

# 即興ダンスセラピーにおける動作産出とカップリング

著者	鈴木 信一
著者別名	SUZUKI Shinichi
雑誌名	「エコ・フィロソフィ」研究
巻	14
ページ	115-131
発行年	2020-03
URL	<a href="http://doi.org/10.34428/00011596">http://doi.org/10.34428/00011596</a>



# 即興ダンスセラピーにおける動作産出とカップリング

鈴木信一（立教大学）

**要旨：**即興で行なうダンスセラピーは身体運動および他者との連動を試みることによって健常者、非健常者を問うことなく一定の効果を得ることができる。その一方で身体運動および他者との連動そのもの、さらに動作の選択可能性の拡大、他者との連動可能性の向上といった効果を具体的かつ肌理細かく記述し、分析することは難しいとされる。そこで本稿ではシステム論におけるオートポイエシス、カップリングの手法を身体運動に展開し、動作単位産出システム、カップリング・システムを仮説設定した上で、即興ダンスセラピーの実践を記述し、現場で展開される実践の構造、実践による効果の明確化を試みる。

---

キーワード：即興ダンス、ダンスセラピー、身体運動、オートポイエシス、カップリング

---

本稿は“即興ダンスセラピー”による他者および物理的環境におけるカップリング・システム起ち上げについての事例研究である。筆者自身が発達障がい、知的障がい、運動障がいほかを持つ人々とともに踊り、その様子を内側から観察し、そこで起こった経験をもとに動作単位産出システムの産出過程、カップリング・システムの起ち上げを仮説設定し提示する。その上でそれらのモデルを使用し、筆者そして参加者の経験の構造、経験による効果を事例を通して明らかにする。

事例の記述に当たっては、動きの質とその強度、連動までの過程とそのメカニズムを細やかに描き出すため日常的な表現を使用する。

## 1 動作単位産出システムの設定

即興ダンスなどの身体運動は「動作単位産出の持続」であり、「ひとつの動作単位が次の動作単位を産出するという産出過程のネットワーク」であると本稿では規定する。筆者の即興ダンスの実践を踏まえ、身体運動を動作単位の産出過程および持続過程のネットワークとしてモデル化し提示する<sup>1</sup>。

### 1-1 動作の単位化

身体運動は瞬きをする、眼差しを送る、掴む、歩くなどの日常的な動作や、指の微妙な上下振動などの動作単位という形で生まれ出る。動作単位<sup>2</sup>の産出過程は、ひとつ前の動作単位を手掛かりとして、次の動作単位の産出過程を繰り返すことにより、その都度新たな輪郭を出現させる。動作単位の輪郭は動作単位の産出の結果であり、自己にとっては偶然の出来事であり、眼差し、皮膚の感触により輪郭の一部のみ感じ取ることができる。

## 1-2 動作単位の産出

動作単位の産出過程の出現と動作単位そのものの産出はほぼ同時に行われる<sup>3</sup>。前者は注意、運動感覚・内部感覚、皮膚の感触、眼差しなどによる感じ取り、身体・運動イメージなどによる動作単位の産出と持続のための調整を行う。自己は動作単位の産出の最中に現れ出た動作単位の輪郭とその感触しか感じ取ることはできず、動作単位の産出過程、産出そのものを感じ取ることはできない。そして動作単位の産出過程は、ひとつ前の産出過程において産まれた動作単位から次の動作単位の産出過程を起動し、その産出過程から産まれた動作単位からさらに次の動作単位の産出過程を起動する形で反復する（図1参照）。動作単位そのものを産出する前に、ひとつ前の動作単位の産出とその輪郭から感じ取った、次の動作単位の産出に当たり調整を必要とする内容、それまでの動作単位の持続とその軌道から想起したイメージが次の動作単位の産出過程の手掛かりとなる。それら手掛かりをもとに、個体化、リズム性を保持しつつ、他者、物理的環境に適応すべく次の動作単位の産出過程を反復する。そして、この動作単位産出の反復により、物理的環境のうちに自らの境界が形成され続け、同時に輪郭という仮象が現れる。

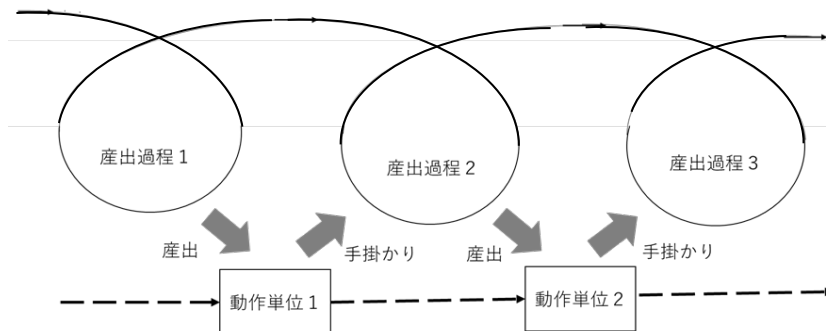


図1：オートポイエーシス・システムの産出過程

## 1-3 動作単位による圏域の形成

圏域は動作単位産出の繰り返しの結果形づくられる“ひとまとまりのもの”であり、動作単位産出のたびに形づくられては消えていく。それぞれの圏域は広がり、質と強度、存在感を持つが、動作単位を産み出し、第2章で詳述するカップリング・システムを起ち上げた本人に圏域そのものは認識できない。しかし圏域が他者を包み込むことにより、他者は眼差し、皮膚の感触などから圏域を感じ取り、さらに他者自身の動的なイメージ力を活用し、カップリング・システムの持つ圏域の広がり、質とその強さ、存在感を感じ取る。その他者の圏域のうちに自己の動作単位が入り込み、他者は自己の動作単位産出の持続に集中し、触発され、他者自らの産み出す動作単位も変化する。この状態においてカップリング・システムが他者と自己の間にすでに起ち上がっていることとなる。

さらにカップリング・システム起ち上げの持続のうちにリズム性が生じそれにより圏域の強度は増

す一方で動作単位の選択可能性は縮小する。即興ダンスの実践において自己は常に圏域の強度、動作単位の選択可能性の幅に注意し、自己自身および他者との連動における展開可能性を確保すべく、その次の動作単位を産出する手掛かりを得て、動作単位の産出過程において調整を行う。また次の動作単位の予期が成り立たず動作単位産出の持続が停止した場合、それまで繰り返していた動作単位を手掛かりとせず、新たな動作単位を産出すべく一から試行しなおし、他者と連動するまで試行を繰り返す。その試行においても恣意的に動作単位を産出するのではなく、他者、物理的環境に適合する動作単位を意識する以前に自己は産出する動作単位を選択していなければならない。

