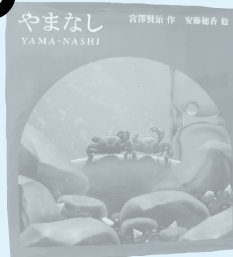


# 上質な気分転換のすすめ—— たとえば宮澤賢治の 言葉を味わう

木村弥生 日本看護協会広報部



## 人生の深みを知り感受性を磨く

私は日本看護協会の広報部で、協会ニュースの編集をしたり、マスコミの取材に応じたり、「看護の日」のイベントにかかわったりしています。看護職で、日本看護協会に入職する前は都内の大学病院に勤務していました。看護の世界に入ったのは30代半ばで、最初に入った大学では国文学を専攻し、源氏物語を卒業論文にしました。なので、私は皆さんに比べて、臨床の経験は少ないのですが、文学に関する知識は、ちょっとだけ、詳しいです。皆さんがお勤めの学校では、文学作品を味わう時間はあるのでしょうか。どうしても、カリキュラムは実践的な内容が優先されてしまうのが現実だと拝察します。看護系大学でも「文学」が選択科目に組み込まれているところは少ないですね。文学や哲学といった類は、抽象的で、看護職になるために必修科目としてイメージしにくいことでしょう。たしかに看護技術に直結する情報などないし、役に立たないと思われるかもしれません。でも、患者や対象者の人生に寄り添う看護職に、文学は必要ないでしょうか。看護の仕事は、老若男女、あらゆる層が対象です。文学は、看護をするにあたり大切な「人間というもの、人生の深み」を知り、患者さんが今おかれている状況、精神的、社会的な意味をも含めた苦悩を理解する手掛かりになります。優れた文学は、いつの時代にも通用する普遍性をもっています。

さらに、病むもの、弱い存在をケアする看護の仕事は、時として自己の感情を疲労させます。良質の作品を鑑賞し、感受性を磨くことで、気分転換、ストレス

マネジメントを図ることもできます。もし私の趣旨にご賛同いただけたら、学生の皆さんとも共有してほしいと思います。超高齢社会の日本、これからが看護の力の発揮のしどころです。卒業生の皆さんが、生涯看護師として働き続けられるための「気分転換上手、へこたれない心の基礎づくり」に、微力ながら貢献できれば幸いです。

## 目に浮かぶ美しい情景

本稿では宮澤賢治の作品を紹介します。『注文の多い料理店』『銀座鉄道の夜』など読んだ人も多いでしょう。賢治の作品の魅力は、ヒューマニズムとユーモア、日本語の美しさ、と挙げていったらきりがありませんが、ここでは「オノマトペ」という擬音語や擬態語の独特の使い方を一緒に味わいたいと思います。

### ■やまなし

「小さな谷川の底を写した、二枚の青い幻燈です」という出だしから始まる『やまなし』。一枚目の5月では、二匹の蟹の兄弟が青白い水の底で話しています。「クラムボンにわらったよ」「クラムボンはかぶかぶわらったよ」。クラムボンとは一体何でしょうか。諸説あるようですが、これはいまだに謎のようです。なめらかな天井にはつぶつぶ暗い泡が流れるばかりの谷底に「つうと銀のいろの腹をひるがえして、一匹の魚が頭の上を過ぎたかと思うと、にわかにはパッと明るくなり、日光の黄金は夢のように水の中に降りそそぎます。そこで、青びかりのざらざらする鉄砲弾のようなもの

