



關於那些終於懂的

2011-10-16 記者 陳燕珩 文



最近越來越覺得，每個人都會設計出一套只適用於己的生活公式。每天平衡在那個範圍裡，嘗試著不脫序、不背離原則、不受外在影響。我的生活其實也是如此，儘管規則不明，但大致分得出什麼是安定，什麼是不對勁。

察覺「不對勁」，通常是直接了當的感受；但探究「不對勁的原因」，老實說並不容易。人在成長的過程中，視野會開闊，層次會提升，但同時也會丟掉很多珍貴的能力。看的人多了，接觸的世界複雜了，讓我能有更敏銳的觀察力，分辨那些人情世故中的潛規則。於是漸漸的，我愈來愈能夠在短暫的瞬間發現有些東西變了，可是再也無法靜下來去釐清那些變質的原因。



生活中雜揉了各種可能的因素，是變質？還是原本就存在的樣貌呢？（圖片來源／Google）

關於日記

前陣子搬家把囤積已久的雜物都處理掉了，唯一留下的是國中的聯絡簿。留下來的目的不是為了懷舊，只是在反覆翻閱的過程裡，突然找到停下來的原因。

以前每天都要在聯絡簿上寫一篇小日記，我通常會留到睡覺前一刻才完成，當作一天的結束。就像小朋友會在日曆本上畫笑臉或哭臉一樣，踏實地用文字記錄每天的生活，不管是單純的敘事，或是突如其來的感慨，其實都是一種小幸福。並不是說我們一定得為每一天都下個結論，才叫真正生活著；而是用點心思讓這些片段留下實質的痕跡，很讓人安心。

於是，我每天總是超過規定字數，寫得欲罷不能。那時候對我而言，品嚐生活中的小細節，是一件簡單的事，也能夠輕易從平凡的日子中得到很多「感覺」。我會利用放學一個人走路回家的時間，整理一天下來的感受，不是刻意細數，而是自然而然地跟自己對話，最後就算不能獲得什麼，也至少能留下什麼。那時候我的世界又平靜又渺小，沒有外在刺激，沒有劇烈變動，在固定的活動範圍裡度過每一天，但那卻是最貼近自我的時候。

關於變動

同樣是回家的路上，我變成在青春牢籠裡翻滾的高二生，悠閒的散步時光變成四十六站漫長的公車煉獄，「轟轟烈烈地把靈魂榨乾」是那時候的生活哲學。我習慣性看著鏡面反射的自己，然後發現眼睛裡再也透不出光芒了，也許當時可以叛逆地把責任歸咎於那片爛玻璃，但是我沒有。因為終於清楚知道，我已經徹底失去跟自己對話的能力了。

這好像是一件嚴重的事情，如果一個人連跟自己都懶得說話，那每天這樣生活著是為了誰呢？第

媒體歷屆廣告

推薦文章

- 變化自如 幕後的聲音演員
- 那些年 爸爸與芭樂的回憶

- 關余膚色 我想說的事

總編輯的話 / 郭穎慈



本期共有十九篇稿件。頭題〈夢想配方 攝影甜點與咖啡〉忠實刻劃一位科技新貴勇敢出走，開設一間攝影風格咖啡廳的歷程和堅持。

本期頭題王 / 洪詩宸



嗨，我是詩宸。雖然個子很小，但是很好動，常常靜不下來。興趣是看各式各樣的小說，和拿著相機四處拍，四處旅行。喜歡用相機紀錄下感動，或值得紀念的人事物。覺得不論是風景還是人物，每個快門的...

本期疾速王 / 吳建勳



大家好，我是吳建勳，淡水人，喜歡看電影、聽音樂跟拍照，嚮往無憂無慮的生活。

本期熱門排行



夢想配方 攝影甜點與咖啡
洪詩宸 / 人物



橙色的季節 唯美「柿」界
陳思寧 / 照片故事



老驥伏櫪 馬躍八方
許翔 / 人物



追本溯源 探究大地之聲
劉雨婕 / 人物



變化自如 幕後的聲音演員
張婷芳 / 人物

一次有那麼強烈的落差感，覺得整理自己的情緒變得好艱難。我仍然用我既有的文筆應付學校的
作文考試，我仍然在網誌上打一些言不由衷的場面話，但是再也沒勇氣好好寫日記。說也實在，
連講話都懶了，提什麼筆呢？

