

佳作

作品：天天鍛鍊 得獎者：王盛弘

王盛弘，一九七〇年出生，彰化和美人。混跡市井，寫散文，編報紙，讀讀書。曾獲金鼎獎、時報文學獎、台北文學年金、國科會科普寫作獎等。著有《慢慢走》、《一隻男人》、《桃花盛開》等書。



得獎感言：

人，生為生物，局限於生物性的是什麼，超越的又是什麼，是我一直以來感興趣的主題，〈天天鍛鍊〉為這一主題的持續探究，在這篇文章的另一個版本裡，我曾試著為文中對生命的詰問提出說法：「生命就是生命本身的目的，好好活著就是對生命最大的禮讚。」卑之無甚高論，我知道它也不會是終極答案，但我多年來的焦慮仍因此得到緩解。

天天鍛鍊

下了班如果沒有約會，簡單用過晚餐、稍事休息後，我上健身房去。

教室裡總有人在打Combat，在做Power Yoga，在踩飛輪，男男女女一群人隨著老師忽而擊拳忽而踢腿忽而加速忽而放緩彎過來折過去。老師的號令，昂揚時簡直是怒吼，激發出獸性和鬥志，挺進、突刺，溫柔時卻宛如蓓蕾緩緩綻放光滑而潤澤的花瓣，花瓣上有細密絨毛微微抖顫。空氣中充滿汗水味，濃濃的，低低的喘息則由空調伴奏。

我並不加入他們，沖過澡後，一個人做重量訓練。

剛加入健身房時，教練問我，想訓練哪些部位？我訥訥沒有什麼主意，望著逼在眼前教練的巨大身影，心想，會不會有一天我纖細敏感如緊繃的弦的靈魂，會不會有一天住進這碩壯的軀殼？好陌生又，好期待。很快地我知道這並不容易，那些肌塊賁張讓人好似飽餐以感官饗宴的健身有成者，在某方面行的，其實是強迫症者的自我要求，於控制飲食、規律訓練。而我，以自已才覺察得到的細微變化沾沾自喜，並激勵自己更勤於跑健身房：

暖身讓軀體進入備戰狀態後，頸部底體表所有部位都找到相應的訓練器材，斜臥式推舉法凝聚胸大肌，EZ-bar雕塑雙頭肌，坐姿拉繩索強化背肌……甚至強軀罩門的隱喻：阿奇里斯腱，也有方法

補強——單手扶住柱子，腳尖併攏，腳跟往上浮起，放下但不著地，再浮起、再放下，再浮起。一輪器材做下來，一時真錯以為自己給送上了泰勒化自動生產線，拋光，組裝，出貨。

鎮日在大地勞作，造就出一身強筋健骨的父親知曉了，說：嘖嘖，這世界真古怪。

朋友慫恿下，我也上過Body Combat——拳擊有氣，融混武術和拳擊，配合節奏、口號，出拳踢腿，踢腿出拳，殺！殺！殺！這是健身房裡最受歡迎的課程，上一堂課還在進行，課室外便有蠢蠢欲動一群又一群人，柙前鬥牛欲試躍躍。課程一結束，場地還未清空，轉瞬間學員各自占了位子，準時報到的準沒有立錐之地。我又緊張，又給這踴躍的氛圍帶動得有點興奮，前後左右幾名朋友將我團團圍住，這樣，不管哪個方向的動作我都可有樣學樣。

教練在舞台示範，我跟著出拳，跟著出腿，跟著出聲音嘿嘶喊；教練走下舞台，我好賣力吼著叫著動作著；教練欺到我身前，他蓄積了一股力道，喉嚨張大幾乎將我吞下：沒吃飯啊！

五十分鐘下來，像走避不及夕暴雨，澆得一身濕淋淋，個個臉色酡紅，胸腹一高一低吐著氣。此時我只想大字形癱在地板，他們卻還在相互討教、議論教練當天的表現，及其他，熱烈，飽足，愉快。常常我想像，未來上班族回家後脫去衣衫鞋襪，露出小腿外側一排插座，插頭一接上，電燈電腦電磁爐冷氣風扇收音機，開始運作，所利用的其實是白日裡蓄積於體內的壓力轉化為電力。在我看來，這些打起Combat一副視死如歸的夥伴們，也是將壓力機轉為能量，當壓力清空，翌日一早才能輕盈著步伐準備辦公。

