

(p.266)

舞踏においては、音楽とダンスの伝統的な関係性は超越されています。さらに、ダンサーは静止をダンスの一部として頻繁に使用します。(しかし)その静止には留まっているものは何也没有ありません。なぜなら、それは意図的ではなく起きる自発動へ向かって知覚的注意を向けることに根ざしているためです。そのため、そうした静止は「生きてあること」という体験の強度を帯びているのです。哲学者のシーツ・ジョンストーン(2010年)は、この動的な生命力に内在する音楽性を捉えています。

[そのような生命力の感覚は— 自発動の実際の体験、つまり呼吸、くしゃみ、あくびや瞬きなどの単純な形態における運動の運動のダイナミクスに注意を向けることに基づいています。これらの単純で万人に共通する運動形態はそれぞれ独自の力学を持っていますが、同時に主題とその変奏のように、複数の可能なダイナミズムを持っています。くしゃみはスタッカートのように突発的に起こるかもしれませんし、単に突然起こるか、単に弱まるかもしれません...このような不随意運動の運動のダイナミズムへ注意を向けることによって、生命力の感覚を呼び覚ますことができます。何かが単に起こっているのではなく、あなたを動かしているのです。あなたは何もする必要はありません。ただ言ってみれば、そのダイナミズムに耳を傾ければよいのです。(Sheets-Johnstone 2010、p.3、原文強調) 静止を試みると、呼吸、心拍、バランス調整のための微小運動など、私たちが生かし続けている多くの不随意運動のために、完全な無動状態というものには存在しないことに気づきます。舞踏ダンスへのアプローチから着想を得て、葛西(2009a)は精神科デイケアにおいて、リズムに合わせたり、厳格に振付けられたいないフリーダンスによるダンスセラピーのプログラムを開発しました。彼はまた、小規模で、微細で、ゆっくりとした動きなどの舞踏ダンスの要素を取り入れました。これにより、障害の有無にかかわらず、患者が楽しみ、動きを通してリラックスする方法を見つけることができました。緊張のほぐれや行動の方向の「行き詰まり」から生じる身体の振動は、舞踏ダンスに見られる別の動きの源泉となります。心理学では、拮抗運動と対立する精神的要因— これらの概念は行動の過程に関連して、内的に感じられ、身体的に経験される対立を指します— が、身体に不随意的な振動を生み出すことがあるとされます(Kasai 2009b)。例えば、怒りから誰かを殴りたいと思った人は、殴る動作を行う衝動と、その衝動を抑える社会的要請との間で、身体的・精神的に抑制するような反応を経験するかもしれません。つまり、殴る動作を行う衝動と、その衝動をコントロールする必要性との間に対立が生じます。これらは通常は不随意的な動きですが、治療目的で身体の振動を生み出していく技法が考案されています。なお、自律訓練法はそのような一つの方法で、1984年から1903年にかけてドイツで、神経病理学者オスカー・フォクトとその助手コルビニアン・ブロードマンによる睡眠と催眠に関する研究から生まれ、後に精神科医・神経学者シュルツによって発展させられました(Schultz and Luthe 1969、pp.4-5)。自律訓練法は、一連の生理学的・瞑想的な練習— 言語公式、トレーニングの姿勢、呼吸、視覚化を含む— から成り、リラクゼーションとストレス解消を可能にします(pp.1-6)。この用語(autogenic=自己生成的)は、自律訓練法の練習が、「ホメオスタシスの維持、回復、自己正常化過程」(p.1)に関与する生体の自己調節メカニズムを支援することを意味しています。

(p.267)

この用語はまた、患者が定期的に練習を行うことで、自分自身の治療として自らの責任で行うものであり、セラピストに頼る必要がないことを意味しています。自律訓練法に行うことによって、引き付け反応、痙攣、ぎくしゃく運動の形で自発的な(身体心理的な)解放(discharge)が起こる可能性があります(p.20)。これらの解放は、身体と心の均衡の自己回復の正常な代償反応と見なされ、療法が効果的であることを示しています(p.20)。しかし、このような自律性解放が起きた時、患者は受動的で観察者のような態度を維持することが重要です(p.20)。つまり、患者はこの一時的なコントロール喪失が不快または否定的であるといったような、社会的に条件付けられた概念を棚上げする必要があります。次に示す、自律性解放の概念に基づく練習は、ストレス解消と審美的感覚に向けて舞踏のトレーニングで使用できます。

練習 5: 「引き付け反応、痙攣、ぎくしゃく運動」

(付属ウェブサイトの動画 14.5 を参照)