がいきなり飛び込んで、一瞬のうちに魚をくわえて去ります。恐怖にすくむ子蟹たちに、父親の蟹は、鉄砲弾の正体はかわせみだと聞かせます。

二枚目の12月では、蟹の子どもたちも大きくなり、川底の景色も夏から秋に変わっています。「そのつめたい水の底まで、ラムネの瓶の月光が**ひん**に透きとおり、天井では波が青じろい火を、燃したり消したりしているよう、あたりはしんとして、ただいかにも遠くからというように、その波がひびいて来るだけです」。あまりの月の明るさと水のきれいさに、蟹の子どもたちは眠らないで外に出て、はいた泡の大きさ比べをして無邪気に遊んでいます。そのとき「トブン」(どぶん、ではないのです)と、黒いまるい大きなものが、天井から落ちてずうっとしずんで、また上に上って行きます。かわせみかと怯える子蟹たちに、父親は「あれはやまなしだ」と教え、3匹はやまなしの後をついて行きます。「そらの月あかりの水の中は、やまなしのいい匂いでいっぱい。まもなく水はサラサラ鳴り、天井の波はいよいよ青い**ほのお**焰をあげ、やまなしは横になって木の枝にひっかかってとまり、その上には月光の虹がもかもか集まりました」。父親は、もう2日ばかり待つと、やまなしは下に沈んで、ひとりでおいしいお酒ができると伝え、親子の蟹は巣穴に帰って行きます。「波はいよいよ青じろい焰を、ゆらゆらとあげました。それはまた、金剛石の粉をはいているようでした」。

幻燈はこれでおしまいです。何がストーリーの山場だか、わからないうちにお話は終わります。それでも、この短い童話が今なお、古くささを感じずに楽しめるのはなぜでしょう。「かぶかぶ笑ったよ」「トブン」「月光の虹がもかもか集まりました」。なんと自由で、ユニークで、豊かな表現かと思いませんか。ゆらゆらとした水面、澄んだ谷川の底の光景、翡翠色のかわせみが、鮮明に目に浮かびます。

## ■雪渡り

雪国の子どもと狐の交流を描いた『雪渡り』は「雪がすっかり凍って大理石よりも堅くなり、空も冷たい滑らかな青い石の板でできているらしい」と始まります。「お日様がまっ白に燃えて百合の匂いを撒きちらし又雪をざらざら照らします。木なんかみんなザラメをかけたように霜でびかびかしている」なか、四郎とかん子は雪道で狐の紺三郎と友達になり、狐小学校の幻燈

会に招待されます。青白い大きな十五夜のお月様がしずかに氷の上山から登り、雪がチカチカ青く光り、堅く凍ったら、幻燈会の合図です。森の入り口に着くと、胸にどんぐりの記章をつけた白い小さな狐の子が立って入場券をチェックします。林の中には月の光が青い棒を何本も斜めに投げ込んだかのように。幻燈会ではお酒に酔った人間のおじさんが何かおかしな、まるい「わるいもの」を食べています。そんな映像を見た後で、お団子を出された四郎とかん子。躊躇しつつも「ね、食べよう。紺三郎さんが僕らをだますなんて思わないよ」と四郎が食べると、狐の生徒たちは感激して、みんなで躍り上がります。

キックキックトントン、キックキックトントン、  
ひるはカンカン日のあかり

よるはツンツン月あかり  
たとへからだを、さかれても  
狐の生徒はうそ云ふな

キックキックトントン、キックキックトントン、  
狐の紺三郎は閉会のあいさつで「狐のこしらえたものを、賢いすこしも酔わない人間のお子さんが食べてくれた」と、これまでの「狐は人をだます」という不名誉な評判を撤回できると語り、狐の生徒たちも、キラキラ感動の涙をこぼし、四郎とかん子との別れを惜しみます。二人は森を出た野原の真ん中で、迎えに来た兄さんたちに会うのでした。キックキックトントン、キックキックトントン。果てしなく続く白い雪野原に、子どもたちの小さな足あと、そして狐たち。読んでるこちらまで、体がリズムカルに弾んできそうです。

賢治の作品は、ありがたいことに、スマートフォンをお持ちの方なら「青空文庫」のような無料アプリからダウンロードして、読むことができます。じっくりと腰を据えての読書は、忙しくてできなくても、電車に乗っているときや、待ち合わせで時間をつぶしたいときにも気軽に読めます。朗読するのも一興です。

賢治が描くお話は「みんな林や野はらや鉄道線路やらで、虹や月あかりからもらってきた」(『注文の多い料理店』序文)のだそうです。ぜひ、そんな美しい、心に残る作品にふれていただければと思います。

木村弥生 ● きむらやよい

〒150-0001 東京都渋谷区神宮前 5-8-2

日本看護協会