



Sample

はじめに

「三味線の教則本がない」こんな声をよくいただいていました。

全くないわけではありません。

「特定演奏ジャンルの概要本」「有名奏者、特定演奏ジャンルの伝記、自叙伝」「歴史の本」
この3種類は数冊だけあります。

当然ですが、これらを利用して三味線が演奏できるようになった方は一人も知りません。

三味線は古来から伝わる「芸能」です。西洋楽器のようには習得できません。

このため原則として技法習得には「口伝/見習う」ことが必要です。

残念ながら、この手法の正しさは、三味線や日本の芸事を長く修練しないとわかりません。

このため、当店ご利用の奏者の方にも、原則教室に通うようにお勧めしてきました。

しかし、現代は三味線を習う事ができる場が格段に少なくなっています。

「近所に教室がない」「この人についていきたいと思える人がいない」「教室に通う時間がない」
このような声をよくいただきました。

芸事の原則は「口伝/見習う」である事は十分承知していますが、
この状況では三味線を伝える事 자체ができなくなっています。

また、こんな声も頂きます。

「ジャンルに関係ない総合的な本が欲しい」「独学を補完できる本が欲しい」「深い内容の本が欲しい」
こんな声に答えて作成したのが本書です。

この三味線教本はこんな方を想定して書かれています。

- (1)三味線初心者の方
- (2)独学で三味線をある程度習得したい方
- (3)流派や会派のジャンルに関係なく演奏したい方
- (4)中上級者が一歩 壁を突破したい方
- (5)芸事の思想を少し知りたい方
- (6)三味線の習得を通じて東洋思想に少し触れたい方

内容は動画と連動していますので、単なる教則本に比べて習得しやすいように工夫しています。

初心者であれば三味線を用いてメロディーは奏でることはできるようになるでしょう。

中上級者以上の方であれば、様々な面で「再入門書」として利用できるはずです。

技法の先に興味がある方は、三味線本来の奥の深さを知ることで心震えるかもしれません。

しかし、くどいようですが、三味線は「口伝/見習う」が原則です。本のみで芸事が完成することは不可能です。
それが原則であることを前提に本書を活用すれば、ご自身の稽古の補完となることでしょう。

この本にご縁の合った方の稽古にお役に立てれば、こんなに嬉しいことはありません。



Sample

目次

第1章. 三味線の基礎知識 P5

- ◆ 東洋楽器と西洋音楽の違い、純邦楽の特徴
- ◆ 三味線の音色の良さは「音色の複雑さ」
- ◆ 歴史
- ◆ 演奏ジャンル
- ◆ 三味線の構成
- ◆ 独学が難しい理由
- ◆ 教室の選び方

第5章. 曲の演奏 P111

- ◆ 録音機材
- ◆ 拍子の練習
- ◆ 音をだす練習
- ◆ ウツ
- ◆ スクウ
- ◆ ハジキ
- ◆ 第一步はメロディーから
- ◆ 曲を独学で演奏する方法
- ◆ 簡単な曲を弾いてみよう
 - ・民謡 ソーラン節
 - ・出囃子 老松風
 - ・津軽三味線 新じょんがら
 - ・端唄 梅は咲いたか
 - ・長唄 松の緑
 - ・小唄 十日町小唄
 - ・古謡 お江戸日本橋
- ◆ 消音グッズについて
- ◆ 見た目に関して
- ◆ 楽譜の起こし方

第2章. 三味線の選び方 P16

- ◆ 各部位の名前
- ◆ 種類と従来の用途
- ◆ グレード
- ◆ 桿の材質の選び方
- ◆ 撥、駒、糸
- ◆ 付属品
- ◆ 三味線の皮
- ◆ 三味線の音色
- ◆ 購入先を選ぶ

第3章. 三味線のメンテナンス P35

- ◆ メンテナンス概要
- ◆ 日々の手入れ、保管
- ◆ 糸の替え方
- ◆ 三味線の故障事例
- ◆ 自分ができるちょっとしたメンテナンス
- ◆ 三味線の迷信

第6章. 応用技法 P136

- ◆ アレンジ奏法
- ◆ 簡単な作曲と簡単な即興
- ◆ 他の楽器との相性
- ◆ 本格的な自己表現

第4章. 三味線の基礎 P47

- ◆ 上達のポイント
- ◆ 三味線は使わない日常的な訓練
- ◆ 三味線のセッティング
- ◆ 調弦の概要
- ◆ 演奏の準備
- ◆ 糸の押さえ方(左手)
- ◆ 撥
- ◆ 音を出す基本動作
- ◆ 楽譜の読み方
- ◆ 口三味線
- ◆ 三味線の分解方法
- ◆ 呼吸

