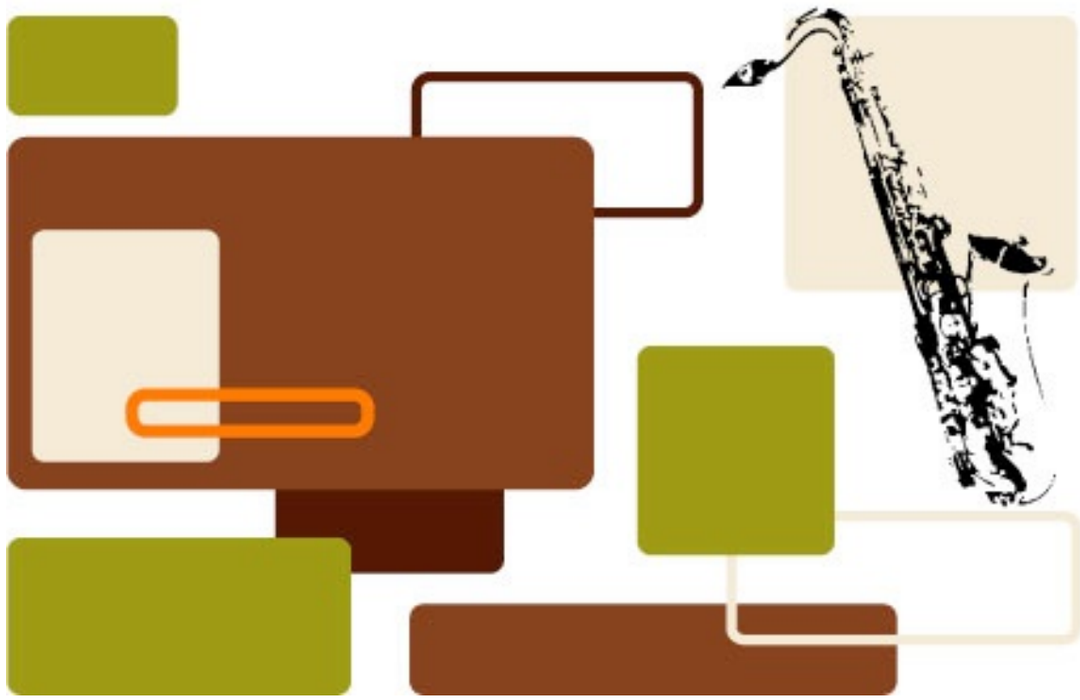
サックス上達における

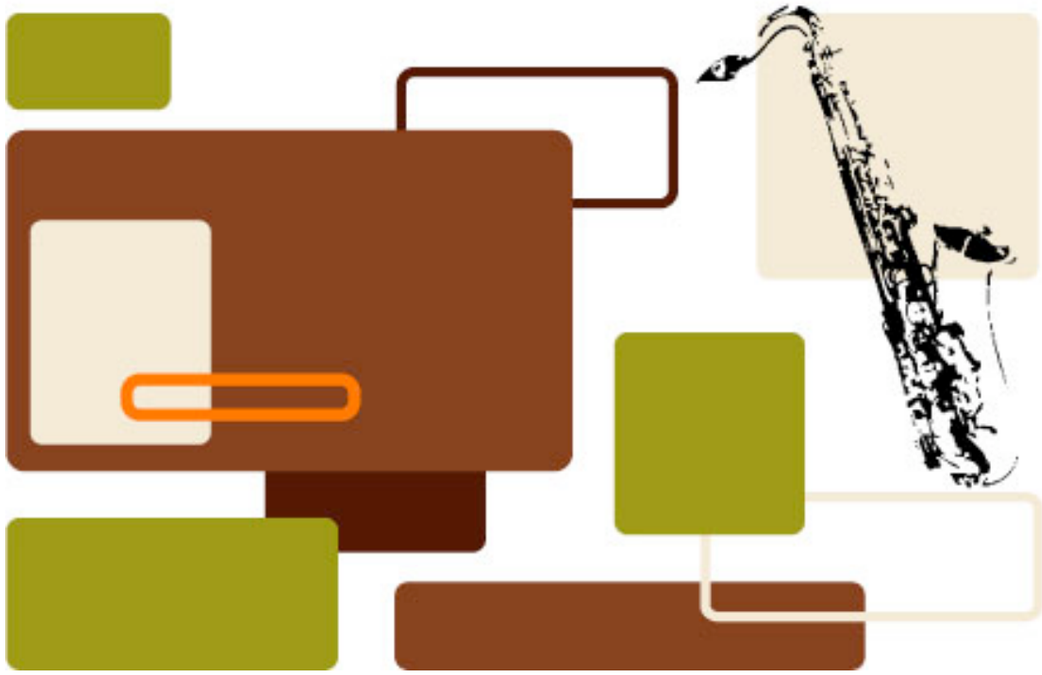
# 7つの神話



ALL RIGHTS RESERVED © 2012 TAKASHI NAKASONE

サックス上達における

# 7つの神話



## 著作権について

本コンテンツは著作権法で保護されている著作物です。
本コンテンツの使用に際しましては、以下の点にご注意ください。

●本コンテンツの著作権はすべて、著者:takashi nakasoneに属します。

●著作権者の事前許可を得ずに、本テキストの一部または全部を、あらゆる データ蓄積手段(印刷物、ビデオ、テープレコーダー、及び電子メディア、 インターネット等)により複製および転載することを禁じます。

# はじめに

こんにちは　tataです。

このレポートは、「サックス上達における7つの神話」と題しましてサックスを始めると、多くの人がまことしやかに信じてしまう7つの神話についてお話します。

人間は、見たいものしか見えない、聴きたい音しか聴こえない、信じたい事しか信じない、という生き物なので、他人の目から見たら常軌を逸した事柄でも自分にとって都合の悪いことは盲目的になりがちです。

サックスを継続していると飛躍的に伸びる時期があります。一歩ずつ出来る様になると言うよりかは、何かきっかけを掴んだ瞬間に霧が晴れた様にぐーんと伸びます。それは恐らく神話の呪縛から開放され、正しい意味でこれらの意味を理解できた時なのではないか、と思います。

