

♪成功を追い求め積極的で優秀な生徒

何事に対してもさまざまな工夫や努力を試み、要領よくこなすので、良い評価をされがちですが、失敗に対しては言い訳をしたり、他人のせいにする傾向があり、結果を出さなければ愛されないという強迫観念にとらわれています。

「何事も達成して初めて価値がある」というようなアドバイスは逆効果。失敗したときが人間性を得るチャンスです。成果によって人間の価値は決まるわけではないこと、つらさ、寂しさ、悲しさを感じることはよいことだということを教えましょう。勝ち負けがはっきりするのを好みがちなので、コンペティションを競争の場としてではなく、努力する過程が大切ということを認識させるとよいでしょう。

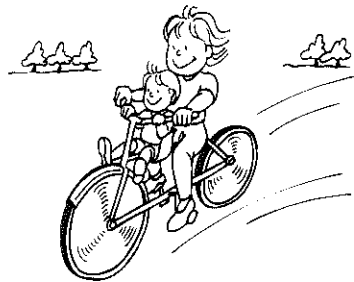
♪明るくユーモアに富んだ元気な生徒

物事は全てうまくいくはずと信じる楽観主義者。さまざまなことに興味は持つものの、一つのことをじっくりやるのが苦手で、嫌なことからは目を反らし、努力は続きません。親や先生におこられても、その時は反省しますがすぐに忘れてしまいます。常に前向きで、くよくよ思い悩むことは少ないのですが、「苦しみから逃げるな」という忠告自体が苦しみであり、ごまかしたり、話をそらしたりといった策略を練り、自分のやりかたを通そうとします。このタイプの子供を強制するのは無駄な努力を考えた方が良さそう。指導者と

してはアイデアや意欲をほめるのではなく、結果への期待を表してやる必要があります。「ちゃんと最後まで練習しなさい」という言い方ではなく「弾けるようになったらどんな感じの曲になるのかな？楽しみね」という言葉掛けが望ましいでしょう。

♪特別な存在を好む生徒

他人とは違うユニークさをもつ自分を見せたいという強い欲求をもちますが、ストレスを感じると周囲の気を引いたり、特別な存在と認められることに執着し、過度に依存的になるのが



特徴です。繊細で敏感な一方で、自分の価値が認められなければ、憤慨、強情、辛辣といった感情はとて激しいものとなり、またその感情を隠そうとはしません。

このタイプの子供は一見穏やかそうな表情の裏に、嫉妬心や欲張りなどの激しい想いを秘め、自尊心は傷つきやすく、すぐに自己嫌悪を感じやすいので、指導者や親は彼らの繊細さと激しさをよく理解し、自主性を尊重し、過剰な干渉や保護を慎むと良いでしょう。

♪自立した冷静な生徒

人を観察することを好み、あまり多くの人と一緒にいることを望みません。感受性が鋭い反面、引っ込み思案になりがちで、対人関係のトラブルやプライバシーの侵害を恐れています。知的好奇心は旺盛で、一般的に学業は優秀であるのが特徴です。

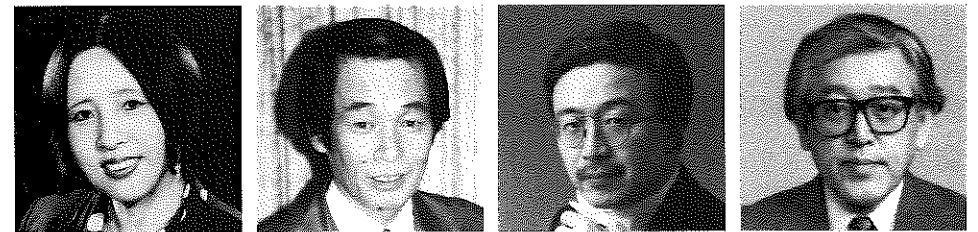
難しいことにチャレンジするのは、消極的であり、また争い事や高圧的な人の前に出ることは窮屈さを感じるため避けようとし、そのため、このタイプの生徒には「もっとはきはきと」「自分の思っていることを言いなさい」という言葉は禁句。過干渉はストレスがたまる原因となり、無視したり不快感を露にします。親の愛情表現も過度になると、負担となるので注意が必要です。

♪人の目を気にする生徒

気持ちの優しい子ではありますが、人の役に立ち、人の感情に順応することで関心を持たれようとし、大人達が自分のどこをかわいいと思っているかを把握する力があり、他者の避難や批判にも敏感です。繊細で、心の揺らぎも大きいので、親や指導者は一貫性を持って接し、高圧的なものの言い方も避けた方が良いでしょう。彼らが反発しているときは、回りの人の拒絶を恐れずに自我にめざめようとしているときなので、意見を丁寧に聞いてあげる必要があると思われる。

特集2

ピティナ・ピアノ指導セミナーvol.3 【中級編】 導入から上級への上手な橋わたし



金子勝子先生 熊谷洋先生 草川宣雄先生 杉浦日出夫先生

「導入期から、上級にかけての橋わたし」…この中級の時期を指導者がしっかりと、おさえておかなければ、上級レベルの演奏にはついていけないといっても過言ではありません。ではこの時期にどのような点に留意して指導したらいいのでしょうか。

去る4月26日(日)、ピティナ東京本部<東音>ホールにて行われた、ピティナ・ピアノ指導者セミナーvol.3は、まさにそのことを考えさせられるものでした。金子先生の「周りの人々どう関わっていくか」から始まり、熊谷先生は「身体の機能を生かしたピアノ奏法」、草川先生は「日本人の民族性を踏まえた音楽演奏」最後の杉浦先生はご自分の経験より「音楽的に演奏するための必要な知識」など、多方面よりお話しいただきました。

どの先生のお話しも興味深く、限りある誌面ではその全てをお伝えすることはできませんが、ピアノ指導者のみなさんの自己研鑽や、新たな目標設定に役立っていただければと思います。

※一部、写真の画像が粗いものがあります。ご了承下さい。

【第1回】

自立させるための指導法

PTNA Piano Teaching Seminar vol.3 PTNA Piano Teaching Seminar vol.3



金子 勝子 先生

かねこかつこ /
 国立音楽大学ピアノ科卒業
 当協会監事 運営委員 検定・指導者育成委員長 組織委員
 コンクール事業担当者連絡会委員
 課題曲選定委員 (Bグループ)

先生と生徒の自立 (精神的な側面と音楽的な側面について)

まず自立するとはどういうことを指すのかを考えてみることにしましょう。精神的な面からの自立と音楽的な面からの自立が考えられます。つまり此の二つの側面から捕らえる必要があります。またこのことは指導者の自立、生徒の自立の両面からも考える必要があります。生徒を自立させるには、まず先生自身がきちんとした考えを基に自立する必要があるのです。では先生が自立するとはどういうことを指すのかと云う事柄から入ることにしましょう。

