

# Finger-walking Method の基本理念とその学習法 (Ⅱ)

～ 物理学・力学的視点に基づいたピアノ奏法 ～

田 島 孝 一

## Summary

### The Basic Idea and Exercise of the “Finger-walking Method” ( II )

TAJIMA Koichi

This paper is the 2<sup>nd</sup> part of my original piano method which I've named “Finger-walking Method”. On this 2<sup>nd</sup> chapter, I presented the basic idea about this method. “Finger-walking” means walk by fingers on keyboards, and it brings steadiness for every student's hands. The most important point of this method is supporting the weights of the arm and the hand by knuckles of every finger. But in Japan, even now, we can see many lessons by very old (more than 100years ago) “High-finger method”. So, many students are annoyed by this method, it forces to their fingers too hard training. So, I can't leave these poor and incorrect conditions for many poor students. Therefore, I want to suggest this method standing on physics and dynamics. This method will bring for students “Musically beauty” “Ability for music expression” and “enjoy themselves” through their exercise. The particularity of this method is the practice by 3 elements, “Faculty of Hearing” “Sight” and “Sense of Touch”. The most important one 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 each 5 fingers must hold the weight of the hand and the arm.

## 第2章への序文

前号で既述した序章において、Finger-walking Method と筆者が名付けるに至った経過を、その目指す目的と共に述べた。続く第1章では、ピアノから美しい音色を引き出すことこそが、演奏表現および練習を容易にする最も基本的かつ重要な要素であることを指摘しておいた。一般にはなかなかその美しい音色を生み出すことは難しいと考えられているが、その方法を知識として教えることができれば、実は初心者にとってもそれはきわめて容易なことなのである。この第2章においては、それを可能にする方法として筆者が提唱する Finger-walking Method (指歩き奏法) の内容について、物理学・力学的視点に基づきつつ、その概要を明らかにすることを目的として以下に論述していくことにする。(なお学習法については、次章において述べる予定である。)

## 第2章 Finger-walking Method の基本理念

### 第1節 “指歩き” ～鍵盤上で指の動きを安定させるための必須条件～

#### 1. フォームと動きが示す美的合理性

身体運動を主体としたすべてのスポーツ種目にとって、身体の動きを適切にコントロールすることがその演技を成功へと導く必須条件である。それぞれの運動を成功させるという目的達成のためには、その時々が必要とされる身体の動きが、連続した各瞬間に準備される必要がある。それらの各瞬間に必要なそれぞれのフォームが、果たして安定した状態で準備されたか否かは、外観に表われたそのフォームをよく観察してみれば、多くの場合その判断をすることができるものである。特に新体操やフィギュアスケートなど、動きやバランスの見事さを競いそのフォームの美しさを競うような、芸術的表現力まで採点される競技種目であれば、なおさらそれらを確認することが容易になる。ある人が仮に、それらの動きを見て感じられる美しさや安定感などの要素を挙げてみようと思えば、即座にそのいくつかを挙げることができるだろう。例えば筆者に思いつく要素を、次に一例として挙げてみれば、

- ① 静止する瞬間における、身体全体のバランスが無理なく保たれた状態により感じる安定感とその美しさ。
- ② その安定した姿が、次の動きへと物理的に無理なく移行するための必要条件を満たしていると感じられる「完璧な構え」として身体が十分に安定していて、それによる美しい動きの流れによって、次の動きが成功することにより与えてくれるはずの「美」に対する満足感を、見る者に期待させる。
- ③ その後に続く、次の動きへと移り始める一瞬の動きそのものの中にも、流れるような自然な美しさや合理的な美しさがあり、そこには無駄な動きやバランスの乱れを感じさせるものが

ないこと。

などの項目を直ちに挙げるができる。さらに、観客が期待するこれらの要件が満たされることにより、人々はそれらの安定感をともなった美しさを、心地よいものとして感じているのではないだろうか。これらの美的要素を考える場合においても、重ねてここで筆者が確認しておきたいことは、人体による動きが見せるそのような美的安定感の要素の一つに、多分にその「重心」の安定感が見せるバランスの見事さからくる美観によるところが大きいと考えられることである。

このように、無駄のない身体の動きそのものの中に、人はその合理性や身体の安定感から美を感じるのであろう。これらの感性によって動きの合理性や完成度を判断する方法は、ピアノを弾くという手の動きに対しても、まったく同様に適用できるものと考えていいのではないだろうか。例えば、ある鍵盤から次の鍵盤へ移動する手の動きそのものを「運動」とみなし、これを身体運動という共通の視点からとらえてみるならば、運動するその手に安定した「重心」の位置を感じ、その上、手や腕全体のバランスの美しさだけにとどまらず、身体全体が安定感と美しさまでも示すことが、その動きを伴った演奏を成功させるためには絶対的に必要なことになるだろう。そしてこのことは結局、それらの練習効率や成功率などが、必然的に高くなるのではないだろうか。ただし、誤解のないように付け加えれば、手の動きの美しさを練習する目標としているのではないことは当然であり、そこに現れる美しさとは、合理的な動きの結果なのである。

## 2. 脚と手指とによる歩行運動の対比

人間が身体によってさまざまな動きをする場合、その動きに安定感を感じるか否かは、既に序章で述べたとおり、「重さ」「支え」「移動」という3つの要素が必ず関わっている。次にこれら3つの要素を、人間が歩くという運動に当てはめて考えてみよう。

- i) 歩くためにまずその第一步を踏み出そうとする場合、直前の静止した状態を力学的に分析してみると、身体の「重さ」が腰関節と2本の脚の各関節によってしっかりと体重が支えられていて、「重心」の位置がバランス良く保たれた、全身が安定した状態にある。
- ii) 次にまず片方の足、例えば右足を前方に踏み出した場合、この一瞬に、腰関節と残った左足の膝と足首にある各関節による「支え」によって、一步前進という動きが始まる。また動き始める直前の一瞬に、次の「支え」に対応するための心身共に及ぶ「構え」が無意識的に形成され、各関節による必要とされるだけの支えの動きが準備されるだろう。これらのことが上記①と②の要件を満たす必須条件となっている。
- iii) そして次の瞬間、踏み出された次の足が接地し、各関節は一瞬間ごとに、必要なだけの支えの力を徐々に増加させて、全身のバランスを保ちながら次の地点に立つための安定した姿勢を確保し、体重と重心の移動を完了させて一歩行が完了する。
- iv) さらに、もしそこに③の「無駄な動きやバランスの乱れを感じさせるものがない」状態が確保されているなら、人は安心感を（無意識にでも）感じながら、さらに次の新たな

一歩を踏み出す準備もでき、次々と2脚を交互に運ぶことによって、人間は歩行運動を行なっているのである。

ピアノを弾くという行動もまた手指の動きだけを使うのではなく、上体と腕の動きをともないながら行なうものであり、手や指に至る身体による一連の動きであると言えるだろう。そのため、演奏の対象となるその音楽の一部が、演奏者の手・指に求めている必要最低限の動きと、それがその次の動きに影響するであろうと予想される動きなどに、無理を感じさせない自然な安定感があるか否かが、楽曲のその部分を難なく弾きこなせるかどうかを左右する一つの重要な要素になる。そのため、本来ピアノ演奏とは手や身体の動きの美しさを見せようとするを目的にはしないものではあるが、スポーツの演技に安定感をもたらす要素として前項に示した①～③の動きに対するチェック項目は、そのまま適用することができるだろう。つまり、①静止時に「手全体のバランス」が適正に保たれていること ②次の指の動きへ移るための準備体勢が十分に取れていること ③それに続く次の動き、合理的で無駄のなさからくる動きの美しさを感じられる動きへと流れ込むように続いていくこと、などである。

通常人間の二足歩行は、つかまり立ちが始まる幼児期のごく早期から既にその学習が始められ、またその基本的な動きは、幼児期の中に、日常生活の中で自然に習得し終わっているものである。そのため人間は普段、「歩く」という二脚による歩行運動を、速度や段差などに対する注意を必要とする時以外は、ほとんど無意識的に行なうことができている。しかしピアノの鍵盤上を「指で歩く」という、きわめて積極的な意識をともなわなければならない非日常的行動を物心つく以前に習得し終えた人数となれば、その子どもに教えたピアノ教師が指で歩行させるという明らかな意図を持って教えておかない限り、また偶然による習得の可能性という奇跡的な例外を除いては、ほとんど現実にはありえないだろう。これらの理由によって、この“指歩き”によるピアノ奏法を「後天的に」学習するその最初期には、上に述べた二足歩行の分析的視点を適用し、幼児が二足歩行の練習を始める時と同様、きわめて遅い速度による慎重な指の動きから学習を始める必要がある。

