

音楽表現における遠い耳を育てる必要性

The necessity in the music expression of habitually,
listen the sound echoing far away

篠澤 友子
Shinozawa Yuko

キーワード：良く聴く、という言葉に潜む落とし穴。近くを意識した演奏と、遠くを意識した演奏の違い。遠くを聴くことを意識させることで生まれる音楽表現の効果

はじめに

先日、音楽仲間と雑談をしながら、「〇〇のホールは、響きがステージの中で回っていて、外に出ていかない。」「〇〇の大ホールは、歌はステージから客席に響いていくが、ピアノの響きは上に上がって行ってしまい、客席に出ていくのが遅れる。」などの情報交換を、話の中で行っていた。これは、演奏に携わる者としては特別なことではなく、日常的な話の中でごく普通に交わされる会話であり、いざ、実際にステージに上がった時には、それらの情報を参考にしつつも、最終的には自身の感覚で響きを確認して演奏する。

当然の事であるが、自分の出している音を自分が客席で聴いて確かめることは、物理的に出来ない。もっと言うと、例えば自分の出している声は、ただ一人自分だけが他人に聞こえているのと同じように聞くことが出来ないのである。別にそれはステージの上に限らず恐らく生涯不可能なことである。録音した媒体などで再現したものを聞くことは出来ても、演奏しながら生の音は聞くことが出来ない。それは歌でもピアノなどの楽器の演奏でも同じであり、手元で出している音と、客席に響いている音は同時に聞くことはできない。それでも演奏家は、今ステージのここで響いている音が、客席に飛んだ時にどのように響いているか…という事を常に意識して演奏している。

それでは、それは演奏家だけが気にすれば良いことなのであろうか？

例えば思わず鼻歌を歌うとき、また自分の癒しのためにピアノを演奏する時、特別に外に向かってどのように聞こえているのかを意識する必要はない。せいぜい近所に迷惑にならないかを気を付けるくらいのものであろう。また、時には自分の中に響かせ、問いかけるような性質の音楽のあり方もあるかもしれない。だが、そのような個人の内省にとって必要な音楽のありようで

はなく、表現の手法として音楽をする時には、遠くへ響かせるという事は、とても大切なのではないだろうか？そしてそれが出来るためには、それを意識しながら音を出す、練習をする、演奏をする、このことを、指導者が具体的かつ積極的に、伝えていくことが必要なのではないだろうか？

今回はこのことについて考え検証してみたい。

1. 耳の使い方への疑問

例えば、昨今では様々な会場（音楽ホール）を使い音楽のコンクールが開かれている。筆者は自分の生徒のコンクール出場に伴ってそれを聴くこともあれば、審査員として招かれて、点数やコメントを書きながら大勢の出場者の演奏を聴く機会が毎年何回かあるのだが、そのような時でさえ、（というのはつまり、その曲に集中して十分に練習を重ね、多くの指導を受けてきたであろうと思われる状態の演奏でさえ）音の響かせ方に問題があるのではないかとと思われる演奏がたくさんある。例えばピアノなら指は回っているのに、音が客席まで響いてこなかったり、力んでしまって固く汚い響きがピアノの所で留まっていたりする演奏がよくある。これは練習の量ではないはずなので、音の方向性を考えるイメージや、耳の使い方に問題があるのではないかと考えるのが自然ではないだろうか？

そして、先ほどの自分の出している音を自分自身が遠くで物理的に聞くことが出来ないという事実を鑑みるに、演奏しながら、**遠くを聴くことのできる耳を育てることが**、音楽表現には必要なのではないかと考えた次第である。

もちろん、普段からそのような事の必要性を感じて指導されている指導者もたくさんいるであろうし、自然に身につけて遠くの響きも聴きながら演奏をしている者も大勢いるはずである。筆者も、普段から自身の指導の中では繰り返し伝えるようにしている。というより、美しい響きを出そうとすると、遠くの音を聴こうとするようにすることは、筆者の中では必要不可欠なのである。にもかかわらず、筆者自身、限られた人からしかそのような指導を受けたことが経験としてあまりない。そして、一生懸命弾きながら、響きが遠くに響いていかないピアノの音や、一生懸命歌いながらのどに力が入り、美しく響いていかない歌声を聞くたびに、遠い耳を育てる必要性を強く感じるのである。

