

## 自助履行指南

### ◆ 663

每當我度過一個平凡、沒有事情值得慶祝的日子，我通常會選擇自助餐當作晚餐。

如果當天有一點小小的好事，我會選擇吃麥當勞。如果那天過得再好一點，我會選擇摩斯。我所能負擔的，僅是百元以上的奢侈。

所以每當我度過一個平凡、沒有事情值得慶祝的日子，我會選擇吃自助餐。大概就是這樣吧，沒有特色的人不會讓我失望。

在這座不屬於我的城市，我不羨慕在賓士上對著我按喇叭逼我讓道的人，我小小的羨慕，是羨慕在自助餐店夾得起魚肉的人。

電視上播著人均所得即將超越韓國，今年的經濟成長率超過百分之六的新聞，自助餐的結帳隊伍卻大排長龍。自助餐是留給這座城市的過客，他們在這裡稍作歇息，繼續陌生的一天。

自助餐店跟咖啡店不同，沒有人會在自助餐店打卡，但自助餐店附湯附紅茶。自助餐店跟咖啡店不同，但跟咖啡店一樣的是，自助餐店也有低消。

自助餐店的消費是不透明的，店裡卻貼著一張公告寫著：「為因應原物料上漲等因素，本店即日起內用最低消費為55元」。

我通常在晚間七點半到八點間走進自助餐店，此時餐盤上的菜葉正慢慢失去溫度，但就著尚溫熱的白飯，我告訴自己，我已經為自己省下了二十塊。

在自助餐店，老闆娘的目光凌駕一切。她拿著一根白鐵夾子在菜盤裡挑三揀四，像教官拉開你的書包，檢查有沒有違禁品在深處。然後她報給你一個數字，趁你掏錢時她在排骨和荷包蛋上撒上胡椒和油膏，每次結帳，都是在試探她的執法尺度。

當然你必須高過低消五十五元，但花太多錢在晚餐上，就失去了吃自助餐的意義。一百元是個界線，現在的我一餐輕易的就吃掉了國中一整天的零用錢，和我的人生一樣，慢慢開始出現銅板做不到的事。

在五十五元的地板與一百元的天花板之間的好球帶，是我每天在貧窮中創造自由的地方。我不夾自助餐店的魚肉，對外宣稱怕腥，實際上是吃不起。主菜一律選擇白切肉，二十塊有五片相當划算。苦瓜、菠菜、高麗菜不動的三本柱取其二，麻婆豆腐與番茄炒蛋交替，營養、配色、經濟，三個願望一次滿足。

如果你仔細研究餐盤的結構，就不會被對自助餐既有的想像給綁架。我的必殺技是不夾主菜，蛋白質以荷包蛋或者滷豆腐代替，又或者換成半顆鹹蛋，能讓我喝上好幾碗地瓜粥。

如果接近月底，乾脆連鹹蛋都不點了，白飯澆著滷汁吃是一種吃法，和著附湯做成湯泡飯是另一種吃法。限制帶來創意，從來沒想過吃自助餐還要配這碗濃得過火的心靈雞湯。

每天晚上我在開動前，都會拍下當晚的菜色，並輸入那一餐的價格，存入手機裡一個叫「天助自助」的相簿。曾經希望老闆娘高抬貴手，如今我每天都享受著把餐費壓制在百元以下的快感。

是的，我儼然是自助餐學的權威。要在這座城市討生活，不得不努力。

我搜尋過在自助餐店降低餐費的方法，有網友分享如果在結帳時說聲：「謝謝姐姐」，平均可以便宜五到十元。這正好是在這城市裡生存的兩種訣竅。只是有人選擇算計，有人選擇討好。

在自助餐的田野裡，有帶著兩個女兒來包便當的母親、配菜早已吃完，狂嗑白飯山的流浪漢、有奉行生酮飲食，不吃白飯只夾菜和肉的健身仔，以及那個和我一樣的上班族。他吃著吃到飽的白飯，配著吃到飽的網路，那是他一天當中少數放鬆的時光。

大學餐廳的湯桶，貼著一張小小的標語寫著：「禁止撈料濾汁」。如今才明白這句話的真意。當我試圖在這深不見底的湯桶裡打撈一塊蘿蔔或豆腐，將湯勺舉起復放下，心情像是在伏見稻荷神社以手水淨心，弱水三千，我獨取一瓢飲。