最初に言っておきますが、この7つの神話はすべてが駄目だと言っているわけではありません。これらの神話の中に真実がないわけではない。しかし、あなたが思っている様な形ではないということです。広告のうたい文句による先入観によって、自分の都合が良い様に解釈している場合がほとんどです。

この7つの神話の意味を正しく理解出来れば、飛躍的なサックス上達へ繋げることができます。つまりそれは正しく判断し上手く活用できる様になるという事です。

もしかすると「何がなんでもこれらの事はやってはいけないんだ」という印象を与えてしまうかもしれませんが、そうではないという事をあらかじめご理解ください。

# 目次

神話その1
サックス教室に通えば、上手くなる

神話その2
高価なサックスを買えば、音が良くなる

神話その3
正しいアンブシュアを
形成できれば音は良くなる

神話その4
毎日、30分練習すれば、上手くなる

神話その5
サックスを初めて、少し慣れれば楽譜は読める

神話その6
憧れのプレイヤーと
同じセッティングにすれば同じ音になる

神話その7
サックスは海風に吹かれて
波止場のピットに片足を乗せて吹く

神話その1

## サックス教室に通えば、上手くなる

英会話スクールに通っている何%の人が英語を話せる様になったのか、と言う事を考えれば、ハッとさせられるかもしれません。自由経済が成熟した日本は、様々なサービスや商品でありふれています。お金さえ払えば、求めているものが手に入るという事に私達は慣れ過ぎているのかもしれません。

英語もそうですが、教材やサックス教室にどんなにお金をかけようと学習者の努力なしには上達することはありません。しかし、私達は教材やスクールにお金を払った時点で、将来、かっこ良くサックスを吹いている自分を約束されたと錯覚してしまいます。

月に数回受ける合計たった数時間ほどのレッスンのみで、上達するはずがありません。

しごく当然の事なのですが、レッスン以外にも継続して練習する必要があります。

練習しなければ上達しない。

そんなあたり前の事は、誰かに言われるまでもなく分かっていることです。しかし、サックス教室に通いさえすれば上達する、と錯覚している人がビックリするほど多いのが現実です。あなたはこの神話を信じていませんか？

サックス教室に通うことが駄目と言っている訳ではありません。むしろ、サックス教室に通う事なく独学でサックスを上達するのは、できなくはないですが、かなり難しいと思います。大人になってからサックスを始める人はなおさら難しいでしょう。もし、大人になってからサックスを始めるのであれば、サックス教室へ通う、もしくは個人レッスンを受ける事をお勧めします。

サックス教室へ通うことの利点は、環境を作ることにあります。

サックスの吹き方を教えてくれる環境。次のレッスンまでにするべき課題を与えられる環境。演奏する場所を与えてくれる環境。

サックス教室や個人レッスンがあなたへ提供できるサービスは、上達ではなく上達へ結びつけるための環境であるということを、今一度、再確認してほしいと思います。

・練習しなければ上達しない
・サックス教室が提供しているサービスは環境である。

まずは、この二つの事を確認した上で、それでもサックス教室に通っても上達しない可能性があるということをお伝えしたいと思います。

大手のサックス教室は、あなたを上達させるという事にフォーカスしているのではなく、あなたがサックス教室を辞めないという事にフォーカスしています。これはあたり前の事で、教室を辞められると経営が成り立っていかないからです。聞くところによると、生徒の退会率によってその講師の給料が決められているというぐらいです。

この事から大手のサックス教室では、サックスの「上達」を目指すのではなく、サックスを吹く時間を「楽しむ」という事を目指しています。楽しいのは良いことです。僕もサックスを楽しんでいますし、あなたもサックスを吹くことが楽しいと思うからこそサックスを始めたのだと思います。

ただ、大手のサックス教室が使う「楽しい」の意味は、苦痛を伴わないということです。面倒くさいことは嫌。練習するのも嫌。でも、サックスはやりたいし上手くなりたい。というニーズを上手くバランスを取りながら満たそうとしているのでしょう。

苦痛を伴わないわけですから、楽譜を体系的に理解することや出来ない事を反復練習するという面倒くさい事はしないでしょう。出来ないことがあるとその課題は飛ばして、出来る課題へ置き換えたり、とにかくストレスを与えないという事をやっていると思います。そして、発表会などの本番がある曲のみを形にしていくスタイルだと思います。

リズムを読める様にするというよりかは、リズムを覚える。音符を読める様にするというよりは、音符と運指を覚える。その曲のみは完成するがなかなか次の曲へは繋がらない。

その結果、いつまで経っても楽譜が読めない。正しい奏法も身に付かない。指も動かない。その時期に練習している曲はなんとか吹ける様になりますが、サックスが上手くなったとは言えない。万年、初心者レベル。

つまり、いつまで経っても上達しないのです。

上達しないというのは言い過ぎですね。継続していく事によって、少しずつですが上達はすると思います。しかし、その上達スピードは半端なく遅い。楽器経験のない中学生が吹奏楽部に入部して、先輩にしごかれて必死で練習した１ヶ月のレベルに到達するのに、平気で３年以上はかかります。下手すれば５年以上。それぐらいの上達速度です。

また、上達するか否かは、サックス講師にも依存していると思います。

誤解がない様にあらかじめ言っておきますが、大手のサックス教室にも優秀な講師はたくさんいます。優秀な講師ほど、これらのジレンマを抱えながらも、上手くバランスを取りながら、あなたを上達に導いていると思います。

しかしながら、根底にある大手の音楽教室のコンセプトは「上達」するではなく、「継続させる」である事には間違いありません。個人レッスンであれば、生徒のやる気に応じて上手く指導してくれる先生もいると思いますが、グループレッスンだと少々、難しいかもしれませんね。

このコンセプトは商業的に成功しています。成功している要因は、心の中にこの神話を求めている人がたくさんいるという事を物語っています。

上達するために苦痛と感じるトレーニングを促すと辞めてしまう。少し、壁にぶつかると辞めてしまう。それでは商売が成り立たないのです。であれば、辞めずに継続させて、亀の様な遅さの上達スピードでも「私は、楽しんでサックスをやっている」というニーズを満たしてあげる方がお互いのためという事になります。

生徒さんはサックスを吹く事が楽しくてハッピー。教室運営者は生徒さんが継続してくれてハッピーです。

大手の音楽教室は、サックスを楽しく継続されることには成功しているわけですから、とにかくサックスを楽しみたいと望む人はそれで良いと思います。決して否定をしているわけではなく、それが特徴ですから。サックスを「楽しむ」という事にフォーカスする場合は、大手のサックス教室のやり方は間違いなく正解です。

