

# KONAN UNIVERSITY

## Group Work of the Tea Ceremony as a Form of Psychotherapy

メタデータ	言語: jpn 出版者: 公開日: 2020-08-07 キーワード (Ja): キーワード (En): 作成者: 友久, 茂子 メールアドレス: 所属:
URL	<a href="https://doi.org/10.14990/00003641">https://doi.org/10.14990/00003641</a>

# グループワーク「茶湯」における一考察

甲南大学学生相談室 友久 茂子

## I. はじめに—茶湯の心理療法的意味

IT化社会の到来は世界を小さくし、瞬時に地球の裏側の情報を得ることができる。しかし、皮肉にも速い世界の人々と簡単に交流することが可能になると、最も身近な家族や隣人は遠くに押しやられ、交流することに困難を感じ、現代人の多くが癒しを求めようになる。たとえば、最も身近な人間関係であるはずの親、兄弟が身体感覚を持って付き合うことができず、会話は減り自らの思いを家族にすら明かすことなく心の奥深くしまいこみ、挙句の果てに七転八倒している家族も多い。また、地域社会の付き合いも希薄というよりは互いが無関心を装い、神経質にけん制しあいながら近い人ほど遠い人になってしまう。

大学生について言えば、情報機器を自在に操り、地域や年齢のみでなく、言語や国境さえ越えて交流している学生も多く、そのこと自体は素晴らしいことだが、その一方で、世界を抜けながら身近な友人関係に苦しみ、キャンパスライフを楽しめない学生も少なくない。また、親の意向にそって、精一杯努力してきた若者が、大学という主体的、自主的に生きることを要求される生活を始めると、身動きがとれず、周りの行動にのみ目を奪われ、自己の存在を確認できず、自信を失い、時には、激しい孤独感や離人感を訴えて来室するケースも増えている。そんな時代にあって、学生相談室では、日々問題を抱えた学生一人一人に出会い悪戦苦闘の毎日を過ごしている。さらに、症状を呈することは無く、カウンセリングに通う必然性を感じないものの、何か自分の存在に不安を感じ、大学生生活に違和感や不全感を感じている若者も確実に増えている。そういった学生を対象として、本学学生相談室では毎年数回のグ

ループワークを催していたが、学生相談室が2000年に新築拡張されるに伴い、自由参加形式のウィークリーグループも合わせて実施されるようになった。ウィークリーグループはティーアワーから、陶芸や園芸など相当大掛かりな準備を必要とするものまで行ってきたが、そのプログラムの一つとして茶湯も加えられている。畳に座り、和菓子和抹茶のもてなしを受ける体験は、現代の多くの若者にとって、特異な体験であったと考えられる。

ところで、茶湯は鎌倉末から南北朝に寺院の茶礼として発祥し、室町時代になって、舶来趣味の書院の茶湯が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、茶数奇の出現が茶湯を発展させていく。その後、連歌師を中心に「和」の美しさにも価値を認めてゆく動きが強まるにつれて、しだいに美意識が変化しはじめ、立花、能楽、香等とも深く係わり合い、互いに影響し合いながら、日本独特の文化として洗練されてくる。そして、それは京都や堺の町衆の生活文化に受け継がれ、千利休の登場によって侘茶として完成される。侘茶は禪の訓えをもとにしながら、戦国の武将や町衆の教養や趣味として広く流布し、茶室を設え、その「時と場」にふさわしい道具や演出によって、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ることで、当時の人々の心を癒していたと考えられる。このように日本独自の文化として完成された茶湯はきわめて心理療法的であると考へ、筆者は『茶湯と心理療法』(2000年)の中でその共通性について考察している。つまり心理療法も茶湯も「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、相互的連関のなかで、クライアントが自ら治っていくのを、治療者が見守つ