但我小器易盈如自助餐店淺淺的紙碗，稍有不慎，就被我溢出的貪念燙了一手指。這已經不是我在這座城市裡第一次被燙傷，只是現在的我能緊緊抓某些東西。

這城市燙人的除了自助餐的熱湯，還有機車的排氣管，我所能緊握的是滑鼠與龍頭。

我特別討厭把腳踏車停在機車格裡的人，我討厭他的故作清高。他分明是遵守規則的人，卻讓偷偷挪車的我顯得卑劣。這城市的空間以阿基里斯與烏龜的方式趨近飽和，擁擠且無限著。機車格裡永遠能再擠進一臺機車，我所居住的樓層，總能在絕處隔出一間套房。

每當我騎著車通過鋼鐵大橋返回這座城市，我往往為這座城市的華美與壯觀讚嘆，這座計畫良好的城市，彷彿只留給人生已經計畫好的人，我卻連一盞燈火也貢獻不起。

在橋上，雨不分貧富貴賤地落下，落下時卻區分出階級，有人優雅地望著雨中即景；有些雨滴打穿百密一疏的

雨衣，讓狼狽的騎士更加焦躁。在這個時代，就連雨點都要學會投胎。

莽撞的外送員穿梭在路上，阻擋了我的路線，但我並不介意，在這座城市我早就習慣被插隊，那都有點像白蘭琪的那句話，或多或少，我們都仰賴著別人的勞動活著。

我們都是在為這座我們不曾擁有的城市服務。

我在成功嶺學會像螞蟻默默做自己，就像兵役一樣，我在任何事物上都要尋找替代品。人生觀從追求品質開始往追求C P值傾斜，比如網美健身，我跑步。我跑步並不是因為崇拜村上春樹，而是因為跑步是C P值最高的運動。吃咖啡店也是一餐，吃自助餐也是一餐。開心也是一天，不開心也是一天，這樣就過了兩天。

我從打折品裡做選擇，許多願望，我藏在購物車裡。紅利、優惠、回饋，我在折扣與折扣的夾縫中求生存，自以為能靠這些小聰明從資本家手上討回幾座城池。這個時代裡最迷人的詞叫財富自由，最符合時代精神的行為是自助加油。

自助加油首先你要不怕髒，才能享受到折扣，自助加油只是把服務費的部分從你的油價裡扣除。天助自助者，只有自己能為自己加油。

在這個社會，有人天助，我們只能自助。一日照過，公平並不是這個社會的先驗原則。也不過就是我們在吃屎的時候，人家在吃馬糞海膽，人家在喝V.S.O.P的時候，我們只能喝維他露P。

看著那些含著金湯匙出生的人，他們上輩子一定很善良。我希望我上輩子是個軍閥，姦淫擄掠都做過的那種。至少知道他上輩子爽過了，這輩子的我會比較釋然。

讀研究所的時候，每當我讀到與資本主義有關的理論，我就會用手機查看存款餘額。那時我以為裡頭的數字未來會更長一點。

如今我每天反覆做著一個財富自由的美夢，對發票是我唯一致富的機會，定期定額投資大樂透，盼望著命運的複利有一天會降臨在我身上。而我所追求的自由，僅僅是一種冷氣不設定時的自由。

每當我用了一度電，我就幫我的房東賺了一塊半。對於一間一度電六塊，水費不計的套房來說，我總是以報復性用水消解房東賣電給我的怨恨。我知道這麼做不對，但不負責任地浪費我不需要的東西，總能讓我的心情得到平復。

我住在一個跳樓也摔不死的地方，每當繳完房租，我的薪水就會有一部分在那個瞬間消失。時間就是金錢，待在這房間裡浪費時間是我唯一能做到的炫富方式。對此我不能再抱怨什麼，有個地方住就要心存感激。

這城市的租屋市場跟求偶市場一樣競爭激烈，在社會走跳，一切都看條件，連找個房間都要試著擠出乳溝。有錢真好，逛租房社團都能像滑交友軟體一樣，說到底，大家都是去找那個放東西的洞。

時代會製造出新的反派，以前是房東，現在是建商。跟他們相比，政治人物只是幫他們提鞋的小嘍囉。萬丈高樓平地起，在這座城市裡的生活像是在玩實體大富翁，我們耗費青春所賺的只付得起過路費而已。研究所學長∞說，他扮演的是機會卡的角色，專門給有錢人抽插。

在這個時代裡，就連饒舌歌手都在追求成功，嘻哈歌曲都沉醉在紙醉金迷的世界裡。我的人生有兩大哉問，就是至今我仍然不知道我對什麼過敏？以及我要的到底是什麼？我既沒辦法上聯合文學，也沒辦法上商業周刊，我只有份份勉強強的工作，保護我不被社會的殘酷給淘汰。

