

# 合唱音楽に関する効率的練習方法

改訂第三版

多田武彦

2011年3月23日

---

## 目 次

### はじめに

#### 1. 軟口蓋共鳴のポイント

- 1) 軟口蓋共鳴の基本形
- 2) ハード型子音・ソフト型子音・母音の使い分け
  - ① ハード型子音〔か行、た行、ら行、が行、だ行、ば行、ぼ行の子音〕
  - ② ソフト型子音〔さ行、な行、は行、ま行、や行、わ行、ざ行の子音〕
  - ③ 母音の場合の注意事項

#### 2. 楽譜を読む力、歌う力、聴き耳を立てる

- 1) 西洋音楽の歴史
- 2) 日本における西洋音楽
- 3) 独唱用発声と合唱用発声
- 4) 「アンサンブル打ち壊し」の解消

#### 3. 構築性と装飾性

- 1) 構築性主要 4 項目（重要度は全体の約 70%）
- 2) 装飾性主要 4 項目（重要度は全体の約 30%）
- 3) 作曲家 清水脩先生の教え

#### 4. 演劇と音楽の時間的進行上の共通点

#### 5. 名監督、名俳優の語録

---

## はじめに

多くのアマチュア合唱団の幹部や指揮者の方々から、「毎週または隔週の練習では、フルコースの練習をこなすことは中々難しい。しかも、アマチュア合唱団の場合は、参加する団員にも夫々の家庭の事情や仕事上の事情もあって、練習に全員皆出席という訳にも行かず、中々、完成度の高い結果が得られない。何か良い方法は無いものか？」との相談が多かった。

そこで、5 年程前（2005 年頃）から『合唱音楽に関する効率的練習方法』を編み出し、比較的向上心の強い十数の合唱団で、これを試みたところ短期間で演奏技術が向上し、より高度な名演奏に向かって努力される合唱団が増えてきた。

これらの合唱団からは「（以下の）メソッドを完璧に行なっても、百点満点を取ることは難しいが、少なくとも、発声とアンサンブルが格段に良くなって、多くの聴衆の称賛を得ることが出来た」との声が返って来たとし、「西洋音楽を、演奏したり鑑賞したりする時の『構築性と装飾性の基本』の重要性も理解出来た」との声も返って来た。

そこで、合唱音楽に関する基本的な事項とその効率的練習方法の要諦について、以下に記述する。なお、このテキストは当初 2009 年 8 月に書いたが、爾後多くの方々からの質問への回答を付け加える形で同年 12 月、2010 年 8 月に増補改訂した。今回、あらためて、動態芸術に取り組む古今東西の名人たちが、創作・演技・演奏・演出・指揮などの仕上げの最終段階で、全体像をまとめ上げる際に役立つものとして必ず体得する事項を加えた。

## 1. 軟口蓋共鳴のポイント

### 1) 軟口蓋共鳴の基本形

名優や名歌手、名アナウンサー達は、基本的には軟口蓋の最も良く共鳴する箇所<sup>①</sup>に声を集める。日本語に例を取ると、「50音図に記載の50の文字」「濁音・半濁音の25の文字」「ん」の1文字「きゃ、きゅ、きょ、などの拗音78文字」の合計154文字を発音する場合、名優や名歌手、名アナウンサー達は、これらを各自の軟口蓋の、最も良く共鳴する箇所<sup>①</sup>に集めて、語ったり歌ったりしている。

また偶<sup>たま</sup>に表現の必要上、最適の共鳴ポイントより前後左右にほんの少しずらして語ったり歌ったりしている。

### 2) ハード型子音・ソフト型子音・母音の使い分け

#### ① ハード型子音〔か行、た行、ら行、が行、だ行、ば行、ぱ行の子音〕

演劇や演奏で、ハード型の子音を硬口蓋共鳴で発声すると、そこだけの音声が天井<sup>②</sup>敷<sup>③</sup>（注1）まで飛ぶので、名優や名歌手たちは必要な時以外は絶対にやらない。例えば、歌曲「かやの木山」の冒頭の部分。曲想は穏やかな唱法が必要だが、各々の文節の最初の箇所<sup>①</sup>のハード型の子音の箇所（太字）を、無意識のうちに軟口蓋共鳴のポイントから3~4センチ前方の硬口蓋に共鳴させてしまうと、「**カ**ハッ」とか「**タ**ハッ」という異様な声が聴衆に伝わり、曲想が壊れてしまう。

