

【第一章】陷落的生命舞台——病發當時

紅斑性狼瘡如惡靈般突然敲門，病發初期四處求診、於骨科、復健科接受各種診療，差點錯過黃金治療期。之後常感覺胸悶，呼吸不順，接連掛了婦科、心臟科、腸胃、甚至精神科……，世界忽焉改變，讓人不知所措。

前路彎轉時

只有當料想不到的事情真的發生了，我們才會完全明瞭生命的奇蹟。(保羅・科賀《我坐在琵卓河畔，哭泣》)

與車禍擦身而過，以為幸運逃過一劫，殊不知人生從此彎轉！

往尾牙宴路上越往前車流量越大，暮色轉暗仍困車陣。順著車流行至十字路口才發現走錯車道，被迫左轉心神慌亂，而說時遲那時快，右邊一輛直行車急衝過來，幾乎與我撞在一塊。

對方下車對我咆哮，隔著車窗聽不清楚，只覺千軍萬馬自四面奔來，我身陷沙場。四輪於車道間猶豫不決，後方不知哪來的車窗被搖下來，車內暴吼出怒氣：「妳到底會不會開車啊？」

我驚慌失措惶惶如夢初醒！

前路壅塞，我緊握方向盤如抓浮木，紅黃車燈如鬼火般熒閃周圍，始終無法抵達宴會餐廳……



隔天醒來不記得昨晚到底發生了什麼事，只覺左右手大拇指連至手腕極其腫痛。我和那車有撞著嗎？另一駕駛為何追來罵我？食不知味的尾牙宴後來如何？……，諸多疑點積存心中，而那殘留之痛如藤蔓於體內蔓延，夜裡躺平或側身皆不舒服。清晨欲起身卻無法動彈——啊，到底怎麼一回事？明明未被撞著怎覺一身傷！

以為時間可以療癒，短暫疼痛將如潮水自動退去，夜裡渾身仍被緊捆住，勉強想要移動卻受強力拉扯，一處喊痛全身響應，下床變得極為艱困。生活籠罩陰霾，入夜祈請睡眠緩解，白天求痛饒赦，而大拇指與食指持續僵硬，舉刀無力剝菜也有困難，更別提將檸檬擰出水來。

初始不想告訴 H 那奇幻夜晚發生了什麼事，事實上連我自己都搞不清楚。他或許會怪我不該自己開車到鬧區，是啊！H 明明說要載我去的，我偏想要自己完成這看似簡單的任務，未料竟然發生這樣的事！現在想起來有些後悔，而事情既已發生只能面對。唉！上天也許正跟我開個玩笑，我考慮要如何告訴 H。

關節如繩纏結體內，一個個緊勒著！

晚間散步時故作輕鬆對 H 說道：「我的大拇指好痛！」

「怎會這樣？妳有跌倒嗎？」

「沒啊！」我意圖隱匿險出車禍的事！

「怎麼了？多久了？……」

紅磚道繼續往前，路旁樹蔭迷離相連，心知一開口便得就醫，此後便是一連串的掛號、診療、檢驗、服藥、等候宣判……，生活將轉至抗病模式！

●

吞服消炎及肌肉鬆弛劑做復健，一個痛點拉出一條線，感覺電流穿透皮層，試圖制伏桀驁不馴的痛源；或者聽從物理治療師指示，拿著超音波磁頭摩挲患部，輕緩塗抹，催眠誘導或與匿藏皮下的怪獸協商……，耐性等候，天天期待轉機卻不見成效，只好任由針頭刺入，相信特效藥的威力，無奈一陣腫脹後，痛仍然存在，手腕、膝蓋更加緊繃。身體莫名興起戰役，本想速戰速決卻打成迷糊爛仗！骨架身軀，筋脈血管相織連，傷痛滯留不去，一動便疼，手腳連袂抗議，不知如何平息這局面？

一張張 X 光片於白亮燈光前顯出，十指如扇面張開，受蝕圖像似殘缺素描，瞧望那穿透血肉的景觀，仔細回想其中情節，自己到底做錯了什麼？

時間流轉，夜在滲漏，膝蓋經常無故又痠疼起來。我小心移動，虔誠和身體對話——珍愛、忍耐，痛與傷，且讓我們和平共處！

我如格列佛渾身被釘木樁纏綁著，身體遭受莫名凌虐。啊，膝蓋兩邊經常腫痛，膝後筋脈糾結，站起時劇痛，藥劑加量卻難緩解，人生為何遭遇這劫難？小舟被激流狂濤衝撞，一波波巨浪如鬼魅襲來，船將翻覆風雨仍未歇止！

眼前擋了座高山，H 只能陪著我尋找前路。我笑說有精靈鑽進我體內搗蛋。H 苦笑，不知我們面對的是什麼？

往常歡喜席地而坐，如今蹲下為難，更別提盤腿或跪著。H 搬走我平日工作的和式矮桌，買來組合書桌將木板一片片架高，層層抽屜往上疊，裡頭不知該裝些什麼！或許上天有意要我換個角度看世界。

坐上高椅兩腳懸空向外踢，盼將疼痛驅出體內。啊！身體已有毀傷，傾斜

之樹必須矯正。天天期待去鬱解疼，強迫自己避免不良姿勢，而痛如潮浪一波波回返，只得不斷更新應對方式。電毯、熱敷袋加入，期待緩解僵硬，提高組織修復力。人說針灸、瑜伽及水療也有效果，一種又一種驅病儀式不斷更迭。

痛改前非，排除一切可能錯誤，筭杯一次次擲出，笑杯、陰杯反覆，卻得不著神靈正面回應！

韌帶磨損，膝內筋脈緊繃，樹瘤蟠曲歪長，樹木無從挺站。筋骨比髮色、眼角拉出更強烈的蒼老警報。直路終將彎轉，多少人於歲月衝擊中傾斜身姿，青春腳步已然錯亂變調，讓人不禁懷疑，此一身軀堪用多久？

放眼望去，眾多婦人正承受著疾病，勇健身影日漸斜傾，一張張開朗神情於階梯前皺起眉頭。人工關節手術頻傳，膝上一道疤痕換得幾分輕便，若怕開刀持續跛行，右腳重踩，左腳輕點，荒謬的顛簸腳步讓人疼惜不已！

