

## 茶湯と心理療法 —学生相談室のありようについての若干の考察—

甲南大学学生相談室 友久 茂子

### I はじめに：学生相談の「今」と「これから」

近年、学生相談の必要性が大学内外から認められ、多くの大学で新設されたり増設される傾向が続いていた。しかし、ここ数年受験人口の減少に伴う大学冬の時代を迎え、必ずしも学生の心の問題に時間やエネルギーを向ける傾向が続いているのではない。むしろ縮小傾向のところもあると聞く。ところが、学生の全体的な質について、実証的にほとんど研究されていないが、筆者の経験から検討してみる限りでは、未熟さと不健康さ傾向は年々強くなっていると思われる。友久(1999年)は、学生の質的特徴としてストーカーの事例を検討し「未熟さ」と「ずるさ」をあげている。そういった性格傾向のみでなく病理的にも、学生相談室を訪れる学生の重症化傾向は変わらない。しかも、現代社会をひろく見渡してみると、日常的話題として、虐待、受験地獄、学級崩壊、不登校、少年犯罪等、子どもの問題が語られない日はないほどである。そのため、小中学校において心理療法の必要性が叫ばれ全国の相当数の教育現場にスクールカウンセラーが配置されるようになった。それに呼応して、大学教育において臨床心理士の養成が急務となり全国各地で臨床心理士養成を目的とした大学や大学院が新設、増設されるようになった。本学もそういった社会の要請に応える形で人間科学科が新設され、ハード面でもカウンセリングセンターを含んだ新校舎18号館が完成し、カウンセリングセンターの中に、学生相談室も移転をし、大学院生の訓練機関としてのカウンセリングルームもセンターの中に併設されている。そして、現在カウンセラーを必要としているその年代の子ども達が、いずれ大学生として入学して

くるのは確実で、小中学生の問題は、取りも直さず、大学生の問題である。このような若者の急激な質的变化とともに学生相談も変わらざるをえない。

ところで、筆者は現在学生相談室に勤務する傍ら、兵庫県のスクールアドバイザーとして小中学校を訪問し大勢の先生と出合っている。そんな中ある中学の先生が「親の子育ての尻拭いを、教師が今、何でこんなに必死にならねばならないのか」と、嘆かれたことがある。その時筆者はこの教師の教育に対する姿勢に、疑問を感じつつ、それはカウンセラーとしては怒りに近いものであったが、同時に、いじめ、不登校等、教育現場の混乱を実感する時、共感できる感情でもあった。なぜなら、筆者が大学の授業を担当していても、私語、携帯電話の使用、言葉使いなど社会的常識を疑いたくなり、「親のしつけはどうなっているのか」と言いたくなることもしばしばある。また、学生相談のみでなく、大学人としてキャンパスで生活しているなかで、学部生・院生を問わず、単純な現実的的日常の人間関係の取り方、例えば、挨拶や電話のかけ方といったことに、「彼らは何を学んできたのだろう」と、首を傾げたいことも珍しいことではない。しかし、学生相談室を訪れる学生の多くは、決してそれでよいと考えているのではない。むしろ彼らは何とか人間関係を豊かにしたいと願い、努力を繰り返しているのだが、どうしても出来ないと悩み、助けを求めてやってくる場合が多い。そして、それは幼い頃からのごく普通の社会生活と思われる体験、例えば、買物をする時や人に物を頼む時に、どう言葉をかけるのかといった体験の不足で、ほとんどは親の問題

であり、突き詰めて行けば、中学の教師がふと漏らした通り「親のしつけ、育て方」の問題にほかならない。しかしながら、子育てをする親から見ると、その時その場で「精一杯の努力をしてきた」と感じているのも事実であり、親に責任を押し付けて済むことではない。むしろ、それだからこそ公的な「教育」や「治療」がなされるはずである。

