

グループワークとしての茶湯

— 学生相談室での試み —

甲南大学学生相談室 友久 茂子

I. はじめに—茶湯と心理療法

長い人類の歴史の中で、今急激に変化してきたことは、人と人との出会いのあり方ではないだろうか。ほんの十数年前までは、人が新しい出会いをするとき、相手の表情や行動、あるいは声のトーンや言葉の使い方を汲み取ることで、自らの感情を喚起させ、その距離の取り方を決定していた。しかし、現代の若者達の出会いは、インターネットや携帯メールにより開始され、その人への複雑な感情がほとんど関与しないまま行われることが多い。機械に弱い筆者は昨年まではIT機器を激しく嫌って逃げ回っていたのだが、生業として仕事をする以上は、もはや逃れることができないと観念し、今年から仕事上の連絡は否応無くメールを利用している。はじめは極めてストレスフルで、頭痛や肩こりの種になっていたのだが、慣れてくると返事がすぐにもらえるため、かえってストレスを感じないことも多く、IT機器が急激に普及したことを納得してしまった。しかし、筆者の場合、新しい人との出会いをメールですることはまず無い。それは今までの人間関係の作り方で身に着けてしまった、感覚器官を通じた理解を経ること無く関係を取ることに、危険性を感じてしまうためと思われる。つまり、人との出会いはまず嗅覚で嗅ぎ別け、表情や行動を見て感じ、声を聴いてそのトーンや抑揚で、恐らく数秒のうちに、いわば動物的な感覚で判断し、その人との距離のとり方を決定し、それから話の内容に入っていくことで、安全な人間関係を築いてきたのである。そう考えてみると、インターネットやメールによる関係は、感覚的な判断を抜きにして、すぐに話の内容に入っていく。感覚的なものがあるとするならば、たまにその文脈か

ら“これは臭い”と感知することが可能なくらいで、簡単に関係が成立してしまう。これは大変便利なシステムではあるが、そのことがたくさんの不幸や悲劇を生み出してはいないだろうか。たとえば、セクハラやストーカークの加害者になることも被害者にされることも微妙な感覚のずれと関係している。具体的にいえば、ストーカークもセクハラも多くの場合、初めはそれなりの感情を共有し、適切な距離を取りながら付き合っているのだが、ある時点で、一方がその距離に違和感や恐怖感を覚え、距離を広げようとする時、他方は相手の思いに全く気づいておらず、近づこうとすると相手の抵抗に遭い「なぜ？」と気持ちをいらだたせ、より近づこうとして被害者をつくってしまう。この時の加害者の思いは感情にまで発展する以前の感覚のずれ、あるいは身体感覚に根ざした機能の未分化さなどでも言うべきものと思われる。こういったことは、もっと基本的な乳幼児期の体験と深く関わったことではあるが、かつては乳幼児期に相当重いダメージを受けていても、その後の日々の経験の中で十分回復が期待された。それが、科学技術の発展や自然環境の破壊による社会の変化に伴い、人が育つ上での日常的体験がはなはだしく不足し、身体レベルの感覚機能を磨く機会を失ったか、あるいは動物の一種として生まれ持った感覚をそぎ落としてしまったといえる。考えてみれば、我々は今日、一日の内にどれほど「土」の上に立つことがあるだろうか。春に花、秋に紅葉を愛でることがあっても、季節の移り変わりをしみじみとした味わいを持って、捉えることができているであろうか。また、かつては毎日耳にした「トントントン」「シュンシュン」といった心地よい台所の音や、さまざまな生活の「かおり」があまりに少なくなって

いないだろうか。このような今日の状況は、人々の心の問題と深く関わっているのは間違いない。とすれば、現代人は意識的に感覚というアンテナを磨く努力をしない限り、人間関係や社会生活上の困難を来し、時に悲惨な出来事に会おう危険性を抱えていることになる。それでも、学生時代は大学という安全地帯で授業を受けて、単位さえ取得できれば卒業が可能になるが、それすら受動的で、自らの生き方や将来への適切な見通しを持つ努力を怠れば、いよいよ就職活動になると、周りの友人や社会の動きをかき分けることができず、自分の存在が揺らぎ、学生相談室を訪れるか、そのままドロップアウトしてしまう場合も多いように思われる。特に今世紀を迎えてからの社会の変化に、筆者は胸騒ぎと感ぜられるほど、何か根底から揺さぶられるような危機感を覚え、その危機から少しでも免れる予防的の手立ては無いものかと考えた時、確かな手応えとなるもので、かつ筆者のできることは、自然に直接触れ合う園芸や自然を体現し得る茶湯ではないかと考えるようになった。中でも茶湯は伝統文化として宗教性を有し、筆者は心理療法的意味を感じていた。そこで、2000年度に学生相談室が18号館に移転し、和室のグループワーク室ができたのを機に、毎年前期のグループワークは裏千家今日庵から講師を招いて茶湯を実施してきた。また、それとは別に毎週行うウィークリーグループの一つとして、年に2、3回筆者自身も茶湯を催してきた。