第7章. 三味線の奥深さ P153

第8章. 稽古の思想 P172

動画のリンク集

動画のリンク集はこちらにまとめてありますのでご利用ください

Sample



Sample

第1章

三味線の基礎知識

土台(基礎)が間違っていたら、
どんなに練習しても上達する事は難しいでしょう。

理屈を知ったから音楽が演奏できるわけでは有りませんが、
しっかりと基礎知識を押さえてから三味線に取り組みましょう。



Sample

◆ 演奏ジャンル

三味線には400年の歴史があります。

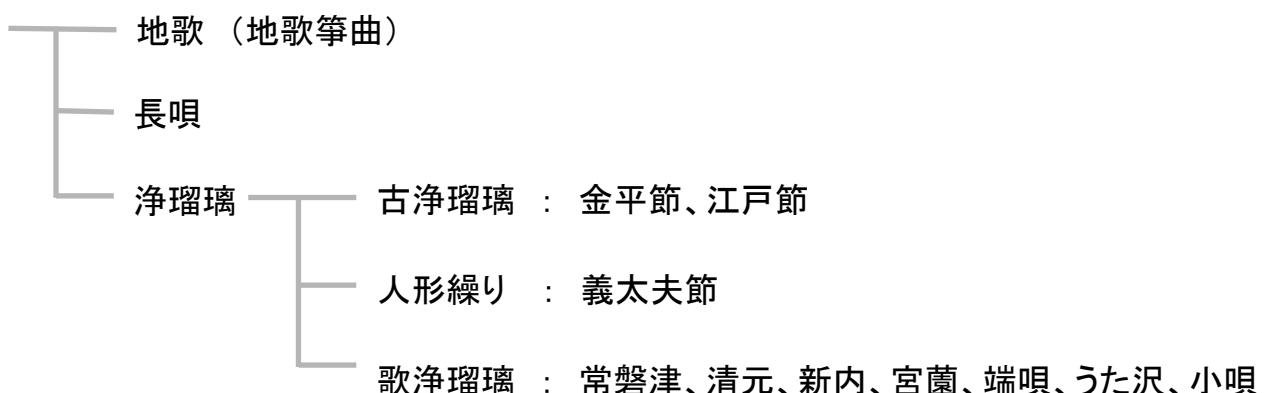
このため、様々な伝統ジャンルがあります。

大まかにどんなものが有るのかを知った上で、自分の入り口のジャンルを決めましょう。

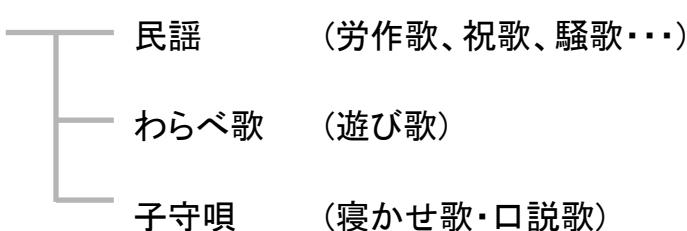
演奏ジャンルの分類

以下が主要な伝統の演奏ジャンルです。ただし、定義次第では異なりますので参考程度にしてください。
どんな演奏ジャンルが弾いてみたいか、動画やCDなどを聞いて自分の好みを探りましょう。

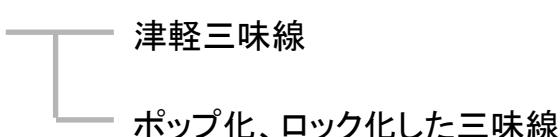
芸術音楽



民族音楽



現代音楽



歌と唄の違い

歌：実際にうたわれる歌 楽器にあわせてうたう歌

神楽歌、今様歌、地歌、小歌

唄：声明の曲名・分類用語 江戸系三味線曲の呼称

梵唄、唄匿、小唄、長唄

家元制

伝統芸能が継承できていたのは家元制度の役割が大きかったと考えられます。

芸の開発者の元に弟子が集まって伝承する集団を「流派」と呼び、師匠を「家元」と呼びます。

しかし、大半の流派では教授料、免許料をの利権を巡って権力争いが生じ、抗争や分裂の元になります。

その結果、家元が乱立していました。この場合他ジャンルや他流との交流は禁じられます。

このように、縦割りの組織を形成するため、時代の流れに即応できず、結果、伝承がおろそかになったとの批判もあります。

…茨城大学教授 田中健次



◆ 教室の選び方

※詳細を知りたい場合は三萃園HPの会員情報
「三味線の学び方」をご覧ください

三味線は教室選びが大切な土台です。
あわてて決める事はありません。じっくり検討してください。

格言

「三年勤め学ばんよりは、三年師を択ぶべし」

慎重に選んだ方が良い理由

三味線習得のプロセスは師匠を「見習う」ことです。西洋楽器のプロセスとは異なります。
結果的に、師匠の身体や思考を写すことになります。

師匠が、幸福に楽しく生活できれば、貴方も幸福で楽しいことが増えてきます。
師匠が、あまり幸福ではなく、いらだっているなら、貴方もそのような面を引き継いでしまいます。

単純に技法を学べばよいものではありません。慎重にどんな方のようになりたいのか検討してください。

3つの選択肢

現代で三味線を学ぶ方法は下記3点です。それぞれに良い点と難点があります。
自分は何を優先するのか検討した上で教室を選びましょう。

	良い点	お勧めの方	費用
個人運営の先生・講師に学ぶ	自由に学べる 先生の実力が高い	・組織の縛りなく、自由に学びたい	通常月あたり 8,000~20,000円程度
会派・流派の組織に所属する	組織にしかできないことができる	・所属したい組織がある ・所属ジャンルの演奏のみを習得したい	通常月あたり 8,000~20,000円程度 不定期の支出が必要 (多額の組織もあり)
カルチャースクールに通う	気軽に学べる	・気軽に始めてみたい方 ・長くづづけるつもりがない	通常月あたり 5,000~10,000円程度



Sample

第2章

三味線の選び方

三味線は400年の長い歴史があります。
このため、知識もなく自分で三味線を選ぶのは簡単ではありません。

ここでは三味線を選ぶという観点で三味線の紹介をしています。

「自分に合う三味線」に出会うことは本当にかけがえの無いことです。
しっかりと知識を得た上で三味線をじっくりと選びましょう。

内容は初心者向けです。



適正品質・適正価格について興味がある方は
三萃園「後悔しない三味線選び」をご覧ください。

◆ グレード

三味線の材質は大別すると「花梨(かりん)」「紫檀(したん)」「紅木(こうき)」があります。同じ種類の材質でも、木の状態や木の箇所が異なるので、三味線一丁一丁には個性があります。音色に影響を与える主要な因子は木材の密度です。



