

非常にゆっくりと歩く——ボーリン・オリヴェロスのディープ・リスニングとは?

cultural art scene 2

ゆっくりと歩きながら、深く聴き入る。

生死を分かつまでの「聞く」という感覚

現代音楽家による「生きられた場」のワークショップ

藤枝守

Extreme Slow walk— 非常にゆっくりと歩く

円環状に内向きに並んでいた四十数名

が外側にゆっくりと向きを変える。そして、踵をフロアからそっと浮かせ、ゆっくりと片足をもち上げながら、ほんの少しだけ、その足をまえに押し出す。足の動きにすべての意識を集中させながら、その踵を慎重にフロアに接触させ、足の裏全体をゆっくりとそのフロアの表面に付着させていく。この一步の動作、ほんの

数十センチの移動にかかる時間は一分以上だつただろうか。あるいは、もっとだつたかもしない。

はじめは、このようなくつくりとした歩行に慣れていないため、上体がゆらゆらと左右に不規則に揺れ始め、バランスを崩して倒れそうにもなる。ところが、次第に、そのゆっくりとした動作に馴染んでくると、手足や上体の揺れに一定のリズムが感じられ、それによもなつて歩行の動き自体がなめらかになっていく。

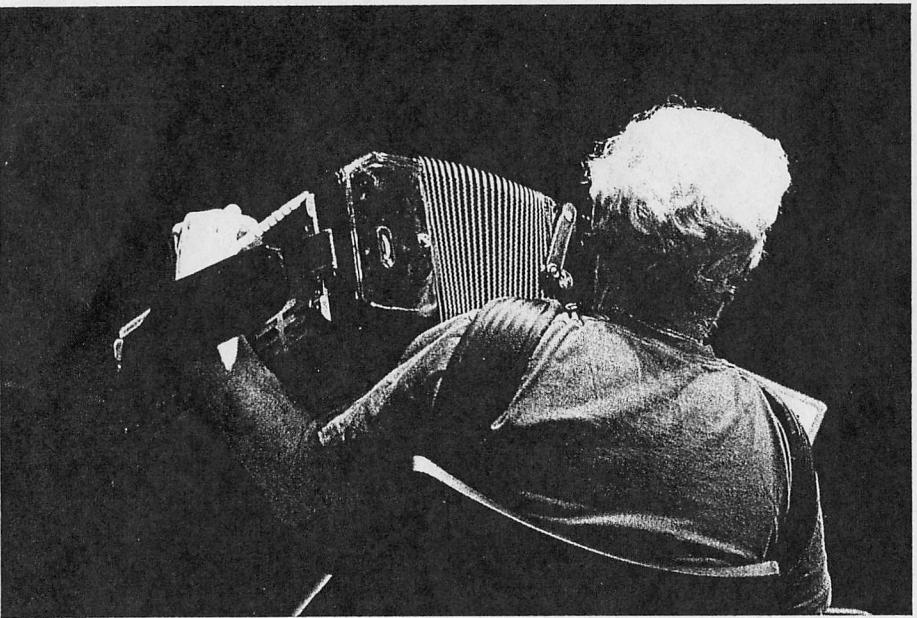
「Extreme Slow Walk—非常にゆっくりと歩く」は、そのとき、この美術館の「シアター21」で行なわれた演習のひとつ

十五分以上続けただろうか。円環の外に向かって四十数名は思い思いの軌跡を辿った結果、はじめに形づくられていた人

の輪は消滅したが、人たちの点在するあいだに、ほどよい距離が保たれていた。

昨年(2005年)の十一月、アメリカの女性作曲家、ボーリン・オリヴェロスが来日し、金沢21世紀美術館でワークショップとコンサートを行なった。「」の「Extreme Slow Walk—非常にゆっくりと歩く」を通じて明らかになってきた。

最近「Deep Listening: A Composer's Sound Practice」(Universe 2005)といふ



ディープ・リスニングは、すべての音に注意を与えるプロセスです。
たとえば、判断したり、分析することなしに、「聞くこと」で相手のことを知ることもできるのです

▲演奏中のオリヴェロス



日常的な音や自分自身の音や、他人の意識していない音など。交渉するために相手のことを聴かなくてならない。ディープ・リスニングの実践は、情報を交換したり、話し手を勇気づけたりします

◀演奏中のオリヴェロス

オリヴィエロスの著作が出版された。このなかで、「ディープ・リスニング」とよばれるオリヴィエロス自身が発案した教義に基づく数々の演習のダイレクションが紹介されている。冒頭の「Extreme Slow Walk」という演習もこのなかに含まれている。以下に、そのダイレクションを記出してみる。

