

詩を読むことの勧め

先般、若年性健忘症の話があった。その防止法として「音読」が挙げられていた。そこで、せっかく声を出して読むのならば、少しでも役に立ちそうで、しかも取っ付きやすいものがよいだろう。ということで「詩の朗読」を勧めるものである。その詩は、それぞれの好みで結構だが、例えばこんな詩がある。何を伝えようとしているのかなど気にせずに先ずは音読。

【集言の葉】

By 茨木のり子（1926～）〔帝国女子薬学専門学校在学中に海軍療品廠へ学徒動員〕

〈わたしが一番きれいだったとき〉

わたしが一番きれいだったとき
街々はがらがら崩れて行って
とんでもないところから
青空なんかが見えたりした

わたしが一番きれいだったとき
まわりの人たちがたくさん死んだ
工場で 海で 名もない島で
わたしはおしゃれのきっかけを落としてしまった

わたしが一番きれいだったとき
だれもやさしい贈りものを捧げてくれなかった
男達は拳手の礼しか知らなくて
きれいなまなざしだけを残し皆発っていった

わたしが一番きれいだったとき
わたしの頭はからっぽで
わたしの心はかたくなで
手足ばかりが栗色に光った

わたしが一番きれいだったとき
わたしの国は戦争に負けた
そんな馬鹿なことってあるものか
ブラウスの腕をまくり卑屈な町をのし歩いた

わたしが一番きれいだったとき
ラジオからはジャズが溢れた
禁煙を破ったときのようにくらくらしながら
わたしは異国の甘い音楽をむさぼった

わたしが一番きれいだったとき
わたしはとてもふしあわせ
わたしはとてもとんちんかん
わたしはめっぼうさびしかった

だから決めた できれば長生きすることに
歳とってからすごく美しい絵を描いた
フランスのルオー爺さんのように
ね

〈自分の感受性くらい〉

ぱさぱさに乾いていく心を ひとのせいにはするな
みずから水やりを怠っておいて
気難しくなってきたのを 友人のせいにはするな
しなやかさを失ったのはどちらなのか
苛立つのを 近親のせいにはするな
なにもかも下手だったのはわたくし
初心消えかかると 暮らしのせいにはするな
そもそもがひよわな志に過ぎなかった
駄目なことの一切を 時代のせいにはするな
わずかに光る尊厳の放棄
自分の感受性くらい 自分で守れ
ばかものよ

どうだろう、少しは心に波動が起こったのでは？

ヒトというものは、自ら心（脳）に波動を与えて生きていかなければ衰退、減耗するだけである。さまざまな手法を駆使して（頭を使って）健全に長生きしましょう。だって人間なのだから。

以上