かやの **き**やまの かやの みは いくつか **こ**ぼれて

このハード型の子音の「天井<sup>②</sup>敷<sup>③</sup>まで飛ぶ特質」を逆利用すれば、正しい軟口蓋共鳴によって出てくる声を（野球の球のトスのように）、客席に軽く投げかけるだけで、聴衆には十分かつ適切に届く。

名優や名歌手、名アナウンサー達は、基本的には軟口蓋の最も良く共鳴する箇所<sup>①</sup>に声を集める。日本語に例を取ると、「50音図に記載の50の文字」「濁音・半濁音の25の文字」「ん」の1文字「きゃ、きゅ、きょ、などの拗音78文字」の合計154文字を発音する場合、名優や名歌手、名アナウンサー達は、これらを各自の軟口蓋の、最も良く共鳴する箇所<sup>①</sup>に集めて、語ったり歌ったりしている。

また偶<sup>たま</sup>に表現の必要上、最適の共鳴ポイントより前後左右にほんの少しずらして語ったり歌ったりしている。

#### ② ソフト型子音〔さ行、な行、は行、ま行、や行、わ行、ざ行の子音〕

ハード型の子音とは逆に、正しく共鳴させれば、天井<sup>②</sup>敷<sup>③</sup>まで飛ぶことはないが、逆に聴衆には、台詞や歌詞が明確に届かない場合（太字）がある。

（春→ある、人→いと、吹雪→うぶき、触先→えさき、星空→おしぞら、といった具合に）

はるのうららの **す**みだがわ のぼりくだりの **ふ**なびとが

そこで、名優や名歌手、名アナウンサー達は、文節の最初の言葉を発するときには、（前記の「はるのうらら」を例に取ると）先ずHの発声の準備をし、次に心<sup>こころ</sup>太<sup>たい</sup>を作るように、AでもってHを押し出すように発声する。

HAるのうららの SUみだがわ NOぼりくだりの HUなびとが

### ③ 母音の場合の注意事項

文節の初めに母音がくると、突然の出来事に、つい、喉を詰めて「あっ」とか「いっ」とか発声してしまい、また無意識のうちに、硬口蓋共鳴になっているケースが多い。

一方、子音+母音（例えば「YA」とか「WA」など）の場合の母音は、前に子音があるため、突然の出来事ではないので、平静に発声している。

この習性を利用して、最初「あ」「う」「お」の前にはWを、「い」「え」の前にはYを付けて練習し、慣れてきた所でWやYを外してみると、平静に発声することが出来る。

## 2. 楽譜を読む力、歌う力、聴き耳を立てる

### 1) 西洋音楽の歴史

ウィーン交響楽団やベルリン交響楽団などの、超一流交響楽団の弦楽器奏者たち、またオーストリアのアーノルト・シェーンベルク合唱団やスウェーデン放送合唱団などのメンバーは、異口同音に以下のことを必ず実践すると言っていた。

千年以上の長い間に、西洋音楽を学び親しんできた欧州では、物心のつき始める頃から、周囲で歌われる讃美歌や民謡に聴き耳を立てながら、西洋音楽の輪郭を体感し、成長するにつれ西洋音楽の演奏や鑑賞のための「構築性」と「装飾性」（詳細は後述）を体得していく。

これらの演奏団体のメンバーは、（弦楽器や声楽では、概して音程が一致しにくいので）パート練習やアンサンブルの練習に多くの時間を掛け、常に「聴き耳」を立てて「一糸乱れぬアンサンブル」の形成に努力を重ね、更にその上に、西洋音楽の演奏のための「構築性」と「装飾性」の整合性を確かめている。これらの努力の成果を、その後の全体練習の始まる前に作り上げてしまうので、指揮者の負担は大幅に軽減され、より高度な指導を遂行出来る。

