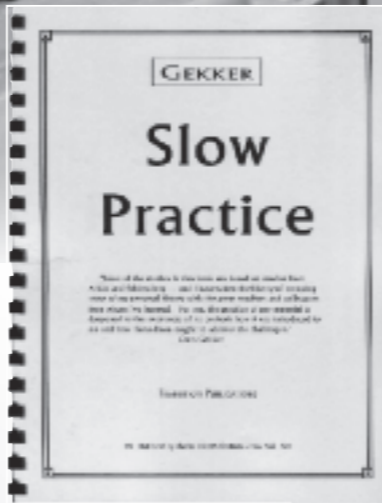




『Slow Practice』 のすすめ

Part 1

しなやかで安定したアンブシュアで、
低音域から高音域へ、高音域から低音域へ、
小さな音から大きな音へ、大きな音から小さな音へ
吹けるように練習すること……クリス・ゲッカー



『Slow Practice』クリス・ゲッカー著
原文＝英語（日本語訳付き）
A4判・100ページ
品番：GTP6 ¥3,704（税抜）
パイパーズのホームページから注文でき
ます。又は order@pipers.co.jp
☎03-5205-3666 FAX 03-5205-3667

クリス・ゲッカー（Chris Gekker）著
『Slow Practice』は、欧米で広く使わ
れている「ゲッカー・トランペット教本5部
作」（注1）の頂点に立つ実践的な新しい教
本である。トランペット・プレイヤーの座
右銘である「J・B・アーバン金管教本」と
M・シュロスバークの『Daily Drills and
Technical Studies for Trumpet』へ無理
なくアプローチする道を「灯の光で照らし
出した世界初の教本である。著者が、恩師
や多くの名プレイヤーたちから長年にわた
って学びとった貴重な教訓や助言の数々も
収録されている。パイパーズの通信販売で
入手できる。日本語の「使用の手引き」付
き（注2）。

トランペット・プレイヤーで「アーバン
金管教本」を知らない人はまずいないろ
う。しかし「マックス・シュロスバーク」
とその『Daily Drills』の日本での認知度、
活用度はまだまだ低いようだ。
マックス・シュロスバーク（1873～
1936）はラトヴィア生まれ。モスクワとペ
ルリンに学び、1910年から1936年
にかけてNYフィルに在籍した。当時、米
国随一のトランペットの名教師と謳われ、
米国トランペット奏法の始祖として数多く
の名プレイヤーを育て上げた。そのレッ
スのコンセプトは、現代米国を代表する超
一流のプレイヤーたちに脈々と引き継が
れ、幾世代にもわたって豊かな「果実」を
もたらし続けている（注3）。

シュロスバークが教えた生徒たちには、
チャールズ・コーリン、レノルド・シルキ、
ジェイムズ・スタンプ、ハリー・グランツ、
レイ・デイヴィッドソン、ネイサン・プレ
イガー、ハリウッドの大スターだったマニー・
クライン、ウイリアム・ヴァッキヤーノ、ハ
リー・ジェイムズなどの超有名プレイヤー

対談 嶋田明×竹原明 各エチュードと和訳された手引きが 両輪となって働いてこそ、初めて効果が出る

嶋田明×竹原明

たちが含まれている。この名人たちの名前
を知らない日本人はまずいないろ。
にもかかわらず、日本でシュロスバーク
の『Daily Drills』（米国Baron社刊）を持
ってはいるものの、座右銘として日常的に
使っている人たちの数はきわめて少ないよ
うに思われる。

これまで、欧米のトランペット奏法は、
さまざまな人脈と経路を経て日本に輸入さ
れ続けて来た。しかし、欧米の教本を手
に入れても、読みづらい外国語の説明を敬遠
し、音符だけを拾い出して吹くにとどまる
「洋楽輸入」の昔から繰り返されてきた
「いびつ」な伝わり方に終始して来たので
はないだろうか？
そんな視点に立って、『Slow Practice』
の練習曲の大半を占める「アーバンとシュ
ロスバーク」の使い方、日本語版の「使
用の手引き」を参照しながら読み解きヒン
トを提供するために連載を企画した。なお
『Slow Practice』で使われる「アーバン
金管教本」のページ数と曲番はすべて
『Goldman Edition』に準じている。



J.P.アーバンとゴールドマン
監修のカール・フィッシャー
一版「アーバン金管教本」。

連載記事前半には『Slow Practice』の
意義と実用的な価値をいち早く的確にとら
えたKTPA（関西トランペット協会）の
嶋田明氏と竹原明氏に登場していただい
た。
注1＝ゲッカー・トランペット教本5部作は
「アーティキュレーション・スタディ」「44
のデュエット集」「耐久力アップのためのド
リル」「ピッコロ・トランペット15スタデ
ィ」「24のエチュード」。いずれもパイパー
ズから入手でき、「44のデュエット集」以外
は無料の日本語訳付き。
注2＝『Slow Practice』をパイパーズから
購入された方へ限りませ。
注3＝1973年、米国SM Baron社から、
シュロスバークが遺したレッスン・メモを編
纂した『Daily Drills and Technical Studies
for Trumpet』が出版され、現在も欧米で広
く使われている。



