

ピアノ基礎技法

～ハノン、チェルニーを問い直す～

The Basic Piano Techniques ～Concerning Hanon and Czerny～

(2000年3月31日受理)

大 山 佐知子
Sachiko Oyama

Key words : 素音, 手首

We would like to examine two basic piano textbooks ; Hanon and Czerny and see why they are effectual. We examine of the fundamental application of the hands, focusing on the use of wrists. We will be happy if this consideration can be a useful introduction to the beginners, especially from the technical point of view.

従来から、基礎教本として欠かせない、ハノン、チェルニーを検証し、これがなぜ有効かを考える。また、これを生かしつつ手の使い方の根本を、手首に注目して考える。更に、これを確認することにより、技術面から音楽的な方向へ導く入り口を示す。

はじめに

今日、ピアノと言う楽器は、インテリアの一つとしても考えられるようになるほど普及し、教養として習う人から専門的に習う人まで、幅広い楽しみ方をされるようになってきた。ドリル式に教本をこなしていくことは、耐えられる人と、耐えられない人ができ、もし耐えられても意味があるかを問われるようになってきた。

日本では一般に、バイエルから入り、専門的に進むつもりがあればハノン、チェルニー、バッハも（特に受験に必要ということで）勉強するのが、少なくとも昭和の時代には普通の考えだった。しかし、受験も個性を生かして得意なもので受けられるように、自由曲の指定が多くなった。また、既に多種多様のコンクールも、より個性的な魅力的な演奏を要求されるようになった。

裏をかえせば、レベルが高まり何でもこなせる人が多く出ても、没個性を問題にされるようになったといえる。「まず技術」と言われていた時代が終わり、今は「個性」を問われる時代なのである。「個性」とは何か、当然、演奏する中で表現しなければならない。人に違いが解るように、「表現」する

方法があるはずだ。多くの先駆者の人達によって、新しい教本も続々登場し、迷うほどの数になった。先に揚げたバイエル、ハノン、チェルニー、バッハの取り入れ方も従来通りでよいのか問われるようになってきたといえる。

今回は、専門分野に入るための基礎として欠くことができないハノンと、種類と曲数の豊富さから、また進度の目安として使われやすいチェルニーの教本を取り上げ、その目的と意味を考え直したい。

〈ハノン、チェルニーについて〉

まず、ハノン、チェルニーは、どうして専門の教材として取り上げられ易いのかを考えたい。はじめに述べたように、この二つの教本から試験の課題を出されることが長く続いていることが一番の理由だと考えられる。専門として音楽を志していく場合、しないわけにいかない。

では、なぜ試験の課題として選ばれているのか。それぞれ、もう少し内容を比べてみる。

ハノンの教本は一冊にまとめられており、その内容は、他のどの教材よりも単純なものである。音楽的要素を全部排除し、鍵盤に指を並べて置くことから始まる。最初は白鍵だけを使い、やがて黒鍵も使うようになる。この段階で全ての鍵盤を扱い、どんな曲でも無理のない指使いができるようになることが望ましい。つまり、何調でも迷うことなく不規則な鍵盤を押さえる指使いができること。これが、「音階」の練習として書かれている39番である。しかも、これを覚えているだけで新曲を譜読みするときの指使いの決め方の予想が速くなる。

チェルニーの教本は数冊に分けてまとめられており、その内容は、他のどの教材よりも幅広く簡単なものから複雑なものまでである。音楽的要素を取り入れようとして段階が進むほど曲らしく作られている。ここでは、ハノンよりも簡単な段階の教材は省き、専門の教材として必ず進度の目安として使われるものを取り上げたい。まず、技術的に困難な部分を練習するための根気が必要になってくる「30番練習曲集」、次に、困難な部分が増えて耐えがなくなる「40番練習曲集」。更に、「50番練習曲集」、「60番練習曲集」に進むには、それまで以上の努力と短期間に技術を身につける集中力が必要になってくる。以上のように大きく分けて3段階あり、その中でも選択の幅が30曲から60曲まであり、同じ課題を出すことを何年かは避けられる上に、曲は違っても同じ曲集からの選択であれば同程度の技術力が判るといふ便利な教本である。