しかし、同じ様にサックスを教えている僕の立場としては正解と言えない。正解は僕が決める事ではなく、最終的にはあなたが決める事なので「正解とは言いたくない。」と言った方が正しいと思います。

僕が何を持って「正解とは言いたくない」と言っているのかと言うと、それは「楽しさ」についての考え方です。「音楽をする楽しさって、本当にそんな事なの？」と言う疑問です。あなたはなぜ、サックスを始めたいと思ったのか？それは「憧れ」であったと思うのです。

大好きなサックスプレイヤーへの憧れ。演奏する姿を見て、その人から溢れ出す音楽を聴いて、感動し自分もあんな風に音楽を奏でたいと思った憧れ。

その憧れは、なりたい自分への架け橋になってくれるものです。それは、今の自分から理想の姿へ変化したいという欲求です。何もしなければ変化は起きません。自分にわざと適度なストレスを与えて、前に進んでいくからこそ、なりたい自分へ近づけるのだと思います。

プロを目指せとか、巨人の星の様に苦しい努力をしろとか、 毎日、練習してくださいとか、そういう根性論を言いたいのではなく、サックスをやる上での姿勢の問題です。自分のライフスタイルに合わせて、なりたい自分を目指して前を向いてほしいという事です。

練習してもできないのはストレスになります。心が折れる時もあるでしょう。しかし、正しい方法論で練習を継続すれば、必ずできる様になります。できる様になるからサックスが楽しい。楽しいから続ける。できる様になれば、周りの人が自分の音楽を聞いて喜んで

くれる。周りの人が喜んでくれるから楽しい。楽しいから続ける。

これが、僕の提案する楽しいサックスライフです。

そしてここからは僕の願いですが、自分の音楽を自分の大切な人へ伝えれる様になってほしいと思います。自分のためだけではなく、自分以外の誰かのために音楽を奏でるところまでやってほしいと思うのです。

これは上達して上手な演奏をしなければ人前で演奏できないという上手さの問題ではなく、これも音楽に対する姿勢の問題です。自分のために練習するのではなく、誰かに聴かせるために一生懸命練習している姿は、単純に美しいと思うのです。

サックスを始めた年齢や実力は関係ありません。ただ、あり方として美しい。

お世辞でも上手いと言えない演奏に感動する時は、この様に演奏に対する姿勢が美しい時なのでしょう。もしかすると、私達が憧れている姿というのはサックスが上手くなったという結果だけではなく、こういった姿勢なのかもしれません。

少し話しが逸れてしまいましたが、ただ神話を信じていては辿り着けない境地だと思うのです。そして、残念ながらこれらの想いがあっても実践できていない人がほとんどだと思います。

あなたが何を望むか？それによって選択肢が変わります。

神話その2

## 高価なサックスを買えば、音が良くなる

『このサックスは70万もしたのだから、あの憧れのサックスプレイヤーと同じ音が出るに違いない。いや、高い楽器にしたぐらいでプロと同じレベルの音が鳴るなんてそんな甘くはないけど、それでもそこそこいい音が鳴るはず・・・』

と胸いっぱいの期待をして高価なサックスを購入しようと思った事はないでしょうか。高価な楽器を購入することで音色が良くなる可能性はありますが、それはあなたが期待している様な劇的な変わり方をするわけではありません。

特番でダウンタウンの浜ちゃんが司会をしている『芸能人格付けチェック』という番組があります。その中で3億円のバイオリンと20万円のバイオリンの音を聞き比べて、どちらが高価な楽器か当てるというものがありますが、素人にはなかなかこれらの判別ができません。

なぜ、こんな事が起こるのでしょう？

もし、3億円もする楽器なら20万円の楽器と比べ物にはならないくらい良い音がする、と私達の常識では、その様に感じてしまいます。しかし、結果だけを見ると多くの芸能人は判別がつかず、迷ってどちらかを選びます。恐らく、視聴者のほとんども同じだと思います。

番組では、間違えた芸能人を二流だ、三流だと面白おかしく演出していますが、20万円のバイオリンの音を3億円のバイオリンの音と間違える芸能人の耳が異常であると感じている人はいないと思います。

これは何を意味しているかというと、価格と音の良さは必ずしも比例していないという事です。高価になればなるほど楽器の機能的価値の品質が良くなり、その

結果「音が良くなる」と捉えがちになりますが、音の善し悪しは演奏者に依存していることがほとんどです。

だからこそ、一流の奏者が20万円とバイオリンとしては比較的安価な楽器を使った演奏でも、素人では判別ができない一流の音を出す事ができるのです。弘法筆を選ばずとはこの事ですね。

一流の奏者ならどんな楽器でもいい音が出せるのであれば、高価な楽器なんて価値がないではないか？と思ってしまいますがそうではありません。

3億円の楽器と20万円の楽器がまったく同じ音が出るというわけではありません。一流の奏者が演奏するとどちらも素晴らしい演奏になりますが、どんなに練習してテクニックを磨いても辿り着けない最後の一振りというのがあります。

サックスを吹いていない人には、わからない細かいニュアンスや音色の違い、もしくは同じ表現でもこの楽器であればストレスなく楽に表現できる。など、経験があるからこそ違いがわかり、そして追い求めてしまうそんな世界があります。

一流であるがゆえにその実力に応じたパフォーマンスを最大限に活かせるポテンシャルを持った楽器を求めるのです。

それは、テクニックではカバーできないその楽器だから表現できる事であり、自分の求める表現が明確にあればあるほど、楽器の差を感じると思います。しかし、素人から見ればその違いは紙一重にしか感じない最後の一振りとなります。それが3億と20万の間にある差なのです。

高価な楽器を初心者が吹いても音が良くならないというのは、映画編集に使うハイスペックで高価なパソコンを購入したら、誰でも簡単に映画を作れる様になると勘違いしている様な状況です。これらの事は楽器に限って珍しい事ではなく、どの分野でもよく見る光景だと思います。

例えば、初心者用のスキー板とオリンピック選手が使っているスキー板。どっちでも雪の上を滑れることはできると思います。今日、初めてスキーを滑る初心者がオリンピック選手が使うスキー板を使うと、いき