Extreme Slow Walk
——非常にゆっくりと歩く
[エクササイズ]
●可能な限りゆっくりと動きながら、まづ、踵を床につけて踏み出しなさい。そのとき、足の外側の縁に沿って、小指から親指に向かうように体重を移動させましょう。

この演習の目標とは、いかにどれだけゆっくりと歩けるとしても、さらにもつとゆっくりと進むことができるということがあります。

オリヴィエロスの著作が出版された。このなかで、「ディープ・リスニング」とよばれるオリヴィエロス自身が発案した教義に基づく数々の演習のダイレクションが紹介されている。冒頭の「Extreme Slow Walk」という演習もこのなかに含まれている。以下に、そのダイレクションを記出してみる。

「Extreme Slow Walk」の説明

この演習の目的は、通常の歩行のパターンやリズムに対するチャレンジです。その結果、非常にゆっくりと歩くなかで体重が前後左右に移行するにつれて、身体のなかの微妙な力が再連結することを学ぶのです。そして、ひとつひとつの動作のつながりや、あるいは、流れの体験のなかに浸透していくことを発見していくでしょう。

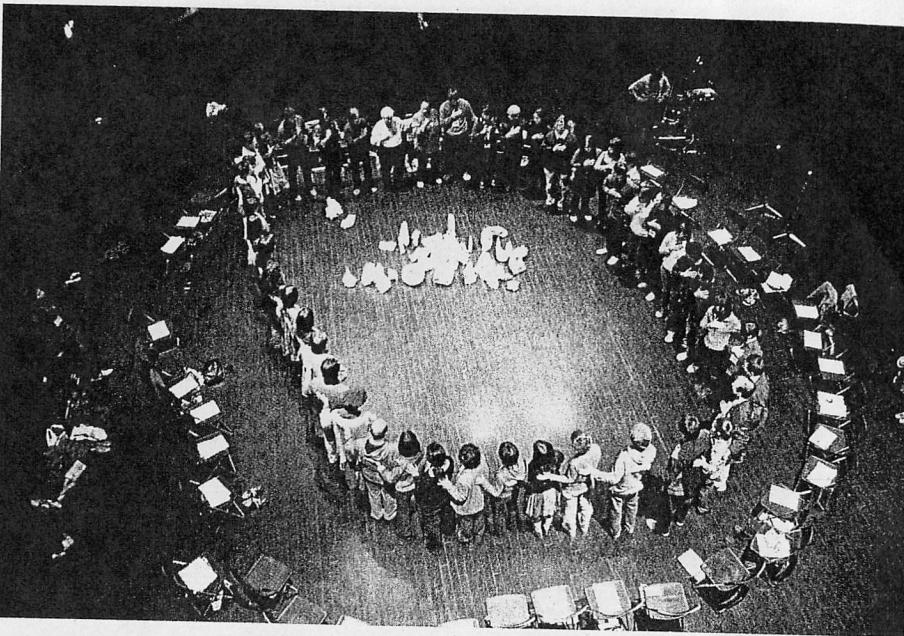
「シスター21」でのワークショップでは、「このようなダイレクションにしたがつて行なわれた。歩く速度を極端に落とすことで、自分の身体を自由にコントロールしている」ということが思い込みであることに気づかせてくれる。

●体重が充分にその足のうえにかかったら、体重をもう片方の足に移します。バランスが崩れないよう小さな歩幅をとることを勧めます。

●肩の力を抜き、頭をまっすぐにして、よい姿勢を維持すること。

●呼吸をしなさい。

動物たちは、ディープ・リスナーなんです。
あなたが鳥や昆虫、動物たちがいる環境に分け入ったとき、
彼らは完璧にあなたのことを聴いています。
あなたは受け入れられているのです



▲The Heart Chant のワークショップ風景

オリヴィエロス 「Extreme Slow Walk」

この演習において、全身を感じるとともに、力と体重、つまり重力との関係に気づくこと。

この演習の際に再生された「ディープ・リスニング」のCDでは、残響時間のきわめて長い空っぽの貯水槽のなかで行なわれたオリヴィエロスたちの即興演奏が収録されていた。自ら発した音や共演者たちの音が残響という「行為の痕跡」としてそのままになります。また、それはバランスへの挑戦でもあります。この演習を行なっているときに「ディープ・リスニング」のCDを再生しました。そのゆったりとした音楽は身体の動きを支えていましたね。

