

「くまとやまねこ」論

～グリーンワークとカウンセリングから考える～

2018年11月13日

3年5組 33番

山崎 理咲子

I はじめに (アブストラクト)

『くまとやまねこ』は2008年に河出書房新社より出版された湯本香樹実著、酒井駒子絵の絵本である。同作は、ある日突然、親友の“ことり”を失った“くま”の心が再生していく過程を描いており、子供から大人まで幅広い世代に読まれている。2008年の第1回MOE絵本屋さん大賞では第1位を受賞した。

本稿では『くまとやまねこ』の内容について、以下の手順に沿って論考していきたい。第一に『くまとやまねこ』のあらすじを述べ、そこから読み取れる“くま”の心中が変化していく過程に対する疑問点を示す(II)。次に『くまとやまねこ』という物語全体をグラフィックの5つのプロセスとカウンセリングの観点から読み解いて行く(III)。さらに、“くま”の心の再生において、“やまねこ”の行動がどのように影響したのかを示し(IV)、最後に同作内で描かれている「時の流れ」の重要性について考察していきたい(V)。

II “くま”の心中の変化

『くまとやまねこ』は「ある朝、くまはなっていました。なかよしのことりが、死んでしまったのです。」¹という衝撃的な一文から始まる。“くま”は“ことり”の死を受け止めきれないまま、“ことり”の亡骸を入れるために森の木を切ってきれいな箱を作り、肌身離さずその箱を持ち歩くようになった。しかし、“くま”は森の中で箱の中身を見た他の動物たちから“ことり”のことは忘れるように諭されたことで更に傷つき、家の中に引きこもるようになってしまう。ところがある日、家から出て“やまねこ”と出会ったことで、“くま”は“ことり”の死を受け入れ、立ち直ることに成功する。そして“やまねこ”と「くまとやまねこ音楽団」を結成し新たな生活を始めるのである。

“くま”の心は“ことり”との死別により悲嘆に満ちていた状態から物語を追うごとに徐々に変化していることが読み取れる。しかし、大切な人との死別から立ち直ることは容易ではない。子どもの権利やニーズに焦点をあてた講演活動や著作で全米的に有名な教育学博士であるマリリン・E・グートマンは友達を亡くした子どもの心中について以下のように述べている。

驚き。恐れ。信じられないという思い。友だちの死であなたは体と心に、激しいショックを受けていることでしょう。まさか、そんなはずはない。どうしてそんなことが——ついさっきまで元気だった、息をしていた友だち。それが、次の瞬間にはいなくなってしまった。こんな痛みには耐えられないと思うでしょう。心の負担が重すぎて、気が狂ってしまいそうで、不安になるかもしれません。²

¹ 湯本香樹実 文 酒井駒子 絵 (2008) 『くまとやまねこ』河出書房新社 以下作品からの引用は同書による

² マリリン・E・グートマン/松本美香訳 (2002) 『友だちが死んだとき』WAVE 出版、p.11

“ことり”を亡くした“くま”の心も恐れや不安でいっぱいだったはずである。また、“くま”の“ことり”が死ぬ前日の朝の回想場面があることから作中での“ことり”の死は病に侵され徐々に弱っていくというのではなく、突然の死であったのだと読み取ることができる。「突然の予期せぬ死は、残されるものに深い傷を残す可能性がある」³ことから“くま”の心の傷の深さは計り知れないものであったと思われる。では、最愛の友人である“ことり”をなくし、長い間一人きりで家に引きこもるほどに傷ついていた“くま”は、一体なぜ“ことり”の死を受け入れ、立ち直ることができたのか。“やまねこ”との出会いが“くま”にもたらしたものは一体何だったのか。本稿ではグリーフケアとカウンセリングの観点から“やまねこ”の役割をふまえて考察していく。

Ⅲ グリーフワークとカウンセリングの観点から読み解く

(1) グリーフワークの5つのプロセス

グリーフ (grief) とは「人が愛し依存する対象を失ったときに生ずる、悲嘆の心理」⁴のことである。グリーフワークとは配偶者や子ども、親などの家族、親しい友人などと死別した人が深い悲しみから精神的に立ち直り、社会に適応できるようになるための作業や道程のことを言う。また、そのような悲嘆にくれている人が悲しみから立ち直るよう支援することをグリーフケアと言う。グリーフケアは悲嘆ケアや遺族ケアとも呼ばれており、最近ではテレビなどのマスメディアで紹介されることも多い。アメリカの臨床心理学者であるキャサリン・サンダーズは死別の悲しみのプロセスについて以下のように述べている。

