

篠田学の

ダンス・イラストレッスン



踊る
美しいをダンスモ
セオリーの83

NHK「レッツダンス」
初代講師

篠田 学

モダン出版

「エレガанс」こそが イングリッシュ・スタイルの生命



篠田 学

現在、私達が習得に燃え、また楽しんでいるダンスは、「イングリッシュ・スタイル」と言われるよう、今世紀の初期に英國においてその標準化が確立されたものです。爾来、英國はダンス王國の名誉にかけて歴代チャンピオンを輩出していますが、中でも「グレート」と冠が付く踊り手がグリーブ夫妻です。チャンピオンを目指して研鑽に励んだ日々から学んだこと、日本のダンス愛好家へのアドバイスなどを聞いてみました。

(通訳／及川珠里)

◆踊りの真実はどこにあるのか、庭を見ながら考え続けた

篠田 欧米のダンサーの多くは、子供の頃からダンスを始めますが、お二人もそうですか？

リチャード（以下、RC） 8歳の時に、両親がダンス教室に連れて行ってくれました。遊び友達もほとんど一緒でした。

ジャネット（以下JA） 私も両親の勧めで12歳から始めました。

RC カップルを組んだのは1963年のことでした。結婚したのは66年で、70年にターンプロしました。

篠田 ジャネットさんのスタートはラテンダンサーだつたと聞いていますが、パートナーシップを組むきっかけは？

RC シドニー・フランシス先生（英國の著名なラテンコーセンサー）のスタジオでは毎週月曜日に練習会があり、そこでパートナーを捜していると周りに話したら、その日のうちにジャネットが電話をしてきてくれたのです。

篠田 アマチュア時代に全英を3度、

資料協力／
(財)日本ボールルームダンス連盟



リチャード＆ジャネット・グリーブ夫妻（元世界プロ・モダンチャンピオン）

●英国の誇るグレートチャンピオン。1973年、競技ダンスの最高峰と言われる全英選手権初優勝。以来、通算8回もの優勝を飾る。現在は世界中に生徒を持つトップコーチャーとして活躍しており、日本のトップ選手にも教え子が多い。グリーブ氏の趣味はゴルフとチェスのほか、その国の言葉で教えたいと始めた語学。独、伊、西、そして日本語を流暢に話す親日家でもある。一方のジャネット夫人はゴルフ、読書、料理と、いかにも名パートナーらしい趣味を持つ。

世界選手権を2度制覇してプロに転向された。

R C アマチュア時代、車関係の大きな会社で働いていました。プロになつたのは、アマチュアで優勝するとプロになるのは自然なことで、まあ、伝統のようなものだつたからです。

篠田 確かその頃のニックネームが「プロフェッサー（大学教授）」だつた。
J A 眼鏡をかけて、いつも本を読んでいましたね（笑い）。

篠田 お二人がダンサーとして成功するまでには、著名なコーチャーに教えを受けたと思いますが、中でも強く影響を受けたのはどなたですか？

R C パートナーです！（一同爆笑）。
ゴメンナサイ、コーチャーの影響との質問ですが、その時々によつて重要なコーチャーは違つてきます。わたしたちが20年の競技生活の中で教えを受けたのは、レン・スクリプナー、チャーリズ・シーボルト、ソニー・ビニック、ビル＆ボビー・アービン、ジョン・デルロイ、ハンコックスなどの先生ですが、



英国でのベーシックの勉強は篠田組の踊りに好影響を与えた

例えばデルロイ先生は音楽面で特に重要なコーチャーでした。

篠田 ちょうどお二人がアマチュアの世界チャンピオンになつた頃が、私が英国へダンス留学を始めた時期なので、コーチャーが同じでしたよね。私は最初の留学で、スクリブナー、ビニックの両先生、2度目の留学ではさらにビル・アービン、シーボルト、ハンコックス先生のレッスンを取つたんですが、それぞれに違うことを言われたことがあります。

私が英国で、タイプの違うコーチャーに習つた理由の一つは、教え方の勉強もしたかったからなのですが、

ただ最初からあまりに多くのコーチャーに習うと、混乱してしまう危険性が高いですね。

R.C. 一つの方向に集中していれば、そうむずかしくはないと思いますが、まあ混乱を招くことはありますね。

私もある時、A先生から「もっと左にいかなければならぬ」と注意され、B先生には「左側をこわしている」と言われ、その時はとても混乱しました。

今週は「まつすぐ」、では来週は何と言われるのだろう？ それで家に帰つて庭を見たんです。《常に通用するダンスの原理原則つてあるんだろうか》；、この2人の歴代チャンピオンをつなぐ《リンク》みたいなものを、自分は見失つてはいないかと考えたんです。