茶湯と心理学の関係については安西二郎（1995）が、茶室茶庭および茶の作法全般に対して心理学的意味を見出しており、岡本浩一（1999）はもてなしの空間としての茶湯を心理学の視点から論じている。また梶田叡一（2002）は茶湯の営みが人間教育として捉えることができると次のように説明している。つまり、茶湯で行う「もてなし」は、人々と協力しつつ生きる〈我々の世界〉を実現することであり、もてなしをするための創意工夫や、徹底して自らの好みを大切に「自分固有の美意識の追求」は、〈我的世界〉を創造することであると、その

二つの世界を同時に実現しようとする営みが茶湯であり、そこに人間の生き方を学ぶことができると述べている。このように茶湯の心理学的意味や人間教育として論じられることは多くなったと感じているが、心理療法としての意味については目を向けられることはなかった。むしろ、禅の教えを基にしているために癒しの意味があつて当然と考えられていたせいも、あらためて治療の意味を問い直す必然性が生じなかったのかもしれない。しかし、この荒涼とした現代社会にあつて筆者は、茶湯が心理療法の一つとして実践されることに意味を感じ、茶湯と心理療法の共通性や、茶湯の心理療法的意味（友久，2000）について考察し、グループワークとして実践した茶湯体験の意味を、心理テストやふりかえりの記述を分析することから論じた（友久，2002）。また茶湯には文化の深層を支える原理としての母性がいかに豊かに存在するか、井上靖（1975）の歴史文学『本覚坊遺文』に登場する茶人の言動を分析すること（友久，2003）を試みた。

ここでは、2000年度から学生相談室で実践してきたグループワークとしての茶湯の報告を行い、その時参加者に記載してもらった「ふりかえり」に記載された内容を分析することで、学生相談室の行事として茶湯を催すことの意味や、茶湯の心理療法的意味が明らかにできればと考える。

Ⅱ. 「茶湯体験」と「ふりかえり」について

〈方法〉

表1のとおり、6年間行ってきたグループワーク「茶湯体験」は、毎年6月または7月に、夏の設えで実施している。その理由には、18号館の建設時に、冬にも実施できるように畳に炉を切ることを、筆者らは強く主張したのだが、業者との折り合いがつかず、残念ながら実現しなかったということがある。筆者は、侘び茶の原点は炉にあり、炉を使用した方がその精神性の作用が増し、より深い癒しの体験が可能だと考えている。しかし、本来、茶湯は何時でも、何処でも、人が寄れば関係が生まれ、そこで茶

が振舞われることによって、いっそう深く円滑な関係築き得る手段として発展してきたことや、参加者が毎回変わることを考えると、風炉であるか、炉であるかは大した問題ではないようにも思われる。いずれにしても毎回、グループワーク室の一隅を床と見立て、軸を飾り、籠に季節の花を生け、香を焚き、夏らしく本格的な茶室としての趣を持って設えることができた。

参加者は7人から25人で平均約12人となる。本来一席10人までが一座建立の精神から言えば望ましいが、できるだけたくさんの人に参加してもらいたいということと、グループワーク室が12畳の広さであることを考えると、適当な人数であったといえる。内容は、毎年少しずつ変化させているが、ほとんどの参加者が初めての体験であるため、まず、講師の先生から、茶湯の歴史や意味を聞かせてもらい、席入りの仕方、お茶のいただき方など、お茶のための初歩的作法を学んで、一服のお茶を口にすることが主たる目的となる。それに加えて、初回2000年は葉茶壺に入ったお茶を見せてもらいながら、それがどのような経過を経て抹茶となり、そこにどのような意味があったかを伺い、自分でも茶を点てる体験をしてもらった。2001年は、一般的にはめったに体験することができない濃茶を点てていただき、茶湯の本来の形が薬用であったことや、全員でのみ廻すことの意味を体感してもらった。2002年と2004年は「茶カブキ」を実施している。これは千利休等戦国の茶人が「茶道」として侘び茶を確立するまで、貴族や武将たちが茶の産地を当てる遊びとして催された「闘茶」の流れを汲み、現在では、茶湯者の味覚や嗅覚などの五感を鍛える方法として残されたもので、茶の種類を当てるゲーム的要素を持っている。2003年は利休が「茶湯とはただ湯をわかし茶を点てて飲むばかりなる事」と教えたことに因んで、炭手前を拝見した。美しく継がれて、音を立てたり薫りを発しながら熾る炭火の様子を覗いながら、一服の茶を味わった。そして2005年度は最も簡略化された手前である略盆手前を三箇所用意し、先生方の指導

