



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

김 미 숙 교수지도
박사학위 청구논문

BF의 기능 - 표현을 통한
Dancesport의 예술적 특성

-룸바와 왈츠를 중심으로-

2018

성신여자대학교 대학원

체 육 학 과

김 문 경

김 미 숙 교수지도
박사학위 청구논문

BF의 기능 - 표현을 통한
Dancesport의 예술적 특성

-룸바와 왈츠를 중심으로-

2018

성신여자대학교 대학원
체 육 학 과
김 문 경

BF의 기능 - 표현을 통한
Dancesport의 예술적 특성

-룸바와 왈츠를 중심으로-

김 미 숙 교수지도

이 논문을 박사학위논문으로 제출함

2017년 10월


성신여자대학교 대학원


체 육 학 과


김 문 경


인 준 서


김문경의 박사학위 논문으로 인준함

심사위원장 김 은혜 

심사위원 임 우택 

심사위원 서 환교 

심사위원 김 현경 

심사위원 김 미숙 

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 논문은 댄스스포츠의 종목 중 룸바와 왈츠의 움직임 분석을 통해 예술적 특성을 찾는 데 초점을 맞춘다. 움직임의 질적 분석을 통해 움직임이 지니고 있는 현상들의 의미를 발견하고 외형적으로 나타나는 표현의 특성을 찾을 수 있다. 질적분석의 체계는 엄가드 바르테니에프(Irmgard Bartenieff, 1900-1981)의 BF(Bartenieff Fundamentals)의 아홉 가지 기초원리와 네 가지 움직임 주제를 통해 움직임에서 사용되는 신체의 기능적 원리와 춤에서 표현되는 예술적 미를 살펴보았으며, 기능과 표현의 통합적 관계 속에서 나타나는 예술적 특성을 찾을 수 있었다.

따라서 본 연구에서는 룸바와 왈츠의 움직임에 BF를 적용, 분석한 결과 춤의 기능과 표현의 통합적 측면에서 다음과 같은 결과를 도출했다.

첫째, 움직임의 주체인 신체를 통해 나타난 연결성의 다양성이다. 룸바와 왈츠에서 사용된 신체의 연결성은 동작의 다양한 형태를 지닌다. 룸바의 경우 연결성을 통해 다채로운 팔 동작과 하체의 움직임을 만들고, 동작에서는 입체감을 가진 조형적인 형태로써 표현한다. 그리고 연결성들은 남성의 리드와 여성의 팔로워 댄스의 관계 속에서 조화로운 움직임을 생성한다. 왈츠는 남·녀 무용수가 가까운 홀드를 유지하고 움직임의 효율적인 안정성을 갖기 위한 연결성을 주로 사용한다. 상-하체의 연결성은 신체의 역동적인 정렬을 이루어 움직임의 부피감을 나타낸다. 또한 남성의 귀족을 연상시키는 수직의 자세와 여성의 부드러운 궁형의 곡선적인 자세를 통해 만들어지는 남·녀 무용수의 연결된 신체는 조각과 같은 조형적 형태를 표현한다.

둘째, BF의 기초원리를 통해 만들어지는 효율적인 신체 기능은 표현의 움직임을 효과적으로 수행한다. 도법에 의해 주어지는 룸바와 왈츠 또한 아홉

가지 기초원리를 고루 사용하여 안정적인 공간 안에서 움직임의 운동성을 증가시키고, 다이내믹한 리듬과 다채로운 표현의 움직임을 나타낸다.

셋째, 공간성을 적극적으로 이용하여 움직임 공간에 남겨지는 흔적의 형태와 구조를 만드는 동작은 공간적 특성을 지닌다. 공간적 요소는 움직임을 하는 동안 환경이나 사물, 사람과의 상호관계 및 조화를 중점적으로 다루는 춤의 특징에서 중요하게 작용한다. 룸바는 남·녀 무용수의 움직임에서 1,2,3차원의 다양한 공간의 구조 안에서 강하면서도 부드러운 남성성과 우아하고 관능적인 여성성을 표현한다. 왈츠의 경우 남성은 1차원의 상-하체에서 만들어지는 수직적인 선과 팔의 수평적인 공간을 만들고, 여성은 공형의 곡선적인 형태를 만들면서 움직임 공간의 범위를 확장시킨다. 남·녀 무용수는 함께 춤을 추는 동안 일반공간을 사용하고 움직임 공간의 형태는 계속 변화되는 역동적인 정렬의 창조적 공간을 형성한다.

마지막으로 춤에서 나타나는 움직임의 예술적 표현이다. 룸바에서 강조되는 예술의 미는 조형미, 리듬미, 정지의 미, 관능미, 혼합의 미로써 움직임을 나타낸다. 왈츠는 우아미, 흐름의 미, 조형미, 공간미 등으로 표현한다. 이 같은 미의 표현 또한 신체의 기능적 요소들과 상호작용하여 움직임의 조화로운 구성으로 예술적 표현을 가능하게 하며, 춤이 지닌 본질적 특성을 확인할 수 있었다.

본고에서는 BF의 네 가지 주제와 기초원리를 춤에 적용하여 위와 같은 분석결과를 얻었으며, 특히 움직임의 기능-표현의 통합적 주제 안에서 도출된 춤의 예술적 특성을 다음과 같이 확인하였다.

첫째, 움직임을 하는 신체의 조형적 특성, 둘째, 에포트의 특질에 근거한 시간성 예술로서의 리듬적 특성, 셋째, 움직임 공간에 나타나는 동작의 구조와 흔적의 형태가 남기는 공간적 예술로서의 공간적 특성, 마지막으로 움직임 기능과 표현의 조화로운 관계 속에서 나타나는 표현의 미적 특성이다.

이와 같이 연구자는 댄스스포츠의 기능-표현의 통합적 측면에서 춤의 예술적 특성을 찾고자 한 것으로 댄스스포츠라는 춤을 질적 분석을 통해 바라보았을 때 춤의 기능적 원리와 이를 통해 표현되는 예술적 미의 개념을 탐색하고자 한 것이다. 더욱이 연구자는 기능과 표현의 관계 안에서 형성되는 예술적 미와 관련지어 논의하고자 하였다. 따라서 움직임에는 기능과 표현이 함께 존재하고 있고 상호작용에 의해 예술로서의 미를 창조한다는 것을 이 연구를 통해 확인할 수 있었다.

본 연구를 통해 BF의 기초원리를 적용한 움직임의 질적 분석은 림바와 왈츠를 제외한 다른 종목의 움직임의 본질을 발견하는데도 유의미하게 활용할 수 있음을 확인하였다. 그리고 본 연구에서 발견된 예술적 특성들을 통해 댄스스포츠만의 미적 기준을 정립하는데 유용한 자료로서 활용될 수 있기를 기대해본다.

목 차

논문개요

I. 서 론

1. 연구 필요성 및 목적 1
2. 연구 방법 및 제한점 6

II. 이론적 배경

1. 룸바와 왈츠 춤의 기원과 특징 11
2. 춤(움직임)의 기법 23
3. Bartenieff Fundamentals(BF)의 이론적 체계 및 원칙 42
4. 표현과 예술의 미 55

III. BF를 적용한 움직임 분석

1. 룸바의 적용 분석 67
 - 1) 오픈 힙 트위스트(Open Hip Twist) 67
 - 2) 알레마나(Alemana) 72
 - 3) 오픈 아웃 투 라이트 앤 레프트(Opening Out Right and Left) 79
 - 4) 스파이럴 투 폴어웨이(Spiral to Fallaway) 84
 - 5) 컨티너스 서큘러 힙 트위스트(Continuous Circular Hip Twist) 90
 - 6) 슬라이딩 도어즈(Sliding Doors) 97
2. 왈츠의 적용 분석 105
 - 1) 터닝 록 투 더 라이트(Turning Rock to the Right) 105
 - 2) 위브 프롬 피피(Weave from P.P) 112

3) 내추럴 스피ن 턴(Natural Spin Turn)	118
4) 아웃사이드 체인지(Outside Change)	126
3. 룸바와 왈츠의 기능과 표현 특성	136
1) 룸바의 기능·표현 특성	136
2) 왈츠의 기능·표현 특성	147
IV. 룸바와 왈츠의 예술적 특성	155
1. 조형적 특성의 미	156
2. 리듬의 특성과 미	158
3. 공간적 특성과 미	161
4. 관능의 특성과 미	163
5. 우아의 특성과 미	164
V. 결론 및 제언	
1. 결론	165
2. 제언	168
참고문헌	169
ABSTRACT	177

표 목 차

<표. 1> 오픈 힙 트위스트(남성)	25
<표. 2> 오픈 힙 트위스트(여성)	26
<표. 3> 알레마나(남·녀)	27
<표. 4> 오픈닝 아웃 투 라이트 앤 레프트(남·녀)	28
<표. 5> 스파이럴 투 폴어웨이(남성)	29
<표. 6> 스파이럴 투 폴어웨이(여성)	30
<표. 7> 컨티너스 서큘러 힙 트위스트(남성)	31
<표. 8> 컨티너스 서큘러 힙 트위스트(여성)	32
<표. 9> 슬라이딩 도어즈(남성)	33
<표. 10> 슬라이딩 도어즈(여성)	34
<표. 11> 터닝 록 투 더 라이트(남성)	35
<표. 12> 터닝 록 투 더 라이트(여성)	36
<표. 13> 위브 프롬 피피(남성)	37
<표. 14> 위브 프롬 피피(여성)	38
<표. 15> 내츄럴 스핀 턴(남성)	39
<표. 16> 내츄럴 스핀 턴(여성)	40
<표. 17> 아웃사이드 체인지(남·녀)	41
<표. 18> 룸바의 움직임 분석결과 (3-1)	131
<표. 19> 룸바의 움직임 분석결과 (3-2)	132
<표. 20> 룸바의 움직임 분석결과 (3-3)	133
<표. 21> 왈츠의 움직임 분석결과 (2-1)	134
<표. 22> 왈츠의 움직임 분석결과 (2-2)	135

그 립 목 차

<그림 1> 오픈 힙 트위스트 1	67
<그림 2> 오픈 힙 트위스트 2	67
<그림 3> 오픈 힙 트위스트 3	67
<그림 4> 오픈 힙 트위스트 4	70
<그림 5> 오픈 힙 트위스트 5	70
<그림 6> 오픈 힙 트위스트 6	70
<그림 7> 알레마나 1	73
<그림 8> 알레마나 2	73
<그림 9> 알레마나 3	73
<그림 10> 오프닝 아웃 투 라이트 앤 레프트 1	80
<그림 11> 오프닝 아웃 투 라이트 앤 레프트 2	80
<그림 12> 스파이럴 투 폴어웨이 1	84
<그림 13> 스파이럴 투 폴어웨이 2	84
<그림 14> 스파이럴 투 폴어웨이 3	87
<그림 15> 스파이럴 투 폴어웨이 4	87
<그림 16> 스파이럴 투 폴어웨이 5	87
<그림 17> 컨티너스 서큘러 힙 트위스트 1	91
<그림 18> 컨티너스 서큘러 힙 트위스트 2	91
<그림 19> 컨티너스 서큘러 힙 트위스트 3	94
<그림 20> 컨티너스 서큘러 힙 트위스트 4	94
<그림 21> 슬라이딩 도어즈 1	98
<그림 22> 슬라이딩 도어즈 2	98

<그림 23> 슬라이딩 도어즈 3	98
<그림 24> 터닝 록 투 더 라이트 1	106
<그림 25> 터닝 록 투 더 라이트 2	106
<그림 26> 터닝 록 투 더 라이트 3	110
<그림 27> 터닝 록 투 더 라이트 4	110
<그림 28> 위브 프롬 피.피 1	113
<그림 29> 위브 프롬 피.피 2	113
<그림 30> 위브 프롬 피.피 3	115
<그림 31> 위브 프롬 피.피 4	115
<그림 32> 내추럴 스피너 턴 1	119
<그림 33> 내추럴 스피너 턴 2	119
<그림 34> 내추럴 스피너 턴 3	121
<그림 35> 내추럴 스피너 턴 4	121
<그림 36> 내추럴 스피너 턴 5	121
<그림 37> 내추럴 스피너 턴 6	123
<그림 38> 내추럴 스피너 턴 7	123
<그림 39> 아웃사이드 체인지 1	127
<그림 40> 아웃사이드 체인지 2	127
<그림 41> 아웃사이드 체인지 3	129
<그림 42> 아웃사이드 체인지 4	129

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

댄스스포츠(Dancesport)는 민속무용에서 출발해서 사교춤, 즉 볼룸댄스(Ballroom dance)로 발전되었고, 여기에 경기를 위한 스포츠적 기능이 합쳐지면서 지금의 댄스스포츠라는 용어를 사용하게 되었다. 댄스스포츠는 라틴아메리카댄스(Latin America Dance) 5종목과 스탠다드댄스(Standard Dance) 5종목으로 구분된다. 모든 종목들은 각기 다른 리듬(rhythm)을 지니고 있으며 종목마다 움직임도 다양하고, 여러 요소들에 의한 움직임의 완성도로 다르게 나타난다. 신체를 통해 표현되는 움직임의 예술이자 스포츠인 댄스스포츠는 댄스의 표현적인 움직임과 스포츠의 기능적인 움직임이 공존한다는 점에서 스포츠의 단일 분야이기보다는 예술과 스포츠의 통합적인 장르이다.

댄스스포츠의 국내 현재 동향은 2017년 대한체육회에 의하면 초등학생 23명, 중학생 63명, 고등학생 154명, 대학생 36명, 그리고 실업 280명으로 전체 556명의 선수가 등록되어 있다. 그리고 국민생활체육회에서는 2011년 댄스스포츠 클럽이 전국적으로 1,373개, 동호인이 43,139명(서울올림픽기념국민체육진흥공단, 2012)에 달하고 있음을 보고하였다. 2016년 5월 정부의 시책에 따라 대한체육회와 국민생활체육회의 통합으로 명칭은 ‘대한민국댄스스포츠연맹’으로 변화되었고 이에 따라 내·외적으로 새로운 국면을 맞이하였다. 댄스스포츠연맹의 통합은 급격한 양적 수요 증가와 질적 수준의 향상을 요구하는 양태로 변화되고 있다. 이러한 댄스스포츠의 움직임에 대한 내·외적 균형을 이룰 수 있는 다각적인 연구가 시기적으로 필요하다.

댄스스포츠는 전 세계적으로 공통된 도법으로 춤을 춘다는 점에서 민속무용과 성격이 다르고, 도법과 스텝(step)으로 구성된 춤의 기본 동작들은 다양한 바리에이션(variations)을 만들 수 있다. 이러한 움직임들은 신체적인 기능의 효율성 및 예술적인 표현의 영역을 필요로 한다. 종목별로 다른 리듬의 춤을 춰야 하는 댄스스포츠 무용수의 표현 능력은 춤에 있어 매우 중요한 요소로 작용한다. 이러한 표현 능력은 훈련에 의해 만들어지거나 표현하는(최청자, 김형남, 박은주, 2013) 무용수의 내·외적 조건에 따라 다양하게 변화될 수 있다. 따라서 움직임 훈련 시 몸의 내부 연결성과 외부 표현력의 상호작용에 초점을 두고 움직임의 기능적인 측면과 표현적인 측면을 고려한 인식은 매우 중요하다. 라틴아메리카댄스 5종목을 체계화하는데 크게 공헌한 월터 레어드(Walter Laird, 2002)는 춤의 최대 효율은 관객이 보기에 가장 아름다워 보일 수 있는 것으로 신체적 원리를 인식한 무용수가 기능적인 움직임과 표현이 풍부한 움직임으로 춤의 완성도를 높일 수 있다고 하였다. 김수영(2007)도 라반은 움직임을 표현적 움직임과 기능적 움직임으로 구분하면서 표현적 움직임은 내적 감정이나 기분을 반영한다고 하였고¹⁾, 우혜영, 박현애(2008) 또한 기능적 움직임은 움직임의 전체의 조화와 효율성을 바탕으로 운동기능의 향상에 변화를 줄 수 있다고 하였다. 이 두 가지 요소는 움직임 예술에 있어 무용수의 움직임을 조화롭게 만들 수 있다는 것을 의미한다.

특히, 움직임을 나타내는 몸, 즉 신체를 통해 표현되는 댄스스포츠는 예술의 한 분야로 시각화될 수 있다. 춤 움직임 내면의 의미를 발견하기 위해서는 움직임을 사려 깊게 관찰하는 것이 중요하다. 그 이유는 움직임의 내·외적 원리 이해와 움직임의 내적 의미를 배제하고는 단순히 움직임 형태를 흉내 내기에 그칠 수 있기(노혜경, 2011)때문이다. 따라서 움직임을 예술로

1) 김수영(2007). Rudolf Van Laban의 원리가 무용 움직임에 미치는 효과 및 활용. p11 인용.

형상화하는 무용수가 자신의 신체 기능이나 움직임에 대해 이해하지 못한다면 이는 관객에게 움직임의 표현을 명확하게 전달하지 못할 것이다. 즉, 움직임이 내포하고 있는 의도를 알기 위해서는 움직임의 관찰, 분석을 통해 이루어져야 정확한 의미를 이해할 수 있다. 춤을 분석하는데 있어서 춤은 순간적인 예술로 그 의미를 파악하기 어려운 춤의 일시성 때문에 분석가가 춤의 움직임을 세밀히 관찰하지 못하는 난점이 있다. 그러나 춤의 움직임을 명확하게 관찰하고 분석 묘사하는 것은 춤의 움직임을 표현하는 모든 이들에게 꼭 필요한 작업으로 춤의 재창조와 새로운 미적기준을 정하는데 꼭 필요한(신상미, 1994) 작업이라 할 수 있다. 이렇듯 춤 분석은 춤의 예술적인 가치를 높이는 중요한 역할을 하게 된다. 이에 움직임을 이해하기 위한 방법으로 움직임의 관찰 · 묘사 · 분석의 정확하고 객관적인 분석 체계가 요구되어져 왔다.

이러한 움직임들을 관찰, 분석하기 위한 체계로서는 현재 가장 넓게 일반적으로 활용되고 있는 루돌프 폰 라반(Rudolf Von Laban, 1879-1958)의 움직임 분석 이론인 LMA(Laban Movement Analysis)이다. LMA는 라반의 공간 이론 및 에포트 이론과 워렌 램(Warren Lamb)의 에포트/쉐입 분석(Effort/Shape Analysis), 그리고 엄가드 바르테니에프(Irmgard Bartenieff, 1900-1981)의 신체 기본 원리가 결합한 분석체계로 움직임의 질적 부분을 관찰 · 묘사 · 분석까지도 가능하다. 이 분석체계는 인간의 움직임을 통해 표출되는 내적 상태를 읽어내고자 라반과 그의 제자, 동료들이 가진 모든 경험들을 바탕으로 다양한 원리 내에서 정립되어진 움직임 분석 이론으로 움직임의 기능적인 면과 움직임에서 나타나는 내면의 생각, 감정을 포함한 모든 질적인 표현의 파악이 가능하다.

라반의 LMA의 신체 개념에 도움을 준 바르테니에프의 기초원리(Bartenieff Fundamentals; BF)는 몸과 춤 움직임에 대한 분석으로 신체 원

리와 움직임 원칙을 토대로 이루어진다. BF는 다른 신체 기초원리들, 펠던 크라이스 메소드(Feldenkrais Method), 알렉산더 테크닉(Alexander Technique)과 같은 원리들이 신체 훈련에 초점을 맞추고 있는 반면, 라반의 에포트/쉐입 그리고 공간이론을 접목하여 좀 더 객관적이고 체계적인 기본 원리로 발전시켜 현재 다양한 움직임 분야에 실질적으로 적용되고 있다. BF는 네 가지 주제와 아홉 가지 원칙들로 구성되어 있는데, 여기서 중요한 것은 춤 움직임에 있어서 춤이 지니고 있는 기술적 요소와 표현적 요소의 움직임들이 서로 상반된 것이 아니라 상호작용하는 것(신상미, 김재리, 2010)을 강조한다. 이에 신체를 매개로 추는 댄스스포츠의 경우 또한 BF의 분석은 충분히 타당성이 있다고 사료되며, 분석을 통해 춤이 지닌 표현과 기능적인 점들을 발견해 낼 수 있을 것이다.

현재까지 댄스스포츠의 질적 분석 이론을 활용하여 연구한 사례로는 김문경(2010)의 'LMA에 의한 라틴댄스의 움직임 분석'과 김문경, 김미숙(2012)의 '라반의 에포트-쉐입 분석을 통한 파소도블레의 움직임 특질' 이 두 편의 연구를 통해 댄스스포츠의 움직임의 특질을 밝혀낸 바 있다. 그리고 장세형은 "바르테니에프 펀드멘탈과 라반 동작 분석에 근거한 무용수를 위한 무한 신체 운동 시스템의 구축"이라는 연구를 진행한 사례가 있으나, 이 연구는 특정 상해 무용수에 대한 상해 방지를 위한 원활한 움직임을 유도하는데 목적을 둔 연구였다. 댄스스포츠의 춤을 대상으로 움직임의 질적 개념을 찾기 위한 연구는 부족하다고 할 수 있다.

우리가 알고 있는 라틴아메리카댄스의 룸바(Rumba)는 사랑의 춤, 즉 부드럽고 관능적인 표현으로 남·녀 커플의 로맨틱한 분위기(이경숙, 2013)를 몸짓으로 자아내며 춤을 추어야 하고, 스탠다드댄스의 왈츠(Waltz)는 우아하고 부드럽게 추어야 한다고 인식하고 있다. BF는 이러한 몸짓들의 유의미한 예술적 특성과 미적 기준을 찾을 수 있는 준거가 될 것이며, 댄스스포츠

를 체계화·이론화하는데 있어 중요한 학문적 토대가 될 것으로 사료된다.

따라서 본 연구는 룸바와 왈츠에서 나타나는 특징적인 움직임을 토대로 BF의 춤의 기능적, 표현적 움직임의 원리를 통해 관찰, 분석하여 움직임의 형태나 구조적인 측면 뿐 만 아니라 춤의 질적인 측면을 탐색하여 춤에서 나타나는 움직임의 예술적 특성을 찾아내는데 목적을 둔다. 이에 따라 움직임 분석 연구는 움직임의 본질에 주목하여 신체 원리의 기능과 표현의 측면에서 움직임의 의미를 밝힐 수 있다.

이 연구에서 발견되는 요소들은 다음과 같은 측면에서 의의가 있다. 첫째, 춤을 추는 무용수들은 자신의 개성에 맞는 창의적인 움직임을 연기할 수 있을 것이다. 둘째, 신체의 올바른 움직임의 수행방법을 알 수 있게 하는 원리는 가르치는 지도자들이 그들의 교육방법에 적용할 수 있을 것이다. 셋째, 일반 동호인들에겐 움직임 기능의 향상과 춤 표현을 보완하는데 도움이 될 수 있다.

그러므로 댄스스포츠의 춤 분석 연구는 움직임의 기본원리를 알고 춤의 접근을 좀 더 용이하게 할 것이며, 보다 높은 수준의 교육과 공연이 이루어질 수 있도록 도움을 줄 것이다. 그리고 이 연구를 통해 얻을 수 있는 질적 의미들은 춤을 추는 무용수들과 지도자들에게 자신감을 갖게 해주며, 연구에서 다루어진 원리들은 춤 이론의 논리적인 근간으로 활용할 수 있을 것이다. 또한 분석을 통해 도출된 예술의 미는 춤의 미적기준을 정립하는데 기초적인 자료로서 활용할 수 있을 것이다.

2. 연구 방법 및 제한점

1) 연구 방법

(1) 연구절차

라틴아메리칸댄스 중 룸바와 스탠다드댄스 중 왈츠의 예술적 특성을 알아보기 위하여 춤의 관한 문헌고찰과 춤 움직임 분석, 인터뷰, 마지막으로 분석의 1차, 2차의 검증과정으로 이루어졌다. 연구절차는 다음과 같다.

본 연구의 첫 번째 과정은 춤과 분석이론의 문헌고찰이다. 일차적으로 룸바와 왈츠의 기원 및 춤의 특징에 대해 고찰했다. 현대의 룸바와 왈츠가 지니고 있는 의미를 찾기 위해 춤의 탄생, 시대적 배경 그리고 진화하는 과정을 중심으로 조사하였다. 춤의 움직임 분석을 뒷받침해 줄 BF의 네 가지의 주제와 아홉 가지 원칙들에 대한 이론의 학문적 근거를 제시하고, 표현과 예술의 미의 개념에 대해 무용미와 체육미를 중점으로 살펴보았다.

두 번째 과정은 첫 번째 단계로 분석을 위해 연구자가 한명의 CMA로부터 바르테니에프 기초원리의 이론을 학습하고 몸을 인식하는 과정으로 체화하였다. 두 번째 단계는 연구자가 비디오를 통해 움직임을 관찰, 수차례의 분석과정을 거치면서 동작에서 나타나는 특징적인 요소들을 추출하였다. 분석방법은 신체의 연결성, BF의 기초원리의 사용, 원리들과 함께 표현되는 예술적 미를 중심으로 관찰, 분석했다. 세 번째 단계는 이 과정에서 도출된 분석 결과를 한명의 CMA로부터 1차의 검증받은 후, 연구자가 이를 다시 수정·보완하여 2차의 검증과정을 마쳤다. 마지막 단계로 춤의 본국인 영국에서 유학한 라틴 전문선수로부터 룸바 동작의 중요점에 대해 인터뷰를 가

지고 그 내용과 분석한 결과를 종합하여 정리하였다.

세 번째 과정은 종합한 분석결과로부터 나타나는 춤의 기능적·표현적 특성을 도출하였다. 그리고 두 가지의 특성이 지니고 있는 움직임의 특징들을 BF의 네 가지 주요 주제 중, 기능-표현이 제시하는 이론에 근거하여 춤의 예술적 특성에 대해 구체적으로 다루었다.

마지막 과정은 신뢰도를 높이기 위해 세 번째 과정에서 다른 결과에 대해 두 명의 댄스스포츠 전문가와 한 명의 CMA로부터 2차 검증의 과정을 거쳤다. 이는 움직임의 분석결과의 해석으로 기능-표현의 맥락 안에서 춤의 예술적 특성이 명확하게 논의되었는지에 대해 살피기 위함이다.

(2) 분석 대상

이 연구의 분석 대상은 라틴아메리칸댄스의 ‘룸바’와 스탠다드댄스의 ‘왈츠’를 연구 대상으로 선정하였다. 이 두 종목의 춤을 선정한 이유는 라틴아메리카댄스에서 룸바, 그리고 스탠다드댄스에서는 왈츠가 각 댄스 중 가장 기본이 되는 종목이라 할 수 있다. 가장 먼저 룸바를 배워야 하는 이유는 룸바의 기본 베이직(Basic)이 다른 종목에도 그대로 적용(이경숙, 2013)된다는 점이고, 왈츠 또한 스탠다드댄스의 5종목 중 가장 먼저 배우게 되는 종목으로 스탠다드댄스의 기본이 된다는 점에서 왈츠로 우선적인 선택을 하게 되었다.

룸바는 Michael Malitowski & Joanna Leunis가 제작한 2005년에 촬영된 BODY BASICS의 비디오의 룸바 부분을 분석 대상으로 하였다. 두 무용수는 댄스스포츠 대회에서 가장 권위 있는 영국의 British Open Blackpool Dance Festival(Blackpool)²⁾의 2008~2015년 라틴 챔피언이다.

2) British Open Blackpool Dance Festival은 세계에서 가장 명망 있는 볼룸댄스 대회형태로 이루어지며 영국의 블랙풀의 윈터가든(Winter Gardens)에서 매년 5월20일경부터 열흘정도 개

왈츠는 DSI에서 제작한 Mirko Godzolli & Alessia Betti가 시범한 Musical Dancing의 비디오의 왈츠 부분을 분석대상으로 하였다. 두 무용수는 영국의 British Open Blackpool Dance Festival(Blackpool)의 2006~2009년 블랙풀 모던 세계 챔피언이다.

분석 범위는 영상의 00: 35: 15 - 00: 36: 50간의 1분 35초를 분석했으며, 움직임 분석대상은 오픈 힙 트위스트(Open Hip Twist), 알레마나(Alemana), 오픈 아웃 투 라이트 앤 레프트(Opening Out Right and Left), 스파이럴 투 폴어웨이(Spiral to Fallaway), 컨티너스 서큘러 힙 트위스트(Continuous Circular Hip Twist), 슬라이딩 도어즈(Sliding Doors)의 동작들만을 선정하였다.

왈츠는 위의 영상으로 하였으며 분석 범위는 영상안의 00: 17: 35 - 00: 17: 35간의 22초를 분석했으며, 분석대상은 내추럴 턴(Natural Turn) 전반(1-3보)과 함께 하는 터닝 록 투 더 라이트(Turning Rock to the Right), 위브 프롬 피피(Weave from P.P), 내추럴 스피ن 턴(Natural Spin Turn), 아웃사이드 체인지(Outside Change)의 동작들이다.

(3) 분석 도구

춤 움직임 분석은 움직임의 특징과 질적 요소 등을 이해하고 그 춤이 어떤 가치를 지니고 있는지에 대해 평가하기 위한 수단(Adshead, 1988)으로 본 연구의 분석도구는 바르테니에프의 기초원리에 의한 질적 분석 방법을 선택하여 사용한다. BF는 신체의 움직임의 기능하는 것과 표현하는 것을 적극적으로 발견할 수 있는 질적 분석이 가능한 분석 도구이다. BF의 네 가지 주제와 아홉 가지 원칙들은 움직임의 신체적 원리 및 표현적·기능적인 측면의 분석을 도와주는 분석 도구로서 유용하다.

최된다. 이 대회는 각국의 선수들이 모여 경기를 하게 되며, 라틴아메리카댄스와 스탠다드댄스가 각 부문별로 열린다(김문경, 2010).

2) 제한점

본 연구에서는 댄스스포츠의 움직임의 예술적 특성을 알기 위해서 BF의 분석을 통해 춤에서 나타나는 예술적 표현을 발견하고자 하였다. 그러나 모든 움직임을 분석하기에는 다소 어려운 점이 있으므로 아래와 같은 동작들로 제한하여 구성하였음을 밝히고, 다음과 같은 제한점을 갖는다.

첫째, 댄스스포츠는 10가지의 춤으로 이루어져 있으나 라틴아메리카댄스에서는 룸바를, 스탠다드댄스에서는 왈츠로 제한하였다. 룸바와 왈츠는 각각의 장르에서 가장 기본이 되는 춤이며 다른 종목에 기본 베이직을 적용하는데 용이하게 하는 춤이라는 점에서 선택하게 되었다.

둘째, 룸바와 왈츠는 초급, 중급, 고급과정의 동작들로 이루어져 있으나, 예술적 특성을 찾고자 한다는 점에서 초급의 동작들은 단순한 도법으로 이루어져 있어 표현적 움직임을 발견하기엔 다소 어려운 점이 있으므로 중급과정 이상의 동작들로 제한하여 구성하였다. 이 연구는 룸바와 왈츠의 동작들은 비디오의 영상 중 이론적 근거가 있는 동작들로 제한하였다.

룸바의 동작들은 오픈 힙 트위스트(Open Hip Twist), 알레마나(Alemana), 오픈 아웃 투 라이트 앤 레프트(Opening Out Right and Left), 스파이럴 투 폴어웨이(Spiral Fallaway), 컨티너스 서클러 힙 트위스트(Continuous Circular Hip Twist), 슬라이딩 도어즈(Sliding Doors)로 제한하였으며, 왈츠는 터닝 록 투 더 라이트(Turning Rock to the Right), 위브 프롬 피.피(Weave from P.P), 내추럴 스피ن 턴(Natural Spin Turn), 아웃사이드 체인지(Outside Change)의 동작들로 제한하였다. 하지만 본 연구에서 다루는 동작들은 중급이상의 과정으로 이루어져 있기 때문에 바리에이션

(variations)으로 무한히 발전할 수 있는 동작들로 이루어져 있다는 면에서 연구의 의미 있는 결과를 기대할 수 있을 것이다.

셋째, 연구자의 분석결과의 대한 검증은 한명의 CMA로 한정한다. 연구의 움직임에 대한 관찰, 분석은 연구자가 직접 수행하였지만, 연구자의 주관성을 최소화하고 객관적 타당도를 높이기 위해 분석결과의 검증과정을 진행했다. 본 연구의 검증자³⁾는 움직임 분석 전문가(Certified Movement Analyst, CMA)이다.

3) 본 연구의 검증자 김재리는 라반/바르테니에프 움직임 연구 기관(Laban/ Bartenieff Institute of Movement Studies, New York)에서 2004년 CMA(Certified Movement Analyst) 자격증을 취득(김재리, 2010)했으며, CMA로서 라반 움직임 분석 이론(Laban Movement Analysis) 및 바르테니에프 펀더멘탈(Bartenieff Fundamentals)의 분석 전문가로서 해당 분야에서 10년 이상 연구 및 실천을 수행하고 있다. 연구 결과에 대한 타당도를 위해 위의 검증자에게 1차 분석 검증 및 2차 분석 검증을 의뢰하여 연구를 진행했다.

CMA(Certified Movement Analyst)과정은 1년 과정이며, 자격시험과 논문 통과 후 자격증을 취득할 수 있으며 국제공인움직임 분석가로서 활동한다. LMA/BF분석은 CMA 자격증을 소지한 사람이 검증한 내용을 인정(강성범, 2007; 김문경, 2010)한다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 룸바와 왈츠 춤의 기원과 특징

1) 룸바(RUMBA)

(1) 춤의 기원과 발전

룸바라는 단어는 원래 반투-콩고어에서 유래된 것으로 “숙이다, 구부리다 (get down)”의 의미이다. 모든 라틴댄스(Latin Dance)의 “여왕”이라고 해도 과언이 아닌 룸바는 그 역사 또한 장구하다(Shirley Ayme, 1999).

룸바는 여러 쿠바댄스(Cuba Dance)의 총칭이며, 쏬(Son)이나 단존(Danzon)이 보다 정확한 명칭이라 한다. 쿠바는 다양한 문화요소가 혼합된 신비스러운 곳으로 룸바, 차차차(ChaChaCha), 맘보(Mambo)와 살사(Salsa)가 발생한 곳이다. 룸바는 16세기에 아프리카 흑인 노예들로부터 시작되어 카리브해 섬들과 라틴 아메리카 전역에 퍼졌다. 하지만 룸바가 주로 발달이 된 곳은 쿠바였다.

룸바는 아프리카 노예들의 힘든 삶이 반영된 춤이다. 이는 무거운 물건을 머리위에 이고 완벽히 균형 잡히도록 하기 위해 두발을 바닥에서 거의 떼지 않는 동작들에서 아프리카 노예생활의 흔적을 찾을 수 있다. 춤을 추는 동안 어깨를 들썩이지 않고 양 어깨의 높이를 계속 높게 유지하고 두발을 바닥에 무겁게 내딛는 것은 무거운 짐을 머리 위에 이고 운반하는 동안 균형을 잡으려고 어깨를 움직이지 않았던 노예들의 동작에서 비롯된 것으로 볼 수 있다(Shirley Ayme, 1999). 또한 맨발의 노예들이 발을 걸을 때 사탕수수의 날카로운 껍질에 베이지 않기 위해 껍질이 없는 것을 확인할 때까지

발의 체중을 신지 않고 땅바닥에 발끝을 먼저 살짝 딛고 나중에서야 완전히 체중을 옮겼던 걸음은 지금의 룸바 워(walk)의 기본 동작이 된다. 그리고 룸바 동작 중 쿠카라차(Cucarachas)⁴⁾는 사탕수수 밭에서 바퀴벌레를 밟아 죽이는 모습을, 스팟 턴(Spot Turn)과 내츄럴 탑(Natural Top)은 넓고 낮은 수레바퀴의 가장자리를 힘겹게 걷는 모습을 표현(Shirley Ayme, 1999)하는 것에서 유래한다.

이렇듯 룸바에는 자유를 빼앗긴 노예들의 힘든 생활과 고향의 가족과 연인에게로 돌아갈 수 없는 한이 담겨있는 춤이다. 이러한 시대적 상황이 룸바를 표현하고자 하는 내용으로 작용되었고, 춤의 어떤 기법을 사용하느냐에 따라 룸바에 대한 남·녀 커플은 일정한 현실의 맥락 속에서 재조합하여 이야기를 전달하는 사회적 삶의 내용(이경숙, 2013)으로 이해되어지고 있다.

미국에서의 룸바는 인기를 얻은 최초의 쿠바댄스였지만, 1920년대 미국과 영국에 처음 유입되었을 당시는 냉대를 받았다. 일부 음악가들에 의해 민속적인 큐반 룸바(Cuban Rumba)와 구분하기 위하여 룸바의 영어표기인 Rumba에 “h”를 넣어 “Rhumba”라고 불렀다. 큐반 룸바는 여자를 유혹하는 남성과 이에 혐오감을 나타내는 여성을 묘사하는 파트너 댄스이자 때로는 남성 솔로댄스로 추어지기도 했다(Shirley Ayme, 1999).

1940년대 들어서자 룸바에 열정이 생겨나기 시작했고, 무용수들은 그 새로운 리듬과 스타일에 매료되었다. 이후 1950년대엔 새로운 형식의 쿠바 음악이 생겨났으며, 이는 미국 재즈(Jazz)와 스윙(Swing)에 영향을 미치게 되고, 맘보라는 새로운 형태의 춤을 과생시키게 된다. 영국에서도 맘보를 새로운 형태의 룸바로 받아들여 “큐반 룸바”라고 간주하였다.

1947년 영국의 댄스교사인 피에르 라벨르(Pierre Lavelle)가 쿠바의 하마나

4) 이 동작은 주로 남자가 사용하는 것으로 Pressure Step(프레스 스텝)이라 한다. 쿠카라차의 종류는 Forward Cucarachas, Backward Cucarachas, Side Cucarachas이다. 고유의 쿠카라차를 할 때에는 체중을 지탱하고 있는 발의 뒤꿈치가 바닥에서 떨어지지 않지만(김종문, 엄화순, 2001) 앞으로 할 때는 뒤꿈치가 바닥에서 떨어지게 된다.

(Havana)를 방문 여행하면서 룸바에 매 소절 첫 번째 박자(Beat)의 멈추는 스텝(Break Step)으로 춤추는 것을 발견하였다. 그는 하바나의 피프 리버 (Pepe Rivera)로부터 많은 스텝을 배우고 그 이름들을 가지고 영국으로 돌아와 인터네셔널 큐반 룸바(International Cuban Rumba)를 정립해 나갔다 (차유진, 2009).

1955년에 이르러 큐반 룸바가 공식적으로 인정받으면서 미국식과 쿠바식이라는 두 가지 스타일이 생겨나게 되었다. 미국식 룸바는 사교적 무도로서 나이트클럽에서 추어졌으며, 큐반 룸바는 주로 국제 라틴 무도 강사 자격시험과 무도 경기대회에 관심 있는 이들, 그리고 미국식 시스템이 흔치 않는 학교의 학생들이 주로 즐기던 춤으로 지금의 국제 큐반 룸바가 되었다.

(2) 춤의 특징

룸바는 느리고 자유를 빼앗긴 한이 담긴 듯, 그리고 그들의 혼이 담긴 듯 풍부한 감정으로 추어진다. 룸바는 사랑의 춤으로 영혼을 위로하고 마음 깊숙이 있는 감성을 일깨운다. 춤을 추는 남성과 여성 사이에 “운명적 끌림”을 표현하는 즐거리가 있고 남성성, 여성성과 관능미가 있다. 인간의 깊은 감성, 열정, 관능, 유혹, 사랑, 조화, 기쁨, 환희, 열망, 슬픔, 배신과 질투를 표현한다. 출출 때 남성은 마초 이미지를 유지하면서 여성을 돋보이게 하는 것에 집중한다. 반면 여성은 세련되고 우아하며, 대담하고 때로는 남성을 괴롭히고 외면하기도 한다(Shirley Ayme, 1999).⁵⁾ 이와 같은 즐거리와 감정적 표현을 갖는 춤이 룸바이다.

이 춤은 기본적인 워크 힙 무브먼트(hip movement)로 이루어진다. 움직임은 무용수의 신체에 의해 점차적으로 일어나며, 움직임의 중심이동은 한쪽 발에서 다른 발로 옮겨지는 기본 워크에 충실해야 하고, 힙 무브먼트는 한발

5) Shirley Ayme(1999). Latin-American at It's Best-RUMBA. p61.

에서 다른 발로 중심이동이 완전히 옮겨졌을 때 연출되어야 한다. 힙 무브먼트를 표현할 때는 골반으로 이루어지지만, 상체와는 곡선의 자세를 유지하면서 움직여야 관능적인 움직임으로 표현된다. 여성은 육감적이고 부드러운 제스처를 한껏 고양시키고 남성은 강렬한 바디라인(body line)으로 남성다움을 과시하는 이 춤은 원래 수탉이 암탉을 쫓아오는 걸음걸이에서 나왔으며, 현대 룸바에서 이 움직임은 본능적인 액션, 골반의 움직임, 뺏뺏한 어깨 등으로 표현한다(Shirley Ayme, 1999).

룸바에 있어 가장 중요한 점은 정확한 무릎의 움직임이다. 그 이유는 무릎의 움직임에 따라 올바른 힙 무브먼트의 형성 여부가 좌우되기 때문이다. 포워드 워(Forward Walk), 백워드 워(Backward Walk), 사이드 스텝(Side Step)을 취할 때, 움직이는 다리의 무릎은 힘을 빼고(Shirley Ayme, 1999), 발의 볼(Ball of foot)에서부터 시작하여 발로 바닥을 누르듯 스텝이 발바닥으로 옮겨가게 되는데, 이때 체중이 있는 다리의 무릎은 곧게 뻗은 상태로 힙과 흉곽에 최대한의 체중을 실어야 효과적으로 춤을 수행할 수 있다. 체중은 가능한 늦게 반대쪽으로 이동시켜야 하며, 체중이 반대쪽 발바닥(Ball flat)으로 완전히 옮겨가게 되면 무릎을 펴고 이때 힙은 부드럽게 물 흐르듯 동작을 쉬지 않고 하는 것이 특징이다. 어깨는 수평을 유지하고 힙과 흉곽의 움직임으로 라틴스타일을 만들어 준다. 움직임을 할 때 힙과 흉곽은 발과 반대 방향으로 움직이고, 룸바의 스텝은 편안함을 유지하면서도 긴장감을 늦추지 않아야 한다.

(3) 룸바의 음악

모든 룸바 음악에서는 아니지만 정통 라틴음악에서 가장 중요한 리듬을 하나만 꼽으라면 아프리카 종교 의식에서 기원한 ‘클라베(clave)⁶⁾’다. 클라베

6) 클라베는 스페인어 ‘크라비하’(clavija)에서 유래되었으며, ‘나무못’을 뜻하는 말이다. 쿠바음악을 연주할 때, 다른 악기의 리더 역할(Key)을 하게 되며, 클라베 리듬에는 크게 손(son)클라

는 두 소절에 다섯 음이 들어가는 것이 셋트(set)이며, 마음 속 깊이 울려 퍼지는 감정을 자아내는 리듬이 특징이다(Shirley Ayme, 1999). 당김 음의 아프리카 비트가 살아 있는 타악기의 리듬은 민속적인 성격이 강한 음악이 었지만, 1930년대에 유럽으로 전해져 1940년대에 선풍적인 인기를 끌면서 오늘날 우리가 흔히 듣는 것과 같은 감미로운 음악으로 그 성격이 변했다 (이용숙 역, 2004; 이경숙, 2013).

쿠바의 가장 유명하고 아름다운 음악, “관타나메라(Guantanamera)”는 아프리카의 드럼(drums) 소리와 스페니쉬(Spanish) 기타선율은 마음을 사로잡는 리듬을 자아낸다. 이 아프리카의 비트의 음악은 너무도 강해서 스페인 풍의 음악과 춤 형태가 완전히 변형되었으며, 새로운 형식의 “아프로- 쿠반 (Afro-Cuban)”이라는 음악이 탄생했다.

1920년대엔 미국과 영국에 처음 유입되면서 룬바의 음악은 타악기와 보컬로만 구성되어 있던 음악 형식에 관악기와 현악기가 추가되는 형태로 변화되던 시기였다. 1930년대 초반에 생겨난 미국 사교 룬바는 본래 미국 스퀘어 룬바(American Square Rumba)이며, 멋진 선율과 리듬 그리고 표현력을 갖춘 룬바 곡들이 탄생위한 템포(tempo)를 지니고(Shirley Ayme, 1999) 있었으나, 현재의 인터네셔널 큐반 룬바의 음악은 4/4박자로 27~29 BPM을 사용하고 있다.

1940년대에 들어서면서 룬바의 열정은 더해갔고 무용수들은 새로운 리듬의 쿠바음악에 매료되었다. 1950년대 이후엔 미국 재즈와 스윙이 리듬에 영향을 미치게 되고, 미국적 음악 형식의 당김 음 형태가 룬바 리듬에 스며들면서 엇박자가 강조된 혼성형식이 생겨났다. 이 새로운 형식의 음악은 2.3.4 박자에만 스텝을 밟는 맘보라는 새로운 유형의 춤을 파생시켰고, 현재의 국제 표준 룬바가 된 큐반 룬바의 음악으로 이어지고 있다.

베와 룬바(Rumba)가 있으며, 6/8박자 패턴에서 유래된 것이다(민정호, 2010).

지금의 국제 표준 룸바는 4/4박자로 첫 박에서 멈추고 두 번째 박자에서 시작하는 것으로 타이밍(timing)은 2.3.4.1이다. 무게중심이동은 타이밍 2.3.4에서 이루어지며, 타이밍 1에서는 힙 무브먼트가 좀 더 강하게 표현된다. 액센트 비트(Accent beat)는 타이밍 2에 약하게, 타이밍 4에 뚜렷하고 강하게 표현된다. 룸바 음악의 템포는 보통 경기용은 1분에 27~28소절의 속도를, 동호인들의 경우엔 1분에 24~27소절을 사용한다.

2) 왈츠(WALTZ)

(1) 기원과 발전

왈츠는 17세기부터 유럽의 궁중무도회에서 사교를 목적으로 남녀가 서로 원형을 이루고 파트너를 바꾸어 추는(Silvester, 1993; 김미숙, 2001) 3박자 형식의 무곡으로 영국에서는 왈츠(Waltz), 독일에서는 발저(Waltzer), 이탈리아에서는 발제로(Valzero), 프랑스에서는 발스(Valse)로 불린다. 명칭의 기원은 독일 기원설과 프랑스 기원설이 있는데 독일 기원설은 독일어의 발저(waltzer-라틴어의 volvere에 해당하며 ‘구르다’, ‘회전하다’의 뜻이다)에서 유래하여 처음에는 회전운동을 말하는 광의의 의미로 사용되었다가 점차로 어떤 일정한 독일의 무도 형식을 가리키게 되었으며,⁷⁾ 프랑스 기원설은 프로방스 지방에서 유래한 볼타(Valtar)인데 이것이 16세기에 독일로 들어가서 발저(Waltzer)가 되었다는 것이다(심정민, 2011). 볼타는 엘리자베스 여왕이 좋아하던 춤인 라 볼타(La Volta) 댄스인 것으로 추정되며 아마도 최초의 ‘커플(Couple)’ 볼룸댄스라고 봐도 무방할 것이다(Lyndon Wain Wright, 2007).

최근에 왈츠의 기원을 느린 3박자의 렌들러(Landler)⁸⁾라는 독일 춤곡에

7) 음악대사전 편찬위원회(1972). 「음악대사전」. 선린출판사. p996(심정민, 2011).

8) 오스트리아의 바이에른, 뵘엔 지방에서 행해진 무도다. 3/4박자나 3/8박자의 느린 무곡으로

두는 것이 일반적인데, 좀 더 살펴보자면 농민들의 민요에 의해 발생한 민속무용으로부터 그 기원을 찾아볼 수 있다. 궁중무용의 기원이 되는 민속무용의 초기문헌은 볼룸댄스의 기원을 설명하는 가설 가운데에서 가장 타당성을 인정받고 있는 것은 16세기 말엽의 토이놋 아르보(nom de plume Thoinot Arbeau)라는 성직자의 1588년 ‘오케소그라피(Orchesographie)’(김두련, 한선숙, 2008)에서 찾아볼 수 있는데, 당시 댄스교사들에 의해 서서히 체계화되어지다가 20세기 초 시릴 버몬트(Cyril Beaumont)에 의해 영어로 번역하여 소개하면서 민속무용의 형식이 세상에 알려지게 되었다(정진오, 2004). 남부 독일 농민들이 춘 왈츠의 원래 형태는 그저 평범한 춤이었다. 처음 궁정에서 추기 시작할 때는 외설적이었고 점잖은 사람들이 즐길 춤이 아니라고 여겼다. 그러나 왈츠는 서서히 집회와 무도회들의 프로그램에 포함되기 시작했고 점차로 존경할 만한 사회적 지위와 보수적인 경향의 극치를(김매자 역, 1994) 나타내게 되었다.