2. 「良く聴いて」という指導者の声掛け

当然ながら、近くの音をしっかりと聞くことも大切で必要なのは言うまでもない。音楽を表現する時、自然に出した音は自身の耳に聞こえてくるので言われなくても音は聞こえる。それなのに、指導者の「良く聴いて」という言葉を発することのなんと多い事か？！恐らく、「良く聴いて」という言葉を使ったことのない音楽指導者はいないのではないだろうか？

そもそも音楽の指導に当たり「良く聴いて…」はごく当たり前に使われる言葉である。また、表現している本人も、指導者からのこの問いかけに、もっと良く聴こうと思って応えようとするのが普通である。

しかし場合によっては、ちゃんと聞いているのに、何を言っているのか意味が解らないと内心感じることもあるかもしれない。

なぜなら、この、聞く、聴く、といった言葉の意味自体が、非常に多くのものを内包しているので、言われた側と言った側が同じ認識を共有していない限り、正しくその意図が伝わることは難しいからである。

聴く耳を持つという事は、本当に複雑で難しい。

まずは周波数的にある程度標準的な聴力を持っていることが、聞くことが出来る基礎として要求されるであろう。若い年齢の人だけが聞こえるといわれるモスキート音が聴き分けられるくらいであれば最も望ましいのであろうが、例えばピアノを演奏するなら、せめてピアノのすべての音が（倍音がどこまで聞こえるかはさておき）一通り聞こえる、くらいは最低限必要であろう。これは要するに、音の高低を聞き分けられること、にとつて必要だからである。そして音楽を表現したり、聞いたりする時の耳の聴き方は、周波数的な音の高さや質を聞き分けられるという意味の耳の良し悪しに加えて、美しさを判断できる耳、音色の違いを聞き分けられる耳、など様々な要素を聴いて判断できることも、求められるのである。

例えば二つの演奏があったら、そのどちらがどのように良くて、もう片方がどのように良くないのかなど、（場合によって個人の好みでそれは意見が分かれても良いのだが、）その違いが解ることが、まずはとても大切である。だからこそ、「良く聴いて」という言葉は確かに必要とされていて、いろんな場面で投げかけられるのである。

3. 聞くって（聴くって）どういうこと？

しかし、前述の「良く聴いて」の内容を考えて突き詰めていくと、どんどん音を出しているその場に考えが集中してしまいがちではないだろうか。どうしても今出した音、今聞いた音をとらえようとする内側に意識が行って、自分の周りの狭い範囲に集中してしまう。しかし筆者が今回問題があるのではないかと考えているのが、まさにその「良く聴いて」が意識を狭めてしまった時のことなのである。

ここで、もっと広い視点から聞くという事を考えてみたい。

脳科学的に分析するよりは、出来るだけ普通に誰でもがイメージできる方法で…例を挙げてみたい。

聞く、聴く、という日本語には例えば

聞き耳を立てる…

耳をそばだてる…

など、その聞き方と一体となった言葉がある。

これは、何か物音がした時にフッとその方向の音を聞こうとする状態のことであり、耳をそばだてる…とは、あまり遠くない距離でジッとそこの音を聞こうと集中する行いであり、もう一例の、聞き耳をたてる、は一方向に集中して音を良く聞こうとする状態のことでありどちらも似た意味の言葉である。

これらは人に限った状態を表す言葉ではないので、例えば犬や馬などの動物だと、大きな耳を立てて聞こうとする方に動かす、という視覚的に他者からもはっきりとわかる行動であるので客観的にわかりやすい。