なり上手く滑れる様になるのかというと、そうではありません。

しかし、その世界を長く経験しているとスキー板の違いが分かり、自分の好みが出てきて「このスキー板が良い。このスキー板でなければならない」と感じ始めるはずです。

それと同じです。つまり、高価な楽器にしたからと言って、劇的に音が変わるという事はありません。そして、高価な楽器が高価になる理由は、機能的価値が向上するからという単純な理由だけではありません。

私達は、「支払った額に見合ったものが手に入るのだ」というルールに慣れ親しんでいますし、このルールに当てはまる事を何度も目にして来たと思います。そして、いつのまにか「高価なもの」＝「良いもの」というルールが疑いがなくあたり前のものとされています。これを楽器を購入に置き換えると「良いもの」＝「いい音が鳴る楽器」となるので、「高価な楽器」＝「いい音が鳴る」となってしまうのでしょう。

しかし、経済には、もう一つ周知のルールがあります。それは稀少なものは高価であるというルールです。需要と供給のバランスですね。高価な楽器は数が少ない場合が多いです。例えば、生産ラインに乗っていないので受注生産になる場合や今は製造していない過去のモデルなどです。つまり、稀少であるのです。

または、楽器に使用している素材が高価であるなどの機能的価値を超えた付加価値がついている場合、ブランドにより付加価値がついている場合なども価格が高騰化します。セルマーなどは輸入商品であるため、為替も関係してきます。

希少性価値、付加価値、為替、こういった要因で高額になります。

ワインと一緒ですね。高価なワインは、味はもちろん、そのワインの歴史、希少性、ブランド etc、高価である理由は、単純に味が良いというものではありません。これらの事が、必ずしも価格と音の良さが一次関数的に比例しない要因となります。

また、逆にこうも考える事ができます。20万円のバイオリンでも機能的価値は十分に満たしている。だから、一流が演奏すれば素人には判断がつかないレベルの演奏が可能になる。

サックスも同じで機能的価値を満たしていない楽器で練習すると奏法に変なクセがついて困りますが、機能的価値を満たしている楽器であれば、後は奏者の腕次第です。もし、一番最初の楽器選びを迷われている場合は安心できるメーカーの一番、価格が安いラインが良いでしょう。それは、機能的価値を十分に満たしているからです。

それ以上の価格の楽器を求める場合は、自分のこだわりで紙一重の部分を求めるという事です。この紙一重の部分は、練習を重ねるからこそわかる領域であり、わかるからこそ高価である意味が理解できるのだと思います。

その違いがわかるのは一流にならずとも、練習を重ねていく事で自然にわかる様になると思いますので、ネスカフェゴールドブレンドの様に違いがわかる男（女）になってから、高価なサックスを購入する事をお勧めします。

神話その3

## 正しいアンブシュアを形成できれば、音は良くなる

アンブシュアとは口の形のことです。音を良くしたいと思った時に、まず意識するのがアンブシュアだと思います。

鏡を見ながら、あーでもない。こーでもない。とアンブシュアの表面的な形を気にしている人は多いのではないのでしょうか？

正しいアンブシュアを形成できれば音が良くなるというのは、あながち間違いではありません。しかし、アンブシュアの捉え方によっては間違いになるかもしれません。

何が間違いなのかと言うと、すべての人に当てはまる唯一の完成されたアンブシュアは存在しないという事です。そして、フォームさえ完成すれば３秒で音が良くなる魔法のアンブシュアも存在しません。これらを信じている場合は、それはありもしない神話です。

まず、すべての人に当てはまる唯一の完成されたアンブシュアは存在しない事から説明します。

インターネットなどで調べるとクラシックのアンブシュアはコレだ！JAZZのアンブシュアはコレだなど、古今東西いろんな人ないろんな事を言っています。それもそのはずです。その理由はサックス奏者の誰一人として同じ音は存在しないからです。

特にサックスはJAZZの音からクラシカルな音まで同じ楽器と思えないほど音色の幅が広い楽器です。そもそも良い音の概念が人それぞれで違うのに、万人に共通する唯一のアンブシュアが存在するはずがありません。何を持って正しいとするかは、自分の求める音によって異なります。

「そんな事を言ったら身も蓋も無いじゃないか。どんなアンブシュアにすれば良いのかわからない」と仰ると思います。安心してください（笑）

JAZZであれクラシックであれ深く突き詰めて行けば、「音を出す」という事には変わりがありません。JAZZの音をイメージしようがクラシックの音をイメージしようが、土台となる基本的な型（基本的な考え方）はあります。

しかしながら、シンリップだのダブルリップなど型に捉われて木を見て森を見ない状態から脱却してほしい、と思うのです。

そもそも論として、アンブシュアをどの様に定義していますか？

アンブシュアは、漠然と口の形と認識していると思いますが、僕は口、唇、喉、舌、歯、頬など、これらの部位を総合して形成する口の形をアンブシュアと定義しています。（一般的にはどの様に定義しているかは知らないですが...）

アンブシュアは、サックスの音（振動）を生み出すリードに直接、触れている部分です。この事からアンブシュアを形成する各部位の１ミリ単位の変化が音へ大きな影響を与えます。表面的な口の形ではなく、アンブシュアを形成する各部位がどの様に変化しているのか、は見た目でわかりません。

表面的な口の形はアンブシュアの一部に過ぎず、鏡を見ながら口の形のみに注意して、アンブシュアを形成しても、正しいアンブシュアになるはずがありません。（※鏡を見ながら、アンブシュアをチェックするのが駄目だというわけではありません。表面的な形のみに捉われるのが間違いです。）

また、誰一人として、同じ口、同じ唇、同じ喉、同じ舌、同じ歯、同じ頬を持っていないので、すべての人に当てはまる唯一の完成されたアンブシュアが存在するはずがない事は、お分かり頂けると思います。