왈츠는 느린 3박자의 렌들러라는 독일 춤곡에서 왈츠가 기원했다는 설이 현재로서는 가장 유력한데 1750년경에 나타나기 시작하여 1900년경 까지를 왈츠의 시대라 할 수 있다(작스, 1992; 박수잔나, 2011). 이 춤은 다른 춤에 비해 기술이 많지 않았기 때문에 대중들에게 빠르게 전파될 수 있었고, 후에 궁중으로 들어가 사교적인 교류를 위한 궁중무용이 되었다.

대중들에게 유행한 것은 18세기 중반부터였으며 당시엔 파트너와 너무 가깝게 춘다는 이유로 부도덕하다는 비판이 일기도 했지만, 러시아의 알렉산더 대왕이 알마크(Almack's)의 호화 무도회장에서 왈츠를 선보임으로써 새로운 춤의 한 종류로 인정을(김두련, 한선숙, 2001; 정진오, 2004) 받으면서 영국과 프랑스에서의 나쁜 평판을 견뎌내고 미국에서도 큰 인기를 얻게 되었다.

서 느린 왈츠에 가깝다. 원래는 단순히 느린 왈츠가 아니고 고유한 의상을 입고 추는 시골 풍의 무도다(심정민, 2011).

왈츠는 주로 오스트리아 수도 빈을 중심으로 ‘비인 왈츠(Vienna Waltz)’의 양식으로 완성되어 유럽전역에서 전성기를 이루게 된다. 19세기 중엽, 왈츠는 커플댄스로서 대유행을 일으켰으며, 그 시대의 열정과 개성과 표현을 상징하는 문화로서 무도를 압도하는 것이었다. 요한 스트라우스 2세(Johann Strauss II)가 빠른 리듬의 왈츠 곡을 많이 작곡하게 됨에 따라 왈츠는 대중화가 되었지만, 춤의 스텝은 빠른 리듬의 곡들의 영향을 받으면서 연속해서 도는 것이 불가능해졌고 이에 따라 점차로 회전하는 스텝이 줄어들게 되었다.

제 1차 세계 대전 전후로 왈츠는 춤의 중심지였던 빈의 쇠퇴로 거의 사라지게 된다. 하지만 이러한 혼돈의 시대를 거치면서도 새로운 형태의 무용을 성문화하기 위한 노력의 일환으로 “댄싱타임즈(The Dancing Times)”의 필립 리차드슨(Philip Richardson) 편집장은 1920년 5월을 기점으로 일련의 비공식 회의를 소집하였고, 이를 통해 원스텝(One Step), 폭스트롯(Foxtrot), 왈츠(Waltz) 및 탱고(Tango)(Lyndon Wainwright, 2007) 피겨(figure)에 있어 최소한의 표준화가 마련되었다.

이후 1922년 카미유 드 라이널(M. Camille de Rhynal)은 런던에서 네 개 분야를 아우르는 대회인 월드 챔피언쉽(World’s Championships)을 조직하였고, 이 대회에서 빅터 실베스터(Victor Silvester)와 필리스 클라크(Phyllis Clarke)가 우승을 거두었다(Lyndon Wainwright, 2007). 이들은 이 대회에서 패럴 풋(parallel feet)을 활용한 왈츠를 선보였는데 이후 내추럴 턴(Natural Turn) 및 리버스 턴(Reverse Turn)을 하면서 풀 턴(full turn)을 하는 것에 문제가 있음이 드러남에 따라 일부 무용수들 -특히 프랭크 포드(Frank Ford)- 은 기본 턴 동작마다 4분의 3바퀴⁹⁾ 가량만 턴을 하는 방식을 제안하였다. 그 결과 룸(Room)의 중심과 대각선형태로 나아가는 피겨 패턴

9) 현재 3/4 턴으로 270도 턴을 말한다. 주로 내추럴 턴(Natural Turn)과 리버스 턴(Reverse Turn) 동작에서 사용된다.

(figure pattern)이 형성되었는데 이것이 현재 우리가 ‘다이애거널 왈츠 (Diagonal Waltz)’라 부르는 춤의 기원이 되었다(Lyndon Wainwright, 2007).

(2) 춤의 특징

19세기 초 유럽사교계에 빠른 리듬의 왈츠가 소개 될 때는 앞이나 뒤로 이동하는 것이 불가능할 정도로 회전만을 하는 춤(Shaw, 1950; 박수잔나, 2011)이었으나, 빠른 리듬의 비인왈츠는 스텝이 줄어들었고 1870년대 미국 으로부터 전개된 ‘보스톤(Boston)’춤 형식으로 이어졌다. 이 춤은 비인왈츠 에서 템포가 느려진 것으로서 우회전 다음에 전진하는 스텝이 들어가며 다시 좌회전 후에 전진하는 패턴으로 바뀌는(심정민, 2011) 형식으로 완전한 회전이 두 소절의 음악에 맞추는 대신 네 소절에 맞추게 되는데 이것은 미끄러진 성질을 가진 부드럽고 유쾌한 춤이었다(이은주, 1984). 보스톤 왈츠는 1910년경 느린 ‘영국식 왈츠’로 이어져서 국제적으로 인기를 갖게 되었으며, 양발을 나란히 하여 추어졌던 춤으로 지금의 볼룸댄스의 원형이 되었다.

영국에서는 무용교사들에 의해 이 춤이 받아들여지고, 1920년에 필립 리차드슨은 무용교사들과 함께 피겨의 표준화를 제정하게 된다. 이러한 발전 양상은 1920년대 및 1930년대를 걸쳐 지속되고 이 과정에서 현재 우리가 즐기는 최상의 슬로우 왈츠의 기초 스타일, 동작 및 특성 등이 바탕이 되어 탄탄한 기법으로 자리 잡고 있다. 1923년에 이르러 왈츠는 춤의 특성을 묘사하기 위해 스윙(swing)의 기법과 절제된 라이즈 앤 폴(Rise and fall)을 수행하면서, 각 소절의 3번째 비트에서 발을 모으는 형태(Alex Brown, 2007)로 동작의 표준화가 이루어졌다. 춤의 형식은 몸의 중심을 두고 가장 자리를 활용하여 반시계방향으로 나아가는 L.O.D(Line of Dancing)의 규칙을 갖고 대각선으로 진행해 나가는 형식의 피겨를 구현하게 되었다.

왈츠의 홀드는 클로즈 홀드(Close Hold)를 사용한다. 초기의 홀드는 18세기의 무도회장에서 둥그렇게 서서 파트너와 손만 잡은 형태로 추어진 터닝 커플댄스(Turning couple Dance)에서부터 시작한다. 하지만 1816년경 영국의 섭정황태자로부터 독일식왈츠(Walzen)가 공식적으로 인정을 받으면서(이혜숙, 이순원, 2001; 정진오, 2004) 컨택(contact)한 자세로 추는 현대의 슬로우 왈츠(Slow Waltz)의 클로즈홀드(Closed Hold)로 발전한 것이다.

왈츠는 라이즈 앤 폴을 지속적으로 그리고 부드럽게 수행하면서 상체의 움직임은 품위 있게 유지하며 흔들림 없이 우아하고 아름다워야 한다. 라이즈 앤 폴과 함께 내려가고 올라갈 때의 스윙은 무릎과 발목을 사용하여야 하며, 무용수의 바디로 표현되는 스웨이(sway)는 모든 움직임, 특히 라이즈 동작에서 스윙과 함께 이루어져야 한다. 이러한 모든 요소들의 움직임은 춤을 추는 동안 반복되어야 하며, 커플은 마치 한 사람인 것처럼 공간을 누비면서 끊임없이 지속되어야 한다.

왈츠의 피겨들은 크게 내츄럴 동작과 리버스 동작의 기본피겨로 분류할 수 있다. 내츄럴 동작은 시계방향으로 돌며 움직임을 하고, 리버스 동작은 시계의 반대방향으로 돌며 움직임을 하는 동작들로 정리할 수 있다.

1945~1955년 피겨들은 가이 하워드(Guy Howard)에 의해 발의 형태(Positions of Feet), 방향설정(Alignment), 턴의 양(Amount of Turn), 몸의 반작용(CBM-Contrary Body Movement), 몸의 반작용에 따른 발의 위치(CBMP-Contrary Body Movement Position), 선행피겨(precede), 후속피겨(follow) 등을 표현함으로써 현대적인 형태로(Lyndon Wain Wright, 2007) 발전하게 되었다. 이 기법은 춤에 있어서 보다 구체적이고 세밀한 방식의 기법으로 활용되고 있으며 현재까지도 더욱더 세련된 형태로 진화하고 있다.

(3) 왈츠의 음악

19세기의 전형적인 왈츠의 최초의 예는 베버(Carl Maria van Weber)의 ‘무도회로의 권유(Aufforderung zum Tanz)’(1819)라 할 수 있는데, 이 작품에서부터 왈츠 특유의 특징적인 동요나 반주 형식이 나타나기 시작하였다(심정민, 2011).

무곡 또는 연주용 음악으로서 왈츠는 18세기 중엽 독일의 바이에른 지방과 오스트리아에서 농민들이 추던 민속춤의 느린 3박자의 렌들러였다. 렌들러처럼 빈 왈츠도 대체적으로 템포가 빠르다(이하얀, 2014).

왈츠는 빈을 중심으로 급속히 전파되어 유행하기 시작하면서 그동안 추어졌던 미뉴에트와 같은 3박자이면서도 쉽고 가볍게 춤을 출 수 있다는 이유로 모든 계층의 사람들에게 애호되었다. 이 시기의 왈츠 곡은 처음에 16소절에서 32소절까지의 행진곡(March)으로 시작하고, 그 다음에 본 곡의 왈츠 곡이 연주되었는데 이때의 왈츠 곡은 1분간 60소절 이상의 빠른 템포의 곡이 주를 이루었고, 춤은 라운드 턴(Round turn : 360도의 회전)의 로터리 왈츠(Rotary Waltz)를 추었다. 19세기 후반에 미국에서 발생한 보스턴 왈츠는 비인왈츠에서 템포가 느려진 춤으로 1분에 46소절 이하가 되었다.

19세기에 전반에 걸쳐 왈츠는 춤곡의 꽃으로 자리매김하게 되었으며 음악의 모든 형태에서 사용되어졌다(이하얀, 2014). 거의 모든 작곡가들이 왈츠 형식의 곡을 작곡하지만 그 중에서도 요제프 러너(J. F. K. Lanner)와 요한 스트라우스 부자 등에 의해 왈츠의 전성기를 열었다. 이 시기의 슈트라우스 부자는 19세기 오스트리아 음악계를 왈츠와 폴카(Polka) 등의 춤곡으로 경쾌하게 했으며 유럽 전역으로 널리 퍼뜨렸다.

왈츠를 예술의 경지로 끌어올린 요한 스트라우스 2세는 대중친화적인 활동으로 빈의 화려하고 고풍스러운 분위기와 아름다운 자연경관을 음악에 담았다. 이것은 그의 고유한 ‘빈왈츠’의 양식으로 완성되어 가장 큰 업적으로

남겨졌다. 전쟁 중이었음에도 불구하고 빈에선 새로운 무도장이 생겨나고 무도회장에선 연일 춤과 함께 슈트라우스의 왈츠의 선율이 울려 퍼졌다고 한다. 이처럼 왈츠는 오랜 전쟁에 지친 빈 시민들에게 위안거리로 작용되었던 것이다.

1922년에 모던왈츠(Modern Waltz)라고 하는 느린 템포(1분간 28~30소절)의 슬로우 왈츠(박승윤, 윤정희 공역, 2000; 이경숙, 반주은, 2011)가 세계월드챔피언십의 우승자 빅터 실베스타에 의해 최초로 선보였으며, 이는 빠른 템포의 비엔나 왈츠와는 다르게 구별되었다. 슬로우 왈츠의 템포는 현재까지도 이어지고 있으며, 3/4박자로서 한 소절 안에 3박을 지니고 있다. 현재의 경기용 템포는 주로 1분에 30소절을 사용한다. 춤을 추는 모든 무용수들은 첫 박자에 강한 액센트 비트(Accent beat)를 표현해야 한다.

2. 춤(움직임)의 기법

1) 춤의 주요 포지션

(1) 클로즈 홀드 포지션(Closed Hold Position)

가장 기본이 되는 포지션의 형태, 남성은 왼손을 여성은 오른손을 잡고 남성의 오른손은 여성의 왼쪽 어깨 아래에, 여성의 왼손은 남성의 왼팔 위에 위치한다. 서로 마주보고 닫혀 있는 형태이다.

(2) 오픈 포지션(Open Position with L to R Hand Hold)

남성의 왼손과 여성의 오른손을 잡는 포지션으로 잡은 손은 허리 정도에 위치한다. 마주 보고 있지만 한손만 잡고 한쪽은 열려 있는 형태이다. 룸바 동작 중 오픈 힙 트위스트(Open Hip Twist)에서 사용한다.

(3) 팬 포지션(Fan Position)

남성의 왼손과 여성의 오른손을 잡는 포지션, 여성은 왼발의 중심을 두고 오른발은 남성의 왼발 옆쪽에 길게 위치하고, 남성은 오른발의 중심을 두고 왼발은 옆으로 여성을 향해 있으면서 잡지 않은 팔은 각각 옆으로 펼친다. 팬 포지션은 부채꼴 모양이 만들어진다. 룸바 동작들 중 알레마나(Alemana), 오픈 힙 트위스트(Open Hip Twist), 하키스틱(Hockey Stick), 컨티너스 서클러 힙 트위스트(Continuous Circular Hip Twist)에서 사용한다.

(4) 오픈 폴어웨이 포지션(Open Fallaway Position)

오픈 폴어웨이 포지션은 남성의 왼손과 여성은 오른손을 잡고 시작한다. 남성은 오른쪽으로 1/4 턴, 여성은 왼쪽으로 1/4 턴 된 상태로 밖을 향해 있다. 반대 방향을 향해서 남성은 오른손을, 여성은 왼손을 잡고 포지션을 할

수 있다. 이 포지션은 주로 뒤로 가는 걸기의 동작에서 사용하며, 본문의 룸바 동작 중에서는 스파이럴 투 폴어웨이(Spiral to Fallaway)에서 나타난다.

(5) 쉐도우 포지션(Shadow Position)

이 포지션은 남성과 여성의 손이 같은 쪽을 잡고 남성은 여성의 등 뒤에서 있는 형태이다. 여성의 왼손은 자신의 어깨보다 약간 아래쪽으로 펼쳐 있어야 하고, 남성의 왼손이 여성의 왼쪽 손목 아래에서 받쳐 올리듯 잡는다. 이때 여성의 오른팔은 옆으로 펼쳐져 있으며, 남성의 오른손은 여성의 등에서 오른쪽 어깨 부분을 가볍게 홀드 한다. 룸바의 동작들 중에서는 슬라이딩 도어즈(Sliding Doors)에서 사용한다.

(6) 프로미나드 포지션(Promenade Position)

남성은 왼쪽으로 45도, 여성은 오른쪽으로 45도로 열려 있는 포지션으로, 이때 발과 어깨도 함께 같은 방향을 향해 있다. 이 동작은 남 . 녀 무용수의 발이 전진으로 그리고 몸은 다른 방향으로, 즉 몸과 발의 방향이 다르게 움직인다. 이 포지션은 왈츠의 동작 중에서 위브 프롬 피.피(Weave from P.P)에서 사용한다.

2) 롬바의 동작 기법¹⁰⁾

(1) 오픈 힙 트위스트(Open Hip Twist)

<표. 1> 오픈 힙 트위스트(남성)

	스텝	카운트	박자	발의 형태	풋웍	액션사용	바디턴
남자	1	2	1	LF ¹¹⁾ 앞으로, 발의 토는 밖으로	Bflat ¹²⁾	포워드 쿠카라차 ¹³⁾	턴 없음
	2	3	1	RF ¹⁴⁾ 제자리	Bflat		
	3	4.1	2	LF의 토를 오른발의 중간에 모음	Bflat		
	4	2	1	RF 뒤로	Bflat	뒤로 걷기	
	5	3	1	LF 제자리	Bflat	제자리에 중심이동	
	6	4.1	2	RF을 약간 위의 옆 사선으로	Bflat	앞으로 걷기 후 왼쪽 회전	1/8 L ¹⁵⁾

① 웨이핑(Shaping)

스텝 1: 오픈 포지션으로 시작한다. 스텝 3: 왼손이 거의 왼쪽 힙에 위치한다. 스텝 6: 팬 포지션으로 끝낸다.

10) 롬바 동작들의 이론적 근거는 Walter Laird의 “The Laird Technique of Latin Dancing”의 기법을 사용하였다. 이 교재는 현재 International Dance Teachers Association(IDTA)의 국제자격증을 취득하는 교재로서 활용되고 있다.

11) Left Foot의 약어

12) Ball Flat의 약어, 발의 앞부분부터 뒤꿈치 순서로 바닥에 닿는다(김문경, 2010).

13) Forward Cucaracha: 앞으로 쿠카라차 액션을 함

14) Right Foot, 오른발의 약어

15) 왼쪽으로 45도 턴

<표. 2> 오픈 힙 트위스트(여성)

	스텝	카운트	박자	발의 형태	풋워크	액션사용	바디턴
여 자	1	2	1	RF 뒤로	Bflat	뒤로 걷기	턴 없음
	2	3	1	LF 제자리	Bflat	제자리에 중심이동	
	3	4.1	2	RF 앞으로	Bflat	앞으로 걷기 후 오른쪽으로 회전	
	4	2	1	LF 앞으로 몸은 반대방향에 위치	Bflat	앞으로 걷기	1/4 R ¹⁶⁾ + 17)
	5	3	1	RF을 LF에 가까운 뒤의 사선으로	Bflat	앞으로 걷기 후 왼쪽으로 회전	3/8 L ¹⁸⁾
	6	4.1	2	LF 뒤로	Bflat	뒤로 걷기	1/4 L ¹⁹⁾

16) 오른쪽으로 90도 턴을 한다.

17) +: 동작하기 전 턴을 하라는 표시, 이때의 턴은 중심이동 하기 전에 이루어진다.

18) 왼쪽으로 135도 턴

19) 왼쪽으로 90도 턴

(2) 알레마나(Alemaná)

<표. 3> 알레마나(남·녀)

	스텝	카운트	박자	발의 형태	풋워크	액션사용	바디턴
남 자	1	2	1	LF 앞으로, 발의 토 ²⁰⁾ 는 밖으로	Bflat	포워드 쿠카라차	턴 없음
	2	3	1	RF 제자리	Bflat		
	3	4.1	2	LF을 RF 옆에 모음	Bflat		
	4	2	1	RF 뒤로	Bflat	백워드 쿠카라차 ²¹⁾	
	5	3	1	LF 제자리	flat ²²⁾		
	6	4.1	2	RF을 LF 옆에 모음	Bflat		
여 자	1	2	1	RF을 LF 옆에 모음	Bflat	발을 모으면서 중심이동	턴 없음
	2	3	1	LF 앞으로	Bflat	앞으로 걷기	
	3	4.1	2	RF 앞으로	Bflat	앞으로 걷기	
	4	2	1	LF은 중심 없이 앞으로 뻗어줌 이때 몸과 발의 방향은 반대로 위치 마지막에 회전 후 원발 뒤	O/E of T flat ²³⁾	중심 없이 발만 앞으로	1/8 L
	5	3	1	RF 앞으로	Bflat	앞으로 걷기 다음에 몸을 던지기	3/4 L ²⁴⁾
	6	4.1	2	LF 앞으로	Bflat	앞으로 걷기	3/8 L

① 웨이핑(Shaping)

스텝 1: 팬 포지션으로 시작한다. 스텝 3: 남성은 왼팔을 들어 올려서 여
으로 하여금 오른쪽으로 던시킴 준비를 한다. 스텝 6: 클로즈 홀드로 끝낸다.

20) Toe의 약어로 발의 발가락 끝부분을 말한다.
21) 뒤로 쿠카라차 액션을 한다.
22) 발바닥 전체가 바닥에 닿아 있는 모양
23) 발의 새끼발가락이 먼저 바닥에 닿아 있는 발의 형태
24) 왼쪽으로 270도 턴

(3) 오픈링 아웃 투 라이트 앤 레프트(Opening Out to Right and Left)

<표. 4> 오픈링 아웃 투 라이트 앤 레프트(남·녀)

	스텝	카운트	박자	발의 형태	풋워크	액션사용	바디턴
남 자	1	2	1	LF 옆으로	Bflat	사이드 쿠카라차 ²⁵⁾	턴 없음
	2	3	1	RF 제자리	flat		
	3	4.1	2	LF을 RF 옆에 모음	Bflat		
	4	2	1	RF 옆으로	Bflat	사이드 쿠카라차	
	5	3	1	LF 제자리	flat		
	6	4.1	2	RF을 LF 옆에 모음	Bflat		
여 자	1	2	1	RF 뒤로	Bflat	뒤로 걷기	1/4 R
	2	3	1	LF 제자리	Bflat	제자리에 중심이동	
	3	4.1	2	RF 옆으로	Bflat	앞으로 걷기 후 왼쪽 턴	1/4 L
	4	2	1	LF 뒤로	Bflat	뒤로 걷기	1/4 L
	5	3	1	RF 제자리	Bflat	제자리에 중심이동	
	6	4.1	2	LF 옆으로	Bflat	앞으로 걷기 후 왼쪽 턴	1/4 R

① 웨이핑(Shaping)

스텝 1: 클로즈 홀드로 시작하고, 왼손은 풀어준다. 스텝 3: 왼손으로 여성의 오른쪽 어깨의 뒤 날개부분에 클로즈 홀드하면서 오른손은 풀어준다.
스텝 6: 클로즈 홀드로 끝낸다.

25) 쿠카라차 동작 중 하나로 옆으로 이루어짐

(4) 스파이럴 투 폴어웨이(Spiral to Fallaway)

<표. 5> 스파이럴 투 폴어웨이(남성)

	스텝	카운트	박자	발의 형태	풋웍	액션사용	바디턴
남 자	1	2	1	LF 옆으로	Bflat	사이드 쿠카라차 (Side Cucaracha)	1/4 R
	2	3	1	RF 제자리	flat		
	3	4.1	2	LF RF 옆에 모음	Bflat		
	4	2	1	RF 뒤로 폴어웨이 ²⁶⁾	Bflat	뒤로 걸기	
	5	3	1	LF 뒤로 폴어웨이	Bflat		
	6	4.1	2	RF 뒤로 오픈 폴어웨이	Bflat		

26) 남성과 여성이 옆으로 V형태로 서서 뒤로 걸어가는 동작을 말한다.

<표. 6> 스파이럴 투 폴어웨이(여성)

	스텝	카운트	박자	발의 형태	풋웍	액션사용	바디턴
여 자	1	2	1	RF 뒤로	Bflat	뒤로 걷기	1/2 R ²⁷⁾ +
	2	3	1	LF 제자리	flat	제자리에 중심 이동	스텝2,3: 1/4 L 스텝 3: 2박(4,1) 3/4L
	3	4.1	2	카운트 4: RF 앞으로, 카운트 1: 왼쪽 턴 두발로 턴 후, 마지막 왼발은 중심 없이 오른발 앞에 크로스	O/E of T both feet	카운트 4: 딜레이드 포워드 워 ²⁸⁾ (오른쪽 발목이 왼쪽다리에 교차함) 카운트 1: 스파이럴 크로스 ²⁹⁾ 동작하기	
	4	2	1	LF 앞으로	Bfalt	앞으로 걷기	
	5	3	1	RF 앞으로 가서 터닝	Bfalt	앞으로가서 터닝	1/2 L ³⁰⁾
	6	4.1	2	LF 뒤로 폴어웨이	Bfalt	뒤로 걷기	

① 웨이핑(Shaping)

스텝 1: 클로즈 홀드로 시작하고, 왼손을 내려 형태를 만든다. 스텝 3: 카운트 1에 왼손을 올려 왼쪽으로 턴 시킨다. 스텝 4: 왼손을 내려 잡고 오른손은 풀어준다. 스텝 6: 오픈 폴어웨이 포지션으로 끝낸다.

27) 오른쪽으로 180도 턴

28) 딜레이드 포워드 워는 두 가지의 액션이 있다. 스파이럴의 동작에서는 중심 없는 발의 끝부분이다. 오른발과 크로스 되어 있고 무릎은 펴져 있는 형태이다.

29) 스파이럴 액션과 같은 방법으로 중심 없는 다리가 느슨하게 크로스 되어 있는 다리 모양

30) 왼쪽으로 180도 턴

(5) 컨티너스 서클러 힙 트위스트(Continuous Circular Hip Twist)

<표. 7> 컨티너스 서클러 힙 트위스트(남성)

스텝	카운트	박자	발의 형태	풋웍	액션사용	바디턴
1	2	1	LF 옆으로	Bflat	사이드 쿠카라차	턴 없음
2	3	1	RF 제자리	flat		
3	4.1	2	LF을 RF 옆에 모음	Bflat		
4	2	1	RF을 뒷 사선으로	Bflat	옆으로 스텝	1/8 L
5	3	1	LF을 RF 뒤에 크로스	THT ³¹⁾	딜레이드 백워드워크 (Delayed Bwd Walk) ³²⁾ 라틴크로스 (Latin Cross) ³³⁾	1/8 L
6	4.1	2	RF을 앞 사선으로	Bflat	옆으로 스텝	1/8 L
7	2	1	스텝 2와 같이			
8	3	1	스텝 3와 같이			
9	4.1	2	스텝 4와 같이	Bflat		-
10	2	1	RF 뒤로	Bflat	뒤로 걸기	-
11	3	1	LF 제자리	Bflat	제자리에 중심이동	
12	4.1	2	RF을 앞 사선으로	Bflat	앞으로 가서 터닝	1/8 L

31) Toe Heel Toe의 약어로 발의 끝부분, 뒤꿈치, 다시 발끝부분 순서로 바닥에 닿는 풋 워크이다.

32) 움직이려고 하는 발이 중심 없이 먼저 발끝부터 바닥에 닿은 후 나중에 중심 이동하는 동작

33) 왼발을 오른발 뒤에 크로스 하는 발의 포지션, 이때 왼발의 토가 바닥에 있어야 하며, 무릎은 밖을 향해 있는 형태이다.

<표. 8> 컨티너스 서클러 힙 트위스트(여성)

스텝	카운트	박자	발의 형태	풋웍	액션사용	바디턴	
1	2	1	RF 뒤로	Bflat	뒤로 걷기	1/2 R+	
2	3	1	LF 제자리	Bflat	제자리 중심이동 후에 왼쪽으로 턴	1/2 L	
3	4.1	2	RF 앞으로 몸을 반대	Tflat ³⁴⁾	딜레이드 포워드 워 (Delayed Fwd Walk) ³⁵⁾ 다음에 오른쪽 턴		
4	2	1	LF 앞으로 몸을 반대	Bflat	앞으로 걷기 후 왼쪽으로 턴	1/8 R+	
5	3	1	RF 앞으로 몸을 반대	Tflat	딜레이드 포워드 워 후 오른쪽으로 턴	3/8 L+	
6	4.1	2	스텝 4와 같이				
7	2	1	스텝 5와 같이				
8	3	1	스텝 4와 같이				
9	4.1	2	스텝 5와 같이				
10	2	1	LF 앞으로 몸을 반대	Bflat	앞으로 걷기	1/4 R+	
11	3	1	RF를 LF에 가까운 뒤의 사선으로	Bflat	앞으로 가서 터닝	3/8 L	
12	4.1	2	LF 뒤로	Bflat	뒤로 걷기	1/4 L	

① 웨이핑(Shaping)

스텝 1: 클로즈 홀드로 시작하고 왼손은 약간 내려 준다. 스텝 3: 다시 클로즈 홀드로 돌아온다. 스텝 10: 왼손을 허리선에 내려준다. 스텝 11: 팬 포지션으로 끝낸다.

② 컨티너스 힙 트위스트를 선행 휘겨로 할 경우 스텝 1에서 체크드 포워드 워, 스텝 3에서 라틴크로스를 한다.

34) Toe Flat의 약어이며, 발가락부터 발바닥순서로 바닥에 내려놓는 형태

35) Delayed Fwd Walk: 딜레이드 포워드 워 중 이 동작은 중심 없는 발의 끝부분(Toe)이 바닥에 닿아 있고, 무릎은 구부러져 세워진 상태에서 행하는 동작을 말한다.

(6) 슬라이딩 도어즈(Sliding Doors)

<표. 9> 슬라이딩 도어즈(남성)

스텝	카운트	박자	발의 형태	풋워크	액션사용	바디턴
1-3	스텝 1-3에 하키스틱을 한다.					
4	2	1	RF 뒤로	Bflat	백워드 쿠카라차	1/4 R
5	3	1	LF 제자리	flat		
6	4.1	2	RF을 LF 옆에 모음	Bflat		
7	2	1	LF 옆으로	Bflat	사이드 쿠카라차	턴 없음
8	3	1	RF 제자리	flat		
9	4.1	2	LF을 RF 옆에 모음	Bflat		
10	2	1	RF을 뒷 사선에	Bflat	사이드 쿠카라차	
11	3	1	LF 제자리	flat		
12	4.1	2	RF을 LF 옆에 모음	Bflat		
스텝 7-12를 반복한다.						

<표. 10> 슬라이딩 도어즈(여성)

스텝	카운트	박자	발의 형태	풋워크	액션사용	바디턴
1-3	스텝 1-3에 하키스틱을 한다.					
4	2	1	LF 앞으로	Bflat	앞으로 걷기	1/8 L
5	3	1	RF을 약간 뒷 사선에	Bflat	뒤로 걷기	1/8 R ³⁶⁾
6	4.1	2	LF 뒤로	Bflat	뒤로 걷기	
7	2	1	RF 뒤로	Bflat	뒤로 걷기	턴 없음
8	3	1	LF 제자리	Bflat	제자리 중심이동	
9	4.1	2	RF을 앞으로 몸을 반대	Bflat	앞으로 걷기	
10	2	1	LF 옆으로	Bflat	사이드 쿠카라차 액션	
11	3	1	RF 제자리	flat		
12	4.1	2	LF 뒤로	Bflat	뒤로 걷기	
스텝 7-12를 반복한다.						

① 웨이핑(Shaping)

스텝 1: 팬 포지션으로 시작. 스텝 3: 왼손을 들어 올려 왼쪽방향을 표현해준다. 스텝 4: 왼손은 풀어주고 오른손은 여성의 허리에 위치한다. 스텝 6: 같은 쪽의 손을 잡는 웨도우 포지션을 한다. 스텝 12: 웨도우 포지션으로 완성하며, 같은 쪽의 손을 잡는다.

36) 오른쪽의 45도 턴

3) 왈츠의 동작 기법³⁷⁾

(1) 터닝 록 투 더 라이트(Turning Rock to the Right)

<표. 11> 터닝 록 투 더 라이트(남성)

스텝	타이밍	발의 형태들	방향설정	풋웍	턴량	라이즈 앤 폴 ³⁸⁾
1	1	RF 뒤로 몸의 오른쪽 나가기	LOD ³⁹⁾ 등지고	T ⁴⁰⁾	오른쪽으로 턴 시작	올라가기 시작
2	&	LF 오른발 앞에 느슨하게 크로스	W ⁴¹⁾ 등지고	T	스텝 1,2 사이에 1/4 R	계속해서 올라가기
3	2	RF의 작은 스텝 앞의 사선으로	DC ⁴²⁾ 를 향해서	T	스텝 2,3 사이에 1/8 R	계속해서 올라가기
4	3 1bar	LF 앞 대각선 몸의 왼쪽 나가기 마지막 P.P ⁴³⁾ 로	발끝이 DC로 몸 방향은 LOD에	TH ⁴⁴⁾	약간의 몸의 턴만	올라가서 마지막에 내려가기

① Beat Value⁴⁵⁾

스텝 1: 1/2, 스텝 2: 1/2, 스텝 3: 1, 스텝 4: 1

② 기울기(Sway)⁴⁶⁾

스텝 1: L, 스텝 2: L, 스텝 3: St⁴⁷⁾, 스텝 4: St

37) 왈츠 동작들의 이론적 근거는 Gey Houard "Technique of Ballroom Dancing"의 기법을 사용하였다. 이 교재는 현재 International Dance Teachers Association(IDTA)와 Imperial Society Teachers of Dancing(ISTD)에서 시행하는 국제자격증을 취득하는 교재로서 세계적으로 널리 활용되고 있다.

38) Rise and Fall(라이즈 앤 폴): 발의 뒤꿈치를 마루로부터 들어 올리면서 무릎이 펴지고 몸이 위로 뻗어지는 동작을 라이즈라 한다. 폴은 체중이 있는 발의 뒤꿈치까지 바닥에 완전히 내려놓는 동작으로, 이때 무릎은 구부러진다.

39) Line of Dance의 약어로 시계 반대 방향을 말한다. 스탠다드댄스에서는 이 형식으로 춤을 추어야 한다.

40) Toe의 약어로 발의 끝부분을 말한다.

41) 춤을 추는 방의 벽을 뜻한다.

42) Diagonally Center의 약어로 방의 중앙쪽으로 비스듬히(1/8 L) 서는 방향이다.

43) Promenade Position의 약어

44) Toe Heel의 약어로 발의 끝부분부터 뒤꿈치로 바닥에 닿는 순서를 뜻함

45) 타이밍마다의 박자가치를 말한다.

46) 몸이 기울어 중심을 안정감 있게 유지하는 자세로서 중심이 있는 발에서 이루어진다.

<표. 12> 터닝 록 투 더 라이트(여성)

스텝	타이밍	발의 형태들	방향설정	풋워크	턴량	라이즈 앤 폴
1	1	LF 뒤로 몸의 왼쪽을 먼저 움직이기	LOD를 향해서	T	오른쪽으로 턴 시작	올라가기 시작
2	&	RF 왼발 뒤에 느슨하게 크로스	W을 향해서	T	스텝 1,2 사이에 1/4 R	계속해서 올라가기
3	2	LF 뒤의 사선으로	LOD를 등지고	T	스텝 2,3 사이에 1/4 R	계속해서 올라가기
4	3 1bar	RF 옆으로 왼발 옆을 가볍게 스쳐서 마지막 P.P로	발끝은 DC 몸의 방향은 Center ⁴⁸⁾	TH	스텝 3,4 사이에 1/4 R 몸의 턴은 적 게	올라가서 마지막에 내려가기

① Beat Value

스텝 1: 1/2, 스텝 2: 1/2, 스텝 3: 1, 스텝 4: 1

② 기울기(Sway)

스텝 1: R, 스텝 2: R, 스텝 3: St, 스텝 4: St

47) Straight의 약어로서 몸의 방향을 위로의 수직공간을 사용한다.

48) 춤추는 방의 가운데, 방의 중심을 뜻한다.

(2) 위브 프롬 피.피(Weave from P.P)

<표. 13> 위브 프롬 피.피(남성)

스텝	타이밍	발의 형태들	방향설정	풋워크	턴량	라이즈 앤 폴
1	1	P.P에서 RF 앞으로 CBMP ⁴⁹⁾	발끝이 DC로	HT ₅₀₎	턴 없음	올라가기 시작
2	2	LF 앞으로	DC를 향해서	T	왼쪽으로 턴 시작	계속해서 올라가기
3	3	RF 뒤의 사선으로	DW ⁵¹⁾ 를 등지고	TH	스텝 2,3 사이에 1/4 R	올라가서 내려가기
4	1	LF 뒤로 CBMP로	LOD를 등지고	TH	스텝 3,4 사이에 1/8 R	내려가서 다시 올라가기 발은 라이즈 없이
5	2	RF 뒤로	LOD를 등지고	T	오른쪽 턴 계속 유지	계속해서 올라가기
6 2bars	3	LF 앞의 사선으로	발끝이 DW로	TH	스텝 5,6 사이에 3/8 R ⁵²⁾ 몸 턴은 적게	올라가서 내려가기

① 씨비엠(CBM)⁵³⁾

스텝의 2와 5에 이루어진다.

49) Contrary Body Movement Position의 약어로 움직임을 하기 전에 나아가는 발이 체중 있는 몸의 방향과 다르게 바닥에 놓여 진 상태에서 움직임을 시작하게 된다.

50) Heel Toe의 약어로 발이 뒤꿈치부터 발끝까지 바닥에 닿는 순서이다.

51) Diagonally Wall의 약어로 LOD를 기준으로 방의 벽쪽으로 비스듬히(1/8 R) 서는 방향이다.

52) 오른쪽 135도 턴을 한다.

53) Contrary Body Movement(CBM): 보통 ‘씨비엠’이라 부르며, 이것은 회전하는 것을 돕기 위해 나아가는 발의 반대쪽 몸이 먼저 움직이는 것을 말한다(김중문, 엄화순, 2001).

<표. 14> 위브 프롬 피.피(여성)

스텝	타이밍	발의 형태들	방향설정	풋워크	턴량	라이즈 앤 폴
1	1	P.P에서 LF 앞으로 크로스 함 CBMP	몸은 DC를 향하고 발끝은 Center	HT	왼쪽으로 턴 시작	올라가기 시작
2	2	RF 뒤의 사선으로	DC를 등지고	T	스텝 1,2 사이에 3/8 R	계속해서 올라가기
3	3	LF 앞의 사선으로	발끝이 LOD로	TH	스텝 2,3 사이에 3/8 R 몸 턴은 적게	올라가서 내려가기
4	1	RF 앞으로 CBMP OP ⁵⁴)	LOD를 향해서	HT	턴 없음	내려가서 다시 올라가기 발은 라이즈 없이
5	2	LF 앞으로	LOD를 향해서	T	오른쪽 턴 계속 유지	계속해서 올라가기
6 2bars	3	RF 뒤의 사선으로	DW를 등지고	TH	스텝 5,6 사이에 3/8 R 몸 턴은 적게	올라가서 내려가기

① 씨비엠(CBM)

스텝의 2와 5에 이루어진다.

54) Outside Partner의 약어로 상대의 오른편 바깥쪽으로 나아가는(김중문, 엄화순. 2001) 움직임이다. 이 동작은 주로 앞으로 진행하는 무용수가 사용한다.

(3) 내추럴 스피ن 턴(Natural Spin Turn)

<표. 15> 내추럴 스피ن 턴(남성)

스텝	타이밍	발의 형태들	방향설정	풋워크	턴량	라이즈 앤 폴
1	1	RF 앞으로	DW를 향해서	HT	오른쪽으로 턴하기 시작	위로 올라가기 시작
2	2	LF 옆으로	DC를 등지고	T	스텝 1,2 사이에 1/4 R	계속해서 올라가기
3	3	RF LF 옆에 모음	LOD를 등지고	TH	스텝 2,3 사이에 1/8 R	계속해서 올라가기 마지막에 내려가기
4	1	LF 뒤로 RF CBMP 피봇(Pivot) ⁵⁵⁾	토의 안쪽부터 LOD를 따라서 마지막에 LOD를 향한다	THT	1/2 R	내려가기
5	2	RF 앞으로	LOD를 향해서	HT	오른쪽으로 계속 턴 유지	다시 내려가서 올라가기
6	3 2 bars	LF 뒷 사선으로	DC를 등지고	TH	스텝 5,6에 3/8R	올라가서 마지막에 내려가기

① 씨비엠(CBM)

스텝의 1과 4, 5에 이루어진다.

② 기울기(Sway)

스텝 1: St 스텝 2: R 스텝 3: R 스텝 4: St 스텝5: St 스텝 6: St

55) Pivot: 중심 있는 발이 축이 되어 발끝부터 바닥에 닿으면서 회전하는 동작이다.

<표. 16> 내추럴 스핀 턴(여성)

스텝	타이밍	발의 형태들	방향설정	풋워크	턴량	라이즈 앤 폴
1	1	LF 뒤로	DW를 등지고	TH	오른쪽으로 턴하기 시작	위로 올라가기 시작 발의 힐은 올라가지 않음
2	2	RF 옆으로	발끝이 LOD로	T	스텝 1,2 사이에 3/8R 몸의 턴은 완전하지 않음	계속해서 올라가기
3	3	LF RF 옆에 모음	LOD를 향해서	TH	스텝 2,3 사이에 몸의 턴을 완전하게	계속해서 올라가기 마지막에 내려가기
4	1	RF 앞으로 피봇팅 액션 (Pivot Action) ⁵⁶⁾	LOD를 향해서 마지막에 LOD를 등지고	HT	1/2 R	내려가기
5	2	LF 뒤로 약간 왼쪽으로	LOD를 등지고	T	오른쪽으로 계속 턴 유지	다시 내려가서 올라가기
6	3 2 bars	RF LF 옆을 스쳐서 앞 사선으로	DC를 향해서	TH	스텝 5,6 사이에 3/8 R	올라가서 마지막에 내려가기

① 씨비엠(CBM)

스텝의 1, 4에 이루어진다.

② 기울기(Sway)

스텝 1: St 스텝 2: L 스텝 3: L 스텝 4: St 스텝5: St 스텝 6: St

56) Pivot action: 남·녀 무용수가 같은 동작을 할 시에 남성이 안에서 축이 되어 회전을 할 경우 여성이 남성의 밖으로 회전을 하는 동작, 액션은 피봇과 같은 방법으로 한다.

(4) 아웃사이드 체인지(Outside Change)

<표. 17> 아웃사이드 체인지(남·녀)

스텝	타이밍	발의 형태들	방향설정	풋웍	턴량	라이즈 앤 폴
남 자		LF 뒤로 CBMP	DC를 등지고	TH	턴 없음	올라가기 시작 발의 라이즈 없이
1	1					
2	2	RF 뒤로	DC를 등지고	T	왼쪽으로 턴 시작	계속해서 올라가기
3 1bar	3	LF 앞의 사선으로	발끝이 DW로	TH	스텝 2,3 사이에 1/4 R	올라가서 내려가기
여 자		RF 앞으로 CBMP OP	DC를 향해서	HT	턴 없음	올라가기 시작
1	1					
2	2	LF 앞으로	DC를 향해서	T	왼쪽으로 턴 시작	계속해서 올라가기
3 1bar	3	RF 뒤의 사선으로	DW를 등지고	TH	스텝 2,3 사이에 1/4 R 몸 턴 적게	올라가서 내려가기

① 씨비엠(CBM)

스텝의 2에 약간만 이루어진다.

3. Bartenieff Fundamentals(BF)의 이론적 체계 및 원칙

1) BF(Bartenieff Fundamentals)의 이론적 확립과 전개

신체 기초원리를 바탕으로 움직임의 구조를 밝혀낼 수 있는 BF는 1940년과 1981년 사이에 미국에서 엄가드 바르테니에프에 의해 개발된(강성범, 2001) 신체원리와 라반의 이론을 기초로 정립된 개념이다. 이 개념은 움직임의 원리가 신체훈련법으로 활용되어 움직임의 일정한 패턴과 신체 부위의 조화로운 연결성을 발견할 수 있게 해준다(신상미, 김재리, 2010).

바르테니에프는 1900년에 독일에서 태어났고, 대학에서 생물학 전공을 시작으로 무용가이자 신체요법가로서 신체와 움직임 연구를 토대로 많은 이론과 방법 개발에 일생을 바친 사람이다. 1925년에 그녀는 동작분석가인 라반을 만나면서 그녀의 연구에 영향을 받게 된다. 라반의 움직임 분석이론, 특히 공간조화(Choreutics)와 표현적 운동(eukinetics)의 개념에서 움직임의 공간, 힘, 시간, 흐름 변화(성지민, 2004)의 이론을 그녀의 연구에 적용시켜 움직임 체계를 개척했다. 그녀는 또한 라반 움직임 분석법을 처음 미국 무용계에 전파시킨 인물이기도 하다. 1936년 독일에서 망명한 그녀는 뉴욕에서 베닝턴 대학(Bennington College), 컬럼비아 교육대학원(Columbia Teachers College), 더 뉴 스쿨 포 소셜 리서치(The New School for Social Research), 브루클린 박물관(Brooklyn Museum)등에 라반이론을 전파한다(이경희, 김현남, 2009).

바르테니에프는 신체치료사로서의 활동과, 신체요법프로그램을 졸업, 물리치료사, 물리무용치료사로서의 다양한 현장을 경험했다. 이는 그녀에게 있어 움직임 현상의 깊이를 이해하는데 바탕이 되었으며, 환자들에게 여러 각도로 대입시켜 움직임을 분석해내는데 큰 성과를 거두게 된다. 1950년 그녀는

영국에서 라반의 에포트 이론과 그의 동료인 워렌 램의 웨입 이론을 자신의 이론에 수용하여 신경치료 실습에 적용하였으며, 동작전문가들을 위한 신체 훈련프로그램을 만들게 된다. 이 프로그램은 신체 근육의 기능강화는 물론 심리적인 안정과 강화를 강조하여 정신과 신체의 일원화를 위한 신체 훈련법으로 고안했다(이경희, 김현남, 2009). 움직임을 하는 신체의 올바른 기능을 이해할 수 있도록 도움을 주는 신체 훈련법은 몸과 마음을 하나로 연결하고 움직이는 이유에 대해 의식할 수 있는 움직임 훈련법의 하나로 몸 구조에 대한 이해, 몸의 각 부위를 상호 연결해 움직임을 만드는 방법, 움직임의 발생원인 등을 다룬다. 이러한 방법론은 기능적으로 효과적이며, 표현적인 움직임의 발달을 도모하는 신체의 재교육을 목적으로 하는 BF의 핵심이 된다(신상미, 김재리, 2015).

BF의 개념은 움직임의 네 가지의 주요 주제와 아홉 가지 원칙으로 구성되어 있다. 이 개념들은 바르테니에프의 신체 개념에 라반이 발견한 움직임의 원리인 에포트, 웨입, 공간 개념을 적용, 발전하게 된다. 움직임을 하는데 있어 상호보완하면서 작용되어 효과적인 움직임을 만드는데 도움을 주는 BF의 훈련은 움직임의 효율성을 높이고 다양하고 창의적인 움직임으로 표현할 수 있게 한다. 현재 BF는 신체 재교육법으로 움직임 능력과 표현성의 발달, 그리고 무용수의 부상을 치료하는 신체요법으로 활용되어 미적이고 기능적으로 움직임의 질을 향상시키고 상해를 방지하는데 도움을(성지민, 2004) 주는 교육법과 움직임 훈련법으로 다양하게 활용되고 있다.

2) BF의 주요 개념

BF의 네 가지 주제는 안정성(Stability)/운동성(Mobility), 기능(Function)/표현(Expression), 노력(Exertion)/회복(Recuperation) 그리고 내면성(Inner)/

외형성(Outer)이며, 라반이 발견한 움직임의 원리와 원칙을 기본 토대로 한다(신상미, 김재리, 2010). 이 네 가지 주제는 서로 상대적인 개념을 동시에 가지고 있지만, 각각의 주제는 상호적으로 영향을 주면서 보완하고 대립하면서 조화로운 움직임을 만들게 된다. 주요 주제들은 다음과 같다.

첫째, 안정성/운동성이다. 움직임의 안정성과 운동성은 서로 긴밀하게 연결되어 있다. 이는 신체의 중심에서부터 사지까지 이르는 활동적 연결(Dynamic Alignment)을 찾고자 하는데 매우 중요한(김경희, 2005; 이경희, 김현남, 2009) 요소로 효과적인 움직임을 만들어 내기 위해 끊임없이 상호작용한다. 이러한 활동적 연결은 그라운드(안정성)를 위해 활성화되거나 신체 부위들을 움직이기(운동성) 위해 활성화 된다(신상미, 김재리 역, 2015) 그라운드(Groundung)⁵⁷⁾이 안정적일 수록 신체는 움직임을 할 때 좀 더 풍부한 움직임으로 유지할 수 있도록 해주며, 이러한 움직임의 안정성은 곧 신체의 활동적 연결이 더욱더 활발하게 이루어지는 운동성으로 표현되는 것을 의미한다. 이 두 요소가 계속해서 반복적으로 이루어져야 역동적이고 조화로운 움직임의 표현이 생성될 것이다. 라반은 이 안정성과 운동성이 연속적으로 관계를 갖는 과정에서 움직임의 역동성이 창조될 때 좀 더 효과적인 표현이 가능해진다고 했다(신상미, 김재리, 2010).

두 번째는 기능/표현이다. 기능적 움직임과 표현적 움직임은 서로 친밀한 연관성을 가지며 이들의 조합을 통해 의미 있는 움직임을 만들 수 있다. 일반적으로 기능적인 움직임은 특정 목적을 달성하기 위해 행하는 실용적인 움직임을 말하며, 표현적인 움직임은 기능과 상관없이 자신의 생각과 감정을 몸을 통해 나타내기 위한 움직임을 뜻한다(신상미, 김재리, 2010). 춤에 있어서 기능과 표현은 한쪽으로 치우친 움직임이 보여 질 때 관객으로 하여

57) 그라운딩이란 인간은 지구와 중력과의 관계 속에서 움직이게 된다는 것을 의미한다. 이때 지구는 인간이 움직일 수 있도록 지면과 지지대를 제공한다. 춤에서 나타나는 그라운딩의 요소는 주로 바닥의 넓은 면을 많이 사용하는 움직임에서 발견된다(신상미, 김재리, 2010).