のもと、参加者自らが薄茶器から茶を入れ、鉄瓶の湯を注ぎ、茶筌を振って茶を点てる体験をしている。それぞれの茶会の様子については、年度末に発行する本学学生相談室紀要に毎年報告している通りである。また、体験後には毎回ふりかえり用紙を準備し、その体験についての感想を書いてもらった（2002年は初めて茶カブキを実施したため、時間が超過し、記述できていない）。

そこで、ふりかえり用紙の記述を整理し、グループワークとしての茶湯の意味を考えてみたい。記述されたふりかえり用紙は合計73枚で、無記名のものもあるため、男女、学年、学部、性別等の分析は行わず、内容の分析のみにとどめたい。また、質問項目が、2000年、2001年、2003年は「①お茶碗に手をふれたり、お茶を頂いたとき、感じたり考えたりしたこと。②茶の湯を体験することは、人の心にとってどんな意味があると思いますか。③その他、何でも思いついたことを書いて下さい。」で、2004年と2005年は「①茶の湯の歴史や作法について、感じたり考えたりしたこと。②茶の湯を体験することは、五感に強く働きかけたと思いますが、人の体や心にとって、茶の湯はどのような意味があると思いますか。③その他、何でも思いついたことを書いて下さい。」と、多少質問を変化させているが、それは、筆者が回を重ねるごとに五感を刺激するものと実感するようになったためと思われる。そこで、ここでは質問項目をそのまま分析することは困難なため、記述された内容を以下のように分類して取り上げてゆきたい。

〈記述内容の数量化〉

茶湯のグループワークを行った6年間のうち2002年を除いて5年間に、参加者に書いてもらったふりかえり用紙の記述内容を、表1のように分類整理した。横欄はテーマと実施日を、縦欄には記述内容を大きくⅠ、Ⅱ、Ⅲと3つに分類し、さらにそれぞれを、①から⑩までに細分した。

Ⅰは茶湯体験の中でも、亭主側（主催者）の行為

に対して感じたり考えたりしたことの記載で、具体的には先生の説明、部屋の設え、雰囲気、点前の所作など、どちらかといえば、視覚、嗅覚、聴覚を刺激されることで湧き上がったことばである。その中で①は日本の歴史や文化について記述したもの、②は作法や所作そのものについて書いたもの、③は日常生活では感じられない時間や空間として述べたもの、④は茶室のしつらえや、風炉釜、茶碗などの道具についての記述とした。Ⅱは参加者自身が實際体を動かすことで心に湧き起こった思いについての記述、つまり畳に坐ったり道具に触れたり、お菓子やお茶を口にした時など、どちらかといえば、味覚や触覚を刺激されることで湧き起こる思いの記述である。その中でも⑤は身体感覺的、⑥は味覚的、⑦は触覚的なものの記述とした。Ⅲは、Ⅰ、Ⅱで述べられた内容によって、心に湧き起こってきた思いについての記述とした。また、それらを三分類し、⑧は対人的なこと、⑨は自分自身の心の表現、⑩は⑧⑨のいずれにも当てはまらないものである。

以上のように記述内容を分類し、参加者一人が書いたふりかえり用紙に、それぞれ①から⑩までの意味を表す言葉があれば1得点を与え、一回の催しに何人の人が、その記述を行ったかを数量化した。たとえば、③⑤⑦について書いた人は、③⑤⑦に各々

1得点を与えた。同一の人が、何回も同様の記述をしていても、得点は一回のみカウントした。そして、①から⑩まで各項目（横欄）の得点を合計することで、5回の催しに73枚のふりかえり用紙を回収したが、その中でどのような記述が、どのくらいあったかを合計得点とパーセントで表した。

〈具体的な記述内容について〉

表1に見るように、「Ⅰ亭主のしつらえや所作」に対して述べられた感想としては、非日常空間として茶湯を感じた人が49%で半数近くいることがわかる。具体的表現としては「異空間」とか「時間軸から離れる」あるいは「何か考えつつ何も考えない時間」といったものや、「背筋を伸ばす気持ちのよい空間」と身体の動きと関連した記述もあったが、いずれにしても、普段経験することのない非日常を感じていたことが分かる。次に多い日本の歴史や文化は40%の人が言及し、「歴史の重み」「传统文化のすばらしさ」「日本独特の文化に触れる」と書かれたものが中心だが、2004年度に茶カブキが行われた時には、参加者の多くが、ずっと昔の茶湯は遊び、それも賭け事のような催しであったのを知って、「驚き」や「身近なもの」として感じることを記述している。また、作法や所作として分類したものは、「亭主の所作、