このように、ハノン、チェルニーの教本は、これほどはっきりと技術力を見るものではなく、専門として続けられるかどうか現状を見極める最適な教本であるため選ばれたことは、誰の目にも明らかである。

次に、前述したハノン、チェルニーの教材の欠点をあげてみよう。

ハノンの教本の場合、1小節のパターンの上行形と下行形しかなく、60番の内59番までが16分音符で書かれており、最後の60番だけはトレモロの練習のため32分音符で書かれている。1音ずつ両手を合わせることから始まり、オクターブまでの重音、和音の形を最後まで両手で合わせる。つまり、12種類しかない鍵盤の押さえ方の基本形を、60種類に分けてまとめており、これほど機械的な

ものはないのである。これを基本の音形として、いろいろなリズムの練習を行うようにまとめて示されているが、パターン化していることに変わりはない。技術に偏りすぎて、音楽的に演奏することができなくなると言われる理由がここにある。

チェルニーの教本の場合、1曲ずつ取り上げてみると、それぞれ、ある一つのリズムや音形の習得のために作られているので、パターン化していて変化に乏しい。あくまでも練習曲ではあっても、その域を越せない。つまり技術的に、ピアノの表現の幅を広げようと、さまざまな音形を編み出しているもやはりパターンの拡大であって、やはり音楽的とはいえないと言われる。

この、欠点としてあげられる音楽的でないとはどういうことか。これだけ浸透している教材だけに、この欠点を無意識に身につけてしまっている人も多いかもしれないのは問題である。もしかすると私自身も、ハノン、チェルニーを習得する間に誤って身につけたかもしれないということを考えると恐ろしくなる。

この「ピアノ基礎技法」をまとめるにあたり、このような欠点をふまえてどのように導いて行くと、このハノン、チェルニーも効果的に身につけ、音楽的な方向につながるのかに焦点をあてて考えたいと思う。

〈ピアノ基礎技法について〉

ここで取り上げるものは、ハノンの教本においては、第1部の1番から20番、チェルニーの教本においては、「30番練習曲集」「40番練習曲集」「50番練習曲集」「60番練習曲集」に限らせて頂きたい。そしてこれらの練習曲をどのような目的意識で取り上げると効果的なのかを考えていく。

〈ハノンにおける基礎の考え方〉

5本の指をほとんど並べて置いただけで始まる1番。すこしずつ形を変えて20番に至る。楽譜は、左右の指で同じ音形を練習するようになっている。

1 番

M. $\text{♩} = 60-108$

20 番

各指間の拡大

私は、この1番から20番までの間に、“手首を意識すること”を基礎として身につけるよう提案したい。基本になる“自分の音”ができるまでは、リズム練習は奨めない。

指導の段階としては、次のようになる。

打鍵準備の後 1. マルカート 2. スタカート 3. レガート の3種類で行う。

本来、両極端な奏法は、スタカートとレガートで充分なはずだが、どちらも手首の位置を決定することが難しいので、敢えてマルカートから指導し始めることが望ましい。

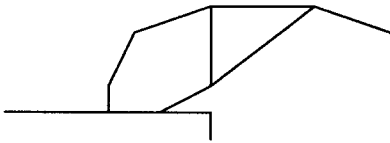
では、具体的にそれぞれの奏法を示す。

打鍵準備

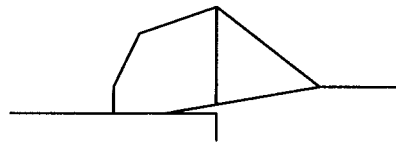
まず、音が出る瞬間の手首の位置を覚える。この時、上半身の力が抜けていること、つまり肩があがっていないか、肘も硬くなっていないか確認する。手の平から指にかけては鍵盤を押さえるための形を作る力は、最小限残されていなければいけない。手首は、打鍵の準備のため少し上げて構える。この手首を押し上げるのは、肘で、この用意をする時必要な最小限度の力で腕全体を浮かせることになる。これを確かめて打鍵する。手首の落下と同時に、浮かされていた腕全体の重みが指の関節全部に支えられる。

