

ワンツーワークス 演劇ワークショップ#11
「自分に嘘をつかない対話術」
—舞台俳優のための演技講座—

講師/古城十忍

インストラクター/奥村洋治・関谷美香子・山下夕佳
アシスタント・記録/日暮一成・増田和・原田佳世子
安田惣一・小山広寿・森山景

日時/2015年4月5日(日) 13時30分~20時30分

会場/芸能花伝舎 A棟-a4

参加者/20名(女性14名・男性6名)

記録・レポート/山下夕佳

今年の桜は急激に上がった気温で一気に開花。満開。春一番に吹かれて雨に打たれて今日はもう葉桜です。花の命は短いのだ。今回の参加者、下は19歳から上は70歳まで。40代50代もたくさんいて、なかなか味のある一日になりそうです(*。*)さあ！張り切っていきましょう～～！！

① 体に正直に声を出す

■簡単な体のウォーミングアップ

【ストレッチ・呼吸】

右手を右斜め上方向に引っ張る。右足で立ち、左足を左斜め下方向に引っ張る。時計の針でいうと2時40分。逆も。左足で立って10時20分。右足、左足と交互に体重を移す。2拍ずつリズムカルに。だんだん早く。

2人1組になってお互いを背中に乗せて上半身のストレッチ。下の人は足を軽く開いて膝を曲げてスタンバイ。膝に手を置くと安定するかも。上に乗る人のお尻が自分の腰の位置に来るようにしっかり固定してゆっくりと膝を伸ばしていく。上に乗る人は余分な力を抜いて背中を密着させて相手に上半身を預ける。下の人はゆっくり膝を曲げ伸ばししてゆすってあげる。上の方は揺られるがままになる。

腰をしっかり立てて背中をまっすぐ起こし、あぐらをかく。両手は自分の頭の上で合わせる(ロケットみたいに)。こうすると横隔膜が上がった状態になるので、横隔膜を意識しながら腹式でゆっくり息を吸い、

吐く。息を吐くときには歯と歯の間から息を抜いて「スー」という音を立てる。周りにも自分にも「今息を吐いている」というのがわかるように。ゆっくりと大きな呼吸を繰り返す。結構疲れる。(笑)

■体に正直な発声

【脱力ジャンプ】

あぐらをかいたまま、両手を下して同じことを。手を下したことで腰が落ちないように。背中もまっすぐ立てて。声を出す。1回1回息を

吐ききると同時に声を出す。吐ききればおのずと空気は入ってくるのでなるべく一瞬で吐き、一瞬で吸う。

「あえいうえおあお」1音1音を伸ばさない。1人が言って全員で復唱(1行滑舌)。

立って、軽くジャンプしながら声を出す。着地と同時に発声。着地の時の自重(自分の体の重さ)を感じて同時に声が出るように。2人1組になって、体に正直に、着地と発声がずれていないかチェックし合う。ジャンプの時は全身の力を抜くことが大事(脱力ジャンプ発声)。

まだ始まったばかりなので、体に力が入っていてジャンプ自体がぎこちない人もいる。発声もずれている。インストラクターが見回りながら少しずつアドバイス。「肩に力が入ってるよ」「腕もブラブラでいいんだよ」「そんなに頑張って声を出そうとしなくていいよ、着地に見合った声でいい」

【ヨイショ】 5~6人ずつのグループに分かれて円になる。右手と右足を高く上げ(左足のかかどが浮くぐらい全身を持ち上げる)、一瞬で手足を下ろす。同時に大きな声で「ヨイショ!」と掛け声。一人ずつ元気に発声。祭りの掛け声よろしく。一人が手足体を持ち上げ下ろす瞬間に「ヨイショ」と言ったら、すぐさま次の人が続いて「ヨイショ」と言わなければならない。その次の人も漢発入れずに「ヨイショ」。つまり、「ヨイショ」が連続するように手足を上げるタイミングを計る。一周廻ったら手足の左右を入れ替える。一周ごとに左右交互。出来るようになったらどんどん早くしていく。グループが複数あると、会場全体は本当に祭りのように一気ににぎやかになる。ちなみに私はこれをやると一気に声が枯れる……ダメじゃん。





