

### 與字共舞

寫字可以展現一人的魅力；跳舞則可以凸顯一人的個性。我是名自閉譜系障礙患者，不喜歡寫字，也不喜歡跳舞。

「同學，你的力道太用力了，字跡都透過去了！」老師再次提醒我寫字的力道，我落寞地嘆了口氣。鉛筆是邪惡的工具，手則是萬惡的來源，它會趁你不注意的時刻悄悄偏移。失控的筆像是在溜冰場上滑行，霎時間，字又寫的好醜，好想把那紙上的黑碳擦掉。右手寫下來的字跡總是能刻印至下一頁，墨水也會透過去，有時還誤認成是印刷留下的痕跡。寫字對我而言是個不好的印象，如蟲子爬在皮膚上，奇癢無比。

寫字印象讓我回想起國小寒假時有報名藝才班的書法課，是我最喜歡的老師指導，也是我在開課前最期待的課程。我自認為上完課後可以寫出一手好字，拿出美麗的萬年紅，寫出一副「春風及第第三陽泰，瑞氣盈門萬象新。」然而才剛上完第一堂課，我已經想要回家了。我學不會握毛筆，也無法控制力道，粗糙、笨拙的手在紙上揮舞著，留下一條條驚扭的蚯蚓。

「今天上課好玩嗎？」放學時父親問我。

「不好玩……」豆大的眼淚落在臉頰上，我望向天空說著。

人生第一堂書法課就遇上了重大的挫折，在自己喜歡的老師面前如此狼狽不堪，充滿羞愧的樣子我現在都還記得。無法寫出漂亮的字，就沒辦法得到老師的讚美和認可。看著其他同學都能畫出一條筆直、粗細相同的直線，我只能畫出一條蚯蚓，匍匐前行，和其他同學的距離遙遠，甚至永遠無法追上。我以為自己只是不擅長書法，抑或是寫字太用力，屬於自己的特性罷了！

隨著學齡期已過，青春期來臨，在智力與情緒理解能力皆應快速成長的時段，我似乎是那個被時空遺忘的影子，不斷向前奔跑、追逐著前方的主人。經歷了重重的低落、啜飲了濃稠的悲傷，我來到了醫院的身心科看診、鑑定，意外發現自己對於情緒理解能力、口語表達能力非常薄弱，長期的治療與診斷，我又有另一個名稱：自閉譜系障礙患者。

「跳舞是種藝術形式的發揮，展現出自己的獨特品格與個性。」表藝老師曾在課堂上說過這句話，只可惜我連基礎的舞步都無法做到，更別談跳屬於自己的舞蹈了。若要形容我跳舞的記憶，那真是令我痛苦至極。

舞蹈印象中，最深刻的回憶莫過於高中一年級的帶動唱比賽。帶動唱是我們學校校慶時的一項班級競賽，類似啦啦隊的表演舞蹈，動作、服裝、隊形、氣勢樣樣不可少，最沉重的壓力來自歷屆學姊的優良表現與期待。「動作再大一點！手要抬高！記得要微笑！」當時的我已經有些吃力，笨拙的四肢揮舞著，非常想努力追上其他同學的進度，每天回家練習，團練時間大聲喊口號，就算喉嚨吼到沙啞、雙腳跳到疼痛不已，也想要一同站在舞台前發光發熱。

「四十六號請到一號診間，謝謝！」廣播響起，我蹣跚地邁入進診間，焦急地詢問醫生能不能跳舞。

「最好是讓腳休息一陣子，不然傷口會更嚴重。」

這麼不愛惜身體是不行的，到了比賽前一個月，再也忍不住腳踝的劇痛，向醫院的復健科掛號，原來足部的肌肉已經發炎了，只好休息一陣子。原本班上人數已經不多，排隊形、喊口令的聲量已經很吃緊，當負責舞蹈的同學一聽到我不能跳舞時，他們失落的表情在我心底刻下深深的痕跡，就像我寫字的筆跡一樣，名為虧欠的墨水不斷發酵，因為自己拖累全班的自責感久久不能癒合，如白蟻不斷啃咬著碎裂的木頭般，隱隱作痛、難以釋懷。

「喀答……喀答……」臥室內，閃亮的螢幕前，女孩沉浸在自我的世界中，儘管白蟻啃蝕著碎裂的回憶，儘管虧欠的墨水透入碎裂的心，我依舊在構築自己的世界，構築字與舞的世界。

鍵盤是鏗鏘有力的主旋律，隨著滑鼠的伴奏，我踏入文字與舞蹈的世界。我是一名與文字伴舞的舞者，依靠著名為靈感的曲調，跳出自己的步伐。成長是一棟由零碎記憶搭建起的建築，自己的一舉一動是成長的建材，建構出成熟的自己，儘管生來並非完美，我依然在自己的建築道路上。

我討厭寫字，我也討厭跳舞，但我不討厭與文字為伍。

世界上每一個人都會留下足跡，寫字是多數人留下的痕跡，跳舞能使痕跡更加顯著。人們可以從痕跡看出彼此的生命歷程。但是寫字無法詮釋我的人生，就像一堵牆困住自己。跳舞沒辦法使我的人生更加絢爛，就像水無法將油燈點燃。有一群人和我一樣，被厚實的牆圍堵著，前方有一道上鎖的、冰冷的鐵門隔絕一切萬物。

「那就讓寫作成為開啟鐵門的鎖吧！把你想說的話都打字、記錄下來，在分享給別人看，這樣就有人能理解你想表達什麼了。」身心科醫師對我說。

「喀答……喀答……」也許是打字比寫字輕鬆，也許是不再容易感受到寫字的挫折，我變得常常守候在書桌前，沉浸於文字的世界中，成為休閒活動的一部分。透過文字，我打開了厚重的鐵門，和同儕有了聯繫，和世界有了交集。文字的力量是如此強大，留下了長久的生命足跡。

「我打算寫一篇文章，就叫『與字共舞』吧！」

「那是什麼樣的主題呢？」

「一段將心意透過文字一份份包裝，傳達給眾人的故事！」聊天室一來一往的訊息，顯示著一名快遞員即將啟程，正期盼著送信的旅途。

首先，我要寫給國小書法課的美術老師。謝謝老師看見我繪畫的天份，鼓勵我嘗試使用不同媒材創作，書法雖然很困難，要耐心費時地控制力道，但是我仍然很喜歡上您的課，也很謝謝您給我機會報名。

接著，我要寫給高中帶動唱負責編舞的同學。謝謝你們花了非常多的時間教我跳舞，也很包容我的身體狀況。我還記得全班練習喊口號時自己突然喘不

過氣，你們第一時間跑過來照顧我，扶我到一旁休息，以及後來我腳受傷，只能在一旁播音樂，你們還是在比賽結束後詢問我的傷勢如何。非常感謝你們的關心與體諒，讓我有美好的高中回憶。

再來，我要寫給身心科醫師一封信。謝謝醫生不厭其煩地詢問我心理狀況，願意傾聽我的生活瑣事，並想辦法幫助我解決人際互動方面的困擾。謝謝醫生告訴我打開鐵門的方法，讓我和家人、同儕有了聯繫。

最後，我要寄一封信給自己。因為有獨特的自己，才能感受到世界上不一樣的美麗。謝謝自己用文字踩出美麗的舞步；謝謝自己用文字踏出了生命的足跡。

「與字共舞」的含意是：透過文字，譜出屬於自己的生命。期待每個人都譜出屬於自己的無限生命。