箱庭 - 物語法 ・・・・ 見守り手の考察を深める試み (1)

中垣　ますみ・永尾　彰子・菅　佐和子

Sandplay-drama method: Approaches to deepening the observer’s investigation

Masumi NAKAGAKI, Akiko NAGAO, Sawako SUGA

教職キャリア高度化センター教育実践研究紀要

第４号 （2022年１月）

Journal of Educational Research
Center for Educational Career Enhancement

No.4（January 2022）

箱庭-物語法・・・・見守り手の考察を深める試み(1)

中垣ますみ・永尾彰子・菅佐和子
（京都教育大学教職キャリア高度化センター）（京都府総合教育センター）（京都大学名誉教授）

Sandplay-drama method: Approaches to deepening the observer's investigation

Masumi NAKAGAKI・Akiko NAGAO・Sawako SUGA

2021 年 8 月 30 日受理

抄録：箱庭-物語法による成人女性の自己探求の過程を考察した。特に、箱庭の制作時に見守り手が感じたことや心に浮かんだこと、物語との関連を手掛かりに読み解くことを試みた。６回の制作を通して、作り手は内的世界を探求することができたと考えられた。

キーワード：箱庭-物語法、自己探求、見守り手、心の動き

Ⅰ．はじめに

箱庭-物語法とは、箱庭作品を作ったあとで、その画像を持ち帰って空想物語を作るという技法である。この技法は、河合隼雄に教育分析を受けるなかで、三木（1992）によって考案され、その後、岡田（1993）、東山（1994）らによって、心理療法および教育分析のための技法としていくつかの基礎的研究が積み重ねられてきた。

筆者らは、箱庭という非言語的表現と、物語という言語的表現を組み合わせるこの技法に心を惹かれ、心理療法や教育分析以外の用途として、一般人を対象とする自己探求の役に立たないかと考えてきた。そこで、本技法に関心を示す知人たちの中から研究協力者を募り、３か月間に６回の箱庭-物語のシリーズを作成してもらう試みを続けてきた。

その結果は、「箱庭ものがたり」（菅、2020）という１冊の単行本にまとめて上梓した。本研究は、その本の中に取り上げたある事例について、改めて考察を行うものである。その事例は、筆者１（中垣）が見守り手となり、「茜さん（仮名）」と名付けた研究協力者が作り手となったもので、見守り手の心を揺さぶる、きわめて印象的な作品群であった。単行本においては、紙数の制約もあり、主に「茜さん」自身の述懐を中心に記載したため、見守り手の心の動きや考察を十分に深めて記述するには至らなかった。そこで、本研究においては、見守り手の心の動きを記述するとともに、考察を深めたいと考える。本研究が、本技法の性質を明らかにする一助となることを願っている。

Ⅱ．研究の方法

箱庭及び物語の作り手は「茜さん（仮名）」、３０歳代後半の女性であり、X 年 10 月から X＋１年の１月まで、隔週で計６回作成、その後面談１回を実施した。

作り手は自由に箱庭を作成した。完成後デジタルカメラで撮影し、画像を持ち帰って、次回までにその画像を題材にした物語を作成、次の箱庭作成時にその物語を書いた紙を見守り手に渡した。

箱庭作成の時間は制限を設けなかったが、各回とも概ね 30 分程度であった。

見守り手は、箱庭が作成されていく様子を見守りながら、作成のプロセスとともに、その時に見守り手の中に湧き上がるイメージや思いを書き留めていった。

箱庭-物語の作り手である茜さんからは、論文執筆および公表の許可を得ている。

Ⅲ．箱庭と物語の過程

制作された第１回から第６回の箱庭作品、箱庭が制作される過程で見守り手が感じ解釈したことの抜粋、２週間後に渡された物語を、各回ごとに示す。

1．第１回の箱庭制作過程で見守り手が感じていたこと

図 1　第１回箱庭

木のアイテムをしばらく眺め、大きな木を持つ。水をサっと撒いて指先で捏ねるようにして箱の角に固め、木を置く。砂をかき分け青い底を出す。川だろう。それほど湿っていないのにしっとりした感じになっていく。景色の作られ方をみていると、作っている景色の下に、豊かな水脈があるように感じられた。この豊かな水脈は作り手が豊かな内的世界を持っているということであろうし、ふとウンディーネを連想した。トンネルも置かれた。このトンネルは異界に通じる口だろうか。橋も置かれるが危ういもの。カエルやカニを手に取り、木の辺りに置いていく。川に青く小さいガラスをばらばらと置く。ガラスに丸みがないせいか、流れが滑らかでない手触りになったという感じする。内的世界の豊かな水の流れが滑らかにいかない何かがあるのだろうか。バッタなどの虫がたくさん置かれるなぁと思う。カエルや幼虫なども変態するものであり、変容や変化が連想される。茜さんはこれからどのように変わっていくのだろうかと、期待も込めて感じられた。同時に数の多さや密集の様子から、昆虫の動くゾワゾワした感じ、変容に伴う痛みなども思われた。あちこちに水を含ませ、苔や木を置いていく。木の根元に緑のシダのような苔がおかれているが、その上に茶色く乾燥した苔が置かれる。すると、壊れかけの橋や倒れている自転車もあわせて、時間の経過やリアル感がグッと変化した感じがした。今の風景というより、時間の厚みを伴った光景という感じ。大げさにいうと、何らかの歴史を含んだ光景に変わった感じがした。ここには何らかの物語があったのだろうと思う。橋の上に男女の子どもの人形を少し間を空けて置く。いよいよ人が登場した。女の子の方はちょっと不満を言いたそうな目つきに見える。自転車を乗り捨て危ない橋を二人で渡り冒険するということかもしれない。