- ・ 打鍵前の手首の位置と、打鍵後の手首の位置を示す。

打鍵前



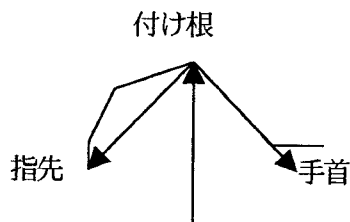
打鍵後



打鍵前は、手の甲が鍵盤とほぼ平行になるようにかまえる。その力加減のまま手首だけを下に降ろす。指先と手首が同じ平面に置かれるように降ろして止まることが必要になる。

指先に手首までの重さを伝えるために、梶子のような役割を指の付け根の関節で行う。

- ・ 指先の重さ = 手首の重さ



付け根の位置が固定されるためには、手首の位置が指先と同じ平面上になるように、指の関節の角度を決定することが重要である。この指先の形を作る力を最小限、無意識に用意できるようになることが大切である。

- ・ 悪い例を示す。

図 1

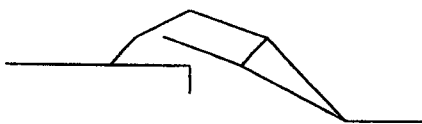


図 2

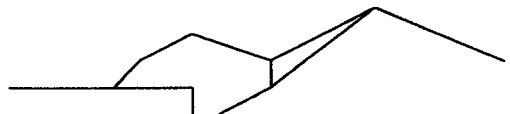


図1は、指の付け根の関節に力が入らないため、手首が鍵盤より随分下へぶら下がってしまっている。

図2は、手首までを脱力して落下すると指全体の関節まで力が抜けて、音も出ないため、反動で手首にもう一度力が入り突いてしまう。

いずれにしても、本来、腕全体の力は一体化しているはずのものを、肩、肘、手首までと、指全体とで、力加減が違うように準備することは、不自然としか言いようがない。しかし、この指先の形を作る力の準備が整って初めて、手や腕の重みをスムーズに指先に伝えることができる。ここで初めて、手首が重要な役割を果たすことができるようになる。

では、この準備ができて出した音はいったいどんな音なのか。

私は、この音を「素音」と呼びたい。まだ歌うことをしていない、ただ出した人の手によって少し異なる音。弾き手がピアノで発声しただけの音。すべての“素”になる音＝「素音」である。

この音を使って、マルカート、スタカート、レガートを弾き分ける。

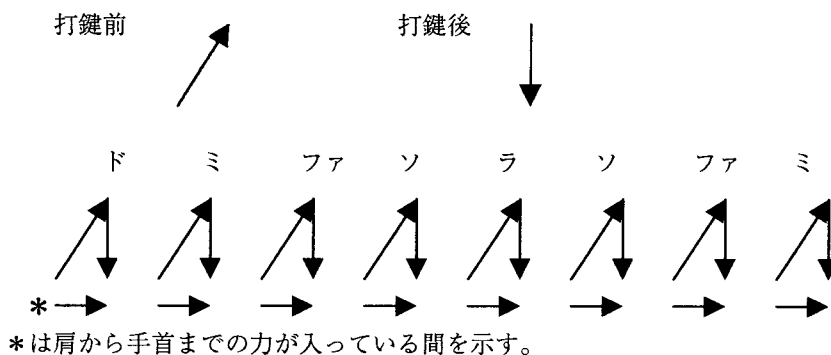
1. マルカート

マルカートは、一音ずつがはっきりと区切られながら、しかし次の音に隙間なく続く奏法である。

手の動きのポイントは、“手首”が縦に動くと言うこと。

ハノンの1番で言うと、ド、ミ、ファ、ソ、ラ、ソ、ファ、ミ、それぞれの音の度に、前述した打鍵前と打鍵後を繰り返す。この手首の上下の動きによりそれぞれの音は、はっきりと区切られる。そして指先の形を作る力が一定で、鍵盤を押さえているのに必要な最小限の力が残っていれば、次の音に隙間なく続いていくのである。

・手首の位置を矢印で示す。



この手首の上下運動は、等間隔のリズムで行われるよう注意が必要である。等間隔で規則正しいリズムにより、手首が上であれば肩から手首までは浮かせる力を入れていて、手首が下であれば肩から手首までは脱力しているということが体に伝わり易くなる。不規則になると、体の状態も変わり易く、強すぎたり弱すぎたりすることになり、他の奏法に似通ってくる。細心の注意を払って打鍵とはほぼ同時に（打鍵の動きを始めた瞬間に）手首までの脱力が完全にできていることを毎回確認した後、次の打鍵前準備を行っていることが大切である。力加減の微細な変化を、現代のピアノは、

