

ダンスと体操—ダンスと体操の接点を探る

田川 典子・板垣 了平
 金井美三枝・加茂 佳子
 片岡 康子 (司会)

片岡：今日は東京女子体育大学の新設なった素晴らしい体育館を会場にいたしまして舞踊学会を開催することができましたこと、大変うれしく存じます。また先程は、東京女子体育大学の体操とダンスの歴史、伊沢エイ先生が考えられた女子のための体操・ダンスから今日の新体操・創作ダンスまでの流れをレクチャー・デモンストレーションを通して具体的に拝見したばかりです。東京女子体育大学の歴史は日本の女子の体操の歴史と重なり、先人が考え歩んできた道を、今一度共に辿った思いがいたしました。

さて、今回のテーマ「ダンスと体操の接点を探る」を設定した主旨は、今日、ダンスと体操は各々の領域を越えてクロスしている部分がある、すなわち体操が大変豊かに発展してきている現状を知ること、そしてわれわれの「体操」に対する誤解を解き、新たな理解を持つということ、またこのシンポジウムを契機に今後、体操とダンスの交流がなされることを願って、ということでした。

それでは早速、お一人お一人にそれぞれの立場からダンスと体操の接点に切り込んでいただきたいと思います。その後シンポジストの皆様のクロストーク、最後に質疑応答という流れで進行させていただきます。

田川：大まかな言い方ですが、ダンスと体操、そのどちらにしても身体を動かすコツみたいなものを習得し、その習得後に体操をする、ダンスをする、という考えが長年の本学の伝統でもございました。体操にしてもダンスにしても、わたしたちは動きを見ようとしますので、そういう時にやはり動きに対しての注目がとても強いわけです。したがってダンスと体操に接点があるとすれば「動き」のところですね。体操の領域での最高の表現力とは、同じ表現という言葉を使いますが、あくまで動きの持っている表現ですか、ダンスの表現というのは「何かを表わす」、その何か、というワンクッションがある。そこに違いがあって、身体活動を通して表出していくという過程は両方共に同じだと思います。ダンスと体操が共に持っている、身体運動を通して表出する、という宿命の中に、ダンスと体操がいろいろにかみ合う接点があるのではないかと思います。

片岡：板垣先生は、競技の体操ではない体操の領域を切り開いてこられました。そのいわゆる基本的な領域の体操を中心にいたしまして、われわれが今、体操ということをとどのような形で把握していったらいいのか、教えて頂きたいと思います。

板垣：体操はいろいろに言い表わすことができます。昔、号令をかけて行っていた体操から今日のダンスやジャズダンスの技術を取り入れた体操まで、だんだん発展してまいりました。今日のシンポジウムのテーマ「ダンスと体操の接点を探る」は、体操界の人々に非常に大きな課題でございました。体操の目的は、創始者やいろいろな方々の努力があり、目的は昔とほぼ変わりませんけれども、方法的に、内容的に、何かが進歩してまいりました。体操って言いますと、実際何か分かっているようで、そうではないような感じがありますので、意外と皆がそれぞれに違った考えを持っているような気がいたします。そこで、いくつかの考えを挙げてみまして、共通したものを集約してみたいと思います。

例えば、わたしたちは、新体操、器械体操など、いわゆる体操という名前が付くと、これは全部体操だと理解する。しかし今では、わたしたちは「体操」というものを体操競技、新体操競技とは別物と考えております。体操を広義に使ったり、狭義に使ったりします。時には頭の体操なんて言うこともありますし、またラジオ体操も体操です。しかし体操をいわゆる身体訓練、トレーニングとして考える考え方とボーテの考え方とは根本的に違っています。ボーテはやはり、体操は「表出」というものが主体であり、運動の中に表出がない、心がこもらない他律的なものはトレーニングであって体操ではない、とはっきり言っております。また日本では今、体操、スポーツ、ダンスの3本柱を立てまして、体操では体力づくり、スポーツでは技能を練習して、ダンスでは表現、というふうに解釈するのですが、体操にも技能はありますし、表現もあります。ヨーロッパ、特に北欧ではギムナスティック、わたしたちがいわゆる体操と訳しているものは体育全体を指すというような考え方もあります。しかしわたくしは、体操競技と新体操競技、それを抜いた残りのもの、悪く言ったら滓みたいな感じのもの、それを総称して「体

操」と呼んでいるのが普通になっていると思います。ですから体操の中身は指導者によっていろいろな特色を持っております。世界各国含めて、体操の内容について共通理解することは非常に大きなテーマであります。体操の内容は、体づくり（身体形成）と動きづくり（運動を身体の中に学習すること）、この二つの柱で成り立っています。「体づくり」ということは基礎体力づくりと殆ど同じなのですが、「動きづくり」の「つくる」ということが創作と間違えられて、いろいろな運動を自分たちで考えたり、組み立てたりする構成というようなものを動きづくりという方もありますが、実際には自分で学習する、身体で覚える、動きを開発する、これらを動きづくりと呼びます。

ここで少し脱線いたしますが、ヨーロッパでは身体形成というもの、姿勢というものを重要視しているのですが、日本の指導要領の中では体育教育の中から姿勢教育というものがなくなってまいりました。指導要領を見ても姿勢という用語はないのです。その結果背骨ぐにゃ〜という子どもができました。ひとつ前の指導要領ではありました。その前の指導要領では体操の中にありました。