### 3. 手指による歩行 ～Finger-walking～

このように「指で鍵盤上を歩く」という学習方法をとることにより、鍵盤上で手の重みが関節によって支えられている状態であれば、人は鍵盤上で安定した指の動き、つまり指による歩行を、基本的には常に行えるはずである。なぜなら、そこに段差や障害物などの危険がない平地を人が歩く場合に例えてみれば、常に左右の足で交互に上体を支えているため、歩くことに対しては、全く無意識的に脚を動かすだけで十分であり、何か他の考え事をしていても歩けるほど、完全に安定した動きができるからである。この安定の前提となっている条件こそ、まさに、「常に地に足が着いている」状態だといえるだろう。したがって鍵盤上を指で歩くという場合にも、休符や staccato などによって手が鍵盤から離れる場合（脚によるジャンプに相当する動き）やフレーズ末に手を離す場合を除き、原則として常に、少なくとも一本以上の指で、

腕の重さなど上半身に相当する部分が支えられている。これも同じく「常に地に足が着いている」状態だといえる。

ただし二足歩行する時と同様、常に腕からの全重量をかけているわけではない。そんなことをすれば、自然な動きで軽快に歩くことができなくなってしまう。脚による歩行時には、上体は常に前方へ重さが掛けられているのが普通である。つまり、ベクトルは斜め前方に向いている。指による歩行においても、重みは常に移動する方向へ流動的に移動している。この点でも Finger-walking Method による方法は、Breihaupt の方法がみなされているような行き過ぎた重量奏法とは異なっている。これにより鍵盤上の手は、常に安定した状態にあり、腕から流れ込む重さを無理なく自然に支えていることにより休息状態にあるため、余裕をもって次に使う指の「重さ」を、移動する先の鍵盤へ運ぶことができる。人が歩行している時、意識がそこへ行きたいと思えば、その方向へ足が自然に向くのと同じように、指もまた行きたい鍵盤上へと自然に運ばれ、そこで着地した後、さらに次の指による次の歩みを運ぶことができるのである。つまり心と身体が常に一体となって、各指は二足歩行するように動くのである。

以上に述べたように、鍵盤上を指で歩くという発想によって、指の動きをごく単純な分析的視点から判断して見るならば、ピアノを弾く一本ずつの指の動きとは、「必要な指が必要な鍵盤上を次々と渡り歩くことである」と単純に言い表してみてもいいのではないだろうか。本論で述べる Finger-walking の発想とは、以上に述べたとおり、まさにさまざまな運動に共通する根源的法則ともいえるような、非常に普遍的な原理に基づいていると考えられるのである。

#### 4. “指歩き” 奏法に付随する *legato* 奏法

手の動きに安定をもたらすだけでなく、さらにピアノから美しい音色を弾き出す方法として、ここで一つ確認しておかねばならない重要なことがある。奏法の面から言えば、それは次の音との間に音の切れ目がない *legato* 奏法である。人は歩行のため交互に足を運ぶ時、前に運ばれた足が接地した後、もし移動先の地点で体重を安定して支えられる体勢が準備されていなければ、後ろに残った方の足を地面から完全に離すことはない。当然のことであるが体重は常に、どちらかの脚または両方の脚によって、支えられていなければ転倒してしまうからである。したがって、指でキーの上を“歩く”場合においても、基本的には全く同様の状態が生み出される。したがって、ここに必然的に *legato* 奏法が生みだされることになる。

多くのピアノ教則本<sup>1)</sup>の初期段階で *legato* 奏法がその楽語と共にまず現れる理由も、手指の安定とむだな力が手首に入ることを防ぐ目的があると考えていいだろう。例えばバステインのテクニック（指の練習）レベル1では第1曲目から *legato* で弾くよう指示がある。バイエルでも同様に、一番最初の右手だけで弾く全音符だけの曲から、すでに *legato* の楽語とともにスラー・マークによってこの奏法で行うことを指定している。さらにその上、“This is done by letting each finger remain on the key until the next finger strikes.”（下線は筆者による。）との解説によって、*legato* 奏法の手の動きを、その細部にまで注目できる表現によって示されている。これを見ると、前述した“指歩き”の状態と全く同じであることがわかるだろう。さらに

これに続いて“This style of playing should always be adopted as a rule.”とあり、常にこのルールに基づくよう指示している。したがってバイエル全巻の中で、staccato と連打、それに6度の並進行を除いて、左右両手にほとんど常に見られるのである。これに対しメトードローズでは、両手練習に入った後5曲目によくスラーが現れるが、解説には同じく「前に弾いた指はつぎに弾く指が音を出すまで上げ」ないようにとの注意がある。(ただしこれ以後にも、スラーは常に書かれているわけではない。おそらく筆者が「ここはスラーをつけてほしい」と思ったところだけに書いたためか、多分に気まぐれさを感じさせるほど統一感のない状態で現われる。)他にも、アルフレッド・ピアノ教本テキスト1では最初の楽典による導入部分の直後に現れている。(これ以降もスラーによる奏法が必要な場合を明確に書き分けている。)これらに見えるように、“指歩き”にともなう *legato* 奏法は、非常に重要なものであり、初歩段階で徹底して身につけるべきテクニックであるといえるだろう。

さらにこれを極めて遅い速度で行うと、*molto legato* になり、その時に聴こえる2音による“うなり”(音の濁り)を敏感に聴き取ることによって、聴感覚をさらに鋭敏に育成する機会としても見逃せない、重要な練習方法にもなるのである。

## 第2節 関節による重みの「支え」

### 1. 歩行を可能にする関節による「支え」

歩行において、足首と膝そして股関節による上体の支えは不可欠であるが、それぞれの役割には当然違いがある。これについて、幼児が一人で歩き始めるようになるまでの段階を追ってみれば理解しやすいのではないだろうか。幼児は最初の段階でいわゆる伝い歩きをするが、その前段階としてつかまり立ちの時期がある。つまり、生まれて初めて2本の脚で直立する不安定な体験をするのであるが、この時使われる下半身の関節は、主として脚の付け根にある股関節である。膝はまだ弱いので、バランスを崩すとすぐに膝が折れ曲がって、ストンと尻もちをついてしまう。つまりこれは、膝関節がまだ十分発達していないことの反映である。次の段階として伝い歩きが始まり、時々尻もちをつきながらも徐々に失敗が減っていく。この段階で膝関節の機能が発達し、そしてさらに足首の関節が発達を遂げて二足歩行が完成する。

発達の原因は「中心から末端へ」というのが発達心理学上の定説であるが、これを指に当てはめてみれば、上述のとおり、股関節に相当する指の第3関節(MP関節)の重要性が理解できるだろう。逆に指の第3関節に相当する股関節とともに、上体を運び上体を支えるための腰は、身体運動での最も重要な部分である。一本の指の付け根にある第3関節は、3つの指関節のうち一番太くて丈夫にできている重要な関節である。腰→背中→肩→上腕→下腕→手の平→指先へ流れ込んでくる上体からの重さを、大部分はこの第3関節が安定して支えることによって鍵盤上に伝え、さまざまな音量・音色へと反映させる役割を担っている。したがって、膝と足首の2つの関節より腰が重要であるのと同じく、指の残る2つの関節よりもこの第3関節のほうがはるかに重要であり、「支え」の主役を任せなければならないものである。その上で残る2つを補助的に使うということを基本として考えれば、序章でふれたホロピッツのママシ指

も理解できるし、彼の手が見せる、握るように手前に「引っ搔くような奏法」<sup>2)</sup>(酒井)もまた、この第3関節の働きが大きいことが理解できるだろう。

