

5/12(火)

## バーレッシン精神編

バーレッシンはバーをつかまっただまま主に足の動きが中心となります。足の動きは土台だからです。身体だけの事ではなく心の土台でもあります。

発表会でお世話になっている照明さん。普段はモダンバレエの現場が多いとの事。ある時「見ているとバレエ以外のジャンルの方はそこそこストレッチをされてからすぐ踊りに入りますが、バレエの方は必ずバーレッシンをされますがそもそもバレエダンサーにとってバーレッシンとはどういった位置づけにあるのですか?」と質問されました。その場にいらっしやった若手の舞台監督さんもバリバリのバレエダンサーご出身の監督さんでした。それを聞いて「バーレッシンしないで踊るなんて怖くてできません!!」と叫んでいらっしやいましたが、それじゃきつと納得してもらえないだろうなと思い、「バレエダンサーにとってバーレッシンは心と身体よりどころ。バーレッシンをすることによって心身ともに整う大事な作業なのです」と言う。「整えるのですか…初めて聞きました。よくわかりました。」と納得して頂いたようでした。

そして長年お世話になっている森脇舞台監督。こちらもバレリーナご出身。二人で話し出すと止まらないくらいバレエの話で埋め尽くされます。「どんなジャンルのダンサーであれ、踊る前にバーレッシンをしない人は私、ダンサーとは思わないの」といつもおっしゃいます。なるほど。

有梨先生もこの意見に一票。理屈ではなく舞台には整った心で上がるもの。お寺のお坊さんが毎日おつとめをされるように、人前で踊る人間はどんな立派な人格を持ってようが、それが引き出されるためのある種の行が必要だと思います。自分の持っているものだけで挑もうとしてもそれは出来ない事なのです。持っているというだけだから。自分の才能をしっかりと操ることが出来る、才能を上回る人格と技術が必要です。人格形成に日々の正しいバーレッシンは不可欠です。

全洋舞においてバレエのバーレッシンは欠かせないものです。これさえしっかり習得していれば(しっかり向き合っていれば)、舞台人としての身体表現の基礎を手に入れたも同じです。演劇人から聞きました。バーレッシンをしているのしていないのでは舞台上に立った時に全然違う、台詞は言えても舞台上での立ち居振る舞いは全てバーレッシンの中に答えがある と。なるほど。

しかしもちろんバーレッシンだけしていればよいと言うものではないので、そこはきちんと自立していなければなりません。自分を確立させる大事なツールです。依存することなく、しかし欠かさず自分で持っているべきものだと思います。

有梨先生の体験で言うと。嫌なこと、辛いこと、嬉しいことがあった時でさえ、バーレッシンをすると心が流れていきりセットされました。大人になるにつれ、必ずしもリセットできなくなってきたりするのですが、それでもふてくされず落ち込まず、バーレッシンをします。調子が良い時、悪い時がありますがそこにこだわらずやり続ける事が自分を助けてくれる事に繋がります。

身体は毎日違うので「今日の引き上げはいまいち」「今日はめっちゃめっちゃ足が上げやすかった」などあるのですが、一喜一憂せずに取り組むことに集中します。もちろん技術的な知識は必要です。そこで解剖学が必須になります。ただ一生懸命汗をかきかきがむしゃらに取り組めば、かえって迷子になる危険もあります。←有梨先生は経験しました。

人体の仕組みを知り、自分の身体を知り、人と比べず、自分と対話をしながら行うバーレッシンはやがて自分を心身ともに最強へと導いてくれます。ここから全てが広がります。その後行われるセンター(バーを離れて)での動きは、それまで行って来たバーレッシンに牛耳られていると言っても過言ではありません。一日一日が将来に繋がっているのと同様に、バーレッシンのひとつひとつがその後の踊りに繋がっています。

ちょっと宗教の教えの様に聞こえてしまったかもしれません(笑)。しかしダンス芸術の道で精神を創り上げていくという点では、アマチュア、プロ問わず、「バーレッシン」の位置づけはこれほど重要だと考えます。

ある人にとってそれは「読書」かもしれない。ある人にとっては「書道」かもしれない…。自分の基礎を作るためには、一旦持って生まれたものは置いて。磨こうとする作業が最も重要です。