금 의미전달이 무의미해질 수 있다. 이러한 부분을 보완하기 위해서 춤을 추는 무용수는 기능적 움직임과 표현적 움직임의 적절한 상호연관성을 갖는 연습과정을 가질 필요가 있다. 때에 따라선 예술적 표현을 위한 완성도 높은 수행을 위한 방법으로 몸의 연결 구조 및 근육 강화 등의 인식과 함께 기능적인 움직임을 발달시켜 개선하여야 한다. 이처럼 기능과 표현은 상호 보완적인 관계에서 행해졌을 때 움직임의 표현은 풍부해진다. 움직임을 구성하는 신체, 에포트, 웨입, 공간 등 네 가지 카테고리 중 하나가 변하거나 달라지면 움직임의 기능적인 측면뿐만 아니라 표현적인 측면까지 달라지는 것을 알 수 있다(신상미, 김재리, 2010). 무용수의 표현수단은 몸의 움직임으로 나타나듯이 모든 움직임은 표현적이고 기능은 표현으로부터 분리될 수 없기 때문에 기능/표현은 무용수의 기능적 움직임을 통한 표현적 움직임의 복합적인 양상으로 표출된다.

세 번째의 주요 개념은 노력/회복이다. 이 개념은 노력적인 움직임 후의 회복도 다음 움직임으로 이어가기 위해 에너지를 얻기 위한 과정이며, 자연적으로 또는 능동적으로 이루어지는 몸의 리듬으로 활성화된다. 회복에 이어지는 노력, 또는 노력에 이어지는 회복은 생명력을 유지하기 위하여 사용되는 자연적인 현상이다(이경희, 김현남, 2009). 이때의 주어진 노력으로부터 회복하는 방법에는 특별한 방법으로 정해져 있는 것이 아니라 이것은 지극히 개인적이며, 움직임을 하려는 노력은 회복을 통해 다시 살아난다. 하지만 움직임을 다시 하기 위해 에너지를 보충해서 원래의 상태로 되돌아오는 회복 또한 노력의 과정이 있어야 회복이 가능한 것이며, 이때의 회복은 아무것도 하지 않는 것이 아니라 다른 움직임을 하기 위해 스스로 에너지를 보충하는 것을 의미한다(신상미, 김재리, 2010). 무용수가 노력과 회복의 주제를 적절히 사용하여 움직임을 한다면 과도한 스트레스를 받지 않고 또는 불필요한 에너지를 소모하지 않게 되어 움직임을 효과적이고 기능적으로 수

행할 수 있으며, 표현이 풍부한 움직임을 만들 수 있다.

마지막으로 내면성/외형성을 들 수 있다. 내면성과 외형성의 주제에서 외형성은 신체 외부의 움직임으로 내면의 의도가 반영되어 나타나는 것이고, 이 움직임은 다시 내면의 정서에 영향을 주는 원리이다. 즉 한 개인의 움직임은 언제나 그 사람의 내적 정서와 결부되어 외적 움직임으로 표출되는 것이고, 자신의 움직임 표현으로 인한 외적 자극은 또 다시 자신의 내적 정서에 영향을 주기도 한다는 것이다(이경희, 김현남, 2009). 의도하지 않은 단순한 움직임일지라도 그 움직임 내면에는 의미를 내포하고 있으며, 그 의미는 외형으로 나타나는 움직임에 영향을 미친다. 내면성과 외형성은 생각이나 감정으로 인한 인간 내부의 정신으로 외부의 몸을 통해 움직임의 형태로 가시화되므로(신상미, 김재리, 2010) 이 주제는 항상 창조적인 관계 안에서 존재한다.

3) BF의 아홉 가지 원칙(9 Principles)

위에서 다룬 BF의 기본원리의 네 가지 주요 주제들은 다음에서 설명할 아홉 가지 원칙들에 의해 완성된다고 할 수 있다. 바르테니에프는 아홉 가지 원칙들을 습득하는 것은 움직임과 관련된 몸의 문제들에 관하여 무엇이 더 필요하고, 어떻게 수행해 나아갈 것인가 그리고 어떻게 지도해 나아갈 것인가에 대한 구체적인 방법론에 접근할 수 있다고 하였다(이경희, 김현남, 2009). 신상미, 김재리(2010)는 아홉 가지 원칙에 대해 자연적으로 혹은 인위적으로 행하는 움직임의 발행에 대한 법칙이라고 언급하고 있다.

BF의 아홉 가지 원칙의 요소는 다음과 같다.

첫째, 동적인 신체 정렬(Dynamic Alignment)이다. 우리의 신체는 전체가 연결되어 있으며, 신체의 모든 부위(뼈, 장기, 근육 등)들은 서로 연관성을

가지고 영향을 주고받는다(강성범, 2007). 움직임은 신체 부위와의 관계가 있기 때문에 신체 부위 중 하나가 변화된다면 신체 전체의 변화로 이어질 것이다. 이때의 움직임 또한 신체를 통해 변화된 움직임으로 기능할 것이고 표현 또한 다른 요소로 나타날 수 있다. 이 같은 신체의 개념은 움직임을 수행하는 무용수에게 중요하다고 할 수 있으며, 무용수가 신체의 기능, 관절과 근육의 사용 등의 인식을 통해 움직임을 구성한다면 몸 전체의 움직임 표현은 좀 더 안정적이고 자연스러운 움직임 연결로 만들어 낼 수 있음을 의미한다. 동적인 신체정렬은 움직이는 사람의 신체 중 관절과 근육의 운동성을 통해 관찰 할 수 있으며 몸의 한 부위가 움직일 때 다른 부위도 연결되어 움직이는 데에서 찾아볼 수 있다(신상미, 김재리, 2010). 동적인 신체정렬의 연결성은 머리부터 꼬리뼈 연결성(Head-Tail Connectivity), 몸의 중심과 말단의 연결성(Core-Distal Connectivity), 상체와 하체의 연결성(Upper-Lower Connectivity) 등으로 이루어진다. 다음은 연결성의 설명이다.

머리부터 꼬리뼈의 연결성은 척추의 미골로부터 시작되어 척추를 중심으로 사용하는 움직임에서 찾아 볼 수 있다. 머리부터 꼬리의 연결성은 자신의 척추에 대해 인식하는 것에서 방법을 찾을 수 있다.

상체와 하체의 연결성은 움직임을 할 때 신체의 상체와 하체가 분리되어 움직이는 것을 의미하는 것이 아니다. 상체와 하체가 각각 다르게 움직이면서도 상호작용하는 것을 의미한다. 바르테니에프는 만약 상체를 움직일 때 불편함을 느낀다면 상체의 움직임과 함께 이를 지지해 줄 수 있는 하체의 활동을 찾는 것이 도움이 된다고 했다(신상미, 김재리, 2010).

그리고 몸의 중심과 말단의 연결성은 신체의 사지는 몸 중심을 통해, 또는 몸의 중심은 사지를 통해 움직임이 이루어지는 것이며, 몸의 중심에서부터 말단을 향해 뻗어 나가는 기운으로 모든 움직임에서 이 연결성을 발견할 수 있다.

둘째, 중심 지지(Core Support)는 신체가 환경과의 관계에서 중심을 유지할 수 있게 해주는 내부의 힘으로 움직임에 있어서 내적 근육들의 기능과 함께 효과적으로 표현할 수 있는 몸 중심의 역할을 하는 요소이며, 이것은 인간과 환경의 상호작용에 역동적으로 관여한다(정이선, 2010). 움직임을 할 때 중심 지지를 의식하는 것은 몸의 외형적인 근육보다는 좀 더 깊은 근육을 섬세하게 사용하게 하고, 이를 통해 유연하고 균형 있는 움직임을 할 수 있게 된다. 중심 지지는 주로 복부와 상체와 하체를 연결하는 장요근(Iliopsoas)⁵⁸⁾이 적절하게 집중적으로 수축하는 움직임에서 발견된다(신상미, 김재리, 2010).

셋째, 호흡 지지(Breath Support)이다. 호흡은 모든 생명의 근원으로 사람의 생명유지에 없어서는 안 될 중요한 과정이다. 움직임에서의 호흡은 자연스럽게 원활하게 유지시켜 주는 가장 원천적인 에너지이다. 바르테니에프는 모든 관점에서 움직임에 영향을 주고, 몸의 내부와 외부의 형태를 모두 변화시키며(신상미, 김재리, 2010) 인간의 내면과 외면을 연결시켜 움직임을 조화롭게 만들어 주는 역할을 한다. 호흡 지지는 움직임을 하는 동안 인식하는 것이다. 이는 공간적 감각과 관계하여 움직임의 호흡하는 과정에서 몸의 형태 변화도 함께 일어나는 것을 느낄 수 있어야 한다. 예를 들어 왈츠 춤의 내츄럴 턴(Natural turn)을 수행할 때 라이즈(rise)하는 형태의 동작은 몸이 라이즈 하기 위해서 수직공간의 사용과 몸의 균형을 필요하게 되는데 이때 호흡 지지는 이 움직임을 도와주는 원리로서 작용하는 것이다.

그리고 호흡은 일상적으로든 의도적으로든 움직임을 할 때 호흡의 변화가 일어날 수 있다. 움직임 할 때의 호흡의 변화는 독창적인 리듬으로 표현할 수 있으며, 춤을 좀 더 생동감 있게 만들어 준다. 움직임의 원칙 중 다른 원

58) 장요근(Iliopsoas)은 장골근(Iliacus)과 허리근육(psoas)을 한꺼번에 통칭하는 용어이다. 이 근육은 상체와 하체를 연결하는 긴 근육으로 하체의 움직임을 할 때 상체(복부)가 이를 도와주는 움직임의 원리이다(신상미, 김재리, 2010).

칙과 함께 호흡의 지지를 결합해(신상미, 김재리, 2010) 사용할 경우 기능적이고 표현적인 움직임으로 작용하여 창의적인 춤을 수행할 수 있다.

넷째, 공간적 의지(Spatial Intent)를 들 수 있다. 공간적 의지란 공간을 의식하는 움직임을 말한다. 일상적인 움직임이나 특정한 움직임 모두, 공간에 대한 정확한 목적을 가지고 행해질 때 좀 더 효과적일 수 있다. 특히 춤 움직임은 공간 안에서 특정방향이나 높낮이 그리고 움직임의 경로를 정하고 의식적으로 움직이는 것을 공간적 의지라고 한다. 신상미, 김재리(2010)는 이처럼 분명한 공간적 의지는 움직임의 동기가 되고 이것이 확실해질 때 의도한 움직임에 대한 반작용(Counter Tension)⁵⁹⁾이 자연스럽게 발생해 안정적이고 동적인 균형을 유지하는 움직임을 가능하게 해준다고 했다. 이와 같은 공간적 의지가 작용한 움직임의 한 예로서 왈츠 동작 중, 위브 프롬피피의 스텝 1의 CBMP의 움직임을 들 수 있다. 남·녀 무용수가 앞·뒤의 움직임으로 이루어지는 다른 동작들과 달리 이 움직임은 남·녀 무용수가 같은 방향을 향해 움직이는데 남성 무용수의 왼손과 여성 무용수의 오른손으로 홀드 된 팔이 같은 방향을 향해 있고, 남·녀 무용수의 발 또한 앞으로 나아가려고 하고 있다. 하지만 남·녀 무용수의 상체의 몸은 하체와는 다른 방향을 향해 있으면서 공간적 의지를 사용한다. 즉, 팔과 발은 앞으로 뻗어나가려는 경로를 사용하고 몸은 다른 방향을 향해 있는 동작이다. 몸의 균형을 위해 앞으로 나아가려는 하체의 에너지를 상체의 중심에서 잡아당기는 공간적 의지의 사용은 움직임을 안정적이고 조화롭게 다음 움직임으로 이어나갈 수 있게 한다. 움직임 할 때 의도적인 공간적 의지의 사용은 매우 중요한 특성으로 다음 움직임으로 이어질 때 좀 더 명확하고 분명한 움직임 전달에 도움을 주는 역할을 한다.

59) Counter Tension: 상반된 긴장감은 몸의 사지가 어떤 한 방향으로 움직일 때 공간적 의지를 가지고 반대 방향으로 향하려고 하면서 움직임은 안정성을 유지하는 것을 의미한다(신상미, 김재리, 2010).

다섯째, 회전 인자(Rotary Factor)의 원칙이다. 회전은 3차원의 공간을 모두 아우르는 동작을 할 수 있도록 움직임의 범위를 넓혀 주는 움직임이다 (신상미, 김재리, 2010). 움직임을 할 때 사용되는 개별 근육은 다른 부위에 영향을 주면서 몸의 연결(body connectivity)을 만들어 내게 된다. 회전 인자는 신체의 일부인 관절, 혹은 몸 전체를 사용하는데 움직임이 시작하는 관절에서 충분한 공간을 느낄 수 있게 함으로써 움직임의 넓은 범위를 사용하게 한다. 이와 같은 회전 인자의 의도적인 사용은 공간상에서 이루어지는 복잡한 3차원의 동작들과 진행경로 그리고 다양한 높낮이의 변화를 활용할 수 있도록 하며, 이는 움직임에 있어서 좀 더 활동적이고 부피감 있는 움직임의 범위를 넓혀 주는 역할을 한다. 예를 들어 댄스스포츠의 룸바 동작의 알레마나를 보면, 남성이 왼팔을 들어 올려 어깨 관절을 사용하는데 이는 여성의 움직임 공간을 열어주어 오른쪽 턴을 원활하게 하는 동작으로 회전 인자를 사용해서 남성과 여성을 돌려주는 움직임이 효과적으로 이루어지고, 이어서 안정적이고 아름다운 여성의 움직임으로 연결되어 공간상에서 볼륨감 있는 움직임을 형성하게 된다.

여섯째, 에포트 동기(Effort Motivation)이다. 에포트 동기란 움직이기 직전에 생기는 내적인 준비를 의미하며, 움직이는 사람이 주변 환경과 관계하여 주의를 기울이는 내적충동을 말한다. 에포트는 라반의 이론을 토대로 하여 흐름, 무게, 시간, 공간으로 구성된다. 이 에포트는 두 가지 혹은 세 가지의 요소들이 조합하여 움직임의 특질을 묘사하고, 이는 신체를 통한 움직임의 역동성을 만들어낸다. 이러한 요소들의 조합은 움직임 형태에도 영향을 주게 되고 움직이는 사람의 감정, 환경에 따라 다양하게 변화하면서 움직임의 질감까지도 만들어낸다. 신상미, 김재리(2010)는 다음과 같이 설명한다. “에포트는 사람을 움직이게 하는 중요한 원칙이 되며, BF의 네 가지 주제 중 하나인 내면성/외형성과 연결해 설명할 수 있다”고 하였다. 움직임을 할

때 적극적인 에포트의 사용은 움직임의 효율성 및 신체의 연결성을 이롭게 하고 움직임의 표현을 극대화 시킬 수 있다.

일곱째, 움직임의 시작(Initiation)과 진행 과정(Sequencing)으로 움직임의 시작은 신체부위의 어디에서 처음 시작되는지, 그리고 시작된 움직임이 공간에서 어떻게 이동하는지, 그리고 움직임을 시작하는 방법에 따라 공간상에서 다양한 움직임의 경로를 알 수 있게 한다. 움직임의 시작은 신체의 어떤 부위에서도 일어날 수 있으므로 시작되는 신체 부위에 따라 움직임의 진행 방향은 결정된다. 움직임의 시작과 진행 과정은 서로 연결되어 움직임의 과정을 완성하게 되며, 이처럼 몸의 어떤 부위를 선택해 어떠한 과정을 통해 움직임을 완성하는가는 움직임의 특질을 변화시키는 중요한 요소가 된다(신상미, 김재리, 2010). 움직임의 시작점은 몸 중심부(core), 근위(proximal), 신체 사지의 중간 부위(mid-limb), 신체의 말단(distal) 등에서부터 움직임을 시작할 수 있다. 움직임의 진행 과정으로는 대표적으로 멀리 있는 부위부터 시작해서 차례대로 움직이는 순차적 진행 과정(Sequential Sequencing), 예로 팔에서 시작해서 다리로 움직이는 경우를 들 수 있다. 다음은 손가락과 손목, 팔꿈치 등 가까운 부위의 관절을 연결해 움직이는 연속적 진행 과정(Successive Sequencing), 그리고 여러 부위가 동시에 움직이는 동시적 진행 과정(Simultaneous Sequencing) 등을 지닌다.

여덟째, 무게 이동(Weight Shift)의 원칙을 가진다. 모든 움직임에서 가장 중요한 원리 중의 하나는 무게 이동이다. 우리가 움직임을 진행하는 과정에서 무게를 지지하고 있는 몸의 부위는 움직임을 통해 다른 부위로 그 무게가 옮겨(신상미, 김재리, 2010)지는 신체의 중심 이동이다. 움직임을 하는 사람은 자신의 무게가 공간과 연관되어져 움직임의 흐름이 변화된다는 것을 인식하여야 한다. 움직이는 신체의 무게를 느끼고 움직임을 수행하는 무용수는 어색한 움직임이 아닌 안정적이고 자연스러운 움직임을 만들 수 있다. 움

직업의 진행 과정에서 무게 이동은 능동적으로 때론 수동적으로 일어나기도 한다. 이 같은 무게 이동이 정확하게 이루어졌을 때, 몸의 중심과 중력간의 안정된 움직임의 수행과 동적인 신체정렬을 용이하게 하는데 도움을 준다.

마지막으로 발달 유형(Developmental Pattern)이 포함된다. 발달 유형이란 인간이 태어나면서부터 자라는 동안 자연 발생적으로 이루어지는 기본적 신체 연결로 이는 어릴 때 특정 발달 단계를 거치며 형성되는데 이 과정에서 나타나는 움직임의 유형을 말한다. 인간이 태어난 후 성장하는 과정에서 움직임의 유형은 진화하기 때문에 전 단계의 발달 유형은 앞으로 일어나게 될 발달 유형의 토대가 된다(신상미, 김재리, 2010). 마르테니에프의 발달 유형은 아기가 태어나 걸을 수 있을 때까지의 기본적으로 신체는 성장하면서 특정한 단계의 발전적인 과정을 통하여 형성한다는 관점이다(이경희, 2007). 발전적인 과정에서 지나간 단계들은 다음 단계의 성공적인 단계를 유지시키는 기초가 되기 때문에 각각의 기초 단계와 유지할 수 있는 능력의 단계가 필요하다. 이러한 각각의 단계들에서 만일 완전하지 못하거나 한 단계가 생략될 경우 인식의 장애가 발생하게 됨을 의미한다. 따라서 인간은 신체의 각각의 발달단계와 진화과정을 거치면서 정상적인 삶을 살아갈 수 있게 된다. 인간의 움직임의 발달과정과 진화과정을 다음에서 구체적으로 설명하고자 한다. 이는 아기가 태어나 숨 쉬는 것부터 점차로 발전되어가는 움직임의 발달 유형이다.

발달 유형의 첫 번째 단계 호흡(breath)으로 이 단계에서는 아기가 태어나면서부터 하게 되는 폐호흡을 의미한다. 우리는 숨을 쉬고 들이마시면서 몸이 확장되거나 오그라드는 것을 느낄 수 있다. 이것은 몸의 모든 부분에 생명을 불어넣어줌으로써 살아있음을 의식하게 한다. 이러한 호흡은 갓 태어난 아기에게서 나타나는 첫 번째 발달 단계이며, 모든 움직임의 기초로 움직임의 흐름을 자연스럽게 만들어 주는 역할을 한다.

두 번째 단계는 중심 방사(Core-Distal Connectivity/ Navel Radiation)이다. 신생아에서 두 번째로 나타나는 발달 유형은 몸의 중심부에서 시작되어 말단으로 이동하는 움직임이다(신상미, 김재리, 2010). 이것은 배꼽의 중심에 신체의 모든 사지가 직접적으로 연결되어 있기 때문에 움직임 또한 중심에서부터 시작하여 신체사지의 말단으로 연결되어 보다 넓은 범위로 발전되는 움직임을 할 수 있게 됨을 의미 한다 .

세 번째 단계로 척추(머리-꼬리: Head-Tail)움직임 발달 유형이다. 이 단계는 몸의 중심축을 이루는 척추를 통해(왕지권, 2015) 관찰되는 움직임으로 척추의 유연성과 수직성을 갖게 해주고, 몸을 지탱해 주는 역할을 한다. 움직임은 척추와 주변 활동들에서 시작되고 중심이 되어 환경에 대해 인식하면서 천천히 외부로 발전되는 단계이다. 이 단계에서 춤 움직임의 예로 왈츠의 클로즈 홀드 포지션의 형태를 만드는 여성무용수의 신체에서 찾아볼 수 있다. 이때 머리에서 등, 꼬리까지 이어지는 척추의 라인은 중심축으로써 움직임을 유연하게 만든다. 이는 여성 무용수의 머리가 45도 각도에 위치하고 꼬리까지 연결되는 척추에서 왈츠의 고유한 분위기의 우아함을 잘 표현하는 것이다. 이처럼 척추는 머리부터 꼬리까지의 연결로 이루어져 움직임의 범위와 형태, 그리고 몸의 균형을 잘 유지시켜 준다.

네 번째 단계는 상·하체 연결/ 상동움직임(Upper-Lower Connectivity/ Homologous)이다. 이 상동 움직임은 상체와 하체만을 각각 따로 움직이는 것으로 아기의 움직임으로 살펴보면 이 단계에서 처음으로 팔 다리를 사용하게 되는데, 두 팔을 먼저 움직인 후에 두 다리가 따라가는 움직임에서 발견되는 발달 유형이다.

춤의 동작에서는 왈츠의 쓰로우 오버스웨이(Throw Owersway)에서 남·녀 무용수가 하체를 움직여서 바닥에 고정된 후 상체를 왼쪽으로 턴 시키는 동작에서 하체에서 상체로의 연결된 움직임을 찾을 수 있다.

다섯 번째 단계는 신체-측면 연결/ 상측 움직임(Body-Half Connectivity/Homolateral)이다. 상측 움직임은 배꼽을 중심으로 오른쪽과 왼쪽을 나눠서 움직임을 할 때 같은 쪽의 팔다리끼리 동시에 움직이는 것을 말한다. 이것은 신체적 관점에서 양쪽을 구별하여 기능하게 하는 능력은 측면성 움직임의 명확한 결과이다(신상미, 김재리 역, 2015). 이 단계에서는 신체 측면 움직임이나 상측 움직임을 통해 앞뒤 공간(Sagittal)뿐만 아니라 수직면(Vertical Plane)에서 움직이는 것이 가능해진다.

마지막 단계는 교차-측면 연결/ 대측 움직임(Cross-Lateral Connectivity/Contralateral)을 들 수 있다. 신체 발달과정의 마지막 유형인 교차 측면 연결은 움직임 발달단계에서 가장 복잡하다. 이전의 단계에서 중심과 연결된 사지를 인식했고, 척추, 상체와 하체의 역할을 발견했고, 측면성의 기능을 알 수 있다. 이러한 과정들을 지나 신체의 중심을 이용해 대각선, 한 측면과 다른 측면으로의 연결된 방법으로 교차하는 움직임으로 발달과정은 완성된다. 이 움직임에서는 공간을 가로지르는 대각선적인 신체의 연결성을 요구한다. 바르테니에프는 위와 같은 모든 원리들은 움직임을 할 때 한가지의 요소로만 이루어지는 것이 아니라 여러 원리들이 서로 연결되어 끊임없이 상호보완적으로 작용하여 움직임을 만들어낸다는 점을 강조한다. 아울러 다양하고 불림감 있는 움직임을 구성하기 위해서는 신체 기초원리를 움직임에 적극 활용할 수 있어야 한다는 것이다. 이러한 바르테니에프의 기초원리의 목표는 움직임을 풍성하게 만들기 위해 내적 연결성의 살아있는 상호작용을 가능하게 하고, 외적 표현력으로 신체의 기능을 효율적으로 하는 것(신상미, 김재리 역, 2015)으로 이해할 수 있다.

4. 표현과 예술의 미

1) 춤 예술의 표현

표현expression은 라틴어의 기원 expressionem을 가지며 ‘감정에 대한 행위’를 뜻한다. 춤에서의 표현은 행위자가 느끼는 감정과 관계가 있으며 신체 내부와 외부를 연결시키는 매개체가 된다. 따라서 우리는 춤을 예술적 행위로 이해하기 위해서는 그 행위에 미적 기능이 어떻게 이루어지는지에 대한 이해가 필요하다. 왜냐하면 예술로서의 춤의 매개체는 사람의 몸과 몸에서 일어나는 동작으로 몸과 그 동작은 예술적(Ruud Vermey, 1994)으로 미적가치를 지니기 때문이다. 예술은 대상을 그대로 재현(representation)하는 것이 아니라 주관에 의해 다시 구성하는 표현(expression)(조요한, 2015)에 의한 것이다. 모든 종류의 예술의 공통된 기본적인 형식 원리는 표현성(황미숙, 2005)인 것처럼 춤 예술에 있어서도 표현은 기본적인 원리이면서 중요한 요소이다.

표현이라는 말은 의견이나 감정 따위를 드러내어 나타내는 것으로 정신적, 주체적인 대상을 예술로서 형상화하는 것 또한 그 형상화 한 것을 표출하는 것이다(강성범, 2007). 춤 예술의 관점에서 표현이란, 춤을 지배하는 것 또한 실제 감정상태가 아니라 상상의 감정으로 나타내는 것이다⁶⁰⁾. 예술가의 감정 전달은 어떠한 형식 즉, 춤 예술의 표현 형식상에서의 조화, 균형 등의 미적법칙을 통해 적절하게 표현되어야 한다. 춤에 있어서 표현되는 감정의 유일한 증거는 그 감정을 표현하는 사람의 외면적 신체 움직임(김말복, 1987)이다. 이렇듯 감정과 동작을 일치시키고 움직임의 언어를 창조하고 전달하기 위해서는 생각, 이미지(분위기), 리듬, 동작의 형태 등의 이해하는

60) Shirley Ayme(1999). Latin-American at It's Best-RUMBA. p52 인용.

작업이 필요하다. 춤에 있어서의 표현되어진 감정의 유일한 증거는 그 감정을 표현하는 사람의 외면적 신체 움직임이며, 그것을 보는 관찰자는 어떤 내면적 감정이 표현되고 있는가를 찾아내기 위해서는 그 외형적 움직임(김말복 역, 1987)을 통해 발견할 수 있을 뿐이다.

움직임의 표현은 무용수의 신체를 통해 말로 할 수 없는 내적인 감정을 움직임으로 나타내는 은유적 감정이며, 무용수의 실제 감정이 아니라 무용수가 인간 감정에 대해 알고 있는 이해라고 할 수 있다(Ruud Vermey, 1994). 더 나아가 춤은 나름의 형식을 통해 미적 감각(Aesthetic sense)을 발달시키고, 창조적 예술표현 형식을 지니게 한다. 표현과 표현 형식은 무한하기에 신체가 표현할 수 있는 동작의 다양함과 광범위함을 깨닫는 것은 중요한 일이다.

최근 이경숙(2011)은 그녀의 논문에서 춤은 표현을 통해서만 미가 형성되고, 내면적인 감정을 표현하는 예술로 지칭된다고 하면서 춤에서 나타나는 미들은 곧 예술형태로서 인간의 모든 감정, 즉 기쁨, 슬픔, 욕망, 희망 등을 춤으로 표현한 것으로 의미를 지닌다고 하였다. 또한 황미숙(2005)은 예술의 표현성에 있어서 춤 작품 안에는 내용과 형식면에서 다양한 원리로 존재하며, 내용과 형식이 유기적으로 융합된 양식(style)은 표현성의 상징적인 존재방식이다 라고 하였다. 이렇듯 표현을 춤의 미의 소재로서 중요하게 다루는 것은 춤 예술의 가장 근원이 되기 때문일 것이다.

2) 춤 예술의 미

댄스스포츠의 예술적 특성에 관한 이해를 구하기 위해 예술미에 대한 개념과 근거를 마련하고자 한다. 댄스스포츠는 스포츠와 무용이 함께 하는 공간을 이루기 때문에 미의 개념 또한 체육미학과 무용미학의 관점에서 고찰

하기로 한다. 따라서 이 장에서는 댄스스포츠에서 나타나는 예술적 미를 중심으로 후샤오밍(胡小明)(1987)의 체육미학과 고바야시 신지(小林인次)(1963)의 무용미학으로부터 그 학문적 근거를 마련하고자 한다.

(1) 춤의 내면적 요소; 소재

인류의 모든 예술은 인간의 신체의 자연스런 미를 발견하는 것으로부터 발달한다. 신체는 춤과 더불어 더욱 아름다워지며, 춤추는 것은 신체의 미를 표현 한다(최혁순, 2015). 고바야시 신지(1963)는 무용미는 내면적·외면적 구조에 의해 형성되며, 내면적 요소로서 소재, 생명, 조형을 기본요소라고 보고 있다. 이 세 요소는 활동적 요소가 되는 기능적 요소로부터 발전성을 부여받는다고 하였다. 또한 소재, 조형, 기능의 요소들은 생명요소가 존재해야만 예술미를 형성하는 내면성의 근간을 이룬다(김경자, 역 2000)고 하였다.

모든 종류의 춤 예술은 소재적 요소를 통해 미를 형성한다. 소재의 대상이 되는 요소는 사상, 감정, 생활, 자연 등으로(김경자 역, 2000) 우리 생활과 관련된 현상들 중 춤에 적합한 소재를 선택하여야 하며, 이 소재는 춤의 공간과 시간을 형성할 수 있는 가능성을 가진 것이어야 한다.⁶¹⁾ 무용수는 춤의 소재를 보다 깊고 넓게 풍부한 표현을 위해서 자유로운 세계로 전개되어 나갈 수 있는 가능성을 가진 근원적 생명을 통해 창조적인 춤 예술을 형성할 수 있다(김경자 역, 2000).

내면적 요소로서의 ‘흐름의 미’는 자연의 물결, 파도 등을 소재로 하였다. 흐름의 미를 설명하기 전에 춤은 기계적이고 맹목적인 동작의 흐름만을 뜻하는 것이 아니라, 그 흐름 속에 일종의 의미 있는 메타포(은유)를 함유하고 있거나 또는 춤 자체가 상징적 구조체로서 여러 인식과 관점을(황미숙,

61) 김경자 역(2000). 무용미학. p49.

2005) 지니고 있다. 흐름은 의미 있는 자연의 현상체로서 공간에서 형성되는 운동의 모습에 의해 자연스러운 흐름으로 통일된 질서감을 내포하고 있다. 리듬의 동적인 에너지에 의하여 어느 하나에서 다른 것으로 흐르는 살아있는 힘(김복희, 김화숙, 1990)을 의미하며, 이는 자연의 소재에 시·공간적 요소가 작용하여 자유롭거나 계속적인 움직임, 정지된 움직임 등으로 표현된다.

근대 무용의 예술을 창조한 이사도라 던컨(Isadora Duncan 1878-1927)⁶²⁾은 그녀의 무용에세이에서 다음과 같이 주장한다. “자연 속에서 가장 아름다운 형태를 찾아 이들 형태의 혼을 표현하는 동작을 발견하는 것이 춤추는 사람의 과제이다.”(최혁순 역, 2015) 라고 하면서 그녀는 자연의 소재에서 예술의 표현을 찾고자 하였다. 또한 춤의 움직임을 자연의 소재인 나무들의 흔들림, 흐르는 물결, 바람 따라 흘러가는 구름의 움직임, 새의 비상 등에 의해 영감을 얻은 그녀는 정열과 폭풍, 미풍과 정적의 연결 등의 자연의 연속성에서 영감을 얻어 자연의 모든 것에 미와 생명을 주는, 그것에서 미를 창조하여 동작에 붙여넣고자 하였다.

이사도라 던컨은 자연의 연속성인 흐름에 대해 다음과 같이 설명하였다. 자연의 모든 움직임에는 파동의 법칙이 있으며, 물결의 움직임은 모든 것의 근본이 된다. “이 물결의 움직임을 일으킨 것은 인력의 법칙에 의해 잡아당기고 저항의 되풀이이다.” 이와 같이 자연에 있어서의 흐름은 춤에 있어서 매우 중요한 요소로 춤의 본질을 결정하며(최혁순 역, 1982; 이용희, 1992), 자유롭고 자연스런 움직임의 법칙에 의해 흐름을 표현하는 에너지가 발생한다고 하였다.

스탠다드댄스 왈츠의 경우 이 물결의 이미지를 연상시키는 춤의 대표적이다. 스윙을 하는 움직임은 물결의 형태를 묘사하고 계속적으로 올라가기와

62) Isadora Duncan(1878-1927) 현대무용의 창시자.

내려가기를 반복하는 것은 자연의 연속성을 갖는 움직임을 나타내며, 잔잔히 흘러가는 물결의 흐름을 표현한다. 자연적인 물결 이미지의 재료에서 움직임의 흐름을 찾을 수 있으며, 이 같은 흐름의 소재는 신체를 통해 표현적인 미를 구사할 수 있다.

(2) 춤의 내면적 요소; 생명

춤 예술에서 가장 중요한 요소 중의 하나는 동작의 생명력이다. 고바야시 신지(1963)는 예술작품을 창작하기 위해서는 근원적 생명으로서 순수한 자유성의 요소가 창조성을 존재하게 된다고 하였다. 자유에 의해 무한히 발전할 수 있는 가능성이라는 요소가 있어야 창조적 예술작품이 탄생되며, 이 요소는 생명의 생생한 약동을 끌어낼 수 있다(김경자 역, 2000). 예술의 창조성은 근원적 생명이 기본적 요소이며, 근원적 생명의 표현은 창조성이 강하게 표출되어 생명의 호흡이나 약동이 생생하게 표현될 수 있다⁶³⁾. 호흡은 시간적 요소에 의해 발전되어 춤 예술의 리듬을 표현하며 근본적인 예술형식으로 춤동작의 본질을 형성한다. 리듬적 동작은 무용수의 개성적인 본질에서 비롯된다(허영일, 1989)는 관점에서 춤의 중요한 소재가 된다. 춤을 출 때 리듬은 근육의 긴장 속에서 나타나며, 내적인 감정은 운동근육감각을 통하여 이 힘을 느끼게 되며, 방출되는 에너지에 의해 동작으로 표현된다. 동작의 형식에 생각이나 느낌, 즉 내적 감정에 영향을 받게 되어 리드미컬한 동작으로 만들게 된다. 이처럼 리듬의 근본적인 목적은 감정을 자극하고 표현을 돕는 것(성기숙 역, 1994)이며, 내적리듬과 외적리듬이 일치할 때 춤의 의미 전달은 더욱 풍부해진다. 또한 리듬은 동작의 의미와 관계하면서 동작의 범위, 다양한 정도의 힘, 시간 관계, 속도 등을 통해 춤 예술의 근본적이고 본질적인 동작의 미적 표현을 나타내며 춤 예술의 요소가 된다.

63) 김경자 역(2000). 무용미학. p55-57.

룸바의 경우 춤의 상징은 남·녀 간의 사랑이다. 춤을 추는 무용수의 경우 사랑을 느끼는 감정리듬을 신체의 동작을 통해 움직임의 리듬적 예술미로 표현할 때 룸바의 춤이 의미를 갖는 것이다. 리듬은 무질서하고 불규칙한 동작이나 음성으로 하여금 단위시간 내에 상대적으로 규칙적인 질서에 도달하게 하는 것(민영숙 역, 1992)으로 춤 예술에 있어서 가장 중요한 요소는 리듬 동작이 만들어내는 신체적, 감각적 효과를 갖는다. 리듬은 일차적이고 근본적인 예술형식(성기숙 역, 1994)으로 시간성 예술로서의 춤 예술에 반드시 필요한 요소이다. 이 같은 리듬⁶⁴⁾은 근육의 긴장 속에서 발생하며, 신체표현에 필요한 기술의 발달과 조절은 근육운동감각을 통해 이루어진다(장샘물, 2003). 이때, 운율이나 박자가 고르게 조절된 에너지를 사용하여 리듬적 움직임의미를 만들어낸다. 따라서 표현적인 동작은 분명 리듬적이며미를 지니는데, 리듬적인 동작의 동적인 요소들과 상호관계를 통해 다양한 형태의 춤이 만들어진다. 즉 동작의 범위, 지속시간, 다양한 정도의 힘, 강세, 속도, 박자 등의 동적인 요소들로 인해 동작의 의미를 인식하게 되고, 이러한 요소들은 감정리듬에 창의적이고 정서적인 반응을 일으켜, 감정리듬의 의해 나타나는 창조적인 표현 동작은 리듬미로서 미묘하게 표현된다.

춤에서 나타나는 정지의 미는 정지 동작⁶⁵⁾에 대한 개념에서 시작할 수 있다. 정지동작은 움직임이라는 맥락에서 움직임이 아니라는 결정을 하는 경우가 많다. 춤에 있어서 정지동작은 시작과 마지막을 위해 정지하는 순간이 필요하다. 예를 들어 라틴댄스의 경우 회전을 한 후 정지 동작, 다른 동작과의 사이를 구분할 때의 정지동작, 머뭇거리는 듯 한 부분 그리고 움직임 시 잠시 휴지상태의 구문 등에서 정지동작은 매우 중요한 역할을 한다. 움직임은 구문들로 구성하는데, 준비와 시작은 구문을 위한 동작 전체의 과정을 결정한다(신상미, 김재리 역, 2015). 이때 정지하는 순간의 동작은 한

64) 성기숙 역(1994). 창조적 경험으로서의 춤. p93-97.

65) Ruud Vermey(1994). LATIN. p106.

동작을 마치고 다음 동작을 시작하기 전에 만들어지며, 움직임 구문의 이어지는 연속동작을 완성하는 마무리 동작의 시작하는 순간에 정해진다. 여기서 더욱 중요한 것은 무용수가 정확한 춤 동작의 정지동작을 표현할 때 인위적이 아닌 몸의 에너지가 의식적으로 작용하는 자연스럽고 표현적인 움직임이어야 한다는 것이다(서한교 역, 2006). 즉, 동작의 정지는 완전히 멈춤의 상태가 아니라 다음 동작을 이어가려는 활동상태의 지속성을 유지하여 생명력이 넘쳐야 하며, 이로 인해 정지한 상태의 동작의 에너지는 아주 생생하게 보이고, 동작의 일부이자 움직임이 된다는 것이다. 이렇듯 춤을 추는 무용수는 동작의 정지에서 나타나는 미의 개념을 인식해야 할 필요가 있다. 왜냐하면 춤은 시·공간성의 예술로서 무게와 방향의 신속한 전환과 각 단위 동작에 따른 분명한 리듬에 의해(허영일, 1989) 나타나는 동작의 정지는 춤의 에너지를 더욱더 리드미컬하고 조화롭게 만드는 표현적인 움직임의 재료가 되기 때문이다.

(3) 춤 예술의 내면적 요소; 조형

춤 예술은 조형적 요소 없이 형태가 있는 것을 상상할 수 없다. 춤은 무용수의 신체가 만드는 다양한 형태로써 움직임이 형성되며, 춤 예술을 수행하는 과정에서 정지의 순간들의 움직임은 다양한 포즈를 발생시킨다. 한 포즈에서 다른 포즈로 옮기는 운동에서 발생하는 정지의 포즈들은 그 자체가 춤의 주체가 되고, 그 포즈의 아름다움이 곧 예술미의 일부가 되는 것이다.⁶⁶⁾ 신체의 각 부위가 어떤 동작을 취할 때마다 위치(position)의 변화가 일어남을(성기숙 역, 1994) 알 수 있는데, 신체는 한 장소에서 다른 장소로 이동 할 때 신체의 각 부위는 서로의 관계 속에서 신체의 위치를 변화시킬 수 있다. 신체의 기능이 작용하여 일어나는 포즈 또는 한 동작이나 여러 연

66) 송수남(1989). 무용창작론. p18-19.

쇄적 동작들이 뚜렷하게 강렬한 의지적 특질들의 힘으로 표현적일 때 그것은 곧 춤이 되는 것이다(김말복 역, 1987). 이때 발생하는 정지의 포즈들은 조형적 형태로 표현되며, 춤 소재를 표현하는 동작의 형태는 활동적 요소와 함께 미를 형성하며 조형의 미를 갖는다.

춤을 추는 무용수는 아름다운 형태와 조화로운 동작에서 미를 발견한다. 무용수가 인체의 형(形)의 균형과 선을 의식하지 않는다면 결코 미를 인식하지 못하게 된다. 이사도라 던컨(Isadora Duncan)은 “모든 예술은 원래 인간이 우선 인체의 선의 고귀함을 인식하는 데서 태어나는 것이 아니겠는가?”(최혁순 역, 2015)라는 물음을 던지며, 인체의 선을 의식하는 것에서 건축과 회화와 조각의 선 및 형태의 개념이 태어난다고 하였다(최혁순 역, 2015). 또한 무용수의 완벽한 총체는 무용수의 아름다운 인체, 그리고 생명이 있는 형태의 요소를 중요하게 여긴다. 형태는 움직임과 밀접하게 관련되어 있으며, 각각의 움직임은 고유의 형태를 가지고 있으며 형태는 움직임을 통해서 그리고 움직임과 동시에 창조(Laban, 1974; 김재리, 2011)되며, 신체가 공간의 한 지점에서 다른 지점으로 이동할 때 공간상에 그려지는 흔적 형태(Trace form)는 움직임 형태(김재리, 2011)로 나타난다. 조형적 요소 없이는 형태가 있는 것을 형성(김경자 역, 2000)할 수 없기 때문에 무용수는 움직임 형태를 형성하기 위해 표현 내용의 성격, 시·공간적 요소, 기교적 요소 등을 인식함으로써 미를 형성할 수 있다. 또한 움직임을 하는 무용수는 춤의 동작과 형태가 불가분의 관계에 있다는 것을 인식함으로써 아름다운 형태와 조화하는 동작에서 미를 발견하게 된다. 무용수는 춤을 추는 동안 자신이 육체의 조각이 되어야 하며, 움직임에 의해 직선과 곡선의 완벽한 균형을 표현하고 이를 통해 조형미의 상태에 이른다.⁶⁷⁾ 춤은 무용수의 내면의 표출을 실행하는 예술로 표현의 언어로서 조형의 요소들을 사용하여

67) 최혁순 역(2015). 이사도라 던컨의 무용에세이. p42-59.

공간 안에서 존재한다. 이때 움직임에 의해 나타나는 인체의 선과 그 선에서 보여 지는 내적인 이미지는 동일한 성질의 정신적인 실체로 움직임의 형태로 표현되고, 이와 함께 조형예술의 미를 나타낸다.

(4) 춤 예술의 외면적 요소; 공간

춤은 시·공간적 예술로서 공간미를 갖는다. 공간은 움직임의 요소들 중 더 작은 범주들로 나누어지는데 공간에는 방향, 크기, 높낮이, 초점과 같은 여러 가지 측면들이 포함되어 있기 때문이다(김희진, 2008). 움직임의 힘에 있어서 대조와 작품의 통일성 내의 공간적 디자인은 흥미를 더해 줄 것이다(Alma Hawkins, 1964). 무용수가 춤을 출 때 공간에서 형태가 어떻게 전달되는지는 몸과 몸동작으로써만 공간에 존재할 수 있으며 그 형태는 직선, 혹은 곡선을 나타낸다(Ruud Vermey, 1994). 공간 안에서 춤의 예술미는 무용수의 감정에 따라 신체의 다양한 형태로서 나타난다. 예를 들면 공간의 직선의 형태는 의지적, 정적, 남성적인 성격을 내포하고(송수남, 1989) 곡선의 형태는 우아함, 원숙함, 동적, 여성적, 감정적(김경자 역, 2000)이라는 성격을 갖는다. 이와 같은 공간적 요소는 춤을 출 때의 움직임이나 포즈에서 발견할 수 있으며, 정지상태의 공간 또한 포즈의 표현공간으로서 미를 갖는다.

(5) 춤의 요소; 표현

춤 예술에서 표현은 다양한 형식을 통해 예술가의 심상을 밖으로 표출시키는 것이며, 이것이 예술의 본질적인 미의 형성이며, 여기에 예술의 표현성이 있다. 모든 예술 작품은 목적에서 시작되어 기술을 통해 성장하며, 기술은 인간의 경험을 표현형식으로 변형시킨다. 춤의 경우 무용수의 신체 움직임, 그리고 정신까지도 예술로 포함한다. 춤 예술가라면 눈으로 보이는 것 이외에 무언가를 반영하는 형태를 만드는데 집중한다(Ruud Vermey, 1994).

본질적으로 좋은 춤 예술은 좋은 기교와 밀접한 관련이 있지만, 춤 예술가가 동작의 기술과 기교뿐만 아니라 내면적 정신이 반영된 미적인 과정을 갖는다면 춤은 예술적 요소가 풍부한 작품으로 탄생 할 것이다⁶⁸⁾.

춤 예술의 의미는 움직임의 표현에 있으며, 표현은 무용수의 감정의 의미 전달이다. 무용수의 생각이나 감정의 내면의 모든 의미들은 신체의 외형적 감각을 통해 반응한다. 감정은 몸 전체를 사용하여 마음으로 표현한다 (Shirley Ayme, 1999). 그것은 감정의 상징일 수도 있고, 때로는 내면의 욕구, 그리고 형태의 창조로서 다양하게 표현될 수 있다. 표현은 무용수의 개인의 의지에 달려 있으며, 무용수마다 다른 해석을 통해 개성적 움직임으로 표현은 달라질 수 있다. 이는 춤에서의 표현의 매체는 동작이며, 정신에 의해 변화하기 때문이다.

춤은 표현기교⁶⁹⁾로서 상징적인 표현기교를 사용한다. 상징적인 표현기교는 춤 특유의 표현요소이며, 언어를 사용하지 않는 춤은 몸짓에 의한 표현만으로는 춤의 호흡이나 약동을 직접적으로 호소하는 힘이 약하기 때문에, 호흡이나 약동을 강하게 표현하기 위해서 상징적 표현기교를 사용하고 있다 (박민정, 2007). ‘무용은 육체 운동으로 표현하는 시다’라고 정의되는 것도 춤 표현에서의 상징적 기교의 존재성(김경자 역, 2000)을 뜻하는 것이다. 춤의 상징적 기교란 과장이나 함축이라는 조건요소에 의해서 형성되어야 한다.

특히 라틴댄스를 추는 무용수는 커플 댄스를 구분하고 강조하기 위한 표현으로 남성성과 여성성의 상징적 기교를 사용한다. 이때 무용수는 자신만의 형태를 표현하는 방법을 찾을 수 있도록 노력해야 하는데, 개인의 감정에 상상력을 더하면 감정은 상징적 표현으로 바뀌며, 움직임의 표현은 내면의 감정을 담을 수 있는 형태로 나타난다.⁷⁰⁾ 예를 들어 무용수가 상반신을

68) Ruud Vermey(1994). LATIN. p26.

69) 김경자 역(2000). 무용미학. p65.

70) Ruud Vermey(1994). LATIN. p51.

강조하지 않고 힙을 강조하고 골반을 부드럽게 돌리고 움직임은 관능적으로 나타나고 힙 움직임과 함께 무게 중심을 옮기고, 파트너 옆을 미끄러지듯 지나치거나 그 주위를 돌고, 일정한 강세의 동작의 지속성을 만들어 내는 등의 표현은 분명 롬바⁷¹⁾ 춤을 나타내는 움직임의 상징적 표현이라는 것을 알 수 있다는 것이다. 춤 예술의 표현되는 미로는 관능미, 우아미 등을 지닌다.

우아미는 정신의 자유에 의거한 공감적 운동이다. 그것은 ‘모방된 우미’가 아니라 감성과 이성이 조화된 이른바 아름다운 혼의 표출이다(조요한, 2015). 라틴어에서 우아한 미의 뜻은 유쾌, 상쾌함(민영숙 역, 1987)이며 신체의 자세, 동작의 경쾌한 아름다움을 함의한다. 우아미가 지니는 성격으로는 자세와 동작의 유연성, 완만한 변화, 조화, 원만함, 리드미컬한 반복, 아름다움, 단정한 윤곽, 부드러운 것 등이 존재한다. 우아미는 이러한 소재들의 다양한 조합을 통해 형성하게 되며, 안병주(2004)는 조화와 균형, 이 두 가지의 내면적 계기가 자연스럽게 힘의 균형을 이룰 때 우아미가 나타난다고 하였다. 우아미는 아름다운 혼의 현상에서의 여성적 표현으로(조요한, 2015) 남성보다는 여성에게서 더 많이 표출된다. 특히 여성의 신체의 곡선은 동작과 자세의 부드러움을 반영할 수 있다. 이렇게 우아미는 신체의 외면적으로나, 내면적으로 어떠한 저항도 없이 순수하게 아름다움에 만족할 수 있는 종류의 미인 것이다. 대표적인 예로 왈츠를 추는 여성의 인체의 선은 곡선을 그리고 있다. 이 같은 곡선적인 아름다움에서 우아한 미를 발견할 수 있으며, 왈츠 춤의 움직임 또한 물결의 부드러운 흐름을 상징하는 것으로 춤 전체의 움직임에서 부드럽고 우아한 미를 찾을 수 있다.