かつて、大学は最高学府として誇り高き学問探究の場であった。その場合、社会常識は勿論のこと、基礎学力や高い倫理観をも身につけて入学してくるものとされていた。しかし、スクールカウンセラーや学生相談室が広く活動する現代社会にあっては、大学生の多くは質的に変化していることを認識しなければならない。にもかかわらず、彼等のほとんどが大学卒業後、社会人として巣立ち、中には「教育者」や「治療者」になるものも多い。そして、いずれ、その多くが人の親となり社会の中心として活躍するとすれば、大学のありようもそれなりの変化が期待されるのではないだろうか。少なくとも、学生相談は、従来行われているような心理療法の枠組だけでは十分でない、筆者は強く感じている。言い換えれば、学生相談は心理療法とか大学教育という、かっこ良い言葉で語れるものでなく、来室する学生の質や、病理水準に応じて、様々な対応が期待されており、大学関係者は、安定した心理学的理論と経験の基に、あらゆる可能性を模索する必要がある。つまり、学生相談室には面接室を設置し、カウンセラーを配置すれば良いのではない。そこで何を為し、如何に対応するかが問題である。そこで、新学生相談室では3つの個人面接室で今まで通り個人面接を行うほか、学生がいつでも自由に利用できるサロン室で、学生の自主運営によるウィークリーグループを募集し、大学生として羽目をはずさない程度に、好きなことを企画運営してもらおう。まずは新学生相談室のインテリアを兼ねてジグゾープズルや園芸用品を準備し、自由に室内外を飾って

もらっている。できればホットプレートや調理器具を準備したり、小さな音楽会もできる簡単な楽器もそろえればと考えている。

あるいは、来年度からはカウンセリングセンターの催しとして専門家によるアートセラピーも準備している。ここでは、一般参加者が中心となるが希望があれば学生の参加も可能であろう。

また、今まで年に2回様々なグループワークを開催していたが、その一環として香や茶湯といった日本文化の体験を通して、五感を刺激し、自然を感じ、参加者相互が豊かな時間を共有できればと考えている。しかし、現実には日本文化に対する治療的意味合いへの理解は低く、場所や道具の準備段階で強い抵抗に合い、西洋被れした日本の社会的風潮に情なさを感じずにはおれなかった。

そこで、日本文化を体験することが、日本人にとってどのような意味を持つかについて、理解を深めるために、ここでは茶の湯の歴史や方法を概説し、その治療的意味合いについて考察したい。

## II 茶の湯の日常性と非日常性

### 1 茶の起源

日本人が普段生活する中で、茶に関する言葉は多い。「お茶を濁す」のは日本人の得意とするところであり、「ちゃちゃをいれたり」「茶番劇」など、場所や世代を問わず繰り広げられているようだ。最近では若者達が「お茶にしよう」と、話しているのをよく耳にする。「Tea time」の訳だろうかと思ったりするが、一世代前なら「一服する」であった。これは煩雑な日常生活の中でちょっと休憩する意味に用いられ、「服」は茶が薬用であったことを覗かせ、茶の湯の世界では一杯の茶は「一服」であり、味は「服かげん」という。そんなことのみでなく、今では茶はスーパーやコンビニの飲み物売り場に行くと、「緑茶」「麦茶」「ウーロン茶」「紅茶」など、缶入りやペットボトル入りの飲み物としてたくさん並んでおり、きわめて日常的産物であり行為である。

ところで、「茶湯」についてはどうであろうか。村井康彦(1972年)によると茶湯という語の文献上の初見は、空海が唐から持ちかえった膨大な資料について、嵯峨天皇に献じた奉獻表の中に見ることができるという。この場合の茶湯とは茶と湯のことであり、茶湯とは意味が異なるが、古くから寺院では花や香と共に、仏前に茶や湯が献ぜられ、また、それを喫することが行われていたことが判る。その後、鎌倉末から南北朝に寺院の茶礼として成立し、その名残りは現在も、建仁寺で開山の榮西忌に行われている茶会に当時を偲ぶことが出来る。それは大方丈の中で榮西の画像の前で行われる、一般に四頭式といわれるもので、方丈の四方にしかれた畳に客を迎え、4人の僧が天目茶碗を運び出し、客の目前で順次点茶をする。これと同様の方式は室町初期に成立したと推定される「喫茶往来」(魚澄惣五郎 1956年)にも出てくると村井は指摘している。このような禅院における「茶礼」が行われる一方で、舶来趣味の書院茶湯が室町將軍の身辺を中心に盛んになり、同朋衆といわれる芸能の専門家が登場したり、「茶数奇」の出現が茶の湯を発展させて行くことになる。

広辞苑によると、「数奇」とは「好きなこと」あるいは「ある対象に執着し心を尽くす」ことであるが、歴史的には「歌数奇」から発したものである。そして、殿中茶湯が唐物数奇であったのに対して千利休の師であり、もともと連歌師であった武野紹鷗や村田珠光のころから美意識が「侘び数奇」へと変わっていったと思われる。それについては村田珠光が弟子に与えた「心の文」(永島福太郎 1956年)の中に、「此道第一わろき事ハ、心のかまん(我慢)かしやう(我執)也」また、「此道の一大事ハ和漢之さかいをまきらかず事肝要〜ようしんあるへき事也」という箇所がある。つまり、茶湯者の心がけとして高慢になって我意を張り通すことを戒め、和(国産)物と漢(舶来)物との区別なく用いるべきだとしている。これは明らかに美意識の変化と言うべき

