

學校名稱：私立曉明女中
年 級：一年級
班 級：甲班
科 別：
名 次：特優
作 者：簡立佩
參賽標題：成長
書籍 ISBN：9789576581465
中文書名：二常公園
原文書名：
書籍作者：張西
出版單位：三采文化
出版年月：二〇一九年五月
版 次：初版

一、圖書作者與內容簡介：

本書作者張西是近幾年從社群媒體崛起的作家，不到 30 歲就被誠品書店列為年度十大華文作家，他的作品溫暖細膩，著有散文你走慢了我的時間、把你的名字曬一曬、我還是會繼續釀梅子酒，本書為張西第一本小說。

三個各懷心事的女孩，一棟普通的學生公寓 三段令人受傷的戀情。三個女孩，有的早已變成布偶，有的人正逐步棉絮化，成為又一個長大後就不會再受傷流血的大人，亦逐漸依賴他人眼光而活，再看不見自己最初的樣子。

二、內容摘錄：

有時候人們會藉著自己的想像去評議他人，並深信自己正伸張著最貼近實實的正義。(p.86)

當過於在乎一件事或一個人，他就會成為自己的弱點，心可能因此變得柔軟，也可能變的刻薄易碎。(p.156)

無論是讚美還是批評，我們都有權利選擇要不要留在自己身上。(p.203)

在乎別人的眼光或期待不可怕，真正可怕的是過於絕對地認為這樣是不好的、不對的。(p.229)

希望我們看鏡子的時候，有一瞬間是喜歡自己的。只要一瞬間就好，那一個瞬間裡沒有別人。那一個瞬間，也許就能撐起我們長長的、千瘡百孔的人生。(p.235)

三、我的觀點：

在閱讀這本書的前半段時，角色們偶爾的怪異舉動令人感到些許疑惑，但隨著

劇情的推演、布偶症的出現，漸漸帶出本書的核心「關於成長、自卑與他人目光」。

布偶症是作者創造的虛擬疾病，是指一個人在意他人的眼光大於自己的想法。它是一個失衡的過程，是一個光譜，一開始會自我懷疑、矛盾，接著會從四肢開始不再流血流汗，因為器官都變成了棉絮，直至最後連心臟也變成棉絮，就會完全依賴他人眼光而活，並且不會抗拒。而只有知道自己患有布偶症的人，才看得見別人是否罹患布偶症，才有機會看見每個人最初的樣子。

我想這個故事能如此令人產生共鳴，便是因為這樣自卑、在意他人眼光的心態幾乎人人都有。當我們在做決定、下判斷時，腦中常常考慮的都是「別人」說什麼、「別人」覺得怎樣，反而忽略了自己的感受。就如同布偶一樣，受支配而不自知。而使我們過度在意別人眼光的原因正是自卑，生活中充斥著他人的話語，而我們也太習慣用這些言論來定義自己、評價自己，惡性循環之下就變得和書中主角一樣，因為認為自己不夠好，而覺得自己沒資格快樂、不值得被愛。而透過書中的小谷醫生所說，我們漸漸認到，其實在意別人的眼光再正常不過，身為一個平凡人，我們都有被肯定的需求，尤其是對於我們在乎的人。我們會為他人的誇獎而高興，也會為他人的責備而傷心，但這樣的脆弱其實也是正常的，重點是不要因自卑而封閉自己，變得刻薄、冷漠，甚至錯過善待自己的人。

書中還有一點事我很喜歡的，就是作者所傳達的「選擇」，「無論是讚美還是批評，我們都有權選擇是否留在自己身上」，現代社會常塑造一種必須要愛自己、做自己的氛圍，這似乎成了一項評判自己的指標，但就如書中所說，那往往也成了一種莫名的綑綁，好似不愛自己就做錯了什麼。其實，我們可以選擇如何看待自己，那是我們的決定權，只要接受自己的選擇就好。「長大之後，並非不再受傷，而是那些傷口都被自己藏起來了。」，許多人在面對長大後諸多因為變化導致的失衡，選擇以自欺欺人、埋怨等方式與之共處，卻又同時可望回到孩童時的單純，只因他們無力面對這些長大後的複雜。真正的長大，應該是要更勇於做自己的選擇並接受他，面對長大的複雜，可以選擇積極的尋求改變，讓自己有能力承擔更多評價、堅持自己的熱愛，也會懂得「長大是為了保護小時候單純的念頭，而不是為了長大而將它丟棄。」。

「人不應該只用美醜來劃分，我們也不應該單就以美醜來評價自己」長大後，不應只用單一標準定一好壞，而是認知到許多標準並非絕對的二分法，而是「光譜」，美與醜並非絕對；找到自己的閃光點並堅持做下去，即使它沒能使自己使收穫豐利，也值得被自己熱愛。學會平衡要承擔多少別人的想法、如何負擔、平衡對自己與在意之人的眼光、面對現實社會中必然存在的殘酷，仍願意懷有熱忱地努力生活在正常與不正常之間的平常的每一天。這，才是真正的長大。

四、討論議題：

在面對他人的眼光時，我們該如何在我行我素和人云亦云之間取得平衡？