

インドの「伝統的な」マーシャルアーツ、カラリパヤットをめぐる現状

高橋京子 (フェリス女学院大学)

はじめに

本稿では、インドの「伝統的な」マーシャルアーツであるカラリパヤット Kalaripayattu をめぐる現状について考えてみたい。カラリパヤットは、現地で子どもから成人の稽古事として伝承されている一方、特に欧米では、ダンスや演劇を行なう人々には知られた身体表現となっている。また発表者は、2007年からカラリパヤットを日本の大学体育において行っている。

1. 南インドケララ州の伝統的なマーシャルアーツ、カラリパヤット Kalaripayattu の概要

1・1 歴史的背景

カラリパヤットの「カラリ」とはマラヤラム語 Malayalam で教室、施設を、「パヤット」とはトレーニング、エクササイズを意味する。カラリはカラリパヤットがおこなわれる場所を指すのみならず、同州に伝承される舞踊劇カタカリでも同様の意味で用いられる。伝統的なカラリは、東に面した入口から階段2段ほど低い半地下に造られる。そのためカラリの内部は薄暗く、雨期でも比較的涼しく過ごせる。カラリは東西約10m、南北約5mの長方形をしており、内部の地面と四方の壁は土、屋根はココ椰子の葉、骨組みはアレカナツツの木でできた伝統的な造りである。カラリパヤットでは宗教、カースト、男女の別などは一切不問である。Zarrilli, Phillip B. (1979, 2003 [1998]) によれば、カラリパヤットの歴史は以下のように考えられている。

- ・紀元前4世紀から600年までの古代タミルの英雄詩に見られる、戦いのマーシャルスピリットにまで遡られる。それは7世紀までに移住してきた最高位の司祭階級バラモンがもたらした階層性などアーリヤ人の文化を受け入れた。
- ・11世紀：チェーラ朝とチョーラ朝との間で百年戦争が始まり、カラリパヤットは戦士の軍隊訓練のためのドラヴィダ語族のマーシャルテクニックに、バラモンの影響も混ざり合って発達した。現在のカラリパヤットの原型が誕生した。
- ・11～12世紀：マーシャルアーツが支配者への忠誠を示す特権になり、その特権はクリスチャン、ムスリムと同様、バラモンのサブカーストの一つナーヤルに与えられた。低俗のティヤというサブグループには、死闘のための武器の訓練の特権が与えられた。

- ・12世紀以降：その後カラリパヤットは大きく変化しない。
- ・15～17世紀：ケララ州の軍人カースト、ナーヤルの若者の正規教育となる。しかしこの教育システムの実践は宗教、カーストの枠をすぐに超えて激増した。
- ・18～19世紀：15世紀終わりにポルトガル人にもたらされた小火器の使用に加え、英国統治の影響でナーヤルたちは伝統的な訓練や戦士としての役割から妨げられた。
- ・19～20世紀初頭：数人のグルカル（師匠）によりカラリパヤットは絶滅の危機から救われた。

1・2 カラリパヤットの構成要素

発表者は2004年からケララ州北部のカンヌール県にあるカラリパヤット道場グルカム・カラリ・サンガム（以下、G.K.K.S.）において、体験を伴う舞踊人類学的な調査を行っている。2009年に実施したインフォーマント、G.K.K.S.のナズグルカルへの聞き取り調査によると、カラリパヤットとは5要素（①自己防衛、②ヘルスケア、③身体表現、④身体エクササイズ、⑤スポーツ）から成る。これら5要素は信仰を基盤とし、さらにマーシャルアーツを基盤に成り立つ。

①自己防衛

カラリパヤットには敵からの攻撃、偶発的なアクシデントなどから自らの身を護る機能がある。特に「象」の姿勢は、手のひらから肘までを合わせた両腕で、頭の先から股関節までの身体の中心を防御できる姿勢である（写真1）。守る部分には、アーユルヴェーダに基づいた身体に108ヶ所あるマルマン marmmam（急所、つぼ）が集合している。この姿勢は両腕ではらったり両腕で突いたり

