

寫字療疾——臺灣文學中的疾與療 / 台灣文學館特展在北一女 / 113.03

文學將疾病化作隱喻，於描寫身體苦痛之際，也刻劃肉身之外的社會壓迫。文學也讓患者提筆寫下疾病帶來的磨難，挺身破除汗名。文學更記錄陪伴病者與長者的家屬、看護與醫護人員，於疾病帶來的湍流中彼此碰撞，磨合成圓滑的鵝卵石。病與人的關係細細地刻入文學裡，書寫成為醫療以外的療癒，使我們更有勇氣面對，一同寫字療疾。

一、社會有疾，群眾同療：

代代生活在這塊土地上的人們，使用傳統藥方或舉行各式儀式，嘗試療癒疾病並撫平恐懼。當來自西方的醫學知識隨著傳教士傳入，以及日本殖民政府推展近代化衛生措施後，作家筆下開始出現民俗療法與現代知識的碰撞。

(一) 阻礙康復的貧窮

賴和（1894—1943）〈蛇先生〉寫下原本民間慣用的俗民療法，在「現代」法律及醫學知識進入臺灣後，因為與其衝突反被加添神秘色彩，實際上只是常民智慧的展現：

「世間人本來只會『罕吶』，明白事理的是真少。」蛇先生說。

「也是你的秘方，太神秘的緣故。」西醫的話已帶有說笑的成分。

「不是這樣，人總不信它有此奇效，太隨便了，會使人失去信仰。」蛇先生也開始講笑了。

楊逵（1906—1985）短篇小說〈無醫村〉從醫生視角批判疾病與貧窮的雙重壓迫，也感嘆原本應治療疾病的醫生，如今成為開立死亡證明書的驗屍人：

「若早點請醫生來看就好了，為什麼不去請呢？」

我這略帶責備的語氣，卻使老婆子吃了一驚，她只歎了一口氣，流著眼淚說：「多謝，真多謝……」

曾經有人說「窮人是要診斷書時才叫醫生的」，我現在才開始得到實地的經驗，同時一顆心也直緊了上來。我現在已經不是診療醫，也不是預防醫，完全成了個驗屍人了

(二) 隔離世界，隔離自己

曾貴海（1946—）〈春天〉以自然界本應生意盎然的春天，對比臺灣日漸嚴重的 SARS 疫情。密室與世界在詩中也形成強烈的對照，為了閃避來自世界的傳染病，臺灣需要成為一間密室，僅能孤獨聆聽外界的動靜：

2003 年春天

台灣人正陷入孤獨的密室

聆聽變異世界的生命氣息

(三) 拋卻恐懼，共同療疾

平路（1953—）〈世紀之疾〉反思「治癒」，思考在對抗疾病的過程中，是否有疾病之外的部分被病理化、被認為是「畸零」的：

按理說，這些年以來，我的同族人已經被消滅乾淨。依照流傳下來的文獻，先是一場「世紀之疾」的肆虐，殺死他們之中的大多數。

然後發生了什麼？我所知有限。資料都被重新裝訂，官方的紀錄上：籠統地寫著多虧基因工程學的大幅度進展，加上催眠、洗腦、藥物療法……終於「治癒」了社會上所有「畸零」的人。

(四) 壓迫，是一種傳染病嗎？

葉石濤（1925—2008）〈玫瑰項圈〉敘述臺員族酋長之女莎拉被荷蘭人傳染「梅毒」，聽從部落巫師的建議，莎拉後又將梅毒傳染給另名荷蘭人。梅毒不僅隱喻殖民者的壓迫，也在小說中成為反制武器：

只有那玫瑰項圈肆無忌憚地圍繞著他的脖子，點點斑疹，宛如被風吹拂的朵朵玫瑰花蕾，閃爍不定，咬耳竊語，伸根於他的肉體，緩慢地，確實地，萌芽，生長，開花，結果實。

二、心靈有疾，書寫來療

(一) 癲狂反思正常

文學在精神疾病患者書寫自身時，成為銘刻自我、互相療癒的方式。在疾病不能明說時，「瘋癲」在文學裡成為一種比喻。過去瘋癲的原因歸咎於中邪、詛咒或是受神明責罰，當代民間社會也仍可見這樣的想法。世人畏懼、嘲弄瘋癲者，讓精神健康異常者難以得到妥善的照護。

袁瓊瓊（1950—）〈瘋〉中眾人以嘲諷的心態看待老母親的瘋癲。然而老婦人的談吐中，卻又透露父權社會下，女性長期隱忍的聲音：

光源又羞又惱，不知該同誰發脾氣，還得先安撫母親，憋得聲音都打了抖：「媽，人家那是司機，不是爸爸，爸爸去年就死啦！」

「梁棟庭啊！你欺負我孤零零一個人，沒有人替我出氣，我也是我父母手心裏一塊肉，交到你糟蹋啊！你是怎麼待我……」

(二) 憂鬱是尋找另一個世界

二次世界大戰後，臺灣新一代知識分子吸收存在主義與精神分析思潮，人的內心活動成為書寫主題，新興的寫作漂浮著心裡的暗影。書寫憂鬱讓精神疾病進入大眾視野。或許精神異常是內建於「正常」社會的一部分，透過憂鬱的探問，文學讓人們打開介於正常與異常之間的空間。

王文興（1939—2023）〈最快樂的事〉中陰鬱的都會與年輕人，反映出追尋生命意義的困難。主角經歷過他人口中最快樂的事，卻不能充實年輕人的生存意志，反倒使他失去對快樂的期待。文學中所謂的瘋癲者，往往看穿現實世界中的不合理或是壓迫，而掉入異常的精神狀態。「瘋癲」是正常的反義詞，在文學中成為刀刃，劃破以理性為名的社會箝制。人與世界，究竟何者正常？成為文學的探問：

幾分鐘後，他問自己：「假如，確實如他們所說，這已經是最快樂的事，再沒有其他快樂的事嗎？」

這年輕人，在是日下午自殺。

(三) 書寫是抵抗內心風暴的療癒

文學讓患者袒露自我，從精神疾病艱澀的醫學詞彙中破繭而出，成為具有真實血肉的生命經驗。面對藥物，受苦的患者面臨了要承受疾病或接受治療改變自我的難題。

文學刻劃心靈有疾的肉身難以對外人言的苦痛、脫軌與低潮。文學也記錄下患者與疾病的相愛相恨，從被診療的他者到自身動筆寫下歷程，疾病從心靈的伏流中浮現，最終共存生活、匍匐前行。

憂鬱往往連結至「藍色」，而葉青（1979—2011）〈當我們討論憂鬱〉寫下憂鬱可以是紅色的。放置在憂鬱前的「紅色的」、「身體的」兩個形容詞，精細地描繪憂鬱在體內的動態：

紅色的 身體的 憂鬱

犯起來彷彿一場命中註定的大病

不致死去 而難以痊癒

邱妙津（1969—1995）《蒙馬特遺書》以日記的形式所構成，記錄在長期憂鬱狀態下，心理病症如何蠶食自己的生命，以及陪伴者在側的關懷：

長期的憂鬱狀態，已不知要追溯到多久以前，近一年來，憂鬱發展出更精緻的表現形式，厭食症加失眠症，一點又一地將我的生活內容架空，將我的生命血肉抽乾，這兩個傢伙好像死神的兩個捕快，這一年來被派遣來跟蹤在我的身旁，等待我遇關鍵性的劫點將我劫去。

(四) 理解是面對霸凌的開始

面對霸凌，應該從意識到正常互動與霸凌行為的分界開始。文學作為旁觀者，仔細描寫事件現場，讓人們得以了解霸凌現場及背後的結構。

崔舜華〈少女獸〉：女子高校生們像野獸一般，由家境良好的早熟少女組成「少女圈」，在原始林般的校園肆意捕獵、展現直白的惡意。作者需費盡心思、小心翼翼地融入，才能避免自己成為少女獸下一個捕獵對象。

周芬伶〈與童心齊飛〉描述老師在學校進行「批判」遊戲，默許同學對雅兒的人身攻擊。校園霸凌不只出現在同學與同學之間，老師也可能成為霸凌的加害者：

你發現女兒常躲在房間哭泣，問她為什麼？她說班上在玩一種「批判」的遊戲，它由老師主導在課堂上進行。被批判的女兒站在講台上，任台下的同學指出她的缺點，譬如「你上課常常不專心！」「你對老師不禮貌！」「你只在乎自己，你沒有人緣！」孩子最後在講台上哭了，從此抗拒去上學。

