

原 著

高齢者対象の音楽療法における プログラムについて

A program of music therapy
for elderly patients

古瀬 徳雄

要約：西洋近代医学は、急性期の治療を得意とし、治療して完治すれば元気になる。ところが慢性疾患や認知症、心の病などの障害に対しては、新薬や手術でも今のところは治せない。たとえ悪い部位を除去しても、心や命は全体性の脈絡の中にあり、ほんとうの健康とは言い難い。医療は臓器を治しても、心は癒せない。ここに音楽療法が登場する。日本における高齢者を対象とした音楽療法の現状は、特別養護老人ホームをはじめ入所施設やデイサービス、有料老人ホームなどで実践され、特徴としては、唱歌や童謡、歌謡曲を歌唱することが主体であり、形態としては集団としたものが多くを占めている。しかし音楽療法の日に決まって休む人が何人かあり、定番の曲の歌唱、小打楽器の単純な活動に終始することを拒絶する高齢者が出現しているのも事実である。

本研究では問題点を重要視し、現行の音楽療法のプログラムで取り上げている作品について警告し、新たに替え得る手法や音楽作品を提示し、その根拠を追求し、患者の視点に基づく、これからの支援活動の指針に寄与していくことを前提に論考する。

Key Words：ドビュッシー、ビートルズ、5音音階、サブドミナント

はじめに

筆者は、平成21年11月、A市の老人保健施設において認知症高齢者を対象に音楽療法を実施した。実験的な意味もあり、すべてベートーヴェンプログラムで行った。高齢者の音楽療法プログラム構成論に従い、身体活動や回想法、自己実現といった内容に対応するためにベートーヴェンの名曲を配列した。始まりと終わりの挨拶を、「交響曲第6番」の第4楽章で、さらに「第9番」の名旋律「月光ソナタ」「第7番」の第4楽章をアコーディオン、クラリネット、チューバ、キーボードの4名で演奏した。しかし対象者の心的緊張の緩和、行動、表情の変容や充足感に程遠かった。困難であることを予想してはいたが、異文化に対する共感も何も得られないままの結末となった。1週間後、高齢者にとって一般的な童謡、わらべうた、歌謡曲の配列に組み換え、伴奏も対面楽器であるギターに変更したところ、得意な歌では歌唱が拡がり、発声が身体的に心地よい体験となり、発言が多発

し、微笑から笑いへと、幸福感に満ち溢れる雰囲気へと激変した。音楽が呼び起こした遠い記憶が、今現在の自身と結びつき、高齢者の生きてきた時代の音楽の生演奏の波動が快い刺激となって安心感を生み、高齢者音楽療法の一般的なプログラムとして適切であることを示唆する結果となった。しかし今回は、成功したと言えるが、現在行われている音楽療法の現場において、患者からの不満がでてきていることも確かである。幼児的な音楽と感じ、自分の嗜好に合わず、自らの音楽体験を反映していない等、対象となる高齢者の特性が軽視され、治療者側の一方的な支援の実践のみが行われ、そのことを問題視し、今後の高齢者音楽療法のプログラムのあり方を探求する。

I 高齢者音楽療法の手法

高齢者を対象とした音楽療法の手法の主流が回想法であり、また重要と考えられるのが即興演奏である。

(1) 回想法

音楽療法による回想法は高齢者の領域にのみ特性をもつ手法である。アメリカの精神科医である R.N.Butler

(1963)は「高齢者が過去の体験を繰り返し話す回想を…肯定的に捉えて高齢になれば誰にでも起こり得る自然的なこと¹⁾」と捉え、E.H.Erikson (1982)は「様々な好機を逸したとして後悔するのではなく、良く生きたとして自分の人生を受け容れられるかどうか、その人が経験する嫌悪や絶望の程度を決定する²⁾」としている。またP.Fry (1991)は「葛藤、絶望、後悔、孤独などの否定的なフィーリングも最終的には心理的に良い状態をもたらした³⁾」と発表し、J.Fisher (1993)は、「回想することは伴侶の死を克服するために必要なことであり…新しい目標を見つけるきっかけとなる⁴⁾」等、回想法が高齢者にとって深い意味のあることを示している。