てゆく過程」であるとした上で、両者がいかに近い関係にあるかについては、茶湯が深山に隠棲することではなく「市中の山居」といわれたように、豊かな社会生活を過しつつ行われたことや、茶会を説明することで明らかにしてきた。たとえば、茶会におけるさまざまな音や、道具の取り合わせ、手触り口縁の感触は五感を刺激して心を開かせ、茶会における豊かな言語的コミュニケーションはリアルなイメージ体験であり、そこに大粋のシナリオを持ちながら内容も数量も自由で即興劇的であること、あるいは遊びとしての茶湯は癒しの体験ではあるが、侘茶に移行することで求道性や宗教性がいっそう強まり、治療的意味合いを深めていったこと、また、そのように宗教性を有しながら、共に宗教的礼拝対象を持たないことなどであると主張した。また、筆者は「茶の湯における心理療法的意味について」(2000)の中で、茶湯が日本文化史上どのような意味を持ってきたかを、熊倉功夫(1999)や唐木順三(1973)の論を紹介したうえで、現代の茶湯論として、心理療法的意味があると主張した。その中で、筆者は「侘び」が「巨大なものに対する狭小、派手に対する地味、豊富に対する欠乏、豪華に対する謙虚」というような対立概念であることに注目し、更に「数奇」が物事への執着を意味することから、「侘び数奇」という茶湯の基本的概念が相補的な心の働きであり、C.G.ユング(1977)の言う全体性に通じ、心理療法と同様、茶湯は個が個らしく生きる道であると結論付けた。

しかし、臨床的には茶湯が心理療法として、どのような意味があるかについて実証してゆかなければならない。そこで甲南大学学術フロンティア研究におけるグループワークの一環として、育児期間中の母親を中心に希望者を募り、茶湯グループで実践したことについて報告したい。参加者を母親としたことは、子育てというストレスを確実に抱えていると考えられる事、もし学生を募った場合、メンバーの固定が困難な上、悩みやストレスの程度を推し量ることが不可能な事、また、季節によって変化させる

道具、料理などの準備が難しいためである。

## II. 方法

対象：乳幼児を育てる母親6名、不妊に悩む女性1名。

(このワーク期間中に妊娠する) 平均年齢は35.6歳。

期間及び回数と時間：2001年4月から2002年3月までの1年間、7月と12月を除く月1回で合計10回。1セッションは約2時間半。

茶会の形式：4、5、6月は甲南大学カウンセリングセンター、グループワーク室(和室)で、盆略点前、千歳盆、茶箱点前をして、茶湯の基本的な作法を学べるように催した。その後は八畳の茶室において、8月は涼を求めて朝茶、9月は月見をテーマに半昼半夜、10月は名残りで風炉の中置、11月は炉開きを小豆で祝い、2002年1月は新年で初釜、2月は極寒の設えで、3月は桃の節句といずれも正午の茶事形式で催した。

心理テストとふりかえり用紙：初回のセッション開始前と最終会のセッション終了後にバウムテストとYGテストを、また毎回セッション終了後にふりかえり用紙(附表)に記入してもらい、最終回は特に

年 月 日	
グループワーク「茶の湯でリフレッシュ」 ふりかえり	
1. あなたは、今日のグループで、どの程度自由にふるまうことができましたか。	1 2 3 4 5 6 7 全くできなかった 充分でした
2. あなたは、今日のグループで起こったことに、どの程度興味もてましたか。	1 2 3 4 5 6 7 全然興味なし 非常に興味深かった
興味があったこと:	
興味はなかったこと:	
3. 今日のセッションでどれ程自分自身を、他のメンバーに分かってもらうことができましたか。	1 2 3 4 5 6 7 全く分かってもらえなかった 充分分かってもらえた
4. 今日のセッションでどれ程、他のメンバーを分けることができましたか。	1 2 3 4 5 6 7 全く分からなかった 充分分かった
5. 今日のセッションを色に例えると( )色といえます。 形音調に例えると( )が合います。	
6. その他感じたことを書き下さい。	
名前 _____	

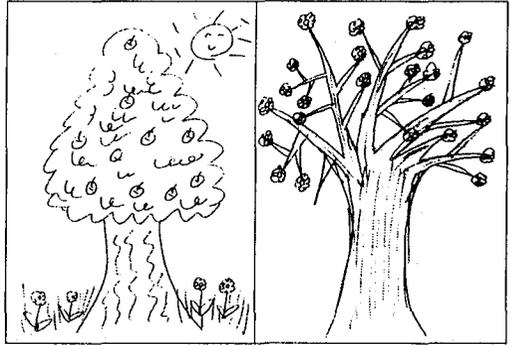
附表 ふりかえり用紙

1年間の感想も記入してもらった。ふりかえりの質問項目は、1が自分の態度の自由度、2が興味の程度、3は自分に対する他者からの理解、4は自分が他者をどのくらい理解したかで、いずれも1～7までの得点で記入してもらった。5はセッションを色と形容詞で表現してもらい、6は感想とした。

