



身体言語

講師 保井 正明

私たちはお互いに、言葉や文字でコミュニケーションしていますが、同時に顔の表情やジェスチャー、さらには声の高低や抑揚等でも感情や意思を伝えています。

ボディランゲージ(身体動作による言語)という表現もあり、眼で物を言ったり、手話、手旗信号、パントマイム等でもコミュニケーションできます。

私たちは相手が嬉しい表情をしていると、何か楽しい体験をしたと感じますし、悲しい表情をしていますと、辛いことがあったのだろうと想像できるのです。

感動していても無表情だと、感動していないと思われそうですし、いつもジェスチャーも交えて笑顔でいますと、悲しいときも楽しめる人だと誤解されるかも知れません。

昔から「和顔施」という言葉があるように、笑顔で相手に接するだけで、相手は親近感を覚え、気持も穏やかになり、信頼感につながるかも知れません。

素敵な笑顔、微笑みを身につけてみてはいかがでしょうか。

さて、少し興味をそそられる話になるかも知れませんが、花の声を聴いて理解できる人がいます。スコットランドのフィンドホーン財団というコミュニティには、花や野菜に話しかけたり、歌ったりして、真冬に大輪のバラや野菜を育てている人もいます。

オーストラリアのアボリジニやアフリカのシャーマンと言われる人たちは、大地の精霊たちとコミュニケーションができ、精神的存在(宇宙神)からのメッセージを聴くことができ、それを予言として伝えたりします。

ルドルフ・シュタイナーはオイリュトミーという身体言語表現方法を編み出し、母音と子音に一つずつ身体の動きを定め、動きを組み合すことで言語を立体的に表現しており、人間の意識と身体を統合し、健康な人間成長につながるものとして、世界中のシュタイナー学校で、子供たちの教育に導入されています。

芸術、教育、治療、社会性に区分され、音楽とともに表現されるものや、詩の朗読とともに表現されます。

テレパシーとか共時性とも言われますが、自分の気持を相手に強く伝えたいと一心に念じると、遠くの相手にインスピレーションのように伝わることもあるようです。

また、「夢告げ」ということがあり、相手が強く伝えたいと思っていると、自分の夢の中に出て来て、そのメッセージを受け取ることもあるようです。

カール・グスタフ・ユングは夢分析をし、「予知夢」についても研究しています。

医療の世界では、話すことができない臨死患者とのコミュニケーション方法として、アーノルド・ミンデルが創始したプロセス指向心理学(POP)を活用して、皮膚感覚や瞳孔の動きで、何を言いたいのかが理解できるようです。患者の微かな身体的メッセージを増幅させて、本人の意思を確認できることが可能になっています。