(2) 即興演奏

即興演奏とは、作曲者の書いた完成した楽譜を用いず、演奏者の意思に基づいて演奏するものである。P. Nordof (1909-1977)、C.Robbins (1928～)は、この即興演奏を駆使した創造的音楽療法の創始者である。共同研究を1959年イギリスで開始し、音楽療法をクライアントに実践したところ、音楽はコミュニケーションになり得るばかりでなく、人間の音楽的アイデンティティを人間の本質に到達させたのである。創造的音楽療法ではクライアントと治療者のどちらもが音楽行為を行う。中心に位置するものは芸術的な潜在力を持つ人間である。この創造的音楽療法の主体的な手法に即興がある。即興は創造の瞬間に演奏される音楽であり、クライアントの心的構造を音楽構造に移し替えるものである。音楽は言語による再処理、翻訳を必要とせず、直接意味を開示する。それゆえに即興的な音楽の中にこそクライアントの精神的構造が表される。治療者は演奏しながら患者との生き生きとした関係に入り、意図を込めた音楽を掴ませることによって、自らの苦しみが分かち合われていることを体験させ、変化する機会を与え、さらに発展させるチャンスを作るのである。

(3) 高齢者の特性から回想法、即興演奏の必要性

高齢者の心身の特性に対する音楽療法の目的として、第1に身体的な側面から疾病の予防、健康の維持、増進、第2に精神的に閉ざされた孤独感や、それまでの人生から切り離されたことへの忍耐に対する支援、第3には、社会的支援、人間関係の円滑化、第4に人間の尊重といった主観的な自己実現に伴う幸福感や、生活の満足といったQOLの向上である。音楽はその人の最も好む音楽

が提供されたとき、自律神経機能に影響を及ぼすところから、その効果については筆者の研究においても有効性が確認できている。自律神経は循環、呼吸、消化、代謝に関わり、自律神経失調症や認知症の高齢者に対して、音楽を適切に使用することは、身体的な側面に鎮静的な効果を及ぼし、精神や認知面の安定につながる。認知症にはアルツハイマー型認知症、脳血管型認知症に大別できる。筆者が実践している限り、愛媛式音楽療法評価表にある「発言」「表情」「社会性」といった項目では、アルツハイマー型が回数を重ねるごとに改善傾向がみられた。「アルツハイマーは側頭葉、頭頂葉、後頭葉の順に委縮が進む中で前頭葉に残存機能があり、他から影響を受けて変わり得る新奇さへの対応は、アルツハイマーが優位である⁵⁾」とする結果と、脳血管性では、初期症状において前頭葉機能低下の特徴を有し、行動面では意欲の低下、自発性の低下、不安感、抑うつが見られること等、これらの先行研究を追随することも確認できた。また対象者から負の側面を除去することだけでなく、対象者がどのような問題を抱えているかといった視点や、個人のニーズに立脚した適切な人間的成長や自己実現をもたらすためには、どのような可能性が秘められているかを探求していくことが必要である。高齢者が童謡や唱歌をプログラムに選べば、昔を懐かしむと言う治療者側からの思い込み的なものではなく、人生歴、生活背景を認知した上で回想法を導入していくことが重要である。従って、これからの高齢者は、多様な娯楽の経験から趣味や活動範囲も拡大化しており、何に興味を持っているかを探り、展開してきた人生を深く追求しながら、メッセージを残そうとする高齢者に応えていかなければならない。症状に対応して、集団か個人かの形態の問題も検討していくことが重要である。さらに高齢者における即興の音楽の使用に際しても、人生体験や音楽経験を踏まえて、音階や和声において十分な配慮がいる。演奏を聴くとか、一緒に歌うという活動に止まらず、即興の中に、手法として自然に発揮できなければならないと考える。つまり音楽的に熟練した治療者との共同演奏を通して初めて、患者の人間の本質を音楽的に正しく解釈できるわけであり、さらに自らの音楽能力で、患者の意味深い精神的構造に添ったクライアントの治療が可能になっていくのである。

II これからの高齢者音楽療法における手法

明治から戦前までに生まれた高齢者に対する療法実践

曲は、今後、団塊の世代を始めとする対象者が、多種の音楽ジャンルを体験しており、選曲にあたっては今までのもものが通用しなくなっている。そこで幅広い時代に亘って愛されてきた音楽の共通項としてビートルズを挙げ、その音楽の特徴を分析し有効性を証明する。

また旋律を構成する音階の代表的なものは全音階（7音）であるが、民族音楽に見られる5音音階、その中間の6音音階等がある。特別養護老人ホームにおいて、日本古来の伝統音楽に近い構造を持つ「5音音階」による曲の演奏時に、発声が増加したとの栗林文雄らの調査結果もあるところから、先述の高齢者の音楽療法における即興演奏の中に、「5音音階」を用いることを重要視し、ドビュッシーの《海》と《沈める寺》を挙げ分析を通して実証していく。

（1）ビートルズ

平成13年から14年にかけて九州大学の北山修が行なった臨床関係者、医師39名、心理療法士61名、看護師53名、社会福祉士3名、保健師、院生8名の合計164名に、これまでの人生で「癒された」と感じた曲の曲名と演奏者を、最大20曲、思いつくままに挙げてもらうアンケートを実施した⁶⁾。演奏曲のジャンルや時代は問わず、「癒された」定義も特になく行った。投票曲総数、2694曲、平均記入曲数16.4曲、平均年齢41歳である。第1位《イマジン》、第2位《レット・イット・ビー》とビートルズが占め、《ヘイジュード》が20位、《イエスタデイ》が26位である。なぜビートルズが選ばれたのか、音楽作品の構造から和声の仕組みを考察する。

