

# 夢分析，能動的想像法，箱庭療法 ——分析心理学の臨床——

篠原 道夫

キーワード：ユング心理学    創造の病    レリギオ    自我－自己軸

Psychology of Jung, C. G.    Creative Illness    religio    Ego-self Axis

## I ユングの臨床

ユング (Jung, C. G.) は誰かに枠に嵌められることを嫌った (Henderson, J., 1975, p.115)。多くの人が、彼の人生を枠に嵌めて理解しようとした。その度に、ユングは腹を立てて、その枠を壊した。彼の臨床の実際もまた同じであり、クライアント一人ひとりに応じて異なっていた。彼が心理療法という営みを通して目指していたものは、個性である。一人ひとりの人生はユニークであり、その物語は個性的である。ユングの心理療法の目的は、自分自身を深く知り、自分の中の可能性を実現していくことである。彼はそれを**個性化** (individuation) と呼んだ。クライアントが個性化の過程を歩む時、その旅の道筋もまた個性的である。そして、その旅を裏打ちする心理学も個性的でなければならないのだろう。

ユングは、自らの心理学を**分析心理学** (analytical psychology) と呼んだ。分析心理学には、三つの源泉がある。一つは心の問題への実践的必要である。この心の問題は、二つに分けることができる：すなわち、(1) 精神病の精神病理、(2) 中年期における人生の無意味感・無目的感の問題である。第三の源泉は、ユング自身の病的体験である。これらの源泉から導き出された流れを横糸とするならば、縦糸としての**神話**と織り合わされて、分析心理学というタペストリーが生み出されたのである。本稿では、分析心理学の臨床技法、特に夢分析、能動的想像法、箱庭療法について、主に第三の源泉から物語りたいと思う。その際、フロイトの精神分析は、分析心理学を照らし返す鏡として役に立ちそうである。精神分析という参照枠によって、分析心理学のタペストリーがより立体的にみえるだろう。

## II 病の意味

### (1) 創造の病

1913年にフロイトと決別した後、ユング自身が「方向喪失の状態」と呼ぶ異常な心理

状態に陥る。この状態は精神病すれすれの危機的状態であり、『自伝』の中でかなりのところまで明らかにされている。例えば、洪水に襲われて、北ヨーロッパ全体が血の海に覆われる幻覚を見たり、死者たちの亡霊で自宅の中が一杯になる感覚などを体験したりしている (Jung, 1961/1963, pp.244, 251, 271-275)。また、学術文献をさっぱり読めなくなり、1913年にチューリッヒ大学の教師を辞めている。この状態は3年ほど続いている。彼は、この危機状態を自己分析によって乗り切り、その結果として自分自身の心理学を掴みとって復活してくる。彼は、このような自分の体験の本質を「無意識との対決」とみなした。彼の心理学は、精神病的体験を通過する際に生じた神話的深層との対決の副産物であり、彼の**個人神話** (personal myth) なのである。

このようなユングの病的体験は、エレンベルガー (Ellenberger, H. F., 1964/1984) の提唱した**創造の病** (creative illness) という角度から捉え直すことができる。エレンベルガーは、精神科医、犯罪心理学者でもあるとともに、精神医学史研究者であり、『無意識の発見』(1970/1980)を著したことで知られている。彼は、病の装いの下に創造的過程が隠れている場合があることを明確にし、それを創造の病と命名した。病の中には正常よりもより正常な病があり、病が善用されうることもあるのである。具体的には、(1) 宗教家、哲学者、芸術家、科学者などの創造的な活動をする人に生じる。また、(2) その病像は神経症から精神病まで多様であり、社会的に孤立するか、孤独感に悩まされる。(3) 幸福感を伴って急速に終結し、人格に永続的变化が生じる。また、自分には重大な真理への洞察を得たという確信と、それを世界の人々と分かち合わなければならないという義務感を抱く (Ellenberger, H. F., 1970/1980, 下巻, pp.305-306, p.558)。例えば、フロイトも、父の死後、心理的な危機状態を体験している。彼は自分の夢を自己分析することによって、この危機を乗り切った。この自己分析の一部は、『夢判断』(Freud, S., 1900/1968)の中で紹介されている。エレンベルガー (1970/1980, 下巻, pp.33-39) は、この『夢判断』を「偽装された自叙伝」と見なしている。フロイトは「無意識との対決」の副産物として、彼の心理学の中核となる概念**エディプス・コンプレックス** (Oedipus complex) を掴み取っている。エディプス・コンプレックスを一言でいうならば、『オヤジ越え』の課題を巡る心理的葛藤である。フロイトはこの葛藤に端的な名前をつけず、あえて神話に因んだ命名をしている。その理由は、この概念がフロイトの個人的体験に深く根ざしたものでありながら、普遍的な意義をもつものであったからだろう。したがって、この概念をめぐる理論は、個人的で集合的な**個人神話**と呼べるかもしれない。

フロイトとユングの心理学の違いは、立脚している臨床的基盤の違いにある。フロイトは精神分析の射程を神経症圏に限定していたのに対して、ユングは精神病圏の臨床からスタートしている。二人の心理学の違いは、このような臨床経験の違いばかりではなく、二人の体