人生80年と言われている今日ですが、たった一度しか無い人生です。どうせなら死ぬときにいろいろあったけど充実した人生だったと思えるように身まかりたいものです。それにはしっかりと己を確立させましょう。しかしその前に自立しなくてはそれは成し得ません。自立するうえで一番大切なことは、しっかりと知識の上に幅広く豊富な経験を生かして、ご自分自身の考えを持つ事だと考えます。又このことはピアノ指導者のみならず全ての業種に当てはまることと言えましょ

う。ではその早道を考えてみましょう。一番大切なことは何事も前向きに立ち向かい、チャレンジする精神でしょう。途中で時には恥をかいしたり、失敗したりすることも出てくるでしょうが、決して恐れない事が大切です。特に若いときの恥や失敗は許されます。今後の生かし方次第で身になって行くのですから。つまり原因を知りそれを糧にしたら良いか考え、実行して自分のものにして行くということで自立していくのです。またこのことを成すことによって自立するだけでなく、この積み重ねで大きく成長して行くものなのです。

時々、仕事で公開レッスンなどで感じる事なのですが、生徒さんを出したりするのはさぞや勇気のいることなのではないかということなのです。いつもその姿勢に感心しています。何故ならご自分のやって来られたことを試すという前向きな姿勢が感じられるとともに、レッスンの中では、いろいろな捉え方を指摘したりして行くことになりまますから、生徒を出された先生は恥ずかしい思いや、時にはいやな思いもすることでしょう。又その場にお母さんとか他の先生方が聞きにいらしたりしている場合、了見の狭い人がいたりすると、

“こんなこと知らない先生などやめよう”と考えたり、見学している先生も単純に“ああ、生徒を出さなくてよかった”と考えたりしがちです。しかし恥は一時の恥といえます。またこのようなことで得た知識はなかなか抜けませんが、聞いただけで得た知識は抜け易いのです。見方を変えれば此の先生たちはご自分のよい面にプラスされて違った捉え方も身につけられるのですから、知識もそれだけ豊富になって行きます。このような経験を多く積めば積むほど、その中から取捨選択してご自分にピタッと来るものを身につけることが可能です。一時生徒が減ったりするようなことが起こっても、いずれこのような前向きの先生のところには、前よりももっとやる気のある生徒が集まるものなのです。またこのような経験の中からもいろいろヒントをもらいつつ、ご自分の分野を探ったり広げたりしていけばよいのです。そしてそのことが大きく成長する源(みなもと)になるというわけです。此れらの結果3年、5年、10年後では大変な開きが出来てしまいます。どうぞ皆様自立しつつご自分をしっかりと確立させてください。

社会人としての常識を身につける

社会に出ていくと、当然今まで親が全部やってくれたことを一人でやっていくことになり、それは色々なことに出くわすこととなります。まず出くわすことは、ピアノはどうしても音を出す仕事です。独立して教室を開く場合、まずやらなくてはいけないこと、それはご近所への挨拶になります。たとえ防音してあっても、アパートやマンションの場合、生徒の出入りなどが他の方より多くなるはずで、通り道を汚したり、時にはいたずら書きをしたり、が起これ兼ねないのです。したがって初めに丁重にご挨拶をすることが大切という訳です。また隣近所などでの色々な当番なども言ってくるはずで、例えば通り掃除とか草取り、大掃除等、高級マンションなどは此れらのことは人を雇ってやってくれますが、若いうちはそのも行かないことが多いはずで、そこで此れらの仕事を忙しいからとか、面倒だからと、すっぽかしたり無視したりするとこちらに問題が起きた時に誰も助けてくれないでしょうし、此の仕事は評判も大切です。つまり世の中持ちつ持たれつで成り

立っているのです。十分に気をつけましょう。

親との対応の仕方

此の事柄はどんな先生でも苦慮し悩む事柄で、指導者にとっては“くぐり抜けなくてはならない関門”と考えた方が良いでしょう。何故なら物事の価値判断の違うあらゆるキャラクターを相手にして行くことになるのです。それに対応するには、先生自身どれだけ自立し、どれだけ確立されたご自分の考えを持って親に対応していけるかに掛かっていると云えます。そして傘が何もない場合は、全て先生本人のキャラクターに掛かってきます。要するに誠実にレッスンをこなす、生徒が喜んでレッスンに通い、しかも伸びて行く様子が親に感じてもらうようにすれば良いのですが、此のことは若い先生にとって難しいこととなります。実は誰でもこう成るまで年月が掛かり、紆余曲折があるものなのです。10年20年と年月を経る中で、頭の中で失敗を基に得た情報が幾つかパターン化されて詰め込まれますから、親のキャラクターを見抜けるようになり、年の功でどんな事でも対応出来るようになるものです。後は先生方の経験を生かした手腕がものを言うということになりま



す。つまり積み重ねてきた歴史がありますから、確固たる強さを持って臨むべきときは臨む事も出来るようになります。ここで申し上げたいのは中身が空っぽの空えばかりだけは通用しません。一時良くてもすぐ墓穴を掘ることになり兼ねませんから、そんなときは、まずご自分を確立させるための努力が先と考えた方が良いでしょう。

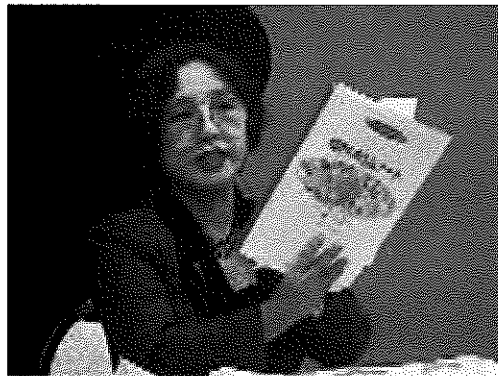
次にピアノを演奏するに当たっての自立について触れてみましょう。

音楽的な自立のために

＜導入期（3、4、5歳程度）＞

この時期は年齢、資質（精神的、肉体的な発達具合）によって、個人差は大変大きいものです。したがって子供の資質を見極めた上で、「できることから始める」ことが大切です。以下の項目が見極めのポイントになります。

- ・数字を1から5まで数え、2つと3つのまとまりの区別ができる。



- ・黒と白の色分けができる。
- ・高い、低いを理解できる。
幼児の場合、背の高さでの高低の認識はありますが、音の高低の認識はできないものです。両手を最低音部と最高音部に構え、だんだん近づけていくことで音高の違いを認識させるといいと思います。
- ・四分音符と二分音符の手打ちができる。
これらの音符は他の複雑なリズムの元となります。
- ・丸を書くことができる。
腕のコントロールができないと、後々瞬時に鍵盤を判断できません。
- ・一つ一つの指で順番にキーを打つことができる。
- ・目で順に音符を追うことができる。