西洋古典音楽の和声の構造原理は、T（トニック…主和音機能の総称）、S（サブドミナント…下屬和音機能の総称）、D（ドミナント…属和音機能の総称）である。T-S-T、T-D-T、T-S-D-Tが基本であり、TはS、Dに、SはD、Tに、DはTに進み、D-Sの進行はなく、すべての曲はD-Tの終止である。《イマジン》を見てみよう。地球上から絶えない紛争の現実、国境のない、争いのない平和な世界を想像してみようとうよびかけている。ビートルズはT-Sの反復を多用し、最も伝えたいところの「世界は一つになろう」にあたるころは、古典では禁則のD-Sを用いている。第2位の《レット・イット・ビー》を見よう。4小節構造の2回の終止をS-T（変格終止）とD-Sを行い、歌詞のlet it beでは、毎回Sをあてている。《ヘイジュード》では、第2節にあたる5小節ではSで開始し、fade outしていくendingでは下屬調「サブドミナント」

に転じる。26位の《イエスタデイ》では、S-Tの終止形をつくり、後半部の2度の上行旋律に対する和声もD-S進行で独特の響きは惹きつけられるところである。第12位の《上を向いて歩こう》の前半部はS-Tで終止し第2部は下屬調への転調である。Dには導音が含まれ、Tに進まなければならない縛りがあり、これに対してDS進行、ST終止の「サブドミナント」優位型が西洋古典音楽からの解放であり、ビートルズの音楽に現れている特徴であり、こうした和声構造が癒される曲として選ばれているのである。

（2）ドビュッシー（1862～1918）

1) 《管弦楽のための3つの交響的素描「海」》

ドビュッシーは、1903年9月12日、ブルゴーニュ州ビシャンから作曲家アンドレ・メサジュに「私は次のような題を持った3つの交響的素描を作曲しています。1. サンギネール島付近の美しい海 2. 波の戯れ 3. 風が海を躍らせる、総題は《海》です」と手紙を書いている⁷⁾。作曲は、1904年英仏に挟まれたジャージー島、ノルマンディーの海に面したディエップでオーケストラセッションが進められ、完成は1905年3月5日である。1911年のインタビューで次のように語っている。「海のものおと、海と空をへだてる曲線。葉蔭をゆく風。鳥の鳴き声。こういったすべてがわれわれのうちに多様な印象をもたらす。そして、突然、こちらの思いとはおよそなんの関わりもなしに、それらの記憶のひとつがわれわれの外にひろがり、音楽として表現されるのです。それは、おのれの中にみずからの和声をひめています⁸⁾」。管弦楽を用いてキャンバスに音の風景画家になって描き上げた作品である。

この《海》から、第1楽章の主題やモチーフの構造を分析し、そこから音楽療法の即興に取り上げられる手法を見つけ出していく。

第1楽章の構成は、導入部①～③⑩、第1部が2区分され1aが③①～⑦①、1bが⑦②～⑧③、第2部の2aが⑧④～⑩①①で2bが⑩②～⑩②①であり、終結部のaが⑩②②～⑩③①、bが⑩③②～⑩④①である。

楽器編成は、Fl.2, picc., Ob. 2, Cor. anglais, Cl. 2, Fag. 3, C. Fag., Horn 4, Trp. 3, Cor. 2, Trb. 3, Tuba, Timp. Tri. Cymb. Gr. C, Tam-tam, Glocken, Harp 2, Strings である。