花梨



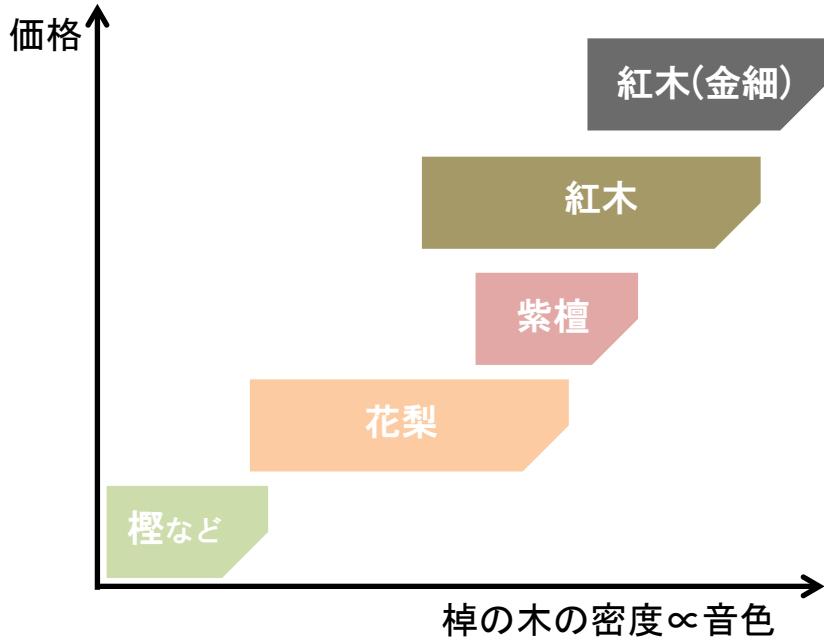
紫檀



紅木



紅木の金細クラス



三味線は棹の密度が肝心です。
一般には価格も音色も
花梨 < 紫檀 < 紅木です。
しかし、木材一本一本に個性があります。
このため、紅木より密度が高い紫檀も
有り得ます。この辺は、プロに鑑定して
もらうしかありません。

また、紅木の中でも、特に密度が高い部分を使っている場合、木材に模様が浮き出る「トチ」があります。
この三味線は綾杉胴とセットで金細と
呼ばれています。
ただし、必ずしも上記以外で善し悪しが判断
できない面もありますので専門家に相談
しましょう。

胴の中の形状 「丸打ち胴」「綾杉胴」

胴の内側を丸く削っているものを「丸打胴」、ギザギザに加工してあるものを「綾杉胴」と言います。
一般に高級な三味線には「綾杉胴」が使われています。和太鼓の加工をまねたと言われています。
音色は胴の中の反響が減る傾向があり、音色が上品で、余韻に差が現れやすいと言われています(諸説あり)。
しかし、証明されていません。つまり安易に「綾杉胴」が音色が良いという主張は怪しいと知ってください。



胴の内側: 丸打胴



綾杉胴



第2章 三味線の選び方

◆ 撥

撥は三味線の弦を弾くために用いられます。

初めは基本的な撥を選択し、上達してから様々な撥を試し弾きして自分に合った撥を選択しましょう。

撥 基本

撥は材質、重さ、形状が、演奏ジャンルや好みによって変わります。以下に主な既製品4種類を示します。



プラス チック 木材 龜甲 象牙

基本はこの4種から選択すれば良いが、自身の細かな要求がある場合、他を探せばよい。

プラをベースとした比較評価

材質	ジャンル	重さ	しなり	雑音	耐久性	価格
プラ	全ジャンル	ベース	ベース	ベース	ベース	2~5千円
木材	長唄が多い	軽い	強い	小さい	やや低い	数千円
龜甲	民謡・地唄・津軽が多い	同等～やや重い	強い	大きい	高い (虫食注意)	数万円
象牙	長唄が多い	軽い	固い	小さい	高い	数十万円

様々な種類がある

動画

三萃園Youtubeチャンネル参照

撥は重さ、形状、しなり、厚み、開き、持ち手部分の広さ、フィット感が違うが異なるので、試し弾きしてみないとわかりません。その他に、撥が弦と皮で発生する雑音がことなるので、その点も考慮しましょう。



これくらいいろいろ検討すると自分に合った撥がわかる
(三萃園所蔵品の一部)



撥には様々な大きさがある



小唄の撥(左)と
長唄の撥(右) 柳川三味線の撥(左)と
長唄の撥(右)



第2章 三味線の選び方

Sample 駒

◆ 駒

駒は音色のキ一部品です。

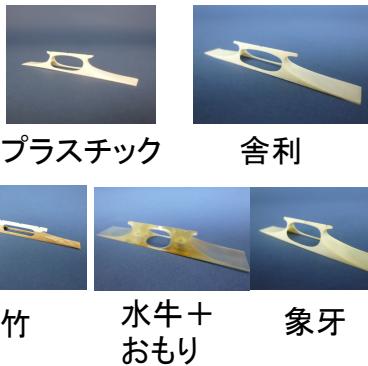
様々な種類があるため、いろいろな駒を試し弾きすることが一番です。

ここでは基本的な選び方と音色の違いをおさえましょう。

駒

駒は材質、重さ、形状、高さが、演奏ジャンルによって変わります。以下に主な既製品5種類を示します。

プラをベースとした比較評価



基本はこの5種から選択すれば良いが、自身の細かな要求がある場合、他を探せばよい。

材質	ジャンル	重さ	響き	雑音	耐久性	価格
プラ	全ジャンル	ベース	ベース	ベース	ベース	~千円
骨	全ジャンル (津軽除く)	同等	やや纖細	やや小さい	同等	数千円
竹	民謡・津軽が多い	同等	高い	同等	やや高い	数千円
水牛+おもり	地唄が多い	重い	低い	小さい	高い	数万円
象牙	細棹、中棹が多い	同等	纖細	小さい	同等	数万円

