

夢見了Dora Kalff

梁信惠 台灣沙遊治療學會理事長

值此感恩節之際，除了感謝無所不在而非常疼我的上帝、與Dora Kalff--沙遊治療之始祖（她出現在我夢中）外，我要感謝的項目實在是非常多。當然在我們的篇幅上，無法一一舉出，就針對我們沙學來講吧。首先要感謝的是曾慧瑩--我們剛卸任的秘書長。她在這將近一年以來，全心盡力的為我們沙學賣力，非常辛苦，也承受了不少的壓力，慧瑩：謝謝了！也一併謝謝施玉麗--卸任的副秘書長，她為我們精心設計了很亮眼的理監事當選證書，謝謝！。在她們辭職之後，陳碧玲，我們上屆的秘書長與這屆的理事，義不容辭的接了代行秘書長之責，以她之前的經驗，接手後，一切很順序，感謝了。還有，我們背後有很多默默為我們所有工作坊及督導籌備及進行中出力的無名英雄及功臣，謝謝你們了。在此也一併謝謝所有理監事，沒有你們的助力，沙學就無法走下去的。當然，還有一位對我來說最感恩的人，她就是余美華，她是我們沙學最得力、不可缺的幫手。

回歸正題，我最近夢見了Dora Kalff。好神奇喔！談到夢，首先要告訴大家的是我們每人每天都做夢，只是不見得每次都記得夢。在我印象中，我記得夢最多的時候是我做我的個人過程時。在那段時期，每次去看 Barbara Weller 老師時大概都會做一盤沙、但我也常常把我的夢帶去跟她一起來分析。另一段記得夢的時期是當我教導夢的讀書研討會時。最近正是我教夢的進階班（在台北），而夢也出現蠻多的。現在就把夢見Dora Kalff的情形記錄如下：

夢中的第一段，Dora 還沒出現。有許多人（似沙學的人）聚集在我家（很大），很熱鬧，大家都在聊天與吃點心（我準備的）。忽然間，我覺得有炒東西的香味（煙味？）

從廚房跑出來。進去一看，不得了，我的老公正在那裡大顯身手，炒東西，很多樣，也很好吃。大家都很高興有這麼多佳餚。驚訝（因結婚後，他從沒下廚）之餘，我就進到第二幕。

從Dora Kalff 手中接到她所贈與的一件大禮物--她的房子的第四樓。我們（沙學的人與我）正在把我們的東西搬過去，到時發現樓梯有些問題，似乎沒完全接好。我在想，我們之後必須把這樓梯好好修理。我們當時就只把它暫時接好，並把東西搬上去。進行時，Dora Kalff 出現了，她就像在她的影片上一樣，很溫暖、很關心的看著我。我覺得好開心喔！夢就在此結束。

對了，上過或做過榮格分析的人都知道要把夢中的形象加以聯想與擴大。除了想到我真開心、終於見到Dora Kalff 本人以外（我現實中從沒遇到她，因我開始接觸沙遊的前一年她過世了），我最深刻的聯想是那房屋的第四層樓。我想到Barbara Weller 在她的演講（2010聯合年會）中提到她是第三代而我是第四代的沙遊人。又根據榮格的想法，四是代表完整。所以，夢會不會是告訴我Dora Kalff 給我的這麼好的禮物（第四樓--第四代的傳承）需要加點修理，就會很完美？還有，她那麼溫暖的注視我讓我想到要繼續學習她的榜樣，她的用心與她的犧牲精神。我深深感受到傳承的力量與重要性。

在此，我也謝謝我們夢進階班的同學以及黃宗堅老師的 Co-Teaching。沒有你們，我的好夢就沒法孵出來了。這裡要附上的是我們去年初階夢的讀書會結束時的一張紀念照，是我們的伙伴郭春樂照的。

最後，與大家分享一節聖經：『大山可以挪開，小山可以遷移；我對你的慈愛永不動搖，平安的約也永不改變。愛你的上主這樣宣布了。』以賽亞書54章10節。



梁信惠老師、黃宗堅老師與台北夢的初階讀書會學員合影

來自ISST的歲末祝福

Dr. Alex Esterhuyzen
國際沙遊治療學會現任主席



各位台灣的朋友大家好：

離開台灣後，我還在不同的地方教學及旅行，謹此分享一些我對台灣之行的深刻印象。今年十月我受台灣沙遊治療學會之邀到台南和台北(進行督導及工作坊)，非常榮幸能受到貴學會如此細心周到的安排及招待。最令我感到特別興奮的是我發現台灣的學員對ISST傳統下的沙遊治療了解甚多，而且充滿了熱切學習的興趣及渴望，在這次的拜訪中能為大家不斷增加的沙遊治療知識及經驗貢獻微薄的心力感到非常榮幸。我要感謝梁信惠理事長特別在旅途中陪伴我，以及所有學員對沙遊治療的熱情、投入及興趣。另外我也要特別謝謝碧玲及學會努力積極的安排工作坊及督導之事，希望日後我們有更多機會對「沙遊治療」--這個我們所共同喜愛，而且這麼美好的方法做更多的討論與分享。

