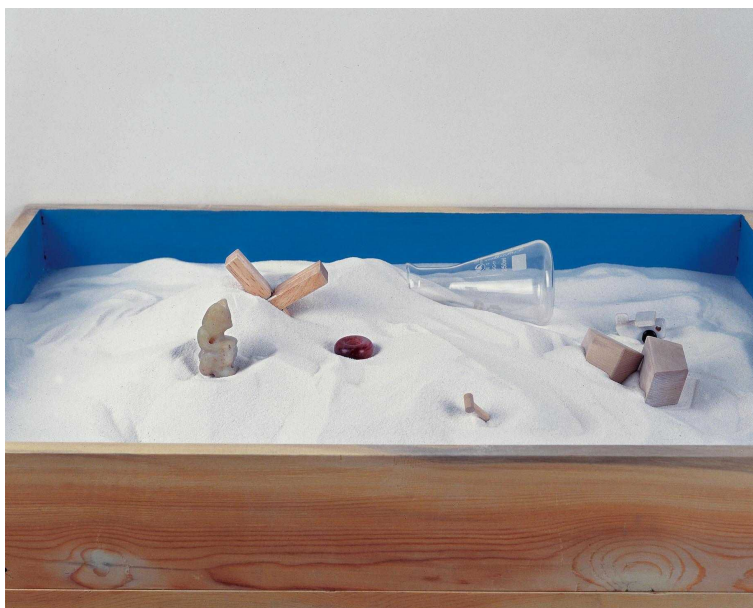


Inner Strength

2007-2013



Installation

pine, sand, properties

380Hx280Rcm

2007

Being alone means walking away, for a moment, from the contemporary society into an exclusive personal space/time. There are times when you are all by yourself, lost in introspection, or paying special attention to yourself. This happens to everyone. The moment of tranquility helps you identify your problems and bring to surface things that tend to be ignored.

Try talking to yourself to get back to your own peaceful world, where nothing but your emotions and perceptions reside, and where all your sparkling thoughts get together to form a mental pathway. The sandbox is perhaps the very beginning of your knowledge of the world and of course, a harbor to your soul.

Dora Kalff (1904-1990) founded the International Society for Sandplay Therapy in 1985. A Jungian analyst herself, Dora created sandplay therapy based on her study in Jung and Winnicott's philosophical theories in her early days. Accomplished in Chinese culture, she knew the Chinese language well and her son also turned out an outstanding sandplay therapist.

By interacting with the sands, the participant is able to create something similar to his/her own spiritual world. Such a liberal and creative game helps render the subconscious world into a three dimensional graphic space, just like in a dream. The consequential images would then initiate and complete the process of "individualization" as described by Jung.

The process of individualization, according to Jung, can be construed as the process in which a person gradually becomes aware of his/her integrity as a human being. The process goes so far beyond the stage of contradiction that it truly looks at the integration of the opposite sides. A human being is naturally and fundamentally endowed with an integral structure, which Jung refers to as individuality. Integrity is initially seen in a mother-child relation where all the needs of a fetus, be it for nutrients or for warmth, are supplied by the mother. This is what we know as the "mother-child unity" phase where the child is kept in absolute security that is the maternal love.

It is not until a year later that the child's individuality breaks away from that of the mother's. At the same time, a renewed mother-child relationship filled with maternal love is built. The sense of security grows into trust.

The sense of security lays the groundwork for phase three which starts from the end of the second year. This is when the core of individuality begins to take shape. The child uses all kinds of symbols to express himself/herself as he plays, paints or describes something in a symbolic language. For thousands of years, people from different cultural background and at different time and place have been demonstrating their integrity, whether consciously or unconsciously, in these ways. This is a kind of abstract experience in the form of a "circle" or "square" with both fear and crave for deity. Such circle or square, however, is not a geometric form, but rather a concrete symbol to show the once invisible characteristics of a person. The symbols represent the powerful images in one's mind's eye and show his/her inclination in personality. If the symbols become visible, they will have continuous impact on an individual's development. Mystical and religious symbols therefore represent a kind of spirit which may serve as the

basis for healthy development and which connects an individual with the outside world.