因著某些難以量化的解碼過程，比如眼神對望交換的熱量，雙腿交錯擺動的幅度，言談時尾音的頻率，等等，我確認了這些男人裡頭，十有七八都是同道中人。那有點犀利在區公所當課長的輕熟男Allen笑起來憨憨的，誰知道一卸下衣物，一身肌肉賁張泛著騰騰殺氣；那名為了矯正有點娘的步伐而刻意微微外八字走路的雜誌社美編阿文，下了水以彷彿即將淹溺的怪姿勢運送身體，游得比誰都久都遠；或是那名一臉Baby Fat挺古錐的便利商店店長小軒，花了大半時間在到處與人寒暄、饒舌，每句話都奉送一疊聲呵呵作結；還有很多的銀行行員，更多的服飾店店員，VincenPeterAlex，阿飛阿達阿志，小島小樹小狼犬，他是他也是他也是，連那名吼我「沒吃飯啊」的man貨也不例外。

打完拳，沖過澡，更衣室裡一個個在鏡前站定，順順眼角細紋，招招腰間溢出骨架的不知是肌肉還是五花肉，扭麻花辮也似回頭檢查鏡中自己的背部，陽光或日曬機在臀部紋出小泳褲性感痕跡。眼神是那樣的無限珍惜，那樣充滿愛意，挑剔也是有的，驕傲也是有的，一隻隻孔雀一般。

有著美麗長尾羽的雄孔雀，怎麼捨得不展屏？

雄孔雀的華麗長尾羽，達爾文說，凝視它們時每每讓他感到一陣噁心。讓達爾文噁心的，想必不是那一顆顆發出珠玉光采的「眼睛」彷彿正在催化亞馬遜河流域熱帶雨林核心某神祕部族的惡毒蟲術，而是，它們挑戰了達爾文提出的「天擇」觀念。長尾羽耗費大量自體資源，長尾羽對覓食毫無幫助，長尾羽非但沒有戰鬥力，長尾羽甚至是逃生的累贅，然而雄孔雀每年舊衫落盡，還是會再穿上一扇長長的尾巴。

上健身房的，其實很多並不運動。某種層面上，它像農業社會的柑仔店。早些年，父親一日勞動後，總要到柑仔店開講，花生米、蘿蔔乾、米酒頭，一盞暈黃燈泡下交換情報或閒嗑牙；父親講話大刺刺，「生目啁欲做啥（長眼睛做什麼）？」他說：「著是欲看水查某囡仔（就是要看漂亮女孩）。」逗得幾名大男人猛點頭。我上的這家健身房，以大面積配備淋浴間冷熱水池蒸氣室烤箱，我常在烤箱的淡淡木質氣味中，看著汗水逐漸被逼出膚表，凝結、匯聚，在身體上找尋渠道，好像一身的髒污，哪怕是最深層的，也隨汗水排出。烤箱中的話題很少是女人，多半政治，高溫中電視頻道鎖定新聞節目，你一言我一語，第三者隨時插話。這些裸體政論家沒有約定但常聚在一起，講話熟絡，但看來是不相識的，穿上衣服走出健身房，彼此生活並沒有交集。

大概立場擺不平，有些人親執政黨，有些人親在野黨，起過幾回口角，電視便被撤走，烤箱裡留下一個長方形的黑洞張口無言，空空洞洞。但人們還是聊天，嗡嗡嗡嗡，密閉空間中有交集沒交集地說著話，嗡嗡嗡嗡。

竟夜流連於淋浴間冷熱水池蒸氣室烤箱但不運動的這些人，卻偏偏看起來是最需要運動的人。他們年紀稍長，平日穿事業還行啦家庭也差強人意的外衣，這時候好大方在我面前赤裸裸；我別過目光，落在開飲機上一枝插寶特瓶裡的香水百合，它曾經光華而潤澤，盛放著香氣，這時候花藥已經殘褪，花瓣自尖端逐漸枯褐，長出霉斑愈來愈密集。

鮭魚！

我曾趕集似地站在北美亞當斯河畔，俯瞰，一整條河北岸上秋葉更艷麗更慘烈，因為正是洄游的季節，上百萬條鮭魚由鐵灰轉為血紅，恐後爭前，要回到數年前破卵而出的所在。因應這一番生命長征，公鮭魚背鰭高高聳起，下頷往外暴凸，牙齒露出嘴脣，好在河床淺處挖洞，讓母鮭魚排卵。不管公的母的，產卵授精後，大自然便不要牠們活了。因為牠們既已傳下自己的基因，也為子代布置了適於生存的環境。健身房裡這些肉體日漸衰敗的人，我想，或許也完成了某些生命的託付。

相對地，父親說出：「你若不結（婚），我的責任就還沒了。」他或許是聽到了時間對他的聲聲催逼。父親說這話時，或正看電視或正在吃飯，視線並不對著我，像喉頭發癢本能地咳出聲來；父親說這話時，我立在他身旁，像一堵威脅籠罩著他。咕嚕咕嚕裝做若無其事說這句話的父親，也是那個在柑仔店前逗得幾名大男人大笑哈哈的父親。