(五) 陪伴是防治自殺的方針

人們總是恐懼談論自殺，但談論並不會促成自殺，反而可以幫助釐清想法。文學提供憂鬱及痛苦的抒發管道，也陳述面對痛苦時活下去的方法。

胡淑雯〈與男友的前女友密談〉，主角描述自己在這段感情中歷經痛苦，更有了自殺的念頭。那時一位小男孩的話語，讓主角暫時忘記痛苦的狀態，意識到自己期望的並非死亡，而是忘記。我兀自張開身體，迎接暴雨，像任何絕望的人，享受最美的東西。卻在強風竊走床單的瞬間，出手幫了男孩一把。男孩對我沒有感謝、沒有意見、沒有同情，只在離去前匆匆問我：阿姨，你覺得劍齒虎跟長毛象，哪一個比較厲害？我噗哧一笑，覺得好多了，跟雨水一樣好。就在剛剛，一個瑣碎的笑料瞬間佔據了我的心靈，把原本壓在心頭的東西推開。我意識到自己並不想死，我只是想要忘記。

三、集體創傷，集體療復

創傷，意指心靈在短時間內受到衝擊，因此留下難以抹滅的傷痕，傷痕將反覆作痛，在漫長的時間內影響人的心靈運作。創傷後壓力症候群（PTSD）患者，在壓力事件過後，可能會過度提防、或是麻木無感，或是在夢境、回憶時重複勾起恐慌感覺。天災、工殤、戰爭、白色恐怖，突然撕裂日常生活的重大事件，毀壞家屋與肉身，也留下身心的傷痕。文學探尋傷害造成的現場，與當事者共感，也讓未曾經歷過事件的人們，有靠近歷史現場的機會，展開修復的第一步。

(一) 十秒災害，十年恢復

天災威力強大，往往在數日或是數秒間奪走無數生命。1999年9月21日凌晨，臺灣中部震起7級大地震，二千多人罹難，無數房屋損壞。林亨泰〈餘震〉（1924—2023）寫下大地震後的餘震帶來新的傷害，而人心裡留下的創傷，更是終生的餘震，使人在夜裡驚醒。

餘震至今還持續著

不知道如何來祈求上天

沒有任何理由就失去了一切

彷彿本然不存在一般，一切就消失了

(二) 沉默病痛，文學發聲

文學為工殤發聲，追究病因。文學也警醒未受傷害的民眾，便捷、進步從來不是從天而降，而是由地上地下的許多人一磚一瓦搭建出來的。

楊青矗（1940—）以一系列的工廠小說，為遭受不平對待的工人發聲。1970年代臺灣製造業的蓬勃發展是由許多薪資低廉的女工來支撐。在欠缺完善勞動法規與安全職場環境下，女工們承擔高風險的工作，即使因公受傷也未有對應保護。

聽說通風設備好的工廠，這種工業病比較少；人家還說，別家公司有一個老頭，因為做這種工作得了肝病，公司賠他三十萬元進入大醫院治療，最後還是死了。他真怕女人會治不好，那留下四個孩子怎麼辦？——楊青矗〈自己的經理〉

(三) 槍砲喧嘩，書寫寧靜

臺灣歷史上曾經歷多次戰爭，二戰期間雖未變成戰場，但也飽受空襲所苦。失眠、焦慮、難以克制回想特定片段等，常是戰爭後創傷常見的徵兆，失去同袍、目睹死傷、以及砲彈槍響的巨大聲響都會留下深刻傷痕，干擾著受創者的生活。

吳明益（1971—）《睡眠的航線》寫下少年三郎被日本政府徵招成為飛機工，即便戰後順利回鄉，戰爭依然在三郎耳中留下永久的耳鳴。在戰爭中活下來的人，餘生都得與戰爭的記憶共存。每當三郎回想起他的少年時期，總覺得那段時間他被改變了什麼、植入了什麼，或者失去了什麼。直到晚年，他都在回想那種不太確定的未來，不太確定的身分，以及不太確定的哀傷。

(四) 劃開記憶，修復歷史

臺灣曾經歷長達38年的戒嚴體制，威權政府實施大規模的監控與不公的司法審判，造成多起不可挽回的人權迫害。過往威權體系在暗面下運作，隨著民間人士的奔走努力、機密檔案的逐漸解密，才得以窺見「戒嚴體系」的其中一角。

葉石濤（1925—2008）《臺灣男子簡阿淘》曾因「知匪不報」的罪名入獄，出獄後多了政治犯的身分，難以謀職、人人避諱，起初只能從事不需呈報身分的零工，一邊勞動，一邊淚流。

人落魄到這個地步也只好任人踐踏。在那荒蕪的五〇年代裏，人能夠僥倖保存一條老命，從那惡魔島回來，也等於是獲得上帝的垂憐，又有什麼不滿可言？

糟糕的是我跟世界上任何一個地方的小知識份子一樣，身無一技之長，真是個「無用的人」。我之所以淪落到變成一個臨時工友也是理所當然，否則三餐也無以為繼了。

「我們對威權統治的記憶何其空泛，直到今天，民主化超過三十年，我們依舊在澄清與爭論著，威權統治下被槍決與監禁的確切人數。」胡淑雯在《白色恐怖小說選集》的序中寫道。白色恐怖的陰影不僅籠罩在受難者身上，也延伸至受難者家屬。胡淑雯（1970—）《太陽的血是黑的》從主角母親的經歷與對話，深刻地體現威權統治所帶來的迫害如何延伸到家屬。

「那是一部外國片，為什麼妳看得懂？」我說，「因為妳看得懂字幕，妳不是文盲。」

「我是文盲。」她堅持，「我考上中學但是沒去註冊，我爸坐牢害我不能念書，我是文盲。」

四、慢慢的病要緩緩療

文學刻劃從徬徨不安、痛苦折磨以及坦然接受的心路歷程，透過文字鐫刻，成為度過病情的良伴。慢性病或癌症讓患者的未來增加許多不確定，在因患病而感到徬徨時，有病者寫下掙扎的過程，有病者分享生病後的轉念，無論是哪種書寫，皆使文學成為陪伴者。

(一) 陰雨籠罩下的雨傘

癌症長居當今臺灣十大死因之首，跟早期的肺結核一樣，多數人一聽到癌症便與絕症畫上等號，並延伸出各式隱喻與想像。

人為什麼會生病？為什麼生病的是我？疾病總是帶來許多沒有答案的困惑，然而隱匿（1969—）卻在疤痕中看見美，詩意與病相偕而至，隱匿在癌症中讀到詩，也在此回望生命：

手術後，在我原來的疤痕上，又多了一條短短的蜈蚣，有點像是一個巨大的問號，被加上了一道刪除線……天哪，我忍不住又要讚嘆了：「這不美嗎？」彷彿把我的疑問一筆刪除，但留下了美麗的記號——毫無疑問，這是一首圖像詩。

(二) 緩慢療，向前走

慢性病、癌症等非短時間能夠「痊癒」的疾病，需要借助不同治療手段來控制病情，並防止病痛加劇。在因疾病或負傷而暫停的時間中，文學成為最佳的病歷紀錄，讓病後回頭省視過往風風雨雨，也對自己所擁有的更加珍惜。

平路（1953—）《間隙》將突如其來的罹癌視作生命之中的「間隙」，由此開啟對於生命的追問與功課。同時也開始思考：「寫作」對於自己的意義是什麼：

手邊有不少未完成的小說題材，有的寫了一半，有的約略在心裡見到輪廓，如果身體狀況不差，如果頭腦沒有糊成一團，如果，如果，如果我還有心力，那些題材等著我，十年、二十年也寫不完。我還是會寫，繞著這一件最在意的事，顯示出自己的執念依然深重。其他事情可以斷、捨、離，為什麼只剩這一件，執意要繼續下去？寫到某一天……如果能夠在書桌前倒下，應該是非常、非常合乎我心意的結束方法。

五、時間的疾，照護療癒

「其實我常感覺老境之於任何人，其實沒有那麼遠。也跟老不老靈魂無關，每個意識到身心在走下坡、每個自覺衰弱的時刻，都是一次小小的老年生活」作家黃麗群在〈理想的老後〉一文中討論「老」。老化是緩慢的進程，有時是某個小細節，突然讓我們意識到，自己已不那麼年輕。

