

# ヴァイオリン演奏基礎指導法・研究ノートⅡ

井 後 勝 彦

## Research on Teaching Method of Violin Playing Basics

Katsuhiko Ijiri

This paper describes writers original method of violin. which gives the basis of violin playing effectively in short period. This method is based on violin playing lessons in 2 years for circa 50 students. Who had experiences in playing another instruments but are beginner for violin playing. Teaching method of playing technique becomes diverse by the age, experience and aptitude of leaner. I outline the essence of method : to explain various relations of each body parts motion in playing the violin and to teach basic motion through learners own experience.

キーワード

教本 textbook, 調弦 tuning, 運弓 bowing, 左手の運指 The Fingering of left hand

所属

広島文化学園大学 Hiroshima Bunka Gakuen University

学芸学部 Faculty of Arts and Sciences 音楽学科 Department of Music

### はじめに

音楽表現の豊かな可能性を持つヴァイオリンは、音を出すこと自体が容易ではなく、楽曲を音楽として表現できるまでには、楽譜を理解し、それを音にする身体運動能力訓練の長い時間が必要である。また、演奏技術の教授方法は、対象者の年齢、経験、適性によって違ったものになる。この小論は、18歳前後で、他の楽器の学習経験を持ち、ヴァイオリンには初めて接する学生、約50名に、各2年間おこなった実技指導を基に、ヴァイオリン演奏の基礎を習得させる、短期間で効果的な教授方法を工夫した研究ノートである。

研究ノートⅠでは、楽器を構える姿勢と、弓を持つ右手の基本について考察した。

研究ノートⅡでは、市販の教本を用いた、右手、ボーイング（弓の操作）と、左手、フィンガリング（運指）を研究対象とする。

### 教 本

使用する教本は、『新しいバイオリン教本—1』兎束竜夫・篠崎弘嗣・鷺見三郎編 音楽之友社刊である。

この教本は、全6巻から成り、1964年に第1刷が発行されてから50刷を超え、現在、国内のどの地域においても、最も入手し易いヴァイオリン教本である。

『新しいヴァイオリン教本—1』の序には、「ヴァイオリン演奏教育は、最終的には芸術的演奏にまでつながる教育指導でなければならない。奏法は教師によって一様ではなく、個性に依ることからスタンダードな弾き方に重点を置いた。曲集の編纂を排し、正しい奏法を身につける目的にそって、音符に付された数字だけを見て弾くような誤った弾き方に陥らぬように努めた。」と記されている。

演奏のための基礎技術指導は、楽器の構え、弓の持ち方、左手の運指等の個々について、指導者が「こういう風に」と手本を示し、それを真似させて、相違点を指摘、修正していくレッスンが一般的である。この方法は時として、体の末端部分の形に捉われて、身体全体の自由を失う結果を生む。

レッスンに先立って、これから行う演奏のための身体運動の目的と方法を、適切な言葉によって説明し、納得された知識とすることが、特にここで対象としている年齢の学習者にとって有効と考える。

## 調 弦

楽器各部の名称を説明しながら調弦を指導する。

『新しいバイオリン教本—1』の7ページから9ページには楽器各部名称の解説図がある。この中で正しい弦の巻き方についてとして、2例が図示されている。この図と、楽器の対応する部分を見せながら、4本の弦が整然と巻かれていないと調弦が難しくなるうえ、弦と弦が擦れ合って切断の原因ともなることを説明する。

椅子に腰かけた状態で、楽器の「エンドピン」部分を腰に当て、E弦とA弦の場合は左手で、D弦とG弦の場合は右手で楽器全体をしっかりと固定し、あいている方の手で「糸巻き」をゆっくり、力を加減しながら回し、締める時は

押し込む様に、緩める時は幾分引っ張るようにして弦を張っていく作業をやって見せる。生徒自身にこの作業をおこなわせ、助言してコツを掴ませる。(図—1)

本来はE弦にだけ取り付ける微調整用の「アジャスター」が4本全部の弦に取り付けられている楽器の場合でも、弦自体に伸びがあるA、D、G弦は、糸巻きによる調弦を習慣とるように指導する。