調対調の対応では、導入部の調号#2から第1部の調号b5は、サブドミナント調の関係であり、終結部aの調号b5から変ト長調もサブドミナント調の関係であ

る。開始の h と終結の B_bm の両コードはサブドミナントの関係にある。h を基音に 5 度堆積が水平に h-fis-gis-cis-a の 5 音音階で開始され、ここには波の動機音型を持ち、この動機は終楽章にも影響をもつ。トレモロの下行音型に乗り、Cor angl. と Tp. が主題 I を奏す。この旋律はハ短調自然短音階エオリア旋法に相当する。続いてホ長調の 5 音音階による Vn. と木管の上行漸増を繰り返して第 1 部に入る。[32] から Vc. が明確な変ニ長調の 5 音音階で下行し、伴奏群も 5 音音階で受け持つ。[譜例 1] [33] では Fl. と Cl. が主題 II を 5 音音階で受け、[35] から弱音器付き Hrn. がオクターブで倍音列音階による主題 III を奏し、[43] から Ob. と低音弦が平行 8 度を重ねる。[44] では Fag. が主題 II を短 3 度低い音列で奏し、[47] では Fl. が自由挿句 I を、[51] で G₇ を築く。減 3 和音を背景に [53] で主題 III を Hrn. が反復する。[59] から Ob. が自由挿句 II を表情豊かに奏し Fl. と Cl. が長 3 度で連続進行し、Vn.solo が 5 音列の漸増で交える。[64] から自由挿句 I を短 3 度下で Fl. で奏する。[67] の 3 拍目で属和音を形成し、調号は変えずに [68] で変ト長調に転調する。変ニ長調とはサブドミナントの関係である。この小節で Fl. が主題 II を完全 5 度下で奏し、[69] で Hrn. が主題 III をサブドミナントの Ces 上で奏し、第 1 部 1b に入る。h-cis-d-e-fis-gis の 6 音列の口短調旋律短音階が [83] まで続く。[72] [73] では Ob.Fl. が主題 II を短 3 度移高した 5 音音階の下行音型を奏し、Trp. が主題 I を縮小変形して奏する。[76] の 4 分音符の 3 拍は終了小節を先取りし、[77] では弦楽器が平行 5 度での全下行は泡の崩壊である。b 5 の調号であるが口調が主体であり第 2 部に入る。[84] からの b 2 の調号とは、サブドミナント調の関係である。弱拍の 2 拍目に Vc. の 4 声部による下屬和音に f が付加された 5 音音階で日の出が水面に映され [90] の下行半音階で波が輝いて落下していく。サブドミナントの短 3 和音化 B_bm₇, E_bm₇ を経過し、[95] から [97] は明確な 5 音音階を総奏で鳴らされ、Hrn. は動機音型で増幅しながら、今度は木管楽器で主題 IV を強奏し一気に太陽が昇る。[譜例 2] b 2 の調号

のサブドミナント上である。[100] から [101] に 6/8 (2 拍子系) から 12/8 (4 拍子系) に枠を広げ、低音は半音上行を繰り返しながら、Vn.Vc. とのオクターブによる急速上行経過句を奏する。[103] から波頭が巻き込み始め、波の変わりゆく様態を音画化している。[105] は、オーケストラの音域を最も拡大し、picc. から Cb. まで強弱記号も抑制の効いた記譜から一気に解放され、Harp も 5 音音階の一貫した波型を繰り返していく。Vn.Vla. の下行に対し、Vc.Cb. 上行の大きな流動を漸増、減衰でうねらせ、Hrn. と木管が主題 IV を咆哮する。[109] から [110] でベースが b-a-as と半音ずつ下がる一方 Vn. の旋律線は長 3 度の下声部を伴って半音ずつ上昇し、途中に 6/8 拍子は突風で波を粉碎し、大きなうねりの層は [112] で pp. に落ち着く。Cor angl. と Tp. が主題 I で、泡しぶきが濡れた岩を落下する瞬間を捉え、Tuba の as と Timp. の b の長 2 度が海鳴りを轟かせ、[114] で ges と b の長 3 度の ppp で鎮静するが、Fag. と Hrn. が ges-as-b-c-d の全音の 5 音型で沸き立つ。この楽章で最も魅力のある和声は 2 か所ある。一つが [119] で es 音上の属 9 から a 音上の属 9 の交替で、この es 対 a もサブドミナントの関係であり、[122] の結尾部は、第 3 音 cis を des と異名同音の転調し b 5 の変ニ長調の調号であるが、実際に鳴っているのは as 音上の属 9 でありこのベースの a から as における構成音の関係がサブドミナントである。[132] から終結部 b に入り、大海原を目前に拓げる。b 5 でありながら変ト長調をとり 2 小節反復するが、ここにも I - IV - I の変格終止を構成している。[135] から des-es-f-as-b と 5 音音階で地平線に向かって最強奏で進み、絶えず生成と崩壊を繰り返す波と、あらゆる生命を育む永遠の姿の総体としての海、そこに真昼の太陽が、旋律音 re-do-ra と低音 ra-so-mi と平行 4 度のまさしく 5 音音階でまばゆく反射し、海は光とともにあることを音楽で現出している。[譜例 3]

[譜例 1]

Modéré, sans lenteur, dans un rythme très souple ♩ = 116

The musical score for Example 1 consists of three staves: Vn. II (Violin II), A. (Viola), and Vcelles (Cello/Double Bass). The tempo is marked 'Modéré, sans lenteur, dans un rythme très souple' with a quarter note equal to 116 beats per minute. The key signature has two flats (B-flat and E-flat). The Vn. II staff starts with a 'div.' (divisi) marking and includes dynamic markings of *f*, *dim.*, and *p*. The A. staff includes 'I arco' and 'II pizz.' markings. The Vcelles staff includes 'div.' and 'sans lourdeur' markings. The score features complex rhythmic patterns with triplets and slurs.