### 2) 日本における西洋音楽

一方日本では、明治維新後に、学校教育の場を通して西洋音楽が入ってきたが、終戦までは、リズムとメロディが主体の邦楽や民謡からは、西洋音楽の構築性や装飾性を体感する機会は少なかった。戦後体感する機会は増えてきたものの、明治維新後、未だ140余年しか経過していない日本では、先進欧米諸国に較べると、多くの人たちは西洋音楽の演奏や鑑賞のための「構築性」と「装飾性」を体得し切れていない。

また、欧米諸国と違って、幼少の頃から、周囲から聞こえてくる「硬口蓋共鳴」主体の会話や歌を聞きながら育ってきたため、多くの人々の会話や歌は硬口蓋共鳴となっており、更に、合唱の場合は歌うことに精一杯の努力を傾けても、周りの人の歌声・音程・表現等に聴き耳を立てていない団体が多いため、良好なアンサンブルが生まれにくい。

### 3) 独唱用発声と合唱用発声

「独唱用発声の訓練」と「合唱用発声の訓練」には、それほどの差異はないが、一つだけ注意しておかなければならない点がある。独唱は、スポーツに譬えれば「単式テニス」であり、一方、合唱はラグビーやサッカーのような団体競技である。独唱や単式テニスと違って、ラグビーやサッカーでは「一糸乱れぬチームワーク」、合唱音楽では「一糸乱れぬアンサンブル」が要求される。

世界の超一流交響楽団や合唱団では、独奏や独唱の場合と違って、パート練習の段階から、パート内部や全体のアンサンブルの良否に「聴き耳」を立て、西洋音楽の演奏のための「構築性」と「装飾性」の整合性について、「自分勝手な演奏」や「全体からは

み出した演奏」などによって、みんなが折角築き上げたアンサンブルを、無意識のうちに打ち壊しているメンバーがいないかどうか注視し、検証している。

#### 4) 「アンサンブル打ち壊し」の解消

アンサンブルの打ち壊しについて、本邦の合唱界でよく聞く例としては、次のようなものがある。

- ① 「合唱音楽に経験の深い古参の団員」が、平素の練習にはあまり参加せず、本番前の数回に出席して、他の団員の演奏には「聴き耳」を立てず、強烈なヴィブラートを立てて歌い放つケース
- ② 「ハード型子音の問題点や正しい唱法」に無頓着なケース
- ③ 「自分流のデュナーミクやポルタメント」などの装飾性表現を用いて、「みんなが折角築き上げたアンサンブルを、無意識のうちに打ち壊している」ケース

### 3. 構築性と装飾性

1951年、私が京都大学の学生で、同大男声合唱団の指揮者だった頃、作曲家清水脩先生（故人：注2）から西洋音楽の「構築性主要4項目」と「装飾性主要4項目」について、以下のことを教わった。（清水先生は名刹の出身で、寺社建築にも造詣が深く、音楽指導の際、建築物構築上の事例を示してよく説明された。）

西洋音楽について作曲や演奏をする場合、初心者のお多くはリズムとメロディしか考えない。そして、楽典に記載されている「強弱記号」「速度記号」などには関心を高め、「この *p* は穏やかに」とか「この *f* は烈しく」とか「この *mf* は心を込めて」とか、細かく注文を付ける。

一方、古今東西の名作曲家、名指揮者、名演奏家は、以下の手順を踏んで一歩ずつより深遠な演奏技術の錬磨を遂行する。

#### 1) 構築性主要4項目（重要度は全体の約70%）

- ① リズム（縦糸）
- ② メロディ（横糸）→[縦糸と横糸で白布が出来る]
- ③ ハーモニー（前記の白布を染色）
- ④ 楽式論（染めた布を裁断・縫製）

これを仮に、布の製作にととえると、リズムは縦糸、メロディは横糸。そして縦糸と横糸を用いてきちんと織り上げると良質の白布ができる。

次に、この白布を様々な染料で染め上げると同様に、西洋音楽では、リズムとメロディによって色彩のハーモニーが生まれる。さらに、染め上げた布を裁断、縫製すると衣服など様々な繊維製品ができあがる。仮に、この工程において齟齬があれば粗雑な製品ができて、自宅で着る普段着になったとしても、とても売り物にはならない。