この調弦方法は、A、D、G、E、各音をそれぞれピアノ等の音と聴き合わせながらおこなうように指導する。

ピアノの代わりに電子メトロノーム等のチューニングマシンを使用する時は、A音を442に設定しておく。

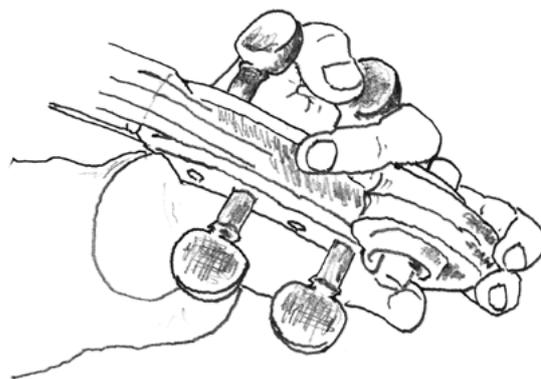
楽器を腰に当てた状態でおこなう調弦に慣れてきた時点で、楽器を通常の演奏状態に構え、弓で二弦を同時に弾きながら、左手薬指、小指を楽器の「うず巻き」に絡ませた状態でおこなう調弦の方法を教える。(図—2.3.4)



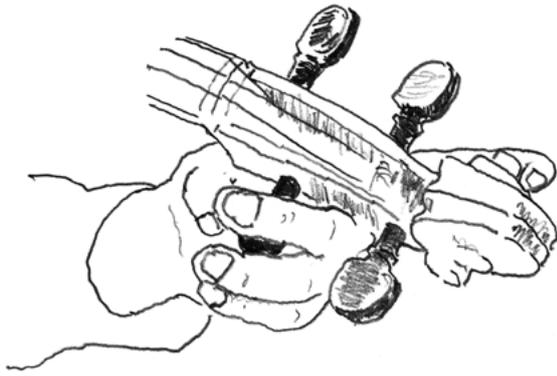
図—1



図—2



図—3



図—4

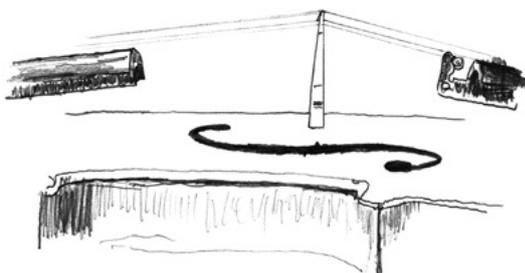
最初、A音をピアノから聞き取り、A弦を調弦した後、A音とD音、D音とG音、A音とE音の、完全5度関係をピアノで弾いて理解した後、それに倣ってD、G、E弦の順に合わせて行く。この調弦方法を指導するのは、概ねレッスン開始から1か月前後となり、学習者は2弦を同時に弾く練習を始める時期と同時になる。

第2（A）弦の調弦後、二つの弦を同時に引きながらおこなう。第3弦、D音をすでに調弦の終わったA音との5度関係によって合わせ、次にD音を基準として第4弦、G音を合わせる。最後に、第2弦、A音を基に第1弦E音を合わせる。この調弦が完了した時点でもう一度ピアノ等のA音と第2弦を聴きあわせ、必要であれば、全4弦の調弦を初めからやり直す。

学習者にとって5度調弦が困難な時は、各音をピアノからとる方法から始めて、徐々に、完全5度調弦に移行し、完全5度音程に対する音感を確かなものにしていく。

初期段階で、正しい調弦方法に習熟することは、その後の上達に深く関わり、音を正確に聞き取る能力と、楽器に馴れる効果大きい。

駒は楽器表面に対して、その背面が直角に立っているのが正常である。（図—5）調弦を



図—5

繰り返すことによって、「駒」が糸巻き側へ徐々に前傾していく。この点検と修正が、頻繁ではないが必要なこと、その修正方法を説明する。

駒の位置がずれたり、倒れたりしないように注意しながら、両手で駒に力を加え、真横から見た駒の背面が楽器に対して直角に立ち、上から見た時、駒の上端が一直線状に歪みのない状態にする修正の仕方をやって見せておく。

