

文芸誌

AUROLA

～オーロラ～



Take it for free!

2013.8.2.発行
Vol.1
創刊号

本誌は、リワークプログラム CRESS の参加メンバーが作成したものです。

こころのクリニック 和 ～なごみ～
〒541-0045 大阪市中央区南本町 2-2-9
TEL06-6226-7463 URL:<http://kokoro-nagomi.com>

○AURORA(オーロラ)とは

オーロラとはラテン語で「夜明け、再出発、曙光」を意味する。
メンバーが新たな人生の明るい兆しを希望して命名しました。

○アートセラピーってなんだろう

(オーロラ)を手にされたあなたは、アートにどういうイメージを抱きますか？美術館におごそかに陳列されている絵画でしょうか？図工や美術授業で描いた絵を連想する方もいるかもしれません。CRESSでは、アートセラピー(芸術療法)をプログラムに取り入れています。リワークに参加しているメンバーが様々な創作活動に取り組むのです。創作活動で、私たちは何を体験するのでしょうか。まず、いろいろな感情を味わうでしょう。作品を作る楽しさや喜び、上手に作れない苦しさや劣等感、喜怒哀楽、様々な感情が湧き起こります。そして、作品には、メンバーの心の世界が映し出されます。それは、病気の苦悩、治癒や復職への願いや人生の希望かもしれません。

普段は表現のツールを持たずに心の深い場所に住むものが、創作という通路を通じて、自然と作品に表現されるのです。さらに、芸術は心に描いた絵を外の世界に表現する営みです。C r e s s のアートセラピーでは、創作の営みを持つ、治療的力を信じています。うつ病で苦悩し、休職を余儀なくされたリワークのメンバーが、同じく復職を目指す仲間とともに、絵や文章で自己を表現し、作品を共に生み出し、鑑賞し、分かち合う。この体験が、苦しみの中で凍結していたメンバー一人一人の心に生き生きとした動きをもたらしていきます。アートセラピーで生み出された作品とは、メンバーの生きた心でもあり、メンバーが自分自身に出会った痕跡でもあるのです。(スタッフより)

○目次○

- ・ 連歌
- ・ リレー小説
- ・ お面

連歌

連歌とは複数の詠み人が次々に上の句（五・七・五）と下の句（七・七）を順番に加えていく和歌のことです。人によつて句の解釈は千差万別です。それまでの句を受けて自分が何を表現するか。自分が加えた句がその後、どんな句に受け継がれて一つの作品となるかが大きな楽しみです。

○七夕

天の川 おり姫彦星 会えたかな

宇宙のかなたに 思いをはせつつ

願い事 大きくなって 思い出す

あの日の夢は 遥かかなたに

現実には 汗水流す サラリーマン

それでも頑張る 24時間戦士

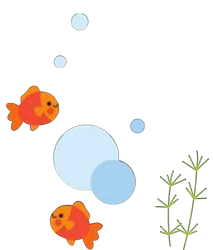
短冊に 思いを込めて 明日もいく

ビール飲みたい はやく飲みたい

曇り空 人目を避けての あいびきに

新たな夢に心弾ませ

今回の連歌集で多かったのは夏のテーマです。七夕、初夏、夏休み、夏祭りなどで始まった夏の言葉が時に涼しげな言葉で受け継がれ、また時に「ビール飲みたい」や「二度寝」といった言葉で歌の情景が一変してしまうことも。思わず微笑みながら読み返した作品がいくつもありました。



注釈）宇宙という無限の世界から回想へ

その後、現実を経て夢の世界へ誘われます。

おり姫・彦星という子どもの頃のメルヘンチックな発句から、あららら・・・願い事は大人になってみれば遥か彼方、24時間戦士の現在にはビール！ですが最後はロマンチックに夢に心弾ませる、おり姫・彦星が居ます。

七夕／天の川という夏の風物詩から、子供の頃、短冊に思いを込めたように、新たな夢に、心弾ませてみたくなる、そんな連歌になりました。

一年に一度七夕に、心弾ませて天の川へ、想いを馳せてみてはどうでしょう。



○初夏、はじける

夏思う すきとおる水 まぶしくて

えん側すずし ラムネ片手に

えん側で寝ころびながら涼をとる

蚊取り線香 けむりモヤモヤ

いつの間に油断してたら 虫さされ

さされて気づく 五分のたましい

一寸の 虫にも命が 宿ってる

見えない魂 支え合っている

食物の 連鎖を目のあたりにし

スイカの種を 庭にふきつけ

○夏時間

暑い日は 枝豆あてに ビール飲む

夕立のあと 涼風と共

暑い夜 毎日悩む 冷房付けるか

つけては消して 気づけば朝に

朝露に 濡れる花びら 朝顔の

色とりどりさ 目眩しくて

朝起きて すっきりしない 雨の朝

暑さも今日は 一休みかな

突然の ゲリラ豪雨に 止められて

傘さしだすは 運命の君

注釈) 子どもとプールに行った時の歓声や水しぶきを発句に詠みました。

夏、プール、照りつける太陽をイメージしていたのですが、下の句を詠んだ人の「ラムネ片手に」という表現から、山々に囲まれた緑豊かな田舎のおじいちゃん、おばあちゃんの家で縁側に座り、足をぶらぶらさせてラムネを飲んでいる少年の姿を想像しました。周りの木々からはセミの鳴き声が降るようにきこえてきます。夏の始まり。セミやバッタ、チョウチョなど昆虫の生命も今とばかりにはじめています。ラムネの泡のように・・・

