

Finger-walking Method の基本理念とその学習法 (I)

～精神物理学・力学的視点に基づいて～

田 島 孝 一

Summary

The Basic Idea and Exercise of "Finger-walking Method" (I)

TAJIMA Koichi

This paper is the first introduction of my original piano method "Finger-walking Method". The particularity of this method is the way to practice by 3 elements, "Faculty of Hearing" "Sight" and "Sense of Touch". The most important one of them is "Faculty of Hearing". It produces beautiful, soft and well-sounded tone. But these 3 elements must be actively used in connection with each other by one's calm and clear sense. In order to play under this dreamy condition, all of one's 10 fingers must hold the weight of tow hands. Beata Ziegler (1954) also represented the importance of these 3 keywords for play, "Weight", "Support", and "Removal of the Weight". I found through these 3 keywords, there is a similarity between the laws of motion and this. So I suggested moving fingers for play, as if "walk by fingers" on each keyboard. And named this idea "Finger-walking Method". I'm sure this method can save a plenty of poor students who resign to play the piano with enjoy. On the first part of this paper, I proposed the importance about "Mellow Sound" in the first chapter.

“指歩キ” ノススメ (はじめに)

この論文は、筆者独自のアイデアに基づくピアノ奏法・Finger-walking Method について紹介する最初の論文である。この奏法は、筆者がそれまで数多くの学習者たちにピアノ指導を行ってきた経験に基づく、物理学・力学的観点を導入した奏法として、すでに1993年に命名し提唱¹⁾したものである。それ以来、この奏法の妥当性を確認するためにも、この奏法の考え方に基づく学習法をより積極的に使って指導を続けながら、より充実した論理とその解説を試みるため、今までこの論文の構想を暖め続けてきた。また、この奏法に近い他の奏法にとの共通点や違いについての情報もある程度知ることができたため、ようやくここにこの奏法およびその学習法について最初の紹介ができる段階にまでたどり着くことができた。

もっとも、筆者がここに示す Finger-walking Method は、決して斬新かつ画期的な奏法として野心的な意図により提示しようとするものではない。この論文を通じて筆者がただ願うことは、より効率の高い合理的な練習法を採り入れることによって、あまり工夫や創造性のない、非効率的で不合理な練習に苦しむ多くの学習者たちが挫折していく、ごく日常的に見られる残念な状況を、少しでも改善できないだろうかということであり、その思いからここにこの奏法・学習法を提唱するのである。したがってこの奏法は必ずしも目新しいものではなく、手や上体の重さをコントロールする奏法である「重量奏法」²⁾ (この名称すら現在の指導現場ではピアノ教師たちにあまり広く知られていないものようだが) と共通したものであるかもしれない。したがって、ただそれを「指で鍵盤上を歩く」という独自の発想によって提示したにすぎない、とみなされてもやむを得ないものであることを前もって断っておかねばならない。これに類似する奏法は、すでにリヒテルやキーシンなどのロシア系ピアニストたちをはじめ、柔らかな美しい音色で演奏する多くのピアニストたちの手の動きの上にもよく見受けられるものであるし、また日本人演奏家の中にも複数の著名なピアニストたちが、これと共通する奏法によって演奏しているのであるから。

これらのすぐれた演奏者たちが見せる手の動きは、物理的・力学的な合理性に基づいているため、それをただ見ているだけでも美しいと感じることが多い。さらにその美しさは手・腕・上体などをも含めて、演奏している姿全体の動きにもあてはまる。それらはその音楽の流れに沿った演奏者の感性から自然に生まれてくるため、むだな動きがほとんど見られず、手への負担が必要最小限に抑えられているため、あたかも手が鍵盤上を音楽に合わせて滑るように、無理なく自然に運ばれていくように見え、まるで動きを極力抑えられた美しい舞踊のようでもある³⁾。それと同時に生み出される美しい音色は、耳に突き刺さるような硬質で押し付けがましい音色による圧迫感や演奏の困難さといったものを感じさせることもなく、じつに自然で柔らかな音色として聴く者の耳に心地よい響きとなって届けられる。このような見た目にも、奏でられる音色と音楽の流れも共に自然で美しく無理のない奏法は、演奏者の精神的余裕から導か

れる十分な集中力をもった聴覚により、その手指から美しい音色となって生み出されるのであり、それらを生み出すためのきわめてわずかな身体のコントロールによって、演奏者が心に思い描いたとおり、自在に音楽表現をすることができるのである。

何事にも練習にはある程度の苦しみがあることは当然だが、しかし排除可能な苦しみや、不合理な手の動きにより生じる不必要な産物としての苦しみまで自虐的に受け入れる必要はない。Zieglerも「『心で聴く』ことに基礎をおいているならば、(中略)教師ももはや幼い初心者を際限のない機械的な手指の練習や、不自然な手の形などで苦しめなくてもすむ。」⁴⁾と述べている。そのような苦しみをできるだけ軽減し、練習の対象となる各楽曲が内包する音楽的な流れや表情を楽しみながら演奏上に表現することが、上達をスムーズにさせ、練習意欲を引き出す上で最も大切なことではないだろうか。この奏法ではそれを可能にするだけでなく、物理的・力学的観点に基づいた、合理的な身体の動きを追求することもまた、練習上の重要なチェックポイントとするものなのである。このような、より効率的な練習法であるこの Finger-walking Method によって、多くの学習者たちが現在味わっている練習上のさまざまな苦しみを、少しでも排除させることに役立てられればと、筆者はひたすらそれを願うばかりである。

