侘び寂び男子

～草露白～

H25．9．6

《茶杓削り》

道具というのは大切なものです。ですから、道具の善し悪しを見極める審美眼を鍛えることは、その道をより深く追求するには重要です。ということで我々清風学園茶道部は、3月末日、茶室など竹製品の全国シェアで大部分を占める生駒市高山の北和園というところへ茶杓を削りに行きました。

ここで、茶杓について説明します。茶杓とは、抹茶を茶器からすくって茶碗に入れるための匙のことです。

右図のように、先が曲がっています。その曲がった先の部分で、抹茶をすくいます。全長は17㎝から、長いもので21㎝。

素材は、白竹を使いました。これは茶杓の素材として使われている竹です。本来は、炎で炙ることで先の曲がっている部分を調節するのですが、その作業は非常に難しいので、職人の方たちにあらかじめ曲げておいてもらいました。作業行程は、まず曲がっている部分以外の側面を削ります。この部分は茶杓を使用する際に手で触れるので、乱暴に削るとよい茶杓はできません。脆いものにそっと触れるように、優しく削っていきます。丁寧に。少しずつ、少しずつ。自分の思い描く茶杓を作るため、削ることにのみ集中しました。手元が狂えば失敗するのに、極度の緊張で手が震えました。側面を削り終えると、今度はいよいよ先の部分です。この部分は、お抹茶をすくう部分ですので、大きすぎても小さすぎてもいけません。また茶杓は、お抹茶の入れ物であるおなつめの上という、非常に不安定な部分に置くので、均衡を保つことが大切です。削って、置いて——転んで。削って、置いて、——回って。

地道で繊細な作業を繰り返し、ようやくおなつめの上に上手に乗りました。最後に、手触りをよくするためにやすりがけをして、完成です。

改めて自作の茶杓を見てみると、少し歪で、使い心地も職人の方のものには遠く及びません。それでも、丹精込めて作った自分の茶杓はなんだかとても愛おしく、家では必ず使っています。

その後、その場でお弁当をいただ

きました。そして、午後からは高山竹林園にて、枯山水を拝見しながら、お菓子とお茶を堪能させていただきました。

井上　大志

《西大寺大茶盛》

今年の４月の中頃に、奈良県の西大寺にて毎年春と秋に催されている大茶盛に参加させて頂きました。そもそも西大寺とは、奈良時代の中頃、孝謙上皇の発願により常騰という僧を開山(初代住職)として創建され、南都七大寺の一角として栄えました。その後平安時代に一時衰退してしまいますが、鎌倉時代に入ってから叡尊という僧によって復興された由緒あるお寺です。

今回参加させていただいた大茶盛は、その叡尊さんが西大寺の鎮守八幡宮にお茶を奉納、そのお下がりを参詣した人達に振る舞ったことが起源であるといわれています。

孝謙上皇のお詠みになった歌の立掛が設置されている寺門をくぐり、石段や石畳を進んだ先に、大茶盛りが催されている会場があります。受付を済ませ、順番を待っている部屋には、昔の大茶盛りの賑わいを描いた絵などが飾られており、待つ間暇をもてあますことが無くお客が退屈しないようにとのおもてなしの心を感じました。

しばらくして、私たちの番が来ました。雪を連想させる綿を載せた大きな木が置かれている、雪景色の大きな広間に参詣客数十人がそれぞれ列に並び、まず最初にお坊さんのユーモアあるお話を聞かせていただきました。お坊さんによれば、会場の冬景色には理由があるというのです。叡尊さんが初めて献茶したのは、１２３８年1月16日と言われており、ちょうど雪の降る頃だったようです。そのため、叡尊さんの心を忘れぬように、初心を忘れないようにということを目的として、大茶盛りの会場を冬景色としているようで、７００年も前の

お坊さんのお話の後、お菓子が出されました。出されたお菓子は「西大寺餅」というもので、その名の通り餅なのですが、そんなにもちもちしておらず、非常に食べやすかったです。参詣客の人々がお菓子を食べ終わりはじめた頃、ついにお手前が始まりました。直径３０㎝以上、重さ6～7㎏の大茶碗に何杯ものお抹茶を入れ、長さ３５㎝の茶筅を振ってお茶を点てる様は、非常に迫力があり圧巻でした。

点てられたお茶は、それぞれ５人ごとに一つのお茶碗というように配られました。余りに大きいお茶碗を自力で持ち上げられず、隣の人に助けてもらいながらお茶を頂くという風景があちこちで見受けられ、全く知らない隣の人とでも、コミュニケーションをとりやすくなっていると感じました。