死別に関する調査をしていくうち、私は死別の悲しみのプロセスに五つの段階があることを発見しました。つまり、①ショック、②喪失の認識、③引きこもり、④癒し、そして⑤再生の時期です。⁵

この5つのプロセスをふまえて『くまとやまねこ』を読んでみると、次のようにあてはめることができる。まず、“ことり”が死んで“くま”が泣いている場面が①のショックにあたる。②の喪失の認識は、“ことり”が死ぬ前日の朝の回想後の「もうことりはいないのです。」⁶という改めて“くま”が“ことり”の死を認識する場面にあてはめられる。また、③の引きこもりは、森の動物たちの箱の中身を見た後の反応に傷ついた“くま”が家に中から鍵をかけ、何日も閉じこもる場面にあたる。④の癒しは、久し振りに家から出て“やまねこ”と出会う場面にあてはまる。そして最後の⑤の再生は、“やまねこ”のバイオリンの演奏によって生前の“ことり”の姿を思い出す場面にあてはまる。つまり、“く

³ 坂口幸弘 (2012) 『死別の悲しみに向き合う—グリーフケアとは何か』講談社、p.100

⁴ 平山正実 (2004) 『自ら逝ったあなた、遺された私 家族の自死と向き合う』朝日新聞社、p.3

⁵ キャサリン・サンダーズ/白根美保子訳 (2012) 『家族を亡くしたあなたに—死別の悲しみを癒すアドバイスブック』筑摩書房、p.76

⁶ 湯本前掲書

ま”は時の流れの中で知らず知らずのうちにグリーンワークの5つのプロセスをふんでいたのである。

(2) 動物たちと“やまねこ”の反応の違い

“くま”は“ことり”の亡骸を入れた箱を肌身離さず持ち歩いていた。その箱は“くま”が木の実の汁で美しく染めていたため、森の動物たちの目にも留まった。動物たちは単なる好奇心で“くま”に「おや、くまくん。すてきな箱をもってるじゃないか。いったいなにが、はいつているの？」⁷と尋ねる。しかし、箱の中の“ことり”の亡骸を見て「くまくん、ことりはもうかえってこないんだ。つらいだろうけど、わすれなくちゃ。」⁸と言ってしまう。確かに動物たちが言っていることは正しかった。しかし、“くま”はそれを受け入れられず、かえって心を閉ざしてしまう。それは、ここで“くま”に必要なのは正論ではなく、カウンセリングだったためである。

カウンセリングにおける話を聴くポイントは3つある。1つ目は相手の気持ちに寄り添うこと、2つ目は解決しようとせず分かろうとすること、3つ目は善悪の価値評価をしないこと⁹である。この3つのポイントをふまえて動物たちのセリフを振り返ってみる。まず、動物たちは“くま”の「“ことり”を忘れられない」という気持ちに寄り添うことなく、もう帰ってこないのだと理解させようとしている。さらに解決しようとして“ことり”を忘れるように言ってしまうことが分かる。また、「わすれなくちゃ」と言われたことで「わすれられないからダメなんだ」という価値評価をされた“くま”に感じさせてしまっている。この動物たちの言葉によって、“ことり”を忘れられない自分を認められなかったと感じた“くま”は結果として家に閉じこもるようになってしまったのである。

一方、“やまねこ”の箱の中身を見たときの反応は森の動物たちとは違ったものだった。“やまねこ”は“くま”の箱の中身を見て、“ことり”を持ち歩く“くま”を否定するわけではなかった。ただ「きみはこのことりと、ほんとうになかがよかったんだね。ことりがしんで、ずいぶんさびしい思いをしているんだろうね」¹⁰と言ったのだ。箱の中身を見て、“やまねこ”も森の動物たちのように自分を否定し、“ことり”を忘れるように言うと思っていた“くま”はこの言葉を聞き驚いた。しかし、実際の“やまねこ”の反応は“くま”の心に寄り添い、認めてあげるというカウンセリングに即したものだ。なぜ“やまねこ”はこのような反応をすることができたのか。その理由は“やまねこ”自身も大切な人を失ったという経験があるからではないかとうかがわせる記述がある。『くまとやまねこ』の中の“やまねこ”が“くま”を旅に誘う場面で出てくるタンバリンには以下のような説明がある。