約50年前にドイツでは体操が混在しておりましたので、ヒトラーが命じましてドイツの体操の基本形をつくらせ、体操協会の指針をつくりました。それは3つに分かれており、健康、構成、技能の向上、この3つの柱が1978年には体操の主な内容として挙げられております。一つめの「健康」は保健体操、治療体操、二つめの「構成」は運動の一連の動きを構成する、リズムカルに動く、これはリズム体操につながり、このリズム体操が将来はダンスにつながると解釈しております。3つめの「技能」はトレーニング体操というような技能トレーニング、これがスポーツにつながる。これは新体操競技というものにもつながっていく。リズム体操の内容は基本形態、運動のバリエーション、運動の組合せ、運動の即興、運動の創作、というような形でとらえられています。こうなりますと即興とか、創作というのはダンスの専売ではなく体操という領域でもやらなくてはいけないという風に思いました。体操とダンスの接点というものにつきましても、今までは異なった領域として理解しておりましたが、体操とダンスとの間には非常に接点が多い。お互いの長所を吸収し合った動きとして発展させたものが、指導上また政府の立場からも教育的効果を生むというように再認識されました。そこで今まで体操とダンスとを分けて考えて、それぞれの内容が明記されていたのですが、1980年になりますと体操とダンスを斜線で引っ張りまして一つの領域「体操／ダンス」としてまとめられていくようになりました。なぜ体操とダンスが同じ領域で捉えられていったのか、

ということについては解説がございまして、これをちょっと読んでみたいと思います。

「指導要領においては体操とダンスは一つの領域として統合される。この領域は、非常に複雑で多面的であり、次の二つの面から見て、スポーツ種目とは異なった領域として区別される。その一つはルールにあまり縛られないことであり、ここに存在価値がある。二つめはスポーツは競技が重要であるが、体操とダンスには競技とか、勝敗といった、他者との比較というものはない。」

体操やダンスの領域は運動の体験であり、スポーツにおける技能の比較とは異なり、体験と習熟が大事なのであって、ただ勝った負けたではないということになります。中でも外界と自分の身体との関連を通した知覚的な経験、社会的な経験を身体づくり・動きづくりなど、いろいろな方法で開発し、発展させようとする。このことから体操とダンスの重要な特徴が挙げられるので、この両者を一つの領域としてまとめる、というような形で、ドイツでは単元を1から5まで分け、それぞれについて3つの内容が出ております。第一は「熟練性」、いろんな運動を上手にできる。その核になる課題として即興の課題と作品の創作が挙げられております。例えば即興というのはダンスの中でよく言われますが、これは学習に方向性を与える。ただ、その場の思いつきだけではなく、反復練習して定着させることが即興であります。作品の創作、作品の課題。これは即興の課題に出た動きの中からいくつかの動きを選んで一つにしてまとめることである。音楽と結びつけたり、ジャズ技術を取り入れたりして、というような形で、課題が二つでしております。それから第二は、コンディションに気をつけたり、腕や肩の力をつけたり、脚力をつけたりするいわゆる「体力づくり」というもの。第三は「組織化」。西ドイツをはじめヨーロッパでは体操とダンスというものが元々両方とも密接なつながりを持っておりまして、目標や特性というものは別々でも、実際には区別されずに行なわれておりました。このような統合というのは、突然に起こったとは考えられてはいないのです。いろいろなことを話してきましたが、自分はお前はどう思うかと聞かれますと、一言で言いますと、体操はよく動けるからだをつくるということで、考えております。

片岡：どうもありがとうございました。今の新しいドイツでの体操とダンスとの統合領域がつくられているというあたり、まさに両方の接点という領域が開花していることが分かりました。板垣先生が捉えていらっしゃる体操の中で、今、身体づくりが体操であるという風におっしゃいましたけれども、その身体づくりを構成する動きの要素を

どのように考えていらっしゃるか、その辺はリズムとか何かあるのでしょうか。

板垣：今、身体づくりの内容について言われましたが、身体づくりと言いますと、はずむとか、そういうものは含まれないのです。身体づくりはどちらかというと、生理学的な面から、解剖学的な面から、運動ができています。基礎体力の養成だとか筋力、持久力だとか瞬発力とか。あるいは調整力、それを体力づくりとか、身体づくりの中ではとらえております。先生が今おっしゃいました弾むとか、そういうものは動きづくりの領域の中に入っておりまして、先程ちょっと申し上げました。50年前のドイツの体操のイメージがありますが、それは今、ギムナスティック、その中に5つあるのですが、その中の一番目に基本運動があります。その中には、はずむ、振る、歩く、走る、跳ぶ、の5つが体操の基本形として挙げられております。ボーデの押すとか、引くとか、突くとか、こういうものははずむとか、振りとか、そういうものの中から抽出できるような考え方にあります。ボーデは中でも特にはずみと振りが中心であり、振りははずみから発展して、「はずみ」が本当に基本だとボーデは申しております。

片岡：分かりました。またお話を伺いたいと思います。では金井先生、ダンスの立場からお願いいたします。

金井：ダンスの方から体操を見た時に、というテーマが与えられました。私はモダンダンスの創作をしております。それから教育もしております。私はあまり体操の方面のことは知らなかったのですけれども、ついこの間、ミュージックスポーツ・コンペティションの審査員を頼まれてまして、モニカ・ベックマン、スウェーデンのジャズギムナスティックを始めた方ですが、その方も一緒だったので、いろいろお話をお聞きしたのですが、彼女はやはり、ボーデの表現体操と同じことを言うんですね。心と身体が一緒になっていなくちゃいけない、って。身体だけが動いてはいけなくて、音楽をすごく大事にしております、その音楽に触発されて、音楽の感じを動く。動く時には心も一緒に参加するということを言っているんですね。ちょっと踊りの表現とは違うんですけども、似たところもあるという感じで捉えました。なんでジャズをするんですかと聞いたら、彼女はアフリカのダンスはダンスの根源であり、人間の叫びというようなものですので、根源に戻ってやってみたかった、ということなんですね。ミュージックスポーツ・コンペティションの中の規則の中に3曲音楽を変えてやらなくてはいけないとい