Jung has many essays on the unity of internal and external worlds. Usually, individuals adapt partially to the external world with a “personality mask” whereas the unconscious spiritual world, influenced by the spiritual images of anima and animus of the opposite sex, is restrained. The unconsciousness is composed of both the power from transcendental collective experiences as well as the experience of being neglected and repressed by an individual.

If a human is seen as a unity, then he has to continuously reconcile both the internal and external worlds, which is the only proof of his very existence as an individual, who is neither the victim of a weak and unconscious mind or a secular creature in the worldly society. However, this is only possible when a fully conscious ego gradually accepts its relativity and understands that it's part of the individuality; the unity of consciousness and unconsciousness becomes tangible. Jung also believes that individuality heals and adapts itself, which is the focus of psychological analyses.

During the sandplay, a person confronts his ego, the source of a mystical individuality power usually in the form of the most commonly seen religious symbols. The other side of integrity concerns the unity of body and soul. Pessimistically, soul means absolute wisdom, independent of the body and the senses. It despises any ambiguous feelings and asserts that the body is pristine and without a soul. This attitude accounts for many cases of mental disorder. Only when the soul starts to see itself as a part of an integral person will the participant be back on track toward regaining rationality and meaning of life. This newly discovered integrity expresses itself with mandala symbols.

In order for the sandplay therapy to be effective, the participant or the consultant must meet two conditions as is in the case of any psychological training:

1. Sandplay involves self-expression using a symbolic language, therefore the profound knowledge of a symbolic language, be it religion, myth, literature or arts, is essential. The symbolic system discovered by Jung is especially practical in in-depth psychological analyses. Individuals try out these symbols while the effectiveness is really dependent on the level of psychological maturity of the analysts. Only with such knowledge and experience will it be possible to control the participant's experience.
2. We have realized, on the other hand, that the participant/consultant must create a liberal and secure environment. The participant/consultant draws from his/her own experience to help others, which means that they should be open to the uncertain and unknown part of themselves. Equally important is positively exploring one's own potential so as to ensure the inner security and subsequently to create a secure environment for the participants.

Finally, a positive motivation is critical to the therapy. The motivation helps build up a space in which the participant is able to walk towards integrity independently. With continuous efforts and persistent self-analyses, the individual will be empowered to render credible and non-self discovering assistance

. Name of the properties

- B cup, cloth, shell, glass
- C teapot
- D fridge, toy elephant, stool, battery, sculpture knife
- E ear (model)
- F figure of Buddha, plane, house, magnifier
- G toy dog

- H walnut, paintbrush, slide
 - J egg, building block
 - K clever lock (Kongming Lock)
 - L candle, chopsticks, screw driver, measuring cup (triangle), measuring cup (cylinder)
 - M business card, comb, wooden rod
 - N mud block
 - P poker
 - Q flag, pencil, car, frog, seesaw
 - R human figure
 - S sandglass, stone, flashlight, cross, bucket, gauze, woods, snake, sofa, triangle wood block
 - T mop, spade, ladder
 - W bowl, pentacle, kaleidoscope, go piece
 - X washing-machine, knife, small toy car, shoes, camera, chest, rubber
 - Y key, duck, toy fish, jade, medicine, glasses
 - Z table, compass, slip, syringe, plant, fruit, jujube pit, paper boat, paper plane
- Inner Strength Participant Chart

Sandplay Chart
Individual Record

Name: _____ Sandbox: _____ Sand: Wet _____ Dry: _____
 Date: _____ E-mail: _____ Color: _____ Particle: _____

Object / Sand	Individual Language & Non-verbal Expression	Reaction of Participant	Icon / Map
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			
21			
22			
23			
24			
25			
26			
27			
28			
29			
30			

commentary: _____

57X72X7 Scale: 1:5

Inner dimensions of the sand box: 57x72x7cm, dark or wooden exterior

The miniature shows the inner dimensions.

