国際演劇交流セミナー 2017-2018

International Theater Exchange Seminar 2017-2018

ごあいさつ

一般社団法人日本演出者協会 理事長
流山児祥

日本演出者協会の国際演劇交流セミナーが始まって今年で 20 年の節目の年を迎えることになりました、関係各位に厚く御礼申し上げます。1999 年から文化庁の本格助成も始まって協会国際部は世界各国の演劇人と出会いワークショップ、レクチャー、シンポジウム、リーディングなどを行う国際演劇交流セミナーを 20 年に渉って企画開催してきました。世界には、豊かで多様な演劇が存在することを学び、共有しあうことは演劇の根本である《他者》との出会いです。国際演劇交流セミナーは、日本演劇が思考してきている所謂、明治以降の近代劇＝欧米中心の思考をドラスティックに変え、演劇を必要とする世界各地の現代演劇のもう一方の豊かさ（オルタナティブ）を体験する旅でした。

2015 年には韓国、パレスチナ、オーストラリア、デンマーク、メキシコ、2016 年にはアフガニスタン、マカオ、ウエールズ、といった地域の特集。勿論、ロシア、フランス、イギリスといった国の演劇人との交流も同時に行っています。2017 年、2018 年の本合併号には韓国、フランス、台湾、アルゼンチン、スイス、デンマークとの試みの特集が掲載されています。わたしも参加したインドネシア、台湾、韓国の特集は貴重で面白い体験でした。わたしはインドネシアには 2 度公演してインドネシア演劇が如何に社会に、地域に根差しているか、その身体表現の豊かさの根源を共にワークショップすることで再確認しました。韓国演劇のトップシーンを牽引している劇作・演出家：パク・クニョン氏の独自のワークショップは日本の若手演出家にとって目から鱗のプレゼントになりました。今、韓国と並び最も芸術に力を入れている台湾のトップ・リーダー：汪兆謙氏のドキュメント演劇も多くの参加者を集め好評でした。また、アルゼンチンのエミリオ・ガルシア・ウエービ氏の「既成概念を揺るがす演出を～その創造のプロセスとは何か～」は京都と東京の 2 か所で各 6 日間開催し多くの参加者がアルゼンチンの鬼才と衝撃的な実験を重ねました。舞台芸術は既成概念の破壊とその後の創造の果てにあるのです。

世界中の地域の演劇人、演出家と出会い彼らが彼の地で実践している演劇の多様性を学び共有し、共に実験して、社会に向けて普及のための公演を行うことで日本の演劇人、とりわけ若い世代の演出家を育

成する事業が国際演劇交流セミナーです。演劇の持つ真の自由さを獲得し、社会という《他者》のために文化芸術は存在します。地球上、それぞれの場所の必要性から生まれる演劇の多様性を重視することはわたしたちの課題です。いま、世界はネオ・ナショナリズムとポピュリズムの波に翻弄されています。日本の若者たちは「私はダメだ」「俺はクズだ」と思う人が米・中・韓と比べて突出しているという検査結果が出ています。スマホとインターネットの谷間に「わたし」という「個」が孤立し彷徨う 2019 年の現在です。まもなく、改元。日本を変えたあの 3・11 東日本大震災から 8 年です。3・11 を忘却の彼方に押しやるのではなく、忘却の痕跡を自らの身体に刻むのがわたしたち表現者（当事者）の仕事です。2015 年、東京と福島で開催したパレスチナ特集で来日したイエスシアターと福島の演劇人の交流は今も続いています。演出家：イハッブ氏は「文化なしの闘争はない、社会にとって演劇は必要不可欠だと想える若い世代を育てたい」語った言葉は今も生き続けています。この想いがこの事業の根本です。

2020 年代をどんな時代にしたいのか？　が演劇人に問われています。少子高齢化の超格差時代到来が予測される時代、わたしたちは決してネオ・ナショナリズムやポピュリズムに屈することなく国境を越え世界の演劇人たちとともに歩んで行きます。