験した創造の病の質の違いとも呼応している。すなわち、フロイトの創造の病は、心臓がドキドキすること、偏頭痛、死に対する不安などの心気症的あるいは神経症的病像を示した。それに対して、ユングの場合は、上述の通り、明らかに精神病である。しかし、二人とも自分自身の病的体験とその自己治癒を基盤にして、自分の心理療法を編み出した点では同じである。彼らの前に道がなかったから、彼ら自身の手で自らの道を切り拓かざるをえなかったのである。そこに創造的な理論家の偉大さと苦悩がある。また、二人が創造の病を経験した時期は、ほぼ同じ年代である（38～41歳の頃）。そして、その病からの回復後に、二人はそれぞれ独創的な主著を発表している。すなわち、フロイトは上述の『夢判断』を45歳で発表し、ユングは性格理論をまとめた『心理学的タイプ』（1921/1987）を46歳で発表している。したがって、人間の発達青年期で終わるのではなく、中年期に大きな山場（第三相）があることを、彼ら自身のライフサイクルが物語っている。また、ユングの「正常な中年」との臨床実践は、彼自身の中年期危機の体験に根ざしている。その後、ユングはいくつもの大著をものにしている。しかし、エレンベルガー（1970/1980、下巻、p.307）は、その後の著作のほとんどは、『心理学的タイプ』の中で粗描された構想を展開したものに過ぎないと指摘している。

## （2）宗教性

ユングは、当初、創造の病における幻覚や妄想の体験に圧倒される。しかし、彼は、それを受身的に体験するだけでなく、彼の方から主体的にファンタジーの世界に飛び込んでいく覚悟を決める。ファンタジーの世界へと参入する際、彼はしばしば急降下するイメージを手がかりにした。そして、この無意識的世界への訪問をオデュッセウスの死者の国への旅になぞらえて「私のネキュイア（冥界下り）」と呼んだ。彼は、この試みを自分自身を材料にした「実験」とみなし、1913年頃から1919年頃まで続ける（Jung, 1961/1963, p.254）。彼のネキュイアにおいては、「フェレモン」という名の老人との出会いが大切である（Jung, 1961/1963, pp.261-264）。フェレモンは、最初、ユングの夢の中に表れる。カワセミのような翼と牡牛の角が生えており、片足の具合が悪く、4つの鍵を持っている。ユングは、夜の夢の中ではなく、昼の想像の中でこの老人との対話を試みる。すると、彼はユングの心の中の住人でありながら、ユングの思索を超えた宇宙の英知を語るのである。この老人はユングの「グル（師匠）」のような存在になり、ユングは彼に導かれて自分の心理学を編み出していった。ユングは、このような体験を通して無意識の自律性を深く実感する。すなわち、無意識世界のイメージは自分が作り出した自分の所有物ではなく、それ自身の生命をもっているのである。また、このユングのやり方は、後述の**能動的想像法**という臨床技法へ発展している。

フロイトが、無意識の奥底で出会ったものは性的本能であった。それは衝動的な性質を帯

びており、動物的イメージで体験され易い。彼は、精神分析療法の目的について「かつてエス (es) であったものを自我にしなければならない」と述べている (1933/1971, p.452)。彼にとっての「それ (es)」は人間の中の獣性であり、それは飼い慣らさなければならない性質のものである。一方、ユングは、無意識の奥底で宇宙の英知と出会う。彼は、それを宗教的オーラに包まれた老人のイメージで体験する。そこに、二人の大きな違いがある。フロイトは、あくまで生物学の枠組みの中に留まろうとする。フロイトは商人の家で育ち、無心論者であった。彼も、宗教と神経症、特に強迫神経症との関連性を認め、「神経症を一つの個人的な宗教性、宗教を一つの普遍的な強迫神経症として特徴づけることができる」と指摘している (1907/1969, p.383; 1927/1969, p.394, 402)。ところが、彼は宗教の本質を「幻想 (illusion)」とみなし、その「麻薬」のような慰めから脱却すべきであると主張している (1927/1969, p.383, 398)。一方、ユングは宗教学にまで羽を広げ、自由に飛び廻ろうとする。ユングの父パウル・ユングは田舎の教会牧師であり、ユングは牧師館で育った。母方の祖父も優れた神学者であり、父パウルの師匠でもあった。一方、父方の祖父カール・ユングはすぐれた医師であり、ユングの母校バーゼル大学の学長も勤めた (ユングと同姓同名である)。ユングの家族的背景における医学と宗教学が、ユング個人の中で交差している。そもそも、医家と宗教家は、起源を同じくする。古代のシャーマンは、身体的病の癒しにも心理的癒しにも関わった。さらには、村全体の問題についても対処したのだから、いわば社会的病の癒しすら執り行ったのである。また、ユングの門を叩いた中年のクラエイントたちの訴え、すなわち人生の無意味感・無目的感の問題は、かつてならば牧師などの宗教家が応えるべきテーマである。