目の視神経の発達が充分ではないので、中には目で音符を追うのが困難な人が

います。「読譜が苦手」と判断せずに、目の視神経の問題なのか、音符が読めないでいるのか、しっかりと見極める必要があると思います。

- ・ドレミの音階を上行、下行、言うことができ、ドを中心とした上下の鍵盤と五線の音と関連づけられる。

以上のことができはじめてピアノを弾く体勢が整います。しかし幼児はこれらのことを一度にやることはできません。できることから少しずつ増やすことが肝心です。

譜面（楽譜）の入り始めは殆ど短い曲ですが、子供は楽譜を見ずに鍵盤ばかり見て弾きがちです。これを野放しにしていると、目で音符を追いつつながら弾く力（読譜力）がつかず、後で大曲を弾くときに困ることになります。十分に気をつけましょう。

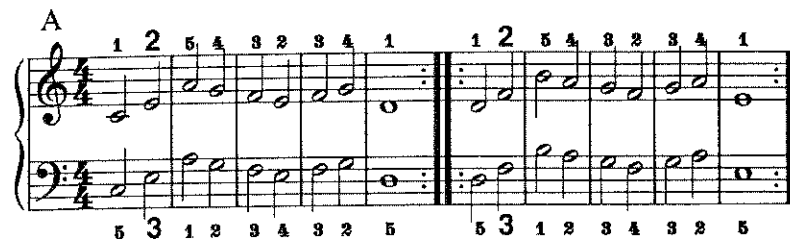
また指の形をしっかりとつくるということです。私が行っているのは指の第一関節に朱肉をつけ、「鍵盤に朱肉がついたらダメよ」といいます。これが意外に良い効果をもたらすので試されるといいと思います。

＜初級（小3ぐらいまで）＞

一般的に指の分離は十分ではありません。しかしここでは指先にしっかりと意識を持たせるようにレッスンするとともに、3大支えである指の支え、手の甲の支え、手首の支えのバランスを整えるようレッスンを積んでいきましょう。この時期の教材としては「やさしいリトルハノン」「にじのプログラム」（1から3巻）がおすすめです。

音楽的には、レッスンの中で捉えられる限りのフレーズを捉えさせることです。フレーズの終わりて手首、指を起き上がらせて、力を抜くことも徹底させてください。つまりこのことは“息”のタイミングを指導することになります。

この時期に以上のことを徹底させると、音楽的に自立させる重要なポイントが押さえられたとい



リトルハノン：5、6歳の生徒さんから使えるようになっていく。

えるでしょう。また言葉と同じように身体の中に染み込ませる必要があります。リズム的な曲、メロディックな曲、ポリフォニックな曲、舞曲、ソナタ形式の曲等、バロックから近現代までのものをバランスを考慮した上で、レッスンする事が大切です。

＜中級（中1ぐらいまで）＞

今までのことを基礎にしつつ、リズム感や音楽的感受性の鋭い子の場合、その子独特の個性を出し始めます。しかし逆に変な癖も付きやすく、バランスも崩しやすくなります。指導者は何が良く何が欠けているかを、しっかりと見極め、それに合わせたレッスンを徹底させてください。その時に本人の個性を無くさないようにコントロールする事も大切です。この時期のレッスンの在り方で、先へスムーズにつなげるための“自立度”が違ってくるといえるでしょう。

技術的には、レガート奏法とオクターブの練習を徹底させる必要があります。オクターブなど個人差はありますが、手に余裕が出てからと先延ばしにしていると、弾く時になって小指と親指のコントロールが効かず、音を並べるだけの音楽となってしまいます。したがって届いた時点で、できるだけ親指と小指に意識をもたせて弾く練習を始めましょう。また重音和音の高音を他の音とバランスよくコントロールして、響かせられるように訓練することも非常に重要です。この訓練は年数のかかるものです。年数のかかるものはなるべく時期の早いときからやらせるといいでしょう。そしてペダリングも、此の頃より本格的に使うことの意味と共に、使い方（タイミング）を教える



金子先生の虹のプロムナード。全部で3巻まである。

必要があります。

つまり、ピアノ芸術に入るための自立度の分岐点であり、この時期の指導者の責任は大きいのです。

＜上級（中3以上）＞

このころになると、バランス良く身につけていけば、レッスンもこれらの土台を基に、より芸術的に高度なことが可能になり、スムーズにピアノ芸術へと移行することができます。

以上、指導者としての立場でいろいろな層の子供を長年指導し、経験を積んで来た中で“あの時あすればよかった”等後悔しながら分かった事柄です。今日の話がほんの一部でもヒントになれば幸いです。

For Your Better Music Life

～ピアノ室防音・音響工事～

おかげさまで音響デザインの専門業者として創業17年、首都圏を中心に8百数十件の実績を積み、皆様に喜んでいただいております。「音楽室という名の楽器」の製作工房です。

03-3239-1871

〒102 東京都千代田区五番町六番地グレイス五番町ビル6F

株式会社 アコースティックエンジニアリング

一級建築事務所知事登録(97)19

建築工事業知事許可(036)167000



【第2回】

身体機能をいかした奏法

PTNA Piano Teaching Seminar vol.3 PTNA Piano Teaching Seminar vol.3



熊谷 洋先生

くまがいひろし /

桐朋学園大卒

当協会正会員 財務委員 組織副委員長 検定・指導者育成委員
コンクール事業担当者連絡会委員

スポーツから学ぶ

スポーツも種目によって、身体の主に使う部分は違ってきますが、「ピアノを弾く」と言うことも身体の一部（主に指）を運動させているにもかかわらず、運動という言葉はつかわれません。何故ならば運動＝体育というものを頭に浮かべますが、ピアノの場合、指の運動の先は音というものが関わってくるからです。つまり指先等でいろいろな奏法により音色効果を出し、力の入れ具合で強さ、響きに変化をあたえるということです。広がりのある音、鋭い響き、しっかりしたタッチ、レガート、やわらかな音等、それぞれ弾く曲に合った奏法はありますが、これ等の奏法は基本が出来ていないと大変難しいものになってしまいます。今回はその基礎として音の響き、つぶをそろえてということを前提に身体機能を生かし、理に適った指の動きで如何に速く動かすか、又それぞれの指の独立した動き、余分な力をかけずにしっかりした音を出すにはどうしたら良いかという事をお話ししたいのですが、まず身体機能を生かすという事を理解していただく為に、いくつかのスポーツを例にとって述べたいと思います。