■ 『外郎売り』 を使って

古城氏から謎のシチュエーションが言い渡され、奥村先生が言われるままにやってみます。「寝てる状態から……ちょっと具合が悪い、具合が悪くて、肩が重い状態で寝ています。でも、『もうそろそろヤバい時間だ』と思って、ゆっくり起き上がります。」奥村先生起きません。ほんとに寝ちゃダメだよ！古城氏「ゆっくり起き上がります！」起き上がり始める奥村先生。「起き始めて、一回座って、体の状態を確かめます。で、『思ったよりいい状態かもしれない』と思って立ち上がります。『あ、なんだ、会社行けるかもしれない』と思って会社行きます……その場で足踏みでいいです。『あ、全然軽いじゃーん！』。で、スキップになります。そしたら突然魔法にかかって片足でピッと止まります。微動だにしてはいけません。わかりましたね？それを、重い体から、起き上がって、立ち上がって、歩き出して、スキップして、魔法にかかって止まるまで、ずーっと体の状態に合わせて『外郎売り』の台詞を言い続けて下さい」。奥村先生の質問「止まってる時は、どんな状態で止まってるんですか？」「……魔法にかかって、1ミリでも動こうものなら、魔法で（自分で吹き出す）死にます！」「気持ちは？」食い下がる奥村先生。「このまま動いたら魔法で殺される！っていう気持ち！」古城氏の苦しい答えを前に、笑いを堪えながら二人一組になってとにかくやってみる。一人がやって、一人は見ている。見ている人は、自分のパートナーが、「重い体から軽い体までの変化をしているか」、「体の変化に正直な声が出ているか」「『外郎売り』の台詞は途切れることなく続いているか」などをチェックする。

同じく『外郎売り』を使って。これも二人一組。「とても、とても仲のいい、飼い主と犬です」古城氏が

言い渡す。場内爆笑。「犬は、飼い主の掌が好きで好きでしようがないです。犬は飼い主の掌に顔をうんと近づけて飼い主が動かすところどこまでもついて行きます。それを二人は、楽しく『外郎売り』を言い合って遊びながらやって下さい。飼い主の人が『拙者、親方と申すは……』と言っているところに、犬は楽しくなって入りたくなったら『ご存じのお方も……』って続きを言っていていいです。相手が入ってきたら言っている人は台詞をやめて、でも、答えてくれたのが嬉しくて、また自分が入りたくなったら相手の続きの台詞を言ってください。で、疲れてきたら『疲れたー』ってトーンに二人で変わっていいです」



どのペアも実に楽しそうに、時に奇声を発しながら（笑）じゃれ合っている。若いチームは飼い主が高く低く動かす掌に機敏に犬もついて行き、走ったり寝転がったり。あらあら……若い飼い主と遊ぶ老犬（失礼！）がちょっとへばってるわよ。古城氏から一言。「えっとー、“仲のいい” 飼い主と犬ですよ。一見、SMプレイみたいになってるところがあります」爆笑。「犬が喜んでる間はいいいけど、もう犬がへばってたら、『疲れたねー』って愛情を持ってゆっくりにしてあげるとかしてよ。『どこまでついてこられる？』みたいな厳しすぎる飼い主さんが多いので」……だよね（笑）。楽しくて走り回るでも、疲れて床でゴロゴロするでも、二人揃って「あ・うん」の呼吸でムードが変わるのが望ましい。自分の体に正直な声を出すこと。相手の状態をキャッチすること。お互いが出すムードをお互いが感じ取り合うこと。

——— 10分休憩 ———

② 感情に応じた体を瞬時に作る

感情を作るためには、言い回しを考えるのではなく、まず体を作る。では、どんな体を作ればいいのか？

■ 「中心軸・重心」「硬さ・柔らかさ」「膨張・縮小」

【中心軸・重心】 中心軸を引き上げる。頭のてっぺんから股の真ん中を貫いている釣り糸で、上からひっぱりあげられているイメージ。二人一組になって、両手で相手の耳の下から顎を覆うように掌を差し入れて上に引き上げてあげるのもいい。

全員で円になって、椅子に座る。背もたれに背中につけない状態。中心軸を曲げずに（背中を丸めたり、

首を前に倒したりせずに)、そのまま**重心を下げて**いく。下へ下へと体が重い状態を作っていく。

今度は、重心が落ちている状態から、頑張っ**て軸を引っ張り上げて立ち上がる**。体は重いまま。椅子に手をついたりせずに立つ。体が重い状態で立っているところから、**どンドン重心を引き上げて**いく。胸も張り気味になる（軸が曲がってはダメ）。そこから再び重心を下げる。

