

肉體鬥爭

「其實『六十公斤以上的女生』根本不能來這裡買衣服吧。」
撫摸著從寬版牛仔裙下浮現的屁股，即使更衣室裡沒有其他人，我卻彷彿聽見許多聲音在我耳邊低低喚著：把那些美麗的衣服脫掉，畢竟妳穿起來那麼醜。

回到臺南過年的期間想採買幾件新衣服，我好不容易下定決心跟著堂姐出門、結果最後卻自己盯著穿衣鏡懷疑人生。

堂姐今天挑的服裝店主打韓風流行服飾，每位顧客身上最少會有一件布製品符合店內的氛圍：輕飄飄，軟綿綿，毛絨絨，閃亮亮地，彷彿漾著柔軟的暖光。同時所有服飾都有一道潛規則：單一尺碼，適合五十五公斤以下的女孩選購。

——櫃檯的店員一定從我剛進門就知道，這個人絕不會購買任何衣服了吧。我焦慮地捏著自己的肚子和大腿。那裡有許多隱形的紅色虛線正向全身蔓延，一塊又一塊圈出過度肥胖的贅肉，告訴我沒減掉它們之前不准踏進此地一步。

即使沒有人在注視著，我最終也會站上審判席，嚴肅地制裁不夠完美的自己。

雖然有意識地減少使用 Instagram 等軟體，社群短影音與貼文仍會不斷推薦演算法認為「我可能會感興趣的」的各種內容；例如容貌精緻秀美、身材高挑纖細、雅擅歌舞與多種才藝、甚至與我同齡或年紀比我更小的韓國女偶像——

多令人不安。我明白那或許就是俗稱的容貌焦慮，也知道社群媒體所呈現的繁華幻象並非全然屬實；但美的外在表現最為直接，我覺得穿著校慶商品帽 T、寬鬆運動褲、綁著包包頭、素顏搭配黑框眼鏡的自己「不該出現在這裡」。

最終我兩手空空走出服飾店，剛領的壓歲錢一毛都沒動，而堂姐挑了兩件毛絨披肩，對於什麼都沒買的我似乎並不感到意外。

今天的堂姐搭配了緊身米白上衣、深棕飛行夾克、咖啡色短裙與同款皮帶，白色布鞋和鵝黃扣環皮包互相襯托，讓她顯得更加青春可愛——我跟在後方偷覷她的背影，默默地想像著堂姐在衣架間自在穿梭的模樣。多麼如魚得水。

堂姐紋紋與我截然不同。她的身高一百六十公分，體重四十七公斤，體脂率最近從十九上升到二十二——她經常花容失色地向我宣佈各種身體數據——同時是社群媒體的重度使用者，限時動態裡少不了帥哥、閨蜜、夜唱與酒精。

有時候我會覺得自己在紋紋面前像隻上竄下跳的猴子。不僅跟不上最新的流行彩妝與時尚穿搭話題，身為大學生的她也明顯對我的高中生活提不起興趣。

以及，這幾天她的視線從沒離開過手機螢幕。

剛拿到的壓歲錢正適合用來貢獻經濟，紋紋總在無時無刻物色著各種新衣飾、包包、香水與化妝品；我還記得昨天一打開房門就看見她在滿床衣服堆裡滑手機，腳邊躺著從臺北的宿舍寄回來、裝滿了十八公斤衣服的行李箱。

「紅包那兩萬塊真的不夠花啦——妳還敢繼續吃零食！那個很『肥』耶！」紋紋像查獲違禁品般指著我手裡的玉米脆片，接著又自顧自地繼續逛網路商店，「我媽也說我太胖了需要減重，明天的午餐就不用留我那一份了。」

我在腦中將年屆五十仍身材纖瘦的大伯母和紋紋並排在一起，感到一陣迷惘。包括我本人，我總覺得身邊有許多女性每天都在和自己的肉體進行「鬥爭」。

我希望可以再瘦個二十公斤、母親時常自嘲沒有線條美麗的臀部與雙腿、班上的朋友因為怕胖時常一天只吃一餐、甚至曾經有位中午總是買沙拉的同學公開且理所當然地說，減肥就是女人的天職。

