

2017 年度

博士論文

J=ダルクローズが体操教育から受けた影響と

その後の体操教育の発展に及ぼした影響についての研究

Study on the Influences of Gymnastics Education on Jaques-Dalcroze
and the Influences of Jaques-Dalcroze on the Development of Gymnastics Education

明星大学大学院

教育学研究科教育学専攻

入江 真理

目次

はじめに	1
序論	3
1. 本研究の課題の設定	
2. 本論文の構成	
3. 先行論文の検討	
(1) J＝ダルクローズに言及している体育領域の研究	
(2) リトミックにおける身体運動に関する研究	
4. リトミックの時代背景	
(1) 近代の身体にかかわる教育	
(2) 新教育運動	
(3) 体操改革運動	
5. J＝ダルクローズのリトミック	
(1) リトミックの基本原理	
(2) J＝ダルクローズのリズム観	
(3) J＝ダルクローズの体操観	
第1章 J＝ダルクローズがスウェーデン体操から	
受けた影響に関する研究	19
第1節 スウェーデン体操	
1. 研究の課題と目的	
2. リングについて	
3. スウェーデン体操の原理	
4. 美的体操	
第2節 スウェーデン体操とリトミックにおける身体運動の分析	
1. J＝ダルクローズのリング、およびスウェーデン体操についての見解	

2. スウェーデン体操とリトミックにおける身体運動の分析
3. まとめと考察

第2章 J＝ダルクローズがデルサルトから受けた影響に関する研究 31

第1節 デルサルトの身体表現法

1. 研究の課題と目的
2. デルサルトの理念と方法
3. ステビンスの体操の理念
4. ステビンスによって示されたデルサルトの原理による体操の方法

第2節 ステビンスの体操とリトミックにおける身体運動の分析

1. J＝ダルクローズのデルサルトに関する見解
2. J＝ダルクローズの呼吸に関する見解
 - (1) 『リズム運動』における記述
 - (2) 『J＝ダルクローズの教育法』における記述
 - (3) J＝ダルクローズの呼吸についての見解
3. ステビンスの体操とリトミックにおける身体運動の比較
 - (1) 相違点
 - (2) 共通点
4. 考察

第3章 J＝ダルクローズがエベールから受けた影響に関する研究 47

第1節 エベールの自然的方法

1. 研究の課題と目的
2. エベールとその時代背景
3. 自然的方法の原理
4. 自然的方法

第2節 リトミックにみるエベールの自然的方法からの影響

1. J＝ダルクローズの体操に関する記述と見解

2. まとめと考察

第4章 メンゼンディークの体系と

リトミックにおける身体運動に関する研究

58

第1節 体操改革運動におけるJ＝ダルクローズとメンゼンディーク

1. 研究の課題と目的
2. メンゼンディークについて
3. メンゼンディークの体系の基礎理論
4. メンゼンディークの理念

第2節 J＝ダルクローズとメンゼンディークの比較分析

1. メンゼンディークのJ＝ダルクローズに関する見解
2. J＝ダルクローズの生理学的な見解
3. J＝ダルクローズとメンゼンディークの身体運動の比較
4. まとめと考察

第5章 ボーデの体操にみるJ＝ダルクローズの影響に関する研究

74

第1節 ボーデの体操

1. 研究の課題と目的
2. ボーデの略歴
3. ボーデの体操
 - (1) 原理
 - (2) リズム体操
 - (3) 体操の方法論
 - (4) 体操の方法

第2節 J＝ダルクローズの身体運動とボーデの体操の比較

1. J＝ダルクローズとボーデの比較
2. 考察

結論	88
参考文献	92
おわりに	99

はじめに

エミール・ジャック＝ダルクローズ (Jaques-Dalcroze, Emile 1865-1950 以下 J＝ダルクローズと表記) によって創案されたリトミックは、ドイツのヘレラウにおいて、「決定的な転換の時¹」を迎えた。ヴォルフ・ドールン (Dohrn, Wolf 1878-1914) が J＝ダルクローズのための教育施設をつくり、そこにはヨーロッパ各国の芸術家、知識人が訪れ、リトミックが多くの人々に知られるところとなったのである。このことは、リトミックがドイツにおいてその価値を認められたことを示し、J＝ダルクローズのドイツ教育改革への貢献であると同時に、その後のリトミックの発展にも大きく寄与した²。また、「ダルクローズは、リズム的訓練がいかに絶対的に必要かということを確認していた。全ての音楽家は、ヘレラウでリズムの原理における最もすぐれた訓練を受けるであろう³」、とのギーゼ (Giese, Fritz 1890-1935)、ハーゲマン (Hagemann, Hedwig 1880-?) らの指摘によっても、J＝ダルクローズのリズムによる教育はドイツで高い評価を得ていたことが確かめられる。一方で、J＝ダルクローズは、リトミックの教育方法に、リング、デルサルト、エベールらの先達の取り組みから運動と表現について学び、その要素を取り入れてリトミックの理論を構築していたことが、著作における記述から明らかである。

これまで、リトミックを音楽教育や、あるいはダンス教育として捉える試みはなされてきた。また、リトミックが体操に及ぼした影響についての研究も見られる。本稿では、J＝ダルクローズが体操教育から何を学び、それがリトミックにどのように反映されたのか、そして、そのリトミックが続く世代の体操教師らにどのように受け止められたのかを検討していく。

【註および引用文献】

- ¹ ラインハルト・リング、ブリギッテ・シュタインマン編著、河口道朗・河口眞朱美訳、『リトミック事典』、開成出版、2006、p.145
- ² 板野和彦著、「ドイツの体操改革運動とリトミック—F.ヒルカーの指摘したリトミックの3つの問題点を中心に—」、『ダルクローズ音楽教育研究 通巻第41号』、日本ダルクローズ音楽教育学会、2016、p.41
- ³ Giese, Fritz, Hagemann, Hedwig, *Weibliche Körperbildung und Bewegungskunst auf Grundlage des Systems Mensendieck*, München : Delphin-Verlag, 1924, S.73.

序論

1. 本研究の課題の設定

エミール・ジャック＝ダルクローズ (Jaques-Dalcroze, Emile 1865-1950 以下 J＝ダルクローズと表記) は、スイスの音楽教育家であり、作曲家である。彼の教育法は、「音楽教育の基礎を広げる努力を通して、音楽と身体の動きを協応させる独自のシステムを徐々に発展させていった¹⁾」と見なされている。20世紀初頭、J＝ダルクローズが音楽を理解し表現するために音楽と動きを融合し体系化したものがリトミックであった。リトミックの当初の目的が音楽的能力の涵養であり、また現在でも音楽教育家としてJ＝ダルクローズの名前は示されるが、体育史上では、「体操改革運動に音楽的発想から大きな成果を加えた」(今村 1976)、「リズムと動きという側面から、新しい体操領域を開拓した」(成田 1975)など、リズムを重視する体操の中心人物と位置づけられている²⁾。J＝ダルクローズ自身も著作において、少なからず体操に言及しており、高い関心をもっていたことが推察される。また、J＝ダルクローズは初期の論文において、「リトミックと呼ばれる体操の訓練」(des exercices de gymnastique dite rythmique³⁾)、「リズム体操」(gymnastique rythmique⁴⁾)、「特別な体操」(gymnastique spéciale⁵⁾)など「体操」(gymnastique)という言葉を用いて運動を表わし、体操教育との関わりの中でリトミックを確立していった経緯がうかがわれる。J＝ダルクローズが、音楽のための教育でありながら身体運動を取り入れる、という画期的な方法を構想した背景には何があったのだろうか。また、J＝ダルクローズのリトミックは、音楽教育、舞踊の発展⁶⁾、音楽療法⁷⁾にも影響を及ぼし、体育史にも必ずその名前が挙がるほど、体操改革運動において重要な役割を果たした。では、J＝ダルクローズが、その後の体操教育に与えた影響とはどのようなものだったのだろうか。本研究においては、まずJ＝ダルクローズが体操教育から受けた影響を検討する。次に、体操改革運動において音楽リズムと体操を結合⁸⁾し、新しい方向性を示したとされるJ＝ダルクローズが、体操教育に及ぼした影響とはどのようなものであったか考察することを目的とする。

2. 本論文の構成

本研究においては、J＝ダルクローズに影響を与えたとされる人物、あるいは、J＝

ダルクローズからの影響があったと思われる体操教育を検討する。本論文では、第1-3章を、J＝ダルクローズが著作において名前を挙げて言及した人物、すなわちJ＝ダルクローズに影響を与えたと推測される体操教育、あるいはその関係者の著述について検討する。第4-5章を、J＝ダルクローズに言及するなどJ＝ダルクローズとの深いかかわりが推察される人物、すなわちJ＝ダルクローズの影響を受けたと推測される体操教育関係者の著述について検討する。以下、各章の内容は次の通りである。

第1章では、近代体育を形成したとされるP.H.リング (Ling, Pher Henrik 1776-1839) のスウェーデン体操を取り上げる。スウェーデン体操は、中世的身体観に基づく「非合理的な体育に生理学的・解剖学的意味を与え、人格教育の基礎として教育的体育の発展に意味を持つもの⁹⁾」であった。この体育史上きわめて重要な意義をもつスウェーデン体操に立ち返り、その原理を明らかにする。そのうえで、J＝ダルクローズの身体運動についての考えと照合しながら、体操とリトミックの共通点と相違点を明らかにし、リトミックにおける体操の影響について考察する。

第2章では、体操改革運動において、「表現芸術のための教育でありながら体育思潮のおもな源流のひとつ¹⁰⁾」、と捉えられているフランスの演劇家・教育者でもあるデルサルト (Delsalt, François 1811-1871) の主張を取り上げる。19世紀から20世紀は、教育改革の思想と実践が発展した時代である。この新しい教育の動きの中で、身体にかかわる教育も高まりを見せていた。デルサルトによって、「感情を表現する手段としての体が発見されたこと¹¹⁾」は、すべての体操体系に影響を与えたとみなされている。このデルサルトについて、J＝ダルクローズは著作の中で言及しており、デルサルトからの影響が推察される。そこで、デルサルトの身体表現法の原理を明らかにし、そのうえで、ステビンス (Stebbins, Genevieve 1857-1934) の体操、とりわけ呼吸に関する記述を検討し、J＝ダルクローズに与えた影響を検討する。

第3章では、J＝ダルクローズが、さまざまな体操の方法の中でも、肯定的に記述をしたジョルジュ・エベール (Hébert, Georges 1875-1957) を取り上げる。J＝ダルクローズは体操について、「体の機能を十分に作用させる¹²⁾」、「特定のテストに際し、身体がその最大の成果をあげることを可能にする¹³⁾」、とその価値を認めつつ、その目的は筋肉の訓練にとどまるものと認識し、体操とリトミックとの違いを示した。J＝ダルクローズはエベールの体操のどのような点にほかの多くの体操との違いを見だし、評価をしたのかについて検討する。そこで、エベールの教育の理念と内容を明らかにし、J＝ダルクロー

ズの体操観と照合する。そのうえで、J＝ダルクローズのエベールに関する記述を検討しながら、エベールの主張した体操とほかの体操をなぜ区別したのかについて考察する。さらに、J＝ダルクローズがエベールから学んだものによって、自らの運動の方法に確信を得るに至ったプロセスについて考察する。

第4章では、J＝ダルクローズと同じ時代、体操改革運動¹⁴において、「機能体操を代表とするような衛生的・生理学的¹⁵」の体操の中心人物の一人と捉えられているメンゼンディーク (Mensendieck, Bess M. 1864-1957) を取り上げる。メンゼンディークは、主著である『機能的な女性体操』¹⁶において、「リトミック」、および「ダルクローズ」について記述しており、批判的ながらも、リトミックを重視し、関心の対象としていた。メンゼンディークの教育思想、および教育内容をJ＝ダルクローズと比較することによって、J＝ダルクローズの身体運動の独自性について考察する。

第5章では、J＝ダルクローズから直接リトミックを学んだドイツのボーデ (Bode, Rudolf 1881-1970) を取り上げる。ボーデは表現体操の提唱者とされ、「音楽と運動とを人間存在の問題として結合し、体育界だけでなく、広く一般の人々にまで強い影響を与えた¹⁷」、とみなされている。ボーデの体操教育の理念、および内容を明らかにし、J＝ダルクローズと比較することによって、ボーデのJ＝ダルクローズ批判を検証する。ボーデは批判をしながらも、J＝ダルクローズのリトミックの一部を継承し、その後の体操教育に影響を与えたという仮説を立て、検証する。

結論では、第5章までのリトミックにおける身体運動と体操教育との相互の影響に関する考察を通して明らかになったことに基づき、J＝ダルクローズが体操教育から学び、影響があったと思われる源泉を明らかにする。また同時に、J＝ダルクローズが体操教育に新しい方向性を示し、その後の体操に貢献したことを明確にし、リトミックの身体運動としての意義を再確認する。

3. 先行論文の検討

(1) J＝ダルクローズに言及している体育領域の研究

1933年に発行された二宮・今村・大石の『體育の本質と表現體操』¹⁸は、ドイツで行われている諸体操が新体操の中核をなしているとの認識のうえに立って、ボーデの体操がその中心的存在であると位置づけている。また、J＝ダルクローズについては、従来の体操に新しい分野を開拓した「律動体操」の創始者とみなしている。J＝ダルクローズにつ

いて、音楽と運動を結びつけたことを評価しているが、音楽教育を身体教育から導き出したのではなく、身体教育を音楽から導き出し、運動を拍節的に反復することだけを律動と理解した¹⁹、とのボーデの批判的な見解を示している。一方で、ボーデの律動については、自然界を支配する一つの法則であり、緊張と弛緩によって時空的に経過する生命の流れとして捉え、ボーデの体操によって新しい身体教育が実現できるとした。

1960年の『大谷武一体育選集第三巻』²⁰において大谷は、J＝ダルクローズは音楽的要素が体育にも有益であるとの証明を与えたとしているが、その功績は単に音楽的教育から体育へ橋を渡しただけのこととし、体操に対する業績については比較的僅少なものである。ボーデについては、J＝ダルクローズの功績を尊重していたことを示しながらも、その多くは両者の音楽と運動の関係における対立についての言及である。

1961年の浅井・大段による『体操概論』²¹は、ドイツのドレスデンの学校がJ＝ダルクローズの律動体操の普及に貢献したことを明らかにしている。J＝ダルクローズが体操における律動の本質に深い配慮をはらい探求したことを認めているが、その体操は一方的であるとして教育的な価値を高くは見えていない。J＝ダルクローズの体操は、リズム教育の方法として考えられたものであり、音楽のリズム教育が体操のリズム練習と一致した場合にのみ体操となりうるに過ぎないものという見解を示した。一方でボーデについては、運動は律動から出発するものであることを本当に考えた人物と位置づけている。この著作では、ボーデはJ＝ダルクローズの体操を一定評価しながらも、全体としては反対の立場にあり、体操を音楽することの無意味さを主張した人物と捉えられている。

同じく1961年に発行されたものに、水野・木下・渡辺・木村の『体育史概説－西洋・日本－』²²がある。木村は、「ドイツにおける律動と表現の体操」において、J＝ダルクローズを挙げ、筋肉の感覚と音楽の結合をはかり、律動体操を創出した人物としている。そして、ボーデを方法的にJ＝ダルクローズを継承した弟子として、さらにクラーゲスに拠って新しい教育の基礎となる律動的体操を考案した人物と位置づけている。

1975年に発行された『世界体育史大系31 体育史』²³においては、成田が「ドイツ・オーストリアの新しい体操・スポーツの潮流」の1つとしてJ＝ダルクローズの名前を挙げている。「リズム体操」は、リズムと動きという側面から新しい体操領域を開拓したJ＝ダルクローズに由来するが、音楽と運動とを人間の存在の問題として結合し一般まで広く影響を与えたのはボーデとみなしている。

1989年に発行、木村による『自然体育の成立と展開－運動学的視点から－』²⁴におい

では、自然体育に影響を及ぼしたと思われる新体操の諸派の一人としてJ＝ダルクローズが示されている。J＝ダルクローズの方法は知的な運動訓練であり、リズムと拍子を混同し、運動の拍子づけを行ったことが指摘されている。したがって、J＝ダルクローズの方法を、運動を要素化しそれを再び組み合わせるシュピーエスの体操と違わないものと位置づけている。

1990年には板垣が『体操論』²⁵において、J＝ダルクローズについて言及している。板垣は、J＝ダルクローズが音楽と運動を結び付け、リズム的体操を初めて体系化した、リズムの有機性を動きに表わすのではなく、韻律法による動きであったと捉えている。ボーデは、クラゲスのリズム論の立場からリズムとタクトの相違を挙げ、有機的な動きの本質のための体操を創設したとしている。“現在の体操論の根源は総てボーデに帰る”という説を示し、新しい体操の源はすべてボーデに発しているとの認識を示している。

論文としては、菅井（2013）が、体操改革運動におけるボーデの関わりを明らかにする中で、J＝ダルクローズとボーデの確執についても触れている。²⁶ 安則（2017）は、1925年に設立されたドイツ体操連合の実態を明らかにする研究において、新体操促進運動を牽引した体操諸流派の一人としてJ＝ダルクローズを挙げ、その功績が音楽教育だけでなく、体操教育にも及んだとことを指摘している。

以上の図書、および論文においては、J＝ダルクローズが体操改革運動において担った役割が明らかにされており、リトミックの方法についての記述もあるが、教育の理念と方法について、J＝ダルクローズの原著を広く分析したうえで、検討したものとは考えられない。たとえば、「J＝ダルクローズの“方法”は、その前提が“分節化された”身体であるという根本的な欠点がある²⁷」など、『リズムと身体教育』²⁸においてJ＝ダルクローズについて指摘したボーデの記述以上のものではない。²⁹

(2) リトミックにおける身体運動に関する研究

個別の論文として次のようなものがある。

鎌形（1989）は、「動的造型」について、実践の経験をJ＝ダルクローズの理念に基づいて解釈を試みている。³⁰ 長井（1992）は、リズム運動における速度感覚について実験、および調査を実施し、教育的効果を考察している。³¹ 坂田（1993）は、リトミックにおける反応練習の位置づけを明らかにしたうえで、具体的方法の課題を検討している。³² 板野（2005）は、J＝ダルクローズとフレーベルの身体運動を比較し、リトミックの身体運動が教育の現場に活用される可能性を示唆した。³³ 同じく、板野（2006）は、J＝ダル

クローズが示したリズム運動の内容と教育現場の実践内容を比較し、その関係を明らかにした。³⁴ 佐々木 (2016) は、リトミックの身体表現としての側面に焦点化し、20 世紀前後の身体表現教育との比較から、その影響関係を明らかにした。³⁵

以上の論文では、その多くが、教育実践を目的としてリトミックの身体運動を捉える論考、あるいは身体表現に関する研究である。リトミックと体操教育を関係づけて論じているものとしては、板野 (2016) による「ドイツの体操改革運動とリトミック—F.ヒルカーの指摘したリトミックの3つの問題点を中心に—」がある。ドイツの体操改革運動の指導的立場にあったヒルカーのリトミックに対する認識、およびその問題点を明らかにしている。体操改革運動におけるドイツ体操教育の発展の過程が論じられており、ボーデと J＝ダルクローズを取りまく背景に示唆を得られる研究であるが、その中心はヒルカーのリトミック認識であり、ボーデについては今後の課題と位置づけられている。³⁶

4. リトミックの時代背景

本研究は、J＝ダルクローズが体操教育から受けた影響とその後の体操教育の発展に与えた影響を明らかにするものである。J＝ダルクローズが著作において言及した人物、および教育からは直接的に影響があったと考えられるが、J＝ダルクローズが生きた時代のさまざまな教育の展開も間接的に影響を与えたと考えられる。そこで、リトミックが形成された前後の教育にかかわる時代背景を概観する。

(1) 近代の身体にかかわる教育

14 世紀から 15 世紀にかけては、中世的身体観から脱却し、新たに身体を教育の対象とする思想が人文主義者に引き継がれていた。教育において身体をいかに育成すべきかが問題とされるようになったのである。イタリアのピッコロミニ (Piccolomini, Aeneas Silvius 1405-1464) は『自由教育論』(*Vittorino da Feltre and other Humanist Educators*, 1897) の中で、教育において人間を構成している 2 つの要素、精神と身体は並行して発達されなければならないということを主張した³⁷。フランスにおいては、モンテーニュ (Montaigne, Michel Eyquem de 1533-1592) が、「彼の精神を鍛えるだけでは足りません。同時に筋肉も鍛えねばなりません。精神は筋肉の助力がないとあまりに圧迫されすぎます³⁸」と述べており、古代ギリシャの体育思想の意義が再認識されるに至っている。

17 世紀に入り、イギリスではジョン・ロック (Locke, John 1632-1704) が『教育論』(*Some Thoughts Concerning Education*, 1693) において、健全な肉体に宿る健全な精神

が幸福な状態である³⁹ことを序文に掲げ、教育の土台として身体を重視し、身体教育の必要性を説いた。

18世紀には、ロックの鍛錬主義ともいえる体育観を引き継ぎつつも、ルソー (Rousseau, Jean-Jacques 1712-1778) が身体と教育の関係を大きく転換させた。「人間の本当の理性は肉体と関係なしに形づくられるものではなく、肉体のすぐれた構造こそ、精神の働きを容易に、そして確実にするのだ⁴⁰」と述べた。すなわち、ルソーは身体を運動を精神の働きの下位に置きその重要性を説くのではなく、両者は不可分であり、「感覚によって学び、運動によって概念を獲得する⁴¹」として、身体、およびその運動が普遍的な人間を育成すると考えたのである。

ルソーの教育思想に感化を受けたバセドウ (Basedow, Johann Bernhard 1724-1790) は、1774年、ドイツのデッサウに汎愛主義⁴²に立つ学校を設立し、人類愛に基づき、身心ともに調和した人間の育成を目指した。同校の教師、ザルツマン (Salzmann, Christian Gotthilf 1744-1811) もまたシュッペンタールに学校を設立した。この汎愛学院で体育を担当したのが近代体育の創始者とも言われるグーツムーツ (GutsMuths, Johann Christoph Friedrich 1759-1839) である。

グーツムーツは体育指導の実践に基づいて、体育が教育の1つの領域として成立し得ることを理論的に示した⁴³。著書『青少年のための体育』(*Gymnastik für die Jugend*, 1804) は、オーストリア、デンマーク、イギリス、フランス、オランダ、スウェーデンなどヨーロッパ諸国で出版、翻訳され、ヨーロッパの近代体育の成立に多大な影響を与えた⁴⁴。

同時期、スイスではペスタロッチ (Pestalozzi, Johann Heinrich 1746-1827) が、「自然の歩み」に沿った教授法を原理とする実践を展開し、教育理論を築いていた。ペスタロッチは、産業革命の弊害である労働者、および子どもの健康阻害問題の解決を図るためのものとして身体教育を考えた。教育思想の根底には、子どもは感情と精神と身体との多面的素質をもった統一体であり、1つの素質の発達ほかの素質の発達と結合しているだけでなく、ほかの素質の発達によって行なわれ、調和的統一において発達するという考えがあった。ペスタロッチは体操を、身体陶冶、精神陶冶、さらに道徳的発達、および審美的発達という多面的発達のための手段ととらえていたのである⁴⁵。

18世紀から19世紀初めにかけては、ヨーロッパ諸国では、紛争をきっかけとして国家や国民としての意識が高まっていた。そのような社会的背景のもと、グーツムーツの理念をその思想の根底に、リングが体系化したのがスウェーデン体操であった。しかし、次第

に人為的、形式的な体操に対する批判とともにそれに代わる新しい体操が求められるようになり、ドイツを中心にヨーロッパに体操改革運動が興隆した⁴⁶。

(2) 新教育運動

体操改革運動の背景には、教育改革の思想と実践の発展があった。19世紀から20世紀に現れたこの「新教育」の特徴について、今井(2009)は、①子どもの本性を尊重し、身体性や感性なども含む人間の全体性に配慮した「子どもから」(子ども中心主義)の論理、②具体的な学校教育の実践と結びついた学校改革の多様化、③新教育連盟⁴⁷が中心的役割を担った学校改革のネットワーク化、④子どもとその教育を「実証的」に明らかにし、子どもへの働きかけを構想する教育学の科学化、⑤教育学的考察の対象が子どもから成人まで、さらに、学校空間にとどまらない、活動の時間をも拡張された教育領域の広域性⁴⁸、とまとめている。

さらに、梅根(1963)は、各国における次のような動きについて紹介している。1つめは、イギリスにおけるセシル・レディ(Reddie, Cecil 1858-1932)である。レディは、アボッツホルムの広い田園地帯に寄宿制の中等学校を建て、生産活動を取り入れ、講義よりも自治的、自発的な活動に教育的価値を見出す教育を試みていた、という。2つめは、セシル・レディの学校に注目したフランスのドモラン(Demolins, Edmond 1852-1907)である。ドモランは、教育改革を試行するため、パリ郊外のロッシュェに学校⁴⁹を作った。3つめは、ドイツのリーツ(Lietz, Hermann 1868-1919)である。リーツによって、セシル・レディの新しい学校の試みはドイツに伝えられた。4つめは、アメリカのデューイ(Dewey, John 1859-1952)である。デューイは徹底した経験主義の教育哲学にもとづいて、シカゴに実験学校を建てた。彼は、衣食住に関する生産的活動の経験を中心とした生活教育を構想した。5つめは、ベルギーのドクロリー(Decroly, Jean-Ovide 1871-1932)である。ドクロリーは、イクゼルに実験学校を設け、児童が関心をもつ環境の事物を「関心の中心」としてカリキュラムを構成し、総合教育⁵⁰を試行した。6つめは、イタリアのモンテッソーリ(Montessori, Maria 1870-1952)である。モンテッソーリは「児童の家」を創立し、感覚教育、および知育の方法を開拓し、自由主義を試行した。

このように、「新教育」の多様な動きが見られる中、ドイツの新教育運動の源流は芸術教育運動にあった⁵¹、と捉えられている。ドイツの芸術教育運動は、「教育における子どもの主体的位置づけ、すなわちすべての教育計画においての子どもとその能力の尊重という新教育の基本性格に最初の具体的で現実的な形を与える運動となった⁵²」、と岡本(1985)

は指摘する。ノール (Nohl, Herman 1879-1960) もまた、「新しい教育的意志とその新しい理想がまず芸術において始まった…内容の空疎化した文明やすべての分析の対象とする主知主義に対して人間の生産的諸力にもとづく新しい教養を求めたものであるが、そのもっとも強力な源泉は芸術にあった⁵³」、と示し、ドイツの新教育運動において芸術教育運動が果たした役割が大きいものであったことを明らかにしている。つまり、ドイツにおいては新教育が運動として成立した最初の分野が芸術教育の分野であり、芸術教育会議⁵⁴の開催によってドイツ新教育運動に発展的に継承されたのである⁵⁵。音楽と体操の結合による教育の方向性は、リヒトヴァルク (Lichtwark, Alfred 1852-1914)⁵⁶によって、①すべての領域において求められるべきは、表現能力である⁵⁷、②音楽との関わりを通して表現の発達を目的とする体育の新しい形態の可能性が生じる⁵⁸、ということが示された。このような様相を呈する「新教育運動」は、「目的・方法・児童観にわたって各国の教育に影響を与えていたヘルバルト派の教育観を克服して、現実教育に根本的な方向転換を迫るという共通性を有し⁵⁹」、さまざまな国が求めた新教育の興隆が体操改革運動の進展をもたらしたのである。

(3) 体操改革運動

ボフス (1986) は、非合理主義、感情重視、自発性、個人主義、自然願望といった生の哲学に根ざした新しい生活感情は社会生活に変化を引き起こし、身体文化の新しい方向づけに影響を及ぼした⁶⁰ことを指摘し、体操改革運動の特徴を次のように整理している。それらは、①婦人解放のなかでの婦人ツルネンや婦人スポーツの拡大、②シュピース式学校体育から自然体育への移行に伴う学校体育の形成、③4つの方向性、表出的、機能的、リズム的、ダンス的体操の生成、④自然願望と娯楽への欲求による自然志向型のスポーツの流行と余暇スポーツの誕生、である⁶¹。また、岸野 (1987) は、体操改革運動とは、19世紀末の合理性の追求によって単純化された形式的な体操に対する批判であり、医学、解剖学、生理学に裏づけられたスウェーデン体操の影響、婦人解放運動、古典バレエの打破を主張する舞踊革命⁶²、音楽教育上の必要性など、多方面にわたる運動の総体と捉えている。同時に、国家の統一・独立・発展のための体操から脱却し、客観的で普遍的な体操そのものの独自性を追求した運動⁶³とも捉えている。

この体操改革運動において、芸術の原理による新しい教育思潮を背景に、それぞれの特色ある教育理念は体操として体系化された。このような時代に、J＝ダルクローズは、音楽的能力の涵養を目的として、リトミックを創案したのである。

5. J＝ダルクローズのリトミック

J＝ダルクローズの著作には、1895年から1919年の論文集であり主著とみなされる『リズムと音楽と教育』⁶⁴、続いてリズム誌に掲載された一連の論文集、『リトミック・芸術と教育』⁶⁵、総括とみなされる『音楽と人間』⁶⁶がある。これらの著作に基づいて、リトミックの基本原則、J＝ダルクローズのリズム観、および体操観をまとめると次のようになる。

