

法鼓文理學院生命教育

碩士學位學程碩士論文

失與尋：

一位「結龜」小孩的生命敘事研究

Lost and found :

A narrative study of an “awkward” boy

指導教授：丁興祥 博士

蕭麗芬 博士

研究生：丁俊吉 撰

中華民國 113 年 06 月



DILA

法鼓文理學院

Dharma Drum Institute of Liberal Arts

# 法鼓文理學院碩博士論文授權書

中華民國110年10月13日110學年度第2次教研會議修正通過

中華民國112年05月03日111學年度第6次教研會議修正通過

- 立書人（即論文作者）：丁俊吉（下稱本人） 學號：M107226
- 授權標的：本人於法鼓文理學院（下稱學校）112 學年度第 二 學期

生命教育碩士學位學程（學系、碩士學位學程）取得  碩士 之  學位論文  
 博士  專業實務報告

論文題目：失與尋：一位「結龜」小孩的生命敘事研究

指導教授：丁興祥教授、蕭麗芬助理教授

（下稱本著作，本著作並包含論文全部、摘要、目錄、圖檔、影音以及相關書面報告、技術報告或專業實務報告等，以下同）

緣依據學位授予法等相關法令，對於本著作及其電子檔，學校圖書館得依法進行保存等利用，而國家圖書館則得依法進行保存、以紙本或讀取設備於館內提供公眾閱覽等利用。此外，為促進學術研究及傳播，本人在此並進一步同意授權學校、國家圖書館、資料庫廠商等對本著作進行以下各點所定之利用：

## 一. 對於學校之授權部分：

本人  同意  不同意（請勾選其一）授權學校，無償、不限期間與次數重製本著作並得為教育、科學及研究等非營利用途之利用，其包括得將本著作之電子檔收錄於數位資料庫，並透過自有或委託代管之伺服器、網路系統或網際網路向  學校校園內  校外位於全球使用之使用者（請勾選，可複選）公開傳輸，以供該使用者為非營利目的之檢索、閱覽、下載及/或列印。

## 二. 對於國家圖書館之授權部分：

本人  同意  不同意（請勾選其一）授權國家圖書館，無償、不限期間與次數重製本著作並得為教育、科學及研究等非營利用途之利用，其包括得將本著作之電子檔收錄於數位資料庫，並透過自有或委託代管之伺服器、網路系統或網際網路向館內及館外位於全球之使用者公開傳輸，以供使用者為非營利目的之檢索、閱覽、下載及/或列印。

## 三. 對於資料庫廠商之授權部分：

本人  同意  不同意（請勾選其一）由學校將本著作有（無）償授權資料庫廠商（下稱該資料庫廠商或該廠商）進行以下範圍之利用：

（一）該資料庫廠商得將本著作重製收錄於其所建置營運之特定數位資料庫（下稱該資料庫），並透過網際網路向全球訂購該資料庫之使用者公開傳輸，以供該使用者為非營利目的之檢索、閱覽、下載及/或列印。

（二）該資料庫廠商不得再轉授權第三人將本著作重製收錄於其他資料庫或進行其他營利或非

營利利用。但於台灣以外之海外地區，該廠商得委託當地之代理商或經銷商代為處理當地使用者訂購該資料庫事宜。

(三) 若該合作以有償方式進行，則資料庫廠商因本點授權利用本著作所取得之收益，應依該廠商與學校授權契約支付本人合理權利金，支付標準由學校為本人利益而全權與該廠商議定。本人同意，上開權利金(以下請勾選其一)：

由資料廠商批次轉與學校，作為校務發展基金。

應給付本人，並由該廠商直接通知本人領取，且聯絡資料倘有不全、錯誤或異動而未書面通知，導致權利金無法給付，或收到廠商通知未回覆者，於次年3月31日後，自動將此筆款項由資料廠商批次轉與學校，作為校務發展基金。

(四) 本人保有隨時終止本點授權之權利，並於本人向學校辦理完成終止授權相關程序後，由學校通知該廠商將本著作自該廠商資料庫中刪除且不得再為其他形式之利用。但終止前已完成訂購之使用者，則視該使用者之訂購條件，由學校與廠商協商其提供及刪除時間。

四. 本授權書第一點至第三點所定授權，均為非專屬且非獨家授權之約定，本人仍得自行或授權任何第三人利用本著作。

五. 本授權書第一點至第三點所定授權對象，依各該點授權利用本著作時，均應尊重本人著作人格權及權利管理電子資訊等相關權利，不得以任何方式省略、增修或變更本人署名、本著作名稱、本著作內容及相關資料(包括本人原記載取得學位論文之學校全銜、書目等詮釋資料等)。第三點所定資料庫廠商亦應要求其代理商或經銷商遵守。

六. 依本授權書第一點至第三點將本著作透過網際網路對外公開之時間(請勾選)：

於本授權書簽署日，均立即對外公開。

本人要求本著作應自民國\_\_年\_\_月\_\_日起始得對外公開，故因本授權書第一點至第三點所定授權而發生得透過網際網路對校外、館外或對資料庫使用者之公開傳輸部分，亦應自該日起始生效力。

七. 本授權書第一點至第三點分別所定各該授權對象，均應各自遵守其授權範圍及相關約定。如有違反，由該違反之行為人自行承擔一切法律責任。

八. 本人擔保本著作為本人創作而無侵害他人著作權或其他權利。如有違反，本人願意自行承擔一切法律責任。

九. 個人資料利用同意條款：本人同意，學校及國家圖書館為本授權書所定各授權事項目的範圍內(但勾選「不同意」者除外)得蒐集、處理及利用本人所提供之個人資料，學校並可將該等個人資料提供給包括國家圖書館及資料庫廠商在內之相關第三人在同一目的範圍內處理及利用。

研究生簽名：丁俊吉 民國： 113 年 08 月 03 日

授權書2面，需雙面列印並親筆簽屬3份。請於送繳紙本論文時一同繳至圖書資訊館辦理離校手續。

法鼓文理學院生命教育碩士學位學程

研究生學位論文口試委員會審定書

112學年度第2學期

研究生：丁俊吉

題目：(中文) 失與尋：一位「結龜」小孩的生命敘事研究

(英文) Lost and found : A narrative study of an  
“awkward” boy

業經本委員會審議通過

學位論文口試委員會委員

賴詔妘  
釋果腔

丁崇輝  
蕭麗芬

指導教授

丁崇輝 蕭麗芬

學程主任

楊蓁

中華民國 113 年 6 月 29 日

## 摘要

本文參考McAdams的個人敘事法爬梳著跟媽媽的衝突，拼湊彷彿失憶般的破碎記憶，整理出「對輪迴的執著」、「童年往事」、「妹妹」以及「家庭農場」四條故事脈絡，再透過「聽」跟「說」及第三者聲音，產生如Goodson所說敘說交會等，各種互為主體的轉化。

由於小時候的遭遇、「結龜」的情結以及對犧牲、助人的有限理解，導致25歲時用盡最後一絲心力而崩潰，也是本文研究動機——敘事殘骸。於是開始了「自發性敘事」，同時有放下一切去重整自己與認識世界的契機，十多年的流浪尋覓，巧遇法鼓山學習禪修……到運用敘事方法。最終同理了自己四大心結三大魔的「結龜」、家族結構位置、自我確定、重大事件盲點、助人初心，以及每個人都活在歷史積澱中。

——一路走來彷彿是——趟失去與尋回的旅程，充滿狂亂與安定、完整與破碎、愛與恨……並存，最後走向融合和解歷程，允許並接受一切可能，進而體悟——平凡活著即是自助助人。

關鍵字：敘事殘骸、死亡、個人敘事、家庭農場、情結

## ABSTRACT

This paper references McAdams's personal narrative method to explore the conflict with the author's mother, piecing together the fragmented memories that seem almost like amnesia. The narrative unfolds through four main storylines: "Obsession with Reincarnation," "Childhood Episodes," "Younger Sister," and "Family Farm." By incorporating elements through the acts of "listening," "speaking," and third-party voices, the narrative undergoes various forms of intersubjectivity transformation, reflecting the concept of narrative encounter as described by Goodson.

As a child, due to experiences, his "awkward" complex and a limited understanding of sacrifice and helping others. That culminated in a breakdown at the age of 25, using up the last bit of emotional strength. This breakdown served as the motivation for the study—referred to as "narrative wreckage"—and dived into the beginning of "spontaneous narration." In addition, this provided an opportunity to let go of everything, reorganize himself, and rediscover the world. Over a decade of wandering and soul-searching, the author encountered Dharma Drum Mountain learned meditation... and applied narrative methods. Eventually, the author empathizes with his "awkward" tied to four core complex and three major inner demons, his role within the family structure, self-identity, blind spots in significant events, the initial intention to help others, and everyone's life in "historical accumulation".

The journey seems like a path of loss and rediscovery, filled with madness and calm, holistic and fragmentation, love and hate... all coexisting. It ultimately leads to a process of integration and reconciliation, allowing and accepting all possibilities, and realizing that simply living an ordinary life is itself a form of self-help and helping others.

Keyword : narrative wreckage 、 death 、 personal narrative 、 family farm 、 complex

## 目錄

摘要	i
ABSTRACT	ii
圖目錄	v
第一章 緒論	1
第一節 序曲	1
第二節 我是誰：結龜	3
第二章 研究方法	7
第一節 研究動機	7
第二節 研究方法	11
第三節 研究資料收集及步驟	16
第三章 國境之西	19
第一節 新台西風雲：家庭農場	20
第二節 羅密歐茱麗葉	23
第三節 關鍵事件	27
第四章 失	31
第一節 媽媽不要哭：結龜原型	31
第二節 割肉餵鷹：對輪迴的執著	34
第三節 幸福感	37
第四節 顧人怨：妹妹	49
第五節 痞子：童年往事	52

第六節	遺忘	-----	57
第七節	詮釋與反思	-----	62
第五章	崩	-----	77
第一節	裝瘋賣傻	-----	77
第二節	置我於死地	-----	80
第三節	楚門世界	-----	85
第四節	絲盡淚乾	-----	100
第五節	詮釋與反思	-----	107
第六章	尋	-----	119
第一節	顛沛流離	-----	119
第二節	我是誰	-----	131
第三節	他是誰：同理及行動	-----	144
第七章	研究結果與反思	-----	181
第一節	人生是一場場體驗：這個	-----	181
第二節	歷史是一層層積澱：那個	-----	187
第三節	結語	-----	205
參考文獻		-----	210
附錄		-----	214
表一、簡略家系表		-----	214
表二、生命事件年表		-----	215
10個人眼中的我		-----	216

## 圖目錄

圖一、敘說學習的螺旋過程	12
圖二、新興海埔地承購戶抽籤（示意照片）	22
圖三、媽媽不要哭	31
圖四、修道人	34
圖五、遊戲	44
圖六、顧人怨	49
圖七、陪伴	52
圖八、失憶	57
圖九、外公	90
圖十、青春	100
圖十一、同學的祝福	106
圖十二、吉光片羽	130
圖十三、擁抱&信物	155

# 第一章 緒論

## 第一節 序曲

### 壹. 好奇心的誕生<sup>1</sup>——乾卦

「那個是什麼？是天花板！這裡是哪裡？好像是房間，好暗喔！我怎麼在這裡醒來？怎麼都沒有人？好安靜！咦，這個是什麼？」

這是所有記憶裡面最早的記憶，非常單純，是關於我在搖籃裡醒來的片段：我忽然醒了，眼前一片漆黑，旁邊沒有人，我沒有哭、也沒害怕，倒是有絲孤單及好奇心：「那個是什麼？」、「這個是什麼？」

我原本想去家裡附近的一間診所，查詢我被玩伴反鎖在門外，手敲破窗戶流血的事，卻查到3歲腳掌骨折的病歷紀錄。這個有記憶以來的疤痕，背後又有什麼故事，如果一個小孩腳掌骨折，很可能會把他放在搖籃裡養傷防止亂跑，可能就是這個記憶，現在至少知道是3歲受傷的。

若真是如此就可以解釋「媽媽不要哭」那幕的猜測：「當時家裡的環境，曾祖母、爺爺、叔叔、姑姑都還在家時候，家裡處於各種動盪、爸媽剛結婚的糾紛、忙著工作賺錢種種混亂，以至於沒太多時間而疏於照顧小孩<sup>2</sup>。我才會在蓋新房子的時候受傷，才會有後來媽媽好幾次把我叫過去，近距離跟我說了

---

<sup>1</sup> 借用《成為我自己》書裡「同理心的誕生」句型，致敬歐文亞隆。鄧伯宸（譯）（2018）。成為我自己（歐文亞隆 Irvin D. Yalom）。台北：心靈工坊。（2017）。頁30。

<sup>2</sup> 依此推測，跟我各差一歲的姊姊、妹妹處在差不多的背景，就可以解釋我們三個都有類似狀況，跟主要照顧者沒有建立較好的「情感紐帶」依附關係。

很多沈重的話那一幕——媽媽或許是帶著愧疚的心情來關心我？」

「那個是什麼？」、「這個是什麼？」又是什麼意思呢？「那個」就是我張開眼睛，看到一片黑暗沒有人的房間——「外在世界」；而看到外在世界的同時，我也看到「這個」東西，正在看外在世界——「我」，更精準的講就是「意識」。當我整理到我有對於「這是怎樣的世界？」、「我是誰？」的好奇心時，驚覺跟其他幾個記憶非常類似，也發現我其實有很強的好奇心。而這兩個命題很可能就如翁開城老師所說，是「人生第一個卦象」，似乎也預示著跟本論文，或我要探討的生命問題？

貳. 可以跟你做朋友嗎？

小四左右的夢：「一開始爸爸在書房教我寫名字，之後爸爸去廁所留我一人在房間，當我學會寫名字後，開心地跑去找爸爸，到了廁所看到爸爸，我忽然轉頭看向浴室，卻又看到另一個爸爸。我嚇了一跳：『怎麼有兩個爸爸！』這時第一個爸爸隨即現出鬼怪的原型，『原來這個爸爸是鬼怪變的！』我沒命似地拔腿就跑。一路從廚房、走廊、客廳跑進對面死巷子！鬼怪也一路從後面緊追過來，恐懼隨之不斷蔓延，『被抓到的話必死無疑！』差不多快到盡頭時，恐懼也佔滿了全身，整個人當機。說也奇怪，當恐懼到達頂點那一刻竟忽然消失，接著而來的是一片祥和、寧靜並帶點愉悅感，我轉頭問：『可以跟你做朋友嗎？』」<sup>3</sup>

這個故事如果撇除可能感知到，爸爸罹患思覺失調症外，還有我「面對死亡」的議題，我對死亡的恐懼哪裡來的？為什麼將死之前最後一刻我會愉悅地轉身跟鬼怪做朋友呢？

<sup>3</sup> 有趣的是，這故事跟〈禪門第一課〉的封面故事有異曲同工之妙。引自（聖嚴法師（2007）。禪門第一課。臺北市：法鼓文化。封面頁。）

## 第二節 我是誰：結龜

小時候我常處於一種封閉扭捏的狀態，大人都會說我在「結龜」！<sup>4</sup>而我的名字「吉」，跟「結」的台語發音一樣，所以當我鬧彆扭的時候，媽媽就會說「你就是叫俊吉才會結龜！」堂弟也常說我「真是一個乖僻人……」之前也沒想到小時候的狀態會是主題，當我第一次在論文小組分享童年經驗時，忽然脫口而出「小時後大人常說我結龜」，大家也很好奇「結龜」是什麼？大概類似「糾結、鬧彆扭、賭氣」的含義，但我的感受還有「混亂、堵住、憋屈、不被理解、不自在、講不出表達的話」，再加上後續的遭遇。

### 壹. 名詞釋義

我取跟「結龜」意思最相似的「彆扭」，搜尋「教育部臺灣閩南語常用詞辭典網站」<sup>5</sup>，有4筆釋義如下：

- 一. 激氣：嘔氣、賭氣。雙方面彼此因意見不合而鬧彆扭、懷恨在心，採取不合作的態度或故意為難對方。
- 二. 龜龜驚驚：形容個性彆扭，不乾不脆。形容人神神祕祕、遮遮掩掩，好像有不可告人的事的樣子。
- 三. 乖：形容懂事、順從。彆扭、性情怪異。
- 四. 對拈：與人作對、唱反調。

### 貳. 結龜

<sup>4</sup> 台語：一種性情的形容詞，也是小時候家人常常對我的評價。

<sup>5</sup> 選取「用華語查全文」類型收尋教育部臺灣閩南語常用詞辭典網站。取自<https://sutian.moe.edu.tw/zh-hant/>。

小三開始，因為我會打妹妹而被媽媽處罰，跟媽媽關係開始生變，加上有一次陪朋友去遊樂場後，幾乎是三天小打、五天大打，身上腳上都是衣架的「模印」，只要我去學校就會非常自卑、扭捏、躲藏，尤其夏天藏不住時，整個人就「結龜」混身不對勁。其實更早前就有這些感受跟狀態，但小三前我的生活基本沒什麼衝突，所以也沒機會展露。

我「開始會打罵妹妹」之後，媽媽又像「媽媽不要哭」那幕一樣，會訓斥或命令我，媽媽每次都不會先溝通而是直接毒打，我感覺都被打的莫名其妙，所以並不是我「不聽話或忤逆媽媽」<sup>6</sup>。而當我無法達到要求或不被理解時，就全身不自在、無所適從、不知道如何表達、扭曲痛苦，只覺得自己不夠乖、不夠壓抑、做錯事了，但卻不知道錯在哪裡？要修改什麼？當媽媽又一再進逼時，我就受不了開始甩手剝腳、扭腰擺頭、皺眉悶叫、哭不出來、講不出話，處於「結龜」狀態。

D 因為一些事情發生而自然出現的情緒，稱為「初級情緒」(primary emotion)，也就是上面的A。而當我們不允許自己有這些初級情緒，或者試圖壓抑之後而衍生的情緒，稱為「次級情緒」(secondary emotion)，……初級情緒亦稱為「乾淨的情緒」(clean emotion)，因為它們的出現是原始且自然的。次級情緒則稱為「髒髒的情緒」(dirty emotion)，因為它們的出現往往會把原始情緒弄得更混亂、更複雜。……因為壓抑而出現的次級情緒常常喧賓奪主，遮蔽了初級情緒。兩種情緒全部攪在一起，讓我們更難捕捉到原本可以處理的初級情緒。<sup>7</sup>

<sup>6</sup> 本段「開始會打罵妹妹」跟「不聽話或忤逆媽媽」，這兩句話分別寫在不同的文本，在做總整理時發現這兩句話互相矛盾，但後來發現其實並不矛盾，因為線索就藏在矛盾裡。

<sup>7</sup> 蘇益賢（2018）。練習不壓抑。台北：時報文化。頁85-86。

於是我更加封閉，只要稍微打開心門、放鬆，就會反射性制約不自在，必須百分百聽從權威（媽媽），有一絲自己想法都覺得罪惡！在被毒打最嚴重那次除了習得無助外，更被威脅不可以哭、不可以有感覺跟表達，讓已經壓抑的個性更加斷裂。一、兩年後爸爸打媽媽時，就像是我被訓練完，緊接著出現一個題目考我，看我有沒有學好壓抑技能，在「目睹家暴」這一題我一定考得很好，「沒有讓媽媽失望」，照媽媽的訓練教誨「不能哭！再哭！就再打！」把悲痛、驚恐、絕望、無助、傷心……通通壓得很好沒有表現出來，不但沒哭鬧、也沒情緒反應，連記憶也沒有……

之後歷經「媽媽不要哭」、我打妹妹、被妹妹誣陷、陪朋友去遊樂場被毒打、目睹家暴、跟姊姊漢賊不兩立、高中的塵封歲月……緊接著以裝瘋賣傻的姿態回來，於是大家大概認為我是在賭氣。另外還有像一些奇怪小行為，像是躲在衣櫥很久、早上醒來躲在棉被裡不出來、當選主席哭出來、在超市遇到同學一直躲避、躲後院一塊小畸零地……。總覺得外面的人跟世界對我不友善，或自己有很多窘迫、委屈，無法感受自己也難以跟外界互動的——「結龜」。

在情緒層面，對原始情緒視而不見、想把情緒改成正面的，或用力把情緒從腦中趕走，都注定失敗。因為原始情緒其實是不能控制的，就像被搔癢時叫自己不能有癢的感覺、牙痛時叫自己不要有痛的感覺一般。這是身體預設的提醒，我們只能決定要不要「做出反應」，無法控制要不要「感覺到這些情緒」。努力壓抑後，原始情緒還會引發次級情緒，讓事情更難收拾。<sup>8</sup>

---

<sup>8</sup> 同註7。頁88。



DILA

法鼓文理學院

Dharma Drum Institute of Liberal Arts

## 第二章 研究方法

敘事是驗證和解釋人類行為的一種效果好的隱喻<sup>9</sup>

Sarbin

### 第一節 研究動機

本來我們對於事件的理解，通常都是將事件、人物、計畫、目標、對象、價值、和信念間的潛在連結視為理所當然。面臨喪失依靠經驗時，這個連結間的「元素」消失，例如深愛的人死亡或離開，這整個複雜的結構，記憶、聯想、計畫、希望、和恐懼，伴隨著我們是誰以及我們為什麼在這裡的感覺，就會如玻璃片般碎裂，Frank (1995) 以「敘事殘骸」(narrative wreckage) 一詞隱喻這種經驗。<sup>10</sup>

#### 壹. 人就是故事

從人類有紀錄以來，就在紀錄各式各樣的故事，不管是各個史前文明山洞裡、斷垣殘壁上刻著當時的事跡、或創造的遠古神話故事、或史學家所編攥或真或假的歷史、或想傳遞某種人生智慧的寓言故事。即使現在發生的新聞，到了下一秒或明天，它也變成故事了，甚至我們每天會跟周遭的人，說著各種大小的事情……我們不能否認人一直在說故事，它一直存在那裡。

---

<sup>9</sup> Sarbin (引自鄭劍虹等(譯)(2018)。故事的科學：敘事心理學導論(雅諾什·拉斯洛 János László)。北京：北京師範大學。(2008)。總序，頁1)

<sup>10</sup> 朱儀羚等(譯)(2004)。敘事心理與研究：自我、創傷與意義的建構(克羅斯利 Crossley, Michele L.)。嘉義市：濤石文化。(2000)。頁103。

敘事出現在神話、傳說……、喜劇文學、啞劇、繪畫……彩色玻璃窗、電影、連環畫、新聞、交談等。此外，在這種形式上的多樣性下，敘事出現在每個時代、每個地方和每個社會；敘事與人類歷史一起產生，沒有哪個地方，也沒有哪個人沒有敘事……不考慮文學作品好壞的劃分，敘事是國際性的、超越歷史和文化的；它就在那里，就像生命本身一樣。<sup>11</sup>

(Barthes, 1977)

丁興祥(2020)<sup>12</sup>也指出，一個人可以透過說故事來了解自己、他人以及看待世界的角度，而且故事跟人的日常生活是緊密交纏無法分開的，由此可見故事的重要性。其實仔細觀察也會發現人本來就是活在故事當中的這個事實，不論小至中了統一發票、回家掃地、談一場讓靈魂融化的戀愛，大至開創某支學派、移民地外星系、建立一個國家或組織……。舉凡人類所有活動也無一不是故事，而且人不只活在故事裡也都在敘說著各種故事，因此人才得以被建構出來，被歷史、文化、故事建構。

**Aktinson** (1998) 認為我們每天都在說故事，而說故事是人類溝通的最基本形式，將事件、經驗與感覺說出來的過程中，我們會發現生命中的深層意義。<sup>13</sup>

## 貳. 敘事殘骸

---

<sup>11</sup> Barthes (引自註9。頁2。)

<sup>12</sup> 丁興祥(引自丁奇芳、王勇智等人(譯)(2021)。敘事教育學：生命史取向(Ivor F. Goodson, Scherto R. Gill) 台北市：五南圖書。(2020) 頁9。)

<sup>13</sup> Aktinson (引自李文玫、丁興祥(2008)。剪斷肚臍帶，要做大人樣：一位客家女性生命處境中的「困」與「尋」。應用心理研究，第39期，頁121-164。)

但人為什麼會說故事？而且需要說故事？我在25歲的時候，有一個很大的崩潰經驗，讓我不論在主觀自然產生的動力、或客觀外在的環境，頭腦一直不斷地去回朔拼湊過去的故事，自然地縫補各事件、人物、意義……等元素間的連結，我的敘說是在那次崩潰後自然而然開始的，這也是我最直接純粹的研究動機，自然地組織「為什麼會崩潰？」這件事，所以當我知道有敘事研究方法時，我就知道論文要以此為研究方法。Crossley（2000）指出憂懼（Angst）作為崩潰經驗和情感的特徵：

崩潰經驗時常根本且普遍地存在於每個人的生活中，使其行動出現問題。憂懼的經驗就像一個人面向懸崖而沒有支撐之處，是一種沒有依靠、沒有任何可抓取之物來固定動作時的暈眩感<sup>14</sup>。

一般狀況下人是生活在一個連貫、有秩序的故事，但假如在整個過程中出現了某些斷裂、遺失、或不連貫，人也會有某種迷暈眩感，這個時候人就會自然開始「敘說」把故事線連回來，試著去找出到底是哪個環節出問題？或是找出新的意義、重新創建一個新故事，才得以讓生活繼續發展下去。

在人生的某些時刻，我們可能就會遇到這類創傷事件和經驗，以及伴隨而來的迷失感。然而，如同前面所說的，它們會被標誌為「創傷」，是因為它們與我們每天普遍的真实感並不相同。他們具有穩定的、秩序性的結構特徵，或至少我們總是致力於創造或維持這樣的穩定性。<sup>15</sup>

Crossley（2000）指出心理學上也把敘事當做一種治療方法，將上述的憂懼

---

<sup>14</sup> 同註10。頁102。

<sup>15</sup> 同註10。頁104。

(Angst) 經驗當作一種創傷來治療，使心理疾病患者透過心理治療將破碎的敘事重新修補，以達到實務治療效果。但如上述所提到的，即使沒有經歷 Heidegger 所說憂懼指向的崩潰經驗，只要經歷任何那種斷裂、不連續的暈眩迷失感時，就會產生跟平常生活的連續真實感、穩定性、秩序性完全相反的狀態，於是就會致力於創造維持跟恢復這樣的穩定秩序，敘說就開始了。

所以回到論文本身，與其說崩潰經驗讓我有敘說的自主驅力，不如說在人類 DNA 裡原本就刻著說故事的本能，因為人不可能永遠平順總會發生點什麼。所以正如所有的人類一樣，我開始敘事不但是一種本能，而且在說跟寫的當下同時就是研究動機跟目的，只是經驗使然讓動機更為強烈。所以一連串的問題便開始了，我為什麼會崩潰？要知道為什麼崩潰，就要爬梳為什麼跟媽媽有這麼大的衝突？還有為什麼要裝瘋賣傻？25歲以前我經歷什麼事？……



## 第二節 研究方法

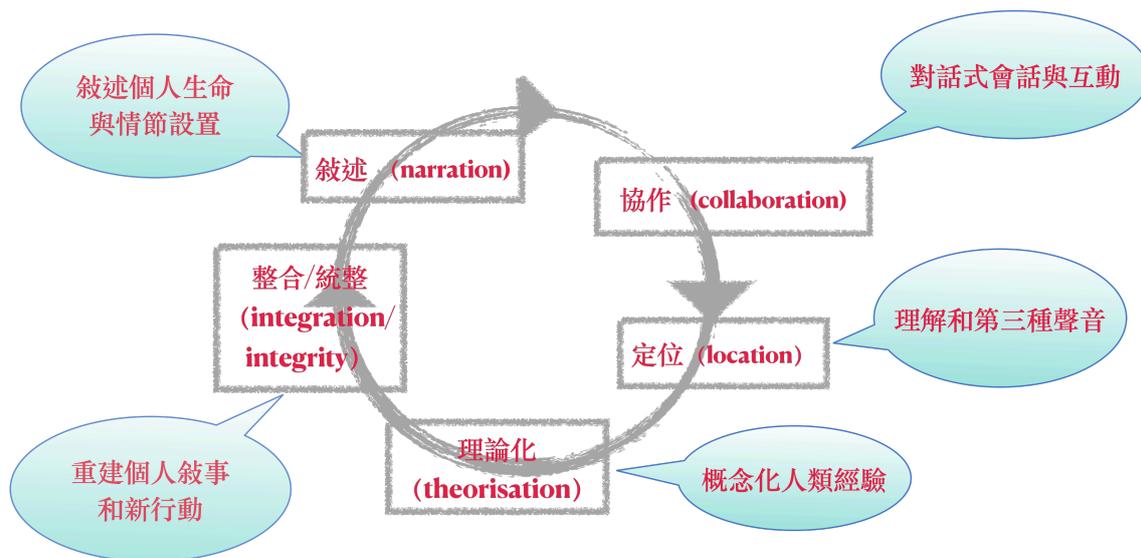
所謂的個人敘事（**Personal Narrative**）其實就是一種故事（**story**）。在這故事中，我們會試著將不同部分的自我整合成一個具有目標與說服力的整體。就像其他的敘事一樣，個人敘事也有開端、中場與結局，有情節發展和人物穿插其中。「透過想像行動，個體將記憶中的過去、當下、與期待的未來都編織在一起」（**McAdams** 1993：12），因此個人敘事表徵了我們透過敘事來組織和建構個人生活的方式。<sup>16</sup>

而敘說除了恢復秩序感，也帶來創造意義、整合轉化、替類似遭遇的人發聲、啟發他人、藉個人故事拼出更大的社會集體故事、以及本節介紹之「敘說交會」……甚至是一種研究方法，等諸多的正向功能。而本論文的研究方法，採用的正是敘事研究法裡的自我敘說（**self-narrative**）研究法，也有其他名稱如：個人敘事（**personal narrative**）、自傳式民族誌（**auto-ethnography**）、自傳（**autobiography**）、自我故事（**self-story**）、個人書寫（**personal writing**）、生命書寫（**life writing**）。

而上一章已經提到「人就是故事」的概念，那故事跟敘事之間又是什麼關係？故事就是敘事嗎？如何把故事變成一種研究方法？本論文主要參考《敘事教育學：生命史取向》（丁奇芳等譯，2021，頁151）一書裡，所提到之「敘說學習的螺旋過程」為本文的核心方法理論及架構。主要是透過第三者聲音，在敘說分享與聆聽回饋，來回對話產生協作（**Collaboration**），進而達到敘說交會（**encounter**）功能。

---

<sup>16</sup> 同註10。頁125。



圖一、敘說學習的螺旋過程<sup>17</sup>

以下即是產生敘說交會之敘說學習的螺旋過程<sup>18</sup>：

### 一. 敘述 (Narration)

Gill (2007b) 認為，故事的分享可以使用創造性的方法，例如圖畫、符號象徵、文章、詩歌、海報等，尤其是在群體環境中分享時，例如在研究進行的焦點團體特別實用。

### 二. 協作 (Collaboration)

在初始共享之後，研究人員和參與者檢查草稿，並提供和接收彼此的反饋。這是一個協作過程，其中針對故事中意義提出問題和挑戰，以便更好地理解之前所述的生命經驗。

### 三. 定位 (Location)

對敘述中意義的協作閱讀和理解過程，可以與協作解釋和分析的過

<sup>17</sup> 同註12。頁151。

<sup>18</sup> 同註12。頁102。

程相結合，在更廣泛的歷史時間和政治背景下，個人故事可以得到更好的定位，甚至形成某種社會和文化實踐。通常，個人故事之間的聯結可以形成更大集體經驗的圖象。

一般敘說都會經過上述三種階段，本文即是筆者不斷透過「敘說、協作、定位」敘說螺旋最終轉化進而實踐、創造新的自己。而Gill甚至再延伸出「理論化」和「導向」兩個階段：

Gill (2007b) 在研究教師撰寫學習歷程傳記時，進一步把「定位」(Location) 的概念作了延伸，他主張作為形成分析和解釋的結果，這些教師在過程中經歷了兩個延伸的階段，包括批判性的自我反思以及引導閱讀和討論相關文獻。這兩個階段是：第四階段「理論化」(theorisation) 和第五階段「導向」(direction)。理論化允許教師從概念的角度理解學習是什麼，以及學習如何在個人的生活中發生。導向則是發生在前四個階段之後，教師有認定的實踐議題或主題時，他們將同時作為研究者和教師兩種身分進行探究。<sup>19</sup>

以下列舉參考此敘說學習螺旋方法，產生敘說交會之研究案例：

金雯煌 (2021) 在其「研究步驟」提到「起始點是創造一個敘事的空間，再經由小組討論與自我反思，生命故事和詮釋被交流、重訪並重構。並且透過了老師的深度傾聽與提問，同學們相互提出不同的見解與意見，而漸漸開展主題性及概念性的理解與洞察……敘說學習可能得以促成轉化，開始過一種審視的生活，一種良善的生活。」<sup>20</sup>

<sup>19</sup> 同註12。頁102。

<sup>20</sup> 金雯煌 (2021) 「結」、「解」與「結」：通過說故事達成自我轉化與生命實踐 (未出版之碩士論文) 法鼓文理學院生命教育碩士學位學程，新北市。頁20。

陳碧桂（2023）在其「研究步驟」也提到「在對話或敘事交換時，敘事交會（**encounter**）存在雙重的解釋過程，也就是對故事及敘事行動的解釋。解釋可以是分析或反思，透過情緒和情感來推動，並且具有改變人的潛能。因此，敘事、傾聽、交會和友誼是敘事教育和學習的基石。研究者透過交會的過程，個人敘事被創造和建構出來，將自我認同一併呈現」。<sup>21</sup>

楊國香（2024）在其「敘說實踐」提到「指導教授每週帶領六、七人輪流主敘個人生命故事，透過彼此同理、反饋、協作的過程，讓主敘者看見不同的視角與詮釋，透過老師指導與同儕不同的觀點，看見主敘者個人忽視的盲點，再度重新反思過去的經驗，修正觀點，重建個人的新思維，透過借作的修正整合，或是更加確認過去的生命經驗，有那些重要的觀點沒被看見的再發現。」<sup>22</sup>

馮淑娟（2024）亦在其「研究步驟」提到「在敘說、協作、定位所構成的迴圈中，透過反思、詮釋，不斷的解構再建構。」及「在自我敘事的實作課堂上及論文團體小組裡，描述圖畫中的記憶景像，進行團體互動敘說，透過老師及小組成員的不斷提問、回饋、分享、討論，做成逐字稿。在團體協作的過程，彷彿進入個人敘事的迷宮中，事件經過對話、質詢、批判和討論的互動交流，對事件產生新的詮釋，逐漸浮現主題性及概念性的理解，故事情節逐漸被釐清、催化文本內容的書寫。」<sup>23</sup>

如本文幾個重點：「什麼是結龜？」、「跟媽媽起衝突的確切時間

---

<sup>21</sup> 陳碧桂（2023）尋回灰燼的溫度：透過自我敘事的探索之旅（未出版之碩士論文）法鼓文理學院生命教育碩士學位學程，新北市。頁13。

<sup>22</sup> 楊國香（2024）翻轉無助：生命轉化之敘事研究（未出版之碩士論文）法鼓文理學院生命教育碩士學位學程，新北市。頁23。

<sup>23</sup> 馮淑娟（2024）黑羊出走記——成為我自己的生命故事轉化之旅（未出版之碩士論文）法鼓文理學院生命教育碩士學位學程，新北市。頁12-13。

點？」、「如果自己死了，有想過媽媽會難過嗎？」、「為什麼想要幫助眾生成佛？」、「為什麼眼裡只有媽媽？」都是分享故事後得到的回饋。一直以來我都以為跟媽媽是大學爆發衝突，其實媽媽對我失去信任的真正時間點，是早在我打妹妹的時候。透過聆聽同學敘說與女兒決絕式分離的痛，讓我多一分對身為母親角色的不捨跟同理，進而增強接受媽媽的意願。被問到：「你要怎麼（具體）守護媽媽？」才把透過分享幸福感來守護身邊的人的想法及作法，釐清並書寫……。這些都是一次次課堂上、小組裡、或私下的聆聽跟敘說的敘說交會。

而除了接收回饋，亦在聆聽他人故事中得到共鳴跟照見並也給予反饋，成為彼此第三者聲音，及互為主體「敘述、協作和定位的敘說學習螺旋」，進而達到更深層的探索、反思、轉化之敘說交會。特別一提的是，所謂的他者，不僅指別於自我的他人，甚至是別於「文本我」、「過去我」的「現在我」，也是廣義他者，因為在每個轉化過後的自我，也扮演著跟文本、過去我對話的第三者，時刻提供轉化後，最新的詮釋觀點與角度；於此，每一秒都可以是嶄新的自己！

## 第三節 研究資料收集及步驟

### 壹. 研究資料收集

本文的研究內容即是上一節Goodson（2020）所提第一階段的敘述（Narration）中，準備分享個人生活中的生命敘事……例如圖畫、符號象徵、文章、詩歌、海報等。而本文研究內容包含圖畫、訪談大綱、錄音檔、跟詩歌四類，因為研究對象是自己，所以訪談大綱及圖畫，也是藉由McAdams設計的七個問題<sup>24</sup>，由我自己回答產生。

#### 一. 圖畫

關鍵生活事件是在敘事實作課堂上畫出，即高峰、低峰經驗……、其他重要記憶等八個部分。

#### 二. 訪談大綱

McAdams所設計的七個問題，分別是：生活章節、關鍵生活事件、重要他人、未來藍圖、壓力難題、意識形態、生活主題等。其中關鍵生活事件再細分：高峰經驗、低峰經驗、轉淚點、最早記憶、兒時、青少年、成年重要記憶、其他重要記憶等八個部分，每一部分寫出一至兩、三個記憶，但因為是半結構的訪談大綱，並非完全照上述書寫，可依實際狀況增減。

#### 三. 錄音檔

在課堂、論文小組或私下在研究小間，看著圖畫說出當時的「主觀經驗感受」，再將錄音檔謄寫為逐字稿，以期還原最純粹直接的故事，散見於文內

---

<sup>24</sup> 同註10。頁130-136。

「爸爸發病打媽媽」、「道場經歷」、「各篇日記」……等皆是。

#### 四. 詩歌

主要寫於章節首段，用以隱喻或感悟之短詩。

### 貳. 研究步驟

為了避免敘說淪為自說自話或葬身文字墳場，如果要把說故事當成一種研究方法，就必須有一個敘說團體以及步驟來進行，本文的寫成即是依Crossley (2000) 參考McAdams理論所研擬的六個分析步驟<sup>25</sup>：

#### 一. 閱讀與熟悉 (reading and familiarizing)

#### 二. 找出待探尋的重要概念 (identifying important concepts to look for)

也就是後面的第三、四步驟。

#### 三. 區辨出敘事基調 (identifying narrative tone)

想要區辨敘事基調，你得從兩方面著手：仔細地檢視你提到了哪些過去經驗？你又是如何說這些經驗的？……

#### 四. 區辨表徵意象和主題 (identifying imagery and themes)

表徵意象和主題最好是一起分析，因為它們常互有交集，而且特定的表徵意象通常也會帶出特定的主題……

#### 五. 交織成一篇脈絡連貫的故事 (weaving all of this together into a coherent story)

---

<sup>25</sup> 同註10。頁164-194。

根據你對訪談資料的詮釋，現在已經將這些令人眼花撩亂的表徵意象和主題整理成簡要又好用的圖表了。下一步就是要將這些資料全部交織成一篇脈絡連貫的故事……

## 六. 撰寫--研究報告(writing up-the research report)

最後一步也就是本論文的書寫。

因筆者在16年前崩潰後，隨著半夢半醒間殘骸的不斷湧現<sup>26</sup>，敘事也就開始了，故第一步驟「閱讀與熟悉」經歷了：既是過程也是行動的流浪探尋、初審過後休學再次回家意外得到新線索、最後跟關鍵重要他人的實踐行動……十多年來漫長的整理，慢慢找出第二步驟「待探尋的重要概念」，繼而爬梳出四條脈絡故事線：「對輪迴（危機意識）的執著」、「童年往事」、「妹妹」、「魚塢」。最後依時間線完成第五步驟「交織成一篇自己的生命故事」，加上詮釋與反思之第六步驟「撰寫」此論文。

本文僅就相關步驟書寫，情節必然曲折離奇、自我調侃、或難言之隱，故難免有如李文玫（2022）所說的「言外之意」<sup>27</sup>，至於哪些是言外之意，就保留給讀者當做閱讀樂趣、及敘事交會之一種形式。

---

<sup>26</sup> 參考本文頁75，〈遺忘〉。

<sup>27</sup> 李文玫（2022）。貼近並理解他者：敘事探究取向與敘事分析。臺灣生命敘事與心理傳記學會——111年度「生命敘說研究方法初階工作坊」。

### 第三章 國境之西

根據臺灣省政府在民國70年度在全台灣區所做的調查，雲林縣的家庭所得是全省最後一名。不過這個結果並不會讓人太意外，在民國60幾年時，雲林縣沿海地區的家戶所得只有一般家庭的四分之一。意即雲林縣沿海地區的收入很低，處在風頭水尾，又加上地層下陷以及缺水的影響，農業很難支撐家庭的經濟。<sup>28</sup>

我家是在雲林沿海的一個小鄉村，原本地名「海口」後來改「台西」，早期有黑道故鄉之稱，電影《台西風雲》即是講述一位老大的故事，據傳取自部分真人真事改編。或許這裡東北季風特別大，在強風空曠處彼此溝通時，即使用喊的都不一定聽得到，所以這裡的人嗓門特別響亮，又因謀生不易、環境惡劣、地處偏遠、荒涼窮困又要跟大海搏鬥，所以淳樸民風中才帶點彪悍吧。

雖然這裡是鄉下，卻沒有那份寧靜悠閒，更沒有都市先進多元，我不知道我家附近算什麼，我跟一個朋友常自嘲，這裡像一個遺世獨立的國度，跟外界沒有特別關係、也有點不一樣，越長大越發現還真有幾分道理。雲林本來就是偏鄉下的縣市，台西更是雲林較偏遠的地方，我家又是在一個相對封閉的家族地方。有一次曾細數這個村莊上，大小的公私廟宇將近有1、20間之多，另有一間較具歷史意義，建於1795年的安西府，主祀安史之亂時死守睢陽城的縣令張巡，我想這裡的人，一定是很需要心靈的慰藉吧。

---

<sup>28</sup> 許逢麟。謝東閔副總統視察海埔地【雲林國家文化記憶庫】。取自<http://data.yunlin-memory.cool/data/CreativeWork/4302>。

## 第一節 新台西風雲：家庭農場

有人用「風頭水尾」形容台灣西部沿海一帶的水文氣候，因這裡位處東北季風迎風面強度就跟輕颱差不多，且濁水溪的溪水灌溉完上游的農田，才輪到這裡下游的農田；即使種田也因沙質比例高、鹽分重，導致許多作物難以種植，只能種地瓜、花生等耐旱耐鹽的作物。不然就是靠出海捕魚或淺海養殖維生，晚近才有內陸養殖。聽外婆說她的年代，要走一整天的路撿木柴、蕃薯葉、蕃薯籤回來燒煮……諸如此類的生活。而雲林沿海一帶的海埔新生地歷經多次建設，目前有麥寮海豐、新興、台西三區海埔地從事養殖，包括我家跟鄰居親戚，多從事養殖的工作。

這邊就藉著2020年我休學在家時，意外得知當初購買魚塢的故事：因為魚塢水井出水口離井邊太遠，我想接一條水管讓出水口靠近一點，一到魚塢遇到外婆，我說了想法，原本安靜坐在旁邊的外婆一聽，馬上急著走過來跟我「討論」。

外婆（以下簡稱婆）：你可別把這口井弄壞了！接這水管水壓會變大！其他水管都三、四十年了喔！禁不起你亂接！你是沒印象了嗎！你們小時候！這些都是外公一個一個做起來的！已經三、四十年了！你如果一接水壓變大！像這個、這個都可能爆開來！啊你為什麼要接水管啊？

我：這樣洗東西、洗手腳比較近，不用彎著身子。

婆：啊這樣舀水起來哪需要彎多遠！根本不需要、也不可以！（又把剛剛的話重複一次），吼……還好剛好遇到我！你有沒有跟你媽講？

我：我也是剛買水管來……

……

婆：阿嬤老了隨時會死，這塊魚塭當年要買的時候，你爸爸、奶奶都反對，我想不要買了之後沒你們的份，以後再來怨嘆沒分給你們。這塊魚塭，當年你叔公貸款五百多萬沒繳，被法院拍賣，我就找你姨婆借錢還款。你媽有福後來慢慢還清，原本北邊那一塊，我跟你媽一起放養，直到這兩年才結束，現在是親戚B在放養。你舅舅對我還不錯，你舅舅小時候很乖，你媽的心不知道怎麼了，啊她最近有在煮飯嗎？

我：有（其實沒有），阿嬤你如果覺得不要接，那我就不接了。

婆：接水管水壓會變大你不知道嗎？（再重複一次前面內容）這支又是什麼？

我：這不是啦！這只是裝在船外機馬達手柄的。

婆：我認為不需要啦，阿嬤也快要死了只是給你建議，才不會說阿嬤阻擋你發揮，其他不要亂動、我認為不必要，你也可以試看看，另一支水管也是我弄的……你們也沒來用、都是我弄的。當年阿嬤跟外公把這片魚塭建設起來才有今天，現在阿嬤老了沒有人感恩我……（丁俊吉，日記，2020.09）

之後外婆紅了眼眶開始啜泣，我馬上拍外婆肩膀安撫她默默傾聽：「有啦，我們都很感恩你」，然後拿一張椅子跟衛生紙給外婆，但外婆坐上自己機車，我則坐在外婆旁邊，原本緊張的氣氛馬上穩定。外婆再講到這輩子沒人感恩時語氣比較平靜了，但我還是握住外婆的手再次感恩她。這段對話除了第一次聽外婆訴說多年委屈以外，也是第一次聽到相關當事人說「申購魚塭」的事。由於才剛從叔叔口中得知這段故事，所以當我再聽到後，內心瞬間微微蕩漾一沈，一閃即過，很輕卻很深很深，非常地深。

這張照片攝於民國76年8月6日，地點在縣政府的大禮堂，當天許多人都很緊張，因為這是台西鄉新興海埔地承購戶的抽籤，抽中的人將會



在這新開發的海埔地上有個魚塭，開始養殖業的生活……餘下300公頃則規劃為魚塭，出售給沿海的農漁民。雲林縣政府一開始規劃海埔地的想法是為了解決農村貧窮問題，因此優先分配給低收入戶。<sup>29</sup>

圖二、新興海埔地承購戶抽籤（示意照片）

我出生的年代，正是解嚴經濟起飛的70年代，雲林建設海埔新生地，麥寮有台塑六輕工業區。如果不考量當時宜蘭縣長陳定南，跟王永慶辯論的環境議題，地方有重大建設本該是開心的事，但其實這是陳定南不願當歷史罪人，所不要的工業。台西則是發展養殖業、觀光海園、改為綠能專區的離島工業區，現在看來養殖業跟六輕確實帶來地方經濟上的改善；但對我家來說，正是因為申購魚塭的事，為日後的衝突埋下種子。又窮又偏僻、黑道故鄉、養殖業，大概就是台西早期給人的刻板印象吧。

---

<sup>29</sup> 此為「新興區」海埔地資料，外公的魚塭為「台西區」在更早民國60年代即已完工。許逢麟。新興海埔地承購戶抽籤【雲林國家文化記憶庫】。取自<https://data.yunlin-memory.cool/data/CreativeWork/5472>。

## 第二節 羅密歐茱麗葉

我家的地理位置剛好位於三方住家的大門對面，左鄰右舍生活在半封閉的環境裡，講話大聲點都聽得到以外，彼此想進入對方家裡也都暢行無阻。外婆家也在同一條路上70公尺遠的地方，我家跟外婆家是兩個中型家族，村裡有很多親戚，爺爺、爸爸還有我都是長子，外公是長子、媽媽是長女；加上爺爺跟外公的關係本來就不好，爸爸跟媽媽卻戀愛結婚，可以想見當時爸爸、媽媽要在一起時，一定上演了八點檔的劇情。

### 壹. 親家·冤家

戀愛結婚在這個地方跟年代算是非常前衛的事，這裡同村嫁娶非常多，但戀愛結婚倒是比較少聽過。更讓我驚訝的是，從叔叔那邊得知，原來爸爸去提親過六、七次，本來外公一直拒絕，後來不知道為什麼終於答應了。我當時聽到覺得，以外公的個性如果不認同的事，絕對會把媽媽皮扒掉、腿打斷，逐出家門也不可能答應。直到2021年我看到戶口名簿上爸媽結婚的日期，只比姊姊生日早半年時，讓我對媽媽，還有許多關於兩家的疑惑，頓時全部有了答案——正如媽媽自己講過：「這都是我自己選的！」當這線索連在一起時，我就明白媽媽一直把我當成她選擇的責任。

像我親身遇到的，小時候媽媽常帶我們去外婆家，爺爺就會跑過來嚴厲地叫我們回去：「不準到外婆家！」又有一次外公跟我們吃飯時，特別把我叫到他身邊，對我大酸爺爺「誰碰到他誰衰！要再加一個字，大！大衰！」國中有一次在門口遇到爺爺，突然問我「鄧摠諷<sup>30</sup>死了沒有？」我隱約知道是在指媽

---

<sup>30</sup> 台語：到現在我也不懂意思，感覺是形容一個人容易耍性子的意思。

媽，可以想像上一代之間的衝突多麼大。

小學家裡是低收跟清寒家庭，聽說奶奶當初寧願借錢給別人也不願意幫助媽媽，讓媽媽還欣慰的是，曾祖母似乎對剛嫁進來的媽媽還不錯。婚後兩家更為了魚塢要登記在誰的名下？要不要借錢買土地？的問題衝突更大，爸爸、媽媽每天吵架。以上還不包含探討上一代的原生家庭，爺爺打奶奶、叔叔、姑姑年輕離家、外公打外婆、阿姨疑似被趕出門？還有夭折的姑姑……種種混亂。

## 貳. 原生家庭

聽說在我出生前後幾年，老家剛好改建成透天式的新房子，跟幾個叔公的房子連在一起，加我們總共四棟。老屋後面一些斷垣殘壁及小空地，就變成多功能用地——小孩遊樂場、奶奶開心農場、養雞場、鄰居曬衣場，還有媽媽炒菜用的九層塔……還有一座手壓式地下水幫浦，可惜後來拆掉了。我3歲骨折，就是這時後施工受傷的。

記得小學時爸媽做過的工作有：清雞糞、各式手工、削荷蘭豆、賣魚賣水果、剝蚵、開宣傳車、抓黑沙<sup>31</sup>、魚塢工、種過幾厘的田地……爸爸去過台中港、爺爺去過屏東種西瓜、淺海養殖過、曾祖父是打井師傅；在我們有自己的魚塢之前，爸媽就是從事這些雜七雜八的散工。父母都是傳統保守的思想性格，常聽說爸爸很「古意」、讀過高職夜校一學期、早年常找外叔公聊天、帶我到後面叔公家泡茶、去遊樂園玩、到魚塢玩、騎野狼125載全家出遊、過年帶我們買年貨、變魔術、教我玩象棋、小遊戲、教我寫名字……。媽媽炒菜被燙傷時，爸爸會著急的拿藥幫媽媽擦、中六合彩買戒指送給媽媽，這一切都在我小四之後，隨著爸爸開始打媽媽完全變了調。

---

<sup>31</sup> 台語：文蛤幼苗。

我對媽媽的印象是：幼稚園騎著金旺90載我上下學、永遠在家裡每一個角落忙進忙出<sup>32</sup>、拿日曆紙塞木作窗戶的縫隙<sup>33</sup>、載我去軍公教超市<sup>34</sup>、買我喜歡的鉛筆盒給我、偷偷拿餅乾給我、去外嬸婆家玩「撿紅點」<sup>35</sup>、開車載著我們到處賣水果、賣魚……。後來因為我打妹妹開始處罰我、吃飯沒有把碗端好而教訓我好久。認為耳朵外翻會「背骨」<sup>36</sup>，而用膠帶把我耳朵黏了一夜。媽媽生病我陪媽媽住院時，教我她僅會的一些數學。我國中時跟我同時讀夜校，那時候爸爸已經發病很嚴重，常常抓狂的打媽媽，這些都是小時候對媽媽的印象。

爺爺、奶奶、外公、外婆都是30年代出生，經歷日本殖民還有後來戰亂的時代，外公受日本文化影響最深，有一股不服輸、不認命的鋼鐵意志精神。而奶奶、外婆都是童養媳，對各自家庭都有最深切原初的認同，卻沒經過「戀愛或結婚」，也都很早跟爺爺、外公分房睡。所以兩家早期都處於貧窮，還有以上種種兩家矛盾、魚塢、更上一代各種混亂的局面。在叔叔、姑姑、阿姨很早外出謀生後，剩爸爸、媽媽在面對兩個家族<sup>37</sup>。夾在中間的爸爸（可能）難以承受如此大的壓力而發病，住院後更是媽媽一個人夾在兩家中間，正因為這樣的家族結構，這些壓力自然就轉嫁到我們小孩身上。