1)拮抗筋の収縮を使って、体の一部をぎくしゃく動かしたり、けいれんや痙攣を起こしたりするのを許容する。

葛西(1999 年)は、舞踏の動きを通して私たちの身体と心の抑圧された側面(暗黒面)に出会うことで、身体の歪みが生じる可能性があるとし唆しています。舞踏公演での身体の歪みは奇妙で不穏に見え、備えのない観客を驚かせるかもしれません。しかし、歪みは通常、ダンサーが自らの身体と心の深層に向けた自己探求の動きを反映しているため、無意味なものとは見なされるべきではありません。歪みは痛みを伴うことがあり、これは習慣的な動きや在り方に挑戦し、探求する際に自身の身体的・精神的限界に出会うことを示しています。スタイン(Stein 1986)が述べたように、これが舞踏の鍵となります。「自らに課した境界を超え、限界の門をくぐり、未開の領域へ踏み込む」(p.116)。

練習 6: 「身体の歪曲」

(付属ウェブサイトの動画 14.6 を参照)

1)体の一部をねじり、他の部位が連鎖反応のように歪むのを許容する。

要約すると、舞踏は以下の要素を導入することで、ダンスの従来概念を拡張しています。

- ・どのように動いたりダンスしたりするかについての規則はない。
- ・動きが既存の形式に対応するかどうかは重要ではない。
- ・リズムに合わせてダンスする義務はない。
- ・静止もダンスと見なされる。
- ・動きの量や規模は重要ではない。なお、舞踏の動きは小さく繊細な傾向がある。
- ・けいれん、痙攣、歪みもダンスの動きと見なされる。

・障害の有無にかかわらず、誰もがこの章で説明した練習に取り組み、パフォーマンスや癒しの目的で自身のダンスを発展させることができる。

(p.268)

舞踏トレーニングにおいては、指導者が参加者の特別なニーズを認識し、それぞれの動きを実験できる安全で非審判的な環境を作ることが不可欠です。トレーニングの状況はそれぞれ異なり、特別な予防措置が必要となる可能性があるため、指導者は事前に準備する必要があります。

舞踏ダンスは硬直した社会的枠組みから人々を解放する

土方巽による舞踏から受け継がれているのは、ダンスということは、自分自身の深層、すなわち、動機、意図、記憶、感情の中から生まれ出てくるということです。また、ダンスが身体を通して想像力にアクセスし、想像力を拡張するための媒体となることで、社会的規範や慣習から解放され、自己の内なる他者性を実現できることです(Esposito 2013)。舞踏的身体の感覚的実現に関する研究で、エスポジト(2013)は、舞踏ダンスが想像力の働きであると同時に知覚感覚の働きでもあると論じました。舞踏の「振付」は通常、ダンサーに動きやジェスチャーといった(外側の)形式よりも、その体験そのものの感覚的側面に気づかせます。例えば、舞踏で腕を空に向けて伸ばすとき、それは単に「美しい」形を示すためではなく、むしろ何かが起こっているという想像力を私たちと観客の注意が一致するよう促すためです。腕を伸ばすことで、私たちはちょうど上に何か、または失われたものや手の届かないものに出会っているかもしれません(付属ウェブサイトの動画 14.7 参照)。または、一歩前に踏み出すときも、次の位置に移動するためだけではなく、自分の「失われた脚」を徐々に発見するためかもしれません。ダンサーがどのような「意味」を動きに込めようと、観客が同じ意味を読み取ることは重要ではありません。重要なのは、その動きが記憶、感覚的関与、自由連想の形で観客の想像力を刺激することです。ダンサーの中嶋夏が説明するように、「舞踏での動きは物語を語るのではなく連想を喚起する。動きを説明しようとするとその意味が損なわれる」(Nakajima, quoted in Klein 1988, p.21)。舞踏では、ダンサーの想像力だけでなく、観客の想像力も解放されます。

想像力と知覚、身体と心は、日常生活ではあまり起こらない遊びのように、舞踏の中で一つにまとまってきます。運動イメージとともに厳密な身体的実践を併用することで、舞踏は身体を通常とは異なるものに作り変え、世界の生成の過程に参加することを可能にするのです。

このアプローチにより、世界との親密さ、つながり、さらには一体感すら生まれます。ヒーリング(癒し)ということ、心身と世界を統合し全体化する能力と定義すれば(Jackson 1989)、舞踏には人間世界とともに非人間世界との統合をも進めていく、癒しの働きがあるといえるのです。

(p.269)

