트리샤브라운 릴리즈 댄스에 내재된 선(線)사상 연구
A Study on Zen in Trisha Brown Release Dance

안 다 현, 김 은 정, 조 성 희
강원대학교

An da-hyeon, Kim eunjung, Cho Sunghee
Kangwon National University

요약

본 연구는 릴리즈 댄스(Release Dance)에 내재되어 있는 선사상을 밝혀내고자하는데 그 목적이 있다. 이를 위해 릴리즈 댄스의 대표적인 안무가인 트리샤 브라운의 사례를 문헌연구하였다. 먼저 브라운이 훈련했던 것으로 알려진 알렉산더 테크닉(Alexander Technique)은 편안함, 감각각성, 무형식의 특징을 통해 선사상을 내재하고 있음을 알 수 있었다. 브라운의 무용에서는 부드러운 움직임, 공간인지, 무질서함의 특징으로 전이되어 나타났다. 브라운 외에도 많은 안무가들이 하나의 신체훈련으로 소매틱스(Somatics)를 접하고 이를 움직임에 반영해왔다. 관련된 사례연구들을 수행하여 릴리즈 댄스자체에 대한 학술적 정의가 필요한 시점이다.

Ⅰ. 서론

본 연구는 릴리즈 댄스(Release Dance)에 내재되어 있는 선(線)사상을 밝혀내고자하는데 그 목적이 있다. 이를 위해 릴리즈 댄스의 대표적인 안무가인 트리샤 브라운(Trisha Brown)의 사례를 문헌연구하였다. 먼저 브라운의 릴리즈 댄스에 대해 문헌조사하고, 그녀가 훈련했던 것으로 알려진 알렉산더 테크닉(Alexander Technique)과 무용과의 연결점을 찾고 알렉산더 테크닉에 내재된 선사상을 통해 브라운 무용의 선사상을 알아보고자 한다.

Ⅱ. 알렉산더 테크닉과 선사상

브라운과 그녀의 무용단 단원들은 알렉산더 테크닉과 클레인 테크닉을 훈련하였다[1]. 토마스 하나(Thomas Hanna)는 알렉산더 테크닉에서 배움의 방식이 선불교 신자가 수련하는 길과 크게 다르지 않다고 언급하였다[2].

1. 편안함의 발견

알렉산더 테크닉은 효율적인 심신통합을 통해 편안한 상태를 추구한다. 선불교 수련자들이 추구하는 '대자유'는 편안함의 발견을 통해 몸적 해탈에 이르게 되는 것과 유사하다[2].

2. 감각 각성

선은 수련하는 것으로 하나의 살아가는 방법인, 완전한 깨어 있음과 알아차림에 도달하고 한다. 이는 알렉산더 테크닉에서 행해지는 감각 각성을 이루기 위한 과정과 유사하다.[2]

3. 무형식

선불교의 제1원칙은 "원칙 자체가 없다는 것"이다. 선은 원리에 입각한 종교가 아닌, "현실에서 일어나는 모든 일들을 통해 이루어지는 일종의 수련법"이다.[2]

Ⅲ. 트리샤 브라운의 릴리즈 댄스

1. 부드러운 움직임

브라운의 움직임은 '부드러움'으로 대변된다. 그녀의 춤은 어떤 원리 원칙을 구현하기 보다는 "생겨나는 움직임"에 기초를 두고 있다[3]. 브라운은 알렉산더 테크닉을 통해 이를 악무는 것, 중단, 습관적인 패턴과 긴장으로부터 자유로워질 수 있다고 하였다[4].

2. 공간인지

브라운은 알렉산더 테크닉이 무용수 개개인에 노출되어왔던 시스템들을 모두를 통합시킨다고 하였다. 또한 인지하는 것은 설레는 경험이라고 표현한다[4]. 그녀만의 무질서하고 다양한 공간적 방향을 순간적으로 바꿔나가는 움직임을 수행하는데 있어 알렉산더 테크닉 훈련이 도움이 되었다고 그녀의 무용단원들은 증언하고 있다.[1]

3. 무질서한 움직임

브라운의 대표적인 릴리즈 댄스 작품인 『워터 모터(Water Motor)』는 "절묘한 무질서를 포용하는 작품으로 관절과 수족의 순수한 움직임을 보여주며 때로는 외관상 불가능한 조합으로 보인다"[5]고 샐리 베인스(Sally Banes)는 언급하였다. 또한 브라운은 예측할 수 없는 움직임으로 스릴을 느끼게 해준다고 하였다[4].

Ⅳ. 결론

릴리즈 댄스에 나타난 선사상은 알렉산더 테크닉의 수용을 통해 내재되어 있는 선사상의 측면을 무용에 편입되었다. 릴리즈 댄스와 알렉산더 테크닉의 관계를 살펴본 결과 부드러운 움직임, 인지, 무질서한 움직임은 알렉산더 테크닉의 편안함의 발견, 감각각성, 그리고 무형식을 통해 선사상을 흡수한 것으로 보인다. 이러한 통합의 과정 속에서 브라운의 무용기법은 변용되었고, 이 과정에서 특성화된 그녀의 무용은 릴리즈 댄스라는 새로운 영역이 탄생하였던 것이다. 브라운 외에도 많은 안무가들이 하나의 신체훈련으로 소매틱스(Somatics)를 접하고 이를 움직임에 반영해왔다. 관련된 사례연구들을 수행하여 릴리즈 댄스자체에 대한 학술적 정의가 필요한 시점이다.

▮ 참 고 문 헌 ▮

[1] Eddy, M., "A brief history of somatic practices and dance: historical development of the field of somatic education and its relationship to dance", Journal of Dance and Somatic Practices Vol. 1 No. 1 pp.5-27
[2] 토마스 하나, 부드러운 움직임의 길을 찾아(김정명 역), 소피아, 고양, 2013.
[3] Moss, D., "Coming to Terms with the Release Technique". Movement Research Performance Journal, No.18. pp,4.
[4] Rodrigue, J. Dancing at the Edge of Balance, ACAT-West News, 1986
(from : http://alexandertechnique.com/articles/dancing/).
[5] 셀리 베인스, 포스트모던댄스(박명숙 역), 삼신각, 서울, 1994.