うのがあります。先程のレクチュア・デモンストレーションで新体操を見ていましたら、突然、音楽がぱっと変わるところがあって、舞踊ではあまり考えられないから質問しました。そしたらいろんな種類の表現っていうか、例えばすーっとした静かな音楽の時には静かな表現になりきって、ぱっとなると明るく踊るとか、音楽に触発されて、いろんな表現をやってもらいたいからだ、というふうに言っていて、それは当然のことだっておっしゃったんです。踊りの初期の頃は（音楽に）振り付けという言葉が残っています。音楽に振り付けて、今でもそんな風に振り付ける人がいますけれども、何か音楽の視覚化というのがダンスであったんで、これはまた、ダンスの昔を思い出しました。それからもう一つ、今日、東京女子体育大学の新体操、ダンスを拝見してジャギーなんていう新しいことを言っているけれども、ダンスギムナスティックは昔からあって体操ダンスというのですかね、音楽がただジャズに変わっただけだということのじゃないかな、という感じもしました。こういう根源的な動きの元からわーっと力一杯大きく踊るという点では、モダンダンスも身体を中心から力強く踊ってはいるのですけれども。ただ何か物語性を持ってきたり、文学性を持ってきたり、哲学性を持ってきたりすると、見てる人から、頭が痛くなる、分からない、暗い、とか言われてしまうんで、あんまり難しいこと言わないで、本当にダンスの根源に戻って踊るっていうことは、非常に大事なことなんじゃないのかなって、私は勉強させてもらいました。

今、例えば、電気洗濯機なんかでも、洗えればいいという時代から、洗濯機のデザインを考えたり、美しい洗濯機を作ろうという時代になってきましたね。ですから洗うという本来の目的以上に、美とか芸術的なことを考える余裕ができました。従って体操競技の方も、衣裳を考えたり、音楽も統一性とか、調和とかいうことを考えたり、美しく演技するということを考える時代になって、そうすると、もうダンスと体操の垣根はとっばらわれた、と思うしかないなと思いました。これが一つ。それからもう一つ。さっき体操の方とお話をしている、体づくりということにお話がなりまして、良い身体、良い動きとは何かとか、良い体づくりは一体何をすれば、どうなれば良い身体なのかっていうことは、モダンダンスも体操も全部同じだと思うんです。で、私なんかはやっぱり江口隆哉に習いましたから、ボーデの考え方で板垣先生と同じだと思ってお話ししたんですね。身体を中心というものが大事だと。中心部から身体が動くんだということを私はもう、本当に思っていて、生徒にもそれを言っています。「てこの原理」と同じで背骨とお腹の骨盤の中とかそういうもの

から、身体が動いていかないと良い動きができないと。で、さっきのお話の中で、解緊運動が上手になると、もうそれで上達したとおっしゃいましたけれども、解緊運動が本当に、できるためには、やっぱり中心にちゃんと力がなければいけない。中心部に力が入ってなくちゃいけないですね。中心部に力があるから解緊していろいろ動かせるようになるんで、うまくなるっていうことは、やっぱり中心部に力が入るっていうこと、そして末梢部は力が抜けるっていうことになるんじゃないかなって思います。私、最近カイロプラクティックっていうのに興味を持ってまして、治療してもらったりしているんですけども、あれは、アメリカのお医者さんが、自分の雇っている黒人が耳鳴りがひどかった、それを治してやるために、首の骨をちょっと調整してやったら、ぱっと嘘のように耳鳴りが治った。そういうことで、背骨を調整して歪みを治したり、ちょっと曲がっているのを治したりすると、非常に身体を中心から末梢に力が行く、という理論なんですね。私なんかもカイロに行っていると末梢に力が入るのが分かるんです。今ベルカントの声楽も習い始めたばかりなんですけど、それも同じですね。つまり喉に絶対力を入れさせないんですね。お腹に力を入れて、それが声帯を通るっていう感じで、全く私が思っている身体を中心っていう考え方と同じですね。例えば狼がウオーって吠えますよね。ウオーって吠えるのはちゃんと声楽のベルカントやっているんじゃないかというふうに思うんですね。身体を中心から動きを動いて表出すると、真実が見えると私は思います。生徒の動きを見ていて、こう、指先とか、首とか、肩とかにおしゃれをした動きっていうのには、あまり真実が見えなくて。声楽のベルカントもそうですが、踊りなんか本当に身体を中心から動かないと真実は語れないあって、生徒に言っているんですね。で、モダンの場合はバレエみたいに型にはまらないで、本当に自然体になって、何でも動ける身体っていうのをつくらないといけないんです。つまり遠くから見てね、ああ、あの人バレエの人だなっていうのが分かるような身体じゃいけないんですね。普通の人のような、それでいてしゃんときれいな身体をしていて、動けば有能だというのが大事じゃないかなって思うんです。モダンはいろんな表現をしますからね。そういう意味で、ちょっと前に「動きの教育」(Lulu E. Sweigard 著 村井孝子他訳 杏林書院)っていう本を読んで、すごく感心して、この中に関係の方がいらっしゃるかも知れませんが、あれはとっても良い本で、本当に体操とかダンスとかいう、そういう領域を別にして、本当に動きを、どういう風な動きであれば良い動きなのか、身体を中心が力がかもるのか、ということ

を書いている、いい本だなあ、と思いました。

片岡：どうもありがとうございます。実践的な面からお話を頂きました。舞踊の実践家の立場で、今、体づくりに触れられたのですが、表現ということではやはり、先生から見て、これは体操だな、これはダンスだな、という見分け方はございますか。

金井：いや、私は見分けたくないですね。垣根取り払ってクロスオーバーの時代だっていうふうに思うだけで、今日、発見したのも、体操と言えど体操、ダンスって言えばダンスと言えませんが、私はダンスと見ていました。