また、企画の具体化にあたっては、多くの研究者、翻訳家、評論家、関係各国の大使館、国際交流基金などにご尽力いただいていることに感謝、そして何よりも文化庁のサポートに厚く御礼申し上げます。そして、何よりも、この年鑑が多くの若い演劇人に読まれることを切に願っています。

（2019 年 3 月 5 日）

フ ラ ン ス 特 集

【INTRODUCTION】

声はどこから生まれてくるのか？
それぞれの身体があるのなら、それぞれの声がある。
〈声〉をめぐるワークショップとシンポジウムの５日間！

企　画　：　山 上　優

フランス特集

国際演劇交流セミナーにおいて、フランスから講師を招聘する機会としては、今回が 2015年以来の企画となりました。日本の近代演劇の確立に大きな礎を築いた作家・演出家の岸田國士が 1920年代にフランスに遊学し、パリで上演されていた数々のヨーロッパ演劇に触れて帰国後多くの作品を残したことはよく知られています。ラシーヌ以降の古典主義以来の、いわゆるテクスト至上主義、「ことばの演劇」の伝統は現代フランス演劇の根底にも根強く流れていると言えると思います。そのような中において、長年に渡り「身体とのつながりにおける声」の研究と実践を行っているフランスの演出家、ロラン・クルタン氏に出会ったことがこの企画のきっかけとなりました。彼はナディーン・ジョージ氏の創設したヴォイススタジオインターナショナルのフランス支局長で、定期的にロンドンやエジンバラで共にワークショップを行っています。クルタン氏の「身体とのつながりにおける声」の探究の系譜を紹介するとともに、日本の演出家が実際のトレーニング過程を参加しながら或いは観察しながら実践に立ち会える稀有な機会をつくることができました。東京のみでの開催でしたが、他県からの協会員の参加もあり有意義なセミナーとなりました。

ヴォイススタジオインターナショナル創設者、ナディーン・ジョージは、ロンドンの Central School of Speech and Dramaで声のスペシャリストとして世界的に著名なCicely Berry（シスリー・ベリー）に学び、その後スコットランド王立芸術学校で 20年間教鞭をとり、発声法学科の正式認証を受ける。スウェーデンを始めとする北欧諸国および英国、フランスでの30年に渡る教育と研究、ヒューマンヴォイス研究の芸術への貢献に対し、コンセルバトワール・グラスゴーより名誉博士号を授与される。ナディーンが考案したユニークな訓練法は、言語に関わらず、身体と直接的につながる「歌う」声を使いながらテクストへと入っていくもので、人に個別固有の声を発展させることを可能にする。

ナディーン・ジョージは、独特な声のトレーニング法を考案した、アルフレッド・ヴォルフソーン（Alfred Wolfsohn 1896-1962）の研究に影響を受けている。その方法論は継承され、1975年ロイ・ハート・シアター・マレラルグ（南仏）の設立にも寄与する

アルフレッド・ヴォルフソーン（Alfred Wolfsohn 1896-1962）　1896年ベルリン生まれのドイツ人歌唱指導者、心理療法研究者。第一次世界大戦中の兵士としての過酷な体験によるトラウマが起因で声の研究を始める。塹壕で、負傷した瀕死状態の兵士を運ぶ担架の担ぎ手であった彼は、兵士の悲鳴と叫びの幻聴に苦しみ、発声された極端な音声と、それがもたらすカタルシス（浄化作用）と悪い記憶の払拭（exorcism）との結合を研究。声における精神的な因子と肉体との関連について研究する。それは声の源は専ら発声器官、喉頭にあるとする学問的立場と対立するものであった。さらにユング心理学上のアニマ、アニムス（抑圧された無意識に存在する男性性、女性性）の芸術への応用を考える。研究は教育、セラピー、芸術、宗教、愛の領域へと拡がる。彼の開拓者としての研究は声が芸術表現のための道具のみならず、人間性の発展、治療効果への可能性を持つことを明らかにする。“声は魂（心）の筋肉である”と彼は言う。