Participant Remarks (i.e. the sand formation and relationship between the properties, etc.)

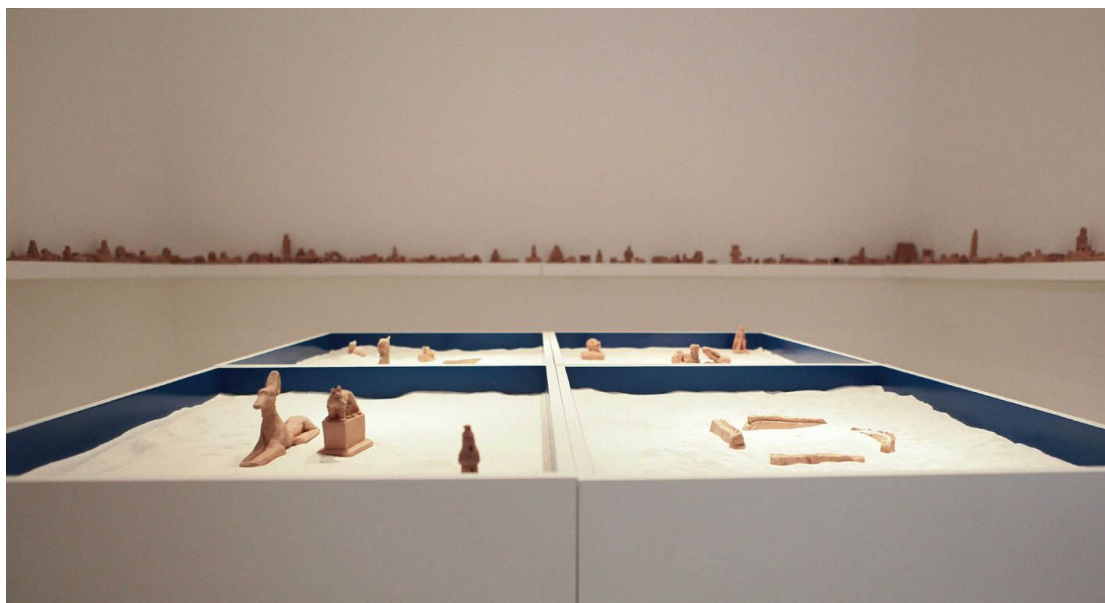
Note: As part of the Talk to Yourself installation, the participants may arrange the properties in the sandbox and send the digital or scanned images of the arrangements in terms of the properties' serial numbers or names (facing south) to ybgart@163.com The results will be returned in 3-6 months.

The participant agrees that the results of the analyses can be used for free (as part of the text in the installation)

2013

“世界的测量”鼓励参与者将其直观的冲动转化成三维的形态。这个雕塑游戏的依据在于：观者可以用沙子和陶土道具创造景观，并将时间，历史，现代性和未来联系其中。作为一个不断发展，持续开放的游戏，这个实验将参与者从内部冲动转向外部投射的过程可视化。

Inside the gallery, two parallel presentations take as their influence the Jungian 'Sand Therapy' technique, inspired by Tibetan Buddhism, the experiment encourages participants to rationalise intuitive impulses into three-dimensional form. Forming the basis of an interactive sculptural game: visitors are invited to create landscapes with sand and clay objects depicting fragments of human culture connected to ideas of time, nature, history, modernity and the future. As a cumulative open-end game rather than zero-sum, the experiment embodies a continually changing component throughout the exhibition duration, making visible an interchange between internal impulses and external projection by participants.



