



吞噬心靈的怪獸

林明慧 文

一年365天
一天24小時
分分秒秒
大腦不願停歇
住在裡面的 是怪獸
牠 猖狂大笑
想吞噬 想毀滅
軀殼的主人

閉上雙眼 萬籟俱寂
悲劇上演 在我眼前
鬼哭神嚎 震耳欲聾
頭痛欲裂 無藥可救
睜開雙眼 淚已滿面
打開雙唇 出口的是
沒人聽見的吶喊

陽光絢爛 四射漫漫
卻射不進
裂縫中的陰暗

雙眼看見的是彩色
心臟感受到的是鐵灰
面具上的笑容是暖鵝黃
手腕上淡淡的是淺咖啡

純白的洋裝 不容許一點污痕
角落的書桌 不容許一粒灰塵
筆直的書本 不容許一絲傾斜
整整齊齊 乾乾淨淨
才能獲得

牠搶去的 公平輕

牠爬過的 一刀半靜

提起勇氣 走出房門
檢查背包 第19次
洗淨雙手 第23次
關門鎖門 第31次
確認完畢 7小時過去

一股衝動
想剖開腦袋 叫牠滾蛋
高舉起刀子 懦弱跑來搗蛋

這是秘密 猙獰而血腥
血流成河 流過軀殼
一次又一次 渴望被發現
一次又一次 希望被吹滅

日昇日落 在血中沐浴
日復一日 生活是煉獄

比誰都嚮往死亡
卻奮力追尋明日的太陽

狂風暴雨 雷雨交加
仍願相信
雨過天晴 終會來臨

創作理念

強迫症是一種精神上的失調，患者會陷入一連串周而復始的負面想像，即使知道這些想像是不会發生也無意義的，仍無法擺脫。他們會不斷重複一樣的行為來舒緩內心的焦慮，可能還會產生幻聽或幻覺，嚴重時會摧毀他們的生活甚至生命。強迫症這個詞彙對患者們來說是沉重且痛苦的秘密，卻時常淪為人們嘲諷間的玩笑話。想讓大家體會他們崩潰、無助的心境，故創作此詩。詩中出現的數字皆為質數，想展現他們內心的孤寂，期許大家能給予他們多一點關懷與溫暖。

(縮圖來源 / [Pixabay](#))





記者 林明蕙



編輯 徐仟妤