

ジャン・ローレン・サスポータス&齋藤徹 ジャンさん体操&氣の道入門&身体と音のワークショップ



【ジャンさん体操とは？】

ピナ・バウシュ舞踊団のソロダンサーとして有名なジャンさんが30年以上の経験から太極拳・合気道・氣の道・アレキサンダーテクニクなど東洋・西洋の身体の使い方の中からあみ出したものです。ダンサーや演劇人ばかりでなく、一般の人、全くの初心者や障害のある方も対象として、リラックスした心とリラックスした身体を通して地から天へとエネルギーが通って行く感覚を身につけ、日常的に身体を意識するようになります。

【コントラバス奏者齋藤徹よりジャンさん体操についてのコメント】

ジャンさんとの日本ツアーの間、共演者・スタッフ、なるべく全員を誘って公演前に「ジャンさん体操」をしました。ジャンさんの愉快な「日本語」での指導も笑いを誘い、公演準備でどうしてもビリビリしがちになる状況が全く違ったリラックスしたものになり、暖かな雰囲気の中で公演が進みました。

どんなに堅い身体で、言われたようにできなくても、終わった後、「身体が喜んでいる」のが実感でき、大変すがすがしく晴れ晴れとした気分になります！

【氣の道入門とは？】

1979年、野呂昌道（のろまさみち）さんにより合気道の発展型としてパリで始まりました。野呂さんは、合気道の創始者・植芝盛平さんの内弟子で、ヨーロッパ・アフリカでの合気道普及のために1961年にフランスへ派遣されました。順風な普及活動を続けていましたが、大きな交通事故に遭い、激しい動きの合気道から、よりソフトな「氣の道」を考案しました。攻撃と防御という武術の考え方で違って、より感覚的に身体を捉え、内面の近くを大切に、正しく、リラックスした姿勢を動きの基礎にしています。

きっと多くの皆さんの武術観が180度ひっくり返るような、まるでダンスのような動きなのです。ジャンさんは25年間、野呂先生の直弟子で10年前に「氣の道」を教える資格を得ました。

フランス、ドイツで教えています。日本人によって始められた「氣の道」が日本で普及していないのは不思議なことですね。

大好評だった2010年の「いずるば」でのワークショップが日本で初めての試みでした。

【身体と音のワークショップとは？】

南米ボゴタ（コロンビア）でジャン・徹で初めてやりました。とても良い反応でした。身体と音の関係を具体的に試していきます。もちろん一般の方もOKです。ダンサーやミュージシャンだけでなく、身体と音との関係が日常で起こっていることです。このことに意識的になるだけで生活する姿勢も仕事に対する姿勢も人との関係性も変わってくると思います。「聴く」こと「待つ」こと「信じる」ことは同意です。自分の身体を客観的に、意識的に捉えることはさまざまな「囚われ」から解放してくれるきっかけになるでしょう。



2013年2月6日(水) @ レッドベリースタジオ

◆ 札幌市西区八軒2条西1丁目 札幌琴似教会裏 <http://www.akai-mi.com/>

◆ 19:30~22:00

◆ 参加料:3000円(翌日の公演と合わせた2日間通し券:5000円)

◆ 予約・お問い合わせ:011-633-2535 (レッドベリースタジオ)

◆ 企画・協力:レッドベリースタジオ ◆ 共催:アトリエ憧憬 奥井理ギャラリー