

友誼誠可貴

01-10

我母親和她的朋友都有年齡相近的女兒。成長過程中，我與夏恩常在慶祝活動、烤肉、婚禮、固定拜訪中碰面。我們有百來張合照可茲證明：兩個女孩擠在一根樹枝上；一對少女穿著有破洞的牛仔褲；兩個三十來歲的女人倚著彼此開懷大笑。

我33歲左右時，夏恩在與她法國丈夫分居期間搬來和我同住了一年，成為室友的我們相處融洽。我們邊看科幻電影、玩棋盤遊戲，邊大口吃著爆米花、咯咯地笑。我們聊天到深夜，無所不談，包括我們的過去、未來，當然，也會談到愛情生活。

夏恩是天生的喜劇演員。她能模仿任何人，從她的法國丈夫到美國總統。她也是個很棒的廚師，每當我哀嚎：「這裡沒東西吃！」的時候，她總能利用廚房現有的東西迅速變出美味佳餚。「你真厲害！」我對她說，「是啊、是啊。」她回道，給了我的露齒微笑。

那年，我們過得愉快極了。沒多久以後，夏恩返回法國。在那兒，夏恩的生活情況急轉直下，她與丈夫離婚，事業也不順遂。她發現自己有了身孕，因此搬回美國和母親同住。夏恩的情緒極度低落。小孩才誕生不過一個月，夏恩使用她母親的手槍結束了自己的生命。

01-11

夏恩自殺後，我試著找出我可以說或做些什麼來阻止她自殺的確切時間點。因為她的離開，我感到憤怒又悲傷。隨著時間流逝，痛苦漸漸消退。我開始面對她已離去的事實，並且能夠原諒我們彼此。

我知道單靠我一人無法阻止夏恩自殺，但也瞭解當時仍有別的方式能使我當個更好的朋友。因此我下定決心，要在其他友誼裡盡己所能成為益友。夏恩的死深刻影響了我的人生。

過去，若有朋友做了我不喜歡的事情，我心裡的負面想法可能會延續好幾天或好個星期。現在我明白，懷恨在心根本是浪費時間及精力。如今，我選擇告訴朋友我的感受。我變得更加容忍、更有耐性，且更專注於正面而非負面的想法。

當我替朋友感到快樂或驕傲時，我會告訴他們。如果他們幫了我任何忙，我會說聲謝謝表達感激之意。我用不同的方式讓他們知道，他們對我有何重要。而這些都是以往我認為無舉足輕重的事。歷經了這一切，我體認到友誼無價且生命短暫。我必須珍惜友誼及生命，不再將它們視為理所當然。