だろう。

こういった鎌倉から室町そして戦国時代へと美意識の変化は、連歌師を中心に、茶湯、立花、能楽、香と深く係わり合い互いに影響仕合いながら、洗練され、日本文化の一大完成期になったと考えられる。そして、それらは殿中から京都や堺の町衆の生活文化として受け継がれ研かれて行く。特に、当時主要な商業都市であった富裕な堺の町では、国の内外で富を得た町衆が、教養と趣味として茶湯を発展させていった。その中で、殿中の茶湯とは異なった茶湯の家を作り、その場に相応しい道具類を集め、日常の雑事から離れて深く思索し、心を遊ばせながら互いに交流を深めていったものと思われる。それは決して、深山に隠棲することではなく、豊かな社会生活を過ごしつつ行われた心の営みであった。これを村井(1971年)はロドリゲスが日本教会史の中で「市中の山居」と書き留めたことをあげて、「プラザの中に見出される孤独の閑寂」と説明している。そして、これこそが草案茶室、あるいは茶湯の極意であり、理想でもあっただろう。

## 2 「草案茶室」と「茶事」について

その後、豊かな経済力を基盤にした堺の町衆たちは戦国の権力者に仕え、茶頭となって、城内でも、陣中にも出向き、戦国武将たちの心を休めるべく茶会を開いている。その場合も多くは茶湯の為に茶室や茶庭を造り、そして、それらが徐々に書院の茶室から草庵へ移行して行くことになる。そのようすについては茶会記や茶人達が残した日記、書簡集から読み取ることができる。堺の町衆たちの中でも、千利休は信長そして秀吉へと取りたてられ、秀吉の意向に沿いながら、贅を尽くした道具数奇の茶湯を確立しつつ、一方で、山崎妙喜庵の茶室、待庵にみられるような、二畳、隅炬、室床の侘びの極致といわれる茶室を完成させている。それ以前も、たくさんの茶室が造られているが、多くは四畳半であり、舶来の華麗な道具を飾

ることも可能な広さであった。しかし、待庵は天正10年（1583年）秀吉が朝鮮出兵の帰りに京都に上る途中、山崎あたりで茶が飲みたくなり、利休に命じて一夜にして造らせた、と語り伝えられているが、真為のほどは定かでない。いずれにしても、現代見られる草庵茶室の原型がここにあり、特に、茶室特有の躡り口は、ここから始まったとされる。これは利休が漁師の家の狭い出入り口から思いついて造ったものとされ、貴人も町人も、同様に頭を下げてしかその世界、つまり侘び数奇の世界に入ることが許されなかったことを意味するであろう。また、躡り口の傍には刀掛けが造られ、そこに入るときには誰であっても、刀を預け丸腰で、言いかえれば教養や人格のみで勝負することを要求された。

この様に茶の建築を確立した利休の功績、あるいはその意味については、茶室建築の第一人者である中村昌正（1968年）は「茶の建築」のなかで次のように説明している。多少長くなるが意味深いのでそのまま引用したい。

「茶の空間は、侘びの思想によって狭められていった。座敷が狭くなれば、台子はもちろん、棚物の使用は大幅に限定され、やはり運び点前が主とならざるをえない。畳の上への置き合わせが主となれば、いきおい、道具そのものの高下よりも、それらの取り合わせや扱い方が重点となってくる。それは、道具の価値よりも、客に対する亭主の心入れや創意に支配される世界である。そして座敷が狭ければ狭いほど、亭主と客の距離も縮まる。そこから『直心の交わり』も生まれてくる。」（中略）「利休の草庵茶室の空間構成は、ぎりぎりの寸法の組み合わせによって成り立っていた。躡り口や給仕口は躡り入るといふ所作を用いてこそ、頭のつかえぬ口であったし、点前のために出入りする茶道口でさえ『運び』のできる最低限の高さを保つに過ぎなかった。各部の寸法・構成を通じ、所作をも『侘びの作法』に限定し、固定することによって茶室に侘びの規制を加えたのである。」