### 初期段階での読譜

「新しいバイオリン教本」12ページには、「4本の弦について」として、開放弦（指で押さえない音）がG、D、A、Eであることが、ピアノ鍵盤との対比で図示されている。

これに従って調弦をおこなったことを確認した後、ピアノを使用して、この4つの音、ソ、レ、ラ、ミから始まるそれぞれの音階が成り立ち、ヴァイオリンは、これらを同じ指使い、つまり、指板上へ同じ形で指を配置すると弾けることを説明し、弾いて見せる。

各音階の第3音「ミ」と第4音「ファ」、第7音「シ」と第8音「ド」が半音関係のほかは、すべての音は全音関係にある。これを理解し、開放弦、人差し指、中指、薬指を2弦にわたって指板に置いていくと、1オクターブの音階になる。

この時、中指と薬指が半音関係となって接するが、この手の形は、弓を持つ右手の形とも同一となる。この同一の関係は自然な感覚に繋がり、違った動きをおこなう両手の負担を軽減して左手運指を容易にし、右手の正しい弓の保持にも影響する。

1オクターブの音階には、2弦の使用が必要なため、初心者が弾ける音階は、ト長調、二長調、イ長調の三つに限定される。ト長調音階は、G弦からの開始になるために生じる右腕の負担を考慮して、後に学習する。

教本は、上記の趣旨に沿って、初めは二長調、次にイ長調の練習曲を学習するようになっている。

半音関係の指の間隔と全音関係の指の間隔は、個人差を考慮しても、半音では指同士が触れ合い、全音では指一本分の間隔として理解させる。この差をはっきり意識して運指をすることが音程を作る基本であることを説明し、以上

の指の間隔と音の関係をピアノ鍵盤上で確認してから、音階をピアノと一緒に歌わせ「固定ド」で歌うよりも、「移動ド」で歌う方が、楽に音程をとれることに気付かせる。

楽譜の各段の最初にしか記されていないシャープやフラットの調子記号を各音に付された臨時記号のように感じながら、その都度、半音の上下を意識的に発声する「固定ド」と対比させてみると大多数の者が「移動ド」による読譜に同意する。この感覚をそのまま指の配置関係に移して、ヴァイオリン演奏の左手指の間隔を覚えると、混乱することが少ないと説明する。

これらの説明に対して自身の絶対音感等を主張して抵抗を示す者には、相対音感の重要性、平均律、純正調等を話題にし、初期段階のヴァイオリンの左手の練習には、固定ド読譜が音程形成に有効性を持つことへの理解を求める。

### ボーイング

『新しいバイオリン教本—1』13から15ページの「正しい弓の持ち方」には12枚の写真による良い例と悪い例が掲載されている。

正しい弓の持ち方とは、弓の進行方向に対応して、指が曲げ伸ばしできる余裕を持った、中間的状态であることを説明する。この状態に弓を持つことが、正しいとされる自然な手の形となって、自由な運動を可能とすることを理解させる。

この弓の持ち方の指導方法は「研究ノートⅠ・鉛筆で弓の持ち方を覚える」に記したとおりである。

教本の16, 7ページの「ボーイング(1)」では、中弓、元弓、先弓の構え方の写真が掲載されている。

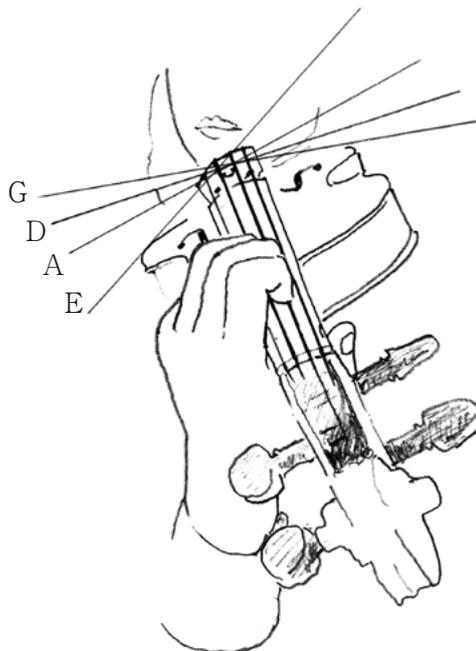
この中の1図、4図、7図の、正しい弓の構え方の写真から、正しい構えは、肩、肘、手、弓と弦の接点、の4点によって平面が形成されていることを指摘し、この中でどこかの一点、極端に曲げられた手首、高すぎる、あるいは低すぎる位置に構えられた肘等により、この平面が成立していないと、腕の自由な運動を妨げることを説明する。(図—6)