謹此對各位致上最深的祝福～

(曾仁美譯)

原始來文

In October I visited Tainan and Taipei as a guest of the Taiwan sandplay society. I was very honored by the kindness and thoughtfulness of my hosts. Most especially, I was excited to find a thriving interest and knowledge of sandplay in the tradition of ISST in Taiwan. It was indeed an honor to make a small contribution to this growing body of knowledge and experience of sandplay during my visit. I thank Grace Hong for her kindness to travel to accompany me, and all the students for their enthusiasm, dedication to and interest in sandplay. I also especially thank Pi-Ling for her hard work and dedication in organizing the teaching workshop and supervision and for being a kind host. I hope that there will be more occasions that we can share our interest in the wonderful method of sandplay therapy.

With warm regards

Dr. Alex Esterhuyzen
ISST President

飛越千里的緣份一

Dr. Alex Esterhuyzen
來台沙遊講學記實

陳碧玲 台灣沙遊治療學會理事兼代行秘書長

今年五月我接到ISST現任主席Dr. Alex Esterhuyzen的e-mail，他表示目前旅居香港，希望有機會到台灣訪問或提供沙遊的訓練。這真是一個意外的驚喜！因為梁信惠理事長2009在京都國際沙遊治療年會暨研討會時就希望邀請Dr. Alex來台教學，卻與他的時間都失之交臂。2011年在瑞士舉辦國際沙遊治療年會暨研討會時，Alex發表了一篇精彩的演講，結束後梁老師拉著我去跟他說話，希望有機會安排他到台灣來教學，Alex當場交給我一張名片，以便會後聯絡。回國後我於年底卸下了秘書長一職，學會似乎沒機會去重提與規劃Alex來台教學一事。所以接獲他的e-mail時，我心中好高興，心想終於可以一圓多年的心願！由於今年度學會的活動都已排定負責人，梁老師希望我接下籌畫的工作，我心想這樣我也可以順理成章在台南大學辦理工作坊，對南部沙遊的愛好者鐵定是一大福音，至少大家不必再花錢搭高鐵去台北，參加工作坊。於是Alex的「沙遊台灣處女秀」就獻給了台南！



梁信惠老師、陳碧玲老師、曾仁美老師與Alex合影



團督夥伴物件分享

第三天在台北的督導也深具特色。成員包括宗堅、倫芬、金釵、璨如、俊霖、梅芳、月鳳、逸明和我，多年來我們跟隨外國老師督導，已經習慣用英文表達沙遊，儘管會話能力有落差，一旦談起沙遊，每個人的沙遊知識全都自動轉成英文，現場討論之熱絡絕不亞於用中文的表達。會中我也提報了一個案例，深刻感受Alex分析沙盤的細膩。會後，Alex還向我大力讚賞大家的英文能力！我開心的想為每個人都按一個「讚」！

多年來臺灣沙學邀請的老師多半來自日本或美國，Alex是第一來自歐洲的沙遊教師，似乎象徵臺灣沙遊的學習更具國際化了！尤其目前他擔任ISST的現任主席，他的到來對於台灣要進軍成為ISST分會一事，深具意義！是一份支持，也是一份鼓勵，督促著我們這些正在起步的沙遊小尖兵，走向世界，走向浩瀚的大宇宙！



台南大學劉明秋主任致詞

我已經跟Alex相約明年春天臺灣見，屆時他將再度造訪，開設督導班，今年沒機會參加工作坊或督導的會員，明年千萬別錯過喔！

與無意識相遇——沙遊治療師與個人歷程(下)