の足跡》は変格終止で終わり、第8曲《亜麻色の髪乙女》では des-b-ges-f-es の5音音階で、第12曲《ミンストレルス》の前半は g-a-h-d-e の5音音階、中間の変ホ長調での5音音階 b-g-es-f-c も使われ、最後は変格終止で閉じられる。

ビートルズとドビュッシーには共通項があり、さらに日本人の特性にも共有できる要素があり、高齢者の音楽療法に通用できることを証明していく。

Ⅲ 日本人の特性に結びつくビートルズとドビュッシーの音楽

(1) ケルト民族と日本人

ドビュッシーの音楽は本質的にケルト民族的な感覚があるのではないか。彼の《海》の作曲経緯や以後の4手版への創作地の変遷を辿ると、ディエップ、イーストボーン、ジャージー島であり、ケルト民族の影響を受けていると推察できる。ケルト民族は、紀元前4世紀頃には西アジアからアイルランドに至る広範な地域に広がった。ギリシャからローマに引き継がれた地中海的ヨーロッパ文明とは全く異質なもう一つの原ヨーロッパ文明の存在である。紀元前2世紀末のゲルマン民族の大移動や紀元前1世紀のユリウス・カイザー率いるローマ軍の進出により、ケルト民族は次第に辺境に追いやられ、ついにはアイルランド、ウエールズ、スコットランド、北フランスのブルターニュの4つの地域にまで縮小された。ヨーロッパ人が日本を東の最果ての国と言いつつ、日本から見てアイルランドは西の最果ての国に遠く隔たることになる。しかし、このアジア・ヨーロッパ大陸をはさんで端と端にある二つの国には、共通点も多く見つかる。

1) 文様

ケルトの文物に繰り返し現れる渦巻き文様、これは古代ギリシャにつながるヨーロッパ文化からはみ出した、人の意思の自由で強い表明である。この渦巻き文様は、日本の縄文土器の渦巻き文様と共通である。どの大陸の民族も文様の文化を持っている中で、ケルトと日本の縄文のポイントは渦巻き文様である。

遠く離れた場所で、ケルト文様と縄文土器の文様が共通するというのは、内から自然に出てくるものと同じという意識の共通性を示している。

2) 海の捉え方

海は命の根源、人類の母胎であり、国境もなくただ一

つである。一方で、神道の大祓詞によれば、古代の日本人が信じていたあの世、「根の国」「底の国」は、同じく海の奥深くにあった。ケルト人も先住民族を征服することによってイギリスに定着した人々である。ケルト人が定住する以前は、巨石文化ストーンヘンジなどを築いた先住民族がいた。

ケルト人は、自分たちの征服で追われた先住民族が他界に別の国を作ってそこに住んでいると考え、地下か海の果てにある他界には普通の人は死んでしまうが、幸運な人や英雄は、そこに行って帰ってくることができると信じた。

そういう物語の一つに、海の底に都が眠っているという物語がある。その都が何かの罰を受けて海の底に沈められてしまった。その近くの海岸では海の底から鐘の音が聞こえたりする。英雄や幸運な人が訪れ、何かを買えば再び浮き上がることができるが、訪れた人は、お金をもっていないので、都は浮き上がることができない。このように海の底には、自分たちと違う世界があるというケルトの世界観を表現している。

沈鐘伝説としても、松尾芭蕉が「鐘は沈みて海の底」の句を残している。前述のドビュッシーの《沈める寺》も、ケルト民族の民話の中で、年齢も死もない国、常若の国が海の底にありそこから鐘の音が響いてくるというものである。

さらに日本の絵画である円山応挙「波上白骨座禅図」大乘寺（兵庫県香住）を見てみよう。波頭が回転し嘔むような渦巻き文様は、1780年代の作と推定されるから北斎の「神奈川沖波裏」に先駆するモチーフが発見できる。円山応挙（1733～1795）は、江戸時代中期に「写生」を確立し、それまで主流だった師の画風の模倣から学ぶという方法を刷新し、後に多くの弟子を抱える「円山四条派」の祖となった。人物を写実的に描くために、博物学や西洋の解剖学も学んだことを反映してか、この画の他に、波の上で骸骨が座禅を組むという図様は他に例がない。人間の煩惱は、絶えず動きが鎮まることのない波の上に例えることができる。それを鎮めようと座禅する骸骨自体をどのように解釈するかにより、本図の意味はまったく正反対のものとなる。「ボロボロになるまで歯を食いしばり、ひたすら座禅によって煩惱を断とうとしたが、修行者の見方が一方に傾き頑なだったため、現実社会に戻れぬ骸骨となってしまった。また一方、骸骨を高次のイメージでとらえた場合は、死んでも死なぬものがあるという真理を表すこととなる。修行者は、生

