

Yielding

Engaging Touch, Presence, and the Physiology of Wholeness

By Carol Agneessens and Hiroyoshi Tahata,
Certified Advanced Rolfers™ and Rolf Movement® Instructors

キャロル・アグネッセンズ 田畑浩良
認定アドバンスドルファー／ロルフムーブメント講師

水ほどやわらかくてしなるものはこの世にない。依然として、硬くて融通の利かないものを溶かすという点では、水に勝るものはありません。柔らかいものは硬いものに勝り、ゆるやかなものは固まったものに勝る。 老子

概要

私たちは10年以上にわたり、ソマティック界のイノベーターであるボニー・ベインブリッジ・コーエンが彼女のボディマインド・センタリング・システムで説明した、「イールド」と呼ばれる最初の発達段階の動きを探求してきました。この記事は、田畑浩良とキャロル・アグネッセンズからの寄稿をまとめたものです。田畑は、構造、動きのパターン、コーディネーション、知覚を変化させるこの穏やかなアプローチを用いたワークへの貢献と洞察を、クライアントの写真や細胞生物学と細胞外マトリックスの理解を通して報告しています。キャロルは、発生学と動きの認識という文脈で、イールドを探求しています。この記事では、私たちの共同研究の簡単な概要を紹介します。

イールドは、最初の発達段階の動きです。しばしば受動的に明け渡すことや「何もしないこと」と誤解されますが、実際にはイールドは能動的に関係を結ぶことであり、他のすべての動作の基礎となる基本的な動作です。母親の胸にしっかりと抱かれている乳児のイメージを思い浮かべてみてください。2人の中の非常に具体的な接触を感じてください。乳児がこの接触に身を任せているときは、乳児の筋肉が力なくぐにゃっとなったり、母性的な結合がないために虚脱しているのとは質的な違いがあり、感覚があります。

ゆだねることは、他のすべての発達上の動きや、世界に対する私たちの基本的な関係の基礎となっています。 スーザン・アポシャン、Body-Mind Centering®教師

イールドという動作は、私たちを環境に接触させ、自分の体重を重力に解放させます。体の重さが重力に委ねられると、それに応じて体の構造が浮き上がるような感覚が生まれ、他のジェスチャーや動きの表現をサポートします。

ゆだねることは、内受容感覚（身体の内臓や内部組織から生じる感覚を読み取り、解釈する能力）の鍵となります。ゆだねることは、意識をサポートし、私たちの内面に対する理解を深め、豊かさを保証する行為です。ゆだねるという動作は、感覚の展開を促します。これらの感覚が楽しいものであれ、怖いものであれ、悔しいものであれ、楽しいものであれ、苦しいものであれ、私たちはその瞬間の快適さや不快さに身を任せ、自分の経験の真の根拠と向き合うことができます。ゆだねることで生まれる身体的理解は、表現へと流れていきます。ゆだねる瞬間、つまり地面に身を任せることを一瞬でも意識することで、動きの神経学的な経路を再構築し始めます。ゆだねることは、動きの表現を決定づける緊張のパターンを変えるために不可欠な要素です。

21世紀のテクノロジーに囲まれた文化では、ペースの速い生活の中で、「ゆだねる」能力が欠落しがちです。私たちは日々の忙しさに追われ、自分の体の重さや環境の資源といった支えから離れてしまいがちです。その支えとなるのは、カートを押したり、歩いたり、走ったりして約束の時間に間に合わせたり、筋膜を動かしたり、本に手を伸ばしたり、恋人と官能的に触れ合って休ん

だりするために、自分の骨の重さに身を任せることを可能にしてくれる大地なのかもしれません。

関係性の中で全身に意識を向けるという「イールド」の活動的な性質は、すべての動きのパターンの基礎となるものです。大人になると、「ゆだねる」ことは、自分や他人、そして物理的な世界との親密な接触をサポートします。最も基本的なレベルでは、「イールド」とは、重さを感じ取り、それを許容することです。この動作は、物質としての身体と、自分が組み込まれている重力の場との間の原初的適応関係をサポートします。

自己探求

少しの間、自分がどのように座っているかに気づいてみてください。椅子の支えに体を預けていますか？それとも、椅子や床の支えから離れて、慣れたやり方や緊張した方法で体を支えていますか？読書を続けながら、自分の体がどのような形をしているかに気づいてみてください。自分の体、目、首の緊張に気づき、この緊張した状態の保持パターンの形に身をゆだね、それを感じ、それに呼吸を入れ、それを知るのです。読書という行為に関連した、あなたの身体の形や呼吸のパターンの感覚的な質を挙げることができますか？このパターンへの認識が深まると、あなたの体の形は変わり始めますか？

