

書與電影

追夢不分年齡---我看「最後的馬拉松」

陳桂珊¹



「最後的馬拉松」(Back on Track) 是一部改編自真人真事的電影，內容講述一個德國馬拉松傳奇人物保羅亞沃赫夫於老年時不放棄馬拉松夢想的事跡。這部電影在 2015 年上映，當時德國的老人比例是 21.6%，遠遠高於台灣目前的 13.3%，飾演男主角的德國國寶級演員狄特哈勒福敦當時已年近八十，後來也因本片獲得德國電影獎最佳男主角殊榮，該電影在德國創下了破億票房，想必有它大受歡迎的道理。

故事由男主角保羅的妻子瑪歌在家不慎跌倒開始，兩老被女兒送進了養老院。即便內外環境皆優美，但養老院的生活並不讓這對老夫妻快樂，住在這兒的老人們大多認為自己已至暮年，能做的事已經不多了，所以他們欣然接受養老院千篇一律的生活。然而，身處其間的保羅完全無法適應這樣的日子，他堅信著年老並不意味著對生活失去熱情，他認為養老院是一個了無生氣、每個人都在等死的地方。其他住民老人都感覺到保羅似乎與自己不太一樣，其中一位較循規蹈矩的老

¹ 國立成功大學心理系三年級學生

人家覺得規矩就是規矩，不能理解怎麼保羅就是不遵守，於是開始挑釁保羅。在制作栗子吊飾的手作課上，保羅向大家表達他不解為什麼養老院的生活總是重覆而了無生氣時，惹來了照護員和循規蹈矩老人的不滿。氣憤的保羅為此甚至要收拾行李離開，最後因為捨不得把妻子一人丟在養老院而選擇留下來。

心裡萬般掙扎之時，保羅看到了自己 1956 年獲得墨爾本奧運金牌的照片，已經年屆 70 的他再一次燃起了馬拉松魂。他努力說服妻子瑪歌能像以前一樣當他的教練，使他能夠參加下一次的馬拉松比賽。瑪歌擔心保羅已經好一段時間沒有練習且年紀不小，要再一次把自己體能練起來必定需要吃很多苦頭。沒想到保羅的回答卻是：「以往哪一次不是吃很多苦頭？」對他而言，沒有年紀大不大的問題，只有想不想的問題！過去那麼多次的賽跑經驗告訴他：堅持而持續努力，就必定會成功。瑪歌縱然身體狀況沒有很好，也擔心丈夫會無法負荷訓練和比賽，但最後還是被他那團追夢的火點燃而答應當他的教練。我很佩服保羅能夠不屈服於現狀並勇於突破的勇氣，尤其是他想要做的事甚至連年輕人都不一定可以做到，他卻寧願吃很多苦頭也不甘受困於一成不變的現況，他對生命的熱情是多少二十多歲的我們所無法比擬的。

從隔天早上開始，保羅就自己一個在養老院的公園練習，縱然看護職工以健康和安全的理由百般試圖阻撓，保羅依然故我。院內的住民老人雖都知道保羅曾是墨爾本奧運金牌得主，但僅有少部分人認同他，院方甚至認為保羅的所有舉動是因過於恐懼死亡，甚至認為他得了憂鬱症，找了精神治療師來幫他做諮商治療。看到此處，我似乎感受到保羅想追夢卻被周遭不許可、不讚賞的孤獨感，但讓人驚嘆的是：面對這麼多阻撓與挫折，此時的他非但沒有就此放棄，反而努力想出其他讓人支持他的方法。

比如：保羅聯絡上廣播界的朋友幫他作一個採訪，希望讓大眾知道他雖已年屆 70 但仍想參加馬拉松的決心。所有收看到這則採訪的人，包括養老院的住民老人、保羅的女兒等，都被保羅的堅毅感動了。而保羅對自己的夢想這樣積極爭取的努力，也讓還 20 出頭的我彷彿接受了一場震撼教育，想想，青春的我們是如何對待自己的夢想呢？70 歲時，我又會這麼排除眾議的追夢嗎？我想，我們也許都不如保羅勇敢吧！故事一路發展到比賽前夕，瑪歌被確診腦部長腫瘤，人生將要走到盡頭。面對相伴六十多年，感情深厚的妻子將要離世的消息，此時的

