挑戰自我

四年三班吳沛涵

我討厭吃青椒、甜椒、辣椒、洋蔥等氣味怪異的食物，而且從小媽媽就沒有餵我吃過，所以我自然就不會喜歡了。

我覺得青椒有一股讓人想吐的怪味道，所以我一直對它很排斥，記得某一天，我看到營養午餐有青椒，我頓時感到晴天霹靂，我的心碎了，直接略過那道菜，不料，卻被後方的同學問道：「妳為甚麼不吃那道菜？」，我便說：「因為我吃青椒會想吐！」他卻說：「不行！就算想吐也要吃，不能不吃！」因為他的鼓勵，我勉強吃了一口，但是馬上就吐出來了。青椒真是噁心的東西，即使吃上一口，那怪異的氣味在口中久久不散，所以我一直不敢再嘗試吃青椒。

直到四年級時，我想到一個法子可以嘗試吃青椒，一開始先要求一頓午餐裡若有青椒，一定至少吃一塊，後來慢慢增加，一次增加一塊，直到喜歡吃為止。因為這樣循序漸進的努力，我終於成功了，我擊破了阻礙我的那道牆，不再排斥青椒，這正是所謂的：「有志者，事竟成。」

人若只做自己想做的事或簡單的事，而沒有挑戰自我的話，到最後能做的事很有限，人就要抱持著不放棄的決心，才能突破自我，創造奇蹟。