庭を見ながらずっと考えました。《自分たちは何をしようとしているのか》《それは一緒に踊ろうとしているということ》。次に《何を抛り所にして一緒に踊るのか》、ということが問題になつてきました。そこで《踊りの中心というものがあるに違ひない》と考えるように

なりました。

篠田 タイプの異なるコーチャーが、違う教え方をするのは仕方のないことです。ダンスにおけるある真理に対して、それにアプローチする道は色々あるわけですから。アンソニー・ハーレーは、自分にもそういうトラブルがあり、コーチャーを「自分がいいと思う方向に統一した」と話していました。

R.C. 昔は、先生たちが自分が感じたことや正しいと思ったことを教えてくれましたが、それはグローバルなシステムに基づいたものではありませんでした。しかし現在は、科学的にダンスが研究されていますから、昔に比べると、ただ感覚的な、混乱するような教え方にはなつていないと私は思います。

◆重要なのは、姿勢とタイミング

篠田 コーチャーの助言で、忘れられない言葉があると思います。

R.C. たくさんありますが、中でも特に大事な2点は、姿勢とタイミングの重要性についてです。

篠田 ダンス上達のために心がけたこ

とは？

R C 練習してレッスンして、練習して練習して…。

J A お休みもなしで、ゴルフもしないで！（笑）

R C （日本語で）イシノウエニモサンネン（笑）。

J A でも楽しかったので。

R C 何かを犠牲にするということは全然なかつたので…。

篠田 スランプはありませんでしたか？

R C （日本語で）イエス、アリマシタ。75、76 ネンアタリガ、オオキナスランプデシタ。

『サイコ・サイバネティックス（人工
フィジカル・ストレングス、ダンステクニック、そしてメンタル・トレーニング
の4つです。

ある時、足にウエイトを寄せなくて
はいけないと誰かに言われ、その通り
にしたのですが、踊りが悪くなつてしまつた。そこで次のレッスンのときに、
ウエイトはいつ置くのか？ とコ一

頭脳学』という心理学の本を読んだのです。そこには、「人間は目標を設定しなければ生きていけない」と書かれていました。

73年に先輩のハーレー組が引退し、

翌年は良かつたのですが、私達は目標をハーレー組引退後に向けたものに変えていなかつた。それで、ソニー・ビニックが全英で6回優勝しているので、わたしたちは7回優勝を目指にしてスランプから脱出したんです。81年、その目的を達成して引退しました。

J A 若い人達が出てきましたしね。

R C ダンスで成功するために心がけ

るべきことは、フィジカル・スタミナ、
フィジカル・ストレングス、ダンステクニック、そしてメンタル・トレーニング
の4つです。

ある時、足にウエイトを寄せなくて
はいけないと誰かに言われ、その通り
にしたのですが、踊りが悪くなつてしまつた。そこで次のレッスンのときに、
ウエイトはいつ置くのか？ とコ一

イヤーに尋ねたら、即座に「オールウェイズ（常に）」という答が返ってきました。しかし、考えてみると、ダンスでは足から足にウエイトが移動するので、「常に」というのは無理な話です。それ以来、タイミングについてあれこれと考えるようになつたんです。ダンスにとつてタイミングはとても重要です。なぜなら、ムーブメントの質のもとなるからです。

◆「リバテク」には、何をすべきかが書かれている

篠田 お二人がアマ・チャンピオンの当時と今では、何が最も変わつたでしょうか？

R C ラテンはもちろん変わりました
が、ボールルーム（モダン種目）でもフ
レーズなど、音楽に関する理解力や
知識が深まり、振り付けに対するアブ
ローチが、30年前に比べると非常にク
リエイティブになつています。

篠田 ただし、ベーシックに関しては
変わらないと思います。

R C ええ。昔も今もフォックスト



重厚さと豊かな音楽性がグリーブ夫妻の持ち味

ロットで一番素晴らしいバリエーションは、『フェザーステップ、リバース・ターン、スリーステップ』のベーシックです。

J A 98年日本インターで優勝したシンキンソン組のフォックスストロットも、ほとんどがフェザーステップ、スリーステップで構成されていましたね。

篠田 おっしゃるように、いかにダンスが発展しようと、いつでもベーシックが一番大事であるという点は同感です。フェザー・ステップ、リバース・ターン、スリーステップがきちんと踊れないと、フォックスストロットは踊れないのでですから。