この連歌の作品からそういう情景を思い浮かべました。



注釈) 夏の暑い日のなかで過ごされているひとつの時間を切り取っていただいたような情景が浮かぶ連歌です。

暑さの続く日も、夕方や朝の時間によって見える景色や感じる風も変わってきます。

夏の時間のひとときのなかで、少し足を止めて周りをみわたすことで、ステキな出会いが待ち受けているかもしれせん。

貴方なら、上の句を受けて、どのような夏時間を下の句に綴られますか。



○後悔の夏休み

思い出す 学生時代の 夏休み

ラジオ体操 起きれず二度寝

二度寝して 起きたら 既に正午過ぎ

プールの補習も 遅れて涙

部屋一人 やること考え 夕方に

考えたくない 宿題のこと

忘れたい 今日の日 コーラ飲み

思う存分 遊び倒すぞ

野をかけた 無心のあの頃 楽しくて

ネクタイ外して ラジオ体操

○夏祭り

君と僕 胸躍らせて 夏祭り

浴衣姿が 輝いて見え

一の夜の 一瞬の思い出 心の中

打ち上げ照らす 君の横顔

縁日で 焼き鳥一本 もちながら

君の頬照る 提灯の灯を

また明日 名残惜しさを 感じつつ

君のゲタ音 そつと見送る

星見上げ 君の姿がよみがえる

抑えきれずに スキップランラン

注釈) 7月下旬が待ち遠しかった学生時代。ジリジリと照りつける太陽、空高くわきたつ入道雲、鳴り止まないセミの声。何より待ち遠しかったのは淡々とした日々から自由になったという、あのなんとも言えない開放感だったのかもしれない。「学生時代の夏休み」という発句を記したとき予想していたのは、よき夏休みの思い出だった。ところが続いたのは「二度寝」、「補習」、「宿題」という苦い記憶に基づく意外な言葉ばかり。その時に詠み人の頭をよぎったのは、「もうあの貴重な日々を満喫できない」という後悔の思いだったのだろうか。

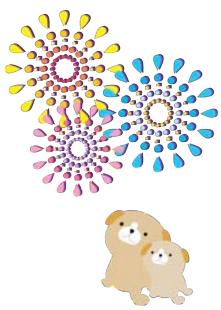


注釈) 交際がスタートして間もないのだろうか？夏祭りへと出掛けた二人。初々しい彼女の姿が輝いて見えた情景が想起される句から始まる。

そして次の句からは、花火や提灯に浮かんだ彼女の横顔や頬に、夏祭りの喧騒の中でのぞく、一瞬の切なさを感じることができる。

場面は転じて、家路についた二人。ゲタ音を響かせる彼女をそつと見送った彼だが、ふと見上げた星空に彼女の姿を見出し、再び思わず胸躍らせた彼の姿で締めくくっている。

短い夏の楽しさ・切なさが折り混ざった甘酸っぱい歌に仕上がっているのではないだろうか？



リレー小説

リレー小説とは、参加者が短い文章を作成し、次の人がその文章を受けて話をつなげ、小説を仕上げていく。

あらかじめキーワードを決めておき、必ずどこかで盛り込む方法もある。

- ・ 話の展開をどこで盛り込むか、しかけるか、話の流れを変える要注意人物が現れる。
- ・ 人の発想がおもしろい（自分にはない発想）ができておもしろい。
- ・ 最後の人はタイトルに沿った内容で終わらせるのに苦労した。