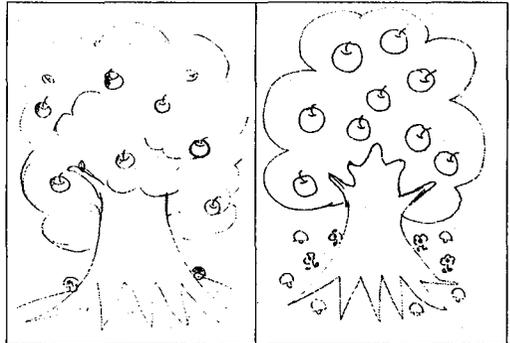
### Ⅲ. 結果

1. バウムテストとYGテスト：図①から⑦までは7名の参加者が初回（左）と最終回（右）に描いたバウムテストである。初回と最終回の変化を見ると、BさんとEさんに変化が認められるが他の人には大きな変化をみることはできない。表1は7名の参加者が初回と最終回に行ったYGテストの判定結果を表しているが、いずれも大きな変化ではない。

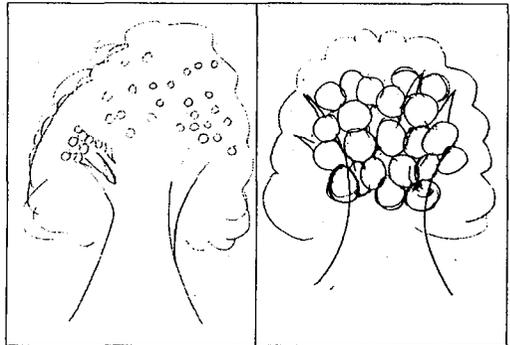
2. ふりかえり：図⑧は初回から最終会までの各回について質問1から4までの評点平均値をグラフに現した。質問2の興味の項目が各回とも他の項目より0.5から2.0ポイント高く、特に初回は他のどの項目よりも、2ポイント高い。質問1から4までいずれのグラフも概ね右肩上がりである。表2は質問5の各セッションを「色」と「形容詞」に例えた結果を表している。斜線は欠席または用紙の未提出で、Gさんは出産のため長期欠席となった。また、色も形容詞も厳密には形容詞でなかったり、存在しない色を答えている場合もあるが、イメージとしては各セッションのテーマや季節にそっている。6の感想と最終回の1年間を通じた感想については考察のところで触れたい。



