

新生，寄給未來

這是一個仍在嘗試脫胎換骨的故事。

在過去的人生中，我從未想過自己在將來的某一段時間會陷入這種難以言喻的困擾。

儘管目前心理諮商師也沒有寫下診斷結論，但請允許我這麼說，我失去了愛自己的能力。

我的情緒出走了，剩下只有默然的空殼，所有的事情都沒有顏色。有趣的是，對那時的我說，這種「不正常」在我的眼裡並非「不正常」，所以我依舊會日復一日地處理學業，在大家眼裡我依然還是可靠的學姐和瘋癲的朋友。只是自己不再為每日天空變換的朝夕而感到心臟怦然跳動，頂多在深夜經過路燈下時，從頭上細密的葉簇間窺探到月亮，然後匆匆掠過。

那時候心裡最深處總是迴盪令人討厭的聲音，拔尖的破鑼嗓子不停不停敲擊：「你不正常、不正常。」我會想像到自己伸出右手扼住他的脖頸，叫他閉嘴。那尖嗓子通常會安靜一陣子，然後再繼續鬼哭神號。一來往去下，我開始習慣他的存在，以及他變本加厲的哭喪。破鑼嗓子老是會在我一人獨處的時候出沒，伴隨著北管樂音吹拉彈唱地鑽進我的空間，像判官似高歌細數我的錯誤，一點兒也不客觀地拋下判木牒，用著最刺耳的言語鞭撻：「事情怎麼會變成這樣呢？這全部都是你的錯。」

「是的，這都是你的錯，」有其他聲音蚊蚋般附和著：「如果沒有你就好，你應該消

失在這個世界上。」

於是我才意識到事情不對勁，但是太晚太晚了，他們共生在我的靈魂裡面，根深蒂固地，沒日沒夜地哭著。

好想逃，好想逃到沒人的地方。好想死，好想永絕後患。

我開始不喜歡在人多的地方待著，那些因為快樂而彎折的嘴角和眼眸會扎在我的喉嚨上，明明雙腳踏在水泥地面，卻總像有水摀著耳朵、淹滿喉管。我聽得到窸窣窸窣的說話聲，但是他們都叫我快跑：「跑啊，跑到大海找不到的地方。」

笑聲太刺眼了，像灼燒似火辣辣的；眼淚太燙了，密密麻麻燒過我的呼吸道直奔心臟。所以我跑啊跑，跑到遠方小木屋裡面，踩過吱呀的木板，還有沙漏滾石砸在地上的倒數聲，我將在中間永遠沉睡。令人慶幸的是，我的睡眠品質異於常人地良好，實屬是沾上枕頭便能一覺無夢到天亮。這或許是一件好事，清醒的折磨太過難熬，所以我選擇兩眼一閉昏睡過去。就這樣睡吧，在我的小木屋裡。屋外花香棲息在綠植上，生根的植物去追尋雨水和陽光，攀附著天空發芽。我在慢慢爛掉。

我思忖著，雖然現在我應該不能算是個身心健康的正常人，但我還是努力扮演著普通學生，並處理本分所該負責的事務，然後在所有人都看不到的角落蜷著，像土塊裡的蝨蟲。獨自一人的時候，我會躺在友人送的大鯊魚抱枕上，或像蝦米似將下巴擱在雙膝上蜷縮著，一個勁地流眼淚。總覺得哭出聲的模樣看起來不是很美觀，所以喜歡就這麼

默默地當一朵安靜的水龍頭。至少未來的某一天被別人意外撞見時，他會告訴大家看到有位美人垂淚。為此，我常常認為自己只是故作姿態地挽影自憐，假裝自己是電視劇中的主角，連每個角度的眼淚都是再三琢磨的視角。就這樣一邊舔著傷口，一邊刨開正在汨汨滲血的傷痕，這種靈肉的割裂感像是要把我撕成兩半。