この引っ搔くという指の動きは、鍵盤の奥から手前へと力の方向性、言い換えれば奥から手前へとベクトルの流れが働いているとも考えられるのだが、この動きが基本的には物理学的原理にかなっているとみられることについて、少し述べておきたい。本来人間の腕は、通常の何もしない自然な状態で立っていれば、肩からだらりとぶら下がっている。これを前方に水平に持ち上げた状態から急に脱力すれば、腕の重さによって、肩を回転軸として手前に落ちてくる。これと同じ原理で、鍵盤上に置かれた手も、急に脱力すれば、同じく鍵盤上から手前に落下してくる。つまり、指先から肩に至る腕全体の重さは、腕の付け根である肩の下に納まろうとして、手前方向へ戻ろうとするのである。同様にこの原理は指にもそのまま当てはまる。つまり、指の付け根(第3関節)が肩だと想定すれば、胸の前に運ばれた片方の手でもう一方の手首を支えて手首を脱力状態にしてみれば、親指以外の指はすべて第3関節を頂点としたその下方に納まろうとするかのように、その指先は同じく手前方向へと自然に納まろうとする。さらに異なった方法を示せば、同じく手の平を下にして、その手の平にある第3指の第3関節へ向けて、下から何かで支えるように持ち上げてみれば、たちまち爪先から下降して手前にぶら下がろうとする状態を誰でも簡単に目撃できる。

これらの動きから判断できることは、重さが手前に納まろうとする原理によって(指の場合は握るという構造的な動きも働いて)、「腕も指も“手前に”動こうとするのが脱力した場合の自然な状態である」ということなのである。したがって、逆方向である前方へ手を動かしてピアノを弾こうとする場合は、何か特別な効果を目的とする以外に、これを常に使おうとするのは自然の理に逆らった動きだと言える。これは具体的には、指を鍵盤の奥の方へ押し込むように弾く奏法だが、ごく弱く柔らかいデリケートな音色を求める時や、逆にかなり強い音量を必要とする場合に筆者はこの方法を使うが、これで速いパッセージを弾くことは不可能であるし、もしこれを常用すれば、手は不自然な動きのためすぐに疲れてしまうだろう。

次に膝に相当する第2関節について考えてみれば、膝を伸ばしきった状態でも歩くことはできるが、逆に曲げたままの状態では非常に歩きづらく疲れやすいことがわかるだろう。指においても常に曲げたまま行なえば、第3関節による支えに使われる力の割合が減少する恐れが発生し、よりひどい場合には、第3関節ほど強くはない第2関節の「支え」を手首の力が補おうとするため、手首が持ち上がってしまう。つまり、手首が「支え」を代行する状態が生まれる。それに連動するように、第3関節はその役割を奪われることにより、ひどい場合はその関節が陥没してしまい、実際そのような生徒の手にも頻繁に遭遇してきた。手首が持ち上がれば、手首より手前にある下腕・上腕の重さが手首にのしかかってきて、手首の負担が大きくなり疲れやすくなる。それだけでなく余分な力を使うことになり、リラックスした脱力状態から遠ざかる上、手首の負担をカバーしようとして上体にまで余分な力が入ってしまうと、身体をしぼりつけて作業をする状態となり、非常に疲れやすくなる上、これほど身体に負担の大きい状態では、手に対するコントロールの自由がきかなくなってしまう。したがってこの第2関節は、



ホロヴィッツがするように、どの指も前方に伸ばしたマムシ指の状態<sup>3)</sup>でも、ピアノを弾くためには十分であるということにもなるだろう。(実際はそれ以上、もっと多くの優れた表現へのメリットがある。)

第1関節については、必ずしも常に使う必要はないだろう。前述したように、特に弱い柔らかな音色を求めて鍵盤上を奥へ押すようなタッチを使う場合は、指先の指紋の部分で弾くため、必ずしもこの関節は必要としない。あるいは、奥へ押さなくても、この関節を使わないで弾いても柔らかい音色は得られる。ただし、はっきりしたやや硬い音色が必要な場合は、この第1関節を硬くして手・腕の重みを支えることによって、強い上に遠くまでよく響く音色を出すことができる。特に第5指でそのフレーズの最高音を弾く場合などでは、この関節で重さを支えることは必須の条件となるだろう。

以上に述べたことは、あくまでもベーシックなことである。本論文では、特に初心者がその学習の初期段階で何が重要であるかを述べようとしたものであると断っておきたい。したがって、筆者は第3関節以外の指関節を、全く使う必要がないと言っているわけではない。前述した第2関節が陥没する病状や、手首に加えて3つの関節すべてに注意を払う神経的負担を極力減らし、心地よさをともなった練習法を通じて、初心者の学習効率を上げ、それによって彼らの学習意欲を減少させないようにと考えているのである。もちろん実際ピアニストたちの演奏中にはさまざまな音色や音量を必要とするため、音楽表現上当然無数のさまざまな重さや力の使い方のヴァリエーションが必要である。そのため関節による支えと重さの関係は、一律に断言できるものではない。けれどもここで確認しておきたいことは、「より普遍的な奏法としての基準」を考えるか、あるいはそのような普遍的基準を考えないで場当たりに指任せで演奏するかでは、あるレベル以上に超越してしまった演奏家たちが自在に手を扱う場合以外、通常では音楽表現への芸術的質の高さに影響が出てきても不思議ではないだろう。多くの学習者にとって大事なことは、その時々に行なわれる奏法が、物理学・力学的に合理的で身体に無理な負担をかけない、より普遍的なものであるかどうかなのである。さらにまたその合理的な奏法は、芸術的質の高い演奏表現に有利か否かを判定するための基準となる「原理」と言えるような、より普遍的な“知識”という形で指導されるべきではないだろうか。すべての学習者は、他の学校教育科目で行われているのと同様に、このような“知識”として教えられそれを練習の目標として活用されなければならないだろう。これは教育活動が成立するための、最も基本的な重要事項であるのだから。このことは本論文全体を通じて筆者が述べようとしていることであり、「古い奏法」に基づく指導者たちをはじめ、多くの指導者たちに、ぜひとも再考してもらいたいことなのである。

筆者は「はじめに」の中で、この「支え」を使う方法に近いことを既に30年以上前から生徒たちに指導していたと述べたが、その具体的内容を本項の最後に明らかにしておこう。教材となる音形は、その音域が5～8度にわたる、一方向へと向かう分散和音の音形またはその往復の場合である。これを「傘を広げて地面をころがす時のように鍵盤上で手をころがす」イメージを生徒にまず与えた。手首も手も脱力した状態（音形が5～6度音程の場合）では、傘の骨

のように少しだけ自然に内側へ折り曲った各関節は、弾力をもって軽く固定されていて、あとは「傘の骨が地面を転がるように、指先を鍵盤上でころがすだけ」というものである。この時、それぞれ一本ごとの傘の骨には“常に”何らかの手の重みがかかっているものであり、これを左右にころがすように動かせば、それぞれの傘の骨の先端が地面に付いた瞬間、その傘の骨全体にすべての重みがかかるのと同様、各指の関節を弾力ある傘の骨のように軽く固定させることによって、各指にかかる手の重みも支えられるのである。かつてこのような考えによる指導を行っていたが、ここには既に「各関節を軽く固定」して手の「重み」を「移動」させるという、本論で扱うものに近い手の使い方を見ることができる。

## 2. 第3関節により支えられた「重み」とその「移動」

「指で歩く」という筆者の発想に基づいた鍵盤歩行を実行する前に、その時に指がどういう状態で働いているか、その動きの仕組みについて分析して考え、手指をコントロールするための知的情報として理解しておく必要がある。まず脚による歩行運動が始まる前は、両足で地上に立った状態にあり、歩き始めればそこには常に体重移動がともなう。前項では指の関節の力で手や腕の「重さ」を支えることの重要性について述べたが、ここではその「支え」および「重さ」の「移動」との相互関連について、より深く分析しておくことにする。

前項で述べたように、人が直立状態を保持しようとする時、脚の付け根にある股関節による上体の支えは不可欠である。さらに膝・足首の関節を軽く固定させておけば、なお安定した直立状態を保つことができる。膝・足首に相当するものがない竹馬で歩く場合であっても、十分歩くことができるという状態を考えてみれば、これは誰でも納得できるだろう。これを指で歩く場合に当てはめて考えると、同じく、あえて膝・足首に相当する第2・第1関節の働きがなくても、第3関節の働きのみによって、指でキーの上を手の重みを載せながら歩くことについては十分可能である。(ただし、竹馬ではジャンプやすばやく走りまわることなど到底できないのであり、この動きだけでは当然限界がある。) またこのような第3関節による支えが持つ他の役割には、一つにはそれより手前にある腕や上半身までを支える主役としての役割、もう一つはそれより先にある残る2つの関節の負担を軽減させるという重要な役割も挙げることができる。以上のような観点に基づいて、これら3つの関節の役割を、指歩きする時の手の動きに対応させて考えてみることにする。

