

Bass Junkie's Fundamentals

河野一之

この基礎練習集は2020年7月現在、これまで河野が創作し効果があり、面白いと思った基礎練習をもとに作っています。

この練習集はこれまで約20年の間、様々な巨匠たちや偉人たちのレッスンやマスタークラス、それらの河野が受けた教えを”無意識”に参考にしたものが多々見受けられると思います。これが有料にしない理由です。

実際にレッスンをさせていただいた際に口頭でアドバイスさせていただいた内容を譜面化したものなのでこれまでレッスンをご受講いただいた方々には馴染みやすいでしょうし、そうで無い方には新鮮かもしれません。

しかし、どなたにでも河野自身が言えることは「なんのために基礎練習を行うのか」ということです。逆を言えば「基礎練習のために基礎練習を行わない」ということです。

管楽器を手にし、練習し、演奏をしていく。この過程は絶対であり、誰もが楽器を手にしたならば誰かに聞いてもらいたい、自分自身で聞いてみたいと思うはずで、それはそうすると幸せになれるということをごどこかで知っているからです。

この幸せになるために我々は演奏をします。違う言い方をすれば楽しむため、嬉しい気持ちを得るために演奏をします。

そのために基礎練習を誰かに聞いてもらったり、舞台やホールを借りお客様をお呼びし基礎練習を聞いてもらうことで幸せを得るのであれば何も言うことはありません。

しかし、多くの場合楽曲を聴いていただき喜んでもらうことで我々は喜びを得ます。つまり曲を演奏することが喜びとなるはずで、そのために基礎練習は存在します。

基礎練習は目的ではなく音楽を奏でるための方法の一つです。

さらにその音楽でさえ人々を幸せにしたり、自分自身が幸せになるための方法の一つです。

思考の停止をしないように、自分で考え、自分で取捨選択し活動を行います。

これらを理解した上で今回紹介する基礎練習に取り組んでいただけることを望みます。

2020年7月

河野一之

この基礎練習集を行う上での絶対条件

(忘れてしまうし、全てを守りながら行うのは難しいのでこれは参考までにし自分に合った方法を自分で考えること)

・目的を常に持つ

なんのために行なっているか常に意識して行う。

・できるやり方とできないやり方

何かをできる方法を探すのと同時に、それをできなくさせている方法を探すことも効果的です。できる方法ばかり探すのは時に間違った方法の上に新しい知識や技術を上乗せしてしまい根本が間違ったまま続けてしまう可能性があります。なのでできるやり方を何通りと試し、できなくさせてそうな方法を何通りとやめてみるのも手です。

・金管楽器が鳴る原理を知る

通常の呼吸とは異なる量の空気を肺に入れ、様々な速さで空気を出し唇を振動させます。その後その唇の振動が金管楽器の中の空気を震わせそれに楽器自体が共鳴し”楽器の音が鳴る”という現象が起きます。つまり理想通りに何かができないときは最後の楽器が理想通り鳴っていない状態が起きているという事です。また楽器の演奏は身体的能力と深く結びついた＝もはや一心同体の心や脳内のイメージに深く左右されます。脳は知らない事を出来ません。つまり脳内でイメージできていないことは身体は表現ができません、なので何かを実現させたいときは先に脳内のイメージを具体的にすることもとても有効的です。

・呼吸、エアー

必要な箇所に必要なだけ空気を流すために必要な呼吸を行います。適した日本語が僕にはみつけれないためA.Jacobsの本の題名より「Song and Wind」と書きます。

体の中にある音楽をそのまま表現できるように

呼吸→空気の流れ+音楽→あなたの表現となるようにします。

理想の音楽が体にあり、空気が流れ、唇が振動し、その振動が楽器内の空気を振動させる、これさえ整っていればマイスターたちが作った素晴らしい楽器たちは理想の音を、音楽を鳴らしてくれます。