片岡：どうもありがとうございます。それでは先程ご指導の素晴らしい新体操を見せて頂きました、国際的に活躍の加茂佳子先生、よろしくお願ひいたします。

加茂：私は藤村女子中学の前までは、今日いらしています美咲安里先生の所で小学校2年から創作舞踊を約5年、藤村中学校、高等学校、東京女子体育大学ではいわゆる伊沢ダンスと、伊沢の体操で10年間基本をたたき込まれて、大学に入ってから新体操らしき競技の方に多くの時間をかけるようになってきました。そこまでは既成作品だけで、自分たちはこれが体操だと思いながら、ただやっていたような気がいたします。大学に勤務して21年目、新体操を中心とした教員としてまだ16年です。新体操という言葉になってから18年目なんですけれども、日本では新体操がオリンピック種目になった2~3年前から非常に報道が豊かになり、新体操が理解されていったように思います。1番最初に世界選手権に出場した時が1969年。ブルガリアに行く時、何しに行くの、と聞かれて、「新体操をしに行く」と言っても、新体操なんて税関の人たちも知りませんでした。新体操を説明するのに1時間以上かけた覚えがございます。今日の伴奏の菊本先生も10年以上一緒に世界をめぐるながらここまで来た訳ですけども、今は新体操って言うのと、ああ、とすぐなずき、山崎浩子、秋山エリカ、大塚裕子がいるのね、とすぐ分かって頂けます。やはりここまでダンスと新体操と並べて頂くには歴史の浅いスポーツでありますので、ここにダンスと体操の接点ということでお話しさせて頂くのは本当に光栄だと思います。私はダンスはダンス、新体操は新体操という風にはっきり分けています。昔はダンスをやっていたから、その時はダンスが好きだったということで、今は新体操が私のような気がします。私の恩師が新体操の基盤を決めておいて下さったから堂々とその上

に乗って間違いないと、日本の新体操をただ受け継いでやっているだけです。新体操の基盤は、やはり動きの深さを追求することと思っています。新体操は競技ですから、まずスポーツの名称です。スポーツの名称になる前には団体徒手体操とか、徒手体操とかいう形で、最後にお見せしました団体の部だけが日本でも競技会で行なわれていました。現在の新体操競技は団体と個人がありますが、ダンスに近いのはどちらかという個人の方です。集団になってきますと、体操が大部分でダンスの基本的なものが少しくなります。新体操のルールの中に、「独創性」という言葉があり、独創性を構成要素の中に入れなければならないのです。またその他に、個人ですと1分から1分半の演技内容、団体ですと2分から2分半の演技内容の中に入れなければならないのが「難度」なんです。一番高い位置を占めるのが難しい技で、難度を必ず入れなければならないルールがあるのです。こういうふうにしてきますと、ダンスと体操というのは、はっきり競技の面で違ってくるのではないかと思います。いかにして難しい技を沢山やり、それを正確に演技するかという所に、わたしたちは今、命を懸けています。団体ですと、誰もが分かるところが手具の交換です。6人が一度に交換してみたり、ずれて交換してみたり、移動しながら、ジャンプしながら、本当に高度な身体の技術を伴いながら交換をするというのが、やはり難度として高く評価されます。ですから体づくりと技術が一体になって、それが深くとか、大きくとか、広くとか、なってくると、高得点に結びつくということになるわけですね。先程、個人で大塚と秋山と伊奈と3人が演技をしましたが、1番最初の伊奈選手は柔軟性が主体だとは言いましたが、まだ仕上がっていない状態の柔軟性です。大塚選手になりますと、難度の部分が跳躍に変わってきまして、跳躍の中で縄をいかに操作するか、つまり動きと手具の操作が一致した難度です。最後の秋山は、完全に、洗練され、静的にも、動的にも、最終的には美しさに変わってきている。美しさが秋山でなければできないという独創性と構成内容の中の持つ難度を十分に表現できる身体の条件が整っているわけですね。秋山の場合は選手になってから12年目位になるのですが、クラシックバレエを9年、基本の中でやってきているのです。で、大塚の場合は全然クラシックをやってませんね。もちろん伊奈もやっていませんけれども、体づくりの中に、バレエが新体操の場合は位置を高く占めているという選手が日本でも今、一番多いです。それから、世界の場合でも、今、ブルガリアとソ連は1、2位を争っている訳ですけど、ソ連の基本は完全なるクラシックバレエ、ブルガリアの基本はクラシックの中でも特に回転ターンと、バラ

ンスです。その2つを専門に指導するコーチがいるわけです。そのようにして勝つための難度の裏付けにクラシックバレエが今はあるようです。日本はわれわれがコーチしているわけですから、クラシックとしては専門家ではありませんので、回転のところは見様見真似でやってきました。秋山がいたからたまたま良い成績になっているわけなんです。そこを専門に教えるのが大学ではなく、小学校の低学年から基本づくりをしっかりと、小学校にあがった時点からは、基本をある程度、姿勢も形もできあがっている者が手具を持ち、音楽に合わせて、この12メートル四方の中を動けるように、小学校の時にだいたい競技性というものを身につけておいて、中学になって試合を、競技をする。で、高校に入った頃には世界に出ていかなければ世界の新体操界からどんどん遅れてしまいます。それがうちは今、大学生が日本の代表となり世界に出ていきます。秋山エリカも、もちろん大学を卒業してからトップの座を得たわけで、非常に日本の場合には遅れています。そういう面ではダンスの基盤とかなんとかっていうよりも、新体操をやる中に、表現と独創性を出すためには、表情というものが非常に豊かな方がいいと思います。それが故意ではなくね。新体操のルールの中ではダンス的表現というのは、減点になるわけですけども、その書き方としては、民族舞踊、あるいはモダンダンス、ジャズダンス、クラシックバレエから借用した一連の要素に対しては減点しなければならない、ということです。そういう一連の、というところが問題なんで、一つだったら一連じゃないですから、ターンをくるくると2回まわっている内にボールを動かすとか、リボンを動かすとかいうことは、高級なこととして高く評価されます。演技の中に回転ばかりが入ってきますと、クラシックのターンだけに頼り過ぎているということで構成で減点されてくるわけです。新体操は技術を評価するスポーツですから、できるだけ体づくりをしっかりとすることが第一の基盤ですね。柔軟性と、跳躍力と、回転と、キープ力と、もうすべてです。そのようなことをできる身体が手具を使う。手具は、縄、ボール、輪、棍棒、リボン、の5つがあり音楽に合わせる。この音楽に合わせるころは、ダンスと似てますね。身体と音楽の真ん中に手具があるのがちょっと違いますね。それから、最後が表現とか独創性。それが1点を持っている。独創性はその人しかできない技、その人しかできない形、その人しかできない表現です。ですから秋山の独創性と大塚の独創性ははっきり違っていたと思います。ただその前の伊奈を見ると、まだどれが独創性が分からない。私は新体操もダンスも好きでやっていたけれども、いろんなことが自分がやっているこ

