



や絶対にとやると決めたことが、どうしてもできず、意志に反して、自分の不利益になる逆の言動を取ってしまうことがあります。ここにもないことを言ったり、思っていることと正反対のことをやり、りしてしまふことがあるのです。

これは、人間の行動が、意識している自分だけではなく、無意識の部分の影響によって左右されておる、無意識が意識を妨げているからなのだそう。無意識の中で一つの塊として発達してきたコンプレックス(意識に対する意志力)に、意識が攻撃されている状態であり、コンプレックスの性状を見極め、意識化すれば、コンプレックスの力は失われると考えられています。

そこで、自己理解を深め、現実の行動の意味を理解するために、意識の部分だ

けでなく、無意識の部分も知る必要があります。

無意識の考え方を知らぬために、無意識からの手紙である夢が、大きな役割を担っています。夢は、無意識の産物であり、夢を見た自分を傷つけないようにきちんと安全装置を働かせて、無意識というこころの深層の状態や考え方を表現し、現実の自分をサポートしているからです。

自分の夢のメッセージを読み解くために、「夢は、私の人生の指針となり、いさめとなり、エネルギーとなつています。」とも語る東山教授は、「なぜ自分はこのような夢を見たのか。」と「現実と夢の違いはどこか。」の二点について、じっくり吟味することが大切と説いています。

そして、その際に留意することとして、次の点を挙げています。

- 同じような夢でも、その意味は一人一人、一つ一つ違うので、現実の生活で欲求や願望が十分満たされていないから、願望充足のために、□□の夢を見たという画一的な解釈や、「□□は××の象徴。」というパターン化した固定解釈をしない。
- □□の夢を見ると、縁起がいい。何か良いことがある。「□□の夢は不吉で、事故に遭う。」という「夢占い」のような、将来を予言(予告)したり、人や自分に暗示をかけたりする夢解釈をしない。
- 夢の多くは警告や忠告、助言の要素を併せ持つ「警告夢」なので、夢からの警告のメッセージに耳を傾け、現実の生活でも、その教えを守る。
- 夢の意味が分からないときは、夢の中の印象深い情景や物、人物をイメージするだけでも、夢のメッセージを受け取ることができる。
- その夢を見たことに第一の重要な意味があり、夢を語る人に見た夢を語ることによって、その意味が増す。
- 夢は忘れやすいので、夢を見たときは、すぐにその内容を書いておく。
- 正確な夢の分析を望む場合は、信頼できる専門の方に相談する。

シンガーソングライター、井上陽水に、「夢の中へ」という曲があります。

探しものは何ですか？
見つけにくいものですか？
カバンの中もつくえの中も探したけれど見つからないのに
まだまだ探す気ですか？
それより僕と踊りませんか？
夢の中へ夢の中へ
行ってみたいと思いませんか？
ウーウーウー……… さあ！………

この曲を聴くたびに、現実の中ではいつくばって探しても見つからない探し物を、夢の中へ行って、見つけましょう、と誘われているような気がします。そして、この誘いに応えないのは何とももつたいないと考えています。夢は、自分が知らない自分からのメッセージであるからです。

〈参考図書〉

- 『プロカウンセラーの夢分析』 東山紘久 創元社
- 『村上春樹、河合隼雄に会いにいく』 河合隼雄・村上春樹 岩波書店
- 『人間の深層にひそむもの』 河合隼雄 大和書房
- 『フォークソング』 野ばら社