雄孔雀的長尾羽因為抵觸達爾文的「天擇」信仰，持續困擾著他，直到數年後，他終於提出「性擇」以補天擇的不足。達爾文認為，雌孔雀以雄孔雀長尾羽上的眼數多寡來決定交配對象，使得雄孔雀不斷挹注資源，讓自己的兒子更性感。晚近科學家驗證了這個觀點，他們發現雄孔雀長尾羽上的眼數約有一百五十顆，只要少上幾顆，就會在求偶上居於劣勢，那些眼數低於一百三十顆的，則幾乎沒有交配機會。雌孔雀不會隨身帶著計算機，但一連串複雜的化學變化，科學家確認是在很短時間內完成的。至於雄孔雀的長尾羽為什麼不會漫無節制發展？這是因為天擇限制了性擇。

就是這樣，健身房裡孔雀一般的那些同道中人，每每讓我想起演化圖譜上的孔雀。可是，不管如

何在肉體上鍛鍊，我們其實並沒有機會將自己的基因傳下去。正因為沒能傳下基因，我促狹地想，所以有比別人更長的求偶期，而必須在肉體上保持警覺。

什麼是達爾文沒有說清楚？或達爾文也說不清楚的？我沒有看到達爾文給「我輩孤雛」演化上的意義，甚至沒看到達爾文給檣山上待斃的那些老人們一個繼續老下去的理由。

父親中風了，毫無預警地。我南下老家陪他上醫院復健，他的手臂像一片失水葉子軟趴趴，難得完成指令，護士小姐動了氣：「阿伯，你專心一點好唔。」我委屈得像是自己受到質問（「沒吃飯啊！」教練張嘴大吼），我低聲囁嚅：「伊已經真打拚了。」

中風後的父親鎮日裡昏睡，呆坐電視機前，寡言，一蹭一蹭在稻埕學步，偶爾大哥開車載出門走走，一次到我幼時全家常去的小山，水泥砌成的階梯自山腳下緩緩迤邐而去，初曉事的不只一回非父親背我不上山。可是這時候，殘破的階梯找不到一個平面可以讓助步器穩穩立著。我隨手撿來一段枯木整理成拐杖，讓父親拄著。拄著拐杖一步一步遲緩移動的這一雙手，也是持握鋤頭在大地上寫意的那一雙手。

一個春日午後，院子裡玫瑰花怒放，蜜蜂蝴蝶飛來飛去，牆縫裡蘚苔和草蕨探頭探腦。但是父親癱在藤椅裡，頭點著點著，睡著了。癱在藤椅裡睡著了的父親像一團萎縮了的肉。我看著，心裡酸酸的，眼眶酸酸的。但是突然之間我抽離，復抽離，至一個冷酷到令人戰慄的距離，我自問：這樣一個只是維持著生命跡象的肉體，存在的意義是什麼？

日頭愈來愈強了。山上的枯木拐杖帶回家後讓我隨手插進花圃，吃過幾場春雨，這時候竟然冒出幾枚嫩芽青青。我沒有喚醒父親，在長久的勞動後，休息吧父親好好休息吧。我移動位置到他身前，日光照耀著我天天在健身房裡鍛鍊出來的身體，投射出一片陰影巨大如夜，將父親罩在其中。

評審意見

肉身的陰影

◎ 阿盛

初看這篇文章時，覺得有些「拼貼剪黏」的樣子；但是，第二次閱讀、第三次閱讀，之後，這才確定此文是有機的，經過細心安排的。

通過作者著意描述健身房內的人事，我們可以透視到許多現代都市人的「心圖」，這幅心圖其實是用荷爾蒙著色的——追求美好的肉身。當然，在「鎮日在大地勞作」的父親眼中，那真是奇怪，勞作是為溫飽，原不定是為強筋健骨；而都市人溫飽之後去健身房，就為了強筋健骨。這多少有些反諷意味，作者處理得很自然，很好。

至於孔雀與鮭魚的明喻，應是有計畫的，技巧也足夠。父親在意自己的「責任」，但那必須經由下一代去完成，無奈；「天演」更令人驚心，老衰了，「只是維持著生命跡象的肉體」，也無奈。作者前後呼應父親這個極具代表性的人，顯然有企圖。

結段頗為強烈，一個在健身房內鍛鍊出來的現在美好肉身的陰影，籠罩住一個在大地上鍛鍊出來的不再美好的肉身。寓意深長，動人。

而，生命的付託呢？作者於此刻意留白給讀者思考：「達爾文也說不清楚」吧！