序章

第1節 Finger-walking Method に至るまで

この Finger-walking Method の内容を説明するにあたって、筆者がこの奏法にたどり着いた経過を、まず明らかにしなければならないだろう。これまで数え切れないほど多くのピアノ学習者たちを筆者が指導し続けてきた中で、ピアノを弾く彼らの手を見ながら筆者が思うことは、「どうして練習方法をもっと工夫しないのだろうか」とか、「練習にほんの少し物理学・力学的視点を取り入れるだけで、もっと楽に弾けるのだが」ということである。あるいは「間違いはないけれど譜面から音符を拾っているだけで、音も美しくないし、聴いていて音楽から何も伝わってくるものがなく、聴いていて少しも楽しくない」などなど、聴き苦しさを感ぜられる学習者たちの演奏に出会うことが実に多い。そしてそのような生徒たちの多くは、ほんの少し改善へのアドバイスを与えるだけで、それらの弾きづらさは、たいてい数分以内に解消され、詰まっていたパイプからきれいな水が流れ出すかのように、全く無理のない手の動きによって、すっきりとした心地よい音楽の流れが奏でられるように変化を見せてくれるのである。

そのような場面において伝えられる筆者のアドバイスの根拠になっている物理学・力学的な観点については、かつて1988年の論文⁵⁾で断片的には発表しているが、その後、引き続いて筆者は次のことに気付くようになった。ピアノを弾くために使っている各指の「働き」とは何かといえば、鍵盤上で手の「重み」を「移動」させる、つまり「支えながら運ぶ」という役割をしているということであり、つまりそこには「足による歩行運動との共通の原理」が存在するという点であった。筆者はすでに前掲論文の中で、「手の重心の位置とその移動」という観点で、「手の合理的な動き」について論及してきた。そして1992年、さらにその延長上に、一

つの奏法原理のようなものに至ることができたと判断し、それを“Finger-walking Method”（指歩き奏法）と命名し発表を行った¹⁾。

この奏法原理に気付いた時、ためしに筆者自らこの原理を積極的に使いながらピアノを弾いてみたところ、手になんとも言えないほどの心地よい安定感を感じると共に、鍵盤の確かなグリップ感を筆者の指先（指頭）に感じる事ができた。さらにもっと驚いたことに、手の平の中には、そこで演奏しているさまざまな音楽要素まではっきりと把握し感じている自分自身というものを体験できたことである。（Deppeは「力を手の甲の中に集中しなければならない」⁶⁾とあって、手の甲の「内的緊張」⁷⁾の必要性を説いている。）つまり、演奏しているその部分の音楽がどの程度表現され思い描いた通りに流れているかということまで、まるで突然遠くまで見通すことができるようになったような、とてもすっきりとした精神的な爽快感が、集中力までもが心の安定感を伴いながら、これらを同時に頭の中で感じる事ができたのである。このように、突然訪れた各鍵盤の確かな手触りを伴ったバランスのいい手の動きによって、ふしぎなほどミスタッチは激減し、その上練習もなしにいきなりテンポの速い曲を弾いてみても、それまでにない安定感とともに、驚くような速さで正確に弾くことまでできた。さらに、そのような速い速度による演奏の中にあっても、手に過重な負担を感じることはほとんどない上、同じく音の美しさや音楽表現の完成度への吟味まで、冷静にじっくり観察し確認できるくらいの精神的余裕を持つことまで体験できたのである。

この不思議な現象は、いったい何が原因で起きたのだろうかと考えてみてすぐに気づいたことは、「最初の指を必要な場所に置くこと（ポジション）さえ間違わなければ、あとは次の指も置き間違えないよう正しく鍵盤上に踏み出せるよう、ただ重さをかけて支えればいだけ」という、まさにまるで「人が両足で歩く原理そのものである」ということだった。さらにそれに続いて気づいたことは、歩くという運動は、体重という「重さ」を関節で「支え」さらに身体の重心を「移動」させるということだった。そうならば、これは水中で行われるものを除けば「ほとんどの運動に共通する大原則」だと気がついたのである。しかし筆者の発見と思われた「重さ」「支え」「(重心の)移動」という3つのキーワードは、すでにツィーグラの教本⁸⁾の序文の中で述べていたことだった。筆者もかつて学生の頃それを一度読んではいったのだが、イメージ中心に書かれたその内容をその時はまだ理解が及ばなかったため、その存在すらすっかり忘れてしまっていたものであった。したがってこの3つのキーワードはツィーグラの踏襲になってしまうが、「指で歩く」ということへの筆者の気づきおよび発想については、もしかするとツィーグラの延長上にあるオリジナルなものになるかもしれない。

なお、この3つのキーワードに筆者が気づく原型を、ある一連の音形を弾くための奏法として、その手の動かし方があるイメージ（広げた傘を地上で転がす）に例えて、既に30年以上も前から筆者は生徒にも説明し使っていた。この詳細については後の章にゆずることにして、ここではこのFinger-walking Methodに至るためのベースが、それほど古くから筆者の日常の指導の中に存在していたということだけを付記しておこう。