私たちのワークの中では、とても簡単な例があります。クライアントは台の上に横たわっていますが、台に「着いて」いません。私たちは、クライアントの手足を優しく揺らしたり、体重を下から支えたり、言葉で合図したりして、クライアントがテーブルに「ゆだねる」のを助けます。あるいは、クライアントの意識をホールドしていることに向けさせ、それを気づきの瞬間とするように働きかけることもできます。このように、様々な方法があります。重さを許すこと（イールド - 意識して出会う／許す）を通して、私たちはプロプリオセプション（身体内部を感じる力）、オリエンテーション（自分と時空間との関係性を把握する力）、そして自己理解の知覚を高めることもできます。

クライアントとの接触に身をゆだねることで、私たちのタッチが生まれます。触覚は、胎児期に最も早く発達する感覚です。触覚コミュニケーションとは、人や他の動物が触れることでコミュニケーションをとる手段です。触覚の発達と、それが他の感覚の発達とどのように関連しているかは、多くの研究対象となっています。人間の赤ちゃんは、十分に触られたり抱かれたりしないと、視覚や聴覚を保持していたとしても、生きていくのに非常に苦勞することが観察されています。一方、視覚や聴覚がなくても、触って感じるができる赤ちゃんの方が、はるかに生存率が高いと言われています。ゆだねることは、本当の接触して触れることの基本です。触覚は、ほとんどの生物が触られることに反応するという点で、基本的な感覚と考えられますが、視覚や聴覚を持つ生物はごく一部です。

イールドは、感情的および社会的つながりの身体的表現であり、つながりを支えています。；絆の形成は、母親の体や地球との関係において初めて経験されるものです。乳児が自分の体を支えてくれる側面に体重を預けるようにして。

支えがしっかりしていて、自分のニーズに応じてくれると感じられなければ、乳児は完全に身をゆだねることができず、絆の形成は完了しません。十分な触れ合いと抱えられることは、絆形成のプロセスと身体的・心理的な幸福に不可欠です。これは子宮の中で細胞レベルで始まりますが、生涯を通じて様々な形で継続されます。

胎生学からイールドを理解する

胎生学的な発達を研究することで、重要なイールドの作用が刻々と明らかになってきます。卵子（脈動する要素 - 重力）と精子（運動性-電磁気力）の出会いは、変容的な接触の一つです。受精卵または接合体は、生物学的に子宮壁に着床しようとします。ホルモンの流れや母親の神経学的素因によって、妊娠を歓迎する場、あるいは妊娠を拒絶する場が作られます。どちらの行動も、高揚感や落胆といったホルモンの作用によって、成長中の胚に直接影響を与えます。胚はうねり、振動する可能性を持っています。しかし、子宮内の環境が硬直していたり、恐怖心があったりすると、胚は本来持っている生理的な運動性を発揮することができません。そして、相互に、子宮の環境が着床のための安全な場所を奪ってしまうのです。アグネッセンスは、ロルフイング、ロルフムーブメント、クラニオセイクラルのセッション中、クライアントが自分自身の内的状態である脆弱性、柔軟性、内的認識に身をゆだねる能力は、しばしばこのような言語習得以前の、子宮内の相互の関係性に通じるものであることに気づきました。

胎児の膜 : 私はどこにいるのか？

原初的なイールドは、容器または外皮としての胚膜の発達を開始します。胚の皮膚の境界は、最初は細胞1個分の厚みしかありませんが、その連続性が一体感と安心感を育みます。私たちは、母親の重力に対する関係を通して、初めて重力に対する方向性を経験します。母親の重力への方向感覚は、重力下にある胚子の体重の方向を強く印象づけることとなります。胎内では、母体から胎児の体へと栄養が流れたり、妨げられたりします。自律神経の調子は、この初期の関係を通して設定されます。この全体を包む膜状の連続体が、内臓、リンパ、頭蓋膜、結合組織などを覆いつくします。内部では、この膜の層が内部の感覚と、その感覚に与える解釈とつながっています（内受容）。外的には、皮膚は自己と他者、そして世界の境界を形成しています。私たちの皮膚は、保護と安全の感覚を提供します。しかし、この境界線は多孔質であり、自分と他者と環境の間でダイナミックな交流を可能にしています。

プラクティショナーが、この身体的な状態に身をゆだね、受容するという感覚的な経験を深めると、治療の場にサポートの基盤が生まれます。これにより、クライアントが自分自身の中でより深い静けさと落ち着きを得るために必要な場が形成されます。このようにして、連続性と安全性の感覚を生み出す膜状の層に、セッションの中でより簡単にアクセスすることができるのです。成人の膜の「エンベロープ」は、発生の初期の膜である胎児の起源にまで遡ります。ゆるんだ場と制約となる組織は、発達中の胚子の境界を形成しています。プラクティショナーがこの膜層に働きかけることは、クライアントが個人的な境界線を必要としていることから生じるかもしれません。それは、内的な感覚の強さに落ち着き、それを封じ込めることについて、クライアントの身体的理解を広げることにつながります。イールドの動きに働きかけることは、自己、他者、そして自分の世界との関係において、クライアントの自己調整能力を深めることにつながります。