努力讓我厭煩，順利讓我不安，理想會滾動式修正，長大之後，雪球會越滾越小。現在的我，只要有錢能夠叫外送跟吹冷氣就滿足了。每天早上醒來我都在想，認真工作算是一種心甘墮落嗎？

大學裡最聰明的同學臉哥告訴我：「上班要做下班的事，下班要做喜歡的事。」我的時間不是我的時間，我偷

到的時間才是我的時間。追求C/P值的極致就是不勞而獲。

不管有沒有便意，早上下午我固定去廁所大便一次。每次裝水我都走到離我最遠處的茶水間，電話響了我就去尿尿。主管在辦公室，我用力敲打鍵盤裝忙。

這是時代裡最不著痕跡的抵抗，每個人都可以是職場裡的廖添丁。成功不必在我，失敗一定怪我，我隱身在辦公室裡，當一個可有可無的公務員，過著不上不下的人生。

大隱隱於市，the road not taken，我們總是走在那條蕭索的替代道路上。不能去巴黎，我們去八里。希臘去不了，我們就去苗栗。殊途不會同歸，我的人生永遠差這麼一點。

放下窗簾就是我的冷氣。健怡是可樂的替代。剪髮是自刎的替代。生活到最後只剩下修剪的慾望。

幸福是你在長途跋涉後找到一間乾淨的廁所，成功是過年的每個問題都能回答，今晚的煩惱是要吃什麼？

所以每當我又度過一個平凡、不值得慶祝的日子，我就會走進自助餐廳，因為自助餐廳不會給我錯誤的期待。

我以為我會一直吃自助餐，直到我離開這座城市。

但新的數字覆蓋上舊的數字，自助餐廳的低消節節升高，我覺得我好像要被趕出這座城市。

這座城市仍然需要像自助餐廳的地方，收留不屬於這座城市的人。

於是我們將據點從自助餐廳轉移至便利商店。一樣的晚間八點，一樣的人潮湧進了便利商店。這是乞丐超人的變身時段，當我們意識到調新的幅度只趕得上飲料上漲的速度，百元能夠買到的奢侈量級逐漸下滑。

當我循著超商 route，輾轉了幾家門市，按圖索驥找到了貨架上僅存的即期食品，咬下一口就明白了為什麼它還留在那裡。這就是這座城市的尋寶遊戲，實際上更像是密室逃脫。當我們離開了一個地方，抵達了一個新的地方，解鎖了全新的地圖，卻擺脫不了相同的命運。我們的人生鎖死在別人的房間、別人的城市。

我們在這座漂亮的城市裡，過著為人作嫁的日子，迷路於幸福路上、成功路上。

李格弟的歌詞是這樣的：「日出是免費的／夕陽也是／深夜是免費的／星光也是」，我們租賃著這座城市的一切，我們的遷徙和勞動，讓這座城市閃閃發光。

我們是沒有腳只能不停飛翔的雀鳥，這座城市永恆的旅客。

## 作者簡介——663

663，本名黃俊彰，來自重慶森林。及格邊緣的上班族，一切靠運氣的男子。曾在臺灣第一家鹽酥雞擔任店長。曾獲林榮三文學獎、教育部文藝創作獎、中興湖文學獎、金車現代詩獎、台積電青年學生文學獎等。

我是窮人版的洪愛珠。

臉書：(前)所長 663

Instagram：litlepolice663

## 評審意見——徐國能

本文作者是一位自助餐店的人類學家，深度挖掘城市生活，經濟負擔下的社會百態；從每日用度的精打細算，拓展到日常生活及個人生命史的省思，作者不斷反覆探求、重寫對人生的定義既有價值觀。〈自助旅行指南〉從自助餐的選擇開始，以城市的生活遊蕩作結，全文以幽默的筆調鋪陳酸澀的處境，企圖小中見大，反映了現代生活的虛幻與無力。本文意圖揭穿城市光鮮亮丽的假象，以相當具有風格的尖銳語言直白地表現城市低薪族的心境，「自助」成為一個諷刺的詞彙，當一切決定都往CP值傾斜的時候，理想沉淪，目標虛無，本文巧妙詮釋了當代「無力」、「無感」、「躺平」、「在職離職」（安靜離職）等價值觀的根源，可視為當代臺北魅影外的陰暗章節，文學提示了你我或許都是資本主義吞噬的對象，本文雖然厭世，但亦警世。