⁷ 湯本前掲書

⁸ 湯本前掲書

⁹ 諸富祥彦（2011）『人生に生かすカウンセリング—自分を見つめる 人とつながる』有斐閣、p.10-11

¹⁰ 湯本前掲書

それにしても、ずいぶんふるいタンバリンでした。手のあとがたくさんついて、茶色によごれています。いったいこのタンバリンは、だれがたたいていたのでしょうか。やまねこにも、ずっといっしょだった友だちがいたのでしょうか……¹¹

この描写から、“やまねこ”にも“くま”にとっての“ことり”のような存在であった友だちがいたのだと推測できる。「深い悲しみをかかえた人の気持ちをもっとも理解できるのは、同じ喪失体験を持った人」¹²であるため、“やまねこ”も最愛の友だちを亡くした“くま”の気持ちに寄り添った反応ができたのだ。

IV “くま”に対する“やまねこ”の行動

(1) “くま”の箱と“やまねこ”のバイオリンケース

“くま”は仲良しの“ことり”が死んでしまうと森の木を切り、きれいな箱を作る。そして、中に“ことり”を入れ、どこに行くにもその箱を持って歩くようになった。この“ことり”が入った箱は単なる棺桶だったのだろうか。いや、そうではない。この箱は“ことり”の死にとらわれた“くま”の悲しみに満ちた「心」であり、『くまとやまねこ』は“くま”の箱、つまり“くま”の「心」をめぐる物語だと考えられるのだ。そのため、どこに行くにもその箱を持って歩くという描写からどこに行っても“ことり”の死について考えてしまっているという“くま”の悲嘆に満ちた日々を読み取ることができるのだ。

きれいな箱を持ちながら森を歩いている“くま”を見た周りの動物たちは“くま”に箱の中身を尋ねる。しかし、箱の中身はもちろん“ことり”の亡骸なため動物たちは困ってしまい、悪気なく“ことり”を忘れるように言ってしまう。“くま”にとって箱の中身を見せるということは悲しみにくれた自分の「心」を見せるということであったため、この言葉は“ことり”の死にとらわれている“くま”の「心」を否定されたような気持ちにさせ、“くま”をより一層傷つけてしまうものだった。結局“くま”は、箱を持って出かける→周りに箱の中身(自分の「心」)を見せる→否定される という負のスパイラルに陥り、自分の家に引きこもるようになってしまったのだ。

しかし、“くま”はいつまでもひきこもっているわけではなかった。ある日久しぶりに窓を開けた“くま”は良い天気につられて外に出てくるのだ。この“くま”の窓を開けて外に出てみるという行動はⅢ章で示したグリーンワークの④癒しにあたるが、この行為は③引きこもりの時期を経たからこそできたものだった。“くま”の心の中の「時」は一見“ことり”の死から止まっているように見える。しかし、実際には動物達からの箱の中身を見た時の反応やそのことにショックを受けて家に引きこもる時間の中で“くま”の心は変化し続けていたのだ。

¹¹ 湯本前掲書

¹² 高木慶子(2011)『悲しんでいい 大災害とグリーンケア』NHK出版、p.62

「日にち薬」という言葉がある。この言葉は「時間は心を癒す妙薬で、悲しみやつらさは時を経てば薄らいでいくものである」¹³という意味だが、“くま”にとって③引きこもりはまさに「日にち薬」だった。“くま”は引きこもりの時間を過ごしたことで無意識のうちに④癒しに移行する準備が進み、その結果、外に出ることができたのだ。そして、“くま”は寝転んで昼寝をしている“やまねこ”とその横に投げ出されている「おかしなかたちの箱」を見つけた。“くま”はこの時、本文に「おかしなかたちの箱のなかが、みたくてたまらなくなりました。」¹⁴とあるように“やまねこ”よりも、むしろ何が入っているか分からない「おかしなかたちの箱」つまり、バイオリンケースに興味を持っているように読み取ることができる。今まで“ことり”の死にとらわれ続けていた“くま”は、“ことり”の死後初めて悲しみに満ちた自分の「心」以外のものに興味を示したのである。この“やまねこ”のバイオリンケースは“やまねこ”の「町から町へと旅をして、バイオリンをきいてもらうのがぼくのしごとなんだ。」¹⁵という発言や、これから示す“やまねこ”のバイオリンの演奏の役割から「生きること」や「生」そのものの象徴であり、“やまねこ”の「心」だと考えることもできる。“くま”の箱は“ことり”の死にとらわれた“くま”の「心」であり「死」の象徴であったため、“くま”の箱と“やまねこ”のバイオリンケースは対照的なものであることが分かる。

