

Maestro Marcel Moyse マルセル モイーズ氏

Preparatory Exercises

1. Posture

Stand erect with legs about one foot apart. The center of gravity must be around the base of the big toes. Keep the legs, torso and head erect.

2. Breathing and breath control

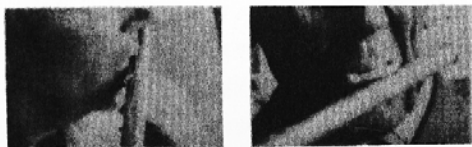
1. Practice to firm stomach muscles while seated with your feet parallel to the floor.
2. Open your throat fully, and inhale a very large amount of air, until you can feel a big column of air from your lungs to the bottom of your abdomen.
3. After you inhale fully, hold your breath and allow air pressure to build up behind the lips. Then expand the abdomen so that air pressure may work on the diaphragm.
4. Exhale a very small amount of air to keep high air pressure behind the lips, keeping your abdomen expanded.

3. Whistling

An oboe has double reeds. Your lips are double reeds for a flute. Practice whistling so as to feel how the air flows between the lips. Then you will find the correct position of the jaw and how to use the lips.

4. Embouchure

Hold just the head joint with both hands. In front of a mirror, practice resting the embouchure plate against the lower lip which was moved a little forward. The lower lip must cover about half of the embouchure hole. Now, try to let the air flow between the lips, pronouncing 'hwō, hwō' as you whistle. This is different from real whistling in that the lips should be slightly pulled out at both sides.



フルートを吹く前に

1. 姿勢

両足をかかなく開き、両足の親指の根元に重心をかけ、身体がななめ上前方にひっぱられるように立つ。あごを引き首をのぼし、上腹部をやや前に張り出す。

2. 腹式呼吸法

腹式呼吸というのは、けっして腹に空気を入れる呼吸ということではなく、腹を使って胸に空気を入れ、腹を使って排気することである。つぎの順番で練習するとよい。

- (1) いすなどに座り、足を床と水平に保ち、腹筋を強くする練習を毎日5～10分くらい行なう。
- (2) 立って、ごく自然に深呼吸をする。のどを広げ、肩をおろし、胸から腹に空気が充滿するように吸気する。その時肩が上がったり、腹部がへこまないように注意すること。
- (3) 十分に吸気したのち、息を止め、腹部に力を込める練習をする。この結果腹部が軽く張った状態になる。
- (4) (3)の状態を保ちつつ、出る空気を下唇で調節しながら、少しずつ息をはく練習をする。吸った空気を一度に出してしまわずに、少しずつ大事に使う。

3. 口笛の練習

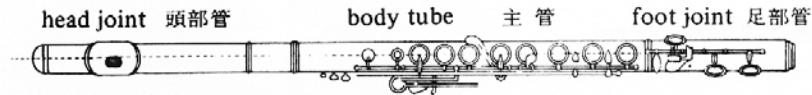
口笛が大きく美しく鳴っているときの、くちびるへの空気の流れる状態は、フルートでも同じで、もともよい空気の流れる状態である。鼻の下を長く、あごを十分おとし、太い息で上下のくちびるをリードのように振動させる。大きな音が出ているときは、息がくちびるからやや下方に出ている。

4. 歌口とくちびるとの関係

歌口管だけを両手でもって鏡を見ながら、下くちびるで歌口穴を約半弱ふさぎ「フォー」の発音でごく軽く吹いてみる。歌口を鳴らそうとせずに、上下のくちびるの力をぬいて接近させ、口笛を吹くように息を吹きつける。その上下のくちびるの位置を厳格に保ったまま、歌口をしだいに良い音が出るようにセットする。少ない息で大きな音が出るようになったときのくちびるの状態がよい。歌口をごく軽くくちびるにあて、上下のくちびるを軽く前にめぐり出し、軽く横へ引き、粘膜の部分でふくのである。

5. Assembling the flute

Learn how to assemble the three parts of the flute by looking at the following picture. When you assemble the flute, do not hold the sections by the key rods.



6. Balancing the flute

In playing the flute, you should balance it, using only your chin, the index finger of the left hand (between its second joint and knuckle) and the thumb and little finger of the right hand. You should not hold the flute with your hands and should not push the embouchure plate against your lower lip, because both lips must always be free. Keep the elbows away from the body and the torso and head erect, not slumped forward.

