

## 短歌表現（Ⅳ）

### —コミュニケーション技術における学習効果の検討—

土 永 典 明

Tanka Practice (Ⅳ) : Composing poems of daily life and nursing care

Noriaki Tsuchinaga

#### はじめに

自分の外側は写真で写すことができるが、その内面を映すことは不可能である。心の内のアルバムが短歌ということになる。どのような立場の人間であれ、短歌を作ってみたいと思ったなら、それは人間でありたいと切実に思っていることの証明である。短歌の世界においては、それが何かという理屈からはじめるよりも、まずは作ってみるということである。

歌は表現である。表現とは自分で感じたこと、思ったことを述べることである。そして表現とは、必ず他者に向かって何かを投げかけることでもある。相手に投げかけることによって、相手の中に、言うに言われぬ波動を起こさせる。自分自身に語りかけるつもりで作ったとしても、やはりそれを相手に投げかけているのである。返答があるとは限らないが、どこかで誰かが自分のメッセージを受け取ってくれるかも知れない。また、短歌には、詠み手が自分自身にとっても心に起こった波のようなものを記録するという役割がある。短歌には何年かたって読み直したときに、その時の背景が鮮明に思い出される効果があるといわれる。

1980年代後半から活躍した歌人達は、同世代性が強く、口語体を用いた親しみやすい短歌を詠んでいく。この時代の代表的歌人として俵万智、穂村弘、柁野浩一、林あまり、佐藤由美子が挙げられる。これら歌人の共通する特徴として、ほのぼのとして、そして少し悲しく、とても魅力のある感覚的な口語短歌ということである。最近の「ケータイ短歌」等の短歌ブームも、この口語短歌の利点が認められていることに由来があると筆者は考える。

本学人間総合学科介護福祉コースにおいて、短歌を「コミュニケーション技術」の授業の中に取り入れて6年が経過した。5・7・5・7・7という三十一文字は、文章と違って印象的に表記できる。短歌を作ることで学生達の感性が豊かになり、ものをよく観察する目を養われ、語彙も豊富になる。自作の短歌を授業の時間に学生同士が発表しあうことで、学生達が気持ちを伝える。自分の気持ちを伝えるということは、クラスの雰囲気にも良い効果があると考えられる。

## I 短歌の作り方

言葉を5・7・5・7・7に乗せると、不思議と調子が良くなると筆者は考える。短歌を詠むということは、まず、思ったことを書き留めることから始まる。そして、テーマを捉え、それについてどのような感想をもったか、1文でいいので書き留めて5・7・5・7・7の土台にする。テーマは身近なことでも良いが、既にある各種の短歌集の題目分類の傾向を参考にしてみるのもかまわない。

次に短歌では、一首にひとつの心情だけを詠みこむようにする。一番鮮やかに心に残ったことや、胸の高鳴りを覚えたことなどを思いだしてみる。または、自分の身のまわりを振り返ってみるのもいいだろう。

テーマは起、状況説明は承、締めは転か結という要素になる。落ちには対象を描写するだけの落ちもあれば、メッセージ性のある一般的な動作による落ちもある。また、擬人法などによる仮託的な落ちや、時としてストレートな形容詞等の用言による作者自身の真情の吐露の落ちなどもあって様々であるので、気兼ねなく字数内に収めてみる。そして、体言止めの技法を使用すれば、テーマが後となる場合もある。体言止めには、そこに切れが出てテーマを強調しやすくする効果がある。

最初は、自分の好きな短歌を選び、その調子をまねて作ってみてもよい。手本をまねて作ることができるようになったら、こんどは自分の力だけでまとめる練習をする。それには、今日で見ていることやすぐそこでおこなわれていることを短歌にまとめるとよい。全体の調子がまとまれば、1音ぐらい字余りや字足らずになってもかまわない。気にせずにのびのびとまとめてみる。1冊ノートを作り、どんどん書きこんでいく。思いついた第一句だけでもノートに書き留めておく。そして、ゆっくりと考える時間があるとき、書き留めておいたものを手がかりにして、そのときの気持ちをまとめていく。

