

「恥ずかしさ」はダンスの反動力？

## 「恥ずかしさ」はダンスの反動力？

### ■踊る恥はかき捨て

「Don't be Shameful」——外国人が言うこの言葉、本当に素敵ですよね。笑顔で言われるだけで、なんだか仲間になって、ノリやクルージュが出てくる気がします。

最後の項では、この「恥を捨てろっ」というテーマで本書を締めくくりたいと思います。「旅の恥はかき捨て」ならぬ「踊る恥はかき捨て」では。

人前で踊るのは恥ずかしいです。当然です。自分がまだへただという意識があればなおさらのこと。この「恥ずかしい」「照れくさい」「ままりが悪い」などなど。恥ずかしいという気持ちは、「他人の目で自分を見ざるべからず」から始まります。実際は、他人はそれほど自分を見ていないにも関わらず、当人は「へただと思われたらどうしよう」「間違ったらどうしよう」という不安に苛まれ、なるべく普通でいたいという

気持ちが生まれ、本当の自分を奥へと引っ込めます。常に引っ込めていると、本当の自分が何なのか、何で充足する人間なのかわからなくなってしまう。

海外の学者に「恥の文化」を発見された日本人は民族的にこの傾向が強いそうです。人と違うのは恥ずかしいことなのか、個性として自慢できるものなのか。それは国民性によって違いが出るようで、もしかしたら「恥」と「個性」は表裏一体のものなのかもしれません。恥ずかしがる気持ちはダンスにとって障害ではありませんが、ひっくり返せば皆さんのダンスが向上するバネであり、エネルギーになると思っています。

「恐怖心に火をつけて、爆発させる」

ボクシングの世界にある格言です。試合前のボクサーは恐怖心に苛まれます。負けるかもしれない、恥をかくかもしれない。いや、当たり前どころが悪くて大怪我するかも……と、さまざまな恐怖心に打ち勝つために、一心不乱に練習に打ち込みます。それでも不安は消えません。しかし、いざリングが鳴ったらその恐怖心に火をつけて、エネルギーに変換していくしかない、という意味がこの格言にはあります。

では、恥ずかしいという負の気持ちを、どのようにプラスのエネルギーに変えていくか。それはダンス部のムード作りと練習にあると考えられます。