上記既製品5種類以外：竹+象牙、竹+骨、竹+べっ甲、紅木、紫檀、金属、水牛、べっ甲…

初心者の方：高さ、材質、形状などは先生や下記を確認してから購入しましょう。

高さの目安：長唄3分3厘～3分6厘、地唄、民謡2分8厘～3分3厘、小唄・端唄：3分3厘～3分5厘、津軽三味線2分5厘～2分8厘

消音させたい場合は、消音用の「忍び駒」があります。

様々な種類がある

動画

三萃園Youtubeチャンネル参照

駒は種類によって弾きやすさと音色が異なります。様々な駒を試し弾きすることをお勧めします。

音色の違いは音声を取得していますので、参考にしてください。



これくらいいろいろ検討すると自分に合った駒がわかる(三萃園所蔵品の一部)



Sample

第3章

三味線のメンテナンス

三味線を長く愛用するにはメンテナンスが欠かせません。

しかし、メンテナンスには迷信も多々あるため、逆効果になっていることもあります。

正しい知識を得て、正しいメンテナンスをしましょう。



第3章 三味線のメンテナンス

Sample

◆ メンテナンス概要

三味線の主な三味線のメンテナンスを説明します。

信頼できる方と付き合いをもち、良い三味線のメンテナンスをしましょう。

主要部位とメンテナンス

種類	メンテナンス内容
三味線	 <p>棹は消耗品：糸を棹にこすると棹が減る→棹を平にし直す「勘減り」2~3万円。 密度の高い固い材質の高級品ほど減りにくい。 このため、練習用と舞台用の三味線を持っている方が多数。</p>
皮	 <p>皮の張り方次第で異なる。強く張ると1年以内に破れる場合も。犬より猫が高い。 破れるか1~5年が交換の目安。両面犬で太棹5万円以上、中細棹3~4万円が相場(上昇中)。 寿命は皮の張り方で大きく異なる。音色含め自分のニーズに合った張り方の依頼が必要。</p>
糸巻き	 <p>材質は黒檀、象牙大半。糸巻きも消耗品なので、減ると調整が必要。通常数年間は不要。 糸巻きが緩くなり調弦にくくなったら調整の目安(通常1万円以内)。 交換の場合は黒檀で1~2万円。象牙の場合は十数万~。</p>
糸	 <p>消耗品のため、切れるか音が響かなくなると交換。 1の糸は1日1時間の練習でおおよそ2ヶ月程度持ちます。 3の糸を絹にすると音色は良い(繊細)ですが、すぐに糸が切れます。</p>
撥	 <p>消耗して削れたら、メンテナンスが必要(通常数千円)。 プラスティックと木は割れると交換が必要です。 鼈甲は程度によっては付け足しが可能。 長時間使用しない場合は防虫剤を利用して下さい(虫食い防止)。</p>
駒	 <p>割れたり溝が深くなると交換</p>



三味線の寿命は？

紫檀材や紅木材の高級材は大切に扱い、定期的にメンテナンスをすれば、少なくとも100年はもちます。

良い三味線は密度が高く、簡単には曲がらませんし、棹も減りません。

このため安い三味線は棹の減り(摩耗)が早いため、三味線人生トータルを考えれば、最初から良い三味線を購入することが金銭的に少なくすむ場合もあります。



昭和初期の紅木細棹 三萃園保管品



◆ 三味線の迷信

迷信2

よくある迷信と悩みに関して、10項目を簡単に回答していますので、参考にしてください。

(1) 三味線の皮はすぐに破れるのが普通だと聞きました。

→競技用の特殊仕様です(西洋化/競技化した三味線)。メンテ代が高額です。競技に出ない方には不要です。

(2) 三味線は受注生産しかできないと聞きました。

→通常の楽器店は製造元の制作品を横流ししているだけです(それを受注生産と呼ぶ)。
組合を通じて横並びの慣習を作り、試奏をしないで販売する体制を作っています。

(3) 音色改善グッズが欲しいのですが。

→原則グッズ類は効果が証明されていません。効果があるなら標準装備されているはずですね。

(4) 三味線の胴(皮の部分)はビニール袋に入れて保管するように言われました。

→通気が悪くなり、皮が破れやすくなります。本当に残念な慣習だと思います。

(5) 紅木金細を持っている友人の三味線の音色は特別良いように感じません。

→凡庸な材のほどに金メッキを施すだけで安物の金細として販売している方もいます。
当然三味線は試奏しないと音色がわかりません。「安かろう」にはご注意ください。

(6) 私の三味線の音色は耳が痛く、体に刺さる感じがします。演奏すると疲れます。

→「西洋化/競技化した音色」は体に刺すような鋭さを強調しています。
「本来の三味線の音色」は心地が良く、心身に良い影響を与えます。

(7) 私の演奏はあまり感動してもらうことができません。

→自分に合わない楽器を使用していることが原因の場合もあります。
「西洋化/競技化した三味線」を知らずに使用している多くの方の共通の悩みです。

(8) 初心者です。稽古初日に高額の三味線を購入するように強く斡旋されています

→これも残念な慣習です。ご注意ください。自分のニーズに合わせて購入しましょう。

(9) 中古は良くないという人がいます。楽器は一般的に中古品の方が高いと思いますが。

→良質な中古であることが前提ですが、中古品の方が木材の質と音色が良いです。
楽器であればどんな楽器でも良い音色を奏でるのはヴィンテージ(成熟中古)品です。

(10) ネットの情報はバラバラで何を信じていいのかわかりません。

→中級者が発信する情報が多数です。違和感がある情報が多いので注意してください。



Sample

第4章

三味線の基礎

当たり前ですが基礎を間違えると
文字通り台無しです。

芸事の習得の道は長いのです。
簡単に身に付かないから価値があるともいえます。

あせりは禁物です。
じっくりと基礎を身につけた上で、
曲の演奏に入りましょう。



第4章 三味線の基礎

Sample

◆ 上達のポイント

「上達するにはどのように練習すればいいですか？」はよくある質問です。
原則を守れば上達します。身心は変化を嫌う性質があることも忘れないでください。

練習のポイント

以下のポイントを押さえた上で、自分に合った練習方法を構築していきましょう。

◎最初は慎重に

習慣を付けることが大切です。最初は5分でもいいかもしれません。慎重に慎重に習慣を構築しましょう。
無理矢理習慣をつくると、身心が拒絶することもあります。人間の無意識(身心)は変化を嫌います。
最初は「自分にやさしく」を忘れないでください。ゆっくりと自分に三味線を練習する習慣をつけてください。