춤 예술의 미적 표현은 미적 감정에 의한 것으로 미적 경험에 의해 나타난다. 움직임 예술은 사상이나 감정을 주체적으로 표현하는 것에서 비롯된다. 쉴러(Friedrich von Schiller)에 의하면 미에는 두 종류가 있는데, 하나는

71) Ruud Vermey(1994). LATIN. p58-59.

‘구조의 미’이고 다른 하나는 ‘유희의 미’이다. 구조의 미는 자연의 법칙에 따라 형성된 미이고, 유희의 미는 인간의 자유로운 조건에 따른 동적인 미인데(조요한, 2015) 이 유희의 미인 우미에 관능(官能)⁷²⁾이 맺어지면 염려(艷麗)라고 불리는 2차적인 유형의 미가 형성된다(김경자 역, 2000).

관능적 이미지는 요염하고 아름다운 자태를 지닌 아프로디테(Aphrodite), 즉 미의 여신으로 관능적 이미지의 화신(이승건, 2007)인 비너스 상인 <밀로의 비너스>⁷³⁾에서 찾아볼 수 있다. 이승건(2007)은 이 작품에서 반라의 표현은 전라의 표현보다도 더 감각적이고 자극적인 모습일 수 있으며, 관능미 속에서도 우아미를 감추고 있는 듯하다고 하면서 여체의 우아하고 고귀한 모습의 아름다운 표현에도 불구하고 여체의 곡선적인 몸매에서는 인간의 본능을 자극하는 관능적 요소가 표현되고 있음을 언급하고 있다⁷⁴⁾. 이렇듯 춤 예술의 미적 이미지를 찾는 일환으로 조각의 예술작품에 나타난 신체표현의 원리를 탐구하고 거기서 예술미를 발견할 수 있다.

룸바는 남성과 여성 사이의 사랑과 슬픔과 긴장에 관한 내용을 몸짓으로 표현한 춤이다. 특히, 여성의 몸짓은 곡선적인 형태를 지닌 관능적인 표현의미를 찾을 수 있다. 춤을 추는 동안 여성의 신체는 상체의 라인을 앞으로 두게 되는데, 이 부분이 신체 전체의 선을 우아하고 부드럽게 만들고 골반의 미묘한 움직임은 관능적인 미감을 자아낸다. 춤을 추는 여성은 육감적인 움직임뿐만 아니라 남성과의 시선에 담긴 의미의 내적표현은 여성의 신체를 통해 미감을 갖는 관능미의 대명사라 표현 한다.⁷⁵⁾ 이와 같은 표현적인 관능미는 미적표현을 형성하는 미적 범주의 예술미라 할 수 있다.

72) 관능: 오관 및 감각기관의 작용, 성적인 감각을 자극하는 작용(이희승, 2010).

73) 1820년 멜로스(Melos)지방에서 발견된 <밀로의 비너스>는 제작 시기에 대해 이론이 분분하지만 고전기의 우아함을 간직하고 있고 신체의 모델링에서 느껴지는 균형 있는 비례와 머리의 표현에서는 헬레니즘의 감미로운 여운을 풍기는 작품이다(기원전 200년경, 202cm, 파리, 루브르 미술관)(이승건, 2007).

74) 이승건(2007). 미학적 관점에서 본 고대 서양의 신체문화. p52-54.

75) 이경숙(2013). 춤의 상징: 룸바를 중심으로. p235-236 인용.

Ⅲ. BF를 적용한 움직임 분석

1. 룸바의 적용 분석

1) 오픈 힙 트위스트(Open Hip Twist)

오픈 힙 트위스트는 오픈 포지션(Open Position)에서 시작하여 팬 포지션(Fan Position)으로 마치는 동작으로 2소절로 이루어져 있다. 이 동작은 스텝의 3에서 힙 트위스트(Hip twist)의 액션을 수행하는 것이 특징이다.



<그림 1>

오픈 힙 트위스트 1

<그림 2>

오픈 힙 트위스트 2

<그림 3>

오픈 힙 트위스트 3

(1) 남성의 움직임

오픈 힙 트위스트의 남성 움직임은 무게 중심 이동에서 시작하여 여성을

리드하며 이동하기(Locomote) 하는 동안, 팔과 골반의 회전 동작으로 진행된다. 먼저 상체를 살펴보면, <그림 1>에서 <그림 6>과 같이 남성의 팔 동작은 한 팔로는 여성을 지지하거나 리드하기 위한 균형을 이루고, 다른 쪽 팔로는 표현을 위주로 한 움직임을 만든다. 이러한 팔의 동작은 독립적으로 움직이는 것이 아니라 상체-하체 움직임의 조화를 통해 움직인다는 것이 특징이다. 먼저 팔의 움직임에서의 균형 및 표현을 위해 중심 지지(Core Support)의 원칙을 유지한다. 중심 지지는 신체의 무게에 대한 인식 및 사용에 대한 것이며, 주로 무게를 이동할 때 효과적으로 사용된다. 이동하기의 연결로 구성된 이러한 동작에서의 중심 지지는 가장 두드러지는 움직임의 원리라고 할 수 있다. 이는 여성의 움직임을 균형감 있게 리드하거나 팔의 자유로운 움직임을 위해 사용되는 것으로 댄스스포츠가 커플댄스로서 여성의 팔로워댄스의 특징을 잘 나타내고 있는 것이다. 그리고 강한 중심 지지와 함께 무게 중심-말단 연결성(Core-Distal Connectivity)의 원리를 이용하여 중심과 견갑골, 팔과 손가락의 균형 잡힌 운동학적 사슬(Kinetic chain)을 만들어낸다. 이는 몸 전체가 연결되어있으며, 그 부위는 서로 관계를 통해 움직임을 발생한다는 BF의 가장 핵심적인 원리를 통해 오픈 힙 트위스트를 효율적으로 구성하기 위함이다.

하체의 움직임은 스텝에 따라 무게 이동을 하는 과정에서 골반을 좌-우로 트위스트 하는 동작으로 이루어진다. 이는 룸바에서 주로 사용하는 힙 무브먼트(Hip movement)의 액션으로 무게 이동하기 전에 중심을 갖고 있는 발에서 이루어져야 한다. 이 동작은 수행하기 이전에 스텝을 이동하는 과정에서 발뒤꿈치-좌골⁷⁶⁾ 연결성(Heel-Sitzbone Connectivity)을 이용하여 하체 전체가 통합적으로 스텝을 구성하고 안정적인 무게 이동 및 하체의 가장 긴 선을 만든다. 이러한 하체의 연결성을 고려하는 것은 상체-하체의 연결성을

76) Sitzbone(좌골): Ischium이라고도 불리며, 수직으로 앉았을 때 체중을 지탱해 주는 돌출된 뼈(정진우, 2008), 앉을 때 바닥에 닿는 궁둥뼈이다.

지지한다. 팔의 3차원의 공간을 아우르며 곡선을 만들어 내는 동작과 함께 골반의 트위스트 동작이 함께 이루어지는데, 이때 팔꿈치와 골반의 연결성(Elbow-Hip Connectivity)을 고려하며 신체의 두 부위가 마치 하나의 끈으로 연결되어 있는 듯한 움직임을 구성한다. 두 신체 부위에서 모두 ‘8’ 형의 곡선을 만들어내는데, 이는 공간⁷⁷⁾적 의지(Spatial Intent)의 원리를 사용하여 3차원의 공간⁷⁸⁾에서 입체감 있는 형태를 그려낸다. 특히 <그림 2>와 <그림 3>과 같이 스텝 3의 동작에서는 이러한 조형적 특징과 함께 에포트 의지(Effort Intent)⁷⁹⁾를 사용하여 다이내믹을 고조시키는 트위스트의 동작에서는 리듬감을 강조하는 미를 표현하며, 오픈 힙 트위스트의 절정을 표현하고 있다. 하체 움직임 또한 한 다리로 무게 이동을 하고 나서 골반의 힙 트위스트에 엑센트(Accent)를 첨가한 열정 충동(Passion Drive)⁸⁰⁾의 움직임 요소를 통해 이 동작을 강조하고 이전의 부드러운 곡선의 움직임을 강렬한 에너지로 변화시키는 역할을 한다. 에포트 특질을 사용한 트위스트의 동작에서의 특징은 강하면서도 부드러운 남성성을 나타내는 남성의 내적인 표현이다. 이 동작에서는 남성은 골반을 회전시키며 안정감 있는 스텝을 유지하기 위해 상체와 하체의 조화를 강조하고, 이를 통해 팔의 부드럽고 표현이 풍부한 동작을 만들어 낼 수 있다. BF 움직임의 주제에서 강조하듯이 안정

77) 라반은 움직임 공간에 관한 개념과 구성요소를 체계화했다(김재리, 2011). LMA(Laban Movement Analysis)의 공간개념은 개인공간(Personal Space)과 일반공간(General Space)으로 분류하고 개인공간을 특별히 키네스피어(Kinesphere)라고 정의하였다(김문경, 2010). 또한 공간 안에서 선을 중심으로 하는 1차원 공간(Dimension), 면을 중심으로 하는 2차원 공간(Plane) 그리고 사선이 중심이 되는 3차원 공간(Diagonal)으로 나누고(김문경, 2010) 공간의 높낮이, 진행방향, 이동 경로 등에 의해 신체와 공간이 갖는 움직임 공간에 관한 상호관계성을 근거로 공간조화(Space Harmony) 이론을 정립했다.

78) 라반은 3차원 공간을 공간상에 입체의 형태로 1차원의 수직축, 수평축, 시상축이 한 꼭지점에서 만나 동일한 공간적 당김을 갖게 되는데 이처럼 같은 힘으로 파생된 형태는 움직임에서도 가장 완전하고 조화로운 공간으로 보았으며 움직임에서도 안정적이고 표현이 풍부한 공간으로 고려했다(김재리, 2011).

79) 신상미, 김재리(2010). 몸과 움직임 읽기. p67 인용.

80) 라반은 움직임의 에포트 구성 인자들을 흐름(Flow), 공간(Space), 시간(Time), 무게(Weight)로 나누고(강성범, 2007), 이 구성 인자들의 두 가지가 결합하는 경우를 에포트 상태(State), 세 가지가 결합하는 경우엔 에포트 충동(Drive)이 만들어진다고(김문경, 2010).

성을 가진 하체의 지지를 통해 골반의 운동성을 만들어내는 안정성-운동성의 조화와 상체-하체, 중심-말단, 사지-골반 등의 신체 연결성을 고려한 움직임의 특성이 발견되었다.



<그림 4>

오픈 힙 트위스트 4

<그림 5>

오픈 힙 트위스트 5

<그림 6>

오픈 힙 트위스트 6

(2) 여성의 움직임

여성의 움직임은 남성의 리드가 시작되고 난 이후에 나타났다. 이는 남성의 리드에 의해 움직이는 여성이 팔로워댄스를 수행하는 것으로 보여진다. 먼저 <그림 1>과 같이 스텝 1에서의 상체는 남성에게 약간 기울어진 형태를 만들어내는데, 하지만 남성에게 의지하는 수동적인 자세는 아니다. 즉 여성무용수는 머리-꼬리뼈⁸¹⁾(Head - Tailbone Connectivity)의 연결성을 사용하여 신체를 자신의 의지로 스스로 통제하며, 이 연결성과 발끝에서의 상반된 긴장감(Counter Tension)을 이용하여 신체를 통해 균형 잡힌 사선을 만

81) Tailbone(꼬리뼈) 또는 미골(Coccyx)이라 불리며 척추 미부(꼬리부위)의 끝의 양쪽 엉덩이 사이에 깊이 들어간 부분(정진우, 2008)을 뜻한다.

들어낸다. 이 동작에서 상반된 긴장감은 무용수가 어떠한 동작과 자세를 취하더라도 역동적인 균형(Dynamic Alignment)을 의식하면서 움직임의 원리를 동작과 파트너와의 관계 속에서 고려하여 효율적인 균형과 표현이 풍부한 움직임을 만들 수 있도록 지지한다. 이 움직임에서 여성의 팔의 제스처는 남성보다는 좀 더 다양하게 나타난다(<그림 1~6> 참고). 이는 견갑골-손가락 연결성(Scapular-Fingertips Connectivity)을 통해 팔의 움직임 범위를 확장적으로 사용하기 때문이다. 특히 <그림 1~2>와 같이 스텝 1~3의 움직임에서는 견갑골을 의식하는 동작으로 신체의 뒷공간에 대한 인식을 할 수 있게 되며 많은 신체 부위를 한꺼번에 움직이는 것보다 특정 신체 부위만을 의식하면서 좀 더 경제적으로 효율적인 움직임을 수행할 수 있다.

하체의 움직임에서는 남성과 마찬가지로 스텝을 통해 무게 이동하는 것에 대한 효과적인 수행을 위해 중심 지지(Core Support)를 사용한다. 하지만 이는 남성의 동작에 따라 탄력적으로 발견되었다. 남성이 리드하는 시작점과 그의 주도로 이루어지는 동작보다는 남성의 신체와의 긴장감이나 특정 형태를 만들어낼 때 중심 지지가 주로 발견되었다. 이러한 균형감은 에포트 의지(Effort Intent)를 통해서도 발견된다. 이때 남성이 열정 충동 에포트를 통해 강한 다이내믹을 만들어내는 순간, 여성은 이와는 반대로 가벼운 에포트를 사용하면서 에포트의 대립쌍을 통한 조화로운 에너지를 발생시킨다. 댄스스포츠는 남녀의 파트너링으로 이루어지는 것이 특징인 장르인 만큼, 조화와 균형 등에 대한 감각을 유지하기 위해 상반된 움직임의 원리를 사용하는 것이 일반적이라고 할 수 있다. 특히, <그림 1>~<그림 3>의 동작은 남·녀 간의 사랑을 표현하는 춤인 룸바를 추는 여성이 남성의 관심을 외면하는 움직임으로 해석할 수 있다. 하지만 여성은 남성의 강력하게 당기는 움직임에도 불구하고 자신은 부드럽고 우아하게 그리고 관능적인 이미지를 담은 채 남성을 외면하며 지나쳐 버린다. 여기서 두 무용수가 사용하는 에

포트 의지는 동작의 특징을 살려 사랑의 긴장을 표현하며 춤의 리드미컬한 에너지를 만든다. 이 같은 원리는 <그림 2>의 스텝 3의 움직임으로 여성은 남성을 향해 들어가기로 끝낸 동작에서 한 순간 정지를 하는데, 이때 순간의 정지는 움직임을 멈춘 상태가 아니라 다음 움직임인 회전을 안정적으로 하기 위한 내면의 노력으로 회전을 위한 에너지를 보충하는 의지를 나타낸다.⁸²⁾ 움직임의 주제인 노력과 회복의 신체 기능적인 원리로써 나타나는 찰나의 정지동작은 롬바의 다이내믹한 움직임을 만드는 정지의 특성을 강조하면서 여성 특유의 관능적인 형태를 자아낸다.

이 동작의 주요 동작인 트위스트는 특정 신체 부위가 아닌 각각의 신체부위에서 동시적으로 발생하는 것이 특징적이다. 팔, 팔꿈치, 골반, 상체 등의 신체부위에서 회전 인자(Rotary Factor)를 사용하는데, 회전을 통해 3차원 공간에서 표현이 풍부한 움직임을 할 수 있다. 또한 해부학적으로 하나의 동작에 다양한 근육들의 연쇄적 사용을 가능하게 함으로 기능적으로 효과적인 움직임을 할 수 있다. 또한 움직임의 조형적인 측면에서 곡선이나 직선과 같은 단순한 이미지보다는 나선형이나 입체적인 형태를 공간상에 그리며 신체 움직임의 복잡성을 통해 다채로운 표현에 기여한다.

2) 알레마나(Alemana)

알레마나는 팬 포지션(Fan Position)에서 시작하여 클로즈 홀드 포지션(Close Hold Position)으로 끝나는 동작이다. 이 동작은 팬 포지션에서 시작하는 동작 중, 남성이 여성을 오른쪽으로 회전시키는 동작의 기본이 되며 스텝은 2소절로 이루어진다. 남성은 스텝 1~3에서는 포워드 쿠카라차(Forward Cucarachas), 스텝 4~6는 백워드 쿠카라차(Backward Cucarachas)

82) 신상미, 김재리(2010). 몸과 움직임 읽기. p61 인용.

를 한다.

여성은 팬 포지션에서의 첫 스텝은 항상 풋 체인지(foot change)로 수행하여야 한다. 앞으로 이동하기를 한 후, 음악상 1에 왼발을 뺄으며 회전할 준비를 한다. 왼발에 무게중심을 두고 회전 후, 앞으로 이동하기를 하고, 마지막엔 클로즈 홀드 포지션(Closed Hold Position)으로 마친다.



<그림 7>알레마나 1

<그림 8>알레마나 2

<그림 9>알레마나 3

(1) 남성의 움직임

남성의 움직임 분석은 다음과 같다. 무용수는 이동 경로가 없는 가운데, 주로 몸의 중심 지지(Core Support)와 무게 이동(Weight Shift)을 사용하여 움직임을 변화시킨다. 이 동작에서 두드러지게 나타나는 것은 팔의 움직임이다. 남성의 왼팔의 제스처(gesture)로서 알레마나 포지션을 만들어 여성을 지지하고 다른 한 팔은 남성만의 자유로운 움직임 표현을 하고 있다. 여기서 자유로운 팔의 움직임보다 더 중요한 것은 여성과 연결된 왼팔의 제스처이다. 알레마나 포지션을 취하기 위해 남성은 여성이 앞으로 이동하기를 제지하고 오른쪽으로 회전할 수 있도록 여성보다 먼저 팔의 제스처를 사용하

여 여성을 리드한다. 스텝 3은 알레마나 동작에 있어서 매우 중요한 움직임이며, 여기서 오른쪽으로의 회전의 방향을 결정한다. 회전의 방향에 따라 동작은 다르게 펼쳐지는데 오른쪽 회전은 알레마나를, 왼쪽 회전은 하키스틱(Hockey Stick) 동작으로 이루어진다. 이때의 여성은 남성의 팔의 제스처에 따라 오른쪽 회전의 규칙을 지킨다. 이 규칙이 잘 이루어졌을 때 남·녀 무용수의 움직임은 균형과 조화로움을 표현할 수 있다. 이때 팔의 움직임의 시작점은 몸통에서 손까지 연결된 견갑골-손가락 연결성(Scapular-Fingertips Connectivity)이 상체 전체를 더 확장시키면서 무용수의 움직임을 크게 만들고 있다. 몸 중심에서 시작해서 몸통을 통해 견갑골, 팔, 손으로 연결되는 운동학적 사슬은 움직임 원리에서 중요한 몸 전체의 연결을 만들고 있다. 특히 <그림 8~9>는 스텝 3~4로 알레마나의 특성을 나타내는 동작으로 팔의 움직임에서는 중심-말단 연결성(Core-Distal Connectivity)의 운동학적 사슬을 통해 견갑골에서부터 시작해서 팔과 손의 연속적 진행 과정(Successive Sequencing)을 통해 회전 인자(Rotary Factor)를 사용하여 여성의 리드와 움직임 공간을 만들고 있다. 이 때의 연결성은 해부학적으로 어깨 관절 뿐 아니라 견갑골에 부착된 근육들을 이용하여 회전 인자의 효율성을 높이고 어깨관절의 운동성은 팔과 손, 그리고 파트너에게 전달되어 여성의 안정적인 회전을 지지하게 된다.⁸³⁾

하체의 움직임은 무게 이동을 하는 과정에서 골반을 좌-우로 트위스트 하는 동작으로 이루어진다. 이 동작을 수행하기 이전에 스텝을 이동하는 과정에서 발뒤꿈치-좌골 연결성(Heel-Sitzbone Connectivity)을 이용하여 하체 전체가 통합적으로 스텝을 구성하고 안정적인 무게 이동 및 하체의 가장 긴 선을 만든다. 이러한 하체의 연결성을 고려하는 것은 상체-하체의 연결성을 지지한다. 스텝 3의 오른팔에서 만들어지는 곡선의 움직임은 입체감 있는 3

83) 신상미, 김재리(2010). 몸과 움직임 읽기. p66-67 인용.

차원의 공간 안에서 공간적 의지(Spatial Intent)의 원리를 사용하고 있다. 이는 동작의 무게 이동시 반대쪽의 상측 움직임(Homolateral)에서 비롯되는 불균형을 인식하여 균형감을 유지하기 위한 의식적인 움직임의 형태로 작용하고 있다. 상측 움직임의 특성은 한쪽만을 사용하는 비대칭적인 움직임으로, 반대쪽의 움직임을 의식적으로 수행할 경우 움직임은 기능적으로 안정적인 균형감을 이룰 수 있게 된다. 또한 하체의 힘은 '∞'자 형의 곡선을 만들어내는데, 이 또한 공간적 의지(Spatial Intent)의 원리를 사용하여 움직임에서의 곡선의 조형적 형태를 나타낸다. 이는 단지 신체를 특정 포즈로 유지하며 미적인 표현을 강조하는 것이 아니라 공간과의 조화를 통해 움직임의 조형성을 발생시키는 원리이다. 이는 인간의 신체 중 가장 큰 골반의 움직임을 강조하는 것으로 룬바의 쿠카라차(Cucarachas) 액션을 수행한다. 이때 남성은 신체의 오른발과 왼발의 무게 이동을 하면서 수반되는 골반의 움직임에서 회전 인자와 시간 에포트를 효율적으로 사용하여 의식적으로 강하면서도 부드러운 남성의 내적인 면을 강조⁸⁴⁾ 하고 리드미컬한 골반 동작의 미감을 만든다. 특히 짧은 박자로 힙 트위스트를 하는 동작에서는 여성과 같이 느려지는 시간과 빠른 시간 에포트를 한 움직임 구(phrase)를 통해 표현하면서 서로 다른 움직임을 하더라도 조화로운 파트너링을 유지할 수 있도록 한다.

이 동작에서 남성은 몸의 중심 지지(Core Support)를 통해 신체 전체에서 나타나는 상체와 하체의 조화로운 연결을 만들어 내고 있다. 무게 이동(Weight Shift)을 사용하여 움직임을 변화시키고 있으며, 팔의 움직임은 곡선적인 표현의 풍부한 입체감을 보여주고 있다.

84) 이경숙(2011). 댄스스포츠의 미학적 탐색. p80 인용.

(2) 여성의 움직임

여성은 남성을 향해 이동하기를 하는 움직임에서 BF의 공간적 의지(Spatial Intent)를 사용하여 움직임을 효과적으로 수행한다. 공간적 의지는 움직임을 할 때 공간 안에서 분명한 경로를 정하고 그 방향을 향해 움직이기 위한 공간상의 움직임 경로의 지각과 의식하는 것을 일컫는다. 이에 대한 무용수의 의지가 분명할수록 효과적인 움직임을 수행할 수 있게 된다.⁸⁵⁾ 댄스스포츠는 모든 휘저들이 도형과 기법으로 만들어져 있는데, 롬바 또한 동작의 스텝들이 표준화 되어 용어, 기술, 리듬과 템포 등이 통일 되어⁸⁶⁾ 있기 때문에 춤을 출 때 정해진 움직임 경로에 의해 추어져야 하는 특징을 갖고 있다. 동작에서 사용되는 공간적 의지와 이동 경로는 무용수로 하여금 도법을 익히는데 정확한 방향을 인식하게 한다. 이러한 요소들에 의해 춤을 추는 무용수는 기능적인 움직임을 효율적으로 수행하게 하고, 춤의 표현적인 움직임의 미적 감각을 형성하는 데 도움을 준다. 기능적인 움직임과 표현적인 움직임이 잘 이루어졌을 때 조화로운 춤 예술로서 의미를 지닌다.

여성의 상체움직임은 중심 지지에 의한 하체의 움직임과 상체가 연결되어 옆구리, 팔꿈치, 손가락까지 연속적인 동작을 효과적으로 수행한다. 이때, 몸의 중심-말단의 연결성(Core-Distal Connectivity)의 중심-손가락 연결성(Core-Fingertips Connectivity)을 사용하여 팔의 움직임을 부드럽게 표현하고 있다. 몸의 중심-말단의 연결성을 이용하여 신체 전체의 균형을 유지하고, 동시에 팔의 표현을 위해서 견갑골-말단 연결성(Scapular-Fingertips Connectivity)을 이용한다. 움직임은 하체와의 기능적인 연결성이 잘 이루어졌을 때 상체 움직임의 조화로운 표현이 가능해지는 것이다.⁸⁷⁾

하체의 움직임은 <그림 7~9>와 같이 꼬리뼈-말단 연결성(Tailbone-Distal

85) 신상미, 김재리(2010). 몸과 움직임 읽기. p65-66.

86) 김문경(2010). LMA에 의한 라틴댄스의 움직임 분석. p6. 재인용.

87) 신상미, 김재리 역(2015). 몸 움직임 세상 연결하기. p141-142.

Connectivity)과 이때 발생하는 상반된 긴장감(Counter Tension)은 신체의 균형 잡힌 하체의 다양한 선들을 만들어 내고 있다. 여성의 알레마나는 팬포지션에서 시작하고 첫 스텝은 항상 풋 체인지(foot change)를 수행한다. <그림 7>은 풋 체인지를 하기 전 중심 지지(Core Support)을 효과적으로 사용하여 왼쪽 힙과 오른발에서의 상반된 긴장감은 안정적인 축을 이루게 하고 힙과 다리의 움직임의 범위를 확장시킨다. 이때 꼬리뼈-발끝의 연결성과 함께 골반에서 시작해서 무릎, 발끝으로 연결되는 움직임의 연속적 진행 과정(Successive Sequencing)을 사용하여 하체와 상체 동작이 자연스럽게 연결된다. 남성이 거의 제자리에 있는 것과 다르게 여성은 이동하기 동작으로 움직임의 다이내믹을 증가시키는데, 이때 에포트 동기를 통해 느려지는 시간과 빠른 시간을 연속적으로 사용하면서 리드미컬한 동작을 만든다. 이러한 움직임의 기능적 요소들은 풋 체인지의 움직임을 효율적으로 만들고 관능적으로 표현되는 하체의 선을 두드러지게 한다. 풋 체인지의 움직임을 하는 여성의 경우 이 움직임을 빠르게 혹은 최대한 느리게 하는 것은 무용수 개인의 의지에 의해 표현할 수 있다. 이 영상에서의 여성은 최대한 느린 풋 체인지의 움직임을 통해 유연하면서도 관능적인 여성성을 표현한다. 그리고 다음 움직임의 연결은 빠른 리듬으로 남성을 향해 이동하기를 하는데, 이때에도 룬바 워의 특징인 끈끈한 에너지의 내적감정은 지속적으로 이어진다. 이렇듯 두 움직임이 만들어내는 느림과 빠름의 조화는 다이내믹한 리듬의 길이를 통해 리드미컬한 미감을 갖는다.

<그림 8>은 스텝 3의 두 다리가 교차하는 움직임의 달레이드 워(Daleyed Walk)은 무릎을 펴서 포인트 하는데 이 동작에서 발견되는 움직임 원리는 발달 유형 중 대측 움직임(Contralateral)을 사용하였으며, 이때 교차된 다리는 상반된 긴장감을 통해 3차원의 안정적인 공간을 확보하여 균형 있는 움직임을 만든다. 이처럼 3차원 공간을 사용하는 대측 움직임과 상

반된 긴장감은 무용수가 어떠한 동작과 자세를 취하더라도 역동적인 균형(Dynamic Alignment)을 의식하면서 효율적인 균형과 표현이 풍부한 움직임을 만들 수 있도록 지지한다. <그림 9>는 스텝 4의 움직임으로 무용수는 딜레이드 워를 한 후 전체 회전에서는 무용수의 신체는 수직의 축과 함께 회전하는 동안 3차원 공간 안에서 곡선형태를 그린다. 여기서 사용하는 BF의 회전 인자(Rotary Factor)는 회전 인자의 기능을 효율적으로 만든다. 이 원칙은 팔의 움직임에서도 사용하는데 공간에 나선형을 그리는 동작과 신체를 축으로 하는 회전 동작에서 요소가 발견된다. 이러한 회전 인자는 팔의 움직임을 더욱 증가시키는 움직임 요소로 작용하여 3차원 공간의 안정적이고 조형적 부피감을 만드는 역할을 하고 있다. 회전 인자⁸⁸⁾를 사용하면 근육이 연속적으로 작용하는 운동학적 사슬이 근육을 효과적으로 사용할 수 있게 하고, 회전하는 동안 3차원의 공간을 입체감 있게 사용하면서 움직임의 범위를 넓혀 표현을 풍부하게 할 수 있다. 회전 인자와 함께 공간적 의지(Spatial Intent)를 동시에 사용하여 회전을 하기 전 무용수가 공간을 의식하는 것은 대상이나 사물과의 관계에서 명확한 움직임을 발생시키고자 하는 의도로 볼 수 있다. 특히 회전 후에 공간적 의지는 순간적인 정지 자세를 취하게 하고 이는 회전후의 결정되는 순간의 동작을 만든다. 하지만 이 정지 동작은 동작을 끝내는 것이 아니라 다음 동작을 위해 지속성을 유지하려는 몸의 긴장과 거리감 있는 시선으로 동작의 정확성을 이룬다. 이와 같은 지속성을 가지는 무용수의 정지자세는 댄스스포츠에서 자주 표현되는 특징으로 동작의 조형의 형태적 감각을 지니며, 연결되는 움직임을 위한 지속적인 운동성의 외형적 리듬의 표현을 만들어낸다. 그리고 회전 후, 대각선을 인식하는 분명한 경로는 무용수의 의도된 내적의지인 에포트 동기에 의한 것으로 몸을 통해 나타나는 움직임의 특질로서 안정적인 균형감을 만든다.

88) 신상미, 김재리(2010). 몸과 움직임 읽기. p66-67.

이 동작의 특징은 몸의 중심-말단의 연결성과 꼬리뼈-말단 연결성을 통해 상·하체의 움직임의 조화롭게 연결하여 무용수의 전체 몸의 정렬을 이루고 있다. 이처럼 안정적인 신체의 균형을 통해 상체는 좀 더 자유로운 표현이 가능한데, 남성과의 리듬, 공간 등의 조화를 통해 표현이 풍부한 동작을 수행할 수 있다. 이 동작에서 남성의 신체 부위에서의 회전과 여성의 신체 전체의 회전 등의 동작은 롬바에서 빈번하게 사용되는 동작으로 신체의 안정성과 움직임의 표현을 고려한 움직임 원리를 사용하는 것이 중요하다.

이 동작에서 남·녀 무용수는 동작을 수행하는 동안 롬바의 액센트 비트의 원리를 사용한다. 그것은 타이밍 2와 4의 액센트 비트를 갖는 것이며 2는 약하게, 4는 강하게 비트를 강조한다. 남·녀 무용수의 움직임 형태는 이 비트가 만들어내는 리듬으로 수축과 이완의 움직임 길이를 만든다. 이 움직임 길이를 만드는 리듬에서는 남·녀 간의 사랑의 감정을 묘사하는 움직임, 즉 남·녀 간의 당기기와 밀어내기, 또는 밀착과 충돌의 형태의 감정 표현의 리듬을 나타낸다.

3) 오픈링 아웃 투 라이트 앤 레프트(Opening Out Right and Left)

오픈링 아웃 투 라이트 앤 레프트는 2소절로 이루어져 있다. 이 동작은 좀 더 반복적으로 출 수 있으며, 주로 마지막 소절에 스파이럴 턴과 함께 폴어웨이(Fallaway) 동작을 연결하여 이어진다.

남성의 동작의 주된 액션사용은 사이드 쿠카라차(Side Cucarachas)이며 팔의 포지션은 한 팔로 여성을 잡고 다른 한 팔은 자신만의 팔 동작을 연출할 수 있다. 여성은 남성의 옆에 위치하고 한 팔로 남성을 잡고 나머지 한 팔은 옆으로 펼쳐준다. 스텝 3와 6엔 포워드 워킹 터닝(Forward Walk Turning)을 하면서 방향을 바꿔준다. 이 동작은 두 무용수가 서로 가까워졌

다가 다시 멀어지기를 반복하면서 수축과 확장의 동작 및 공간의 변화를 통해 남녀 간의 감정적 관계에 대한 은유적 표현으로 볼 수 있다.



<그림10> 1



<그림 11> 2

오프닝 아웃 투 라이트 앤 레프트 동작 1(좌), 2(우)

(1) 남성의 움직임

남성의 움직임은 무게 중심 이동을 통해 옆으로 몸을 펼치는 동작으로 구성된다. 이 동작은 여성과 반대 방향으로 움직이면서 춤을 추는 것이 특징적이다. 상체움직임에서는 팔의 움직임이 강조되는데, 이때 팔은 하체의 지지를 받아 회전을 이룬다. 이때 팔은 어깨관절의 회전 인자(Rotary Factor)를 사용해 움직임의 균형을 유지하고, 견갑골부터 시작되어 팔꿈치, 손으로 연결되는 견갑골-손가락 연결성(Scapular-Fingertips Connectivity)은 상체의 움직임에서 주로 사용되는 움직임 원리이다. 이와 함께 사용되는 공간적 의도(Spatial Intent)는 복잡한 공간 안에서 여성의 움직임을 고려하여, 남성은 움직임 공간을 확장시키며, 여성의 움직임을 통제한다. 특히 <그림 11>의 오른팔은 여성을 리드하는 제스처로 팔꿈치-손가락 연결성

(Elbow-Fingertips Connectivity)을 이용해 3차원 공간 안에서 곡선을 이루는 팔의 제스처로 여성의 움직임 공간을 만들고 있다. 특히 남성은 골반과 함께 움직이는 팔의 제스처는 크게 펼치고 작은 원의 모양으로 여성이 그 팔 안으로 들어 올 수 있게 유도한다. 이는 댄스스포츠의 춤에 있어서 남성이 중심이 되는 점을 강조하면서 여성의 리드를 위한 외형적 표현을 나타낸다. 이 과정에서 팔의 움직임 공간과 골반의 움직임 공간이 조화를 이루고, 동시에 팔을 크고 작게 포즈를 취하는 동작에서 표현되는 리드미컬한 팔의 리듬을 만들고 움직임의 대조를 이룬다.

하체의 움직임은 무게 이동을 하기 전 골반을 좌-우로 크게 돌리는 트위스트의 동작이 주로 이루어진다. 이는 룸바의 쿠카라차의 액션으로 회전 인자를 사용하여 ‘∞’ 형의 곡선적인 형태를 만든다. 이와 함께 발뒤꿈치-좌골 연결성(Heel-Sitzbone Connectivity)을 이용하여 하체 전체가 통합적으로 스텝을 구성하고 수직적인 자세를 갖게 하여 안정적인 무게 이동을 이룬다. 이러한 하체의 연결성은 상체와의 연결성(Upper-Lower Connectivity)을 통해 골반에서 나타나는 힙 움직임의 액센트를 강조하여 의식적으로 강한 남성성의 움직임을 보여주며, 룸바의 특징을 살리게 된다. 이 동작은 팔과 골반의 움직임 모두 3차원의 공간을 아우르며 곡선을 만들어 내는 동작으로 이루어지는데, 이때 팔꿈치와 골반의 연결성(Elbow-Hip Connectivity)은 수직적인 자세 안에서 몸의 라인을 곡선의 움직임을 창조한다. 두 신체 부위에서 모두 ‘∞’자 형의 곡선을 만들어내는 이 움직임은 공간적 의지(Spatial Intent)를 통해 입체감을 나타낸다. 이때, <그림 10>과 같이 같은 쪽의 신체 부위가 동시에 움직이는데, 골반은 여전히 3차원을 유지하고 있으면서 팔과 다리의 움직임은 2차원 공간⁸⁹⁾의 수직면을 강조하는 동작으로 이루어진다.

89) 2차원 공간은 선과 선이 만나 면을 이루는 공간을 말한다. 각각의 1차원의 축이 상호 관계를 이루어 발생되며 이는 각각 수직축과 수평축으로 구성된 수직면, 수평축과 시상축으로 구성된 수평면, 그리고 시상축과 수직축으로 구성된 시상면이 발생된다(김재리, 2011).

룸바를 춤출 때 팔의 움직임은 중심이 있는 쪽의 힙 움직임에 연결되어 나타나고, 두 무릎수의 한손은 항상 잡은 채, 나머지 한 팔로써 움직임을 연출하고 있어 단순한 움직임처럼 느껴지지만 2, 3차원의 공간의 복합적 차원의 사용을 통해 자칫 단순해 보일 수 있는 움직임을 좀 더 복잡하게 보이게 하며 폴리리듬(Polyrhythm)⁹⁰⁾으로 구성된 룸바의 리듬과 상호조화를 이룰 수 있다.

(2) 여성의 움직임

여성은 남성의 리드를 통해 무게 이동하며 움직인다. 남성과의 관계 속에서 한 팔은 남성의 지지를 받고 한 팔은 자신 스스로 움직임을 자유롭게 연출한다. 먼저 스텝 1과 2(<그림 10> 참고)의 동작에서는 뒤로 가기와 앞으로 진행되는 동안 몸의 중심에서 시작된 움직임은 에너지를 밖으로 내보내기 위해 팔을 따라 손까지 확장하여 절제된 동작으로 우아함을 표현한다. 이때 여성은 중심-손가락(Core-Fingertips Connectivity)의 연결성을 사용하여 신체의 중심이 되는 배꼽에서부터 중심방사의 움직임의 형태를 만든다. 이 연결성과 왼발의 발끝에서 사용하는 상반된 긴장감(Counter Tension)은 신체를 통해 균형적이고 안정적인 자세를 만들어 효과적인 움직임을 이룬다. 그리고 스텝 4와 5의 움직임은 힙과 옆구리, 팔에 연결되어 나타나는 팔의 제스처(gesture)로써 어깨관절에서의 회전 인자(Rotary Factor)는 빠르게 한번, 느리게 한번 사용하였으며 같은 동작인 스텝 1, 2와 달리 팔의 리드미컬한 동작을 구성하며 다이내믹을 만들어낸다. 이는 팔이 공간에서 그리는 다양한 곡선들의 구성과 조화를 이루어 움직임의 형태적, 질적 표현을 풍부하게 한다. 회전 인자와 더불어 움직임의 시간성을 강조하는 에포트 의지

90) 대조적인 리듬이 2성부 이상에서 동시에 사용되는 현상을 말하며, 크로스 리듬(cross rhythm)이라고도 한다. 두 가지 이상의 리듬을 동시에 사용하는 것을 말한다. 심성태(1969). 음악용어 사전. p455. 인용.

(Effort Intent)의 사용은 다이내믹을 고조시키는데, 무게 이동을 통해 신체를 확장하고 수축하는 동작에서 시선을 사지의 움직임과 같은 방향을 향하며 직접적인 공간 에포트를 사용한다. 이는 앞, 제자리, 뒤, 왼쪽, 오른쪽과 같은 방향을 분명히 드러내고 사지의 방향을 분명하게 하는 효과가 있다.

하체에서는 힙 움직임 이후 무게 이동을 반복하여 동작의 패턴을 이루는 것으로 나타났다. 하체 움직임에서 주로 발견되는 요소는 발뒤꿈치-좌골 연결성(Heel-Sitzbone Connectivity)을 이용하여 스텝의 연결을 이루고 전체 움직임의 패턴을 구성한다. 의식적으로 이 연결성을 사용할 경우, 몸의 바른 정렬을 이루게 하여 정확하고 조화로운 움직임으로 연결할 수 있게 된다. 골반의 움직임은 회전 인자(Rotary Factor)를 사용해 곡선적인 형태를 갖는다. 남성과는 다르게 여성의 골반 움직임은 여성의 곡선적인 신체에서 표현되는 미를 부각시킨다. 림바의 상징인 사랑과 여성성의 아름다움을 표현하기 위한 것으로써, 부드러운 신체의 곡선적 형태와 골반에서 발생하는 미감은 관능적 표현 속에 우아함을 감추고 있는 듯한 이미지를 자아낸다. 이러한 하체의 동작은 상체 위주의 표현 동작에서 벗어나 전체 몸에서 표현되는 이미지를 강조한다. 이때 자칫 하체의 균형이 무너지면 안정적인 동작의 수행이 어려워질 수 있는데, 오른쪽 힙과 왼쪽 발끝에서 이루어지는 상반된 긴장감은 공간에 대한 인식을 갖게 하여 움직임의 균형을 이루고 움직임 공간의 범위를 확장시킨다. 이와 같은 요소들은 림바의 특징인 힙 무브먼트 동작의 본질을 살리면서 힙의 역동성을 강조하여, 여성성을 표현할 수 있게 한다.

오프닝 아웃 투 라이트 앤 레프트는 남·녀 무용수의 움직임은 각각 중심방사적인 움직임을 하는 동시에, 모으기와 펼치기의 움직임을 반복한다. 이 움직임 동안에 남·녀 무용수는 한쪽 팔로써 서로를 지지하면서 움직임의 균형을 유지하고, 무게 이동을 원활하게 만든다. 그리고 남성은 남성다움을

강조하면서 한 팔로 여성을 지지하고 반대 팔과 다리는 자신의 움직임의 균형을 유지한다. 여성은 남성의 통제된 움직임의 리드를 받으면서 자신은 확장과 절제된 움직임 속에서 부드럽고 우아한 모습을 표현한다.

4) 스파이럴 투 폴어웨이(Spiral to Fallaway)

스파이럴 투 폴어웨이(Spiral to Fallaway)는 스파이럴과 폴어웨이가 함께 연결되며 스텝은 1~6로 이루어진다. 먼저 남성의 동작은 1~3에 사이드 쿠카라차(Side Cucarachas)의 동작에 이어, 스텝 3에 여성을 왼쪽으로 회전하게 한다. 이때 왼팔은 여성의 왼쪽 턱을 리드하기 위한 팔의 형태를 만든다. 스텝 4~6은 남성은 뒤로 걸기의 움직임을 하면서 여성의 방향을 유도한다. 여성은 스텝 1~3에 오프닝 아웃 투 라이트와 같은 동작을 하고, 스텝 3에 왼쪽으로 회전하면서 스파이럴 액션(Spiral action)을 한다. 이어서 앞으로 걸기, 앞으로 걸기 후 회전, 뒤로 걸기로 이루어진다.



<그림 12> 스파이럴 투 폴어웨이 1



<그림 13>스파이럴 투 폴어웨이 2

(1) 남성의 움직임

남성의 움직임은 여성이 스파이럴 회전을 수행할 수 있도록 지지하는 동작이 특징적이다. 상체의 움직임에서는 하체의 연결과 함께 팔의 제스처(Gesture)를 만든다. 이때 <그림 12>는 스텝 3의 동작으로 여성을 왼쪽으로 회전시키기 위한 팔의 제스처를 나타낸다. 이 움직임에는 발뒤꿈치-팔꿈치 연결성(Heel-Elbow Connectivity)을 사용하여 신체 전체가 긴 수직의 자세로 일치되도록 하고, 상·하체에서 일어나는 상반된 긴장감(Counter Tension)은 신체의 자세를 균형 잡힌 직선의 형태로써 움직임의 구조를 부피감 있게 확장시켜, 파트너와의 관계를 고려한 효율적인 균형과 표현이 풍부한 움직임을 만들 수 있도록 지지한다.

스텝 4~6의 뒤로 걸기를 하면서 남성의 상체는 등의 뒷공간을 활용하고 팔로써 여성을 이끄는데, 이때 <그림 14>~<그림 15>의 움직임에서는 팔꿈치-등의 연결성(Elbow-Back Connectivity)과 견갑골-손가락 연결성(Scapular-Fingertips Connectivity)을 사용과 함께 뒤로 가기 위한 공간적 의지(Spatial Intent)의 사용은 뒷공간을 의식하게 하고, 이동 경로에 의한 뒤로 걷는 움직임을 원활하게 할 수 있게 한다. 이 동작에서는 특히 공간의 사용을 1차원 공간⁹¹⁾의 수직축과 2차원 공간의 수직면 그리고 뒤를 향해 움직일 때 시상면을 사용하며 움직이는데 이는 공간적 변화를 통해 신체 표현을 이끌어낸다. 남성에게서 발견되는 이러한 공간적 의지는 BF의 움직임 원리의 주요 특성으로 꼽고 있다. 이는 동작에 공간성을 적극적으로 이용하는 것으로 환경이나 사물, 사람과의 상호관계 및 조화를 중점적으로 다루는 춤의 특징에서 중요하게 다루어지는 요소이다.

이와 함께 움직임을 리드미컬하게 만드는 요소는 에포트 의지를 사용하는

91) 1차원공간은 선을 중심으로 양쪽으로 잡아당기는 1개의 공간적 당김이 있다. 선은 1차원 공간을 의미하며, 각각 수직축(Vertical Dimension), 수평축(Horizontal Dimension), 시상축(Sagittal Dimension)으로 구성된다(김재리, 2011).

것이다. 남성은 정면을 바라볼 때 직접적 공간(Direct Space) 에포트를 통해 강한 에너지를 만들고, 여성의 손을 다시 잡거나 신체를 접촉할 때 가벼운 에포트(Light Effort)를 사용하여 부드러운 분위기를 만들어 움직임의 다이내믹한 리듬을 효과적이게 하는 것으로 나타났다. 이 동작에서의 하체움직임의 스텝 3의 동작에서는 <그림 12>와 같이 배꼽-발의 연결성(Navel-Foot Connectivity)을 사용하여 움직임을 시작하고 있으며, 상반된 긴장감(Counter Tension)을 통해 안정적인 움직임의 연결을 만들게 되고, 또한 상체 움직임을 지지하고 있다. 이렇게 이루어지는 상·하체의 연결성(Upper-Lower Connectivity)과 상반된 긴장감은 하체의 가장 긴 수직의 라인을 만들어 움직임을 확장시키며 상체로 연결되어 조화로운 움직임을 지지하게 된다. 스텝 4~6의 동작에서는 뒤로 걸기를 하면서 이동하기에 따른 무게 중심을 갖고 좌골-발뒤꿈치의 연결성(Sitzbone-Heel Connectivity)을 사용하여 하체의 운동성을 강조하고 있다.

이 동작의 전체적인 움직임 공간은 수직에 대한 감각을 통해 제자리 및 이동하기의 동작을 수행한다. 수직에 대한 공간적 의지는 회전하는 순간에도 신체가 움츠러드는 것을 방지하고 여성에게 회전을 위한 충분한 공간을 제공한다. 룸바에서의 남성의 수직적인 자세는 남성적인 성격의 당당함을 나타내는 움직임 형태의 표현으로 이와 같은 당당한 자세의 포즈를 통해 남성성의 내·외면적 특질을 표현한다.

또한 몸을 뒷걸음을 통해 이동할 때에도 상체가 어느 방향으로도 기울지 않으면서 스텝을 명확하게 수행할 수 있다. 그리고 신체의 각 부위를 상호 연결하는 상·하체의 기능적인 연결성은 효율적인 신체의 정렬을 이루게 하여 움직임을 안정적으로 만들고 효과적인 운동성을 나타낸다.



<그림 14>

<그림 15>

<그림 16>

스파이럴 투 폴어웨이 3

스파이럴 투 폴어웨이 4

스파이럴 투 폴어웨이 5

(2) 여성의 움직임

여성의 움직임은 남성과의 관계 속에서 움직임을 이루고 있는 것으로 나타났다. 움직임의 시작은 남성의 리드에 의해 팔로워댄스를 수행하면서 움직임의 원리를 통해 여성이 표현할 수 있는 이미지 효과를 창조하고 있다. 먼저 이 동작에서 두드러지게 사용되는 요소는 호흡 지지(Breath Support)와 중심 지지(Core Support)에 의한 무게 이동(Weight Shift)이다. 발끝-머리의 연결성(Tiptoe-Head Connectivity)은 수직적인 정렬을 이루게 하여 호흡 지지를 증대시킨다. 이 동작의 호흡 지지는 스텝 3(<그림 12~13> 참고)에서 올라가면서 호흡을 들이마시고 두발로 천천히 회전한 후 오른발로 무게 중심이동을 하는데 이때의 호흡은 내쉬기를 하면서 움직임의 균형을 유지한다. 호흡 지지⁹²⁾는 장요근의 깊은 근육의 에너지를 사용하여 척추를 통해 수직공간의 호흡 흐름을 유지하기 위한 범위를 이루고 나선형의 신체 형태를 디자인한다. 머리-꼬리, 꼬리-뒤꿈치의 연결성을 동시에 수행하고, 팔을 위로 향하면서 수직에 대한 감각을 극대화한다. 이는 남·녀 무용수의

92) 신상미, 김재리 역(2015). 몸 움직임 세상 연결하기. p212-213.