きながら死人となり、そこで初めて悟りをひらく⁹⁾」日本文化における身体性の簡素化といった座禅における「常坐三昧」は、波の連続運動に対する静止的瞑想がある。

3) 伝説

ケルトの「オシーン」伝説と日本の「浦島太郎」は、どちらも主人公が異界を訪問し、しばらく異界で生活をし、その後故郷へ帰還すると急激に老化してしまうという構成になっている。

ケルトの「アザラシ女房」伝説と日本の「天の羽衣」は、人間の男性と異界の女性、人間の男性と動物、人間の女性と動物との組み合わせで構成されている。

民話や物語や詩は、人々の語り部の口から語られ、英雄や魔物が登場する話に胸躍らせて聴き入った。民話とは聴いて楽しむものであり、同時に過去と自分たちを繋ぐものであり、生きていく術を教えてくれる大切なものであった。アイルランド人であった小泉八雲 (Lafcadio Hearn) が日本に落ち着いて「怪談」を書いたのも、日本人とアイルランド人の感性に共通の何かを感じ取ったのかもしれない。

4) アニミズム

森羅万象に生命や霊気、精霊を見るアニミズム的世界観は、実は音楽と深い関係を持つ。両者を結ぶキーワードは「生命」である。「草木も言問う」(古事記)や「ご神木」「ご神体」「いし神」という言葉が示すように、山川草木をはじめ、自然界のあらゆるものに霊気を認め、それを崇拝する文化をもっており、このアニミズム的世界観は身近なものといえる。

自然中のすべてに神々を見出すアニミズム、ドビュッシーの音楽には、「霧」「雲」「風」「月の光」「水の反映」等、自然界の流動的な現象を対象とする作品が少なくない。日本にも一音成仏とか余韻や木霊を生きているもののように受け止める感性は、平安時代の歌や俳句に詠まれ、相似なものが音感性に見られる。音響の消え去りゆく時への愛着、響きの陰翳、濃淡への鋭い感受性は、ゲルマン世界にはあまりみられない感受性である。日本のアイヌの人々の神話にも感じられ、ふくろうの鳴く声が「銀の滴、降る降るまわりに、金の滴、降る降るまわりに¹⁰⁾」鳴くという美しい音感性がある。ケルトもアイヌも国家を持たない。国家世界の硬い感受性に対し、国家を持たなかった民族のこのように柔らかく、美しく透明な、やさしい感受性が呼び戻される時がくるかもしれ

ない。

また日本音楽の特徴から「もののね」とは「自然音、楽器の音のほかに、聴覚以外で捉えられたその場の状況、雰囲気、気配、感情までを切り離せぬ一つのものとして捉えようとする傾向」とし、日本人の感性は、自然音の活用や音の記憶を語る際に応用され、沖縄の水を使った楽器や「うたまい」の伝統から舞踊、盆踊りなど、五感を使った音楽療法にも発展的に生かされている。

5) 簡素化

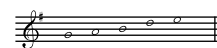
日本文化における簡素化では、千利休は「一輪の花」によるもてなしを説き、俳句も簡素化の「そぎおとし」の美学がある。能を見れば、簡素さが極めて強く、集中とともに理解される。ドビュッシーの音楽は、19世紀末の西洋音楽の巨大化や複雑化に対して、弱音における微細な表情の集中であり、作品の簡潔性、小節数の短さ、編成の小規模化、リズムの反復、コーダの洗練された簡素な終結などがある。

6) 音階

日本では明治時代にスコットランド民謡やアイルランド民謡が持ち込まれ、小学唱歌に採用され、日本の歌のように愛され続けてきた。西洋の音階は7音であるが、アイルランドの音階は5音音階で成立し、日本の伝統音楽も5音音階であり、受け入れやすかった。[譜例5]

[譜例5]

5音音階



蛍の光 (スコットランド民謡)



茶摘み (文部省唱歌)



IV 考察

1910年から20年おきに画期し、主要ジャンルと実践曲を表Iにした。これからの高齢者音楽療法のプログラ

ムを検討していく。

表Ⅰ 高齢者音楽療法プログラム構成曲骨子

	年代	主要ジャンル・形態	療法実践曲
I 期	明治, 大正 1910 ~ 1929	A. 童謡, 唱歌, 民謡 クラシック	
II 期	昭和前期, 戦前, 中 1930 ~ 1949	B. 軍歌, 歌謡曲 映画音楽, ジャズ	
III 期	昭和中期 1950 ~ 1969	C. ビートルズ フォーク, ポップス ミュージカル	
IV 期	昭和後期 1970 ~ 1989	D. グループサウンズ ロック, ディスコ カラオケ	
V 期	平成前半 1990 ~ 2009	E. ジャンルの多様化	A. B.
VI 期	これから		C. D.