---

<sup>32</sup> 縫衣服、折衣服、掃地、每天煮三餐、祭祀祖先神明、打理所有家務……

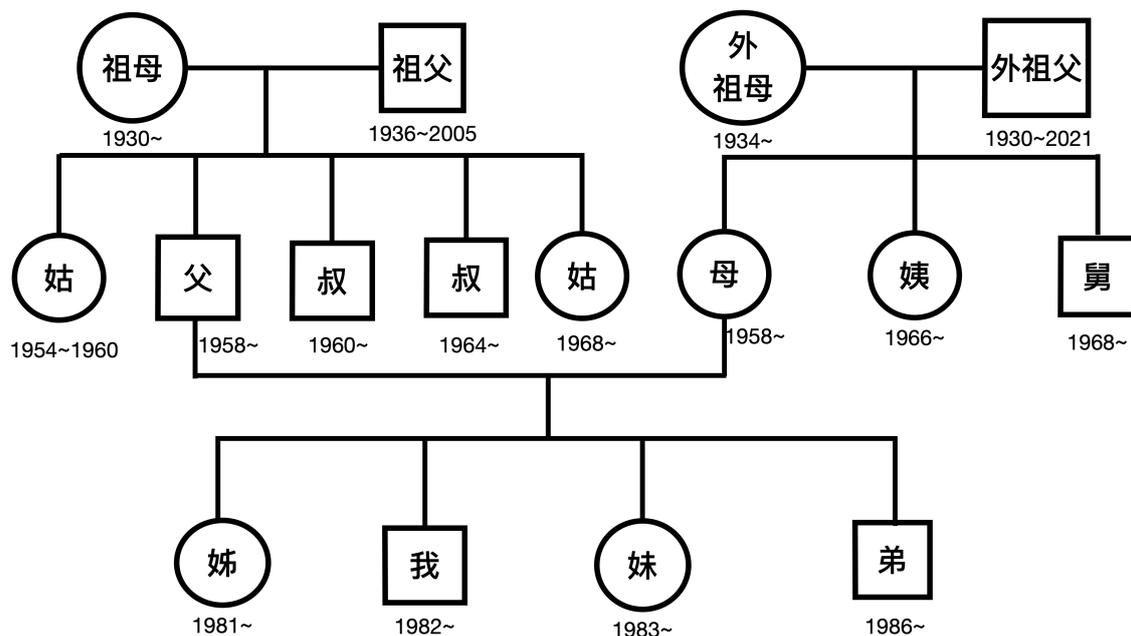
<sup>33</sup> 秋冬時風大，整天都是木窗撞擊聲，又吵又難以入眠。

<sup>34</sup> 當時還要拿舅舅的公務員證才能進去。

<sup>35</sup> 一種撲克牌遊戲。

<sup>36</sup> 反叛、背叛的台語。

<sup>37</sup> 舅舅小媽媽十歲，結婚後多了舅媽幫忙。



表一、簡略家系表



法鼓文理學院  
Dharma Drum Institute of Liberal Arts

### 第三節 關鍵事件

關於3歲前的記憶很少，剛好在外公一次病危及過世的時候，得知幾段關鍵事件，這邊藉此勾勒出一些當時的概況，我右腳掌骨折可能的原因？當時兩家如何混亂？為什麼我（還有姊姊、妹妹）跟主要照顧者（媽媽）的依附關係不深厚？

#### 一. 病危

那天外公又掛急診住院了，姑婆、阿姨、外婆、媽媽都在，外公趁最親的幾個親戚都來探病時，對大家講了好多的話，其中兩段話對我這一乖舛的人生，或許是非常關鍵的謎底之一。

第一段是外公對著大家，把我跟舅舅、弟弟做了一番排名，不意外我不但排在最後，也是一個畜生不如的人。大概在我高中的時候，有一次跟外公講電話，外公在掛電話前，冷冷地、輕輕地講了一句「番頭狗」。在我大學時，媽媽也常常大罵我是畜生，而最近（2020）跟堂弟聊天，才得知媽媽對鄰居把我講的非常難聽，堂弟說「難聽到只能用畜生不如形容……」

第二段則是兩個家族40年前的恩怨、糾紛，外公雖然沒說得很清楚，大概是說買了一塊土地給媽媽，反倒被某個人（爸爸或爺爺）指名道姓的罵三字經、甚至要打他跟外婆而鬧上警局。在一旁的阿姨聽到這段，連忙安撫外公「都過去了，不要再提了，他們都不在了」。我最近才聽外婆提過這件事。

#### 二. 過世

2021年12月，外公往生我回去祭拜外公，從阿姨那邊得知一些新的線索。

深夜，頭七法會結束一群人離開後，剩下我跟姊姊、親戚B、阿姨在摺紙蓮花，其實彼此沒有很熟，甚至有些疙瘩、誤解，親戚B先聊到她兒女對她講話態度不好云云，忽然哽咽。看到親戚B哽咽我的心頭先是抽了一下，鼻酸難過，然後姊姊開始講了很多安慰親戚B的話，接著提議喝酒，姊姊去買了一些酒，大家酒過三巡後，姊姊越聊越起勁，開始藉酒壯膽說了很多話（第一次看到姊姊如此）。

開始不斷誇親戚B很漂亮「怎麼願意下嫁給我們家族、把魚塭工作照顧這麼好、幫了我家很多忙、舅舅跟弟弟是很難得的好男人、嫁到我們家族很幸運、我工作非常辛苦賺很多錢、我今天花這些錢買酒太值得了、你們都沒醉嗎？我已經醉了不公平、明天看到我不要理我，好丟臉……」阿姨看了直搖頭「你是頭殼壞了嗎？你喝太多了……」親戚B則是對姊姊不勝酒力卻不服輸苦笑直說：「真拿妳沒辦法！」後來阿姨把我拉到一旁，抱著我講了一些事；其實我本來就記得，很小的時候阿姨常帶著我到處玩，也隱約有跟阿姨感情很深厚、熟悉的感覺：

姨：俊吉誼，我跟你講，人要活得快樂，像阿姨十幾歲就出來，一個人也是活過來，你要走出來知道嗎？你阿公最疼你的你知道嗎？別人不知道但阿姨知道。阿姨喔，如果那時候不要離開，你們也許就不會這樣，你還記得嗎？那時候我常常在這裡（指著舅舅住的屋子）帶著你縫衣服你記得嗎？阿姨也是從小拼到大，白天他們在講誰誰工作多拼多優秀，吼……我都做到不想做了，然後呢？不是都被「消音」（忽視）了（開始哽咽），沒有人看到沒關係，我們人快樂最重要，對自己好一點，像阿姨一樣，你也要堅強一點走出來，要有自己的人生。

我：我已經走出來了，有自己想做的事，但別人不了解，我只能默默做……

姨：你想做什麼跟阿姨講，阿姨想了解你。

我：就是我現在在唸的學校……

姨：阿姨知道，你喔，有點走偏了，佛在心中坐、酒肉穿腸過，知不知道！阿姨其實很會唸書，但你媽媽說那是讀「戀愛書」，阿姨是沒機會，你家那時候，你也知道你爸的事，我就常把你抱過來，你外公常常叫我把你抱過來，你家裡爺爺不準，但我還是抱過來，你外公啊，都一個人吃飯，他看到你，很愛你喔……。你也知道，都嘛重男輕女，你姊姊比較可憐，沒人愛（要），你外公看到你胃口大開，多吃一兩碗飯，可是，你一直哭，可能是想媽媽，你外公就說：「怎麼一直哭，去換一個不會哭的過來。」

2022. 1. 7外公出殯，阿姨又私下對我再說一次。下午五點多阿姨請我載她去隔壁村找朋友喝酒，晚上八、九點載阿姨回來時，已經有點醉意了，於是又開始一直講話：

姨：其實你阿公最疼你的，相信我。

我：我知道、我有感受到，我相信，那一個禮拜大概抱幾天過去？

姨：幾乎每天啦，不然保守一點，30天至少也有20天。

我：這樣子到幾歲啊？幼稚園嗎？

姨：吼！一直到很大喔，國小、幼稚園嗎？你有唸幼稚園嗎？我想一下，你好像沒唸幼稚園吧（這段阿姨倒是記錯，我是有唸幼稚園的）。參考(丁俊吉，日記，2021. 12，2022. 01)

後來隨著討論是否念過幼稚園的事，車子到家、話題也就結束了。的確，有一段關於我在縫紉機旁，一堆衣服裡面玩的記憶；也常常夢到在這個屋子附近的夢。這也解釋了有一段時間，對阿姨有媽媽的錯覺，那時候應該是媽媽、

阿姨一群人在一起，靠縫紉衣服謀生。還有一段阿姨常常載我去海邊玩的記憶，原本一直找不到這段記憶的時間點，看來也是這個時期。所以為什麼我跟姊妹只差一歲，卻沒有跟姊姊、妹妹小時候的記憶；加上「媽媽不要哭」那一幕也是，我好像跟整個家庭都不熟，大概就是那時候除了疏於照顧，也是因為常常被抱走導致。而外公常常要我陪他的事，其實一直到國小三年級，我也還有多次跟外公睡覺過夜的記憶。

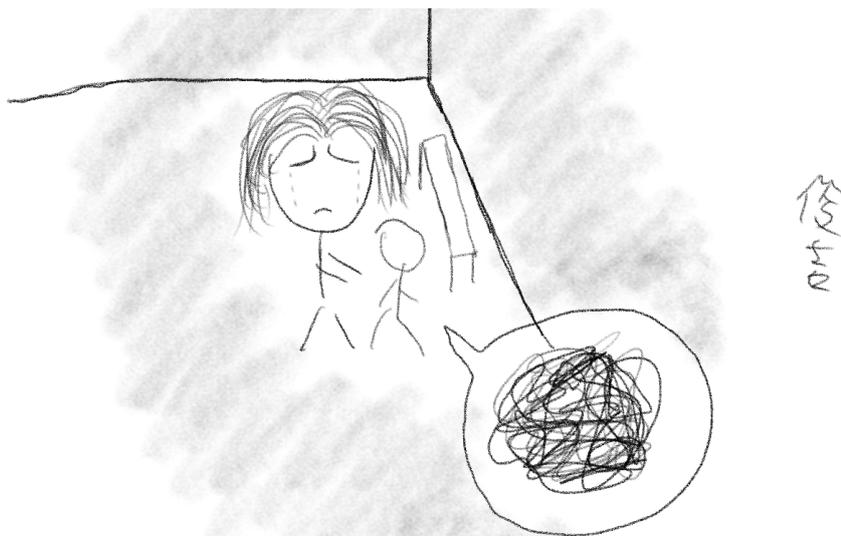
國際關係就是人際關係，正如國際局勢上，國與國之間的矛盾，會被其他國家拿來挑撥利用，淪為他國謀取利益的工具，販賣軍火謀取金錢利益、奠定國際霸權謀取地位利益、主導文化思想謀取話語權利益。他人在對待我跟媽媽後來在魚塢上的矛盾，也有異曲同工之妙。當年為了謀生認購魚塢延伸出的責任壓力、緊張矛盾，某種程度後來我就被他人以及外公、外婆、媽媽拉著當作「儲君」在支配著我的人生，淪為被拿來操弄的工具。加上我跟媽媽甚至原生家庭的依附關係，打從出生就不穩定；兩家矛盾、魚塢責任、依附關係、家族結構、地方文化……這一切都為日後的衝突埋下遠因。

## 第四章 失

充滿各種迷失、失落、遺失甚至類似失憶的童年及青少年

### 第一節 媽媽不要哭：結龜原型

這個是……我那時候大概是小一、小二，就好像好幾次，媽媽會把我叫到客廳的角落這樣，就會開始把我拉到她的臉前面，很近的跟我講了很多話……其實她講的話是什麼意思，我應該是完全聽不太懂，但是情緒感受是很強烈，那主要都是……媽媽就是會有很多的……絕望跟好像無助的那種感覺，好像要、要求我要幹嘛這樣子，對，當時我心裡有很多的情緒在、內心（翻滾）……所以這樣子的經驗，大概我在想應該是會有兩、三次或以上這樣。其中有一個（感受）……看到媽媽的眼淚之後……其中有一個衝動，好像要做什麼事情，可能是擁抱或者是一份……想要下一份決定想要去守護她，有個驅力想要做什麼事情，但是（卻）做不出來。（丁俊吉，錄音檔，2021.秋）



圖三、媽媽不要哭

這段媽媽對我談話的回憶，可能的三種情形，分別是訓誡、訴苦跟關心。

差不多小學一年級，有一陣子媽媽常把我叫到客廳角落，不是面對面近距離訓誡我、就是跟我傾吐心事、或是關心問我一些事。媽媽的情緒永遠這麼凝重、哀傷，常常邊鬧情緒邊強硬地訓誡我，逼我成為某種樣子的人，或遵守某種規範。一種我不太懂也做不到的模樣，可能要我堅強之類的，每次我都感覺好像一塊石頭重重壓在胸口一樣，充滿鬱悶、打結、緊繃。<sup>38</sup>

有一次媽媽對著我講著講著開始流下委屈的眼淚，整個臉部表情扭成一團，兩條眉毛皺著連在一起，樣子非常無助。好像被生活逼到徹底絕望沒有人能幫她，好像要我幫她、又像是情緒勒索逼我。看到媽媽流下絕望眼淚的那一幕，是我目前人生中最痛的唯二經驗，一種複雜無以名狀的悲痛沈重，遠超過我當時可以負荷的重量——看到最親近的人，陷入無底深淵的絕望而流淚。

除了跟著媽媽難過傷心而同情不捨，當下也好想要做些什麼事來安慰媽媽，給媽媽保護或擁抱？可是我好像跟媽媽不熟，沒擁抱過一樣。雖然每次我都想要提起行動，但都不知道可以做些什麼，以至於我只是呆呆地站在那裡。也就是在這個時候我做了一個決定，什麼決定？不清楚！有點模糊！我只想要順著媽媽的意，放棄自己某些性格想法或自由意志，可能也放棄一個小孩原有的天真快樂，成為媽媽想要的模樣，以為默默把媽媽的痛苦放在心裏，就是一份守護。

而當媽媽關心我的時後，似乎是要我講出想法或感受，但我始終說不出來，甚至也不知道有什麼感受想法，導致很痛苦彘扭卡在那裡，媽媽也很痛苦的逼問我。另外當媽媽表達關愛時，第一時間雖然有感受到，但馬上又混身不

---

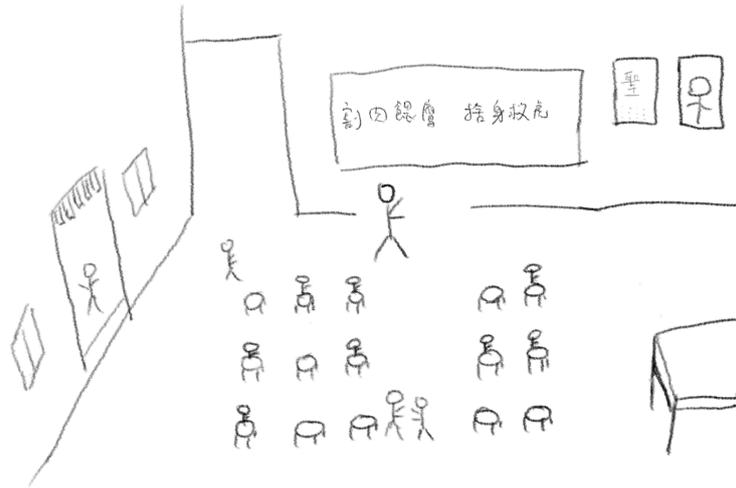
<sup>38</sup> 這一段就是我結龜的原型，也是接受並執著規訓的起點。

對勁，像被什麼綁住一樣，我不知道如何面對這種感覺、不知如何跟媽媽互動、不知道要接受還是排斥，如果我接受了？我要讓自己被束縛嗎？而且我也不知道怎麼接受。如果我排斥？為什麼這份羈絆這麼溫暖，我又很需要這份愛，而且媽媽又這麼迫切地要我接受這份愛。

我跟媽媽的依附關係，從這時後就這樣若有似無的存在著，當時我幾乎照單全收地，承受了各種情緒壓力常常處於一種封閉、沈重的狀態，好像有記憶的人生序幕就是這樣開始的，這一份壓抑也如影隨形跟著我好久好久。



## 第二節 割肉餵鷹：對輪迴的執著



圖四、修道人

我記得那時候聽到這個故事的時候，我覺得好像很、很恐怖，然後好像說，如果說真的有一隻鴿子，要我割下自己的肉救牠的話，我真的要割下來嗎？好像小孩子聽故事就很容易進入那個情節，那我覺得、我就是進入那個情節裡面，我就在想像說真的如果說，有有一隻鴿子牠要死掉了，我必須要割下我的肉才有辦法救牠，那我真的要割嗎？因為那個故事的情節是有割下來嘛！大家都知道，所以我也會覺得，我的肉好像真的也被割下來那種感覺，哎呀好痛……而且如果我沒記錯好像是一片一片割，好像還要放在那個秤、去秤。<sup>39</sup>（丁俊吉，錄音檔，2021. 秋）

當時台灣民間盛行某宗教，小時候村里也有一些道親開始傳道，有一戶人家是三合院型式，離我家走路約莫10分鐘。這戶人家把三合院的正廳跟右廂房，拿來當作講課的教室，中間較小的正廳當作兒童班教室，旁邊較大整個右

<sup>39</sup> 筆者正是受此故事深深影響，不希望他人步後塵，讀者自行斟酌理解勿隨意模仿。

廂房打通當作大人班教室跟佛堂。佛堂大廳主祀明明上帝（無極老母），教室一旁則掛著一幅佛教宇宙觀的十法界圖。

小時候我們10幾個玩伴，其中4個跟我同年紀，國榮是其中一個，他的原生家庭因為太窮，把他從隔壁村送到我家附近一戶人家當養子。國中時他的生父到學校找他他才知道身世，他跟我在高中以後，各種因素越走越近常常玩在一塊，直到現在。

在我小二開始，每個禮拜六晚上，這一群十多個小毛頭都會被帶到兒童班「聽道」，但其實就是唱歌、聽故事、玩遊戲，然後跟著參拜，最後吃點心回家。當時兒童班是由「林姊姊」帶領，唱著由小城故事為原曲，改編具有傳道色彩的道歌，聽一些融合了五教的故事如割肉餵鷹、捨身救虎、人為財死鳥為食亡、舍利佛挖眼睛度眾生、朝三暮四、幡動心動、父子騎驢、老萊子、舜的故事、24孝的故事、背著父母走刀山報恩……的故事，還有十法界、六道輪迴等觀念。當時我大多會坐在第一排，抬頭挺胸有模有樣的「聽道、修道」，也開始對輪迴、受苦、成佛、菩薩道、犧牲這些思想慢慢有點概念，而且潛移默化到心裡。

其中影響我最深的是，割肉餵鷹跟捨身救虎這類犧牲救人的故事，當時台上的林姊姊，大概述說著這樣的故事：「人死了會在六道裡輪迴，如果不發菩提心、行菩薩道，即使這輩子再怎麼努力，下輩子一樣在六道裡面輪迴，運氣好一點可以在天界享受，運氣不好就會在地獄受苦。釋迦牟尼佛為了救度眾生開始修行菩薩道，其中有一世轉世當了國王，有一位天人為了測試他是不是真的發菩提心，於是派人變成鴿子跟老鷹測試他。老鷹假裝要把鴿子吃掉，看國王會不會救他，國王出於悲憫心救度眾生，就真的把自己的肉割下來給老鷹……」從此我就埋下一種「人如果不行菩薩道，就會一直在六道裡輪迴受無止盡

的痛苦」的危機感。

到了國中我們被帶著參加「得道」儀式，得道儀式會由一位點傳師來傳授「三寶」，「點玄關、合同印、五字口訣」，喊著「天榜掛號、地府抽丁」的宣言。意指死了以後會往生理天不會下地獄，而且靠著三寶的憑證才能往生理天，所以三寶不能忘記，還要記得點傳師的名字，理天守門神會問這些當作得道的證據，並且在得道時要發誓：「……若有洩漏三寶、欺師滅祖，願遭五雷轟頂、天譴雷誅……」道親是不可以洩露三寶的，當初我聽這個誓言時，雖然不太確定是不是真的要我們發毒誓，如果講出去就是欺師滅祖之罪了嗎？真的要被五雷轟頂的處罰嗎？而感道有點反感跟壓力了。

住校高中三年每個禮拜回家時，我們也幾乎都會去聽道；到了大學參加一次營隊；直到25歲崩潰那次，隔壁的小月阿姨看我精神狀態不好，又跑來拉我去「聽道」，我又去了三、五次之後就徹底離開了，而國榮也是到25歲才離開這道場。但堂妹後來的新家成立了一間佛堂，只是不曉得親戚A、堂弟妹們是否還以此為信仰。

### 第三節 幸福感

好舒服喔，全身軟綿綿有一點發麻，甚至肌肉鬆弛到很想上大號。有別於肚子痛，而是好滿足、愉悅、自由，好感恩身旁的人給我的一切。有你們在真的很好，好滿意現在的生活，現在我所擁有的一切就夠了，一切是那樣地美好。

常常在一些特別時刻，可能坐在書桌前讀書寫字或發呆，或是跟媽媽互相陪伴的時候，或是跟堂舅、堂姨玩自然大地遊戲的各種時候，常被一股沒來由淡淡幸福感襲上身。這些點滴日後才知道是很少有的特別經驗，也是當時我裝瘋賣傻想跟大家分享的那種幸福感。因為本節幸福感多來自家人，故也順帶一提關於家人的情節。

#### 壹. 陪伴

##### 一. 最早的陪伴

最早關於陪伴的記憶是大概小一的時後，大人會帶我到叔公家串門子聊天，是為了跟親友建立關係。也許我從小有某種發展遲緩或怕生，記得只有我一個小孩跟一群大人們坐在一起，我就默默聽著、看著、感受著，對於完全聽不懂聊天內容的我來說，其實挺枯燥的。即便如此，我也不哭不鬧，還會試著去學習適應，並享受那種一群人圍在一起聊天互相陪伴，帶來的安定以及親切感。在那個時空環境，三五親友隨意就到某家客廳，或一個舒適的地方泡茶聊天，其實是鄉村常見的文化。

##### 二. 媽媽

之後大一點比較有帶來幸福感的，應該是跟幾位家人的陪伴。首先是媽媽，因為在「媽媽不要哭」那幕之後我就有一種想安慰、保護媽媽的念頭。在那之後，一直到媽媽開始打我這中間的2、3年，有幾個跟媽媽互相陪伴的記憶。那時候只要媽媽一大早沒出門做工，都會準備非常豐盛的早餐給我們吃，而且印象中媽媽手藝非常好，會做的菜色很多<sup>40</sup>。有一次我一早醒來感覺特別餓，一口氣吃了四碗粥，媽媽看我那天吃得特別多，用一副很幸福的樣子對我說了一些話。我心裡知道媽媽因為看到小孩的成长而喜悅，所以吃飽後我也就故意蹦蹦跳跳跑到後院玩耍，表現一副開心滿足的樣子讓媽媽更開心，也讓媽媽心裡那一份安心、幸福感更加豐沛來表示感謝回報。

平日裡也常常會看到或聽到，媽媽一個人忙進忙出做著各種家事。更早之前家裡曾經做過縫紉代工，以前二樓有一台縫紉機，偶爾會聽到媽媽縫紉的聲音，只要我在家裡玩耍聽到縫紉聲音的時候，那股幸福感就又會升起來而非常安心。我知道、也感覺到媽媽也很安心地為她的小孩忙活，這時候我會乖乖待在家裡玩不跑出去，隔著幾個房間陪著媽媽，讓媽媽感覺到她的孩子就在身邊。有時候我會故意陪媽媽聊天，可能漫無目的閒聊，可能故意問一些聽起來有點蠢的問題，讓媽媽會心一笑，可能故意講以前的舊事。例如我會故意說「多久以前你煮的那盤洋蔥炒蛋好好吃，可以再煮一次嗎？」、「我好想要再削馬薯皮，還有馬薯嗎？」、「哇這是『金獅王』，還有嗎、我要吃！」<sup>41</sup>……

### 三. 爸爸

---

<sup>40</sup> 一直以來媽媽幾乎每天都準備三餐，這一點真的非常幸福。後來難過的是，之後媽媽就沒煮過小時候菜色，由此可以窺見，後來的打擊對她有多大，拿手菜都忘記了。

<sup>41</sup> 馬薯，荸薺的台語，馬薯這個名字很特別，光是講「馬薯」就覺得好玩。「金獅王」是卡通，會出現爆炸蕈狀雲很像「香菇」，我故意表現很喜歡吃，讓媽媽參與我的世界，日後她也多次開心地提起我喜歡吃「金獅王」的事。

我對爸爸的相處模式跟對媽媽完全不一樣，我沒有太多照顧爸爸、或保護、安慰爸爸的念頭，反倒有幾個記憶是爸爸發病前，給家人留下僅有的片段溫馨。有一陣子父母會帶我們到處玩，天元莊、劍湖山世界、海水浴場……。有一次去海水浴場，爸爸騎野狼125全家6個人，要2大4小的人都擠上去還真是一件工程，所以爸爸把我抱到最前面油箱蓋上面，一路上我就在VIP座位，享受180度無死角的風景，以及迎面而來的「涼風」。旅途結束回家時，調皮的妹妹不知怎地忽然不見，一看原來掉到旁邊大水溝裡，我趕緊跟爸爸講，爸爸馬上跳下去救妹妹上來。另一個故事是，其實我感覺爸爸是很愛媽媽的，有兩個簡短的回憶是這樣，有一次在外婆家神明廳，爸爸拿出戒指給媽媽戴上，說著「這是簽大家樂贏來的」。另一次是媽媽在廚房炒菜的時候，忽然被潑出來的油給燙到整個人縮到牆邊，爸爸見狀趕忙拿藥來幫媽媽擦上。

爸爸也常騎車載我們去漁塭，但不是去工作而是去玩。因為爺爺很早就跟奶奶分房睡，大部分時間都在魚塭工寮度過，這間用瓦片遮風擋雨的小工寮裡應有盡有，堆滿各式工具、飼料、一座大通鋪、一台附有天線的15吋箱型電視、一台90公升小冰箱、一個2公斤的小瓦斯桶跟瓦斯爐、一張摺疊式竹席躺椅……。重點是三面採光、通風十足，爸爸會把我們安排在門前不到2坪的小空地，把躺椅打開讓我們擠在上面、吹著溫暖海風看卡通，爸爸會抓幾條魚蝦煮給我們吃……就在享受卡通、海風、躺椅、海鮮、嶙峋水色的池塘邊，再追加由水井充當泳池的泡湯，度過一個五星級，午後的戶外野餐家庭聚會。

爸爸也會變魔術把草莓變不見、教我畫靠數字口訣畫老太婆臉、教我寫毛筆、象棋、五子棋……。跟爸爸相處完全是被照顧，是一種開心、放鬆、玩樂帶點興奮的幸福感；跟媽媽是溫馨、安定、滿足、全身軟趴趴，感覺不一樣。

日後我好幾次沒來由出現的幸福感，比較像跟媽媽相處的。<sup>42</sup>

#### 四. 姊姊

姊姊大我一歲，也是姊姊照顧我比較多。最早對姊姊的印象是姊姊上幼稚園時，忽然離別的不捨（跟姊姊念高職的時候一樣），之後印象深刻國小入學第一天，姊姊開心跑來找我的樣子，帶我認識校園、這間是她的教室、這間是福利社、怎麼買東西……那種迫切想把她的生活分享給我的喜悅，讓我有一種被照顧的幸福感。大一點的時候我們會玩一些小遊戲，終極密碼、猜數字、一枝香，再大一點是姊姊開始接觸流行音樂，她會跟我分享她喜歡的團體TRF、B☆KOOL、小室哲哉，後來我也開始聽這些歌，直到現在我還是喜歡〈boy meets girl〉、〈survival dance〉。甚至這首〈survival dance〉就是我的青春主題曲，國中我們很喜歡打籃球，我跟痞子玩誰跳得高的遊戲、誰可以摸到籃板、籃筐，每次比賽之前我就會聽這首歌，只要這首歌旋律響起就會熱血沸騰；當時學校午餐時會放流行音樂，負責播放的人正是國榮，有一天我就託他播放TRF的歌，讓全校的人跟我一起分享青春。

#### 五. 妹妹

對妹妹最早的記憶是曾祖母還在世的時候，那時候一樓三個房間裡，第一間是奶奶的房間、中間是曾祖母的房間、第三間才是我們一家六口的房間。那時候每次吃飯，大人都叫妹妹去牽曾祖母出來吃飯，可能妹妹年紀相對小，體態有些肉感討喜，而弟弟剛出生也還不會走路講話，所以都是妹妹牽著曾祖母出來吃飯。再大一點就是我們看了電視劇《浴火鳳凰》，開始模仿裡面的角色「嘟嘟」，那時候我跟妹妹就在奶奶房間的大通舖上玩耍，模仿這個角色，奶

---

<sup>42</sup> 跟媽媽情感交流是有來回的雙向激盪，跟爸爸則是單向獲得。

奶看我們逗趣的模樣也被我們逗得樂開懷，每次都誇妹妹的表演比較可愛。有一件有趣的事，每次睡覺前媽媽會要我們先把手腳洗乾淨才能上床，於是我跟妹妹在浴室裡洗完腳，就會玩起「爭後恐先」的遊戲。洗完腳的我們覺得走路時，可以在地上「印」出拖鞋印很好玩，但為了保留鞋底的「墨水」，於是我跟妹妹便爭後恐先互相推對方出去，另一個再踩在前人的墨水，這樣走到房間的時候就可以再多印幾個腳印。

時間快轉到國中，有一次我跟妹妹參加家扶中心營隊，因台西隸屬虎尾辦公室的轄區，所以回程車子是從四湖回虎尾，當遊覽車到達家扶中心門口，我就跟著所有人下車。在老師點名的同時，我本能地在人群中尋找妹妹的身影卻遍尋不著，隨著車子發動離開我開始著急了起來，等到車子遠去我也確定妹妹不在人群。對於那時未經世事的我，虎尾已經是非常遙遠的城市，斗六更像是一個遙不可及從未去過的地方。那一刻非常害怕妹妹從此走失，我跟老師報告後，幾乎是哭著焦急地一路從虎尾追到斗六。一路上各種關於妹妹可能會不見、如果真的不見妹妹以後的日子會是怎樣……的畫面不斷在腦海襲來，我不敢往下想只能祈禱妹妹千萬不要不見，還好到斗六車站以後妹妹還在，於是便把妹妹從斗六接回來。

當妹妹國中即將畢業面臨選讀高中或高職時，一群大人坐在隔壁門口討論著選校對未來的影響，那天晚上我一直在旁仔細聽著，雖然聽不太懂，但還是很在意選校對她的影響。我之所以想聽出個所以然，直到最後全部的人散去，是為了給妹妹最好的建議。

至於國小到高中跟妹妹那幾年回憶是什麼呢？在我小三開始，她慢慢變成我心目中的「顧人怨」——我總是這樣罵妹妹，甚至各種打罵詛咒都來，下一節會再詳述。因為我對妹妹作出許多殘暴的行為，才引發這麼多故事，如果沒

有「顧人怨」情結發生，家裡後面的衝突一定會減少很多，我也會有一個可愛的妹妹。例如我在逢甲唸書時，姊姊、妹妹來找我玩；在我流浪有一次車禍姊妹倆來探望我，除了買一大包滷味，因為骨折我無法洗到背部，妹妹還特意買了一個背刷給我<sup>43</sup>。我跟妹妹都有一顆爆牙，國中她去拔掉後，開心的跑來跟我炫耀：「你看，我的爆牙拔掉了！」<sup>44</sup>當初我覺得妹妹是在炫耀，或許是分享，但也無關宏旨了……

在跟妹妹的回憶裡，「顧人怨」情結先不談，她讓我體驗到凡事為了她著急操心，這些正是在乎的自然反應，現在回想起來竟然這麼溫馨，後面〈顧人怨〉章節，會有更多對妹妹愧疚跟自責的故事。

## 六. 弟弟

弟弟剛出生一、兩歲時，我很喜歡逗他笑，而且逗嬰兒笑不用任何道理，只要跟他有任何互動，他就會笑得很開心，那一天我一如往常在後院逗他笑。玩上癮的我不斷重複逗他笑，我做一次動作他就大笑一次，媽媽在廚房也是看得人生足矣的滿足吧，但最後媽媽還是出來溫馨提醒「不要讓嬰兒笑得太過分，不然晚上會做惡夢的」，這時我才停止逗弟弟玩。

有一次弟弟在外面玩耍被欺負，我一出門就看到他蹲坐在鄰居門口哭，看的我既不捨又詫異「怎麼在哭、而且只有弟弟一個人？」不知所措的我只好一把抱他回家安慰不要哭了。有時候父母親工作太晚回家家裡只有小孩，當我感到孤單害怕時，想到弟弟應該也是吧，所以我會刻意去陪他聊天，就像陪媽媽聊天一樣，試圖讓他感覺到身邊有人不要孤單害怕。國中時有一次放學回家

---

<sup>43</sup> 流浪那幾年，我一直把它保存下來。

<sup>44</sup> 小時候我跟妹妹一樣犬齒爆牙，那時候已經跟妹妹吵架，或許妹妹在炫耀。

（那時候爸爸常常打媽媽，家裡籠罩在愁雲慘霧裡），想著晚上回家怎麼照顧妹妹、弟弟，後來想到可以買零食回去，於是那天我特地跑去超市買了一包餅乾回家，他們剛好在看電視，於是我就陪著他們邊吃餅乾、默默看著我也看不太懂的節目；以上都是跟弟弟互相陪伴過程中體會到被需要以及付出的幸福。

## 貳. 捐錢、存錢

小二時班上有捐錢活動，班長會做金額統計、排名，我跟媽媽講學校有捐錢活動，希望可以給我一些錢去捐，於是媽媽給我一些零用錢，就這樣我始終保持在前幾名。隨著捐的錢越多名次也一直上升，有一天我發現離第一名只差一點的時候，我又回去跟要錢，誰知道隔天一看差額更大了，這個時候我決定停止捐錢了。除了差額真的太大（大概幾百塊），家裡媽媽也會需要錢，不忍一直花家裡的錢；其二是我發現第一名對我來講，已經變成誘惑，讓我失去單純想奉獻的心，於是我就放棄超過能力的迷失追求，但過程中還是體會到一種榮耀、優越的幸福感。

可能是之前的捐錢經驗，我開始有存錢習慣，會把每天十元的零用錢，拿八元買早餐後存下兩塊錢。另一個收入來源是，爸爸常拿五十或一百元叫我跑腿買檳榔、香菸，這時候媽媽教我把買回來的檳榔冰2、3顆在冰箱，等到累積一定的量，再偷偷「賣回」給爸爸。就這樣等到我存到一千塊時，我會拿去跟媽媽換一張大鈔然後存給她，後來媽媽常拿存錢給她的事來「勉勵」<sup>45</sup>姊弟妹們，甚至對本來就疼我的態度又更偏心地信任我。

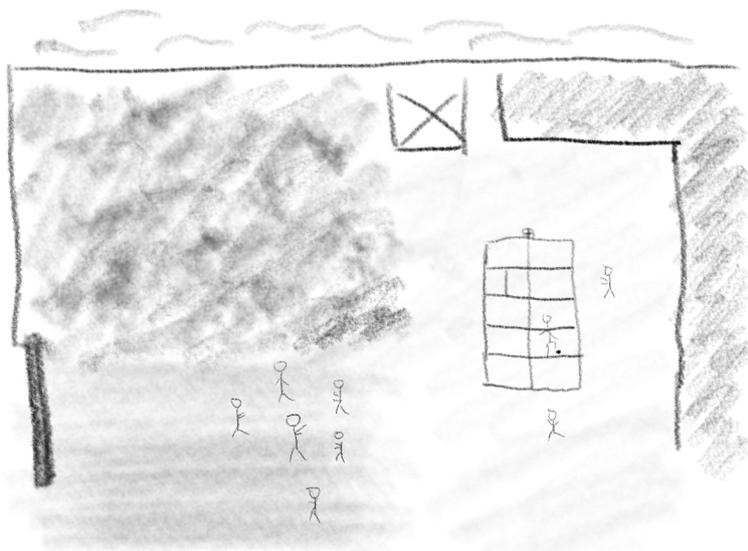
看著撲滿的錢越來越多、以及為了讓媽媽開心，過程中除了有一種安心踏實感，當存到一千塊給媽媽、看到媽媽開心的樣子，除了跟著開心也會有滿

---

<sup>45</sup> 我想媽媽的本意是勉勵，但也埋下日後姊妹被比較、心理不平衡的原因。

足、成就、被認同的幸福感；外帶幫爸爸戒檳榔的竊喜。

### 參. 遊戲<sup>46</sup>



## 法鼓文理學院

圖五、遊戲

席勒這句話「只有當人遊戲的時候，他才完全是人」用來形容這段經驗，再適合不過了。堂舅家隔壁有一座三合院離馬路大概幾十公尺，加上本身的中庭，這座三合院等於擁有一片廣大的復地（約一分地，對小孩子來說非常大了）。這片空地不但有泥土地、草地、水泥地、還有一間獨立在外的廁所，四周剛好被屋子、水溝及堂舅家的一面牆壁圍住，大門又設有一個簡易的拉門。屋主是一位獨居的阿婆，也不會管小朋友來玩，所有條件剛好形成一個有安全感、儀式感、離家近的天然遊樂場。堂舅、堂姨們大概大我3~8歲，有一、兩年暑假，我幾乎每天一早醒來，都會興奮迫不及待一天的開始，跟他們玩各種遊戲，烤地瓜、抓迷藏、跳房子、老鷹抓小雞、剪紙……從早玩到晚。

這段自由遊戲的經驗，當下其實就已經體驗到充滿歡樂活力，且跟所有人

<sup>46</sup> 席勒 (F. Schiller)：「只有當人完全成為人的時候，他才遊戲；只有當人遊戲的時候，他才完全是人。」

有強烈的連結感，小孩子或許對生命的一切都會視為理所當然，但在我爬梳故事時認為之所以特別的幾個原因：一、頻率多、時間長度長，幾乎有一、兩年的時間，父母親完全放任小孩一整個暑假從早玩到晚？二、地點不只在三合院，堂舅、堂姨也會跑來我家找我們玩（有點刻意忽然出現）；三、小孩子互相玩在一塊很自然，但在這之前我們都是跟鄰居玩，堂舅、堂姨好像就只有那一、兩年突然出現。而且外嬸婆年紀其實大媽媽一點點而已，跟媽媽關係又不錯；四、這段經歷的時間點，正好就是爸爸發病開始打媽媽那一、兩年。

這讓我有一個推測，這段經歷或許是大人們有意為之的刻意安排，大人們可能不太想讓我們知道或處在那種悲慟、衝突當中，才讓堂舅、堂姨們跟我們玩而且越久越好。幾乎整個暑假每天從早玩到晚，這段記憶給我留下非常深刻幸福的回憶，以及為我以後帶來源源不絕的豐沛力量，及在地情感連結、根的歸屬感，跟家、家鄉、親戚、自然、大地、跟自己……

肆. 我OK，你先領

2019年爆發Covid-19疫情的時候，當時不管疫苗還是口罩、酒精等防疫物資都趕不上蔓延的速度，於是台灣社會上出現一個讓口罩的自主運動「我OK，你先領」，體現了當自己與他人在不可迴避利益衝突必須擇一時，的一種犧牲、讓利、利他精神。

利他主義（**altruism**）源自於法文**altruisme**。是一種無私的為他人福利著想的行為，在道德判斷上，別人的幸福快樂比自己的來得重要。利他主義在許多思想和文化中是一種美德。在進化遺傳學中，利他行為被定義為增加他人的生存，減少自己的生存。傳統上認

為，沒有基因收益的利他主義的進化收益是以牙還牙、以眼還眼——幫助別人後別人也會幫助自己。然而，利他主義很多情況下是沒有此收益的，因此也有研究討論了幫助者名譽上的收益。<sup>47</sup>

## 一. 死亡的想像

在聽到割肉餵鷹這樣的故事後，我就在回想故事情節「哪一天真的遇到類似鴿子/或某一個人來找我求救，我是不是要割肉去救牠/或某一個人？於是開始想像割下身體的肉/或各種以死的方法，來救一個人的情景……」也因為這樣的模擬想像讓我好像體驗到死亡一樣。各種要離開家人，傷心、不捨、痛苦、對死的恐懼、未知、我身上的肉、身體、玩具、文具……都不是我的了。對現實感的弱化以及我死後會去哪裡？家人會怎樣？是不是會很傷心？開始氣媽媽為什麼我要死了離開了，媽媽卻沒有傷心不捨挽留我（媽媽當然不知道）……一連串的問題便隨之出現。這也就回答了第一章楔子被鬼怪追的夢，除了被鬼追還有好幾個關於各種死法的夢，在外婆家沙發上被刀刺死、被槍殺……因為那段時期我常常在體會自己「準備死掉」，所以才對於死亡有一種想像的經歷，引起各種死法的夢。

國中某一天那種幸福感又出現了，感受到身旁有一群人陪在我旁邊，姊妹弟、堂舅、堂姨、鄰居玩伴、堂弟堂妹。而且爸爸也會騎車載全家出遊，跟媽媽的陪伴，跟每個人相處滿足的幸福感，忽然感受到光是擁有爸爸、媽媽，本身就是非常滿足幸福的一件事！升起想要報答父母的我，便默默發誓想把壽命折壽給父母。還稍微糾結要給爸爸多少？媽媽多少？如果最後我比父母早離開，他們一定很傷心？思來想去最好的方式，就是讓父母最後的壽命跟我一樣多，這樣就完美了。

---

<sup>47</sup> 取自維基百科，<https://zh.wikipedia.org/zh-tw/利他主義>。

國中時因為是騎腳踏車上下學，都會經過各種的道路，省道、田間小路、市區小巷……。有一天當我回家騎在大馬路上，只有汽車道沒有腳踏車跟人行道的省道，所以必須跟各種車子爭奪路權，忽然一台砂石車從身後呼嘯而過。等砂石車都離很遠了才回過神來，恐懼也才襲上心頭：「剛剛跟車子離這麼近，如果再偏出去一點，不是就當場血肉模糊！」想著想著，那如果是我所愛的人被撞怎麼辦？一定會傷心欲絕吧我不敢往下想，又想到如果真的發生這樣的事，我是不是要把他推開救他？寧願自己被撞也不能讓我愛的人被撞……。想到這裡，好像已經經歷被撞一樣恐怖，但我還是忍著恐怖，在心裡感受、演練那種被撞的場景，覺得說不定哪天需要時派上用場。

這些想像就像演習雖然是演練的，但在心裡卻是真實的經歷，準備有機會就要去實行。那這樣會帶來幸福感嗎？老實說想像自己死亡會經歷恐懼、懷疑、絕望、未知各種痛苦情緒。但因為心裡清楚背後的目的，是要救助某個人，知道有人會因我的犧牲而存活，所以當堅持恐懼到盡頭後，卻升起一絲「捨身取義」的成就感、榮耀感。

## 二. 主動做家事

在讓媽媽開心的方式中除了存錢、陪伴、問傻問題……我也開始主動做一些家事，像是掃地。我會一間一間每個角落的掃，從房間、客廳、騎樓、屋子旁的小空地。倒垃圾印象特別深刻，因為爸爸會抽菸嚼檳榔，所以垃圾桶總是充滿菸蒂、菸灰、檳榔渣、檳榔汁。而垃圾桶並沒有裝垃圾袋，都是直接丟進鐵製小垃圾桶，再把小垃圾桶倒到大籃子，倒完垃圾桶再拿去洗，我每次只要洗垃圾桶一定會噁心到想吐。

另外特別的是有一次我很開心在掃地時，姊姊忽然走到我面前，扳著臉孔

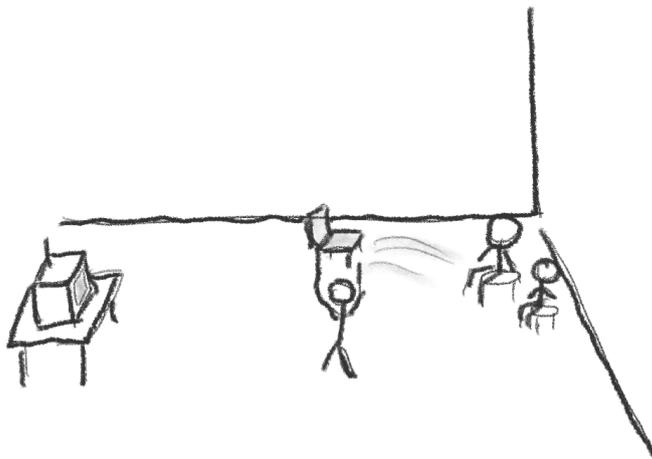
問道「這是你自己主動要掃的嗎?!」然後轉頭就走，原本一直很開心做家事的  
我，瞬間對掃地冷掉，好像掃地是壞事，或作錯什麼事惹得姊姊不開心。之  
後我好像也對這個家又失去一分連結，覺得我不是這個家的人，也不太掃地或  
做家事了。撇除姊姊「詭異」的質問以及對垃圾桶噁心不談，主動做家事跟我  
想讓媽媽安心的行為一樣，從中獲得幸福感，不但有種被需要肯定、減輕媽媽  
辛勞的成就感，也因為感覺到媽媽的欣慰安定更幸福。

以上就是關於童年帶給我幸福感的各種事件，以及為什麼我要裝瘋賣傻的  
其中一個原因——分享幸福感給他人！



## 第四節 顧人怨：妹妹

過分保護一方的同時，意味著正在傷害另外一方



圖六、顧人怨

這是一個懺悔嘲諷自己的標題，當時因為我很想要守護媽媽，而妹妹卻常常惹媽媽生氣，所以我開始討厭她、詛咒她、打她，演變到後來，連帶著也不想跟姊姊講話，還引發很多情結，譬如「結龜」。當我一門心思想保護媽媽的同時，妹妹就是那個被我波及的人，那個傷到現在也都難以彌補。

我已經習慣跟妹妹像陌生人的狀態，不覺有異，直到一天發現「我們彼此這輩子講不超過10句話，我竟打從心裡覺得是正常的事！」當下才猛然覺得該好好正視這個問題！那就要從我為什麼打妹妹？氣妹妹？有多氣、打得多嚴重？還有說了哪些話？做了哪些事？為什麼我自封漢室，而姊姊、妹妹卻是曹賊呢？這些問起。也是這些才讓媽媽三天兩頭就痛打我，讓姊姊、妹妹不但籠罩在我的陰影下，還一路延燒到後來跟媽媽的衝突。

忘了從什麼時候開始厭惡妹妹，做手工時把未完成的零件丟給我、欺負弟

弟到哭、惹媽媽生氣、偷我的零用錢……。有一天我發現錢少了，後來找到是妹妹偷的，但她仍然說謊矢口否認，這些事讓我開始看不慣妹妹。有一次媽媽分配家事時，要妹妹洗碗她不開心而摔碗，讓媽媽開始罵妹妹。小時候家裡做過的零工將近10種，賣水果、賣魚、剝蚵、削豌豆絲、削荸薺皮、撿文蛤苗、各式手工（組雨傘、電器零件）、魚塭雜事……。不太記得妹妹是如何不聽話，舉個可能的例子，當我們在削豌豆絲時，媽媽會每人分配固定的量，這時候就會起口角，怎麼自己的比較多？或規定削完的人才可以去玩，但妹妹就會偷偷把她的份丟給我，或把沒削過的偷偷丟進削好的裡面，或把對方削好的偷拿過來……諸如此類的事情，讓我更討厭她及埋下後來的爭端。

到後來只要是妹妹摸過的東西我就會嫌臭，所以弟弟被她摸過，我就不碰弟弟。慢慢開始我會罵「臭靈諛」，她再罵「臭俊吉」互相謾罵來回不停。後來妹妹常常一直盯著我看，看得我混身不自在驚扭著對妹妹怒喊「你不要看我！」爸爸才跟我說：「如果你沒看她？怎麼知道她在看你？」我就真的慢慢不去看妹妹了。更後來徹底厭惡妹妹，覺得她應該要去死，她存在的一切都在惹怒我，我開始詛咒妹妹去死「妳如果死了我要辦宴席、放鞭炮慶祝！」高中有一個最誇張，也是我最懊悔的事件之一，當時舊浴室因為沒有架子放待穿的衣服，都是直接把新舊衣服放在洗衣機上面。那天我洗澡時發現妹妹待洗的舊衣服放在洗衣機上面，我看到覺得又臭又噁心，我待穿的新衣服沒地方放，一股怒氣於焉升起。直到洗完澡後蓄積滿腔怒火，一出來二話不說對著坐在客廳看電視的妹妹責罵「你怎麼可以把衣服放在洗衣機上面！」然後隨手抓著一把塑膠椅子丟向妹妹。

至於讓我決定跟妹妹「割袍斷情」的是，幾次在被媽媽毒打完痛哭時，妹妹還會來挑釁，扮鬼臉幸災樂禍或跳舞慶祝激怒我，當傷口被肇事者回來灑鹽

時，我只能活生生把氣憋著吞回去——結龜<sup>48</sup>。之後，我就徹底跟妹妹不再有任何接觸、說話、關係，因為有任何接觸，妹妹會故意栽贓誣陷我，讓媽媽認為我欺負妹妹而打我，讓我更加啞巴吃黃蓮。最後都是我被打，打完還被妹妹激怒，於是痛下決心割袍斷情！之後有一天我在洗澡時，因為當時門的通風口壞掉、鬆脫可以掰開，那天當我開心洗澡唱歌到忘我時，忽然看到通風口有一顆人頭直勾勾盯著我！那一剎那我被嚇破膽不斷尖叫大哭，是妹妹！之後我對妹妹真的再也永遠永遠不可能互動，更別說原諒。

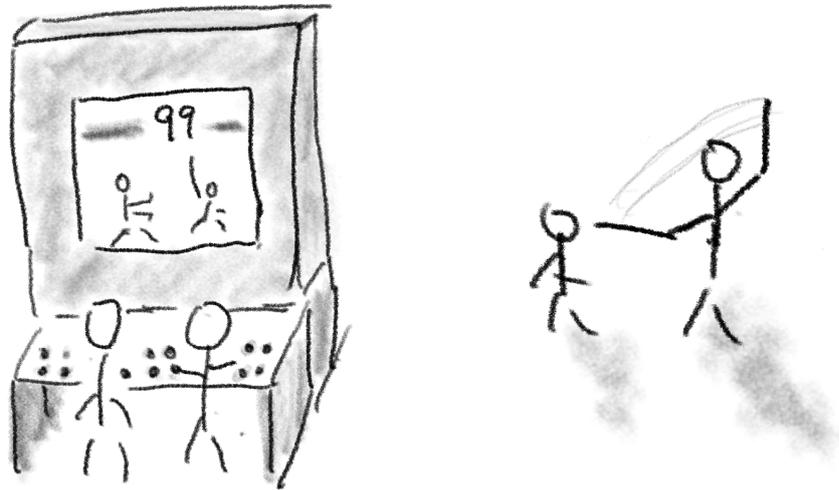
並且之後我覺得媽媽、姊姊、堂妹不但都站在妹妹那一邊，還對我有些「不友善的行為跟意圖」。像是把房間鎖起來不讓我進去一起玩，我為了想進去還把窗戶敲破。還有一次早上醒來聽到姊姊、妹妹在房間玩的聲音，但我一直躲在棉被不想出來，不知道過了多久聽到媽媽工作回來的聲音，我才好像獲救一樣從棉被鑽出來。我那陣子還常義憤填膺地想「是你們先對我不仁，不要怪我對你們不義」，更在之後很失望的對姊姊說了一句「你為什麼要自甘墮落！」就像台灣退出聯合國「漢賊不兩立」一樣，「你跟那個顧人怨一國，我就跟你斷交」，從此連帶我也不跟姊姊來往了。

當初不只媽媽多次告誡我「不可以打背部，否則會得內傷」以外，有一次爸爸也看不下去我跟妹妹總是吵架，於是把我跟妹妹叫過去，要我們彼此握手不能放開。甚至一次我跟妹妹又吵架、又在結龜，堂弟也受不了跑過來安撫我，那個時候我正在廚房，廁所就在旁邊，我聽到悲憤處受不了，還直接衝進廁所狠狠槌了牆壁一拳。