では、先程述べた“やまねこ”の“くま”と“ことり”のために演奏した曲の役割について考察する。“くま”はバイオリンの演奏を聴くことで“ことり”との出会いや水浴びをしたこと、喧嘩をしたことなど、楽しかった日々を思い出すことができた。“くま”は“ことり”の死というあまりにもショックな出来事によって“ことり”との楽しかった日々の思い出に目を向けることができない状態だった。その思い出に再び目を向けるきっかけを与えたのが“やまねこ”のバイオリンの演奏だったのではないだろうか。“くま”は“ことり”の「生」に目を向けることができたために、“ことり”の「死」だけにとらわれることはなくなったのだ。だからこそ、作品の中の“ことり”を埋葬する場面では、“ことり”の絵に、もう箱は描かれていないのである。

(2) “くま”と“やまねこ”のやりとり

先程述べた通り久しぶりに家から出た“くま”が“ことり”の死後初めて自分の心以外に興味を示したのが“やまねこ”のバイオリンケースだった。“くま”は本当はバイオリンケースの「中身」が知りたかったのだが、バイオリンケースは“やまねこ”の「心」を表すものであるためバイオリンケースの中身を聞くということは“やまねこ”の「心」を見せてほしいと頼むことと同義だった。しかし、そこまで踏み込んで聞く勇気はなかった

¹³ 坂口前掲書、p 76

¹⁴ 湯本前掲書

¹⁵ 湯本前掲書

ため、「きみのもってる箱、みせてほしいんだ」¹⁶とあえて中身とは言わずに“やまねこ”に聞いている。それに対する“やまねこ”の答えは「くまくん、きみのもってるきれいな箱のなかをみせてくれたら、ぼくもみせてあげるよ」¹⁷という予想外のものだった。この“やまねこ”の発言を“くま”の箱を“くま”の「心」に、バイオリンケースを“やまねこ”の「心」に置き換えると「くまくんの心の中身をみせてくれたらぼくの心の中身もみせてあげるよ」という内容に解釈できる。つまり“やまねこ”は、まずは何があったのか先にぼくに言ってごらん、と“くま”の「心」を自分から開示するように促しているのである。“くま”は他の動物たちに箱の中身を見せた際、自分の心を否定されるような反応をされたことを思い出し、また傷つくのではないかと“やまねこ”に箱の中身をみせることを迷うが、好奇心が勝り箱を開けた。そして箱の中身を見た“やまねこ”からⅢ章で述べたようにカウンセリングに即した反応をしてもらうことができたのである。

また、“やまねこ”が先に“くま”の心を開示させたことは、その後「くまとやまねこ音楽団」として“やまねこ”が“くま”の“ことり”に代わる新しいパートナーとなったことにおいて大切な行動だったと考えられる。“くま”は先に自分の心を“やまねこ”に開示することによって主体性を持つことができ、“やまねこ”も“くま”に「主体性を持たせた」ことで同等な存在となったからである。これにより“くま”が“やまねこ”に一方的に依存するという関係ではなく互いに良きパートナーであるという関係を生むことができたのである。

V 『くまとやまねこ』における「時の流れ」

“ことり”を失った“くま”の中の「時」は“ことり”が死んだ時点から止まってしまったようにみえる。そのように見えたのは、“くま”が自分自身で“ことり”との楽しかった日々の思い出に「フタ」をしてしまっていたからだ。“くま”は“ことり”との楽しかった日々を思い出すこともつらいほど深い悲しみの中にいたのである。しかし、実際は「時間」は確実に進んでおり、その「時の流れ」の中で“くま”のグリーフワークもまた進んでいた。「時の流れ」が“くま”の深い悲しみを少しずつ和らげ、“くま”は心の「フタ」を自ら外すことができた。そして、“くま”は“やまねこ”の演奏によって“ことり”との楽しかった日々を思い出すことができた。これまでも述べてきたように、“くま”が心の「フタ」を外すためには“ことり”の死にショックを受け、動物たちの反応に傷つき引きこもり、その上で“やまねこ”に出会うという一連の「時」の経過が必要だったのだ。『くまとやまねこ』の著者である湯本香樹実は河出書房新社のHPで、同作について次のように語っている。