道具清单

人物类

1 神话传说 信仰 宗教

非洲母神 美人鱼 人马 人身牛头像 耶稣 天使 圣诞老人 佛陀 2 和尚 3
法老像 4 木乃伊 3 埃及冥神 4

2 经典情景人物

超人 阿童木 舞蹈 沉思 渔翁 兵马俑 祈祷 诵经 沉睡

3 家庭人物类

父亲 母亲 婴儿

4 特殊人物类

太空人 外星人 裸猿 8

5 肢体部分

手 脚 眼睛 五脏六腑 骷髅 骨骼 3 大脑

植物

1 种子果实

玉米 花生 苹果 核桃 桃子 榧子 莲子 蘑菇 葫芦

2 植物花朵

罌粟 太阳花

动物

1 史前动物

恐龙

2 陆地动物

狮子 老虎 鹿 羊 熊 猪 大象 骆驼 猴子 马 老鼠 青蛙 2 蛇 猫

3 昆虫禽鸟

蜜蜂 蝴蝶 鸳鸯 鸡 鸭 鹰 2 鸽子 猫头鹰 企鹅 甲壳虫 4 蝉

4 水中动物

海龟 鱼 龟 鲨鱼 海豚 2

神话传说图腾

1 三不猴 3 独角兽 3 麒麟 十二生肖 12 十二星座 12

2 青龙 白虎 朱雀 玄武

建筑

名胜古迹 文物

1 罗马竞技场 金字塔 2 教堂 3 方剑碑 古塔 6 墓塔 墓碑 2 罗马柱 10

2 狮身人面像 2 罗马狼 残缺神像 3 雕像 10 玛雅古迹

3 箭头 旧石器 5 钟 汲水器 动物器官占卜 书筒 骨骼残片 3 宋孩儿枕 皇冠 太阳图腾 3

房屋建筑

1 大草房 3 小草房 6

2 亭子 3

3 小桥 台阶 灯塔 4

4 城门 城墙 罗马柱 碉堡 3 天文观测台

交通运输

1 轮船 潜艇 独木舟

2 轿车 卡车 火车 飞机引擎

生活用品类

1 电视 相机 洗衣机 马桶 邮筒 鼓 衣架 收音机

2 烛台 碗 杯子 可口可乐 壶 罐子 瓶子 电灯泡 电话 磁带 手电筒 指南针 沙漏 线锥 3 钥匙

活动扳手 口袋 鞋子 鼠标

保险柜 拨盘 信件 邮票 凳子

3 马鞍子 马蹬 小提琴

4 砧码 铁匠台 蜂箱

食物食品 药品类

卵 香蕉 汉堡 胶囊 药片

排泄物

大便 动物粪便

武器

1 手枪 AK-47 手雷

2 导弹 坦克

自然物质

海星 天然石 贝壳 海螺 钻石 三叶虫

外太空物质

飞碟 登月车 登陆器 陨石

其它

地球 月球

艺术家作品

金宝汤罐（安迪·沃霍尔）小便池（杜尚）











2007

内心之帐

心理测试装置



作品材料 松木竿 帆布 丙烯 石头 木架 沙子 道具

摄像头 录像机 录像带 电视

作品规格 360HX280X800cm

作品时间 2006-2008

人在自己独处的时间里，或许片刻远离了当下社会，完全介入到自我的时空里。一直以来这种独处的方式，对自己的思考，反省或对自己的注视，对每个人来说都有可能发生。这种内心片刻的宁静，更容易发现自身的问题和被忽视的信息。

试图以自述的方式回到自己宁静的时空里，那里只有自己的感悟，完全是你自己的思想轨迹的显现。沙盘可能是你认识世界的开始，是你心灵栖息之所。

多拉·卡尔夫（1904-1990），1985年创立国际沙盘游戏治疗学会，荣格式分析家，早期接受荣格、温尼科特分析和教学。结合世界技术游戏治疗而发明了沙盘疗法。此文是她在晚年的杰作。她还是精通中国文化的欧洲人，她精通中文。她的儿子也是杰出的沙盘治疗师。