古城氏「かなり感情とも連動してきますので。憂鬱だとか、だるいとかのマイナスイメージだと重心は落ちますし、腹をくくった時なんか**も重心は落ちます**」

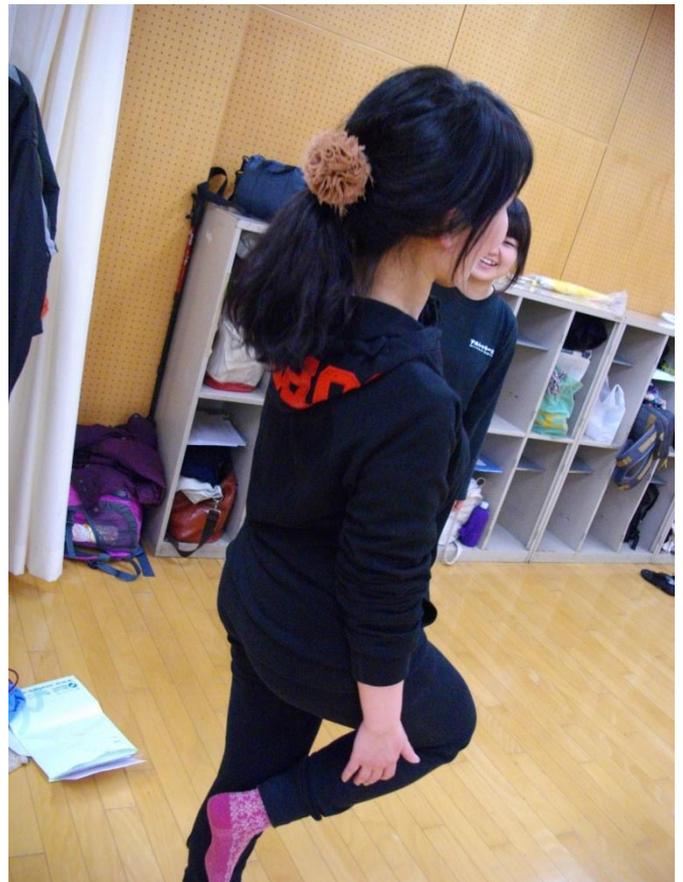
体は重く、重心は下がった状態のまま椅子に座る。座ったら**重心を上げて**いく。少しずつ重心を上げて体を軽くしていきながら立つ。立ったら**重心が一番高い**ところに。

カウントで**重心の上げ下ろし**をやってみよう！

まずは一番重心の下がった状態で椅子に座る。座ったまま4カウントで重心を上げていく。さらに上げながら4カウントかけて立つ。4カウントキープ（一番高い重心）。4カウントで高いまま椅子に座る。座ったら一気に重心を一番下まで下げる。次は2カウントずつで。立った状態でのキープは4カウント。当然のことながら、カウントが短くなると難しい。皆さんかなり苦勞しているご様子。顔だけは、暗い顔から明るい顔になり……と表情が如実に変化していても体はそれに連動していないという方が多くみられる。ま、これはカウントが短くなると、だんだんムーブメントに近くなるのでちょっと難しいとは思いますが。でも今回のテーマは「自分に嘘をつかない」ということですから、頑張っ**て体と頭を正直に連動させて**みましょう！ただ……年取ると、頭と体が時間差で動いてしまうのは、逆にとっても正直だとも言えますがね(;-;))

【硬さ・柔らかさ】 あらゆるところに力を入れて、一瞬で力を抜く。喉・口周りには過度に力を入れない（喋れなくなるので）。等速度の**緊張・弛緩**を、歩きながらカウントをつかって。4カウントかけて硬い体にしていきつつ、4歩前に進む。柔らかい体にしていきながら4歩下がる——を繰り返す。

体はわりあい、頭の命令通り動いているように見えるが、なんか表情がおかしい。皆さん、硬い体で前へ進み、へなへなと後ろへ下がっていくのですが、「私いま何やってんだろう？」みたいな顔になってます（笑）。感情ですよ、みんな！「だんだん腹が立っていく」「どンドンやる気がなくなっていく」などの感情的なものを頭と体に入れた方がいい。体だけを硬く・柔らかくしようとする、「歩く」という行為もなかなかできません。腹が立って相手に向かっていきながら硬い体になっていく、やる気が失せるから体に力も入らなくなって後ずさるみたいに。