幼児、障害児にとっては、早期から美的な芸術音楽に触れることが必要であり、即興音楽で演奏する場合も、子どもの発した音に反応して、そこに美しい音をつけていくべきである。まして高齢者は、人生において豊富な音楽体験をしているので、一人ひとりの嗜好に合わせて、基となる曲を選び発展させて音楽療法をすることが大切である。しかしその音楽は多様化している。1920年前後に生まれ、戦中、戦後に青春時代を送った人の音楽経験は、学校で習うかラジオを通じた音楽情報に限られていた。1940年から1970年には、テレビも次第に普及し、クラシックからエレキ、ロック、ポップス、フォーク、ジャズ、映画音楽、民謡等、多岐にわたるジャンルに拡大した。その中で残ってきている曲から、クライアントの心が揺すぶられ、生きる意欲が湧いてくる音楽を提供する必要がある。高齢者特有の回想法や即興する場合も広いレパートリーを考慮していかなければならないが、視点として「サブドミナント」と「5音音階」の2つを重要であると捉えた。

即興は、対話が変わって、患者の心的構造にとって、気分や雰囲気と関連して、以前の感情が再生し新たな感情も目覚めさせ、変容していくプロセスに不可欠であり、そこに「サブドミナント」の多義性、機能の拡大、発展性を駆使するのである。「5音音階」は、世代や民族を超えて普遍的に無意識の記憶にあり、音の数の少ない不完全さゆえに、展開の予測がつきやすく、運動記憶として蓄えられ、再生をより容易にする構造であり高齢者に適切である。

ビートルズの音楽に癒される構造の図式にあるのは

「サブドミナント」である。西洋機能と声は、TはSとDに進めるがDはTにしか進めない。しかしSはTにもDにもいける。彼らはD-S進行を行い、S-T終止(変格終止)で曲を閉じている。新たな境地を開拓し、一方的に進むのではなく、この自由に進める多様な和声感覚が、受け入れられる源になっているのではないか。

「サブドミナント」の機能について拙論で4つに分類している¹¹⁾。

(1) 人間、場所、時間の質を変える。(2) 表現の集中化、強化を表す。(3) 表現の減衰、鎮静化を表す。(4) 時間の逆行を表現する。音楽療法では時間の質を変えることが大切であり、未来や過去に繋がる同一地平ではなく、同一方向に固定されるのでもなく、異次元的な日常と異なる、立体的に回避された希望的な音楽空間になり得るもので、これが「サブドミナント」の多義性からくる療法的機能である。

V 結論

音楽療法における即興演奏とは、高齢者の自由な思いがけない音楽表現に対して、治療側が予測性を持ちつつ瞬時に支える。この時、治療者の音楽性主導の即興は、予測できない対象者側の音や音楽表現に添う、音楽的枠組を超えた臨床的、治療的な営みである。心理的な課題を抱え、対人関係にも困難さをもつ高齢者に、負担を少なくしつつ、創造性、発展性を持って、他者と繋がる感覚をもたらす。音楽には始点と終点があり、変化があり、継続感があり、終わりを意識するものであるから、安心した枠内で、自己以外のさまざまな事象との関係性を実感できるのである。

即興演奏においてドビュッシーの《海》や《沈める寺》に見られる「5音音階」を駆使すれば、導音や半音のない緊張感から解放された、ゆるやかな響きの中で、美的で素朴な和声が郷愁を呼び、高齢者の抑うつ感や不安感を除去し、価値ある体験に導くことができると考えられる。

表Ⅱに現行の唱歌、童謡、歌謡曲プログラムから脱却し、即興演奏を用いたプログラムを示す。ここで機能する手法が「5音音階」と「サブドミナント」の使用である。

表Ⅱ 音楽療法プログラム

	見当識	身体機能	回想法	リズム知覚	情緒安定	自己表現
現行	唱歌	童謡	唱歌	童謡	童謡・歌謡曲	歌謡曲
改革案	即興	即興	ビートルズ 5音音階	即興	5音音階	ビートルズ

人間は、安心感を得ようとしてきた。しかし安定感は一時的であり、そこに切なさを感じる。ビートルズの音楽の癒しは、歌詞のもつメッセージ性だけでなく、D-Tに収斂される一方的図式ではなく、西洋古典和声から離れた「サブドミナント」優位の進行にその根拠があり、この優しい響きに包まれて現実に向かう力がでてくるのである。