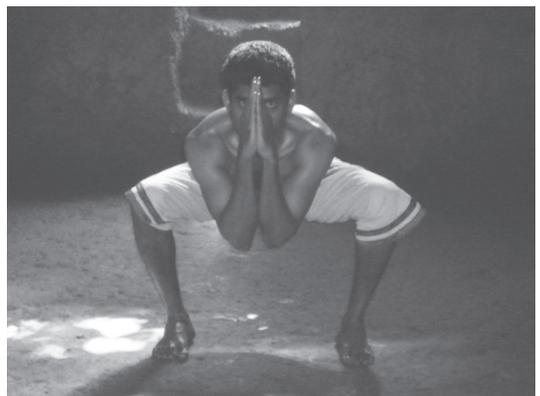


写真1 象の姿勢（2009年9月、発表者撮影）

することによって、前方からの不意な攻撃を防ぐ自己防衛のための重要な姿勢である。

②ヘルスケア

・予防医学

トレーニングでは全身がバランス良く使用されている。トレーニングで見られる「象」の姿勢は、リンパの流れや血流を促進するなどのヘルスケア機能を備えた姿勢でもある。

・治療医学

カラリは、随時接骨院へと姿を変える。グルカールは、周囲の地域住民にとってはカラリバヤットの指導者であるとともに、接骨医でもある。

・ウリチル uzrichil

ウリチルとはマッサージのことで、アーユルヴェーダに基づくオイルを使用する。オイルにも膨大な種類がある。ウリチルは、カラリバヤットの雨期シーズンが最適とされ、一人の患者に対し14日間継続でおこなわれる。治療師は、天井から垂らされたロープを両手でつかみ、両足を使っておこなう。そして中日に患者はアーユルヴェーダに基づく下剤を服用し体内を浄化する。治療師は、はじめに患者の横たわるパヤ（マット）に祈り、患者に触れる前にも患者を神聖なものとして扱って祈りを捧げる。一方患者は東に頭を向けて横たわる。また治療師は必ず患者の脈拍を測り、その日の患者の体調を把握する。ウリチルで14日間同じ治療師が同じ患者を担当するのも、患者の日々の体調の変化を察知するために重要である。④身体エクササイズで見られるアーユルヴェーダに由来するマルマン（急所、つぼ）の概念に基づいてウリチルが実施される。

③身体表現

カラリバヤットの特徴的な動きには、8つの動物の型・動きが含まれている。舞踊劇カタカリ、

ティヤム儀礼などケーララ州の身体表現の基礎にも位置づけられている（高橋2011）。

④身体エクササイズ

・脚のエクササイズ

生徒らはウォーミングアップとして、各自が自的に脚のエクササイズを行う（表1）。

・プータラトラル Poothara Thozhal とメイパヤット Mey Payattu

脚のエクササイズを終えるとプータラトラルと一連の動作を組み合わせたメイパヤットへ進む。プータラトラルはプータラ Poothara という祭壇に向かっておこなわれる（写真2）。これはプータラの方を向いて右足を出し、右手で地面に触れ祈りを捧げることから始まる。一連の動作はプータラを正面としておこなわれる。最後もその方を向き、最初と同様の方法で祈りが捧げられる。これを終えてからメイパヤットのトレーニングに入る。

メイパヤットは「象」の姿勢からスタートする



写真2 プータラ（左）とグルスタン（右）

（2011年8月、発表者撮影）

表1 脚のエクササイズの概要（高橋（2011）p.167より転載）

名称	動作内容
①ネルカル Ner Kaal	右脚から順に前上方向へ蹴り上げる動作。足先は掲げた同じ側の手のひらに当たるように180度上げなければならない。
②ティルチュカル Thiruchu Kaal	一旦ネルカルで上げた脚を下ろし、着地させずに身体の向きを180度方向転換させ、その方向でもう一度ネルカルをおこない、再度180度方向転換して進行方向に向き直る動作。①と同様足先は同じ側の手のひらに当てなければならない。
③ヴィドゥカル Veethu Kaal	右脚から順に外回りで、180度上げて、回し蹴りのように脚をラウンドさせる動作。①②同様足先は同じ側の手のひらに当てなければならない。
④アカムカル Akam Kaal	③の逆で、右脚から順に内回りで、180度上げて、回し蹴りのように脚をラウンドさせる動作。足先は反対側の手のひらに当てなければならない。
⑤コーンカル Kone Kaal	右足先を頭上に掲げた左手のひらにタッチするよう、脚を斜めに蹴り上げる動作。
⑥イルティカル Iruithi Kaal	①の後、上げた足を後ろに引いて膝を立てて腰をおろし、軸足であった方の膝を伸展させ前に出し座る。その後上肢と体幹を蛇のように地面すれすれの位置から地面に沿って起こす動作。
⑦ティリチルティ Thirichiruthi	⑥で地面に沿って起こすとき、続けて180度方向転換するため、そのまま腰の側屈、背屈を通して反対方向に方向転換し座る動作。

(写真1)。その後脚のエクササイズを含む一連の動作が続く。メイパヤットは、①から⑦の脚のエクササイズを取り入れ、上肢動作、体幹の前屈、背屈、それらをつなげて一息で3回連続回す動作など複雑になっていく。そして足の蹴り上げの際、掲げた両手のひらに足の甲が触れるよう高く上げることや、ジャンプの際、高さが最高点に達することを指導されたことからわかるように、股関節、脊髄などを柔軟にしていく。