個人と集団の想像力が重なるのを許すことで、舞踏ダンスは、複雑さ、断片化、不安定さが増す中で、私たちの一部が社会世界との関係で経験するギャップを橋渡しする可能性があります(Jackson 1989、p.155)。人類学者ヴィクター・ターナー(1969)が提唱した「コムニタス」の概念は、この舞踏トレーニングの癒しの可能性の側面を明確にするのに役立ちます。コムニタスでは、社会で働く階級や年齢、地位に内在する役割などの「構造的」な差異化のパラダイムが中断され、人々は裸の「人間的アイデンティティ」として向き合うことができます(Turner 1969、p.132)。つまり、コムニタスでは、人々は社会的地位や役割の仲介なしに「直接的」に出会います(pp.131-2)。舞踏では、「良い」か「悪い」か、「ダンス」か「日常」の動きかの価値判断の区別、または随意運動と不随意運動の区別を中断することで、参加者が社会秩序の「構造化」装置からは自由なのです。震え、けいれん、強直、あるいは突発的または「痛ましいほど遅い」動きなどの不随意的で「機能不全」の動きを許すことで、舞踏は無秩序とグロテスクの美学を導入し、その結果、参加者を従来の社会生活の正常化要求から解放します。舞踏ダンス・トレーニングの場では、抑圧された感情とイメージに動きを導かせ、身体的想像力を解き放ち、その過程で自分自身と他者を観察し受け入れることで、参加者は身体を通して社会秩序を超越していきます。実際、舞踏トレーニングの集団的側面は、トレーニングの枠組みがすべての参加者に安全で安心できる容器を提供する際、治療過程としての効果を左右する決定的な要素です。セッション指導者は、舞踏ダンスの練習が精神的または身体的障害のある人にとって十分に安全かどうかを判断する必要があります。人類学者ラバポート(1999)が指摘したように、コムニタスは社会の別の状態だけでなく、「心」の別の状態でもあります(p.219)。日常の時間を支配する意識とは対照的に、コムニタスでは、私たち自身と世界との間に設けた境界線が溶け、他者や環境と再び結びつき、原初的で神聖なもの、より大きな自己感覚が明らかになります。同様に、舞踏トレーニングには、当たり前視されている社会世界を脇に置くことで、日常の意識状態を変容させる可能性があり、葛西とパーソン(2003)はこれを社会的時間から身体的時間への移行と表現しています。葛西(1991)はまた、社会化された身体を解体することを、身体の「脱社会化」過程としてのエスノメソドロジー的な挑戦(Garfinkel 1967)と呼んでいます。身体の「脱条件付け」による脱社会化は、達成が非常に困難、もしくは不可能な目標かもしれませんが(Kasai 1994、1996、Kasai & Zaluchyonova 1996)、集団トレーニングを通して経験できる新たな発見と解放の感覚はリアルなものです(Baird 2012、pp.215-16)。身体と心の統合を「可能性」ととらえるという理論的前提(Ozawa DeSilva and Ozawa De Silva 2011、p.96)に従えば、舞踏における身体の「脱社会化」の概念は理想的な目標としてあります。それは、「全体」でありたいという欲求と努力を支える創造的な枠組みなのです。

(p.270)

結論: 精神的癒しのための舞踏ダンス

この章の目的は、舞踏ダンスの独自性と、なぜ日本の舞踏ダンサーが時に舞踏ダンスを単なる舞台芸術ではないと考えるのかを明らかにすることでした(Nakamura 2007、Esposito 2013)。舞踏は、娯楽としてのパフォーマンスや、美的価値や技術的熟練の展示という概念を超えており、私たちに不安感を抱かせます。エロティシズム、グロテスクさ、無意味さは、他の美的側面と併せて舞踏公演でしばしば見られますが、単に観客を驚かせたり不安にさせたりするためではありません。むしろ、これらの質は、愛への飢え、活力ある生命の喪失、人生の無意味さなどの実存的なテーマと関連しているのです。舞踏ダンスは「暗黒のダンス」として始まりましたが、今日の舞踏では、最も暗い夜だからこそかすかに輝いている星が見えるように、わずかな肯定的な感情こそが逆に照らし出されるべきです。21世紀の舞踏ダンスは、精神的癒しのため、身体と心へのアプローチを探求するよう私たちに求めています。これは、野口体操のような原理に基づく他の癒しの技法との対話を通して可能になります。舞踏と野口体操はともに、「学ぶ」ことや創造することよりも、すでにそこにあるものを観察し、それに発言の機会を与えることを求めます。これらのアプローチは、自分自身以外の力への感覚的注意と、動く身体を受け入れる態度を通して、「ヴィア・ネガティヴァ via negativa」による動きの実現を目指します。耳を傾け注意を払う態度によって、社会化、文化、習慣の結果として身体と自己に付着した既製の概念を問い直すことを可能にします。土方巽の探求は、現代ダンスの世界を変革し、動きの美学のパラメーターを変え、「西洋」と「東洋」の感性と身体観を結びつけました。次のステップは、このようなイノベーションが日常の身体と心の意識に浸透することを許すことです。身体と心の統一は舞踏やその他の身体的・精神的な修練において理想的な目標ですが、舞踏の実践は、習慣や慣習によって形作られ制約されてきた身体認識を変える一助となり、癒しの機会となります。舞踏トレーニングを通じた「身体の脱社会化」は、私たちが何者であるかについての想像力を解放しながら、物質的な肉体の感覚を高めることで、身体と心の統合を支援できます。そして、より高次の健全な状態を促進するのです。

(本文終わり)

* AI 翻訳による。 (2024/ 6/9)