

〔研究報告〕

## 合唱指導をめぐる覚書

相澤 保正<sup>1)</sup>

### 要 旨

現在、日本のアマチュアコーラスは世界一と言ってもよいほど、トップグループを形成する合唱団のクオリティは高く、一方すそ野は限りなく広く、特にお母さんコーラスの活動は、量的にも顕著である。

筆者は10代の頃から、各種合唱団で歌ったり、いくつかの合唱団を指揮したりしながら、合唱の指導（指揮）はどうあるべきかを探求してきた。

筆者は年齢的にも、後期高齢者といわれるなかに入ったので、このあたりで自身の音楽の実践経験（約60年）と各種研鑽とから体得した合唱の効果的指導法について、まとめておきたい。

キーワード：日本のアマチュアコーラス、合唱指揮、発声指導、合唱曲の表現法

### I. 緒 言

筆者が音楽家になろうと決心した音楽的出会いが二つある。一つは中学生のとき吹奏楽部でクラリネットを吹いていたが、そのアンサンブルがとても楽しくて音楽に魅せられたこと。二つ目は高校生のとき、小樽市内の大学、高校が合同で開催した「学生音楽会」において、全員合唱（約300人）でメンデルスゾーン作曲の「緑の森よ」を歌ったが、その神秘的な馥郁とした音の世界に、全身が震えるほど陶醉し、感動したこと。この二つの音楽的出会いから、音楽家になる為の基礎的な各種の勉強を始めた。そして在学していた道立小樽千秋高校合唱団の学生指揮者をスタートとして、大学生（3年、4年）のときには、演奏旅行で特設音楽科内の合唱団の指揮をしたり、小樽富岡ドレメ合唱団を指揮したりして、合唱指揮にかかわりながら、研鑽を積んだ。大学卒業後は専門家として、小樽商大グリークラブ、アポロ男声合唱団、新声会合唱団、北大混声合唱団、東北女子大学合唱団、板柳男声合唱クラブ〈いななく会〉などの合唱指導を行った。これらの実際の合唱指導経験と平常の音楽的研鑽とから、筆者が体得した合唱の効果的指導法を「合唱団員の発声法の指導」「合唱の指揮」「合唱音楽の表現法」の3つの分野から、まとめてみることにする。

### II. 本 論

#### 1. 合唱団員の発声法の指導

合唱は声を素材として、音楽を表現する芸術であるから、声づくりは欠くことのできない大きなファクターである。腹式呼吸による発声法の体得は合唱団員個々の必須の課題である。合唱団によっては、指揮者の他に声づくり専門のボイストレーナーを置いて技術の向上に励んでいる団体も数多く存在する。そして、発声法のメソッドは一律なものではなく、さまざま存在する。世界的に伝統のある「ベル・カント唱法」といわれる発声法は、オペラの王国イタリアで発達した発声法だが、これとても名匠から名匠へ、師匠から弟子へと伝承されて今日に到っている。発声は体の外から見えない部分を使用して音を発するので、すべてを科学的に分析して合理的に美しい音を発するようにする、ということは大変難しい。従って指導者は、個人々々の発する声を聴きながら、的確なアドバイスを与え、根気よくトレーニングを重ねることになる。

発声練習を行うとき、団員が心がけていなければならないことを箇条書きすると、大体次の6点になる。

- (1) 常によいフォームを保つ
- (2) 腹式呼吸で息を支え発声する

1) 弘前医療福祉大学短期大学部（〒036-8102 青森県弘前市小比内3-18-1）

- (3) のどを開ける（アペルトする）
- (4) 声を共鳴させる
- (5) 母音（アエイオウ）は片寄りなく使用する
- (6) スケール（音階）の練習をする

主に上述した6点を心に留めて、発声法の練習に励むことになるがその他、口を縦に開けることとか、体に不必要なこわばりがないこと、そしてのびのびとした明るい声が発せられるよう「赤とんぼ」（譜例1）や「アニーローリー」（譜例2）などの親しみのある愛唱歌を母音唱しながら、発声法を体得していく。勿論楽曲を使用せず、発声だけのための音型を使用しての母音唱も効果はあるが、あまり楽しくない。筆者は出来るだけ練習も楽しく行う方針から、愛唱歌を使つての発声練習を心がけてきた。