森のようなエリアは自然の中の営み、生命感のようなものがどんどん満ちてくる。生命を生み出すエネルギーのような印象から、グランマンマーレの言葉を思い出す。この森の中には、濃い酸素が満ち水分もたっぷりで濃い感じ。置かれている青い蝶が飛べないと感じるほど、濃くて重い。苔が置き足され、まだ内面を覆って守っている感じもした。川に平行に近い感じで筋をつけ、その筋の端にトンネルを置く。箱庭に置かれる世界は内的な世界であると考えられ、箱庭に置かれた片方のトンネルから箱庭の世界に出て来て、作り手にとっては意識されない異界を旅し、もう一つのトンネルで現実世界に戻っていくということかもしれない。

白や青・緑のガラスを、細長い大きな石の近くにぱらっと撒く。しかし苔や虫は置かれず、手が加えられない。このエリアは触れがたいエリアなのかもしれない。茜さんにとってどんなエリアでどんな意味があるのだろう。結構いっぱい置かれたという感じがある。生命感やしっとり感を感じる。豊かさを思うとともに、沢山の溢れそうなほどの想いを秘めているのかもしれないとも思われた。

兄と妹のきょうだいがいました。両親が忙しいので、きょうだいはよく二人で自転車に乗って遊びに出かけました。ある日、二人は川の向こうにゲンジ（クワガタ）を取りに行くことにしました。早朝に二人は家を出発します。川へ行くには、まずトンネルを抜けて、木々が生い茂った森を通らなければなりません。あたりはまだ薄暗く、暗いトンネルと森を抜けるときは怖さを味わいながらも、どこかワクワクしています。妹は置いて行かれまいと兄の自転車の後を必死で付いて行きます。静まりかえった森を抜け、自転車で川にかかる橋に着いたころには、空が少し明るくなっていました。二人は橋のたもとに自転車を乗り捨て、川にかかる吊り橋を渡ります。兄はドンドン進みますが、妹は高いところが嫌いで吊り橋の揺れが怖くて怖くてたまりません。「おにいちゃ～ん、待って！めっちゃ怖いねん。」「大丈夫や！おいで！」先を急ぎながらも、兄は妹を待ち、二人がなんとか吊り橋を渡り終えた頃には日が昇っていました。「はよ、いこ！いっぱいゲンジがいるん、あのトンネルの向こうの木やで！」「うん、いこいこ！」朝の清々しい空気が漂い、川の水面は太陽の光に反射してキラキラ光っている中、二人はトンネルの向こうを目指します。

図 2　第１回物語

2. 第２回の箱庭制作過程で見守り手が感じていたこと

図 3　第２回箱庭

迷うような様子でアイテムをしばらく見て回っていた後、砂を大きく掻きはじめる。高く険しい山が出来てくる。高い山と海岸。雷と雨を伴った雲がその山の奥に置かれる。近くに小さい雲も二つ。雨は天と地をつなぐものであり、今回も水が秘められているように思われる。

海岸線に貝、舟、透明なガラス片を置いていく。男の子と女の子、親子やおばあさん、見守っているような人を置く。人は何人も置かれているのに、なぜか寂しい印象がある。作られていく風景の奥の方では雷もなって雨も降っている。

シダの葉のような植物を山にどんどん貼り付けるように置いていく。作り手の力で風景に色が付いて来るような感じがする。しかし今回は彩りが前回ほどエネルギーを感じさせない。前回は圧倒されるような箱庭だったので、今回はどんな風に置かれるだろうかドキドキするというか、少し心配な気持ちがわいてきた。今回もエネルギーに満ちた、深い内面を表現されるような箱庭が作られるのだろうかという心配かもしれない。

木やトンボ、鳥などで細かいところまで置き足され、作り手の丁寧さや心遣いのようにも感じられる。山の表側のコケが山の裏手や上方に移動されて、砂が見えることでむしろ寂しい感じがする。小さい雲を対角に置き直したり、木を置き足したり木を移動したり。何となくピッタリした感じがないのだろうか、ぴったり感じるところをさがしているようでもある。箱庭の角が深い森の感じがして来る。山を崩して、山を低く少しなだらかに変える。山が低くなって、少し優しい穏やかな印象に変わる。

車をおき足す。海岸までくる移動手段であろう。グルグル回りながら視線をかなり下げて全体をみている。その様子からは何らかのストーリーがある、あるいはできているように感じられた。水を海に注いで、コケをさらに山の上部に移動させることで砂の部分を広げて、制作が終了した。