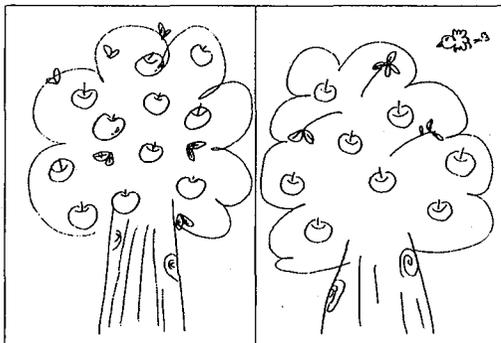
図② Bさん



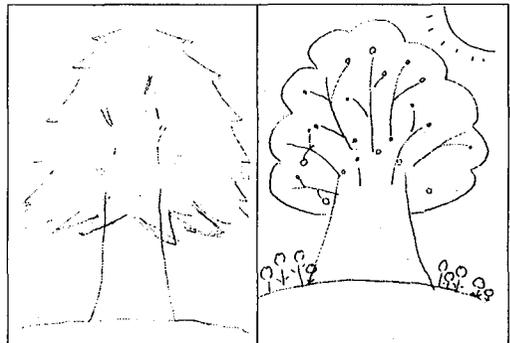
図③ Cさん



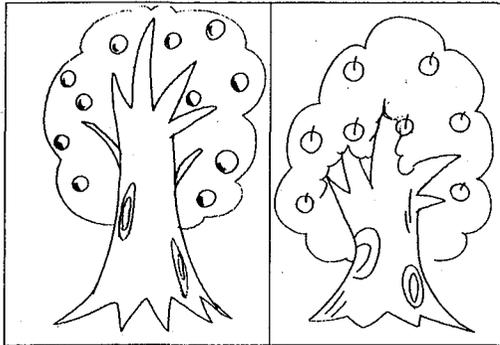
図④ Dさん



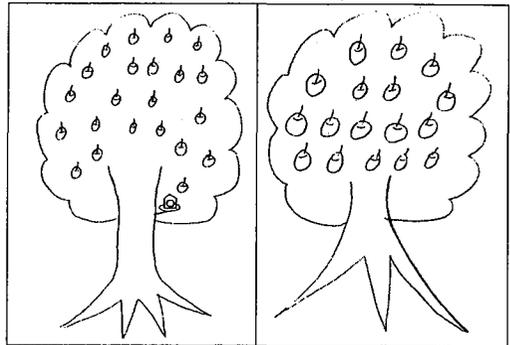
図① Aさん



図⑤ Eさん



図⑥ Fさん



図⑦ Gさん

表1 YGテスト (初回から最終回への変化) の結果

参加者名	Aさん	Bさん	Cさん	Dさん	Eさん	Fさん	Gさん
初回	D	D'	B'	B	D	D'	AD
最終回	D'	D	D'	B	D'	AD	AC

図⑧ ふりかえり用紙 (質問1~4) の評定平均値

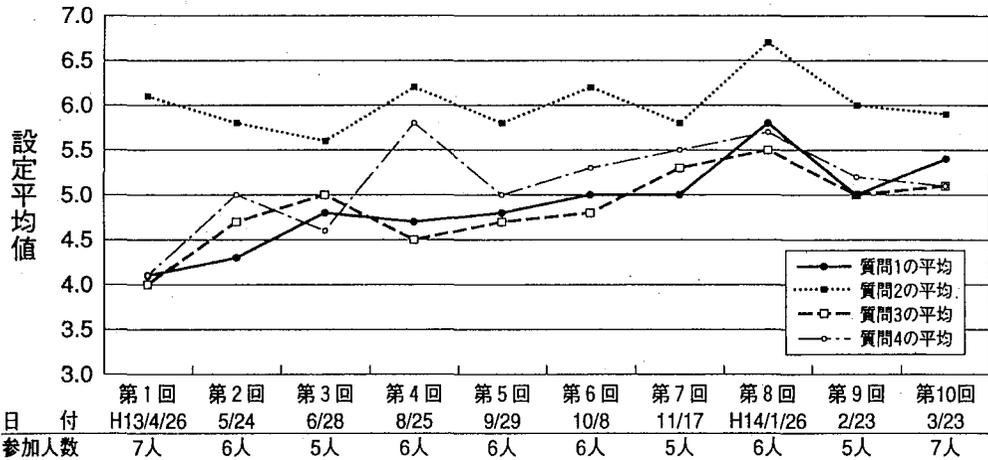


表2 質問5 (「色」「形容詞」にたとえると) の結果

テーマ	4月 入門	5月 千歳盆	6月 茶箱	8月 朝茶	9月 月見	10月 なごり	11月 炉開き	1月 初釜	2月 寒	3月 御節句
A	色 若草 形 美しい	黄緑 清らかな	水色 清い	ほのかなピンク 美しい	オレンジ さわやかな	薄茶色 すがすがしい		炭の焼ける 若々しい	もえぎ 清らかな	薄茶紅 晴れやかな
B	色 黄緑 形 すがすがしい	朱色 あてやか	野 やさしい	薄緑 さわやか	うすいたいだい ほのぼの	うすもみじ なごりおいしい	もみじ おくゆかしい	金 なごみ	薄黄緑 ほわほわ	うすピンク わびしい
C	色 紺 形 和		水 涼	エメラルドグリーン 清涼風	秋色 落ち着き	茶 なごり	だいたい しぶみ	みどり 新春	うすみどり 春の訪れ	桜 すがすがしい
D	色 みどり 形 ひやひや	みどり ほのぼの		ページュ たゆたゆ	みどりと白 ふんわり	茶 おぼろ	栗 ほのぼの	みどり ほのぼの	もえぎ ほわほわ	桜 ほのぼの
E	色 水色 形 静けさ	水 きよめる		だいたい 過ぎ去る夏	琥珀 黄昏	褐色 すがすがしい		えんじ あかつき	うくいす ほのぼの	紅 ほのぼの
F	色 抹茶 形 なごやか	水色 すずしい	緑 すずいさわやか	オレンジ なごやか	こがね おだやかな	茶 なごやか	オレンジ ほのぼのした暖かさ	白 雪景色のような		白っぽい空 すがすがしい
G	色 抹茶 形 すっきりと	うすいオレンジ あたたかな	青 静かな							若草 すがすがしい