例えば、下唇を巻くのか巻かないのか？というアンブシュアの議論でさえ、アメリカの黒人の唇の太さと日本人の唇の太さを比較すると黒人の唇の太さの方が圧倒的に分厚い。

ただ、憧れているからといって外人のアンブシュアをそのまま真似したら良いという訳ではありません。

次にフォームさえ完成すれば３秒で音が良くなるアンブシュアも存在しない事について説明します。

これは、単純にアンブシュアを維持するだけの口の筋肉がすぐにつかないと言う事です。サックスを吹くという行為は、日常生活で使う口の筋肉とは違う筋力が必要となります。

鏡を見てアンブシュアの形を作った、実際に楽器を吹いてみた、音が出るとアンブシュアの形が崩れた。というのは、単純にアンブシュアを維持する筋肉が付いていないという証拠です。ロングトーンをした時に音が揺れてしまうひとつの原因に、口の筋力不足によりアンブシュアを維持、またはコントロールできていない事が上げられます。

アンブシュアを維持する口の筋肉は、練習を継続すること（サックスを継続して吹くこと）で、自分でも知らず知らずに筋力アップしていくものなのです。一夜でマッチョになる事ができない様に、少しずつ筋肉をつけていくしかありません。

また、アンブシュアとは表面的な口の形ではなく、口、唇、喉、舌、歯、頬などこれらの部位を総合して形成するという概念をお伝えしましたが、これらの部位をアンブシュアに含めるという事は、各部位に加える力のバランスが重要という事です。

アンブシュアは、維持するだけではなく音の表現変化によって、アンブシュアを形成する各部位に加える力のバランスを変化させるコントロール力や柔軟性も必要となります。

もし、アンブシュアが変化しているという意味が理解できない場合は、高音域を吹いている時と低音域を吹いている時の口の感覚を比較してください。同じ感覚ではないはずです。スケールを吹く時の様に順次進行で音が変わっていく場合は、無意識で口の中が変化しているという感覚ですが、跳躍やニュアンスをつける時は、それらの表現に合わせて柔軟にアンブシュアを変化させる必要があるのです。

アンブシュアとは、固定し維持するだけのものではなく、維持しながら柔軟に変化をさせなければならないという事を心に止めておいてください。

これらの事を総合して考えると、アンブシュアの形成とは、練習を継続していくにつれて、だんだんと形成されていくもので一夜にしてマスターできるものではないのです。

アンブシュアの形成には、ある程度の時間と期間が必要になります。

神話その4

## 毎日、30分練習すれば、上手くなる

忙しい日々の中で、毎日30分練習時間を確保しているのは、とてもすばらしい事だと思います。仕事や家事、遊びなど忙しい中で練習時間を作るというのは、大変な事です。毎日かならず練習しなければならないと義務にしてしまうのは、精神的にもしんどいと思いますのでお勧めはしないですが、自分に無理をしない程度に楽器を吹くことを習慣化するのが良いと思います。

毎日でなくとも、生活の一部に楽器を吹く事を組み込んでいく。それが、サックスを長く続けるコツだと思います。

さて、話はここからです。

仮に毎日、楽器を吹いているとしましょう。しかし、毎日、楽器を吹いているからと言って上達するわけではありません。もちろん、楽器を全く吹かないより上達すると思いますが、残念ながら、ただ吹いているだけでは上手くなりません。

例えば、こんな練習になっていませんか？

１、曲の練習しかしない。
２、曲の最初からインテンポで練習する。
３、指を間違える、リズムがわからなくなる、などつっかえると音楽の流れなど無視して同じ箇所を何度も繰り返す。
４、なんとかできたら次へ進む。
５、（3.4）の繰返し。
６、飽きたら練習を終える。

もし、これと類似した練習をしている場合は、厳しい言い方で申し訳ないですが、それは練習とは言えません。ただサックスを吹いているだけです。

ただ、サックスを吹いているのと練習をするのには大きな違いがあります。

それは、目的です。

もし、この様な練習をしている場合は、「これは、何のための練習なのか？」と言うことを自分に問いてください。「今、練習している曲を吹ける様にするためです。」と安易に答える様であれば、それは練習の仕方を全く知らないという事になります。それは非常にもったいない。

忙しい日常生活の中でせっかくサックスを吹く時間を確保できているのに、練習の仕方を知らないばっかりに上達ができない。練習方法や視点を少し変えるだけで、曲の完成度も上がりますし、曲を完成させるために必要な期間もぐっと短くなるでしょう。

それは漠然とサックスが上手くなりたいと思って楽器を吹いているのか、具体的に「これをできる様にするため」と目的を絞って練習しているか、ただそれだけの差なのです。

もうひとつ、練習とは言えないただ楽器を吹いているだけの練習を紹介します。

・自分の気持ち良く吹けるところをだけを練習する。

これは、僕もよくやってしまいがちになります。
だって、できる事をやる方ができない事をやるよりストレスがないですし、何より楽器を吹いていて楽しい。ついつい、気持ちよく吹けるところを何度も練習してしまいます。ただ、これも練習とは言えません。練習とはできないところをできる様にする事です。

できるところはいつ吹いたってできるわけです。できるところを吹きたい。その気持ちをぐっと堪えて、できない箇所に時間を使った方が上達します。練習とは誰かに監視されているのではなく、自分との対話の中で行われることなので、わかっているけどついつい…という事があります。

そうならないため、やはり練習には目的が必要になります。できないフレーズを練習するとしても、むやみやたらにそのフレーズを繰り返すのでは意味がありま

せん。なぜそのフレーズができないのか、理由を探す必要があります。

音の把握が遅れているのか？指がスムーズに動いていないのか？リズムを把握できていないのか？それらによって練習方法も練習の意味も異なります。できないフレーズをむやみやたらに繰り返すのは、できない事や把握していない事をすべて同時に処理しようとしているのです。一足飛びには何事もできません。脳みそが追いついていないのです。

面相くさいかもしれませんが、フレーズに含まれる要素（音名の把握、リズム、運指）などを個別に把握してから、そのフレーズを吹いてみる。それを繰り返す。回り道に見えますが、この様な練習をした方が速く曲を完成する事ができます。それもなんとなく出来るのではなく、腑に落ちた状態でできる様になります。

そうすれば、応用も効くので他のフレーズや他の曲でもできる様になってきます。

つまり、それが上達なのです。なんとなくできる様になるのでは応用が効かずその場限り。その上時間もかかります。

ただ、毎日、楽器を吹いていれば上達するのではなく、目的を持ち、正しい練習をするからこそ上達していきます。もちろん、練習量に関しては上達の伸び率に比例すると思います。しかし、練習時間の確保には人それぞれの状況が異なります。

