

散文組
佳作

臺大醫學校區楓城新聞與評論 第17屆(113年度)徵文比賽



得獎人：謝詩涵

就讀系別：藥學系六年級

得獎作品：山與自己

得獎感言：

書寫是紀錄日常，得獎是積累幸運。
感謝評審親睞，為蛻變成理想模樣之路增添力量，期許繼續
當個在亂世說真話的 @unreal_talk er。

山與自己

藥學六 謝詩涵

一直有很多人好奇我是怎麼樣的一個人。

同學、親戚、尚不熟識的朋友，聽聞身為大學生的我又要去哪裡爬山、露營、流浪，總這樣說：「同樣都是讀大學，為什麼你的大學比較精彩」。

在親近的家人眼中，我大概是瘋狂打工，把賺得的錢全投資買新裝備或瘋狂出去玩花到一毛不剩；難得假期不好好休息，執意上山卻弄得滿身傷回來；把自己搞得疲憊不堪，開學再開始大睡三天三夜翹課醒不來。這樣的我一直讓家人十分不解。

「上山是和自我對話的過程。」就是這樣如此簡簡單單的一句話，好似刻進媽媽的心裡，每當有人問起我為什麼愛爬山，為什麼放假又要上山，或者唸書壓力大時你是如何和心靈交流已排解煩憂，媽媽總會充當我發言人似的把這句話拿出來：「她不是都說爬山是她和自己對話的過程嗎？」「有沒有認真聽她說話啊。」

講過的話被一個人好好記住著實蠻感人的，只是多次之後反過頭來，那句話，說服了她，卻快要說服不了我自己。

「上山真的有這麼神聖偉大嗎？」

認真說來，我不過是個愛好美景之人。上山不外乎是為了出大景、拍美照、吃好睡好，躺在箭竹叢遙望山脈波瀾，名正言順地吃著平常感到罪惡的零食配快樂肥宅水，看夕陽將天空映照得色彩斑斕，在寒冷的夜晚名正言順的生火圍爐、唱歌、八卦、話家常。又或者說是為了累積百岳的山頭個數也不為過，撿幾條常被登山圈人士提起的大眾

化路線，以便對談時分享自己的見解融入圈子，堅持撐完比較困難的路線也只是為了在他人面前有可說嘴的。也許，我喜歡的不過是這樣現實的東西。

一年多沒重裝上山了。所謂真正辛苦的好好爬山。

今年中秋，終於有機會重拾行囊，將足以完好供給自己存活三天三夜的家當扛在肩上。上山沿途我一直在思考這些事，困惑我一直努力縱身的熱愛，之於我的意義究竟如何。那句話究竟只是搪塞媽媽冠冕堂皇的藉口，還是源自我真實感受的表達。為什麼爬山能和自我對話？而與心交流的契機，又是為何？

把可以單攻的白姑大山分成三天兩夜之後，還是比我想像的困難許多。真不愧是中橫四辣中的特辣，最辣的那個，傳說中專門治腳癢的那種，能瞬間征服那些在山下蠢蠢欲動的心。多次上山後，大致可把爬山的過程分成幾階段。起始，不外乎是一群人雀躍地在登山口拍出發合照，一邊幻想即將見到的風景一邊踏上旅途，嘻笑間彼此談論走到今日紮營的營地，要立刻躺在鬆柔而暖的松針草地上看夕陽西下，或在寒冷的夜晚吃上一口熱食喝口熱立頓奶茶，談論攻頂後的晚餐要繼續實踐中秋烤肉的傳統，打打鬧鬧間，吵著牛排煎到幾分熟比較好吃。隨後走著，開始上坡，路段越發艱難。呼吸漸喘、手痠腳痛，人們很有默契地停止言談，轉而將注意力放在自己的呼吸步伐上，認真吸吐、抬起膝蓋、轉身跨越倒木、踩穩石縫或樹根尖間隙，每一刻都在為找尋下一步的平穩膽戰心驚。正是這樣的時刻，世界安靜下來，耳邊只剩下風吹過葉片的沙沙聲、偶爾的蟲鳴鳥叫聲、和自己或規律或倉促的呼吸聲，心無雜念之際，屬於自己的爬山之旅才正式開始。

思考過後總結，爬山能聽見心靈聲音的理由可能如下。

當世界萬籟俱寂，且眼下有必須長時間專注的事物例如行走，生活中層出不窮的試誘被迫排除因而能屏除雜念。沒網路短片的誘惑、不用思考下週的報告專題、無需煩惱與家人間的爭執，所有屬於「山下的事」全都可以名正言順地丟在一邊。又因為艱辛，所有微小的快樂都能被無限放大。酸白菜火鍋，開心；喝一大口甘甜的水，奢侈；找僻靜隱私的空地好好解放一番，也可以快樂到向全世界宣告。就連簡單「下山時我買沙士來接你」一句話就足以支撐我整整三天，在每個近乎放棄的時刻支持我繼續走下去。「等一瓶沙士，就像等了一輩子。」在我下山終於喝到第一口沙士時我這樣自嘲說道。這段故事我永遠印象深刻。

最後我領悟到「在山上，你只能靠自己」。總會走到每個人都盡乎瀕臨極限的時刻。縱使患難與共的隊友，在多承擔任何一點重量都能被壓垮的時刻，願意幫忙多揹一公升水都是在拿自身安危義氣相助，那刻我終於領悟「能把自己扛上山的，只有自己」。長大後的世界，努力並不同回報，可被量化的努力反倒難能可貴，譬如爬山，當清楚看見自己從遙遠的哪顆山頭走到現在這裡，回望我能看見一路走來的足跡，知道自己努力踏出的每一步路都沒有白費，最大的感動莫過於此。「人生沒有白走的路，每一步都算數。」這句話形容爬山再貼切不過了。被自己需要的感覺，昇華了活著的價值。

旅程快到終點的時候，夥伴播了李榮浩的不遺憾：「這一輩子我欠你，如果來生還可能繼續。再用盡一生找尋，你在哪裡。」

是呀，山下的餘生，找尋的莫不是想要什麼、想去哪裡與如何抵達，窮盡一生追求所謂理想的學歷名聲、工作收入、房車物質、伴侶家庭孩子，或依託

信仰渴求人生的意義。但山上不一樣。當世界只剩下自己，正是直面真實自我及內心的時刻，或恐懼或疲倦或憤怒或自責，都成了赤裸的，屏除所有眼見虛華，褪去虛與委蛇與華而不實的自我包裝，你能看見自己。

出登山口，走向接駁車輛時我走在隊伍最後，望向三天前初見時陌生的風景，現已是其中之人。回想一路走到今天的自己，已不自覺熱淚盈眶，輕聲對自己說：「爬山也許是用盡一生找尋，『我在哪裡』。」

「親愛的自己，我會找到你的。」