#### 1-4 構成要素連動による動作単位産出の調整

自己は動作単位産出過程において注意、感じ取り、イメージ形成、調整にかかわる構成要素のネットワークを産出する。他者や物理的環境に適応すべく必要な構成要素を選択しつつ、それら構成要素は連動かつ前景化し、注意、感じ取り、イメージ形成、調整を遂行する<sup>4</sup>。自己は他者の動作単位や物理的環境の変化に合わせ連動する構成要素を変更し、各構成要素および構成要素間における連動の強度を自ずと恣意性を持たず調整する。構成要素の選択および構成要素のネットワーク間の連動は予め恣意的に想定可能な選択肢をもとに行うのではなく、自己のひとつ前の動作単位を手がかりとしつつ新たな動作単位の産出以前に自ずと行う。自己は上記の動作単位の産出とその持続を運動感覚を含む体性感覚、眼差しなどにより感じ取るが、他者は産出された動作単位、動作単位の輪郭、質とその強度、肌理などを眼差し、皮膚の感触により感じ取る。さらに、その都度の他者の動作単位、物理的環境の変化に適応すべく、新たな性格の構成要素を産出する可能性を常に保持している。そして、変化が生じるたびにそれまで背景にあった構成要素が前景に移り、ほかの構成要素と新たに連動し構成要素のネットワークを新たに編成する。

本稿では常に動作単位産出にかかわる構成要素を“恒常的構成要素”として仮説設定する。

- ①注意：肉体の内部、他者や物理的環境とのかかわりにおいて生じる差異を選択することであり、それにより現実を成立させること、つまり世界を起ち上げることである。
- ②運動感覚・内部感覚の感じ取り：運動そのものの感触、緊張、体勢、重さ、力、位置、温度、痛み、振動、存在の感触などを肉体内部において感じ取ることである。
- ③予期：次の眼差し、表情、位置・移動方向・軌道、動作単位の輪郭、眼差しや動きの肌理細かさ、速さ、高低、触れる強さ、接触部分の広さ・動き、動作単位の持続により形成される圏域、つまり次の動作単位の産出により生じる結果を予測することであり、ひとつ前の自己、他者の動作単位を手がかりとする。
- ③身体・運動イメージの形成：身体イメージの形成は肉体各部位の位置、肉体全体の輪郭、動作単位の輪郭、他者と連動した形態、それぞれの輪郭を制することである。運動イメージの形成は、肉体各部位に動作単位の生じる順序、動作単位における力の入れ具合や抜き具合、動作の肌

理細かさ、動作単位の持続における位置とその延長からなる軌道、他者や存在物との隔たり、動きの高低や方向、反復とそのリズムそれぞれの輪郭を制することである。

- ⑤配置：他者、物理的環境と適応すべく、眼差しあるいは皮膚による接触を通じて、自己の存在を他者、物理的環境の間において適切と判断した位置に、動作単位産出の起点として投げ込む場所を選択し、そこに自己という存在を投げ込み、動作単位を起ち上げることである。
- ⑥肌理・隔たり・方向の調整：自らの感じ取り、動作単位産出の調整における“できる”領域において育まれ、動作単位の産出を調整する各構成要素のうちに内在する「物差し」の目盛りであり、その場に応じて設定される。
- ⑦反復・リズム化：反復は特定の動作単位の産出を繰り返すことである。その繰り返しの経過は動作単位の輪郭や配置、軌道の類似<sup>5</sup>として外部に現れ、この繰り返しのより動作単位間の接続の強度は高まる。リズム化はこれら動作単位産出の繰り返しの規則性が生じたものである。

次に、状況に応じて動作単位産出にかかわる構成要素を“選択的構成要素”として仮説設定する。

- ①呼吸の調整：呼吸は吐ききった後に吸い始め、吸いきった後に吐き始めるという筋肉の収縮運動の反復であり、一つの動作単位である。そして呼吸の流れと動作単位の持続は相即の関係にあり、他者や物理的環境に柔軟に適応する動作単位を産出するには呼吸の流れにより呼吸器官周辺に生じる体性感覚の差異に注意を向け、それら感覚内容を手掛かりにして動作単位の産出を調整し、その都度呼吸という動作単位を産出する。
- ②皮膚感触の感じ取り：皮膚における感触は、動作単位の持続とともに他者、存在物との接触のうちに生じる。感触を感じ取る場所は肉体における肢体、胴体、顔面、足の裏などの皮膚全域であり、眼球の表面も含まれる。他者、存在物と接触する面の広さと位置、面における移動の方向と速度感、摩擦の強さの度合い、他者、存在物との間に生じる力の度合い、存在物のテクスチャと肌理の細かさ、温度、湿度を自己は感じ取る。
- ③表象イメージの形成：動作単位の「輪郭を制するもの」であり、動作単位の産出過程においては「輪郭を制するもの」を産出しつつ身体・運動イメージに連動し、動作単位を産出する。表象イメージとして花や石といった具体的存在物や“無限の線”といった抽象的存在物を上げることができる。
- ④眼差しによる感じ取り：眼差しによる感触は触覚性の視覚である。そこで最初に感じ取られるのは焦点化以前の「質」である。触覚性の視覚は、明かりの質と強度、陰影、他者と物理的環境からなる世界を輪郭として明確化する以前に視野に「映しだす」という形でそれらに触れ、輪郭を浮き彫りにすることで、映しだされたものに現実性を与えつつ、同時に雰囲気と存在感を感じ取る。
- ⑤情態性／気分：不安、退屈、驚愕など自己、他者の有り様、動作単位産出そのものを規定するものである。情態性／気分の変化にもとづき次の動作単位をその都度起ち上げる形で産出する。

持続のうちに前景に現れる気分の強度は動作単位産出の調整にそのまま反映され、恣意的に選択、調整することができないまま動作単位、輪郭において表現される。

以上の恒常的構成要素、選択的構成要素をその都度組み合わせることにより、その都度の他者の動作、物理的環境の変化に応じた動作単位の産出が可能となる。そして各構成要素の強度の調整により身体各部位への力の入れ具合や配置、移動の肌理が予期、調整され、柔軟かつ肌理の細かい動作単位の産出が可能となる。これらの調整は自らの動作単位の選択可能性の拡大、他者の動作単位、物理的環境への適応可能性の向上に連動しており、動作単位産出の丁寧さ、他者との連動とその持続の円滑さを動作単位の産出とその持続に持たせることとなる。