しかし、人間の場合（非常に器用で、少し耳を動かせる人も中にはいるが）普通は、視覚的にわかるほど耳は動かない。あえて言えば、頭全体、そして目が、気持ちの集中しているように動きを伴うことが多いので、客観的に認識する参考にはなる。かといって、必ずすべてが頭と目の動きを伴うわけではなく、目を閉じて、頭を動かさなくても、一定の方向の音に集中は出来るわけで、音楽を演奏する時の耳の使い方は、どちらかというところらに近い。なぜなら、例えばピアノの演奏をする時に、客席に響く音を聴こうとして、客席のほうを向いて演奏することはピアノと椅子の位置からして困難であるし、顔だけ横を向いて目で客席を見て演奏するわけにもいかないからである。ただ、歌の場合は、合唱の場合も一人で歌う場合も、客席のほうを正面として向いて演奏することが多いので、演奏者は声を届けたい場所を目でしっかりととらえる事で、音の響いている場所に、耳を集中させることが出来るかもしれない。

4. 遠くの音を聴こうとすることは、音の響きに影響をもたらすのか？

それでは、聴こうとしている場所と演奏する時の響きに、具体的に関係はあるのだろうか？
筆者の考える、遠くを聴こうとすること、は、音楽表現に良い影響を与えるのだろうか？

また、それは指導者の遠くを聴くことのできる耳を育てること、で可能となるのであろうか？

もし、指導に関係なく見ている方向に音が響いて美しく響く演奏が出来るのなら、歌や合唱の場合は客席を見て、前を見ているわけなので、誰もが自然と客席まで響く演奏が出来ているはずである。つまり、演奏者のいる位置より遠くに響き、客席に音が響いてきていて良いはずである。しかし、実際にはそうではない。筆者は合唱コンクールの審査委員も何度も務めているが、ピアノの演奏や他の器楽の演奏で感じるのと同様の、客席まで響きが飛んでくる演奏と、音がステージの中で留まってしまい遠くまで響いてこない演奏との違いは歌でも合唱でも確実にある。そしてそれは、若いから声が飛ぶ、とか高齢者が多いから声が飛ばないといったことではなく、年齢に関係なく相違があるのである。これは、前をしっかりと見ていれさえすれば会場、客席に響いている音をとらえられるものではないことを示しており、解決するには、遠くを聴く耳を使うように促すことが必要なのではないかと考える理由の一つである。

しかしながら、その検証はなかなか難しい。なぜなら、筆者自身の指導ではピアノの指導でも、歌の指導でも、普段から音の聴き方、耳の使い方は何度も繰り返し指摘意識してもらっているところであり、その同じメンバーでは、聞いてない場合との比較検証ができないからである。

5. 検証のチャンス

そんな中、今回、偶然普段筆者が指導をしていない人たちに対する合唱指導の機会をいただ

いた。それは、2018年9月21日に、長野県上田市の総合文化施設サントミュージゼ大ホールで催される、『第二楽章を語り継ぐ会』主催のコンサートに参加するための特別合唱団の指導と指揮であった。概要を説明しよう。

上田女子短期大学のある上田市には、塩田平に戦没画学生慰霊美術館「無言館」がある。この美術館「無言館」の存続のために、…『無言館』よ、いつまでも…と題してチャリティー朗読コンサート2018が、企画された。出演は、女優の吉永小百合さんと、ギタリストの村治佳織さんである。

この「無言館」には、感銘を受けた多くの人々がこの美術館にちなんだ曲を作っており合唱曲もいくつかあるが、二年前の2016年の7月に、「無言館」の館主、窪島誠一郎氏自身による作詞に池辺晋一郎氏が書き下ろして作曲した混声合唱組曲「こわしてはいけない～無言館をうたう」が作られた。内容は、

第一章 人は絵を描きたい

第二章 こわしてはいけない

第三章 半分の自画像

第四章 マフラー

第五章 なぜですか

第六章 抱きしめよう

の、全六章から成っている。

企画は、この第一章の「人は絵を描きたい」を、吉永小百合さんが朗読コンサートの中で朗読し、残り第二章から第六章までを、前述のコンサートの第一部のステージで、そのために結成された市民合唱団が混声合唱で歌うというもので、特別合唱団として2018年5月28日付で広く募集された。