◎余力を残して長く続ける

ある有名作家は小説を書く時は時間を決めて、もう少し書けるなと思っても「余力を残して休む」そうです。
これが毎日コツコツと続ける重要なポイントです。

芸能の習得は長期にわたる長い道のりです。

最初はセンスがある方が先に進みますが、最終的には長くコツコツと練習された方が花開きます。
練習も大切ですが、練習のし過ぎには注意してください。続けることの方がよほど大切です。

◎毎日練習する

少しでもいいので毎日練習しましょう。この習慣を身につけると、センスを超えます。驚くべき結果が得られます。

◎ゆっくりと弾く

最初は自分がうまく弾けているか、そうじゃないかは自分では弾きながら判断しにくいです。
上達してもたまにははゆっくり遅いテンポで練習するようにしてみましょう。「こんなに遅くていいのか？」と
心配になるかもしれません、それくらいでよいのです。じっくりと本来の拍子に合わせていけるようにしましょう。

◎人前で弾く

自分の能力を上げてくれるのは他者の存在です。他者がいるというのは本当にかけがえのないことです。
最初から大きな演奏会を想定するのではなく、身近な友人や家族に聴いて感想をもらいましょう。
人によりますが、人前で演奏することは自分で思うより上手くいきません。
しかしその経験が糧になり、新たな上達の道を歩むことができます。

◎自分の演奏を録音する

自分の演奏を録音して、じっくり聴いてみましょう。最初はショックを受けるかもしれません。
しかし、他の弦楽器ふくめて上達する人は例外なく、自分の音を冷静に聴く力を持っています。

【録音機材について】

専用のテープレコーダーかICレコーダーをお勧めします。練習用であればそれほど高級品である必要はありません。

3時間、3日、3週間、3ヶ月、3年の壁

3のつく時間に壁がやってきます。もう無理だと思ったり、日常で変化が起こったり、他に気がそれたりします。

そのときは「私にも壁がきたな、順調だな」と淡々とやり過ごしてください。必ず、抜けるときがきます。

3年を過ぎた頃が芸道の入り口なのです。



Sample

調弦の概要

[動画](#)

三味線の調弦には

「本調子」「二上り」「三下り」の3種類があります。

開放の音(弦を押さえない音)を出したとき、

「本調子」に対して「2の糸が高い」のが「二上り」

「本調子」に対して「3の糸が低い」のが「三下り」

と呼びます。

【具体的な例】

「4本の本調子」：「1糸⇒ド、2糸⇒ファ、3糸⇒ド」

「4本の二上り」：「1糸⇒ド、2糸⇒ソ、3糸⇒ド」

「4本の三下り」：「1糸⇒ド、2糸⇒ファ、3糸⇒ラ♯」

調子笛	本調子			ニ上り			三下り			尺八
	一の糸	二の糸	三の糸	一の糸	二の糸	三の糸	一の糸	二の糸	三の糸	
1* A	1	6	1	1	8	1	1	6	11	2尺3寸
2* A♯	2	7	2	2	9	2	2	7	12	2尺2寸
3* B	3	8	3	3	10	3	3	8	1	2尺1寸
4* C	4	9	4	4	11	4	4	9	2	2 尺
5* C♯	5	10	5	5	12	5	5	10	3	1尺9寸
6* D	6	11	6	6	1	6	6	11	4	1尺8寸
7* D♯	7	12	7	7	2	7	7	12	5	1尺7寸
8* E	8	1	8	8	3	8	8	1	6	1尺6寸
9* F	9	2	9	9	4	9	9	2	7	1尺5寸
10* F♯	10	3	10	10	5	10	10	3	8	1尺4寸
11* G	11	4	11	11	6	11	11	4	9	1尺3寸
12* G♯	12	5	12	12	7	12	12	5	10	2尺4寸

ここで、気になるのが左端の「〇本」という表現ですね。これは、音の高さを表しています。

三味線はもともと伴奏楽器です。

唄も入る演奏は、歌い手の声の高さによって音の高さを変える必要があります。

そこで、ピアノだったら鍵盤の位置が変わるわけですが、

三味線の場合は、弾く位置はそのまで、もともとの音を変えてしまいます。

1の糸を基準として、1本がラ、2本がラの♯……と数が大きくなるほど半音ずつ高くなっています。

このため、前述の4本はドになるわけですね。

では、引き続き4本の欄を見てみましょう。

本調子には、1の糸が4、2の糸が9、3の糸が4という数字になっていますね。

「4がド」というのは先程書きました。では、2の糸の9はというと…ファになります。

同じく3の糸も4なのでドです。

では、二上り。2の糸が11になっています。11は…ソですね。

三下りはというと、3の糸が2になっているのでラ♯になるわけです。

ここでポイントは、〇本というのは1の糸が基準になっていることです

「4本」と言うときは、「1の糸の開放の音が4」という意味になります。

なので、調弦をする際は3の糸からではなく、

1の糸から合わせるようにした方がわかりやすいと思います。

なぜなら、三下りの場合、3の糸はドではなく、ラ♯になるからです。

もうひとつ音を確認する方法があります。

1の糸、2の糸、3の糸それぞれの同じ音を合わせていく方法です。

具体的に言うと、下記のようになります。

- ・本調子⇒「1の4」と「2の開放」が同じ音 「2の6」と「3の開放」が同じ音
- ・二上り⇒「1の6」と「2の開放」が同じ音 「2の4」と「3の開放」が同じ音
- ・三下り⇒「1の4」と「2の開放」が同じ音 「2の4」と「3の開放」が同じ音