## 2 他者とのカップリング・システムの起ち上げと持続

動作単位を産出するシステムが複数存在し、一方のシステムの産出した動作単位が他方あるいは複数のシステムに入り込むことにより、その動作単位を産出条件として、一つのカップリング・システムが起ち上がる。本章ではカップリング・システムのメカニズムをモデル化し提示する。さらにカップリング・システムの持続の仕方、強度の変化について記す。

### 2-1 カップリング・システムの産出と気づき

他者と踊る際、自己の産出した動作単位は他者の動作単位を産出する手掛かりとして他者の産出過程に入り込み、そこで他者が産出した動作単位は自己の次の動作単位産出過程へ手掛かりとして入り込む。その結果両者は共有する構成要素を産出し、両者間にカップリング・システムが新たに起ち上がる。自己は他者の動作単位とその持続に注意し、両者は相互に連動可能な構成要素を探りつつ、連動可能と判断した構成要素をもとに動作単位を産出し、他者に向け試行する。他者の反応をもとに連動する構成要素をさらに選択、調整しながら試行を繰り返し、結果として偶然に両者の連動するカップリング・システムが新たに起ち上がる。この状態において自己は他者と連動するのではなく、両者はカップリング・システムと連動し、他者は自己の環境となる（図2参照）。自己は他者、存在物を環境としつつ他者とともに新たなカップリング・システムをその都度起ち上げ、それと連動する。そしてカップリング・システムの起ち上げの持続は他者というシステムとともに起ち上げているため、他者が両者間で持続していたカップリング・システムとの連動を解消した途端、そのカップリング・システムは消滅する。消滅後、個々のシステムは別の他者とのカップリング・システム起ち上げを探ることとなる。

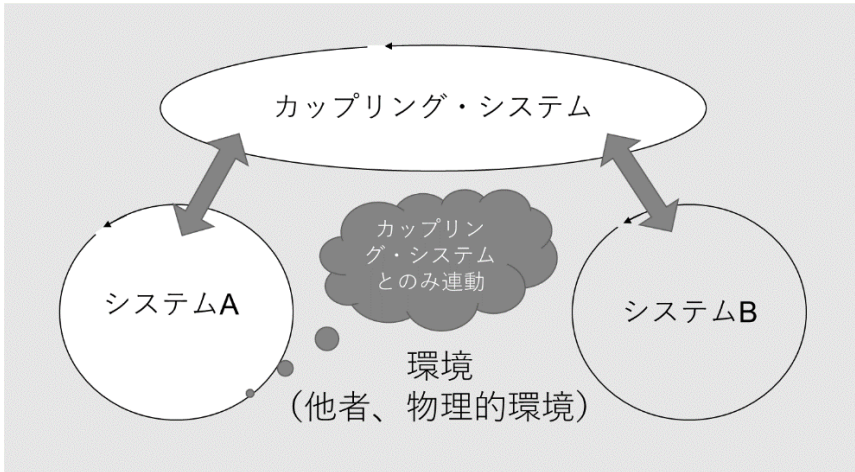


図2：カップリング・システムと他システムの関係

## 2-2 カップリング・システムの持続と強度

自己はカップリング・システム起ち上げの持続をその都度試みる。他者との隙間の形成は他者の動作単位の産出を先導し動作単位の産出の機会を提供するものとして機能する。他者はその隙間のうちに連動可能性を感じ取り、自らの動作単位の産出するのである。その隙間を他者が感じ取り、その隙間の持つカップリング・システム起ち上げの可能性のうちに、予期、調整を経て、カップリング・システム起ち上げに適切な動作単位の産出するならば、両者は特定の構成要素においてカップリング・システムを起ち上げ持続する。その持続において自己は自己を肯定し、さらに自己は他者を肯定する。そして他者が自己を肯定するという事態が生じることもある。その事態において自己は他者に“開き”、他者は自己に“開いていく”。上述の肯定および“開き”には度合いがあり、その度合いは動作単位の産出、カップリング・システムの持つ強度に顕著に現れる。

それぞれのカップリング・システムの有り様は固有であり、強度の度合いを持つ。自己の動作単位をただ他者の動作単位に合わせる程度の連動においては、そのカップリング・システムの強度は弱く緩い。自己と他者双方の動作単位が互いに深く入り始めるとそのカップリング・システムの強度は増す。自己は他者の動作単位の持続可能性、“開き”の度合いを感じ取りながら、その度合いを前提に次の動作単位の産出を調整し、カップリング・システム起ち上げの持続を恣意性を伴うことなく目指す。動作単位産出の反復が持続し、両者の動作単位の関係に一つのパターンが生じてきた場合、カップリング・システムの強度が増し、カップリング・システムにより自己、他者の動作単位産出システムへの拘束力が高まり自由度、動作単位の選択可能性が減少する。その拘束力が増した場合、カップリング・システムをリセットする必要性が生じる。また連動の持続、とくに同じパターン動作を繰り返している場合は「退屈」という気分が生じる。その場合もカップリング・システムのリセットが必要となる。

### 3 事例研究

本章では新座市クリエイティブワークショップ実行委員会により運営され、新座市立中央公民館体育室ほかにおいて2003年より開催されている“即興ダンスによるダンスセラピー”のワークショップを取り上げる。このワークショップでは即興舞踊家である岩下徹氏（舞踏カンパニー山海塾の舞踏手でもある）が指導およびファシリテーションを行い、振付は一切なく、また音楽を流すことなく体育室及び体育室周辺の環境音のなかで参加者が目的や恣意性を排除してあるがままに踊る。

ワークショップには、発達障がい、知的障がい、ダウン症、身体障がいなどを持つ40歳前後の人々（2020年1月現在）、舞踏、コンテンポラリーダンス、能、狂言などの舞踊経験者、音楽治療の専門家、作曲家、楽器演奏者ほかが参加し、健常、非健常の区別なく、言わば混ざり合う形でソロ、デュオ、トリオ、カルテットなどの形で即興ダンスを行なう（写真1参照）。



写真1：ワークショップの様相 撮影：前澤秀登  
（新座市中央公民館体育室において）

#### 3-1 実施手順

ワークショップでは最初にエクササイズを行い、参加者全員による集団即興を行なった後、ソロ、デュオ、トリオ、カルテットなどを各組10分前後行う。他者とのイメージ、ストーリーの共有など事前の打ち合わせはない。2010年までは序盤環境音楽を流すなかで踊っていたが、2011年以降は音楽を使わず環境音のなかで踊っている。

