

Name: 鍾意

Country: Hong Kong, China

公司職稱: Xanga Editor

冷靜與失控

失控，讓冷靜的人失去理智，
繼而做出一些不顧後果，甚至傷己傷人的事。

一直以來，我是一個很冷靜，但又很易情緒失控的人。
或者應該說，我的冷靜，是裝出來的。
我都覺得自己是一個有點可怕的人。

為什麼冷靜需要裝出來？
我也不知道。
但有時候我只知道，我不裝冷靜，
我會是真正的無法冷靜，我會失控。

我是如何學懂裝冷靜的呢？
就像說謊一樣，我們都沒上過課學過怎樣說謊，
就已經懂得編出精美的謊話；
我想，裝冷靜，也是同一原理。
也許，是基於一種基本的自我防衛，
所以，我自然懂得裝冷靜。

而裝冷靜的時候，由從前只佔十份之一的時間，
到現在幾乎佔所有時間。
這是虛偽嗎？不，這不算是一種虛偽，
這是失控的最後防線。
最冷靜的時候，一定是最應該失控的時候。
那種感覺就是，面上表情凝固，
但心裡有一隻怪獸正在大肆破壞。
為什麼需要表面的冷靜？
只因，不想勞煩旁人擔憂。

最冷靜的時候，通常都是遇上一些極度失意的時候。
回到家裡，獨自一人，自然可以盡情失控；
但若果有旁人在側，包括親人，
你總是需要極力抑壓自己的情緒。
試想，獨自一人的時間有幾多？
所以，為什麼很多人會選擇在夜闌人靜的時候，
在被窩裡失聲痛哭。

都市人壓力太大，煩心的事失意的太多，
結果大家都選擇了被生活麻醉，
這是另類的「冷靜」。
「係咁咖啦，好出奇呀！」
成為了都市人為失意而裝冷靜的最好安慰。
事實就是事實，既成事實，就應該冷靜面對，
何必讓自己為定局而失控？
死很多細胞的還是自己。

我有幸有文字作為我的生活麻醉。
文字是維持我表面冷靜的面具，
而文字亦是讓我盡情失控的渠道。
朋友覺得我的情緒總是那麼難以捉摸，又那麼容易失控，
跟文章中的我又迥異，彷彿不知道哪個才是真的我。
我道是，裝冷靜太久了，「冷靜」由面具成了我的真相。
只是當內心的失控無法再被冷靜的面具掩蓋，
失控的怪獸就會撕破冷靜，跑了出來。
所以，為什麼最冷靜的人，失控的時候又是那麼的恐怖——
因為失控的怪獸被關太久，最後令主人都失去常性。
在眾人面前，那個是我；獨自一人寫文章，也是我。
其實，她們都是我。
無論是表面冷靜，還是文字失控的我。

在眾人面前，給人感覺我是開朗的；
在文章裡看到的，卻是憂鬱的我。
只因，當獨自一人的時候，總是最多愁思亂緒，
文字是負起整理思緒的責任，亦是讓自己失控的好時機。
也許，在這裡，「失控」與「宣洩」是同義的，
但我還是覺得「失控」比較貼切。

很多時候，就因為失控，
我就寫了一些讓朋友們擔心、傷心的文章。

是的，這些文章其實寫得最優秀，
因為它們都全盤來自我的心血。
對不起，我的文章令大家擔心、傷心。
其實，我寫這些文章，只為了放下全部的悲傷，
把眼淚寄於文字裡，把情緒加諸在角色身上，
然後，把事情描於文章裡，
最後，執筆的我就真正抽身了——
只因，最悲痛的靈魂，都被永遠封印在文章裡。

是的，寫完一切悲痛抒情的文章，
我的悲痛就拋諸腦後。
有人認為跟別人傾訴比獨個兒想想想要健康得多，
但我認為最適合我的，還是獨個兒想然後寫，
這樣令我忘卻了很多前塵往事。

每篇文章都是我每一個失控的靈魂，
但他朝歸去，也無風雨也無晴。

原文出處:

<http://apple081016.xanga.com/729850616/%e5%86%b7%e9%9d%9c%e8%88%87%e5%a4%b1%e6%8e%a7/>