表1 グループワークのテーマと「ふりかえり」の記述内容

	テーマおよび実施日							合計 (%)
	ふりかえりの記述内容	お茶を点てる 2000年6月	濃茶を味わう 2001年6月	茶カブキ 2002年7月	炭点前の拝見 2003年6月	茶カブキ 2004年6月	盆点で点てる 2005年6月	
Ⅰ 亭主の しつらえ・ 所作	①日本の歴史や文化	5	0	—	5	17	2	29 (40%)
	②茶湯の作法や所作	7	6	—	2	8	4	27 (37%)
	③非日常空間としての場	10	8	—	5	9	4	36 (49%)
	④茶室のしつらえや道具	4	4	—	4	2	3	17 (23%)
Ⅱ 直接参加 体験の	⑤身体感覺的なもの	4	5	—	6	11	6	32 (44%)
	⑥味覚的なもの	3	4	—	6	8	0	21 (29%)
	⑦触覚的なもの	4	2	—	1	0	0	7 (10%)
Ⅲ 心の 動き	⑧人間関係に関するもの	3	1	—	3	1	5	13 (18%)
	⑨自己洞察に関するもの	6	7	—	6	10	2	31 (42%)
	⑩その他⑧⑨以外のもの	3	4	—	3	7	7	24 (33%)
	参加人数 (回収数)	17 (15)	12 (12)	7 (0)	15 (12)	25 (25)	15 (9)	91 (73)

型の美しさや丁寧さ「儀礼的な動きへの興味」をあげるものも多いが、参加したことで、自分たちが日常的にしている作法の意味を学んだことに言及したのもあった。設えや道具については、多くが「特別なこと」「高価なもの」に興味や関心を示しているが、床や軸の持つ意味に触れたものも見られた。

「Ⅱ参加者の直接体験」の身体感覚的なものは44%の人が触れているが、その中でも最も多いのは「落ち着く」あるいは「ゆとりを感じる」という表現で、これは身体感覚というよりは、精神を含めて心や体が静まっていくという意味で書かれたものと思われる。「自然の中にいる感じ」と記したのもあった。一方で「緊張感」という記述も多く、「緊張感とリラックス感」と両面を表現したのも数人見られた。その他正座の窮屈さを書いたものもあった。30%近くの人が触れているが、茶を喫することが目的であることを考えると、以外に少ないのが味覚への言及で、お茶が思ったより「おいしい」とか「苦くない」と表現した人が多い。しかし「苦いので、やはりお菓子が必要」と、初体験の食物に違和感を感じた人もあった。また、茶カブキでは「味覚を感じることの難しさ」に触れた者も多い。数字的には10%と最も少ない触覚的なものは、ほとんどの人が「畳に触れる快さ」について記述したものであった。筆者が期待と予想をしていた茶碗に触れたときの感想はほとんどなく、「土でできた茶碗に触って、同じ存在であることを感じた」と書いた人が1名あったのみである。

「Ⅲ心の動き」で、最も多いのは自己洞察に関するものだが、これはⅠ、Ⅱでした感覚的な体験によって感じた心の動きを記述したもので、42%の人が触れている。具体的には「心が穏やかになる」「自分に出会える」「内面を感じる時間」「相手を思いやる」「心の流れに気付く」「心と体の一体感を感じる」「感情が磨かれる」「生きる喜び」「明日へのエネルギー」「日本人としての自分に誇りを持つ」「無駄な動きに気付く」「昔習っていたのを思い出した」「昔飲んだことがあり、なつかしい」など、さまざまな思いが湧

きあがったことがわかる。人間関係に関することは18%で、数としては少ないが「家族や友人との関係を考えるよい機会になった」「相手の立場に立つことの大切さ」「人と人の信頼関係を深める」「言葉以外のコミュニケーションを感じる」「少ない会話で客と亭主をつなぐ」といったものであった。その他の心の動きとしては「貴重な体験への感謝」が多く、「お茶を習ってみたい」「男性のお点前がいい」「積み重ねることの大切さ」「茶道具から学ぶことがある」「日常生活に生かす」など、茶湯への興味や関心を深めたことが書かれている。