Barbara Weller

美國沙遊學會 (STA) 教師會員
國際沙遊治療學會 (ISST) 教師會員



有一天，有一位個案來找我做沙遊，我要分享這位的原因是因為她是一位教我如何做沙遊的個案，我叫她瑪莉，三十出頭，在學校當諮商員，她說她想幫學生做沙遊，但她自己不需要做沙遊，「我知道妳會叫我玩沙，我可以玩，但不必做治療」，這是不尋常的。「那我用沙帶領妳，如果你有意願就可以開始了」。讓我擔憂的是，由於她的身分，讓她的情緒在外表上是看不出來的，無一處不對勁，我沒見過在學校的諮商員會這般的正式，正常來說，通常顯得比較休閒。讓我更擔心的是她的表情，因為她無任何表情，我藉由問她的家庭背景來開始認識她，單身，無子女，是原生家庭中的老大，下有三個弟妹，大學時父親忽然逝世，是工商業界中有錢有名的成功者，母親患有精神疾病，但他們把這項訊息掩蓋，她會帶著母親到門診會面，看著媽媽吃藥，她好像沒有自己的生活，我真的希望她可以和我分享。我通常不會要求個案第一次就做沙盤，如果她表示要做沙盤就可以開始，第一次她找到沙盤時表情變了，沒有變化的表現出悲傷，她在沙盤旁站了五分鐘才開始摸沙，在中間做了個動作，接著拿了枯木、骷髏頭，之後在沙盤前站五分鐘，凝視沙盤，她回到原處，於是臉凝視著地上，妳可以想像當時我非常擔心她，因為她的沙盤讓我連結到過去曾經為一個小男孩所做的沙盤，他在做沙盤前會事先畫一張圖，

有一天他畫了一幅旁邊是黑黑的，而船將從懸崖掉下去，就跟瑪莉一樣，凝視著地，他不看我了，我坐在他身邊說，「你是否想做出傷害自己的事？」，直覺地，我認為他有問題，他回答：「對，我很想跑到馬路上給車子撞，但是當時會很害怕，然後會想脫逃，但是我又會再次充滿力量的跑回街上，那時我都會盡量找些方法逃離那不安全的情境。」當我看了那張圖，就會想起他。我和瑪莉是還沒有建立治療關係，我走到她身旁問：「有沒有什麼事要告訴我的？」，她看起來很難過而且肩膀是下垂，我告訴她：「你是不是想傷害你自己？」她平淡的說：「對，我本來就計畫好今晚就要自殺，如果沒有效果的話，我會在汽車旅館訂一間房間了結，那家人就不會看到我難看的死像了！」我對想自殺的個案都這樣說：「其實你心裡是不想死掉的，不然你不會來這裡。」接著我們繼續討論，她答應兩天後再回來。

再次見到她大約40小時之後，和上次不一樣了，她顯得邈邈，但比上次好多了，因為外表與內在符合了，她告訴我她想在講話前先做沙盤，像上次一樣選了枯木，是比上次還大的，有弧度的，然後把骷髏頭放在角落，拿了駱駝，從右下角走到最後的那個位置，它被阻塞而無法往前走，我和她一起走到前面，然後那兒有山擋住，但是駱駝能夠蹲下來的話，就可以在枯木下走過去，我們一起看了沙盤，接著坐下來談話，她決定繼續做沙盤，她覺得對沙子感覺到滿意與高興，這是我覺得非常放心的，因為駱駝是代表持久的，背部可以存有很多水，我知道我們有時間可以繼續工作，那骷髏頭擺在那兒代表的是她自我的態度必須要轉換、改變，當那個痛苦的過程中要讓某一部分度過才能轉換、改變。她做了很多沙圖，大概工作四個月後她才告訴我這個夢，她處在一棟古老的房子，把門打開，從階梯走下去地窖，很快地階梯變成了石頭，在地的上面，然後見到了門，地板上的彩色珠寶構成美麗的色澤與圖案，將之打開看到的是很神奇的房間，雖然深在地底，房間內有個圓型拱門型的屋頂，牆是神奇的、奇怪的，我以為是被洗刷過的磚塊，結果是被洗刷過的泥土，土塊中間有骨頭，有些是突出來的，雖然處在地底，卻有一道曙光能讓我清楚地看見整著房間，不知道從那兒傳來的聲音告訴我說，我正在中心點。

大概六個月之後，她做了下面這個圖案，池用水晶燈蓋成，外圍放了些樹木和花、河流、駱駝母子，加了很多的繩子，有隻白象鼻子是往上升的，放了彩虹、希臘的十字架與埃及代表生命的東西，男性內的女性象徵，它代表了生命，把骷髏頭放在後頭。做了這一堂後，她害羞的告訴我她和一位女人約會，大概一個禮拜後，她告訴我她是同性戀者，而且去了教會聽見了一首聖詩，「你會走過荒涼的沙漠，你不會因為飢渴而面臨死亡，但是你會到達一個安全的地方，雖然你並不知道該怎麼走，但是所有的人都會知道，你會看見上帝的臉（死亡），然後活下去。」

經過兩年的治療，次數減少，新的自我部分整合到生活中，雖然看見美麗的沙圖不代表可以結束，把新的自我融會與整合後才能在生活中走下去，15年後她說過的很滿意，雖然換了另一個女人，但是關係也很穩定，她就像很多個案一樣教導我很多。

