

カルリのエチュード・アルペジオの練習補足

こちらはホームページにアップしている、
カルリのエチュード・アルペジオ楽譜・動画を使った右の手中心の練習の補足説明資料です。
楽譜・動画と共に使って初めて効果がありますのでご注意下さい。

市川亮平

○独立の練習第 1 段階 ～左手の押さえ方を覚える～

目的

シンプルな動きで、右の手の基礎的な動かし方を学ぶ。
右手を見て弾く練習になるため、まず左手の押さえ方を覚え、左手を見なくても弾けるようにする。
アルペジオの基本、右手で弦を弾く順に左手で弦を押さえる事を学ぶ。

練習方法

- ・楽譜通りに、ゆっくりと右手で弾く順に左手で弦を押さえ弾いていく。
- ・ドソドミの 2 弦のドを押さえる前に必ず左手人差し指を曲げ、指先で弦を押さえる。
- ・左手を見なくても弾けるようになったら第 2 段階へ。

注意点

絶対に速く弾かない。推奨テンポは 30 かそれ以下。
第 4 段階まで進んだら初めてテンポを上げていく。

○独立の練習第 2 段階 ～拍の頭で毎回 pima を弦に置く～

目的

右手の指の独立を目指す。

練習方法

1. 拍の頭(1 小節目なら 5 弦のド)を弾く時に毎回 pima 全てを、
弾くべき弦に置いてから弦を弾く。
練習方法 2 以降は半音階の右手の練習と同じ
2. 右手は第 2 関節だけを曲げる様に意識する。
3. 弦を弾く直前に第 1 関節を反らせ、弾いた後指先が手の平に向かうようにする。
※曲げる方向があって入れば大きく曲げる必要は無い。
4. 弦を弾いた後、指の力を抜き、指を元の位置戻してから次の弦を弾く。
※初めは時間がかかるため、メトロノームを使わずに練習する。
5. 「親指の練習第 2 段階」が終わったら p の回転も行う。

注意点

- ・ m で弾く時に a が浮いてしまったら、右手に集中し、m の第 2 関節だけを曲げるようにする。
- ・この段階で優先すべきは、上記の練習方法 1-4 であり速く弾くことではない。
- ・弦を弾く際、特に m,a が伸びやすいがその動きが起こると
アルアイレのフォームが成立しなくなるため、必ず右手を見てそれに注意して行う。

○独立の練習第3段階 ～音量変化～

目的

楽譜に書いてある強弱記号に従って表現する事を目指す。

練習方法

- ・最初は1秒に1つの音を出す位の速さで、丁寧に自分の出す音の大きさを聞きながら練習する。
- ・スマートフォンでも録音機材を使ってでも良いので、演奏を録音し、自分の出す音が滑らかにクレッシェンド・デクレッシェンドしているか、弱く弾くべき所できちんと小さな音を出しているかをチェックしながら練習する。

注意点

- ・大きい音を出す時は音が割れやすいので、左手はフレットの側で押さえる事を心がける。
- ・楽譜にP(ピアノ)と書いてあったら、PP(ピアニッシモ：とても弱く弾く)位の気持ちで音を出す。理由は、ギターは他の楽器に比べ最大音量が小さいため、小さな音を掘り下げ、最大音量と最小音量の幅を広げ、その対比でf(フォルテ：強く弾く、大きい音を出す)をより大きく聞こえるように表現しなければいけないため。
- ・綺麗で存在感の有る小さな音を出すためには、半音階右手で練習した、
 - 1.弾く直前に第1関節を反らせる
 - 2.指先又は爪の裏に弦を当て、滑るように弦を弾く
 - 3.弦を弾いたら力を抜き、指を元の位置に戻す
 が完璧に出来ていなければいけない。
- ・自分の弾けるテンポのCDや音源データに合わせて練習し、客観的に考えて、同等かそれ以上に表現できたら、初めてテンポを1段階上げる。

○独立の練習第4段階 ～音色を変えて弾く～

目的

音色の表現であるスル・タスト(柔らかい音)、スル・ポンティチェロ(硬い音)、を意識的に行う。

練習方法

sul tasto(スル・タスト)：手の平がサウンドホールに被さる様に右手を構え、弦を弾く。

柔らかい音が出る

sul ponticello(スル・ポンティチェロ)：親指の先がサウンドホールの縁にぎりぎり届かない位に

右手を右側に移す。硬い音が出る

sul normal(スル・ノルマル)：造語。親指のみサウンドホールにかかる。

基本の位置。

sul tasto



sul ponticello



sul normal



注意点

- ・音色を変えるために右手の位置を動かす時、体全体のバランスが崩れないようにする。具体的には右肩が上がらない、下がらない。

○和音の練習第1段階 ～同時に弦を鳴らす・和音のバランスを考える～

目的

和音がバラバラにならず、同時に全ての音が出せることを目指す。

大まかに和音のバランスを整える。

練習方法

半音階右手の練習や独立の練習と同じ関節の使い方をする。

初心者は **p** と **a** で物を挟むような感覚で弾くと音のバランスが整いやすい。

可能なら **a** の第1関節は反らす。

注意点

- ・ **p** と **a** で挟むように弾く弾き方は第2段階で必ず修正する。
あくまで音量バランスを考えるための臨時の弾き方。
- ・ 同時に弦を鳴らすために弦が指先、又は爪の裏を滑るように集中する。
- ・ 弦を弾いた直後、右手が正面方向に動かないように弾く。