加えて筆者がこの“指歩き”という奏法を初めて積極的に意識しながら使ってみた時、手の

安定が図られた結果として、前述したような速さで楽々と弾くことができ、一瞬の間に自分でも驚くほどの急激な技術力のレベルアップを体験することができた。したがって、もし多くのピアノ学習者がこの“指歩き”奏法により練習を試みれば、短時間の練習でも学習効率の高い内容となり、それまでの単調で非効率的な長時間にわたる練習や、そのためどうしても苦痛を感じてしまう日常練習から開放されることになるにちがいないと思われる。それだけではなく、初心者レベルの学習者でも、その音楽を心から楽しみながら練習するという心の余裕が生まれ、しかもその客観的な視野の広さにより、確実に上達していく自分自身を喜びと共に実感し見つめながら、このようなプラス方向への心のゆとりがもたらす結果として、よりいっそう音楽性豊かな演奏へと上達していく姿を見せることは間違いないであろうと思われる。それゆえに筆者は、この“指歩き”奏法、すなわち Finger-walking Method がより広く認識され、多くの学習者たちが、今までよりはるかに幸せなピアノ学習との付き合い方ができるようになることを期待し、「指歩き」ノススメ」としてここに提示したい。

なお、最後にここで付け加えておきたいことは、一流のプロ・ピアニストたちの多くは、実にさまざまな手の形でも演奏表現できているのであり、必ずしもこの“指歩き”奏法と共通した動きに基づいていないように見えるかもしれない。しかし、体重を支え重心を運ぶという運動の基本的な原理に基づいた視点からじっくり観察してみれば、それらの手の動きの多くは、ごくわずかな手の動きの中でその法則を使えるように、質の高い練習により変換され洗練された、極めて高度な応用であると判断できるだろう。

しかしこのように、運動の法則に則って手を動かす練習法は、最初歩から学び始める初心者にとっても、やはり最も必要⁹⁾なことではないだろうか。つまり、自然な運動の法則としてより視覚的にも明確に確認しやすい基本的な動きをともなった練習法により、まずは無理のない手の動きへの「観察眼」と身体運動感覚や指先の「触覚」、それに加え美しい音色を判別できる鋭敏で集中力をもった「聴覚」を身につけることによって、自らその練習効率の高低を判断できるだけの基礎的判断力を養っておくことの必要性である。つまり、音色を聞き分ける「聴覚」、動きを観察する「視覚」、それに手の安定を感じ取る「触覚および運動バランス感覚」という、人間の五感のうち3つの感覚による、トータルなフィードバックが常に行われるのであり、学習達成度への総合的なチェック機能（このことについても、すでに1988年発表した筆者の論文⁵⁾にその原型が見られる）が駆使されるのである。それを通じて、より総合的な判断力や観察眼、それに音に対する豊かな感性をも養いながら学習していくのがこの Finger-walking Method の学習法なのであり、日常的に上記のように細心の注意力をもって練習を行えば、着実に練習効果を上げることができ、初心者であっても音楽表現に対する芸術性¹⁰⁾までもが身につけてくる練習法なのである。

第2節 日本人に多く見受けられる不合理な演奏

冒頭「指歩き」ノススメ」の中で述べた Finger-walking Method の概要を通じて、この奏法が目的とするところについてはおおよその理解をいただけたことと思う。次にここで、過去の

歴史的なピアノ奏法とのつながりから、この奏法が決して特殊で唐突なものではないことを示しておきたい。それと共に、この奏法が「運動生理学的」¹¹⁾な側面や「精神物理学的」¹²⁾な合理性を背景として持っていることをも明らかにしておこうと思う。

筆者はピアノ指導を行う時、目の前の学習者が演奏困難に陥っている状態を見て、常にまずその障害となっている原因を見つけるよう努めてきた。これは多くのピアノ教師も原則的にそうしていることであろうと思われるが、筆者の場合このように、学習者たちの演奏の障害となっている原因を運動の側面（物理学・力学的観点）から考えて見つけ出し、次にそれを解決する対策としての学習方法を見出すという、対症療法的な日常のピアノ指導の繰り返しの中で、問題解決法を常に考えてきた。それによって、原因・結果の相互関係を発見しようとする行為の積み重ねにより、必然的に物理学的・力学的な法則性や普遍性をともなった「知識」になっていった。例を挙げれば、手の「重心」¹³⁾の位置を見定めた上で、さらに手の通り道（軌道）¹⁴⁾を見つけたり、また手の重みのバランスのととり方が次の動きを始めるための準備ができているかどうかを確認したりするというものである。このような思考法の延長上には、常に手の重さをいかにコントロールするかという問題解決への課題が存在していた。したがって「指で歩く」という発想は、筆者の長年にわたる思考をともなった指導経験の積み重ねの末にたどり着いたものであることを重ねてここで明らかにしておきたい。