よい短歌を作るには、短歌を見せ合うことのできる仲間が必要である。5～6人の短歌のグループを作って、自分たちの作品を見せ合う会を開いてみる。

上達するには、自分の作った短歌を読み返し、気にいらないところは何度も根気よく直すようにしなければならない。詠んだ時、よくまとまったと思っても、時間をおいて読み返すと、気にいらないところがずいぶん出てくるものである。

## II 短歌の基本を推敲

まず、はじめに、推敲という言葉の生まれたいわれを考えてみる。「推敲」という語は、中国の詩人である賈島が自分の作品中の「推す」を「敲く」とどちらにすべきか迷っていたとき、韓愈という当時高名の文人に道端で教えられたところから出来た熟語だとされている。

短歌は詠んだままにせず、何度も見つめ直し、まず自分自身で推敲してることが大切である。自分自身の短歌をより良くするために語句を入れ替えたりして、自分で考えを練ることを推敲という。また、それ以前の問題として、その歌が自分の表現したいことが表現できているかを客観的に見直すことが大切である。

推敲のスタートは、一首の核心は何かを考えることである。そして歌の完成は、その核心を最大限に生かす表現へ到達することである。その為に短歌を詠むということは、常に、アイデアを得たときの最初の映像へ帰らなければいけないことにつきる。何故なら、いったん言葉にすると、どうしてもその言葉に捉われて身動きが取れなくなるからである。

さらに、いく首かの作品を作ろうとするとき、それが自ら連作の形をとっていくのは、そのことを意

識するかしないかは別として、今日では普通のことである。一連の作品を作り終えた後に見直し、二つ並んだ作品を併せて一首としてしまう、といった配慮も必要である場合がある。例えばその一首の上の句と、それに続く作品の下の句とをつなぐ、といった工夫である。

一度読んだだけで意味がすぐ分かり、繰り返し呼んでも面白い短歌を目指していく。短歌を詠むにあたっては、自分と同じ経験をしていない人にこの表現が通じると、常に自問することが大切である。

### Ⅲ 推敲例

1. いつまでも私の心ガラス玉青春時代万歳  
\*ガラス玉から考えられる心の様子を7.7に入れる
2. 恋はもうしないしないと言ってても気づけばもう君だけを見てる  
\*同じ言葉が重なっているので、言い換える。重なりは避ける
3. 田舎にもいいところあるよ沢山ね道を歩けば自然あふれたり  
\*自然あふれり (自然あふるる)
4. 思い出す過去の思いで辛くなる今が幸せ問題ないね  
\*どのように辛くなるのかを表現するとよい
5. 「また後で」あなたが言ったあの言葉体動かず心動かず  
\*「嬉しい思い」か「辛い思い」かが伝わるとよい
6. 実習でじいちゃんの笑顔見るたびに何だかこっちまで笑顔になるよ  
\*字余りになっている⇒何だかこちらも
7. 届いてる送ったメールと真逆の私の気持ち気づいてSOS  
\*5.7.5.7.7の定型を守る ↓  
届いてる？送ったメールのその奥の私の気持ち気づいてサイン
8. また来てねその一言が嬉しくて私の明日の原動力  
\*で報われる
9. 懐かしい稲穂が揺れる田んぼ道脇を歩けば緑のさざ波  
\*言葉が同意のためどちらかを言い換える。
10. 笹団子季節の折に婆ちゃんが毎年作る愛情の味  
\*どちらも「あ」で始まっているので、リズムがよくない
11. 我気づく眼元に光る涙見た心に沁みる優しさの後  
\*眼元に光るその涙 \*証し  
\*動詞の部分がどこにあるかを明確にすると、内容もすっきりする
12. それだけで手と手が触れ合うそれだけで何かが伝わるメッセージ  
\*同じ言葉が重なっているので、別の言葉を探してみる  
例えば上句の「それだけで」⇒「言葉なく」
13. 占いでお告げが合った前世から今できること分らずにいる  
\*上句と下句の関係がわかるようにする
14. 手招きでいつも私を呼ぶあなた夏に行くから待っててね  
\*どんな人かが分かるものを入れてみる \*7文字にする

