

ショパン2017年3月号 「魔法のピアノ上達法3」 深井尚子

今月は、「テンポ」について考えてみましょう。「テンポ」は、ほとんどの作曲家が曲の冒頭に指示することが多いですね。Allegro、Moderato、Andanteなどのテンポから、ある程度その曲のイメージを想像できますので、テンポ表示は作曲家からのとても大切なメッセージとなります。そのテンポを自分の中で、きちんと把握できるかどうか、確かめたことはありますか？今日の譜例は、ベートーヴェンの作品31の2、「テンペスト」と作品31の3、変ホ長調です。ベートーヴェンは、ハイリゲンシュタットの遺書を書く1年前、友人への手紙に「私は新しい道を歩むのだ！」と作曲に対してとても意欲的な意志を書いています。今回取り上げる曲が、その「新しい道」と思われる作品31です。この新しさの特徴は、「テンポ」にあります。テンペストでは、調号では二短調のはずが、イ長調のアルペジオで始まるもの斬新ですが、冒頭2小節が、Largo、次の3小節がAllegroです。その後も、Adagio,Largo,Allegroとめまぐるしくテンポが変化します。作品31の3では、Allegroで開始されますが、すぐに長いritardandoが書かれ、そのフレーズの最後には、フェルマータがあります。このパターンがあちこちに取り入れられています。

それらの曲を演奏するとき、最初に決めたテンポを最後まで記憶しておくことができますか？作曲家は曲の途中で、テンポを変える指示をたくさん出します。テンポ表示には、**piu mosso, meno mosso, ritardando, accelerando**など、かなり多様な表現があり、何を基準にテンポを変化させるのかを知っていなければなりません。メトロノームは、とても有能な機器ですので、メトロノームで自分のテンポを確かめることは大切なことです。しかし、演奏会などの本番では、心拍数が上がったり、血圧が上昇することから、自分では同じテンポで弾いていると思っても、ほとんどの場合、速くなっています。また、落ち着こうと思うことで、緩徐楽章がかなり遅くなることもあります。みなさん、経験があるのではないでしょうか。それらの問題は、実は呼吸の訓練をすることで軽減されることがあります。呼吸というと、「呼吸法」（腹式呼吸など）を思い浮かべると思うのですが、ここで言う呼吸は、肋骨の柔軟性を得ることで、安定した呼吸を意識するということです。つまり、声楽家が学ぶ「呼吸法」ではなく、身体の呼吸をつかさどる部分を意識して、普通に呼吸するようにすることで、安定したテンポを手に入れることができます。具体的には、脇の肋骨部分を強くさすることで、その部分の柔軟性を確かめることができます。さすってみて、痛みを感じた場合、脇の肋骨部分が硬く、楽に呼吸をしていない可能性があります。今回は、テンポをキーワードに身体の使い方を説明しましたが、このことは、フレージングにも深いかわりがあります。そのことは、また次回以降にお話したいと思います。