さらに、これも冒頭と第1節でも述べたとおり、これまで筆者が行なってきた指導現場において、学習者たちにある種の共通した“病状”ともいえるような不合理（筆者にはそうとしか見えない）な動きに遭遇することがよくある。一例を挙げれば、視覚的にも滑らかでない不自然な手の動きなどが、その反映として硬質の聴きづらく美しくない音色による音楽、これもまた当然の帰結として無表情な音楽表現を伴ってしまうことである。これらの症状を示す学生たちの大半は、幼少時からピアノを学び始めたものの、不幸にも途中で挫折したり受験などでやめてしまったりしていた者たちが多いのが実情だ。しかしこのような病状は実際のところ、彼女たちアマチュアに限らず、プロのピアニストをめざして学習する音楽大学で学ぶ学生たちの中にさえ、このような症状から派生する、無表情で聴き苦しさを与える聴き辛い演奏は、残念ながらきわめて一般的なものであり非常に多く見受けられるのが現状である。そしてこの病状は、恐ろしいことにさらにその延長線上へと継続し、大学卒業後、幸運にもプロ・ピアニストとしてステージ上で演奏活動できるようになった人たちの中にも現れているのである。つまりそのままの病状を持ったままステージ上でピアノに向かうことになり、幼少時から日常練習によって染み付いた不合理な手の使い方によるため、音の不十分なコントロールからくる、繊細な音楽表現からは程遠い演奏を引き出し、よりひどい場合には、頭の中に記憶された音符たちの並びを、ほとんどただ間違わずに弾きこなすだけといってもいいような、非音楽的で粗悪な演奏を客席に向かって撒き散らしてしまっているケースにしばしば出会うことがある。

このような現実が一向に減らずいまだ多く見受けられるということは、ごく簡単なことであり、おそらく多くの人が気がつく程度の普遍的な原理だろうと筆者が信じていたこの練習法が、ひょっとすると案外多くのピアノ教師たちには知られていないことなのかも知れないとの

疑問も、また一方では抱き続けてきたことではあった。この点についてS.バーンスタイン(1999)も、「16歳の時、腕の重みについて多くを聞いたけれども、その意味はもうひとつ理解しがたかった。(中略)私の先生でさえ、充分には説明しかねているようだった。」¹⁵⁾と述べているように、重みについて書かれたものについて知ってはいても、多くの場合、案外それが伝えようとしている本当の内容把握にまでは至っていないことが多いという可能性もありそうだ。

第3節 Finger-walking Method と過去の歴史的奏法理論との関連について

『デッペのピアノ奏法理論』という小さな著作が初版(1897)からおよそ90年ぶり¹⁶⁾に日本語訳となって再出版されたが、その中の「重量奏法」についての記述を見て、筆者が研究の末にたどり着いた奏法とデッペの奏法との間にも多くの共通点があると知るに至った。さらに、筆者のピアノの師・江藤支那子¹⁷⁾からその教本の存在を教わったこともあるZieglerが言う「理想音」に通じ合う記述¹⁸⁾にも、その著作の中で遭遇した。さらにその後『ピアニストの手』(1998 酒井)の中にデッペや重量奏法の歴史が書かれているものを見つけ、またその後、筆者が学生時代すでに目を通していたツイーグラーの論文『耳から学ぶピアノ教本のために』(1955)の中にも、この語の創始者Breithauptの名とともに、筆者が読んだ当時はまったく理解できていなかった重量奏法についてのより詳しい情報を再発見し、これらを通じて重量奏法についてある程度のことは知ることができた。

このように改めて探してみれば、最近はずいぶんさまざまな情報が入手でき、また筆者もその記述内容をより深く、実感をともなって理解できるようになっていた。しかしこれまでのところ、残念ながら日本のピアニストやピアノ教師の諸氏は、この種の情報への関心が薄いようで、より普遍的な理論に基づいた指導法を創意工夫したり、あるいは探し求めたりはしていないかのようにも見受けられる。特に自分の演奏活動に重きを置いている演奏家がピアノ教師の場合、彼らの関心事の大半は、自分が次の演奏会で弾くそれらの曲をいかに弾きこなせるかである、といってもよさそうな状況があるのかもしれない。

もし仮にこのような状態、特に前者の場合が日本特有の実態であるとすれば、考えられる原因の一つとして、「師から言われるとおりに従うべき」といった、日本人の習い事にありがちな、上下関係をともなった師弟の古い慣習などが関わっているのかもしれない。もしこのような指導者が横行するとすれば、ピアノ指導の現場において、教師たちが持つかつて彼らの師から指摘されたことによって得られた知識と自分たちが練習した中から得られた感覚の方が優先してしまい、その結果として各指導者たちが、ZieglerやDeppeらの奏法について書かれた著書を読んで指導法を工夫したり考案した結果としての、「より普遍的・合理的理論に基づいた指導法」などが生み出されたりはしないのではないだろうか。そしてそのような創意工夫があまりなされないような日常の退屈な練習方法が、その生徒たちの苦しみの多くを生んでいると言っているかもしれない。

筆者はすでに1983年の論文において、心理学者ブルーナーの言葉を引きながら、物理学的視点をピアノ学習に導入する必要性を説いた¹⁹⁾ことがある。しかしこのような物理的感覚に対し