#### IV. 考察—ふりかえり用紙から読み取れること

初回と最終回に行ったバウムテストではBさんとEさんはいずれも、樹冠の形、枝の張り方、実のつき方、背景、筆圧に大きな変化があり、バウムテストとして分析することは可能であろう。しかし、行動様式や人格レベルに及ぼすような変化をそこに認めることは困難であり、また、もし何らかの変化があったとしても、1年間に十回のグループセッションでは、他の日常的要素の関与が大きいと考えられ、茶湯にその意味を付すのは難しい。それは、YGテストについても同様で、このような形で心理テストを実施したことは、参加者に負担を強いることになりはしたが、ほとんど意味を見出すことができず、心苦しい限りである。ただこの問題、つまり、心の変容をどのような物差しで計るかは、臨床心理学の大きな問題であり、今後の研究課題として取り組みたい。一方、振り返りでは注目すべき点をいくつか見いだすことができた。まず図8の特徴について考えると、第一に興味の度合いの平均得点が、毎回他の項目より0.5～2ポイント高く、特に第1回目はその傾向が強く、他のどの項目よりも2ポイント高い。これは茶湯体験が参加者の知的好奇心を高めたことを示し、茶湯に触れることは大きな意味があると思われる。次に、自己表現の自由度、他のメンバーとの係わり合いの程度は、回を重ねるごとに高くなり、茶室内でコミュニケーション力や自己表現力を高めていったことが窺われ、茶湯がグループワークとして機能していると考えられる。また、色と形容詞によるセッションのイメージは、筆者が目論んだ季節感、自然との一体感とほぼ一致している。例えば、4月から6月にかけての新緑のころには、緑やブルー系統の色や、静けさ清らかさといった形容詞が記入されているし、8月から11月まではオレンジや茶系統の色、ほのぼの、名残惜しい、渋みなど秋の気配を表現した言葉を、あるいは、1月は白や金など寒さの中の華やかさを、3月には紅やピンクなど節句にふさわしい言葉をイメージしている。こういった

ことは茶湯の設え、つまり、道具の取り合わせや花の美しさ、茶や料理の味、香の薫り、茶席の様々の音、茶碗に触れた手や唇の感触などによって、参加者は感覚器官を刺激され、亭主側の思い入れに心を動かしたことを示している。このことから、茶湯が人間の感受性や共感能力を相当揺さぶることが期待できるのではないだろうか。次に6の感想について考えてみたい。

第一回目は「緊張感」と、初めての「香の薫り」への感激、新しい人との「出会いの新鮮さ」や「日常からタイムスリップ」といった表現をしており、茶湯という新しいこととの出会いに、何か心動かされるものがあったと思われる。二回目は初回より「少し慣れて静かな時間が持てた」とか、外国人の見学者があったせいか、日本人である自分が日本の文化をまったく知らなかったことに触れた人が多かった。これは筆者も毎回のセッションで感じたことだが、特に茶湯文化にのみ受け継がれたことでない、日常的習慣にさえ驚きや新鮮さを感じていたようで、現代は日本人が親から子へと受け継がれる生活習慣的なことまでが、失われていっているのではないかと思われた。たとえば、人より先に行動するときには、どんなことでも「お先に」と声をかけるとか、食べ物をいただく前に「いただきます」といった習慣は日常的に学んできたものだが、もはや茶湯のせかいに微かに残っているのかも知れない。三回目になると、「日常から離れられる茶湯の時間を待つようになった」とか、「お茶がおいしいと感じられる」、「作法を覚えたいが忘れてしまうのは残念」など、茶席でのゆとりを感じさせる内容になり、知的な好奇心を刺激していると思われる。一ヵ月おいて8月第4回目は、点心（軽食）をつけた茶事形式を初めて体験し、「新鮮な気分」「暑さを忘れた」など、また新たな体験に興味を示している。また「すでに秋を感じた」といった、季節感に敏感になっている様子も窺われた。9月の五回目は月の美しい夜の会で「異次元体験」とか「時間が止まったよう」という表現で、非日常体験をしたことが感じ

