

# 施打一劑文字疫苗 療癒疫情下的 孤獨心靈

專訪：吳妮民

「真正孤獨的味道，我聞過。那時，探訪一居家病人，中年男子，半身不遂，獨居小套房；男人前半生不知細節如何，親族皆背離，僅一朋友不定期帶食物來探。他插尿管，發出汗酸，下肢滿是褥瘡；紗布掩覆著的傷口，分泌膿的甜，血的腥。為減少悶熱，冷氣機鎮日轟轉著；為蓋去冷清，屋內電視也哇啦啦開著。站在房裡，我想，最最極致的孤獨，或許是這樣的。它的味道聞起來像，被遺忘。」

——《小毛病·輯五：食既之時·孤獨死之味》



在疫情的籠罩之下，我們習以為常的生活模式，也產生了改變，頓時間，像是遇到了積極的推銷員一般，他帶著各式各樣的孤獨，強迫著你我，必須從中選擇一樣甚至多樣體驗：也許是減少社交活動、長時間與自己相處、有家不能回，又也許是過世前身旁不再簇擁著親人、無法見到最後一面……不同的孤獨粒子，在空氣中，飄散著，相互碰撞、相互解離，組成孤獨的百萬種味道，「被遺忘」是吳妮民組合成的氣味，

## 「那麼，關於最極致的孤獨，你感受到的味道是……？」



閱讀，不一樣的我

## 遷移：不同時代下的人事時地物

網路上，流傳著一張國際孤獨等級表，第1級：一個人去逛超市、第4級：一個人去吃火鍋、第7級：一個人去看海、第10級：一個人去做手術……將孤獨量化，人們紛紛對照著，試圖從中找尋一些慰藉。「沒有旅伴，你可以去做自己想做的事、看想看的東西。」或許是因為本身是獨生女的關係，與自己相處的那種孤獨感，對吳妮民來說，似乎是再也熟悉不過。疫情自2020年持續至今，臺灣經歷了三級警戒，許多國家更是在反覆地封城中度日，人們內心長時間積累著對於出國遊玩的渴望，漸漸也開始變得難以壓抑。現在的我們，是如此渴望著移動；然而過去的移動，卻是充滿著無奈。



### 吳妮民

臺北客家人，畢業於國立臺灣大學臨床醫學研究所與國立成功大學醫學院醫學系，現為醫師。著有散文集《私房藥》、《暮至臺北車停未》、《小毛病》，其餘文章作品常發表於《聯合報》、《中國時報》、《自由時報》等等。曾獲臺北文學獎散文首獎、時報文學獎散文首獎、梁實秋文學獎、林榮三文學獎等。

「我覺得像我父親那一輩，他們的移動常是被迫的，為了環境或要求學，他們一定要遷移。」她說道：「這個情況到我們這一代其實就已經比較少見，因為我們的生活相對比較穩定，所以我們的移動已經沒有這麼大時代了。」回溯自身家族的移動，祖先自廣東，度海至臺灣苗栗開墾；阿公因於19歲時遇上1935年的關刀山地震，遂遷徙至臺東；父親，則是為了求學、為了追求更好的生活，離開家鄉，來到了臺北，並與因同樣原因北上打拚的母親在此相遇……而父母的這段移動的故事，則成了她後來書寫《暮至臺北車停未》的契機。

書寫，是吳妮民療癒自我的方式，大三時所寫的〈十九號電梯〉，即為面對突然加重的課業壓力與大體解剖課的震撼，藉由書寫，給予心靈的一個出口。身為醫師的她，寫下日常的所見所聞：關於疾病、關於習醫歷程、關於那些醫療現場的人事物再正常不過，「但其實我一開始寫作的時候，並沒有特別設定我要



寫這個方向。我大三的那個時候，純粹只是想要把生活中最熟悉的事件寫下來。」也因此，她從未將自己限制於醫事書寫的框架中，第2本書《暮至臺北車停未》，即選擇以「採訪」的方式，將父母原本看似平行的2條故事線，隨著人生列車的行進，漸漸來到了交會點，進而交織出自身的故事，「邀請了我的爸爸、媽媽，那當然他們一開始會有點抗拒，因為大部分的人可能不喜歡被書寫。但是我爸爸很快就接受了，他反而是很積極的。」吳妮民笑著說：「他馬上用他不是很熟練的打字，打了10萬字的自傳給我。我拿到那一疊自傳的時候，其實是覺得還滿珍貴的，而且很感動。我覺得對他來說，說不定也是