신체가 가까이 위치하며 좁은 공간을 효과적으로 사용하기 위한 공간적 의지(Spatial Intent)를 사용하고 있다. 무용수는 스파이럴 회전을 하면서 상체의 움직임을 최소화하며, 남성의 움직임을 시작으로 회전 시 여성은 이를 효과적으로 이용하고 있다. 이때 점점 느려지는 에포트(Sustained Effort)를 처음 회전에서 사용하고, 두 번째 회전에서는 빨라지는 에포트(Quick Effort)를 사용하는 것으로 이와 같은 상반된 에포트 사용은 움직임의 다이내믹을 발생한다. 스텝 4~6(<그림 14>~<그림 16> 참고)에서는 중심 지지의 균형과 함께 몸 안의 에너지를 사지로 뺏어 나가게 하는 중심-말단의 연결성(Core-Distal Connectivity)은 몸 전체가 연결되어있으며, 그 부위는 서로 관계를 통해 움직임을 발생한다는 BF의 가장 핵심적인 원리를 통해 폴워웨이 걸기를 구성하고 있다. 이는 기능-표현의 주요 움직임 주제를 통해서 논의될 수 있다. 무게 이동을 하는 동안에도 신체의 연결성과 호흡 지지, 중심 지지를 이용하여 신체의 기능적 원리를 통해서 흔들림 없는 스텝을 유지할 수 있으며, 이는 움직임의 다이내믹한 리듬의 흐름을 나타낸다. 두 번째 회전 동작의 팔의 회전은 축을 중심으로, 하는 피봇(pivot) 회전과 동시에 수행되는데, 신체의 부분과 전체가 동시에 같은 동작을 하면서 동시적 진행 과정을 통해 강한 에너지를 만들어낸다. 이는 앞에서 수행되었던 부드러운 회전 동작과 상반된 에너지를 만들어내며 간단한 동작임에도 불구하고 다채로운 분위기를 만들어낸다. 마지막 팔을 뺏는 동작에서는 견갑골-말단 연결성(Scapular-Distal Connectivity) 발견된다. 이 연결성은 무용수가 옆모습으로 서있지만, 정면에서도 신체가 만들어내는 선과 동작이 잘 드러날 수 있도록 하기 위함이다. 신체의 각 부위가 조화롭게 연결되어 하나의 포지션을 만들어내는 것은 댄스스포츠에서 중요한 부분인데, 무용수는 어떤 방향을 정면으로 취하더라도 3차원의 공간에서 아름다운 신체의 상(statue)을 만들어내는 것이 중요하다.

하체의 움직임은 <그림 12>와 같이 스파이럴 회전을 하는 동안 하체에서는 좌골-뒤꿈치 연결성(Sitzbone-Heel Connectivity)과 뒤꿈치를 들어 올려 발가락을 위로 당기는 배측굴곡(Dorsiflexion)을 사용하여 몸의 정렬과 움직임의 균형을 만들고 있다. 특히 회전 후 두발의 무게중심에서 무게 이동(Weight Shift)의 요소를 사용해 오른발로 옮겨지는 것을 강조한다. 스파이럴 액션은 두 가지의 수행법이 있다. 스파이럴은 높게 하는 하이(high)스파이럴과 낮게 이루어지는 로우(low) 스파이럴이다. 하이 스파이럴은 중심근을 사용하여 균형감을 강조하면서 높은 공간을 사용하는 상체의 움직임 까지도 강조되는 반면, 로우 스파이럴은 그라운드링의 요소를 중요하게 다루며 하체의 움직임을 더 강조한다(명진우, 정유선 인터뷰).⁹³⁾ 이 영상에서 여성의 움직임은 하이 스파이럴을 수행하는데, <그림 12>와 같이 동작을 하는 동안 여성은 하체 전체의 무게 중심을 사용하여 회전 후 오른쪽 다리로 무게 이동을 하여 왼쪽 다리가 감기는 형태(<그림 13> 참고)로 전형적인 하이 스파이럴의 액션을 수행한다. 걷기를 특징으로 하는 롬바의 춤에서 발의 뒤꿈치를 들어 올려 두 발끝으로만 하는 회전의 움직임은 내전근을 사용하여 정확한 균형 감각을 극대화 하는 것이 중요하다. BF의 연결성을 사용하는 축의 하체는 이와 같은 평형을 유지하기 위해 균형감을 가진다. 이는 롬바의 춤 전반에 걸쳐 중요한 부분으로 작용하는데 신체는 균형을 유지하기 위해 효과적으로 근육을 제어하기 위한 힘을 필요로 하며 춤추는 무용수의 평형유지를 위해 사용된다. 스텝 4~6(<그림 14>~<그림 16> 참고)에서는 중심 지지와 더불어 공간적 의지(Spatial Intent)를 사용하여 하체의 에너지를 의식적으로 활동하게 하고, 무게 이동의 요소를 통해 앞으로 걷기, 회전하기 그리고 뒤로 걷기 등의 다양한 움직임으로 나타난다. 걷기 후, 마

93) 인터뷰: 명진우, 정유선: 2017. 9. 21.

2012-2013년 British Professional Latin championship 96강,
2016년 International Open Championship 'RISING STARS' 25위.

지막 움직임은 중심 지지 안에서 중심-말단의 연결성(Core-Distal Connectivity)으로 연결된 몸은 사지로 연결되어 폴어웨이의 자세를 만든다.

BF에서 중요하게 다루어지는 이 연결성들은 동작에서 나타나는 몸의 자세를 효율적으로 만들고, 포즈에서 포즈로 연결되는 정지의 순간들은 곧 움직임으로 융합되어 안정감을 이루게 하고, 동작의 기능적인 요소들은 운동성에 의해 지속적인 움직임을 이룬다.

5) 컨티너스 서클러 힙 트위스트(Continuous Circular Hip Twist)

컨티너스 서클러 힙 트위스트는 4소절로 이루어져 있다. 4소절의 스텝 수는 12보이며 스텝 4~9까지는 두 가지의 액션으로 반복하게 된다. 하지만 분석하고자 하는 본고의 영상에서는 첫 소절과 마지막 소절이 응용된 루틴이며, 특히 마지막 소절의 스파이럴 액션은 스파이럴 투 폴어웨이와 같은 동작으로 이루어지기 때문에 이 동작에서는 마지막 소절(스텝 10~12)을 제외한 컨티너스 서클러 힙 트위스트의 주요 동작인 스텝의 1~9까지로 제한하여 분석했다.

컨티너스 서클러 힙 트위스트는 스텝 1의 왼발이 앞으로 체크 포워드 워킹을 하고, 스텝 3.5.7.9의 왼발이 오른쪽 다리의 뒤에 크로스 되는 라틴 크로스(Latin Cross)의 액션과 스텝 4.6.8의 사이드 스텝(Side step)에 의해 이루어졌다. 마지막 소절의 경우 팬으로 마치는 게 동작의 마무리이다. 하지만 마지막 소절 또한 영상에서는 스텝 10에서 오른쪽 사이드 쿠카라차로, 마지막 스텝은 오른발이 앞으로 진행하게 되어 슬라이딩 도어즈의 동작으로 연결한다.

여성은 선행 동작의 음악상의 1에서 180도를 오른쪽으로 턴을 한 후 스텝 1의 뒤로 걸기를 한다. 스텝 3.5.7.9에 딜레이드 워킹(Delayed Walk)과 오른쪽

스위블(swivel) 회전 후 앞으로 걸기를 행한다. 이 동작에서 여성은 알레마나의 무릎을 펴서 포인트하는 딜레이드 워과는 다르게, 무릎을 세운 딜레이드 워으로 표현한다. 이 영상에서는 스텝 9에서 여성이 스파이럴 턴을 하고 마지막 소절 10~12에서는 방향을 바꾸며 걸기의 동작으로 슬라이딩 도어즈를 하기 위해 준비한다.



<그림 17>컨티너스 서큘러 힙 트위스트 1 <그림 18>컨티너스 서큘러 힙 트위스트 2

(1) 남성의 움직임

컨티너스 서큘러 힙 트위스트의 남·녀 무용수가 동작 시작부터 끝까지 클로즈 홀드를 유지한 채 왼쪽으로 도는 움직임이 특징적이다. 남성은 중심 지지(Core Support)를 이루고 상·하체에서 만들어지는 트위스트 되는 신체의 형태에서는 상반된 긴장감(Counter Tension)을 사용하여 움직임의 균형을 유지할 뿐 아니라 여성의 움직임을 지지하는 것으로 나타났다. 상체는 견갑골-손의 연결성(Scapular-Hand Connectivity)을 사용해 클로즈 홀드를 유지하며, 여성과 연결된 형태를 안정적으로 보여준다. 이 동작은 <그림

17>~<그림 18>과 같이 두 가지 동작을 주로 반복하는데, 그것은 <그림 17>의 남성은 하체 움직임에서 두 다리가 교차되는 라틴 크로스(Latin Cross)의 움직임을 할 때 여성은 딜레이드 워크(Delayed Walk)을 하는 움직임이고, <그림 18>과 같이 남성이 옆으로 움직임을 할 때 여성은 남성의 앞으로 걸기의 움직임이다. 이 움직임은 두 팔로 연결되어 여성에게 안정적인 공간을 제공하고, 어깨-손의 연결성(Shoulder-Hand Connectivity)을 통해 리드를 위한 팔의 제스처(gesture)⁹⁴를 사용한다. 상체는 거의 고정시킨 상태에서 무게 이동 및 골반의 회전 인자는 하체의 안정성을 유지하면서 역동성을 나타낸다. 이때 하체와 상체를 구분해서 움직이는 발달 단계 중 상동움직임(Homologous)의 움직임 특성이 나타난다. 상-하체 구분에 대한 감각은 신체의 통합적 연결을 통해서 느낄 수 있다. 이 동작에서 여성 무용수를 리드하는 상체가 안정성을 유지하기 위해서는 척추에서 대퇴로 연결되는 장요근을 사용하여 균형 있는 스텝을 하는 것이 중요하다. 이는 엘르위스 토드가 언급하듯이 “역동적인 매커니즘과 균형잡힌 힘”을 통한 동작의 수행을 의미한다.⁹⁵ 그리고 어깨, 팔꿈치, 손으로 연결되는 부위들의 근육의 연동성에 의해 만들어지는 연결성과 함께 여성의 움직임을 지지하는 것은 에포트 의지(Effort Intent)를 사용한다. 팔에서 나타나는 빠른 시간(Quick Time)과 절제된 흐름(Buond Flow), 그리고 여성에게 집중하는 직접적인 공간(Direct Space)이 결합하여 나타나는 환상충동(Vision Drive)과 스텝이 이동되는 찰나의 동작에 빠른 시간과 강한 무게를 사용하는 리듬 스테이트(Rhythm State)를 통해 동작의 액센트를 주는 에포트 의지는 반복 사용하면서 다이내믹한 리듬을 살리고 동시에 여성의 움직임을 역동적으로 만들어 준다.

하체의 움직임은 <그림 17>과 같이 오른쪽 다리의 중심 지지(Core

94) Ruud Vermey(1994). LATIN. p100.

95) Todd, E(1968). Thinking body. p134.

Support)안에서 왼쪽다리는 무릎-발끝 연결성(Tiptoe-Knee Connectivity)을 통해 발끝, 무릎에서 사용되는 회전 인자(Rotary Factor)⁹⁶⁾는 라틴 크로스의 움직임의 특징을 잘 나타낸다. 신체 중 특정한 부위를 인식하고 움직일 때 보다 효율적이고, 보다 정확한 움직임을 할 수 있게 된다. 또한 <그림 17>의 하체의 크로스하는 동작을 수행하는 과정에서 공간적 의지(Spatial Intent)의 원리를 사용하는데, 이 요소는 론데 액션(Ronde action)⁹⁷⁾으로 바닥에 원을 그리는 동작은 공간적 의지와 함께 움직임의 플로워패턴(Floor pattern)으로 나타낸다. <그림 17>에 연결된 <그림 18>은 무게 이동(Weight Shift)을 통해 다음 동작으로 연결되어 반복되는 동작의 패턴을 만든다. 여기서 나타나는 론데 액션은 발레에서 사용되는 움직임의 하나로 신체의 안정적인 균형을 통해서 움직임을 크게 만들 수 있다. 롬바와 삼바(Samba)에서 이 액션을 사용하는데, 댄스스포츠의 론데 액션은 다리를 공중에 들어 올리지 않고 발끝을 바닥에 닿은 상태로 원을 그리는 것이 주된 표현이며, 공간적 의지의 사용은 이 움직임을 효과적으로 만든다. 남성은 여성을 리드와 지지하는 역할에서 자신의 움직임은 자유롭지 못한 면이 있다. 이때의 론데 액션에서도 안정적인 균형을 이루기 위해 다리 전체보다는 무릎에서 시작하여 발끝의 제스처로 표현하면서 움직임은 안정성을 갖는다. 상체의 움직임과 함께 발끝의 움직임에서는 가볍게 바닥에 반원을 그리면서 마지막 순간에 강한 액센트로 크로스 동작을 표현하고, 남성성을 나타내는 강한 힘으로 여성의 움직임을 직접적으로 통제하면서 여성을 자유자재로 이끌고 있다. 이 같은 하체에서의 움직임은 여성이 움직임을 효율적으로 이룰 수 있도록 지지대 역할을 하면서 남성 자신은 발의 제스처를 통해 조형적인

96) 김재리, 신상미(2010). 몸과 움직임 읽기. p66.

97) 론데 액션은 발레의 Rond de Jambe(롱드 장브)에서 쓰여진 동작으로 추정되며, 불어로 “다리를 들어 올린다”의 뜻으로 이때의 론데는 한 다리를 축으로 다른 다리를 뺀 몸의 앞에서 뒤로 반원을 그리는 동작이다. 발끝은 바닥에 닿을 수도 있고 공중에 떠 있을 수도 있다. Ruud Vermey(1994). LATIN. p48 인용.

형태를 표현하는 하체의 역동성을 강조한다. 춤을 추는 두 무용수 중에서 남성보다는 여성의 움직임에서 표현적 움직임을 찾을 수 있는데, 이는 춤을 추는 동안 남성의 역할, 즉 여성의 춤이 돋보이도록 안내하는 남성의 리더의 역할로 춤의 내용을 주도하기 때문이다. 이 점이 라틴댄스의 5종목 중 남성의 춤으로 상징되는 파소도블레를 제외한 모든 춤들에서의 여성의 움직임을 강조하는 이유이다.

이 동작에서 남성은 중심 지지와 무게 이동을 통해 안정감 있는 스텝을 유지하고, BF의 원리들의 특성은 상체-하체를 통합적으로 만들어 안정적인 조화로우름을 형성하고, 이를 통해 하체의 움직임은 3차원 공간 안에서 입체감을 가진 동작으로 표현될 수 있다.



<그림 19>
컨티너스 서큘러 힙 트위스트 3



<그림 20>
컨티너스 서큘러 힙 트위스트 4

(2) 여성의 움직임

여성의 움직임은 남성과 마찬가지로 시작부터 끝까지 클로즈 홀드를 유지하면서 중심 지지와 상·하체의 연결성을 통해 만들어지는 트위스트 되는 신체의 형태에서는 상반된 긴장감(Counter Tension)을 사용하여 움직임의

균형을 이루는 것으로 나타났다. 상체는 견갑골-손가락 연결성(Scapular-Fingertips Connectivity)을 사용해 남성과의 관계를 안정적으로 유지한다. 움직임의 안정적인 표현은 에포트 의지(Effort Intent)를 통해서 찾을 수 있다. 남성과 직접적인 공간을 사용하여 하체의 트위스트 동작에서 일어나는 불안정한 요소를 파트너에게 집중하는 직접적인 공간을 통해 신체 전체의 상반된 긴장감을 만들고 안정감을 갖는 형태로 바뀌면서, 입체감을 가진 풍부한 움직임을 표현할 수 있다. 라틴댄스를 추는 무용수들은 공간 에포트 특질로서 아이 컨택(Eye contact)을 사용한다. 이 같은 에포트 요소는 약간의 변화만으로도 기능이나 표현에 영향을 미치게 된다.⁹⁸⁾ 롬바는 남녀 간의 사랑을 기본 스토리로 만들어진 춤으로 연인들의 감흥을 일으킨다. 때문에 춤을 추는 동안 아이 컨택은 남미 특유의 관능적인 미를 자아내며 (이경숙, 2011), 연인의 시선을 느끼는 내적인 감정을 표현하는 것이다.⁹⁹⁾ 여성에게 두드러지게 나타나는 특징은 에포트 의지를 통한 역동적인 감각을 표현하는 것이다. 빨라지는 시간과 느려지는 시간을 사용하며 거의 제자리에서 움직이며 공간적 스케일이 작은 동작에서도 역동적인 에너지를 발생시키고 있다. 이는 남성의 리드에 따르기는 하지만 수동적으로 이끌려 가는 것이 아니라, 개인의 의지의 표현으로 볼 수 있다.

하체에서는 중심 지지와 함께 상반된 긴장감(Counter Tension)이 나타나는데. 여성의 중심 지지는 남성의 연결을 통해 이루는 스텝과 움직임을 할 때 신체에서 일어나는 긴장감에서 주로 발견되었다. 여성과 남성의 스텝은 정반대의 방향을 향하는데 예컨대, 남성이 앞으로 향할 때 여성은 뒤로 물러나며 한 공간에서 두 방향이 생성되며 공간의 조화를 만든다. 이를 통해 개별 신체에서 발생하는 안정된 동작과 함께 춤의 균형감을 유지할 수 있다. 신체의 연결성의 관점에서 살펴보면, 여성 또한 주로 두 가지 움직임으

98) 신상미, 김재리 역(2015). 몸 움직임 세상 연결하기. p86.

99) Shirley Ayme(1999). Latin-American at It's Best-RUMBA. p61.

로 연결된다. <그림 19>와 같이 딜레이드 워크의 동작을 할 때, 좌골-발끝 연결성(Sitzbone-Tiptoe Connectivity)과 <그림 20>의 앞으로 걸기를 할 때 좌골-뒤꿈치 연결성(Sitzbone-Heel Connectivity)은 트위스트의 동작을 정확하게 만들면서 조형적 형태를 나타낸다. 힙 트위스트 동작을 할 때의 딜레이드 워크(Delayed Walk)은 전체 체중을 발가락이나 발볼에 옮기지 않고 발끝을 바닥을 누른 상태에서 체중을 천천히 옮기는데 이때 무릎은 구부러져 있다가 체중이 다 옮겨질 때 다리와 무릎은 곧게 편다.¹⁰⁰⁾ 그리고 턴을 할 때는 체중이 다 옮겨진 후에 이루어진다. 이 트위스트 동작에서 나타나는 순간의 정지의 포즈와 이어서 연결되는 다음 동작의 포즈 또한 몸 전체가 트위스트 되어 있는 조형적 형태를 나타내며, 정지의 순간은 시간성을 지닌 예술적 표현의 리듬을 만든다. 이 룬바 워크의 원리는 BF의 신체원리와 함께 힙 트위스트의 동작을 효율적으로 만든다. 특히 좌골-발끝, 좌골-뒤꿈치의 연결성을 지지하는 것은 신체 내부의 장요근(Iliopsoas)의 사용하는 것으로서 중심을 통해 움직일 수 있는 능력은 내전근¹⁰¹⁾의 역할이다. 장요근은 운동학적 연결고리를 만들어 내전근의 회전을 통해 중심으로 당기는 상·하체의 특정 부위의 기능을 증가시키고, 이에 따라 움직임의 연결을 효율적으로 만들게 된다. 내전근이 활성화될 때 상·하체의 연결을 통해 일어나는 상반된 긴장감과 함께 3차원 공간 안에서 입체감을 가진 형태로 안정된 균형감을 가진다. 특히 몸 전체에서 만들어지는 트위스트 동작은 신체의 라인을 곡선적인 부드러움에 매혹적인 이미지를 더함으로써 관능적인 미감을 만들고, 아이컨택의 시선을 통해 여성은 남성과의 적극적인 사랑의 감정을 묘사한다. 이처럼 BF의 기초원리 목적은 내부 연결성의 살아있는 상호작용을 가능하게 하고, 외부의 표현력으로 신체의 기능을 효율적으로 하는 것이다 (신상미, 김재리 역, 2015).

100) Ruud Vermey(1994). LATIN. p33-34.

101) 신상미, 김재리 역(2015). 몸 움직임 세상 연결하기. p219.

6) 슬라이딩 도어즈(Sliding Doors)

슬라이딩 도어즈(Sliding Doors)는 4소절로 이루어져 있으며, 보통은 첫 소절을 하키스틱의 스텝 1~3으로, 마지막 소절은 사이드 쿠카라차(Side Cucarachas)의 액션을 사용한다. 하지만 본 영상의 경우는 하키스틱(Hockey Stick) 동작 없이 진행하고 있으며, 마지막 소절 또한 팬으로 진행됨에 따라 영상과 같이 분석했다.

슬라이딩 도어즈는 남·녀 무용수가 손을 잡지 않은 쉐도우 포지션(Shadow Position)을 사용하는 것이 특징이다. 두 무용수의 움직임은 스텝의 경로에 의해 이동하지만 액션은 자유롭게 표현하며 자신만의 스타일을 연출할 수 있는 동작이다. 이러한 이유로 경기를 하는 선수들을 비롯해서 동호인들에게 인기 있는 동작이며, 첫 소절과 마지막 소절은 여러 동작들로 응용되어 추어지는 것을 종종 발견하게 된다. 분석은 마지막 소절을 제외한 1~9 스텝까지 제한한다.

남성은 스텝 1에 체크드 포워드 워크(Checked Forward Walk)과 스텝 3에 왼발 라틴 크로스(Latin Cross)로 힘 있게 표현한다. 스텝 4~6엔 사이드 쿠카라차(Side Cucarachas)를, 스텝 7~9은 스텝 1-3와 같은 동작을 수행하며, 마지막 소절에 팬의 동작으로 나간다. 이 동작을 하면서 남·녀 무용수는 팔의 움직임 연출을 자유롭게 표현할 수 있다.

여성의 일반적인 움직임은 첫 스텝의 1과 스텝 7에 동작하기 전 턴을 하지 않는다. 이 영상의 움직임은 응용된 것임을 알 수 있다. 이는 경기하는 선수들의 움직임에서 찾아볼 수 있다. 스텝 1을 하기 전 소절의 음악상의 1 타이밍에서 180도 턴을 한 후 오른발을 백워드 워크(Backward Walk)하고 있다. 스텝 3에 무릎부터 발끝까지 세워 딜레이드 워크(Delayed Walk)으로 행하고, 스텝 4~5에서는 남성 앞을 지나쳐 남성의 왼편에서 사이드 쿠카라차

(Side Cucarachas)를 한다. 스텝 6~8에서는 스텝 1~2를 반복한 후 스텝 9에서는 스파이럴(Spiral) 회전을 한여 팬(Fan)으로 연결하고 있다.



<그림 21>
슬라이딩 도어즈 1



<그림 22>
슬라이딩 도어즈 2



<그림 23>
슬라이딩 도어즈 3

(1) 남성의 움직임

슬라이딩 도어즈의 동작은 룸바의 동작 중 남·녀 무용수가 손을 잡지 않고 출 수 있는 유일한 동작이다. 이 동작은 주로 무게 이동에 의해 이동 경로를 가지고 이동하기를 하고 있으며, 이동하기를 하는 동안 움직임의 균형 및 표현을 위해 중심 지지(Core Support)를 사용한다. 이 동작에서 남성은 <그림 21~23>과 같이 팔의 제스처(gesture)를 다른 움직임보다 다양한 방식으로 사용된다. 팔의 무게를 인식하여 사용하는 중심 지지와 더불어 공간적 의지(Spatial Intent)를 사용하는데, <그림 21>은 팔, 골반, 다리 등 신체의 각 부분을 한꺼번에 움직이는 동시적 진행 과정(Simultaneous Sequencing)과 함께 수직공간 안에서 강한 중심 지지를 사용한다. 이와 함께 무게 중심-말단 연결성(Core-Distal Connectivity)의 원리를 사용하여 중심과 견갑골, 팔과 손가락의 균형 잡힌 운동학적 사슬(kinetic chain)을 만들

어낸다. 이 연결성과 함께 교차-측면으로 이동하는 움직임에 기반을 두고¹⁰²⁾ 움직임 때 효과적으로 분명해지며, 무게 중심이 효율적으로 활성화된다. 그리고 팔의 움직임에 따라 무용수의 시선은 직접적인 공간(Direct Space)을 사용하고 팔 움직임에서 나타나는 지속적 시간(Sustained Time)은 깨어있는 상태(Awake State)의 조합을 나타내는 에포트 의지(Effort Intent)로 표현된다.

하체의 움직임에서는 무게 이동을 하는 과정에서 골반을 좌-우로 트위스트 하는 동작으로 이루어진다. 이는 롬바에서 주로 사용하는 힙 무브먼트의 액션으로 이 움직임은 무게 이동하기 전에 지지하는 쪽의 힙에서 이루어진다. 이 동작은 수행하기 이전에 스텝을 이동하는 과정에서 발뒤꿈치-좌골연결성(Heel-Sitzbone Connectivity)을 이용하여 하체 전체가 통합적으로 스텝을 구성하고 안정적인 무게 이동 및 하체의 선을 길게 만든다. 스텝 2~3의 동작(<그림 22> 참고)에서는 골반부터 움직임을 시작하여 무릎, 발끝으로 연결된 골반-발끝 연결성(Pelvic-Tiptoe Connectivity)의 사용과 함께 론데 액션을 사용하여 라틴크로스(Latin Cross) 동작을 효율적으로 만들고 있다. 또한 에포트 의지를 사용하여 다이나믹한 리듬을 만드는데, 동작 충동(Action Drive)으로 조합된 에포트의 사용은 움직임에서 나타나는 유연한 곡선의 형태를 강한 에너지로 변화시켜 움직임에 액센트를 표현하고 있다. 그리고 이 움직임은 주로 공간적 의지의 이동 경로를 사용한 무게 이동을 수행하는 패턴화 된 형태로 이루어진다. 여성의 동작을 지지하거나 리드하는 동작에서 벗어나 사지를 곡선으로 움직이며 먼 거리(Far-reach Kinesphere)로 개인공간을 확장적으로 사용하며 춤의 표현을 극대화한다. 앞으로 향하는 움직임과 좌우로 넓게 움직이며 개인공간을 가장 넓게 사용하는 동작으로 볼 수 있다. 공간의 인식과 다양한 경로를 지각하는 무용수

102) 신상미, 김재리 역(2015). 몸 움직임 세상 연결하기. p141. 재인용.

의 움직임은 때로는 확장되어 긴장감을 발생시키며 곡선, 직선, 사선과 같은 형태로서 움직이는 경로에 흔적을 남기게 된다. 슬라이딩 도어즈의 동작 구조는 손을 잡지 않고 춤을 추면서 서로가 각자의 동작을 연출한다. 도법에 의해 무게 중심을 옮기고, 남성은 여성의 주위를 맴도는 듯한 발걸음으로, 발의 제스처와 골반은 액센트를 강조하며, 가끔은 정지 자세에 강세를 주고, 여성의 앞을 미끄러지듯 지나치는¹⁰³⁾ 등의 이와 같은 동작들은 자유자재로 움직이는 것처럼 보이지만 남성은 자신에게 주어진 정확한 동작의 도법과 구조를 지키며 춤을 추고 있다. 이때 BF의 요소들은 도법으로 만들어진 댄스스포츠의 동작 구조의 원리적인 부분을 효율적으로 이루어지게 하고 남성의 표현력을 극대화할 수 있게 한다.

(2) 여성의 움직임

여성의 움직임은 무게 중심 이동에 따른 이동 경로를 가지고 이동하기를 하는 동작으로 이루어져 있다. 남성과 마찬가지로 이동하기를 하는 동안 움직임의 균형 및 표현을 위해 중심 지지(Core Support)를 함께 사용한다. 중심 지지와 함께 사용하는 중심-말단 연결성(Core-Distal Connectivity)은 중심으로부터 시작된 움직임의 에너지가 견갑골을 거쳐 팔과 손가락까지 연결되어 명확한 동작을 수행할 수 있다. 이 연결성은 교차-측면의 움직임으로 하체와의 균형 잡힌 힘이 작용하여 상반된 긴장감(Counter Tension)을 만들고 여기서 만들어지는 무게는 순간의 탄력을 사용하여 운동성을 증가시킨다. 스텝 4. 5의 <그림 23>은 쿠카라차의 동작으로 2차원의 공간과 손끝을 바라보는 시선과 같은 쪽 다리의 움직임에서 나타나는 상측 움직임(Homolateral)의 유형으로 2차원 공간¹⁰⁴⁾의 면적인 공간을 강조하고 있다.

103) Ruud Vermey(1994). LATIN. p58-59.

104) 1차원의 선적인 공간에서 한 단계 발전하여 면적인 공간으로 수직면(Vertical Plane), 수평면(Horizontal Plane), 시상면(Sagittal Plane)으로 면을 중심으로 하며, 각각 네 가지의 방향과 두 개의 잡아당기는 힘을 갖게 된다. 면적인 공간은 두 개의 힘이 있긴 하지만 힘이 균

이 움직임에서는 다양한 공간을 사용하면서 하체의 안정적인 중심이동을 만들고 팔의 움직임을 지지하며 다채로운 형태로서 표현한다. 이는 팔이 복잡한 공간에서 그려내는 다양한 곡선들의 구성과 조화를 이루어 움직임의 형태적, 질적 표현을 풍부하게 한다. 룸바춤에서의 여성은 관능적이고 우아한 팔짓과 손짓이 강조된다. 팔과 손의 동작의 아름다움은 춤의 의미의 표현이며 여성이 연출하는 다양한 손짓, 또는 팔짓은 팔과 손의 제스처를 통해 춤의 내적 의미를 그려낸다.¹⁰⁵⁾

팔꿈치로부터 시작된(Initiation) 동작은 개인공간을 횡단적으로 움직이며 동작의 복잡성을 드러낸다. 팔의 동작은 연속적인 진행 과정과 느려지는 시간을 동시에 사용하면서 다양한 신체 부위를 부드럽게 연결시키며 시간을 최대한 늘려서 사용하는 특징을 보인다. 이때 팔의 움직임은 견갑골-말단 연결성을 통해 곡선으로 움직이더라도 긴 선을 유지할 수 있도록 한다. 또한 무게 이동을 통해 신체를 확장하고 수축하는 동작에서 시선을 사지의 움직임과 같은 방향을 향하며 직접적인 공간(Direct Effort) 에포트를 사용한다. 이는 앞, 제자리, 뒤, 왼쪽, 오른쪽과 같은 방향을 분명히 드러내고 사지의 방향을 분명하게 하는 효과가 있다. 이러한 팔 동작은 마지막까지 유지되며 남성무용수와 다시 접촉하고 회전하는 동작의 시작점으로 사용된다.

하체의 움직임에서는 좌골-발뒤꿈치 연결성(Sitzbone-Heel Connectivity)을 가지고 무게 이동을 사용한다. 특히, <그림 22>는 상·하체가 반대로 움직이는 대측 움직임(Contralateral)과 함께 다리의 회전 인자(Rotary Factor)를 사용해 움직임의 형태를 만든다. 특히, 여기서 사용되는 골반-발끝 연결성(Pelvis-Tiptoe Connectivity)은 여성의 신체의 선을 아름답게 만드는데, 몸은 내전근의 지지를 통해 요근을 활성화하고 바닥에서부터 중심까지의 운동학적 연결고리를 만들어 움직임의 안정적인 힘을 만든다.¹⁰⁶⁾ 이러한 하체

등하지 않기 때문에 불안정한 공간이다(김문경, 2010).

105) Shirley Ayme(1999). Latin-American at It's Best-RUMBA. p51.

의 안정성을 통해 상체와 시간 에포트를 사용하는 머리의 제스처는 다양한 표현을 구성한다. 에포트 의지를 인식하여 직접적인 공간과 빨라지는 시간을 동시에 사용하는 것은, 시공간에 대한 무용수의 감각을 통해 리듬감을 표현한다. 또한 빨라지는 속도를 인식하고 여기서 남·녀 무용수는 들이마시기를 한 호흡을 순간적으로 내쉬기를 통해 동작의 속도를 제어한다. 그리고 느려지는 다음 움직임에서 호흡을 들이 마시기를 하면서 움직임의 에너지를 얻는다. 호흡의 들이마시기와 내쉬기를 반복하여 움직임을 만드는 것은 움직임의 주제인 노력/회복에서 나타나듯이 호흡은 움직임을 하기 위한 노력과 다시 에너지를 얻기 위한 과정을 통해 움직임을 생성시키고 이를 통해 과도한 에너지를 소모시키지 않고 기능적으로 효과적인 움직임을 만들 수 있게 된다.

신체 내부의 연결성과 함께 신체 외부의 공간적 의지(Spatial Intent)를 통해서도 안정되고 표현이 풍부한 움직임을 만든다. <그림 21>과 <그림 23>에서는 같은 쪽의 신체 부위가 동시에 움직이는데, 골반은 여전히 3차원을 유지하고 있으면서 팔과 다리의 움직임은 수직면의 2차원의 동작으로 이루어진다. 팔과 다리가 동시에 움직이는 것은 댄스스포츠가 지니는 움직임의 특성으로 중심 있는 다리의 골반을 반원으로 회전시키며 이때 중심이동을 할 수 있고, 동시에 팔의 움직임은 골반의 움직임에 연결되어 이루어지는 기본 원리에서 찾을 수 있다.¹⁰⁶⁾ 라틴댄스를 출 때 팔의 움직임 형태의 창조는 무한하다. 여성은 남성과 떨어져 춤을 추는 동안 두 팔의 자유로움을 여러 가지 제스처의 형태로 표현한다. 팔과 손동작은 부드럽게 흐르듯이 움직이면서 몸동작을 완성하는데, 이때 팔의 제스처를 통해 동작에 내적인 감정을 표출한다. 또한 트위스트의 3차원공간 안에서 여성은 골반의 움직임을 부드럽게 표현하며, 이와 함께 다양한 발동작과 다리 속도 변화는 움직임의

106) 신상미,김재리 역(2015). 몸 움직임 세상 연결하기. p219.

107) Shirley Ayme(1999). Latin-American at It's Best-RUMBA. p34-35.

조화로움을 증가시킨다.

슬라이딩 도어즈는 손으로 연결되어 추어지는 다른 동작들과 달리 손을 잡지 않고 춤을 추는 유일한 동작이다. 하지만 춤을 추는 동안 남성은 여성에 대해 리드가 없는 것은 아니다. 남·녀 무용수는 다른 형태로 연결(connection)되어 있고, 남성은 여성의 움직임에 주도한다. 즉, 직접적이진 않지만 비주얼 리드(Visual Lead)¹⁰⁸⁾와 아이 컨택을 사용하여 여성을 리드한다. 남성은 당당하고 힘 있는 강한 남성성의 내적인 감정을 움직임의 포즈를 통해 표현한다. 특히, 남·녀 무용수는 스텝 2의 움직임에서 빠른 시간에 에포트를 사용하여 스텝 3의 움직임을 만드는 것으로 나타났다. 월터 레어드(Walter Laird, 1920~2002)는 빠른 속도를 가진 동작 후의 정지 동작과 다음 스텝으로 연결되는 움직임들에서 나타나는 특별한 표현에 대해 설명하였다. 그것은 스텝 3의 무릎을 세운 발끝의 무게 중심을 천천히 발바닥으로 이동시키면서 다음 동작(스텝 4)을 이어가는 움직임으로 누그러뜨리는(melting) 표현이며, 주로 빠른 속도 후의 움직임에서 사용한다고 하였다¹⁰⁹⁾. 이와 함께 에포트 의지를 사용해 아이 컨택은 지속시키면서 신체의 다른 부위의 움직임을 일으키는데 이때 두 움직임 즉, 아이 컨택의 정지와 천천히 움직임을 시작하는 다른 부위의 움직임(moving)이 동시에 표현하는 것을 의미하며 여기서 무용수는 상대에게 녹아드는 감정 또는 두 무용수가 감정을 서로 나누는 등의 표현(명진우, 정유선, 2017, 인터뷰)으로 동작의 특질을 나타낸다. 이는 남·녀 무용수가 만들어내는 움직임 공간의 동작과 무용수의 감정이 만들어내는 내적인 의미는 외형적 움직임으로 표현되며, 두 가지의 움직임이 하나로 합쳐져 나타나는 합일(合一)의 예술적 표현으로 해석된다. 이 움직임은 남성과 여성의 동작은 다르지만 빠른 속도로 동작을 수행

108) 파트너와 관계에서 서로 보면서, 또는 시각적으로 보여 지는 대로 춤의 형태를 이끄는 리드로서 손을 잡지 않는 동작에서 사용함. 본고의 슬라이딩 도어즈의 경우는 기본 루틴이 아닌 응용된 루틴으로 비주얼 리드를 사용한 것이다.

109) Walter Laird(2006). The Laird Technique of Latin Dancing. p20.

한 후 감정을 녹여가듯이 다음 움직임으로 연결한다. 남·녀 무용수의 움직임은 단순한 몸의 표출로서 춤이 아니라 상대와 오고가는 시선 속에서 동질감을 갖게 하며, 상대와 의식을 함께(이경숙, 2011) 하는 아이 컨택이라는 중요 요소를 가지고 서로 연결되어 있다. 또한 트위스트 동작이 만들어내는 신체의 정지자세는 안정적인 3차원의 움직임 공간 안에서 다른 부위와의 움직임의 균형감각을 증가시키고, 비트를 발생시켜 움직임을 탄력적으로 만든다.

2. 왈츠의 적용 분석

왈츠는 3/4박자로 리듬은 123 223 323이며 카운트의 보통 박자 가치는 1박자이다. 리듬의 1&23일 경우 박자가치는 1/2 1/2 1 1을 사용한다. 2소절로 이루어진 동작은 123 456로 카운트를 센다. 액센트는 스텝 1과 4에 있다. 이 춤의 특징은 스텝 1에 내려가고 스텝 2, 3에 위로 올라가기를 반복하는 라이즈 앤 폴(Rise & fall)의 액션을 지속적으로 유지하고, 남·녀 무용수가 한 홀드를 유지한 채 방의 가장자리에서 L.O.D(Line of Dancing)의 형식으로 춤을 춘다. 왈츠는 내추럴(Natural) 동작과 리버스(Reverse) 동작으로 크게 나눌 수 있으며, 스윙(swing)과 스웨이(sway)를 사용해서 동작을 완성한다.

왈츠에서 발의 사용은 전진하는 발은 항상 뒤꿈치인 힐(Heel)부터 시작해서 올라가기를 하고 토(Toe)를 바닥(floor)에 내려놓은 후 무릎이 내려간다. 스텝 2, 3의 올라가기에서의 발은 토를 사용하고, 스텝 3에서 토에서 힐의 순서로 바닥에 닿게 한다. 첫 스텝이 후진일 경우는 토로 시작해서 힐을 바닥에 내려놓은 후 무릎으로 내려가기를 하고, 스텝 2에 토를 사용하여 올라가기를 하고, 마지막 스텝에 토에서 힐을 바닥에 내려놓은 후 무릎이 내려가기를 한다.

1) 터닝 록 투 더 라이트(Turning Rock to the Right)

터닝 록 투 더 라이트는 보통 록 포워드(Rock Forward)와 록 백워드(Rock Backward)는 방향 전환 없이 동작을 진행하는 반면, 터닝 록 투 더 라이트는 록 동작들 중 하나로 오른쪽으로 돌면서 록을 진행하는 동작이다.

분석 영상에서는 선행 동작으로 내추럴 스핀 턴(Natural Spin Turn)의 스텝 1~4를 한 후에 터닝 록 투 더 라이트를 연결하고 있다. 본고에서는 내

추럴 스핀 턴을 연결한 터닝 록 투 더 라이트를 분석하였다. 전체 리듬은 12345&6&으로 8보이다. 스텝 5, 6(5&)는 두 무릎이 록으로 교차되어 있고, 스텝 7에 오른쪽 무릎이 펴지면서 완전히 올라가고, 마지막 스텝에 프로모나드 포지션(Promenade Position)으로 열어주는 동작이다. 스텝 5에서 LOD를 등지고 터닝 록 투 더 라이트를 시작하여 마지막엔 DC(Diagonally Center)로 끝내면서 위브 프롬 피피(Weave from P.P)로 연결한다.



<그림 24>터닝 록 투 더 라이트 1 <그림 25>터닝 록 투 더 라이트 2

(1) 남성의 움직임

남성은 발끝부터 머리까지의 신체의 정렬을 이루고 강한 호흡 지지를 통해 동작을 만든다. 강박을 하는 스텝 1은(<그림 24>참고) 그라운드(Grinding)의 요소를 사용하여 왈츠의 특징인 올라가고 내려가기 중 내려가기를 하면서 안정적인 움직임을 만들고 있다. 그라운딩은 춤을 추는 동안 바닥(floor)과의 관계에서 움직임을 느끼는 것으로 발바닥뿐만 아니라 신체의 각 부위에서도 그 무게를 인식하여 바닥의 지지를 감각적으로

느끼게 되어 춤을 추는 무용수는 안정감을 갖게 된다.¹¹⁰⁾ 왈츠는 내려가기와 올라가기의 움직임을 끊임없이 반복해야 하는 춤으로, 그라운드링을 통해 안정감을 가질 때 올라가기를 효율적으로 수행할 수 있게 된다. 이때 그라운드링의 사용은 내려가기 움직임을 안정적으로 만들어 다음 동작 올라가기의 움직임을 효율적으로 이루는 요소로 작용한다. 상체는 양팔을 각각 견갑골-손(Scapular-Hands Connectivity)의 연결성을 사용하여 양쪽의 공간을 아우르며 부피감이 있는 형태를 만든다. 이는 여성의 움직임 공간에도 영향을 주기 때문에 무용수는 춤을 추는 동안 이 연결성을 유지할 경우, 여성은 자연스럽고 조화로운 움직임을 수행할 수 있다. 그리고 남성은 머리-꼬리뼈 연결성(Head-Tailbone Connectivity)을 통해 개인공간 안에서도 수직공간을 사용하고 있다. 이 모든 연결성의 바탕에는 신체 중심으로부터 상·하체를 연결하는 중심-말단 연결성(Core-Distal Connectivity)의 원리가 강하게 작용된다. 이 연결성과 함께 올라가기를 하는 움직임에서는 강한 호흡 지지(Breath Support)를 사용하여 이 연결성을 돕고 있다. 무용수는 올라가기의 호흡 지지를 통해 호흡을 들이마시고 이로 인해 신체는 수직축을 중심으로 위로 자라나게 하고, 내릴 때에는 내려가기를 통해 공간적 감각을 나타낸다.¹¹¹⁾ 호흡 지지는 의도적인 호흡의 변화를 통해 움직임의 다양한 형태를 만들 수 있다. 올라가기의 동작에서는 호흡을 짧게 들이마시고 내려가기를 하는 동작에서는 완전히 내뿜지 않고 호흡의 75%만을 내뿜는다. 이는 스윙댄스(Swing dance)의 특징을 가진 왈츠에서는 매우 중요한 요소로 스텝을 연결시키는 동작의 연동성을 만드는 원리로 작용하고 있다. 왈츠의 동작들의 타이밍은 보통 1,2,3 4,5,6로 이루어진다. 스텝 5, 6에 호흡을 크게 들이쉬고 1, 2에 내뿜는 호흡법은 왈츠 춤의 호흡 패턴으로 나타난다. 왈츠의 올라가고 내려가는 연속적인 동작에서 발생하는 노력과 회복(Exertion-Recovery)

110) 신상미, 김재리 역(2015). 몸 움직임 세상 연결하기. p78.

111) 신상미, 김재리(2010). 몸과 움직임 읽기. p64.

의 과정이 반복적으로 이루어질 때 움직임의 아름다운 선을 그려낼 수 있다.

또한 남성은 움직임이 진행되는 방향으로 상체를 트위스트하며 여성을 리드하는데, 서로 상반된 성질을 갖는 회전하는 동작과 직선으로 향하는 동작을 효과적으로 수행하기 위해서는 상체 전체, 혹은 하체 전체를 두 단위로 사용하는 것이 효과적이라고 할 수 있다. 이 같은 성질은 왈츠 춤의 CBM과 동일하게 사용되는 요소로 회전하기 전 바닥에서 직선을 사용하는 하체와 반대로 상체가 먼저 회전하는 방향으로 움직여서 회전을 돕는 것을 의미한다.

하체움직임은 <그림 24>는 스텝 1에 내려가기를 하는 동작이다. 이때 그라운드링을 통해 바닥으로 가까워지면서 안정적인 무게감을 갖고, 상·하체에 사용하는 위-아래 방향의 상반된 긴장감(Counter Tension)은 수직으로 올라가면서 시상으로 나아가기 위한 움직임을 균형 있게 만든다. 하지만 스텝 2, 3(<그림 25> 참고)는 2차원 면적인 공간을 강조하면서 스웨이로써 몸의 라인을 만들고 형태를 확장시킨다. 스텝 5, 6(<그림 26> 참고)는 바닥에 곡선의 형태를 그리며 다리는 크로스하면서 무게 이동에 의해 움직이는데, 이때 발끝의 중심 지지와 호흡 지지는 움직임의 균형을 효율적으로 만들며, 나뉘지는 비트의 리듬의 리드미컬한 움직임을 표현한다. 스텝 2, 3와 7, 8은 중심근육을 활성화시켜 내전근을 사용하고 강한 호흡 지지를 통해 긴 수직축을 만들고 있다. 바닥에 닿아 있는 발끝에서는 신체의 무게를 지지하고 있는데, 이때 사용되는 꼬리뼈-말단 연결성(Tailbone-Distal Connectivity)은 하체의 선을 수직으로 만들면서 상체까지 연결하여 긴 수직의 공간을 강조한다. 이러한 수직에 대한 감각은 앞으로 이동하기 위해 안정적인 추진력을 만들어준다. 남성의 신체는 수평으로 벌린 팔과 수직으로 상승, 하강하는 하체의 움직임은 수직, 수평, 시상의 공간적 조화를 만들어 앞으로 이동하는 움직임을 효율적으로 도와준다. 이는 왈츠 동작의 특성상 이동 경로에 의해 이루어지는데 공간에 대한 감각은 특정 포지션을 유지하면서도 역동성을 만

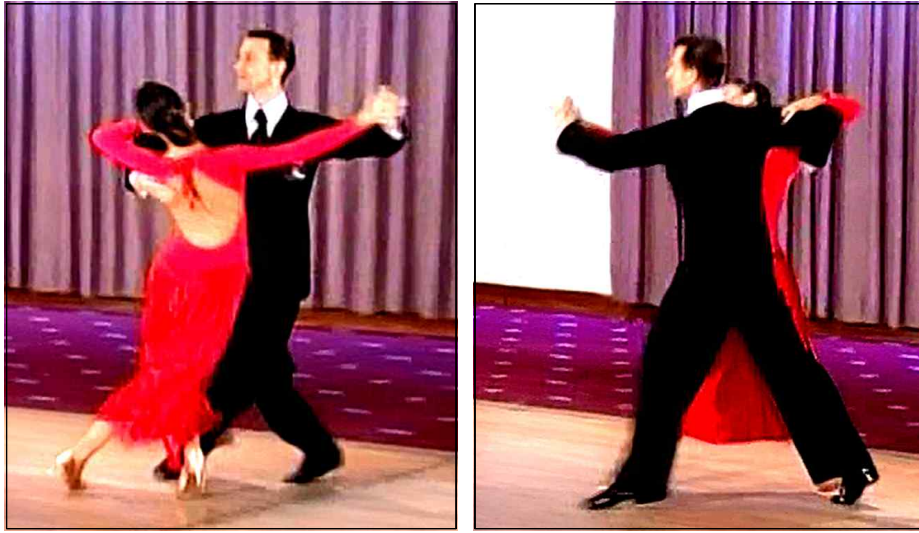
들어내기 위한 기초원리가 된다.

이 동작에서는 다양한 연결성을 통해 개인공간의 수직축을 만들고 있으며, 여성무용수가 꽃처럼 피어나는 몸의 형태를 만들 수 있도록 지지대의 역할을 충분히 수행하고 있다. 그리고 왈츠의 특성상 공간적 움직임의 역동성이 강조되는데, 개인공간을 지나면서 일반공간을 사용하는 무용수는 이동 경로(Floor pattern)을 통해 실제 공간상에서 나타나는 움직임의 길을 인식한다. 공간 안에서 나타나는 전진과 옆, 후진, 사선 등의 움직임은 통로들은 주변과의 관계를 만들어 움직임의 형태를 확장시키며 역동성을 표현한다.¹¹²⁾ 이러한 이동하기 스텝에서는 신체의 무게 중심 이동(Weight Shift)을 인식하는 것이 중요하다. 이는 림바와 같이 중심 지지를 통해 신체 중심에서 강한 에너지를 만들어내는 것과는 달리, 무게 중심을 통해 이동성을 용이하게 하고 사지의 무리한 힘을 주는 것을 피할 수 있다. 스텝의 이동 경로에 따른 움직임 공간은 일반공간(General Space)을 사용하며, 직접적인 에포트(Direct Effort)를 함께 탄력적으로 사용하면서 이동의 정확한 초점을 가지면서도 주위의 공간을 아우르는 듯이 표현한다.