音楽についても、仲間同志で気軽に演奏して楽しむのならよいが、入場料を取って聴衆に聴いてもらう場合は、先ず、この「構築性」について、必要最低限の知識と技術を体得しないと恥をかくことになる。

ここで、楽式論について簡単に述べる。西洋音楽の歴史の中で、最も多くの人々に好まれた楽式は「ソナタ形式」である。古典派時代後半に音楽愛好者に浸透し成熟し始め、ハイドン、モーツァルト、ベートーヴェンの活躍期に頂点を迎えた。「ソナタ形式」については、多くの教則本で基本的な内容を説明しているが、名作曲家の名作を分析すると、多面的、実践的に駆使されているのがわかる。

それらの標準的な順序を要約すると、**第1主題** ⇒ その**変奏的主題**（第1主題の基本となるリズム、メロディを保持しながらも、若干の変奏性と追従性を持った主題） ⇒ **推移主題**（第1主題との類似性はなく、次に現われる主題への繋ぎ的な楽想。または、作曲家の思い付き的な楽想。もう少し言うと、演劇や映画など他の分野でよく見かける「重要な主題を引き立てる狙い」で、主題と対峙させたり、捨石的役目を持たせた楽想） ⇒ **第1主題への復帰**、または**第2主題への移行**、といったケースがよく見られる。

その後の流れを辿ると、古典派時代につづく前期ドイツ・ロマン派時代（シューベルト、メンデルスゾーン、ショパン、シューマン、リストたち）、後期ドイツ・ロマン派時代（ヴァーグナー、ブラームスたち）、ロシアの国民楽派時代（ムソルグスキー、チャイコフスキー、リムスキー・コルサコフたち）、フランス印象派時代（ドビュッシー、ラヴェルたち）においても、多くの作曲家たちは、「ソナタ形式の長所」と「それぞれの時代の特性」を生かした楽式を構築している。

## 2) 装飾性主要4項目（重要度は全体の約30%）

- ① デュナーミク
- ② アゴーギク
- ③ コロリート
- ④ フレージング

デュナーミクとは、「楽典の強弱記号だけでは表現しきれない様々な音の強弱」を的確に駆使することにより、その楽曲の流れの中での楽想を、より豊かに表現する技術である。アゴーギクは、楽典の速度記号だけでは表現しきれない「肌理細かい速度の変化」を的確に駆使することにより、その楽曲の流れの中での曲想をより豊かに表現する技術である。コロリートとは、音色の明暗。以上の3項目はいずれも、過剰な表現や独り善がりな表現は禁物である。

音楽では、長短様々の時間ごとに曲想が変化することが多い。音楽は川の流れに似て、滔々とした流れ、右走る流れ、滝のような流れ、よどんだ流れなどのように、様々に変容する。この変化の妙を巧みに操りながら、楽曲の表現に豊かな流れを与える技術がフレージングである。

建築にたとえると、「構築性」は、基礎工事や柱、梁、床、壁、屋根などの構築工事であるのに対して、「装飾性」は、内装・外装工事に似ている。日本の寺社建築の多くは、創建当時の華やかな装飾が剥落しても、建造物そのものは何百年ものあいだ大地震などにも耐え抜いてきた。もし、建築業者が建物を美しく見せようとして内装・外装だけに力を入れ、構築工事を疎かにしていたら、建物は震度5の地震で倒壊する怖れがある。

## 3) 作曲家 清水脩先生の教え

まず、君の好みの交響曲の総譜を求めて、楽器別に「構築性」「装飾性」を徹底分析せよ。名作曲家の奥義や秘法が徐々に解かってくる。次に、この分析が終わったら、その分析結果を念頭において、再度総譜を見ながら名演奏の音源を聴き、名演奏家達が「構築性」「装飾性」をどのように駆使しているかを検証せよ。

音楽は、次々と生まれすぐに消え去っていく「動態芸術」であるので、古今東西、何かと文章や映像に置き換えたり、文学的哲学的な解釈をしながら、評論や鑑賞をすることが多い。確かに、初心者が西洋音楽を理解する上で、有益なことではあるが、度が過ぎると本道から逸脱し音楽の本質を見失ってしまうことになる。一つの名作でいいから、