(一) 照護未來的自己

文學記錄照護者的陪伴過程，回首過往的家庭關係，思索自己未來的模樣。

張曼娟（1961—）《我輩中人》寫中年有屬於中年的體驗，開始有朋友生病與離世，悲傷卻也能感受細緻的生命美好。感覺自己並不年輕，始稱中年：

這幾年經歷了朋友的病與死，往往都來得那樣急遽，驚懼和哀傷洶洶來襲，混合而成一陣子低落的情緒。有時候又只因為一道雨後的彩虹，或是一首動聽的樂曲，而感覺人生真美好，這就是「哀樂中年」了。

即使至親早已簽署同意書，子女仍會心生猶豫，無法掌握放棄急救最恰當的時機。

鍾文音（1966—）《捨不得不見妳》描寫身處加護病房，與急救後甦醒的母親對視，那不捨與矛盾的心情：

因此當妳醒過來，發現自己失去右半部的功能，且竟然連說話也喪失時，妳一直看著我，妳的眼神自此是我最怕接觸的「對境」了，那既不捨得我卻又希望及早脫離這塵世苦海的矛盾，和我的矛盾是一樣的。

(二) 專注療疾，熟稔寫字

「若異地而處，這位外科醫師或許有苦衷，或許正背著她本身的十字架。」書寫罹癌心境的作家平路，在經歷不愉快的診療後，思考醫者本身也有其生命歷程，必有正在背負之事，因而無法完全避免與病者摩擦的時刻。

李欣倫（1978—）〈動物園睡著了〉描寫了電視節目正播放男人吃下蚯蚓的「獵奇」畫面，因此感到噁心的阿姨，但她並不知道自己正飲用的煎藥同樣由蚯蚓所熬出。說明了中醫藥譜雖常見於日常生活中，人們卻對其認識甚少。

(三) 熟悉又陌生的照護者

隨著高齡化社會到來，照護需求逐漸增加，家庭總是承擔第一線的需求與陪伴。政府在 2000 年前後開放照護移工，部分照護責任轉移到這些外籍看護身上，看護成為被照護者最熟悉的陌生人。許多移工擔負繁重的照護工作，同時得面對語言不通、族群不平等的職場環境。他們因此受到許多不公的對待，如過度勞動，少有休息，甚至因而成為病人。

簡嬪（1961-）〈侍病者是下一個病人〉犀利地批判對照護者的忽視。照護者犧牲個人的生活，並忍受不時出現的挑剔批評，尤其是以孝為名義的時候，照護者往往失去為自己發聲的機會。

你從未看過女兒的這一面，也從未關心她的身心是否承受得住。現在，她心緒混亂，思及明日凌晨必須冒著酷寒去醫院掛號，感到不情願。她覺得自己是個沒用的人，覺得自己的人生徹頭徹尾失敗了。

這些，你都不會知道。電熱器旋轉著，室內溫暖舒適。你正在看電視，這是每日必看的政論節目，你頗同意某位名嘴的論點，一面做甩手拍打的保健動作，一面頻頻點頭稱道。

李欣倫（1978-）〈不是旅行〉描寫準備住院與準備旅行，步驟或許類似，但心境全然不同。此文直書照護者內心之交集，以諸多歡快的「沒有」，映襯痛苦的「有」。

六、延伸閱讀

(一)〈少女獸〉/ 崔舜華

有時候，並不是你犯了錯，而是那錯誤自動地找上你，像敏銳的獵犬嗅聞著鹿群裡最瘦弱的那頭，從樹林後猛地竄出、撲殺。咬住最敏感的咽喉，任憑沉默的血滴與哀鳴竄進獵食者的齒間，橫流遍野。

這是自然的定律，適者生存，即使有時並不是你的錯，但那已然成為你的錯，誰也無法阻擋。而我所走過的眾少女的生存之所，就是這樣一座秩序混亂的野性叢林，一片勾鬥眉角如織針痕理遍布的錦繡荒地。地表之上，除了一張張或精緻或粗野的臉容，以及純粹發自動物本能的話語織勾而成的遍地冰苔，放眼望去，空無他物。

我讀的 C 校，是一間位在木柵，升學度還算知名的女校。C 校的學生制服是一種小鵝羽毛般柔軟的黃，為了讓那黃色更具青春蕩漾的挑逗風情，許多早熟的少女紛紛湧入西門町街緣一整排制服訂做的店家，花上幾百元（家境優渥的或願意擲出上千元）量身訂做幾套收腰線條咬緊青春腰身、材質如緞面光滑飄逸、樣式特別短小的黃衣黑裙。走動時，裙擺隨微風飄逸，蟬翼般薄透的嫩黃襯衫貼在胸腹上，凸顯少女獨有的柔軟曲線。如初長絨毛的小獸，既危險又嬌嫩。

而如我一般手頭沒有餘錢之流、在弱者越弱的權力場裡自然也次上一等的女孩子，則以漂白水注滿臉盆、浸泡學校配給的粗硬制服衣，努力刷洗掉幾分死板的薑黃，雙手浸滿漂白水氣味時，布料也漸次褪成淺淺的鵝絨色。黑色百褶裙則以熨斗燙得筆挺，腰際處翻上兩摺，露出一點膝頭的顏色來，遂聊以自慰地自覺稍微不那麼像一頭原始粗糙、未經理毛、粗骨粗齒的野生獸。

終歸是徒勞而拙劣的模仿，是針對那些家境好、父寵母溺，進社團後在熱音社、吉他社、康樂社大出風頭的嬌嬌女的欣羨與遐想，我們甘願居為次級品。而次級品也有次級品的生存之道，前提是，你得夠搞笑或者夠聰明，成績拔尖不算，個性也得慷慨，沒有領導能力也要有服從美德，如此才具備了面面俱沾的實用價值，眾少女便能慈悲地寬容你醜拙的髮型和多餘的贅肉，親親熱熱地前來交好，於是你獲得了入場券，幸運涉足那碎鑽鍍金般耀眼閃爍的「少女圈」。

但「少女圈」並不是一個固定的型態，它朝令夕改，詭計伏埋，善變多心眼。它是流動的，是跳躍的，是無形的。一抹眼神，一張紙條，都能瞬間顛覆挪移此圈無形無狀的友敵邊界。一抬手、一謀足，都足以決定了你是否夠格躋身一名「圈內人」。

這場內外通殺的角力遊戲日復一日地上演，你既要做自己，又必須媚好他人，分寸之間拿捏不可過分：太忠於自我是難相處兼耍孤僻，一味地媚俗沒格調教人噁心，和老師唱反調給班上找麻煩，跟老師太親善又一臉奴隸相。一不留神間踏錯一步，便難再有機會翻身，遂直接落入被排擠的孤絕地獄。

女子高校是一座生猛原始林，少女是獸，憑嗅血腥之氣而來。少女純粹藉助青春本能以媚視紅塵，像驕傲的孔雀，娉婷婀娜或聰明拔尖，根根扇羽都是本事。孔雀群之中最鎮定的那一頭便是王后，后不出嘴參與亂啄，非必要不輕易出手，多半是略舉眼睫，底下眾鳥禽就知道該往何處攻擊，抑或，何者該遭群眾離棄。

我也曾是被離棄過的那隻弱獸，僅僅是頭家禽，沒有孔雀一族輕快華麗，僅有幾隻可笑的雉雞羽毛妝點身體，攏著粗嘎的漂白水泡過的制服和僵直的百褶裙，抖動著沉重的贅肉賣力陪笑。一開始時，我也和孔雀少女們一道廝混，以為憑著幾句俏皮話逗討少女圈中的核心王后一展笑顰，就能過關掩飾自己龐大的自卑。

孔雀少女們多半出自開明的中產階級家庭，父寵母溺，縱有兄弟姊妹，全家人也都得讓著那耀眼的亮黃制服幾分顏色。眾少女在家如嬌貴的豌豆公主，在校如自由歡騰小獸，縱橫流連各色社團，與男校同學聯誼彈吉他烤肉，談飄飄渺渺又言不及義的春天的戀情，到了秋天便如換衣般褪去舊男伴的身影。豐渥的零用金與家人無節制的寵愛，將少女們的小獸嗅覺打磨得更銳利，一嗅便知來者是同類或更強者，弱者或更弱者。