이 동작에서 주로 나타나는 상체-하체, 중심-말단, 사지-꼬리뼈 연결성과 호흡 지지는 왈츠의 움직임의 특성을 표현하는 중요한 원리로 발견되었다. 이 요소는 왈츠의 반복되는 움직임 형태에 에너지를 만들고 있다. 이는 BF의 움직임의 주제에서도 노력/회복¹¹³⁾의 일련의 과정을 중요하게 강조하듯이 왈츠에서도 끊임없이 올라가고 내려가기의 동작에서 노력과 회복의 반복을 통해 움직임을 지속적으로 수행하는 연속성을 나타낸다. 이 연속성의 표현은 움직임의 부드러움과 아름다운 선을 그리는 흐름을 나타낸다.

112) Ruud Vermey(1994). LATIN. p107-110.

113) 신상미, 김재리 역(2015). 몸 움직임 세상 연결하기. p88-89.



<그림 26>터닝 록 투 더 라이트 3 <그림 27>터닝 록 투 더 라이트 4

(2) 여성의 움직임

여성은 움직임의 첫 스텝은 뒤로 가기에서 뒷공간의 사용이 강조된다. 특히 상체의 움직임으로 머리의 움직임이 두드러진다. 여성은 상체의 정렬에서 머리-꼬리뼈 연결성(Head-Tailbone Connectivity)을 사용하여 상체가 뒤로 향하는 궁형(Arc-like)의 형태를 만들고 목의 좌우 회전을 통한 머리의 제스처(gesture)를 만들어낸다. 제스처¹¹⁴⁾는 (<그림 24>~<그림 27> 참고) 주로 머리와 팔과 다리에서 만들어지는데 왈츠를 추는 여성은 머리의 제스처의 움직임을 주로 사용한다. 머리-꼬리뼈 연결을 이루는 자세에서 이 머리의 제스처는 뒤로 가기 움직임에서는 매우 중요한 역할을 한다. 무용수는 공간적 의지(Spatial Intent)를 사용하여 움직임을 원활하게 한다. 이때 사용되는 공간적 의지는 머리에서 발생하는 무게를 뒤로 보내면서 뒤로 가기 움직임을 효율적으로 수행할 수 있게 된다. 수직의 범위에서 벗어난 이러한 동작들은 아슬아슬한 느낌을 만들어내는데, 무게 중심을 잃지 않기 위

114) Ruud Vermeij(1994). LATIN. p100.

해서 꼬리뼈-뒤꿈치 연결성을 인식하면서 움직이는 동안 균형을 유지하는 동적인 신체 정렬을 사용한다. 또한, 여성은 머리 회전을 하며 움직임의 진행 방향으로 시선을 고정시키는데, 직접적인 공간 에포트를 사용하여 신체 방향을 한 곳으로 고정하기 위한 공간적 의지를 활성화시킨다. 이 움직임의 원리는 동작하는 동안 계속 사용하는데, 특히 스텝 7,8에서는 목의 회전 인자(Rotary Factor)를 사용하는 머리의 제스처는 포지션의 형태를 효과적으로 바꾸고 있다. 그리고 상체에서 팔의 연결은 견갑골-손(Scapular-Hands Connectivity)의 연결성을 사용하여 남성과의 관계를 연결하고 남·녀 무용수가 만들어내는 동작의 형태의 범위를 이룬다. 이는 남성의 팔의 포지션과 마찬가지로 수평적의 감각을 이용하는데, ‘이동하기’의 주요 동작과 안정성을 유지하는 수직적 감각을 사용하는 것이다.

하체의 움직임에서의 여성은 남성과 마찬가지로 발끝에서 올라가는 호흡 지지와 중심 근육을 효과적으로 사용한다. 발끝부터 사용되는 중심 지지는 호흡을 유지하며 움직임의 균형을 이룬다. 스텝 2, 3과 7, 8은 중심 근육을 활성화시킨 내전근의 사용과 강한 호흡 지지를 통해 긴 수직축을 만든다. 신체의 무게를 지지하는 발끝에서부터 연결되는 꼬리뼈-말단 연결성(Tailbone-Distal Connectivity)은 하체의 선을 수직으로 만들면서 상체를 지지하는 개인공간의 형태를 만든다. 좌골-발의 연결성(Sitzbone-Foot Connectivity)은 발이 뒤로 향할 때 정확한 동선을 만들어내는 것에 효과적이며, 이때 뒤에 대한 공간적 의지를 통해 이 연결성을 안정적으로 유지할 수 있다. 스텝 4, 5의 동작에서는 여성은 이동하기와 내려가기를 하는 동안 그라운딩(Grounding)의 요소를 사용하여 움직임을 안정적으로 만든다. 이 동작에서 여성은 남성과 같은 패턴으로 호흡 지지를 사용하는데, 이 요소는 왈츠의 리듬과 함께 나타나는 신체적 리듬을 자연스러운 흐름의 리듬으로 변화시키며 생동감 있는 동작을 표현할 수 있게 한다. 스텝 7,8의 오른발을

왼발 옆에 브러쉬(brushed)하는 동작에서는 발의 제스처를 사용하는 것으로 나타났다. 이때 꼬리뼈-말단 연결성과 함께 오른쪽 고관절에서 사용되는 회전 인자(Rotary Factor)를 통해 발의 제스처는 하체 전체의 연결성과 일치성을 효율적으로 만들어 브러쉬 동작의 본질을 완성한다.

이 동작의 남·녀 무용수의 하체 움직임은 발의 뒤꿈치, 발끝, 무릎을 통해서 내려가기와 올라가기를 반복하는 과정에서 연속적 진행 과정(Successive Sequencing)을 사용하여 내려가기와 올라가기의 움직임을 원활하게 진행한다. 이 진행 과정은 하체 부위의 인접 관절들을 사용하여 움직임의 시작과 연속적인 관계를 만드는 움직임의 흐름을 의미한다.¹¹⁵⁾

2) 위브 프롬 피피(Weave from P.P)

위브 프롬 피.피(Weave From P.P)는 프로미나드 포지션(Promenade Position)에서 시작하는 동작으로 남·녀 무용수의 첫 스텝은 전진으로 이동하기를 한다. 이 동작은 1,2,3 4,5,6의 리듬의 2소절로 이루어져 있으며, 움직임이 시작되는 방향은 DC(Diagonally Center)이며 DW(Diagonally Wall)로 끝낸 후 내츄럴 휘겨(natural figher)로 다음 동작을 연결할 수 있다. 프로미나드 포지션에서 시작하는 동작들은 주로 스텝 1에서 CBMP(Contrary Body Movement Position)를 사용하게 된다. 스텝 1, 4에 내려가고 스텝 2, 5에 올라가기를 하고, 스텝 3, 6에 내려가기를 한다. 스텝 2, 3에 여성은 남성의 밖에서 회전하고, 스텝 5, 6에 남성이 회전을 한다.

115) 신상미, 김재리(2010). 몸과 움직임 읽기. p67-68.



<그림 28> 워브 프롬 피.피 1



<그림 29> 워브 프롬 피.피 2

(1) 남성의 움직임

남성은 <그림 28>과 같이 스텝 1에서는 프로미나드 포지션에서 오른발이 전진으로 나아가는 움직임에서 CBMP의 형태로 상·하체가 교차하여 움직이는 BF의 발달 유형 중 대측 움직임(Contralateral)을 사용하여 3차원의 복잡한 공간을 안정적으로 만들고 있다. 상체는 견갑골-손(Scapular-Hands Connectivity)의 연결성을 사용하여 여성과 연결하고 있으며, 몸의 중심을 통해 하체와의 중심 지지를 효율적으로 만들고 있다. 머리-꼬리뼈 연결성(Head-Tailbone Connectivity)을 통해 남성은 개인공간의 수직공간을 사용하고 있다. 특히 <그림 29>와 <그림 31>은 스텝 2, 3과 5, 6의 올라가기를 하는 움직임으로 강한 호흡 지지(Breath Support)의 사용하여 수직의 공간의 범위를 형성하고 무용수의 수직축을 분명하게 만든다.

하체의 움직임에서는 주로 꼬리뼈-말단 연결성(Tailbone-Distal Connectivity)을 사용하여 상체를 지지하고 몸 전체의 선을 길게 만들고 있다. <그림 28>과 <그림 30>의 스텝 1, 4에서는 신체의 무게가 바닥과 가까

위지는 그라운드(Grinding)의 요소를 사용하는데, 이 요소는 움직임의 범위를 넓히고 무게감의 안정적인 균형을 이루어 다음 움직임(올라가기)의 운동성을 활성화한다. 여기서 나타나는 상반된 긴장감은(Counter Tension)은 대측 움직임에서 나타나는 상·하체의 연결을 효율적으로 만들어 신체의 균형을 이루게 되고 움직임의 형태는 확장한다. 스텝 2, 3과 5, 6에서는 발끝부터 다리를 통해서 척추, 머리끝까지 이어지는 남성의 몸은 중심 지지(Core Support)를 사용하여 수직의 골격구조를 만들고 움직임을 균형 있게 한다. 이 같은 중심 지지는 수직공간 속에서 호흡 지지(Breath Support)를 통해 물결의 올라가기의 표현을 생명력 있게 표현한다. 움직임은 수직적인 공간에서 호흡의 도움을 받는다. 특히 왈츠를 출 때 호흡의 기능적인 부분은 파도의 올라가고 내려가는 움직임의 형태를 사실적으로 그려내는데 중요한 부분을 차지한다. 그리고 호흡의 리듬감은 에포트 의지를 사용하면서 더욱 효과적으로 표현된다. 느려지는 시간과 빨라지는 시간 에포트를 한 프레임 안에서 연속적으로 사용하는 스윙 프레이즈(Swing phrase)를 통해 마치 파도의 물결의 연동성을 표현한다.

이 동작에서 남성은 공간적 지지에 따른 개인공간과 일반공간을 동시에 사용하고 있으며, 동작 전체에서 나타나는 에포트 특질은 간접적인 공간(Indirect Space)을 사용한다. 하지만 스텝 1, 4, 6과 같은 전진과 후진의 움직임에서는 직접적인 공간(Direct Effort) 에포트를 사용하여 이동 경로를 더욱 분명하게 만든다. 이 같은 움직임의 특질은 BF의 기능적 작용과 함께 왈츠가 지니는 반복되는 본질적인 리듬을 사실적으로 표현한다. 연속적인 동작 안에서 신체를 통해 나타나는 춤의 이미지는 우아함과 부드러움을 예술적으로 그려내며, 연속적 진행 과정과 호흡 지지, 공간사용 등의 요소들은 상호관계를 가지며 잔잔히 흘러가는 물결의 움직임의 미적 표현을 나타낸다.



<그림 30> 위브 프롬 피.피 3



<그림 31> 위브 프롬 피.피 4

(2) 여성의 움직임

여성의 상체움직임은 머리-꼬리뼈 연결성(Head-Tailbone Connectivity)을 사용하여 무용수의 머리가 뒤로 향하는 궁형(Arc-like)의 형태를 만들면서 등의 라인을 부드럽게 그려내며 여성스러움을 강조한다. 그리고 이 연결성을 통해 만들어지는 자세는 좌우 회전을 통한 머리의 제스처(gesture)¹¹⁶⁾로 완전한 상체의 형태를 만든다. 왈츠는 남·녀 무용수의 신체가 가깝게 닿아 있어서 공간을 누비는 남성은 공간상에서 시야를 확보할 공간이 필요하다. 이때 여성의 머리의 제스처는 매우 유용한 원리로 남성에게 시선 공간을 제공하여 먼 거리 공간을 사용할 수 있게 한다.

왈츠를 추는 여성의 주된 자세(posture)는 머리의 제스처에서 완성되며, 이 제스처와 함께 신체에서 만들어지는 연결성은 움직임의 일치성을 지니게 된다. 포지션에 따라 여성의 머리의 제스처는 달라진다. <그림 28>의 스텝 1은 프로미나드 포지션에서 움직임을 시작할 때 머리의 위치는 몸의 오른쪽

116) Ruud Vermeij(1994). LATIN. p100.

을 향해 제스처를 갖는다. 이는 오른쪽 어깨가 DC(Diagonally Center)를 향해 열려 있으며 무용수의 시선과 움직이는 방향이 같은 쪽임을 의미한다. 그러나 <그림 29>와 같이 스텝 2, 3에 포지션이 클로즈 홀드(Close Hold)로 바뀌면서 머리의 제스처는 왼쪽에 위치하게 된다. 이때의 움직임 원리는 목의 회전 인자(Rotary Factor)를 사용하여, 움직임을 유지하면서도 포지션에 맞는 머리의 제스처를 만들고 상체의 자세를 효율적으로 만든다. 하지만 <그림 31>과 같이 스텝 5, 6에서 여성은 클로즈 홀드에서도 머리의 제스처는 오른쪽 방향에 두면서 시선을 포함한 신체의 공간적 긴장감을 통해 뒷공간을 의식하고 있다. 이는 남성의 몸 방향의 영향을 받고 있는 것으로 이때의 남성의 발끝이 DW를 향하고 있으나 몸은 회전을 완전하게 하지 않고 W(Wall)을 향하고 있기 때문이다. 여성은 어느 위치에서나 머리의 제스처를 사용하여 신체를 궁형의 선으로 만들면서 우아함을 표현한다. 댄스스포츠의 유형 중, 우아함을 대표하는 왈츠는 원래 농민의 계급에서 시작된 랜들러의 춤이 궁정으로 들어가 귀족들의 사교춤으로 발전되었다. 그렇듯 귀족들은 자신의 숭고한 이미지를 담아내기 위해 춤을 출 때도 자유롭지 못했을 것이다. 이와 같은 면들은 춤을 추는 여성의 자세를 더욱더 부드럽고 우아하게 만들게 하고, 형식을 갖고 격식을 차리는 춤으로 발전시키면서 자신들의 숭고함을 내보이며 사교활동을 하게 된 것이다. 이 같은 여성의 부드럽고 우아한 곡선의 자세는 귀족들의 숭고함을 나타내기 위한 자세에서 비롯되며 머리 제스처를 사용한 신체의 연결성을 통해 부드럽고 우아한 곡선의 자세로서 완전한 형태를 이루는 것을 알 수 있다.

왈츠 춤을 추는 여성은 남성의 리드에 따라 여성이 뒤쫓는 원칙을 지켜야 자유롭게 춤을 출 수¹¹⁷⁾ 있지만, 이는 단지 남성의 움직임에 대한 수동적인 표현이라기보다는 파트너의 춤에 대한 형태와 리듬, 에너지 등에 대한 여성

117) 이경숙(2011). 미학적 관점에서 본 왈츠. p209 재인용.

의 능동적인 반응으로서의 표현이라고 할 수 있다. 여성은 남성의 신체를 축으로 지지하여 균형을 잡고 아름답고 우아함이 담긴 내적 표현을 춤으로 담아낸다. 상체에서 남성과 연결성을 이루는 팔의 연결은 견갑골-손 연결성(Scapular-Hands Connectivity)을 사용하는데, 이때 팔의 수평은 남성과 연결되어 남·녀 무용수의 몸이 마치 하나인 것과 같은 자연스러운 포즈를 만든다. 남성의 신체와 여성의 신체가 만들어내는 연결성은 한 송이의 꽃과 같은 형태로 표현되며. 꽃이 피어나는 것을 표현하는 형태를 만들어주는 머리-꼬리뼈 연결성은 기능-표현의 통합적 접근을 보여준다.

하체의 움직임에서는 주로 나타나는 중심-말단 연결성(Core-Distal Connectivity)의 사용을 통해 상·하체의 연결을 효율적으로 하고 수직의 축을 나타내며 춤을 추는 동안, 움직임이 있든 혹은 멈춘 것 같은 순간에도 신체는 머리끝부터 발끝까지 서로 연결되어 항상 활동적인 상태를¹¹⁸⁾ 만든데, 위로 높이 올라가고 내려가기의 움직임을 통해 자연스럽게 끊임없이 흘러가는 잔잔한 물결의 흐름을 표현한다. 이 속에서 예술의 미를 발견할 수 있다. 이사도라 던킨은 다음과 같이 생각했다. 영적 감각을 채우는 모든 움직임은 자연의 물결의 움직임에 비유하였다. 그것은 기쁨과 미의 감각을 영혼에 채우는 바닷물결의 움직임이 가장 아름다운 움직임으로 ‘자연의 물결은 동작의 커다란 기본이며 위대한 자연의 움직임이다’라고 하였다. 이와 같은 자연의 물결과도 같은 움직임은 왈츠 춤의 라이즈 앤 폴의 움직임에서 발견할 수 있다.

<그림 28>과 <그림 30>에서는 무릎이 구부러지면서 사용하는 그라운드링(Grounding)의 요소는 신체의 무게가 바닥과 가까워지면서 내려가기의 움직임은 안정성을 갖게 되고, 스텝 2, 3와 5, 6의 올라가기의 움직임을 하기 위한 운동성을 활성화하여 파도의 모습인 전형적인 위브(weave)의 움직임으

118) 이경숙(2011). 미학적 관점에서 본 왈츠. p66 참고.

로 표현된다. 다음 스텝 2, 3에서 평면의 형태로 바뀌면서 이동 경로에 따른 신체 전체의 회전 인자를 사용하여 확장된 움직임 표현한다. 동작 전체에서는 발끝부터 다리를 통해서 척추와 머리까지 이어지는 기능적인 연결로 무용수의 신체는 어느 한 부분을 강조하지 않고 전체적 조화를 이루게 하고, 중심 지지(Core Support)와 호흡 지지(Breath Support)의 사용으로 수직의 움직임을 과도가 부드럽게 물결치는 모양으로 강조한다. <그림 30>~<그림 31>은 스텝 4~6로 이때 여성의 머리는 수직의 범위에서 뒤 공간으로 벗어난 왼쪽-뒤, 오른쪽- 뒤 공간을 향하고 있으므로 균형을 위해서는 시선을 움직이는 방향으로 고정하는 직접적인 공간 에포트를 사용한다.

그리고 이 동작은 다양한 포지션의 홀드를 사용하는데, 이때 여성의 신체는 포지션에 따라 반응한다. <그림 29~32>와 같이 여성의 머리와 몸의 위치는 남성의 몸의 오른쪽에 접촉된다. 왈츠를 출 때 남·녀 무용수의 홀드가 매우 가까운 거리를 지니기 때문에 여성은 머리의 제스처에 이어 몸의 위치 또한 매우 중요한 역할을 한다. 이를 통해 남·녀 무용수의 홀드의 형태에서는 부피감을 만들고, 여성 자신의 움직임 공간이 커질 뿐만 아니라 남성이 우선적으로 주도하는 움직임을 할 수 있도록 한다. 단적인 예로 <그림 28>과 같이 여성이 남성보다 뒤에 위치하고 있기 때문에 여성은 남성이 리드한 후에 따라가는 형태의 움직임을 하게 되는 것이다.

3) 내추럴 스핀 턴(Natural Spin Turn)

내추럴 스핀 턴은 1,2,3 4,5,6의 리듬을 사용하며, 내추럴 턴 전반 스텝 1,2,3을 한 후 스핀 4,5,6을 하는 동작이다. 스텝 4에 남성은 피벗(pivot) 회전을 하고, 여성은 피벗팅 액션(Pivoting action)을 한다. 남성의 경우 피벗 회전을 할 때 발의 풋워크(Footwalk)은 발끝, 뒤꿈치, 발끝의 순서로 바닥에

닿아야 하며, 피봇 회전 후 스텝 5는 발의 뒤꿈치부터 토로 올라가는 동작으로 일반적인 왈츠 동작의 풋워크와는 다른 점을 갖고 있다. 이 스텝이 내추럴 스핀 턴의 가장 큰 특징이며, 중점이 되는 동작이다.



<그림 32>내추럴 스핀 턴 1



<그림 33>내추럴 스핀 턴 2

(1) 남성의 움직임

남성은 <그림 1>~<그림 7>과 같이 상체의 수평과 수직으로 부피감을 갖는 상체의 형태를 나타낸다. 움직임의 원리는 견갑골-손가락 연결성(Scapular-Fingertips Connectivity)과 머리-꼬리뼈(Head - Tailbone Connectivity)의 연결성을 사용하여 머리까지 수직을 이루는 긴 선과 수평으로 확장된 팔은 몸의 균형을 만들어 움직임을 효율적으로 한다. 특히, <그림 34>와 같이 피봇 회전할 때 사용되는 이 연결성은 수직을 축으로 도는 동안에도 상체의 수평적인 감각을 통해 균형 있는 움직임을 수행할 수 있다. 그리고 이때 남성은 머리의 제스처를 통해 뒷공간을 의식하여, 뒤로 피

벗 회전하는 움직임에서 나타날 수 있는 불균형을 균형 있게 바꾸고 있다. 그리고 <그림 32>의 3차원 공간이 <그림 33>에서는 2차원 공간으로 바뀌는 동작에서는 왈츠를 출 때 사용되는 기술적인 요소의 몸의 기울기의 움직임이 나타난다. 이 움직임을 할 때는 발부터 머리까지의 선이 직선으로 만들어져 있으면서, 스텝 1이 오른발일 경우 스텝 2~3은 오른쪽으로, 스텝 1이 왼발일 경우 왼쪽으로 기울인다. 스텝 2~3을 하는 동안 기울기를 하면서 스윙이 함께 수행되어야 기울기를 효과적으로 할 수 있다. 몸의 기울기를 효율적으로 이루게 하는 움직임의 원리는 신체의 연결성과 중심 지지를 통한 호흡 지지를 통해 만들어진다. 효율적인 몸의 기울기가 되었을 경우, 남·녀 무용수의 자세는 안정감을 유지하게 된다. 스윙과 기울기의 움직임은 왈츠에서 자주 사용되는 요소이며, 표현적인 동작을 하는데 매우 유용하다. 그것은 스윙을 통해서 잔잔한 파도의 높은 끝과 바닥으로 파도가 부서지는 움직임을 표현하기 위해 BF의 원리 중 중심 지지와 호흡 지지를 사용한다. 이와 같은 남·녀 무용수의 움직임은 마치 조각이 움직이는 것과 같은 동작으로 부드럽고 자연스러운 흐름의 움직임을 효과적으로 만든다. 하지만 몸의 기울기¹¹⁹⁾는 아주 가볍게 해야 하며, 오랜 시간에 걸쳐서 자연스럽게 습득해야 하는 기술이므로 초보자는 몸의 기울기를 천천히 연습하는 방법을 취하는 것이 효과적이다.

<그림 35>~<그림 36>의 스텝 4,5에서 남성은 오른팔로 여성을 지지하기 위해 왼팔에서 사용되는 견갑골-팔꿈치(Scapular-Elbow Connectivity)의 연결성은 여성의 움직임을 리드한다. 이는 무게 중심이 있는 오른발의 지지를 받는 상·하체의 연결성과 함께 여성이 뒤로 가기에서 다시 앞으로 이동하기를 하도록 통제한다. 이때의 움직임에서도 남성은 수직의 자세를 유지하는 것을 볼 수 있다.

119) 김두련, 한선숙 공역(2008). 댄스스포츠. p71 인용.

왈츠에서 표현되는 자세의 특징은 사교를 목적으로 추어졌던 유럽의 궁중 무도회¹²⁰⁾에서 발견할 수 있다. 왈츠를 출 때 남성은 신사적으로 여성을 리드해야 하고, 여성은 남성의 리드를 받으면서도 자신의 품위를 지키고 우아함을 잃지 않는 기본자세에서 시작한다. 이러한 자세를 표현하기 위해 무용수는 상체에서 나타나는 연결성에 의해 신체 정렬을 효율적으로 의식하는 것이 중요하다.



<그림 34>
내추럴 스피 턴 3



<그림 35>
내추럴 스피 턴 4



<그림 36>
내추럴 스피 턴 5

하체의 움직임은 <그림 32>는 스텝 1에 내려가기를 하는 동작이다. 이때 그라운드(grounding)를 효과적으로 사용하여 바닥으로 가까워지면서 안정적인 무게감을 갖고, 상·하체에서 사용하는 위-아래 방향의 상반된 긴장감(Counter Tension)은 수직으로 올라가면서 시상으로 나아가기 위한 움직임을 균형 있게 만든다. 하지만 스텝 2, 3(<그림 33>참고)에서는 2차원 면적

120) 김미숙(2001). 댄스스포츠를 통한 몰입의 경험. p15 참고.

인 공간을 강조하면서 몸의 기울기와 함께 몸의 라인을 곡선으로 만들고 움직임의 형태를 확장시킨다. <그림 34~36>은 스텝 4, 5로 피벗 회전을 하는 동작이다. 이때 남성은 왼발을 축으로 오른쪽으로 회전을 하는데, 몸 전체의 회전 인자(Rotary Factor)를 사용한다. 남·녀 무용수가 함께 회전하는 관계에서 남성은 수직축을 의식하는 공간적 의지(Spatial Intent)의 원리와 회전 인자를 함께 사용하는데 수직축과 함께 안에서 피벗 회전을 하는 남성은 여성의 회전을 돕는다. 댄스스포츠의 모든 춤의 원리로 정해져 있는 남성과 여성의 역동적인 상호 관계성에서 비롯된다. 남·녀 무용수가 한 사람인 것처럼 춤을 추는 스탠다드댄스 장르에서도 기인한다. 이와 같은 회전 동작의 경우, 남성이 회전축이 되어야 하며 여성은 남성의 밖에서 회전을 하는 원리를 지닌다. 회전축을 가지는 남성의 동작과 실제로 회전을 하는 여성의 동작은 팽이의 축을 중심으로 회전이 발생하는 것과 같은 원리이다. 남성의 피벗 동작의 축은 여성의 움직임의 균형과 동작의 곡선적인 표현의 조화로움을 만든다. 이때 양팔은 수평의 감각을 유지하는데 수직축과 함께 수평면에서 함께 발생하는 시상적, 수평적 공간의 사용을 통해 공간의 조화를 통한 조형적 표현을 발생시킨다. 그리고 <그림 32>는 회전하기 전 남성의 왼발과 오른발은 몸 중심을 향해 교차되어 몸의 중심적 긴장을 이룬다. 이때 두 다리에서 일어나는 상반된 긴장감(Counter Tension)은 한쪽다리로만 중심을 이루는 불균형한 감각을 균형 있게 만들게 된다. 스텝 5(<그림 35~36> 참고)는 발의 뒤꿈치부터 발끝으로 무게 이동을 하며 호흡 지지(Breath Support)를 사용하는데, 이때 뒤꿈치를 시작점(Initiation)으로 하여 신체의 위를 향해 연속적인 진행 과정으로 움직인다. 이때 남성의 몸짓이 여성을 들어 올리는 것과 같은 동작의 이미지를 만든다. 이때 에포트 인자 중, 느려지는 시간과 빨라지는 시간이 하나로 구성된 스윙 프레이즈를 사용하여 신체의 움직임과 함께 다이내믹을 생성한다. 이때의 움직임 원리는 발끝의 무

게중심과 호흡 지지를 통해 발생하는 에너지를 여성의 머리까지 전달하여 움직임 전체를 풍부하게 만든다. 남성의 공간적 사용은 <그림 34>의 스텝 4에서는 마치 나선형의 3차원 공간을 사용하다가, <그림 37>과 <그림 38>의 스텝 5, 6에서는 평면의 2차원 공간을 만들면서 동적인 신체의 정렬을 이룬다. 이때의 신체는 좌골-말단 연결성(Sitzbone-Distal Connectivity)을 사용하여 상체를 지지하고, 하체의 선을 길게 만들어 수직의 공간을 만든다. 이 연결성과 함께 사용하는 호흡 지지는 스텝 5, 6에 크게 들이쉬는 호흡의 흐름은 수직공간의 범위를 최대한 길게 만들어 움직임을 확장된 형태로 만든다.



<그림37>내추럴 스핀 턴 6



<그림 38>내추럴 스핀 턴 7

(2) 여성의 움직임

여성의 상체의 움직임에서는 견갑골-손 연결성(Scapular-Hands Connectivity)을 사용하여 팔의 연결을 만들어 어깨와 손까지의 라인을 자연스럽게 하고

남성과의 연결을 효율적으로 만든다. 여성은 움직임에 하는 동안 다양한 연결성을 통해 개인공간의 수직축을 만들고 있으며, 남성의 지지와 여성 자신의 하체의 지지를 통해 엉덩이부터 머리까지의 선은 마치 꽃처럼 피어나는 곡선적인 형태를 통해 미적인 이미지를 만든다.

<그림 32>의 여성의 스텝 1의 움직임에서는 뒤로 이동하기를 하면서 뒷공간을 의식한다. 머리-꼬리뼈 연결성(Head-Tailbone Connectivity)을 사용하는 상체에서의 머리는 오른쪽에 뒷공간을 의식하면서 자연스럽게 머리의 제스처를 나타낸다. 하지만 스텝 2에 남성의 홀드가 바뀌면서 여성은 평면의 2차원 공간을 만들면서 남성을 따른다. 이때 머리의 제스처는 왼쪽으로 바뀌고 여성의 신체는 전체의 연결성을 통해 등과 머리 부위까지 이어지는 부드러운 곡선의 형태를 만든다. 특히 <그림 37>과 <그림 38>와 같이 스텝 5, 6에서 나타나는 머리의 제스처에서는 공간적 의지(Spatial Intent)를 사용하여 뒷공간을 의식하고, 연결성을 통해 만들어지는 신체의 중심선을 통과하는 에너지를 활성화한다. 왈츠를 추는 여성의 제스처¹²¹⁾는 머리를 통해서 나타난다. 머리의 제스처는 여성의 몸의 전체 라인을 만들고 때로는 움직임에 공간적 의지의 원리를 사용하는데 효과적이며, 움직임의 마지막 부분을 완성하는 중요한 역할을 한다. 머리의 제스처는 수직선에서 벗어나 약간 뒤로 젖힌 상태에서 왼쪽 혹은 오른쪽에 위치한다. 이 움직임 요소는 여성의 몸을 부드러운 곡선으로 만들고, 어깨부터 손끝까지 수평적으로 유지하게 하여 부드러운 곡선의 형태로 표현된다. 그리고 왈츠는 매우 가깝게 컨택(contact)된 포지션이기 때문에 남성의 입장에서 수직에서 벗어난 여성의 머리 제스처는 공간상에서 자유롭게 움직일 수 있도록 남성에게 공간 에포트를 제공한다. 따라서 왈츠를 추는 여성에게 머리의 제스처는 신체의 동작과 마찬가지로 중요하게 고려되어야 할 움직임 원리이다.

121) Ruud Vermeij(1994). LATIN. p100.

하체의 움직임에서는 신체의 무게를 지지하는 엉덩이와 발끝에서 만들어지는 꼬리뼈-말단 연결성(Tailbone-Distal Connectivity)은 하체의 선을 수직으로 만들고 상체를 지지하여 움직인다. 이때 발끝에서 올라가는 호흡 지지와 중심근육을 효과적으로 사용하는데, 발끝부터 사용되는 중심 지지는 호흡을 유지하며 움직임의 균형을 이룬다. 특히 스텝 2, 3(<그림 33> 참고)와 5, 6(<그림 37>, <그림 38> 참고)은 내전근의 사용과 함께 강한 호흡 지지를 사용하여 하체 움직임의 공간을 만든다. 스텝 4(<그림 34>, <그림 35> 참고)에 여성은 남성과 마찬가지로 신체의 오른쪽의 축으로 몸 전체의 회전을 하는데, 이때 하체의 연결성에 의해 만들어진 수직축은 회전 인자를 통해서 움직임을 효율적으로 만든다. <그림 37>과 같이 스텝 5의 움직임에서는 오른발을 왼발 옆에 브러쉬(brushed)하는 동작으로 발의 제스처를 사용하는 것으로 나타났다. 발의 제스처를 만들기 위해 중심-말단 연결성과 내전근의 사용, 회전 인자(Rotary Factor)의 요소들을 효율적으로 사용한다. 이 제스처는 발의 부위가 신체 전체에 걸쳐 연결성과 결합하여 브러쉬 동작을 완성한다.

여성의 움직임에서 나타나는 머리-꼬리뼈 연결성, 견갑골-손 연결성, 좌골-말단 연결성은 기능적인 움직임의 원리로 작용되어 여성의 신체의 전체를 공간상에서 마치 조각상과 같이 아름다운 비율과 곡선의 형태를 통해 움직임은 균형을 이룬다. 여성이 두드러지게 사용하는 머리의 제스처는 신체의 연결성과 함께 이루어지며, 이는 BF의 주제 중 기능-표현의 통합적인 원리로 작용되어 왈츠 움직임의 의미(이미지)를 만든다.

이 동작에서도 남·녀 무용수가 만들어내는 하체의 움직임에서는 연속적 진행 과정(Successive)을 사용하여 움직임을 원활하게 한다. 하지만 각 스텝의 움직임의 진행 과정은 다르게 사용하여 왈츠 움직임의 특징인 스윙을 통해 내려가기와 올라가기의 동작을 수행한다. 그리고 이를 효과적으로 표현

하기 위해 팔의 위치를 위-오른쪽의 수직면으로 향하게 한다. 이 진행 과정은 하체부위의 인접 관절들을 사용하여 발끝에서부터 움직임을 시작하여 상체의 가장 윗부분으로 향하는 연속적인 관계를 만들게 된다.¹²²⁾ 앞서 남성의 움직임에서 언급했듯이 스윙 프레이즈를 통해 공간 뿐 아니라 에포트 사용에서 발생하는 다이내믹한 움직임을 효과적으로 표현한다. 이 연속적 진행 과정과 함께 기능적 원리로 작용하는 신체의 연결성은 움직임을 균형 있게 만들고, 여기에 움직임에서 수반되는 몸의 기울기와 스윙은 호흡의 흐름을 이루고 리드미컬한 춤의 리듬을 만든다.

4) 아웃사이드 체인지(Outside Change)

아웃사이드 체인지(Outside Change)는 왈츠의 동작들 중 복잡한 공간에서 가장 쉽고 유용하게 사용되는 동작이며 L.O.D를 다시 설정하기 위한 과정에서 방의 구석(corner)에서 중간으로 이동하기를 할 때 주로 사용되며, 주로 내추럴 휘겨에 연결되어 추어진다. 동작의 리듬은 1,2,3이며, 남성은 DC 방향을 뒤로 하고 왼발이 뒤로 이동하기를 하고 여성은 오른발이 앞으로 이동하기를 하며, 마지막 스텝에 DW로 마친다.

첫 스텝의 경우 여성은 주로 남성의 다리 사이로 이동하기를 하지만, 전 동작에 따라 남성의 밖으로 이동하기를 하기도 한다. 분석하는 이 영상에서는 이전 동작을 백 워드 록 스텝(Backward Rock Step)으로 마쳤기 때문에 여성은 남성의 밖으로 이동하기를 하는 동작으로 분석했다.

122) 신상미, 김재리(2010). 몸과 움직임 읽기. p67-68.



<그림 39> 아웃사이드 체인지 1 <그림 40> 아웃사이드 체인지 2

(1) 남성의 움직임

남성의 첫 스텝(<그림 39> 참고)은 뒤로 가기를 하면서 뒷공간을 강조한다. 이때의 무용수는 뒤로 가기 위한 공간적 의지(Spatial Intent)와 함께 상·하체를 연결하는 중심-말단 연결성(Core-Distal Connectivity)의 원리를 사용한다. 남성의 신체는 하체의 지지를 통해 상체가 오른쪽으로 트위스트하면서 만들어지는 상반된 긴장감(Counter Tension)을 나타낸다. 이 원리는 여성의 움직임에도 영향을 주게 되는데, 이는 왈츠의 동작 원리에서 주로 사용하는 CBM¹²³⁾의 요소와 동질감을 가지며, 이로 인해 남·녀 무용수의 신체는 로테이셔널 무브먼트(Rotational Movement)¹²⁴⁾를 만들면서 움직임의 이동 경로를 용이하게 한다. 상체는 머리-꼬리뼈 연결성(Head - Tailbone Connectivity)과 견갑골-손(Scapular-Hands Connectivity)의 연결성을 사용

123) 김종문, 엄화순(2001). 댄스스포츠. p217 인용.

124) 로테이셔널 무브먼트(Rotational Movement): 몸의 얼라인먼트(Aignment)가 새로운 방향을 향하도록 하는 회전이 일어나는 동작을 일컫는다(댄스스포츠 사전, 2011).

하여 양쪽의 공간을 아우르며 상체는 2차원적인 평평한 면을 강조하는 조형적인 형태를 만들어 수직적인 공간 안에서 수평적인 형태를 나타낸다. <그림 40>~<그림 42>와 같이 신체의 중심근을 사용하기 위한 중심 지지(Core Support)와 호흡 지지(Breath Support)는 왈츠의 스윙액션을 효율적으로 만들어 잔잔한 물결을 연상케 하는 자연적인 흐름의 표현을 강조한다.

하체움직임에서는 <그림 39>의 스텝 1은 내려가기를 하면서 뒤로 이동하기의 동작이다. 이때 그라운딩을 통해 바닥으로 가까워지면서 안정적인 무게감을 갖고, 상·하체에서 사용하는 위-아래 방향의 상반된 긴장감은 3차원 공간을 만들면서 움직임의 균형 있게 만든다. 스텝 2, 3의 <그림 41>~<그림 42>는 좌골-말단 연결성(Sitzbone-Distal Connectivity)을 사용하여 발끝의 중심 지지를 이루고, 긴 수직축을 만드는 호흡 지지를 통해서 움직임의 균형을 효율적으로 만든다.

이 동작에서 남성의 특징은 뒤로 이동하기를 할 때 몸의 뒷면에서 발생하는 공간적 의지이다. 뒷공간의 직선의 이동 경로를 사용하지만 한편, 시선은 직접적인 공간 에포트를 사용하여 앞의 공간을 강조한다. 이 에포트 의지(Effort Intent)는 다음 스텝을 원활하게 연결하도록 만드는 요소로 작용한다.

이 동작에서도 남·녀 무용수가 만들어내는 하체에서의 움직임의 진행 과정은 연속적 진행 과정(Successive Sequencing)을 사용하여 왈츠 움직임의 특징인 스윙과 함께 내려가기와 올라가기의 동작을 효과적으로 수행한다. 이 연속적 진행 과정과 함께 신체의 연결성은 수직적 자세를 강조하여 움직임 공간을 효율적으로 만들고, 움직임에서 수반되는 스윙의 요소는 움직임의 연동성을 만들어내면서 리드미컬한 표현을 풍부히 한다.



<그림 41> 아웃사이드 체인지 3 <그림 42> 아웃사이드 체인지 4

(2) 여성의 움직임

여성의 상체의 움직임에서는 남성과의 관계에서 양팔은 견갑골-손 연결성(Scapular-Hands Connectivity)을 사용한다. 이 팔의 연결성은 두 어깨와 손까지의 라인을 자연스럽고, 완만한 곡선으로 흐르는 듯한 우아함이 강조되는 여성성을 돋보이게 한다. 스텝 1의 여성은 <그림 39>와 같이 앞으로 이동하기를 하는데, 남성과 마찬가지로 상·하체의 상반된 긴장감을 사용하여 왈츠의 CBM 원리를 표현한다. 여성의 경우는 견갑골-손의 연결성에 의해 남성과의 관계성을 유지하며 리드를 받는다. 하지만 여성은 머리-꼬리뼈 연결성(Head-Tailbone Connectivity)을 사용하여 스스로 자세를 만드는데, <그림 41>과 같이 상체의 왼쪽에 위치한 머리의 제스처까지 연결되는 곡선적인 신체는 부드러운 자세를 유지하며 흐트러짐 없는 귀족여성들을 연상케 하는 우아함을 표현한다.

여성의 하체 움직임은 상체의 무게를 지지하는 하체에서 좌골-말단 연결성(Sitzbone-Distal Connectivity)을 사용한다. 스텝 1(<그림 39> 참고)에서

는 그라운드(Grinding)을 사용하여 내려가기의 움직임을 하는 신체의 무게를 안정적으로 만들고, CBM을 만드는 상·하체는 발달단계의 대측 움직임(Contralateral)의 유형을 사용하는데, 이는 3차원 공간의 균형적인 안정감을 갖는다. 또한 이 움직임에서는 교차-측면 연결성(Cross-Lateral Connectivity)이 함께 나타나는데, 이는 발의 경로와 다르게 상체는 남성쪽으로 로테이셔널 무브먼트(Rotational movement)로 되어 3차원의 조형적인 형태를 표현한다. 이와 같은 움직임은 상-하체의 통합적인 연결을 통해 왈츠의 CBM을 분명하게 만들고 움직임의 기능적 움직임은 통해 나타나는 표현적 움직임을 조화롭게 한다. 또한 여성의 상·하체의 연결성은 남성 안에서 움직이는 여성의 공간을 만들고, 무게 이동을 하면서도 여성의 우아한 자세의 형태를 유지하게 한다.

위와 같이 롬바와 왈츠의 춤에 BF의 기초원리를 적용시켜 분석한 결과를 다음의 표로 작성하고자 한다.

<표. 18> 룬바의 움직임 분석결과 (3-1)

BF원리 동작유형	연 결 성 (connectivity)	9가지 원칙	공간사용	표현의 특징	
오픈 힙 트위스트	남성	<ul style="list-style-type: none"> • 중심-말단 • 발뒤꿈치 -꼬리뼈 • 팔꿈치 -골반의 연결성 	<ul style="list-style-type: none"> • 중심 지지 • 공간적 의지 • 에포트 의지 	<ul style="list-style-type: none"> • 하체의 긴 선 1차원 수직축 • 나선형의 팔과 트위스트된 골반의 움직임 3차원 강조됨 	<ul style="list-style-type: none"> • 열정충동 조합의 다이내믹한 리듬미의 표현 • 수직축 사용을 통해 신체의 선 강조
	여성	<ul style="list-style-type: none"> • 머리-꼬리뼈 • 견갑골-손가락 연결성의 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 상반된 긴장감 • 중심 지지 • 회전 인자 • 가벼운 에포트 	<ul style="list-style-type: none"> • 뒤-앞사선의 위쪽방향으로 접히는 과정 -팔꿈치 사용 -3차원 공간 	<ul style="list-style-type: none"> • 여성성 강조한 관능적 미감 • 트위스트 후 - 정지의 미
알레마나	남성	<ul style="list-style-type: none"> • 견갑골-손가락 • 뒤꿈치-좌골 연결성의 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 중심 지지 • 무게 이동 • 회전 인자 • 상측 움직임 • 연속적 진행 과정 사용 • 공간적 의지 	<ul style="list-style-type: none"> • “∞”자 모양을 그리는 골반 -3차원 	<ul style="list-style-type: none"> • 여성을 리드 -남성성 강조 • 곡선의 조형적 형태 • 안정적인 균형감
	여성	<ul style="list-style-type: none"> • 중심-말단 • 중심-손가락 • 견갑골-말단 • 꼬리뼈-말단 연결성의 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 공간적 의지 • 중심 지지 • 연속적진행과정 • 대측 움직임 • 회전 인자 • 상반된 긴장감 	<ul style="list-style-type: none"> • 오른발의 수직축과 왼발의 교차된 축에서 3차원 공간을 강조함 	<ul style="list-style-type: none"> • 관능적 미 표현 • 회전 후 -정지의 미 • 시간 에포트의 리드미컬한 움직임의 표현 -리듬미

<표. 19> 룬바의 움직임 분석결과 (3-2)

BF원리 동작유형	연 결 성 (connectivity)	9가지 원칙	공간 사용	표현의 특징	
오 프 닝 아 웃 투 라 이 트 엔 레 프 트	남 성	<ul style="list-style-type: none"> • 견갑골-손가락 • 팔꿈치-손가락 • 발뒤꿈치-꼬리뼈 연결성의 사용	<ul style="list-style-type: none"> • 회전 인자 • 상반된 긴장감 • 공간적 의지 	<ul style="list-style-type: none"> • 1차원의 수직축 • 2차원의 수직면 • 2,3차원의 복합적 차원의 공간 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 팔의 곡선 형태의 움직임 강조-리듬미컬한 표현 • 남성리드의 조형적 표현 -조형미
	여 성	<ul style="list-style-type: none"> • 중심-손가락 • 발뒤꿈치-좌골 연결성의 사용	<ul style="list-style-type: none"> • 회전 인자 • 에포트 의지-직접적인 공간 • 상반된 긴장감을 통해 균형을 이룸 	<ul style="list-style-type: none"> • 펼쳐지고 접히는 팔의 움직임-3차원 	<ul style="list-style-type: none"> • 부드러운 골반 움직임의 여성성 강조 -우아미 • 팔의 움직임의 리듬미 조형적 표현
스 파 이 럴 투 풀 어 웨 이	남 성	<ul style="list-style-type: none"> • 발뒤꿈치-팔꿈치 • 팔꿈치-등 • 견갑골-손가락 • 배꼽-발 • 좌골-발뒤꿈치 	<ul style="list-style-type: none"> • 공간적 의지 • 에포트 사용 • 상·하체의 상반된 긴장감 	<ul style="list-style-type: none"> • 1차원의 수직축 • 2차원의 수직면 • 시상면 등의 공간적 변화 	<ul style="list-style-type: none"> • 수직축 사용을 통해 신체의 선 강조 -조형미 • 팔의 제스처-조형적 표현 • 남성의 내면적 의지의 표현
	여 성	<ul style="list-style-type: none"> • 발끝-머리 • 견갑골-말단 • 중심-말단 • 좌골-뒤꿈치 	<ul style="list-style-type: none"> • 호흡 지지 • 중심 지지 • 무게 이동 • 공간적 의지 • 에포트 의지 • 동시적 진행 과정 	<ul style="list-style-type: none"> • 1차원의 수직축 • 교차된 신체는 나선형의 형태를 지님 3차원 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 균형적인 움직임 • 나선형의 곡선의 형태 -조형성 강조 • 시간 에포트의 리듬미

<표. 20> 룬바의 움직임 분석결과 (3-3)

BF원리 동작유형	연 결 성 (connectivity)	9가지 원칙	공간 사용	표현의 특징	
컨티너스 서클리 힙 트위스트	남성	<ul style="list-style-type: none"> • 견갑골-손 • 어깨-손 • 무릎-발끝 연결성의 사용	<ul style="list-style-type: none"> • 상동움직임 • 에포트 의지 -환상충동 조합 • 회전 인자 • 중심 지지 • 공간적 의지 • 무게 이동 	<ul style="list-style-type: none"> • 1차원의 수직축 • 상체는 앞을 향하고 왼쪽 다리는 뒤로 크로스 형태는 3차원 강조됨 	<ul style="list-style-type: none"> • 상반된 긴장감 -균형미 • 팔의 제스처 -형태미 • 환상충동조합을 통해 액센트를 사용한 리듬미
	여성	<ul style="list-style-type: none"> • 견갑골-손 • 어깨-손 • 무릎-발끝 연결성 사용	<ul style="list-style-type: none"> • 중심 지지 • 상, 하체의 상반된 긴장감 	<ul style="list-style-type: none"> • 상체는 남성을 향해 하체는 반대방향의 움직임-3차원 	<ul style="list-style-type: none"> • 시간 에포트의 사용과 회전 후 -정지의 미 • 조형미 • 하체의 선 강조 -관능미
슬라이딩 도어즈	남성	<ul style="list-style-type: none"> • 중심-말단 • 발뒤꿈치-좌골 • 골반-발끝 연결성의 사용	<ul style="list-style-type: none"> • 공간적 의지 • 동시적 진행 과정 • 에포트 의지 -상대, 동작충동 • 개인공간 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 앞과 뒤, 옆의 경로를 반복사용하여 일반공간의 사용을 강조 • 3차원입체감 	<ul style="list-style-type: none"> • 개인공간의 확장을 통해 나타나는 조형적 표현 -조형미 -정지미 • 다양한 공간사용을 통한 움직임 -공간미
	여성	<ul style="list-style-type: none"> • 중심-말단 • 좌골-발뒤꿈치 • 골반-발끝 연결성의 사용	<ul style="list-style-type: none"> • 중심 지지 • 팔 움직임의 연속적 진행과정 • 에포트 의지 • 공간적 의지 • 회전 인자 • 대측 움직임 • 상측 움직임 • 개인공간 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 뒤, 앞, 옆의 경로 사용하는 일반공간 강조 • 2차원 공간 • 3차원 공간 	<ul style="list-style-type: none"> • 3차원 공간을 사용한 입체감 -관능적인 미감 -정지의 미 -조형미 • 다양한 공간 사용을 통해 공간미가 보여짐

<표. 21> 왈츠의 움직임 분석결과 (2-1)

BF원리 동작유형	연 결 성 (connectivity)	9가지 원칙	공간 사용	표현의 특징	
터닝록 투 더 라이트	남 성	<ul style="list-style-type: none"> • 견갑골-손 • 머리-꼬리뼈 • 중심-말단 • 꼬리뼈-말단 	<ul style="list-style-type: none"> • 강한 호흡 지지 • 공간적 의지 • 상반된 긴장감 • 무게 이동 	<ul style="list-style-type: none"> • 1차원의 수직축 • 이동 경로의 일반공간 사용 • 2차원(면) • 3차원 • 수직, 수평, 시상면 등의 공간 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 상체형태의 부피감 • 수직축의 공간적 감각 • 흐름의 미
	여 성	<ul style="list-style-type: none"> • 머리-꼬리뼈 • 견갑골-손 • 꼬리뼈-뒤꿈치 연결성의 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 공간적 의지 • 중심 지지 • 회전 인자 • 호흡 지지 	<ul style="list-style-type: none"> • 신체의 궁형 형태는 3차원 사용함 • 이동 경로의 일반공간 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 곡선의 궁형의 우아함의 표현 -머리의 체스처 • 직접공간 에포트의 공간미
위 브 프 룬 피.피	남 성	<ul style="list-style-type: none"> • 견갑골-손 • 머리-꼬리뼈 • 꼬리뼈-말단 	<ul style="list-style-type: none"> • 대측 움직임 • 강한 호흡 지지 • 상반된 긴장감 • 연속적진행과정 • 중심 지지 • 그라운드 	<ul style="list-style-type: none"> • 상·하체의 교차형태는 3차원을 사용 • 1차원의 수직축 • 이동 경로의 일반공간 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 수직의 형태 • 안정적인 균형감 • 호흡과 공간 에포트 특질을 통해 잔잔한 물결의 흐름의 미 표현
	여 성	<ul style="list-style-type: none"> • 머리-꼬리뼈 • 견갑골-손 • 중심-말단 연결성의 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 호흡 지지 • 중심 지지-내전근 사용 • 연속적진행과정 • 그라운드 • 회전 인자 • 직접적 공간 에포트 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 궁형 형태의 3차원 사용 • 이동 경로의 일반공간 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 곡선의 궁형적 형태의 우아함 • 여성 신체의 형태-꽃처럼 피어나는 표현 • 왈츠 리듬의 흐름-물결의 연동성 표현

<표. 22> 왈츠의 움직임 분석결과 (2-2)

BF원리 동작유형		연결성 (connectivity)	9가지 원칙	주요 공간 사용	표현의 특징
내추럴 스핀 턴	남성	<ul style="list-style-type: none"> • 견갑골-손 • 머리-꼬리뼈 • 견갑골-팔꿈치 • 좌골-말단 연결성의 사용	<ul style="list-style-type: none"> • 회전 인자 • 상반된 긴장감 • 공간적 의지 • 연속적 진행과정 • 무게 이동 	<ul style="list-style-type: none"> • 나선형의 3차원 공간 • 2차원 면적인 공간 강조 • 이동 경로의 일반공간 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 수평과 수직축을 통해 신체의 선 강조 • 다양한 공간을 통한 공간미
	여성	<ul style="list-style-type: none"> • 견갑골-손 • 머리-꼬리뼈 • 꼬리뼈-말단 • 중심-말단 연결성의 사용	<ul style="list-style-type: none"> • 공간적 의지 -머리의 제스처 • 중심 지지 • 강한 호흡 지지 • 회전 인자 • 연속적 진행과정 	<ul style="list-style-type: none"> • 개인공간 -수직축 • 평면의 2차원 공간 • 이동 경로의 일반공간 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 신체의 부드러운 곡선형태 • 궁형-우아미 • 호흡의 흐름과 왈츠의 리듬이 만들어 내는 흐름의 미
아웃 사이드 체인지	남성	<ul style="list-style-type: none"> • 중심-말단 • 머리-꼬리뼈 • 견갑골-손 • 좌골-말단 	<ul style="list-style-type: none"> • 공간적 의지 • 상반된 긴장감 • 중심 지지 • 호흡 지지 • 직접적공간 에포트 • 연속적 진행과정 • 그라운드 	<ul style="list-style-type: none"> • 1차원의 수직축 • 2차원의 면적인 공간강조 • 3차원 공간 • 이동 경로의 일반공간 사용 	<ul style="list-style-type: none"> • 스윙액션의 흐름의 표현 • 3차원공간을 사용한 입체감 -조형의 형태
	여성	<ul style="list-style-type: none"> • 견갑골-손 • 머리-꼬리뼈 • 좌골-말단 • 교차-측면 	<ul style="list-style-type: none"> • 상반된 긴장감 • 그라운드 • 대측 움직임 • 연속적 진행과정 • 중심 지지 • 호흡 지지 	<ul style="list-style-type: none"> • 이동 경로의 일반공간 사용 • 궁형형태의 3차원 공간 	<ul style="list-style-type: none"> • 여성성의 -우아함 표현 • 3차원공간을 사용한 입체감 -조형적 표현

3. 룸바와 왈츠의 기능과 표현 특성

1) 룸바의 기능·표현 특성

앞서 제시된 움직임의 기능적 요소의 분석 결과를 토대로 룸바춤의 움직임의 기능적 원리에 대해 종합하면 다음과 같다. 첫째, 룸바춤의 움직임의 기능적 특성은 신체의 상·하체의 연결성에 의해 동작의 구조를 만드는 것을 알 수 있다. 남·녀 무용수에게서 주로 나타나는 상체의 연결성은 머리-꼬리뼈, 견갑골-손가락, 중심-손가락, 어깨-손 등이 나타나고, 하체의 연결성은 발뒤꿈치-꼬리뼈, 뒤꿈치-좌골, 꼬리뼈-말단 등이다. 연결성은 움직이는 몸을 사용해 효과적으로 표현하는 것과 더불어 기능적으로도 불필요한 긴장을 없애고 움직임을 안정적인 균형 안에서 자연스러운 움직임의 연결을 만들어 낼 수 있게 한다(신상미, 김재리, 2010). 룸바와 왈츠에서도 이 같은 연결성들은 통합적인 신체의 정렬을 만들어 안정적인 균형을 갖으며 더불어 움직임의 부피를 확장시키며, 동작의 조형적인 형태로 나타났다.