募集要項は、前述の経緯とコンサートの日程と会場を明記したうえで以下の通りに記された。

特別合唱団の募集 / 先着100名

指揮（練習、本番とも） / 篠澤友子先生（上田女子短期大学非常勤講師）

ピアノ（練習、本番とも） / 宮入有子先生（公益財団法人 日本ピアノ教育連盟会員）

レッスン / 土、日を中心に月2回程度、本番まで8回位を予定。

レッスンスケジュール

6月9日、6月24日、7月29日、8月4日、8月18日、8月25日、9月8日、9月15日、以上全8回

時間はいずれも13：30～16：00

この内容に沿って、長野県全域から合唱団が募集され上田市、長野市を中心に、伊那など遠方からも歌い手が集まり、中には群馬県など県外から参加する人もいた。参加人数は最終的には100人を少しオーバーして、毎回の練習に全員が参加できるわけではなかったものの、毎回70人前後の多人数での練習となった。

この中には、筆者の普段かかわっている合唱団からの数名の参加者も含まれている。具体的には坂城コーラスより女性2名、混声アンサンブルNOVAより女性1名、佐久病院コーラス部より女性2名男性1名の、計6名である。

つまり、この6名以外は、普段演奏の指導にかかわっていない約100名の合唱の皆さんに対する、6月から9月までの短期間での集中的な指導の機会を頂くことができた。

そこでこの機会に、サントミュージゼ大ホールの客席まで届く響きの指導に注力するとともに、指導の仕方によって、短期間で音の聴き方は変えられるのか、またそのことによって音楽を表現する時に良い変化はもたらされるのか、を検証してみることにした。

6. 良く聴かないこと、を指導する

合唱曲がかなり難しい音の取りづらい内容であり、第2章から第6章までの5曲を、初めてこの曲を歌う人も大勢いる中での全8回の練習でステージに上げるというハードなスケジュールの下で練習が始まった。

そのため、一曲ずつの中で細かく部分的に手を入れることは時間的に困難であるので、まずは練習の冒頭の発声練習のときに、音の聴き方を近くで聴かないでください、と繰り返し伝えながら最終的に遠い響きをとらえられるところに目標を置いて練習を組み立てた。(ただし、これは筆者にとっては特別なやり方ではなく、普段の指導とほとんど変わりはない。が、それを各曲の中ではあまり具体的に手を入れる時間がとれない、また個人的な指導も時間的、人数的にも無理であったので、常に全体に向かって、音の聴き方を口頭で投げかけるやり方に絞ったという事である。)

音を再現することは困難であるが、少し具体的にその指導の手順を記してみよう。

- ① まずは呼吸法から練習に入る。これは腹式呼吸とは、腹筋や背筋よりもまずインナーマッスル(体幹)が大事であるという、ニューヨーク帰りの指導者(映画の吹き替えなどをされている山中氏)から発声法の講義で教えてもらった方法であり、ゆっくりと息を20秒以上かけて吐くことにより、体の幹と腹筋が意識される。
- ② 次に細かく息を区切ってスッ、スッ、スッ、と30秒出す。ずっと30秒続けると酸欠になりそうになるので、7つ続けたら1つ休み30秒間これを繰り返す。
- ③ 前の練習で息を使ったのと同じテンポで、口を開いてハッ、ハッ、ハッ、と腹から息を出す。手を頭の後ろに添えて、目線を上げて自分の頭より高い位置の遠いところ(練習会場では目線の先の壁になるが)を、しっかりと強く見つめながら、同時に顎を下げて口に力を入れずにこれが出来るようにする。これは体を温めながら腹で支えて息を出す呼吸法の練習であるが、この時点で自分の声を一生懸命出そうとするのどが鳴り声帯に力を入れた力みのある音がする。それを避けるために、ここで大切なのは自分の声をけっして聴こうとしないことであり、遠くを見て顎を楽に下げることでのどに無理な力を入れずに息が楽になることを体験するように促す。ここまでの三つの練習で、慣れていない人には体の使い方がハードなようで、苦しうに息を吐く人も多いため、合唱は

