

作者 :李維榕博士

刊登日期 : 2021 年 5 月 15 日

原文刊載於信報財經新聞專欄〈故事從家開始〉

三個青年人談死

三個如花似玉的少女，正當桃李之年，卻把死亡視作老朋友，不是尋死，就是自殘。

她們由孩童開始，就出入兒童醫院的精神病房，直到過了十六歲，就轉入成人醫院。

我問她們：「你們很喜歡精神病院嗎？怎麼老是往那裡跑？」

她們異口同聲回答：「不喜歡！不喜歡！那地方太恐怖了！」

一人說：「兒童醫院還好，成人醫院就讓人更受不了！奇形怪狀的大孀在你身邊轉來轉去，床連床讓人動彈不得！」

另一人附和：「有時因為失控，被縛在約束衣內，那種感覺是無法形容的！無論如何掙扎，都不能衝破！」

我問：「那麼你們為什麼要不停入院？」

她們笑說：「因為一不小心，就進去了！」

她們也實在太「不小心」了！與母親吵架，就躲起來服過量的藥物；覺得被人拒絕了，就想從高處跳下；家人有矛盾，自己也想死！她們說：有時甚至不需要任何理由，都會覺得死亡在向自己召喚！我們大部分人都怕死，她們卻覺得死亡是解決問題最方便的答案。

為了去了解這幾個青年人，我們每周都會聚會一次，起初她們嚇唬我：「你不怕我們聚在一起，會一起尋死嗎？」

我說：「我當然怕，你們不會這樣害我吧？」

她們安慰我說：「不用擔心，也許我們一起也可以互相幫助呀！」

就是這樣，我們開始了這個三人小組。目的很簡單，希望建立一個安全又舒適的空間，分享或做些有趣及適合青年人的事情！

但是她們都習慣了做病人，對於所謂「正常青年人」的角色，實在有點陌生。而且長期活在自己的內心世界，與同輩相處，每個人都顯得特別敏感。好在她們很快就發現，彼此之間存在太多共同的經歷。其中兩人甚至一下子就認出對

方，當時她們都被安置在同一病房，其中一人剛從橋上跳下，粉身碎骨，全身被支架支撐着躺在病床上，久久不能動彈！

那人說：「我認得你呀！那時你被一大堆軟枕包圍着，還戴上像「龜殼」般的鐵框架。」

被認出的人很驚訝：「是嗎？你當時也在醫院嗎？」

其實她們整個成長經歷，都是徘徊在醫院與家庭之間，很少與外界接觸。這位跳橋的朋友還出示她自己手抄本的詩集，其中一首就是反映了這次經歷的心態：

四肢被重重拷上 沒自由 夢怎追
被鎖進冰冷鐵籠 沒空間 剩空虛
衆目睽睽脫光衣 沒遮掩 心確累
內褲也不肯放過 沒尊嚴 心已碎

她在詩中說：「我早已符合死亡標準，此刻死神顯得更英俊！」

提到死亡，她們各自都有自己的故事，一同分享彼此的詩句：

渴望在高樓輕輕一躍
任由鴟鳥往屍骨津津叨喙
若果往事可隨心而略
任憑自己在花園甜甜睡着

閉上雙眼 蓋上木板
眾人暢快向我扔雞蛋

死亡如茶葉，第一口雖苦澀，緊接卻是甘甜的味。縱使肉身死亡的一剎那感到無比痛苦，然而換來的，卻是心靈上無限的釋放。

除了企圖自殺，自殘也是青年人的普遍行為。好端端一個人為什麼會傷害自己的身體？這是所謂正常人無法理解的一回事！她們說，開始時也不明白別人為什麼會這樣做，血淋淋的也會覺得恐怖。但是嘗試過後，就會成為一種習慣，發現身體的痛竟然可以掩蓋心中的痛，從而獲得一種快感。

少女的詩集也記載了很多這種描述：

心痛，身不痛：悄悄用刀片猛力地割腕，滴滴鮮血湧出與我相伴，即使臂上畫布已快劃滿，仍沒絲毫痛楚只感樂觀。

把幼針用力刺穿皮膚，鮮血一滴一滴地流下，儘管把幼鹽往傷口灑，痛楚我才一點也不怕，只想靜靜藏在被窩下，盡情擁抱膝蓋痛哭吧。

院舍生活的衝擊、家庭關係的疑慮、生命的價值和意義、以至人際關係的渴求和恐懼，青年人娓娓道來，最驚訝的發現是：原來你也是一樣的嗎？

原來你也是一樣！這種共通感把三個陌生人凝聚起來，讓她們很自然地分享一些從來不與別人分享的祕密心聲。在這種氣氛下，即使話題是死亡，也可以談得興高采烈，充滿生命力。

小組治療的宗師 **Irvin Yalom** 就曾經這樣說過：小組是一個社會的縮影，它俱有一種凝聚力，為組員帶來一個可以修復舊傷疤的經驗。

她們也從憂鬱和提不起勁的表現，漸漸變得好奇起來，交頭接耳分享手機上網路的資訊，為一些小事樂不可支。在室內坐不住，就一起在我們的中心上下探索。我們有個小小的天台，種上各種花草，我們就一起曬太陽。

在這新環境裡，我希望她們最後會發現：生命的意義，就是活着！

當然並非無風無浪，那跳橋的少女，當中也入了幾次醫院。但是她會給我們發來訊息：我又不小心了！（還加上一個笑到流眼淚的貼圖）

我也在她那充滿絕望的詩集中看到一句鼓舞：

不求人視我如寶，只想討個溫暖擁抱。

也許青年人所需要的，只是一個溫暖的擁抱！

我很喜歡這個聚會，每次都讓我學到一些新事物。這篇文章也是她們叫我寫的。她們說：「想幫助我們，就首先要聽懂我們的語言！」