大茶盛りのお席の後、境内を散策しました。本堂参拝や護摩祈願、お茶会に参加させていただき、意味のある時を過ごすことができました。この１日は私達にとって大変プラスとなったと思います。皆さんも一度、西大寺大茶盛りに参加してみてはいかがでしょうか？

鈴江　晴碧

《お軸とお花(秋)》

茶室には、お軸とお花が常に飾られています。それについて紹介したいと思います。

【お軸】

「掬水月在手」（水をきくすれば月手にあり）という言葉があります。この言葉は禅的な意味があり、谷川の水を両手ですくっている自分が、水になりきって月影を両手一杯に映し、そこに真理の光が輝いているという風に訳です。この句は対句があり「弄花香満衣」（花を弄すれば香は衣に満つ）という句がセットとなっています。このように対句となっている句は、前半が秋の句。後半が春の句となっているのが基本です。

秋の夜に月を観ながらこの句を思い出すと、とてもロマンチックですよね。

【お花】

とある日の部室のお花です。

「すすき」

このなかで一番背が高いです。すすきと言えば「秋」なイメージが強いですね。すすきという名前の前、古名では「尾花」（おばな）と呼ばれていたそうです。馬の種類で尾花栗毛（おばなくりげ）という種類があり、その尻尾と似ているから尾花とが付いたという説話があります

↑上図参照

「秋海棠」（しゅうかいどう）

秋定番のお茶花です。

秋海棠は江戸時代初期に中国から園芸用としてやってきたそうです。

花言葉は

「自然を愛す、恋の悩み、片想い」で、「片想い」はハート型の葉の片方が大きくなるからだそうです。

「ムクゲ」

夏(七月から十月)のお茶花です。ムクゲは奈良時代に中国からやってきたそうです。ムクゲは落葉低木で、木に咲くお花です。

「松本仙翁」(マツモトセンノウ)

この花は玄関に置かれていたお花です。これは人の名前ではなく、〇〇センノウと言う種類です。

このように茶道部では、毎回素敵な言葉が書かれているお軸と、季節を先取りしたお茶花に出会えます。

橋本　剛幸

《お茶と薬効》

皆さんは日ごろ様々なお茶を口にされていると思われます。今となっては嗜好品の１つとして扱われていますが、栄西が中国から茶の種子と苗木を持ち帰った当時はまだ貴重だったため、薬として使われていました。栄西がお茶の製法や効能を記した『喫茶養生記』の冒頭にも「茶は養生の仙薬、延齢の妙薬」と記されています。

では、実際にお茶を口にすることによってどのような効果があるのかを、なるべく簡単に説明したいと思います。

①　カテキン

「カテキン」は「タンニン(ポリフェノール)」と呼ばれる物質の一種です。渋み成分があり、また、抗菌作用も含まれます。

「お茶でうがいをすると風邪予防になる」と言われていますが、それはこの抗菌作用によるものです。さらに、カテキンには抗菌作用の他にも血圧上昇抑制作用や、血中コレステロール調節作用、血糖値調節作用など、様々な効果があります。

皆さんの中には、「食生活が気になるあなたに」という宣伝文句の「高濃度茶カテキン」の入ったウーロン茶を飲んだことがある人もいらっしゃるかもしれませんが、まさに「食生活が気になるあなた」にぴったりの成分です。

②　カフェイン

「カフェイン」が含まれる飲料として有名なのはコーヒーですが、お茶にもコーヒーほどではないにしろカフェインが含まれています。お茶の苦味の原因です。主な効果は覚醒作用、利尿作用です。眠いときにコーヒーを飲むと目が覚めるのはこの覚醒作用の影響です。

③ **テアニン**

お茶に含まれる旨み成分である「テアニン」はお茶の葉が採れるチャノキとニセイロガワリというキノコにしか含まれないアミノ酸の一種です。効果は、リラックス作用や安眠効果などがあります。また、カフェインを抑える効果があるため、カフェインが多いお茶にはテアニンが少なく、テアニンが多いお茶はカフェインが少ないということがあります。

④ **ビタミン**

お茶に多く含まれるビタミンは、「ビタミンC」と「ビタミンB2」です。ビタミンCはコラーゲンの形成に深く関係しています。また、抗酸化物質である「ビタミンE」の再生機能があります。ビタミンB2は、代謝や呼吸、抗体の生成など、体の正常な健康状態維持に必要不可欠な物質で、白内障に代表される多くの眼の病気の予防や治療にも役立ちます。