その「構築性」「装飾性」を、楽譜で何度も繰り返し分析し、更に、その名作の名演奏の音源を百回聴くことが肝要だ。すると五十回目くらいから、各種のスポーツと同様に少しずつ色々なことが判ってくる。

建築と同様、堅牢な「構築性」の上に、味わい深い内装・外装という「装飾性」が加わって、名建造物が生まれるように、ある水準までの西洋音楽の基本やアンサンブルの妙を体得した上で、所謂「ハート」を付加していくべきで、その途中の工程を疎かにしてしまうと、震度5以上の地震に耐えられない建造物ができてしまう。

#### 4. 演劇と音楽の時間的進行上の共通点

声楽家・指揮者・作曲家・音楽評論家・エッセイストとして著名な、東京藝術大学名誉教授畑中良輔先生（注3）は、幼少の頃から、お琴の先生であったご母堂に連れられて歌舞伎、人形浄瑠璃、映画などを良く見聞された。そして動態芸術の中で西洋音楽から見れば、異文化に属すると思われるこれら日本の古典芸能の基本的法則を習得され、演奏、創作、評論の分野で駆使されて来たため、我が国の歌舞伎・新劇界、各種演奏界等の多くの第一人者たちが、畑中先生のご薫陶を仰ぎにきている。私自身も永年にわたり、畑中先生から直接間接にご教導を受けた事項でもあり、先生のお許しを得て、その要点を列記する次第である。

動態芸術の中の様々な異文化同士を比較検討する。

例えば歌舞伎で言うと、「勧進帳」などのような一幕ものも多いが、「通し狂言・義経千本桜」のように、初段（第一幕）から五段目（第五幕）まで物語の展開に応じて大分類し、また一幕ごとに、物語の展開に応じて、第一場～第三場などと中分類し、観客にその演劇の流れを理解し易くしていることが多い。

一方、西洋音楽は、発生起源や歴史は歌舞伎とまったく異なるが、ソナタ形式絶頂期に作曲され演奏された交響曲の名作も、楽章ごとに見事なコントラストや流れを聴衆に示しているし、漢詩や五言絶句や七言絶句に用いられる起承転結の手法も読む者や吟ずる者に感動を与える。これらを要約すると次のようになる。

演 劇		交 響 曲	
大分類	第一幕	⇒⇒	第1楽章
	第二幕	⇒⇒	第2楽章
	第三幕	⇒⇒	第3楽章
	第四幕	⇒⇒	第4楽章
中分類	上記各幕の中で		
	第一場	⇒⇒	第1主題とその変奏曲
	第二場	⇒⇒	第2主題とその変奏曲
	各場の中で	⇒⇒	推移主題とその変奏曲
小分類	各幕や各場の中の初めと、 正念場と、幕切れ	⇒⇒	各主題とその変奏曲の中の 開始部と、山場と、終了部

演劇も音楽もその内容の素晴らしさが何よりも大切だが、その素晴らしさを、より多くの観客や聴衆に伝達することも大切。枝葉末節に捉われることなく、古今東西の多くの名作を見聞し比較分析して、創作、作曲、脚色、編曲、演出、指揮などに役立てることが大切。

音楽は「次々と生れ、すぐに消え去っていく動態芸術」であるので、多くの解説者が何かと文章や映像に置き換えたり、文学的哲学的な解釈をしながら、評論をすることが多い。確かに、初心者が理解を深める上では有益なことだが、度が過ぎると本道から逸脱し、音楽の本質を見失ってしまうことになる。

一つの名作でいいから、その「構築性」と「装飾性」を何度も繰り返し分析し、さらにその名作を繰り返し見聞することが大切だ。そのうちに（平素の勉学の予習・復讐や、各種スポーツと同様に）少しずつ、いろいろなことが判ってくる。因みに、様々な映像・音響機器の無かった時代、多くの人は、何度も演劇や映画を見たり、演奏会に行ったりして勉強したが、現在では、DVD や CD で反復見聞できるので、ずいぶん楽になった。