体育室は丁度50メートルプールと同じくらいの広さの床と高い天井を持つ。特に新座市立中央公民館体育室は障がいを持つ参加者が長年通った親しみのある身体に馴染んだ、安心して踊ることができる場所であるとともに、日常的な生活と地続きである一方、作業所など外からのルールの押し付けのない非日常的な場所でもある。参加者の動きは体育室という空間に包まれる一方で空間の外に向け



て張り出していく。

本稿では参加者のAさんを取り上げ、2010年から2014年における即興ダンスの模様とAさん自身の変化を取り上げる。

### 3-2 2010年

Aさんと最初に会ったとき、両腕を瘦せた身体にぴったりと巻き付けるようにくっつけ、10センチくらいの歩幅で少しずつ歩いていた。私はAさんの動きと表情から緊張の強さを感じ取った。Aさんのワークショップでの主な動きは「立つ」こと、「自分の位置を変える」ことであった。表情に変化はなく、眼差しは一定の方向を見つめていた。その一方でAさんからは強い存在感、立ち姿の美しさを感じ取ることができ、私はジャコメッティの立像を思い浮かべた。その強さの由来はその姿にAさんの自分を露わにするという意味での正直さ、誠実さ、素直さであり、その結果Aさんの緊張の強さ、存在感が直接私に伝わってきたものと私は推測した。Aさんは歩くときに右足を言わば突き刺すように前に投げかけ、着地した足を起点としつつ左足を同様に前に投げかけ、その都度一步一步自らを投げ込んでいった。

Aさんは他者とデュオを踊る時も変わることはなく立ち続けている。デュオの相手はトルソーのように立ち続けているAさんの周囲をさまざまに動く状況に追込まれる。時には相手がさまざまに動くことでAさんが相手の動きの背景にある物のように見えることがある。岩下氏は一人一人の仕方でもAさんとかかわりデュオを成立させてほしいと参加者に声掛けする。言い換えると、緊張して立っているAさんとの関係において隙間を作り何らかの形でカップリング・システムを起ち上げることを参加者に求めているのである。

私が踊った時もAさんと連動つまりカップリング・システムを起ち上げることに自信が持てなかった。その頃、私は自らを“開いている”とは言えない状況にあったからである。Aさんも同様に自ら“閉じていた”。即興ダンスにおける他者への“開かれ”とは相手と連動可能な選択肢を自ら提供することができる状態にある、ということである。“開いていれば”、Aさんも私も相手と連動可能な選択肢を提供し合い、二人が連動できる一つの間接的な関係を選択することによりカップリング・システムを起ち上げることができる。この場面においてAさんも私も“開いていない”がゆえにカップリング・システムを起ち上げる選択肢を提供することはできず、デュオを起ち上げる契機すら持てなかった。そればかりかAさんの動きへの注意を持たず、したがってカップリング・システムを起ち上げるのが可能な動きへの気づきも起こりようがない。Aさんはひたすら立ち続け、私はひたすらAさんにかかわるような試行を行った気ではいたが、自らを“閉じている”がゆえに“形だけの連動”に始終することとなる。接近した場所で二つソロが行われていただけである。Aさんも私も動くことを続けることにより、お互い別々の圏域を形づくった(図3参照)。

もしもAさんと私がカップリング・システムを起ち上げていたなら、そこには二つの圏域とカップリング・システムの圏域が生まれていたはずである。それはAさんと私がカップリング・システムを

起ち上げ続けることによって形づくられる。私がそこに見ていたのは A さんの動作の持続や圏域ではなく輪郭のみであり、私が A さんの身体に隣接したり、接触していてもカップリング・システムは起ち上がることはなかった。私は A さんの動きとかかわりを持つ手掛かりを捉えることができず、戸惑い、その戸惑いから逃げようとしていたのである。私が A さんと距離をおいて隣接し、A さんの視野のうちに眼差しで触れようと試みることにより A さんの動き、かかわり方は変わったであろうと振り返る。私には相手との連動、つまりカップリング・システムを起ち上げるための注意と気づきが必要であることがわかっていなかったのである。いわんやカップリング・システムの起ち上げを接ぎ木のように積み重ねていくことそのものが相手の動作単位の選択可能性を広げることであると理解していなかったのである。その一方で A さんは一つの地点に身体を置き「立つ」という動きを続けることで、そこに強い度合いの存在感を保持させていたと私は感じ取った。

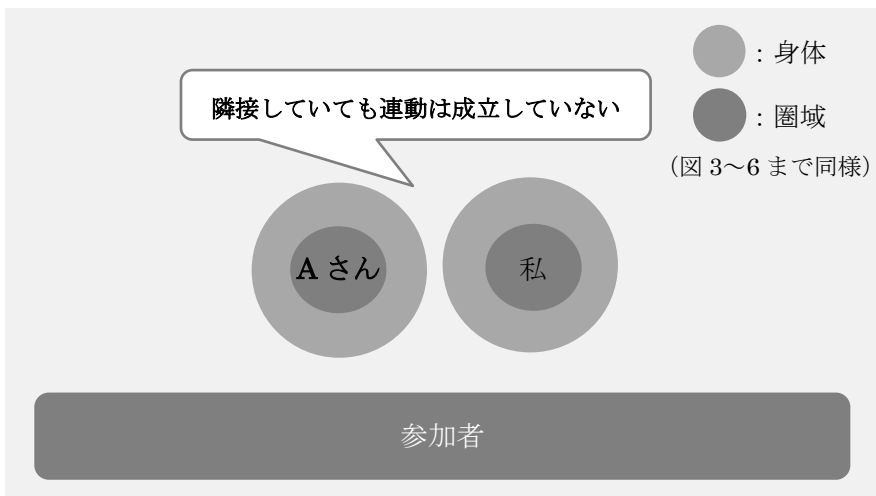


図 3 : A さんと私の関係 (2010年)