15. 手のひらを見せ合うだけで笑顔咲く繰り返してない介護の仕事

\*インパクトはあるが、ただどういう状況かイメージしやすい工夫が大事である

## IV 短歌でつづる学生の日常生活

## 1) 介護

- 利用者写真と撮って一言が似てる笑顔に親戚だねと  
(講評) 作者が利用者写真と撮った写真を現像した。その写真を二人で眺めている。
- 利用者の口の開きで見て分かる好きな食べ物海苔天むすび  
(講評) 実習中、同じ利用者の食事介助をさせてもらうことで、その利用者の特徴を知ることができた作者であった。
- 「これはソコ」教えてくれる利用者さんやっぱり私の大先輩  
(講評) 実習中に、どこにタオルがあるか分からずオロオロしていたら利用者が教えてくれた。それが嬉しかった作者であった。
- 実習中視線を感じて振り返る笑顔で見守る祖父の姿  
(講評) たまたまショートステイを利用していた祖父が、筆者の実習風景を後ろから見守るように眺めていた。筆者の心の動きを、シャッターチャンスで捉えた。
- 食事中会話が弾み笑顔出る距離が縮まる老いと私  
(講評) 筆者が実習中に利用者と打ち解けた瞬間である。ほのぼのとした雰囲気が伝わる。
- 聞き返し「ダメだね私」と老いの声伝わってくる歯がゆい気持ち  
(講評) 老いは生き字引である。物事に執着することも尊重すべきだが、忘却もまた大切な一つである。
- 開かない目冷たい手足姥の顔死出の旅立ち蓮華化生  
(講評) 人は命を授かった瞬間から、浮世の苦楽と向き合う。極楽浄土の蓮の台に委ねる。作者の感受性が非常にしなやかである。
- 初体験髭剃り手伝いご褒美はチュッと素敵な投げキッス  
(講評) 口数が少ない利用者が、「ありがとう」の意を込めて投げかけてくれた瞬間。ユーモラスな作品に仕上がっている。
- 「へっちらよ！リハビリなんてへっちらよ！」会いに来る孫パワーの源  
(講評) 孫が面会に来てくれることを、リハビリの励みとしている利用者。その姿に感動した作者であった。
- 担当者厳しい時もあるけれどその背面は理想の姿  
(講評) 実習中に指導者から介護を基礎から学んだ。特に利用者に関わっている姿を見たとき、将来自分もこのような指導者を目指したいと思った作者であった。
- 車椅子一生懸命漕ぎながらいつも私と話してくれる  
(講評) 他の利用者と会話をしていても、いつも車椅子を漕いで作者の側まで来て、話の輪に入ってくる利用者。そのことが嬉しかった。
- 歩行器についた鈴の音歩むたびちりちり揺れる頼りなさげに  
(講評) 作者の実習でのなんでもない事柄を、こうして意識下において見ている。観察眼が素晴らしい。

- 話せない利用者だけど伝わるよ「帰らないで」と握る左手  
(講評) 筆者が帰る時間になると、話すことができない利用者が左手を力強く握ってくれた。その非言語的コミュニケーションに涙が出た筆者であった。
- 相性はよくないけれど技術では尊敬できる指導職員  
(講評) 相性が合わなくても気にする必要はないのです。どこか相手の良さを見つけることで、人間関係を紡いでいけるものです。
- 「悪いね」と介護の度に涙するあなたの為に優しい介護  
(講評) 実習時の排泄介助や移乗の度に、「いつもお世話ばかりかけるね」と両手を合わせる利用者がいた。作者は利用者が、そのような気づかいをしない介護を心がけたいと感じた。
- 「悪いわね」いつもそう言う利用者さん拝む両手をそっと握る  
(講評) 作者の思いやりのにじむ、静かなリズムをもつ作品である。
- 動かない手足に老いは愚痴言わず私の体気遣う優しさ  
(講評) 「袖振り合うも多生の縁」。この利用者の行動は、母親が子どもに注ぐ無償の愛である。
- 利用者にネイルやメイクしてみたら魔法がかかりモデル現れ  
(講評) 実習のレクリエーションで、ネイルアートや化粧を利用者にしてみた。利用者はモデルになりきっていた。
- 週二回シート交換の楽しみは職員さんたちとのぶっちゃけトーク  
(講評) 位置関係の不問が気をそそる。