**赤とんぼ**

ゆるくおだやかに ♩60 三木森雄 作詞  
山田精隆 作曲

譜例1

**アニーローリー**

優美に スコットランド民謡

譜例2

## 2. 合唱の指揮

### (1) 振る技法—打法（叩き）と平均運動—

日本の生んだ世界的名指揮者小澤征爾の師である齋藤秀雄の著になる「指揮法教程」で、筆者は指揮法を勉強した。勿論、在学した大学でも指揮法の演習科目があり、そこでも学んだ。一方、大学の外で札幌放送合唱団など、いくつかの合唱団に所属して歌いながら、何人かの指揮者から実際的に学ぶことも多かった。特に印象深く勉強になったのは、札幌放送合唱団の客演指揮をされた木下保、森正の指揮で歌ったときだった。また、NHK交響楽団などの演奏が放映される折、世界的な指揮者が何人も棒を振るので、その映像から指揮者の「振る技術と音楽性の融合」を感じ取り、数多くのことを学んできた。

指揮者は棒を振ることによって、TempoとRhythmを、演奏者に明瞭に示さねばならない。そして、楽曲の持つ音楽的な全体像や各フレーズの演奏法を奏者（合唱

団員）に的確に示さなければならない。この楽曲の全体像をどのように捉えているかは、指揮者の音楽性によるところが大きい。

筆者は振る技法の大きなベースを、打法（叩き）（図1）<sup>1)</sup>と平均運動（図2 [例a]）<sup>2)</sup>の2種類に置き、そこから楽曲やフレーズに応じて振り分け、応用していった。楽曲のフレーズを1音1音くっきりと演奏したいときは打点を明確にし、一方レガートに演奏したいときは平均運動を多用するといった技法を基本として指揮をしてきた。

振り方の悪い例（図2 [例b]）<sup>2)</sup>もあるので、その悪い例に陥らないよう常に留意し、演奏者が自然にTempo,Rhythm,音楽などを感じ取れる振り方を探求してきた。

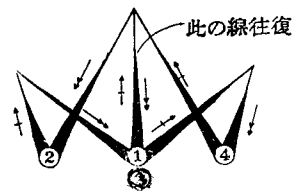


図1

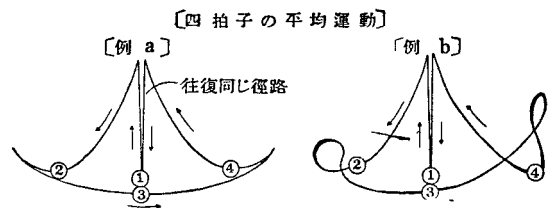


図2

振り方のなかには、アインザッツと音の切り方、フェルマータの音の扱い方やポリリズムの振り方等、いくつもの技法が出現するが、字数の制限もあることから今回の執筆では、これらについては触れないことにする。

小澤征爾は武満徹<sup>3)</sup>との対談で、指揮者で世界の第一人者であったシャルル・ミュンシュの指導を受けたことについて、次のように語っている。—シャルル・ミュンシュ先生からは、練習ではなにも注意されなかったけど、「スूपル、スूपル、力を抜け、頭の力も体の力も手の力も全部抜け!」と言われたのを覚えている。シャルル・ミュンシュの指揮はファンタスティックな天才的神技で、カラヤンの指揮は観客をあつと言う間に引きつける魔法の杖だった。それが1958年から1960年くらいの話だ。だから僕は本当に幸運だった。(略) —

何の道においても、その道を究めるといことは、誰でも到達し得ることではない。天分に恵まれ、高い志を

忘れず、練磨に練磨を重ね続けた一握の者が道を究めるのであろう。ミンシュが言うように不要な力を抜くことは、指揮の究極の理想像であろうか。

## (2) 指揮者の言葉とアトモスフェア

指揮者はスコアを読み解き、その音楽の完成したサウンドはこのように響くはずだ、という確信のもとに、合唱団員の前に立つ。その完成像に向かって、振る技法を駆使し、言葉を発し、演奏を止めては、何度も練習を繰り返しながら、音の彫琢を整えていく。そのプロセスにおいては振る技法や言葉の他に、その場に醸し出されるアトモスフェアも秀逸な演奏のためには重要なファクターになる、と筆者は考えている。