而少女所坐擁的一切，我從無機會也無辦法複製於己身，因此我只能演飾和模仿：披上假的獸皮，扮作搖尾乞憐的胖墩墩的無害獸類，聽從少女群中的王后指令，傷害那些比我更甚弱小者，遞紙條私下嘲弄調笑或者課堂上公然挑釁對罵，這些場景發生時，講臺前修養溫文的老師們一臉尷尬，他們不知道怎麼面對少女之間無端無由的惡意，因為他們已然褪下獸皮而為成人，忘記了獸的世界是多麼機巧陰暗，危機往往引爆於地底，像一座處處埋伏地雷的水晶迷宮，一旦失卻探路的直覺便粉身碎骨。

我盡全力維持與眾孔雀少女們和氣融融的假象，卻僅僅持續了一學期，幾個月後，我就被少女們合力給遺棄了。沒有原因，沒有徵兆——但也許是有的，回想起來，猜測是圈子的表面張力到了極致，圈內的人口數也太過擁擠，我原先追從的那群少女們，不多不少剛好七個，少了我，也不多不少恰恰七個，而此刻，剛好有一名也是摺了裙腰、漂白了制服布衣、燙著掛麵直髮的女孩 L。L 有原住民血統，一雙深邃大眼搭配黝亮黑髮和深棕色肌膚，成績普通但運動細胞活躍，在操場上奔馳時如一頭健矯削瘦的幼羚，渾身散發一股鄉下少女的粗線條的純潔，那純潔感相當教人新鮮。L 拚了命努力要擠進圈子內，為了被孔雀們頷首接納，她努力的程度更甚於我數倍。我見證 L 學習孔雀的語言的過程，也親眼看過 L 隨著孔雀們一同欺啄雜雀和弱雞，看過她寫下惡毒的玩笑紙條傳遞全班，看過她陪著獸中的小后大聲嚷嚷著她們看不順眼的其他少女們的惡言惡語，憑藉少女驚人的學習力與模仿能耐，這一套 L 很快便嫻熟上手。做得比我更好，比我更露骨。

也許是非我族類太恐怖，無論如何都得要團結歸屬，每回早

晨模擬考前，少女們排隊如廁的時候，當我與 L 擦肩而過，總是側身讓她先行洗手離去，彷彿自己覺得該感謝、欽服她那股不要命的篤定勁兒。

為甚麼是我？又為甚麼是 L？我知道 L 不是故意針對我，或許連她自己也沒料到，結果被排除的那個會是我。團體裡的領導女，出於不忍或不屑，同學探問她時只淡淡拋下一句：「沒有啊。本來就沒事啊。」但人有眼睛，每個人都看見了我被拋棄在教室的角落，一個人悲悲慘慘地走去上美術課，體育課時獨自一個人跑操場，頂著一具肥胖的身軀和僵硬的自然髻，整整兩個月，我抬頭挺胸、面色自若地上課，讀書，考試，通車，座位從最後一排搬到教室第一排。我放棄珍貴的午休時間，撐著疼痛漲裂的頭顱重複複習、計算、複習再計算。那個暑期輔導，我的模擬考成績得了全校第二，按校規，全校前數名的學生可以得到一個綠色雛鳥形小獎章：紅鳥是榮譽，藍鳥是傑出，綠鳥是智慧，學生們將獎章別在書包最顯眼處，像早早便被釘上標本架的蝴蝶。

我沒有錯，只是錯誤選中了我。像被錯誤之神眷顧的其他人一樣，沒甚麼值得羞恥。

一旦你被某個團體排斥，你身上便會散發出一種失敗者的氣味，旁人即使同情你，也不敢輕易地靠近，怕被那股氣味給染上，下一個跌跤的就是自己。整整兩個月時間，我獨來獨往的身形，在喜愛成群結伴、到處有女孩親熱地手挽手上廁所的校園裡格外刺眼。在女校裡，落單分子若非甘願自在的獨行俠，就是像我一樣被圈子驅逐的 Loser。

後來，同樣缺乏原因地，女突然間遞出了薄薄的善意：某次班上輪流傳閱著刨冰涼飲的訂購單，女圈畫完她要的甜品後，直接指明將單子遞給最前排的我，我回頭看女，她露出狡黠純真的笑容，對我眯起小貓般的眼睛。那一瞬間，我知道自己獲得了緩刑。抑或者，我也接受了這份最廉價的和解。身為廉價之人，接受廉價的善行，沒有甚麼好再多奢求的了。

少女如獸。每當我在公車上、路上、捷運上，在這座城市的各個地方，看見結群行走的，花朵般春意蕩漾的高校女生們，我都知道，在那燦爛青春的花蕊底下，埋藏著一張小獸的臉容。

經常地，我也會在這座城市的許多角落，撞見落單的少女。少女一臉愁容，兩頰布滿青春痘的痕跡，制服邋邋地胡亂塞進裙腰，裙擺太皺且過膝，腰身粗圓。我暗自知道她是如何被追獵，被捕獲，被吞噬，乃至失去了自由和自尊。我想像她的痛苦與壓抑，一如年少時，我胸腔間無可名狀的憤怒與自卑。如果可以，我希望自己能對她說：那只是獸而已，只是團簇的年輕的孔雀，群集的美麗的惡意，不需要太過害怕。

因為，等獸老去、孔雀脫羽的那一刻，所謂的銳爪尖牙、華美羽冠，也不過就成了布滿皺紋的頹敗皮囊。和你一樣，和我一樣。

二、《間隙：寫給受折磨的你》節錄 / 平路

彩虹

經歷一次手術，記得的都是微小的事。

序幕揭開的一瞬，長長的針管刺入，注射進去墨水。標注出體內的腫瘤，手術刀不會切錯。

針刺是一種「標記」方式。

有些時候用畫的，用筆塗在皮膚上。畫一個圈，中央打叉。像刺青？像生肉上的檢疫印戳？

皮膚上做「標記」，活像蓋印的豬肉，生肉上有戳印，好似回到市場擺放溫體豬肉的年代。注視自己胸口，聯想起豬隻的處境，忍不住笑出聲，在這種……啊死了……死定了的時候。

笑一笑，瞬間劃破許多假象。若不是處在這種境地，哪有機會理解豬隻面對屠刀的反應？標記畫在胸前，其實是給我個機會，體會出豬隻與自己的關連。

作家昆德拉喜歡描寫笑，笑一笑，就看到……我這個人真的好好笑。

手術後記得什麼？麻醉劑在消退，眼裡有模糊的光影，有人在屋子裡穿梭。剛才自己去了哪裡？依稀有一絲流連……

身體軟綿綿的，逐漸回到這個世界。

白袍走來走去，這是手術過後的恢復室？殘留的藥劑讓人恍惚，心情卻十分輕快。後來想想，與全身麻醉時停滯的系統有關，手術後跌深反彈？腦內啡正由谷底飆升。

第二天，拔掉了管線，我儘快下床走動。甬道盡頭有大片玻璃，我站在窗前，遠望天際的灰雲，「你是天空，其他一切事物只是天氣。」佩瑪·丘卓的話跳上心頭。

之前，推介新書的場合，有人找我簽書，若是要求作者在書頁多寫幾個字，我經常不假思索寫下：「風雨寒暑，皆天惠也。」這樣寫是祝福？是期許？還是我早有預感？我始終相信，文字像是回力球，說是寫給讀者，其實是寫給自己。橡皮筋彈一彈，隨時又回到手邊。

再一天，搭電梯下到中庭，過馬路走到公園散步。

再過一天，細雨不停，在走廊上來回踱步。

走廊上瞥到推床，準備下去手術吧。念頭跟著推床往前移，不知道躺著的人將經過什麼，床推回來的時候會是怎麼樣。

病室不時傳出各種聲響，聲響來自床頭的機器設備。身上連接各種管線，病人吃力地呼吸，聽在耳朵裡，病人睡得並不安穩。

仔細聽，聽到什麼？微細的呻吟又好像是：「活下去」、「我要活下去」。或者，聽到的是我自己心中的聲音？轉回身，牆壁上張

貼著「術後復健須知」。有圖有文，包括處理各種複雜狀況。我特意站遠一點，這是劫後心情？一關才剛過去，眼前這一刻非常美滿，明天氣候怎麼樣，我並不想多知道，這一刻就管這一刻的事。