施術者は、クライアントの「エンベロープ」が防御されていたり、あまりにもスカスカであることに気づくかもしれません；このような多様な範囲の内的認識は、自律神経系内の初期の刷り込みや「セットポイント」を変化させる経路として、イールドで扱うことができます。あらゆる種類の侵襲的な出来事（手術；身体的、言語的、感情的な攻撃など）の後、イールドはクライアントが特定の出来事が反復するサイクルを通過するのをサポートします。イールドは、クライアントが自分の「物語」の下に入り込み、感覚の中に入っていくのをサポートします。クライアントとセラピストの両者が「イールド」の動きに取り組むことで、最も重要なセラピストとしての重力との新しい

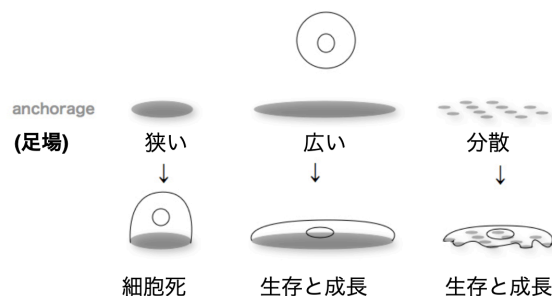
関係が生まれます。重さや質量の感覚が深まり、体現されることで、深みから浮き上がるような感覚が生まれます。インテロセプション-内側で感じる感覚は、強さの感覚に意味を与えます。感覚は、癒痕を通してフィードバックされる意識的な存在によって結合組織の基質を満たします。膜状のエンベロープは、感覚の全身的な流れの媒体であり、一つにまとまった存在は立体的です。

足場依存症と細胞の増殖

この章では、細胞の足場依存性が生命の本質的な特徴の一つであることを強調したいと思いません。マクロの視点で見れば、これは「イールド」と捉えることができます。生命にはイールドするためのマトリックスが必要であり、そのマトリックスにイールドして相互作用することで、細胞のモティリティ（細胞自体の動きという意味）が生まれます。増殖のための最初の原始的な動きは、胚子が生ずるマトリックスにイールドすることです。細胞/胚子は、生き残るためにマトリックスにイールドします。細胞生物学では、培養細胞が生存と成長のための足場として細胞外マトリックス（ECM）を必要とすることがよく知られています。トリプシンという酵素で細胞をECMから切り離すと、培養液に十分な栄養や成長因子が含まれているにもかかわらず、細胞はECMなしで単独では生存できなくなります。細胞生物学では、これを「足場依存性」と呼んでいます。正常細胞は、足場としてのマトリックスと接触し相互作用する必要があるのです。胚子の成長期には、このマトリックスが生ずる場所となります。

問題は、「動き」とは何かということです。生命の最小単位である細胞に関する研究から、細胞の生育が足場となる基質があればいいという訳ではなく、細胞の運動性にも依存することが明らかになりました。分子細胞生物学者によると、細胞が生き残るためには、十分な面積の足場に拡張する必要があります。興味深いことに、細胞の周囲に接地するための十分な面積の足場がない場合、細胞は細胞骨格のダイナミクスを表現することができません。このようにして足場が不足すると、アポトーシスつまり細胞死が起こります。基本的に、細胞は試験管内では足場がある方向にしか動きません。マトリックスに接地するという細胞の動きは、イールドの動きです。細胞の運動性はマトリックスに依存していると考えられます。したがって、マトリックスにイールドするという振る舞いは、細胞骨格の動的な状態の発現を誘発し、その意味は細胞の運動であり、細胞を取り囲むECMと細胞との相互作用を促進することになります。増殖する細胞と固定するマトリックスとの間の相互関係は、細胞の成長を促すだけでなく、子宮の大地と種となる接合体、さらには地域の環境と個人との間の相互関係を物語っています。

トラウマを抱えた組織の特定の細胞は、細胞骨格のダイナミクスを失っていて、すべての方向に広がる可能性が低いかもしれないという予測が立てられます。その結果、個々の生物の一部の細胞は、細胞骨格における重合 - 脱重合に何らかのパターンが保存されていて、もしかすると、個々の生物の全体としてのゆらぎ(呼吸のような)に影響を与えるかもしれないのです。重合とは、化学的にはモノマー分子が反応して3次元のネットワークや鎖を形成することです。



マトリックスに定着するという細胞の動きは、イールドの動きである。

細胞マトリックスを介したゆらぎ

分子細胞生物学者は、周囲の環境と相互作用しながらランダムに動く細胞から、多細胞システムの秩序が、どのようにして生まれるのかを理解しようとしています。個々の細胞の動きは、本質的に生物物理学的なゆらぎの影響を受けています。ヒト胚性幹細胞 (ES) や胚子は、周囲の環境に敏感でとても傷つきやすい存在です。