「速く走る」＝運動会の100m競走を見ていると良くわかると思いますが、先頭を走っている子、最後尾を走っている子の身体の動きの違いに気がつきます。速い子は足の爪先で力強く後ろに蹴っています。従って前に進む速さが生じ、脚の動きに伴い腕の振りも速くなっています。遅い子の動きを見ると踵より重心が乗り、上体もやや後ろにそっています。すると蹴る力は弱くなり、前に進む速さが遅くなるのです。先天的に速く走れる部分を使える子供と、そうでない子供がいますが、速く走れない子供にも身体機能を生かす指導により、その子供の記録を向上させる事は十分可能な事です。強く蹴るというわかりやすい例として、カール・ルイス選手等、最近の短距離走者のスパイクは爪先部分が地面に着き、踵は地面から浮き上がった様に造られ、まるでハイヒールの踵を取ってしまった様になっています。正に、速く走るにはどこを使ったら良いかを強調している良い例であると思います。スポーツが苦手な方も、そのスポーツには身体のどこを使ったら良いかわかると、身体の動きは良くなってきます。ピアノを弾く指の動きも、どこを使えば動きやすくしっかりした音を出せるかを正しくとらえ、練

習をつみ重ねる事により、無理のない奏法を身につける事が可能になってきます。

最近よく脱力、つまり演奏上無駄な力をぬくということがよく言われます。力が入る原因としては、基礎となる指先がしっかりしていない事と、主に手首の反動、スナップがうまく使えていないという二つの点が大きな理由に上げられると思います。この他にも椅子の高さ、ピアノとの距離、といった問題もありますが、根本は指先、反動を正しく使うという事になるでしょう。一昔前ですと遊びの中に、まりつき、ハネツキ、ボール投げ、コマ回しがありました。これ等は主に手首の反動を使うものです。又ナイフでエンピツを削る、マッチを擦るといった事の必要性が少なくなってきた今日、全体的に手先の器用さが弱くなってきている事も一つの原因ではないかと思えます。皆さんは日常、無意識の内に反動を使っています。歩く時の手の動きというのもそうです。手を振る事は意識しなくても自然に動きます。右足を前に出した時右手はその反動で後ろに動きますが、特別な意識をもたない限り右手右足が同じに前へ出る事はありません。その他、ムチの動きや、海に行くときよく見かける投げ釣りのように、いづれも反動を利用して、自分の持つ力の何倍かの力、速度を出しています。基本の反動が使えるようになってくると、その応用で、拍子感（伴奏形）を出しやすくしたり、音の跳躍、和音、オクターヴの連打、連続進行、といったものを弾く時に役立ってくると思います。この応用をスポーツで例えるならば、各スポーツのフットワークにあたります。



椅子の座る位置は人それぞれですが、座ったとき、足を自然にあげられるぐらゐが適当だと思われます。

テニスであり、卓球、野球の野手、サッカー、ボクシング等、軽快さが求められるものもありますが、中には相撲のように、すり足といって、踵を上げないようなものもあります。又ダンスの場合は、フットワークとはいいません。ステップといい、スポーツと同様に、その踊りの違いによってステップは異なってきます。フットワーク、ステップといった足さばきが違うように、ピアノ演奏に於いても、拍子、リズム、曲の違いによって、リストワーク（スポーツのフットワーク、ダンスのステップにあたる）の違いを使いわけ、音楽に合った柔軟な手首、腕の動きにしたいものです。どのスポーツにしても、身体に余分な力が入ると、その動きはぎこちないものとなり目的がうまく果たせません。ピアノも同様で音がぎこちなくなり、ミスタッチも多くなってきます。こうした動きをテクニクという言葉で表現されています。

椅子はどの位置、どの高さが適当か

この問題は身長の違いで、この位置がベストとは一概には言えませんが、座る位置が浅いと足に不必要な力が入りやすく緊張時にペダル操作にも影響することがあり、上体も力が入りやすくなってきます。深過ぎると、腰、背中がまるくなりやすく、身体が音楽に反応しにくくなってしまいます。良い位置としては身体の重心が椅子にしっかり乗り、かつ強い音を出す時、指先に身体の重さをかけられる状態が良いと思います。幼児、低学年の子供には足台がありますので同様に考えて良いでしょう。座った位置で両足をそろえ、膝から下を内側に曲げず出来るだけそのままの状態です。上げてみて下さい。この時、浅過ぎると上体を後ろに倒さないとバランスがとれません。又深く座った場合、足は大分安定して上がりますが、気持ち音が乗りにくいだけでなく、弾きにくいものとなってしまいます。

また、高さは背筋を伸ばし、肩の力を抜いて構えた時、肘の下から手に向ってほぼ水平になる状態が良いでしょう。又低学年の方で、椅子の高さは合っている、足台が高過ぎる場合をよく見かけます。腰から膝までの線が水平になってしまいますと、背中が丸くなってしまいます。ある程度踵がしっかり着けば十分です。

近過ぎても離れ過ぎてもいけません。全体的に

近過ぎる子供が多いです。近過ぎると、肘が脇腹の近くにあると高音部、あるいは低音部への移動に肩がつまり上体がかたくなってしまいます。反対に遠すぎると肘が少しのびた状態になり、肘にゆとりがなくなり腕の力が抜けません。スケールを弾く時の上行、下行時に肘が身体の前を通過出来る位が良いでしょう。

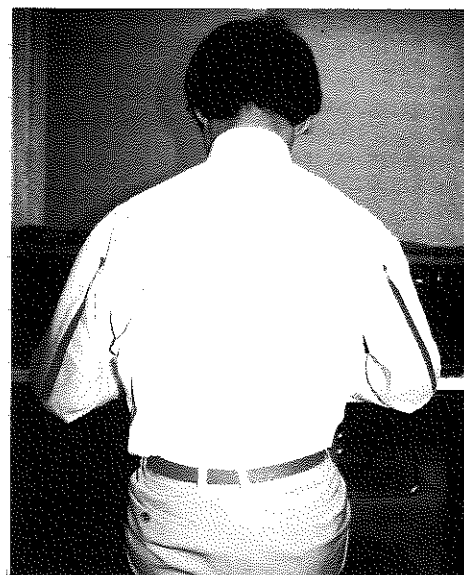
身体の機能をどう演奏につなげるか

<肘の構え(肘は腕の中心)>

脇がしまると肩をはじめ上体全体に力が入り、動きにくく又思う音も出しにくくなります。手の甲を水平にする事は、正しく指を使う事に大変重要になってきます。脇を少し開いた時と閉じた場合とでは、どちらが手の甲を水平にしやすいかをテストしてみてください。自然に力をぬいて立つと手の平は身体の内側を向いています。その姿勢から、小学生の時によくした「前へならえ」をし、手先だけをピアノを弾くようにひねり、手の甲が上を向く形にし、手の甲の水平を保ち手先を身体に近づけて下さい。無理な事をしない限り肘は開きます。従って手の甲を水平にするには肘を少し広げた状態が自然であるという事になります。