○和音の練習第2段階 ～右手親指を回転させ、低音のみを強調する～

目的

和音を弾く時に低音だけを強調して弾ける様にする。

練習方法

pima のうち、右手親指だけに重心が来るようにする。

低音弦にだけ腕の重みがかかっているならば、**p** の回転が速いほど低音のみ大きい音が出る。

アルペジオ右手親指の練習の様に、毎回 **p** を回転させ強調する。

Ima の音は小さく弾く。

注意点

- ・ 4 ページ目「右手親指の練習第1-3段階」が終わってから行う。
- ・ 感覚的にわかり難く、間違った練習をしてしまう可能性が高いため、この練習を行う時期は講師の指示に従う。
- ・ 弦を弾いた後、**p** は回転、**ima** は指先が手の平側に向かう、と第1段階とは異なる動きをすることに注意する。

○和音の練習第3段階 ～楽譜通りに音量をコントロールする～

目的

和音の練習曲を弾く時に楽譜の指示通りに音量を変化させる。

練習方法

自分の弾けるテンポの CD または音源データに合わせて練習する。

注意点

- ・ 「独立の練習第3段階」と同じことに気をつけて練習する。
- ・ 大きい音から小さい音に突然変わる練習ができるように強弱記号をつけたので、それを意識して弾く。
- ・ CD や音源と同等かそれ以上に演奏できたら、初めてテンポを1段階上げる。

○和音の練習第4段階 ～楽譜通りに音色をコントロールする～

練習方法は「独立の練習第4段階」と同じため割愛します。

○親指の練習第1段階 ～右手親指を回転させる～

目的

演奏を支える低音を無理なく、音を大きく弾くために **p** の回転の技術を身につける。

初めのうち普通に構えると右手親指は3弦あたりに下がってしまいます。

その状態から、低い弦を弾く動作を見てみると、

1. 下から上に一度持ち上げる
 2. 弾く弦に触れる
 3. 弦を弾く
- と3つに分けられます。

右手親指を回転させ、1-3を1つの動きにするというのが、この右手親指の練習の目的です。

動作が少なくなれば、親指の速い回転が可能になりますが、

それ以外にも、この練習をする理由があります。

これを行うと、弦を弾いていない時も右手親指は低音弦の辺りに待機している状態になります。

親指の構造上、下から上に持ち上げる動作は、上から下に下げるより難しく、

持ち上げる時間がかかる分、弦に腕の重みかける時間が足りず、大きな音が出し難くなります。

常に指が低い弦上にあれば、すぐに弦に指を置き、重みをかけて弾くことが可能です。

その様な理由から以下の **p** の回転のための練習を用意しました。

練習方法

- ・ 毎回 **p** を根元の関節(写真参照)から回転させ、
弦を弾いた後6弦に触る。
- ・ その後、**i**→**m** で2弦、1弦と弾いていくが、
iで弾く前に **p** を6弦から浮かせて良い。



注意点

- ・ **p** を回転させた時に右手の位置がずれない。
- ・ **im** は斜め下から弦に置くため、**p** を持ち上げ続けることが必要となる。
- ・ 必ず力を抜いて行う。
※力が抜けないようならこの練習は行わない。
- ・ **p** で弾く時は指の外側の側面、又は爪を直接弦に当てる。
- ・ 手首の力が抜け、**ダラーン**としていないと上手く爪が当てられず、腕の重みもかけ難いので注意する。
- ・ **p** の第1関節は反らせる。
- ・ これが出来てきたら半音階や音階で、**pi** の練習をし、そこでも同じように回転させる。

○親指の練習第2段階 ～右手親指を回転させる2～

目的

右手親指の回転を、曲を弾く時に使える弾き方に仕上げる。

練習方法

- ・第1段階では p で弦を弾いた後、毎回指を回転させ6弦に触ったが、今回は6弦に触る直前に動きを止める。

注意点

- ・「親指の練習」第1段階注意点と同じ。
- ・第1段階と違い、p が浮いているため下がりやすいので注意する。

第3-4段階は音量・音色変化となりますが、独立や和音の練習と同じため割愛します。

以上、アルペジオを中心とした右手の指の使い方の練習になります。

ギターの構え方、弦の弾き方、弦の押さえ方は多種あるので、ご参考程度にお考え頂ければ幸いです。

市川亮平