JDC東京コングレス2016

恒例、アジアオープン翌日の「コングレス」が今年も開催された。
6名の豪華講師陣によるレクチャーを、当日に通訳を務めた神元誠・久子夫妻がレポートします。

日程:平成28年2月22日(月)　会場:東京都立産業貿易センター台東館6階　主催:JDC　公認:WDC　取材・文:神元誠・久子

Danny Burns MBE
ダニー・バーンズMBE
それは、君自信がつまらなくしているのだ——

「ベーシック・ムーブメントには、あらゆることが含まれる。フットワークは単に足の使い方にとどまらず、踊り手が何を表現したいかによって、脚部の使い方を変え、セトリングするまでのコントロールの仕方を変える必要がある」、とバーンズ氏は説明します。足首の重要性を示す話として、恩師のレアード氏はこう話していたそうです。「パートナーは足首で見極めなさい。足首が硬ければダンスは絶対うまく踊れない」。

「ラテンで使うストレート・レッグはスティフ(固めた)・レッグではない。もし、固まって感じるなら、それは自分で固めているからだ。同様に、ベーシックを踊ってつまらないと感じるなら、それは、君自信がつまらなくしているからだ。ベーシック・ステップの問題ではない——」。聞き手の脳を刺激する話がいっぱいでした。

Kenny Welsh
ケニー・ウェルシュ
自ら分析する力を持ちなさい

ウェルシュ氏は一人の女性にルンバ・ウォークをお願いしました。それからスローを一緒に踊った後、「どちらもとても自然に見えるが、その歩き方でコンビニには出かけない」と会場を笑わせてから、「なぜなら、それは自然に見えるように訓練された動きだから」と説明します。スイング・ダンスで自然に見えるようにするには、垂直なバランスを動かし続ける際に、性の法則を用いるのであって、筋肉の力ではないことを、今度は前夜のアジアオープンで優勝したアルーナス&カチューシャの踊りを通して説明しました。タンゴでは、「習っていた先生のアドバイスを理解するまで20年かかった」とのエピソードも披露。「ダンサーはコーチたちから教わる話やテクニックをどう解釈するか、自分で分析する力を持つことが大切」と話されていました。

Ralf Laperliere
ラルフ・レビーネ
基本的な動きを体の使い方を理解していますか?

彼は問いかけます。「あなたはどのようなタイプのダンサー、あるいは、先生か? どれだけ自分を成長させてきて、どれだけの知識を持ち合わせているか。ベーシックの動きや意味を理解しているか」と。一例として、シェイクハンズ・ホールドは、日常生活で使う握手の形とは違うことを挙げられました。ダンスではリード&フォローが関わってくるからです。

ヴァレラ&ニーナをモデルにレクチャーを進めましたが、体の使い方としてヴァレラに与えた彼のアドバイスを紹介しましょう——「彼はアームを使ってから肩甲骨を使おうとしましたが、それでは肩甲骨は使えません。先に使うのはボディ、それからアームです。そうすると肩甲骨が使えるようになります」。

全員が、フォワード・ロック・ステップ(Cha)の教え方を教わりました。

Lucrezia Barry
ロレイン・バリー
何階建てものビルには しっかりした基礎が必要。 それと同じように……

私たちは2つの足を持っていますが、踊りで床に接しているのは靴の底。頻繁に耳にするフット・アクション、フットワークなどを行なっているのも靴の底。そこで、ロレインさんは全員をフロアに招待しました。靴を脱がせて彼女の指示で各自が床を感じながら、片足を使って思い思いの線を描きだすと、足の様々な部位を感じ取っているようでした。「そのとき、足首を緩めておくのがポイント。テンションをかけると動きが損なわれますから」とのアドバイスも。「靴を履いても、中の足はそのように使います。素晴らしいフットを持っていると、素晴らしいレッグになり、浮心につながる素晴らしいバランスを持つボディとなります。それは、何階建てものビルに不可欠な基礎と同じ役割をします。靴を履かないで練習する時間を持ってください」と続けました。

058-059・東京コングレス.indd 58　2016/03/15 18:08

1ダニー・バーンズMBE　2・3ケニー・ウェルシュとモデルのアルーナス&カチューシャ　4・5ラルフ・レビーネとモデルのヴァレラ&ニーナ　6ロレイン・バリー　7ヘーゼル・フレッチャー　8ルディ・トラウツ

Hazel Fletcher
ヘーゼル・フレッチャー
解剖学的に 足と手は とてもよく似ている

ヘーゼルさんが現われると、会場に大きな笑いが起きました。足の話を計画していた彼女の手に脱いだ靴があったからです。そして、彼女の冒頭の話は、今回のレクチャーの全体像を語るものでした。それは「解剖学的に見ると、足と手はとてもよく似ている」でした。

参加者に両手を前に出させ、指を少し曲げて力を入れるよう指示してから問いかけました。「さて、手首をぶらぶら振ってみてください」。皆は首を横に振ります。「振れないですね。では、指の力を抜く——」。全員、首を縦に振ると彼女は続けました。「足首も同じです。足の指に力を入れると、足首の自由が奪われます。私はダンス人生の中で、足の指に力を入れて踊ったことは一度もありません」と。

英国での彼女のレッスンでは、生徒たちが靴を履いてスタンバイしていると、彼女は「はい、靴を脱いで!」と言うそうです(笑)。

Rudy Trautz
ルディ・トラウツ
だれか勇気を持って 始めて欲しい

多岐にわたった話の中から、競技選手に関する話を二つレポートします。

「今日の競技選手はバリエーションばかり練習しているように見受けるが、上達にはベーシック・ステップの練習が欠かせません。ボディ・ポジションをアップライトに、頭から足先までひとつながりにし、リラックスして骨盤を正しい位置に置いたなら、後は何も変える必要がなくなりますが、始めを間違えると後の修正が大変になります。

今日のクイックステップはヴィニーズ・ワルツに次いで酷いものです。動きのほとんどはポルカ・ホップで、スピードは凄いですが、ストップウォッチでジャッジしているわけではありません。クイックステップらしいクイックステップを競技会で見たのは、ルカ&ロレインが最後でした。どなたか、勇気を持って『本当のクイックステップを踊る』という新しい風を起こしてください」。

レクチャー後、一人の先生(日本人)から話しかけられた言葉も印象的でした。「海外の先生たちは体の中を本当によく勉強しているわね」。

通訳を務めた神元誠さんと久子さん
(P50-53「サークルで上手くなっちゃって、ごめんなさい!」の連載を執筆中)

〝上達へのベーシック・ムーブメント〟をテーマにレクチャー

058-059・東京コングレス.indd 59　2016/03/15 18:08