---

<sup>48</sup> 這大概才是童年最大的憋屈、結龜。「驚扭」雖然跟「結龜」意思接近，但總覺得不是我的狀態！

## 第五節 痞子：童年往事



圖七、陪伴

我們這群十多個玩伴裡面，痞子跟我從國小同班到國中，他父母結婚時原本住在魚塢，之後不知什麼原因，舉家遷至我家斜對面10公尺，一間由簡易木板隔間的屋子。屋頂是由綿瓦片遮蓋的，所以下雨天會有一排美麗不規則從瓦片滴落的雨珠簾子，有一陣子我很喜歡一個人跑去他家門口，玩起「電流急急棒」的遊戲，用手掌當道具從一端走到另一端，不能讓兩滴到手掌。他爸爸長期在外面，直到現在我都還沒看過他爸爸，他哥哥則是從小就被帶到魚塢，陪他奶奶一起住，跟我有一樣的長子悲歌。加上他的兩個姊姊一家四口，都靠他媽從事家庭理髮維生，有記憶以來直到大學前，我都是由他媽理的三分平頭。從一開始坐在洗衣板上的60塊，到可以直接坐在椅子上的110塊，每次我讓她媽理髮的時候，他就會在旁邊搗蛋鬧我玩，我跟他媽也都被他逗得很開心，他家人覺得他很調皮，給他取綽號「痞子」。

一直以來求學階段，可能我的結龜及家裡的事，所以朋友很少，他自然變成跟我少數比較好的朋友，不管聊天、去福利社、下課玩躲避球、涼亭的紅蜻

蜓、盪鞦韆、或是在綿雨天進安府前廣場，打百分籃球生死鬥牛賽……。不管在學校還是在家，玩在一起的時間非常多，甚至幾次在學校我感到委屈時，也是他來找我玩、陪我，這樣的緣分讓我們的感情變得越來越深厚，痞子也常跟他姊說：「跛腳仔<sup>49</sup>是我最好的朋友」。

## 一. 媽媽眼中的痞子

那媽媽本人如何看待痞子的呢？如果媽媽當初懂得「關心是祝福，擔心是詛咒」的話，事情可能會單純很多。小一有一次媽媽忽然找不到皮包而焦慮萬分，然後開始追問有沒有看到皮包？有誰來過？這錢是給我們讀書、吃飯的，不見怎麼辦？……媽媽忽然想到痞子好像來過，於是把他叫來逼問一番，跟他說這些錢對我們多重要……但痞子堅決沒偷，等到他回家之後，媽媽再次翻找衣櫃終於找到，才發現誤會他了。

小四有一次痞子跑來找我，陪他去遊樂場打電動，但我不會打電動，所以從頭到尾我就坐在旁邊陪他。到了7點多媽媽出現，二話不說就把我叫回去，一到家就大聲喝斥「跪下！」沒問來龍去脈直接一頓毒打。那是打最嚴重的一次，打得我哭天喊地，當我哭完後不斷啜泣，媽媽持續威脅我不能啜泣出聲「你再哭試看看！就再打一次！」因為啜泣聲是自主神經發出，並非我所能控制，儘管我用盡全力去控制壓抑，它還是不時發出啜泣聲，壓不下來。那真是非常「結龜」！而且我也學會更大的壓抑本領。

那時候還沒有太晚回家概念的我，下午四點多出門、晚上七點多被抓回去，可能是沒有告知的不安，想著「媽媽可能找不到我會著急，再不回家又會被打，但眼前這個好朋友又需要我陪他，怎麼辦？」最後我在那份不安與陪伴

---

<sup>49</sup> 痞子對我的暱稱。

之間，犧牲冒著被打的風險，陪伴眼前發出需求的這個人。

## 二. 我眼中的痞子

高中我們這群玩伴一個個開始住校，每個禮拜回家時，忽然整體動力氣氛有些不一樣，一來那時爸爸已經住院，二來每逢週末回家聚會，都有一種暫別重逢的喜悅。青春期本來就是最活潑的時期，所以放假時大家都會各種約見面，包括我跟痞子還有堂弟，特別的是我們必須另外約外面見面。但為什麼約在外面呢？那是在有一次我打電話回家，才得知痞子媽媽過世的消息。對於一個算親近的人過世，雖然我還有點矇懂，但當下還是有股哀傷、錯愕的情緒在翻滾。因為他兩個姊姊讀大學住外面，所以家裡就只剩他一個人，於是他便搬離了20年的地方到魚塢住，所以放假當我們一群人回家時，他是回去魚塢。

另一個原因是礙於媽媽跟親戚 A，他不太願意直接進到我們家，所以我們敘舊，就都得另外約地方，可能附近廟宇、魚塢、麵店、國小打籃球……。甚至後來媽媽、親戚 A 更不允許我們找他，我跟堂弟只要出去沒多久，電話就一定會響起問「我們在哪裡？跟誰在一起？快點回來！」如果是找痞子，出門更會被阻擋、禁足強硬的對待，沒有討論餘地。總之對他來講，他會找這群玩伴、找我、找堂弟，其實是回來找根，跟所有人一樣，就是想回家。

也就是這個時候，我感覺到親戚 A 對我的態度變得「怪怪的」，常常會突然跑來當我的面說好多我聽不懂的話「痞子如何！堂弟如何！他們之間什麼事又如何……」常常沒頭沒腦聽得我一頭霧水。久了之後，我慢慢抓到親戚 A 講的輪廓，大概是「高中時期堂弟曾經跟他同一所高職，一個是我打小認識的髮小兼鄰居兼玩伴兼同學，一個是我隔壁堂弟，因此在那個時空下相遇，產生他鄉故知情感，自然地互稱兄弟走到一塊。打架鬧事、追求異性、飆車、租房子

住一起、整天混在一塊……導致後來堂弟被退學只有國中學歷」。

### 三. 親戚 A 眼中的痞子

這個他們對我說了無數次的關鍵事件，讓矛盾爆發檯面化並擴散到我身上。親戚 A 的說法如下「那陣子他常找堂弟聊天到天亮，親戚 A 因為做工要三、四點起床，但親戚 A 認為他也算看到大的小孩，也就容忍下來。後來慢慢覺得堂弟『變壞了』，開始對他有點抱怨認為是他帶壞。最後壓垮親戚 A 的稻草，堂弟跟他借摩托車出車禍，那車子維修錢誰出？出車禍誰的責任？最後好像是痞子出，但親戚 A 認為本來就是他該出，而且為什麼要把車子借給堂弟？為什麼把堂弟帶壞？為什麼每天聊到快天亮？吵得親戚 A 隔天要起床做工，很晚還無法睡覺……」而他的說法如下「堂弟在外鬧事誰處理？堂弟心情不好誰陪他？而且是二、三十公里外隨叫隨到，堂弟沒有女朋友誰介紹？堂弟借摩托車也是堂弟要求的，出車禍還要他出錢？！」這是我聽了無數次兩造雙方激動不已的版本後，好不容易拼出的情節。

直到大學他也來過幾次逢甲找我玩，打球、敘舊、聊天、逛夜市……斷斷續續都有在聯絡。甚至到我崩潰一度跟世界徹底隔絕，當然也沒回家，沒跟任何人聯絡、也無法「正常講話」，包括家人。那段日子讓媽媽已經殘破不堪的心，因為我的事，又傷透了不知道多少心？流了不知道多少淚？其實我何嘗不是，每次看到手機上家人，尤其媽媽的未接來電，我的心就痛一次。這時連原本對痞子有成見的媽媽，也多次放下臉面去找他尋問我的下落，但連他也不知道我的音訊，自然無法給媽媽線索。

很久以後當我幾次沒地方住也會去打擾他，在他買的房子住過一陣子，他

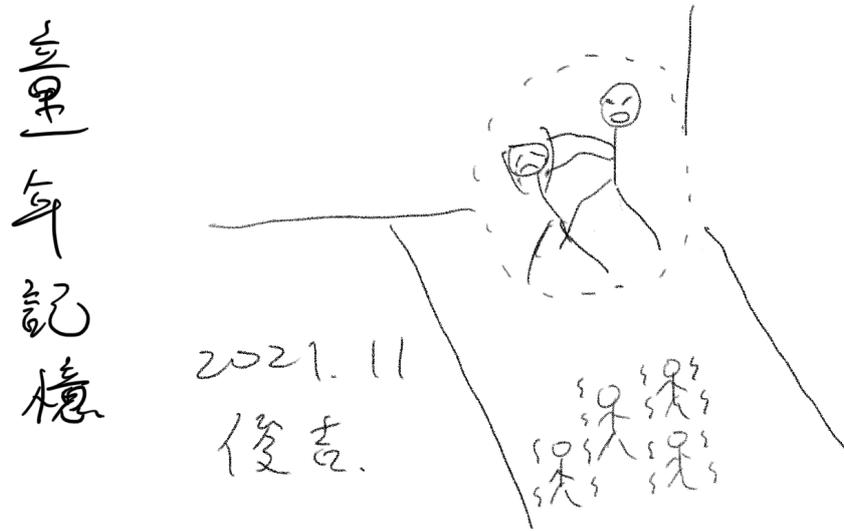
跟他老婆還替我慶生<sup>50</sup>。當他看我沈迷交友電話、看到我為了找一個沒見過面的人跑到高雄、提不起任何動力找工作，看到我用他的電腦看色情片，為此他還怒斥我一頓「可以看 A 片但要小心電腦中毒」……。他看到我最低潮迷惘時，憔悴不堪墮落可笑的模樣，那時候在他面前，我可以最沒有保留地把我陰暗面展示出來。所以後來有一個作業，要10位朋友眼中的我，他才給了我一個「有色無膽」的回饋。



---

<sup>50</sup> 他老婆是我們國中同學，當時被看不起的壞小孩，也成家立業生小孩。

## 第六節 遺忘



圖八、失憶

大概小四開始爸爸會一個人喝悶酒，幾次回家看到他獨坐房間裡，落寞的拿著酒瓶、眼睛很紅。（丁俊吉，錄音檔，2021秋）

爸爸他、他打媽媽……我印象中好像都是突然整個抓狂很兇、大聲不知道罵什麼、拳打腳踢，我們在旁邊看到就是覺得說……我不知道怎麼講……很悲痛吧……很想要阻止……就只能哭吧……只能喊……我記得印象中好像一直聽到，因為我們四個小孩應該都有在場，然後我就聽到其他人喊「爸爸……」這樣子，就是哭著喊，勸爸爸不要再打媽媽了（哽咽），我們唯一能做的就好像只有這樣子，只有姊姊她會她會跪著求爸爸說不要再打了（哭泣）……

我也不知道當時的心情，應該是無助吧，恐懼悲傷，可是我當時好像沒什麼反應，而且我這邊為什麼畫虛線是說，明明這……（哭泣）明明這……我為什麼畫虛線是說，明明這一段歲月就是……爸爸打媽媽的次數很多，應該回憶會有很多，可是我好像想不起來有任何的畫面。也不是忘記，好像從來就沒有那些

畫面，我怎麼想都想不起來，但是我知道一定有，我們都看……這很常常看到，國中三年的……國中每年的除夕夜，我們都是在看著爸爸打媽媽的畫面中度過。

印象還有抓媽媽的頭去、去撞牆壁之類的，因為他是真的瘋掉了！媽媽，我們好像沒有辦法靠近、應該也不敢靠近，但是好像打完之後，媽媽好像有過來抱我們吧，然後抱著我們哭這樣，然後就好像、也要安慰我們、就哭著喊著說「我的兒子啊……我死了……」

## 壹. 思覺失調症

有一次我跟隔壁鄰居阿份玩，開玩笑笑他是瘋子，就聽到媽媽在屋內喊著叫我進去，低著頭難為情輕聲地跟我講「我們的爸爸就是瘋子，不要亂喊」。關於爸爸罹患思覺失調症的說法，目前有四個版本，早年聽到的都是外婆說的版本，車禍或失足掉落海裡。這幾年二叔的是第三個版本「你爸媽剛結婚沒多久，就為了要不要買魚塢的事天天吵架，爸爸發病後會去打外公、外婆。」二叔的看法是爸爸的狀況除了車禍跟落海，還有媽媽強勢的個性導致，在二叔說完沒多久，也從外公、外婆本人口中證實，早年為了買魚塢糾紛的事。

而落海的版本也從日後三叔口中聽到「極相近」的版本。三叔先說他從小如何跟爺爺在魚塢工作，發生意外脊椎受傷無法工作，爸爸小時候如何照顧他們弟妹跟整個家庭，晚上再去魚塢工作，是一個非常好非常古意的大哥……。有一天大夥一群人出海工作，一個堂叔不小心落海失蹤，當時大家非常著急跑回來求救，一群人再回去尋找那位落海的叔叔，結果被爸爸用腳踩到而發現，才受到非常大的驚嚇導致精神不穩定……

媽媽也說爸爸是弟弟出生那年發病的，無論哪個版本都已無關宏旨。能確定他是在我們很小的時候發病，也符合我3歲骨折時家裡一團亂而疏於照顧的推測，以及小時候對爸爸似乎有幾年缺席的斷層回憶。我也有一些跟他去醫院看病的記憶，也解釋了楔子裡兩個爸爸的夢。爸爸開始打媽媽大概是我小四，而強制送醫住院是國三，在小四到國三這六年可說是全家最黑暗、悲慟、不想碰的回憶。那幾年常常看著爸爸突如其來，抓狂瘋了的往死裡打媽媽，用拳頭打、用腳踹、抓頭撞牆壁……。我們不但都哭喊哀求爸爸別再打了（除了我以外），心也都碎成渣了！同時也引發我類似「失憶、創傷」的機制，在這之後似乎忘了好多事情。

## 貳. 目睹家暴

那一陣子常常跟爸爸坐車去醫院，當時還不知道是看什麼病，我只感覺爸爸陪在旁邊很安心。爸爸短暫住過一個靜謐充滿樹林，讓人安定放鬆的醫院。有一次在醫院座位區等爸爸時，我看到在賣小叮噹漫畫，那時候我好想要看那本漫畫，爸爸回來後我就提出要求，爸爸也馬上買了給我。一路上我就沉醉在歡樂奇幻的漫畫世界，還有爸爸陪在身邊的安心感，全然不知身旁爸爸已經有異樣，而且即將為全家還有我，帶來巨變的風暴。

自從看到爸爸喝得爛醉，滿臉通紅呆坐在房間後，慢慢地在日常生活裡看到幾次「爸爸怪怪的」，例如盯著堂弟彈煙灰在他身上、發動車子不發一語，一動不動坐很久、端一碗裝滿水的碗到床上，神秘兮兮地研究紫微斗數……。再後來就會對媽媽各種拳打腳踢，我們常常提心吊膽隨時會聽到破口大罵羞辱人的話，伴隨著各種肢體動作，抓著頭髮讓頭去撞牆壁、拿椅子敲媽媽的頭、或惡狠狠地踹媽媽、從媽媽身上咬一塊肉下來……

那幾年所有可以躲的地方媽媽都躲了，外嬸婆家、附近一個親戚也是我同學的家、甚至躲到台中姑婆家住了一陣子，我們還為了找媽媽跑到台中。爸爸狀況越來越嚴重，有一次放學回來聽說爸爸拿菜刀砍嬸婆，還有拿掃把打外公、外婆。有一陣子爺爺安排爸爸去住宮廟，那時候媽媽才又回來，然後媽媽晚上都會做便當叫我拿去給爸爸，我就每天晚上一個人走在昏暗的巷子拿便當給爸爸。後來一天放學回家，家裡好像「若無其事般地回復往常平靜」，聽說爸爸是被強制拉上救護車送到精神療養院。直到今天，這麼多年爸爸每次打電話回來或我們去看他，唯一的心願就是想回家……但已經不可能了，當初的家已經不「再」了。

### 參. 塵封

高中每次星期五晚上回到家，我會躲在後院一個一坪的畸零地，這塊畸零地是奶奶堆放雜物的地方<sup>51</sup>，也是小時候我最喜歡玩耍的地方之一，我自在那個小小天地裡，幻想著各種劇情玩耍。後來上高中，已經習慣性不想看到妹妹、待在同一個空間，又連帶不想跟姊姊有瓜葛，覺得跟這個家沒有關係，也變成大家的默契、固定模式了。所以每當週五晚上回到家，我不是直接從正門進去，而是走後門躲在那塊畸零地玩一小時，再默默的進屋。對我來講，那塊畸零地反而成為給我溫暖、熟悉感與安全感的秘密基地。

而每次在教室午休時，我三天兩頭就會作夢中夢、清醒夢，忽然全身震動一下、嚇一跳但醒不來，或醒來之後頭腦很清楚，但還是在夢裡面醒不來。多年後我又常常夢回當時的情景，直到高三壓力大到失眠，跟同學相處出狀況，才去申請外宿租房子。現在回看過去才發現，當時算是第一次小崩潰，暨大那

---

<sup>51</sup> 其實整間房子都是奶奶堆放雜物的地方。

次是第二次大崩潰。有一天回家我還莫名主動跟媽媽說「我狀況不好，但請放心，我不會去自殺！」讓媽媽知道雖然有狀況但我清楚也知道，而且也不會悲觀地的去自殺。

至此，大學以前的故事、四大心結「媽媽不要哭」、「意識形態」<sup>52</sup>、「被毒打」、「失憶」、種種驚濤駭浪……不但告一段落，也像是遺忘一樣。國中升高中就像是一條分水嶺，離開之前糾結混亂的舊環境，到相對穩定新環境的轉換，花了3年的時間在清除記憶、塵封起來、失憶一樣。



---

<sup>52</sup> 下一節詳述。

## 第七節 詮釋與反思

### 壹. 媽媽不要哭

「媽媽不要哭」的標題，原本已經處理很多次了，不外乎是下「初始記憶、媽媽的眼淚」。有一次再處理文本時，怎麼看都有點不太貼切，想試著重下一個標題「流淚的媽媽、皺著眉頭流淚的媽媽……」怎麼看就是差一點，忽然「媽媽不要哭」這個標題跳出來。對，這才是這件事的精準標題，當我把媽媽不要哭這幾個字打上去時，眼眶也不自覺紅了起來。丁老師其實也問過我好多次對這一幕的感受？我每次的回答也差不多都是想保護安慰媽媽。但這個標題出來後，我才確定看到媽媽眼淚時，最直接的感受是心疼跟不捨！這才是最原始的真實感受！想安慰保護媽媽是第二個反應，打妹妹算第三個反應了，而且當我感受到當初最直接的感受時，覺得跟自己又更連結回來一點了。

另外關於這件事的相關詮釋，我寫於2021.10月，而我11月去診所查到3歲骨折的病歷，12月從阿姨口中得知常抱我找外公的事。有趣的是後面發現的證據，竟一個個回頭印證了之前梳理的脈絡：

#### 一. 寫於兩篇日記前

在「媽媽不要哭」這段記憶中，讓我困惑的是，當時我為什麼「不會」擁抱媽媽？而且感覺媽媽是陌生的。假如在這之前，我確實不會主動擁抱、或是不擅表達情感，是什麼原因到了小一還沒跟媽媽建立依附關係？為什麼小學的我，還不太會跟外界溝通？是發展遲緩嗎？還是跟主要照顧者長期疏離？

如果當時家裡飽受生活各種折磨，忙於賺錢甚至面對很多糾紛、衝突，無暇顧及小孩，如果媽媽是愧疚找我過去解釋，認為她的緣故或家庭處境，造成的疏

於照顧或發展遲緩而讓我骨折，一切就講得通了。媽媽可能因自責，而迫切的關心我、逼我講話表達感受想法，也解釋了我為什麼不懂得抱媽媽、對媽媽感覺是陌生的，也解釋了我的三種感受（訓戒、訴苦、關心）。（丁俊吉，論文初稿，2021.10）

所以跟主要照顧者疏離，除了兩家混亂還有常常被阿姨抱走，都可以解釋得通。而38歲休學回家那年，有一次在魚塢工作時，媽媽突然講一句話：「這都是我自找的啦……是我自己選的！」媽媽始終認為這個家的遭遇，都是她自己選的，而且是在所有人反對下堅持選的，所以媽媽對自己有一份承諾跟責任，因為媽媽選擇跟了爸爸。

這就看懂了媽媽多年來，對我們尤其對我的態度，總是感覺怪怪的，就是不知道哪裡怪，現在懂了。媽媽跟我們的互動模式中，帶有「用力」、「彌補」的成分，讓彼此多了一絲不自在，也難以建立健康穩固的親子關係。而且一但媽媽沒有得到預期的回報而失望挫折，會適得其反讓彼此受傷而惡性循環。現在看透之後，下次媽媽再「用力」的跟我們互動時，我不但看透媽媽的用意，比較不會被激怒甚至多了一份同理。從不自在的感覺中，嚐到溫暖的母愛，前提之下是——我必須跟媽媽重新建立連結。

## 貳. 割肉餵鷹

### 一. 意識形態

我想一般世界上的幾個大宗教立意都是良善的，但如何次第化育開顯人性就是一門大學問，而且最終都會讓人產生某種意識形態的情操，根深蒂固盤據內心，產生強烈綿綿不絕的支持力量。這類意識形態傳播，本來對一個小孩子來講是很容易灌輸的，尤其如果他有所求、有某種焦慮時，更是一拍即合。剛

好我在接觸此道場之前一年，我剛經歷完無助及混亂，有著強烈想保護媽媽的驅動力。而這些人生道理的寓言故事，剛好為我提供一個方法——犧牲自己幫助他人，一個急於想找方法保護媽媽，一個想傳教鼓吹信眾，就成為讓我去抓的規訓，可以拿來「讓自己長大保護媽媽」。

於是每個禮拜我就坐在第一排認真的「聽道、修道」……但，這也是一段危險的冒險旅程，一路讓我跌跌撞撞，不但前後好像著過3次魔一樣。我想也終將會是一輩子的功課，如何內化這麼多意識形態及學說思想，追尋某種真理！正如翁開城老師所言「人生第一個卦象」，冥冥中也吻合我3歲在搖籃的兩個叩問——「這是怎樣的世界？我是誰？」而當時我在那個道場被「啟發」的四個意識形態有：正義魔人、犧牲思想、危機意識、多元思考。

#### (一) 正義魔人

小時候家裡對我管教嚴格，例如吃飯時媽媽會要求吃相、坐姿、把碗端好，我也常常因此被打罵；還有爸爸從小要求我學毛筆字。當兵時我看學弟站哨，站三七步不像樣，我也不是班長或士官，但還跑去教訓學弟。甚至在我「崩潰」要離開前，也在實驗室留下一首笑看人間的詩。可見當時對於妹妹的各種行為看不下去的我，被多強烈的意識形態附身。

反倒是為什麼我會有想要攻擊妹妹的衝動，當初我也很喜歡許多卡通：《霹靂貓》、《金獅王》、《大無敵》、《雷霆王》……直到現在我還會唱人生第一首學會的歌《大無敵》的主題曲。而這些卡通都是保護正義攻擊邪惡的「英雄」隱喻，除了保護媽媽使然，或許多少也有受卡通影響？

## (二) 犧牲思想

落紅不是無情物 化作春泥更護花

《龔自珍·己亥雜詩·其五》

### 1. 名詞釋義

在此取維基百科關於犧牲的相關釋義摘錄如下<sup>53</sup>：

#### (1) 現代

中文的「犧牲」可對應英文的Sacrifice。Sacrifice來自拉丁文Sacrificare，原本指宰殺動物或人類奉獻給神靈的行為，後來衍生出第二個意涵，指為了幫助他人損害自己的權利。英文的概念被引入中文後，中文的「犧牲」多出了動詞的用法，指殺生祭祀（也可稱為獻祭），也可以引申成「為了達到目的而放棄某些重要的東西」。

#### (2) 政治意義

「犧牲」在近現代才引申作「為了達到某種目的，付出自己的利益或性命」。

#### (3) 文革犧牲

1990年代以後的後文革時期，隨著市場經濟觀念的衝擊，使得社會整體目標和理想變形，個人利益的權重加大，「犧牲」漸變得世俗化，個體的休息時間、家庭、健康、幸福、局部利益、

<sup>53</sup> 取自維基百科。 <https://zh.wikipedia.org/wiki/犧牲>。

形象、機遇等，在革命時代被視為是微末的事物，也可以與犧牲聯繫起來。

## 2. 廣義犧牲

如上所述「個體的休息時間、家庭、健康、幸福、局部利益、形象、機遇等」算是廣義的犧牲。割肉餵鷹的故事本身並未提及「犧牲」兩字，而是劇情本身蘊含流露出某種精神，所以我並不是想著犧牲，而是照著被故事暗示的精神，去揣摩、學習、實踐，可能是壓抑、克制、自律、封閉、默默忍受痛苦、損失，當然也包括犧牲本身……。這跟「媽媽不要哭」那幕的我很像，都是一種想要克制自己去幫助他人的情景，所以我從原本的壓抑克制，在聽到故事後變成想要犧牲自己。

清代詩人龔自珍曾以「春泥」當作隱喻，詮釋「奉獻自己成就他人」的犧牲精神，而這會衍伸出「先自利或利他？」的議題，亦如在本文〈我OK，你先領〉章節裡提及，每當我遇到不可避免之利益衝突

時，究竟要怎麼選？該如何處理？尺度界線如何判斷的思考？

在更早期有一個可能跟「犧牲」有點相關的記憶，就是被帶到叔叔家作客那一幕。當我坐在一旁已經坐不住時，我會開始克制強迫自己繼續坐著陪伴大人。所以我會壓抑克制的特質，也不完全是「媽媽不要哭」那幕被逼出來的，大概是天生就有的，只是後來被情境誘發吧。

從初始記憶、道場的經驗、刻意被羈絆、讓自己很聽話、陪媽媽說貼心的話、打妹妹、主動做家事、存錢給媽媽、陪朋友打電動、發誓折壽給父母、故意被控制、強迫自己唸書、故意分擔魚塢工作、裝瘋賣傻

……。或媽媽在殺魚的時候，故意在旁表演被殺痛苦的模樣。或想像著如果有人要被車撞的時候，我要跳出去救他。故意讓別人誤解我，讓他們練習溝通，藉此讓他們看到思考盲點。直到長大後關懷社會議題，例如：身處現代的資訊、價值觀多元造成的混亂；故意犧牲自己著淫慾的魔，來了解關於「感情、性」的議題……這些都是我拙劣、自以為是的「犧牲助人技巧」。

在新竹流浪某天，當我在圖書館前畫素描時，忽然有一位中年男子過來跟我搭訕「請問你在做什麼？」我被突來的打擾感到詫異來不及反應，反射地回答「我在畫素描」，他「我是教武術的，可以借我幾分鐘嗎？」一開始我先是聽著，慢慢察覺到這個人精神好像有問題。這時候如果我走了，一來他會傷心，二來我最深那股「信念」又跑出來了：「我如果跑掉的話，就等於放棄了這樣的人，這是一個了解他人的機會，了解以後才能幫助類似的人」。

那時期我雖然已恢復一些元氣，還不太有餘裕關照他人，幾經權衡後，我還是讓內心小劇場、預設想法都暫時退開，讓自己平常心把這個人當正常人對待。「我跟你講，這個招式要這樣擺，這樣這樣……」於是他開始握著我的手抬起來、摸著我的身體轉過某個角度、摟著我的腰彎下某個角度、抬著我的腳跨弓箭步、屁股、胯下……這樣「調整」招式大概10多分鐘。忘了怎麼結束這個詭異的「武術指導」，結束後我騎著摩托車回到宿舍，一股不舒服的感覺才慢慢溢出，漸漸地才有被「騷擾」的感覺，於是種種痛苦晦暗的過去又被勾出來，我又蹲在那個山上偏僻小屋的浴室裡，爆哭了幾個小時。

小時候當哥哥的我本能地想要照顧弟妹們。像弟弟在外被欺負哭到淅瀝嘩拉抱他回家；或教隔壁堂妹玩橡皮筋、變魔術、打拳……這些「一般」的照顧方式。慢慢我覺得更想把那份，更深的幸福感以及某些脫離輪迴的觀念分享給弟妹們。後來在「濟公」的連續劇得到某種啟發，原來瘋瘋癲癲的背後，是以犧牲形象的方式幫助他人。

其實現實世界有類似的行為，明顯的實際案例就是火燒幼稚園娃娃車的林靖娟老師事件，就是一個典型的犧牲自己救他人的例子，而大家看到靖娟老師的行為，並沒有升起譴責或嘲笑之意，更多的是崇敬與感動，這就是一個案例證明。這也是我活的很混亂不安的原因之一，犧牲掉自己的一切，課業、未來、想法……當大家都在汲汲營營尋找未來的時後，我的淺意識卻覺得必須犧牲掉未來，這一點讓我很恐慌，活得沒有明天似的不踏實。別說即便成年社會裡，即使在宗教裡犧牲思想仍是少見且特例的存在，何況對已經充滿「結龜」的小孩來說，又增加多少負擔跟困惑，並不是說犧牲不好或不對，而是只有在非常特別時刻才需要實踐。

### （三）危機意識

這一段也在回答〈裝瘋賣傻〉那一節，之所以裝瘋賣傻的兩個原因，除了分享幸福感，第二個就是對輪迴的危機意識。小學某一天早上，當我走路上學途中經過進安府廣場時，看著眼前的樓牌及學校圍牆，卻一點都不想進去那個圍牆裡面。那一陣子都無心聽課，心裡有一種悶悶的不安，而上課的內容並無法解決那個不安。現在知道那個不安就是對輪迴的危機感，這個危機感也一直在心裡，日後會在不明的時刻跑出來。

像是我在新竹流浪時，一如往常埋首書局在尋找什麼似的。那天我在清大附近一間書局，翻閱一本說明關於死亡的儀式，描述人死後變成中陰身狀態，可以透過各種儀式法會將其超度……。一來我風塵僕僕只能略翻，二來這些內容只是描述死後世界及超度儀式，並沒說明如何徹底解決，故也隨手放下。之後下定決心去寺院當全職住山義工，也是這份危機感使然。當初構思論文題目時，果鏡法師建議試著從心理傳記角度研究印光法師生平，當翻閱到有關生死事大、無常迅速的文意時，又把我的不安攪騰一番。最後一次是論文小組，當我聆聽同學報告弘一大師生平事蹟，從留日學習美術、回國教書、聽到最後決定出家那一刻，我又感受到那種危機感。猜想弘一大師會不會也感受到，有某一件他認為世界上最重要的事要去做，不然沒時間了，才放棄世間一切不惜出家。以上都是當我感覺到死亡的急迫以及死後輪迴嚴重性的危機意識。

印光法師認為：「如來一代所說一切大小乘法，皆仗自力，故難；唯此一法，全仗阿彌陀佛慈悲誓願攝受之力，及與人信願誠懇憶念之力，故得感應道交，即生了辦也。」<sup>54</sup>（沈去疾，2001）

知道不安來源是輪迴之後，反倒比較不會被它困擾焦慮，而且這一路從禪宗超越生死的態度，體認到自己身世、天資、全面不足，從而轉入善導大師的淨土思想，到現在再轉入法的彌陀本願思想，並且會規劃為未來藍圖之一。

有一次我想起為什麼氣媽媽：「當我意識到我會死亡這件事，代表著我將要離開媽媽，但媽媽卻沒有救我、或表達不捨、或跟我溝通<sup>55</sup>，彷彿我死了媽媽都無所謂的樣子！」這個回憶原本找不到其他關聯，後來發現，死亡的體驗是從割肉餵鷹來的，這樣的話這兩件事就連起來，就可以解釋「媽媽不會救我」

<sup>54</sup> 沈去疾（2001）。印光法師年譜。台中市：青蓮出版社。頁5-6。

<sup>55</sup> 媽媽沒有他心通，當然不知道，但當時小孩子的我卻是這樣認為。

的心結。因為潛意識認為大人（媽媽）要小孩「捨己為人」，我又強迫自己聽話，這讓我更沈重壓抑，而覺得活著沒意義而討厭媽媽。

#### （四）啟迪思考

我自認為的多元思考、思想活潑，在當時就變成堂弟所形容的「愛說歪理」，及媽媽對我的評價之一「你去做辯律師啦！」能言善辯。我對任何事情都非常有想法，就是從幡動心動、朝三暮四、父子騎驢……這樣的故事而來。體驗到看事情的多元角度、思考，竟然是那麼的有趣；猴子有趣、指指點點的路人有趣<sup>56</sup>、到底是幡動還是風動？這些都聽得我腦洞大開，這些都太有趣了<sup>57</sup>，之後我就變得喜歡觀察事物自我對話、思考。

像下雨天我去痞子家理髮，全心全意地觀看屋簷滴落的雨滴時，雨滴竟然停留在空中！形成一幅不規則卻成行的兩珠廉子畫面，好美，又把兩珠想像成遊戲，只要下雨我就跑去欣賞去玩，玩得不亦樂乎。又或當我有一天跟鏡子玩的時候，認真去看「鏡子」本身<sup>58</sup>，又發現「鏡子」是一個很神奇的玩具，可以照出一模一樣的東西。於是心想，如果鏡子照鏡子會怎樣？興奮的我馬上找出另一面鏡子，果然看到「無限」個鏡子，我就在那看呀、欣賞呀、感嘆這世界太奧妙了，這就是無限的感覺，也好美、好有趣！

又像有一陣子我很喜歡分析事情給媽媽聽，而且似乎有那麼一點道理，媽媽也很聽我的分析。這再後來長大點，姊姊才會抱怨媽媽「妳什麼都聽丁俊吉的，丁俊吉說的都對」，造成姊姊、妹妹心理不平衡，媽媽後來自己也說「當

---

<sup>56</sup> 跟生命教育課作業一樣，十個人就有十種對我的看法。

<sup>57</sup> 一種被徹底打破對原有認知框架的當下，「原來如此」的驚嘆！

<sup>58</sup> 不是看鏡子鏡射出來的物品，而是研究為什麼無法看到的「鏡子」本身。

初被你騙得團團轉」的話。是的，我的確是想騙媽媽出離輪迴……

在下一段〈從國王到鴿子〉也是如此，當我發現行菩薩道時如果沒有鴿子，國王是無法行菩薩道成佛的！想通了以後，為了成就他人練習助人，所以才扮演鴿子。或本論文某種程度也在闡述我的詮釋觀點，而且我總想要把生命所有是非對錯、善惡好壞、黑白二元對立融合起來。以上皆屬多元思考，但也勉勵自己持續學習從歪理到真理。

## 二. 從國王到鴿子

為什麼這一段重要，因為如果不理解國王的隱喻就不理解鴿子，不理解鴿子就不理解我的核心思想——從犧牲到引導、點亮他人。

在道場的熏習之下，我原本是模仿國王的角色精神，有一天我發現某些幸福感來源，似乎是經由犧牲利他得來的，如果要跟他人分享這份幸福感，最好的方法就是分享跟我一樣的思想行為——犧牲助人。而且在這故事裡，行菩薩道最終成佛的是國王，鴿子和老鷹卻仍舊在六道輪迴？這樣似乎就不太對了！正因為我當初體驗到，有一隻鴿子冒著被吃掉的風險，才讓我有機會行菩薩道，我感恩於那隻鴿子的同時也意識到一點。如果眾生要成佛，勢必要有人當那隻隨時要被吃掉的鴿子，否則眾生沒有機會學習菩薩道，再者如果要幫助他人離開輪迴，就要引導他人行菩薩道，所以我要扮演的是鴿子而不是國王！

## 參. 顧人怨

本節說明了為什麼我厭惡妹妹？漢賊不兩立？跟妹妹一輩子講不超過10句話，而我竟然無感？除了「失憶」，因為我打從心裡原本就是要跟妹妹完全斷除關係，失憶後大家便覺得我是在賭氣（結龜），怎麼不跟妹妹和解，所有對

我的言行舉止彷彿都在暗示著「你心眼怎麼那麼小？」的態度。但我並沒有不和解而是根本忘了這些事，對我來說這些記憶比目睹家暴、被媽媽毒打埋的都更深，都是後來晚近幾年才浮現，而且我跟妹妹也早已不知如何重建情感。

#### 一. 「不聽話或忤逆媽媽」

這邊就要解釋第一章〈我是誰〉裡，為什麼我會寫出「開始會打妹妹」跟沒有「不聽話或忤逆媽媽」這兩句矛盾的話？媽媽不是一直叫我不要打妹妹嗎？那不就是不聽話呀？這應該就是我能爬梳到最深的癥結點了。

我著正義魔後把妹妹當成欺負媽媽的壞人，在所有我認為的妹妹「罪狀」裡面，讓我理智線斷掉打妹妹的是一一看到媽媽生氣！一開始其他事情還只是看不慣，後來惹媽媽生氣讓我越來越無法忍受，等到妹妹為了洗碗而摔碗，媽媽也大發雷霆那一刻，妹妹踩到我的底線而理智線斷掉！

之後只要妹妹再惹媽媽生氣，我就會用拳頭打她背部，久了換媽媽來處罰我，但媽媽卻是指責我「不可以打背部，會得內傷！」而不是說「為什麼打妹妹？不可以打妹妹！」所以我才會「沒有不聽媽媽的話」的直覺<sup>59</sup>。也就是這一刻開始，媽媽三天兩頭就會毒打我，認為我這個做哥哥的，怎麼對妹妹這麼兇殘？！而且也不再主動做家事、掃地了？？又去遊樂場打電動？！這樣一個開始變壞的小孩，怎麼能不好好教訓我。

在我保護媽媽的作為裡，除了前述的存錢給媽媽、主動做家事、陪媽媽聊天，讓媽媽安心以外，我還認為回擊敵人是在保護媽媽，所以才會在淺意識裡，不但沒聽到媽媽說「不可以打妹妹」，也認為沒有「不聽話或忤逆媽媽」。

---

<sup>59</sup> 可能媽媽也認為我執法過當，為難於要不要默許輕微處罰妹妹，而不是阻止打妹妹。

## 二. 妹妹視角

但如果從妹妹的角度來看我的行徑，會是一個怎樣的哥（ㄉ、）哥（ㄇㄉ  
ㄥ）呢？我保護媽媽，讓媽媽開心的行爲，在妹妹眼裡就會變成阿諛、裝乖、  
拉攏、搞小團體的同時，回過頭來對她各種嫌棄、指責、詛咒、打罵。一手爭  
寵拉攏媽媽、一手打壓她，搞對立的兩面手法。讓她得不到母愛信任，在家裡  
失去位置跟認同、歸屬，進而對她造成種種巨大不可逆的傷害，最可惡的是，  
高中之後竟想要「裝瘋賣傻」賴帳、一筆勾消？！

另外一件重大關鍵事件，導致妹妹對我的陰影更深，讓原本已經曲折離奇  
的故事更複雜，只要妹妹一日無法面對此事，我跟妹妹間的結似乎就永無見天  
之日，我可能也將永遠背負加害者的罪名。

## 肆. 髮小

其實我本來就沒多加插手過問堂弟跟痞子間的事，但據我所知堂弟當時有  
讓親戚A非常擔心的事情，也是一件重大關鍵事件，親戚A的焦慮不是沒來由  
的。尤其親戚A只有一個兒子，正值青春期又遭退學，常常擔心好幾天睡不著  
覺。我本來一直不覺的這些事跟我有何關係，事實上也跟我沒關係，我既沒  
心思參與、也不在同一個生活圈。一個跟我是緣份深厚的髮小、一個是住我家  
隔壁的堂弟，我們三個都是小時候玩在一起，那群十幾個玩伴裡面的人，我跟  
痞子那時也沒有過多的來往，即使有，也是正常不過人之常情。

## 伍. 遺忘

在製作錄音逐字稿敘述這一段的當下，讓我深刻感受到媽媽為了保護我  
們，寧願被打死也不能讓小孩受傷的母愛，感動到痛哭無以回報。因為害怕爸

爸真的失控做出什麼事，所以媽媽那幾年才會「對爸爸的暴力概括承受下來！」那一幅畫就是各種怵目驚心、殘暴駭人的意象，徹底抓狂發瘋的爸爸打媽媽，看的讓人心驚膽跳、傷心欲絕。後來我問姊姊，爸爸打媽媽的確切時間點時，姊姊亦是如此回覆「我已經忘記了，實在太痛苦了，抱歉」，是的，只有我們才知道那幾年多讓人心碎。而在這一幕幕畫面裡被打的那個人，之所以選擇站出來用身體接受每一拳一腳，心裡好像都是在想著，「我不能逃！我必須為小孩子擋下這一切，寧可拳頭落在我身上，也不能讓小孩受到傷害」。一種主動被打、積極的迎接暴力，而不是消極的挨打。因為過程不是一、兩天而是四、五年，所以一定有某個強烈動機讓媽媽留下來，透過重新回觀這段回憶，我看到媽媽的兩點態度：

### 一. 主動

爸爸送醫後開始的前幾年，媽媽精神狀態不是整天睡覺，就是情緒、性格起伏非常大，雖然在醫學上診斷為躁鬱症，但我以家人近距離的視角仔細回觀媽媽，更像一種剛結束驚濤駭浪的休養。在經歷長期家暴後，媽媽並不是以受害者姿態在抱怨，更像是「請大家暫時別理我、給我空間時間，我需要一個人好好休養<sup>60</sup>。」如果是被逼迫會抱怨哭訴，但媽媽的態度更透露出一絲堅毅、願意承擔的樣態。

### 二. 保護

媽媽每當提到那段家暴歲月，也都是說「那時候我都笨笨的站著讓你爸打！也不會跑！」我認為這就是媽媽保護我們，替她自己澄清的表白，連媽媽自己都忘了的證據。因為如果沒有四個小孩，除非驚嚇到完全喪失生理本能反

---

<sup>60</sup> 那幾年媽媽也常一個人躺在床上打一整天的掌上遊戲。

應，不然任誰被打都會閃躲、戰或逃，怎麼會不跑！但媽媽當時沒有絲毫的閃躲，就算再悲痛、驚恐，也都下意識的「笨笨的站著被爸爸打！」而之所以站著不跑，不是不跑，是因為要保護自己的小孩。

## 遺忘

為什麼我說有些記憶好像徹底消失，花了九牛二虎之力才找回來，因為16年來，我常常介於半夢半醒「混沌」狀態時，從靈光一閃，到一次次捕抓、感受，再去尋找可以表述出感覺、事件的語言文字，快速把碎片記錄下來。否則即使拿個手機、紙筆、打開電腦都會馬上消逝，最終才得以描繪出片段輪廓，很多細節已經沉沒到非語言層級的意識裡。

然後，我在意識流裡關注傾聽，並分離出某些形貌，——反思、回憶、從觀看裏拼湊。我環視這個沙灘（比擬地說），區別出某些特定的意象，以某種社群的語言加以認識——陽光、沙子、海浪、捕魚工作…。<sup>61</sup>

當我想起某些事件時是非常驚訝的「的確有這件事！」而我竟然好像打從一開始就不知道有這些事。例如：我完全想不起來任何爸爸打媽媽的畫面，但我們明明那四、五年間常常都看著那些讓人心碎的事。有一次爸爸提出離婚逼我們選一邊、那段時間為了逃避爸爸住過好幾個親戚家、我曾經大罵弟弟「瘋子」、忘記為什麼討厭妹妹。媽媽曾經有過一段很溫柔很安定的狀態，在家裡默默做著家事，我曾經跟媽媽感情很好，感受過默默地陪在她身邊那種安全感跟愛。為什麼無法靠近媽媽、孤立封閉自己、道場暗示我哪些「意識形態」、為什麼有犧牲思想、體驗到死亡、連「騙自己」都徹底忘了……。這些都是確

---

<sup>61</sup> 王勇智、鄧明宇（合譯）（2017）。敘說分析（黎西曼 Catherine Kohler Riessman）。臺北市：五南圖書。（2003）頁22。

實發生過而且是很重要的事，當想起這些事時我非常震驚，為什麼我好像從來不知道一樣？

而這些事情的時間點，都是爸爸打媽媽前後那幾年，所以可能是某種創傷或選擇性失憶機制，導致對那段日子某些事遺忘。而這很可能也是旁人誤解我的一個因素，認為我後來的裝瘋賣傻是沈溺於過去傷痕、委屈而賭氣、執拗、或反抗的行為，也就是「結龜」，但其實我好像失憶了。



## 第五章 崩

一直以來旁人及自己都會問自己「為什麼會崩潰？」每當我試著要去講清楚時，一般人多只想聽到「單一具體」原因，直到日本311大地震時，「複合型」災難這個詞彙映入我眼簾，我更確定那次崩潰也不是單一事件，而是「複合型崩潰」。因為透過全面深入探索「我跟媽媽為什麼在魚塢上爆發衝突？」就明白自己為什麼會崩潰，也一如初審時誠斌老師說，有太多「奇奇怪怪」的東西，在我跟媽媽之間阻擋作祟造成衝突。

### 第一節 裝瘋賣傻



你笑我 他笑我 一把扇兒破……

一直以來我壓抑的情感無法流露出來，從靦腆內向變成瘋癲著了魔似的，除了拋開世俗的框架，情感也可以盡情地表達出來。甚至剛開始用這方式跟大家互動，大家也會被我逗得很開心，所以大家雖然覺得怪但也能接受，主要是濟公這個角色讓我得以實踐扮演鴿子的想法。國中時有一齣連續劇《濟公》，當時心裡已經有一些佛教思想種子的我，看到濟公那種瘋瘋癲癲，卻可以替弱者抱不平、懲奸除惡的形象感到有趣、嚮往。這樣的形象完全顛覆了我對「好人」的理解，原本以為學佛必須中規中矩，沒想到裝瘋賣傻也可以是幫助人的方法。最終才會在大學，跟媽媽在矛盾醞釀中期，我就以這樣姿態展現。

## 貳. 拉哩拉來

大學時我的性格開始變化，整天嘻嘻哈哈裝瘋賣傻，那時候常常被長輩說我「沒定性、拉哩拉賴、天逃、定空定癲……」<sup>62</sup>我們看到藝人模仿猩猩的樣子覺得很好玩，於是我們也開始模仿猩猩，把舌頭伸進去上嘴唇內側、略著下巴、睜大眼睛、彎腰伸長手臂晃動，這也是我跟國榮相處的模式，彼此裝瘋賣傻來娛樂大家，他也因此被冠上「大猩猩」的外號。

我跟鄰居阿份原本沒特別交集，因為他頭腦病變的關係，只會發出一些簡單的聲音跟人簡單的互動。雖然上過啟智學校，也會簡單幫他家魚塢的工作，但無法進入一般的求學工作體制。整天從早到晚坐在門口、也是我家對面圍牆上。久了之後我慢慢開始學他的樣子，咿咿呀呀發出古怪的聲音，拉高音調音量講話，誇張的情緒、肢體動作表情、大笑大叫、裝生氣難過，不但他笑的樂開懷，我也有一個盡情玩耍的朋友。當時因為我模仿的太像了，以致旁邊的人看了都說「你怎麼模仿這麼像，我看你下輩子會變跟他一樣」。

有一次媽媽正在流理台宰殺生魚，剛好進到廚房的我看到這一幕，為了讓媽媽感覺到魚也有生命也會痛，我就在旁邊故意扭曲捲起身體、雙手緊靠、輪流抬起左右腳，一副好像是我被殺的痛苦模樣，喊著「阿……斯……」媽媽也領會明白我的意思，只是撇了我一眼，皺眉淺淺笑一下就轉頭回去。本來媽媽就已經不太敢切魚，經我這麼一弄，媽媽更不太敢殺這些「食物」。有一次當我正準備拿衣服洗澡，房間內媽媽跟弟弟正在床上抱著聊天，當時衣櫥都沒有可替換的衣服，於是我就靈光一閃，用演的來表示沒有洗好的新衣服，用苦惱的表情、誇張的肢體動作攪動抽屜，表示沒有新衣服替換，在一旁的媽媽、弟

---

<sup>62</sup> 台語：都是裝瘋賣傻的意思。

弟也被我逗得哈哈大笑。到了跟媽媽爆發衝突後，有一次在魚塢，被媽媽罵了一頓之後，我忽然靈機一動，為了表示抗爭，我把拖鞋整齊地放在大排水溝旁邊，然後躲起來，暗示自己跳下去自殺，媽媽雖然知道我是故意放的，等到我出現後又是一頓大罵。

那時候跟我玩裝瘋的除了國榮、阿份，還有奶奶。因為奶奶跟很多鄰居一直有糾紛，長年在地方上鬧事。爺爺也老早跟奶奶分房睡或睡在魚塢，叔叔、姑姑甚至爸爸都不在，幾乎完全沒有人理奶奶。雖然奶奶也常對我抱怨，有時我也會受不了跟我抱怨過去的那些糾紛。但看著奶奶挺可憐完全沒人理她，後來我也發展出跟奶奶互動的方法，開始裝模作樣。不是裝中邪就是裝老態龍鍾的樣子，不然就是故意拿非常小塊的食物給奶奶逗她，奶奶都會說「是在哄騙小貓咪喔？騙小貓咪也沒這麼小塊……」或是當奶奶滿屋子找我的時候，我會躲起來讓奶奶找不到……。雖然有時候奶奶會生氣，或悲從中來開始哭訴以前的種種，但大部分時間奶奶是被我逗得笑開懷的。

## 第二節 置我於死地

本節描述的是前半故事的交會點——我跟媽媽在魚塢上的衝突。我的所有內在議題、外在脈絡、從出生到現在、所有一切的人事物，幾乎都可以透過思考「為什麼跟媽媽在魚塢上起衝突？」去看出背後的脈絡原因。而相關的人物情節實在太多，直到現在還是難以看清很多事，但隨著越來越多的連通，許多癥結也得以釋懷轉化。

「誰叫你跑來讓我生！」、「人出世就是要磨的！」、「你是畜生嗎！畜生也沒有像你這樣！」、「你叔公眼睛看不到！」、「我如果死一死！你們會比較快活啦！」、「不然叫你爸回來打我！」、「我就是直啦！」、「被你牽著團團轉！」、「你去當辯律師拉！」、「你如果不讀書我會很苦嗎？」、「我說一句！你回十句！」、「叫你往東！你偏要往西！」、「我一個人做的要死！」……

家裡的魚塢是從爺爺（或更早）就開始有的事業，以相當便宜的價格跟國家長期租賃而來<sup>63</sup>，外公的魚塢是我出生前後，外公跟銀行貸款買來的。而且媽媽後來也有一些股份，於是高中之後漸漸兩邊都會叫我去幫忙。爺爺這邊除了幫忙魚塢工作，有一陣子爺爺常常叫我早點睡覺，隔天四、五點要出門工作。隔天爺爺就騎著摩托車，載我到現在六輕的鄰近淺海海域工作，到晚上六、七點才回家。在海上工作跟魚塢的差異點之一，是要算漲退潮時間，等待著一天兩次的退潮工作時機。當初沒意識到，這時期外公跟爺爺都找我幫忙工作，現在回頭看兩個爺爺大概就是在搶著要我跟他們工作。

到了大二媽媽不論在安排工作或對我的態度，都一副要置我於死地的樣

<sup>63</sup> 可能從「三七五減租、耕者有其田」政策而來，或更早曾祖父時代即有。

子。在很多事情上逼的我非常窒息，一回家大部分時間都安排滿滿的，幾乎沒有一個完整的半天空檔，是屬於自己的時間。從週五晚上回到家開始，媽媽會先問肚子餓不餓？要不要煮個麵條之類的點心，吃飽後稍微話家常聊一下，就催促著讓我們去睡覺，隔天不是有例行工作就是魚塢要收成<sup>64</sup>。直到研究所前，我跟弟弟都還是跟媽媽睡在同一張床上，所以每次放假回家，我跟弟弟一陣子沒見面會有很多話要聊。對於青春期的我們來說，即使半夜12點精神也都很好，當聊到笑太大聲時就會惹怒媽媽，揮拳打我們喊「快點睡啦！」

隔天早上六點（收成的話四點起床）一到媽媽就會邊怒喊、邊掀開我們的棉被「誰叫你們昨天不早點睡，快起床！」就像當兵一樣，從睡醒那一刻就開始催促著我們盥洗、吃早餐、換工作裝穿袖套、戴斗笠、穿青蛙裝、開車載飼料去魚塢。一路上媽媽也不得閒，不斷抱怨任何丁家的事，到了魚塢又開始使喚我們，打開後車斗卸下飼料、扛船外機、打開地下水、打開閘門、測量水質鹹度、打開水車、拿鐵槌、椅子、勺子……等。剛開始我就像以前，對很多事的反應不知道如何表達，或許這引起媽媽的不耐煩，認為我一副無關緊要的樣子。後來我開始對工作提出想法或討論，在一來一往的討論中，媽媽口氣開始不耐煩且堅持想法，漸漸地衝突就此爆發開來……

有一次我把驅動膠筏馬達裝好後，拉很久的拉繩都無法啟動馬達，這時必須打開進氣閥。媽媽在後面看我拉很久氣急敗壞地喊「kyo紐！」<sup>65</sup>那時候我不知道「kyo紐」是什麼，也不知道是要按？要拉？還是要轉？一頭霧水。但媽媽失去耐性地大喊，因為我跟媽媽原本就很少講話也只能忍著氣，而且我更專注困惑於「kyo紐是什麼？跟我講kyo紐幹嘛？那是一個零件嗎？還是有什麼關於