毎年、夏におばあちゃんの家に帰省する。おばあちゃんは、海がある町に住んでいる。お盆には親戚一同が集まり、海で泳いだり、魚釣りをしたり、夏祭りで盆踊りしたり･･･おばあちゃんちでしかできない夏の経験をする。一番の楽しみはいとこ達と海に行くこと。おばあちゃんが住んでいる町は小さく、いわゆる海水浴場はない。いとこ達とよく行く海は地元の人だけが知っている場所なので、行った時はいつも私たち家族だけで独占している。私たちは水着姿に浮き輪をつけてすぐにでも泳げる格好で、軽トラの荷台に乗り込み、山を越えて海へ行く。軽トラの荷台に乗っていると、真夏の日差しを直接受ける。まぶしい光に目を細め、ガタンガタンと車が揺れると、私たちは声を上げて楽しむ。ミーンミーン･･･セミの鳴き声も聞きながら、夏の風を感じ、私たちは海へ近づいていく。潮の香が近づいてくる。海に着くと荷台から飛び降り、ビーチサンダルを脱ぎ捨てて、海まで走っていく。ジャブジャブジャブ･･･海の水はひんやりしている。「ひゃ～冷たい！」「気持ちいい～！」去年は足がつかないところでは泳げなかったが、今年は少し砂浜から遠いところまで行ってみる。そして、去年より高いところから飛び込んでみる。お腹がすくと、おばあちゃんが作ってくれたおにぎりと卵焼きを食べてまた海へ。泳ぎ疲れると浮き輪に身をあずけて海に浮かぶ。チャプーン、チャプーン･･･揺れる水の音を聞きながら、空や遠くにある船を眺めていると、ゴロゴロと山の向こうの空から音が聞こえる。山の向こうの雲は灰色で、空が少し暗くなってくる。夕立が降るかも･･･でもどうせ体はぬれている。雨が降りそうなことも気にせずに泳ぎ続ける。背中は日焼けし、水着の跡がついている。日焼けは夏の勲章のようで、日焼けとともに私の心に夏の想い出が刻まれる。

図 4　第２回物語

3. 第３回の箱庭制作過程で見守り手が感じていたこと

図 5　第３回箱庭

「目が合ってしまった」と言って、赤茶色の大きな恐竜を手に取る。水を少し撒いて砂の表面を触って少しザラザラした感じにし、恐竜を置く。続いて小さな恐竜を数体、金や銀の石、半透明なガラス片を置く。どの恐竜も金や銀の石やガラス片の方には向いておらず、興味がない感じ。恐竜で表されるのは本能だろうか。そう考えると、内的世界の深いところでは金銀つまり「財」は意味を持たないということかもしれないと感じられて興味深い。

トンネルと汽車を置く。あとで線路も置かれるが、汽車は

もうその線路に乗っていない。人を２人。１人は車掌さんのようで、トンネルから昔の世界に出て来て旅しているように見える。枯れ木を寝かせてフェニックスを置く。イメージに合わなかったのかフェニックスを棚に戻す。倒木や枯れ木、薄茶色のコケ、薄緑のコケを置いていく。恐竜のエネルギー感と、風景の荒涼感が浮き立って来る。前回までの箱庭とずいぶん印象が違う。これまでの緑の濃い自然を連想させる豊かさとともに、本能的な強い力も秘めているということかもしれない。恐竜はそれほど違和感はないが、多くの枯れ木がおかれ、しかも針金のような細さ、焼け焦げたもの等があり、痛々しさを感じる。「荒涼」というより「破壊的」の方が実感に近いかもしれない。強いエネルギーは感じる。それが１回目のような豊かな中で生きていないとすると、抑圧された部分ということかもしれない。

雲を二つ浮かせる。すると大きな恐竜が迫力を持ってくる。水を少しかけて砂に含ませている。今回、水は使うが水たまりさえなく、砂の世界の感じ。人を置き直す。その人の目でみるかのように低い体勢で中を見ている。枯れ木を斜めにしたり倒したりして行く。人を置き足し、３人に。赤い襟巻の恐竜を棚に戻す。それほど大きくはないが思いの外目立った感じがしたのかもしれない。そうすることで初めの赤茶色い恐竜が圧倒的な存在感、強い印象になった。

１回目の豊かさと、２回目の思い出をもって、３回目はタイムマシンに乗るようにして時空を飛び超え、自分を探求するたびに出始めたのかもしれない。

「ついに完成した！」物理学者は投資家の男に言った。「本当か！！よくやったな！早速、どこかの時代に行ってみようじゃないか。」研究を続けてきた物理学者は、長年の夢であった蒸気機関車型のタイムマシーンを完成させたのだ。これまで莫大な資金を提供してきた投資家は胸を躍らせる。これで過去にも未来にも行くことができる。さて、どの時代に行こうか･･･。
いざ出発。ガタン。熟練の機関車操縦士は心を落ち着けて機関車を発進させる。２人の長年の夢、いや人類の夢が動き出す。機関車は猛スピードで空へ飛び上がり、夜空に消え、時空をこえて走って行く。「僕たちは、一体どんな世界に到着するのだろうか。」車窓に映る星空を見ながら、完成までの道のりとこれから見る未知の世界に思いを馳せる。トンネルを抜け、ガタンという音とともに機関車は止まる。機関車の窓を開けると、まぶしい光が差し込み、乾いた空気が車内に入り込む。物理学者と投資家は、目的地である白亜紀に降り立ったのだ。
２人は広がる荒野を見つめたまま呆然と立ち尽くす。木は倒れ、草は枯れ果て、見渡す限り砂漠が広がっている。しかし、恐竜は生きている。身をひそめるもの、のんびりすごしているもの、空に向かって吠えているもの･･･。「やったぞ！俺たちは成功したんだ！！」投資家が物理学者に言った。物理学者の目からは涙が溢れる。涙がこぼれ落ちないように上を見上げると、そこには今の時代と変わらぬ青い空と白い雲があった。

