



# ソーマティック・イクスプレッション(Somatic Expression)とは何か

富田, 大介

---

**(Citation)**

美学芸術学論集, 8:106-110

**(Issue Date)**

2012-03

**(Resource Type)**

departmental bulletin paper

**(Version)**

Version of Record

**(JaLCD0I)**

<https://doi.org/10.24546/81003951>

**(URL)**

<https://hdl.handle.net/20.500.14094/81003951>



## ソーマティック・イクスプレッション (Somatic Expression) とは何か

富田大介

2011年12月8日、神戸大学文学部の学生ホールにおいて、ジェイミー・マヒュー氏 (Jamie McHugh) による身体運動のワークショップが開かれた。マヒュー氏は現在、サンフランシスコ・ベイエリアにあるタマルパ研究所 (Tamalpa Institute / 1978年創設) の講師として、また写真をメディアとしたヴィジュアル・アーティストとして活動している。今回「ダンスの拡張／ハルプリン以後」を大会テーマとする舞踊学会に招致され<sup>1</sup>、その流れから神戸大学でのワークショップが実現した。

ワークに入るにあたり、表題のワークショップを企画した神戸大学芸術学研究室の長野順子氏 (本学教授) より20分程度のイントロダクション (導入講義) がなされた。長野氏は、マヒュー氏の背景にあるアンナ・ハルプリンの活動について、(舞踊学会で発表された) 昆野まり子氏の説明も交えつつ簡明に話された。1920年生まれのハルプリンは、90歳を超えてなお現役であり<sup>2</sup>、(ダンス史においては伝説的なS.F.D.W.<sup>3</sup>など) 50年代後半から60年代前半の「アヴァンギャルド」時代以降も、自身の創設したタマルパ研究所などで「ライフ／アート・プロセス」を主唱しながら、ステージ用の「舞踊芸術」には取まり切らないダンスの可能性を追究している。長野氏は、「近代における芸術の自律性」を反省せざるを得ない今日の芸術学的背景と絡めて、(生活と芸術を乖離させない活動に努めていた) ハルプリンの仕事を評価する。

ダンスがスペクタクル＝見世物としてよりも、運動主自らに変化を生む創造的な (実験的な) 試行として捉えられるならば、観客もまた、エンターテイメント＝娯楽としてよりも、運動主の体験的変容を目撃する「立会人 (witness)」であることが求められる。ダンスの概念を拡張する

1 第63回舞踊学会大会 (2011年12月3-4日彩の国さいたま芸術劇場) のテーマである「ダンスの拡張／ハルプリン以後」の企画趣旨より次の文を転記する。「マヒュー氏は、ハルプリンに啓発されつつ「身体の知」を目覚めさせるための種々の関連する身体技法を取り込んで独自のメソッド“Somatic Expression”を開発している」。そのジェイミー氏のワークショップは3日の「特別講演＆ワークショップ」の一環において行われた。

2 そのキャリアは大きく5つに分けられるという。

第I期 (1920-1939年) : 祖父の影響でダンスに興味を持ち始め、大学に進学するまで。

第II期 (1940-1954年) : 師となるマーガレット・ドゥブラーにダンスを学び、またローレンス・ハルプリン (landscape architect) との結婚から実験的スタジオの設立まで。

第III期 (1955-1965年) : 感情表現を様式化したモダンダンスを乗り越えようとする「ポスト・モダンダンス」のパイオニア的存在として注目される「アヴァンギャルド」時代。

第IV期 (1966-1977年) : 個人レベルでの探究から共同体での探究へと向かい、出会う人々とのインタラクティブな交流を追究する時期。

第V期 (1978-) : 自然／環境への意識がさらに深化。タマルパ研究所の設立から“Earth Mother”と呼ばれる現在まで。

3 ポスト・モダンダンスの母胎となったサンフランシスコ・ダンスーズ・ワークショップ。そこにはシモーヌ・フォーティヤロバート・モリス、イボンヌ・レイナー、トリシャ・ブラウンらが参加していた。「つまり、のちにジャドソン・ダンス・シアターと呼ばれる集団とその周囲で活動することになる主要メンバーたちがここに集結していたわけである。このワークショップが [... 略 ...] 今日ポスト・モダンダンスと呼ばれるものの礎を築いたと言っても過言ではあるまい」(木村覚、同舞踊学会大会「特別講演＆ワークショップ」における講演、配布原稿p.1)。