(1) リトミックの基本原則

J＝ダルクローズは、リズムは「すべての芸術の土台⁶⁷」であり、音楽は「人間の感情の基盤である⁶⁸」、と考えていた。したがって、音楽リズムは、「自然に生まれた動きとダイナミズムを音に移し変えたものに他ならず、情感を、これ以外にないという仕方では表している⁶⁹」、と捉えていた。J＝ダルクローズは、これらの認識のうえに、リトミックの基本原則を次のように明らかにした。

- 1) リズムとは動きである。
- 2) 動きは、本来身体的なものである。
- 3) すべての動きは、空間と時間を要する。
- 4) 身体的経験が音楽的意識をつくり上げる。
- 5) 身体的媒体が完成に達すると、知覚が鮮明になるという結果が生じる。
- 6) 時間の中での動きが完成に達すると、音楽的リズムについての意識が確立する。
- 7) 空間の中での動きが完成に達すると、身体造形的 (plastique) リズムについての意識が確立する。
- 8) 時間と空間の中で動きが完成に達するのは、リトミックと呼ぶ身体運動訓練によってのみ可能である。⁷⁰

このような基本的原理に基づき、J＝ダルクローズは、音楽の三要素を「音・リズム・ダイナミック⁷¹」と捉え、なかでも「音楽において、生活にもっとも密接に結びつき、そしてもっとも鋭く感覚に訴える強い要素はリズム⁷²」、と認識した。これらのうちリズムとダイナミックは動きによるものであり、筋肉組織で反応される要素とし、「テンポの変化 (allegro, andante, accelerando, ritenuto) 強弱の変化 (forte, piano, crescendo, diminuendo) は、身体で表現することができる⁷³」、との考えを明らかにしていた。同時

に、「リトミック教育法は、実際経験と身体感覚の分析に基礎をおいたものである⁷⁴」、ことを示し、筋肉の抵抗と身体のメカニズムを支配する法則を自覚して合理的な訓練をうけることの必要性を述べていた。このような認識に基づき、J＝ダルクローズは、体が思ったとおりに機能する喜び、さまざまな束縛からの解放によって「生の感動を感じとる能力⁷⁵」を培うことを目的にリトミックを体系化したのである。

(2) J＝ダルクローズのリズム観

J＝ダルクローズはリトミックの教育法において重視したリズムについて、その特徴を次のように示している。①リズムの特徴は持続性と反復性にある、②リズムの基本をなしている2つの要素、時間と空間は互いに切り離すことはできない、③生命は、実際、それ自身ひとつのリズムであり、多様な生の持続的な連なりである、④リズムは生命の本質的な諸原理の総合性を確立する、⑤拍子は反省から立ち現われ、リズムは直観から出現する⁷⁶。したがって、J＝ダルクローズにとって、「大事なことは、リズムを作り上げている持続的な動きを拍節的に規制することが、この動きの本質や特質を失わないこと⁷⁷」であった。

リトミックの方法には、＜動き＞の学習、＜ソルフェージュ＞の学習、ピアノでの＜即興演奏＞の3つの領域がある。リトミックの身体運動は、＜動き＞の学習、なかでも身体的リズム感覚のための＜リズム＞学習である。リズム学習の原則は、次のように説明されている。①リズム運動とは本質的に身体の実験の問題である。②音楽における三要素、音・リズム・ダイナミックのうち、リズムとダイナミックは動きに関わるものであり、筋肉組織で経験される要素である。③テンポの変化、強弱の変化は身体で表現することができる。④音楽感覚の変化は、身体感覚の変化による。⑤リズムの的確な身体的実行力は、理論的に分析できる頭脳と実行できる身体との間の密接な連絡が確立されることで可能になる。⑥身体に自動性が保たれば、心は高度な事柄に対しても余裕をもち、自由さえももつことができる⁷⁸。つまり、リトミックにおける身体運動の目的は、1つには「自動性を養い、筋肉組織の効果的な反応を確実にすること⁷⁹」であり、また1つには「精神と身体の調和・一致を養うこと⁸⁰」であった。

J＝ダルクローズは、このようなリズム観を根底とする教育理念を『リズムと音楽と教育』の序文(1919)で次のように明らかにしている。それは、「子どもたちが自分たちの人格性に目覚め、自分たちのもって生まれた気質を伸ばし、一人ひとりの命のリズムをあ

らゆる障害から解放すること⁸¹」、であった。第一次世界大戦を経験したJ＝ダルクローズは、社会的再建の時代に必要とされるのは、「個人の再教育⁸²」であると考え、「生のリズムの自発的な表出を発達させること⁸³」ことを目的として、身体運動を教育の方法に取り入れたのである。

(3) J＝ダルクローズの体操観

J＝ダルクローズはこのようなりズム観に基づき、総括の書とみなされる『音楽と人間』⁸⁴において、次のような体操観を示した。

- ① 体操教師や体操選手によって行われる大部分の動きは用意されたものである。つまり、自発的ではなく、偶然に生み出される生の状態によるのではなく、神経と感覚の相反する衝突によって引き起こされたものでもない。
- ② 体操は、それを実施するものから人間性を奪い、自発性に関する芸術的な性格をすべて取り去る。
- ③ 大部分の学校で行われている体操の練習はすばらしいが、自然な動きの本質であるポリリズム⁸⁵の練習が除外されている点において不完全である。
- ④ はてしなく続く2拍子⁸⁶が、肉体運動の多様性とニュアンス、自発性と規律という生の要素を奪い取る。
- ⑤ オリンピック競技の創設者⁸⁷はスポーツに対する愛を呼び起こし、彼の業績は恩恵をもたらしたが、物質と精神の密接な関係は確立されず、「肉体の様式」はまだ存在しない。⁸⁸

このように述べたうえで、これらの体操の不完全な点を補うことができるのは、音楽の働きによるもの、という考えを次のように明らかにした。①「持続とダイナミズムのさまざまな度合いが調整されるのは、音楽の力による⁸⁹」、②「音楽は脳の働きを刺激する⁹⁰」、③「音楽は動きの秩序をはっきりさせる役割を担っていると同時に、インスピレーションをあたえる役割も担っている⁹¹」、④「ひとたび、運動が健康で、力に満ちて、柔軟性をもった肉体を回復させるという使命をはたすと、(音楽は)運動とは切り離せない恩恵をもたらすことになる⁹²」。このように述べ、J＝ダルクローズは、「人間味にあふれると同時に、より自然で、より想像力にあふれ、より意識的な人々」の養成を目指し、体操と音楽を結

びつけた。J＝ダルクローズは、「リズムによる体操（gymnastique 《rythmique》⁹³）」が「知的あるいは芸術的な体操と同様に、健康のための体操にとって必要不可欠な補完物⁹⁴」であると考えていたのである。

【註および引用文献】

- 1 『ニューグローヴ世界音楽大事典』、講談社、1994、p.93
- 2 この今村、成田による指摘のほか、ヘルマン・ノール（1987）、岸野(1987)、大谷(1960)、板垣(1990)らも同様の指摘をしている。
- 3 Jaques-Dalcroze, Emile, *Le rythme, la musique et l'éducation*, Lausanne: Jobin & C^{IE}, Editeurs, 1920, p.56.
- 4 *Ibid.*, p.58.
- 5 *Ibid.*, p.74.
- 6 岸野雄三・稲垣正浩著、『最新スポーツ大事典』、大修館書店、1987、p.286
- 7 ラインハルト・リング、ブリギッテ・シュタインマン編著、河口道朗・河口眞朱美訳、『リトミック事典』、開成出版、2006、p.280、ここでは、「障害教育のリトミック」として紹介されている。
- 8 岸野雄三編、稲垣正浩著、前掲書、p.450
- 9 二宮文右衛門著、『体育全史』、目黒書店、1934、p.232
- 10 大谷武一体育選集刊行会編著、『大谷武一体育選集第三巻』、杏林書院・体育の科学社、1960、p.24
- 11 Bohus, Julius, *Sportgeschichte Gesellschaft und Sport von Mykene bis heute*, München: BLV Verlagsgesellschaft, 1986, S.138.
- 12 J＝ダルクローズ著、板野平訳、『リトミック・芸術と教育』、全音楽譜出版社、1986、p.3
- 13 同上書、p.3
- 14 機能を重視する体操、表出を追求する体操、リズムを中心にすえた体操、ダンス的発想に基づく体操の大きく4つに分類される。(稲垣 1987)
- 15 菅井京子「体操改革運動の後継および発展としてのメダウの体操体系について」、『びわこ成蹊スポーツ大学紀要』第3号、2006、p.99
- 16 Mensendieck, Bess M., *Funktionelles Frauenturnen*, München: F.Bruckmann, 1923
- 17 成田十次郎著、梅根悟監修、世界教育史研究会編、『世界教育史大系 3 1 体育史』、講談社、1975、p.237
- 18 二宮文右衛門・今村嘉雄・大石峯雄著、『體育の本質と表現體操』、目黒書店、1933
- 19 同上書、p.99
- 20 大谷武一著、『大谷武一体育選集第三巻』、杏林書院・体育の科学社、1960
- 21 浅井浅一・大段員美著、『体操概論』、杏林書院・体育の科学社、1958
- 22 水野忠文・木下秀明・渡辺融・木村吉次著、『体育史概説－西洋・日本－』、杏林書院・体育の科学社、1961
- 23 阿部生雄・小田切毅一・加賀秀雄・清水重勇・成田十次郎・森川貞夫・山本徳郎著、『世界教育史大系 31 体育史』、講談社、1975
- 24 木村真知子著、『自然体育の成立と展開－運動学的視点から－』、不昧堂出版、1989
- 25 板垣了平著、『体操論』、アイオーエム、1990
- 26 菅井京子著、『ドイツ体操 (Deutsche Gymnastik)』に果たしたルードルフ・ボーデの貢献について』、『スポーツ史研究 第26号』、スポーツ史学会、2014
- 27 Bode, Rudolf, *Rhythmus und Körpererziehung*, Jena: Eugen Diederichs, 1923. S.36.
- 28 Bode, Rudolf, a.a.O.
- 29 このほか、「ダルクローズが、誤って“リズム”体操と名づけたダルクローズの方法は…より正確には、“拍節の”(metrische)体操とみなされる。」(S.14.)、「J＝ダルクローズが、音楽と身体運動を結合させたことは、疑う余地もなく彼の功績である。」(S.40.)、「彼の誤りは、音楽教育を身体教育から導き出したのではなく、身体教育を音楽から導き出したことであつた。」(S.43.)などである。
- 30 鎌形由貴乃著、「リトミックにおける『動的造型』について」、『ダルクローズ音楽研究 第14号』、日本ダルクローズ音楽教育学会、1989
- 31 長井春海著、「リズム運動の教育的効果について」、『ダルクローズ音楽研究 第17号』、日本ダルクローズ音楽教育学会、1992
- 32 坂田薫子著、「リトミックにおける反応練習」、『ダルクローズ音楽研究 第18号』、日本ダルクローズ音楽教育学会、1993
- 33 板野和彦著、「身体運動を活用した音楽教育に関する一考察－ジャック＝ダルクローズとフレーベルの比較を視点として－」、『ダルクローズ音楽研究 第30号』、日本ダルクローズ音楽教育学会、2005
- 34 板野和彦著、「リトミックにおけるリズム運動の学習内容に関する研究－リトミックに関する用語の検討を基礎として－」、『ダルクローズ音楽研究 第31号』、日本ダルクローズ音楽教育学会、2006
- 35 佐々木由喜子著、『リトミックにおける身体表現法に関する研究－20世紀前後の身体表現教育との比較を中心に－』、博士論文、2016

- 36 板野和彦著、「ドイツの体操改革運動とリトミック—F.ヒルカーの指摘したリトミックの3つの問題点を中心に—」、『ダルクローズ音楽教育研究通巻第41号』、日本ダルクローズ音楽教育学会、2016
- 37 Woodward,William,Harrison, *Vittorino da Feltre and other Humanist Educators:Essays and Versions*,Cambridge : Cambridge University Press,1897, p.136.
- 38 モンテーニュ著、原二郎訳、『エッセー (一)』、岩波書店、1965、p.201
- 39 Locke, John, *Some Thoughts Concerning Education*, London : C. J.Clay, 1889, p.1.
- 40 ルソー著、今野一雄訳、『エミール(上)』、岩波書店、1962、p.264
- 41 同上書、p.96
- 42 バセドウの著作『通俗実践哲学』(*Praktische Philosophie für alle Stände*,1758)の2版において表明された理念。博愛主義。
- 43 成田十次郎著、『世界教育史大系31 体育史』、講談社、1975、p.50
- 44 今村嘉雄編、『新修体育大辞典』、不昧堂出版、1976、p.809
- 45 水野忠文、木下秀明、渡辺融、木村吉次著、『体育史概説—西洋・日本—』、体育の科学社、1968、p.147
- 46 岸野雄三編、稲垣正浩著、『最新スポーツ大事典』、大修館書店、1987、p.448
- 47 1921年にエンソア(Ensor,Beatrice 1885-1974)を中心に結成され、「新教育」の関係者らの間に国際的な繋がりを形成する役割を担った。
- 48 今井康雄著、『教育思想史』、有斐閣アルマ、2009、pp.197-201
- 49 セシル・レディのアボッツホルムの学校から示唆を得た「ロッシェの学校」(L'école de Roche)である。
- 50 「生活による、生活のための学校」で実施した教育方法。ドクロリー法として世界的に有名となった。
- 51 リヒトヴァルク著、岡本定男著訳、『芸術教育と学校—ドイツ芸術教育運動の源流—』、明治図書 1985、p.35
- 52 同上書、p.36
- 53 ヘルマン・ノール著、平野正久・大久保智・山本雅弘著訳、『ドイツの新教育運動』、明治図書、1987、p.118
- 54 1901年、1903年、1905年の3回にわたって開催された。芸術教育の理解と表現、図画教育、言語芸術、さらには音楽と体操の教育的意味に関する理論の基礎づけが行われた。
- 55 リヒトヴァルク著、岡本著訳、前掲書、p.35
- 56 ドイツにおける芸術教育運動を教師を主体とする組織的運動へとつなげ、芸術教育運動の成立に大きな役割を果たした。(リヒトヴァルク著、岡本著訳、前掲書)
- 57 リヒトヴァルク著、岡本著訳、前掲書、p.177
- 58 同上書、p.223
- 59 同上書、p.35
- 60 Bohus,Julius, *Sportgeschichte Gesellschaft und Sport von Mykene bis heute*,a.a.O., S.142.
- 61 Ebd.,S.142.
- 62 舞踊革命について岡本(1985)は、舞踊改革が芸術教育運動の一翼を担った、としたうえで、芸術教育運動を「教育における子どもの主体的位置づけなど、子どもの能力の尊重という新教育の基本的性格に最初の具体的で現実的な形を与える運動になった」と位置づけている。
- 63 岸野雄三編、稲垣正浩著、前掲書、p.449
- 64 J=ダルクローズ著、山本昌男訳、『リズムと音楽と教育』、開成出版、2003
- 65 J=ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、前掲書
- 66 J=ダルクローズ著、河口道朗訳、『音楽と人間』、開成出版、2011
- 67 J=ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.48
- 68 J=ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、前掲書、p.6
- 69 同上書、p.224
- 70 J=ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.47
- 71 J=ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、前掲書、p.5
- 72 同上書、p.5
- 73 同上書、p.6
- 74 同上書、p.15
- 75 J=ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.127
- 76 同上書、pp.228-229
- 77 同上書、p.227
- 78 J=ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』前掲書、pp.5-7
- 79 同上書、p.7

-
- 80 同上書、p.7
- 81 J = ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.vi
- 82 同上書、p.xi
- 83 同上書、p.227
- 84 翻訳者の河口によれば、この著作の特色は、リトミックの固有の概念とカテゴリーを明確にし、リトミックによる音楽訓練の原則的な考え方を明らかにするものであり、人間の発達、とりわけ気質、性格、そして人格について、哲学、教育学、心理学、生理学、体育学等によって徹底的に究明し、その成果に基づいて視座を設定して、リトミックの本質を明らかにしている点であるという。(p.186)
- 85 楽曲中、または演奏中に、複数の異なる拍子が同時進行で用いられている音楽の状態。
- 86 前後の文脈から兵士による秩序だった行進を指すものと考えられる。
- 87 J = ダルクローズは、クーベルタン男爵 (Pierre de Frédy, baron de Coubertin, 1863-1937) の名前を示している。
- 88 J = ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書、pp.108-110
- 89 同上書、p.110
- 90 同上書、p.110
- 91 同上書、p.111
- 92 同上書、p.110
- 93 Jaques-Dalcroze, Emile *La musique et nous : notes sur notre double vie*, Genève : Editions Slatkine, 1981, p.155.
- 94 J = ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書、p.102

第1章 J＝ダルクローズがスウェーデン体操から受けた影響に関する研究*

第1節 スウェーデン体操

1. 研究の課題と目的

19世紀前期のスウェーデンは国際紛争の中にあり、国家の危機的状況に国民意識は高まりを見せていた。P.H.リング (Ling, Pher Henrik 1776-1839) がスウェーデン体操を創案したのがこの時代である。リングの体操¹は、グーツムーツ (GutsMuths, Johann Christoph Friedrich 1759-1839) の考えを基盤にしており、解剖学と生理学を基に、運動の合理性と科学性を特徴とするもので、その目的は身体のあらゆる部分をできる限り完全に調和的に発達させること、そして精神と身体を調和させることであった。また、リングの体操は、「正しく規定された運動によって人体を正しく作り上げる²」ための運動の方法である。その運動は、一定の生理学的な効果を及ぼすとき、体操の運動として正当である、という運動による価値に従って決定されるものであった³。リングは、自然科学の知識が体育の特性と発展に極めて重要であることを認識し、実践において身体運動の効果を研究し、自らの諸原理を公式化⁴して近代体育のシステムを築いたのである。時代の要請もあり、体育が教育の1つの領域として成立し、体操が学校教育において重要な位置を占めていった。しかし、その後、リングの体操に象徴されるような19世紀の体操は形式的体操として批判される。そのような批判のうえに体操改革運動が展開していく中で、J＝ダルクローズは、音楽教育に身体運動を取り入れ、音楽を理解し表現するために音楽と動きを融合するリトミックを創案した。

体育史において、J＝ダルクローズは、「音楽的発想からなる、体操の近代的な体系が模索され、「近代体操運動」(Moderne Gymnastikbewegung)に幅の広い、みのり豊かな成果を加えることになった⁵」、と高く評価されている。J＝ダルクローズ自身も、『リズムと音楽と教育』⁶、『リトミック・芸術と教育』⁷、『音楽と人間』⁸などの著作において、体操(体育)(gymnastique)、およびスポーツ(sport)について言及しており、体操への関心がうかがわれる。J＝ダルクローズが言及した体操とはどのようなものだったのか、その体操にどのような意義を認め、どこに限界を見出していたのだろうか。

*第1章は、入江眞理、「リトミックにおける身体運動の意義に関する一考察―スウェーデン体操との比較を視点として―」、ダルクローズ音楽教育研究第41号、2016、pp.50-62を加筆・修正した。

そこで、本章では、まず体育史上きわめて重要な意義をもつスウェーデン体操に立ち返り、その原理を明らかにする。そのうえで、J＝ダルクローズの身体運動についての考えを検討しながら、体操とリトミックの共通点と相違点を明らかにし、リトミックにおける体操の影響について考察する。なお、スウェーデン体操については、リングの主著である『体操の一般的原理』⁹(1840)¹⁰を検討のための資料とする。スウェーデン体操に関する研究は、構成される4つの領域のうち、広く普及した教育体操 (Pädagogische Gymnastik)、軍隊体操 (Militär-Gymnastik)、医療体操 (Medizinische Gymnastik) に関して言及したものがほとんどであり¹¹、思想や感情を動きで表現する美的体操 (Ästhetische Gymnastik) の領域については、浅井・大段 (1958) によるもののほかは、管見の限り見当たらない。本研究においては、芸術領域を視野に入れたリングの美的体操に焦点化して比較の対象とすることによって、リトミックの身体運動の意義に新しい側面が示されるものと考えている。

2. リングについて

リングは、1776年、スウェーデンのスマランド州 (Småland) の牧師の家に生まれた。ルンド大学、ウプサラ大学、その後コペンハーゲン大学にも在籍した¹²。ドイツ・ロマン派の流れをくむ詩人たちや、デンマーク近代体育の先駆者であるナハテガル (Nachtgall, Franz 1777-1847) らとの接点もあり、ゴート主義の思想に傾倒していたと考えられている¹³。当時のヨーロッパの一大思潮であった民族ロマン主義者としての一面は、リングの文学作品の創作活動や、スウェーデン体操の核心部分の形成に大きな影響を与えた。グーツムーツの体育活動を取り入れたリングの指導は、独特で体系的であると称され、高く評価された。また、リングは指導のかたわら解剖学・生理学を学び、新しい運動や器具を実験して体育理論の体系化を図った。1814年、彼の提案した学校が開設され、後に王立中央体育学校 (Kognl Gymnastika Centralinsititute) という名称となり、その後25年間、リングが指導にあたっている。この時期に、彼のシステムは理論的にも、実践の面でも発展を遂げ、スウェーデン体操が形成された。リングは、スウェーデンのための体育を体系化し実践する活動と並行して愛国的な文学作品を発表し、国民文学者としての地位も確立していた¹⁴。

3. スウェーデン体操の原理

リングの名著『体操の一般的原理』は、没後、弟子であるブランティング (Branting, Lars Gabriel 1799-1881)、ゲオルギー (Georgii, Carl Augst 1808-1881)、リードベック (Liedbeck, Petrus Jacobus 1802-1876) が遺稿をまとめて出版したものである。6節で構成されており、第1節は「人間のオルガニズムの法則」、第2節は「教育体操の特徴」、第3節は「軍隊体操の特徴」、第4節は「医療体操の特徴」、第5節は「美的体操の特徴」、第6節は「体操の手段」である。リングは、「健康的な人は誰でも、自分の国に危険が迫った時には、国と自分を守るべきである¹⁵⁾」、と述べ、祖国を守るべき国民の形成が最終的なねらいであることを示した。その原理は「人間のオルガニズムが示す法則に一致した身体運動の理論¹⁶⁾」であり、その目的は、人間の身体を正しく規定された運動、すなわち、自然な状態にある身体の本性にもとづく運動によって、身体の個々の部分のすべてが調和的に協調するように正しく形成されること¹⁷⁾、であった。スウェーデン体操は、身体を自分でコントロールすることや意志の下におくことを学ぶ教育体操、武器や自分の身体力で、他人の意志を自分の意志に従わせることを目的とする軍隊体操、自らを適切な環境におくか、他人の援助を受ける、あるいは適切に運動をする、など身体の病を治療することを目的とする医療体操、自分の内的本質や思想・感情を体の動きを通して具体的に表現することを目的とする美的体操¹⁸⁾、の4領域で構成されている。

リングは、その原理および方法において多くの部分でグーツムーツを踏襲したと考えられている (水野・木下・渡辺・木村 1961、梅根 1975)。グーツムーツは、主著である『青少年の体育』¹⁹⁾において、「体育というものが教育にとって必要であり、(中略) 個々の運動が身体と精神に無害であるというだけでなく、きわめて有益であるということを確認させた²⁰⁾」、と記述し、体育とは教育的身体運動による身体訓練であり、人間の身体的資質の発達を目的とする教育的営みであることを示している。リングもまた、身体運動は身体の調和的な発達をもたらすものであることを体操の原則に置いており²¹⁾、スウェーデン体操は、非合理的な体育に生理学的・解剖学的意味を与え、人格教育の基礎として教育的体育の発展に意味を持つものであった²²⁾、といえる。

当時、軍隊体操はスウェーデンにおける国家的要請であり、普及に有利な要因を具えていたため、その有益性が多面的に強調され²³⁾、号令による集団指導が尊重された結果、スウェーデン体操の一部である形式的な側面が拡がりを見せたという一面ももつ。しかしながら、「20世紀前半には、40か国以上の国々で試みられ…近代体育の大きな流れを形成し

た²⁴」のがスウェーデン体操であり、「ドイツ体操とともに国民体育のひとつの典型²⁵」でもあった。

4. 美的体操

近代体育の領域の1つとして「美的体育」(Ästhetische Gymnastik)を設定し、その理論を最初に展開したのはリングである²⁶と考えられている。美的体操は、スウェーデン体操における、教育・軍隊・医療体操と並ぶ1領域で、自分の内的本質や思想・感情を身体運動によって表現しようとするものである²⁷。『体操の一般的原理』の第5節、「美的体操の特徴」には、受動的で客観的な美的体操について、その目的は体と心が完全に均衡がとれている状態にすることであり、そのために決まった体の姿勢や動きを通して考えや感情を表現する手段を教示する²⁸、と示されている。また、リングは、一般的な体操によって体のすべての部分の均衡が保たれるべきであり、そのために姿勢と動きの最大限の調和は準備されるべきであると捉えた。また、この均衡は精神的な本質の身体への影響力を高め、再び精神的な本質に反作用を及ぼすものとして、美的体操において特に統一性が必要とされることを明らかにしている。さらに、リングは、美的体操において体に影響を与えるのが心であり、教育体操において心に影響を与えるのがむしろ体である²⁹、という見解を示しており、均衡のための心(精神)と体(身体)の結びつきを重視し、美的体操を構想したと考えられる。

リングは、「芸術家の自立性」の中で、完全な有機体においては、心と体を分けて考えることができないことと同様に、真の表現と真の形式は時間と空間で分けて考えることはできない、という考えを明らかにし、時間と空間の関係を示した³⁰。さらに、美的体操は、彫刻、絵画、音楽のための発展手法になること、言葉や歌の表現においてリズムが存在する³¹ことにも言及している。リングは芸術家の精神性や心の形成、内面的本質と外見上の表現の作用と反作用が及ぼす影響にも触れ、喜び、愛情、友情、感嘆、あこがれ、祈り、献身、謙譲である平和と、憎しみ、ねたみ、怒り、恐れ、不安、心配、絶望などの争いの2つがすべてのものを支配し、平和が完全な均衡であり、静止であり、すべての芸術の主たる条件である³²、という考えを明らかにした。

リングは、基本原理の中心でもある均衡の概念を実現するために芸術の領域を視野に入れ、彼の体系の中に美的体操を置いた。しかし、「リングが主としてとり組んだのは医療体操と軍隊体操であり³³」、美的体操が具体化されることはなかった。この領域が具体化さ

れるには 20 世紀の体操改革運動の展開とそれを担った後継者を待たねばならなかったのである。

第2節 スウェーデン体操とリトミックにおける身体運動の分析

1. J＝ダルクローズのリング、およびスウェーデン体操についての見解

J＝ダルクローズがリトミックを体系化した 1900 年代初頭は、広く普及したリングの体操は、あまりに合理化された形式体操である³⁴と批判的にとらえられ、体操の改革運動が展開していた。体操の近代的な体系が模索されていたこのような時代に、J＝ダルクローズは音楽教育に身体運動を取り入れ、リトミックのシステムを構築したのである。体育史において、J＝ダルクローズは、音楽的発想によって近代体操運動に大きく貢献した人物³⁵として高く評価されているが、J＝ダルクローズ自身は『リズムと音楽と教育』³⁶、『リトミック・芸術と教育』³⁷などの著作において体操について次のように言及している。

「学校音楽教育改革論」(1905)において、J＝ダルクローズは、「スウェーデン体操の有効性は、激しい論争の 15 年を経てやっと認められた³⁸」、と記述している。J＝ダルクローズは、「音楽ほど発展している、そしていまなお急速に発展しつつある芸術はなく、音楽ほど才ある理論家たちを触発し、年ごとに簡明化される教育システムを生んでいる³⁹」、と音楽の教育的価値を主張し、学校において音楽教育が推進されるべきであることをスウェーデン体操に関連付けて言及した。

「リズムへの手引き」(1907)においては、リズムがすべての芸術の土台であることを明示したうえで、「健康目的であれ、スポーツが目的であれ、体育では、リズムの助けを借りずに身体を鍛えるのであり、生徒の一斉に行う動きをいちだんと容易に統制し監視できるようにと、ひとつの学級の身体の動きにほんのちよっぴりまぶす拍子や均斉といったものは、リズム意識を目覚めさせるにも形成するのにも役立つことができないのである。⁴⁰」と述べている。体操にも拍子や均整があることを認めつつ、体育における身体運動の規則正しい一斉の動きでは、J＝ダルクローズが重視するリズムの意識の育成には不十分であることを示した。

また、J＝ダルクローズのメソッド第 1 巻、*La Rythmique, La Plastique Animée et La Danse* (1917)、「プラスチック・アニメの練習」においては、リングとエベール (Georges Herbert 1776-1839) の体操について見解を述べている。リングとエベールの体操を「健

康に良い」体操と呼び、その方法は筋肉の働きを高めることについて優れたものであることを認めている。一方で、動きのニュアンスや、あらゆる音価の度合いにおいて体重を移動させる能力等の養成には補われるべきものを認識していた。ニュアンスと体重移動の能力を養うリトミックの練習は、音楽を表現する身体運動のニュアンスについての芸術であり、際立ってリズム的な芸術である⁴¹ことを明らかにしている。さらに、完璧に訓練された体操選手たちは、身体的な動きと精神の働きの間に関係がないために、芸術的な感動を身体によって伝える能力をもたないこと、また、健康的、競技的な体操がリズム的であることはほとんどないことも指摘し、体操の動きは均質で柔軟性に欠け、その目的は筋肉の訓練と原初的なリズムの学習にとどまるとの認識を示した。つまり、「純粋な体操の練習は、身体と脳との間を結びつけ意志の働きを決定すること、想像と実行の能力を調和させることについて学ぶことはできない⁴²」、と体操によって養われる能力については限界を示していた。