남성의 경우 중심-말단, 팔꿈치-골반, 견갑골-손 등의 연결성을 사용하여 여성의 리드를 하는 움직임을 갖는 것이 특징이다. 이 연결성은 주로 남성의 팔 동작에서 자주 찾아 볼 수 있다. 오픈 힙 트위스트 동작의 <그림 1>~<그림 6>, 알레마나의 <그림 7>~<그림 9>, 스파이럴 투 폴어웨이의 <그림 12>~<그림 16> 등의 움직임에서 찾아볼 수 있다. 이때 한 팔로는 여성을 리드하기 위한 균형을 이루고, 다른 쪽 팔로는 표현을 위주로 한 움직임을 만들어, 상체-하체의 조화로운 움직임을 만든다. 그리고 팔꿈치-골반, 골반-발끝, 무릎-발끝 등의 연결성은 컨티너스 서큘러 힙 트위스트의 <그림 17>, 슬라이딩 도어즈의 <그림 22> 등에서 발견되었으며, 남성의 강한 힙 움직임과 동작의 정지를 효율적으로 만들고 이를 통해 조형적이며 역

동적인 남성성의 표현을 나타낸다.

여성의 경우는 팔꿈치-골반, 좌골-뒤꿈치, 골반-발끝 등의 연결성을 사용하였다. 여성의 경우는 리드를 하는 남성과 상반된 입장에서 팔로워댄스를 하는 여성의 동작 원리에 따른 신체의 연결성을 발견할 수 있다. 신체의 연결성 중 중심-말단(손)의 연결성을 통해 남성과의 팔로워댄스를 하는 균형을 이룬다. 하지만 여성은 완전히 남성에게 의지하는 수동적인 자세가 아니라, 여성 스스로 다양한 연결성을 통해 자신의 의지로 신체를 스스로 통제하며 우아한 분위기의 여성성을 표현한다. 특히 스파이럴 투 폴어웨이의 동작 <그림 12>, <그림 13>과 같이 한 팔은 남성에게 맡긴 채, 다른 쪽 팔의 어깨-손 연결성에 의해 나타나는 팔의 제스처는 좀 더 복잡한 공간 안에서 만들어지는 나선형의 곡선적인 팔의 형태로 여성성의 우아함을 나타내며 조형적 표현을 가능하게 한다. 이러한 곡선의 움직임은 우아함, 여성적인 성격(송수남, 1989)을 나타내는 것으로 룸바를 추는 여성의 팔의 움직임과 부드러운 힙 움직임에서 강조되는 것을 알 수 있다. 이와 함께 하체의 선을 강조하는 컨티너스 서클러 힙 트위스트 동작의 <그림 19>와 슬라이딩 도어즈의 동작 <그림 22>는 골반-발끝의 연결성을 사용하여 관능적인 조형의 형태를 나타내며, 다양한 동작들에서 사용되는 좌골-뒤꿈치의 연결성은 또한 움직임 공간의 조형적 신체상을 만들고 있다. 이와 같이 트위스트 된 상-하체는 신체 자세의 균형적인 정렬을 이루며, 외면적 공간에서 때로는 정지 상태를 만들며 조형적인 요소를(김경자 역, 2000) 가진 역동적 동작으로 나타났다. 이를 통해 움직임은 3차원 공간의 안정적인 에너지를 가지며, 조형적 형태를 만들고 있음을 알 수 있다. 이와 같은 몸 전체는 연결되어 있으며, 모든 신체 부위는 관계가 있으며 신체 부위의 변화는 몸 전체를 변화시키며(신상미, 김재리 역, 2015), 움직임 또한 다양한 방식으로 표현됨을 알 수 있다.

둘째, 룸바에서 효과적인 움직임 수행을 위해 주로 사용하는 BF의 원칙들은 다음과 같다. 이는 중심 지지, 호흡 지지, 공간적 의지, 회전 인자, 무게 이동, 에포트 동기, 움직임의 진행 과정, 발달 유형 등이다. 이 춤에서 가장 두드러지게 많이 사용되는 원칙들은 중심 지지, 무게 이동과 공간적 의지 그리고 회전 인자이다.

댄스스포츠의 동작은 표준화 된 도법에 의해 주어지는 특성¹²⁵⁾을 지니기 때문에 중심 지지에 따른 무게 이동과 공간적의지의 요소를 사용하는 것은 움직임을 매우 효과적으로 만들어 주는 것을 알 수 있다. 무게 이동은 움직임의 선택을 분명하게 해주고 신체의 정렬(이경희, 김현남, 2009)를 효과적으로 만들고, 공간적 의도는 바르테니에프가 주장한 것처럼 신체가 움직이려고 하는 방향이 어디인지 분명한 공간에 대한 인식과 확실한 의지는 움직임을 실행하기 위한 요소로¹²⁶⁾ 작용한다. 이때의 공간적 의지는 특정 방향으로 가고자 할 때 분명한 경로를 정하고 움직이는 것으로 그 의지가 분명할수록 우리의 신경 근육계는 좀 더 효과적으로 움직임의 목적을 성취할 수(신상미, 김재리, 2010; 황유설, 2010) 있게 함으로써 움직임을 유동적이고 자연스럽게 만드는데 매우 중요하다(신상미, 김재리, 2010). 룸바의 스파이럴 투 폴어웨이의 남성의 뒤로 가기 움직임과 여성의 앞으로 가기의 움직임과 컨티너스 서큘러 힙 트위스트의 회전 동작이 대표적이다. 스파이럴 투 폴어웨이에서 남성은 뒤로 가기의 공간적 의지를 가지고 팔로서 여성을 앞으로 가기를 리드한다. 여기서 사용된 공간적 의지는 남성의 팔과 뒷공간을 의식하는 것에서 찾을 수 있으며, 남성 자신과 여성의 움직임을 효과적으로 만들고 있다. 컨티너스 서큘러 힙 트위스트의 남성은 왼쪽 방향의 의지를 가지고 서큘러의 동작을 수행하며 여성을 리드한다. 왈츠에서는 L.O.D의 형식에 따라 움직임의 경로는 공간적 의지에 의해 더욱 분명해진다. 두 무용수

125) 김문경(2010). LMA에 의한 라틴댄스의 움직임 분석. p6. 재인용.

126) 이경희, 김현남(2009). 엄가드 바티니에프의 기본원리에 따른 움직임 원리. p192.

가 사용하는 공간적 의지는 춤의 전진과 후진, 회전, 방향, 각도 등을 인식하게 하고 이동 경로를 분명하게 함으로써 표현적 움직임을 풍부히 한다. BF에서도 의도적으로 공간적 의지를 갖고 움직이는 것을 주요 특성으로 다룬다(신상미, 김재리, 2010). 이 요소는 롬바와 왈츠에서도 이동 경로를 향해 움직이는 두 무용수의 몸을 안정적이고 자유롭게 이동하여 각각의 움직임의 도법에 따른 경로를 충실히 수행하게 한다.

그리고 회전 인자는 광범위한 움직임을 가능하게 해준다(신상미, 김재리 역, 2015) 요소로 해부학적으로도 하나의 동작에 다양한 근육들의 연쇄적 사용을 가능하게 하여 기능적으로 효율적인 움직임을 할 수 있게 한다.¹²⁷⁾ 롬바에서는 어깨관절, 팔꿈치, 골반, 상체, 신체 전체 등의 다양한 부위에서 회전 인자를 사용하였다. 남성의 경우, 팔의 움직임을 위한 어깨관절에서 일어나는 회전과 무릎 관절에서 시작되는 룬데 액션, 골반의 쿠카라차 액션에서 이 원리를 찾을 수 있다. 특히 어깨관절의 회전 인자는 팔의 기능을 원활하게 해줌으로써 여성을 효율적으로 리드하며 부피감을 갖는 형태로 나타났으며, 하체 부위에서 일어나는 회전 인자는 3차원 공간에서 조형적 형태를 나타내면서도 부드럽고도 강한 남성성을 나타내는 에너지의 표현을 활발하게 하는 요소로 작용한다.

여성의 경우는 다양한 팔의 제스처를 통해서 전체 동작을 완성¹²⁸⁾하기 위한 어깨관절의 회전, 관능적인 미감을 나타내는 골반의 회전, 그리고 몸 전체의 피부 턴에서 이 원리를 주로 사용한다. 여성이 갖는 춤의 에너지는 회전 인자를 사용하여 다양한 부위의 회전을 일으키는데, 이는 3차원 공간상의 조형적인 측면에서 곡선이나 직선과 같은 단순한 이미지보다는 나선형이나 입체적인 형태를 만들면서 신체 움직임의 복잡성의 범위를 확장한다. 또한 신체전체의 피부 턴의 회전 인자 사용은 조형적 부피감을 갖는 정지의

127) 신상미, 김재리(2010). 몸과 움직임 읽기. p66.

128) Ruud Vermey(1994). LATIN. p100.

형태를 만들고, 골반의 회전 인자는 부드러운 움직임으로 보이며, 동시에 관능적인 여성성을 돋보이게 한다.

9가지 원칙들 중 이 춤에서 중요하게 사용되어진 요소 중 하나는 에포트 인자이다. 에포트는 움직임의 가장 바탕이 되는 내적인 충동이나 동기 등을 표현하는 움직임의 무드를 제공하는 것(강성범, 2007)으로 두 가지 또는 세 가지 에포트의 조합을 사용하여 움직임의 표현을 만든다. 룸바의 남·녀 무용수가 만들어내는 내면적 감정교류에 의해 나타나는 외형적 움직임의 표현은 남·녀 간의 감정 표현의 상징으로 남성성의 강함과 여성성의 부드러움을 나타내며, 남·녀 커플의 로맨틱한 분위기는 부드럽고 관능적인 표현의 움직임에서 현저하게 드러냄을¹²⁹⁾ 찾을 수 있다. 즉, 남·녀 간의 사랑과 슬픔, 긴장의 감정특질을 지니는 룸바춤에서 에포트의 인자 사용은 춤을 추는 무용수에게 내적인 동기가 되고 있음을 알 수 있었다. 또한 에포트 인자와 호흡 지지가 결합하여 남·녀 무용수의 움직임을 수축과 확장의 끈끈하면서도 활발한 리듬의 에너지를 생성한다. 그리고 아홉 가지 원칙 중 회전 인자는 에포트 동기를 함께 사용하여 룸바에서는 신체의 다양한 부위에서 또는 몸 전체에서 사용하고, 반면 왈츠는 남·녀 무용수의 신체와 함께 움직이는 동작전체에서의 사용을 발견할 수 있다. 이를 통해서 두 무용수가 표현하는 외면적 움직임의 미적 감흥을 불러일으키고, 서로의 시선 속에서 매혹적인 관능미¹³⁰⁾를 자아내는 것이다.

마지막으로 움직임의 시작과 진행 과정, 발달 유형의 움직임 원칙이 사용된 것으로 나타났다. 신체 각 부위의 움직임을 시작으로 신체의 다양한 경로를 통해 진행되며(신상미, 김재리, 2010) 연속적 또는 신체 부위가 동시에 움직이는 동시적 진행 과정을 사용한다. 진행 과정은 신체의 각 부위가 동시에 또는 연속적으로 반응을 일으키며 움직임을 연결시키는데, 특히 연속

129) 이경숙(2013). 춤의 상징: 룸바를 중심으로. p239.

130) Shirley Ayme(1999). Latin-American at It's Best-RUMBA. p61.

적 진행 과정의 원리는 왈츠의 하체 움직임에서 주로 사용하는 것과 다르게 림바에서는 상체의 움직임에서 주로 사용하는 것을 알 수 있다.

남성의 경우 여성의 회전을 돕기 위해 자신의 어깨관절을 사용하는데 이때, 견갑골에서부터 시작하는 팔과 손의 연속적 진행 과정(Successive Sequencing)은 팔 전체의 회전을 효과적으로 만들고 움직임의 외형적 형태의 부피를 증폭시킨다. 여성의 경우는 슬라이딩 도어즈의 팔 움직임에서 찾아볼 수 있다. 쿠카라차의 동작을 하면서 이루어지는 팔의 움직임은 팔꿈치로부터 시작(Initiation)되어 손끝까지 횡단적으로 움직이며 동작의 복잡성을 갖는 것으로 나타났다. 이때 연속적인 진행 과정과 함께 2차원의 공간과 손끝을 바라보는 시선과 같은 쪽 다리의 움직임에서 나타나는 상측 움직임(Homolateral)의 유형은 2차원의 면적인 공간을 강조하고 있음을 알 수 있다. 이는 팔이 복잡한 공간에서 그려내는 다양한 곡선들의 구성과 조화를 이루어 움직임의 형태적, 질적 표현을 풍부하게 한다.

팔, 골반, 다리 등 신체의 많은 부위를 한꺼번에 움직이는 동시적 진행 과정(Simultaneous Sequencing)은(신상미, 김재리, 2010) 상·하체가 반대로 움직이는 대측 움직임(Contralateral)유형과 함께 사용되기도 한다. 이 두 가지 움직임 원리는 3차원 공간을 강조한다. 동시적 진행 과정과 대측 움직임이 함께 사용된 동작의 예는 슬라이딩 도어즈의 여성의 스텝 3의 움직임이 대표적이다. 왼팔과 오른쪽다리의 동시적 움직임이 교차된 대측 움직임을 만드는데, 이때 상반된 긴장감(Counter Tension)을 사용하여 움직임을 더욱 안정적으로 만들었다. 상반된 긴장감은 몸의 사지가 어떤 한 방향으로 움직일 때 공간적 의지를 가지고 그 반대 방향을 의식하면서 움직임의 안정성을 유지하는 것을 의미(신상미, 김재리, 2010; 강지민, 2017)한다. 림바의 무용수는 3차원 공간을 사용하는 대측 움직임과 상반된 긴장감을 통해 어떠한 동작과 자세를 취하더라도 역동적인 균형(Dynamic Alignment)과 표현이 풍부

한 움직임은 만드는 것이다. 이 순간 여성은 정지 자세를 만들어 관능적이고 조형적인 형태로서 외형적 표현을 강조할 수 있게 된다. 이와 함께 트위스트 된 몸에서는 내전근의 지지를 얻는데 이때 몸의 깊은 근육을 사용하는 장요근을 활성화하여 움직임을 강하고 유연하게(신상미, 김재리, 2010) 만든다. 이처럼 움직임을 하는 동안 장요근은 ‘중심 핵심’ 근육으로 다리에서 척추로의 연결 통로이며 호흡을 통해서 상체와 하체의 움직임을 통합하기 위한 ‘운동학적 연결고리(Kinetic chain)’를 형성한다(정이선, 2010). 이 요소는 바닥에서부터 중심까지, 중심부터 말단까지의 운동성을 활발하게 하는 것은 물론 움직임의 균형을 이루게 하여 움직임의 표현을 풍부하게 만든다.

룸바춤의 표현의 특징은 다음과 같다. 춤의 표현은 앞서 다뤄진 춤의 소재로서의 표현의 미에 근거하여 룸바춤의 분석한 결과를 토대로 논의하고자 한다. 아울러 이 논의를 통해 표현의 미는 곧 춤의 예술적 특성으로 신체의 기능적 원리들이 춤의 표현적 움직임을 나타내는데 어떻게 작용되었는지를 확인할 수 있을 것이다. 룸바에서 자주 표현되는 미는 무엇인지, 기능과 표현의 상호적 연결의 관계를 유추해 볼 수 있으며, 다음 장에서 다루게 될 왈츠 춤의 표현적 미들과의 비교, 대조할 수 있는 심층적 의미를 발견할 수 있게 될 것이다.

룸바는 남·녀 간의 사랑의 이야기를 그린 춤으로 상징되며 동작의 묘사 또한 사랑의 기쁨과 슬픔, 긴장 등의 내용(감정)을 담고 있다는 것에서 비롯된다. 주로 동작들의 움직임 기법은 남·녀 무용수가 만나고 다시 멀어지는 것을 반복하는 몸짓에 사랑의 복합적 감정을 자아내는 미감을 표현한다. 남성에게서 나타나는 표현의 미는 조형미, 리듬미, 정지의 미, 공간미가 두드러지게 발견되었고, 여성의 경우는 관능미, 조형미, 리듬미, 정지의 미 등이고 이외에 합일의 미를 발견할 수 있었다.

남성은 여성을 리드하는 역할의 중요성을 가지기 때문에 개인의 표현에서

는 여성에 비해 자유롭지 못한 면이 있다. 하지만 이 점이 오히려 남성성을 강조한다. 남성은 여성을 리드하는 팔의 제스처, 수직의 자세, 신체의 다양한 형태적 표현을 통해서 남성성을 나타낸다. 먼저 팔의 제스처의 표현으로는 동작 스파이럴 투 폴어웨이의 동작에서 여성의 회전을 돕기 위해 취하는 왼팔의 포즈는 팔의 조형성을 강조한다. 롬바춤은 트위스트의 움직임으로 주로 3차원의 공간을 사용하지만 남성의 상·하체가 만들어내는 긴 선은 1차원의 수직형태를 만들고 있었다. 수직의 의미는 위·아래로 뻗으려는 예리함과 격렬함, 강하게 느끼게 하는(송수남, 1989) 특질을 지니는데, 이때 남성이 사용하는 수직공간은 강한 남성성의 내적 표현을 나타내고, 여성을 리드하는 남성의 표현력을 극대화 할 수 있는 요소로 작용한다. 이 같은 3차원 공간에서는 주로 상반된 긴장감을 통해 움직임의 범위의 확장과 균형을 가진 조화로움을 살리며 동작구조의미를 표현한다. 이 요소는 공간적 의지를 가지고 그 반대 방향을 의식하면서 움직임의 안정성을(신상미, 김재리, 2010) 효율적으로 만든다. 공간적 의지는 오프닝 아웃 투 라이트 앤 레프트의 팔의 제스처에서도 나타난다. 곡선 형태의 공간 안에서 리드미컬한 움직임을 만들어 남성적 리드로 여성의 움직임 공간을 만들어 줌과 동시에 동작의 형태는 조형적인 포즈의 표현을 나타낸다. 여성 또한 몸통과 골반에서 만들어내는 트위스트 동작은 3차원 공간의 사용을 통해 입체적인 움직임을 만든다. 곡선의 이미지는 여성성, 우아함, 부드러움, 동적, 원숙함(송수남, 1989) 등의 특질을 지니며, 여성의 신체에서는 곡선적인 라인을 풍부히 드러내며 부드러움과 매혹적인 이미지의 여성성의 관능적인 미감을 표현한다. 그리고 다이내믹한 리듬의 움직임은 오픈 힙 트위스트에서의 골반의 힙 트위스트의 동작인 스텝 3에서 열정충동 에포트를 사용하여 부드러움에서 강렬한 에너지로 변화시키며 고조된 리듬을 표현한다. 그리고 컨티너스 서클러 힙 트위스트의 동작에서도 액센트를 강조하여 회전하는(서쿨러) 움직임

을 춤의 소재인 리듬적인 특징을 살려 표현한다. 두 동작에서 공통적으로 사용하는 움직임의 원리는 에포트 특질이며, 이 원리는 시간 예술인 리듬과 상호 관계하는 것으로 나타났다. 특히 오픈 힙 트위스트의 남성은 열정충동 에포트 조합을 통해 강하면서도 부드러운 남성성의 이미지를 표현하고, 부드러운 힙 움직임에서 나타난 곡선의 움직임을 강렬한 에너지로 변화시키면서 리드미컬한 표현적 미의 가능성을 나타내고 있다. 이것은 강함과 부드러움을 교차하는 남성성의 표현이라고 할 수 있다.

이와 반대로 여성의 표현은 여성성의 상징인 관능적 표현과 우아함을 예술적으로 그려내고 있다. 동작의 예로는 스파이럴 투 폴어웨이의 스파이럴 액션을 할 때 나타나는 곡선을 강조하는 나선형의 조형적 형태와 함께 몸에서 나타나는 곡선의 자세는 우아함을 표현한다. 그리고 우아한 감성을 지닌 미로는 오프닝 아웃 투 라이트 앤 레프트의 움직임에서도 찾아볼 수 있다. 몸의 중심에서 시작한 움직임의 에너지는 팔의 선을 따라 손까지 부드럽게 연결시켜 공간상에서 그려지는 몸 전체의 흐름을 우아하고 절제된 동작의 에너지로 표현하고 있음을 알 수 있다.

또한, 룸바춤에서는 음악과 움직임의 조화는 리듬감과 역동성을 창조한다. 어떤 리듬이든지 일단 정지되면 곧 움직임도 정지되며, 움직임이 없으면 리듬도 존재하지 않는다(민영숙 역, 1992). 그리고 리듬은 시간예술과 결합할 수 있으며, 동작을 덧붙이면 춤이 된다. 모든 리듬은 강약의 변화와 함께 동작의 힘의 대비를 갖게 되며, 춤 전체의 흐름을 형성한다.¹³¹⁾ 춤에서 나타나는 리듬의 표현은 여성의 움직임에서 알레마나의 시간 에포트를 사용한 리드미컬한 움직임, 오프닝 아웃 투 라이트 앤 레프트의 팔 움직임에서 찾을 수 있다. 알레마나의 동작에서는 느린 풋 체인지의 움직임에 이어 전진 워드로 연결되는 동작에서는 느리고 빨라지는 리듬의 대조를 이루어 리드미컬

131) 후샤오밍(胡小明)(1987), 민영숙 역(1992). 체육미학. p162-163.

한 흐름을 표현하는 것으로 나타났다. 이 과정에서 에포트 특질인 느려지는 시간과 빠른 시간 에포트를 통해 당기고 밀어내기를 특징으로 하는 림바의 특성을 살리며, 동작전체의 흐름을 다이나믹한 리듬으로 만드는 것이 특징적이다. 또한 오프닝 아웃 투 라이트 앤 레프트의 팔의 움직임에서 또한 리듬의미를 발견하였다. 어깨관절의 회전 인자와 에포트 특질에 의한 팔의 제스처는 빠르게와 느리게를 사용함으로써 팔 움직임의 역동적 리듬을 형성한다. 이와 같은 다이나믹한 팔의 움직임은 공간상의 곡선적 형태와 움직임의 구성을 조화롭게 하여 움직임의 질적 표현을 더욱 풍부하게 만든다. 여기서 질적 표현을 풍부하게 하는 특질의 시간 에포트의 인자는 이와 같은 움직임의 흐름에 리드미컬한 특질에 영향을 끼치는 것을 발견할 수 있다.

정지의 미는 다양한 움직임 안에서 발견되었다. 이 같은 정지의 자세에서 나오는 표현의 미는 주로 오픈 힙 트위스트의 오른발의 트위스트 회전 후에 정지, 알레마나의 회전 후의 정지, 컨티너스 서클러 힙 트위스트의 스윙블 회전 후 정지, 슬라이딩 도어즈의 정지 등에서 빈번하게 나타나는 것을 확인할 수 있었다. 정지의 순간은 특히 회전 후에 이루어졌는데, 이때 움직임의 다양한 재료들이 적용되어 움직임의 정지자세를 만들고 있다. 정지동작은 춤에 있어서 시작과 마지막을 위해서뿐만 아니라 동작의 정확성을 위한 순간이 필요(Ruud Vermeij, 1994)하며, 이때 에포트의 특질의 시간에포트는 정지에서 나타나는 다양한 포즈의 형태가 지니는 표현과 정지의 리듬을 만드는 것에 영향을 끼치고 있음을 알 수 있었다.

다음은 남·녀 무용수에게 나타나는 슬라이딩 도어즈의 동작에서 나타난 특성에 대해서 논의하고자 한다. 이는 이 동작만이 지니는 것으로, 손으로 연결된 리드가 아니고 비주얼리드로서 움직임을 수행하며, 다른 동작들과 달리 개인적 표현이 두드러지는 움직임의 특징이 나타났기 때문이다. 먼저 남성은 개인공간을 가장 먼 거리(Far-reach Kinesphere)까지 사용하며 개인

공간 활용 범위를 확장하여 동작의 표현을 극대화한다. 이 과정에서 남성은 여성 리드의 동작에서 벗어난 사지의 움직임에 하는데, 앞으로 향하는 움직임과 좌우로 넓게 그리고 곡선적으로 움직이면서 신체의 각 부위가 좀 더 많은 움직임 공간과 만나게 되고 표현이 풍부한 움직임이 나타난다. 즉, 동작은 공간에 존재하며 무용수에겐 위치와 범위의 가능성을 뜻한다(김복희, 김화숙, 1990). 이처럼 1차원의 수직적인 개인공간과 곡선적인 3차원 공간, 이동 경로로 확장되는 일반공간 등의 다양한 공간의 활용은 공간상에서 그려지는 동작의 직선이나 곡선의 형태를 묘사한다. 이는 신체가 공간상에 남기는 경로와 흔적, 즉 곡선적 또는 직선적인 동작의 형태와 두 무용수가 주고받는 리드의 신호와 감정교류는 공간 흐름의 에너지를 표현하는 것이다. 그리고 두 무용수의 움직임에서는 3차원 공간 안에서 만들어지는 조형적 형태를 지니는 동작의 포즈에서 나타나는 정지 동작의 표현을 발견할 수 있었다. 남성의 경우 론데액션을 하면서 움직임에 액센트를 강조하여 순간 정지의 자세를 갖는다. 이때 남성의 신체에서 보여 지는 동작 또한 조각과 같은 조형적인 모습으로 정지를 하며, 움직임의 리듬적인 흐름에 다이내믹을 묘사한다. 따라서 이전의 동작에서 일어나는 포즈와 연결되는 동작 후의 정지된 포즈에서는 시간적 리듬의 정지의 미로써 표현되고 있음을 알 수 있다. 여성의 경우는 트위스의 동작 후의 나타나는 정지자세에서 찾아볼 수 있는데, 다음 합일의 미에서 다루고자 한다.

위에서와 같이 춤에서 나타난 표현의 예술미 이외에 슬라이딩 도어즈에서는 합일의 미를 발견하였다. 이는 동작의 정지형태를 지속시키려는 지속성과 동시에 다른 부위에서의 움직임을 연결하면서 형성되는 감각의 표현이다. 이처럼 두 무용수의 움직임에서 정지순간의 지속과 다른 부위의 움직임은 대칭적인 구조를 만들어 내면서 공간상의 복잡한 움직임의 형태와 구성을 조화롭게 만들고 있다. 움직임의 흐름, 즉 감정교류의 흐름과 외면적 표

현의 흐름 속에서 동시에 또는 대칭의 구조를 가지며 나타난다. 대칭은 협력과 평등한 관계를 의미(Ruud Vermeij, 1994)하며, 대칭 표현에는 정적인 형식감정을 수반하고 있으나, 각각의 개체에 동적인 요소가 있다면 동적 질서나 안정을 찾을 수 있다(김경자 역, 2000). 대칭의 움직임은 운동의 강약, 리듬, 방향, 시간, 표현까지 영향을 미치고 균형과 비례한다.¹³²⁾ 이것은 움직임의 어느 순간 정지되어 있을 때 두 무용수의 직접공간에포트가 만들어내는 시선과 정지자세를 하는 동작에서 발견되었다. 이때 시선의 멈춤 상태와 신체 한 부위의 움직임이 동시에 상호작용 하는 예로써 슬라이딩 도어즈를 추는 남·녀 무용수의 스텝 3의 움직임을 들 수 있다. 손을 잡지 않는 이 동작에서 남·녀 무용수가 사용하는 직접공간에포트(아이컨택)는 서로의 시선을 통해서 남·녀의 감정을 표현하고, 동시에 남성은 룬테액션을 한 후 정지하고 있던 왼발의 발끝에서 발바닥으로 체중을 옮기고, 여성은 트위스트 후 정지하고 있던 오른발의 발끝에서 발바닥으로 체중을 옮기면서 다음 움직임의 연결을 이어가는데, 이때의 시선은 계속해서 서로에게 멈춰있는 상태이다. 이것은 룬바춤이 지니는 남·녀 간의 사랑과 슬픔의 감정을 표현하는 하나의 복잡한 감정을 표현하는 것으로 볼 수 있다.

2) 왈츠의 기능·표현 특성

앞서 제시된 왈츠의 움직임의 분석결과를 토대로 춤의 기능적 요소의 특성에 대해 논의하면 다음과 같다. 첫째, 왈츠 춤의 움직임의 기능적 특성은 신체의 상-하체의 연결성에 의해 동작의 구조를 이룬다. 두 무용수에게서 공통적으로 나타나는 상체의 연결성은 견갑골-손, 머리-꼬리뼈 등이 나타나고, 하체의 주된 연결성은 꼬리뼈-말단, 좌골-말단, 중심-말단 등이다. 이

132) 송수남(1989). 무용창작. p54.

같은 연결성들은 신체 한 부위가 변화하면 전체를 바꿀 수 있으며 몸 전체는 몸의 일부와 연관(이경희, 김현남, 2009)되기 때문에 신체의 통합적 정렬은 매우 중요한 기능을 한다. 움직임을 하는 신체는 연결성이 효율적으로 이루어질 때 움직임의 흐름은 안정적인 균형을 가지고 자연스러운 움직임의 연결을 만들 수 있다.

남성은 여성을 지지하면서 상-하체의 연결성을 통해 수직의 형태를 유지하여 귀족과 같은 남성성의 자세를 유지한다. 여성은 남성의 지지를 받으면서도 꽃과 같은 형태를 나타내기 위해 중심-말단의 연결성과 머리의 제스처를 통해 효율적인 신체 기능의 내적연결을 이루고 곡선적인 형태의 외면적 표현을 만들고 있었다. 남성의 경우는 신체가 위로 길어지는 긴 수직의 선을 강조하고, 양팔의 수평적인 연결성은 여성과의 연결을 효율적으로 만들어 여성의 움직임을 지지하는 받침대 역할을 하는 것으로 나타났다. 여성의 경우는 남성의 지지를 받으면서도 여성 자신의 신체 정렬은 개인의 의지에 의한 것임을 알 수 있었다. 여성에게서 나타나는 신체의 형태는 궁형의 곡선적인 형태의 특성을 지니는데, 궁형의 신체 형태는 높거나 활처럼 휘어진 모양으로 평면적인 한쪽 방향 혹은 한쪽만을 강조하는 형을(김복희, 김화숙, 1990) 나타낸다. 왈츠를 추는 여성의 신체 형태는 머리가 수직의 정렬에서 벗어난 제스처를 사용함으로써 꼬리뼈부터 등을 거쳐 머리까지 신체의 뒷면을 강조하며, 궁형의 형태를 만드는 것을 알 수 있었다. 이처럼 머리부터 엉덩이까지의 곡선적인 라인의 형태는 여성의 부드러움과 우아함의 특성이 강조되는 것에 영향을 끼친다. 마틴(Martin)은 볼룸댄스¹³³⁾에 대해 다음과 같이 말했다. “볼룸댄스에서 곡선은 아주 중요한 역할을 한다. 자연스러운 신체 곡선을 강조하기 위해서 혹은 관객이 계속 무용수의 신체를 주시하게 하

133) 궁정댄스에서 ‘모던댄스(Modern Dance)’로 새롭게 변화, 발전했으며, ‘모던댄스’라고 불리던 커플댄스에 경쟁성이 추가되어 오늘날 경기화한 댄스스포츠의 전신인 볼룸댄스(Ballroom Dance)로 명칭이 변경되었다(정진오, 2004).

기 위해서 곡선이 중요하게 사용된다.”(Ruud Vermey, 1994) 춤에서 사용된 연결성들이 왈츠를 추는 남성에게 신사적으로 여성을 리드하는 자세를, 여성에게 남성의 리드를 받으면서 자신의 품위를 지키고 우아함을 지니는 기본자세에 영향을 끼치는 것을 알 수 있다.

둘째, 신체의 기능적 원리로서 움직임에서 나타난 BF의 9가지 원칙들은 강한 호흡 지지, 공간적 의지, 무게 이동, 중심 지지, 회전 인자, 대측 움직임, 연속적 진행 과정, 에포트 인자 등이며 이외에 사용된 요소는 상반된 긴장감과 그라운딩의 요소를 사용한 것으로 나타났다.

먼저 움직임의 원칙으로는 강한 호흡 지지와 연속적 진행 과정을 통해 움직임의 부드러움과 유연한 흐름을 만들고 있음을 알 수 있었다. 연속적 진행 과정은 춤 전반에 걸쳐 나타나는 요소로 자주 사용하는 것을 볼 수 있다. 연속적 진행 과정은 근접한 몸 부위의 움직임이 연속적으로 일어나면서 움직임을 이어가게(신상미, 김재리, 2010) 하는데, 이를 통해 신체는 효율적으로 기능하게 되고 이에 따라 움직임의 표현은 잔잔한 물결의 흐름 속에서 끊임없는 연동성을 만드는 것으로 나타났다. 또한 프레이즈에 따라 무용수는 호흡 지지를 사용하는데 호흡의 리듬은 들숨, 정지, 내쉬므로 신체의 다른 모든 부분과 상호 관련(김복희, 김화숙, 1985)하면서 모든 움직임에서는 자라나기와 줄어들기, 세이프변화 흐름의 기준을 제공하는 내적공간의 조절기이다.¹³⁴⁾ 왈츠 춤을 추는 두 무용수도 호흡 지지를 사용하여 들이쉬고 내쉬기를 반복하면서 움직임의 흐름을 부드러운 이미지로 만들고 있다. 호흡 지지는 위로 올라가기의 수직공간을 강조하는 1차원의 수직의 형태를 효율적으로 만든다. 이러한 호흡 지지는 움직임 주제 중 노력과 회복의 과정으로 호흡을 들이마시고 내쉬면서 움직임의 흐름과ダイナ믹한 에너지를 얻는 것을 의미한다. 각각의 움직임들은 다음 움직임으로 옮겨주는 혹은 돌아가

134) 신상미, 김재리 역(2015). 몸 움직임 세상 연결하기. p77-78.

기 위한 방향을 스스로 생성(정이선, 2010)하는데, 이러한 노력/회복을 통해 불필요한 긴장과 에너지를 소모시키지 않고, 기능적으로 효과적인 움직임 만들 수 있다(신상미, 김재리, 2010). 왈츠는 올라가기와 내려가기의 움직임을 끊임없이 반복하므로 호흡 지지를 통해 노력/회복의 과정의 기능적인 순환은 움직임을 효율적으로 만들고 있음을 확인할 수 있었다. 이와 함께 다양한 공간적 의지에 따른 중심 지지에 의한 무게 이동으로써 움직임을 더욱 풍부하게 한다. 이러한 원리들에 의해 움직임의 경로에 남겨지는 흔적에서는 무용수의 신체가 만들어내는 동작의 자세를 나타내면서 다양한 미를 발생시킨다. 이와 같은 공간적 의지의 사용은 신체의 수직축, 수평면, 시상면 등의 다양한 공간이 생성됨에 따라 조형적 특성이 강조되는 것에 영향을 끼치고 동작에서도 조형적 형태를 발견할 수 있다. 그리고 여성의 경우는 특히 머리의 제스처에서 나타나는 공간적 의지에 의해 움직임 공간을 확장할 뿐만 아니라 여성 자신의 움직임에도 영향을 갖게 되어 중심 지지에 의한 무게 이동 시 안정적이고 균형적인 움직임이 나타났다. 이와 더불어 춤에서 사용하는 움직임 원칙에서 회전 인자를 발견할 수 있다. 롬바는 리드미컬한 회전 인자를 빈번하게 사용하여 움직임의 형태를 확장시키고 이 움직임의 흐름이 잠시 끊어지는 듯한 정지를 만들어 내면서 정지의 순간의 다이내믹한 리듬을 만들었다면, 이와는 다르게 왈츠에서의 회전 인자는 남·녀 무용수가 함께 공간을 누비면서 만들어내는 몸의 스웨이와 스윙에 의한 회전 인자를 통해 표현되는 움직임으로 우아함과 부드러움을 고조시키는 이미지를 만들면서 롬바와는 대조를 이룬다. 회전 인자를 의식적으로 사용할 경우 공간상에서 복잡한 3차원의 동작과 다양한 높낮이의 변화를 응용할 수 있으며 움직임의 부피감도 느낄 수 있다(신상미, 김재리, 2010). 왈츠에서도 회전 인자를 사용하여 효과적이고 아름다운 동작을 수행하는 것으로 나타났다. BF의 아홉 가지 원칙이외에도 왈츠의 움직임을 지탱해주는 요소로는 그라운드

과 상반된 긴장감이 발견되었다. 왈츠에서의 그라운드링은 매우 중요한 요소로 작용하는 것을 알 수 있는데, 왈츠의 내려가기와 올라가기를 반복하는 과정에서 그라운드링은 아래로 향하는 움직임에서 주로 사용하는 것으로 나타났다. 무용수가 “지면과 밀착(grounded)”되어 있다는 것은 무용수 자신이 안정감을 가지고 있다는 것을 의미한다.¹³⁵⁾ 내려가기는 올라가기의 반대적인 개념으로 올라가기를 하기 전 내려가는 움직임을 통해 신체 기능의 회복을 의미하기도 한다. 이는 바닥과 더 가까워지면서 공간이 주는 그라운드링의 안정감을 갖게 하여 다음 움직임을 수행하게 되며, 1차원의 수직공간을 사용하여 하늘과 가까워지는 올라가기 움직임의 토대가 되는 것이다. 왈츠의 모든 동작의 스텝 1에서는 그라운드링의 요소를 사용하는데, 이 요소는 신체의 연속적 진행 과정과 함께 효율적으로 작용되어 춤에서 연상되는 이미지인 과도의 물결치는 모습을 묘사하고 있음을 알 수 있다. 그리고 왈츠에서의 상반된 긴장감은 주로 CBM을 하는 움직임에서 찾아 볼 수 있다. 동작으로는 위브 프롬 피.피와 아웃사이드 체인지에서의 스텝 1에서 이 요소를 사용하고 있다. 상반된 긴장감을 통해 상체와 하체는 한쪽으로 에너지가 쏟아지는 것이 아닌 균형을 가지고(황유설, 2016) 몸의 역동적인 정렬을 이루는 것은 물론 몸이 능동적으로 움직일 수(신상미, 김재리, 2010; 황유설, 2016) 있게 하여 안정적이고 효과적인 움직임을 만들고 있었다. 이 요소와 함께 움직임의 발달 유형인 대측 움직임이 나타나며 두 무용수가 사용하는 3차원 공간과 움직임의 형태는 기초적인 선의 형태가 아니라 입체감을 가진 형태의 조형미가 돋보이는 조형적 특성이 발견되었다.

왈츠움직임에서 두드러지게 나타나는 표현미는 우아미, 조형미, 리듬미, 흐름의 미, 공간미 등으로 나타났다. 남성에게서는 조형미, 리듬미, 흐름의 미, 공간미 등이고 여성의 표현은 우아미, 리듬미, 흐름의 미, 공간미 등으로 나

135) 신상미, 김재리 역(2015). 몸 움직임 세상 연결하기. p78.

타났음을 알 수 있었다.

첫째, 왈츠는 남·녀 무용수가 하나인 것처럼 공간을 누비면서 추어지는 춤으로 끊임없이 지속적으로 움직이며 부드러움을 묘사하는 춤의 특성에서 우아미를 발견할 수 있다. 이는 신체적 원리들이 효율적으로 기능하였을 때 움직임은 조화를 이루어 춤의 부드러움의 표현을 가능케 하는 것이다. 위브 프롬 피.피의 스텝 1과 아웃사이드 체인지의 스텝 1에서는 3차원 공간의 조형적 형태를 가진 움직임으로 입체감을 가진 조형미가 나타났다. 신체를 찬미하려는 희망에서 조각이 창조되었다면, 신체의 부분 부분의 조화와 균형을 이해하는 데서(최혁순 역, 2015) 조형예술이 생겨나면서 신체의 미를 표현하게 된 것이다. 이사도라 던킨은 신체에서 비롯되는 움직임을 자연에서 발견하였듯이 이것에 동력의 감각을 붙여넣어 형태화 하며 춤추는 생기 있는 상, 개개의 혼의 표현은(최혁순 역, 2015) 무용수 개인이 스스로 표현할 수 있을 때 움직임 예술이 된다. 즉 움직임의 조형예술은 무용수의 동작의 형태에 의해 탄생되며, 조각과 같은 동작에서도 생명력이 표출되어야 하는 것이다. 여성의 경우는 춤을 출 때 뿐 만 아니라 신체가 지니는 선에서도 우아함을 발견할 수 있다. 룸바의 움직임 표현이 여성성의 부드러움과 관능적인 우아함을 지닌다면, 왈츠는 춤을 추는 여성의 신체가 만들어내는 궁형의 형태를 지닌 곡선적인 몸의 선에서 여성성의 부드러운 우아미를 찾을 수 있다. 이때 여성의 신체 중 머리부위에서 발생하는 제스처는 여러 의미를 지니지만 특히, 그 중에서도 여성 자신의 몸의 형태에 직접적으로 영향을 끼치며 우아한 선을 그려내는 것을 알 수 있다. 남·녀 무용수 각각의 표현적 미는 이와 같지만, 남성의 수직의 축과 여성의 궁형적 곡선이 합쳐진 남·녀 무용수의 자세에서는 마치 꽃이 피어나는 것과 같은 조형적 형태의 미로써 표현되었다.

둘째, 리듬의 표현미이다. 왈츠는 리듬에서 두 무용수가 들이쉬고 내쉬기

를 반복하는 과정에서의 움직임의 흐름은 호흡의 리듬을 통해 춤의 리듬미가 발견되었다. 내뿜는 호흡의 연속적인 방향은 연속적인 움직임을 초래한다. 그러므로 호흡과 움직임은 동시적이다(김복희, 김화숙, 1985). 이 같은 호흡리듬과 함께 춤의 액션인 스윙의 기법을 적용해 움직임의 내면적 리듬과 외면적 리듬을 효율적으로 만들게 되고, 이에 따라 끊임없이 흘러가는 물결의 연동성의 움직임을 리드미컬한 표현을 나타낼 수 있다.

셋째, 왈츠를 추는 남·녀 무용수는 무게 이동에 의해 일반공간을 사용하여 움직임을 효과적으로 나타낸다. 라반은 공간에 대하여 “공간은 숨어있는 요소이며, 움직임은 공간을 볼 수 있게 한다.”라고 표현하였다(황유설, 2016). 개인공간과 일반공간으로 분류하여 개인공간은 무게 이동 없이 가장 먼 거리까지 몸을 펼칠 수 있는 최대한의 영역으로 몸을 둘러싸고 있는 공간을 뜻하고 일반공간은 몸의 무게 이동과 함께 개인이 움직일 수 있는 무한대의 공간을 뜻한다(신상미, 김재리, 2010; 황유설, 2016). 일반공간은 중심이동을 통하여 사용하는 공간과 다른 사람의 개인공간도 나 자신에게는 일반공간이다(강성범, 2007). 왈츠를 추는 두 무용수는 L.O.D의 형식을 통해 개인공간에서 벗어나 방향과 패턴에 따라 방안을 돌면서 일반공간을 사용한다. 이는 움직임을 자유롭게 하고 직·간접 공간 에포트의 특질의 사용과 함께 복잡한 공간에서 만들어지는 선들을 통해 움직임 공간의 표현의 미를 풍부하게 만드는 역할을 한다. 움직임의 재료가 되는 신체는 다양한 공간속에서 정지된 조각과 같은 형태로 나타나기도 하고, 신체가 하나의 조형물이 되어 흘러가듯 움직임의 운동성을 나타내는데, 이에 따른 모든 형태의 흔적은 변화된 움직임의 흐름을 알 수 있다.