通过塑造和布置沙盘边框内的沙子，患者就可以建立一个与他（她）内在状态相对应的世界。这样通过自由、创造性的游戏，潜意识过程就以三维的形式，在一个图示的世界里显现出来，这种显现的方式对应于梦的体验。根据这个过程中形成的一系列映像，荣格描述的自性化过程受到激发并且实现了。

这个分析心理学竭力追求的过程，同时也是荣格命名为自性化的过程，可以被理解为逐步意识到人的整体性的过程。荣格将整体性描述为这样一种倾向，它超越了对立面之间的相互排斥、而争取这些对立面的统合。整体性的结构，是人的基本方面，这种结构是先天的，荣格称其为自性。这种整体性最初驻留在母亲的自性之中。对新生儿需要的满足，例如解除其饥饿、抵御其寒冷，集中在母亲躯体中。我们称这个阶段为“母-子一起”，在这个阶段孩子在母方的爱中体验着绝对的安全与可靠。

一年过后，孩子的自性与母亲的自性分离了，它转而体现在与母亲的关系之中，在这种关系之中流露着母爱。安全感成长为一种信任关系。

这种引发的安全感是第三阶段的基础，这个阶段开始于整个生命第二年的末尾，在此阶段，自性的中心开始在孩子的无意识中凝固并以整体性的象征符号展示自己。儿童玩耍、绘画，或者用一种符号语言描绘，数千年来，在各种文化背景以及时空下，人们有意无意地利用这些方式表达着整体性。这是一种抽象的经验，它经常在圆或方的形式下表现自己，同时伴随着一种对神既敬畏又向往的感情交织。这样，这个圆不仅仅是个几何形体，而是成了一种象征，它使得不可见但实际存在于人身上的东西得以显现。

符号代表内在的，富有能量的映像，代表人类的性格倾向，如果它们变得可见，就会对人的发展施加连续的影响。带有神秘感与宗教内容的符号于是代表了一种内在精神状态，它能成为自我健康发展的基础，

进而创造了与外部世界的联系。

荣格已经讲述过内、外部世界的统一。通常情况下，个体实际上通过利用人格面具实现对外部世界的片面适应，无意识的内在世界受到压抑--这个世界中融入了相反性别的阿妮玛和阿妮姆斯的灵魂意象。无意识中包含了早先集体经验传送的能量，和被个体遗忘与压抑的经验。

如果将人理解为一个整体，那么他一定能够持续地调和内部世界与外部世界的需要，这也是证明人是真实个体的唯一方法。这样，个体既不是无意识内容的意志薄弱的受害者，也非一个联系社会与世俗的生物。然而，这种状态只能在这样的条件下实现：作为有意识人格中心的自我，逐渐意识到它的相对性并且理解它自身是自性的组成部分；这种倾向具体化了意识与无意识个体的统一。此外，荣格认为自性有一种治疗与调节趋势，这也是心理分析工作努力的目标。

在沙盘游戏过程中进行的工作本身能够引起与自我的相对交锋，自我具有作为一种神秘体验的自性的力量，它的表现形式经常出现在宗教符号中。整体性的另一个方面是躯体与精神的统一。在它的消极面，精神以无与伦比的智慧出现，它已经与感觉和躯体完全割裂了。这种割裂的表现是，它蔑视有点儿模糊的感觉，并且认为躯体是原始的、没有灵魂的。这种态度经常是现代精神失常的原因。只有当精神意识到自己是组成完整人的众多因素中的一员时，参与者才能够找到复归富有理性与意义的生命之路。新发现的整体性以曼荼罗形式的代表物象征性地表达自己。

为了能够实现沙盘游戏任务，治疗者/咨询师，还有心理学训练必须能够具备两项最重要的前提条件：

1、由于沙盘游戏过程以一套象征性的语言表达自己，一种象征语言的深刻的知识

他们表现在宗教、神话、童话、文学和艺术中--是必不可少的。荣格发现的深度心理分析的符号系统特别实用。毕竟，个体必须体验这些符号，他们的功效依据分析者自己的心理成熟过程。只有这种知识和体验使得有效地把握参与者的体验成为可能

