宛如親生姊妹一樣，但自從國中生涯過了幾個月後，她好像就變了，她在新朋友面前總是對我惡語相向，說我壞話，而不復以往的和善，我也不知道我是否有得罪於她，現在的她和以往的她，對我的態度判若兩人，我逐漸對她惡劣的態度感到厭惡，不知該如何與她相處，於是選擇對她視而不見，不再有任何接觸。

雖然如此，但我仍為此感到心情低落，甚至一度也想以惡意地言語反擊對方，當時的我並不知道該如何面對這樣的情況。直到有一天，我和媽媽聊到這個話題，記得那時媽媽對我說：「這個世界上，總有你討厭的人，當然也有討厭你的人，但你不能因討厭的人用言語攻擊你而生氣，有些事情需要換位思考，也許是誤會產生，也有可能是其他原因，如果你努力了解並與對方溝通過後，還是無法解決現況，那就從自己心境中做出改變，沉澱自己的心靈，不要讓壓力和不快樂的情緒壓垮自己。」

從媽媽所說的話中我了解到，在自己做出努力與反省後，若對方仍持續的保持在令我討厭情況，則我應保持一顆樂觀的心，不要因他人帶給自己不悅的心情而煩惱，更不要利用惡語相向來反擊，產生沒必要的紛爭。