【膨張・縮小】 8カウントで大きなものを受け入れていく（広がっていく）体にして、4カウントキープ

プ。8カウントで小さくなっていく（閉じていく）体に。閉じた体のまま4カウントキープ。それを繰り返す。感情的には、**膨張**は「やる気が漲る気分」や「心が晴れ晴れとしていく」など。**縮小**は「誰とも話したくない」や「怯え」などをイメージするとやりやすいだろう。

【三つの感情を選んで、それぞれの体に素早く切り替える】 まず自分でなるべく単純な三つの感情を決める。「楽しい」「悲しい」「腹が立つ」「寂しい」など。着席したまま**体の変化**と表情だけで感情を伝える。古城氏が手を叩くたびに、**自分で選んだ三つの感情を素早く切り替える**。正解は自分しか知らないわけだが、見ている人にとって、自分がどの感情からどの感情に切り替えたのかが正しく伝わるかどうか。まずは表情もたっぷりつけてやってみよう！……と、私たちはインストラクターとして皆さんの前に出て3人一緒に古城氏が手を叩く合図に合わせてやってみたが……ダメだあ！難しい。延々と三つの体の状態をランダムに繰り返せばいいだけなのだが、順番を決めずに合図で瞬時に感情（体の状態）を選択することがなかなかできない。「怒っているような悲しいような体」や、「泣きながら笑っている人」になってしまった。隣を見ている余裕なんかなかったけど、きっと奥村先生と関谷女史は完璧にできていると思われます。ガク！（T_T）

次は、今やったことを表情を作らずに行う。つまり体だけの表現になるわけだ。「顔芸番長」の私としては更なる試練なわけだ。「能面のようになれといってるわけじゃないです。例えばここを満員電車の中だと想定してみてください。自分の部屋などの、思い切り感情が表現できる場所じゃないということです。中にあるものはとても大きいけれども、パブリックスペースであるということを意識して。押さえていてもこぼれ出てしまう表現を目指してください」との古城氏のナビゲート。フムフム。なんか高尚だ。

グループに分かれて向かい合って座る。6人グループなら3人ずつ向かい合う。古城氏の手を叩く合図で三つの感情を瞬時に切り替える。片方のグループがやっているときには向かい合っているもう片方のグループは、やっている方のそれぞれの人たちが、現在どの感情を表現しているのかを観察する。終わったら見ている方の人たちからダメ出し。もしくは「すごく良くわかりました！」などの賞賛……これは聞こえなかったけど。まずはパーソナルスペース……例えば一人の部屋。「感情はMAXからMAXにってください。意味のある言葉じゃなければ声を発してもいいです」と古城氏。これは本当に単純な感情を選ぶ方がいい。

「嬉しい」はめちゃくちゃ嬉しい。「悲しい」は死ぬほど悲しい。大きな感情を、顔も体も使って最大限に表現して、瞬時に次の最大の感情へ切り替える。皆さん、顔や声を使ってもいいので、感情の種類はよくわかります。切り替えは遅いけど。次はパブリックスペース……公共の場で。いやいやこれは大変に難しい。さっきまでやっていた「重心の上下」や「硬い体」「緩い体」などを駆使しないと、自分で思っているだけでは全く外に放出してくるものがありません。古城氏からも「みんな今日やったことをもっと使わないとできないよ。思っていれば伝わるなんてありません。気持ちを伝えるためにはどんな体になればいいの？ってことをせっかくプロセスを踏んでやってるんだから、ちゃんと重心とか意識して！役者は技術です。職人です！」にやるほど……みんなもなんか、「ハッ」としたような「しまったあ〜」と思ったような顔してた（笑）

■戯曲『卒業』を使って 1

映画『卒業』の戯曲版。ロビンソン夫人が色仕掛けでベンジャミン青年を落とそうとする二人のシーン。二人のいろいろな台詞の中から、ベースの感情を三つ選んで先ほどのように表現する。例えばベンジャミン「あー、びっくりした……」の台詞のベースの感情は「驚き」とか「焦り」

など。ロビンソン夫人「勘ぐられるのはもうたくさんだと言ってるの……」だと「怒り」とか「落胆」だとか……になるわけだ。そして相手（ロビンソン夫人からはベンジャミン青年が、ベンジャミン青年にはロビンソン夫人が）がパブリックスペースである……つまりは本心をさらけ出せる相手じゃないということを踏まえて表現する。この、相手がパブリックであるというのは面白い。そんな考え方をしたことがなかった。私だけか(-_-;) 発見、発見。