失去健康後才知珍惜，帶著傷痛行走，每步皆含祝福……

翩飛蝴蝶斑

慢性病是你自我認同的一部分」，或許所有疾病皆是人生必經過程，病是漫漫長路，藥劑鋪出前途。考驗人的意志和體能，看人如何重新定義、呼喚幸福！（《慢性病心靈處方箋》）

生命彎轉有時突然、有時則經長期演變、慢慢發生……

關節持續疼痛，骨科、復健皆無療效，只好轉換醫院做進一步檢驗。深夜的醫療大樓好是空曠，一管管血液自體內抽出驗血站隨即關閉，人潮已退，四圍沉寂，如末班車駛過的車站。抽完血忘了按壓，血自前臂滲流到手腕，趕忙找人協助，欲奔下樓卻遇著上樓的電扶梯，階梯如浪逆襲，讓人一時慌亂了脚步。

回家等候報告，心情繫於雲上，好不容易熬到回診那天。免疫風濕科前擠滿患者，文明越進展人體越脆弱，那樣多人自體防護機能亮出紅燈，各自承受莫名的苦難！候診螢幕跳動著桃紅色序號，憂懼於周遭隱隱現現！

權威醫師自電腦點出檢驗報告，研究一會兒說道：「妳可能患有紅斑性狼瘡！」

紅斑性狼瘡？我皺起眉頭，不知此疾多嚴重！

醫師接著說：「沒關係，我們開始用藥！」

生命突然闖進怪客，卻不知為何方神聖！

回程趕忙點開手機打上關鍵字，一頁頁讓人驚心的敘述出現眼前：

「紅斑性狼瘡是種因免疫系統錯亂，誤判自體細胞為入侵物而進行攻擊，導致全身發炎的疾病……」

為何罹患這病？腦中一片空白，只見小舟受急流衝擊，卯足氣力拚命划動仍無法改變去向！身體隱然成為戰場，崩壞正在發生。回到家連忙躺下，讓腫脹的肢體乘坐舟上，夜氛流動，痛與傷，沮喪和迷惘浮在水面……，天邊無星，漆黑中似見霧氣自漣漪當中生出，飛螢銜露逆飛，記憶微光於眼前畫出明暗曲線——病原何時潛藏體內？曾以何種形式喻示它的存在？

疲憊的意識忍不住回想所有可能病灶——幾時開始對光過敏，生長南台

灣，炎炎夏日哪天不吸飽陽光，黝黑肌膚不曾喊疼。之後陽光曬少，身體偶爾出現紅斑，時如點狀時如銅板或相連如鏈，引來陣陣搔癢與猜疑。蝦蟹鹹蛋芹菜和豆腐、床單枕頭甚至暫棲茶几上的塵埃皆被懷疑是禍源。猶記大二暑假返校帶營隊，活動未半，脖子至胸前整片紅疹猖獗浮出，原因不明，只見綠蔭當中垂掛著一條條毛毛蟲，當下認定是蝶的幼蟲讓我過敏，從此避行樹下，遠離蜂蝶及一切看似毛蟲的生物。

此疾年年復發，天候轉熱渾身便不對勁，清明至端午前後，驟雨陽光幾次交接，匿藏體內的精靈便自後背或臀部鑽出，於我身上灼出一道道傷疤。常於初夏一趟北行南返路上、或當饑食幾顆荔枝之後，靈異鐘聲便就敲響。蟬噪林間，隨著芒果熟成鳳凰花紅豔，暑氣總吹起我一個又一個搔癢的夏天！自知體內帶有癢因子，於陽光下轉紅，月出時變暗，如曠野焚起一起起灰煙，諭示狼的出沒，亦像荊棘負載肩上，扛起卸下，刺入拔出都疼。

指尖持續滑動，與紅斑性狼瘡相關的資料一筆筆自手機屏幕跳出，疲累目光繼續往下讀：

「紅斑性狼瘡名稱源自英文 Systemic Lupus Erythematosus。Lupus 指狼，1851 年因有醫師認為病人臉上的紅斑是被狼咬而命名。」

蝴蝶狀紅斑因狼之傳說更顯詭異，天熱時看似紅豔的雙頰，竟是異常體質發出的警訊！

狼瘡病症複雜多變如狡猾魔術師，戰神手指之處即刻淪為戰場。皮膚科醫師多以蕁麻疹視之、因其反覆發生如風，中醫稱為風疹、復因隱沒迅速也稱「癰疹」。清代《醫宋金鑑、外科心法》稱之為「鬼飯疙瘩」，認為病患是因汗出受風或露臥乘涼造成。啊，風霜雨露皆成肇因，呼吸躺臥都有發病可能。

腹前背後或雙腿內側，一團團堆累整片，沐浴時水柱沖下，奇癢便自紅腫處竄出。身體有恙，一切皆成禁忌。鴨鵝茄子筍和南瓜，花生咖啡巧克力……，與美味的關係須得重置。

●

類固醇、奎寧、免疫抑制及消炎止痛劑按時服用，臉變渾圓腰身加粗，病情卻未明顯改善。紅斑性狼瘡與類風濕性關節炎初期症狀類似，兩惡結伴做亂栽贓對方，不知兇手是誰。醫師初判我可能同時患有這兩種疾病。兩種相似病

症似兩張難解籤文，神靈不願明示，只能慢慢解讀確認。先是關節疼痛發炎，一場敵我不分的混戰，造成全身到處是傷。膝後緊繃，直彎明顯灼熱，手指每節皆痛，肌腱韌帶也都遭殃！

生命旅程突然移往特別車廂，不禁好奇同車者有誰、他們如何應對與感受？杏林子一生受類風濕性關節炎之苦，曾述自己天天面對各類疼痛、雷諾瓦罹病仍然繼續作畫，堅持「痛苦會過去，美會留下」信念。疼是警訊，引導人與身體進行對話。仙人掌因乾旱而堅忍，伸出利刺以禦外侵，最美的花總生於極端嚴酷處。每處疼痛皆藏密碼，提供契機助人堅強心志！