「不要想修改天氣，只能在其中過日子。」小說裡一句話，適時跳到我心上。

天氣令人有感，特別在這個時候。

中學階段，我讀過教會學校。當年，女校學生們不一定愛聽牧師講道，聖詩集裡那首「主未曾應許天色常藍」卻是人人會唱。曲調很簡單，唱著，有一種出自內心的歡喜。

「主未曾應許天色常藍，人生的路途花香常漫……」那時候，我不清楚這首聖詩的作者是誰，也不清楚她本身是重症患者。當年，什麼都不懂的年齡，一群少女高聲同唱，「主未曾應許天色常藍」，哪裡能夠體會世事多艱難？

大難說來就來，預存著幾塊潤喉糖，哪一日口乾舌燥，有點準備是好事。

貫串我人生，口袋裡的潤喉糖總是書。

我信仰文字，過去那些年，書架上的書讓我理解自己。關於書，瑪格麗特·愛特伍的名言是：「試圖將文字組合在一起做一些它們分開時所做不到的事情。」她所組合的文字確實做到了。譬如說，那本《盲眼刺客》，讓我明白自己成長的憂傷，它奇幻的療癒力更勝於魔法。如今身體出現狀況，病了，可有輕減憂患的特效藥？

有的有的，譬如在候診時間，我手握那本自述罹病過程的書，書名直譯就是「該怎麼生病」。作者托妮·伯恩哈德本身是慢性病患者，在書中，她頻頻用天氣做譬喻。

伯恩哈德原本在加州大學教授法律，去一趟巴黎，旅程中罹病，從此行動很困難。她必須放棄教職、放棄交誼、放棄難得的家庭聚會，放棄許多原先喜歡做的事。

鬱悶時她告訴自己，天氣會變好，烏雲總有過去的一刻。

即使痛苦難捱，還是有感覺不錯的時候，這是天氣的隱喻。惡劣天候裡，伯恩哈德在病榻上望向天邊，她告訴自己，說不定，下一刻就掛下一彎彩虹。

伯恩哈德長期臥床，她為自己找到不少的開解方法，有的出自她原來的禪學基礎，譬如以一個字 **dukkha** 為例，她在書中解釋，**dukkha** 這個字出自比梵文更早期的巴利語，英文譯做 **suffering**。比起 **suffering**，伯恩哈德認為 **dukkha** 的意思應該更為多元、更為多彩多姿，包含著在英文裡無法翻譯的細節。

伯恩哈德的說法讓我這讀者想到，當年在菩提樹下，悉達多王子證悟後講的 **dukkha**，到底什麼意思？

我猜，在釋迦牟尼時代，**dukkha** 這個巴利語，說的是每個人深刻的體驗。

我們的文字裡，**dukkha** 翻譯成為「苦」，經過這道翻譯，是不是也增加一些額外的重量？一世一世下來，**dukkha** 原來的意思愈來愈少，自覺受「苦」的人用這個字，「苦」，變得愈來愈「苦」！後世人把自認是「苦」的意涵都塞入這個字裡，是不是減損了 **dukkha** 在當年巴利語環境中，更有開展性的意涵？

佛陀的時代，在輕鬆分享智慧的氣氛裡，說不定，**dukkha** 的意思也像是天氣，怎樣的狂風、暴雨、閃電、驚雷，間隙中，還是有陽光灑進窗臺的時候。

功課

我一向喜歡甜點。常想著巧克力蛋糕捲，或者塞滿鮮奶油的泡芙，想著菠蘿包中一塊黃澄澄油滋滋的奶油，感覺上幸福無比。

緊張時刻，試試看，想像鮮奶油在體內淋澆下來，慢慢融化、均勻滲下，無論是坐著、站著或躺著，想像白花朵的鮮奶油，正滋潤自己每一寸肌膚。可以由肩膀處流下來，也可以由頭頂到腳心，更可以是每一處內臟器官。專注於那塊鮮奶油帶來的溫暖與滋潤，彷彿真的嚐到了，唇齒之間湧現滿足之感……

它有一個名字，叫做「軟酥之法」。

這名字出自於白隱慧鶴，他是日本江戶時代臨濟宗的禪師。白隱禪師年輕時身體出現問題，他創出「軟酥之法」，救治過許多人。

生病的時日，這套「軟酥之法」對我幫助很大。無論下一步等著自己的是什麼，針頭、手術刀，或者是醫師宣讀檢驗結果，想像奶油澆淋而下，讓我全身放鬆。這個方法陪伴我度過許多艱難時刻。

之前人生中，我偶爾需要上臺，望見底下許多隻眼睛，心裡怯場，加上深怕出錯，我用過另一種放鬆方法。

我想像自己是一隻舊襪子，舊到沒有一點張力。譬如說，把自己想成耶誕節墜掛在壁爐上的襪子，又大又軟，任何東西都可以丟進去。

專注於自己是一隻舊襪子，心情立即鬆下來。

試試看吧，若您在繃緊神經的時刻，演講或演奏之前，或者坐在等待面試的椅子上，等待無論是好消息或壞消息，試想自己是隻舊襪子；或者，如果您像我這樣喜歡甜點，試試上面說的「軟酥之法」。專注於想像那澆淋而下的鮮奶油。閉上眼睛，自身彷彿在鮮奶油裡融化開來。

「軟酥之法」推薦給您，健康的日子揣在口袋裡，以備不時之需。

自己的提籃

《神話》書中，坎伯引作家喬艾斯的提問：「生命值得缺席

嗎？」答案顯然是：生命不值得缺席。

為什麼？因為是自身這一世的體驗。

活著的每一個分秒，包括病痛時刻，生命經驗都在繼續開展。它的意義比我們所感知到的，深得多也廣得多。

病了，當作一個觸機，體驗在生命彎折處出現。生活步調慢下來，才明白之前心情有多麼亂。思緒紛紛亂，在腦袋裡比來比去，拿自己跟別人比較、自己跟自己比較，其實是習慣了比較，習慣以外界眼光評價自己。

因為生病，外界的標準遠了，心思集中於內在的體驗。

翻開讀過的書，心理學家榮格亦曾描述這種心情：

「我很早就有這樣的體會，對於生活的各種問題以及複雜性，要是從內心得不到答案，那麼它們最終只能具有極小的意義。……因此，我的一生外在事件堪稱貧乏，對於它們我沒有多少話可以說……我只能夠根據內心發生的事情理解自己。」

榮格很長壽，活到八十六歲。他的漫長人生跨足各個文化領域，遇見各種精彩人物，包括權貴、公卿、藝術家以及頂尖的學者。然而，看遍這一切的他卻說自己外在事件貧乏，只能夠根據內心發生的事情理解自我。

暮年的榮格又說：「我一生中大部分外在事件已經從我腦海裡消失……我無法追憶起來，也沒有重新追憶的願望，因為它們已經不能夠再激起我的想像了。另一方面，我對內心體驗的回憶卻愈來愈生動、豐富、多彩……」

其實，我們一般人也一樣，浮面的事物飛快從頭腦裡消失，觸動內心的記憶才值得珍藏，記得的是那些瞬間，包括言談中出現異采、頭腦與頭腦碰撞時產生的火花……

這些意義上，對於我，罹病尤其是個分水嶺。

之前常在忙別的，總有一件忙不完的瑣事。某些時刻，我在無趣的話題裡頻頻點頭，重複一些人云亦云的看法；某些時候我勉強赴約，告訴自己那是不得不去的活動，我打起精神，表現得興致勃勃，輕易騙過許多人，不知不覺，似乎也瞞騙過自己。