Ⅲ. 「ふりかえり」から読み取れること

〈非日常としての茶の湯〉

「ふりかえり」の中で、参加者が最も多く触れた感想は、茶湯の場が非日常空間と感じられることであった。正式の茶湯は、食事とそれに付随して最後に菓子が出され、それらに対して抹茶を振舞うことで茶会として成立するもので、「食べる」という行為を考えるときわめて日常的な営みというべきである。ところが、多くの参加者が非日常と感じたのはどのような意味があるのだろうか。グループワークとして大学で実施する場合は食事を振舞うことはなく、一会の最後の部分、菓子と抹茶が呈されるのだが、そのことが影響したとは考えにくい。戦国の世になって、千利休ら京都や堺の町衆らが宗教性を加味させ侘び茶として成立させるまで、もともと茶湯は貴族や武家の日常的遊びであり、グループワークで実施する場合は、小間における侘び茶よりは、豊かな遊び体験的要素が強い。にもかかわらず参加者の半数が非日常体験と感じている。それはもともと遊びが非日常的要素を持っていることが考えられるが、それに加えて、現代の茶湯がやはり侘び茶の流れを汲んでいること、そして現代社会の日常生活が、茶湯における日常とかけ離れてしまったことと深く関係している。言い換えれば、生活様式や価値観などの時代の流れと、深い関わりがあると考えることができるのではないだろうか。

茶湯の遊び的側面について、熊倉功夫（1999）は茶湯がどのようなものとしてとらえられていたか、時代を追って論じ、貴族社会の連歌と深く関わりながら生まれてきた中世の茶湯は芸能論だとして、芸能という遊びの非日常性について述べている。その中で茶湯の芸能性に「ふるまい」「よそおい」「しつらい」「おもい」の4つの側面をあげ説明を加えている。「ふるまい」とは、芸能では演技や楽器の演奏や歌唱などで、身体表現を用いて日常的次元から芸術的次元に高めることであり、茶湯では亭主の所作や点前作法で、「ふりかえり」にも37%の人が所作の美しさや丁寧さ、儀礼的な動きへの興味を記している。「よそおい」とは芸能では化粧、衣装、手に持つ採りもので茶の場合は茶道具のすべてをいい、「しつらえ」は舞台を意味し、茶湯では路地と茶室であるとしているが、「ふりかえり」の中でも4分の1程度の人が、「特別なこと」「高価なもの」といった表現で「よそおい」や、「しつらえ」について触れている。つまり、亭主の側の動きや働き、具体的には茶室に準備された床の軸や花、炭や香の薫り、季節に合った道具、繰り返し稽古で鍛えた美しい体の動きが、参加者に歴史の重みや文化の薫りを醸し、非日常を感じさせたのであろう。

侘び茶の流れを汲むという点については、侘び茶がもともと日常の雑事から離れ、深く思索しつつ亭主と客が互いに交流を深めるために非日常の場として設定されており、亭主は「食」という日常の行為でもてなしつつ、極限にまで洗練することで、客に非日常体験を強いるもので、グループワークの感想として「非日常体験」と多くの人が記していたとしても不思議ではない。

また、現代社会とのかかわりという意味では、参加者の直接体験としてかかれたものから考えてみたい。参加者の44%の人が感想として述べた身体感覚的なものは、そのほとんどが、「落ち着く」とか「ゆとりを感じる」という表現であるが、これは身体感覚であると同時に心が落ち着く、心にゆとりができることであらう。確かに遊びとしての茶湯はゆとり

や落ち着きを生むかもしれない。それは明治、大正期の政財界人を中心とした近代数寄者が趣味を至高のものとし、趣味としての茶湯を愛好したことから伺われるが、それは逆の側面も持っている。つまり、近代数寄者は豊かで、ゆとりを持っていたからこそ茶湯を趣味とし得たかもしれないからである。今回グループワークとして実施した茶湯の参加者は、日常を近代数寄者のように豊かに過ごしていたのではない。むしろ、ここでは日常生活にあまりにも落ち着きやゆとりを持ち得なくなったために、わずか1時間半ではあるが、亭主によって茶室として設えられた空間に、どっぷりと身を沈めることが、落ち着きやゆとりを感じさせたのではないだろうか。もし近代数寄者が学生相談室のグループワークに参加したとしても、そこに落ち着きやゆとりなど、微塵も感じなかったであろう。つまり、参加者たちを取り巻く現代という時代、彼らの生きる環境が無機質になり、自然と切り離されてしまったからこそ、このグループワークの中に意味を見出すことができる。その最たるものは、身体と深く関わった食生活の変化である。現代人は、食事を手間暇かけて作らなくなったばかりではなく、外食産業やレトルト製品の普及によって、調理そのものが台所から減少し、その結果おいしそうな香りや、独特の音、そして、かつてお袋の味と親しまれたその家の文化としての味も急激に失われてしまった。茶湯は、修行僧が空腹を紛らすために温めた石を懐に抱いたことに因んで、懐石と呼ばれる食事が振舞われるが、それは粗末ではあるが、その客のためにだけ、手間暇をかけて、手作りされることが原則である。そして、一服の茶を点てるために、茶室を設え、炭を熾して湯を沸かし、長い清めの儀式である点前を経て茶を呈される。ここでは、懐石の部分は省き、最後の呈茶のみを行ったとしても、現代人にとっては、心や体を落ち着かせゆとりを感じさせ、一方で、儀式的な点前の所作や振る舞いは、緊張感を強いるものであったと思われる。それは、身体感覚的な感想の多さに比べて、茶湯のクライマックスというべき茶の

