

# をてる 体が張れる 心が引く

人の心に残る  
強い思いとは……

人の印象を左右するのは、  
姿勢なんですね。映画『百  
花』では主人公の60代の女  
性、百合子を演じているの  
ですが、物語の中には過去

の、40代の頃の彼女も出て  
きます。同じ人間が演じる  
方が違和感がなく、面白い  
と思って挑戦したのですが、  
実は撮影に入る前、不安に  
なりました。果たして今の  
私に、40代の女性を演じら  
れるの？ と。

そのとき川村元気監督が、  
「40代と60代の違いは姿  
勢なんですよね」と言って  
くださった。そうかと思っ

て普段の自分をチェックし  
てみたら、確かに姿勢が前  
かがみになっていたんです。  
そこで、体をつくり直すト  
レーニングをして、撮影に  
臨みました。ヘアメイクや  
衣装もいろいろと工夫して  
くれたので助かりました。

百合子は認知症になり、  
それを見詰める息子の視点  
と百合子の視点が交互に絡  
み合っただけで物語は展開して  
いきます。認知症の患者役は  
何度か演じていますが、何  
度演じていても、切ないです  
ね。2年前、私の実の母が認  
知症になりました。その母  
が言うのです。「私ね、15歳  
から女優をやっているの」  
と。15歳から女優をやっ  
ているのは娘の私であり、母

は私をずっと見守ってくれ  
ていました。そんな母が今、  
こういう言葉を口にするの  
は、それが母の人生の中で  
一番強い思いだったからだ  
と、気が付きました。

私を通して世の中を見て、  
私の仕事を通して社会と接  
していたのかもしれない。  
認知症になって初めて、そ  
の人の心に残る人生の一番  
強い思いが見えてくるので  
すね。記憶の大切さ、記憶  
の曖昧さ、そして記憶の尊  
さを、映画を通してお伝え  
できればと思っています。  
一方で、連続テレビ小説  
『ちむどんどん』では、ヒロ  
インの暢子のぶこが勤めるレスト  
ランのオーナー・房子を演  
じています。

昭和30年代後半から50年  
代の日本で、彼女はどんな  
姿で働いていたのか。海外  
に出て日本の良さを再認識  
したという設定なので、演  
出サイドからの提案もあつ  
て、着物姿で出演していま  
す。当時はやっていた更紗さらさ  
の着物を中心に、ビジネス  
ウーマンとしてキリツとし

た着物姿を意識しています。  
この先、彼女がどうなるの  
か、それも楽しみにご覧い  
ただけるとうれいすね。  
やりたいことだけを  
やる潔さを  
俳優は、せりふなどを  
（覚える仕事）ですが、（忘  
れる仕事）でもあります。

前の役を忘れないと、次の役が体に入ってきたりせんから。どんな役でも演じ終えると、何もかも忘れるのは得意です(笑)。

30年以上前から続けている、座禅の習慣も影響しているのかもしれませんが。毎日朝と晩、座って瞑想しています。朝、顔を洗い、夜はお風呂に入ると同じように、心の中にある雑念を洗い流して自分自身と向き合うのです。自分をカラッポにすると夜はよく眠れますし、毎日を新鮮な気持ちで過ごしています。

心が体を引っ張ってくれて、そう思うんです。年齢を重ねて体が衰えてしまうのは致し方ないこととして、でも心は年を取りません。心が健康で生き生きとしていれば、体もそれにつられて元気でいてくれるはずだと、信じているのです。

20代、30代の頃の私は、こうあるべき、何かをしな

ければ、とたくさんのことにとらわれていました。でも数年前から、そういう縛りから解き放たれてきたような気がします。

人生の残り時間も少なくなってきた、もう余計なこととはできません。やりたいことだけやるぞ、と、そういう潔さが出てきました。そんな今が、なんだかとても、気持ち良いのです。

### 出羽三山、 人と山と神様と

『百花』の撮影で、初めてピアノ演奏に挑戦しました。子どもの頃、ほんの少しオルガンを習っただけなのですが、弾いてみると楽しくて、大好きに。撮影が終わっても練習をやめたくなかったです。

譜面も読めるようになり、今は1年がかりでドビュッシーの『月の光』を練習しています。もちろん、まだまだ

だですけど、いつかちゃんと演奏できるようになりたいですね。

そして、旅も好き。山形県の出羽三山にはずいぶん前から通っています。最初は映画の撮影で伺ったのですが、その土地の素晴らしさにほれ込んだのです。山伏の方と一緒に石段の長い参道を上り、羽黒山で瞑想をさせていただいたり。月山にも湯殿山にも、何度も行っていきます。土地の方たちがお山を、そしてそこにおわします神様を大事にしている。山があつて神様がいて自分たちが生かされている。全部つながっているんですね。

修行の精神性と自然とが、一つにがちっと合体していることが、辺り一帯の空気をキレイにしているように感じます。また機会があればすぐにでも、出羽三山でリフレッシュしたいと思っています。



はらだ・みえこ／東京都生まれ。昭和49年、映画『恋は緑の風の中』でデビュー。以降、黒澤明監督『乱』『夢』をはじめとして、増村保造、深作欣二など数々の名匠の作品に多数出演。『愛を乞うひと』（平成10年）では日本アカデミー賞最優秀主演女優賞他、多くの賞を受ける。連続テレビ小説『ちむどんどん』に出演中。9月9日公開の映画『百花』では俳優の菅田将暉とダブル主演を務めている。

右／14歳のときに、東宝映画『卒業旅行』のマーク・レスターの相手役に応募した写真。初めてのオーディションだった