

# 現象学的からだ体験記—からだと声のレッスン・レポート

## 2 空間に立つ

レッスン・データ

人間と演劇研究所 瀬戸嶋充 主催

「演劇体験ワークショップ vol.5

『からだ舞い・ことば弾む・いのち喜ぶ

——宮沢賢治の世界へ』

2014年10月21日22日・新宿区大久保地域センター

毎回、賢治作品を読んでいる。

とはいえ、これまでは大概、一日目は丁寧にからだをほぐし、発声や小さなワークをして時間切れとなることが多かった。小さなワーク、たとえば「いろいろなところを歩く」では、田んぼだったり砂浜だったり砂利道だったり、「海で泳ぐ」では砂浜からだんだん深くなっていくにつれて水の抵抗や浮力で歩き方や手の位置が変化するのを感じ、ふっと水面にからだを預けて泳ぎ始める。あるいは駅から海水浴場までの土産物屋の並ぶ路地を何人か歩いていくシーンを台詞なしの即興芝居にしてみたり<sup>(1)</sup>、と様々だ。

そして一日目になお時間があれば、あるいは二日目になって、手に手にコピーを持って作品を始める。

スペースや人数に応じて舞台と客席を分けると大方は客席に座を占め、まず語り手が舞台に立って地の文を読み始める。特に脚本化されたものではないので、地の文は地の文で語りとして読んでいく。そして何か登場人物についての描写や台詞に突き当たったところで、順次、誰かがその役になって舞台へ上がっていく。前もって配役を決めたこともあったが、その場の成り行きで立つ人が立ち、あるいは瀬戸嶋が「○○さん、やって」と目のあった人を指名する（ように見える。どの程度人選を意図し、あるいは場に任せているのかは知る由もない）。

もちろんすんなりと読み進められるはずもない。一人一人に合わせて声の出し方、そのためのからだの構えや動かし方を突き詰め、「言葉を語る」ということを味わっていく。それは誰もが普通に思い浮かべるであろう演技、たとえば実際の経験を再現するような身振り手振りや少々大げさな抑揚、などとは似ても似つかない。むしろからだの芯を開け放ち、素が言葉によって染められていくことによってその役柄を生きってしまうような体験、その役柄のいのちを生き尽くす体験だと言えるのではないか。それは日常に沈んでいたからだの再生・蘇りの祝祭性をはらんでもいるように思われる。

今回の作品は『よだかの星』だった。

参加者が全員リピーターだったため、この日はからだほぐしなどをしないまま、初めから一度、坐ったままで作品を読んだ。読み終わってそれぞれに感想を述べ、休憩。

そして舞台。

以下、所々で書きとめた瀬戸嶋の言葉を追ってみよう。

たとえば冒頭の一文はこんなふうである。

「よだかは、実にみにくい鳥です。」

瀬戸嶋は「最初の『よだか』というところで、語り手は『ここではないどこかにいる』よだかをこちらに呼び出してくるのだ」と言う。言葉とはからだのアクションの一類だから、手で相手をつかむという動作と同様に、言葉によってよだかをつかみ、「今ここ」に連れ出さなければならぬ。それが語りだと言う。

前回、イメージを見るのでもなく、眼前や頭の中に対象を描くのでもない、と言われたのを思い出す。その時は翼を見ることによって実在としての翼を「見出す」という行為だった。そして翼で飛ぶという身体感覚にそれは結晶していった。

パラレルに言えば、ここで「よだか」という言葉を発する（語る）ことにより実現されるのは、よだかを「呼び出す」という行為だ。そしてよだかは衆目の中で物語を生きる、というように結晶していく。

つまり、言葉によってそこに現れるものに出会うこと、それはこの出会いの場に見る者を引っ張り込み、役者と見る者双方の集中によって成立する一つの空間を生きることになる。性急は承知で言ってしまうと、演劇とはそのようなものらしい。

そのような空間を創り出すために、瀬戸嶋は台詞を語る役者に向けてしばしば、客席のどの人に向かって、とか、舞台に一人、人を立たせて、その人を引っ張るつもりで、といった指示を出す。それは、役者の丸ごとの存在を集中の状態に入り込ませるのに、テンションの向かう一点がある方が明確になるということだ。明らかにその一点へ向けて、声は変わる。そしてさらに実際に体全体で引っ張る動作をしたり、向かう先へボールを投げつける身振りをしたりしながら発声を試みていく。