まず指の付け根にある第3関節について。一般的に手首は基本的には脱力状態であることが理想とされているため、第3関節が重さを支える役割は、必然的に最も重要なものになる。仮に今、脚による歩行が始まる前段階の静止状態にあるとすれば、第2（膝）と第1（足首）関節への負担も軽減させなければならない。なぜなら、そうしないと主役であるべき第3関節の働きが損なわれるからである。実際、直立した静止状態にある時、膝や足首に意識して力を加えるようなことをする人はいないだろう。また、腰以上に膝を使って歩くことは、岩登りなどの特別な場合を除けば、通常の歩行時にはありえない。つまり、第3関節が常に「支え」となって働くべきなのである。このようにある指の第3関節の「支え」によって手の「重み」は

支えられ、そして同じく次の指の第3関節の「支え」によって、この「重み」は次の位置へと運ばれ「移動」が完了するのである。

### 3. 「卵をつかむ」手の形にともなう不合理性と危険性

前項の考え方に基づくならば、現在でも最初の段階でごく常識的に教えられている、「卵をつかんだ手の形」というものには、特に初心者がその練習を行なう場合、いくつかの懸念される重大な不合理性や危険性を指摘しなければならない。一つには、3つの各関節を均等もしくは同等に扱うことになりかねず、前項で指摘した原理に反する不合理性を誘発する危険性が生まれることである。つまり運動の原理からいえば、その中で最も大切に扱われるべき要である腰（または股関節）に相当する、第3関節という最も力の強い重要な支えの役割が損なわれてしまうことへの危険性である。これが極端にあらわれた場合、前述したように手の第3関節が陥没してしまい、驚いたことに演奏活動をしているプロの中にさえ、そんな不合理で演奏困難な手によって、硬い音色と共に平然ときどちなく手を動かして演奏している姿を、テレビ画面上でも時には目にすることがある。

しかも特に初心者の場合には、注意項目間の重要度の序列がまだまったくわからないため、10本の指にあるこれら3つの関節すべてに対してほぼ同時に均等に神経を払わなければならないという、学習の上で大変困難な課題を処理しなければならない状況に追い込まれがちになる。しかし初心者たちはこのように手の形を守るもののほか、練習時には、さらに多くの学習課題であるさまざまな情報（たとえば楽譜に書かれた多くの情報を解読し、それらを弾く鍵盤の場所を確保し、それに使用すべき指の番号を確認し、レガートやフレーズマークや強弱などなど、実に数多くの情報）に対して神経を使わなければならない。そのため、特に課題の習得を追い立てられたりすれば、彼ら初心者たちの（実際にはプロレベルの者でさえ）練習において、各関節に対する注意力などは二の次となり、辛うじて時たま外見上の手の形に注意できるくらいの状態になりがちで、関節による支えの感触にまでは到底配慮が行き届かないのではないだろうか。したがって初心者に対し、その最初歩の学習段階から、まずこの第3関節により手が支えられている感触という、手応え感覚（触覚）の育成を学習の中心目的として扱い、触覚を通じた基礎的な肉体感覚をよりどころとすることにより、確かに脚（指）で歩いているといった実感からくる安心感によって、音色など他の注意事項に対しても意識を向ける精神的な余裕が生まれることが可能となるのである。この重要な結果を導くきっかけにも通じる、この第3関節による「支え」の感触を、特に初心者には徹底して身に付けさせておく必要があるのである。

これほど重大な学習目的の成果を確実にするためには、この最初の段階における“経過的”学習手段として、あえて他の2つの関節による支えの学習は後回しにして、一時的であれば、仮にそれら2つの関節が働いていなくても全く支障はないと筆者は考えている。その理由の一つには、むしろかえってそのほうが、当面の最も重要な練習目標である「第3関節による手の支え」の感覚を養成することに集中することができるため、効率よく目的の学習成果を期待す

ることができるからであり、もう一つには、第3関節から指先にかけて1本の棒状態になるため、手の「重み」を指先へ伝達することへの支障はほとんどないからである。残った2つの関節の能力は、発達心理学上の定説である「(身体の) 中心から末端へ」という原則を適用すればなお更のこと、次の段階での学習として残しておく方が原則にかなっているともいえるだろう。したがって、あと2つの指関節の感触を発達させるための練習は、第3関節がある程度しっかりした時点から始めればよいことである。そしてその練習が始まる時期は、第3関節が十分に働く能力を身につけた状態を確認できた後に、せいぜい数ヶ月遅れ程度後に始めても十分である。長年学習した中級以上の者でさえ、その能力を持っていないことが多いのであるから。

幼児がつかまり立ちを始め、壁伝いに歩き、走り、また階段などの昇降能力を次第に獲得していくためには、どの関節による支えがどの程度必要になるのか。さらに、指でそれに相当するような動きを必要とする場合には、どの関節の力をどの程度手の重みを支えるために使うのか。脚で歩く場合と同様に、これらを常に感覚的に察知しておくことが、手・指の動きや運びをミスなく行うための、決定的に重要な要素になるだろう。そのため、何よりも先ずこの第3関節による支えの発達を目的とした練習に、初心者たちを努めさせなければならないだろう。(しかし現実には、残念ながらプロ・ピアニストをめざしている専門学科の学生たち、あるいは現実に演奏活動を行なっているプロ・ピアニストたちの中にさえ、この第3関節の基礎練習を行う必要性を感じさせられる粗悪な手の形に、しばしば遭遇させられる。)

しかしこれにも例外はある。この基礎能力を既に身につけた一流演奏家の中には、その応用として派生するさまざまな変則的な手の動きが見られることである。そのため、必ずしもこの第3関節が高くなく、きわめて稀ではあるが一瞬陥没させていることがある(頻繁にこの状態が“病的”に現れる奏者を除く)。しかし、フェイント効果の利用などを行うこともあり、手の内部で他の関節との協力が行われることにより、そこで演奏者が必要とする音を発するために必要な手の「重さ」を確実に支えている状況を、その手のフォームから見てとれる場合が多い。

#### 4. ハイフィンガー奏法の弊害

最近、ようやく日本国内で古いハイフィンガー奏法への批判が高まり始めた。そのきっかけとなったのが、重量奏法(重力奏法 *Gewichtspiel*)を中心に書かれている、1988年におよそ90年ぶりで日本語版として再販された『デッペのピアノ奏法理論』ではないだろうか。また、日本のピアノ教育の草創期を研究した大地<sup>4)</sup>によれば、1913(大正2)~1922(同11)の間に、高折宮次をはじめ多くのピアニストを育てたパウル・ショルツが、指先だけで弾く「古い奏法」(野村1978)で日本人にハイフィンガー奏法をもたらしたという。その高折の弟子が井口基成であり、この二人が東京音楽学校の学閥を形成してハイフィンガー奏法を定着させたと記している。

では、このハイフィンガー奏法がなぜ古い奏法であり、また非合理的で演奏困難な奏法であ

るのか、同じく大地が取り上げているその主な理由を数例示しておこう。まず、本場のヨーロッパで既に19世紀末、「音楽的にも身体的にも百害あって一利なし」と批判され続けてきたほど悪評高い奏法とされているものであり、その主な目的と練習方法は、「手首を固定させて指を垂直に上下させる」ことによって、速く弾ける上にミス・タッチ出現の確率を減らすことにあるとしている。笈田<sup>5)</sup> (1938) はこれらの技術中心主義を「指の運動の迅速さをスポーツとして楽しむ型」と批判し、さらに秋尾<sup>6)</sup> (1940) の批評にも「(演奏法が) 概して非常に古い…指先の運動の熟練とおよび(上膊を固定させた肘から先の) 下膊の運動にのみ頼り過ぎる奏法の結果、音質が硬く瘦せていること、音色の変化の貧弱さ」などと指摘されている。さらに山根<sup>7)</sup> (1938) は当時の日本の学生たちの演奏を「力奏型・力演型」と呼び、また「がんが打ちつけるだけ」と言って音の汚さや演奏の乱暴さを指摘している。大地はそれら暴力的な奏法に基づいた戦前のピアノ教本のほぼすべてにおいて、「ほとんど例外なしに、『手を丸めて』『指を立てて』『鍵盤を垂直に打って』といった指示が見られる」<sup>8)</sup>と指摘している。また同時に、高折の「ピアノ教本」(1932) に載せている「模範的な姿勢と手の形」の写真(図1)をも紹介しているが、その姿勢は椅子の背もたれにどっかりもたれたまま演奏する高折の姿があるが、これを見る限り、明らかに上体の重量は使われていないことがわかる。手の形の方は、まさに「卵をつかんだ形」そのものであり、指先は垂直にキーへ落とされている。さらに松島<sup>9)</sup> による教本(1932)にも「模範演奏」として写真(図2)が載せられているが、第3関節が陥没し手首が高位置にあって明らかに力が入っていると見えるような、驚くほどにいびつな手の写真を「模範」として紹介している。