¹⁶ 湯本前掲書

¹⁷ 湯本前掲書

この『くまとやまねこ』は、ずいぶん長い時間をかけてできあがった絵本なのですが、できあがった今、時間をかけたかいがあったなあと心から思えるし、この絵本で私が書きたかったことも、やっぱり「時間」なのだな、とあらためて感じています。身近な人が亡くなることも含めて、大事な何かを失うというのは、自分自身の一部が死ぬことと等しい。死んだ自分を抱えている間は、時間が止まってしまったようにも思えるけれど、時間は実はきちんと流れていて、なにもしていないように見える人にも、深い変化をもたらしているのではないのでしょうか。¹⁸

『くまとやまねこ』が描いているのは、大切な人の死によって深く大きな悲しみに直面し「思い出」に「フタ」をしてしまっても、「日にち薬」という言葉があるように、「時」の経過によってその「フタ」をはずすことができるということだ。ただし、どれだけの「時」の経過が必要なのかは、その人の悲しみの深さや環境などによってさまざまであること、そして、死別の悲しみは時間だけで解決できるような問題ではないことは言うまでもない。“くま”の場合も、時の経過とともにグリーフワークのプロセスをふみ、“やまねこ”からカウンセリングに即した対応を受けたからこそ、“ことり”の死から立ち直ることにつながったのだ。

また、最後の場面の

「くまとやまねこ音楽団」はどこに行っても大人気です。いまでも世界のどこかをじゅんぎょう中ですから、こんどはあなたの町にやってくるかもしれませんよ。¹⁹

という部分は“くま”が“ことり”の死から立ち直ることができたのだということを読者に印象付けている。しかし、“くま”は“ことり”のことを決して忘れてしまったわけではない。“くま”はこれから先の生活の中で度々“ことり”のことを思い出さだろう。その時、思い出すのはもう“ことり”の死という悲しい事実だけではなく“ことり”との様々な思い出も振り返ることができるのではないだろうか。そして、思い出を振り返る度に“くま”は“ことり”を近くに感じることができる。“くま”は、“ことり”を箱から出して埋める場面で「ぼく、もうめそめそしないよ。だって、ぼくとことりはずっとずっと友だちなんだ。」²⁰と言っている。“くま”は“ことり”との思い出を胸に生きていくことをここで決意したのだ。

それと同時に、最後のページの「くまとやまねこ音楽団」の記載部分には“くま”だけに限らない大切なメッセージが込められていると考えられる。深い悲しみを抱えたどんな人にも「時」は流れている。その「時の流れ」は悲しみを癒し、そこから立ち直るうえで

¹⁸ 河出書房新社 HP <http://www.kawade.co.jp/mp/isbn/9784309270074/> 2018年8月25日閲覧

¹⁹ 湯本前掲書

²⁰ 湯本前掲書

とても重要なものである。そして、立ち直ったあとには、大切な人との思い出がその人のそれからの人生を支えていくことにもなるのだ、ということを読者に伝えているのではないだろうか。

『くまとやまねこ』は、“くま”の「心」の変化を通して、「時」の流れと大切な人との思い出の重要性を伝えている作品だと考えられる。

(8321 文字 原稿用紙 20.8 枚相当)

【参考文献及び関連 URL】

- ◆キャサリン・サンダース／白根美保子訳（2012）『家族を亡くしたあなたに一死別の悲しみを癒すアドバイスブック』筑摩書房
- ◆坂口幸弘（2012）『死別の悲しみに向き合う—グリーフケアとは何か』講談社
- ◆高木慶子（2011）『悲しんでいい 大災害とグリーフケア』NHK出版
- ◆平山正実（2004）『自ら逝ったあなた、遺された私 家族の自死と向き合う』朝日新聞社
- ◆マリリン・E・グートマン（2002）『友だちが死んだとき』WAVE出版
- ◆諸富祥彦（2011）『人生にいかすカウンセリング—自分を見つめる 人とつながる』有斐閣
- ◆湯本香樹実 文 酒井駒子 絵（2008）『くまとやまねこ』河出書房新社
- ◆河出書房新社 HP <http://www.kawade.co.jp/np/isbn/9784309270074/>