ては、前節で引用したS.バーンスタインの記述のように、もしかすると専門家でさえ理解し難いというのがごく一般的な実情なのかもしれない。筆者はこのような現状を見るにつけ、筆者独自の視点から、手や身体の重量を用いた奏法の合理性と練習効率の高さを、広く認知されるようにしなければならないという思いを強く感じるようになった。そのため今ここに、Finger-walking Method の理論についての詳細を明らかにしようと思う。

第1章 美しい音色

第1節 美しい音のイメージとその働き

人がその心を魅了されるものの一つとして「音の響きの美しさ」が挙げられる。人間は小鳥の美しい声、美しい鐘の音やオルゴールの音など、美しい音や響きに対して本能的に心を奪われるようにできているように見える。これがもし異性の声に魅了されるという動物的本能に基づくものであるとすれば、他の動物たちも人間と同じく美しい音楽にも魅了されると考えても不思議はないだろう。家の中に飼われているカナリヤが音楽に合わせるかのようによくさえずることがあるが、もしかするとライバルに負けまいと張り合うように鳴いているのかも知れない。つまり総じて人間を含めた動物たちには、生殖本能により美しい音色を無意識的に求めようとする、遺伝子に刻まれた生来の習性を持つものだと考えてもいいのではないだろうか。

Ziegler は、「心で聴くピアノ奏法」(“Das innere Hören” 1928) を提唱し、音を発する前にまず心の中に“核”を持った美しい響きの音をイメージすることが最も必要であり、そのためには「身体の完全な弛緩が必要であり、身体を完全に弛緩させるためには、自分のだしている音を耳で(心で)聴きつづける習慣が必要」²⁰⁾ だとしている。また「音は、いわば光りながら、ただよう“核”を内蔵し、ただよいながら拡大し、消えるものである」と、その教則本『耳から学ぶピアノ教本』第1巻の最初に述べているが、あたかも静かな水面にそっと小石が落とされて生まれる波紋のように、音は発音された瞬間、Deppe も Ziegler も共に“核”と呼ぶ²¹⁾、少しだけ周囲より硬いイメージを存在感として持った、柔らかな音として生み出された直後、そこから次第に空中へと拡がっていき、そして空気の中へ吸い込まれるようにただよい去るのである。つまり、生み出されたひとつの美しい音を、それが「ただよい消え去るまで耳で追いかける」ことを勧めている。このようにして美しいイメージをともなって生み出された存在としてのひとつの音は、それを発した演奏者により、その美しい音へ向けて注がれた愛情に基づく、研ぎ澄まされた「精神」の結果として、さらにまたその音を聞こうとしている聴衆に向けられた愛情と責任感の結果としてステージ上から放たれ、音楽ホールの空間に広がり、聴衆をその美しい響きで包み込むのである。そしてその場に居合わせた幸運な聴衆たちは、あたかも名歌手の美声にうっとりするかのように、その美しい響きをともなって奏でられる音楽に酔い痴れて至福のひとつ時を過ごすことができるのである。

これほどにまで大切に扱われ生み出されたある一つの最良質の美しく響く音は、さらにそれに続く音の連なりにも影響を及ぼして同等の最良質の音を次々と響かせ、やがてはその曲全体

を、最良質な音で充たされた、美しい音楽の世界を築き上げることができるか否かを方向づけることになる。つまり、まず初めの音が発せられた瞬間、その美しい音は、奏でる側にいる演奏者の心の働きに影響を与えると共に、そこから生み出される表現力にも大きな影響を与えることになるだろう。音楽の出発点におけるこのような音色の差は、さらに順次隣接する音へと影響を与え続け、やがて全曲が終わるに至るまで、演奏者によって心の中に描かれたイメージやメッセージがその演奏上に反映されるのである。そしてこのように緻密に練り上げられた演奏家からの音による語りかけが、それらを聴く側にいる聴衆の心にも、大きな影響力を持った演奏として届けられ、大きな感動を与えるのである。

第2節 演奏を容易にする働きを持つ美しい音色

「美しい音は無駄な力を抜いた（弛緩の）結果生み出される。」このことは一つの原理のようなものではないだろうか²²⁾。なぜなら、パチなどで音を打ち出す多くの打楽器奏者にとって、これはごく常識的なことであり、弓でこすって音を出すというまったく異なった動きをする弦楽器奏者からも同じ話を聞く。さらに息を使って音を出す管楽器や声楽の場合での呼吸法や発声法においても、同じく無駄な力を使わないことが息を長続きさせ、安定した美しい声を響かせる最も肝心なことでもある。これらを演奏するのに必要な力とは、演奏者が理想とする美しい音を出し、思い描いたイメージやメッセージをさまざまな音色を駆使して音の表情に変化をつけ伝達するために使われるのであって、それ以外の無駄な力を使って弾く状態は、身体の一部をしばりつけたまま何かをしようとする状態に近いといえる。そのような不自由な身体からは、美しく空間に広がっていく音は決して生み出されないし、聴衆は期待し求めていた美しい響きに包まれることもない。

このように無駄な力を使わないことによって、その音を出してコントロールするために使われる身体への負担もまた最小限になるため、それを確認することは、学習達成度をチェックする、最も合理的な方法の一つになると考えられる。つまり「上達への近道は美しい音色によって奏でることにある」と言い換えてもいいのではないだろうか。Zieglerは「心で聴く」方法のことを、「すべての真の芸術家が潜在意識的にそこから生まれ」「またつねにそこから生まれるであろう根本法則」であるとし、「他に法則は存在しない」「より確実により早く目標に導く他の方法もない」と断定的表現を使ってまで強調して述べている²³⁾が、この方法によって「理想の音」である美しい音が生み出されるのである。

