

《1000 針的勇氣》

那些沒說出口的辛苦，其實你並不孤單

文 | Jacinda



圖 | 《1000 針的勇氣》限量印簽書衣版 | <https://reurl.cc/Gadb7v>

內容太「真」

翻開小僑的《1000 針的勇氣》的那一刻，我就知道這會是一本讀得很慢的書。這份緩慢並非源於文字的艱澀，正相反，小僑的筆觸極其直白、近乎赤裸。每一頁翻過去，都像是觸碰到了一道尚未癒合的傷口，那種真實感讓人不得不頻繁地停下來，深呼吸一下，好讓胸口那股悶堵的情緒稍微散去，再繼續往下讀。

這本書寫的是她個人求子的艱辛歷程，但當我一路讀下去卻發現，這早已不只是一個人的故事。它更像是無數女性共同走過的軌跡，是一部關於期待、失落、自我懷疑，卻又一次次在廢墟中重新站起來的生命史。對於沒有走過這條路的人來說，那可能只是新聞上的一個標題。但對於正身處其中的人而言，書裡的每一行字、每一次針扎的畫面，都熟悉得令人心疼。

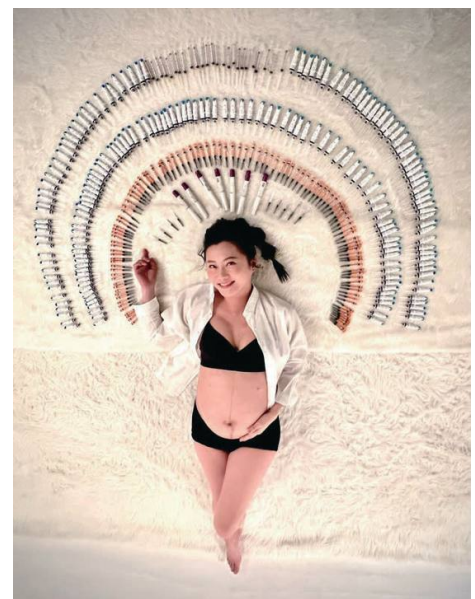


圖 | 書籍中記錄她從備孕到育兒的心路歷程 | <https://reurl.cc/7EYjQ9>



1000 針的重量，從來不只是皮肉之苦

書名叫《1000 針的勇氣》，但在深入閱讀後，你會明白真正困難的從來不是那細長的針頭，身體的疼痛是有極限的，也是可以忍受的，最艱難的是那些無人看見的心理消磨。

小僑細膩地記錄了反覆療程帶來的身體負擔：水腫、腹水、荷爾蒙波動帶來的焦慮與疲憊。然而，比這些更重的是「期待落空」後的寂靜。那種「我已經付出了全部努力，為什麼還是不行」的自責，像是一道無聲的判決。在求子的路上女性往往會陷入一種極致的自我審查：是不是我昨天咖啡喝多了？是不是我情緒太激動了？是不是我的身體壞掉了……？

這種誠實的面對，是這本書最珍貴的地方。她沒有迴避那些明明想要堅強卻在深夜獨自崩潰的孤單。她讓我們看見，勇氣並非來自於無堅不摧，而是來自於即便雙手發抖依然選擇握住那根針。這份誠實，讓讀者感到了被理解、被接住的溫暖。

拒絕完美的標籤：擁抱嫉妒與脆弱的權利

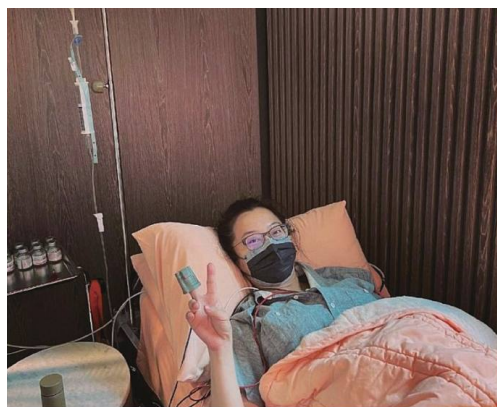
我特別欣賞小僑的一點是，她沒有把自己寫成一個永遠樂觀、永遠正向的勵志楷模。在大多數的勵志書籍中，主角總是充滿光輝，似乎只要信念堅定就能戰勝一切，但小僑寫出了人性中最真實的灰暗面。