味に対して、それほど多くの言及は無かったことから窺い知ることができる。つまり、何を食べるか味がどうかではなく、誰がどのような思いで調理をしたかとか、いつ、誰と、どのように食べるかが問題であり、そのことは食べることがきわめて心理的な営みであるということをも語る。さらに、生活様式の変化も大きく影響していることは、「ふりかえり」で「畳に対する快さ」が挙げられていることから理解できる。もともと畳の中には藁を、表面はイグサを利用した植物性の敷物で、生き物の温もりを持ちながら、蒸し暑い日本の気候にさわやかさをもたらす快いもので、ほんの数十年前まではどこの家庭でも一つは畳の部屋があったものである。しかし、生活様式の大きな変化によって、普段の生活の中に畳上での体験が減少、あるいは消失したために、茶湯体験をしてわざわざ畳の快さを述べる必要が生じたり、畳の空間が懐かしいものに感じられたのではないだろうか。ここ数年のマンションブームに建てられた都会の家に、畳を使用した形跡はほとんどない。昔ながらの畳の部屋があったとしても、どれほどの家が畳として利用されているだろうか。カーペットが敷かれ、ベッドや椅子が置かれていることの方が多いのではないだろうか。そういったことが、障子や畳に懐かしさを感じさせ、気ぜわしい日常から離れた空間として体験させたと思われる。もっと言えば、畳がなくなることによって正座をしなくなり、畳の上では何気なく交わされる「お先に」「ごちそうさま」「ありがとう」といった日々の挨拶などの身近な習慣や文化が、どんどん失われ危機にさらされている。しかし、茶湯の世界では、そういった身近な文化が、未だに作法として残り息づいているために、参加者は懐かしさを感じたのかもしれない。

熊倉が茶湯の芸能性として述べた4つの点の最後、「おもい」は芸能思想であり、美意識を表現したもので、能における「花と幽玄」、連歌における「冷え枯れる」、俳諧における「さび」で、茶湯の場合には「侘び」だとしている。しかし、茶の催しにおい

て「侘び」にこだわりすぎると不自由なものになり、時と場によって変幻自在に揺れ動くものが茶湯の真骨頂だと筆者は考える。学生相談におけるグループワークとしての茶湯の目指すところは必ずしも「侘び」ではなく、現代社会の人工的なものに対して、洗練された自然なものを、茶室という場に体現することである。その意味で、「ふりかえり」に「自然の中にいる」と表現されたことは、亭主の目指すところであり、そのような場に身を置くことで、受験以来、身体や情緒と切りはなされた、知的なものを強いられてきた大学生にとっては、非日常体験となるのではないだろうか。ではその非日常空間において、参加者の心はどのように動いたのであろうかを次に考えてみたい。

〈つなぐものとしての茶湯〉

心の動きの記述の中で、自己洞察という分類に入った記述は42%で31人の人がそれにふれており、これらの多くが「内面を感じる」や「心の流れに気付く」という表現を用いている。これは茶室という非日常空間の静寂に身をおくことによって、自らの心の流れや動きに気付き「自分に会おう」という体験をしたことを物語っている。また「心と体の一体感」「無駄な動きに気付く」などの記載は、身体との一体感を感じていたことを意味し、さらに「日本人としての誇り」「昔習っていた」「昔飲んだことがある」などは、過去の体験や記憶とつながり、日本の文化や歴史を感じたことを表している。

人間関係に関することは18%の人が言及しているが、豊かに美しく場を準備され、丁寧に扱われ、もてなされることは、常に何かに追い立てられる現代人にとっては快い体験であり、「相手の立場に立つことの大切さ」を感じたり、「家族や友人との関係」を見直したり、「人と人との信頼関係」を問い直すとう心が動き、茶湯の場が人と人をつなぐ場になっていることも分かる。その他に分類した心の動きとして、感謝の言葉が相当数あったが、これも亭主と客をつなぐものととらえることができる。