病後，收束起瑣碎的念頭。看清楚自己的念頭紛雜又散亂，是不是偏離了心的方向？

帶著這樣的覺知，提醒自己不紛雜、不散亂，而一顆心處在正常狀態，依照宗薩欽哲的說法，就是「智慧」。

宗薩的說法一向平易，「智慧」不是什麼大字眼，回歸正常而已。

宗薩舉的例子也很平常，宗薩引聖者薩惹哈所說的：「我們就如同泥濘的池塘，滿是淤泥。」宗薩接著說，面對這灘泥水，不要攪拌，不要動它，就有機會回到正常的狀態。

泥濘的池塘，那就是我們每個人的現況。心裡輪轉著焦慮、

希望、恐懼、昏沉等情緒，如同泥濘的池塘正在冒泡。看清楚心裡是一灘泥水，卻不去胡亂攪拌，泥濘的池塘自然會回歸清明。

通常，人們做的不是等池塘回到正常狀態，而是急於找一樣外在東西當作湯匙，將池塘的水攪得更加混濁。

對生病的人，禮物在路上，其中一件珍貴的禮物就是平常心。病了，一切回到平常心，恰恰符合宗薩所說的正常。

以切近患者的語言來說，罹患過重症的人都盼望著有療癒的可能。至於什麼是

「療癒」？什麼是英文裡的 **healing**？《好走》由 **healing** 的字根找源頭，意思是恢復完整的過程。《好走》書中定義的「療癒」，就是恢復每個人原有的完整性，「心智與心靈在圓滿漫溢的時刻復歸平衡的現象」。

復歸平衡，就是正常，就是平常心。

病來了，以平常心看待病情的另一種方法，乃是想像人人眼前都有個提籃，提籃裡裝著這一生會碰到的事。有容易的也有艱難的，所謂的好事與壞事，包括順運、衰運、霉運等等，屬於自己的已經裝在提籃裡，無法推拒也無法逃避。

接受整個提籃，記得，它是屬於自己的籃子，卻不是由人揀擇的一個籃子。提籃裡裝的是分派給自己的，不多也不少、不太輕也不太重，怎麼面對、怎麼承受、怎麼處理這個籃子，恰恰是這一生需要學習的功課。拎起自己的提籃，以感恩的心接受它，便會發現它的份量竟然剛剛好，「生命總是給我們剛剛好的老師」。

上面這句出自《Everyday Zen》，整段文字是：「生命總是給我們剛剛好的老師，包括每一隻蚊子、每一位主管、每一次大塞車、每一處紅綠燈路口，包括不幸、病症、快樂、或是沮喪……每一個片刻都是老師。」

每一個時刻都是老師。

病了，生命走到彎折之處，原是最佳的受教時機。

聽見罹癌的壞消息，剛開始不免大吃一驚，繼而會發現，瑣事從身邊迅速消失，珍惜的是某些事對自己的內在關連。此時環顧一生，更發現生命意義不在歲數長短，而在於真心體驗的某些「間隙」。若是細細體察，那些「間隙」如同摺扇，可以開展、可以無限延伸。至短的一瞬間，與無垠、無限皆可以連繫在一起。

榮格的人生提供同樣的證悟。到暮年，他益發向內尋求，介意的不再是膚淺、破碎、喧囂、躁動的外在世界。

而病後的我，我在向內尋求的這個間隙，所謂「我」，「我」在哪裡？

說話的，是「我」？疼痛的，是「我」？寫這本書的，是「我」？或許這個「我」最想要表達的，其實是與內在啟示相

合一的體驗，以榮格的語言，那是：「我讓感動我的神靈，大聲說出祂的話。」

置身於大自然的「我」，面對浩瀚發出一聲驚呼的「我」，以什麼名字稱呼心裡虔敬的對象？用怎麼樣的語言形容這深刻的經驗或許並不重要，而重要的是，在那瞬間，感悟到本身何其渺小，雖然每個人的生命經驗渺小、片面、短暫，但它是整體的一部分，想著那個整體，或稱為神性的「祂」，而這無以名之的「祂」，遠比用任何方法能夠表達的更為深邃、寬廣、浩瀚。

恰恰因為自己渺小，才有機會感知到浩瀚；恰恰因為生病，禍福相倚，才收到這個提籃的禮物。

以上，是不是矛盾的反語？

反語像是「腦筋急轉彎」，思索片刻，原來的邏輯顛倒過來，事情不是原先以為的那樣。譬如叔本華說的那句：「為瞭解人生有多麼短暫，一個人必須走過漫長的人生道路。」又譬如，畢卡索的名言：「經過這麼長的年月，才終於變得年輕。」

恰恰由於生病，人生遇到險阻，才有機會讓歲月逆行。一個大逆轉……回到孩子拎起一籃禮物的快樂心情。

後記

下一刻，不知道怎麼樣，大概是罹患過重症的人共同的心情。

在下一刻到來之前，坦承吧，我頭腦一模一樣，還是堅持要被閱讀這件事娛樂。然而，書市上那些 **How to** 開頭的自救手冊，針對疾病、食療、穴位、練氣……書名就講明白了它的實際功能，題旨太清楚，對於我反而效果不彰。

就好像我家書架上那本《小說藥方》，副題是「人生疑難雜症文學指南」(An A-Z of Literary Remedies)，由 A 到 Z，都有藥方？關於「雞蛋沾到領帶上」、「討厭自己的鼻子」，或者「找不到一杯好咖啡」這類「小」問題，《小說藥方》書裡對症下藥，或有解法，似乎很難幫助我這樣突然罹病的人。

於是從心底發願，自己寫一本，牽連著安慰過我的許多書，希望它做為藥方，對陷入困厄的讀者有幫助。

幫助讀者？只是發心，徹頭徹尾是個奢念。唯一可以自圓其說的是，我努力讓這本書保有閱讀的樂趣。書後的注釋是來源、是索引，也是參照體系，列舉出的書單只是開端，讀者有興趣自行延伸，它可以成為閱讀網絡。閱讀對於我，它的特質在以心傳心，石頭丟進池水，在讀者心裡擴成漣漪，每個人升起專屬於自身的感悟。

這段時間，常常提醒自己，我有的，只是間隙，始終只是間隙。

在間隙中，看到這本書漸漸現出形狀，就這樣一日一日，這本書終於完稿。下一個浪潮撲過來之前，我由衷想要分享，超乎自己能力地……想要分享。這份心意，雖然逾越了作者能力，應該可以得到讀者的寬諒。

三、《以我為器·不是旅行》/ 李欣倫 / 木馬文化

范丹柏在《病床邊的溫柔》中，描述一位父親生病時的感受，他從日常生活中缺席，整個世界僅剩下躺臥的床，當他將腳擱在地板上時，彷彿進入了「愛麗絲夢遊的渺茫之境」，而摸著牆走到洗手間則是「一段崎嶇又不太真實的遠行」。范丹柏在文中多次以旅行、遠行形容生病樣態，對一向生活在健康世界 遂已無知覺的人來說，生病所開啟的種種確然是一趟行旅，未知之境。龔卓軍 在讀詹納的《醫院裡的哲學家》時，則仿若翻開《憂鬱的熱帶》，醫院中裡富戲劇性的醫病關係，則如李維史陀冒險地踏進危險之域。同樣提到《憂鬱的熱帶》的還有賴香吟的《其後》。

我在大學開設的「醫療文學與生命敘事」中，提供幾個同樣提到疾病和旅行的文本，和同學們一起思考：旅行和疾病兩種狀態如何能並置？前者是走向渺漠無垠的天地，輕盈而能動感高的身體感，即便是涉入危境的探險，你可以察覺到皮膚上突起一粒粒混合著興奮、快感和恐懼的顆粒，血液急速沸湧。但疾病很顯然是哪裡都去不了，身體被囚在一個狹小的空間，甚至縮限在床之孤島，被囚的不僅是身，所有感官甚而因此遲滯沉寂，幾乎不能動彈，怎能與旅行相提並論？就時間感受亦然，旅行的移動讓人感覺時光飛逝，而躺在床上則度日如年，兩者相差甚遠，如何能並置？

《病床邊的溫柔》裡的敘事者以冷靜的態度，旁觀並細審病中每一件物事，讓物件煥出哲思之靈光，但又不失詼諧幽默，能將生病看作旅行，自是一種涉入危域、驗證諸種苦痛之輪廓、深度的淡然恬定，自是一種超越。我問學生午後的陽光正薄薄地映在他們健康的膚色上，將他們青春的毛髮、毛孔包裹起來，那毫不在乎的神態正是健康的最佳詮釋——生病、住院會是旅行嗎？

一位男生被拱上台講述自己打籃球扭傷腳的經驗，受傷前兩天，從宿舍的書桌走到洗手間確實是艱難的旅程。另一位女孩子則因車禍休學半年，她陳述昏迷後醒來，發現下體插著的導尿管讓她疼痛不已，想要活動腳趾卻毫無知