Tonalization

1. Attack Exercise by Whistling

Don't try to blow the embouchure hole. You have only to let the air flow between the lips, pronouncing 'hwō, hwō' as you whistle. Try to create soft oboe like tone color. Low B \sharp is the easiest note to try in this way. Try to feel some air pressure first behind the lower lip, and then against the vibrative membrane of the upper lip while air is going out along the lower lip. The lip opening should be controlled by the lip muscle around the opening, not by the cheek muscle at the corner of the lips. Your throat is the resonance body of the flute. Your lips are strings. Your breath is the bowing. Let the tone reverberate fully in your roomy throat.

5. 各管の合わせ方

中心線が歌口穴の端になるようにする。これはフルートを構えたとき、下くちびるで歌口穴をまふさぎ、ななめ下に吹いて響かすことを可能にする基本的な位置である。各管を結げるとき、キイの部分にをにぎらないこと。

6. フルートのかまえ方

左右の手首をかるく外側に曲げ、左手の人差指の第一関節のふくらんだ部分に楽器をのせ、左右のうでのつけねにこぶしがいいるくらいに体から離し、右手の親指と小指で楽器を安定させる。楽器全体をもったときも歌口穴が下くちびるでまふさがれているように注意する。顔の中心線とフルートが直角であるように、はじめの内は鏡の前で練習する。

(写真参照) Mr. Louis Moyse ルイ モイーズ氏



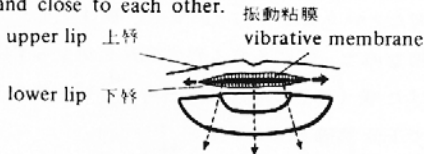
発音法

1. フィスリングによる発音の練習

フィスリングとは前に述べた口笛吹きのことである。穴をまふさぎ、まず左手の人差指と親指でおさえた低音シの音を、中くらいの息で“フォン”の発音で、口笛を吹くときの要領でアタックする。フルートを吹こうとせずに、上下のくちびるを軽く横へ引き、粘膜の部分で、できるだけ接近させ、鼻の下を長く、あごをおとし、上下の歯の間隔をあけ、のどを広げて、太い息を下くちびるの粘膜にぶつけ、その息で

Exercises in low register

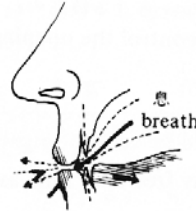
Tighten and advance your lower jaw a little, and you can feel the air flowing between the vibrative membranes of both lips while pronouncing 'hwō' or 'twhō' with the broad, flat lip opening. Lips should be lightly pulled out at both sides, but vibrative membranes should be free, broad and close to each other.



Lower lip will cover about 1/2 of embouchure hole. 穴の約半分が下くちびるでふさがれる。

低音域の練習

のどからの中くらいの太い息をやや前にはり出された下くちびる裏粘膜にぶつけ、歯から浮かせた上くちびる粘膜との平な穴で幅広く振動させながら、ややなめ下方に吹く。「発音法」の図参照) 両くちびるは軽く横に引かれ、振動粘膜は完全にフリーであること。



くちびるから出る息はかなり水平になる。

Air column is rather flat and going rather forward.

Preparatory Study 準備練習



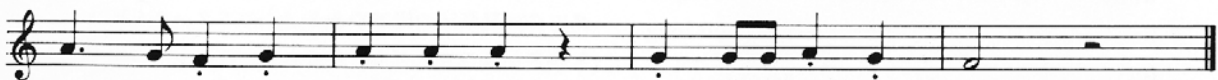
Practice both whistling hwō and spitting twhō.

フィスリング(フォン)とスピッティング(トン)の両方で練習



1 Mary Had a Little Lamb メリーさんの羊

Folk Song
外国曲



Try to make a good clear F. ファの音に注意

2 Fireflies ほたる

Children's Song
日本古謡



Try to make a good clear E. 良くひびくミの音で

3 Kagome Kagome かごめ かごめ

Children's Song
日本古謡

Musical score for 'Kagome Kagome' in C major, 3/4 time. It consists of three staves of music. The first staff starts with a treble clef and a common time signature. The melody is simple and repetitive, characteristic of a children's song. The second and third staves continue the melody with some variations in rhythm and pitch.

Try to make a good clear E. ミの音に注意

4 Cuckoo かっこう

Folk Song
ドイツ民謡

Musical score for 'Cuckoo' in G major, 3/4 time. It consists of three staves of music. The first staff starts with a treble clef and a 3/4 time signature. The melody is simple and repetitive, characteristic of a folk song. The second and third staves continue the melody with some variations in rhythm and pitch. A dynamic marking 'p' is placed below the first staff.

