

傾訴與傾聽

張慧琛 嘉諾撒聖瑪利書院

房裡的空氣似是凝滯了般，就連風扇的打轉都顯得有點吃力，似乎無法把這壓抑的氛圍打散。坐在座位上的阿雯拿着手機的手微僵着，熒幕停留在通話記錄的頁面上，她的目光落在上面又漸漸失焦，薄薄的霧氣模糊了鏡片……「鈴鈴鈴鈴鈴」——鈴聲的切入驅散了那即將化為淚水的氤氳，阿雯眨了眨眼睛，又清了清喉嚨，將手機的熒幕關上，放進抽屜裡。滑動滑鼠點擊電腦熒幕上的接通，阿雯調整了耳機上麥克風的角度後，說道：「喂，您好，我在聽你說心理熱線。」

對面的人頓了頓，哽咽的聲音隨後傳到阿雯耳邊：「我男友剛剛打電話給我，說要分手……」是個女生的聲音，她抽出了紙巾擦了擦淚，繼續道：「我……我不知道要怎麼說，但是我真的很傷心很傷心……我我真的不知道為什麼明明好好的，他今天卻跟我說……」聽到抽泣的聲音越來越明顯，阿雯放輕了聲音：「沒關係，先哭出來，再慢慢說。有什麼想說的，你都說出來，我在聽。」

「我們在一起八年了，中間也有分分合合，但是每次都和好了。我以為我們熬過了三年之痛、七年之癢，理應順理成章結婚，要不一直談戀愛也無所謂。可是，他……我不知道，我承認我們之間已經過了熱戀期，不過我認為我們的關係起碼已經步入了平穩期，但，我沒想過，在他眼裡我們已經走到了終點。」聽到這

裡，阿雯抓住麥克風的手微微捏緊了點。「那他有解釋，為什麼要提出分手嗎？」沉默蔓延了一會兒，女生再次顫抖着說：「他說，他已經厭倦了跟我在一起的生活方式，他說我們的步調根本不一致。」女生的哭腔越發加重：「八年，八年了，他才說我們不合適，我是失落的，我是不甘的，我是無力的。這麼多年，每次爭吵，都是我讓步；每次他說想改變，都是我順着他。八年，我把我的青春花在了他的身上，到頭來，我獲得了什麼？我知道，愛情裡不應該計較得失，但是現在分手，我才發覺付出的一直是我。我這輩子沒懦弱過幾次，唯獨在他身上，退了幾步。我不知道，為什麼當初的我，會這麼傻……」對話持續了二十多分鐘，阿雯坐在房裡，聽着女生的話，她的心碎，她的懊悔，她的清醒。

阿雯問：「你叫什麼名字？」

「阿青。」

「阿青，恭喜你，既然你已經從這段感情中意識到關鍵的問題了，就不要糾結過去的事了，我很確定，這將會是你最大的得着，你不會重蹈覆轍的了。」

阿青眼尾依然帶着微紅，嘴角微微上揚，在電話的另一頭道：「謝謝你。」

這時，房東的電話切了進來，阿雯拿起手機，大概猜到了又是加租的事情。她聽着房東的話，扶着額頭，心想着，不是加租，卻比加租還要糟糕。有可能人有降低不想聽的聲音的能力，風扇的嗡嗡聲越漸擴大，如同煩悶在心頭盤繞般……「鈴鈴鈴鈴鈴」——鈴聲的切入打斷了她的思緒和房東的電話，她應了幾聲後，便調校好麥克風，再次點了接通：「喂，您好，我在聽你說心理熱線。」

來電者是一個二十出頭的男生，他嘆着氣道：「唉，我想找個人說說我的生活壓力，有時候我也想跟朋友說，但是他們自己也忙，有時候想跟父母說，又怕他們擔心。我可以跟你們說的吧。」

阿雯笑着，表示歡迎：「當然可以，你說吧，我聽着。」

從話語內容中不難得知他是個初出茅廬的畢業生，語氣中帶點疲憊和曾經對生活的憧憬。「我一直都在求職，面試去了很多次，也失敗了很多次。我知道我可能的確不及別人，但是秉承着屢敗屢試的原則，我又堅信我的工作經驗和變通能力絕對能夠找到適合的工作，所以我沒有放棄。但是，工作就是一直沒有着落，今天房東竟然跟我說要加租。我……我真的有點不知所措了，雖說暫時還算付得起，可是這生活的壓力就像浪潮那樣，前浪還沒退，後浪便急沖沖地拍上來。」他聲音裏的沮喪越發明顯：「我現在真的是有點進退兩難了，我都這麼大了，沒辦法回饋父母，難道還要伸手要錢嗎？」阿雯輕聲說道：「你有沒有想過找找其他類型的工作？比如一些市集、擺攤位的推銷員？」男生靜了靜，又道：「好像，可以試試。我個人還是比較喜歡跟人交流，可能，這種工作也會適合我。不過，房租的壓力我也是真的害怕，再這麼下去，唉，還是先找工作吧。」