・胴体の息を出す筋肉8割、顔2割

この割合で集中をして演奏を行う。By O.Baadsvik

・姿勢

日々生きていく中で不自然な姿勢は演奏の障害になります。何が自然で何が不自然かは人によって変わるのでヨガや体操を行い自分にとっての自然な姿勢を学びましょう。

・難所への対処法

速さや音量、音域を簡単なものに変え行う。

・誰かに聞いてもらうために行う＝基礎練習のために行わない

基礎練習→曲練習のルーティンにする必要はない。曲の演奏を行い、難所に感じる部分を取りだしてそこを基礎練習集の例のように分解したり展開したりして練習をしてから曲の流れの中でできればいい。

・考え方もつ

「できない」ではなく「まだやり方を知らない」、「難しい」ではなく「やりやすい方法をまだ知らない」または「まだ慣れていない」、「失敗した」ではなく「できない方法を知った」。

・方法と目的を入れ替えない

例えば高い音が鳴ったからHappyではなく、高い音は”方法”でそれを使って何をするかが大切。そうでなければ高い音選手権、誰が一番長い音を吹き続けられるか選手権になってしまう。

・何が大事か、何が良いかは自分が決める。

自分の演奏に関していつも人にお伺いを立てない。音楽が好きで様々な音楽に触れ、様々な人生体験をして得てきた自分という存在を楽器という器と楽譜を通して表現する。そのあなた独自の表現を好きになる人もいればそうでない人がいるのは食べ物や人の好みと同じであることを理解する。なので自分が”良い！”と思ったものを突き詰め練習し表現する。

・複雑な楽器演奏という運動をより細分化して行う。

フィンガリング、Trom.スライディング、エア・コントロール、歌、それぞれのコンビネーションなど楽器演奏で使う技術を一つ一つ細分化して練習を行う事でそれらを組み合わせた時により高い効果が望めます。

・興味関心、楽しい、ワクワクする時以外は行わない。

楽しくないまま練習を義務のように行うと楽器演奏が楽しく無くなります。なのでその時は練習をしない、または楽しく興味が湧くような別の手段(音源を聴く、楽しい練習法を探すなど)を探してから行います。”楽しい器”は楽しく使うべきです。

