

能の身体技法

—— 仕舞の習得過程において ——

川守田 礼子*

Physical Technique in Noh

—— in the learning process of “*Shimai*” ——

Reiko KAWAMORITA*

Abstract

In this study, we will reveal characteristic physical technique in Noh, which is one of Japanese traditional performing arts. How “*Suriashi*”, a traditional way of walking in Noh, is trained? What is the traditional physicalization (physical technique)? In this brief paper, we will consider these themes by following the practical learning process of “*Shimai*”, a type of performance in Noh, representative and simplified movement of leading or supporting actors.

Key words: physical technique, Noh, “*Shimai*”, Japanese traditional performing arts

1. はじめに

平成16年度八戸工業大学特別研究助成によって進められた「美しい歩き方に関する研究」において、筆者は日本人の歩き方の特徴を捉える目的で「歩き方と文化」に関わる研究を担当した。ここでは、現代日本人の歩き方の特徴や課題を抽出するにあたり、江戸時代以降の歩き方の歴史的な変遷、および、生活文化との関わりについて概括した。日本の伝統的な歩き方として特に「ナンバ」「膝歩行」「摺り足」に着目し、その身体運動としての特徴を整理したうえで、こうした伝統的な歩行に見られる特徴が、現代人の歩き方にどのような影響を及ぼしているかについて考察し、現代社会に適応した歩き方の新しい指針の必要性を提示した。これによる成果を受け、歩行を含めた伝統的な身体技法のあり方に関して、さらに継続的、発展的な調査・研究に取り組んでいくものである。

本研究では、日本の伝統芸能の一つである能楽を研究対象とし、その特徴的な身体技法を明らかにすることを研究目的とする。特に「摺り足」は、能楽における美的な演出のために確立された、歩行の一つの完成型とみなしてよい。では、あらゆる身体運動の基本形となる「摺り足」はどのように訓練されるのか。また、「摺り足」の前提となる伝統的な身体のある方、および、伝統的な身体とはどのようなものなのか。こうした疑問に対して、仕舞の具体的な習得過程をたどりながら考察していく。

ここ南部地方は、能楽との歴史的繋がりが深く、歴代南部藩主が宝生流の能楽を愛好したことにより、加賀や

会津と並び「南部宝生」としての強固な地域基盤が築かれてきた。その流れは、現在も市民の文化的活動の中に継承されている。たとえば、宝生流能楽の愛好者による八戸宝生会では、宝生流のシテ方能楽師を中央から定期的に招き、稽古や発表会を精力的に行っている。能楽界最長老で現役能楽師である今井泰男氏は、約40年にわたり八戸市に通い、愛好者の指導に携わってこられた。筆者も平成19年より氏の門下に加わり、月2回の仕舞の稽古を続けている。本稿では、筆者自身の実際の習得体験を踏まえ、能楽における仕舞の所作の習得過程および入門者の身体形成プロセスについてまとめる。

2. 「仕舞」について

はじめに、能楽における仕舞の定義について確認しておく。能楽関連用語に詳しい『能楽ハンドブック』によると、以下の通りである¹。

能の一部分だけを、シテ一人で面も装束もつけず、囃子も用いず、地謡だけで紋服、袴のまま演ずること。

本格的な能公演は、能面や能装束をつけた主役のシテ、シテの登場を促し相手役を務めるワキ、笛・小鼓・大鼓・太鼓の各楽器を担当する囃子方、合唱部分を担当する地謡といった演者によって構成される²。「仕舞」は、演目のハイライトに相当するシテによる舞を、最小限の地謡によって表現するものである(写真1参照)。主なハイライトには、一曲の中心部にあたる曲(クセ)、一曲の結末部にあたる切(キリ)などがある³。また、仕舞に囃子を加えた舞囃子⁴、能一曲を謡いのみで演奏する素謡⁵などの