⑤ **茶葉本来の養分を受け継ぐ抹茶**

お茶にも緑茶や紅茶など様々な種類があります。それらは発酵のさせ方によって区別されます(例えば紅茶は完全に発酵させますが、緑茶は発酵させません)。ただ、発酵過程において元々の茶葉が持っていた養分が変わっていきます。

本日皆さんにお出しさせていただいた「抹茶」は、発酵させていない茶葉をすり潰してできたものを摂取するため、茶葉が持つ本来の養分をそのまま体内に取り入れることが出来ます。

⑥ **最後に**

これまで、お茶に入っている養分はカテキンとカフェインしか知りませんでした。しかし、今回の記事の取材によってテアニンやビタミン等の多くの体に良いものが入っているのを知り、驚きました。今まで何気なく飲んでいたお茶ですが、お茶の内面まで知ることが出来たのは良い経験だったと思います。これを機に、多くの皆さんにもお茶への興味を持っていただけたら幸いです。

相川　真人

《仏教とお茶》

私はかねがね、仏教と茶道の関係性について興味があったので、調べてみました。僕は茶道と仏教が関係していることを少しは知っていましたが、調べてみると、僕が考えていたよりもずっと深く結びついていることがわかりました。茶道の歴

史を見てみることで、そのことがよく理解できます。

ず、我が国にてお茶が広まった大きな理由の一つとして、天台宗の開祖である最澄や、清風学園の基本理念に深く関係する真言宗の開祖である空海などが唐から「お茶」を持ち帰ったことが挙げられます。しかし、この時代のお茶は、団茶、餅茶などと呼ばれる固形のもので、飲む物ではなく、食べる物だったのです。このことに私はとても驚きました。また、お茶が広まったことに空海が関係しているということで、なんだかとても身近なことのように感じられました。

その後、１３世紀になってから、臨　宗の開祖である栄西により、臼で茶葉を挽き、粉末にしてからお湯に溶いて飲むという現在の抹茶の飲み方が生まれました。日本人のお茶を「飲む」という習慣は、ここから始まることになるので、約７，８００年の歴史を持つことになります。それから数百年経った後、皆さんがご存知のように千利休によって「侘び茶」が大成されました。その利休の秘伝書として伝わる古伝書の「南方録」では、次ように記されています。

『小座敷の茶の湯は、第一仏法をもって修行得進する事なり。（中略）是れ、仏の教え、茶の湯の本意なり。湯を沸かし、茶を点てて、仏に供え、人にも施し、我も飲み、花をたて、香をたき、皆々仏祖の行ひのあとを学ぶなり。』

茶道に関することなのに、仏がたくさん出てきますね。このことから、茶道と仏教とが、とても深い結びつきを持っているということが、よくわかりますね。茶道における「おもてなしの心」と仏教における「世のためひとのため」という精神…意味している所は同じではないでしょうか。そう思うと僕は不思議と茶道の見方が変わりました。

今回、茶道と仏教との繋がりを調べたことによって私は、心をこめて点てたお茶をおいしくお客さんに飲んで頂くために日々精進し、そこに喜びを見出すことが茶道であり仏教であるのだ、強く感じました。これからも精進してお客さんをおもてなしできるように自分を高めていきたいと思います。

北田　航輝

《芸術は語る》

こんにちは。前回は、編集者として当誌のトップを飾らせていただいたのですが、今回は何とかこんなところまで来てしまいました。締めを飾らせてもらいます。それはともかく、皆様の応援の声を励みに、今回も無事に発行という運びになりました。この場をお借りしまして、部長としてお礼を申し上げます。

実のところ、今年私は高校三年生として絶賛受験勉強中でございま

して、去年のように遠く異国の地なで出向き、取材をするなどと言う時間がございませんでした。楽しみにしてくださった方にはまことに申し訳ないのですが、今回はもっと手近で、思想的なお話をさせていただきます。

さっそくですが、芸術とはいったい何なのでしょうか。よく言われるのが、西洋と東洋の芸術観の違いです。しかし、同じ日本、同じ時代、同じ場所でも、つい最近ニュースを賑わわせた二条城唐門の様な所有者あるいは製作者の権威を象徴した様な建築様式と、桂離宮の様な簡素な様式の違いのように、まったく違った印象を受けるものもあります。芸術とは、とても一言では表せないような、様々な形を合理的に一語に収めた単語なのです。

少し、文字の話をしましょう。文字は、人が情報を伝達あるいは保存しておくために作り上げた大発明と言えます。この記事も、文字を用いて記録しています。文字の良さは、その文字のことさえ知っていれば、誰にでも理解できるし、誰にでも表記できる普遍性にあると言えます。しかし、そんな万能の様に思える文字にも弱点があります。それは細やかな事実、特に人の感情を表現することが苦手だ、ということです。もし、このことが誰にでもできてしまえば、きっと詩人という職業は生まれなかったでしょう。詩人は、文字の苦手な部分を、あえて文字を使って表現する挑戦者であるからです。

