

《東京教父》那些帶著傷痕前行的人： 無家者、棄嬰與跨性別者的生命拼圖

學生諮商中心 朱家惠 實習諮商心理師

一、步入獨立的陣痛：當「成功」成為迷惘

大學階段是脫離父母羽翼、邁向獨立的關鍵期。然而，這份獨立往往背負著沉重的社會期待。當我們試圖定義「成功」時，現實卻常伴隨著學業挫折、關係斷裂與自我認同的迷惘。我們如同在都市中迷失的流浪者，帶著無法言說的傷痕，在寒冬中尋求一處容身之處。

二、從《東京教父》看生命的「韌性」與「復原」

今敏導演的動畫《東京教父》深刻描繪了三位「有瑕疵的人」的故事：酗酒的大叔阿金、逃家少女美雪、跨性別女性小花。他們在平安夜的垃圾堆中發現了一名棄嬰，這場荒誕的尋親之旅，實則是一場關於生命韌性的深度實踐。所謂「韌性」，並非如鋼鐵般不毀，而是在經歷劇烈創傷後，仍能整合碎片、重新站起的能力。

三、電影中的四大復原力要素

- 承認創傷與賦予意義：復原的第一步是停止逃避。三位主角起初都處於逃避狀態：阿仁編造謊言掩蓋自己生意失敗與家庭破碎的恥辱、美雪因刺傷父親的罪惡感而選擇自我流放、小花雖然樂觀，但內心深處渴望著從未擁有的母愛與家庭歸屬。當主角們決定送棄嬰回家時，原本支離破碎的生活因這份「目標」而注入了全新的意義。
- 建立非傳統的社會支持：復原的關鍵在於連結。這三人組成的「模擬家庭」雖有爭吵，卻在極端逆境中提供情感慰藉。其中小花無條件的愛與信念，更轉化了同伴的憤世嫉俗。
- 幽默感與積極重構：主角們利用「自嘲」與「鬥嘴」作為心理防禦機制。旅程途中小花將所有的巧合視為神啟或奇蹟，這種樂觀的解釋風格幫助他們在絕望中繼續前行，有效緩解大家的焦慮，幫助個體在絕望中前行。
- 寬恕與自我和解：復原的終極目標是與過去和解。透過這段旅程，美雪嘗試修復家人的隔閡；阿仁找回做父親的責任感；直至電影的尾聲，小花始終沒有迎來自己的happy ending，但她堅決要幫棄嬰清子找到父母：「我想問他們為何要拋棄小孩。如果他們的理由我能接受，我就原諒他們。原諒他的父母，還有我的父母。」原諒，或許這正是小花救贖的終極目標吧？

四、總結：給予愛，是自癒的開始

故事中的三位看似「有瑕疵」的主角分別代表了社會期待的挫敗、依附關係的斷裂與自我認同的孤寂。雖然最初他們選擇以流浪來逃避，但那個嬰兒的哭聲成為了轉機。當我們願意直面瑕疵、接納傷痕，並在彼此扶持中尋找生命價值時，那些曾經的「崩塌」將成為重塑自我的基石。願我們都能在人生的寒冬中，找回那份屬於自己的韌性與溫暖。