このように、侘びの思想によって、茶は日常から非日常の世界に洗練されていったことがわかる。待庵が造られたのは天正10年、秀吉47歳、利休61歳の時といわれる。利休は信長の茶頭、秀吉の主君もまた、信長であった。そしてこの年、安土城が兵火にかかって焼け落ち、権力者信長が夢幻のようにこの世を去って行くのを二人は共に見ている。このような一瞬の隙をも許さぬ時代背景をもって、侘びの極致が実現されてきたともいえる。

以上、侘び茶についてのべてきたが、次にそれを実現する茶会について概説したい。一般に、茶湯の催しを茶会と言うが、現在行われている茶会は、薄茶席、濃茶席、或いは点心席といった席を設け、大勢の人が寄り合う大寄せの茶会を「茶会」といい、草庵茶室で、小人数で一連の行為、つまり、炭を次ぎ、懐石を出し、濃茶、薄茶と続く茶会は茶事という。しかし、かつてはいずれも「茶会」と呼ばれていたようだが、草庵では正式な茶事の形式が一般的であったことが茶会記などから推測できる。そこで、茶事の形式とその意味について簡単に述べることによって、侘び茶の様子が多少でも理解していただければと思う。

茶湯では、しばしば「一期一会」と言うことを重要視する。これは、今日の茶会は生涯にただ一回限りだと心得て、主客ともに真剣に対処すべき事を説いた言葉で、「山上宗二記」（桑田忠親 1956年）が初見のようである。従って、わずか数時間の為に、その季節やその日の催しに合った趣向を凝らし、床の墨蹟の意味はもちろんの事、色々な道具の取り合わせ、露地のしつらえに至るまで、細心の注意が払われる。そして、亭主が凝らした趣向を客は門をくぐると同時に徐々に嗅ぎ分け、席入りをして主客が挨拶を交わすときには、すでに相当深い心の交流が行われていると考えることができる。そのために日々稽古に励み、修行を積むことになる。

まず、しっかりと水を含んだ露地の飛び石をふんで躡り口に進み、手と口を清めた後、躡り口を静

かに開けて席に入る。床にはその日にふさわしい軸がかけられ、場合によっては道具置に点前道具が飾られている。茶の道具とそれを置き合わす草庵では、その日の趣向と共に陰陽五行（吉野裕子 1983年）の実現も心がける。それら色々な思いめぐらしながら、道具を拝見してじっと亭主が挨拶に現れるのを待つ。独特の緊張感の短い時の後、主客は簡単な挨拶を交わし、互いの出会いを喜び合う。そしていよいよ、亭主の点前が始まる。まずは、炭を次ぎ、香をたくと、炭と香の香りが独特のハーモニーをかもし出し、嗅覚を刺激し、瞑想の世界に誘われる。次ぎに懐石が出され、一汁三菜のご馳走に、しばらくの間味覚を刺激される。その間酒も三献まで振舞われ、時には一首、或いは一句詠まれたりして、豊かな会話が交わされる。その後、中立ちと称して客はいったん退室し、主は席を改め床の軸は季節の花に入れ替え、銅鑪の合図で再び入席し、いよいよクライマックスの濃茶が練られる。その頃には釜から心地よい松風の音（原色茶道大事典 1975年）が聞こえ、湯が程よく煮えたことを知らせてくれる。濃茶が練られると、相客心して一碗の茶を飲み回す。唇に触れる茶碗口縁と、舌の上から喉へ転がる茶の味わい、そして鼻腔を通じて仄かな茶の香りにひたり、暫し緊張が解かれ、至福の恍惚感に浸ることができる。最後に薄茶が点てられ、此の度の主の心入れ、道具や人との出会い、趣向の面白さ、そこに起こって来る偶然の不思議さなど、和やかに会話を弾ませ一會が終了し、再び露地を通りぬけて日常の現実社会へ復帰することになる。

このように、茶は自然と人間と、そして人間が生み出した数多くの創造物である茶室や茶道具による壮大なドラマである。そこには亭主によって綿密に考え尽くされたシナリオがありながら、季節の移ろいやその日の天候など自然任せであり、主客の会話もシナリオがありながら自由な心の動きに任されており、即興劇的でもある。そのため、演出家である亭主には豊かな知性と教養に加え、

自然や人間からのサインを敏感に感じ取る感受性や想像力も要求される。そこで、数百年の昔から多くの茶湯者が修行を積み、努力を重ねてきた。

### Ⅲ 心理療法と茶湯

#### 1 心理療法とは何か

今まで見てきた通り茶は普段の生活の中で、古くから慣れ親しまれたものでありながら、茶湯となって以来、長い歴史の中で洗練され、研かれて、自己と他者の交流を図る非日常的世界となり、精神性の高いものに変容していった。