「工作的種類很多，你還年輕着呢。可以多試試不同的類型，然後保持着不怕失敗的心態，總有一天你會得償所願的。至於房租，正如你所說，先找工作，再慢慢想，不然就只是徒增煩惱。」阿雯道。

男孩的聲音染上了笑意：「我明白的，非常謝謝你。」

電話被掛斷，阿雯便從抽屜拿出手機，雙眸觸及最新一條的短訊，震驚便從心頭一擁而上，她上上下下反覆掃視着那段文字

的內容。雙唇緊抿着，風扇依然在牆上轉動着，卻讓阿雯有暈眩之感……「鈴鈴鈴鈴鈴」——鈴聲的切入讓阿雯強行回到工作狀態來，她大力地甩開抽屜，把手機放進去，將麥克風拉下，深呼吸了幾次，點了接通：「喂，您好，我在聽你說心理熱線。」

「我的媽媽，去世了，兩天前的事。我打電話來，是想找人聽我說說話的。」第二通電話，是一個男人打來的，他的聲線溫和，一切就像娓娓道來般，訴說着屬於他的憂愁。「當時二叔打電話給我，跟我說我媽媽去了，我還在外地。這麼多年，我總聽她說隔壁陳家兒子有出息，出國讀書事業有成回家，我一直以為，她是想要我幹出一番事業。不知道什麼時候開始，我埋頭苦幹，跟她的對話越來越寡淡，噓寒問暖也少了，只剩下轉錢的訊息，和寥寥幾句的關心。我離開家，是為了事業有成然後回家。但這麼多年來，我回去的次數太少了，就連假日，我都忙於加班和工作。我二叔說，我媽去世前，還念叨着，她的兒子怎麼還沒回來，她很想他……」他苦笑了一聲：「直到那一刻，我才明白出國讀書事業有成從來都不是重點，回家才是。她親手給我織的毛衣，遲到了，比說好的遲了幾天。我也遲了，但一切就像大夢初醒，回不去的不是家，是她日夜等着我的那個家。」黃先生說了很久，阿雯在其中給予適時的回應，兩人就像認識了很久的老朋友，一個傾訴，一個傾聽。

阿雯柔聲說：「嗯……黃先生，往事不可追，唯當下仍可珍惜，未來可期。加油！」

「謝謝你，花時間聽我說了這麼多。」

房間的電話聲一次又一次地響起，阿雯傾聽了一個又一個心傷人的故事，風扇運作着，陪着阿雯排解着一顆又一顆心裡的滯悶和鬱結，撥開愁霧，終見曙光。直到晚上七點，夜幕低垂，華

燈初上，來接班的阿婧到了，阿雯便收拾好東西回家。

夜闌人靜，阿雯在家裡吃完飯，洗好澡，打開手機，翻開打開過的頁面，掃走了通話記錄和通訊軟件，點開了打電話的數字鍵盤。

「喂，您好，我在聽你說心理熱線。」

「喂，我想說說心裡話。」阿雯眼眶裡的淚順着臉頰掉落。

「你說，我在聽。」

「我男朋友給我打電話跟我的說要分手，房東又跟我的說房子要收回了叫我過了這個月就搬走，然後我媽媽在今天下午病情突然轉差，走了……人生就是多變，道理我都明白的，但是，我還是很難過。我不明白為什麼要分手，我不明白為什麼好不容易找到一個住的地方，又要搬走，我不明白為什麼明明醫生說媽媽情況有所好轉，卻忽然急轉直下……」

阿雯傾訴着，那個屬於她的故事，那份屬於她的憂愁。

謝向榮教授評語

「傾訴」與「傾聽」是一體兩面的概念，相輔相承，缺一不可。傾訴者用口傳遞訊息，傾聽者用耳接收一切，是否真能有效溝通，視乎彼此是否用心交流。只是，現代人生活節奏急促，可以真誠溝通的對象，似乎愈來愈少。於是，心理諮詢與輔導熱線等服務，隨之而起，大行其道。結果，本來需要坦誠交心的對象，變了從未謀面的陌生人；溝通的形式，也變為冷冰冰的話筒。作者選擇以此切入，反映現代人際關係的疏離，本身就帶有一份淡淡的無奈與悲涼。故事中的主角，日間為心理熱線的傾聽員，先後輔導過因失戀、加租、喪親等壓力而傷心的人，循循善誘，積極正面；惟每次接線前，作者均描寫主角凝望手機而失神，巧設懸念；到了文末，作者終於交代，主角原來自身也承受着同樣的壓力與悲痛，只好在晚上致電熱線，與陌生人傾訴自己的憂愁。這種由傾聽者轉換為傾訴者，氣氛由樂轉悲，對人歡笑背人垂淚的情節安排，對比效果強烈，令人留下深刻印象，發人深省。