「リズム、拍子、気質」(1919)においてJ＝ダルクローズは、体操では身体の動きに拍子をつけることが特色のひとつであるが、それは意志の力によって失われた基本的な形と本来の衝動力を鍛え直すという認識から生み出された⁴³、との考えを示している。また、拍子は人間のために創られたものであり、人間にとっては道具となり、訓練の規則正しさを確立するが、終始機械的に秩序を追い求めることは生の自発的な発現を歪めてしまう⁴⁴、と体操の指導について懐疑的な見解を述べた。すなわち、「健康な身体にあるべき、動きに対する欲求は、秩序や拍子とは別のものへの欲求と結びついて⁴⁵」いる、と動きに対する欲求がリズムにあることを示唆し、その重要性を明らかにしているのである。

しかし一方で、スウェーデンの子どもたちの身体のハーモニー感覚、音楽的感性、および発声器官が水準を上回っていると捉え、「偉大な教育者リングが音楽の活性化力を予見したところの、音楽に重点を置いた運動⁴⁶」が要因として働いていることを示した。このように、J＝ダルクローズは、リングが音楽も視野に入れて体操を構想したことを評価して述べている。J＝ダルクローズは、リングの体操が号令による集団指導や形式的なものだけではなく、芸術や音楽を重視していたことを理解し、その点を認めていたことがうかがえる記述である。

「リズム運動の本質と価値」(1922)においてJ＝ダルクローズは、健康のための体操は体の機能を十分に作用させるものであり、競技体操は特定のテストに際し身体がその最大の成果をあげることを可能にする、と述べ、どちらの体操も失われた本来のリズムを身

体に回復させることはできるが、精神の状態を表す自然なリズムにまで作用を及ぼすことはできず、完全に調和した状態にはなり得ない⁴⁷、との考えを示している。また、同年の「造型的運動のテクニック」においては、以下のように述べている。

30年前、身体の修練を教育課程に組み込んでいる学校はほとんどなかった。親たちはあらゆる体操に反対し、その大多数が、子供が身体的な教育を受けることを妨げようと努めたが、人によってはそれが健康を害するものであるとさえみなしていた。非常に多くの校長や医者が、リング（Ling）のスウェーデン体操の厳しさを非難し、また、学校での衛生の重要な問題は権威者の興味を引かなかった。その後精神的な視野は変化し、（中略）学校でも家でも身体は盛んであり、教師も芸術家も身体は十分な強さと活動力を維持するための身体と脳との機構の間に密接な関係を築き、身体的テクニックの必要性を体験している。⁴⁸

このように述べ、当時、ようやく社会的にも教育の分野でも身体運動の重要性が認められたことを示している。しかしそのうえで、多くの体操方式は、訓練によって限られた時間内での動きの正確さと規則正しさを確実にする拍節の授業で構成されており、身体と精神の生来のリズムをひとつの方向へ統一させるメソッドではない⁴⁹、と体操において補われるべきものがあることを示唆した。

以上のさまざまな記述から、J＝ダルクローズがスウェーデン体操、および健康的な体操について関心があり研究していたことが確かめられたが、意義を認めつつも、それらの体操には限界があり、補われるべきものがある、と考えていたことが明らかになった。

2. スウェーデン体操とリトミックにおける身体運動の分析

J＝ダルクローズの体操観を検証し、体操の意義と限界、およびリトミックとの違いについての見解が確かめられた。本項では、体育史上、重要な位置づけにあるスウェーデン体操とリトミックの身体運動の共通点を検討し、体操の領域がJ＝ダルクローズのリトミックに与えた影響を考察する。

リングとJ＝ダルクローズの第1の共通点は、「均衡」、および「調和」という基本原理における概念である。スウェーデン体操の目的は、自然な状態にある身体の本性的にもとづく運動によって、身体の部分のすべてが調和的に協調するように正しく形成することであ

り、美的体操においては、体と心の均衡が目的とされる。リトミックにおいても身体的な力のバランスによって精神が完全な均衡の感覚に満たされること、並びに脳・身体・精神の力の全体的調和の重要性がさまざまな文脈の中で示されている。

第2の共通点は、身体運動の目的である。リングの教育体操における目的は、身体を自分でコントロールすることを学ぶことにあり、J＝ダルクローズも、神経組織そのものが、脳が筋肉の動きを思いのままにコントロールするという風に教育され、制御されていることが不可欠⁵⁰、という考えを示しており共通する要素が見受けられる。

第3の共通点は、スウェーデン体操の美的体操にある。リングは自分の内的本質や思想・感情を体の動きを通して具体的に表現することを美的体操の目的としていた。J＝ダルクローズも、身体表現の形は音楽に生命を与える感情自身が指示する心の中の身のこなしが自ずと外に表れ出たもの⁵¹、と捉えており、感情が身体表現の動機や要因となるという考え方に共通点がみられる。

第4の共通点は、動きの形成についての原則である。スウェーデン体操において、「すべての明確な運動には、特定の“始まり”と“終わり”があり、その結果、運動が行われる“中”がある⁵²」、と動きの形成についての原則が示されているが、J＝ダルクローズも、始める感覚、動き回る感覚、止まる感覚の3つの感覚について言及し、動きの出発点と到達点を繋ぎ合わせる流れに着眼していた。J＝ダルクローズは、これらの3つの感覚を、リュシー (Lussy, Mathis 1828-1910) によって創り出された、アナクルーズ (anacrouse)、クルーズ (crouse)、メタクルーズ (metacrouse) という言葉を用いて表し、リトミックの学習において重要なものであると位置づけている。J＝ダルクローズは、筋肉の収縮と弛緩の連続で生まれるリズムは隣りあった筋肉の集合の中で別のリズムを呼び起こし、人体のあらゆる部分に広がるものと捉え、芸術的な体操の教育には、動きの出発点と到達点を繋ぎ合わせる流れをもった一連の練習を含んでいることが不可欠⁵³、と認識していたのである。

第5の共通点は、時間と空間に対する認識である。リングは、完全な有機体においては心と体を分けては考えることができないように、真の表現と真の形式も時間と空間で分けて考えることはできない⁵⁴、と述べ、時間と空間の関係性を示した。J＝ダルクローズは、動きの型というのは、筋力、空間の大きさ、時間の長さが組み合わさった結果であり、リズムは力と空間と時間の中で動きを制御している⁵⁵、と空間と時間についての見解を明らかにしており、リング、J＝ダルクローズともに身体の動きを運動学的な視

点から考察していたことがうかがわれる。

3. まとめと考察

このように、リトミックにおける身体運動とリングのスウェーデン体操には共通する要素が見出されたが、J＝ダルクローズは、「身体とリズムの意識」(La corps et conscience du rythme⁵⁶)によって明確に区別した。J＝ダルクローズは、リズムの知覚と表現は、身体全体の動きによって可能になると捉え、リズムの意識は、あらゆる度合いのエネルギーと速度で、筋肉の収縮と弛緩を繰り返し経験することで形成される⁵⁷、と認識していたのである。知的産物である拍子は秩序を司るが、リズムは生命の本質的な諸原理の整合性を確立する。したがって、体操の拍子をもたらす規律はリズムの与えるインパクトに席をゆずらねばならない⁵⁸のである。訓練された体操選手たちは身体的な動きと精神の働きの中に相関がないために、芸術的な感動を身体によって伝える能力をもたない。それゆえ、健康的、競技的な体操がリズム的であることはほとんどなく、体操の動きは均質で柔軟性に欠けており、その目的は筋肉の訓練と原初的なリズムの学習にとどまる。一方で、J＝ダルクローズのリトミックにおける身体運動は、身体的能力と芸術的能力の密接な結びつきを創り出し、音楽がもつエネルギーと長さの無限のニュアンスを身体の教育へと提供させることを意図する⁵⁹。なぜならば、音楽は時間のニュアンスを教えてくれる唯一の芸術であり、その意味において、リトミックにおける身体運動は本質において音楽的でなければならないからである⁶⁰。

J＝ダルクローズの著作において、リトミックにおける身体運動は、「リトミックと呼ばれる体操の訓練」(des exercices de gymnastique dite rythmique⁶¹)、「リトミック体操」(gymnastique rythmique⁶²)から、「特別な体操」(gymnastique spéciale⁶³)、「リトミック」(Rythmique⁶⁴)へとその表現は変遷し、J＝ダルクローズが実践と研究を経て、「体操」と差異を認め分けていく過程がうかがわれる。J＝ダルクローズは、リトミックは音楽を表現する身体運動のニュアンスについての芸術であり、際立ってリズム的な芸術である、という理念において体操と区別し、リトミック (Rythmique) を確立したのである。

J＝ダルクローズは、既存の音楽教育では培うことのできない音楽理解とそれに基づく音楽表現を体操の領域に求めたが、その背景には当時の教育における体育の確立と普及があった。その土壌はJ＝ダルクローズがリトミックの原理を築くうえで重要な役割を担っ

たと考えられる。

リングは、基本原理における「均衡」の概念を実現するため、芸術領域を視野に入れ、4領域のひとつに美的体操を置いたが、その方法が普及されるには至らなかった。リングの「美的体操が彫刻、絵画、音楽のための発展手法になる」、という予見は、J＝ダルクローズが音楽の領域から身体運動にリズムの観点を取り入れたことによって実現し、体育史上、その意義を認められ評価されているといえる。

【註および引用文献】

- 1 スウェーデン体操に関する研究において、Gymnastik を「体育」と翻訳しているもの(梅根 1975、成田 1988)、「ギムナスティ(チ)ーク」という語を用いているもの(梅根 1975、岸野編 1984)、「体操」と翻訳しているもの(水野忠文・木下秀明・渡辺融・木村吉次 1968、今村編 1976、岸野 1987、エリッヒ・バイヤー著 朝岡訳 1993)など、各々の概念に対する研究者の見解によってその訳語は異なっている。本研究では、歴史的にも理念においても、スウェーデン体操の Gymnastik が身体運動(Körperbewegung)による教育としての意味を包含しているとの認識のうえに、「体操」をその訳語として用いることとする。しかし、そのほかの文脈においては、広義の身体教育、および学校制度の中の教科としての意味合いを含む場合は、「体育」と用いている。
- 2 Ling, Pher Henrik, *Allgemeine Begründung der Gymnastik*, Magdeburg : Heinrichshofen, 1847, S.36.
- 3 今村嘉雄編、『新修体育大辞典』、不昧堂出版、1976、p.933
- 4 同上書、p.1568
- 5 同上書、p.975
- 6 J = ダルクローズ著、山本昌男訳、『リズムと音楽と教育』、開成出版、2003
- 7 J = ダルクローズ著、板野平訳、『リトミック・芸術と教育』、全音楽譜出版社、1986
- 8 J = ダルクローズ著、河口道朗訳、『音楽と人間』、開成出版、2011
- 9 リングのスウェーデン語の原著、*Gymnastikens Allmänna Grunder* (1840)のマスマン(Hans Ferdinand Massmann 1797-1874)によるドイツ語訳。マスマンはドイツの体育教師であり、ミュンヘン大学の文学、およびドイツ語の教員でもあった。
- 10 Ling, Pher Henrik, *Allgemeine Begründung der Gymnastik*, a.a.O.
- 11 たとえば、Emmet A. Rice, John L. Hutchinson 1952、二宮 1934、水野・木下・渡辺・木村 1961、梅根 1975、岸野 1984、板垣 1990 らによるものである。
- 12 今村嘉雄編、前掲書、p.1567
- 13 岸野雄三編、野々宮徹著、『最新スポーツ大事典』大修館書店、1987、p.474
- 14 成田十次郎著、梅根悟監修、世界教育史研究会編、『世界教育史大系 31 体育史』、講談社、1975、p.69
- 15 Ling, Pher Henrik, *Allgemeine Begründung der Gymnastik*, a.a.O., S.101.
- 16 Ebd., S.32.
- 17 Ebd., S.36.
- 18 Ebd., S.32-33.
- 19 グーツムーツ著、成田十次郎訳、『青少年の体育』(世界教育学選集, 91)、明治図書出版、1979
- 20 同上書、p.13
- 21 Ling, Pher Henrik, *Allgemeine Begründung der Gymnastik*, a.a.O., S.34.
- 22 二宮文右衛門著、『体育全史』、目黒書店、1934、p.232
- 23 成田十次郎著、前掲書、p.72
- 24 岸野雄三編、野々宮徹著、前掲書、p.473
- 25 同上書、p.476
- 26 今村嘉雄編、前掲書、p.1266
- 27 Ling, Pher Henrik, *Allgemeine Begründung der Gymnastik*, a.a.O., S.33.
- 28 Ebd., S.90.
- 29 Ebd., S.90.
- 30 Ebd., S.90.
- 31 Ebd., S.90-91.
- 32 Ebd., S.92.
- 33 岸野雄三編、野々宮徹著、前掲書、p.475
- 34 同上書、p.729
- 35 今村嘉雄編、『新修体育大辞典』、前掲書、p.975
- 36 J = ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書
- 37 J = ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、前掲書
- 38 J = ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.15
- 39 同上書、p.19
- 40 同上書、p.48
- 41 Jaques-Dalcroze, Emile, *La Rythmique, La Plastique Animée et La Danse*, Lausanne : Jobin & C^{IE}, Editeurs, 1917, p.5.

-
- 4² *Ibid.*,p.6.
4³ *Ibid.*,p.7.
4⁴ J =ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.228
4⁵ 同上書、p.228
4⁶ 同上書、p.242
4⁷ J =ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、前掲書、pp.3-5
4⁸ 同上書、p.12
4⁹ 同上書、p.12
5⁰ J =ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.144
5¹ 同上書、p.182
5² Ling, Pher Henrik, *Allgemeine Begründung der Gymnastik*,a.a.O., S.112.
5³ J =ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書、P.142
5⁴ Ling, Pher Henrik, *Allgemeine Begründung der Gymnastik*,a.a.O., S.90.
5⁵ J =ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.47
5⁶ Jaques-Dalcroze,Emile, *Le rythme , la musique et l'éducation*, Lausanne: Jobin&C^{IE},Editeurs,
1920,p.53.
5⁷ *Ibid.*,p.53.
5⁸ J =ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.229
5⁹ Jaques-Dalcroze,Emile, *Le rythme , la musique et l'éducation*,*op.cit.*,p.6.
6⁰ J =ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.161
6¹ Jaques-Dalcroze,Emile, *Le rythme , la musique et l'éducation*,*op.cit.*,p.56.
6² *Ibid.*,p.58.
6³ *Ibid.*,p.74.
6⁴ *Ibid.*,p.74.

第2章 J＝ダルクローズがデルサルトから受けた影響に関する研究

第1節 デルサルトの身体表現法

1. 研究の課題と目的

体操改革運動において、「表現芸術のための教育でありながら体育思潮のおもな源流のひとつ¹⁾」、と捉えられているのが、フランスのデルサルト (Delsarte, Francois 1811-1871) の身体表現理論である。「デルサルトによって、精神的な感情を表現する手段としての体が発見されたことは、すべての体操体系に決定的な影響を与えた²⁾」、「体育とのかかわりのなかでとらえれば、美しく運動するということの心身の合法則性を研究した最初の人³⁾」、など、体操改革運動において重要な役割を担ったことが指摘されている。このデルサルトの体系を著作としてまとめたのがステビンス (Stebbins, Genevieve 1857-1934) である。ステビンスはデルサルトの体系に依拠しながら、実践を重ねることによって発展的に理論化し、自らの体操を作り上げた。ステビンスについては、「デルサルト理論の普及に大きな貢献をした。そのうえで彼女は、自分の仕事をリングの手本とデルサルトの理念のもとづいて、医学的・衛生学的な体操体系と最新の呼吸学説とを結びつけ…<呼吸体操>の創始者と呼ばれている⁴⁾」と稲垣 (1987) による指摘がある。また、ステビンスと同様に、J＝ダルクローズも呼吸を生理学的に研究し、リトミックの身体運動を結びつける考えを1906年の著作⁵⁾で表明していた。

J＝ダルクローズは、デルサルトについて著作で言及しており、彼の身体表現理論に少なからず関心をもっていたことが明らかである。また、デルサルトは自らの理論を著作として残していないため、デルサルト研究においては、後継者らによる講演の記録、および彼らの著作を研究の対象とすることが通例とされている。そこで、体操教育とリトミックの影響関係を考察する本研究においては、デルサルトの身体表現理論を体操として体系化したステビンスに焦点をあてる。デルサルトの理論を具現化するために、主に呼吸をその体系の中心においたステビンスの体操について、教育の原理と方法を明らかにし、J＝ダルクローズと比較することによって、J＝ダルクローズがデルサルトから受けた影響とはどのようなものであったかを検討する。

先行研究としては、武田 (1999) がデルサルトの身体表現理論について、ステビンスの著作を中心にその思想について考察している。武田の研究の中心はデルサルトであるが、

デルサルトの身体表現理論が日本への導入された際に、J＝ダルクローズのリトミックが俳優の身体作りのために教えられた⁶、という指摘がなされている。デルサルトとJ＝ダルクローズとの関係を取り上げた研究に佐々木（2016）によるものがある。佐々木は、演劇から舞踊教育に向かう流れの中で、J＝ダルクローズがデルサルトから受けた影響を明らかにした。佐々木は、アメリカの舞踊教育において中心的な役割を担った⁷ショーン（Shawn, Ted 1891-1972）の著作⁸を主な研究対象とし、リトミック教育を特徴づける「プラスチック・アニメ（plastique animée）⁹」を中心に検討した結果、動きが形式的ではなく、内面的な要素を持たせた点にデルサルトからJ＝ダルクローズへの影響があったことを明らかにしている¹⁰。体育分野の研究では、体操改革運動における重要な役割を担った人物としてデルサルト、およびステビンスの名前が挙がる¹¹が、管見によれば、その教育内容を詳細に検討したものは見当たらない。したがって、体操改革運動にあつて、デルサルト、およびリングの影響がうかがわれるステビンスとJ＝ダルクローズの教育の方法、とりわけ呼吸に焦点をあてて検討する本研究によって、J＝ダルクローズがデルサルトから受けた影響や、体操改革運動におけるリトミックの位置づけが明確になるものと考ええる。

研究の方法としては、はじめに、デルサルトについてその理念と体系を検討したうえで、それを継承したステビンスの体操の原理と方法を明らかにする。次に、J＝ダルクローズのデルサルトに関する記述を検討しながら、J＝ダルクローズが呼吸についてどのような考えにあつたのか明らかにし、ステビンスの体操との異同を考察する。

資料としては、デルサルト理念を著したステビンスの著作、『デルサルトの劇に関する表現の体系』¹²、『ステビンス体系の身体訓練』¹³、『社会体操と声の文化』¹⁴、J＝ダルクローズの著作、『リズムと音楽と教育』¹⁵、『リトミック・芸術と教育』¹⁶、『音楽と人間』¹⁷、『リズム運動』¹⁸を資料として用いる。

2. デルサルトの理念と方法

デルサルトは、「感情に形を与えるのは体を通してであるという原理を見出した¹⁹」、と評価され、舞踊、演劇、そして体育にも広く影響を及ぼした。デルサルトにとって芸術とは、「生命、精神、魂の現れであるという理由によって、知識であり、所有であり、行為の主体者の自由な傾向²⁰」であり、「自然の模倣ではなく、いたるところに散在する自然の美をより優れている型にするもの²¹」であつた。したがって、デルサルトは、演劇、歌唱

に必要な理想的な姿勢と身振りは、一定の身体運動を通して最も適切に教えることができると考えていたのである。²²

デルサルトの原理の根底には「三位一体 (Trinity)」があった。「3 という数は、古代文明人によって、始め、中、終わりを表すことであらゆる数の中で完全だと考えられ、聖なる数と捉えられていた²³」。そして次のように結論づけた。「三位一体の本質とは、愛と知と力であり、それは、私たちの生命、精神、魂によって形づくられる²⁴」。したがって、デルサルトは「これら3つが組み合わせられ、調和することによってさまざまな様相を表現することができる²⁵」、と考えた。「生命は感じとる能力と身体的なものである²⁶」という認識のうえに、彼の身体表現理論の中心となる9の調和の概念は形成されたのである。また、デルサルトは、「十九世紀の科学主義的な傾向を反映して…芸術を他の諸科学と同じように公式化することができる²⁷」、と考えていた。

ステビンスは、このようなデルサルトの理論を『デルサルトの劇に関する表現の体系』²⁸としてまとめた。その内容は21の練習項目と「体系的練習のための順序」である。21の練習は次のようなものである。I.分解する練習 (Decomposing Exercises)、II.調和のとれたふるまい (Harmonic Poise of Bearing)、III.三位一体の原理 (Principle of Trinity)、IV.脚 (The Legs)、V.歩行 (The Walk)、VI, VII, VIII.手 (The Hand)、IX, X, XI.腕 (The Arm)、XII.胴体 (The Torso)、XIII, XIV.頭 (The Head)、XV.眼の自発的な動因 (Active Agents of the eye)、XVI.横顔 (Profiles)、XVII.唇とあご (The Lips and The Jaw)、XVIII.パントマイムの基本原理 (Grammar of Pantomime)、XIX.パントマイムにおける表現の範囲 (A Gamut of Expression in Pantomime)、XX.声 (The Voice)、XXI.色彩 (Color)²⁹、である。「分解する練習」は、デルサルト体系を学習するものにとって最も重要な第1の段階であり、完全な柔軟性を身につけるための練習である。練習は、指から手、前腕、腕全体、頭、胴、足、下脚、脚全体、身体全体、まぶた、下あごの順に体を分解し緊張を解く運動である。頭上に上げた手の指に始まる体の小さな部分から体全体まで順に力を抜き、最後は顔の解緊で終わる。表現の水路を解放し、障害物に邪魔されることなく水流が水路を流れるように、神経の力が勢いよく流れるようにするための練習であった³⁰。

3. ステビンスの体操の理念

ステビンスは、デルサルトの理念を忠実に再現することを目的とし、『デルサルトの劇に関する表現の体系』³¹において体系的に練習を組み立てたが、その理念に基づいて自らの

体操を構想し、『ステビンス体系の身体訓練』を著した。その内容は、第1部が、平衡(poise)、動的な呼吸(Dynamic Breathing)、リラックス(relaxation)、活動的にすること(energizing)、およびそれらのための練習、並びに家庭用の特別な練習、第2部は「教室での体操」、第3部は「訓練」である。

第1部の3項目の内容は次のとおりである。第1の「平衡」(poise)は、すなわち「調和した身のこなし」である。これはバランスのとれた心、バランスのとれた魂、そしてバランスのとれた体によるものであり、魂の造形的イメージこそが体である³²、という考えに基づくものである。また、調和と思考の一致を「動的な呼吸」と名づけている。人は考えるように呼吸し、呼吸するように考えるのであり、精神的な活動と呼吸との間に密接な関係があることを明らかにした³³。呼吸は生命であり、目には見えない存在の本質を引き出す力を有し³⁴、精神の状態の変化は、呼吸の力と強さ、およびリズムの変化によって引き起こされる³⁵、すなわち、精神の状態が呼吸に影響を与えると同時に、呼吸法は、精神の状態に影響し、変化を与えることができる³⁶、と認識していた。

第2の「リラックス」(relax)は不活発な状態ではなく、活動の後の解放である。完全な休止は、完全な活動の後にあり、真のリラックスは、身体が重力の法則から完全に開放され、全体のエネルギーが深い動的な呼吸に移行すること³⁷、を意味していた。

第3の「活動的にするための練習」(energizing)は、リラックスとは正反対に力強く、精神的に努力するためのものである。意志の力を身体の特定の部分または有機体全体に向けてることを目的として行われた³⁸。ステビンスは、生命の基本が、正しい考えによる呼吸、活力の保護のためのリラックス、活力を創出し方向づけることの3つであると考えたのである。

加えて、ステビンスは自らの信条を9つにまとめて明らかにしている。第1の信条、すべての能力は魂の奥深くに存在する。第2の信条、その能力は頭脳の協力なくしてははつきり示すことはできない。第3の信条、神経系を介して脳と身体間のコミュニケーションは確立されている。第4の信条、脳の中には精神的な力が押し寄せており、生理学的な機能は体に位置づけられている。第5の信条、感動することによって表現の衝動が喚起され行動に移すのであり、脳の意識によるものではない。第6の信条、しかし一方では、脳は感情的な衝動が真実の芸術への道筋を誤ることがないように、その衝動を将来、芸術的活動のために記憶するべきかどうかを判断しなければならない。第7の信条、知性と感情の両方を繰り返し指導することが力になる。第8の信条、日常生活の中での正しい判断の習

慣は、真の芸術へと至らしめる。第9の信条、蓄積された潜在意識の記憶や、過去の成果を信じることである³⁹。つまり、ステビンスは、「見えるものは、すべて内部の精神的本質の印象であるが、それはすべてではなく、魂の奥深くにある多くの潜在的な美しさは明らかにされていない⁴⁰」とし、「魂の媒介物を形づくるために体を教育することが必要⁴¹」、と考えていたのである。さらに、「この体系は、最も進歩した科学と芸術の原理との調和の中にある⁴²」、と認識し、ステビンスの体操が科学的に裏付けられたものであることを確信していたのである。

4. ステビンスによって示されたデルサルトの原理による体操の方法

ステビンスの体操の方法は、次のように記述されている。たとえば、練習Ⅰの「平衡」練習方法には次のようなものがある。

練習Ⅰ—頭、頭が後ろに落ちるようにして、首の後ろに少し張力をかけて持ち上げる。このように持ち上げられた頭の上に本を置き、歩く。その後、本を取り去り、頭の頂点を意識する。思考をそこに向けながら、背骨全体をまっすぐにして歩く。これは威厳のある立ち居振る舞いとなり、他の部分は調整される。頭の頂点にある心は、本質的に最高の状態になる⁴³。

練習Ⅱ—顎、口を閉じ、歯は軽く後方でつける。そして顔を目の外側の隅まで開く。このポーズは顎を安定させ、顔の筋肉を活性化させる⁴⁴。

練習Ⅲ—歩行、わたしたちの練習は、病気にならず、健康であるために、歩くことについての説明をなくしては不完全である。本物の活動的な歩行は回復をもたらす。歩行は自己を維持し、最高度の優美さを表す。正しい位置に立ち、脚を腰椎叢、または、腰のくびれた部分から前方へ送り出す。地面を足でしっかり捉え、つまり、足の小指の横が地面を捉える。しかしすばやく、すべての足が同時に着いているように。体重を支える脚の膝はまっすぐでなければならない⁴⁵。

以上のように、ステビンスの指示は具体的かつ詳細である。同様の練習の方法が、頭に続いて、あご、顔、胸、腹部、ふくらはぎ、尻、もも、歩行の順に示され、最後にこれらの練習行う順序と実施すべき回数が付されている。さらに、「練習の効果をすばやく得るために、全身がすっかり写るような鏡を買い、毎日何時間も正確に練習することを望む⁴⁶」、

と述べている。つまり、自らの体の線を確認し、その状態を把握しながら正確に練習を重ねることによって、表現のための身体を獲得することができると考えていたのである。

第2節 ステピンスの体操とリトミックにおける身体運動の分析

1. J＝ダルクローズのデルサルトに関する見解

J＝ダルクローズは、『リズムと音楽と教育』⁴⁷において、デルサルトについて以下のように述べている。

いかなる身体的動きも、それ自身においては表現的価値をもっていない。身振りによる表現は、動きの連なり、動的、静的なハーモニーとリズム法への絶え間ない心配りによって決まる。静的というのは、均衡と釣り合いの法則の学習であり、(身振りの)の動的というのは、表現の仕方の学習である。フランソワ・デルサルトの表現をかりれば、動的ハーモニーは、すべての身振りの実行部位のあいだにある関係の併存の上に築かれるものである。音楽に協和音と不協和音があるのとまったく同じように、身振りの芸にも、協和と不協和がある。＜協和する＞動きは、四肢、頭、胴体、つまり身振りの基本的な実行部位のあいだの完全な協調から生み出される⁴⁸。

このように述べ、デルサルトの身体表現理論を研究していたことを明確にしている。J＝ダルクローズも「身振りの中に時間的な持続と連帯関係が創造されなければならない⁴⁹」、という考えにもとづいて「継続的な身体運動⁵⁰」をリトミックの方法に反映させた。「継続的な運動の学習は・・・起こされた運動の持続期間や運動を起こす動的な強さに従って変化する・・・この動的な衝動の学習は身体的教育の非常に重要な要素となる⁵¹」、と考え、リトミックの身体運動においてそれらを実践してきたことを明らかにしている。

また、『音楽と人間』⁵²においては、以下のような記述がある。

デルサルトはめずらしいパンフレットの中で身振りによる表現に関心をよせていたが、私には身振りの練習はもっと未来に向けて推し進められ、生理学や心理学の領域に位置づくべきであると思われる。(中略) 人間という存在の表明は非常に多様で、その組み合わせもさまざまであるため、知性、心、肉体で形成されるこの三位一体からじかに生ま