マックス・シュロスバークとバロン版の『Daily Drills』。

嶋田 トランペットを本気で
勉強しようという若い人がま
ず出会うのは「アーバン金管
教本」ですよ。僕は高校1
年の時に分厚い原書を買っ
て、いそいそとページを開き
ました。外国語の説明は読め
ないので、すっ飛ばしてペー
ジをどんどんめくって行っ
た。エチュード#1が出てくる。
「こんな退屈なもんやっつられへんわ」
と思い、さらにめくり続けると、4分音
符や2分音符、8分音符が組み合わさっ
たエチュードが出てくるページにたどり
ついた。「おー、これこれ！こう来なく
っちゃあ」と思いました。

ロングトーンの練習などは時間の無
駄、早く上手になりたい一心で吹きまく
りました。まあ、当時としては自然な振
る舞いだっただけかと思うけれど（笑）、今
回ゲッカーさんの『Slow Practice』の
「日本語版使用の手引き」を読んで、ア
ーバンの正しいさらい方にアプローチす
るきっかけをつかんだと思います。
竹原 僕のまわりには「アーバン教本」



は持っているけれど、本当のさらい方
を知らないまま音符だけを吹いて来た人
たちが多かった。シュロスバークの『Daily
Drills』にいたっては、積極的に使ってい
る人は、現状ではまだまだ少ないでしょ
う。

僕は若い頃、米国のバロン社刊の『Daily
Drills』を買いました。1ドル360円の

時代で5ドルもしました。東京行き急行銀河が学割で1000円で乗れた時代です。高い本でしたね。

買ったからには、とにかく吹かんとイカン。そう思って取り組んだら調子が狂った。本番前にこれをさらったりとエライ目に遭いました(笑)。使い方を知らずに吹いたせいです。

昔は、エチュードを与えられたら、皆さん音を並べるところを「第一関門」としました。ロングトーンにしても、やたらに長い音を吹いて唇に無駄な負担をかけていた。

ゲッカーさんは『Slow Practice』で「緊張を一切排除することが一番重要だ」、「本書#1~4はアーバンの1stスタデイの#10・9・8・7にあたる。アーバンは4分音符#60と指示しているが、ここでは倍のテンポ、つまり2分音符60で吹いてほしい。その方が効果が上がる」と書いています。

2分音符から始めるとすくく楽です。そこからスタートして「遅くしたり速くしたりしてさらいなさい、そして最高音までは出さないように」と言う。「最高音まで出せ」と言われると必ず無理をするからです。ゆっくり時間をかけて『Slow Practice』で音域を広げて行きなさいということやね。2小節ごとに休みを入れてあるから緊張せずに済む。しかも休みは頭脳を新鮮にする空間だと言う。ここらあたりにもゲッカーさんの基本的な考えが表れているんで

耐久力、イントネーション、フレキシビリティなどが確実に改善される！

1ゲが遺した「遺産」が幾世代にもわたって正しく引き継がれ、伝統が確立したせいやと僕は思っています。ゲッカーさんは「何を学ぶのかをはっきり意識して頭を使いロングトーン、インターバル、スケールなどを『Slow Practice』でやらえば、耐久力、イントネーション、フレキシビリティなどが確実に改善される」と言う。こういう考え方がアメリカにはつきり根付いているんですよね。

僕は、中学や高校で「舌を出した絶対ダメ」と教えられた。なぜアカンのかよく分からないのに、アカンということだけがずうつと頭にあった。「迷信」だとも気が付かなかった。振り返ると恥ずかしくて言われへんことがある(笑)。

嶋田 とかく、人は「スローに練習」するより、込み入った譜面をさらうと「練習したぞ！」という気になりがちです。ゲッカーさんも「若い頃はアーバンを血気にはやって先へ先へと吹き進んだ」と率直に述懐していますよ。

竹原 バテの問題もあるしね。ラッパ吹きにはバテがつきまとう。疲れずにどれだけ吹けるかを競争して相手より長続きすると勝ち(笑)。これも「迷信」の一つやね。

嶋田 どれくらい高い音を出せるかとかね(笑)。



『Slow Practice』のすすめ ©Part 1

一昨年、大阪でのボビー・シュー・クリニックで奏法をたしなめられました。「タンギングで舌を歯や唇の間から出してはダメと言う人がいるが、そんなことはない。それはたんなる「意見」である」と言われた。