また、「このゆっくりとした「歩行」は、身体の動きをほんの少しばかり増大させる」とだったんです。まさにダンスなんです。

オリヴィエロス 「ディープ・リスニング」とは、何なのか」と尋ねてみた。

「この非常にゆっくりとした動きは、注意力というものを解放したり、また、拡張するものなんですね。

そして、コントロールが困難に感じられないつれ、これまで以上に「歩く」という行為そのものには、さらには、身体の細部にわたって意識が集中していく。こ

可能なかぎり
ゆっくり動きながら、まず、
踵を床につけて踏み出しなさい。
そのとき、足の外側の縁に沿って、
小指から親指に向かいあうように
体重を移動させましょう

◀Extreme Slow Walk のワークショップ風景



は、私にとって重要なことです。私はいつも

聴いているんです。「ディープ・リスニング」は、けつして特別な行為ではないと
です。日常的な音や自分自身の音や、他人の意識しない音など。たとえば、交渉するため相手のことを聴かなくてはならない。判断したり、分析することなしに、ただなんであるかを「聴く」と

で相手のことを知ることができる。交渉においては、二つの立場を知らないことはいけませんが、「聴く」とはそれを達成することができるんです。「ディープ・リスニング」の実践はいつも情報を交換したり、話し手を勇気づけたりします。

オリヴェロスは、「ディープ」で相手のことを知ることができます。交渉においては、二つの立場を知らないことはいけませんが、「聴く」とはそれを達成することができるんです。「ディープ・リスニング」の実践はいつも情報を交換したり、話し手を勇気づけたりします。



みなさんは学校へいって読み書きを勉強しますが、
「聴く」ことは学びませんよね。

あなたの存在は、生き物にとって、生死を左右するときもあります。
リスニングとは、まさに生存そのものなのです

▲オリヴェロス

しかしながら、この「ディープ・リスニ

ング」は、けつして特別な行為ではないと
オリヴェロスはみなししている。「Deep
listening」のなかで、オリヴェロスは以下のように語っている。

オリヴェロス 動物たちは、「ディープ・リ

スナー」なんです。あなたが鳥や昆虫、動

物たちがいる環境にわけ入ったとき、か

らは、完璧にあなたのことを聴いてい

ますよ。あなたは受け取られているので

す。そして、あなたの存在はその環境の

生き物にとって、生死を左右するものな

のです。リスニングとは、まさに生存そ

のものなんです。

このようにオリヴェロスは、「ディープ」

という形容詞を非常に重要な要素としている。

つまり、「リスニング」という日常的な行為を超えるという意味合いが「ディープ」に込められているのである。「聴く」という行為が慣習的なレベルに留まるのではなく、この行為からあらたな可能性を最大限に引き出しながら、われわれの身体や環境のさまざまな事象とのあらゆる繋がりを体感すること。このことが「ディープ・リスニング」の実践的目的となっています。

まさに、差し迫った状況のなかで生き抜く生き物にとって、鋭敏な聴覚こそが彼女の生を保証する。「聴くこと」がさまざまな異なる行為を呼び覚まし、生きる道がたえず更新されるのである。おそらく、かつては、われわれもこのような生き物たちと同じような聴覚能力を発揮しながら生活していたのである。しかしながら、生死を左右する聴覚能力は、近代的な生活空間のなかではかならずも必要とされなくなり、その鋭敏さも低下さ

せていったのではないだろうか。オリヴェロスが提唱する「ディープ・リスニング」

は、まさに「聴く」という行為の復権であり、それによって、われわれの身体性が体

験を通して現実に接觸するという方向を示唆している。

生死のなかのリスニング

——芳一の「耳」

「怪談」のなかの「耳なし芳一」の話にみいだすことができる。

この有名な「耳なし芳一」のクライマックスは、芳一の耳が亡靈によって引きちぎられる場面である。身体全体に経文がくまなく書き込まれ、亡靈からは「みえない存在」となった芳一の存在。また、盲人である芳一にとって、当然ながら亡靈も「みえない存在」となる。真夜中の本堂といふ暗闇の空間のなかで、この二つの「みえない存在」となった身体や、それぞれの感覚が複雑に交錯しながらストーリーが展開していく。

本堂の片隅で、じっと「靈の動きを察知する芳一」。その「耳」は、動物たちが森のなかで敵から身を守るために鋭敏な能力を備えたものに変容していく。まさに、暗闇の場をさがすことが難しくなった。

「ディープ・リスナー」となった芳一は、本堂という閉じられた空間のなかで、あたかも全身が「耳」となるかのように繰り起す

るあらゆる事象に集中していくのである。

その暗闇のなかで亡靈が目にしたのは、経文が書き込まれなかつた芳一の「耳」そのものだった。その「耳」とは、まさしく

「ディープ・リスニング」という行為そのものである。この耳なし芳一の象徴であるようにみえる。

視覚的な対象となった「耳」という感覺

器官。この本堂での芳一と亡靈が対する場面において、聴くための器官である芳一の「耳」は、目を凝らす亡靈にとっては、見る(あるいは、見える)存在として描かれている。このように「聴くこと」と「見ること」が対置された構図のなかで、耳が引きちぎられるという想像を超えるような苦痛がこのストーリーのなかで用意されている。まさに芳一が直面した生死のはざまのなかに描かれる「耳」のストーリーとしての「耳なし芳一」。それは「ディープ・リスニング」が提起する「聴くこと」の実感と想像力を充分に喚起させてくれる。

