



美麗的定義不只一種，Lizzie Velasquez：「別叫我世界最醜的女人」

Lizzie Velasquez，現年二十六歲，是一個患有罕見疾病的女子，病狀使得她體重不到 27 公斤且右眼全盲。她曾因外表被網路霸凌，稱作是「全世界最醜的女人」。但她從來沒有放棄希望，陸續實現了大學畢業、成為激勵講師、出書等人生目標，她想告訴大家：「只有你可以定義你自己。」

霸凌，在她的生命中從未停止。在她的紀錄片《一顆勇敢的心：麗莎維拉斯維奎絲的故事》(A Brave Heart: The Lizzie Velasquez Story)中，描述了她曾被稱做是「全世界最醜的女人」。當時 Lizzie 在 YouTube 上意外發現自己變成了「世上最醜的女人」影片的主角。短短 8 秒影片，吸引了超過 400 萬次人次點閱。底下的數千則評論更是讓她形容自己看到「胃開始下沉」。有人說她是個不應出生的怪物，父母應早把她墮胎；也有人說要把她一把火燒了算，更有人評論「Lizzie！拜託！拜託你來為世界做一件好事吧！拿槍自盡吧你！」這樣被霸凌的經驗對 Lizzie 來說並不陌生。從五歲上幼稚園的頭一天開始，她的生命歷程中就處處充滿了霸凌的痕跡。根據 Lizzie 的回憶，當時滿心期待到學校認識新朋友的她，友善地向見到的第一個小朋友微笑，但是那小朋友卻嚇壞了，注視她的眼神彷彿她是一個不會出現過的怪物，她原以為只是碰到一個沒禮貌的同學，沒想到入學後，大部分的小朋友都覺得 Lizzie 長得跟大家不一樣，看到她靠近時都閃得遠遠的。

同樣的經驗從小到大都未曾遠離，一再複製在 Lizzie 的生活中。她常常看著鏡中的自己說：「我可以把這個疾病去除嗎？如果沒有這病的話，我可以不用穿從玩偶店買來的小號衣服，我可以長得跟大家一樣，我可以不用為了取悅他人，而想盡辦法讓自己看起來很酷，我想我會活得輕鬆很多。」每一天她都如此祈求，卻每一天都感受到失望。五歲時的 Lizzie 曾經回家跟父母哭訴。而 Lizzie 的父母告訴她：「你唯一和大家不一樣的地方，是你比其他孩子嬌小。你的確罹患了罕病，但它無法定義你是誰。去學校抬起你的頭，並保持你的微笑，只要你做你自己，人們就會看見你。」Lizzie 目前不但拿到傳播學學士學位、也出了三本書分享他的快樂與故事。

不要讓失去或未曾擁有的事物侷限住你對自己的想像，讓你擁有的東西去定義你。就像 Lizzie 所說的：「一隻眼睛看不到又怎樣？我還有另一隻眼睛可以來溫柔看待世界。常常生病又怎樣？我還有健康的秀髮。」不要讓那些認為你醜陋的人去定義你，他們的價值判斷只會遮蔽了你的希望，讓你以為自己一無所有。你的美，由你自己定義，由你對自己的看法、目標和成功定義。

資料來源：<http://ppt.cc/dX7I> 天下雜誌部落格