図　６　第３回物語

4. 第４回の箱庭制作過程で見守り手が感じていたこと

図　７　第４回箱庭

水を砂の全体に撒く。大きく渦を描くようにして、砂を混ぜていく。国生みを思わせる。

中央に火山、その周りを渦のようにする。宇宙のようにも見えるし、雲海の上のようにも見える。中央の火山の溶岩が血のように見える。痛々しく膿んで血を流している傷跡あるいはデキモノのような感じでもある。感情の爆発のようにも感じられる。火山を取り巻く渦のところに赤、白とピンク、緑、青のガラス片を置く。色ごとのエリアになっているように見える。青のガラス片に近い箱庭の角に滝が置かれると、そこが天上界のように見えてくる。緑のガラス片に近い角に大きな木、赤いガラス片に近い角に血の池が置かれる。輪廻を表すものが作られていくのか、あるいは、天上も地獄も合わせたあの世か曼荼羅がつくられるのか、想像が掻き立てられる。白とピンクのガラス片の近くの角には家を置く。色で合わせた四つの世界・エリアができてきた。この四つのエリアは何を表しているのだろうか。それぞれのエリアに因んでいるようなアイテムが次々と置かれて賑やかになってくる。ピンクのエリアにある桜の木が緑のエリア寄りに動かされたように、それぞれのエリアに所属しているアイテムのいくつかが少しずつ隣のエリア寄りに動かされる。すると、四つのエリアに分かれていた世界が緩やかにつながっていく感じになり、すごいと思い感動した。人形三人をピンク・家のエリアに置く。それぞれのエリアにそれぞれのものが置かれて、円環の

感じになってくる。どんどん人を置いていくが、場所を変えたり人形を変えたりして、人形と対話しながら置いているような印象を受ける。今回はアイテムをとりかえることが何回もある。対話しているようだが、どこか迷っているのか、ピッタリ感を探っているようにも見える。赤・血の池のエリアに入る辺り、蛇女の前に赤い鳥居が立てられる。オドロオドロしい世界が封じられたようにも感じられた。人は、火山をみんな見ている感じで中央向きに立てられている。それぞれのエリアが細やかに作られていく。火山の中央部と火山を取り巻くように、水をかけていき、完成した。水に始まり水で終わった。

第２回で雷雲のアイテムが置かれたことで、これから嵐が来るかもしれないという予感があったが、第３回では恐竜が置かれ、更に今回は何かを模したというより内面そのものが表現されたような印象がある。まさに自己探求の旅をしているように感じられる。今回の火山に当たるものが本人にとってどのようなものかはわからないが、そのことに触れたことは本人にどのような体験になるか、しばらく留意を要するかもしれない。

心から感情があふれる。
愛情、憎しみ、苦しい、優しさ、驚き、醜い、感動、悲しい、寂しい、喜び、せつない、怒り、楽しい、おもしろい、嬉しい･･･。
じわーっと湧水のようにしみ出ることもあれば、泉のように湧き出てくることもある。
時には火山のように爆発し、ドロドロと次から次へと溢れ出すときもある。
そんな心の感情の行き場･･･
家族、友人、そしてふとすれ違うだけの人など、いろんな人に会い、受け止められたり、一緒に味わってもらったりすることもあれば、山、空、川、大地など大自然が心を癒してくれることもある。
私自身が感情を抱えたまま、次の目的に向かって一歩を踏み出すときもある。時には目には見えないものにも守られながら･･･
私は生きている。

図 8　第４回物語

5. 第５回の箱庭制作過程で見守り手が感じていたこと

図 9　第５回箱庭

箱庭の周りを向きを確かめるようにまわり、水を手に取る。全体に水をかけて混ぜていく。この作業が箱庭制作に入る助走のよう。底までかき混ぜた後、手のひら全体で砂を押さえていく。箱庭の砂全体が平らな感じになっていく。平らにしているのだが、縁近くが少し高くなっているので、水色とのコントラストから、遠くの山並み・稜線のようにも見えた。砂を均すようにしながら、トントンと小さな音が聞こえるほど押さえつけて固めていく。これほど押さえる感じは初めてかもしれない。押さえることで何かを守っているのだろうか。はじめのころの「国生み」を連想するようなダイナミックさを思うと、思いを鎮めるような感じでもある。

少し高くしたところにコンクリート壁を板のように敷き、雲を２つ高台の両脇に置く。雲もよく使われ、印象的。ふんわりとした感じでもあるし、どこか頼りなげな儚げな感じも生まれる。コンクリートの上に人形が置かれ、ここはステージかなと思った。座っているミュージシャン二人が置き足されることで、ステージのようにも展望台のようにも思われた。しかし、展望台だとすると、雲がある方から展望しているので、天国から見ているの？とも思う。

