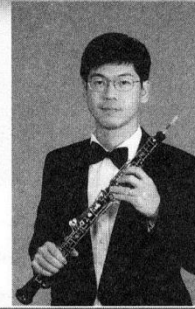


O B O E

オーボエ

息(支え)について考えてみよう

福田淳 ふくだ・きよし



- ◆出身 岡山県作陽高校、京都市立芸術大学・大学院
- ◆所属 大阪市音楽団、アンサンブルダンツィ大阪
- ◆趣味 自然の中でのんびり過ごすこと
- ◆血液型 B型
- ◆星座 みずがめ座
- ◆読者にひとこと 自然体、「ありのまま」でいきましょう
- ◆手紙の送り先 kiyoshi-fukuda@di.pdx.ne.jp

[1-④] ものの考え方 (とらえ方)

ここでは、身の回りの日常で起きていることを、演奏に置き換えるために必要な考え方(とらえ方)のポイントを記します。これは音楽以外にも共通して活かすことができます。

①〇か×か (同じか、同じでないか)

「しゃべるとき」と「演奏するとき」の「感覚」が全く同じか? 違和感がないか? (少しでも違和感があれば、「同じではない」ということとなります)

②何が違うのか

感覚の違いや違和感がある場合に、何が違うのかを分析したり考える。

③なぜ違うのか (どう違うのか)

どこがどう違うから、そうなるのかを分析したり考える。

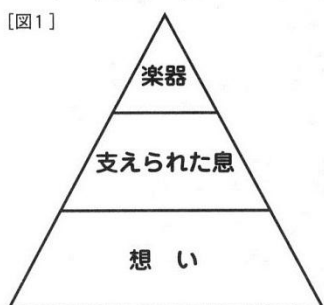
これらによって「日常」と「演奏」とのズレを認識することができ、また、両者と同じにすることによって、「しゃべるように吹く(演奏する)」ことができるようになるのです。

[1-⑤] 大事な順番

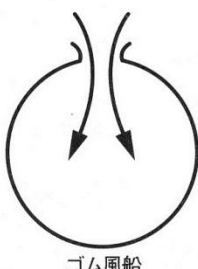
演奏するときも、しゃべるときも同じであるべきですから、①「想い」があって→②それに伴った「支えられた息」が出て→③楽器を通して音にして伝える、という順になります。それを表すと、【図1】のようになります。いちばん上の「楽器」については「想い(音楽)を、音を通して伝える」ための手段でしかなく、楽器の違いも「使う道具」の違いでしかありません。

これは、日常の他のことにたとえると理解

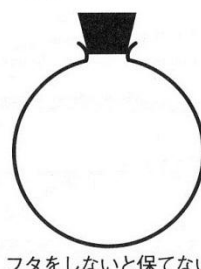
【図1】



【図2】



【図3】



しやすいかも知れません。「歌って想いを伝える」ことは、たとえば「歩いて駅に行く」ことに相当するのです。つまり、歌う場合は「想いを伝える」ことが目的になり、歩く場合は「駅に行く」ことが目的になるからです。

「歌って(声を使って)想いを伝える」のか、「オーボエを使って想いを伝える」のか、「フルートを使って想いを伝える」のか、これらの違いは、「歩いて駅に行く」のか、「自転車に乗って」なのか、「バイクに乗って」なのかという「手段の違い」と同じなのです。これらは操作方法が違うだけで、目的は同じということです。

[1-⑥] 息(支え)について

楽器を演奏するにあたり、「想い」の次に大事な「息(支え)」について考えましょう。

世間では「支え」=「息の圧力」であるかのように言われていますが、「支え」と「息の圧力」は無関係です。さらに、「支え」は赤ん坊や動物でもちゃんとできているのです。「支え」を理解するのは難しくないで、以下のように考えていきましょう。

呼吸をしているとき、「息を吸って、息を吐く」を繰り返していますが、そのイメージは「ゴム風船」にたとえられます。これは「栓をしないと、中の空気が出てしまう」ということで、吸った後に口をふさがなければ、息はすぐに吐き出されます(【図2、3】)。

しかしここで考えてください。普通の呼吸のときは決していちいち口を閉じたりしませんね? 「入った息が、気づいたら出ていた」

のではないでしようか。

これは、どこかで「入る」から「出る」に転ずる瞬間、つまり「口も、のども閉めずに、空

気が出もしない、入りもしない時間がある」ということなのです。では、その「空気が出もしない、入りもしない時間」もしくは「息の出入りがほとんどゼロに近づいている“折り返し”の時間」が、普通の呼吸より長いものはありますか? そう、「深呼吸」がありますね。このときは、普通の呼吸よりも折り返しの時間が長くなります。では、もっと長いものは? それは「あくび」をしたとき、これが最も長くなっています。

あくびのとき、「いっぱい息を吸い込んで、たっぷりになった後、ゆっくりと息が出始める」感覚がわかりますか。息が出始めてからの「吐く」部分は、体の力が抜けてしぼむような感じになりますが、それは「ため息」が出たときと同じような状態です。では、息を吸った状態はなにと同じなのでしょう?

「あくび」で吸った息が「出る直前」の状態を保って(当然、口は開いています)、そのままの状態から息を出して「ハー」と言うと、最初は息だけだったのが、途中から声帯が震動し始めて声が出てくるのがわかると思います。その声が出ているままで、口を動かしたり舌を使ったりすると、「しゃべっている」状態となります。

要は、人間は「あくび」で息を吸ったときと同じような状態を保って「歌ったり」「しゃべったり」しているのです。そして、その「息を吸って、息が出ないように保っている」状態を「支えている」状態と言い、声を出し続けている(歌ったりしゃべっている)状態を「支え続けている」状態と言うのです。

ですので、世の中の「あくびをする生き物」は、すべて無意識で「支え」ができています。またそれは、手のひらを差し出して物を載せて保ったとき、「その重さを支えている」というのと同じ意味であり、体の状態も同じになっています。使う筋肉や使うエネルギーは違いますが。(この章つづく)