精巧に造られているゆえに弾き手が操る前に表現してしまう。同じ音を出すことが、本来難しい楽器である。それだからこそ、体の中の力加減と目に見える動きとを一致させる意識が必要なのである。

こうして出したマルカートの音は、私が「素音」と呼ぶ音、そのものであり、強くも弱くもない普通の音。手首だけが動いて出しているのだから、弾き手の持つ一番楽な音になるはずである。しかし自然に落ちる動きを利用しているので腕の重みの分だけはっきりしている。

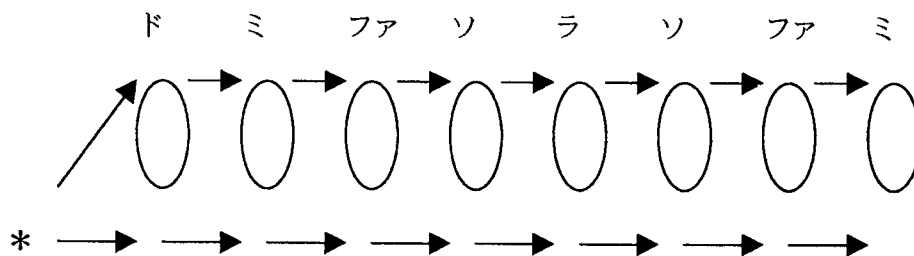
2. スタカート

スタカートは、一音ずつがはっきりと区切られながら、隙間を入れた後、次の音に続く奏法である。

手の動きのポイントは、“手首”が縦に動くということ。

マルカートの説明の最後に述べたように、ここでも普通のスタカート、楽な手の状態で出される音のスタカートを作る。これを覚えこむことにより、更に強く短いスタカートや、柔らかく長いスタカートを奏する場合は、手の状態がどのように変わるかをはっきり意識することができる。

・手首の位置を円と矢印で示す。



*は肩から手首までの力が入っている間を示す。

上の図のように、腕を浮かせるための力を入れている時間がマルカートより4分の1ほど長くなる。ここで目標にしているスタカートは、その音が半分の長さに切れている普通のスタカートである。半分の時間でスタカートの動きを終え、打鍵前準備をすれば、マルカートと同じ準備になる。音を出す瞬間から打鍵前準備の間だけがマルカートとスタカートで変化することになる。つまり、マルカートでじっとしている間に、スタカートは円を描いて再びもとの手首の位置にもどって来るという違いがあるだけだとわかる。スタカートは、円を下りて上がる瞬間の接点で音を出してくる。この接点を通るとき決して停滞してはいけない。絶対に止まらないのが特徴になる。その後、接点を過ぎた瞬間から指先の関節の力も抜けると、より自然な切り方になる。

ここで起こし易い状況をあげておきたい。

自然に音が切れない状況が起こる。切ろうとする意識から指先が硬い場合で、動きに関係なく短く鋭いスタカートや、重くて切れにくいスタカートになり易い。自然に音が切れるためには、鍵盤が戻ろうとする力だけで音が切れることが望ましいのだが、なかなか難しい。

そこで、指の力加減がわかるように、手首の反動を借りないで練習することを提案しておく。

マルカートの音を出して指の力を抜き鍵盤が上がるのを待つ練習である。これができるようになれば、後は、手首が誘導して円を描けば良いのである。

こうして、「素音」として出されたマルカートの音が、短く切られ弾む特徴をもってスタカートに変わるのである。

3. レガート

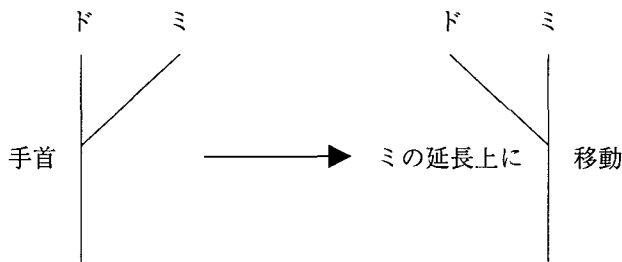
レガートは、音から音へなめらかに隙間なく流れが繋がっていく奏法である。

手の動きのポイントは、“手首”が横に動くと言うこと。

マルカートで作った「素音」として出された音から始めると、最初からレガートの感じを損なうことになる。常に横の流れの中から出したいレガートの最初の音は、とても注意深く弾き始めるべきである。