<腕、手首の力のぬき方>

これは大変重要な事です。楽器は身体を不自然に使うものがいくつかあります。特にこのヴァイオリンなどは左手をかなりひねって弾きます。ピアノにしても手の甲を水平にする為に手先をひねって使います。しかも長時間に渡り、様々な動き



肘は構えたときに、上体から大人の握り拳一つ分余裕があるのが自然です

や強さも要求されるわけですから、余分な力を抜く奏法を身につけないと身体に障害をおこすことにもなりかねません。ピアノも身体を運動させているわけですから、終わった後は軽くても良いですから、それをほぐす体操をすることをお勧めします。

腕の力を抜く基本的な練習として、スケールの終りについてあるカデンツを聞いていると良い練習が出来ると思います。強い音の時は肘から抜きとる要領で、(わかりやすい例として水泳のクロールの抜き手を想像してみてください。かき手を抜く時に手の平を上に向けてるように肘を抜きとります。ピアノの場合、手の平を返すところまではもっていきませんが、その要領がつかめるとうまく力が抜けてくると思います。) 手首は指の動きを様々な音楽を生かし、効果をさらに高める重要な部分です。

<指の使い方>

腕、脚にはそれぞれ三つの関節がありますが、その中でどこが関節が一番速く動くのでしょうか。脚でいえば、足首であり、腕は手首というように、身体の本體から一番離れた部分になります。では手の指の三つの関節はどうでしょうか。指先が一番速いと思われるのですが、第一関節だけではほとんど動きません。第二関節の助けを借りて速い動きとなり、鍵盤をしっかりとつかめる強さとなります。関節は内側に正しく曲げることによって、その効果を出しますが、指が横に倒れていると、良い結果は得られません。

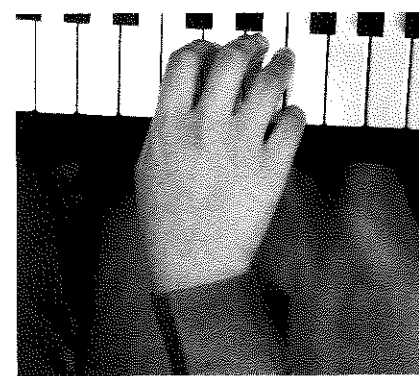
<鍵盤に置く手の構え方>

基本的には5本の指が鍵盤上に納まるように乗せます。1オクターヴ以内で弾くドミソドソミドの様な分散和音を弾くような場合、手首の柔軟さを出さなければならない為、1の指は鍵盤から外れますが、音程が広がらない時は、1の指は鍵盤上にあつた方が良いでしょう。1の指は他の指より短いわけですからのように手首の5の指側がくの字形になります。この時脇がしまらないように注意しましょう。

<1の指の注意>

5本の指全体を正しく使えるかどうかは、この指で決まると言っても過言ではないでしょう。他の4本の指と違い指の甲が横を向いているわけですから、指のつけ根部分も、手首、腕の影響を一

親指の位置は上から見たとき、2の指の下に少しは入り込むような位置が良いと思われま



番うけやすく、音のコントロールが大変難しい指です。手を鍵盤に構えた時に、5本の指のどこに、どう置いたら良いか、どう弾いたら良いかを説明したいと思います。

イ) 軽く内側に曲げる

軽く第1関節を曲げ、指先が2の指の下に入るように置くと良いでしょう。手の甲(2, 3, 4, 5指の第3関節)は子供にとってくぼみやすい部分ですが、2の指の下に1の指を少し入れるだけで、屋根に柱があるようにくぼみになります。又1の指の第1関節がそってしまっている子供も多く見られますが、これは一番手の甲がくぼみやすく、手の甲、指先に力が入り、手全体がかたくなり指の動きを悪くしてしまふことになります。音階の指のチェンジの時もうまく1の指が中に入りません。軽く曲げておく事が大切です。但し黒鍵を弾く時は別です。黒鍵は白鍵に比べ、鍵が細くつくられ、又、白鍵より高い位置にある為内側に曲げて弾くと不安定になります。この場合それぞれ弾いた方が良いでしょう。

ロ) 少したてる

1の指のつけ根は手首の近いところにある為、手の重さののってしまいやすい指です。強い音を出す時は別ですが、速い動きの時は第1関節の横が鍵盤にふれない程度に、少し浮かせた状態が良いでしょう。

ハ) 爪を少し下に向ける

音程間隔が広がらない時は、爪の端が少しあたる位が良いでしょう。横からみて爪全体が見える状態(爪が全く鍵盤に触れていない)の時は、手の甲が少し5の指側に傾き、指もそれに伴い倒れています。この形になると指の関節を内側に使う、指の正しい動きが出来ません。音階時の指のチェ

ンジ、特に下行の1~3, 1~4, の指に移る際は爪の大部分が鍵盤に触れる事になります。

<指の独立した動き>

独立した動きとは、弾いていない指に力が入らないようにする事です。弾く指先だけに必要な力を入れ、他の指は鍵盤上に力をぬいて構えた状態になっている事が理想的な形です。一本一本独立させてゆったり、そして少し高め(指先が手の甲よりも少し上になる)位に上げて弾きます。但し4の指は動きにくい指ですから単独ではなく、ド、レ、ミと下から上っていく場合は5の指と一緒に上げ、ソ、ファ、と下がる5~4の指に移る時の4は、2, 3の指も上げて構いません。従って4の指以外の1, 2, 3, 5の指は、それぞれ弾く指先だけを上げます。なれるに従って指の上げる高さを少なくし、テンポも少しずつ速くすると良いでしょう。他の指を使っている時、一番力が入りやすい指は5の指ですので気をつけましょう。

<音階の時の1の指の動き>

手の形としては5の指側(右手の場合)に出来た手首のくの字形を出来るだけくずさずに上行の時3~1, 4~1の、指のチェンジをしてみてください。1の指は、指先だけではなく、指のつけ根部分を深く中に入れると、指先がそっていない限り、1の指先は5の指に触れるところまで入る筈です。下行の時1~4, 1~3に変える時、特に注意する点は、1指から変える4, あるいは3の指先を次の鍵盤に直ぐもっていかうと手首のくの字形がくずれ、手首から先がチェンジの度に左、右に、首振り状態になり、音がきれいにそろいません。1~4は完全にくの字形を守るのには難しいですが、出来るだけそれに近い形で弾けるようにしましょう。

