

生きることの表現を拡張する#2

「身体の声聴く」

曾我英子、Blanc Sceol

* イギリスよりzoom参加

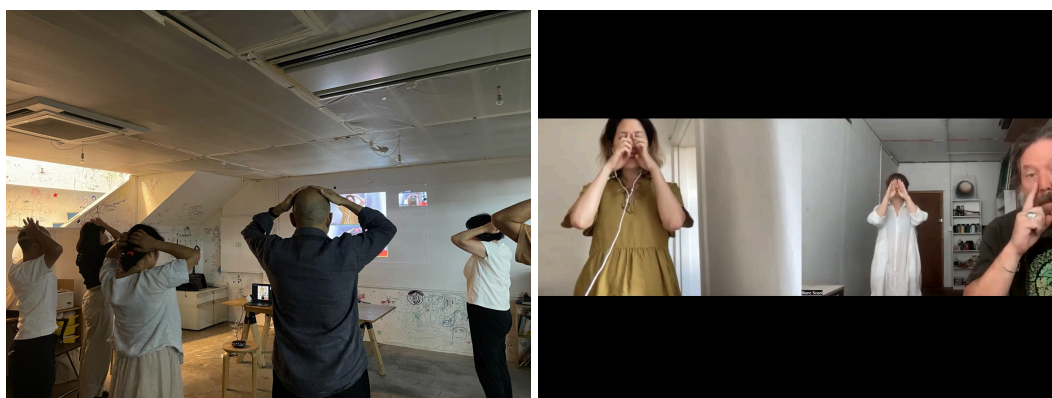
日時: 8月26日(土) 19:00-21:00

会場: 東京学芸大こども未来研究所 Codolabo studio

参加者: 12名

「生きることの表現を拡張する」2回目の今回は、いかに自身の身体の声聴きながら、リサーチが進められるかを考える時間でした。前半は、イギリスのアーティストユニット、Blanc Sceol、HannahとStephenと共にディープリスニングとソニック・メディテーションのワークを行いました。ソニック・メディテーションとは、瞑想的即興音楽で知られるポーリン・オリヴォロスという作曲家が60年代に編み出したものです。その活動を引き継いでソニック・メディテーションを広めているのがBlanc Sceolで、今回は共に身体の内音を聴きながら、周りの音を聴く、というワークを行いました。耳を通して聴くというよりは、身体を通して、全身を通して、外の世界や音と繋がる感覚を経験しました。

後半は、前回からの課題である「身の回りの疑問からはじめるリサーチの過程」をお互いにシェアしました。



会場の様子

①ソニック・メディテーションについてのお話

HannahさんとStephenさんから、ソニック・メディテーションについてのお話と、今回やることの説明をお聞きしました。

Hannah | 今日は、自分たちの体をたよりにどのようにリサーチを進められるか考えるきっかけとなるような、ソニック・メディテーションのエクササイズをしたいと思います。ソニック・メディテーションを編み出したポーリン・オリヴォロスは、「聴く」ということを大切にした作家です。彼女は元々アカデミックな音楽を学んでいましたが、聴くことの本質や、**普段の生活の中で人間は全然「聴けていない」**ということに気づき、「コミュニティとして聴くこと」を意識し、体の解放を助けるために、いくつものエクササイズを編み出しました。ポーリンはそれを「レシピ」とよび、主に女性の音楽家たちと共に活動を進めました。今回は、その「レシピ」の中から何個かご紹介し、みなさんとやっていきたいと思います。この「レシピ」をやる中で、みなさんには私たちの指示に耳を傾けてもらうのですが、大切なのは、自身の体やその周りに起こる変化や出来事に注意を払うことです。また、エクササイズの最中は、気まずい気持ちや不快さを感じるかもしれませんが、それも大切な気持ちで、その気持ちを容易に決めつけ、判断しないことが大切です。

②「レシピ」をやってみる

ソニック・メディテーションの中の4つの「レシピ」を体験しました。「レシピ」を通して、自分の身体感覚を深く意識しつつ、他者や外界との関わりにも徐々に意識を広げていきました。

