



頂樓的風景

公衛學院公衛系三年級 夏琬慈

是個太陽太好的午後。

不像台北，冬天總是潮濕陰冷，台中的天氣似乎永遠如此明媚。心血來潮，她站上家裡頂樓吹風，去去在台北累積了兩個月的霉。趴在欄杆上，丸子想起那天和鶴鶉在這裡的對話。她們是國中時的同班同學，熟識之後，丸子家公寓的頂樓就成了她們的秘密基地，這裡風景很好，也收藏著十年青春歲月的回憶與蛻變。

那天她們聊到台大五天三起的學生輕生事件。不少輿論追究起學校和老師的責任，或是將三起悲劇歸咎於台大生從小被呵護得太好、是受不了挫折的人生勝利組。丸子講起從私立大學轉學到台大後的所見所感。台大確實如外界所傳的人才濟濟、校園資源豐富、學生家庭大多擁有中上的社會地位，但在這座校園內，似乎也藏著大量的不安與脆弱。引用已故的心理學家Michael Kernis曾提出的脆弱高自尊的概念：一個人的自尊心是否穩固？是否真心相信自己是個有價值的人？還是必須不斷仰賴外界和他人的肯定、或是達成某些條件和成就，才能相信自己的價值？如果是後者，那麼其所擁有的不是穩定的高自尊，而是脆弱高自尊。一群習慣成為“最優秀”的那一個的人們聚在一起，每個人心裡的完美主義和強中自有強中手的競爭環境，的確讓人登峰造極，但在攻頂的過程，漸漸忘了欣賞沿途風景，

只是死命地往上爬，這樣的過程難免受傷，長期壓力下，有人寧願放棄欣賞頂點風景的機會，也想退出這場比賽，似乎不是無法理解的。鶴鶉說，就讀藝術大學的幾年，她對於完美主義的感觸良多，完美主義是一把雙面刃，有些人被這刀刀傷的太深。鶴鶉講起籌備行為藝術展的那陣子，為了讓精神狀態達到某種境界、有源源不絕的靈感，為了讓作品和表演趨於完美，不少同學開始依賴酒精和尼古丁，她自己也是；最後展演的確完美落幕，但難以擺脫癮頭，身心狀況大受影響。一邊說著，鶴鶉吐了一口霧，指間微弱的橘紅色光點在夕陽下意外的刺眼。

丸子提到之前上一堂通識課時，教授講了個故事，大概是說台大學生最大的問題不是眼界或能力，而是害怕犯錯、更怕別人說他錯。進入這所學校的人，在升學過程付出的努力往往是超乎其他人想象的，對學業的成就感和責任感也是。算一算，在短短的20年人生裡，求學過程大約佔了15年，這15年中，大家習慣於將大部分的時間精力投注在課業和達成目標滿足期待，不止是家人和社會賦予的期望，更是對於自己的期待；其他事物，相比之下都顯得微不足道。時間一長，這群人變得難以接受失敗或是讓他人失望，畢竟那是全部的重心，畢竟“成功”背後的含義太多；自身的價值和存在的意義，漸漸完全被個人成就所定義。鶴鶉緩緩轉頭，一字一句地問，那..你為什麼還活著？那時候，你為什麼沒有翻過欄杆？世界上根本沒有所謂無話不談的朋友，像丸子和鶴鶉這樣的關係，也有從不提起的話題。事發五年後，她們第一次聊起這件事。升高三的那個暑假，丸子的家族發生許多變故，赤裸難堪的事實攤在眼前：不論多麼努力、達成多少期望，也換不到家庭的溫暖和家人的關愛，丸子十幾年的目標和信念瞬間崩塌。這些，鶴鶉都知道。丸子拿出手機，找出那一天的日記、翻開難以直視的記憶。細碎片段在眼前浮現：天氣太好的午後、不足的睡眠和過量的藥物、半個身體懸在欄杆外、搖搖欲墜的感覺。幸好那天有打電話給你，丸子垂

著眼皮輕聲說，是你提醒我，沒有別人的肯定，我也有自己的價值，除了別人的期望，我還有自己的夢想，其實都是很簡單的道理，但當時，在那個當下，就是需要有人提醒。鶴鶉輕輕歎了口氣說，每個人都應該有一些生命中的火花吧，一些讓你感受活著的事、一些沒有任何其他考量和外在一動機的事、一些能把你留在世界上的事、一些能讓你在最黑暗的時刻依然感到活著真好的事，大學除了探索未來方向、除了追求普世價值所定義的成功，也應該花點時間找尋一下自己的火花。丸子點頭，大學是很特別的階段，是迷茫青春期的尾聲，是出社會、變成大人之前的最後一段時間，是可以自由安排、高度彈性的一段時間，可以嘗試、探索許多，可以獲得各種不同的體驗，藉以練習與不完美共處，練習在意外和轉折中調整目標和方向，練習不依賴他人來獲得自信和安全感，練習以更柔軟、放鬆、有彈性的姿態活著，讓生命軌跡更深更廣。

趴在欄杆上，看著太陽漸漸沉到地平線之下，晚風徐徐，丸子閉上眼默默祈禱，希望這樣的悲劇不再，希望登上頂樓的人，都只是好好的看看風景，都能好好的看到人生頂點的風景，都好好的。