

素足で踊る舞踊のための 身体運動の技術

I. 足と脚の動き

堀 切 紋 子

序

自己表現の手段として、言葉、絵画、音楽、書、身体などなどがあり、身体表現としての舞踊のその源は、胎内での胎児の身体運動であり、まず私達は自己表現として身体表現をもっていたと考えられる。

その舞踊のための教授法、指導法、創作法などに、身体的な面と精神的な面との2面を考え、前者の中で、呼吸と動きの関連、立位・坐位・臥位のアラインメント、けが防止に通じるからだの正しい使い方などに立脚して、からだの各部分がどのように動くかを知ることがあげられる。

誕生後ひとは、からだのもつ自然そのままに、発声や表情などと共に、ゆっくりと複雑な動きを身につけ、約1年後に立つことができるようになる。そこからどのように動きを獲得して来たかを探し、高度な技術の修得のため忘れてしまったからだの自然に立ち帰り、からだの各部分がどのように動くかを探し、さらにそれぞれがどのように協調して動いているかを明確にしていくことを試みる。

本報告は、起立位での、素足で踊る舞踊のための身体運動の技術の第1として、足と脚がどのように動き、また、それがどのような動きに発展する可能性をもっているかを明らかにするものである。

本 論

1. 起立位での明確な方向として、前・後・右・左をあげる。(Fig. 1) 点線の円周は、斜め方向を示し、これらは微妙な角度を考えてゆくべきである。実際に動く時には、右斜め前などという表現、又は、円周を時計の短針の位置に12等分するなど方向を明示する。

2. 両足をそろえた起立位から、足は、外輪に(中心点は踵)又は内輪に(中心点は爪先)向きを変える2つの動かし方がある。(Fig. 2) (右足で表しているが左足も同様)

3. 外輪・内輪の方向の換え方から、方向を変え続けるには、4つの種類がある。(角度は微妙な変化があるが、ここでは90度を探って4段階で表わし、4種類とも右足を第1に動かす足として表示している。)

1) 第1に動く足は右足外輪、第2に左足が従う。(Fig. 3) 中心点は右足踵にある。

2) 第1に動く足は右足内輪、第2に左足が従う。(Fig. 4) 中心点は右足爪先にある。

3) 第1に動く足は右足内輪(左足前にかける)、第2に左足がその場で従う。(Fig. 5) 中心点は、左足爪先にある。

4) 第1に動く足は右足外輪(左足後にかける)、第2に左足がその場で従う。(Fig. 6) 中心点は、右足踵にある。

4. 次に、起立位で、脚は股関節を中心にして基本的に6方向に動くと考えられる。(右足で表わしているが、左足も同様) (Fig. 7)

1) 前後の直線方向。(爪先から前方向に、踵から後方向に動く。) これは、直線上の前進歩行・後退歩行に発展する。

2) からだの右側へ弧を描く方向。(爪先から右斜め前方向に、踵から右斜め後方向に動く。) これは、円周上の前進歩行・後退歩行に発展する。

3) からだの左側へ弧を描く方向。(爪先から左斜め前方向に、踵から左斜め後方向に動く。) これも2)と同じく円周上の歩行に発展する。

5. 4の2)の弧の描き方からの発展として、角度は微妙に変えられるとしながらも、基本的には7方向をあげる。(Fig. 8) また、4の3)の弧の描き方からも同様に、基本的に7方向をあげる。

(Fig. 9) いずれも、それぞれの踏み出した方向への円周上の歩行に発展するものであり、また、踏み出した点での方向転換または回転へと発展するものである。

結

以上は、からだがその構造のもとにどのように動くかを、足と脚にかぎって、「動き」という視点から述べたものである。それらの変化は、からだの他の部分への影響をもたらすものであり、以降発展させてゆく。さらに「表現」となった時には、このような「動き」の構造の枠組みは取り払われ、個々人の個性による独自の舞踊表現があると思われる。