とにプラスになると思います。その辺が今のダンスをやる人も、何かをやる人も、あまりにもそれしか知らなすぎるので、見てる人がつまらないということですね。本当に年をとればとるほど何か豊かになるっていうのも、女も40を過ぎたら美しくなるっていうように、いろいろ知った後に、本当に自分の良さが分かるようになるのではないかなと思います。

片岡：体づくり、動きづくりの基本が大事だっていうこと、そして新体操競技の独創的な表現性の所に最後の1点がかかっているということ、なのですね。

加茂：そうですね、一流の9点、10点という選手たちの独創性の中の表現が非常にドラマ化していると申しますか、劇的であるわけですね。劇的と言っても、醜い方ではなくて、美しさと、それから自分をいかにして、よく見せるかっていうような方の表現であるし、ぐっと眉にしわを寄せるような表現は新体操にはないのです。

片岡：どうもありがとうございました。先生方にそれぞれの立場からお話し頂きました。ダンスと体操の接点という部分には「動き」というものがある、ということなどいろいろ出てきました。1時間を越しましたので、参加者の皆様にも話の中に加わって頂きながら、次のクロストレーニングを始めたいと思います。板垣先生、1番最初でしたので何かお話になりたいことはございませんか。

板垣：あのシンボジウムと申しますのはね、勝手にしゃべってそれでおしまいにするのではなくて、お互いに違う立場から意見を交換し合って討論し、それを聞いている人たちが、あの先生ああいう意見を持っていて面白いなというのが本来の形だと思っんです。体操の動きについての補足をしながら今抱えている問題点を出して見ます。

旧スウェーデン式体操の動きが「中心固定の原則」に従って、中心部が動くとき全体がぐにゃぐにゃするから、目的とする部位に効果的運動が出来ないので、からだの中心部は動かしてはいけないという理論のもとに進められてきたのに対して、R. ボーデはからだの大筋群から動きを起こし、これが身体各部の動きに伝わって有機的に関連して一つの生きた動きになるという新しい体操の理論構成を発表しました。このボーデの理論を「モデルネギムナスティック（新しい体操・新体操）」と称したのですが、新しい運動種目として新体操競技という名前でもオリンピックで活躍する領域が発展し、これを通称「新体操」と省略して呼ぶようになったものですから、われわれの体操と混同さ

れたりして困っているのが実情なのです。私もそろそろ定年なので、体操の理論をまとめるようにと言われて、新しい体操ということで「新体操論」を書いているのですが、あー新体操について書いていらっしやるのですかと言われて、誤解されてしまいます。体操と混乱しないもっと別な名前を付けてくれたらよかったのと思っっているのです。

話を元に戻しますと、ボーデの理論による新しい体操では、からだの中に一つの中心を想定して動きの源泉として全身運動に移ると思っっていますが、ボーデの本を読んで見ますと、ボーデはからだの中心から動きを起こすとは書いていないのです。腰からとか軀幹部から動きを伝えたり、解緊運動に導くという表現を使っています。われわれの議論の中でも、それではからだの中心というのは重心のことなのか、中心というのはからだの何処にあるのかと追求して見ますと、曖昧な答えしか返ってこないのです。ボーデの考えていた中心とは、読んで字の如く心の中と理解することが出来ます。「他律的な心のこもらない運動はトレーニングであって体操ではない」と断言しているように、物理的な重心と違う次元でとらえているのです。

からだの中に一つの動きの源泉というものを想定して、それをまず先行させる。この動きがだんだん末端の方に伝わって行くといういわゆる「伝導の法則」と、この動きが源泉部の動きと時間的なずれが生じる「位相ずれ」が起こるとボーデの理論で述べています。ところが皆さんご承知のようにジャズ体操が出て参りまして、全身が一つの動きの源泉から有機的な全身運動にまとめる「全体性（全身性）」の原理に対して、動きの源泉をからだの幾つかの部位に分散させて動くという、「多中心性（ポリツェントリック）」の理論が出てきました。ポリツェントリックの動きは、練習の内容にもよるのですが、それぞれの部位が全体とは関係なく孤立して動く（イゾラチオン）運動形態が開発されてきました。しかし、ジャズ体操の動きの練習は、全身とは関係なくからだの各部位だけでも行われるという理論と、やはり一つの有機体として関係して動くという両論があり、ジャズ体操・ジャズダンスの領域で現在論争中です。また、総ての動きがからだの中心部から動くのではなくて、その逆の動きを行う可能性も考えられます。例えば、全身的な動きをVTRで撮影し、これを巻き戻し方向で再現すると、末端部から発した動きが中心部へ伝達するという動きになります。これがまた面白い動きとして発想の転換が生まれますし、利用価値も高いのです。

私もボーデから直接教えを受け、弟子の端くれとして、先生の理論を受け継ぎ発展させたいと努力している者ですが、R. ボーデの息子であるW.