どのような動作によって、あるいは体勢によってその人の声が出るかはまったく個別のことだ。ある人にはその場で走りながら、と言い、ある人には、横に立った自分を向こうへ押しやりながら、とからだを張って、参加者と並んで声を出しながらの練習だ。相手方となった人は、その声が自分に届いたかどうか、声がぼやっとしているとかまっすぐに来たとか、聞き分けなければならない<sup>(2)</sup>。

そうしてからだの声が出るようになり、さらに呼び出しとしての語りが可能になるために、「役者は自身の感情を表現してはいけない」と瀬戸嶋は言う。自分の感情を表現した場合、それはその人による説明になってしまうからだ。否、さらにもう一歩遡って、「言葉を語ることは意味を語ることではない」と言われる。

役者の「自分」というものがそこにあれば、その感情でも意味づけでもは役者のもの、役者の解釈になってしまう。それは見る者を役者個人に仕向けてしまい、直接に作品の言葉、作品

世界に出会うことを邪魔してしまう。そういうことだろう。したがって役者とはまず「イメージを招く空の器」でなければならない。

そしてこの「意味を語らない」は、実際には単語でひとまとめに発声せずに語の一音一音を丁寧に発するところから始まる。しばしば行う「ララララ～」の発声練習で声は息だと言われるが、同じく言葉を届けるとは息を届けることだと言われる。喉や胸の緊張が取れ管楽器のように息の通る筒のようになった時、初めて人に届く声＝言葉になる。

たとえば普通に話していれば、先の一文の「みにくい」の「い」などは「く」という強い音の後にありまた「鳥」に向かう意識のために、さほど明瞭には発音されないかもしれない。意味のまとまりとしては「みにくい鳥」であり、その時普通は「みにくいとり」と一語のように発話されるだろう。そうではなく、「み」「に」「く」「い」「と」「り」と一音ずつを（決して区切ってということではないが）発音するとき、逆に手垢のつかない新さらの言葉が語られたように、そこに内在する原型のようなイントネーションやリズムが出現し、言葉になる。

さらに台詞がそのように語られるとき、そのからだが発する声＝言葉によってからだが変わっていく。空の器の中に、言葉によって呼び出されてくるものがある。それはからだの中にまず声を発する衝動が動いて言葉が生まれるというのと逆順に、言葉が先行して発せられ、その声によってからだの中に動きが誘い出される、ということのようである。そしておそらく受け取り手にもそれは伝わって、その言葉が呼び起こす世界が共感（間主観的に創像）されていくのだろう。

そこでもう一つ役者が心しなければならないことは、演じない、ということだ。このような時にはこうするはず、と外から見て（記憶に頼って）つくる所作は、言葉に於いて役者の感情や意味づけが夾雑物であったと同様、立ち現れてくるものを損ない、日常の、常識の域内へと場を差し戻してしまうだけだ。もしそこで演じられるものが理解の範囲内にあり誰にでも予測のつく「小芝居」であるならば、ここで目指されているような演劇は成立しないだろう。

そうではなく、役者は、ただ相手（他の役者や見る者）との関係でそこに<sup>いる</sup>ことに徹する。その時、自分では感情を感じていなくてよいと瀬戸嶋は言う。たとえば怒りを、自分が怒りだと思っている個人の経験としての怒りに類推し閉じ込めてはならないからだ。そしてそうであればこそ、からだの中に動いてくる理解しきれないものを持ちこたえ、育てていくことができる。それは人間のからだに根差す、いわば普遍に通じるそれである。それが役者のからだを使って結晶し、生きられる、のではないだろうか。

そこに演劇のリアリティがあり、役者と見る者とがともに体験する異世界の創像がある。

今回、期せずしてよだか役となった私は、ただ立って翼（両腕）をまっすぐ左右に広げている、という姿勢を与えられ、そこから生まれる力によって声を発していた。無前提に見ればただの棒立ち棒読みに違いないが、そうして物語の時間を経過することによってようやく意識の閬を出て、ナマのからだで空間に立ったように思う。ここにはからだと声・言葉の現象学的還元と言えるような方法があり、そのことを瀬戸嶋の言葉を手掛かりに思い返してみると、（できていたこともできなかったこともあるが）上のようなのであった。