## 2) 日常生活

- 散歩して夏の終わりを感じ取る澄んだ空気と虫の鳴き声  
(講評) 肌を感じる空気、耳を澄ますと「チッチッチッ！」と虫の鳴き声。季節の移り変わりを感じ取れる歌である。
- テレビ観て地元が映り笑みこぼれおっちゃんたちええ人だっちゃ  
(講評) 一人暮らししている作者がテレビをつけたら、佐渡の父親や近所の人が出演していた。方言丸出しで会話していて、その優しさに触れる思いであった。
- うちの犬自分のいびきで飛び起きてびっくりするがまた寝始める  
(講評) 着想が面白く楽しい表現の仕方。
- 大声で鼻歌うたい上機嫌ふと見上げれば窓開いており  
(講評) 予想もしていなかった窓の全開。読むと思わず笑ってしまう、ユーモアのある歌。
- 弁当の中身にいつも一工夫母の愛情パワーにかえる  
(講評) 実習中は特に弁当の副食に気を配ってくれた母親。この弁当で一日、実習を乗り越えられた。
- 十九歳子ども扱い嫌だけど大人なんかになりたくはない  
(講評) 一首全体から発する若々しい勢いが気持ちよく伝わってくる。
- 「ありがとう」面と向かって言えないが母の日だけは素直になろう  
(講評) 本学入学時より、アパートで一人暮らしをしている作者。親元を離れてみて親のありがたみがわかり、母の日に言葉にしてみた。
- 春の朝目覚ましなしで目を開ける澄んだ天気と鳥のさえずり  
(講評) 春になるにつれて暖かくなり、鳥の鳴き声で目覚めのいい朝を迎えさせてくれる。一度読んだだけで場面が見えてくる印象的な歌。

- 「ただいま」と言って帰るが返事なし一人暮らしの寂しい事情  
(講評) 最近一人暮らしを始めた筆者。ついいつもの癖で、「ただいま」とアパートの玄関を開けて部屋に入るが何の返事もない。それが切なく感じた筆者であった。
- 秋の空下校時会えた夕焼けの寒くて暑い日々思い出す  
(講評) 描写の奥にある作者の感慨がにじみ出ている。
- うちの猫寒いところが嫌いだと布団とコタツ行ったり来たり  
(講評) 飼い猫への思いの深さが伝わる一首である。

## まとめ

感動と表現の出来はたいてい反比例することがある。歌に対する思い入れが強すぎると、かえって歌の力を弱めるのである。また、幸せなときには、幸せと感ぜないことでも、それを失ったときに初めて自分が今まで幸せであったことに気づくものである。このようなときにも、ぜひ短歌を詠んで欲しいと筆者は考える。そして、普段から観察は情景ばかりではなく、自分の内部の観察も必要である。常日頃から対象をよく観察し、デッサンという訓練を重ねることは、一つの対象を複数の角度から捉える力を育むことになる。また、大きなテーマのとき、或いは一つの素材でさまざまな角度から歌うとき、連作という方法を使うとよい。短歌は、三十一文字という限られた字数なので、一首に盛り込むのは限度がある。何種かに分けることで、一首をすっきりさせることができる。歌に上達の近道はなく、一首でも多く詠み、決して諦めず楽しく詠むことが大事である。本学では学生に短歌を詠ませてクラス全員で鑑賞する。この取り組みを通じて学生の間に関心が広がることで、学生の間で互いの気持ちが通い合うようになった。そして、今日では、クラスも自然とまとまっていった。短歌を鑑賞しあうことは他人の心の声に耳を傾ける良い機会になるので、今後も短歌を教育に取り入れていきたい。

## 参考文献

- 笹 公人 2008 念力短歌トレーニング. 扶桑社.
- 篠原資明 1996 心にひびく短歌の世界. 講談社現代新書.