ユングは、「あらゆる宗教は魂の苦悩と障害に対する治療である」と指摘し、宗教的体験と心理療法の体験との共通性を指摘している (Jung, C .G. & Wilhelm, R., 1973/1980, p.90 ; Storr, A., 1973/2000, p.136 も参照)。ここで注意すべきことは、ユングが「宗教」と言った場合、それはキリスト教や仏教などの特定の宗教的宗派の教義を信仰することではない。それは、自分の中に住んでおり、自我を超えた何かへの依存を認めるということである (Storr, A., 1973/2000, p.135)。宗教 (religion) の語源のラテン語**レリギオ** (religio) は、「慎重な観察」という意味を持っている (Jung, C. G., 1943/1977, p.168; 河合, 1967, p.184 も参考)。ユングは、自分の中の自分を超えた存在を「慎重に観察」することの意義を強調している。そのような意味での「宗教」的姿勢が、ユングの臨床姿勢の本質である。ユング的な「宗教」の体験は、心理療法の体験と交差するものである。

### (3) 自己実現

ユングは、「ネキユイア」の終わりで、心の中心にいるものは自我ではなく、彼の中の彼自身を超えた存在であると体験的に理解するようになる。彼は、それは「私が生きてい

るのではなく、それが私を生きている」という体験であり、「自分の生の営みを導く点が、見えない別の中心に移動してしまったような感じ」であると述べている (Jung, C. G. & Wilhelm, R., 1973/1980, p.95-96)。彼にとっては、「私が生きている」という確信こそ「幻想 (illusion)」なのである。そして、彼は、その中心を**自己** (self) と名づけ、もっとも大切な元型と考えた。自己の元型は、神のイメージとして体験され易い。例えば、ユングは「自己の象徴と神のイメージはけっして経験的に区別することはできない。どんなに区別しようとしても、これら二つの観念は、常に混ぜ合わされた形で登場してくる」あるいは「神性を表わすさまざまな象徴は、そのまま自己の象徴でもある」と指摘している (1948/1989, p.138, 141; 1958/1993, p.52)。彼自身の場合は、「フェレモン」という**老賢者** (wise old man) のイメージで立ち表れている。

彼が体験したように、自己との交流は人生に豊かな意味をもたらす。ユングは、自己との交流には「やさしい愛に満ちた束縛の中で、しかも自由な」というニーチェの隠喩がぴったりであると指摘している (Jung, C. G. & Wilhelm, R., 1973/1980, p.96)。このような交流のためには、自我と自己の間に生きた結びつきが必要である。この結びつきは**自我-自己軸** (ego-self axis) と呼ばれている。ユング派分析家エディンガー (Edinger, E., 1960) は、自我-自己軸は、意識と無意識の「通路」として機能していると指摘している。そして、その様態を発達の観点から以下の3つに分類している (Neumann, E., 1959 も参考)。すなわち、(1) 自我と自己の同一性 (ego-self identity) とは原始的意識状態であり、自我が自己の中に含みこまれて一つになっている様態である。これは、自我の誕生以前の様態である。次に、(2) 自我と自己の分離 (ego-self separation) は、自己から自我が分離して、自我が形成されつつある様態である。このような自我形成の課題は、人生の前半の課題である。そして、(3) 自我と自己の疎外 (ego-self alienation) は、自我-自己軸が「通路」として機能していない様態である。中年期における人生の無意味感・無目的感の問題は、神話形成的母胎からの疎外に起因している。この疎外は、自己と自我の関係における疎外と記述し直すこともできる。

ユングは、**自己実現** (self-realization) ということを個性化と同義語に用いている (例えば、1948/1989, p.138 を参照)。この自己実現とは、自己との交流を通して、自我が自己に内在していた可能性を具体化 (realization) していくことである。彼は、「自己実現への衝動と強制とは自然法則であり、それゆえそれが動き始めたときはどれほど無価値で頼りなくても打ち克ちがたい力をもっている」と指摘している (1951/1983, p.72)。ここで注意すべき点は、自己実現とは「かねがねやってみたくは思っていたこと」を思い切ってやってみるのではないことである。それは、かねがね自我が思い描いたことを実行することにしか過ぎない。つまり、自我の願望の実現である。自己の実現は自我の想定を超えるものである

る。したがって、自己の実現（realize）には、自己の新たな認識（realize）を伴うのである。自己実現の過程とは、自己発見の旅なのである。自己発見は自己変革を誘発するものの、創造的変革には破壊作用が働き易い。ユングは、自己実現は「自我の受難」を意味し、「自我は自己による暴力に苦しめられる」と述べている（1948/1989, pp.138-139）。それは、ユングやフロイトが体験したような産みの苦しみを伴う過程である。その意味での自己実現こそ、個性化過程の本質と言えるだろう。

ユングにとって心の病とは自己成長の貴重な機会であり、症状とは個性化過程の副産物である。症状の苦しみは、魂の成長に伴う苦しみである。このような疾病観は、伝統的精神医学の疾病観とは極めて対照的である。伝統的精神医学において、症状とは追い払うべき悪魔である。そこには意味も価値もない。また、症状の苦しみは、できるだけ速やかに軽減されるべきである。一方、ユングにとって症状とは自己からの象徴的通信であり、それは意味と目的を持っている。発症は、自己発見と自己刷新の旅へと乗り出す合図である（Stevens, A., 1994/1995, p.185, 188を参照）。したがって、症状の苦しみを軽減するのではなく、むしろその中に積極的に参加すべきなのである。このような疾病観における対照性は、クライエント像（患者像）においてもそのまま反映される。伝統的精神医学において、患者とは病の犠牲者である。一方、ユングにとってのクライエントとは個性化過程の候補者である。ユングは、無意識そのものに対して基本的な信頼感をもっている。

