

舞踊のための身体運動

——同側・同方向の動き——

堀 切 叙 子

舞踊のための身体運動は、それが素足で踊るものであれば、何の制約もなく、からだ本来の関節の動きそれぞれの特色により、自由かつたつに動くことが可能である。ここでは、立位、特に起立位の姿勢から、どのように足の動きが生まれるかをもとに、からだの同側が同方向に動くことの妙味について検討を加えた。

起立位、床面での方向は、前後・左右が明確な方向である。そこで4つに分けられた区域に、それぞれ斜めの方向が自在に在る。

起立位での片方の足を固定したときの、その場での足の動きは、かかとを中心とした外輪の動きと爪先を中心とした内輪の動きの2種である。つまり、立位での左右の足の在り方は、並行、外輪、内輪の3種であり、これらがいろいろに組み合わせられて動きを造っている。

次に、片方の足を固定したとき、もう一方の足を動かす方向は、前後方向と、起立位の外側に弧を描く方向と、固定した足に動かす足を掛けるように弧を描く方向の3種がある。

前後方向に動かすとは、それが連続すれば、日常生活の中で歩行につながる動きであり、それぞれ前向きに歩く（前進）・後ろ向きに歩く（後進）ということである。この場合、腕と脚の関係は、通常はそれぞれ反対側の動きが現われ、バランスをとりながら、程よい反動も使いながら効率よい動きをしている。

外側に弧を描く方向に動かすとは、斜め前方向に足が動くときには、体幹と肩の動きに伴い反対側の腕の動きが同方向に現われ、斜め後ろ方向に足が動くときには、同側の腕の動きが前方向に現われる。前者の動きは、日常生活の中では、「戻る」動きに使われることが見られるが、後者の動きはほとんど見る事がなく、特に舞踊という場面で動きを豊かにするために見逃してはならない貴重な動きである。

固定した足に動かす足を掛けるように弧を描く方向に動かすとは、斜め前方向に足が動くときには、体幹と肩の動きに伴い同側の腕の動きが足と同方向に現われ、斜め後ろ方向に足が動くときは、同様に同側の腕の動きが同方向に現われる。

本報告では、同側の動きが同方向に現われるという、足をもう一方の足に掛けるように弧を描く動きを発展させると、どのような動きが豊かに増

幅されるかについて検討した。

ここでは、左足を固定させ、右足を動かす足（脚）として表わしたが、この反対も同様に有り得る。

1. 冠状縫合面より前域では、左・前・右の3つの明確な方向へ、そして、左斜め前領域と右斜め前領域の2方向へという代表される5方向の内輪・爪先方向への足（脚）の動かし方があり、同時に常に右腕が同方向に動く身体運動が現われる。

2. 冠状縫合面より後域では、右・後ろの2つの明確な方向へ、そして、右斜め後ろ領域と左斜め領域の2方向へという代表される4方向の外輪・かかと方向への足（脚）の動かし方があり、同時に常に右腕が同方向に動くという身体運動が現われる。

右足（脚）が動き始めると、固定している左脚は動きを助けるように動き、さらに動きはからだ全体に影響し、小さな始発の動きから発展した大きな動きへと増幅する。この同側・同方向の動きの重要な特徴は、どの方向への動きも同じ形、終末は冠状縫合面上の動きで終息することである。冠状縫合面つまり左右方向への動きの重要性とその妙味を堪能させるものであり、点から線、さらに面へと動きが拡大する面白さを満喫するものである。しかも、動きの方向をそのまま強調し続けると回転の動きに発展するものでもあり、足（脚）が外輪・内輪に動くことから動きがいかに生み出されるかという舞踊のための身体運動を造るひとつの方策である。