ボーデは、以上のような理論は、R. ボーデの理論を否定するものではなく、これを基礎とした発展形と理解すべきであると言っています。ですからさっきのお話しの中で誤解があったかもしれませんが、現在はそれじゃなくなったというのではなくて、一つの理論に限定するのではなくて、源泉部の動きを伝えない動きもあるし、新しい動きが開発されているという意味で先ほど申し上げたのです。

金井：あの、身体の動きが中心から外側っていうふうに、それが目に見えるようにやるっていうのではないのですけれども、まずだいたいダンスっていうのは立ってますよね。立って踊っている場合に、足とか、そのバランスの中心ですね、中心部がしっかりしてなかったら何もできないですね。例えば肩に力が入ったり、中心が崩れたりすると、手とか肩とかに力が入っちゃうでしょ。ああいう状態になったらまずい。本当に外側は力を抜いて、いつもバランスがしっかりしている状態だと何にでも対応できるっていうふうに解釈しているんですよ。

板垣：中心から動くということなんですが、私は一生の仕事の課題として「よい動き」を研究しているいろいろな分析を行ったりしているのですが、例えばさっき話題に出ました蛇動運動は、地面に接している部分から動きが伝わるのではないかと、そうするとからだの中心部から動きが起こるというのではなくて、本当は足から膝に移るようになって行くので、動きの伝わり方、力の源泉が腰の辺りばかりでないという感じがします。

金井：こちら辺は私、猪飼道夫先生にお茶の水女子大学時代に運動生理学で習ったのです。猪飼先生は、私の身体が良く解緊できるのでいつもモデルに使われて、あの当時は筋電図を撮るのに針を刺したりして実験していたんです。ある時、東京オリンピックで有名な選手の筋電図を調べたらしいんですね。そうしたら上手い人たちは全部中心部から身体が外側に向いている、目で見てよく分からない部分もあるけれども、中心部から緊張が発動するっていうのは正しいよって言われた覚えがあります。

片岡：お話しが、身体の使い方の中心性ということに集中しておりますけれども、どうぞフロアーの方からもご質問、ご意見をお願いいたします。

古井戸：先程見せていただいたデモンストレーションでも、上腕部だとか、手がプラプラする動きを大変面白く見ていたんですけれども、また板

垣先生のお話しで、姿勢というものが体操の中になくなってきている、ということを知っておりまして、私も日本の古典というものを研究してまして、これはゆゆしい問題だなと、思っております。実は、自由にしなやかに動くということと、日本人はもう一つ動かないという、独特の美学を持っていると思います。それから、伊沢先生なのですが、動かない所とぶらぶらする所、緊張と解放する所ですか、この二つが一緒になっているところが、非常に大きな魅力を感じたのです。ところで、今の体操の方ですと、基本の5原則みたいな中に、この動かないというケースがなかったようで大変びっくりいたしました。日本人がずーっと守り続けてきた動かないという動きを、どういうふうに教えたら良いんだろうか。それは多分モダンダンスの中でも問題になってくる問題だと思うんです。きれいに動くということと、いかにきれいに静止するかということ。一つお聞きしたいのは、この動かないという日本人の特性が、果たして教育から最終的なスポーツ、あるいは芸術の最先端の中にどう考えられているのか、ということが聞きたいのです。僕は欲張りなんで、もう一つ聞かせて下さい。もう一つはどういうものかと申しますと、この動きばかり今出ていまして、例えばしなやかに動くとか、跳ねるとかいろな動きの問題が出ていたと思うんですけれども、日本の古典には西洋とは違う動きの感覚があるんだと思うんです。それはどういうものかと申しますと、西洋の方では肉体には言語性があるんだ、というようなことを言われているんですけれども、日本人はもっと全然別な言語を考えている。これは日本人が肉体を考えだす時に、肉体は動きと共にもう一つ、僕がしゃべっていますようにものを言う肉体機能があるわけなんです。ですから、日本の舞踊は多分、これは能の曲舞あたりが一番最初だろうと思うんですけれども、舞踊と、この言葉というものが必ず結びついてくる。こういう独特の舞踊観を持っているわけなんです。ですから例えば体操の中では、オイチニ・オイチニ、と声をかけますよね、あれを聞くと僕は、これは古いと言われるかもしれませんが、大変、体操的な要素を感じて、例えばモダンダンスの中でオイチニ・オイチニ、とやればこれは体操じゃないか、と言われるくらい非常にオイチニ・オイチニ、という言葉が動きと結びついている。そうだとすると、日本人の体操というのは無言でやるよりも、もっといろいろな言葉を与えていった方が、肉体が、あるいは言葉を失った瞬間に動きが止まる、静止というような独特の日本人の動きが勉強できるんじゃないかと思います。そのことはモダンダンスでは邪道だと怒られるかもしれませんが、秋山選手がやってきた時に、皆さんから手拍

子が起きてきた。あれは手拍子じゃなくて、ああいうラテン系のものでしたら、掛かりますよね、声が。あれが掛かったらもっと楽しいんじゃないだろうか。その辺の所もちょっと各先生方にお考えをお聞かせ願いたいと思います。

