

ソマティック早稲田フォーラム 2023

——開催の概要——

The Somatic Waseda Forum 2023: A Report on the Event

宮 田 裕 光

はじめに

2023年9月23日（日）に、早稲田大学戸山キャンパスで、ソマティック早稲田フォーラム（兼・日本ソマティック心理学協会第十回記念大会）を開催した（図1）。本大会は、2021年10月9～10日に同じ会場で開催した日本ソマティック心理学協会第8回記念大会に続いて、第10回の節目を記念する大会として開催された。本大会は、日本ソマティック心理学協会が主催し、早稲田大学総合人文科学研究センター「心と身体の関係と可塑性に関する学際的研究」部門との共催で開催した。開催の趣旨、目的は、ソマティック心理学（身体心理学）およびソマティックス（身体的実践）に関する学術研究および実践を通して、最新の情報交換、および参加者間の交流を行うことであった。宮田裕光が第8回記念大会に続いて大会会長を務め、久保隆司（日本ソマティック心理学協会会長、早稲田大学文化構想学部非常勤講師、総合人文科学研究センター招聘研究員）

公式サイト <https://www.somaticworld.org>

主催：日本ソマティック心理学協会
共催：早稲田大学・総合人文科学研究センター
大会会長：宮田 裕光（早稲田大学）
大会実行委員長：久保 隆司（日本ソマティック心理学協会/ソマティック・リソース・ラボ）

2023
9/24
(日)
10:00-17:40

と じ て



ひ ら く



身 と 心

〈 ソ ー マ 〉 の 未 来

会場：早稲田大学戸山キャンパス
(受付：33号館3F第1会議室)

ソマティック早稲田フォーラム2023
(兼・日本ソマティック心理学協会第十回記念大会)

図1. フォーラムのチラシ（一部改変）

が大会実行委員長を務めた。

本大会は、久保氏が2010年代から立ち上げと運営をリードしてきた日本ソマティック心理学協会の10年間の活動と運営体制に一つの区切りをつける大会として位置づけられ、対面で開催された。大会の統一テーマは、「とじてひらく身と心——〈ソーマ〉の未来——」とした。同協会の第一期としての活動をいったん閉じるだけでなく、身体と心、実践と学術、スピリチュアリティ（霊性）と科学研究の融合といった現代における重要なテーマに対して、今後の未来を展望する場とすることを企図した。当日は、研究者、臨床家、実践者などの多様な方々の参加があり、心理学、心理療法、ソマティックス（身体的実践）、仏教などを有機的に横断する各種の研究会、座談会等が行われた。当日は計100名ほどの参加があり、盛況となった。各企画の開催概要を以下に報告する。

フォーラムの開催概要

1. 午前中のプログラム

大会会長によるオープニング挨拶に続いて、午前中には「朝の4つの分科会」と題して、本大会の企画立案に関わった4名がそれぞれ主催しての分科会が開催された。

第1部会では、上智大学基盤教育センターの吉田美和子を座長とし、「生まれ、動き、出会う——発達プロセスにみるソマティックの未来——」と題した分科会が開催された。胎児から成人への身体と心の発達プロセスをたどりつつ心身に働きかけるボディワークである「ボディ・マインド・センタリング（BMC）」などを専門とする吉田を中心に、助産師の荒井英恵、相模女子大学学芸学部のトート・ガーボルらが登壇し、発達の視点に焦点を当てたソマティックの今後について展望した。

第2部会では、山伏、上智大学非常勤講師の長谷川智を座長として、「ソマティック・エデュケーションとしての瞑想」と題する分科会が開催された。長年にわたり山岳修行、瞑想修行を続ける修験者であり、身体教育の専門家でもある長谷川を中心に、早稲田大学の望月泰博、立命館大学の川崎裕太が登壇し、心身の教育としての文脈における瞑想について理解を深めた。

第3部会では、宮田裕光を座長として、「東洋的な直観に基づく心の科学——「認知」のパラダイムを超えて——」と題した分科会を開催した。現代の心理学においては、人間を情報処理装置と捉える「認知」のパラダイムが主流である。しかしながら、理知偏重に陥らない統合的、調和的な人間観を活かした心の科学を構想するうえでは、カール・ユング、西田幾多郎、鈴木大拙らの思想に見出される東洋的な直観、ないし霊性を基礎とする心のモデルが必要となることを論じた。また、こうした心の科学におけるパラダイムシフトは、意識の哲学・科学、発達科学、生命医科学などにも影響をおよぼしうるのであることを考察した。また、早稲田大学教育学部の横洲有咲が指定討論者として登壇し、個人的体験を透徹することによって普遍的地平に突き抜ける「超-個人的体験」に基礎づけられた人間学（sur-personal anthropology）についての構想を提案した。指定討論者として登壇した久保からも、高次な直観に基づく心の発展に関するモデルについて、トランスパーソナル心理学などの学術史的観点を含めた考察が加えられた。

第4部会では、環境神経学研究所代表、長野県立大学大学院客員准教授の藤本靖を座長として、「“空”の身体感覚と意識変容——空観の先にある世界を体験する——」と題した分科会が開催された。天台宗円融寺住職、円融寺幼稚園園長の阿純章が登壇し、仏教的な悟りの中核とされる「空」の体験世界について、身体性や変性意識に根差した視点から考察した。