### 3-3 2011年

A さんとダンスセラピストが踊った。その頃 A さんは歩く頻度が増え、移動する距離も少しずつ増えていた。デュオが開始されるとダンスセラピストは体育室の窓辺に行き窓枠に手を乗せ外を見始めた。その日は天気が良く体育室の窓辺を日差しが充し、隣接する自動車整備工場の車も日差しの中でくっきりと映えていた。A さんは外を眺めるのが好きである。とくに車を眺めるのが好きで父親の車と重ね合せているのではないかと古くからの参加者は話していた。ダンスセラピストは外をずっと眺めている。その姿を A さんもずっと見ていたが、徐々にダンスセラピストに向けて一步一步ゆっくり歩き始めた。A さんは最短距離を選ぶのではなくジグザグに歩いた (図 4 参照)。立っている位置から斜めの方向にゆっくり歩みを進めダンスセラピストに眼差しを向ける。次は反対に斜めの方向に歩みを進めダンスセラピストに再び眼差しを向ける。その一連の動きの持続を繰り返しつつ、ダン

セラピストにじわりじわりと近づいていく。ダンスセラピストはいつさい後ろを振り返えらなかつた。ダンスセラピストはAさんを待ち続けていた。待つことによりダンスセラピストはAさんに二人が繋がる選択肢を提供し、その選択を委ね続けたものと見て取ることができる。それによりAさんは相手の動きに即対応する必要はなく、自分のペースで動きを選択する余裕、いわば隙間をダンスセラピストは与えたとも考えることができる。一方でダンスセラピストはAさんが歩みを止める終点、言い換えると持続する動きへの区切りも与えており、さらに二人の隔たりはAさんの歩く速さ、一步の幅に似合った距離であった。自分と相手の“できること”を見積もり、それに似合う隔たりをつくる能力は二人がカップリング・システムを起ち上げるために必要不可欠なものである。Aさんの歩行の持続のうちにダンスセラピストの「待つ」という動きがAさんに入り込み「近づく」というAさんの動きが気配としてダンスセラピストに入り込む。二人は「待つー近づく」カップリング・システムを起ち上げている。そして窓辺に到達するまでの間、カップリング・システムは起ち上がり続け、その都度Aさん、ダンスセラピスト、「待つー近づく」カップリング・システムの圏域が形づくられていった。

そしてAさんはダンスセラピストの隣にたどり着き、窓から外をともに眺め始める。暫くの間、光を浴びつつ二人は外を眺めていた。二人は「隣にいる」、「外を眺める」ことにおいて新たなカップリング・システムを起ち上げ、二人の「隣接」、「眼差し」による圏域を形づくる。その後、岩下氏の合図でデュオは終了した。私は二人が「隣接」するまでの過程、「外を眺める」姿、そして日光が二人を照らす光景を眼差しで接しつつ楽しんだ。

二人の動きは日常の風景で見られるものだが、それを体育室という言わば舞台に乗せ、参加者という観客が眼差しを向け、そのことをAさんもダンスセラピストも引き受けた上で参加者と「見られているー見せている」というカップリング・システムを起ち上げ、それがいわば環境となることにより、日常生活とは次元の異なる緊迫感の中で動きが産み出されている。そしてそれらの動きにおいて気分とそれまで育まれた習慣的な動きが雰囲気や動きの肌理細かさ、身体の配置に現れる。ダンスセラピストはAさんに自らを“開き”、Aさんもダンスセラピストに“開いている”。それにより二人の間に相互からカップリング・システムの起ち上げを可能にする選択肢が編み出され、動きを産み出すという試行のうちにいくつかの選択肢が前景化しその都度カップリング・システムが起ち上がったのである。

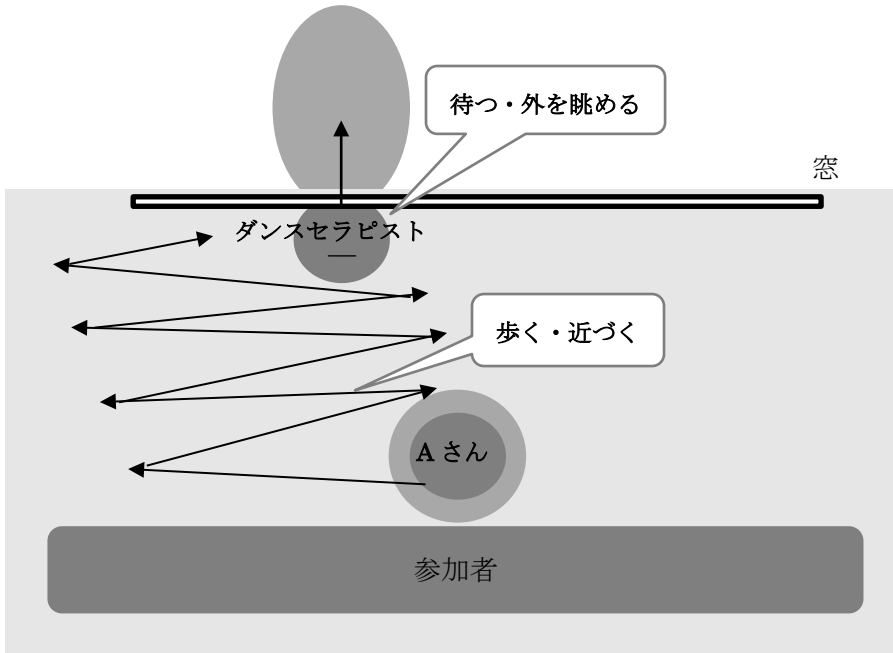


図4：Aさんとダンスセラピストの動き（2011年）

### 3-4 2012年

Aさん、そして記憶した単語、文を想起し繰り返し発声する（エコラリアと呼ばれる）Bさん、私がトリオを踊った。Aさんは一点に立ち続ける、つまりひとつの場所に自分を配置し続けていた。Bさんと私は体育室いっばいに大きな楕円を描くように走り、どちらが誘うでもなく自ずと追いかけてこを始めた。走り続けるうちにBさんと私は「追うー追われる」というカップリング・システムを起ち上げ、1周目半ばより「ピューピュー、プシュプシュ」と言いながら私を「ひと差し指で刺す」ような動きを繰り返し始め、私もその繰り返しのリズムに乗りながら「蚊に刺されながら逃げ回る」表象イメージにより動きを調整しつつ、二人は「刺すー刺される」、「追うー追われる」というカップリング・システムを起ち上げ楕円をゆるく描きながら走り続けた。その様子をAさんはずっと眼差していた。私はそれに気づき、走りながらAさんを時々眼差して触れる。Aさんも私を眼差して触れる。そしてBさんと私がAさんに近づいていく様子をAさんはじっと見つめている。これら一連の動きを二度繰り返した。私は動きつつ、私は軌道線状を移動する「地球」、Bさんは「月」、Aさんは「太陽」という動的な表象イメージを自ずと描き、それにより私は自らの動き、Aさん、Bさんとのカップリング・システムの起ち上げの持続を調整していた。三度目Aさんの前にBさんと私が到着した時、Aさんは私たち二人をそれまでになく大きく開いた目で凝視し、同時にBさんの前に行きBさんの目を見つめる。BさんはAさんの「眼差し」に触れることなくある方向を見続けながら自らをAさんの前に配置し、先ほどの私とのデュオとは異なる阿波踊りに似た動きを始める<sup>6</sup>。AさんとBさんのかかわりにおいてカップリング・システムが起ち上がったのである。そしてBさんと私のカップ