覺，護士將她側抱到另一張床上，她驚慌地看著護士（「為什麼會有護士？我 在哪裡？」）和母親（母親想必也同樣倉惶不安），不知自身究竟發生什麼事，只能失神般地低喃「這是夢嗎？」這樣事後想來頗像肥皂劇台詞的話語，「這是夢嗎？」低喃漸漸變成了混雜著憤怒的控訴，她哭著問頻頻拭淚的母親，說到這裡的她也在講台上激動哭了，「媽媽請快告訴我這是夢啊！」

台下的幾位同學也紅了眼眶、鼻頭。在她還麥克風給我的空檔，台下擤鼻涕聲此起彼落。這畢竟不是范丹柏筆下「愛麗絲夢

遊的渺茫之境」：沒有樹洞、沒有兔子、沒有微笑的貓、沒有忽大忽小的身體，只有從日常中突然斷裂、像無預警被拔掉插頭般的癱瘓失能，而他們以為青春無敵，健康永恆。

休息十分鐘。一位女同學寒著一張臉來找我。她要回宿舍拿抗焦慮的藥。方才同學的分享，讓她憶及了那段在醫院度過躁鬱症的日子：窒息、不堪回首、完全盼不到希望的日日夜夜。我讓她回去拿藥。「妳就留在宿舍裡休息，下一堂不來也沒關係。」我悄悄對她說。

想起女兒燙傷五個鐘頭後所進行的清創手術。第一次手術（那時當然不知道還會再一次）結束後，被推到恢復室的女兒緩緩睜開雙眼，邊哭邊嚎叫，我被那哭聲所刺傷，只能無助的安撫她，沒事，媽媽在這裡，沒事。當然不可能沒事，至少在哀傷時刻，我們都再也回不到過去：從此她的雙腿帶傷留疤，而我的擔憂與恐懼遂有了新的源頭。當時女兒頻頻搔抓下體，過了半晌我才從她的尖聲嚎叫中依稀辨明她要表達的是「我想尿尿」，原是方才插入的導尿管讓她害怕且極度不舒服，想排便的她頻頻掙扎著要下床，當時距離她成功戒尿布才三個月吧，但她已無法在床上如廁，即使導尿管可以協助她排尿。

她說不清楚，那時她的語言能力，仍遠遠落後於模糊但已然建立起的自尊；那乎「我」成為個體的能力。她害怕尿在床上弄髒床單（不會的寶貝），她害怕侵入式的導尿管（沒事的寶貝），她害怕此起彼落非日常的聲音：機械聲、努力清出痰的隆隆聲、雜沓腳步聲，連盡可能口吻親切的護士趨近來量體溫，對她來說都再無法負荷。我們都急著回家，這陌生而錯亂的一切令母女倆驚嚇，我多想從醫護人員的口中聽到：別擔心，住個一、兩天就可以回家。但沒有。護士客氣而親切地說「等會兒醫生會跟您解釋。」然而醫生什麼都沒提到，他溫和謹慎的選了一個模糊且想像空間大的詞彙：「我們會進一步再觀察。」沒有說你們可以回家，並沒有。這不是旅行。（媽媽請快告訴我這是夢啊。）

SY 在電話中記下護士交代應帶來的物品，像是孩子的衣物、拖鞋等，不安的我又多加了一些物品，結果大多數都被要求鎖在更衣室的櫃子裡，禁止攜入加護病房，除非經護士之手，由他們消毒後送來。近乎失眠的我在病房熬過一夜，SY 來輪班，要我回家洗澡休息，「帶點能讓妳放鬆的東西來。」他說。當我返家回到臥室，看到床上整齊疊放著事發早晨換下來的睡衣，以及女兒粉紅色的睡衣，睡衣上的小貓仍帶著天真的慵懶，讓我突如其來暈眩（這是夢嗎？）。我不知道那包裹她小小身體的睡衣，原來

同時守護著安適的日常：平穩的心跳和呼吸聲，稚嫩的臉龐，還有一一想到這裡我總被尖銳的刺痛所截穿——那平滑潔整的皮膚。被隨意脫下來、無加思索便摺疊起來的睡衣；或者說整張床都被一種無知的暖意所包覆，它們不知那天我們經歷的是什麼：熱水接觸後迅速向外擴張、捲曲、發紅的皮膚，表皮像終於揭開真相般的向外褪去、剝落。剪開的衣服，黏附在衣服上的皮膚，恐懼再不能恐懼的眼神。

襲擊我的不僅這些。明知女兒接下來都要穿醫院發予的衣服，我不需打開衣櫃但我還是開了，更多衣服和褲子整齊排列，以初春和盛夏的顏色精準的刺向我。我無法不想：如果昨天我給她穿長褲受傷面積會不會縮小一些？為什麼我給她穿那件極短的短褲而暴露出無辜的大腿？雖然大部分都是二手衣，但穿在女兒身上就形成了另一層皮膚，戳記了她的名和體溫，也造集了我的記憶：這件是第一次帶她去花蓮時穿的；那件衣領的污漬是她兩歲生日吃義大利麵所留下的；還有這件紅色衣服是一歲時她的最愛，那時的小女生偏愛紅色，什麼都要求顯眼的紅，一種看來就是被過度寵愛的顏色。每回小旅行前，尤其是北上回娘家小住幾天，常煩惱該準備哪件而該捨棄哪件，以應付變化不定的天氣——一直到現在才發現天氣其實不是最該被擔心的，無常的事永遠無可預料，妳簡直毫無防備——冬天要準備睡袍，兩個孩子的睡袍就佔了行李箱的大部分空間，而女兒有時會在一旁或附和或抗議，只要不是紅色就不讓我帶，甚至調皮地將摺好的衣服扔出去。母女倆整理行囊時小而甜蜜的紛爭、妥協、無傷大雅的使壞報復，現竟讓我無法呼吸。

我要打包的不是這些，這不是旅行。現下這只會不斷的粉碎我，以那無知又美好的過往擊垮我。最後我只匆匆摺了幾件給自己穿的棉 T 恤、寬鬆薄長褲、夾腳拖鞋——過去我曾這樣穿著行過加爾各答、墾丁的街道，走在五光十色的夜市裡，讓斑斕的俗世燈火照亮我的臉。那時的我帶著青春的盛氣與傲慢，以曬黑的皮膚和過早的世故遊走不同城市，學瑜珈和禪坐，鍛鍊身心，我幾乎認定自己強壯極了，已能抵禦種種傷心與冷漠，幾乎刀槍不入。現在才知道，那是因為沒有孩子而自己仍是個孩子的緣故。

走進書房，書架上千百本書在敞亮的書房，穩妥的待在自身荒謬與哀艷的故事裡，如同衣櫃那些無辜的彩衣，此刻各自以其嶄新或泛黃、銳利的扉頁或糊軟的摺頁攻擊我最最脆弱，再也不是歲月靜好，再不是驚心動魄，即使是最幽默或最幽微的敘事再無法牽動我毫毛。最終僅取下《普門品》、《藥師經》和女兒喜歡聆聽的 CD，撇下以前陪伴我在許多旅途中的《道德經》、《惶然

錄》、《微物之神》等書——往昔我在行李箱和書架前駐足良久，斟酌到斤斤計較的地步，該帶哪本足以搭配旅次的風景、心情，厚薄適中不佔空間卻又能反覆品讀低迴；但又不喧賓奪主，讓我只想賴在旅店讀書——毅然關上房門像是與天真的舊日告別。儀式像旅行，但心境再不是旅行，我將赤手空拳去搏鬥刺擊，挑戰即便是杜子春也無法超勝的；那因孩子而強悍卻又要命的因孩子而脆弱至極的心。

這不是旅行，至少在被太劇烈發燙的苦痛迎面痛擊的當下，我不會同意這是旅行，沒有嫩綠色的期待和興奮，沒有因打包而來的無關痛癢的評估與割捨，沒有將分分秒秒定格於鏡頭中的慾望，沒有無意義但多麼歡快的對時間的虛擲、對細節的苛刻。在目睹女兒燙傷；在水龍頭下拼命沖冷水的整個過程，我身處地獄。先是腦袋一片空白，無法思考，眼前發黑，雙腳無力且全身細細顫抖，我被推入一個可怕的深淵。無常是生命中極大的斷裂，破裂的傷口原來潛伏於看似完好清潔的日常之下，我以為知道所謂的無常，那常在新聞裡出現的恐懼眼神，但當它真正來襲，我才知道毫無準備。簡直就是赤裸的行走於在危機四伏之境。