服用劑量被迫增加，日子於病痛與藥劑拉鋸中渡過。夜裡睡與醒頻頻協商，求於側臥半躺間暫時棲身。好不容易熬至清晨，迎接我的仍然是痛。腿連膝至肋骨皆等我檢視最新狀況，腳能移動便試著彎曲膝蓋，暗自估量痠疼指數。牙刷你好嗎？雙手捧得起水否？蹲坐能否順利站起？階梯你好，腫脹的腳踝於其間慎重巡禮，越是痛苦為難，舉跨一步越具深重意義。踩一步停一會，之前匆忙而今緩慢，生活步調轉成慢動作，於是將細節看得更清楚。庭前的花兒早安，陽光濕度是否剛好？缸裡魚兒，你受傷的尾鰭可能順利擺動？日子說不上太壞！吃藥睡覺和走路，日子剩下這幾件要事！水腫、腸胃不適、耳鳴、視力異常……，病毒與解藥於體內激烈攻防。

入夜，高樓的窗每扇擁有幾顆星？一隻鳥兒匆匆飛過，於方格間留下飛行痕跡。之前以為雛菊不會怒放只會微張，卻於鄰居盆裡見著燦爛開放，於是將北向植栽拿到戶外，期盼它變強壯！秋天是怡人季節，我該好享受。魚兒排列缸前，以其身姿彩色宴饗我，鳥兒於不遠處鳴囉，何其欣悅自己還能聆賞這一切。不惑、知命、耳順……，年歲加與人的不只衰老病痛，還有聰慧與悟性。

肌肉鬆弛少些疼痛，便能將日常事務緊握些，經風雨試煉，對陰晴將有不同感受。太陽按例巡行，晾出的衣衫吸飽陽光，於架上婆娑起舞。時間如水珠生出旋即墜落，樹枝伸手似想要抓住什麼！

紅斑性狼瘡病症多變，每人情況輕重不一，從毛髮脫落、肌肉痠痛、心膜發炎至精神異常……，撲克裡暗藏著鬼牌，不知接下來將翻出哪張？前路潛藏更尖銳荊棘，閉眼見著魑魅張牙舞爪，兩眼張開又似平靜。小舟持續漂流，據說前方多激流與漩渦。

漫漫前路，風蝕岩壁，一起起沙丘對應新月，苦難讓人將命運聽看得更清楚！天天對著自己點名——眼耳口鼻心、肺、喉嚨膝蓋、還有全身大小關

節……，你們都還好嗎？還好便於月曆上貼個笑臉，記錄天候般寫下身體狀況，時將寫滿病症與憂懼的紙張塞回抽屜，勿讓它露出。

類固醇加加減減，始終無法自藥單裡去除。一次次將那黃色藥丸置入切割器，中線對正含刀蓋子往下壓，手勁剛好切割越來越準確，心底竟有莫名成就感。吃藥成為生活重要儀式，頻和活躍抗體協商，求它理性平靜！

六月，鳳凰花又開滿樹，橘紅色蝴蝶斑棲停我臉龐兩側，一開一闔，款款舞動，沾點眼藥膏嫋熟地輕輕擦拭，明知無效還是行禮如儀！

藥物時加時減，這病可有盡頭？

目前還好，不是嗎？

抽血、就醫，醫學中心雙向手扶梯持續湧動，熟悉去來，日子如常前進……

親愛的，我不能呼吸了！

對於這正常且無可避免的悲傷唯有在接納它的過程中，我們才能學會與悲傷和解。（《慢性病心靈處方箋》）

晚餐後我靠著沙發休息，H 照例洗碗，以大量水沖去鍋盆油汙，賣力刷去碗內殘黏的米粒。桌上芭樂一塊塊切好擺放碟子，想吃卻無胃口，猶豫該不該告訴 H 我今天又不舒服！上週才掛急診，心電圖、X 光並抽驗了血，檢驗報告一切正常，照理不該有問題！

試著深呼吸起來到處走動，而再如何用力亦吸不足氧氣，似困處水箱的熱帶魚。心跳急遽，感覺空氣越來越稀薄，缸裡的魚不斷往水面浮升，我的胸越來越悶！

H 洗完最後一只碗，順手將鐵鍋倒覆，積水順勢流出，隨即關上廚房的燈碰地於一旁沙發坐下來，一天工作與義務就此結束！眼看他拿起芭樂喀地咬了一口，我將欲說的話吞入，試將身體坐正屏除胸口壓力，而壓力仍在，明天，明天再看看吧！一旁缸裡的魚張大嘴，極力索求存活氣息——深呼吸，好希望自己能夠正常，再次呼吸仍覺不對勁。魚嘴越張越大，開闔頻繁，馬達快轉，我需要更多氧氣！

「你有查適合的心臟科醫師嗎？」終究我仍將話說出。

H 將咬一半的芭樂放進冰箱快步上樓。我獨坐沙發不覺懊惱了起來，憂心又是心理作祟卻也擔心忽略致命危機！求救訊號已然發出，本可恬適的夜晚即刻變調。

「走吧，或許可趕上掛號截止時間！」

倉促上車四輪急轉，H 緊握方向盤駛往醫院的路，這路近期不知走了幾回，施工鐵皮圍欄佔去一半路寬，繁忙公路顯得格外狹促，捷運天橋缺口已經接連，一條行於半空的路終將通車。無心去想未來景觀，雙線道逼近，感覺對向車輛就將衝撞過來！車燈刺眼，心跳不覺地急遽，深呼吸，感受身體機能的維繫與差異。H 猛踩油門緊抓方向盤於車道縫隙間鑽探，我轉頭不敢向前看，見不著天上星，燈光迷離，閉上兩眼感覺疾風無聲喧嚷著……

飛車急如星火，一進市區卻堵在壅塞車陣中。

八點十五分，紅燈緩慢倒數，每過一秒便少一秒，我心跳猛烈然後無力。車總算移行，不出幾公尺又被另一道紅燈擋下——八點二十、二十一……，紅燈如柵欄接連擋去前路，前車心猿意馬似在尋找停車處，夜市人多車無法疾行，時間繼續耗損，此行又顯荒謬！

車內沉寂，時間流逝無聲，H 牢抓方向盤拚命前衝，印象中他經常踐踩時間邊線——電影開映前匆忙進場、趕赴機場最後 check in 時間……，H 習慣並樂於追尋刺激，我卻深覺無力！再次深呼吸，無從抱怨，H 持刀劍般帶我殺出重圍，對面的車急駛過來，H 猛轉方向盤用力槌擊下喇叭，斥退對方疾奔向前——我忍不住喊出「小心」，想叫 H 別太趕來不及就算了，終究未說出口！