これを図3に示した重量(重力)奏法の例(ショパン、リストの手)として載せられた手の形と比較して見れば、その違いは一目瞭然にわかる。さらに模式図に矢印で示されている指先



図1 1932年刊の『ピアノ教本』より

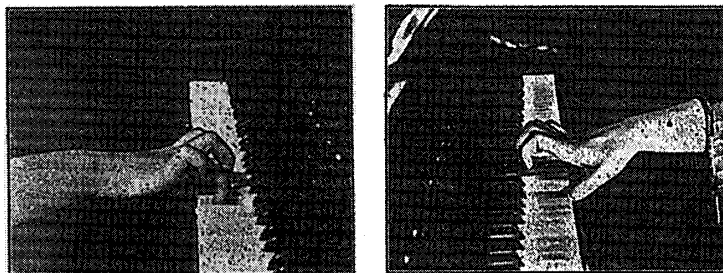
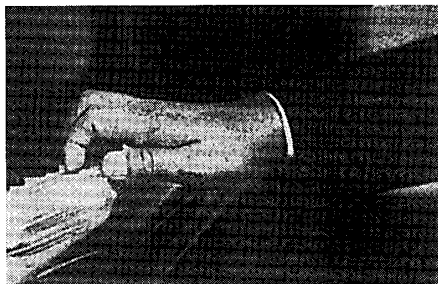


図2 1932年刊の『ピアノ奏法の研究』より「模範的な指の形」

①指奏法



②ハイフィンガー奏法



③シヨパン、リストの奏法

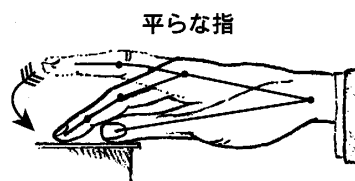
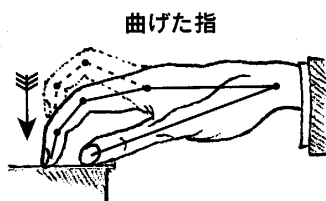


図3 ヨーロッパにおけるピアノ奏法の変遷

の力の方向をみれば、鍵盤にどういう角度で力が加えられるかがいっそう明瞭に理解できる。この矢印に対して少し想像をめぐらせて、物理的エネルギーの流れを持った「ベクトル」として見てみると、どちらが鍵盤に鋭く力が加わるかが明らかに読み取れる。つまり、ハイフィンガー奏法は垂直に鋭く突き刺さり、重量奏法ではより柔く斜めに鍵盤をえぐるように「重さ」がかかるだろう。これを仮に、何か他の物体が当たった場合に置き換えてみれば、その時発生する音は、どちらがより鋭い音になるかもまた明らかであろう。したがって、より柔く美しい音色を出せる奏法は、明らかに重量奏法であり、ハイフィンガー奏法から発せられる音色は、

これまでその批判者たちが述べている、「音質が硬く痩せている」「まるで鉄槌で叩くよう音」「がんがん打ちつけるだけ」といった音色に対する悪評が残されている<sup>10)</sup>とおり。このような美的感性に乏しい演奏者の聴覚は、「彼等は自分の弾き出す音、音楽といふものに就てまるで聴覚を失って居る」(山根 1938) などという酷評もある。

ここで美しい音色を引き出す大切なポイントとして確認しておきたいことは、この斜めに向かうベクトルの流れによって柔らかな音色が生み出されるということである。したがって、必ずしも大地が図の中で「平らな指」と表記しているような、第3関節から指先までを直線的に伸ばした指の形でなくても、この斜めにえぐるようなベクトルの流れは作り出すことができるということである。実際、指を伸ばして弾く奏者でも、テンポが速く細かい指の動きを必要とする部分では、もう「平らな手」では演奏できないため、見られなくなっている。このことから、必ずしも「平らな手」だけが重量奏法による手の形だとは限らないといえる。実際に「平らな手」があまり見られない演奏者であっても、柔かく美しい音色によって演奏されている場面に、われわれは数多く(欧米の演奏家が多いが)遭遇している。けれどもただ単に、より丸みをおびた手の形であってもいい音色が出せるということではないのであり、もしベクトルが垂直に働けば、当然鋭く表情のない音色となって返ってくる。したがって、この原理を知識として持っていれば、必要に応じてその中間を使うなど、音色の使い分けができるのである。

一方、重量(重力)奏法を日本にもたらした中心人物は、その「熱烈な支持者」であったL. クロイツァーである。彼は1935年(昭和10)に来日して以来没するまで、日本でその新しい奏法を広めることに貢献した。また、留学先のベルリンで彼に師事した笈田(1938)は「技術偏重主義」によるハイフィンガー奏法を批判し、パリでコルトーに師事した宅と野辺地(1949)<sup>11)</sup>は、「当時の指奏法ないしハイフィンガー奏法とは、全く対照的」な奏法を提示した。しかしL. クロイツァーには学閥の厚い壁が立ちはだかり、その他の批判者たちも派閥から見れば傍流という地位にあったため、主流の教育法とはなりえなかったと大地はいう。しかもおどろくべきことは、戦後になってより一層この「ハイフィンガー教育には拍車がかかり、『指を鍛える』のスローガンのもと、多くのピアノ学習者がその『修練』に励んだ」結果、いっそう盛んになった<sup>12)</sup>という。

大地によれば、この古いハイフィンガー奏法によるピアノ教育が、現代においてもなおこれほど根強く日本国中に蔓延している理由として、「極めて日本的な現象」として「家元制度」と「修身主義」を挙げ、「師匠の型を模倣することがすなわち『上達』であると信じて疑わないケースが多いのは、否定できない事実であろう。」<sup>13)</sup>と述べ、家元制度的な土壤にある日本的道徳観が、その保守性を保ち続けている理由として挙げている。筆者も序章第3節において、「師弟の古い習慣」として同じく上下関係を指摘した。また序章第2節でも「日本人に多く見受けられる不合理な演奏」として述べたが、ここに取り上げた大地によるこれらの記述を見る限り、現在の多くの日本人ピアニストおよび彼らによるピアノ教育が、いかに誤った奏法によって行なわれているかがほぼ明確になった。つまり、現在まで日本で主流となっているピアノ教育法は、近年では徐々に批判が高まりつつある、忍耐を重ねて苦しみを乗り越えた者のみが手に入

ることができるような、不合理な手の使い方により徹底的に訓練されるハイフィンガー奏法によっていることは明白となった。つまりこれらの資料に基づけば、多くの日本のピアノ学習者たちは、現在に至るまで、初めから困難な修行を“乗り越えるべき試金石”として強いられているということになる。「音楽は苦しみ通し悩み抜いて初めて達せられる法悦境なのである。到達する藝の高さは、稽古の苦しみの大きさに正比例するものと考へられた。」という吉川<sup>14)</sup>の言葉は、まさにそのような厳格な精神修養こそが、芸術をめざす者たちが当然歩まねばならない「正道」であるべきと、井口をはじめとするハイフィンガー信奉者たちから信じこまれているようである。このように個人の個性や芸術性を抑圧して「お稽古事」と同列に扱おうとする「芸道」としての古い慣習こそ、日本のピアノ教育界が持っている最大の弊害ではないだろうか。「心を無にして、師の教えの通りに、ひたすら指を高々と上げては鍵盤へと打ちつける」<sup>15)</sup>学習法により、利己的な雑念などは捨てて無の心でいそしみ、「へ理屈を考えるひまに無心にひけば、それだけ進歩するのだ」<sup>16)</sup>と、ひたすら師からの教えをそのまま受け入れなければならないのが「正道」としての「芸道」なのである。このような学習慣行からは、やはり、常に練習法やタッチを工夫し、どう指導すれば生徒が上達するかを絶えず考え続ける演奏家たちや教育者たちが、次々と生まれ続けるようなことはとても起こりえないのではないだろうか。師の教えは絶対であり、表立ってその権威には逆らえないという、お稽古ごとやスポーツ界を含む日本の教育界全体に特に根強くはびこっている、形式を重んじる権威主義的な日本の精神風土が、悲惨ともいえるほど粗悪な音楽レベルの現状を作り出しているとも言えるのではないだろうか。最近においてさえ、国際コンクールで受賞できる若い演奏家たちのほとんどは、早くから海外で何年にもわたってレッスンを受けてきた人たちであることも、その一つの表れであると考えられる。