### Ⅲ 分析心理学の技法

#### （１）夢分析

ユングは、心理療法の中心に**夢分析**(dream analysis)を置いている。フロイト(1900/1968, p.493)も「夢判断は、人間の心の営みの中にある無意識的なものを知るための大道である」と述べ、精神分析の実践において夢を大切にしている。例えば、『続精神分析入門』(Freud, S., 1933/1971, p.389)の冒頭で、夢理論を「精神分析の歴史の中で特殊な位置を占めており、一つの転回点をしめすもの」と意義付け、精神分析の信奉者とその他の者を分ける「目印の役割」を担うことになったと振り返っている。また、彼は生涯に渡って『夢判断』を主著と見なしていた。フロイトにとって、夢は隠れた願望の屈折した形の表れである。相似的に、神経症症状も隠れた願望の屈折した形の表れである。そのため、この屈折をほどき隠れた願望を明らかにすることは、夢の意味を明らかにすると同時に、神経症の意味を明らかにする有効手段にもなる。フロイトは夢体験を二つに分け、夢みられた夢を**顕在夢**(manifest dream)と呼び、隠れた願望を**潜在夢**(latent dream)と呼んだ(Freud, S., 1933/1971, p.391)。顕在夢の不可解さは、危険性を孕んだ願望を偽装するために生じる。したがって、この偽装に惑わされないようにして、潜在夢を正確に見抜くことが、すぐれた夢分析という

ことになる。彼にとって顕在夢は脇に置かれるべきものであり、大切なものは潜在夢なのである。

一方、ユングは、**記号** (sign) と **象徴** (symbol) とを区別立てし、**生きた象徴** (living symbol) という視点から夢みられた夢そのもの（フロイトの顕在夢に当たるもの）の意義を明らかにした。記号とは、既に知られている何かを指し示すものである。例えば、〒は郵便局を示す記号であり、郵便局以上でも以下でもない。また、〒そのものには特別な価値がない。フロイトが顕在夢を脇に退けようと試みることは、夢を記号と見なす姿勢の表れである。一方、象徴は多義的なものを集約的に表現する性質がある。時に、対立するものすら結び合わせる力を持っている。例えば、十は様々な宗教的な感情とイメージ、葛藤などがある人々に引き起こすかもしれない。このような場合の十は生命力を持っており、生きた象徴と言えるだろう (Storr, A., 1973/2000, p.178 及び, Samuels, A., 1985/1990, pp.161-165 を参考)。また、十は単に教会の場所を示しているに過ぎない場合もある。このような場合の十は死んでおり、記号に過ぎない。ユングにとって夢の不可解さは、象徴としての夢の多義性と豊かさの表れであり、むしろ歓迎すべきものである。生きた象徴は、心に働きかけてくる力を持っている。そのため、ユングは、夢の隠された意味よりも、夢という体験の夢見手への影響力を重視した。例えば、夢分析について「夢を理解しようとしてはいけない」という逆説的な警告をしている (1934/1970, p.97-98)。そして、夢みられた夢から別なものを見い出すのではなく、象徴としての夢のイメージを懐の中で温めることの意義を強調した (1931/1989, p.44)。つまり、理解することよりも、夢という創造過程に身をゆだねて、象徴的体験を深めることが大切なのである。

このような性質の夢分析において、**拡充法** (amplification) という技法を用いることは、ユングの心理療法の特徴である。拡充法とは、夢に表れたテーマと共通する神話や昔話をセッションの中で取り上げて、夢の意味を豊かにする方法である。フロイトも、夢分析における神話の利用を行なっている (1916-17/1994, p.223)。しかし、彼の場合、夢分析から神話の意味を逆算し、神話の集合的イメージの広がりを個人的なスケールに縮小しているようにみえる。例えば、「迷宮」は肛門を表し、「アリアドネー」の糸はへその緒を表しているという具合である (Freud, S., 1933/1971, p.404-405)。ユングの拡充法は、夢のイメージを狭めるのではなく、膨らめる方法である。イメージを膨らめることは、夢の真の意味を正確に特定することとは逆方向への働きかけである。夢のイメージを増幅 (amplify) することによって、夢見手への夢体験のインパクトを増強しているのである (Stevens, A., 1994/1995, p.158)