さらに、その状態に名前を付けるとすれば、最近瀬戸嶋がよく引く「受動的集中」（スタニ

スラフスキー)あるいは「開放的集中」の状態でもあろうし、もしかすると禅で言う「身心脱落」(身心の煩悩:一切のしがらみや執着;のない自由無碍の状態)や「マインドフルネス」に通じるものなのかもしれない。

☆☆☆

以上をベースとして、「型」ということについて簡単に書き留めておきたい。

日常の言葉に染みついた抑揚や感情を排し一音一音を発することがむしろ言葉になるというその発語に対し、後半、瀬戸嶋が「汚く言え」と言う。よだかが星に対して「どうか私をあなたのところへ連れて行って下さい。焼けて死んでもかまいません」と頼む場面である。他の鳥たちに蔑まれ嫌われ、鷹には改名しなければ殺すと脅され、たくさんの羽虫を食べて殺している自分に気づき、改名も鷹に殺されるのもつらく、それより先に「遠くの遠くの空の向うに行ってしまう」と決心しての行動である。それは必死の訴えである。そうであれば、なりふり構わず、汚くて当然。ここで「汚く」ということが出てくる。

この「汚く」ということが私には「型」であった。もし「つらそうに」や「必死になって」であれば、私は自身のつらい体験や感情、「必死だったとき」を思い起こしそれに引き当てて、「つらそう」や「必死さ」を持ち出したかもしれない(もちろん、それではすべてが水泡に帰す)。しかし引き当て先がないということは、そのまま、どうしたらよいかわからないということでもある。唯一とっさに思い出したのは、以前「喝!」と言う時に「鬼の顔をしてごらん」と言われたことだった。そこで顔を歪めて声を発する。歪んでいるかどうかも分からないまま、やるだけだった。

かと思うと語り手には「子どもがお母さんに話しかけるように」と言う。そしてそう言われると、声はふわっと明るくなる。それはおそらく意図・意識してのことではなく、そう言われたのを聞くだけで、からだ=声が変わるのだ。どうしてもモノログになっていきがちな語り手が、「お母さん」という相手を得ることで開かれる。そして「疲れ」さえも、意識や気負いを停止させ、からだと声の働きだけになっていく集中を助ける。それは本人にはわからない。作品の大半を占める語りに「疲れて集中できていない」と本人が感じていた時、実は、自意識が知っている「集中」ではなく、もっとずっと深い集中がやってくる。瀬戸嶋が「『わからない』になっているから、理解しきれないものが動く。わかっちゃったら終わりだ」と言っていたことだ。

終わってから瀬戸嶋は言う。「『汚く』と言われてもわからなかったでしょ。でもわからないままやらなければならないから、やろうと必死になるしかない。それが言葉になっていくのだ」と。だとすると、こうした「型」には「鬼の顔」のように(おそらく)誰にでもあてはまるものと、「その個人に通用するもの」としてその場で選ばれる、その意味で誰にでもは当てはまらないものがあるのかもしれない。

また逆に、型があってもどうしようもないこともあるようだ。最近学校教育の中で伝統芸能や武道が必修化されたり、あるいは地域の中でもそうしたものを子供に教えたりしている。機会があってそれを目にした瀬戸嶋が「そういったものの型は教えられるけれど、その型を内か

ら支えるからだの使い方、身のこなしは教えられず、無理が見えてしまう。型があるのに生かされないのは惜しいし、やらされている子どもたちを見ていると痛々しくなる」と言ったことがある。よく言われるのが雑巾がけや和式のお手洗い、稲作などの古来の生活に根差したからだの出来上がり方のこと。そのような日本の文化から切り離されたからだに、急に日本古来の型を当て嵌めようとしても、上滑りするだけなのだ。

最後に、この『よだかの星』という物語に触れて稿を終わることにしよう。

一日目の最初に坐って輪読した時の印象では、これは現代ではいじめによる自殺、と受け取られかねない話だと思った。ただ最後の部分で、太陽にも星々にも拒まれた後のよだかがとても力強く凜として美しいと思った。また賢治の作品では動物も人間も木や草も、そしてこの作品では太陽や星も「同じ世間に生きている」ものたちであること、「星になること」が死を意味していないことが、何となく感じられていた。

