夢の研究

A study of dream

1K03B057-3　　川井紀幸

指導教員　主査　山崎勝男先生　　副査　内田直先生

【序論】

人は誰でも夢をみる．筆者は過去何度も夢をみてきたが，強く印象に残る夢に遭遇すると，しばしばその夢の意味に思いを巡らせる．地震の夢をみていて目を覚ますと本当に地震が起こっていたり，金縛りを経験することも多い．そんな時，筆者は夢の不思議さを感じずにはいられなかった．そこで，今回の卒業研究において夢を題材に選んだ．

本研究の目的は「夢事象」の解明と，「夢判断」にある．つまり，夢はどういう現象であるかを解明し，夢の意味，内容を解釈することである．研究方法としては，文献から研究を行うという方法を用いた．なお，本研究はユング心理学の考え方を基本に構成した．

【古代の夢理論】

夢はその不思議さ故，古代より人々の関心事とされ，数多くの夢理論が展開されてきた．

古代において，「夢は神からのメッセージ」とみなされていた．なぜなら，夢で見た内容が将来において実現する，という事例が数多く報告されたからである．夢は未来を示す予知的，予言的なもので，ときには政治の方向性をも支配する力を要していた．夢はまさに超自然的な現象であった．

【近年の夢理論】

近年の夢理論において大きな功績を残したのは，フロイトとユングである．フロイトは「夢は記憶の再生である」，「夢は意識世界で抑圧された無意識の願望を示す」と述べた．また，ユングはフロイトの論を発展させ，夢は無意識的な心的産物であること，また，「夢は個人的レベルに限らず，人種，民族，時代に関係なく，全人類に共通の普遍的なモチーフが存在する」ということを述べ，その概念を「集合的無意識」と名付けた．

【夢の科学的研究】

夢は古代より議論されてきたが，それらは哲学的な要素が強かった．しかし，時代とともに科学は発展し，夢についての科学的研究がなされるようになった．

睡眠中においては，定期的に眼球運動が起きている時期があることが発見された．この時期をレム睡眠，眼球運動が起きていない時期をノンレム睡眠と呼ぶ．一般に，レム睡眠中に夢をみて，かつ夢の内容を記憶している傾向がある．もちろん，ノンレム睡眠中にも夢をみるが，その内容は忘れやすい．

夢は心的“イメージ”であるが故，右脳の働きが強く関与している．右脳は，空間，芸術の機能を持つが，睡眠中は右脳が活発に働くことが研究によって示唆されている．また，右脳をよく働かせる芸術家は，夢をよくみるといわれる．この関係性は興味に値する．

【ユング心理学による夢理論】

夢の内容は，過去の出来事，感情状態，内的身体刺激，内的感覚刺激などをはじめ，自分に関わる全ての要素が影響を及ぼす．それらの要素は何らかの形に変容し，何かを象徴するような夢となる．夢は無意識から生まれるが，そのイメージは意識的な言葉や感覚に由来している．したがって，夢の意味を解釈することにより，自分を再認識することになり，“自分では気づいていなかった自分の姿”を発見できるのである．

夢解釈の際には，ユングは「拡充法」という方法を勧めている．それは，ある夢要素に対して，神話，昔話，などあらゆる側面からの解釈を行い，それらの要素を組み合わせ，総合して，夢の意味をくみ取るのである．

【まとめ】

C.A.マイヤーの言葉を借りるならば，人間の心から生み出されるもので，まさに夢ほど複雑なものはない．夢は意識の消失時に起こる，無意識による心的イメージである．無意識は，他からの制約を受けず，自分という絶対的秩序の中で自由に創造活動を行う．人間は意識がある状態では人類共通の世界というものを持つが，夢はその世界から離れて自分自身の世界へ向かうため，その行為自体，個人個人にゆだねられた主観的なものである．

日常生活の些細な出来事，未来への予言，超自然的な内容まで，夢は実に多様である．不可思議さと同時に可能性も秘めている．これが古代から取り上げられいまだ議論が続く所以である．