## (2) 能動的想像法

夢分析は、単なる知的理解に留まらず、夢イメージを深く体験することが大切である。

頭を働かせても心は動かないし、心が動かなければ心の癒しも起きない。スティーブンス (Stevens, A., 1994/1995, p.200) は、単なる観客でいるだけでは駄目で、心の現実を経験し、その変容力に本当に従うことの大切さを強調している。そして、そのためには、ファンタジーの中に入り、自らのドラマに参加しなければならないと指摘している。ユングの心理療法に特徴的な**能動的想像法** (active imagination) は、文字通り、自らのファンタジーの内側に入り込む方法である。その入り口としては、自分にとって大切な夢の一部、あるいは夢の終わりのイメージが用いられることが多い。その意味では、この方法の狙いも夢のインパクトを拡充 (amplify) する点にある。クライアントは、そのイメージを注意深く見つめ、そのイメージが自発的に変化するのを待つ。このような姿勢の本質は、夢のイメージを懐で温めることと同じある。また、イメージの自己展開する傾向は、無意識の自律性と象徴の生命力に裏打ちされている。イメージが展開し始めたならば、その中にクライアントも入る。その際、そのイメージが人物像ならば彼に話し掛け、彼が何かを話しかけてきたならば、その話に耳を傾ける。つまり、無意識との対話を始めるのである。ユングは、能動的想像法によって「自分の無意識を分析するだけでなく、あなたの無意識があなたを分析する機会を与えることになります」と指摘している (Spiegelman, J. M., 1981/1994, pp.37-38 を参考)。彼にとって心理療法の本質は、彼自身も体験した通り、無意識との対話なのである。

現在、能動的想像法は、心理療法家の訓練・研修のための有効性は認められている。しかし、その臨床応用に対しては慎重な立場をとる者が多い。例えば、マイヤー (Meier, A.), カーシュ (Kirsch, T.) などの長老的立場のユング派分析家が、この方法の危険性を指摘している (Spiegelman, J. M., 1981/1994, p.40)。すでに述べた通り、これはユングの「ネキユイア」体験を基盤としており、彼自身の手でそれを乗り越える際に身につけた方法である。その際、彼は意識を保ったままで地下世界に降りるコツを掴んだ。しかし、彼の「ネキユイア」は精神病すれすれの危険な体験でもあった。統合失調症者とは、いわば「覚めた世界の中で夢をみている人」である (Stevens, A., 1994/1995, p.28)。意識を保ったままで地下世界に降りる方法とは、覚めた世界の中で夢をみる方法に他ならない。一步間違えれば、地下世界から戻ってこられないかもしれない。つまり、無意識との対話にならず、無意識の変容力に飲み込まれてしまう危険性がある。ユング自身も「ネキユイア」の危険性については十分に承知しており、できる限り現実的生活との結びつきを保つことを心がけていた。無意識世界と深くコミットするためには、日常世界とも深く結びついていなければならないのである。ユングは、家族に対する義務、クライアントに対する職業的義務、スイス市民としての義務をやり通した。例えば、彼はスイス連邦、州、地区のいずれの選挙においても棄権したことがなかった (Ellenberger, H. F., 1970/1980, 下巻, p.304, 315)。このように無意識との対話には、強い自我が必要である。そのため、能動的想像法の臨床応用の範囲も狭め



ざるをえない。

能動的想像法の実施の際、クライアントの能動的姿勢を維持するために無意識との対話の内容を書き留める必要がある。この筆記作業は、無意識の変容力に飲み込まれないための安全装置である。フォン・フランツ (von Franz M. L., 1974/1981b, pp.63-65) は、雪山に一人で籠ってファンタジーに集中した際に、無意識の力に圧倒され、危うく飲み込まれそうになった経験を公表している。その際も、書き留めることによって彼女自身を立て直している。このような形で記録された対話を、物語の形にまとめ直すこともある。例えば、ユング派分析家シュピーゲルマン (Spiegelman, J. M., 1974/1994, pp.131-195) は、長期間に渡って取り組んだ能動的想像法の産物の一部を「小説」という形で公表している。このような能動的想像法の体験は、すぐれた小説家や漫画家の創作体験と類似している。小説や漫画の登場人物は、作家の創作したものである。ところが、作成途中で登場人物がひとりだけで動き出し、作家自身にも結末が分からなくなる。つまり、登場人物は作家の中から現れたものでありながら、作家の意図を超えているのである。このような体験は、無意識の自立性と象徴の生命力の表れであるだろう。また、小説家が作品制作を通して癒しを体験することも知られている。例えば、大江健三郎、村上春樹などの世界的に著名な小説家もこの点を認めている (河合, 1994, p.17)。

能動的想像法の際に立ち表れたファンタジーは、書き留めるだけでなく、描いたり、粘土や彫刻などの造形作品の形にまとめることもある。言葉でまとめ難いものをまとまらないまま形を与えるためには、絵画や粘土などの非言語的表現の方が適している。作品という形が与えられると、作品の方から作者に働き返してくるものがある。例えば、ユングは、「イメージに具体的な形を与えるとそのあらゆる部分に目を停めながら観察しなければならなくなり、その結果、イメージが作用を存分に発揮することができる」と指摘している (1931/1989, p.55 を一部改訳)。この作用こそ無意識の変容力であり、それが次の作品作りの原動力にもなる。このような作品と作者の相互作用は、非言語的な対話と言えるだろう。逆に、創作行為がファンタジーの扉を開くこともある。ユングも作品作りをしながら想像し、そのファンタジーを後で書き留めている (Jung, 1961/1963, p.250)。以上の通り、ユングは芸術には心の現実把握を高める働きがあると評価し、芸術療法や遊戯療法における芸術的技法の活用先の先駆的役割を果たした。対照的に、フロイト (1927/1969, p.369) は、芸術を最古の願望 (近親相姦・食人・殺人) の「代用満足」と見なしている。彼にとって大切なことは外的対象といかに結びつくかという課題であり、芸術は大切な課題から願望充足的ファンタジーへの逃避に過ぎない。