世界の歴史に残る名指揮者ヘルベルト・フォン・カラヤン(1908-1989)のリハーサル風景を小林研一郎は著書「指揮者のひとりごと」<sup>4)</sup>のなかで、次のように書いている。

—ことベルリン・フィルとの対決となると、氏の容赦のないリハーサルは、時折、こんなことを言ってよいのだろうかと思えるほどの帝王ぶりとなる。‘まるであなた方の演奏は、私の娘がピアノを弾いているようだ’とかいう言葉まで飛び出すのである。アマチュア相手ならともかく、相手は世界最高のオーケストラである。それに、リハーサルを止める頻度はすさまじい。10秒区切りで止まっている感がある。しかし、オーケストラから何の不満ももれないのは、彼の音楽に奉仕する姿勢を分かりすぎるほど、分かっているからであろう。それが彼等の心を動かし、長い付き合いにもかかわらず、いつも新鮮さが保たれているのであろう。それこそ、まさに彼の音楽への情熱の勝利といえるだろう。(略) —

同じくカラヤンのリハーサルについて、茂木健一郎は著書「カラヤン～音楽が悩を育てる～」<sup>5)</sup>のなかで、次のように書いている。

—ベルリン・フィルのコントラバス奏者、ルドルフ・ヴァッツェル氏が次のように回想している。「彼(カラヤン)のイメージの中での‘美’とは、一点の曇りもない、美しい表面を持っていなければいけなかった。だから、レガートに関して、異常なほどの拘りがあった」続くエピソードが、実に興味深い。「トリスタンとイゾルデ」の録音だった。録音には14日間も費やした。後ろから始めて、最後の日に前奏曲を録音した。さて、2週間もかけて録音してきたのだから、この日の我々は、すでにこの曲を体得してしまっていたと言ってもいいだろう。ところが、前奏曲が始まると、カラヤンは、冒頭のチェロ(譜例3)の二音で止まってしまった。あの六度の二音だ。カラヤンは、この二音を絶対的なレガートにするため、15分間もチェロと闘った。(略) —

トリスタンとイゾルデ



譜例3

また、茂木健一郎は同著<sup>6)</sup>のなかで、次のようにも書いている。

—私が観たドキュメンタリーでも、リハーサル中、カラヤンはこの言葉を繰り返していた。

「もっと、レガートに霧がかかっているように!」、「音のつながりの部分をもっと長めに」、

「冒頭にアクセントをつけないように」、「音符の完全な長さにおいて」、「一個ずつ分けしないで」、「さあ、もう一度!」。音楽を止め、分解し、両手を俊敏に動かしながら正確な実音を求めるカラヤン。(略) —

指揮者は自身の音楽的解釈を基盤として、完成像に向かって合唱団(オーケストラ)を引っ張っていくわけだが、けいこをつける際に発する言葉は、大変重要である。カラヤンに限らず、世界の頂点から私達のまわりに存在する指揮者まで、どのような言葉を駆使して、自身の音楽的要求を団員に伝え、演奏のクオリティを高めていくか、プロのなかでも格差が極めて大きい部分である。また、言葉で団員に音楽的要求をする際の表情や動作などから醸し出されるアトモスフェアにも、指揮者の芸術性や人間性が滲み出るものである。従って、言葉以外の種々のファクターも魅力に富んでいる指揮者に、団員は吸い寄せられ、集中力が高まるので、一流の指揮者の棒によって、団員がその時点で有する技術で表現可能な最高の音楽が生まれることになる。また指揮者は、アマチュア合唱団員が技術的に未熟な場合は、そのテクニックを向上させる為の名トレーナーであることが望ましい。名トレーナーでもある名指揮者のもとでは、2時間くらいの練習でみるみるうちに音楽が変化し、クオリティが高まる。

福島県のFMC混声合唱団は1947年の創立で、初代指揮者は高野広治(故人)であった。その名門合唱団が、東京混声合唱団(プロ)の常任指揮者の田中信昭を招いて指導を受けたところ、別人のように上手くなった。高野広治は、この電撃的な音楽の変化に覚醒し、そこからまた猛勉強を重ね、同合唱団を日本アマチュア合唱界の雄に育てあげていった、というエピソードが残っている。指揮者によって、合唱団は大きく変貌する例である。