それでは、心理療法と茶湯とがどのような関わりがあるかについて考えるために、心理療法とは何かを、次に考察したい。

河合隼雄（1992年）はその著書「心理療法序説」のなかで、心理療法について次のように述べている。

「心理療法とは、悩みや問題の解決のために来談した人に対して、専門的な訓練を受けた者が、主として心理的な接近法によって、可能な限り来談者の全存在に対する配慮を持ちつつ、来談者が人生の過程を発見的に歩むのを援助する事である。」

これは日本の心理療法家の草分けに相応し、現実的かつ根源的な言葉と思われるが、さらに心理療法を定義する事は難しいとしながら、細かな説明を加えている。それによると、「専門的知識」とはせず、「専門的訓練を受けた者」にこだわり、心理療法を行うものは実際の訓練を受けることが重要だと主張している。また、「主として心理的接近法によって」の「主として」と言う言葉をわざわざ入れた事に関して、クライアントによっては環境の調整や身体的アプローチを必要とする事もあると述べて、しかも、この場合の身体は心を切り離して考える身体ではなく、「生きられている身体」あるいは「心身不可分の立場によって見る身体」と説明を加えている。実際、クライアントは、必ずしも心の問題を語るわけではなく、む

しろ、身体的な苦痛、例えば「体がだるくて起きられない」とか「食べ物が喉を通らない」「食べても味が無い」とか「眠れない」といった身体的な不調を訴えられる場合の方が多くくらいである。しかし、カウンセラーを訪ねてくる場合は、クライアント自身も、それが、何となく心の問題だと感じている。従ってカウンセラーは身体的な苦痛に共感しつつ、必要があれば医師への受診も念頭におき、クライアントの訴えを聞いて行かねばならない。そして、また、「可能な限り来談者の全存在に対する配慮」については、来談者が訴えてきた事だけに注目して、その症状が消える事を目的にするのではなく、来談者の生き方全体について見て行く必要性を述べている。例えば、「食べ物が喉を通らない」といった摂食障害を訴えてきた場合でも、クライアントの生き方について、全体的に見て行こうとすれば、その母親が背負った問題が見えてくる場合が多い。続く「全存在に対する配慮」という事は、河合が述べる通り元来不可能に近い事であり、来談者の存在に対して治療者が最大限の努力を払うことであり、そのためには治療者が自らの力の限界を知ることをも含んでいると考える。つまり、治療者が自らの力を過信し、クライアントの要求に応えようとしたり、さりとて力のある治療者が来談者を適当に扱う事も決して良い結果をもたらさしはしない。しかし、それもあくまでも、面接室という枠をはみだすことではなく、そこで「来談者が人生の過程を発見的に歩むのを援助すること」である。いいかえれば、心理療法における治療者は、クライアントが自らの人生を吟味し一つ一つ決断を下していく時の立会人であり、その時の発見に伴う感情を共有する事であろう。この時、クライアントの下す決断が、正しいか間違いであるかは、誰にも判断できる事ではない。クライアント自身が「間違いかもしれない」と感じつつ、恐る恐る決断して行く過程をじっと見守る事であり、そこに「発見的」何かが生まれてくるのではないだろうか。

それについて筆者が出会った女性の例を紹介したい。彼女は真面目いっぽうに生活をしてきたのだが、10年近く人間関係に悩み離人感と激しい鬱症状で相談にこられた。面接を始めて半年ほどたったある日、彼女が次ぎのような夢を報告してくれた。「古い立派なお屋敷の中で、私は初老の立派な執事の後ろを付いて歩いている。でも、だんだん付いてまわるのがしんどくなり、大きな声をたてたところで目が覚める。」この夢について彼女は「この執事は立派な人だから、後ろに付いたら安心なんだけど、ちょっと窮屈になって叫びかけたら、こわくなって…」と説明するため、筆者は「じゃあ、後ろからポンと背中を叩くか、そっと声をかけて向き合ってもいいし、あなたが主人なんだから首にしてもいいんじゃない」と話すと、彼女は「向き合ったら圧倒されそうだし、長年働いてきた立派な人だから首には出来ない。でも、もう定年退職するかもしれないから、少し待ってみます。その内にこの執事も主人の言う事を聴くような気がしてきました。」とにこやかに語ってくれた。この間には色々な会話が交わされていたのだが、この夢について考えてみると、これは自分の心の中に存在する堅苦しい執事と折り合いをつけ、彼とのつきあい方をイメージする事によって、自分の人生に折り合いをつけたものと思われる。