---

<sup>64</sup> 媽媽大多養文蛤幼苗，幼苗成長快收成週期短、頻率高，常常收成。

<sup>65</sup> 電動馬達的進氣閥門旋鈕。

kyo紐的事要說？沒頭沒尾到底kyo紐什麼？」在一旁的姊姊看不下又逼問我「你怎麼都不回媽媽話？」完全摸不著頭緒，也不知道怎麼問話的我，最後只能對姊姊硬擠出一句「kyo紐是動詞？還是名詞？」因為如果是動詞表示媽媽可能要我做某個動作，如果是名詞表示那是某一個零件。總之我已經盡力把事情分析後，再反問媽媽到底想跟我表達什麼……

台西秋冬的東北季風非常強。在魚塢工作時又常常距離很遠。有一次我在魚塢中間測試馬達電源，當我做完動作蓋下蓋子時，媽媽忽然氣急敗壞地，從五十公尺遠的地方大喊「電源不用關！不用關啦！」因為我本來就沒有要關電源，但實在難以用喊的來溝通。當下我被突如其來的怒吼激怒「為什麼非得要在這麼遠，難以講話時用吼的？」於是我就故意學媽媽那種撕破喉嚨的方式，帶著誇張的肢體動作，朝著天空用盡生命大吼「我沒關！我沒關啦！有沒有聽到！」來回應媽媽，表達窘迫及憤怒。

有一次放學回到家一般都先洗澡，但那次爺爺在家，當媽媽命令我快去洗澡的時候，爺爺忽然開口道「先吃飯！」媽媽隨即更大聲喊「先洗澡！」就這樣爺爺、媽媽兩個人，互相較勁兩、三個回合之後，終於有一方停下來，我才默默的離開。還有一次媽媽一早把我的棉被掀開，一邊威脅喊「起床！誰叫你這麼晚不睡！還不起床是不是……」那次我真的精神不太好、二來男生早上的生理反應、三來跟媽媽衝突累積到一定程度，我整個人完全失控，下床剛好撞見鄰居來找姊姊出門玩。我本來心裡想說「你們去玩吧，我跟媽媽又要吵架了，希望不要讓你們掃到颱風尾，殃及無辜」，但我說出口的用字卻是大喊著「你要去哪裡！你去！」（聽起來反倒像在對姊姊發飆，無情的趕姊姊出門）我想這次一定造成姊姊對我更加傷心跟誤解。

有一次媽媽氣急敗壞要我把養我到大的錢一百萬還回去，姊姊在旁馬上補「丁俊吉你知道有人算過嗎？養一個人到大學真的要一百萬！」現在重點應該不是幾百萬的問題，就算只有一萬我也拿不出來，何況媽媽的恩情也不是錢可以衡量的。現在是媽媽要跟我斷絕關係，20年來的母子情緣，不但就此賤賣還一筆勾消，我當時有多傷心啊，可是姊姊卻在旁不嫌事大的火上加油。有一次吵完架，媽媽的氣越來越大不斷怒罵，整個五官扭成一團，用尖銳的語氣逼道「手印腳印都拿出來給我！」（言下之意要我拿出印章，斷絕母子關係）。

有一次近距離跟媽媽吵的很兇，忘了誰要拿對方身上某件東西，慢慢有肢體拉扯，隨著爭吵越來越激烈、拉扯力道變大，一開始我還擔心使盡全力會傷到媽媽，沒想到後來即使我使出全力，也沒有媽媽的力氣大。好險這次沒有人受傷，也僅止於互相拉扯，這也是唯一一次跟媽媽的肢體衝突，這次的肢體衝突，也可能讓媽媽更害怕，我已經忤逆到可能動手打她的程度了。大五那年有一天媽媽打電話來，跟媽媽已經形同仇人的我，整個人怒火中燒不斷發抖，但我還是忍耐壓抑接起電話，果然講不到兩句又大吵，後來掛斷電話我氣到想把手機摔爛。

那這麼多的衝突場合裡，我都說了什麼話？其實我不太記得自己說了哪些，不過倒是可以分時期說明我的反應。高中開始媽媽對我發脾氣時，我先是半沈默半接受；到了大學第二個時期，我開始用裝瘋賣傻的方式回應，或嬉皮笑臉裝作一副事不關己、扁兒啣嘴的模樣；大學快畢業第三個時期，母子關係已經徹底破裂，彼此殺得眼紅，我也失去理智，只要有任何風吹草動，跟媽媽就會大吵！大概是「只有你的工作是工作？我的工作都不是工作！」、「你的心是肉做的？我的心都是鐵打的！」、「妳是番啊嗎！<sup>66</sup>」、「要帶爸爸回來了

---

<sup>66</sup> 台語：不可理喻的意思。

啦！」或是媽媽問我任何話，我就克制不住憤怒而憋扭地大聲回話，不然就是完全沈默，其中「要帶爸爸回來」這句話，對媽媽來講一定非常恐懼還有心寒。

以上就是那幾年跟媽媽衝突的常態。



### 第三節 楚門世界

我發現自己局外人（**Outsider**），以及陸續發現情節的過程，跟電影《楚門的世界》有異曲同工之妙。只有楚門不知道周遭的人把他當作演員，當他透過生活中一次次發現的蛛絲馬跡，並相信信念拼命往大海深處逃，才找到盡頭逃出攝影棚。那一刻他才終於看到真實的世界——「他活在一個實境秀節目」。

例如當我後來跟「原生地區」以外的人相處時，才反觀到原來我跟家人竟然這麼不自在、這麼疏離。當堂弟說媽媽對外人把我講得「有多難聽就多難聽，比畜牲還不如」的時候，我才明白鄰居把我當空氣、畜生，用異樣的眼光看我，沒頭沒腦忽然跑來對我說「人不能沒有教化」，或遠遠看到我默默轉頭往回走，不是我太敏感。當外公看到親戚A，忽然對我態度180度轉變？當發現爸媽結婚時原來已經懷孕六個月了，才明白媽媽那句「這一切都是我自己選的！」例如小時候為什麼大家不讓我進房間一起玩？例如媽媽要我把養到大學的費用一百萬還給她時，為什麼姊姊在一旁搭腔？例如為什麼媽媽總是在裁罰我跟姊姊的衝突，時隔20多年一模一樣的情景，竟然完美復刻再現？……我就像楚門在發現很多諸如此類線索時，以「懷疑的眼神看這個世界」，然後循線去發掘身世的秘密，最後找到真實的世界。

#### 壹. 親戚A

隔壁親戚A算是常來我家既是近親也是近鄰的人。小時候每當媽媽被打或其他事，一個人在家裡委屈在哭的時候，都是親戚A過來「安慰」媽媽。那時候看到親戚A過來，一開始還覺得非常欣慰有人來安慰媽媽，但不知道為什麼，沒多久後就不喜歡親戚A過來頤指氣使的態度，把我家當成舞台似的，就

像那句廣告詞「全家就是你家」。雖然在「安慰」媽媽，但看起來更像是訓斥媽媽「好了！你不要再哭了！」然後也開始吆喝命令我們。不顧悲傷的氣氛讓我不敢苟同恭維，甚至有幾次我想跟家人談心的時候，親戚A一出現我也就講不出來了。

堂妹婿在六輕外包商上班，每年初五他們工廠會現場發紅包，同時開放親友一起領沾喜氣，於是堂妹都會邀請左右鄰居，兩、三車的人一起去拜年。有一次大家約了9點出發，但堂妹知道有些人必須提早約在8點半，所以約了兩個時間點。堂妹跟親戚A約了8點半，快到8點半的時候，親戚A已經衝出門口「小月咧！弟咧！阿君咧！阿吉咧！吼……快點啦……」吆喝著大家快點出現。當時我已經在客廳準備好，所以聽到吆喝便出門，隔壁小月阿姨也衝出來對堂妹笑說「我還在沖咖啡，聽到親戚A在喊，我嚇到趕緊放下咖啡跑出來！想說不是約9點嗎？」雖然大家習慣也都知道親戚A就是急性子、大嗓門、大喇喇的個性，但還是被嚇到衝出來集合。

我大五的時後爺爺開始生病住院，當時家裡的魚塢就暫時給媽媽經營。另外同齡的堂弟因為高職退學後，提早當兵出社會，在我大三時堂弟就在附近一間車行當學徒。所以當我們在外地唸書，爺爺、媽媽就會請親友鄰居幫忙簡單的工作，而我家魚塢跟隔壁叔叔是連在一起，所以從爺爺在經營的時候，就會請叔叔幫忙，堂弟退伍回來更常被請去幫忙。

高中開始親戚A會過來嚷嚷「堂弟跟痞子怎樣怎樣、你怎樣怎樣、你們的魚塢怎樣怎樣……」我完全聽不懂親戚A到底在講什麼？之後我懂了，言下之意就是自己的魚塢自己顧好，不要老是叫堂弟幫忙，他也有他的人生，他的人生也很辛苦，而且堂弟是獨子，最重要的是關於痞子的事。有一次親戚A加入

媽媽跟我吵架的戰局，開始指責我「你要明白！人家都是為你好……」不斷說了很多我聽不懂的話，當我被媽媽、親戚 A 圍攻到受不了，忽然跳上桌子摀住耳朵，扭腰擺頭大喊「阿……」示意她們別再講了。

從一開始親戚 A 不希望我跟痞子有往來，至少不要牽扯到堂弟，加上堂弟被媽媽叫去幫忙一些魚塢的工作，我想這惹得親戚 A 對我更有意見。認為即使平常我們不在，媽媽也別找堂弟幫忙，何況我們放假更必須自己幫媽媽工作，而不是去找什麼痞子敘舊。親戚 A 每天一早就來我家客廳，負起「督促的權責」關心我們準備出門工作了沒有？模仿起弟弟被挖起床的哀嚎聲「吼，又要出門了吼？」、「每次都這樣……很累吼」、「現在文蛤多大了啊？」、「北邊那一池最近水色好不好啊？」……事後我猜親戚 A 意思是，自己的魚塢自己多關心別老是找別人。更不斷暗示以後我跟弟弟該接下家業，至少當下必需負責魚塢的責任；或者在我們面前說「弟弟不錯喔……人家弟弟比較有責任心，吼？」之類的話。

## 貳. 姊姊

有次我母親節回家時，大家在約聚餐時間，當時房間裡我跟媽媽、姊姊三個人，姊姊跟我討論了兩、三句話後，忽然歇斯底里對我怒吼、跳腳。我馬上意識到不對，低頭眼神朝下默默不語內心波濤洶湧。姊姊走出去後，在旁全程看著的媽媽，又再斥責我一次。我連續忽然莫名被咆哮加上責怪，心裡頭就像是連續被插了兩刀一樣，為什麼好好的在敲聚餐時間，姊姊卻忽然發作？當下我就像楚門一樣，似乎瞬間明白了什麼，因為這一幕的即視感實在太強了，完全就是高中時綠豆湯事件翻版。那次我把家裡的綠豆湯跟仙草加在一起，姊姊看到後開始責怪、嫌棄噁心，叫我不要加在一起，但我已經開始倒了，也覺得

沒這麼嚴重，於是把它全部倒完，姊姊不斷嘔嘔「好噁心、這樣我們怎麼喝？」隨即引來媽媽對我嚴厲斥責了一整個下午。

而現在的情節一下就勾起我那個回憶，本來這幾件事並不覺得奇怪，因為我以為綠豆加仙草是錯誤的行為，才被姊姊跟媽媽斥責。但很久以後我逛公館夜市，看到綠豆不但加了仙草還各種混搭，賣到大排長龍。後來我想綠豆加仙草應該罪不致死，但為什麼媽媽這麼小題大作嚴厲斥責我整個下午，就像這次母親節事件——會不會是為了懲罰「欺負」姊姊的我？而不是斥責「綠豆跟仙草加在一起」。如果這是媽媽跟我的衝突原因之一，那姊姊為什麼要引來媽媽懲罰我？而且懲罰我什麼？

姊姊在我崩潰後那幾年，總給我一種不寒而慄的感覺，也會忽然對我歇斯底里的大喊、發怒，還有一些讓我感到相當恐怖的事件。那一年我在台北工作，我把爸爸轉院到八里療養院，放假時可以就近去看爸爸。有一天姊姊又打電話過來，我又不爭氣的開心了一下，一開始也是先平靜問了我幾個問題，似乎是關於爸爸的事。忽然間姊姊開始歇斯底里凶狠的吼了我一頓，似乎在教訓、威脅我什麼，被嚇到的我只能簡單的回覆，平靜的把話聽完。

進入法鼓文理學院就讀前在家那陣子，我不但復原更多，也鼓起意願要修復跟家人的關係，雖然彼此一碰就痛，這麼久了是個難得的好機會，於是那一陣子我開始跟姊姊用通訊軟體溝通。那幾次溝通比較可以深入一些、面向多一些，或許是用通訊軟體文字上溝通，那股衝擊力道比較緩和，避免面對面的壓力跟張力。一開始跟姊姊的對話有觸及一些核心，不像以前連談都談不到，但馬上姊姊又在家人群組發作，我知道這次也到一個瓶頸了，於是又暫時把跟家人溝通的事暫時擱著。

生命教育課老師出了一個作業，要我們找10個人寫下對我們的看法，用意之一是藉此體會，自己在他人心中形象完全不一樣，並沒有一個固定的我。而姊姊對我的某個評語是「都不去魚塢工作，太懶惰了」，這不就是媽媽、外公一直以來對我訓斥的話嗎？「不工作天上會掉錢下來嗎？」、「你吃飯、唸書錢從哪裡來的？都是從魚塢一點一滴來的！」會不會姊姊在我跟媽媽衝突、矛盾上面，添加魚塢是我的責任？都不去工作？又懶惰？

但事實是早年尤其像農村這樣的地方，男生幫忙種田、女生幫忙家務的分工。所以那時放假家裡的行程就是，一早我跟媽媽、弟弟出門工作，回來後我們去沖澡，媽媽接著跟姊姊、妹妹準備午餐。從以前媽媽本來就常在廚房大發脾氣，到了我跟媽媽爆發衝突後，從魚塢回來的媽媽更常發脾氣。有幾次媽媽叫姊姊切水果給我們吃，甚至當著我的面叫姊姊切水果給我吃，這時後姊姊就會立馬轉身，面無表情逕自離去的削水果<sup>67</sup>。跟阿姨有一次聊天才知道，這就是她們以前的生活模式，那個年代一家人從農田工作回來，外婆、媽媽、阿姨都戰戰兢兢趕快準備好午餐，如果稍有不慎，外公都發飆開罵更或直接打人。

媽媽是一個傳統農家婦女，早年是有重男輕女的觀念跟需要。但在家裡經歷風波這些年後，在跟叔叔、姑姑分財產的會議上，從媽媽大聲抗議「大姊必須要有一份，這也是她的家，為什麼她沒有！」來看，媽媽已經意識到平權這件事，讓旁觀者清的阿姨急忙說「現在是你們這一輩在分，不是小孩這一輩啦……」所以姊姊很可能除了早年我跟她的「漢賊不兩立」以外，還因為媽媽重男輕女造成的不平衡。加上為了保護媽媽、妹妹，防止我傷害她們，而對我反擊，才一直擴大我跟媽媽的衝突。媽媽雖然有點重男輕女，但後來有鐘擺效應反過來疼女生，而且媽媽也只有在我小學一到三年級跟我比較親近，何況媽媽

---

<sup>67</sup> 那個時候我跟媽媽正處於衝突，媽媽或許點想藉此安撫我，這會讓姊姊對我有更多不滿。

之後是跟弟弟比較親，常常對弟弟喊寶貝的抱，小四以後更三天兩頭就會毒打我一頓。

那會還有什麼事呢？這在我後來憶起曾對姊姊說「你為什麼要自甘墮落」，就能夠明白同理姊姊。

參. 外公



外公給人的形象是恩威並施、剛柔並濟，絕對是我的重要他人，我跟外公的故事太多太多了，不論正反各面向給予我的都非常多。因為需要，這一段會聚焦在梳理脈絡的相關事件，需要先將外公某些面向鑲嵌進去這條線。其實外公也給過我很多次如沐春風，全身通透軟綿綿的幸福，也教了我許多人生的道理，不是只有教訓我。

有一次在魚塢工作，需要開車從甲地把工具搬到乙地，那時候外公開著車載我，車上只有外公跟我兩個人。那次外公難得對我用溫和、平順的態度講話。當我還在感受那難得的溫暖時，一到目的地看到親戚A，外公忽然情緒一換、音量變大，又變成那副生吞活剝訓人的面孔，暴躁地大呼小叫命令我做這

個做那個、這樣不對那樣也不對，邊教唆邊羞辱人的爆走模式。為什麼外公一看到親戚A會一百八十度，秒切換對待我的態度？！這讓我開始思索一些可能性，假如外公也承受來自親戚A的某種影響，那會是什麼事情？

外公會不會知道痞子的事？這就要聊聊當地的一些文化脈絡。首先親戚A跟附近多數婦女，還有媽媽都是從事魚塭工人，我也從事過一年。當魚塭主在確定收成「農忙」，或有一些其他短期人力需求，例如撒肥、打撈海藻、清除有害殼類生物、機器水電、放養文蛤苗、各類磚牆施作、田埂施作……這時會有兩類人力需求。第一類是透過領班找臨時工，大部分是收成時人力需求最多，就是魚塭工；第二類是師傅類工人：文蛤機、挖（推）土機、撒肥機，或各式水電、泥作、撒文蛤苗、鑽井……這時就是魚塭主自己聯絡廠商、師傅。

魚塭工的型態每天大多在雲林沿海，偶爾才會到彰化或台南，所以這些工人跟台西的各魚塭主人就像「多年同事」，不但彼此熟悉而且工作時也會聊天，一如所有有人的地方就有江湖一樣。尤其這些同事們又是各種遠近親、鄰居、朋友、同學、舊識時，那彼此之間的「話題」更是應有盡有。「下班」回家後，彼此還會在門庭前、婚喪喜慶、廟會聚會中甚至路上遇到，或是下班直接留在現場，找個空地餐聚小酌……。所以很多消息流通是非常快的，如果身為地方仕紳的長者，那村里各種消息更是「難逃法眼」。

第二類師傅工作模式，也是每天到各魚塭從事自身專業的工作，只是師傅時間有彈性、薪水較高、地位較受尊重、工作型態獨立，不變的是那份「在地情感連結」，彼此熟悉度、聊天、互助網絡……的模式。而隔壁叔叔就是撒文蛤苗師傅，堂弟當兵回來就是跟著叔叔學這門手藝，直到現在堂弟也是在六輕外包商跟撒文蛤苗之間來回工作。我家附近就是一個這樣「樸實無華」的小漁村，外公正是地方的仕紳，跟叔叔、親戚A、堂弟當然熟識！也當然知道痞

子、堂弟的事！連村里許多家裡上一代的大小事，外公直到過世前，還清楚不斷跟我們當作家常話題聊。回到上述問題，如果外公知道痞子的事情，對我會有什麼影響？影響又有多大？那就要從外公的基本背景、性格、角色、簡單的家系關係去了解：

### 一. 「考試」

就用媽媽多次公開形容外公的詞「考試」來當標題吧，媽媽也常用「刀子嘴豆腐心」來形容她眼中的爸爸。身為比舅舅大十歲的長女，從小跟外公工作直到外公過世，媽媽一直以來也沒有離開過村子，幾乎跟外婆一樣是最了解外公的人。外公本人也說過「阿公年輕時候有多打拼……你們不知道了啦，但你媽媽一直跟著我，她都知道……」其實考試的形容也有點像本文的「善巧方便」、或外公所形容自己的「演員」、或本文所隱喻的「機鋒」。

不管怎麼形容，就是當一個人深知以某種方式對待另一個人，對方會承受各種痛苦、難堪或羞愧的無地自容，可能產生對抗反駁等負面情緒、行為反應，但仍帶著某種強烈善意動機執行，亦可能當下即領會背後用意而反觀覺照。此善意動機意指，帶領對方照見新領域視野，或發現自身某些死角、盲點進而產生改進動力、促使成長。入學口試時，楊蓓老師對我提問「你怎麼看待自己的崩潰事件？」當初我雖然隱約知道自己某些狀態，但還不是很具體的肯定，所以當下我只回答「我好像是故意的」。崩潰是我故意裝瘋賣傻，而引發後續連鎖效應的副作用，現在也算隔著六年，跨時空回答了這個提問；一如外公故意給人考試，我也是故意裝瘋賣傻的。

國小我們就偶爾會被帶去魚塢，像爸爸會帶我們去玩、或只是簡單陪在大

人旁邊，或晚上要去放捕蝦網<sup>68</sup>、或開電源開關、或開水閘門……我就會當個小幫手，拿手電筒在後面幫忙照亮前面田埂的路。外公也會哄弟弟說魚塭有很多布丁、養樂多，載弟弟去玩。大概高中會進一步幫忙撒飼料、操作水車、地下水開關、旋轉升降水閘門等。到了大學更進一步幫忙拆裝抽水馬達、水車、十來個人使用幾十公尺的漁網抓魚、學習打各種繩結、觀察水質……等工作。

高中開始會幫忙外公家的魚塭工作，有一年暑假，外公每天載我去巡視魚塭。一到魚塭先給野狗倒狗糧，然後從工寮扛兩包虱目魚飼料到膠筏。拆飼料包裝線時，必須先找出線頭，只有那條線頭可以打開，一拉線頭就會順利打開袋口；如果拉錯線，就會全部打結成一團。這時候就要用力扯斷或拿剪刀剪開，光這「找線頭」的技巧就得學好久。然後用電動馬達以「倒著開」的技術行駛膠筏，倒著開的技術學更久。然後兩甲地的工作做完，再到下一個魚塭，大致重複類似的動作。跟外公工作完全是一個口令一個動作，一絲一毫不差不漏。

DILA Dharma Drum Institute of Liberal Arts

高三有一次下午外公又打電話來，當時在午睡的我接起電話「喂……」、「喂！阿你還在睡嗎？」、「恩……」、「等一下準備出發了！」、「好……」、「喂……聽到沒有，番頭狗」<sup>69</sup>。那年暑假過後，外公在我的戶頭裡匯了一小筆零用錢給我，也是這個紀錄，讓我後來才有證據，用來「喚醒」媽媽對我正確的回憶，我並不是大家後來所說懶惰、不工作、不負責。

小至撈海藻、開關水井、魚塭收成，大到蓋新的水肥池、蓋魚塭農舍、蓋外公家新房子……就這樣8甲地的魚塭工作日常，就是我除了外地就學以外，回家時的青春回憶。印象深刻的是有一次收成，從4、5點起床忙到晚上6、7點，

<sup>68</sup> 蝦子屬性怕熱，必須晚上捕抓，若是白天捕抓，容易暴斃死亡。

<sup>69</sup> 最後三個字離話筒有點距離、很小聲，話音剛落電話就斷。

那是最長的一次，而且連續兩、三天。第一天回家時發現，只要衣服沒遮到的地方，全部紅腫脫皮，不過曬傷對男生倒還好。比較難熬的是疲累感，馬拉松式前後13、4小時的時間，雖然中間有休息，到下午體力透支後時，還不知道多久才會結束的精神考驗。眼皮四肢已經不聽使喚，這副肉體已經不是我在控制，而是由其他人指揮的反射動作。

比較有技巧性的工作，外公會一對一的「指導」，像當初我學習綁膠筏靠岸的活結，來回拆了又綁數十次，直到確認我可以獨自打結。如果要去拆卸抽水馬達等需要工具的事，要先準備各式尺寸的螺絲、釘子、鐵鎚、活動扳手等工具。從頭認識各樣完全沒聽過名稱的工具，外公不是先教我認識工具，而是直接命令我拿工具，拿錯了直接開罵再跑一趟。到了現場也是直接操作「誒……不是這樣做！先敲一敲！拿扳手啦！扳手！」、「人從下邊過去！你人啦！」、「上邊的先拆！」（上邊是北邊，下邊是南邊）、「水門轉高半尺！連半尺你也不知道多高？唸書唸到背部！」、「嘿！嘿！哈金啾咧啦！<sup>70</sup>你是有沒有在看！」……就在聽不懂台語、工具名稱以及度量單位下工作。等安裝完後會故意問我這樣可以嗎？當然我回答可以或不可以都錯，只能輕聲說「大概可以吧」，但外公看了看之後認為不行，於是叫我拆掉換另外一種方式，等裝好後再問我一次，外公一樣認為不行再換回來。如果外公看不下去，便一把直接把工具搶過去，或使勁握住我的手操作怒喊「這樣啦！你仔細看好記起來！」來回多次，直到達到「標準」為止。

在所有工作場合都是一樣的戲碼，過程如果稍有不甚，外公覺得不對，就會忽然面紅耳赤暴怒的訓話「吼……誰誰誰幾歲就出師了欸！」、「阿公10幾歲已經會飛也會壓了！」、「當初我開車被警察說我沒駕照，隔天立刻就衝去

---

<sup>70</sup> 台語：注意一點。

嘉義考出來！」、「像阿公這樣日本製造的，你們這些台灣製造的……真沒辦法」，一邊鄙夷地搖頭。就這樣一點一滴在錯誤中被訓斥學習，但有些話確實是有道理的，例如「好用的工具一把就夠了，不好用的你拿這麼多過來幹嘛，再多也沒用，你看阿公這把，用了好多年還在用，幾乎沒有生鏽，日本製的就是不一樣」。外公從他車底工具箱拿出一包用報紙包過一層，抹布再包一層，特地放在車坐下的活動扳手出來——實用為先。

魚塢收成才是最緊張的時候，因為這時候有一大群不認識的人，商人、路人、各方親朋好友……都聚在現場。必須接受當眾被外公羞辱的洗禮，不只當事人羞愧，連在場其他人聽到都想鑽個洞把自己埋下去。大學時期開始，外公對待我跟弟弟的態度慢慢跟其他人一樣，會在眾人面前皺眉瞪眼、臉紅脖子、用中氣十足的聲音，唆使我們做完全沒概念的工作，再當眾糾正、羞辱諷刺一番：當過篩文蛤時，要自動找畚箕隨時補充文蛤。過篩好的文蛤整堆過多擋到路時，要找耙子往後耙。有人開始裝袋時，要趕快找飼料袋彎低身來讓他倒。「吼……人頭殼生來就是要拿來用的！」、「真不知道你那顆頭殼在做什麼！」、「人家說頭就知道尾！啊你不是啦！居然傻傻站著看啦！」、「做人出生就是要工作！天上會掉下來給你嗎！」、「我十幾歲就去擔土胚阿賺錢養家了誒……」帶著抑揚頓挫的語調，強弱分明的音量好好揶揄了我一番。經歷過無數次在眾人面前，頭腦完全當機、身心不是自己的分離感、恨不得有個洞鑽下去、強烈受威脅的恐懼，甚至不敢、也感覺不到自己的感覺。

又或者叫我當虛位老闆，整個收成對魚塢主來說最重要的，就是文蛤出售價格高一點、稱重時重一點，因為磅秤的誤差、觀看指針的角度、水份是否瀝乾、甚至在讀取磅秤指針那一刻，攙扶在袋子上的手必須離開。還有為數百包的清點、寫在估價單上的總數跟車上的總數一致，因為實際的金錢給付，就是

依憑這張一試二聯的估價單。但對於盤商來說剛好相反，希望收購價越低越好、重量越少越好、估價單上的總數量如果漏寫最好，所以在文蛤秤重的階段時，現場所有工作一定會暫停，也是因為需要最多人力的階段。

魚塢主跟盤商，這時候會盯著現場每一個細節，偶爾會有魚塢主跟盤商意見相左大動肝火，甚至整袋文蛤再扛下來重新秤重，倒出來重新過篩。這時候外公會要求我站在被所有人群包圍注目的中間，負責看哪個工人有沒有拉袋子讓重量變輕？哪一包上車後有沒有確實寫估價單？讀取磅秤讀數，指針有沒有完全停頓？……一樣過程都是在被羞辱咆哮中進行，但我既不是老闆也沒有資格跟盤商較量、或使喚姨、婆輩的工人，但就是會被逼著做不是我身份的事。

2017年當時我在做魚塢工，那時親戚B帶著我到處做工，那天是自己的魚塢，我跟家人在這裡度過二、三十個年頭。在一整天的工作結束之後，大家就隨便找個地方圍著坐下來，吃點小菜、喝點小酒，隨意的談天說笑。這時外叔公剛好過來，親戚B看到外叔公過來，連忙吩咐我拿一瓶最好的啤酒給外叔公，於是我去冰箱找了一瓶海尼根打開來遞給外叔公。因為我的年紀只比小堂舅小沒幾歲，還有小時候那段遊戲經歷，加上外叔公家就在外婆家旁邊，雖然我跟外叔公幾乎沒有講過話，卻常常會碰面。現場除了外婆就屬外叔公輩份最大，外叔公在跟大夥招呼幾句之後，慢慢大家坐好定位準備聊天。

我喊了一聲「叔公！」然後把啤酒遞過去，比較懂人情世故的親戚B跟外叔公開玩笑說「也給我們吉仔倒一杯……」於是我又匆忙地拿了一個塑膠杯，讓外叔公倒一小杯給我。過程我跟外叔公都沒有對到話，卻在幾個動作間，就已經感受到彼此濃烈的情感互動。然後我拿個小板凳坐在一旁角落聽著大夥聊天，聊著聊著外叔公開始調侃起外公年輕時故意整舅舅的小故事，「那時候無

鼻仔（外公的綽號）都會故意在阿童（舅舅）要上課的時候，去魚塢把工作做一做，你們知道無鼻仔說什麼嗎？他就是故意不要讓阿童把書唸好！塞恁鬼啊<sup>71</sup>……你看，哈……（一群人大笑）」

至於大家是在笑舅舅、外公、這個人世間、還是看到自己某一面？我想對於豁達的人，很多事是值得開懷大笑慶祝的，所以真正讓大家笑開懷的，會不會是經歷人情世事後，看透一切開心而笑！後來舅舅中正電機博士畢業、考上高普考、外婆家的客廳還掛了四、五個舅舅的匾額、一路在台電上班、生養五個孩子。別說那個年代村裡的成功楷模了，即時放在現在，也都是一般世俗的楷模，所以舅舅算是最成功通過外公「考試」的實例。

那我被外公考試有生氣過嗎？跟其他人一樣，我對外公大部分是又敬又畏，當在經歷被羞辱咆哮的當下，隱約會看到內心一個動怒的念頭，但是連反應都來不及的瞬間，外公第二波更兇狠的怒罵已經傳到耳裡了，只能說外公訓人的功力已達化境。唯一一次「有憤怒的情緒」，是多年後一次類似禪修的閒步，輕鬆愉悅暫時把雜事雜念放在一旁時，一個非常大的情緒沒來由忽然蹦出來——對外公的憤怒。清晰的情緒明確的對象，但當時我並沒有在回想關於外公任何事，也沒有任何外來刺激，忽然跳出一個跟當下完全相反的情緒。雖然我也知道大概怎麼回事，但還是被自己從來沒有類似這樣的經驗嚇一跳。

## 二. 大BOSS

外公除了在他那一輩是最年長的大哥，在魚塢的地位也是，就跟所有組織團體一樣，都會有一個大老闆，可能是總裁或CEO。在魚塢這樣的一級產業裡，每一個魚塢主就是自己的老闆，如果這個老闆又是家族裡的長子，那就是

---

<sup>71</sup> 台語：一種罵人的髒話，但在這段話裡面，只是一個加強語氣的語助詞。

整個家族的大老闆，如果又是地方仕紳那就是個大BOSS。我家左右鄰居也都是養殖魚塢、我的姑婆一家在彰化養殖魚塢、10幾個叔公嬸婆、阿姨姨丈、親戚B、堂舅……都是，外公儼然就是整個家族、地方的大老闆、仕紳。

外公除了扛起兩個失明的親人責任，外曾祖母以及外叔公一家人<sup>72</sup>、我們這一家、阿姨國中離家後就很少回來，而舅舅也有五個小孩要照顧，以致媽媽婚前或婚後，仍要協助分擔外婆家工作跟家務。雖然嫁過來後早期家裡做過好幾種工作，當後來媽媽也有魚塢的一份股份後，跟外公、外婆又再回到亦親亦同事的身份，一天24小時、一年365天，於公於私完全交融在一起的生活模式。

不說我們小時候三天兩頭，媽媽就會帶我們去外婆家，要我們拿菜給外婆、外婆再要我們拿個魚蝦回來、過年要我們去幫忙貼門聯、鍋子壞了要我們載她去買……之類的。國小有一次跟往常一樣我們去到外婆家，媽媽跟外婆坐在一起討論某件事情，我一樣在旁坐著等，雖然聽不懂在談什麼，但那一次氣氛完全不一樣。媽媽跟外婆談著談著，從原本緊張的氣氛變得有點火藥味，媽媽慢慢回嘴、兩人開始吵了起來，應該說幾乎是媽媽對奶奶大聲地表達意見。奶奶似乎一直在強迫、說服媽媽什麼，最後媽媽生氣起身拉著我，大聲喊「走！回家！」這也是唯一一次媽媽在外婆家甩頭就走！

藉上述這些事可以看出，外公、外婆本來就會對媽媽施壓，我曾問媽媽：「妳們小時候外公都怎麼管教妳們？」媽媽：「哪有什麼管教？你外公一個眼神，我們就嚇的不敢講任何話，都主動知道要做什麼！哪像對你們這麼好！還可以講話」。加上兩家特殊關係、地理位置，緊密交纏在一起，所以外公、外婆隨時隨地有權力、責任介入我家任何一件事——包括我的生命！也就是說，

---

<sup>72</sup> 協助外叔公找外配，還有兩個比我小十幾歲的小阿姨。

媽媽之所以不論在魚塭、生活，各方面對我窒息般嚴厲的管教，背後一個原因就是面對外公、外婆壓力，給他們交代。不是只有公婆會插手媳婦對孫子的管教，自家爸媽也會，就像我的家族結構這樣！

以上大概就是外公對我的管教模式，媽媽後來對我嚴厲的態度，也如出一轍，有一次跟舅舅討論媽媽對我的管教時，舅舅也安慰我說「你媽媽就是吃到你外公的口水」。外公對我的態度，大概是受到從我出生開始所有的耳語影響，應該是說從父母戀愛就開始。



## 第四節 絲盡淚乾



圖十、青春

### 壹. 反噬

大學最後一年，不知道下一步何去何從的我，選擇了延畢一年補習考研究所，靠著一門科目考上了5間研究所，最後我選擇了風光秀麗的暨大，而且把研究所當大學在過一樣。從進入實驗室到最後離開，只有九個月的時間，但這九個月好像好幾年似的發生好多事：幾段曖昧關係、日夜顛倒、玩社團、聯誼、援交被仙人跳、最後在參加一個營隊時，被強制打開心房開始爆哭，之後三天兩頭就會無緣無故的大哭，最後像行屍走肉般，拖著身體兩個月……

#### 一. 煙花般的「大學生活」

暨大本身除了就是一個環境優美的校園，埔里這個地點也有點世外桃源的感覺，我來到這裡以前的人生，本來充滿各種混亂壓抑，媽媽、魚塢、被孤立……。來到這裡之後不但整個校園、所有時間、青春、埔里……我開始擁有屬於自己可以支配的人生，從過去的壓抑封閉忽然解放自由了。而且當時25歲的

我也正值巔峰青春年華，實驗室又有一群朝夕相處的學長姐以及同學們，讓我第一次體驗到強烈的歸屬感，我覺得生活充滿了活力，開始瘋狂放縱去享受本該有的青春跟生命。

校內參加的社團有烘焙社，由在地知名甜點店，18°C巧克力工房老闆親自授課，學習如何製作各種蛋糕。每週跟著系隊一起練籃球，參加全校籃球比賽。參加鋼琴社體會到古典音樂洗滌心靈的旋律。或是不定期參加家扶中心的志工，協助舉辦園遊會及各種活動。有一次實驗室大部分的人一起去參觀日月潭花火節，在舒適宜人的中秋，暮色低垂於群山環繞的伊達邵碼頭，華燈錯落於日夜交替的傍晚，隨著一顆顆絢爛的煙火，在朦朧藍光的蒼穹天空綻放，一首〈城裡的月光〉把大夥唱的心都融化了。等到最高潮時，另一首〈非你莫屬〉讓沈醉在這個浪漫湖光山色、煙火美聲裡的我們直接感動直呼「眼淚都流出來了！」這些煙花就像這時期的我，短暫絢爛後又歸一片黑寂。

那時每天一早起來幾個同實驗室的同學，一起在寬闊自然的優美校園裡，從寢室悠哉閒步走去餐廳坐在戶外，一邊欣賞美景一邊吃早餐，感受活力無限的青春校園生活。晚上有各種朋友、學伴、學妹、曖昧關係的、打不完的屁跟線上遊戲，就這樣每天都有參加不完的活動、聚會、聯誼。明明是研究所，卻硬生生把它玩成了大學生活。然而爬得越高摔得越痛，在看似多采多姿的背後，內心的空虛感越來越大，隱隱感到有一股力量要破繭而出。隨著每一次越來越high的狂歡結束，反撲的是獨自一人越來越濃烈的孤寂，迫切需要任何一絲情感注入，否則好像隨時就會死掉、爆炸、抓狂。

## 二. 肉包

跟平常一樣那天晚上我一個人躺在寢室床上徹夜難眠，諾大靜謐的校園

外，一眼望去是綿亙遼闊的中央山脈、暨大大草原、漫天星海、蟲鳴蛙叫……。越是這種隻身於天地的時後孤單感越強，受不了寂寞的我起身打開電腦，玩起大學時常玩的俄羅斯方塊跟象棋，沒多久一個「肉包」玩家進入棋局「哎呀……我的炮，哈哈，我要咬一口肉包」、「老哥，手下留情啊……」、「知道我的厲害了吧！老哥」。原本我以為對方是個男生，聊著聊著才知道是女生，還是小我8歲的高中生，難怪話語間除了有股活潑的青春氣息，還帶點少女的古靈精怪。於是我被激起了想多認識對方的慾望「肉包是哪裡人呀？」、「雲林！」、「不會吧，我也是雲林」、「這麼巧呀老哥，原來我們是同鄉」、「肉包住雲林哪裡呀？」、「台西！」……

很少有人跟我講話是這麼充滿「人」的味道，還是一個古靈精的小女生，那天我們聊了很久很開心，彼此留下即時通、部落格，日後我們常常在線上聊天。為了有進一步互動我自己也開了一個部落格，紀錄分享一些生活點滴，我們會彼此留言，不知不覺中我已經投入很多情感在她身上。不！應該說我這輩子有多渴望得到一份親密關係，對她就有多大的投射，幾乎整個生命都投入在這份關係裡。

在一次回台西的假期中，因為太渴望跟她有進一步的認識，我約一個朋友買了水果想去她家拜訪，一起循著部落格裡的照片找到她家，是一個普通的三合院。我們在門口喊了幾聲「有人在嗎？」然後有一位老爺爺出來：「請問有什麼事嗎？」、「痾……您好，我們是小婷的朋友，想說送點禮物給她」。大概是太突兀或我們行為真得太奇怪，老爺爺有點防衛的扳著臉孔「我們這裡沒有這個人！」其實我們也很尷尬、怕嚇到對方，對於突然要去拜訪不太熟的人也是充滿猶豫，所以聽對方這麼一講，我們便窘迫地匆匆告辭。

本來這件事我就有點不安，誰知道收假回到學校一切說變就變。肉包忽然嚴厲問我「老哥你是不是跑去我家？」、「你嚇到我的家人了，你知道嗎？」、「以後不准去我家！」、「我有說你可以去我家嗎？」……於是我對她有很深的自責跟愧疚感，不斷跟她道歉但很快就沒有了音訊。為了挽留跟解釋，我投入更多感情道歉說：「我真的很喜歡妳！」、「我沒有什麼惡意！」、「原諒我好不好」……

之後我以第一人稱口吻，寫了一封信給她致歉，我還以為是我投入的感情不夠多、不真誠。之後每天我就在深深的自責、愧疚且投入更多的感情中度過，等待一絲重新聯絡的可能。即使等到絕望的筋疲力盡了，還是沒有任何音訊，只留下一個行屍走肉的我，傻傻等著一個不會原諒我的人回來……。一天兩天、一個月兩個月……我越來越憔悴，本來就極度需要任何情感的我，內心的空洞變得比以前更大、更痛。<sup>73</sup>

三. 小茹

Dharma Drum Institute of Liberal Arts

那個時期忘了怎麼跟國榮姪女開始聯繫的，她也是一個正值荳蔻年華的少女。一開始我的心在肉包身上時，發生拜訪事件後小茹會每天陪我聊天，也從頭到尾知道過程。她會主動跟我分享生活點滴、流行歌曲，更會不斷關心我跟肉包狀況？有一種我的幸福是她最在乎的錯覺。加上我從小常去國榮家玩，過年她們全家會回老家，也就是國榮家，所以其實我們已經見過很多次面了，對我來說她一直是個小孩子，而我對她來講是個非常熟悉的哥哥。

跟肉包失去聯絡後，她會陪我聊天說些俏皮的話「如果你會唱歌，你女朋友會非常愛你」、「如果你來找我玩，我就穿熱褲」、「哼，我又不是你的

---

<sup>73</sup> 2022年已重新透過社群軟體取得聯繫。

誰？」<sup>74</sup>……漸漸我竟不知不覺迷戀上她，也常跟她打情罵俏「臭小茹不理我」、「笨蛋、傻蛋、雞蛋」、「我要去角落畫圈圈了」……。我一直沒有正視她對我的感情，以為她對我還是小孩子那樣。到了曖昧氣氛最高點，有一次她受不了終於主動約我「這禮拜放假你有要去西門町嗎？」我：「沒有吧！」除了當時我狀況很差真的無法靠近任何人以外，其實第一時間我聽到這句話，以為她單純想知道「你的行程表上面這禮拜有寫去西門町的字嗎？」我還覺得奇怪，怎麼忽然想知道我的行程表？也不疑有他回答「沒有」，之後我們的互動就慢慢變淡。之後多次回想才驚覺她是在約我！或許我實在沒經驗，也可能我骨子就是一塊不解風情的木頭，就這樣也慢慢結束了這段關係。

## 貳. 燃燒殆盡



### 一. 仙人跳

經歷幾段挫敗的曖昧關係後，我對感情需求更加強烈，好像在沙漠很久沒喝到水，即使是鶴頂紅出現在眼前，我都會不惜一切把它喝下去那麼飢渴。有一天不知道哪根筋不對，我忽然想到援交這件事，或許可以讓我感覺到「人」。或許我已經徹底失控，或對感情真的極度匱乏，讓我完全顧不上刻在骨子裡的道德感。於是上網找到一個陌生帳號，過程大概是我問她如何交易？她給了我一組帳號要我匯錢，到了匯錢那一刻理智還是戰勝了，於是我跟她說不要交易了。沒多久一位中年大叔打電話來，威脅恐嚇要找到我家，還有我跟家人的生命，我聽到被威脅生命，二來如果被媽媽知道，我大概會比死還要

---

<sup>74</sup> 這句話當初我沒聽懂，以為她真的不想跟我關係，多年後才懂得是在撒嬌。

慘。於是我開始卑微地向對方哀求，千萬不要讓我媽知道，我再匯錢過去，那天晚上我一個人躲在校園角落痛哭了好久……

## 二. 支離破碎

當時一位同學阿南在某心靈協會當幹部，他看我整天行屍走肉、極度失落、完全不講話的狀態，大概是出於想幫我，於是極力邀約我去參加三天兩夜的營隊。其實我是不太想去、也沒力氣再參加任何活動，但在那個狀態依舊想到，對方這麼誠懇邀約就給他機會吧。這個活動過程運用團體動力把內在情緒壓力逼出來，最後一天的營火晚會集體失控，阿南站在台上，在眾人面前把腰帶抽出來、在頭上用圈、做誇大的動作、鼓勵所有人叫喊把情緒宣洩出來，慢慢的有人開始學他，哭、喊、叫、跳……整個現場像開始淪陷……

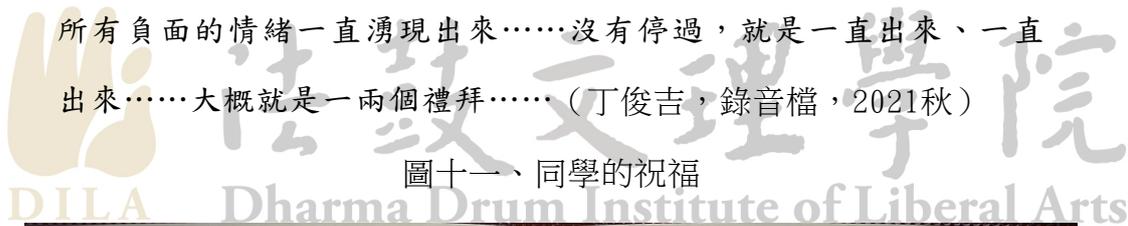
慢慢的……這次真的……終於瓦解了……過去所有的情緒……一切的一切……終於……出來了……

之後就是一發不可收拾各種哭泣！痛哭！常常哭！頂樓哭！宿舍哭！動不動就哭！不知道為什麼哭！任何地方！任何時間都在哭！每天拖著屍體到實驗室，晚上沒人的時後，聽著最喜歡的憂鬱氣氛歌曲無限循環、徹夜玩線上遊戲、跟國榮徹夜聊天。他那時候在外島當兵也很苦悶，隔著螢幕以前不敢講的話，那一刻忽然都敢講了、也需要講，然後聊到天亮，一天一天地循環，到最後我只有一個念頭「我要活下去！」每天重複不斷說這句話。

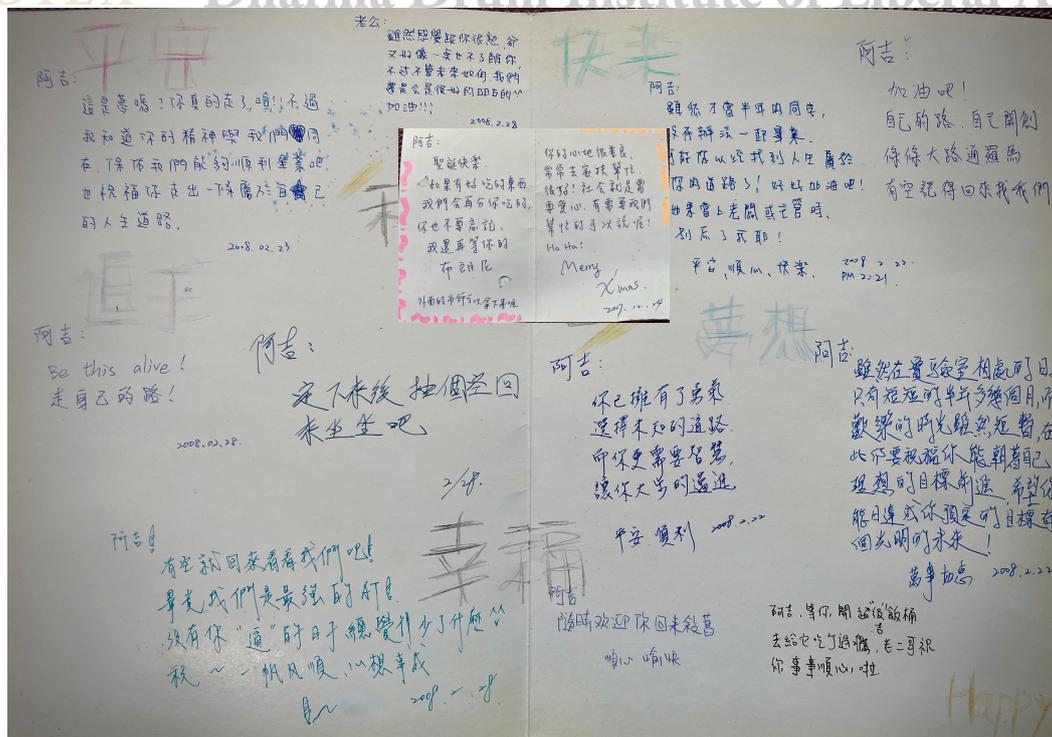
從下決定到離開中間又拖了兩個月，同學們三番兩次的關心、挽留我，還集體寫了一張卡片送我。但我真的徹底枯竭了，一絲力氣都沒有、活著的每秒每秒都是折磨，大家的不捨只會讓我更心痛於他們的不捨。這一切讓我更加堅定離開的決定，其實我隨時都可能倒下，但我還是撐住最後一絲力氣，學期結

束時才跟指導老師簡單說明然後告辭，老師也關心了我的狀況。之後我就騎著摩托車回家，終於擺脫從小的壓抑、一切，躺在床上那一刻，就像吐出最後一條蠶絲、流下最後一滴蠟淚，正式進入永夜！

然後我一回到家……整個就是釋……放開來，我就是躺在床上，大概一兩個禮拜……就是所有的功能都喪……失掉，講話的功能、吃飯的功能，或者是……睡覺……我睡覺也沒辦法睡覺……就晚上頂多只能睡幾分鐘就醒來……就會醒來，腦筋一直閃過很多念頭，一直停不下來，這樣持續大概一、兩個禮拜吧。躺在床上真的是……充滿了很多的負面的情緒，悔恨、委屈、悲痛、恐怖、絕望、不堪、體無完膚、混亂、心力交瘁、痛徹心扉……感覺人生從此毀了，所有負面的情緒一直湧現出來……沒有停過，就是一直出來、一直出來……大概就是一兩個禮拜……（丁俊吉，錄音檔，2021秋）



圖十一、同學的祝福



## 第五節 詮釋與反思

### 壹. 裝瘋賣傻

所有媽媽罵我的詞句中，有一句話特別耐人尋味「我都被你騙得團團轉」。一直以來我都不覺得這句話特別，直到現在寫論文的當下，把所有事情看過很多遍後發現，這句話真是一針見血的道破我的個人問題核心。我到底騙媽媽什麼？我又為什麼騙媽媽？要把媽媽騙去哪裡？而我做了什麼？

有時候我們想幫助某個人，如果因某種因素而難以達成，甚至直接出手可能造成反效果，這時就會想一些善巧方便的方法，繞過阻礙來達到助人效果。日常生活其實就有很多類似的行為。例如小孩子去看牙齒，醫師會哄小孩「牙齒裡有蟲蟲」，這樣一講小孩子就會比較願意治療。或像本文提到外公以霹靂手段教養舅舅，這些也可以說「用心良苦」、「故意」、「機鋒」、「養蜂」或為了激勵某人的「磨練」……都是善巧的概念。

丁老師在論文小組提過「助人最高明的就是當幫助一個人，幫也不對不幫也不對，你沒發現被幫到的時候，其實對方已經幫助到你了」這種高明的助人方法就是善巧方便，濟公的形象所代表的就是一種善巧方便。類似薩提爾四種求生存姿態的打岔者或搗蛋鬼，我也想挑戰一些固有、似是而非的價值觀念。但不一樣的是，我更想達到兩個用意，第一個是想要激發他人產生或提高「包容度、某種洞見、獨立判斷思考、看見自己……」來體驗獲得幸福感；第二個也是最深層且醞釀了十幾年的根本原因，在前一章提到的想扮演鴿子的原因，想引導他人升起犧牲助人的精神來離開輪迴。這就回答了為什麼幫助他人離開六道輪迴，需要裝瘋賣傻？因為我想用裝瘋賣傻來引導他人發心走上菩薩道！

除了濟公，其他像是丑角的演藝人員，甚至仔細觀察現實生活，有些好朋友之間互相吐槽就是裝瘋賣傻、互相調侃，這樣不但會增加彼此友誼，也會讓氣氛輕鬆一些。或是看到朋友一些問題，不好意思或不方便明講，也會委婉的讓他知道，有些瘋的自然的人，反倒散發一絲難得糊塗的自在感，如春風吹得周圍的人一陣暖意。我在住山義工有一次洗公器時，有人不小心把餐具掉到地上，啞啞大響嚇到所有人，忽然現場從一片歡愉的聊天氣氛沈靜下來。這時候另一個人就裝一副無所謂的說道：「碎碎平安、歲歲平安」，立刻惹得現場哄堂大笑，氣氛馬上又活絡起來，因為這個人的形象就是隨和、無所謂、自在。所以由他說出口自然就可以化解尷尬，當時如果是由我或一個正經八百的人說出口，估計大家只會更緊張。

## 貳. 置我於死地

其實早在高中時期一些事，已經看到兩家在我身上的拉扯，像外公跟爺爺都找我去幫他們工作。爺爺跟媽媽為了我先洗澡或先吃飯爭吵，所以媽媽其實是夾在兩家中間左右為難，不得不逼迫我。