リング・システムはリセットされた。私は二人の少し近くで二人を眺めつつ弱い輪郭の動きを繰り返した。私が B さんに近づいたところ、B さんは私の方に身体を少し向けたので、その隙間に私は自らの動きを入れ、B さんと私は緩いカップリング・システムを起ち上げた。そして A さんと B さん、B さんと私という形で動きによるカップリング・システムが持続し、その持続のうちに A さんは B さんと私に向け交互に「眼差し」を送り、A さんと私の間にも「眼差し」によるカップリング・システムが起ち上がった。そしてこの状態において岩下氏の掛け声でトリオは終了した。

この三人の関係において誰かが誘導するといった関係は生じておらず、自ずとカップリング・システムが起ち上がっている。つまり恣意性を持たない状態でカップリング・システムがその都度成立するのである。誘導という恣意性が生まれることで即興ダンスから即興性が失われる。自ずと生まれる動き、相手との関係に身体を委ねることで初めて即興性を担保することができる。何かしらの狙いを持たずに、心、身体が正直になることで、そこに嘘のない、言わばわざとらしさのない、そこから生じる強い存在感を持った動きが生まれ、カップリング・システムが起ち上がり、三人の動きの圏域、カップリング・システムの圏域も形づくられていくのである。

このトリオの場合、A さんの「眼差し」の圏域、A さんが「立ち続ける」ことで形づくられる圏域、B さんと私に「眼差しを送る」ことにより形づくられる圏域、B さんの動きの圏域、私の動きの圏域、そして B さんと私の移動により形づくられる上から見ると楕円形の広がりを持つ圏域が形づくられるという動的なイメージを持った（図5参照）。自らの圏域は感じ取れないがそれを見ることができる相手（A さん、B さん）、観客は動的なイメージとともに感じ取ったものを手掛かりに各人のうちに私の圏域が現れ出る。つまり本人たちによって実際形づくられる圏域と相手、観客により産み出される動的なイメージとして形づくられた圏域があり、それらが体育室において重層的に形づけられる。そして相手、観客はそれぞれの圏域の変化を広がりや存在感、質の強度において経験することができるのである。

そして注目すべきなのは A さんの眼そのものの突然の拡大と動きのモードの大きな変化であった。それまで我々を凝視し続けていた細い目は縦に大きく開いた状態へと変化し、その後も維持していた。そして目が大きく開いた時点で「立つ」という動きから「踊る」という動きにモードを変えた。これは新たなカップリング・システムが起ち上がった瞬間であると推測できる。A さんは B さんに“開き”、その次に私に“開いていった”。A さんは動きの選択肢をその時点で産み出し、同時に他者とかかわり、連動する機会を得て自分の持つ動きの選択肢のうちからその都度動きを産み出した。A さんとのカップリング・システムの構成要素は「隣接」であり、B さんと向かい合いつつ A さんは B さんに動きのきっかけと手掛かりを与え続けた。B さんも「隣接」しつつ「見る一踊りで応える」というカップリング・システムの構成要素を A さんに与え続け、A さんも同様のことを繰り返す。その二人の連動のうちに、B さんは私に動きの選択肢を産むことができる隙間を“私の方に向く”という仕方提供した。私はその隙間の提供に気づき、それを捉え、その隙間を私の選択肢で埋めに入った。その結果三者は「隣接」および「リズムを合わせる」という動きの調整においてトリオを起ち上げた

のである。我々はその動きの連動の持続に区切りをつけることはできず、岩下氏の声掛けによって句読点が置かれ、ひとまとまりの作品として成立させることができた。動き、カップリング・システムをどこで終わらせるか、それぞれの動作単位の持続をひとまとまりのものとするかは本来動いている本人たちがすべきものである。それは「見られている」自分たちの動きを「見ている」観客に“作品”として見せるという意味で責任を負う。その意味で、いかに終わらせるかということは作品の成立と直結していることから、即興ダンスを行う上で要となる。

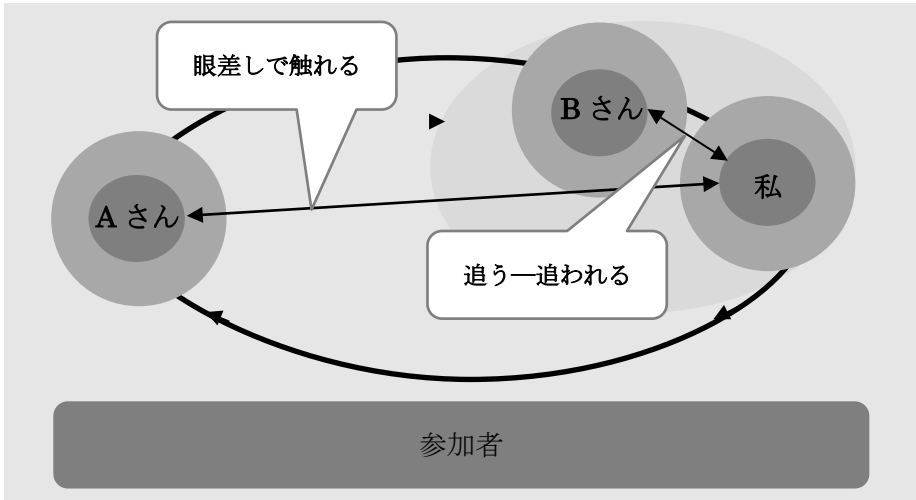


図5：Aさん、Bさん、私の関係（2012年）

### 3-5 2013年前半

Aさんは目を大きく開けBさんと私とカップリング・システムを起ち上げて以降、ワークショップにおいてさらに身体を動かすようになり、移動する範囲も広がった。さらに即興ダンスを行う最中や休憩時間にも他者とかかわる姿勢を持つことが増え、試みに終わったり実際にかかわることが増えた。Aさんは他者という環境、物理的な環境に自らを配置すること、歩くこと、そして眼差しで触れることを主に行っていた。これら三つの動きがAさんのその時点で“できる”ことであったと推測する。