ところで、心理療法には様々な方法が有る。フロイドの精神分析をはじめ、行動療法や家族療法、芸術療法等々数え上げればきりが無いが、それぞれの理論と技法を持っている。しかし、河合の「心理療法とは……」という前提にかなうものであれば、いずれも「心の働き」として現実的なイメージの力を借りて「発見的に歩むのを援助する」ことには間違いのないようだ。

イメージの現実性については、河合俊雄（1998年）は、ジェイムズ・ヒルマン（1983年）の元型的心理学を紹介しながら「夢や狭義のイメージはその現実性の極限であり」「現実よりも現実的な、

リアリティーを持ったもの」と述べている。この理論を裏づけるものとして、先の女性の夢について考えてみると、夢に出てきた執事は、夢の中で彼女にとって極めて現実的なリアリティーを持った存在と体験され、その執事が間もなく退職するかもしれないというイメージは、面接室の中でリアルに体験されている。筆者にとってもこの執事は、彼女の内なるイメージとして現実感を持って体験され驚くほどであった。その後、彼女はこの執事の存在を、現実生活の中で夫に話している。

「夫にはわかってもらえなかった」と言いながらも、久しぶりで夫と向き合って会話を報告してくれた。このように、現実感を持ったイメージ体験は、現実生活のエネルギーを活性化させ、それが夫との会話を成立させたと考えられる。

いうまでもなく、心理療法を簡単に語ることは困難だが、この例から考えると「面接室」と「イメージ」という非日常的「場」と「体験」によって、現実的エネルギーを活性化させ、相互的連関の中で、クライアントが自ら治っていくのを、治療者が見守って行く過程だということもできる。

このような非日常の場である心理療法と、茶湯のいとなみは、非日常という点で一致しているが、それ以外にも多くの点で共通性を持っている。次にその共通性について考えてみたい。

## 2 茶湯と心理療法の共通性

茶事の亭主をつとめようとするれば、最低10年、多くの場合数十年の修行が求められる。実際亭主を演じる時には、相当な決断が要求され、筆者も未だに十分自信を持っていない。それは、掛け軸をはじめ、道具類一式すべてに対して、歴史的背景や伝統工芸に対する理解、自然の移ろいやその日の雰囲気等々に対して、知識として知っているのみでなく、体験的に客との豊かなコミュニケーションを要求されるためであろう。それは極めて専門的な知識と体験でありその機会が非常に稀になった現代では、本当に亭主ができる茶人は、茶湯人

口のほんのわずかの人達かもしれない。その意味で心理療法が、「専門的訓練を受けた者」によってのみ可能になるのと同じである。

また、草庵を特徴づける躡り口は、あたまを下げる事の必要性を述べたが、同時に、躡り口は、中村の指摘するように「ギリギリの寸法の組み合わせ」でできている。この事は狭くする事によって入りにくさを表現し、日常を遮断する事によって、五感を十分に開放し主客が一体となって、非日常の物語を造りだすのを助ける事になる。心理療法の場合面接室のドアは決してぎりぎりの寸法ではない。むしろ出来る限り入るやすく工夫をしている。しかし、それにもかかわらず面接室は入りにくく、学生相談の場合などは、「テストを受けたい」とか、「家族の事で質問」と言いながら何度も来室し、結果的に心理療法に発展していくこともある。あるいは、不登校の子どもを持つ母親が「子どもの事で相談」と来室されても多くは自分の子育ての苦勞を語られる場合も多い。この事は非日常の心の仕事をやる面接室の入り口は狭く敷居が高いことを表しており、そこを潜ればクライアントは全ての地位や肩書きを捨て去る事を要求され、心理的には躡り口ということが出来る。

躡り口を入ると、必要最小限の空間は無限の広がりを感じさせ、亭主の小宇宙が広がる。そこでは炭や香のかおり、静寂の中に聞こえる帛紗<sup>ふくさ</sup>捌きや湯を注ぎ、茶を点てる音、その日の趣向に合った道具の取り合わせや懐石料理の品々や茶の味わい。そして、茶碗の手ざわりや口縁の感触、これらは五感を刺激し客の心を自ずから開いてゆき、この世ならぬイメージをリアルに体験させてくれる。これこそ究極の心の遊びと言える。この間、豊かな言語的コミュニケーションも交わされる。そこに大枠のシナリオをもちながら、その内容も数量も完全に自由で、即興劇的である。箱庭療法や遊戯療法が、限られた空間、限られたおもちゃで、自由に心を遊ばせる様に、共通感覚で結ばれ