られる。あるいは「子育てを始めて、初めて秋を感じた」と記した人もあり、子育てという気ぜわしい日常を送っている人々にとっては、非日常を体験することで、初めて自然な日常を取り戻せると思われる。10月、六回目になって「茶席の様子が変わっていくのが面白い」「季節を目で感じる」など茶湯の面白さや、意味について、記入した人が多い。これは茶湯も繰り返し体験することで、その意味が深まり、心の活性化が図られると思われる。それは心理療法が、繰り返し来室し、ゆっくりしたテンポで進んでいくのと同じである。七回目は11月で炉開きのテーマであった。初めて茶席の炉の雰囲気に触れ、「リラックスできた」とか「体験したことのない優雅な気分になった」など、風炉と炉の違いを十分感じた様子である。炉は千利休が侘び茶を確立してゆく上で重要な役割を果たしたものであるが、同時に、民家の囲炉裏を原形としており、きわめて母性的ぬくもりを漂わせ、炉縁の種類や釜の姿によっては優雅で落ち着きを感じることができる。こういった記述はそんな雰囲気を堪能したことを示している。八回目は正月の初釜式として実施し、筆者が自分で茶を点て参加者に振舞ったせいか、全員がそのことに触れ、ゆっくりとした体の動きに、快さや新年の意味合いを感じたようである。また正月用の床飾りや、道具の組み方に、驚きや興味を示している。これは年初めの儀礼的な意味合いを察知し、亭主との共感を示すものとおもわれる。九回目は「暖かさ」「春が待ちどろしい気分」など、2月の寒さと関連した記述とともに、「あわただしい日常だが、その時を、十分楽しむ気持ちが自分の中にも育ってきている」と書いた人もあり、何らかの心の変化が芽生えてきているのではないかと考えられる。

最後に、十回のセッション終了後に記入してもらったこのシリーズ全体の感想について考察したい。その中で、7人全員が非日常体験としての意味、つまり、普段の生活からまったくはなれ、茶湯の空間に浸る時間を持つことに、新鮮な思いを抱き心の活性化が図られたと記述している。はっきりと「非

日常体験」とした人は3人あり、これはほぼ全員、茶湯が初めての体験であったことも影響しているかもしれないが、本来「市中の山居」を理想とした茶湯の意味をほぼ全員が体験していたことがわかる。主婦であること、母親であるという日常は、無償の愛を一方的に要求される立場にあり、一日24時間のほとんどを人のために過ごしているといえる。そんな時、人からもてなされる体験は新鮮であり、癒される体験であろう。次に、4名が季節感を、3名が歴史の重みを感じたと述べている。例えば、Fさんは「日ごろ見落としてしまいそうな季節の気配を感じ、子育てや家事などでため息の出る毎日、でも、お茶席に座り、お釜から立ち上がる湯気、お抹茶の緑色、お香の薫り、歴史が伝わるお道具に囲まれると、清められる気がしました。長い歴史から見れば、今の私の悩み、ストレスなど、ほんの一瞬の些細なものと感じ、自分もまた頑張れる力になりました。」と書いている。あるいは、かつて感じたことのない「学ぶ喜び」「知的刺激の快さ」をあげた人も3名あり、そのほか、他のメンバーから教えられること、親切にされることの喜びを記入した人もいた。また、全員がもてなしに対する感謝と、喜び、特に自分たちのためだけに準備される、いろいろな設えや料理を心地よく感じ、繰り返し感謝を述べている。

以上7名の参加者がふりかえり用紙に記述した内容を考察してきたが、果たしてこの結果から、茶湯に心理療法的意味があると結論づけることができるのだろうか。そのためにはまず、心理療法とは何かをある程度定義づける必要があるだろう。もっとも、心理療法には様々な異なった考え方があり、それぞれの学派により技法の差異は大きい、その目的とするところや、基本的姿勢は概ね同じである。つまり、クライアントと治療者との人間関係を通じて行われ、その時治療者は、クライアントの潜在的可能性を信頼し、その個性が発展的に変容する過程を体験的に見守ることと言えるであろう。このように考えると、わずか十回の茶湯体験であったが、ふりかえりから読み取る限り、主婦の単なるストレス解消