れる表現すべてを分類することは興味深いだろう⁵³。

このような記述から、デルサルトの「9組の調和の概念」、およびデルサルトの思想の中心とである「三位一体」がJ＝ダルクローズの研究の対象であったことが確かめられる。また、J＝ダルクローズは、「私たちのエモーションの一つ一つが、肉体の動きによって直接に表現される身振りや態度に現れる⁵⁴」と述べ、デルサルトと同様に、身振りという体の動きが心の状態を表すという認識にあった。さらに、「表現の欲求と心と体の動きとの緊密な関係を確認しないわけにはいかない⁵⁵」と述べ、一つひとつの身振りが組み合わせられ、協働することで意味が変わると考えていた。そのうえで、身振りという体の動きが、神経、意志、想像力などに影響を及ぼすため、「無意味な身振りはすべて危険である⁵⁶」、と考えたのである。したがって、「オートマチックで無駄な動きにかかわって、エモーション的に、同時に理性的に示唆される動きをする必要がある⁵⁷」、と述べている。つまり、「芸術性を目的とした身体的技巧は、身体を手段として思考と感情のすみずみまで表現を与える（ことができるため）様々な技能の組み合わせを発展させなければならない⁵⁸」、と考えていたのである。

2. J＝ダルクローズの呼吸に関する見解

先述のとおり、ステビンスは「呼吸」をその体系の中心においている。ここでは、J＝ダルクローズの呼吸に関する記述から、J＝ダルクローズの呼吸についての考えを検討する。

(1) 『リズム運動』における記述

『リズム運動』⁵⁹において、J＝ダルクローズは、「リトミック教育法は、実際経験と身体感覚の分析に基礎をおいたものである⁶⁰」ことを明らかにし、筋肉の抵抗と身体のメカニズムを支配する法則を自覚して合理的な訓練をうけることの必要性を述べている。その中には呼吸に関する次のような指示がある。「急激な腹筋の緊張」、「急激な腹筋の弛緩」、「急激な肋骨の拡張」、「急激な肋骨の緊張」、「急激な腹筋の収縮」である⁶¹。また、急激な腹筋の緊張のために横たわっている状態から座った姿勢になるように身体を起こし、それを保ちつづけること、急激な肋骨の拡張のために骨の両側に手を置き、胸のくぼみの拡張を食い止める⁶²、といった予備練習の記述もある。

さらに、胸筋を強くする練習として、「右下の肋骨の上に左手を置き、抵抗するように肋

骨を拡張しなさい。それから胸の上で、右腕を完全に交互させなさい⁶³」、といった具体的な練習の方法も述べられている。また、ブレスの方法として複式呼吸、肋門呼吸、上部肋骨呼吸の3つを示し、歌を歌うことや筋肉動作、手足のいろいろな身振りによる動的造形芸術など、呼吸をともなう活動はこれらの3つの方法の組み合わせによる、との考えが示されている⁶⁴。同時に、芸術的ニュアンスを表現するためのリズム運動においては、3つの型を組み合わせた完全な呼吸が必要とされる⁶⁵ことを明らかにした。つまり、J＝ダルクローズのリズム運動において呼吸とは、意識的に運動と一致するように行い、身振りと動きを伴う活動によってそれらの感覚を感じとり結合することであった。息を吸うことで始まり、吐くことで終わるフレーズを認識させることが目的とされていたのである。

(2) 『J＝ダルクローズの教育法』における記述

J＝ダルクローズは、『J＝ダルクローズの教育法』⁶⁶、「呼吸と筋肉の神経支配」において、「動きを引き起こす筋肉の機能や人体の中に筋肉の訓練によって生み出される変化について学ぶことの必要性を感じずようになるだろう⁶⁷」、と述べている。呼気、吸気の運動前後に胸部と腹部の状態を図版で提示し、彼の教育法において、呼吸と生理学的な知識が重視されることを示している。具体的な記述は、次のとおりである。①筋肉の訓練の方法、その一般的な効果、有益性と有害性、人体の大きな機能に対して及ぼす効果、自然の感覚に逆らった練習をしないこと、誤りを避けること…などを学ぶことは必要不可欠、②筋肉の収縮と弛緩の度合いである関節の構造についても精通しなくてはならない、③時価とアクセントづけの感覚を目覚めさせることを目的とした練習に加えて、リズム的な呼吸の特別な練習も含む、④呼吸器官の良い機能を保証し、肺の器官が持つ習慣的に不活発な機能をそれ自体で引き起こすように発達させること、⑤リズム的な練習は、調整のための練習であり、それらの練習が全てのニュアンスと全ての運動性の神経支配の度合いによって行われる⁶⁸。このようなJ＝ダルクローズの教育の方法においては、教師には次のことも求められた。

私たちは全ての教育者が（全ての家庭の母親も同様であるが）身体の構造を知り、注意力をもって、気になる子どもの身体の発達に配慮する必要がある。精神的な健康は身体的な健康に依存する。脳の機能の良い働きは身体の良い働きに依存する。それゆえ教育者たちは以下の事に注意しなくてはならない。

1. 健康的な歩行

2. 健康的な動作
3. 健康的なバランス
4. 健康的な呼吸
5. 健康的な血液循環
6. 健康的な神経の活動、それは求心性も遠心性もある神経支配による。
7. 健康的な脳の働き⁶⁹

このような記述から、J＝ダルクローズがリトミックにおいて、呼吸をはじめとして、身体の構造や機能を重視していたことが確かめられる。良いバランスは身体やその筋肉活動の支えである脚に依存するところが大きく、したがって、身体のバランスのために、「筋肉的な仕事の強さを指示する『感覚』、仕事の効果を高く評価する『判断力』、表現を決定する『意志』、という動きを支配する3つの能力⁷⁰」を養成するために、リトミックの動きの練習が行われたのである。

(3) J＝ダルクローズの呼吸についての見解

前項で示したように、J＝ダルクローズが呼吸についてその考えを示した記述は少なくない。J＝ダルクローズは、呼吸の生理的機能に加えて、次のような働きも示していた。

胴体は、身体の最も重い部分で、横隔膜の働きにより、情感がまず最初に生気を与える場所であるから、その結果として、すべての動きの最も重要で、最も回数の多い起動者は呼吸ということになる。呼吸の働きは、あらゆる生命の発現の根底にあるもので、美的にも生理的にも、呼吸は身体造形においては最も重要な役割を演じているのである⁷¹。

このような記述によって、J＝ダルクローズは、呼吸を身体運動の始源と捉え、生理的な機能にとどまらず、美的な表現の方法としてもその役割を重視していたことが確かめられる。

3. ステビンスの体操とリトミックにおける身体運動の比較

ステビンスとJ＝ダルクローズの教育理念、および教育方法には以下のような異同が認められた。

(1) 相違点

身体運動における音楽の位置づけには違いが見られた。ステビンスは、『社会体操と声の文化』、「腕の動き」の練習課程において、「音楽の伴奏を勧める⁷²」と述べ、巻末に全7曲の楽譜⁷³の一部を掲載し、練習課程には音楽伴奏があることが望ましい⁷⁴、との考えを明らかにしている。それぞれ、「平衡のための揺れる動き」、「礼儀正しく座ること、起き上がること」、「平衡のための揺れに伴う腕の動きの組み合わせ」、「ステップの動き」、「歩行」、「腕の動き」、「手首の動き」のための楽曲である。ステビンスは、音楽の働きかけが効果をもたらすことを認識していたことが示される。一方で、J＝ダルクローズは、「音楽には興奮と抑制力があり、それらがわたしたちの活動すべてに影響し、感情的・精神的な活動の中心として、大切な精神力である⁷⁵」、として、リトミックの身体運動の基礎を音楽にしている。「音楽こそが、私たちの内的熱望や意欲のすぐれて《音楽的》発露である人間の身体表現を生き生きとしたものに⁷⁶」するとともに、音楽を「実際に個人を刺激できる唯一の芸術⁷⁷」、と考えていたのである。同時に、リトミックで用いられる音楽には即興性が求められていた。それは、「即興の役割は、生徒のすばやく判断し、実現する力、わけなく精神を集中させる力、プランをすぐに思いつく力を発揮させて、震える心、想像し、次いで調整する脳と、実際に即興する指と手と腕との間に直接にコミュニケーションを確立する⁷⁸」ことができる、との考えによるものであった。

デルサルトは、音楽教育を受けた経験もあり⁷⁹、音楽に関して次のような見解がある。「リズムとは、動きの一形態であり、核心のあらわれである。メロディは運動の精神的な要素を特色づける。ハーモニーは、道徳的な感情の要素の調整を要求する⁸⁰」。つまり、デルサルトは、音楽が人の内面、すなわち精神に働きかけることを認識し、かつ音楽の要素を分析していたことが示されるのである。一方、デルサルトを継承したステビンスは、音楽が動きに働きかけることを認めて奨励しつつも、音楽に関する記述は限定的であり、子細に分析するには至らなかったといえる。この点においては、デルサルトとJ＝ダルクローズには、一定の共通する要素が認められるが、ステビンスとJ＝ダルクローズにおいては、音楽、なかでも音楽の即興性を重視したJ＝ダルクローズとは異なる点が確かめられた。

いま1つの違いは、身体運動の連続性に関する違いである。ステビンスの体操において、体の動きには流れをもつが、その練習は1つの運動として完結し次の課題に移る方式である。つまり、ステビンスの体操が体の分節化を目的とするがゆえに、その動きもまた独立

した個別のものとなる。一方で、J＝ダルクローズは、呼吸に関して生理学的に一つひとつの働きを分析しながらも、その目的は、身振りと動きの感覚を感じとり結合することであり、フレーズを認識させることであった。したがって、リトミックの身体運動においては、動きの結合、すなわち連続性が重視されたのである。

(2) 共通点

ステビンズとJ＝ダルクローズには次のような共通する要素が明らかになった。

第1には、体の動きの調和に関する考えである。ステビンズは、平衡、すなわち調和した身のこなしは、バランスのとれた心、バランスのとれた魂、そしてバランスのとれた体によるものであり、魂の造形的イメージこそが体であると考えていたが、J＝ダルクローズも、「肉体の動きの調和は精神の平静さを確保する⁸¹」と見え、動き、肉体、頭脳の関係における秩序が思考を発達させ、イメージを自由に生み出せるようにするという考えを明らかにしている⁸²。

第2に、神経に関する言及である。ステビンズは「神経系を介して脳と身体間のコミュニケーションが確立されている⁸³」と考えていたが、J＝ダルクローズもまた、「行為をイメージしコントロールする脳、行為を伝達する神経、行為を実現する筋肉の間のたえない交信が、体の全体に明確に平静と秩序をもたらす⁸⁴」、と同様の考えを示している。

第3に、動きの自動性の獲得についての考えである。ステビンズは、「練習によって手に入れた優雅さは無意識的なものになる⁸⁵」、と述べ、意識的に行われていた運動が、いずれは無意識に行われるようになるという考えを示した。J＝ダルクローズが身体の自動性の獲得⁸⁶をリトミックの練習の1つとして重視していたことと共通する視点である。

第4には、リラックスについての認識である。ステビンズは、リラックスとは、不活発な状態ではなく、活動の後の解放であると考えていた。真のリラックスとは、身体が重力の法則から完全に開放され、全体のエネルギーが、調和と思考を意味する深い「動的な呼吸」に移行する⁸⁷、との認識にあった。J＝ダルクローズは、「アナクルーズ（先行動作）」が創造する思考の出発点であり、「メタクルーズ（後動作）」はアナクルーズにつよく動かされ、エモーショナルなショックという隠れた法則に基づいてよく考えられ、誘導される表現と捉えていた⁸⁸。このように、身体運動の過程を思考とを関係づけて捉える視点に共通する要素が認められる。

第5には、身体運動において呼吸を重視する立場である。前述のとおり、ステビンズは、自らの体系の主要な4つの要素の1つに呼吸の練習を置いた。呼吸は生命であり、目には

見えない存在の本質を引き出す力を有し、精神の状態の変化は、呼吸の力と強さ、およびリズムの変化によって引き起こされる⁸⁹、と考えていたのである。J＝ダルクローズも、美的にも生理的にも、呼吸は身体造形において最も重要な役割を演じていることを示し、呼吸があらゆる生命の発現の根底にあるという考えを明らかにしていた。

4. 考察

このように、J＝ダルクローズとステビンスには、精神の状態が体に影響を及ぼすことや、呼吸に代表されるような体の働きが精神に変化を与える、といった点に共通する考えが認められたが、身体運動の連続性については相違が示された。ステビンスの体操は一つずつ個別に行われ、音楽が伴う場合も運動と運動の連続性には欠けるものであったことがうかがわれるのである。また、ステビンスが、音楽を運動の伴奏として位置づけたのに対し、J＝ダルクローズは、音楽、なかでもその即興性を重視したことが大きな特徴である。J＝ダルクローズは、即興的な音楽によって、つまり音楽の要素をさまざまに変化させることによって、すばやく判断する力と実行力、集中力を培うとともに、感情を生起し、想像力をも養うことができると認識していたのである。デルサルトが音楽の要素を分析していた視点はステビンスには継承されることはなかったのである。

ステビンスとJ＝ダルクローズの教育の内容には高い近似性が確かめられたが、その背景には、近代的な科学や思想を基礎とした身体に関わる教育の改革のうねりがうかがわれる。ステビンス、J＝ダルクローズは、ともに解剖学的・生理学的に身体運動のしくみを分析する視点をもつと同時に、心、精神、魂といった内面と体と結びつき、および関係性を重視していた。ステビンスの体系の原点はデルサルトの演劇のための身体表現であり、J＝ダルクローズのリトミックの起点は音楽である。表現が体操改革運動における共通の特徴であることを前提とするならば、形式化した体操への批判のうえに、その中心が身体形成から動きの形成へと変遷していく過程には、デルサルト、およびJ＝ダルクローズらの芸術の領域からの影響があったことが示唆される。「そのようにあるときに、一定の状態を可視的にさせ、主体者と受信者の関係性の中で成立している⁹⁰」という表出の概念は、芸術の原理にはかならないからである。1903年には、リヒトヴァルクが、「退屈で訳のわからないしかめつらさにこり固まる傾向⁹¹」の体操、および「美的要因に欠けた体育⁹²」を批判し、「何よりも音楽との関わりを通して、表現の発達、わけても美へと至るような体育の新しい形態⁹³」を目指すことを表明した。体育の目標が「表現能力、即ち創造力の発

達⁹⁴」へとその中心を移し、自分の身体を意のままにすることを学ぶことが重視されたのである。J＝ダルクローズは、デルサルトから感情の表現としての身体、という考えを学びつつ、「音楽によって呼び覚まされた情感を身体で表現⁹⁵」するための体作りを目指し、体の機能面、とりわけ呼吸に関する生理学的な要素も視野に入れ、リズムによる身体運動の体系をさらに発展させた。このことによって、新しい方向性を模索していた体操改革運動において大きな役割を担ったのである。

【註および引用文献】

- 1 大谷武一体育選集刊行会編著、『大谷武一体育選集第三巻』、杏林書院・体育の科学社、1960、p.24
- 2 Julius Bohus, *Sportgeschichte Gesellschaft und Sport von Mykene bis heute*, München : BLV Verlagsgesellschaft, 1986, S.138.
- 3 今村嘉雄編、『新修体育大辞典』、不昧堂出版、1976、p.1046
- 4 稲垣正浩著、『最新スポーツ大事典』、大修館書店、1987、 p.449
- 5 Jaques - Dalcroze, Émile, *La respiration et l'innervation musculaire*, Lausanne : Sandoz, Jobin & C^{IE}, Editeurs, 1906
- 6 武田清著、「デルサルートの表現システムについて」、『文芸研究』第 81 号、明治大学文学部文学科、1999、p.100
- 7 Shawn, Ted, *Every little movement : a book about François Delsarte, the man and his philosophy, his science and applied aesthetics, the application of this science to the art of the dance, the influence of Delsarte on American dance*, Brooklyn, Dance : Horizons 1963, p.6
- 8 Shawn, Ted, *Every Little Movement, A Book About Delsarte*, New York : Second Revised and Enlarged Edition, Dance Horizon, 1960
- 9 佐々木 (2016) は、リトミックにおける「プラスチック・アニメ」を音楽の情感を理解・分析し、空間、時間、強弱の関係に基づいて音楽の身体の動きとして表現するもの、と定義している。
- 10 佐々木由喜子著、『リトミックにおける身体表現法に関する研究—20 世紀前後の身体表現教育との比較を中心に—』、博士論文、2016、p.75
- 11 エミット・A・ライス 1965、浅井浅一・大段員美 1958、ユリウス・ボフス 1988、板垣了平 1990、P.レーティッヒ 1982 らによるもの。
- 12 Stebbins, Genevieve, *Delsarte System of Dramatic Expression-Scholar's choice*, New York : Edgar S.Werner, 1886
- 13 Stebbins, Genevieve, *The Genevieve System of Physical Training : Enl.Ed.-Primary Source Edition*, New York : Edgar S.Werner, 1898
- 14 Stebbins, Genevieve, *Society Gymnastics and Voice-Culture Adapted from the Delsarte System*, New York : Edgar S.Werner, 1888
- 15 J = ダルクローズ著、山本昌男訳、『リズムと音楽と教育』、開成出版、2003
- 16 J = ダルクローズ著、板野平訳、『リトミック・芸術と教育』、全音楽譜出版社、1986
- 17 J = ダルクローズ著、河口道朗訳、『音楽と人間』、開成出版、2011
- 18 J = ダルクローズ著、板野平訳、『リズム運動』、全音楽譜出版社、1970
- 19 Shawn, Ted, *op.cit.*, p.7.
- 20 Stebbins, Genevieve, *Delsarte System of Dramatic Expression-Scholar's choice, op.cit.*, p.2.
- 21 *Ibid.*, p.2
- 22 Rice, Emmett A., Hutchinson, Jhon L., Lee, Mabell, *A Brief History of Physical Education Fifth Edition*, New York : The Ronald Press, 1958, p.182.
- 23 Stebbins, Genevieve, *Delsarte System of Dramatic Expression-Scholar's choice, op.cit.*, p.32.
- 24 *Ibid.*, p.32.
- 25 *Ibid.*, p.37.
- 26 *Ibid.*, p.32.
- 27 武田清著、前掲書、p.108
- 28 Stebbins, Genevieve, *Delsarte System of Dramatic Expression-Scholar's choice, op.cit.*
- 29 *Ibid.*, pp.11-232.
- 30 *Ibid.*, pp.11-12.
- 31 Stebbins, Genevieve, *Delsarte System of Dramatic Expression-Scholar's choice, op.cit.*
- 32 *Ibid.*, p.15.
- 33 *Ibid.*, p.21.
- 34 *Ibid.*, p.22.
- 35 *Ibid.*, p.23.
- 36 *Ibid.*, p.24.
- 37 *Ibid.*, p.33.
- 38 *Ibid.*, p.39.
- 39 *Ibid.*, pp.135-136.
- 40 Stebbins, Genevieve, *Society Gymnastics and Voice-Culture Adapted from the Delsarte System, op.cit.*, p.3.
- 41 *Ibid.*, p.3.
- 42 *Ibid.*, p.8.

-
- 43 Stebbins, Genevieve, *The Genevieve System of Physical Training, op.cit.*, p.17.
- 44 *Ibid.*, p.19.
- 45 *Ibid.*, pp.19-20.
- 46 Stebbins, Genevieve, *Delsarte System of Dramatic Expression-Scholar's choice, op.cit.*, p.11.
- 47 J =ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書
- 48 同上書、p.159
- 49 J =ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、前掲書、p.57
- 50 同上書、p.57
- 51 同上書、p.59
- 52 J =ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書
- 53 同上書、pp.19-20
- 54 同上書、p.9
- 55 同上書、p.20
- 56 同上書、p.19
- 57 同上書、p.22
- 58 J =ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、前掲書、p.53
- 59 J =ダルクローズ著、板野訳、『リズム運動』、前掲書
- 60 同上書、p.15
- 61 同上書、p.26
- 62 同上書、p.26
- 63 同上書、p.26
- 64 同上書、pp.26-27
- 65 同上書、p.27
- 66 Jaques-Dalcroze, Émile, *La respiration et l'innervation musculaire*, Lausanne: Sandoz,Jobin&C^{IE},Editeurs, 1906
- 67 *Ibid.*, p.6.
- 68 *Ibid.*, pp.5-6.
- 69 *Ibid.*, p.5.
- 70 *Ibid.*, p.6.
- 71 J =ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.203
- 72 Stebbins, Genevieve, *Society Gymnastics and Voice-Culture Adapted from the Delsarte System, op.cit.*, p.33.
- 73 楽譜に曲名は記されていない。1曲はランゲ作曲の「花の歌」であるが、他6曲については不明。
- 74 Stebbins, Genevieve, *Society Gymnastics and Voice-Culture Adapted from the Delsarte System, op.cit.*, p.33
- 75 J =ダルクローズ著、板野訳、『リズム運動』、前掲書、p.8
- 76 J =ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.xiii
- 77 同上書、p.95
- 78 J =ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』前掲書、p.115
- 79 Shawn,Ted, *op.cit.*, p.15.
- 80 *Ibid.*,p.55.
- 81 J =ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書、p.98
- 82 同上書、p.98
- 83 Stebbins, Genevieve, *Delsarte System of Dramatic Expression-Scholar's choice , op.cit.*, pp.135-136.
- 84 J =ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書、p.99
- 85 Stebbins, Genevieve, *Delsarte System Of Dramatic Expression , op.cit.*, p.28.
- 86 J =ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、前掲書、p.75
- 87 Stebbins, Genevieve, *The Genevieve System of Physical Training, op.cit.*, p.33.
- 88 J =ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書、p.135
- 89 Stebbins, Genevieve, *The Genevieve System of Physical Training, op.cit.*, p.22.
- 90 P.レーティッヒ編、岸野雄三日本語監修、『スポーツ科学事典』、1982、ほるぷ出版、p.313
- 91 リヒトヴァルク著、岡本定男著訳、『芸術教育と学校—ドイツ芸術教育運動の源流—』、明治図書、1985、p.223
- 92 同上書、p.223
- 93 同上書、p.223

⁹⁴ 同上書、p.219

⁹⁵ J = ダルクローズ、山本訳、『リズム』、前掲書、p.205

第3章 J＝ダルクローズがエベールから受けた影響に関する研究*

第1節 エベールの自然的方法

1. 研究の課題と目的

J＝ダルクローズは体操について、「体の機能を十分に作用させる¹⁾」、「特定のテストに際し、身体がその最大の成果をあげることを可能にする²⁾」、とその価値を認めつつ、その目的は筋肉の訓練にとどまるものと認識し、体操とリトミックを区別していた。一方で、ジョルジュ・エベール（Hébert, Georges 1875-1957）の体操については、「動きに対する欲求は、秩序や拍子とは別のものに結びついており（エベール中尉はこのことをしっかりと理解していた）³⁾」、と肯定的に記している。J＝ダルクローズはエベールの体操のどのような点にほかの体操との違いを見だし評価をしたのだろうか。

そこで、本章では、リトミックを身体運動という側面から捉え、J＝ダルクローズ、およびエベールの教育の理念と内容を明らかにし、J＝ダルクローズの体操観を改めて把握する。そのうえで、J＝ダルクローズのエベールに関する記述を検討しながら、エベールと多くの体操とを区別した根拠を考察することを目的とする。

研究の方法としては、エベールについては、主要な著作である『体育、または自然的方法による完全な訓練』⁴⁾『体育の実践のための手引き』⁵⁾を資料として用い、「自然的方法」の原理と方法を明らかにする。J＝ダルクローズについては、『リトミック・芸術と教育』⁶⁾、『リズムと音楽と教育』⁷⁾、『音楽と人間』⁸⁾および『リズム運動』⁹⁾を資料として用い、リトミックの原理を明確にしたうえで、J＝ダルクローズの体操観に基づいて、エベールに関する記述を検討する。

先行研究としては、清水（1986）がエベールの方法を詳説し、フランスの近代体育史における位置づけを明らかにしている。しかしながら、近代体育史においては、スウェーデン体操からドイツ体操の系譜、あるいは、体操改革運動を中心に語られるものが多く、フランスの体育、およびエベールについての言及は限られている¹⁰⁾。リトミック研究においては、体操領域を視野に入れた研究は管見の限り見当たらない。したがって、J＝ダルク

*第3章は、入江眞理、「リトミックにおける身体運動の意義（4）—ジョルジュ・エベールに関する記述を手がかりに—」、静岡産業大学経営研究所、『環境と経営』第23巻第2号、2016、pp.109-119を加筆・修正した。

ローズが肯定的に言及したエベールの体操について検討する本研究によって、J＝ダルクローズがエベールの体操の方法から学んだものが明らかになるものとする。

2. エベールとその時代背景

フランスにおいては、「近代体育の形成がドイツ、スウェーデンに比しておくれ、ナポレオン体制の崩壊後の“制限選挙王政”の時代(1815-48)においてようやく開始された¹¹⁾」とされる。その時代の指導者の一人がアモロス (Amoros, Francisco 1770-1848) であった。アモロスの体育とは、ペスタロッチの方法を基礎にした「合理的、かつ道徳的な体育、すなわち『道徳的・体育的・身体教育(エデュカシオン・フィジーク・ジムナシティーク・エ・モラル)を教えること』¹²⁾」であった。実験校におけるアモロスの体育では、①生徒たちが互いにはげましあい、協力しあい、助け合いながら秩序正しく練習することで、運動の練習を通して自己への確信も現れたこと、②フランスの産業を支える貧しい労働者の育成に有効であったことがその成果として認められた。(梅根 1975) アモロスの体育は、理念においては慈善と公益を目的とするものであったが、社会的・政治的な背景から市民の体育は十分な成果があげられず、その方法は軍隊の中に残った。つまり、「教育的ジムナシティークは制度化され、その担うべき身体価値は国家の有用性に集中し、学校ジムナシティークのイデオロギーを形成¹³⁾」したのである。

アモロスの後、後継者ら¹⁴⁾によってフランスの学校に教科体育が設立されるが、この学校体育も軍事力強化を目的とするものであった。しかし、マレー (Marey, Étienne Jules 1830-1904) とその弟子であるデムニー (Démeny, Georges 1850-1917) によって、「科学的な体育の建設¹⁵⁾」を趣旨とするフランスに初めての民間体育研究団体が設立されるなど、次第に軍事的な教練に批判的な動きがみられるようになる。デムニーの体操の特徴は、大谷(1960)の記述を基にすれば次のようになる。①自然的、生理的法則に基づく、②静的な姿勢より連続的に行われる運動を重視する、③曲線状、螺旋状、および円形に動作させる方法を用いる、④停止した姿勢、運動を分解することより動作の結合に重点をおくこと¹⁶⁾、であった。しかし一方で、体育授業の現場では、スウェーデン体操の影響と思われる分析的運動も行われており(清水 1986)、デムニーはリングのシステムを否定しつつも、その体操は折衷主義的なものであったことが指摘されている(水野・木下・渡辺他 1961)。すなわち、デムニーの理念には連続的に行われる運動を重視する考えがあったにもかかわらず実践の方法に反映されるには至らず、それぞれの課題は別個に行われ、彼の

理念と実践の間には隔たりがあった。そして、このデムニーの体操の全体の流れを円滑にすることに取り組んだのが、エベールであった。

エベールの経歴について、清水（1986）によるもの¹⁷を中心にまとめると次のようになる。

エベールは、1875年、パリに生まれた。1893年、海軍幼年学校エコール・ナヴァルに入学、その後海軍士官養成コースに入る。1903年、体育指導者を志し、ロリアンの海軍体育専門学校に入学する。1913年には海軍を退役し、体育研究を始める。1914年、第一次世界大戦に召集される。文筆活動を続けながら、1943年には、「フランス体育連盟」を結成、会長に就任する。1957年、82歳の生涯を閉じた。

28歳で体育指導者を志したエベールは、体育授業の方法に関する論文を執筆し、海軍省に認められた。海兵学校において実験が行われた結果、その成果が明らかになり、エベールによる体育指導が開始される。体育指導の内容は、次のようなものであった。「実戦に必要な訓練を行い、戦闘任務のための準備をする。分列行進の時間は削除し、全体の時間配分を考慮する。この特別な授業は『持続的で継続的な活動』という原理に従う¹⁸」。その後続くエベールの試みも顕著な効果をあげ、「人工的と思われる運動形態をつぎつぎに除外し、運動の施設や方法を自然に則したもの¹⁹」としたエベールの運動は認められるに至り、「自然的方法」（Méthode Naturelle）と呼ばれるようになった。

3. 自然的方法の原理

エベールは、著書、『体育の実践のための手引き』²⁰について、「最終的な目標である完璧な身体の完成のために、最も効果的で迅速、かつ簡単な手段を整理し、より正確に実践的に体系化するために著した²¹」、と述べている。それは、「机上の理論ではなく、それとはまったく逆のすべての年齢、体格、職業、素性の被験者の5年間のフィールドでの指導と実践の結果を提供する²²」ものであった。その被験者は、「17歳から25歳の5000人（ロリアンのフェージュリア海軍学校）、14歳から17歳の2000人（ブレスト海事学校）、スポーツで活躍する7歳から14歳の数百人²³」を数え、したがって、「この方法は、そのメリットについて十分な証拠をもたらした²⁴」、と方法の有効性を確信して述べている。エベールの方法とは、「決して新しい類のものではなく、例えば、体幹と四肢の屈曲と伸展、走ること、飛び降りること、泳ぐこと、といった何年もの間、多くの国で身体の文化として尊重されてきた運動と同一のもの、あるいはいくらか変化させたもの²⁵」に過ぎないが、

この方法においては、「ほとんどすべての種類の運動が補完され、経験される²⁶」ものであった。さらに、エベールは、「体育の発展は、特定の性質の運動を創り出すことや、その効果の正確な知識を意味するものではなく、実験によってそのうちのどれが最良の練習であるかを区別し、適切に組み合わせ、調和させるよりよい訓練の方法によって可能になる²⁷」、との考えを明らかにしている。