た茶室という枠内で、亭主と客は思う存分心を遊ばせる。豊かな言語的コミュニケーションは五感を全開にした、リアルなイメージ体験である。茶室では、亭主も客も数百年の昔へも、世界の如何なる国へも瞬時に自由に行き来することができる。それはクライアントが語ったことを治療者が共に体験するのと同じである。これは夢分析を考えれば容易に理解出来る。

最後に、茶室の治療室としての意味合いについて考えてみたい。藤原成一（1997年）は「癒しの日本文化史」を著し、日本の文化が「癒し」の文化であり、伝統的な日本の遊び文化が日本人の心を癒してきたと述べている。野遊びや旅、山水画や文人画といった日本画、風流と言われる全ての事、念仏や禅苑の日々の営み、物語ることも、勿論茶湯も箱庭になぞらえて「癒し」だとする。そして、「癒し」は遊びであり、遊びこそ「癒し」であると主張している。確かに大雑把に言ってしまうと遊びは癒しであり、その意味では日本の文化のみでなく、世界中の遊び文化は「癒し」の文化と言える。音楽や絵画等の芸術は勿論スポーツもギャンブルも、ストレスを解消し心を癒してくれる。しかし、心理療法における治療という意味合いは藤原が主張する「癒し」とは一線を隔していると考えられる。心理療法にはそれなりの理論があり、その理論を実践してある程度現実的整合性がなければならない。しかも、その理論には精神性が備わっていないければ、心の悩みの解決にはならない。例えば、茶湯にも遊びの要素がもっと強い茶カブキがある。これは侘び茶が確立されるまで頻繁に殿中で行われた闘茶の流れを引き、闘香と同様種類を当てて競い合う純然たる遊びである。この場合は草庵茶室で行われる事はなく、茶室の治療室的意味は少ない。従って、茶湯の場が躡り口を備えた茶室に移行する事によって治療室的意味合いを帯びてきたと考える。鈴木正宗（1986年）は「茶の湯の意味と構造」の中で、自己と他者の交流を図る非日常的虚構の世界が茶湯であり、

その属性として、求道性と遊興性を持つことを指摘している。これは茶湯が遊びを超えて宗教的意味合いを持つことを物語る。

河合隼雄（1992年）は「広義の心理療法は古来から宗教家によってなされてきた」と述べて、キリスト教の告解や古代ギリシャのインキュベーション、非近代社会におけるシャーマニズムをあげている。その上で、近代の心理療法との差異についても「いかなる『絶対者』も立てない」ことを指摘している。これは草庵茶室が宗教的側面を有しながら、宗教的礼拝対象を持たず、神仏と直接交流する場ではなく、宗教的行為を行うことはないのと同様である。

また、非日常の場としての茶室と面接室は、「空間」という意味でも同様のことが考えられる。現代の面接室は椅子と机が置いてあるので6畳から8畳は必要かもしれない。しかし、もし机のみで向き合うとすれば4畳半もあれば十分である。茶室は4畳半を基本としながら、侘び化によって2畳、1畳半と究極に狭められて行った。それは極限の狭さが無限の広がり象徴し、客と亭主の居場所として不可能ではないが、現実的には近付き過ぎとも感じられる。もし面接室が1畳半や2畳であればこれは明らかに空間的にも、心理的にも近付き過ぎであり、治療関係としては好ましくない。ところで、秀吉と利休の関係や利休の切腹の理由については様々な議論があるが、筆者はこの二人の関係は治療者「利休」とクライアント「秀吉」と考える。つまり、利休は茶室を草庵化することによって、秀吉を近付け過ぎたといえる。心理療法では距離が近付き過ぎるのは関係を破壊し、致命的ですらある。そして、現実には歴史的には草庵を保ちながら、利休の死後、茶室空間は4畳半にもどってゆくことになる。秀吉と利休の関係については場を改めて論じてみたいが、この様に、茶の湯と心理療法には様々な共通点があり、今後、心理療法のあり方や治療者のトレーニングについて考える場合に有用である。

#### IV おわりに：茶湯療法の試み

神戸の街は外国文化を早くから取り入れ、もともとハイカラな家並みを持っているといわれていたが、それでも戦争の焼け野原から、たくましく再生した古い日本建築も多く独特の街の顔を持っていた。