敗戦後60年、欧米文化が浸透し、21世紀になってからは社会生活上、自己責任論が一般化し、コミュニケーションのあり方も、謙虚さや奥ゆかしさは必ずしもプラスイメージではとらえられなくなり、主張することを強く要求されるようになった。そんな中で茶湯体験で、きわめて日本的な非言語コミュニケーションである茶湯の性格を感じ取っている人もおり、「少ない会話で、客と亭主をつなぐ」や、はっきりと「言葉以外のコミュニケーション」と言及したものもあった。これらのことも考え合わせると、茶湯を体験することは、自らの過去に思いをはせ、自らの心の奥底とつながることであり、自我が自らの身体感覚を捉え、身体と心がつながっていくことを助ける。あるいは古い歴史を持った文化に身をおくことで人としての自らの存在に気付き、自分が自然や自分以外の他者ともつながる体験になっていたことが分かり、大学におけるグループワークとしての茶湯には「つなぐもの」として意味があったということが出来る。

〈イメージ体験としての茶湯〉

前節で見てきたように、茶湯体験の「ふりかえり」から読み取れることは、それが、「非日常体験」として機能していたことと、たった一回、1時間半のグループワークとして体験した茶湯であっても、参加者に相当強い感覚刺激として作用し、心を揺り動かし、さまざまなものを「つなぐ」働きをしていたことが分かった。では一体、茶湯のどのような要素、あるいは側面が、非日常を体験させ、つなぐという役割を果たすのであろうか。

茶湯の催しに参加する客、ここでは学生は、もてなされる存在で、きわめて受動的である。それに対して、亭主の行為は熊倉の言う「ふるまい」「よそおい」「しつらえ」として、能動的に人々の感覚に働きかけてくる。しかし、この働きかけは、客が絶対的な安心感や、心地よさ、豊かさを体験できるように準備することで、具体的に言えば、暑いときは涼しげに、寒い時は暖かく、出会いたいものと出会

えるように、落ち着きたい人には落ち着けるようになどなど、もっと言えば絶対的信頼関係が確立できるように設え振舞うのである。したがって、もてなされた客は、絶対的な安心感のもとで、自由に心を揺り動かし、自律的な感情体験をする。しかも、多くはプラスの感情を湧かせ、その一部が、「ふりかえり」の記述として、表現されたと考えられる。おそらく、参加者のほとんどは、ふりかえり用紙には書ききれない感情体験をしていたのではないだろうか。つまり、茶湯体験は行為としては受身であるが、そこで起こってくる「おおい」は、個別性を持ち、多義的で、直接的である。しかも、亭主との感情交流が行われるため、相互性を持ち、相互交流によって起こってくることは、創造性に富んでいる。これはプレイセラピーが、プレイルームという守られた枠と、治療者という絶対的な信頼をおける存在があってこそ、自由な自己表現が可能になることと似ている。いわば、茶室という枠の中で、亭主という絶対的信頼者の守りのもとに、客は自由に心を躍らせるのである。この時、客の心の中に起こってくることは、心理療法、中でも無意識を重視する深層心理学では重要視される、イメージ体験と言える。

河合隼雄(1991)はイメージとは何かについて、深層心理学の立場から述べている。それによると、イメージは私的なものであり、内界の存在の意識化されたものと捉えられ、その特性は自律性、具象性、集約性(多義性)、直接性、象徴性、創造性であるとしている。

自律性とはイメージそれ自身が自律性を持ち、自我のコントロールを超えたところにあり、茶湯では亭主が準備した「しつらえ」や「よそおい」に能動的に働きかけられることで、客の心の内に自律的にさまざまなイメージが湧くことといえる。侘び茶にまで研ぎ澄まされると、湧きあがるイメージは時に宗教性を帯び、仏の存在を体験することさえある。多くの文化で、イメージの送り手として「神」を想定したことや、ユング派の分析家ジェームズ・ヒルマンがたましい(soul)ということ考えたことを、

河合が述べているが、茶湯の場でもそれと同様のことが起こっている。具象性は体験した人なら誰でも理解できるが、茶湯のふりかえりで考えると、「自分に出会う」や「感情が磨かれる」といった表現は、具象としての自分に出会ったり、目には見えない感情を磨いたという具象的な体験をしたということであろう。また、同じ茶席に身を置きながら、それぞれの参加者は、それぞれの思いで体験し、それが、ふり返りの多義的なイメージ表現になったと考えられる。象徴性は、畳の縁が結果となり、内と外や客と亭主を分けたり結んだりすることに表れている。あるいは儀式的な所作はすべて象徴性を持っている。そして、創造性は、亭主の設えも、それに対する客の振る舞いも、両者のやり取りも、一期一会といわれるようにすべて一回きりのもので、ルールを有しながら硬い決まりはなく、臨機応変に対応し、茶席では、一座建立といわれるように、それらがまた新しいイメージを作り出し、きわめて創造的である。但し、グループワークとしての催しは、ほとんどの参加者が、初体験であるため、十分なコミュニケーションをとり、創造的な場として機能したかどうかは明確ではない。このように考えると、茶会を催すことは、客にとっても亭主によっても、心理療法で重要視されるイメージ体験であることは間違いない。