很多人來找我做沙遊，想要找到自己並療癒自己，透過個案豐富了我的關係與生活，來到這兒讓我感受到我是沙遊的母親。

踏雪尋梅一

回應「沙·遊·無意識—我的個人歷程」

曾仁美 台灣沙遊治療學會理事

眾裡尋春不見春，芒鞋踏破嶺頭雲。
歸來卻把梅花嗅，春在枝頭已十分。

<<春在枝頭>>

拜讀沙遊治療學會會刊第十四期，Coffee心理師因在諮商過程敏覺個人需要而投入沙遊治療的個人歷程，全文真摯、深刻、感人，體會其各階段的心路與轉折，對於心理師能坦然面對自己，並願意分享的勇氣感到十分敬佩。

Coffee從不同階段回顧自己、治療師及沙遊媒介之間的關係，檢視自己在過程中的變化，初期如同許多諮商師接受個人歷程可能出現的現象，即懷著自我整理的期待來談，但心中也對沙遊療法充滿好奇與擔心，好奇的是沙遊歷程究竟為何，擔心的是「傳說中」此法的高度揭露性，害怕自己還沒準備好，卻被治療師看穿了！於是在過程中極力想「看懂」自己的沙圖，反而讓頭腦充滿了沙遊或象徵知識，失去了以「心」去感受沙遊歷程的機會。因此為學習目的而來的「體驗者」，在治療關係中可能同時出現與治療師「同盟」及「競爭/挑戰」的矛盾，「同盟」是治療過程必然要發展的關係，「競爭/挑戰」卻是是否真的要開放自己的掙扎，有些人甚至懷著「除非治療師能說準我在想什麼……」，擺完沙盤以「考試」的心態，看治療師是否能「算準」或「說出她/他所不知道的象徵」才決定是否要進一步做更深入揭露的想法。矛盾的是若治療師真的說中其心事，可能會「心服」治療師的功力，但也會產生「害怕沙盤」的結果。因此，在治療的初始階段，沙遊治療師除了需精熟沙遊治療積極holding，建構自由且受保護之心靈空間的基本精神，以及延後解釋的工作原則外，從交互移情(co-transference)的互動中去敏覺自己及受治療者的狀態，那些彼

此的需求在這個過程被滿足了，它又帶來那些代價，並時時留意個案對沙遊治療療效或過程是否有那些迷思及擔心，以協助他們順利渡過這個謀合期。

Coffee提到最後當她「決定放下參透人事物的急切渴望，當問題解決不再是最重要時，原本難以撼動的困頓卻可能鬆動了」，這真是沙遊治療中最美的階段啊！當受治療者經歷看見自己各種面向的歷程，對「面對自己」、「與自己相處」不再覺得是件可怕的事，能靜靜的跟隨自己的心去冒險，最後反而發現那個渴求已久的答案竟在自己心中！！此歷程宛若「踏雪尋梅」，覆蓋大地的白雪如沙盤中的白沙，初入雪地，步步驚奇與挑戰，積極尋覓暗藏雪地的珍寶，卻身心俱疲；中期漸熟地形，漸能感受腳著大地的不同質感，帶著逐漸累積的默契與信心，開始能全心投入這個發現之旅。後期視野漸展，身心輕安，眾裏尋它千百度，抬頭一看，才發現含苞待放的梅影已乍現枝頭！！

生命之旅的神妙常在於有時朝著心中的目標大步向前，卻常常錯過最美的景緻，困頓與阻礙像心靈之歌的休止符，讓持續不斷的樂曲有機會喘息，並重新開展不同的節奏與曲風。只有慢下來，勇氣足了，身心同在了，才能細細品味每個跳躍音符背後想訴說的故事，才能發自內心的欣賞每朵花綻放的姿態，並體會透過沙遊照見心靈的過程不可言喻的力量。



近期活動預告

本會【沙遊治療的要素：作為見證者的治療師】

工作坊由Dr. Liza Ravitz主持，將於2012年12月8-9日

(星期六、日)假台北市亞東紀念醫院舉辦，

內容精彩，歡迎參加！！

100年捐款

梁信惠20000元
黃宗堅10000元
講師3000元(12月工作坊的講師)
關懷者2800元

12月工作坊小物建義賣—
感謝邱敏麗、梁信惠、陳碧玲、
曾慧瑩、黃倫芬等老師提供義賣小物件

101年捐款

勵馨基金會150000元
余美華10000元 曾慧瑩 60000元
關懷者2540元 施玉麗 40000元

歡迎年滿20歲，贊同本會宗旨者，加入台灣沙遊治療學會。

加入<沙遊治療學會會員>可享報名優惠哦！

相關活動及報名訊息請參考本會網站：<http://www.sandplay.org.tw>