



「空っぽのうつわ、動かされる身体」

大駱駝艦「磨赤兒の舞踏ワークショップ」体験レポート

2025.9.11_{Thu}

森嶋拓 (CONTE Dance Production)

2025年9月11日、大駱駝艦・天賦典式「クレイジーキャメル」公演の関連イベントとして、磨赤兒（まろあかじ）さんによる舞踏のワークショップが札幌文化芸術劇場 hitaru で開催されました。

ワークショップは通常、3階のクリエイティブスタジオで実施されることが多いのですが、今回は劇場の舞台上を使用し、開放感あふれる特別な空間の中で行われました。

当日は、幅広い世代から約30名が参加しました。

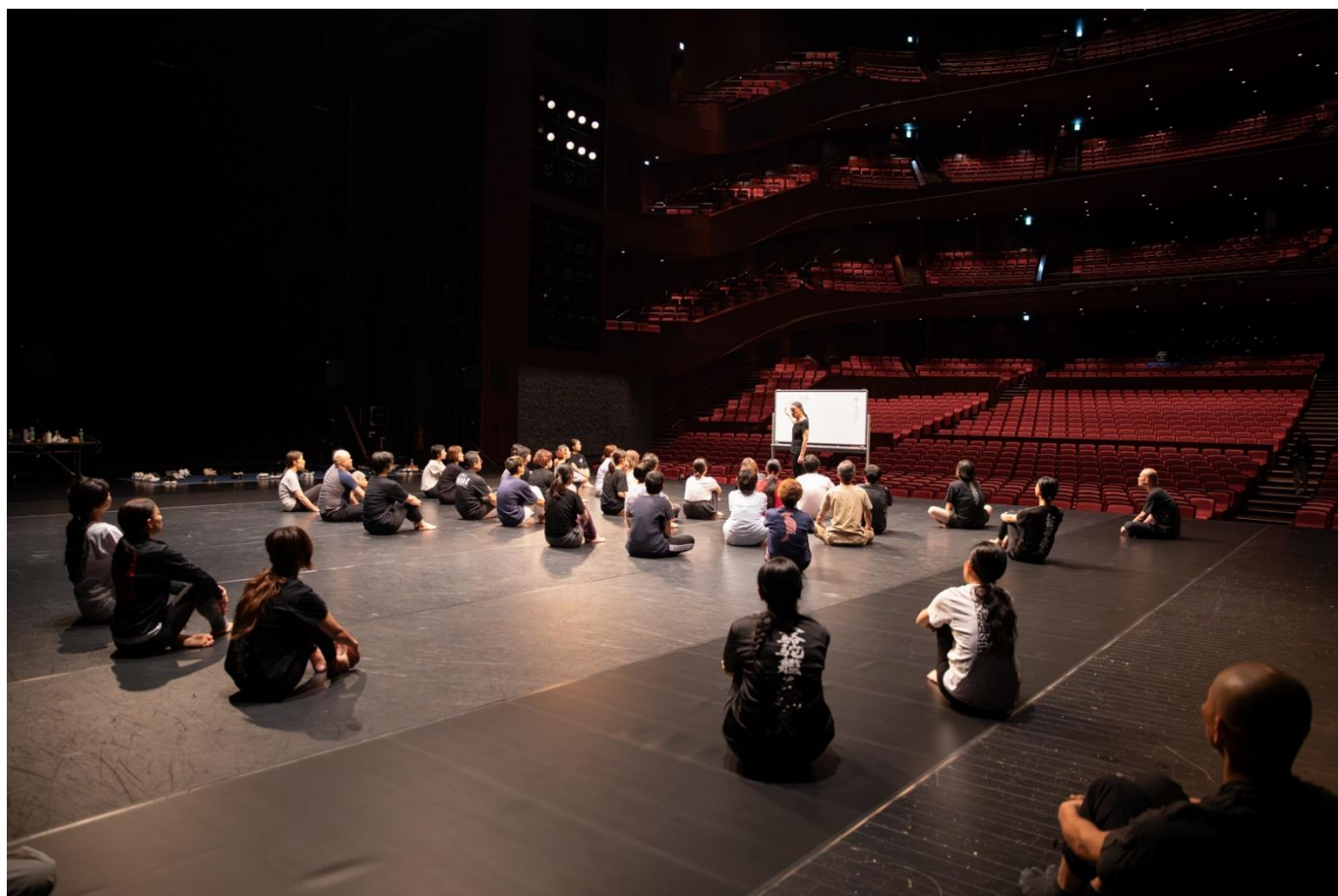


Photo : yixtape

大駱駝艦は 1972 年に旗揚げされました。創設時のメンバーには、主宰の磨赤兒さんを中心に、天児牛大さん（山海塾）、大須賀勇さん（白虎社）、ビショップ山田さんと雪雄子さん（北方舞踏派）、室伏鴻さん（背火）、田村哲郎さん（ダンスラブマシーン）といった、舞踏の隆盛を支えた錚々（そうそう）たる舞踏家が名を連ねています。

1982 年には、舞踏カンパニーとして初めてフランス・アメリカ公演を行い、鮮烈なインパクトをもって「Butoh」を世界に浸透させました。さらに、磨赤兒さんが掲げる「一人一派」という思想は、舞踏が今日、世界各地へ広がっていった大きな要因のひとつといえるでしょう。

磨赤兒さんといえば、迫力あるビジュアルが印象的で、過去の公演ポスターにも強烈な存在感を放つ姿が数多く見られます。私自身も、お会いするまではその印象に圧倒され、少し緊張していました。

ところが実際には、磨さんはひよいと身軽に舞台袖から姿を現し、大駱駝艦のメンバーから「磨さん、登場はまだです」と制される場面もありました。その飄々とした振る舞いに、会場はたちまち和やかな空気に包まれました。