このように、「習い事は修行である」としてその指導者たちと共に、絶対的に尊重しようとする封建的な古い慣習をよしとする人々により、学習者個人の感性に忠実に表現しようとするような、彼らからすれば「常軌」を逸した学習姿勢は、「正道」を乱すものとしてほとんど省みられることはないのではないだろうか。まして音楽大学入学を目指し必死の心境にある受験生たちにとって、いわゆる受験戦争に苦闘するさ中において、確実に入学への切符を手に入れるためには、まるで自分自身が人質を取られているかのように、ただひたすら師の教え通り、日本のピアノ教育界の主流としての“権威ある”「古い奏法」で従順に学ぶことより他に選択肢はないのだろう。このような「正道」としての「旧式なアカデミックな弾き方」<sup>17)</sup>を必死で身につけた結果、めでたく音楽大学に入学できたとしても、もはや聴衆を陶醉させるような美しい音色と共に伝わってくる音楽性豊かな演奏は、彼らの指から奏でられることはほとんど不可能に近いほど、非常に弾きづらい手に仕上がっている場合が大半となってしまう。それと共に彼らの聴覚や心情さえも、野村や山根らによる批評にあるとおり、もはや美しい響き・音色によって魅了されるような音楽からはほど遠い感性になってしまっていると考えられる。その結果、やはり序章第2節で述べたとおりの病状となって、聴衆は非音楽的で粗悪な演奏を「これが上等ないい演奏なのだ」と信じて聴かされ、弊害はさらに連鎖して、そんな聴衆の聴覚に



まで影響を与えているのではないだろうか。

### 第3節 さまざまな歩行条件に対応するために

#### 1. 初歩から練習目的とするべき表現力

人が歩行する場合、第1節で述べたような平坦な道ばかりを常に歩けるとは限らないが、これはピアノのキーの上を指で歩く場合もまったく同様である。時には舞踊やアクロバットの体操競技の動きのように、非常に高度な動きを要求されることもある。音楽による表現には、当然のことではあるが、実にさまざまな感情表現や動きの描写的表現が求められる。したがって歩行運動といっても、スキップやジャンプはもとより、階段や登山時の昇降運動、あるいはつま先立って歩く忍び足など、まるで手と指で演じられる舞踊であるかのような、実にさまざまな動きの表情をともなった歩行の方法が要求される。したがって、求められたそれぞれの動き方を実行するためには、膝や足首に限らず、さまざまな筋肉と関節の支えによる、動きの微細なコントロールが求められることになる。

しかし、どんなに複雑な動きであっても、手を支えるために一番中心となって大きな働きをする関節は要となって働く第3関節であり、残る2つの関節は、原則としてより細かな調整するために使われるべきだろう。このことは、脚によるさまざまな動きを思い浮かべてみれば、すぐに当然のことだと理解できるだろうし、またどうやって指を使い手や腕の重さを扱えば必要な動きに対応できるかも、同じくすぐにわかるはずである。もっとも、実際に演奏している最中には、そのような知識としての“方法”は、演奏の最中に考えながら対応していくものではなく、スポーツや舞踊などの場合と同様、それらの演技の練習を積み重ねて、瞬間的に反応できるよう身体に染み込ませ、必要に応じて反射的に、しかし同時にまた知的判断力をもたないながら、適切にすべてをコントロールしていかなければならない。したがってそのために必要な日常の練習目的には、それらの表情を演技するための、ある意味、演劇の役者たちが日常行なっている演技力や表現力の研鑽に共通するものが必要とされるだろう。

このところに、日常のピアノの練習目的とそのための練習方法が明確になったのではないだろうか。つまりただ単に楽譜を間違いなく指で鍵盤上をたどるだけの練習ではなく、それぞれの楽曲から求められている表情や表現を実現するために必要な手指あるいは身体のコントロールを、「自然な動き」によって実現できるようになるまで練習することになるだろう。それによって人は、まるで自由自在に「話すように」聴衆に向かって語りかけ、音楽によるドラマを演じることができるのである。このことを、人間の日常の動きに当てはめて考えてみれば、ごく普通の行動であり出来事だと分るはずである。つまり、普段の何気ない体の動きのすべてが、心の必要に応じて反応した結果、表面に表れた身体活動にすぎないということである。そして役者たちは、セリフに書かれた作家の言葉を、自分の心の発露として自然に、なおかつ効果的に演じながら語るのである。これと同様に音楽による演奏表現も、聴衆に対して自然に語りかけるような“音による演技”によって行なわれなければならないだろう。

初心者にとってもまた、このことはある程度実現はできるはずである。なぜならば、第3関

節を主に働かせる能力は、学習の最初に学んでいるため、多少なりとも身につけているはずであり、またさらに、学習を始めてから数ヶ月後には、他の2つの関節も使うための練習も始まっているのであるから、できる範囲内で表現に取り組むことを練習目的とするべきである。そうすれば、学習者がその曲に抱くイメージが、音になって表わされた時の喜びが味わえ、さらなる練習意欲の向上へと結びつくからである。

赤ん坊でさえ、口から発する音によって、自分の感情を表現することができる。言葉を使い始めるようになれば、よりいっそう意思表示が確実なものになる。これと同じように、ピアノの音によって何らかの感情を表現しようとするのは、それほど難しいことでもないはずである。そんなことがまだできるはずがないと思ってしまうと、もはやそれはできなくなってしまう。しかし幼児が必死に伝えようとするれば、人はその意思をある程度理解することができるように、初心者であっても、幼児と同じように、必死に音で語ろうとするれば、喜怒哀楽のようにはっきりしたイメージなら、理解してあげようとする人には、それはおおよそ通じるものである。つまり、幼児の例が示すように、誰でもそれぞれのレベルなりに、一生懸命に表現しようとするれば、それは実現可能になるということを指摘しておきたい。そしてそのためにも、少しでも思い通りに扱える指のコントロール能力が必要となるのである。

## 2. 教授できる知識としてのテクニック

人がある動作を行なう時、無意識的に行動する場合を除くと、必ずそこにはその人の意識が働いている。行為とは「明らかな目的観念または動機を有し、思慮・選択・決心を経て意識的に行なわれる意志的動作」<sup>18)</sup>とあり、人がある動作をする場合、そこにはまず「目的観念または動機」があり、それを「思慮・選択・決心を経て」その後「意識的に行なわれる」ということである。演奏上で何かを表現しようとする場合、まず何を表現しようとするのかという目的観念がなければならぬが、演奏者が演奏するという行為を起こすためのこの入り口で、その目的観念を選択・決定するために、どれだけ数多くの情報を持っているのかが問われることになるだろう。またその情報は、思慮の深さ・選択するための判断力の高さによってより良質なものとなり、情報量もよりいっそう増加する。これらの情報をより多く持つためには、音楽理論による知的な把握・分析能力だけではなく、演奏者の思慮・豊かな感性や精神によって、日常的に選択され続けることが必要になるだろう。

演奏表現しようとする時には、それらの情報の上に演奏者の内面に蓄積されている洗練された精神性を加えられ、その後に演奏者の洗練された聴覚による適切で洗練された身体のコントロールをおこなう技術力によって、美しい響きの音となって表現されるのである。したがって演奏者の心・精神、知識をともなった技術力、それを確実に実行する体の適切なコントロールという、これら3つの洗練された要素が、演奏者の中で一体化できることを目的として練習しなければならない。ここで後の2つは、「技」として一つにすることもできるが、ここではあえてそれを、技術内容を知識として捕らえる意味での技術力と、その技術を適切に駆使できる身体コントロール能力とに分けて取り上げることにする。その理由は、前節で指摘しておいた