마지막으로 왈츠의 특성은 물결의 연동성의 모습을 표현하는 것을 춤의 이미지로 강조한다. 이사도라 던컨은 자연적으로 물결치는 모습에서 모든 움직임의 표현이 발생한다(최혁순 역, 2015)라고 한 것처럼 춤 예술 또한 자

연발생적인 물결의 모습을 묘사하는 것을 의미한다. 즉, 인위적인 움직임은 하더라도 자연스러움을 잃지 않는 것이다. 이러한 특징적인 표현에 잘 어울리는 춤이 왈츠인 것이다. 잔잔히 흘러가는 물결의 움직임, 즉 물결을 표현하는 움직임의 흐름은 끊임없이 연결되는 춤의 리듬, 호흡의 리듬과 함께 도법의 패턴에 따라 방안을 누비며 움직이는 두 무용수의 움직임에서는 자연의 물결과 닮아 있음을 발견할 수 있었다. 왈츠 춤의 표현미는 꽃과 같은 형태를 지닌 두 무용수가 다양한 공간 안에서 안정적인 균형을 이루어 물결과 같이 흘러가듯이 움직임을 수행하면서 물결의 흐름을 나타내는 흐름의 예술미로써 표현되었다.

이와 같이 룸바와 왈츠의 춤에 BF의 원칙들을 적용하여 분석한 결과를 통해서 춤에서 나타난 움직임의 기능적, 표현적 특성을 발견할 수 있었다. 각각의 춤 동작에서 나타난 기능적 원리와 표현적 미는 춤에서 상호 관계를 이루어 유기적으로 결합하면서 움직임의 구조와 춤의 다양한 표현의 특질을 창조하는 것을 확인할 수 있었다. 룸바와 왈츠가 지니는 신체의 기능적 원리와 표현의 미는 유사한 점이 있으면서도 춤에서 강조되는 점이 상이하게 나타났다. 또한 시각적으로 다소 단순하고 지루할 수 있는 움직임에서도 다양한 요소들을 통해 서로 조화를 이루는 것을 분석을 통해 확인할 수 있었다.

IV. 룸바와 왈츠의 예술적 특성

‘예술은 미를 추구한다’ 혹은 ‘예술은 표현이다’라고 정의한다면(이경숙, 2011) 예술은 표현과 깊은 연관성이 있음을 내포한다. 특히 춤 예술은 표현을 통해서만 미가 형성되고 내면적인 감정을 표현하는 예술로 하나의 표현미로서 의미를 가질 수 있다.¹³⁶⁾ 움직임의 매개로 하는 춤은 신체를 통해 다양한 표현을 한다. 즉, 춤 예술에 있어서 표현은 움직이는 신체가 도구가 되며, 표현의 재료는 형태화된 동작이다(김복희, 김화숙, 1985). 이처럼 춤에서 움직임은 표현의 기초가 되며, 표현적 동작은 무용수가 감정을 몸으로 나타내는 여러 가지 움직임을 분석하여 예술적 표현으로 나타낼 때 사용할 수 있는 기본재료가 된다.¹³⁷⁾

댄스스포츠는 음악의 리듬을 통해 리드미컬한 동작을 나타내고 신체의 아름다운 움직임을 표현하는 표현예술(이경숙, 2011)이라는 점에서 종합예술로서의 성격을 지니는 춤이라 할 수 있다. 또한 이 춤의 모든 종목들은 초·중·고급의 과정의 도법으로 이루어져 있지만, 춤의 기본 동작들이 바リエ이션으로 응용·창조될 수 있는 가능성을 지니기 때문에 그에 따른 움직임의 표현은 무한하다고 할 수 있다. 따라서 본 연구에서는 댄스스포츠의 예술적 가치를 찾기 위해 BF의 분석을 진행하여 신체의 기능적 원리와 그에 따른 표현적 움직임을 통해 다음과 같은 예술적 특성을 발견하였다.

136) 이경숙(2011). 댄스스포츠의 미학적 탐색. p43 인용.

137) 김복희, 김화숙(1985). 現代舞踊 테크닉. p9 인용.

1. 조형적 특성과 미

신체 움직임에서의 조형미란 공간상에서 신체가 그려내는 이미지와 형태를 통한 미를 의미한다. 이경숙(2012)은 칸딘스키의 점·선·면과 같은 형태와 움직임의 기본적인 요소들의 공간적 교류가 움직임의 표현을 결정하며 내면세계를 표출하고자 할 때 표현의 언어로서 조형의 요소를 사용하게 된다고 하였다. 조형요소란 ‘선의 울동, 색체의 집합, 공간, 광선과 음향’이라 할 수 있는데 이러한 요소들이 어우러져 신체의 움직임이 만들어진다.¹³⁸⁾ 이사도라 던컨은 인간의 형태에 대한 모든 것을 자연의 모든 선과 모양에서 찾으며 여기에서 건축과 회화와 조각의 선 및 형태의 개념이 창조된다고 하였다(최혁순 역, 2015). 춤에 있어서 형태와 동작은 불가분의 관계에 있기 때문에 무용수의 노력을 통해 조형미의 최고의 상태에 이른 무용수 자신이 육체의 조각이 되어야 한다.¹³⁹⁾ 롬바의 <그림 17>의 컨티너스 서클러 힙 트 위스트 동작, <그림 21~23>의 슬라이딩 도어즈 동작 1, 2, 3과 왈츠 <그림 26>의 터닝 록 투어 라이트 스텝 3과 <그림 28>의 위브 프롬 피.피, <그림 33>의 내추럴 스피너 턴 스텝 2 등에서는 동작의 형태에 생명력 있는 상을 나타내며 내면적 소재로써 조형적 예술미의 특징을 나타낸다. 이때 춤을 추는 무용수는 순간의 동작에서 조형적 요소와 어우러져 생기를 불어 넣은 조각과 같은 표현을 나타낸다. 롬바와 왈츠를 추는 동안의 무용수는 신체의 효율적인 기능적 원리의 사용과 감정을 통해 표현하는 동작들은 살아 움직이는 조형의 가장 완전한 형태인 ‘입체적인’ 조각과 같이 나타난다. 특히, 커플댄스를 이루는 이 춤은 두 무용수가 함께 움직이면서 만들어 지는 신체의 선과 면은 다양한 조형의 표현적 움직임으로 나타난다. 이처럼 육체의 조각과 같은 표현적 움직임은 신체의 자세 내용이 미적인 표현활동에 큰 영향력

138) 이경숙(2012). 칸딘스키(Kandinsky)의 예술론에서 본 댄스스포츠. p365.

139) 성기숙 역(1994). 창조적 경험으로서의 춤. p42-45 인용.

을 끼치며, 나쁜 자세에서는 우수한 기술 표현력이 있어도 미적 표현으로서의 부족한 면이 나타날 수 있다(이승건, 2007). 신체는 효율적 기능을 통해 동작의 완벽한 표현을 나타낼 수 있으며, 무용수가 만들어내는 제스처 및 움직임은 곡선과 직선이 어우러진 선의 역동적 형상으로 입체적인(황미숙, 2005) 동작의 형태로 존재하며, 곧 내면적 감정이 반영된 외면적 움직임으로 나타난다. 이와 같은 외면적 움직임은 무용수가 움직이는 동안 예술미의 발현체로서 신체의 조형적 특성을 나타낸다.

2. 리듬의 특성과 미

리듬은 춤 예술에 있어서 인간의 신체에 의해 나타나는 시간적 예술(Kealiinohomoku, 1976; 이경숙, 2011)로서 움직임의 리드미컬하게 만드는 역할을 한다. 리듬의 근본적인 목적은 감정을 자극하고 표현을(성기숙 역, 1994) 돕게 되는데 리듬적 동작은 곧 표현적인 움직임으로 나타나며, 이는 동작의 구조적 형태뿐만 아니라 무용수의 생각이나 느낌이 동작의 형식에 영향을 끼치게 된다.¹⁴⁰⁾ 룸바의 경우 오프닝 아웃 투 라이트 앤 레프트 동작을 하는 무용수의 팔의 움직임에서 제스처와 함께 빠르게 혹은 느리게의 시간적 요소를 사용해 리드미컬한 움직임의 역동성을 표현한다. 룸바춤은 당기고 밀어내기의 몸짓을 반복하면서 움직임을 리드미컬하게 만드는데, 일반적으로 리듬미는 밀착과 충돌이 번갈아가며 연속적으로 이루어지는 과정(이경숙, 2011)에서 나타나며 동작 전체의 흐름을 만든다. 룸바춤의 리듬은 주로 시간 에포트 인자를 사용하여 느려지거나 빨라지는 상반되는 리듬과 함께 움직임의 대조를 이루고 생기 있게 표현된다. 또한 룸바를 추는 여성 신체의 곡선이 주는 부드러움을 표출하는 움직임과 남성의 강하면서도 부드러운 움직임은 상반된 에너지의 리듬미가 창출되기도 한다. 이 같은 시간적 예술의 관점에서 리듬과 춤의 특질에서 분위기를 표현하는 움직임의 흐름은 춤을 창조시키는 소재로서 춤 예술의 리듬미를 탄생시킨다. 왈츠의 춤에서는 끊임없이 올라가고 내려가기를 통해 춤의 생명력을 묘사한다. 이사도라 던컨은 움직임을 표현할 때 “바다를 건너오는 미풍이 강해지고 출렁거리는 물결과 하나가 되어야 한다.”(최혁순 역, 2015)라고 하였으며, 춤의 소재를 자연의 움직임에서 찾으려고 하였다. 왈츠의 반복되는 리듬은 자연의 소재인 물결과 닮아 있으며, 여기서 일렁이는 연동성의 리듬을 찾을 수 있다. 고

140) 성기숙 역(1994). 창조적 경험으로서의 춤. p94.

바야시 신지는 자연의 소재에 공간과 시간의 요소가 결합하여 춤 예술을 형성한다고 하였다(김경자 역, 2000). 춤의 리듬은 시간을 배분(표현)하는 활동이 동작 안에서 강약의 리듬으로 나타나는데, 대표적으로 내추럴 스핀 턴의 스텝 1~ 3의 움직임에 설명하자면, 스텝 1은 1박자, 스텝 2는 1/2박자, 스텝 3에 1과 1/2박자를 사용하기도 하면서 스텝 2와 3을 부드럽게 연결시키며 마치 1박자 안에서 움직임을 하는 것처럼 보이지만 스텝 3을 스텝 2의 박자보다는 길게 사용하여 물결의 내려가기와 올라가기의 고저와 생명력이 있는 리듬을 창조한다. 이 같은 리듬적 표현 또한 춤의 해석에 따라 무용수 개인의 방식으로 표현되며, 기능적 요소에 의해 달라 질 수 있다.

리듬의 예술미로서 정지의 미는 룸바에서 주로 나타났다. 춤 안에서 정지는 수동적인 동작이 아니며, 이를 동작을 인식하는 데에는 상당한 힘과 근육의 통제가 필요하다(서한교 역, 2006). 동작의 정지는 움직임의 매 순간에서 나타나며 시간과 밀접한 관련이 있다. 정지 상태는 안무의 시작과 결말을 뚜렷하게 나타내 줄 뿐만 아니라, 정지되어 있는 순간의 표현과 회전 동작이 끝난 후의 다음동작과의 연결을 구분하는 데에도 중요한 역할을 한다.¹⁴¹⁾ 이때 정지의 순간은 시간예술로써 무용수의 살아 있는 신체의 내적 리듬과 그 규정된 시간단위를 수용하여 외적인 율동의 형태로 변환되어 공간 내에 가시화된다.¹⁴²⁾ 춤에서 나타나는 정지의 리듬은 <그림 3>의 오픈 힙 트위스트 스텝 2의 여성의 움직임, <그림 3>의 알레마나 스텝 3의 여성의 움직임, 슬라이딩 도어즈의 남·녀 움직임에서 발견할 수 있다. 하지만 이 동작들의 정지는 시간적 요소에 의해 활동적인 외면의 동작이 제한되지만, 다음 움직임을 향해 가기 위한 내면의 움직임 즉, 정신 활동은 계속되고 있음을 알 수 있어야 한다. 이것은 생명력을 소재로 하는 춤 예술미의 시간적 요소에서 발전된 외면적 형식이다. 룸바에서 나타나는 정지는 단순히 멈

141) 서한교 역(2006). 생각하고 느끼며 추는 라틴아메리칸 댄싱. p93.

142) 허영일(1989). 포스트 모던댄스의 미학. p192 재인용.

춤 상태를 일컫는 것이 아니라, 에포트의 의지에 의해 나타나는 인간의 모든 생각, 느낌 그리고 행동 속에 조절하고 자극하는 리듬의 힘으로 어떤 의미에서는 리듬이 하나의 힘으로 나타나는 것을 의미한다. 움직임의 정지 순간은 시간과 힘이 적절한 비율을 이루고 있기 때문에 조절하고 결합하는 힘(성기숙 역, 1994)에 의해 정지의 리듬을 만들어 내는 것이다.

춤은 감정상태의 리드미컬한 움직임의 표현(H'Doubler, 1940; 이경숙, 2011)으로 신체의 일부 혹은 신체 전체에서 리드미컬한 움직임을 만드는데, 인류의 모든 의식적인 예술은 인간의 신체의 자연스러운 미를 발견하는 것으로부터 발달한다(최혁순 역, 2015)고 하면서 이사도라 던컨은 움직임의 리듬은 자연의 물결의 리듬을 나타내는 곡선을 그리는 몸짓의¹⁴³⁾ 표현적 예술임을 강조하였다. 이 물결의 리듬은 왈츠에서 찾을 수 있었으며, 이는 신체의 기능적 원리에 의한 연동성의 움직임에 의해 물결이 끊임없이 부드럽게 흘러가는 것과 같은 리듬으로 춤의 흐름을 묘사하고 있다. 따라서 모든 움직임은 정지가 없는 흐름, 자연스럽게 흘러가는 물결과 같은 자연에서 예술의 본질이 탄생되어야 한다(최혁순, 2015). 왈츠 춤을 물결의 흐름에 비유하였을 때 연속적으로 부드럽게 움직이는 모습에서 물결의 흐름과 닮아 있음을 알 수 있다.

143) 최혁순 역(2015). 이사도라 던컨의 무용 에세이. p101.

3. 공간의 특성과 미

예술 분야에서 공간은 예술작품의 형태를 드러내는 핵심적인 역할을 하는 요소로 고려된다(김재리, 2011). 라반은 조형예술과 마찬가지로 움직임도 공간을 통해서(김재리, 2011) 예술로 존재한다고 하면서, 공간을 창조하는 것은 움직임 형태를 통해 미적표현으로의 가능성을 제시했다. 움직임의 공간미는 신체가 움직일 때 창조해 내는 자세의 변화에 따른 공간 형태의 다양한 변화를 의미한다(김복희, 김화숙, 1986). 또한 춤의 신체적 공간은 정지상태의 공간과 운동 상태의 공간이 존재(김경자 역, 2000)하며, 정지상태의 공간은 한 포즈의 정지 상태라 할지라도 내면적 에너지 활동은 계속되는 것을 의미한다.¹⁴⁴⁾ 움직임의 재료가 되는 신체는 1, 2, 3차원의 공간속에서 정지된 조각과 같은 형태로 나타나기도 하고, 신체가 하나의 조형물이 되어 흘러가듯 움직임의 운동성을 나타내는데, 이에 따른 모든 형태의 흔적은 변화된 움직임의 흐름을 알 수 있게 한다. 이 모든 것이 공간 안에서 이루어지며 신체는 공간과 관계하여 움직임을 디자인하는 것이다. 이는 시간적인 요소와 함께 끊임없이 시·공간적 미래를 향해 가고 있는 형태로서의 신체적 움직임 속에, 형태 안에 있는 것이다(김말복, 1994; 황미숙, 2015). 댄스스포츠는 다양한 공간적 요소와 차원의 변화를 통해 춤을 구조화한다. 룸바와 왈츠가 지니는 공간적 형태는 무궁무진한 움직임의 창조에 의해 다양성을 지닌다고 할 수 있다. 룸바의 춤에서는 남·녀 무용수 각각의 신체가 만들어내는 3차원의 조각과 같은 신체의 상(statue)을 만들어내며 조형적 특징을 가진다. 하지만 이 같은 동작의 형태에도 내적표현을 지니는 것이 춤 예술의 특징이라고 할 수 있다. 룸바를 추는 남성은 주로 수직의 이렇듯 무용수는 움직임을 나타내는 형태로 공간 속에 존재하며, 스스로 움직이면서 모든 공간을 형성한다. 룸바와 왈츠가 지니는 공간적 형태는 무궁무진한 움직임

144) 김경희 역(2000). 무용미학. p65-66.

의 창조에 의해 다양성을 지니고, 움직임의 모든 재료는 공간 안에서 이루어지며 신체는 공간과 관계하여 움직임을 디자인한다. 롬바를 추는 무용수는 공간 안에서 다양한 형태의 자세를 만들어냈으며, 왈츠에서는 공간을 끊임없이 누비며 움직임 공간에 에너지를 채운다. 이때, 무용수는 공간 안에서 단지 방향의 문제뿐만 아니라 무용수의 신체가 표출해 내는 인체 모든 부분에 나타나는 선으로서 의미를(김복희, 김화숙, 1986) 지니며 다양한 선의 움직임을 통해 춤 예술을 만들고 있었다. 롬바와 왈츠를 추는 움직임 공간에서 무용수가 신체의 선을 예술적 도구로 사용할 때 선과 선의 역동적인 표현은 움직임의 본질적인 현상을 표출한다.¹⁴⁵⁾ 특히 왈츠 춤을 추는 무용수는 신체와 그 신체의 각 부분이 움직일 때 공간 안의 다양한 방향을 인식하고, 물결의 선을 따라 움직이는 동안 다양한 형태로 표현한다. 무용수의 선과 움직임의 구성에 신체와 공간과의 관계를 형성하면서 움직임 공간을 만들고 그 안에서 무한하게 움직이고자 하는 무용수의 신체는 춤 예술의 본질적 요소로 공간미를 지닌다.

145) 김복희, 김화숙(1986). 무용론. p110.

4. 관능의 특성과 미

김영태(1997)에 의하면 ‘춤은 육체의 표정이다’라고 한 것처럼 춤은 움직임을 통해 다양한 표현으로서 감정전달을 할 수 있다. 표현은 움직임의 구성과 신체의 기능에 따라 결정되며, 한 가지 요소에 의해서 그 표현은 달라질 수 있다. 이에 바르테니에프는 효과적인 신체 기능을 포함한 내적 연결성과 외적 표현성의 상호작용을 강조하면서 움직임의 기능적, 표현적 개념은 긴밀한 관계에 있으며 이 둘의 관계가 통합적으로 작용하였을 때(신상미, 김재리 역, 2015) 움직임은 효과적으로 나타난다고 하였다. 춤 예술에 있어서 움직임의 표현은 개인의 표현이기 이전에 움직임이 지니고 있는 고유의 성질과 그 의미를 폭넓게 이해하고 춤이 지닌 내면의 특성을 개인의 다양한 표현으로 시도할 수 있다. 룸바춤은 남·녀 간의 “운명적 끌림”을 표현하는 사랑의 줄거리가 있고(Shirley Ayme, 1999) 감정을 전달할 수 있는 표현이 필요하다. 즉 사랑의 감정, 유혹적인 동작, 혹은 사랑 속에 감춰진 슬픔, 때로는 관능적인 동작 등의 이해를 통해 효과적인 표현을 할 수 있다. 관능미는 룸바에서 주로 나타났으며, 동작들은 오픈 힙 트위스트의 힙 움직임, 알레마나의 풋 체인지를 할 때의 매우 느리며 부드러운 발과 힙의 움직임, 컨티너스 서큘러 힙 트위스트의 딜레이드 워킹을 할 때의 힙과 연결된 발 끝까지의 자세 등에서 발견된다. 이 같은 동작들은 부드러운 힙 움직임을 사용하기 위해 골반을 강조하고 특히, 여성의 움직임을 통해 아름답게 뿔어져 나오는 골반의 움직임은(이경숙, 2013) 룸바의 특징을 나타냄과 동시에 여성 신체의 부드러운 곡선은 관능미를 나타내며 여성성을 표현한다. 또한 남·녀 무용수가 주고받는 시선, 밀착과 충돌을 통해서 표출되는 몸짓에서도 관능미의 에너지는 끊임없이 발산하고 있었다.

5. 우아의 특성과 미

다양한 움직임들이 느낌을 전달하는 이유는 이들 움직임을 구성하는 요소들인 시간·공간·에너지·형태가 사용되는 양상이 각기 다르기 때문(Hawkins, 1964; 김명숙, 1992)이며, 다르게 사용된 요소들은 움직임의 다양한 표현으로써 묘사된다. 영국의 미학자 버어크(Burke, Edmund)는 “우미의 개념은 자세와 동작에 속하는 것이다.”(민영숙 역, 1992)는 것처럼 여성의 곡선미, 동작과 자세의 부드러움을 반영할 수 있다(민영숙 역, 1992). 특히 춤에서의 우아미는 여성신체의 곡선에서 혹은 춤의 특질에서 발견할 수 있다. 이와 같은 우아미의 표현은 왈츠의 내적특질로서 유럽의 귀족을 연상시키는 우아함 그리고 춤이 지니는 부드러움 등에서 찾을 수 있다. 왈츠는 가까운 접촉을 하기 때문에 상대방과의 밸런스가 중요하며, 홀드는 크게 보이도록 하는 것을 특징으로 그 움직임 속에서 미적가능성을 발견한다(최영란, 2001; 이경숙, 반주은, 2011)라고 한 것처럼 남·녀 무용수의 자세에서 귀족들의 모습으로 묘사되는 우아함을 발견할 수 있다. 이때 여성무용수의 상체가 뒤로 젖혀지도록 만드는 머리의 제스처는 상체를 궁형의 곡선으로 만들고 있었다. 곡선의 성격은 내면적으로 외면적으로나 공통적으로 우아함, 여성적, 감정적 요소를(송수남, 1989) 갖는다. 왈츠를 추는 여성무용수의 신체의 선은 부드러움과 우아함을 나타내는 곡선의 자세를 나타내며 우아미로 표현되고 있다. 이 같은 여성의 부드럽고 우아한 곡선의 자세는 귀족들의 숭고함을 나타내기 위한 자세에서 비롯되며, 유럽 궁중의 형식을 갖고 격식을 차리는 사교춤으로 발전되면서 귀족들의 숭고한 이미지를 담아내기 위해 여성의 자세는 더욱 부드럽고 우아한 곡선의 자세로서 표현한 것이다.

V. 결론 및 제언

1. 결론

댄스스포츠는 스포츠와 예술이 동시에 공존하는 춤의 한 장르이다. 춤의 본질을 다루는 학문적 접근을 위해 춤의 매체가 되는 움직임의 형태나 기능적인 측면, 질적인 측면을 탐색하여 춤에서 나타나는 예술적 특성에 대해 연구하고자 하였다. 춤의 내재된 특성을 찾아내기 위해 질적 분석을 시도하였으며, 분석방향은 신체의 기능적 측면과 움직임의 표현적 측면에서 이루어졌다. 본고에 적용된 분석체계는 모든 움직임 분석에 활용되고 있는 바르테니에프의 기초원리(BF)에 의해 댄스스포츠 움직임을 탐색하였다. 움직임은 라틴댄스 중 룸바와 스탠다드댄스의 왈츠를 선정하여 신체의 기능성을 통해 움직임의 표현성을 살펴보고자 하였다.

먼저 룸바와 왈츠의 춤의 개념적 이해를 구하기 위해 춤의 기원과 특징, 움직임의 동작 기법, BF의 원칙 등의 이론을 대상으로 문헌을 고찰하였으며, 예술의 미의 학문적 근거가 되는 체육미학과 무용미학의 관점에서 표현에 대한 논의를 전개하였다.

그리고 연구자는 연구대상에 BF를 적용, 분석을 통해 춤에서 나타나는 신체적 기능과 표현적 움직임의 특성을 도출해냄으로써 댄스스포츠의 질적 분석의 가능성을 제시하고, 신체적 기능을 통한 춤의 예술적 특성을 확인하고자 하였다.

따라서 본고에서는 질적 분석을 통해 룸바 춤과 왈츠 춤의 신체의 효율적인 기능이 움직임의 표현에 영향을 끼치게 되어 춤의 이미지와 역동성이 창조됨을 확인할 수 있었다.

이와 같은 분석 결과를 통해 기능적 측면에서는 신체 연결성과 아홉 가지 원칙의 기능적인 면과 움직임의 예술적 표현으로 분류하여 특징을 도출하였다. 도출한 결과의 춤의 기능과 표현의 특징은 아래와 같다.

첫째, 댄스스포츠는 신체 움직임에 의한 기능적 특징을 갖는다. 춤의 기본 도구는 무용수의 신체이다. 움직임의 의미 전달을 위한 신체의 기능이 효율적으로 이루어질 때 표현의 양상은 달라진다. 시간과 공간 속에서 움직이는 무용수의 신체는 운동감각이라 칭하는 전달수단을 사용하여 움직임을 만들며, 춤 예술만이 이 신체 운동의 감각에 의존하여 표현을 이룬다. 롬바와 왈츠 또한 신체의 기능에 따라 표현은 분명해지고 풍부해질 수 있음을 알 수 있다. 모든 움직임에 사용되는 BF의 원칙들은 댄스스포츠의 움직임에도 기능적으로 상호 보완되어 신체의 기능적인 면에 영향을 끼치면서 움직임을 효율적으로 이루고, 외면적 표현과 밀접하게 상호연관 되어 있는 것으로 기능과 외면적 표현이 올바르게 결합될 때 움직임의 의미가 분명해 지는 것을 확인할 수 있었다.

둘째, 댄스스포츠는 표현적 예술의 특징을 지닌다. 춤에 있어서 ‘춤을 가장 효과적이게 만드는 것은 무엇인가?’에 물음을 던진다면, 그것은 내면적인 의미를 지닌 외면의 몸짓으로 표현일 것이다. 춤의 창조성은 춤이 지닌 사상, 감정, 자연 등의 소재에 생명을 불어 넣음으로써 예술 작품으로 형성된다. 춤의 표현은 개인의 표현이기 이전에 움직임이 지니고 있는 고유의 성질과 그 의미를 폭넓게 이해하고 춤이 지닌 내면의 특성을 개인의 다양한 표현으로 시도할 수 있을 때 창조적 표현이 만들어진다. 춤 예술은 움직임의 표현으로 형성되는데, 복잡한 이야기는 움직임으로 표현하는 것이 불가능 할 수도 있다. 하지만 스토리와 춤에 내재된 특질을 표현하는 것이 춤의 본질이다. 춤의 예술미를 형성하는 소재의 요소들 즉, 외면적 요소와 내면적 요소가 결합되어 창의적인 춤의 표현이 가능해진다. 내면적 요소로 인간의 감정

특질인 기쁨, 슬픔, 사랑, 긴장 등의 소재는 활동적인 기능적 요소인 시간적·공간적 요소 즉, 외면적 요소와 밀접한 관계를 가지면서 생명적, 창의적 예술로서의 움직임이 완성된다. 이는 관객에게 메시지를 전달하고 공감을 불러일으킬 수 있으므로 예술적으로 나타나는 표현의 의미는 매우 중요하다고 할 수 있다. 춤에서 표현이 이루어지는 매개체는 신체이며, 무용수는 신체의 모든 근육과 감각을 종합적으로 사용하여 창의적인 움직임을 하게 되며 이는 곧 창조적인 춤의 본질을 만든다. 댄스스포츠는 개인의 독창적인 움직임과 상대(파트너)와의 연계성이 만드는 조화로움 속에서 예술적 가치를 찾을 수 있다. 움직임의 미적 표현은 내적 감정과 외형의 표현이 조화로우울 때 형성된다. 댄스스포츠에서도 이와 같은 춤에 내재된 특질과 내면적인 미를 무용수의 외면적 움직임을 통해 다양한 예술적 미로써 표현되었다.

이상과 같이 연구자는 댄스스포츠의 기능-표현의 관계에서 나타나는 예술적 특성에 대해 연구한 결과 움직임의 기능적, 표현적 요소들은 서로 긴밀한 관계에 있으며, 이 둘의 통합에 의해 움직임의 조화로운 의미가 창조된다는 것을 알 수 있다. 이는 다음과 같은 측면에서 의의를 갖는다.

첫째, 댄스스포츠는 커플댄스로서 움직임의 특질을 이룬다. 각 기능적 요소들에 의해 남성성과 여성성을 강조하는 움직임으로 표현되면서 춤의 분위기를 생성한다. 만일 무용수가 기능적 요소만 강조하여 춤을 추게 된다면 커플댄스의 남성성과 여성성의 표현적 의미는 사라졌을 것이다. 효과적으로 기능하는 원칙에 따라 신체에서 표현되는 움직임은 달라질 수 있다. 따라서 표현적 움직임을 위한 기능적 원리의 이해와 사용이 춤에 적극 활용되어야 할 것이다.

둘째, 무용수의 기능적 움직임이 잘 훈련되었을 경우 표현되는 춤의 분위기도 또한 역동적으로 변화될 수 있다. 무용수의 기능적 능력은 표현의 범위를 넓힐 수 있으며 춤의 분위기와 내용을 보다 분명하게 전달 할 수 있다.

따라서 춤 예술의 움직임 표현은 상반된 개념의 기능적 요소가 이를 채워주고 있음을 알 수 있다.

마지막으로 내적연결의 기능적인 면은 외형적 움직임의 표현으로 나타난다. 그 둘은 상호 연결되어 움직임을 만들기 때문에 움직임의 기능적 원리는 표현의 창조과정을 만드는 원천이 된다.

그리고 댄스스포츠의 춤의 구성, 장르, 형식에 상관없이 기능·표현의 이해가 필수적으로 이루어졌을 때 비로소 예술적 움직임으로 나타날 수 있다고 생각된다.

2. 제언

연구자는 댄스스포츠의 예술적 특성을 발견하기 위해 10가지 춤을 분석하기에는 한계점을 지니고 있었다. 따라서 본 연구가 룸바와 왈츠의 질적 분석을 통해 예술적 특성을 유추해 낸 것처럼 다른 춤의 분석에도 연결될 수 있는 통로가 되기를 바라며, 다른 움직임의 질적 분석에도 적용되어 유의미하게 활용될 수 있기를 기대한다. 댄스스포츠는 한 가지 동작을 여러 무용수에 의해 추어질 수 있기 때문에 다른 무용수와의 비교 분석을 통해 표현의 차이점에 대해서도 연구할 필요가 있으며, 다양한 접근의 질적 분석을 통해 움직임의 개념 정립이 가능해지며 이를 토대로 춤의 학문적 접근은 한 단계 진일보 할 수 있다.

본 연구는 BF에 근거한 분석에서 발견된 움직임의 기능적 원리와 표현의 예술적 특성으로 후속연구에 단초적인 역할이 될 것이며, 다른 춤에도 BF를 통해 움직임 분석이 지속적으로 이루어지기를 기대한다.

참 고 문 헌

<국내 문헌>

- 김경자 역(2000). 고바야시 신지(小林인次). 무용미학. 서울: 현대미학사.
- 김두련, 한선숙(2008). Victor Silvester. Modern Ballroom Dance. 서울: 도서출판 금광.
- 김말복(1987). 무용예술론 -표현과 그 의미-. 서울: 금광.
- 김말복(1994). 무용의 현상학. 서울: 예전사.
- 김명숙 역(1992). 안무법. Sandra Cerny Minton. 도서출판: 당그래.
- 김매자 역(1992). Curt Sachs. 춤의 세계사. 박영사.
- 김매자 역(1994). Anya Peterson Royce. 춤의 인류학. 도서출판: 미리내.
- 김복희, 김화숙(1985). 現代舞踊 테크닉. 서울: 보진재출판사.
- 김복희, 김화숙(1986). 舞踊論. 서울: 보진재출판사.
- 김복희, 김화숙(1990). 舞踊創作. 서울: (주) 보진재.
- 김영태(1997). 사라지는 寺院 위에 달이 내리고. 서울: 눈빛.
- 김종문, 엄화순 공저(2001). 댄스스포츠. 서울: 21세기 교육사.
- 김재은 역(1984). R, Arnheim. 예술심리학. 서울: 이대출판부.
- 문화체육관광부(2009). 2008 체육백서. 서울: 문화체육관광부 체육국.
- 배소심, 김영아(1985). History of the Dance. 서울: 금광.
- 서한교 역(2006). Ruud Vermey. 라틴아메리칸 댄싱. 서울: 대한미디어.
- 성기숙 역(1994). Margaret N. H'Double. 창조적 경험으로서의 춤. 현대미학사.
- 송수남(1989). 舞踊創作論. 서울: 도서출판 금광.
- 신상미, 김재리(2010). 몸과 움직임 읽기. 서울: 이화여자대학교 출판부.

- 신상미, 김재리 역(2015). Peggy Hackney. 몸 움직임 세상 연결하기. 서울: 대경북스.
- 심성태(1996). 음악용어사전. 서울: 현대음악출판사.
- 안병주(2004). 무용미학 입문. 서울: 경희대학교 출판국.
- 음악대사전 편찬위원회(1971). 음악대사전. 선린출판사.
- 이용숙 역(2004). 춤에 빠져들다. 서울: 열대림.
- 이혜숙, 이순원 공역(2001). A. H. Franks. Social Dance. 서울: 금광.
- 이희승(2010). 옛센스 국어사전. 파주: 민중서림.
- 장호열 역(2008). 장호열의 댄스스포츠 스쿨. 서울: 김영사.
- 정진우(2008). 근 골격 해부학. 도서출판: 대학서림.
- 최영란(2001). 댄스스포츠. 서울: 금광.
- 최혁순 역(1982). Sheldon Cheney. 이사도라 던컨의 예술과 회상. 파주: 범우사.
- 최혁순 역(2015). Isadora Duncan. 이사도라 던컨의 무용에세이. 범우사.
- 허영일(1989). 포스트 모던댄스의 미학. 서울: 정문사.
- 후샤오밍(胡小明)(1987). 민영숙 역(1992). 체육미학. 동문선.

<논문 및 자료>

- 강성범(2001). 라반 움직임 분석: 움직임의 형언할 수 없는 도표화. 한국무용기록학회, 창간호 11월 1(11), 177-186.
- 강성범(2007). 살풀이 춤과 지젤에서 표현하는 정서 '한'의 LMA 분석. 박사학위논문. 동덕여자대학교 대학원.
- 강지민(2017). 바르테니에프 기초원리와셰이프 이론을 적용한 성인발레 교육 프로그램 개발. 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.
- 김문경(2010). LMA에 의한 라틴댄스의 움직임 분석: 파소도블레를 중심으로.

- 석사학위논문. 성신여자대학교대학원.
- 김문경, 김미숙(2012). 라반의 에포트-쉐입 분석을 통한 파소도블레의 움직임 특질. 한국체육철학회, 20(4), 343-359.
- 김미숙(2001). 댄스스포츠를 통한 몰입의 경험. 한국체육철학회, 9(1), 13-25.
- 김수영(2007). Rudolf Von Laban의 원리가 무용 움직임에 미치는 효과 및 활용. 석사학위논문. 숙명여자대학교 대학원.
- 김재리(2004). LMA를 통한 처용무의 움직임 분석 연구. 한국무용기록학회, 7, 1-33.
- 김재리(2011). 루돌프 라반(Rudolf Laban)의 ‘움직임 공간’ 특성에 근거한 안무학적 분석 모형 개발: 공간조화(Space Harmony)이론을 중심으로. 박사학위논문. 이화여자대학교 대학원.
- 김희진(2008). 안무효과를 위한 Motion Capture 활용에 관한 연구: 무용수 활용 효과를 중심으로. 석사학위논문. 부산대학교 대학원.
- 노혜경(2011). 라반의 움직임 분석을 통한 살풀이춤에 관한 연구. 석사학위논문. 세종대학교 대학원.
- 대한체육회(2017). 선수등록 통계현황. www.sports.or.kr.
- 류현정(2011). 음악의 도시를 매혹시킨 왈츠의 왕 요한스트라우스 2세. 문화공간, 330, 16-19.
- 메디컬코리아(2011). 댄스스포츠 사전. <http://terms.naver.com>.
- 문은영(2010). 봄의 들썩임을 듣다: 요한스트라우스 2세 ‘봄의 소리 왈츠’. 문화공간, 312, 20-21.
- 민정호(2010). 라틴계열 음악의 리듬 분석을 통한 효과적인 드럼 프로그래밍 구현. 석사학위논문. 상명대학교 대학원.
- 박민정(2007). 전통무용 공간연출을 통한 무대효과 연구. 석사학위논문. 숙명여자대학교 전통문화예술대학원.

- 박수잔나(2011). 피나바우쉬(Walzer)중 왈츠 움직임의 특성 연구: 궁중무용 왈츠와의 비교분석을 통하여. 한국무용기록학회, 22, 43-58.
- 박현숙(2017). 소셜댄스의 사회문화적 고찰. 한국체육학회지, 56(1), 369-381.
- 서울올림픽기념국민체육진흥공단(2012), 2012년도 문화체육관광방송통신위원회 국정감사요구자료, 문화체육관광방송통신위원회, 84.
- 성지민(2003). Bartenieff 신체요법의 원리와 특징에 관한 연구. 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.
- 성지민(2004). Bartenieff 신체요법의 원리와 특징에 관한 연구. 한국무용기록학회 6, 46-67.
- 송녕은(2013). 댄스스포츠의 발현에 관한 미학적 가치 규명. 석사학위논문. 용인대학교 대학원.
- 송선영(2014). 라반 움직임 이론에 근거한 태권도 품새 분석: 유단자 품새 움직임을 중심으로. 박사학위논문. 경희대학교 대학원.
- 심정민(2011). 왈츠의 발전과정과 사회성에 관한 연구. 우리춤 연구, 16, 85-105. 박사학위논문. 서울여자대학교 특수치료전문대학원.
- 오은진(2017). 잠재적 학업중단 청소년의 자아존중감, 정서조절곤란, 또래관계에 대한 Bartenieff Fundamental을 적용한 무용/동작 심리치료의 효과.
- 옥수두(1998). 댄스스포츠의 개념정리 및 나아가야 할 방향. 석사학위논문. 국민대학교 스포츠산업대학원.
- 우명희(2008). 라틴댄스에 나타난 춤 특성에 관한 연구. 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.
- 우혜영, 박현애(2008). 체육학에의 BESS 활용 가능성 탐색. 한국체육철학회, 16(4), 397-415.
- 유미환(2004). 자연주의사상에서 본 현대무용의 추상적 표현에 관한 연구: 이사도라 던컨의 자연주의 사상을 중심으로. 석사학위논문. 대전대학교

- 보건스포츠대학원.
- 이경숙, 반주은(2011). 미학적 관점에서 본 왈츠. 한국스포츠학회, 9(3), 207-215.
- 이경숙(2012). 칸딘스키(Kandinsky)의 예술론에서 본 댄스스포츠. 한국체육철학회, 20(3), 361-375.
- 이경숙(2013). 춤의 상징(4): 롬바를 중심으로. 한국체육철학회 21(3). 227-243.
- 이경희(2007). 바티니에프 기본원리(Bartenieff Fundamentals)가 무용치료사의 신체지각에 미치는 효과. 박사학위논문. 한양대학교 대학원.
- 이경희, 김현남(2009). 엄가드 바티티에프의 기본원리에 따른 움직임 원리. 한국체육철학회. 17(3), 181-198.
- 이민애(2015). 라반 움직임 분석을 통한 한국춤 메소드 연구: 배정혜의 ‘바기본’을 중심으로. 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.
- 이승건(2007). 미학적 관점에서 본 고대 서양의 신체문화. 미간행 박사학위논문. 한국체육대학교 대학원.
- 이용희(1992). 오귀스트 로댕을 통해 본 이사도라 던컨과 자연스러운 움직임에 대한 연구. 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.
- 이윤정(2002). 춤의 주체로서의 몸. 미간행 박사학위논문. 국민대학교 대학원.
- 이은주(1984). 왈츠에 대한 소고. 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.
- 이은하, 임수원(2011). 한국 댄스스포츠 지도자 양성실태와 문제점 및 개선방안. 한국체육학회, 50(3), 489-502.
- 이하얀(2014). 19세기 피아노음악 왈츠 연구. 석사학위논문. 순천대학교 대학원.
- 왕지권(2015). 바티니에프 기본원리를 통해 본 양식 태극권에 관한 연구: 발달모형을 바탕으로. 석사학위논문. 성균관대학교 대학원.
- 원성연(2001). 댄스스포츠에 관한 역사적 고찰. 석사학위논문. 한양대학교 교육대학원.

- 원혜인(2011). 발레에 나타난 ‘신부’캐릭터의 시대적 변화 분석: 브로니슬라바 니진스카와 지리킬리안의 안무를 중심으로. 석사학위논문. 중앙대학교 예술대학원.
- 장샘물(2003). 춤에 나타난 유리드믹스에 관한 研究. 석사학위논문. 공주대학교 대학원.
- 장세형(2012). 바르테니에프 펀드멘탈과 라반 동작 분석에 근거한 무용수를 위한 무한 신체 운동 시스템의 구축. 한국무용기록학회, 24, 125-148.
- 전선혜(1999). 댄스스포츠의 활성화 방안. 체육과학연구원, 12-15.
- 전수옥(2004). 공간(空間)적 시간(時間)적 요소가 왈츠댄서의 생성과정에 미치는 영향. 박사학위논문. 수원대학교 대학원.
- 전연경(1994). 안무의 구성요소에 관한 연구: 표현성을 중심으로. 미간행 석사학위논문. 청주대학교 대학원.
- 정연화(2003). 라틴댄스(Latin Dance)에서 나타나는 움직임에 관한 연구. 석사학위논문. 세종대학교 대학원.
- 정이선(2010). 바르테니에프 기초원리(BF)를 활용한 발레 학습 프로그램에 관한 질적 연구: 초등학교 아동을 중심으로. 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.
- 정진오(2004). 세계댄스스포츠의 발달에 관한 고찰(考察): 민속댄스(Folk Dance)로부터 댄스스포츠(Dancesport)로의 명칭변경 과정을 중심으로. 체육사학회지, 13, p85-106.
- 차유진(2009). 룸바 쿠카라차 동작시 댄스스포츠 선수의 상체근육 활성화도 비교 분석. 석사학위논문. 한양대학교교육대학원.
- 최청자, 김형남, 박은주(2013). Bartenieff Fundamentals 활성화 프로그램이 현대무용전공대학생의 무용표현능력에 미치는 영향. 한국무용기록학회, 29, 91-108.

황미숙(2005). Gadamer의 해석학적 현상학의 놀이이해 이론과 Merleau-Ponty의 사회성 이론으로 본 댄스스포츠의 미적 가치. 박사학위 논문. 부산대학교 대학원.

황유설(2016). 바르테니에프 기초원리를 적용한 필라테스 메소드 탐색: 공간적 의지와 그라운드 개념을 중심으로. 석사학위논문. 이화여자대학교 공연예술대학원.

<외국 문헌>

Adshead-Lansdale, Janet(1988). Dance Analysis. London: Dance Books.

Guy Howard(1995). Technique of Ballroom Dancing. IDTA. New edition.

Guy Howard(2007). Technique of Ballroom Dancing. IDTA. 76 Bennet Road, Brighton, BN2 5JL, England.

Hawkins, A. (1964). Creating through dance. Englewood Cliffs, N.J.: Prentic-Hall.

Irmgard Bartenieff(2001). Body Movement: Coping with the Environment. Gordon and Breach Science Publishers.

Jonathan S. Marion(2008). Ballroom Culture and Costume in Competitive Dance. Printed in the United Kingdom by Biddles Ltd, King's Lynn.

Kealiinohomoku, J. W (1976). A comparative study of dance as a constellation of moter behaviors among African and United States negroes. CORD Dance Research Annual VII.

Laban, R(1974). The Language of Movement: A guidebook to choreutics, Ullmann, L.(Ed.), Boston: Play. Originally published as Choreutics.

- London: Macdonald & Evans.
- Lavelle D(1975). Latin and American Dancers. London. Revised Edition.
- Mable Elsworth, Todd(1980). The Thinking Body. New York: Princeton Book Company.
- Margaret N. H'Doubler(1940). Dance, A Creative Art Expression. Madison: University of Wisconsin.
- Ruud Vermey(1994). LATIN. Italy: Trento.
- Shaw, Lloyd(1950). the Round Dance Book. Caldwell. Idaho: Caxton Printers.
- Shirley Ayme(1999). Latin-American at It's Best-RUMBA. 43 Rowley Road London N15 3AX England.
- Silvester, V(1993). Modern ballroom dancing. London: Stanley Paul.
- Walter Laird(2003). Technique of LATIN DANCING by Walter Laird. Published by International Dance Publications Limited of Bennett Road, Brighton BN2 5JL, England.
- Walter Laird(2006). THE LAIRD TECHNIUE OF LATIN DANCING. Published by International Dance Publications Limited of Bennett Road, Brighton BN2 5JL, England.
- William Gibbons & Sons(2014). Blackpool Dance Festival. Winter Gardens. Blackpool U. K.

ABSTRACT

Artistic characteristics of Dancesport through the Function-Expression of the BF -Focusing on the Rumba and Waltz-

Kim, Mun Kyung

Department of Physical Education

Graduate School

Sungshin Women's University

This study focuses on finding artistic characteristics of the two of Dancesport events, Rumba and Waltz, by conducting qualitative analysis on their movement. The qualitative analysis on the movement allows to discover the meaning of the phenomenon that the movements have and the expressivity that the physical movements show. In accordance with the nine principles and the four movement themes under the Bartenieff Fundamentals (hereinafter referred to as "BF") developed by Irmgard Bartenieff (1900~1981), the study was carried out to find functional principles of the body movements and artistic beauty expressed through dance moves, based on which the artistic characteristics that have been manifested in integrated relations between bodily functions and expression were discovered.

Applying the BF to the movements of Rumba and Waltz, the study

concludes with the findings shown below from the integrated perspectives of functions and expressivity of the dance.

First, there are a variety of connectivity expressed through the body, the principle agent of the movement. The body connectivity utilized in Rumba and Waltz has various movement patterns. For Rumba, different arm styling and lower-body movements are expressed through the bodily connectivity and its motions are expressed as aesthetic and formative nature of the human body with three-dimensional effect. This body connectivity creates harmonious movement in the relations between a male lead and a female follower. In the case of Waltz, while a male and a female dancers maintain a close hold, the body connectivity is mainly utilized to secure the stability of the movement in an efficient manner. The connectivity between upper and lower body parts is manifested as dynamic body alignment, expressing volumetric flow of the movement. In addition, vertical posture of a male dancer that reminds of a born aristocrat combined with smoothly curved and arched posture of his female counterpart connect the two bodies, expressing formative figures as if they are a piece of sculpture.

Second, efficient physical functions which are enabled by basic principles of BF create physical movements in an effective manner. Likewise, choreography-based Rumba and Waltz make a balanced-use of the nine principles, enhancing the mobility of the movement within the stable space and describing dynamic rhythms and picturesque expression of movement.

Third, the trace of motion being left in the space of movement and the

motion creating the structure by making active use of spatiality has spatial characteristics. Spatial factors play an important role in dancing where primary focus is given to interrelations and harmony among surrounding environment, objects and humans while movement is produced. In the case of Rumba, strong yet gentle masculinity and elegant yet sensual femininity are depicted through the movement of two dancers within spatial structures of Vertical, Plane and Diagonal dimensional space. For Waltz, a man creates Vertical Dimension of upper and lower body and horizontal space from his arms while a lady expands the space for movement by creating arched and curved forms. Dancing together, the two make use of general space while movement space forms creative space with dynamic alignment which keeps changing in a continuous manner.

Last but not least, the movement of dance produces artistic expressivity. Rumba places much emphasis on the beauty found in forms, rhythm, standstill, sensuality and mixture, all of which expresses Rumba's movement while Waltz is expressed with the beauty manifested in gracefulness, flow, forms and space. These aesthetic expressions interact with functional factors of a human body, enabling harmonious composition of movement and artistic expression. All these showed fundamental features that the dance has.

Applying the four themes and basic principles of BF, the study has produced the abovementioned analysis results. In particular, the artistic features of the dance were confirmed within an integrated theme of function-expression of movement as shown below.

The artistic features of the dance include; first, the formative natures of the body that makes movement, second, rhythmic features as temporality art based on effort quality, third, spatial characteristics as spatial art created by the structure of movement and trace of motion in the space of movement, and finally, aesthetic quality that is expressed in harmonious relations between movement functions and expression.

In pursuit of finding artistic natures of the dance from the integrated perspectives of functions and expressivity that Dancesport has, the study, on the basis of qualitative analysis, aimed to search functional principles of the dance and the concept of artistic beauty expressed by these functional principles. Furthermore, the study intended to initiate a discussion in connection with the artistic beauty that comes into being in relation to functions and expressivity. Thus, the study confirmed that both functions and expressivity exist in movement and the interaction between the two creates the artistic beauty.

It was confirmed through the study that the qualitative analysis on movement based on BF can be significantly utilized in discovering the essence of the movement in other dance events as well. It is expected that the artistic features found in this study are used as valuable sources in setting the standards of beauty.