この平面は4つの弦それぞれにあり、各弦に対応した平面形成の基準となるのは肘の高さである。(図—7)



図—6

「4つの平面」と、それに対応した「肘の4つの位置」に対する意識を、いつも持つように指導する。



図—7

### 肘に対する意識

ボーイング(弓を弾く動作)の基礎は、弦と直角に交わる弓に、直線運動を与える腕の操作である。この腕の運動には、肩甲骨、鎖骨、肩、肘、手首、手、指のすべてが関係するが、肘関節の屈曲運動によって弓を直線的に動かせることを教える。

ほとんどの人は、肩を支点にして腕全体を動かすので弓は円軌道上を往復する。このボーイングの間違った癖がつかないように、肘関節の働きを指導する。

### 少ない弓使いから始める

教本18ページから「ボーイング・開放弦の練習」として中弓、元弓、先弓と、順次、練習課題譜面と説明文があり、「3通りの練習をすること」として、譜面1、「4分の2拍子、4小節、D音、四分音符、全4小節リピート記号、下げ弓、上げ弓記号付き」が示されている。

この中の「中弓」の使用で肘の運動を体得させる。

正しい姿勢をとらせ、左手をネック部分に手首が曲がらないように沿わせ、楽器を構えさせる。「ナンダロウ」として「ノート1」で記した首の回転、手の内回、外回を実行させ、弓の使用範囲を短く指定して始める。

左手と右手は、同様の形になりやすいことを学習者に説明して、右手の練習の時、左手、特に手首が曲がらないように注意を促す。

弓の中心前後の部分「中弓」を弾く動作は、肘の関節によっておこなわれる。肘関節の運動が、意識された運動から無意識的、習慣的動作になることを目標として指導する。

弓の持ち方が正しいと顕著にはならないが、弓を動かそうとする時、「しっかり持っていないければならない」という意識が働き、指と手首に力が入る。指が硬直し、手は山の形に三角形に尖り、手首は曲がって、腕全体の間節の動きを妨げる。弓の持ち方を正した後、肩甲骨から肩、腕全体が広い半円を作って、大きな木に手をまわしているイメージを持つように促す。このリラックスした感覚が、腕を動かす肘関節の自由な運動を可能にする。

運弓時には、常にカウントし、正確なタクト（奏者自身の意識的で正確なテンポ維持）が習慣になるように指導する。この習慣がつくと、一弓で多くの音符を弾く時、各音符に対する弓の使用配分が適切におこなえるようになっていく。

運弓によって起こる、下げ弓が強く、上げ弓が弱くなる一般的傾向が、拍を意識することでますます顕著になることがある。強拍を弾くダウンボウ（下げ弓）では弓の使用量が多くなり、弱拍のアップボウ（上げ弓）では少なくなる現象がほとんどの学習者に現れる。アップボウの時、右腕に手を添え、下方への圧力をかけて、肘、

肩が上がりすぎないようにしながら、弾き始めた元の位置まで手を押し上げ、上行下行の運弓量が等しくなるように導くことを繰り返し、その感覚を理解させる。

アップボウは、重力に逆らって弓全体を上へ持ち上げていく意識ではなく、右手小指を弓に密着させ、薬指、中指を弓に絡ませて、腕の重さを弓に掛けながら押し上げていく感覚でおこなう。