有一個事件可以當作媽媽那幾年被我傷透多少心，還有左鄰右舍一定也都看在眼裡的一個縮影，衝突的最高峰。在考上研究所後，因為已經身心俱疲，我選擇保留學籍先服役，這件事也引起家人不諒解又起了一些衝突。服完役後在六輕外包商工作半年，又跟媽媽起了一個大衝突。那時有一位約莫20歲的高雄同事，他在工班裡不怎麼受歡迎，一個輕佻隨口髒話、抽菸嚼檳榔的年輕人，可能我跟他同為天涯淪落人。我知道不能深交，但也不想拒他於千里之外，他慢慢會找我聊天、吃飯。有一天他約我去他家玩，下班後他跑來我家要我跟媽媽借車，媽媽當然不肯，又因為我家在最邊間，同事在外面透過窗戶聽

到媽媽的拒絕，於是破口大罵「操你媽雞掰……」聽到同事大罵的當下，我是既難過又生氣，但最後「想看看外面世界」的慾望還是戰勝親情，結果也是跟媽媽大吵一架，之後還是從客廳拿到鑰匙出去玩了三、五天。

另外從媽媽置我於死地般的衝突張力來看，我也可以體會爸爸思覺失調的其中一個原因，也是媽媽後來躁鬱症更嚴重的原因之一，兩家之間的緊張壓力有多強！也就是假如爸爸沒有發病住院，他會持續遭遇我後來的經歷——關於兩家、魚塢、關係糾葛的紛紛擾擾，在我跟媽媽之間有多緊張，爸爸當初就經歷過多緊張的紛爭。

至於「為什麼我跟媽媽在魚塢上起衝突？媽媽為什麼置我於死地？」基本上整本論文就是在回答這個問題，在後面章節還會有其他探討、反思。

參. 楚門世界

一. 親戚 A

當時媽媽跟親戚 A 對我的衝突，那些我聽不懂的話背後，就是希望我斬斷跟痞子的關係，這對痞子來講，就像不准一個人回家尋根、不准一對髮小敘舊、或是對根本人性的不信任？這就是當時我面臨來自媽媽、親戚 A 給的壓力難題。我本以為外公家、叔叔家、魚塢、住家、我跟痞子之間、堂弟跟他之間，這些都是毫不相干各自獨立的，但我發現我太傻太天真。就像國中時認為村里宮廟「進安府」就是「政府」，只因為都有一個「府」字；高中老師用「全台灣每個紅綠燈下都有7-11」譬喻超商密度世界之冠，我真以為每個紅綠燈下都有7-11。假如親戚 A 給外公壓力？假如媽媽跟外公求助？假如外公知道痞子的事？外公會不會也給媽媽壓力？

媽媽對於痞子跟我是非常擔憂、焦慮的，就像外婆有一次跟我講「你媽媽就是擔心你變壞……」尤其堂弟那個時候的狀況。就算媽媽對痞子沒有太多成見，也要承受到來自親戚 A、外公的壓力及焦慮，媽媽也跟我講過多次「親戚 A 不希望你跟他走太近、太多糾纏」。正是親戚 A 的指指點點聽在媽媽耳裡，媽媽為了不要親戚 A 一直來「關心」，甚至讓親戚 A 這份「關心」蔓延到外公那裏再擴大，而焦慮催促我跟弟弟多加承擔，就是每天催促我們「上工」的原因。也才會在我們放假時，幾乎把我們時間排滿、跟痞子打籃球也常被叫回去、去找痞子馬上打電話催促回家、限制我們外出……

依親戚 A 凡事大肆宣揚有事藏不住，大刺刺的個性，當我把所有事兜在一起，很多地方忽然就明白，我跟外公在魚塢遇到親戚 A，外公忽然變臉的原因。因為我可以理解，如果換作我的獨生子青春期飆車、打架、退學……我大概也會想辦法找到最大、有決策權的人，有能力影響當事人來申訴，甚至無所不用其極，讓自己唯一的兒子不要變壞、走偏毀了一生。

總之，不論從痞子到堂弟到親戚 A 到外公到媽媽的任何一條路徑，最後都會到我身上，是肯定深深影響彼此的。妹妹的事件也是類似的路徑模式，最終都會導致我跟媽媽在魚塢上必然的衝突。

## 二. 姊姊

可能因為這幾年跟媽媽修復關係，或表弟妹長大成年，長一輩才發現之前對我的那一套，在表弟妹身上完全行不通，甚至會碰一鼻子灰，媽媽似乎也看透明白放下了很多，不再處處逼迫我、友善正常許多。有一次開車的路上我全程不發一語，聽著媽媽跟姊姊聊天，或說是姊姊在「教訓」媽媽「你為什麼不把家裡整理整齊？為什麼要把泡這麼久的藥酒放這麼久？你要不要給丁俊吉一

罐，讓他帶去學校？」媽媽一聽到這裡，本來一路挨罵的態度忽然強勢起來「你弟弟他就是在寫論文，我才不想要他喝酒」，其實之前我在做粗工時，為了活絡氣血喝點酒，媽媽已經跟我起過幾次衝突，以前媽媽都會責怪說「喝酒是好事嗎！」還特意叫舅舅來開導我一番，這是第一次沒責怪我，反過來把我重重拿起輕輕放下，不讓焦點停在我身上。但姊姊又把話題轉到我身上「你不要又把酒放到過期，你就給每個人分一些分完，問丁俊吉要不要一罐？」焦點又回到我身上，媽媽無奈之下還是問了我要不要一罐？根本就不想喝藥酒的我，已經學會默默配合演出，所以輕聲回答「噢……」媽媽緊接著「你弟弟不知道什麼時候可以寫完？以後不知道怎麼辦？」姊姊立刻嚴厲說「你不要管他！他有他自己的打算！」焦點又回到我身上。

焦點、衝突，不斷被姊姊拉到我身上，如果是以前，只要焦點是我身上的任何事，一定激起媽媽的焦慮開始訓斥我。別說這種情況，之前嚴重的時候，只要兩個人在同一個空間，就是劍拔弩張、全身顫抖、怒視對方。但那天在車裡，我跟媽媽已經重新建立連結跟基本信任，對我的態度跟以前完全不一樣。我跟媽媽的關係，除了小學有一陣子很好、以及高中比較平靜，之後就很少對我這麼溫柔，還不斷把焦點拉開讓話題不在我身上。

姊姊這幾年只要一回家就「拼命掃地、拖地」，幾乎把掃地、拖地當作「事業」在經營，這麼多年大家都習慣了。有一次放假弟弟、妹妹準備開車北上回家，送行完後媽媽對姊姊脫口「等下去把二樓掃一掃再去坐火車」，姊姊一聽，頭也不回馬上快步上去二樓，沒多久媽媽又對我補了一句「你也一起去幫忙」，我到了二樓看到姊姊在掃地，問姊姊說「我們怎麼分配呢？我負責拖地嗎？」姊姊頭也不抬自顧大動作拼命掃地回「好！！」等我擰完拖把回來再問姊姊「裡面掃好了嗎？是從哪邊開始呢？」姊姊一樣埋首拼命的掃地回

「對！！」這時我猜姊姊又掉入被媽媽指使、被操控的不自在委屈，以及勾起那些不平衡，我也就識相默默的跟在後面拖地。

中途我換過水回來後，姊姊就不知道去哪裡？不知道從哪邊繼續拖地的我，只能換過來掃地，等到完全掃完姊姊也沒回來，我就回到客廳跟大夥坐在一起。堂妹也知道狀況的「質詢」了我「你有沒有幫忙！怎麼只有你下來！啊大姊咧！」似乎我從需要被質詢魚塭的責任脫離後，現在又必須扛起被質詢掃地的責任。我知道大家又進入另一個「丁俊吉以前不工作，現在不幫忙掃地」的輪迴情境，所以我也只能就事實回答「我有問，但……」

而之所以姊姊後來這幾年，只要一回家就「拼了命」的掃地、拖地，很可能就是對媽媽比較疼我的反抗，以及小時候那次我主動掃地，被姊姊可能挑釁問「是你自己主動要掃的嗎？」有關。那時候媽媽會跟其他姊弟妹們說「他會存錢好節儉噢、存了1000塊給媽媽、會主動掃地做家事、會幫媽媽很多忙……」可能姊姊、妹妹當時的OS是「丁俊吉講什麼都是對的，丁俊吉最棒！丁俊吉最乖！我們說什麼都是錯的！我們最不乖！重男輕女！……」如果是這樣，就可以理解姊姊的行為了！

我在第一次流浪身心很憔悴時，旁人都會用一種好像「我對不起他」的眼光看我。有一天我跟姊姊坐在車上，姊姊一樣面無表情不發一語坐我旁邊，然後我鼓起勇氣跟姊姊道歉，但不知道要道歉什麼，就說「我想要跟你道歉」，換來的卻是姊姊嚴厲的回「你永遠永遠不要再跟我說對不起了！」然後又回到一片死寂。那次我又再受到一次打擊，而且之後我也不再跟任何人道歉，只能默默忍受大家質疑的眼光，除了連最後道歉的權力也沒有以外，當時我也還不清楚很多事的來龍去脈，也無從道歉起，但大部份的人都用「你錯了！」的眼

光質疑看我，我也只能虛心接受認錯。我也去跟隔壁小月阿姨道歉，在我崩潰回到家的那一天，小月阿姨看我很久沒回家，便熱情跟我打招呼「你好久沒回來了！」當時我正經歷徹底崩潰，內心一片破碎、晦暗……所以一句話也沒回，無視那個阿姨直接走開，臉色沈重的走進家裡。

但其實姊姊這舉動也讓我領悟到，道歉的真諦就是不要給他人添麻煩，也不要對他人犯同樣的錯誤，這倒是激勵了我，一定要一步步踏出廢墟般的世界。讓我害怕的是有一次，姊姊又一臉嚴肅地說到「真想把我跟爸爸殺死」，因為在姊姊的角度認為，我跟爸爸就是家裡兩個最花錢的人，也是帶給大家所有痛苦的罪魁禍首。

在顛沛流離流浪的某一年，我在新竹清潔公司上班，公司有簡單的「宿舍」，也就是老闆自家樓上，一間年代久遠具有「歷史感」的雅房裡。已經很久沒聯絡的姊姊忽然打來，一開始我還有點開心，沒想到對話內容是「你在做什麼？」、「沒有，怎麼了？」、「噢沒有，是媽媽叫我打給你的」、「……恩」、「恩……再見」。就這樣？雖然有種強烈被傷害的感覺，但也讓我發現了姊姊的委屈和無奈，同時又看到了我身處於「攝影棚」這件事，瞬間對於之前許多事又豁然開朗了一些，原來姊姊是承受來自媽媽的壓力。

晚近幾年，家裡很多風暴慢慢平息，反而是姊姊還會為一些瑣事跟媽媽吵架。有一次我從二樓走下來，聽到廚房的媽媽「以後我如果不在了，你要多照顧弟弟，你不覺得他很可憐嗎？」姊姊忽然發怒「為什麼！我一塊錢也不會給他！我又不是他的奴婢！」她們也剛好聽到我走下來，而尷尬地轉移其他話題，我也假裝若無其事的走開。其實事態大概已經發展清楚，所以姊姊也不避諱的直接吐露對我的真實心聲。姊姊對於媽媽「重男輕女」產生的不平衡及無

奈，多年累積的憤怒怨氣，那是第一次聽到姊姊親口發洩出來，姊姊的委屈、怨恨、不滿是一直承受來自媽媽的壓力，以及過度解讀姊姊照顧弟弟的意涵。這也就解釋了為什麼這麼多年來，姊姊三不五時就會跟媽媽抱怨「你以前什麼都聽丁俊吉的，只要他講的都對！」還有為什麼媽媽要我還一百萬的時候，姊姊要在旁火上加油地搭腔。

### 三. 外公

「找不到人管我了！」這應該是媽媽當時的心聲。家裡都沒長輩在，隔壁雖有一些親戚，但奶奶長期在地方上發瘋似地哭鬧，不甘於舊事的恩怨，認為左右鄰居偷錢、騙錢、偷水管，跑到對方門前破口大罵。再加上爸爸的事，所以鄰居對我家大多避之唯恐不及，偶爾親戚A會過來「關心」。所以大家對我的印象大概就是「不做家事也不幫忙魚塢工作、被痞子帶壞、也拖累堂弟、又自視甚高修道、不食人間煙火、又是個欺負妹妹殘暴的哥哥、對媽媽都敢忤逆，最後還死不認錯裝瘋賣傻……」這麼一個乖逆、乖戾、乖誕的孩子將來怎麼辦！誰有資格、有能耐可以管得動我！當然就是外公。另外痞子家對於都是家族世居、封閉的地方大部分人家來講，這樣忽然搬來的鄰居，我猜或許有點難以接受，加上丈夫不在、只有妻子帶著一家三口的家庭，這些過往外公一定也瞭若指掌。外公管教我是一件天生自然的份內事，讓大BOSS盯上，影響的就是整個家族、地方，還有外溢效應——楚門的攝影棚。

#### 外公晚年

2017年我回家在家裡一年的時間，一邊幫媽媽經營魚塢、一邊照顧常跑醫院的外公。有一次外公又氣急敗壞的講述「外面流傳的那些話，那是不知道的人說的！知道的人說我是史艷文，不知道的人說我是藏鏡人……」言下之意，

旁人認為外公強硬插手我的事，看得懂的人認為外公是史艷文主持正義；看不懂的人認為外公是背後的藏鏡人。若是如此，那外公對我這麼強硬的原因又多一個，就是旁人的輿論讓整池春水又皺了一圈。還有一次也是在醫院照顧外公時「那個誰誰誰，他那樣是在演戲！跟你講，我才是真正的演員！沒有人比我還會演啦！」深諳世事的外公很清楚人生如戲。如沙士比雅經典名句「人生就是個大舞台」，依外公的資格條件，確實是資深高明的演員，他也很有自信沒有人演得過他。

直到外公晚年仍然持續關心我。有一次打電話給我時外公已經80好幾，聲音聽起來卻還中氣十足，那份真誠關心的情感，就像小時候關心我一樣那麼地熱切「喂……阿你現在在做什麼啊……好久沒有回來了」、「我在工作」、「蛤……阿公跟你講，聽阿公的，那是退休在做的事（我回答在工作，外公以為我還在當義工），不關我們的事……」

到外公去世前一兩年，跟外公在醫院獨處的時候，外公開始從王永慶發跡開始講起、清朝、日本殖民、人要胸懷大志，一直到差遣我整理病房、問魚塭狀況、我不需要甚麼都學，只要專精一樣技能就好<sup>75</sup>……話鋒一轉「阿公我比你還高一級咧！」我心想外公何止高我一級？但外公何必跟我比？言下之意是外公覺得我自以為是嗎？當然我的反應跟平常一樣，只是微笑聽著。倒也不是不說話，本來就少有人有能耐跟外公對談，何況對我誤解這麼深，我的任何言行態度都會被過分解讀。而且外公重聽，大多時候只是單方面訓話，如果我們沒回話或外公聽不清楚，外公都會急得面紅耳赤逼問「蛤？蛤！」對我甚至常皺著眉頭說「好像啞巴一樣」、「你別再一步錯、步步錯了」、「以後對你媽

---

<sup>75</sup> 外公早年在魚塭教我工作時，講的卻是相反的論述「身為人什麼都要學！都要做！不會就學！」

媽好一點，買些好吃的食物給媽媽」、「人家舅舅、弟弟都出師了……」都是我照顧外公晚年時，一再耳提面命常說的話。

#### 肆. 絲盡淚乾

那次崩潰雖然讓我痛徹心扉，而且帶來的後遺症也延續了十幾年，但對我另一個正面意義是，讓我的人生中有一個時期，是全然屬於自己的時間。可以好好重新審視自己以及世界、跟自己獨處、找尋真理。這次崩潰雖然也帶來嚴重創傷，但也像一個開瓶器，把過去所有壓抑封印的情緒宣洩出來，以這個角度來看，崩潰反而是件好事，幫我把壓力鍋打開把過去一切清空、歸零後重新出發。

崩潰之後回家第一天必須要有房間落腳，因為此前我跟弟弟都是跟媽媽睡同一張床，沒有自己房間。所以回到家，我先把被奶奶當作收藏鍋碗瓢盆的倉庫，清出來恢復成房間的樣子，當成「自己的房間」。也把自己過去的東西、書籍丟掉，離開帶給我巨大痛苦的過去，徹底休息。

除了親戚A來看過我一次，舅舅帶我爬山一次，媽媽那時候可能不知道我發生什麼情況，會一直來刺激我（也可能是關心）。但我跟媽媽的關係已經徹底惡化，這時關心就變成一種刺激。那時候媽媽常常走到房間外面，用力拍打木作牆壁，大喊著命令我做很多事！這些動作即使是平時，也是一個刺激人的行為，何況當時只會讓我更加痛苦萬分。最後媽媽幾次這樣的刺激，讓我升起想要殺媽媽的念頭，可是我根本不想要殺媽媽，我已經提不起任何善念只想毀天滅地。讓我更加痛苦「為什麼要逼我有殺妳的想法！」何況殺人本身就是很可怕痛苦的念頭。

這時候我也看到支撐我活下去唯一的力量，微弱卻堅定的信念，那念頭一直都在，只是不敢、也沒機會、不知道如何面對，或許只有透過這次經歷才能看到。而且崩潰當下我知道一定會好起來，不是我有多大的問題，而是背後我不知道的脈絡導致。當時釋淨空的一段話給了我靈感，大意是法師的學習過程曾經有一段歲月，是不看任何書籍的，先讓內心清空以後，再裝入正確的佛法知見。我當時正是需要清空，而非裝入任何東西，所以我幾乎就只是念佛，不看任何的文字，而這似乎也對我有些幫助。最後經過十多年回憶、書寫、轉化，我更確定內心深處，當初不清楚、不確定、故意忘記也經歷類似失憶的信念——助人。

這次崩潰是各方條件剛好俱足造成的。從充滿活力的生活到混亂、糜爛，造成巨大的失落感，加上本身歷史積澱的許多議題，耗盡最後一滴心力，終於把猶如滿載水庫的情緒洩洪出來，造就這次的嚴重崩潰。包括始終提不起心力、到處流浪、被世界拋棄不諒解、強烈斷裂感、心痛引發胸口的疼痛感，直到十多年後才漸漸消失……等後遺症。那時候很多人關心問「為什麼要休學？」到後來才發現原來是在質问我「為什麼要休學不念書！」雖然那次崩潰是非常可怕的壞事，但因此蛻變轉化；總之，這樣的遭遇逼著我下定決心尋找一切關於自身生命的答案，是一個人生的重大轉點。



DILA

法鼓文理學院

Dharma Drum Institute of Liberal Arts

## 第六章 尋

流浪吧，找答案、找真理、找自己，或者什麼都不找……

### 第一節 顛沛流離

當我意識到自己過去所追求的一切，不但導致片體鱗傷而且終將落空，是錯誤的人生方向時，才徹底信服原來人生的真相是痛苦無常，而不是幸福快樂的童話故事，那時候我就知道是時候啟程了，該去面對、找尋、了解從小那個一直不敢去碰的「信念」。

#### 壹. 天地眾生

那是最好的時代，那是最壞的時代先那是智慧的時代，那是愚蠢的時代；那是信仰的時代，那是懷疑的時代；那是光明的季節，那是黑暗的季節；那是希望之春，那是絕望之冬；我們應有盡有，我們一無所有；我們直奔天堂，我們直墮地獄。

《狄更斯·雙城記》

在流浪的某一天看到這段話時，有種茅塞頓開的感覺，沒錯，不管處在哪個年代的人們，其實都活在兩極矛盾的狀況，世界一直都是如此，之所以矛盾，是因為人性本來就矛盾，可以存在並擁有一切的矛盾，這就是真實世界一直以來的樣子。

#### 一. 流浪

崩潰開始的前幾天，國榮每天會打十幾通電話關心我。因為他那時後接觸淨宗學會，一直叫我念佛，所以我在床邊放了一台念佛機，我就跟著念佛，也似乎真的感受到有一條「繩索」讓我拉著依循。就像身處地獄般無邊黑暗的世界裡，還有一點微弱光點在身旁，也或許是念佛機的聲音適中柔和、頻率穩定、文字單純等特點讓我穩定下來。再有點力氣可以下床後，我就在虛弱、恍惚、雜念不斷紛飛之下，開著小貨車到30多公里外的台大醫院就醫，診斷的是潛伏型思覺失調症。我吃了一包藥後覺得頭腦糊成一片、連僅存的微弱意識，感覺能力也快消失了<sup>76</sup>，喪失意識成一片混沌的虛無狀態，這樣更加恐怖糟糕，所以就斷然不再吃藥。其實我知道吃藥不太可能好的，因為背後遭遇的歷史積澱，還有我最深的那股執念才是問題所在。

再恢復一些元氣後，我開始從破碎狀態，凝聚回一些人的樣態了，開始有些基本慾望驅動我做些什麼事，我也開始嘗試一些讓自己好起來的方法。簡單的臨摹素描、做一些簡單的家事，這些簡單的事竟然給我很大的療癒。國榮拿幾本佛書叫我看，此時還無法看任何文字，同一行字重複看了五、六次，即使簡單的內容還是看不懂。後來我試著跟書上說的練習一件事，「萬緣放下一心求生極樂世界」，還有封面提到「三者、發菩提心，深信因果，讀誦大乘，勸進行者。如此三事名為淨業。」<sup>77</sup>我現在殘破如廢墟，一心只想毀天滅地，但為了要去極樂世界，必須發菩提心。這對我來說非常困難，但我還是不斷在一邊哀號中，一邊強迫自己發起要助人的心，不知道經歷多少次煎熬失敗後，好像真的長出一點點動力，但是，好痛。後來舅舅約我爬山、自己也嘗試一邊慢跑一邊念佛、參加媽祖遶境……就這樣從無底深淵，一步步恢復基本生活功能

---

<sup>76</sup> 藥物可能只是阻斷或鈍化某些神經元。

<sup>77</sup> 《佛說觀無量壽佛經》(CBETA 2024.R1, T12, no. 365, p. 341c11-13)。取自<https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/>。

後，找了一間超商開始打工……

再更恢復元氣後，我在新竹科學園區找了這輩子第一份「自己的」正式工作。那時候常常去靜心湖旁的金山寺，開始翻閱廟裡的民間善書、或單純坐在寺院、或在寺院閒逛一整個下午，當時我不知道如何學佛？佛法是什麼？哪裡可以學佛？……我唯一能做的，就是坐在這間古寺，感受寺廟給一個流浪的旅人安定、安頓、停泊的氣氛。沒多久美國爆發次級房貸，引發全球金融海嘯，科技業開始放無薪假，當時我是輪班工程師，常常就在日夜顛倒的情況下，連放六天假，一整個夜晚我不知道如何自處？一次半夜就從新竹騎腳踏車到台北，一路睡公園、超商、聯合大學、板橋車站，我不是在環島，是在流浪，像個流浪漢一樣的流浪，漫無目的流浪，屬於我當時體驗世界的方式。

那時小茹剛跟我斷崖式失聯，受到打擊的我引發第二次小崩潰。回到一個人獨自活在夜晚的生活，雖然沒有像一年前那麼嚴重，但又讓我回到那個如鬼似魅的世界。辭了工作後我在中華大學旁，一座小山上租了一間老舊不堪的套房，旁邊有一間從沒看過人進出的小道場，所以這片小山除了我跟幾隻狗再沒其他人。我在這個隱密髒亂的地方住了幾個月，那幾個月裡我開始第二次的釋放，本能地活著，稍微好的是我有一些些錢。每天睡醒就騎著摩托車到處逛，去圖書館看一整天的書、一整天的電影、聽一整天的歌、浪跡天涯、走在新竹每條大街小巷、拿著鉛筆隨意有地方就坐著畫素描、半夜逛清大校園、以網咖為家……那幾個月的孤寂蒼涼裡，已開始帶了些許的寧靜自在。

沒有家庭社會規範、道德、認知束縛……任何困住我的意識形態都得以卸除，悲傷就哭、開心就笑、餓了就吃、累了就睡、想玩就走、不想動就躺在床上、性慾來了就自慰。那時我掙扎很久鼓起勇氣，用一種理直氣壯、光明正大地去情趣用品店，挑了一個飛機杯，性欲來了就在那個遺世獨立的小山、小房

間裡盡情縱慾。

沒多久我發生一個車禍，右肩頰骨骨折，巧的是很少聯絡的叔叔，當天下午忽然打電話來關心我。就這樣我去叔叔家休養住了幾天，後來我在斗六租房找工作，媽媽跟弟弟陪我把新竹的家當搬回斗六。當時表妹是少數讓我感覺到「人」的人，我就去到表妹學校，送了燒仙草以及一張卡片給她。那一次大概嚇到大家了，當時的我一副「鬼見愁」模樣，不是認為我瘋了，就是找表妹是不是另有企圖。

就這樣顛沛流離流浪跑了七、八個地方，邊工作邊流浪，大概四年時間，參加過慈濟及佛光山活動，像八八水災當救助義工……但都無法回答我內心深切的困惑。後來我想找一間道場親近穩定下來，決定去淨宗學會，但去了三次都沒成功，不是下大雨、摩托車發不動、就是道場沒開。就在回程時看到法鼓山新竹辦事處的招牌，暗想：「這好像也是佛教道場，我為什麼要這麼執著？一定要去淨土宗的道場？」於是走了進去……

進門之後有一位師姐來接待我「請問你來這邊有什麼事情？」其實我有一大堆疑問，但脫口而出「我不知道活著要幹嘛？」然後師姐面帶微笑用柔軟的語氣、誠懇的眼神、貼近我的臉，直視著我「我們師父說，人來到這世界上有兩大目的，一個是受報，一個是發願還願。」<sup>78</sup>頓時！我就被這句話給撫慰到而眼眶泛紅，融化了多年的堅硬、冰冷、委屈、迷惘、混亂、不堪……。竟然一句話就講完我的過去，而且完全同理我，這師姐後來也陸續帶著我參與法鼓山各種活動、共修，融入法鼓體系，就這樣在新竹辦事處待了半年。

---

<sup>78</sup> 我跟這句話的原作者素未謀面，而且透過另一個人轉述仍然力透紙背，深刻精準講到心坎，瞬間融化上半生的痛，這個人竟然如此懂我、撫慰我的靈魂！

有一天媽媽又打來電話，一如往常，我根本聽不懂媽媽想表達哪些「事情」，只留下一頭被罵的霧水、被情緒勒索的我。氣的除了又想摔手機，還有一股即使毀掉未來都在所不惜的衝動。那一刻深深覺得人生真的火燒眉毛不能再拖下去，必須趕快找到生命的答案，猶豫幾天後下了一個決定，去天南寺住山當義工，就是要找到真理、佛法、生命的答案，還有我為什麼崩潰？上半生我到底發生什麼事？導致讓所有人離我而去，媽媽為什麼常常失控對待我？人生到底在幹嘛？這世界到底長怎樣？……所有的問題！倒是流浪的這幾年，媽媽可能看到我的憔悴不堪，對我的怒罵除了以往那些內容，開始多了一絲有溫度的詞彙「你是我肚子拆出來的」、「打在兒身疼在娘心」。

## 二. 禪修念佛

之後那位新竹師姊，就載我到天南寺開啟法鼓第二階段旅程。我在下行堂<sup>79</sup>當義工，那半年的作息就是，每天5點多起板後先去大寮出坡，再去禪堂做早課、之後用早齋、出坡<sup>80</sup>後休息、快到中午再出坡、午齋、出坡、休息、出坡、藥石、出坡、盥洗、晚課、自修、洗衣服、安板，整天的作息就是只有這些單純規律的事務。當然有時候有法會、禪修或其他活動，這樣樸實單純的生活作息環境，讓我得到很大的安定感，或者之前的生活太過破碎，所以落差很明顯，這半年有一種更深的歸屬感。身邊有一群友善的人朝夕相處，清幽寧靜的環境，又是正信的道場，安住的力量為我打下之後禪修的基礎。於是我那氣若游絲、風中殘燭般的生命，就像一顆種子種在那樣的環境裡，重新長出芽來，再次感受到一絲生命力。

這段期間參加了青年禪修營，開始有了一些初階的禪修觀念及實際體驗，

---

<sup>79</sup> 佛寺裡負責廚房事務的單位。

<sup>80</sup> 佛寺裡對作務的另稱。

「不管過去、未來、把生命留在現在、身在哪裡，心在哪裡、七支坐法、體驗呼吸、八式動禪……」會一點基本打坐方法，就這樣又過了半年。之後有師兄問我「水陸法會快到了，山上很缺義工，你要不要上來幫忙？」於是我開啟法鼓第三階段旅程，到總本山一邊住山當義工、一邊學禪修。因為禪七必須有兩次禪二經驗，所以我從禪一開始、禪二、禪五、禪十、菩薩戒、生命自覺營，最後再一個禪七。大概是天南寺的生活，為我禪修的前方便打下基礎，也就是飲食、睡眠都調整差不多了<sup>81</sup>，「禪修的人同時也需要『調五事』，即在日常生活中應該注意的五種基本工夫」（釋聖嚴，2020），加上調身、調息，最後才是調心，才順利進入打坐狀態。不然在新竹那半年，只要一坐上蒲團就只有兩種狀況，不是重昏沈就是妄念紛飛，完全沒辦法打坐。

經過半年的調整，對於初階打坐觀念方法又更上手，在最後一次解七出來，當我站在明亮寬闊的禪堂外陽台，被和煦春光照在身上那一剎那，竟有一種重生、通透的感覺，所有過去的那些，失落、悲傷、沉重、悔恨、不堪、破碎……好像冰塊融化一樣。也可能是落差感很明顯，我並沒有坐得很好，因為有三分之二的時間，還是在昏沈妄念中度過。之後再次下山回到社會。

這次狀態又更好一些，也流浪了五、六個地方，但已經比以前更安定、更可以貼近自己，一樣邊工作邊持續摸索學習，高雄工作一年、再回法鼓山工作一年、照顧外公、幫忙魚塢工作，魚塢臨時工又一年。那時候常看3個人的臉書分享文章，一位是心理諮商博士、一位是法鼓僧大教務長、一位是我國中同學，現在大學國文老師。他們常常分享關於心理學、佛學、國學以及生活上各方面的感悟。有一天當我在看一些心理、人文相關的書籍時，當我看著看著，

---

<sup>81</sup> 聖嚴法師（2020）。禪修之道。載於法鼓文化（編），法鼓全集2020紀念版，04-13 《動靜皆自在》（頁203）。臺北市：法鼓文化。取自：<https://ddc.shengyen.org/?doc=04-13-022>。

發現以前看不懂的文章、概念，不但忽然看懂了，而且還覺得很有溫度跟共鳴！以前不相信「一個人的門被關掉後，老天會開另外一扇窗」的說法，現在好像遇到了，發現自己還有一點學習能力，而且也有興趣，於是決定再回學校讀書，算是第四次上法鼓山。而那幾年對於自己一些內在議題、疑問、事件等敘事殘骸已經開始組織、拼湊了。

在我學會基礎禪修後，在任何時間地點，當發現自己被不安、緊張、各種情緒攪擾時，自然而然地使出兩個方法，念佛跟禪修。我從基礎開始，放鬆眼睛、全身肌肉、體驗呼吸、感覺情緒、把心放在當下，像是當我在拿杯子、走路、開車、跟人講話……這些生活中的小動作時，練習全副身心投入當下在做的事。體驗杯子的重量、跟手掌接觸的觸感；走路時腳掌跟地面接觸的感覺；體驗自己的肌肉緊崩、心情緊張的感覺；體驗即使全世界塌下來也跟我沒關係；透過一次又一次練習、失敗、再練習、再失敗<sup>82</sup>……心理似乎慢慢也安穩下來了。雖然在一些重大事件上，或夜深人靜還是常被情緒打敗，但大抵恢復的跟一般人差不多了。那幾年有個有趣且欣慰的經歷是，一次我帶領爸爸放鬆，體驗基礎禪修時，發現爸爸竟然也可以練習，當我引導到「肩膀放鬆」時，看到爸爸原本聳起來的肩膀，忽然掉落為放鬆姿勢，這讓我又驚又喜。

從崩潰躺在床上那時，因為拼命地念佛，讓我後來養成念佛習慣，所以一路以來我有事沒事就會念佛號，當禪修難以平復強烈不安時，心裡就默念佛號，把心繫在佛號上。就像那時候崩潰一樣，不管天崩地裂、天堂地獄，全心放在這一念，祈求宇宙某種未知的力量幫我，倒也能慢慢穩定情緒。但安定情緒並非禪修最終的目的，而是情緒安穩後進一步在日常生活中，不帶著太多的預設立場去處理各種事、面對各樣的人、也練習不要太執著任何可能、別太早

---

<sup>82</sup> 經過不斷地失敗經歷，體會到學習沒有成功、盡頭，只有過程。

下定論、別太在意外在標準評判，然後再適時給身邊的人一點同理、溫暖、陪伴……這才是最終目的。一次某位法師跟我聊天，突然問我的練習方法是什麼，我竟脫口而出「念佛」，雖然這十年來打過多次禪七，也從中得到很大的受用，但內心反射脫口而出的方法，竟還是念佛。

以上這些都是由一個名叫保康、採葳、醒世將軍、知剛唯柔的人，不管叫什麼名字，就是這個人在我最低潮那幾年陪伴我走過來。我也在他創辦的團體環境裡前後待了10多年，看了他一些影音著作，依著他的觀念方法，重新塑造生命，而他所創的禪修方法是參考印度、南傳、日韓加上原本漢傳禪修，融合各方法正式成立為一個新的派別——中華禪法鼓宗。我跟著大部分的人習慣稱師父，這算是吃了豆腐，因為如果論輩份我是皈依於果東退居方丈，所以應該要稱師公才對。但對我個人而言，感覺他更像是一個素未謀面，卻一直陪伴在我身邊，鼓勵我的好朋友，帶領我重新認識世界還有我自己。

### 三. 小結 A Dharma Drum Institute of Liberal Arts

若不算當兵、研究所之前，以及短暫幾天的活動，真正住下來的。十多年的流浪從台西、新竹、香山、斗南、斗六、台西、新竹、三峽、金山、斗六、三民、大樹、金山、三峽、台西、金山、台西、斗六、大安、金山、象山、南港、金山。從六輕外包商、超商、科學園區、加油站、早餐店、再回六輕外包商、水果店、居家清潔、住山義工、禪修、零售業、園藝、設備組、回家養殖、照顧外公、魚塭臨時工、學生、開計程車、作業員、法鼓文理學院。一路遇到好多人、體會好多事。體會底層百姓的無奈悲哀，生活中常常是很難生起一念覺察、善念，所以學習、成長、同理、分享這些素質，對於底層的人來說更是難上加難，彼此爭奪著那稀少的可憐資源都來不及了，哪裡會想要分享。底層世界大部分的人都遍體鱗傷，一碰就痛，互相攻擊殘殺，要分享生命的美

好事物、或任何資源也只會給子女或親人。更何況貧窮落後的地方，更難接觸新的觀念、文化，在在都更限制階級底層。

細想世間百業，正如現代的流行詞彙「社畜」所隱喻，很多公司只是把員工當賺錢工具，為了生存當畜生尚且都被視為天經地義，社會還有多少角落，有著不為人知的辛酸血淚。也讓我深刻體會，被各種制度、意識形態、組織壓迫的「弱勢」族群，因為各種不可抗拒因素，謀生、出生背景、語言文化、社會階級……而需迎合標準，產生各種扭曲、彘扭、或裝作不在意的無奈、無力、無助。當明白這些道理，就比較知道該給予對方「需要」的要件元素，而非單方面給予自以為「想要」給予的，更要警惕別為了虛榮名聲付出。特別想分享的是，這裡所指的「弱勢」，並非狹義的社經地位，而是廣義泛指凡是被某種意識形態困住的狀態，因為即使一般認為上層階級的人，也有其為難的一面，在各種強大的制度、組織、思想面前，同樣是「弱勢」。

D 我也深刻體會到這個社會主流價值，把賺錢工作擺在第一位，有時候不禁思索，目前世界的物質文明已經非常發達，倘若再為了追求這些互相鬥爭、攻擊，似乎顯得可笑惋惜，人們應該把更多重心轉而追求內心平安、幸福。最近台灣剛好處於新政府上任交接期，在「投資未來世代青年論壇」上，賴清德總統（2024）引述台南文學家葉石濤過去所言承諾：「520上任後要跟行政團隊共同讓台灣成為一個適合人們作夢、幹活、戀愛、結婚、悠然過日子的地方。國家希望工程有別以往以部會、政策專業分類，而是以人為核心，因為人人有希望，國家才会有希望，未來不只是主觀地給年輕人『更好的國家』，而是擴大參與，檢討落實各項議題，讓台灣成為好好過日子的地方」<sup>83</sup>。期望這裡所指「以人為核心」，真的是以人為本的心靈安定為核心，可以作夢、「圓夢」、

<sup>83</sup> 陳昀（2024. 04. 21）。賴清德：以人為核心 讓台灣成為適合作夢、悠然過日子的地方【自由電子報】。取自<https://news.ltn.com.tw/news/politics/breakingnews/4648320>。

幹活、戀愛、結婚、悠然過日子，衷心期盼。

## 貳. 懸宕·尋回

齊克果曾說：「選擇做不是自己的人是最深切的絕望」，如果為了謀生而從事不是自己興趣天賦的工作，是讓人那麼的絕望。就像釋聖嚴曾經有一段在上海趕經懺的日子一樣苦悶，相反地決定成為真正的自己，才是最終極的責任。那一路以來的我究竟一直在追求什麼？學佛嗎？跟著主流價值嗎？為什麼變成如今局面？

最普遍的絕望乃是人陷入這樣的絕境：不能選擇、沒有成為自

己的意願；而最深切的絕望乃是選擇「做不是自己的人」。另

一方面，「決意成為真正的自己，卻是絕望的相反」，而這種

抉擇乃是人的最終極責任。<sup>84</sup>

DILA Dharmadrum Institute of Liberal Arts 齊克果

其實流浪是我下定決心刻意要去做的事，而且是從小就有的想法——去找正信的佛法、真理，來回答一直以來關於自身生命的答案。因為身邊很少有正信的佛教徒及道場，只有大學時代，跟同學參加過一個藏傳佛教團體；原本的佛道教民間信仰；還有小時候那個道場，以及跟著媽媽偶爾參加的齋教，從這些地方去了解、探訪。而從小對佛法種下的種子，已經有些微認識、認同甚至自我確定，那時候已經被啟發的犧牲思想，是我主動去認同這個情操，不完全是被逼迫的，包括「媽媽不要哭」那幕，也是我主動想去幫助媽媽的。

<sup>84</sup> 齊克果（引自宋文里（譯）（2020）。成為一個人：一個治療者對心理治療的觀點（卡爾·羅哲斯 Carl R.Rogers）。台北縣：左岸文化。（1961））。

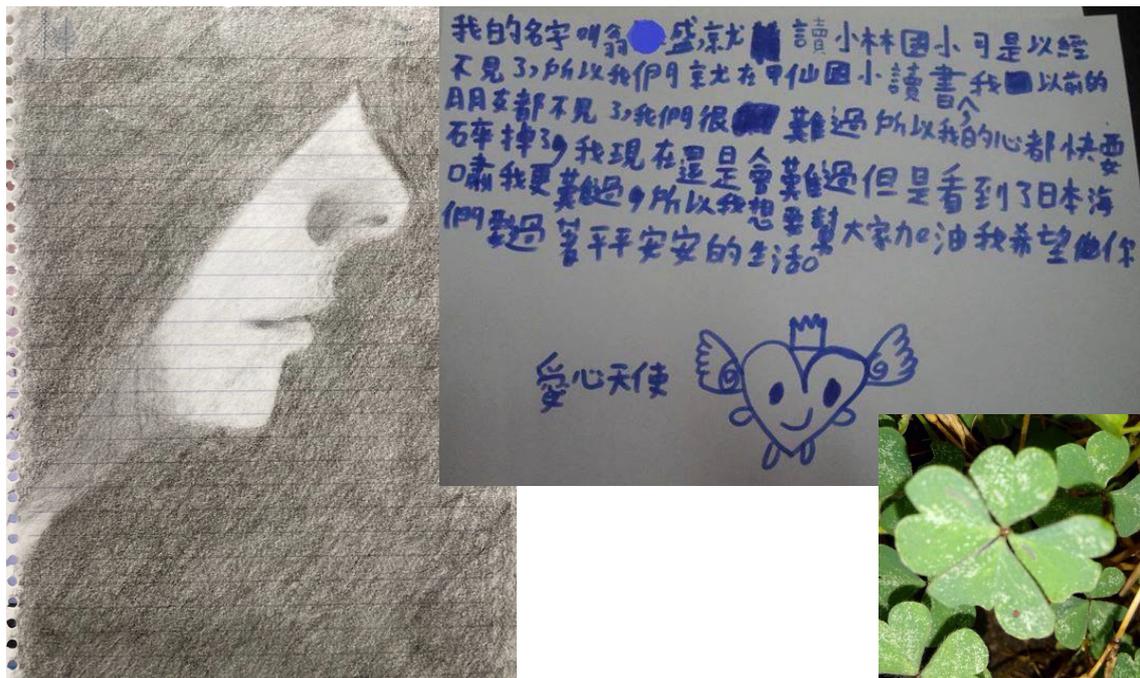
所以正是那次大崩潰，我才有機會做一直想做，但沒時間做的事——成為我自己。正因為所有關係都斷裂之後，家人、親友、同學、鄰居……跟整個世界徹底斷裂，完全獨自一個人存活著。雖然靈魂破碎的如鬼魂、流浪動物般到處亂竄，表面上看起來也是在過生活，其實暗地裡一直在找尋各種答案。

這10多年旅程的很多學習體悟，已體現並數寫於本文各篇章，便不再特別深入贅述，有趣的是其實很多身邊小事情，就教給我很多關於真理的答案。像是崩潰後的前幾天，體驗到光是簡單的素描、掃地、摺衣服跟外在事物產生連結的方式，就可以帶給我力量。有一本書《盲眼靈媒眼中的世界》<sup>85</sup>，當我看到那本書的封面畫，也給我一股療癒安定的力量，這幅畫很純粹沒有太多雜質，只有單一元素——人臉；只用一個顏色——黑色；只有一個情緒——靜默，彷彿是在教我「借浮世三千，觀起心動念」，於是我便把它畫下來。在高雄時聽一位師兄的小林村災後重建故事，他請災區小朋友寫信傳達祝福給日本311地震災民。沒想到我看到那封信的內容，竟也被深深地治癒。或是看到殘缺的四葉幸運草領受到，儘管一個生命再破碎微小，存在本身就有力量……

當我真切體認到生命的痛苦無常，而不是童話故事時，就對四聖諦的苦諦徹底信服，前半生的我就像在五指山前撒了一泡尿的猴子。之後便一路從第四諦道諦展開的八正道開始理解佛法；還有日後看到許多釋聖嚴的思想，例如《聖嚴法師的學思歷程》影片、或各活動結束後的感恩影片，都再次大受感召感動，認定法鼓山是我要找的地方，就這樣一路走到現在……。似乎從崩潰到後來的禪修、念佛那幾年的流浪轉變，成為屬於我的療癒學思旅程，除了是原本從小的願心以外，也是在實踐自己的探問，尋找初始記憶第一個問題的答案——這是個什麼樣的世界？

---

<sup>85</sup> 殷小路（譯）（2009）。盲眼靈媒眼中的世界（莎朗·尼爾Sharon Neill）。台北：三采文化。封面頁。



圖十二、吉光片羽

於是狄更斯那段話對我而言就是，「我可以有一顆最好的心，最壞的心；智慧的心，愚蠢的心；信仰的心，懷疑的心；光明的心，黑暗的心；希望之心，絕望之心；我應有盡有，我一無所有；我允許自己直奔天堂，也允許自己直墮地獄！」我允許我的心可以矛盾、可以一致、可以一無所有、可以包羅萬象。

## 第二節 我是誰

簡言之結龜四大心結：「媽媽不要哭」、「意識形態」、「毒打冤屈」、「類似失憶」；三大魔：「正義魔」、「瘋魔」、「淫魔」，那，我是誰啊！割肉餵鷹的故事有其他啟發或詮釋嗎？或單純是給宗教家的自修故事？為什麼出家會被家人把腿打斷？為什麼我難以徹底理解他人、解決他人痛苦？為什麼素昧平生的人一句話「生命是來受報還願的」就精準同理我？為什麼從小就一心想追尋真理，雖然是等到身心徹底瓦解才肯行動？為什麼「媽媽不要哭」那幕讓我這麼執著想守護媽媽？為什麼跟爸爸簡單一起吃晚餐，就感受到我是「人」不是畜生而流淚？還有關於幡動心動其他哲理對我的啟發影響……

每每在這麼多的外在疑惑、或要下某個重大決定、對某個議題深入思考、想起過往某件事、對生活有某種感觸時，也會引領我進入深層自我對話。我怎麼了？我以前發生什麼事？我要怎麼對待每一次遇見的人跟事？我的人生要做什麼？種種沒來由騷動不安的力量，拉著我回到過去的每一個現場去思考一些事。流浪這段的日子，讓我從尋找外在價值、事物，慢慢轉向內在尋找自我。為什麼我對某些人產生不起憐憫心？為什麼我慢慢對世間各種苦難麻木？那股不安的力量是什麼？在這不安、困惑的世界，我到底是誰？……

還有許多雖然有感受、覺察的困惑，但因觀照不夠清晰、知識背景不夠豐富、筆致不夠細膩，難以描繪形於文字的。

### 壹. 我是誰？

小時候在書桌前學「我」這個字，寫著寫著我遇到一個問題，為什麼我無法理解「我」這個字？是在寫字的人是我？還是在思考的是我？我跑到鏡子旁

邊看著「我」，結果越看越迷惑，因為鏡子裡又多一個我？到底哪一個才是我？之後就常跟鏡子裡的我玩，看著鏡子裡的眼睛，發現鏡子裡的人也永遠在看我，然後我一直盯著「他」的眼睛看，好像在找什麼……

現在可以回答研究動機「為什麼崩潰？」這個問題。就是長期處於各種混亂、壓抑、斷裂、委屈、被誣陷、失憶、賭氣、打結、驚扭、絕望、匱乏……終於在暨大經歷一連串的刺激而誘發崩潰。透過跟媽媽的衝突去爬梳以及覺察自身，大概經歷了：嬰幼兒時期被疏於照顧及跟主要照顧者分離；長孫的悲歌；爸爸罹患精神疾病，造成我雙重越位，扮演爸爸照顧媽媽、家族的角色；被意識形態佔據，固著於犧牲思想，對於輪迴有危機意識；暗戀一個人20年的壓抑；被誣陷莫名其妙被毒打；目睹家暴失憶；用裝瘋賣傻助人；活在兩大家族的糾紛、身處被大BOSS掌控的社會網絡，最後迷失墮落。

以上只談及家族還沒擴及時代、社會文化：像城鄉差距；當代台灣教育體制的影響；現代價值觀的多元混亂；科技快速變動、AI崛起及全球化延伸各種不確定性；還有台灣的特殊國家主體性薄弱、地理歷史背景，遊走於當今東西兩大強權中間；現代化驟變人跟人之間的疏離、緊張、焦慮、不安。打開電視媒體關心公共事務，映入眼簾的盡是攻擊、鬥爭、詐騙、誘惑，人本非聖賢無完人，攻擊道德操守是否是假議題；整體社會充滿不信任、媒體嗜血，說到底還是人心使然，如果沒有收視率此風便不長，根源還是在人心，而且是我自己……。所有的問題就像化為我身上的細胞，時刻影響我而決定我是誰？這是個怎樣的世界？我要怎麼在這世界上生存？

以上總總問題天天侵蝕我的血肉，啃噬我的靈魂直到油盡燈枯，燃燒殆盡的時候，等待我的就是那次的崩潰，它用崩潰告訴我，逼我回過頭來好好看它，於是，流浪吧！只能流浪！找答案！或答案自己出來！尋找那個信念、尋

找真理、歪理、佛法、自己，孤魂野鬼是我、亂竄的動物也是我、身心破碎頹廢的是我、流連網咖的是我、埋首圖書館書局的也是我、躲在黑暗廁所痛哭的是我、站在陽光下微笑的也是我、找援交的是我、日夜顛倒的是我、墮落的是我、救贖的也是我、對性與愛壓抑渴求匱乏的是我、對性愛沈溺爆打交友電話的也是我、當義工的是我、工作謀生的也是我、出家的是我、回家的也是我、憎恨媽媽的是我、擁抱媽媽的也是我、愛是我、恨也是我、狂亂毀天滅地的是我、靜默禪修安定的也是我、顛沛流離的是我、安住一方的也是我、瘋了似打妹妹的是我、想跟妹妹和解的也是我、暗戀一個人20年的是我、見一個愛一個的也是我、長孫是我、局外人也是我、菩薩是我、惡魔也是我、天堂有我、地獄也有我、對輪迴有危機感的是我、在輪迴的也是我、裝瘋賣傻的是我、老實古意的也是我、執著的是我、平凡的也是我、捨棄對立兩邊的是我、執著中間的還是我、有色無膽的是我、懶惰不去魚塢工作的還是我？……30年後再次在鏡子看到自己眼睛，而看到30年前自己的也是我；在學習「我」這個字，而產生「我」這個字是什麼意思的是我、學習佛法「無我」的仍然是我；在搖籃裡問「這是什麼」的是我！！現在在寫論文的仍然還是我！！……………

最近開始翻閱榮格的《紅書》，看到這段——24歲的榮格，明白了精神醫學是他的志向，這象徵著他的兩種人格的融合……現在，讀到《紅書》，我想我會對年輕人說，好的職業或志業，就是能夠讓你的兩種人格相結合的那個方向。這兩種人格，可能是陰性與陽性，可能是剛性與柔性，可能是阿尼瑪與阿尼瑪斯，可能是意識與無意識，可能是古典與前衛，可能是保守與爆衝……無論怎麼命名，關鍵在於，你是否能夠察覺自我的兩種人格，並且致力於尋找它們的相互觀照與和解之道，而不是在無明中讓其中一方壓倒另一

方，或是放任兩者左右手互搏？如果察覺並尋找了，那才真正找到通往志業之路，才是真正的職業與興趣結合。<sup>86</sup>

張釗維

中國近代武術宗師李小龍，寫了一篇關於他對武術「開悟」的見解：

這就是了！我必須放鬆自己。不過就這樣我又已經在運用意志力了，就是說在我講我必須放鬆自己的時候，這種要達成“必須”所需的力氣，已經與“放鬆”的定義相違背……

習武人的意識就像自己的一面鏡子，它一無所有，但又包羅萬象；它接納一切，但卻又一無保留；無為無欲，卻又隨時準備接納，以無意識用以支配整個意識……

他放棄了所有的自我反抗意念，而採取了一種柔順的態度。他將意念放鬆，使動作解除了包袱。而一旦意隨念生，動作也會隨之啟動，立即展開對敵人的攻擊。<sup>87</sup>

李小龍

或許我無法像榮格跟李小龍一樣，做到「結合兩種衝突的人格、相互關照和解，或剛柔合一與自然融為一體、一無所有又包羅萬象……」我只能試著運用畢生所學、所經歷的一切，可能是基礎禪修方法，可能是任何哲學、心理學或單純跟人互動或生活小事的體悟觀念……來融合、接納身上的各種衝突、對

---

<sup>86</sup> 張釗維（2024. 03. 19）【臉書】。取自[https://www.facebook.com/milankun?locale=zh\\_TW](https://www.facebook.com/milankun?locale=zh_TW)。

<sup>87</sup> 人生意義Meaning of Life（2021. 03. 16）。李小龍：武術的終極哲學含義【臉書】。取自[https://www.facebook.com/photo/?fbid=454520639319753&set=a.112371860201301&paipv=0&eav=AfabFpxd7Jld04YNX9EhSofyqFs-HrVeIeiHxNKa\\_el1HIBFm1hP5gQ0DPu9GCryL44](https://www.facebook.com/photo/?fbid=454520639319753&set=a.112371860201301&paipv=0&eav=AfabFpxd7Jld04YNX9EhSofyqFs-HrVeIeiHxNKa_el1HIBFm1hP5gQ0DPu9GCryL44)。

立及困惑，其實我要做的是接納自己，而非改變、甚至否定、壓抑，或者更精準的說，之所以有轉化是因為先面對、以及無條件接納自己的所有面向；敘事，就是一個很好的方法。

「正念」之所以會在西方社會風行，部分文獻中提到這反應出當代心理治療的瓶頸，即以「改變」取向為主流的心理治療觀點已顯不足，陸續由人本主義、存在主義等學派開始走向強調「接納」的觀點，此一走向，正與佛教及禪修方法的基本觀念契合。<sup>88</sup>

## 貳. 同理自己

雖然我們四個孩子，都跟著承受來自這個家轉嫁的壓力，但我之後的發展不但乖舛，還傷透所有人的心，徹底對我絕望。一開始先被宗教意識形態影響、壓抑、彘扭、被陷害、難以跟家人相處、失憶、傷害姊姊、妹妹、弟弟、母子關係破裂、忤逆、甚至曾經想殺媽媽、迷失、崩潰、被所有人指責、不諒解、潛伏型思覺失調症、過著荒唐、墮落、流浪、糜爛、自暴自棄的日子。20多年來讓媽媽一再傷透了心，所幸後來跟媽媽擁抱，才重修關係趨於平靜。