どんどん人を置いていく。屋外コンサートの様相になってきた。人を結構置くのも特徴かもしれない。置いていくとき、ぎゅっと置くので、足首まで埋まっている人形が沢山ある。砂を固めて一つ一つを大切に置いているように感じられた。人がステージを中心とした同心円のように置かれていき、前回に続いて円や曼荼羅の印象となり、箱庭に置かれているのはその一角であるように見えた。いろいろな宗教者が置かれて、あらゆる人をおこうとしているのかもしれないと感じた。人形に問いかけているかのようにじっくり眺め、腰をかがめて目の高さを変えながらさらに眺めている。実のついた木を置くときに、星の位置を少しずらす。星の位置が変わることで、ステージの方は昼間、反対側の木の方は夜のように感じられた。時間の動きが箱庭に表現されるように感じるのも、茜さんの箱庭で印象的なことの一つである。今回は初めにステージが展望台にみえたことで、時間というよ

り彼岸と此岸という感じもした。

携帯電話をかけている人形だけがステージと反対側を向いていたのだが、木の間にもう１人ステージと反対を向くような位置に置く。箱庭の外側にいる人を呼んでいるように見える。木の下にコケが置かれて緑が重なることで、潤いが生まれ生命感がでてきたように感じられた。木が箱庭の世界に入る門のようにも見える。みんな一緒、等しいという感じだろうか、何かしら茜さんの願いが込められた箱庭のような気がした。

青空の下、野外ライブが始まる。
「ワ――！！」
「ウォ――！！」
「キャ――！！」
観客の熱気は一気に盛り上がり、会場は一つになる。
子どもも、大人も、年齢や性別、職業、肌の色･･･違いとされるものも音楽の前では何も関係ない。
みんなが音に身をゆだね、歌詞のことばにそれぞれが思いを馳せる。

盛り上がる曲
心に染み入る曲

一人で音楽を聴いている時とは違う、ライブ会場だからこそ感じるこの感覚が私は大好きだ。
ライブの雰囲気に酔いしれ、その感覚は私の心に刻まれる。
至福をめいっぱい味わい、空を見上げると、夜空にはもう星が光輝いていた。

図 10　第５回物語

6. 第６回の箱庭制作過程で見守り手が感じていたこと

図 11　第６回箱庭

サッと水をかけて表面を少し湿らせて混ぜる。いつもの始まり。中央に山ができるのかと思ったが、斜めに区切るように稜線に見えるものができてくる。背骨のようでもある。その稜線も裾の方で枝分かれができる。砂だけの風景を見ていると、結構きつい稜線のように思われ、ダイナミックな印象である。雲を二つ置き稜線の向こうに瓢箪池が置かれる。雲はほぼ毎回使われたアイテムである。紅葉した木を置き、コケをその側に敷き詰める。稜線とコケが、傷とかさぶたのようにも見えた。

箱の角に沿わせるように木が置き足され、稜線の端にはロッジのように家が置かれた。どこか山登りの思い出だろうか。現実の体験を置くことで再体験することにも意味がある、あるいは新たな意味を生じることもあるだろうと思う。

稜線の上部には灰色のホワホワしたコケがおかれ、表現されてくるのは、木などはないお花畑と呼ばれる植生の高い山の稜線かもしれないと思う。瓢箪池に青いガラス片をいれ、道標を置く。ふと、墓標に見えてドキッとする。稜線に鳥居を置く。どの位置からも見て、どの位置からでも置くというのが茜さんの箱庭の特徴といえるかもしれないし、曼荼羅的な印象にもなり得ると思う。手前にお地蔵さま、まわりにコケをおく。雲の位置をかえ、置き直すことで、稜線の果てに雲があるという風景になった。鳥居の向こうに紅葉した樹が見え、深い神の森かもという感じだったが、鳥居ははじめ紅葉した木に向かって置かれていたのが雲の方に向かう向きに起き直される。すると、稜線は果て無く続き空につながっていくように見え、「神は空に座す」という印象に変わった。

人がいるところには、会話がありそうな感じが伝わってくる。登山道の鳥居の向こうにも人が置かれる。登山途中に行き交うのかもしれないが、鳥居の向こうは神聖な領域にも思え、そこに何気なく人がいるのが少し不思議な感じでもある。一種の結界のように感じられもするのだが、異界との往来が比較的容易にできるということかもしれない。

初回の箱庭は木と水で区切られ、最終回は土で斜めに区切られた。二つの領域になってはいるが、全体性もあるように感じられる。緑と赤だけでなく、瓢箪池として青のエリアがあり、人のエリアと思えるところもあるか