街燈流轉，待會兒循著原路回去，我可否將難受與舒服感受得更清楚？熒亮車燈接起銀河，我瞇閉眼睛，感覺車身晃搖如將擋淺。睜眼看向車外——今夕何夕，我身在何處？H 執意向前一如當年堅持留在我身邊，情緣倘若彎轉，是否如今就不必走這遭！旁車疾馳而過，窗裡隱約映出記憶微光，浪花逐岸隨即一分分退去，於沙灘拉出長條印記……，車燈如劃亮的火柴，年輕時的愛情與執迷緊連日後命運，啊，誰知極欲緊抓的終須放手，一起浪來，沖去相連腳印，突然間替 H 難過了起來！胸口又悶，越想正常呼吸感覺越不對勁，如沉溺水中兩腳踩不著地面，衣服、髮絲浮起……

H 緊抓時間尾巴，左轉後馬路變寬車流漸少，「急重症中心大樓」大字於夜裡顯出威嚴，H 重踩油門，似欲洩吐方才壓抑的愁悶！啊，車上時間顯示只剩三分鐘，地下停車場在前方，取票進入還有一段迂迴的路要走。H 倉促按下停車場按鈕，柵欄舉起，車急駛入，下車後四腳便於穿廊間疾行。

穿廊牆色及布告欄感覺如此熟悉，不就前晚才剛來嗎？

●

搶掛到最後一號，H 臉上咧出笑容，我深呼一口氣，為這頻頻上演的險象感到啼笑皆非。搭乘電扶梯行往診區，明顯感覺心跳鼴鼴如戰鼓。候診的人仍多，H 找位置讓我坐下來，自己如站哨般立於一旁。近期常看醫師，醫師姓名多記不清，卻記得那名叫黃春明的醫師，是的，一字不差，沉重的診病醫療過程就因這可愛巧合帶有幾分愉悅。今晚多掛一科，又將遇著什麼樣的白袍人？

紫紅診號叮咚一聲往下跳，診門開開闔闔，不經意自門縫瞧見醫師面容，直覺他長得像徐志摩，削瘦的長臉，細邊眼鏡……，所學與性情或有關連，醫

心之人可也多愁善感？

習慣環顧周圍，尋思患者與病症間的關連，門內走出或將進入之人或有共通點，比起免疫風濕科，心臟科患者男多於女，瞧他們步履沉緩，想其胸腔裡懸掛著傷痛之心，猛烈狂亂或氣弱需要扶助。我深呼吸，感覺周圍環繞著混亂心音，突然為自己將要就診的心緊張起來——唉，是否我的心臟已出問題？心包膜或冠狀動脈，哪條管腺哪處心室窘迫發炎、日後如何守護？

耳畔傳來婦人與舊識巧遇的寒暄，多年未見，其間各自病發多次，她安支架他做了導管，上回危急幸虧救回，歲月艱難卻也過了好幾年。婦人已為祖母，男子兒女未婚，年歲繼續添加，不知天命將停於哪一年？互道珍重彼此提醒，人生無常心病患者感受最深刻！

診門打開，長者由家人攜扶出來，患者與家人面色同樣凝重！將我心比你心，如何謹慎才能防止一顆良善的心毀壞？

護理師呼叫我的名字，入診間醫師自電腦得知我初次掛心臟科，詢問我不舒服的感覺，茲事體大，我暫時將徐志摩的事擱在一旁——認真描述自己胸悶、呼吸困難的情況！

徐志摩調出我日前於急疹室作的檢察報告，仔細聆聽我的心音，隨即詢問我的呼吸情形——

「爬樓梯會喘！最近有時走平路也會喘！」

「散步呢？」

「散步會覺得比較舒服！」

「最近壓力有比較大嗎？」

我搖頭復點頭。

徐志摩微笑，判定我是因壓力造成的過度換氣症候群，病症典型而輕微，開了劑量極低的抗焦慮藥供我服用。

隱隱感覺 H 嘴角含著笑意，我心底的沉重緩解，卻仍擔心重症被忽略。

「是否需照斷層掃瞄確定？」

徐志摩微笑說不需要，怕我感覺失落便溫和詢問需不需要為我安排作運動心電圖？

運動心電圖？做什麼用？證明我的喘息是正常的嗎？

我搖了搖頭，走出診間，感覺迎面來的每顆心皆撲通撲通嚷叫著，急喘、無力，激越、萎頓，各自擊節，交響出繁複的生之歌……

出了醫院，車流變緩，綠燈取代紅燈，H油門直加一路通暢，清月露出，星光與車燈隱隱閃爍。我試著放鬆心情，不敢太用力呼吸，心想自己如放羊孩子，下回再嚷不舒服，可能須看精神科。

自側邊看H，他仍抓著方向盤直往前路，車燈遙遠，點點螢光上飛成滿天星！

禁錮的牢籠

你不會因為憤怒而遭受懲罰，你的憤怒卻會懲罰你。(佛陀)

星期六早餐過後 H 繼續打他的電腦，我躺回床上，情緒不知怎地便有起伏，看 H 毫無反應我更愈激動，淚水失控流了滿臉。

H 於是坐到床沿問我怎麼了，我頭轉一旁佯裝沒事，他越靠近我越縮藏，一直將他擋在圍欄外頭。

H 忍不住嘆了口氣說：「或許妳真的病了，去看醫生吧！」

H 早想帶我去看精神科但礙於我不肯。事到如今我越反對他越覺得非去不可，便強押著我上路。車左彎右繞，和平常一樣的路此時卻顯漫長，河邊楊柳錯雜亂長，你說它是荒蕪還是浪漫？塑膠櫻花虛假盛開，俗豔桃紅徒然壞了沿岸風光，這路從來未曾這樣醜過，我在心裡強烈抱怨卻不知要如何向 H 說！並非對精神科有成見，只覺不該病急亂求醫，將一切歸諸精神問題。突然間心底有把火熾烈燃燒起來，我身體不舒服是真的，為何沒人相信我！

H 一路沉默，他始終覺得我的胸悶是因心理作用，源於精神的疾病，自當求助專業醫師。這回總算合了他的意，看得出來他內心愉悅。我不喜歡這種感覺，難受無法被理解，還被安上另一項病症，心裡有冤屈無從辯解，越掙扎陷落越深。