・休憩をしている最中に成長する。

休憩をしている最中に脳の中で神経経路が繋がり身体が動くようになります。演奏した時間と同じ分だけ休憩しましょう。

・音階、半音階は掛け算の九九を覚えるがの如く暗記する。

仕組みを覚え暗記してしまえば汎用性がとても高い。

音色や音程、音域拡大の練習

河野一之

♩=60 2 bars



mp

時にはcresc. とdim.をつけて行う。

11

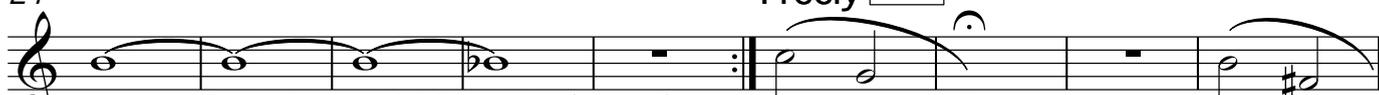
4 bars



パターン通り吹きたい音域まで半音ずつ下げていく

21

Freely ドド

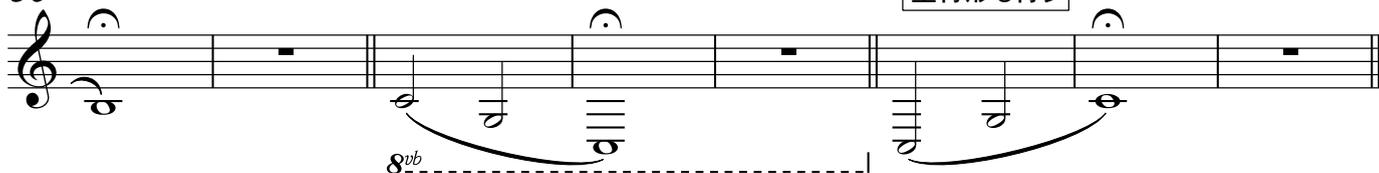


パターン通り吹きたい音域まで半音ずつ下げていく

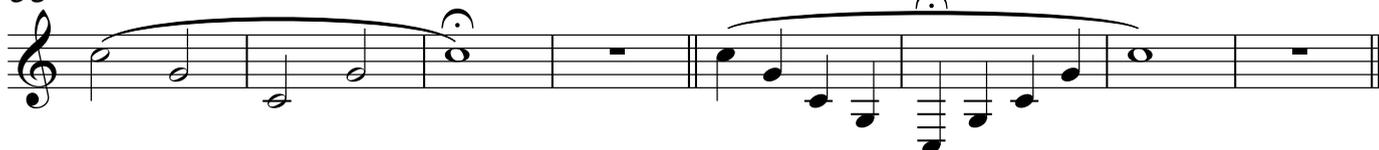
ノータンギング

30

上行形も行う



38



46

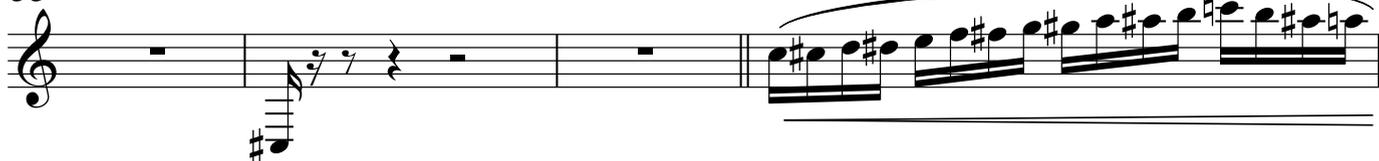


パターン通り吹きたい音域まで半音ずつ上げていく

50

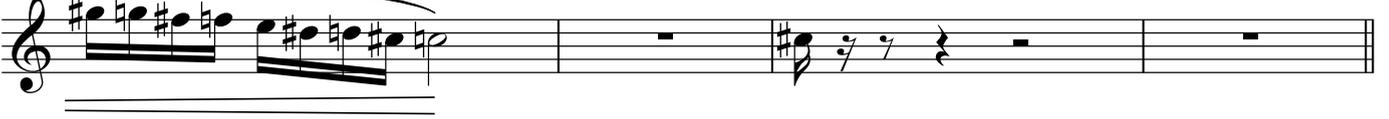


53

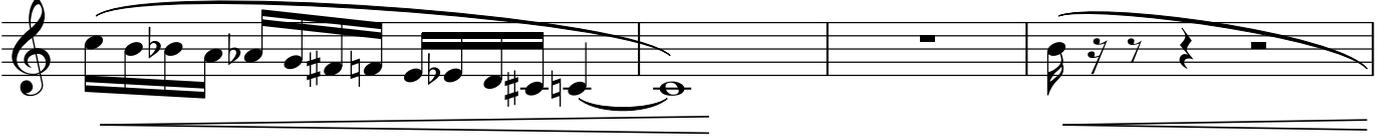


2

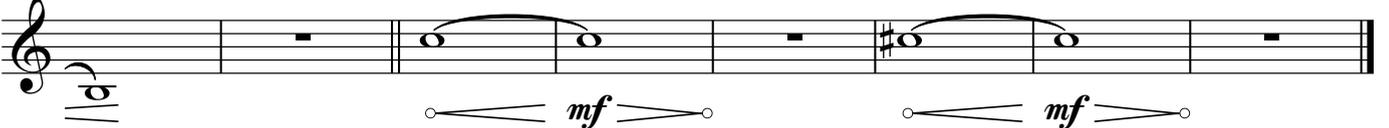
57



61



65



パターン通り吹きたい音域まで半音ずつ上げていく

2

42

Musical staff 42-44. Treble clef, C major. Measures 42-44 contain eighth-note patterns. Measure 44 ends with a whole note chord (F#4, C5, G4) with the instruction "123(24)123(24)" below it.

