

# 私はこう 考える

「感性の  
豊かさを  
育てる」  
とは？

## みんな踊って、みんないい

中野優子  
(ダンサー・研究者)

皆さん初めまして。

私は普段ダンサーをしながら、ダンス（特にコンテンポラリーダンス）の創作プロセスについて研究しています。もう少し具体的に書かせてもらうと、ダンス作品がどのように生み出されているのか、そしてどのようにその生み出されたダンス作品は踊られているのかということのプロのダンサーの方々にインタビューをさせてもらったり、実験を行ったりしながら実証的に研究しています。と同時に、自分でもダンス作品を創作して舞台上で踊らせてもらったりもしています。

そこでいつも考えたり感じたりすること、それは「踊るとはどういうこと？」ということ。さて、どういうことでしょうか。まだこの問いに対する明確な答えはまったく出ていません。踊っている限り、一生出ないかもしれませんが、うっすらと感じることはあるので、今回はそれを何とか皆さんと一緒に言葉にすることで、「感性の豊かさとは」を考えることに代えたいと思います。

では、「踊ること、踊っていること」を考えるために、反対の「踊っていないこと」を考えたいと思います。

「踊っていない」とはどういうことなのでしょう  
か。そもそも「踊っていない」ことであるのでし  
ょうか。

例えば、日常の中でよく遭遇すること……

立つことができるようになったばかりの小さい人  
が一步を踏み出すその足音とリズム

人込みで全然知らない人同士があうんの呼吸でふ

つとよけ合う時

おしゃべりに夢中な指先や揺れる髪

電車でうとうととなる時の上体のリズム

考え事をしている人の集中している目線

ぼーっとしている時の開いた体

悔しい涙

怒りで体中がびりびりと震え、内臓がぎゅーっと

体の真ん中に寄せ集められる感覚

階段を駆け上がる軽い足と肩での呼吸……

これってすべてが美しいダンスだと思いませんか。

動いていることはもちろん、止まっている中にも、  
その人の人生のドラマがにじみ出る無限の「動き」  
を感じて、私はいつも美しいな、すてきだなと思っ  
ます。つまりこの瞬間瞬間にも世界は踊っているよ  
うに見えるのです。「踊っていないこと」も含めてす  
べて「踊っている」ように見えます。

さて今、この文章を読んでくださっているあなた  
の目、まつげ、口、ほお、手は、背中は、おなかは、  
足は、皮膚の感覚は、呼吸は、心臓の鼓動はどうか  
なっていますか？ あなたからつながっている世界は  
どうなっていますか？

うーん、この人は何を言ってるんだろうと難しい  
表情で腕を組んでいますか？ くすっと笑っていま  
すか？

その表情や姿勢、心の流れすべてがすてきな踊り  
で、美しいリズムを奏でているはずですよ。

「踊る」とはおそらくそういうことだと思えます。つまり、自分で自分の今ここにある体を意識して、ああ今この瞬間にもこの体は踊っているんだなということを実感し味わうこと、そして周囲のみんなも踊っているんだ、リズムを奏でているんだというまなざしを向けてみることで、このことが「踊る」ということをまず形作っているのだと思います。

ふとした瞬間に、皆さんがすでに持っている体のリズムを感じてみませんか、そして皆さん一人ひとりが今すでに踊っているダンスをもう一度感じてみませんか。そうすることで、少しでも世界がカラフルに動きだしてきませんか。

そう考えると子どもも大人もみんなみなすてきなダンサーになります。

みんな踊って、みんないい

これが、今の私がこの文章を通して皆さんと共に考えた「踊るとはどういうことか」に対する一つのまなざしです。この、「すでに皆さんが今この瞬間にも踊っている」ということを再確認することが「感性の豊かさとは」を考えるきっかけの一つとなりました、とてもうれしいです。