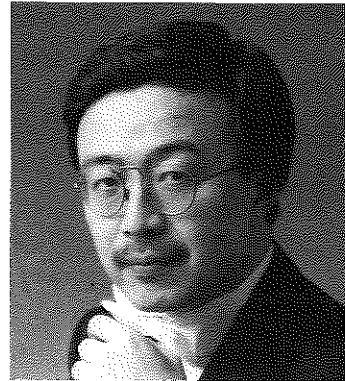


黒鍵での親指は第一関節が反っても構いません。親指は、5本の指の中で、最も重要な働きを担っているので、充分気を付けましょう。

【第3回】

演奏に結びついた楽曲分析

PTNA Piano Teaching Seminar vol.3 PTNA Piano Teaching Seminar vol.3



草川 宣雄 先生

くさかわのりお /
桐朋学園大卒
当協会正会員 検定・指導者育成委員 組織委員

日本人が西洋音楽をやることについて

文化というものには二つの異なる要素がぶつかって、創られ、発展するものです。それ故、矛盾を持つことを恐れずに、悩みや迷いを正面にすえて、考え行動すること。それを、なるべく早く、せめて中級のころから身に付けさせることが大切だと思います。

三三七拍子

たとえば、ここで三本締めと三三七拍子をやって頂きたいと思います。(註：セミナー参加者に手拍子を求める、掛け声をかける)

西洋音楽をやられている先生方でも、たたき方を特に説明することなく、「よーっ」と掛け声をかけただけで、出来てしまうことが文化の民族性だと云えます。「タンタンタン休み・タンタンタン休み・タンタンタンタンタンタンタンタンタン休み」実際は4・4・8拍子を、三三七拍子と感じてしまう事。(三本締めも「タンタンタン休み・タンタンタン休み・タンタンタン休み・タン休み休み休み」と考えられます。) このこと一つをとっても音楽を学んでいく上で様々な問題を引き起こすこ

とになります。たとえば「日本人は一般的に3拍子関係が苦手、又4拍子は4拍目が短くなりがち」という根本的なリズム感、拍子感の問題につながってきます。

テンポ・リズム・拍子

普通テンポというのは「もっとテンポをあげて、もっと下げて、速すぎる」など速さをはかる物差しとなっています。ただしテンポというイタリア語は天候と云う意味も持っています。それは気分によって物差しが変わってしまう事が可能なものかもしれませんが、ここでは一般的解釈で時間を計る物差しと捉えておいて良いと思います。

リズムは根底に振動を感じていること。その上で音と音の割合として捉えられます。それ故、八分音符＝120は、四分音符＝60と区別するのは難しいはずですが。

拍子に関してはヨーロッパとの違いから、二つの問題が生じます。

まず、拍子というのは数えることそのものがそれを生み出すものだと云うことです。その点ではテンポとリズムとも違います。まず日本語で数えます「いち・に・さん・し……」

英語は「one・two・three・four……」ドイツ語では「ein・zwei・drei・vier……」フランス語は「un・deux・trois・quatre……」イタリア語は「uno・due・tre・quattro……」と数えます。ここで、各国語の数字を比べて見て面白いことに「イチ」は、全部母音が半母音から始まります。私ははじめ反対に考えていました。子音が付いた方が発音するのに時間がかかると思っていたのです。しかし実際に言葉にしてみると、母音や半母音から始まるほうが発音するのに時間がかかります。これはアクセントともかかわるのですが、「イチ」がほんのわずか長くなり、そのうえ、重心がかかり拍子として機能するのです。それを無視すると、拍子感が失われます。

次に踊りの問題です。日本の踊りというのは、日本舞踊であれ盆踊りであれ「接する」ということは殆ど有りません。まして「持ち上げる」ということは問題外です。この「持ち上げる」という動作について少し考えたいと思います。ペアで踊っているときに、男性が、3拍目で女性を持ち上げるとすると、3拍目でいきなり力を入れて持ち上げるということはしません。その前の2拍目で持ち上げる準備をして、3拍目で持ち上げるはず

です。これは我々の住んでいる地球に、重力が有るためです。もしこの先、人類が月とか、または無重力状態で生活するようになったら、音楽も、変わっていくでしょう。

音楽をするにも、どこに住んでいるか、どういう環境で生活しているか、ふだん、どんな形の言語をつかっているのかと云うことに深く係ってくると思います。

フレーズについて

先ほど三三七のところ、民族性とは逆に世界共通と思われる面も持っているのです。長さの割合が〈1：1：2〉に成るのは、〈2小節：2小節：4小節〉というパフォーマンスという形と同じ割合に成ります。

たとえば「登美子さん6時ですよ、早く起きなさい、早く起きないと学校に遅れますよ。」という文があったとします。それを「早く起きないと学校に遅れますよ、早く起きなさい、登美子さん6時ですよ。」では説得力が全く違ってきます。

フレーズの作り方、息の長さなどはこれも地球上で、また肺呼吸をして生きているという条件があつてのことで、人間が、海中など違った世界に住んでいた場合は、違ってきてもいいかもしれません。



様式観とのかかわり

(1) バロック時代の代表者としては、J.S.バッハ、ヘンデル、D.スカルラッチイがいますが、3人とも1685年生まれです。これは、単なる偶然とは思えないように感じます。ヨーロッパの音楽というのはユダヤ音楽から教会音楽を経由して、発展してきた要素があり、特にバッハの音楽は宗教的だと云われます。「宗教的というのは」生き生きとしてよく生き抜くこと。生きているものに対して畏敬の念を抱き、生きているということに対する幸せ感を持つことが宗教の根底でしょう。神は信じているけれど、私は不幸であるでは、だめなのではないでしょうか。

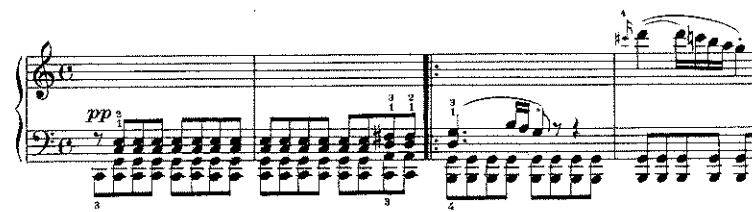
人間は地球上に生き、重力のある世界で肺呼吸しています。そこには心臓の鼓動があり、振動があります。バロックの音楽は特にバッハの演奏は振動をたいへん細かく感じて弾くべきものです。振動というより震えと感じたほうが良いくらいです。バッハの音楽には、その上にたったリズム、拍子があるために、ジャック・ルシエのPlay Bachの演奏を可能にしているのです。これは、バロック音楽全体にも、当てはまると思います。