Remember B^b fingering シのフラットの指使いをおぼえる。

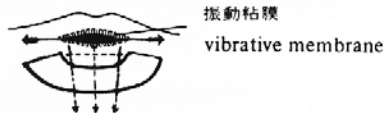
5 Lightly Row ちょう ちょう

Folk Song
ドイツ民謡

Musical score for 'Lightly Row' in G major, 3/4 time. It consists of three staves of music. The first staff starts with a treble clef and a 3/4 time signature. The melody is simple and repetitive, characteristic of a folk song. The second and third staves continue the melody with some variations in rhythm and pitch. A dynamic marking 'p' is placed below the first staff.

Exercises in middle register

Don't try blow hard. The lip opening should be a little narrower and pulled at both sides a little more, and more elliptical by loosening your jaw. Also you should build-up air pressure moderately behind your tongue. Try to let air flow between the lips by more air pressure behind the lower lip. Never tighten the lips flat to get a higher note.



穴の約半が下くちびるでふさがれる。

Lower lip will cover about 2/3 of embouchure hole.

中音域の練習

両くちびるからの強い息で歌口を吹こうとせずに、低音のときより、口腔内の空気圧を高め、やや強い息を下くちびる裏粘膜につけ、上くちびる粘膜を振動させる。くちびるの穴をややせばめて横へ張り、下あごをゆるめ、楕円形にする。



低音よりあごを下におとす。そのためくちびるから出る息は低音より円く下向になる。

Air column is more elliptical and a little downwards.

Preparatory Study 準備練習



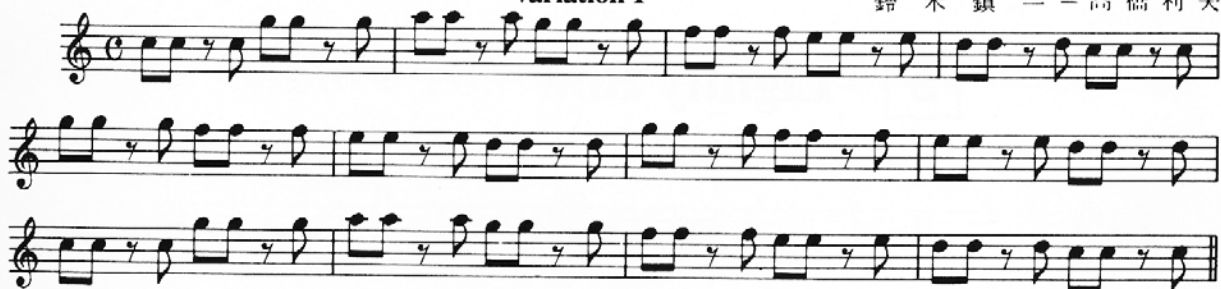
以下同様

6 Twinkle, Twinkle Little Star Variations

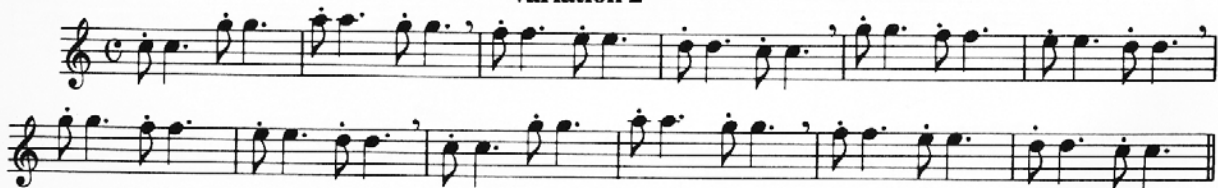
きらきら星 変奏曲

Shinichi Suzuki - T. Takahashi
鈴木 鎮一 - 高橋 利夫

Variation 1



Variation 2



Theme


7 Go Tell Aunt Rhody むすんで ひらいて

 Folk Song
 ドイツ民謡


Preparatory Study 準備練習


 More air pressure behind the lower lip.
 A little narrower elliptical lip opening.

 下くちびる粘膜への空気圧がより高くなる。
 ややせばめた楕円形のくちびるの穴で。

8 Amaryllis アマリリス

 J. Ghys
 ギス

9 Allegro アレグロ

 Shinichi Suzuki
 鈴木 鎮
