

村上春樹《關於跑步，我說的其實是……》

關於經典，如同跑步，是流動與持續的追尋

成大歷史學系副教授/謝仕淵

跑步之於我是日常，跟生活一樣平常，不用跑快、也不需跑遠，就是常人所及的程度，最多，一年跑一次半馬，特別是古都馬。

古都馬經常不被聯想為是場身心鍛鍊，我跑古都馬經常被誤解，因為，補及站食物太豐，如同2024年那次，我在三個補給站吃了不少食物：飲料有水、舒跑、維他露P、梅露、冰美式咖啡，冰紅茶。食物更是豐盛，但只吃了番茄、西瓜、芭樂、蔥抓餅、餅乾、煙燻滷味豆干。

第二個補給站，一直有人放送著鬆懈跑步意志的話，說什麼「放棄吧，不要跑了，就在這邊吃吧！」那個人前面的那張桌子，有牛肉！古都馬考驗我們的，從來就不是路程，而是食物！

但我還是喜歡跑步，不用跟人比較，自己為自己設定的意義，跑下去。跑步，如同我的工作—臺灣歷史研究，經常是場漫長而自我的對話。歷史研究是在有限證據下，企圖重建脈絡、解釋關聯，進而說明其意義的工作，比起資料順利的兜攏，條件的困乏才是常態。只能持續下去／跑下去，才能找出逐漸明晰的結論／看見那條在眼前的終點。

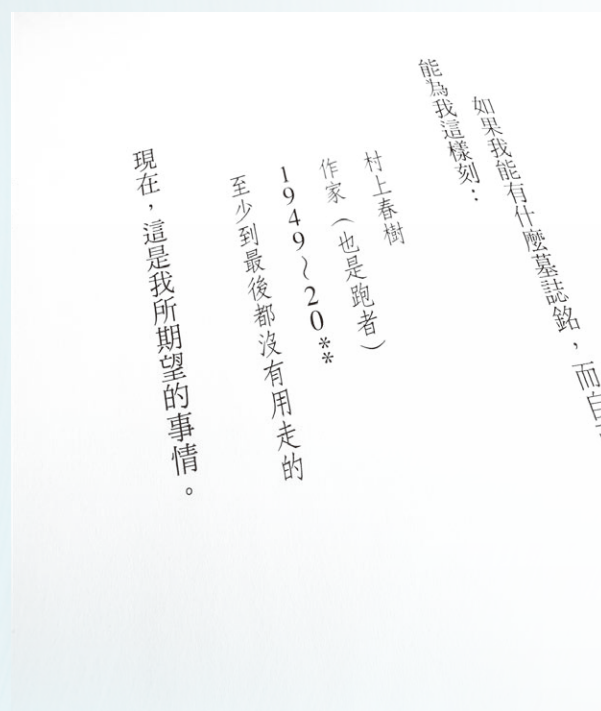
我經常讀村上春樹《關於跑步，我說的其實是……》（賴明珠譯，時報文化出版，2008），我讀這本書的機會，遠多於村上其餘著作的加總，不一定讀完，隨意翻閱幾頁，在日常生活裡。書裡所寫是跑者村上，一場朝內的、自我的對話，但也幾乎印證跑步運動與研究工作遭遇的類似課題。



歷史研究宛如長跑的路，有些題目我在年輕時想起，但在二十年後才找到可能的答案。跑步是存在主義的命題，為何要跑？目的是什麼？要不要放棄？要跑到哪裡？是跑步當下的抉擇，但宛如人生的選擇。村上春樹說「我跑，故我在。」同樣的「我研究，故我在。」能為自己的職業，找到另一種容易感受的機制去理解，成為認識自我重要的路徑，是種難得的幸福。雖然跑步的過程經常是痛苦的。

初讀《關於跑步，我說的其實是……》，正是寫作博士論文時，工作、學業與家庭要兼顧，有時找不到終點的研究歷程，如同經歷了一場折磨身心的路跑之苦。村上春樹因此說「正因為苦，正因為自己甘願通過那樣的苦，至少在那過程中，我們才能找到一些自己正活著的確實感觸。」

活著的存在感，通常會讓自己更清明，通過極限有時才了解自由。村上春樹太會跑，是跑遍世界各大馬拉松的好手，但我幾乎不記得書中所提到在雅典、波士頓、紐約與夏威夷跑步時的景色。我只記得那些書寫自我對話的片段，村上跑北海道100公里的超級馬拉松時，經過撞牆期後「我能感受到非常安靜的幸福。…我的肺像勤勞的風箱那樣，規律地把新的氧氣送進體內。我彷彿目睹他們勞動的姿態，聽取他們發出的聲音，一切都沒有問題地繼續動著。」（頁133）身體也宛如沉著的寫手，如同漫長而經常面對自己的研究工作，有痛苦的撞牆期，也有著進入全然掌握自身機制的幸福感階段。自我安頓的練習，研究技藝的反覆操演，輕快與痛苦的感受辯證，從路跑的苦，我理解研究帶來的快樂。