(2) バロック時代には、とくに使用する楽器が限定されていず、オーボエの曲をヴァイオリンで弾いたりすることはごく一般的な事でした。しかしモーツァルトとなるとこの曲はこの楽器のものというように、演奏する楽器が作曲家によって限定されるようになってきました。その結晶として

多くの美しい独奏楽器のための協奏曲が作曲されました。オペラも声という楽器のために作られたと解釈できます。

(3) ロマン派の代表として今日はショパンを考えてみます。ショパンの音楽というのは、メロディーが美しいと思っている人が多いかもしれませんが、どちらかというとバスに支えられた、ハーモニーによる微妙なニュアンスの変化の美しさなのです。

(4) そのショパンと対照的なのがベートーヴェンです。ピアノ曲からでも彼の曲はオーケストラを連想させます。ベートーヴェンの場合はメロディそのものがハーモニーに成っているのです。



(5) ベートーヴェンの音楽は「意志の強さ」を感じさせます。たとえばピアノソナタ第21番作品53の「ワルドシュタイン」の開始部分の音形をもし他の作曲家が扱ったならばどうなったでしょうか。きっとメゾフォルテかそれ以上の強さではじめるでしょう。それを彼はピアニストにピアニッシモを要求してくるのです。作品57の「熱情」でも同じことです。すべてがその様なので、ベートーヴェンの楽譜には特に忠実さが要求されることになってしまいます。

(6) 様式には、時代の様式・楽器の様式・楽曲の様式・曲の様式・作曲家の様式などみる角度によって様々に定義されます。演奏者は、それらを自分の個有の様式とうまくドッキングさせることが要求されます。

2次元から3次元空間へ

(1) バロック時代にはテンポとリズムが最重要課題でしたが、古典派の時代になると、ヨーロッパがすでにルネッサンス時代に獲得していた遠近法が、音楽の中にも浸透してきます。

音楽は時間芸術で、究極は時間を操るのですが、中級の段階では空間をいかに表現するかがさしあ

たつての課題でしょう。たとえば「絵画」は2次元に、3次元を投影するのが普通です。ピカソがどうしても真似できなかった画家が、レオナルド・藤田だったようなのですが、それがなぜだったのか。藤田の絵が、2次元の画面に、2次元世界を描いていたために、ピカソには難しかったようです。もしかしたら藤田は我々日本人の特徴を表現していたのかもしれませんが。民族の特徴なのか、欠点なのか徹底した研究課題なのかもしれません。ちょっと大問題すぎて怖いところです。

(2) 空間はどう表現されるのでしょうか。

空間を「縦・横・高さ」といわずに「高さ・横・奥行き」とまず読み替えます。

その上で

- 「高さ」＝「音の高低」
- 「横」＝「時間軸（楽譜をみれば一目瞭然）」
- 「奥行き」＝「管楽器では高い音はフォルテの方が吹きやすく、低音はピアノの方が吹きやすいなど自然界ではそ

れが当然で有るのです。その高い音を、遠くの小さい音として処理すると、音形を聴いたとき距離を意識させられる。遠近が感じられるようになればこれで3次元空間を表現したことに成ります。」

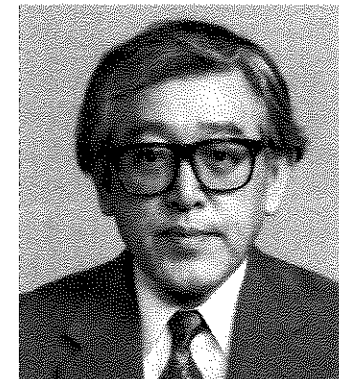
ピアノで弾く「奥行き」という感覚は日本の子供達にはなるべく早く是非とも獲得しておいて欲しいと思います。

チェロ奏者が上行する音形を、実際は左の指は下降して弾いていき、また、ピアノは、右が高くなっている、右肩上がりの世界に住んでいるのです。

我々の扱っているものは機械なのです。何か条件を与え無いと、絶対に何事も起こりません。しかしそれは人間が作ったものであり、またそのために作曲したのも人間で、奏者も、最後に聴衆もまた人間なのです。私の話が、醒めた目で機械の面をよく知り、温かい命を通わす技術としてのテクニックの獲得にいくらかでも役立ったら幸いです。ご清聴、有り難うございました。

【第4回】 音楽表現とテクニック

PTNA Piano Teaching Seminar vol.3 PTNA Piano Teaching Seminar vol.3



杉浦 日出夫 先生

すぎうらひでお /
名古屋音楽短期大学（作曲）卒
当協会地区代表評議員 検定・指導者育成委員

■過去の経験を勉強につなげて

私がピアノの教師を始めて4、5年経った頃のことです。自分の生徒を初めて学生コンクールに参加させました。すると他の先生の生徒さんに比べ、自分の生徒はみんなどういいうわけか音が小さいです。ご父兄からは「杉浦先生の生徒は音が小さいですね。でもみんな音が綺麗でしたね」となぐさめのような言葉を頂いたのですが、私は音が小さいということに非常にショックを受け、音が綺麗という言葉は耳を素通りしてしまいました。私は帰宅後、自分の練習室の壁の生徒からは見えないところに「大きな音を」というメモを書いて貼りまして、どこからもみえるようにしました。

翌年、また生徒を挑戦させたところ、また音が小さい。「また一年反省だな」と思いまして、また貼り紙をしました。「大きな音量」とかいて。内容は同じですが、気持ちを新たにしました。しかし、その翌年もその翌年も、参加させれば参加させるほど音量の小ささを思い知るだけでした。

生徒に「君は大きな音で弾くにはどうするか」と聞いたのです。すると「フォルテで弾きます」

と答えます。「だからフォルテで弾くにはどう弾くか」ときくと今度は「大きな音で弾きます」という。「じゃあ、大きな音でフォルテで弾くにはどうするか」「わぁーと弾きます」これでは困ったなあと思いました。つまり手の使い方、腕の使い方、体の使い方、姿勢の問題等、大きな音を出すためにもいろいろ問題はあり、その要素を養わなければなりません。そこでどのような練習をすれば大きな音がでるようになるかという勉強を始めました。

■テクニックを付けるための効果的な練習法とは

まず指を強くする練習方法の一つとして、以前ソ連のタマウラ先生の講座に参加した時、先生は「スタッカートで練習しなさい」ということを盛んにおっしゃっていました。蓋の高さくらいからフォームにも気を配りながら落とすようにします。