演じているのを見た感想は、シーンに流れているイメージに捉われすぎていて、男も女も似たような感情を繰り返しているに過ぎないという感じ。ベンジャミンの方は「焦る」「困る」ばかり。ロビンソンは「誘う」「すねる」みたいな。言葉も顔も使えず、しかも着席のままなのでこれでは感情などさっぱりわからん。やっている方も四苦八苦だ。お題が難しいのか？古城氏からは「また技術を使うことを忘れていますよ。かといって体を変えればいってもんじゃない。パブリックであることと、自分の感情の大きさととのせめぎ合いですよ？自分の母親の知り合いである夫人が自分の部屋で色仕掛けをしようとしている。でもベンジャミンとしては『はやく出て行けよ、クソババー！』とは言えないわけですよ。それをどう表現するのかわかっていますよ」す、すげえ……台詞ってそういうふう考えていくのか！(-_-;)(-_-;)大発見、大発見。



↑↑↑四苦八苦している様子。頑張れ頑張れ~~~~~(^o^)

——15分休憩——

③ どんな思いでその場にいるのか？

役の「価値観」「キャラクター」を戯曲全体を通して読み解く。では、「価値観」とは？「キャラクター」とは？

「価値観」……その人にとって今、大事なこと、どうでもいいことはなんなのか？その人は相手（物事）をどう動かしていきたいのか？思惑。

「キャラクター」……大事なこと、どうでもいいことをどのように表現する人なのか。

■みんなの前で反対意見を言う

【花見】 どういうキャラクターでもいいので二つ選んで演じてみる。設定は、「上野で花見をしまー～す。場所取りは〇〇さんに決定～！」「賛成～」拍手！！という状況の中で、「上野」で花見をすることと、「〇〇さんの」場所取り」に反対意見を言わなければならない。はっきり言える人なのか？なんとかみんなを説得しようとする人なのか？などを考えてキャラクターを作る。

6人組くらいのグループに分かれて、一人以外はみんな、上野での花見と、〇〇さんの場所取りに大賛成で大盛り上がり～！！さあ、勇気を出して反対意見を言ってみよう！

多勢に無勢なので、思ったより反対意見を言う役に回った人は苦労していたみたいだが、これは、キャラクターとはどういうことかを探るためのエチュードなので、みんなを説得する必要はない。いや、反対するからにはみんなにわかってもらいたいとは思わなきゃダメなんだが、みんなを前にして、立ち向かっていくのか、すぐ弱気になるのか、粘り強いのか、投げ出してしまうのか……など、大事なことをどのように表現し、どの部分を捨てる人物なのか？という違いが2種類のキャラクターに出れば、それで大成功なのだ。必死で頑張ればばかりいると、キャラクターは一つになってしまう。

【デートに誘う。誘われたい】 今のグループで、男女一人ずつのペアが前に出て演じる。これもキャラクターの演じ分けのエチュードです。ほかの人は見ている。

——ここは会社。いつ誰が来るともわからない……例えば昼休みの休憩室など。以前から好意を寄せていた相手と偶然二人きりになる。男性は女性をデートに誘いたい。女性は男性にデートに誘われたい。しかしお互い、相手が自分をどう思っているのかは全く分からない。ま、へたするとみっともなくフラれるってわけだ。さて、どういうアプローチをする人物なのだろうか。

私が参加していたチームに限っていうと、40歳くらいの女性と30歳くらいの男性のペアだったが、う～ん……ちょっとありきたりだったし、二つのキャラクターの違いも明確ではなかった気がするな。「お疲れ様で一す」と言い合いながら始まり、相手の感触を探りながらもじもじして照れて……なんてのがありきたりだし、表現が半端だから、次にこれと違うキャラクターを設定するのって逆に難しいと思うんだな。キャラクターの違いを探るなら、スタートを大きく変えた方がいいと思う。例えば、一つ目は出会った瞬間にカ

ーッとのおぼせてしどろもどろ……のスタートを切る。二つ目はすごい強気で、なぜだか喧嘩ごし……とかね。でも中にある感情、相手に好意を持っていてデートしたいという気持ちは二つのキャラクターとも同じ……みたいに設定してスタートを切った方が、たぶん実感が得られやすいと思います。【感情を素早く切り替える】でやったように、MAXっていうのはほんとに大事。大きいものは小さくできます。と、古城氏はよくおっしゃっております。意思表示の仕方が変わる→それがキャラクターだ！とも。

『卒業』より

(原作/チャールズ・ウェブ 脚色/テリー・ジョンソン)