個々の細胞がある程度ランダムに変動することで、その集団的な動きを効率的に行うことができることが重要であるに違いないことが示されています。そのシステムは、個々の細胞のゆらぎを積極的に利用して自己組織化しています。例えば、研究者たちは、アクチンとミオシンの間のブラウン運動がランダムな揺らぎとして、筋肉の収縮に利用できることを明らかにしています。多細胞生物のモデルである細胞性粘菌は、個々の細胞のランダムな振動を蓄積することで、組織的な動きを持つ集合体に変化します。これは、個々の細胞がランダムに変動した後、周囲と相互作用することで秩序に方向付けされることを意味しています。したがって、生命体の秩序は、細胞のゆらぎの大きさに依存しています。細胞のゆらぎが細胞の運動性を反映していると考えられるように、個々の生命体の一つの揺らぎは「呼吸」のようなものです。

一昔前までは、ECMは「細胞の認識部位」を提供する単なる基質に過ぎないと考えられていましたが、近年の研究では、ECMが細胞に情報を提供していることが認識されつつあります。ECMは、自己組織化の状況下で細胞と相互作用します。細胞の運命 (増殖-分化-死) は、ECMの物理的な強度や形状によってコントロールすることができます (図1参照)。ロルファーやロルフムーブメントのプラクティショナーである私たちは、ECM (コラーゲンマトリックス) の秩序が構造的統合にとっていかに重要であるかを知っています。同様に、細胞の状態もECMを生成し、組織化するために重要であると考えべきです。イールドを用いた介入は、細胞の状態 (運動性 - 増殖) に影響を与えます。イールドの動きは、細胞のゆらぎを高め、連続性と秩序を促進する方法として、細胞とECMの間の相互作用を促進できるかもしれません。

細胞レベルでは、ECMは細胞の成長を促進し、細胞の集合体は臓器や組織を形成し、その他の生命維持機能を果たしています。一貫して指摘されているのは、内部の成長と外部環境との相互作用です。胚子が形成される最初の8週間の間、周囲の流体環境が胚子の形成に大きく影響します。エピジェネティクスの分野では、遺伝子の働きに先立って、胚子を形作る環境の力や代謝の場を認識しています。オステオパシーの観点から見ると、これらの分野は成人の健康を形成し、促進し続けています。ジョン・マクパートランド博士によると、「胎児の成長の力は、患者の治癒の力として持続する。」とのこと。私たちは、遺伝的に結びついた強い意志を持っていると想像されるのと同様に、環境による形成の産物です。

自己探求

ロックコンサートの会場や、ニューヨークのラッシュアワーの地下鉄に乗っているところなど、大人数の騒がしい群衆の中にいる自分を想像してみてください。あなたの呼吸はどうなりますか？体にはどんな感覚が流れますか？

体が縮まっているのか、伸びているのか、それとも一番近い出口に向かって走っているのか。

素敵な夏の日に美しい庭に座っている自分を想像すると、あなたのボディシェイプはどうなるでしょうか？あなたのシステムは収縮するのか、膨張するのか、それともどちらでもないのか？

私たちは、環境とのダイナミックな関係の中に組み込まれています。私たちが「家」と呼ぶ世界は、私たちの身体や信念を形作り、私たちの行動に意味を与えます。ローカルな環境は、しばしば支配的な文化的または宗教的な信念、政治、法律を持つ、より大きな世界の一部です。私たちの動きは、周囲の環境との継続的な交流を表しています。周囲の音や感覚のトーンに身をゆだねる経験をサポートする環境を想像してみてください。この世界に組み込まれているという全身の感覚に気づいてください。

誕生：重力への入門

赤ちゃんは生まれた時、運が良ければ母親のお腹に乗せられ、栄養のある乳房を求めて、文字通り母親の胴体をくねくねと登っていきます。母親のお腹を這い上がる能力は、本来備わっている神経、平衡感覚を司る前庭系に依存しています。それが重力の場でどちらが上（または下）であるかを乳児に伝えます。乳児はイールドすることによって、乳首を見つけ、定着し、飲み込むために喉と舌を使って吸うのです。吸う、飲み込む、呼吸するという生存のためのジェスチャーには、すべてイールドという基本的な動作が必要です。

ゆだねる、押す、手を伸ばす、つかむ、引っ張る、離す、これらの動作は、生涯にわたって続く動作です。乳幼児が成長するにつれ、これらの動作を通してコーディネーション(筋肉の動きの協調)が育っていきます。安全な感覚は、表現の流れの元になっています。自分の本能に任せて、周りの人や環境と関係を持つことは安全なのでしょうか？過剰な警戒心は、筋緊張を高めと動作に負荷をかけます。それは、走ったり、戦ったり、常に危険を警戒しなければならないという交感神経的に切羽詰まった状態です。あるいは、コンテインメント(感覚を身体の内側に留めること)の欠如や不安感、安全やふれあいや逃げるための動作としての”伸ばす”仕草をクライアントに常に続けさせるかもしれません。

クライアントが、セッションの中で、安全なマトリックスに身をゆだね、コンテインメントを学ぶにつれ、自分自身の内なる安全と自己調整によって、初期に生じた自律神経系への”刷り込み”を変容させる可能性があります。

