

# 大道芸人 Kei の今夜もジャグラーズハイ！

Vol.22 2014 09 12 発行

## ジャグリングは失敗からしか生まれないアートだ！！

突然それっぽいタイトルつけちゃってすみません。でも風呂場で体洗いながら考え事してたらイキナリひらめいちゃったんです！

ジャグリングってどんな天才的なジャグラーでもはじめは必ず失敗からスタートします。考え抜かれた上で生まれた技でも急にひらめいた技でも、最初は大体上手くいきません。

そこから、繰り返し失敗を繰り返しながら、成功への道を一步一步進んで行って出来るようになっていきます。つまり**ひとつひとつの失敗が成功への一番の近道**だったりするので。

よくジャグリングをちょっとだけやってみて「向いてないから無理」って言ってみたり、「不器用だから」って言ってみたり「運動神経悪いもんで」って言ってみたり・・・

どっかで聞いたことのある、ジャグリングの周りごろごろ落ちている言葉たちです。

「それではここで大道芸人Keiさんにインタビューしてみましよう。」

Q、ジャグリングって手先が器用じゃなきゃ出来ないものなんですか？

### A. んなわけあるかーい！！！！

なぜそこまで言えちゃうかという、僕が器用じゃなかったからです。

大雑把で面倒くさがりで熱しやすく冷めやすいAB型少年。僕はそんなやつでした。

高校時代のソフトテニス部ではテクニック重視ではなく走って拾ってつないで試合を長引かせ、相手の体力消耗を待ちながらプレイするイヤらしいプレイスタイルでした（笑）

高校生まです「器用だね」とか「運動神経いいね」とか言われたことありませんでしたからね～

でも今、ジャグリングやってると結構「運動神経がいいですね」「器用ですね」って言われることが多いです。

案外そんなもので**運動神経とか器用とかってただのイメージ**だったりするんですよ。

手先が器用かどうかはたいして重要じゃありません！ジャグリングの上達にはそこまで関係ないですから！

それではジャグリングの上達に大事なことは一体何なのか？

そのうちのひとつに、**ミスを経験に変える**ってことが挙げられます！

誰でも失敗するのが好きっていうことはないと思います。失敗するってわかってるとやる気がなくなっちゃうことってありますもんね。

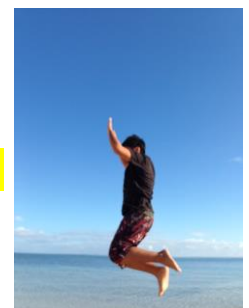
ただ失敗する度にやる気がなくなっているのは絶対にジャグリングは上達しません！

ジャグリングを普通に練習していても練習の大半は失敗しています。

だから**①ミスの仕方から成功するにはどうすればいいかを考えていい方法を探していく！**

**②少しずつでも成功に向かって近づいていく！**

これが出来れば失敗が生きてきます。



↑ 沖縄でジャンプする中三

もうひとつ大事なことがあります。

それは小さくてもいいから成功した（または、成功に近づいた）っていう実感に気づくこと！

ひとつの技が出来るようになるまでにはたくさんの失敗が必要です。

そのたくさんの失敗の中で、「少しずつでもレベルがアップしてるぞ！」っていうことに気づくことが大切です！

たくさんの失敗の先にあるからこそ、上達したり、技を覚えたりがすごく楽しい・うれしいのがジャグリングです。

失敗と、そしてその中にある輝く**成功の体験と上手に付き合っていくこと**が上達の秘訣だと思いますよ！

## 寝る子は育つの法則

ジャグリングをしていて、ある技がどうしてもできずに失敗を繰り返して結局できずにあきらめて寝ることになったことがあります。で翌日起きて出来なかった技をやってみたら**1発で成功!**  
ジャグラーあるあるじゃないかなと勝手に思っています。

この現象の詳しい名前は分からないのですが、脳の機能としてはあり得ることらしいですよ。  
前日にやったことのない技に挑戦して、出来ない中で知らない動きの回路が脳の中に出来てくる。  
でも結局じっくりくる体への命令が脳から出せずに失敗を繰り返していたわけです。  
脳は人間が寝ている間も起動して色々な作業をしています。起きてるうちに挑戦した技の情報をしっかり整理して  
脳の引き出しにキレイに入れておくっていう作業をしてくれていたりすることがあるのです!  
そうすると、無駄に脳が考える時間が効率化されたりするので、昨日出来なかった技が寝て起きたら出来た!  
ってことが起こるのだそうです。

**脳はジャグリング上達のためには上手にお付き合いをしないとイケない最重要器官です。**

普段の練習のときから体をただやみくもに動かして練習するだけじゃなく、しっかり脳も（あたま）も使って考えながら練習に取り組むのが大切です!

何も考えずに無心で練習しているときもしっかり脳は動いています。ちゃんと考えながら練習すれば、きっと考えずに練習した時よりもっとたくさんいい仕事をしてくれるはずですよ!

自分の脳と体を信じてガンガン練習!そして行き詰ったらしっかり寝る!

脳はぼくらが思っているよりずっと**ハイスペックなコンピューター**ですからね〜  
休みをちゃんと与えてあげると、翌日大活躍してくれるかもしれませんよ〜!



↑秋の野外イベントは最高ですよ!

## 大道芸人Kei特製Tシャツ作りました!

まだ、注文したばかりですが大道芸人Kei特製Tシャツを業者さんに発注しました。  
パターンは全3種類でサイズは90cmの子どもサイズから4Lまでお選び頂ける感じです^^v  
気になるのはデザインですが、でっかく「大道芸人Kei」とかって文字が入ってたりすると普段からは着にくくなっちゃうので、お出かけするときにも着てもらえるように名前はどこにも入っていないデザインにしました。  
来週の週末くらいには販売スタート出来そうなので楽しみに!  
ホームページやTwitter・Facebookなどで写真付きで告知しますので、興味がある方はチェックしてくださいね!  
大道芸人KeiTシャツを着て練習をするとジャグリングが上手になるかも!  
って言って下さった方がいてうれしかったんですが、最後に一言だけ言わせて頂きます!

## 【大道芸人KeiTシャツを着てもジャグリングは突然と達したりしません!!】

## 9月の大道芸はちょうどいい!

9月の大道芸人Kei出演予定です!夏の日差しも徐々に弱まってもうすぐ秋!な感じになってきましたね!  
秋は各地で大きな大道芸イベント盛りだくさんです!大道芸の秋楽しんでいきましょう!

17日(水)・26日(金)・27日(土) **げんきの郷** 11:00~15:00くらいまで行います!

14日(日)・21日(日)・28日(日) **ビアガーデンマイアミ** 14日は4回ショー!

20日(土)・21日(日)モリコロパーク秋まつり パフォーマー約10組出演!Keiは20日のみ出演

26日(金)岡崎げんき館 バルーン講座 19:00~21:00 1F多目的室

【編集後記】8月がんばったから9月はのんびり過ごす心で誓ったのであった。

文責:大道芸人Kei