学生や子供が練習するのと、大人が練習するのでは環境が違い過ぎます。だからこそ、大人には大人のための練習の仕方があるのです。子供や学生はとにかく量をこなします。社会人に子供や学生の様にひたすら量をこなす時間はありません。

僕は必ず毎日練習するべきだとか、これだけの練習量をこなさないと上手くならないなどと根性論的に言うつもりはありません。その人にあった練習量で上手に楽器と付き合っていく方が良いと思います。練習が義務になっては続きません。ストレスがない楽器との付き合い方が一番良いと思います。（かと言って、まったく練習しないのは上達するはずはないですが...）

仕事もあり、家事もあり、遊びもありなど、日々の生活の事を考えるとそれらを強要するのは現実的ではありません。

であれば、質で勝負するしかありません。思考力がある大人だからこそできる練習法だと思います。

ただ、楽器を吹いているだけでは上手くなりません。その事だけは確かです。

神話その5

## サックスをはじめて、少し慣れれば楽譜は読める

サックスを始める時に「楽譜が読めないから」と、サックスを始める事を渋っている人に「楽譜なんて慣れれば、すぐに読める様になりますよ！」とサックス購入を奨める楽器店の店員さん。

よくある光景だと思います（笑）

サックスを始めるにあたり、楽譜が読めない事を気にする必要はありません。と言うのは、大人になってから音楽を始める人のほとんどは楽譜を読めません。別に恥ずかしいことではないし、それがごく普通の光景です。

どんな天才でも最初から楽譜を理解できる人はいません。それは、英会話スクールに入学するか迷っている人が「私、英語話せないんです。」と言っている様なものです。「いやいや、英語を話せる様になりたいから入学を検討しているのでしょう？」とツッコミを入れるところです。

楽譜を読める様にするというのは、サックス上達要素の中に含まれています。最初から楽譜を読める人は、過去に他の楽器をやっていたとか、幼少期の時にピアノの習っていた。という人達です。

サックスに限らず、音楽を始めると初期段階は楽譜を読むというトレーニングに多くの時間をさくことになります。なぜなら、それがジャンルを超えた音楽の共通言語だからです。（民族音楽とか日本の雅楽とかは別ですが...）

しかし、サックスを始めてちょっと慣れれば楽譜が読める様になるというのは、誤解を招く表現だと言わざる得ないと思います。大人になってから音楽を始める場合は、やはりそれなりのトレーニングが必要になってきます。

この様に言うと、楽譜を読むのは大変だなーと思うと感じると思いますが、楽譜に書かれていること自体は、そんなに難しいものではありません。大人であれば簡単に理解はできます。

しかし、理解するだけでは楽譜は読める様にはならない。実際に、演奏に反映させるのが難しいのです。
すぐに楽譜を見て吹ける様になるのではありません。
「わかる」のと「できる」は違います。

中学・高校で６年間も英語の授業があるのに、英語を話せない日本人が多いのと似ています。時間をかけて辞書を引けば、難しい英文でも読む事はできるでしょう。しかし、それを流暢に話すのには、読解とは違ったトレーニングが必要になります。

音楽は自分の意思とは関係になく、その音楽が持つスピードて進んでいきます。楽譜が読めないからと言って音楽は待ってくれません。音楽のスピードに合わせて、楽譜を理解し、音を再現していく必要があるのです。

楽譜に書いてある情報をインプットし、同時にアウトプットする。それを音楽の流れるスピードに合わせる。しかも、インプットする情報はひとつではありません。音の高さ、リズム、強弱、ニュアンスetc...。

はっきり言って、大変です（笑）

しかし、何も初見で楽譜を吹く必要はありません。正しいやり方で楽譜を読むトレーニングを継続していると、段々と音の高さの情報インプットがスムーズになり、リズムの情報インプットがスムーズになり、その他の強弱やニュアンスなどの情報インプットがスムーズになってきて、いつのまにか楽譜が読める様になります。

正しい方法で楽譜を読むトレーニングを継続し、楽譜の読み方のコツさえ掴んでしまえば、どんな曲でも応用が効きます。僕が見る限り多くの人がこのトレーニングを無視して、遥か向こうに見える理想の岸へ一足飛びに超えようとして、向こう岸に辿り着かずに深い谷へと落ちている様に思います。

スーパーマンじゃないんですから、最初から誰も飛べないですよ。飛べないのですから、地道に橋を掛けま

しょうよ。橋を掛ける作業は大変ですけど、意外と楽しいですよ。

というのが、僕の提案であり一足飛びに飛べると信じているのが神話なんです。

正しい楽譜の読み方を継続していれば、だんだんと楽譜を読むことのストレスがなくなってきます。その時に「あー楽譜が読める様になった」と実感するでしょう。

そうすれば、気軽に他の楽器の人とアンサンブルを楽しめるでしょうし、楽器店に行って好きな楽譜を購入して、自分の力で音楽を楽しめる事ができる様になります。

神話その6

## 憧れのプレイヤーと 同じセッティングにすれば、同じ音になる

楽器を含めて、マウスピース、リガチャ、リードをどのメーカーの、どのモデルを使うのか、また、その組合せの事をセッティングと言います。サックスの音色や吹きやすさなどは、このセッティングに大きく依存しています。特にマウスピースは、素材やモデルによって音色が大きく変化します。表面的な音色だけでいうと、サックスを新品に変えるよりもマウスピースを変えた方が音色の変化は大きいでしょう。

少し楽器に慣れてくると、こういった道具を色々と試したくなるのは男の性なのでしょうか？釣りでもゴルフでも道具に凝り始めると止まりません。プロ選手の○○モデル言われると、とりあえず欲しくなってソワソワしてしまいます。

サックスも同じで、楽器を含めたこういった小道具をコレクトする事や様々な道具を試すのは良い事だと思いますし、それもサックスを継続するひとつの楽しみです。ぜひ、自分にあったセッティングを見つけてほしいと思います。ただ、何点か気をつけてほしい事があります。

それは、憧れのプレイヤーと同じマウスピース、リガチャ、リードにしたからと言って、そのプレイヤーと同じ音になることはないという事です。

理由は高価な楽器購入についてのお話やアンブシュアのお話を総合して考えればわかると思います。「これぞ○○さんの音」と言うは、道具ではなく奏者に依存している場合がほとんどです。プレイヤーの実力の有無、骨格や筋肉の付き方、どんな音を目指しイメージして演奏しているのか、こういった事がまったく違う赤の他人では、同じ音は出せません。