「理想的標準」永無止盡，只要我們仍對自己的身體不滿意，就不算過關。

但我不願在這場肉體鬥爭中屈服。畢竟與這副身軀相處了十八年，短暫的自卑與低潮後，我不斷提醒自己，纖細與否並不是美麗的唯一標準；我知道強健的腿部肌肉和體力讓我能夠跑得更快、跳得更遠、挑戰各種高難度的運動——

最終對決的對象還是自己。我太習慣於否定個人價值、渴求著虛幻而充滿變數的完美形象，最後不斷地進行自我審查，鞭撻著失去自信、傷痕累累的內心。我不想再繼續仇恨鏡子裡那不夠纖細苗條、不夠美麗的身體——先從和自己的肉體達成和解開始吧，我想我需要、也有資格找回「愛自己」的能力。

買完衣服隔天的午餐時間，紋紋果然沒有出現在餐桌上。

紋紋最後有贏得她和自己的肉體鬥爭嗎？我邊想邊往碗裡夾菜，餐桌對面的奶奶卻突然起身，半拖半拽地將我拉進她房間，碰一聲關上門。

「脫掉……快把妳那件像睡衣的外套脫了！」

我感到一陣毛骨悚然。外套底下只有一件短袖，在家裡不穿內衣對我而言象徵著輕鬆與放下防備，我一點也不想被迫剝除身上維繫著尊嚴的任何衣裳。

慈祥話語間流淌著無意掩飾的輕蔑，盯著奶奶專心往木製衣櫃裡翻找的背影，體內最原始的「戰或逃」反應本能地甦醒，逼迫著我微微拱起背脊。

但此處並非廣袤的荒野或森林，而是我再熟悉不過的都市家族住宅；而我亦非無所拘束的野生動物，而是注重禮儀、乖巧且樸實無華的二孫女。浪漫瀟灑的撤退只是空想。怎麼可能逃亡呢？我的戰場從一開始就不曾存在。

奶奶塞給我一件灰色的修身毛呢大衣，催促我進入衣帽間，親自站在門板背面的落地鏡前，監督我穿上她準備的「新外套」。

雖說是衣帽間，但實際上十分狹小。視野左右上下陳列、垂掛、塞滿了將近百件不同質料和款式的各種衣服，沉默無聲的毛製品氣味在封閉的空間裡凝滯，彷彿此地的時間亦被永久暫停，只有在有外人造訪時才會激起微不可見的漣漪。

我撫摸著新穿上的灰色毛呢大衣。萬幸奶奶的時尚品味一向出色，大圓雙排扣與毛絨披肩的設計低調卻不失優雅，我的身姿被形塑得越發修長挺拔。但這件大衣內部的質地光滑而冰冷。即使看上去十分溫暖，我仍止不住發抖。

「好看嗎？我就知道這件衣服一定很適合妳，這樣就可以搭配緊身的褲子了。我一直想幫妳找一條適合的緊身褲，這樣穿起來也比較體面……」

奶奶緊盯著我一顆顆繫上大衣前排的扣子，唇齒間不住呼出短促的喘息聲。而我不動聲色地轉轉肩膀，不意外地發現上臂的部分十分緊繃——奶奶總是偏好贈送修身的深色皮質外套，可惜我手臂肉多，穿起來反而顯得虎背熊腰。

但我不敢說。父親說不要拒絕奶奶的愛心，但不自在的感覺快衝破我的頭皮。

我最終還是穿著那件風格成熟的灰毛大衣，乖乖地被奶奶推出了房間；面對幾分鐘內忽然接連出現在餐桌前的其他親戚，我只得像展示娃娃般，微笑著附和奶奶驕傲地、炫耀似的誇獎與稱讚。

沒想到「肉體鬥爭」竟然還有下半場——除了尋回自我認同以外，我還要向他人爭取我的身體自主權。即使我沒有受到任何實質傷害、甚至可能更像既得利益者，我仍希望能向他人傳達心聲，而非被動接受發生在自己身上的一切。

意見的表達需要練習。我希望在重新接納自己的肉體時，能得到理解與尊重。或許我也可以持續努力地運動健身、直到有一天能穿上奶奶準備的漂亮衣服；但在那之前，我想先和她明確表達自己對服裝穿搭的真實喜好。

「肉體鬥爭」仍在日常中的許多隱密時刻持續發生，但此刻我將不再站在自己的對立面，而是擁抱最真實的自我、勇敢且坦然地面對來自世界的批判眼光。