

山腰電影院

## 《你的名字》（Your Name）



你總覺得自己在尋找什麼嗎？好像總覺得自己的生活少了什麼？但卻又說不上來……

日本動畫電影《你的名字》，片中一開始，男主角瀧與女主角三葉就透過旁白自述，表達了上述的感受：好像心裡總有一個空，而每天的生活，都像在尋尋覓覓，希望能找到填滿這個空缺的事物，也許是一個人、一場風景、一種體驗等等。

後來我們知道，他們在尋找的事物，就是彼此。原來在還是高中生的時候，他們曾有「交換靈魂」的經驗。住在偏遠鄉下的女孩三葉，一天醒來竟然變成住在東京的男高中生瀧，瀧在起床後也變成三葉。起初他們以為這只是場夢，但後來發現這並不是夢境，而是真實地以他人的形體生活著。但這交換並非永久，常常是一天有換、一天沒有，毫無規則。他們只好在對方手機裡留下自己當時的所作所為，好讓彼此可以接續自己錯過的人生。這兩個陌生人，用了如此奇特的方式，進到彼此的生命裡。

他們確實是陌生人，因為先前他們都不知道彼此的存在，也從未見過面。但說他們是全然的陌生人也不盡然，畢竟他們曾以對方的身體活著，沒有人會比對方更有「親身經歷」自己人生的經驗；而也沒有什麼事，會比「親身經歷」更能讓人產生情感認同的經驗。

因此，當瀧變身為三葉，跟著奶奶和妹妹前往神靈之地（三葉一家是神社的神職人員），聽奶奶講起那些古老傳說，他彷彿也與那神秘奇幻的世界有所連結。只跟爸爸同住的他，向來缺乏與女性的相處經驗。但三葉的世界，卻是以女性為主的世界。她的媽媽因病過世，入贅的父親不願繼承神社的職務，離家投入政治運動，剩下外婆照顧三葉與妹妹。因此，瀧在三葉的世界裡，經驗到女性的溫柔、姐妹情誼。就在一日早晨，他變回自己後，眼淚不停使喚流下。我想那是他碰觸到自己內心柔軟的一面，他被那種美所打動，而這令人聯想到心理學家榮格（Jung）提到的「阿尼瑪」（anima）概念。

「阿尼瑪」就像是男人潛意識裡的內在女人，而電影中，瀧一直以為三葉是夢中的自己，或許象徵著三葉就是瀧潛意識裡的「阿尼瑪」形象。很巧的是，三葉的背景設定正是個巫女，她們一家服事著守護當地的古老神靈。當瀧化身為三葉，進入三葉的生活，彷彿就像碰觸到內在的「阿尼瑪」，這經驗改變了他，甚至在日後從瀧求職時的自我介紹中，可以聽出來他重視「美感」、「溫柔」、「連結」。

同樣地，榮格將女人內在潛意識的陽性化身稱為「阿尼姆斯」（animus），而正向的「阿尼姆斯」會帶來創新、勇敢、積極精神。從此觀點來看，瀧也象徵著三葉的「阿尼姆斯」。在電影裡頭，三葉與瀧相遇後，生出勇氣面對自己過去始終逃避的父親，似乎也說著與內在的「阿尼姆斯」整合帶來的改變。

三葉也曾在一早起來變回自己後，莫名地哭了。她一直希望能擺脫傳統的束縛、擺脫父女間的愛恨情仇，離開窮鄉僻壤的小鎮，在大都會裡生活。化身為瀧，讓她能一償宿願，有了城市生活的體驗。而她哭泣的那天，是她幫瀧促成與前輩的約會日子。我對三葉哭泣的解讀，不完全是她只因為對瀧好感，而瀧卻要跟別的女生約會所感到的失落而已，還包括她對「約會」本身的渴望，那是她在小鎮裡難以想像的生活。她一心想離開小鎮，卻在那天深刻感受到自己困在那裡；也因此，在那之後她翹課跑去東京，去找那個唯一能與她分享這感覺、在陌生城市裡唯一認識她的人，瀧。

後來我們才知道，瀧還要很久之後才會認識三葉。這設定似乎也暗示女性相較男性早熟，如果我們把「成熟」定義為自我整合，自我整合意味著不同的自我有所接觸、衝突、合作、統整。三葉，很早就遇見了不同的自己，但瀧要很久後才遇見內心的不同自我，如同他在電影裡對三葉說：「你真的住在好遠的地方，我追了好久才追上你。」

《你的名字》是一部好看且浪漫的愛情電影，但我覺得也是一部自我追尋的故事，他們看似在尋找彼此，但說來他們找的也是自己。他們過去曾用對方的身體、身份活著，經歷過對方的家庭生活、人際關係，因此對對方產生更深刻的同理；那不只是肉身交換，而是真正走進對方的生命，去經驗著另一個人的存在。

當你能夠走進對方的生命故事，彼此的關係就有了豐沛的情感連結，這些經驗也成為自己生命的一部分，成為自己真實的存在，因此一旦失去它，也都叫人作痛呀！這也是長大後的他們感到失落、空虛的原因，因為他們跟過去重要的生命經驗、過去的自我斷了連結。斷裂的生命經驗，會令人看不見自己是誰。若用名字作為認識的象徵，當他們遺忘了對方的名字，其實也意味著忘了自己的過去，忘了內心另個不同的自己。

而這提供了我們一些線索：如果你也在尋找自己，或許可以從夢境開始，那裡藏著自己深層的秘密，等待你去挖掘。試著練習去碰觸內心很不一樣的自己，看看那個自己想告訴你什麼；或許他也在等待你記起他的名字，而其實那就是另一個「你」的名字。

另外，電影中有相當多的對比，如男與女、城市與鄉村、古老信仰與現代科技、白天與黑夜、自然力量與人類創造等等。電影用「結」的概念，將這些看似對立且斷裂的事物連結在一起，使得它們不再是獨立無關的事物，而都是整體的一部分，彼此關聯與共存。當人們要走向未來，就必須把這些經驗整合，因為那都是生命裡的重要養份，失去它們，我們將難以踏出不同的步伐。

世間萬物有著奇妙的連結，說來都是一個共同體，電影或許也正想告訴我們，我們能在彼此身上找到自己，而這也是導演獻給日本土地的情書吧！當我們看見片中彗星帶來的殘酷毀滅，會聯想起真實的日本也遭受過原子彈的攻擊、無情海嘯的襲擊。片中虛構的系守町，好像也是導演想為那些在真實世界的災害中，消失的人與景物留下些什麼的安排。他沒有忘記他們的名字，他在這部溫柔動人的電影中紀念他們——如果可以，他也好想有魔法，帶著他們逃離苦境，勇敢地活下去。

<文 / 黃柏威 諮商心理師>



每週三晚上六點半，與您相約在山腰大廳一起來嗶電影

活動詳情與缺額活動可臉書搜尋：國立陽明心理諮商中心【山腰電影院】

課後會有專業心理師與您一同探索電影世界的奧妙！