

白髮吟

◎淨元

「面對自己」是需要經過學習的。我選擇不染頭髮，來當做自我練習的課題。

當久未見面的朋友，看到我的白髮，總是瞪大眼睛，露出無法置信的表情，好像我是伍子胥。然後，驚恐的關心：「到底發生了什麼變故？」一般常見的朋友則調侃我「用腦過度」。其實，我的白髮來自遺傳，和母親一樣，都是三十出頭開始出現。（據說舅舅十八歲即有白髮了。）最初是忍痛拔掉，後來長得太快、太多

，拔不勝拔，只好以「越拔會長得越多」為藉口歇手。

一旦開始染髮，就會欲罷不能。本來一年染一次，後來半年、四個月、三個月，依次遞減重新上色的時間，就像煙癮、毒癮，一旦碰上，分量會越來越重。到後來，甚至兩個月不到，髮根即會呈現片片花白。如果仍不理它，頭上就會出現幾種怪現象：髮梢是黑的，髮根是白色，中間因褪色程度不同，呈現深淺不一的褐色、灰色。有一次，有個高我一

個頭的同事，居高臨下俯視，突然大驚小怪，不識趣地嚷嚷：「啊！妳的頭髮怎麼會長這麼多顏色呢？好奇怪喔！」。

聽說常染髮有礙健康，健康才是自己真正的財富，何必在乎別人的看法呢？於是下定決心不染髮了。平常上班，大家天天見面，見怪不怪，習以為常，還容易克制。然而，一旦有重要聚會時，「看破」又談何容易：二十年不見的同學，終於敲定要開同學會。微妙的虛榮心作祟，誰希望自己是



老得最多的那一位？只好去把頭髮染得烏黑亮麗。近年來，寫了一些有關單親的生活歷程，好不容易盼到可以結集出版，新書發表會上，擔心「白髮蒼蒼」會讓人誤以為單親都是愁苦的，進而破壞單親的形象，如何能當單親的代言人，只得忍痛再染。：諸如此類的事件，迫使不染髮的決心，一再破滅。

當我提出退休申請時，「怎麼這麼年輕就要退休了！」驚異之心四起。「除去假象，恢復本來面目」的時機成熟了。假如大家見到我白髮蒼蒼，退休有何奇怪呢？這次我堅決要誠實地面對自己：看起來該有多老，就多老。

再有人帶著驚異的口氣問我：「發生什麼事？頭髮怎麼一下子全白了？」我已能面對訝異的眼光，平靜地回答：「沒什麼事，只是想誠實地面對

自己，不再染頭髮而已。」每次進美容院，面對美髮師專業的遊說：「頭髮染一染嘛！看起來至少會年輕十歲。」我都能堅定地搖搖頭說：「ㄟ！」

曾有些情況幾乎動搖了我的決心：小妹訂婚時，媽媽正好腿傷，不良於行。身為大姊的我，義不容辭跟前隨後，幫忙打點她的行頭，招呼前來道喜的客人。小妹的同事，不明就裡，竟自以為是恭維地對我說：「伯母看起來好年輕哦！」我五十歲不到，竟被誤認為已近七十歲的老太婆，難道只因一頭白髮？

又有一次，我去接兒子放學，兒子和擦身而過的老師說再見，那位仁兄居然和氣地問兒子：「這是你阿媽啊？」遠離人群，兒子竟生氣了：「都是您不去染頭髮，看起來才會那麼老。以後不要再到我們學校了。」好令人氣餒哦！心裡

不停掙扎：我該再去染髮嗎？別人認為我七十歲，難不成我就七十歲了？染了頭髮，我還是我，並不會因此而真正年輕。活得健康、快樂最重要，為什麼要讓別人的看法，影響自己的生活？人，要能面對自己，何不從這點開始學習？假象終究是假象。以前無法貫徹自己的決心，總緣於拗不過別人異樣的眼光。現在起，我要學習不為外界所動，堅決維持自己的本色。如果連這點都做不到，我的生命豈不永遠隨著別人的看法起伏？「鶴髮童顏」是多麼仙風道骨的恭維。我為何不能坦然接受？

這次真的下定決心「面對自己」，以恢復本來面目，我選擇從不染頭髮開始練習。自己先能面對自己，別人也會漸漸習慣的。