平成21年1月6日受理

* 感性デザイン学部感性デザイン学科・講師



写真1 仕舞

演奏様式がある。

3. 基本型の習得過程

3-1 テキスト

入門者の稽古は、『宝生流図解仕舞集』⁶（以下、『仕舞集』と略す）に基づいてマンツーマンで行われる。全10巻で構成された『仕舞集』には、仕舞に必要な型を段階的に習得するための曲がそれぞれ配されており、第1巻～第7巻までが基本型、第8巻以降は特殊な型が収録されている。『仕舞集』には、各曲の謡本文(写真2の右頁)と舞台上の動きの図解(写真2の左頁)、および、各曲中に共通して存在する型の足取り図と説明が掲載されている。本稿は、主に『仕舞集』第1巻に依拠する。第1巻には、「熊野ヶせ」をはじめ10曲が収められている。

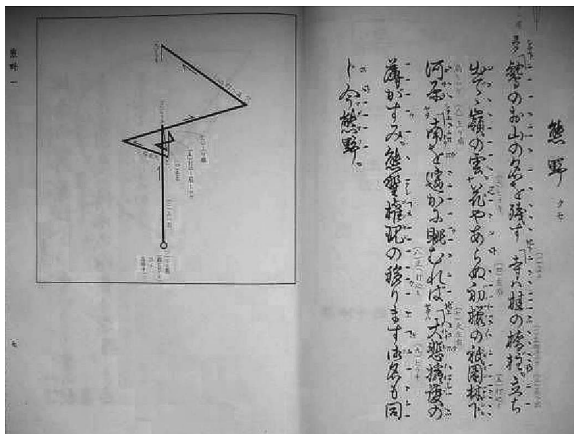


写真2 『宝生流図解仕舞集』⁷

3-2 「熊野」を中心に

「熊野ヶせ」には、仕舞の基本型が一通り含まれているため、宝生流では一般的に入門者が最初に習う曲とされている。8行ほどの短い詞章であるが、筆者の場合是一曲を習い終えるのに約5ヶ月の稽古を要した。これ以降の各曲が平均1～2ヶ月であるのと比較すると、『仕舞集』第1

巻は、ほぼ「熊野ヶせ」の稽古に時間を割いたといってもよい。

ここで習得する主な基本型を順に挙げると、構エ(写真3)、下二居(写真4)、立ち、左拍子一ツ、正へ出、シカケ、ヒラキ(写真5)、左右(写真6)、打込ミ(写真7)、扇ヒロゲ、上げ扇(写真8)、大左右、正へ打込ミ、サシ角カケ出、右へ廻り、サシ角トリ、カザシ、左へ廻り、扇タムである。これらの基本型は、同巻の「猩々」以下、他の各曲において繰り返し登場し、反復による定着が徹底される。



写真3 構エ



写真4 下二居



写真5 ヒラキ



写真6 左右



写真7 打込ミ



写真8 上げ扇

「熊野ヶせ」習得に時間を要した背景には、基本の型が数多く凝縮された曲であるという点に加え、こうした型を体現するための基本的な身体づくりが初心者には大変困

難であるという現実が存在する。これは伝統的な身体のあり方と、日常的な身体のあり方の相違を習得者に明確に認識させる。

入門者には初めに、すべての動作の基準となる構エ(写真3)を習得することが徹底される。能の所作は喜怒哀楽の直接的な表現とは異なる、非常に抽象的なものである。なかでも抽象度の高くさまざまな曲に頻出するヒラキ、左右、打込ミは、いずれも構エを起点・終点とする動きである。次項で取り上げる運び(歩き方)も同様である。構エに関して師から明確に指示されるのは、両腕の形、肘の張り具合や手の位置で、次いで扇の握り方・向きや両足の間隔など四肢の細部にわたる。身体全体に関しては、師の手本に近づくよう、自分の姿勢を調整することで体得するしかない。構エは、膝をやや屈曲させた、腰を重心とした前傾姿勢で(写真9)、普段通りに直立した姿勢(写真10)と比較すると、身体軸をはじめとした特徴の違いがよくわかる。日常的な身体のあり方との相違に入門者は違和感をもつが、重心の安定性の高さとそれを支える筋力の充実感を徐々に認識するようになる。



