共同研究プロジェクト

福祉に生かす代替療法

活動報告

濱野　清志・馬場　雄司

最終年度にあたる本年度は、「野口整体」と「竹の音力」の二つのワークショップを行った。主としてこれらについて報告したい。

2011年11月19日（土）、20日（日）には二日間にわたって貴船神社近くの右源太にて野口整体のワークショップを行った。講師には、野口整体を発展的に深めていこうとしている小平整体塾主宰の高橋秀和氏にお願いし、野口整体の中心となる活元運動といくつかの操法を体験的に学ぶという企画である。参加者は19日に24名、20日に34名と貴船神社のそばという遠方にもかかわらず、多数参加いただき、盛況のうちにワークショップを終えることができた。

活元運動は、生命が本来持っているそれ自体の自発的な運動と呼んでもよい自然発生的な身体の動きである。何らかの目的をもって行われる動きではなく、ただ水が流れるように、自然な心身の動きを展開していく。ただ私たちは日常の生活において、頭でものを考え、頭で計画し、意思をもって行動することを常としているため、頭を休めて、自然に動く自分に従う、ということがきわめて難しくなっている。

代替療法の本質は、病の状態にあるものを何らか治療することにあるのではなく、それは結果的な副産物としてあることもあり、ないこともあるものであって、病であろうとなかろうと、自分の生きる自然の流れに身を寄せることにある。その点から見たとき、野口整体のエッセンスは、頭で判断することから、自然の流れに身をあずけ、頭の判断をいっとき脇に置くことへ、そうすることで心身が自然に喜ぶありようを探ろうとするところにあるのだということがよく理解できたと思う。このことに改めてじっくりと向き合い、身にしみて理解することのできる二日間であった。

2012年2月14日（火）には、文化人類学科実践人類学実習（馬場ゼミ）との共催で、指月ホールにおいて「竹の音力」というワークショップを開催した。講師として大分からカテリーナ古楽器研究所の松本公博氏らを招き、地域の方々を含めた多くの参加者が、朝から竹楽器トガトンの製作を行った。竹を異なる長さで切り地面などに打ち付けると、それぞれが異なる高さの音を出す。トガトンはこれを利用したフィリピンの竹筒楽器で、音階になるように切り、一人が二音(竹筒２本) を受け持って、ひとつのメロディーを複数の人間で演奏することができる。この日は、夕方まで楽器製作を継続、更に、午後５時からはコンサートタイムとして、参加者の即席楽団によるトガトン演奏の他、カテリーナ古楽器研究所のメンバーの手作り楽器による中世ヨーロッパやアイリッシュ風の曲を楽しんだ。

このワークショップでは、学生と地域の方々が共に一つのものを作り上げ、かつ自然に触れ自然の音を感じる機会となった。竹楽器はその心地よい響き、複数の音が円状に響き合うことで生まれる倍音効果など身体にもよい影響が期待される。また、自らの手で作り出すことで五感を活性化させることができる。更に協力して作ること、アンサンブルをつくりあげることを通じて、一つの場に参加した人々に一体感をもたらすことができる。トガトンは、ただ打ち付けるだけで音の出る誰でも容易に参加できる楽器であり、決まったメロディーでなく様々な音を同時に鳴らしあうだけでも、心地よい空間が

できる。偶然に出会った人が、自然素材の音の流れに身をあずける営みは、頭の判断をいっとき脇に置くことで心身が自然に喜ぶありようを探るという、先に述べた代替療法の本質とも関わるものである。今後、更にその可能性を考えてみたい。

この他、昨年度まで行った介護老人保健施設「第二京しみず」での気功と音楽を組み合わせた実践も、2011年6月15日（水）に行った。

本プロジェクトは、今年度が最終年度であるが、来年度からは、本プロジェクトの成果を踏まえ、更に地域における代替療法の役割を模索すべく「地域とむすぶ癒しの技」と名を変え、新たな装いのもとに再出発する予定である。

『竹の音力』ワークショップの様子