加茂：新体操の場合には、静止という言葉はルールにあります。最初と最後には静止をしなければならない、ということで上手な選手になりますと、立ち方が非常に美しいですし、演技に入る前にその立つ静止が完全に演技につながるわけです。青旗が上がって、コールされて選手が入場する。で、入場してからポーズをとって、一瞬、間があって音楽が流れるなり、自分が動きだすなりして始まるわけなんですが、その間が待てない選手と、その間で十分に自分の呼吸を整えて位置に入る選手と、やはりベテランは入ってきてから演技が始まる前にすでに演技の中に入っているわけですね。で、終わりになりますと、動きと音楽が完全に一緒に終わらなければならないというルールがあるわけですから、それが終わらなかった場合はどちらも減点が0.3あるわけです。音楽が流れてしまったり、身体がびたっと止まらないで少し動いてしまったりしてしまいますと、0.3減点。10点満点で0.3減点があると非常に大きいです。入場は0.2の減点があり、後半では0.3の減点があるということで、両方とも怠った場合で0.5の減点で9.5しかとれないということですね。静止はポーズともなりますし、本当に静止が生きるような演技の仕方は訓練によるものです。ですから静止という言葉は非常に敏感に聞けますし、指導の中でも姿勢ということに対して、うるさく言っています。

静止の他に、言葉ということが出ていましたけれども、もちろん新体操の場合は演技の中で言葉を発したら減点です。それから演技をしながらの発声はありませんけれども、指導の段階、あるいは練習の段階では言葉にすることがあります。何の運動をやっているのか分からないような選手がいます。実績の低い選手達は言葉にならない演技をします。ですから言葉になるような所まではっきりと、例えば回転を一回転半して何をやる、投げてる間に2回転してキャッチ、というようにずーっとつなげて、一つのドラマのストーリーを書くように練習することもあります。新体操の場合は、ほとんど用語がないに等しいですしけれども、そういう面で行く技術が高くなっても、言葉と動きという難しさは残っています。

金井：表現の極致は動かないことだっていうことを思います。ただ動かないでじーっとしているのは非常に表現力のある人じゃないと、できない。やっぱり落ち着かなくなっちゃうんですね。言葉

のことですけれども、中学生の男の子に「キャッツ」というミュージカルをやらせたんですね。猫が踊る場面、偉そうに見えなくちゃいけないのに、どうも腰抜けになっちゃうんですね。男の子は恥ずかしいと言って、前の方にばあっと走って出なくちゃいけないのに、何となく表現力が足りない。じゃあね、うおーと声を出さないよって、言ったら、うおーってお客に聞こえるような声で叫んで出て来たんです。すると演技がすごく自然なものになるのね。やっぱり原始時代っていうのは声と身体の動きは一緒に、おっ、おっ、おっ、おっなんて身体を動かしていたのが、いちばん踊りの根本だし、歌の根本だと思うんですね。だから言葉は出しても良い場合は、規則で駄目な場合もありますけれども、踊りでも言葉を出してる人もずいぶんいます。別に構わないんじゃないかと思います。

田川：私の経験から申します。動き、動き、動きっていう世界で育ってまいりまして、それから創作の勉強を始めました。その頃の授業で創作を指導したことがありまして、そのころ私もまだ何がモダンダンスなのか、まだ理解できないでいる時だったものですから、その子の作品を見た時に、いつ動くんだろう、いつ動くんだろう、と思って眺めていた時がありました。そうしたら、こちらがいい加減、あら、忘れて動かないのかしら、と思い始める頃、少しだけ動いたんです。だけど人の目には映らないほどの動きでした。でもその子の作品は、それで終わりました。こちらがいつか、いつか、という思いで眺めていたものですから非常に緊張感で集中して、その子を見つめることができたわけです。それでふと、ああ、これが表現力っていうものなんだなというふうに、私自身勉強させられたのです。今、金井先生がおっしゃったように、動かないっていうことは、非常に洗練された行為だと理解しております。例えば、武原はんさんの踊り、あの方は、能に比べるとまだ動きが多い。日本舞踊との中聞くらいかなっていう感覚で見えますけれども。やはりあれだけの空間を支配し、しかも動かないで、緩やかに、あの見事さというのは舞踊の世界の動きなんだな、というように思います。体操というのはあれはできない。舞踊の世界の最高のもの。そこで見せる動き、張りつめさせる空気みたいなものが舞踊の持味なんじゃないかと思います。

板垣：リズム体操の領域では、体操は動きの教育であるとしていますので、動かないという感覚はないのです。しかし、体操を大きくとらえますと、一番の基礎に健康がありまして、例えば身体形成の中に不良姿勢の予防・矯正体操として行われる

ことがあります。その中で、特に静的姿勢として重視しているのは骨盤の傾斜です。昔、軍隊姿勢と呼ばれていたような腰椎の前彎を強調した姿勢は、骨盤の傾斜が大きくなり、これが習慣になるとコミック系の芸能人がわざとやっているようなへっぴり腰の歩き方になってしまうのです。従って運動をするときには、まず腰から動けとか、腰を入れろなどと言います。腰が引けて骨盤の傾斜が強い姿勢は、体操家からみるとどうして直さないのか、もっとすなりした姿勢、すっきりと立っていればいいのにと気になるのです。「ドイツ体操」の第2番目に挙げている目標に「姿勢教育」がありますが、姿勢のとらえかたが解剖学的な配列だけを考えるのではなく、総て動きと結び付けた内容となっています。静的姿勢だけでなく動的姿勢を重視しています。この動的姿勢を学ぶために、静かでゆっくりした動きを練習の課題としています。普通の動きを4倍くらいの時間をかけたスピードでやりますと、からだの位置関係や姿勢（フォーム）、心が入る余裕というものが出てくるのです。こういう姿勢教育の中で、静的な脊柱の配列、骨盤の傾斜と共に動的姿勢教育を重視しています。

片岡：さて、よろしいでしょうか。今一つ出ましたけれども、他に関連でも、また違う内容でも結構です。何かご質問・ご意見をどうぞ。

金井：さっき姿勢のことが出ましたけど、私が感心してるって言った本「動きの教育」というのに、頭蓋骨を風船だと見立てる。ヘリウム入りの風船で、この風船は上に上がろうとする。頭蓋骨が、頭が上に上がろうとしている。で、背骨はその下についている紐だっていうふうに思って下さい、そうすると、無駄な緊張がなくなって、真っすぐな形になる。真っすぐ立ちなさいというと、どうしても鳩胸出っ尻になったり、どっか他のところが緊張しちゃうっていうふうに、そんなふうに書いてありました。