「速く打ち込み、速くあげる」という指のスピードを鍛えるには、隣通しの指を訓練するのが効率がいいといわれています。指の訓練としてお勧

めしたい教材が「プレディ」です。ただ手首の固い状態で練習すると、腱鞘炎になったり、手首を痛めたりしますので、力を入れたままにならないように、気を付けてください。

先生の生徒はみんな音が小さいですねと言われる、その原因を考えたのですが、「押さえつけるな」とばかり言ってきたからだと思います。「音を大きく」と言うどうしても誤解が生じ、押さえつけて弾いてしまいがちです。押さえつけて弾くと手が痛くなります。手が痛くなる人というのは手首、腕、全てががちかちかになっています。つまり、手が痛くならないためには手首を柔らかくすればいいのです。

プレディの第3課に「4つの音の練習」というのがあります。ドレミファ、レミファソ、ミファソラと弾いていくときに3番目の音から手首を上げさせ（ゆるめさせ）ます。生徒の中には余り改良が見られない人もいますが、そういう人は4番目の音から手首をあげていると思われまます。

またこれを練習するときには肩、肘、指先の力を抜かないとできません。抜けないと言う方は一つのフレーズ毎に手を膝の上におかせます。それでもまだがちかちかという人は、フレーズを弾いた後、大きく手を弧を描きながら膝の上におかせます。私は曲の中でも、3、4音の細かいフレーズからはじめて、だんだん固まりを大きくしていくという練習も取り入れています。

大きな音量を得るためには指のフォームも大切です。開いた手の形で弾く生徒が多いのですが、丸い形で弾けるような指使いを考えましょう。以前モーツァルトのソナタでいろんな版の楽譜をコピーして弾かせ、「どの版の音が綺麗だと思いましたが」という質問をしたところ、ウィーン原典



版が一番いいという答えが多く返ってきました。指使いによって、音質までも変わるということを改めて感じました。

手の甲の形ですが、横から見ても上からみてもアーチになるような形で、支えがしっかりできているというフォームを作らせるようにしています。そのためには各指の第3関節の骨を意識させることが必要です。ちょうど野球のグローブを買ったときに受けやすくなるように手を入れて慣らすということをしますが、そのように手を組ませたり、また指をまっすぐに伸ばして指だけを引き寄せたときに第3関節の骨が頂点となるような三角形を作らせる、ということをやっています。

■音乐的に演奏するために

コンクールがまだ今のように盛んでなかった頃というのは、とにかく楽譜の読み間違いばかり、聴いたことのないテンポなど、音楽以外のところに問題のあるような演奏を多く耳にしました。ピティナ・ピアノコンペティションを含め、コンクールがだんだん激化してくると、今度は「どうしたら大勢の中で目立つことができるか」「どの先生に習えば入賞できるか」ということばかりに執着する時代へと移り変わってきました。

そしてその結果として「大きな音で速く弾く」ということが重視されるようになってきたのです。音程感が出ない、音色はない、手は痛くなる、歌えないと

いうこの「押さえつけ奏法」というのは迫力がありますが、本人は疲れるし、聴いていても歌が感じられません。「この頃歌えない人がコンクールの最終段階に残るのですが、どうしたらいいでしょうか」という問題もが、審査会議で持ち出され、次第に当然のことながら反省されることとなったのでした。

その「大きく、速く」という時代もだんだん終わりを迎え、この頃は「いかに美しい音色で演奏できるか」ということが要求されるようになりました。

バッハなどのバロック時代の音楽は、あまり大きく弾くと縦の響きばかり聴こえてしまうため、横の流れがきれいに聴こえにくくなります。そのためポリフォニー的な演奏では10ぐらいの音量がでるならば、3~7ぐらいの音量の幅で演奏すると、各旋律がきれいに流れてきます。

グレングールドはなぜ演奏会をしなくなったのでしょうか。私の考えでは、ポリフォニー的にきかせようとして低音部の弦を減らしていたのではと思います。3本の所を2本に、というように。そうすると響き具合も少なくなりますから、横の流れがきれいに聴こえるようになるのです。

また独特な奏法としてショパンの「手を開く奏法」というのがあります。彼が小さいときにどんな練習曲を使ってきたか、彼の生徒にどんな練習曲を与えてきたかというのを探してみると、60番からなるクラーマー=ビューローというのが挙げられます。実は譜面を見ていただくと分かると思いますが、これは指を立てては弾けないものばかりからなっているのです。しかしこの開く奏法ではやさしい音を取得することができます。それに対し、クレメンティの奏法はきちんと立てて弾く奏法。同じフランス音楽でもドビュシーはショパンの弟子に習っていたので指を伸ばして弾くタッチですしクレメンティの流れをくむラベルは硬質な音で演奏されます。このように時代様式や作曲家によっても音を弾き分けることも要求されるようになってきました。また作曲家に対する自分の考えも勉強しなければいけません。

どこの国の人か、どこで生まれたか、どういうところに住んでいたか、どういう病気でどこでなくなったか、奥さんはどういう人か、どの花がすきだったか、どういうヒントを得て曲が作られたか、どういうインスピレーションを得たのかという曲についてのエピソードを勉強することは、その作曲家や曲についてのイメージを膨らませることになります。

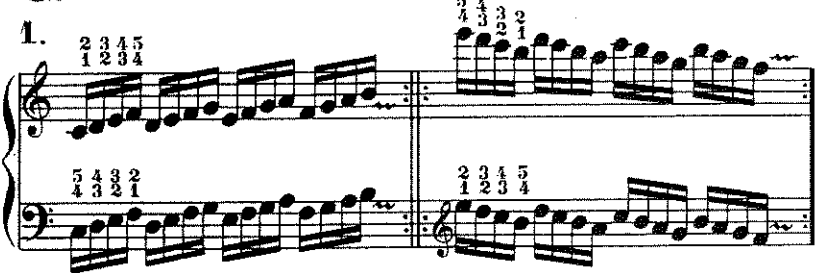
時間がなくなりましたので、最後に暗譜のことについてですが、私は生徒に無理にでも全て暗譜でやらせるようにしています。ロシアに行ったとき、レッスンは全て暗譜で行われていました。どんな小さい子も、どの教室でも、どの学校へいってもです。レッスンは週2回もあるわけですから、大変だなと思ったものです。最初に譜読みをする



クラーマー=ビューローの一部より。指を立てては弾けないようなものばかりからなっている。

わけですから、見るときに覚えればいいのです。覚えると直ぐ練習させます。レッスンを待っている時、楽譜を渡して覚えなさいということもあります。覚えようという気持ちで覚えたものは、覚えている率が高いと思います。練習している間に何となく覚えているというのでは、発表会が終わって1週間もしないうちに忘れるということがあります。そういう暗譜はよくない暗譜の仕方です。グレン・グールドは15才の時に弾いたメンデルスゾーンのロンドカプリチオーソを、40年たった後も即座に弾くことができたそうです。ぜひ暗譜を確かにし、練習したものが自分の財産となって欲しいものです。

C. 4本の指の練習



プレディの第3課「4本の指の練習」より