2、另一方面，我们已经注意到，治疗者/咨询师必须能够营造一个自由和安全的氛围。我们所要为别人解决的应该来自于我们自己的体验。这就意味着治疗者-咨询师应该拥有一种开放性，这种开放性是一种开放性地直面一个人自身的模糊和未知面的收获。然而，同时也十分重要的是，对一个人自己的深层积极潜能的体验，这是一种保证内在安全的体验，它这样能够使治疗者-咨询师为参与者营造一个安全的氛围。

最后，对成功的治疗起关键性作用的是具有积极的动机，这种动机的目的在于为参与者创造这样的空间，这个空间能够以一种独立的方式使参与者接近整体性。这个目的应该伴随着努力，通过持续的对自己的分析，加深了自身的能力以给予可信的和非自我探索的帮助。

道具名称

B 杯子 布 贝壳 玻璃杯

C 茶壶

D 电冰箱(玩具) 凳子 电池 雕塑刀

E 耳朵(模型)

F 佛像 飞机 房子 放大镜

G 狗(玩具)

H 核桃 画笔 滑梯

J 鸡蛋 积木

K 孔明锁

L 蜡烛 筷子 螺丝刀 量杯(三角形) 量杯(柱型)

M 名片 木梳 木棍

N 泥块

P 扑克

Q 旗帜 铅笔 汽车 青蛙 跷跷板

R 人物模型

S 沙漏 石头 手电筒 十字架 水桶纱布 树木 蛇沙发 三角木块

T 拖布 铁锹 梯子

W 碗 五角星 万花筒 围棋子

X 洗衣机 小刀 小玩具车 鞋子 相机 箱子 橡皮

Y 钥匙 鸭子 鱼(玩具) 玉石 药 眼镜

Z 桌子 指南针 纸条 注射器 植物果实 枣核 纸船 纸飞机

注：作为《内心之帐》作品的互动部份，

1 参与者可以利用道具架里的道具在沙池里摆放出一幅画面，也可以利用沙子的特性堆出自己想象的造型。

2 将道具名称的编号和位置，标注在沙游记录表上（面向沙池方位），

将个人的姓名/ E-mail 填写在沙游记录表上，用于分析结果回复

3 或将沙游记录表发送至 ybgart@163.com

4 参与者完成测试后请将道具放回道具架里，以便下一位参与者继续测试。

同意对测试作为《内心之帐》作品的文本资料使用。 签名

沙游记录表

个体沙游记录表

姓名：_____ 沙盘：_____ 沙子：湿：_____ 干：_____

日期：_____ E-mail：_____ 颜色：_____ 颗粒：_____

物件/沙子 个案的语言和非语言表达 参与者的反映 图示/地图

- 1
- 2
- 3
- 4
- 5
- 6
- 7
- 8
- 9
- 10
- 11
- 12
- 13
- 14
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30

	1	2	3	4	5
A					
B					
C					
D					
E					

	1	2	3	4	5
A					
B					
C					
D					
E					

	1	2	3	4	5
A					
B					
C					
D					
E					

评论：_____



威尔斯 (H. C. Wells) 与妻子简，观察自己两个儿子在地板上玩游戏。

沙盘游戏理论与操作可以追溯到上个世纪前十年，其时(H.C.Wells)观察自己两个儿子在地板上玩缩微模具，他发现数次自发性游戏之后，孩子们身上一直存在的问题消失了，而且他们与其他家庭成员之间的关系也得到了很好的改善。他受到了极大启发，在进一步观察与研究基础上写成了《地板上的游戏》一书。

20年后，玛格丽特-洛温菲尔德(Margaret Lowenfeld)，试图寻找一种方法以帮助儿童更好地表达“无法用言语表达”的内在情感或者身心状态，洛温菲尔德为儿童的情感和精神状态的表达提供了一种可以客观记录与分析的方法。