ハルプリンは、このように「ダンス」を、何か変化が必要な「現実の問題」と取り組むムーブメント・リチュアルとして、その時その場に居合わせる者たちと共に創り上げる供儀として考えている<sup>4</sup>。「[...]略[...]」芸術は生を映し出すが、生を導くこともできる<sup>5</sup>」。この言葉に象徴される彼女の思考と実感こそ、タマルパ研究所が、単に運動技術の修練場ではなく、アート・セラピーなどを行う心身の療養機関ともなり得ている素因なのだろう。生の形はいったん表されて終わりではなく、その形が次の生の分析材料になる。「サイコキネティック・ヴィジュアルイゼーション・プロセス」と呼ばれるライフ／アート・プロセスの一つには、イメージとして浮かぶ形象や色を絵にする行為を通じて、自身の身体言語に密着した知的なメッセージを理解し、心と体の関係性を循環的に探っていく方法がある。

さて、長野氏はこうしてハルプリンの活動とタマルパ研究所の方法について概説し、ジェイミー氏のワークに移る下地を作った。最後に彼の仕事に欠かせないターム——breath, vocalization, contact, movement, stillness——を列挙し、それに続けて「“landscape of body”……面白い言葉です、あとで説明して下さいますか」「そして“proprioception”……」と彼に言を求めながらバトン（マイク）を渡す。日本語で「自己受容感覚」と訳される“proprioception”は、生体内で生じた刺激を受容（感覚）することであり、以下に辿るソーマティック・イクスプレッションの鍵概念である。この内感の力を磨くことで、身体という自然環境を培い、外界（自然）という「大きな身体」に開かれたボディの在り方を作っていく。“proprioception”の深化はしたがって“landscape of body”につながるのである。

ジェイミー氏はワークを“Your soma is your thinking body”と投げかけるところから始めた。そして私たちの身体には「動物的／本性的な身体（animal body）」と「社会化された身体（socialized body）」の二つの面を考えることができると続ける。前者は「自然の身体」とも言え、私たち人間に共通の機能や構造、いわば「普遍的な」レベルのものであり、後者は「文化の身体」とも言え、ある社会の中で固有に「振付けられた」レベルのものである。一般に「ダンス」の表現能力とみなされているのは後者である。ジェイミー氏はそのように文化的に振付けられる身体を超えて／の底に意識を向けることの重要性を説く。頭蓋骨、背骨、肺や肋骨、骨盤に足骨など人類で共有された構造や機能の実感を高めていく作業に彼は意を注いでいる。ジェイミー氏は、私たちが常日頃パソコン操作に従事するあまり、「血肉のない／机上の（disembodied）」状態であることを指摘する。マテリアルから振付けられる身体の底で発せられている悲鳴に気付くことができているのではないかと。脚が腫れる前に、肩が凝る前に、体液の滞りを解く運動を自然と行う（欲する）、そうした本性的な身体知を闊達にする必要性をジェイミー氏は感じている。人間を含めた動物が、誰から教わることなく自然と得た生命の習慣（本性的な身体知）、それがいま激しく劣化・麻痺している。眠らされた“animal body”を覚醒し、その声に耳を澄ますことのできるアー

4 全体を巻き込む「出来事（Event）」とも言えるこうした共同的創造のために「RSVP サイクル」が活用される。RSVP サイクルとは、Resources（リソース：参加者の関心や身体的特徴、文化的背景、あるいは環境や空間の質や規模、聞こえる音など、グループが活動の基礎として利用する素材）、Scores（スコア：いつでもどこでなにするかというような活動計画、枠組み）、Valuation（ヴァリュエーション：何が生じていたのかという結果のまとめを行う作業。ペアやグループでの確認、討論、フィードバック）、Performance（パフォーマンス：グループによるスコアの実行。計画・目的が理解されるための手段）、を循環させるライフ／アート・プロセスの一つの方法である（マチュー氏によれば RSVP の場合もあるとのこと）。

5 “In this way, while the arts are a reflection of life, art can also be its guide.” (Anna Halprin, *Moving toward life, Five decades of transformational dance*, edited by Rachel Kaplan, Middletown, Connecticut : Wesleyan University Press, p. 46.)