エベールの運動の方法は、以下の3つで構成されている。①必須部分：機能的基本と呼ばれる8つの運動、歩く、走る、跳ぶ、泳ぐ、登る、挙げる、投げる、自然な手段による防衛、②付属または準備の部分：具体的な身体部分の利益のための運動、関節の正常な機能、吊り下げ、支え、均衡、片足跳び、跳躍、呼吸などによって促進された腕、脚、胴の単純な運動、および組み合わせの運動、③補足部分：ゲーム、あらゆる種類のスポーツ、そして最も一般的な手作業²⁸、である。そして、これらのエベールの方法の特徴は次の通りである。①子どもにも大人にも、また、個人も集団の教育にも、すべてに適した方法である。なぜならば、特別な装置も道具も必要としないため、方法さえ知っていれば、学校、企業、軍隊など、どのような場所でも地域でも利用可能な手段として合理的に使用ができるからである²⁹。②可能な限り、上半身は裸で行う。外気浴は回復力、活力、健全な体質のための強力な手段となるからである。寒さや悪天候に対する抵抗力を養うこともまた、体育の一部である³⁰。③要約すれば、この方法は本質的に実用的である。つまり、「分析的に筋肉や器官を開発することは、実際的な用途、および使用において必要な協調を生み出さない³¹」という考えのうえに、「私たちの練習の方法は、非常に実用的³²」であることを主張した。

また、エベールの方法がほかの体操と区別されるのは次の点にもあった。エベールの言葉を借りれば、「この方法の最もユニークで重要な側面の1つは、身体の適性と結果の観察を明らかにすること³³」にあった。そのために、「実際に価値があるものが何であるかを知り、身体の力を明確に理解することができるように³⁴」個人の記録カードを作成し、運動の主体者が、自分自身の能力を把握すると同時に、次の訓練を自ら選択することを重視したのである。

エベールは、「人間が完全に身体的な発達をし、最高レベルの生理学的完全性を達成するには、本質的に有用な運動、つまり自然な移動の運動と実用的な防衛の運動で充分³⁵」であり、「肉体的に完成された人間は、絶え間ない日常の活動の自然な結果³⁶」であると考えた。つまり、エベールは、具体的に役に立つ身体の獲得、および体力の維持を目的とし、

基本的で自然な運動を組み合わせ、持続的に行う体育の方法を構築し、「自然的方法」と名づけたのである。

4. 自然的方法

エベールの体操の定義、目的、および方法は、「実用的体育」として次のように示されている。①活動は自然の法則である、②身体的発達是一般に、個人が住んでいる環境の条件、および必要性に適応する、③文明化された国では、社会的義務、慣習や偏見が人間を野外での自然な生活から遠ざけ、しばしば彼の活動を妨げることがある。完全な身体の発達は、特別な方法ではなく、自然な運動とそれを変化させた簡単な練習によって獲得できる、④現代の便利な生活は身体的怠惰を生じさせる。しかし、完全な身体的発達は、走る、歩く、跳ぶ、泳ぐ、登る、といった本質的に自然な活動と、それらを変化させた形態を含むゲームやスポーツによってほぼ達成することができる、⑤社会的慣習、および義務を負う文明化された環境にいることを望むならば、a. 十分な時間を体の修練 (culture) のために捧げること、b. そのための時間を最適に管理して無駄にしないことが必要である、⑥体の修練は、連続的かつ進歩的な方法で行われた場合に「体育」とみなされる、そしてそれは、自然的方法によってのみ可能なものである、⑦身体への影響に関する知識に基づいて練習を選択し、それらを分類し調整することによって教育の方法が体系化される。人工的な動きによる練習は効果を上げることはできず、かえって悪化させる、⑧系統的教育の目的は、人体が到達し得る最大の可能性を創り出す方法を提言することであり、また単純に強い存在になることを追求するものである。現実的な観点から見れば、より健康で、活気があり、疲労や病気に対する抵抗力を身につけるには、機能的、かつ自然な運動が必要である。その運動は、8つの異なる部門、歩く（行進）、走る、跳ぶ、泳ぐ、登る、挙げる、投げる、自然な防衛（ボクシングやレスリング）で形成される。³⁷

このように、エベールは、最も基本のこれら8つの運動形態を組み合わせ、文明化されていない地域に住む人々の日常生活のために必要な運動を理想として、運動を体系化し、体育として実施したのである。また、このような運動の組み合わせは、波型授業として実施されていた。（清水 1986）「波型授業によって、エベールは集団的活動の中に個人の行動の自由を取り入れることができたし、各集団の同質性を求めることもできた³⁸」のである。

第2節 リトミックにみるエベールの自然的方法からの影響

1. J＝ダルクローズの体操に関する記述と見解

J＝ダルクローズは、『リトミック・芸術と教育』³⁹において、体操に関する次のような考えを述べていた。

今世紀の初め、体操といえば動的な衝動に拘引され、伝統的な速度に影響された、身体の断続的な運動によって成り立っていた。弾力性はほとんど追求されず、直線的な固苦しい動きが急激に準備も脈略もなく続き、反対に曲線は否定され無視され、始めと終りは混乱していた。各手足は特定数の定位置に置かれるように訓練され、その各部の訓練はそれ自身完結していた⁴⁰。

このような記述を初めとし、J＝ダルクローズは著作において体操に関する見解を少なからず明らかにしている。なかでも体操の方法については次のように述べている。①体育では、リズムの助けを借りずに身体を鍛える、②多くの体操教師や専門的な運動選手…によって行われる大部分の動きは用意されたものである⁴¹、③生徒の一斉に行う動きをいちだんと容易に統制し監視できるように身体の動きに拍子や均斉をまぶす⁴²、④たいいていの健康増進ジムやスポーツジムのシステムでは、ダイナミックはアゴーギクの協力は得ないまま進められる⁴³、⑤普通の体操の訓練では速さについてはごく限られた変化しか許さない⁴⁴。つまり、J＝ダルクローズは、体操における動きは、アゴーギクとダイナミックの関係性によって生みだされるさまざまなニュアンスから切り離されたものだと考えていたのである⁴⁵。したがって、J＝ダルクローズはこのような方法で行われる体操には、次のような限界があるという考えを示した。①古典的な体操で経験されるのは運動の開始と終了の感覚のみである⁴⁶、②教師が筋肉活動の準備時間の長短によって生じる違いに十分な影響を認めないので、動きは動きとしてだけで学習される⁴⁷、③唯一の目標は、鍛錬であり、健康法である。また、(体操競技者は)動きをそれ自体のために開発する⁴⁸、④多くの体操方式は…そのほとんどのメソッドには、訓練によってある限られた時間内での動きの正確さと規則正しさを確実にするという以外の目的があろうとは思われない⁴⁹。その結果、①目的を踏み越し、感受性を欠いた世代をつくり出す⁵⁰、②大部分の動きは…彼らから人間性をすっかり奪い…(自発性に関して)芸術的な性格をすべて取り去る⁵¹、と指

摘したのである。しかし一方で、J＝ダルクローズは体操によってもたらされるものを次のように示した。

すべての体操のねらいや目的は、人体の特定部分の自然なままの機構を、訓練を重ねることによって目覚めさせ、発展させることにある。健康のための体操は体の機能を十分に作用させる。競技体操は特定のテストに際し、身体がその最大の成果をあげることが可能にする⁵²。健康のための、また競技のための体操は、すっかり失ったと思われていたかなり多くの本来のリズムを身体に回復させる⁵³。

このように、体操によって養われるものも認めたとうえで、J＝ダルクローズは運動が筋肉の効果的な作用だけに依存するものではなく、身体の自発的なリズムとそれに呼応する心的リズムが必要とされると認識していた。したがって、リズムは、健康上も、知的、芸術的な体操にも不可欠な要素と考え、「本能的なリズムと感覚や意志によって作られたリズムとの間の関係を確立することを企図⁵⁴」し、リズムによる体操、すなわちリトミックを構想したのである。

2. まとめと考察

J＝ダルクローズは多くの体操の方法について、一定の評価をしながらも限界があり、補われるべきものがあることを示していた。では、このような認識にありながら、エベールの方法に何を見だし、どのような点を評価したのだろうか。J＝ダルクローズがエベールに関して言及した部分は以下のとおりである。

拍子の意図的な訓練は、規則正しさを確立してくれる。—この規則正しさがどうしても必要な場合もある。しかし、このように終始機械的に秩序を追い求めることは、生の自発的な発現という性格を不自然に歪める危険をはらんでいる。拍子は人間のために創られたもので、人間にとっては道具となってくれるものだが、この道具は、往々にして、いつの間にか人間の主人になってしまい、彼の動きのダイナミズムやアゴーギグに影響を及ぼし、その人間性を因襲的な仕掛けの奴隷にしてしまうのである。身体の動きに拍子をつけることは、ほとんどの体操の指導法を支配する特色のひとつであるが、多くの人体が、基本的な形と本来の衝動力を失ってしまっているので、人体を意志の力をかり

て鍛え直す必要がある、という認識から生み出されたものなのである。しかし、健康な身体にあっては、動きに対する欲求は、秩序や拍子とは別のものに結びついており（エベール中尉はこのことをしっかりと理解していた）、それが導き出す表現は、人体の神経構造に左右される⁵⁵。

このような記述から、J＝ダルクローズは、エベールが多くの体操に見られるような運動の規則正しい秩序を追求したわけではない、との認識が確かめられる。しかし一方で、エベールの方法の目的は、実際的で役に立つ体づくりであり、J＝ダルクローズのリトミックの目的は、生のリズムの自発的な表出と精神と身体の調和・一致を養うことであった。J＝ダルクローズは、エベールとはその目指すものに違いを認めながらも、彼の運動の方法を客観的に分析し、運動が連続して行われ、流れを重視したものであったことを評価したのである。J＝ダルクローズは、「私たちの足はもはや、飛びあがったり、這ったり、「よじ登ったり」する、全体的な能力を身につけていない⁵⁶」、と述べ、エベールの「歩く（行進）、走る、跳ぶ、泳ぐ、登る、挙げる、投げる、自然な防衛⁵⁷」という「自然的方法」によって、「永久に失ったと思われている自然の多くのリズムを肉体に取り戻してくれる⁵⁸」、と考えたことが示唆される。J＝ダルクローズは、「運動の始めと終わりを統一する流れの、速度と強さのすべての段階に互る学習を含むということは必然⁵⁹」というリトミックの方法とエベールの自然的方法に共通する要素を確信したといえる。また、J＝ダルクローズの「拍子や均整といったものは、リズム意識を目覚めさせるにも形成するのにも役立つことはできない…子どものリズム感を伸ばすには、規則正しい一斉の動きをさせるだけでは不十分である⁶⁰」、という記述からは、J＝ダルクローズが自然の動きを基本に置くエベールの運動に同質性を見出していたと考え得る。

さらに、J＝ダルクローズは、「原始的本能の開発、自己という存在を全面的に転倒させること、だけが、私たちの運動器官に、柔軟性、弾力、自由な弛緩という能力を与えてくれることができ、こういった能力のおかげで、私たちは感情面の姿をリズムで表現することができるのである⁶¹」、と述べ、エベールの自然的方法をなぞらえた「原始的本能の開発」という表現を用いて、運動能力とその可能性について言及している。つまり、同じ時代にエベールの「自然的方法」が発展し身体教育として成果があると認められていたことは、J＝ダルクローズにとっては、リトミックの教育方法の裏づけとなるものであったことが推察される。すなわち、J＝ダルクローズはエベールによって、自らが目指す「自

然なリズムの開発を基礎にした精神・身体的教育⁶²⁾」であるリトミックの身体運動の方法への確信を得て、彼を評価し言及したのである。J＝ダルクローズは、エベールの自然な動き、かつさまざまな速度と強さで行われる連続的な身体運動によって、リトミックのリズムの的確な身体的実行力を養うことができる、と考えたといえよう。したがって、J＝ダルクローズは、リズムの意識の形成においては拍子によって秩序を追い求める体操の方法には限界を見いだしながらも、リズムの表現には運動能力の養成も欠かせないものと認識し、そのうえでリトミックの身体運動の方法を構築したことが確かめられたといえる。

【註および引用文献】

- 1 J＝ダルクローズ著、板野平訳、『リトミック・芸術と教育』、全音楽譜出版社、1986、p.3
- 2 J＝ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、p.3
- 3 J＝ダルクローズ著、山本昌男訳、『リズムと音楽と教育』、開成出版、2003、p.228
- 4 Hébert, Georges, *L'Éducation physique ou l'entraînement complet par la Méthode Naturelle. Historique documentaire*, 12es., Edition, Paris: Vuibert, 1947,
- 5 Hébert, Georges, *Guide pratique d'éducation physique*, 2.éd., Paris: Vuibert, 1916, および英訳書, Georges Hébert, Translated by Philippe Til, *The Natural Method*, Createspace Independent Publishing Platform U.S.A. n.p. n.d.
- 6 J＝ダルクローズ、板野訳、『芸術と教育』、前掲書
- 7 J＝ダルクローズ、山本訳、『リズム』、前掲書
- 8 J＝ダルクローズ、河口道朗訳、『音楽と人間』、開成出版、2011
- 9 J＝ダルクローズ、板野平訳、『リズム運動』、全音楽譜出版社、1970
- 10 オリンピックとの関わりの中で、創始者であるクーベルタン(Pierre de Frédy, baron de Coubertin 1863- 1937)の名前が示されるが、フランスは体育の独自の方式をもたない、あるいは、近代体育の形成が遅れた、という指摘もある。
- 11 水野忠文・木下秀明・渡辺融・木村吉次著、『体育史概説』、杏林書院、1961、p.142
- 12 清水重勇著、梅根悟監修、世界教育史研究会編、『世界教育史大系 31 体育史』、講談社、1975、p.107
- 13 清水重勇著、『フランス近代体育史序説』、不昧堂出版、1986、p.136
- 14 フランスで初めて体育教員養成校の校長を務めたダルジー (D'Argy, C.H.)、学校体育教材の改善、パリ市の教育改革に力を注いだレスネ (Laisné, N) である。
- 15 清水著、『フランス近代体育史序説』、前掲書、p.147
- 16 大谷武一体育選集刊行会編著、『大谷武一体育選集第三巻』、杏林書院・体育の科学社、1960、pp.26-28
- 17 同上書、p.244
- 18 Hébert, *L'Éducation physique*, *op.cit.*, p.178.
- 19 清水著、『フランス近代体育史序説』、前掲書、p.246
- 20 Hébert, *Guide pratique*, *op.cit.*
- 21 Hébert, *Guide pratique*, *op.cit.*, p. V .
- 22 *Ibid.*, p. V .
- 23 *Ibid.*, p. V .
- 24 *Ibid.*, p. VI .
- 25 *Ibid.*, p. VI .
- 26 *Ibid.*, p. VI .
- 27 *Ibid.*, p. VI .
- 28 *Ibid.*, pp. VI-VII .
- 29 *Ibid.*, p. VIII .
- 30 *Ibid.*, p. VIII .
- 31 *Ibid.*, p. VII .
- 32 *Ibid.*, p. VIII .
- 33 *Ibid.*, p. VIII .
- 34 *Ibid.*, p. IX .
- 35 Hébert, *L'Éducation physique*, *op.cit.*, p.1.
- 36 *Ibid.*, p.3.
- 37 Hébert, *Guide pratique*, *op.cit.*, pp.1-5.
- 38 清水著、『フランス近代体育史序説』、前掲書、p.250
- 39 J＝ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、前掲書
- 40 同上書、p.55
- 41 J＝ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書、p.108
- 42 J＝ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.48
- 43 同上書、p.197
- 44 J＝ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、前掲書、p.14
- 45 J＝ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.211
- 46 J＝ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、前掲書、p.59
- 47 J＝ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.197
- 48 同上書、p.158

-
- 49 J = ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、前掲書、p.12
50 J = ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.128
51 J = ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書、p.108
52 J = ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、前掲書、p.3
53 同上書、p.4
54 同上書、p.5
55 J = ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.228
56 J = ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書、p.101
57 Hébert, *Guide pratique, op.cit.*, pp.1-5.
58 J = ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書、p.101
59 J = ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、前掲書、p.59
60 J = ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.48
61 同上書、p.229
62 同上書、p.xii

第4章 メンゼンディークの体系とリトミックにおける

身体運動に関する研究

第1節 体操改革運動におけるJ＝ダルクローズとメンゼンディーク

1. 研究の課題と目的

J＝ダルクローズは、リング、デルサルト、エベールらの体操教育から運動に関するさまざまなことを学び、リトミックの身体運動の要素として取り入れ、あるいは自らの考えに裏づけを得るような形でリトミックを発展させていった。しかし、一方ではリトミックが音楽を表現する身体運動のニュアンスについての芸術であり、際立ってリズム的な芸術である、という理念において体操と区別する見解を明らかにしている。また、音楽教育の方法であるにも関わらず、J＝ダルクローズが著作において、身体運動を解剖学的・生理学的に分析し、詳細に記述している点も注目される。

そこで、本章では、J＝ダルクローズと同じ時代、体操改革運動において、「機能体操を代表とするような衛生学的・生理学的方向¹⁾」の体操の中心人物の一人と捉えられているメンゼンディーク (Mensendieck, Bess M. 1864-1957) を取り上げる。メンゼンディークは、主著である『機能的な女性体操』²⁾において、「リトミック」、および「ダルクローズ」について記述しており、批判的ながらも、リトミックが関心の対象であったことが推察される。したがって、メンゼンディークとJ＝ダルクローズの教育思想、および教育内容を比較・検討することによって、両者の影響関係からリトミックにおける身体運動の独自性が明らかになるものと考えられる。

研究の方法としては、メンゼンディークに関しては、主要な著作である『女性の身体文化』³⁾、および『機能的な女性体操』⁴⁾を資料として用い、メンゼンディーク体系の原理を明らかにすると同時に、J＝ダルクローズ、およびリトミックについての記述を検討する。J＝ダルクローズに関しては、『リズムと音楽と教育』⁵⁾、『リトミック・芸術と教育』⁶⁾、『音楽と人間』⁷⁾、および『リズム運動』⁸⁾における記述を検討し、身体運動の原理を明確にしたうえで、メンゼンディーク体系との比較の資料として用いる。

先行研究としては、体育研究において、大谷 (1930)、水野・木下・渡辺・浅井・大段 (1958)、木村 (1961)、梅根編 (1975)、今村・宮畑 (1976)、岸野 (1984、1987)、板垣 (1990) らが、メンゼンディークの理論の概要、および体育史上ではどのような位置づ

けにあるかについて言及している。新妻（1989）は、基礎理論と実践方法について原著に拠って明らかにしている。一方、J＝ダルクローズに関しては、大谷（1930）がリトミックの原理と方法を詳説しているが、体育研究においてはその多くが体育史における功績に関する記述である。リトミック研究においては、体操領域を視野に入れた研究は、管見の限り見当たらない。したがって、メンゼンディークの体系とリトミックを比較・検討する本研究によって、体操改革運動におけるリトミックの身体運動の特徴が明らかになり、その後の体操教育に及ぼした影響が確かめられるものと考えている。

2. メンゼンディークについて

メンゼンディークは、身体の構造に関する生理学、解剖学的知見に基づいて機能的な体操をつくり、体操改革運動の一翼を担ったとされる。新妻（1989）は、19世紀当時のヨーロッパでは、女性は封建的女性観によって従属的な立場に置かれ、女性の身体は拘束され、軽視されており、当時の生活習慣によってさまざまな身体的な障害がもたらされていた⁹、と指摘する。そのような時代を背景に、メンゼンディークは、『女性の身体文化』¹⁰において、「あらゆる女性のために、とりわけ、肉体的、精神的思考を形成する女性のために書いた¹¹」ことを明らかにし、女性が自覚して行う身体運動の体系を構想した。その思想は、リング（Ling, Pher Henrik 1776-1839）とステビンス（Stebbins, Genevieve 1857-1934）を継承するものであり、女性の体の特性にふさわしい機能的な体操をめざすものであった。（岸野 1987）メンゼンディークの理論は「厳密な方法と美的な洞察の深さによって¹²」、その後の体操学校の模範となった。メンゼンディークの体操は、①女性が解剖学的な知識をもつこと、②女性が自らの体を意識すること、③女性が能動的に運動すること、の3つの点でそれまでの集団秩序的・形式的な体操に代わるものとして革新的であったといえる。

新妻（1989）によれば、メンゼンディークの生涯は次のようなものであった。1864年にオランダで生まれる。1906年、42歳の時に、主要な著作の一つとされる『女性と身体文化』¹³がミュンヘンで出版された。1910年、女性教師養成のためにメンゼンディーク体操中央研究所をベルリンに創設した。第1次世界大戦中は、アメリカのニューヨークに滞在していた。1922年にはドイツで行われた芸術体操会議に参加している。1923年に『機能的な女性体操』¹⁴を出版し、その後、女性教師のための講座をコペンハーゲン、ブレスバウデンで開催している。また、ケーニッヒシュタイン、デュッセルドルフなどでも講座の

開催を重ねた。1929年に『日常生活における運動の優美』¹⁵をミュンヘンで出版するなど、文筆活動にも力を入れている。その後、メンゼンディークは、弟子のギュンター（Günther, Dorothea 1896 -1975）がつくった「ドイツメンゼンディーク連盟」から距離を置き、第2次世界大戦によってドイツの友人たちとの交流も断たれる。1954年、『見てよし、感じてよし』¹⁶をニューヨークで出版する。1957年にニューヨークでその生涯を閉じた。

3. メンゼンディークの体系の基礎理論

メンゼンディークは、「すべての女性が獲得できる美しさがある。それは、日常生活の中の動きの美しさである¹⁷」、という考えを明らかにしている。身体教育において最も重要で、最も適した運動は日常的な運動であると考え、その理由を次のように示した。

日常的な運動は、生命機能や生命活動の維持に役立つ運動である。自然のままに遂行されれば、これらの運動は、身体を健康で強く、正常で能力のある状態に維持する。そして、日常の運動に関しては、年齢的な制限を設ける必要はない¹⁸。

つまり、メンゼンディークは、自分の身体について理性的に考える女性はすべて、年齢に関わりなく、日常の生活における身体運動によって、美しさと健康を維持することができると考えていたのである。そのための30の運動を『機能的な女性体操』において具体的に示した。そこには、写真が多数併載されており、運動は裸で2枚の鏡の間で行うこと¹⁹、さらには、「ドリル的に運動をするな！筋肉と脳を結びつけよ！意識して見よ！自分で取り入れよ！比較して考えよ！判断せよ！自分で獲得した判断だけに価値を求めよ！²⁰」という指示があった。すなわち、身体運動には知的理解が必要であるという考えによって、筋肉の特徴を自分で確かめ、自覚して運動することが求められたのである。

さらに、メンゼンディークは、『女性の身体文化』において、9つの運動法則の原理を明らかにした。それらは次のとおりである。「I.力の節約（Krafterparnis）、II.運動の範囲のコントロール（Beherrschung des Bewegungsumfanges）、III.空間に対する認識（Raumbewusstsein）、IV.輪郭（Linienführung）、V.リズム（Rhythmus）、VI.充電（Ladung）、VII.呼吸法（Atemführung）、VIII.活性化（Energisieren）、IX.リラックス（Relaxieren(Entenergisieren)）²¹」、である。それぞれの原理は相互に関連しており、

その内容は次の通りである。①「力の節約」は、力の消費の経済性の原理である。「単純な運動においても、身体の力動学的法則に違反し、過度に筋肉を使ったり、不十分な筋肉の使い方をしたり、リズムカルでない筋肉の使い方をすると、健康、美、バランスという領域で欠陥が生じる可能性がある²²」、②「力の節約」が美を促進するための条件は、「運動の範囲のコントロール」の原理である。「ある運動のために、無条件に必要な筋肉のみを使用することを習得する能力である。つまり、不必要な筋肉部分を引き寄せ、全ての大きな運動（運動の周り道）を回避することである²³」。③『力の節約』の原理を習熟し、運動の範囲をコントロールする場合に、自然に、「空間に対する意識」に基づく運動の『輪郭』の意識が生じる²⁴」、④「柔軟な歩き方は若々しさを印象づけ、リズムのある歩行となる²⁵」、⑤「脳にある意志は、神経を通じて、仕事をする筋肉にエネルギーを送り出す。この意志が洗練されたものであればあるほど、より慎重、かつ、正確にエネルギー充電を果たす²⁶」、⑥「呼吸法」は、「個々の筋肉グループをエネルギーで充電する際のもう一つの補助要因²⁷」である。「筋肉の働きのために一あらゆる仕事のために一補強力が呼吸機能に存在している²⁸」、⑥「リラックス」は、身体の緊張を解きほぐすものであり、筋肉をエネルギー化するための貯えである。「優雅な美は、運動のリズムに基づいているため、調整されたリラックス術は、女性にとって一つの美の手段でもある²⁹」。³⁰

また、メンゼンディークは、運動の重要な概念の1つである「優美 (Anmut)」について、「美の価値がさらに高められた美の形式である³¹」、という認識を明らかにしている。「優雅な美を実演する際に最も重要なことは、運動における美的な表現力の豊かさの要因である。美的な表現力の豊かさは、エネルギー充電のために、さらに加えなければならない心的な充電 (Psychische Ladung) によって獲得される³²」とした。つまり、脳の意味が仕事をする筋肉部分に正確にエネルギーを充電することで、技術的に巧みさを備えた運動を形成する。優雅は、その運動の形成を把握することによってもたらされると考えていたのである。

メンゼンディークは、以上のような原理に基づいて運動を構成し、正しい運動によって健康だけでなく美しさも獲得することを目的として体操の体系化を図った。そのために、「運動条件の物理的法則性に関連した、身体の解剖学的生理学上の機能についてはっきりとした実践的見解をもつことが必要である³³」、ことを示し、女性に自分の身体に対する自覚と運動の理解を求めたのである。

4. メンゼンディークの理念

メンゼンディークは、パラート (Pallat, Ludwig 1867-1946) とヒルカー (Hilker, Franz 1881-1969) による「芸術体操会議」の報告書『芸術的身体教育』³⁴に「私の体系」(*Mein System*) を寄稿し、『女性の身体文化』³⁵から 20 年を経て総括した理念を次のように示した。

私の体系は次の認識によって構築されたものである。スポーツも、スウェーデン＝ドイツ＝フランス体操も、リトミック (Rhythmik)、造形 (Plastik)、ダンスも、人間の身体に、全てを包括するような全身体教育を保証するものではなく、外側から生じる訓練は全て、行為者の頭脳活動を 90%まで受動的にしている。この体系の基になっているのは、自分の身体を一つの機械と同じように詳しく知り、頭脳活動 (意志による刺激伝達) と機能の間に、あるつながりをつくることである。構成上の関係 (骨格知識)、解剖学上の関係 (筋肉と関節の知識)、生理学上 (筋肉の機能に関する知識)、数学的、つまり、日常の運動の分析と総合である。同時に、どのような力学的、物理的法則に従って、先天的に最も単純な運動が生じて、実行されるのかということ、音楽、リトミック、表現主義、その他“主義”を全く組み入れることはせずに学術的に明らかにする必要がある。また、姿勢の良し悪しは、身体を管理している自然法則を意識的に使うことに左右される。特に「筋肉の機能に関する知識」、「日常の運動の分析」、「意識的な運動」は、ほかの体系と比べたときのメンゼンディーク体系の特色でもある。呼吸法もまた、私の体系において不可欠な要素である。加えて、年をとった婦人が自分の知識だけで家で行うことができるということも私の体系において重要なことであった。女性のための身体教育には男性のためのものとは全く違う精神的な観点からの助けが要求される。本質的なものから逸脱すれば、体系の論拠は崩れてしまう³⁶。

このように、解剖学上の知識を基盤に、運動の際に必要とされる身体の構造や筋肉、および関節の機能を理解し、自らの身体に能動的、意識的にかかわることを女性に求めた。メンゼンディーク体系は、日常の生活様態のうえに構築され、女性の生き方を捉え直すための身体を通しての教育として革新的であったといえる。また、メンゼンディークは、「正常なものについての自分なりの意見、墮落の理由に関する自分なりの理解、再建を可能にする手段についての自分なりの知識³⁷」を追求していることを明らかにした。彼女の身体

教育においては、自分の身体に厳しく向き合う姿勢が重視されたのである。一方で、メンゼンディークは、リトミックを外からの刺激によって運動をさせる従来の形式的で受動的な体操と同列に捉え、批判していた点が注目される。

第2節 J＝ダルクローズとメンゼンディークの比較分析

1. メンゼンディークのJ＝ダルクローズに関する見解

メンゼンディークのJ＝ダルクローズ、およびリトミックに関する記述は2点確かめられた。先述のとおり、1つは、「スポーツも、スウェーデン＝ドイツ＝フランス体操も、リトミック、造形、ダンスも（中略）外側から生じる訓練は全て、行為者の頭脳活動を90%まで受動的にしている²⁸」、という記述である。メンゼンディークは、リトミックを含むこれらの身体運動が、自らの意思に拠るものではない受け身の活動であり、全身体教育としては適切ではない、との考えを明らかにしている。さらに、身体運動における最も単純な動きの発現を解明するためには、「音楽、リトミック、表現主義、その他“主義”を排除して力学的、物理的法則に従って、学術的に説明する必要がある²⁸」、と述べている。つまり、メンゼンディークは、運動の契機となる要素は、知識に基づく意志のほかは無益と捉えていた、といえるであろう。メンゼンディーク体系における第1の目的は、「自分の身体を一つの機械と同じように詳しく知り、頭脳活動（意志による刺激伝達）と機能の間に、あるつながりをつくること³¹」、であり、メンゼンディークが身体と機械を同一視し、知的な活動が身体の運動を支配する考えが読み取れる。「芸術体操会議」は、体操改革運動を担う新しい体操の代表者たちが参加し、体操改革運動を大きく推進したと位置づけられている（菅井 2010）。その報告書において、2度リトミックに言及している事実は、否定的ともいえる内容ながらもメンゼンディークのリトミックに対する関心の高さの表れといえよう。