## 5. 名監督、名俳優の語録

### ○ 名映画監督・小津安二郎氏

人が映画を見る時、通常は、画面の10分の1しか見ることが出来ない。だから、名画は10回見ることだ。最初は、楽しくサラリと見る。二回目からは一回ごとに「脇役やエキストラの演技」「構図」「カメラアングル」「色彩の配合と濃淡」「照明」「背景」「音楽と音響効果」「衣装・時代考証・大道具・小道具」を。それぞれ集中的に見聞していくと、最初にサラリと見た時には全く気付かなかった「名監督の秘法」や「スタッフの苦勞」が判ってくる。これらを総合して、十回目にもう一度サラリと見ると、初回とは全く異なった「名作の重み」が理解出来るようになる。

### ○ 名歌舞伎俳優・六代目尾上菊五郎丈

一部の先生たちは、弟子に向かって「お前の演技にはハートがない！」とか、「心を込めて演技しろ！」と言うが、必要最低限の技術を体得しない段階では、「心で演技」など到底出来るものではない。そのような先生の弟子は、その場での思い付きの演技をせざるを得ず、偶然上手く出来たとしても長続きはしない。それほど、「演技の修行は大変だ。しかも永い年月を要する」。

多くの技術を、一つ一つ丹念に確実に見付けて、その範囲できちんと演技をすれば、それ相応の芸を表現出来るものだ。「心で演技」するのは、真の名人のやることで、自分などは、まだまだ修行中の青二才だよ。

### ○ 再度、作曲家・清水脩先生

作曲家は一級建築士にも似ている。一級建築士は、平面図だけでなく地質調査・構造計算・建築部材・建築基準法に即した諸事項を斟酌するように、作曲家も、楽典諸事項のほかに、和声学・対位法・楽式論を斟酌する。

指揮者は、大工の棟梁や現場監督と同様、楽譜を徹底分析し、作曲家の意図したものを洞察し、これをメンバーに伝える。メンバーは一流熟練職人と同様、それぞれの技術を駆使すると同時に、演奏全体に齟齬を来さぬよう、独り善がりな仕事はしない。これらの「三位一体」が実現して初めて、名演奏が成就する。



---

(注1) **天井** 敷 (てんじょうさじき)

劇場において、最後方・最上階の天井に近い場所にある観客席のこと。

(注2) **清水 脩** (しみずおさむ)

1911年(明治44年)11月4日に生まれ。父は大阪天王寺の真宗大谷派寺院において四天王舞楽の楽人であった。中学時代から音楽を志し、中学3年の頃にはピアノを習得し、初めての合唱曲も作曲している。大阪外語大学時代には同校グリークラブにおいて指導者を務めた。

1937年、東京音楽学校(現東京芸術大学)選科に籍を置き、橋本邦彦に作曲を、細川碧らに理論を学ぶ。1940年第4回音楽コンクール作曲部門で「花に寄せたる舞踏組曲」が1位入選。1954年、芸術祭賞受賞作「修禅寺物語」など一連のオペラ作品により「日本の創作オペラの父」とも呼ばれる。また、400以上の合唱作品のうち男声合唱曲は半分以上を占める。第2回男声合唱プロジェクト YARO 会コンサートで演奏した「月光とピエロ」に代表される合唱組曲は、世界に類を見ない日本独特の形式として今日に受け継がれている。

1964年～1970年には全日本合唱連盟・第4代理事長を勤める。作曲以外にも多くの執筆活動をこなした。

(注3) **畑中良輔** (はたなかりょうすけ)

バリトン歌手、合唱指揮者、音楽評論家、作曲家、日本芸術院会員。東京芸術大学名誉教授、初代新国立劇場芸術監督、2007年著書『オペラ歌手誕生物語』で日本エッセイスト・クラブ賞受賞。音楽評論の分野では『レコード芸術』などに執筆。音楽教育にも力を注いでいる。合唱分野では福永陽一郎とともに東京コラリアーズを設立したほか、慶應義塾ワグネル・ソサィエティー男声合唱団の専任指揮者を務めている。また、詩集『超える影に』も出版している。

2010年2月に行われた<畑中良輔・更予の米寿&卒寿記念コンサート>では、オープニングで慶應ワグネル男声合唱団 OB や藤沢男声合唱団を指揮して、多田武彦作曲『富士山』を演奏している。

---

男声合唱プロジェクト YARO 会  
加藤良一