磨さんの姿勢や在り方は、驚くほど脱力されていました。しなやかに、受け流すことのできる心と身体。そんな磨さんによる、ユーモアを交えた語りからワークショップが始まりました。



Photo : yixtape

大駱駝艦の舞踏の三大要素として「らくだ体操」「色即是空体」「鑄型論（鑄態）」が紹介され、最初にらくだ体操の基盤となっている、野口三千三さんの「野口体操」の説明がありました。

野口体操は、力を抜き、重力に身をゆだねることで自然でのびやかな動きを引き出し、余計な緊張を手放すことで身体本来のしなやかさを取り戻すことを目指す身体訓練法です。舞踏家や俳優、ダンサーなど、幅広い表現者に親しまれています。

まず行ったのは、ゆらぎを通して身体の内側に意識を向けるワークでした。

はじめに一人で立った状態で揺れてみたあとに、二人一組になり、一人は床に横たわります。もう一人はその人の足の親指をそっと持ち、ゆらゆらと揺らすことで、その揺れが親指から頭の先へと流れていく感覚を伝えていきます。これが実に心地よく、揺らされているとつい眠りに落ちてしまいそうになるほどでした。

互いにゆらぎを体験した後、再び一人で立って揺れてみると、不思議なことに先ほどよりも「ゆらぎの身体感覚」が明確に定着しているのがわかります。最初に一人で揺れたときに比べ、揺らぎが足先から頭頂へと通りやすくなっているのです。

その応用編として、今度は足裏から始めて身体の中に螺旋の動きを生み、その力を上へ上へと通し、最後には螺旋が頭上へと抜けていく、という動きへと展開していきました。



Photo : yixtape

らくだ体操の最後に行ったのは、脱力と重力、緊張と弛緩を体感する動きでした。

自分の身体を空っぽの皮袋に見立て、その中に水がどんどん注がれていくイメージを持ちます。身体が水で満たされてふわふわと膨らんでいったかと思うと、今度は足先に穴が開き、大量の水が流れ出していきます。すると身体はたまたま、ふにやりと下へと崩れ落ちてしまいます。