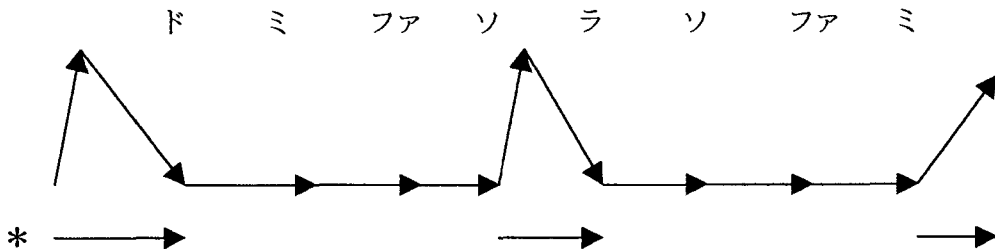
レガートの最初の音は、打鍵前準備の後、マルカートの時より少しゆっくり手首を下ろすようにする。横風が吹くのかを感じるように、肩から手首までの浮かしている力をゆっくりと抜いていく。打鍵後の形になった瞬間は、マルカートと同じ状態になっている。

この最初の音から次の音へどのように移行するか。二つの音がつながればその連続である。



この移動の連続により、手首は横に動くことになる。

ハノン1番を一拍ずつレガートで奏する手首の動きは、次のようになる。



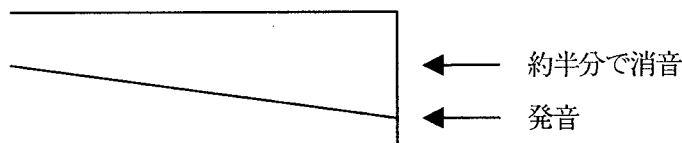
*は、肩から手首までを浮かせる力が入っている時。

ドミファソと弾く間は、肩から手首は脱力状態でそれぞれの指におらさがっている。重さを伝えていくことはとても難しいが、物理的にはっきりと認識したほうが身に着け易い。

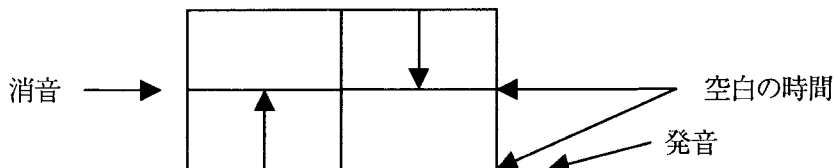
物理的にピアノで二つの音をつなげる場合、前後の指を同じ速さで上下してはいけない。なぜならピアノの鍵盤は音が出て半分もとに戻ると、音はダンパーにより消されてしまうし、発音はもっ