【in 東京】

2017 年 9 月 14 日（木）～ 18 日（月）　東京　ラ･ケヤキ

《声 – 共鳴する身体を演出する》
「声は心の筋肉である」-by Alfred Wolfsohn-

ワークショップでは、参加者がペアを組んでトレーニングを行うことから始め、呼吸と体内のエネルギーを確認しながら、グループワークへと進み、それから声を出すウォーミングアップへと丁寧に進みました。個々に特有な声を探求しながら身体的なインパルス（衝動）をもとにテクストワークへ、使用するテクストは講師が同じ方法論を用いて演出した『王女たち』（ カナダ、フランス語圏の作家ノルマン・ショレット作）からの抜粋を使用しました。言語はフランス語、英語、日本語の中から参加者が選択。

【 in 東京 】　会場　東京 ラ･ケヤキ

ワークショップ

9 月 14 日（木）～ 17 日（日）　11：00 ～ 22：30

参加者によるプレゼンテーション

9 月 18 日（日）　17：00 ～ 18：00

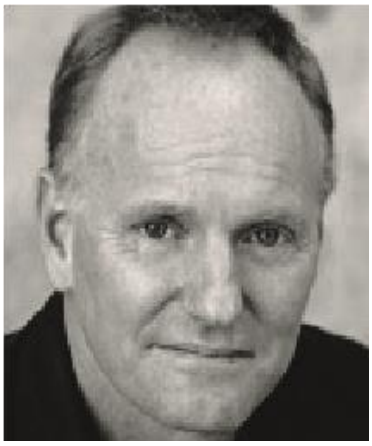
シンポジウム『　声・共鳴する身体から台詞へ　』

9 月 18 日（日）　18：30 ～ 20：00

〔パネラー〕ロラン・クルタン　岡本 章（錬肉工房主催、明治学院大学教授）
〔 司 会 〕佐々木治己
〔 通 訳 〕竹中香子　東海林和寛

通訳　竹中香子
担当　山上 優　佐々木治己　柏木俊彦

ロラン・クルタン / Laurent Courtin



演出家、俳優、トレーナー。1969 年フランス、シャルトル生まれ、パリ在住。パリ第二大学（パンテオン - アサス）卒業。論文《Échos intérieurs エコーアンテリユール》では声の訓練法を主題に取り上げる。カンパニー《ボール・ドゥ・セーヌ》主催。自身演出の『王女たち』（ノルマン・ショレット作）をロジェ・マルタン・デュ・ガール一族が所有するベレム城で創作、上演。イリーナ・ブルック演出『ピーターパン』『テンペスト』では演出助手をつとめる。

俳優の声を深く探求するロイ・ハートシアター・マレラルグ（南仏）の創設者の 1 人ナディーン・ジョージと共にヴォイススタジオインターナショナルのメンバーとしてパリ、ロンドンで定期的にワークショップを行う。

〈ヴォイススタジオインターナショナルについて〉

創設者ナディーン・ジョージは、ロンドンの Central School of Speech and Drama で声のスペシャリストとして世界的に著名な Cicely Berry（シスリー・ベリー）に学び、その後スコットランド王立芸術学校で二十年間教鞭を取り発声法学科の正式認証を受ける。スウェーデンを始めとする北欧諸国および英国、フランスでの 30 年に渡る教育と研究、ヒューマンヴォイス研究の芸術への貢献に対しコンセルバトワール・グラスゴーより名誉博士号を授与される。ナディーンが考案したユニークな訓練法は、言語に関わらず、身体と直接的に繋がる「歌う」声を使いながらテクストへと入っていくもので、人に個別固有の声を発展させることを可能にする。

ワークショップ１日目
9 月 14 日（木）
企画担当者（山上優）が挨拶と注意事項、施設について説明。
国際部長佐川大輔より、挨拶と国際交流演劇セミナーについて説明。
山上より、講師ロラン・クルタン氏を紹介する。

○ **ロラン**　日本演出者協会のみなさん、ありがとうございます。このようなセミナーが開催されることはとても嬉しいです。まずは、私の「声」の仕事について紹介させていただきたいと思います。
　スライドショー