今の現役選手はほとんどやっていますが、私が初めて英国に行つた62年、ムーア先生の学校でエリザベス・ロメインさんにセオリーを習い、ISTDのメンバーの試験を受験しました。3年後には、フェローシップも受けました。競技ダンスは当然、一生懸命やつたけれど、ベーシック・ワーク

を習ったことが自分自身のダンスを創る上で、大変プラスになつたと思うんです。

J A 自分が何をしているのか、どういうステップかということについての基本的な説明が『リバテク』なのです。今、トップ選手たちのテクニックはビデオで見ることができますが、それらは全て『リバテク』に基づいています。

R C 『リバテク』でフットワークの項目をみると、『ヒール』『トウ』などと書いてありますが、それはウエイトを置く場所を示しています。ウエイトの移動によって、ヒールになつたりトウになつたりする。だから、ヒールと書いてあるからと、ただ意味もなくヒールから出てはいけないです。

かなり複雑なことを、かなり正確に

簡略化して示しているのが『リバテク』なのです。知識が多くは多いほど理解が完璧になりますし、ありがたみも分かります。CBMとかスウェイとか、テクニックの意味を知らないと、リバテクに書かれている知識を理解できな

い。ビデオはビジュアル面からの理解ができますから、テクニック・ブックを読めばさらに理解が深まるはずです。

J A テクニックが良ければ確かに良いダンサーです。でもテクニシャンが理解していないのは、そのテクニックの根拠は何であるかという点です。

R C 『リバテク』は素晴らしいダンサーたちが創り出してきたことを、文字に表現したものです。人間の動きを説明しているのですから、本当はもうと分厚い本でなければ説明しきれない。

篠田 自分は競技会ではこういうふうに踊る、テクニック・ブック通りには踊らないということは有り得ると思うんです。だけれど、僕は『リバテク』という基礎の上に競技ダンスがあるんだと言いたいのです。

J A 『リバテク』はステップのパターン、回転量など、何をしてどの方向にいくのか、どの方向で終わるのかを簡略化したものです。どのようにやるのかは説明されません。とにかく『何をするのか』を説明しているのです。

◆『流れるようなエレガンス』こそイングリッシュ・シュ・スタイルの根源

篠田 ズバリうかがいますが、イングリッシュ・スタイルの真髄とは何でしょうか？

R C エレガンス！

J A そう、エレガンスですね。

R C 何故そののかはイギリスのダンスの歴史について知識がないと理解できません。

1918年～20年頃、アメリカからジャズ音楽が入ってきたのが始まりでした。音楽とともにジャズ・ダンスが入つてきますが、J・K・アンダーソンというアメリカ人にジョセフィン・ブルードレーといふ女性がステップを習います。彼女は本当に賢い人で、その踊りと音楽が、とても価値のあるものだと見い出しました。そして、ステップを書き留めて、このテクニックを説明しようとしました。

アメリカ人を感性的と言うならば、イギリス人は理論的な人達です。この



こよなくダンスを愛し、「ボールルームの女王」の異名をとったJ・ブラッドレー。世界で初めてフォーメーションダンスを踊ったメンバーの一人でもある（写真は『ダンスと音楽』昭和27年6月号より）

ジョセフィン・ブルードレーはじめフイリス・フェイラー、アレックス・タンゲート・スマスら、イギリスにおけるダンスの先駆者たちは裕福で高い教育を受けた人達でした。彼らは、夜、高級なホテルやレストランに出かけ、新しい音楽（ジャズ）と新しいダンス（ジャズ・ダンス）に出会い、やがてダンスの標準化に取り組みます。その結果イングリッシュ・スタイルが生まれたのです。

彼らは教育、つまり育ちの背景がいいわけですから、彼らの創り出したも

のは当然、エレガントな味を持つものになつたわけです。ですから、イングリッシュ・スタイルの本質は流れるようなエレガントさにあると言えます。（日本語で）ジョセフィン・ブラッドレー、イチバン、タイセツナヒトデス。

イギリス人で、初めてテクニック・ブックを書いた人で、ムーアと同じくらい重要な人です。

J A 初めにそういう人達がいたことが、とてもラッキーでした。

◆ゴルフとダンスの違いは、パートナーのせいにできないこと

篠田 ところで、お互いにゴルフが趣味ですが、ゴルフとダンスには共通点も多いですね。

R C 実は、7年前に日本でゴルフのプロにレッスンを受けたことがあります。最初のレッスンでは「ポスチャーが悪い」と言われ、まつすぐにとか、いろんな助言をもらいました。次のレッスンではヒップアクションは悪いが、ポスチャーは良くなつたと。

まるでダンスのレッスンを受けているようでした(笑)。人間の動きですから、リズム、タイミング、ウエイト、ムーブメントといったポイントは共通です。

(日本語で)パートナーダケ、アリマ

セン(笑)。

J A 風やボール、クラブのせいにはできても、パートナーのせいにはできませんからね(爆笑)。

篠田 背筋を使うところも同じですね。

J A ええ、一緒です。

篠田 プロのレッスンの効果はありますか?