一天還是二十四小時，但與自己相處的時間微乎其微。我必須面對逐漸失去秩序的生活節奏，必
須處理那段青春時期複雜的心理變化，偶爾還夾雜著少年必備的諸多煩惱。很多明確的感受變得
抽象，再也找不到貼切的語句去梳理那些情緒，我無能為力，只能讓那些不斷浮現的感覺憑空消
失，不管是好是壞，都假裝一切沒有發生過，假裝我的生活沒有失控。

簡單來說，那時候我喪失了從自己生活中挖掘美好的能力，只能藉由外在的刺激，也許是一張CD
、一本書、一齣劇，透過別人的眼中去感受美好，那事實上還是吸引人的，卻不是第一手的。很
多次想為那段莫名其妙的時期做個歸結，或是想再次陷入其中，抽絲剝繭地探究一番，可是總會
在觸及到的那一刻退縮。好像愈是靜下心來仔細釐清，就愈得面對我已改變的現實。所以直到現
在，我的記憶資料庫裡，仍然只給它一個籠統的概稱：「一段確實活著但沒有好好生活的日子。
」

關於彩虹哲學

又過了好幾年，我好像漸漸回到自己認可的樣子，隱約地平衡那段脫軌的狀態。我一直在想，如
果人可以選擇撇開最不喜歡自己的那段時期，那麼整個人生經由結算後的平均值會怎麼改變呢？

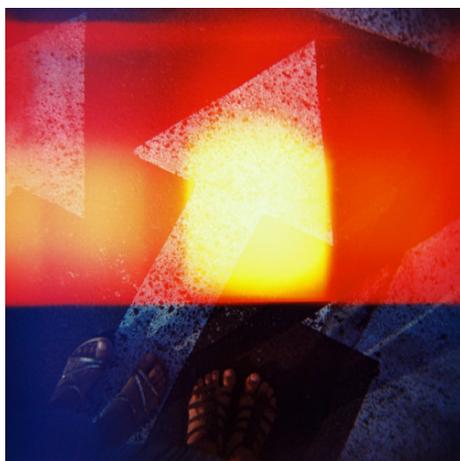
現在我才了解，探究這個是沒有意義的。

許多人也許都有過這種想法：「我想回到那個時候的我，我想回到最原本的自己。」但是真的有所謂原本的自己嗎？人總是習慣為自己的生命歷程做分割，國中的、高中的、青春的、這十年的，我們在這些流動的時光中取得分節點，捨去當中枝微末節的片段，只用一個概括的印象去標籤它。然後在這些串連起來的時間軸中，連接出高低起伏的曲線，最後免不了讓自己在那些變與不變之間苦苦掙扎。我們總是習慣迫使自己變動，卻又不堪承受變動的後果。其實那些我們自以為背離原始的自己，以為不堪回首的、極力想抹去的、不願面對的，也都還是你、還是我啊。

陳綺貞在訪談中曾說：「很多人會問我最喜歡哪一張專輯、哪一首歌，但這就好像你問彩虹最喜歡它身上的哪一個顏色一樣。」把這個簡單的彩虹哲學類比到人生，一切就變得容易理解了。每個人都會有想要抽離的回憶，也會有最痛恨自己的時候，巴不得把這些難以承受的重量一概消除，讓自己更接近完美。但彩虹之所以是彩虹，正是因為這七種要素同時存在。如果為我的人生抹去了最慘澹的顏色，那麼我還會是我嗎？

終於可以放下執著了。每個時期的自己，都是當下最真實的樣子，不管事後回頭為它下了多少評斷，也無論是懷念還是悔不當初，它就是成長的必需，也是構成自我的過程中，缺一不可的部分。我還是持續在變動中，偶爾也還是會感到徬徨，但我已經可以坦然正視當下「不對勁」的自己了。

關於那些我終於懂的，就是可以在不同階段中，學習跟每個不一樣的自己獨處，其實也挺浪漫的！



難免有汗點，難免很礙眼，但如果仍然看得見方向，

為什麼要停下腳步呢？（圖片來源／Google）



老驥伏櫪 馬躍八方

獲得世界象棋聯合會認證的特級國際大師馬仲威，他下棋的心路歷程，與對臺灣棋界整體環境的看法。

恐怖情人 當深愛變成殺害



近年來，情殺案件頻傳的現象，來自於社交媒介轉換、媒體的連鎖效應及教育體制的根源，情感問題是大眾關注且必須學習的議題。

▲TOP

關於略報 聯絡我們

© 2007-2014 國立交通大學 傳播與科技學系 All Rights Reserved.

Powered by  DODO v4.0