2つめは、『機能的な女性体操』における記述である。ここにはリトミックに対する見方がより明確に示されている。メンゼンディークは、J＝ダルクローズ、およびリトミックについて、次のように言及している。

リズムやリトミック、動きの表現主義、さらにそれらと似たようなものについて溢れるもっともらしい言説はどれも、じつくりと忍耐強く生理学的リズムを獲得して初めて、美しい装飾的な動きを生理学的リズムでもって行うためにそれ（生理学的リズム）を利

用することができるのだ。音楽によって動きの芸術を呼び起こそうとするもう1つのやり方が間違いであるということは、まずはダルクローズに見て取ることができた。ダルクローズはすっかり熱に浮かされて、お気に入りの音楽でもって身体をより良きものにしようと実に多くの労力を費やしたのだが、それは馬を馬車の後ろにつなぐようなものだったことに彼自身は気づかなかった。彼は身体に関する自然の法則を知らなかったからである。ダルクローズを音楽家として見れば、そのことで彼を責めることはできなかったのだが、いずれにせよ、メロディや音楽ではなく、身体が先なのであった。それゆえ、まずは生理学的リズムがあり、それから音楽的リズムが来るのである。両者は2つの音のように、共に調和的に響くことができるが、まずその前に、2つの音のそれぞれが自らの振幅にちゃんと合わされていることが必要である。生理学的リズムを音楽だけで魔法のように出現させようと望むのは根本的な誤りである³⁸。

このように述べ、メンゼンディークは、「リズムは音楽が存在する前に既に存在する³⁹」と捉え、「リズムはそれが行使する者の知能によって支配されていれば音楽を必要とはせず、音楽の傍らで並行して起きる⁴⁰」、と考えていた。つまり、「リズムは音楽によって生み出すことはできない⁴¹」のである。一方、J＝ダルクローズも「すべてのリズムは体内にあり、動きやポーズの中でごく自然にあらわれてくる⁴²」、と述べ、「リズムがその根源を身体そのものの中にもっている⁴³」ことについては、同様の考えを表している。

2. J＝ダルクローズの生理学的な見解

前項において、メンゼンディークのJ＝ダルクローズに対する記述を検討したが、今のところ、J＝ダルクローズのメンゼンディークに対する見解は見当たらない。先述のとおり、メンゼンディークの体系においては、解剖学、生理学上の知識が重視される。一方で、J＝ダルクローズも身体の仕組みにも目を向け、生理学的な視点から身体運動を分析する記述が見受けられる。そこで、J＝ダルクローズの解剖学、生理学的な見解を整理し、比較・検討の材料とする。『リズムと音楽と教育』⁴⁴においては、以下のような記述が見られた。①器官は機能することによって発達し、器官が機能していることを意識することが思考の意識の発達を促す⁴⁵、②身体的鍛錬が大部分である芸術教育だけが、過度に刺激を受けた私たちの神経組織を鎮めることができる⁴⁶。③非リズム的な動きの欠陥はすべて、動きの実行を担当する筋肉に充分迅速に命令を与え得ない脳、命令を忠実かつ冷静に伝達

できない神経組織、命令を落ち度なく実行できない筋肉のいずれかによって引き起こされている⁴⁷、④非リズムは、考えついた動きとその表現との間の不調和の結果であり、時にはそれを生み出している神経組織の惑乱、に起因している⁴⁸、⑤動きについての真の知覚は、視覚ではなく筋肉に属するものであって、筋肉器官という創造の道具により創られ、統御されている、⑥身体の動きは筋肉の経験であって、この経験は<筋肉感>という第六感で体験される⁴⁹、⑦関節が個々に独立して動けるよう関節を別個に仕立てる学習。全身、手足のうち的一本、拮抗筋のニュアンスで働く二本とかそれ以上の手足の筋肉の収縮と弛緩の学習⁵⁰、⑧X時間中になされる身振りは、所定の筋肉の力を必要とする。この筋肉の力は、協力筋と拮抗筋の働き方のあいだの関係の結果である⁵¹。

以上のような記述から、J＝ダルクロワーズが、関節、および協力筋や拮抗筋の名を挙げるなど、身体の構造と機能によって身体運動を分析し、音楽の諸々の価値を身体で表現することを目的とするリトミックにおいて、筋感覚を重視していたことがわかる。

また、『リズム運動』において、リズム運動の方法は、「歩くことを基礎としているので、足（脚）の筋肉は、可能な限り自由に、命令に従えなければならない⁵²」という考えのうえに、歩行動作を次のように記述している。

体重を支えている脚が地面に着くと、すぐに筋肉は関節を硬くし始め、この硬直はつま先、足の裏から、足首、ひざ、腰の関節へと下から上へ移動する。ステップをするために動かした自由な脚は、身体の後側にある出発点を離れ、前方へステップ運動を始めるとすべての筋肉抵抗はおさえられなければなくなり、身体の重心は前方へ傾けられる。ステップをしているあいだは、足先は下げられ、かかとは上げられている。最初につま先が地面に着き、それから足の裏が着く。ステップは腰の関節が基本となり、ひざ・足首・つま先はそれを受ける⁵³。

このように、J＝ダルクロワーズが、生理学的・運動学的な視点を含め、詳細に身体運動を分析していたことが確かめられる。さらに、「機敏性を養う身体テクニク訓練をさせて、生徒が理解できる範囲で説明していくことが、先生の義務である⁵⁴」、と示し、運動の知的理解を求めていたことがわかる。しかし、その知的な理解は、「実践的学習の過程において得た概念を、纏めたり分析したりする⁵⁵」ためであり、「この特殊な教育方法を個人的に経験している者⁵⁶」に限られるのである。つまり、J＝ダルクロワーズが求める知的な理

解は、経験の後になされるべきものなのである。すなわち、「リトミック教育の目的は…自分を表現したいという欲求を自分の内に生み出すようにすること⁵⁷」だからである。

3. J＝ダルクローズとメンゼンディークの身体運動の比較

以上の言及、および著作における記述を基にメンゼンディークとJ＝ダルクローズの身体運動に関する見解の異同をまとめると次のようになる。

第1に、メンゼンディーク、J＝ダルクローズともに、リズムの根源は身体にある、と考えている点が共通していることがわかる。メンゼンディークのリズムとは自ら名づけた「生理学的リズム (Physiologischen Rhythmus)」を指すものと考えられるが、J＝ダルクローズもまた「身体づくり、血液循環、神経組織から生じる自然なリズム⁵⁸」と表していることから、根源的な身体のリズムについては同様の考えをもっていたといえる。しかし、メンゼンディークは、「生理学的リズムを音楽だけで魔法のように出現させようと思うのは、根本的な誤り⁵⁹」、と述べ、J＝ダルクローズを批判するのである。メンゼンディークは、リズムと音楽は別々に存在するものとして区別して捉える。一方、J＝ダルクローズは、音楽のリズムが身体のリズムに由来するものと捉え、それゆえに、音楽のリズムが身体運動において筋肉と神経に働きかけ、精神と身体の調和を可能にすると考えた。つまり、メンゼンディークにとってリズムは、関節や筋肉の働きとして膠着した「すでにある」静的なものであり、J＝ダルクローズは音楽を発生論的⁶⁰に分析し、リズムをその時々の様相を表す感情の表出であり、動的なものと捉えていたといえよう。

第2に、非リズム、あるいは「リズムカルでない」ことに関して、メンゼンディークはその原因を筋肉の使い方と呼吸法の間違いであると示し、J＝ダルクローズは、「非リズム的な動き」は、脳、神経組織、筋肉の不調和から起こっていると考えた。いずれも、生理学的に分析しているが、メンゼンディークは「非リズム」を物理的な現象として捉え、意志によって支配できるもの、との考えがうかがわれる。一方で、ダルクローズは主体全体の調和の問題と捉えている点に違いが見られる。

第3に、運動自動性についての見解である。運動の範囲のコントロール、および筋肉について、メンゼンディークは、必要な筋肉のみを用いる能力の重要性について述べている。J＝ダルクローズも「すべての筋肉の中からその動作に最も必要なものを選び⁶¹」、と同様の考えを示している。しかしながら、メンゼンディークは、「体の造りをうまく組み合わせるか、下手に組み合わせるかは、身体を管理している自然法則を意識的に使うことに左

右され、何の知識もない場合には運動自動性が生じる。運動自動性は、単なる模倣に基づいており、特有の習慣によってさらに悪化する可能性がある⁶²」、と示し、運動自動性の影響を問題視して述べている。一方でJ＝ダルクローズは、「身体の動きは筋肉の経験であって、この経験は<筋肉感>という第六感で体験される⁶³」と述べ、動きについての知覚は筋肉に属する、と捉えている。J＝ダルクローズにとって、リズム運動のねらいは自動性を養うことでもあり、この点においてメンゼンディークの見解とは大きく隔たりがみられる。

第4に、「空間の意識」については、メンゼンディークが身体によって描かれるラインを意識すること、J＝ダルクローズもまた、思い描いた直線や曲線を身体造形化することを重視しており、空間における輪郭についての見解は共通しているといえる。また、当時のバレエについては、メンゼンディーク、J＝ダルクローズともに、運動によって描かれる線の意識が低いことに対して批判的である。

第5に、呼吸について、その重要性を認める考えは一致しているが、メンゼンディークが呼吸の際に使う筋肉、骨格など、呼吸のメカニズムを説明した一方で、J＝ダルクローズは、呼吸が生み出すリズムによって美しい動きが可能になる、と考えた。メンゼンディークの呼吸法の目的は、身体の改善であり、J＝ダルクローズの呼吸の目的は、動きを生み出すためのものであったといえる。

最後に、メンゼンディーク、J＝ダルクローズともに、鏡の前で運動を行う練習方法に共通点がある。メンゼンディークは、鏡を用いて、衣服をまといわず、自らの身体の名刺とその動きを確認しつつ厳密に観察することを重視していた。運動はひとつひとつの運動の過程を自覚するために非常にゆるやかな速度で行うことが求められ、この鏡の前での練習方法はメンゼンディーク体系において重要な役割を占める。一方、J＝ダルクローズも鏡の前に立ち、自分自身の四肢で思い描いた通りの身振りやポーズを正確に表現することの重要性について言及していたが、その方法は練習の一部である。J＝ダルクローズは、「鏡の前に立ったとき、あらかじめ思い描いた直線や曲線の全体が身体造形化されているのを見出さねばならない⁶⁴」、とその目的を明らかにしている。しかし、そのためには、特別な訓練、すなわち、リズム運動によって、身体の表現に必要なデザインされた線、秩序、バランス、ダイナミズムの能力といったものへの内面的な感覚を身につける必要がある、と考えていたのである。以上の内容を項目ごとに整理し、比較したものが次の(表1)である。

(表1) メンゼンディークとJ＝ダルクローズの身体運動に関する見解の比較

	メンゼンディーク	J＝ダルクローズ
リズム	<ul style="list-style-type: none"> ・優雅な美は、運動のリズムに基づいている⁶⁵。 ・リズム、それは音楽が存在する前に既に存在していた⁶⁶。 ・メロディや音楽ではなく身体が先。まずは生理学的リズムがあり、それから音楽的リズムが来る⁶⁷。 ・生理学的リズムを音楽だけで魔法のように出現させようと望むのは根本的な誤りである⁶⁸。 ・リズムはそれが行使する者の知能によって支配されていれば音楽を必要とせず、音楽の傍らで並行して起きる⁶⁹。 ・リズムは音楽によって生み出すことはできない⁷⁰。 	<ul style="list-style-type: none"> ・リズムは、生命、学問、芸術のあらゆる発現の根底にある⁷¹。 ・リズムは、動きの中の秩序、尺度であり、動きを遂行する個々人の仕方である⁷²。 ・リズムはその根源を身体そのものの中にもっている⁷³。 ・音楽のリズム的要素はすべて、元来は人間の身体のリズムに由来したものである⁷⁴。 ・リズムの学習は、生のあらゆる発現の中で、自分の身体づくり、血液循環、神経組織から生じる自然なリズムで、自分の感情を表出するように導いてくれるものでなくてはならない⁷⁵。
非リズム／リズムカルでない	<ul style="list-style-type: none"> ・力動的な法則に違反し、過度に筋肉を使ったり、不十分な筋肉の使い方をしたり、リズムカルでない筋肉の使い方をすること、間違っただ呼吸法によって、健康、美、バランスという領域で欠陥が生じる⁷⁶。 	<ul style="list-style-type: none"> ・非リズム的な動きの欠陥はすべて、動きを実行する筋肉に命令を与え得ない脳、命令を的確に伝達できない神経組織、もしくは命令を落ち度なく実行できない筋肉から起こっている⁷⁷。 ・非リズムは、考えついた動きとその表現との間の不調和の結果である⁷⁸。
運動の範囲のコントロール／筋肉	<ul style="list-style-type: none"> ・ある運動において、必要な筋肉のみを用いる能力、および不必要な筋肉を引っ張り出すことや大げさな運動（運動の周り道）をさけることが美を促進する条件である⁷⁹。 	<ul style="list-style-type: none"> ・動きについての真の知覚は、筋肉に属するものであり、筋肉器官という創造の道具により創られ、統御されている⁸⁰。 ・その目的は（中略）精神がすべての筋肉の中からその動作に最も必要なものを選び他の筋肉を静止状態に保てるように⁸¹。
空間の意識	<ul style="list-style-type: none"> ・身体を使ってどのようなラインを描くかを意識することが大切である⁸²。 ・身体的な重さや身体的に苦勞の多いことを抑制する瞬間を考慮するほどは、輪郭意識を考慮しないバレリーナ⁸³。 	<ul style="list-style-type: none"> ・身体造形はポーズからではなく、動きから出発する⁸⁴。 ・9つの方向表示を動きの線として利用する⁸⁵。 ・今日の舞踊芸術では、動きは二つの異なるポーズを結びつける橋に過ぎない⁸⁶。
呼吸法	<ul style="list-style-type: none"> ・呼吸は、個々の筋肉グループをエネルギーで充電する際に必要な補助的要因である⁸⁷。 	<ul style="list-style-type: none"> ・呼吸の働きは、あらゆる生命の発現の根底にあるもので、美的にも生理的にも、呼吸は身体造形においては最も重要な役割を演じている⁸⁸。 ・腕の動きと脚の動きをつなぐ糸は呼吸の働きである⁸⁹。 ・呼吸という基本的なリズム⁹⁰。
鏡と裸体	<ul style="list-style-type: none"> ・練習は裸になって鏡と鏡の間で行われる⁹¹。 	<ul style="list-style-type: none"> ・私たちの身体を教育しようと望むなら、プライベートな訓練においては、準裸体に立ち戻るよう主張する⁹²。 ・裸体は、身体表現のための不可欠なコントロール手段であるばかりでなく、美的感覚の基本要素、身体への敬意へと導いてくれるものでもある⁹³。 ・鏡の前に立ったとき、あらかじめ思い描いた直線や曲線の全体が完璧に身体造形化されているのを見出さねばならない⁹⁴。

4. まとめと考察

体操改革運動が興隆していた同じ時代に、メンゼンディークとJ＝ダルクローズは身体運動に関するそれぞれの理念を体系化した。彼らの実践によってメンゼンディーク体系とリトミックは普及し、その活動は広がりを見せた。メンゼンディークは、女性の身体的健康さを獲得するために体操という手段で答えを出そうとし、J＝ダルクローズは、知的な教育に偏りがちであった音楽教育が抱える問題を解決するために、体育の領域に接近し、音楽教育の分野に身体運動を取り入れた。メンゼンディークにとって、身体運動は身体の価値を学ぶことにあり、運動の目的を知的に理解することによって達成されるものであった。しかし、J＝ダルクローズは、知的な理解よりも、感覚をとおして身体全体で反応することを重視し、特に筋肉そのものが感覚器官となりうることを身体運動において洞察していた。つまり、「筋肉の感覚、空間や方向の感覚が、ニュアンスや時間の感覚と相俟って、芸術性を獲得する⁹⁵⁾」ことを示し、視覚や聴覚の働きによって映像や音を知覚することに始まり、目や耳の感受能力は、筋肉感覚が登録された感覚を動きに変換したときにはじめて芸術的活動に切り替えることができる、と考えたのである⁹⁶⁾。あらゆる芸術の基礎に動きをおく、という理念はここに基礎づけられている。

メンゼンディークとJ＝ダルクローズはともに、身体運動における空間認識が主要な要素の1つであるが、メンゼンディークが運動の結果である軌跡に注目し、レリーフとしての美しさの追求にとどまっていたことに対し、J＝ダルクローズは、時間、重力の関係性において空間をとらえ、身体運動によるダイナミクスが及ぼす精神への影響を重視していた。

また、メンゼンディークは、リトミックを「外側から生じる訓練」と考え、スウェーデン＝ドイツ体操と同列に並べている。つまり、メンゼンディークは、外界からの刺激、すなわち音楽が精神に働きかけるような力の作用にはほとんど価値を認めていなかったといえる。一方で、J＝ダルクローズは、音楽が心身に働きかける力を確信し、感覚と精神的機能の調和や感情の変化の中における調和によって個人の人格をつくりあげることができる、と考えたこととは対照的である。この点においてメンゼンディークの考えと大きな隔りがある。

このように、メンゼンディークとJ＝ダルクローズとは身体運動を生理学的、運動学的にとらえる視点に共通点はあるものの、教育の目的と理念には少なからず相違が見られた。メンゼンディーク体系は、「あらゆる女性のために、とりわけ、肉体的、精神的思考を形成

する女性のため⁹⁾、意識的に行う身体運動である。女性解放の立場から、従属的であった女性の身体に対して自覚を促すものであり、身体の仕組みについての知的な理解と身体に向き合う意思を重視した。メンゼンディーク体系は、意識改革によって、健康的な美しさをもつ女性の身体形成を目指すものであった。女性の身体が軽視され身体的な障害を余儀なくされた時代に、新しい女性の生き方を体現するための体操として大きな意義があったといえる。

一方で、J＝ダルクローズの身体運動は、音楽という芸術の思想や情感とその特質を発展させるものであり、感情を身体表現の動機や要因ととらえている。リトミックにおける身体運動はその点でメンゼンディーク体系と大きく認識が異なっている。メンゼンディークが体操改革運動において、形骸化した従来の体操に、生理学的視点を取り入れ、体操の行為者としての意思を重視した身体教育の思想は、人間の可能性を拡大するものとして、大きな意味をもつものであった。しかし、このようなメンゼンディークの体系は、一定の役割を担ったものの、限界があったと見なされている (Diem, C. 1930、マイネル 1981)。つまり、「自分の知性が身体のどこの筋肉にも命令ができる⁹⁷⁾」ことはあり得ないし、「純粋なメンゼンディーク体操そのもの練習 (ママ) を経験した人は、その時間がどんなに楽しくないものであり、動きが乏しく、神経に負担のかかるものであるかわかる⁹⁸⁾」というものである。メンゼンディーク体系を継承したものは、体系の誤りを認め、次のように述べている。

ダルクローズは、リズム的訓練がいかに絶対的に必要かということ認識していた。全ての音楽家は、ヘレラウでも、リズム的構造上の原理における最もすぐれた訓練を受けるであろう。しかし、我々は、身体が、リズム的自由の原理に到達する前に、“まず”、身体を我々の表現の道具として可能なかぎり完成に近づけるという点に課題を見出している。⁹⁹⁾

このように述べ、そのうえで、体操の動きを自由に発展させたのである。

メンゼンディークとJ＝ダルクローズが大きな役割を果たしたとされる体操改革運動は、体操分野に限られた改革運動ではなく、「人間の本質への問い直しであり、そこから生まれた新しい人間理解に立脚した運動であり、主張¹⁰⁰⁾」であった。そのような時代にあって、J＝ダルクローズもまた、「芸術には単に美的なよろこびだけがあるのではなく、さらに教

育への寄与が大きい¹⁰¹」と考え、音楽による身体運動、すなわちリトミックを体系化した。その教育の目的は、「子どもに生来の直感を目覚めさせ、最も本質的な生のリズムを発達させ、肉体と精神の調和を確立し、感受性を研ぎ澄まし、子どもをより活発にいきいきと積極的にさせ、子どもに想像力をかき立たせ、(中略)気質と性格を一致させること¹⁰²」、であった。J＝ダルクローズは、「生の感動¹⁰³」を感じとる能力、および「美に対する感動¹⁰⁴」を導く力の養成を目指していたのである。さらに、「それは、実際に個人を刺激できる唯一の芸術である音楽のおかげで、個性の表明に秩序がもたらされる¹⁰⁵」ものであった。つまり、J＝ダルクローズは一人ひとりの個性を基盤に、心と体の固有の能力をリトミックによって調和させることができると認識していたのである。このように、J＝ダルクローズが体操領域の発展に伴う生理学的・運動学的な知見を援用しながら、芸術のための教育から芸術による教育へと視野を広げていたことが示唆され、体操改革運動の一翼を担った根拠が明らかになった。

【註および引用文献】

- 1 菅井京子「体操改革運動の後継および発展としてのメダウの体操体系について」、『びわこ成蹊スポーツ大学紀要』第3号、2006、p.99
- 2 Mensendieck, Bess M., *Funktionelles Frauenturnen*, München: F.Bruckmann, 1923
- 3 Mensendieck, Bess M., *Körperkultur der Frau*, München: F.Bruckmann, 1906
- 4 Mensendieck, Bess M., *Funktionelles Frauenturnen*, a.a.O.
- 5 J = ダルクローズ著、『リズムと音楽と教育』、山本昌男訳、2003
- 6 J = ダルクローズ著、『リトミック・芸術と教育』、板野平訳、全音楽譜出版社、1986
- 7 J = ダルクローズ著、『音楽と人間』、河口道朗訳、開成出版、2011
- 8 J = ダルクローズ著、『リズム運動』、板野平訳、全音楽譜出版社、1970
- 9 新妻弓子著、「Bess M.メンゼンディークの女性体操に関する一考察」、『見形道夫先生退職記念論集 体操とスポーツと教育と』、見形道夫先生退職記念論集刊行会、1989、p.231
- 10 Mensendieck, Bess M., *Körperkultur der Frau*, a.a.O.
- 11 Mensendieck, Bess M., a.a.O., 1906, S.V.
- 12 岸野雄三編、稲垣正浩著、『最新スポーツ大事典』、大修館書店、1987、p.450
- 13 Mensendieck, Bess M., *Körperkultur der Frau*, a.a.O.
- 14 Mensendieck, Bess M., *Funktionelles Frauenturnen*, a.a.O.
- 15 Mensendieck, Bess M., *Anmut der Bewegung im täglichen Leben*, München: F. Bruckmann, 1929
- 16 Mensendieck, Bess M., *Look better, feel better, First Edition*, New York: Harper & Brothers, 1954
- 17 Mensendieck, Bess M., *Funktionelles Frauenturnen*, a.a.O., Titleseite
- 18 Ebd., S.3.
- 19 Ebd., S.17.
- 20 Ebd., S.15.
- 21 Mensendieck, Bess M., *Körperkultur der Frau*, a.a.O., S.28.
- 22 Ebd., S.28-29.
- 23 Ebd., S.31-32.
- 24 Ebd., S.39.
- 25 Ebd., S.45.
- 26 Ebd., S.48.
- 27 Ebd., S.49
- 28 Ebd., S.49.
- 29 Ebd., S.50-53.
- 30 原著においても、複数項目が併せて説明されており、9つの運動法則とその説明のための記述の数は一致していない。
- 31 Mensendieck, Bess M., *Körperkultur der Frau*, a.a.O., S.55.
- 32 Ebd., S.58-59.
- 33 Ebd., S.27.
- 34 Pallat, Ludwig Hilker, Franz, *Künstlerische Körperschulung*, Breslau: Ferdinand Hirt, 1926
- 35 Mensendieck, Bess M., *Körperkultur der Frau*, a.a.O.
- 36 Ebd., S.41-44.
- 37 Ebd., S.43-44.
- 38 Mensendieck, Bess M., *Funktionelles Frauenturnen*, a.a.O., S.204.
- 39 Ebd., S.204.
- 40 Ebd., S.204.
- 41 Ebd., S.204.
- 42 J = ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.180
- 43 同上書、p.119
- 44 同上書
- 45 同上書、p.122
- 46 同上書、p.128
- 47 同上書、p.188
- 48 同上書、p.188
- 49 同上書、pp.192-194.
- 50 同上書、p.196
- 51 同上書、p.199
- 52 J = ダルクローズ著、板野訳、『リズム運動』、前掲書、p.7

-
- 53 同上書、p.20
54 同上書、p.15
55 同上書、p.10
56 同上書、p.11
57 J＝ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.77
58 同上書、p.119
59 Mensendieck, Bess M., *Funktionelles Frauenturnen*, a.a.O., S.204.
60 発生論的とは、ある現象や物事を生じさせた発生の始原から本質法則を求めようとするもの
61 J＝ダルクローズ著、板野訳、『リトミック・芸術』、前掲書、p.6
62 Pallat, Ludwig Hilker, Franz, *Künstlerische Körperschulung*, a.a.O., S.41.
63 J＝ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、pp.192-194.
64 同上書、p.149
65 Mensendieck, Bess M., *Körperkultur der Frau*, a.a.O., S.50-53.
66 Mensendieck, Bess M., *Funktionelles Frauenturnen*, a.a.O., S.204.
67 Ebd., S.204.
68 Ebd., S.204.
69 Ebd., S.204.
70 Ebd., S.204.
71 J＝ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.203
72 同上書、p.119
73 同上書、p.127
74 同上書、p.186
75 同上書、p.119
76 Mensendieck, Bess M., *Körperkultur der Frau*, a.a.O., S.28-29.
77 J＝ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.188
78 同上書、p.188
79 Mensendieck, Bess M., *Körperkultur der Frau*, a.a.O., S.31-32.
80 J＝ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、pp.192-194.
81 J＝ダルクローズ著、板野訳、『リトミック・芸術』、前掲書、p.6
82 Mensendieck, Bess M., *Körperkultur der Frau*, a.a.O., S.41.
83 Ebd., S.40.
84 J＝ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.198
85 同上書、p.198
86 同上書、p.193
87 Mensendieck, Bess M., *Körperkultur der Frau*, a.a.O., S.49
88 J＝ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.203
89 同上書、p.147
90 同上書、p.45
91 Mensendieck, Bess M., *Funktionelles Frauenturnen*, a.a.O., S.17.
92 J＝ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.149
93 同上書、p.149
94 同上書、p.184
95 同上書、p.184
96 同上書、p.184
97 クルト・マイネル著、『マイネル・スポーツ運動学』、金子明友訳、大修館書店、1981、p.42
98 J＝ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.42.
99 Giese, Fritz, Hagemann, Hedwig, *Weibliche Körperbildung und Bewegungskunst auf Grundlage des Systems Mensendieck*, München : Delphin-Verlag, 1924, S.73.
100 岸野雄三編、前掲書、p.449.
101 J＝ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書、p.57
102 同上書、p.95
103 J＝ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.127
104 同上書、p.126
105 J＝ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書、p.95

第5章 ボーデの体操にみる J＝ダルクローズの影響に関する研究

第1節 ボーデの体操

1. 研究の課題と目的

体操改革運動が展開される中で「ダルクローズに学びながら新しく形成した¹」表現体操の提唱者とされるのが、ドイツのボーデ (Bode, Rudolf 1881-1970) である。ボーデは、「音楽と運動とを人間存在の問題として結合し、体育界だけでなく、広く一般の人々にまで強い影響を与えた²」、とみなされている。

そこで、本章では、「ジャック＝ダルクローズの子弟、また時には論争相手³」でもあったボーデが、J＝ダルクローズから継承したものとはどのようなものであったかを明らかにすることにより、J＝ダルクローズの体操改革運動の中での位置づけを明確にすることを研究の目的とする。

研究の方法としては、J＝ダルクローズ、およびボーデの体操の原理と方法を明らかにし、それらを比較・検討する。主な資料として、J＝ダルクローズの著作である『リズムと音楽と教育』⁴、『リトミック・芸術と教育』⁵、および『音楽と人間』⁶、加えて、ボーデの著作である『リズム体操』⁷と『芸術に関する身体教育』⁸における論文「古い教育と新しい教育」を用いる。

先行研究としては、成田 (1975) らが、ボーデの理念、および体操の方法について明らかにしている。J＝ダルクローズに関しては、リズムと動きの中心人物としてボーデとの関わりの中で言及される。大谷 (1937, 1960) は、体操改革運動において発展した新しい体操として、J＝ダルクローズ、およびボーデの体操の方法をそれぞれ明らかにしている。両者の関係については、ボーデが J＝ダルクローズと対立する見解を示した⁹、と指摘している。¹⁰また、J＝ダルクローズとボーデ双方の理念、および教育の方法を組上に載せた研究には、二宮・今村・大石 (1933)、板垣 (1990)、菅井 (2013) によるものがある。二宮らは、クラゲス¹¹ (Klages, Ludwig 1872-1956) とボーデの思想に依拠し、体育の本質、およびボーデの表現体操の理論と方法を明らかにしたうえで、J＝ダルクローズのリトミックについて批判的に言及している¹²。板垣 (1990) は、19 世紀後半以降の体操の歴史に基づいて体操の概念、およびその理論と方法を明らかにしている。ボーデについては、彼の体操の原理と方法を示し、その関わりの中で J＝ダルクローズの方法にも言及

