

《未詳》のなりたち

命について 香りについて 星出比呂美さんとの往復書簡より

宮北 裕美



日本ではアロマトリートメントは医療保険が適応されず、アロマセラピストがボランティアで対応していると知りました。香りは痛みより早く脳に届くので、それを利用して癌の痛みなどの緩和に用いられることもあるのです。香りは鼻の奥の嗅覚受容体（カギ穴）にはまると電気信号に変換され大脳辺縁系に伝わります。大脳辺縁系は哺乳類では7000万年前に発達したとされる原始の脳で、敵の匂いを感じたり、赤ちゃんがお母さんのおっぱいにたどり着くための匂いの地図があります。脳でいい匂いと感じると、ストレス緩和のセロトニンや幸せホルモンのエンドルフィンなど脳の神経伝達物質が出るので、気持ち良さを先に感じ痛みが和らぎます。

アロマセラピーで使う精油は植物の種、花、葉、実などからとった天然の芳香物質です。ハーブティーやアロマセラピーなど植物を用いる療法をフイトセラピーといいます。古代ギリシャの医学の祖ヒポクラテスの時代にはハーブティーや香油を使ったマッサージで患者を癒やしました。中世は修道院が病院や薬局の役割を果たし、精神疾患の人をカモミールの芝生の上を歩かせ鎮静したり、身体を清潔に保ち感染症を防ぐ牛乳石鹸を作り始めました。現在の化学物質の薬は歴史がとても浅く、100年前にアスピリンが合成されるまでは、薬用植物をお茶で飲用したり、精油をアルコールで薄めチンキ剤でうがいをしていました。クリミア戦争（1853～1856年）の時にナイチンゲールはラベンダー油を傷口に当てています。日本でアロマと聞くと、生活雑貨のイメージだったのですが、医療としてのアロマはとても長い歴史を持ち古代から続く知恵の結晶でした。

私は植物を育てるのが好きで、もう何年も植物に魅せられています。私たちとは違う方法で確実にコミュニケーションしていると感じますし、植物の生きるための知恵に驚くこともしばしばです。ダンスという動的な表現を続けていますが、動かない植物から学ぶことは多く、新作《未詳》では精油や香りの効能を教わったことが作品構想に繋がったので、長い間探していた扉の鍵を見つけたような気がします。

《未詳》のために、比呂美さんの協力で40種類以上もの精油を並べて香りを試しました。流木と香りを合わせるアイデアから、木の香りで鎮静し、清めのユーカリや祈りの乳香をブレンドすることや、乳香に柑橘系を合わせた優しい香りを提案してもらいました。ギリシャ語でアローマは芳香、セラピアは癒やし。香りは気分を鎮めるものもあれば、気分を高めるものもあります。《未詳》を通してゆったりとした気持ちになってもらいたいと思います。

一つ一つの精油の効能や用法、死生学についてなど、ここでは紹介しきれなかったことが多くありますが、私が学んだそれらのエッセンスは作品に沁みているでしょう。ご自身の実体験を交えて専門知識を分かりやすく教えてくださった星出比呂美さんに心から感謝します。

《未詳》のなりたち

命について 香りについて 星出比呂美さんの往復書簡より

2021年1月30日 発行

著作・発行：宮北 裕美 監修：星出 比呂美 デザイン：川口 優子