車執意前奔，喇叭聲相互叫囂，車近醫院，於嘈雜車流中漸地滑進停車場斜坡，H 尋著停車位拉起手煞車，此行便成定局。

我在心底直嚷著：「根本不必走這一趟的啊！」

候診區已有多位患者，獨坐或由人陪，前方兩婦人聊說起睡眠狀況：

「換藥仔睏未去，一冥攏要起來幾落擺！」

「我嘛是，沒呷全然沒法度睏！」

婦人互吐苦水，臉上濃妝難掩惆悵，清亮光線自窗斜入，照出一室慘白。

我昨晚也不好眠，如廁後意識跟著清醒，思緒如花綻放，越急著再睡精神越好。我已習慣如此漫漫長夜，躺在黑暗中任由思想反覆，如織布機胡亂編織

令人厭惡的紋彩，也似按錯指令無法暫停的印表機，一頁一行或整面漆黑——停止，我慌張按壓，搥打，印壞紙張仍然不斷吐出，緊急將電源切斷。

夜色深淺交錯，疲憊靈魂被一層層禁錮。

失眠者的對話持續，我頭轉向另一邊，見一少婦精神似好，一旁陪著她的先生(或情人？)強忍厭煩耐著性子，刻意壓低聲音說：

「什麼事都沒有，妳為何老要胡思亂想？」

「我哪裡亂想？明明就有的事……」少婦聲音上揚，這時男人手機響起，他得救般至窗邊接聽，少婦才被激怒的情緒硬被中斷。

男人回來繼續剛才的話題，對話進入更多細節，我已無心往下聽，想到自己的處境，胸不覺又悶了起來。前方櫃台統管廊道三個門診，被唱名者各自進到診間。走廊狹長如小河，船帆陸續經過，直覺這流域並無適合我搭乘的船隻，心情不由地沮喪，想要回去卻不可能！H 神情嚴肅，如押解犯人的警衛。早上患者不多，彼此間隔著空位，放眼盡是想像空間。

這些日子來看了多少醫生？心臟、腸胃、免疫風濕及婦科……，還有多次突發的急診，自此門入從那道出，也許剛巧碰對了、也可能誤入迷宮，離出口越來越遠。又將與新的醫生見面，卻不知如何敘述病情。

櫃台喊叫下一患者，診門打開，醫生和她如故舊般親切寒暄：「睡得好嗎？」門掩上，對話自門縫滲出，嚙嚙咕咕嚙嚙……，驀地感覺眼前所有人嘴一張，便吐出一顆顆無形氣泡，啵啵啵啵……，氣泡或圓或扁，嘴越張越急，如在宣揚理念或發出求救信號，直覺那逐漸高漲的洪水不斷向我湧來，不覺心跳增快，胸又悶了起來！

過不久，我的名字被呼喊。

走進診間，女醫師長髮微捲，為一清瘦中年人，似記憶中留有印象或早已遺忘的師長、朋友或路人甲乙，她指示我坐，隨口問出：「怎麼啦？」

關於我的病情，我一開口，不知怎地眼淚便簌簌流下來——啊，我怎麼了，女醫師與 H 包含我自己都被嚇著。

女醫師連抽兩張衛生紙遞到我面前。H 尷尬地代我敘述情況。

醫師一邊點頭表示理解，兜兜便將之敲進電腦作成記錄。

魚嘴一張，莫名被水給噎住，甭說辯解，連發語權也失去了。我著急並且不甘，而失常情緒說明一切，欲澄清卻無氣力！

女醫師的關心話語帶著專業威力，她強調溺水泥偶需要人幫忙引渡，情緒有困擾、精神生病了不必難為情！

啊，我明明很好的啊，我真的沒有心理疾病，我努力恢復情緒，急忙找回平順呼吸，而雙眼已然哭腫，鼻音濃重，似被水流打翻狼狽可笑的游魚！我真的還好啦，淚水快點止住。

女醫師又抽了兩張衛生紙給我，我不停擤鼻涕、清喉嚨，極力想要替自己辯駁幾句。而大勢已去，醫師判定我思維負面，脆弱情緒無法承受較大的人生變化，別人罹病、身體不適仍能過得好好的，我卻總悲觀負面，想到了陰暗與終點。今天不治療，日後容易變成憂鬱症！

啊，不要治療啦，我真的沒事，我心吶喊，卻無法說不！另種強效抗焦慮藥被開出。

「相信專業，要聽醫師的話！」回程 H 緊握著方向盤，神情篤定，看來抓著浮木的是他，不是我！

每回看完醫生，H 便買一束花送我，我將它供養水瓶，只見那紅玫瑰無法展開，花蕊萎垂，百合一面盛放一面枯黃，浸水腐草氣息蓋過花香。

●

抗焦慮藥加進藥袋，似衝浪板一次次助我渡過潮水起漲。情緒來襲將被覆沒時趕忙將藥片吞入，便得於浪前站起，呼吸著較多空氣。抬頭見著藍天，似乎又回到從前，得再細數飛鳥，感受鳥振羽翅的力量與自由。潮浪一波波，陽光照在背後，偶爾細雨灑下，於水面泛起一圈圈波紋……，卸下沉重心防，重新感受喜樂並能微笑，只是冷不防地，浪太高踏板踩滑，縮藏胸內的汽球脹起，方才平穩清晰的畫面又再錯亂。

抗焦慮藥效越來越短，餐前服用一顆，餐後胸又悶了起來。方才的舒適是因食物還是藥物，讓人不甚清楚！家是港灣需要平靜，我著實不想無端興浪，

成為麻煩製造者！

回診的日期又到，這回我平穩敘述自己的情況，盼可回返正常堤岸。

女醫師覺得症候初步獲得控制，若要治本還是得改善潛藏的陰鬱體質！陰鬱可能鬱積，為防日後風暴興起，須趁早破除病因。女醫師另開一種臨床效果極好的用藥，聲稱只要能夠按時服用，忍過前期難受，便將海闊天空！