らかもしれない。稜線は４回目の火山のかさぶたのようにも感じられた。

道は続く　／　泣いても、笑っても　／　楽しくても、怖くても　／　道は続く

「もう無理」とあきらめても　／　道は続く

そんな時には山に登る　／　自然を味わい　／　ただすれ違うだけの人の一言に心が温まり　／
一緒に登る仲間と励まし合いながら　／　山の頂を目指す

一歩一歩足を前に進め　／　ふと後ろを振り返ると　／　自分がこんなにも歩いてきたのかと感じる　／
そしてまた足を前に進める

頂上に着く　／　想像していたよりもはるかにきれいで感動的な眺めがある　／
透き通った空、雲海、満天の星空、そして頂上を楽しむ人々の顔　／　私の心は包みこまれる

今まで目標にしてきた頂上　／　しかしそこが終わりではない

私はまた前へ足を進める　／　また道は続く

図 12　第６回物語

Ⅳ．考察

制作された６つの箱庭と物語の流れに沿いながら、自己探求の過程について、見守り手の印象から考察したい。

1．旅の始まり

自己探求の旅の始まりとなる初回の箱庭は、景色の下にそれらを育む水脈のようなものが感じられるほど「水」が印象的であった。

第１回の物語は、幼いころの体験を思い出しながら、箱庭を生き生きと説明するように書かれている。物語に従って箱庭での兄妹の動きを辿ると、あたかも、現実の意識の世界からトンネルを通って箱庭では森として表現された無意識の世界に入り、川を渡り、空白のようなエリアを通り、トンネルから再び元の世界に戻っていくというように見ることができる。まさに無意識の世界を旅しようとするという箱庭であると言えよう。物語も兄と「ゲンジ（クワガタ)」を取りに行く探検の物語であり、クワガタで表される宝物を得るために、怖い森である無意識を旅しようとしているとも読める旅の始まりの物語となっている。

変態をするムシや水陸の両方を生きるカエルなどからは、自己探求の旅を通して何らかの変化がもたらされる可能性が感じられ、このことがクワガタで表される宝物であるのかもしれない。

箱庭のなかの吊り橋には女の子と男の子の人形が置かれ、物語では自分と兄とされている。体験に基づいて作られた箱庭であり物語ではあるが、登場する兄・男の子は内在化されたものであることから、「女性の内界に存在する男性」すなわち「アニムスの心像」の可能性がある。ここでは励ましてくれる存在であり、「怖い」世界への力強い導き手として登場しているが、ここからどのように動いていくか興味深いところでもある。

森を抜けるところには自転車が乗り捨てられている。子どもにとっては便利な移動手段であり文明の利器ともいえる自転車を降り、朽ちかけた吊り橋を渡ろうとしている様子からは、危険をはらんだ世界を、自分の身体そのものを使って歩いて行こうとしているようにも感じられる。

箱庭の制作過程で、見守り手は膨大な水やエネルギーを感じており、作り手の豊かで深い無意識に圧倒され、取り込まれるような思いで見守っていた。出来上がった箱庭は自然の豊かさに満ち、物語は夏の早朝に虫捕りに出かける兄妹が描かれているが、単なる長閑な情景ではない。薄暗いトンネルから深い森を抜けなければならず、朽ちかけて板がところどころ抜けている釣り橋は足を踏み外したり踏み抜いたりしそうである。あちこちにムシがうごめき、人を刺すムシもいる。これらや見守り手が感じたエネルギーの強さは、無意識の世界の豊かさでもあるが、同時に恐ろしさもはらんでいることを表しているようである。物語でも「怖さを味わいながらも」「吊り橋の揺れが怖くて怖くてたまりません」と表現されている。無意識の怖さを物語を書くことで意識することに

なり、それが旅の守りにもなっていくのではないかと考えられる。

初回の箱庭や物語は、無意識の領域を探検しようとする旅について、宝物を得る可能性もあり、恐る恐る進むことの大切さも教えてくれているようも思われる。

第２回の箱庭は対角線で海と陸という２つの領域に大きく分けられ、海辺の光景が作成された。第１回と同様、幼い頃の体験を基に作られたものであり、物語も同様にそのころの体験が描写されたものとなっている。

海は水を湛えたものであり無意識につながるものである。第２回の箱庭や物語は波打ち際の描写であり、波打ち際は無意識を垣間見ることのできる意識と無意識の狭間である。第２回の箱庭と物語は、その波打ち際でしばらく過ごしながら、無意識の深い海に少しずつ近づき入ろうとしているように感じられる。徐々に近づこうとする姿は、初回のメッセージを受けとめているようにも思われ、茜さんは内的世界からのメッセージの感受に優れていることがうかがわれる。

楽しい光景のなかにも、雷雲と雨が近づいている。危ないものと認識しつつも「どうせ体はぬれている」「気にせずに泳ぎ続ける」と語る物語での大胆さや、天と地をつなぐ水（雨）やそれをもたらす雲が置かれている箱庭から、今回も水への親和性が感じられた。

また、「お腹がすくと、おばあちゃんが作ってくれたおにぎりと玉子焼きを食べて」とあるように、ここにはエネルギーの補給もできる大切な守りも備わっている。

第１回、第２回で表現された山と海の情景からは縦横へ大きく広がる無意識を連想するが、ここにある幼いころの想い出は、無意識を探検するための守りとなる大切なものであり、エネルギーを得ることにもつながっていると思われる。無意識への旅は、まず足元を固めエネルギーを補給して守りを確認する歩みから始まり、それは１回では足らず２回をそれに費やしたということかもしれない。無意識への旅はそれほどの大冒険といえるのではないだろうか。

2. 旅の深まり

第３回の箱庭は、これまでとは打って変わって恐竜のいる荒れた世界が作られた。物語も癒しを感じる回想ではなく、ＳＦ的なファンタジーに一変した。

インタビューで「ファンタジーの世界は、苦手で怖い」と思っていたと語っていた作り手にとって、「目があってしまった」と赤茶色の大きな恐竜を手に取ったことは、これまで意識したことのない異質な世界に足を踏み入れる体験であり、思いがけない自分の内なる世界との出会いであったのではないだろうか。

