

アートセラピーコラム vol.3

『ユングとマンダラ』

クエストアートセラピー学院
学院長 柴崎千桂子

聖心女子大学人間関係学科卒

高野山大学非常勤講師

Canadian International Institute of Art Therapy 名誉アートセラピー修士

「創造的な遊び（アート）」

スイスの精神医学者、C・G・ユングは、共同研究者であり、父のように尊敬したフロイトと決別せざるを得なくなりました。

そのことで、ひどく精神的に苦しんだユングが用いた手法がアート表現でした。

それは、無意識の闇とのすさまじい格闘の中で、何気なく、そして衝動として始めた「創造的な遊び（アート）」であり、それが思いのほか、ユングの心を救う一筋の光明となったのです。

「無意識な世界を探る」

当初、ユングは円を描き続けていたと言われています。

なぜ円なのかもわからず繰り返し描くその形は、心の状態によってその形が微妙に変わります。心の内的研究をしているユングにとって、マンダラを描くことは無意識の世界を追うことであり、ユングはセルフ（自己）と呼ばれる、無意識の中心に導かれていくことを実感したのかもしれませんが。

後に、ユングは自分の描く円が、チベット仏教の曼荼羅と類似しているという驚くべき発見をし、円、すなわちマンダラが、心の全体像を表すのではないかという考えに至ります。

東洋の曼荼羅が大宇宙のすべてを表現しているのに対して、ユングのマンダラは心の内部にある“小宇宙”を表しているというのです。

アート表現をすることを通して、自らの心のバランスを取り戻していったユングは、アートセラピーの創始者の一人と言えるかもしれません。

【参考文献】

「無意識の構造」河合隼雄著 中公新書

「ユングとチベット密教」ラドミラ・モアカニン著 ビイニング・ネット・プレス