保羅會選擇堅持自己的理想，請妻子當他的教練，繼續訓練與準備比賽？還是放棄這次比賽，改帶妻子去旅行，讓她能在餘生享享福？故事最後的發展又會是怎樣？這些答案留待各位在電影中揭曉。

這部電影節奏明朗而輕快，議題涵蓋老年生活、養老院照護問題、親子之間的照護矛盾等老年相關的議題。影片中我看到不少機構的不良照顧例子，譬如：保羅跟瑪歌所入住的養老院院方為維護機構的名聲，而在活動規劃方面都非常靜態，以減少老人家出狀況的機會。又比如因照護人手不足，照護員累積的工作壓力竟發洩在身體活動不便的老人身上...。這樣讓人心生憤怒與恐怖的情景，在電影中某個情節有提到是德國社會中很普遍的病態現象，這點想必值得台灣借鑑。另外一方面，保羅女兒對於照顧雙親的想法也讓我有一番深思，她很想有自己的生活，不希望父母成為自己的負累，甚至在養老院表示可以讓一度逃離的兩老回院時，她表現出極力希望雙親能回去的態度。幸而保羅跟瑪歌都很開明，知道自己不能賴著女兒，便還是回到養老院。這種狀況要是換在台灣，儘管現今也有不少長輩接受不同的居住安排，但我想在講求孝道傳統的東方社會，結果可能就不太一定了。

與其說這是一部老年電影，我更偏向認為它是拍給年輕人看的老年電影，內容雖以老年生活作為題材，但是「追夢」這個元素貫穿整個故事。一般而言，追夢都是年輕人的事，故事這位年屆七十的老人家突然說追夢，固然會惹來其他人的不贊成，可是年輕人又何嘗不是這樣？追夢從來都不是一件容易的事，然而這位老人家在他追夢時面對的問題，卻是被年輕人視作理所當然的擁有並肆意使用的體力和活力。故事中的保羅與瑪歌已經算將身體保養得非常不錯，但仍都面對著年輕人所無法體會的身體機能退化問題，只是，即便如此，故事主人翁卻選擇不受現狀限制，而比年輕人還要勇敢追夢。

其實每個人都會變老，但是到了老年，我們要如何給自己過往的生活、甚至是人生下一個總結呢？故事裡保羅說了一段很引人深思的話：「我們表現其實不差，只是看起來很沒用。老了，看起來很慘，對不對？不過要知道，人生就是一場漫長的馬拉松。踏出第一步並不難，你以為你能過關斬將，但途中你會遭遇病痛，你的體力也會越來越差。你會以為你撐不下去了，但仍勇往直前，不斷挺進，

跑到筋疲力竭為止，最後迎接你的會是勝利，這是必然的道理」。老年雖然是一個整合過往各個生命歷程的階段，身體機能 and 社會期待等因素讓人認為處在這個階段的人只要好好養老就好，但保羅這段話以及他的追夢故事像是在提醒我們：漸老並不必然是生活熱情被磨滅的原因，即使年紀大了，還是可以有自己的興趣、事業、乃至夢想。而保羅這段話也像是對年輕人的告誡：連身體機能與活動力不如我們的高齡者，都能有自己的理想與夢想，並持之以恆地去達成，那年輕的我們呢？我想至少要做到遇到挫折時不要輕言放棄吧。

這是一部對生命充滿熱情的電影，如果你正在生活裡遭遇到挫折，想必你能從這部電影裡找回屬於你的動力；如果你的生活過得很順遂，我也推薦你這部電影，你會被它輕鬆而幽默的氛圍所感染。期待每一個你能在這部電影裡找到個人的體會。