写真 1993年6月27日 主催 板柳男声合唱クラブ「いななく会」 合同合唱指揮 相澤保正

### (3) 合唱曲の表現法

合唱曲もG.P.パレストリーナ（1525-1594）が活躍したときは、彼の「法王マルチェルスのみサ」に代表されるごとく多声的無伴奏合唱様式の盛んな時代であった。それから約200年の時を経て出現した天才R.V.ベートーヴェン（1770-1827）の合唱曲とは、様式が異なるため、表現法も異なってくる。また様式を離れて、演奏計画を思考するときは、その音楽の全体像を大きく捉えなければならない。例えばW.A.モーツァルト（1756-1791）の晩年の名作「レクイエム」を合唱するときと、ベートーヴェンの「交響曲第9番合唱付」を合唱するときでは、音楽的思考や感性は異なった働き方をする。そこに生まれる合唱は、「レクイエム」は荘厳な雰囲気につつまれ、一方「第9」は歓喜が横溢したものとなる。このように合唱曲の表現法を考えたとき、時代の特徴的な様式や、作曲家の作風とか曲の全体像を把握して解釈し、演奏することが肝要である。

西洋音楽はパレストリーナから、現代の作曲家まで、およそ500年のときを重ね、後世に遺る名曲が生み出されてきた。一方、日本の合唱曲は明治時代から今日までのおよそ100年間のなかで生み出されてきたが、特に戦後の昭和20年代後半から、陸続と名曲が誕生しはじめた。清水修作曲「月光とピエロ」、石井欽作曲「枯木と太陽の歌」、大中恩作曲「島よ」、平井康三郎作曲「合唱讃歌」、團伊玖磨作曲「筑後川」、広瀬量平作曲「海鳥の歌」、高田三郎「水のいのち」など、枚挙にいとまがない。

今回は字数の関係もあり、堀口大学作詩 清水修作曲 男声合唱組曲「月光とピエロ」より、第3曲目の「ピエロ」の表現法について書くことにする。

この「Ⅲ ピエロ」は、A-B-Aの3部形式の構成になっている。Aにあたる「ピエロの白さ 身のつらさ ピエロの顔は真っ白け」の部分は、レチタティーヴォ風のフレーズとカンタービレのフレーズのコントラストを際立たせて演奏する。Bの中間部「白く明るく見ゆれども ピエロの顔は淋しかり ピエロは月の光なり」は、作曲者がAndante Cantabileと指定していることに配慮し、全体を少しゆっくりめでTempo設定し、もの悲しさを込めて歌いあげる。再現するAの部分では、最後のffのハーモニーがバスからトップテナーへ、根音、第五音、根音、第三音という重なりで、男声合唱の最も豊かな響きが出される。作曲者はそのことを熟知していて、フィナーレにこのハーモニーを使って演奏効果を高めている。これらのほかに、もう一步踏み込んだ具体的な表現法を譜例（4）に朱書することにする。

### Ⅲ. まとめ

関屋晋は著書「コーラスは楽しい」<sup>7)</sup>の序において、次のような一文を書いている。

—小澤征爾は、アマチュアコーラスのレベルは、その国の音楽水準を示すものだといっている。（略）—世界的規模でオーケストラを指揮してきた小澤の言葉なので、大変説得力に満ちている。日本のアマチュアコーラスが盛んだということは、日本の音楽水準が高いことを意味する。音楽水準とは、演奏家の水準もそうだが、音楽愛好層の水準も高いということも含まれている、と筆者は解釈する。そのひとつの現象が、水準の高いコンサートは、外国人、日本人の演奏家に関係なく、いずれ

### Ⅲ ピエロ

堀口 大学 作詩  
清水 脩 作曲

**Allegro**  
*mf*

Tenor I  
Tenor II

ピアノのしろさ みのつらさ ピエロのかおは ま - -

Bass I  
Bass II

*mf* ユニゾンをよく揃えろ

*f* ハーモニーを たったパリと...

しろけ - -

*p* ピエロのしろさ みのつらさ ピエロのかお

*f* あかり切つて..