○ **ロラン**　私は、ヴォイススタジオインターナショナルの創設者ナディーン・ジョージと、15 年間仕事をしてきました。彼女のメソッドは、アルフレッド・ヴォルフソーンの理論を元にしています。ヴォルフソーンの声のメソッドに関する本はたくさん出版されているので、フランス語ではなく、英語の文献なども紹介できます。
　ヴォルフソーンは、第一次世界大戦のなかで、兵士たちの断末魔の叫びをたくさん聴いて、声に関するメソッドを作りました。

○ **山　上**　補足しますと、ヴォルフソーンはもともと歌手だったのですが、戦争に従軍し、担架で兵士を運んでいた。そのときの兵士の断末魔の叫びが耳から離れなくなりました。そして、自分のための治癒方法としてメソッドを考案していったのです。

○ **ロラン**　具体的にどのようなメソッドで行っていくのか説明します。重要なのは、呼吸とリラクゼーションです。
　声を作る前に、どのように呼吸をするのか、それがすべての基本となります。呼吸を作るときに、どのように体がリラックスしているのかというベースを作ることが基本なのです。そして、そこから徐々に声を温めていきます。後ほど説明しますが、四つのポジションを使い、声を温めていきます。

　最初は全員で、四つのポジションによって喉を温めます。そのあと、個人個人の高低を探していきます。高低を探求する過程で、体と声を繋げていく場所を探していきます。そして、テクスト、セリフにどう結びつけていくのか、ということに発展させていき

ます。毎日の流れですが、最初に呼吸を温め、声を温め、四つの場所、そして最後にテクストにどのように繋がっていくのか、という順序でやっていきたいと思います。

私のフランスでの活動ですが、『チボー家の人々』で有名な作家ロジェ・マルタン・デュ・ガールの娘が、遺産を相続し、音楽や演劇などが行える場所を所持しています。主に、舞台芸術の人にアーティストインレジデンスとして場を開いています。この場所で活動を行っています。チラシにも書いてあると思いますが、パリ第二大学を卒業し、声について論文を書きました。今年の 8 月に『フェードル』を上演したので、少しお見せしたいと思います。上演場所は、先ほどのレジデンス施設です。

映像『フェードル』

○ **山　上**　家というよりは、お城ですよね。

○ **ロラン**　次に、『女王たち』をお見せします。今回はこのテクストの一部を扱います。

映像『女王たち』

○ **山　上**　補足しますと、この作品は、今年の 10 月にパリの劇場でも上演されます。

○ **ロラン**　これからみなさんが学ぶ「声」のメソッドを、舞台に立ち、俳優として行うとどうなるのかというイメージを共有するために映像を見ていただきました。では、はじめていきましょう。

和室に移動して、ウォーミングアップ。2 人 1 組で呼吸の練習。
まずうつ伏せになり、リラックス。目を閉じ鼻から吸って口から吐く。

○ **ロラン**　うつ伏せになり、お腹を地面につけます。目を閉じてリラックスした状態を作り、鼻から吸って、口から息を出します。口は、O のように開けてください。この呼吸を続けます。

パートナーは、うつ伏せに寝ている人がリラックスしている状態になったら、体をさすり、全身を暖めます。背中の下に手を置き、呼吸を一緒に感じてください。そして、息を吸ったときに、腰の上に手を置き、吐いたときに、横に手を滑らせていきます。腰のあたりからはじめて、徐々に上半身へと上がっていきます。肩甲骨まで上がっていったら、

吐く呼吸に合わせて、斜めに手を下ろしていきます。

うつ伏せになっている人は、必ず、鼻から息を出し、リラックスすることを忘れないようにしてください。

足は、太ももの片方を両手で覆い、軽く揺らします。揺らすタイミングは、常に息を吐くときです。息を吐いているときに振動を与え、上半身にも伝えていきます。次にふくらはぎのマッサージを行います。ふくらはぎは、たくさんの緊張を持っています。ふくらはぎはただのマッサージなので、呼吸の吐いているときを意識はしますが、マッサージすることを優先してください。

足の裏は、拳を作り、かかとに合わせます。息を吐くときに、かかとから足の親指の方に、拳を滑らせていきます。土踏まずも緊張が伝わりやすいところなので、ほぐしていきます。