トーマンシャーペー(東南西北) 竹原 今でも、アマチュアの吹奏楽バンドではハイ・トーン競争をするトランペットたちがいて、高音を出す人が評価されるきらいがある。低音を吹かせた



若い頃に『Daily Drills』の使い方を知っていたら

『Slow Practice』の日本語版使用の手引きを読んでいるうちに『Daily Drills』の使い方が分かつ

て来た。若い頃に、この手引きがあったら、もうちょっとマシに吹けたのになあと思うんです。あつかましいかな(笑)。あの頃は「なんで、米国のプレイヤーたちはあんな凄い吹き方が出来るんやろ」と悶々としているほか術が無かった。

嶋田 耐久力について、ゲッカーさんは「疲れずに新鮮な状態をキープする。無

ら天下一品でも評価されへん。僕らラッパ吹きには目いっぱい吹くと安心する傾向があったなあ(笑)。これも「迷信」の一つ。

嶋田 安心感、満足感、充実感……。きついパッセージを反復してボロボロになって練習、音が出なくなるまで繰り返す(笑)。トーマンシャーペー(東南西北) 4方向に向かって、それぞれ200回吹くとかね(笑)。まあ、言うたら根性練習です。

竹原 「安心・満足・充実派」は、アマチュア吹奏楽の良く吹くと言われるトランペット吹きにけっこう多いようです。コンクールなどを聴いていると、これでもか、これでもかという凄い音量で吹く。「分かったよ、参ったよ」と言いたくなることもあります(笑)。このようなプレイヤーこそ『Slow Practice』を活用してほしいと思います。

目いっぱい吹くことイコール音楽することだと取り違えているのかな。「吹きまくる」と「響かせる」のでは全く違うのに。しかし、今偉そうなこと言うてる僕らも現役の頃「量より質」と分かったつも、ついつい負荷をかけても量を優先したこともあった。

嶋田 コンクールでは、上げつない、と

理しないように」と言います。これは唇や体の状態を自分自身と相談して適当な休憩を挟みながら、疲れないで吹ける時間を出来るだけ延ばして行くと理解するのが妥当だと思う。唇が痺れ、音が潰れたまま吹く時間を延ばすことでは決して無いと思います。しかし、本番では唇が腫れあがり音も潰れることもあるでしょう。その場合は、本番が済んだら明日に備えて『Slow Practice』を使って良い感覚を取り戻しておけばいいということだと思えます。

『Slow Practice』日本語版手引きは練習の両輪だ！

竹原 『Slow Practice』に載っているエチュードだけを吹くだけでは駄目ですね。なあんにもならない。各エチュードと今回和訳された手引きが両輪となって働いてこそ初めて効果が出る。「手引き」にはたくさんヒントが散りばめられているので僕は持ち歩いて繰り返し読んで読むようにしています。

米国から凄腕のトランペット吹きたちが輩出するのは、アーバンやシユロスバ

げとげしい、けばけばしいサウンドのバンドが審査員の印象に残って勝つ傾向があるのかも知れませんが。この点はそろそろ考え直さないといけないのじゃないでしょうか。

プロ・プレイヤーは若いうちから審査員に招かれます。経験を積むと、どんなバンドに審査員の点が集まるかを自然に学習してしまう。自分の価値観よりも、また審査員に呼んでほしい、外されたくないという心理が働くことがあるのかなあ？

大きなマウスピースを使うのがエライという「迷信」もある。関西にはなぜか大きなサイズ派が多かった。理由は分かりませんが。「大きなサイズで高音を出すのがエライ。タッチャイマウスピースで出せるのは当たり前や」と言われた(笑)。

竹原 そうそう。マウスピースを変えるなんて邪道やと思われてね。「何考えとんねん！ 吹けへんのはお前が悪い！」とどやされた。「腹筋を固くしなければ吹けない」というのも「迷信」やね。「腹に力を入れて喉を開ける」？ そんな器用なこと出来るかな。力を入れたら喉は閉まるがな。1回も成功したことはなかった(笑)。

(つづく)

クリス・ゲッカー (Chris Gekker) ワシントンDC生まれ。バージニア州アレキサンドリアで育ち、イーストマン音楽学校、メリーランド大学を卒業。アメリカン・ブラス・クインテットのメンバーを18年間務め、ジュリアード音楽院、マンハッタン音楽院、コロンビア大学の教授を歴任。セントルークス室内管弦楽団首席、オルフェウス室内管弦楽団首席として演奏活動を展開。数多くの録音を残している。ニューヨークフィル、サンフランシスコ響、サンタフェオペラでもゲスト首席を務めた。ステイキング、エルトン・ジョンはじめ、多くのジャズ、コマーション・アーティストとも共演、テレビや映画音楽のためのレコーディングも多い。