しかし、5年前のあの震災以降、街の中心街はルミナリエに代表される人工的な美しさを中心とした街にすっかり生まれ変わった。校舎の半分以上を失った本学も、今は立派に再建され、昨秋完成したカウンセリングセンターを含む18号館も、外から見る限り立派な建物にちがいない。けれども、広い日本庭園に囲まれたかつての18号館は、昭和初期の日本建築と思われ、1間幅の回り廊下の付いた広い座敷には、茶褐色に輝いた北山杉の床柱を持つ1間半の床と書院があり、伝統の持つ荘厳さが漂い、学内としては唯一日本文化豊かな独特の空間であった。私達はそこでケースカンファレンスを受けたり、グループワークを行い、時には香や茶湯の催しも体験してきた。

今、癒しの場として新築された石と水の建物18号館は、無機質で命の営みを感じる事は難しい。むしろクライアントの離人感や絶望感を増殖し、彼らの悲痛な叫びが耳をかすめるのは筆者だけであろうか。勿論、設計の段階で心理療法の現場の声として、何度か癒しの場として建築されるように声をあげてはきたが、フロンティア構想の一環であるなど諸般の事情もあり、日本人が遠い昔から受け継いできた「自然と調和」に見出される「ぬくもり」「しなやかさ」「落着きなど」とは程遠く、和室を作り障子を用いることにさえ強い抵抗を受けた。

しかしながら、これが現代社会であり、日本人の現実と考えねばならない。そういう現実の中で、私達はいかに心理療法を行い、そういう日常において、いかに非日常の「市中の山居」を作り上げて行くかを問われている。そういった意味において、茶湯は心理療法にある種の可能性を示唆する。

つまり、近代科学の恩恵として得た物質的「豊かさ」は人間に限りない「便利さ」をもたらしたが、それゆえに人間は自然との触れ合いや、人と人との交流の機会を失い、人が本来持っていた自然な感覚機能を退化させ、結果的に心を病まざるを得ない。とすれば、総合芸術としての茶湯は、失われたものを最も豊かに回復させる可能性を有しており、茶湯療法というべき治療法が存在してよいと思われる。

そこで、筆者は学生相談にも茶湯を取り入れ、グループワークの一環として茶湯体験を試みる予定である。紆余曲折しながらも、何とか和室らしき場を提供されたのを幸いに、広間の茶、つまり豊かな心の遊びの世界を展開したい。それと同時に多くの共通点を持つ侘び茶の精神を心理療法にどの様に活かしていくか、また、宗教性と遊興性を兼ね備えた草庵茶室における茶湯の治療的意味についても検討したい。

#### 引用文献、参考文献

- 友久茂子 1999 学生相談とストーカー 甲南大学学生相談室紀要 第6号46-58
- 村井康彦 1971 千利休 日本放送出版協会
- 魚澄惣五郎 1956 喫茶往来 茶道古典全集第2巻 163-190 淡交社
- 永島福太郎 1956 珠光古市播磨法師宛一紙 茶道古典全集第3巻 1-7 淡交社
- 中村昌正 1968 茶の建築 145-147 河原書店
- 桑田忠親 1956 山上宗二記 茶道古典全集第6巻 49-116 淡交社
- 吉野裕子 1983 陰陽五行と日本の民族 人文書院
- 原色茶道大事典 1975 842 淡交社
- 河合隼雄 1992 心理療法序説 1-28 岩波書店
- 河合俊雄 1998 概念の心理療法 日本評論社
- ジェイムス・ヒルマン 1993 元型的心理学 河合俊雄訳 青土社

藤原成一 1997 癒しの日本文化誌 法蔵館  
鈴木正宗 1986 茶事の意味と構造 茶湯第20号  
48-50 思文閣出版

---

## ABSTRACT

Tea Ceremony and Psychotherapy  
Regarding Usage of the Tea Ceremony for Student Counseling

TOMOHISA, Shigeko  
*Konan University*

The purpose of this study is to consider various means of student counseling. Recently the quality of student has changed. Though they have a high level intelligence, they essentially are more immature than previous generations. They have little experience of everyday life. They need a lot of experience to understand human relationships, so usage of the individual interview method only in student counseling becomes insufficient.

At the student counseling room in Konan university, various methods are utilized. As one of method, the tea ceremony can be useful for psychotherapy. Both psychotherapy and the tea ceremony have a spiritual side and can provide a means to develop the mind, to be creative, and within their roles as experiences outside the daily routine can help a fertile imagination.

Traditional Japanese culture has always contained such healing elements. Especially the tea ceremony is a total art from that includes poems, the performing arts, crafts, paintings, etc., and as such, used as a means of the psychotherapy, can be expected to produce meaningful results

*Key words* : tea ceremony, psychotherapy, student counseling

---