The Heart Chant ——心の唱え

金沢21世紀美術館で行なわれたオリヴェロスによるワークショップとパフォーマンスは、「珪藻土アートプロジェクト」の一環として最後を飾るイベントだった。多孔質である珪藻土は、空気を内在できる性格をもち、呼吸する物質ともいわれている。このような珪藻土がもつ特性と呼吸に基づいたオリヴェロスによる「ディープ・リスニング」の実践を関連づけるという意図がこのアートプロジェクトには

母音である「A」を加えて「Ka」を発声してみると、心臓にあたる部分に響いているのがわかります。

それには子音を加えて「Ka」と発声してみると、よりよく響くのです。

►「The Heart Chant」のワークショップ風景



習としての作品は、「9・11」のテロに関するときいたのですが。

オリヴェロス そうなんです。この作品は、実際には二〇〇一年の八月になりました。「9・11」はその直後に起ったわけです。このテロの後、「The Heart Chant」は、多くの人々の助けになったのです。今でも、デトロイトの大きな美術館で行なつたときのことよく憶えています。そのときは、二〇〇人くらいの人たちが参加し、驚くべき状況となりました。人々は深く入り込んでいき、そのなかに六歳の少女もいました。この作品は、その後、多くの場所で行なわれたのである。

藤枝 今回の「The Heart Chant」の練習で、参加者に「Ka」と発声するように指示しましたね。なぜ、この聲音を選んだのですか？

オリヴェロス 母音である「A」を発声

してみると、心臓にあたる部分が響いているのがわかります。それに子音を加えて「Ka」を発声してみると、「母音に

広かりを与えながら、明確に区切ることができる、よりよく響くのです。また、「Ka」という聲音は、ある修養法にとって癒しの音ともいわれています。当初「The Heart Chant」では、「Ah」を用いていましたが、その後、「Ka」のはうがいいの

で、この聲音を使うようにしています。

「生命」の源でありシンボルである心臓に自ら手を当てる。さらに隣りにいる他人の心臓にも手を当てる。このような互いの「生」の証が繋がり合う関係のなかで「Ka」と発声してみると、自らの身体と

他の者の身体が振動し合い、さらには共振しているのが実感できる。他者を「声」の存在として聞くだけではなく、振動する身体としてダイレクトに触れるという実感を通して、そこに一体感が生まれてくる。個々の身体が手のなかで繋がり合い、

そして、多数の身体が連なつて大きな輪となる。その人々がつくる輪のなかで唱えられる「Ka」という「声」は、その輪の中心に向かってさらなる共鳴のレベルを高めていくのである。

呼吸を観察することによって自らの身体に向かい、「そこ」からのさまざまな「気づき」を通じて、他者の存在や周囲の出来事へと広げていくオリヴェロスの「ディープ・リスニング」は、また、生態学的な住処(ニッチ)を感知する方法のように思ふ。「生きられる場」としての環境のなかで、自分はどのように呼吸し、その呼吸を通して自分の身体の特性からどのように「声」が生まれ、その「声」がその環境のなかでどのように対応していくのか。自

らの「声」への注意は、そのまま他者の「声」に対しても同様に向けられる。境界線のない「声」の交じり合う場のなかで、同じニッヂを共有するという安心感。それこそが、「生きる」という実感であり、その実感を求める人々が急増していることは

たしかである。

急速なデジタル・テクノロジーの革新によるメディア・ツールがもたらす身体感覚に依存しない「ミュニケーション」が進展する現在、なにげない日常的な行為を少しだけ変容させるだけの手続きから始まるオリヴェロスの「ディープ・リスニング」の実践は、きわめて多くの示唆を与えている。出来事としての身体という視点、環境と関わりから生まれる行為「聴く」とからみだせる対象化されない「なま」の現実への参入など、「ディープ・リスニング」は、身体と環境と相互性に着目しながら、まさに、われわれの居る場所の「深さ」を呼び覚ましてくれる。

■ボーリン・オリヴェロス 作曲家・即興演奏家。一九三三年チキサス生まれ。ニッヂ・メディア・システム」や「ディープ・リスニング」とよばれる実践法を考案。現在、Rensselaer工科大学教授。

写真：池田ひらく

提供：金沢21世紀美術館