・武器

武器には木製、メタル製があり8種類あるとされる。武器は主に二人一組でおこない、メイパヤットでおこなった動作を踏まえた型をこなす。グルカルから許可を得た者だけが武器の体系に進むことが出来る。武器では身体のマルマンへの攻撃と防衛を教えられる。相手は常に敵と指導され、敵の目だけを見て、武器を見ることは禁止される。

⑤スポーツ

近年は競技会が開催されている。競技会用に設けられたスタミナを競ったり、ハイジャンプを競ったりするなどの審査方法で実施されている。現地でも競技スポーツ化されている側面がある。

1・3 信仰

・カラリの内部構造

カラリパヤットには、ケーララ社会に土着の信仰が反映されている。カラリは「寺院と同じ聖域」(河野1992:764)である。カラリの内部には、プータラとグルスタンGurusthanが置かれている(写真2)。カラリに入ると、西南の隅にプータラと呼ばれる祭壇が設けられている。この祭壇は、上方から見ると扇形をしており、階段状に7段ある。ここには、カラリパラデーヴァタという女神が祭られているというが、偶像はない。この女神はケーララ州に土着の女神バガヴァティと同一視されるもので、さらにはヴィーラパッドランというシヴァ神と同一視される神と、パドラカーリーというシヴァ神の妻パールヴァティと同一視される女神が半分ずつからなるアルダナーリーシュワラン女神でもあるという。この女神は守護神としてのカラリにも祭られている。プータラの各段には名称がある。最下段の1段目から6段目までには人間の腺、ホルモンに関する名称がつけられている。たとえば、最下段はムーラアダーラムチャッカラムという。チャッカラムとは急所、つぼを指し、これはホルモンを生成する腺をコントロールするという意味をもつ。そして6段目は、アーンニャチャッカラムという。これは脳から指令を出すという意味をもつ。このようにプータラは医学との結びつきが強い信仰の対象である。一方グルスタンはグルカルの総称を祭る祭壇である。

・カラリでの慣習

先述のように、カラリはケーララ社会における寺院と同様の神聖な場所として捉えられている。そのため、ここには女性に対する赤不浄の禁忌が存在する。月経にあたる女性は穢れた身体を持つとされ、5日目まではカラリに立ち入ることは禁止される。これはケーララ州内のいかなる寺院でも同様で、そうした女性は各家々の祭壇に触れること、朝晩の礼拝時に使用するランプ台に触れることも決して許されない。

カラリに入る時点から厳格な慣習は存在する。カラリ入場：右足から入場→右手でカラリ内の地面に触れ、額、胸の中央と順に触れる×3回祈る→右回りに回転するように振り返り→プータラの方へ歩く→プータラに対して、同様に右手で触れ、自分の額、胸の中央×3回祈る→グルスタン→グルカルの足元にも同様に祈る。こうした一連の礼拝を終えた後、生徒らは全身にオイルを塗り、ようやくトレーニングを開始することができる。カラリを退場する際も同様にプータラからおこない、最後は信仰の対象に背を向けぬよう後ろ歩きで出入口まで進む。

ウリチルでは、治療師にとって、プータラ、グルスタンと同様に、パヤ、患者の身体も祈りの対象となる。ウリチルが致命的な危険を常に伴うため、安全を祈願してそれらも信仰対象とされるのである。

2. 英国での事例

英国での事例として、ケーララ州の州都を拠点とする世界的にも有名なカラリC.V.N.カラリにて、20年以上カラリパヤットを修行したザリリPhillip B. Zarrilli (1947-)を取り上げる。ザリリは現在、英国でダンサー、俳優対象のワークショップにカラリパヤットを取り入れるとともに、自身も舞台俳優として舞台に立っている。加えて多くの学術書を執筆している研究者でもある。

ザリリの行う初心者向けメソッド(以下、ザリリ・メソッド)では、inhalation(吸う)-exhalation(吐く)の掛け声に従い、呼吸法を実践することから始まる。呼吸法の後、呼吸と「『丹田』から見る」という意識を保ちつつ、ヨガ、座位のストレッチ、太極拳の動作を経て、カラリパヤットの「象」の姿勢、脚のエクササイズが行われる。2012年2月に行ったザリリへのインタビューでも、マーシャルアーツの特性を活かし、自らの周囲すなわち360度すべてに意識を向けることが強調されていることがわかる。自らが舞台俳優であるザリリのメソッドでは、舞踊俳優、ダンサーらの身体に活かされるようにカラリパヤットが取り入れられている。