### (3) 箱庭療法

箱庭療法は、スイスの児童心理療法家カルフ (Kalff, D. M., 1966/1972) によって 1956



年に創案された。それは、左の写真のような砂の入った箱の中に家、木、人間、動物などのおもちゃを並べて、一つの小宇宙を作る技法である。砂を盛り上げて、山や丘も作れる（砂を湿らせれば、形を作り易くなる）。砂箱の内側は、水色で塗られている。そのため、砂を掘り起こして現れた箱の底面は水のイメージを誘発し、池、

川、海などに見立てられる。箱の大きさは、縦57cm×横72cm×深さ7cmと決まっている。おもちゃの数に決まりは無い。しかし、多様なクライアントの多様なイメージ表現の要請に応えるためには、かなりの数のおもちゃを必要とする。この技法の英語表記は“Sandplay Therapy”であり、直訳すれば「砂遊び療法」である。つまり、砂の遊戯療法なのである。臨床場面においても、遊戯療法の中で自然に作成される。私は、お話という言語表現、キャッチボールやチャンバラなどの運動表現、描画や粘土などの創作表現などと共に活用される形が、箱庭療法の望ましい実施方法であると感じている。

カルフ自身は、正式なユング派分析家の資格を持っていなかった。しかし、エンマ・ユング (Emma Jung) から個人分析を受けている（ユング夫人エンマは、分析家として活動していた）。さらに、ユング自身からも短期間の分析を受けた。また、カルフに育てられた箱庭療法家の多くは、世界中からスイスのユング研究所に集まってきたユング派分析家候補生であった。そして、資格を得たユング派分析家たちは、それぞれの国にこの技法を持ち帰った。このような背景のため、箱庭療法と分析心理学は深い関連性を持っている。箱庭表現の扱い方にも、ユングの夢の扱い方が応用されている。また、当初は子ども向けの技法として創案されたものの、その後の発展の中で大人のクライアントにも活用可能であることが明らかになった。河合 (1994, p.33) は、「箱庭療法は非言語的に行なう能動的想像法と考えると、その本質が理解されやすい」と指摘している。例えば、ユングは「ネキュイア」体験の中で、湖岸から集めてきた石で家や城や村などを作る遊び (building game) に打ち込んでいる。中年期のユングにとっては、子どもの遊びを必要としていないと感じながらも、その点を認めることに相当な抵抗感があったようである。しかし、その遊びを通して**個人神話**を見出しつつある、という確かな感覚が生じたと振り返っている (Jung, 1961/1963, pp.248-250)。

上述の通り、箱庭療法は遊戯療法の一つであり、子どもの心理療法としてスタートしている。しかし、ユング自身は子どもの心理療法をしなかったし、子どもの精神病理学にはそれ

ほど関心を払わなかった (Storr, A., 1973/2000, p.109)。彼は、子どもの精神病理を親の精神病理との関連から理解しようとした。このような点は、次のエピソードによく表れている (Johnson, R. A., 1989/2000, p.90-91 を参照)。ユングが夢を話題としてとりあげようとした時、そのクライアントは「私まったく夢をみないんです。でも、6歳になる息子は生きいきとした夢をととてもたくさんみます」と応えた。そこで、ユングは、息子の夢を記録してもらってくるように求めた。数週間後、突然、クライアント自身も夢をみるようになった。すると、すぐに息子は夢をみなくなった。つまり、このクライアントが関心を払わなかったものが、息子に背負わされていたのである。ユングは、「我が子に最良の遺産を贈りたいと望むのならば、きれいな無意識を贈りなさい。自分自身の生きられなかった人生を贈ってはならない。それは、向き合う準備ができるまで無意識の中に隠れている」と指摘している。このような理解の仕方は、**家族療法** (family therapy) の視点を先取りしている (Samuels, A., 1985/1990, pp.285-286)。

日本の箱庭療法は、最初の日本人ユング派分析家河合隼雄 (1969) によって 1965 年に始められた。ちなみに、河合は、初代国際箱庭療法学会会長カルフの死後、第2代会長を務めた。日本では、箱庭療法が非常に盛んである。分析心理学という理論的垣根を越えて、子どもの心理療法の世界に広く浸透している。西洋人と比較して、箱庭に対する大人の抵抗感も低い。これは、東洋人の心性と箱庭療法がマッチしているためである。東洋人は、物と心の分離を自明のものとしなない。物を通して心を整えたり心を育てたりする道筋が発達している。華道、書道、柔道など「道」のつくもの、例えば、華道は、花の配置などを通して道を目指している。柔道などの武道は、相手を攻撃して負かすことを究極的には目指していないのかもしれない (勝敗にこだわり過ぎると、「道」を外してしまう)。また、分析心理学に立脚した子どもの心理療法が盛んに行なわれていることも、日本の特徴である。日本における分析心理学の第一人者である河合が、心理学者であった (精神科医でなかった) ことも、その一因かもしれない。子どもの症状は曖昧で変化し易く、分類し難い。そのため、投薬のみでは対処し難い。その上、一般外来での3分診療では子どもと交流することが難しい (子どもには、イメージの交流が適している)。このような事情のために、心理学者が割り込む余地が残されていた。また、河合が教育学部を本拠地として、後進の臨床家を育成したことも一因かもしれない。教育現場に生じる子どもの心の問題 (不登校、いじめなど) に対処する必要性が、子どもの心理療法の発展を後押ししたのである。