ここで、ようやく芸術が登場します。小さな総合芸術ともいえる茶道は、戦国時代に生まれました。この時代は、それまでの中央の権威を用いての政治が、武士階級の合理的な政治に淘汰された瞬間でもあります。合理が尊ばれた時代に生まれた茶道もまた、究極の合理を美としたものでした。無駄な動きのない、最小限の動きで最大限の美を現出させる。それこそが、茶道の本質と言えます。そんな茶道は、ある意味神秘的で誰にでもわかるものではありません。今でこそ一念発起すればいつでも習うことができる茶道ですが、当時は支配者階級の人間の嗜みであったため、庶民にはその行為がまるで、神秘的な儀式のように映ったのかもしれません。それこそが、後ろ盾となる権威を持たない武士たちが欲していた、支配者たる自分たちと、被支配者との間に一線を設ける神秘性だったのです。

しかし、茶道は当時の世相を直接的に鋭く表現していると思われます。文字では表しきれない膨大な情報量と質を最も効率の良い形で、です。これは何も茶道に限ったことではなく、絵画や建築物と言った芸術品もまた、それが生まれた当時のことを我々に、直感的に伝えてくれるのです。ただ、文字と違って絶対的な解釈の方法というものはなく、それを理解できる者は文字に比べて圧倒的に少ないと言えます。

例えるなら、文字は大量生産された鞄で、芸術は匠の作った唯一無二のブランドバッグと言ったところ

でしょうか。前者のおかげで人々は鞄の利便性を享受することができますが、後者にしか出せない味というものがあるのもまた事実です。どちらがいいと言う話ではなく、強いて言うならどちらも併用することこそが正解なのではないのでしょうか。

先ほどは同じであると言いましたが、しかし、茶道と、絵画や建築物の間には決定的な違いがあります。それは、今形としてそれがあるかどうかです。絵画や建築物は常に形としてそこにあり、いわば常に表現されている状態にあるのです。しかし、茶道は茶道と言う芸術的行為を実行しなければ表現され得ません。行為が芸術であるのです。その行為がなくなったその瞬間、茶道はこの世からなくなってしまいます。しかし、成立から長い年月を経ても尚、茶道はこうしてあり続けています。それは茶道の完成度の高さや、合理の追求の成功がそうさせたに違いありません。逆に、茶道のような形式は、成立当時を直接肌で感じられる点にその良さがあると言えます。自分が芸術と一体となり、他のどんな形式よりも間近に当時を感じられるのです。

当然、茶を喫するのもまた、茶道という芸術行為の一部と言えます。ところで、もう一服いかがでしょうか？

末野　晃太郎

【茶道部　部員名】

高等部

３６Ｈ　末野　晃太郎
３６Ｈ　横山　昇平
３６Ｂ　木下　良平
２６Ｉ　相川　真人
２６Ｉ　鈴江　晴碧
２６Ｉ　坪内　浩平
２６Ｈ　井上　大志
２６Ｆ　川中　一康
２文Ａ　北田　航輝
１六Ｈ　橋本　剛幸
１六Ｋ　岡本　浩章
１六Ｋ　生藤　公教
１六Ｋ　前川　諒太
１六Ｊ　平井　彰
１六Ｊ　岡田　最大
１六Ｊ　北村　如快
１六Ｊ　平野　裕大
１六Ｊ　宮本　知亮
１六Ｊ　馬場　智治
１理Ａ　赤松　誉生
１文Ａ　市橋　真裕

中等部

中２Ａ　財津　真生
中２Ｂ　宮崎　隼
中２Ｇ　前田　陽希

《あとがき》

本日は清風学園の文化祭において開催された、茶道部にお越し頂き、さらには当誌をお手に取って頂き、まことにありがとうございます。

さて、私はよく、友人に「茶道部ってどんな活動をしてるの？」と聞

かれます。この「侘び寂び男子」はそのような疑問に答えるべく作成しているのだと、私は思っております。この部誌を通じて少しでも多くの方に、清風茶道部の活動を知って頂ければ幸いです。

この部誌は私達茶道部の部員が自主的に作成すると言い出したのですが、お茶のご指導を頂いている小西先生をはじめ、また、顧問の先生方のお力添えが無ければ完成する事はありませんでした。この場をお借りして、ご協力に感謝いたします。

編集　鈴江　晴碧