一條生路被指出，H的目光發亮，確定求助專業準沒錯。我雖質疑，也只能試試看！

提拿更沉重的藥袋回去，一次次將那祝福及詛咒混合一起的膠囊吞進肚子，儘量多喝水讓藥行走快些，感覺那神奇粉末於潺潺水流中散逸開來。亮白藥劑與暗黑病原相抵禦，你前我後，我追你趕，你敗露的空隙我趁機侵入，一道亮光化開陰暗，前路將一片明亮。相信醫師，信任專業，心中雜音不斷，也不斷對自己嚷喊——誠則靈驗，我要好好接受治療。

H下班回來按例詢問：「今天白天可好？」

我微笑點頭，試圖讓他放心——按時吃藥，不胡思亂想，給花澆水、餵魚飼料，行有餘力將屋內灰塵掃一掃。家需平靜，生活要有正常作息。即便身陷泥淖，仍要奮力挺站，迎出幾許光明。之前飛於天上，而今只能守著堤岸，偶爾上船極怕遇著風浪，兩手緊抓船舷，一點顛簸便有翻覆想像。不願當病妻，期盼自己健康正常。

H的關懷目光帶著試探，我的回應也有各種弦外之音，上層平順下層彎扭，刻意和緩的表面下卻有各種波動。他問我好盼我真的好，我的回答期望他安心，卻隱藏不希望他察覺的幽暗。兩人各據一頭，他緊拉時我鬆放，我嚴守時他退讓，力求平衡的兩邊隱約有著不明角力。

船隻準時出航回返，豈知灣邊常有雲霧遮擋。漫天霞彩下互連著陰霾，H或許不曾察覺，一陣雨來，天暗下或清朗幾分。

「今天如何？胸還悶嗎？」

「還——好！」好字後頭拉著尾音，期盼他能察覺，順著我的心情階梯進到心房。

「到底好——還是不好？」跔音傳響，前、後兜兜繞轉，我心神豎起，愣

愣等候著。啊，如何分辨好與壞，時時要定義心情如直瞪著一片空地，蒼涼與空虛相近，低落和平靜類似，越放大覺得越奇怪，硬要定義、說出個所以然只讓人痛苦心煩。

封閉的心敞開一線，盼能吹吹風曬曬太陽，遇著 H 稍微忽略或嚴肅回應，便又迅地關閤起來。

我的心情並不挺糟，真的還要繼續吃藥嗎？

「按時吃藥了嗎？」H 見面便問，我欲說的話又嚥回去！

女醫師認定我體內的憂鬱怪獸須儘早壓制，H 說悲傷必須醫治，陰鬱體質若能改善，自然就會快樂了！

心底的傘對向日頭，悲傷、喜樂相對抗。H 目光不停逡巡，試圖照覽我幽微的思緒。H 的聲息自另一頭傳來，房內傾斜著一排陰影。夜氛流動，我安份爬行，強令自己放開心情，催眠般一再提醒自己保守這片寧靜。只要乖乖服藥便可讓 H 放心。我暗自禱念，希望能儘快好起來，而那剷憂藥劑入我體內卻堆起層層障礙。密林接連陰暗無邊，陰鬱蔚成的岩層重壓著，忍耐、撐住難關，一片劑量藥效幾小時，勉強前登，再用力些，攀過此岩便可通往情緒出口——醫師是教練也是救生員——再撐一下，H 盼我康復，我一定要努力，而精神越想放鬆越緊繃，好不容易翻越此嶺隨即遇著下一座高山，直覺空氣稀薄，呼吸沉重，較之前的胸悶情形更難過！何須費勁攀爬虛擬山岩？為何要為不明症候承受這樣的負荷？一天、二天、三天，一個兩個星期，天天辛苦，欲想回頭卻不敢說，也想不出受此苦難的理由！

已走這樣遠豈可半途而廢？H 嘴咐我耐心點，見我面有難色便蹙起眉頭，心底的幽暗比我還要深，表面看不出起伏，一踩進便不知墜落哪裡，我欲掙脫又怕被吞噬。藥是浮板，必須緊緊地抓住。不斷安慰自己面對操練，將疲弱的心練出韌性，強令顫抖無力的兩腳挺站起來，前行，走過最深層的陰暗就不怕了……

「吃藥了嗎？」房內僅存的話語持續迴盪……，樹影自落地窗篩進房內，於床上交錯出圍欄，將我與 H 分隔兩頭。黑暗持續堆高，我爬不出，H 無法靠近，鬱鬱神色漸地深濃。

星期六早上 H 繼續打他的電腦，我躺回床上自側面看他，感覺他的背脊僵

硬，神情緊繃，我試著深呼吸，盼 H 鬆開緊蹙的眉頭，而他心底的幽暗我如何也無法進入！鳥兒觸撞桅杆，翅膀淌出血來，欲飛的身影一逕沉落……，一波浪來、高起，我抓著浮板，眼看 H 就要被淹沒，我忍不住想要大聲嚷喊——

或許 H 也該吃藥，只是，要怎麼勸他去看精神科醫師呢？

窺探腸道祕境

世界就是這樣，美麗與恐怖的事都會發生，別害怕。(傅瑞德・畢克納)

免疫系統病變後我成為藥罐子。天天吞服各種藥片與膠囊，樂爾爽錠(類固醇)六顆一把抓入嘴內，感覺它自食道、腸胃一路衝撞燒灼組織，希樂葆、必賴克康膜衣錠(即奎寧)和水吞服，殺敵同時也殘害一些賢良，水腫、皮疹、腸胃不適、耳鳴、視力異常……，藥單上列出的副作用多達一長串，身體淪為戰場，病毒與解藥激烈攻防！

久病成良醫，困擾的是不知禍源在哪裡！

心臟？還是胃？H 耐心詢問，我如幼兒般無法確切說出自己哪裡不舒服。不想當病妻不願多事，而胸還是悶，我瞪著 H 欲言又止，H 見我難受便又在網路搜尋起來——胸悶、呼吸不順……，關鍵字頻被敲出，螢幕秀出各種症狀，H 於各條敘述中尋探，如行迷宮彎轉、碰壁，折回重走。我於鍵盤敲擊聲中漸地昏睡，胸裡脹滿的汽球不知何時消失……，我在夢裡正常呼吸、躺臥沙灘曬著太陽。

天明，全身各器官、細胞陸續醒來。H 熟睡，縮躺床緣的身軀顯得更單薄。啊！他昨晚資料查到幾點？電腦已然歇息，迷宮藏匿。突然覺得對他有些愧疚，寧願未向他提及胸悶的事。