前往醫院的路上，不禁想及西西在《哀悼乳房》裡，描寫進醫院時考慮該帶何書的段落，《罪與罰》太重了，想帶《美麗新世界》，但因郝胥黎的妻子死於乳腺癌而作罷，最後竟挑選了更厚重但「輕鬆愉快」的《巨人傳》，還在文中比較不同譯本的優劣。初讀《哀悼乳房》時，我將「譯本」看作西西隱藏的關鍵字，用來對應之後她對於「身體譯本」的思考，當時我將此書當成偵探小說來讀，其中有太多與經典的對話和互文，有太多作家設下的線索，循著她或明或暗的指示，我在她者之病痛肉身中遊走。那年我二十二歲吧，戴著草帽坐在校園樹蔭下的長椅，邊舔香草冰淇淋邊讀此書，野心勃勃地拆解每一個模糊的意象，將書中大量的文本縫綴成串，裝飾我渴盼雄辯的青春盛氣。現在想來，書中的明快與幽默分明哀傷，無怪乎鄭樹森將之視為「哀傷三部曲」之一；但卻也出奇勇悍，能將照射線前畫在身上的線條視為米羅畫作，如同范丹柏描述將病苦中的行走視為旅行，是強大心靈的具體展現，更是境界。

該帶什麼進醫院，確然是智慧的抉擇。曾在我混亂的腦中閃過《死前活一次》，Walter Schels 為臨終病房的人們攝像，活著一張，死後一張，Beate Lakotta 則以乾淨簡潔的文字訴說這些人的故事，像是守護著脆弱靈魂那般謹慎措詞，保守用字，即使如此我還是邊讀邊流淚，為那樸素卻總為人所忽略的哲理所震懾。讀完一個故事，得先闔上書，起身走走，泡杯濃茶或看看窗外風景——這些日常景致一無所知的表情令人擔憂——才能繼續看

下一篇。這本書中的大部分人對即將要死都沒有心理準備；應該說鮮少人會在活著的時候，意識到必須為死亡準備，其中有久病者，也有人生正得意時被死神宣判，而最令我恐懼的是，那宛如天使的孩子的死亡。

《死前活一次》的封面是亞尼克·伯菲德，四歲時被發現腦中有顆罕見的腫瘤，她的母親絲珂則在四個月後，被診斷出罹患乳腺癌，她的母親希望自己比兒子先死，但在生死競賽之前，沒人說得準也沒人說的算，亞尼克比母親提早離開二十五天，死時才六歲。六歲的死亡臉龐是什麼樣子？朝著同一個方向生長的平順眉毛，微啟的嘴唇，疏淡的雀斑，最令人難以忽視的是那叢的濃密睫毛，守護那雙不會再張開的眼睛。死亡看起來就只是像睡著了，我想，那邊緣彷彿細細發亮的睫毛，會是母親睡前親吻的最愛嗎？（就像我總在兒子睡著後，吻他長而密的睫毛）同樣飽受病苦摧殘的絲珂，可憐的母親，在兒子活著的時候已經不想親近他，無法握住兒子的手對他說話。「她做不到。」他的丈夫說，但絲珂卻在兒子喪禮那天，坐在輪椅上直盯著墓穴看，甚至還仔細看親友們送來的花圈。可憐的絲珂。

另一個被摧殘的母親還有法卡梅·哈卡米，她的其中一個雙胞胎女兒艾米拉，十七個月就死了，同樣是腦袋中長了一個大腫瘤，幾乎佔了頭顱的三分之一，最後甚至佔滿整個頭部，擴增的腫塊甚至將孩子的左眼球頂了出來。從照片還可以看得見，無法閉起的雙眼，好像還渴望探索世界。作者對於這個陪伴女兒臨終的、發狂的母親如是描述：「有時候她真想喊出來，但是她不能。」這本書在我極度混亂的時候閃現於腦際，但我沒有帶，不是因為太厚，而是我沒準備好。在女兒出院後半年的某一天，我在沒有防備下翻閱了這本書——我以為我已然痊癒，但並沒有一——當我看到艾米拉死後所拍攝的照片時，我無法順利呼吸，胸口脹痛，那張黑白照靜默的宣告了一個事實：妳以為死亡離得很遠很遠了，但其實它一直都在，它近到就在妳的書架上，距離妳眠息的床、吃著早餐的桌子不過一個房間的距離。即使我很努力的選了蘋果木色澤的書架；又即使我將牆壁漆成春天的顏色，它始終棲息在那兒，等候著。

我一向喜歡讀與生死相關的書，有的是宗教、哲學對生死的辯論，大多則是反覆琢磨死亡輪廓的散文小說。也許正因如此，很容易將死亡隨意掛在嘴上，若無其事地寫下來——像是「人終歸一死」這種老掉牙的套語——現在想來那是因為死亡於我像是神祕、尚未被命名的星子，遙遠煥發著模糊的紫色光霧，但女兒受傷讓我看到其實我害怕死亡、害怕失去，害怕愛別離。我一點都不勇敢，對失去的恐懼壓迫我的神經和眼球，這時大抵甚麼

也看不下了，任何奇情、古怪、荒誕的情節再也無法令我震驚、發笑或背脊發涼，以前總令我咀嚼再三、反覆推敲甚至讚嘆到想要抄寫起來的發亮文句，現在只會令我不安而多疑，彷彿那些故事和情節裡隱藏著不祥的預示、太過精準的警告，真真切切就是人生的範本。不，那不只是模擬出來的範本，那扭曲得無以復加且令人無法逼視的，就是真實的人生。

後來我帶的其實是更關涉生死的《藥師經》，過去我並不這麼認為，但多次靜心讀誦，發現那是拋進茫茫生死大海的繩索，在旋繞的經文與看似神話的風景中，自是讓我焦灼而恐懼的心靜息了下來。我跟隨藥師琉璃光如來的悲願，跟隨著無量無邊有情，跋涉至身心全無逼惱、全身通透瑩澈之境，那應許之清涼地，發光地，燄慧地。那輝煌的世界於我誦唸的過程中，於眼前，被聲線迅速建構起來：精緻微妙的建築，城池，樹林，那是另一個世界，我唯一的旅行。是的，在皮膚被藥水味緊緊覆蓋，耳蝸被機械聲、咳嗽聲、雜沓腳步聲全面攻佔的時刻，而我被突然的憂傷、過多的自責、難以抵擋的憤怒所主宰的時日，依循經文念誦聲，遂是拋擲於現世的繩索，我攀爬而上，短暫的，渴切的，從病房切出來的一個時空，在那裡，我暫別醫院裡的痛苦與眼淚，腿上有傷的女兒以及她的困惑和嚎泣。那是我唯一的遠行，即使我幾乎離不開病床，我曾跟隨經文穿梭了那樣的世界。像一場旅行。（這是夢嗎？）

女兒住院兩週後返家，我將她從車上抱下，再抱上嬰兒推車（推車下塞滿了從醫院帶回的家當）我推著女兒，先生一手牽著兒子，一手拉著行李箱。我們的模樣大抵像極了從旅途歸返之人，於是許久沒見到的管理員和大樓問：「出國去玩啊？」無人知曉這是歷劫歸來，兩次手術，許多眼淚，幾多難眠的夜。從大廳滑進中庭，仰望著尋常的九月夜空——天知道多久沒仰望天空。這段乏善可陳的路；這段走了多少次而完全沒有一次心思放在當下的路，這段回家的路，與全家人一起步行的這段路，原是稀有難得；該說能這樣無意識擺動雙腿——至少女兒暫時無法做到——雙腿上有衣料覆蓋，棉、麻或聚脂纖維經緯密密交織成新的皮膚，隨著腳步緩緩擺動，這些不經意的守護原來正如日月輪。我放聲大哭。

回到家，趁我整理行李箱的空隙，女兒從推車上起身，扶著櫃子緩緩前行。躺在病床上超過兩週，她已迫不及待使用她的腳，雖然只勉強前進兩步，但她高聲歡呼：「媽媽你看我又可以走路了。」

我牽著她的手，往前跨。

范丹伯說，這是一段崎嶇又不太真實的遠行。

這不是旅行。這是旅行。