ある日のワークショップでダンサー1とデュオを踊った。二人の動きの圏域は最初二人の指、手のひらを使ったあやとりに似た動きから産まれるカップリング・システムにより形づくられていた。Aさんとダンサー1はお互いの指がびたつと触れ合うくらいまで近くに手のひらを寄せ合い、一つ一つの指、その指の関節、腕、手のひら、腕の関節の位置、背の傾き、腰の高さ、足の踏ん張り方と踏ん張り具合を微細に調整しながら手のひらを動かし続けていた。文字通り全身で踊っているのである。二人の眼差しの肌理はそれらを持続するに従いさらに肌理細かいものとなっていったであろうと推測する。相手の指と指の間に自らの指を入れてみる、そしてその反応を手掛かりに次の動きを試行するのである。さまざまな指、手のひらの関係、輪郭が産まれては消える。そして私は観客として指の動きの微細さ、両者の形づくる手のひら周辺、そして二人の全身の動きに圏域の伸張と粘度の高さを

感じ取り、動的にイメージしつづける。私が充分二人のやりとりが持続されたと思った頃、ダンサー1は両手をゆっくり上げていく。Aさんも手のひらの位置をダンサー1と同じくしながらゆっくり両手を上げていく。二人の動き、二人により持ち上げられたカップリング・システムの圏域は体育室の天井に向けて伸びていき、先ほどの粘りのある空間から解放された伸びやかな空間へと移行していく。三つの輪郭で両手を三呼吸を合わせつつ上げ下げし、下げたところで二人は動きの持続を止めた。つまり句読点を入れるタイミングにおいても二人はカップリング・システムをもち上げていたのである。この句読点によりそれまでの動きの持続が一つの作品として成立する。この作品を振り返ると、二人は一貫してお互い違おうであろう「眼差し」と動きの「肌理細かさ」、二人の指、手のひらの「隔たり」にお互いが注意しつつ、その都度動きの速さを微妙に調整し、カップリング・システムの持ち上げ可能な位置に指、手のひらを置くというプロセスを繰り返していた。以上の動き、カップリング・システムをもち上げることを試行することにより、無我夢中で連動を試みることのうちに持ち上げに求められる注意・調整能力を自らの身体に身につけ向上させることができる。

### 3-6 2013年後半

Aさんは自発的に動くようになり、参加者との連動も以前よりも円滑に行なっていた。他者と動き、踊ることへの躊躇を見て取ることはなくなった。

ある日のワークショップでAさんと私がデュオを踊った。最初二人は同じ方向に向かって並んで立っていた。Aさんがまず歩み始める。短い歩幅だがゆっくりと、地面に足を突き刺すようにはなく、地面に軽やかかつ着実に足を乗せながら一步一步進んだ。Aさんは歩みを進めながら私は開始地点に立ち続けAさんに眼差しを送り続けた。そして5メートルほど進んだところでAさんは私の方向に眼差しを送った。Aさんは私を直接見ることはなく、視野の中にいる私に眼差しで接触することで私の位置を確認していたように推測した。私はそれを合図として扱いAさんに向けて歩く速さを合わせつつ一步一步進み始めた。そしてAさんはそれまでと同じ速さで歩き、私は少しずつ歩く速さを上げていった。徐々に二人の距離が近くなる。そしてさらに5メートル進んだところでAさんは再び私の方を振り返る。Aさんは先ほどと同様に私を直接見ることはないが眼差しで視野内の私に触れているように見えた。言い換えると、Aさんの「眼差し」の圏域のうちに私はいると推測した。そしてAさんは再び前を向きまっすぐ歩き始める。私はその隔たりを徐々に詰めていくように少しずつ歩く速さを上げた。そしてまたAさんは振り返り私は歩みを止める。Aさんと私の隔たりはだいぶ縮まった。今振り返ると、Aさんと私はこの隔たりを詰めながら、私が近づいてはAさんが眼差しで触れ私は立ち止まることを繰り返していた(図6参照)。この繰り返しのうちに私はAさんとのかわりにおいて安心感を覚えていた。ここで持ち上がっているカップリング・システムは“だるまさんがころんだ”という遊びに似ていた。そしてまた二人が歩み始めた時、エコラリアの特徴を持つBさんが「父と娘」と私たちに向け声掛けした。参加者から笑い声が起る。私はそのBさんの言葉で、“娘を追う父”、“父に追われる娘”という表象イメージと身体・運動イメージが私のなかで生まれ、二人の連動

に輪郭を与えられた状態となる。そして娘を追わなければならない父親の心情が私の動きに染み入る気分であった。そして私は歩む速さを増して A さんに近づく。振り向こうとする A さんの両肩に私の両手を置き、二人は動きを止め、それまでの動きはひとまとまりの作品となった。A さんは私に「ありがとう。楽しかった」といって参加者の席に帰って行った。

A さんと私は「追うー追われる」、「歩く」ことにおいてカップリング・システムを起ち上げた。「待つ」ことの間、私は A さんの動きに注意しつつ、A さんとの隔たりを調整しながらひとつの風景を想像しながら動きを続けた。それとともに「待つ」という動きに「父」としての楽しみと悲哀に似た感情が芽生えたのである。A さんは休憩時間の会話の中で、父親と旅行に行く、ワークショップの後父親が迎えに来て一緒に食事に行くなど、父親について話す機会が多い。B さんの声掛けにおける「父と娘」という関係は、A さんが他者と連動するモデルとなっているのではないかと推測した。

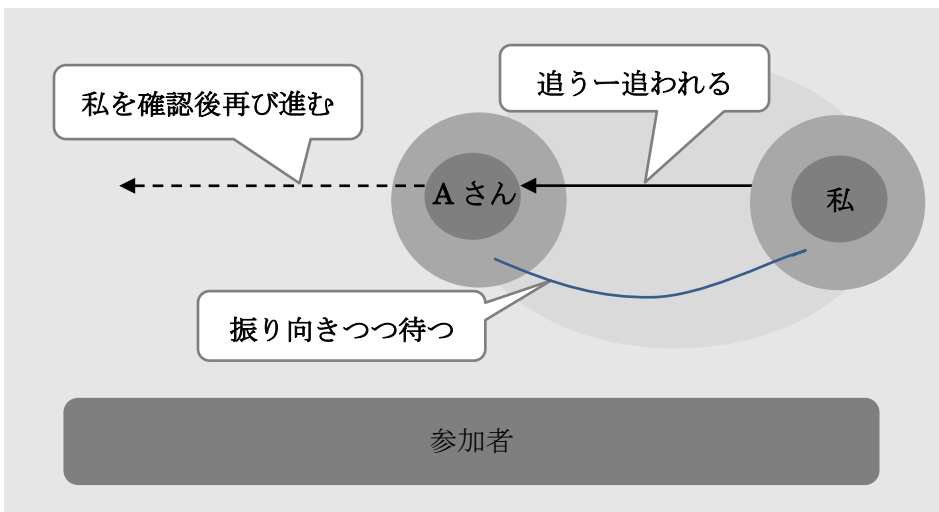


図6 : A さんと私の関係 (2013年後半)

