

心靈轉化之旅

以藝術創作探究「個人神話」

周大為

台北市立教育大學藝術治療碩士

摘要

本文之研究者為藝術治療研究生，自幼即感受到一種受困繭中的感受，透過「藝術」表達釋放卻無法穿越這樣的感受，直到遇見「神話」主題才感受到新的轉化之源。本文嘗試以「個人神話」之藝術創作探究研究者之內在心靈，以理解其內在受困的脈絡，轉化超越既定生命之困境。

本文以藝術創作的形式作為探究個人神話之方式，採取「藝術本位研究」與「原型探究」作為本研究之研究方法。根據藝術本位研究之精神，研究者透過自發性創作方式創作個人神話圖像，將圖像本身視為研究主體，並透過詩文回應圖像的方式深化對於圖象之理解。神話內涵之探究則涉及神話心靈結構中「情結」與「原型」之內涵，採用原型探究方式進行探索，並透過積極想像的方式連結圖像與個人深刻的關係，一步一步深入研究者心靈中神話象徵之內涵。

本研究發現以個人神話作為人格心靈之隱喻，潛意識壓抑的內容隨著神話創作與探究歷程逐漸被打開，透過圖像創作、生命經驗、積極想像與原型探究之來回反思，不斷深入並擴大個人神話圖文之理解，為研究者帶來具有整體和超越性之意義。歸納整體歷程，研究者發現個人神話之探究如同蝴蝶破繭的過程一般，童年幻想之神話編織保護了個人幼小的心靈，卻也成為一個令人受困之繭，隨著個人成長需求，需要釋放神話中情結並認識其中原型的意涵，才能穿越了神話之繭中的限制與迷思，帶來了心靈的蛻變與轉化，成為蝴蝶自由飛翔。

關鍵字：個人神話、原型、情結、積極想像、藝術治療