(実際には音楽するという事が、であり、他のピアノも楽器もすべて同じであるが) スポーツと同じであり、楽器、つまり歌の場合自分の体を良く鳴らすためには自分の体を常にしっかり支え、そして良い声を出そうとして自分の音を聴こうとしないこと、が大切だと伝える。

- ④ ③の呼吸法のままで、音程をつけてハッハッと声を出す。この時も自分の出している声を聴きながら出そうとすると遠くまで響く音は出せない、出来る限り自分の声は聴かないように注意を促す。
- ⑤ 次に、ハミングで、自分の顔の面の部分（お祭りで売られている顔のお面の部分と同じ場所）に、口を閉じた状態で良く響かせる。この時に、口は閉じているわけなので、口から息を出さなくても音は響かせられるのであることを認識してもらう。また、このハミングからムンツと遠くに向かって息を飛ばすと、会場になり響く遠くまで飛ぶ音が出せることも体験してもらう。ここでも、自分の出している音を近くで聴こうとしないことが遠くまで響かせるためには大切だと指摘する。
- ⑥ ムン、ミン、メン、モン、マンの順番で、⑤の出し方での五つの母音すべてを出してみる。
- ⑦ ホッホッホーの音で、頭の上の方向を意識して音を響かせてみる。うまくできたら次は頭の後ろの方向にも音を響かせてみる。どちらも出す音を聴こうとした瞬間遠くには響かなくなるので、出来る限り近くで聴こうとしないこと。自分の声を確認めたければ、会場に響いて返ってくる音で確かめるつもりで、出来るだけ耳を遠くに使う事をうながす。

以上の発声練習が済んでから、実際に歌う曲の練習に入る。練習の中でも響きが汚くなった時には、出来る限り発声練習の時と同じ歌い方と耳の使い方で曲を歌えるようにすることが、会場に美しく響く歌を歌うことにつながることを伝えるようにした。

そして、何回かの練習を経て大体全5曲の音取りが出来てきたころ、全8回の練習の6回目となったところで、以下のようなアンケートをその6回目の練習に参加していた合唱団全員に配り協力してもらえ人から回答をいただいた。

以下がそのアンケートと回答の集計である。

紙面の都合上、集計は別にまとめずアンケートの間の横に集計結果を挿入した。

また、無記名としたため、その6回目の練習に参加していた筆者の普段指導している合唱団のメンバーが女性で3名アンケートに含まれてしまっている。このため問8、や、問9では恐らく回答に1の答えがその人数分多く混ざってしまったと思われることを了解頂きたい。

また、当初年齢別の集計も考えたが、男女差は多少あったものの、年齢別による回答にはほとんど差異が認められなかったため、集計は一つにまとめ、隣に男女の別をカッコ内に記した。集計結果が必ずしもアンケート回収の総数と一致していないのは、部分的に未回答のものがあったことによる。

7. アンケートとその集計

アンケートには以下のことを明記してお願いした。()内はアンケートの結果であり、計とあるのは男女を合わせた数、総数とあるのは設問全体の有効回答数、()の中に二つ数字が並んでいる場合は左側が女性、右側が男性の集計結果である。設問5と設問14の後には自由記載の欄を設けたが一覧の中では集計できないため後ほど簡単に触れたい。

《以下アンケート全文》

このアンケートは、音楽を演奏するときの耳の使い方（聴き方）に関するアンケートです。

上田女子短期大学発行の紀要に掲載する論文のための調査で、責任者は篠澤友子です。

ご無理のない範囲で、是非ご協力をお願いいたします。

(()内はアンケートの結果。左側が女性 右側が男性)

あなたの事について、ご記入をおねがいします。

問1 1. 女性 (51) 2. 男性 (24)

回収アンケート総数計75

問2 1. 20歳未満 2. 20歳～39歳 3. 40歳～59歳 4. 60歳以上
 (0 0) (0 1) (10 1) (39 22) (年齢無回答2)
 計0 計1 計11 計61 計2