ベンジャミン、ダイビングスーツを脱ごうと悪戦苦闘。ドアが開き、ロビンソン夫人のシルエットが浮かぶ。夫人、ベンジャミンが脱ぎかけでもがいているのを眺めている。

ロビンソン夫人　ここは客間、じゃなさそうね。
ベンジャミン　あーびっくりした……こんばんは、ロビンソン夫人。
ロビンソン夫人　こんばんわ、ベンジャミン。
ベンジャミン　客間は廊下の先です。
ロビンソン夫人　そのダイビングスーツ、“すごい” わね。
ベンジャミン　まったくです。あの、すみませんが……

ベンジャミン、体勢を立て直そうとあがく。ロビンソン夫人、それを見ている。

ロビンソン夫人　東部では、みんなそういうのを着てるの？
ベンジャミン　卒業プレゼントです。父さんは自慢したいもんだから、僕にこれを着てプールで泳げって言うんですよ。
ロビンソン夫人　「予防具」みたい。
ベンジャミン　は？
ロビンソン夫人　どんな危ない性病も防げそうね。
ベンジャミン　廊下の突き当たりです。
ロビンソン夫人　何が？
ベンジャミン　客間ですよ。
ロビンソン夫人　ああ。

ロビンソン夫人、部屋へ入る。少しふらついている。

ベンジャミン　ロビンソンさん、僕、今ちょっと動揺してて。失礼なこと言ってすみません。でも考えたいことがあるんです。お会いできてよかった。

ロビンソン夫人 元気だった？
ベンジャミン お相手すべきなのはわかっていますが、考え事したいんで。
ロビンソン夫人 灰皿ある？
ベンジャミン いいえ。

ベンジャミンは出て行ってほしくて言ったのだが、夫人は煙草に火をつける。ベンジャミン、夫人にゴミ箱を取ってやる。夫人、マッチをゴミ箱に捨てる。

■戯曲『卒業』を使って 2

『卒業』をテキストに、ロビンソンとベンジャミン夫人のキャラクターと価値観を探る。●お題→「ロビンソンの方は、ダイビングスーツがもう上半身脱げてます。で、ふと視線を感じて振りむくと、自分を見ているベンジャミン夫人が部屋の外にいるわけです。ロビンソンは、『わー



っ！！』って驚きを表明できる人なのか？それとも『あ～……びっくりした……』って言う人なのか？っていうのでも全然違いますよね。ベンジャミン夫人も、部屋の前に来たときにベンジャミンがいることがわかり、『ここなら休めると思ったのに、なんだ……誰かいるじゃん』ということなのか？それとも最初から『まあいい体だわ！』と思うのかでも全然違いますよね。だから、何が大事で何がどうでもよくて、それをどう表明するのか？を2パターン、2種類のキャラクターでやって下さい」……だそうです。

残念ながらわたくし山下と奥村大先生がまず演じてみることになりました。わたくしはエロエロ大全開のロビンソン夫人を、奥村大先生は純情無垢なベンジャミンのキャラクターを選んで……。やはり残念な結果に(ー;)。古城氏からダメ出し飛ぶ飛ぶ。「お二人さん、まず台本通りにやってもらえませんかねえ。ベンジャミンはダイビングスーツを全部脱がない！しかもあんた（奥村大先生のこと）、『わっ！！』なんて驚いてたけど丸裸で結構平気で話し続けてましたよね？ロビン

ソン夫人、『すごいわねー』とか言いながらもう触りに行きましたよね？もっと後ですよ！部屋に入ってくるってト書きは！なーに勝手に台本変えてんの？」二人ともしょぼぼ～ンでした……。二つ目のキャラクターもパッとせずにはまた二人でしょぼぼ～ンと終わり……もう思い出したくないっ！エへ♥下手クソでした。

また各チームに分かれて、二人が演じる。ほかの人は「キャラクターの違い」や「どういう価値観の人物を演じているのか？」などを観察する。私のチームを見ていて感じたのは、台本から最初に受ける一般的な

イメージ——色目を使うロビンソン夫人と、対応に困るベンジャミン——ということしかない。しかも表現が遠慮がちなので相手にも伝わりづらい。相手を入れ替えて何回か演じていただいたのだけれども、相手役が変わっても同じキャラクターで同じ表現している人がとても多かった。大きな一つのキャラクターを設定してスタートしたら、あとはすべて相手役に委ねてしまわないと、なかなかお芝居にはなっていないのだが……それはもう少し後で……かな？みなさんとりあえず台本片手に台詞をいうことに懸命で、「おーい！体が完全にお留守だよ」って感じ。

