

KENCHI TACHIBANA PERFORMANCE ON STAGE

SPORTS CULTURE FORUM EVENT REPORT

スポーツ文化フォーラム スペシャルパフォーマンス&トークセッション

5月1日、東京・青山の鉄仙会能楽研修所。
スポーツ心理学を多様なフィールドに応用した“辻メソッド”を提唱する
スポーツドクター・辻 秀一氏が主宰する「スポーツ文化フォーラム」に橋ケンチが登場。
この日のために用意したというスペシャルパフォーマンスと
辻氏とのトークセッションに満員の会場は大いに湧き上がった。
熱狂と温かな笑顔、そして学びが共存する稀有なイベントをレポートする。

photography... Hiroyuki Matsubara hair & make... Akemi Mizuno (H.M.C.)
edit & text... Haruki Kanda / kontakt special thanks... EMINECROSS



会場前にはすでに長蛇の列ができていた。東京・青山の鉄仙会能楽研修所で開かれた「スポーツ文化フォーラム」は、スポーツドクターである辻 秀一氏が発起人となり、スポーツやその文化性から心豊かな人生を送るためのヒントを得ようとする試み。これまでに渋谷区長の長谷部 健氏、多彩なエンタテインメントを生み出すアソビシステム株式会社代表の中川 悠介氏、俳優の要 潤氏など、毎回多彩なゲストを交えてのトークセッションが行われてきた。その6回目のゲストに招かれた橋 ケンチは、この日のための特別なパフォーマンスを用意していた。満員の会場でスペシャルパフォーマンスが告げられると観客からは大きな歓声が上がる。ケンチが「昔から好きだった」というヒップホップの曲をベースに制作したオリジナル曲とともに舞台の幕が開けた。松の木が描かれ、長年の歴史が詰まった由緒ある舞台上披露されたダンスは、その伝統に敬意を払いながらも今日のなモードを融合した独自の表現となっていた。普段のライブとはまったく異なる緊張感のなかでパフォーマンスを終えると、観客から惜しめない拍手が送られた。パフォーマンスの熱狂とは一転、辻氏とのトークセッション

は終始和やかなムードに。辻氏とケンチの出会いのエピソードからはじまり、ダンスパフォーマンスを含めスポーツから得ることのできるヒントについて、そしてケンチの活動やプライベートにいたるまで、ざっくばらんトークが繰り広げられた。「EXILEに加入した当初は、すごい背伸びをしていましたね。EXILEのメッセージを世界に届けたい、エンタテインメントで社会に貢献するんだっていう気持ちが強く、自分自身よりももっと上のことを追い求めてがむしゃらだった。もちろん、それもすごく自分にとっては大事な経験だったけれど、それを経て、今はもっと等身大の自分で表現をできるようになった」と話すケンチ。あるとき、自分が思うようなダンスができずに悩んだ時期があったという。そんな時、心を鍛えることの大切さを知るきっかけが辻氏との出会いだった。「昔から心・技・体と言いますが、本来は“心・体・技”の順番なんです。心が整っていないと身体が動かない、身体が動いてこそ、技術が発揮される。多くの人が最後の技にばかり注目しがちですが、その土台にあるのは身体であり、心なんです。なので、出発点である心をいつもご機嫌に保つ(辻メソッドで

は、その状態を“Flow”と呼ぶ)。それには練習が必要なんです」と辻氏は言う。

約2時間にわたるトークセッションは、学びあり、笑いあり。観客のなかには、熱心にメモを取る人やふたりの話に深く頷く人など、エンタテインメントやスポーツを支える心の状態を自身の生活に置き換えて学びを得ることのできる充実の時間となった。

辻 秀一 Shuichi Tsuji

1961年東京都生まれ。北海道大学医学部卒業、慶應義塾大学で内科研修を積む。その後、人の病気を治すことよりも「本当に生きるとは」を考え、人が自分らしく心豊かに生きること、すなわちクオリティオブライフ(QOL)のサポートを志す。スポーツにそのヒントがあると閃き、慶大スポーツ医学研究センターでスポーツ医学を学ぶ。99年、QOL向上のための活動実践の場として、株式会社エミネクロスを設立。スポーツ心理学を日常生活に応用した応用スポーツ心理学をベースに、個人や組織のパフォーマンスを最適・最大化する心の状態「Flow」を生みだすための独自理論「辻メソッド」でメンタルトレーニングを展開。エネルギーあふれる講演と実践しやすいメソッドで、一流スポーツ選手やトップビジネスパーソンをはじめ、教育界、音楽界など幅広いフィールドで熱い支持を受けている。主な著書に37万部突破の「スラムダンク勝利学(集英社インターナショナル)」「リーダー1年目の教科書(ばる出版)」「自分を「ごきげん」にする方法(サンマーク出版)」「禅脳思考(フォレスト出版)」「さよなら、ストレス(文春新書)」「Play Life, Play Sports〜 スポーツが教えてくれる人生という試合の歩み方〜(内外出版)」など多数。

オフィシャルサイト... <http://www.doctor-tsuji.com/>