語感を生かし、語るように

子音を強調し、長さを正確に

*f* バスよく響かせて

あかり切つて

*poco rit.* - - - *a tempo*

*f* 頭からフォルテで

次への間を大切に

ピエロのかお ピエロのかお は ま - - しろけ - -

ぴたっと揃えろ

*f* 緊張感のある 二音のぶつかりを保つ

*poco rit.* - - - *a tempo*

**Andante cantabile** よいテンポと、もの悲しげなカンタービレ唱法で...

ピアノのフォルテで、し

ろく あか るく みゆ れど も

ハーモニーを 自然に...

ピエロ ピエロ ピエロ ピエロ ピエロ ピエロ ピエロ

やわらかいリズムと正しい音程で

*p*

Hum.

バス、カンニングプレスで通底音を...

ピエロの孤独な寂しさを感じて歌う....

ハーモニーが崩れない

*mf*

ピエロの - か - - - おはさびしかり

*mf*

ピエロの  
はじかないで

→ トップノテノル歌いすぎないで....

*p* *f* *mf dolce*

ピエロ はつきのひ

ピエロ ピエロ ピエロ ピエロ

*f* *mf*

かおはさびしかり  
旋律として歌う...

→ 自然なdim.でバロンのメロディをわたす

*f* *mf cantabile*

か り な り

ピエロ ピエロ ひかりなり

ピエロは

ピエロは

し ろ く あ か る く

*mf*

→ バス大きくなりすぎず、バロンのメロディに寄りそうように...

*mf* *p*

みゆれど - も

つ - き - の - ひ - か - り は

さびしかり

みゆれども

このdim.で発声が崩れない

*mf* *p*

譜例4-2

**最後の部分**

弱声から入って、語感を生かし、どならない力で響かせ  
ドラマチックに終止する

rit. - - - - a tempo

ピエロのかおは まーっ しろけー

rit. - - - - a tempo

譜例4-3

のホールでも満席になるという。今年（2014年）、弘前市民会館で開催されたNHK交響楽団や東京フィルハーモニー交響楽団のコンサートは満席であった。また、青森文化会館で開催された「グレンミラー楽団」のコンサートも満席であった。筆者の身近なところでのコンサートが満席になるので、日本中の都市がおそらく同様の現象であろう、と推測している。外国から一流の演奏家やオーケストラが来日し、日本での公演が赤字で困った、という話は聞かない。外国の一流の演奏家にとって、日本は良好な音楽マーケットなのである。また、日本人にとっても世界の一流の演奏を、自分が住まわっている都市で聴くことが出来る、ということは幸せなことであろう。

筆者が30代で指導した「小樽商大グリークラブ」のグリーメンは卒業後、一流会社に勤務しながら、合唱音楽を友として生涯を送っている。北海道岩内町で生まれ、小樽商大グリーで歌っていたN君は、三重県に住んで日本を代表する男声合唱団「東海メールクワイヤー」のトップテノールのパートリーダーを長くつとめ、海外演奏旅行に何度も出かけている。また、函館市に生まれ小樽商大グリーで歌ったK君は千葉県に住んで、これも日本の名門男声合唱団「東京リーダーターフェル」で歌いながら、ドイツへの演奏旅行や県の第9合唱団の幹事、

県合唱連盟の役員など務め、合唱音楽の普及に大いなる功績を残している。

ドミソをハーモニーさせる合唱の‘いろは’から始めて、生涯のよろこびへと変貌していったグリーメンは数多く存在する。

合唱音楽は、まさに生命の讃歌であり、未来への光芒でもある。

（受理日 平成26年10月28日）

**図、引用文献**

- 1) 斉藤秀雄著 指揮法教程 音楽之友社 1962年 p.27
- 2) 同上、p.33
- 3) 武満徹 小澤征爾 音楽 新潮文庫 1984年 p.132
- 4) 小林研一朗著 指揮者のひとりごと 騎虎書房 1993年 p.119
- 5) 茂木健一郎著 カラヤン～音楽が悩を育てる～ 世界文化社 2009年 p.89
- 6) 同上、p.87
- 7) 関屋晋 コーラスは楽しい 岩波新書 2012年 p.1