

佳作

面對逆境的時候

餐一丁

陳思蓉

人生旅途中，難免遭遇許多的波折、難關，除了課業上的問題，更有情感、工作、家庭等問題。有時難免想逃避這一切，即便不願面對，但總得面對現實，逃避只會讓情況更加複雜、更加惡化。但若能正面迎擊，過程中的努力、心理調適，會讓我們更加堅強。

今年暑假結束後，開始了我的高職生活。雖然我就讀餐飲科，且不會做菜、烹調，但一開始我覺得沒有課業的壓力，能夠快樂地度過這三年的學習。過了一些時間之後，發現，學科讓我挫折感深重，龐大的知識讓我感到無力；且餐飲科的要求十分嚴格，老師們也很嚴謹地把關；再加上我什麼都不會，不僅出菜的速度遲緩，成品也不盡理想。經常覺得自己一無是處，什麼事情也無法做好。然而，即便挫折感如排山倒海而來，我卻沒有萌生想放棄的念頭。

隨著時間的磨練，漸漸地，我的廚藝進步，出菜的速度也加快許多，一直排斥的學科，反而表現得比國中時還要好，讓我非常驚訝。原來，在挫折中我可以成長這麼多！讓我驚覺，其實我也可以表現優秀，只要我願意！

於是，我做任何事越來越積極，上課時認真聽講，班上需要公差的時候，我也勇敢地爭取，這些是以前的我做不到的！雖然有時還是表現不好，甚至會難過地掉淚，壓力仍然沉重，但能樂在其中，一點也不想輕易放棄。因為這都是我對自我的要求——累，也要累得有價值啊！

我正準備朝自己的夢想前進，儘管前方的道路荊棘滿布，我也要勇敢面對。因為我獲得不曾預料到的好滋味，我會記住它們，這是讓我拋開恐懼、前進的動力。幸好，低潮的那些時刻裡，我並沒有選擇逃避，仍然堅持繼續努力。

也許這些中會遭遇到更大的困難、更可怕的壓力，但換個角度思考，這不就是最好的考驗嗎？能撐得過的，就會是贏家。成功，是屬於堅持到最後一刻的人。別放棄、別逃避，「面對」是最佳的選擇，人生本來就是起伏不定，困難只是其中的一道調味料，能更增添風味，不是嗎？