

# 脳と才能

連載第19回  
酒井 邦嘉  
東京大学教授・言語脳科学者



## 「心して自分の音を聴くがよい」

『鈴木鎮一のことば集 一心を育てる』 p.51  
(公益社団法人才能教育研究会、2018年) より

鈴木鎮一先生のお言葉を紹介しながら、その奥義を科学で考えるという連載です。才能教育研究会がめざす「才能」には、どのような意味が込められているのでしょうか。そしてその才能は、脳のどんな働きに支えられているのでしょうか。

酒井邦嘉 (さかいくによし)  
1992年東京大学大学院理学系研究科博士課程修了、理学博士。専門は言語脳科学で、人間に固有の脳機能を研究している。著者に『言語の脳科学』『科学者という仕事』『科学という考え方』(中公新書)、『脳の言語地図』(明治書院)、『芸術を創る脳』(東京大学出版会)、『チョムスキーと言語脳科学』(インターナショナル新書)、『脳とAI』(中公選書)、『勉強しないで身につく英語』(PHP研究所)、『デジタル脳クライシス』(朝日新書)。

最近になって、英語圏で広く使われている「移動ド・ソルフェージュ」を知って、運指の記憶が楽譜の記憶と結びつきやすくなりました。

ソルフェージュとは、楽譜を見て「ドレミファ……」で歌う練習のことです。Cの音を「ド」に固定して音名で読む「固定ド」が一般的ですが、#(シャープ)やb(フラット)などの臨時記号を含めると歌えなくなります。ソルフェージュをレッスンで使うかどうかは先生の判断ですが、頭の中だけで歌う「サイレント・シンギング(inner hearing)」は、暗譜にも演奏中にも役立ちます。

特に「移動ド」を覚えておくと、キー(調)が変わっても同じメロディーと捉えることができ便利なのです。さらに英語圏のソルフェージュですと、#は母音を「i」に、bは母音を「e」に変えることで、臨時記号つきで歌えるようになります。鼻歌やハミングで旋律を頼りなく覚えるのとは雲泥の差です。

移動ド・ソルフェージュの最大の効用は、曲を覚えやすく、何年経っても思い出しやすくなるということです。その理由について、宇野重行著『イヤートレーニングのための移動ド・ソルフェージュ』(UNOジャズレッスン、2021年)を引用しますと、「これはメロディーがソルフェージュの言葉で」「脳の引き出しのラベルとなっているからと考えられる」。つまり、メロディーを正確に言語化するから忘れないわけで、音楽と言語の共通性を研究している私からすれば(詳しくはマンスリー

スズキ 2022.1.1)、画期的な手法だと言えます。



ただし日本では一つ問題があって、その問題が普及を妨げています。移動ド・ソルフェージュではイタリア語表記を用いて、「ドレミファ……」が「Do Re Mi Fa Sol La Ti」(最後は「シ」でなく「ティ」)となり、#がつく場合の12音階は「Do Di Re Ri Mi Fa Fi Sol Si La Li Ti」となります。すると、RiとLiなどを区別しなくてはならないので、カタカナ表記は使えないのです。

先ほどの教本には、「人に聴かせるものではないので、自分の中で区別ができていけば問題はない。または、RとLの区別をマスターする絶好のチャンスと考えると」ありました。音楽を多言語の一つと考えれば、ますます習得が楽しくなると思います。

「日本人はRとLの区別がつかない」とよく言われますが、どちらも日本語の「ラ行」の子音とは異なるのに馴染みがなく、聞き分けた経験がないだけでしょう。音に馴染みがないと、脳は記憶している近い音として認識します。

そもそも、「ラ」をローマ字で「ra」と表すこと自体、カタカナと同様に、日本語と英語の音の違いを無視して混同した悪しき習慣なのです。日本語で「ラリルレロ」と言ってみてください。舌先が口蓋(口の中の上側の部分)に一瞬触れて弾くような感覚ですね。

英語のLは、舌先を上歯茎に密着



楽器を弾かなくても、頭の中で音が鳴っていますか？

させた状態を長く保ち、息が通って出る音です。短く発音すると舌先が弾くようになりますから、舌の位置に違いがあるものの、「ラ行」の子音に近く聞こえます。

一方、英語のRは、舌先がどこにも触れずに、舌の前側と口蓋の間を狭くさせた状態で息が通って出る音です。日々、音を大切にしているスズキ・メソッドの生徒さんは、すでにRとLを聞き分けられていることでしょう。



冒頭の鈴木先生の言葉のように、演奏しながら自分の楽器が出す音をよく聴きましょう。そして、楽器を弾かないときでも、自分の頭の中で鳴る音を心して聴いてみてください。このサイレント・シンギングの練習は、「イヤートレーニング(ear training)」(ボストンにあるBerklee College of Musicの重要科目です)の一つとして、演奏の上達を助けます。でも、この練習法は「耳」でなく、「脳」を鍛えているということを忘れないでください。