やがて再び足先から水が勢いよく流れ込み、下から順に満たされていき、自然に立ち上がっていく……そんなイメージを使ったワークでした。

さらにその延長として、立った状態から一気に脱力し、重力に逆らわず身体を下へと落とす動きも行いました。そこから身体の弾みを利用して起き上がり、再び脱力して下ろす。その繰り返しです。

その際に鷹さんが語られた「我々は重力に逆らって立っていると思い込んでいるが、実は重力にぶら下がっている。つまり地球にぶら下がっているだけとも言える」という言葉が、とても印象的でした。

さて、この序盤の流れは、2025年3月に同じ札幌市民交流プラザで行われた山海塾・蟬丸さんのワークショップと、よく似た構成でした。ルーツを同じくしながらも、山海塾は洗練されたコンテンポラリーアートへと展開し、大駱駝艦はかつての暗黒舞踏の外連味やスペクタクルを受け継いでいるのではないかと私は思います。

舞踏という枠の中で対照的な両者が、同じ流れのワークから始めたという事実は、舞踏の根源や源流をより深く知るきっかけとなった気がしました。



Photo : yixtape

次に行ったのは、仏教の言葉である『色即是空』を身体に落とし込むというワークでした。『色即是空』とは、形あるもの（＝色）はすべて実体のない「空」であるという教えで、すべてが常に変化し続けるという考え方を示しています。

身体を水で満たすワークでは、内側を満たす水の感覚とともに、肉体を包む“ガワ”または“殻”のような境界、内界と外界を隔てるラインを意識させられます。

一方で、色即是空体の場合は、さらに外側の世界をもしっかり認識する必要があるように感じました。

自分の身体の中、つまり内界は空っぽのままに保ちつつ、外界が彩られていくことで、外から身体に影響が及んでいく。

自分から動くのではなく、外からの力に応じて動きが生まれていく＝動かされるということ。

そのとき、意識が自分から少し離れていくような感覚も生まれてきます。

能を大成した世阿弥は『花鏡』や『申楽談儀』のなかで「離見（りけん）の見」という考え方を説きました。

舞台上に立ちながらも、客席から自分を眺めるように自己を客観視する感覚です。

すぐに体得できるものではありませんが、この色即是空体のワークも、鍛錬を重ねていくことで、そうした自我から離れる感覚に少しずつ重なっていくのではないかと感じました。