2. 午後のプログラム

昼休憩を挟んで、午後のプログラムの最初には、久保隆司による「ソマティック——これまでとこれからの10年——」と題した基調講演が行われた。講演では、2010年代における日本ソマティック心理学協会の立ち上げから、本大会に至るまでの10回の大会や、継続的に開催してきたソマティック・ダイアログなどの実践、対話イベントを含め、ソマティック心理学協会のこれまでの活動の軌跡が紹介された。また講演中では、ソマティック心理学協会の設立および発展に特に功績のあった2名の方として、身体心理学を提唱するとともに

に東洋的行法にも精通し、協会の設立にも重要な役割を果たした故・春木豊氏（早稲田大学名誉教授）と、アレクサンダー・テクニークの日本への紹介で知られ、協会の運営にも尽力した片桐ユズル氏（詩人、京都精華大学名誉教授）の両氏による貢献について紹介された。

続いて、「昼の4つの分科会」と題して、再び、本大会の企画立案を担った4名を中心として各分科会が開催された。

第1・第2合同部会では、吉田美和子を座長として、「身体知教育の過去・現在・未来——上智大の人間教育から考える——」と題した分科会が開催された。上智大学では、全学共通教育として身体知領域の授業科目を学生に広く提供する先進的な取り組みを行っており、情報技術が著しい進展を遂げる現代にあって、身体への気づき（body awareness）を通した人間理解の深化を図っている。こうした教育を担ってきた上智大学名誉教授の鈴木守、大橋容一郎に加え、日本の伝統的な身体技法などの実践教育を担当してきた長谷川智が登壇し、身体知教育（ソマティック・エデュケーション）のこれまでと今後を展望した。

第3部会では、宮田裕光を座長として、「内観療法と森田療法に学ぶ「建設的生き方」」と題した分科会を開催した。浄土真宗の「身調べ」をもとに吉本伊信が開発した内観療法と、うつ病や神経症に対する精神療法として森田正馬が開発した森田療法は、ともに日本発祥の精神療法であり、身体と心への気づきを重視する身体心理療法（ソマティック・サイコセラピー）の文脈に位置づけることができる。近年では、これら複数の療法の要素を有機的に取り入れ、よりよい人生の送り方を志向する「建設的生き方（コンストラクティブリビング；CL）」のようなメソッドも開発されている。人事コンサルタントで多数のキャリア研修等も行ってきた芹澤幸彦、長年にわたり奈良内観研修所の運営に携わってきた臨床心理士の三木潤子、葬祭業経営者、1級葬祭ディレクターの吉澤隆が登壇し、これらの療法から学ぶ知恵をさまざまな臨床現場、社会現場などに活かす試みを紹介した。

第4部会では、藤本靖を座長として、「身体性から拓く、新しい京都の街づくり——演劇アートの可能性を存分に体験する——」と題した分科会が開催された。演出家・劇作家で「THEATRE E9 KYOTO」の芸術監督も務めるあどうさとしが登壇し、劇場という場で展開される舞台芸術とそこでの身体表現、またそれらを通した新しい時代の京都の街づくりの構想について紹介した。

最後に、「“ソマティックの幕開けと未来”——協会関係者および当日参加者の間にて——」と題して、大会参加者、登壇者全員が参加しての座談会とシェアリングを行った。登壇者全員が、この日のイベント全体を通してのコメントや所感を共有し、各参加者が相互に良質な影響を与え合ったことがうかがえる、高い臨場感に満ちた対話の場が形成された。シェアリングの終わりには、未来医療研究機構の長谷川敏彦による、ソマティックの今後を見据えたクロージング挨拶があり、盛会のうちに無事閉会した。

フォーラムを総括して

久保隆司氏と、日本大学教授の合田秀行氏が運営の中心を担ってきた日本ソマティック心理学協会の約10年間の活動は、今回のフォーラムをもって一つの区切りを迎えることとなった。上述のように、フォーラム自体は、登壇者の方々のすぐれた企画と、多くの熱心な参加者の方々を得て、大変充実したものとなった。このフォーラムで初めてソマティック心理学協会の行事に参加した人も多く、協会の活動がいったん終わりを迎えてしまうことを名残惜しむ声も多く聞かれた。しかしながら、中世フランスを代表する作曲家、知識人のギョーム・ド・マショーに「わが終わりはわが始まり」という楽曲があるように、ひとつのフェイズの終わりは、次の新たな展開の始まりとしての意味も同時に持っている。実際、このソマティック早稲田フォーラムと終了後の懇親会での出会いもきっかけとなり、翌2024年9月には同じ早稲田大学戸山キャンパスで、笑いとボディワークをテーマとした「第1回笑いフォーラム／第12回全国笑いヨガ大会」が開催されることになった。

協会の組織運営が区切りを迎えても、人が生きている限り、生命エネルギーに満ちた身体（ソーマ）とそれへの気づきという、ソマティックスとソマティック心理学のテーマが終わることは無い。大会会長の宮田自身も、ソマティックスの実践と無縁でいるわけにはいかないため、オープニング挨拶では、短いながらリコーダーによるバロック音楽演奏（J-M. Hotteterre『プレリュードの技法（L'Art de Préluder）』より無伴奏プレリュード）

を行った。身体心理学、認知行動療法、ボディワーク実践の良い伝統を持つ早稲田大学を一つの拠点として、これからもこの分野の学術研究と実践、またそれらの融合の潮流を発展させていきたい。