### 一. 忘恩負義？

當全世界都認為我是一個忘恩負義的畜生時，我又該怎麼同理自己以及他人？直到兩年前我都還感受到，我還是處於兩家糾紛之間要被拉攏的人。外公、外婆、媽媽有事沒事一直把我們叫到外婆家，但對我講話的態度卻又怪怪的。又像外人那種不熟、摸不著頭腦、不自在的感覺，好像在解釋、抱怨、索取什麼？應該是在解釋早年的恩怨，同時索取有關這段恩怨的抱歉、感恩或認

---

<sup>88</sup> 楊蓓（2019）。佛法與心理治療典範轉移可能性之探討——從 MBSR 的發展經驗省思。聖嚴研究，第十二輯，頁402。

同……？用一句外公、媽媽常對我講的話來總結「所有吃飯、讀書的錢從哪裡來？都是從魚塢來的！」

事後回想自己之所以痛苦不自在原因之一，是我好像被當「奴才」養成、使喚，家人幾乎不會教我關於養殖的技術、人脈、管理層面的知識，也或許外公認為我的資質個性就只是工人吧？跟盤商算錢、收錢、談判、事前驗收、或養殖相關權狀各文件行政申請、補助、銀行貸款還款、地界測量……都只是偶爾在旁耳聞，卻會跟弟弟講，以至於我的回憶多是一些傭人的粗活。

媽媽在被爸爸家暴後，精神狀態就不穩定了，也難以清楚理智看待任何事，包括我，所以媽媽真的打從心裡，認定我就是必須為魚塢負起責任，就該當傭人、畜生受盡折磨<sup>89</sup>。而養殖業跟一般工作一樣，也需要溝通協調，不是只有我聽不太懂媽媽的指揮，弟弟也常常跟媽媽有爭執，姊姊、妹妹在廚房也是。差別在於媽媽跟我的衝突特別劇烈，跟弟弟原本就比較親密<sup>90</sup>，所以媽媽在跟弟弟爭執完後，有機會可以快速修復關係，而我跟媽媽的衝突幾乎沒有修復機會，而且所有事始終逼著讓我們往衝突的方向發展。

關於為什麼家人嚴厲強加魚塢責任在我身上，有太多讓我可以反思的脈絡：可能大家看到我裝瘋賣傻的樣子，也不能坐視看著失控。或我無意間流露的言行，接受痞子、奶奶的助人態度，表現出來被外公、媽媽看在眼裡反而變「親痛仇快」、「愛管閒事」、「自以為是」。或是我強迫自己分擔本不該屬於自己的魚塢責任，明明感受到剝削、壓榨，卻表現出開心、積極，等於模糊自己邊界，任由他人侵犯而公親變事主，造成誤以為我志在繼承家業？所以家人將計就計不斷逼迫我去魚塢「看管、牽制、制裁」……無論哪一種版本，到

---

<sup>89</sup> 媽媽常用「吃得苦中苦及人活著就要受折磨」來勉勵我。

<sup>90</sup> 小時候媽媽常抱著弟弟喊「你是誰的寶貝啊……？」

頭來卻演變成被畜生般看待、姊姊對我的評語、親戚A每天早上來「關心」是否早起？有沒有去魚塢？云云耳語。各種，都讓我深深自省已過。

所以才會最後整個鄰居、家族、家鄉是這樣看我的：「小時候爸爸發病打媽媽，媽媽寧可被打死也要留下來照顧四個小孩，而我！非但一絲感恩之情都沒有。光是這一點就該被所有人唾棄，用忘恩負義、畜生的眼光對待，更何況還跟媽媽反目。所以不但對我避之唯恐不及，連眼神、講話態度都不自在、不友善，百口莫辯的我，就像洪仲丘案一樣，越是反抗申訴，制裁力道就越大。

## 二. 浮世三千：愛與感謝

一路來的點滴，如果要選一個最想分享的，可能是愛吧，愛又是什麼呢？弘一大師曾說「愛就是慈悲！」這句話反過來說就是，只有慈悲才是完美的愛，所以世間上所有不完美的愛，對一般人來說已經完美。我認為愛是彼此尊重，同時可以打情罵俏；愛是互相扶持陪伴，同時是牽引拉扯；愛是不離不棄同時給對方空間；愛讓人成長有責任也允許放鬆裝糊塗；愛會迫不急待互相分享也允許保有隱私；愛有時要表現出嫉妒、生氣、牽掛，對方才能感受到被在乎；愛是給予也要學習接受；讓我體悟最大的是，恨其實就是愛的另一面表現！當一個完全沒愛過我的人，不會突然莫名就恨我，人跟人就是在愛的流動中活著。愛他人的同時不要忘記愛自己，崩潰那次我就意識到不夠愛自己，愛自己除了是關懷自己、也要有自己的主體性，允許自己可以幼稚成熟、脆弱堅毅，可以犯錯，可以是任何面向，才能自然成為不完美但完整的自己，對他人也是如此。

而感謝應該也要是生命的一部分，不應僅是獨立於論文之外的一篇謝誌，一路來遇到的很多人。首先感謝一路協助我完成論文的兩位指導老師；謝謝肉

包、小茹、依依；謝謝青梅竹馬，讓我體驗過暗戀一個人20年的滋味；謝謝送我一片楓葉的妳，我放在皮包好久，有一天我把它輕輕放回原來的石板小徑；謝謝陪了我六年的小茲，在我最需要的時候出現在我的生命，並給我捨己為人的評價；跟另一個讓我相當欣慰的相似，當初離開暨大時，你略帶不捨的對我說「你是我亦師亦友的好朋友」，我欣慰的是，這兩個評價都道出我有意無意想隱藏的兩個特質；雖然無法跟妳有近一步的發展，但也讓我有機會飛蛾撲火愛過，體會到愛恨是一體兩面。

感謝痞子、國榮、阿份；感謝大學死黨阿翰跟阿憲；感謝在暨大實驗室的老師同學；感謝流浪時讓我寄宿的所有親友；感謝天南寺、法鼓山義工室的常住法師、師兄姊；感謝法雷真宗以及願聞師兄；感謝替我寫入學考試推薦信的法師；感謝文理學院的師長、同學、義工；感謝論文小組的同學；感謝在學校陪我邊玩邊學習的詹照跟鈞祐以及阿嘉阿賢；謝謝阿敏的角落生物；感謝那天陪我回家擁抱媽媽的同學；感謝菁姊、佩玲，生命107級的夥伴；感謝當我進入文理學院，沈浸於重逢的喜悅把我當乾兒子看的小鳳師姐；也謝謝當初新竹的師兄姊，及那位手把手一路帶我融入法鼓體系的阿華師姐，見面第一句話就精準同理融化我，讓我初嘗法乳體驗到中華禪法鼓宗，了解我最好的朋友的思想，站在他的肩膀上，引領我看到整體社會文明的浩瀚與希望。

謝謝舅舅從小當我的數理顧問小老師、高中我骨折每天載我上下學、崩潰在家那段日子載我去爬山、在我流浪時來宿舍探望我。謝謝小我一、二十歲的表弟妹，你們純真的童年圍繞在我身邊，讓我感受到「被需要」進而自然而然成長；感謝在我車禍時陪了我幾天的叔叔、嬸嬸及乾妹；感謝這幾年加入我們家的新成員，弟媳、妹婿及四個小孩，讓家庭動力氛圍煥然一新，帶來新氣象以外，也多了幾分和諧流動與希望。

雖然魚塭的事引發這麼多故事，但也要謝謝政府單位，為台灣沿海地區建設了海埔新生地，養殖業也支持了當地生存所需的經濟來源。養殖的生活型態，其實就是傳統農村的生活型態，外出體驗過現代化的都市生活後，也反觀到農村確實有其價值意義。例如貼近大自然、生活節奏緩慢、單純、親切的在地情感，雖然以我的故事為例反而太緊密了，但也要感謝親友鄰居一路對我家的關心……都是一般都市所缺少的，也感謝有這樣的經歷。

我小時候住在上海，後來到了臺北、東京、紐約，然後又到過歐洲許多大城市和小鄉鎮，這些經驗讓我感受到中國農村社會的情調，應該是標準的理想生活。白天工作，晚上回到家，當時沒有電燈，一盞油燈下，全家大小聚在一起，要不就是來個親戚或鄰居，大家圍著桌子，一邊喝茶一邊聊天。<sup>91</sup>

還有像媽媽跟外公、外婆三天兩頭其實都會小吵。媽媽躁鬱症發作在家整天睡覺時，外婆常常打電話來或親自跑來拉媽媽去魚塭。或在魚塭因溝通工作吵架、或晚上在外婆家「開工作會議」、或討論家庭大小家務吵架……。媽媽一家人常常為溝通很多事情而吵架，但隨著年歲增加、我們成年、事情變少，吵架情緒漸歸平淡，晚近我看他們「一家人」坐在客廳鬥嘴，反而看到的不是吵架，是愛！就像某天傍晚我看到一對老夫妻，老先生騎著腳踏車載著老太太、老太太抱著老先生，在夕陽中緩緩騎過田間小路的畫面。

至於家人除了表達感謝，我更想用行動「回家」來陪伴、彌補之前對家人錯過的愛，也包括陪了我14年，在加油站打工撿回來的貓咪。最後要感謝所有

---

<sup>91</sup> 聖嚴法師（2020）。真正的悠閒。載於法鼓文化（編），法鼓全集2020紀念版，08-13 《工作好修行——聖嚴法師的38則職場智慧》。臺北市：法鼓文化。取自：<https://ddc.shengyen.org/?doc=08-13-022>。頁73。

愛過、恨過、互相陪伴過的每個人……以及我自己。

### 三. 助人

從一開始為了想要保護媽媽，一路上用錯方法，扮演爸爸角色、打妹妹、越界承擔魚塭的責任、裝瘋賣傻……不但都對旁人造成很大的傷害，自己也因為背負沈重的目標，造成「結龜」的心結，讓我跟所有人不是衝突就是疏遠、被孤立，所幸唯一可以反思的是，助人的初發心還算是良善的。

後來發現犧牲是反人性的，難怪當初我想分享犧牲觀念時，會被誤解為抗爭或挑戰引起劇烈反彈！正因為犧牲太不符合人性，當時我必須隱藏、騙媽媽，一來為了不讓媽媽傷心，二來要引導媽媽出離生死輪迴的話，也要騙自己，因為如果我帶有目的性會幫不到他人。就像後來國榮跟我說，當時一位也跟我們去聽道的鄰居，他爸拿捨身救虎的故事問他「山上老虎來咬你，你要給牠咬嗎？」時，他覺得他做不到就再也沒來過。這就是旁人跟家人難以接受認同的地方，一聽就知道不但做不到甚至是很愚蠢的事，我卻當圭臬實踐甚至要分享給其他人？！

而犧牲自己助人動機之所以這麼強烈，除了從「媽媽不要哭」那幕來的以外。後來了解戒的深意時「有所不為，更有所不得不為」，又被解釋一次原因了，難怪當我知道輪迴的可怕時，想幫助他人離開輪迴的動機這麼強烈。未免淪為另一種毒雞湯，必須特別說，奉獻自己、成就他人是在次第、自然中流露，而非被強迫勉強的作業。

戒的定義是：有所不為，有所不得不為，它含有訓誡、規勸、警告、指導等意思。通常的人，僅以為佛教的戒是消極地防止犯罪，事實上，那只是就有所不為的一點而言。這點固然重要，站在大乘

佛教的立場，有所不得不為的積極態度，更為重要。損人利己和損人不利己的行為，佛教徒不可有，此為消極的要求；自利利人乃至損己利人的行為，佛教徒不可沒有，此為積極的要求。<sup>92</sup>

有次跟同學討論「自我確定」議題時，當我再次談到我的職志時？我又激動不已，回想著，我一直在做卻不一定是正規的是「幫助他人成為他自己」的想法時。我忽然想到弟弟！在無數個夜晚我跟弟弟躺在床上，開懷暢聊人生、想法、生活，這就是我一直默默在做的事，從所有我可以想到做到的面向，去引導幫助弟弟成長、疏通觀念。其實從弟弟剛出生的時候，我就在後院逗弟弟笑，照顧弟弟是在道場經驗之前，不是意識形態使然，而是出於天性。

#### 點燈

我最內在核心是什麼？常常在思考這一問題的時候始終沒有答案，難道我前半生真的都沒幹嘛、糊裡糊塗亂過嗎？不！我有自己核心一直在做的事，一直找不到卻又一直都在，到底是什麼？我一直問自己！有一天終於把我一個虛無飄渺的核心困擾，給具體概念化成語言——就是每當我在為他人付出關懷時，或多或少看到自己不一致的地方，例如：我不是要幫助他人嗎？我怎麼還有一些壞的念頭、我自己也無法達到某些理想模樣、我好像無力更深入理解感受他人、我怎麼會心力不足、這情況我似乎一絲毫也使不上力幫忙、我要怎麼做才對所有人是最好的、我怎麼了？怎麼會這樣？怎麼改善？這當中裡面到底是什麼機制在運作？什麼是真正的善惡好壞、是非對錯？我要如何才能找到這些困惑的答案？這一連串問題！才是我一直關心的問題，也都是這些類似的問題，在引領著我，走到今天這個地方。

---

<sup>92</sup> 聖巖法師（2020）。在家居士如何學佛？。載於法鼓文化（編），法鼓全集2020紀念版，05-01 《佛教入門》（頁212）。臺北市：法鼓文化。取自：<https://ddc.shengyen.org/?doc=05-01-014>。

簡言之目前給自己下的結論，我一直在做的事就是「陪伴身邊的人走一程，或長或短，途中趁機幫助對方」，現在我知道目的就是，「幫助他人成為一個完整的人格」。那我需要因此變成一個了不起的完人嗎？不是，相反的，我只要變成一個普通的平凡人，在平凡中跟他人一起成長。在自然互動過程中，默默付出、霹靂手段、裝瘋賣傻、大的方法、或小至一個陪伴、微笑，不管方法對不對、成功失敗。總之這就是我一直以來在做的事，當然早期我的方法，就是一路以來的犧牲，這也是我會枯萎、崩潰、乾涸的原因之一。現在我只需要從失敗的經驗調整觀念跟方法，並且盡量不執著無所求，即可照著原本心之所向的路繼續下去，就像允許自己各種面貌一樣，允許並接納每個人的各種面貌——讓花是花讓樹是樹，允許每個人是他自己。

接受所有的面貌重點不在於二元對立，而是不管任何面貌都是自己，不要執著這些面貌，也就是說「我」是可以自在切換任何面貌的。如同課堂作業，10個人就會有10種對我的看法，10個路人就會對父子騎驢有10種看法，都是不真實且變化的，不是永恆不變的真實。所以我要學習的生命課題或許就是「不要執著」，於己於他任何事皆無需太執著。故，助人也是，之所以在魚塢上面跟媽媽衝突這麼大，根本原因之一還是執著。當我不那麼執著助人時，帶著不執著的心去助人，只要是形勢需要，裝不裝瘋都可以，但前提都是自己需要先打好基礎，關於助人、或一般的素養。

無盡燈

後來我從國王（助人的角色）變成鴿子（引導的角色），試圖引導他人也升起助人的心。當時我正想釐清並試著把這個轉折過程，以較清楚細膩的說法表述清楚時，剛好鈞祐來找我玩，我便試著向他說了想法，他竟也馬上表示聽懂並理解這個轉折的意含。當我在跟他闡述這個「引導」的概念時，當下，他

已經聽懂並存入他的內心，如果來日他也認同這個概念，或他本身就有這個概念，並開始扮演起「引導」的角色，那麼就會形成小時候我看到無限個鏡中鏡那樣。也就是說如果這想法正確，也一切順利，那人跟人之間，就會形成一個助人的無限循環延續下去……

### 參. 小結

記得小時候去外婆家，一群人聚在一起，我常常會無緣無故嘆一口很大的氣，這個動作讓大人非常好奇，常說一個小孩子怎麼動不動就會嘆一口大氣？回想當時，好像我常常會觀察周遭的人，然後自我對話、揣摩、體會著大人們講話思維背後的動機跟處境，覺得人活著充滿無奈可笑，而感到大人們很「笨」，沒想到我長大後也變「笨」了。與之相反且有趣的是，在我更了解社會、人性後再去觀察人，發現很多人不但一點也不笨，而且是很有智慧的人，除了讓我體悟到，真理本來就存在於世間萬事萬物中，乃至每個人身上，不只局限於哪一家學派思想，更體認到自己只是芸芸眾生當中的一個普通人。

### 第三節 他是誰：同理及行動

每一根刺傷我的刺，都是求救訊號

#### 壹. 媽媽

##### 一. 同理

##### (一) 媽媽的兩難

先不論什麼原因外公才答應婚事，當我知道爸爸、媽媽是戀愛結婚時，不禁對媽媽升起一股崇敬之意，追求愛情是一件勇敢美好的事。事後媽媽也用了40多年證明她的承諾，把這個家守護下來。

經歷窮鄉僻壤、低學歷、被精神疾病的丈夫家暴、不被公婆接受、被兒子忤逆、躁鬱症、承受地方輿論眼光、小叔分家產的找碴、還要回頭協助娘家工作。三叔退伍在家裡那一段日子，因感到家庭的破碎，一度每天以淚洗臉感到茫然，最後叔叔跟姑姑都很早離家謀生。爺爺一直住在魚塢工寮、曾祖母在我5歲過世、曾祖父更早過世。所以等於獨自照顧關係不好的婆婆、魚塢、家族傳承連結……媽媽一肩扛起所有責任、這個破碎的家……

自從爸爸罹患思覺失調症，對家族尤其媽媽造成很深的傷痕！即使長期被暴力相向以及各種困境，也沒聽媽媽說過要離婚，即便娘家就在70公尺旁，不能、也沒有回去。除了可能會被傳統觀念撻伐，也是對自己負責，更為了讓她四個小孩往後人生裡，至少還有一個「家」可回。所以即使這個家再黑暗，媽媽都用一生來賭注，不論被怎樣的暴力對待、折磨，都要留下守護這個殘缺離散的家，癡癡守著一絲這個家能圓滿的希望。

有次清明節，社會上瀰漫祭祖掃墓氣氛時，發現自己沒有太大的掃墓動機，才發現我跟祖先並沒有太深情感連結！這才意識到因為沒有人傳承！隨即又意識到，是媽媽扛下原本家族長輩扮演的傳承功能。因為爸爸不在，爺爺、奶奶也沒有認可媽媽；也沒其他長輩了，在這情形下，媽媽毅然擔起傳承家族情感連結的角色，但因為諸多因素，我始終難以跟家族產生深厚連結。

這時我才明白，每年清明節那些歷歷在目的回憶，當隔壁叔叔吆喝一夥人去掃墓時，媽媽催促著我跟弟弟跟隨著一起去，在亂葬岡中尋找並介紹幾座祖墳「這顆墓是你的誰的誰的誰，那顆墓又是你的誰的誰的誰……」聽的我完全摸不著頭腦。在亂葬岡光是找墓地就暈頭轉向，輩份關係更是沒頭沒腦，每年清明節一定都會忘記，就這樣每年都上演同樣戲碼，亂葬岡中尋親認親。還有很多其他像是：介紹牽引隔壁村的阿姨、舅舅、左鄰右舍的叔公、彰化姑婆、宗族長輩讓我們認識……。我才知道，之前為此所鬧的不愉快，都是因為媽媽想為這個家付出使然。

甚至本論文的主線，其實那些年媽媽彷彿要置我於死地般的衝突，就跟「媽媽不要哭」那幕是一樣的，都是出於關心。一如當時我可能發育遲緩、天生氣質內向、不善表達……各種可能，媽媽當時是在關心我。置我於死地的態度也是關心我、照顧我、救我、保護我、引導我離開危險……為什麼呢？因為大家以為我不想幫忙工作裝瘋賣傻，而犯眾怒破壞地方安寧和諧，所以媽媽必須對我有所作為，否則我會招惹更大的麻煩。

另外終於想起來痞子小時候打我的記憶，痞子確實是有點皮喜歡打架，會找我玩打架遊戲，痞子想練習《格鬥天王》遊戲裡面的格鬥技巧<sup>93</sup>，於是我

---

<sup>93</sup> 痞子遊戲技巧很好、反應敏捷，當時班上舉辦了一場比賽，痞子幾乎戰無不勝，如果他在這個年代，或許會走上遊戲玩家的職業。

「又」抱著陪朋友的心態，陪痞子玩、練習格鬥，或許他只是當作扮家家酒扮演角色，不是真的打我。但這個回憶又讓我明白，外公跟媽媽的閱歷、眼界終究是精準的，當初不希望我跟痞子往來除了怕我變壞，其實也是在保護我。

因為他們早就看透人如果走太近容易摩擦，如同痞子常掛在嘴邊「我們是這輩子最好的朋友」。雖然我們打從小就玩在一起緣分確實深厚，但要做出「最好朋友」的衷心許諾，就像夫妻間的許諾一樣「非不為也、實難也！」而當達不到標準時怨懟就來了。確實我也感受到彼此情誼非常深，但果然後來的際遇無不在考驗人性智慧，我們都難以呵護這段情份。

甚至大學時痞子靠近我，除了想回家尋根，可能真的不單純是找我跟堂弟，可能有故意挑釁的味道？以下是跟痞子的對話，我：「國小我媽媽誤會你偷錢之後，後來有跟你道歉嗎？」偉：「廢話，肯定沒有，大人怎麼可能跟小孩道歉」、「那你來我家我媽還有對你怎樣嗎？」、「至少增加了我的抗壓力，黑鍋王非浪得虛名，我的抗壓能力跟你和風談（我堂弟）是不同等級的，這是我從小被訓練出來的」、「那我媽媽跟親戚A說起來是你的恩人囉？」、「那我就是她們的惡魔」……。痞子多年來也常跟我抱怨，他是黑鍋王這件事，尤其堂弟車禍那場關鍵事件，透過這段對話，我猜想他的想法或許是「誰叫你們從小誤會我、把我當壞小孩，我靠近你們兒子又怎麼了？」

當我發現不能排除這可能時，再回去細想大學時，他好像真的一直想約我跟堂弟，以及一直在我家門口聊天，並不是說這樣心態可議。而是果真如此的話，才會導致媽媽、親戚A那時候，之所以這麼強烈反對的原因非空穴來風。如此我能更同理親戚A，更持平看待每個人、每件事。

不只痞子的事，媽媽其實大多時候是為了保護我，不得不做出傷害我、她

也不願意的事。晚近幾年當我可以跟大家坐在一起，聽大家「話家常」時，才發現媽媽有時候反抗外公、外婆，是因為他們在討論對我們的教養、或對未來打算。跟每個家庭一樣，原本對小孩的未來打算，多是跟另一半討論，當另一半不在時自然就會找最親近信任的人，而如果外公、外婆試圖想強力插手、羞辱我的時候，媽媽就會兩難的卡在中間，時而反抗外公、外婆與之吵架，時而不得從命「處置」我。所以說到底，媽媽對我置於死地般的強烈手段，就像我那天關心妹妹升學的事一樣，是出於天性的照顧保護。

流浪那幾年，雖說後來「巧遇」法鼓山，在新竹認識的師兄姊安慰我「你就安下心來，把這裡當自己的家」，我才敢試著把破碎的心靈安於此處，之後10多年也慢慢增加歸屬感。有一天當我詢問某單位「某某日子可以掛單申請住山義工幾天嗎？」對方「這要問法師談，這裡是法師的家」。還有多次跟來去的芸芸義工，合作一次次的出坡任務時，也才感受到，我對這些人來講就跟過客一樣陌生……。這除了讓我感受到，寺院究竟是所有眾生的家或特定身份人的家？我也體會到，千年常住流水僧，人在屋檐下、每個人都是過客。

當我有這層體會時，再次想到媽媽何嘗不是在奶奶屋簷下過日子——永恆婆媳戰爭！尤其在那個不被接受，甚至刁難她的家庭，媽媽並不是不要，而是無法施展拳腳，盡情發揮一個母親本有的親職角色、功能責任，難以照顧所有人，媽媽給我的愛已經是全部，甚至多出太多太多了……

媽媽曾經問奶奶：「媽……樓上的房間小叔子很少回來就給我們（想為我爭取）吧」，奶奶的意思還是想留給叔叔，他的兒子。兩個都是為了自己的小孩、自己的家，兩個都對，所以才說是永恆的命題。那間叔叔的新娘房，包括新婚當天，還有之後叔叔回家也都沒過夜過，後來奶奶就當作倉庫擺滿鍋碗瓢

盆、棉被家具，也是我崩潰後拿來當作自己的那間房間。所以這時我又才體會，不但房間的擁有權不在媽媽手上，所有廚房、神明廳、客廳、家裡魚塢……都是。所有決策性的事媽媽都沒權做主，是因為公婆沒有「授權」……

是因為我們小孩一出生就住這裡，不論法緣、血緣、地緣這就是我的家。自從爸爸住院離開後，加上奶奶跟媽媽很多的衝突，對媽媽來講就變寄人籬下。當看到媽媽在外婆家那麼自在，跟在「我家」差這麼多的樣子，我又完全理解媽媽對待我的態度為什麼這麼「生硬」。媽媽無論是面對奶奶還是我，就像面對傳統賦予的要求，上班交差了事，凡是逢年過節祭祖、掃墓、家族、魚塢……都是一種社會框架強加的責任，就像上班交差了事，不是打從內心流露的情感。所以那天在外婆家看到的媽媽，在自己爸媽面前撒嬌放鬆的小女孩，才是媽媽有被「授權的家」。

媽媽面臨的兩難實在太多，之所以一直拉我去魚塢，也是想跟孩子在一起的本能、親情自然流露，但工作責任又不得不找我。我打妹妹不得不制裁我。看我被孤立，不得不要求姊姊關照我，反倒給姊姊壓力造成更多曲解，一如爸爸還在家時，有一次要我跟妹妹互相握手不放持續幾分鐘，都是為人父母見子女不合，為了促使兒女和好的心痛。還有媽媽曾說：「我就是對你們太好，讓你們靠近奶奶，如果像親戚A一樣，就不會有今天！」由這點也看出媽媽非常大氣，願意將兒女分享給不接受她的公婆，但也如媽媽所說，埋下日後衝突肇因，又再次突顯父系這邊沒人照顧奶奶，讓媽媽獨自面對燙手山芋……都是各種兩難。

## （二）無助的小女孩

媽媽在跟我衝突後開始接觸一座齋教道場，尋求心靈浩劫的慰藉與出口，

投注非常大的時間心力在助念<sup>94</sup>上面，陪我們的時間開始減少，當時我有一種被拋棄的感受。如同當年姊姊念高職住校不告而別一樣，我還會有意無意地阻止媽媽去參加助念、法會，其實是因為我需要媽媽但卻說不出口。

有一次夏天在做魚塢全池補撈工作，正當大家從池底收完漁網，全身汗水、海水、泥巴、魚鱗片……種種狼狽疲累模樣爬上田埂邊。剛上岸的媽媽看到一堆賣相較差的魚被丟在一旁，馬上著急一邊氣喘吁吁指著那堆魚，一邊央求盤商「拜託一下啦……好心一點啦……這些魚也收下吧……」而剛收完漁貨且寫好估價單的盤商，正好一手拿著冰棒舔著，一邊數落這些魚不屑的表情「不要！不是不收，這些都沒人要了啦！」在一旁目睹整個過程的我，忽然一股悲從中來更心疼媽媽。媽媽全身狼狽、卑下哀求的模樣，跟拿著冰棒掌握決定權的商人形成強烈對比，類似的情景其實很多。

另外媽媽的成長時空背景，根本沒有學習脫離原生家庭、轉獨立人格的機會，所以在跟我衝突後她也只能回家找爸媽，並不是拉攏投訴我的忤逆、乖誕。而是她也快被我耗光所有的愛跟力氣，找外婆談心事、睡覺，就像大部分人都想回家一樣。這也解釋了為什麼媽媽屢屢靠近外公，卻又一副害怕、且動不動就被外公斥責，因為媽媽即使在最無助的時候回家，也不敢找外公只敢找外婆。那次媽媽跟我開車在魚塢路上遇到外公，即使她已經非常虛弱、精神紊亂，也不想讓她父親擔心，但外公、外婆仍會無私給予媽媽愛跟力量。這也解釋了近年隱約覺察到外公、外婆內心那種深層的疲憊、無力感，可能就是讓媽媽身心俱疲一路影響上去的。

當我發現自己不論能力、見識、學識、知識……等各方面，都已經比媽媽

---

<sup>94</sup> 佛教對往生者的一種祝福儀軌，相信透過助念，可以將功德迴向給往生者，往生極樂世界。

還強大時。才回頭看懂媽媽幾次在面對我表現出一種卑微、想要跟我學習卻不知所措的態度。除了心疼也馬上理解媽媽是為了顧及子女的人格發展，才把她的自卑隱藏起來不想讓我們看到，永遠展現美好強大那一面給子女，就像在魚塭路上外公遇到媽媽一樣。故作堅強保護子女的行為固然令我動容，但我也默默許願，希望彼此可以跳脫生命旋渦，真正成為一個完整的人，毋需再為對方打腫臉充胖子，讓彼此獲得真正安心、陪伴彼此、真正幸福。

我也發現媽媽的朋友對她好一點，她就會很高興因為被陪伴而充滿力量，回報更多給對方。而這就是我跟媽媽的衝突決裂，才造成媽媽情感匱乏非常渴求支持，之所以我能體會，是因為這點跟我的狀況很類似。現在看懂以上一幕幕媽媽的脆弱、無助、卑微……內心小女孩的我，已經不是「媽媽辛苦了」或「我要快快長大保護媽媽」能夠回報的，只能期許自己持續帶著這份覺察，回到跟媽媽每一次的互動，給她多一份我本分本能的同理跟支持，才是最好的報答方式吧。也藉此跟媽媽說，40年來一直想說沒機會說的：「媽媽，我愛妳！」

## 二. 行動

### (一) 關鍵電話 (丁俊吉, 日記, 2020春)

早上媽媽打電話來  
這麼多年越來  
我以為還恨著媽媽  
每次看到電話  
心裡都會翻騰攪擾  
這幾次傷痛減輕了  
今天，只猶豫一秒就接起來

七分多鐘的關心  
我只是被動敷衍回話  
過程一直感受到媽媽不離不棄  
永遠把我當小孩  
噓寒問暖關心教導盼望我回去  
無私永恆永不放棄、無條件的關心  
掛斷電話情緒慢慢發酵  
不能自己不斷流淚  
媽媽好偉大  
讓我有港灣可以停  
腳有地可以踩，心靈有依歸



我是有人在意關心疼愛的  
常年流浪讓我感受更深  
這麼久了  
Dharma Drum Institute of Liberal Arts

不管怎樣忤逆逃離  
媽媽都會回頭  
在任何角落黑暗  
找到我並展開微笑  
擁抱接受我  
一次次戰勝恨與冷漠

更多感動難以三言兩語描述  
沒離開過村落、國小學歷的傻瓜  
在幾乎絕望下  
一次次展現堅毅戰勝各種困境  
還一直守護我們

自認走過地獄的我  
深深被兩個人感動牽引  
我以媽媽為榮

那一通電話之後我的底氣、靈魂不一樣了，有「有媽媽了」的踏實感，不再是破碎的孤兒、孤魂野鬼或流浪動物，而且這通電話之後，再也沒有夢過媽媽各種離我而去或過世，傷心欲絕哭醒的惡夢。這幾年回學校不但遇見自己，被大環境滋養，發現我對媽媽的怨恨背後，始終有一份不曾離去深深的愛。那些年媽媽為了救我，追著我到地獄把我從地獄一點一滴拉出來，最後被一通電話徹底感動。那種被我百般傷害，還反過來一路把我從地獄追回來，不離不棄無條件的母愛，甚至媽媽也要從自己的困境走出來，才有能力來救我<sup>95</sup>。

他之所以接納一個案主，並不只是因為案主表現了某些行為；他也不會因為案主表現了另外一些行為，就拒絕他。這是一種沒有保留、不作評價的積極情感。我們給它造了一個術語叫「無條件的正面關懷」。(unconditional positive regard)。<sup>96</sup>

## (二) 緣起

我又一次在哭喊「媽媽……」中醒來，不知道什麼時候有這類惡夢，這個月大概五、六次了，都是跟媽媽各種生離死別。我跟媽媽的關係除了原本就惡化成敵對狀態，這個夢還提醒我已經非常迫切需要跟媽媽重新建立連結，就跟夢的情景一樣，媽媽在我的生命裡已經蕩然無存了。於是想跟媽媽和解的動力又更強烈，所以幾次小組討論有關媽媽時，我講了想擁抱媽媽的想法。

---

<sup>95</sup> 甚至把我的困境放在她的困境前面。

<sup>96</sup> 宋文里（譯）（2020）。成為一個人：一個治療者對心理治療的觀點（卡爾·羅哲斯 Carl R.Rogers）。左岸文化。（1961）。頁72。

先前那通電話已經化解對媽媽的最後一個心結，加上我的觀察每次回家重逢，是兩個人最「靠近」的時候，好幾次那樣的氛圍都想做點什麼來建立連結，但就是踏不出那步。媽媽也是，每次久別重逢都很溫柔，問我想不想吃宵夜？幫我煮麵之類，我認為寒假時機成熟了。

最後一次上完課我鼓起勇氣跟伙伴「等一下可以給我幾分鐘嗎？」然後大夥圍成一圈，我先藉雷姐的石頭開場「我也有一個願望想完成。」大家聽到我有一個願望雖然眼睛都亮了，卻故意吐槽「石頭不是雷姐的願望，是其他人的（因為想藉機去玩）」，然後大夥笑成一團。有人緊接著「我正回想俊吉說過什麼，奇怪我怎麼想不起什麼願望了」，於是我故意逗趣表現傷心的樣子「啊……我好『孤獨』！竟然被忘記了……」（因為那堂課主題是孤獨）又引來一陣笑聲。就在歡樂氣氛下講出我的想法，小淳馬上驚訝的「你的意思是要我們陪你回去？」於是我提出邀請，阿鳳首先「我可以開車載大家」，小淳、雷姐也隨即答應！

大家開心的邊走回宿舍、邊聊天，還遇到辜老師，那天晚霞很美，一夥人就在喜悅的心情下在歡喜地「歡喜」的玩，今天的一切真好！（丁俊吉，日記，2020春）

### （三）傻瓜之旅

回去之前我找了印有母子擁抱圖案的卡片，至於要寫什麼，我琢磨了一下「媽媽我愛您？媽媽您辛苦了？媽媽對不起？媽媽謝謝您？」後來我從媽媽最想要什麼的方向去思索？為人父母除了希望子女平安、成家立業，後來想到媽媽一路以來的付出及不離不棄，也參加當地齋教團體20年左右，會幫往生者助

念<sup>97</sup>，於是我決定寫「媽媽，您是這個家的大菩薩！」讓媽媽知道她一路為這個家的犧牲辛苦付出，我都知道而且放在心上。

這麼多年讓大家因為我跟媽媽衝突的事傷心困擾，所以我也邀請姊弟妹們回來分享參與，可惜當天只有姊姊回來。之後一群人就開心地南下，我事先跟媽媽說會帶同學回來，但媽媽並沒有跟大家太多互動，也沒準備飯菜只有白飯配罐頭<sup>98</sup>，在簡單寒暄後果然還是阿天發難「阿吉，你是不是有事要講……」我提起莫大的勇氣後「媽媽我有東西要給你」，拿出前一天準備的卡片，做了從「媽媽不要哭」那幕就想做的事……把媽媽抱著保護她，希望媽媽不要再受到任何委屈苦難哭泣。

一群人難得南下當然要帶大家認識養殖業，來一趟在地知性旅程，於是帶著大家介紹魚塭感受我的故事。想不到附近還真有一個傻瓜公園，於是就在傻瓜公園拍了一張，一群傻（ㄉㄨㄨ）瓜（ㄉㄨㄨ）陪傻瓜回家，擁抱傻瓜的照片，以茲紀念。Dharma Drum Institute of Liberal Arts

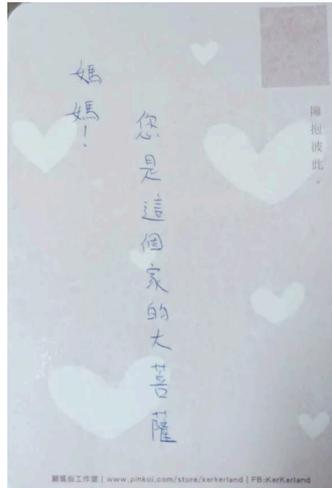
跟媽媽情感紐帶終於建立起連結後才是開始。擁抱之後終於有媽媽的我，好想當個貪婪的小孩，每個禮拜從金山回台西陪她，享受有媽媽的感覺<sup>99</sup>。到了清明節有一次在魚塭，媽媽又因為分財產的事，精神不穩發作，整個人驚恐無助的痛哭，就像「媽媽不要哭」那幕，在我眼前絕望的哭泣。大概是媽媽一直肩負所有人的原因，所以那次分財產她的直覺如果分不到房子，那之後家就沒了！而此時又是只有我在身邊，好像只有我能救她一樣，這次我再鼓起勇氣把媽媽牢牢抱住，也是那一刻終於下定決心回家。

---

<sup>97</sup> 媽媽會懂菩薩的意涵。

<sup>98</sup> 或許媽媽沒有很在乎、或許那天媽媽精神狀況不好。

<sup>99</sup> 媽媽還是都找我去魚塭工作，大概還是盼望我接養殖事業。



圖十三、擁抱&信物<sup>100</sup>

#### (四) 日記：考驗

當我下定決心回家後，馬上有考驗。

媽媽又很急的衝進房間命令我，這次所幸心中有一絲柔軟的力量，否則之前媽媽上演哭鬧上吊戲碼時，長期累積來自媽媽給我的痛苦，讓我非常想把媽媽拖到馬路上狠狠地打。媽媽除了自己停不下來控制我，帶著抖動的五官、誇大的肢體，訴說所有委屈不幸，咒罵丁家所有人「垃圾！阿祖那時候非常疼我！我不會再看過去！要看未來！如果別人早就跑了！我死了你們會很好過！我是古代人！不像那些垃圾娶很多老婆、嫁很多老公……」每次聽到這激動的抱怨，我都寧可死掉都舒坦幾萬倍！

這次終於有力量安撫自己，再回頭來叫媽媽坐下靠近她，過程就像千刀萬剮，我把手放在媽媽肩膀搓揉撫慰，跟著咒罵家人、說媽媽非常偉大、委屈、辛苦！全村都知道！我叫記者表揚，媽媽更激動「我可沒這麼說！你以為很行

<sup>100</sup> 玉佩為從小媽媽給我的平安符，幾十年來跟媽媽再怎麼吵、再怎麼顛沛流離，都會告訴自己什麼都可以丟掉、很多東西不見，但這塊玉佩千萬不能丟掉、不見，始終留心保存好。

嗎！不止全村都知道！姊姊、弟弟也知道！」邊說邊閃不讓我碰。我再度忍著被誤解、拒絕的痛，把手放回去一直重覆，您非常偉大！……媽媽才柔和下來不再哭泣、抱怨、命令、控制我，放慢輕聲問「到底要不要去魚塢？不然也只是重複而已！」我猜媽媽已經得到安慰認同了。

晚上我找表妹去夜市，跟媽媽說晚餐不用煮，她一反常態願意出門且開心「不早說我都煮了！我也要去、不然要整天關在家裡喔！」一路媽媽開心聊天，到夜市時，第一次看到媽媽離開我們一些距離，享受逛夜市，買之前不會買的零食，跟老闆聊天<sup>101</sup>。回家後，媽媽一進門就開心大聲跟外婆鬥嘴：「這毛豆助消化啦！我要吃這個！不然要像成仔<sup>102</sup>這樣才吃喔，我不要！我現在就要吃！又便宜！也不需要助消化藥！」

外婆也開心跟媽媽鬥起嘴，媽媽躺在沙發雙腳抬得老高跨在椅背，自在享受、接受她的家，她的媽媽給她療癒、人生避風港、無條件的愛、想要的一切、這是她的家！媽媽激憤說古代人那段背後的意思是，在媽媽心裡這個家就是全部，她永遠不會背叛離開我們，會對我們負責（控制？）就像她好多次激動的講「這個家是我自己選的！」（丁俊吉，日記，2020.05）

#### （五）小結

自從爺爺過世爸爸也不在，分財產是媽媽跟叔叔、姑姑談，拖了15年過去都沒談定<sup>103</sup>。因為叔叔跟媽媽吵架，所以我休學剛回家碰到第一個難題就是：媽媽為了分財產而焦慮，導致我還是會跟媽媽吵架，而且現實問題是沒有收

---

<sup>101</sup> 这一幕對媽媽來講，是媽媽有能力、願意、歡喜離開她心甘情願被關40年像地獄的家，去看看家以外的世界。

<sup>102</sup> 當時過世的一個隔壁叔叔。

<sup>103</sup> 再次凸顯我家的問題之一，爸爸不在，父系大小事全落在媽媽身上，那份壓力也會轉嫁到我跟弟弟身上。

人。有一次跟媽媽吵架後，媽媽（終於）意識到沒給我薪水，不能像以前把我當沒薪水的童工，這個問題才終於浮上檯面。就是這塊土地跟外公共有，如果都是媽媽支出給我薪水就必須記帳，到時候要跟外婆計算年度收支。但媽媽卻只能每個月給我一點錢當作生活費，實在太少。加上果然媽媽不會我跟她擁抱之後，就知道怎麼跟我相處。

跟媽媽又吵起來後，媽媽有一天默默把錢放在桌上，我如果拿了，不只代表接受這樣的條件，還默認了以前把我當童工，最後反過來淪為被大家視為畜牲的所有過去，我索性賭氣不拿了，那些錢因此擺在桌上好幾天。媽媽其實非常傷心，我看著媽媽被我拒絕、感覺我又將離她遠去時，那心痛落寞的神情，我的心情又像刀割一樣。但我不能拿、也不能妥協，否則就坐實了所有過去我是畜生的事實。以上種種，我又去外面找了開計程車的工作……

沒多久，我的帳戶出現一小筆對那時的我來講不少的錢，我看到有點無功受祿心虛，但過日子總是需要開銷，我猜那筆錢是媽媽（跟外婆），意識到這麼多年來的問題給我的「補償」。但就像在前面章節所提，幫忙做家事本來就是我心之所向，也如媽媽在魚塢要我把一百萬還她時，媽媽恩情何止百萬不是錢可以衡量，這就是底層百姓的悲哀吧。後來當我申請疫情補助需要勞保證明時，赫然發現我有16年漁保年資，心裡才稍安心下來「是呀，這一路來不止16年、也不止魚塢的工作……」當時的心虛才總算安了下來。

以上「大致」述說完媽媽的遭遇及試著同理媽媽，這些就是為什麼我在回憶媽媽被打，以及那通關鍵電話時，被深深感動的原因。

## 貳. 姊姊

姊姊制裁我也是出於保護這個家，不要因為我再碎的更稀巴爛，也只有姊姊有資格教訓弟弟。我跟姊姊、妹妹的關係，可能有更大的盲點跟難關。當我翻開之前跟姊妹們的對話紀錄，驚覺跟印象中落差很大，對於從小的烙印讓我難以直視她們，導致在對話時難以聽到真意甚至曲解原意，導致惡性循環。進入文理學院前跟姊姊第一次溝通時，雖然彼此一碰就痛，但也展開了對話序幕。我想後來姊姊幾次跟我講話的歇斯底里，就是「鬆動」的跡象。

當我赫然發現姊姊給我的不寒而慄，是從我先對她說：「你為什麼要自甘墮弱！」開始，是我先離開姊姊、不是姊姊先離開我。意謂著從那句話後，姊姊一直承受著我對她的冷漠與疏離，姊姊之所以這麼不諒解我，是因為由愛生恨！尤其當我自己也經歷過類似過程更能體會。一想到這裡，除了因姊姊承受了多年我對她的冷暴力，我就非常懊悔自責，想跟姊姊說對不起。而且越是感受到姊姊對我多恨，就越感受到她小時候多愛我……。於是，我們一起陪媽媽去外地剝珂、賣珂；一起聽著錄音帶，一字一句把黃飛鴻主題曲抄下來，練習學唱歌；國小一年級姊姊帶我認識福利社；跟我分享流行音樂；大學入學時幫我提行李，從朝馬走到逢甲……。這些當時感受不到或遺忘的，才一一轉化為愛重新感動我，未來也將長存在心裡，陪伴我給我力量。

透過回觀姊姊跟我分享音樂那些日子，看見姊姊打從心裡分享著，她自認生活中最美好喜愛的事物，當一個人把最愛分享給另一個人，那是多讓人振奮的愛呀。當我看到這一點，馬上打開去收尋聆聽那些歌曲，想像著回到國小被姊姊呵護、亟欲分享她的美好生活給弟弟的那股真摯熱情，照顧弟弟的愛。

這時，我可以有勇氣回想在香山小屋時，姊姊傳來的那封簡訊，及生命教育課的作業，寫對我的看法的信。簡訊的大意是「看著你這麼痛苦非常想幫

你，卻無從幫你讓我非常心痛，希望來世可以再做你的家人……」一直以來我只感覺到姊姊對我的冷漠與（無心）傷害，聽到來世再做家人都快嚇死。但此刻再回想，如果姊姊是我剛進小學時，那個亟欲分享生活，且照顧呵護我的姊姊，我想我會被感動的說願意。而那封我看過一次就不敢再看塵封6年的信，現在再看，全文更是讓我感動，也證實我的感受，姊姊非常愛我，但當時我只看到姊姊在我跟媽媽幾個衝突裡的意見——「懶惰不去魚塭工作、無視媽媽、以及繳不出昂貴的電話費」。除此之外姊姊其實還寫了很多「我很節儉、很乖、最疼我、文筆好、很感謝我搬回家照顧媽媽和魚塭……」我真的好愧疚自責，欠姊姊太多太多，「姊姊我也愛妳……」

最後我想對姊姊說當時去嘉義念高職時我的感受「因為捨不得妳離開，妳忽然的消失，我有一種被拋下、不告而別的惆悵，會忽然想起妳但卻又無從思念。如果可以重來，多希望妳離開之前，先陪陪我們、跟我們好好告別、安慰我們，讓我們知道妳要離開了，否則我們會很想妳的」<sup>104</sup>。

### 參. 妹妹

我是什麼時候開始對妹妹伸出橄欖枝的呢？崩潰後有幾個時期我住在家裡，當時對於單純「還能看到兄弟姊妹」感到非常高興。那天心血來潮，感受到「妹妹」的我，便邀約她騎腳踏車，妹妹雖然一如往常的面無表情，但竟也答應了。我就在村裡彆扭的載著「完全不熟」的妹妹，在馬路上繞了一圈，我想那一對她來說也很彆扭吧，但總算自從國中我買零食回去以後，再度對妹妹伸出哥哥的手。

2021年外公過世出殯，大家在公墓準備燒紙紮用品時，有一段路大家前後

---

<sup>104</sup> 我猜姊姊也是受到我對她的「漢賊不兩立」，還有爸爸打媽媽的影響，才會不告而別。

拉開距離，而我剛好在妹妹後面。我想機會到了，於是深呼一口氣調整成平常心，從妹妹身邊經過自然問「妞妞<sup>105</sup>怎麼沒來？」妹妹：「她身體不舒服，在台西家裡休息」。之後出殯完回來一群人聚在客廳，我一進門妹妹竟主動跟我講話「丁俊吉，你有印象……什麼事嗎？」把大家正在聊天的話題拋球給我。從來沒料到妹妹會主動跟我說話，而且是在大家面前，於是錯愕的我匆匆回覆之後就又上樓了，這也是繼國中她跟我分享拔爆牙的事之後，時隔近30年再次主動跟我講話。

2022年當我發現跟妹妹的關係，可能才是很多事的根本癥結點時，我知道不能急著處理，要讓機會自然出現，但我還是受到論文壓力影響，而且妹妹主動跟我講話一次了。考慮再三最後我還是傳了一封訊息給妹妹「我現在住在台北，有機會可以請你喝飲料嗎？」果然被妹妹技巧性的婉拒。來回傳訊息兩、三次後，我感受到難得提起的勇氣碰了軟釘子，被拒千里之外的挫敗感，以及被妹妹那股「一輩子也休想跟我談，我不可能原諒你」的怒意襲上心頭，急了的我又回傳了一封「如果不趁現在有機會，我不知道以後會怎樣（我沒講清楚的是，錯過以後不知道又是幾十年才有機會了）」，之後就是已讀不回。跟我對姊姊一樣，事後當我回頭看對話時，赫然發現跟原先以為的有很大落差，我發現妹妹雖沒有直接答應，卻也委婉約在姑姑家，這！就是我的盲點！我一直難以直視姊姊跟妹妹，而產生彼此裂痕，進一步疏離誤解傷害，這是我一份遲了30多年的功課。

雖然對我來說妹妹這關才剛開始，但其實一路以來，還是有很多回憶，大學時妹妹跟著姊姊來台中找我玩、延畢那年四個兄弟姐妹一起去劍湖山、一起看電影；車禍時姊姊特意從台南過來，妹妹也買了滷味，兩個人來慰問我陪

---

<sup>105</sup> 妹妹的女兒。

我，因為肩膀無法轉動，洗澡無法刷到背部，貼心的妹妹還買了一隻背刷給我，到現在我還一直刻意留著。

對妹妹而言，可能有另一個關鍵事件是她永遠難以面對釋懷的，妹妹或許認為我是「元兇」，但當我釐清細節後，我認為這件關鍵事件，妹妹是有機會可以面對甚至轉化。然而在這之前，我就只能繼續當大家的箭靶，直下承擔所有責怪，也算我對妹妹及家人的補償，畢竟我都花了二、三十年才面對接受，我也要等待家人，給他們時間。

最後任何抱歉的話，似乎都無法彌補對妹妹傷害的萬分之一，但為什麼妹妹掉到水溝、坐遊覽車睡過頭差點走失、選擇高中或高職時，我這麼著急關心妹妹？我發現並不是討厭妹妹，而是太想保護媽媽、不想讓媽媽傷心，雖然這就是我的魔。不過，我仍然要對妹妹說「對不起」還有「妹妹，我也愛妳」。

肆. 弟弟

在一樣的家族結構下，靠勞力的產業、爸爸不在，弟弟也跟我一樣承受很多工作的責任跟期待，一樣承受來自外公的「教導」，他雖然不是長子，但承受的壓力跟辛苦，不會比我少到哪裡。而且在每個緊張衝突中間扮演潤滑劑，跟每個家人相處得很好，所幸這個家裡有你。

我對弟弟充滿無限虧欠，因為他在這麼多事件中，大多是保持中立左右為難，並無過多捲入漩渦以致很少出現，但還是波及到弟弟並造成傷害。先從國小有一次我發想了一個活動開始吧，當時我邀請小時候玩伴一起玩闖關遊戲，我把雜草、雜物、水放進箱子當恐怖箱、客廳整排椅子當作隧道、把奶奶那間沒有窗戶的黑暗房間當鬼屋……。玩到最後一關鬼屋時，我請大家先在外面

等，然後我躲在大通舖底下，準備嚇進來的人，結果看到先進來的是弟弟。當下我有點生氣，想說應該讓鄰居進來，因為我並不想要嚇他。本來就打算拿拖鞋往外丟嚇人，結果這麼準就丟到弟弟臉上，於是弟弟開始哭個不停。這件事可能也讓弟弟心裡留下對哥哥的壞印象。

在我大學前幾年，我們每個禮拜幾乎都會回家，這是我們很期待的短暫相聚時光。有一次當我回到家把背包放下來，看到弟弟滿心歡喜跟我重逢，期待著拿出什麼東西跟他分享，結果卻落空的表情<sup>106</sup>。自己雖然也很開心期待重逢，但當時有許多結的我，因為情感流露不出來而略顯冷漠，還藉著轉移焦點、話題，試圖讓弟弟減低失望，但此舉反而讓場面更尷尬、疏離。

一直以來我感覺弟弟不太敢靠近我。大概大學時，弟弟有次從隔壁玩耍回來對我說：「沒人要理你了啦……」我想大家也會拉攏弟弟選邊站，所以我以為弟弟也跟著大家排斥、孤立我。直到後來我自己覺察到，我也不敢靠近高攀不起、或氣場太強的人，覺察這點的我，對弟弟又更加羞愧、不捨。原來這或許才是他對我的感覺，因為其實弟弟對我講話態度永遠充滿敬愛，出口必稱哥哥。也只有弟弟從小就被教導要稱哥哥、姊姊，是我散發出來的氣質，讓人誤以為我是「修道人」吧？<sup>107</sup>弟弟才不太敢靠近我，或許其他人也是？