や、子育てからの逃避ではなく、茶湯の場に参加することによって、参加者は感受性を激しく揺さぶられ、もてなされる喜びを味わい、心豊かな体験とされるだけでなく、はっきりと言葉で表現し切れなかった人もいるが、参加者それぞれが自らの心に磨きをかけていったことは間違いない。その点において、心理療法的意味を認めることは可能である。ただし、それが人格の発展的変容に、どれほどの力を発揮したかは、今後の継続的な茶湯の実践と細やかな考察が要求される

## V. 「食」による癒しについて

茶湯が心理療法的であることは、すでに、「茶湯と心理療法」や「茶の湯における心理療法的意味について」（2000）の中で主張し、今回のグループワーク「茶湯」の結果からも、前節で考察したとおりである。しかし、心理療法とは決定的に異なる点の一つがある。それは、「食べる」という行為を、イメージではなく実際に体験することである。そこで、「食」による癒しについて、若干の考察を試みたい。

「食べる」という行為は、本来生物としての自然な欲求であり、人間以外のほとんどの生き物は、それぞれの種独特の「食のマナー」とでも言うべき習性を、生まれながらにして身に着けている。極端に言えば食欲が満たされることこそが重要で、そのため生きていくといっても過言ではない。そして、実は人間、それも世界中の料理がいつでも料金さえ払えば味わうことができるこの日本でも、ほんの50～60年前、戦禍に巻き込まれた時代、敗戦後の占領下で飢えに苦しむ空腹に耐え忍んだ時代があり、多くの人が食欲を満たすだけで精一杯で、いわば、食べるために生きていた。そのころは心理療法などの必要性を誰も感じてはいなかったし、まして、過食や拒食といった食の病も問題にはならなかった。もちろん「食による癒し」といった発想の必然性もなかった。多くの人が、とにかく物が豊かになり、たくさんの食料が供給されるようになれば、幸せになると信じていたに違いない。しかし、現在「不況」

「不景気」といわれながらも、巷にはものが溢れ、グルメブームの波に乗って、外食産業は繁栄し、スーパーやデパートでも調理済みの食品が売り出されるようになった。そして、そこには性別、年齢、職業を問わず人々が集まり、その日の食料を買い揃える。おそらく、買われた食品は食器に移し変えられ、「チン」と暖められ、食卓に並べられる。いやもしかしたら、食器に乗せられることなく、ケースに入ったまま人々の口に運ばれるのかもしれない。筆者もその便利さゆえに時に利用者となるが、調理済み食品はもちろん、レトルトフーズやインスタント食品も、最近では味が工夫され、決して無視できるものではない。しかし、これほど便利に豊富に「食」が供給されても、人々の心は満たされない。むしろ便利さ豊かさが推し進めば進むほど、不可解な事件が頻発したり、教育が混乱したりして、不安は広がっていくようにすら思われる。そして、臨床の場では、不登校の子どもが「お母さんの手づくりの食事が食べたい」と語ったり、摂食障害の女性には、母親の作った料理がのどを通らないといった事態が起こっているのを経験する。このことは、物質的に豊かな時代、あるいは豊かな社会においては、「食」はきわめて心理的な営みであることを物語る。つまり、食料がたくさん有るか無いかとか、味がよいか悪いかではなく、誰がどのような思いで調理をしたかとか、いつ、誰と、どんな雰囲気、どのように食べるかが問題であり、それによって、心を豊かに満たしもするが、心を傷つけることにもなっている、ということではないだろうか。

その意味で、茶湯における「食」は、亭主を演じる治療者が、季節やその日のテーマに沿って調理をし、茶室という極めて洗練された空間で、一定の作法に則り、料理や抹茶として振舞われる。こうした亭主の思い入れや、作法という儀礼性が人々の心を癒していると筆者は考える。もちろん、日常生活でも一緒に食事をしたり、酒を酌みかわすことが人間関係を深めることは周知の事実である。また、もともと母子の一体感は「食」を満たす人との関係から

形成されてくることも重要な意味を持つ。ただ、一般に心理療法において「食べる」という行為は、枠をはずれ治療過程に混乱を生じやすい。たとえば、喫茶店やレストランでクライアントに会うとすれば、日常的になりすぎて、クライアントの強い転移や、治療者の逆転移を引き起こす危険性が有り、半ばタブー視されている。しかし、あえて筆者は、人間の根源的欲求である「食」に働きかける癒しを、茶湯という形で提言したい。