している。また、菅井（2013）は、ボーデがクラゲスから受けた影響について研究し、ボーデの思想の背景、およびドイツ体操への貢献を明らかにしている。J＝ダルクローズに関しては、ヒルカー（Hilker, Franz 1881-1969）がリトミックを評価していたこと、また、ボーデと意見の対立があったことを言及している。しかし、J＝ダルクローズの理念と教育の方法についての具体的な記述はなく、ボーデの観点からの考察である。このように、体操分野の研究においてはその多くがボーデの立場に立つものであり、リトミックについては、部分的なリズム理論の検討にとどまっている。一方、リトミック研究においては、板野（2016）によるドイツの体操改革運動とリトミックに関する研究がある。ドイツの体操改革運動の指導的立場にあったヒルカーのリトミックに対する認識、およびその問題点が明らかにされている。ボーデとJ＝ダルクローズを取りまく背景に示唆を得られる研究であるが、その中心はヒルカーのリトミック認識であり、ボーデについては今後の課題と位置づけられている。

したがって、J＝ダルクローズとボーデの理念、および教育の内容を明らかにしたうえで両者を比較・検討する本研究によって、ボーデがJ＝ダルクローズから継承したものが明確になり、J＝ダルクローズが体操教育に与えた影響が確かめられるものと考えている。

2. ボーデの略歴

ボーデは、J＝ダルクローズの弟子であり、表現体操の提唱者であった。「彼自身すぐれた音楽家であり、ドイツ体操に音楽との結びつきを求めた¹³」、とみなされている。20世紀初頭の体操改革運動において中心的な役割を果たした人物でもある。ボーデの経歴については、菅井（2007）によるもの¹⁴を中心に、ほかの資料¹⁵も参考に整理すれば、次のようになる。

1881年、キールに生まれる。国民学校の後、ギムナジウムを卒業、1901年から1906年までキール大学やライプチヒ大学で哲学と自然科学を学んだ。生理学的音響学の博士の学位を取得、並行して、ライプチヒのコンセルヴァトワールにも通い、作曲で卒業試験を受けて修了した。1906年からはさまざまな都市でピアニスト、およびカペルマイスター¹⁶として活動した。1910年からヘレラウでJ＝ダルクローズの指導を受け、1911年にディプロマを取得した。同年、ミュンヘンでボーデ体操学校と呼ばれる研究所を創立した。1922年、最初の基礎的研究である『表現体操』¹⁷を著した。同年、イエーナに「ボーデ連盟」を創立している。その後、1933年に設立されたドイツ・スポーツ体操指導者連盟において、

体操とダンスを指導した。ドイツが国家社会主義の間、ボーデの体操は成功を収めた。1971年にミュンヘンで死去した。

3. ボーデの体操

(1) 原理

ボーデは、パラートとヒルカーによる「芸術体操会議」の報告書、『芸術的身体教育』¹⁸に、「古い教育と新しい教育」(*Alte und Neue Pädagogik*) という論文を寄稿した。その中で、ボーデは教育についての考えを次のように示していた。教育の目標は、「思考力と意志力を最高の形に引き上げるのではなく、それらの力を社会的連帯に奉仕する力として組み込むこと¹⁹」であった。そして、その目標は、「魂が明らかになるような力や、肉体を形成する力、運動エネルギーなどについての教育²⁰」、すなわち身体教育によって可能になる。ボーデは、「あらゆる思考、および意志に基づく行為は、自然本来の生命の働きを抑制する以外のいかなる効果も生むことはできない…意志の力によって動きを作り出すことなど決してできない²¹」と認識した。「度を越えた緊張により生命の動きが混乱²²」するが、「解緊によって、生命を養う力を肉体に再びゆだねることができる²³」、と考えたのである。ボーデは、「生命はリズムを持って流れている²⁴」、という考えを根底に、「人間の心的、および肉体的なリズムが保たれるような方法を発展させること²⁵」を目指したのである。さらに、「緊張と解緊の相対する関係は、リズムそのものに根拠がある²⁶」ことを示し、「緊張と解緊の交替に基づいて構築されていない身体教育のあらゆるシステムは、どんなに進歩的であるように見せかけていても、教育における従来の混乱をさらに深めるだけである²⁷」、という見解を明らかにした。つまり「あらゆる芸術的な身体教育がもつ大きな危険とは、自然からの分離²⁸」であると、ボーデは、緊張と解緊のリズムによって身体教育を構想したのである。

(2) リズム体操

ボーデのリズム体操の本質的な課題は、「“身体的なもの”と“精神的なもの”という二つの根本的事実を、緊密に融合させること²⁹」であった。ボーデのリズム観は『表現体操』³⁰において次のように示されている。①純粋に身体的リズムというものはない、②リズムと拍節は、次元と点のように相対し、個性と自我も同様に相対する、③すべての運動は有機体の内部から立ち上がる必要があり、その統一が見いだされない限り、練習の目標として達成しようとしているリズムカルな完成を示すことはできない³¹。

また、ボーデは自らの体操を次のように述べている。①私たちの表現体操は、質料ではなく形相的な性質をもつものである³²、②悲しみ、喜びなどという言葉で表される感情の表現、また、その感情表現のための形式を教えることを拒絶する³³、③体操の目標は、人体を心的・肉体的な状態にすることであり、同時にそれは人体の自由な発達と適度な運動に熟達することを可能にする³⁴、④そのために歩く、走る、振る、強く突く、打ち込む、屈曲する、といった単純な運動を選ぶ³⁵。さらに、ボーデは、「“生き生きしていること”、より明確に言えば、生徒の“内的な真性”に絶対的に結びついている³⁶」ことが必要であり、「意志的に模倣された感情の動きを、真の感情の動きと区別することができる能力³⁷」が重要であるという考えを明らかにした。ボーデは、「個々の運動において“自我”をあまりに強く強調することで現れてくる³⁸」運動、つまり、感情を表現するという意志的な運動を否定したのであり、「これらの動きが、有機的に正しい運動である限り、有機的な統一からその運動に適した原初的な感情が生起³⁹」されると考えた。また、この感情は「音楽によって高められる⁴⁰」ものであった。この原理に基づくものが、ボーデのリズム体操だったのである。

(3) 体操の方法論

ボーデは、「力の源泉」を認識し、それらを運動の過程において働かせること⁴¹」が必要であると考え、リズム体操の方法を体系化した。ボーデのいう“力の源泉”とは、神経系統における中枢神経の働きを別にすれば、“筋肉の力”であり、いろいろな程度において現れる“振動の力”であり“重力”である。したがって、体操の課題は、“力の源泉”を一定の経過をたどって達成される平易な形に統一することであった⁴²。すなわち、分離された運動は間違いであり、あらゆる運動において決定的な力の源泉となるものは、手足を動かす筋肉組織ではなく、上位におかれた筋肉組織、前腕、上腕、肩、ひいては胴体の振動にある。つまり、胴体の振動の訓練が体操の中心課題になる、⁴³と考えたのである。

ボーデの体操における作業運動、つまり胴体の筋肉組織を使って行われるような、すべての運動の特徴は次のように示されている。①あらゆる作業運動は、常に多少傾いた“姿勢”で行われ、胴体の重みは“はずみ”によってささえられる、②あらゆる運動は、用意の動作《上拍》、主動作《アクセント》、納めの動作《下拍》の3つの経過をとる、③腕の運動にとって決定的なのは胴体の運動である⁴⁴。したがって、「あらゆる作業にとって必要な弾力性を得るためには、あらゆる緊張度を自由にすることができ、リズムカルな継続においてのみ可能なあらゆる力の源泉を、経済的に配置することが必要⁴⁵」、と考えたの

である。

このような考えに基づき、ボーデは、“弾力性”を「人間の精神的健康にとって必要なものであり、日常の仕事が要求するものであり、また、最近の技術的能力が要求する文化的課題の達成にとって必要なもの⁴⁶」と認識した。

(4) 体操の方法

前項の認識に基づき、ボーデは体操の方法を構築した。その運動の方法は、『リズム体操』の「運動教程」において次のように示されている。A.はずむ運動、B.平均運動、C.胴体の運動、D.足にはずみをもたせる運動、E.腕にはずみをもたせる運動、F.手具を用いての運動、である⁴⁷。その内容は次のとおりである。「はずむ運動」の目的は、はずむ体重に応じてからだを自然に揺り動かす力を発達させることである。正しい用意の動作は、運動が有機的に経過するのに最も重要である⁴⁸。「平均運動」の目的は、正しく平均のとれた姿勢を見出すことである⁴⁹。それは、「重心の変化によって、平均が乱されないように、電光石火的に結び合わされる姿勢のこと⁵⁰」である。胴体の運動の課題は、はずむ運動に際して現れる振動力を胴体、あるいは脊柱に伝えていく運動である⁵¹。足にはずみをもたせる運動の課題は、はずむ運動によって生じた振動力を休んでいる足、あるいは両足に伝えることである。その際に、運動の源と流れの密接なつながりを研究すること、運動の強度、方向、大きさ、タイミングを変化させる⁵²。腕にはずみをもたせる運動の課題は2つである。1つは、運動の際に生じる振動力をそのまま腕に移行させることである。その目的は、外部的な抵抗を克服するためでもあり、内面的な衝動から生じる表現運動を形成することである。いま1つは、力の入れ方、敏捷性、方向の変化、タイミングの変化を習得することであった⁵³。手具を用いての運動は、道具によって“自由な運動”を補うものである。しかし、道具は運動に制約を与えるため、自由な運動ができないうちには使用を控えるべきである⁵⁴。

このようなボーデのリズム体操の目的は、「学校における知的な教育による誤った運動習慣の強制からの解放と、感覚的な体験によって運動の流れを強化すること⁵⁵」であった。

「この体験が運動の正当性を前提とするがゆえに、表現体操が霊の領域に刺激を引き起こす手段となり、音楽とともに、運動の創造に働きかける⁵⁶」との認識を根底に、リズム体操の方法を構築し、実践したのである。

第2節 J＝ダルクローズの身体運動とボーデの体操の比較

J＝ダルクローズの弟子であり、一時は、リトミックの教師でもあったボーデであるが、次第に新しい体操を形成するに至っている。ボーデは、『リズム体操の課題と目標』⁵⁷において次のように述べた。「ダルクローズは、自らの体操を“リズム体操”と名づけた。(中略)しかしそれは、リズム体操というよりも、拍節的体操というべきもので、(中略)音楽を動きに合わせるのではなく、動きを音楽に合わせるものである⁵⁸」。このように述べ、J＝ダルクローズの身体運動がリズムよりも拍子に従うもの、との見解を表したのである。⁵⁹

そこで、本項では、J＝ダルクローズとボーデの方法を比較し、両者の異同の焦点ともいべき、動きとリズム、および拍子の関係について検討する。

1. J＝ダルクローズとボーデの比較

J＝ダルクローズとボーデの教育の目的、リズム、リズムと拍子の関係、弛緩についての考え方、動作の経過に関する考え方、音楽に関する考え方、および音楽の使い方について比較した結果、それぞれの類似点、相違点は次のとおりであった。

第1は、教育の目的に関する点である。J＝ダルクローズは、「精神と肉体、知性と本能は、全本性を再教育し更新させるために結合せねばならない⁶⁰」、また「身体の自然なリズムを、練習の反復によって目覚めさせ、発展させることにある⁶¹」、という考えを明らかにしている。ボーデは、「“身体的なもの”と“精神的なもの”という二つの根本的事実を、緊密に融合させること⁶²」、「人体を心的・肉体的な状態にすること⁶³」を目標とした。つまり、J＝ダルクローズ、ボーデはともに、精神と肉体が対立するものではなく、結合し、融合することによって、統一体として発展することが可能になると考えていた。また、学校教育について、J＝ダルクローズは、「わが国の音楽教育が達成されて当然の成果をあげていない⁶⁴」、と述べているが、ボーデもまた、「学校教育の配慮ない理性中心的なあり方が…人類が途絶えてしまうところに至る危険がある⁶⁵」と批判し、改革の必要性を主張している。しかし、ボーデは、「人間を国家によって課せられた義務を果たせるまでに強い人間に作りあげ…ドイツ精神の永遠の権利を守る⁶⁶」と述べ、ドイツ人としての教育であるという見解を示す。一方で、J＝ダルクローズは、「敵対し合う国同志(ママ)にも恩恵を浴させ(ママ)⁶⁷」と述べるなど、国の枠を超えて教育を考えた。

第2は、リズムである。J＝ダルクローズは、「生命は、実際、それ自身ひとつのリズムである…分かち難い一つの全体を形作っている、多様な生の持続的な連なりである⁶⁸」、とし、「リズムは生命の本質的な諸原理の総合性を確立する⁶⁹」存在と捉えている。ボーデもまた、「生命の表出がリズム⁷⁰」であり、「生命はリズムを持って流れている⁷¹」、と考へ、「からだの部分と全体が、統一がとれて無理のない関連をし合う⁷²」ことを可能にする存在であることを示した。つまり、生命にはリズムが存在し、そのことによって、リズムが人間としての全体を統合することができる、という認識に両者の共通点が見られる。

第3に、リズムと拍子の関係である。ボーデは、「生命はリズムカルに現れる。一方で、リズムカルな生命の拍動は、知的精神に特有の規則、拍子によって制約される⁷³」、と述べ、リズムと拍子に対立させる考へを明らかにしている。J＝ダルクローズも、「拍子や均整といったものは、リズム意識を目覚めさせるにも形成するのにも役立つことはできない⁷⁴」とし、「リズムを作り上げている持続的な動きを拍節的に規制することが、この動きの本質や特質を失わないこと⁷⁵」を重視する考へを示している。しかし一方で、J＝ダルクローズは、「拍子の意図的な訓練は規則正しさを確立する⁷⁶」ため、拍子が「必要な場合もある⁷⁷」との認識を明らかにしている。つまり、拍子による秩序が「生の自発的な発現という性格を不自然に歪める危険⁷⁸」に対する注意を促し、「人間にとっては道具⁷⁹」である拍子が、主人として人間を支配し、「人間性を因襲的な仕掛けの奴隷にしまう⁸⁰」ことを危惧したのである。J＝ダルクローズがリズムを重視しながらも拍子の必要性を認めていた点にボーデとの相違が認められる。

第4は、弛緩についての考へ方である。J＝ダルクローズは、リズムは「筋肉の収縮と弛緩の連続で生まれ⁸¹」、それぞれのリズムが、「隣り合った筋肉の集合の中で別のリズムを呼び起し、人体のあらゆる部分に広がる⁸²」、と考へた。ボーデもまた、自然運動⁸³の前提条件として、筋肉を弛緩させる能力を挙げている。ボーデは「表出体操にとって弛緩は根本的に重要である⁸⁴」、と述べ、「弛緩」(Entspannung)がボーデの体操の根幹となすことを明らかにしている。運動において、弛緩を重視する認識は両者に共通する要素である。

第5は、動作の経過に関する考へである。これは、J＝ダルクローズがリトミックにおいて重視した動きの連続に関する考への1つである。「アナクルーズはアクションの準備であり、メタクルーズはアクションの結果である。アクションはすべて三部分をなしており、「前」、「間」、そして「後」という言葉によって特徴づけられる⁸⁵」、という認識であ

る。ボーデも運動について、「あらゆる動作は、次の 3 つの経過をとる。用意の動作《上拍》(アウフタクト)、主動作《アクセント》、納めの動作《下拍》(アプタクト)⁸⁶、と示している。この運動の経過を 3 つに捉える考えは、J=ダルクローズ、ボーデがともに重視する共通要素であり、両者の身体運動の基本部分でもある。

第 6 は、音楽に関する考えである。J=ダルクローズは、音楽について次のような考えを明らかにしていた。「音楽には興奮と抑制力があり、それらがわたしたちの活動すべてに影響し、感情的・精神的な活動の中心⁸⁷」であること、また、「音楽において、生活にもっとも密接に結びつき、そしてもっとも鋭く感覚に訴える要素はリズムである⁸⁸」、という考えである。したがって、リズムとダイナミックは、「もっぱら動きによるものであり、わたしたちの筋肉組織で経験される要素⁸⁹」であると捉えた。つまり、J=ダルクローズによれば、「テンポの変化…強弱の変化…は、身体で表現することができる⁹⁰」のである。一方、ボーデは、「ある種の性質を持つ音楽、すなわち、すぐに喜びを呼び起こし、聞き手に喜びを強調した運動を引き起こすような音楽の作用によって、自然運動は高められる⁹¹」と考え、「表現体操が霊の領域に刺激を引き起こす手段となり、音楽とともに、運動の創造に働きかける⁹²」と位置づけていた。J=ダルクローズ、ボーデはともに、音楽が運動に働きかけることを認識していたが、J=ダルクローズが「身体表現の形は音楽に生命を与える感情自身が指示する心の中の身のこなしが自ずと外に表れ出たもの⁹³」、と捉えたのに対し、ボーデにとって音楽は、「体操が…刺激を引き起こす手段⁹⁴」であった。ここに、J=ダルクローズとボーデの考えの相違が認められる。

第 7 には、運動において用いられる音楽の内容である。J=ダルクローズは、「リトミック教育に携わる先生はすべて、リトミック教育には不可欠な、ピアノでの即興演奏を勉強しなければならない…身体の動きによって表現されたリズムを、音楽のリズムに換えることができなければならないし、その反対も可能でなければならない⁹⁵」、と述べていた。一方でボーデは、「リズム体操のためのピアノ音楽」を作曲し曲集としてまとめている。1 曲ずつに動きに関するタイトルが付されており、その曲集は 17 冊にのぼる。⁹⁶ 以上の内容を項目ごとに比較し、整理したものが次の(表 1)である。

(表 1) J = ダルクローズとボーデの比較

	J = ダルクローズ	ボーデ
目的	<ul style="list-style-type: none"> ・「精神と肉体,知性と本能は,全本性を再教育し更新させるために結合せねばならない」⁹⁷ ・「身体の自然なリズムを,練習の反復によって目覚めさせ,発展させることにある」⁹⁸ 	<ul style="list-style-type: none"> ・「“身体的なもの”と“精神的なもの”という二つの根本的事実を,緊密に融合させること⁹⁹」。 ・「人体を心的・肉体的な状態にすること」¹⁰⁰。
リズム	<ul style="list-style-type: none"> ・「生命は、実際、それ自身ひとつのリズムである…分ち難い一つの全体を形作っている、多様な生の持続的な連なりである¹⁰¹」 ・「リズムは生命の本質的な諸原理の総合性を確立する¹⁰²」 	<ul style="list-style-type: none"> ・「生命の表出がリズム¹⁰³」。 ・「生命はリズムを持って流れている¹⁰⁴」。 ・「からだの部分と全体が,統一がとれて無理のない関連をし合う¹⁰⁵」
リズムと拍子の関係	<ul style="list-style-type: none"> ・「拍子や均整といったものは、リズム意識を目覚めさせるにも形成するのにも役立つことはできない¹⁰⁶」 ・「リズムを作り上げている持続的な動きを拍節的に規制することが、この動きの本質や特質を失わないこと¹⁰⁷」 ・拍子が「必要な場合もある…しかし、拍子による秩序が生発的な発現という性格を不自然に歪める危険」がある。¹⁰⁸ 	<ul style="list-style-type: none"> ・「生命はリズムカルに現れる。一方で、リズムカルな生命の拍動は、知的精神に特有の規則、拍子によって制約される¹⁰⁹」
弛緩	<ul style="list-style-type: none"> ・リズムは、「筋肉の収縮と弛緩の連続で生まれる¹¹⁰」 ・「隣り合った筋肉の集合の中で別のリズムを呼び起し、人体のあらゆる部分に広がる¹¹¹」。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自然運動の前提条件としての筋肉を弛緩させる能力 ・「表出体操にとって弛緩は根本的に重要である¹¹²」
動作の経過	<ul style="list-style-type: none"> ・「アナクルーズはアクションの準備であり,メタクルーズはアクションの結果である。アクションはすべて三部分をなしており,「前」,「間」,そして「後」という言葉によって特徴づけられる¹¹³」 	<ul style="list-style-type: none"> ・「あらゆる動作は,次の3つの経過をとる。用意の動作《上拍》(アウフタクト)、主動作《アクセント》、納めの動作《下拍》(アプタクト)¹¹⁴」
音楽について	<ul style="list-style-type: none"> ・「音楽には興奮と抑制力があり,それらがわたしたちの活動すべてに影響し,感情的・精神的な活動の中心¹¹⁵」 ・「音楽において,生活にもっとも密接に結びつき,そしてもっとも鋭く感覚に訴える要素はリズムである¹¹⁶」 ・「テンポの変化…強弱の変化…は、身体で表現することができる¹¹⁷」 ・「身体表現の形は音楽に生命を与える感情自身が指示する心の中の身のこなしが自ずと外に表れ出たもの¹¹⁸」 	<ul style="list-style-type: none"> ・「自然運動は、ある種の性質を持つ音楽、すなわちすぐに喜びを呼び起こし、聞き手に喜びを強調した運動を引き起こすような音楽の作用によって高められる¹¹⁹」。 ・「表現体操が霊の領域に刺激を引き起こす手段となり、音楽とともに、運動の創造に働きかける¹²⁰」。
用いられた音楽	<ul style="list-style-type: none"> ・「リトミック教育には不可欠な,ピアノでの即興演奏…身体の動きによって表現されたリズムを,音楽のリズムに換えることができなければならないし,その反対も可能でなければならない¹²¹」 	<ul style="list-style-type: none"> ・「リズム体操のためのピアノ音楽」を作曲し、曲集としてまとめた。

2. 考察

前項で J＝ダルクローズとボーデの教育理念と方法を比較・検討した結果、共通する要素が多く認められた。それらの共通点は次のとおりである。①教育の目的は、精神と肉体の結合である、②リズムとは生命である、③リズムによって人間全体の統一が図られる、④リズムは、精神と身体を結びつけることができ、調和あるいは融合をもたらす、⑤拍子によって、リズムは規制、あるいは制約される、⑥体操の目的は、生き生きとした運動、自然なリズムによって、精神（心的）、身体的によりよい状態にすることである、⑦運動においては弛緩が重要な働きをもつ、⑧動きは、準備（用意）、アクション（主動作）、結果（納め）の3つの過程から成る、という点である。一方で、J＝ダルクローズが拍子にも意義があると認めていた点、および用いられる音楽には違いが見られた。J＝ダルクローズのリトミックにおいては、即興演奏の技能が求められるが、ボーデはその技能を求めることはなく、動きの課題に自らが作曲した楽曲が示されている。

このように、本論の比較・検討の結果においては、両者の教育理念の多くは共通しており、ボーデの J＝ダルクローズ批判¹²²にあるような、リズムと拍子に対する考えに本質的な違いは見られない。この点においては、ボーデの J＝ダルクローズ批判の根拠は見当たらないのである。板野（2016）は、「ドイツでのリトミックに対する認識の高まりの要因のひとつはドイツ体操連盟などを中心にしたヒルカーの組織力におうところが大きい¹²³」、こと、ヒルカーが「ドイツにおける体操教育の確立に向けて協調してゆくことを重視した¹²⁴」ことを明らかにし、社会的な要請がボーデの体操の評価と普及につながった可能性を指摘している。

また、マイネル¹²⁵（1960）は、ボーデのリズムと拍子の対立させる考えは「二元論的解釈における明らかな矛盾¹²⁶」であると指摘し、「タクトすなわち拍節による制御は訓練の手段として利用され、それが最終目標にされない限り、リズム化のための方法学的補助手段になりうる」、との認識を示している¹²⁷。これは、J＝ダルクローズが、身体運動においてリズムを重視しつつも、拍子が必要な場合もある、という考えを裏づけるものといえる。また、ディーム¹²⁸（1930）は、「クラゲスとボーデは、実際、ダルクローズがすでに何らかの方法で前述していないことで、何か本質的に新しいことを述べることはできなかつた¹²⁹」、と述べている。「（J＝ダルクローズが）今日のリズムに関する理論の基礎を形成した¹³⁰」のであり、「教育全般に重要な貢献、とりわけ、身体教育にとっては、きわめて重要¹³¹」であったことを示しているのである。彼は J＝ダルクローズを「リズ

ムによる身体教育を一般に知らせた第一人者であり、学問上の根拠を明らかにした¹³²」人物と位置づけたのである。つまり、J＝ダルクローズがドイツの体操教育に与えた影響は、これまでの「新しい体操領域を開拓した¹³³」、という認識以上に多くを貢献した可能性が示唆されるのである。J＝ダルクローズとボーデについて、教育の理念と方法を照合し、検討した結果、J＝ダルクローズが音楽と運動を結合し、動きとリズムとには密接な関係があることを根拠に体系化したリトミックは、ボーデの体操の理念と方法に継承され、ドイツの体操教育に大きな影響を与えたことが改めて明らかになった。

【註および引用文献】

- 1 成田十次郎著、梅根悟監修、世界教育史研究会編、『世界教育史大系 31 体育史』、講談社、1975、p.237
- 2 同上書、p.237
- 3 ラインハルト・リング、ブリギッテ・シュタインマン編著、河口道朗、河口眞朱美訳、『リトミック事典』、開成出版、2006、p.42
- 4 J＝ダルクローズ著、山本昌男訳、『リズムと音楽と教育』、開成出版、2003
- 5 J＝ダルクローズ著、板野平訳、『リトミック・芸術と教育』、全音楽譜出版社、1986
- 6 J＝ダルクローズ著、河口道朗訳、『音楽と人間』、開成出版、2011
- 7 ボーデ著、万沢遼訳、『リズム体操—運動課題 300 を含む—』、ベースボール・マガジン社、1962
- 8 Pallat, Ludwig Hilker, Franz, *Künstlerische Körperschulung*, Breslau: Ferdinand Hirt, 1926
- 9 大谷武一著、『大谷武一体育選集 3』、杏林書院、1960、p.44
- 10 このほか、滝沢ら(2006)は、ボーデによるリズム体操を中心に、リズムカル・ムーブメントとしての感性教育の意義を明らかにし、具体的なプログラムを検討している。J＝ダルクローズについては、リトミック身体表現には意義があることを明らかにしているが、研究の中心はボーデである。
- 11 観相学、筆跡鑑定学、性格学などを専門領域とした哲学者。
- 12 J＝ダルクローズは運動を拍節的に反復することだけを律動と理解したといった見解を示している。
- 13 ラインハルト・リング、ブリギッテ・シュタインマン編著、前掲書、p.42
- 14 菅井京子著、『びわこ成蹊スポーツ大学研究紀要 第4号』、「表現体操の方法論について—エルドルフ・ボーデの『表現体操』より—」、びわこ成蹊スポーツ大学スポーツ開発・支援センター、2007
- 15 ラインハルト・リング、ブリギッテ・シュタインマン編著、前掲書、p.42
- 16 楽団、またはオーケストラの指揮者を指す。
- 17 Bode, Rudolf, *Ausdrucksgymnastik*, München: C.H. Beck, 1926
- 18 Bode, Rudolf, *Alte und Neue Pädagogik*: In Pallat, Ludwig Hilker, Franz, *Künstlerische Körperschulung*, Breslau: Ferdinand Hirt, 1926, S.138-143.
- 19 L.Pallat, F.Hilker, *Künstlerische Körperschulung*, a.a.O., S.139.
- 20 Ebd., S.139.
- 21 Ebd., S.140.
- 22 Ebd., S.140.
- 23 Ebd., S.140.
- 24 Ebd., S.140.
- 25 Ebd., S.140.
- 26 Ebd., S.140.
- 27 Ebd., S.141.
- 28 Ebd., S.141.
- 29 ボーデ著、万沢訳、前掲書、p.7
- 30 Bode, Rudolf, *Ausdrucksgymnastik*, a.a.O.
- 31 Ebd., S.23-24.
- 32 Ebd., S.22.
- 33 Ebd., S.22.
- 34 Ebd., S.22.
- 35 Ebd., S.23.
- 36 Ebd., S.24.
- 37 Ebd., S.24.
- 38 Ebd., S.24.
- 39 Ebd., S.23.
- 40 Ebd., S.24.
- 41 ボーデ著、万沢訳、前掲書、p.20
- 42 同上書、pp.20-21
- 43 同上書、pp.20-21
- 44 同上書、p.28
- 45 同上書、p.28
- 46 同上書、p.19
- 47 同上書、p.34
- 48 同上書、p.34
- 49 同上書、p.45
- 50 同上書、p.45