古城氏から一言。「今日いままで、体についてやってきましたよね？まずロビンソン夫人。この人はパーティーで、酔っぱらってるわけですよ、かなり。いや、**重心**の高いロビンソン夫人もなくなるとは思いますけれど、いま見ている思ったのは、みんななんか、重心が高くて、ちらちらベンジャミンに『そっちに気がありますよー』みたいな目線を送ってる。そんな女の誘いに乗る男はバカですよ。一番大きな**体の状態**は、酔っぱらってるわけじゃないですか。『あ〜〜』と、体が重い。で、これは**キャラクター、価値観**に関係してくるけど、ロビンソン夫人にとって、ベンジャミンはどうでもいい男なのか？それとも一生添い遂げようとしてるのか？ないとは思いますがね。だから、『あ〜横になりたい……』と思ってるところにベンジャミンがいてどうなるのか。最初から誘う・誘われるということが二人の関心事になってるんだが……そうですね、そうなんだけど、まずどういった状況から感情が移っていくのか？それをどう表明していく人なのか？そこを探してほしいんです。台本を渡すとみんな『私はいまこういうつもりですよ』『こんなこと感じていますよ』って説明し始めるんだけど、そうじゃなくて、まず一番大きな状態からスタートして、男の体を見て『おお！』と思うのか？『出ていってくれと一生懸命伝えようとしているのになんで入ってくるの？オバサン！』と言う気持ちが募るのか？萎えるのか？お互い、感情が変わっていくところを探らなければいけないんですけど……」

……この課題は飯食ってからだな！！

——夕食大休憩 45分♪——

④ 自分で決められること・決められないこと（決めない方がいいこと）

いかにも、を装った言い回しをしない。「壁打ち」をしない。一色（ひとつの感情）に染めない。そのために重要なのは、感情を動かし続けること。では、感情を動かし続けるにはどうしたらよいか？

■ 転換点

【自分で決められること】 戯曲を読み解くときに、自分から感情を変えられるところ（**転換点**）はどこか？を細かく探る。引き続き『卒業』をテキストに、**転換点**に焦点を当てて演じてみよう！

ロビンソン夫人→ほろ酔い気分でベンジャミンの裸を見て、「つまみ食いをしてみよう」と思うが、そこは大人だから、「まったくそんなことは少しも考えていません」という風を装い、「あ～酔っ払っちゃったのよねえ」ということだけで会話をスタートさせる。**転換点**は、「灰皿ある？」という台詞。

ベンジャミン→夫人に裸を見られてものすごくびっくりするが（イギリスではレディの前で裸になることは大変失礼なこと。よって……）自分に非があったという態度で接する。感情としては卒業後の未来に明るさを感じられていない不安でいっぱい。一人で考え事をしたいから早く出て行ってほしい。**転換点**は夫人が自分の部屋に入ってきた後の台詞。

「とにかく、**転換点**では大きく感情・体・ポジションを変えてください」との古城氏の声で夜の部スタート。時間がないぞ！「**自分に嘘をつかない対話術**」にどこまで迫れるか！？

【「転換点」の台詞を大きく瞬時に変化させて言う】 各チームに分かれる前に、全員の前で一組だけやっていただいた。男性は若い俳優さんで、女性はベテランの女優さんである。お二人、どうもありがとうございます。うちのドS演出家は全員の前で辛辣なダメ出しを食らわせるのが三度の飯より好きなのでどうか許してください（笑）

で、お二人の演技ですが……確かにベンジャミンは裸を見られて「ワッ！！」ともものすごくびっくりしたし、夫人が部屋に入ってきたことに戸惑って「考えたいことがあるので……」と遠慮がちに言っている。夫人も歓迎されていないことをわかってなおかつ「灰皿ある？」と逆に攻め続けてはいた。が、相手の視線や勢いやムードとはずれているなあ……と感じました。要するに注意事項は守っていますが僕は僕で私は私でやっていますになっている。人の気配、夫人の視線と関係なくやたら驚くベンジャミン……みたいなことになっていますのだ。