「ならば、青春の日々よ」

いつも目覚めのいい私が、今朝に限ってまぶたが重い。

いつになくコップの一杯の水がうまく感じる。

いっきに水を飲み干すと、ふと窓の外に目がいった。

雨だ・・・。

田園風景の中、水車の音が気持ち良い。

家の外からは、カエルの合唱が聞こえる。

どうしてもあの人に会いたくて、家を出た。

お気に入りの傘をさし、あの日と同じブローチをつけ、深呼吸をしてから一步をふみだした。
向かった先は、あの日別れた場所。いるはずのない面影を探しに・・・。

最後に二人で見た飛行機雲を思い出しながら、私は一人で、あの日の彼の姿を頭の中で思い描いていた。

今の姿でなく、あの時彼が現れるのを待ちながら、そっとブローチをはずした。

「・・・馬鹿よね、私」

あの日見た飛行機雲のように、遠くへと、はずしたブローチを投げた。

注釈

「水」「カエル」「飛行機雲」という関連性のない3つのワードをどの箇所でも話の流れに沿って出すかというのが楽しかった。

哀愁漂う良作になったのではないか。



「恐怖の体験」

私は、霊というものの存在を、信じたことはなかった。

・・・つい先日までは。

あの日、私は一人で見知らぬ町に歩いていった。

急に生温かい空気につつまれ、背すじがツーンと氷がすべったような冷たさを感じた。急にまわりの音が消えたように感じた。

あまりに突然のことで、恥ずかしながら、思わずチビリそうになった。それくらい、不気味な感覚だったのだ。それに、何より、視線が・・・。一体誰が、私を見ているのだ。

振り返っても誰もいない。足早にその場から立ち去りたかったが・・・。思うように体が動かない。

どうしたらいいんだ。

動けない足もとにゆっくりと視線をおろすと……

白い手が私の足首をぎゅっと、にぎりしめていた。

「だれだ」と周りを見ても、だれもない。白い手だけ。体が動かない。

助けを呼ぼうとしても声すら出ない。

息も苦しくなり、少し視界がぼんやりしてきた。あれ？そもそも私はどうして一人で見知らぬ町を歩いていたのか……。記憶をたどる。

もしかして霊に呼ばれて歩いてきたのだろうか？

いや、私は絶対に霊なんて信じるものか。これは夢だ。悪夢なんだ。

私はギョツと目をつぶり、この恐怖が過ぎ去るのを待った。

どれくらい時間が経ったのだろうか。

「お客さん！ お客さん！ 終点ですよ！」

気づくと車掌が私の肩をゆすっていた。

慌ててカバンを持って電車を飛びおりた。

風が寝汗をさらってゆく。心地よい。

よかった。よかった。夢か。

ほっとして一歩踏み出した私の足首にはくつきり白い指のあとが残っていた。

注釈

夏なので、少しヒヤッとする話しを一つ。

素直な流れで話が進んでいる。タイトルの「恐怖の体験」が最後にきいている。

「初夏の夜」

夕飯時になっても外が明るい季節になった。昼間は暑くて真夏かと思うが、日が沈んでいくとヒヤッと冷たい風が通る。

キッチンでは妻が夕食の準備をしている。

後ろ姿がうきうきしているように見える。

いや、うきうきというよりバキバキだな。

何があったのか。妻がこういうときの食卓はたいにぎやかになる。対応の仕方を間違えると大惨事となる。

私が一抔の不安を感じると、キッチンから、なにかをへし折るような音が響いた。

私はおそるおそる妻に聞いてみた。

「何だと思う？」妻が聞き返してきた。

料理中にバキバキ？

私には思いつかなかった。

「いやあ、すごい大きな音がしたからな。何なら、手伝おうか？」

努めて冷静を装いながら、おそるおそる、私は妻に歩み寄った。

「今日見た料理番組で、自宅で手軽にできる“カツオのたたき”を作ってるんだけど……うまくできないの」と妻は苦笑いしながら

「もう少し夕飯待つてね」と私をさとすように言った。

カツオのたたきを作るのどうして大きな音が出るのか？

もしかして、彼女は何か大きな勘違いをして作ってるんじゃないだろうか？

ペチャンコのカツオのたたきが出てきたりして。そんなわけないか。

「バキバキ」

音は聞き違いであった。用意していたワラを折ってた音が少し大きく聞こえたのである。フライパンにワラを入れ、ワラを焼き、その上でカツオをイブシしているのである。冷たい風を感じながら、妻は、私に食べさせようとしてくれているのだ。

初夏の夜、妻のあたたかさとかつオを着に、幸せな夜を過ごせる事に感謝した。

注釈

この作品は「バキバキ」がキーワードとなった。

「バキバキ」ってなんだ？

一瞬不穏な空気がただよったところに主人公の勘違いで、うまく平和な夕方の日常の風景に戻った。



お面作り

お面の作り方

- ① アルミホイル8枚を重ねて、シワをつける。
- ② 人の顔や風船を土台に型をとる。



- ③ 鼻、口や目など、顔の凹凸をつけていく。
- ④ 表面に新聞紙を貼り付け、その上に半紙を貼る。



- ⑤ 乾いたら色を塗る。





自分の顔にいつもより気合を入れて化粧を施してみました。

自分がモデルです。家に持って帰ったら、引かれそう（笑）



子供の小さい頃の顔です。
可愛かった～～！

架空の人物です。汗・疲れ・人情を表現した顔は少し毒々しい色に。



☆ 作品紹介



バカ殿ではありません。自分がモデルでもありません！



強くて、怖そうな「トラ」のお面ができました。



歌舞伎風にしたかったのですが、バランスが崩れてアニメキャラに出てきそう。

子供が好きな戦隊
“キョウリュウジャー”です。



仮面舞踏会にデビューします。
楽しい時間を期待してます。

直感で塗った結果、
こんな面になりました。