45

Musical staff 45-49. Treble clef, C major. Measures 45-49 contain eighth-note patterns. Measure 49 is marked "Freely" and shows a descending chromatic scale with a sawtooth diagram above it. The instruction "半音ずつ下げていく" (Lower by half tones) is written below.

50

Musical staff 50-56. Treble clef, C major. Measures 50-56 contain half-note patterns with slurs. Fingering numbers 0 and 2 are written below the notes.

57

Musical staff 57-64. Treble clef, C major. Measures 57-64 contain half-note patterns with slurs. Fingering numbers 2 are written below the notes. The instruction "半音ずつ下げていく" (Lower by half tones) is written below.

65

Musical staff 65-71. Treble clef, C major. Measures 65-71 contain half-note patterns with slurs. The instruction "半音ずつ下げていく" (Lower by half tones) is written below.

72

Musical staff 72-74. Treble clef, C major. Measures 72-74 contain sixteenth-note patterns with slurs. A box below the staff contains the text "ずっと0番" (Always 0th fret).

75

Musical staff 75-76. Treble clef, C major. Measures 75-76 contain sixteenth-note patterns with slurs. A box below the staff contains the text "ずっと2番" (Always 2nd fret). The instruction "半音ずつ下げていく" (Lower by half tones) is written below.

77

Musical staff 77-80. Treble clef, C major. Measures 77-80 contain sixteenth-note patterns with slurs. A box above the staff contains the text "全調行う。A日は長調、B日は短調 C日は半音階など" (Play in all keys. A day is major, B day is minor, C day is half-step etc.). A box at the bottom right contains the text "And more and more. Enjoy!"

音階の暗記

河野一之

C major ファ ソ ラ

全音 全音 半音 全音 全音 全音 半音 半音 全音 全音 全音 半音 全音 全音

9 melodic a minor

全音 半音 全音 全音 全音 全音 半音 全音 全音 半音 全音 全音 半音 全音

この資料を元に五線譜に自分で書いて吹いてみる。そうすることで自然と覚えられる。
五線譜は文房具屋、またはネットでDL可能。

♭系の長調の判定

五線上に”シミラレソファ”の順に♭が並んで行くため、最後に♭が付いた一つ前の音が主音になる。

In Cの場合の例: ♭4つは”シミラレ”と4つ♭が付く。

この場合”レ(D)”が4つ目=最後なので、その前の”ラ(A)”が主音の調、つまり♭4つの長調はA♭ majorとなる。

♯系の長調の判定

五線上に”ファドソレラミシ”の順に♯が並んで行くため、最後に♯が付いた一つ高い音が主音になる。(ドならレ、ファならソ)

In Cの場合の例: ♯5個は”ファドソレラ”と♯が5個付く。

この場合”ラ(A)”が5個目=最後なので、その一つ上の”シ(B)”が主音の調、つまり♯5個の長調はB majorとなる。

短調の判定(短調は小文字で表す)

長調と短調は同じ調号(♭や♯)の数でも主音が同じにはならない。

例えばa minorは調号無し、f minorは♭が4つ(F majorは♭が1つ)といった形になる。

判定の仕方(♯3個の場合)はまず

- 1、その楽譜に付いている調号を確かめる。
- 2、♯が3個の場合”ファドソ”の順に♯が付くためその最後の”ソ”の一音上、”ラ”の音が主音の長調となる→A major。
- 3、その♯が3つ付いた長調の主音から短3度下げる(全音1個と半音1個)。
- 4、つまりラ、ソ、ファと3つ降りる、このままだとラとソ、ソとファの間がそれぞれ全音が1個づつになってしまうのでファに♯が付ける。
- 5、するとラとソ→全音の間、ソと♯ファ→半音の間で短3度=全音1個、半音1個が成立し♯ファが主音の短調ということが言える。
- 6、なのでf♯ minorが♯が3つの短調だ。

例:()は調号の数

ドシラ

C(0)→a(0)

レドシ

D(♯2)→b(♯2)

ミレド

E(♯4)→c♯(♯4)

シラソ

B♭(♭2)→g(♭2)

ラソファ

A♭(♭4)→f(♭4)

となる。