しかもその効果は単にテクニック練習だけにとどまるものではない。「身体が最も楽な状態」（弛緩状態）から生まれる精神的余裕によって、一つ一つの音色だけでなく、音楽表現へのデリケートさや深さに対する演奏者による緻密な配慮やさまざまな音楽イメージとしての思いが、演奏者の意のままに音へと反映されているかどうかのチェックをするための心のコントロールを容易に駆使できるようになり、その結果として曲全体の演奏表現レベルにも大きな影響を及ぼすことにつながるのである。

つまりこのように美しい音、理想の音を求めることによって、演奏者が「思い通りに音楽表

現する」ということが容易にできるようになるのであり、このことこそ演奏家が本当に必要としなければならない基礎であり土台であり、「演奏テクニック」であると言えるのではないだろうか。パッセージなど、指を速く動かすためのメカニクな技術の向上も、無駄な力を使わないからこそより容易に達成できる。これも「心で聴く」ことによって、「ただ指をまったく機械的に走らせる場合より確実に奏することができるばかりでなく、はるかに美しくやわらかく響く」²⁴⁾と Ziegler によって述べられているとおりである。したがってこのように一音ずつが発する音色への緻密なチェックを行なうことは、同時にその演奏内容の完成度をも緻密にチェックしていることになるのである。このことについても、「響きの美しさを意識的に注意し、音を明晰に浮き漂うように聴けば、演奏はますます繊細となり精神のこもったものとなる」や「意識的に旋律の流れを追うことで、演奏の精神性は高められ、技術はますます巧妙になる」²⁵⁾と述べられているとおり。

以上に述べたように、「どの音を発しても、それらすべてが美しい音色で演奏できること」が、上達へのきわめて有効な近道であると同時に、聴衆の感動を呼び起こす演奏が生まれる可能性も高く重要な要素となることは明らかである。だからこそ「美しい音色で演奏できること」を Finger-walking Method によって学習する者がめざす、最初の重要課題としているのであり、そのため初心者がピアノ学習を始める最初の段階からこのことを大切に扱っているのである。Ziegler もこの「心で聴く (Das Inner Hören)」方法は「とりわけ生徒がごく初期に歩まなければならない道」²³⁾だとしている。そのためには、前もって美しい音色のモデルによって耳が魅了され、その音色が練習目標となり意欲の源となっている必要があり、したがって教師はそのモデルを用意する義務がある。この点についても Ziegler は、「ひとつの模範の音から聴きとらねば」この「心で聴く」方法を身につけることは困難だと述べている²⁶⁾。さらに「この聴取力は比較的長期間の訓練で、より完全なものにされなければならない」²⁷⁾としている。筆者の指導例でも、初めてピアノに触れた学習者たちでさえ、半年も経たないうちにかなり完成度の高い美しい音色による演奏をすることができるが、Ziegler のいう「理想音」(Idealton) を「心で聴く」方法は、いかに多くの生徒たちが効率よくピアノの上達ができる正当な方法であるかわかるだろう。

クラスターを使った現代曲を除いて、すべての音符をピアノで演奏するために使われるのは、指に欠損がない健常者なら誰でも平等に持っている、左右両手のたった5本ずつの指だけである。そう考えてみれば、この左右わずか10本の指に、美しい音色を生み出すためのこれらの重要な感覚を育み定着させることは、そんなに困難なことでもないし時間がかかることでもないことがわかるはずだ。そのためこの美しい音色の学習は、初心者でさえ短期間に習得できるほどのことなので、学習の最初の段階から養っておかねばならない、最重視すべき基礎的感覚であり「基礎テクニック」と呼ぶのに最もふさわしいものなのである。

このように細心の思いを込めて美しい音色が生み出された次の瞬間、学習者は手のフォームを見て、そのバランス状態に力学的な不合理の有無を視覚によってチェックし、さらに手の重さのかかり具合を、触覚・身体のバランス感覚・運動感覚などさまざまな神経を駆使して、一

本ずつの指の感覚を磨き育てながら、同時に聴覚を鋭敏に育てるために、日常の練習を大切に行なわねばならない。この点に関して Ziegler は、「(「心で聴く」ことができれば)「弛緩、完全な重量の移し方、正しい動きはおのずから生れてくる」²⁸⁾と言っているし、マティも「音作りのためにはこの音の始まる瞬間を聞き分ける必要がある(中略)美しい音を出すためにはキーの抵抗感や手応えで判断する必要がある」²⁹⁾と聴覚と触覚によるチェックの重要性を述べていることをも付け加えておこう。

以上に述べたことを、幼時の歩行能力の成長に例えてみれば、その重要性が理解しやすいだろう。つまり幼児が歩行を最初に学習し始める時、もし無駄な力が入っていれば、多分いつになっても無意識的にスムーズに歩けるようにはならないだろう。もし仮に指による歩行運動としてピアノの学習を見るならば、まったく同じことだと考えられるのではないだろうか。そしてこの無駄な力が自然に脱力される道へと導いてくれるものこそ、自分自身によって生み出された美しい音色に対する至福の満足感なのである。