ト（技術）を知る。それが今回のワークショップの趣旨である。

ジェイミー氏は以上のようなことを述べながら、椅子に座ったまま腕を前に出しゆっくりと回す（rotate<sup>6</sup>）運動を始めた。私たちもそれを真似てみる。しばらく反復。そして彼は「速く回してみたり、ゆっくり回してみたり」と付け加え、「その回している腕のさまざまな部位をもう一方の手で触ってみて」と指示する。面白いのはこのように簡単な運動でも、その動きに没頭できる時間の中で繰り返しやってみると（そして“contact”すると）、運動の伝達する力線のようなものを感じとれることである。例えば腕を前に出して手の平を下から上に返す場合には、ターンイン（小指が下方から半回転）とターンアウト（小指が上方から半回転）がありうるが、後者なら力線が小指と手の側面から外肘を通して肩甲骨の辺りまで延びていくことに気付く。こんな軽い運動でもエネルギーの流れを感じとれるのである。

しばらく続けた後、ジェイミー氏は“stillness（運動を静かに休めること）”を求めた。そして椅子から立ち上がるよう指示し、「今ぶらさがっているその腕の状態を感じてみて下さい」と内省を促す。今しがた座りながら行っていた腕の回転運動が私たちに何をもちたのか、それを私たちの日常で当たり前となっている「腕がぶらさがっている」という事実を通して感じとるのである。このワークショップの時まで、はたしてどれくらいの人が「腕の重さ」を知る機会を得たことがあっただろうか。

次にジェイミー氏は腕回しに呼吸を加えたデモンストレーションを行った。鼻から吸って口から吐く、その呼吸とともに腕を回す。私たちも行い、そのまましばらく続けて、再び静かに休む態勢（stillness）に入る。ジェイミー氏はそこで、ここまでのワークにおいて自身の体に起きたことを話し合う時間を設けた<sup>7</sup>。「身体的な（physical）ことでも、感情的な（emotional）ことでも、精神的な（mental）ことでも何でもいい」。隣の人とともに感じたことを言葉にしてみる時間である。そしてどのような観察がなされたのかをさらに皆で話し合う。「痛かった」という人もいれば、「引っ張られる感じだった」という人もいた。ジェイミー氏はそれぞれの意見に丁寧に耳を傾け、言葉を選んで応答し、例えば最初の人には、無理に回さず（振じらず）、体の声を聞きながら、体のシグナルを知ることが大切だと伝えた。次の人には、どういうふうに引っ張られる（感じな）のかをもう少し具体的に語ってもらうことで、過去のレフェランスを体に思い出させるようにした。私たちの体が「生活経験（life experience）」において記憶していることを呼び覚ましてみることで、体に蓄積されている「痛み」や「張り」を諸々に振り返り、たとえば「痛い」という言葉に包括されているさまざまな痛み（の差異）を知ることである。

さて、ジェイミー氏は先ほどの腕回しに加えて、そこから引き起こされる動きに素直にしたがうことを求めた。強い意志で「動かす」というよりは、内向きに回すことと外向きに回すことの繰り返しによって「動いている（動いてしまう）」その運動の流れにしたがうことである。ジェイミー氏の考えは、腕をターンイン・ターンアウトとすることから、その運動の流れが腰や脚のターンイン・ターンアウトへとつながり、全体が自然と動くようになるというものである。もちろんそのような連動が容易には引き起こされない人もいよう。しかしながらそういう人でも、

6 腕をターンイン・ターンアウトする運動（腕を前に出した状態ならば手の平を上向きにしたり下向きにしたりする運動をイメージされたい）。

7 これは“V（ヴァリュエーション）”の一つである。

体を意識して腕を回すというこのシンプルな運動を繰り返すことで（あるいはそこに常に立ち戻ることで）、体が自然とこの運動にとって何が大事なのかを焦点化していく（focus）ことは予想される。ジェイミー氏はそのような内感の深化をこのワークに期し、リピートする運動に身をおきながら、その流れに乗るよう求めるのである<sup>8</sup>。中には呼吸のワークを活かして声を発する人や息を大きく吐く人もいる。ジェイミー氏が唇の形を変えて息を吐いてみると体内の空間も変わってくると指摘したのは印象的であった。

私たちは少しずつ運動を落ち着かせ、静穏な状態へと入る。おのおの適当に―床に寝るなり、椅子に座るなり、立ったままでのいるなり―自由だ。ジェイミー氏は、自分の中で何か発見されたこと、ダンスはどんな感じであったかなど、自身を観察するよう求める。そして再び隣の人の“V（ヴァリュアクション）”の時間を設ける。興味深かったのは、先ほどと違う人と話しているにもかかわらず、今回のヴァリュアクションが非常に盛り上がっていたことである。発話に自発性が伴っているように感じられた。