《關於跑步，我說的其實是……》甚至提醒了我認識同行的方式。研究圈內的朋友平時各忙各的，彼此不算經常來往，但同儕間經常能建立共知甚至了解彼此狀態的方法，兩個不說話擦身而過的跑者，也是這樣的關係嗎？村上對此的描述，格外迷人，他說「安靜規律呼吸的是老經驗跑者，他們的心臟慢慢的，一面落入沈思一面刻著時間。我們一面在路上擦肩而過，一面聽取彼此的呼吸節奏，感覺著彼此刻時間的方式。和作家們一面感覺著彼此的語法一樣。」

村上的書中，最為激勵自我的描述，是他希望自己的墓誌銘是：「村上春樹 作家（也是跑者） 1949-20** 至少到最後都沒有用走的。」讀到這句話時，我經常又把電腦打開，看看還能再做些甚麼事。

我的職業也包括讓學生認識運動文化，寫過肯亞路跑文化的Adharanand Finn，在他的《我在肯亞跑步的日子：揭開地球上最善跑民族的奧秘》（黎茂全，臉譜文化，2012）與《跑者之道 一趟追索日本跑步文化的旅程》（游淑峰譯，時報文化出版，2016）兩書中，提供了跨文化的比較，乃至於必要的距離感，讓我理解村上春樹的跑步觀，跟日本文化深刻關聯的部分。

Finn認為「跑步也是一種自我實現的方法。它有一種純潔、一種力量，一種淨化心靈、接近本我的方式，這是其他運動項目較少擁有的特質。」但他更指出東非肯亞跑者，「跑步時的自由與放縱感，即使成功能完全改變人生是一項豪賭，他們卻在態度上演得放鬆與自在。」不同的身體條件與自然環境影響跑法，但也建立在不同的文化基礎下，我在接近半百之歲時，試著揣摩肯亞人的跑步，那會不會是條更為自由的道路呢！？

從此之後，我也愛讀、愛看關於跑步題材的小說、漫畫與戲劇。如同先以小說問世後拍成日劇的《陸王》。池井戶潤筆下的《陸王》，描寫足袋老字號「小鉤屋」的宮澤社長，想以傳統生產技術開發新型態跑鞋，過程一路艱辛經常失敗，宮澤因此說「一旦放棄就完了。不要擅自決定結束，那只不過是逃避。」進而說服團隊夥伴相信這條改變的路。而最終穿上這雙跑鞋的茂木選手，在屢屢受傷與半信半疑間掙扎，也跑出了重返榮耀的成績，跑到終點時，他說「能跑下去，真是太好了。」一部精采的小說與戲劇，也可以有經典般，激勵人生的力量。

2006年出版，三浦紫苑以東京箱根間往復驛傳競走為舞台的小說《強風吹拂》，這部作品後來也被改編為同名的漫畫、動畫、舞臺劇與電影。《強風吹拂》描寫僅有十人的寬政大學陸上競技部，為參加箱根驛傳比賽為目標的歷程。十人的隊伍，多非專業背景出身，每個人參加的動機不一，各自遇到的人生問題也不同。但這部漫畫將十個人的生命經歷與自我獨白，填進了原本無趣單一的路跑畫面，讓每一步是為團隊而努力，但也都是為自己而跑。故事的結局，寬政大學的雜牌軍，竟然跑進了箱根驛傳的最後決賽。

這部漫畫中，有許多名場面跟經典詞，如同深不可測的他校強者藤岡一真「我們到底該往哪裡前進呢？我們的前方，是否真的有終點呢？」貫穿《強風吹拂》的一條主線，寬政的學長清瀨灰二跟大一新生藏原走的關係，帶著悲慘的高中長跑生活進入大學的阿走，對於跑步帶著熱情與憤怒複雜情緒，以及對隊友的不滿不信任。灰二因此說「不管跑得再久再遠，你其實都不是孤單一人。無論何時，你身邊都有其他人一起奔跑。」「不能一味追求速度，那樣只會讓人空虛。」《強風吹拂》故事開始之初，兩人相遇時，灰二問起易怒叛逆的阿走「你喜歡跑步嗎？」阿走沒有回答，但故事的終了，阿走也說出了「你想知道跑步究竟是什麼。而這問題的答案，就是你，就是你本身。」再次跑步的阿走，因此而走出了人生的陰霾。

在面對找不出的解答，比寫出來的文章還多時，「我喜歡研究嗎？」答案應該還是肯定的，因為「痛是難免的，苦卻是甘願的。」村上春樹這樣說。

什麼是經典？

我從村上春樹《關於跑步，我說的其實是……》以及Adharanand Finn的兩本路跑書，或者日劇《陸王》與漫畫《強風吹拂》，這些以跑步為題材的作品，重新認識了關於面對自我、團隊激勵與跨文化認識的議題。漫長學術歷程跟跑者之路的對話，更提供了互相參照、進一步覺知的自我認識。

於是「何謂經典？」的提問，應該不是拘泥於一本或一人，且如單一拜神的信仰教條。符合自我認同理念的任何媒介，一段對此價值的追尋脈絡，即使是一齣劇一本漫畫，都可以是經典閱讀之旅。經典可以是去中心化的、也必然伴隨解構過往經典定義的過程。於是，跑者村上、茂木與阿走，跟我說的事都一樣重要！