#### Ⅳ 個性的なポスト・ユングアン

分析心理学は個性的であり、その結果として多様性を内包している。例えば、ユング派分析家グッゲンビュール・クレイグ (Guggenbühl-Craig, A., 1996/2000, pp.140-142) は

今日の状況を展望し、「分析家の数とほとんど同じくらいの理論がある」と指摘している。彼は、エディングー、ヒルマン、河合隼雄という今日の代表的ユング派分析家を三人挙げて、それぞれの理論的基盤の大きな差異を明らかにしている。すなわち、エディングーにとって、**自己**とキリストのイメージはほとんど同じものであり、キリスト的癒しの道と個性化過程は同一視されている。一方、**元型心理学** (Archetypal Psychology) という分析心理学の分流を生み出したヒルマン (Hillman, J.) にとって、キリスト教の一神教は分析心理学に対して破壊的作用を持つものであり、**自己**に対しても関心が払われない (例えば, Hillman, J. 1983/1993 を参照せよ)。また、河合は、仏教的な基盤に立っていると見なされている (例えば, 河合 1995 を参照せよ)。

臨床技法においては、さらなる多様性に満ちている。例えば、セッション中にほとんど口を開かない分析家もれば、議論を好み弁じたる分析家もいる。クライアントに助言や忠告を与えることに慎重な分析家もいれば、夢に基づいて忠告する分析家も多数いる。夢分析が分析心理学の主たる臨床技法であることには違いない。しかし、夢の記録を持参することを求める分析家もいれば、セッション中の自発的な夢の想起しか望まない分析家もいる。占星術、易を活用する分析家もいれば、セッション中にクライアントと一緒にコーヒーを飲む分析家もいる。このような事態のために、フレイ・ヴェーリン (Frey-Wehrlin, C. T., 1993/2000, p.111) は「どのような治療技法を用いるかは、分析家がユング派に属するか否かを決めるのに、決定的だと私は思わない」と述べている。心理療法に理論と技法がないわけではない。しかし、その理論と技法はパラドクスを含んでいる。分析心理学の実際は、特にパラドクスに満ちている。しかし、ユングはむしろパラドクスを愛し、人間の根底にあるパラドクスをエネルギーの源泉と考えたのである。

## 文献

- Edinger, E. (1960) : *The ego-self paradox. Journal of Analytical Psychology*, 5(1), pp.2-18.
- Ellenberger, H. F. (1964) : La Notion de Maladie creatrice. *Dialogue — Canadian Philosophical Journal*, 3(1), pp.25-41. 中井久夫・西田牧衛共訳 (1984) : 「創造の病」という概念、精神の科学、別巻, pp.223-246, 岩波書店
- Ellenberger, H. F. (1970) : *The Discovery of the Unconscious — The History and Evolution of Dynamic Psychiatry*. New York : Basic Books. 木村 敏・中井久夫監訳 (1980) : 無意識の発見—力動精神医学発達史. 弘文堂
- Freud, S. (1900): *Die Traumdeutung*. GW2-3. 高橋義孝訳 (1968): 夢判断. フロイト著作集,

第2巻，人文書院

- Freud, S. (1907) : Zwangshandlungen und Religionsübungen. GW7. 山本巖夫訳 (1969) : 強迫行為と宗教的礼拝. フロイト著作集，第5巻，pp.377-384，人文書院
- Freud, S. (1916-17) : *Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse*. GW11. 井村恒郎・馬場謙一共訳 (1994) : 精神分析入門 (上). フロイト選集，第1巻，日本教文社
- Freud, S. (1927) : *Die Zukunft einer Illusion*. GW14. 浜川祥枝訳 (1969) : ある幻想の未来. フロイト著作集，第3巻，pp.362-405，人文書院
- Freud, S. (1933) : *Neue Folge der Vorlesungen zur Einführung in die Psychoanalyse*. GW15. 懸田克躬・高橋義孝訳 (1971) : 精神分析入門 (続). フロイト著作集，第1巻，pp.386-536，人文書院
- Frey-Wehrlin, C. T. (1993) : Widerstand und Anpassung. 氏原 寛訳 (2000) : 抵抗と順応—ユング派とは何か. こころの科学，第91号，pp.111-119.
- Guggenbühl-Craig, A. (1996) : Es Gibt Keine Jungianer — oder gibt es sie doch. 氏原 寛訳 (2000) : ユング派などいない……しかしやっぱりいる. こころの科学，第92号，pp.140-147.
- Henderson, J. (1975) : C. G. Jung: a reminiscent picture of his method. *Journal of Analytical Psychology*, 20(2), pp.114-121.
- Hillman, J. (1983) : *Archetypal Psychology*. Dallas: Spring Publications. 河合俊雄訳 (1993) : 元型的心理学. 青土社
- Johnson, R. A. (1989) : *She — Understanding Feminine Psychology (Revised)*. New York : Harper & Row. 菅 靖彦訳 (2000) : S h e — 神話に学ぶ女の生き方. 青土社
- Jung, C. G. (1921) : *Psychologische Typen*. GW6. 林 道義訳 (1987) : タイプ論. みすず書房
- Jung, C. G. (1931) : Ziele der Psychotherapie. GW16. 林 道義訳 (1989) : 心理療法の目的. In : 心理療法論，pp.33-62，みすず書房
- Jung, C. G. (1934) : Die praktische verwendbarkeit der traumanalyse. GW16. 江野専次郎訳 (1970) : 夢分析の実用性. ユング著作集，第3巻，pp.81-120，日本教文社
- Jung, C. G. (1943) : Über die Psychologie des Unbewußten. GW7. 高橋義孝訳 (1956/1977) : 無意識の心理. 人文書院
- Jung, C. G. (1948) : Versuch einer psychologischen Deutung des Trinitätsdogmas. GW11. 村本詔司訳 (1989) : 三位一体の教義にたいする心理学的解釈の試み. In : 心理学と宗教，pp.94-182，人文書院
- Jung, C. G. (1951) : Zur Psychologie des Kindarchetypus. GW9-I. 林 道義訳 (1983) : 童

