

四月主題徵文：克潮靈丹 還你心情陽光

瀛苑副刊

擁抱陽光 揮別陰鬱

升大學的那個夏天，我以一分之差跟夢寐以求的第一志願錯身而過，進入淡江這個大家庭。即使所進的科系並非我的興趣，但仍相信爸媽的勉勵，決定定下心來好好學習。

隨著日子一天天過去，剛上大學那種處處驚奇的新鮮感消失後，心裡的煩悶越來越強烈，越進入專業領域，越覺得自己「志不在此」。覺得上學煩，系上的各種活動煩，就連蹺課躲在宿舍都覺得煩。某天，護理課播放影片，片中女主角得了憂鬱症，對所有的事都感到煩躁提不起勁，甚至拿刀想要自殺，此時，不知我是心有同感，或是那樣的場景觸動我心，我開始嚎啕大哭！這樣的舉動嚇壞在場所有人，我因為感到丟臉而跑回家，並決定從今以後再也不去學校了。

出乎意料的是，當天晚上，同學們一通接著一通的關心電話，打開了我的心房。隔天進教室後收到的一張張小卡片，成為陪伴我向前的肩膀。在往後的時間裡，因為同學們的支持，我不再一開口就散播負面心情，不但顧及功課，也擁有了快樂的大一生活。這學期結束後，我計劃前往夏威夷讀大學，雖然即將離開，但在我心中，淡江校園永遠都是最溫暖的地方。如果問我，是什麼讓我不再陰鬱？我會說：「是淡江的同學們，讓我的心情開出燦爛的陽光！」（文□笑笑）

失職的太陽

看著手中的發票，計算著生活的柴米油鹽，不經意望向窗外，草地上不知何時開了一朵向日葵，那燦爛如陽光的姿態讓我想起了過去……。

靜默的早晨，窗外灰白一片，映襯著一對冷凝的眼。隨意抹去眼角的微溼，不管天氣陰晴，出門於是又慣性地把烏雲當傘握著，低著頭想著那個千絲萬縷一直無法解套的幾個習題，不知不覺，人已走進喧囂的車水馬龍，陌生的人群來來往往，黑框眼鏡與散下的髮絲，防護著左胸口袋的秘密。

奔赴生活的戰場，總會不期而遇的見到你。我隨即堆上一抹微笑，迎面而來的你則投予我一臉天真無邪、下巴快裂開的燦爛笑容。然而，老天知道，生命的挫折與挑戰總淘氣的跟著這個不該沉重的年紀。為了給彼此加油打氣，我在厚紙上畫了一個最愛的蘋果笑臉，而你則在隨身的扇子上畫了一個太陽般燦爛的笑容，每當心煩意亂、沮喪失落時，便揮動旗幟給予彼此最大的能量，希望陽光般燦爛的光芒能一掃內心的陰霾。

，提醒彼此重新振作微笑面對。

猶記得那個正值單戀、口中唱著「雨過，應該就會天晴」的女孩，給了我們迎接晴天的期待；那個滿頭白髮，讓空氣中佈滿爽朗笑聲的長者，給了我們最豁達的生活態度；那個不時損人的A君，給了我們自我解嘲的能力。一段時間，我們總會相邀至淡水河邊，將積累一肚子的煩悶全數倒入淡水河，然後再拾起那一抹尚未沉下的夕陽，隨身攜帶。

於今，你我相隔遙遠，我仍記得那個燦爛如你的笑容，謝謝你代替了失職的太陽，將我陰鬱潮濕的心情曬乾抹去，給了我再次奮戰的能量。是啊！生活雖吃緊，但每週能工作五天已是一種幸福。（文□小三）

雨中的舞曲

若不是室友提起，下一個秋天降臨之前，我恐怕都不會注意到，到松濤館四樓必經的樓梯口旁，窗外那棵不知名的樹，已冒出一片片綠芽了！室友興奮地描述綠葉每天成長的模樣，讓我也養成多看樹梢幾眼的習慣，因為這個習慣，讓我無意間發現了雨中校園的另一種美好。

被綿綿春雨籠罩多天的某個午後，踏著疲憊沉重的步伐準備上樓休息，卻意外被窗外的景象吸引，雨絲乘著烏雲而來，拍打在初生的枝芽上，綠芽吸收了雨的滋潤，輕快的擺動身體，在樹梢上譜出了柔美的華爾滋，明明只是個普通的自然現象，卻讓我深受感動，回過神來，原來是自己乘著這場雨飛到了想像力的國度！看著窗外依然紛飛的雨絲，我逕自的張大嘴笑了，原來看雨也可以這麼有趣，原來看雨也能擁有這麼不凡的雅致。

梅雨季來臨的日子，再怎麼忙碌也一定要找時間獨自漫步校園，看雨絲們與校園裡一景一物的相聚，觀察它們的互動，說不定下次還能夠在上課的商管大樓外，看到雨兒在樓上玩刺激的高空彈跳呢！（文□在記憶中流轉的楓葉）

雨季過渡

遇到下雨天時，總會充塞著一種「唉唷」的心情，感覺灰濛濛的憂鬱，哪都不能去，哪都不想去，難道下雨天就只能「枯等」嗎？既然無法避免這種理所當然的現象，就像不景氣有不景氣的過法，穿高跟鞋有穿高跟鞋的過法，我們也可以創造出屬於雨季的過法。

每天與外界接觸，我是「快活」都市人，跳開那條世間的時間線，照著自己的腳步走，聽著ipod，shuffle模式讓我聽著前奏玩猜歌；撐著傘在台北散步，旁人經過的速度感，好像不斷帶走些什麼，他們臉臭、他們疲倦、他們大笑，他們留給了城市喜怒

哀樂，我不知自己留下什麼，只能想著自己的憂鬱，享受它、消化它。快速已讓我們忘了屬於台北的個性，慢步才能好好觀察藏在城市底層的細微變化。

走進誠品，平常總是聽搖滾樂，這次挑了幾張爵士來聽，看看不常接觸的哲學類書籍，思考尼采的「永恆真理」。雨季就像中場休息一樣，讓你放下習慣，撿起新鮮的過渡階段；我想起過去許久沒連絡的朋友和家人，撥了通電話告訴他們我的想念，雨讓世界失焦，可是我與我自己的關係，以及我與你們的關係，卻能變得更清晰。（文
□高嘉羚）

