

## 看見不一樣的自己

作者/吳沂儒

(苗栗縣文林國中文隆分部704班)

每一個人從出生以來就是獨一無二的個體。從以前開始，我常因為自己外表而感到煩惱，例如皮膚黝黑、身高矮小、皮包骨、手毛多等，有時候還會被其他人用言語羞辱外貌，甚至曾經被一群人語言霸凌和關係霸凌好一陣子，使我人際關係越來越疏離，大家看到我是不聞不問，避而遠之。

有一次，我走在學校的走廊上，有一群不懷好意的高年級學長迎面而來，經過我身邊時開始起鬨把我圍起來，不讓我通過，甚至所有人一直做「電搖」的動作，邊笑邊搖擺著身體，嘲諷意味十分濃厚。我想突破重圍，在一陣推擠中我昂貴的眼鏡不小心掉落，不禁露出厭惡的表情叫他們離開，他們卻不理會。還有某一次下午我因故請假，班上同學起鬨把我心愛的道具塑膠拐杖，扔在地上瘋狂踩踏、亂砸、拿棍子敲，不一會兒便支離破碎，我知道這件事後十分憤怒，老師只想息事寧人，告訴我不需跟他們計較。

直到某一天，有一個學妹看著我的臉許久，竟「哇！」的一聲，她說：「因為妳的膚色較深，所以從來沒有仔細看妳的長相，但其實近看妳很漂亮呢！」學妹的稱讚讓我受寵若驚，我一直覺得自己外表不好看，不敢往鏡子裡的自己望一眼，如今學妹的讚美就像一劑強心劑，我開始轉念，也許自己並沒有這麼差，原本的自卑轉變成一股自信，雖然外表與別人相比沒這麼好看，但在懂得欣賞的人眼中也是漂亮的。

我認為美麗是不需被人定義的，人人都可以稱得上是美女、帥哥。皮膚黝黑有什麼關係？只要擁有健康、自信，誰能說這不是美？世界上擁有優越感的人認為他們的膚色、人種、文化才是最上等的，有些白人就是不看好黑人，總是用歧視的眼神對待，什麼好事都得讓給白人真的很不公平。我希望世界上所有人

都可以把歧視拋棄掉，拿出最真誠、善良的心，填補那些因歧視而造成的「不平等坑洞」，讓所有人過著自由的和平生活。

有一句英國諺語：「贈人玫瑰，手有餘香。」意思就是一件很平凡渺小的事情，哪怕如同贈人一枝玫瑰般微不足道，但它帶來的溫馨會在受花人心中慢慢生騰，學妹以一句讚美之語讓我重拾信心，善言在我心中發酵，我逐漸撥開迷霧，找到通往「自信」的道路，經歷過因外貌而導致的言語和關係霸凌，我不但沒有被打倒，反而從中淬鍊出更堅強的意志！謝謝學妹的肯定，她讓我看見不一樣的自己，我雖然外表不如人，但她願意給我真誠的鼓勵，一句「漂亮」肯定我的獨特，我有了和別人平起平坐的勇氣，原來以前的我竟然如此在乎外表，卻忘了內在那溫柔、體貼且勤勤懇懇的自己！

如果你和從前的我一樣，總是對外貌感到焦慮，甚至以貌取人，希望你能跳脫外在的形式美，轉而重視內在的優點。孔子說過：「己所不欲，勿施於人。」期待大家都能發揮同理心，牢牢記住此一金玉良言，讓世界變得更友善美好！

### ◎評審評語

破題簡潔有力，通篇文句與脈絡十分清晰，看完首段就對故事一目了然，但又有讓人想接續看下去的魅力。每段文字條理分明，分別將自己因外表被霸凌的過程、學妹一句鼓勵的話給予的信心、心中的轉折都十分清楚，說完故事後再拋出中外諺語來對美麗與自信的闡述與主張，淡雅中沒有太過情緒化的用語，對所有通往「自信」的道路上的讀者都有啟發，是一篇難得的佳作。