- 児元型—神話に見られる. In: 続元型論, pp.43-88, みすず書房
- Jung, C. G. (1958) : *Ein moderner Mythos—von Dingen, die am Himmel gesehen werden*. Zürich: Rascher Verlag. 松代洋一訳 (1976/1993) : 空飛ぶ円盤. ちくま学芸文庫
- Jung, C. G. (1961/1963) : *Memories, Dreams, Reflections*. New York: Pantheon Books. 河合隼雄・藤縄昭・出井淑子共訳 (1972) : ユング自伝 1. みすず書房
- Jung, C. G. & Wilhelm, R. (1973) : *Das Geheimnis der Goldenen Blüte — ein chinesische Lebensbuch*. Olten: Walter-Verlag. 湯浅泰雄・定方昭夫共訳 (1980) : 黄金の華の秘密. 人文書院
- Kalff, D. M. (1966) : *Sandspiel*. Zürich: Rascher Verlag. 大原 貢・山中康裕共訳 (1972) : カルフ箱庭療法. 誠信書房
- 河合隼雄 (1967) : ユング心理学入門. 培風館
- 河合隼雄編著 (1969) : 箱庭療法入門. 誠信書房
- 河合隼雄 (1994) : 能動的想像法について. In: シュピーゲルマン・河合隼雄 (1994) : 能動的想像法—内なる魂との対話, pp.3-34, 創元社
- 河合隼雄 (1995) : ユング心理学と仏教. 岩波書店
- Neumann, E. (1959) : The significance of the genetic aspect for analytical psychology. *Journal of Analytical Psychology*, 4(2), pp.128-38.
- Samuels, A. (1985) : *Jung and the Post-Jungians*. London: Routledge & Kegan Paul. 村本詔司・村本邦子共訳 (1990) : ユングとポスト・ユンギアン. 創元社
- Spiegelman, J. M. (1974/1982) : The Knight. In: *The Tree — Tales in Psycho-mythology*. Phoenix: Falcon Press. 森 文彦訳 (1994) : 騎士の物語. In: シュピーゲルマン・河合隼雄 (1994) : 能動的想像法—内なる魂との対話, pp.131-198, 創元社
- Spiegelman, J. M. (1981/1986) : Active Imagination — Values, Limitations and Potentialities for Further Development. In: *Nymphomaniac*. Phoenix: Falcon Press. 森 文彦訳 (1994) : 能動的想像法の力と限界 ( I ). In: シュピーゲルマン・河合隼雄 (1994) : 能動的想像法—内なる魂との対話, pp.35-54, 創元社
- Storr, A. (1973) : *Jung*. London: Fontana Collins. 河合隼雄訳 (1978/2000) : ユング. 岩波現代文庫
- Stevens, A. (1994) : *Jung*. Oxford: Oxford University Press. 鈴木 晶訳 (1995) : ユング. 講談社選書メチエ
- von Franz M. L. (1974) : *The Shadow and Evil in Fairytales*. Dallas: Spring

Publications. 氏原 寛訳 (1981a)：おとぎ話における影. 人文書院. 及び, 氏原 寛  
訳 (1981b)：おとぎ話における悪. 人文書院.

# Dream Analysis, Active Imagination, and Sandplay Therapy: Analytical Psychology in Practice

SHINOHARA Michio

## **Abstract**

In this paper, I have examined three significant techniques of the Analytical Psychology, dream analysis, active imagination, and sandplay therapy. These techniques were analyzed from the viewpoint of the concept of “Creative Illness” which C. G. Jung, suffered from. Using the concept “Ego-self Axis”, I have explained individuation as a self-realization process. Furthermore, I have argued that how the Latin term *religio* can represent the nature of Jung’s theory in practice.