しかし改名を迫る鷹と相対する場面では、やはり強者に対する弱者として許しを乞うているように、その力関係を受け入れ屈しているように思っていた。ところが、まっすぐに立って羽を広げた姿で一音一音言おうとした途端に、そんな先入見は吹き飛んでいた。

発語に伴ってからだの内に満ちてきたものは、よだかの怒りだった。よだかは自分に対する不当さに怒っていた。鷹に対する言葉は丁寧だが、改名の要求にはいのちをかけて抗議している。むしろ殺してくれと言う時、彼はいのちを懸けて守るべきものを守っているのだ。

それは最後の、ひときわ高く響く「キシキシキシキシッ」という叫びにつながる。その声で眠っていたほかの鳥たち（彼を軽んじてきた鳥たち）は目を覚まし、ぶるぶる震える。

よだかは散々に踏みつけられ傷つけられ、最後必死の「連れていってくれ」という願いも軽くあしらわれるように拒まれ、とうとうもう誰にも頼らないと決める。それは自分のいのちの尊厳をかけての希求であり、「どこまでも、どこまでも、まっすぐに空へのぼって行き」、解体する自己（よだかというからだ）から飛び立ち貫いて、いのち、存在そのものとなり、世界を串刺しにして天にいたる。それは死と再生、あるいは蛹が蝶になるようなメタモルフォーゼの瞬間であり、そのからだの<sup>ほとぼし</sup>迸りを、ただ立ち続けていた私のからだは、確かに、受け取ったように思う。

瀬戸嶋の言葉で言えば「からだを開け放ってある時のいのちの輝き、陶醉」だろうか。

#### 注

- (1) このように書いてみると、田んぼの泥や海の深さや波などはそれを体で感じることによってその場に創像される世界であったのだ。そして無言の芝居はその場を包み込むように相互に意識を開き、他の人の気配や呼吸にアンテナを立て、「一緒にいるからだ」を準備することであったのだろう。
- (2) このようにからだの動作を通じて言葉を獲得する方法や声を聞き取ること（呼びかけのレッスン）などは前回も参照した竹内敏晴の著書にある。  
(文中では、参加者の言葉をお名前を記すことなく使わせていただいております。何卒ご了承ください。)

瀬戸嶋は向き合う個人に必要な型を臨床の素早さで見つけ、頭为天辺から足の裏を吹き抜ける息を見る。仰臥位の人を見て背中の「気になる」を見つけ、不具合のある「人の横に立ったり手を置いたりしてつながったからだは、自分のこととして『ここが居心地悪いなあ』と感じる。それでそこが気持ちよくなるにはこうすればいいということもわかるので『こうしてごらん』と言うだけ」なのだそうだ。

言葉として聞いただけでは信じがたいことだろう。しかしレッスんで瀬戸嶋空間を体験することは誰にでもできる。そこで生じたからだや声の変化を記憶したり言葉にすることは難しいが、それをヒントに、自分のからだとの付き合い方に目を向けることはできる。医学や解剖図に頼った「意識の対象としてのからだ」把握のスイッチを切り、からだ自体で感じ、生きるように誘われる。あるいはその場をただ楽しむ。

そこから始まるものがあると思う。

二日間を通してずっとよだか役をさせてもらえて、心から感謝です。

参加者の皆さんには、「できない」だらけでさぞかしヒヤヒヤさせたことと思います。瀬戸嶋さんいわく頑固者の私には、きっとそれだけの時間をいただいてようやく劈かれたものがあつたのだと思います。

その一端なりとを書き留めることができているら大変に幸せです。

2014年11月18日 上田 恵子

「現象学的からだ体験記—からだと声のレッスン・レポート」

1 空間を満たす⇒<http://www.l.ttcn.ne.jp/suikousha/pdf/LR20140916.pdf>

人間と演劇研究所ホーム ⇒<http://ningen-engeki.iimdo.com/>

推敲舎ホーム ⇒<http://www.l.ttcn.ne.jp/suikousha/>