ダウンボウでは人差指に重心が移るが、アップ時と同様に、中指、薬指を巻きつけ、弓に指を密着させることで腕全体の重さを弓に乗せるように説明する。

手のバランスの移動を意識しながらも、掌は弓と並行の関係を保って常に腕の重さを弓に乗せ、手、手首、腕全体は柔軟性を失うことがない。

弓を、中指、薬指、親指で、柔らかくしっかりと持っている感覚を、「吸いつくように」とか、「接着しても柔軟性が失われない接着剤でくっついているように」と説明する。

以上の指導を通して、弓の毛を、弦と直角の関係を保ちながら、弦に密着して移動させると、安定した振動、良い音が得られることを体験させる。

これら一連の弓の操作は、「研究ノート1」の、右手の「内回」を前提としておこなわれることを再確認し、納得を得ておく。

元弓では、腕全体が上方に位置し、肩関節の運動が主となる。先弓では伸ばされた腕の、肘と共に手首の柔軟さが必要なことを意識させる。この時、手首が極端に、上下、いずれの方向に曲がっても全体の柔軟性を失う。

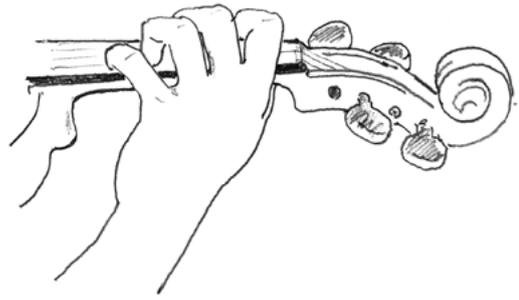
左右の手は同じ形になる傾向があるので、左手首の屈曲にも、常時、注意するよう、ここでも指摘する。

以上の狭い範囲のボーイング、3通りの練習を指導する時、学習者の腕、肘に手を添え弓が直線状を往復するように導く。肘が後方に動く傾向があれば、後ろから肘に手を当てて、「弓を真っ直ぐに使うには、肘はこれ以上、後ろへ行けない、弓を移動させるには曲がっている肘を伸ばすしかない」という意識を「ぶつかる」という感覚を通して覚えさせる。

拍の意識によって弓の上下移動に影響が出ないようにすることは前述したが、ダウンとアップの、どちらから始めても同様に拍が意識でき

なければならない。

このための練習課題が、教本の、32ページ「ニ長調音階でのリズムとボーイングの練習」30番から32番練習曲に、「2種類のボーイングで必ず練習すること」としてダウンとアップの両方から引き始める二つの弓使いが指示されている。このページを示して開放弦使用でのボーイング練習の初期からこの意識を持つよう指導する。



図—8

### 全弓を使う

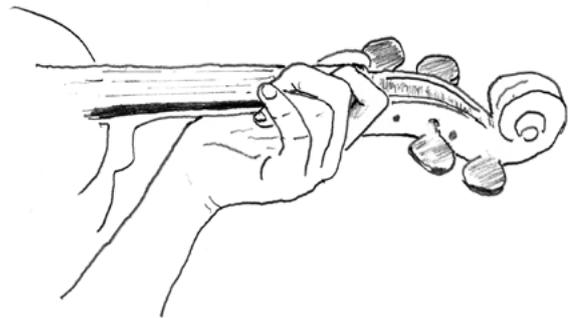
弓の上、中、元で弾く時の、腕の各部分の運動について、理解と意識が明確になり、それらが運動に反映されていることを確かめてから、全弓の指導に移る。

全弓使用はこれまでの三つの運動を連動させ、それらを滑らかにこなせば完成すると説明しながら、やって見せて、動きの全体像を把握させる。

下半弓は肘、上半弓は肩の関節を主とする運動であることを理解し、これに弓を直進させようとする意識が加わると、手首は自然と直進運動を助ける調整をおこなうことができる。

弓の中央点と、弓を真っ直ぐに使うこと、の二つを常に意識しながら練習するように指導する。

しかし、左腕の外回を忘れ、無意識的に左腕を上げ、楽器を、手のひら全体で支える形になると、人差し指（1の指という）は、指の付け根が指板の下にあることで極端に曲がりながらも、なんとか指板を押さえることが出来るが、その他の指は指板の上に用意されていないから、その状態で曲げても、指板を押さえることはできない。（図—9）



図—9

この全弓使用の段階では、弓を上行から下行、下行から上行に移る「返し」については、「手首を柔らかくして」と指導するが、全弓使用が早期に習得できた者に対しては、弓を返す時、指の運動によって、スムーズなターンを可能にする「指弓・フィンガーボーイング」のテクニックがあることを説明しておく。