セッション中、自分の内なる感覚や反射に身を任せることで、プラクティショナーは本能、ハート、そして”知っている”ところから反応することができ、それによってクライアントとの間に誠実で体感できる関係性を築くことができるのです。

キャロル・アグネッセン

ゆだねることは、施術者とクライアント、そして周囲の環境との間の調和のプロセスをサポートします。バイオダイナミック・クレニオセイクラルの理解に基づく調和とは、自己と他者だけでなく、自分の身体やオフィスの周囲の空間にも意識を向けて「出会う」「接触する」「落ち着く」ことを意味します。このような方向性の次元を意識するためには、プラクティショナーは自分のワークのテンポやペースを落とす必要があります。調和することで、知覚や全体の感覚を広げることができます。多くの場合、ゆっくりとしたスピードでワークすることで、セッションが深まり、変容のプロセスが高まることをキャロルは発見しました。

イールドの作用により、キャロルは自分の身体感覚とのコンタクトを保ち、より簡単に、より優しくワークをすることができます。その結果、クライアントが自分の内部の感覚に気づくことができるようになります。クライアントとプラクティショナーは、調和した関係から生まれる広々とした空間に同調します。周囲の空間への認識が高まります。外にいる鳥の鳴き声や車の動きに気づいたり、子供たちの遊び声を聞いたりするかもしれません。環境から発せられるすべての音は、セッションに栄養を与え、プラクティショナーとクライアントの両方が、世界に包含されているという身体的なリアリティを受け容れやすくします。クライアントだけに意識を向けるのではなく、自分自身の全身の感覚に意識を向けることで、キャロルは自分の身体の感覚を情報として解釈することができ、それが治療的な関係性を支えることになるのです。

自己探求

最近のセッションでの自分を想像してみてください。セッションの中で、意識的に自分に意識を戻した瞬間はありましたか？それとも、ほとんどクライアントにしか注意が向いていませんでしたか？ちょっと休止-Pauseすると決意してください。自分の内面に意識を向ける時間を作りましょう。それは、心臓の鼓動かもしれないし、自分がやっている仕事に対する喜びの感覚かもしれないし、何かが変わらないことへの不満かもしれないし、呼吸かもしれない。自分の感覚が何を語りかけているのか、耳を傾けてみてください。もしかしたら、あなた自身の身体の理解から得られる何かを、クライアントに伝える必要があるかもしれません。

ケーススタディ ～ エレノアとのセッション

エレノアは、26歳の大学院生で、哲学を専攻しています。明るく、注意深いですが、暴飲暴食の傾向があり、その結果、体の構造が崩れ、自己意識が低下しています。キャロルとの最初のセッションでは、彼女が背中（特にかかと、心臓の後ろ、頭蓋骨の後ろ）の物理的なサポートを感じるのが難しいことに対処し始めました。彼女は最初、体の重さをテーブルに預けることができませんでした。背中を離すと余計な力が入ってしまう」と言っていました。彼女の視界はしばしば非常に集中しており、周囲の広い場を感じることはできませんでした。彼女の方向性は、空間の中で上と前に向かっていました。彼女は、前に引っ張られている感じがして、しばしば自分がコントロールできないように感じたと言っています。

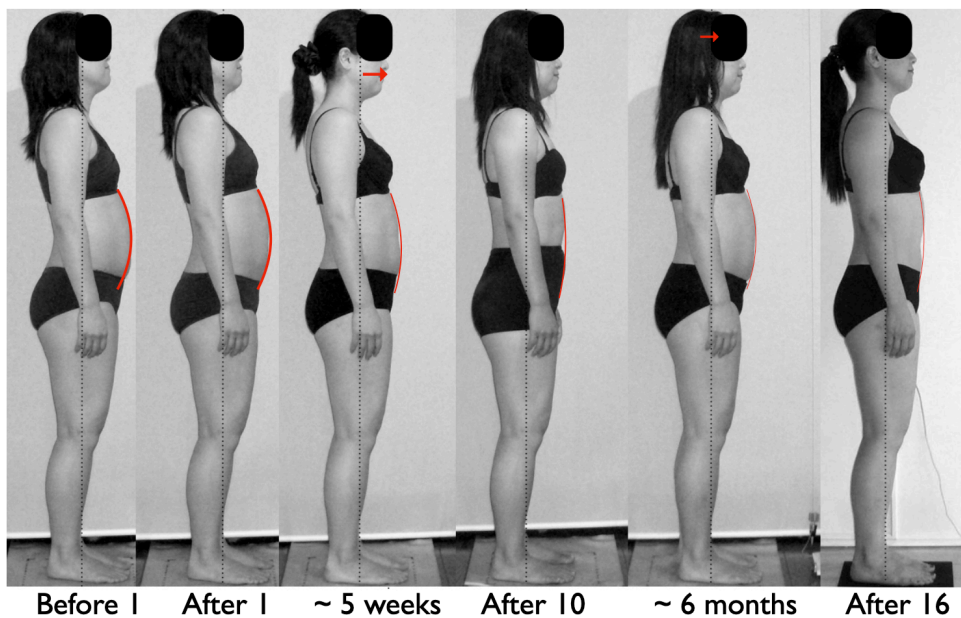
エレノアは5歳のとき、交通事故で母親が亡くなるのを目撃しました。この記憶は彼女を悩ませ、この記憶の痛みと恐怖から逃れるために、彼女は喫煙、暴飲暴食、無理矢理吐くことによって自分の感情状態を抑制しています。当初、私たちは、彼女の神経系の速いテンポを落ち着かせ、ゆっくりさせる方法として、「ゆだねる」という動きを探りました。活性化している状態を追跡し、彼女のヒストリーにある心が痛むような瞬間（記憶の中から自然に浮かび上がってくる過程で）にそっと触れ、見て、感じることで、彼女は徐々に自分の体に落ち着くという感覚を取り戻すことができました。彼女は、記憶の痛みを抑圧したり、心理的に逃げたりするのではなく、その痛みを身に任せるようになりました。