と低い位置なので空白の時間ができてしまうからである。

- ・鍵盤を横から見る。

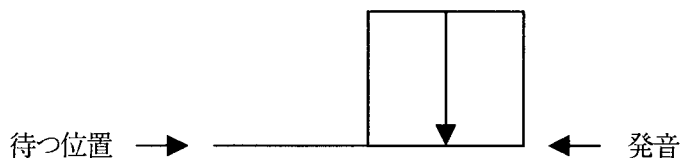


- ・鍵盤二つの高さの変わり方を示す。

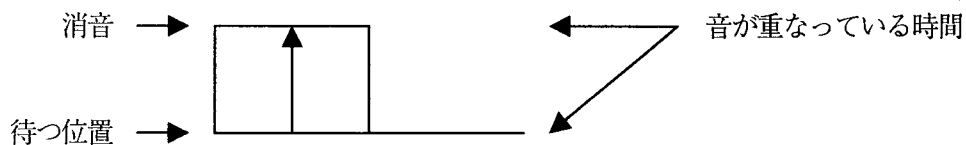


レガートは、音と音とのつながり方に特徴がある。物理的にもつなげるためには、次のようになる。

- ・まず次の音の発音を待つ。



- ・音が出た直後指の力を抜いて鍵盤を上げる。

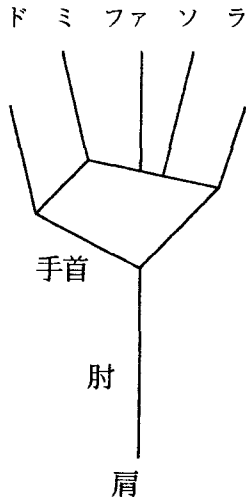


こうして注意深くつながるのを確認していくうちにレガート奏法ができる。

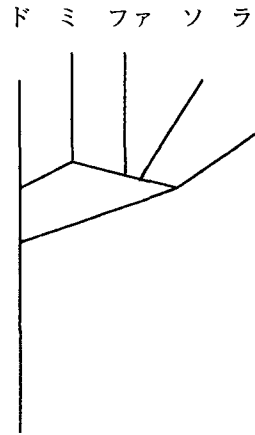
最初は、二つの音を押さえるそれぞれの指に、同じだけの重みがかかったことを意識し易いように、長さの半分を重音にして残り半分で前の指を離すと解りやすい。前の指を離す時、次の指に対して肩から手首の重みがかかり易い位置に“手首”が移動する。これを自然に行うためには、手首の力が十分に抜けていることが大切で、そうすれば手首は肩から指先までの直線上に位置するよう動いてくれる。

- ・手全体の動きと手首の位置を示す。

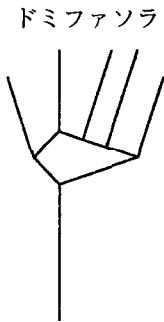
普通に置いた手首の位置



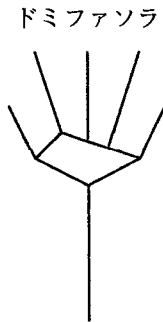
ドの打鍵後



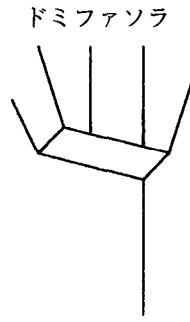
ミの打鍵後



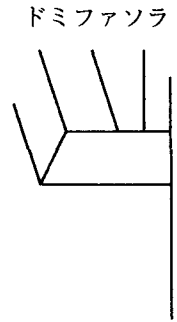
ファの打鍵後



ソの打鍵後



ラの打鍵後



*ソで一度手首を上げる

この手首の移動は、もちろんマルカートやスタカートでも行われているが、縦の手首の動きにより弾みがつき、無意識に切り替え易い。しかし、レガートは縦の動きを止めることが必要になり、その結果手首が硬直し易いので、意識して、この動きをするとよい。

以上のような方法で、ハノンの1番から練習すると遅くとも10番をする頃には、この3種類の弾き方の違いを身につけられているはずである。更に、5番から20番までの間に、指の幅を拡げていく練習を行っているが、幅が拡いとレガートは特に難しくなるので注意深く行うようにする。充分身についたあとは、ゆっくり考えながら弾いていたテンポを速めたり、リズムを変えたりして練習するとよい。実際に色々な曲を弾く場合でも、この奏法が確実なほど曲の変化を現す手助けになるはずである。

〈チェルニーにおける基礎の考え方〉

練習を規則正しく行っていれば、そのうち進度が進むと、「30番練習曲集」には普通入れるように

なる。毎週1番ずつ上がることは難しくても、2週間に1曲、つまり一ヶ月に2曲は進みたいものである。前述したようにチェルニーの曲集は、1曲が一つのテクニックの習得のために作られているので、それが70%か80%は身についたのを確認して次の曲へ進むことが望ましい。また、必ず各曲のメトロノームの指示を確かめ、普通はすぐにできないほど速い表示なので、それより20から30減らして弾けるようになることである。1曲を無傷で弾ききることは大目にみても、何度も止まったり弾きなおすことをするうちは次に進めない。