一個書寫的出口，就是把這一生的回憶這樣寫下來，而且我發現他對童年事件的記憶其實是滿好的，也讓我看到過去我不知道的臺灣社會。」除了爸爸的10萬字自傳，她也做了許多資料搜集，甚至也跟著媽媽去高中同學會，「我有準備錄音筆、訪綱，到同學會的現場，覺得很有趣，因為那些阿姨們（當時約為60歲）在回憶以前少女時代的事情時，還是很熱烈。」篇篇回憶，一點一點地，幻化為文字，那些青春的躁動，那些青澀的歲月，凝結於字裡行間，成了不褪色的永恆。

廣東

734 KM

臺灣

苗栗

臺東

403.2 KM

臺北  
TAIPEI  
臺東 ←→ 未來



擁有作家身分的吳妮民醫師，時常受邀參與講座、對談，關於如何踏出寫作的第一步？她緩緩地說：「有的時候，只是把你最熟悉的事件寫下來，這樣就可以了，然後通常它就是最動人的。」

## 漂移：在不同身分之間

「那是阿公的甜食倉庫。或者父親會餵阿公吃些香蕉，用阿公最熟稔的客語與之對話，『有好食無 (iú hò siid mö) ?』而阿公以假牙輾嚼軟蕉，也必會如此回答，『好食 (hò siid) 。』」

——《小毛病·輯一：食甚之時·噫》

「我的客家血緣來自我爸爸那邊，那我小時候其實跟我爸爸那邊的家族沒有那麼多的接觸……後來爸爸就離開了花東來到臺北生活，所以其實我就沒有什麼機會回到那個地方。」從小在臺北都市長大的吳妮民，平時在家中使用的語言以華語為主，客語，大概就像是賀年歌一樣，只

有在過年期間才會聽到。到了大學，有位室友令她羨慕不已——只因她能夠與家人全程以客語講電話，「我小時候應該要跟她一樣，很認真地學習另外一種母語，這樣就多了一種可以瞭解文化的機會。」她的語氣中，帶有些悵然。由於媽媽為閩南人、爸爸為客家人，為了呈現兩人語系的不同，吳妮民也刻意將一些對話以閩南語、客語書寫，像是阿公與爸爸之間的對話，「雖然我不會講，但我還是希望可以營造這樣子的氣氛。」

醫學 = 理性、文學 = 感性，這 2 個等式，是否成立？

今年 8 月第 32 屆金曲獎才正落幕，其中，獲得最佳新人獎的 ?te 壞特，兼具歌手與準外科醫師 2 種身分，隨即引起人們的廣泛討論。醫學，較能夠被「量化」，而文學，則較難以用某個單一標準去探討；醫學與文學、理性與感性似乎位於 2 個極端，它們是否真的難以擁有交集？「但有些人會在醫學裡面看到它的浪漫。」同時擁有醫師與作家 2 種身分的吳妮民笑著說：「像有一個老師跟我說，他在電子顯微鏡下，看到蛋白質的幫浦在打的時候，心裡就想說『天啊！這就是生命的一個微小單位！』就覺得他從裡面，看到了一個浪漫，就是生命的浪漫。」

## 轉移：孤獨、遺忘與文字

"One simply siphons the excess thoughts from one's mind, pours them into the basin, and examines them at one's leisure."

——《哈利波特：火盃的考驗》

「我覺得文字真的是一個很棒的記錄的工具，對我來說，我自己在看過去 10 年寫的散文，就有一種『天啊！原來我那時候有這種想法！』的感覺，連自己都忘記了……」吳妮民的語氣中，微微透露著些許感嘆。書寫，對她來說，就像是《哈利波特》中的儲思盆一般，將平時的思緒、當下的每一個感受，一一取出，儲存於字裡行間。那些被記錄下的時空、被保存下來的靈光，彷彿沾染上了琥珀的色澤，就此凝結於文字中，「寫下來，就可以放心忘記。」

這場疫情，強硬地拉開人與人之間的距離，迫使人們必須面對自我、長時間與自己共處，也許，我們內心深處或多或少都害怕著孤獨；也許，我們的心靈也需要防疫。像是心靈的疫苗，吳妮民從書寫中，學習與孤獨相處並找到自我療癒的力量，「作品留下來有人讀到，好像就在跨越時空，又跟另外一個心靈有交流了……」吳妮民緩緩且優柔地說：「那這樣，可能就不是真正的孤獨吧！」

## 心靈處方箋——給長時間與自己獨處的你

吳妮民的私房藥 症狀：孤獨

在這個疫情之中，  
我學到要怎麼樣讓自己的心慢慢地靜下來，  
所以我覺得學習「安靜」這件事滿重要的。  
在該做什麼的時候，你就去做那件事。