「為什麼我會這樣？」坐在諮商師面前的我問他。

我一直都不敢看著他的眼睛，那汪水潭太過平靜，我沒辦法直視他的雙眼說話。他沉默一會兒，溫玉般的嗓音緩緩流淌：「這不是假裝，你真正感覺到難受，並為此痛苦著。」

當下我沒有說話，只是將目光從我那繞成麻花磨蹭的雙手緩緩挪到他的身上，然後停在眼前白色袍子上。

常言道生命會自己找到出路。仁慈的上帝關上一道門，會記得留下一扇窗。現在想一想，祂老人家留給我的可能是一牆落地窗。譬如說我的朋友們，他們有著迥異的過往，五光十色的經歷，儘管他們互相不大熟悉，但是每個人都致力於想盡千方百計改善我的情緒。我由衷地感謝他們，在我每次沉在海底吶喊的時候，潛入深海，硬生生地將繩索塞進我的手心。我的朋友啊，不厭其煩、一次又一次地將被同樣階梯絆倒的我扶起，然後轉頭問道要不要吃冰淇淋，如此生硬地轉移話題和神奇的腦迴路時常把我弄得無語凝

噎。很拙劣的演技，但是我很喜歡。他們好像小動物一樣，可以隔著手機螢幕敏銳地察覺到我的情緒，然後做出不同的對應方法：有的像貓兒似，平時大逆不道語出驚人、脾性高傲地踉上天，但是只要一發現不對勁，就會搖晃小小的貓耳朵，用毛茸茸的尾巴纏上我的手臂，安靜地窩在身旁；有些像傻樂又護主的小狗，天天雷打不動問候有沒有乖乖吃飯，喜滋滋的把臉懟到我眼前，甩著尾巴繞圈圈。在聽到我不開心的時候會無差別言語攻擊所有讓我難受的事情，罵罵咧咧問天問地，然後再眼巴巴說：「那要不還是先吃個飯吧？」

有的像童話裡象徵智慧的貓頭鷹，用客觀和他個人主觀的角度剖析我的情緒，引經據典分析有道，在他長達一小時以上的長篇大論中，我甚至會忘記最初是因為什麼而難過。另外，貓頭鷹朋友會在我自暴自棄的時候罵我，並且恨不得從螢幕裡鑽出來把我揍得滿地找牙：「我不允許我的任何朋友被詆毀，就算是他自己也不可以。」

我的朋友啊，他們不懈努力地想把我帶出小木屋，再指著外邊漫天的繁花和熱鬧的街巷，樂呵呵笑著：「看，是不是很漂亮。」

我沒有告訴家人，儘管他們好像從一些枝末細節察覺到大事不妙，但是他們沒有拉著我刨根問底，而是在我從學校回到家的假期裡，騰出更多的時間和我待在一塊兒。一邊絮絮叨叨碎念：「怎麼又瘦了，是不是都沒有好好吃飯？」一邊在我面前擺上一道又一道熱騰騰的拿手料理。

摸著良心說，曾經我也想離開這個世界。可是你們知道嗎？家人藏在眼底下最深邃的擔憂，還有那些老換著戲法的朋友，讓我覺得這個沒有色彩世界，好像還是有那麼一點點可取之處。所以我聽他們的話，開始去和諮商師聊天；我聽諮商師的話，嘗試走出被反鎖的小木屋。我像是那種又窮又傻的二流外科醫師，連麻醉藥都用不起，只能笨拙地、一針一線地縫織傷口。那針扎進皮膚的時候很痛，所以偶爾還是會覺得乾脆一了百了吧，可轉念想到那些在意我的人們，又會再默默爬起來繼續縫縫補補。我知道這道疤痕會永遠存在，正如同那幢將要被我的稀碎的小木屋。因為建築的痕跡是無法被遺忘的，為此，我想可以換一種方式，比如坐在那殘垣上，耍著我的繡花針看藍調的夕陽，聽風捲起所有斑駁樹影，帶走悶熱躁鬱的夏日。

這個世界依然糟透了，但是我知道，我的家人會悄悄打開房門，躡手躡腳地在書桌擺上剛切完的果盤；我的朋友們會拉著我的耳朵堅定地說：「我從來不覺得你很糟糕。」

「看到你就覺得很耀眼，所以不想要這樣的光芒熄滅。」我知道滿地玻璃渣裡藏著很多糖糕，而我願意在渣滓碎片裡東翻西找。

是的，我仍舊會多次、反覆、間歇性地質疑這個世界，它依然會巍峨且壯麗的在我眼前盛開，然後在大海灌入耳鼻、我深陷窒息的每個瞬間，告訴我：「只要活下去，這便是你每一次新生。」