Sample

特に3の糸の10より高音は、目線が下がるため、目で観える位置より少し上を押さないとツボがズレるので気をつけましょう。

○: 目視より少し上を押さえるとちょうどいい



×: 目視だと、思ったより下のポジションを押さえてしまう



<初心者の悩み>

指が伸びてしまう。しっかり押さえられない。糸がズレてしまう。指が痛い。指が広がらない。など
初心者の頃はなかなか思うようにできないこともあるでしょう。

その場合、無理に痛みをこらえて練習するのではなく、少しずつ休憩しながらやりましょう。

段々、指も曲がるようになりますし、指も広がるようになります。

痛みをこらえるという「癖」をつけてしまうと、自分を痛めるつける癖になる人もいます。

また、痛みという自分からのメッセージに気づけなくなります。休む、自分の身体を大事にするというお稽古の1つです。

<どの音を薬指で押さえるか>

基本的には人差し指で動き、そのフレーズの一番高い音が薬指になります。

例えば、3 4 6 4 と音が移動する場合は6のみ薬指で動きます。

同じ6のツボでも、3 6 9 6 と動けば、9のみ薬指になります。

しかし、4のすぐ後に3のハジキが待っている場合は4も薬指で動きます。

例えば、3 6 4 3ハ の場合は、6と4が薬指になります。

次の音がどんな動きになるのかで変わってくるということですね。

<中指の使い方>

この中指で押さえる5や7のツボを人差し指や薬指で押さえてしまう人がいますが、その癖をつけてしまうと肝心なときに指が4や6のツボと迷うようになります。

現代曲の場合、音階が日本の音階と異なるためにどうしても5や7のツボを他の指で押さえる必要がある場合もありますが、その時は「特別」と意識しましょう。



Sample

第5章

曲の演奏

三味線の基礎を習得したら、曲を演奏してみましょう。

練習を始めるコツは

「自分に対して優しく寛容になることに最大限の努力をする」ことです。
このことがないと稽古は長続きしません。

通常、人々は長年にわたって、
懸命に努力するようにしつけられてきたのであり、
豊かさを受け取り、楽しむようには育まれてはいないのです。

自分に厳しくしないでください。

そんな状態で曲を覚えると、そのような貴方を表現することになります。

しかし、本質的に楽しめるのは芸の習得が進んでから
というのも事実です。

焦る気持ちを押さえつつ、じっくり、淡々と。これが最大のコツです。



Sample 第5章 曲の演奏

◆ 基礎練習 ハジキ

ハジキは三味線らしい音色の要です。必ず習得しましょう。

基礎練習 ハジキ

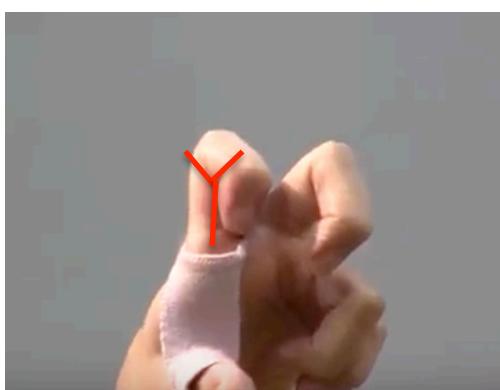
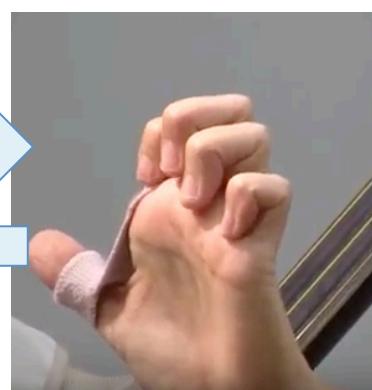
[動画](https://youtu.be/GFvtbQDQrMk)

①指を曲げられるように、手のひらを広げる、曲げるを繰り返して、できるようにする

②人差し指でYがつくれること。

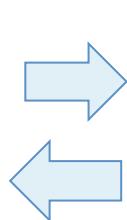
③人指指でしっかり押させて、薬指で弦を押さえる

④ハジク



①指を曲げられるように、
手のひらを広げる、曲げるを繰り返して、できるようにする

②人差し指でYがつくれること。



③人指指でしっかり押させて、薬指で弦を押さえる

④ハジク



✗ 人指指でYがつくれない
✗ 指が寝てしまっている

参考:応用練習

主要なツボでハジク練習をしてみましょう。

3の糸例: 主要なツボ(0,3,4,6,9,10,12,14,16)

2の糸例: 00(ハ)、30(ハ)、43(ハ)、64(ハ)

1の糸例: 00(ハ)、43(ハ)

一つのツボ辺り8、16回程度が目安です。



Sample

第 6 章

応用技法

基礎が身について
ある程度曲が弾けるようになったら
応用技法に取り組みましょう。

ここからが芸能の本番です。



Sample 第6章 応用技法

◆ アレンジ演奏

既存の楽曲を三味線風にアレンジする方法を説明します。

前提として必要な技法

- ・口三味線
- ・(できれば) 楽譜を起こす方法

三味線風 アレンジ方法 概要

好きな曲を三味線で弾いてみたい。

三味線を演奏している人なら一度は思うことなのではないでしょうか？

「アレンジ」というと、すごく音楽的才能のある人や、センスのある人が直感的に作っていると思う人もいますが（もちろん、そういう音楽家もいますが）、実際にはとても地味で地道な作業です。