写真9 構エ



写真10 直立姿勢

仕舞の稽古の第二の特色は、頭で考えず無心に体を反応させることが求められるという点である。入門当初は、次々に展開する新規の型を理論的に把握しようと、型に関する諸情報をことごとく言語化し、それを頭で反復・転換しつつ体を動かしていた。こうした受講姿勢は記憶の上では有効ではあった。だが、伝統的な身体技法の獲得、および、その先に展開する芸術的な表現は、こうした型の暗記や単純な再現を突き抜けた次元にある。古典芸能における身体表現の受容の本質に関しては、今後さらに稽古を継続したうえで、改めて見直してみたい。

第三の特色として、「見られる身体」を常に意識し、それを型として身体化することが訓練される点が挙げられる。扇の向きや腕の高さなど、あらゆる所作が正面(他者の視線)から美しいかどうか、師のこぼれを通して問われるのである。型を中心とした美の徹底的な追求は入門者にも求められる。

3-3 摺り足をめぐって

入門以前は、能の所作の代表格であり、すべての身体運動の基本形と認識していた摺り足が、入門者の稽古において特に訓練されないのは意外であった。運び(歩き方)は、基本型の、正へ出、右へ廻り、左へ廻りなどに含まれるが、歩の緩急や歩幅・歩数以外、とりたてて摺り足に関して言及されることはない。むしろ、身体技法の基準たる構エの定着が、重心の持ち方から重心移動のあり方を身体に促し、能独特の美的な歩き方の形成へと徐々に導いていったという実感がある。

写真11は、筆者の歩き方を具体的に比較したものである。上図が日常的な歩き方、下図が仕舞における運びを実践したものである。同時期に撮影したため、前者には仕舞の稽古の影響が、後者には伝統的な歩行様態の未成

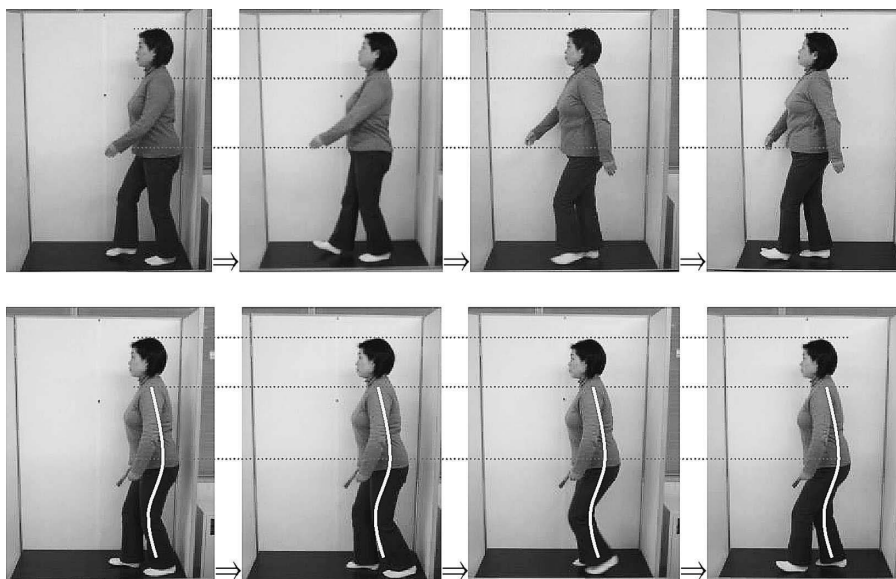


写真11 歩き方の比較(上図が日常的な歩き方、下図が仕舞における運びを実践したもの)