総計75

今までに、合唱やピアノ、吹奏楽などの音楽の経験がお有りでしたら教えてください

男女合計 (カッコ内左女一右男)

問3 1. 今回が初めて 計3 (3-0)
 2. 10年未満 計16 (7-9)
 3. 10～20年未満 計16 (10-6)
 4. 20年以上 計40 (31-9)
 5. その他 計0 (0-0)

有効回答数計75

これまでの音楽経験の中で(今回の指導以外で)、良く聴く、と言う事を指導の中で言われた経験がありましたら、どのくらい、また具体的にはどのように言われたのか、教えてください。

問4 1. よく言われる 計35 (24-11)
 2. 時々言われる 計20 (16-4)
 3. あまり言われない 計11 (5-6)
 4. まったく言われない 計2 (1-1)
 5. その他 計0 (0-0)

有効回答数計68

問5 具体的にどのように言われたのか、覚えている範囲で教えてください。

音楽を演奏する時に、自分では良く聴くことに注意していますか？

問6	1. いつも良く聴いている	計43	(29-14)
	2. 時々聴いている	計30	(21-9)
	3. あまり聴いていない	計2	(1-1)
	4. わからない	計0	(0-0)
	5. その他	計0	(0-0)

有効回答数計75

今回の指導の中で何回か「自分の声(音)を聴かないでください」、という風に言われたことがあると思いますが、覚えていますか？

問7	1. 良く言われた。覚えている。	計51	(38-13)
	2. 少し(何回か)は言われた。	計8	(8-0)
	3. あまり言われていない。	計4	(4-0)
	4. わからない	計1	(1-0)
	5. その他	計0	(0-0)

有効回答数計64

今回の指導(または今回と同じ指導者の練習)以外の練習で、自分の声(音)を聴かないで下さいと言う指導を受けたことはありますか？

問8	1. 良くある	計10	(10-0)
	2. 少しある	計19	(11-8)
	3. ほとんどない	計40	(25-15)
	4. わからない	計5	(4-1)
	5. その他	計0	(0-0)

有効回答数計74

良く聴く、という事の中には「近くの音をしっかり聴く」場合や「遠くに響く音を聞こうとして聴く」など、いろいろな聴き方があります。今回の指導者の練習に参加する前に、練習で音楽を演奏しながら聴くときに、近くで聴くか、遠くを聴くか、などの聴き方は意識していましたか？

問9	1. 良く意識していた	計12	(9-3)
	2. 時々意識していた	計21	(14-7)
	3. あまり意識していなかった	計38	(25-13)
	4. わからない	計1	(1-0)
	5. その他	計0	(0-0)

有効回答数計72

自分の声(音)を近くで聴かないで出す、という事は、実は周りの音が聞こえて、またホールなどでも良く響く遠くに響く音を出すことにつながる練習なのですが、やってみていかがでしょうか？難しさ、効果が感じられるか、もっとやってみたいかなどの感想を教えてください。

問10	1. あまり難しくない	計11	(9-2)
	2. 少し難しい	計36	(26-10)
	3. とても難しい	計22	(12-10)
	4. わからない	計3	(3-0)
	5. その他	計0	(0-0)

有効回答数計72

問11	1. 効果がある、前より響いている感じがする。	計31	(25-6)
	2. 少し効果があるような気がする。	計30	(18-12)
	3. 効果は感じない、または以前のほうが出しやすく響いていると感じる。	計2	(0-2)
	4. わからない	計8	(4-4)
	5. その他	計0	(0-0)

有効回答数計71

問12	1. もっと続けてやってみたい	計50	(36-14)
	2. 少しならやってみたい	計14	(8-6)
	3. あまり続けたくない	計1	(1-0)
	4. わからない	計6	(3-3)
	5. その他	計0	(0-0)