天候轉涼，陽台藤蔓放緩伸展腳步，一隻迷路蜻蜓亂撞窗玻璃，另隻棲息盆邊，安適吸吐霧露，感受陽光的居留和移動……，如果整天呼吸都能這麼平順，沒有病痛負擔，那該有多好！潺潺水聲自客廳魚缸傳出，庭外麻雀依然喧鬧，斑鳩拉長咕咕尾音。陽光予人復原力量，地球依然運轉，日子應可如常往下過。

H 醒來連忙告訴我他找著另種可能造成胸悶的理由——腸胃不適。

我睜大眼自左胸往下摸——心跟胃距離雖然不遠，它們會有關連嗎？突然間所有臆想全都轉向，胃食道逆流名為 heartburn 是有理由的，H 又見曙光般地興奮。

一條線索衍生許多猜測，忍不住又和器官對話——心太重要讓人緊張，若只是消化系統不順，那倒也輕鬆，頓時感覺胃囊於腹內盪起鞦韆！



傍晚，車流紛紛散往回家的路，H 又一次載我開往醫院方向。一星期入院好幾回，簡直將醫院當作自家庭院，7-11、理髮院與鞋店……，市井流動，人潮起落，傍晚患者多半還在路上，候診室的人不多。頻頻換診，根本記不住醫師名字！

叮咚，小紅人躡手躡腳瞬間跳至我的診號，啊，還沒想好要怎麼敘述病情已入診間。

醫師看似年輕，髮量卻稀，醫病果然勞心。

「怎麼了？」

「胸悶！」話一出口便覺心虛，連忙改說：「胃不舒服！」

「飯前還是飯後？」

「都——都有吧！」我未說謊卻覺得要穿幫，對話難以持續，一緊張胸又悶了起來。

「先去照X光！」幸虧醫師總有他的演出腳本。

挺胸、貼壁，光影倏地掠過。再回診間，比裸身更徹底的影像已秀於燈前！啊，那是我的體內器官？胃鬆垮，腸道曲繞，深淺色澤集聚，如畫壞或不易解讀的水墨，讓人有些難為情。

醫師指著曲繞的腸道解說，罪證確鑿讓人無法辯解，只是這跟胸悶何干？

整腸治胃總沒錯。舊車頻屢出狀況，遍尋不著拋錨主因，做些相關保養或有助益！

醫院大廳熙來攘往，擺渡與過河之人相會。醫病關係不一，有時白忙一場，有時結下不解之緣。



捧著藥包回去按時服用。清晨醒來先將那錠胃藥吞入，感覺它溶散出的清

涼與胃裡冒出的酸熱交鋒，意識貫注喉間，水藍滲透淹過紅紫色……，靜心、冥想，胸脹之氣似乎消散了。

「怎麼樣？」H 醒來便問！

我不確定卻也不想讓他失望，便說：「有吧，應該有比較舒服！」

船繼續航行，搖搖晃晃水流不停衝擊……

咽喉泛起一道道酸汁，消化系統確實有毛病，找著病因，醫療獲得使力點，此路或可通往出口。

腸胃暢通，呼吸便能順暢，而胸悶、脹氣仍然，回診時便被安排照大腸鏡。

前晚喝一大罐保可淨散劑稀釋水，好讓內視鏡深入九彎十八拐的腸道。一張張光亮圖象顯現電腦螢幕，似幽深曲折的岩洞，壁上凹陷、凸出，或如潮濕欲滴的鐘乳石穴。最原始的景觀看起來最先進，醫師動了動手上滑鼠，便將那祕境遊走一遍。

「妳的腸道太漂亮了，連一點息肉也沒有！」

大費周章仍無結果！讓人再次慶幸又失落。

走出醫院，H 顯得一派輕鬆，似笑神情彷彿在說：「我就說吧！妳就別再胡思亂想了！」

我抿住嘴，不知也不想說些什麼！抬頭看天，月中仍有陰影……

秋涼，楓香黃葉一片片跌落，大雨後蝸牛一隻隻爬出，為紅磚路增添生動。

胸還是悶？我反覆自問，不確定哪種感覺才對。

甩一甩頭，想將所有疑慮拋諸腦後，潛藏體內的不安時而浮出……，忍著不要說出，怕一說出，H 又將啟動他的電腦搜尋引擎……

24 小時心電圖及藥物負荷超音波

真的算得勇敢的人，是那個最了解人生的幸福和災患，然後仍然勇往直前，擔當起將來會發生的事故的人。(伯利克里)

胸悶持續，成為與 H 間禁忌卻不得不面對的問題。

多麼希望能如往昔正常的呼吸與作息——輕鬆散步，安然入睡，一覺醒來所有痛苦全不翼而飛。而胸內似藏有顆不時脹起的頑劣汽球，讓我感到不舒服！H 面對電腦，回到他例行的生活空間，我靜躺床上，左躺或向右側，身體如舟，期望尋得最好的棲停角度，風起、浪暈，忍著吧，就當沒事，不要再驚擾這片寧靜海！。

汽球又脹起來，它確實存在，讓人不得不憂心，就怕稍一不慎，船將覆沒。

終究我還是說出。H 十指於是又上鍵盤，於醫療系統上不斷搜尋，或許再換個心臟科醫師！

往醫院的路上 H 一直沉默，我也不知該說什麼！疑似的病情反覆，H 直覺我是心理作用又怕延誤就診，話語輕重難以拿捏，乾脆閉口不言。車內流轉著電台音樂。盼此行不要白跑，又怕結果太沉重，心緒煞是紛亂，胸不覺又悶了起來——

H 終於開口，說這女醫師在網路上的風評極好，能體貼病人心情，即便是心理作用她也能夠諒解。

啊！心理作用？就知道 H 認定我是心理作用！我難道願意如此？突然間眼眶有些燙熱，情緒欲要起湧又強忍住，而這些日子來 H 已夠耐性，我不該有任何埋怨。車持續向前，總要繞行大半個都會才能到醫院。

我真的胸悶，女醫師比想像中要年輕瘦小，穿著迷你白袍，後綰的髮束微翹起來，似卡通〈摩登原始人〉裡的佩絲。她依例詢問病症，說著便拿了張資料給我，建議我斷食麵粉(麥麩)，許多病症便將消失。

