

「呼吸・気・動作(型)・重心」

カラダのウゴキの貯蔵とイメージの貯蔵

舞踊家の稽古風景から公演に向けて

川村 信博

歩くということを例にとってみましょう。人と違った歩きかたをするために、遠くを見る、前方に海を、背後に山をイメージしてみましょう。足元から頭頂を意識してみましょう。四方を見渡す意識を持って空間を感じて下さい。イメージで額に花を咲かせてみましょう。次に空間を転化してみましょう。ここをまったく違った場所とイメージしましょう。自分が何者かを舞い踊る時、いろいろな絵画や彫刻・写真などを参考にして自分にのせていきます。そのイメージを頭に思い浮かべます。それを腹に収めます。最後に身体の動き(型)に落していきます。又その型は、どのようにして形創られていくのか、まず即興で踊ってみて、これだと思ったものを自分に返してあげます。その上でそれを暖め、膨らまして、型と型、紡ぎ出る即興の瞬間をつないで態の隙をなくしていきます。空間・相手・音楽・観客・照明・身体のすべての感覚をおこして行動していきます。そのための「カラダの貯蔵」と「イメージの貯蔵」です。

ここで「イメージの貯蔵」について説明します。額に花を咲かせる、想像上の言葉を投げかけられて、なる、何者かが、何者かに身体を明け渡すということ、言葉を身体に通す、声にならずの声を踊る、「こんにちは・ありがとう・又来てね。」、見つめる、自分が一つの景色(モノ)として立つ、関係をもって(人)として立つ、空気と空間を意識、考えないで空間と空気とたわむれる。陰気・浮・引く・頭。陽気・沈・あげる・放つ・腹に気。小さな心の窓、感動の抽出型を見つける、(自分の)感動体。背後に何ものかを抱いて、一筋の線を切らさずに舞うなど、以上が「イメージの貯蔵」です。

又ダンサーには、気と呼吸・重心がとても重要です。その上で動作や型、振りも生まれてくると思われます。これは踊りに限らず武道において(も)みられます。太極拳を例にとってみましょう。(演武)。このように、呼吸・気(勁力)、動作(型)が三位一体でむすびついています。私達ダンサーはこのような振り(型)を見つけ出していくべきではないでしょうか。太極拳に限らず武道の多くは、宇宙と自分、相手と一体となった動き、地球の力を用いるということを重要としています。内界と外界が一体となった、身体に無理の

ない動きを創造して自分を見つめ返しております。では私達は何を学べばよいのか、私は祭りや民族芸能、伝統芸能に数多くが隠されているように思っています。学んでいくうちに、ある振り、型、形がみえてくる。意味は何なのか、原型はどのようなものか、なんのためにしたのか、なんのためにするのか、それでは今なにをなすべきか、どんなことをするべきか。探求していくうちに私達民族全体の共通基盤が見えてくるように思われます。そして舞踊家個人と全体の関係、演者と観客の関係も浮かび上がってくるのではないのでしょうか。さらに私は今の生活から振り落とされていったものにも目を向けていきたいと思えます。私達が見落としてきたものを舞台にあげることによって、目には見えないが本当の私達の生活、生き方が見えてくると思えます。これは物語を創る上でのテーマにも関わってくると思えます。今私達が生きる上での問題を明らかにすること、これはとても意義深いと思えます。

又ダンサーは、カラダをほぐしながら、呼吸力、気の養成・重心・軸を創っていく、イメージ力を増やしていくことが欠かせません。「カラダのウゴキの貯蔵」から、二、三の例を挙げてみます。ブランブラン(実技)、右に左に重心を移しながら、跳ねて、身体を揺らしていく。ゴロン延髄のばし(実技)横になって寝て、足を頭の上に伸ばし、首・背骨を伸ばしていく。この他にもたくさんの身体ほぐし方がありますが、又機会があれば話したいと思えます。

最後に(稽古をしていくうちに、徐々に公演に向けて作品を創っていくわけですが)私は踊っていてとてもいい状態を「じわあっ」と呼んでいます。

どう見えるかではなくて身体の中を流れる一筋の線を切らずに、自分の中の世界から、膜の内壁から外を眺める感じ、徐々に自分の世界を広げてゆく、休まない一軸の身体。陰気から陽気へ鳥肌から蒸気、カラダを動かし、感動を流し感動の抽出型を紡いでいく。次々に起きる空間を感じ口の中に唾が溜まっていきゾクゾクと身体の内芯から意識が立ち昇り、グワァーングワァーンと次第次第に空間と融け合い、涙や笑み、押さえ切れない感情、感動とともに周囲と同化し、周囲を包み込むということ。自分を表現することによって、今の自分を越え、新しい自分に出会うことを目指して、私なりの舞踊論を締めくくりたいと思えます。