そして、アレンジを職業にしたい人はそのセンスも当然必要ですが、そのセンスもやってみないことには磨かれません。もちろん、いろんなアレンジの方法はあると思いますが、そのプロセスは下記の繰り返しです。

- (1) アレンジしたい曲をしっかりと聴き込む
- (2) 全体を捉えて、聞こえてくる音を整理する。
- (3) 口三味線にして、アレンジを入れる
- (4) 試行錯誤しながら三味線の音にしてみる
- (5) 少し崩す
ハジキ、スカイ、開放の音を多用する。（三味線らしさを入れる）
- (6) (3)～(5)を繰り返す。

選曲と気持ち

では、実際にやってみましょう。

今回は、クラシック「カルメン」の一節をアレンジしてみます。

と、その前に選曲についてお話しします

<選曲について>

「どんな曲を選んだらいいのか分からない」という相談をよくもらいます。

その場合は、まず好きな曲を3曲選んでみましょう。どんな曲でもいいです。

なぜ、3曲選ぶかというと、アレンジの場合、アレンジがやりやすい曲とやりにくい曲があります。

私の感覚だと、バラードのようなゆっくりした曲よりは、今回のカルメンのように音が多い曲の方がアレンジしやすいと感じています。



Sample

第7章

三味線の奥深さ

7章は「三味線の奥深さ」、8章は「稽古の思想」をお伝えします。

著者は若かりし頃、7,8章のような情報が欲しかったです。
結局は長年かけて自分で作成することになりました。

そんな内容を身近な方にお伝えすると、
好評と混乱を入り交じった反応を頂いております。

7,8章をお読みいただく方は変人中の変人でしょう。

あまり遠慮はいらないと思いますが
いきなり本質的話をすると、ついていけない場合がありますので、
8章に向けた準備運動の意味も込めて
7章に「三味線の奥深さ」についてコラム形式でお伝えします。

7章、8章では巷の三味線情報では得られない情報です。

習得する前は不思議な情報だと感じるかもしれません。
言語でお伝えできる内容ではない矛盾がありますが、
それでも言語で一端でもお伝えできればと思います。

ようこそ三味線の深さへ。



第7章 三味線の奥深さ

◆ 三味線の奥深さ

三味線の奥深さを様々な視点から捉え考察しています。
新たな視点の発見となることでしょう。

三味線の熟達とは

このテーマのポイントは、「上達」ではなく「熟達」のことです。
上達とは、「技芸・技術などがよく身に付き、進歩すること」とあります。
一方、熟達とは、「熟練して上達すること」です。熟練とは物事に慣れて、手際よく上手にできることとあります。

そもそも上手に弾けるとは何なのか。
リズムや間がしっかり取れていて、音を間違えずに、キレイな音色が出ることなのか。
もちろん、それは大切なことです、三味線の場合、それだけでは足りないと考えます。
三味線は日本の伝統音楽です。
その曲がどんな曲なのか、その曲はどんな風に演奏されることが「求められているのか」
その求められていることに「どこまで近づけていけるのか」「徹していけるのか」という部分があると思います。
「私が演奏する」観点より「私を演奏が通過する」「私を通じて音楽が生じる」という境地といえます。
これは伝統音楽の一つの特徴かも知れません。

もう一つ、「空間に溶け込む」と要素があると考えます。
三味線は、もともとジャンルは違えど「伴奏楽器」として親しまれてきました。
単独での演奏は、比較的歴史が浅いです。
どこからともなく聞こえてくる音。その場の背景に溶け込んだバックミュージック的な要素が多い音楽です。
それが心地よい音楽だったのではないかと。

空間に溶け込む 個性、自我の観点から

伴奏に徹するときは自分が背景になります。つまり自分を消す、自我のはからいを極力後退させる。
そんな意図的な作業が必要な場合があります。

しかし、どんなに「求められている曲」に近づけても、どうしても「同じ」ようにはなりません。
人それぞれ違いが出てしまします。それが、「個性」なのではないでしょうか。
「それは、自己表現とは違うんですか？」こう問われることがあります。
自己表現は、自分がこう表現しよう。自分はこうなんだ。と自分が主体となって表現する要素が強いですが、「自分を消そうと思っても消せない」という部分なんだと感じます。

この2つの要素を含みながら、手際よく、さらに腕を磨いていくことが「熟達」に繋がるのではないかと感じます。

とは言いつつ、「自己を消して背景に溶け込む演奏」だけでなく、やっぱり目立ちたい！自分を見て欲しい！
という「欲求」があるのが「人間」です。
しかし、聞き手はそれは「はからい」として見透かします。

その「はからい」を超つつ、自分を表現できる、これが第一歩なのです。



Sample

第8章

稽古の思想

現代の三味線を教える環境は、
多くの場合で西洋的な「レッスン」の考えが浸透しています。

三味線は本来「稽古」です。

「稽古の思想」を伝える場面が現代ではほとんど無くなっています。

ここでは「稽古の思想」の概要をお伝えします。

三味線というのは、扱ってみるとわかりますが、
身体の延長として便利に使える楽器のことではありません。

西洋楽器と決定的な違いは、
芸の習得の目的に「身」「心」双方の能力を発達させていくところにあります。
三味線はそのように本来設計されているのです。

8章は言語化が難しい世界をあえて言語化しました。
しかし、内容は何となく理解できるはずです。
この稽古哲学を実感として取り入れるには、
熟達した方で最低3年、初心者は10年かかると思って取り組んでください。

ただし、本章は著者の一考察に過ぎないことはご了承ください。



◆ 最初から既にそうだった

最初に芸がある。

まず、芸に合わせる。

次には芸と一体になる。

そして芸はないと知る。

でも最後には芸はある。それは最初から既にそうだった。

芸事や稽古はどのように解釈されてきたのか

日本のあらゆる術は、その内面的形式から言えば、一本の共通な根元たる「仏教」に溯らなければならぬということは我々欧人にとっても既に久しい以前から何の秘密でもなくなっている。

...