啊，是這樣嗎？若真如此倒也乾脆，來日方長，但願還能作各種嘗試和努力！而我目前的「心疾」該如何？

女醫師閃動佈滿血絲的雙眼，啊，她怎麼了？昨晚沒睡好嗎？還是誰傷了

她的心？

她緊接著鄭重說道：我安排你作 24 小時心電圖及藥物負荷超音波，再看結果！

前方驟地出現兩道鐵門，通過這兩關，或許便將見著真相！

● 藥物負荷超音波

約好時間如期往赴，心情從原本的緊張轉成興奮，好奇心率將如何被監控與解讀！一到候診室，心跳又逕自加快！

兩手輪流抽血，右邊瘀青未褪，換將左手伸出，護理師於我手臂上這裡拍那裡按，過細的血管稍微浮出便又隱藏，讓新手不知如何插針！我面露微笑耐著性子，塑膠綁繩如泥鰌般滑溜，才剛綁好便又鬆脫。護理師一次次自地上將之抓回再綁它又逃走，如場荒謬可笑的遊戲。好不容易將軟針搞定進到超音波室，我依囑側躺，脈壓帶束縛臂上，接上心電圖，一旁螢幕便怦怦熱鬧起來。啊，螢幕中脹縮如變形蟲的黑影竟是我心，逼逼啵啵，較水泡冒出的聲響尖細，比山之音沉重。

側躺，背靠床沿，右手順著身體鬆放，心跳急速，不知那藥劑將造成如何影響？直覺心臟漸地狂跳，如快馬飛奔，馬蹄橫衝直撞踐踩心房，似要衝入又將飛出，情況比預期還要猛烈。檢測到了哪一階段？我未脫眼鏡，張眼卻看不清體內顯出影像。

「要注入藥劑了喔！」護理師於一旁提醒。

啊，不是已經注射了嗎？以為跑了好一段路，原來還在原點！

電源打開，旋轉木馬急速轉繞起來，啵啵啵啵，馬蹄重踩凌亂，眼前浮出一座高山，雙足拚命上登，再往上，心跳更愈快速，峰頂還有多遠？

「劑量再加，你心跳會再快些！」護理師於我耳邊提醒。雲又靠近，空氣更加稀薄，心跳更愈沉重甚至帶著拉扯力道，啊，還能再快嗎？峰頂在哪？心強勁猛跳，一旁螢幕跟著哮喘，兩腳勉強再向上攀，最高峰接上最長距離的操場，一圈兩圈……，心跳猛烈，直覺暈眩想吐，似奮力前衝了 1,600 公尺將要虛脫。

「劑量再加！」

啊，不行再加了啦！——真的不行了——疲憊之馬將要躺下，啵啵啵啵
啵，人體實驗繼續進行，迴圈於眼前轉出……，欲想求饒卻開不了口，精神體
力全癱軟著。

不行了，我真的不行了，感覺置身受刑台，血肉模糊成一灘爛泥，啊，虛
擬的運動卻引發我強烈驚懼！

醫護人員隨侍一旁，不知是我的哀求眼神，還是將死狀況讓實驗中止。

「好了，實驗結束了！」

醫師告訴我一切看來似乎沒有問題！

沒問題，這表示什麼？我還可以再跑 800 公尺嗎？

走下診檯，未留一滴汗，心臟卻經歷了一場魔鬼操練。

● 24 小時心電圖

通過一關便失去一條線索，只得振作起來，另外接受 24 小時心電圖檢測。
貼片黏附身上，六條電線自胸前拉至腹側集中接連的小盒。解說婦人臉孔年
輕，卻有雙蒼老的手，公主與巫婆的身軀錯置，這中間到底發生了什麼事？婦
人似乎感受著我的詫異眼神，手腕欲往袖裡縮藏而不能，繼續慎重解說著——
磁片不要碰水，線纜避免糾纏……，入浴睡眠皆不可中斷。

啊，心中所有跳動起伏皆將寫入？心底藏匿的悲喜、緊張與氣餒將一一被
解讀？我故意深呼吸隨後恢復平靜，小盒真能記錄這一切？

身纏電線似軟弱的機器人，行於人群中有著異樣感覺。舉手投足皆受牽
連，今夕何夕我是何人？

夜半醒來，見綠光仍然亮著便安心繼續睡，夢裡將登高山抑或潛入水底？
側身導線纏繞一起，身軀連著夢境全被綑綁住！清晨睜眼，小盒仍亮綠燈，它
果然監視我一整晚。起身梳洗，穿著寬鬆衣裙將那機密小盒遮掩住便就出門。
室外陽光依然，無人發現我的異狀。中學校園青春洋溢，走廊、樓梯間隨處笑

語，風發意氣，跌倒爬起復向前衝。

上課鐘響，如常踏上講台，手持麥克風將教科書裡的不朽情志再說一遍——長干女紅顏因愁蒼老、諸葛亮老淚縱橫……，讀〈出師表〉不哭，其人必不忠……，誰會哭啊！學生笑得詭異，啊，人同此心，心同此理，古人心的構造與今人應無不同！我沙啞的嗓音經擴音器於教室中迴盪，背對台下寫黑板，如皮影木偶舉手，麥克風線與身上垂掛的電線隔衣相碰，隱約發出窸窣聲響……，當年我坐台下，是否曾被古人感動？五十分鐘穿越千年時空，正想查看小盒綠燈可仍亮著——突然，背後掀起細碎騷動，回頭但聞碰一聲，一學生自講桌底下跳出，揚聲大喊：「祝老師——教師節快樂！」

台下一陣熱烈掌聲，我真的被嚇著了！故作鎮定同時偷將這時間點記了下來，這一刻，心電圖總該有明顯起伏！

身負枷鎖，一日長過一週。一旦解除又恢復了自由，小盒是否記下所有？一切仍待解讀。

再次行往醫院的路，白袍、紅男綠女各有角色。候診、等待結果。纖細女醫師迅速於電腦上查看數據。簡單說道：「除有些微心律不整，看不出有什麼問題！」

「所以——」

「不必治療！」

啊！就這樣？

對話無法繼繼，叮噹，診號下跳，下個患者進來。

走出診間，心情略感失落，H 的嘴角含著笑意。

我的胸悶仍然無解！