足首を持ち、息を吐くときに 1 センチほど持ち上げて振動を与えます。息を吸っているときは、足を下に置き休ませ、息を吐くときに足首を持ち上げ、太ももが地面から 1 センチくらい離れるくらいにし、揺らします。

パートナーのエナルギーを感じながら行ってください。ここまでの効果は、パートナーのリラックスしている状態を手伝っているということです。

ここまで終わったら、寝ている人は目を開けて、外の世界とコネクションを戻していきます。ゆっくりと横向きに寝て、先ほどの O という口で呼吸したまま、四つん這いになります。パートナーは骨盤を持ち上げながら、ゆっくりと支えます。背中をまるめたまま、起き上がります。足の幅は肩幅くらいにし、肩と頭は脱力したまま、ゆっくりと起き上がります。重要なのは、鼻から息を吸って、口から息を出す呼吸を続けていることです。1 点を見つめて、呼吸に意識を集中させて、唇を前に突き出す形で、呼吸をします。

ここまでが、1 つの温めるエクササイズになります。呼吸に集中することで、体がリラックスできるようになります。このエクササイズは慣れていないと酸欠になることもあるので、そのときは速やかに中断してください。

【質疑応答】

Q　サポートをする際に、相手の呼吸が終わるときに、サポートの動きも終わるようにしたが方がいいでしょうか？

○ **ロラン**　**サポート側が終わりを決めるよりも、寝ている人のリズムに合わせる方が大事です。**

午後

①グループワーク

ピアノの音に合わせて、各躰の部分で異なった音域で試す。

O の音で、vibration（震動）を意識するのは、下腹部。男声低音・バス。

A の音で、vibration（震動）を意識するのは、胸。男声高音・テノール。

U（震動を意識するのは同様だが、ソフトに。感情と連動しやすい音ウ）胸よりやや上に意識。女声低音・アルト。

A（ 軽く。頭の上から音が飛び立つようなイメージ。）女声高温・ソプラノ。ファルセットになっても可。

1 人の人のなかに、男性部分、女性部分の声、というものがあるので、探求していく。

役の感情でなく、身体のどこの部分が震動しているか（人物として）を意識しながら台詞を言うとしたら？

②イスを半円に並べて、1 人ひとり見て行く。

常に vibration は腹に置いて、を意識。（高音になるほど、もちろん難しい。）

美しい声を出そうとしないこと。身体から出る音に従う。身体の中を探究していくように。

○ **ロラン**　**重要なのは美しい声を探そうとしないこと、ウォーミングアップと同じように、体のどこが振動しているのかを意識してください。O の口から音を上げていき、体の中を探求していきます。**

・男性の低音 O を、お腹の振動を意識しながら行っていく。徐々に音程を上げて高くなっていくと、声が出るか出ないかという状態になっていく。ドアが軋んだような音になっていくが、さらに音程を上げる。そして、音程を徐々に下げていく。

この一連の流れを、1 人 1 人行い、ロランがコメントをしていく。

・ 1人目

○ **参加者**　出たことの無い高音が出ていた。

○ **ロラン**　歌手の方にとっては、普段音程で音を出すことをしているので、不安になるようなエクササイズである。音程を気にしないこと。音程を気にするのは頭。身体から出ていた音はよかったのに音程を気にした途端、残念なりました。

・２人目

○ **ロラン**　頭で考えることを止めてからいい音が出ていました。純粋な音。「ヴォーカルトレーニング」というと綺麗に歌う声を考えがちだが、私たちはセリフの声を探究しているので、関係ない。

・3 人目

○ **ロラン**　低音はエネルギーをためるイメージ。高音のエネルギーは女性的エネルギー（男女にかかわらず）発散しやすい。ためる男性的エネルギーと女性的エネルギーの拮抗が大切になってくる。

・4 人目

○ **参加者**　自分が長いことヴォイストレーニングを受けていて、どうすれば楽に音が出るか知っているので、そこへ行かないように、戦った。 ○ロラン　よく分かりました。自分発信でなく、自分の身体発信へと目を向けて行くのは難しいと思います。濃度の濃い音が出ていました。