しかし、憧れのプレイヤーに近いセッティングにすれば、そのプレイヤーと同じ傾向の音は出るはずです。それが楽器購入とは違う点ですね。マウスピース、リガチャ、

リードの組み合わせは、直接、音の源（振動）を作り出すところなので、音色への影響は非常に大きい部分です。

それでは個別に説明していきます。
まずはマウスピースです。

クラシック奏者が好むマウスピース、JAZZ奏者が好むマウスピース、ファンク奏者が好むマウスピースと、目指したい音によって素材や形状の傾向が違います。クラシック奏者が好むマウスピースでファンキーな音は、基本的には出せません。

もちろん、アンブシュアや奏法と密接に関係しているので、マウスピースを変えたからといって、自分の思い通りの音が出るとは限りませんが、それでも音に大きな変化を与えることは間違いはありません。

さらに、同じジャンルでもマウスピースの種類はたくさんあります。例えば、クラシック奏者が好むマウスピースの中でも、このマウスピースは大きな音が出るがコントロールは難しいとか、コントロールがしやすいけど、表現の幅は狭いとか、などマウスピースによって、一長一短あり、その中で自分に合うマウスピースを選ぶという訳です。

さて、ここで注意が必要なのですが、マウスピースによって音の傾向が変わるからといって、ファッションの様に今日はこのマウスピースで、明日はこのマウスピースで、と日替わり定食の様にコロコロ変えるものではありません。

僕は実験的にその様な方法を試した時期がありましたが、一般的には自分に合うマウスピースを見つけて、ある程度の期間、選んだマウスピースを使用します。なぜかというとコントロールの問題です。マウスピースによって、息の使いやアンブシュアのコントロールの仕方は異なります。

例えば、マウスピースAで吹いていた時の吹奏感やコントロールの仕方、アンブシュアの感覚などがマウスピースBに替えた時に、すぐ対応できるのかというとその限りではないのです。そんな事からその日の気分によってとか、曲によって使い分けるという事はありません。特に初心者で奏法やアンブシュアが安定しない時期は、マウスピースを取っ替え引っ替えするのは

やめた方が良いと思います。マウスピースのコントロールの違いによって、奏法やアンブシュアがいつまで経っても安定しません。

初期段階ではジャンルの傾向に関係なく、コントロールがしやすいマウスピースから始めた方が良いと思います。ある程度、奏法が安定すれば、いろいろなマウスピースを試して　自分に合うマウスピースを探すと良いでしょう。

次はリガチャーについてです。
リガチャーは、マウスピースにリードを止める留め具です。これもメーカー、種類や素材によって音が変化します。マウスピースの様に根本的な音色が変化するというよりは、音質や吹奏感に影響する様に感じます。マウスピースやリードとの相性もあるのでバランスを見て選ぶと良いと思います。

最後にリードです。
リードは、マウスピースに付ける木の板です。素材は葦というイネ科の植物です。リードもメーカー、リードの堅さ、カットの仕方、ジャンルによって種類分けされています。リードは、唇に直接触れるものなので、非常に音への影響が強いです。また、素材が植物なので個体差がある上に、変化が激しいものです。

植物なので、同じ箱（同じメーカーの同じ種類）に入っているリードでさえ１枚、１枚リードの性格や微妙な堅さが違います。また、水分を含むとリードの状態は変化していきます。１枚のリードをどれくらい長く使うかは、リードの取扱いや楽器を吹く頻度によっても異なりますが、消耗品であると考えてください。

リードは１枚のリードを継続的に使うのではなく、数枚のリードをローテーションで使います。１枚のリードだけをずっと使うとリードへの負担が大きくなり、リードが駄目になりやすくなります。最近では、リードの状態が変化しない人口樹脂で作られたリードもあります。マウスピース、リガチャ、リードの組合せは、相性がありますので、必ずしも硬いリードが良いとか、柔らかいリードが良いとかはありません。

自分の目指す音色、奏法や音楽性などの変化に応じて、また、よりストレスのない演奏をするために、セッティングを変えるという事は、常に選択肢のひと

つとして持っておく必要はあります。正しい奏法と正しい道具への理解の両方が必要になってきます。

神話その7

## サックスは潮風に吹かれて 波止場のピットに片足を乗せて吹く

どこから来たんですかね？このイメージ（笑）
もちろんながら、こんな事をやっている人はいない訳ですけども、こういったイメージが先行して事実と異なる事が定着している事があります。

渋くてかっこいいサックスのイメージ。新品のキラキラした楽器よりも古くて錆びている楽器の方がいい楽器だというイメージがあるかもしれません。

もちろん、古いモデルにしか出せない音があり、それらの楽器を好む人はいますし、長年使われた楽器はラッカー（キラキラしている塗装）がはげている楽器もあります。はじめからラッカーなしの楽器も販売されています。ラッカーがないとすぐに酸化して、古いサックスの様に変色するのですが、それが味になったりもします。

ここで勘違いしてほしくないのは、ラッカーがはげて見た目が古くなっていくのを良い事として楽器を丁寧に扱わないことです。お手元にサックスがある場合は、実際に手に取ってよく眺めてほしいと思います。キーを押すと様々なところと連動してタンポが開いたり、閉じたりします。実に精密にできています。サックスは精密機械であり、かなり繊細な楽器なのです。

2004年に公開された映画「スィングガール」での楽器の取扱いは、かなりひどい描写があり、映画館で「ありえへん」と声を出してしまったのを覚えています。もちろん、映画の中の話なので苦笑いですけど、楽器を知らない人にとっては、こーゆーイメージなんだという印象を受けました。

主演の上野樹里がボロサックスを手に入れるところなどは、ラッカーなしの楽器＝ボロサックスというイメージを連想させられるし、楽器が壊れて町の車工場で修理するところは、自分で修理できるんだという間違った印象を与えます。

サックスは町の車工場で修理できるほど雑な作りではありません。むしろ、楽器修理専門の職人がミリ単位の調整をして楽器の状態が保たれます。また、気温・湿度の変化でも楽器の状態は変化するとてもデリケートな楽器です。

