



相信很多人對於別人的誤解總是一時難以釋懷。如果自己很努力地去  
做，還是無法消除誤解的話，那麼不如確信誤解終必將轉化為正面印象，  
抱持著愉快的心情面對誤解，反而有助人際關係的擴展。

在阿拉伯傳說中，有兩個朋友在沙漠中旅行，他們在旅途中的某個景  
點時，兩人吵架了，其中一個人甚至還給了另外一個朋友一記耳光。被打  
的朋友覺得受辱，一言不語，在沙子上寫下：「今天我的好朋友打了我一  
巴掌。」

他們繼續往前走。到了綠洲時，他們停下來休息。此時，被打巴掌的  
那位遇到意外差點淹死，幸好被朋友救起來了。救起後，他拿出一把小劍  
在石頭上刻了：「今天我的好朋友救了我一命。」

朋友好奇地問說：「為什麼我打了你以後，你要寫在沙子上，而現在卻要刻在石頭上呢？」

他笑笑地回答說：「當被一個朋友傷害時，要寫在易忘的地方，風會負責抹去它；相反的，如果被幫助，我們要把它刻在心裡的深處，那裡任何風都不能抹滅它。」

是的，朋友在相處中的傷害往往是無心的，但幫助卻是真心的。忘記那些無心的傷害，銘記那些對你真心幫助，你會發現在這世上，你有很多真心的朋友。

人與人之間的誤解並不可怕，可怕的是我們的心受到了蒙蔽，少了一顆真心對待。

—— 節錄自布克文化出版《麻吉最真心——朋友帶給你的32個好運》，林慶昭著



### 與你談心

從小到大，我們遇到的人不少，而真正能成為知心朋友的人卻相當有限，可是，無論是交情再好的朋友，難免還是會因為一些事情起爭執或是發生誤會，有時甚至不再往來了。想一想，這樣不是很可惜嗎？朋友之間不再往來很容易，要交知心好友卻不簡單呢！當和朋友起爭執或有誤會時，想一想朋友對你好的地方，誰對誰錯、誰先向誰和解，也就沒那麼要緊了。用真誠的心維繫友情，是保持友誼長存的祕訣。



● 想一想

1. 在家裡或是學校裡，有沒有與別人產生過誤會或爭執，原因是什麼？後來怎麼解決呢？
2. 在家裡或是學校裡，有沒有人曾不小心傷害過你，那時候的心情如何？後來你釋懷了嗎？
3. 在家裡或是學校裡，有沒有人曾幫助過你，那時候的心情如何？

● 說一說

1. 在日常生活中，自己曾經犯過什麼錯誤，當時自己如何面對與處理自己的行為，請舉例說明：

事件	用什麼方法去處理
罵同學笨蛋	誠心跟同學道歉，並告訴自己不可再犯
與媽媽頂嘴	頂嘴後立即道歉，等媽媽不生氣時，再用平靜的態度告訴媽媽自己的想法

2. 在日常生活中，別人曾經如何幫助自己，而自己又是如何回應的呢？請舉例說明：

曾獲得的幫助	用什麼方法回應
媽媽每天準備愛心早餐	開心地感謝媽媽，並給媽媽一個大大的擁抱
身上的錢帶不夠，要買午餐時，同學借我20元	感謝同學的幫忙，並且隔天馬上將錢還給對方

### ● 練習做做看

當我們在生活中犯了錯或不小小心傷害了人，要承認自己的錯誤是需要勇氣的。同樣的，面對別人的過錯，或是傷害了我們時，要原諒他人則需要寬容以及正向的態度。在生活中常常練習真誠地說「謝謝」、「對不起」、「沒關係」，你的心一定會更勇敢、更寬容。

練習看看，學習真誠地說「謝謝」、「對不起」、「沒關係」……

1. 當別人趕時間，但是卻急急忙忙地撞到了我，當我說「沒關係」時，心裡的感受如何？
2. 當我開了同學玩笑卻不小心傷害了他，要如何跟同學說「對不起」？
3. 當別人幫我把散落一地的東西撿起來時，向對方說「謝謝」的感覺如何？