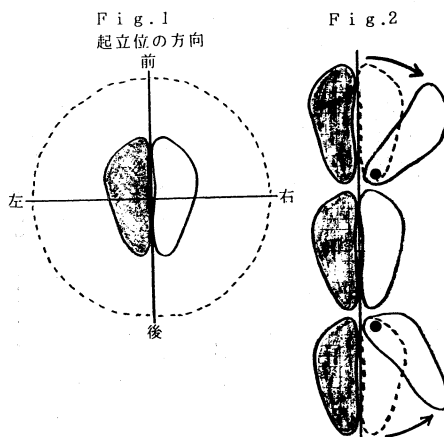


Fig. 3

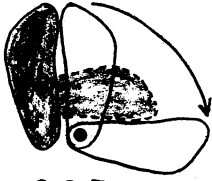


Fig. 4

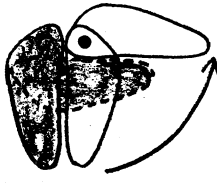


Fig. 5

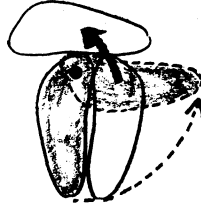


Fig. 6

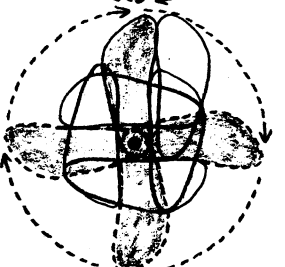
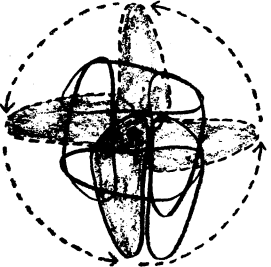
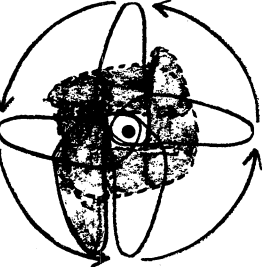
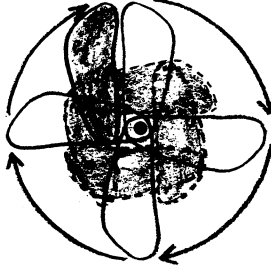
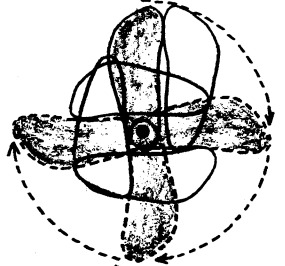
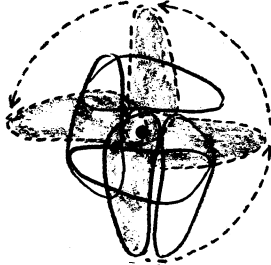
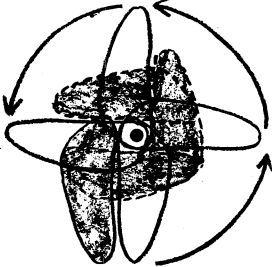
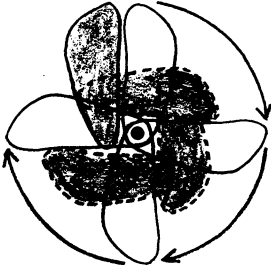
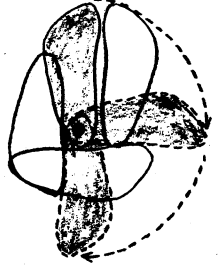
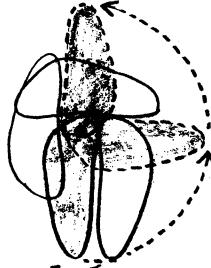
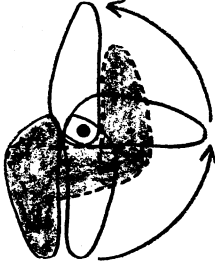
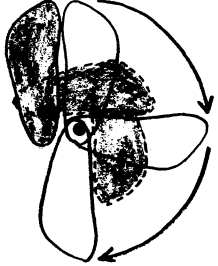
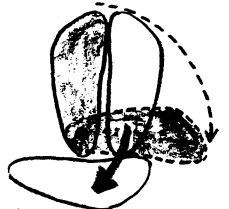


Fig. 7

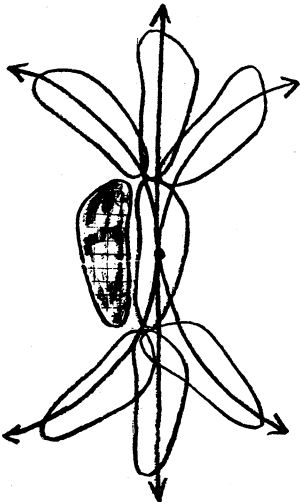


Fig. 8

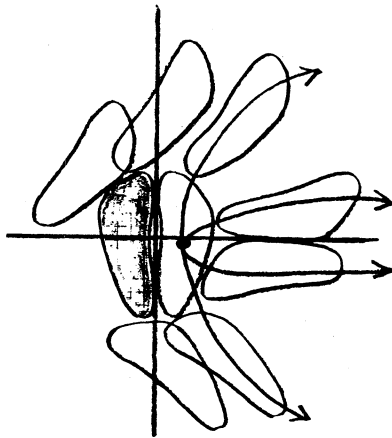


Fig. 9

