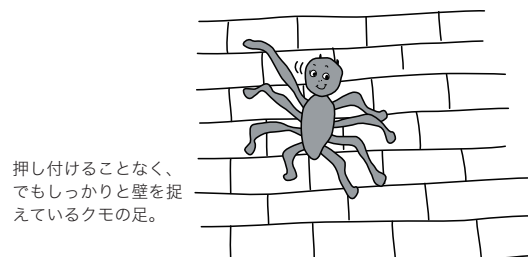


図 7-1

ごく自然に指のそれぞれの関節が根元から順に曲がり、丸みを帯びてきます。親指については次の章で見ることにし、ここではその他の指についてお話しします。1本の指を鍵盤に下ろす時、ここでも少しずつ丸みを帯びてきて、指先はあなた自身の方へ向くように弧を描きます。いわば鍵盤を「掴む」かのような動作になります。なぜなら、第1関節が鍵盤の底に到達した際、指を「座らせる」ために鍵盤を「捉える」からです。適切な指の使い方に関する重要なポイントを、今ここで発見しましたよ。そこには2つの互いに切っても切り離せない局面が含まれているのです：それは「密着」を伴った「打鍵」。密着というと、よく押し付けることと混同されてしまいますが、より分かりやすくとすると、クモが壁を這い上がっていく行動に似ています。それぞれの足は、押し付けてはいませんが、落ちないようにしっかりと壁をとらえていますね。もし他のたとえがよければ、テントウムシでもよいですよ……。



押し付けることなく、  
でもしっかりと壁を捉  
えているクモの足。

第1関節の強さにより、指を完全に自由に開放したままで、しっかりと指全体を支えます。もし何らかの理由によって第1関節で支えることができない場合には、「再教育」のためにいくつかのエクササイズを始めなければいけません。さもないと無意識に、手や腕すら固めることで指を支えようとしてしまい、少しずつ全体が固まってきてしまいます。こういう理由で肩を固めてしまっている学生さんを本当にたくさん見てきました。何をすべきですか？ 私がお勧めする手に無理のない最適なエクササイズは、テニスボールを指先で握ることです。（図 7-2）

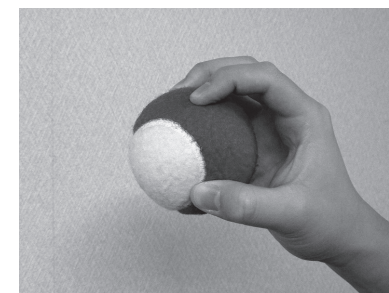


図 7-2

もっとシンプルな方法では、それぞれの指を反対の手の親指にひっかけ、互いに抵抗するように少しギュッと親指をつかむ訓練です。（図 7-3）



図 7-3

りとしている、ということはとても大切です。

練習はまず左手から始めるので（私が書いたことをしっかり読みましたよね……？）、左手の上り音階のポジション変化を見てみましょう。ロ長調では、ミに親指が来ます。この音はそのポジション上の最後の音になるので、とても大切な点です。鍵盤にしっかりと安定させることで親指は支点となります。この支点のおかげで、手首をわずかに上げる動きによる助けと、腕に導かれるアクションを通して、手が親指の上を通り越すことができます。ロ長調の音階では親指でミを弾いているので、ファ# は薬指になります。特に長い指の持ち主でない限り、手を少しもひねらずにこのファ# に届かせるのは不可能です。ゆっくりしたテンポの作品で、例えば極めてレガートで歌うパッセージを弾かなければいけない時は、まあよいでしょう。でも速いものではひねることは考えられません。手をひねり、肘を張り出そうものなら、次の音でそのひねりを戻さなければならず、時間のロスになってしまいます。ですから、「鍵盤上でのレガート」はないと認め、親指は薬指が打鍵する少し前に鍵盤から離れます。でもうまくできれば、それは聞いても分かりません。単に音の伸びを利用するのです。スローモーションでその動きを分析してみましょう。ミを弾いたら、手首が上に上がり始めます。手は腕に押されて親指の上に来ます。少しずつ親指が手の下に来ますが、中指の下あたりに来たところで、親指が自由に動けなくなります。（親指についての第8章をご覧ください。）そうなったら薬指が打鍵をする時です。（鍵盤に落ちるのではなく、弾くのです！）それと同時に、薬指に与えられた支点が、この新しいポジションで手全体の安定を取ります。（図9-1、9-2、9-3、9-4）



図9-1

図9-2

図9-3

図9-4

下りでは、親指が手の下を通ります。上りと同じように、親指を助けるべく少し手首を上げます。中指あるいは薬指（親指の直前に弾いている指）が支点となります。腕が引っ張っていくことで手のバランスが失われる時、親指が鍵盤を掴むのです。（繰り返しますが、弾くのであり、落ちるではありませんよ）。そしてその親指がしっかりとしているおかげで、手は新しいポジションを取ることができるのです。親指の第1関節から先の部分をしっかりと使うよう、気をつけましょう。つまり、鍵盤と接触する場所は、爪のあたり（親指の指先の方）であり、第1関節の骨の部分（親指を寝かせた使い方）ではありません。

こんなに速い動きを説明するのに、こんなに長くなってしまいました！でもこの動きは、実は音階だけではなく「すべての」ポジション移動でのカギになるのです！「適切な」支点——あるポジションの最後の音——を持たなければならない、次のポジションを取りに行くことを可能にさせます。歩く時と少し似ています。私たちは次の足のことばかり考えますが、支点（その前の足）がしっかりしていて「こそ」進むことができます。しつこいようですが、支点を押しつけるのは論外です。そうすると、もう動けませんよ！ムカデさんを思い返してみましょう。

音階の速さを身に付けるために、次のような練習がとても役に立ちます。（譜例9-2）

譜例 9-2

右手

左手