【自分で決められないこと】 転換点以外の台詞の言い方は、相手の台詞によって決まる。

またまたチームに分かれる。男女一人ずつ演じて、ほかの人は見る。「私の方がうまいわっ！」とか思いながら見る。（笑）

ロビンソン夫人	私のこと、どう思う？
ベンジャミン	あー……
ロビンソン夫人	小さい時から私のこと知ってるでしょ。何か感じてるはずよ。例えば……
ベンジャミン	あの、こんな会話、変ですよ。それに僕ホントにもう下へ行かないと……
ロビンソン夫人	何の感想もないって言うの？
ベンジャミン	違います、でも、いつまた父が来るかわからないし……
ロビンソン夫人	ベンジャミン。
ベンジャミン	はい？
ロビンソン夫人	私がアルコール依存症だって知ってた？
ベンジャミン	いいえ。

ランダムに相手を変えて演じてみる。先ほども言ったが、相手が変われば自分の言い回しも変わる。転換点は自分で切り替えられることが可能なポイントだが、それも相手の出方によってまったく変わるはず。例えばベンジャミンの受け答えに自分への拒否感を強く感じれば、ロビンソン夫人は、「何の感想もないっていうの？」という台詞で、逆切れ大爆発してもいいわけだ。それにたじろいだベンジャミンがなだめるような声を出したなら、次の「ベンジャミン」と呼びかける夫人のムードはどう変わるだろう？

⑤ 細かく・速く・大きく、感情を切り替える

■『卒業』を演じてみる

感情を素早く切り替えることのできる「感情

のフットワーク」を速くする。では、相手の何によって決まるのか？相手の台詞の何を聞けばいいのか？

聞くポイント→相手の台詞の「声の大きさ」「声の高さ」「スピード」「張り具合」「まとっている感情」等々。そのポイントに注意しながら聞き取ったポイントに瞬時に応じられるようにする。

【「転換点」の台詞以外は相手の台詞に影響されて言う】

ベンジャミンの、夫人に出て行ってほしい気持ちはどんどん募り大きくなり続けていくが、あくまでも紳士的に振る舞わなければいけない。これはキャラクターというよりも、戯曲解釈の範疇だが、何でもアリというわけではないので、ベンジャミンが将来に不安を持つ上流階級のお坊ちゃまであることに変わりはないし、ロビンソン夫人のほうはアルコール依存で、現在も酒に酔っていて、すぐにでも休みたいと思っているというベースは踏まえなければいけない。その大前提は念頭に置きつつ、**転換点はどこなのか？感情が大きく切り換わるところ、状況が大きく変化しそうなところはどこなのか？**を探る。そして、転換点も含めて、**すべては相手の出方次第**であるということが何より大事である。とにかく自分の役のシチュエーション、キャラクター、転換点を大きく捉えたらあとはすべてのアンテナを相手役に張る。自分との実際の距離。気持ちの距離感。息遣い、語気。そういうものを敏感に感じ取り、相手の出してくるセリフやムードに任せる。自分の台詞の言い回しなんか考えないこと。設定を**説明しない**こと。すべては相手に委ね、時に自分でかき回し、時に驚かせ、笑わせ、その反応によってまた自分も**変化し続ける**。そんな俳優に、わたしはなりたい。なんじゃそりゃ。



さてさて……本当に駆け足で一日……半日か、「自分に嘘をつかない対話術」……に近づくためのアプローチと言った方がいいようなことをやってきたわけですが……、長い長い道のりでござんすよ。だって、嘘をついてると思って演じてませんもんね、自分は。でも今日ちょっと皆さんに齧っていただいたことは、うちの劇団で散々やっている、「**体と感情を一致させる**」ということが基本になっています。「役者は台詞を言うマシンじゃない。体が語ることの方がその何倍も多い」と私たちは普段から何べんも何べんも言われ続けています。「何べん言っても出来ませんねえ!!」とも何べんも何べんも言われ続けています。長い長い道のりでござんす。



でも、強く明るく元気よく、長い道のりを嘘をつかないように歩いて行くわけだっ(^0^)普段の生活には嘘や方便が蔓延しているからね、お芝居という大嘘の世界で私たちは嘘のない対話をしようじゃないか。うまくまとまったようだけどさっぱりわからないわね！わはは！軽〜くクールダウンのストレッチをして、本日のワークショップ、これにて終了です。ご参加いただいた皆様、本当にお疲れ様でした！！

編集後記 この「嘘をつかない」シリーズはなかなか好評です。やっぱり何年かすると誰しものが、「自分のしている芝居って嘘くさくないか？」なんて考えるのかも。いろんな形態の表現があるけど、自分に違和感のある演技はなんだか居心地悪いもんね。堂々とお客さんに嘘をつける技術と心構えが欲しいもんだ。ではまた！！