ように、教育の現場において、あまりにも技術に対する知的探究心欠けている場合が多いと感じてならないからである。カヴァイエもその原因は教育に欠陥があり、その結果として学生たちの耳が「音楽的な意味で良い音を聴き分けることができるほど、洗練されたものではない」<sup>19)</sup> (太字表現は筆者による) と述べているとおりでである。また、大学教育についても、「そのような指示をする (大学) 教師の側で、〈いかにしてテクニックを獲得させるか〉ということについて深いレベルに関心をもったこともなければ、真剣に考えたこともないという点に問題があります。率直に言って、わたしは、日本の音楽大学でピアノのテクニックの教授がほんとうにできるひとが多いとは思えません。いえ、日本ばかりでなく、ヨーロッパにもそのようなことができるすぐれたピアノ教師はきわめてすくないと思います。』<sup>20)</sup>と述べている。またここでいうテクニックとは何をどう教授するかその内容について、「片手でゆっくりと弾いてみて、指一本一本のどの関節が動いているか、そのときの筋肉はどういう状態になっているか、肘はどうか、肩はどうか、といったことに可能な限り神経を集中して、科学的に研究しながら、もともと自然な動きをマスターする」<sup>21)</sup> ことなどを通じて得られるものであると、その必要性について述べている。さらに、彼が感銘を受けた (ホロヴィッツやミケランジェリのような) 偉大なピアニストの演奏に触れて、「なんとかして、その音を自分でも出せるようになってみたいと思って、懸命に努力した」「音そのものを何とか模倣し、それと同じ音を出そうと必死で試みていた」<sup>22)</sup> と言って、学生側の学習姿勢について述べているが、あくまでもそれは「音の出し方のヒントを得ようとする」ためであって、演奏解釈をコピーするためではないと述べている。(筆者もかつて、W. ケンプや E. ギレリスによる、この上なく柔かく美しいピアノの音色に魅せられて、それを自分の手に入れたいと願い、以来実現するまで何と10年ほどもかかってしまったのであるが、自分で見つけ出した結果なので、どういう方法で手指を使えば美しい音として出せるかを知識として持っている。そのため今では、基本的に誰に対してでも、まずは一本の指だけであれば、たいてい数分~10分以内に、その場で美しい音が出せるよう教授することができる。) ここで重要な点として確認しておきたいことは、すでに前節においても触れたことではあるが、テクニックというものをこのように知識を通じて把握することの必要性である。しかしこれはスポーツなどの指導において、ごく日常的に行なわれていることであり、もしもピアノの指導にはそれに相当する知的情報を指導者が少ししか持っていないと彼らが知れば、「信じられないことだ」と言っておそらく驚愕するのではないだろうか。テクニックを身につけることは、楽譜に書かれたとおりの一連の音符の連なりを、弾けるまでただがむしゃらに何度も繰り返して練習することによって得られるものではない。そこに与えられた課題をただ単にクリアしようとするのではなく、指導する教師がその奏法を、例えば身体をどう使えば実現できるかなどの、知的情報として持っていてこそ他者に伝達できるし、また、学習者側にも知的探究心を起こさせてこそピアノ教育は成り立つと言えるだろう。現在の大半のピアノ教育現場の実情を見れば、先ほどのカヴァイエの指摘どおり、果たしてどれだけ本当のピアノ教育ができているのか、大きな疑問を感じずにはおれない。この現実を生み出している元凶こそ、いまだに日本に主流として根強く生き残っている前々世紀の遺物とも呼ぶべき古いハイ

フィンガー奏法と共に、既に前節で取り上げたように、大地が指摘し、筆者もまた序章で同様の指摘をした、日本的な形式主義や権威主義に基づく、古い師弟関係なのではないだろうか。

### 3. 心技体の一体化をめざす“指歩き”奏法

以上、手の動きを科学的な視点により研究することの重要性と、その結果見つけた問題解決の方法を知識として把握しておくことの重要性を述べたが、引き続きここではその知識を、身体によって実現することの重要性について述べていくことにする。

練習には当然、学習課題が達成（成功）したかどうかを、常にチェックしなければならない。しかしそれはミスの有無を知るだけではなく、なぜミスをしたのかその原因を追究することが必要である。もしそうしなければ、同じミスを何度も繰り返すことになってしまうし、そうなればその練習は、ミスを犯すために手の通り道を身体に覚えこませる練習をしているのと同じことになってしまう。したがって、これもスポーツの練習では当然のことだが、もしミスを犯したのならその原因を見つけ出し、次の1回の演技では同じミスを犯さないための対策を考える。これに相当する対策を立てるためには、前項で取り上げたカヴァイエの指摘にあるように、手指の動きやその通り道（つまりフォーム）に対する研究が不可欠なのである。そして試奏するたびに、今の動きはどうだったのかと、スポーツの世界で常に行なわれているように、手をはじめとして、腕や肘、肩などの身体の動き方をよく観察するべきである。そうすれば、どこに失敗の原因があり、何をどう改善すればよいかがよくわかる場合が多いのである。

運動の観点からこれらを見れば、重心の位置がどう運ばれたかがそのキーポイントになるだろう。つまり、課題をクリアするために必要な動きとは、手をどう動かす（運ぶ）ことが理にかなっているのかを、物理学・力学的な感覚で推測してみることである。といっても、そう難しく考える必要もない。例えば水面上に石を投げる場合なら、どんな角度で空に向かって投げればいいかを考えてみるようなものである。そしてそれを何度か試しに投げてみればその解答は簡単に見つかるだろう。さらに別の例えをあげて言ってみよう。ある水溜りを飛び越えるためには、どれだけのジャンプをすれば十分であるかは、ある年齢以上になれば、自然に身体が覚えているということもまた、この場合の参考になるだろう。さらにまた人が歩く場合、特に山歩きの際、足の裏に着地する土の感触を感じながら一歩ずつ歩くこともまた、心技体が一体になった状態ともいえるだろう。これらのイメージを参考にしながら、ピアノ学習の場合にもまったく同様に考えて取り組んでみれば、たいていはすぐにその答えが見つかり、演奏困難に思えた部分が、思いのほか早く解決して弾きこなすことができるようになるのである。特に最後の例の“足の裏の感触”と、指で奏する直前に、ピアノの上を“歩く”手のひらの感覚によって、今から響いてくると予想している音や音色を感じ取っていることとの共通点があげられる。

これらのような意識と感覚と技術が一体化した練習を行なうために必要なことはただ一つ、あまりにも早い時期に、また速い速度で、両手で弾こうとしないことであり、そのようにはやる心を忍耐強くコントロールすることである。もっともこれらのことを心得て練習してみれば

ば、改善の効果が比較的早くから確認できる場合が多いので、やみくもに何度も練習するよりはるかに楽に困難を乗り越えることがわかるだろう。前項に挙げたカヴァイエの言葉にあったように、片手ずつゆっくりと弾くという理由は、その練習効率の高さによるものと考えられる。ここでそれら学習の成否を判断するための判断基準としても、安定した“指歩き”ができたかどうか。つまり、手の重さが安定して次の場所へ移動し、そこで必要な関節の力で重さが支えられているかを確認することによって、学習効率を確かなものにすることができるのである。ここに浮かび上がってくる、それらを判定する感覚と判定する基準という知識そのものが、テクニックと呼ぶにふさわしいものと考えていいのではないだろうか。

しかし、一つここで指摘しておきたいことは、そのゆっくりした動きを観察しながらの練習ばかりでは、曲の全体が見えなくなりやすいということである。そのため、時にはもう一方の手のパートを声に出して歌いながら弾いたり、伴奏を全音符などの和音奏にしたりして、楽曲としての流れを見失わないよう頭の中で音楽の全体像を、想像によって合成しながら練習するなどの工夫をしたほうが、より楽しく行なえるし練習効率も向上するだろう。そのためにも、パート練習は声に出して歌いながら行なうほうがいいし、音楽の流れも美しい仕上がりになることは当然のことである。

以上のように、テクニック・技術を身につけるためには、どう身体を使い動かせばいいかを知識や理論として知っておくことが必要である。さらに実際に練習する時には、その知識・理論どおりに身体を動かしているかどうかをチェックすること。そしてこれらの過程を通して練習することが、困難さの原因を解決して、音楽的でかつ効率のよい練習を実現するために不可欠であると認識することなどが、教師と学習者の両方に求められることなのである。それによって得られた多くのテクニックを自在に使う、次には何をどういうふうに通で表現したいのか、どうすればその表現を思い通りに実行できるのかを考えながら、これらの課題を解決していく練習内容になるのだが、しかし、テクニックを身につける段階において、これらのことは無意識的に多少の練習は自然に行なっているのが普通だろう。これを意識的に行なえば、よりいっそう学習効果は高くなるのである。