これらの重要な事柄は単に初心者にとどまらず、上級者や演奏家にとっても、このように神経を駆使して自分が発音した一つひとつの音色を瞬時にチェックし、左右各腕の重さを支える「指による支え」の能力と手の触覚を獲得させることは、同じく最も大切にしなければならないことなのであるが、残念なことに、このような指導理念や目的感をもったピアノ教師は、現実にはそう多くないように見える。そのことが、音楽的な表情に乏しく表現に魅力のないプロ・ピアニストが次々と世に送り出されてくる、一大原因³⁰⁾となっているのではないだろうか。

注

- 1) 1993年7月 神戸女学院大学人間科学部「'92年度専門部会前期研究発表会」での口頭発表
- 2) 自然奏法の創始者 Breithaupt (1873~1945) が『重量奏法の基礎』(1907)で提唱した名称 (Das Gewichtsspiels)。しかしそれ以前に、すでに重量を使う奏法は、Deppe の論文『ピアノ奏者の腕の疾患』(1885) やその弟子 E. Caland (1862~1929) による『デッペのピアノ奏法理論』(1897)に見られ、また Liszt (1811~1886) がすでに「重さ」を使っていたことを、Liszt の弟子たちも証言している。しかし、Deppe や Breithaupt ですらまったく誤って認識されてしまったと、彼らの弟子たちだけでなく、Ziegler などその後の理解者たちも指摘しているように、それ以来定着してしまった悪評とともに重量奏法の名前すら、現在では欧米のピアニストの間にさえ知られなくなっているか、あるいは記憶の隅から掘り出さなければならぬほどその存在が忘れられてしまったようだ。したがって、筆者が本論文で用語として使う重量奏法の内容は、果たしてどの提唱者の定義によるものなのかは、残念ながら確定はできない。そのためここではシンプルに「重量を使う」奏法としてとらえていただきたい。ただ一つここで確認しておきたいことは、Ziegler が「軽い腕 重い腕?」の中で危惧しているほど過重でないことは、筆者に突然訪れた自由自在に音を操作できる快適な演奏状態から、批判の対象に当てはまるものではないと判断している。
- 3) 本学音楽学部舞踊専攻、島崎徹教授振付・演出による舞台公演 (2005.11.30) が行われた中で、ピアニストとフルーティストが独奏する姿そのものに舞踊の美があるとの意図をもって「演じ」られた。
- 4) 『耳から学ぶピアノ教本のために』Ziegler (原著1955) 長岡・水野共訳 1969 音楽の友社 P65
- 5) 神戸女学院大学『論集』第35巻 第1号 1988
- 6) 「デッペのピアノ奏法理論」p43
- 7) 同上 p97
- 8) Beata Ziegler (1885~1959) 『耳から学ぶピアノ教本——基本動作のための予備練習とエチュード』

(1954) 邦訳版 1965 音楽の友社

9) Ziegler『耳から学ぶピアノ教本のために』(1955)

この論文の中で、最初歩の学習者に必要なものとして、「最初にすべきことは正しい音のイメージに目覚めさせることであり、それは『心で聴く』こと、いいかえれば精神的・心情的に聴くことである」(p6)とZieglerは述べている。さらに続けて、この「心で聴く」ピアノ奏法は「全的なもの、完結したもの」でもあり、「他に方法はないし、したがって、またより確実により早く目標にみちびく他の道もない」と断言している。その意味で、「初歩の教育は特に重視されなければならない」(p7)と、初期教育で何が最も大切かをここで繰り返し述べている。この記述からも「心で聴く」とは単なる聴覚だけを指しているのではないことがわかる。