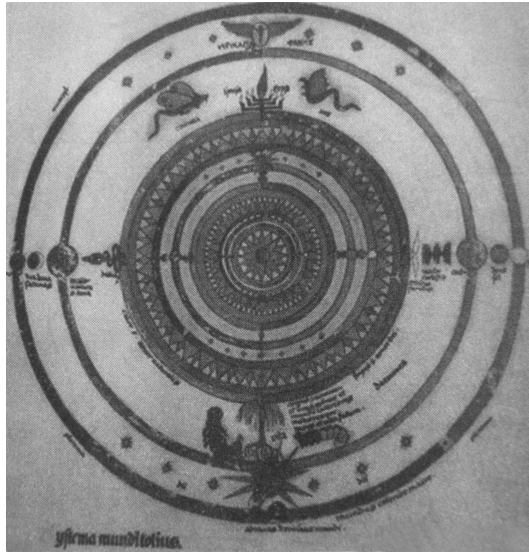
多拉-卡拉夫，悉心向洛温菲尔德学习过称中很快发现，该技术不仅可以帮助儿童表达畏惧和愤怒，而且也鼓励与创造转化和自性化的过程，能量的转化和自性化是荣格分析心理学理论体系中的核心概念。为了与游戏天地技术区别开来，卡拉夫将她在前人基础上发展起来的理论与操作命名为“沙盘游戏”。随着研究的深入，卡拉夫认识到沙盘游戏过程具有自然治疗特征。在此过程中，原型、象征和内在精神世界很容易表现出来，在一个自由、安全的氛围中表现这些客观存在可以促进整体性意象的形成，进而为自性的展现创造机会。当自我一自性之间的联系建立起来后，个体在整体上就会表现得更加平衡与得体。



荣格

卡尔·古斯塔夫·荣格 1875 年出生于瑞士。荣格理论发展的大致轮廓是从精神病学通过心理分析学转向分析心理学，从原型理论转向宗教动机心理和东方哲学的心理机制。荣格年轻时是弗洛伊德的得意门生，在漫长的人生岁月中，荣格终于创造出其独特的心理认识和实践方法，自然而然产生了荣格自己的心理学领域，其思想非常丰实和具有魅力。

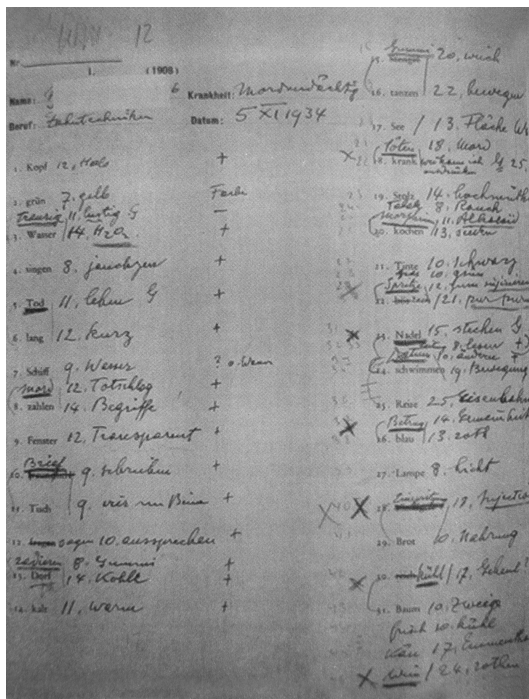
历史上，唯有极少数的灵魂拥有宁静的心灵，以洞悉自己的黑暗。并将神话、宗教、哲学与灵魂等弗洛伊德忽略的问题，引入了分析心理学派中。他，是现代思潮中重要的变革者和推动者之一。忽略了他，便忽略了与现代社会紧密攸关的整个思想。



荣格的第一幅曼荼罗，1916年所作



这是荣格在其波林根石刻的小人，依稀梦中提灯者的身影。



荣格关于“词语联想测试”的记录