R C ばつちりです。4アンダーで回りました。効率的に身体を動かすコツが理解できると、ダンスの上達につながりますが、ゴルフも同じです。背筋などの大きな筋肉がパワーを作り出すとともに共通ですが、ダンスの方が脚とか腰の筋肉を多少大きく使います。

◆さらに楽しく『ベーシックワーク』に集中することが上達の道

篠田 最後に、日本のダンス愛好家にアドバイスをお願いします。

R C & J A ダンスを楽しむこと!

篠田 楽しむことは勿論ですが、でもさらにダンスが上手くなりたいと願っている人に一言。

R C さらに楽しんでやれば、ベーシックワーク(ポスチャーやホールド)にもっと集中することができます。ゴルフもハンディがあるほうが、もっと楽しめます。常にチャレンジできるという意味ではダンスもゴルフも同じです。

篠田 ところで、ジャネットさんがフォローで一番心がけたことは何でしょうか?

J A むずかしい質問ですが、まず自分がバランスで立つこと、そして肩とか胸など、上体を緊張させないことです。そうすれば、動けるようになります。それがフォローにつながります。緊張した状態にしないことが大切です。

R C 初期の頃は、女性がステップを知りすぎていることが一番よくないことです。

J A 女性は前か後ろへ進むだけです。

後は男性がガイドします。緊張しないで足から足に自分のバランスを移動する、それがフォローということです。言葉のは簡単ですけど(笑)、25年かかるものですから(笑)。

篠田 カップルバランスの良し悪しで悩む人もいると思いますが。

J A わたしたちの場合は、リチャードの背が低すぎます(笑)。

J A いやいや、ジャネットが大きすぎるんです(笑)。

篠田 ジャネットさんはそのため、特別注意をしましたか?

R C 髪型でしよう!(一同爆笑)

J A 確かにその点は気を付けました。もう一つは体の中心でバランスをとること。そのため膝をやわらかく使うことを心がけました。

篠田 98年日本インターでリチャードさんはジュニア・ジュニア部門の審査をされました。数年前に比べて日本のジュニアのダンスは変わりましたか?

R C とても感銘を受けました。特に

モダンは大変レベルが上がつており、組数も増えて、感銘を受けました。

篠田 私はもう少し増えて欲しいと思っているのですが。他に気付いた点は?

R C 以前は華美な服装が見られましたが、それも良くなりましたね。大衆に

競技ダンスを認めてもらうためにも、ジュニアの服装から与えるイメージは大事です。ただ、技術的なことからいうと、二人で一緒に踊るという感覚がもつとあればよかつたと思います。ほとんどの子が、一人ずつで踊っていました。

ダンスの歴史をみてみると、世界チャンピオンを生み出すような強い国は、必ずジュニアの広い層を持つています。最近、続けてアマ・チャンピオンを出しているイタリアには、千組ものジュニア選手がおりますし、ロシア、スロベニア、クロアチア、リトアニアなどの国にも何千人のジュニア選手がいます。

イギリスには120組くらいジュニアがいるのですが、競技会が二分してしまって、かなり規制されている状態です。以前は完全にオープン戦で、ジュニア、ジュブナイルは自由に参加できたのですが…。

篠田 2008年のオリンピックには、ダンスが正式種目になるのではと期待されます。日本も大阪府が開催地に立候補しています。我々もオリンピックに向けて、ジュニアから選手を育てなくては、と考えています。ヨーロッパで何らかの急な動きはありますか?

R C 現在スイスに本部を置くIDS F(国際ダンススポーツ連盟)が中心に活動しています。ダンスはオリンピックに向いている種目だと思います。ダンスが2006年冬季オリンピックに入るのはないかという話も聞いています。ドイツでは活動が盛んですが、イギリスでは今のところ特別な動きは見られません。

ただ問題は、オリンピックでは国籍をはつきりさせなくてはダメですよね、国を代表するのですから。しかし、現在の競技ダンサーのトップレベルには国籍の違うカップルも少なくないので、将来的に問題になつときそうです。

篠田 いつか、オリンピックの会場でお二人にお会いできることを願っています。今日は有意義なお話をありがとうございました。