恐竜からは本能ということが連想され、これまでの意識の世界から、いよいよ無意識の領域に踏み出したように感じられる箱庭である。箱庭には生き生きとした緑の植物はなく「広がる荒野」であり、「白亜紀」でも恐竜の絶滅近い終末の様相である。内的世界への探検においては一旦破壊的な世界を通る必要性があるのかもしれない。そして、恐竜で表されるように内的世界のエネルギーの大きさと怖さを感知しているからこそ、これまではそれが掻き立てられるようなファンタジーとは距離を置き、今回はＳＦ仕立ての物語にすることで内面を守ったのかもしれない。これは茜さんの健康な力でもあろう。

箱庭には３人の男性が置かれている。物語によると、タイムマシンを完成させた「物理学者」「投資家」、そして「操縦士」である。第１回で導き手として登場した心の中の男性像は、今回は論理性、行動力、冷静な判断力という役割ごとに複数の姿をとって登場したとみることもできるのではないだろうか。そしてその内的な男性像たちが、恐竜すなわち本能・無意識の世界を、涙が溢れんばかりに感動しながら見ていることも興味深く思われる。

第４回では中央に火山が置かれ、そこから同心円が広がり、箱庭の四隅がそれぞれの色を持つとりわけ印象深い箱庭が制作された。見守り手の印象からも、また物語からも、第４回の箱庭は「感情」が表現されたものと考えてよいだろう。色で分けられた四隅は喜怒哀楽を表しているかのようである。ピンクのエリアは「喜」のように感じられる。人がたくさん置かれ、人との関わりを大切にする温かい心の元になっているように思われる。赤のエリアにはおどろおどろしいアイテムが置かれており、「怒」を表しているようである。鳥居はこの感情を封じているようでもある。怒りの封じ込めは、時には中央の火山の爆発につながる可能性もある。青のエリアには水鳥の親子やカエルやカニなどが置かれ、これまでからよく登場してきているものである。青は水の色でもあり、

作り手の感情を豊かに湛える元になっているとともに、内面の清らかさを表しているように感じられた。箱庭の情景からは、「哀」というより「慈愛」がイメージされた。緑のエリアは森のようであり、なじみの場所のように感じられた。木々に守られたエリアでは息がしやすく、「楽」になれるのかもしれない。各エリアはつながっており、全体として「円」を思わせる。斜めに分けられた印象のある第１回から３回の箱庭を経て、第４回は円で表現された。茜さんの全体性を表しているものであり、また、自己探求の深まりと考えてもよいだろう

箱庭制作の最後で、火山にも水がかけられた。火山の噴火、感情の爆発はとりわけ恐ろしいものということかもしれない。その分、普段は心の奥深くにしまっている「感情」を箱庭に表現できたということは、作り手にとって自分の内面を見つめ、認めるという点で大きな意味があったと思われる。

第４回の物語は、「詩」のような表現に大きく変わった。言葉は不要なほど箱庭で表現できたという思いもあったであろうし、箱庭で表現したものが説明的な文章では言い表せないほどのものであったとも考えられる。内的世界の深くにある感情については、意識が関与した説明以上に抒情的な表現がふさわしかったのではないか、そしてそれが「詩」のような様式で表現されたのではないかと思われる。大自然からの癒し、人との関わり、守りが詠われていることも作り手らしさが表れているように感じられる。

箱庭への表出で自分の内にある感情の世界を認め、物語の中で「私自身が感情を抱えたまま、次の目的に向かって一歩を踏み出す」と書いたことは、作り手の強さでもあり、一つの課題をやり遂げて次に進もうしているようにも思われる。

3. 旅からの帰還

第５回の箱庭には、野外コンサートが表現された。多様な人形が置かれており、楽しむことにおいては誰もが区別なく、それぞれの存在が大切であることを伝えているように感じられる。ステージ上には３人の男性が置かれて、歌い、奏で、拍子をとっている。橋が渡されているので、高いところに設えられたステージなのだろうが、３人の男性が見下ろしたり強引にリードしたりする感じではなく、演奏者も聴衆も一体になって興じているように見える。第３回の箱庭で置かれていた３人の男性とは在り様が変化しており、第５回では３人の言葉や旋律、リズムでの表現は聴衆の心に沁み亘り、心の支えとなっていくようである。内的世界への旅の深まりとともに、作り手がそこで会う心のなかの男性像との関係性が変化してきているのであろう。

音楽を楽しむ様子として作られたと思われるが、制作過程で砂を押し固める様子や、空白と感じられるところがほとんどないほど多くの人形が、しかも足首が埋まるほどしっかり置かれていったことからは、無意識のレベルでは鎮めることを必要とする心が動いていたのだろうと感じられる。実は第５回の箱庭を置く数日前に友人が急死するという悲報があり、仲間とともに行ったコンサートの思い出を箱庭に置いたということが、後に語られた。一体感も感じられるような楽しい今回の箱庭は、鎮魂の箱庭でもあり箱庭を制作すること自体が癒しになったとも考えられる。そういう意味では特別な回であったとも言えるが、これまでの箱庭や物語での一連の表現を経て、喪の仕事に取り組むことができたのではないだろうか。とりわけ、第３回、第４回で作り手自身が思いもよらないような箱庭を制作することを通して、無意識の世界にあるものを垣間見、それを自分の中に認めるという体験が、第５回の箱庭の制作を可能にしたように思われる。