恐らく、デリケートな楽器という印象は、一般の感覚からすれば、ほど遠いのでしょう。潮風に吹かれて波止場のピットに片足を乗せながらサックスを吹くなんて、もっての他です（笑）

まずは「サックスはデリケートである」という認識を強く持ってほしいと思います。しっかりとメンテナンスをしないと楽器の状態が悪いのに、それらを自分の奏法のせいにしてしまう事やそれが原因で奏法に変なクセが付いてしまう可能性もあります。そのためにも楽器は自分の身体と同じ様に大切に扱ってほしいと思います。

世間一般に抱かれるサックスのイメージが関係しているかどうかはわかりませんが、多くの人が楽器のメンテナンスを十分にできていません。長年、サックスを継続している人ももしかすると間違って認識している可能性があるので今、一度確認をしていきましょう。

・日々のメンテナンス

練習を終わり、楽器を片付ける際のメンテナンスです。

１、スワブを通す

スワブとは楽器の中の水分を拭き取る紐付きの布です。ベルからスワブをいれて、ネックの接続部分から抜き出します。数回スワブを楽器に通して、しっかり水分を取る様にしましょう。ネックも小型のスワブをくぐらせてネックの内部に付着している水分を取る様にしてください。

スワブを通してはいけないのはマウスピースです。マウスピースに毎日、スワブを通すと中が摩擦で削れてしまい、音が変化してしまいます。水洗いをして乾かすか、スワブを入れて水分を拭き取ってからスワブを入れた方向から抜き取ります。多くの人がマウスピースまでスワブを通している傾向にあるので、マウス

ピースに関してはスワブを通さないという事を覚えておいてください。

２、タンポについた水分をあぶらとり紙で拭き取る。

楽器専用のクリーニングペーパーが販売されているのですが、あぶらとり紙で代用できます。市販のあぶらとり紙はパウダーがついているものやビニール製のものがありますが、通常タイプのパウダーなどがついていないあぶらとり紙を使う様にしてください。

タンポに水分が付着し、そのままにしておくとタンポが硬くなったり、楽器とくっついてしまう事があります。タンポにとって水分は天敵です。楽器をよく見て頂くとデフォルトの状態で閉じているキーと開いているキーがあります。

まず、閉じているキーのタンポは必ず、あぶらとり紙で水分を取る様にしてください。そして、開いているキーも水分がついていれば、水分を拭き取る様にしてください。

３、開いているキーにコルクを詰めて、すべてキーが閉じた状態で楽器ケースにしまう。

楽器ケースに入れて移動する際の振動も楽器の状態に影響を与えます。 すべてのキーが閉じた状態であれば、楽器の調整の狂いを最小限に押さえる事ができます。これはコルクが必要になってくるので絶対とは言いませんが、できればやった方が良いと思います。

毎日のメンテナンスは、この3つを行えば良いと思います。また、練習が終わって楽器をケースにしまう時だけに行うのではなく、長時間、練習する場合は、練習の合間にもスワブを通したり、タンポに付着している水分を取るなどしてください。とにかく、細めに水分を取るという事を意識してください。

次に調整についてです。

リペアというと楽器修理と呼ばれるので、楽器が壊れたら修理に出せば良いと考えているのではないでしょうか？落として楽器が凹む、音が出ない。などの大きな故障をしないと、多くの人は楽器店のリペアコーナーまで足を運ばないかもしれません。楽器を購入し

て数年経つけど、一回も調整に出したことがないという話をよく聞きます。

それでは、いけません。

先ほどもお伝えした様に、サックスはとてもデリケートな楽器です。自分ではわからなくても、少しずつですが楽器の状態は悪くなっています。

悪くなる原因は、振動、水分、気温、湿度変化などです。練習をすれば、必ず水分は付着しますし、楽器を持ち運べば振動を与えます。コルクなども摩耗してくるでしょう。ある意味、調整が狂う事は当然のことです。

毎日楽器を吹いていると日々の変化は小さいので、楽器の状態の変化を感じる事は難しいと思いますが、長い期間で考えれば大きな歪みとなります。そのため、修理ではなく定期的に調整が必要になってきます。

厄介なのは、劇的な変化ではなく、少しずつ変化するので「音が出にくい」「裏返りやすい」「低音の音が出しにくい」などと感じたときは、楽器の状態ではなく自分の奏法が良くないからだと考えてしまうケースが多いです。音が鳴らないわけではなく、少し息を強く入れれば音が出る、少しキーを強く押さえれば音が出るなど、楽器の歪みを無理矢理、奏法でカバーしてしまうのです。それが奏法の悪いクセになってしまうのです。

これを防ぐために、定期的にリペアマンのメンテナンスを受けることをお勧めします。繊細な楽器です。間違っても自分で調整しようと思わないでください。演奏家には手を出せない職人の仕事です。

大体、これくらいを目安にすると良いでしょう。

毎日、練習する　　・・・　1〜3ヶ月に1回。
週に2〜3回、練習する　　・・・　3〜6ヶ月に1回。
週に1回、練習する　　・・・　1年に1回。

大切な楽器です。楽器を使って演奏することは、楽器が自分の身体になり、自分の身体が楽器になると言う事

です。自分の身体と楽器が一体化する訳ですね。自分の体調が良くないと満足な演奏ができないのと同じ様に楽器の体調が良くないと満足な演奏ができません。

サックスはデリケートな相棒なんだという事を、誰よりもあなたが分かってあげてください。

# おわりに

さてさて、いかがでしたでしょうか？

「神話」を鵜呑みにしていることが、いかに恐ろしい事か、少しは実感して頂けましたでしょうか？

恐らく、耳の痛い話ばかりだったので気が遠くなったかも知れません。しかし、あなたがこれらの「神話」の意味をしっかりと理解できた時こそ、初心者を脱して志の高いサックスプレイヤーになった時だと思います。本文中にも書いてありますが、実力の話ではありません。音楽に向う姿勢の話です。

「神話」にしがみ付いて生きるか、自分を誇れる新しいサックスライフを作り出すかはあなた次第ですが、後者であることを僕は願っています。

これからサックスを継続していくと、迷ったり、悩んだりする事もたくさんあると思いますが、その時に何かを判断する際の参考になれば、筆者の僕としてこれほど嬉しいことはありません。