高齢者のターミナル期における場合では、死の傍らにいて、かけがえのない人生の最後に、重大な局面に遭遇する。その時は特に重大なことも控えめに表現され、受け取る側にとっても曖昧かつ秘密のベールに意味するものが包まれている。

音楽という、まさに今、消えかかる音、どんどん彼方に消えていく音を介して、患者と治療者が世界を共有するのである。歌の歌詞の中にある事物、現象、景色だけでなく、音楽そのものを通して象徴的に対話するのである。ここに療法の語源である共に存する to be together が成立することになる音楽は患者にとって、治療者から自然に与えられる贈り物となり、お守りになるのである。

ことばを持たなかった時代から、喜びや悲しみを表し、祈りや感謝の気持ちを捧げ、荒々しい気持ちを和らげ、落ち込んだ気持ちを高め、音楽は人の命の営みに関与してきた。音楽への要求はいろいろなところで登場し、人生の大切な出来事や節目で、音楽が奏でられる。また人々の多くの思い出は、音楽と強く結び付き、意図的にその音楽を思い起こし、また無意識的にその音楽を心の中で聴いていることもある。

異なる人種や文化を超えた普遍的な原型は、誰もの無意識の記憶にある不変のものである。原型は、世代を超えて受け継がれ、一人ひとりの魂や個人の奥深く達する普遍的無意識、この原型的音楽イデオロムの一つがペンタトニック「5音音階」である。歴史は紀元前3000年にも遡るこの原型に触れることにより、深い記憶への刺激により目覚め、外に呼び覚まされ、治療的な可能性を持つことになる。

ビートルズは、アイルランド移民の子孫であり、メンバー4人ともリヴァプールに生まれ全員がケルト民族系である。ドビュッシーの音楽の「5音音階」とビートルズの「サブドミナント」の音楽が日本人の心に結びつき、これからの音楽療法の手法に大きく関わることが示唆できるといえるのではないだろうか。

[引用文献]

- 1) 3) 4) 師井和子 (2006) 「心をつなぐ音楽回想法」ドレミ楽譜出版社 p103, p104, p104
- 2) E.H. エリクソン, J.M. エリクソン 村瀬孝雄, 近藤邦夫訳 (1982) 「ライフサイクル, その完結」みすず書房 p163
- 5) 岡田和伍 (2005) 「脳血管性痴呆の前駆症状」『老年精神医学雑誌』第16巻第3号 p322-327
- 6) 北山 修 (2005) 「こころを癒す音楽」講談社 p260
- 7) フランソワ・ソシュール編 笠羽映子訳 (1999) 「ドビュッシー書簡集 1884-1918」音楽之友社 p183
- 8) 平島正郎 (1983) 「ドビュッシー 大音楽家人と作品 12」音楽之友社 p168
- 9) 広瀬麻美 (2009) 「医学と芸術・命と愛の未来を探る」企画・発行 森美術館 編集・制作 平凡社 p251
- 10) 佐野清彦 (1991) 「音の文化誌 東西比較文化考」雄山閣 p157
- 11) 古瀬徳雄 (2004) 「Rakhmaninov の「晩禱」 op.37 における下属和音の優位性について」『関西福祉大学社会福祉学部研究紀要』第7号 p42-3

[参考文献]

- 1) 鶴岡真由美, 中村桂子 (1998) 季刊誌「生命誌」巻19号
- 2) クライブ・ロビンズ, キャロル・ロビンズ編 若尾裕, 進士和恵訳 (2003) 「ポール・ノードフ音楽療法講義」音楽之友社
- 3) テオ・ヒルスブルンナー 吉田仙太郎訳 (1992) 「ドビュッシーとその時代」西村書店
- 4) V・ジャンケレヴィッチ 船山隆, 松橋麻利訳 (1987) 「ドビュッシー 生と死の音楽」青土社
- 5) レスリー・バント 稲田雅美訳 (1997) 「音楽療法—ことばを超えた対話—」ミネルヴァ書房
- 6) ハンス・ヘルムート, デッカー・フォイト他編著 阪上正巳, 加藤美知子, 斎藤孝由, 真壁宏幹, 水野美紀訳 (2004) 「音楽療法事典」新訂版 人間と歴史社
- 7) 栗林文雄 (2003) 「高齢者における音楽の記憶保持と音階構造の関係」『第2回日本音楽療法学会学術大会要旨集』

[引用楽譜]

- 1) Debussy “La Mer” -Trois Esquisses Symphoniques- Edition Peters Nr.9153
- 2) Debussy 3 編集・校訂 井口基成 (1989) 春秋社

[参考楽譜]

- 1) Piano Collection John Lennon (1996) シンコー・ミュージック
- 2) Debussy et ses Mélodies Oeuvres Complètes 1 古澤淑子編 (2010) 全音楽譜出版社