・5 人目

○ **参加者**　高い音をどう出したらよいのか分からない。

○ **ロラン**　聞こえて来るピアノの音をだすようにするだけで良いです。口から出ている音に自分は付いていくだけ、というように。O で腹に震動を意識して、高音も出していくうちに身体が開いていく。そうやって自分の声を探究していきます。低い声のほうが得意な人もいれば、高い声が得意な人もいる。

・6 人目

○ **参加者**　なぜかわからないけど涙が出てきました。

○ **ロラン**　すごく素敵な冒険でした。身体が、今その声だ、と言っている音が三つくらいありました。完全に本能と身体との関係だけでやっていたから、いろんな所に行っていたと思います。行ける範囲が広がっていた。ピアノの音程が上がっていっても、その周辺の音程を探していたのがよかった。声からペルソナージュ（登場人物）が立ちあがってきた瞬間があった。その時、何の感情も足さずに、ハイ、これ読んでと、テクストを渡したい思いだった。何か作り上げるもではなくて、もうその人が持っているものになっています。

－　休　憩　－

・7 人目

○ **参加者**　今日病み上がりだったんですけど、お腹に集中していたのでできた。途中お腹がビリビリしているのを感じた。

○ **ロラン**　喉が枯れているときでもお腹の震動を意識することで可能になる。音程が上がって、声が息だけになったときがあったけど、その時の情報はいっぱいいろんなことがあった。いろんなことが起きていた。「身体から出る音に従っていく」ことが出来ていたとき、自身もすーっと音が出たと感じた。その自由さを掴みとる。そこからどのようにテクストに落とし込んでいくか…。

・8 人目

○ **参加者**　自分がおもしろい。自分で思っていない所の、足の右側だけが揺れてたり。

○ **ロラン**　身体で体感する部分がだんだん広がってくると思います。身体が出したことの無い音でビックリしていた。それはいいことでした。

・9 人目

○ **参加者**　身体が細胞の隅々まで喜んでいる感じがして、気持ちがよくなっていった。涙した。身体がどんどん開いていくような感じ。

○ **ロラン**　初めてやったのに、そこまで解放できていったのを見ていて衝撃的だった。高音で既に探求していく方向がみえていたので、あえて低音にいかなかったけど、1 度目でここまでできるのは稀だから、自分をほめてあげてください。

・10 人目

○ **参加者**　楽しかったです。訳も無く。

○ **ロラン**　高音にいったとき、自分の知っている声でしたか？

○ **参加者**　そんなに力があるかと思った。

○ **ロラン**　高音にいったときも常に腹とつながっていたのでどんどん行けましたね。

・11 人目

○ **参加者**　音をとろうとするのを放棄して、取り合えず聞いた音について出してみた声に従っていた。音程が下がって行ってるのに、声が下がって行かないで、上につねに引っ張られている感じがした。それと音程をとろうとしてしまう自分と闘っていた。上に上って行ったときに涙が噴出していた前の人をみたが、それを体感した。

○ **ロラン**　男性は、低音に行くときにどのようにエネルギーを扱うか、が問題になる。自分の身体の、野性的な部分に繋がっていたのが見えた。エネルギーをどうコントロールしてテクストまで持っていくかが、これからの課題です。

・12 人目

○ **参加者**　好きです。あまりやらないけれど、低音域、好きでした。

○ **ロラン**　高音は行ったことのある領域でしたか。

○ **参加者**　あそこまでの高音はハミングくらいしかやったことがなかった。年をとったから低い音が出るようになったのか。

○ **ロラン**　低音に行ったときに既にキャラクターが見えていた。

③テクスト

意味は為すように読むが、声と身体を意識して。感情は度外視。2 人 1 組で行う。

○ **ロラン**　下腹を意識した状態で、相手の声の上にのせて行く。声を出していくことで心情、からでなく、声の震動の大きさで人物の幅が拡がって行く。身体の震動を勝ち取り、ヴァリエーションを体験していく。
　セリフを感情込めて言おうとするのではなく、どのように声をこの空間に存在させるかということを意識して、エクササイズの延長だと思って行ってください。