さて、全体でのヴァリュアクションにおいては、ある大学院生が（常に思考してしまい）体が動くに任せるということとは難しい、と素直に訴えたことが興味深かった。自分は運動をコントロールしすぎてしまうというこの告白に対して、ジェイミー氏は「なんら驚くことではないよ」と理解を示し、私たちがこの社会で身に付ける運動はほとんどが有為的なコントロールによっていることを話した。箸での食事も、クラシックバレエも然り。社会・文化的に習得される振る舞いとは、ほとんどが「こうしよう」とまずは思考して、その動きを体に振付けたものだ。だからもはや大人である私たちにとって、幼児や子供の（時を思い出してその感覚を真似る）ように動くことは一種の芸術なのである。それには技術／訓練が要るわけだ。ゆえに長野氏がそれに添えて「運動がどこにいくか分からなくてもそれに身を委ねるといふことに慣れてみる」と言ったことはポイントだと思われる。芸術の「理論」を専門に学ぶ研究室によって開催された今回のワークショップには、（行動よりも）言語／思惟活動を得意とする人が多く参加した。ジェイミー氏はそうしたコンテクストを引き受けて「前言語な（preverbal）」状態を試す機会を提供したと言える。言葉で考えてから実行するのとは違う行為もあることを知る（興味を持てばそれに慣れていくための）一つのきっかけ作りである。実技を含めた舞踊学を専攻している他学部の学生も参加していたため、彼らとの反応の違いや納得度の差をもっと話題にできたらとも思われたが、この短い時間でも、理論研究を主とする学生に何らかの刺激（ポジティブな抵抗）を与えたことは間違いないだろう。とかく比喩を交えた詩的なイメージを織り込むなど、ジェイミー氏の言葉は論理以上の感応力を持っている。幼児がふらふらとバランスを崩しつつ初めて立つときの事例や、馬車と御者との関係を逆転させて馬の前に荷馬車を据える喩えなど（これは「前後の順序を誤る／本末を転倒する（putting the cart before the horse）」という成句である）、どうなるか分からない未知なる道程（流れ）に乗ることのイメージが感覚に届くような仕方で伝達される。

結果や目的のいかんにかかわらず、その行動自体を楽しむこと、それが子供の「遊び（play）」の本質であり、遊びは基本的に「即興（improvisation）」だとジェイミー氏は言う。そして、遊び

8 このダンスワークにおける環境は、音に関しては若干の外部音とジェイミー氏のかけた音楽（佐藤聡明の「Mandara」）が聞こえ、視覚に関しては（部屋の明かりが消されているため）薄暗い。これらは“R（リソース）”の一部である。また今回の“S（スコア）”は、腕をターンイン・ターンアウトにすることから引き起こされる運動を20分ほど行うこと、だと言える。

とは「どんなことができるかな」というプロセス自体（の面白さ）にはまることであり、そのような生のままの運動を「ダンス」と呼んでもいいのではないかと。いわゆる「観客」が誕生した文化圏では「ダンス」はしばしば見るために振付けられたものと思われているが、視覚が捉えたイメージの複製ではなく——「コピーマシン（copy machine）」と化した身体の成果ではなく——、未だ知られぬ感覚にいる身体が、自ら考えながら動いている状態を「ダンス」と呼んでもいいだろう、と。ジェイミー氏が写真家でもあることは先にふれたが、彼は例えば写真を撮るという行為において興味深い試みをしている。それはサンフランシスコ・ベイエリアの環境とも切り離せない試行であろうが、風や海の波（自然＝大きな身体のダンス）と一体になって写真を撮ることである。写真を撮るには、人はふつう焦点を合わせようと自身の体を固定する。しかしジェイミー氏はその時の周囲の環境性や自身の身体性と密接に結び付いた仕方撮るという。視覚や聴覚に比して、特に美学の分野では体性感覚はさほど注目されてこなかったが、ソーマティック・イクスプレッションを実践するジェイミー氏のこうした試みは、視聴覚などの特殊感覚と結び付くことで外へと開かれつつ、臓器感覚などの内臓感覚ともつながることによって内部への通路を持つ「体性感覚」の探究と不可分であるように思われる。この視点を持つ身体の美学は、今日の「コンテンポラリーダンス」や「パフォーマンス」の研究において（些かなおごりにされている）学際的な課題をも浮かび上がらせるように思われる。

（神戸大学人文学研究科研究員：とみただいすけ）