<体験した「レシピ」>

1. 共同の音をつくる
2. Kinetic awareness
3. Sonic meditation no.19: 聴くことを意識する
4. Tumbling song

③皆で1つの詩を作る

一人ひと言、もしくはひと単語を出し、それを繋げて一つの詩を作り、読み上げました。不思議な一体感が生まれ、前半は終了しました。

"bold, hug, Milkyway Train, itchy, snack, relax, interesting, moku moku moku, drowsiness, silence, ice, munya munya, ours, yura yura, blue"

"強い、ハグ、銀河鉄道、かゆい、お菓子、リラックス、面白い、モクモク、眠くなるような、沈黙、氷、むにゃむにゃ、私たちの、ゆらゆら、青い"

④「リサーチの過程」をシェアしてみる

前回(生きることの表現を拡張する#1)からのお題である、「身の回りの疑問からはじめるリサーチの過程」をお互いにシェアしました。昔もらった顔のついたサンゴのお土産をハリコで大きく再現し、サンゴと同じ成分(炭酸カルシウム)で塗装してみる、ミミズがいなくなった庭に穴を掘ってみる、虫の気持ちになって美味しそうな葉っぱを探して集めてみる、あるものを見た時に感じる「懐かしい」という気持ちはどこから来るのか考えてみる、など、それぞれが考えた様々なリサーチの方法や過程がシェアされました。



- ①ミミズがいなくなったので、庭に60cmの穴を掘ってみた
- ②顔のついたサンゴをハリコで大きく再現し、サンゴと同じ成分(炭酸カルシウム)で塗装してみた
- ③虫の気持ちになって美味しそうな葉っぱを探して集めてみた

曾我さんから、次回までのお題：

曾我 | 次回の「生きることの表現を拡張する#3」までに、さらにリサーチを進めてきていただきたいと思います。ご紹介していただいた対象物・視点が引き続き面白いと感じていければ、同じトピック

クで、そうでなければこの数週間で発見した新たな視点でも良いです。(気になって仕方がなかったり、ワクワクできる事が良いかと思います。)

次は、今回お持ちいただいた対象物・撮影した写真・音・映像の中に写っている人間以外の物や生き物の視点に立ってみてください。今まで気にすることのなかったような、世界が見えてくるでしょうか？新たな発見を、皆さんの好きな方法で記録してきてください。記録方法は、絵を描いてみる、色の観察、さわりごごちを表現、思いついたまま頭によぎる言葉をならべてみる、音や映像、体の動きで表現……。ディープ・リスニングでのエクササイズを思い出しながら、その過程で沸き起こってきた、感情・体感をメモしながら行って下さい。例えば私の場合ですが、北海道でシャケの皮でできた靴に出会ったことで、シャケの目線で世界を見る事につながりました。水の汚染、人間の食文化、アイヌの人々の漁業権、ダムのことなど、シャケの靴ひとつから様々な社会問題や歴史のことを学ぶことができました。さらにシャケが泳ぐ川に入ったり、シャケの靴を実際に作ってみることで、体感から多くの情報やヒントをもらいました。

ゲストプロフィール:

曾我英子(アーティスト)

東京都生まれ。イギリス在住。ロンドン大学スレードスクール、オックスフォード大学ラスキンスクールオブアートにて博士課程を修了。現在、キングストン大学とロンドン大学で講師をしている。フィールドワークから得た知識や、出会う人々との記憶を辿りながら制作を行い、それらを、映像、テキスト、インスタレーション作品として発表している。アートの視点から、どの様に地球環境と共に社会環境の事を考えることが可能であるかを探求しながら活動を続ける。

Blanc Sceol

Stephen Shiell と Hannah Whiteによるアーティストユニット。ソニック・アートとメディテーションの技術を用いて、サイトスペシフィックなパフォーマンスを制作している。パフォーマンス、即興、作曲、参加型アクション、ディープ・リスニングのファシリテーション、身体的かつ祭祀的な集いを行うなど、活動の幅を広げている。<https://www.blancsceol.co.uk/>