### 3-7 2014年

ある日のワークショップでは A さんの緊張が強く、表情の変化も殆どなく、眉を寄せ眼差しはどこか一点を見つめていた。両手のひらを折るように握りしめ腰の高さあたりに置いていた。周囲の他者に注意を向ける余裕、隙間があるとは見えなかった。A さんと私はデュオを踊る。私が A さんに眼差しを送っても反応がない。そこで私は A さんの背後に回り、ピアノを弾くように背中を指で弱い力で軽く刺激した。両肩から腰のところまで指を移動したら今度は虫が背中を這いずり回っているかのようにターンし、指による刺激を移動させる。私は指の動きの加える力に抑揚をつけつつ、A さんが飽きることのないよう、A さんの反応に注意しつつ指を肌理細かく動かす。しばらく続けると A さんは足踏みを始め、足踏みが速くなり始めたと同時に笑い声を発し、表情は笑顔になっている。そして一歩一歩進み始める。この時点でカップリング・システムが起ち上がったと推測する。A さんは両手のひらを握りしめた状態で移動し、私は背中の中のいろいろな方向に指による刺激を移動させながら接触を



続ける。そして A さんは両手のひらを解き、近くにいたダンサー 2 に向け両手を高く万歳をするように掲げた。ダンサー 2 も手を万歳をするように上げ二人は両手のひらを合わせいくつかのパターンでハイタッチし、「接触」、「振動」においてダンサー 2 とカップリング・システムを起ち上げた。ハイタッチに私も加わり三人で手を上げた状態で接触を続けた。その状態で三人は自ずと参加者の席にはけていった。

振り返ってみると、最初 A さんと私は「接触」、「振動」においてカップリング・システムの起ち上げを試みた。その持続において緊張が弱まり、「足踏み」、「歩く」ことによる移動が始まった。その時点で A さんと私の中でカップリング・システムが起ち上がったと推測する。A さんの「笑い声をともなった足踏み」、「歩く」と私の手の動き、足の動きがカップリング・システムを起ち上げ、気分の変化とともに二人は歩行空間という圏域を形づくっていく。そしてダンサー 2 との出会いによって A さんは両手を掲げ「接触」することによりカップリング・システムを起ち上げる。A さんの圏域は体育室の上に向けて伸びて行った。そして、A さんとダンサー 2 はお互いの手のひらに、いくつかの仕方ですべて「接触」、「振動」することによりさまざまな圏域を形づくる。そして私も手による「接触」、「振動」に加わることで圏域はさらに広がった。カップリング・システムがデュオからトリオに移行することによる気分の変化が A さん、ダンサー 2 の表情のうちに現れていたと私には映った。

### 3-8 まとめ-A さんの経年変化

A さんは 2010 年頃 (3-2 参照)、全身の緊張が強く 2011 年 (3-3 参照) には緊張した状態のままで短い歩幅による移動を行うようになり、他者とカップリング・システムを起ち上げようとする試みを見ることができるようになった。2012 年 (3-4 参照) には、他者との強い強度のかかわりを経験し、それ以降カップリング・システムの起ち上げを積極的に行なうようになる。A さんは他者、物理的環境との「隔り」の取り方がいずれのワークショップにおいてもちょうどよく、A さんにとって心地よい加減を自ら知っていて、それを基準に身体を動かし移動しているように推測した。2013 年前半 (3-5 参照) では肌理の細かい連動を行うようになる。つまり動作単位が広がった。A さんは 2013 年後半 (3-6 参照) 他者とのかかわりにおいて自己を露わにすること、つまり“開く”ことを自然に行い、カップリング・システムの構成要素も広がった。2014 年頃 (3-7 参照) 日常生活において緊張が強まった状態であっても、以前はかたくなであったカップリング・システムへのモードの移行を他者とのかかわりにおいて行えるようになったと考える。

- <sup>1</sup> 本書におけるオートポイエーシス・システムでは、文中に上げた各「構成要素」つまり「構成要素」のネットワークが連動することにより「動作単位」を産出する。そしてそれぞれの「構成要素」は同じ“次の”構成要素を産出するという形で産出過程が持続する。
- <sup>2</sup> 河本 2006 同書第二章で提言された「動作単位」の概念を参照した。
- <sup>3</sup> 河本 2002 同書第一章で提言された「二重作動」の概念を身体運動に展開した。
- <sup>4</sup> 河本 1995
- <sup>5</sup> Klages 1944 : 33=2011 : 49
- <sup>6</sup> Bさんは能楽、日本舞踊、民謡を好み、ワークショップでは歌詞、振りを交えつつ踊ることが少なくない。

(参考文献)

- 飯森眞喜雄・町田章一編、『ダンスセラピー』岩崎学術出版社、2004年
- 岩下 徹「少しずつ自由になるために--交感としての即興ダンスを求めて」、『現代のエスプリ』、至文堂 : p165-176、2001年
- 河本英夫『オートポイエーシス—第三世代システム』青土社、1995年
- 『メタモルフォーゼ・オートポイエーシスの核心』青土社、2002年
- 『システム現象学—オートポイエーシスの第四領域』新曜社、2006年
- Klages, Ludwig, 1944, *Vom Wesen des Rhythmus*, Zurich und Leipzig: Verlag Gropengiesser.  
(=平澤伸一・吉増克實訳『リズムの本質について』うぶすな書院、2011年)
- Maturana, Humberto R. & Varela, Francisco J, *Autopoiesis and cognition: the realization of the living*, D. Reidel Publishing Company, 1980 (＝河本英夫訳『オートポイエーシス—生命システムとはなにか』国文社、1996年)
- 八木ありさ『ダンス・セラピーの理論と方法—舞踊心理療法へむけての序説』彩流社、2008年