

班會主題：人際關係宣導**敲敲蛤蜊，學會做個友善的人**

作者：黃迺毓

小時候我很喜歡做的一件事，就是幫忙媽媽檢查買回來的蛤蜊裡有沒有壞的。

蛤蜊的外殼看起來都差不多，但是如果一不小心讓一個臭掉的蛤蜊混在新鮮蛤蜊中，那整碗湯就都糟蹋了，所以雖是小事一椿，我可一點也不敢掉以輕心，並將此神聖的使命視為莊嚴的儀式，用虔誠又恭敬的心情在做這件事。

檢查的方法是用左手先拿住一個蛤蜊，再用右手撿起其他蛤蜊，一個一個的敲敲看，如果蛤蜊敲出的聲音是結實的，就是新鮮的蛤蜊，如果敲的聲音是虛的，有點沙啞，不管它的口閉得多緊，還是臭的蛤蜊。

小孩子耳朵好，很容易就可以辨別出好壞，自從母親教過我之後，我幾乎不曾「誤判」過，也使家人每次在享受鮮美的蛤蜊湯時，都會誇獎這個「蛤蜊鑑定專家」。

所有的蛤蜊都是臭的！

有一天，母親又買回一包蛤蜊，我熟練的拿出一個大碗，開始我的鑑定工作，出乎意料之外的是：居然「所有的」蛤蜊都是壞掉的？

我簡直不敢相信我的耳朵，一個一個再敲過一次，竟然仍然「沒有一個」蛤蜊是好的！

那種感覺就很像一位警察到一部公車上去抓扒手，結果發現一車的人都是扒手！

我捧著那一大碗被判刑的蛤蜊去稟告母親，母親很是驚訝：「怎麼會這樣呢？這個賣蛤蜊的從來不會騙我的呀？」

於是母親大人親自動手檢驗，這才發現原來我抓在左手中的那個蛤蜊是壞的！

難怪敲起來聲音全部不對勁！

這種「原來如此」的恍然大悟的經驗，往往在孩子心中烙下深刻的溝痕，然後進入記憶的深處，等候生命的唱盤再度轉到那個相似的部位。

都遇到不好的人！

大學畢業後我開始工作，我非常的努力，對自己有些期許，有些要求，但是有一段時間我對周圍的人都看不順眼，在我眼中，「每一個人」都有令我難以忍受的缺點，我很想改造他們，而改造不了時，我又想躲避他們。

我覺得自己很倒楣，很不幸，怎麼「都」遇到不好的人！

正當我沉醉於自怨自哀時，心中忽然響起「蛤蜊之歌」，難不成我就是那個壞掉的蛤蜊？

我聽到那麼多「別人的」沙啞之聲竟可能是我本身造成的？

按照常理，一個人不會只遇到壞人，周圍有些人對你友善，有些人對你不友善，這樣的機率最大。

那我？

那我可能就是那個不友善的人，我用自己的高標準去檢驗我周圍的人，看起來我對大家都不滿意，其實我最不滿意的人是我自己！我沒那麼好，別人也沒那麼差！我忘了我震驚於這個內心的自我發現有多久，我其實很難過，原來我沒我裝出來的那麼好，別人也沒我看的

那麼差。

我有兩個抉擇的方向：

一個是——把自己裝得更好，使得別人看起來更差！

另一個選擇則是——開始學著去欣賞別人。

因為只有在看到別人的好時，我才會發現自己的好，也才能真正欣賞自己。

這是一段漫長的歷程，一開始甚至要「強迫」自己，很像「視力矯正」。

要把不順眼的看、看、看，看到順眼。

每當我想放棄時，就想起那個差點害我將整碗新鮮的蛤蜊倒掉的臭蛤蜊。

幾年下來，我也體驗到原來這項能力不僅改善了我的人際關係，對於教師這個職份也有不可或缺的重要性。

面對形形色色的學生，我如何去聽出噪音中的樂音，更進一步去判斷他的旋律和節奏？沒想到吧？

這麼一件小小的家事訓練，竟也可以影響我如此巨大！

你，如果沒有成為偉人的抱負，至少也可以像我敲敲蛤蜊，學會做個友善的人吧。



證嚴法師曾說：“看別人不順眼，是自己修養不夠！”

這句話一直讓我警惕自己，因為當在抱怨別人時，自己是否也犯同樣的錯呢？

只不過自己犯錯時，容易原諒自己，忘記自己也曾犯過同樣的錯誤，而當別人犯錯時，通常只會記得別人犯的錯。

➤ 討論題綱：

1. 滿分是十分的話，你會幫自己打幾分呢？為什麼？
2. 班上有哪些同學值得你學習？試舉出他(們)的優點。
3. 養成欣賞他人優點的習慣對自己會有什麼好處？

★人際關係書單推薦★

人際關係的藝術：打造真實人際關係的 53 堂課 (如果出版社)	大家都在學的幽默溝通學：活用幽默機智，才是最高明的溝通方式 (普天出版社)