



ドクター板東の メデイカルリサーチ Vol.82

～万人を 元気にする音 その不思議～

<http://pianomed-mr.jp/>

懇親会が盛り上がりつつあったとき、太鼓の演奏が始まった。目の前では、6人の奏者がいろいろなリズムを組み合わせる。その不思議なシンコペーションがとても心地よい(図1)。

太鼓は、あらゆる楽器の中でも、最もシンプルなものといえよう。音楽のオリジンに近く、単純な音の反復が続くため、人々の心を根底から大きく揺り動かすのかもしれない。

今回は、音や音楽に関して、いろいろな話題に触れてみたい。

日本音楽療法学会?

音楽は誰もが好きなものだろう。レクレーションとして健康な人々が音楽を活用するのが「音楽健康法」だ。一方、病気を有する方々にその目的に応じて音楽を適用するのが「音楽療法」となる。

これらの研究を長年続け、我が国の音楽療法士を生み出しているのが、日本音楽療法学会だ。このたび、年次集会が宮崎で開催



図1

された。

そういえば、以前に宮崎で医学会が行われた際、懇親会に当時の東国原知事が出席され、一緒に写真を撮って頂いたのを思い出す。国際会議場(シーガイア)は規模が大きく、様々な企画が可能で、ロビーも最大限に活用できる。

冒頭に紹介した太鼓のパフォーマンスは、なかなか構成が秀逸だった。英語なら well-organized となるだろうか。ストーリーに起承転結が感じられた。

まず列を組みながら入場し、次に6人で基本的なパリエーションを披露。その後、ギアチェンジして盛り上げ、最後は笛の音も交え(図2)、一連の流れは自然でメリハリがあった。

そういえば、近年、全国各地で、「町おこし」の企画案として、「太鼓」で地域活性化を試みる事例がみられる。少しリサーチすると、おおむね成功を収めているようだ。

なぜだろうか。おそらく数多くの人々が共感できるからだろう。そもそも、音や音楽のオリジンは、リズムである。強烈なビートが、



図2

耳から、皮膚から、床から全身に伝わってくる。音圧のパワーで、身体のすべての細胞が振動して共鳴することに。すると、気分が落ち込んでいた人も、自然と活力が沸き上がってくるようになるだろう。

精神科医の音楽家

本大会のテーマは「音楽の創造性」音楽療法の『から』を探る(図3)。特別講演「遊びと創造性」覆いをつくる治療」を担当されたのは、精神科医、精神分析家、臨床心理学者の「北山修」氏であった。人間の相互関係には一対一、



図3

一對多数という場合があり、言葉の創造や作詞作曲との関連などについても述べられた。

なお、氏は作詞家、ミュージシャンとして有名な「きたやまおさむ」ご本人でもある。「戦争を知らない子供たち」や「帰って来たヨッパライ」のエピソード等を紹介され、ウィット溢れる語りにも、誰もが魅了された。

私は、以前から、氏の著作「こころを癒す音楽」(講談社)をライブラリー(2005)を拝読し、その考えに共感し、尊敬している。懇親会でも憧れの先生とご一緒でき、研鑽を深め先生のレベルに少しでも近づきたいと思う。

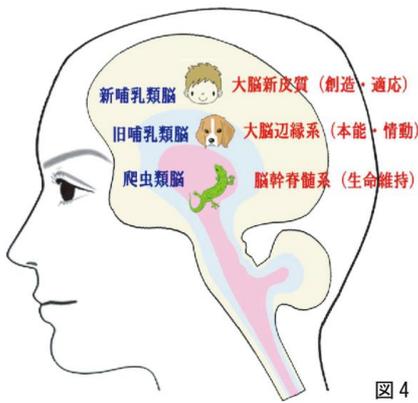


図4

共鳴し共感toN.C.

素晴らしい話や音楽に接すると、心の琴線に触れ、共鳴し共感する。特に音楽は、心の3つのレベルで、どの段階に対しても直接的に働くのが特徴とされてきた(図4)。だからこそ、音楽は心に染みいるように作用して心を和ませ、癒すことができるのだ。

実は、ピアノの音が人を魅了する理由の一つは、弦が振動し、音波が伝わり、次第に減衰するからである。もし、ブザーのような電子音なら、心を優しく慰めることは難しい。

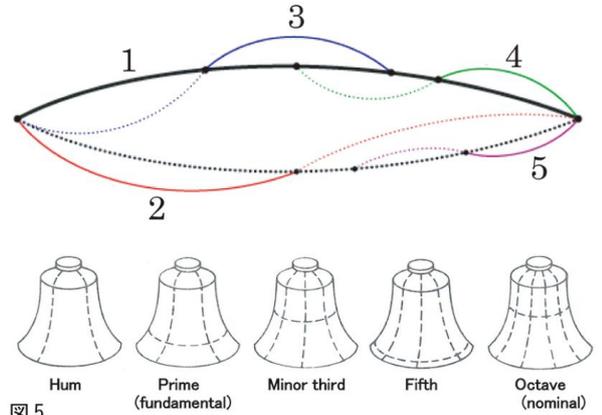


図5

ここで、きれいな音色の楽器を紹介しよう。クリスマスが近づくと、鐘を組み合わせた演奏会が行われる。楽器は、組み鐘、カリヨン、グロッケ、クロシエなどと呼ばれる(図5)。

丸い構造のため、共鳴の特徴は2・4倍の振動数の音を含むこと。そのため、心を撫でるような優しい音色が生み出される。これが、太鼓や弦(ピアノ、ギター)の振動と異なる点だ(図6)。

そもそも、鐘は紀元前1万年頃に中国やインドで誕生し、世界中に広がったとされる。健康と子孫の繁栄を意味したり、建物の守り

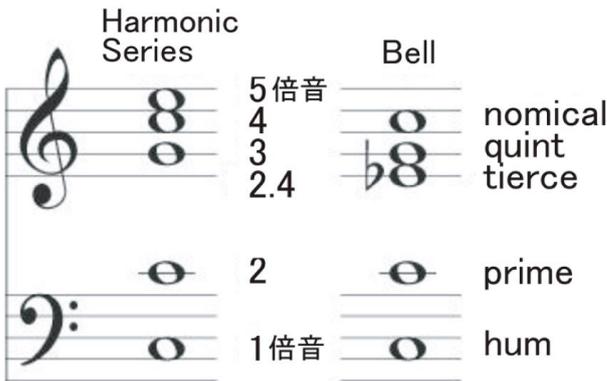


図6

神と考えられ
たりしてきた。

音の不思議!?

実は、本大会の開催にあわせて、私は新著「Dr. 板東浩の音楽療法読本」音の不思議!?!?」を出版した(図7)。

以前から構想を練っていたもので、現時点でわかる範囲の情報に要約。「隗より始めよ」という意図で、まとめさせていただいた。ピアノの音を一つだけ弾く場合、人の指または機械が押ししても、音色に差はない。しかし、10本の指がそれぞれ異なる打鍵の速さ、重さ、深さで演奏し、ペダルを使うと、音色は全く異なり、美しい音宇宙が広が



図7



図9

っていく。ピアノとは、人が五感を総動員して表現する楽器で、永遠に解明できない不思議な魅力が存在するものである。

ちょうど帰路につくとき、宮崎空港でイベントが開催されていた。神話のふるさと、太古の昔からインスピレーションを受け取った出張だったように思う(図8)。

(板東浩、ばんどうひろし、医学博士、糖尿病専門医、ピアニスト)



図8