另一個我對弟弟愧疚的是，他屢次嘗試要用「情感」靠近我，我卻不知所措。一來我跟家人很少互動，二來跟媽媽衝突，加上我在這個家整個人都彆扭，始終難以回應弟弟給我的橄欖枝。我想他一定很失望，我的內心也跟著心疼不已，類似的場景在那段歲月裡，一再的上演我卻無能為力改變。隨著失望

---

<sup>106</sup> 確實我好多次想準備個什麼伴手禮，卻始終沒有準備。

<sup>107</sup> 超我太強不僅是我的結龜、我的痛、被誤以為是「自視清高的修道人」，也是本文主脈絡之一。

一次次加深而絕望，每一次重逢對兄弟倆來說，就像在凌遲彼此。漸漸地我跟弟弟的信任，也被磨的幾乎殆盡，之後都可以感覺到他的無力跟沮喪。

弟弟畢業後就在新竹工作，家庭也穩定下來，多年來我南北到處跑，有多次機會去新竹找他藉機修復關係。但不知為什麼，可能時空遷異、或要事忙於身、或弟弟也沒整理他的「敘事」、或地點氣氛不佳、或弟弟也「認命」了……各種不知名因素，雖然弟弟很願意陪我相處，但總是談不出結果。

最後想跟弟弟說，我們一起在魚塭田埂上拿著馬鞍藤揮舞，當作《幽遊白書》裡藏馬的武器，邊揮動邊喊「看我的……超級藏馬玫瑰鞭……」；一起在魚塭工作被外公罵；晚上在床上徹夜聊天，有一次你跟我分享歌謠「嘿呦嘿呦拔蘿蔔拔不動……嘿呦嘿呦拔蘿蔔拔不動……」；12生肖故事的公雞啼叫聲，其典故是「鹿角還狗兄噴……」看你充滿童真，滿心歡喜的對我說這些故事時……真的是很開心！幸福！「弟弟我也愛你」。

DILA Dharma Drum Institute of Liberal Arts  
伍. 爸爸

其實在爸爸還沒發病之前，曾經給了我們很多的愛。不論騎機車載一家人出遊，或買六合彩並不是為了嗜賭，而是為了給媽媽買戒指，甚至早期夾在兩家紛爭之間，都是父親為了這個家庭的付出跟責任。後來也才懂得為什麼說父愛就像一座隱藏的山。自從國中爸爸被送到醫院後，我們每逢過年就會南下去看爸爸，一開始媽媽還會陪我們去，後來就只剩我們四人自己去。

直到今天爸爸的願望還是想要回家，不只探病時，好多次我在很多時間、地點，都會接到爸爸電話「俊吉，帶爸爸回家啦、我又沒犯什麼法，把我關在這裡20多年、跟媽媽商量啦、叫弟弟帶我回家拉……」類似的話。不論走在馬

路上、上課、吃飯、睡覺、開車、白天、黑夜……任何時候都接過。尤其在流浪那幾年，在黑暗中孤獨一個人不知身處何方時，聽到電話那頭滄桑無力，彷彿同樣從地獄打來的求救聲，更讓我覺得孤身天地間竟是如此悲哀唏噓。爸爸的電話始終沒有停過，但近年可能更加老邁電話比較少了，當然對媽媽而言有一道很深的陰影跟傷痛，更別談爸爸回家。隨著時間過去，爺爺過世、奶奶去年（2023）住進長照機構，我們也都在外地。一切早就跟20多年前完全不一樣了，爸爸即使回家對彼此來講或許沒有太大意義了。

就這樣直到我流浪到高雄工作時，當時爸爸在旗山醫院。有一天下班我忽然想找爸爸，於是買了滷味騎摩托車去探病。我跟爸爸兩個人，就在旗山醫院密閉的小小會客室裡，默默吃著滷味，先是簡單的聊天「醫院都安排什麼活動？」、「你好像變瘦了」、「衣服夠不夠」……。一開始還試圖要找話題來避免尷尬，但慢慢發現氣氛不一樣了，雖然有點陌生，但另外一股更加濃烈的氣氛慢慢浮現，而且，奇怪的是越安靜那股氣氛越濃，是「家」的氣氛。

一種無須多話，感受親子血濃於水的天性，即使沒什麼交集，沒有寒暄問候，兩個人自然放鬆待在同一個空間，尤其吃晚餐這更讓人放鬆的情境，竟不自覺流下淚來，好奇怪！慢慢有兩股強烈的力量豐沛著我的靈魂。第一個是，原來這就是「家」的感覺；另外一層更深的覺受是，我是「人」！我的意思是我可以是人，我感覺到我是人了，感覺到明天、未來，感覺到自主權，我可以決定做任何事，可以做自己，做我想做的事，我可以擁有、決定明天，任何時刻、屬於我的時間及人生，我感覺到「被尊重」了、感覺到被「真心陪伴」、感覺到「被關愛」了……。當一個人有「家」的時候，原來是那麼的有底氣，是可以當人而不用當畜生，這我以前在「家」的時候，幾乎鮮少感受過。而透過簡單跟爸爸默默不語在會客室吃著滷味，不但覺得我不再是畜生，不用被控

制、被否定、不斷被打擾、被質疑……這時候我才大概知道，我是怎樣被對待的。說來諷刺，我竟然是在這樣的情況找到家、感覺到家、感覺到我是人。

之後我就很喜歡去找爸爸，幾個禮拜就會去找一次。有一次有趣的經歷，我跟醫院請假帶他外出，等公車的時候，想說找點什麼事做，那時候我剛結束半年的多次禪修，於是想試著帶爸爸做放鬆的基礎練習。當我一步步引導爸爸放鬆「眼球放鬆、頭部放鬆、肩膀放鬆……」引導到「肩膀放鬆」話音剛落時，就看到爸爸的肩膀，從原本聳肩的姿態瞬間掉落成放鬆姿態。看的我又驚又喜，思覺失調症的爸爸竟然可以體驗放鬆，表示，如果環境允許，他是不是也可以像我這樣，從破碎的身心慢慢調養恢復成「正常人」？

之後當我回金山工作時，又把爸爸轉院帶到八里療養院，放假的時候我就去找爸爸，常常父子倆就簡單的在咖啡廳吃著點心過一個下午。忽然我升起一個想法，帶著爸爸體驗外面的世界、體驗當義工，於是跟醫院請了幾天的假。於是帶爸爸也住在山上幾天，他似乎也能適應外面的世界。之後在三峽也是，帶著爸爸住了幾天寺院當義工，體驗跟人互動，做些簡單的勞務。

就這樣跟爸爸相處一、兩年的時間裡，雖然後來沒再體驗到，第一次在會客室時那種強烈的感受，但這樣多次跟爸爸相處下來，也讓我找到了「家人」陪我，讓我一點一滴恢復破碎的靈魂。

但事情還是發生了，有一次我跟爸爸出來吃完點心，按例爸爸會坐上公車回醫院。那天我跟往常一樣送爸爸上車後，我也上捷運準備回金山，誰知道半夜醫院打電話給我「請問是明火家屬嗎？你爸爸怎麼還沒回來？」我馬上驚覺不對！已經這麼久了，不可能還沒回到醫院，於是我開始緊張起來，先是去警局報案，再打電話給弟弟「爸爸可能不見了，你可以來台北一趟嗎？」但弟弟

人在新竹，也有家庭小孩，很難趕這麼遠，而且已經大半夜，我也難以再跑回八里，只能不斷祈禱不要出事，還好隔天醫院打來說爸爸去買菸，後來自己走回去。

之後住在三峽時，爸爸開始不穩定，或許病情發作了，到了要收假回醫院的日期，爸爸卻不斷吵說被關了20多年，堅持不要回醫院了！只想要回家！拗不過爸爸的我於是騙他說不然先回雲林。在火車上我正思索著該怎麼辦？後來打電話給警察局，請警察協助安排斗六的醫院，到了斗六已經半夜了，於是先找一間旅館住一晚。

半夜我趴在窗口面朝外跟姊姊聯絡事情，忽然聽到爸爸在背後喊了一聲「你在跟誰講話？」我轉過身來。啪！我整個人倒在地上、頭有點暈眩臉頰熱麻、手機掉落在旁邊，爸爸一臉嚴肅說道：「你在跟誰說話！在說我壞話是不是！」我回答「沒有……」聲音竟然是顫抖的，我這才意識到，原來我被爸爸重重煽了一巴掌。忽然受到重擊、威嚇的我，已經嚇到不知所措，但爸爸繼續逼問，百口莫辯的我，只能趕快先穩定情緒，再回頭安撫爸爸，於是找機會跟爸爸說我有事暫時出去一下。

後來我再拿起手機跟姊姊講話時，反倒聽到姊姊在哭「你剛剛是不是被爸爸打了？」我回答「沒事沒事，小傷而已」。其實我不但被忽來的巴掌重擊，也被爸爸這從來沒有過的逼嚇態度著實嚇到了！反而是姊姊在哭，我又先安撫好姊姊，然後去附近派出所過了一晚，也聯絡好警察、醫院，約好雙方隔天接爸爸強制送醫。就這樣短短幾分鐘，我從被重擊、威嚇、安撫自己、安撫爸爸、安撫姊姊、再去聯絡處理事情，等全部結束後我才回過神來，回想剛剛的一切，整理收拾自己的心情。

隔天跟著警察、醫護一群人回旅館，原本心有餘悸的我還擔心爸爸已經失控，開始不安害怕地想起小時候的種種。沒想到開門那一瞬間看到爸爸，竟然像個無助的小孩，滿臉驚慌不知所措，原來我離開徹夜未歸後，爸爸也會害怕無法自處。一看情勢馬上知道狀況的我，趕忙跟爸爸「爸爸，你跟我說對不起，我不是故意要打你的」，爸爸也一字不差跟著照唸。因為我知道如果爸爸沒跟我道歉彼此都會留下疙瘩陰影，而且看樣子爸爸也真的不是失控。在爸爸說出道歉後，我心裡那道陰影才輕輕褪去。直到最近（2024. 04）姊姊也約了我跟妹妹、爸爸，一起去了西湖度假村過了兩天一夜的「家庭旅遊」。

跟爸爸相處那兩年跟其他很多事一樣，讓我再次對人生起很大的疑問，一群自認正常、聰明、認真賺錢的人，處心積慮苦心經營一個家，卻讓我千瘡百孔，覺得自己是一隻被圈養的牲口。反而等我流浪在外，花一百塊跟被診斷為思覺失調症的爸爸簡單相處一室時，就得到所有人苦心營造卻不曾有的「家」，這是何等諷刺！但也不能如此簡單概括一切，媽媽及其他家人也給我很多的溫暖跟愛，只是在這件事的反差，讓我不勝唏噓。「爸爸，我也愛你」。

## 陸. 外公

每當我做錯事陷入自責愧疚，或正在煩惱如何彌補對方，無法從情緒泥淖出來的時候，外公有時反而一句怒斥的話，就能讓我們離開愧疚情緒，重新回覆平靜自在的心，這是我最早體會到外公給我們的愛。

有些人會用「媽媽……10塊」形容自己伸手要零錢的童年，我的童年則是，「你身上有錢嗎？過來阿公這裡坐，阿公給你10塊……」幾乎每次跟外公見面，外公就會滿臉歡喜這樣問，然後掏出一枚硬幣給我們。因為農村跟兩家

結構的關係，我們跟外婆家很常往來，從3歲以前我在縫紉衣服堆玩耍、阿姨騎車載我玩、幫外曾祖母拿點滴瓶、當小幫手替兩家跑腿互相拿菜給對方、常常在外婆家吃飯、去夜市買宵夜回來看連續劇《天龍八部》、甚至那一次媽媽跟外婆吵架轉頭就走……總之有事沒事都會去外婆家。

外曾祖母還在世的時候，幾乎每天都要去醫院打點滴，外公都會把車子發動停好在門前，叫我們牽外曾祖母出來。因為外曾祖母跟外叔公都失明且睡同一間房間，我們就牽著手扶她上車，到市區醫院打完點滴後，再把窗戶搖下來，一路上就把點滴瓶拿出車外舉高以免血液倒流。等到了家了再牽回房間，這差不多就是國小前幾年在外婆家的回憶。當然也有好幾次爺爺跑到外婆家，叫我們回去不准過來外婆家玩。

小五到國三就是爸爸打媽媽、外公、外婆、嬸婆……的那段歲月，後來當我考上高中時外公一定很高興，因為入校那天要搬行李去宿舍，是外公、外婆、舅舅、媽媽，一行人開車載著我的行李去報到。行李搬完後，我們就在校門口旁的小吃店圍成一桌吃飯<sup>108</sup>。果然是外公的风格，大家坐定後不等老闆娘過來，外公已經爽朗親切的揮手叫她過來喊著「來一些吃的飽的！」（言下之意只要吃得飽都好）現在回想起來，國小沒畢業的外公非常懂人情世故。外公這樣幽默待人，既給大家帶來輕鬆歡樂，給老闆娘好做事跟親切感，同時讓大家明白「有得吃就很幸福」的道理。這次幫我載行李的回憶，讓我再次感受到外公對我的重視。

到了高二左右，我感覺好久沒去外婆家了（爸爸的事還有我開始住校），有一次再去到既熟悉又陌生的外婆家時，一進門外公還是坐在他的位子，以宏

---

<sup>108</sup> 這可能是唯一外面的家族聚餐，跟外公在一起吃飯的記憶。

亮的聲音熱情問「吼……你很久沒來阿舅家，來這邊坐……」親切關心我近況。之後就如前文所述，慢慢多是關於魚塭工作的回憶……直到晚近幾年照顧外公生病時，多次不斷對我耳提面命「你如果外出，回家買一些奇巧（珍饈）美食回來給你媽媽、你以後要對你媽媽好一點……」我想外公早年一直盯著我，到晚年對我放不下心的，還是我跟媽媽的關係。

當有一次我聽到媽媽「你都忘記小時候，小月阿姨帶你去道場嗎？」我又像柯南破案一樣頭腦閃過一道光，因為我又多一項罪名「陷他人於不義」。因為搞得翻天覆地、家庭革命、媽媽躁鬱症發狂、親戚A為了他兒子夜夜難以入眠、造成地方不安……大家也會猜為什麼我之所以裝瘋賣傻可能就是從道場來的。而小月阿姨又是外公姻親、又是鄰居，如果外公不做出仲裁，表示我做錯的話，那不就「都怪小月阿姨帶我去道場？！」<sup>109</sup>如果讓小月阿姨承受鋪天蓋地責怪的話，我的過失就不是家務事層級，而是陷小月阿姨於不義，甚至破壞人家家庭、地方和諧了。這時候我才看懂，外公之所以嚴厲盯著我是為了一「替我出罪」的心態來嚴懲（ㄩ一又、）我。

所以外公後來一直找我去外婆家吃飯的原因，是我的主客觀條件都處於孤立狀態，因家世背景或得罪左鄰右舍、打罵妹妹、痞子的關係、因結龜而（被）孤立……所以與其說外公用霹靂手段控制佔有我，不如說後來跟外公相處時，我意會到更深一層對我的照顧——帶著我去拜託民代讓我有份工作、拉著我陪他去魚塭、拉我陪他吃飯、……

話說回來，高中時小時候那群玩伴所有人，常常在堂弟家聚會而培養出深厚的情感。當時我每個禮拜不是被外公帶去魚塭，就是被爺爺帶去六輕還未填

---

<sup>109</sup> 這裡是以反思口吻，表達可能的輿論，並非真是小月阿姨的錯。

海造陸時，那片近海海域放養文蛤，一如為了謀生錯失跟孩子相處機會的父母一樣，我也錯失那幾年兄弟姊妹培養感情的青春期。偏偏我自己曾跟外公聊天時無意說過：「我沒有爸爸啊……」貌似可憐求助的話讓外公誤解。但根源其實無法、也不必釐清，因為人生就是一場體驗，有得失、知感恩，足矣。

在我回家幫忙魚塢那幾年，有一次我跟媽媽開車在魚塢路上遇到外公。那時候媽媽精神狀況正差，外公也年近九旬，媽媽其實是有病識感的。於是在兩台車交會時，媽媽就撇過頭不讓外公看到她憔悴的樣貌，可是外公怎麼可能不知道。外公就猛按喇叭示意我把車停下，然後用一貫精神飽滿中氣十足的語氣問媽媽「你身上有錢沒有！阿爸給你一些好嗎！」卻也難掩眼眶泛紅語帶哽咽，外公很清楚直接問精神狀況會戳痛媽媽，「有沒有錢」只是一個父親用來關愛女兒的藉口。就像當時大家聽說表弟認識外號小蘋果的女同學，拿這件事跟表弟開玩笑時，外公連忙制止大家「別再說了，表弟會害羞的」，外公其實是纖細善解人意的。加上外公晚年躺在病床，這是我唯二看過外公眼眶泛淚。

因為外公的家族位置，必須要操心五、六個家庭，上有外曾祖母、下有媽媽跟舅舅、他的唯一弟弟很早就失明<sup>110</sup>，加上外公、外婆自己；另外也要照顧地方鄰里，擔任寺廟組長；身為童養媳的外婆，跟外公並沒有很親密，外公內心孤單無助可想而知。至於外公跟舅舅關係如何？我是霧裡看花，有記憶來舅舅就自己住在外婆家對面的房子，而且以舅舅一路唸到博士，畢業馬上高考進入台電來講，我想外公應該喜憂參半。喜的是對舅舅的責任，有了經濟保障的安心，憂的還是魚塢就少了一位人力幫忙。所以魚塢還是得落到其他人身上，就像當我要去魚塢忙活時，下意識就想找表弟一樣。所以造成阿姨所述，我剛出生那段，外公很喜歡我過去陪他吃飯的原因，如果簡單化約為重男輕女是不

---

<sup>110</sup> 媽媽這邊有四個小孩加爸爸、舅舅有五個小孩、，另外外公還協助外叔公找外籍新娘。

太公平的。除了母系家族男丁很少，應該是純粹的人性，外公內心的小男孩也想找同伴，我想這也是農村裡面，家族互助系統的運作基礎架構吧。

於是我才同理，其實外公跟媽媽一樣，之所以一直找我的背後，都隱藏著一個訊息——我需要你。當時各種因素讓外公、媽媽講不出「我需要你」的話，不過，歸根究底還是我的裝瘋買傻，才阻礙了這些情感流動及覺察。當我看到外公像無助的小孩迫切需要有人幫他時，就可以同理外公的辛苦，及為什麼工作這麼謹慎、一絲不苟？「外公，您辛苦了！」

到了外公晚年，除了我在外流浪接到三、四次外公來電關心，當我有兩次長時間住在家裡，外公也會一直找我照顧他。第一次我幾乎是24小時照顧外公，第二次是大家輪流照顧，這兩段照顧外公的經歷，讓我聽了很多外公對我的評語還有以前的故事。對我雖不像以前那麼「兇狠」了，但「啞巴、畜牲」以及對我各種責難還是免不了。其實小時候我就有印象，外公常常給我各種溫暖，包括各種關心問候、我生病時趕來醫院看我、有一陣子常常開車載我體驗在地生活、幫我載行李到宿舍，外公在的場合就會給人既威嚴又如沐春風的恩威並重……所以阿姨講述我剛出生那段故事時，我是相信的，也從這個故事核對了我的感覺，外公內心是很疼愛我的，並不是長大後看到的那樣。之所以中間那十幾年把我當「畜生」嚴加看管，本篇論文已經講述了幾乎所有脈絡，直到晚年外公都是還沒機會諒解我，只能感慨緣分弄人。

但其實外公跟媽媽一樣，對我恨鐵不成鋼的失望，是由愛轉失望甚至絕望！「懲罰」我的背後，是為了保護我，滿滿的都是愛。在我這一輩的兄弟姊妹裡面，只有我有這個「榮幸」，接受外公這樣的禮遇磨練，過程雖然讓我幾度的「腦死、社死、心死」，但在經過「考試」後，我對於人性及抗壓也都有一定程度的把握跟基礎。總之，最終我也確實從中成長過來了，只不過跟外公

想像的或許不一樣，不論外公當時對我的初衷是否別有用意，我還是要說聲「外公，謝謝您！」

## 柒. 外婆

大概小二左右我跟外婆家一群長輩們，坐車到約一小時車程的地方，那是一間傳統三合院，當天人很多非常熱鬧，大家很開心忙進忙出，像在舉辦什麼慶典，整個過程印象中我聽到一個關鍵詞「五代相見」……這段記憶直到這兩年，我跟阿姨比較有在接觸時，有一天我開車載阿姨跟外婆去虎尾買衣服<sup>111</sup>。在車上我趁機跟外婆核對「阿嬤，你還記得五代相見的事嗎？」阿姨再用外婆比較聽得懂得語言解釋後，果然外婆開心的回「你還記得喔，有啦，有這件事。」也就是說那時外婆的奶奶（或外婆）也還在世，於是帶我去跟高外外祖母相見，就有了那次的記憶。細節外婆也沒有多講，但我想應該是一件大家非常開心的事。也是因為如此，外公、外婆對我的看重，又多了一個原因。

DILA Dharma Drum Institute of Liberal Arts  
外婆是童養媳，跟外公兩個人從年輕吵到大，雖然我「只淺淺」見識過幾次就能體會，姨丈所說的「外公、外婆如果吵架你們別在意，他們是在通血路！」的意思。有一次國小在魚塢，大人正激動討論某件事，忽然媽媽慌張跑進來喊「快點啦，去把阿母拉上來啦……」大家才把外婆從大排水溝拉上來，外婆開始哭「今天就讓我死！是把我拉上來作什麼？你這個無鼻仔<sup>112</sup>……」但其實外婆是很認命的，今年（2024）清明節，阿姨又找我載著外婆去掃外公的墓，外婆也是傷心哭的講了很多外公的事。

---

<sup>111</sup> 其實外婆是騙我們出來，單純想跟我們聚會，阿姨長年在外，外公晚年生病比較有回來，也是想藉機跟她媽媽相處，彌補缺憾；我就裝作不知道只是買衣服！果然下次外婆又找我。

<sup>112</sup> 外公綽號。

我想那個年代吵架都是真打，感情也是很真的，一次外叔公跟外嬸婆吵架，外嬸婆直接拉著外叔公頭髮，滿身醉意對著外叔公破口大罵。難怪外婆常說「如果找對象，不要找那種碰不得一下的」、外公也常調侃我們說「像阿公是日本製的（老當益壯），不像你們都是台灣製（弱不禁風）。」

因為我們跟外婆家常往來很親密，加上五代相見的事，外婆一定又對我多了一份關愛，媽媽曾說在我很小的時候，外婆特地幫我做一件襯衫，我相信也感受到，他們對我的愛都很深。到了爸爸打媽媽、我跟媽媽衝突後，外婆一定傷了很多腦筋，當時也確實三天兩頭就來我家，調解我們的衝突，但這注定是個死結，越解衝突越大。長大點開始去魚塢工作時，外婆總會跟我們講以前的事、魚塢由來、爸爸發病、從無到有打拼、舅舅每天把魚剁碎當飼料，餵完之後再騎腳踏車上學、媽媽怎麼辛苦、怎麼跟姨婆銀行借錢買魚塢、一個女人半夜摸黑去開水閘門……後來才意識到外婆認為我們不懂得感恩上一輩的辛勞，或逃避魚塢的責任，也難怪外婆有一陣子叫我少爺東、少爺西。

到了2020年我照顧外公時，因為那時只有我在家，幾乎24小時陪著外公，醫院家裡兩邊跑，免不了外公各種的「考試」，尤其我是萬年重考生。有一天半夜當我終於「跟往常一樣」，花了很多時間把外公氧氣罩裝好讓外公「滿意」。從外公房間走出來時，外婆忽然一把抱住我哽咽「看你這樣，阿嬪實在揪感心，你阿公嘴就是這樣，你千萬別在意，你阿公年輕時打阿嬪，一邊罵三字經一邊踹阿嬪，所以很早就分房睡，很少給阿嬪錢，阿嬪都要偷偷撿剩下的魚蝦去賣……」連外婆都看不下去外公折磨我的樣子，試圖安慰我，讓我知道這是外公原本的樣子，不是只有針對我，而且對我都算客氣。雖然幾十年來我也就習慣了，不過確實被羞辱「玩弄」時，還是會眼眶紅潤甜苦參半，外公教訓人早就到化境了，被罵的人都還會感覺到關愛。

同年9月在魚塭遇到外婆那次，我才終於看到外婆的內在小孩：

阿嬤也快要死了……阿嬤死了沒關係，我死了沒關係，這水井的另一支管，也是我弄的……你們也沒來用，都是我弄的。當年阿嬤跟外公把這片魚塭建設起來，才有今天，現在阿嬤老了，沒有人感恩我。<sup>113</sup>

聽到這段話讓我聯想到在魚塭，一次中午吃飯時間，舅舅要我去叫外婆吃飯，那時外婆一個人在池底撈海藻始終不肯上來，滿臉哀怨「你們吃，你們快去吃，你們千萬別餓著，阿嬤不餓！」無奈舅舅只好自己走去田埂，喊著叫外婆上來，就這樣母子兩人一來一往喊了很久，外婆始終倔在魚塭裡面，不肯上來。魚塭對上一輩來講就是生命、全部，在我身上感受到多少責任壓力，就意味著在上一輩身上，都會加倍落在肩膀上、烙印在生命裡。也就是這些責任壓力的糾葛，間接造成我跟家族、媽媽的緊張，也是外婆一直有事沒事就來找我們的原因，不管是扛水車、田埂填土、或幫她買鍋子、貼門聯……看到外婆內心小女孩後，才知道她也是時代的眼淚跟受迫者（每個人也都是），有其脆弱無奈，需要被呵護、同理、協助。「外婆，您也辛苦了，謝謝您」。

## 捌. 和尚打鹿

用「和尚打鹿」故事來比喻家人對我的霹靂態度，也是對天下父母師長用心良苦的崇高致意。在所有我能憶及的事件當中，一次媽媽跟外人講話時「能不能幫忙牽這些小孩子成人？」<sup>114</sup>媽媽一直透過各種管道方法，期盼有人「牽成、教導、拉拔」我們。現在回頭看這句話後，才發現是父母對子女最深厚的愛、盼望跟引導，如果沒有這份長遠的眼光持續督促鞭策，或許我早就放

---

<sup>113</sup> 引自本文頁20。

<sup>114</sup> 本文所有外公、外婆、媽媽的語言皆為台語，但為求表意大部分都將之翻譯為國語。

棄、或許就此迷失在滾滾紅塵……就如同在愚昧昏闇中，需要真理的光來指引人生，而這也正是我的追求「幫助他人成為他自己」，沒想到小學學歷的媽媽就懂得「成為人」的道理。

可能我的裝瘋賣傻也被識破，媽媽應該看到我「修道人」的影（ㄅㄨㄟ）子（ㄍㄨㄛ）。曾在一次罵我的時候「道德是能當飯吃嗎？」以及我剛萌生出家念頭時，媽媽就焦慮的跟弟弟哭訴「你哥哥要出家了！」所以媽媽一路的阻撓不讓我成為我自己，就像印光法師家人不願意讓他出家而把他關起來。亦如那位師姐對我「你如果出家，你媽會把你的腿打斷。」但其實我是想奉獻自己點亮他人並不一定要出家，也還好我有堅持，終於遇到不用出家也能實現的路。家人還是出於保護心態，因為一來他們知道我尚未成熟，所以不得用霹靂手段，二來他們在道場以及紅塵多年，深知「紅塵即道場、佛法不離世法」，即便家人識破而強硬待我，也是出於悲心而非無理阻撓。

是的，不論在「媽媽不要哭」那幕、大學時期一副要置我於死地的態度。外公也是，都是看到我犯眾怒身處險境又這麼有想法，不得不使出霹靂手段傷害我。被自己人罵再怎麼生氣還可以吵架，但被外人辱罵不但吭一聲的資格都沒有，真的徹底喪失尊嚴且不會顧我是死是活。所以家人就跟和尚把鹿趕走一樣，目的是為了保護我、引導我離開危險長大成人。

惠心僧都源信是日本平安時代的高僧，有一天他看到野鹿在庭院吃草，命令侍者去驅逐。旁人見到則議論：「出家人竟然為了綠草而懲治野鹿？」惠心僧都回答：「不是懲治，如果我縱容牠們，這些野鹿就會跟人熟悉親近而失去戒心，將來遇到惡人時就會被殺害，

所以現在必須趕走牠們。」<sup>115</sup>

所有跟媽媽的衝突，其實就是因為媽媽夾在裝瘋賣傻的我，跟這地方文化、家族背景、產業結構、家庭角色中間，不得不使出霹靂手段對待我，背後是出於保護我，而在我崩潰後不斷在在處處刺激我，是因為不知道如何幫助身心破碎的我，只能用最粗糙的方法，背後也是為了幫我。

媽媽利用魚塢責任制裁我，或許對我有「兇狠、不工作、叛逆、賭氣……」負面標籤，兇狠是我著了正義魔，不工作是後來我崩潰後無法找穩定的工作，但也持續有工作；叛逆是早期太封閉壓抑到了大學反彈，一般青春期的也有人；裝瘋賣傻則是故意的；賭氣其實是我失憶，忘了以前很多事，而失憶是目睹爸爸打媽媽，在目睹前2年，我已經被媽媽的毒打訓練學會壓抑。

而外婆之所以一直拉我去魚塢可能不想把經營權給親戚B，外公把魚塢的責任加在我身上的可能原因是：在差不多高中我剛開始在魚塢工作時，單純想「分擔」辛勞也反映在行動上，但這是反常理的。一如本文論述，魚塢並非我的責任，但因為從小扮演爸爸角色的我超我太強，讓我有意分擔責任。一開始大人或許只是在測試或磨練我，沒想到我卻真的心甘情願承擔下來，導致讓人誤以為我對魚塢有非分之想或其他想法——沒有人會心甘情願去作吃力不討好的事！

如果讓旁人誤解而對我有過多揣測想法，會影響我的名聲，所以依外公的覺察力、人生歷練，以及老婆子的心切，還有他本來的形象。於是將計順勢一直拉我去魚塢，把我要去魚塢工作的主意承擔下來，是他出的、不是我出的，這是為了保護我。因為外公寧可把輿論的討伐對象，攬在他自己身上，也不願

---

<sup>115</sup> 【得自在】——菩薩的思惟。【禪&心靈環保】主題閱讀114【法鼓文化心靈網路書店】。取自<https://www.ddc.com.tw/ec/reading/2016/20160714.html>。

意讓我變眾矢之的「大頭症、非分之想、打腫臉充胖子……」等過多揣測淪為笑柄。總之，也是像那個和尚一樣，「置我於死地」般的保護我。

## 玖. 在路上

雖然在觀看完過去更清楚感受到家人的愛才能釋懷面對很多事，但休學回家後就一帆風順嗎？不，所有事情都在路上，回家第一天，媽媽帶著我跟姊姊去高雄兩天一夜的旅程，一來可能是要重修彼此的關係，二來媽媽也帶姊姊去一間宮廟問事。就用這趟旅程來說明，家人彼此的和解行動才剛開始：

第一天出發沒多久，我開著車媽媽坐在副駕駛座，馬上忍不住一股腦的對我講她被打的往事、姊姊工作非常辛苦、外公、外婆對我們多好……丁家的人多垃圾、多沒用。講到外公在我高中時替我開戶存了一筆錢這件事時，我終於一反常態，開口解釋幾十年來我猜媽媽對我的心結。因為跟媽媽擁抱後有底氣，這次我決定握著媽媽的手不放，解釋所有我認為的幾個癥結點。

我先反問媽媽為什麼外公替我開戶？媽媽馬上「我都被打到笨掉，怎麼知道！」然後我終於把這十幾年來釐清的事，一股腦的講明「因為升大學那年整個暑假我都在魚塢工作」、「放假都跟著你整天撈海菜」、「蓋農舍、水肥池、新家我都去幫忙」、「我不是你們認為的這麼不孝、畜生。沒錯！我到大學開始叛逆，跟妳吵架、衝突」、「很多事我沒解釋（沒能力、心力、線索解釋），我看你們可以對我不諒解到多深」、「你被爸爸打我們也很心痛」、「你每次說這些就像把我們傷口打開再刺一次」、「12年前我生了一場大病才沒能力好好工作，但我仍然做了十多樣工作，還不包含小時候跟著做很多手工……」、「這12年來我是被救回來的，你就是我的大菩薩！我就是被你感動回來的」、「小時候你生病住院我陪著你住」、「妳做過很多工作，開廣告車、

清雞糞我都知道」、「小時候我非常聽你的話叫我掃地就掃地，叫我洗垃圾桶就洗還洗到吐，每天存2元存到一千元的時候給妳」……

過程中媽媽幾次要掙脫，但我這次完全緊握不放，等到媽媽睡著再次醒來試圖轉移話題「好啦放手啦、專心開車，切換車道要打方向燈啦」，我還是沒放，直到確定媽媽心情平復我才放開，這兩天我終於嘗到媽媽願意讓我在她旁邊，而不是靠近彼此就全身發抖想逃。

回程換姊姊坐在副駕駛座，途中她又面無表情快要歇斯底里發作。姊姊開始抱怨爸爸轉院的事「我不知道怎麼表達，我的意思是我們也不是沒錢，只想讓爸爸知道轉院需要一筆錢，我不知道爸爸轉院的需求多強，你知不知道需求跟慾望不一樣，慾望可以克制就像小孩子，不一定是需求，你到底懂不懂？」前幾天姊姊跟我說過一次轉院需要花錢的事，我終於理解、感受到姊姊不是在解釋慾望跟需求不同，而是不願意花錢。所以我馬上回答「我沒有意見要轉或不轉，轉院應該不是我提的吧？」姊姊馬上激動「是爸爸講的啊？你忘了嗎？」然後接著「我每2個月就會去看爸爸一次，從以前就這樣，我們過幾天一起去看爸爸」，我回答「那需要帶吃的或什麼嗎？」姊姊又激動回「醫院說不可以！最多只是留零用錢，我每次就是留零用錢，或買日用品，不可能騎著機車載他出來吧，所以只能出來買再回去！」

接著切換話題「我們開車不能壓到虛線你知不知道？壓到要罰好幾千塊，我以前跟同事就是因為這樣我才跟她講，結果剛好被警察開罰單。不是！我會講這些是因為你看起來像個小孩子，你到底懂不懂？！」我知道姊姊快歇斯底里發作，所以我盡可能回答簡潔有力「懂」、「好」。「所以你之後都會在家嗎？你們有人畢業嗎？你還要唸多久？」我回「一個」，姊姊又激動回「不

是！因為你一直待在家如果又跟媽媽衝突怎麼辦？我2年前跟媽媽去日本4天就受不了，我的意思是很佩服你、誤解你了，你長期在媽媽旁邊，我的意思是真的誤解你了！你到底懂不懂！！」空氣凝結了幾秒後我戰戰兢兢「這樣我蠻欣慰的……有人了解我……我唸書不是跟媽媽吵架才去……」姊姊馬上回「那你到時候又跟媽媽衝突怎麼辦？」我想了好久「總會有辦法，而且我回家是被媽媽感動的，我在群組有講。」姊姊又激動「這是應該的！！你知道媽媽從小最疼你嗎！30歲以前媽媽心都在你身上，甚至妹妹問我，媽媽是不是不愛她，我回答是！雖然現在沒有了，你以前為什麼對媽媽這麼不尊重？！」我知道這一題不但講不清楚，而且只會讓姊姊更激動，所以我只愧疚地繼續沈默……參考自（丁俊吉，日記，2020.06）。

#### 拾. 小結

這個家一路來雖然艱辛，其實大家也都彼此為修復努力，姊姊大概也是從爸爸轉院後常常去探病，也約過我跟爸爸外出幾次；弟弟、奶奶也去過幾次，三叔因為住附近也常常去會客；爸爸轉去八里時，我也找了在台北的姑姑跟爸爸吃頓飯；前天（2024.04）姊姊又在群組傳一張去探望爸爸的照片；還有這幾年，因為妹妹跟弟弟各自有兩個小孩，放假回家時氣氛越來越好；媽媽精神狀況也比以前好，唯獨外公過世媽媽似乎受到一些打擊，兩年來媽媽幾乎都在沈睡中度過；至於我，大家對我大概還需要很長一段時間才能接受……

初審後當我在回顧整個過去記憶裡面，我很常重溫的場景就是，四個兄弟姊妹玩在一起的那幾幕，一起吃布丁、一起洗澡、一起去看電影、出遊，一起去金山老街吃廟口鴨肉……。其中，我最想回去的，是想跟大家再一次，在廚房的餐桌上圍在一塊，興奮的打開那顆大布丁。大家期待很久、一起計畫出錢

買回來的大布丁，蠻懷喜悅圍在一起吃，那一刻，我感覺到兄弟姐妹四人，是真正開心的在一起。後來有一年我住台北共享公寓時，它是客廳、廚房共用形成大空間的格局，我那時的心願就是哪一天邀家人，找個時間一起來這地方，全家聚在一個像「家」的地方？哪怕只有一天都好，但是最終這個心願還是沒提出來。

姊姊形容我那幾年流浪歲月，有次講到激動處，忍不住整個人癱軟趴在地上，示意當時我的狀態。第一時間只覺得姊姊對我還是這麼激動，但隨即我就認同她的模仿。確實我不止像風中殘燭，也像個驚嚇的小動物到處亂竄，可能心靈的潰敗破散從外觀難以看出，剛開始大家或許有些關心，但更多的是不了解跟不諒解。為什麼我不能「像個正常人生活？」距離崩潰已過去16年大家等我太久了，這幾年大家都有各自的生活，從認識男女朋友、相親、結婚成家、生小孩、到工作穩定下來。本來跟大家關係就不穩定的我，更是錯過這段期間彼此的陪伴、分享生活。而我尚且都花這麼多年，才比較清楚過去的來龍去脈，大家也有各自的「敘事殘骸」要處理，所以還是提醒自己別躁進，允許一切的存在，去接受，否則又將憾事重演。

## 第七章 研究結果與反思

敘事不僅是回憶過去的經驗、書寫拼湊而已，不是我們做了哪些事之後，然後把這些經驗形構成文本，然後發現意義，而是藉由一套方法，把本就藏於自身的「智慧」辨識、彰顯出來，進而肯定自己，實踐生命智慧。

我們並不是先生活、行動、然後坐在火爐邊敘說我們做過了什麼……  
敘事者用回溯式的觀點，來看待經驗的整體，並非截然不同於行動者的觀點，而是將內蘊於行動本身的觀點加以擴展精練……敘事，與其行動本身相互交織，在生活本身的歷程之中（創造意義），不只是在事實之後，不只是在作者手中，更不只是在書本之中。<sup>116</sup>

Carr (1989: 61)

這似乎是暗示人行動過的所有經驗，不論好壞，都有某些內蘊的觀點可以被加以擴展精練，我認為那個觀點，即是個人親身體驗過，獨一無二實踐出來的生命智慧。

### 第一節 人生是一場場體驗：這個

#### 壹. 研究結果

有人說人生是一場遊戲、有人說所有遇見都是一期一會、又有人說人生劇本都是自己早就寫好的，我現在覺得人生就是一場體驗，不管受報、發願還

---

<sup>116</sup> Carr (1989) (引自朱儀羚等(譯)(2004)。敘事心理與研究：自我、創傷與意義的建構(克羅斯利 Crossley, Michele L.)。嘉義市：濤石文化。(2000))。頁94。

願，藉著每個遊戲、遇見、劇本，單純去體驗自己內心，藉事練心，不要過多執著！

丁老師要我們先畫圖再述說故事，有一次我特地跑到圖書館研究小間，把燈關掉讓自己在漆黑的小小空間裡，朔造相對安全的敘說環境，看著圖畫試著沈浸在情境裡<sup>117</sup>。在講述爸爸打媽媽的情節時，本以為這些事件應該都過去了，沒想到透過敘說彷彿回到現場，憶起更多細節。把當初封印住的情緒反映出來，跟自己連結回來，看到媽媽其實是為了保護我們主動被打，為了子女付出相當大的代價而感動，開啟接受媽媽的意願。

而當我回憶起對姊姊說「你為什麼要自甘墮落」這句話以後，開始對姊姊的視角產生挪移了——「原來是我先離姊姊而去，不是姊姊離我而去」。當視角變化，觀看事件的感受詮釋也隨之改變，前後的故事也才連得起來，姊姊從小給我的愛不曾少過。

DILA Dharma Drum Institute of Liberal Arts  
這一段原本放在第四章，如果沒錯的話，我認為這一發現，對姊姊、妹妹來說至關重大，所以特別移到最後一章。在「媽媽不要哭」那幕我發現是因為當時環境，跟媽媽沒有建立較好的依附關係，而有疏離陌生的感覺。果真如此的話，姊姊、妹妹也會是一樣的狀況，因為當時爸媽不但忙於工作，家裏也一團亂，所以不只忽略我也忽略了她們。而所謂的忽略其實是兵荒馬亂，父母給我們的已經是所有了，這才是我們三個對媽媽最深最原始的結。

整個研究過程對我來說，最困難的兩件事，也是敘事的限制，之所以用楚門當隱喻，因為跟楚門一樣看到很多「詭異」情節，慢慢發現被刻意隱瞞、孤立在外，猶如局外人無法得知。像楚門如果沒逃出攝影棚，他所寫出的故事就

---

<sup>117</sup> 參考圖八。

會是一個一般美滿的上班人士，但「怪怪」的故事，而寫不出實境秀這樣的「事實」。而第二個限制遺忘更是難解，能做的只有等待，回到日常生活讓回憶自動浮現。

除了透過對所有事件的解構轉化，產生以上視匡挪移的研究發現以外，舉凡敘說交會、尋回初心、看見自我在家族結構中的定位，還有如療癒、主體性增加、關係的和解、更加認識接受自己，不再這麼「結龜」，或是知道自己為什麼「結龜」而不被打倒、看見每個人的苦與不容易……還有最重要、最根本的——看見自己的執著。

## 貳. 執著

為什麼想犧牲自己、保護媽媽的執著心這麼強烈？看到妹妹一些小的調皮行為，就被我當成十惡不赦之人？其實都是自己的執念，把外面的紛紛擾擾當對手，相互來回演的「一場大戲」，當這個執念鬆動一切才慢慢停止。如果真要說造成崩潰、衝突、被誤解……的根源，那就是自己的執念吧！之所以能找出這個執念，是因為穿越了重重迷霧才得以發現，敘說就是一個不錯的方法。當我發現，原來一切是從我對於死亡輪迴，而產生的執念開始時，不禁覺得驚訝可怕，沒想到一個念頭可以發生這的多事。

如果真如上所說，是因為一個執念導致後來的一切，那我會不會也正在被其他執念當傀儡操弄於無形？舉凡自己的健康、財產、感情、名聲、體力、想法、立場、態度……甚至志向、真理、助人這些都是「我」的某一部分。如果我堅持立場一旦被挑戰威脅，這時候要學習的就是不能過分執著，倒也不是說就此放棄。而是愛惜羽毛但不執著羽毛，在日常中保有這些構成「我」的每一部分，但遇到特別境遇時，該捨的時候就捨。雖然我們走在綠燈上，但別人硬

要闖紅燈撞過來，如果想著「我是綠燈，他闖紅燈他錯了」結果跑去被撞死，那太可笑可悲，不需頭破血流的執著而玉碎瓦全，連真理都沒有絕對的永恆不變何況其他事。

對於未來懷著願望、夢想或志向很好，但如果遇到有人跟我搗蛋、非要破壞我的夢想，也是一樣的道理，不必執著一定要達到什麼程度，而跟外界人事環境對立。釋聖嚴也說即使沒有法鼓山也沒關係，是這個時代需要，自然就會有法鼓山，如果時代不需要不一定要有法鼓山，師父只是大因緣中的一環。當然師父是謙虛客氣，法鼓山當然很大部分是師父的願才成就的，只是師父想藉此表達，即使是最懇切的願，假如因緣不具足連願都不能執著。

保護媽媽、說謊偷錢、幫助別人離開生死輪迴成佛、壞小孩就要受到處罰；甚至他人曾經對我的其他評價「怪僻、不負責任、自閉、憂鬱症、發瘋、懶惰、不孝、畜生、啞巴、小丑、有色無膽、忘恩負義……」他人特定時空眼中的我，都是我，也都不是我，以上種種都無須執著。實際要如何做到不執著呢？下面就以一份課堂作業為例：

### 1. 獨處

類似禪修，讓自己有安定的技能，放鬆肌肉、體驗呼吸、不管過去未來、專注在當下在做的事……當時多次夢到跟媽媽生離死別，讓我釐清並接受，允許自己對媽媽愛恨並存時，有助於面對接受媽媽及自己的情感。這些夢應該也是獨處帶來的作用，讓事件情感如實浮出呈現，才有機會面對！

### 2. 敘說

即研究方法的敘說交會，不論在論文小組或課堂上，都讓我有機會敘說跟

媽媽的事件。隨著一次次地敘說，也讓我越來越釋懷看淡，更看清三十年來的脈絡細節，當越清楚巨觀的整體跟微觀的細節時，才有個「對象、事件」面對，否則即使想接受都無從接受起。

### 3. 豐厚

厚實自己的身心靈，不只身心靈是一個整體，世界也是一個生命共同體，透過校園、大自然的環境、社團、運動、偶爾給自己一個不期而遇的小旅行體驗世界、同學同伴給的能量……整個生活的一切都讓我一點一滴茁壯。生活是一個整體，當各方面都能均衡發展，勢必帶動其他事件正向發展，進而豐厚自己有能量轉化。

### 4. 觀念

透過觀念的調整，例如：允許自己、他人矛盾、愛恨可以並存、人生劇本也是自己寫的，跟自己有緣的人，彼此是來互相成長成就，而家人就是緣份最深的同學，這劇本是自己挑好，學習珍惜感恩……

### 5. 目標

當看到問題後，給自己一個目標，許下一個願望，有目標才有方向，時時提醒自己來學校之前，就已經發願要修復跟媽媽的關係，甚至定位為戰略目標，但不是緊張兮兮的逼迫自己。

### 6. 同理

慢慢對整體更清楚，媽媽不是只有跟我關係破裂，其實跟姊姊、妹妹也很緊張，除了讓我升起對每個人的同理心。就我的故事而言其中關鍵的事件，是在敘說媽媽被家暴那一幕，看到她受這麼多痛苦折磨，是為了讓子女有最後一

絲像家的地方可以回；也看到在我崩潰後地獄般的日子裡，媽媽一次次跟著我到地獄，把我從地獄救回來不離不棄的母愛。另外也透過聆聽同學故事，彼此境遇竟然如此相似，只是位子恰恰顛倒，每次看到同學傷心的樣子，就好像看到自己媽媽那樣心疼不捨，而產生多一分對媽媽的同理。找出對方的愛，同理對方。

## 7. 等待

除了以上的準備，一切就緒後就又要回到獨處，這時候就是等待因緣、等待對方，找妹妹溝通那次就是太躁進，反而讓關係更緊張功虧一簣，像媽媽打電話給我那次，抓住契機。參考自（丁俊吉，生命整合課程作業，2020.01）。

正是自己的各種執著加上外在的歷史積澱，構成我不惑的前半生故事，而我又體驗了哪些歷史積澱呢？



## 第二節 歷史是一層層積澱：那個

本節主要反思關於自身經歷過的社會及時代文化背景，透過個人敘事可以看見社會、時代的敘事，每個人都身處在歷史的積澱裡面。現將個人些許的反思表列如下：

- (1) 地方家族：規訓、偏鄉。
- (2) 社會：公平正義、人性教化、死亡議題、家庭農場、宗教相關。
- (3) 時代：支離破碎、兩性。

### 壹. 地方家族

#### 一. 規訓

D 這段想談談「家教甚嚴」，從教養、規訓來看文化時代。國小有一次媽媽跟我說：「耳朵反過來的人會背骨，這樣不好」，於是媽媽去拿了膠帶，把我的耳朵再反折回來貼上一整晚。爸爸看到隔壁我同學學書法，於是也要求我（自學）寫書法，沒有天份的我最後只練就「自成一格」的字體。國小有一陣子，姑姑常帶堂弟妹回家，有一次大家圍在一起吃飯時，媽媽一直糾正我各種姿勢吃相，端碗、拿筷子、坐姿、不能玩……全程緊盯、甚至威脅「再吃不好就要再打」，那一餐吃的特別辛苦。國小常常去外公家，一進門媽媽也會要求我們一個個打招呼、離開時一個個說再見<sup>118</sup>。

到了高中，那一陣子媽媽常煮甜點、中藥茶、綠豆湯……我們喜歡喝綠豆

---

<sup>118</sup> 而這件事本身沒問題，但驚扭的是我們跟外公、外婆、舅舅、親戚B雖然親近，但不親密，喊的人驚扭，回的人也驚扭。

湯、仙草，但中藥茶我們可就不敢喝，有一次我跟姊姊「偷偷」去買汽水，結果一回家，媽媽氣得罰我們跪在門邊，並狠狠責備一頓「家裡就有煮中藥茶，還去買那種酸胃的汽水」。另外門禁，因為鄉下9點就算深夜了，即便現在我回家，9點以後如果不在家，媽媽也還會打電話問我怎麼還沒回家。大學家裡有了第一台車之後，我們比較多機會接觸外面的世界、台灣燈會、虎尾夜市、北港媽祖廟……而如果載外婆出門，幾個小時後外公一定打電話給媽媽「你們去哪裡！有看到妳阿母嗎？趕快回來！」甚至嚴定這台二手車，不能開出方圓30公里外……

後來當我住寺院那一段時間，發現出家人可以喝汽水，而且不一定要趕在晚上9點以前回來，在五觀堂<sup>119</sup>用齋如果沒把碗端好、坐姿挺好，法師並不會過來打我；而且又看到「聖嚴家教、家教甚嚴」的隱喻詞句，這時我才回神意識到，為什麼家裡家教比出家還要嚴厲？<sup>120</sup>才知道他人對我所評價的「你已經很好命了、別待在自己舒適圈」這些看法的片面，或者像是「快樂一天是一天、過去就讓它忘記吧（如果真的忘了，就沒有這篇論文了）」。或是媽媽常訓誡我們「人來到世間就是要受折磨」，我毋寧相信這句話的原意是想表達「人生的本質是苦」，而非真要叫人受盡折磨「吃的苦中苦、方為人上人」、或是聖嚴（2020）說的：「持了牛戒吃草、持了狗戒吃屎、持了魚戒浸水」<sup>121</sup>般的自虐愚痴。我都可以想像得到洪仲丘在軍營時，他的長官一定也跟他講了很多類似的話。所以這時我才從這些「毒雞湯牢籠」中逃出來，他人的看法建議永遠

---

<sup>119</sup> 寺院用餐的地方。

<sup>120</sup> 並非我的家教完全比出家嚴厲，此處用來隱喻，對於他人的眼光、歷史的訓誡，不須要全盤接受，比起形式，更要明白背後精神。

<sup>121</sup> 聖嚴法師（2020）。佛教是主張苦行的宗教嗎？。載於法鼓文化（編），法鼓全集2020紀念版，05-02 《正信的佛教》（頁110）。臺北市：法鼓文化。取自：<https://ddc.shengyen.org/?doc=05-02-041>

只能聽聽參考，不能全盤接受，歷史也是。有趣的是，印光法師在駁斥〈一心念佛即得往生論〉一文中，亦用到若錯解原意，法藥反變毒藥之隱喻。雖此論述是論於「帶業往生」或「消業往生」；「散心念佛」或「一心不亂」之辯：

駁〈一心念佛即得往生論〉

駁曰：竊謂末法世界，於禪教律中，能斷惑證真，現身即出輪迴生死之外者，實難其人，以仗自力故。唯淨土法門，則有論上中下根，但具信願，皆可往生，仗佛力故。而守培法師《一心念佛即得往生論》初言：信願念佛，如鼎足，缺一不可，為古人逗機之談，非普通語；今人執定，則甘露反成毒藥矣。——如是，則以佛及東土諸大祖師，弘揚淨土者之言論，皆毒藥也。何以故？今人決定生信故。

下又云：念佛必定要生信發願，非信願不可；如起信願，必定要念佛，非念佛不可。如此豈異病定方醫病，難免誤人。靈丹妙藥，病者

當飲，病去當除；不病者雖有妙藥，不可飲也。——若如彼說，則佛與西天東土諸祖師善知識，皆誤人之庸醫也。<sup>122</sup>

我要去的地方是岸上不是船上，我要看的是月亮不是手指頭；雖然上岸之後會再回到船上，知道月亮之後會再指月。之所以家人有許多奇怪的觀念，是因為他們也深陷毒雞湯之苦，如果一代代往上追溯，便知道歷史文化裡，總瀰漫許多似是而非、或錯解原意的觀念跟意識形態。都讓我提醒自己，真理會隨著時空背景變化，必須古為今用、歷古彌新、萬古常新、古瓶新裝，究其精神而非受限於形式，不能一體適用而食古不化，所以家教規訓甚至歷史都只能當作渡船、指頭而非目的。