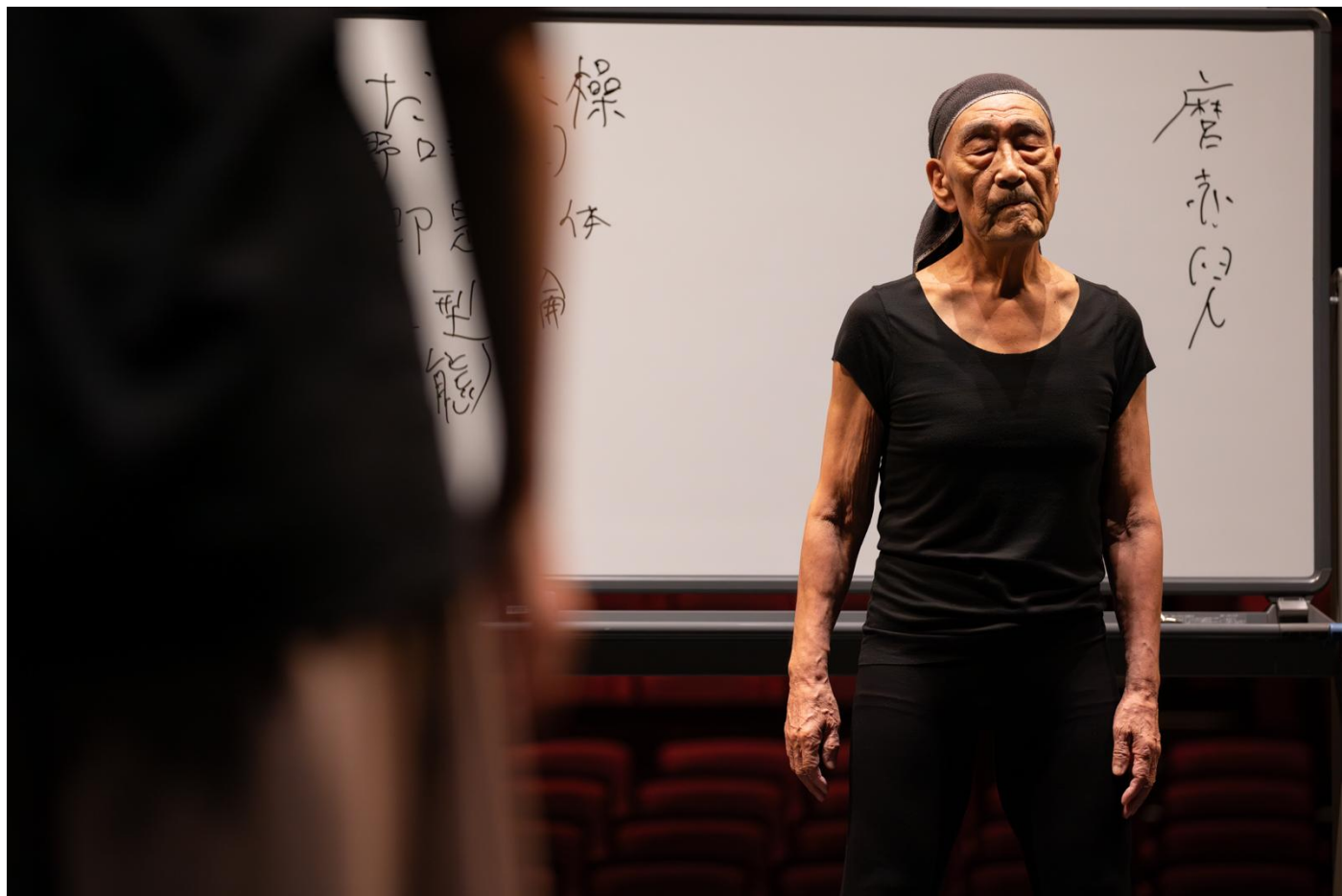


Photo : yixtape

「自分で立っているのではなく、地球にぶら下がっている」

「頭の上から糸のようなもので吊られている」

「身体をからっぽにして、外の影響で動かされる」

こうしたイメージが身体に及ぼす影響は、大変興味深いものがあります。野口体操でも、重力に身をゆだねることや力を抜くことによって、自然でのびやかな動きを引き出すことが強調されます。つまり、身体のイメージの持ち方そのものが、実際の動きや感覚を変化させていくのです。

また、筋トレの分野でも「マインド・マッスル・コネクション」と呼ばれ、鍛えたい部位を意識するかどうかで筋肉の活動が変わり、効果にも差が出るといわれています。舞踏や身体訓練におけるイメージの重要性は、こうした例からも裏付けられるでしょう。

最後に行ったのは「鑄型論（鑄態）」と呼ばれるワークでした。彫刻の世界でいう「鑄型」とは、石膏で原型をつくり、その原型から鑄型を起こし、そこへ溶かしたブロンズや金属を流し込んで像を形づくる、いわゆる鑄造のプロセスを指します。

参加者は「怒り」「嬉しい」「嫉妬」といった感情を身体に落とし込み、それを表現します。磨さんの合図とともに動きをピタリと止め、まるで冷凍保存するかのようにその状態を鑄型化する。そして、その鑄型のまま、すり足でズズズ…と前に動いてくる。そんなワークでした。



