

# 家規

茱迪·皮考特

2020.7.21

- p.6 他活在一板一眼的世界裡，而這就是他被診斷為亞斯伯格症的症狀之一。
- p.7 我伸手想安慰他，但及時阻止自己——任何輕微的碰觸都會讓雅各勃然大怒。他不喜歡跟人握手、被拍肩或者被人搓頭髮。
- p.11 我壓抑想笑的衝動。雅各對這世界「實事求是」的解讀方式有時讓人發噱，有時讓人氣餒，視情況而定。
- p.12 雅各看起來完全是個正常的年輕人，而且還一副聰明樣，但對他來說，若固定生活模式被打斷，就會極度恐慌。
- p.12 一聽見雅各的喉底發出低沉咆哮，我就知道太遲了。他開始退離我，跑進滿是醃漬罐頭和調味品的貨架區。瓶罐開始掉到地上，破碎的玻璃嚇得他往旁邊躲，接著他忽然放聲尖叫。這種高亢尖銳的音調就是我的生命配樂。他胡闖亂竄，我靠近時還對我拳打腳踢。
- p.13 那混合著恐懼與憐憫的好奇眼神就像緊咬住我們腳跟的狗，一路尾隨不放。
- p.13 我早就發現生氣這招很管用。群眾就是需要電擊棒喝才能將目光抽離火車殘骸。
- p.19 這東西我不會玩，也沒有真的很想拿。我拿它的唯一理由，是因為我知道這對姊弟永遠都不會發現它不見了。他們的玩意兒那麼多，怎麼可能發現呢？
- p.26 其實是十分，但十是偶數，我不喜歡。而且大聲說出十這個數字會讓我的焦慮指數破表。
- p.28 廢話，我當然撐得過，但得看看要付出什麼代價啊？
- p.30 拜託，還寫錯字，現在學校都不好好教學生正確辭彙啊？  
「不教啊，」我說：「老師都說，不確定的地方自己去查字典。」
- p.31 我想要有互惠的朋友，但我從未跟我媽說過。
- p.47 後來我懷孕了。忽然間，能跟我產生共鳴的人是生產課程那些練習呼吸法、討論

哪裡可以買到最便宜的尿布專用垃圾筒的其他準嬤嬤。

- p.49 亞斯伯格症無藥可醫，僅能改善症狀，而調整飲食可以改善他的行為。
- p.49 一週五天，除了飲食必須有節制，雅各也要根據顏色來進食。
- p.49 基於某些原因，這種作息可以幫助它更有秩序感。
- p.54 科學家將汞注入猴子的腦袋後，發現猴子開始避開目光接觸。
- p.55 對於雅各，我只希望他能更順利地融入這個世界，但對於他弟弟，我寄望他能出人頭地。
- p.66 不過現在二十八歲的我在這裡，偷偷害怕我會變得跟其他人一樣，一輩子都在做不是真正喜歡的事，只爲了賺錢。
- p.69 「雅各，」潔絲說：「你不能遇到一個人就開始對著他背誦出你知道的事。」
- p.71 我知道什麼是愛。當你找到你該愛的人，感覺就會很熟悉，腦袋裡彷彿有人放煙火，你會不知道該說什麼，會整天想著她。當你找到該愛的人，只要深深凝視她的眼，你會知道就是她。
- p.75 而且我也不懂爲什麼那些非自閉症的男人幹麼那麼迷戀女孩的胸部。我認爲眼前隨時有突出物的感覺一定很痛苦。
- p.77 這就是眼睛另一個可怕的地方，它們變得像雷射光一樣炙熱。你怎麼知道何時它們不會火力全開？我看，最好別冒這種險，所以要避開眼神接觸。
- p.84 如果雅各變得比平常退縮、出現自我刺激性的重複動作，或者反常地多話或焦躁，我就知道事情不對勁了。
- p.85 我心中其實有部分很高興他主動對人做出反應，而不是被動等著別人跟他互動——即使這種互動方式並不恰當。
- p.86 因爲雅各只懂得照我說的去。我只說想要一張卡片，沒說其他的。
- p.97 我說這麼多爲了解釋一件事：衝動是亞斯伯格症的一部分。而這經常造成不良後果。
- p.99 處裡失控崩潰的自閉症孩子就像面對龍捲風。你靠得很近，眼見它就要來臨，但你無計可施，只求熬得過去。跟使性子的孩子不同，雅各才不在乎我會如何回應他的行為，也不管他是否會傷到自己。他這樣做不是爲了得到什麼，事實上他根本完全無法控制自己。
- p.133 但自閉症就是這樣，宛如一道滑坡。這一分鐘，你相信你已經爬到底坡頂，再也見不到谷底，接下來，卻見路面布滿薄冰，而你正迅速滑下去。