もともと、茶湯で出される料理は禅堂の食事を基にした懐石料理（温石で腹を温めると同じ程度の粗末な食事の意）で、一汁三菜を限度とし無駄のないものが好まれた。最近では豪華な珍味をよしとする向きもあるが、少なくとも筆者が今回実施した茶湯グループでは、点心といわれる軽食程度で一汁三菜以上は準備していない。ただ、その日のテーマに沿った軸や花が飾られ、手前道具が組まれ、茶室として設えられた部屋で茶や料理が振舞われる。その時、料理の内容や出し方、盛り付け方には、亭主のセンスや思い入れが重要視される。また、見た目の美しさ、季節の香り、その日のテーマとの一致など、一定のルールや作法に従うことで、客と亭主はさまざまな思いを共感できる。一服の茶についても、一定の作法に則って点てられたものを、一定の作法に従って順次喫することが要求される。そして、この茶室という「空間」と儀礼的なまでに取り決められた「作法」が、心理療法における枠としてはたらく、「食」というタブーを破ることを可能にし、いっそう深い癒しへと導くのではないかと筆者は考える。

## Ⅵ. おわりに

学生相談室を訪れる若者の顔が、とても明るくなったと感じる日もある。建物が新しくなると、新しいもの綺麗な物に興味をもつ学生も来室しやすくなるのかもしれない。しかし、一方で、理解しがたい事件を起こしたり、心の問題から、命にかかわる事態に遭遇して来室する学生も増えたように思われる。筆者は学生相談に従事し始めて十数年になるが、

満足して社会に送り出したケースは、そう多くはない。むしろ卒業はできても、社会人として自立している人は数少ないかもしれない。学生相談の限界をはるかに超えた問題を抱えて来室する学生に向き合い、自らの非力に思い悩む日もお多い。あるいは普通に見える若者でさえ、生きにくいと感じざるを得ないのが現実だという気もする。そんな時、「分裂病と診断されたあの子に、一服の茶を振舞ったら、どんな顔をして何を語るだろうか。」と思ったり、「激しい過食嘔吐を繰り返すあの女子学生を、香の薫りが漂う茶室に招き、一汁三菜の懐石でもてなしたら、彼女は吐かないかもしれない」と考えてみたりする。ほんの数年前まで、考えてみたこともなかったことだが、時の流れが急激だからこそ、それに遅れまいと焦るよりは、いっそいにしえ人の営みに目をむけ、彼らの足跡をまねてみるのも、人々を癒すのに役に立つのかもしれないと、最近頃に思われる。

忙しい時間を割いて、このグループワークに参加し、心理テストやふりかえり用紙に、毎回熱心にまじめに記入してくれた7名のお母さん方と、毎回準備を手伝い、点前を引き受けてくれた学生相談室事務の西河友則子さんに、深く感謝したい。

## 引用文献・参考文献

---

- 友久茂子 2000 茶の湯と心理療法 甲南大学学生相談室紀要 第7号 32-41
- 友久茂子 2000 茶の湯における心理療法的意味について 「心の危機と臨床の知 vol.1」  
甲南大学学術フロンティア研究室 65-76
- 熊倉功夫 1999 茶道論の系譜 茶道文化論 淡交社 173-204
- 唐木順三 1973 千利休 筑摩書房
- ユング, C.G. 1977 錬金術に見られる宗教心理学的問題 心理学と錬金術 I  
池田紘一・鎌田道生訳 人文書院 13-64

## ABSTRACT

---

Group Work of the Tea Ceremony as a Form of Psychotherapy

TOMOHISA, Shigeko

*Konan University*

The tea-ceremony is one of the traditional cultures in Japan that is considered to have healing properties, as I argued with regard to the psychological meaning of the tea ceremony in my paper "The tea-ceremony as a form of psychotherapy"(2000). This time, I have tried to produce concrete evidence of the healing side of the tea-ceremony. A group of young women, all participants in a workshop aimed at helping young mother bring up their children, took part in a series of 10 sessions over a period of one year. After each session the participants gave their impressions and understanding of the tea-ceremony. All members showed considerable interest in the ceremony, and it made them able to sense anew the changes in the seasons. They noted that the tea-ceremony was an experience quite apart from their regular daily life and that it allowed them to return to the upbringing of their children in a more positive and relaxed mood. The tea-ceremony thus can be considered to have some effect as a healing process, and can be thought of as form of psychotherapy.

*Key Words*

tea-ceremony, healing, psychotherapy,

---