

ヒップホップダンスから考えること

昨年より冬場の練習の中でヒップホップダンスを取り入れている。以前専門学校のダンスの発表会を見て「あのように自由に体動かすことが野球選手にはできるのだろうか」「右半身と左半身が別々に動くことは野球にも生かせるのではないか」「何よりも楽しそうに動いているのは魅力」と考え、いつか冬場の練習入れたいと思っていた。3年前、駅前のコンビニでヒップホップダンス講習会のチラシがあり、相談してみると日曜日の夜、一般の講習の後1時間指導をお願いできるとのこと。1年目はコロナ禍で中止だったが、昨年マスクをつけて選抜20人限定で講習を開始した。参加者は原則こちらで示し、いわゆる運動神経の良さそうな者にそうでないも者も何人か入れてみた。馬場拓己先生も一緒に参加することにした。

レッスンの内容はインストラクターの女性2名の動きに合わせて踊り、その動き・ステップを覚えるというもので、全6回~7回のレッスンで課題の1曲を通して踊れるようにするのが目標であった。

選手たちの動きを毎回スタジオの後ろで見ている気づいたことがあった。

インストラクターの方の動き、ステップの言葉での説明は失礼ながら上手くなく、「あの説明じゃあ、正直選手は何を言っているのかわからないのではないかと不安であった。ところが「じゃあやってみましょう」と音楽が流れると、鏡に映ったインストラクターの人の動きをほんの一瞬遅れながらも同じように踊れている選手がいるではないか。何回か続けてやるとそういう選手が増えてくる。踊りながら次の動きを想定しながら動いているようだ。もちろんそれができない選手もいた。あんな速い動きをすぐに真似して体が動いてしまうのは、いわゆるセンスの良い選手たちだ。彼らは回数を重ねるごとに動きも大きくなり、自信に溢れたダンスになっていく。いわゆる、カッコいいダンスだ。

一方そうでない者は、最初は右足がこう、左足はこう、手はこうと考えそれを自分の頭の中で整理してから動いていこうとするので動きが明らかにみんなより遅れてしまう。自分もきっとこのタイプのいわゆる「どんくさい奴」だっただろうと思った。馬場拓己先生は、体育科で、いわゆる運動能力の高い人だからすぐに同じ動きができるようになってしまう。すぐ動ける選手は目で見てから頭の中を通さないでそのまま動いているのではないかとさえ思った「どんくさいグループ」とは神経の回路のつながりが違うのではとも感じた。

講習が終わってから、この「どんくさいグループ」の選手の1人と話した。

「何か頭が混乱しちゃいます。次の動きがなかなか覚えられません。それなのにあいづら簡単にインストラクターの人のダンスについていって…少々悔しいです」「俺もお前と同じどんくさいタイプの選手だからよくわかる」「でも頭で考えないと動けない」「ど

んくさい奴」はそれなりにやり方があるはずだ。一度動きを覚えたらきっと忘れないし、最後はあいつらよりいいダンスができるのかもしれないぞ」「あいつらに負けるなよ」そんな会話をした。まるで「ウサギとカメ」である。

そういえば、その選手は真面目で体も大きく筋力もあり、大会でホームランを打つような選手だが守備での動きはとろい。一度練習で「今日はこういう打ち方を練習しよう」と、私が指示したところ全く別の打ち方をしているので「お前、俺の言うことを聞く気があるのか」「ともかく、言われたことをやってみろ。やる気がないんだったらどっか他の所へ行け」と大声で怒ったことがある。その時は、その選手は「なんで怒られるのか」とキョトンとしていたのを思い出した。やろうとする動きを頭で整理するには時間がかかる。さらに頭で理解しても(イメージしても)、その動きを実際に体で表現するのがまた難しいのである。そういえば自分もそんな選手であったことを忘れていた。私はその選手を呼んで、あの時私に怒られてどう思ったのかを聞いた。彼は「自分は言われた通り一生懸命やろうとしていたんですけど、なんで怒られるんだと思った」と言う。私は彼に「ごめんな」と謝った。

見たこと、言われたことをすぐ表現できる選手がいわゆるセンスがある選手だが、そうでない選手もチームにはたくさんいる。自分だってそうだったじゃないか。そういう選手をどうやって上手くしていくか、それはきっと私のような「どんくさい奴」の方が絶対に上手いはずだ。「俺は奴らの応援団でいよう」そんなことを考えるようになった。