この指板から離れた位置にある中指、薬指、小指（2～4の指）を指板上に置くには、手首を曲げ、手のひらを潰して、指を振らなければならない、特に小指は遠い所から指板に届かせるため、伸びきって、手全体が、大変不自由な、強張った状態になる。

### 左手運指

左腕の「外回」が理解され、実行されて楽器が正しく構えられていると、指を深く曲げ、指板上に上から4本の指を置いていくのはそれほど難しいことではない。楽器を構えた時点で、手のひらと、人差し指から小指の4指の付け根は、指板と並行になっており、指を曲げ、4本の指を一線上に並べることが自然にできる。

（図—8）

このような時は、鼻の前で両手を重ねる基本動作から再度やり直すと共に、ピアノを弾く手と指の構え、コントラバス、チェロ、ギター等の楽器の左手も、それほど不自然とは感じられず、目で確認することもできて、楽に動かせるのに比べ、ヴァイオリンの場合、左手は、半回転捻った状態で、全部の指を自分の目で見ることが出来ない。この、様子確かめられないことが難しいと感じる原因であると説明する。

両手の指を胸の前で普通に組み合わせた時、

各指は容易く認識できるが、両手を交差させて指を組み合わせてから、捻って目の前に持ってきた、腕を回転させた状態で、右手の中指、左手の薬指などと指定されると咄嗟に反応できない。しかし、指に何か触れると、難なくその指を動かすことが出来る。指は、見えていなくとも、回転されていても、感覚がはっきりしていれば、正確に動かすことが出来ると説明する。

ヴァイオリンを、ギターを弾く時のように体の前に横倒しにして、左手を構えさせる。この状態で左手の指は楽に動かせることを認識させる。そのままの手の状態、指板に指を置いたまま、通常のヴァイオリンを構える体勢、左肘が楽器の下になる状態まで手を添えながら持っていく。背中、肩、腕が、構えられていく楽器の動きに逆らわずについていき、肘からの外回がおこなわれて、手首に負担をかけることがなければ、ギターと同様に指は指板上に構えられ、自由に上下出来ることを理解させ、肘関節の回転、外回が、自由な左手を得る要点であることを納得させる。

腕の回転をおこなわずに、手首を曲げて運指をおこなおうとすると、手の自由は得られないという感覚を、しっかりと持たせる。

以上が理解され、その態勢が体得されると、各指を指板へ上から下ろして、指を立てた状態にすることも、指と指を着けて半音程を作ることも、押さえた指をそのままにして他の指を押さえることも容易に行える。この左手の正しい構えが、運指運動を容易にする基本となり、正しい音程の形成に繋がる。

教本では、左手運指を、初めピチカート（弓を使用せず指で弦をはじいて発音する奏法）でおこなうようになっている。

この指示に従って教本28、9ページ、17番から24番で1から3の指の配置を指導する。17から19番はD弦上、20から23番はA弦上、24番はA弦D弦の混合になっている。この弦によって変化する左右の肘の位置に注意を向けさせる。

運指の際、指はそれぞれの弦の上から指板に下ろされて初めて、しっかりと弦を押さえることが出来る。そのためには、4本の弦に適した肘の位置が、意識されなければならない。これは、前述した右肘には各弦に対応する運弓のための4つの位置があるのと同様で、左右両方の肘に対する注意が同時に必要になる。

ピチカート時の右腕も、弓を使用する時と同じ肘の位置を意識して、手の甲を弓の角度と一致させる。

教本33ページ、34番の「簡単な重音練習」では、2弦に同様な圧力をかけて弾く練習を通して、調弦の練習をおこない、前述の通り、弓で弾きながらおこなう調弦の習熟を図る。

ここまで記した基礎指導に要する時間は約2時間で、週1回30分のレッスン、1ヶ月である。

15回のレッスンで、ほとんどの学習者は『新しいバイオリン教本・第2巻』59番、O.リーディングの「ロマンス」まで進み、ファーストポジションを使用する楽曲の演奏ができるようになる。