-
- 51 同上書、p.49
52 同上書、pp.49-50
53 同上書、p.64
54 同上書、p.83
55 Bode, Rudolf, *Rhythmus und Körpererziehung*, a.a.O., S.73.
56 Ebd.,S.73.
57 Bode, Rudolf, *Aufgaben und Ziele der rhythmischen Gymnastik : fünf Abhandlungen*, München: C.H. Beck, 1933
58 Ebd.,S.8-9.
59 ボーデはほかにも、『リズムと身体教育』において「ダルクローズが誤って“リズム体操”と名付けた方法は、より正確には拍節法による体操とみなすべきであろう」という見解を示している。
(*Rhythmus und Körpererziehung*, S.14.)
60 J =ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、前掲書、p.vii
61 同上書、p.vii
62 ボーデ著、万沢訳、前掲書、p.7
63 Bode, Rudolf, *Ausdrucksgymnastik*, a.a.O., S.22.
64 J =ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.14
65 Bode, Rudolf, *Alte und Neue Pädagogi*, a.a.O., S.138.
66 ボーデ著、万沢訳、前掲書、p.7
67 J =ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.71
68 同上書、p.226
69 同上書、pp.228-229
70 Bode, Rudolf, *Ausdrucksgymnastik*, a.a.O., S.8.
71 Pallat, Ludwig Hilker, Franz, *Künstlerische Körperschulung*, a.a.O., S.140.
72 ボーデ著、万沢訳、前掲書、p.7
73 Bode, Rudolf, *Ausdrucksgymnastik*, a.a.O., S.9.
74 J =ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.48
75 同上書、p.227
76 J =ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.229
77 同上書、p.229
78 同上書、p.229
79 同上書、p.229
80 同上書、p.229
81 J =ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書、p.142
82 同上書、p.142
83 ボーデは、自然運動の根源を欲動、感情、あるいは重力の中に見いだすことができるすべての運動と捉えており、彼の体操において重視していた。
84 Bode, Rudolf, *Ausdrucksgymnastik*, a.a.O., S.24.
85 J =ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書、p.133
86 ボーデ著、万沢訳、前掲書、p.27
87 J =ダルクローズ著、板野訳、『リズム運動』、前掲書、p.8
88 同上書、p.5
89 同上書、p.5
90 同上書、p.6
91 Bode, Rudolf, *Ausdrucksgymnastik*, a.a.O., S.24.
92 Ebd.,S.73.
93 J =ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.182
94 Bode, Rudolf, *Rhythmus und Körpererziehung*, a.a.O., S.73.
95 J =ダルクローズ著、板野訳、『リズム運動』、前掲書、p.15
96 田中幸治、滝澤かほる著、『新潟大学教育人間科学部紀要. 人文・社会科学編 9(1)』、「ルドルフ・ボーデのリズム体操のためのピアノ音楽に関する研究」、2006、pp.107-114
97 J =ダルクローズ著、板野訳、『芸術と教育』、前掲書、p.vii
98 同上書、p.vii
99 ボーデ著、万沢訳、前掲書、p.7
100 Bode, Rudolf, *Ausdrucksgymnastik*, a.a.O., S.22.
101 J =ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.226

-
- 102 同上書、pp.228-229
- 103 Bode, Rudolf, *Ausdrucksgymnastik*, a.a.O., S.8.
- 104 Pallat, Ludwig Hilker, Franz, *Künstlerische Körperschulung*, a.a.O., S.140.
- 105 ボーデ著、万沢訳、前掲書、p.7
- 106 J＝ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.48
- 107 同上書、p.227
- 108 同上書、p.229
- 109 Bode, Rudolf, *Ausdrucksgymnastik*, a.a.O., S.9.
- 110 J＝ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書、p.142
- 111 同上書、p.142
- 112 Bode, Rudolf, *Ausdrucksgymnastik*, a.a.O., S.24.
- 113 J＝ダルクローズ著、河口訳、『音楽と人間』、前掲書、p.133
- 114 ボーデ著、万沢訳、前掲書、p.27
- 115 J＝ダルクローズ著、板野訳、『リズム運動』、前掲書、p.8
- 116 同上書、p.5
- 117 同上書、p.6
- 118 J＝ダルクローズ著、山本訳、『リズム』、前掲書、p.182
- 119 Bode, Rudolf, *Ausdrucksgymnastik*, a.a.O., S.24.
- 120 Bode, Rudolf, *Rhythmus und Körpererziehung*, a.a.O., S.73.
- 121 J＝ダルクローズ著、板野訳、『リズム運動』、前掲書、p.15
- 122 Bode, Rudolf, *Aufgaben und Ziele der rhythmischen Gymnastik*, a.a.O., S.34.
その内容は、J＝ダルクローズのリトミックはリズム的というより、拍節的な体操といった方がより適切である、という見解である。
- 123 板野和彦著、「ドイツの体操改革運動とリトミックーF.ヒルカーの指摘したリトミックの3つの問題点を中心にー」、『ダルクローズ音楽教育研究通巻第41号』、日本ダルクローズ音楽教育学会、2016、p.47
- 124 同上書、p.47
- 125 Meinel, Kurt (1898-1973) 東ドイツの体育学の研究者。
- 126 マイネル著、前掲書、p.173
- 127 事実、クラゲスは『リズムの本質について』において、「リズムと拍子^{タクト}が対立しているからといって、運動の連続性がリズムとして体験されるためにそこに拍子が加わらなければならないような特定の場合があることを妨げることはまったくない」、また、「生命と精神とを幾何学的な場所として表現すれば、拍子はリズムと抗争しながらしかしなおリズムと結びつくことができる」、とボーデの主張とは異なる考えも明らかにしている。
- 128 スポーツ・ジャーナリストを経て、1936年のベルリンオリンピックの大会組織委員会の事務総長を務めた。
- 129 Giese, Fritz, Hagemann, Hedwig, *Weibliche Körperbildung und Bewegungskunst auf Grundlage des Systems Mensendieck*, München : Delphin-Verlag, 1924, S.108.
- 130 Ebd., S.107-108.
- 131 Ebd., S.108.
- 132 Ebd., S.107.
- 133 梅根悟監修、世界教育史研究会編、『世界教育史大系 31 体育史』、講談社、1975、p.237

結論

本研究においては、J＝ダルクローズに影響を与えた、あるいは、J＝ダルクローズからの影響があったと思われる体操教育について、それぞれの教育の理念と方法を照合し、検討した。第1-3章の考察により、J＝ダルクローズのリトミックの源泉ともいえるものに、①リングのスウェーデン体操、②デルサルトの身体表現理論、③エバールの自然的方法、の3点を挙げるができる。

第1のリングのスウェーデン体操は、身体運動が身体の調和的な発達をもたらすものであることを体操の原則に置くものであり、それまでの非合理的であった体育に生理学的・解剖学的意味を与え、人格教育の基礎として、教育としての体育の発展に意味を持たせた。同時に、国民としての体育が成立し得ることを示し、その体操はスウェーデンに限らず、ヨーロッパをはじめ各国に普及し、社会全体の変革をももたらした。J＝ダルクローズは、「非常に多くの校長や医者が、リング(Ling)のスウェーデン体操の厳しさを非難し…(今では)学校でも家でも身体の修練は盛んであり、教師も芸術家も身体の十分な強さと活動力を維持するための身体と脳との機構の間に密接な関係を築き、身体的テクニックの必要性を体験している¹⁾」、と当時の社会の変化に言及したのである。このように、身体教育が拡がりをもせた社会を背景に、J＝ダルクローズは、リングから動きの形成の原則についての示唆を得た。スウェーデン体操においては、「すべての明確な運動には、特定の“始まり”と“終わり”があり、その結果、運動が行われる“中”がある²⁾」、と動きの形成についての原則が示されているが、J＝ダルクローズも、始める感覚、動き回る感覚、止まる感覚の3つの感覚について言及し、動きの出発点と到達点を繋ぎ合わせる流れに着眼していた。また、その3つの感覚をリュシーによるアナクルーズ(anacrouse)、クルーズ(crouse)、メタクルーズ(metacrouse)という言葉を用いて表し、リトミックの学習において重要なものであると位置づけた。筋肉の収縮と弛緩の連続で生まれるリズムは、隣りあった筋肉の集合の中で別のリズムを呼び起こし、人体のあらゆる部分に広がると捉えたのである。

第2は、デルサルトの身体表現理論からの影響である。デルサルトを継承したステビンスとJ＝ダルクローズの教育の内容には高い近似性が確かめられたが、その背景には、近代的な科学や思想を基礎とした身体に関わる教育の改革のうねりがうかがわれる。ステビンス、J＝ダルクローズはともに、解剖学的・生理学的に身体運動のしくみを分析する視

点をもつと同時に、心、精神、魂といった内面と体と結びつき、および関係性を重視していた。体操改革運動の中であって、J＝ダルクローズは、デルサルトから感情の表現としての身体という考えを学びつつ、「音楽によって呼び覚まされた情感を身体で表現³」するための体作りを目指し、体の機能面、とりわけ呼吸に関する生理学的な要素も視野に入れ、リズムによる身体運動の体系をさらに発展させたのである。

第3には、エベールの自然的方法からの影響である。J＝ダルクローズは、リズムの意識の形成においては拍子によって秩序を追い求める体操の方法は、「生の自発的な発現という性格を不自然に歪める危険をはらんでいる⁴」と考えていた。しかしその中で、エベールの自然的方法については、運動が連続して行われ、流れを重視しているものと捉え、評価したのである。J＝ダルクローズは、自然の動きを基本に置くエベールの運動に、動きの流れ、つまり運動の経過を重視するリトミックの方法との同質性を見出したといえる。そのことによって、J＝ダルクローズは、生き生きとした感情表現のためには、運動能力を兼ね備えた身体養成も欠かせないものとするに至ったこともまた示唆された。

このような影響を受けながらJ＝ダルクローズは、身体運動による教育を発展させ、体操改革運動において、体操教育に新しい流れを創ることになった。

第4章、第5章ではダルクローズの影響を受けたと考えられるメンゼンディークとボーデを取り上げたが、これらの考察から次のように結論づけることができる。J＝ダルクローズが体操改革運動において果たした役割は、体操教育に音楽という視点を与えたということ以上に、身体運動とリズムを関連づけたJ＝ダルクローズの教育の理念、およびリトミックの身体運動の方法にあった。ドイツを中心とする体操改革運動において、J＝ダルクローズのリトミックは、動きにリズムを取り入れて発展してゆく体操教育において重要な役割を果たしたのである。

第4章では、体操改革運動において、「機能体操を代表とするような衛生的・生理学的方向」の体操の中心人物メンゼンディークの体系と教育の理念と方法を比較・検討した。メンゼンディークは、身体に関する知識の獲得と、意志が支配する運動によって女性の解放を目指した。J＝ダルクローズ、およびリトミックなど、音楽等による動きとリズムの関係性を否定したが、後継者らによってJ＝ダルクローズのリトミックは再評価されるに至った。つまり、J＝ダルクローズのリズムを重視する運動の方法の意義は、それを排除したメンゼンディークによって、逆説的に根拠を与えられたのである。

第5章では、ダルクローズに学びながら新しく表現体操を確立したボーデを考察の対象

とした。ボーデは、ドイツ体操を中心に、音楽と運動を結合した体操によって、体育界だけでなく、一般にも多くの影響を与えた人物である。ボーデはJ＝ダルクローズとの論争が広く知られるが、J＝ダルクローズの教育の考え方や方法を継承し、それに基づいて表現体操を体系化し、普及したことが確かめられた。すなわち、J＝ダルクローズがボーデに与えた影響は大きく、ボーデの体操、ひいてはドイツ体操の発展にJ＝ダルクローズが重要な役割を果たしたことが明らかになった。

J＝ダルクローズは、リングから動きの形成の原則について示唆を得た。つまり、J＝ダルクローズは、動きの出発点と到達点を繋ぎ合わせる流れに意識を向け、筋肉の収縮と弛緩によって、運動にリズムが生まれることを認識した。デルサルトからは感情を表現する身体の発見を学んだ。そのうえでJ＝ダルクローズは、呼吸と運動を関連づけ、動きの流れと呼吸を結びつけた。エベールの体操は、J＝ダルクローズに運動と運動を連結させることの重要性に確信をもたらした。

J＝ダルクローズは、これらの体操教育から身体と表現、動きについてさまざまな点を学び、運動とリズムの要素を結びつけることによって、リトミックの教育法を確立していった。このことは、リトミックにおける身体運動の方法が、行進と四肢の運動を主な内容とするもの(1904)から、姿勢や重心の移動を含む躍動的な運動(1922)へと変容していることから示される。⁵ このリズムの要素を取り入れたリトミックによって、身体運動に新しい意味づけがなされ、新たな体操の流れを創り、メンゼンディーク、ボーデらによって継承された。体操教育、とりわけドイツを中心とする体操改革運動において、J＝ダルクローズのリトミックは、動きにリズムを取り入れて発展してゆくプロセスの中で重要な役割を果たした、ということが本稿における検討により明らかになった。

飛躍的に科学技術が発達し、仮想あるいは、疑似体験が実体験とほぼ同様の感覚を得ることができる現代社会において、身体感覚を呼び覚ますリトミックの教育法は、改めてその存在意義が増しているものと考えている。J＝ダルクローズの時代から100年余りを経て、身体感覚が人間の精神に働きかける作用については、さまざまな分野の科学の進展によって立証されている。リトミックの方法が形成されていく過程において、J＝ダルクローズが体操教育から受けた影響、およびその後の体操教育に与えた影響について検討した本研究が、失われつつある身体感覚に対し、改めて意識を向けるきっかけとなることを願っている。

【註および引用文献】

-
- ¹ J = ダルクローズ著、板野平訳、『リトミック・芸術と教育』、全音楽譜出版社、1986、p.12
 - ² Ling, Pher Henrik, *Allgemeine Begründung der Gymnastik*, Magdeburg: Heinrichshofen, 1847, S.112.
 - ³ J = ダルクローズ著、山本昌男訳、『リズムと音楽と教育』、全音楽譜出版社、2003、p.205
 - ⁴ 同上書、p.229
 - ⁵ 1904年の行進と四肢の運動を主な内容とするものから（『リズムと音楽と教育』、pp.80-88）、1922年の胴の旋回や姿勢と重心の移動を含む躍動的な運動（『リトミック・芸術と教育』、pp.60-79）へと容態の変化が確認できる。

参考文献

1. 欧文文献

- 1) Bode, Rudolf, *Aufgaben und Ziele der rhythmischen Gymnastik : fünf Abhandlungen*, München: C.H. Beck, 1933
- 2) Bode, Rudolf, *Alte und Neue Pädagogik*: In Pallat, Ludwig Hilker, Franz, *Künstlerische Körperschulung*, Breslau: Ferdinand Hirt, 1926
- 3) Bode, Rudolf, *Ausdrucksgymnastik*, München: C.H. Beck, 1926
- 4) Bode, Rudolf, *Rhythmus und Körpererziehung*, Jena: Eugen Diederichs, 1923
- 5) Giese, Fritz, Hagemann, Hedwig, *Weibliche Körperbildung und Bewegungskunst auf Grundlage des Systems Mensendieck*, München: Delphin-Verlag, 1924,
- 6) Gutsmuths, Johann Christoph Friedrich, *Gymnastik für die Jugend : enthaltend eine praktische Anweisung zu Leibesübungen : ein Beytrag zur nöthigsten Verbesserung der körperlichen Erziehung*, Studentexte zur Leibeserziehung, Bd. 7: Frankfurt, 1970
- 7) Hébert, Georges, *Guide pratique d'éducation physique*, 2.éd., Vuibert, 1916
- 8) Hébert, Georges, *L'Éducation physique ou l'entraînement complet par la Méthode Naturelle. Historique documentaire*, 12es., Edition, Paris, Vuibert, 1947
- 9) Jaques-Dalcroze, Emile *La Respiration et l'Innervation musculaire. Planches anatomiques en supplément à la Méthode de gymnastique rythmique*, : Jobin&C^{IE}, Editeurs, : Sandoz, Jobin & Co, 1906
- 1 0) Jaques-Dalcroze, Emile, *La Rythmique ,La Plastique Animée et La Danse*, Lausanne: Jobin&C^{IE}, Editeurs, 1917
- 1 1) Jaques-Dalcroze, Emile, *Le rythme , la musique et l'éducation*, Lausanne: Jobin&C^{IE}, Editeurs, 1920
- 1 2) Bohus, Julius, *Sportgeschichte Gesellschaft und Sport von Mykene bis heute*, München: BLV Verlagsgesellschaft, 1986
- 1 3) Ling, Pher Henrik, *Allgemeine Begründung der Gymnastik*, Magdeburg: Heinrichshofen, 1847
- 1 4) Locke, John, *Some Thoughts Concerning Education*, London: C.J. Clay, 1889

- 1 5) Mensendieck, Bess M., *Funktionelles Frauenturnen*, München:
F.Bruckmann,1923
- 1 6) Mensendieck, Bess M., *Körperkultur der Frau*, München: F.Bruckmann,1906
- 1 7) Pallat, Ludwig Hilker, Franz, *Künstlerische Körperschulung*,Breslau: Ferdinand
Hirt,1926
- 1 8) Til, Philippe *The Natural Method*, Createspace Independent Publishing Platform
U.S.A. n.p. n.d.
- 1 9) Rice, Emmett A.,Hutchinson,John L.,Lee,Mabell, *A Brief History of Physical
Education Fifth Edition* , Newyork,: The Ronald Press,1958
- 2 0) Shawn, Ted, *Every little movement : a book about François Delsarte, the man
and his philosophy, his science and applied aesthetics, the application of this
science to the art of the dance, the influence of Delsarte on American dance*:
Dance Horizons: Brooklyn1963
- 2 1) Stebbins, Genevieve, *Delsarte System of Dramatic Expression-Scholar's choice* :
New York Edgar S.Werner,1886
- 2 2) Stebbins, Genevieve, *Society Gymnastics and Voice-Culture Adapted from the
Delsarte System*, New York: Edgar S.Werner,1888
- 2 3) Stebbins, Genevieve, *The Genevieve System of Physical
Training:Enl.Ed.-Primary Source Edition*: New York Edgar S.Werner,1898
- 2 4) Woodward, William,Harrison, *Vittorino da Feltre and other Humanist
Educators:Essays and Versions*, Cambridge: Cambridge University Press,1897

2. 和文文献

- 1) 浅井浅一・大段員美著、『体操概論』、杏林書院・体育の科学社、1958
- 2) 板垣了平著、『体操論』、アイオーエム、1990
- 3) 板野和彦著、「ドイツの体操改革運動とリトミックーF.ヒルカーの指摘したリトミックの3つの問題点を中心にー」、『ダルクローズ音楽教育研究通巻第41号』、日本ダルクローズ音楽教育学会、2016

- 4) 板野和彦著、「リトミックにおけるリズム運動の学習内容に関する研究ーリトミックに関する用語の検討を基礎としてー」、『ダルクローズ音楽研究 第31号』、日本ダルクローズ音楽教育学会、2006
- 5) 板野和彦著、「身体運動を活用した音楽教育に関する一考察ージャック＝ダルクローズとフレーベルの比較を視点としてー」、『ダルクローズ音楽研究 第31号』、日本ダルクローズ音楽教育学会、2005
- 6) 板野和彦著、「ジャック＝ダルクローズの音楽教育観の変遷に関する研究」、2007
- 7) 今村嘉雄編、『新修体育大辞典』、不味堂出版、1976
- 8) 今村嘉雄著、『西洋体育史』、日本体育社、1950
- 9) 海野弘著、『モダンダンスの歴史』、新書館、1999
- 10) エミール・ジャック＝ダルクローズ著、板野平訳、『リズム運動』、全音楽譜出版社、1970
- 11) エミール・ジャック＝ダルクローズ著、板野平訳、『リトミック・芸術と教育』、全音楽譜出版社、1986
- 12) エミール・ジャック＝ダルクローズ著、河口道朗訳、『音楽と人間』、開成出版、2011
- 13) エミール・ジャック＝ダルクローズ著、山本昌男訳、『リズムと音楽と教育』、開成出版、2003
- 14) エリッヒ・バイヤー 編、朝岡正雄訳、『スポーツ科学辞典一日・独・英・仏対照』、大修館書店、1993
- 15) 大河内保雪著、『第1回ドイツ女子体育会議の体育史的意義について。体育史の探求』、岸野雄三教授退官記念論集刊行会、1982、pp.228-229.
- 16) 小川哲也著、「20世紀初頭ドイツにおける身体文化運動に関する一考察ー表現ダンス運動における“身体教育論”の今日的意義ー」、『九州教育学会研究紀要』第27巻、九州教育学会、1999、pp.39-45.
- 17) 大谷武一体育選集刊行会編著、『大谷武一体育選集第三巻』、杏林書院・体育の科学社、1960
- 18) 加藤元和著、『カール・ディームの生涯と体育思想』、不味堂出版、1985
- 19) 鎌形由貴乃著、「リトミックにおける『動的造型』について」、『ダルクローズ音楽研究 第14号』、日本ダルクローズ音楽教育学会、1989
- 20) 河口道朗著、『近代音楽教育論成立史研究』、音楽之友社、1996

- 2 1) 岸野雄三著、『体育史—体育史学への試論』、大修館書店、1973
- 2 2) 岸野雄三・稲垣正浩著、『最新スポーツ大事典』、大修館書店、1987
- 2 3) 岸野雄三編、『体育史講義』、大修館、1984
- 2 4) 木畑洋一・秋田茂著、『近代イギリスの歴史—16世紀から現代まで』、ミネルヴァ書房、2011
- 2 5) 木村真知子著、『自然体育の成立と展開—運動学的視点から—』、不昧堂出版、1989
- 2 6) グーツムーツ著、成田十次郎訳、『青少年の体育 世界教育学選集〈91〉』、明治図書、1979
- 2 7) クルト・マイネル著、『マイネル・スポーツ運動学』、金子明友訳、大修館書店、1981
- 2 8) 坂田薫子著、「リトミックにおける反応練習」、『ダルクローズ音楽研究 第18号』、日本ダルクローズ音楽教育学会、1993
- 2 9) 佐々木由喜子著、『リトミックにおける身体表現法に関する研究—20世紀前後の身体表現教育との比較を中心に—』、博士論文、2016
- 3 0) 塩原麻里著、「ジャック=ダルクローズ音楽教育論の心理学的再考：脳神経科学との関連から」『東京学芸大学紀要芸術・スポーツ科学系』、東京学芸大学 2008、pp.43-49
- 3 1) 清水重勇著、『フランス近代体育史序説』、不昧堂出版、1986
- 3 2) 代谷藤子著、「新体操に於ける歴史的発展の一考察」、『兵庫女子短期大学研究集録』第28号、1995、pp.64-72.
- 3 3) 菅井京子著、『スポーツ史研究 第26号』、『ドイツ体操 (DeutscheGymnastik)』に果たした ルードルフ・ボーデの貢献について』、スポーツ史学会、2014
- 3 4) 菅井京子著、「体操改革運動の後継および発展としてのメダウの体操体系について」、『びわこ成蹊スポーツ大学紀要』第3号、2006
- 3 5) 菅井京子著、「体操改革運動の後継および発展としてのメダウの体操体系について」、『びわこ成蹊スポーツ大学紀要』第3号、2006
- 3 6) 菅井京子著、『びわこ成蹊スポーツ大学研究紀要』第4号、「表現体操の方法論について—ルードルフ・ボーデの『表現体操』より—」、びわこ成蹊スポーツ大学スポーツ開発・支援センター、2007
- 3 7) 杉浦康則著、「アドルフ・アッピアとエミール・ジャック=ダルクローズ」『北海道大学 独語独文学研究年報』北海道大学、2006、pp.48-68.

- 38) 鈴木幹雄著、『ドイツにおける芸術教育学成立過程の研究—芸術教育運動から初期 G・オットーの芸術教育学へ—』、2001、風間書房
- 39) 関口博子著、『近代ドイツ語圏の学校音楽教育と合唱運動—19 世紀前半のスイスにおける H.G.ネーゲルの思想とその活動を中心として—』、風間書房、2007
- 40) 滝沢かほる著、「メダウの体操体系における Bewegungsentwicklung と Bewegungsgestaltung について」、『新潟大学教育学部紀要人文・社会科学編』第 23 号、1981、pp.129-138.
- 41) 武田清著、「デルサルートの表現システムについて」『文芸研究』第 81 号、明治大学文学部文学科、1999
- 42) 田中幸治、滝澤かほる著、『新潟大学教育人間科学部紀要 人文・社会科学編 9(1)』、『ルドルフ・ボーデのリズム体操のためのピアノ音楽に関する研究』、2006
- 43) 長井春海著、「リズム運動の教育的効果について」、『ダルクローズ音楽研究 第 17 号』、日本ダルクローズ音楽教育学会、1992
- 44) 中村秋一著、『ドイツ舞踊文化』、1941、人文閣
- 45) 成田十次郎著、『近代ドイツ・スポーツ史 IV 近代体育の改革と変容・停滞』、不昧堂、2013
- 46) 成田十次郎著、『スポーツと教育の歴史』、不昧堂出版、1988
- 47) 新妻弓子著、「Bess M.メンゼンディークの女性体操に関する一考察」、『見形道夫先生退職記念論集 体操とスポーツと教育と』、見形道夫先生退職記念論集刊行会、1989
- 48) 二宮文右衛門著、『体育全史』、目黒書店、1934
- 49) 二宮文右衛門・今村嘉雄・大石峯雄著、『體育の本質と表現體操』、目黒書店、1933
- 50) 日本ダルクローズ音楽教育学会編、『リトミック研究の現在』、開成出版、2003
- 51) 日本ダルクローズ音楽教育学会編、『リトミック実践の現在』、開成出版、2008
- 52) 日本ダルクローズ音楽教育学会編、日本ダルクローズ音楽教育学会創立 40 周年記念論集『リトミック教育研究—理論と実践の調和を目指して—』、開成出版、2015
- 53) ハーバード・リード著、宮脇理・岩崎清・直江俊夫訳、『芸術による教育』、フィルムアート社、2001
- 54) P.レーティヒ編、岸野雄三監修、『スポーツ科学事典』、ほるぷ出版、1982
- 55) 平野正久・長尾十三二著、『新教育運動の生起と展開』、明治図書出版、1988

- 56) 副島美由紀「モダニズムが夢見たユートピア；ドイツ田園都市建設の歴史（1）～（6）」『人文研究』第96~106、小樽商科大学、1998-2004
- 57) フランク・マルタン著、板野平訳、『作曲家・リトミック創始者エミール・ジャック＝ダルクローズ』、全音楽譜出版社、1994
- 58) ヘニング アイヒベルク著、清水諭訳、『身体文化のイマジネーションーデンマークにおける「身体の知」』、新評論、1997
- 59) ヘルマン・ノール著、平野正久・大久保智・山本雅弘著訳、『ドイツの新教育運動』、明治図書、1987
- 60) ボーデ著、万沢遼訳、『リズム体操ー運動課題300を含むー』、ベースボール・マガジン社、1962
- 61) マティス・リュシー著、稲森訓敏訳『音楽のリズム』、中央アート出版社、2008
- 62) 水野忠文・木下秀明・渡辺融・木村吉次著、『体育史概説ー西洋・日本ー』、体育の科学社、1968
- 63) モンテーニュ著、原二郎訳、『エッセー(一)』、岩波書店、1965
- 64) 安則貴香著、『ドイツにおける新体操促進運動（Gymnastikbewegung）に関する史的研究（1901年-1933年）：ドイツ体操連合（Deutscher Gymnastik-Bund）の設立と活動の実際に着目して』、博士論文、2017
- 65) 山名淳著、『夢幻のドイツ田園都市 教育共同体ヘレラウの挑戦』、ミネルヴァ書房、2006
- 66) ラインハルト・リング、ブリギッテ・シュタインマン編著、河口道朗、河口眞朱美訳、『リトミック事典』、開成出版、2006
- 67) リヒトヴァルク著、岡本定男著訳、『芸術教育と学校ードイツ芸術教育運動の源流ー』、明治図書、1985
- 68) ルソー著、今野一雄訳、『エミール(上)』、岩波書店、1962
- 69) ルートヴィッヒ クラーゲス著、平澤伸一・吉増克實訳、『リズムの本質について』、うぶすな書院、2012
- 70) L.チョクシー・R.エイブラムソン・A.ガレスピー・D.ウッズ共著、板野和彦訳、『音楽教育メソッドの比較』、全音楽譜出版社、1994
- 71) W.ボイド、W.ローソン著、国際新教育協会訳、『世界新教育史』、玉川大学、1969
- 72) 『ニューグローヴ世界音楽大事典』、講談社、1994

73) R.L. ネットウルシップ著、岩本光悦訳、『プラトンの教育論』、法律文化社、1981

74) I. アンデション・J. ヴェイブル著、潮見憲三郎訳、『スウェーデンの歴史』、文真堂、
1989

おわりに

子どもたちにリトミックを指導しながら、常に「リトミックとは何か」という問いを抱えていた。その答えを求めて明星大学通信制大学院、博士後期課程に入学してから3年が過ぎようとしている。リトミック研究を続けることができる喜びと嬉しさを胸に晴れやかな入学式を迎え、窓から見渡せる多摩丘陵の美しさに、自分にも新しい道が開かれているように感じ、心躍らせた。しかし、その日から、研究の端緒を開くまでずいぶんと時間がかかった。まわり道ばかりで研究の入口にさえ辿り着けない私に、板野和彦先生は辛抱強く道を示してくださった。その後も研究のペースがつかめない私を温かく見守ってくださるとともに、大切な場面ではしっかりと背中を押してくださった。今ここに立っていることを板野和彦先生に心より感謝申し上げたい。

また、論文審査においてご指導いただいた、樋口修資先生、廣嶋龍太郎先生、杉田政夫先生には、研究論文として必要な視点について貴重なご指摘をいただいた。まだまだ未完成であった論文を振り返り、研究を深めることができた。ご指導に深く感謝申し上げたいと思う。

それでも、今なお研究の入口にも辿り着いていないと感じている。自分の未熟さに向き合いながら一歩ずつ前へ進むことで、いつの日か自分の歩みを確かめることができるのかもしれない。

最後に、未熟な私を支え、励まして下さったすべての方々に心からのお礼を申し上げ、終わりの言葉としたい。

平成 30 年 6 月

入江 眞理