コンテインメント-自分の皮膚の内側に感覚を留める、という彼女の体感を強化することで、新たな安全とサポートの感覚が生まれました。彼女は、自分の周囲の場から新しい感覚と安心感を探り始めました。エレノアが自分の皮膚の境界線を全身で感じられるようになるにつれ、彼女の適応能力によって、”自分はどこにいるのか？”という彼女を悩ませていた質問の答えを出したのです。彼女は今、母親の死を、空間と時間という大きな場の文脈の中で語るすることができます。彼女

は、その文脈の中に、自分の人生の連続性と方向性を見出すことができるようになりました。この初期のトラウマの記憶は決して忘れられることはなく、彼女はこの初期の喪失の心理的な複雑さをほぐし続けるでしょう。ただ、彼女は自分の中のより深いリソースにつながることで、自分の人生の道を歩み続けることができるのです。このワークは8回のセッションで行われました。

セッションに基本となるイールドを取り入れる

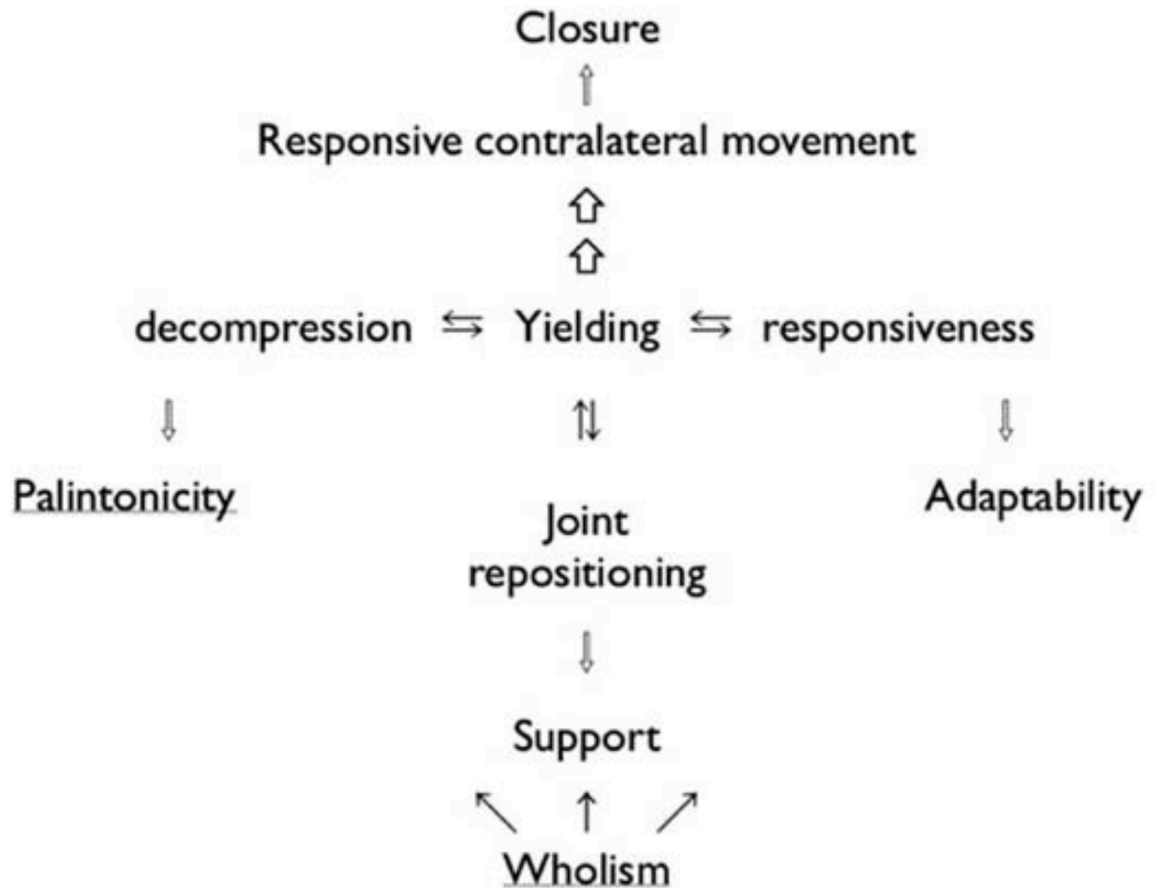
田畑は、イールドの本質的で根本的な「能力」をロルフムーブメントのワークに統合するために、基本のイールドの教え方やワークの方法を開発し、改良してきました。彼の別の記事も参照ください。この動きが具現化されると、押す、伸ばす、つかむ、引くといった動作が驚くほど、有機的にまとまりを持って表現されます。イールドという概念を使うことで、クラスに参加した生徒は、イメージに基づいた理想的な姿勢や動きと、重力との関係で休んだり動いたりする動的な姿勢の違いを理解することができました。また、田畑は、ティッシュリリース(組織の解放)ワークを伴わないムーブメントをベースにしたロルフィン10シリーズの基盤として、イールドを取り入れました。図のクライアントの写真に見られるように、イールドをベースにしたこのワークは、身体構造に深く作用し、持続的な影響を与えます。このクライアントは、1回目のセッションの後、彼女のスケジュールの都合で5週間は来られませんでした。何もしなくてもさらに変化している様子が見て取れます。10回のセッションの後、クライアントは慢性的な肩の緊張を手放すことができ、ベリーダンスのパフォーマンスが向上したと報告してくれました。合計15回のセッションで統合が促進されました。