有効回答数計71

体を使って声（音）を出す、息の方向を考える、遠くを見る…などは具体的に遠くに音を響かせるための方法ですが、この方法は自分にとって役に立ったと思いますか？

問13	1. とても役に立った	計62	(48-14)
	2. 少し役に立った	計12	(2-10)
	3. あまり役に立たなかった	計0	(0-0)
	4. わからない	計0	(0-0)
	5. その他	計0	(0-0)

有効回答数計74

総合的に、遠くに響かせる、と、遠くを聴いて演奏する事を意識することは、演奏の表現力に良い効果が与えられたと思いますか？

問14	1. 効果がある。	計62	(46-16)
	2. 少し効果がある	計6	(2-4)
	3. あまり効果はない	計0	(0-0)
	4. わからない	計5	(3-2)
	5. その他	計0	(0-0)

有効回答数計73

ご協力ありがとうございました。最後に、何かご意見がありましたらなんでもお書きください。

《以上アンケート全文と集計結果》

8. 結果の分析

75人からのアンケートへの回答をいただいた。年代としては60歳以上が61人と最も多かったが、合唱など音楽の経験は20年以上が多いものの、今回が初めてから10年未満、20年未満と様々な経験値の人が参加していることがわかる。

また、良く聴いて、という事を、指導を受ける中で今までに言われたか、の設問には、まったく言われない、はわずかに2であり、あまり言われないが11、良く言われる、と時々言われるを合わせると55であり多くの人が今までの音楽の経験の中で、「良く聴いて」といわれた経験があることがわかった。そして、注目すべきは、設問6である。音楽を演奏する時に自分では良く聴いている、と時々聴いている、を合わせると73の回答者が、演奏する時には良く聴くことに注意をしていることがわかる。

この人たちに対して、今回の練習で常に投げかけたのは、「自分の声（音）を聴かないでください。」という指示である。

設問8、設問9、設問10の回答を見ると、40名の人がそのような指導をされたのは初めてで、またそれを実行することに58名が難しいと感じていることがわかる。また、38名と半数以上の回答者が、音を近くで聴くのか、遠くを聴くのかなどの聴き方は意識したことがこれまでなかったことがわかった。

それでは、果たして「良く聴かないで」という指導は音楽の演奏に影響を与えることは出来たのだろうか？アンケートまでの6回の練習の中でどのような変化があったのだろうか？

アンケートの結果は思っていた以上にはっきりしたものであった。

良く響かせることに効果がある、と、少し効果がある、と感じた人を合わせると61名、80%以上の人が何らかの効果を感じていて、64名、85%以上の人がこの練習をもっと続けたい、もしくはもう少しやってみたいと答えた。

驚くべきは、設問13と設問14の回答である。設問13では、なんと74名と、1名を除き、ほぼすべての人がこの方法が自分にとって、とても、もしくは少し、役に立ったと答えているのである。これは想像以上であった。また、最後の設問14で、遠くに響かせる、と、遠くを聴いて演奏することを意識することは、演奏の表現力に良い効果が与えられたと思いますか？の間、これこそが今回の検証の答えになるのであるが、以下の回答を得られた。

有効回答数計73のうち	効果がある。	62名
	少し効果がある。	6名
	わからない。	5名

このほかに、自由回答に記載された意見を少し上げてみよう。

- ・この練習はとても大切だとおもった。
- ・以前と比べて自分なりにつかめてきた。
- ・今まで受けた指導とは違うがとても勉強になった。
- ・今回のアプローチの仕方がとても科学的、生理学的だなと感じ、よく理解できます。
- ・発声や聴き方についての指導を受け、「初めてだなあ」「いいなあ」「うまく出せるようになった

てきたなあ」と実感しているところです。

- ・指導は難しかったが引き込まれました。
 - ・大変興味深いレッスンだった。
 - ・あきらめないレッスンがうれしかった。
 - ・具体的な指導がとても勉強になりました。
- など、多数の感想、意見をいただいた。