<sup>122</sup> 印光法師（引自張雪松（2011）。法雨靈岩：中國佛教現代化歷史進程中的印光法師研究。臺北市：法鼓文化，頁330。）

另外也要肯定自己，無需陷入他人對我的看法，他人內心投射出來的各種「假象、弱象、敗象」，或許是他的某些遭遇或缺失之投射，同時更警惕自己，看待他人永遠不要認定任何一絲立場，把以為是雞湯的毒藥強灌於對方身上，像是助人、裝瘋賣傻、自以為的正義、真理……

前文關於「結龜」的釋義非常有趣，驚扭的其中一個釋義為「乖」，同時演繹了「乖巧」與「乖誕」兩個相反極端狀態，當我發現這個現象時，不禁感歎中華文字博大精深。的確，當一個人完全順從於權威或意識形態時，之後必將扭曲怪異，而這一現象竟完美簡單地詮釋了我的經驗，不只有些長輩常誇我「很乖、很懂事」，連自己也用「乖誕」、「乖舛」字眼形容自己。是否就是之前我過於壓抑，在「媽媽不要哭」那一段發展出來的結龜原型，把過程執著為目的，把規訓執著為真理，才会有後來發展。

## 二. 地方結構/偏鄉

這段反思關於偏鄉、農村人力不足、權力、家族結構、地理空間等社會性構造。有一次在魚塢跟平常一樣工作，聽到幾十公尺外的阿伯罵人聲音，那次非常兇，當我在更靠近一點的地方工作時，聽得更清楚了「幹你娘！你是不會這樣喔！……阿你是怎樣？都教不會，你怎麼都聽不懂拉……！吼！」那震耳欲聾、中氣十足罵他老婆的怒吼，其實是家常便飯的事。

因為我家附近幾乎都從事養殖，這就形成一個有趣現象，原本的住宅區演化成辦公區，我眼中看到的「聚會聊天」，其實很多時候都是在開會應酬：晚上到外婆家吃飯聊天，或隔壁阿伯晚上在家喝酒聊天，也都是在討論工作。所以才說我身在這個地方文化，做為一個從業人員，不但沒有融入當地還干擾大家工作，當大家在工作時我卻在一旁（自己的家）裝瘋賣傻、製造不安、破壞

和諧……才犯眾怒引來殺機。

本文一直提到童年那群玩伴，之所以以我家為中心，除了我家「人口眾多」以外，另一個讓我家變成「地緣政治中心」的原因，就是空間位置。我家地處所有人的位置中心，不論聚集、玩耍、聊天、或存粹走動，都自然以我家為「中心」發展。所以反推知道也會影響其他人，我就可以理解一直以來住在這間房子的每個人，大概也都承受著鄰居的「關愛眼神」。

而農村互助模式在我身上演變成，許多人（師公、師姑、外公、外婆、奶奶、姊姊、阿姨、姨丈……）在「我跟媽媽的矛盾」這件事上「居中協調」。卻始終沒有一個人有辦法讓事情往好的方向發展，甚至所有的調解都讓糾纏不清的事，纏上一層一層再一層的恩恩怨怨，直到現在藉由書寫，才一層一層又一層的抽絲剝繭看的更清楚一點。

媽媽在被爸爸家暴精神狀態不穩之後，也無法理智看待任何事，包括對我，所以媽媽是真的打從心裡認定我就是為魚塭負責。而打從我一出生，兩家爭執的一件事就是為了要不要買魚塭衝突，到了我大學時果然當初爭執的事就在我身上爆發，也就是買了魚塭工作誰負責？錢誰來收？這是最現實的問題。70年代時或許沒想到人口外流、農村凋零，也按照以往的模式、想法，以為土地越多人口越多越好，最終貸款買了數甲魚塭。

本來魚塭不該是我的責任，但家族結構還有爸爸生病的關係，可從業人口稀少，等到生下表弟都是18年後的事了，而我身為長孫且自願分擔，久而久之大家真的認為我理所當然要負責。加上外婆跟親戚B的婆媳關係，而且媽媽擁有一些股份，讓我變成整個局勢裡的一隻棋子，最後衝突不斷加劇，我也從原本公親變成事主，所有人把矛頭指向我。甚至阿姨、姑婆兩個家族及其他親戚

鄰居們也都是在一樣的大環境結構，所以才同理此結構下的每個人，都遭受人力不足及互助模式的同等壓迫。

至於偏鄉的整體社會結構，除了產業，另外教育、醫療、交通、觀光……近年雖然有很大的改善，但仍期待將來持續努力，讓社會公平盡快實現。

## 貳. 社會

這段就本文四大故事脈絡，各別進行反思：一、我為什麼打妹妹？探討的是如何維護正義的問題，二、我要跟髮小切割嗎？探討的是有沒有一條靈魂是要被放棄的問題，三、我為什麼裝瘋賣傻？探討的是死亡/輪迴的問題，四、從我的遭遇跟困境，探討的是家庭農場/一級（家族）產業結構問題。最後加上關於宗教的一點議題。

### 一. 公平正義

正如好萊屋巨星威爾史密斯（Will Smith）在奧斯卡頒獎典禮上面，因為被頒獎人克里斯·洛克公然調侃他妻子出軌，而衝上台狠狠煽了對方一巴掌一樣。我打妹妹這條脈絡線，該反思的是管教方式嗎？如何教養暴力傾向的小孩（我）嗎？還是意識形態嗎？是著魔嗎？我認為都有，但最核心客觀的命題或許是「當一方遭受威脅、攻擊時，可不可以用武力反擊，來保護另一方？要以牙還牙、以眼還眼嗎？如何做到真正公平正義？」這才是當我把手舉起來，打在妹妹背部那一刻時，真正遇到的問題！如果可以反擊？意味著可以為了守護某個重要事物發動戰爭！如果不可以？意味著死刑必須廢除！即便女童被割喉！這，才是妹妹這條脈絡核心的真正要去深思的命題。

如果我反對戰爭的同時卻支持死刑，那是令人困惑矛盾的邏輯及情感反

射！意即發動武力反制的決定機制變成由民意決定「如果被傷害的是我的親人，那就加倍反擊，如果被傷害的是別人，這時候反擊就變成惡魔。」恐淪為雙重標準的民粹？但以世界廢除死刑的主流觀點——「採取修復式而非報復式正義」看來，我當初即是犯下「報復式正義」的錯，而修復式正義該如何制定罰則、拿捏？這才是我花了30年學費，真正該反思學到的地方。

有趣的是廢死裡面提到一個論述觀點，允許自衛殺人。也就是前文所說，如果因對方攻擊，可以反擊發動戰爭嗎？反擊的力道界線怎麼拿捏？就像正義女神朱斯提提亞，在執法判刑時必須蒙蔽雙眼，到底真正的公平正義怎麼實現？這題的兩難體現在威爾史密斯事件時，當時輿論呈現兩極化，台灣有人認為煽對方巴掌以暴制暴才是真男人，我現在的觀點則是，能夠降伏自己的人，才是真女人、真男人、真英雄。

## 二. 人性教化/靈魂救贖

而痞子的脈絡引發我反思的真正命題是「要不要遠離惡友？怎麼判定惡友？人性可教化嗎？有任何一條靈魂無法救贖嗎？」台灣在2003年2月6日，將刑事訴訟法第154條第一項修正為「被告未經審判證明有罪確定前，推定其為無罪。」改為無罪推定，而且社會對於更新人出獄後，也願意採取接受的態度。日內瓦醫生宣言第五條，不容許任何差異介於醫師的職責與患者之間？老師眼裡有沒有不可教化的壞小孩？甚至宗教裡有沒有一條靈魂是無法救贖的？這才是真正的命題，「人性究竟是本惡或本善？人性是否有教化之可能？有人是該被放棄的嗎？」如果將《日內瓦宣言》裡面的醫學換成助人或教育、患者換成他者或學生，似乎也不違和於任何職業對於基本人權的尊重，而此宣言確實是對一個醫師，對於醫學的基本人道主義目標的期許宣言。

《日內瓦宣言》第五條：我將不容許有年齡、疾病或殘疾、信仰、民族、性別、國籍、政治黨派、種族、性取向、社會地位或其他任何因素的考慮，介於我的職責與患者之間。<sup>123</sup>

其實我對痞子的態度，也是出於想幫助他的第三條路線，不即不離，不管我願意讓他靠近我，還是陪伴他（包括那次去遊樂場）。甚至一直到後來，在他當兵時我偷偷塞錢在他枕頭下，或各種聚會聊天，我都會順著他的「性格」調整跟他互動的模式，引導他成為他自己，引導他慢慢意識到身而為人，一個生命的種種面向。他後來雖談不上成功但也成家立業、生小孩、買房子，誠如痞子自己多次對我所說：「奇怪……我們個性完全相反，怎麼會變好朋友，我旁邊的每個人都被我洗腦，怎麼只有你沒有被我洗腦？」甚至可以打趣地說，當初要擔心的不是我媽媽而是他媽媽！都「怪」他媽媽沒有阻擋我們往來而害了痞子，被我牽著走往我所願的方向發展。

### 三. 死亡

Dharma Drum Institute of Liberal Arts

本文第四章第七節〈意識形態〉，以及〈我OK，你先領〉的〈死亡的想像〉，都有所著墨關於對死亡輪迴危機意識的內容。本來也想附課堂作業遺囑當這段的反思文本卻沒找到，內容大抵是道謝、道歉、道愛、道別，而本文也多有所述。另外楔子第二個故事被鬼怪追的夢，也正是面對死亡的投射。

而我之所以裝瘋賣傻，問題根源也是對死亡的基本認知是人死後會輪迴，死亡跟輪迴的差異在於，一般人或許認為死後一了百了，但我從小的認知是死後更痛苦，沒完沒了的輪迴，所以才不得不裝瘋買傻引導他人行菩薩道。或者

---

<sup>123</sup> 《日內瓦宣言》（Declaration of Geneva）是在1948年於瑞士日內瓦舉行的世界醫學學會（WMA）一日內瓦大會採用作為醫生畢業時的宣誓誓詞。此處引用2017年版本。取自<https://zh.wikipedia.org/zh-tw/日內瓦宣言>。

說「人死後到底會不會輪迴？如果會，有方法解決嗎？」這就是我生命的問題意識。而解決輪迴的問題，個人現在則轉向對彌陀本願思想更有興趣，也就是「設我得佛，十方眾生至心信樂欲生我國，乃至十念，若不生者，不取正覺，唯除五逆、誹謗正法」<sup>124</sup>，在此就不過多闡述。所以若要極端詮釋個人生命，也可以這麼說，我的個人故事就是對死亡的一種反映跟作為，姑且不論成敗好壞。

#### 四. 家庭農場/一級（家族）產業

這一段是在反思關於魚塭，家庭農場/一級（家族）產業，家庭農場經營是小孩子的責任嗎？為什麼所有人都認為魚塭是我的責任？然後讓媽媽認為我不負責任或逃避，我認為問題的癥結在於「義務與責任」的微細差別。

關於家庭農場，事後很久我才領悟到，魚塭對我來說或許只是休閒、工作但絕對不是事業、志業甚至命脈<sup>125</sup>，但對於參與其中的親人來說，尤其外公、媽媽當初貸款一路從無到有胼手胝足、一磚一瓦建立起來的心血、養活一家老小的經濟來源、安身立命之地、是佔據大半生的回憶、親友鄰居相聚的場域、是根是希望是全部、一生懸命之所在，雖然我也參與過其中大大小小的事件，包括農舍的建造，還有許多點滴……

我有幫忙魚塭工作的義務，但那並不是我的責任，況且當時身為學生的我，最大的責任應該是讀書學習，幫忙家裡的工作只能算是義務。再者，一個人最大的責任，還是要面對自己的生命，成為自己讓天賦才能盡情發揮分享。

---

<sup>124</sup> 《佛說無量壽經》卷1(CBETA 2024.R2,T12,no.360,p.268a26-28)。取自<https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/>。

<sup>125</sup> 現在我知道魚塭於我而言，先不論有沒有幫到家人，是一個讓我有機會學習助人，以及在地情感、文化連結的媒介場域。

如果家裡工作是家庭成員所有人的共同義務，也就可以看到上一輩以及上上一輩很多人出走或不見，留下巨大的義務壓力給媽媽跟我們，等於我們承受所有人丟下的義務，還反過來遭到指責。但我並沒有逃避為什麼還是被所有人指責？原因就在於我的態度！正因為我裝瘋賣傻，乃至後來跟媽媽的衝突，才讓他人有機可趁，看不下去出來主持正義，雖然背後更深的問癥結在於，太過於執著生死輪迴，著了意識形態的魔。

當我知道我有16年的漁保年資，我也意識到媽媽一直在魚塢方面逼我的原因之一就是，我擁有漁保就意味著，我必須真的有在「從業」，否則就淪為詐欺漁保的盜賊。雖然並非出於我本意，並且並非全職從業，但媽媽這點出發點還是好的。與此同時矛盾的是，媽媽一念間不但決定了我的職業還投保了漁保，也就是因為如此，外公、姊姊、親戚A……等才師出有名，打著跟「父債子償」一樣的大旗，要求我「母業子擔」，果真如此的話，應該要痛定思痛反思這個觀念。

另外當時政府開放給民眾抽籤認購魚塢時的資格審查，我知道本意是讓貧困的居民脫貧，甚至當時還有社會住宅配套措施，但是考量認購者經營能力，因為之後的工作壓力會轉嫁到誰身上？自然是家族裡弱勢族群，如女性、晚輩、移工……移工是顯性弱勢群體容易被看見，之後更期待其他產業弱勢族群也能被看見——兒少、家族晚輩、女性勞工權益。<sup>126</sup>難怪那時候隔壁叔叔、堂弟還有外公這邊的親戚，被邀請去幫忙的時候自然會有微言，在此再次深深感謝這些親戚的幫忙，謝謝！

最後，當代我看到養殖業四種可能的轉型契機：（1）再生能源、（2）碳

---

<sup>126</sup> 包括小吃攤、麵店，每當我看到攤販家人間彼此為了工作，不惜撕破臉大吼吵架，我便了然於心——如何跟最親的人分配權責、利益、收入……

權交易、(3) 農法轉型、(4) 半農半X；關於第一點目前已經做很久，有關太陽能發電、魚電共生。第二點是目前世界最熱門的碳權交易，歐洲、台灣都有相關能源政策，或許是轉型契機！因為貝類生物成長過程，會把海水中的二氧化碳轉化為貝殼，達到永久固化二氧化碳的功能。第三點農法轉型，目前有魚菜共生及自然農法，絕大多數的農漁業都是採用慣行農法，我們也不例外，整個養殖流程相當費時耗工，不僅破壞大自然，也需要大量人力。但自然農法不僅對生態友善，人力成本也會降低，我跟媽媽或許就不會有這麼大的衝突，甚至就食安角度來講，自然農法的農漁作物，一定比化學、有機肥料來得健康。第四點也是近年來流行的一個模式，其實家庭農場的生活就是半農半X，可惜我本身家族結構及種種因素，並沒有發揮出原有的精神跟功能。

特別值得一提的是，貝類具有絕佳的固碳效果。在養殖過程中，牠會吸收水裡的碳酸離子及空氣中的二氧化碳，藉由鈣化作用把二氧化碳長久封存在貝殼中。報導指出，1 公頃的文蛤養殖場的固碳量相當於 792 棵樹；而每 1,000 公斤的貝殼約可固化 440 公斤的二氧化碳。比起其他人為或加強植樹等固碳方式，貝類顯然是兼具方便、低廉、高效等諸多優點的選項。<sup>127</sup>

幫家裡分擔重擔本來就是天經地義，一如小時候我主動幫忙掃地做家事，事實上我也盡了最大的力氣、時間、心力幫忙，甚至是在青春年華的歲月，一邊顧及學業一邊幫忙。當同學們一個個興奮的去看鐵達尼號時，我們是在魚塢「膠筏號」跟外公、媽媽度過，遺憾的是因為種種因素，讓這些義務被扭曲成責任，甚至淪為輿論撻伐、鬥爭的工具。

## 五. 關於宗教

<sup>127</sup> 陳君如 (2017)。貝類養殖產業。科學發展月刊，535期，頁5。

這段主要是反思自己學佛錯在哪裡？但其實我30歲才接觸法鼓山，所以要反思的是「標籤」，民眾對「修道」的原思、迷思，個人認為修道、修行就是學習成長只是古今名詞不一，但都是人格成長、真理的追求。

在天南寺那半年，還沒有生起出家念頭時，有一位師姐直截了當問我「你是不是要出家？你媽如果知道，一定把你的腿打斷！」我剛聽到這句話時沒什麼特別體會，後來再深入參與體系，還有繼續學習佛法、體會更多人世間後，越來越能體會這句話的深意。不到一年後，我在內心升起想出家的念頭時，我也沒跟媽媽說太多，但那陣子有一次回去，媽媽整個人情緒激動快失控崩潰的說了很多話，跟弟弟提到「你哥哥要出家了！」之所以讓媽媽受不了打擊的原因，正如印光法師要出家被軟禁一樣，出家並不會被讚嘆、尊重、認同。「一路以來我寧願下地獄賺錢，也要把你們扶養長大，現在你長大了，我日子都快活不下去了，你竟然反過來要離開我？」（這句話是我替為人父母的詮釋）。社會底層的民眾生活的很苦！叫身為父母的情何以堪，當然出家並不是拋棄家人也非斷絕關係，但兩千多年來一般人對佛教的誤解，自詡為三寶弟子的我要學習直下承擔。

又據陳煌琳《印光祖師傳略》載述：「光緒七年辛巳，年二十一，長兄由長安回鄉，即往終南山南五臺蓮華洞寺出家，禮道純長為師。未三月，長兄尋踪至，給以母病篤，乃隨回家。途中兄出俗服一襲，厲聲斥曰：「汝不卸僧裝，吾必死汝於此！」無奈，從之。及抵家，母固無恙也。長兄誠曰：「誰教汝擅自出家乎？從今將此念頭放下，否則定予痛責！」<sup>128</sup>

---

<sup>128</sup> 沈去疾（2001）。印光法師年譜。台中市：青蓮出版社。頁42。

外公過世喪禮上有幾個小故事，喪事是讓當地齋教一個師父舉行的，雖然跟一般助念不太一樣，但基本上也都是誦經，所以在一般人眼裡，會認為這就是佛教儀式。在一次誦完經準備燒金紙時，那位師父一時找不到打火機，問了我們家屬，剛好幾位坐在一旁泡茶聊天的外叔公跟親友聽到，一位外叔公用典型海口人中氣十足宏亮的嗓門，大喊「快快！師父要打火機了」、「哪需要打火機？人家師父可是會功夫的！」挑侃一番。不然就是家屬上香時，當師父喊著家屬過去，外叔公便一副意興闌珊，慢慢走過去「我是來拜我祖先的！」（言下之意不是來拜外公的）。

姨丈幾次在跟我共桌用餐時，弟弟婚禮、或媽媽帶我們去阿姨家聚餐、地方廟宇祭典吃宴席……也多次用著那大嗓門，有意無意對所有人大聲「做什麼功德，把家庭照顧好就是一件大功德；我姊姊一輩子沒結婚，年老的時候才一直後悔；為什麼就不能吃肉？沒聽過天生萬物以養民嗎！」總之，我正式學佛之後，旁人對我的誤解又更多，我知道這不可能解釋清楚，我也沒有能力解釋太多，每次只能擠出微笑默默的聽，以默為辯、以退為進。

倒也不是所有人都討厭佛教，只是對佛教還是誤解很深，如釋聖嚴當年說的：「誤解的人多、知道的人少」，三十年過去情況依舊，加上我的乖舛經歷，更會讓身邊的人對佛教蒙上一層曲解。當我意識到，整個家鄉其實誤解佛教的還是佔多數而且還帶有敵意，不禁讓我想到外公之所以百般折磨羞辱我，原因之一也是要保護我不希望我參加「邪教」嗎，不希望我被誤解。有一次我接到外公電話，最後語重心長跟我勸戒「不要再做什麼義工了，那是有錢有閒的人在做的，跟我們沒關係！」但假如真是如此，也讓我進一步反思到，還有很多不知道正信佛法的人在受苦，包括我自己，因為光是建立、了解正知見就非常不容易。

在這錯綜複雜兩個家族夾縫生存，而我就在最核心的風暴中，後來我雖然遍體鱗傷、體無完膚，但重生後的我，也在這明爭暗鬥中體會許多人性，也包括溫暖光輝的一面。一般人在社會底層的環境中，是很難生起一念覺察、善心，更別說聽聞正知見佛法。彼此鬥爭、守著那少得可憐的資源都來不及了，哪裡會升起想要分享的心，其實也是真的沒有能力分享、同理他人，因為底層的世界，每個人都遍體鱗傷，一碰就痛就互相攻擊殘殺，會分享也只會給最親近的人。所以當初我就是犯這個錯，正信宗教、思想學派這些都很好，但如果太過離開日常生活以及身邊的人，就變得太過虛無飄渺，就像釋聖嚴提出的「實用為先、利他第一」如此我才能概括承受，並一點一滴撕掉兩千年來的「標籤」。

## 參. 時代及文化

### 一. 各種形態的支離破碎

現今的功利主義，從台積電是「護國神山」這件事來看，便能略窺一二目前主流價值還是經濟掛帥，不巧姊姊就是在台積電當作業員近20年，正巧讓大家打著「工作賺錢是人生最大的價值、目的與責任」的旗幟討伐我，底層只求溫飽時，更容易被金錢至上的功利主義給控制迷惑。但話說回來，或許也是台灣特殊的國際關係，因為半導體產業而獲得國際上國安等級的重視。若以此角度來看，姊姊還有這些工程師們，是這些無名英雄拿自己的肝以及家庭時間，換取台灣半導體業的成功來保護國家。那如果我是齊克果的親戚，會不會改為被討伐沒有「成為自己」的責任？如果我是宗教狂熱者的家人，會不會被討伐「沒有出家」的責任，這荒謬可笑的世界裡，真有些同學正為此苦惱著，正所謂以愛之名。

宗教團體如果不是為了同理大眾苦難，而是為了進行意識形態傳播擴展信徒，恐將導致信徒跟著迷失自我——像我被當白老鼠抓去道場聽故事，被意識形態控制。John P. Miller (2007) 指出教育單位也失去追求真理、創新、喜樂、悲憫等應有的功能，淪為造成學生分裂的幫兇，當然也無法協助回答當時我對死亡疑惑的焦慮。甚至協助遭遇巨大變故的學生，各求學階段亦少有相關心靈課程，只能從試錯中自尋解答。

以至於連學校系統都變成一個不是為了可以學得智慧與悲憫，以及學習如何活得喜樂的地方，而是一個讓學生學到如何冷酷地競爭，以便將來可以在全球化經濟社會下競逐的地方。<sup>129</sup>

不管人生求學、就業、結婚、兵役，人常常需要跟原生家庭分離！回顧自己經歷，不論姊姊就讀高職的不告而別；周遭的人為了生活各自奔波；我到他鄉也是處於跟社會分離的狀態；我跟大家的種種疏離，導致跟童年玩伴之間的矛盾。時代的疏離情況更加惡化，甚至自己跟自己也處於分裂狀態，以上各種分裂現象不僅為人類帶來各種緊張、不安、壓力、疏離、孤獨……

愷切評析工業革命之後全球性的科技掛帥、物質與消費主義至上所導致的價值觀混淆與扭曲，造成各式各樣的「支離破碎」現象，即連教育文化志業也淪為國家利益與經濟發展目標之下的運作機制<sup>130</sup>

另一種破碎的形式是我們自己的內在，愛默生曾寫過：「這世界為

---

<sup>129</sup> 張淑美等（譯）（2009）。生命教育全人課程理論與實務（John P. Miller）。台北：心理出版社。（2007）。頁x。

<sup>130</sup> 同上。頁xvi。

何缺乏和諧，反而是破碎與堆砌呢？實在是因為人們和自己也不是一個整體。」我們發現自己的身體和心靈沒有關聯，而教育明顯地做了許多切割身體和心靈的事情，任何不是學業的言論，就被標示為「言不及義的多愁善感」<sup>131</sup>

宗教拉人若是為了壯大組織、而非關懷苦難；教育拉人若是為了培養資本機器的零件、而非化育開顯人性；家族拉人若是為了鬥爭、而非養育；國家拉人服役，為了抵禦外侮尚通情理……還有朋友、直銷、保險、商業廣告、媒體……若這些人或單位組織都各存私心，個人在這世界上便會淪為一個任人瓜分搶奪、支離破碎的「物品」而已。

除了對媒體、教育、學校、文化、工業、經濟等全面全球化帶來的緊張衝擊，快速變化的多元價值觀，在我開始有許多叩問之後，也因為找不到答案難以安心，讓自己跟自己處於各種分裂不安。雖然禪修已經為我帶來安定力量，但我對社會及安定人心的改善期待關懷，仍然會抱持不變的初衷及持續探問。

社會的變遷所指的不只是社會的深層結構改變，還有人心的深層結構也在改變。從前能依循的價值觀，現在不一定有用了，也不一定有價值，人活得愈來愈來徬徨，抓不到一個可以讓自己安定的東西。特別是全球化的影響，網路世代帶來巨大的文明改變，卻也讓人失去本土知識，這是一個刨根——人活得愈來愈沒有根的一個現象。一定要將本土化扎根扎得更深，人心才能安定下來，可惜的是，我們本土化扎根的速度一直跟不上全球化的速度。

從這個角度來想，現代的人虛無感會愈來愈強烈，他抓不到一些很實在、讓自己心裡頭很踏實的東西，心裡頭無所依附。這些虛無、

---

<sup>131</sup> 同註129。頁4。

迷惘、不確定的感覺都已經變成一種集體性的，人必須要在生活中找到一個安頓自己的方法。<sup>132</sup>

我的崩潰即是時代支離破碎的一部分，其實整個家庭、教育、產業、社會、國家……都是，所以我的個人敘事無疑只是整個時代疏離、分裂、支離破碎的一個縮影、一塊拼圖。

## 二. 兩性/性

關於兩性我想探討兩個部分，分別是傳統社會裡兩性的定位以及兩性之間的互動：

### （一）平權

從媽媽叫妹妹洗碗、姊姊切水果、我跟弟弟幫忙魚塭工作來看，媽媽應該是本能地依照早期農村，男主外女主內的分工概念，不只家庭甚至國家跟大自然及各個組織也是分工模式。男生義務保衛國家，女生則是懷胎10個月保護胎兒，永遠沒有絕對的公平制度，只有願意溝通、同理妥協的制度。有一次姑姑回家在洗碗時我在旁跟姑姑聊天，本來聊的蠻正常的，忽然姑姑脫口問我一句，跟原本話題不太有關係的話「為什麼男生就不用洗碗？」聽得我沒頭沒腦一頭霧水。若執意要追求平等，關於女性服兵役法令的討論，卻極少聽過女性出來抗爭爭取服役權力，倒是不用服兵役論述不少。試想如果女性站上街頭爭取服役權；而男性也組成團體，站上街頭爭取胚胎孕育權，又是怎樣一副景象？造成姊姊、妹妹還有姑姑心裡不平衡的是重男輕女？重女輕男？還是男女分工？

---

<sup>132</sup> 楊蓓（2019）。佛法與心理治療典範轉移可能性之探討——從 MBSR的發展經驗省思。聖嚴研究，第十二輯，頁433。

## （二）關於性/感情/邪淫

在我流浪時著的第三個魔，淫魔。在觸及自己陰暗面時，雖然涉獵不深但我就注意到相關議題，東方文化相較於西方還是過於壓抑。弱勢族群因為資源匱乏，而對性跟親密關係的壓抑或缺少正確觀念，產生惡性循環。宗教對於邪淫戒的定義、性專區合法化、廢除公娼議題，以及112年7月13日通過的《性騷擾防治法》……關於兩性之間的微細互動，如何界定其合情合理合法界線？是否過度保護某一面向的同時，損及其他面向權益？也如外婆提到「找對象別找碰不得一下的」。簡要言之「性本身」（專區）不只可討論合法化還有除罪化？釋聖嚴（1962）亦有相關「正淫」<sup>133</sup>闡述，晚年釋聖嚴（1992）則是在中華佛學研究所召開的第二屆國際學術會議的主題演說：

可是，流傳於今日世界的佛教戒律，我們已知道，遇到了許多問題，若不加以釐清，將會有礙於佛法的推廣……對於邪淫的界定，原來是

D 指在已婚夫婦以外的男女性關係，如今的單身男女，未有法律上的婚姻，卻是生活在一起，長相廝守，形同夫妻，也算邪淫嗎？他們彼此相悅，又不妨害家庭和社會，罪在何處？但其沒有約束，隨時可以分離，缺少相互的保障，也是一種不安定的現象；然在離婚率極高的現代世界，法定的婚姻，也不等於安定的保障，何必一定要把男女同居，視為邪淫？……總之，我想指出：佛教的傳統戒律到了今日世界，雖已面臨種種需要省思改進的問題，然其可以設法補救，卻不可輕言廢棄。<sup>134</sup>

<sup>133</sup> 聖嚴法師（2020）。佛教的男女觀。載於法鼓文化（編），法鼓全集2020紀念版，05-05《律制生活》（頁252）。臺北市：法鼓文化。取自：<https://ddc.shengyen.org/?doc=05-05-028>。

<sup>134</sup> 聖嚴法師（2020）。傳統戒律與現代世界。載於法鼓文化（編），法鼓全集2020紀念版，01-06《菩薩戒指要》（頁17）。臺北市：法鼓文化。取自：<https://ddc.shengyen.org/?doc=01-06-002>。

### 第三節 結語

平凡、平淡、平常、平安

流浪那幾年在自家門前看到一株幸運草，一開始雖然我是被「真的有四葉的幸運草」的驚喜給吸引目光。但當我定睛一看竟感受到，這麼小、這麼不起眼的生命、一株小草、殘破的葉子，卻充滿生命力、生機盎然，在它的世界裡綻放，還給了我一股支持力量。那一瞬間讓我體悟到，即便再殘破的生命、在任何不起眼的地方，都可以給人力量！後來當我看到電影《心靈印記》裡，有一段話是這麼說的：「我走過五大洲、三大洋，尋尋覓覓渴望看見奇蹟，當我逛遍全世界回到家裡，才發現，奇蹟就在我家花園一片葉子上的露珠裡。」的確自家寶藏一直都在，不僅在自家花園而且就在自己身上，還是最閃亮的寶藏。

在車禍短暫住在叔叔家那幾天，嬸嬸跟我說：「在這個社會上，人只跟著兩個字在走，就是錢跟情。」當初我不太懂也不太相信，但在經歷更多事後，才體會到這確實就是這不完美社會的真相。以上凡此種種並非要讓自己隨波逐流，而是期許自己貼近大眾、日常、生活中實踐轉化後的自己，回歸平凡。

#### 壹. 找回自己

小時候在學「我」這個字時，在鏡子前叩問我是誰的場景，30年後同樣的情景再現。有一天當我聽某Podcast節目探討收藏舊物品對一個人的意義，是因為每一件物品都代表一段故事，如果把物品丟掉那段回憶也會隨之消逝；反之正是對某人跟事的重視，才刻意保留下來，好讓自己可以喚醒那段過去。我聽到後覺得又更了解自己一些，因為崩潰回家的第一天，我正是把過去的東西給丟的幾乎一件不剩，難怪除了原本崩潰的傷痛，還包含跟過去的斷裂，已無物

可供喚醒。當我覺得被同理而興奮，從床上跳起來跑到鏡子想好好看看「自己」，當我看著鏡子裡的「眼睛」那一刻，彷彿穿越回30年前，跟「照著鏡子問我是誰的自己」相遇。欣喜若狂對鏡子大喊「你！……我！……我看過你，你就是我，30年前我不是看過你嗎？我終於找到你了！哈哈！」

最後也是讓我迷失的一個原因——騙自己。小六有一次班會我選上了主席而害羞到哭，因為不想太出風頭在大眾面前表現，只想躲在人群裡面。現在知道之所以不想要「被看見」，也是不想犧牲被知道、被肯定、被讚美，只想默默付出，卻被推薦當主席。於是我又進化了，開始「騙自己」，騙自己沒有在「犧牲助人」，所以當時除了被動失憶也主動騙自己。如上所述，假如我是假裝的，會難以達到助人效果，所以我在扮演鴿子之後再加上一道操作，就是把「扮演鴿子」這件事徹底忘記，打從骨子裡我就是鴿子，我就是真的裝瘋賣傻，不是為了助人出離輪迴，所以才會找自己特別辛苦。

D而現在我無需騙自己，只需轉化為隨緣、隨份、隨力、隨時都可以幫助身邊任何一個人，「允許他人成為他自己」，即使對方看起來過得不好、正在受苦，但如果時機不成熟，我也無需執意出手。我要做的並不是騙自己忘記在助人，而是毋需執著於一定要助人。

如同佛教的「不二」思想，讓我解惑調和很多困惑，讓我更安心、踏實持續學習成長、逆境就是順境。釋聖嚴對於不二的解釋是「捨二不執中」，捨棄執著兩邊，但也不執著中間，重點不在哪一邊，在於不執著，不執著每一個時期、面貌、狀態，不論好壞都是自己，去接受。

也如學位口試時賴誠斌老師所言「你剛剛在講說，你（研究動機）用敘事殘骸，其實你這一篇蠻難的，你要把它……把這些東西……不一定要組織的很

好，你只要把它找回來就已經蠻難的了，老實說。那找回來的時候，你剛有講一個東西，後來心理學不是要人改變，其實反而是在一種接受了以後，才能有一些變化。這個就是你的實踐知識，這個就是你自己發展出來的心理學，這是很重要的一件事情，而不是你讀好多好多，做人的道理那些可以知道的」。

（賴誠斌，丁俊吉碩士學位口試，2024.06.29）

## 貳. 回歸平凡

在真理面前，我無力探究，只能選擇信或不信、臣服不臣服

一天流浪到中正大學時，看到立於校園內的一塊石碑「探尋真理無所畏懼」。高中老師曾說：「市面上的泡麵包裝，會特別強調澄清『保證不含防腐劑』，正是因為社會對此有所質疑，才需特別標示」，一樣地，人們會特別立一個碑說明「探尋真理，沒有包袱，亦無所畏懼」，正是因為探尋真理的路上，充斥各式讓人畏懼的事而裹足不前。

對於死亡的危機感，背後真正要探索的其實是「輪迴以及死後的世界」，人死後會去哪裡？人在宇宙裡到底是怎樣存在？死後就徹底消失了嗎？還是會以某種形式持續存在？如果會，那這輩子的行為會影響來世嗎？我認為碑文裡面提及，在追求真理的路上，不僅限於對公共事務與國家發展的關心，乃至對於全人類、生命發展的關心，且不僅是獨立於其他權責機關的第五權，甚至是每個人都可以擁有的，獨立於一切的自主權。

中正大學的學術自由碑碑文：

大學為知識殿堂，探尋真理，沒有包袱，亦無所畏懼，被視為國家行政、立法、司法與媒體之外的第五權。因此學生與教師以非暴力

方式關心公共事務與國家發展，乃公共知識份子的表現，不容抹黑

與漠視。<sup>135</sup>

如果母雞在孵蛋的時候，急著要把蛋給催生出小雞的話，反而揠苗助長變臭蛋、壞蛋，對待所有人亦要有十萬分的耐心。允許自己、他人成為任何樣子，耐心的陪伴呵護，猶如用扇子扇著羽毛前進，力道不能過大過小過快過慢的亦即亦離。曾經聽過「佛法很好沒錯，但要小心把它當毒蛇對待」的說法，當時聽到的我如當頭棒喝，沒錯，是藥三分毒，不可以隨便喂毒給自己跟別人。所以與其說分享佛法，對我而言應該是分享生活，就像回到3歲搖籃的我，最純碎的好奇叩問，這世界、這生命是什麼？以及我是誰？

至於具體的未來藍圖，可能以敘事當工具助人、攻讀博士、A I 相關、持續禪修、深入淨土思想、遊戲、回家鄉找工作都可能是考慮的實踐方向……無論如何目前的體會是，並非畢業就改頭換面、對菩薩道就忽然通透，論文完成只是告一段落，我對於很多知識、世界、自己，才開始更多一點的看見，甚至還有很多不懂、未轉化、無法同理的地方，終身學習是一輩子的事。

至於跟家人和解，我會持續在等待中尋找機會，對姊姊，預計找出跟她獨有的回憶，買當初姊姊跟我分享的音樂專輯送她。對媽媽，回到小時候那樣陪媽媽談心做家事，讓自己安心媽媽也會真正安心，經歷這麼多風雨後，發現跟媽媽安靜的吃上一頓飯，就是最大的幸福。甚至，也不一定需要和解，而是去面對、接納過去的破碎，若強求反而給對方帶來壓力刺激。還是那句話，允許各種樣貌，允許自己、他人好好安住在任何狀況，學習以萬物為芻狗精神。

---

<sup>135</sup> 內容摘自2014年3月24日「太陽花學運」期間本校（中正）聲明稿，社科院草皮為學運期間師生們舉辦「民主講堂」地點。取自中正大學網站：<https://www.ccu.edu.tw/p/404-1000-25575.php>。

最後用這段話來為人生這個階段的自己下一句座右銘「平凡、平淡、平常、平安體會生活，隨緣、隨份、隨力、隨時分享生活」。也用最後一個故事來當結局：前陣子報名了生命園區義工，每次到園區第一件事就是打掃落葉，那天在寧靜舒適的早晨中掃地，當我再次體驗到滿足的感覺時，那一刻有一種8歲在家掃地的錯覺，於是心生一念，好想回家掃地……



法鼓文理學院  
Dharma Drum Institute of Liberal Arts

## 參考文獻

【得心自在】——菩薩的思惟。【禪&心靈環保】主題閱讀114【法鼓文化心靈網路書店】。取自<https://www.ddc.com.tw/ec/reading/2016/20160714.html>

丁奇芳等（譯）（2023）。敘事教育學：生命史取向（古德森Ivor F.Goodson, Scherto R.Gill等）。台北：五南圖書。（2011）。

丁興祥（2020）。敘事教育學：生命史取向（推薦序）。台北市：五南圖書。

人生意義Meaning of Life（2021. 03. 16）。李小龍：武術的終極哲學含義【臉書】。取自[https://www.facebook.com/photo/?fbid=454520639319753&set=a.112371860201301&paipv=0&eav=AfabFpxd7Jld04YNX9EhSofyqFs-HrVeIeiHxNKa\\_el1HIBFm1hP5gQ0DPu9GCryL44](https://www.facebook.com/photo/?fbid=454520639319753&set=a.112371860201301&paipv=0&eav=AfabFpxd7Jld04YNX9EhSofyqFs-HrVeIeiHxNKa_el1HIBFm1hP5gQ0DPu9GCryL44)

王勇智、鄧明宇（合譯）（2017）。敘說分析（黎西曼 Catherine Kohler Riessman）。臺北市：五南圖書。（2003）頁22。

中正大學（2023. 02. 22）。中正大學學術自由碑【關於中正】。取自<https://www.ccu.edu.tw/p/404-1000-25575.php>

朱儀羚等（譯）（2004）。敘事心理與研究：自我、創傷與意義的建構（克羅斯利 Crossley, Michele L.）。嘉義市：濤石文化。（2000）。

宋文里（譯）（2020）。成為一個人：一個治療者對心理治療的觀點（卡爾. 羅哲斯 Carl R.Rogers）。台北縣：左岸文化。（1961）。

李文玫、丁興祥（2008）。剪斷肚臍帶，要做大人樣：一位客家女性生命處境中的「困」與「尋」。應用心理研究，第39期，頁121-164。

李文玫（2022）。貼近並理解他者：敘事探究取向與敘事分析。臺灣生命敘事與心理傳記學會——111年度「生命敘說研究方法初階工作坊」。

沈去疾編（2001）。印光法師年譜。台中市：青蓮出版社。

金雯煌（2021）「結」、「解」與「結」：通過說故事達成自我轉化與生命實踐（未出版之碩士論文）法鼓文理學院生命教育碩士學位學程，新北市。頁20。

法鼓文理學院。【財團法人佛教電子佛典基金會 CBETA】。取自<https://cbetaonline.dila.edu.tw/zh/>

殷小路（譯）（2009）。盲眼靈媒眼中的世界（莎朗·尼爾 Sharon Neill）。台北：三采文化。（2008）。封面頁。

陳碧桂（2023）尋回灰燼的溫度：透過自我敘事的探索之旅（未出版之碩士論文）法鼓文理學院生命教育碩士學位學程，新北市。頁13。

陳昀（2024. 04. 21）。賴清德：以人為核心 讓台灣成為適合作夢、悠然過日子的地方【自由電子報】。取自<https://news.ltn.com.tw/news/politics/breakingnews/4648320>

陳君如（2017）。貝類養殖產業。科學發展月刊，535期，頁5。

教育部。【臺灣閩南語常用詞辭典】。取自<https://sutian.moe.edu.tw/zh-hant/11>

許逢麟。新興海埔地承購戶抽籤【雲林國家文化記憶庫】。取自<https://data.yunlin-memory.cool/data/CreativeWork/547211>

許逢麟。謝東閔副總統視察海埔地【雲林國家文化記憶庫】。取自<http://data.yunlin-memory.cool/data/CreativeWork/4302>

張釗維（2024. 03. 19）【臉書】。取自[https://www.facebook.com/milankun?locale=zh\\_TW](https://www.facebook.com/milankun?locale=zh_TW)

張雪松（2011）。法雨靈岩：中國佛教現代化歷史進程中的印光法師研究。臺北市：法鼓文化。頁330。

張淑美等（譯）（2009）。生命教育全人課程理論與實務（John P. Miller）。台北：心理出版社。（2007）。

馮淑娟（2024）黑羊出走記——成為我自己的生命故事轉化之旅（未出版之碩士論文）法鼓文理學院生命教育碩士學位學程，新北市。頁12-13。

黃憲宇（2014）。雲水林間——小林村心靈陪伴札記。台北：法鼓文化。

楊蓓（2019）。佛法與心理治療典範轉移可能性之探討——從MBSR的發展經驗省思。聖嚴研究，第十二輯。

楊國香（2024）翻轉無助：生命轉化之敘事研究（未出版之碩士論文）法鼓文理學院生命教育碩士學位學程，新北市。頁23。

聖嚴法師（2007）。禪門第一課。臺北市：法鼓文化。封面頁。

聖嚴法師（2020）。真正的悠閒。載於法鼓文化（編），【法鼓全集2020紀念版】，08-13 《工作好修行——聖嚴法師的38則職場智慧》（頁73）。臺北市：法鼓文化。取自：<https://ddc.shengyen.org/?doc=08-13-022>

聖嚴法師（2020）。在家居士如何學佛？。載於法鼓文化（編），【法鼓全集2020紀念版】，05-01 《佛教入門》（頁212）。臺北市：法鼓文化。取自：<https://ddc.shengyen.org/?doc=05-01-014>

聖嚴法師（2020）。禪修之道。載於法鼓文化（編）【法鼓全集2020紀念版】，04-13 《動靜皆自在》（頁203）。臺北市：法鼓文化。取自<https://ddc.shengyen.org/?doc=04-13-022>

聖嚴法師（2020）。傳統戒律與現代世界。載於法鼓文化（編），【法鼓全集2020紀念版】，01-06 《菩薩戒指要》（頁17）。臺北市：法鼓文化。取自：<https://ddc.shengyen.org/?doc=01-06-002>

聖嚴法師（2020）。佛教是主張苦行的宗教嗎？。載於法鼓文化（編），【法鼓全集2020紀念版】，05-02 《正信的佛教》（頁110）。臺北市：法鼓文化。取自：<https://ddc.shengyen.org/?doc=05-02-041>

聖嚴法師（2020）。佛教的男女觀。載於法鼓文化（編），【法鼓全集2020紀念版】，05-05 《律制生活》（頁252）。臺北市：法鼓文化。取自：<https://ddc.shengyen.org/?doc=05-05-028>

維基百科（2023. 09. 30）。利他主義【維基百科】。取自<https://zh.wikipedia.org/zh-tw/利他主義>

維基百科（2024. 02. 23）。犧牲【維基百科】。取自<https://zh.wikipedia.org/wiki/犧牲>

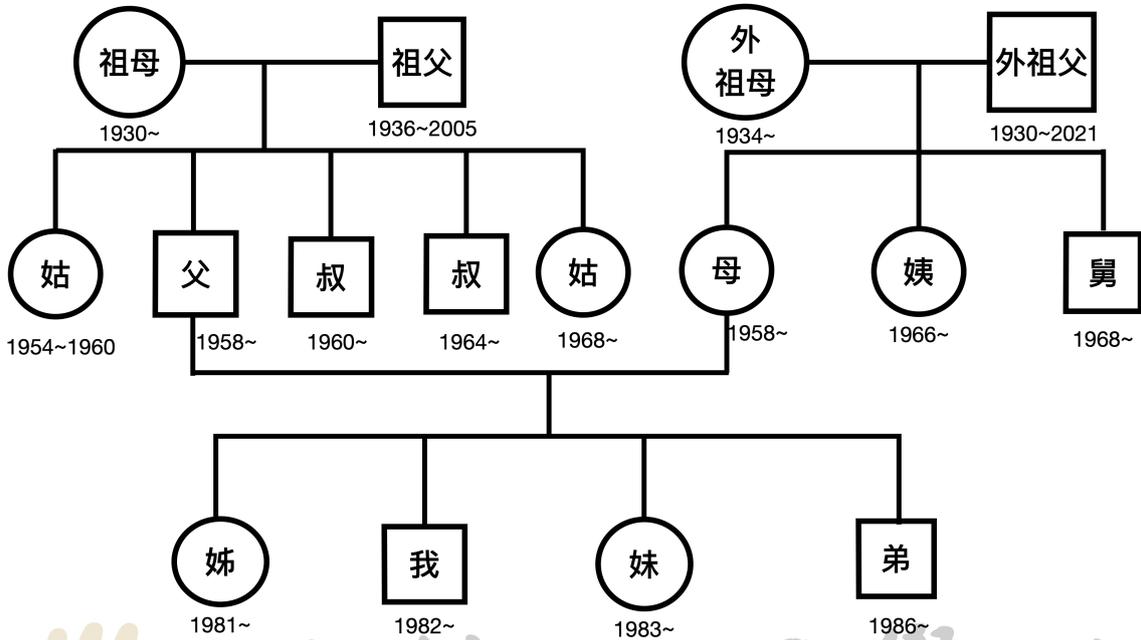
維基百科（2023. 10. 10）。日內瓦宣言【維基百科】。取自<https://zh.wikipedia.org/zh-tw/日內瓦宣言>

鄭劍虹等（譯）（2018）。故事的科學：敘事心理學導論（雅諾什·拉斯洛 János László）。北京：北京師範大學。（2008）

鄧伯宸（譯）（2018）。成為我自己（歐文亞隆 Irvin D. Yalom）。台北：心靈工坊。（2017）。

蘇益賢（2018）。練習不壓抑。台北：時報文化。

附錄



法鼓文理學院  
表一、簡略家系表  
DILA Dharma Drum Institute of Liberal Arts

- 1982年 出生，兩家一片混亂、各種衝突
- 1985年 右腳掌骨折
- 1987年 爸爸罹患思覺失調症
- 1988年 「媽媽的眼淚」
- 1989年 開始接觸道場
- 1990年 開始打妹妹、開始被媽媽毒打
- 1992年 爸爸開始打媽媽
- 1996年 爸爸住院
- 1997~1999年 記憶塵封
- 2001年 跟媽媽爆發衝突
- 2007年 崩潰
- 2008~2012年 第一次流浪
- 2012年 接觸法鼓山
- 2013年 住山義工
- 2014年 學習禪修
- 2014~2018年 第二次流浪、「遇見」爸爸
- 2018~2024年 就讀法鼓文理學院、跟媽媽擁抱

表二、生命事件年表

## 10個人眼中的我

首先是痞子：「一個有愛心、善良、誠實的人，新好男人，沒有害人的心，沒對（看）他生過氣，無法讓他拉著走（他一直試圖要改變我的人生觀來跟他一樣）。固執鑽牛角尖、有色無膽、沒自信、不懂理財、會讓朋友擔心、讓自己待在舒適圈、對家長的高壓管教會反抗但最終仍會臣服。」

兩位大學死黨同學：「單純少私心，不太為自己著想，不太受世俗羈絆，沒自信，火星人（跟這個世界格格不入，待在地球會很危險），曾經沈迷網路遊戲」。第二位：「害羞，不敢追求情感。」

第三個，網友：「不擅表達，想跟別人接觸卻不知如何表現，敏感，消極有點自卑，但仍會想改變現狀。」

第四個，姊姊：「最疼愛他、跟他最好，曾經算是乖小孩，溫文儒雅帶點嬌氣，節儉，在大學畢業當兵（後），研究所的時候性格變得很安靜，心理似乎受到欺負，不情願幫家裡工作，曾經沒錢繳昂貴的電話費，曾經讓母親傷心。感謝最近回家照顧母親及魚塢，跟母親關係不好，看到他跟母親的相處又生氣又難過，很少朋友，最近發現丁俊吉的文筆不錯精彩，非常善良但無法融入社會，工作有時認真有時偷懶。」

第五個，天南寺師姐，現在一起上課：「沈默，內向，悶著頭做事，可能有些問題，有很多的負能量，不知道怎麼幫他。」

第六個，社企學長：「第一眼直觀，沒脾氣，很peace，接觸起來很細心細膩，感覺已經開始實踐佛法。另一個面向卻又有說不上來的憂鬱感。不是內

向，而是心裡有事還沒化開。如果沒進一步接觸相處的人會誤解。是可以投入時間認識，最近俊吉慢慢會化被動為主動，至少會參與其他活動，表示內心開始打開想接觸外面的世界。」

第七個，生命教育同學：「俊吉看似沒脾氣，那是自幼形成的保護膜，就是『反正你都這樣對我，我已經習慣了』。他也不想鄉愿，就會不斷反問，在小心問問題的過程中常讓人聽不懂。他會思考再繼續說明。看他走路的身影，不禁猜著這個人會打球跑步嗎？明明是年輕人，怎麼都飄飄的。對於內心已找到依靠，凡開口論述必有師父，他很努力在實踐自己的『新人生』。」

第八個，生命教育同學：「俊吉是位熱心助人的同學，當哪裡有人需要幫助，就會默默提供適時的協助。也是位多才多藝的人，學習完烘焙立刻就能做出好吃又可愛的牛牛造型麵包。也是位細膩且深思熟慮的人，希望所做的事可以給人助益且不會帶給週遭的人麻煩或不便！是位喜歡禪修、對禪修深具信心的人，因為他透過禪修的實做體驗中，獲得許多幫助和成長，因此持續走在禪修的道路上。更是位內在很有想法的人，有時候雖然不會主動表達出來，但一旦有機會發言，就會說出心中的真正想法與感受！是位與眾不同的人嘞！」

第九個，親戚：「回答你臉書的問題，我講話直白，不可以往心裡去喔，外表看起來若有所思，做起事來想法很多但是思慮不周。」

第十個，社企室友：「善解！敏感！勇敢！」

第十一個生命教育同學：「在還沒有開學上課之前，在群組裡就有關於俊吉的訊息，還沒弄清楚他是誰，有一天俊吉就在群組裡主動跟我打招呼，開學前學會辦的『博雅』活動中，俊吉來到我身邊自我介紹，我認識俊吉就從那一

天開始。班上的同學真的是『英雄好漢在一班』隨著各自的因緣而各有鮮明的個性和特質，但是大家也都很貼心的不會主動去挖掘別人的過往，彼此的認識都是從在一起上課、吃飯、出坡的互動中逐漸累積更多的印象。

我印象中的俊吉是一個靦腆、拘謹和充滿著不安情緒的大男孩。瘦弱的身子看起來像是因為高而顯得常常有些許的佝僂，在同學中是比較謹言而至於寡言的一位，與人互動總是謙謙有禮、潛心徐言。感覺得到俊吉十分專注於將佛法放在生活中的實踐，很努力地在運用修行的方法幫助自己走出生命的困頓。雖然我們之間是同學共學的關係，但是由於年齡上的差距，常常讓我不由自主地以父執輩的心來看待俊吉而覺得心疼。一個學期的片段、斷續相處，我也看到俊吉堅強、堅定的一面，我常常想如果易地而處，我一定無法像俊吉這般勇敢面對自己的生命棋局，更無法像俊吉一樣把眼前的這盤棋下的這麼好。

其實俊吉的另外一面是如此的熱情、誠懇、樂於付出和分享，默默地散發出光和熱給周遭的人，而不求回報。大家也因為沒有察覺而忘記回饋，俊吉也不以為意。從俊吉的身上我彷彿看到\*\*\*的影子，是我要學習的榜樣。能有俊吉做為同學一起共學，我對於未來的學習的路充滿信心，祝福他同時也是祝福我自己：堅持、精進、慧業增長。」（丁俊吉，上課作業，2018冬）



DILA

法鼓文理學院

Dharma Drum Institute of Liberal Arts