・1 組目

○ **参加者**　震動を意識することで、言葉、から解放された。

○ **参加者**　低い声を使うことで、声量を出すことで、「12 歳よ！」というところに怒りがおりてきた。

○ **ロラン**　「怒り」から心理的につくったものではない。結果的にそうなったのは、良い方向です。

・2 組目

○ **参加者**　エネルギーの交換が楽しかった。

○ **ロラン**　テクストは今日初見なのに、ふたりの震動の交換が既にみられてすばらしい。

○ **参加者**　相手の声を乗り越えようと思ったり、ずっと聞いていたいと思ったり、怖かったりした。

○ **ロラン**　日本語は判らないが、身体のどの部分が震動しているかで役の人物が見えてきた。

【質疑応答】（今日感じたことをシェアする）

○ **参加者**　テクストを読むときに、自分の好きな音程でやってしまってよいのだろうか。

○ **ロラン**　震動が見つかってきたら、苦手な音域とかを探ってみてもよいかもしれない。1 日で答えはでないですね。

○ **参加者**　自分が思っていない身体の部分が反応することが発見だった。

○ **参加者**　自分の頭のコントロールでないところ、身体が震動してそれに従っていくことで役に繋がって行けたら素敵だなと思った。

○ **参加者**　自分の身体と声の発見はもとより、他の参加者の変化を見ているのが楽しかった。

○ **ロラン**　エネルギーの循環、が大切なので、グループでやったことが 2 人 1 組になってまた生かされる。

○ **参加者**　明日についてやや不安、声が出せるかしら。

○ **ロラン**　自分の躰を探検していく、冒険していく、こと。

○ **参加者**　これまで学んできたことと、今回学ぶことを自分の中で混合できるかが課題。

○ **ロラン**　選択肢が増えて行くことなので、自分にあったものを自分のものにしてください。
　声のエクササイズは、難しいものだから、1 歩 1 歩やっていってください。

○ **参加者**　下の震動を保持したまま上に行く、またその逆、っていうのが初めての体験。

○ **ロラン**　広い音域を使うエクササイズなのが特徴です。

○ **参加者**　現代は頭を使いすぎている。自分がなにを求めているのかを知ることが楽しい。
　メンタルなことでは演技なんかできないということの実感。そこからの解放。声の仕事をしているので、感情が追いつく前に演じなければならないことがある。そういったときの助けになる。自由になる。

○ **ロラン**　探求していく過程で、身体のいろいろな部分にであっていく。

○ **参加者**　低い音域が感じられて、その振動が楽しい。新しい地下室が見つかった感じです。

○ **参加者**　ふだん自分で整えてしまう自分がいるが、今日は安心して何も整えなくて良かった体験がよかった。昔の日本人は、丹田でしゃべっていたんだろうなと実感した。

続き、詳細は、

国際演劇交流セミナー2017-2018 年鑑にて

国際演劇交流セミナー2017-2018

――― 年　鑑 ―――

■　目　次　Index　■

2017

デンマーク特集　－ ワークショップ・リーディング・シンポジウム　・・・・・・・・・・・・ 1

韓国特集　－ ワークショップ・レクチャー・シンポジウム －・・・・・・・・・・・・・・・・21

インドネシア特集　－ ワークショップ・レクチャー －・・・・・・・・・・・・・・・・・・・49

フランス特集　－ ワークショップ・シンポジウム －　・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 93

2018

台湾特集　－ ワークショップ・レクチャー・シンポジウム －・・・・・・・・・・・・・・・131

韓国特集　－ ワークショップ －　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・151

スイス特集　－ ワークショップ －　・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・181

アルゼンチン特集　－ ワークショップ・レクチャー・シンポジウム－ ・・・・・・・・・・・199

国際演劇交流セミナー実施年表【1999 年～2016 年】　・・・・・・・・・・・・・・・・・・241

ご希望の方は、日本演出者協会 事務局までご連絡ください。

TEL : 03-5909-3074 ／ FAX : 03-5909-3075

E-mail : j_d_a_info@yahoo.co.jp