今述べた仕上げの目安は、「40番練習曲集」、「50番練習曲集」、「60番練習曲集」、でもおなじである。1曲に一つのテクニックしかないということは、できるだけたくさん量をこなさなければ、演奏する曲の中で対応できないということである。

しかし最近、これを全てこなす時間があったら、もっと音楽的にも勉強になるものを練習したほうがより効果的ではないかと言う声をよく耳にするようになった。

私も、先程述べた一ヶ月に2曲進むようにして、短期間にこの曲集を身につけられない場合は、「30番曲集」を丁寧に身に着けることで充分だと考える。目的は、譜読みをすることではなく、一曲の中に盛り込まれたテクニックを如何に身に着け応用できるかということである。

・曲集の特徴を示す。

「30番練習曲集」：頻繁に使われる基礎的なテクニックの練習。

長くて2ページ。短距離走の練習なので、ここなら勢いをつけ易い。

「40番練習曲集」：特殊な音形が入り複雑なテクニックの練習。

4ページは当たり前。中距離走の練習なので、ここで持久力をつける。

「50番練習曲集」：更に特殊なあらゆる音形が取り入れられ、音楽的な要素が濃くなる。

6ページの曲が多い。長距離走の練習。30番、40番で身に着けた勢いと持久力を更に長時間維持することができるようにする。

「60番練習曲集」：一曲の中で一つのテクニックを複雑化し、両手とも、難しくなる。

2ページの曲が多くなる。曲芸をしながら走る練習。緊張の連続に慣れ、特殊なバランスをとれるようにする。

こうして見てくると、やはり30番を十分にこなせないうちは、その先に進めなくなることは明らかである。一曲の譜読みをただの段階ですでに2週間以上かかるということは、他の題材で譜読みの練習をしなければいけない。一週間で読んでこれるものを沢山こなすことが必要である。

結論として、「30番練習曲集」は、基礎として音楽を志している人達には是非身に着けていただきたいと思う。しかし、その先に進む場合は、チェルニーの目指した目的がどんなものかをよく考えて取り組んでほしい。そうでなければ、時間と労力の無駄になり、結局何も身に着いていないということがあるからである。

ハノンの時に述べた手首の問題は、チェルニーになると、音形によって微妙に力加減が変わるはずである。一曲ずつ述べることを今回は行わないが、各音形によって、どこで手首をどう動かすか、どこで脱力するかをはっきりと意識しながら練習することは大切である。速度を速く設定すると、

とかく体は不動の姿勢で、手首まで力が入り、指先だけで弾いてしまい易いのである。手首を意識することにより、曲のフレージングも現されることになり、音楽的な奏法へつながる練習になることは間違いないのである。

終 わ り に

“手首”はピアノの奏法では息使いを表す。私がハノンのマルカートの説明で示した「素音」は手首の動きにより、さまざまな歌う音を創り出す。「素音」だけでは、音楽的にきこえなくても、まず変化する前の“音”そのものを作ることが大切だと考える。それが自分にしか出せない、自分の顔形が世界に一つしかないように、たった一つしかない音の「個性」を作ることになる。

今回は、音楽的でないといわれる練習曲集をとりあげ、使い方の目的意識をはっきりさせれば、音楽的な方向へ導けるのではないかと言うことを述べてきた。バッハを勉強しないで良いと言う人はいないが、それは、バッハこそ全てが音楽的でなければできないものだからだ。私も、もちろん、ハノンの教本で「素音」ができれば、バッハで左右両手を使って「歌う」練習をすることを取り入れてすべきだと思う。更にピアノという楽器の特性を最大限に表すために、チェルニーの教本であらゆる「ピアノのテクニック」を練習したら良いと思う。しかし、くれぐれも“手首”の存在を忘れないで頂きたいのである。

あまりにも広範囲の題材のため、部分的な検証になっており、音楽的な方向への入り口を示したのにすぎないが、また折を見て効果的な練習方法を探っていきたい。

参 考 文 献

- 「最新ハノン・ピアノ教本」音楽之友社
- 「チェルニー30番」全音楽譜出版社
- 「チェルニー40番」全音楽譜出版社
- 「チェルニー50番」全音楽譜出版社
- 「チェルニー60番」全音楽譜出版社
- 「タッチ、そのすばらしい手」市田儀一郎 著，全音楽譜出版社