Ⅳ. おわりに

あれから11年。新年を迎えると私は嫌でもあの震災を思い出さざるを得ない。6千人余の人が亡くなり、多くの人が仕事や家を失った。私自身も家が全壊し避難生活を強いられた。小学生であった末娘は前年まで暮らした京都の知人宅に預けた。ちょうどあの日の前日、1995年1月16日、私が若い頃から茶湯と一緒に習っていた友人を招いて、初釜を懸けていた。そして、次の日その友人の娘さんは家の下敷きになって、18年の短い命を閉じねばならなかった。前日の初釜には娘さんの和服姿の写真を見せてもらったばかりだった。ようやく電話が通じた頃、

18日の昼だったろうか、私の避難先になっていた実家に彼女から電話が入った。「Y子が、Y子が死んだんよ」と叫んだ彼女の声を、私は今も忘れられない。私は言葉を失った。あの時、私は彼女に何も言ってあげることも、してあげることもできなかった。後悔の念と罪悪感が残った。家を建て替えたこと、娘を預けたこともあれでよかったのだろうか。何もかも不安で、長く暗いトンネルの中の生活が何年続いたであろう。

そんな中で、私は自分の無力感や、罪悪感から逃れるために、娘を失った友人を少しでも慰められるのではないかと、茶会を催そうと考えた。けれども、彼女は初めはうつ症状がひどく、一歩も外出できず、とてもそんな気になれないと断られた。しかし、いつの頃からか、車では外出できるようになり、私は、時々、彼女に一服の茶を呈することができるようになった。小さな茶会も回を重ねるにつれて、彼女も少しずつ心を開き、悲しみや怒りの気持ちも表現できるようになった。その経験が、茶湯に心理療法的意味があることを、私に示唆した。Yちゃんの死が私に茶湯の意味を教えてくれたといえる。まずはYちゃんとその母である友人に感謝したい。

茶湯のグループワークを始めて6年、この小論を書くことで私は、茶湯が確かに人々の心に働きかけ、それが夢分析や箱庭などと同じように、イメージ体験であると確信するようになった。といっても、筆者はグループワークが専門ではなく、個人に対する心理療法が自分の学生相談室での仕事であると認識している。ただその中核になっているのはイメージを重視した分析心理学で、その連続線上に茶湯があるのではないかと考えている。その学生相談も18年目を迎え、最近では相談室を訪れる学生と向き合っている時が、最も自分らしいという気がしている。そして、あと10年もすれば、私は確実に老年期を迎えるのだが、その時には茶席で客に向き合っている自分が、一番自分らしいと感じられるようになりたいと思う。

引用文献・参考文献

- 安西二郎 1995 新版茶道の心理学 淡交社
 福良宗弘 1999 茶の湯の心理 彰国社
 梶田叡一 2002 〈お茶〉の学びと人間教育 淡交社
 友久茂子 2000 茶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 65-75
 友久茂子 2002 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紀要第10号 57-65
 井上靖 1981 本覚坊遺文 講談社
 友久茂子 2003 日本文化に見る母性的営みについて 「現代人と母性」 新曜社 187-211
 河合隼雄 1991 イメージの心理学 青土社

ABSTRACT

Group-Work Tea Ceremonies in the Student Counseling Room

TOMOHISA, Shigeko

Konan University

A group-work tea ceremony has been held for students in the student counseling room of Konan University once a year since 2000. Immediately after the ceremony, students are asked to write down their impressions from the tea ceremony they have experienced. The purpose of this study is to sort out the information given in their descriptions and report the results. Furthermore, from the results I would like to try to find the psycho-therapeutic meaning of the tea ceremony.

Most of participants experienced feelings different from everyday life. In additions, their senses were stimulated various images came into their minds. For example, some participants felt a bond with other people, and others felt that they were at one with nature or themselves. These student's experiences show us that the tea ceremony is able to connect people to other people and things through the images that it stimulates in people's mind. In fact simply sitting during the tea ceremony, without actually doing anything else, can stimulate images and experiences. It can therefore be said that the tea ceremony has the same meaning in terms of psychotherapy as the sand-play technique or other such methods.

Key Words ; tea ceremony, feelings different from everyday life, images,