

ダンスにおける身体と ボディワークの関係

原田奈名子

【キーワード】 身体 ダンス ボディワーク

【はじめに】 クラシックバレエ、民族（俗）舞踊・ジャズダンスとジャンルは異なっても、踊る身体において「私という意識」と、踊っている身体はどんな関係にあるか。踊る身体はボディワークとどんな関係にあるか。

1. 身体概念

身体には二つの見方がある。一つは「精神としての私が道具としての身体を操作する」であり、もう一つは「その両者は合一である」という見方である。「身体」の漢字の意味は、「体」の「物」「外観」や、「身」の「裸身」など「体」と同義と、「一身」など「我・自身」からなる。和語の「からだ」は「から」と「だ」から成り、「から」には「つながり・つたわり・ながれ・とおり・まわり・めぐり・うつり・かわり」の意味や、更には「動き・働き」の意味もある。また「から」は「殻、穀、洞、空、虚」に通じ、内部空間からそれにとって全てのものが新しく生まれる、ということである。加えて「から」をAからBへの意の「から」と捉え、「自分の本拠地へ帰ってくる」「生きる事の根拠地へ帰る」の意を見出している（野口三千三）。このように、「身体」「からだ」は英語の「body」とは異なる意味をもっている。

2. 踊る身体

仮に「我」と「肉」という見方で身体を考えてみる。この場合の「我」は踊っている精神としての私であり、「肉」は踊っている身体という意味である。踊っている時、踊ることに全身全霊で集中していると、私という意識は動く行為に薄められ、そこには私という意識を超えた、私そのものとして身体が在る。「我」は「肉」であり、「肉」は「我」になる。集中のためには、その動きがその身体にとって必然でなければならず、必然なとき快感として感じられよう。そういう時、操作という意識も、私という意識も無く、「なっている身体」がみえるのではない。

モダンダンスや創作ダンスなどの場合、動きを生み出したり、それを咀嚼し、味わい、決定する基準は身体と考えられる。身体がすでに習得したあるメカニズム・快感に基づいて判断されよう。ジャズダンスの訓練が染み込んだ身体とクラシックバレエが染み込んだ身体では自ずと身体の持つメカニズム・快感が異なる。

どんなジャンルであっても踊る身体のためには何らかの方法で身体をつくる営みが伴う。その営

みの一環としてボディワークをとらえてみたい。

3. ボディワークの諸相

ボディワークという語の起源は、定かではないが70年代後半頃には使われていたようだ。狭義では「ボディワークは身体的に・心理学的により健康な状態を生み出すためにボディーに働きかける多くの異なるテクニックとセラピーを指す」が、広義では、人間を全体的な存在としてとらえ、心身の全体性や本来の機能を取り戻すという共通性があればボディワークと捉えられよう。このような広義な意味では、世界各地で古代から様々なワークがあり、約300種を数えるという。よく知られるところでは欧米生まれの、Alexander Technique, Feldenkrais' Awareness through Movement, Rolfing, Selver's Sensory Awareness, Sweigard's Ideokinesis, Bartenieff Fundamentals, Hellerwork などや、アジア生まれの鍼灸・按摩・導引・太極拳など紀元前に生まれたものから今日の日本生まれの操体・野口整体・野口体操が挙げられよう。これらのワークのアプローチには違いがある。それはワークそのものが内包している場合と、それを用いる人の身体観によっても異なってくる。そうはいっても英語表記のボディワークの多くは、bodyの意味が示すように、一度身体を物として捉え、マッピング(mapping)に代表されるような解剖学的・生理学的視点から分析して、改めて「私という全体」に統合するアプローチがみられ、多分に訓練的である。一方、初めから全体論的立場に立ち、「感じを探る、内観」など、訓練や練習というより探求的接近をとるものもある。ボディワークを「治す・癒す・うまくなる」という合目的行為としてではなく、ワークそれ自体を、いな身体自体を追い続けるような接近もある。

4. ダンスにおける身体とボディワークの関係

身体が、「精神としての私」と「道具としての身体」という二元的基盤に基づく分析的・総合的な接近法を受け入れた時、あるいは全体論的な接近法を受け入れた時とでは、そこに形成される身体（身体のメカニズム・快感）は違ったものに成り、全く異なった身体がつくられる。その身体が踊るのであり、また動きを、ダンスをつくるのである。

【まとめ】 踊る身体のために何らかの方法で身体をつくる営みをする。どんなボディワークにどんな立場で接近するか、選んだ方法が身体をつくる。御し難い「私という意識・我」をこえ「我」は「肉」であり、「肉」が「我」である身体を考える時、改めて、受け入れるボディワーク、立脚する身体観を問い返さねばならない。