

## 《最小的那一個》

馬拉松的起點總是擁擠的。身邊的人擠著往前，倒數聲、歡呼聲、呼吸聲混雜成一種躁動，我抬頭望向那條長長的賽道，知道自己要跑很久、很遠，甚至在出發前，我就已經做好準備——在這段路上，沒有人會替我撐傘。

我想起了另一段更漫長的路——我生命中的童年。那是一場沒有終點的賽跑，身後不是掌聲，而是日復一日的斥責。

我一直是家中最小的那一個。

「最小」意味著退讓、沉默，意味著任何爭吵都必須先低頭，意味著挨罵時沒有辯解的資格。小時候的我，每天都要聽上好幾遍的責備，理由可以很簡單——吃太慢、跑太慢、比賽沒得第一、球打得不好，罵聲像潮水，一波又一波，淹沒了我所有想說的話。那時我常常想：我是被愛的嗎？還是只是家裡洩氣的出口？

從小，我就聽見家裡充滿爭吵。爸媽為了錢吵架的聲音，像陰影一樣籠罩著我的童年。那時我問哥哥：「他們會不會離婚？」哥哥只是笑笑，沒有正面回答。那笑容卻讓我感受到更深的孤單與無助。後來，姊姊輕描淡寫地說：「不合適就離婚啊。」我心裡震動著，想像著如果真的有一天他們分開了，我那原本渴望被愛的小小心靈，會不會就此破碎？那種失去依靠的恐懼，直到現在仍深

深烙印在我心底。

長大後，我依然是家中最底層的存在。

在姊姊考試的時候，全家靜得像寺廟；輪到我準備考試，家裡卻依舊吵鬧不休。即使不是我的錯，也能找到理由罵我，而我開始覺得——家不是避風港，而是囚牢，別人說話可以被傾聽，我的聲音卻永遠飄在半空中，被忽視、被打斷。

但我有一個秘密樂園——跑步。

從幼兒園開始，我就用跑步追著爸爸的腳踏車，推著哥哥的腳踏車，從不覺得累。小學時，我進了羽球校隊，跑步總是最快，教練笑稱我「沒心臟」才可以練完體能還臉不紅氣不喘，那好像是上天給我身體的獨特禮物。

每一次的路跑比賽，我都拼盡全力，與此同時也害怕自己達不到別人的期待。家人最常跟我說的話就是：「沒拿第一就別回家。」雖然是玩笑，我卻在心底無法釋懷，第一次沒得第一名的失落，像刀割般深刻，我常想：為什麼我一定要拿第一？我只是個沒有專業訓練的小學生，為什麼失敗就不被允許？努力的背後，沒有人看到我流汗、掙扎、受傷，只看到了結果，得到獎金每次被要求請客，我想為自己留一點，卻被說成小氣，獲得的獎杯與獎牌也只是家人去跟別人炫耀的工具，並沒有人真正因為我獲得名次而為我開心，這份壓力大到

曾讓我差點放棄，甚至懷疑努力的意義。

直到有一次路跑，當時的我身高只能碰到大人胸口的位置，槍聲剛落，我還沒完全起跑，就被旁邊急著想贏的大人推倒在地，趴著的幾秒內，周圍人腳步聲密集，我以為我會被踩死，幸運的是，我並沒有被踩扁，反而有了起身的空間，跑起來才發現膝蓋磨破一個洞，膝蓋流著血，痛得幾乎讓我想放棄，鮮血隨著汗水浸濕了襪子，但我咬緊牙關，帶著這道傷痕繼續跑，步伐雖然小到別人的一步是我的兩步，但我努力追趕並沒有放棄，一個又一個地超越前方的人，一步又一步，終於抵達折返點，那一刻，一輛腳踏車的騎士跟著我，告訴我，我已經是當前第一名，驚訝與不敢相信交織，我感受到那一瞬間所有的痛苦都化成了力量。

比賽結束後，我的名字出現在了新聞報導上，那是我第一次看到自己的名字被大眾記錄。從那時起，我偶爾會上網搜尋自己的名字，看著那張有點笨拙但充滿驕傲的照片，心裡湧上一股難以言喻的自豪感，也同時提醒我：即使身處逆境，我依然可以創造屬於自己的光芒。

跑步，風吹過我的臉，陽光灑在跑道上。

我開始學會傾聽自己心跳的聲音，感受腳步踏在土地上的回響。跑步不只是成績，也不僅是比賽而已，它是我與自己對話的橋梁，是我從黑暗走向光明

的力量。

俗話說，生命就像一場馬拉松，我再同意不過了，因為我已經在用我的生命實現這句話。

別人可以阻擋我的腳步，但無法決定我前進的方向，即使今天我仍會被責備、忽視，我也學會接納那個曾受傷的自己，勇敢面對過去的陰影。

當我再度站在起點，望向那條漫長的路，我想對過去那個最小的我說：「沒關係，這次，我會自己跑完。」