- 10) 同上に「芸術的演奏は難度6からようやく始まるものではない！この芸術的演奏の土台は第一段階においてすでに置かれなければならない。」(p10)と述べ、また「すべての真の芸術家が潜在意識的にそこ（『心で聴く』方法）から生れてきたし、またつねにそこから生れるであろう根本法則を教育的に利用しつくすことが眼目」(p7)だと述べている。さらに、それ以外の「他の法則は存在しない」し、「より確実により早く目標にみちびく他の道もない」と断言しているのも、もし仮にそうだとするならば筆者の方法は、Zieglerの方法とある程度までは共通しているのかもしれない。
- 11) Friedrich A Steihaus (1859~1910) が推進した。演奏における筋肉運動を生理学的に論じた。
(前出註9 Zieglerの論文 1955 p44)
- 12) 『デッペのピアノ奏法理論』第5版(1921) E・カラント 邦訳1988 全音楽譜出版社 p67
- 13) 同上 p9に、アレクサンダー・テクニクの創始者 Matthias Alexander (1869~1955) の言葉として、「肉体のどんな運動にも適用される原理は、重心に注意を払い・・・」が見られる。
- 14) 前掲1988の論文に詳しく解説した。p115 また「重心」という語もその時すでに使用している。P109
- 15) 『心で弾くピアノ』 Seymour Bernstein 1999 音楽の友社 p135 (原著 “With Your Own Tow Hands” 1981 G.Schirmer)
- 16) 前掲書 1988年日本語版として再出版された同書への解説文を書いたE・ロートによると、デッペの弟子E. カラントによる原著が1897年出版されたのだが、その後長く人々から忘れ去られていたという。
- 17) 1909 中国・大連生れ~1989 神戸没。幼少時にロシア革命のため亡命中であったモスクワ音楽院のピアノ教師カラムジン女史によりピアノの手ほどきを受けた。その後日本の音楽大学へ入学するため帰国し、その経歴からして当然のことだが、群を抜いた実力により日本国内でレオ・シロタとパウル・ショルツに師事。当時の二大外国人ピアノ教師であった両氏共に師事した数少ないピアニストであり、戦前の日本国内で盛んに演奏活動を行なった。ロシア革命が1917年であることを考慮に入れば、母国ロシアより亡命したカラムジンはその後間もなく大連へ到着。行くあてもない貧困の中、たまたま温厚な支那子の家に身を寄せることになり、当時8歳くらいであった彼女にピアノの手ほどきをし、また両親は娘が演奏家への期待をかけた。デッペが腕の重みを使用する斬新な奏法として重量奏法の端緒を開いた論文、『ピアニストの腕の障害』を発表したのが1885年。その弟子のカラントが『デッペのピアノ奏法理論』を1897年に出版し、その後この本は5ヶ国語に翻訳され1921年には第5版が出されているが、それほどこの重量奏法は当時広く注目されていたと考えられる。これを受け継いでブライトハウプトが重量奏法に基づいた『自然なピアノ奏法』を1905年に出版し、それによって重量奏法の名が急激に広まっていったという。そのような時期にモスクワ音楽院で教えていたカラムジンが、この重量奏法のことを知らなかったとはまず考えられない。筆者が師・江藤支那子から教わった美しい音色を最重視するその奏法は、重量奏法という名称では教わらなかったものの、今から思い返してみれば、わが師の手指の動きはまさに重量を使った奏法そのものであったように思われる。おそらく大連で彼女が教わったものは、ロシアピアニズムの流れを汲む重量奏法に基づいて行なわれていたのではないだろうか。それが重量奏法であると判断できる根拠のひとつとして、かつて筆者が受けたタッチの基礎練習のレッスンを挙げられる。それは片手でC#の長音階を弾く練習法であり、C#を1指より始める指使いによって、一音ずつ鍵盤の音を出さないようにして非常にゆっくり、細心の注意を払いながら弾くよう教わったことである。つまりこれは、一本ずつの指により腕の重さを支える練習をさせられていたのだと、今になってその練習目的が理解で

きる。さらに、ロシアのピアノイズムを受け継いだホロヴィッツがしていた、第2関節を伸ばしたままピアノを弾くマムシ指を理想だといって勧め、また常に手前に引っ掻くようなタッチも「指が鍵盤に吸い付く」という表現によって常に教えられたことでもあり、いずれも手の重量を支える関節の力を必要とする奏法であることがわかる。この奏法の背景には、名教師として名高いレシェイツキーが腕の重さを使う奏法を用いていたという記録と、その彼がペテルスブルグ音楽院教授として1852~78にわたり指導したことによって築かれたロシアピアノイズムの源流も無視できない。なぜなら、パデレフスキーやシュナーベルなど「演奏家だけでも1800人以上を育て」（酒井）得た要因として、多くの学習者に適用できるより普遍的な指導基準を持っていたと考えられるからである。（参考資料：『江藤支那子先生』2003）

- 18) 前出 Deppe 1988 E.Roth による解説に「正に音は柔らかく、まるく、漂い、それでいて核があり、遠くへ透る音」（p9）や「理想の響き」（p11）などが見られ、また Caland による本文中にも、「音は、それほどまでに柔く、優しく、それでいて核がある」（p45）との記述が見られる。
- 19) 年神戸女学院大学論集 第29巻 第3号 1983 p48
- 20) Ziegler 1955 「訳者あとがき」長岡敏夫・水野信夫
- 21) 前出『Deppe のピアノ奏法理論』Elgin Roth による解説「デッペの方法」にも「正に音は柔く、丸く、漂い、それでいて核があり」（p5）が見られる。しかし、Ziegler による核のイメージについての説明のほうがより詳細である。
- 22) 前出 Alexander が言う「どんな運動にも適用できる原理」（註13）の続きにも、「すべての運動を最小限の力で行なうことだ。不必要な多くの力を用いず、自分を浪費せず、合理的に儉約して」とある。
- 23) 前出 Ziegler 1955 p7
- 24) 同上 p51
- 25) 同上 p63
- 26) 同上 p68
- 27) 同上 p68
- 28) 同上 p39
- 29) トバイアス・マティ（1858~1945）『ピアノテクニックの見えるものと見えざるもの』1931（酒井直隆著『ピアニストの手』1998 音楽の友社 p46より）
- 30) 他の大きな原因として、音楽（楽譜）上に含まれている、日本語にはない、ヨーロッパ語族がもつ語感（強弱アクセントや拍子感およびそれらを伴ったフレーズ感など）を感じられないまま「西洋音楽」を演奏してしまうことがあげられるだろう。語りの流れにも相当するこのような「音楽の流れ」に、違和感を覚える演奏を耳にすることは非常に多い。

（原稿受理 2005年12月9日）