

イコラムイ

シニアアンサンブルのための楽器知識

〔12〕チェロ(Vc)

◎ チェロの攻略

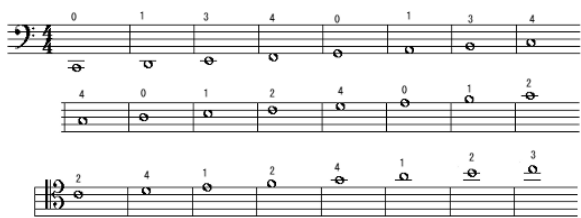
このコラム欄はシニアアンサンブルのための楽器知識というテーマですが、チェロの楽器知識よりも攻略法を述べて見たいと思います。チェロは音域が広く、とても魅力的な音色がする楽器です。しかし、チェロらしく弾けるようになるには、大変難しい楽器だからです。

私は58歳からチェロを始めたレイトスターター（現在65歳）です。なるべく早く上達したいと、いろいろな練習法を試してきました。ここでは実際にどのようなことを心がけて練習しているかについて（自身の確認のためにも）書き留めます。

私の練習方法が他の方にも合うとは限らないし、むしろ逆効果の場合もあるかもしれません。くれぐれも「参考程度」とお考えいただき、出来ればレッスンを受けられることをお勧めします。既にレッスンを受けておられる方は、その先生の指導を信じるのが大事ですし、私の真似をして弊害が発生しても責任も負いかねます。あくまでも「そういうやり方もあるんだな？」程度に捉えていただければ幸いです。

◎15分間のスケール練習 (ウォーミング・アップ)

3オクターブの何の変哲もない音階を上下します。



- ・メトロノームを必ず使います。（ゆっくりテンポ）
- ・ゆったりと音を出します。（音程を良く聴いて）
- ・ゆらゆらの止まらないヴィブラートで！
- ・視線は常に弓へ留める。
（100%の全弓、当てる位置、正しい角度を確認）

このウォーミングアップはとても重要で、ほとんど毎日欠かさず練習します。

…「オケで合奏ばかりしていると荒れて下手になる」と言い放つプロ奏者は多いです。なので、合奏練習の翌日はこのスケールを念入りにしています。

◎ブロック練習 (ヨーヨーマ、藤田ほのか方式)

ブロックごとに分けて練習する方法です。

バッハの無伴奏1番の「メヌエットII」で見るとこう言う感じです。



- ・メトロノームを必ず使います。
 - ・ゆっくりとパーフェクトに弾きます。
 - ・楽譜を見ないでも弾けるようにします。（暗譜は重要！）
- 暗譜でゆっくりとパーフェクトに弾けるようになると、速いテンポでも弾くことができます。

速いテンポで雑な練習を繰り返しても逆効果。指がおかしな位置を覚えたら、リセットが困難になります。

◎道具を活用する

・鏡

チェロの弓は、自分の目で見ると鏡で見るとでは角度が異なります。（斜め弓になっていたりします）
師匠のB.ポーマンは今でも鏡の前で練習しています。

・録音

録音を聴くと、大抵は自分が思っているよりも下手です。録音が一番怖い先生です。自分の下手さを、まざまざと見せ付けられます。自分の録音は絶対に聴かないという人も多いようです。「聴くと落ち込むから…」というのが理由。でも聴いた方が絶対に進歩が速いと思います。

・VDO

これも相当勇気が必要ですが、最も効果的な練習法と断言できます。

成田SE青空 濱田文宏

（村上正治記念ちばマスターズオーケストラ首席奏者）