Photo : yixtape

さて、この感情を身体で表すという動き、これがまた難しいものでした。
というのも、それっぽく動くことはできると思うのです。

例えば怒りであれば、顔をしかめる、眉間にしわ、手足をガクガク震わせて、何かを引き裂くようにねじる身体。見た目には怒っているように見えます。けれども、そこにウソはないのか、ということ。
いわゆるステレオタイプのような身体の感情表現というのは、恥ずかしさを捨てればできると思うのですが、おそらく、これはそうではなくて、記憶と感情を巡る行程が必要なのだと思います。

あのとき、激しく嫉妬に狂った記憶。歓喜に満たされたあの瞬間。我を忘れて怒りに身を委ねた夜。
そうした感情の記憶と身体がつながり、自分の中で腑に落ちたとき。
身体から表現というものが、沁み出てくるのだと気が付きました。
もしかすると、感情や記憶とのリンクは必ずしも絶対ではないのかもしれません、が。

この感情のワークの前に、身体を（空想の）毛虫が這っていく、ということを実践しました。
舞踏の稽古ではよく用いられる手法で、毛虫以外にも球やミミズなどが題材になることがあります。

毛虫のイメージを持つときに、毛虫を見たことがない人、じっくりと動きを観察したことがある人、さらには実際に身体に這われた経験がある人では、そのイメージの細部に違いが生まれます。
語弊がないように補足すると、イメージが細かければ良いという話ではないのだと思います。
おそらく、重要なのはイメージが自分の腑に落ちるかどうか。そして、何かが、沁み出てくるかどうか。



Photo : yixtape

舞台というのは虚構ですから、全てはウソと言えることもできると思うのです。

しかし、プレ企画のトークイベントで、田村一行さんは「ウソのない身体が大切だ」と語られていました。

そう、舞踏も、舞台芸術も、芸や表現の本質は、常に矛盾をはらんでいます。

ウソだけれど、ウソではないもの。

おぼろげで、掴めそうで掴めなくて、しかしあるとき突然掴めるもの。

定まらないゆらぎのなかで。

止まらない螺旋のなかで。

日本の芸道や武道には「守破離」という言葉があります。

守は、師や流派から教わった型や教えを忠実に守る段階。

破は、その基本を身につけたうえで型を破り、自分なりの工夫や解釈を取り入れる段階。

離は、型から完全に自由になり、自らの表現や境地を確立する段階です。

舞踏の稽古では、その「守」も「破」もすっ飛ばして、いきなり世阿弥や千利休、宮本武蔵の語るような境地に触れていく、そんな大胆さがあるようにも思えました。



Photo : yixtape

そこで思い出したのは、ブレイクダンスの世界で韓国の B-BOY たちが世界を席巻した時代です。当時の彼らは、次々と最高難度の技を決めていました。

私は「日本人と韓国人で何がそんなに違うのだろうか？」と疑問を抱いていたのですが、ある記事に出会い、強い衝撃を受けました。

そこには「日本人は最初は簡単な技から始めて、徐々に基礎力を高めていくが、僕らは最高難度の技に挑戦することから始める」と書かれていたのです。

そのやり方が多くの韓国人に当てはまるかはわかりません。

しかし、「最高難度から挑戦を始める」という発想と、実際に彼らが結果を出していた姿は、どこか腑に落ちるところがあり、舞踏が示す「いきなり核心に触れていく」ような感覚と響き合うものを感じました。

舞踏の創始者である土方巽さんは生前、「表現しないこと」という言葉を残しています。

舞踏は誰にでも踊れるもの。

けれど、舞台に立ち、人を感動させるためには、自分と向き合い、心と身体を腑に落ちるまで繋げること。表現しようとするのではなく、何かが沁み出てくるまで、その準備のための鍛錬を欠かさないこと。

——決して、表現をしないこと。

磨赤兒さんのワークショップを通じ、またひとつ、日本文化と舞踏の深淵を覗き込んだように思います。