- p.133 所有的問題都不能是開放式，否則你永遠聽不到他們回答你的問題。
- p.157 我爸以前常說，活再懊悔中就像開著一輛只能倒退的車子。
- p.160 有一點該跟大家提一下，我經常無法看懂別人的身體語言。對亞斯伯格症的孩子來說，這種現象很正常。
- p.161 有人死去時，那感覺就像掉了牙齒後，牙齦出現一個洞。你可以繼續嚼東西，可以吃東西，你仍然有很多牙齒，但你的舌頭就是會一直去找那個洞，那個神經仍然有點敏感的地方。
- p.179 你怎麼能同時愛你的新髮型、愛你的工作，愛你的女友？顯然這個字在不同狀況下指的東西很不一樣，難怪我永遠無法用邏輯來搞懂「愛」這種東西。
- p.227 這些年我一直希望雅各不存在，但這會兒他不在這屋裡，感覺反倒像屋裡多了一隻大象，令人驚惶不安。
- p.242 但我閉不了嘴，因為從剛剛到現在，那聲音是從我全身的每個毛孔衝出來，就算我抿緊嘴巴，我的身體仍在尖叫。
- p.272 如果你必須很努力表現正常，那就代表你不正常。
- p.287 或許我可以替某個犯罪的人傷心難過，但這不代表他沒做。
- p.308 每次雅各說出這種真相——這種赤裸真實到我們連默默承認都不願意，遑論大聲說出口的真相——我就覺得他似乎比我所認識的任何人都來得清醒。
- p.317 如果有人在我沒預期的狀況下碰觸我，我就會尖叫——不是因為害怕，而是因為有時這會讓我覺得我的神經末梢暴露在外面，沒有皮膚保護。
- p.317 如果你對我說謝謝，我必須在我腦袋裡的資料庫搜索一番，才找得出不客氣這三個字。我沒辦法為了填補沉默的空檔而跟人閒聊天氣。若非得如此，我就會滿腦子想著，好虛偽。如果你說錯什麼，我會糾正你，這不是因為我想讓你覺得不舒服（事實上我完全沒考慮到你），而是因為對我來說事實非常重要，遠比人更重要。
- p.324 他就是這樣。我確實相信他比我遇過的任何人更聰明，但他也比任何人更沒有彈性。他很認真看待周遭發生的每件小事，因為他是他自己宇宙的中心。
- p.353 當然，因為亞斯伯格症也是屬於自閉症的一種。比方說，有亞斯伯格症的人可能不善言辭表達，無法解讀別人的身體語言，例如命令或防衛姿態。另外，閃爍的警示燈或警笛都可能讓他失控崩潰。他缺乏眼神接觸的舉止很可能讓警察以為他沒在聆聽。他會表現得很固執或憤怒，他可能不會回答警察的詢問，而是重複對方說的話。他也無法從別人的觀點來看事情，不過，他會說實話——毫不留情地說出真相。

- p.359 故意把他放入會讓他失控崩潰的情境中，只爲了告訴法官，**看吧，我就告訴過你，他會這樣**，這種作法未免太殘酷，也沒有意義，無害於從高樓跳下，企圖引人注目，但死了之後，根本沒機會享受事件餘波。
- p.363 爲什麼第一次見到陌生人就直望他的眼睛，或者透過握手侵犯他的私人領域，不是一種粗魯無禮的表現？
- p.391 我喜歡亞斯伯格症的理由之一，就是我没有過度的想像力。想像力只會讓你對現實中不可能發生的事情過度興奮或不安。
- p.392 那些書和醫生說像我這樣的亞斯伯格症孩子，無法設身處地感受到別人的感覺——這種說法確實狗屁不通。我們當然看得出來別人很痛苦，只是我們的反應跟別人不同罷了。我將我的這種反應當成人類演化的下一步：既然無法解除你的痛苦，那何須表現得感同身受呢？
- p.416 每次看到斑馬，我就忍不住思索，到底牠是黑底白紋，或者是白底黑紋。每次我都被這個問題搞得很沮喪。
- p.456 奧利佛站起來，扣上西裝的釦子。爲什麼律師都要這樣做啊？在《破案神探》裡，演律師的人也會這麼做，或許這樣顯得比較專業，或者他們很緊張，手得找點事情做。
- p.461 在法庭裡旁聽有點像看球賽，一邊得分後另一邊拿到球也得分，兩方不停廝殺纏鬥。而且就像籃球，非到最後五分鐘，不知鹿死誰手。
- p.470 死人沒有臉部表情，所以你不需要擔心你會不小心把微笑當成假笑，或者搞出這類無聊的誤會。
- p.475 「爲什麼要表現出來？」我坐直身子，問他。「如果我知道我有想念的感覺，這樣就算數了啊。你每次看到那種當著大家的面表現得歇斯底里的人時，難道不會懷疑他們是真的難過，或者只想讓別人知道他們很難過嗎？如果全天下都看到你得難過，難過的感覺就會被稀釋，變得沒那麼真實。」
- p.491 這是種詩韻，亞斯伯格症症狀的一部分。雅各還小時，他會重複我的問句，將一模一樣的話像扔棒球丟回來給我，而不回答我的問題。我媽告訴我，這就像在引用電影臺詞，是一種自我刺激性的語言重複動作。若雅各找不到話來回答對方，他就會利用這種方式讓自己嘴巴裡有字句。
- p.516 或許每個人裡面都有一些東西，讓我們無法跟別人連結溝通吧，即使我們很想這麼做。
- p.529 有亞斯伯格症的人其實很想融入大家，但就是沒辦法，因爲他無法了解那些對我

們其他人來說一看就懂的社會行爲。他無法透過別人的臉部表情來評估交談對象的心情，也無法詮釋非語言的線索，比如他喋喋不休時若對方打呵欠，就代表對方覺得無趣不想聽。

- p.530 在現實生活中，你不能改變颶風，只能學著離它遠一點，不被它掃到。
- p.546 我不是自閉症患者，我只是有自閉症，就跟我有深棕色頭髮、有扁平足一樣。所以，我實在不懂爲什麼我老是被人說成「有亞斯伯格症的孩子」。
- p.557 這種症狀應該算人格異常，其特徵是知覺扭曲與人際互動的扭曲。