イールドの応用

イールドの動きは、下の模式図に示されているように、ロルフィンSIの基本方針とよくかみ合っています。イールドはテクニックではなく、体現された意識の状態なのです。このように理解すると、プラクティショナーはイールドを「する」わけではありません。それは、他の人や環境との関係における自己の立体的な感覚的認識の場です。このような意識を背景にして、感覚的な「イールド」の状態をセッションに反映させることができます。それが構造的、ムーブメント、ク

ラニオセイクラル、或いは自分の人生における出来事にも適用することができます。起こる瞬間を受け止める力を養うことで、プラクティショナーはセッションのプロセスに体現された存在として関わるすることができます。ここでは、イールディングに取り組むためのガイドラインをご紹介します。



1. クライアントがマッサージテーブルに身をゆだねきれない場所や、休息しきれていない場所に、マトリックスや感覚を提供してください。身体が変容する準備を始めているので、関節に空間ができることなどの反応を観察してください。

2. 身体の動きが表面化していないところに、ゆらぎを増長してください。クライアントには、自分の身体のゆらぎのパターンに任せて呼吸をしてもらいます。プラクティショナーは、クライアントがモティリティの足りない部分に意識を向けるように促すと、その部分に振動が伝わり、解放や自動反応などのプロセスが促進されることがあります。

3. ゆらぎを「水立法」構造全体に行き渡らせませす。田畑は、身体を捉える観方(seeing)のモデルとして、個々の細胞が全体の構造と密接に関係している一つ一つの泡として認識することが有効であるとしています。図4は、このことを連想させるイメージです。田畑は、上述のクライアント（図2）に対して、組織のリリースワークは行わず、コヒーレンシー：全体性の同期（集団的なゆらぎ）に基づいてワークを行いました。



4. 身体の自己組織化システムを信頼します。変化と統合が自発的に起こるのを待ちます。それが拡大するように介入しないこと。触れることで、身体の脈動に耳を傾けます。呼吸の波を高めることができます。用いる圧力は非常に繊細であるべきです。入力としての非常に繊細なタッチは、自励振動（共振）を伴う場合、大量のエネルギーを伝達する可能性があります。プラクティショナーとして、私たちは意識して「聴く」ことで、身体構造の脈動のリズムを捉えることができます。

トラウマへの応用

イールドのタッチは、トラウマを経験した人に特定の質のタッチを提供します。また、施術者の存在は、安全感や周囲との接触を取り戻すための架け橋としても機能します。2011年3月の東日本大震災の後、田畑は札幌で、「トラウマの応急処置」として、イーディングのワークショップを行いました。このワークショップは、臨床心理士、看護師、ボディワーカーなどの専門家を対象に、トラウマからの回復と他の人を助ける能力をサポートすることを目的としたクラスでした。認定ロルファー／ロルフムーブメント・プラクティショナーである扇谷孝太郎氏、藤本靖氏がこの活動をサポートしました。また、東京ではイーディングを使った身体的応急処置のワークショップも行われました。坐位で足の下にマトリックスとしてプラクティショナー役の手を置き、そこにゆだねてもらうことを通して、参加者は安全・安全の感覚を取り戻すことができました。震災から2カ月後の2011年5月には、ロルファーの北畠重信、アレ・ドゥアルテ（チームリーダー）、臨床心理士（ソマティック・エクスペリエンシング®を実践するグループ）とともに、宮城県の津波被災地を訪れました。田畑は、そこでイールドでセッションを提供する機会がありました。ある女性は、津波で足を骨折し、片方の足の裏の感覚を失っていました。イーディングと身体感覚の追跡を行うことにより、その女性の足に感覚が戻ってきました。また、周囲の自然の音が聞き取りやすくなり、突然、松の木や葉の匂いにも気づくようになりました。彼女は安心して地に足がついたように感じられた。ほとんどの人は、イールドすることで安全な感覚を取り戻すことができます。トラウマを受けた組織は、イールドを用いた接触を通して、施術者が提供する支えのマトリックスの安全性の中で、ゆだねる接触と共に治癒を開始します。