她會脆弱、會嫉妒、會羨慕別人輕易擁有的幸福，也會對自己生氣，更會在心裡反覆拷問：「是不是我不夠好？」——這些情緒在傳統社會價值觀中，往往被貼上「負面」或「不夠大氣」的標籤，但在這本書裡我們看到這些情緒是如此正常。

當你看到身邊的人接連傳來喜訊，而自己卻還在診間等待抽血報告，那種失落感是真實的。承認這些情緒，並不代表妳是一個壞人，也不代表妳不堅強。小僑透過她的文字告訴我們：會動搖不代表失敗，會懷疑也不代表妳不夠勇敢。能夠承認自己的不完美與負面情緒，反而是一種更高階的生命韌性。



懷孕滿3個月時，我「又」拿到了孕婦手冊，比起上次的興奮，這次只有滿滿的擔憂。寶寶到手才是真的，我還要再努力7個月。



上圖 | 藝術家眼球先生與送子鳥生殖中心創作藝術作品《Forward - 1000 針的勇氣》 | <https://reurl.cc/V23L6A>



照片提供 / 潘朵拉專業兒童攝影

社會的隱形枷鎖： 那些關於「放輕鬆」的孤單

書中觸及了一個極具共鳴的痛點：旁人的關心。很多時候，最讓人感到孤單的並非獨處，而是當妳已經筋疲力盡時，旁人那句輕飄飄的「放輕鬆就好」、「壓力太大了啦，不去想就有了」。

這些話語背後或許帶有善意，但對當事人而言，卻是一種類似「二次傷害」的隱形壓力。它暗示著：妳之所以不成功，是因為妳「不夠放鬆」——這讓原本就負重前行的人，又多了一層必須控制情緒的負擔。小僑寫出了那種在眾人面前必須微笑以對，轉身卻感到被世界遺忘在原地的無力感。時間不斷往前走，身邊的人不斷進入人生下一個階段，而妳卻彷彿被困在了診間與藥瓶之間，這種被留下的孤獨，構成了書中最深的共鳴。

圖 | 《1000 針的勇氣》記載的心路歷程 | <https://reurl.cc/bdz70r>

很榮幸在懷孕後期受邀拍攝雜誌封面，記錄人生最美（也最胖）的時刻。



沒有保證的終點，依然值得尊重的過程

這本書最打動人的地方，在於它並沒有提供一條「一定會成功」的路徑。它沒有販賣廉價的希望，也沒有給出任何保證。相反地，它更像是一種安靜而溫柔的陪伴，輕聲地告訴妳：就算會害怕、會疲憊、會懷疑自己，也沒有關係。

讀到後段，我逐漸生出一種很深的體會。我們所處的社會，太習慣用「結果」來定義一個人的價值：有沒有成功受孕、有沒有生下孩子、有沒有達成目標。但小僑提醒了我們，其實每一個在困境中掙扎、在絕望中依然願意再試一次的人，其過程本身就已經散發著光芒。

人生裡，有些努力不一定會立刻換來想要的結果：有人最終走到了想要的終點，看見了那道光；有人仍在漆黑的隧道中摸索；也有人選擇在某個時刻停下腳步，轉身走向另一片風景。但不論結局如何，那些努力過、大哭過、撐過的片段，都是生命裡真實而沉重的重量，不應因為結果而被打折。

重新定義勇敢：溫柔對待自己的權利

《1000 針的勇氣》最終教會我們的是：
原來我們不必永遠堅強。

真正的勇敢，從來不是沒有眼淚，而是在最脆弱的時刻，仍願意對自己說：「沒關係，我們再走一下看看。」如果真的走不動了，承認自己很累，允許自己停下來喘口氣，那也是一種極大的勇氣。

如果你正在經歷人生中某段特別辛苦、特別黑暗的時期，無論那是求子的艱難，還是其他生活中的困頓，這本書也許無法直接替你解決問題，但它會像一個懂你的朋友，靜靜地坐在你身邊。它會讓你知道，你的痛是真的，你的努力是真的，你的掙扎絕對是值得被理解與被尊重的。

或許「勇敢不放棄」真正的含義，從來不是逼迫自己撐到極限，而是在看不清未來的迷霧中，依然願意相信自己值得被溫柔對待，願意給人生多一點時間，也給那個受傷的自己多一點空間，這樣的勇氣或許比成功本身更困難，但也比我們想像中的任何成就，都要來得更美、也更動人。 