熟さが見られるが、両者に姿勢の違いが表れている。特に後者における上体の安定性は顕著である。

人類学者の香原志勢は、欧米式の「腰歩行」と対比させ、日本式の歩行を「膝歩行」と規定した⁸。写真11の上図では、腰中心に足が振り運動をおこす腰歩行の傾向を帯びている。腰歩行では、腰を中心に振り運動をする手足が前進力となり、前に出た足は踵から着地する。しかし、膝歩行の名残も見受けられる。膝歩行では膝の屈伸による身体の上下動が大きく、身体軸のブレが激しい。これに対し、香原は摺り足を膝歩行の「一つの完成された型」と位置づける⁹。摺り足は、重心を水平に保ち、足の裏を地面とほぼ水平に運ぶ。あらかじめ適度に屈曲された膝や腰が弾性を生み、歩行による身体軸のブレを吸収するためか、上体が安定する。美的効果を高めるためにはさらに相当な修練を要するだろう。それとは別に、摺り足による安定した上体の確保が歩行の安定性を生む点は、能楽を離れた日常生活における歩行にも応用できるのではないだろうか。

4. ま と め

以上、仕舞入門者の身体技法の習得過程に関して、型の重要性を中心にまとめた。

毛利三彌は、日本の古典芸能を型の演劇とし、型について、「ある形の行為が意識的に継承され、それを含む行動全体にとって不可欠の意義をもつと認知されたときに型となる」と定義づけている¹⁰。特に能の場合、型が能を規定し、型を変えることは能の破壊を意味すると指摘している¹¹。

すでに述べたように、仕舞の基本型一つ一つは、非常にシンプルで抽象性に富んだものであり、それぞれの動作が演劇的な意味を発信するわけではない。しかし、個々の型の美が組み合わせられ、謡や囃子による能の音楽とともに劇全体を成立させ、普遍的な美を形成するのである。

よって、仕舞の稽古の場合も、型の徹底的な身体化が訓練される。古典芸能を習う喜びは、型を己が身に身体化することにある。常に揺らぎ続ける身体という不確かなものを、伝統で保証された型によって固定化すること

から生まれる、充実感と新しい身体感覚は、筆者にとって思いがけなく新鮮なものであった。

こうした伝統の身体化の魅力は、他の古典芸能や茶道などの伝統文化にも適用するのではないだろうか。今後は、能楽を中心とした伝統的な身体技法の習得に伴い、習得者の身体意識がどのように変容するのかに関して、さらに調査・考察を進めていきたいと考えている。

また、伝統的な身体のあり方は、現代人の身体の歪みを矯正し再構築する可能性を十分に秘めている。下懸宝生流能楽師である安田登は、この点に着目し、米国の深層筋活性化エクササイズ「ロルフィング」と組み合わせた独自の理論を展開し¹²、各地でワークショップを開催し好評を博している。こうした取り組みは大変興味深い。本学においても、平成16年度八戸工業大学特別研究助成による「美しい歩き方に関する研究」での成果や手法を活かしつつ、能の身体技法の特徴をさらに詳細に解明していきたいと考えている。

謝辞：最後に、仕舞をご指導くださいました宝生流シテ方能楽師今井泰男先生はじめ今宝会の皆様に厚く感謝申し上げます。

注

- 1 戸井田道三監修『能楽ハンドブック改訂版』三省堂 2000年, p. 246
- 2 同上, p. 188-198
- 3 同上, p. 235
- 4 同上, p. 241
- 5 同上, p. 238
- 6 宝生九郎著『宝生図解仕舞集』わんや書店 1926年
- 7 同上
- 8 香原志勢著『人類生物学入門』中公新書 1975年, p. 105-107
- 9 同上, p. 105-107
- 10 毛利三彌「III 古典劇と現代劇」(『岩波講座 歌舞伎・文楽 第1巻』岩波書店 1997年) p. 68
- 11 同上, p. 70
- 12 安田登著『能に学ぶ身体技法』ベースボール・マガジン社 2005年, 安田登著『能に学ぶ深層筋トレーニング』ベースボール・マガジン社 2006年, 安田登著『日本人の身体能力を高める「和の所作」』マキノ出版 2007年ほか