

手紙 拜啟 給十八歲的你

黃心怡/國立臺灣師範大學/國文學系準大一

110 年全國夏季學院所修課程：生命之歌-跨領域的自我書寫研究初探

「現在，慢慢地把頭側向左邊……感受你的脖子，是外側的肌肉在帶領拉伸，還是內側的在緊縮？閉上眼睛，能感覺到兩側分別是什麼顏色嗎？」坐在窄小的電腦螢幕前，生命之歌的課程向空間施展咒語，我在拉伸和緊縮並存的世界裡、流經紅色的左手和藍色一閃而逝的右手之間，體悟到課堂上所謂的「多重真實」。

每堂課都是這樣的思考加動手組合，上半堂講述寫作 AE 論文的種種觀念、要訣，下半堂則透過各種體驗工作坊將知識轉為實際的遊戲或同學間的討論分享。身在南部，若非線上授課的機會我將難以參與這門課，但遠距教學將造成的隔閡感最初令我焦慮，所幸老師很聰明地採用 YouTube 加 Meet 的上課形式，上半堂我們可以回答老師的互動 QA 及時留下反芻紀錄，也能隨時留言疑惑，由講到一個段落的老師一一解答；下半堂固定參與工作坊的人數在十人，無論當日旁觀參加活動的同學或自己報名開鏡頭參與，都能保持互動感又不過於混亂。

最初看到課名「生命之歌-跨領域的自我書寫研究初探」，我正處在非常不協調的內在狀態，停滯的封鎖生活讓我無法感知自己有任何想法，如同久旱而被抽乾的泳池，同時許多未解決的小痛也被埋藏起來，一眼望去身體就成了空殼。也許是「書寫」成為那個刺點，也許是「生命」，我來到這裡尋找解方，認識了 AE——Autoethnography，中文或譯作「自我民族誌」。它是一種新興的方法學，降落在質性研究最前端，透過講述個人的生命經驗，觸及以宏觀社會結構為研究主體的傳統論文所碰不到的個體思想、行動、體悟。研究過程中可能和自己對話，也可能擴及訪談事件相關人士、回溯種種文件等蒐集方法，最後透過分析甚至再創

作完成論文，達到自我療癒，親切的「說故事」形式也讓擁有同樣傷痛的人極易入手閱讀，共感，進而被療癒。

學習寫 AE，其實也同時在學習做研究。我們的課程結構便是以研究的流程為時序推進，從鎖定某個生命中的事件開始，蒐集調度各種資料（包含文獻、田調、訪談……等等）並將之寫成斷簡殘篇，等到這個循環已經讓資料飽和，就向前進到提煉，也就是一般研究裡的分析階段，最後呈現文本，而這文本不是傳統的論文格式，可以是一首詩、一段歌曲、一場空手道表演……達到 AE 最初和最終的目標——說好一個故事。

高中時候我也曾想說好一個故事。當時我和同學在進行為時一年的小論文研究，如今上完 AE，才驚覺許多曾經無法突破的障礙都在此刻獲得解答。比如分析時可以使用的厚實描述（Thick Description），它將原先以數字、數據、效度為主的淺薄描述，轉為以多角度觀察、理解、感同身受的思考觀。當時我們的論文研究對象是一個我也參與其中的學生團體，我們訪問了從創始成員到上上屆的學長姐，卻在如何分析他們的回答上卡了關，我依循著傳統論文的格式，試著歸類他們、找出他們的共通和相異處以形成理論，但最終發表時，我看著台下頻頻失神的聽眾們，內心有股聲音告訴我，我想要的不是指認聽眾也分不清誰是誰的同異處，而是將受訪者們運行組織時的熱血、迷茫、喪志，如實傳遞給聽眾。冥冥之中，我在這裡終於遇到了對的方法。

隨著課程接近尾聲，許多同學都投入 AE 寫作作為期末作業，而我則選擇記錄這一路走來的課程心得，但額外用老師教的以敘事為分析（narrative analysis），不刪減心得裡寫出的痛苦，而是改天回頭看的時候寫下回應。同樣的事件、不同時間寫它的差異、看著差異寫出的分析，構成如同 RPG 遊戲一樣的心得頁面，觸發不同劇情，試著引領自己和讀者接近我帶入這門課的核心問題。課程結束，我又回頭看了一次所有心得，用 AE 的解構再建構方式創作最後一篇回應：

右邊第二個抽屜躲著一隻 Boggart¹，我早就知道了。玻璃製造，中空，不打開就不變形，

¹ 哈利波特裡的「幻形怪」，喜歡居住在暗處，面對人的時候會變成他最恐懼的東西。對付他的咒語是

只是搖晃。

半夜，天空窗戶和腦神經閉合之時。搖晃女兒紅、搖晃背叛、搖晃人際和網路落下的灰塵，搖晃空氣的時候正是早晨，閉合的都打開，空殼交換空殼。

Ridiculous

以為我會看透它，因為它是玻璃的。像窗戶，像眼球，真理是剝離的，哭泣也是。不再後綴進行式。出門的鞋墊裡他人的灰塵磨成二氧化矽磨成碎片。要出門就要打開抽屜。

Ridiculous

失敗和成功是多重的。變形所以交換，交換所以搖晃眼淚，哭泣所以變形。咒語所以失敗，荒謬所以成功。凝視玻璃的時候，唯有玻璃也在凝視你。

Ridi-

兩面意若思鏡相對之時，多重真實之時。鳳凰謳歌之時，解構重構之時。

Autoethnography

我知道這不是一首專業的詩，甚至可能是拙劣的詩，但 AE 教給我的也不是寫詩，而是說出自己的故事，創造生命連貫性，直面過去的記憶和未來的期望。那些被說出來的煩惱傷痛，有些獲得了助教和同學的鼓舞，有些收到了自己寄出的回函；有些得以被撫慰，有些還在發炎。但無一例外的，就像會改變溫度和顏色的雙手，會拉伸也會緊縮的脖頸，它們同時存在，也同樣真實，沒有對錯，也沒有絕對。這是這個暑假 AE 交給我的信。

Ridiculous。