

ARTIST PROFILE

CHIKAKO

Phenomenological Introspection Mandala Artist

現象内観曼荼羅アート作家

chikako-mandala.com



PHENOMENOLOGICAL INTROSPECTION MANDALA ARTIST

現象内観曼荼羅アート作家

Mandalas that listen to the inner voice, integrating the present self with the true self.

内なる声に耳を澄ませ、今の自分と本来の自分を統合していく曼荼羅。

What is Phenomenological Introspection Mandala Art

現象内観曼荼羅アートとは

It is a practice of quietly savouring, within the heart, what has happened in the outer world — listening to the faint dissonances and tremors that arise there, and rendering that process in stippled dots and lines.

外側の世界で起きた出来事を心の内側で静かに味わい、そこに生まれる微細な違和感や揺らぎの響きに耳を澄ませながら、そのプロセスを点描や線で表現していくものです。

There is no finished form decided in advance. In the process of descending deep into the self, the personal subconscious at some point connects with the universal collective consciousness, and reflects the essence of truth. This resonates deeply with Carl Rogers' notion of congruence and with the felt sense of Focusing.

最初から決まった完成形はありません。自己の内側へ深く潜っていく過程で、個人の潜在意識はいつしか普遍的な集団意識へと繋がり、真理の本質を映し出します。それは、カール・ロジャースの「自己一致」やフォーカシングの体感とも深く重なるものです。

Rather than composing with the head, I give visible form to the unseen processes of the heart that well up naturally through introspection. My aim is to make a place where those who see the work can look into themselves and speak with who they truly are.

頭で考えて描くのではなく、内観を通じて自然と湧き出てくる、目に見えない心のプロセスを視覚化しています。作品をご覧になる方がご自身の内面を見つめ、本当の自分と対話できる場づくりをしています。

I also hold sessions grounded in this process of self-congruence. Through dialogue using my works and an original deck of mandala oracle cards, I support clients in noticing the voice within, and in integrating the present self with the true self.

また、これらの自己一致のプロセスを土台としたセッションも行っています。作品やオリジナルの曼荼羅オラクルカードを用いた対話を通して、クライアントの皆様が内なる心の声に気づき、「今の自分」と「本来の自分」を統合していくサポートをしています。

From Introspection to Form

内観から、かたちが生まれるまで

I Savour

味わう

What has happened in the outer world is quietly savoured within — left as it is, without hurried interpretation.

外側の世界で起きた出来事を、心の内側で静かに味わいます。急いで意味づけをせず、そのまま置いておきます。

II Listen

耳を澄ます

Attending to the faint dissonances and tremors that arise there — the inner voice always speaks softly.

そこに生まれる微細な違和感や揺らぎの響きに、耳を澄ませます。内なる声は、いつも小さな声で語ります。

III Dot and Line

点と線にする

The process is rendered in stippled dots and lines. There is no finished form decided in advance; the hand follows what is seen.

そのプロセスを点描や線で表現していきます。最初から決まった完成形はありません。手は観えたものに従います。

IV Descend

深く潜る

Descending deep into the self, the personal subconscious at some point joins the universal — and reflects the essence of truth.

自己の内側へ深く潜っていくうちに、個人の潜在意識はいつしか普遍的な集団意識へと繋が
り、真理の本質を映し出します。

P A T H

How I Came to Draw

歩み

On 30 April 2023, the last day of my medical leave, I drew a mandala for the first time at a mandala art workshop. In March 2024 I left the teaching career I had kept for twenty-two years, and I have been drawing without pause ever since.

2023年4月30日、病気休暇の最終日に、曼荼羅アートのワークショップで初めて曼荼羅アートを描きました。それから2024年3月に22年続けて来た教員を辞めてから、夢中で描き続けてきました。

I used to live by fitting myself to others, reading their faces. I believed that wealth meant acquiring money and position. Only after falling ill did I finally realise that this was not the life I had wanted. During my leave, walking outdoors, I was healed by the beauty of the flowers at the roadside and by the stir of the wind — and saw how long my senses had been dulled.

以前の私は人に合わせて、人の顔色を見て生きていました。お金や地位を手に入れることが豊かさだと信じていました。しかし、本当はそのような生き方を望んではいなかったのだと病気になってやっと気づきました。病気休暇の間、散歩に行った時に道端に咲いている花の美しさや風のそよぎに癒され、長い間感性が鈍っていたことに気づかされました。

When I asked myself how I wished to spend the life I had left, I was at last able to decide to leave teaching. That decision brought me here.

残りの人生の命の使い方を思った時に、ようやく教員を辞める決断ができ、今日に至ります。

Now I feel that I am living my own life, because I go inside myself and hold a conversation there. For me, the works are something like a record of the path my life has taken.

今、私は私を生きているという実感があります。自分の内側に入って、自分と対話をしているからです。私にとって作品は、自分の「人生の軌跡」のようなものです。

Exhibitions, Awards and Press

画歴

2026	Selected, the 82nd Genten Exhibition 「第82回 現展」入選
2026	Exhibited, the 10th Kyūshū Kokuten 「第10回 九州国展」展示
2026	Selected, the 100th Kokuten Exhibition 「第100回 国展」入選
2026	Group exhibition “Japanesque”, Gallery Fū 合同展「Japanesque」（ギャラリー風）
2026	“Acryl Box” exhibition, Waldart Studio 「Acryl Box 展」ヴァルトアートスタジオ
2025	Solo exhibition, Gallery Fū 個展（ギャラリー風）
2025	Featured in “365 Art+ Magazine” 「365 Art+ Magazine」掲載
2025	Featured in “République des Arts” No. 3 「レピュブリック・デザール 3号」掲載
2024	“Hōryū-ji Exhibition” 「法隆寺展」
2024	“Meditation of Light” exhibition, La Madeleine, Paris マドレーヌ寺院「光の瞑想」展
2024	“Mandala Art 2024” 「曼荼羅アート2024」

CONTACT

Contact

お問い合わせ

WEBSITE	https://chikako-mandala.com
---------	---

EMAIL	m.chikako8888@gmail.com
-------	--

INSTAGRAM	@chikako.art https://www.instagram.com/chikako.art/
-----------	---

THREADS	@chikako.art https://www.threads.com/@chikako.art
---------	--

STAND.FM	https://stand.fm/channels/67ffa7e92169b1fe61147d60
----------	---

TIKTOK	@chikako.mandala https://www.tiktok.com/@chikako.mandala
--------	---

Official document of chikako-mandala.com. The latest works are shown on the site.

本書は chikako-mandala.com の公式資料です。作品の最新情報はサイトをご覧ください。