今回特筆すべきは、音楽の経験が10年20年に及ぶ人たちでも、たった6回の練習で本人が表現の仕方が変わったと実感できるような効果が出たことである。

ほとんどの参加者が長い年月、良く聴くことを心がけて音楽をしてきており、真剣に上手になりたいと思いつながりながら音楽表現をしてこられたのだと思う。ちなみに設問5の、「今回の指導以外で良く聴く、という事を具体的にどのように言われたのか」という問いへの自由回答では、「他のパートの音を良く聴いて、」と言われるという回答が最も多く、「自分の音程を良く聴いて、」と言われるというものもあった。

その人たちに今回の練習で筆者が繰り返したことは、音楽をするために自分で出している音を、近くで聴こうとしない、という事である。それは一見良く聴くという事に反するようであるが、実は遠くの音を聴こうとしたときに、一番邪魔をするのは近くの音を気にしてしまうことに他ならない。いま、自分で出した音を、どのように表現できているか気になり良く聴こうとすると、意識が近くに置かれてしまう。そしてそれは、結果的に遠くの音を聴くことを邪魔してしまう事になりやすいのである。耳が自然に遠くの音が聞こえるように、音楽を自身で表現しながら遠くの音を聴くのは容易なことではない。だからこそ、指導者は常にそれを意識して指導の時に投げかけるようにする必要があるのではないだろうか？

当然まず音やリズムがわかったうえでのことではあるが、その上で、遠い耳を育てる、ことは音楽の表現を豊かにする、演奏に欠かせない要素であると考える。

もちろん、今回のこの検証一つを持ってすべての事例に当てはまると考えるのは早計であろう。しかし一つの実証として、遠くを聴くように促す指導の有益性は示されたと考えて良いと思う。より多くの指導者と、演奏者が、遠くを聴くという事の大切さに気が付き、より素晴らしい音楽表現がなされることを望むものである。

9. まとめ

自分の表現した音を良く聴こうとするとき、遠い耳を持った演奏表現になれた者は、例えばホールでは、今出ていく音ではなく、それがホール全体に響いていくイメージを持ちながら演奏し、そして自らの出した音は、ホールから反響して返ってくる音で判断をする。

不安な時は、客席で信頼できる耳の持ち主にバランスを聴いてもらい、それを演奏に反映させる。自分の今出した音を聴こうとせずに、近くを一生懸命聴こうとすることから解放されたときに、初めて周りの音が聞こえてくるのである。その瞬間こそ、今自分が出したそこにある

音ではなく、遠くに心地よく鳴り響いていく、いわゆる響きとしての音がとらえられるようになる。すなわち、自分の出す音を近くで確認しようとしないうように促すことこそ、遠くを聴きながら演奏するための大切な一つのポイントになると考える。

ちなみに、私が昔一生懸命良い音を出したい、良い演奏が出来るようになりたいと思って自分の音を良く聴いて歌っていたころ、ウィーンで、ボイストレーナーの先生、クリストファー・ノートン・ウェルシュ氏に言われた言葉がある。「あなたは、どこに音を探しに行こうとしているのか？あなたの声はそこにあるのに…」

そして何回かのレッスンを受けて、一生懸命声を出そうとしていた力みがとれたとき、声をきこうとせず、体を使うことを考えて、のどを楽に頑張らないでいると、遠くの音が良く聞こえ、自分の声が楽に飛んでいく体験をすることができた。

良く聴く、という言葉に潜む落とし穴、

一生懸命になりすぎて、耳をそばだててはいけないのだ。むしろ気持ちを近くに残さず、遠くに響いていく音を聴こうとする遠い耳をこそ育てる必要があるのだ。

今回の検証は歌で行ったが、ピアノの表現でも恐らく同じである。

難しいパッセージを弾こうと一生懸命になっているとき、自らの師から言われることがある。「そこは、指にまかせてしまえば良いのよ」…と。何も考えず、指にまかせて弾こうとしたとき、魔法のように楽になり、音はキラキラと輝き遠くへと響いていくのである。

一生懸命になるあまり、近くに気持ちが寄りかんでしまっていたのだ。

気づかせてくれた恩師、ピアニストの寺田悦子氏に心から感謝するものである。