すなわち弓術の基をなしている精神的修練はこれを正しく解するならば、「神秘的」修練であり、従って弓術は、弓と矢をもって外的に何かを行おうとするのではなく、自分自身を相手にして、内的に何事かを果たそうとする意味を持っている。

それゆえ弓と矢は必ずしも弓と矢を必要としないある事の、いわば仮託に過ぎない。
目的そのものではない。

この道の通じるべき目的そのものには、簡単に言ってしまえば、
「神秘的合一」、「神性との一致」、「仏陀の発言」である

(オイゲン ヘリゲル)

「身体」は「心」の動きに抵抗する重いもの、自己の人間としての主体性を拘束する基体的制約としての客体性を示している。

しかしながら、繰り返し訓練を重ねていく事によって心の動きと身体の動きは次第に一致するようになる。西田幾多郎があげた例でいえば、すぐれた音楽家が熟練した曲をひくとか、すぐれた画家が感興のおもむくままに「筆がおのずから動く」境地で行為しているような状況になれば、心と身体のはたらきは一体となり、その理想状態に置いては「心身一如」の名人芸の境地にまで至であろう。

(湯浅 泰雄)

「真に生きる域に至には、容易ならざる訓練が必要である。

大抵素人が芸を習い始めて面白くてたまらない、

自慢したくてしようがないという3年くらいがある。これが入門時代である。

大抵の旦那芸はこれである。アマチュア芸術である。

この基本訓練がすんで、むしろこれは難しいものだということが分かる時があって、表芸に入るるのである …

この世界が本当は、自分が本当の自分にめぐり逢うかどうかを、定めることのできる世界なのである。

本当の幸福、芸術だけにある

「しびれるようなよろこび」はここから生まれるのである。芸術のいわゆる醍醐味という世界である。」

(中井正一)



Sample よくある質問

◆ よくある質問 回答集

三味線に関する質問をよくいただきます。

その内容は共通していますので、質問と回答集としてまとめました。

Q.1 三味線を弾いた後は、弦を緩めておいた方がいいのでしょうか？

A. 張りすぎても、緩めすぎても棹が反る可能性は否定できません。

三味線の棹は固い材質なので、簡単には反る事はないと考えられます。

念のために、弦を調弦より、1音から2音程度下げておくことがスタンダードではないでしょうか？

Q.2 三味線の手入れはどのようにしたらいいのでしょうか？

A. 使用後は三味線用、楽器用のつや出し布で軽く拭くといいでしよう。

三味線は基本的には、オイルやワックスは必要有りません。

Q.3 使用後はどのように保管したらいいのでしょうか？

A. 三味線の犬皮は特にデリケートです。あまり神経質になる必要も有りませんが、湿気の差が大きいところでは破れてしまう可能性も高まります。

保護も兼ねてハードケース、桐立て箱にしまう方が多いようです。

Q.4 弾いていると調弦が狂ってしまいますがどうしたらいいですか？

[動画](#)

A. 特に新品の弦の場合は、何回か弦を強く引っ張るといいでしよう。

それ以外には糸巻きは滑らないか、糸巻きにきれいに糸が巻かれているか、

しっかりと音緒に固定できているか、上駒がずれていないか、駒が割れていないか、を確認しましょう。

ただし、1章でも述べたように、三味線はツボのずれも加味して初めて演奏できるといえます。ここを使いこなせてこそ名人とも言えるのかもしれません。

Q.5 皮がずれてしまいましたがどうしたらいいですか？

A. 音色に影響がないレベルの少しのずれなら、早めに修理を依頼しましょう。

糊をくっつけてもらうだけで済む場合もあります。

音が低くなってきたら皮の張り替えをお願いしましょう。



Sample よくある質問

◆ よくある質問 回答集

Q.6 三味線は年月を得て音色が良くなるって聞きましたが、本当ですか？

- A. 一概には言えませんが、どんな楽器でもその傾向は有るようです。
少なくとも三味線は年月とともに、木材が乾燥するため、音の籠もりが減ります。
愛情を込めて管理し、演奏した三味線ほどいい音色になる経験則はあります。
ただし、皮は消耗するので、定期的に交換が必要です

Q.7 音色が改善する各種のグッズは本当に効果があるのでしょうか？

- A. 主観的(多数の方に聴いて頂いた)、客観的(科学的)検証をしましたが、
ほとんどが「明確な効果なし」、よくて「かなり微妙な差しかない」が結論です。
現代社会において、明らかに効果のあるものが浸透しないのは考えにくいです。
とすると、もし効果があるのなら全国的に標準装備化されています。そもそも
「良い音色」の定義は人によって異なるので、簡単なことではありません。

Q.8 三味線は試奏も試聴されずに、購入しているって本当ですか？

- A. ほとんどが試奏も試聴もされずに購入されています。
過去は、流派や会派を通じて三味線を販売されていたため、自分で選ぶという
当たり前の観点が有りませんでした。このため多くの和楽器屋さんも試奏なしで
販売する慣習を当たり前にしています。
試奏や試聴ができる三味線専門店は日本に僅か有りますので、探してみてください。

Q.9 三味線の皮が破れにくくなるコツは有りますか？

- A. 毎日演奏する事が一番です。そうしないと皮は硬化して破れやすくなります。
また、大きな温度や湿度変化はできる限り避けましょう。
たまに、ビニール袋に保管する方がいますが、通気が悪くなるので避けましょう。

Q.10 ネットで言われている事がバラバラで何を信じていいのかわかりません

- A. 経験をつみ、自分の意見が構築できるまでは、ネットの情報は極力見ない方が
無難かもしれません。半分くらいはあまり正しくない情報が流布しています。
ぜひ、身近に信頼できる師匠か楽器屋か良い本をみつけてください。