田川：わたしどもが伊沢から言われた時の姿勢っていうのは、足の真裏にちゃんと重心を乗せて立つということです。踵に力を入れず、どこにも力を入れちゃいけない。ただ、腰をすくくとする。腰骨がすくと起きれば、ちゃんと腰骨の上に背骨から順番に首は乗っていく。だから左右にも、前後にも、どこの部分にも、力を入れなくて、腰だけをちょっと意識するように伸ばせば、それだけできれいな姿勢をとれる、ということをおっしゃってありました。

若松：あの、二つのことに賛成できないという意

見を述べたいと思います。一つは精神優勢、もう一つは心から伸びる、ということです。1点目の精神優勢っていうのは、わが家に犬がいるのですが、お腹が一杯になりますと、すぐ眠くなります。人間も不満がないとだいたい寝ています。甘いものを食べた時は表情は変わらないけれど、酸っぱいものを食べた時は酸っぱい顔をします。つまり不満な心がないと動かないことになる。動きが動きを生むという仕方がある。第2に心から動くというようなことはあまり技法的根拠がない。つまりもっとプラクティカルに身体そのものを、身体として動ききらなければならない側面を思うわけです。具体的にやってもらえば一番明らかな実例を挙げたいと思います。えーと、2人ほどダンスの学生さん出てきて下さい。実験しますんで、はい、どなたか急いでお願いします。（出てきた学生さんたちに）まず集中しなさい。心からずーっと。こういうふうには心から伸びる意識を持ちますと、胸から上が伸びる。私はただ伸びるっていうのは、足首を伸ばせばいいって、言いたいんです。だから心から伸びることばかりが良いというように思わないし、多くの場合、ただ静止すればいいのに、心から静止するというような思想に、私は異議を唱えています。

板垣：若松先生とは同じ職場なので、しょっちゅう意見をぶつけ合っています。今のお話ですが、いろいろな本を読んで見ますと立場の違いから反対の見解が出てくるようです。体操では、手の先まで神経を行き届かせるように動けとか、手を挙げるにしてもただ上げさえすればよいのではなく、心をこめて挙げなければいけないなどと指導します。これは自分の動きに対して没頭することを念頭に置いているのですが、これに対して動きを発表する場合には、相手の反応を冷静に見ていなければならない。あくまでクールになって、時には相手の反応によって動きを変えなくてはならないこともあります。動きの中に没頭したら周囲の状況が分からなくなってしまうので、あくまで冷静でなくてはならないという説もあるのです。この点ダンスの方から言うとうどうなるでしょうか。

金井：私は心からっていうのを、若松先生のおっしゃったようには捉えない。今のは立ち方を知らないからバランスが悪かった。だから、立った人が悪いんですよ。心からというのは、精神的な、表現的なことを言っているんです。こういう言葉があります。心は形を求める、形は心を進める。つまり、精神はうれしいと思ったならば、ぱっとこういうふう動く。つまり形を求めるわけです。で、形をぱっとやると、今度は心を進め、もっとうれしくなるっていう、言葉があるんですね。何

か心に持ったならば、それが形に表れる。それから動かないということについてはですね、やっぱり相当身体訓練した人が止まらないと様にならない。だから初めからじっとしている舞踊っていうんじゃ、これは困るわけなんですよね。必死になって身体訓練していて、それで動かないんだという。やっぱり訓練した身体が動かないというのはきれいですね。ただ動かない表現じゃなくて、その静止がどんなふうに次の動きへの期待を抱かせるか、というような緊張感とか、それなんですよね。

若松：ただ日本ではね、やっぱり儒教の影響なんじゃないですか。

金井：あ、そうですね。私も賛成です。

田川：若松先生がかなり反対の意見を言ったわけが良く分かります。金井先生が心から入るというのは、心からでも形からでもどちらから入っても良い、ということではないですか。そういう広い意味では、要するに、どっちから入るにしても、そこへ到達するまでに、すなわち形や心を分かるまでには、相当な熟練が必要だと思います。

片岡：まだまだ議論を続けたいのですが、時間も迫ってまいりましたので、まとめに入らなくてはなりません。

ダンスと体操の接点を探る、ということで話が大変広がり、深まってまいりました。皆様からいただきましたいろいろな話の中で、やはりダンスと体操は、つまり身体を動かす、身体の基本的な動きという接点を有し、そこから切り開かれた「動き」の世界が共通であり、影響し合っているということです。そしてさらに、わたくしどもはダンスと体操を通して西洋の身体の使い方、身体技法というものを身につけてきました。動的な動き方、連続性、律動性、自然性など、このような点を身につけてきたと思います。そうした動き方はダンスと体操は大変共通している面がある、と思いました。しかし違うのは、ダンスの世界には闇の世界があるということです。先程、不健康な世界、ニヒリズム、とか出ておりましたけれども、メランコリックであったり、病的であったりという世界を人間は抱え込んでいます。生きた人間の表現であるダンスには闇がある。しかし体操にはない、ということです。この他にも姿勢、静止など、日本人とダンス・体操を考えるためには欠かせない視点もいくつか提示されました。

限られた時間の中で十分に議論できませんので課題も残っておりますが、様々な世界を吸収しながら新しいものを目指していくダンス、新体操、体操の今後の基盤を確認できたようにも思

います。

本日はシンポジストの先生方、ご参加の皆様方、どうもありがとうございました。

*この原稿は記録テープをもとにして、このたび新たに作成したものです。(文責：片岡康子)

*1987年度秋季第24回舞踊学会