

「てきとーに踊るルール」

自由に踊ろう！と言われても困る。どうしよう。闇雲に動きやポーズを繰り返さなくてもきつといいのです。何とかジタバタして存在するのではなく、丁寧に世界と私をフィットさせてみよう。意味を成す以前の身体的コミュニケーションをテーマにして、より自由に、てきとーに踊るルールを見つけましょう。

第三回「自由と踊る」そのものコミュニケーション6月

「てきとーに踊ろう」っていても中途半端に適当に済ませたいわけじゃない。一般的にはダンスっていうと、一定の時間の中に、曲があったりして何か決まった動き、振付けというものを並べていくことになっているんだけど、そうじゃないダンスもあるんじゃないか、それはとてもシンプルなものじゃなくって魅力を感じることは、ダンスだけじゃなくて歌でも演劇でもそう、生き生きとしてアリアリとしている。その核心は「その瞬間に起こっている」ということ、踊りだったらその動きが生まれている過程が含まれること。で、その核心の部分だけやってみたく思います。

第3回はコミュニケーション

コミュニケーションといっても何か気持ちや情報を言葉などで伝えるということではなくて、自分の周りの世界をからだで知ろうとする行為や態度、つながることそのこと
世界を知る、相手を知る、自分を知るという行為そのものがコミュニケーションであり、魅力的なダンスです

●見ること見られること

(2組で) 分かれて半分の人のは立つ、残りの人は座る、見るし見られるし、ただ見たり見られたり

次に課題(昨日の夕飯を思い出す・人数を教えるなど)

交代

どんなかんじがしたか?見られていて、見ていて

さらされることは怖いし恥ずかしいけど少し勇気をだして正直に身構える、感情を表現するとか解放するとか何か思い切ったことをしなくても大丈夫、わざとフザケて誤魔化さない、やってることに集中するのが大事
お手本があってそうするのがいいという時間ではないので、こうかなーと思ったことにどんどん挑戦してみよう、ちょっと違うかなと思ったらすぐやり直せばいいし
好奇心をもって「うふふ」とか「にやにや」とか

●人に動かされること、自分の体もモノみたいに

どうなるか予想できないコントロールできないことのほうが体が素直に反応しやすい

(それぞれ) ぐるぐる回ってめまいがする

(2人組) たおれるぎりぎりまで傾く、人に支えてもらって離される

(全員で) 部屋の中をウロウロする

目の前1M内に人が入ったら向きを変えなきゃいけないルール、あるいは一定間隔で万遍なく

乱れさせる(ただ応じている関係から、変えようとする、あるいは無視)

●周りにあるものや人をよく確かめることで自分がそこにいることを確かめる

触る触られることの世界

(全員で) 歩きながら周りの空気を感じてみる、シャツを、自分の輪郭を、空気が肌を触ってる、肌が空気を触ってる
シャツを感じるのとシャツの中の背中を感じることの違いは?

確かめたことはすべて自分を通して確かめたことで自分の世界があるはず

自分が動くことで世界が現れる関わらないとわからない・世界の把握の仕方を変えてみる

(2人組で同時) 背中合わせ、相手を感じることで自分の背中を感じることで、離れないように移動してみる、
負荷(他に人と1M以上近づかない)

目に見えた色を互いに言葉で説明しあって後ろ側の景色を想像してみる

(それぞれ) 床の状態を知る→背中で触る触る表面の感触、暖かさ、他にどんなやり方があるだろうか?

噛み付いてみる→食べられるか食べれないかうまいかマズイかわかる

水族館で美味しそうと思うのか可愛いと思うのか

歩く見る匂いをかぐ体当たり話しかけるとか、目的によって関心も変わるだろう、体操選手と掃除の人にとっての床、
巣穴を掘ろうとするモグラと獲物を探しているワシにとっての地面、