では音楽表現上において、“表現すべきもの”とはいったい何なのか。何かを表現しようと思えば、まずこの表現する対象が分っていなければ、演奏者は音楽に対してどう反応すればいいか、対応のしようもないということになる。ここに演奏者が持っているべき、音楽を感じる音楽性・音楽能力の有無が問われることになる。ただ楽譜どおり間違わないで演奏するだけなどは、とんでもないことなのである。もしこのような演奏行為を、演劇を演じる役者たちの身としてこれを例えてみるならば、セリフの意味も理解しないままに、ただ覚えたとおりに読み上げるように言葉を発することに近いのではないだろうか。演奏において、仮にその楽曲のリズムなど、セリフの語感に対するような愛着心が演奏者にあったとしても、それだけではほとんど何の感情表現も行われまいし、その結果、演奏終了後の儀式化されたお決まりのパターンとしての拍手が送られない限り、聴衆から漏れる感動のため息の後に、聴衆から演奏者に向けられる賛嘆と感謝の熱気を帯びた、湧き上がるような拍手などは到底返ってくるはずも

ないのである。

表現とは「心的状態・過程または性格・志向・意味など総じて精神的・主体的なものを、外面的・感性的形象として表わすこと」<sup>23)</sup>とある。つまり表現しようとするためには、それらの表現すべきある対象や事象を、何らかの手段で第三者の感性へ確実に伝達されなければならない。表現する者、つまり演奏者がこれを実現するためには、第一に表現すべき対象を持っていること、第二にそれを伝達する能力を持っていることの二つが必要になるだろう。上に述べたように、身体の自在にコントロールすることによって、表現するためのテクニックを駆使してこそ思い通りに表現できるし、聴く者にそれを伝達することもできる。さらにまた、豊かな感性によって沸き起こるイメージが表現への欲求を掻き立て、思い通りに歩き跳ね走るのとはほぼ同じように、あるいは話したいことを自然に話すように、思いのまま必要なテクニックを自然に引き出して演奏し表現する。このような演奏を誰でも実現する高い可能性をもった非常に有効な練習法として、Finger-walking Method を再度ここに提案したい。

## 第2章のあとがき

筆者は本論文を通じて、Finger-walking Method による、より合理的と思われるピアノ奏法を提案し、その妥当性を明らかにしようと考えた。この第2章において、その目的はある程度果たすことができたのではないかと思う。その一方で、今や欧米では歴史的奏法となったものが、現在でも日本に根強く残っているとの事実を知り、またハイフィンガー奏法の弊害を論じている中で、今までの日本でのピアノ教育が、いかに不合理なものであるかを明瞭に見ることができた。それとともに、その大きな原因として、日本人社会に根強く蔓延している儒教的な師弟関係に基づく権威主義と、おそらくそれを支えていると思われる、型を尊ぶ形式主義を強く感じさせられた。別の言い方をすれば、家元制度的な権威主義である。つまり、「お師匠さま」が持つておられる“型”を、“ありがたく”教えていただいて、その型を寸分違わずに身につけた者」こそが優れた弟子の姿であり、その誉れの認定を、お師匠様をはじめ社会からも“名誉”として「めでたく与えてもらえる」といったような、非常に膠着した師弟関係に基づいた学習意識が感じられる。芸術活動というものは本来、個々人の自由な心性表現を求められるものである。ピアノ演奏とは、各人がそれを異なった身体条件により表現できるよう学習を行なわなければならないものである。その日常の学習活動において、次々と必然的に起きてくる個人的なさまざまな課題に対し、絶えず練習内容を考え工夫していかなければならないという、学習活動に対する合理性は、ここには基本的に感じられない。

ただひたすら、師匠から教えられることを最上のものと確信するのは弟子として当然のことであり、その教えに対して“何の疑問も挟まず盲従する”ことが社会からも評価される“美德”を備えた“あるべき弟子の姿”なのであり、人として歩む“当然の道”なのであろう。そうではないと上達はできないものだという、歴史的な時間をかけて培われてきた社会一般に蔓延する古い価値観が、より合理的な学習法や演奏法を求めるために必要な、学習者たちの思考能力に大きなブレーキをかけているのではないだろうか。さらに言えば、それを教える“お師匠さま”

にしてもまた同じく、彼の師より“型”として教わったものを、ほとんど変えることなく自分の弟子に伝えることが、有能な師として果たすべき理想像となっているのではないだろうか。このようにして日本のピアノ教育界では、「師弟共に合理的な学習法に対する探究心を欠いてきた」と、その基本的な状況を表現してもよさそうだ。

## 注

- 1) Bastien Piano Basics のテクニック（指の練習）レベル1、アルフレッド・ピアノ教本テキスト1、トンプソン現代ピアノ教本1、バイエル（全訳版）、メトードローズなど。数えればきりがないほどの教本に見られるようだ。
- 2) 酒井は『ピアニストの手』（1998）の中で、「ホロヴィッツの不思議な奏法」として「引っ掻く奏法」を図入りで紹介している。p 82
- 3) ホロヴィッツの「まむし指」も同 p 81 に図示されている。
- 4) 『ピアノを弾く身体』 p 83
- 5) 同 p 90 笈田光吉
- 6) 同 p 92 秋尾みち（批評家）による毎日コンクール（1940）についての批評。
- 7) 同 p 104 山根銀二（同）の対談 1940
- 8) 同 p 85
- 9) 同 p 88 松島つね『ピアノを弾く身体』（2003）の中に「模範的な指の形」として、このいびつな手の写真が見られる。大地は「これらの図版が『模範』として示している手の形を、今なお街のピアノ教室で見かけることは稀ではない」（p 86）と述べている。
- 10) 同 p 101 に 野村光一（1978）らの、同 p 104 に山根銀二（1938）の酷評がある。また大地自身も高折の録音を聴いての印象を「すべての音が機械のように均質に打鍵されていて、フレーズ感や音色感などすべてが欠如しており、まるで念仏を唱えているように響く」（p 102）と述べている。
- 11) 同 p 91 および p 103～p 104 宅孝二と野辺地瓜丸。二人とも「ピアノを弾く手の動きを『舞踏』に例えている」との記述もあり、いかに手を柔軟に扱っていたか、また、それにより豊富な音色を使っていたかが伺われる。
- 12) 同 p 93 「これには中村紘子、中村菊子、青柳いづみ子ほか、多くの著者による証言が残っている」とある。
- 13) 同 p 96
- 14) 同 p 99 吉川英史
- 15) 同 p 100
- 16) 同 p 97 天地真佐雄
- 17) 同 p 88 伊藤義雄
- 18) 広辞苑
- 19) 『日本人の音楽教育』 ロナルド・カヴァイエ（1987） p 41
- 20) 同 p 120
- 21) 同 p 120
- 22) 同 p 140
- 23) 広辞苑

## 図

1～3 『ピアノを弾く身体』岡田暁生監修 2003 春秋社

## 参考・引用文献

- ・ 『ツィグラー 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』 Beata Ziegler 1965（原著1954）音楽の友社

- ・ 『ツィグラー ～耳から学ぶピアノ教本のために』 Beata Ziegler 長岡・水野 (共訳) 1969 (原著1928、新版1955) 音楽の友社
- ・ 『ソヴィエトのピアノ教育とピアノイズム』 加藤一郎 1983 音楽の友社
- ・ 『デッペのピアノ奏法理論～同著者によるピアニストのための技術上の助言・第5版』 Elisabeth Caland 原田訳 1988 (原著1921) 全音楽譜出版社
- ・ 『心で弾くピアノ～音楽による自己発見』 Seymour Bernstein 佐藤・大津 (共訳) 1999 (原著1981) 音楽の友社
- ・ “With Your Own Through Music” Seymour Bernstein 1981 G.SCHIRMER、Inc.
- ・ 『ピアニストの手～障害とピアノ奏法』 酒井直隆 1998 音楽の友社
- ・ 『日本人の音楽教育』 ロナルド・カヴァイエ 西山志風 (共著) 1987 新潮社
- ・ 『ピアノを弾く身体』 岡田暁生監修 (共著) 2003 春秋社
- ・ 『バスティン・ピアノ・ベイシックス テクニック (指の練習) レベル1』 東音企画
- ・ “Klavier Lektionen von James Bastien” 1976 Kjos West San Diego, California
- ・ 『全訳バイエル』 音楽の友社
- ・ 『メトードローズ・ピアノ教則本』 安川加寿子訳編 1951 音楽の友社
- ・ 『アルフレッド・ピアノ教本』 テキスト1 1976 ハイパーズ

(原稿受理 2006年4月10日)