3. 日本での事例

日本での事例として、発表者が日本の大学体育で実践するカラリパヤットを取り上げる。発表者の授業では、①祈り、②休憩のポーズ（写真3）、③「象」の姿勢から行われる。①祈りは、現地でカラリ内に立ち入る際に必ず行われる重要な行為であり、精神性の理解には必要である。②休憩のポーズは、現地で休憩する際に使用できる座位の姿勢である。現地と同様、疲労を感じた際にはこのポーズであれば休憩が許される。③は一連の動作プータラトラルに必須であり、ヘルスケアにも重要な姿勢であるため部分練習として取り入れる。部分練習の後、脚のエクササイズ、プータラトラルの順に進められる。プータラトラルでは、発表者が現地で収録したグルカルの声に合わせて実践する。



写真3 休憩のポーズ（2009年9月、発表者撮影）

4. インド、英国、日本の現状

現地では、上記1・2、④身体エクササイズで挙げた順序でトレーニングが実施される。すなわち英国、日本で行うような部分練習は行われない。

英国の、特に初心者向けのザリリ・メソッドでは、カラリパヤットの根底にあるヒンドゥー教的、土着信仰的な精神性は排除され、ヘルスケアに関する言及もない。メソッドは‘Open your awareness.’に表現されるように、パフォーマンスにとって不可欠なアウェアネス（自己の認識、覚醒など）の感覚を養うことが重視される。このアウェアネスを得るために、丹田を意識することも強調される。

一方発表者の実施する日本では、カラリパヤットの根底にあるヒンドゥー教的、土着信仰的な精神性を取り入れ、可能な限り現地の方法を踏襲し、ヘルスケアの要素に着目し、健康な身体形成に通じる「象」の姿勢を重視する。

英国、日本では解説を重視し、部分練習を取り入れるのに対し、現地では解説も部分練習も行わず、生徒らは他者の動作を真似しながらグルカルの指示に従ってトレーニングが行われる。

おわりに

現地、英国、日本の現状を概観したが、環境や風土の違いにより、現地通りの指導は当然困難である。英国ではダンサーや俳優らに必要な技術を、カラリパヤットから抽出し、日本では発表者の実施する大学体育において、健康な身体を形成するという目標のもと、履修者の柔軟性向上、運動不足の解消の一助になると考えられる。本来の姿であるカラリパヤットを尊重しつつ、その場、その空間に必要な要素を抽出し、基本に寄り添う形で伝承することが、共有されるべきであろうと思われる。

現代では、インドにおいても都市部の著名なカラリには、国内外からの生徒を積極的に受け入れ、パンフレットや公式HPなどのプロモーション活動に力を入れるところもある。一方で、地方のカラリは、地域の子どものための稽古事として成り立ち、学校の試験期間にはカラリも休みとなるが、競技会への出場を目指す生徒も存在する。国境を越えたカラリパヤットは、各国の伝承者の目的に応じて多少なりとも解釈が加えられ実践されているのに対し、都市と地方、生徒のモチベーションの違いにより、インド国内のカラリパヤットにも目的の変容が生じているといえる。

最後に、本稿は2015年6月7日に開催された舞踊学会第20回定例研究会での若手研究者によるシンポジウム「アジアにおける伝統の再創造と再構築」で配布した資料を加筆、修正したものである。貴重な機会をいただき、関係者各位に心より感謝申し上げます。

参考文献

- 河野亮仙（1992）「インドのホリスティックな武術—カラリパヤットのトレーニング—」『体育の科学』42（10）、杏林書院・体育の科学社：東京、pp.763-766
- 高橋京子（2006）「カラリパヤットKalarippayattuの諸相—南インド、ケーララ州におけるマーシャルアーツの実証的研究—」『立命館産業社会論集』42（2）、pp.85-107
- 高橋京子（2010）「戦う・治す・踊る「マルチ」なインドのマーシャルアーツ」石井隆憲・田里千代編著『知るスポーツ事始め』明和出版、pp.117-121
- 高橋京子（2011）「舞と武の融合のかたち—南インドのマーシャルアーツ、カラリパヤット—」

『舞踊学の現在 芸術・民族・教育からのアプローチ』文理閣, pp.162-177

Zarrilli, Phillip B. (1979) "Kalarippayattu, Martial Art of Kerala" *The Drama Review* 23 (2), pp.113-124

Zarrilli, Phillip B. (2003 [1998]) *When the Body Becomes All Eyes*, Oxford University Press, New Delhi

Zarrilli, Phillip B. (2009) *Psychophysical Acting*, Routledge, NY