制作の過程では没頭していたのではあるが、野外コンサートという設定はある程度意図されたものであり、意識的に整えられているところもあるだろう。そのことは、内的世界を探求する旅から徐々に現実に戻ってくる途についたようにも感じられる。

物語も第４回と同様に詩の趣である。仲間と楽しんだコンサートを思い出すと心の奥から浮かび上がってくる言葉を綴ったような印象がある。長い文章ではむしろ書ききれない思いを、詩という形の中に秘めて、短い言葉やその響き、行間に留めることが実感に近いように感じられたのではないだろうか。

第６回は、山の稜線が印象的な箱庭が制作された。箱庭を対角に二分するような稜線は、全体を紅葉のエリアと緑の木々のエリアに分けている。緑の木々のエリアはこれまで馴染んできた印象を残している。地表に置かれた池はその水源を垣間見ることのできる口であり、当初はあふれんばかりの水に怖さを感じるほどであったが、その豊かな水は地下に静かにゆったりおさまっているように思われる。今回の箱庭-物語としては最終回の箱庭であることから、内的世界にあるものを認めつつも、心のなかに収めて現実を過ごしていこうとしているように

思われ、作り手の健康な力や強さが感じられるところでもあった。

紅葉はこれまで置かれることはなかった。山の稜線からは見渡す限りの紅葉で、さぞや美しかろうと思われる。作り手は内的世界に若々しいエネルギーだけでなく、成熟した美しさをも見つけることができたのかもしれない。

第１回での深い森から始まり、思いもよらない風景の中を進み、最終回ではいくつもの守りを備えた山が作られた。鳥居をくぐって歩み続けることは、第１回でおかれた二つ目のトンネルを通って、現実世界に戻っていくように感じられた。一連の箱庭で表現される今回の自己探求の旅を終える締めくくりの箱庭であった。

物語としては、箱庭で表現された山を登ることがテーマとなった詩が作られた。第６回として作られたものであるが、全体を表現しているようでもあり、箱庭-物語を終えてからの歩みを決意しているようにも感じられた。

Ⅴ．おわりに

茜さんの一連の箱庭-物語について、箱庭が制作される過程で見守り手が感じたことを手掛かりに考察してきた。茜さんは、箱庭-物語という技法の中で心の守りを確かめ、これまで気付かなった内的世界を体験し、現実世界に戻るという今回の自己探求の旅を無事に終えることができたと言えよう。

見守り手は箱庭-物語の制作について静かに見守っていたが、心が動かされ連想することも多くあった。また作り手が箱庭制作後に漏らす感想も受け止めて、その後も何度となく思い出すこともあった。このことは作り手と見守り手が、無意識のレベルで心の交流を持っていたのではないかと感じられ、本技法においての重要なポイントであると考えられる。それについては、作り手の感想をも交えて次稿で考察したい。

本研究報告は、中垣、永尾、菅が協議を重ねた上で、次のように執筆を分担し、菅が全体を監修した。Ⅰ：菅、Ⅱ・Ⅲ・Ⅳ：中垣、Ⅴ：永尾

なお、本稿は「箱庭ものがたり　こころの綴りかた教室」第三章の箱庭-物語について、加筆及び再考を加えたものである。本稿の箱庭や物語は株式会社「木立の文庫」の許諾を得て掲載している。

引用・参考文献

アト・ド・フリース(1984)．イメージ・シンボル事典、山下主一郎ほか訳、大修館書店

フェレーナ・カースト(1999)．アニムス・アニマ－魂の成長と両親からの分離、日本ユングクラブ編プシケー18 号．102-122、新曜社

東山紘久(1994)．箱庭療法の世界、誠信書房

河合隼雄(1967)．ユング心理学入門、培風館

木村晴子(1985)．箱庭療法－基礎的研究と実践、創元社

小森國寿・菅佐和子(2014)．「箱庭―物語（サンドプレイ－ドラマ）法」を喪の仕事に役立てるための一試み．ヒューマンケア研究．15(1)．22-33

三木アヤ(1992)．増補・自己への道－箱庭療法による内的訓育－、黎明書房

宮崎駿(2008)．崖の上のポニョ、スタジオジブリ

中垣ますみ・菅佐和子(2016)．「箱庭－物語法（サンドプレイ－ドラマ法)」による自己探求の試み　１－成人男性の事例を通して－、京都橘大学心理臨床センター紀要 2．69-76

中垣ますみ・永尾彰子・奥澤嘉久（2020)．菅佐和子編著「箱庭ものがたり　こころの綴りかた教室」、木立の文庫、第三章、55-81

岡田康伸(1993)．箱庭療法の展開、誠信書房

菅佐和子(2016)．「箱庭－物語法（サンドプレイ－ドラマ法)」の起源と展開過程を辿る、京都橘大学心理臨床センター紀要 2．25-30

菅佐和子(2003)．サンドプレイードラマ法を用いた自己探求の一試み－現代日本女性の攻撃性と母娘関係について－、京都大学医療技術短期大学部紀要．23．13-22

菅佐和子編著(2020)．箱庭ものがたり　こころの綴りかた教室、木立の文庫