もう一人のクライアントは、下の写真の男子高校生です。彼は宮城県に住んでいて、私たちのチームが活動している場所の近くで開催された震災支援のシンポジウムに母親に連れられてきたのです。私は、彼にこのワークを試してみるように勧めました。彼は自分が被災したという話はしませんでした。被災地に住んでいて、テレビのニュースも見ていたことが呼吸などのシステムに影

響を与えているのではないかと思い、呼吸を楽にすることを意図してワークしました。椅子に座った状態でイールドして落ち着いた後に、彼の呼吸は楽になっていました。



まとめ

呼吸をして感知しているボディは、周囲の土壌、植物、元素から栄養と正に物質を得ている。それは絶えず自分自身を空気に提供している……絶え間なく自分自身を外に広げ、世界を自分自身に吹き込んでいる。

イールドのダイナミックな動きは、生命の始まりから観察することができます。細胞の成長のダイナミズムや、子宮の受容体、胚の成長、発達の段階などについて語ろうとしなくても、私たちの存在のすべての面で「イールド」が基本になっています。

私たちが自分自身を知り、他者と関係を結ぶ能力の根底には「イールド」があります。この動きを全身で感じ取ることを深めることで、私たちは周囲の環境に溶け込みます。重力に身を任せることで、本質的な「つながり」が生まれます。私たちの関係は、母親の胎内でどのように触れられ、ホールドされたのかという細胞の記憶に影響されています。私たちは、自分が支えられたように相手を支えることができます。イールドは私たちに、周囲のマトリックス、つまり形成を「内包」し続ける場について教えてくれます。それが、生きているマトリックスや子宮、この地球上の地面の足場であっても、あるいは私たちの生活に浸透している時空連続体であろうとも。私たちは常に自己、他者、環境とのダイナミックな関係の中にいます。

私たちの体は第二の胎盤のようなもので、私たちは周囲の環境という子宮の中で密接につながっているのです。Yieldは、私たちの人生や世界で刻々と変化するテンポやリズム、波乱万丈な出来事や平和な出来事との関係を築くために不可欠な行為です。

キャロル・アグネッセンスは、アドバンストロールファーおよびロルフ・ムーブメント・インストラクターの資格を持ち、バイオダイナミック・クレニオセイクラルセラピーのトレーニングも行って
いる。著書に『The Fabric of Wholeness』（2001年）があり、現在は『The Embryonic
Universe』を執筆中。The Embryonic Universe: Traversing the Primal Thread "を執筆中。カリ
フォルニア州アプトスのモンレー湾沿いに在住。連絡先は carolagneessens@mac.com で
す。

田畑浩良：東京在住の公認アドバンストロールファー、ロルフムーブメントインストラクター。林原
生物化学研究所で9年間、生化学研究員として巨核球増強作用の研究に従事。連絡先は、
rolfing.eukinesis80@gmail.com。キャロルと田畑は、5日間のワークショップ「インターオセプ
ション」を開催します。2012年8月にコロラド州ボルダーで5日間のワークショップ
「Interoception: The Primordial Roots of Sensation, Tonus, and Gesture」を開催します。

参考文献

1. Aposhyan, Susan, *Natural Intelligence*. Baltimore: Williams and Wilkins, 1999, pp. 64-67.
2. Blakeslee, Sandra and Matthew, *The Body Has a Mind of its Own*. NY: Random House, 2007, pg. 213.
3. Carli, Rebecca, email correspondence.
4. Hartley, Linda, *Somatic Psychology: Body, Mind and Meaning*. London: Whurr Publishers, 2004, pp. 127.
5. "A meshwork-like substance found within the extracellular space and in association with the basement membrane of the cell surface." From Oschman, James, Ph.D., *Energy Medicine*. London: Churchill Livingstone, 2000, pp. 43-50.
6. Alberts, Bruce, Alexander Johnson, Julian Lewis, Martin Raff, Keith Roberts, and Peter Walter, *Molecular Biology of the Cell*, 5th Edition. NY: Garland Science, 2007.
7. From Wikipedia's definition of polymerization.
8. This ongoing project is sponsored by the Ministry of Education, Culture, Sports, Science and Technology in Japan 2010-2015, see http://sci-tech.ksc.kwansei.ac.jp/d_biosci/cross-talk/indexEng.html.